ಸ್ತನ್ಯಪಾನಕ್ಕಿರುವ ಅಡೆತಡೆಗಳೇನು?

ನವಜಾತ ಶಿಶು ಆರು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಎದೆಹಾಲನ್ನೇ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಆದರೆ ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿಸಲು ತಾಯಂದಿರು ಹಲವು ಬವಣೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸ್ತನದ ತೊಟ್ಟು ಒಳಗೆ ಹುದುಗಿರುವುದು, ಬಿರುಕುಬಿಟ್ಟ ಸ್ತನ ತೊಟ್ಟು ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಮಗು ಎದೆಹಾಲು ವಂಚಿತವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದರ ನಿವಾರಣೆ ಹೇಗೆ?

■ **ಡಾ. ಕೆ.ಬಿ. ರಂಗಸ್ವಾಮಿ**

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ತನ್ನ ಎರಡು ವರ್ಷದ ಮಗುವನ್ನು ತೋರಿಸಲು ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಕರೆತಂದಿದ್ದ ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರು, 'ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆಯಂತೆಯೇ ಮಗುವಿಗೆ ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿದೆ ಡಾಕ್ಟರೇ, ಮಗುವಿಗೆ ಆರು ತಿಂಗಳ ಆದ ಬಳಿಕವೂ ಪೂರಕ ಆಹಾರದ ಜೊತೆ ಜೊತೆಗೆ ಇತ್ತೀಚಿನವರೆಗೂ ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕೆಲ ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆಯಷ್ಟೇ ನಿಲ್ಲಿಸಿದೆ. ಮಗುವಿಗೆ ಇದುವರೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳುಂಟಾಗಿಲ್ಲ, ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆಗೆ ಚಿರಋಣಿ ಡಾಕ್ಟರೇ' ಎಂದರು. ತವರಿನಲ್ಲಿ ಆ ಮಗುವಿಗೆ ಜನ್ಮ ನೀಡಿದ್ದ ಅವರು, ನವಜಾತ ಶಿಶುವನ್ನು ತೋರಿಸಲು ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಕರೆತಂದಿದ್ದಾಗ ಸ್ತನ್ಯಪಾನದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಲಾಭದ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದೆ. ಈಗವರು ಬೇರೆ ಊರಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದರೂ ನನಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಬಂದಿದ್ದು ನೋಡಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಖುಷಿಯಾಯಿತು.

ಯಾವುದೇ ಖರ್ಚುವೆಚ್ಚವಿಲ್ಲದೆ, ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಬಿಸಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಜಂಜಡವಿಲ್ಲದೆ, ಸೌದೆ ಗ್ಯಾಸ್‌ನಂಥ ಯಾವುದೇ ಉರುವಲಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲದೆ, ಸದಾಕಾಲವೂ ಶಿಶುವಿಗೆ ಲಭ್ಯವಾಗುವ ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಮಗುವಿನ ಪಾಲಿಗೆ ಅಮೃತ ಸಮಾನವೆಂದೇ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸುದೀರ್ಘ ಅವಧಿಯವರೆಗೆ ಎದೆಹಾಲು ಸೇವಿಸಿದ ಮಕ್ಕಳು ದೈಹಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸದೃಢರಾಗಿರಬಲ್ಲರು ಎಂಬುದು ಸಾಬೀತಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಕಡೇಪಕ್ಷ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಮಗುವಿಗೆ ಹಾಲೂಡಿಸಬೇಕಾದುದು ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಹಿತದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯ.

ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಹಾಲೂಡಿಸಬೇಕೆಂಬ ಬಲವಾದ ಬಯಕೆ ಇದ್ದರೂ ಕೆಲವು ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ನಾನಾ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು. ಅಂಥ ಕೆಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ

ಸ್ತನದ ತೊಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಇಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞರು ಗುರುತಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರ ಸೂಚಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ತೊಟ್ಟು ಸ್ತನದೊಳಗೆ ಹುದುಗಿಕೊಂಡಿರುವುದು