

बच्चे क्यों मरते हैं ?

कारण और बचाव के उपाय

बच्चे क्यों मरते हैं ? खोज करने पर नीचे लिखे कारण उभरे हैं—

1. मां की उम्र—यदि 18 साल से पहले और 30 साल के बाद बच्चा पैदा हो तो मां और बच्चे दोनों की जान को खतरा रहता है। कम उम्र में लड़की के जनन अंगों का भरपूर विकास नहीं हो पाता और अधिक उम्र में मां मजबूत नहीं रहती। खासकर यदि वह तीन-चार बच्चों की मां बन चुकी है। यदि पहला बच्चा 30 साल की उम्र के बाद होता है तो हड्डियां कड़ी पड़ जाने से बच्चे के जन्म में बड़ी कठिनाई होती है।

2. अस्वस्थ मां—यदि मां का स्वास्थ्य ठीक नहीं है या उसे भरपेट व पौष्टिक भोजन नहीं मिलता, उस पर काम का अधिक बोझ है जिस कारण वह थकी रहती है या उस पर मानसिक तनाव रहता है तो उसका बच्चा कमजोर होगा और उसकी जान को खतरा है। वह विकलांग भी पैदा हो सकता है।

3. बहुत अधिक बच्चे होना—जिस स्त्री को बहुत और जल्दी-जल्दी बच्चे पैदा होते हैं तो पांचवें या उससे बाद के बच्चे के जन्म पर मां और बच्चे दोनों को खतरा है।

4. मां को पौष्टिक आहार न मिलना—लड़की को विशेषकर गरीब परिवारों में, बचपन से उचित भोजन देने की जरूरत को नहीं समझा जाता। लड़के को अधिक पौष्टिक भोजन चाहिए, इस गलत धारणा व गलत सामाजिक प्रथा के कारण गरीब लड़कियों का स्वास्थ्य खराब रहता है। वे कमजोर बच्चे ही पैदा कर सकेंगी। मां को ठीक भोजन न मिलने के

कारण जब कम वजन का बच्चा पैदा होता है तो उसके बचने की संभावना बहुत कम रहती है।

5. बच्चों के जन्म के बीच कम अंतर होना—जल्दी-जल्दी एक के बाद दूसरा, तीसरा बच्चा पैदा होने से मां की कमजोरी मिटने के पहले ही एक और बच्चा पेट में आ जाता है। इससे भी बच्चे और मां दोनों की जान को खतरा होता है। पैदा होने के बाद उसकी ठीक देखभाल भी नहीं हो पाती।

6. गरीबी—पैसे की कमी के कारण बच्चों को भरपेट भोजन नहीं मिल पाता। मां का स्वास्थ्य भी खराब रहता है। काम की अधिकता के कारण वह बच्चों की देखभाल ठीक ढंग से नहीं कर पाती। घर और बाहर सफाई का इंतजाम ठीक नहीं होता। गंदगी के कारण छूत लगने से बीमारी का डर बढ़ जाता है। गर्भावस्था में मां को डाक्टरी सहायता नहीं मिलती। उसे यह भी पता नहीं रहता है कि उसके बच्चे की जान को किस-किस तरह का खतरा है। प्रशिक्षित दाई या डाक्टरी सहायता की कमी से मां और बच्चे की जान भी चली जाती है।

7. नन्हें बच्चों की ठीक देखभाल न होना—समय-समय पर टीके न लगाना, मां का दूध पूरा न मिलना, ऊपरी दूध देने के कारण बच्चे को बीमारी का खतरा बढ़ जाता है। यदि बच्चा कम वजन का या कमजोर पैदा हुआ (जैसे गांवों और शहर के गरीब परिवारों में अक्सर होता है) तो उसे अस्पताल में ज्यादा समय रखने की जरूरत होती है। ऐसा न होने पर उसकी मृत्यु की संभावना बढ़ जाती है।

8. बच्चों का जन्म के समय कम वजन होता— इससे सांस संबंधी बीमारियों का डर बढ़ जाता है, जैसे ब्रांकाइटिस (छाती में जकड़न) और निमोनिया। दस्तों की बीमारी भी जल्दी लग जाती है। दरअसल कमजोर बच्चे को हर तरह की बीमारी का डर रहता है। कई बार दाईं प्रशिक्षित नहीं होती है और वह बच्चे के जन्म के समय सावधानी नहीं बरतती और नाल किसी भी गंदे जंग लगे औजार से काट देती है। इस सूरत में नाल पक जाती है और जहरवाद का खतरा हो जाता है।

इन सब कारणों के अलावा मां-बाप की अज्ञानता और नासमझी भी बड़ा कारण है। यह गरीबी से भी ज्यादा खतरनाक है। बहू के स्वास्थ्य की ओर घर में सबसे कम ध्यान दिया जाता है। गर्भवती बनने के बाद उसके भोजन और स्वास्थ्य की ओर जितना ध्यान देना चाहिए उतना हमारी सामाजिक व्यवस्था, खासकर कम आमदनी वाले परिवारों में नहीं दिया जाता। यदि लड़का पैदा होता है तो शायद कुछ समय मां को ठीक भोजन मिल भी जाता है। उसकी खातिर होती है। लड़की जन्मने पर वह भी नहीं। कमजोर बच्ची पर खास ध्यान नहीं दिया जाता। यदि वह मर जाए तो किसी को अफसोस नहीं होता।

बचाव

परिवार के हर सदस्य को मालूम होना चाहिए कि बच्ची के जन्म से मां बनने तक और उसके बाद भी उसका स्वस्थ और मजबूत होना जरूरी है। स्वस्थ मां के स्वस्थ बच्चा ही होगा और उसके मरने की संभावना कम होगी। मां शिक्षित होगी तो बच्चे का स्वास्थ्य अच्छा रहेगा और उसकी देखभाल भी ठीक होगी। गरीबी की अपेक्षा अज्ञानता के कारण बच्चे अधिक मरते हैं। सफाई की जरूरत पर जोर दिया जाए।

आमदनी बढ़ाने के साधन जुटाए जाएं जिससे गरीब परिवारों का रहन-सहन बेहतर बने और उन्हें भरपूर व पौष्टिक भोजन मिल सके।

पीने का साफ पानी मुहैया हो। नन्हें बच्चे भारी संख्या में दस्तों की बीमारी और शरीर में पानी की कमी के कारण मरते हैं। घर के सभी लोगों को साफ पानी मिलना चाहिए, पर छोटे बच्चों के लिए तो गंदा पानी जानलेवा है।

गर्भवती मां को टिटनेस का टीका और बच्चे को जन्म के बाद समय-समय पर टीके लगाना जरूरी है जिससे बीमारियों की संभावना बहुत कम हो जाती है।

पहला बच्चा 20 साल की उम्र से पहले नहीं होना चाहिए और 35 साल की उम्र के बाद भी बच्चा नहीं पैदा होना चाहिए। जल्दी-जल्दी बच्चे पैदा करने पर रोक लगाने से बच्चों की मृत्यु-दर जरूर कम होगी।

पैदा होने के तीस मिनट तक बच्चे को उचित मात्रा में आक्सीजन मिलनी बहुत जरूरी है। इसके लिए कुछ साधारण यंत्र मिलते हैं। मुंह से फूंक कर बच्चे को आक्सीजन दी जा सकती है। जाड़ों में कमजोर बच्चे को गर्मी की जरूरत भी होती है। घर में चूल्हा जला कर कमरा गर्म रखना चाहिए। उसे पांच दिन तक नहलाना नहीं चाहिए। तेल की मालिश बहुत लाभदायक है। बच्चे को रखाई में लपेटकर रखना चाहिए। 50 फी सदी बच्चों को मरने से बचाया जा सकता है, यदि उन्हें उचित गर्मी पहुंचाई जा सके।

विटामिन 'ए' की कमी से बच्चे को बचाना चाहिए। इससे अंधापन भी हो जाता है। बच्चे की मालिश कर उसे धूप में लिटाने से उसके शरीर में विटामिन 'ए' बनता है। गाजर का रस देना चाहिए। उसमें विटामिन 'ए' होता है। दूध, मक्खन, घी, हरी तरकारियों में भी विटामिन 'ए' होता है।

बच्चे को सदा साफ कपड़े पहनाना और साफ बिस्तर पर लिटाना चाहिए। सब टीके समय पर लगवाने चाहिए।

बच्चे के लिए मां का दूध सबसे अधिक लाभकारी है। उसमें पौष्टिकता होती है, साथ ही बीमारी के कीटाणुओं से लड़ने की ताकत भी। ऊपरी दूध में छूत की बीमारियों और दस्तों का डर रहता है। यदि देना भी हो तो अच्छी तरह उबालकर। शीशी को गर्म पानी में उबालकर साफ करते रहना चाहिए।

कमजोर बच्चे की खास देखभाल रखें। उनमें आक्सीजन की कमी न हो, उन्हें विटामिन 'ए' मिले, उन्हें समय से सब टीके लगें और मां स्वस्थ हो तो बच्चे की मृत्यु का खतरा बहुत कम हो जाता है।

टीके और उनके देने का समय

बी.सी.जी.—बच्चे के जन्म के तीन महीने के अंदर।

डी.पी.टी.—डिप्थीरिया, काली खांसी, टिटेनस पहली खुराक पैदा होने के छः हफ्ते के अंदर, 10 हफ्ते बाद दूसरी खुराक और 14 हफ्ते बाद तीसरी खुराक।

पोलियो—इसका टीका भी तीन बार में दिया जाता है। यह सुई से नहीं, चम्मच से पिलाया जाता है।

पहली खुराक—पैदा होने के तुरंत बाद।

दूसरी खुराक—छः हफ्ते बाद

तीसरी खुराक—14 हफ्ते बाद।

खसरे का टीका—जन्म के 9 से 12 महीने में।

टाइफाइड (मियादी बुखार)—तीन से चार साल की उम्र में इसे दो बार एक माह के अंतर पर लगाया जाता है।

ऊपर बताए गए टीकों को अधिक असरदार बनाने के लिए दुबारा लगवाना चाहिए।

डी.पी.टी.—डेढ़ साल की उम्र में।

पोलियो—डेढ़ साल और फिर पांच साल की उम्र में।

टायफाइड—एक साल छोड़ कर दूसरे साल।

डी.टी.—डिप्थीरिया और टिटेनस का टीका तीसरी बार पांच साल की उम्र में।

टिटेनस का टीका—10 से 12 साल की उम्र में।

टिटेनस (धनुकनाई, जबड़ों का जकड़ जाना) से बचने के उपाय—भारत में टिटेनस का खतरा बहुत ज्यादा रहता है। इससे बचने का सबसे प्रभावशाली तरीका टीका है जिससे यह बीमारी हो ही न। होने के बाद इसका ठीक होना मुश्किल होता है।

डी.पी.टी. का टीका तीन बार में लगता है। पहली बार जन्म के 6-10-14 हफ्ते के अंदर। दूसरा एक साल बाद और फिर पांच साल बाद। यदि बच्चे को चोट लग जाए तो भी 24 घंटे के अंदर टिटेनस का टीका लगवा देना चाहिए। यदि चोट गहरी है तो यह टीका बहुत जरूरी है।

जन्म के दो महीने पहले गर्भवती को टिटेनस का टीका लगवा देना चाहिए। यह एक-दो महीने के अंतर पर दो बार लगाया जाता है। दूसरी बार बच्चा होने के दो हफ्ते पहले लगना चाहिए। वरना बच्चे की रक्षा नहीं हो पाएगी।

यदि मां को टीका नहीं लगाया गया तो बच्चे को जल्दी टीका लगा देना चाहिए।

टिटेनस का टीका जरूरी—

1. चोट पक जाए, गहरा घाव हो जाए।
2. ज्यादा जल जाए।
3. गर्भपात में 'सेप्टिक' हो जाए।
4. मां ने स्वास्थ्य केंद्र या डाक्टरी सहायता नहीं ली हो।
5. ज्यादा ठंड के कारण पैरों में गहरी बिवाई हो।
6. चोट नासूर बन जाए।
7. पेट में या अन्य कहीं चीरा लगाया जाए।

टिटेनस के टीके का रिकार्ड रखना जरूरी है। टीका लगने के बाद कोई प्रतिक्रिया हो जैसे कंपकंपी हो या जगह लाल हो जाए और एकदम से चकत्ते पड़ें तो तुरंत डाक्टर के पास जाना चाहिए और दुबारा इस टीके को नहीं लगवाना चाहिए। □