

ಮಾಡಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನೆನಪಿಡಿ; ಯಾವುದೇ ತಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಅವಳ ಮಗುವಿಗೆ ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು (ಅವಳಿ ಮಕ್ಕಳಿದ್ದರೂ ಕೂಡ) ಹಾಲು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಿಯೇ ತೀರುತ್ತದೆ. ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಕುಟುಂಬ ವರ್ಗದವರಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ತಾಳ್ಮೆ ಸಹನೆ ಇದ್ದು ಪದೇ ಪದೇ ಮಗುವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ಕೊಂಡು ಎದೆ ಚೀಪಿಸಿದರೆ ಅದೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಹಾಲುತ್ಪಾದನೆಯ ಪ್ರಚೋದಕವಾಗಿ (ಗ್ಯಾಲಕ್ಟೋ ಗಾಂ) ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ಪ್ರಚೋದಕಗಳೆಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಡುವ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಮೆಂತ್ರೆ, ಸಬ್ಬುಸಿಗ್, ಅಂಟು ಉಂಡೆ ಇವೆಲ್ಲ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪ್ರೋಫೆಷನಾಲ್‌ಗಳು ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಮಾಧಾನ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಉತ್ತೇಜಕಗಳೆಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಮಗು ಹೆರಿಗೆಯಾಗಿ ಎರಡು ಮೂರು ದಿನದ ನಂತರ ದಿನಕ್ಕೆ 46 ಬಾರಿ ಮೂತ್ರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಎದೆಹಾಲು ಸಾಕಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಮೊದಲ ವಾರದಲ್ಲಿ ಶೇ.10 ರಷ್ಟು ಮಗುವಿನ ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದನ್ನು ಎದೆ ಹಾಲು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ಎಂದು ಹೋಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ತಪ್ಪು. ಇದು ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿಯೂ ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆಯೇ ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಗು ತೂಕ ಗಳಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಎದೆ ಹಾಲು ಬಿಟ್ಟ ಹಾಲು ಸಾಲಲ್ಲ ಎಂದು ಬೇರೆ ಹಾಲು ಹಾಕಿದರೆ ಮಕ್ಕಳು ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ದಾಖಲಾಗುವ ಸಂಭವ ಶೇ.25 ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಎದೆಹಾಲು ಕುಡಿಸುವ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಂಗಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ತಾಯಿಯೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ ಎದೆ ತೊಟ್ಟು ಮತ್ತು ಸುತ್ತಲಿನ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಕಿರುಡ (ಏರಿಯೋಲ) ವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಗುವಿನ ಬಾಯೊಳಗೆ ಇಡಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮಾಡದೆ ಕೇವಲ ಎದೆತೊಟ್ಟನ್ನು ಮಾತ್ರ ಚೀಪಿಸಿದರೆ ಎದೆ ತೊಟ್ಟು ಸೀಳಿ ನೋವಾಗಿ ಬಾವು ಬಂದು ಕೀವಾಗಿ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಂಭವವೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಹೀಗಾಗದ ಹಾಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸುವುದು ಅತೀ ಮುಖ್ಯ. ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಎದೆ ತೊಟ್ಟು ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿರುವುದು, ಒಳಗೆ ಹೋಗಿರುವುದು ಹಾಲುಣಿಸುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡದೆ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಿಂದಲೇ ಎದೆ ತೊಟ್ಟನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿ ನೀವಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ ಮುಂದು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು ಎದೆ ಹಾಲುಣಿಸಲು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮಗುವನ್ನು ರೂಮಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೋ ಬೇರೆಡೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ತೊಟ್ಟಲಲ್ಲಿ ಮಲಗಿಸುವ ಬದಲು ತಾಯಿ ಪಕ್ಕದಲ್ಲೇ ಹಾಲುಣಿಸಿ, ತೇಗಿಸಿ ಮಲಗಿಸಿದರೆ ಅಕಸ್ಮಾತ್ ವಾಂತಿಯಾದರೂ ಹಾಲು ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದು ತಪ್ಪುತ್ತದೆ.

ಗಡಿಯಾರ ನೋಡಿ ಎದೆಹಾಲುಣಿಸದೆ ಮಗು ಕೇಳಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಹಾಲುಣಿಸಿ ಮಗು ದೀರ್ಘ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಮಲಗಿದ್ದರೆ ಮಗುವನ್ನು ಎಬ್ಬಿಸಿ ಆಗಾಗ ಹಾಲುಣಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಕೇವಲ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನೇ ಆರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಉಣಿಸಿ ನಂತರ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಮೇರೆಗೆ ಪೂರಕ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಮಗುವಿಗೆ ಹಾಕುತ್ತಾ ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸ್ವಸ್ಥಪಾನ ಮಾಡಿಸಿದರೆ ತಾಯಿ ಹಾಗೂ ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ನೆನಪಿಡಿ: ಯಾವ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಮಗುವಿಗೆ ಕೃತಕ ಹಾಗೂ ಬಾಟಲಿ ಹಾಲಿನ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ದುಡಿಯುವ ಮಹಿಳೆ ಕೂಡ ಹಾಲೂ ಹಿಂಡಿ, ಶೇಖರಿಸಿ ಕೊಡಬಹುದು. ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತು ಸ್ವಸ್ಥಪಾನ ಮಾಡಿಸುವುದರಿಂದ ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಸ್ವಸ್ಥಪಾನ ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದು. ಹಾಲುಣಿಸುವ ತಾಯಂದಿರು ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಲೀಟರ್‌ನಷ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಅಂದಾಜು 500ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳಿರಬೇಕು.

(ವೈದ್ಯರ ಮೊಬೈಲ್: 9480353878)



Kick start your CAREER - Become a most sought after

MULTIMEDIA PROFESSIONAL

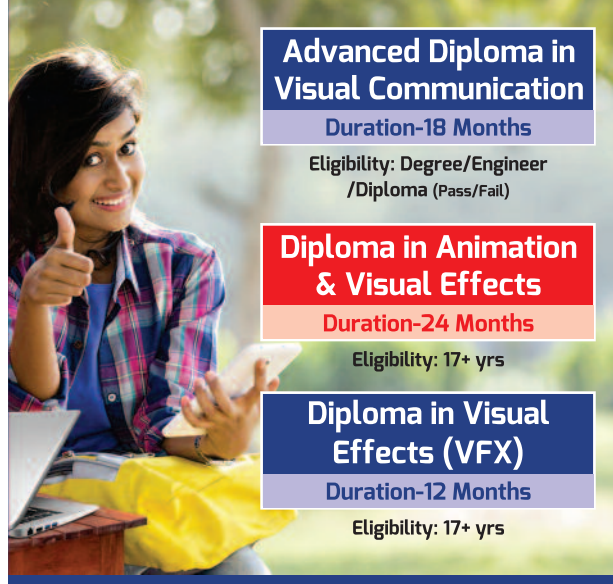
100% JOB

Assistance Programs

Why we are so sure?

ಇದು ಕೇವಲ ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುವ 4 ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳು ಅವು ಯಾವುದೇ ಕೌಶಲ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ತರಬೇತಿ - ತರಬೇತುದಾರರ ನಡತೆ - ಆಕರ್ಷಕವಾದ ಮೋಟಿವೇಷಿಯೋ - ಉದ್ಯಮದ ಬೇಡಿಕೆ

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳ ಸರಿಯಾದ ಮಿಶ್ರಣದಿಂದ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಂಡಿವೆ ಮತ್ತು ಭಾರತ ದೇಶದಾದ್ಯಂತ 30 ಕಂಪನಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧ ಪ್ರಬಲವಾದ ಕ್ಯಾಂಪಸ್ ಪ್ಲೇಸ್‌ಮೆಂಟ್ ರೆಕಾರ್ಡ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಬೇಡಿಕೆ ಮತ್ತು ಪೂರೈಕೆ ಇವೆರಡರ ಮಧ್ಯೆ ಸೇತುವೆಯಂತೆ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ.



Advanced Diploma in Visual Communication
Duration-18 Months

Eligibility: Degree/Engineer /Diploma (Pass/Fail)

Diploma in Animation & Visual Effects
Duration-24 Months

Eligibility: 17+ yrs

Diploma in Visual Effects (VFX)
Duration-12 Months

Eligibility: 17+ yrs

WIZTOONZ College of Media & Design

13th Cross, 3rd Phase, JP Nagar, Bangalore - 560 078

www.wiztoonz.com facebook.com/wiztoonz

For admission, call: **+91 90198 84884**