POSHAN Abhiyaan
PM's Overarching Scheme for Holistic Nourishment
सही पोषण – देश रोशन

सत्यमेव जयते

नए समाज की ओर

प्रसव पूर्व तैयारी
अस्पताल और घर पर होने वाले प्रसव के लिए

20

महिला एवं बाल विकास मंत्रालय
भारत सरकार, 2018

समीक्षा प्रश्न
प्रसव से तुरंत पहले और प्रसव के तुरंत बाद महिलाओं का गृह भेंट

बैठक में सदस्यों का स्वागत करें।

कहें कि हम पहले पिछले माह के निर्धारित कार्यों की समीक्षा करेंगे।

पूछें:

पिछले माह के हमारे कार्य बिंदु क्या थे?

दाहिनी ओर दिए गए मुद्दों की मदद से कार्यों की समीक्षा करें।

- पिछले माह जिन महिलाओं का प्रसव हुआ क्या आप उन सभी के यहां प्रसव से पहले गृह भेंट कर पाए?
- पिछले माह जिन महिलाओं का प्रसव हुआ, उनके यहां प्रसव पश्चात् कितने समय तक आपने गृह भेंट की?
  - → क्या आप प्रसव के समय मौजूद रह पाए? (अगर नहीं, तो क्यों नहीं?)
  - → क्या आप प्रसव वाले पूरे दिन में उनके यहां भेंट कर पाए? (अगर नहीं तो क्यों नहीं?)
  - → क्या आप महिला के अस्पताल में प्रसव करवा के लौटने के बाद उसी दिन गृह भेंट कर पाए (अगर नहीं, तो क्यों नहीं?)
- क्या किसी महिला को प्रसव के समय या प्रसव पश्चात् कोई समस्या हुई? क्या परिवार उस समस्या से निपटने के लिए पहले से तैयार थे?
- क्या सभी परिवार नवजात शिशु के जन्म के तुरन्त बाद सही तरीके से नवजात शिशु की देखभाल करते हैं? इससे हटकर क्या–क्या करते है?
  - ◆ तुरन्त स्तनपान और सिर्फ स्तनपान, ऊपर से कुछ भी पिलाना नहीं।
  - ◆ बच्चे को पर्याप्त गर्म रखना/शरीर का सही तापमान रखना।
  - ◆ नाल पर कुछ नहीं लगाना एवं नाल को साफ रखना।

पिछले माह के कार्य बिंदु

- ग्रुप 'ए' की सभी कार्यकर्ता डाटा ट्रान्सफर शीट से 1 साल तक के सभी बच्चों के नाम और सभी गर्भवती महिलाओं के नाम गृह भेंट पंजी में लिखने का काम पूरा कर लें।
- ग्रुप 'बी' भी अपने क्षेत्र के छूटे हुए बच्चों और गर्भवती महिलाओं का नाम गृह भेंट पंजी में लिखने का काम पूरा कर लें।
- सभी बच्चों और गर्भवती महिलाओं की जन्मतिथि या प्रसव की संभावित दिनांक निकालकर 'कैलेन्डर माह' वाले खाने को भरने का काम भी पूरा कर लें।
- सभी वैसी गर्भवती महिलाओं के यहां प्रसव से पहले हम गृह भेंट करेंगे जिनका अगले माह प्रसव होने की संभावना है।
- उन्हीं महिलाओं के यहां प्रसव के तुरन्त बाद भी हम गृह भेंट करेंगे।

समीक्षा प्रश्न

प्रसव से तुरंत पहले और प्रसव के तुरंत बाद महिलाओं का गृह भ्रमण

- गृह भेंट योजना पंजी में सभी नाम लिख लिये हैं?
- पिछले माह जिन महिलाओं का प्रसव हुआ उनके यहां प्रसव से पहले गृह भेंट कर पाए?
- उन्हीं के यहां प्रसव पश्चात् कितने समय के बाद गृह भेंट कर पाए?

प्रसव पूर्व तैयारी की ज़रूरत

बताएं कि अब हम आज के नए विषय की शुरुआत करेंगे।

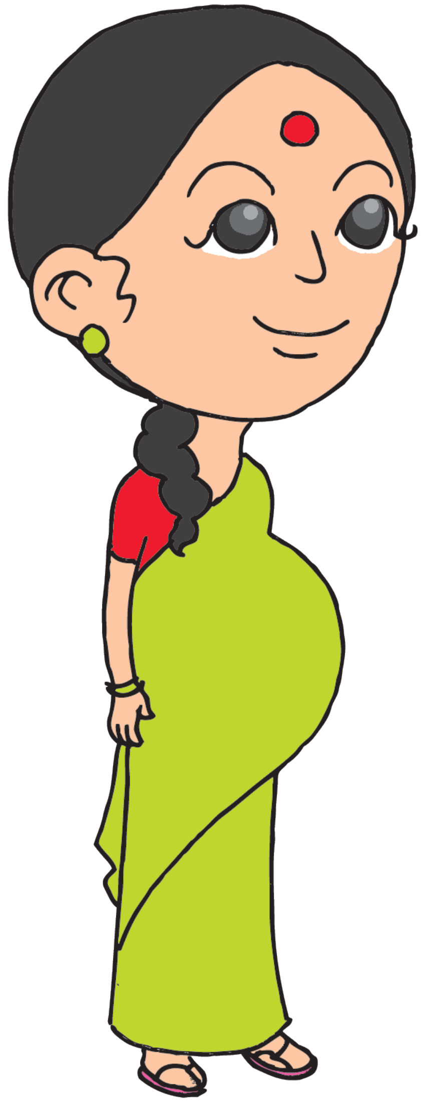
प्रसव की सामान्य तैयारी के बारे में कार्यकर्ताओं को काफी जानकारी होगी। इस जानकारी को चर्चा द्वारा बाहर निकालना है।

कार्ड दिखाकर पूछें

- अगर परिवार ने कुछ तैयारी नहीं की तो क्या नुकसान हो सकता है?
- क्या परिवारों को पता होता है कि क्या–क्या तैयारी करनी चाहिये?
- परिवारों को इन चीजों को समझने में हम कैसे मदद कर सकते हैं?

प्रसव की तैयारी करनी क्यों जरूरी है?

- प्रसव के लिये क्या तैयारी करनी चाहिए?
- आमतौर पर परिवार किन–किन चीजों की तैयारी करते हैं और किन–किन चीजों को भूल जाते हैं?



अस्पताल में प्रसव करवाने की तैयारी

समझाएं

ज्यादातर परिवार अस्पताल में प्रसव करवाना चाहते हैं। मगर कुछ परिवार घर पर ही प्रसव करवाना चाहते हैं। पर जो परिवार घर पर प्रसव करवाना चाहते हैं उन्हें भी आखिरी समय पर कुछ जटिलता/गड़बड़ होने पर अस्पताल जाना पड़ सकता है। इसलिये हर परिवार को अस्पताल में प्रसव करवाने की तैयारी तो करनी ही चाहिए।

कार्ड दिखाकर किसी कार्यकर्ता को लिखे हुए बिंदुओं को पढ़ने के लिए कहें। दाहिने हिस्से में लिखे मुद्दों का इस्तेमाल कर हर बिंदु पर विस्तार से चर्चा करें। चर्चा के लिए स्थानीय उदाहरण का प्रयोग करें। अलग–अलग गांवों की योजना अलग–अलग हो सकती है।

सारे बिंदु पर चर्चा कर लें।

पूछें

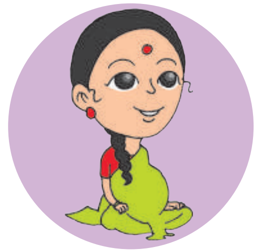
"कुछ छुट तो नहीं गया?"

"क्या परिवार यह सब तैयारी करते हैं? क्या हम इन परिवारों की तैयारी में कोई मदद कर सकते हैं?"

इसके विस्तृत विवरण के लिये देखें – आशा मॉड्यूल 6, भाग ख और परिशिष्ट 3, और आई.सी.डी.एस. के रजिस्टर 8 में गृह भ्रमण के समय आयु अनुसार संदेशों की तालिका।

- **सही अस्पताल**
  - → प्रशिक्षित नर्स और डॉक्टर की उपलब्धता
  - → 24 घंटे स्वास्थ्य सेवा की उपलब्धता
  - → दिन या रात में आसानी से पहुंचने लायक
  - → आपके क्षेत्र में सबसे अच्छे अस्पताल कौन से हैं?
- **वाहन एवं उनके फोन नम्बर**
  - → फोन नम्बर है, क्या वह भरोसेमन्द है, किसी भी समय उपलब्ध रहेगा?
  - → सस्ता या मुफ्त
- **मां और बच्चे के लिए कपड़ा**
  - → माता के लिए पैड (जरूरत पड़ने पर)
  - → बच्चे के लिए साफ और सूखा हुआ कपड़ा, कम से कम 2 कपड़े और एक कम्बल जरूरत पड़ने पर
- **साथ में जाने के लिए लोग**
  - → माता और बच्चे की देखभाल के लिए
  - → जरूरत पड़ने पर भाग दौड़ के लिए
- **पर्याप्त पैसे/धन**
  - → अस्पताल जाने आने के लिए
  - → दवाईयां खरीदने के लिए
  - → अचानक आई किसी भी जटिलता के लिए
  - → साथ में जाने वालों को खाना खिलाने के लिए
- **जरूरी कागजात**
  - → जननी सुरक्षा योजना/या कोई अन्य योजना के भुगतान के लिए
- **घर का पीछे से ध्यान रखने के लिए**
  - → कम से कम दो दिन के लिए
  - → उनके बारे में सोचे जिनकी घर पर ध्यान रखने की जरूरत है

अस्पताल में प्रसव करवाने की तैयारी



- सही अस्पताल कौन सा है?
- कौन सा वाहन, कौन से फोन नम्बर पर फोन करने से आयेगा?
- मां और बच्चे के लिए कौन सा कपड़ा चाहिए?
- कौन साथ में जाएगा?
- कितना पैसा/धन की ज़रूरत पड़ सकती है?
- कौन–कौन से कागज़ात की ज़रूरत होगी?
- अस्पताल जाने पर घर का ध्यान कौन रखेंगे?

घर में प्रसव करवाने की तैयारी

कार्यकर्ताओं को बताएं

ज्यादातर परिवार अस्पताल में प्रसव करवाना चाहते हैं। कुछ परिवार घर पर ही प्रसव करवाना चाहते हैं। पर जो परिवार अस्पताल में प्रसव करवाना चाहते है उन्हे भी आखिरी समय में घर पर प्रसव करवाना पड़ सकता है। इसलिए हर परिवार को घर पर प्रसव कराने की भी तैयारी करनी चाहिए।

कार्ड दिखाकर किसी कार्यकर्ता को लिखे हुए बिंदुओं को पढ़ने के लिए कहें। दाहिने हिस्से में लिखे मुद्दों का इस्तेमाल कर हर बिंदु पर विस्तार से चर्चा करें। चर्चा के लिए स्थानीय उदाहरण का प्रयोग करें। अलग–अलग गां. वों की योजना अलग–अलग हो सकती है।

सारे बिंदु पर चर्चा कर लें।

पूछें

"कुछ छूट तो नहीं गया?"

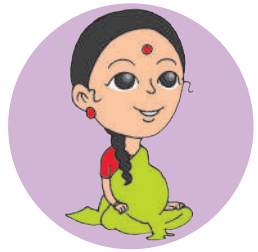
"क्या परिवार यह सब तैयारी करते हैं? क्या हम इन परिवारों की तैयारी में कोई मदद कर सकते हैं?

अंत में जोर दें कि जो परिवार घर पर ही प्रसव करवाना चाहते हैं उन्हें भी यह सारी तैयारी करनी चाहिए क्योंकि ज़रूरत पड़ने पर इन सब चीजों को अस्पताल में प्रसव करवाने के लिए भी इस्तेमाल में लिया जा सकता है।

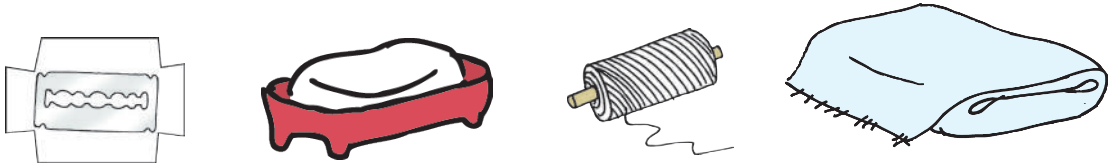
इसके लिये आप आशा मॉड्यूल 6, भाग 'बी' और अनेक्शचर 3, और आई.सी. डी.एस. का रजिस्टर 8 में गृह भेंट के समय आयु अनुसार संदेश तालिका को देखें।

- **नया ब्लेड और साफ धागा**
  - → हाल में खरीदा हुआ ब्लेड हो, ब्लेड की पैकिंग नाल काटने के समय ही खोलें, और पानी में धोए बिना ही उपयोग करें।
  - → नया/साफ धागा दो टुकड़े, छः इंच लम्बे, नए धागे की रील से, और जहां तक हो सके गर्म पानी में उबाल और धूप में सुखा कर।
- **साबुन**
  - → प्रसव से पहले प्रसव में सहयोग करने वालों के हाथ धोने के लिए।
- **साफ चद्दर (कपड़ा/प्लास्टिक)**
  - → फर्श खराब होने से बचाने के लिए प्लास्टिक
  - → खून और अन्य तरल को सोखने के लिए कपड़ा।
- **माता के लिए साफ कपड़ा**
  - → पैड की तरह इस्तेमाल करने के लिए धुले और धूप में सुखाए हुए कम से कम 6 कपड़े के टुकड़े।
- **प्रसव करवाने के लिए जगह**
  - → पर्याप्त रोशनी वाला या बल्ब वाला
  - → आसानी से साफ करने लायक।
- **कुशल जन्म परिचारिका**
  - → प्रशिक्षित, योग्य नर्स या डॉक्टर
  - → जिनको जरूरत पड़ने पर घर पर बुलाया जा सके, जिनका फोन नम्बर भी उपलब्ध हो।
- **मदद करने के लिए महिला**
  - → प्रसव में सहायता करने के लिए एक अनुभवी महिला।

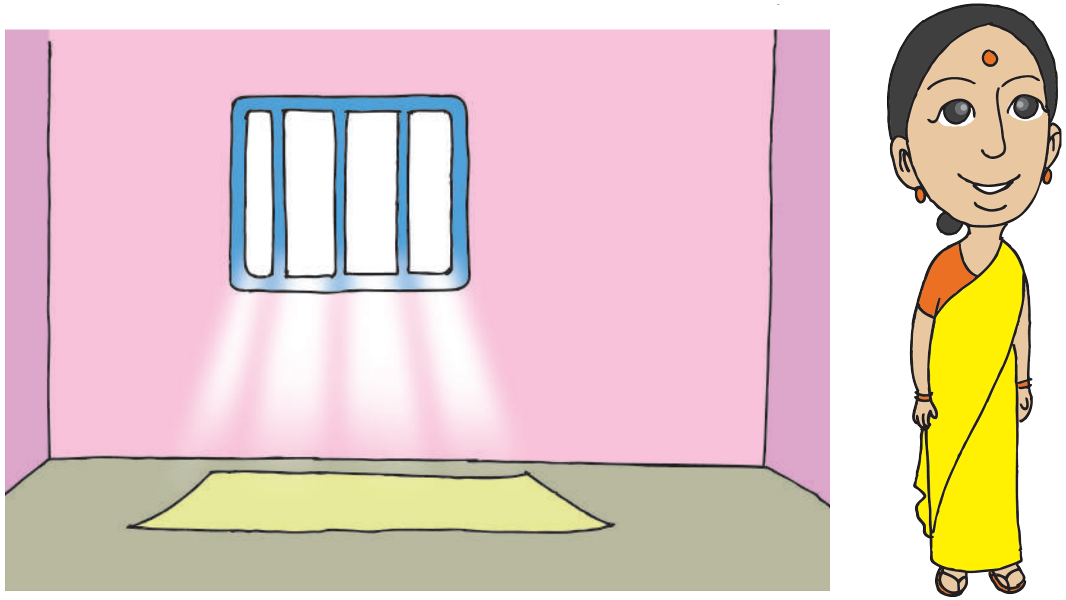
घर में प्रसव करवाने के लिए तैयारी



- नया ब्लेड और साफ धागा, हाथ धोने के लिए साबुन
- प्रसव के समय माता को लेटाने के लिए साफ चादर (कपड़ा/प्लास्टिक)
- माता के लिए साफ कपड़ा या पैड



- घर में प्रसव करवाने के लिए अच्छी रोशनी वाली जगह
- कुशल जन्म परिचारिका, जिनका फोन नम्बर भी उपलब्ध हो
- मदद करने के लिए महिला



प्रसव की तैयारी का सही समय

कार्ड दिखाकर हर प्रश्न के बारें में विस्तार से चर्चा करें

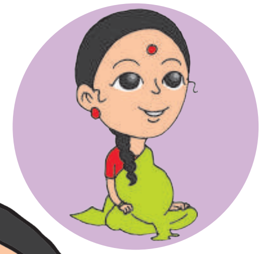
दाहिने तरफ दिए गए बिंदुओं का उपयोग कर चर्चा को आगे बढ़ाए।

चर्चा करें

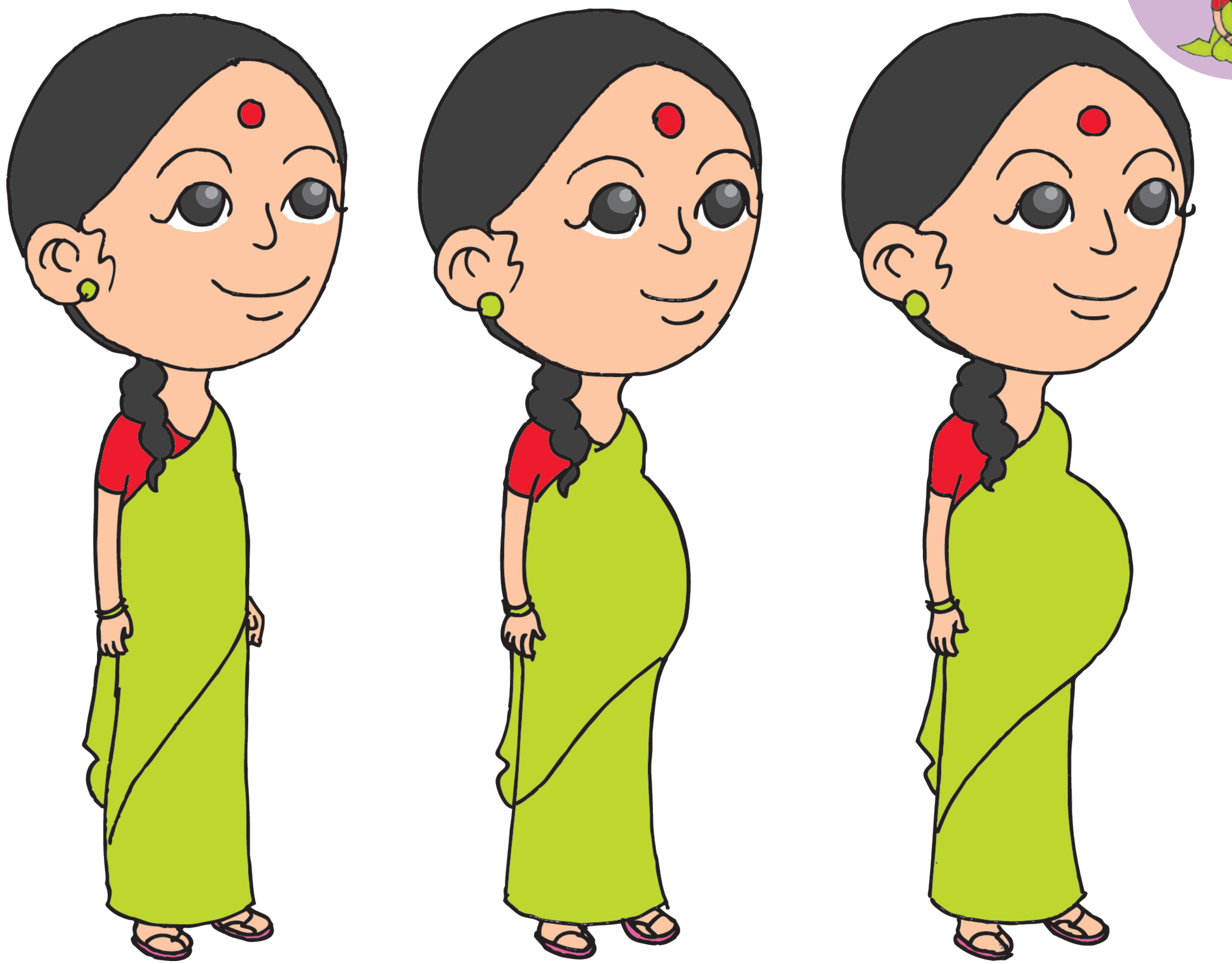
प्रसव की तैयारियां गर्भ का पता चलते ही शुरू कर देनी चाहिए। खासतौर से पैसों की बचत। ज्यादातर परिवार प्रसव के लिए गोद भराई तक तैयारियां शुरू कर देते हैं। सब से अच्छा होगा कि परिवार नौ महीने पूरे होने तक सारी तैयारियां कर लें।

- गरीब परिवारों को गर्भ का पता चलते ही पैसे बचाना शुरू कर देना चाहिए
- सातवें महीने तक ब्लेड धागा, कपड़ा सब तैयार कर लेना चाहिए क्योंकि उसके बाद प्रसव कभी भी हो सकता है
- सातवें महीने तक सही अस्पताल की पहचान कर लेनी चाहिए और हो सके तो महिला को प्रसव से पहले कम से कम एक बार अस्पताल में जांच करवा लेनी चाहिए
- अस्पताल में या घर पर प्रसव करवाने के लिए सारी तैयारियां नौवें महीने तक पूरी कर लेनी चाहिए
- यह सुनिश्चित करने के लिए आंगनवाड़ी कार्यकर्ता/आशा को परिवार के यहां अन्तिम तिमाही में कम से कम दो बार गृह भेंट करनी चाहिए:
  - → सांतवे महीने में कम से कम एक बार प्रसव की तैयारी देखने और परामर्श के लिए
  - → नौवें महीने में कम से कम एक बार प्रसव की तैयारी पूरी हुई की नहीं।

प्रसव की तैयारी का सही समय



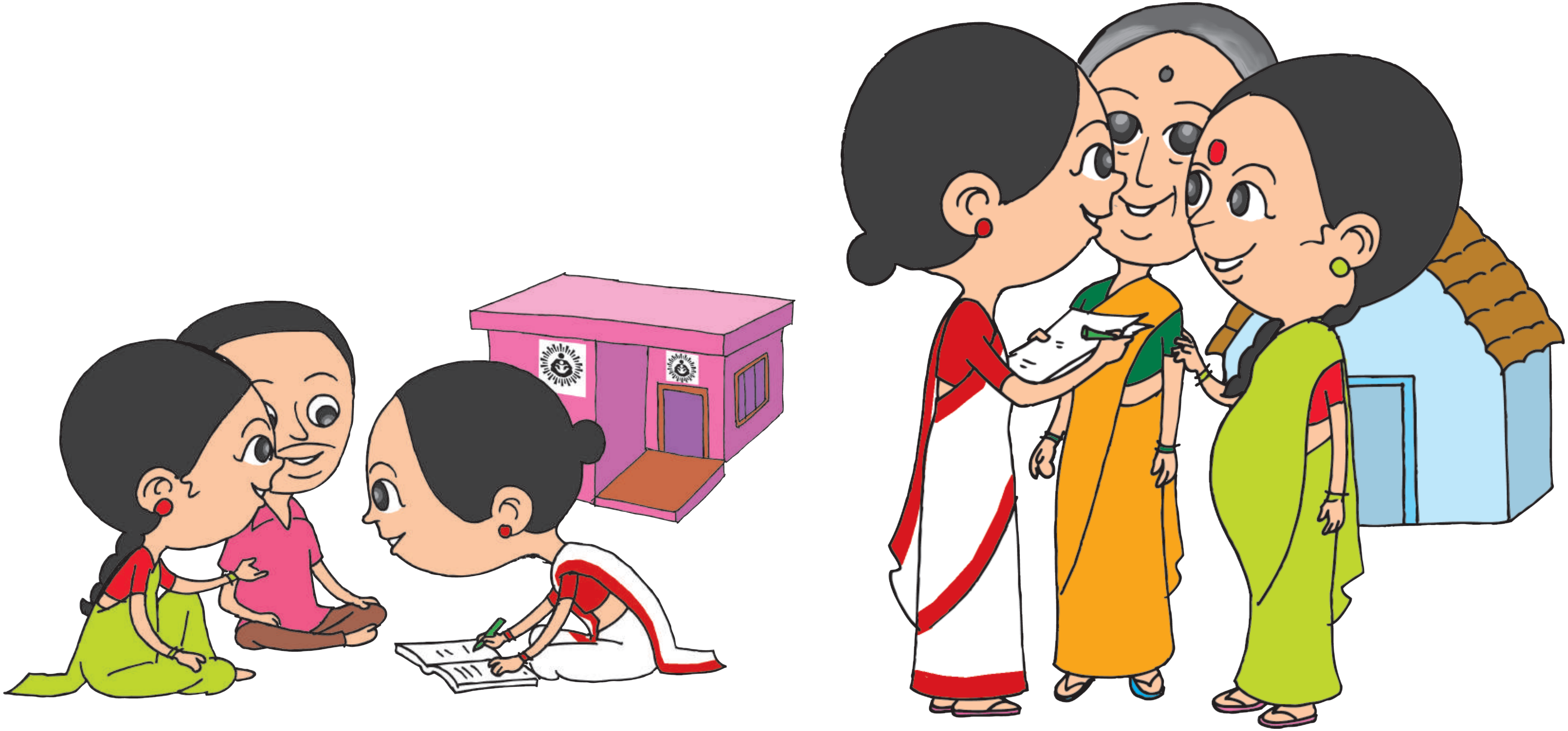
- परिवार गर्भ के पता चलने के बाद कब से प्रसव की तैयारी शुरू कर देते हैं?
- उन्हें कब से तैयारियां शुरू कर देनी चाहिए?
- हमें उन्हें मदद करना कब से शुरू कर देनी चाहिए?



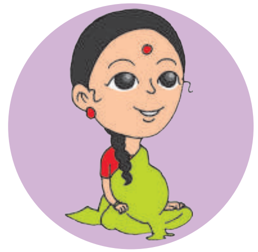
सारः तैयारी कैसे करें

कार्ड दिखाकर किसी कार्यकर्ता/आशा को सभी बिन्दु के लिए कहें।

सभी कार्यकर्ता/आशा को ध्यान से सुनने के लिए कहें और प्रश्न पूछने के लिए प्रोत्साहित करें।



सारः प्रसव के लिए तैयारी कैसे करें



हर गर्भवती महिला के परिवार को अस्पताल या घर पर प्रसव करवाने के लिए तैयारी करनी चाहिए।

प्रसव की तैयारी गर्भ का पता चलते ही या गोद भराई तक शुरू हो जानी चाहिए।

हमें इन परिवारों के यहां कम से कम दो गृह भेंट करनी चाहिए; पहली बार तैयारी शुरू करवाने के लिए और दूसरी बार तैयारी पूरी हुई की नहीं यह सुनिश्चित करने के लिए

अस्पताल में प्रसव के लिए

- सही अस्पताल
- वाहन फोन नम्बर के साथ
- मां और बच्चे के लिए कपड़ा
- साथ में जाने के लिए लोग
- पर्याप्त पैसे/धन
- जे.एस.वाई. के लिए ज़रूरी कागज़ात
- अस्पताल जाने पर घर का ध्यान रखने के लिए कोई

घर में प्रसव के लिए

- नया ब्लेड और धागा
- साबुन
- साफ चादर (कपड़ा/प्लास्टिक)
- माता के लिए साफ कपड़ा
- प्रसव के लिए घर में स्थान
- कुशल जन्म परिचारिका, फोन नम्बर
- मदद के लिए महिला

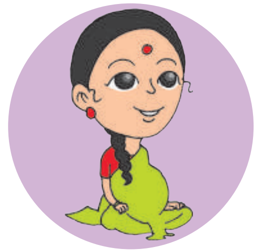
अभ्यासः परिवारों को प्रसव पूर्व तैयारी के लिए नाट्य रूपांतरण (रोल–प्ले)

अस्पताल या घर में प्रसव करवाने के लिए परिवारों की प्रसव पूर्व तैयारी का आंकलन करने हेतु एक कार्यकर्ता और आशा को उनसे कैसे बात करनी चाहिए, इसको लेकर एक रोल प्ले/नाट्य रूपांतरण करने में मदद करें।

दाहिने भाग में दिए बिंदुओं का उपयोग कर रोल प्ले/नाट्य रूपांतरण करवाएं।

- गृह भेंट पंजी का इस्तेमाल कर किसी कार्यकर्ता को अपनी पंजी से एक ऐसी गर्भवती माता को चुनने के लिए कहें जिसका सातवां महीना चल रहा हो। कार्यकर्ता ने सही महिला को चुना है कि नहीं को जांचने के लिए किसी दूसरी कार्यकर्ता को कहें।
- कुछ कार्यकर्ता और आशा को आगे आकर, इसको रोल प्ले में निम्न किरदार करने के लिए कहें:
  - → सातवें महीने की गर्भवती महिला
  - → सास
  - → पति
  - → आंगनवाड़ी कार्यकर्ता या आशा
- आंगनवाड़ी कार्यकर्ता/आशा के लिए निर्देशः सबसे पहले परिवार की प्रसव पूर्व तैयारी के बारे में पूछें और अवलोकन करें, की गई की तैयारी की प्रशंसा करें और सिर्फ तैयारी में जो कमी रह गई हो उन्ही के बारें में परामर्श देने को कहें।
- पांच मिनट के बाद बाकी नाट्य रूपांतरण के कार्यकर्ता से परामर्श में क्या सही किया और क्या गलत किया के बारे में पूछें।
- अंत में सभी कार्यकर्ता से पूछें कि क्या गलत हो सकता था अगरः
  - → परिवार के यहां गृह भेंट न कि गई होती और उसे कोई परामर्श नहीं मिलता
  - → या परिवार के यहां बहुत देरी से या प्रसव के कुछ दिन पहले ही गृह भेंट कि गई होती

अभ्यासः परिवारों को प्रसव पूर्व तैयारी में परामर्श देने के लिये लिए रोल–प्ले/नाट्य रूपांतरण



प्रसव पूर्व तैयारी सुनिश्चित करवाने के लिए हमें परिवारों से कैसे बात करनी चाहिए?

तीसरी तिमाही वाली महिलाओं की सही तरीके से पहचान

कार्ड दिखाएं।

सभी आंगनवाड़ी कार्यकर्ता और आशा को अपनी गृह भेंट पंजी का इस्तेमाल कर तीसरी तिमाही वाली महिलाओं को पहचानने के लिए कहें।

सब से पूछें कि वे ऐसी कितनी महिलाओं की पहचान कर पाई (एक सामान्य गांव में, जिसकी आबादी लगभग 1000 की हो उसमें, ऐसी महिलाओं की संख्या सामान्य तौर पर 5–8 के बीच में होनी चाहिए)।

अगर किसी को ऐसी महिलाओं की पहचान करने में दिक्कत आ रही हो तो दूसरी आंगनवाड़ी कार्यकर्ता/आशा को उनकी मदद करने के लिए कहें।

इसके बाद में उनसे पूछें कि इनमें से कौन–कौन सी महिलाएं फिलहाल गर्भ के सातवें माह में है और कौन सी महिलाएं नौवें माह में है।

दाहिने भाग में दिये गए दिशा निर्देश का उपयोग कर सभी कार्यकर्ता को यह समझने में मदद करें।

ज़ोर डालें कि हमें कैसे हर महिला के गर्भ के माह का पता होना बहुत जरूरी होता है, और इसके लिए हमें हर गर्भवती महिला का जल्द से जल्द पंजीकरण करना चाहिए और उसकी सही एल.एम.पी. और ई.डी.डी. आंगनवाड़ी केन्द्र में पंजीकरण करते समय ही लिख लेना ज़रूरी है।

- तीसरी तिमाही का मतलब है गर्भ के आखिरी तीन महीने (7वां, 8वां और 9वां माह)
- रजिस्टर 8 (गृह भेंट योजना पंजी) के कॉलम 4 में हम महिला की तीसरी तिमाही में होने वाली गृह भेंट को लिखते हैं। तीसरी तिमाही वाली महिलाओं का पता लगाने के लिए इस कॉलम 4 में लिखे हुए 'कैलेन्डर माह' का उपयोग करें।

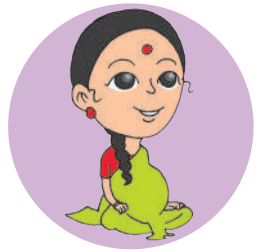
उदाहरण

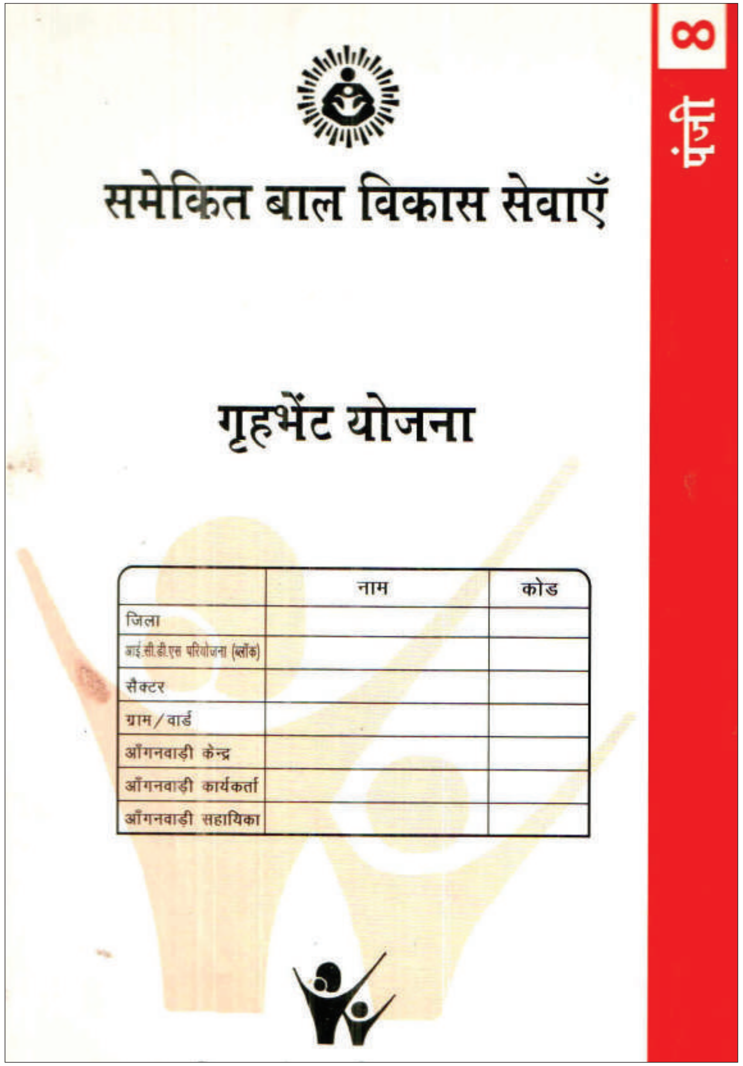
- जैसे कि मान लेते हैं कि यह माह जुलाई का है।
- नीचे दर्शाए चित्र में देखे कि शाकुन्तला देवी जून से लेकर अगस्त महीने के बीच अपने गर्भ की तीसरी तिमाही में है, क्योंकि कॉलम 4 में हमने 'जून–अगस्त' लिखा है। इसका मतलब है कि इस माह (जुलाई) में वह तीसरी तिमाही में है।
- इससे आपको यह भी पता चलता है कि जून माह में शाकुन्तला देवी के गर्भ का सातवां माह था, जुलाई में उनका आठवां है और अगले माह अगस्त माह में उनका नौवां माह होगा।
- अगर हमने गृह भेंट योजना पंजी सही तरह से बनाई हो तो हमें किसी भी एक तिमाही कि सारी गर्भवती महिलाएं एक के बाद एक उसी पन्नें पर या अगले पन्नें पर मिल जाएगी। इससे उन्हें ढूढ़ने और गिनने में बहुत आसानी होगी।

1 परिवार एवं व्यक्ति का क्रमांक	2 माता एवं बच्चे का नाम	3 गर्भावस्था 4–6 माह तक (कितने भी सम्पर्क पर्याप्त है– कम से कम दो बार)	4 गर्भावस्था 7–9 माह तक (कम से कम 2 गृह भ्रमण)
परिवार की संख्या	कैलेन्डर माह		
परिवार में क्रम संख्या	माता का नाम		
	प्रसव की संभावित तिथि		
	प्रसव की तिथि		
परिवार में क्रम संख्या	बच्चे का नाम		

तीसरी तिमाही वाली महिलाओं की सही तरीके से पहचान

- हम गृह भेंट योजना पंजी का उपयोग कर इस माह में तीसरी तिमाही वाली सारी गर्भवती महिलाओं की पहचान करेंगे।
- उनमें से हम इस माह में सातवें और नौवें माह वाली गर्भवती महिलाओं की पहचान करेंगे।




पंजी ८

समेकित बाल विकास सेवाएँ

गृहभेंट योजना

	नाम	कोड
जिला		
आई.सी.डी.एस परियोजना (ब्लॉक)		
सैक्टर		
ग्राम / वार्ड		
आँगनवाड़ी केन्द्र		
आँगनवाड़ी कार्यकर्ता		
आँगनवाड़ी सहायिका		

अगले माह के लिए कार्य बिन्दु

तीसरी तिमाही में दो गृह भेंट कर तैयारी सुनिश्चित करें

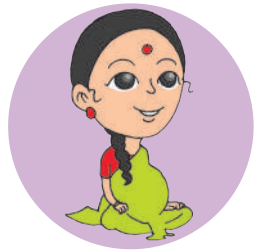
कार्ड दिखाकर हर बिंदु पर संक्षिप्त चर्चा करें।

जोर दें

- सातवें माह का गृह भेंट
- नौवें माह का गृह भेंट
- कोई जटिलता पाए जाने पर सातवें माह में अतिरिक्त गृह भेंट की ज़रूरत
- अगर प्रसव की तैयारी पूरी नहीं करते हैं तब अतिरिक्त गृह भेंट की ज़रूरत
- गृह भेंट के दौरान पहले पूछें, देखें और समझें, फिर परामर्श करें
- इसके लिये आप आशा मॉड्यूल 6, और रजिस्टर 8 में गृह भेंट के समय आयु अनुसार संदेश तालिका को ज़रूरत पड़ने पर देखें

दोहराने के लिए ज़रूरत पड़ने पर "सार" वाले कार्ड का प्रयोग करें।

अगले माह के लिए कार्य बिन्दु



तीसरी तिमाही में दो गृह भेंट कर तैयारी सुनिश्चित करें

- हम गर्भवती महिला की सातवें माह में गृह भेंट करेंगे।
- परिवार से मिलकर समझेंगे:
  → क्या परिवार ने अस्पताल में प्रसव की तैयारी की है?
  → क्या परिवार ने घर में प्रसव की तैयारी की है?
  → क्या घर के ज़िम्मेदार व्यक्ति प्रसव की तैयारी में शामिल हैं?

- तैयारी में कमियां हो तो उचित परामर्श करेंगे।
- नौवें माह में दुबारा गृह भेंट करेंगे और सुनिश्चित करेंगे कि प्रसव की पूर्ण तैयारी है।

1 यह मासिक बैठक क्यों?
2 गृह भेंट योजना पंजी कैसे बनाएं या अपडेट करें, गृह भेंट की शुरूआत
3 आंगनवाड़ी केन्द्र पर आयोजित समुदायिक कार्यक्रम की योजना एवं आयोजन
4 नवजात शिशुओं में स्तनपान का अवलोकन - क्यों और कैसे?
5 कमज़ोर नवजात शिशु की पहचान और देखभाल
6 ऊपरी आहार - भोजन में विविधता
7 महिलाओं में एनीमिया की रोकथाम
8 शिशुओं में शारीरिक वृद्धि का आकलन
9 समय के साथ ऊपरी आहार में सुधार और वृद्धि
10 केवल स्तनपान सुनिश्चित करना
11 कमजोर नवजात शिशु की देखभाल - आखिर कितने कमजोर बच्चे हम से छूटे रहे हैं?
12 हम ऊपरी आहार की शुरूआत समय से कैसे सुनिश्चित करें?
13 गंभीर दुबलेपन को कैसे पहचाने एवं रोकें?
14 बीमारी के दौरान शिशु का आहार
15 स्तनपान संबंधित समस्याओं में माता को सहयोग
16 कंगारू मदर केयर की मदद से कमज़ोर शिशु की देखभाल कैसे करें?
17 बीमार नवजात शिशु की पहचान एवं रेफरल सेवा
18 कुपोषण और मृत्यु से बचने के लिए बीमारियों से बचाव
19 बच्चों और किशोरियों में खून की कमी/एनीमिया की रोकथाम
20 प्रसव पूर्व तैयारी - अस्पताल और घर पर होने वाले प्रसव के लिए
21 गर्भावस्था के दौरान तैयारी - नवजात शिशु की देखभाल और परिवार नियोजन

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना
मातृ शक्ति, राष्ट्र शक्ति

बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ