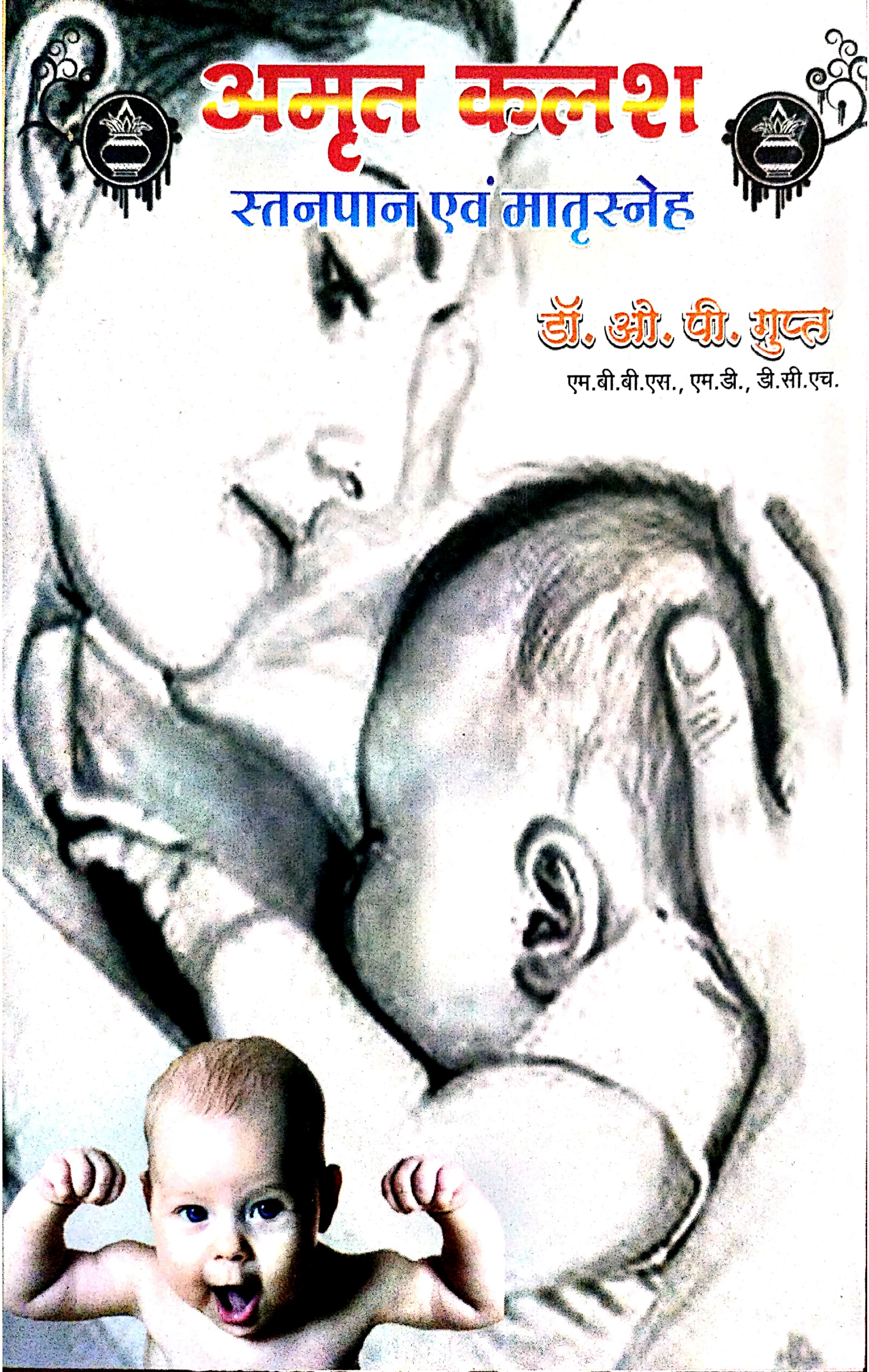
अमृत कलश

स्तनपान एवं मातृस्नेह

डॉ. ओ. पी. गुप्त

एम.बी.बी.एस., एम.डी., डी.सी.एच.



अमृत-कलश

(स्तनपान एवं मातृस्नेह)

लेखक

डॉ. ओ.पी.गुप्त

(एम.बी.बी.एस,एम.डी.,डी.सी.एच.)

सहयोग

डॉ.श्रीमति सरोज गुप्त (स्त्री रोग चिकित्सक)

डॉ. संजय गुप्त (शिशु रोग विशेषज्ञ)

डॉ. श्रीमती शालिनी गुप्त (शिशु रोग विशेषज्ञ)

संपादक मंडल

श्याम आशीष श्रीवास्तव एवं हमीद खान

गुप्ता नर्सिंग होम, जिला सागर (म.प्र.)

प्रथम संस्करण :- जनवरी 2019

लेखक एवं स्त्रोत

गुप्ता नर्सिंग होम

न्यू कालोनी सागर(म.प्र.), पिन-470001

फोनः 07582-229495(नर्सिंग होम), 223459(निवास)

ई-मेलः guptaopgupta1@gmail.com

इस पुस्तक में प्रकाशित सामग्री लेखक ने स्वयं अपने एक लंबे चिकित्सीय अनुभव से अर्जित ज्ञान को आधार बनाकर लिखी है। जिसमें लेखक के 50 वर्ष से अधिक समय तक किए गए कार्यों का सार है। इसमें प्रकाशित छाया चित्रों आदि का प्रयोग भाषा शैली को सरल एवं सुलभ बनाने के उद्देश्य से किया गया है। जिसमें द्वितीय स्त्रोत का आंशिक प्रयोग है।

-:आभार प्रदर्शन:-

स्तनपान एवं माँ के आहार विषय-विशेष पर केन्द्रित इस पुस्तक 'अमृत-कलश (स्तनपान एवं मातृस्नेह)' के लेखन कार्य को पूरा करने में मेरा स्वयं का लगभग 50 से अधिक वर्षों का चिकित्सीय अनुभव (जिसमें मैंने स्वयं एक शिशु रोग विशेषज्ञ के रुप में कार्य किया है) एक महत्वपूर्ण आधार रहा है। इस दौरान एक चिकित्सक के रुप में विभिन्न रोगियों का इलाज करते हुए कई उतार चढ़ाव देखे हैं, और अपने इसी अनुभव को इस पुस्तक के रुप में प्रकाशित करने का एक प्रयास किया है।

उक्त कार्य को पूरा करने में प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रुप से मेरे कई ऐसे वरिष्ठ एवं कनिष्ठ साथियों का सहयोग रहा, जिनके सहयोग के बिना शायद इस कार्य को पूरा करना मेरे लिए मुश्किल होता। इस क्रम में सर्वप्रथम डॉ. ए.के. रावत (भूतपूर्व विभागाध्यक्ष शिशु रोग विभाग, बुंदेलखण्ड मेडिकल कॉलेज सागर) का अविस्मरणीय सहयोग रहा है। इसके लिए मैं उनका हृदय से आभार व्यक्त करता हूँ। इसके साथ ही डॉ अरविंद गोस्वामी (शिशु रोग विशेषज्ञ, सागर) ने भी अपनी व्यस्त कार्यशैली में से समय निकालकर मेरा उत्साहवर्धन कर सहयोग प्रदान किया। मेरी धर्मपत्नि डॉ. सरोज गुप्ता जोकि स्वयं एक वरिष्ठ स्त्री रोग चिकित्सक हैं, एवं मेरी ज्येष्ठ पुत्री डॉ.शिखा सरावगी, जोकि मेरी प्रेरणा का स्त्रोत हैं, इन्होनें संयुक्त रुप से मेरा मार्ग प्रशस्त किया। मेरे ज्येष्ठ पुत्र डॉ आनंद गुप्ता एवं उनकी धर्म पत्नि डॉ मीनाक्षी गुप्ता व छोटे पुत्र डॉ संजय गुप्ता एवं डॉ शालिनी गुप्ता ने संयुक्त रुप से हर प्रकार का मुझे सहयोग प्रदान किया। वहीं मेरे दोनों नाती जिन्होनें बच्चे होते हुए भी ऐसे कई कार्य किए, जो शायद इस 82 वर्ष की उम्र में मेरे लिए करना मुश्किल था। इन दोनों बच्चों को भी मैं इस कार्य को पूरा करने में आशीर्वाद अर्पित करता हूं।

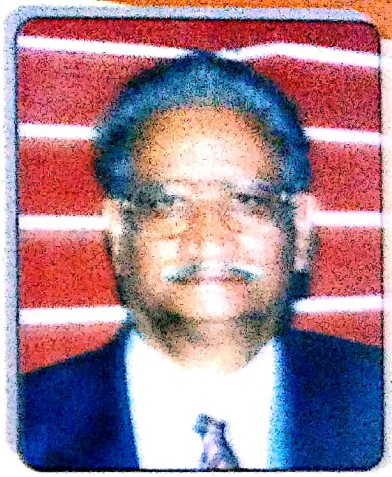
इस क्रम में अस्पताल के स्टाफ को भी मैं आभार व्यक्त करना नहीं भूलूंगा, जिन्होंने कभी भी मुझे इस नेक कार्य में अकेला महसूस नहीं होने दिया, और हमेशा प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रुप से मेरा सहयोग करते रहे।

डॉ.ओ.पी.गुप्त

-: अनुक्रमणिका :-

क्र.	अध्याय का नाम	पृष्ठ सं.
1.	स्तनपान, मातृस्नेह, ब्रेस्टफीडिंग	1-17
2.	ई.बी.एम. (ऐक्सप्रेस ब्रेस्ट मिल्क)	18-27
3.	शिशु दूध स्थानापन्न अधिनियम	28-30
4.	स्तनपान कराने वाली मां की खुराक	31-44
5.	स्वस्थ मां, स्वस्थ संतान, उन्नत देश	45-55
6.	स्तनपान और मां की दवाईयां	56-61
7.	मां के आंचल की बनावट	62-69
8.	बच्चे के रोने के कारण	70-74
9.	अन्न खाने की आदत	75-77
10.	अन्नप्राशन	78-84

जीवन-परिचय



नाम : डॉ.ओ.पी. गुप्त

जन्म : 11 जनवरी 1938

शिक्षा : एम.बी.बी.एस., एम.डी, (पी.एस.एम.)डी.सी.एच., एफ.आई.एस.सी.डी.(दिल्ली)

पता : गुप्ता नर्सिंग होम, न्यू कॉलोनी, सागर (म.प्र.) पिन : 470001

ई-मेल : guptaopgupta1@gmail.com

फोन : 07582-229495(नर्सिंग होम), 223459 (निवास)

9425425545 (मोबाईल)

लेखक इसके पूर्व 1. गर्भधारण से प्रसव तक की देखभाल, 2. एक दिन से एक वर्ष तक के बच्चे की देखभाल, 3. एक से पांच वर्ष तक के बच्चे की देखभाल आदि पुस्तकों के रचयेता रहे हैं। इसके अलावा डॉ. गुप्त मेडिकल कॉलेज जबलपुर में आठ वर्ष से अधिक समय तक शिक्षक एवं प्रशिक्षक का कार्य कर चुके है। साथ ही श्विश्व स्वास्थ संगठनय द्वारा 'How to erradicate Small Pox from big cities of India" पर विशेष चर्चा के लिए इन्हें आमंत्रित किया जा चुका है। जिसमें इनका सराहनीय सहयोग रहा। डॉ गुप्ता को लोक सेवा आयोग, इंदौर(म.प्र.) ने इन्हें एक विषय विशेषज्ञ के रुप में दो बार आमंत्रित किया। इन्होनें सन् 1974 लेकर 1978 तक नगर निगम भोपाल में,मुख्य स्वास्थ्य अधिकारी के पद भी कार्य किया है और यह इन्हें मध्यप्रदेश शासन के द्वारा प्रदान किया गया था। इसके साथ चभारतीय रेल-झांसी डिविजनय के डी.आर.यू.सी.सी. में आप सदस्य रहें। सन् 1999 के जयापुर में आयोजित "उष्णकटीबंधीय क्षेत्रों के बाल अधिवेशन" में इन्हें शामिल होने के लिए आमंत्रित किया गया। इसके अलावा लेखक आई.एम.ए., आई.ए.पी., एन.एन.एफ. और टी.ए.पी. के आजीवन सदस्य है। साथ ही आप रोटरी क्लब जिला सागर इकाई के अध्यक्ष पर भी कार्यरत रहे है।

डॉ (श्रीमती) सरोज गुप्त का जन्म जिला नरसिंहपुर (म.प्र.) में 01 मई 1949 को हुआ। यह सन् 1983 से वर्तमान तक गुप्ता नसिंग होम सागर में एक स्त्री रोग विशेषज्ञ के पद पर अपनी सेवाएं दे रही हैं। इन्होंने M.B.B.S, डिग्री हासिल की है। यह शिक्षा इन्होंने शासकीय मेडिकल कॉलेज, जबलपुर से प्राप्त की है। डॉ. ओ.पी. गुप्ता की धर्मपत्नि होने के साथ है। डॉ. (श्रीमती) सरोज गुप्त एक अनुभवी चिकित्सक एक जिम्मेदार मां एवं गृहणी का कार्य में सामांजस्य स्थापित कर अपना कर्तव्य बखूबी निभा रही हैं। जोकि निश्चित ही एक आम महिला के लिए प्रेरणा दायक है। डॉ. गुप्त के जीवन का चाहे चिकित्सीय पहलू हो या लेखकीय पहलू डॉ. (श्रीमती) सरोज गुप्त का एक धर्मपत्नि होने के रुप इनका सहयोग सराहनीय रहा है। वहीं डॉ. गुप्त के हर प्रकार के लेखन कार्य को पूर्ण करने में एक कुशल समालोचक एवं सहयोग की भूमिका का निर्वहन किया है। क्योंकि इन्हें अंग्रेजी के साथ-साथ हिन्दी भाषा ज्ञान में भी महारथ हासिल है। इस आधार पर कहा जा सकता है कि डॉ. गुप्त के लेखकीय जीवन में इनका अविस्मणीय सहयोग रहा है।