



ସମନ୍ୱିତ ମା' ଓ ଶିଶୁ ବିକାଶ ସେବା



ମା' ଏବଂ ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା କାର୍ଡ

ମା'ଙ୍କର ପରିଚୟ ପତ୍ର ନଂ

ପରିବାର ପରିଚୟ ତାରିଖ

ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କ ନାମ _____ ବୟସ

ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ନାମ _____

ଠିକଣା _____

ଦୂରଭାଷ _____ / ମୋବାଇଲ ନଂ _____

ମା'ଙ୍କ ଶିକ୍ଷାଗତ ଯୋଗ୍ୟତା : ନିରକ୍ଷର / ପ୍ରାଥମିକ / ମାଧ୍ୟମିକ / ହାଇ ସ୍କୁଲ / ଗ୍ରାଜୁଏଟ / ପୋଷ୍ଟଗ୍ରାଜୁଏଟ

ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର ବିବରଣୀ

ଶେଷ ମାସିକ ଗର୍ଭସ୍ତ୍ରାବର ତାରିଖ : / / ସମ୍ଭାବ୍ୟ ପ୍ରସବ ତାରିଖ / /

ସମୁଦାୟ ଗର୍ଭ ସଂଖ୍ୟା / ଜୀବିତ ଜନ୍ମିତ ଶିଶୁଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା / ଜନନୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା

ପୂର୍ବ ପ୍ରସବ କେଉଁଠାରେ ହୋଇଥିଲା : ଅନୁଷ୍ଠାନ ଘର ପଞ୍ଜିକରଣ ନଂ (ଏହି ଗର୍ଭର)

ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ବିବରଣୀ

ଉପକେନ୍ଦ୍ର _____	ଅଙ୍ଗନବାଡ଼ି କେନ୍ଦ୍ର _____
ଏଏନ୍ଏମ୍‌ଙ୍କ ନାମ _____	ଅଙ୍ଗନବାଡ଼ି ସେଠର କୋଡ୍ <input type="text"/>
ଉପଖଣ୍ଡଭରାୟ ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର _____	କର୍ମୀଙ୍କ ନାମ _____
_____	ଆଶାକର୍ମୀଙ୍କ ନାମ _____





ମାରାତ୍ମକ ମ୍ୟାଲେରିଆରୁ
ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ମା ଓ ଶିଶୁ ନିୟମିତ
ଔଷଧବୁଡ଼ା ମଶାଲୀ ଟାଣି ଶୁଅନ୍ତୁ ।

ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଫୋନ୍ ନମ୍ବର

ଜନନୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନମ୍ବର _____

ଆମ୍ବୁଲାନ୍ସ ନମ୍ବର _____

ଏଏନ୍ଏମ୍ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ନମ୍ବର _____

ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ନମ୍ବର _____

ଅଜ୍ଞାନବାଡ଼ି କେନ୍ଦ୍ର ନମ୍ବର _____

ବ୍ୟାଙ୍କ୍ ଖାତାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିବରଣୀ

କମ୍ପାଣୀର ନଂ - _____

ବ୍ୟାଙ୍କର ନାମ - _____

ବ୍ୟାଙ୍କର ଠିକଣା - _____

ମା'ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା ଏବଂ ପରାମର୍ଶ ସେବା ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ନିୟମିତ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ

ମାସ	୧ମ	୨ୟ	୩ୟ	୪ର୍ଥ	୫ମ	୬ଷ୍ଠ	୭ମ	୮ମ	୯ମ
 <p>ପଞ୍ଜିକରଣ</p>	ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର ପ୍ରଥମ ଚିକିତ୍ସା ମାସରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରରେ ନାମ ପଞ୍ଜିକରଣ କରାବୁ ।								
 <p>ପ୍ରଥମ ପୂର୍ବରୁ ପରୀକ୍ଷା</p>	ପ୍ରଥମ ପୂର୍ବରୁ ଅତି କମରେ ୩ ଥର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା କରାବୁ ।								
 <p>ରକ୍ତଚାପ, ଗର୍ଭ ଏବଂ ପରାମର୍ଶ ପରୀକ୍ଷା</p>	ପ୍ରତିଥର ରକ୍ତଚାପ, ଗର୍ଭ ଏବଂ ପରାମର୍ଶ ପରୀକ୍ଷା କରିନିଅବୁ ।								
 <p>ଓଜନ</p>	ପ୍ରତିଥର ଓଜନର ଏହି ପରାମର୍ଶ କରି ଓଜନ ହୁଅନ୍ତୁ । ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଅତି କମରେ ୧୦-୧୨ କେ.ଜି ଓଜନ ବଢ଼ିବା ଉଚିତ୍ । ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର ଶେଷ ୬ ମାସରେ ଅତି କମରେ ପ୍ରତି ମାସରେ ୧ କେ.ଜି ଓଜନ ବଢ଼ିବି କି ନାହିଁ । ହଁ <input type="checkbox"/> ନାଁ <input type="checkbox"/>								
 <p>ଚିତାନ୍ତ ଚର୍କାଭର ଚାକା</p>	୨ଟି ଚିତାନ୍ତ ଚର୍କାଭର ଚାକା ନିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରଥମ ଚିକିତ୍ସା ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର ଦେବାର ଜାଣିବା ପରେ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ଚିକିତ୍ସା ମାସ ପରେ ନିଅନ୍ତୁ ।								
 <p>ଲୌହ ବଢ଼ିକା</p>	ପ୍ରଥମ ଚିକିତ୍ସା ଦୂତୀୟ ମାସ ପରେ ନିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଦିନ ଲୌହ ବଢ଼ିକା ଚିକିତ୍ସା ଚଳୁଥିବା ମାସ ପାଇଁ ଖାଆନ୍ତୁ । ଅତିକମରେ ୧୦୦ଟି ବଢ଼ିକା ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ <input type="checkbox"/>								
 <p>ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ</p>	ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳା ପ୍ରତିଦିନ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ନିମନ୍ତେ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତୁ ।								
 <p>ସନ୍ତାନ</p>	ଶିଶୁକୁ ସନ୍ତାନ କରାଇବା ପାଇଁ ମା'କୁ ମାନସିକ ଏବଂ ଶାରୀରିକ ସ୍ତରରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାବୁ ।								

ଅକ୍ଷରରେ ଦେଖିବା ଅସୁବିଧା ହେଉଛି କି ? ହଁ ନାଁ ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର ମାସ ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସମସ୍ୟା କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କିଛି ବିପଦଶଙ୍କୁଳ ସଂକେତ ଅଛି କି ? ହଁ ନାଁ



ଯଦି ଆପଣ କିମ୍ବା ଆପଣଙ୍କ ପରିବାରର କୌଣସି ସଦସ୍ୟ ନିମ୍ନଲିଖିତ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖନ୍ତି, ତେବେ ଉଚ୍ଚ ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ନିଅନ୍ତୁ

 <p>ଗର୍ଭାବସ୍ଥା ସମୟରେ ଗଣ୍ଠପ୍ରସ୍ତ ହେବା, ପ୍ରସବ ସମୟରେ କିମ୍ବା ପ୍ରସବ ପରେ ଅତି ମାତ୍ରାରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହେବା</p>	 <p>ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଣାଳୀରେ ବାଧ୍ୟ ହେଉ ବା ନ ହେଉ ଅତିଶୀଘ୍ର ରକ୍ତସ୍ରାବ ହେବା</p>	 <p>ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ କିମ୍ବା ପ୍ରସବର ଗୋଟିଏ ମାସ ଭିତରେ ଅତି ମାତ୍ରାରେ ସ୍ତନ୍ନ ହେବା</p>
 <p>ଶୀଘ୍ର ମାରିବା, ଆସ୍ତା ଆସ୍ତା ହେବା, ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ହେବା, ବାଟି ହେବା, ହୃଦ୍‌ଘାତ, ପାଦ ପୂରିଯିବା</p>	 <p>୧୨ ଘଣ୍ଟାରୁ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରସବ ପରଶା ହେବା</p>	 <p>ପ୍ରସବ ପରଶା ପୂର୍ବରୁ ଗର୍ଭାଶୟର ପାଣିପକା ପାଟିଯିବା</p>

ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପ୍ରସବ କରାଇବା ନିଶ୍ଚିତ କରାନ୍ତୁ

 <p>ଆଶଙ୍କର୍ମୀ, ଏକମ-ଏମ / ଆଗମକାଟି କର୍ମୀ ସହିତ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ</p>	 <p>ଜନନୀ ପୁରଣା ଯୋଜନାରେ ନାମ ପଢ଼ିକରଣ କରନ୍ତୁ</p>	 <p>ଜନନୀ ପୁରଣା ଯୋଜନାର ସୂଚିଧାରଣୀକୁ ଉପଲବ୍ଧ କରନ୍ତୁ</p>
 <p>ପ୍ରସବ କରାଇବା ପାଇଁ ଆଗରୁ ଡାକ୍ତରଖାନା ଚିହ୍ନଟ କରି ରଖନ୍ତୁ</p>	 <p>ପ୍ରସବ ପୂର୍ବରୁ ଗମନା ଗମନର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତୁ</p>	 <p>ପରିବାରରୁ ଯତ୍ନ ଏବଂ ସହାୟତା ପାଇବା ନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ</p>

ଘରେ ପ୍ରସବ କରାଇବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରସ୍ତୁତି

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ହାତ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ✓ ଚଣାଣ ଏବଂ ବାହାର ପରିବେଶକୁ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ✓ ନୂଆ ଏବଂ ପରିଷ୍କାର ହେଉ, ବ୍ୟବହାର କରିବା ✓ ନାଭିକୁ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ✓ ନାଭିରେ ଚିକିତ୍ସା କରାଇବା ନାହିଁ ✓ ନାଭିକୁ ବାନ୍ଧିବା ପାଇଁ ପରିଷ୍କାର ସୂତା ବ୍ୟବହାର କରିବା ✓ ନବଜାତ ଶିଶୁ ପାଇଁ ପରିଷ୍କାର ଓ ଶୁଖିଲା କପଡ଼ାମାନ ସଜାଡ଼ି ରଖିବା 	 <p>ପ୍ରଥମ ଘରେ ୪୮ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାକ୍ତରଖାନା ରୁହନ୍ତୁ</p>
---	---	--

କରୁଣା ପରିସ୍ଥିତି



କରୁଣା ସମୟରେ ଡାକ୍ତରଖାନା ଯିବା ଆସିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବା

ପ୍ରସବ ପରେ



୧ ଘଣ୍ଟା ଭିତରେ ଶିଶୁକୁ ସନ୍ତୋଷ କରାଇବା



ଦୁଇଟି ଶିଶୁ ଜନ୍ମରେ ବ୍ୟବଧାନ ରଖିବା

ହଁ ନା

ମାସରେ ଥରେ ମା' ଓ ଶିଶୁ ସ୍ତାନରେ ହେଉଥିବା ସାମ୍ୟ ପୁଷିକର ଦିବସରେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିବେ

ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର ଯତ୍ନ

ପୂର୍ବଗର୍ଭରେ ପ୍ରସବ ଜନାତ ଅସୁବିଧା

(ଉପଯୁକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ (✓) ଚିହ୍ନ ଦିଅନ୍ତୁ)

- କ. ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ଖ. ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ବାତ ମାରିବା ଗ. ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଘ. ରକ୍ତହୀନତା
 ଡ. ଶିଶୁ ବାହାରି ନ ପାରିବା ଢ. ପ୍ରସବ ପରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ଈ. ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ଙ. ବିକଳାଙ୍ଗ ଶିଶୁ ଝ. ଅନ୍ୟାନ୍ୟ

ଅତୀତ ଇତିହାସ

କ. ଯକ୍ଷ୍ମା <input type="checkbox"/>	ଗ. ହୃଦ୍‌ରୋଗ <input type="checkbox"/>	ଡ. ଶ୍ୱାସ <input type="checkbox"/>
ଖ. ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ <input type="checkbox"/>	ଘ. ମଧୁମେହ <input type="checkbox"/>	ଢ. ଅନ୍ୟାନ୍ୟ <input type="checkbox"/>

ପରୀକ୍ଷା

ସାଧାରଣ ଅବସ୍ଥା <input type="checkbox"/>	ଶ୍ୱାସନଳୀ <input type="checkbox"/>
ହୃଦୟ <input type="checkbox"/>	ଶ୍ରବଣ <input type="checkbox"/>

ପ୍ରସବପୂର୍ବ ପରିଦର୍ଶନ

	୧	୨	୩	୪
ତାରିଖ				
କୌଣସି ସମସ୍ୟା				
ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର ସମ୍ବନ୍ଧ				
ଓଜନ (କେ.ଜି)				
ନାଡ଼ିର ଗତି				
ରକ୍ତ ଚାପ				
ଶେଆ ପଡ଼ିବା (ହାତ, ପାପୁଲି, ଆଖି)				
ପାଦ ପୁଲିବା				
କାମଳ ରୋଗ				

ତଳିପେଟ ପରୀକ୍ଷା

ଗର୍ଭାଗ୍ରର ଉଚ୍ଚତା				
କାନ୍ଧ/ଅବସ୍ଥିତି				
ଗର୍ଭରେ ଶିଶୁ କୁଲିବା	ଉପର ତଳ ଠେ ଠାଏ	ଉପର ତଳ ଠେ ଠାଏ	ଉପର ତଳ ଠେ ଠାଏ	ଉପର ତଳ ଠେ ଠାଏ
ଗର୍ଭସ୍ଥ ଶିଶୁର ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନ				
ଯୋନିଜ ପରୀକ୍ଷା				

ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପରୀକ୍ଷା

ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍				
ପରିସ୍ରାରେ ଆଲ୍‌ବୁମିନ୍				
ପରିସ୍ରାରେ ଶର୍କରା				
ଏସ୍‌ଏମ୍‌ଏଲ୍ ଦସ୍ତଖତ				

ଇଚ୍ଛାଧୀନ ପରୀକ୍ଷା

୧. ପରିସ୍ରାକୁ ଗର୍ଭାଧାରଣ ପରୀକ୍ଷା ତାରିଖ / / ବୁର୍, ଗ୍ରାମ୍ ଏବଂ ଆର୍କଏର୍ ତାରିଖ / /
୨. ଏଚ୍‌ବି‌ଏସ୍ ଆଣ୍ଟିଜେନ୍ (ହେବିଏସ୍ ପୁଣି) ତାରିଖ / / →
୩. ରକ୍ତରେ ଶର୍କରା ତାରିଖ / / →
୪. ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ପରୀକ୍ଷା ତାରିଖ / / ଏଲ୍ ଟି / କାର୍ଭିସିଲର୍କ୍ ଦସ୍ତଖତ

* (ପରାଧିକ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ଟେଷ୍ଟ ରେଜୁ ଏହାରେ ରେଜୁ ନାହିଁ)

ସମ୍ଭାବ୍ୟ ରେଫରାଲ ସେବା କେନ୍ଦ୍ରର ନାମ (୧) _____ (୨) _____



- ◆ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଖାଆନ୍ତୁ
- ◆ ସାଧାରଣ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଅଳ୍ପଅଳ୍ପ କରି ଦେଖି ଥରରେ ଖାଆନ୍ତୁ
- ◆ ଉପବାସ ରୁହନ୍ତୁ ନାହିଁ



- ◆ ଆୟୋଡିନ୍ ସୁକ୍ତ ଲୁଣ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ



- ◆ ରାତିରେ ୮ ଘଣ୍ଟା ବିଶ୍ରାମ ନେବା ସହିତ ଦିନରେ ଅତି କମ୍‌ରେ ୨ ଘଣ୍ଟା ବିଶ୍ରାମ ନିଅନ୍ତୁ

ପ୍ରତି ମାସରେ ହେଉଥିବା ଗ୍ରାମୀଣ ମା ଓ ଶିଶୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ପୁଷିକର ବିବନ୍ଧରେ ଯୋଗଦାନ କରନ୍ତୁ

ଶିଶୁକୁ ଖୁଆଇବା, ତା ସହିତ ଖେଳିବା ଏବଂ କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେବା ଦ୍ୱାରା ତାର ଶାରୀରିକ ବୃଦ୍ଧି ଓ ବିକାଶ ଭଲଭାବେ ହୋଇଥାଏ ।

୦-୬ ମାସ

ଖାଦ୍ୟ ଖୁଆଇବା



- ◆ ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ପରେ ଅର୍ଥାତ୍ ଜନ୍ମର ୧ ଘଣ୍ଟା ଭିତରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ଆରମ୍ଭ କରାନ୍ତୁ ।
- ◆ କଷଣାର ନିଶ୍ଚୟ ପିଆନ୍ତୁ ।
- ◆ ଜନ୍ମ ରୁ ୬ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶିଶୁକୁ କେବଳ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାନ୍ତୁ । ଅନ୍ୟ କୌଣସି ତରଳ ଖାଦ୍ୟ ଏପରିକି ପାଣି ମଧ୍ୟ ପିଆନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ◆ ଶିଶୁ ସେନେଥର ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରିବାକୁ ବାହାଁର ତାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ◆ ଦିନରାତି ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାନ୍ତୁ ।

୦-୩ ମାସ

ଆପଣ କ'ଣ କରିପାରିବେ

ଶିଶୁ ଆତଙ୍କୁ ଚାହିଁ ହସନ୍ତୁ, ଶିଶୁର ଆଖିକୁ ଚାହିଁତୁ ଓ ତା ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରନ୍ତୁ ।



ଶିଶୁ ଦେଖିବା, ଶୁଣିବା, ଅନୁଭବ କରିବା ଏବଂ ଏକତ୍ର ସେକତ୍ର ହେବା ପାଇଁ ତାକୁ ସୁବିଧା କରାନ୍ତୁ ।



ଶିଶୁ କ'ଣ କରିପାରିବ

୩ ମାସ ବେଳକୁ ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁ କଥା ଶୁଣି ହସନ୍ତି ।



ରିବନ ଦେଖି ଧରିବାକୁ ହାତ ବଢାନ୍ତି ।



ଶବ୍ଦ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି ।

୩-୬ ମାସ

ଆପଣ କ'ଣ କରିପାରିବେ

ଶିଶୁକୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ ରଙ୍ଗର ବସ୍ତୁ ଦେଖାନ୍ତୁ ଯାହାକୁ ଦେଖି ସେ ଧରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ ।



ଶିଶୁ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା ହୁଅନ୍ତୁ ଏବଂ ତାକୁ ଜଇର ଦିଅନ୍ତୁ । ଶବ୍ଦ ଏବଂ ଭାବକଂଗାରେ ଶିଶୁ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରନ୍ତୁ ।



ଶିଶୁ କ'ଣ କରିପାରିବ

୬ ମାସ ବେଳକୁ ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁ

କୋକରେ ସିଧା ବସାଇଲେ ମୁଣ୍ଡ ସ୍ଥିର କରି ବସନ୍ତି ।



ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଲେ ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇନ୍ତି ।

କିନିଷ ଗୁଡିକୁ ଧରିବା ପାଇଁ ହାତ ବଢାନ୍ତି ।

ଶିଶୁର ବିକାଶ ଯଦି ଧିର ହୁଏ, ତେବେ ତାକୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଦିଅନ୍ତୁ, ତାହା ସହିତ ଅଧିକ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରନ୍ତୁ, ଏବଂ ଖେଳନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ଯଦି ତା'ର ବିକାଶ ଆଶାନ୍ୱରୁପକ ନହୁଏ, ତେବେ ତା'ର ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ ।

ପ୍ରସବ ପରର ଯତ୍ନ

ପ୍ରସବ ଚାରିଖ
 ପ୍ରସବ ସ୍ଥାନ
 ପ୍ରସବର ପ୍ରକାର

ସାଧାରଣ
 ଯାନ୍ତ୍ରିକ
 ଅସ୍ତ୍ରୋପକରଣ

ପୁରା ମାତ୍ରା/ମାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ _____ ପ୍ରସବ ପରେ କେତେଦିନ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ରହିଲେ _____

ଅସୁବିଧା, ଯଦି ହୋଇଛି (ଇଲେଖ କରନ୍ତୁ) _____

ଶିଶୁର ଲିଙ୍ଗ ପୁ ଝି *ଶିଶୁର ଡେନ ଡେ.ଡି. ବ୍ରାନ୍

ଶିଶୁର ନାମ _____

ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କାନ୍ଦିଲା ହଁ ନା ୧ ଘଣ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଯାଇଥିଲା ହଁ ନା

*(ଡିନି ଅର ଅଧିକା ପରିବର୍ତ୍ତନ, ଯଦି ଶିଶୁର ଡେନ ୨.୫ ଡେ.ଡି ଠାରୁ କମ୍ ହୋଇଥାଏ)

ପ୍ରସବ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଯତ୍ନ

	୧ମ ଦିନ (/ /)	୩ୟ ଦିନ (/ /)	୭ମ ଦିନ (/ /)	୬ ସପ୍ତାହ (/ /)
ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଗତ ସମସ୍ୟା (ଲେଖନ୍ତୁ)				
ହାତ, ପାଦୁକା, ଆଖି ଶେଆ ପଡ଼ିଯିବା (ହଁ / ନା)				
ନାଡ଼ିର ଗତି (ଲେଖନ୍ତୁ)				
ଉଚ୍ଛ୍ୱାସ (ଲେଖନ୍ତୁ)				
ଶରୀର ଉତ୍ତାପ (ଲେଖନ୍ତୁ)				
ସ୍ତନ - ନରମ/ପୁଲିଯିବା				
ସ୍ତନକୁଳ - ସାଧାରଣ/ପାଟିଯିବା				
ଗର୍ଭାଶୟର ଦରକ - ଅଛି/ନାହିଁ				
ଲୋଡ଼ିଆ - ଧଳାସ୍ତ୍ରାବ (ହଁ / ନା)				
ଏପିସିୟୋଟୋମି (ହଁ / ନା)				
ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ପରାମର୍ଶ (ହଁ / ନା)				
ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଅସୁବିଧା (ଲେଖନ୍ତୁ)				
ରେପୋର୍ଟାଲ ସେବା (ହଁ / ନା)				

ଶିଶୁର ପରିଚୟ ପତ୍ର ନଂ

ଶିଶୁର ଯତ୍ନ

	୧ମ ଦିନ (/ /)	୩ୟ ଦିନ (/ /)	୭ମ ଦିନ (/ /)	୬ ସପ୍ତାହ (/ /)
ପରିସ୍ରା ହେଲା (ହଁ / ନା)				
ଝାଡ଼ା ହେଲା (ହଁ / ନା)				
ତରଳ ଝାଡ଼ା (ହଁ / ନା)				
ବାନ୍ତି (ହଁ / ନା)				
ବାତ ମାରିବା (ହଁ / ନା)				
କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ (ଉତ୍ତମ / ଅକଳ୍ପିତ) (ଉତ୍ତମ / ଅକଳ୍ପିତ)				
ସ୍ତନକୁ ଚୁଚୁକିବା (ଉତ୍ତମ / ଦୁର୍ବଳ) (ଉତ୍ତମ / ଦୁର୍ବଳ)				
ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଣାସ ନେବା (ଶାନ୍ତ/କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ)				
ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଣାସ ନେବାବେଳେ ଛାତି ପଶିଯିବା (ହେଉଛି/ହେଉନାହିଁ)				
ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରା (ଲେଖନ୍ତୁ)				
କାମଳ ରୋଗ (ହଁ / ନା)				
ନାଭିର ଅବସ୍ଥା (ଲେଖନ୍ତୁ)				
ଦେହରେ ଫୋଟକା ହେବା (ହୋଇଛି/ହୋଇନାହିଁ)				
ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯେକୌଣସି ଅସୁବିଧା (ଲେଖନ୍ତୁ)				

୬-୧୨ ମାସ

ଆପଣ କ'ଣ କରିପାରିବେ

ଖାଦ୍ୟ ଖୁଆଇବା



- ◆ ଶିଶୁକୁ ୬ ମାସ ପରେ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ମାତ୍ରାରେ ନରମ ଖାଦ୍ୟଦାତାୟ ଖାଦ୍ୟ, ଜାମି, ସବୁଜ ପନିପତ୍ତୁଣା ଓ ଫଳକୁ ଚକଟିକରି ଦେବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତୁ ।
- ◆ ଆପଣ ଆପଣେ ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ ବଦାନ୍ତୁ, ଅଧିକପରି ଖାଦ୍ୟ ଦେବା ସହିତ ଜ୍ୱରଣ ବହଳିଆ ଖାଦ୍ୟ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ◆ ଶିଶୁକୁ ଲୋକ ହେବାର ଲକ୍ଷଣ ଜାଣି ତାକୁ ସେହି ଅନୁସାରେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ◆ ଶିଶୁକୁ ଦିନରେ ୪-୫ ଥର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଉନ୍ମତ୍ତ୍ୟାନ କରାନ୍ତୁ ।



ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ସଫା ଏବଂ ପୁରୁଷିତ ତଥା ଶବ୍ଦ ହେବା ଭଳି ଜିନିଷମାନ/ବସ୍ତୁ ଧରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ



ଶିଶୁ ସହିତ ଆଖି ବନ୍ଦ କରି ଖେଳ ଖେଳନ୍ତୁ । ଶିଶୁକୁ ଜିନିଷ /ବସ୍ତୁ ଏବଂ ଲୋକମାନଙ୍କର ନାମ କୁହନ୍ତୁ

ଅସୁସ୍ଥତା ପରେ ଶିଶୁକୁ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ

ଶିଶୁ କ'ଣ କରିପାରିବ

ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁ ୯ ମାସ ହେଲେ

ଲେଉଟିକି ଇଠି ବସନ୍ତି



ଆକୃତି ଦ୍ୱାରା ଛୋଟ ଛୋଟ ଜିନିଷ ଧରି ଉଠାନ୍ତି

ଦିନା ସାହାଯ୍ୟରେ ଚଳେ ବସନ୍ତି

ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁ ୧ ବର୍ଷ ହେଲେ

ଦିନା ସାହାଯ୍ୟରେ ଭଲ ଭାବରେ ଠିଆ ହୋଇ ପାରିବି



ହାତ ସମ୍ଭାର ପାରିବି



ବାପା, ମା କହିପାରିବି

ପରିବାର ପାଇଁ ସର୍ବଦା ଆୟୋଜିତ୍ ମୁକ୍ତ କୁଣ୍ଡ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ

ଶିଶୁର ବିକାଶ ଯଦି ଧିର ହୁଏ, ତେବେ ତାକୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଦିଅନ୍ତୁ, ତାହା ସହିତ ଅଧିକ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରନ୍ତୁ, ଏବଂ ଖେଳନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ଯଦି ତା'ର ବିକାଶ ଆଶାନ୍ୱରୁପକ ନହୁଏ, ତେବେ ତାଙ୍କର ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ ।



ଟୀକାକରଣ ସୂଚନା

ଜନ୍ମରୁ ୫ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ

ଜନ୍ମ ଡି. ପି. ଡି.	୧ ୯ ମାସ ଓପିଭି - ୧	୧ ୯ ମାସ ଡିପିଟି - ୧	୧ ୯ ମାସ ହେପାଟାଇଟସ୍ ବି-୧	*ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ପ୍ରସଙ୍ଗ ନିମନ୍ତେ ୯ ମାସ ମିଲିମିଲା
ଜନ୍ମ ଓପିଭି-୦*	୨ ୯ ମାସ ଓପିଭି - ୨	୨ ୯ ମାସ ଡିପିଟି - ୨	୨ ୯ ମାସ ହେପାଟାଇଟସ୍ ବି-୨	
ଜନ୍ମ ହେପାଟାଇଟସ୍ ବି-୦*	୩ ୯ ମାସ ଓପିଭି - ୩	୩ ୯ ମାସ ଡିପିଟି - ୩	୩ ୯ ମାସ ହେପାଟାଇଟସ୍ ବି-୩	

୧୬ ରୁ ୨୪ ମାସ ଡିପିଟି ଦୁଇଥର		୨୪ ରୁ ୬୦ ମାସ ପୋଲିଓ ଦୁଇଥର		୨୪ ରୁ ୩୬ ମାସ ମିଲିମିଲା				୧୮ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'	୨୪ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'	୩୦ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'	୩୬ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'				
<p>ମନେ ରଖନ୍ତୁ</p> <ul style="list-style-type: none"> ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ୬ ମାସରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଶିଶୁକୁ ଆଇରନ୍ ଓ ପାଲିକ ଏସିଡ୍ ପାଣି ଔଷଧ ଦେବା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ବର୍ଷକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ବର୍ଷରେ ୨ ଥର କୃମି ନାଶକ ଔଷଧ ଦେବା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ଏକ ବର୍ଷରୁ ୫ ବର୍ଷ ଯାଏ ବର୍ଷକୁ ୨ ଥର କବି (ମେ ଏବଂ ନଭେମ୍ବର ମାସ) ଭିଟାମିନ 'କ' ର ଆଉ ଆଠଟି ମାତ୍ରା ଦିଅନ୍ତୁ । 															
<p>୪୨ ରୁ ୬୦ ମାସ</p> <td>୪୨ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'</td> <td>୪୮ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'</td> <td>୫୪ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'</td> <td>୬୦ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'</td>												୪୨ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'	୪୮ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'	୫୪ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'	୬୦ ମାସ ଭିଟାମିନ 'କ'

ନବଜାତ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ

- ଶିଶୁକୁ ଉତ୍ତମ ରଖନ୍ତୁ
- ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଜନ୍ମର ୧ ଘଣ୍ଟା ଭିତରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷା କରାନ୍ତୁ - ୬ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେବଳ ମା' ସାର ଦିଅନ୍ତୁ
- ପ୍ରଥମ ୬ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶିଶୁକୁ ଗାଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ
- ନାହିଁକୁ ଶୁଖିଲା ରଖନ୍ତୁ
- ଅସୁସ୍ଥ ଲୋକ ଠାରୁ ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଦୂରେଇ ରଖନ୍ତୁ
- ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ପରେ ତାକୁ ଓଜନ କରାନ୍ତୁ
- ଯଦି ଶିଶୁର ଓଜନ ୨.୫ କିଲୋଗ୍ରାମରୁ କମ୍ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ତାର ଅଧିକ ଯତ୍ନ ନିଅନ୍ତୁ

ନିମ୍ନ ଲିଖିତ ବିପଦଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କର୍ମକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ସହିତ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ

- ଶିଶୁ ଯଦି ମା' ସାର ଚାଣିପାକୁ ନଥିବ କିମ୍ବା ଖାଉ ନଥିବ
- ଶିଶୁ ଯଦି ନ କାନ୍ଦେ/ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବାରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରେ
- ଯଦି ପାତ ଓ ହାତ ପାଦୁଲି ହଳଦିଆ ହୋଇଯାଏ
- ଶିଶୁକୁ ଜ୍ୱର ହୋଇଥିଲେ
- ଯଦି ଝାଡ଼ାରେ ରକ୍ତ ପଡ଼ୁଥାଏ
- ବାଟ ମାରୁଥାଏ କିମ୍ବା କିଛି ଜନ୍ମଗତ ବୋଷ ଥାଏ
- ଯଦି ଶିଶୁ ନିଦ୍ରା କିମ୍ବା ଅଚେତ ହେଲା ପରି ଲାଗୁଥାଏ



ଶିଶୁକୁ ଖୁଆଇବା, ତା ସହିତ ଖେଳିବା ଏବଂ କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେବା ତାର ଶାରୀରିକ ବୃଦ୍ଧି ଓ ବିକାଶରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

୧ ବର୍ଷରୁ ୨ ବର୍ଷ

ଆପଣ କ'ଣ କରିପାରିବେ

ଖାଦ୍ୟ ଖୁଆଇବା



- ◆ ଶିଶୁକୁ ଦିନକୁ ପ୍ରକାର ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଉଚିତର ଖାଦ୍ୟ ଯଥା ଭାତ, ଚୁଡ଼ି, ସବୁଜ ଚନିଚନିଆ ଯଥା ଆମ, ଦମାଳା ଓ ହଳଦିଆ ଚା'ର ପତ୍ର, ତାଲି ଏବଂ ଖାତକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ◆ ଶିଶୁକୁ ଦିନରେ ୫ଥର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ◆ ଶିଶୁକୁ ଏକ ଅରଣ୍ୟ ପାତ୍ରରେ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ସେ କେତେ ପରିମାଣର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଛି ତାହା ଚାହୁଁନ୍ତୁ ।
- ◆ ଶିଶୁ ଖାଇବା ସମୟରେ ତା ନିକଟରେ ବସନ୍ତୁ ଏବଂ ତେଣୁ କରନ୍ତୁ ଯେପରି ଦେଖିପାରିବେ ଖାଦ୍ୟ ଖେଳି କରେ ।
- ◆ ଶିଶୁକୁ ୨ ବର୍ଷ ବିନା ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମା' ଖାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଶିଶୁକୁ ବିଭିନ୍ନ ବିନିଷ ଦିଅନ୍ତୁ ଯାହାକୁ ସେ ଏକାଠି କରି ରଖିବ, ସେସବୁକୁ ଉଠାଇ ଗୋଟିଏ ପାତ୍ରରେ ରଖିବା ଏବଂ ପୁଣି ଅନ୍ଧେ ପାତ୍ରକୁ ଢାଳି ତଳେ ଖେଳୁଥିବା ରଖିବ



ଶିଶୁକୁ ସହଜ ଏବଂ ସରଳ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିବୁ, ତାର ଉତ୍ତର ଦେବାକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେବୁ ଏବଂ ତାକୁ ଉତ୍ତର ଦିଅନ୍ତୁ

ଶିଶୁ କଣ କରିପାରିବ

ସାଧାରଣତଃ କରୁଥିବା ଶିଶୁ ଦେଇ ବର୍ଷ ବେଳକୁ

ନିଜର ଉଚ୍ଚାକୁ / ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପ୍ରକାଶ କରିପାରିବି



ଗୋଟି ବସ୍ତୁ ଭିତରେ ପକାଇ ପାରିବି

ଉଚ୍ଚ ଭାବରେ ଦାଲିପାରିବି

୨ ବର୍ଷ ବେଳକୁ ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁ

ଅନ୍ୟର ଆହ୍ୱାନରେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟରେ ଠିଆ ହୋଇପାରିବି



ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦ କହି ପାରିବି

ପାଣି

ସରଳ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଅନୁକରଣ କରିପାରିବି

ଅସୁସ୍ଥତା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଶିଶୁର ସ୍ତନ୍ୟପାନ କାରି ରଖନ୍ତୁ

୨ ରୁ ୩ ବର୍ଷ

ଖାଦ୍ୟ ଖୁଆଇବା



- ◆ ଦିନରେ ପାଞ୍ଚଥର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶିଶୁକୁ ଘରୋଇ ଖାଦ୍ୟ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ◆ ଶିଶୁ ନିଜେ ନିଜ ହାତରେ ଖାଇବାରେ ତାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।
- ◆ ସେ ଚେତେ ଖାଇଛି ତାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।
- ◆ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଶିଶୁ ହାତରେ ସାବୁନ ଲଗାଇ ଭଲ ଭାବରେ ହାତକୁ ସଫା କରନ୍ତୁ ।

ଆପଣ କ'ଣ କରିପାରିବେ

ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକ ଉଠିବାରେ ଏବଂ ସେଥିରେ ଥିବା ପାର୍ଶ୍ୱିକ୍ୟ ବିକ୍ଷୟରେ ଶିଶୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ ତାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ :
ଶିଶୁ ପାଇଁ ସାଧାରଣ ଖେଳନା ଚିଆରି କରନ୍ତୁ

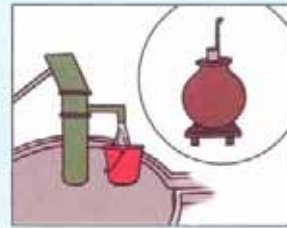


କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବା ପାଇଁ ଶିଶୁକୁ ଉତ୍ସାହିତ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଶିଶୁର ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦିଅନ୍ତୁ
ଶିଶୁକୁ ଉପ ଦୁହନ୍ତୁ, ମାତ ଶୁଣାନ୍ତୁ ଏବଂ ଖେଳ ଶିଖାନ୍ତୁ

ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛେଦନା ଏବଂ ବିଶୁଦ୍ଧ ପାନୀୟ ଜଳ ହିଁ ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ମୂଳ ମନ୍ତ୍ର ଅଟେ



ଖାଦ୍ୟ ରାନ୍ଧିବା, ପରଖିବା ଏବଂ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ହିନ୍ଦା ଶୌଚ ହେବା ପରେ ସାବୁନ ହିନ୍ଦା ପାର୍ଶିଣରେ ହାତ ପରିଷ୍କାର କରି ଧୁଅନ୍ତୁ ।



ପାନୀୟ ଜଳ, ନଳକୂପ ହିନ୍ଦା ସୁରକ୍ଷିତ ଜଳ ସ୍ରୋତ ଉପରୁ ହିଁ ପାଣି ଆଣି ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ । ପାନୀୟ ଜଳକୁ ସର୍ବଦା ଘୋଡ଼ାଇ କରି ରକ୍ଷା ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ପାଣି ଡାଢ଼ିବା ସମୟରେ ହାତ ବୁଦ୍ଧିର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।



ଶିଶୁ ମଳକୁ ଅତି ସାବଧାନ ସହକାରେ ଏକାଠି କରି ତାକୁ ଶୈଠିକମରେ ହିନ୍ଦା ବାହାରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ସୁରକ୍ଷିତ ଉପାୟରେ ନଷ୍ଟ କରିଦିଅନ୍ତୁ । ଶିଶୁକୁ ସଫାସୁରୁଆ କରି ସାରିବା ପରେ ନିଜର ହାତକୁ ସାବୁନରେ ଧୁଅନ୍ତୁ ।

ଅସୁସ୍ଥତା ପରେ ଶିଶୁକୁ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ

ଶିଶୁ ବିକାଶ ଯଦି ଧିର ହୁଏ, ତେବେ ତାକୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଦିଅନ୍ତୁ । ତାହା ସହିତ ଅଧିକ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରନ୍ତୁ । ଶିଶୁ ସାଙ୍ଗରେ ଅଧିକ ସମୟ ଖେଳନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ଯଦି ତା'ର ବିକାଶ ଆଶାନ୍ୱରୁପକ ନହୁଏ, ତେବେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ ।

ମନେ ରଖନ୍ତୁ!

ଆମ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ସେବା ୨୪ ଘଣ୍ଟା ଉପଲବ୍ଧ ।

- ଜନନୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ସହାୟତା ରାଶି ଡାକ୍ତରଖାନା ଛାଡିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସୂତୀ 'ମା'କୁ ମିଳିବ ।
- ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ଫେରିବା ସମୟରେ ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ପ୍ରମାଣ ପତ୍ର ଦିଆଯିବ ।
- ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ପୋଲିଓ ବିସିଦ୍ଧି ହେପାଟାଇଟିସ ବି ପ୍ରତିଷେଧକ ଟୀକା ଦିଆଯିବ ।
- ପ୍ରସବ ନିମନ୍ତେ ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ଜନନୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସର ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ ।
- ପ୍ରଜନନ ଓ ଶିଶୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଏବଂ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପରାମର୍ଶ ଓ ସେବା ଏଠାରେ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଏ ।



ଜନନୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା କାର୍ଡ

ଜିଲ୍ଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମିତି



ମା'ଙ୍କର ପରିଚୟ ପତ୍ର ନଂ

ପରିବାର ପରିଚୟ

ମା'ଙ୍କ ନାମ : _____ Tel / Mobile No. _____ ବୟସ

ବାପାଙ୍କ ନାମ : _____

ଗ୍ରାମ / ଥାନାର ନାମ : _____

ପଞ୍ଚାୟତର ନାମ : _____

ଉପ କେନ୍ଦ୍ର ନାମ : _____

ସି.ଏଚ୍.ସି / ପି.ଏଚ୍.ସି ନାମ : _____

ଜନନୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନାରେ ଦେୟ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ତଥ୍ୟ

ପ୍ରସବ ସ୍ଥାନ : _____ ତାରିଖ / /

ବୟସ : _____

ବିପି-ଏଲ / ଏପି-ଏଲ : _____

ଜୀବିତ ଶିଶୁଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା :

ଏଏନସି ବିବରଣୀ :

ପ୍ରଥମ ଏଏନସି : ତାରିଖ / /

ଦ୍ୱିତୀୟ ଏଏନସି : ତାରିଖ / /

ତୃତୀୟ ଏଏନସି : ତାରିଖ / /

ଏଏନଏମ୍‌ଙ୍କ ଦସ୍ତଖତ

ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ଦେୟ

ଏତଦ୍ ଦ୍ୱାରା ଘୋଷଣା କରୁଛି ଯେ, ମୁଁ ଜନନୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ପ୍ରାପ୍ୟ

ଟ.ଙ୍କା, ଚାନ୍ଦିନୀନାର କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷକ ନିକଟରୁ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ।

ତାରିଖ :

ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ଦସ୍ତଖତ

ଆଶାର ଦେୟ

ଆଶାର ନାମ :

ମା ସହିତ ଆସିଥିଲା କି ?

ହଁ

ନା

ଚାରୋଟି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବାଉଁ

ମା' ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଟିକାକରଣ ଦିନ ସୂଚନା



କେଉଁ ଟିକା ଦିଆଯାଇଛି
କେଉଁ ରୋଗରୁ ସୁରକ୍ଷା ମିଳେ



ପରବର୍ତ୍ତୀ ଟିକା
କେଉଁ ତାରିଖ; କେଉଁ ସମୟ; କେଉଁ ଟିକା; କେଉଁ ଜାଗା



ଟିକା କରଣ ପରେ ପାର୍ଶ୍ୱପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ପ୍ରଭାବ
ସ୍ୱଭାବିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କୌଣସି ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଘଟିବା
ପରେ କଣ କରିବେ



ଟିକାକରଣ ପତ୍ର (Immunization Card)
ଟିକାକରଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଇଁ ମନେରଖି ଆଣିବେ

ମଞ୍ଜୁରି ଆଦେଶ

ହିତାଧିକାରୀ ଘରୁ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ଆସିବା ପାଇଁ ଜନନୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ବ୍ୟବହାର (କରିଥିବାରୁ କରି ନ ଥିବାରୁ) ଏବଂ
ଆଶା.....(ମା'ର ନାମ) କ ପୁସ୍ତକ ପାଇଁ ସାଥୀରେ ଆସିଥିବାରୁ
ଆଶାଙ୍କୁ ଟ.କା ଦିଆଯିବା ନିମନ୍ତେ ଅନୁମୋଦନ କରାଗଲା ।

ତାରିଖ :

ଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ଦସ୍ତଖତ



ମା'ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା ଏବଂ ପରାମର୍ଶ ଦେବା

ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ନିୟମିତ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ

ମା'ଙ୍କର ପରିଚୟ ପତ୍ର ନଂ

ପରିବାର ପରିଚୟ ତାରିଖ / /

ଗର୍ଭାବତୀ ମହିଳାଙ୍କ ନାମ ବୟସ

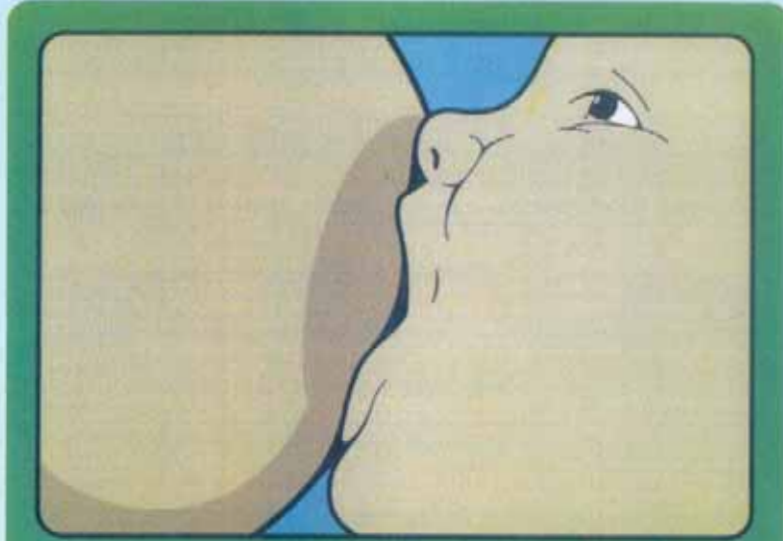
ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ନାମ

ଠିକଣା

କ୍ର. ସଂ.	୧ମ	୨ୟ	୩ୟ	୪ର୍ଥ	୫ମ	୬ଷ୍ଠ	୭ମ	୮ମ	୯ମ
<p>ପକ୍ଷିଚରଣ</p>	ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ପ୍ରଥମ ଥିବା ମାସରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରରେ ନୀଳ ପକ୍ଷିଚରଣ କରାନ୍ତୁ ।								
<p>ପ୍ରସବପୂର୍ବ ପରୀକ୍ଷା</p>	ପ୍ରସବ ପୂର୍ବରୁ ଅତି କମରେ ୩ ଥର ରକ୍ତଚାପ ପରୀକ୍ଷା କରାନ୍ତୁ ।								
<p>ଉପବାସ, ଉପ-ଏବଂ ପରିସ୍ରା ପରୀକ୍ଷା</p>	ପ୍ରତିଥର ଉପବାସ, ଉପ-ଏବଂ ପରିସ୍ରା ପରୀକ୍ଷା କରିନିଅନ୍ତୁ ।								
<p>ଚକନ</p>	ପ୍ରତିଥର ଉପବାସ ପରିଚା ପରୀକ୍ଷା କରି ଉପର ଚକନ । ପର୍ଯ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଅତି କମରେ ୧୦-୧୨ ଥର ଚକନ କରିବା ଉଚିତ । ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଶେଷ ୬ ମାସରେ ଅତି କମରେ ପ୍ରତି ମାସରେ ୧ ଥର ଚକନ କରୁଛି କି ନାହିଁ । ହଁ <input type="checkbox"/> ନାଁ <input type="checkbox"/>								
<p>ଦିଗନ୍ତୀ ବଦ୍ଧପାଦର ତୀକା</p>	୬ ଠି ଦିଗନ୍ତୀ ବଦ୍ଧପାଦର ତୀକା ନିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରଥମ ଥିବା ଗର୍ଭାବତୀର ଦେହର ଜାଣିବା ପରେ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ଥିବା ଏବଂ ମାସ ପରେ ନିଅନ୍ତୁ ।								
<p>କୌଣସି କଟିକା</p>	ପ୍ରତିଦିନ କେତେକ କୌଣସି କଟିକା ଚର୍ଚ୍ଚଣା ମାସ ପାଇଁ ଖାଆନ୍ତୁ । ଅତିକମରେ ୧୦୦ଟି କଟିକା ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ତାରିଖ <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>								
<p>ପୁଷିକର ଖାଦ୍ୟ</p>	ଗର୍ଭାବତୀ ମହିଳା ପ୍ରତିଦିନ ପୁଷିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ନିମନ୍ତେ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ ।								
<p>ଶିଶୁର ଉପାସନା</p>	ଶିଶୁର ଉପାସନା କରାଯିବ ଯାହା ମା'ର ମନସିକ ଏବଂ ଶାରୀରିକ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ କରାନ୍ତୁ ।								

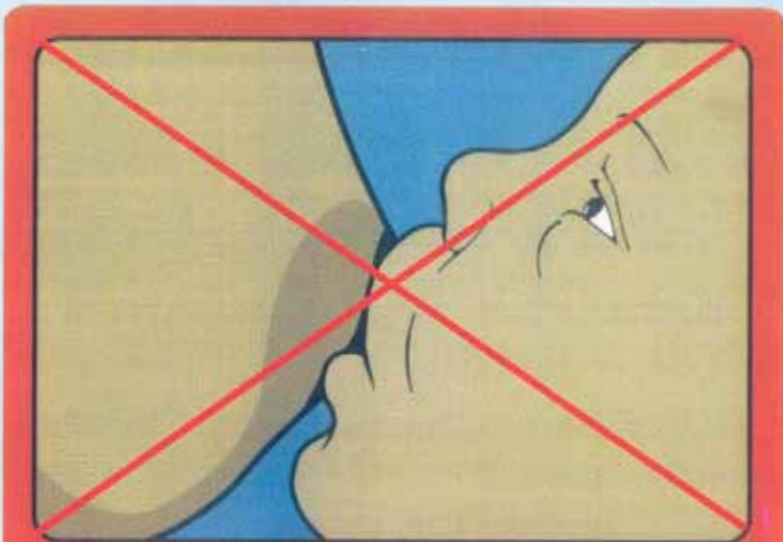
ଅନ୍ଧାରରେ ଦେଖିବାର ଅସୁବିଧା ହେଉଛି କି ? ହଁ ନାଁ ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ମାସ ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସମସ୍ୟା କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କିଛି ବିପଦଶଙ୍କୁଳ ସଂକେତ ଅଛି କି ? ହଁ ନାଁ

ସ୍ତନ୍ୟ ପାନ



ଶିଶୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ସ୍ତନ୍ନରେ ମୁହଁ ଲଗାଇ ପାରିଛି

୧. ଥୋଡ଼ି ସ୍ତନ୍ନରେ ଲାଗୁଛି
୨. ପାଚି ଅଧିକ ଖୋଲା ଅଛି
୩. ଚଳ ଓଠ ବାହାରକୁ ଅଛି
୪. ସ୍ତନ୍ନର ଉପର ପଟ (ଏରିଡୋଲା) ଚଳ ପଟ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଦେଖା ଯାଉଛି ।



ଶିଶୁ ସ୍ତନ୍ନରେ ଠିକ୍ ଭାବେ ମୁହଁ ଲଗାଇ ପାରି ନାହିଁ

Supported by :

unicef 



ଜୋରରେ ନିଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବା ଏଆରଆଇ:

ଯଦି ଶିଶୁ ଅତି ଯୋରରେ ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେଉଥାଏ
କିମ୍ବା କଣ୍ଠରେ ଶ୍ୱାସ ଛାୟା ଜରୁଥାଏ ତେବେ ତୁରନ୍ତ
ଡାକ୍ତରଖାନା ନିଅନ୍ତୁ।

ଦୁଇଟି ଟୀକା

ଏବଂ ମିଳିମିଳାଉ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁରକ୍ଷା
ପ୍ରଥମଟି ଦେଇଦେଇଛନ୍ତି
ତେବେ ଦ୍ୱିତୀୟଟି ନିଶ୍ଚୟ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତୁ

ସଠିକ ସମୟରେ ସଠିକ ଟୀକା ନିଅନ୍ତୁ, ସୁସ୍ଥ ଜୀବନର ଆଶିର୍ବାଦ ପାଆନ୍ତୁ।



୯ ମାସରେ ମିଳିମିଳାଉ ପ୍ରଥମ ଟୀକା

୧୨ ବର୍ଷରେ ମିଳିମିଳାଉ
ଦ୍ୱିତୀୟ ଟୀକା

