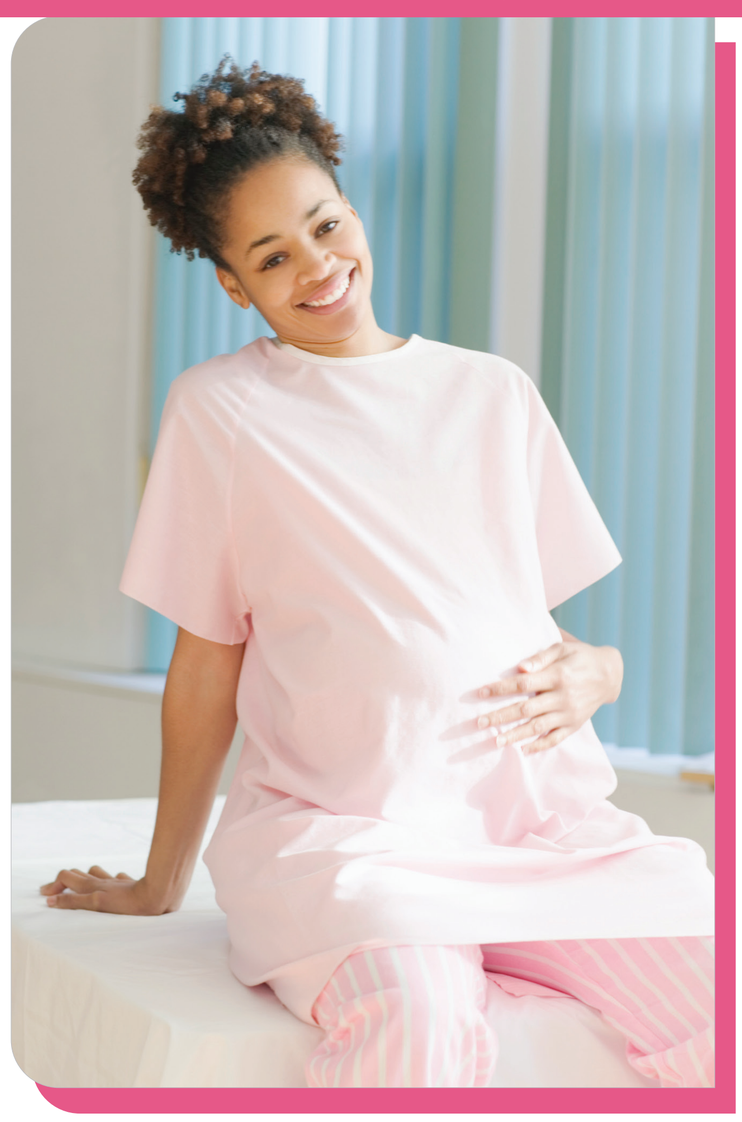
स्तनपान और छाती से दूध पिलाने वाले लोगों का अधिकार पत्र

प्रसव की तैयारी करते समय, नवजात शिशु को दूध कैसे पिलाएं, यह चुनना लोगों के सामने आने वाले कई महत्वपूर्ण फ़ैसलों में से एक है। स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता मानते हैं कि स्तनपान/छाती से दूध पिलाना ज़्यादातर लोगों के लिए सबसे सुरक्षित और स्वस्थ विकल्प है।



आपको ये अधिकार प्राप्त हैं:

- स्तनपान/छाती से दूध पिलाने के बारे में अपना निर्णय ख़ुद लें
- स्तनपान/छाती से दूध पिलाने के फ़ायदों के बारे में जानकारी प्राप्त करें
- अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम और शिशु देखभाल प्रदाताओं से सहायता प्राप्त करें

चाहे आप स्तन/छाती से दूध पिलाना चुनें या नहीं, आपको इस प्रकाशन में बताए गए अधिकार प्राप्त हैं। आपके भुगतान के स्रोत या आपकी: आयु, नस्ल/रंग; नागरिकता या आप्रवासन स्थिति, राष्ट्रीय मूल, पंथ/धर्म; अक्षमता, गर्भावस्था संबंधी स्थिति; घरेलू हिंसा के शिकार होने की स्थिति; जेंडर पहचान या अभिव्यक्ति, लिंग, यौन रुझान; वैवाहिक स्थिति, पारिवारिक स्थिति: विवाहित, अविवाहित, गर्भ धारण किए हुए होना; बच्चे होना, आदि; सैन्य स्थिति; गिरफ़्तारी के रिकॉर्ड के इतिहास की परवाह किए बिना, आपको ये अधिकार प्राप्त हैं।

प्रसूति अस्पतालों और प्रसव केंद्रों की यह ज़िम्मेदारी है कि वे इन अधिकारों को स्पष्ट रूप से समझाएं और ज़रूरत पड़ने पर दुभाषिया उपलब्ध कराएं। ये अधिकार केवल उन मामलों में सीमित किए जा सकते हैं, जहाँ आपके या आपके बच्चे के स्वास्थ्य के लिए ऐसा करना ज़रूरी हो। अगर नीचे दिए गए अधिकारों में से कोई भी अधिकार चिकित्सीय तौर पर आपके या आपके बच्चे के लिए सही नहीं है, तो आपको तथ्यों की पूरी जानकारी दी जानी चाहिए। विकल्पों के बारे में आपसे आपकी राय भी पूछी जानी चाहिए।

बच्चे को जन्म देने से पहले

अगर आप न्यूयॉर्क स्टेट के अनुच्छेद 28 के तहत प्रसवपूर्व देखभाल प्रदाता के यहाँ प्रसवपूर्व प्रसूति कक्षाओं (प्रीनेटल चाइल्डबर्थ क्लासिस) में शामिल हों, तो आपको यह अधिकार पत्र (Bill of Rights) ज़रूर मिलना चाहिए। इन प्रदाताओं में प्रसूति अस्पताल, प्रसव केंद्र, अस्पताल के क्लिनिक, और नैदानिक/इलाज केंद्र शामिल हैं।

प्री-बुकिंग या अस्पताल में भर्ती होने के समय, प्रसूति अस्पतालों और प्रसव केंद्रों को हर मरीज़ या उनके निजी प्रतिनिधि को दो चीज़ें ज़रूर देनी चाहिए। पहला, यह अधिकार पत्र; और दूसरा, मातृत्व जानकारी से जुड़ा ब्रोशर। निजी प्रतिनिधि वह व्यक्ति होता है जिसे मरीज़ ने अपनी तरफ़ से काम करने या बात करने के लिए चुना हो।

दूध पिलाने के संबंध में सूचित निर्णय लेने के लिए, आपको अपने और अपने बच्चे के लिए स्तनपान/छाती से दूध पिलाने के फ़ायदों के बारे में पूरी जानकारी प्राप्त करने का अधिकार है।

आपको ऐसी जानकारी प्राप्त करने का अधिकार है जो व्यावसायिक हितों से मुक्त हो और जिसमें ये शामिल हों:

- स्तनपान/छाती से दूध पिलाने से आपको और आपके बच्चे को पोषण, मेडिकल और भावनात्मक तौर पर कैसे फ़ायदा पहुँचता है
- स्तनपान/छाती से दूध पिलाने की तैयारी कैसे करें
- उन कुछ समस्याओं को कैसे समझें जो आपके सामने आ सकती हैं और उनका समाधान कैसे करें

प्रसूति अस्पताल या प्रसव केंद्र में आपको ये अधिकार प्राप्त हैं:

- जन्म के तुरंत बाद अपने बच्चे को अपने पास रखें, चाहे बच्चे का जन्म नॉर्मल डिलीवरी से हुआ हो या सिजेरियन, सी-सेक्शन से
- दिन के 24 घंटे अपने बच्चे को अपने कमरे में अपने साथ रखें
- जन्म के एक घंटे के भीतर स्तनपान/छाती से दूध पिलाना शुरू करें
- निओनेटल इन्टेन्सिव केयर यूनिट में अपने बच्चे को स्तन/छाती से दूध पिलाएं
    - अगर स्तन/छाती से दूध पिलाना संभव न हो, तो यह सुनिश्चित करने की हर संभव कोशिश की जानी चाहिए कि आपके बच्चे को आपका पंप किया हुआ या निकाला हुआ दूध मिल सके।
- दिन या रात में किसी भी समय अपने बच्चे को स्तन-/छाती से दूध पिलाएं

सहायता या जानकारी प्राप्त करते समय आपको ये अधिकार प्राप्त हैं:

- किसी ऐसे व्यक्ति से मदद पाने का जिसे स्तनपान/छाती से दूध पिलाने में सहायता करने का प्रशिक्षण मिला हो
- अगर आपके बच्चे की विशेष ज़रूरतें हैं, तो ऐसे किसी व्यक्ति से मदद पाने का जिसे स्तनपान/छाती से दूध पिलाने में सहायता करने का विशेष प्रशिक्षण मिला हो
- स्तनपान/छाती से दूध पिलाने की आपकी प्रक्रिया कैसी चल रही है, इस बारे में पूरी जानकारी प्राप्त करने और इसे बेहतर बनाने के लिए मदद लेने का
- आपके दूध बनने की मात्रा को प्रभावित करने वाली किसी भी दवा के बारे में जानकारी प्राप्त करने और उसे लेने से मना करने का
- दूध पिलाने का कोई भी निर्णय लेने से पहले यह जानने का कि क्या आपके या आपके बच्चे के स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता (बच्चों के डॉक्टर) स्तनपान/छाती से दूध पिलाने से मना कर रहे हैं
- अगर आप अनुरोध करें, तो परिवार के किसी सदस्य या दोस्त को स्टाफ़ के किसी सदस्य से स्तनपान/छाती से दूध पिलाने के बारे में जानकारी प्राप्त करने देने का

आपको ये अधिकार भी प्राप्त हैं:

- यह सुनिश्चित करने का कि आपके बच्चे को बोतल से दूध या पैसिफ़ायर न दिया जाए
- अपने बच्चे के पालने पर एक साइन लगवाने का जिसमें साफ़ तौर पर लिखा हो कि आपके बच्चे को स्तन/छाती से दूध पिलाया जा रहा है और उसे किसी भी तरह की बोतल से दूध और/या पैसिफ़ायर या कृत्रिम निप्पल न दिया जाए

नोट: अगर आप या आपका बच्चा बच्चे के जन्म के बाद अस्पताल में रहने की अवधि पूरी होने के बाद दोबारा प्रसूति अस्पताल में भर्ती हों, तो अस्पताल:

- स्तनपान/छाती से दूध पिलाने में सहायता जारी रखने की हर मुमकिन कोशिश करेगा
- अस्पताल के स्तर के इलेक्ट्रिक पंप और बच्चे को अपने कमरे में साथ रखने की सुविधाएँ प्रदान करेगा

प्रसूति अस्पताल या प्रसव केंद्र से छुट्टी लेते समय आपको ये अधिकार प्राप्त हैं:

- स्तनपान/छाती से दूध पिलाने की ऐसी छपी हुई या डिजिटल जानकारी प्राप्त करने का जो व्यावसायिक प्रचार सामग्री से मुक्त हो
- इन्फ़ैंट फ़ॉर्मूला, इन्फ़ैंट फ़ॉर्मूला के कूपन या इन्फ़ैंट फ़ॉर्मूला के उपहार वाले डिस्चार्ज पैक के बिना अस्पताल/केंद्र से छुट्टी प्राप्त करने का। ऐसा तभी होता है जब तक कि आपने ख़ासतौर पर इन चीज़ों की मांग न की हो और वे उस अस्पताल/केंद्र में उपलब्ध न हों
    - अगर आपके बच्चे के स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता ने इन्हें देने का निर्देश दिया है, तो आपको ये चीज़ें मिल सकती हैं।
- अपने समुदाय में स्तनपान/छाती से दूध पिलाने से जुड़े संसाधनों के बारे में जानकारी प्राप्त करने का, जिसमें स्तनपान/छाती से दूध पिलाने के विशेषज्ञों, सहायता समूहों और ब्रेस्ट पंप की उपलब्धता शामिल है
- अस्पताल/केंद्र से ऐसी जानकारी प्राप्त करने का जिससे आपको अपने बच्चे के लिए स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता चुनने में मदद मिल सके आपको उनसे फ़ॉलो-अप अपॉइंटमेंट के महत्व को समझने में मदद लेने का भी अधिकार है
- अपने स्तन/छाती के दूध को सुरक्षित तरीके से निकालने और स्टोर करने के बारे में जानकारी प्राप्त करने का

अपने बच्चे को दूध पिलाते समय आपको ये अधिकार प्राप्त हैं:

- जहाँ आपको उपस्थित रहने की अनुमति हो, ऐसे किसी भी स्थान पर अपने शिशु को स्तनपान कराने/छाती से दूध पिलाने का, चाहे यह सार्वजनिक स्थान हो या निजी। ऐसा न्यूयॉर्क नागरिक अधिकार कानून (Civil Rights Law) की धारा 79-e के तहत न्यूयॉर्क में स्तनपान के अधिकारों से जुड़े संरक्षण की वजह से है।
    - इस अधिकार के उल्लंघन को न्यूयॉर्क मानवाधिकार कानून (Human Rights Law) के तहत भेदभाव माना जा सकता है, ख़ासकर लिंग और पारिवारिक स्थिति (विवाहित या सिंगल, गर्भवती, बच्चे होना आदि) के आधार पर।
- अपने कार्यस्थल या चाइल्ड-/डे केयर सेंटर में अपने बच्चे को स्तनपान/छाती से दूध पिलाने का। वहाँ का माहौल स्तनपान/छाती से दूध पिलाने या स्तन/छाती का दूध देने के ख़िलाफ़ नहीं होना चाहिए।
- श्रम कानून (Labor Law) की धारा 206-c के तहत, बच्चे के जन्म के बाद तीन साल तक काम के दौरान दूध निकालने के लिए 30 मिनट का सवैतनिक ब्रेक प्राप्त करें ये ब्रेक पहले से मिलने वाले भुगतान वाले ब्रेक या भोजन के समय के अलावा होंगे। अगर आपको दूध निकालने के लिए 30 मिनट से ज़्यादा समय चाहिए, तो आप ब्रेक के अन्य समय का इस्तेमाल करें।
    - जब भी आपको ब्रेक लेने की उचित ज़रूरत हो, तो आपके नियोक्ता को आपकी ज़रूरतें पूरी करने की उचित कोशिश करनी चाहिए उन्हें एक निजी जगह भी उपलब्ध करानी चाहिए जहाँ आप दूध निकाल सकें।
    - काम के दौरान दूध निकालने के आपके फ़ैसले के आधार पर आपका नियोक्ता आपके साथ भेदभाव नहीं कर सकता।
    - अगर कोई नियोक्ता इन नियमों का पालन नहीं करता है, तो उसे दो में से किसी एक कानून का उल्लंघन करने वाला माना जा सकता है ये कानून कार्यस्थल पर लिंग, गर्भावस्था से जुड़ी स्थितियों, और विकलांगता के आधार पर होने वाले भेदभाव से कर्मचारियों को बचाते हैं। ये न्यूयॉर्क स्टेट का श्रम कानून (Labor Law) और न्यूयॉर्क स्टेट का मानवाधिकार कानून (Human Rights Law) हैं।

ये आपके अधिकार हैं।

अगर आपको लगे कि आपके अधिकारों का उल्लंघन हुआ है:

अगर **प्रसूति अस्पताल या प्रसव केंद्र** इन अधिकारों का सम्मान नहीं करते हैं, तो आप न्यूयॉर्क स्टेट स्वास्थ्य विभाग (Department of Health) से संपर्क करके मदद मांगें।

शिकायत दर्ज करने के लिए: ईमेल: promotebreastfeeding@health.ny.gov

अगर आपका नियोक्ता इन अधिकारों का सम्मान नहीं करता है, तो आप न्यूयॉर्क स्टेट श्रम विभाग के श्रम मानक प्रभाग (Department of Labor's Division of Labor Standards) से संपर्क करके मदद मांगें।

शिकायत दर्ज करने के लिए: कॉल करें: 1-888-52-LABOR (1-888-52-52267)
ईमेल भेजें: LSAsk@labor.ny.gov
यहाँ जाएं: on.ny.gov/breastmilkexpression

नागरिक अधिकारों से जुड़ी शिकायतें न्यूयॉर्क स्टेट के मानवाधिकार प्रभाग (Division of Human Rights) को भेजी जा सकती हैं या अदालत में ले जाई जा सकती हैं।

भेदभाव की रिपोर्ट करने के लिए:
कॉल करें: 1-844-NYS-DHR1 (1-844-697-3471)
यहाँ जाएं: dhr.ny.gov/complaint