ICDS

सत्यमेव जयते
পশ্চিমবঙ্গ সরকার

unicef
unite for children

ICDS

सत्यमेव जयते
পশ্চিমবঙ্গ সরকার

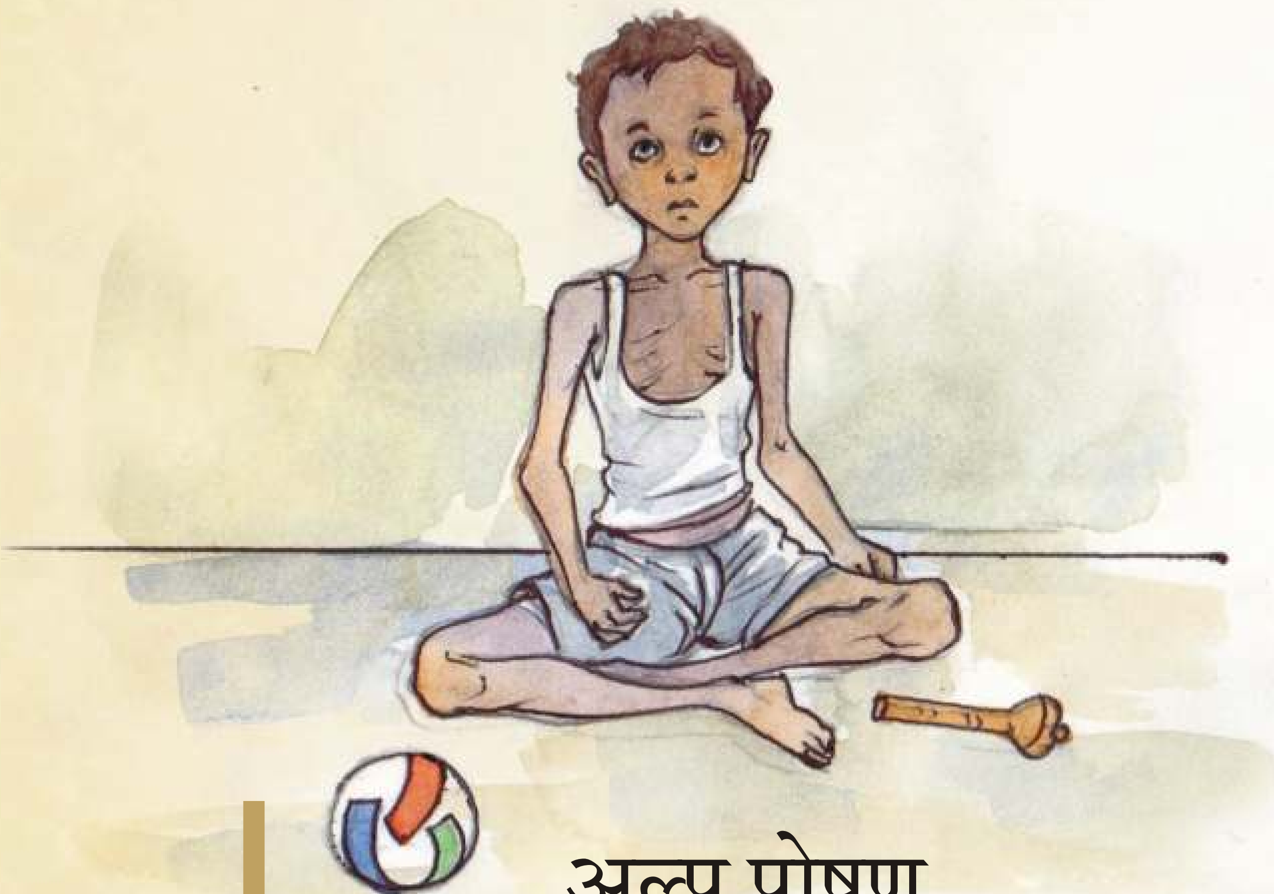
unicef
unite for children

शिशु के पोषण की मात्रा निर्णय करने की प्रणाली

(MUAC टेप के द्वारा)

कुपोषण किसे कहते हैं ?

यह एक ऐसी शारीरिक अवस्था है जो सही मात्रा में आवश्यक पौष्टिक भोजन न मिलने के कारण ही मुख्य रूप से होती है।



अल्प पोषण

अधिक पोषण

दोनों को ही कुपोषण कहा जाता है

दोनों स्थितियों में ही विटामिन व खनिज आहार की कमी होना संभव है।

कुपोषण की विभिन्न मात्राएं व नापने की विधि

कुपोषण / अल्प पोषण या पोषण की कमी

कम वजन / अंडर वेट

(उम्र के अनुसार उचित वजन से कम) :

इसे मापने के लिए शिशु का वजन लेते हैं व उम्र देखते हैं।

मांसपेशियों की क्षीणता / वेस्टिंग

(उच्चता के अनुसार उचित वजन से कम) :

आबादी व समुदाय में ६ - ६० महीने के शिशुओं की मांसपेशियों की क्षीणता / वेस्टिंग मापने के लिए MUAC फीते का व्यवहार करते हैं। साथ ही वेस्टिंग मापने के लिए शिशु की उच्चता देखते हैं और वजन लेते हैं।

बौनापन / स्टंटिंग

(उम्र के अनुसार उचित उच्चता से कम) :

इसे मापने के लिए शिशु की उच्चता और आयु देखते हैं।

कुपोषण (मांसपेशियों की क्षीणता) की पहचान

MUAC फीते के द्वारा ऊपरी बांह के मध्य स्थान की परिधि की माप से मांसपेशियों की क्षीणता की पहचान की जाती है। MUAC फीते के व्यवहार के चरण निम्नलिखित हैं :-

चरण – १

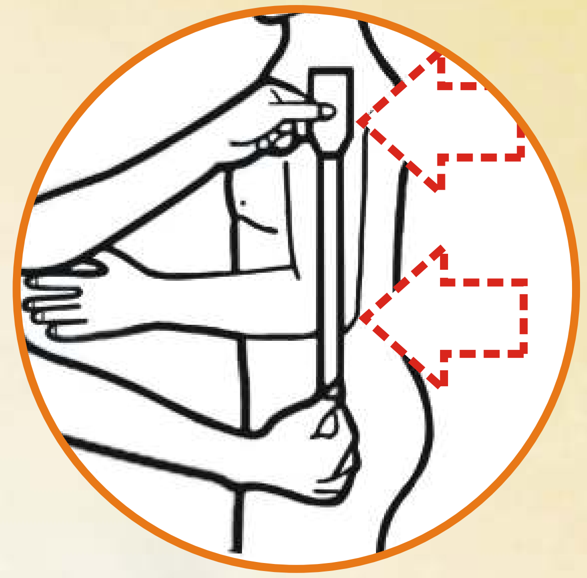
शिशु के कंधे के बाद जहां से बांह शुरू होती है, उस बिंदु की हड्डी को पहचानें।

कुपोषण (मांसपेशियों की क्षीणता) की पहचान

चरण – २

शिशु की बांह को कोहनी से मोड़ें जिससे एक समकोण तैयार हो, अब कोहनी की हड्डी को पहचानें।

कुपोषण (मांसपेशियों की क्षीणता) की पहचान

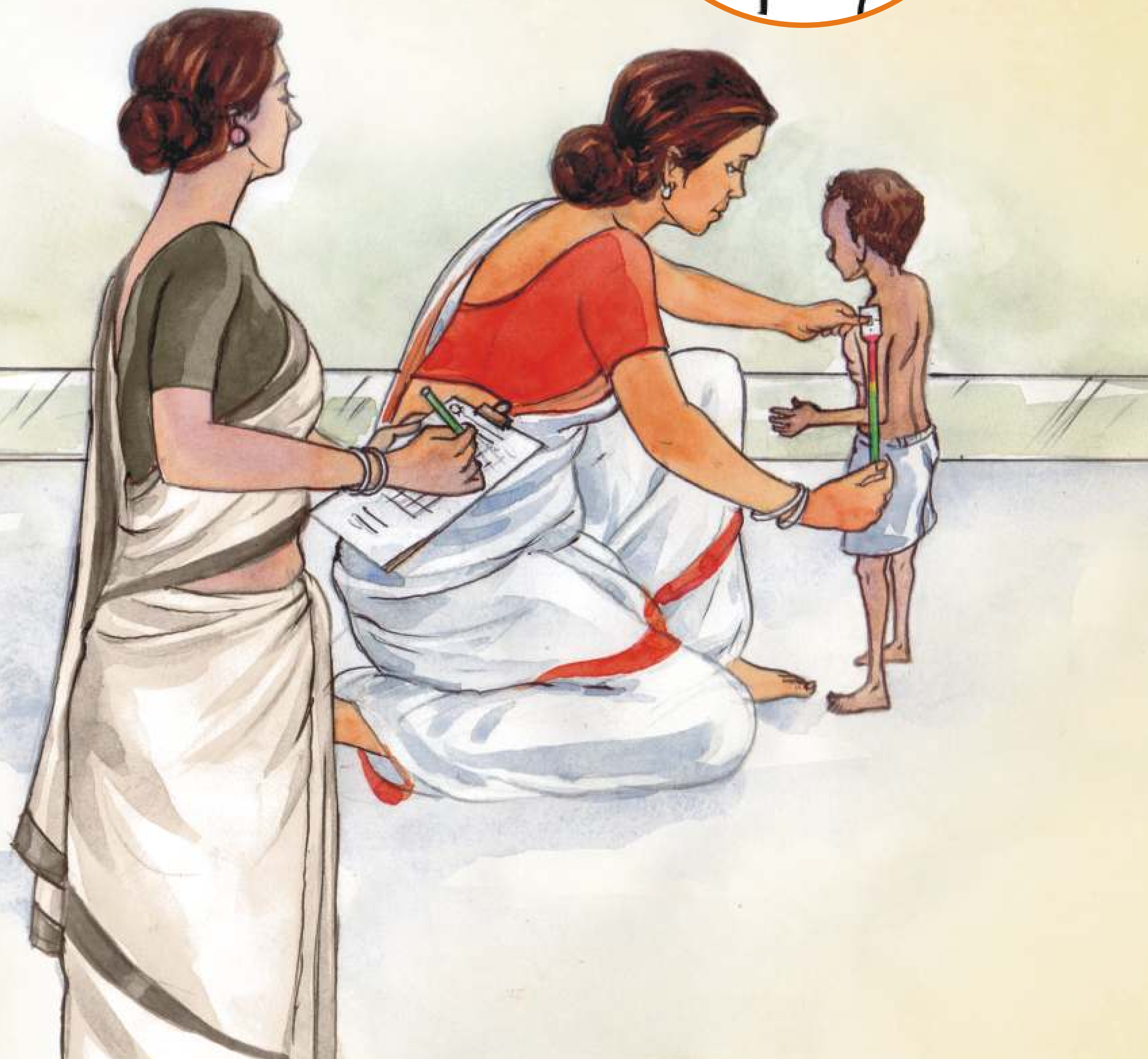


चरण – ३

MUAC फीते का **'O'** दाग कंधे और बांह के संयोग-बिंदु वाली हड्डी पर लगाएं। याद रखें कि MUAC फीते के सफेद भाग पर एक-दूसरे की तरफ मुँह किये दो तीरों वाले बिंदु (⇣⇡)को **'O'** (शून्य) का दाग माना जाता है।

चरण –४

अब फीते को बिल्कुल सीधा करके मुड़ी हुई कोहनी की हड्डी के अंतिम बिंदु पर लगाएं।



कुपोषण (मांसपेशियों की क्षीणता) की पहचान

चरण – ५

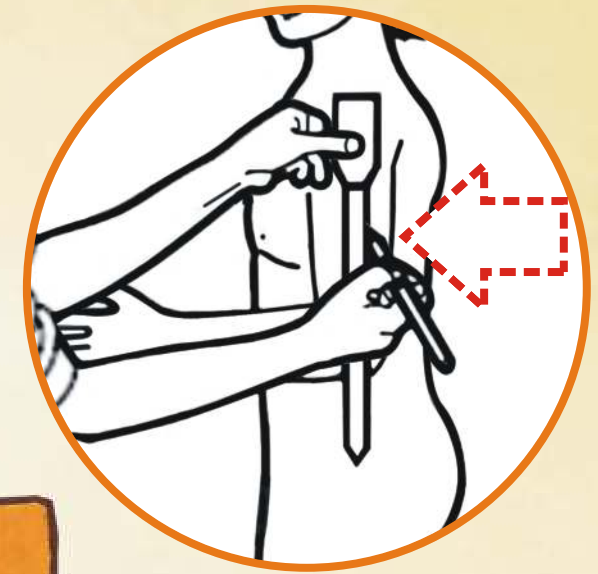
फीते पर सबसे करीबी ०.१ से.मी. दाग को पहचानें। अब इस कुल माप को दो से विभाजन करके, बीच का मानक निकालें।

चरण – ६

इस माप के अनुसार बांह के ऊपरी हिस्से के बीच के बिंदु को पहचानें व पेन से दाग लगाएं। इस दौरान शिशु का हाथ पेट से लगा रहना चाहिए।

उदाहरण के लिये :

शिशु के कंधे और बांह के संयोग-बिंदु वाली हड्डी से कोहनी की हड्डी तक की लंबाई यदि १८ से.मी. हो , तब, ऊपरी बांह का मध्य-स्थान १८ से.मी. का आधा होगा, अर्थात १८ / २ = ९ से.मी.। यानि कंधे और बांह के संयोग-बिंदु वाली हड्डी से ९ से.मी. की दूरी पर पेन से दाग लगाकर बांह के ऊपरी हिस्से के बीच के हिस्से को पहचानना चाहिए।



कुपोषण (मांसपेशियों की क्षीणता) की पहचान

चरण – ७

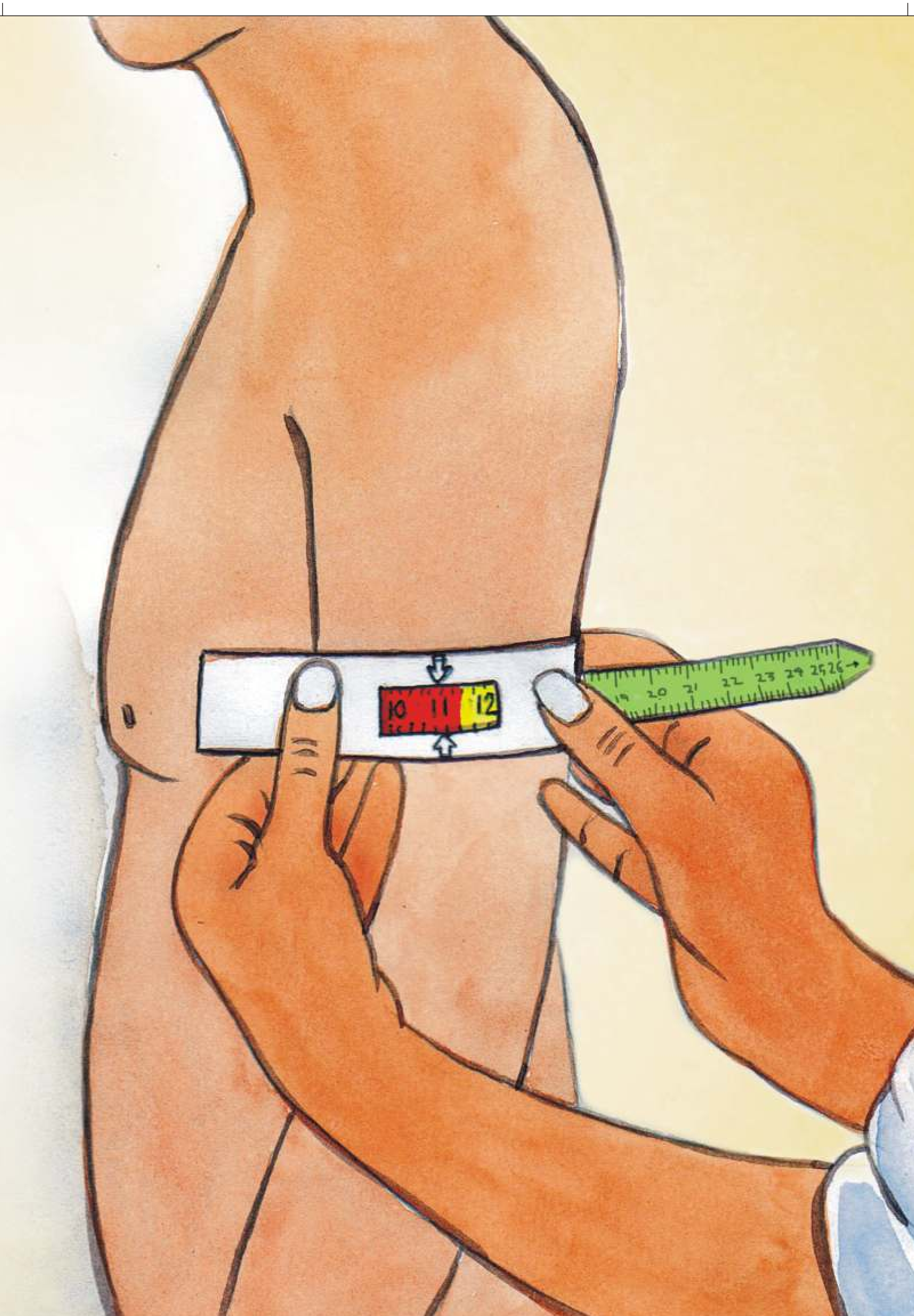
अब शिशु की बांह सीधी कर दें। दाग लगे स्थान पर फीते को गोल करके पहना दें (फीते के सफेद भाग के कटे हिस्से के अंदर से पिरोकर)।

चरण – ८

ध्यान रहे कि फीता ज्यादा खिंचा हुआ या ढीला न हो।

चरण – ९

सही स्थान पर ठीक से फीते को लगाकर सबसे करीबी ०.१ से.मी. दाग को पहचानें।



कुपोषण (मांसपेशियों की क्षीणता) की पहचान

चरण – १०

तुरंत खाते में इस माप को लिखें।

MUAC फीते के संकेतक की व्याख्या एवं प्रयोग

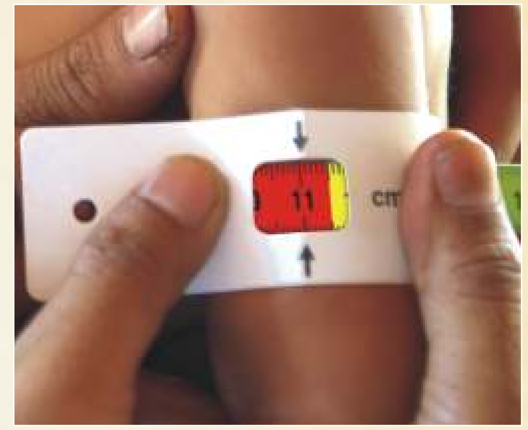
SAM | MAM | NORMAL

SAM

MUAC फीते के लाल हिस्से द्वारा चिन्हित शिशु **तीव्र व भारी कुपोषण** (SAM) से पीड़ित माना जाता है।

क्या करना चाहिए :

- SAM से चिन्हित शिशु के परिवार को करीबी स्वास्थय-केन्द्र या पोषण पुनर्वास केन्द्र में शिशु की आगे की जाँच / स्वास्थय परीक्षा के लिये तुरंत ले जाने की सलाह दें।
- आंगन-वाड़ी केन्द्र में अतिरिक्त आहार की व्यवस्था करें और नियमित रूप से घर का दौरा (Home visit) करें।
- घर पर संतुलित आहार खिलाने का परामर्श दें।

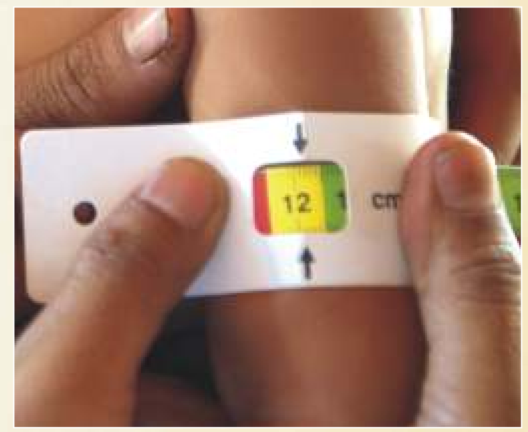


MAM

MUAC फीते के पीले हिस्से द्वारा चिन्हित शिशु **मध्यम तीव्र कुपोषण** (MAM) से पीड़ित माना जाता है।

क्या करना चाहिए :

- आंगन-वाड़ी केन्द्र में अतिरिक्त आहार की व्यवस्था करें और नियमित रूप से घर का दौरा (Home visit) करें व घर पर संतुलित आहार खिलाने का परामर्श दें।
- मध्यम तीव्र कुपोषण (MAM) से पीड़ित शिशु का वजन यदि WHO के वृद्धि-चार्ट के अनुसार बहुत कम हो, तो आंगन-वाड़ी केन्द्र में अतिरिक्त आहार की व्यवस्था करें।



NORMAL

MUAC फीते के हरे हिस्से द्वारा चिन्हित शिशु को स्वस्थ और **स्वाभाविक** (NORMAL) माना जाता है।

क्या करना चाहिए :

- शिशु को नियमित रूप से घर पर संतुलित आहार खिलाने का परामर्श दें।
- आंगन-वाड़ी केन्द्र में शिशु की नियमित उपस्थिति सुनिश्चित कराएं।
- आंगन-वाड़ी केंद्र में नियमित रूप से शिशु का वजन लें।