জন্মগত কাটা ঠোঁট ও তালু শিশুদের জন্য করনীয়

০১। অতিসত্ত্বর নিকটস্থ স্মাইল ট্রেন হসপিটালে ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করুন।
০২। প্রদত্ত সুপারিশ মালা অনুযায়ী খাওয়াবেন।
০৩। সব সময় মায়ের দুধ খাওয়াবেন।
০৪। পুষ্টিযুক্ত খাবার দিয়ে শিশুর স্বাস্থ্য এবং ওজন ঠিক রাখবেন।
০৫। সর্দি- কাশি, জ্বর বা শ্বাস কষ্ট যেন না হয় সে দিকে নজর রাখবেন, এমন হ'লে সাথে সাথে চিকিৎসকের কাছে যাবেন।
০৬। অন্য কোন জন্মগত অসুবিধা, যেমন - হৃৎপিন্ডের সমস্যা, রক্তরোগ বা অন্যকিছু জানা থাকলে ডাক্তারকে অবহিত করুন

কখন চিকিৎসা নিতে হবে ?

১। জন্মের পরে	ঃ শিশুর খাওয়া ও যত্ন সম্পর্কে শিশু বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নেওয়া।
২। ৩-৬ মাস বয়সে	ঃ ঠোঁট কাটা অপারেশন করা।
৩। ৯ -১২ মাস বয়সে	ঃ তালু ফাটা অপারেশন করা।
৪। ৪-৬ বছর বয়সে	ঃ নাকের ক্রটি বা ঠোটের ক্রটি পুনরায় ঠিক করা।
৫। ৬ বছর বয়সে	ঃ ফাঁকা মাড়ির ক্রটি ঠিক করা।

মনে রাখতে হবে অতি অপুষ্টি কিম্বা শরীরে কোন রোগ থাকলে সময়মত অপারেশন করা যায় না। সময়মত অপারেশন করা না হলে কথা বলার বিকৃতি পুরাপুরি ভাল হবেনা।

ঠোঁটের বিকৃতির ধরন, শিশুদের শারীরিক অবস্থা বিবেচনায় নিয়ে অপারেশনের সঠিক সময় সংশ্লিষ্ট চিকিৎসক নির্ধারন করবেন।

অপারেশনের পর করণীয় ঃ

১. বুকের দুধ চুষে খাবে। ২. সাধারণ ফিডার ব্যবহার নিষেধ। ৩. অপারেশনের জায়গা নির্দেশ মত পরিষ্কার রাখুন। ৪. তালুর ক্ষেত্রে : (ক) গরম খাবার নিষেধ। (খ) সাধারন ঠান্ডা তরল খাবার খাওয়াবেন ১ মাস। (গ) মাছের কাঁটা, মাংসের হাঁড় ইত্যাদি শক্ত খাবার নিষেধ ২ মাস। (ঘ) প্রতিবার খাবারের পর পরিষ্কার পানি খাওয়াবেন। (ঙ) বিস্কুট, সুইংগাম জাতীয় আঠালো খাবার নিষেধ। ৫. ঠোঁট-এর অপারেশনের পর কুসুম গরম পানি ও সাবান দিয়ে প্রতিবার খাবারের পর মুখ ধুইবেন। ৬. কান্নাকাটি যেন না করে সে দিকে নজর রাখতে হবে। ৭. অপারেশনের জায়গায় যেন কোন আঘাত না লাগে। ৮. অপারেশনের ৭ দিন পর ও ১ মাস পর সংশ্লিষ্ট চিকিৎসকের পরামর্শ নিবেন। ৯. অপারেশনের ১ মাস পর হইতে ঠোঁটে নির্দেশ মত ম্যাসেজ করবেন। ১০. নির্দেশমত কথা বলা শিখাবেন।

১১. শিশুকে নিয়মিত সাবান দিয়ে গোসল করাবেন।

সম্পূর্ণ বিনামুল্যে চিকিৎসা করা হয়

জন্মগত কাটা ঠোঁট ও ফাটা তালু (টাক্‌রা) শিশুদের খাওয়ানোর সুপারিশমালা

SmileTrain
Changing the World One Smile at a Time

স্মাইল ট্রেন বাংলাদেশ

মোঃ মোস্তাফিজুর রহমান
কান্ট্রি ম্যানেজার

E-mail : mrahman@smiletrain.org, Web : www.smiletrain.org

SmileTrain
Changing the World One Smile at a Time

স্মাইল ট্রেন বা হাসির ট্রেন
জন্মগত কাটা ঠোঁট ও ফাটা তালু বা টাক্‌রা শিশুদের খাওয়ানোর ব্যাপারে সুপারিশমালা

১ **কিছু শিশু কাটা ঠোঁট ও ফাটা তালু বা টাক্‌রা নিয়ে জন্মায় ঃ** এটি ঠোঁটে ছিদ্র, ফাঁক, বা চেরা বা মুখের তালু বা টাক্‌রায় ছিদ্র, ফাঁক, বা চেরা আকারে হতে পারে। (যা বাইরে থেকে দেখা যেতে পারে)

২ **অস্ত্রোপচার করা অত্যন্ত জরুরী ঃ** কারণ অস্ত্রোপচার ছাড়া শিশু ঠিকমত কথা বলতে নাও পারে, সংক্রমণের বাড়তি ঝুঁকি থাকতে পারে, এবং খাদ্য ও দুধ গ্রহণে সমস্যা হতে পারে।

৩ **স্মাইল ট্রেন বা হাসির ট্রেন এর সার্জন বিনামূল্যে** স্মাইল ট্রেনের কোন অংশীদার হাসপাতালে অস্ত্রোপচারের মাধ্যমে এই ত্রুটি দূর করতে পারেন।

৪ অস্ত্রোপচারের জন্য যথেষ্ট **সুস্থ ও শক্তিশালী** হতে কাটা ঠোঁট ও ফাটা তালু বা টাক্‌রা শিশুদের পর্যাপ্ত খাওয়ানোটা খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

৫ **কিন্তু - কখনো কখনো** কাটা ঠোঁট ও ফাটা তালু বা টাক্‌রা শিশুদের খাওয়া কষ্টকর হয় ঃ কারন - দুধ নাক থেকে বেরিয়ে আসতে পারে অথবা এমনকি তা তাদের ফুসফুসেও চলে যেতে পারে। অথবা শিশুরা বাতাস চুষতে পারে এবং তারা পর্যাপ্ত পুষ্টি না পেলেও তাদের পেট ভরা মনে হতে পারে ও তারা ঘুমিয়ে পড়তে পারে।

৬ **অস্ত্রোপাচারের জন্য শিশুদের জন্য ভালভাবে পুষ্ট হওয়াটা জরুরি ঃ** নিজের ও শিশুর জন্য কোনটি কাজ করে তা দেখতে বিভিন্ন খাওয়ানোর কৌশল প্রয়োগের চেষ্টার ব্যাপারে মায়েদের অবশ্যই প্রতিশ্রুতিবদ্ধ হতে হবে। সম্ভব হলে স্তন থেকে সরাসরি শিশুকে খাওয়ানো সবচেয়ে ভাল। কিছু কৌশল কৌশল নিম্নরুপ ঃ

সোজা হয়ে বসে শিশুকে খাওয়ান।

মুখের যেপাশে কাটা নেই, স্তনের বোট সেপাশে রাখুন।

দুধের প্রবাহ বাড়াতে আলতো করে স্তনে চাপ দিন।

শিশুদের স্বাভাবিকের চেয়ে ঘন ঘন খাইয়ে ডেকর তুলুন।

৭ **স্তন থেকে খাওয়ানো সম্ভব না হলে ঃ** মায়ের জন্য অন্যান্য উপায়ে শিশুকে খাওয়ানো অব্যাহত রাখা জরুরি। কিছু কৌশল নিম্নরুপ -

শিশুকে খাওয়ানোর জন্য মা একটি চামচ বা বোতল স্তন থেকে দুধ বের করতে পারেন।

দুধের প্রবাহ বাড়াতে মা খাওয়ানোর বোতলের বাঁটের ছিদ্র সামান্য বড় করতে পারে।

৮ **বুকের দুধ আদৌ পাওয়া না গেলে ঃ** মা গরুর দুধ বা ফরমুলা ব্যবহার করতে পারেন। গরুর দুধ বা ফরমুলার পানি ফুটিয়ে ঠান্ডা করার ব্যাপারটি নিশ্চিত করুন।

৯ **খাওয়ানোর জন্য ব্যবহৃত যে কোনো সামগ্রী ঃ** পানিতে অন্তত ১০ মিনিট ফুটিয়ে পরিস্কার এবং জীবানুমুক্ত করার বিষয়টি নিশ্চিত করুন। অপরিস্কার চামচ ও বোতল থেকে জ্বর ও সংক্রমণ হতে পারে।

১০ **অনুগ্রহ করে আপনার শিশুকে নিকটতম হাসির ট্রেন কেন্দ্রে নিতে ভুলবেন না ঃ** কেন্দ্রের কোন ডাক্তার শিশুকে পরীক্ষা করে অস্ত্রোপচারের জন্য কখন হাসপাতালে আসতে হবে আপনাকে তা জানাবেন।

মনে রাখবেন, যে কোনো হাসির ট্রেন কেন্দ্রে এধরনের সকল চিকিৎসা সম্পূর্ণ বিনামূল্যে প্রদান করা হয়।