



प्रसव र बच्चा जन्माउनु

Labor and Child birth

नौ महनि सम्मको आमा र शिशु को बकिस र परिवर्तन पछि प्रसव बेदना (गर्भाशय खुम्चनु वा बल आउनु) बल्ल शुरु हुन्छ । यो बच्चा जन्मन लागेको संकेत हो । धेरै जसो महिलाहरु बच्चा जन्माउन डराउँछन । डराउनुको कारण वशिषगरी पहिलो पल्ट थाहा नभएर पनहो । डराउनुको सट्टा फुर्तलियो हुनुहोस र बच्चा जन्मनु अगाडि स्वास्थ्य प्रदान गर्ने व्यक्तिसंग नमिन कुराहरु बारे छलफल गर्नुसः

- प्रसव कहलि शुरु हुन्छ?
- प्रसव बेदना कतिबेर सम्म रहन्छ?
- प्रसव बेदनामा कत्तिको कष्ट हुन्छ?
- बच्चा जन्माउने क्रममा के बच्चालाई कुनै घाउ चोट हुन्छ?

जसरी पेटको शिशु बभिन्न अवस्था पारगरी बकिस गर्छ, त्यसरी नै शिशु जन्मँदा पनबिभिन्न अवस्था पार गरेर मात्र जन्मन्छ । तल दडिएको सूचीमा शिशु जन्मँदाखेरिका विभिन्न अवस्थाहरु बारे मात्र लेखिएको छैन, अपत्ति शिशु जन्मे पछि गर्नुपर्ने नयाँ आमा एवं नयाँ शिशुको उचति हेरचाह बारे पन

हामीले केहिकुरा उल्लेख गरेका छौ ।

प्रसव

जन्माउनु

बच्चा जन्मेको कोठामा शिशुको स्याहार शिशु जन्मे पछिको हेरचाह

शिशु जन्मे पछिको हेरचाह शिशु जन्मेपछि शुरु हुन्छ र जब आमाको शरीर पहलि पेट बोक्न अगाडिको शरीरको अवस्था मा आउँछ अनिमात्र सकन्छ। यो अवधि किरबि छ देखि आठ हप्ता सम्म रहन्छ ।

शिशु जन्मे पछिको हेरचाह भनेको आमा सम्बद्ध विभिन्न संवेदनशलि एवं शारीरिक परिवर्तनहरु लगायत ति परिवर्तन संग नयाँ आमाले तिकुरा कसरी लपरि अगाडिबिदने भन्ने हो । शिशु जन्मे पछिको हेरचाह भन्दाखेरी उनीहरुको नयाँ शिशुको हेरचाह कसरी गर्ने र परिवर्तति पारवारिकि इकाईको रुपमा कसरी सबै कुरा मलिउने भन्ने पन आउँछ।

आमाको हेरचाहः शारीरिकरुपमा एवं सम्बेगुरुपमा

