



Child
Development
Centre

**ഏർജി സ്റ്റിമുലേഷൻ
പ്രോഗ്രാം**

**(Early Stimulation
Programme)**



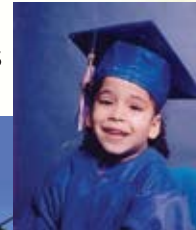
Child Development Centre
Medical College, Thiruvananthapuram-11
Ph: 0471-2553540, 0471-2447061
Email: cdckerala@rediffmail.com
Web: www.cdckerala.org

സ്പർശനത്തിലൂടെയുള്ള പ്രചോദനം

- മുലയൂട്ടുമ്പോൾ കുഞ്ഞിനെ അമ്മ തന്റെ ശരീരത്തോടു ചേർത്ത് പിടിക്കുക.
- കുഞ്ഞിനെ മുദ്രവായി തലോടുക. ഇത് കുഞ്ഞിന് അമ്മയുമായി വൈകാരിക ബന്ധം ഉറപ്പിക്കുന്നതിന് സഹായിക്കും.
- കുഞ്ഞിനെ പല പ്രതലങ്ങളിൽ (ടൗവുൽ, റബ്ബർഷീറ്റ്, പായ) മാറ്റി കിടത്തുക. ഓരോ പ്രതലവും അറിയുന്നതിന് ഇത് സഹായിക്കും.
- കുഞ്ഞിന്റെ കരച്ചിൽ മനസ്സിലാക്കി അമ്മ വേണ്ടതെന്താണെന്ന് ചെയ്യേണ്ടതാണ്.



**Clinical Services
Research
Training
Community Extension Services**



**Child
Development
Centre**

For further clarifications kindly contact :

ക്ലിനിക് ദിവസങ്ങൾ
ചൊവ്വ, വെള്ളി - 9 to 1 pm
തിങ്കൾ, ബുധൻ, വ്യാഴം - 1.30 to 3.30 pm



കുഞ്ഞുങ്ങളിലെ ബുദ്ധിവികാസം അമ്മയും കുഞ്ഞുമായുള്ള കളിതമാശയിലൂടെ കണ്ണിൽ കണ്ണിലൂടെയുള്ള നോട്ടത്തിലൂടെ മറ്റ് കുടുംബാംഗങ്ങളുമായുള്ള അടുത്തിടപഴകലിലൂടെ സംഭവിക്കുന്ന ഒന്നാണ്.

തയ്യാറാക്കിയത് :-
Dr. എം.കെ.സി. നായർ
Dr. ബാബു ജോർജ്ജ്
Ms. സുനിതാ ആർ.എം.



തൂക്കം കുറഞ്ഞ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കുവേണ്ടി ഏർജി സ്റ്റിമുലേഷൻ പ്രോഗ്രാം

ജനനസമയത്ത് തൂക്കം 2.5 കിലോയിൽ (2500 ഗ്രാം) കുറവുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളെയാണ് തൂക്കക്കുറവുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾ എന്നു പറയുന്നത്. ഇത്തരം കുഞ്ഞുങ്ങൾ പ്രധാനമായും രണ്ട് വിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്നവരാണ്.

- മാസം തികയാതെ ജനിക്കുന്ന ശിശു (Preterm baby)
- ഗർഭാവസ്ഥയിൽ വളർച്ച മുരടിച്ച് ശിശു (IUGR)

ഇങ്ങനെ ജനിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് ബുദ്ധിവികാസത്തിന് വ്യതിയാനം ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യതയുണ്ട്. ഇവരുടെ വളർച്ചയും ബുദ്ധിവികാസവും സാധാരണ കുഞ്ഞുങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ച് പിന്നിലാകാനുള്ള സാധ്യതയുണ്ട്. എന്നാൽ ഇവർക്ക് പ്രത്യേകിച്ച് രണ്ട് കിലോയിൽ താഴെ തൂക്കമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് പ്രായാനുസൃതമായ ബുദ്ധിവികാസ പ്രചോദനം (Early stimulation) നൽകാൻ കഴിഞ്ഞാൽ ഒരു പരിധിവരെ വ്യതിയാനങ്ങളും വൈകല്യങ്ങളും തടയാനാകും.

തൂക്കക്കുറവുള്ള കുഞ്ഞിന്റെ വളർച്ചയും വികാസവും ശരിയായ രീതിയിൽ നടക്കുന്നുണ്ടോ എന്നുറപ്പുവരുത്തുന്നതിന് നിരന്തരമായ നിരീക്ഷണം അത്യാവശ്യമാണ്. അമ്മമാർക്ക് ബുദ്ധിനിരീക്ഷണ കാർഡ് (Developmental Observation Card) ഉപയോഗിച്ച് വളർച്ചയുടെ ഓരോ ഘട്ടവും നിരീക്ഷിക്കാം.

Developmental Observation Card (DOC)

- രണ്ടു മാസം തികയുമ്പോൾ മുഖത്തു നോക്കി ചിരിക്കണം.
- 4 മാസം തികയുമ്പോൾ കഴുത്ത് ഉറയ്ക്കണം.
- 8 മാസം തികയുമ്പോൾ ഇരിക്കണം.
- 12 മാസം തികയുമ്പോൾ നിൽക്കണം.
- കുഞ്ഞ് കാണുന്നു, കേൾക്കുന്നു, ശ്രദ്ധിക്കുന്നു എന്ന് ഉറപ്പ് വരുത്തുക.



സി.ഡി.സി. യിലെ ഏർജി സ്റ്റിമുലേഷൻ ക്ലിനിക്കിൽ ജനനസമയത്ത് 2 കിലോഗ്രാമിൽ താഴെ തൂക്കമുള്ള കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയും ബുദ്ധിവികാസവും 6 മാസം വരെ തുടർച്ചയായി നിരീക്ഷിക്കുകയും കാഴ്ച, കേൾവി, സ്പർശനം തുടങ്ങിയ ഇന്ദ്രിയങ്ങളിലൂടെ ബുദ്ധിവികാസപ്രചോദനം നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് കൈകാലുകൾക്ക് പിടുത്തം വരാൻ സാധ്യതയുള്ളതുകൊണ്ട് ലഘുവായ വ്യായാമം നൽകേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

പ്രായത്തിനനുസരിച്ച് കുഞ്ഞുങ്ങൾ ചെയ്തിരിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾക്ക് താമസം വരാതിരിക്കാൻ കാലേക്കൂട്ടി പ്രചോദനം നൽകുന്ന രീതികൾ അമ്മമാരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. ഈ ക്ലിനിക്കിൽ മുലയൂട്ടലിൽ ബുദ്ധിമുട്ട് നേരിടുന്ന അമ്മമാർക്ക് വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങളും (lactation counseling) നൽകി വരുന്നു. ബുദ്ധിവികാസ പ്രചോദനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യങ്ങൾ

- തലച്ചോറിന്റെ വളർച്ച മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിന്.
- ബുദ്ധിവികാസത്തിലെ കാലതാമസം തടയുന്നതിന്.
- സന്ധികളിലേയും പേശികളിലേയും ബലക്കൂടുതൽ തടയുന്നതിന്.
- ബുദ്ധിവികാസ പ്രചോദനം നൽകേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ച് മാതാപിതാക്കളെ ബോധവാൻമാരാക്കുന്നതിന്.

അമ്മമാർ അറിയുന്നതിന്

കാഴ്ച ശക്തിക്കുള്ള പ്രചോദനം (General)

- കുഞ്ഞിനോട് സംസാരിക്കുമ്പോഴും കളിപ്പിക്കുമ്പോഴും അമ്മയുടെ മുഖത്തിനഭിമുഖമായി പിടിക്കുക.

- ആകർഷകമായ വസ്തുക്കൾ കണ്ണിനുമുമ്പിലൂടെ ചലിപ്പിക്കുക.
- ഏകദേശം 7 - 8 ഇഞ്ച് അകലത്തിൽ നിറമുള്ള സാധനങ്ങൾ കാണിക്കുന്നത്, കാഴ്ച ശക്തിയെ മെച്ചപ്പെടുത്തും.
- കുഞ്ഞ് കിടക്കുന്നതിനഭിമുഖമായി ദിത്തിയിൽ ആകർഷകമായ ചിത്രങ്ങൾ പതിപ്പിക്കുക.
- തൊട്ടിലിനിരുവശവും കുഞ്ഞിനു കാണത്തക്ക വിധത്തിൽ ആകർഷകമായ വസ്തുക്കൾ തൂക്കിയിടുക.
- കുഞ്ഞ് നിറമുള്ള വസ്തുക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കുന്നു എന്ന് ഉറപ്പാക്കിയ ശേഷം വസ്തുക്കൾ വലത്തോട്ടും ഇടത്തോട്ടും മാറ്റുക.

കേൾവി ശക്തിക്കുള്ള പ്രചോദനം (General)

- അമ്മ കുഞ്ഞിനോട് സംസാരിക്കുക.
- പല ആവൃത്തിയിലുള്ള (Frequency) ശബ്ദങ്ങൾ കേൾപ്പിച്ചു കൊടുക്കുക (ബെല്ല്, കിലുക്കം മുതലായവ)
- പല സ്വരത്തിൽ സംസാരിക്കുക / പല ആളുകൾ സംസാരിക്കുക.
- ചെറിയ ശബ്ദത്തിൽ പാട്ട് കേൾപ്പിച്ചു കൊടുക്കുക / പാടിക്കൊടുക്കുക.
- കുഞ്ഞിന് ചെറിയ ശബ്ദങ്ങൾ കേൾപ്പിക്കുക. (കിലുക്ക്, പാവ)
- കുഞ്ഞ് ശബ്ദം ശ്രദ്ധിക്കുന്നതിനനുസരിച്ച് അകലം കൂട്ടുക.
- പല വശങ്ങളിൽ നിന്നും ശബ്ദം കേൾപ്പിക്കുക.

