ماں کا دودھ پلانا
قانون برائے حقوقِ والدہ

اپنے شیر خوار بچے کی آمد کی تیاری میں بچے کو دودھ پلانے کے طریقے کے بارے میں انتخاب کرنا آپ کا ایک اہم فیصلہ ہوتا ہے۔ ڈاکٹر متفق ہیں کہ زیادہ تر خواتین کے لئے اپنا دودھ پلانا محفوظ ترین اور سب سے زیادہ صحت افزا انتخاب ہے۔ یہ آپ کا حق ہے کہ آپ کو اپنا دودھ پلانے کے فوائد سے مطلع کیا جائے اور آپ کو نگہداشتِ صحت مہیا کرنے والا ماں کا دودھ پلانے والے کی ترغیب و تائید کرے۔ ایک عورت کو اپنا دودھ پلانے کے بارے میں اپنا انتخاب خود کرنے کا حق ہے۔ آپ چاہے اپنا دودھ پلانے کا انتخاب کریں یا نہ کریں، آپ کو مندرجہ ذیل بنیادی حقوق حاصل ہیں۔ یہ یقینی بنانا والدہ کی نگہداشتِ صحت مہیا کرنے والوں کی ذمہ داری ہے کہ آپ کو ان حقوق کی سمجھ بوجھ حاصل ہو۔ آپ کو یہ حقوق آپ کی نسل، عقیدے، قومی اصل، جنسی ملن یا آپ کی نگہداشتِ صحت کی ادائیگی کرنے والے سے قطع نظر حاصل ہوتے ہیں۔

1) آپ کا بچہ پیدا ہونے سے پہلے

- آپ کو اپنے اور اپنے بچے کے لئے اپنا دودھ پلانے کے فوائد کے بارے میں مکمل معلومات حاصل کرنے کا حق ہے۔ اس سے آپ کو اپنے بچے کو دودھ پلانے کے بارے میں ایک باخبر انتخاب کرنے میں مدد ملے گی۔
- اپنا دودھ پلانے کے بارے میں غذائی، طبّی اور نفسیاتی فوائد؛
- اپنا دودھ پلانے کے لئے خود کو تیار کرنے کے لئے ضروری اقدامات؛
- آپ کو ممکنہ طور پر پیش آنے والے بعض مسائل کی وضاحت اور ان سے بچاؤ یا انہیں حل کرنے کا طریقہ۔

2) والدہ کی نگہداشتِ صحت کی سہولت (اسپتال) میں

- آپ کو حق ہے کہ آپ اپنے بچے کو پیدائش کے بالکل بعد سے اپنے ساتھ رکھ سکیں، چاہے آپ کا بچہ معمول کے طریقے سے پیدا ہوا ہو یا آپریشن کے زریعے۔ آپ کو حق ہے کہ آپ پیدائش کے ایک گھنٹہ بعد اپنے بچے کو اپنا دودھ پلانا شروع کر سکیں۔
- آپ کو حق ہے کہ ماں کا دودھ پلانے کے عمل میں خصوصی تربیت رکھنے والا کوئی شخص آپ کو معلومات دے اور جب آپ کو ضرورت ہو، آپ کی مدد کرے۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ یہ اصرار کریں کہ آپ کے بچے کو بوتل سے دودھ نہ پلایا جائے اور اس کو چوسنی نہ دی جائے۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ دودھ کو ممکنہ طور پر خشک کرنے والی ادویات کے بارے میں جان سکیں اور انہیں لینے سے انکار کر سکیں۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ اپنے بچے کو 24 گھنٹے اپنے ساتھ رکھ سکیں۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ اپنے بچے کو دن رات کسی بھی وقت دودھ پلا سکیں۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ یہ جان سکیں آیا آپ کو ڈاکٹر یا آپ کے بچے کا ماہرِ اطفال دودھ پلانے کے طریقے کا فیصلہ کرنے سے پہلے ماں کا دودھ پلانے کے خلاف مشورہ دے رہا ہے۔
- آپ کو حق ہے کہ اپنے بچے کے پنگھوڑے (پالنے) پر ایک بورڈ لگوائیں جس پر واضح طور پر لکھا ہوا ہو کہ آپ کا بچہ ماں کا دودھ پی رہا ہے لہذا اسے کسی قسم کا، بوتل کا دودھ نہ دیا جائے۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ اس بارے میں مکمل معلومات حاصل کریں کہ اپنا دودھ پلانا آپ کے لئے کیسا جا رہا ہے اور اس کو بہتر کرنے کے لئے مدد حاصل کریں۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ اپنے بچے کو نوزائیدہ بچوں کے یونٹ برائے انتہائی نگہداشت میں دودھ پلائیں۔ اگر دودھ پلانا ممکن نہ ہو تو آپ اپنے بچے کو اپنا پمپ شدہ یا نکالا ہوا دودھ دیں۔
- اگر آپ، یا آپ کا بچہ پیدائش کے ابتدائی قیام کے بعد اسپتال میں دوبارہ داخل ہو جائے، تو آپ کو حق ہے کہ اپنے دودھ کو پلانا جاری رکھنے کے لئے معاونت حاصل کر سکیں۔ اس صورت میں اسپتال آپ کو اسپتال کی سطح کے برقی پمپ اور کمرہ دینے کی سہولت مہیا کرنے کی ہرممکن کوشش کرے گا۔ ماں کا دودھ پلانے میں خصوصی تربیت یافتہ عملے کا ایک رکن آپ کی مدد کرے گا۔
- آپ کو حق ہے کہ اگر آپ کے بچے کی کوئی خاص ضروریات ہوں تو آپ دودھ پلانے اور آپ کا دودھ نکالنے میں مدد کے لئے کسی ایسے شخص کی مدد حاصل کریں جو ماں کا دودھ پلانے میں خصوصی تربیت یافتہ ہو۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ کا کوئی دوست یا اہلِ خاندان کسی ایسے شخص کی مدد حاصل کر سکے جو ماں کا دودھ پلانے میں خصوصی تربیت یافتہ ہو۔

3) جب آپ والدہ کی نگہداشتِ صحت کی سہولت (اسپتال) کو چھوڑتی ہیں

- آپ کو ماں کا دودھ پلانے سے متعلق ایسی طبع شدہ معلومات حاصل کرنے کا حق ہے جو تجارتی مواد سے خالی ہوں۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ کو سہولت(اسپتال) سے ایسے کوپنوں اور مفت نمونوں کے بغیر ڈسچارج کیا جائے جن کا مقصد ماں کا دودھ پلانے کی حوصلہ شکنی ہو، مگر یہ کہ آپ نے خصوصی طور پر ان کے لئے درخواست کی ہو اور یہ سہولت میں دستیاب ہوں۔
- آپ کو حق ہے کہ اپنی کمیونٹی میں ماں کا دودھ پلانے کے مشیروں، امدادی گروہوں اور چھاتی کے پمپوں کی دستیابی سے متعلق معلومات سمیت ماں کا دودھ پلانے کے وسائل کے بارے میں معلومات حاصل کر سکیں۔
- آپ کو حق ہے کہ سہولت آپ کو اپنے بچے کے لئے ایک طبّی فراہم کنندہ کا انتخاب کرنے میں مدد اورایک متابعتی مقررہ ملاقات کی اہمیت کی سمجھ بوجھ کے لئے معلومات فراہم کرے۔
- آپ کو حق ہے کہ اپنے دودھ کو محفوظ طور پر حاصل کرنے اور اسے ذخیرہ کرنے سے متعلق معلومات حاصل کر سکیں۔
- آپ کو حق ہے کہ آپ کسی بھی مقام پر اپنے بچے کو دودھ پلا سکیں چاہے یہ سب کے سامنے (سرِ عام) ہو یا پوشیدہ ہو، جہاں پر آپ کو بصورتِ دیگر رہنے کی اجازت ہو۔

منکورہ بالا تمام حقوق آپ کے ہیں۔ اگر والدہ کو نگہداشتِ صحت مہیا کرنے والی سہولت ان حقوق کو ادا نہیں کرتی تو آپ نیو یارک ریاست کے محکمہ صحت سے 1-800-804-5447 پر رابطہ کرکے معاونت طلب کر سکتے ہیں۔

CLAS-2374 (Feb 10) Urdu