



श्री हेमंत सोरेन
माननीय मुख्यमंत्री



इम्युनिटी का दें वरदान, 6 महीने तक सिर्फ स्तनपान

- 1** बच्चे के स्तनपान की सही शुरुआत **पीले गाढ़े दूध** (बच्चे का पहला टीका) से करें।
- 2** **जन्म के एक घंटे** के भीतर बच्चों को माँ का **पहला पीला गाढ़ा दूध** पिलायें।
- 3** माँ का पहला पीला गाढ़ा दूध बच्चों की **रोग प्रतिरोधक शक्ति** बढ़ाकर उन्हें बीमारी व कुपोषण से दूर रखता है।
- 4** **जन्म से 6 माह तक** बच्चे को **सिर्फ माँ का दूध पिलायें**, पानी भी नहीं।



- 5** **6 माह पूरा होने पर** घर का बना मसला हुआ गाढ़ा **ऊपरी आहार** दिन में 3 से 4 बार खिलायें, साथ ही **कम से कम 2 साल तक स्तनपान** करवाना जारी रखें।
- 6** यदि बच्चा बीमार है और वह **कोविड-19 से संक्रमित है** या उसकी संभावना है, तब भी माँ उसे अपना **दूध पिलाती रहे**।
- 7** यदि माँ स्तनपान नहीं करा सकती है, तो वह **अपना दूध साफ कटोरी में निकाल सकती है** और साफ कप या चम्मच से बच्चे को दूध पिला सकती है।

अधिक जानकारी के लिए आंगनवाड़ी सेविका/सहिया/पोषण सखी/ए.एन.एम. से सम्पर्क करें।
महिला, बाल विकास एवं सामाजिक सुरक्षा विभाग, झारखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।