



जब आपके बच्चे को दस्त लगें

आपके बच्चे को दस्त लगें हैं, विशेष देखभाल करें। दस्त के कारण शरीर से पानी एवं नमक/लवण निकल जाने के कारण बच्चा कमजोर हो सकता है।



**सफाई की कमी से बच्चों में संक्रमण फैल सकता है, जिसके कारण दस्त होते हैं।
इसलिये दस्त की रोकथाम के लिए इतना करें-**

बच्चे के दस्त साफ करने के बाद एवं बच्चे को साफ करने के बाद अपने व बच्चे के हाथ साबुन या राख से धोयें।

खाना बनाने से पहले अपने हाथ साबुन से धोयें।

खाना खाने के पहले तथा बच्चे को खिलाने से पहले अपने व बच्चे के हाथ धोयें।

बच्चे के एवं स्वयं के नाखून नियमित काटें।

खाना एवं पानी ढक कर रखें।

पानी निकालने के लिए डंडीवाले बर्तन का उपयोग करें।



याद रखें

बच्चों को

दस्त हों तब भी स्तनपान एवं खाना खिलाना जारी रखें।

घर में उपलब्ध तरल पदार्थ जैसे कि दूध, छाछ, राबड़ी आदि देते रहें।

दो दिन तक दस्त ठीक न हों या पानी की कमी के चिन्ह दिखाई दें, तो तुरन्त डॉक्टर की सलाह लें।

दस्त ठीक होने पर खाना अधिक देवें।

जीवन रक्षक घोल (ORS) देते रहें।

बच्चे का वजन करवायें।



ग्राम चेतना केन्द्र, खेड़ी मिलक, वाया-रेनवाल, जिला-जयपुर-303603, फोन : 01424-282234, 282256