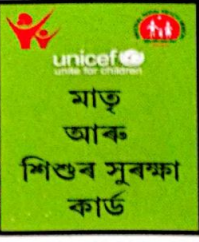


সংহত শিশু বিকাশ সেবা  
ৰাষ্ট্ৰীয় গ্ৰাম্য স্বাস্থ্য অভিযান



মাতৃ আৰু শিশুৰ  
ফটো

জিলাৰ ক'ড নং

ব্লক পি এইচ চিৰ ক'ড নং

পৰিয়াল চিনাক্তকৰণ

মাতৃৰ নাম Shamima B Laskar বয়স   
পিতৃৰ নাম Silvar Hussain Laskar  
ঠিকনা Lakshishuhar Umorb H.K-17

নগৰ/গাঁও/চাহ বাগিচা/পাহাৰীয়া/ফৰেষ্ট/চৰ-চাপৰি (✓)  
মাতৃৰ শিক্ষাগত অৰ্হতা : অশিক্ষিত/প্ৰাথমিক/মাধ্যমিক/হাইস্কুল/স্নাতক

গৰ্ভাবস্থাৰ বিৱৰণ

মাতৃ চিনাক্তকৰণ নং \_\_\_\_\_  
মাহেকীয়া স্বাস্থ্য সেৱাৰ হোৱাৰ শেষ তাৰিখ  /  /   
প্ৰসৱৰ সম্ভাৱ্য তাৰিখ  /  /   
গৰ্ভাবস্থাৰ ক্ৰম/পূৰ্বৰ জীৱিত জন্মৰ সংখ্যা  /   
শেষবাৰ প্ৰসৱ হোৱাৰ ঠাই : স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ  ঘৰ   
বৰ্তমান প্ৰসৱ : স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ  ঘৰ   
জননী সুৰক্ষা যোজনা পঞ্জীয়ন নং \_\_\_\_\_  
জননী সুৰক্ষা যোজনাৰ  
অধীনত লাভ কৰা টকাৰ পৰিমাণ:  তাৰিখ ৭/৪/১৭

শিশুৰ নাম Jora Jahan Laskar জন্মৰ বিৱৰণ  
জন্মৰ তাৰিখ ৭/৪/১৭ জন্মৰ  ওজন   
কিঃ  গ্ৰাম   
ছোৱালী  ল'ৰা  জন্মৰ পঞ্জীয়ন নং

স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰৰ চিনাক্তকৰণ

অঙ্গনৱাডী কৰ্মী \_\_\_\_\_ অঙ্গনৱাডী কেন্দ্ৰ/খণ্ড \_\_\_\_\_  
আশা কৰ্মী \_\_\_\_\_ এ. এন. এম Beh  
স্বাস্থ্য উপকেন্দ্ৰ/ক্লিনিক \_\_\_\_\_  
প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ/নগৰ \_\_\_\_\_ চিকিৎসালয়/এফ আৰ ইউ \_\_\_\_\_  
ফোন নং এ. এন. এম. \_\_\_\_\_ চিকিৎসালয় S.K. Roy CH  
যান-বাহনৰ ব্যৱস্থা \_\_\_\_\_

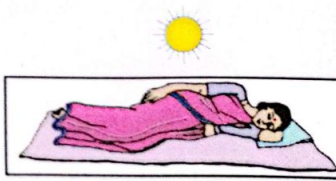
অঙ্গনৱাডী কেন্দ্ৰ  তাৰিখ  উপকেন্দ্ৰ  তাৰিখ   
পঞ্জীয়ন নং  পঞ্জীয়ন নং   
বেফাবেল

মহিলা আৰু শিশু বিকাশ মঞ্জালায়, ডাৰত চৰকাৰ  
স্বাস্থ্য আৰু পৰিয়াল কল্যাণ মঞ্জালায়, ডাৰত চৰকাৰ

গৰ্ভাবস্থাত নিয়মীয়াকৈ স্বাস্থ্য পৰীক্ষা  
কৰোৱা অতি আৱশ্যক

মাহ	১ম	২য়	৩য়	৪র্থ	৫ম	৬ষ্ঠ	৭ম	৮ম	৯ম
পঞ্জীয়ন									
প্ৰসৱপূৰ্বক স্বাস্থ্য সেৱা									
বক্তচাপ, তেজ আৰু প্ৰস্ৰাৱ									
ওজন									
টি টি বেজি									
আইৰণ বড়ি									

গৰ্ভাবস্থাৰ যতন



- বিভিন্ন প্ৰকাৰৰ খাদ্য খাওক।
- বেচি পৰিমাণৰ খাদ্য খাওক—  
সাধাৰণ অৱস্থাত খোৱা খাদ্যতকৈ  
১/৪ অংশ অতিৰিক্ত খাদ্য খাওক।
- অঙ্গনৱাডী কেন্দ্ৰত দিয়া পৰিপূৰক  
পুষ্টিৰ আহাৰ নিয়মিতভাৱে গ্ৰহণ কৰক।
- বাতি ৮ ঘণ্টা শোৱাৰ উপৰিও  
অন্ততঃ ২ ঘণ্টা বিশ্রাম লওক
- আয়ুৰ্দ্ধনিক নিমখহে ব্যৱহাৰ

প্ৰত্যেকটো প্ৰসৱপূৰ্বক স্বাস্থ্য পৰীক্ষাত পৰিপুষ্টিৰ পৰামৰ্শ নিশ্চিত কৰক।



নবজাতকৰ যতন

- শিশুটিক উম দি ৰাখক
- জন্মৰ আধাঘণ্টাৰ ভিতৰত শিশুটিক স্তনপান কৰাওক
- প্ৰথম ৬ মাহলৈকে শিশুটিক কেবল মাত্ৰ মাকৰ গাখীৰ খুৱাবক
- প্ৰথম সপ্তাহত শিশুটিক গা নুধুৱাব
- নাড়ী শুকানকৈ ৰাখক
- ৰুগীয়া লোকৰপৰা শিশুটিক দূৰত ৰাখক
- জন্মৰ পাছতেই ওজন লওক
- যদি শিশুটিৰ ওজন ২.৫ কিঃ গ্ৰামতকৈ কম হয় তেন্তে বিশেষভাৱে যত্ন লওক

Rata wt - 7/8/19

PV wt - 7/8/19

1 PV 3 wt - 6/11/19

Rata wt - 6/11/19

বিপদ সংকেত — স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ ওচৰ চাপক

- মাতৃস্তন দুৰ্বলভাৱে চুহিলে বা পিয়াহ খাব নিবিচাৰিলে
- কোঁচুৱাটোৱে কান্দিব নোৱাৰিলে। উশাহ লোৱাত কষ্ট পালে
- হাত আৰু ভৰিব তলুৱা হালধীয়া পৰিলে
- জ্বৰ বা শৰীৰ চেঁচা হ'লে
- শৌচত তেজ গ'লে
- শিশুটিৰ মাংসপেশীৰ অস্বাভাৱিক জোকাবনী হ'লে (ফিট ?)
- ভাগৰুৱা বা অচেতন হৈ পৰিলে



প্ৰতিষেধক সূচী

জন্মৰপৰা ৫ বছৰ

জন্মতে			১৬-২৪ মাহ	৫ বছৰ
 10/2/19 বি চি জি ১½ মাহ	 10/2/19 অ' পি. ভি-০* ২½ মাহ	 10/2/19 হেপাটাইটিছ-বি ০* ৩½ মাহ		
 4/9/19 7/8/19 অ' পি. ভি-১ ১½ মাহ	 4/9/19 4/9/19 অ' পি. ভি-২ ২½ মাহ	 6/11/19 6/11/19 অ' পি. ভি-৩ ৩½ মাহ		* স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰত প্ৰসৱ হ'লে
 4/9/19 7/8/19 ডি পি টি-১ ১½ মাহ	 4/9/19 4/9/19 ডি পি টি-২ ২½ মাহ	 6/11/19 6/11/19 ডি পি টি-৩ ৩½ মাহ		৯ মাহ সক আই
 হেপাটাইটিছ বি-১	 হেপাটাইটিছ বি-২	 হেপাটাইটিছ বি-৩		৯-১২ মাহৰ জে.ই.-১
			১৬-২৪ মাহ	৫ বছৰ
 24/2/21	 24/2/21	 24/2/21	 24/2/21	 ডি পি টি বৃষ্টাৰ-১    পলিঅ' বৃষ্টাৰ    ২য় পালী সক আই    ২য় পালী জে.ই.    ডি পি টি বৃষ্টাৰ-২
ভিটামিন - এ				
 ৯ মাহ	 ১৬ মাহ	 ২৪ মাহ		
 ৩০ মাহ	 ৩৬ মাহ	 ৪২ মাহ		
 ৪৮ মাহ	 ৫৪ মাহ	 ৬০ মাহ		

মনত ৰাখিব

- ৬ মাহৰ ওপৰৰ শিশুক উপদেশ দিয়ামতে আহিৰণ আৰু ফলিক এছিডৰ চিৰাপ খুৱাব।
- এবছৰ ওপৰৰ শিশুক উপদেশ দিয়ামতে বছৰত দুবাৰ পেলুৰ দৰব খুৱাব।

নিপচিদি আৰু ইউনিচিফৰ সহযোগত মহিলা আৰু শিশু বিকাশ মন্ত্ৰালয় আৰু স্বাস্থ্য আৰু পৰিয়াল কল্যাণ মন্ত্ৰালয়, ভাৰত চৰকাৰৰ দ্বাৰা প্ৰস্তুত।