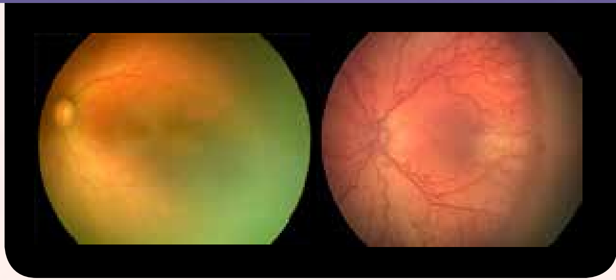
ରେଟିନପାଠ୍ୟ ଅ ପ୍ରେମାତୁରିଟି

ଫୋଟୋ ଗୁଇଦେ ଫୋର ପେରେଣ୍ଟ୍ସ

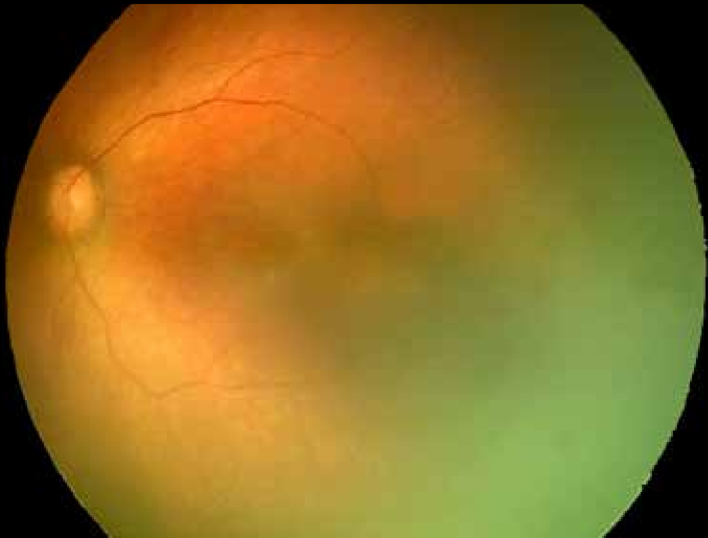
ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁ ୨ ମାସ ପୂର୍ବରୁ ଜନ୍ମ ହୋଇଛି କି?
ସେମାନଙ୍କ ଆଖି ଓ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତିର ଯତ୍ନ ନେବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ

୨ ମାସ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଜନ୍ମଗ୍ରହନ କରିଥିବା କିଛି ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ରେଟିନୋପ୍ୟାଥି ଅଫ୍ ପ୍ରିମ୍ୟାଚୁରିଟି ବା "ଆର୍ଓପି" ନାମକ ଆଖିର ଏକ ଅବସ୍ଥା ବିକାସ ଘଟିପାରେ |

ବିଷୟରେ ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ଜାଣିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ସନ୍ତାନର ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଆପଣ କଣ କରିପାରିବେ ତାହା ଆପଣ ଜାଣିବେ



- ବାମପଟର ଚିତ୍ରଟିରେ ସଳଖ ଥିବା ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ସ୍ୱାଭାବିକ, ସୁସ୍ଥ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଆଖିର ଭିତରପଟକୁ ଦେଖାଉଛି
- ଡାହାଣପଟ ଚିତ୍ରଟିରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀ ସହିତ ଆରଓପିକୁ ଦର୍ଶାଉଛି, ଯାହା ଯେଣତେଣ ପ୍ରକାରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି | ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀଗୁଡ଼ିକରୁ ରକ୍ତ କ୍ଷରଣ ହୋଇପାରେ ହୋଇପାରେ ବା ରେଟିନାକୁ ଟାଣିପାରେ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୁଏ
- ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିବା 5 ଟି ଶିଶୁମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ 1ଟି ଶିଶୁର ଆରଓପି ବିକଶିତ ହୁଏ - ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ନିଜେ କୌଣସି ଚିକିତ୍ସା ବିନା ଭଲ ହୋଇଯାଏ
- ପ୍ରାୟ 20 ଜଣ ଶିଶୁ ମଧ୍ୟରୁ 1 ଟି ଶିଶୁର ଗୁରୁତର ଆରଓପି ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଆଖିକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଜରୁରୀକାଳୀନ ଚିକିତ୍ସା ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ



ସୁସ୍ଥ ଆଖି

ଆରଓପି ସହିତ ଆଖି

ଶିଶୁମାନେ ଆରଓପି ସହିତ ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ, ଏହା ଜନ୍ମ ହେବାର କିଛି ସପ୍ତାହ ପରେ ବିକଶିତ ହୁଏ |

ନିୟମିତ ଗାଧୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବିଧି ସବୁବେଳେ ବଜାୟ ରଖନ୍ତୁ |

ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ଛୁଇଁବା ପୂର୍ବରୁ, ସବୁବେଳେ ଭଲଭାବରେ ସାବୁନରେ ଆପଣଙ୍କ ହାତ ଧୋଇ ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଯତ୍ନ ସହକାରେ ପରିସ୍କାର ତଉଲିଆ ବା ଟିସ୍ୟୁରେ ପୋଛି ଶୁଖାଇ ନିଅନ୍ତୁ, ଅଥବା ଆଲ୍‌କୋହଲ ୱାଇପର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ |

ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବିଧି ଏବଂ ପରିସ୍କାର ହାତ ସଂକ୍ରମଣ ହ୍ରାସ କରେ ଯାହା ଆରଓପି ରୋଧ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ |

HAND WASHING - A SIMPLE AND EFFECTIVE
METHOD FOR PREVENTION OF NOSOCOMIAL SEPSIS
Wash hands for
2 complete minutes
before entering NICU
& before any
procedure
Wash hands for at
least 20 seconds
before and after
touching baby
unicef
unite for children

ଅନ୍ୟ ଏକ ଉପାୟରେ ଆପଣ ଆରଓପି ରୋଧ କରିପାରେ ଯାହା ହେଉଛି ସ୍ତନ କ୍ଷୀର ଖୁଆଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଉତ୍ତମ ବୃଦ୍ଧିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା | ଅକାଳପକ୍ୱ ଶିଶୁମାନେ ସ୍ତନ କ୍ଷୀର ଭଲ ଭାବେ ହଜମ କରିପାରନ୍ତି |

ଇୟୁନିଟରେ ଥିବା ନର୍ସମାନଙ୍କୁ ପଚାରନ୍ତୁ ଆପଣ ଶିଶୁକୁ ଆପଣଙ୍କ ନିଜ କ୍ଷୀର ଖୁଆଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବେ କି ନାହିଁ ସେମାନେ ଆପଣଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଏବଂ ସହାୟତା ଦେବେ |

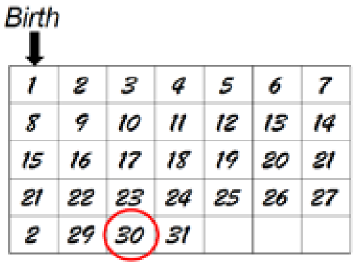
ଛବିରେ ଦେଖାଯାଇଥିବା ହିସାବରେ, ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ଆପଣଙ୍କ ଛାତିରେ ଧରି ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆରଓପି ରୋଧ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବେ | ଏହାକୁ କଙ୍ଗାରୁ ମଦର କେୟାର (କେଏମ୍ସି) କୁହାଯାଏ |

ଯଦି ନର୍ସମାନେ ଏହିପରି ଭାବରେ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତି, ତେବେ ସେମାନଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସରଣ କରନ୍ତୁ | ଏହା ଶିଶୁକୁ ଗରମ ରଖେ ଓ ସେମାନେ ନିରାପଦ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି |

ଯଦି ଶିଶୁଟି ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ, ଅମ୍ଳଜାନର ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ବା ଅସୁସ୍ଥ ଥାଏ ତେବେ ଆରଓପି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ ହୁଏ |

ଯେହେତୁ ଆଖିର ବାହାର ପଟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଭାବିକ ଥାଏ, ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆରଓପି ବିକଶିତ ହେଲା କି ନାହିଁ ତାହା ଦେଖିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବେ ନାହିଁ |

ଶେଷ ଉପକରଣ ବ୍ୟବହାର କରି ଜଣେ ଆଖି ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆଖିର ଭିତରପଟ ଦେଖିବାକୁ ହେବ |



- ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆଖି ଜନ୍ମର 30 ଦିନ ସମୟରେ ପରୀକ୍ଷା କରାଯିବା ଉଚିତ
- ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁଟି ଏବେ ମଧ୍ୟ ହାସପାତାଳରେ ଥାଏ ତେବେ ଇୟୁନିଟରେ ପରୀକ୍ଷା କରାଯିବ
- ଯଦି ଶିଶୁଟି ଇତିମଧ୍ୟରେ ଘରକୁ ଚାଲିଯାଇଥାଏ, ଏବଂ ତାକୁ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଇୟୁନିଟକୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ କୁହାଯାଏ, ତେବେ ଆପଣଙ୍କୁ କୁହାଯାଇଥିବା ସମୟ ଓ ଦିନରେ ଆପଣ ଯେପରି ଉପସ୍ଥିତ ରୁହନ୍ତି ତାହା ଅତି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ | ଯଦି ଆପଣ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦିନ, ବା ଅତି ଡେରିରେ ଆସନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆଖି ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଚକ୍ଷୁ ଡାକ୍ତର ହୁଏତ ଉପସ୍ଥିତ ନଥାଇ ପାରନ୍ତି |
- ଅଥବା ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦିନରେ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହାସପାତାଳକୁ ନେଇଯିବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ କୁହାଯାଇପାରେ | ଏହିପରି ସ୍ଥିତିରେ, ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ଅନୁସରଣ କରିବା ଅତି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ|
- ଡିସଚାର୍ଜ ସମୟରେ, ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ଆଖି ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଆଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ କି ନାହିଁ ଉୟୁନିଟର ନର୍ସ ବା ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ପଚାରି ନିଅନ୍ତୁ |

Birth

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27
2	29	30	31			

ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପୂର୍ବରୁ, ଆଖିର ଭିତରପଟ ସହଜରେ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ତାର ଆଖିରେ ଡ୍ରପ୍ ପକାଯିବ |

ଡାକ୍ତର ବିଶେଷ ଉପକରଣ ବ୍ୟବହାର କରି ଆଖିର ଭିତରପଟକୁ ଦେଖିବେ |

ଏହି ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ମାତ୍ର କିଛି ମିନିଟ ସମୟ ଲାଗିଥାଏ | ଏହା ଅସ୍ୱସ୍ତିକର କିନ୍ତୁ ବେଦନାଦାୟକ ନୁହେଁ | ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ କରା ହେବା ସମୟରେ ନର୍ସ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ନେବେ |

ପରୀକ୍ଷା ପରେ ଡାକ୍ତର ବା ନର୍ସ ଶିଶୁର ଆଖି ଭିତରେ କଣ ଦେଖାଯାଇଛି ଏବଂ ଏହା ପରେ କଣ ଘଟିପାରେ ସେ ବିଶୟରେ ଆପଣଙ୍କୁ ବୁଝାଇ ଦେବେ |

ଆପଣଙ୍କୁ 3 ଟି ମଧ୍ୟରୁ 1 ଟି କୁହାଯିବ:

- ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆଖି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁସ୍ଥ ଏବଂ କୌଣସି ଅତିରିକ୍ତ ପରୀକ୍ଷାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ
- ଅଥବା କୌଣସି ଆରଓପି ନାହିଁ, ବା ସାମାନ୍ୟ ଆରଓପି ରହିଛି ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ 1-2- ସପ୍ତାହ ପରେ ପୁଣିଥରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପରୀକ୍ଷା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ
- ଅଥବା କଦାଚିତ୍ ଭାବେ, ଆପଣଙ୍କୁ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଚିକିତ୍ସା ଆବଶ୍ୟକ | ଯଦି ଚିକିତ୍ସା ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ତେବେ ନିଶ୍ଚିତରୂପେ କେଇ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ କରାଇବା ଉଚିତ

ଏପରିକି ଯଦିଓ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁ ଘରେ ରହିଛି, ଆପଣଙ୍କୁ ଯେଉଁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି ତାହାକୁ ଅନୁସରଣ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ

ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁ ଚିକିତ୍ସାର ପ୍ରୟୋଜନ କରେ, ତେବେ ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ବୁଝାଇ ଦିଆଯିବ |

BREAST FEEDING
&
KMC CORNER

ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆରଓପି ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ, ଏହା ଚିକିତ୍ସା ହୋଇଥାଉ ବା ନଥାଉ, ଜୀବନକାଳର ପ୍ରଥମ ବର୍ଷରେ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ଜଣେ ଚକ୍ଷୁ ଡାକ୍ତର ଦେଖିଥିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ |
ଏହା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିବା ପାଇଁ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆଖି ଏବଂ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ବିକଶିତ ହେଉଛି ଏବଂ ଯଦି ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ତେବେ ଅତିରିକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଦାନ କରିବା |

ଏବିଷୟରେ ଅପଣଙ୍କୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ପରାମର୍ଶ ଅନୁସରଣ କରନ୍ତୁ, ବା ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ପଚାରି ନିଅନ୍ତୁ

ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆଖି ଏବଂ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତିର ଯତ୍ନ ନେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ

ଶିଶୁକୁ ଛୁଇଁବା ପୂର୍ବରୁ, କେଏମ୍‌ସି କରିବା ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ କ୍ଷୀର ପିଆଇବା ସମୟରେ ହାତର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବିଧି ପାଳନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆରଓପି ରୋଧ କରନ୍ତୁ

ଆରଓପି ପାଇଁ ଜୀବନକାଳର 30 ଦିନ ସୁଦ୍ଧା ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଆଖି ପରୀକ୍ଷା ଯେପରି କରାଯାଏ ତାହା ନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ, ଏବଂ ତାପରେ ଆପଣଙ୍କୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ପରାମର୍ଶ ଅନୁସରଣ କରନ୍ତୁ।

Disclaimer

The Public Health Foundation of India (PHFI) is a public private initiative that has collaboratively evolved through consultations with multiple constituencies. PHFI is a response to redress the limited institutional capacity in India for strengthening training, research and policy development in the area of Public Health. The presentation of the material in this publication does not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of PHFI or concerning the legal status of any country, territory or area, or of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries. All rights reserved. This edition is for limited circulation only. Copying, reproduction and dissemination of material in this information product for commercial use is prohibited. For non-commercial or educational purposes, prior written permission from PHFI will be needed and the source must be fully acknowledged and appropriate credit given.

©Public Health Foundation of India (PHFI)

Cover photo **Indian Institute of Public Health**
Photographs **Rajesh Pandey for Indian Institute of Public Health, Hyderabad**
Image of immature retina **H V Desai Hospital, Pune, Maharashtra, India**
Image of Plus Disease **ICEH, LSHTM, CC BY-NC 2.0**
Image on page 24 **Sarfaroz Bin Bashar, IAPB#EyeCareEverywhere**
Design **Neha Vaddadi, Hyderabad, India**

KNOWLEDGE TO ACTION
phfi
PUBLIC
HEALTH
FOUNDATION
OF INDIA

LONDON
SCHOOL of
HYGIENE
&TROPICAL
MEDICINE

THE QUEEN ELIZABETH
DIAMOND JUBILEE TRUST