

ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପ ପାଇଁ ଶିଶୁର ସମ୍ବନ୍ଧ

ନବଜାତ ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ହେବା ପରେ ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପ ଭଲି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯିବା ସାଧାରଣ କଥା । ସେମାନଙ୍କ ୩ରେ ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପ ଭଲି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯିବାର ବହୁ କାରଣ ରହିଛି । କିନ୍ତୁ କାରଣ ଗୁଡ଼ିକୁ ଜାଣିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯିବା ବଢ଼ିକଥା ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦେଖିଲେ ତାକୁ ଅଣଦେଖା ନକରି କ'ଣ କରିବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ।



ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପ କାରଣ

ନବଜାତ ଶିଶୁରେ ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପ ଦେଖାଯିବାର ବହୁ କାରଣ ରହିଛି ଯେପରି ପ୍ରସବ ପୂର୍ବରୁ କିମ୍ବା ପରେ ଅଧ୍ୟେତ୍ତର ରତ୍ନ ବୋହିବା ।

କୌଣସି ପ୍ରକାର ସାନ୍ତୁମଣ କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ଶିଶୁକର ରକ୍ତଚାପ ନିମ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ମାଆକୁ ପ୍ରସବ ପୂର୍ବରୁ ବିଦ୍ୟାରଥିବା ମେତିଷିନ କାରଣରୁ ଶିଶୁଠାରେ ଏହିପରି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ ।

ପ୍ରସବ ପରେ ଅଧିକ ପରିମାଣ ତରଳ ପଦାର୍ଥ ବୋହିବା ।

ଆମାନଙ୍କ ନବଜାତ ଶିଶୁର ମେତିଷିନ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ ଏହା ମଧ୍ୟ କାରଣ ହୋଇପାରେ ।

ନବଜାତ ଶିଶୁ ଦୂର୍ବଳ ହେବା ଉପଚାର

ଏହି ପରିଵିତ୍ତରେ ନବଜାତ ଶିଶୁରୁ ଉପରେ କାରଣ ମଧ୍ୟମରେ ତରଳ ପଦାର୍ଥ ଦିଅନ୍ତିରୁ ।

ରକ୍ତଚାପ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ଶିଶୁକୁ ମେଥିନ କିମ୍ବା ଏହି ମାହୋଲରେ ରଖିବୁ ଯେପରି ଶିଶୁଟିର ରକ୍ତଚାପ ସାଧାରଣ ବୁଝିବୁ ଆସିପାରିବ ।

କିନ୍ତୁ ସମସ୍ୟରେ ନବଜାତ ଶିଶୁ ଦୂର୍ବଳ ହେବା କାରଣରୁ ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ଏହିପରି ଶିଶୁଟିରେ ଶିଶୁକୁ ବୁଝନ୍ତିରେ ତାତ୍କର ମଧ୍ୟ

ଦ୍ୱାରା ରଖିଥାଏ ।

ଶିଶୁକୁ ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପରୁ ଗଷା କରିବାକୁ ହେଲେ ତାତ୍କର ପରାମର୍ଶ ଭୁରୁଷ କାରଣ ଯେପରି ଶିଶୁକୁ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସଂକ୍ରମଣ ବୋଗଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖାଯାଇବେ ।

ନବଜାତ ଶିଶୁର ସମ୍ବନ୍ଧ

ନବଜାତ ଶିଶୁର ଶାରୀରକ ସ୍ବରୂପରେ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖାଯାଇବା କାରଣ ଶିଶୁର ବାହାର ପରିବେଶର ତାପମାତ୍ରା ଅନ୍ୟାୟା ସ୍ଥିର ଘୋଡ଼ାଇ ରଖାଯାଏ ।

ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଯେହିଠାରେ ରଖିବାକୁ କରିବାର ବାହାର ତାପମାତ୍ରା ଆଧାରଣତ ନାହିଁ ।

ଶିଶୁଟି କାରିବା ପିତାର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ସାଧାରଣତ ଶିଶୁମାନରେ ପରିପ୍ରକାର କାରିବା କାରିବା କାରଣ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଧାରା ରଖିବାରେ କାରିବା କାରିବା କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଶିଶୁଟି କାରିବା କାରିବା କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ହୋଟ ଶିଶୁକୁ ମାଲିଲ୍ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ହାତ ମଜାରୁ ହେଲେ ତାତ୍କର ପରାମର୍ଶ ଭୁରୁଷ କାରଣ ଯେପରି ଶିଶୁକୁ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସଂକ୍ରମଣ ବୋଗଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖାଯାଇବେ ।

ଶିଶୁ ପାଇଁ ମାଆ କ୍ଷୀର ସର୍ବୋତ୍ତମା ହେଲେ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଏଥରେ ଥିବା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋମ ଶିଶୁର ସାୟୁଧ ପାଇଁ ବହୁ କରୁଥିଲେ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହା ଶିଶୁକୁ ଅନ୍ୟ କୌଣସି କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଶିଶୁକୁ ବିଶ୍ଵାସ ପାଇଁ ଖାରାକୁ ନେବା ପ୍ରକିଯାକୁ ଫୋଟୋଥେରେ କୁହାୟାଏ ।

ତେଣୁ ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ କିମ୍ବା ସମ୍ବନ୍ଧ ପାଇଁ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଶିଶୁକୁ ବିଶ୍ଵାସ ପାଇଁ ଖାରାକୁ ନେବା ପ୍ରକିଯାକୁ ଫୋଟୋଥେରେ କୁହାୟାଏ ।

ତେଣୁ ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ କିମ୍ବା ସମ୍ବନ୍ଧ ପାଇଁ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଶିଶୁକୁ ବିଶ୍ଵାସ ପାଇଁ ଖାରାକୁ ନେବା ପ୍ରକିଯାକୁ ଫୋଟୋଥେରେ କୁହାୟାଏ ।

ତେଣୁ ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ କିମ୍ବା ସମ୍ବନ୍ଧ ପାଇଁ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ତେଣୁ ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ କିମ୍ବା ସମ୍ବନ୍ଧ ପାଇଁ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।

- ◆ ଆଖର ବୋମଳ ଦୂରାରେ କଳାବାଗର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇ ରାତିରେ ଶୋଇବା ସମୟରେ ପ୍ରତିଦିନ ବାଦମ ଲେନ କିମ୍ବା ଆର୍ଦ୍ରିମ୍ ଘଷନ୍ତୁ ।
- ◆ ବ୍ୟାଯାମ ଦ୍ୱାରା ଆଖର ସୋର୍ଟ୍‌ଏର୍ ବଢ଼ାଯାଇପାରେ । ଏଥପାଇଁ କିମ୍ବା ସମୟ ଆଖର ବାଦ କରି ଆଖର ତୋଳାକୁ ବଢ଼ାନ୍ତି ଭାବେ କୁହାନ୍ତୁ । ଆଖର ଆରାମ ମିଳିବ ।
- ◆ ପଢ଼ିବା ସମୟରେ କିମ୍ବା ଏବଂ ଆଖର ମଧ୍ୟରେ ଦୂରାର ସର୍ବନିମ୍ନ ଅଧି ପୂର୍ବରୁ ଅଧିକ ରହିବା ଉଚିତ ।
- ◆ ଆଖର ପୋଡ଼ିଲେ କିମ୍ବା କୁହାନ୍ତି ହେଲେ ଆଖର ନମଳ ଅଧି ମାରନ୍ତୁ ଏବଂ ତାତ୍କରକ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ । ଅଧିକ ସମୟ ଖାରାରେ ବୁଝନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏବଂ ବୁଝନ୍ତୁ ଆରାମ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ◆ କମ୍ପ୍ୟୁଟରରେ କୁମାରାତ କାମ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ମଞ୍ଜିରେ ଆଖର ଆରାମ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ହାଇକ୍ରିଟ୍‌ପ୍ରେସରେ ଥିଲେ....

ଅଧିକ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ, ପରିପ୍ରା ଅଧିକ ହେଲେ କୁତ୍ରପ୍ରେସର କଣ୍ଠାଲରେ ରହିବ ।

ନିଃମିତ ଲେନ୍ ଖାଲଲେ ହାଇ କୁତ୍ରପ୍ରେସର ମଧ୍ୟ କଣ୍ଠାଲରେ ରହିବ । ଲେନ୍‌ର ଏଇକି ମଧ୍ୟ ଯେ ଏହା ରହିବାରେ କାମାକାରୀ ନଳାର କୋମଳ ହୋଇବା ଫଳରେ କୁତ୍ରପ୍ରେସର ନିଃମିତରେ ରହିବ ।

ସ୍ଥାନରେ ଦିନେ ଉପବାସ କରନ୍ତୁ । ଉପବାସ ସମୟରେ ଫଳ ଓ ଭେଜିବାକୁ କୁତ୍ରପ୍ରେସର କରନ୍ତୁ ।



ଫିଟ୍‌ନେସ୍ ମୂଳମନ୍ତ୍ର ଡ୍ରାଇଵ୍



ବିଶେଷତଃ କୋନେଥନ ମାୟର ଦ୍ୱାରା କାରାଯାଇଥାଏ ଏକ ଗବେଷଣା ଅନୁମାରେ ଯଦି ଆପଣ ପାଦରେ

