नवजात शिशु में पीलिया एवं उसका उपचार

गृह विज्ञान विभाग, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय

नवजात शिशु और पीलिया

अधिकांश स्वस्थ नवजात शिशुओं में जन्म के पहले कुछ दिनों में त्वचा में पीली रंगत आ जाती है। अगर आपके शिशु के साथ भी ऐसा ही है, तो शायद यह घबराने वाली बात नहीं है। गर्भावस्था के पूरे नौ महीने बाद (फुल टर्म) जन्मे 60 फीसदी नवजात शिशुओं में जन्म के दूसरे या तीसरे दिन पीलिया हो जाता है। सामान्यत: यह पांचवे या छठे दिन सबसे ज्यादा रहता है और उसके बाद कम होना शुरु हो जाता है। अधिकांश शिशुओं में यह एक सप्ताह बाद समाप्त हो जाता है, हालांकि कुछ शिशुओं को इससे पूरी तरह उबरने में करीब दो सप्ताह भी लग सकते हैं। समय से पहले जन्मे (प्रीमैच्योर) जन्मे 80 फीसदी शिशुओं में जन्म के पांचवे और सातवें दिन के बीच पीलिया नजर आता है। यह सामान्यत: जन्म के एक महीने के अंदर ठीक हो जाता है।

नवजात शिशु में पीलिया के कारण

- अधिकतर माँ-बाप नवजात शिशु को पीलिया (जॉन्डिस) होने की बात सुनकर घबरा जाते हैं। उन्हें लगता है कि यह वही बीमारी है, जो बड़ों को भी होती है। वयस्कों में जहां पीलिया

यकृत (लीवर) में समस्याओं की वजह से होता है, वहीं शिशुओं में इसकी वजह यह नहीं होती।

- स्वस्थ नवजात में पीलिया तब होता है, जब उसके खून में पित्तरंजक (बिलीरुबिन) की अतिरिक्त मात्रा हो। बिलिरुबिन एक रसायन (केमिकल) होता है, जो कि शरीर में लाल रक्त कोशिकाओं के सामान्य रूप से टूटने पर बनता है।
- नवजात शिशु में बिलिरुबिन का स्तर ज्यादा होता है, क्योंकि उनके शरीर में अतिरिक्त आँक्सीजन वहन करने वाली लाल रक्त कोशिकाएं होती हैं। चूंकि नवजात शिशु का यकृत अभी पूरी तरह परिपक्व नहीं हुआ होता है, इसलिए यह अतिरिक्त बिलिरुबीन का अपचय नहीं कर पाता। जैसे-जैसे शिशु में बिलिरुबिन का स्तर सामान्य से बढ़ता जाता है, पीलापन ऊपर से नीचे की तरफ फैलना शुरु हो जाता है। यानि यह सिर से गर्दन, छाती और गंभीर मामलों में पैरों की उंगलियों तक पहुंच जाता है। अगर, कोई गंभीर स्थिति न हो, तो नवजात शिशु में पीलिया आमतौर पर हानिकारक नहीं होता है।
- कुछ गंभीर मगर दुर्लभ मामलों में यदि पीलिया यकृत रोग या माँ व शिशु के खून में असामान्यता के कारण हो, तो यह उसके तंत्रिका तंत्र को नुकसान पहुंचा सकता है।

उपचार

- अगर आपके शिशु को पीलिया हो, तो डॉक्टर उसके खून में बिलिरुबिन के स्तर को मापने के लिए जांचें करवाने के लिए कह सकते हैं।
- गर्भावस्था की पूर्ण अवधि पर जन्मे और स्वस्थ शिशु में पीलिये का उपचार डॉक्टर तब तक शुरु नहीं करते, जब तक कि शिशु के रक्त में बिलिरुबिन का स्तर 16 मिलिग्राम प्रति डेसीलीटर से ज्यादा न हो। मगर यह शिशु की उम्र पर भी निर्भर करता है।
- 70 के दशक की शुरुआत से पीलिये का उपचार फोटोथैरेपी से किया जा रहा है। यह एक ऐसी प्रक्रिया है, जिसमें नवजात शिशु को फ्लोरोसेंट रोशनी में रखा जाता है। इससे शरीर से अतिरिक्त बिलिरुबिन टूटने लगता है। इस प्रक्रिया में शिशु के पूरे कपड़े उतारकर एक या दो दिन के लिए इस रोशनी में रखा जाता है तथा उसकी आंखों को रक्षात्मक पट्टी (मास्क) से ढक दिया जाता है।

- अगर नवजात के शरीर में बिलिरुबिन का स्तर कम हो और फोटोथैरेपी की जरुरत न हो, तो भी आप शिशु को सुबह-सुबह या शाम होने पर सूरज की रोशनी में ले जा सकती हैं। इससे भी बिलिरुबिन का स्तर घटने में मदद मिलती है। ध्यान रखें कि शिशु को ज्यादा समय तक धूप में न रखें क्योंकि इससे शिशु की नाजुक त्वचा में सनबर्न हो सकता है।
- माँ और शिशु के खून में असंगति होने के कुछ दुर्लभ मामलों में बिलिरुबिन का स्तर खतरनाक उच्च स्तर पर पहुंच सकता है। ऐसी परिस्थिति होने पर शिशु को खून चढ़वाने की भी जरुरत पड़ सकती है।
- गर्भावस्था के दौरान होने वाला आरएच (Rh) ब्लड टेस्ट पहले से ही शिशु के साथ माँ के खून की असंगतता के बारे में सूचित कर देता है। असंगति होने के मामलों में आपको इस समस्या से बचने के लिए एंटी-डी इंजेक्शन दिए जाते हैं।

सावधानियाँ

यदि दो सप्ताह में भी शिशु का पीलिया ठीक नहीं होता है तथा शिशु में निम्न लक्षण प्रकट होते हैं तो आपको तुरंत डॉक्टर से बात करनी चाहिए। ये लक्षण हैं :

- शिशु को बुखार होना
- शिशु का सही से स्तनपान नहीं करना
- शिशु के मल का काफी फीके रंग का होना
- शिशु का निरुत्सहित और उनींदा सा होना
- पीलिये का पीलापन गहरे पीले रंग में बदलना
- पेशाब का रंग गहरा होना

नवजात में पीलिया होने से जुड़े मिथक

- **मिथक:** पीलिया होने का मतलब है कि शिशु माँ के दूध के साथ सामंजस्य नहीं बिठा पा रहा है। इसलिए दूध की बजाय उसे पानी दिया जाना चाहिए।
  सच्चाई: नवजात शिशु के लिए स्तनदूध सबसे बेहतर, सुरक्षित और संपूर्ण आहार होता है।

शिशु का पानी बिल्कुल भी नहीं दिया जाना चाहिए, क्योंकि इससे पीलिया बढ़ सकता है। और यदि पानी स्वच्छ या फिल्टर किया हुआ न हो, तो बहुत से अन्य संक्रमणों का खतरा बढ़ जाता है। सुनिश्चित करें कि आप शिशु को शुरुआती छह महीनों तक केवल स्तनपान ही कराएं। पीलिया से ग्रसित शिशुओं को अन्य शिशुओं की तुलना में अक्सर ज्यादा नींद आती है, इसलिए हो सकता है आपको उसे दूध पिलाने के लिए जगाना पड़े।

- **मिथक:** अगर माँ शिशु को स्तनपान करवाती हो, तो उसे पीले कपड़ों और पीले भोजन से दूर रहना चाहिए।

  सच्चाई: इस बात का कोई प्रमाण नहीं है कि पीले भोजन (दाल, सब्जियां, फल और पेय) खाने से पीलिया होता है। कपड़ों के रंग से शिशु को पीलिया नहीं हो सकता।

- **मिथक:** पीलिये से बचाव के लिए माँ को मसालेदार व तैलीय/वसायुक्त भोजन नहीं करना चाहिए।

सच्चाई: मसालेदार या तैलीय भोजन न खाना, स्वस्थ जीवनशैली के लिए अच्छी बात है, मगर ऐसा करने से शिशु का पीलिया से बचाव नहीं हो सकता। वयस्कों में पीलिया होने पर हल्का व संतुलित आहार लेने के लिए कहा जाता है, ताकि वे पौष्टिक भोजन खाएं, जिससे यकृत को जल्दी ठीक होने में मदद मिल सके। चूंकि नवजात में पीलिया की वजह यकृत से जुड़ी नहीं होती, इसलिए अपने आहार में बदलाव करने से कोई फायदा नहीं होगा।

- **मिथक:** घर पर शिशु को ट्यूब लाइट के नीचे रखने से फोटो थैरेपी की जा सकती है।

  सच्चाई: फोटो थैरेपी एक प्रक्रिया है, जिसके जरिये शिशु के शरीर में अतिरिक्त बिलिरुबिन को तब तक घटाया जाता है, जब तक शिशु स्वयं ऐसा करने में सक्षम न हो जाए। शिशु को नियत तरंगदैर्ध्य के प्रकाश में रखा जाता है और और उसकी आंखों पर मास्क लगा दिया जाता है। यह सुविधा अस्पतालों व नर्सिंग होम्स में उपलब्ध होती है। शिशु को ट्यूबलाइट के नीचे रखने से पीलिया ठीक नहीं होता, बल्कि शिशु को अनावश्यक रूप से इस तरह नग्न अवस्था में रखने से उसे बुखार या ठंड लग सकती है। डॉक्टर से पूछे बिना शिशु को कोई भी जड़ी-बूटी (हर्बल) या घरेलू उपचार न दें।

फोटो थैरेपी प्रक्रिया

फोटो थैरेपी प्रक्रिया से पूर्व तथा प्रक्रिया के पश्चात शिशु

मोनिका द्विवेदी,
अकादमिक परामर्शदाता
गृह विज्ञान विभाग
उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय
ट्रांसपोर्ट नगर के पीछे, विश्वविद्यालय मार्ग
हल्द्वानी
Contact details
Toll Free no: 1800 180 4025
Website: http://uou.ac.in