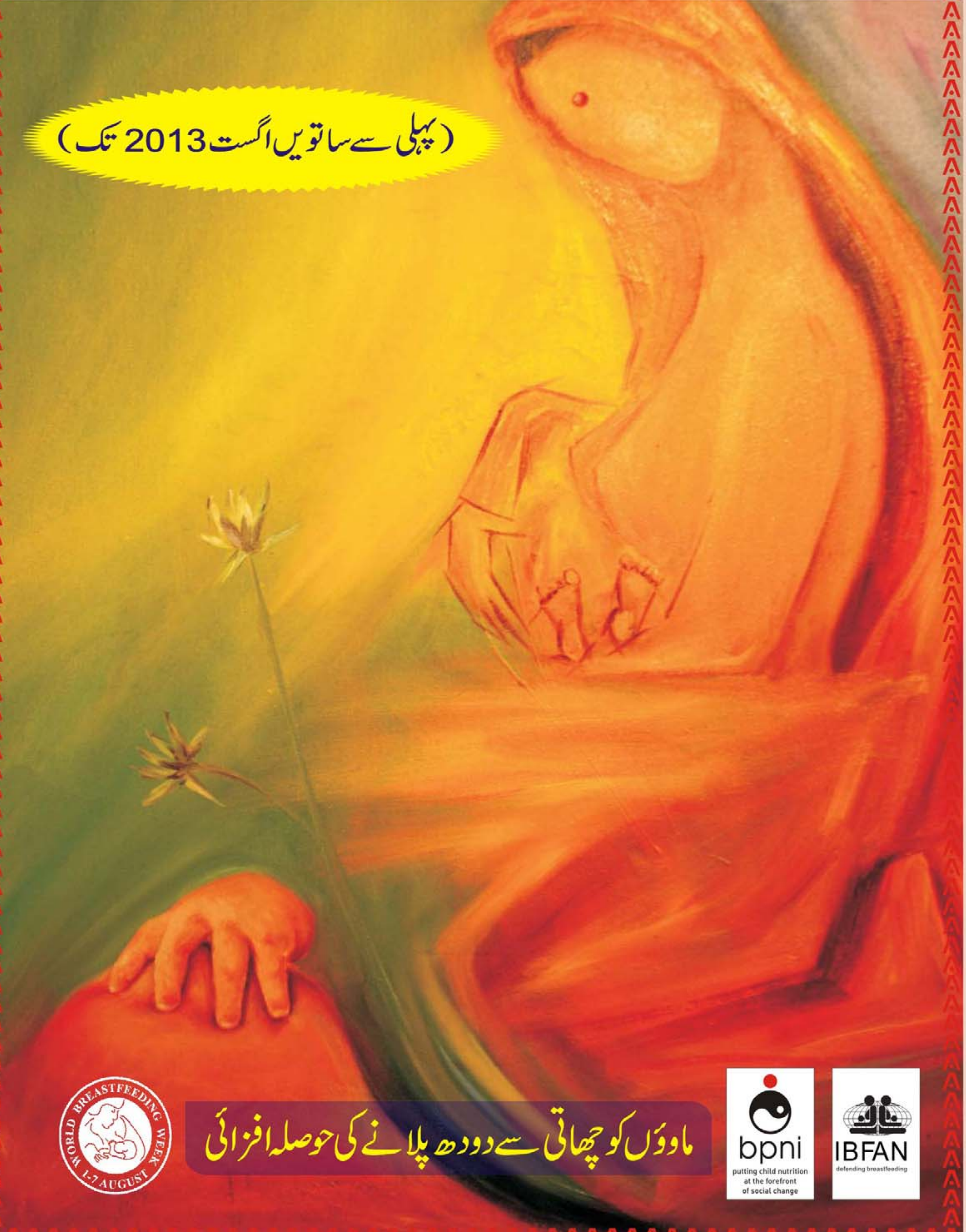
بھارت میں چھاتی سے دودھ پلانے کا عالمی ہفتہ

(پہلی سے ساتویں اگست 2013 تک)



ماؤں کو چھاتی سے دودھ پلانے کی حوصلہ افزائی

WORLD BREASTFEEDING WEEK 1-7 AUGUST

bpni
putting child nutrition at the forefront of social change

IBFAN
defending breastfeeding

چھاتی سے دودھ پلانے کے عالمی ہفتہ 2013 کا موضوع یہ ہے کہ کس طریقے سے ماوؤں کو چھائی سے دودھ پلانے کی حوصلہ افزائی کی جائے تا کہ اس کی شرح کو بڑھایا جا سکے۔اس ضمن میں صحت اور غذا کی اہمیت کو مدنظر رکھتے ہوئے عوام کے ساتھ صلاح ومشورہ کے ذریعے ہر طرح کے حوصلہ افزا اقدامات کا جائزہ لیا جائے تا کہ چھاتی سے دودھ پلانے کا مقصد پھر سے بطور ایک معیار کے حاصل کیا جا سکے۔

تعارف:

ایک بچّہ کے پہلے دو سال اُس کی مناسب پرورش اور نشو ونما کے لئے بہت ہی نازک ہوتے ہیں۔ نوزائید، شیر خوار اور چھوٹے کمسن بچوں کی مناسب پرورش اور نشو ونما کو یقینی بنانے کے لئے اور اُنہیں کھلانے پلانے کے بہترین عمل (IYCF) کو جاری رکھنے کا کام (Infant and young child feeding) بڑا ہی فیصلہ کُن ہوتا ہے۔اس بہترین عمل میں بچّہ کی پیدائش کے پہلے ایک گھنٹہ کے اندر اُس کو ماں کی چھاتی سے دودھ پلانے کی شروعات، خاص طور پر پہلے 6 ماہ تک صرف اور صرف چھاتی سے دودھ پلانا اور 2 سال یا اس سے زیادہ آگے تک لگا تار چھاتی سے دودھ پلانے کے ساتھ ساتھ مقوی غذا کا استعمال شامل ہے۔

بچہ کی زندگی کے پہلے 2 سال کے دوران IYCF کے بہترین عمل سے متعلق مرکزی اور ریاستی سرکاروں کے زریعے چلائے جانے والے زچّہ اور بچّہ کے صحت مراکز کی حکمت عملی اور کارروائی پچھلے کئی سالوں سے ہم آہنگی کے ساتھ آگے بڑھ رہی ہے۔لیکن اس طریقہ کار نے کوئی نمایاں مثبت تبدیلی نہیں لائی ہے اور یہ بہترین کارکردگی دکھانے سے ابھی بہت دور ہے۔

تبدیلی کہاں پر لائی جا سکتی ہے؟

ماوؤں اور عوام کے ساتھ متواتر رابطے،نگران عملہ کا ماوؤں کے قریب رہنا اور اس کام کا زیادہ سے زیادہ احاطہ کرنا یہ سبھی اقدام بہت ہی اہم ہیں جن پر عمل کرنے سے چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح بڑھانے ہیں مدد مل سکتی ہے۔حمل، بچّہ کی پیدائش اور بیماریوں سے بچاو کے پہلے 2 سال کے درمیان ماوؤں اور بچّوں کو

ہیلتھ سروس عملہ کے ساتھ متواتر رابطہ رہتا ہے۔ زچگی مراکز پر تعینات ڈاکٹر صاحبان، سٹاف نرسز، LHV'S اور ANM'S پر یہ زمہ داری عائد ہوتی ہے کہ وہ صحت مراکز پر موجود عورتوں کے ساتھ چھاتی سے دودھ پلانے کے متعلق صلاح ومشورہ اور جانکاری کی بہم رسانی کریں۔ صحت مراکز سے باہر عوامی سطح پر ASA'S اور AWW'S گھریلو ملاقات کے دوران، VHND اور آنگن واڑی مراکز پر بچّہ کی پیدائش سے پہلے اور پیدائش کے بعد والے ملاقاتوں کے دوران چھاتی سے دودھ پلانے کی حوصلہ افزائی کر سکتے ہیں۔ گھریلو ملاقات کے دوران، عام لوگوں کے مابین اور ماوؤں اور نگران عملہ کے قریب آکر فرداً فرداً صلاح ومشورہ کرنے کے بہترین ذرائع ہیں۔

موزون صلاح و مشورہ کی فراھمی کون کر سکتے ھیں؟

- ڈاکٹر صاحبان
- سٹاف نرسز
- (Local Health Visitors) LHV'S
- ANM'S
- آنگن واڑی ورکرس
- (Mother Supporting Groups) MSG'S
- شریک حیات
- افرادخانہ
- کام کرنے کی جگہ پر موجود لوگ

چھاتی سے دودھ پلانے کا عالمی ھفتہ ۔ 2013 (WBW)

اغراض ومقاصد:

۱۔ عوام کے مابین اور فرداً فرداً مشورہ اور حمایت کرنے کی اہمیت اُجاگر کرنا جس سے ماوؤں کو چھاتی سے دودھ پلانے کی ترغیب اور اس کی شرح میں اضافہ کرنے میں مدد ملے۔

۲۔ عوام اور ریاستی سرکاروں کو اُس گونا گوں سطح کی حمایت سے باخبر کرنا جس کی عورتوں کو چھاتی سے دودھ پلانے میں کامیابی اور اسے جاری رکھنے کی ضرورت ہے۔

۳۔ ضلع لِلت پور (U.P.) کے ہر گاؤں میں Mother Support Group Network کے ذریعے قائم کردہ مثالی دستور العمل میں ساجھی داری کرنا۔

۴۔ عوامی نمائندوں اور سرکاروں کے پاس ملاقات کے لئے اور عرضداشت کے ذریعے بہتر سے بہتر قاعدے نافذ کروانا۔

پسِ منظر:۔

2001ء میں WHO اور UNICEF نے شیر خوار اور کمسن بچّوں کی پرورش کے لئے ایک عالمگیر حکمت عملی شروع کردی جس کی رُو سے بھارت میں شیر خوار اور کمسن بچّوں کی بہتر پرداخت، نشو ونما اور صحت کے لئے قومی رہنما خطوط کی تشکیل وجود میں آگئی۔ وزارت صحت اور خاندانی بہبود حکومت ہند نے بھی اس سال یعنی 2013 سے شیر خوار اور کمسن بچّوں کی بہترین پرداخت کی دلکشی اور چھاتی سے دودھ پلانے کے عمل کو بڑھاوا دینے کی شروعات کی ہے۔ بھارتی پارلیمنٹ نے شیر خوار بچّوں کے لئے دودھ کے متبادل اشیاء، دودھ پلانے کی بوتلیں اور بچوں کی اشیاء خوراک کی پیداوار، ان کی بہم رسانی اور تقسیم کاری سے متعلق 1992 میں ایک ایکٹ اور 2003 میں اس کا ترمیمی ایکٹ منظور کیا جس کا مقصد یہ ہے کہ کمرشل بے بی فوڈ انڈسٹری سے چھاتی سے دودھ پلانے کے عمل کو بچایا جا سکے۔ اس ایکٹ میں یہ بات تسلیم کی گئی ہے کہ بچّوں کے لئے متبادل اشیاء خوراک کو بڑھاوا دینے سے یہ زیادہ سے زیادہ پھیل جائے گا جو آگے چل کر بچّوں کی ناقص غذا اور

ان کی اموات کی ترغیب دے گا۔ یہ ایکٹ بھارت کی سبھی عورتوں کو غیر جانبدارانہ اور غیر تجارتی بنیادوں پر مبنی صحیح اطلاعات اور حمایت کرنے کی ضمانت دیتا ہے۔

1961 کے Maternity Benefit Act کے تحت بھارت میں کئی عورتوں کو 6 مہینوں کی Maternity Leave ملتی ہے۔ اب حکومت ہند اُن کے لئے IGMSY اسکیم کے تحت اُن کی اُجرت کے نقصان کی تلافی کے طور پر کچھ نقد رقم کے ادائیگی کا بندوبست کر رہی ہے جس کا مقصد یہ ہے کہ عورتیں اپنے آپ کی دیکھ بال کرنے کے ساتھ ساتھ شیر خوار بچّوں کے پاس رہ کر چھاتی سے دودھ پلانے کے عمل کو ممکن بنا سکیں۔

بھارت میں چھاتی سے دودھ پلانے کی حوصلہ افزائی کس سطح پر ہے؟

بھارت میں WBTI (World Breast Feeding Trends Initiative) کے اُمور معلومات سے پتہ چلتا ہے کہ یہاں پر شیر خوار بچّوں کی نشو ونُما کی شرح افسوناک حد تک ہے جس میں پچھلی 2 دہائیوں سے کوئی بڑھوتری نظر نہیں آ رہی ہے جب سے اس کی جانچ پڑتال شروع کی جا چکی تھی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بھارت میں کسی حکمت علمی کی بہتری اور طے شدہ ہدایات پر عمل پیرا ہونے میں کوتاہی ہو رہی ہے جس کی وجہ سے یہاں پر چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح میں روکاوٹ آ رہی ہے۔

(Ref: World Breast Feeding Trends Initiative (WBTI), India Report- 2012, NIPCCD, BPNI, 2012)

عملی طور پر موجودہ IYCF سے متعلق رہنما خطوط اور IMS ایکٹ کی ناقص تشہیر اور تشخیص اور اس کو روبہ عمل لانے کے لئے مناسب نظام کی کمی بنیادی وجوہات ہیں جس کے سبب یہ پروگرام آگے نہیں بڑھ رہا ہے۔ اس نظام میں کوئی ایسی مربوط عمل کرنے کی گنجائش نہیں ہے جس کے زریعے کارخانوں میں تجارتی پیمانے پر بچّوں کے لئے جارحانہ طور سے تیار کی جانے والی غذائی اشیاء کی پیداوار کی روک تھام ہو سکے اور بچّہ

گھر اور زچہ گی مراکز پر چھاتی سے دودھ پلانے کے بنیادی ڈھانچہ کی دستیابی ہو سکے۔ دودھ پلانے والی ماوؤں کے لئے جانکاری کی عدم دستیابی، شیر خوار بچّوں کی پرداخت کے بارے میں فرداً فرداً اصلاح و مشورہ کی نایابی، صحت کی نگرانی کے لئے نامکمل نگاہ داشت اور متعلقہ عملہ کی دودھ پلانے والی ماوؤں کو چھاتی سے دودھ پلانے میں درپیش مشکلات کو دور کرنے میں ناکامی بھی چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح میں زوال پزیری کی ایک داخلی وجہ ہے۔

چھا تی سے دودھ پلانے کی حوصلہ افزائی کو ماوئوں کے بالکل قریب کیوں لانا چاھیئے؟

حاملہ اور دودھ پلانے والی عورتوں کو IYCF یعنی نوزائید، شیر خوار اور کمسن بچّوں کی بہترین نشو ونما کو روبہ عمل لانے کے لئے صحیح جانکاری اور حوصلہ افزائی کی ضرورت ہے جس میں نوزائید بچّہ کو جننے کے ایک گھنٹہ کے اندر اندر، پہلے 6 ماہ تک لگاتار اور پھر 2 سال یا اس سے زیادہ مدت تک چھاتی سے دودھ پلانا شامل ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ چھٹے مہینے سے بچّہ کو مناسب مقدار میں غذائیت سے بھرپور، خطرے سے باہر، عمر کے مطابق اور جزوِ لازم اور اثر پزیر خوراک فراہم کرنی چاہیے۔ صحیح جانکاری اور مناسب حوصلہ افزائی کی کمی کے باعث عورتیں تجارتی سطح پر دستیاب مُضر صحت غذائی اجناس کو متبادل طور پر استعمال کرنے کی طرف مائل ہو جاتی ہیں۔

چھاتی سے دودھ پلانے کو رُوبہ عمل لانے کے لئے عورت اور بچّہ کو مناسب اور زاتی قرابت داری سے لیس حوصلہ افزائی کے معاملہ کو سمجھنا آسان سی بات ہے۔ اس سے حاملہ اور دودھ پلانے والی ماوؤں کو اپنے بچّوں کو نامعلوم پسند کی غذائی اشیاء کھلانے سے روک لیا جا سکتا ہے۔ افراد خانہ، عوام، کام کرنے کی جگہ صحت مراکز یا قوانین کے زریعے حوصلہ افزائی ناگزیر یعنی بہت ہی اہم ہے۔ ہر سطح کی حوصلہ افزائی اپنی جگہ پر بہت ہی بامعنی ہے۔ دوسرے زرایع سے حاصل کی جانے والی حوصلہ افزائی کے علاوہ چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح بڑھانے کے لئے اس سال کا موضوع خصوصی طور پر افراد خانہ کے زریعے موزون صلاح و مشورہ،

عوام کے علاوہ صحت مراکز عملہ کے زریعے خصوصی طور پر مداخلت کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔ہمیں زمہ دار عوام ہونے کے ناطے اس بات کا عہد لینا چاہیئے کہ ہمیں اُس وقت حاملہ اور دودھ پلانے والی عورتوں کے پاس ہونا چاہیئے جس وقت اُن کو تربیت یافتہ سہارے کی بہم رسانی کرنی چاہیئے اور وہ اُن کو ملنی چاہیئے۔

Baby

Friendly Community

Health Initiative پروجکٹ BFCHI

ضلع للت پور (U.P) میں اس پروجکٹ کی کامیابی کی کھانی:

2006 سے آج تک اتر پردیش BRD میڈیکل کالج گورکھ پور نے UNICEF کے ساتھ اشتراک کر کے (Baby Friendly Community Health Initiative) BFCHI کے تصوّر کو عملی شکل دے کر اس عمل کو لِلت پور ضلع میں عملی جامہ پہنایا۔ یہ پروجکٹ نومبر 2006 سے شروع ہو کر دسمبر 2012 تک جاری رہا اور اس کے دائیرے میں مرحلہ وار طریقے سے U.P کے 6 بلاک لائے گئے جن میں بِردھا۔جکھاورا۔تل بے ہٹ۔مداورا۔مہرونی اور بارشامل ہیں۔

اس پروجکٹ کا کلّی مقصد یہ ہے کہ IYCF پروگرام کو ICDS اور NRHM پروگراموں کے زریعے زیادہ سے زیادہ بڑھاوا ملے اس غرض کے ساتھ کہ یہ ایک خاص تناسب سے آگے بڑھے۔ یہ پروجکٹ IYCF پروگرام کے زریعے بچّوں کے لئے اُن کی پیدائش سے لے کر 2 سال تک ان کی غذائیت کی موجودہ حالت میں بہتری، بیماریوں سے بچاو کے ٹیکے اور ان کی پرداخت کی جانچ پڑتال کرنے کے لئے مدگار بن گیا۔اس پروجکٹ نے مرکزی سرکار اور عوام پر مبنی حکمت عملی اپنائی ہے۔ پروجکٹ کی موجودہ صورت میں تربیت یافتہ MSG جس میں ASHA, AWW اور گاؤں میں موجود روایتی دائی جنائی شامل ہیں۔ MSG کے ساتھ ساتھ موجود عوامی ٹولیاں گھریلو سطح پر زیادہ تر چھاتی سے دودھ پلانے اور لازمی غذا کو بڑھاوا

دینے کے لئے کام کرتے ہیں۔ بلاک سطح پر تربیت یافتہ صلاح ومشورہ دینے والے AWW اور دوسرے کارکنوں کے لئے رہبر کا کردار انجام دیتے ہیں جو کہ MSG کو کام کرنے کے وقت پر حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔ ماوؤں کو چھاتی کے دودھ کی بناوٹ اور اس کے بہاو، پہلے گاڑھے دودھ کی تشکیل کو یقینی بنانے کے لئے شروع سے ہی چھاتی سے دودھ پلانے کی اہمیت، دودھ پلانے کا صحیح ڈھنگ اور بچّہ کے ساتھ وابستگی کی عملی نمائش ان سب کاموں کی جانکاری حاصل کرنے کے لئے MSG کے کارندوں کی تربیت درمیانی سطح کے تربیت کاروں کے زریعے انجام دی جاتی ہے۔ اس سے IYCF یعنی نوزاید، شیر خوار اور کمسن بچّوں کی مناسب پرداخت اور نشو ونما جس میں پیدائش کے ایک گھنٹہ کے اندر اندر چھاتی سے دودھ پلانے کی شروعات، پہلے 6 ماہ تک لگاتار بوتل سے دودھ پلانے کے بجائے چھاتی سے دودھ پلانے کے ساتھ ساتھ گھر میں بنا مقوی غذا شامل ہے۔ جہاں پر چھاتی سے دودھ پلانے میں کوئی دشواری پیش آتی ہو یا چھاتی میں دودھ کی کمی یا تکلیف دہ سرپستان یا چھاتی میں کسی اور مواد کے جمع ہوجانے کی شکایت ہو یا دودھ پلانا غیر ضروری ہو اُس وقت اُن کو چھاتی سے دودھ پلانے سے منع کیا جاتا ہے۔ اس پروجکٹ کے تحت ICDS 951 گاؤں میں کُل MSG 951 س بنائے گئے ہیں۔ ہر ایک MSG میں 3 ارکان ہوتے ہیں جن کو اس مقصد کے لئے تربیت دی گئی ہے۔ اس کے نتیجہ میں پورے لِلت پور میں 2853 تربیت یافتہ MSG ارکان تیار ہوگئے۔

گاؤں کی سطح پر صلاح ومشورہ دینے والے جن کا ماوؤں کے ساتھ قریبی رابطہ ہوتا ہے کے زریعے لِلت پور میں چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح میں بہت ہی بڑا اضافہ ہوگیا۔ بچّہ کی پیدائش سے ایک گھنٹہ کے اندر اندر چھاتی سے دودھ پلانے کی شروعات کرنے کی شرح فیصدی اضافہ میں 10.6% (2006) سے لے کر 62% (2011) تک بڑھوتری ہوگئی ہے۔ 2006 میں 6 ماہ تک چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح 6.6% سے 2011 میں 60% تک پہنچ گئی ہے۔ اسی طرح 6 سے 8 ماہ تک بر وقت اور مناسب مقدار میں لازمی خوراک کی فراہمی کی شرح 2006 میں 53.8% سے بڑھ کر 2011 میں 95% تک پہنچ

گئی ہے۔ پروجکٹ شروع ہونے سے پہلے IMR بہت زیادہ تھا لیکن مشاہدہ اور مطالعہ سے یہ بات سامنے آ گئی ہے کہ اب یہ بہت ہی کم ہے۔ اس پروجکٹ سے MSG کے زریعے موقعہ پر ہی تندہی سے صلاح و مشورہ کی مدد سے چھاتی سے دودھ پلانے کے عمل کو ترقی دینے کا ایک فائیدہ بخش ماحول پیدا ہو گیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اس پروگرام کے شروع ہو جانے سے اب تک چھاتی سے دودھ پلانے اور لازمی غذا سے متعلق تربیت کو سالانہ 25000 عورتوں تک رسائی حاصل ہو چکی ہے جو کہ شیر خوار بچّوں کو بچانے اور ان کی غذائی حیثیت کی ترقی کے لئے ایک فیصلہ کن قدم ہے۔ شیر خوار اور کمسن بچّوں میں ناقص غذا اور غیر صحت مندانہ ماحول سے ان کا بچاؤ، کارکنوں میں کام کی جانب کُلّی میلان اور ان میں موجود صلاح و مشورہ سے اونچے درجہ کی راغب کرنے کی قوت: یہ سب کچھ اس پروگرام سے بخوبی ظاہر ہوتا ہے۔

ماؤں کو چھاتی سے دودھ پلانے کے بارے میں 7 تجاویز:

''عالمی سطح پر خصوصی طور پر پہلے 6 ماہ تک چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح کو کیسے بڑھایا جائے؟'' کے مقالہ میں شیر خوار اور کمسن بچوں کے لئے غذا اور بہتر پرداخت کے اقدامات سے متعلق 7 تجاویز پیش کی گیئں ہیں۔ WHO اور UNICEF عالمی تنظیموں نے 1989 میں مشترکہ طور پر چھاتی سے دودھ پلانے کے بچاو، ترقی اور اس کی حوصلہ افزائی کی طرف عالمی توجہ مبذول کرائی۔ اس میں چھاتی سے دودھ پلانے کی شرح کو بڑھانے کے لئے تین اہم حکمت عملیوں کا اظہار کیا گیا ہے جس میں شیر خوار بچّوں کی غذا کو تجارتی خطہ سے بچاو کے لئے طرز عمل وضع کرنا، اُن کی پرداخت سے متعلق صحیح اور غیر جانبدارانہ جانکاری کی فراہمی اور عورتوں کو تولید کی جگہ پر، گھر کے اندر، علاقہ میں اور کام کرنے کی جگہ پر نتیجہ خیز حوصلہ افزائی شامل ہے۔ ان تین حکمت عملیوں کو پُر اثر بنانے کے علاوہ اس سے زیادہ اور چار اہم حکمت عملیوں پر عمل کرنے کی ضرورت ہے جن میں اس عمل کو صحیح سمت دینا، تحقیق، تربیت اور اُمور معلومات کا اہتمام شامل ہے۔ تمام ملکوں کو اپنے پاس موجود وسائل کے مطابق ان سب حکمت عملیوں کو فہم اور جامعیت کے ساتھ ترجیحی بنیادوں پر عملی جامہ

پہنانا چاہیئے۔

LUTTER اور MARROW کے ہاتھوں چھاتی سے دودھ پلانے کے عالمی رجحانات پر مبنی اعداد وشمار کا ان کا پہلا عالمگیر مشاہدہ ہے جس میں چھاتی سے دودھ پلانے سے متعلق دستور کی حکمت عملی اور پروگرام کے درمیان تعلق اور اس میں تبدیلی کا حال درج ہے۔ اس میں 22 ملکوں کی 20 سال کے دوران چھاتی سے دودھ پلانے کے متعلق جُز یات، میلانات اور مدتِ دوران کے ناپ طول کی نگرانی کی گئی ہے۔

بھارت سرکار کا وعدہ:

بھارت کے پلاننگ کمیشن نے اپنے بارویں پنج سالہ منصوبہ میں چھاتی سے دودھ پلانے کی حمایت اور شیر خوار اور کمسن بچّوں کی پرداخت (IYCF) کے عمل کی ضرورت کو تسلیم کیا ہے۔ اس وجہ سے ICDS پلان میں تین سال سے کم عمر کے بچّوں، حاملہ اور چھاتی سے دودھ پلانے والی ماوؤں کے لئے غذا سے متعلق صلاح ومشورہ کی جانب توجہ مرکوز کی گئی ہے۔ اس میں بیان کیا گیا ہے کہ بچّوں کی غذا اور صحت سے متعلق جانکاری خدمات کی ازسرنو وضاحت کی جائے گی جس میں بچّوں کی مکمل نشو ونما، صحت اور غذا کی خدمات شامل ہیں۔

شیر خوار بچّوں کے لئے دودھ کے متبادل اشیاء، دودھ پلانے کی بوتلیں اور ان کی غذا سے متعلق 1992 میں پاس کے گئے ایکٹ کی رُو سے اُن کی پیداوار، بہم رسانی، تقسیم کاری اور چھاتی سے دودھ پلانے کے عمل پر اُن کی تجارتی اثر اندازی پر روک لگا دی گئی ہے تاکہ چھاتی سے دودھ پلانے کے عمل کو بچاو اور بڑھاوا ملے۔ اس قانوں کی رُو سے بچّوں کے لئے متبادل غذائی اشیاء کی پیداوار میں ترقی دینے کی کسی بھی قسم کی کوشش پر روک لگ سکتی ہے۔ یہ قانون سماج کو یہ موقع فراہم کرتی ہے کہ وہ انڈسٹری کی نامناسب سرگرمیوں پر کڑی نظر رکھے اور ان کا محاسبہ کرے۔ پھر بھی ملک میں اس قانوں کی خلاف ورزی ہو رہی ہے۔ لیکن چھاتی سے دودھ پلانے کے عمل کے بچاو کے لئے اور اس کو بڑھاوا دینے کے لئے ہمیں اس قانون کو با اثر

طریقے سے عملی جامہ پہنانے کی ضرورت ہے۔

(ICDS- Infant, Child Development Scheme)

Ministry of Women and Child Development Govt. of India

کے ICDS مشن 2012 کے دستاویز میں اس بات کی تاکید کی گئی ہے کہ افراد کے مابین باہم دگر اطلاع رسانی اور زوردار رابطوں کے ذریعے کلیدی حکمت عملیوں کو بروئے کار لاکر Optimal IYCF کے عمل کو بڑھاوا دیا جانا چاہیئے۔ دیہات میں موافق IEC کو کام میں لاکر ان اقدامات کو غذا سے متعلق صلاح کار، منتظمین اور ہر اول دستے کے کارکن شامل ہیں۔ IYCF Practice جیسے کہ (Breast Feeding Promotion Network in India) - BFPNI کے تجربہ یافتہ ادارے اور رضا کار تنظیموں کی خدمات کو کام میں لایا جائے گا۔

سال 2013 سے IYCF کے عمل کو آگے بڑھانے کے لئے

Ministry of Health & Family Welfare

Govt of India , (NRHM)

کے رہنما خطوط میں بھی یہ بات تسلیم کی جا چکی ہے کہ عوامی رسائی، ماوؤں کے لئے گھریلو نگرانی، فرداً فرداً اور اجتماعی صلاح ومشورے سے IYCF کے مقاصد حاصل کئے جا سکتے ہیں۔

چھاتی سے دوُدھ پلانے کی میری کھانی:

جب میری بیٹی (آہنا) پیدا ہوئی مجھے چھاتی سے دودھ پلانے میں مشکل پیش آگئی۔ میری چھاتیوں میں کچھ اور قسم کا مواد جمع ہو گیا تھا جس کی وجہ سے مجھے تکلیف ہوگئی اور مجھے ڈیلوری کے لئے سیزری جراحی کروانا پڑی۔ صحت عامہ نظام کے ذریعے مجھے کچھ خاص مدد نہیں ملی اور میں بچّی کو دودھ نہ پلا سکنے کے گناہ اور ذہنی دباو میں مبتلا تھی۔ میری بچی کی پیدائش کے تقریباً 3 دن بعد میری ایک سہیلی نے مجھے مباد کبادی کی کال

دے دی۔اور جب میں نے اُسے اپنی حالت بتادی اُس نے مجھے چھاتیوں کو سینکنے اور پھر بچّہ کو چھاتیوں پر رکھ کر دودھ چُسانے کی صلاح دے دی۔ پھر اُس نے مجھے BPNI کے ساتھ رابطہ کرنے کے لئے بتایا جہاں سے مجھے چھاتیوں سے دودھ پلانے سے متعلق صحیح جانکاری اور مشورہ مل گیا۔ میں اپنی سہیلی کی شُکر گزار ہوں جس نے مجھے مُشکل وقت میں سہارا دیا۔اب میں محسوس کرتی ہوں کہ مجھے بھی سہارا بننے کا اختیار مل گیا ہے۔

(Dr. Shoba Suri)

Senior Programme Officer.BPNI

اس کام کو عمل میں لانے کے لئے چند تجاویز :۔

ماؤں کے لئے گھریلو سطح پر، کام کرنے کی جگہ پر، صحت عامہ، عوامی اور قانونی سطح پر فطری اور ہنگامی دونوں حالتوں میں حوصلہ افزائی ناگزیر یعنی بہت ہی اہم ہے۔ ہمیں زمہ دار عوام ہونے کے ناطے اس بات کا عہد لینا چاہیے کہ ہم حاملہ اور دودھ پلانے والی عورتوں کو وقت ضرورت ان سب کی بہم رسانی کو یقینی بنائیں۔

۱۔ ماؤں کو چھاتی سے دودھ پلانے کی حوصلہ افزائی سے متعلق عرضداشت تیار کر کے اس پر ۱۰۰ یا اس سے زیادہ دستخط کروانا پھر اس کو سیاسی پارٹیوں کے کارکنوں یا ضلع مجسٹریٹ کو عملا نے کے لئے پیش کرنا۔

۲۔ اس موضوع سے متعلق عوامی بیداری پیدا کرنے کے لئے بازاری ڈرامے اور اجتماع منعقد کرنا۔

۳۔ ۱۰ سے ۲۰ تک ماؤں کے ساتھ ملاقات کر کے اس بات کا سرسری اندازہ لگانا کہ یہ حوصلہ افزائی کس سطح پر ہے اور اس کی رپورٹ سرکار اور میڈیا کو فراہم کرنا۔

۴۔ ہسپتال۔ ہیلتھ سنٹر۔ پروجکٹ ایریا۔ وارڈ۔ او پی ڈی، اور امدادی مراکز میں جلسے منعقد کر کے سب کے سامنے للت پور ویڈیو کی نمائش کرنا۔

(http://www.youtube.com/watch?v=2eClOjiOeCo)

۵۔ اس موضوع پر سکول اور کالج طالب علموں کے مابین ڈرائنگ، پینٹنگ اور بحث ومباحثہ کے مقابلے منعقدہ کروانا۔

نوٹ:۔ چھاتی سے دودھ پلانے کے عالمی ہفتہ کا ایوارڈ اور آپ کے کام کی وسیع نشر واشاعت کا حقدار بننے کے لئے اس ہفتے کے دوران اپنی کارکردگی کی رپورٹ BPNI کو روانہ کریں۔ اس کو اس پتہ پر اپ لوڈ کریں۔

Http://www.facebook.com/Babies-Need-Mom-Not-Man-Made/301758009914509/
or sent it to bpni@bpni.org or post it to BPNI