स्टॉप डायरिया अभियान

‘‘डायरिया की रोकथाम, सफाई और ओ.आर.एस से रखें अपना ध्यान’’

कब कहेगे कि बच्चे को दस्त है?

मल की अवस्था में बदलाव या सामान्य से ज़्यादा पतला या पानी की तरह होने वाले मल को दस्त कहते हैं।

महत्वपूर्ण संदेश

- बच्चे को दस्त होने पर तुरंत ओ.आर.एस और अतिरिक्त तरल पदार्थ तब तक दें जब तक दस्त रुक ना जाये
- दस्त रुकने के बाद भी बच्चे को 14 दिनों तक जिंक की गोली दें
- दस्त के दौरान ओ.आर.एस और जिंक द्वारा किया गया उपचार बच्चे को जल्दी ठीक होने में मदद करता है
- बच्चे को पौष्टिक आहार देने के साथ साथ स्तनपान जारी रखें । दस्त के दौरान अधिक स्तनपान करायें।
- स्वच्छ पानी का इस्तेमाल करें
- बच्चे के दस्त के मल का स्वच्छ एवं त्वरित निपटान करें
- माताएँ खाना बनाने और बच्चे को खिलाने से पहले हाथों को साबुन और पानी से धोएं
- बच्चे का शौच साफ करने के बाद भी हाथों को साबुन और पानी से धोएं
- यदि बच्चे में निम्नलिखित लक्षण नजर आयें तो तुरंत स्वास्थ्य केंद्र, आशा या आंगनवाड़ी कार्यकर्ता से संपर्क करें :
  - बच्चा अधिक कमजोर हो जाए
  - बच्चा खाना ना खा रहा हो और स्तनपान भी ना कर रहा हो
  - बच्चे के मल में खून आना
  - कुछ ना पी पाना
  - बुखार आना
- उचित दस्त प्रबंधन के लिए अपने क्षेत्र की एएनएम या आशा बहन से संपर्क में रहें
- यदि बच्चे को दस्त ना हो तो ओ.आर.एस पैकेट को ठंडे एवं सूखे स्थान पर रखें। दस्त होने पर ओ.आर.एस का इस्तेमाल करें। यदि ओ.आर.एस पुराना या खराब हो गया हो तो उसे फेंक दें। आशा बहन से नया ओ.आर.एस का पैकेट लें।

परिवार कल्याण निदेशालय एवं दिल्ली राज्य स्वास्थ्य मिशन, दिल्ली सरकार

"बी व सी" विंग, 7 वॉं तल, विकास भवन–2, सिविल लाईन्स, दिल्ली–110054