



ஆறுதல் நிலைகள்

ஆறுதல் நிலைகள் மருத்துவ நடைமுறைகளை மிகவும் பாதுகாப்பானதாகவும், ஒத்துழைப்பை அதிகரிக்கும் மற்றும் துயரத்தைக் குறைக்கும் என்று ஆய்வுகளும், இளையோருடனான அனுபவங்களும் கூறுகின்றன.

பெற்றோர்களாகவும் பராமரிப்பாளர்களாகவும், உங்கள் குழந்தையை நீங்கள் நன்கு அறிவீர்கள். உங்கள் வருகையின் போது உங்கள் குழந்தை பாதுகாப்பாகவும் சௌகரியமாகவும் உணர எது உதவும் என்பதை எங்கள் ஊழியர்களுடன் கலந்துரையாடுங்கள்.

சில ஆறுதல் நிலைகள் பின்வருமாறு:



கோலா கட்டிப்பிடிப்பு
(Koala cuddle)



மார்புக்குத் திரும்புதல்
(Back to chest)



பக்கவாட்டில் படுத்தல்



தொட்டில் அல்லது
பக்கவாட்டில்
உட்காருதல்

பெற்றோர்கள் மற்றும் பராமரிப்பாளர்களுக்கான சிறந்த குறிப்புகள்:

- மல்லாந்து அல்லது பக்கவாட்டில் படுக்க வைப்பது அவர்களுக்கு பாதுகாப்பாக உணரவும், வலியைக் குறைக்கவும் உதவும்.
- ஒரு நிலையான பராமரிப்பாளர் = ஒரு நிலையான குழந்தை. உங்கள் கால்களை தரையில் தட்டையாக வைக்கவும் அல்லது உங்கள் உடல் படுக்கை அல்லது நாற்காலியால் நன்கு ஆதரிக்கப்படுவதை உறுதி செய்யவும்.
- அமைதி என்பது தொற்றிக்கொள்ளும் தன்மை கொண்டது. மெதுவாக, ஆழமாக மூச்சை இழுங்கள், உங்கள் குழந்தையும் அவ்வாறே செய்ய உதவுங்கள்.
- ஆறுதல் அளிக்கும் தொடுதலைப் பயன்படுத்துங்கள். உங்கள் குழந்தை கட்டுப்படுத்தப்பட்டதாக அல்ல, அணைக்கப்பட்டு பாதுகாப்பாக உணரும் அளவுக்கு அரவணைப்பை வழங்குங்கள்.
- உங்கள் குழந்தைக்கு தனது உடலுக்கு என்ன நடக்கிறது என்பது குறித்துத் தெரிந்துகொள்ள உரிமை உண்டு. இது எவ்வாறு நடக்கிறது என்பது பற்றிய கலந்துரையாடலில் உங்கள் குழந்தையை ஈடுபடுத்துவது முக்கியம்.
- ஒவ்வொரு குழந்தையும் தனித்துவமானது. உங்கள் சிகிச்சைக் குழுவுடன் உங்கள் விருப்பங்களைப் பற்றி கலந்துரையாடவும்.
- தேவைப்பட்டால் **KKIND கம்ஃபோர்ட் திட்டத்தைப்** பூர்த்தி செய்யுங்கள். திட்டத்தைப் பதிவிறக்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

