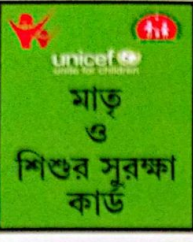


সংহত শিশু বিকাশ সেবা
রাষ্ট্রীয় গ্রামা স্বাস্থ্য অভিযান



মাতৃ ও শিশুর
ফটো

জেলা কোড নম্বর

ব্লক পি এইচ সির কোড নম্বর

পরিবার চিহ্নিতকরণ

মাতৃর নাম Sharmim Akter বয়স
শিশুর নাম Dilwar Hussain
ঠিকানা W/P/O 16

নগর/গ্রাম/চা বাগান/পাহাড়ি/জংগল/চর এলাকা (✓)
মাতৃর শিক্ষাগত যোগ্যতা : অশিক্ষিত/প্রাথমিক/মাধ্যমিক/হাইস্কুল/স্নাতক

গর্ভাবস্থার বিবরণ

মাতৃ চিহ্নিতকরণ নম্বর _____
মাসিক স্মৃত্যাব হওয়ার শেষ তারিখ / /
প্রসবের সম্ভাব্য তারিখ / /
গর্ভধারণের ক্রম/পূর্বের জীবিত জন্মের সংখ্যা /
শেষবার প্রসব হওয়ার স্থান : স্বাস্থ্যকেন্দ্র ঘর
বর্তমান প্রসব : স্বাস্থ্যকেন্দ্র ঘর
জননী সুরক্ষা যোজনা নিবন্ধন নম্বর _____
জননী সুরক্ষা যোজনার
অধীনে পাওয়া টাকার পরিমাণ : তারিখ / /

জন্মের বিবরণ

শিশুর নাম Jare Jahan
জন্মের তারিখ / / জন্মের / /
ওজন কিঃ গ্রাম
মেয়ে ছেলে জন্মের নিবন্ধন নম্বর 33/17

স্বাস্থ্যকেন্দ্রের চিহ্নিতকরণ

অঙ্গনবাড়ী কর্মী _____ অঙ্গনবাড়ী কেন্দ্র/খণ্ড _____
আশা কর্মী _____ এ. এন. এম _____
স্বাস্থ্য উপকেন্দ্র/ট্রিনিং _____
প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্র/সংলগ্ন _____ চিকিৎসালয়/এফ আর ইউ _____
ফোন নম্বর এ. এন. এম. 96352622 চিকিৎসালয় _____
যান-বাহনের ব্যবস্থা _____

অঙ্গনবাড়ী কেন্দ্র তারিখ / / উপকেন্দ্র তারিখ / /
নিবন্ধন নম্বর / / নিবন্ধন নম্বর / /
রেফারেল / /

মহিলা ও শিশু বিকাশ মন্ত্রণালয়, ভারত সরকার
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, ভারত সরকার

গর্ভাবস্থায় নিয়মিতভাবে স্বাস্থ্য পরীক্ষা
করানো অতি আবশ্যিক



নিবন্ধন



প্রসবপূর্বক স্বাস্থ্য সেবা

স্বাস্থ্যকেন্দ্রের গর্ভধারণের প্রথম তিন মাসে পঞ্জীভুক্ত করান।



রক্তচাপ, রক্ত ও প্রস্রাব

পঞ্জীভুক্ত করার পর কম করেও তিনবার প্রসবপূর্বক স্বাস্থ্য পরীক্ষা করান।



ওজন

প্রতিবারই ওজন পরীক্ষা করান। গর্ভাবস্থায় অন্ততঃ ১০-১২ কেজি ওজন বাড়ার দরকার। গর্ভাবস্থার শেষ ছয়মাসে প্রতিমাস ১ কেজি করে ওজন বাড়ার উচিত।



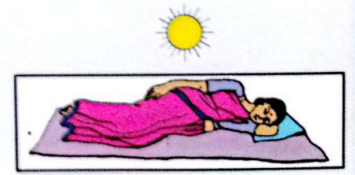
টি টি টিকা

দুটি টি টিকা নেবেন। প্রথম টিকাটি গর্ভধারণের ৩/৫ মাস পর ও দ্বিতীয় টিকাটি তার একমাস পর নেবেন। (তারিখ উল্লেখ করবেন)



আয়রণ বাড়ি

প্রতিদিন একটি করে আয়রণ ও ফলিক এসিডের বডি অন্ততঃ তিনমাস খান। অন্ততঃ ১০০ টি বডি খান। (পরিমাণ ও বডি দেওয়ার তারিখ উল্লেখ করুন) যদি রক্তহীনতায় ভুগছেন, দিনে দুটি করে খান।



- ◆ বিভিন্ন প্রকারের খাবার খান।
- ◆ বেশি পরিমাণের আহার খান—সাধারণ অবস্থায় ঝাওয়া খাবারের থেকে ১/৪ অংশ বেশি খাদ্য খান।
- ◆ অঙ্গনবাড়ী কেন্দ্রে দেওয়া পরিপূরক পুষ্টি-কর আহার নিয়মিতভাবে গ্রহণ করুন।
- ◆ রাতে ৮ ঘণ্টা শোয়া ছাড়াও দিনে অন্ততঃ ২ ঘণ্টা বিশ্রাম নিন।
- ◆ আয় ডিনযুক্ত লবণই ব্যবহার করুন।

প্রত্যেকটি প্রসবপূর্বক স্বাস্থ্য পরীক্ষায় পরিপুষ্টির পরামর্শ নিশ্চিত করুন।

নবজাতকের যত্ন










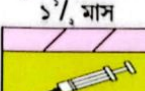
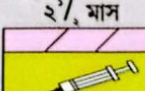
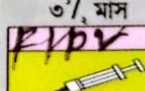

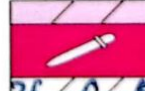










শিশুটিকে গরম করে রাখুন
জন্মের আশুঘণ্টার ভেতরে শিশুটিকে স্তনপান করান
প্রথম ৬ মাস পর্যন্ত শিশুটিকে কেবল মাত্র মায়ের দুধই খাওয়ান
প্রথম সপ্তাহে শিশুটিকে চান করাবেন না
নাড়ি শুকনো করে রাখুন
রোগাক্রান্ত লোক থেকে শিশুটিকে দূরে রাখুন
জন্মের পরই ওজন নিন
যদি শিশুটির ওজন ২.৫ কিঃ গ্রাম থেকে কম হয়, বিশেষভাবে যত্ন নিন

বিপদ সংকেত—স্বাস্থ্যকর্মীর সংগে যোগাযোগ করুন

মাতৃস্তন দুর্বলভাবে চুষলে অথবা মাতৃদুগ্ধ খেতে না চাইলে
শিশুটি কাঁদতে না পারলে। শ্বাস নিতে কষ্ট পেলে
হাত ও পায়ের তলা হলদে হয়ে গেলে
জ্বর অথবা শরীর ঠাণ্ডা হলে
পায়খানার সংগে রক্ত বের হলে
শিশুটির মাংসপেশির অস্বাভাবিক সঞ্চালন হলে
দুর্বল অথবা অচেতন হলে



প্রতিষেধক সূচি

জন্মের সময়ে	জন্মের সময়ে	জন্মের সময়ে	
 বি সি জি ১ $\frac{1}{2}$ মাস 24/11/17	 ও পি ভি-০* ২ $\frac{1}{2}$ মাস 24/11/17	 হেপাটাইটিস-বি ০* ৩ $\frac{1}{2}$ মাস 24/11/17	* স্বাস্থ্যকেন্দ্রে প্রসব হলে
 ও পি ভি-১ ১ $\frac{1}{2}$ মাস 20/12/17	 ও পি ভি-২ ২ $\frac{1}{2}$ মাস 24/01/18	 ও পি ভি-৩ ৩ $\frac{1}{2}$ মাস 21/3/18	
 ডি পি টি-১ ১ $\frac{1}{2}$ মাস 20/12/17	 ডি পি টি-২ ২ $\frac{1}{2}$ মাস 24/01/18	 ডি পি টি-৩ ৩ $\frac{1}{2}$ মাস 21/3/18	
 হেপাটাইটিস বি-১	 হেপাটাইটিস বি-২	 হেপাটাইটিস বি-৩ 23/18	
১৬-২৪ মাস			
 ডি পি টি বুস্টার 24/6/17	 পলিও বুস্টার 26/8/17	 ডি পি টি বুস্টার-৫ বছর 26/8/17	
ভিটামিন-এ			
 ৩০ মাস	 ৩৬ মাস 24/6/17	 ৪২ মাস 26/6/17	মনে রাখবেন • ৬ মাসের ওপরের শিশুকে উপদেশ দেওয়া অনুসার আয়রণ ও ফলিক এসিডের সিরাপ খাওয়াবেন। • এক বছরের ওপরের শিশুকে উপদেশ দেওয়া অনুসার বছরে দুবার কুমির ঔষধ খাওয়াবেন।
 ৪৮ মাস	 ৫৪ মাস	 ৬০ মাস	
			

নিপসিড ও ইউনিসেফের সহযোগে মহিলা ও শিশু বিকাশ মন্ত্রণালয় এবং স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, ভারত সরকারদ্বারা প্রস্তুত।

Rota 2nd 24/11/18
Rota 3rd 24/01/18

Rota 1st 20/12/17
DTP

FIPV 3rd = 21/3/18

FIPV 1st = 20/12/17