અમારો સંપર્ક સાધવો

Contact a Family નો સંપર્ક સાધો:
0808 808 3555
સોમવાર - શુક્રવાર સવારે 10 થી સાંજે 4 સુધી અને સોમવારે સાંજે 5.30 થી 7.30 ખુલે છે.
આ કોલ મફ્ત થાય છે

અમે કુટુંબના સભ્યો, મિત્રો અથવા કુટુંબને સારી રીતે જાણતા હોય તેઓ દરેકને માહિતી આપવા રાજી છીએ.

ઓનલાઈન :
www.cafamily.org.uk
www.makingcontact.org

આ માહિતીપત્રિકાનો અન્ય ભાષામાં અનુવાદ Contact a Family, પાસેથી ઉપલભ્ય છે.

ટેલિફોન ઈન્ટરપ્રિટરની સેવા

તમે Contact a Familyનો સંપર્ક સાધીને 100 કરતા વધુ ભાષાઓમાં યોગ્યતા મેળવેલ ઈન્ટરપ્રિટરની સુવિધા મેળવી શકો છો.

આ સેવાનો ઉપયોગ કરવા માટે :

- Contact a Familyને **0808 808 3555** ઉપર ટેલીફોન કરો
- તેઓને તમારો ટેલીફોન નબંર આપો
- તમને કઇ ભાષામાં મદદ જોઇએ છે તે જણાવો
- જો તમે થોડુ અંગ્રેજી જાણતા હો, તો તમને કેવા પ્રકારની મદદ મેળવવી છે તે વિષે તેઓને અંગ્રેજીમાં કહો
- થોડી મીનીટોમાં તમને મદદ કરવા માટે કોઇ એક ઈન્ટરપ્રિટરની સાથે તમને ટેલિફોન કરશે.

Prestige Network

LOTTERY FUNDED

This leaflet has been produced as part of the *Parents and Paediatricians Together* project and funded by the Big Lottery Fund.

Registered Office: 209-211 City Road,
London EC1V 1JN
Registered Charity Number: 284912
Company limited by guarantee
Registered in England and Wales No. 1633333
VAT Registration No. GB 749 3846 82

આ માહિતી પુસ્તિકા ખરી છે તેની ખાતરી કરવા માટે માહિતી ભેગી કરવા અને તૈયાર કરવામાં ઘણીં કાળજી લેવામાં આવી છે, અને કોઇ ભુલો અથવા માહિતી રહી ગઇ હોય તો Contact a Family તેની જવાબદારી નહીં લઇ શકે.

Feeding and eating – Gujarati version

© Contact a Family, January 2007

contact a family
for families with disabled children

ધવડાવવુ/ખવડાવવુ અને ખાવુ અને ખવડાવવુ

અક્ષમ (ડિસેબલ) બાળકોના માતાપિતા માટે માહિતી

ઓડૅર કોડ : C1

Parents & Paediatricians together

Contact a Family, The Royal College of Paediatrics and Child Health સાથે કામ કરે છે.

ધવડાવવુ અને ખાવુ

માતાનું એક કુદરતી અંતરજ્ઞાન હોય છે કે તે જન્મથી માંડીને બાળક થોડુ મોટુ થાય ત્યાં સુધી તેને ધ વડાવે. જો બાળક ખોરાક ના ખાય અથવા તેઓને ખાવાની મુશ્કેલી હોય તો તેઓના માતાપિતાને કદાચ ચિંતા, તેઓ મદદ નથી કરી શકતા અને હતાશાની લાગણી થઇ શકે છે. અક્ષમ બાળકને વિવિધ કારણોસર ખોરાકની મુશ્કેલી હોઇ શકે છે.
બાળક કદાચ :

- અમુક ખોરાક ચાવવા, ગળવા અથવા પચાવવામાં મુશ્કેલી અનુભવે.
- સિમિત હલન ચલન હોવાને કારણેં તેઓ જાતે ખોરાક ખાવામાં મુશ્કેલી અનુભવે
- તેઓને શિખવાની અક્ષમતા હોય જેને કારણેં તેઓ શિખવા, અથવા ભોજનના સમયે ખાતી વખતે કેવી વર્તાણૂંક કરવી જોઇએ તે સમજવામાં મુશ્કેલી અનુભવે
- અમુક પ્રકારના ખોરાક ખાવામાં આનાકાની કરે. આ પ્રકારની વર્તાણૂંક અમુક તબિબિ બિમારીઓ સાથે સંકળાયેલ હોઇ શકે છે.
- તબિબિ કારણોસર તેઓ શિશુ હોય ત્યારે તેઓને ધવડાવવા/ચુસવાના કામો ન કરવા દેવામાં આવ્યા હોય જેને કારણેં તેઓ આ કુશળતાઓનો વિકાસ નકરી શક્યા હોય.

જો તમારા બાળકને ખાવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય તો એ મહત્વનું છે કે તમે આરોગ્યના વ્યવસાયિક સાથે વાતચિત કરો જેઓ સંભવિત તબિબિ કારણોને તપાસી શકશે તથા સમસ્યાનો સામનો કેવી રીતે કરવો તે વિષે સલાહ આપી શકશે.

ભોજનનો સમય લડાઇનું મેદાન ન બને અને બાળક અને માતા-પિતા બન્ને હતાશાની લાગણી ના અનુભવે તે માટે સતત પ્રયાસ અને ધીરજ ઘણીં વખત જરુરી બને છે. માતાપિતા ઘણીં વખત તેઓના જેવીજ સમસ્યાનો સામનો કર્યો હોય તેવી વ્યક્તિઓ સાથે વાત કરવાથી મદદ થાય છે તેમ અનુભવે છે. Contact a Family તમને બાળકોની ખાસ તબિબિ બિમારીને લગતી મદદ શોધવામાં મદદ કરી શકે છે અને કદાચ તમને તમારા વિસ્તારમાં રહેતા માતાપિતાનો સંપર્ક પણ કરાવી શકે છે.

આ માહિતીપત્રિકા ખોરાક ખવડાવવામાં મુશ્કેલી ઉભી કરતી કેટલીક **શારિરીક સમસ્યાઓની** યાદી આપે છે, અને **ખોરાકના સમયે વ્યવસ્થા કરવા** વિષે આઇડીયા અને સંકેતો આપે છે, અને કદાચ મદદ કરી શકે તેવી **અન્ય સંસ્થાઓ** વિષે વિગતો આપે છે.

ખોરાક ખાવા/ધવડાવવા ઉપર અસર કરતી કેટલીક શારિરીક સમસ્યાઓ

ચુસવામાં મુશ્કેલી – ઘણાં નવજાત બાળકોને આ માટે શરુઆતમાં મુશ્કેલી ઉભી થાય છે અને આનો અર્થ એમ નથી થતો કે તેઓને લાંબા ગાળાની તબિબિ બિમારી છે. કેટલીક બિમારીઓના કારણેં ચૂસવાની મુશ્કેલી ઉભી થાય છે જેવાકે ક્લેફ્ટ પેલેટ (ફાટવાળુ તાળવુ) અને સેરેબરલ પલ્સી. આ સમસ્યા શરૂઆતથી જ દેખિતી હશે અને મટરનીટી વોર્ડના કર્મચારીઓ, મીડવાઇફ અથવા હેલ્થ વિઝીટર આ માટે સૂચનો કરવા માટે સમર્થ હશે.

વીનીંગ (ધાવણ છોડાવવુ) - આ એક એવુ કામ છે કે જેમાં બાળક ફક્ત પીણાં પીવાની સાથે સાથે કઠણ ખોરાક ખાવાનું શરુ કરે છે. કેટલાક બાળકોને કઠણ ખોરાકને ચાવવુ મુશ્કેલ લાગે છે. છતાંપણ કેટલાક બાળકો એવા હોય છે કે તેઓને ચૂસવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય છે પરંતુ તેઓને બહુ કઠણ ન હોય તેવા ખોરાક ખાવાનું સરળ લાગે છે અને જ્યારે તેઓને ધાવણ છોડાવવામાં આવે ત્યારે તેઓનો વિકાસ સારો થાય છે.આ વિષે હેલ્થ વિઝીટર તમને સલાહ આપી શકશે.

બાઇટ રીફ્લેક્સ – આ ખોરાક ખાતી વખતે થાય છે કે જ્યારે બાળક મોઢામાં કંઇ મુકવામાં આવે તો તરત જ મોઢુ બંધ કરી દે છે. બાળક આમ જાણી જોઇને નથી કરતુ. સ્પીચ એન્ડ લેન્ગ્વેજ થેરાપીસ્ટ મદદરૂપ ટેક્નીકો વિષે સલાહ આપી શકશે અને પ્લાસ્ટિકની ચમચી મોઢામાં ઇજા અથવા દાંતને નુકશાનનો સંભવ ઓછો કરે છે.

ચોકીંગ – નિયમિતરુપે સ્વાસ રુંધાવાથી બાળક અને સંભાળકર્તા બન્ને માટે બેચેની ઉભી થાય છે. એક ડોક્ટર હેલ્થ વિઝીટર, ફીઝીયોથેરાપીસ્ટ અથવા સ્પીચ અને લેન્ગ્વેજ તેરાપીસ્ટ તમને સ્વાસ રુંધાતો ટાળવાને અને જો સ્વાસ રુંધાય તો શું પગલા લેવા જોઇએ તેને લગતી સલાહ આપી શકશે.

કબજીયાત – જ્યારે બાળક સંડાસ નથી કરી શકતુ ત્યારે કબજીયાત થયેલ કહેવાય છે. તે કદાચ દેખિતી ન હોય તેવી તબિબિ બિમારી, પૂરતો અથવા અમુક પ્રકારનો ખોરાક ન ખાવાને કારણેં, પૂરતા પીણાં ન પીતા હોવાને કારણેં અથવા હલન ચલન ઓછુ થઇ ગયુ હોવાને કારણેં થઇ શકે છે. એક હેલ્થ વિઝીટર, એક પીડીઆટ્રીશ્યન અથવા બાળકના જી.પી. મદદ કરી શકશે.

દાંતની સંભાળ – ખાવામાં મુશ્કેલી જે રીતે દાંત એક બીજા સાથે બંધ થતા હોય તેને કારણેં અથવા દાંતની સમસ્યાને કારણેં થતા દર્દને કારણેં પણ થઇ શકે છે. અક્ષમ બાળકના દાંત સ્વચ્છ રાખવા વધુ મુશ્કેલ હોઇ શકે છે. ડેન્ટીસ્ટને ત્યાં વારંવાર દાંતની તપાસની ભલામણ કરવામાં આવે છે અને કદાચ ડિસેબલ બાળકના દાંતની સંભાળ રાખવાનો અનુભવ ધરાવતા કોમ્યૂનિટી ડેન્ટીસ્ટ પાસે જવુ જરૂરી બનશે.

રીફ્લક્સ – આ જ્યારે ખોરાકને ચાવ્યા પછી ગળવામાં આવે અને તે પેટમાં જતી ઓએસોફેગસ ટ્યુબમાં પાછો ઉપર આવે તેને કહેવાય છે. આનાથી ખોરાક ખાતી વખતે અને ખાધા પછી મુશ્કેલી ઉભી થાય છે અને કદાચ તેને કારણેં ઉલટી થાય. તેની હંમેશા ડોક્ટર પાસે તપાસ કરાવવી જોઇએ કે જેઓ સારવાર વિષેના વિકલ્પો જણાવી શકશે.

ઉલટી થવી – વારંવાર ઉલટી થવાથી લાગતાવળગતા દરેકને દુખ થાય છે. જ્યારે બાળક શારિરીક અક્ષમતા ધરાવતુ હોય ત્યારે બાળકની સ્થિતી બદલવાથી અને ખાધા પછી તરત જ આડા પડવાનું ટાળવાથી ટાળી શકાશે. જો ઉલટી થવાનું ચાલુ રહે તો તમારા હેલ્થ વિઝીટર અ થવા જી.પીની સલાહ લો.

સ્વતંત્રરુપે (જાતે) ખાવુ

અક્ષમ બાળકને જાતે ખાવાનું શિખતા કદાચ વાર લાગે, છતાંપણ, જેમ જેમ તેઓ મોટા થાય તેમ તેમ મોટા ભાગના બાળકો એવુ પસંદ કરે છે કે તેઓ જાતે ખાઇ શકે અને બીજા ઉપર આધાર રાખવાથી તેઓ નાસીપાસ થઇ જાય છે. અક્ષમ બાળકોને આ કુશળતાનો વિકાસ કરવામાં સમય અને મહેનત લાગે પરંતુ તેનાથી તેઓને અન્ય કામોમાં મદદ થશે જેવાકે વિકાસ, હલન ચલન અને હાથ-આંખની એકસૂત્રતા .

સાધનો અને વાસણો

મોટા ભાગના બાળકોને નાના બાળકો માટે બનાવવામાં આવેલ સમાન્ય ચમચીથી ખવડાવી શકાય છે અને તે હાઈસ્ટ્રીટના સ્ટોરોમાંથી સરળતાથીઉપલભ્ય છે. ખાસ પ્લેટો, વાડકા, કપ, હેતુસર બનાવાયેલ ચમચા ચમચી અને વસ્તુ, ડીશ (થાળી)ને જગ્યા ઉપર જ રાખવા માટે ઉપયોગી છે તેવી ખસી ના જાય તેવી મેટ, આ દરેક વસ્તુ ઉપલભ્ય છે અને ખોરાક કપડા ઉપર ના પડે તે માટેના ખાસ બીબ જેવી ખાસ વસ્તુઓ પણ ઉપલભ્ય છે. ઓક્યૂપેશનલ થેરાપીસ્ટ શું વધુ યોગ્ય છે તે વિષે સલાહ આપી શકશે.

આહાર – પોષક અને સમતોલીત આહાર આરોગ્યપ્રદ રહેવા માટે અગત્યનો છે. હેલ્થ વિઝીટરો અને ડાયેટીશ્યનો તમને યોગ્ય આહાર વિષે સલાહ આપી શકશે. જો ચાવવામાં મુશ્કેલી હોય તો સ્પીચ અને લેન્ગ્લેજ થેરાપીસ્ટ અનુકૂળ ખોરાકની રચના અને ઘનત્વના પ્રમાણ વિષે સલાહ આપી શકશે. આનાથી બાળક મારફત ખવાતા ખોરાકના પ્રકારમાં વધારો થશે.

ટ્યૂબ ફીડીંગ

કેટલીક વખત શીશુ અને બાળકોને તેઓ યોગ્ય રીતે સૂચી અથવા ગળી ના શકતા હોવાને કારણેં એક નળી મારફત ખોરાક આપવો જરુરી બને છે.

એક નેઝો-ગેસ્ટ્રીક ટ્યૂબ (NG ટ્યૂબ) ને પેટમાં નાંખવામાં આવે છે અને નાકમાંથી પસાર કરીને તેને પેટ સુધી લઇ જવામાં આવે છે.

એક ગેસ્ટ્રોટોમી ટ્યૂબ પેટ ઉપર નાનો કાપ મુકીને સીધી પીટમાં મુકવામાં આવે છે. આમાં સર્જરીની જરુર પડે છે.

બન્ને કેટલાક લોકોને મદદ કરવા માટે મદદરુપ સાબિત થયા છે. ટ્યૂબ મારફત ખોરાક ખવડાવવો તે એક ટુંકા ગાળા માટેનું કામ હોય છે પરંતુ પ્રસંગોપાત કાયમીરુપે આમ કરવુ પડે છે. કેટલીક વખત ટ્યૂબ અને પ્રણાલિકાગત રુપે ખવડાવવા બન્નેની ભલામણ કરવામાં આવે છે. ટ્યૂબથી ખોરાક ખ વડાવવામાં આવતુ હોય તેવા બાળકોના માતાપિતાને સલાહ પૂરી પાડતા સહાયકારી ગ્રૂપ PINNT વિષે આ પત્રિકાના અંતે માહિતી આપવામાં આવેલ છે.

ખોરાકના સમયે ઉપયોગી સંકેતો

કુટુંબ તરીકે સાથે ખાવુ

કુટુંબ તરીકે સાથે બેસીને ખાવાથી બાળકને ખાતી વખતે યોગ્ય વર્તાણૂંક શિખવામાં મદદ થાય છે. ખાસ કરીને શિખવા અને સાંભળવામાં સમસ્યા હોય તેવા બાળકો માટે આ ખુબજ ઉપયોગી છે કારણકે તેઓ અન્ય લોકોને જોવા મારફત યોગ્ય વર્તાણૂંક વિષે જાણકારી મેળવે છે. માતાપિતા નિયમિતરુપે કુટુંબ સાથે ભેગા થઈને ખાવાની વ્યવસ્થા કરવી મુશ્કેલ લાગે, ખાસ કરીને જો કુટુંબના જુદા જુદા સભ્યો જુદા જુદા સમયે આવતા અને જતા હોય. હંમેશા એની ખાતરી કરો કે ઓછામાં ઓછી એક વ્યક્તિ બાળક ખાવા બેસે ત્યારે સાથે ખાવા બેસે અને શક્ય હોય ત્યારે કુટુંબમાં સાથે બેસીને ખાવાની ગોઠવણ કરવાનો પ્રયત્ન કરો.

ખોરાક ખાવાના સમયે બેસવા માટે બાળકની એક જગ્યા નિશ્ચિત કરો

ખોરાક ખાવાના સમયોએ નિયમિત નિત્યક્રમથી બાળકને તેઓ પાસે શું અપેક્ષા રખાઇ રહી છે તે સમજવામાં મદદ થાય છે. બાળકના કદને અનુરૂપ ટેબલ અને ખુરસી પસંદ કરવાનો પ્રયત્ન કરો. કેટલાક માતાપિતા તેઓના બાળકને ટેલિવિઝન અથવા વિડીયોની સામે બેસાડવાનું પસંદ કરે છે કે જેથી ખાતી વખતે તેઓનું ધ્યાન બીજે જાય છે. આ ટેવ છોડાવવી અઘરી પડી શકે છે અને જો ખાવા માટે બહાર જાવ તો સમસ્યા ઉભી કરે છે. વધુ હલન ચલન કરતી હોય તેવી વસ્તુનો ઉપયોગ કરવો વધુ યોગ્ય છે કે જેથી તેને મુખ્ય ટેબલ ઉપર સહેલાઈથી ખસેડી શકાય. દા.ત . મનપસંદ રમકડુ અથવા પુસ્તક

બાળકને યોગ્ય સ્થિતીમાં બેસાડો

જો બાળક શારિરીક અક્ષમતા ધરાવતુ હોય તો તેઓને કદાચ ટેકાની જરુર પડશે કે જેથી તેઓ યોગ્ય સ્થિતીમાં બેસી શકે. માથુ પાછળ ઢળેલુ હોય તો ખાવાનું તથા પીણાં પીવા ખુબજ મુશ્કેલ બને છે. ફીઝીયોથેરાપીસ્ટ/ઓક્યૂપેશનલ થેરાપિસ્ટ પાસેથી સલાહ મેળવો.

જ્યારે ભોજન લગભગ તૈયાર થઈ જાય ત્યારે તમારા બાળકને તેની ચેતવણી આપો

જો બાળક કોઇ પ્રવૃત્તિમાં મશગુલ હોય અને તમે અચાનક તે જે પ્રવૃત્તિ કરતા હોય તે બંધ કરવાનું કહેશો તો કદાચ ગુસ્સાભરી વર્તાણૂંક કરશે. બાળકની સાથે વાતચિત કરીને, ટેબલ ગોઠવવા મારફત અથવા ખોરાકના ચિત્રો બતાવવા મારફતચેતવણી આપો કે ખોરાક થોડા સમયમાં તૈયાર થઈ જશે.

ખાવાની આનાકની

જ્યારે નવો ખોરાક આપવાનું ચાલુ કરો ત્યારે તેને અન્ય ખોરાક સાથે થાળીમાં અહીં તહીં મુકો. તેઓને ગમતો ના હોય તેવો ખોરાક ખાવા માટે તેઓને દબાણ ના કરો. જો બાળક ટેબલ ઉપર ટુંકા સમય માટે બેઠા હોય અને થોડો ખોરાક ખાધો હોય, તો તેઓની પ્રસંશા કરો અને કોઈક બદલો ચૂકવો. જો તેઓને લાંબો સમય બેસવાની મુશકેલી હોય તો એક મોટા એગ ટાઈમરનો ઉપયોગ કરીને તમારા બાળકને બેસાડો અને ટાઈમ પુરો થઈ જાય એટલે બાળકને ખસવા દો. આનાથી તેઓને બેસવાના સમય માટે જોઈ શકાય તેવુ જોડાણ (કડી) દેખાશે. સમયજતાં તમે બેસવાના સમયમાં ધીરે ધીરે વધારો કરી શકો છો. ફરીથી, ઉતાવળ ના કરશો અને ત્વરીત ફેરફારની અપેક્ષાના રાખશો.

સમસ્યાના સંભવિત કારણોં

શાના કારણેં સમસ્યા ઉભી થઇ રહી છે તે ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરો. કેટલાક સંભવિત કારણોં નીચે પ્રમાણે છે :

- આરામથી ખાવા માટે આરામદાયક સ્થિતીમાં ના હોવુ, તેઓ શું ખાઇ રહ્યા છે અથવા પી રહ્યા છે તે જોવા માટે અસમર્થ હોવુ અને મોટી ખુરસીમાં બેસતી વખતે અસલામતીનો અનુભવ
- અમુક ખોરાક પ્રત્યે અણગમો. કેટલીક વખત બાળકોને અમુક પ્રકારની બનાવટના, સ્વાદના અને સુગંધ ધરાવતા ખોરાકો પસંદ નથી હોતા. કયા ખોરાક ખાય છે અને કયા ખોરાક નથી ખાતા તેની નોંધ રાખો અને કોઇ પેટર્ન હોય તો જુઓ. આ કદાચ ફક્ત ખોરાકને લગતી એક ધૂન હશે કે જે દરેક બાળકોને લાગે છે.
- ચમચી ચમચા તેઓના મોઢામાં જાય તો તે લાગણી તેઓને ગમતી નથી. ધાતુના છરી કાંટા અને વાસણોં વધુ સમસ્યારુપ હોય છે.
- કેટલાક બાળકોને ખોરાક થાળીમાં અમુક રીતે જ પીરસવામાં આવે તે ગમે છે અને તેઓને ખોરાક ભેગો કરી દેવામાં આવે તે નથી ગમતુ.
- થાળીમાં મુકવામાં આવેલ ખોરાકની માત્રાથી તેઓ દિગ્મૂઢ થઇ જાય છે. પહેલા ફક્ત થોડો ખોરાક પીરસવો યોગ્યછે, અને જો જોઇએ તો વધારે ખોરાક આપવો.
- કેટલાક શીશૂઓ તેઓ જાતે ચમચીની મદદના બદલે હાથેથી ખાય તે વધુ પસંદ કરે છે.
- કોઇ એક વ્યક્તિ સાથે નિકટથી બેસવુ
- કુટુંબના અન્ય સભ્યો ખુબજ ઘોંઘાટ કરતા હોય અથવા ધ્યાન ખેંચતા હોય

અસામાજીક વર્તાણૂંક

જો તમારૂ બાળક ટેબલ ઉપર ખુબજ ધમાલ કરે અને ખોરાકને જમીન ઉપર થુકે, તો તેઓને કોઇ પણ પ્રકારની લાગણી બતાવશો નહીં કારણકે આમ કરવાથી તેઓની વર્તાણૂંકને સમર્થન મળશે અને કદાચ તેઓને ફરીથી આમ કરવા માટેનું ઉત્તેજન મળશે. આમ કરવુ સરળ નથી. ખોરાક માટે દબાણ ક્યારેય ના કરશો કારણકે તેનાથી સમસ્યામાં વધારો થશે.

યાદરાખો

જો તમે બાળકની ખાવાની ટેવોના લીધે માનસીક તાણ અનુભવતા હો તો તેની જાણ બાળકને ના થવા દો કારણકે તેનાથી વધુ વ્યગ્રતા પેદા થશે અને સમસ્યા વધુ ખરાબ બનશે.

તમારૂ બાળક પુરતુ ખાય છે?

કેટલીક વખત એવુ લાગે કે તમારા બાળકે આખો દિવસ ખુબજ થોડો ખોરાક ખાધો છે, આથી કેટલીક વખત તેઓએ શું ખાધુ છે તે લખવુ યોગ્ય હશે. કદાચ તમને આશ્ચર્ય થશે કે તેઓએ ઘણું ખાધુ છે તે પછી ચોકલેટ હોય, સ્વીટ હોય કે ક્રીસ્પ! જ્યારે તમે આરોગ્યના વ્યવસાયિક સાથે તેઓના આહાર વિષે વાતચીત કરવા માટે જાવ ત્યારે આ સાથે લેતા જાવ.

નિષ્ણાત મદદ મેળવવી

એવા સમયો હોય છે કે જ્યારે માતાપિતાએ નિષ્ણાત મદદ અને સહાય મેળવવી પડે છે. એકલા સંઘર્ષ ના કરો પરંતુ તમારા બાળકના ડોક્ટર, હેલ્થ વિઝીટર અથવા નર્સ સાથે વાતચીત કરો. યોગ્ય વ્યવસાયિક પાસેથી મદદ મેળવવા માટે ભલામણ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરો. ડાયેટીશ્યન, કોમ્યૂનિટી નર્સ અને સ્પીચ એન્ડ લેન્ગ્વેજ થેરાપીસ્ટ તથા ઓક્યુપેશનલ થેરાપીસ્ટ દરેક પાસે ખાસ કુશળતાઓ હોય છે કે જે તમને અને તમારા બાળકને મદદ કરી શકે છે.

વિવિધ ભાષાઓમાં અનુવાદ કરેલ માહિતીપત્રિકાઓ

Contact a Family પાસેથી ઉપલબ્ધ છે.

ઉપયોગી સંપર્કો

Contact a Family (કોન્ટેક્ટ એ ફેમિલી)

અક્ષમતા ધરાવતા બાળકોના કુટુંબને તેઓની કોઇ પણ બિમારી હોય છતાંપણ મદદ પૂરી પાડે છે. તેઓ 120 કરતા વધુ ભાષાઓમાં ટેલિફોન ઉપર દુભાષિયાની સેવા પૂરી પાડે છે અને વિવિધ ભાષાઓમાં માહિતી તેઓની વેબસાઇટ ઉપરથી ડાઉનલોડ કરી શકાય છે.

ટેલિ: 0808 808 3555 સોમવાર થી શુક્રવાર સવારે 10 સાંજે 4, સોમવારસાંજે 5.30-7.30
ઈમેઈલ : helpline@cafamily.org.uk
વેબ: http://www.cafamily.org.uk

National Autistic Society (નેશનલ ઓટીસ્ટીક સોસાયટી) - ઓટીસ્ટીક સ્પેક્ટ્રમ ડીસોર્ડર (ASD) ધરાવતા બાળકોના માતાપિતા માટે સલાહ અને માહિતીની સેવા પૂરી પાડે છે. તેઓ 120 કરતા વધુ ભાષાઓમાં ટેલિફોન ઉપર દુભાષિયાની સેવા પૂરી પાડે છે અને વિવિધ ભાષાઓમાં માહિતી તેઓની વેબસાઇટ ઉપરથી ડાઉનલોડ કરી શકાય છે.

ટેલિ : 0845 070 4004
સોમવાર - શુક્રવાર , સવારે 10- સાંજે 4
ઓટીઝમ હેલ્પલાઇન
Autism Helpline,
The National Autistic Society,
393 City Road, London, EC1V 1NG
ઈમેઈલ: nas@nas.org.uk
વેબ: http://www.nas.org.uk

PINNT (Patients on Intravenous and Naso-gastric Nutrition Therapy) ઈન્ટ્રાવીનસ અને નેઝો-ગેસ્ટ્રીક ન્યુટ્રીશન થેરાપી ઉપર હોય તેવા દરદીઓ

ટ્યૂબ , નેઝો-ગેસ્ટ્રીક અથવા ઈન્ટ્રાવીનસ ફીડીંગ ઉપર હોય તેવા બાળકોના માતાપિતાને સલાહ પૂરી પાડે છે.

ટેલિ: 01202 481625
PO Box 3126
Christchurch
Dorset BH23 2XS
ઈમેઈલ: pinnt@dial.pipex.com
વેબ: http://www.pinnt.com

Scope (સ્કોપ) સેરેબરલ પલ્સી ધરાવતા નવજાત બાળકોથી છ વર્ષ સુધીના બાળકોને ખવડાવવા વિષે માહિતીપત્રિકાઓ અને સીડીરોમ બહાર પાડે છે.

કિંમત £15.00
ટેલિ: 0808 800 3333 સોમવાર થી શુક્રવાર સવારે 9 –સાંજે 9, શની - રવિ બપોરે 2 થી સાંજે 6
Cerebral Palsy Helpline
PO Box 833
Milton Keynes
MK12 5NY
ફેક્સ: 01908 321051
ઈમેઈલ: response@scope.org.uk
વેબ : http://www.scope.org.uk