জনস্বাস্থ্য পুষ্টি প্রতিষ্ঠান, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

The Daily Star

Special Supplement August 1, 1996

বাণী

বিশ্বের অন্যান্য দেশের মত বাংলাদেশেও ১লা আগস্ট বিশ্ব মাতৃদুগ্ধদান দিবস উদ্‌যাপিত হচ্ছে। শিশু স্বাস্থ্য উন্নয়নে দিবসটি বিশেষ তাৎপর্যপূর্ণ। শিশুর শারীরিক ও মানসিক সুস্থ বিকাশের জন্য মায়ের দুধই হচ্ছে শ্রেষ্ঠ খাবার। কিন্তু তা সত্ত্বেও প্রয়োজনীয় জ্ঞানের অভাব, কুসংস্কার এবং আন্তর্জাতিক বাণিজ্যের প্রভাবে শিশুকে বোতলের দুধ খাওয়ানোর প্রবণতা বৃদ্ধি পাচ্ছে। এ প্রবণতা রোধ করা প্রয়োজন। শিশুকে জন্মের পর থেকে সঠিক পদ্ধতিতে মায়ের দুধ না খাওয়ানোর ফলে মৃত্যুর ঝুঁকি নিয়ে বেড়ে উঠছে অসুস্থ, দুর্বল এবং মেধাহীন ভবিষ্যত প্রজন্ম। অন্যদিকে, গুঁড়ো দুধ আমদানী এবং মায়ের দুধ না খাওয়ানোর কারণে সৃষ্ট স্বাস্থ্য সমস্যা মোকাবেলার জন্য ব্যয় হচ্ছে বিপুল অর্থ।

সামাজিক এবং অর্থনৈতিক উন্নতি ও অগ্রগতির পূর্বশর্ত হিসেবে প্রত্যেক শিশুকে সুস্থ, সবল নাগরিক হিসেবে গড়ে তোলা আমাদের সকলের পবিত্র দায়িত্ব। এই দায়িত্ব পালনের জন্য প্রয়োজন ব্যক্তি, পরিবার, সমাজ এবং রাষ্ট্রীয় পর্যায়ে সকলের ঐক্যবদ্ধ এবং সমন্বিত প্রয়াস। সরকারী পর্যায়ে মা ও শিশুদের স্বাস্থ্য পরিচর্যার প্রতি অগ্রাধিকার প্রদান করে বিভিন্ন উন্নয়ন প্রকল্প বাস্তবায়ন করা হচ্ছে। সেই সাথে বেসরকারী পর্যায়ে মা ও শিশু স্বাস্থ্য পরিচর্যাসহ মায়ের দুধে শিশুর মানবিক অধিকার প্রতিষ্ঠার জন্য সর্বাত্মক প্রচেষ্টা গ্রহণ করতে হবে। রাজনীতিবিদ, সমাজসেবক, শিক্ষক, ধর্মীয় নেতা, গণমাধ্যম, উন্নয়ন কর্মী এবং মহিলা সংগঠনসহ সংশ্লিষ্ট সকলকে এ ব্যাপারে অগ্রণী ভূমিকা পালনের জন্য আমি আহবান জানাচ্ছি।

শিশুদের কল্যাণে আমাদের সকলের প্রয়াস আরো ব্যাপক হোক– এটাই আমার আজকের প্রত্যাশা।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু

বাংলাদেশ দীর্ঘজীবী হোক।

শেখ হাসিনা
প্রধান মন্ত্রী
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

শিশুকে সফলভাবে বুকের দুধ খাওয়ানোর জন্যে দশটি পদক্ষেপ

শিশুর জন্মের সময় ও পরবর্তী কয়েকমাস শিশুর সুস্বাস্থ্যের জন্যে যা জানা বা করা উচিতঃ

১। মায়ের বুকের দুধ খাওয়ানোর ব্যাপারে একটি লিখিত নীতিমালা যা স্বাস্থ্য সেবার সঙ্গে জড়িত সকলকে নিয়মিতভাবে অবহিত করতে হবে।

২। স্বাস্থ্য সেবার সঙ্গে জড়িত সকল কর্মীকে প্রশিক্ষণ দিতে হবে যাতে তারা এই নীতি সঠিকভাবে মেনে চলার জন্য প্রয়োজনীয় জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জন করতে পারে।

৩। সকল গর্ভবতী মাকে বুকের দুধের গুণাবলী এবং কিভাবে বুকের দুধ যথাযথভাবে পাওয়ার জন্য যত্ন নিতে হয় তা জানাতে হবে।

৪। শিশুর জন্মের আধা ঘন্টার মধ্যে তাকে বুকের দুধ খাওয়ানোর জন্য মাকে সহযোগিতা করতে হবে।

৫। শিশুকে সঠিকভাবে বুকের দুধ খাওয়াতে হবে এবং শিশু ও মা একসঙ্গে না থাকলেও শিশুকে বুকের দুধ খাওয়ানো চালিয়ে যাওয়ার ব্যবস্থা কিভাবে করা যায় তা' মাকে শেখাতে হবে।

৬। নিতান্তই চিকিৎসার প্রয়োজন ব্যতীত শিশুকে বুকের দুধ ছাড়া অন্য কোন খাবার বা পানীয় খাওয়াবেন না।

৭। মা ও শিশুকে প্রতিদিন ২৪ ঘন্টা একই সঙ্গে থাকতে দিন।

৮। শিশুর চাহিদামত বুকের দুধ খাওয়ান।

৯। শিশুর মুখে কোন কৃত্রিম টীট, প্যাসিফাইয়ার, ডামি দেবেন না।

১০। শিশুকে বুকের দুধ খাওয়ানোর সহযোগী দল গঠনে উৎসাহ দিন। মা হাসপাতাল বা ক্লিনিক ছেড়ে যাবার সময় সেসব দলের কাছ থেকে পরামর্শ নেবার জন্যে বলে দিন।

Breast feeding, Empowerment of Women in Relation to the code

Dr.A.K.M. Shahabuddin
Prof. Obs_Gyn
Institute of Child and
Mother Health
Dhaka.

'Empowering women' as a concept has emerged out of the Social movements of Women's action groups all over the world in recent years against the Subjugation's & Social discrimination & injustices that exists against Women in the contemporary world. The aim of 'Empowerment' is to generate self capability in the women to overcome her existing inferior situation without directly going into a confrontation with the system.

Law & rules are mechanism for protecting the life, property, rights & values of a law abiding citizen. Law & rules therefore, empowers a person by protecting his rights & values. Even the person against law is benefited by the law in the form of his own rights for a fair trial of safe custody etc. But one has to suffer the consequenences of going against the law in the form of it's due punishment.

The "code" formulated by W.H.O. in relation to Breast feeding is the basis for such law & Rules to protect the rights & values of breast feeding. It is therefore the basis of law to protect some of the rights & values of women & children of the world.

All the clauses of article 4 through 11 of the code are formulated to protect child & the mother form the health hazards which are connected to absence of Breast feeding & practice of artificial infant feeding. These are scientifically proved hazards. It has been proved beyond any doubt that lack of breast feeding practices are tremendously harmful for the child & mother, therefore for the women & the society & the Nation. Lack of Breast feeding is also against the values of our Nations all over the world & particularly in the Eastern Countries.

Maternal instinct is the strongest instinct in the women. There is no doubt that a women is a person. But within that person, to be a mother, to procreate, to be able to perpetuate her own species & to be able to breast feed in the process in her own rights are some of her noblest & strongest performance. It is the power that the possesses inherently. It is the power that no man can take away. Men of course always denied her the credits & benefits of that right. Now that at the threshold of the new century the world is trying to give her back thoes credits & benefits & empower her to get them, it is the right time to activate her inherent strength & resources.

The forces that causes erosion of breast feeding, knowing by or unknowingly are joining the hands of those usurpers who have always deprived the women in their rights through the ages. These forces have indirectly accused the women at various times that their breast milk is no superior or even inferior for their own offspring in relation to the artificial food made by industries, that their capability to breastfeed their own dear child is questionable, that they are even ashamed at times due to various man made fictitious or unfair taboos to provide the future of mankind it's best start in life. Not only that, these forces have insulted the women of the world by promoting women's breast as an "exclusive, object of sexuality.

In reality breast may remain partly an organ of sexuality, if women & men of the world in their own rights wish it to be so. But biologically, breast is an exclusive organ for the infant feeding of all species on earth. In reality, breast & breast feeding should be glorified as the most sacred, most beautiful, & one of the most efficient component of all mankind to perpetuate itself. So did great man like Michaelangelo & so did some great painters, writers & poets of our country.

These forces that prevent breast feeding, therefore, are depriving the women of the world from some of their greatest potential for power, power to control her own body, power to control the health & life of her own child and therefore, power to control even the destiny of the country through the generations of her offspring.

The code intends to restore all her powers to herself so that, she can decide all by herself to choose what she wants to do with her body & her child & her nation. If she wishes, she can choose to introduce artificial feeding for her offspring fully knowing it's consequences (article 4 clause 4.2) But code also intends to see to it that no one, intentionally or unintentionally, by design or through ignorance can force her to do what she should not do, or force her to loose the power she holds against her will.

The code, therefore intends to empower the women of the world to be able to utilize some of her most potential inherent powers.

SUPPORT FOR BREASTFEEDING MOTHERS

Dr. Ismat Ara
Institute of Public Health
Nutrition (IPHN)
and
Dr. Shamim Ahmed
ICDDR.B

Breast feeding is one of the fundamental components of the Child Survival Strategy. Breast milk is sufficient to provide all the necessary nutrients until about the first 5 months of life and supplies a major part of energy., proteins and vitamin 'A' during the weaning period. Colostrum is rich in antibodies and is the child's first immunization. Exclusive breasfed infants have $2\frac{1}{2}$ times few episode of illness and are 25 times less likely to die of diarrhoea during the first 5 months than those fed substitutes. There is evidence that breast milk is associated with high IQ. Breast feeding contributes to better health of the mother and by suppressing facilitates the establishment of a strong bonding between the mother and the infant. Furthermore, the cost of the extra food needed by a lactating mother is much less than cost of artificial milk of the baby.

Practical help or Succesful Breast feeding:

To help a mother one first needs to build he confidence and give support. This can be done by understanding her feelings, reinforcing her efforts, giving relevant information, making one or two suggestions and providing practical help where necessary.

1. During **Antenatal period** all pregnant women should be informed about the benefits of breast feeding and motivated during the antenatal period. They should be informed about the technique of breast feeding and the importance of suckling in the production of breast milk. It is useful to discuss about expressing milk during this time. This helps mothers to continue to breast feed when she needs to go back to work or if the child is ill and unable to suckle.

2. During **Delivery & Early postpartum** mother need a worm, reassuring and caring atmosphere during labour and delivery.

- Mother should be assisted to initiate breast feeding within $\frac{1}{2}$ to 1 hour of birth including giving colostrum.
- Help mother not to giving prelacteal feeds to the baby like honey, sugar water etc. which is usually giving before starting breast feeding.
- The baby should be kept next to the mother in the same bed.
- Mother should be shown correct positioning and attachment at the breast.

Correct positioning: Mother must be comfortable, relaxedand should hold her baby...........

-With his head and baby straight, almost facing her and close to her.

- Supporting his bottom with the other hand.

Correct attachment:

-The baby's lips should be touched with the nipple & wait until the baby's mouth is opening wide.

-The baby should then be quickly moved onto the breast with wide opening mouth.

- Baby should be breast fed on demand including feeding during the night and for as long as he wants. The baby should be allowed to finish the first breast first before offering the second.
- Babies should be exclusively breastfed for complete 5 months, followed by appropriate weaning foods and continuing breast feeding for 2 years. (Exclusively breastfed infants do not need water even in hot weather)
- To explain mother that frequent & more sucking makes more milk.
- Bottle should be discouraged and dummies or pacifiers should not be offered.

3. There should be **Supportive follow-up** for the mother. Breast feeding support group in the community or mothers who have successfully breastfed their infants can be excellent support for new mothers. Lactation Management Centres in hospitals are also important for follow-up support and for helping mothers with breast feeding problems.

4. If the mother must go to **work** before the baby is 5 months, she will need to consider expressed breast milk. Some women express milk while they are at work and store it in a refrigerator to be given to the baby the next day.

The general recommendation is that babies should be exclusively breastfed for the first 5 months, including giving colostrum, followed by appropriate weaning foods and continuing breast feeding for at least 2 year.

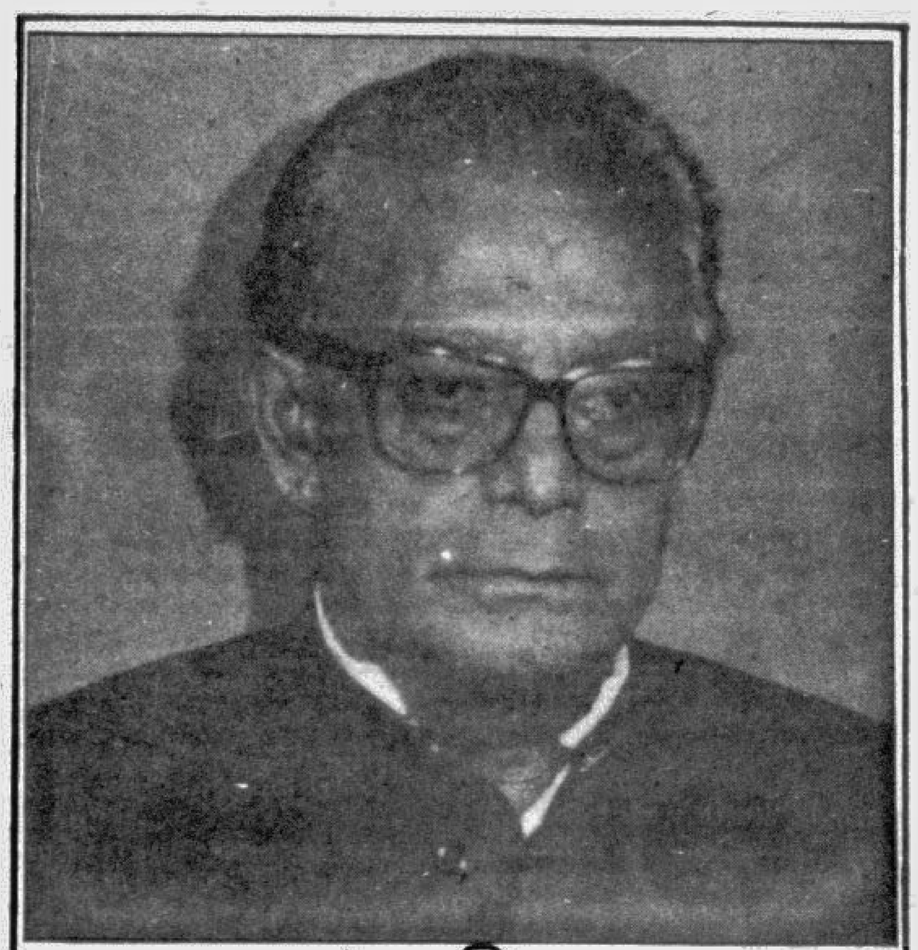
বাণী

শিশুকে মাতৃদুগ্ধ পানে সহায়তা করার সামাজিক অঙ্গীকারের প্রয়োজনীয়তার প্রেক্ষিতে ১লা আগস্ট উদ্‌যাপিত হচ্ছে এবারের বিশ্ব মাতৃদুগ্ধ দান দিবস। শিশুকে সঠিক পদ্ধতিতে জন্মের পর থেকেই চাহিদা মোতাবেক নিয়মিত মাতৃদুগ্ধ পানের বিষয়টি বিভিন্ন ভ্রান্ত ধারণা, কুসংস্কার এবং অভ্যাসের কারণে বিঘ্নিত হয়ে আসছে অথচ মায়ের দুধ শিশুর জন্য সর্বোৎকৃষ্ট খাবার যাতে রয়েছে তার শরীরের জন্য সকল পুষ্টিমান। তবে শিশুকে পর্যাপ্ত পরিমাণে মাতৃদুগ্ধ পানের জন্য প্রয়োজন মায়ের শারীরিক এবং মানসিক সুস্থতা। মা যাতে স্বাচ্ছন্দে ও নিরাপদে শিশুকে বুকের দুধ পান করাতে পারেন সেজন্য তাকে সার্বিকভাবে সহায়তা করা সমাজের সকলেরই নৈতিক এবং সামাজিক দায়িত্ব। শিশুকে মাতৃদুগ্ধ পান করানোর অভ্যাস শুধু যে শিশুর পুষ্টি সাধনে সহায়তা করে তাই নয় ইহা জনসংখ্যা বৃদ্ধি রোধকল্পেও কার্যকরী ভূমিকা পালন করে, যা বাংলাদেশের প্রেক্ষিতে খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

শিশুকে মাতৃদুগ্ধ পান করানো সম্পর্কে সামাজিক, অর্থনৈতিক এবং স্বাস্থ্যগত সুফল তুলে ধরে সমাজের সর্বস্তরের জনগণের মাঝে সচেতনতা বৃদ্ধি এবং ইতিবাচক দায়িত্ববোধ গড়ে তোলা আবশ্যক। সরকারী স্বাস্থ্য ব্যবস্থার পাশাপাশি গণমাধ্যম, বেসরকারী সংস্থা, স্থানীয় নেতৃবৃন্দ, সমাজসেবী এবং সচেতন সকলের এ ব্যাপারে যথেষ্ট ভূমিকা রয়েছে। সংশ্লিষ্ট সকল মহল ও প্রতিষ্ঠান শিশুকে মাতৃদুগ্ধ পান করানোর বিষয়ে অনুকূল পরিবেশ সৃষ্টির লক্ষ্যে আরও অধিক তৎপর হবেন বলে আশা রাখি।

বিশ্ব মাতৃদুগ্ধ সপ্তাহ উদ্‌যাপনের উদ্দেশ্য সফল হোক।

মোহাম্মদ আলী
সচিব
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার



বাণী

বাংলাদেশে যথাযোগ্য মর্যাদায় বিশ্ব মাতৃদুগ্ধ সপ্তাহ পালনের উদ্যোগ গ্রহণে আমি আনন্দিত। শিশুদের অপুষ্টি এবং রোগ সংক্রামণের অন্যতম কারণ জন্মের পর থেকে নিয়মিত এবং পরিপূর্ণ ভাবে মায়ের দুধ না খাওয়ানো। মা এবং শিশুদের স্বাস্থ্য পরিচর্যা সংক্রান্ত প্রচলিত সামাজিক রীতি-নীতি এবং ধ্যান ধারণা বিজ্ঞান ভিত্তিক ও স্বাস্থ্য সম্মত নয় বলে মা ও শিশুদের স্বাস্থ্য সমস্যা অত্যন্ত ব্যাপক। শিশুদের পুষ্টি এবং সুস্থ জীবন নিশ্চিত করার জন্য জন্মের পর থেকে নিয়মিত দুই বছর পর্যন্ত মায়ের দুধ খাওয়ানো অবশ্যই কর্তব্য। কিন্তু অজ্ঞতা, কুসংস্কারের প্রভাবে অধিকাংশ শিশুই মায়ের দুধ থেকে বঞ্চিত হয়ে অসুস্থ এবং দুর্বল হয়ে বেড়ে উঠছে।

সামগ্রিক স্বাস্থ্যের মান উন্নয়নের জন্য মা ও শিশুদের স্বাস্থ্য পরিচর্যার সুযোগ সুবিধা আরও সম্প্রসারণ এবং কার্যকরভাবে পরিচালিত করা প্রয়োজন। স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয় মা ও শিশু স্বাস্থ্য উন্নয়নে সচেষ্ট এবং এক্ষেত্রে বাস্তব পদক্ষেপ গ্রহণের ফলে কোন কোন ক্ষেত্রে উল্লেখযোগ্য সাফল্য অর্জিত হয়েছে। এ সাফল্যই যথেষ্ট নয় এজন্য আরও ব্যাপক কর্মসূচী গ্রহণ করতে হবে। শিশুকে মায়ের দুধ খাওয়ানোর ব্যাপারে জনগণকে অবহিত এবং উৎসাহিত করার জন্য তথ্য, শিক্ষা ও যোগাযোগ কার্যক্রম জোরদার করা হচ্ছে। শিশু খাদ্য হিসেবে গুড়া দুধ আমদানি ও বাজারজাতকরণের উপর বেশ কিছু শর্ত আরোপ করা হয়েছে। তবে সামাজিক সচেতনতা এবং দায়িত্ববোধ গড়ে তোলার মাধ্যমে শিশুকে বুকের দুধ খাওয়ানোর সার্বজনীন এবং সর্বোৎকৃষ্ট ব্যবস্থাকে সুসংহত এবং অধিক ফলপ্রসু করার কাজে আন্তরিকতার সাথে অংশ গ্রহণের জন্য সকলকে আহবান জানাচ্ছি।

বিশ্ব মাতৃদুগ্ধ সপ্তাহ পালন সফল হোক।

সালাহ্ উদ্দিন ইউসুফ
মন্ত্রী
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

courtesy:

Orion Group

Manufacturer of Soaps, Toiletries, Cosmetics, Pharmaceutical and Infusions, Glasswares, Terry Towels, PVC Pouch for infusions. Also Engaged in Construction & Real Estate Business and International Trade

- Kohinoor Chemical Company (Bangladesh) Ltd.
- Orion Infusion Ltd.
- Orion Laboratories Ltd.
- Royal Trading Corporation Ltd.
- Bangladesh Glass Industries Ltd.
- Kans Towel Industries (Pvt.) Ltd.
- Orion Trading House Ltd.
- Orioplast Ltd.
- Orion Mushrooms Ltd. (Proposed)
- Orion Spinning Mills Ltd. (Proposed)