प्रथम इकाई

(THEME-1)

समुदाय स्तर पर दस्त रोग का प्रबन्धन

(Community based management of Diarrohea)

NATIONAL RURAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन

SIHFW

unicef
unite for children

समुदाय स्तर पर दस्त रोग का प्रबन्धन

मोडयूल हेतु कमिक (Cascade) सारणीः

राज्य स्तर प्रशिक्षण कार्यक्रमः जिला स्तर संभागी एवं खण्ड स्तर संभागी प्रथम इकाई हेतु प्रशिक्षण प्राप्त करेंगे।

सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र/प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र स्तर प्रशिक्षण कार्यक्रमः उपकेन्द्र स्तर से चयनित पीयर सुपरवाइजर (ए.एन.एम. एवं आशा) प्रशिक्षण प्राप्त करेंगे।

समुदाय स्तर प्रशिक्षण कार्यक्रमः पीयर सुपरवाइजर द्वारा समुदाय स्तर पर कार्यरत समस्त फ्रन्ट लाइन कार्यकर्ताओं को प्रशिक्षण दिया जायेगा।

मोडयूल द्वारा समस्त कार्यकर्ताओं कि क्षमता वर्द्धन हेतु इस कार्यक्रम में पॉच महत्वपूर्ण गतिविधियॉ सम्मलित की गई है–

प्रशिक्षण, अभ्यास, गृहकार्य ,सुपरविजन एवं समिक्षा

मोडयूल का उद्धेश्यः–

यह मोडयूल प्रशिक्षण सम्भागी को निम्नलिखित जानकारी देगा।

इस सत्र के अंत में स्वास्थय कार्यकर्ताओं को निम्नलिखित की जानकारी होगीः

- ✓ दस्त के समय शरीर में पानी की कमी को पहचानना, वर्गीकरण करना एवं उपचार हेतु आवश्यक निर्णय लेना और यह तय करना कि क्या चिकित्सक को दिखाने की आवश्यकता है।
- ✓ ओ.आर.एस. घोल तैयार करने का तरीका सीखना और माता तथा देखभाल करने वाले को इसके उपयोग का तरीका सिखाना।
- ✓ माता को यह परामर्श देना कि दस्तों के दौरान शिशु को अपना दूध पिलाना जारी रखे।

इस मोडूयल के लिए सम्भावित समय –2 घंटे

आवश्यक साम्रगीः–

- * मोडयूल की प्रति
- * हेन्डआउट की प्रतियाँ (1.1, 1.2, 1.3 & 1.4)
  - ✓ हेन्डआउट 1.1: इस हेन्डआउट में हम सीखेंगे कि दस्त व निर्जलीकरण का वर्गीकरण कैसे किया जाता है; किस स्थिति में क्या उपचार देना है। इन समस्त बिन्दुओं को समझने हेतु हम कुछ केस स्टडी एवं विडियो का उपयोग करेंगे।
  - ✓ हेन्डआउट 1.2: दस्त व निर्जलीकरण के उपचार हेतु ओ.आर.एस.एवं कोट्राईमोक्साजोल का उपयोग एवं मात्रा निर्धारित करना
  - ✓ हेन्डआउट 1.3: ओ. आर. एस. एवं जिंक की आवश्यक्ता कि गणना करना, अभ्यास कार्य एवं गृहकार्य
  - ✓ हेन्डआउट 1.4: आई.ई.सी. की सामग्री
- * कुर्सिया एवं दरी
- * चाक एवं बोर्ड
- * वजन मापने की मशीन
- * आई.ई.सी. की सामग्री
- * वीडियो चलाने हेतु कम्पयूटरमय स्पीकर

पॉच वर्ष की आयु से छोटे बच्चों में दस्त रोग मृत्यु के सबसे प्रमुख कारणों में से है। सामान्यतः प्रतिवर्ष 5 साल से कम उम्र के बच्चों में दो से तीन दस्त के ऐपिसोड होते हैं। केवल 35 प्रतिशत बच्चों को दस्त के दौरान ओ.आर.एस. से ईलाज दिया जाता है। इसी प्रकार छह माह से कम उम्र के मात्र 39 प्रतिशत शिशु ही सिर्फ स्तनपान पर निर्भर हैं। इन सभी तथ्यों को ध्यान में रखते हुए यह दिशा निर्देश आशाओं एवं ए.एन.एम. को समुदाय के स्तर पर दस्त प्रबन्धन के बारे में जानकारी देगा।

चरण बद्ध तरीके से दस्त की पहचान एवं उपचार

चरण 1:– दस्त के प्रकार को पहचानना

दस्त रोग (निर्जलीकरण) क्या है ?

- ➢ पूर्ण रूप से मॉ के दूध पर निर्भर बच्चों को होने वाले दस्त की संख्या अथवा निरंतरता में किसी भी प्रकार का परिवर्तन।
- ➢ दो माह से अधिक आयु वर्ग के बच्चों में 24 घंटो के दौरान पतले अथवा पानी जैसे दस्तों का 3 या उससे अधिक बार होना।
- ➢ दस्त–रोग निम्न प्रकार के हो सकते है – 1 तीव्र पानी जैसे पतले 2 स्थायी रूप से पिछले 14 या उससे अधिक दिनों से लगातार होना 3 दस्त के साथ खून आना – पेचिस।
- ➢ यह आमतौर पर 2 माह से लेकर 5 वर्ष की आयु वर्ग के बच्चों में देखने को मिलता है।

दस्त–रोग नही है, अगरः–

- एक बच्चा जो पूर्ण रूप से मॉ के दूध पर निर्भर है, उसको होने वाले दस्त एक अंतराल पर आराम से तथा अर्द्ध–तरलीय प्रकार के है।
- अगर दस्त की निरंन्तरता अथवा संख्या में किसी प्रकार का कोई परिवर्तन नही है।

दस्त	प्रभाव
➢ 24 घंटो के दौरान 3 या उससे अधिक बार पतले या पानी जैसे दस्त होना। ➢ दस्तों की निरंतरता अथवा दस्त आने की संख्या में परिवर्तन ➢ अक्सर साथ में उल्टी भी होना।	➢ दस्त एवं उल्टी के दौरान पानी एवं इलेक्ट्रोलाईट्स की क्षति होती है। ➢ निर्जलीकरण तब होता है जब इस प्रकार की क्षति को सही तरीके से रोका नही जाता है तथा पानी व इलेक्ट्रोलाईट्स की कमी बढती जाती है।

निर्जलीकरण के परिणाम

दो प्रमुख खतरे :– कुपोषण एवं मृत्यु
दस्त रोग से होने वाली मृत्यु का सबसे आम कारण निर्जलीकरण है।
मृत्यु का समान रूप से महत्वपूर्ण कारण पेचिस एवं लंबे समय से चल रहा कुपोषण है।
दस्त रोग या इससे संबंधित रोगो से होने वाली दो–तिहाई मृत्यु का कारण कुपोषण है।

चरण 2:–दस्तरोग पर प्रभावी तरीके से काबू पाने के दो सामान्य नियम:

ओ. आर. एस.
ओरल रिहाईड्रेशन सोल्युशन

ओ. आर. एस. के फायदे **(कम परासारिता (osmolarity) वाला ओ. आर. एस.)**

- दस्तरोग के दौरान हुई पानी व नमक की कमी को पूरा करता है।
- निर्जलीकरण को कम कर अस्पताल में भर्ती होने की जरूरत को कम करता है।
- दस्तरोग एवं उल्टी की गंभीरता में कमी लाता है।
- बिमारी की अवधि में कमी लाता है।

हैन्डआउट 1.2 में हम सीखेंगे कि ओ.आर.एस. का घोल कैसे बनाया जाता है, इसका उपयोग कब , कैसे एवं कितनी मात्रा में करना है; कोट्राईमोक्साजोल का उपयोग कब, कैसे एवं कितनी मात्रा में करना है। साथ ही ओ.आर.एस. का घोल बनाने हेतु अभ्यास कार्य भी करेंगे।

जिंक क्या है ?

जिंक

- जिंक एक सूक्ष्म–पोषक तत्व है तथा प्रतिरक्षात्मक शक्ति को बढाता है।
- ऐसे युवा बच्चे जिनको लगातार दस्त होते रहते है तथा जो मांसाहारी खाना कम तथा कम पोषक वाला खाते है उनमें जिंक की कमी की अधिक संभावना होती है।
- जिंक सभी फलियों, बीजों तथा धानों में पाया जाता है, परन्तु इन खाद्यानों की उच्च फायटेट वाली सामग्री अवशोषण क्षमता में व्यवधान डालती है।

जिंक के फायदे

- जिंक दस्तों में होने वाले द्रवों व नमक की क्षति को रोकता है।
- श्लेष्मा झिल्ली का तेजी से पुर्ननिर्माण में बढावा।
- ओ. आर. एस. की शोषण क्षमता में वृद्वि।
- बिमारी की गंभीरता तथा अवधि में कमी करना।
- एन्टिबायटिक्स औषधियों की आवश्यकता में कमी करना।
- जटिलता की संभावनाओं में कमी लाना।
- पूरी 14 दिन की खुराक आगामी 3 माह तक के लिए दस्त रोग एवं निमोनिया से सुरक्षा प्रदान करती है।

आयु	गोली	तैयार करने का तरीका	अवधि
दो माह से कम	आवश्यक नही		
दो से छः माह	गोली (10 मि. ग्रा)	1 चम्मच मॉ के दूध में मिलाकर	14 दिन
छः माह से पॉच वर्ष	1 गोली (20 मि.ग्रा)	1 चम्मच मॉ के दूध/ओ.आर.एस. अथवा स्वच्छ पानी में मिलाकर	14 दिन

- एक सामान्य शक्तिवर्धक के रूप में कार्य करती है, भूख को बढाती है एवं बढने में सुधार लाती है।

जिंक के दीर्घकालीन प्रभाव

- 10 से 14 दिन तक जिंक के परिपूरक उपचार के बाद भी 2 से 3 महीने तक प्रभावी रहते है।
- दस्त–रोग को फैलने में 34 प्रतिशत तक की कमी लाता है।
- निमोनिया होने की संभावना में 26 प्रतिशत तक की कमी।

ओ. आर. एस. एवं जिंक के उपयोग से लाभः

- दस्तो की बारंबारता एवं गंभीरता में कमी लाता है।
- महँगे अस्पतालों के खर्चे से बचाता है।
- एन्टिबायटिक्स एवं अन्य दवाईयों के अनावश्यक प्रयोग से बचाता है।

ओ. आर. एस. कि अनुपलब्धता में दिये जा सकने वाले पेय पदार्थः	
उपयुक्त	ळानिकारक
लस्सी (योगर्ट)	साफ्ट ड्रिंक्स
शिकंजी	बंद डिब्बे में उपलब्ध फलों का रस
चावल कांजी या मांड	कॉफी
छाल का पानी	
नारियल का पानी	
सादा स्वच्छ पानी	

यदि ओ.आर.एस. का पैकेट उपलब्ध ना हो, तो माता को घरेलू ओ.आर.एस. बनाने का तरीका सिखाएँः

माता की सहायता के लिए कुछ बातेंः

- प्याले से थोड़ी–थोड़ी देर बाद छोटे–छोटे घूंट पिलाएँ।
- यदि शिशु उलटी कर दे, तो 10 मिनट तक प्रतीक्षा करें।
- उसके बाद कम मात्रा में धीरे–धीरे पिलाना जारी रखें।
- दस्त बंद हो जाने तक उसे अतिरिक्त पेय पदार्थ पिलाती रहें।
- जब भी शिशु मांग करे, उसे कुछ खिलाना/स्तनपान कराना जारी रखें।
- यदि शिशु उपरोक्त मात्रा से अधिक ओ.आर.एस. मांगे, तो माता को उसे देने के लिए प्रोत्साहित करें।
- छः माह से कम आयु के उन शिशुओं को जो माता का दूध नहीं पीते, इस अवधि में 100–200 मिली, स्वच्छ पानी भी पिलाएँ।

खतरे के निशान

तुरंत अस्पताल भेजें अगर–

- ✓ 3 दिन के अंदर सुधार नही होना।
- ✓ दस्तों की संख्या में वृद्धि।
- ✓ पानी जैसे पतले अथवा खून वाले दस्त आना।
- ✓ बहुत अधिक उल्टी होना।
- ✓ पेशाब की मात्रा में तेजी से कमी।
- ✓ तेज बुखार।
- ✓ सक्रियता या चेतना में किसी प्रकार की कमी।

दस्तरोग से बचाव

- ❖ 6 माह तक केवल माँ का दूध।
- ❖ आगामी 6 माह के दौरान कभी–2 माँ का दूध।
- ❖ हाथ को धोना।
- ❖ सुरक्षित पीने का पानी।
- ❖ स्वच्छ वातावरण बनाकर रखना तथा मलमूत्र के विसर्जन की उचित व्यवस्था।
- ❖ खसरे का टीका (विटामिन ए) लगवाना।

हैन्डआउट 1.1

दस्त व निर्जलीकरण का वर्गीकरण एवं उपचार

पूछो	कितने समय से ? कितनी बार ? क्या बच्चे को पेशाब आ रहा है ?	3 से 7 दिन दिन में 3 बार से ज्यादा हॉ, आराम से	7 से 14 दिन दिन में 3 बार से ज्यादा हॉ, परन्तु कम मात्रा में	14 दिन से अधिक। दिन में 3 बार से ज्यादा दस्त के साथ खून। पेशाब में तेजी से कमी।
		निर्जलीकरण नही	कुछ निर्जलीकरण	गंभीर निर्जलीकरण
देखो	स्थिति	ठीक, स्वस्थ	बैचेनी, चिडचिडापन	सुस्त, बेहोष
	ऑखें	सामान्य	धॅसी हुई।	धॅसी हुई।
	प्यास	सामान्य रूप से पीता है, तेज प्यास नही	प्यास लगना, पीने की उत्सुकता	थोडा–थोडा पीना या पी नही पाना
	चिकोटी भरने पर	तुरन्त अपने स्थान पर आ जाती है	धीरे–धीरे अपने स्थान पर आ जाती है (दो सैकंड से कम समय में)	बहुत धीरे–धीरे सामान्य रूप होना, 2 सैकंड से भी अधिक समय में।
करो		• खिलाना/स्तनपान कराना जारी रखें। • दस्त का घरेलू इलाज करने के लिए शिशु को ओ.आर.एस. तरल पदार्थ जिंक और भोजन दें। • 2 दिन के बाद दोबारा जाँच करें और हालत में सुधार न होने पर तत्काल अस्पताल भेजे। *योजना क*	• पानी की कुछ कमी के लिए ओ.आर.एस. एवं जिंक दें। (योजना ख)। • 2 दिन बाद दोबारा जाँच करें और हालत में सुधार न होने पर तत्काल अस्पताल भेजें। • माँ को स्तनपान जारी रखने की सलाह दें। • शिशु को गर्म रखने की सलाह दें। *योजना ख*	• तत्काल अस्पताल भेजें और माता से शिशु को रास्ते में बार–बार ओ. आर.एस. की घूंट पिलाने के लिए कहें। • अगर मुंह से ले सकता है तो कोट्राईमोक्साजोल की पहली खुराक दें। • माँ को स्तनपान जारी रखने की सलाह दें। • शिशु को गर्म रखने की सलाह दें।

केस स्टड़ी–नीरा

अभ्यास–दस्तरोग के लिए आकलन, वर्गीकरण एवं उपचार करें।

नीरा सात सप्ताह की है और उसका वजन तीन किलोग्राम है। उसका तापमान सामान्य है। दस्तरोग होने के कारण माँ उसे लेकर आई है। स्वास्थ्य कार्यकर्ता सबसे पहले सम्भावित जीवाणु संक्रमण के चिन्हों के लिए उसका आकलन करती है। माँ कहती है कि नीरा को दौरे नहीं पड़े थे। स्वास्थ्य कार्यकर्ता उसकी सांस की गिनती करती हे। उसकी सांस की दर 58 प्रति मिनट है। वह सो रही थी, लेकिन माँ ने जैसे ही चादर हटाई, वह जाग गई। उसकी पसलियां हल्के से धंस रही हैं। उसकी नाभि लाल नही है और न ही पीप बह रही है। कोई फुंसी भी नहीं है। वह रो रही है और हाथ–पैर हिला रही है। जब स्वास्थ्य कार्यकर्ता ने माँ से नीरा के दस्तरोग के बारे में पूछा तो माँ ने बताया कि तीन दिन से दस्त हो रहे हैं। नीरा अब भी रो रही है, लेकिन जैसे ही माँ ने उसे स्तन से लगाया नीरा चुप हो गई। स्तनपान बंद होते ही वह फिर रोने लगी। उसकी आंखें धंसी हुई नहीं, बल्कि सामान्य दिखती है। पेट की त्वचा पर चिकोटी भरने बाद त्वचा धीरे लौटती है।

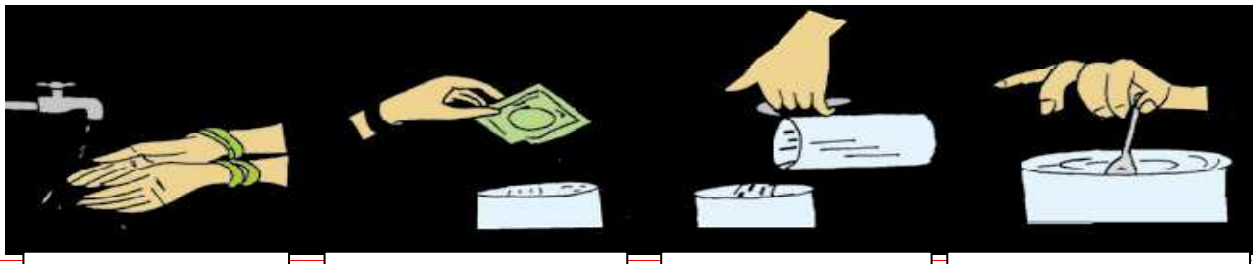
इसका वर्गीकरण क्या हैं ?

हैन्डआउट 1.2

दस्त व निर्जलीकरण के उपचार हेतु ओ.आर.एस.एवं कोट्राईमोक्साजोल का उपयोग एवं मात्रा निर्धारित करना:

हैन्डआउट 1.2 में हम सीखेंगे कि ओ.आर.एस. का घोल कैसे बनाया जाता है, इसका उपयोग कब , कैसे एवं कितनी मात्रा में करना है; कोट्राईमोक्साजोल का उपयोग कब, कैसे एवं कितनी मात्रा में करना है। साथ ही ओ.आर.एस. का घोल बनाने हेतु अभ्यास कार्य भी करेंगे।

ओ. आर. एस. बनाना– महत्वपूर्ण नियम:



(क)	(ख)	(ग)	(घ)
साबुन से हाथ धोए	पूरा ओ.आर.एस. पाउडर 1 लीटर क्षमता के एक बर्तन में डालें।	1 लीटर पीने का पानी नापकर लें और इस बर्तन में डाल दें।	अच्छी तरह मिलाएँ जब तक कि पाउडर पूरी तरह घुल न जाए।

योजना क:

यदि शिशु को दस्त हों किन्तु उसमें पानी की कमी न हो:

आयु	छः माह तक	छः माह से अधिक और दो वर्ष से कम	दो वर्ष से अधिक
ओ.आर.एस. की मात्रा, मिली में	प्रत्येक बार पतला दस्त होने के बाद पाँच चम्मच ओ.आर.एस. दें।	प्रत्येक बार पतला दस्त होने के बाद लगभग आधा प्याला (100मिली) ओ.आर.एस. दें।	प्रत्येक बार पतला दस्त होने के बाद एक प्याला (200 मिली) ओ.आर.एस. दें।

नोट : स्तनपान, अन्य तरल पदार्थ अथवा भोजन जारी रखें।

योजना ख:

यदि शिशु को दस्त हों और उसके शरीर में पानी की कुछ कमी हो जाए।

प्रथम चार घंटे कि अवधि में दी जाने वाली ओ.आर.एस. की मात्रा निर्धारित करे:

आयु	4 माह तक	4 से 12 माह	12 माह से 2 वर्ष	2 वर्ष से 5 वर्ष
वजन	6 किग्र. से कम	6 से 10 किग्रा.	10 से 12 किग्रा.	12 से 19 किग्रा.
ओ.आर.एस. की मात्रा, मिली में	200–400 मिली.	400–700 मिली.	700–900 मिली.	900–1400 मिली.
200 मिली. माप के प्यालों में मात्रा	2 प्याले	3 प्याले	5 प्याले	7 प्याले

कोट्राईमोक्साजोल द्वारा उपचार:–

गंभीर पेचिश में देना है।

1 गोली: सल्फामेथॉक्साजोल 100 मिग्रा + ट्राइमिथोप्रिम 20 मिग्रा
5 मि.ली. या (1 छोटा चम्मच) सिरप: सल्फोमेथॉक्साजोल 200 मिग्रा + ट्राइमिथोप्रिम 40 मिग्रा
अवधि: पाँच दिनों तक दी जाती है
कितनी बार: दिन में दो बार 12 घण्टे के अन्तराल से

रोगी की आयु (वजन)	गेलियों की मात्रा	सिरप की मात्रा	कितनी बार दे
जन्म से 1 महीने तक (3 किग्रा से कम)		एक चौथाई चम्मच (1.25 मि.ली.)	दिन में दो बार
1 माह में 2 माह तक (3–4किग्रा)	1 गोली	1/2 चम्मच (2.5 मि.ली.)	दिन में दो बार
2 माह से 12 माह तक (4–10 किग्रा)	2 गोलियां	पुरा चम्मच (5 मि.ली.)	दिन में दो बार
12 माह से 5 वर्ष तक (10–19 किग्रा)	3 गोलियां	डेढ चम्मच (एक और आधा) (7.5 मि.ली.)	दिन में दो बार

अभ्यास कार्य –

केस स्टड़ी–नीरा (हैन्डआउट 1.1), केस में आप क्या उपचार देंगे?

हैन्डआउट 1.3

ओ. आर. एस. एवं जिंक की आवश्यक्ता कि गणना करना:

आवश्यक सूत्र:

5 वर्ष तक के शिशुओं की संख्या = जनसंख्या का 14 प्रतिशत

एक वर्ष में होने वाले अनुमानित केस की संख्या = 5 वर्ष तक के शिशुओं की संख्या * 2 केस (अनुमानित) /शिशु/वर्ष

अनुमानित ओ. आर. एस. पैकेट की आवश्यक्ता = एक वर्ष में होने वाले अनुमानित केसों की संख्या * 2 पैकेट /केस

अनुमानित जिंक गोली की आवश्यक्ता = एक वर्ष में होने वाले अनुमानित केसों * 14 गोलियाँ /केस

अभ्यास कार्य:

एक गॉव का नाम रामपुर है जिसके लिए ओ. आर. एस. एवं जिंक की आवश्यक्ता कि गणना करना सीखेगें–

गॉव की जनसंख्या (A)	5 वर्ष तक के शिशुओं की संख्या (14 प्रतिशत जनसंख्या का) (B)	एक वर्ष में होने वाले अनुमानित केस की संख्या (C=B*2)	अनुमानित ओ. आर. एस. पैकेट की आवश्यक्ता (D=C*2 packets)	अनुमानित जिंक गोली की आवश्यक्ता (E=C*14 tablets 20 mg)
1000	140	280	560	3920

गृहकार्य:

समस्त प्रतिभागी अपने श्रेत्र के लिए ओ. आर. एस. एवं जिंक की आवश्यक्ता कि गणना करें एवं इकाई 2 के दौरान आयोजित होने वाले प्रशिक्षण में लेकर आये।

श्रेत्र की जनसंख्या	5 वर्ष तक के शिशुओं की संख्या (14 प्रतिशत जनसंख्या का)	एक वर्ष में होने वाले अनुमानित केस की संख्या	अनुमानित ओ. आर. एस. पैकेट की आवश्यक्ता	अनुमानित जिंक गोली की आवश्यक्ता

हैन्डआउट 1.4: आई.ई.सी. की सामग्री

Leaflet Front & Back Hindi Size : 7 (W) x 9 (H)

Front

Back