

विल्म्स ट्यूमर

देखभालकर्ता तथ्य पत्रक

उपचार के दौरान अपने बच्चे को खाने में मदद करना



देखभालकर्ता तथ्य पत्रक: उपचार के दौरान अपने बच्चे को खाने में मदद करना

अभी भोजन क्यों महत्वपूर्ण है...

भोजन मदद करता है:

- उनकी ताकत बनाए रखने में;
- शरीर को उपचार सहन करने में मदद करने में;
- जटिलताओं को कम करने में;
- स्वास्थ्य लाभ में सहायता करने में।

नोट: थोड़ी मात्रा में भोजन और पेय भी वास्तव में मायने रखते हैं।

लक्ष्य - “इसे सरल रखें”

आपको पूरी तरह से आदर्श आहार की ज़रूरत नहीं है।

इन पर ध्यान दें:

- कुछ भी खिलाना;
- बार-बार भोजन देना;
- अपने बच्चे को आरामदायक रखना।

नोट: कुछ भी खाना हमेशा कुछ न खाने से बेहतर है।

अपने बच्चे को कैसे खिलाएँ...

बड़े भोजन के बजाय:

- हर 2–3 घंटे में भोजन दें;
- भोजन नहीं, नाश्ते के बारे में सोचें;
- बच्चे को वही खाने दें जो उसे पसंद है।

अच्छे विकल्प:

- दही;
- मूंगफली के मक्खन के साथ टोस्ट;
- अंडे;
- स्मूदी;
- पनीर और क्रैकर्स।

तरल पदार्थ भोजन जितने ही महत्वपूर्ण हैं...

तरल पदार्थ मदद करते हैं:

- किडनी की रक्षा करने में
- उपचार की दवाओं को बाहर निकालने में
- निर्जलीकरण को रोकने में

आज़माएँ:

- पानी
- दूध
- स्मूदी
- सूप

नोट: पूरे दिन थोड़े-थोड़े घूँट लेना, एक बार में बहुत सारा पीने से बेहतर है।

अगर बच्चे का खाने का मन न हो...

यह बहुत सामान्य बात है।

आज़माएँ:

- नरम भोजन (मैश किया हुआ, सूप, दही)
- टंडा भोजन (अक्सर गर्म से ज़्यादा आसान)
- हल्का भोजन (टोस्ट, चावल, केला)
- स्मूदी या शेक

इनसे बचें:

- तेज़ गंध
- मसालेदार या चिकनाई वाला भोजन (अगर उसे मिचली महसूस हो)

नोट: अपने बच्चे को यह बताने दें कि वह क्या सहन कर सकता है।

याद रखें: आपके बच्चे का शरीर कैंसर से लड़ने, ठीक होने और बढ़ने के लिए कड़ी मेहनत कर रहा है।

खाद्य सुरक्षा (बहुत महत्वपूर्ण)...

आपके बच्चे की प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हो सकती है।

इनसे बचें:

- कच्चा या अधपका मांस;
- कच्ची मछली;
- बिना धुले फल/सब्जियाँ;
- बिना पाश्चुरीकृत दूध।

हमेशा:

- भोजन से पहले हाथ धोएँ;
- भोजन को अच्छी तरह पकाएँ;

माता-पिता के लिए एक बात...

यह कठिन है:

कुछ दिन आपका बच्चा अच्छे से खाएगा। कुछ दिन नहीं भी खाएगा।

यह सामान्य है:

आपसे परिपूर्ण होने की उम्मीद नहीं की जाती।

सबसे ज़्यादा क्या मायने रखता है:

- भोजन देना जारी रखें;
- उसे पानी पिलाना जारी रखें;
- उसे आरामदायक रखें।

नोट: आप ठीक वही कर रहे हैं जिसकी आपके बच्चे को ज़रूरत है।

अपनी देखभाल टीम को कॉल करें यदि...

- आपके बच्चे ने 24 घंटे से कुछ नहीं खाया है;
- वह पर्याप्त नहीं पी रहा है;
- वह लगातार उल्टी कर रहा है;
- वह बहुत थका हुआ या कमजोर लग रहा है;
- आपको सूखे होंठ या निर्जलीकरण के लक्षण दिखें।

नोट: अपने अंतर्मन पर भरोसा करें - अगर चिंतित हों, तो कॉल करें!

याद रखें: आपका काम यह नियंत्रित करना नहीं है कि बच्चा क्या खाता है - बल्कि इस दौरान उसका साथ देना है!

चित्र 1 / देखभालकर्ता तथ्य पत्रक (उपचार के दौरान बच्चे को खाने में मदद करना)

यह क्यों मायने रखता है	आपके बच्चे को मज़बूत बने रहने, संक्रमण से लड़ने और तेज़ी से ठीक होने में मदद करता है
दैनिक देखभाल	हर 2 घंटे में भोजन, कैलोरी + प्रोटीन, तरल पदार्थों को प्रोत्साहित करें, बच्चे को भोजन चुनने दें
उपचार के दौरान	नरम/ठंडा भोजन, तेज़ गंध से बचें, स्मूदी आजमाएँ, कुछ खाना कुछ न खाने से बेहतर है
जलयोजन	तरल पदार्थ किडनी की रक्षा करते हैं और उपचार की दवाओं को बाहर निकालने में मदद करते हैं, बार-बार थोड़े घूँट दें
खाद्य सुरक्षा	कोई कच्चा भोजन नहीं, उत्पादों को धोएँ, अच्छी तरह पकाएँ, साफ हाथ
डॉक्टर को कॉल करें	24 घंटे से भोजन नहीं, पी नहीं रहा, उल्टी, निर्जलीकरण के लक्षण
याद रखें	आपको परिपूर्ण होने की ज़रूरत नहीं है, पोषण और आराम पर ध्यान दें

ब्रीफिंग 3.1b (देखभालकर्ताओं के लिए त्वरित मार्गदर्शिका: उपचार के दौरान अपने बच्चे को खाने में मदद करना)



Wilms Cancer Foundation (WCF)

Wilms Cancer Foundation (WCF) एक धर्मार्थ संगठन है, जो बाल चिकित्सा वृक्क (किडनी) कैंसर (विशेष रूप से नेफ्रोब्लास्टोमा, जिसे आमतौर पर 'विल्म्स ट्यूमर' कहा जाता है) से प्रभावित बच्चों, परिवारों और स्वास्थ्य सेवा संगठनों की आवश्यकताओं का समर्थन और प्रतिनिधित्व करता है। इसका मिशन इस बीमारी के प्रसार से निपटने के लिए जागरूकता, शिक्षा, वकालत, शीघ्र पहचान, उपचार और सहायता का एक अंतरराष्ट्रीय कार्यक्रम स्थापित करना है।

यह WCF मार्गदर्शिका केवल शैक्षिक उद्देश्यों के लिए है। यह कनाडा, संयुक्त राज्य अमेरिका और यूरोप में अंतरराष्ट्रीय बाल ऑन्कोलॉजी मानकों पर आधारित है। किसी भी चिंता या प्रश्न के लिए किसी योग्य चिकित्सा पेशेवर से सलाह लें।

© विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) | Wilms Cancer Foundation (WCF) के सहयोग से अनुमति के साथ उपयोग किया गया। "क्योरऑल" WHO की वैश्विक बाल कैंसर पहल (GICC) का हिस्सा है। विश्व स्वास्थ्य संगठन किसी विशेष संगठन, उत्पाद या सेवा का समर्थन नहीं करता।