sachivalayam.com

మాతా శిశు సంరక్షణ (MCP) కార్డు

వైద్య, ఆరోగ్య మరియు కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ

ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వము

ఈ యం.సి.పి కార్డును జాగ్రత్తపరచి అంగన్‌వాడి సెంటర్‌కు, ఆసుపత్రికి వెళ్లేటప్పుడు మరియు VHN Day (గ్రామీణ ఆరోగ్య పోషణ దినం) నాడు వెళ్లేటప్పుడు తప్పనిసరిగా తీసుకుని వెళ్ళవలెను.

ప్రధానమంత్రి మాతృవందన యోజన (PMMVY) ప్రయోజనాలు (మొదటి శిశువుకు మాత్రమే)

ప్రధానమంత్రి మాతృవందన యోజన కార్యక్రమం క్రింద ప్రతి గర్భిణీ స్త్రీకి (మొదటి బిడ్డ ప్రసవం కొరకు) రూ. 5000/- నగదు పారితోషికాన్ని మూడు విడతలుగా అందజేయబడుతుంది.

మొదటి విడత : ప్రతి గర్భిణీ స్త్రీ తప్పనిసరిగా ఆరోగ్యకేంద్రము / అంగన్‌వాడి కేంద్రాలలో గానీ నమోదు చేయించుకొన్న వెంటనే మొదటి విడతగా రూ. 1000/- ఇవ్వబడును.

sachivalayam.com

రెండవ విడత : గర్భిణీ స్త్రీ (6 నెలలు నిండిన తరువాత) గర్భిణీ సేవలు పొందినప్పుడు రూ. 2000/- ఇవ్వబడును.

3వ విడత : బిడ్డ పుట్టిన తరువాత నమోదు చేయించుకుని బిడ్డకు బిసిజి, ఓపివి, డిపిటి మరియు హెపటైటిస్-బి టీకాలు వేయించుకుని యం.సి.పి. కార్డులో నమోదు చేసిన తరువాత రూ. 2000 ఇవ్వబడును.

జనని సురక్ష యోజన (JSY)

ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులలో ప్రసవించిన తల్లులు నగదు లబ్ధి పొందడానికి అర్హులు
గ్రామీణ ప్రాంతాలలో ప్రసవం అయితే రూ. 1000/-, పట్టణ ప్రాంతాలలో ప్రసవం అయితే రూ. 600/- ఇంటి వద్ద ప్రసవం అయితే రూ. 500/-

ప్రధానమంత్రి సురక్షిత మాతృత్వ అభియాన్ (PMSMA)

గర్భిణీ స్త్రీ ప్రతి నెల 9వ తేదిన 4వ నెల నుండి 9వ నెల వరకు తప్పనిసరిగా పరీక్ష చేయించుకోవాలి.

జననీ శిశు సురక్ష కార్యక్రమము - ప్రయోజనాలు

గర్భవతులకు అందించు సేవలు

- ఉచిత మరియు నగదు రహిత సాధారణ కాన్పు
- ఉచిత సిజేరియన్ ఆపరేషన్ (అవసరమైతే)
- ఉచిత మందులు
- ఉచిత వైద్య పరీక్షలు (రక్తము, మూత్రము మరియు స్కానింగ్ మొ॥గునవి)
- సాధారణ ప్రసవమునకు 3 రోజులు మరియు సిజేరియన్ జరిగితే 7 రోజుల వరకు ఆసుపత్రిలో ఉచిత ఆహారం అందిస్తారు.
- ఉచిత రక్త సరఫరా
- ఇంటి నుండి ఆసుపత్రికి మరియు మెరుగైన వైద్యసేవలకొరకు రెఫరల్ ఆసుపత్రికి, ఆసుపత్రి నుండి తిరిగి ఇంటికి ఉచిత రవాణా సౌకర్యము
- గర్భవతికి, బాలింతకు మరియు శిశువు యొక్క ఆరోగ్య సమస్యలకు చికిత్స చేయబడును.

శిశువుకు పుట్టినప్పటి నుండి 1 సం॥ వరకు లభించు సేవలు :

- ఉచిత చికిత్స
- ఉచిత మందులు
- ఉచిత నిర్ధారణ పరీక్షలు
- ఉచిత రక్త సరఫరా
- ఇంటి నుండి ఆసుపత్రికి మరియు మెరుగైన వైద్యసేవలకొరకు రెఫరల్ ఆసుపత్రికి, ఆసుపత్రి నుండి తిరిగి ఇంటికి ఉచిత రవాణా సౌకర్యము

"ముందస్తు గర్భస్థ లింగ నిర్ధారణ పరీక్షలు చట్టరీత్యా నేరము"

sachivalayam.com

NHM

జాతీయ ఆరోగ్య మిషన్ ఆరోగ్య మరియు కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ

మాతా శిశు సంరక్షణ కార్డు

గర్భవతి స్థితి ప్రమాదకరమైనదా ?

	No Risk	
	High Risk	
	PIH	
	Co Morbid	
	Previous LSCS	

కుటుంబ గుర్తింపు వివరాలు

తల్లి పేరు ______________ వయసు ______

తండ్రి పేరు ______________

చిరునామా ______________

తల్లి ఫోన్ నెంబరు ______________ తండ్రి ______

MCTS / RCH ID ______________

బ్యాంకు & బ్రాంచి పేరు ______________

అకౌంటు నెం. IFSC కోడ్ ______________

గర్భవతి రికార్డు

చివరగా బహిష్టు అయిన తేది (LMP) ______________

అంచనా ప్రకారం ప్రసవ తేది (EDD) ______________

ఇప్పటిదాకా అయిన గర్భముల సంఖ్య / ప్రాణాలతో జన్మించిన శిశువుల సంఖ్య ______

గత ప్రసవం జరిగిన ప్రదేశం ______________

ప్రస్తుత ప్రసవం ఎక్కడ నిర్ణయించబడినది ______________

ప్రస్తుత ప్రసవం ఎక్కడ జరిగినది ______________

పుట్టిన శిశువు వివరాలు

శిశువు పేరు ______________

పుట్టిన తేది ______________ బరువు ______

☐ ఆడ ☐ మగ జనన నమోదు సంఖ్య ______________

MCTS / RCH ID (శిశువు) ______________

ఆసుపత్రి వివరాలు

అంగన్‌వాడీ కార్యకర్త సంఖ్య ______ బ్లాకు / గ్రామం / వార్డు పేరు ______

ఆశా పేరు ______________ ఎ.ఎన్.ఎమ్ పేరు ______________

SHC / క్లినిక్ పేరు ఫోన్ నెంబరు ______________

PHC / పట్టణం పేరు ______________ ఆసుపత్రి / FRU ______________

ఎ.ఎన్.ఎమ్ ఫోన్ నం. ______________

ఆసుపత్రి ఫోన్ నం. ______________

AWC నమోదు సంఖ్య ______________ తేది ______________

ఉపకేంద్రం నమోదు సంఖ్య ______________ తేది ______________

ఎక్కడికి రెఫర్ చేశారు ______ ______ ______ ______ ______

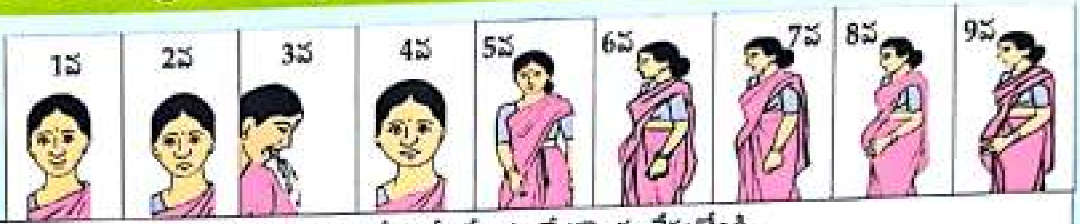
శిశువు ఆధార్ సంఖ్య ______________

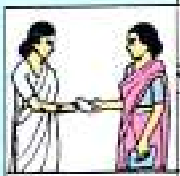
తల్లి ఆధార్ సంఖ్య ______________

అంబులెన్స్ టోల్ ఫ్రీ నెంబరు ______________

sachivalayam.com

గర్భవతి కాలంలో క్రమం తప్పకుండా ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి



నెలలు	1వ	2వ	3వ	4వ	5వ	6వ	7వ	8వ	9వ
 మొదటి త్రైమాసికంలో ఆరోగ్యకేంద్రంలో నమోదు చేసుకోండి. తేది / నెల / సం	/ /	/ /	/ /						
2. గర్భవతి పరీక్షలు నమోదు తరువాత కనీసం మూడుసార్లు గర్భస్థ పరీక్షలు చేయించుకోండి.	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
3. సాధారణ పరీక్షలు ఆరోగ్యకేంద్రాన్ని సందర్శించిన ప్రతిసారీ రక్తపోటు (బి.పి.), రక్తం మరియు మూత్ర పరీక్షలు చేయించుకోండి.									
4. బరువు ప్రతిసారీ బరువు చూసుకోండి. గర్భవతి కాలంలో కనీసం 10-12 కిలోల బరువు పెరగాలి.									
5. ఇంజక్షన్ రెండు సార్లు టి.టి. ఇంజక్షన్లు వేయించుకోండి. మొదటిది : గర్భ నిర్ధారణ జరిగాక, రెండవది : ఒక నెల తరువాత (తేది నమోదు చేయండి) గత మూడేళ్ళలో వ్యాక్సిన్ వేయించుకుని ఉంటే కేవలం ఒక డోసు టి.టి. మాత్రమే వేయించుకోండి.									
6. ఐరన్ ఫోలిక్ మాత్రలు మొదటి త్రైమాసికం తరువాత రోజూ ఒక ఐరన్ మాత్ర కనీసం ఆరు నెలల పాటు తీసుకోండి. మొత్తం మీద కనీసం 180 మాత్రలు తీసుకోండి. (నెలలో తీసుకున్న మాత్రల సంఖ్యను నమోదు చేయండి).									

మొదటి త్రైమాసికం తరువాత రోజుకు రెండు కాల్షియం మాత్రలు కనీసం ఆరు నెలల పాటు తీసుకోండి. (నెలలో ఎన్ని మాత్రలు తీసుకున్నారో నమోదు చేయండి).

మొదటి త్రైమాసికం తరువాత ఆల్బెండజోల్ (400 మి.గ్రా) డోసు ఒకటి తీసుకోండి. (తీసుకున్న తేదిని నమోదు చేయండి). [ ]

గర్భవతి కాలంలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు

- వివిధ రకాల ఆహారం తీసుకోండి.
- మామూలు కంటే పావు భాగం ఆహారం ఎక్కువ తీసుకోండి
- అంగన్‌వాడీ కేంద్రం నుండి పౌష్టికాహారాన్ని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోండి
- ఆహారం తిన్న ప్రతిసారీ నోరు పుక్కిలించండి. రోజుకు కనీసం రెండు సార్లు పళ్లు తోమాలి.

- రాత్రిపూట 8 గంటలు నిద్రపోవాలి.
- పగటిపూట అదనంగా కనీసం రెండు గంటలు విశ్రాంతి తీసుకోండి.
- అయోడిన్ కలిగిన ఉప్పును తగు మోతాదులో తీసుకోండి.

6

గర్భస్థ పరీక్షకు వెళ్ళిన ప్రతిసారీ ఎలాంటి పౌష్టికాహారం తీసుకోవాలో తెలుసుకోండి

sachivalayam.com

ప్రత్యేక జాగ్రత్తకొరకు గమనించవలసిన అంశములు

(Check list for SpecialCare)

ఈ క్రింది ప్రమాదకర పరిస్థితులలో ప్రతినెల తప్పనిసరిగా నిపుణులతో పరీక్ష చేయించుకొనవలెను.

మునుపటి గర్భస్థ సమయంలో

HIGH RISK		VERY HIGH RISK	
1. Instrumental delivery / ఇన్‌స్ట్రుమెంటల్ ప్రసవం (ఫోర్సెప్స్)	☐	6. PreviousPre term delivery నెలలు నిండక ముందే కాన్పు జరుగుట	☐
2. Eclampsia / వాతము	☐	7. Still birth / Neonatal death / మృత శిశువు జన్మించుట, కాన్పు అయిన నెలలోపు మరణించుట	☐
3. PPH / రక్తస్రావము	☐	8. CaesareanSection / సిజేరియన్	☐
4. 3 or more Abortions / 3 కంటే ఎక్కువ గర్భస్రావము	☐	9. Other Obstetri Compliations	☐
5. Obstruted Labour	☐	10. Congenital Anomalies	☐

ప్రస్తుత గర్భ సమయంలో

1. Primigravida under 18 years ప్రథమ గర్భము 18 సం॥లోపు	☐	1. Premature labour నెలలు నిండకముందే నొప్పులు వచ్చుట	☐
2. Primigravida Above 35 years / ప్రథమ గర్భము 35 సం॥పైన	☐	2. Ante Partum Haemorrhage కాన్పుకు ముందు రక్త స్రావం	☐
3. Age above 40 years / గర్భిణి వయస్సు 40 సం॥పైన	☐	3. Abnormal Presentation పిండం అసాధారణ స్థితి	☐
4. Pregnancy after Prolanged infertility చాలా సం॥ల వంధ్యత్వము తర్వాత గర్భధారణ	☐	4. Intra Uterine Growth Retardation పిండం పెరుగుదల లేకపోవుట	☐
5. Fourth Pregnancy or greater 4 లేదా అంతకంటే ఎక్కువసార్లు గర్భందాల్చటము	☐	5. Multipule Pregnancy కవలలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ	☐
6. Height less than 145cm గర్భిణి ఎత్తు 145 సెం.మీ. కంటే తక్కువ	☐	6. Hydramnios / ఉమ్మనీరు ఎక్కువ ఉండుట	☐
7. Systemic Disease దీర్ఘకాలిక రుగ్మతలు	☐	7. PIH / గర్భస్థ సమయంలో రక్తపోటు ఎక్కువవుట	☐
		8. Severe Anaemia / తీవ్రమైన రక్తహీనత	☐
8. Threatened abortion గర్భస్రావం	☐	9. Cardiac Disease / గుండె జబ్బులు	☐
		10. Diabetes Mellitus / మధుమేహం	☐
9. Other / Minor Complication ఇతర సమస్యలు	☐	11. Gestation exceeding 42 weeks 42 వారములు నిండినా ప్రసవం కాకపోవటం	☐

Note : హై రిస్క్‌గా గుర్తించిన గర్భవతుల నెలసరి చెకప్ మరియు స్పెషలిస్ట్ ద్వారా జరగవలెను.

Conduct deliveries of all High Risk Pregnant women in refferal hospital only.
ప్రమాదకర గర్భస్థితి ఉన్న గర్భవతుల ప్రసవము రిఫరల్ ఆసుపత్రిలోనే జరుగవలెను.

ANC Follow UP / గర్భవతుల పరీక్షల వివరములు

Name of the Escort Person : Designation : ANM / ASHA

Mobile No. : ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

Type of Referral Hospital	PHC		CHC		AH		DH		TH	
Name of Referral Hospital										

Visit No.	Visit Date	Weight	B.P.	Urin (Albumin/ Sugar)	Hb%	Oe dema	Fundal Height Presentation	Foetal HS/ Movement	Ultra Sound Scan Yes / No	other Invistigations If any	Associated Symptoms If any	Data of Next Visit	Signature of MO

Mention any other remarks / Ultrasound impression :

1. All Pregnant women should be escorted by ANM / ASHA for deliveries as ESCORT PERSON.
   గర్భవతులను ఆరోగ్యకార్యకర్త ANM / ASHA కానీ వెంట ఉండి ప్రసవం కొరకు తీసుకొనిపోవలెను.
2. Amount should b e utilized from JSSK funds for transport of pregnant women in case of ANC checkup, Delivery transport PNC Checkups to Public Health Institutions.
   గర్భవతులకు రవాణా సౌకర్యము కొరకు అయ్యే ఖర్చులను JSSK పథకము క్రింద తీసుకొనవలెను.

sachivalayam.com

High Risk ANC Follow UP / ప్రమాదకర గర్భస్థ స్థితులు కలిగిన గర్భవతుల పరీక్షల వివరములు

Name of the Escort Person :

Designation : MPHS (F) / PHN

Mobile No. : ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

Type of Referral Hospital	CHC		AH		DH		TH	
Name of Referral Hospital								

Visit No.	Visit Date	Weight	B.P.	Urin (Albumin/ Sugar)	Hb%	Oe dema	Fundal Height Presentation	Foetal HS/ Movement	Ultra Sound Scan Yes / No	other Invistigations If any	Associated Symptoms If any	Data of Next Visit	Signature of MO

Mention any other remarks / Ultrasound impression :

1. All High Risk Pregnant women should be escorted by PHN or MPHS (F) or ANM for deliveries as ESCORT PERSON.
   ప్రమాదకర గర్భస్థ స్థితి ఉన్న గర్భవతులను ఆరోగ్యకార్యకర్త ANM or MPHS (F) / PHN కానీ వెంట ఉండి ప్రసవం కొరకు తీసుకొనిపోవలెను.
2. Amount should b e utilized from JSSK funds for transport of pregnant women in case of ANC checkup, Delivery transport PNC Checkups to Public Health Institutions.
   ప్రమాదకర గర్భస్థస్థితి ఉన్న గర్భవతులకు రవాణా సౌకర్యము కొరకు అయ్యే ఖర్చులను JSSK పథకము క్రింద తీసుకొనవలెను.

sachivalayam.com

sachivalayam.com

ప్రసూతి సంరక్షణ

గత ప్రసవ సమయంలో తలెత్తిన సమస్యలు (సరైనదానికి ✓ పెట్టండి)

పూర్వపు వ్యాధుల వివరాలు

(Please tick (✓) the box of the appropriate response/s)

1.క్షయ ☐ 2.రక్తపోటు ☐ 3.గుండె సంబంధిత వ్యాధులు ☐

4.మధుమేహం ☐ 5.ఆస్తమా పరీక్షలు ☐ 6.ఇతరాలు ☐

EXAMINATION

గుండె	ఊపిరితిత్తులు	రొమ్ము (చనుమొన లోపలికి పోయిందేమో గమనించండి)

గర్భిణీ స్త్రీ సంరక్షణ - సందర్శన వివరాలు

	1	2	3	4	5 (Under PMSMA)
తేది					
సమస్య					
POG (వారాలు)					
బరువు (కి.గ్రాల్లో)					
పల్స్‌రేటు					
రక్తపోటు					
Pallor					
Oedema					
కామెర్లు					

ఉదర పరీక్షలు

Fundal height Weeks / cm				
Lie/Presentation				
Fetal movements	Normal/ Reduced/ Absent	Normal/ Reduced/ Absent	Normal/ Reduced/ Absent	Normal/ Reduced/ Absent
Fetal heart rate per minute				
P/V if done				

తప్పనిసరి పరీక్షలు

Invistigation	Date	Date	Date	Date
రక్తపరీక్ష Hb%				
మూత్రం (ఆల్బ్యుమిన్)				
మూత్రం (షుగర్)				
ఇ.సి.జి.				
హెచ్.ఐ.వి. & సిఫిలిస్				
అల్ట్రా సోనోగ్రఫీ				
గెస్టేషనల్ డయాబెటీస్ మిల్లిటస్				

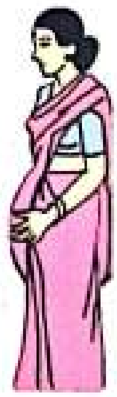
బ్లడ్ గ్రూప్ & (Rh) టైపింగ్ ☐ తేది / /

చేసుకోదగ్గ పరీక్షలు

1.థైరాయిడ్-స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్ ☐ తేది / /

2. Hbs Ag. ☐ తేది / /

3.బ్లడ్ షుగర్ ☐ తేది / /



మాతాశిశు ఆరోగ్యం మరియు పౌష్టికాహారంపై ప్రతినెలా తప్పనిసరిగా మీ ఊరిలో జరిగే కార్యక్రమంలో పాల్గొనండి.

INVESTIGATION FINDINGS AND DOCTOR PRESCRIPTION

sachivalayam.com

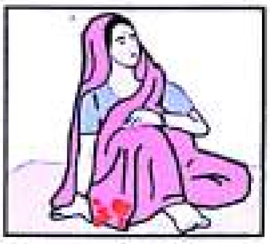
INVESTIGATION FINDINGS AND DOCTOR PRESCRIPTION

sachivalayam.com

INVESTIGATION FINDINGS AND DOCTOR PRESCRIPTION

sachivalayam.com

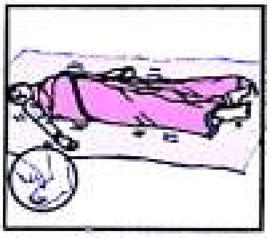
ఈ క్రింద కనబరచిన ప్రమాద సూచికలు గర్భిణీ స్త్రీలలో కనిపిస్తే వెంటనే మీకు దగ్గరలోని ఆసుపత్రికి తరలించండి.



- గర్భవతి కాలంలో రక్తస్రావం
- ప్రసవ సమయంలో లేదా ప్రసవం తర్వాత నెల వరకు రక్తస్రావం జరిగితే

అధిక రక్తహీనత,
శ్వాస తీసుకోవడంలో ఆయాసం

ప్రసవం తర్వాత నెలవరకు
తీవ్రమైన జ్వరం వస్తే

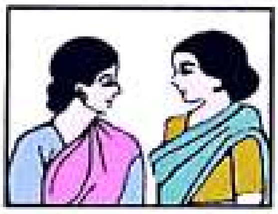


తలనొప్పి, చూపు మందగించడం,
మూర్ఛ, శరీరం అంతటా వాపులు

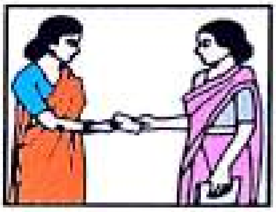
12 గంటలకు పైగా పురిటి నొప్పులు

పురిటి నొప్పులు లేకుండా
ఉమ్మనీరు / మాయ జారడం

ఆసుపత్రిలో ప్రసవానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి



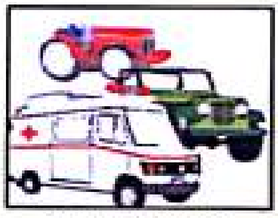
ఆశా/ఎ.ఎన్.ఎమ్/అంగన్‌వాడీ
కార్యకర్తను సంప్రదించండి.



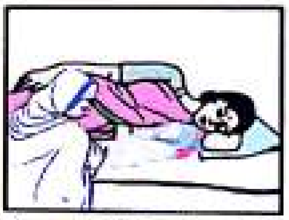
జనని సురక్ష యోజన (JSY)
కింద నమోదు చేసుకోండి

JSY ప్రయోజనాలను పొందండి

ఆసుపత్రిని ముందే
ఎంపిక చేసుకోండి



రవాణా సౌకర్యాన్ని
ముందే ఏర్పాటు చేసుకోండి

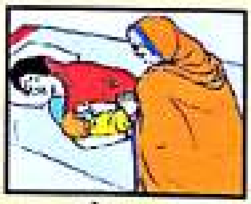


ప్రసవం అయిపోయాక 48 గంటలు
తప్పక ఆసుపత్రిలోనే ఉండండి.

అత్యవసర పరిస్థితి తలెత్తితే

ఆసుపత్రికి వెళ్లడానికి
వాహనం సిద్ధం చేసుకోండి.

ప్రసవం తర్వాత



గంటలోపు తల్లిపాలు
ఇవ్వాలి

కుటుంబ నియంత్రణ
కౌన్సిలింగ్‌కు హాజరు కావడం.

అవును ☐ కాదు ☐

0-6 నెలల వరకు తప్పనిసరిగా తల్లిపాలు పట్టించండి

sachivalayam.com

ప్రసవానంతర సంరక్షణ

ప్రసవం జరిగిన తేది ☐☐☐☐☐☐

ప్రసవం జరిగిన ప్రదేశం ____________

ప్రసవం జరిగిన పద్ధతి: సాధారణ ☐ ఫోర్సెప్స్ ☐ సిజేరియన్ ☐

టర్మ్ / ప్రీటర్మ్ / స్పాంటేనియస్ అబార్షన్ ____________

ప్రసవం తర్వాత ఆసుపత్రిలో ఉన్న రోజులు ____________

ఏవైనా సమస్యలున్నాయా ____________

పుట్టిన బిడ్డ: మగ ☐ ఆడ ☐ బరువు ☐ కిలోలు ☐☐☐ గ్రాములు

బిడ్డ పుట్టిన వెంటనే ఏడ్చినదా? అవును ☐ కాదు ☐

బిడ్డ పుట్టిన గంటలోపు తల్లి పాలు తాగినదా? అవును ☐ కాదు ☐

*(బిడ్డ బరువు 2.5 కి.గ్రా కంటే తక్కువ ఉంటే 3 సార్లు ఆసుపత్రి సందర్శించాలి)

విటమిన్ K ఇంజక్షన్ అవును ☐ కాదు ☐

బాలింత సంరక్షణ

	1వ రోజు	3వ రోజు	7వ రోజు	14వ రోజు	21వ రోజు	28వ రోజు	42వ రోజు
Any complaints							
Pallor							
Pulse rate							
Blood pressure							
Temperature							
Breasts Soft/engorged							
Nipples Cracked/normal							
Uterus Tenderness Present/ absent							
Bleeding P/V Excessive/normal							
Lochia Healthy/foul smelling							
Episiotomy/Tear Healthy/ injected							
Family planning Counselling							
Any other complications and referral							

sachivalayam.com

నవజాత శిశువు సంరక్షణ

[if born <2.5 kgs, 3 additional visits planned by MPHA (F)]

	1వ రోజు	3వ రోజు	7వ రోజు	14వ రోజు	21వ రోజు	28వ రోజు	42వ రోజు
సందర్శన తేది	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
బిడ్డ పాలు సరిగా తాగుతున్నది / లేదు							
తాగకపోతే కారణాలు							
శ్వాస పీల్చుట (నిమిషానికి ఎన్నిసార్లు)							
ఛాతిలోపలికి పోతుంది (అవును/కాదు)							
జ్వరము							
బొడ్డు చీము పట్టినది / లేదు							
చర్మం మీద బొబ్బలు/మచ్చలు							
కామెర్లు							
అపస్మారక స్థితి / మగత							
మూత్ర విసర్జన							
మల విసర్జన(సాధారణ / నీళ్ళుగా)							
విరేచనములు (రోజుకి ఎన్నిసార్లు)							
తదుపరి సందర్శన తేది	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
సంతకం							
ఎమ్.పి.హెచ్.ఎ (ఆడ) పేరు							

పుట్టిన 7 రోజుల వరకు స్నానం చేయించకూడదు.

శిశువును వెచ్చగా ఉంచాలి

జబ్బులతో బాధపడేవారి నుండి శిశువును దూరంగా ఉంచాలి

బొడ్డుకి ఏమీ రాయకూడదు.

sachivalayam.com

నవజాత శిశు సంరక్షణ

దయచేసి గుర్తుపెట్టుకోండి

- బిడ్డను వెచ్చగా ఉంచండి
- బిడ్డ పుట్టిన గంటలోపే తల్లిపాలు ఇవ్వాలి
- బిడ్డకు కేవలం తల్లిపాలు మాత్రమే ఇవ్వాలి
- మొదటి 48 గంటలలోపు బిడ్డకు స్నానం చేయించరాదు
- బొడ్డు ప్రాంతం పొడిగా ఉంచాలి
- బిడ్డను అనారోగ్యంగా ఉన్న వారికి దూరంగా ఉంచాలి
- పుట్టినప్పుడు బిడ్డ బరువు 2.5 కిలోల కంటే తక్కువగా ఉంటే ప్రత్యేక సంరక్షణ తీసుకోవాలి

దయచేసి గుర్తుపెట్టుకోండి

- బిడ్డ పాలు తాగలేకపోతే
- మూర్ఛ వస్తేను
- నిమిషానికి 60 సార్ల కంటే ఎక్కువగా శ్వాస తీసుకుంటూ ఉంటే
- ఛాతీ ఎక్కువగా లోపలికి వెళుతుంటే
- శరీరపు ఉష్ణోగ్రత 37.5 డిగ్రీల సెల్సియస్ కంటే ఎక్కువగా ఉంటే (బిడ్డను తాకినప్పుడు వేడిగా అనిపిస్తే)
- శరీరపు ఉష్ణోగ్రత 35.5 డిగ్రీల సెల్సియస్ కంటే తక్కువగా ఉంటే (బిడ్డను తాకినప్పుడు చల్లగా అనిపిస్తే)
- [illegible]

గృహ ఆధారిత శిశు సంరక్షణ సందర్శనలు - ఆరు వారాల తర్వాత (✓)

వయసును బట్టి ఆశా కార్యకర్త పరిశీలించవలసినవి		3 నెలలు	6 నెలలు	9 నెలలు	12 నెలలు	15 నెలలు
బిడ్డ అనారోగ్యంతో ఉందా						
తల్లిపాలు కొనసాగిస్తున్నారా						
అదనపు ఆహారం	ఒకసారి 2-3 టేబుల్ స్పూన్ల ఆహారం రోజుకు 2-3 సార్లు చొప్పున మధ్యలో 1-2 సార్లు అల్పాహారం	X				
	ఒకసారికి 1/2 కప్పు ఆహారం రోజుకు 2-3 సార్లు చొప్పున మధ్యలో 1-2 సార్లు అల్పాహారం	X				
	ఒకసారికి 3/4 నుండి 1 కప్పు ఆహారం రోజుకు 3-4 సార్లు చొప్పున మధ్యలో 1-2 సార్లు అల్పాహారం	X				
అంగన్వాడీ కార్యకర్త నమోదుచేసిన బరువు						
ఎదుగుదల నెమ్మదిగా ఉందేమో చెక్ చేయండి						
టీకాల స్థితిని చెక్ చేయండి						
మీజిల్స్ వ్యాక్సిన్ ఇచ్చారా		X	X			
విటమిన్ A ఇచ్చారా		X	X		X	
ఇంటి వద్ద ఒ. ఆర్ ఎస్ ఇచ్చారా						
ఇంటి వద్ద ఐ ఎఫ్ ఎ సిరప్ ఇచ్చారా						
వయసునుబట్టి ఆశా కార్యకర్త అందించవలసిన సేవలు		3 నెలలు	6 నెలలు	9 నెలలు	12 నెలలు	15 నెలలు
కేవలం తల్లిపాలు ఇవ్వడంపై కౌన్సిలింగ్				X	X	X
అదనపు ఆహారం ఇవ్వడంపై కౌన్సిలింగ్		X				
చేతులు శుభ్రం చేసుకోవడంపై కౌన్సిలింగ్						
పిల్లల పెంపకంపై కౌన్సిలింగ్						
కుటుంబ నియంత్రణపై కౌన్సిలింగ్						
ఒ. ఆర్ ఎస్ ఇవ్వడం						
ఐ ఎఫ్ ఎ సిరప్ ఇవ్వడం						

sachivalayam.com

అతిసార నివారణ

ఆహారం వండే ముందు, బిడ్డకు తినిపించే ముందు, మలవిసర్జన తర్వాత, బిడ్డ మలమూత్రాలను శుభ్రం చేసిన తర్వాత సబ్బుతో శుభ్రంగా చేతులు కడుక్కోవాలి.

శుభ్రమైన తాగునీటిని ఉపయోగించాలి. నీటిని సురక్షితమైన ప్రదేశంలో ఉంచాలి. కుండ/ నీళ్ళ మీద మూత ఉంచాలి.

బిడ్డ పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచాలి. బిడ్డ చేతులను తరచూ కడుగుతూ ఉండాలి.

ఎల్లప్పుడూ టాయిలెట్‌నే ఉపయోగించండి. బహిరంగ మలవిసర్జన మానుకోవాలి. బిడ్డ మలమూత్రాలను సురక్షితమైన ప్రదేశంలో పడేయాలి.

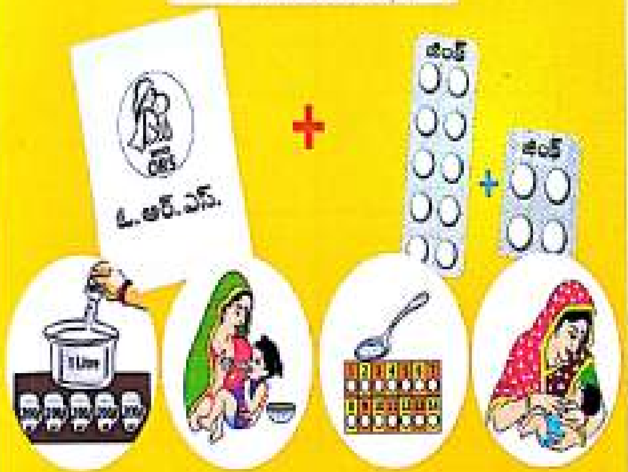
నిమోనియా నివారణ

చలికాలంలో బిడ్డకు వెచ్చటి ఉలు బట్టతో కప్పి ఉంచాలి. బిడ్డ చల్లటి ప్రదేశంలో పడుకోరాదు.

నవజాత శిశువును బట్టతో చుట్టి ఉంచాలి

ఇంట్లో పొగ నివారించడానికి గ్యాస్ స్టవ్ వాడాలి

అతిసారకు చికిత్స



ఒక లీటరు కాచిచల్లార్చిన నీటిలో ఒక ప్యాకెట్ ఓ.ఆర్.ఎస్ ను కలపండి.

బిడ్డకు అతిసార పోయిన ప్రతిసారీ ఓ.ఆర్.ఎస్ ఇవ్వాలి. మలవిసర్జన పోయిన ప్రతిసారి ఓ.ఆర్.ఎస్ ఇస్తూ ఉండాలి.

ఒక టీస్పూను మంచినీరు లేదా తల్లిపాలను తీసుకోవాలి. అందులో జింక్ మాత్రను కరిగించాలి. దీన్ని రోజుకు ఒకసారి చొప్పున 14 రోజుల పాటు ఇవ్వాలి.

బిడ్డ మలవిసర్జన చేసిన తరువాత ప్రతిసారి తల్లిపాలతో పాటు ఆహారం ఇవ్వాలి.

నిమోనియాను గుర్తించడం

తీవ్రమైన దగ్గు

వేగంగా శ్వాస తీసుకోవడం

ఛాతీ లోపలికి పోవడం

జ్వరం

శ్వాసించే సంఖ్యని బట్టి న్యుమోనియాను గుర్తించవచ్చు

రెండు నెలల లోపు బిడ్డలో : నిమిషానికి 60 కంటే ఎక్కువ సార్లు శ్వాస తీసుకుంటూ ఉంటే

రెండు నెలల నుండి ఒక సంవత్సరం బిడ్డలో: నిమిషానికి 50 కంటే ఎక్కువ సార్లు శ్వాస తీసుకుంటూ ఉంటే

1 నుండి 5 సంవత్సరాల వయసు పిల్లల్లో: నిమిషానికి 40 కంటే ఎక్కువ సార్లు శ్వాస తీసుకుంటూ ఉంటే

బిడ్డలో న్యుమోనియా లేదా అతిసార లక్షణాలు కనిపిస్తే తక్షణమే ఆశా కార్యకర్త లేదా ఎ ఎన్ ఎం ను సంప్రదించాలి

బిడ్డతో మాట్లాడుతూ ఉండండి. దీనివల్ల బిడ్డ శారీరకంగా, మానసికంగా చాలా బాగా అభివృద్ధి చెందుతుంది.

sachivalayam.com

మీ బిడ్డ పొట్ట చాలా చిన్నగా సున్నితంగా ఉంటుంది. అది తల్లిపాలను మాత్రమే అరిగించుకోగలదు. బిడ్డ ఏడ్చినపుడు మీ శరీరానికి ఆనేలా హత్తుకోండి. బిడ్డ మీ స్పర్శను కోరుకుంటుంది. పాలు ఇస్తున్నపుడు బిడ్డ కళ్లలోకి చూడండి, నవ్వండి, మాట్లాడండి. పాలు ఇచ్చే సమయంలో బిడ్డను ఊపరాదు.

బిడ్డ పుట్టిన గంటలోగా, వీలైనంత త్వరగా తప్పకుండా పాలు ఇవ్వండి. ఇది పాలను సమృద్ధి చేస్తుంది. బిడ్డతో అనుబంధాన్ని పెంచుతుంది.

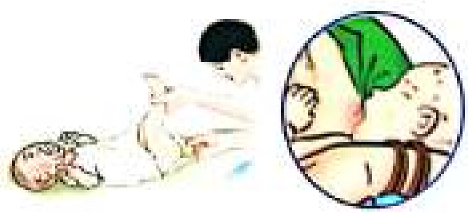
తల్లి నుంచి మొట్టమొదట వచ్చే ముర్రుపాలు బిడ్డ ఆరోగ్యానికి అండగా నిలుస్తుంది.

బిడ్డ ఆకలితో ఏడ్చినపుడల్లా పాలు పట్టించండి. పగలు, రాత్రి కూడా పాలు పట్టిస్తూ ఉండాలి. తరచుగా పాలు ఇస్తుంటే పాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి.

తల్లి పాలలో అన్ని రకాల పోషకాలు, నీరు ఉంటాయి. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ 6 నెలల వరకూ బిడ్డకు నీరు, తేనె, ఇతర ఆహారాలు, పానీయాలు లాంటివి ఇవ్వరాదు.

తల్లి పాలు త్రాగడం వలన బిడ్డ మేధస్సు పెరుగుతుంది

తల్లి పాలు త్రాగించడంలో ఏమైనా ఇబ్బంది ఉన్నట్లయితే ఎ.ఎన్.ఎమ్, ఆశా లేదా అంగనవాడీ కార్యకర్తను సంప్రదించండి



మీ పాపాయికి ఎంతగా ఉన్నప్పటికీ మొదటి 6నెలల వరకు తల్లి పాలు తాగిస్తూనే ఉండాలి.

6 నెలల తరువాత తల్లి పాలతో పాటు ఇతర ద్రవాలు, తగిన మోతాదులో మెత్తటి ఆహారం తినిపించాలి.

బిడ్డతో మాట్లాడండి, నవ్వండి, ఓపికగా తినిపించండి

sachivalayam.com

6 నెలలు

- తల్లిపాలు కొనసాగించండి.
- 6 నెలలు పూర్తయ్యాక ఆహారం ఇవ్వటం మొదలు పెట్టండి. బాగా మెత్తగా చేసిన ఆహారాన్ని 2 నుండి 3 టేబుల్ స్పూన్లు రోజుకు 2 నుండి 3 సార్లు ఇవ్వండి.
- మెత్తగా చేసిన తృణ ధాన్యాలు, పప్పులు, పళ్ళు మరియు కూరగాయలు ఇవ్వాలి.
- ఒక్కసారి ఒకే రకమైన ఆహారాన్ని ఇవ్వాలి.
- నెమ్మదిగా ఆహారాన్ని పెంచండి.
- ఐరన్ డ్రాప్స్ / సిరప్ ఇవ్వండి.
- మీ బిడ్డ మానసిక, శారీరక ఎదుగుదలకు ఉపయోగపడుతుంది.

6-9 నెలలు

- తల్లిపాలు కొనసాగించండి.
- రోజుకు3 నుండి 4 సార్లు ఆహారాన్ని ముద్దగా చేసి పెట్టండి. ఇది క్రమ క్రమంగా అలవాటు చేయండి. 2 నుండి 3 సార్లు ఆహారంగా మరియు 1 నుండి 2 సార్లు స్నాక్స్‌గా పెట్టండి.
- ఆహారం మోతాదు క్రమంగా పెంచాలి.
- కిచిడి, ఉప్మాలాంటి కొత్త ఆహారాన్ని తినిపించాలి.
- ఆహారంలో ఈ కింది 4 గ్రూపులు ఉండేలా చూడండి.1) ధాన్యాలు 2) పచ్చటి కూరగాయలు, పళ్లు 3) నూనె, నెయ్యి, 4) మెత్తగా చేసిన కందిపప్పు / చేప / గుడ్డు (బాగా ఉడకబెట్టినది)
- ఐరన్ డ్రాప్స్ / సిరప్ ఇవ్వండి. దీనివల్ల బిడ్డ శారీరకంగా, మానసికంగా చక్కటి అభివృద్ధి చెందుతుంది.

9-12 నెలలు

- తల్లిపాలు కొనసాగించండి.
- 9 నెలల తర్వాత సగం గిన్నె (చిన్నది) ఆహారాన్నయినా పెట్టాలి. రోజుకు 3-4 సార్లు పెట్టండి. ఆ ఆహారం బిడ్డ చప్పరించేలా ఉండాలి.
- 12 నెలల తర్వాత మీరు తినే ఆహారాన్ని పెట్టవచ్చు. ఒక చిన్న గిన్నెడు రోజుకు 3-4 సార్లు పెట్టాలి. అలాగే 1-2 సార్లు స్నాక్స్ రూపంలో ఇవ్వాలి.
- చిన్నగా తరిగిన / ముద్దలుగా చేసిన ఆహారాన్ని ఇవ్వండి. బిడ్డ సొంతగా బొటనవేలు, వేళ్ళ ఉపయోగించి, తినేలా ఉండాలి. బిడ్డ చిందరవందర చేసినా మెల్లగా అలవాటు చేయండి.
- విటమిన్-ఎ ఇవ్వండి. బిడ్డ కంటిచూపు చక్కగా ఉంటుంది.
- ఐరన్ డ్రాప్స్ / సిరప్ ఇవ్వండి. దీనివల్ల బిడ్డ శారీరకంగా, మానసికంగా చాలా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

సాధారణ సూచనలు

- బిడ్డకు ఆహారాన్ని తయారు చేసే ముందు, తినిపించే ముందు శుభ్రంగా చేతులు కడుక్కోండి.
- గుడ్డు ఇచ్చేటప్పుడు అది బాగా ఉడికిందో లేదో చూసుకోండి.
- పళ్ళు, కూరగాయలను ఎక్కువ నీటిలో కుళాయి కింద బాగా కడగాలి.
- బాగా ఉడికించాలి. సురక్షితమైన మంచినీటిని వాడండి. బిడ్డ ఆహారాన్ని మిగిలిస్తే దాన్ని పడేయండి. మళ్లీ తినిపిద్దామని అలాగే పెట్టవద్దు.
- అయోడిన్ ఉన్న ఉప్పునే వాడండి. అయోడిన్ తెలివితేటలు పెరగడానికి ఉపయోగపడుతుంది.
- ఐరన్ డ్రాప్స్ / సిరప్ ఇవ్వండి.

6 నెలల నుండి - 2 సం॥ల వరకు తల్లి పాలు త్రాగించండి. బిడ్డకు 2 సం॥లు వచ్చేవరకు తల్లి పాలతో పాటు మెత్తటి ఆహారాన్ని కూడా ఇవ్వండి

2 నుండి 3 నెలల వయస్సు

- ☐ తల్లిని గుర్తుపట్టడం
- ☐ ఇతరులను చూసి నవ్వడం
- ☐ కళ్లలోకి చూడటం

- బిడ్డను కౌగిలించుకోవాలి, ముద్దాడాలి. ఏడ్చిన వెంటనే బిడ్డను అక్కున చేర్చుకుంటే బిడ్డ సంతోషపడుతుంది.
- మీ మాతృభాషలో బిడ్డతో మాట్లాడుతూ ఉండండి.

- బిడ్డ పడుకున్న చోట పైభాగంలో రంగు రంగుల బొమ్మలు / అడుగు ఎత్తులో వేలాడదీయండి. దీనివల్ల బిడ్డ వాటిపై దృష్టి కేంద్రీకరిస్తుంది.
- 5నెలల లోపు పిల్లలకు టి.వి. సెల్‌ఫోన్, ల్యాప్‌టాప్ అలవాటు చేయకండి.

☐ బోర్లా పడినప్పుడు అప్పుడప్పుడు తల ఎత్తడం

- ☐ ఉత్సాహంగా ఉన్నప్పుడు రెండు చేతులు, రెండు కాళ్ళు ఊపడం.
- ☐ చేతులను చాచి విశ్రాంతి పొందడం.

- బిడ్డచేతులను, కాళ్ళను సున్నితంగా మర్దన చేయండి
- బిడ్డ రోజులో కనీసం కొన్ని సార్లయినా బోర్లాపడేలా చూడండి

3 నెలల వయస్సు

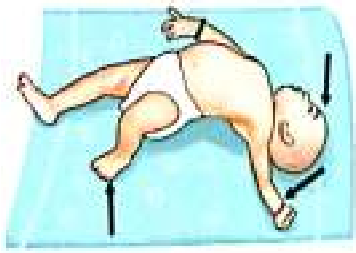
మీ బిడ్డలో కింది ప్రమాదకరమైన లక్షణాలు కనిపిస్తే తక్షణమే ఆరోగ్య కార్యకర్తను / ఆశా / అంగన్‌వాడీ కార్యకర్తను వైద్యుడిని సంప్రదించండి

నవ్వకపోతే

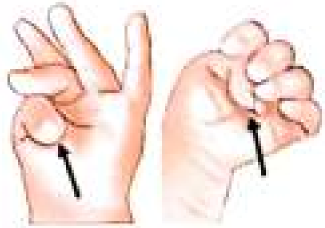
పాలు తాగుతున్నపుడు, మాట్లాడించినపుడు, ఎత్తుకున్నపుడు బిడ్డ కళ్లలోకి చూడకపోతే

2 నెలల తర్వాత మెల్లకన్నుతో చూస్తుంటే

ఉన్నట్టుండి శబ్దమైనా బిడ్డ లేవకపోతే / ఏడవకపోతే



తల వెనక్కి వాలిపోయి, కాళ్ళు చేతులు నీలుక్కుపోతే



తరచుగా బొటనవేలు అరచేతిలోకి మడిచి పెట్టడం, పిడికిలి బిగించడం

☐ మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త పైవాటిని పరిశీలించి ☑ లేదా ☒ పెట్టాలి

4 నెలల నుండి 6 నెలల వయస్సు

బిడ్డ ఏం చేస్తుంది?	తల్లిదండ్రులకు సూచనలు

sachivalayam.com

- ☐ తల నిటారుగా ఉంచి మీరు పట్టుకుంటే కూర్చోగలుగుతుంది.
- ☐ శబ్దం వచ్చిన వైపున తల తిప్పుతుంది.

- పిల్లలతో మాట్లాడండి. వారు చేసే శబ్దాలను మీరు అనుకరించండి.
- మీ శబ్దాన్ని వారు అనుకరిస్తే వెంటనే ప్రోత్సహించండి.

- బిడ్డను బయటకు తీసుకెళ్ళి బయటి ప్రపంచాన్ని పరిచయం చేయండి.
- బిడ్డ వేలు చీకడంలో ఆనందాన్ని పొందుతుంది. దీని గురించి ఆందోళన చెందవలసిన అవసరం లేదు. ఇప్పుడప్పుడే ఆ అలవాటును మాన్పించే ప్రయత్నం చేయవద్దు.

- ☐ అ ఆ ఈ అని ముద్దుగా, అస్పష్టంగా మాట్లాడటం.
- ☐ అద్దంలో చూసుకోవడానికి ఇష్టపడటం.

- ☐ ఏదైనా వస్తువును చేరుకోవడానికి, పట్టుకోవడానికి ప్రయత్నించడం.
- ☐ గట్టిగా నవ్వడం, గట్టిగా అరవడం.

- బిడ్డకు ఇష్టమైన వస్తువులను నేలమీద వేయండి.
- బిడ్డ వాటిని అందుకునేలా ప్రోత్సహించండి.

6 నెలల వయస్సు

మీ బిడ్డలో క్రింది ప్రమాదకరమైన లక్షణాలు కనిపిస్తే తక్షణమే వైద్యసహాయం తీసుకోండి.

sachivalayam.com

తల / మెడ మీద నియంత్రణ లేకపోతే

సహాయం చేసినా కూర్చోలేకపోతే

అందుబాటులో ఉన్నా వస్తువులను పట్టుకోకపోతే

అ ఆ ఈ లాంటి అస్పష్టమైన శబ్దాలను పలకలేకపోతే

ఏదైనా కదులుతున్న వస్తువు వైపు దృష్టి సారించకపోతే

బోర్లా పడినప్పుడు తల ఎత్తలేకపోతే

☐ మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త పైవాటిని పరిశీలించి ☑ లేదా ☒ పెట్టాలి

7 నెలల నుండి 9 నెలల వయస్సు

ఈ వయసు బిడ్డ ఏం చేస్తుంది?	తల్లిదండ్రులకు సూచనలు

sachivalayam.com

☐ రెండువైపులా పొర్లడం

బిడ్డ వస్తువులను / ఆటవస్తువులను అదేపనిగా విసురుతూ ఉంటే ప్రోత్సహించండి. వారి అరుపులకు మీరు నెమ్మదిగా, ప్రశాంతంగా, ఓపిగ్గా స్పందించండి.

☐ అన్ని వేళ్లను ఉపయోగించి వస్తువును పట్టుకోవడం
☐ పరిచితమైన వ్యక్తులు / ఆటవస్తువులవైపు చూడటానికి తల తిప్పడం

పరిశుభ్రమైన వస్తువులను ఆడుకోవడానికి ఇవ్వండి.

☐ తన ముందువైపు కనబడకుండా ఉన్న ఆట వస్తువులను వెతకడం
☐ పేరుతో పిలిచినప్పుడు స్పందించడం

ముఖాన్ని గుడ్డతో దాచిపెట్టి దాగుడుమూతలాగా ఆడండి. అలాగే వస్తువులతో కూడా ఆడించవచ్చు.

9 నెలల వయస్సు

మీ బిడ్డలో క్రింది ప్రమాదకరమైన లక్షణాలు కనిపిస్తే తక్షణమే వైద్యసహాయం పొందండి.

దొర్లకపోతే

కూర్చోవడానికి సహాయం అవసరమైతే

ఒకవైపే తలతిప్పి వస్తువులను చూస్తుంటే

శబ్దానికి అనుగుణంగా తల తిప్పకపోతే

పాపాపా బాబాబా లాంటి శబ్దాలు పలకకపోతే

☐ మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త పైవాటిని పరిశీలించి ☑ లేదా ☒ పెట్టాలి

10 నెలల నుండి 12 నెలల వయస్సు

ఈ వయసులో బిడ్డ ఏం చేస్తుంది?	తల్లిదండ్రులకు సూచనలు

☐ ఎలాంటి సహాయం లేకుండా కూర్చోవడం, ఆటవస్తువులను కచ్చితంగా అందుకోగలగడం.

☐ ఎత్తుకోమని చేతులు సాచడం

బిడ్డకు కాస్త ఎత్తులో ఏదైనా వస్తువులు ఉంచండి. ఆ వస్తువును అందుకోవానికి బిడ్డ నిలబడటం, నడవం చేసేలా ప్రోత్సహించండి.

☐ అడ్డుగా వచ్చిన వస్తువులను ఢీ కొట్టకుండా తనకు కావలసిన ఆటవస్తువులను అందుకోవడం

ఒక్కోసారి బిడ్డ చేతులు ఆడించినపుడు ఎదుటివారికి దెబ్బ తగలవచ్చు, అప్పుడు వారిని కోపపడవద్దు. సున్నితంగా ఎదుటివారిని ఎలా స్పృశించాలో చేపించండి.

☐ మాతృభాషలో ఒకటి రెండు సులభమైన పదాలు పలకడం

☐ చిన్న చిన్న పదాలు వస్తు / రా లాంటివాటికి స్పందించడం

బిడ్డకు కథలు చెప్పండి.
బొమ్మల పుస్తకాలు చూపండి.
గట్టిగా పైకి చదవండి.
పరిసరాల్లో కన్పించే వస్తువులను చూపించి వాటి పేర్లు చెప్పండి.

9 నెలల వయస్సు

బిడ్డలో క్రింది ప్రమాదకరమైన లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యసహాయం కోరండి.

చిన్న వస్తువులను పట్టుకోలేకపోతే

ఎత్తుకోమని చేతులు చూపకపోతే

పేరు పెట్టి పిలిచినా స్పందించకపోతే

బిడ్డ చూస్తుండగా మీరు ఒక వస్తువును సగం కనిపించేలా దాచిపెట్టాలి. అపుడు బిడ్డ దాన్ని వెతకలేకపోతే

ముఖాన్ని గుడ్డతో దాచిపెట్టే దాగుడుమూతలు లాంటి ఆటలు ఆడలేకపోతే

☐ మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త పైవాటిని పరిశీలించి ☑ లేదా ☒ పెట్టాలి

18 నెలల వయస్సు

ఈ వయసులో బిడ్డ ఏం చేస్తుంది?

తల్లిదండ్రులకు సూచనలు

sachivalayam.com

☐ నిలబడటం, సొంతంగా నడవటం

☐ చేతులూపడం, చప్పట్లు కొట్టడం లాంటివి చేయడం

నడక నేర్చడానికి తోపుడుబండిని ఇవ్వండి

☐ చిన్న వస్తువులను గిన్నెలలో వేయడం

బిడ్డకు వివిధ రకాల బొమ్మలు ఇవ్వండి. వాటిని విడిగా గుర్తించి బుట్టలో వేయమనండి

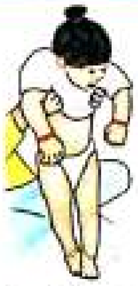
☐ రోజూ చూసే వస్తువులను పుస్తకంలో గుర్తించడం

బిడ్డను చిన్న ప్రశ్నలు అడగండి. వారు మాట్లాడటానికి ప్రోత్సహించండి.

18 నెలల వయస్సు

బిడ్డలో క్రింది ప్రమాదకరమైన లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యసహాయం కోరండి.

sachivalayam.com



సహాయం లేకుండా సొంతంగా నిలబడలేకపోతే

చిన్న వస్తువులను బుట్టలో వేయలేకపోతే

రోజూ చూసే వస్తువులను పుస్తకంలో గుర్తించడం

తల్లి హావభావాలను గమనించకుండా బిడ్డ తన లోకంలో ఉంటే

రోజువారీ కార్యక్రమాల్లో రెండు చేతులూ ఉపయోగించకపోతే (అంటే ఒక చేత్తోనే అన్ని పనులూ చేస్తుంటే)

అమ్మా, అత్త, తాత

అమ్మా, అత్త, తాత లాంటి చిన్న పదాలు కూడా పలకకపోతే

☐ మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త పైవాటిని పరిశీలించి ☑ లేదా ☒ పెట్టాలి

24 నెలల వయస్సు

ఈ వయసులో బిడ్డ ఏం చేస్తుంది?

తల్లిదండ్రులకు సూచనలు

sachivalayam.com

☐ ఏదైనా ఆటవస్తువును లాగుతూ కూడా స్థిరంగా నడవడం

బిడ్డకు నడవడానికి, పరిగెత్తడానికి, ఎక్కడానికి అనువైన వాతావరణం కల్పించాలి.

☐ ఇంటిపనులు చేయడాన్ని అనుకరించడం (ఉదా: ఇల్లు ఊడ్చటం లాంటివి)

బిడ్డ మిమ్మల్ని అనుకరించడాన్ని ప్రోత్సహించండి. వారి నైపుణ్యాల అభివృద్ధికి అవకాశం ఇవ్వండి. వారు ఏదైనా చిందరవందర చేస్తే ఓపికగా ఉండండి.

☐ శరీరభాగాలను వ్యక్తిలో కాని, పుస్తకంలో కాని గుర్తించి, పేర్లు చెప్పడం

నిర్ణీత సమయానికి రోజువారీ పనులు చేసేలా ప్రోత్సహించండి. ఉదాహరణకు ఒకే సమయానికి పడుకోవడం, లేవడం మొదలైనవి.

బిడ్డ ముందు గట్టిగా చదవండి. ఒకే కథను పదే పదే చెప్పండి. తమకు నచ్చిన గీతలు గీయడానికి పేపర్లు, రంగులు, చాక్‌పీసులు ఇవ్వండి.

24 నెలల వయస్సు

క్రింది ప్రమాదకరమైన లక్షణాలు బిడ్డలో కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యసహాయం కోరండి.

sachivalayam.com

ఆటవస్తువును లాగుతూ స్థిరంగా నడవలేకపోతే

పెన్ను, చాక్‌పీసులాంటి వాటితో ఎలాంటి గీతలూ గీయలేకపోతే

ఉదా:
అమ్మా పాలు,
అమ్మా రారా

రెండు పదాలు ఉన్న వాక్యాలు పలకలేకపోతే.

బైబై, నమస్తే వంటివి చెప్పినప్పుడు స్పందించకపోతే

శరీరభాగాలు గుర్తించకపోతే.

చిన్న చిన్న సూచనలు కూడా అర్థం చేసుకోలేకపోతే.

☐ మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త పైవాటిని పరిశీలించి ☑ లేదా ☒ పెట్టాలి

3 సంవత్సరముల వయస్సు

sachivalayam.com

ఈ వయసులో బిడ్డ ఏం చేస్తుంది?

☐ కప్పు / గ్లాసు ద్వారా పానీయం ఒలికిపోకుండా తాగుతారు.

☐ రోజూ చూసే వస్తువుల పేర్లు చెబుతారు. రంగులు, ఆకారాలు గుర్తుపడతారు.

☐ 3 నుండి 4 పదాలతో వాక్యాలు మాట్లాడగలగడం

పిల్లి, కుక్క పక్షి

☐ మెట్లు ఎక్కడం, దిగడం చేస్తారు.

తల్లిదండ్రులకు సూచనలు

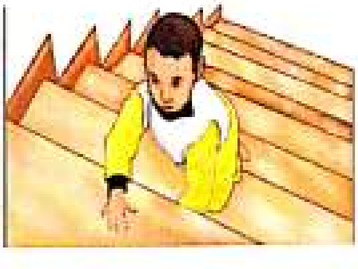
బిడ్డతో ఆరుబయట ఆడండి.
ఇది బిడ్డ శరీరంలో చలనాన్ని, శారీరక శ్రమను కలిగించాలి.

పిల్లల ఆలోచనను పదును పెట్టేలా బ్లాక్స్, పజిల్స్, రింగులు లాంటివి ఇవ్వండి.

బిడ్డ చేతులను, వేళ్ళను వివిధ రకాలుగా ఉపయోగించే అవకాశంఇవ్వండి. ఇది వారి నైపుణ్యాలు అభివృద్ధి చెందడానికి ఉపయోగపడుతుంది.

3 సంవత్సరముల వయస్సు

ఈ క్రింది ప్రమాదకరమైన లక్షణాలు మీ బిడ్డలో కనిపిస్తే మహిళా ఆరోగ్యకర్త / ఆశా / అంగన్‌వాడీ కార్యకర్తను కలిసి వైద్యసహాయం తీసుకోండి.



మెట్లు ఎక్కడానికి, దిగడానికి ఇబ్బంది పడుతుంటే

మీ సహాయం లేకుండా తినలేకపోతుంటే

అర్థవంతంగా మాట్లాడకపోతే, ఇతరుల మాటలనే తిరిగి చెబుతుంటే.

నటించే ఆట ఆడలేకపోవడం.

స్పష్టంగా మాట్లాడలేకపోవడం.
నిరంతరం చొంగ కారుస్తుంటే

ఉదా: అమ్మా! పాలు ఇవ్వు.

సులభంగా మాట్లాడలేకపోవడం మూడు పదాలున్న వాక్యాలు చెప్పలేకపోవడం.

☐ మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త పైవాటిని పరిశీలించి ☑ లేదా ☒ పెట్టాలి

Iron-Folic Acid Supplementation for Children aged 6 months to 5 years (Compliance Card)

IFA మందు తల్లికి ఇచ్చిన తేదీ		సీసా - 2	సీసా - 4	సీసా - 6	సీసా - 8
	సీసా - 1	సీసా - 3	సీసా - 5	సీసా - 7	సీసా - 9

నెలలు	6-12 నెలలు	1-2 సం॥లు	2-3 సం॥లు	3-4 సం॥లు	4-5 సం॥లు
జనవరి					
ఫిబ్రవరి					
మార్చి					
ఏప్రిల్					
మే					
జూన్					
జూలై					
ఆగష్టు					
సెప్టెంబర్					
అక్టోబర్					
నవంబర్					
డిసెంబర్					

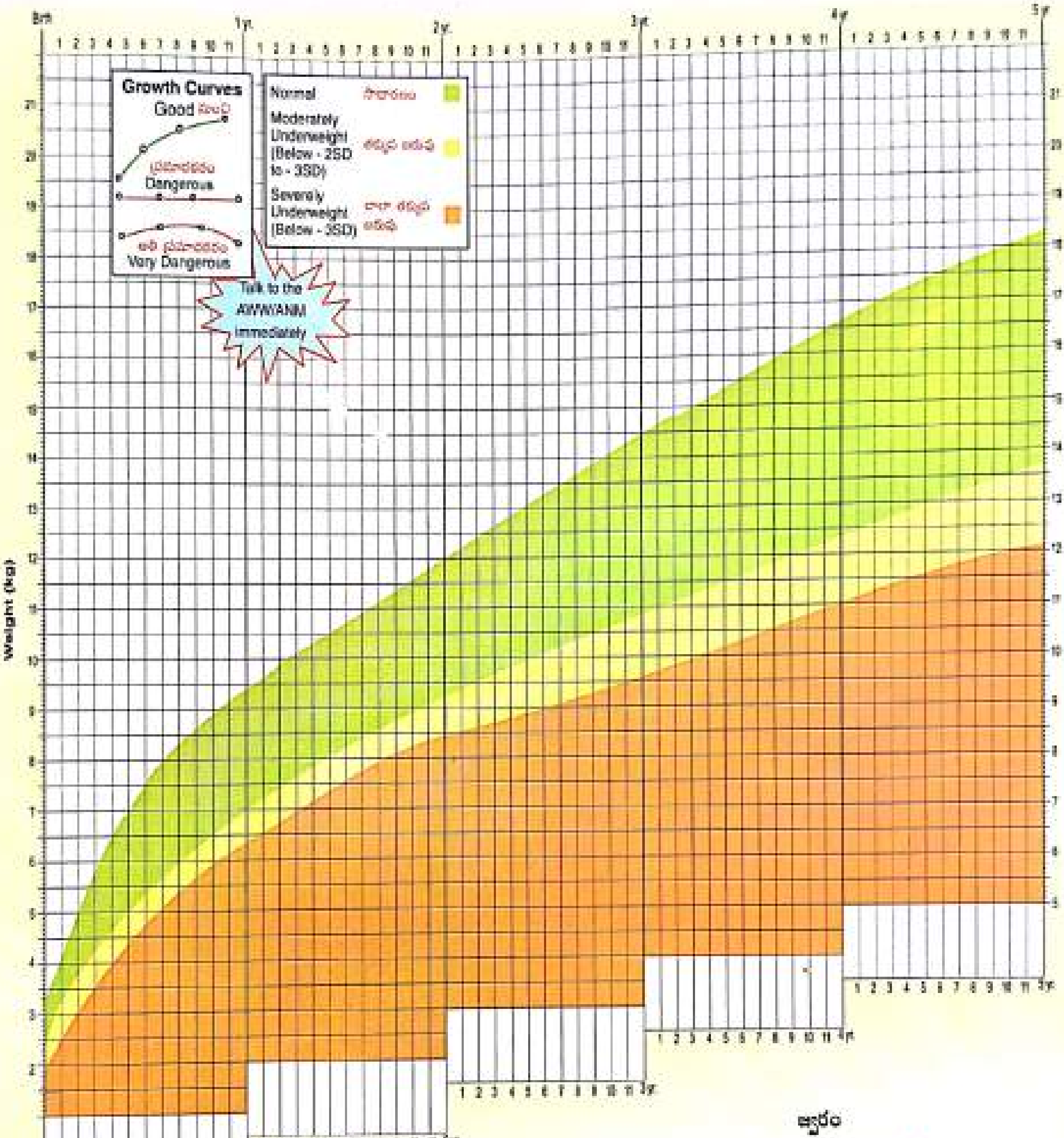
గుర్తుంచుకోవలసిన ముఖ్యాంశాలు :

1. బిడ్డకుఐరన్ ఫోలిక్ మందు ప్రతి బుధవారం, శనివారం ఇవ్వాలి.
2. 1 మి.లీ మందు ఫిల్లర్ ద్వారా వేయాలి.
3. బిడ్డ అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు, ఆహారం తీసుకోనప్పుడు ఈ మందును వేయరాదు.
4. ఆహారం తిన్న తర్వాతనే ఐరన్ మందు ఇవ్వండి
5. ఒక ఐరన్ మందు సీసాలో 50 మి.లీ. మందు ఉంటుంది. ఇది ఆరునెలల దాకా వస్తుంది. మందు అయిపోగానే మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త లేదా ఆశా కార్యకర్తను సంప్రదించండి.
6. ఐరన్ మందు ఒకసారి వేయగానే కార్డు మీద వేసినట్లు గుర్తుపెట్టండి.
7. ఐరన్ మందు వేశాక ఏదైనా సమస్య తలెత్తితే తక్షణమే మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్తను సంప్రదించాలి.

sachivalayam.com

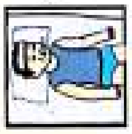
పాప : వయసు బరువు చార్టు 0-3 సం॥ వరకు

(ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ప్రమాణాల మేరకు బిడ్డ ఎదుగుదల చార్టు)



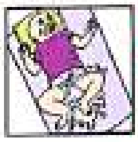
వయసు (పూర్తయిన వారాలను, నెలలను, సంవత్సరాలను పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి)

జ్వరం



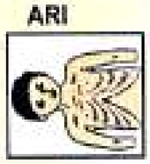
- బిడ్డకు జ్వరంగా ఉంటే ఆసుపత్రికి పిలుచుకెళ్లండి.

విరేచనాలు



- తల్లిపాలు బాగా ఇవ్వండి.
- ఎక్కువసార్లు అదనపు ద్రవాలు ఇవ్వండి.
- వైద్యుని సలహా మేరకు ORS మరియు జింక్ మాత్రలు ఇవ్వాలి.
- ఆహారాన్ని ఇస్తూ ఉండాలి.
- విరేచనాలు ఆగకపోతే వెంటనే ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్లండి.

ARI



- శ్వాస వేగంగా లేదా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది పడుతుంటే వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

+ Care During Illness +

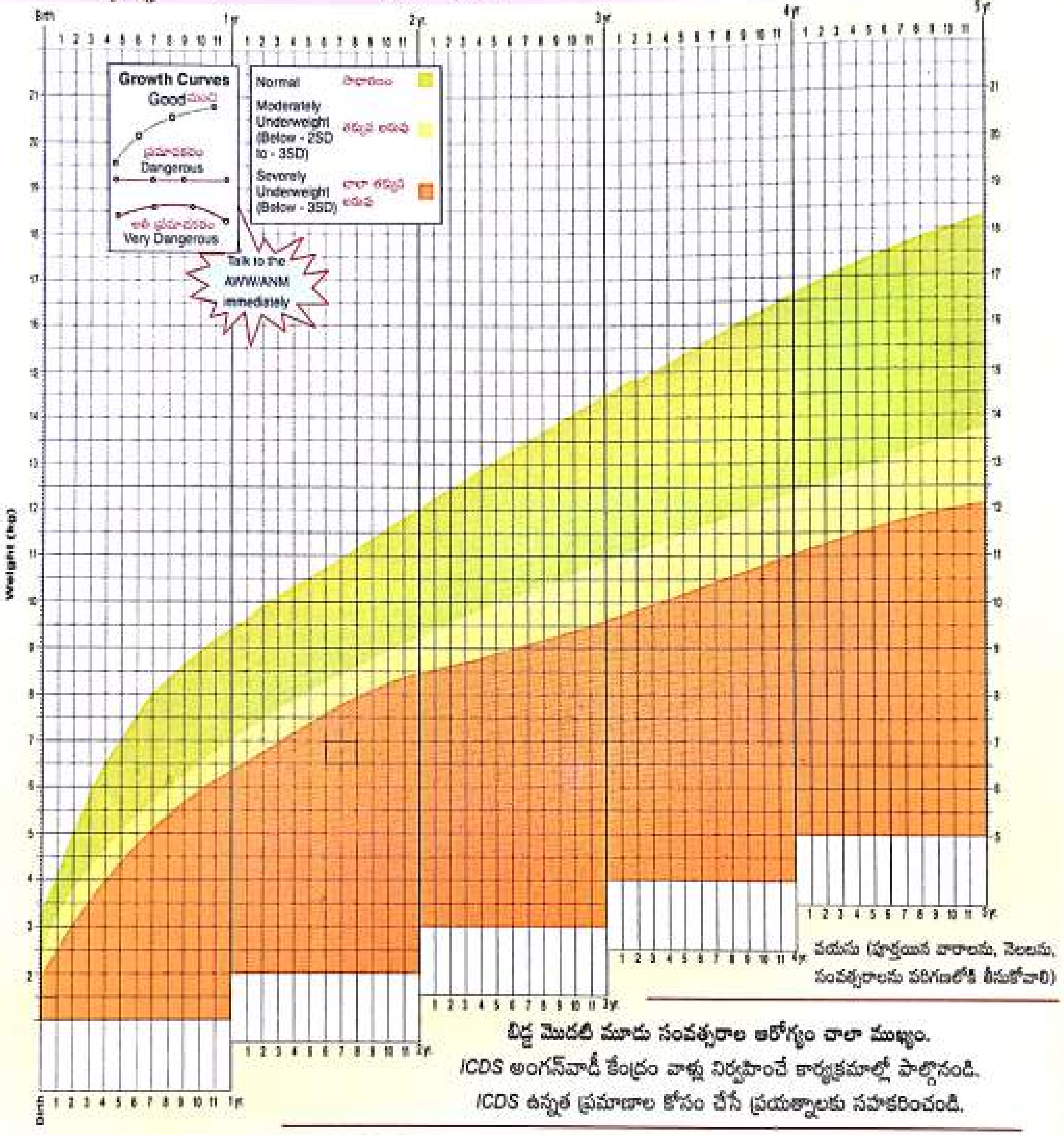
+ అనారోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు తీసుకోవల్సిన జాగ్రత్తలు +

ఆడ శిశువుకు కూడా నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వైద్య సహాయం అందించండి

sachivalayam.com

బాబు : వయసు బరువు చార్టు 0–3 సం॥ వరకు

(ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ప్రమాణాల మేరకు బిడ్డ ఎదుగుదల చార్టు)



బిడ్డ మొదటి మూడు సంవత్సరాల ఆరోగ్యం చాలా ముఖ్యం.
ICDS అంగన్‌వాడీ కేంద్రం వాళ్ళు నిర్వహించే కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనండి.
ICDS ఉన్నత ప్రమాణాల కోసం చేసే ప్రయత్నాలకు సహకరించండి.

సమగ్ర శిశు అభివృద్ధి కార్యక్రమం (*ICDS*)

❖ ఇది స్త్రీ శిశు సంక్షేమ శాఖ, భారత ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తున్న కార్యక్రమం. ఇందులో భాగంగా 6 సంవత్సరాలలోపు పిల్లలకు, గర్భిణీలకు, బాలింతలకు, 15–45 సం॥ల వయసు స్త్రీలకు వివిధ రకాల సేవలను సమగ్రమైన దృక్పథంతో అందిస్తున్నారు.

❖ ఈ సేవలను పొందడానికి మీకు దగ్గర్లో ఉన్న అంగన్‌వాడీ కార్యకర్తను సంప్రదించండి.

ICDS కార్యక్రమ సేవలు

❖ శిశు సంరక్షణ ❖ టీకాలు ❖ పూర్వ ప్రాథమిక విద్య ❖ ఆరోగ్య పరీక్షలు ❖ రిఫరల్ సేవలు

అంగన్‌వాడీ సెంటర్‌కు ప్రతి నెలా వెళ్లి మీ బిడ్డ బరువును తూచండి.

sachivalayam.com

వ్యాధి నిరోధక టీకాలు - వివరాలు

ఇవ్వవలసిన తేదీ / ఇచ్చిన తేదీ

పుట్టినప్పుడు	పుట్టినప్పుడు	పుట్టినప్పుడు	పుట్టినప్పుడు
బి.సి.జి.	ఓ.పి.వి. 0 డోస్	హెపటైటిస్-బి (Birth dose)	ఆసుపత్రిలో ప్రసవం జరిగిన 24 గంటల లోపు

6 వారాలు (1½ నెలలు)	10 వారాలు (2½ నెలలు)	14 వారాలు (3½ నెలలు)	9 నెలలు
ఓ.పి.వి-1	ఓ.పి.వి-2	ఓ.పి.వి-3	మీజిల్స్ 1 / యం.ఆర్.1
పెంటా-1 (DPT+Hep-B+Hib)	పెంటా-2 (DPT+Hep-B+Hib)	పెంటా-3 (DPT+Hep-B+Hib)	జె.ఇ - 1
ఐ.పి.వి-1		ఐ.పి.వి-2	విటమిన్-ఎ
రోటా-1	రోటా-2	రోటా-3	

మీ బిడ్డ మొదటి సంవత్సరం టీకాలు పూర్తయ్యాయి. శుభాకాంక్షలు

16 - 24 నెలలు

డి.పి.టి. 1 బూస్టర్	ఓ.పి.వి. బూస్టర్	మీజిల్స్ 2 /యం.ఆర్.2	జె.ఇ - 2

	5-6 Years	10 Years	16 Years
విటమిన్-ఎ 2	డి.పి.టి. 2 బూస్టర్	టి.టి 1 / టి.డి బూస్టర్	టి.టి 2 / టి.డి బూస్టర్

టీకాలకు సంబంధించి 5 ముఖ్యమైన విషయాలు

1. ఇచ్చిన టీకా ఏమిటి ? ఏ వ్యాధి రాకుండా అరికడుతుంది?
2. టీకాలు వేసాక జ్వరం, దద్దుర్లు, గడ్డకట్టడం లాంటి చిన్న చిన్న ఇబ్బందులు రావచ్చు, వాటిని ఎలా ఎదుర్కోవాలి ?
3. తదుపరి టీకాలు ఎప్పుడు, ఎక్కడ వేయించాలి ?
4. ఈ టీకా కార్డును జాగ్రత్తగా భద్రపరచి, తదుపరి సందర్భంలో తప్పక తీసుకువెళ్ళాలి.
5. ఏ ప్రాంతాన్ని సందర్శించినప్పటికీ, ఈ కార్డును తప్పనిసరిగా వెంట తీసుకువెళ్ళాలి.

మధ్యలో వేయించని / తప్పిన డోసుల వివరాలు

తప్పిన టీకా యొక్క పేరు మరియు డోసు	తప్పిన తేది	తప్పడానికి కారణం	తప్పిన డోసును తదుపరి వేసే సెషన్	మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త సంతకం

విటమిన్-ఎ

	బిడ్డ వయసు	టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)
విటమిన్ - ఎ3	2 సం॥లు	/ /
విటమిన్ - ఎ4	2.5 సం॥లు	/ /
విటమిన్ - ఎ5	3 సం॥లు	/ /
విటమిన్ - ఎ6	3.5 సం॥లు	/ /
విటమిన్ - ఎ7	4 సం॥లు	/ /
విటమిన్ - ఎ8	4.5 సం॥లు	/ /
విటమిన్ - ఎ9	5 సం॥లు	/ /

టీకాలు - ఆవశ్యకత

టీకా పేరు	పుట్టినపుడు	1½ నెలలు	2½ నెలలు	3½ నెలలు	9 నెలలు
BCG – క్షయ నివారణ	✓				
హైపటైటిస్-బి కాలేయ వ్యాధుల నివారణ	✓				
OPV – పోలియో నివారణ	✓	✓	✓	✓	
పెంటా – కోరింతదగ్గు, కంఠవాతము, ధనుర్వాతం, మెనింజైటిస్ వంటి రోగాల నివారణ		✓	✓	✓	
PCV – న్యుమోనియా నివారణ		✓		✓	✓
రోటా – అతిసార నివారణ		✓	✓	✓	
MR – తట్టు, పొంగు నివారణ					✓
JE – బ్రెయిన్ ఫీవర్ నివారణ					✓

sachivalayam.com

Routine Immunization Counterfoil

కుటుంబ వివరాలు ____

____

__________ / __________ / ___________________________________

____

ఆశా కార్యకర్త సంతకం ______________________________________

పుట్టినప్పుడు	1 ½ నెలలు	2 ½ నెలలు	3 ½ నెలలు	9 నెలలు
తదుపరి టీకా తేది / /	తదుపరి టీకా తేది / /	తదుపరి టీకా తేది / /	తదుపరి టీకా తేది / /	తదుపరి టీకా తేది / /
టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)	టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)	టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)	టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)	టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)
OPV-0 / /	OPV-1 / /	OPV-2 / /	OPV-3 / /	MR-1 / /
Hep B *give within 24h of birth* / /	Penta-1 / /	Penta-2 / /	Penta-3 / /	JE-1 / /
BCG / /	Rota-1 / /	Rota-2 / /	Rota-3 / /	Vitamin A-1 / /
/ /	PCV-1 / /	/ /	PCV-2 / /	PCV-3 / /
/ /	IPV-1 / /	/ /	IPV-2 / /	/ /
/ /	/ /	/ /	/ /	/ /

sachivalayam.com

ఆశా కార్యకర్త పారితోషకం వివరాలు : *Full immunization (FIC) :*

పూర్తయిన తేది _____/_____/_____ పారితోషకం తీసుకున్నారా? అవును ☐ కాదు ☐

అవును అయితే తీసుకున్న తేది _____/_____/_____

Complete immunization (CIC) :

పూర్తయిన తేది _____/_____/_____ పారితోషకం తీసుకున్నారా? అవును ☐ కాదు ☐

అవును అయితే తీసుకున్న తేది _____/_____/_____

విటమిన్ - ఎ3 - 9 టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)					
విటమిన్ - ఎ3	/ /	విటమిన్ - ఎ4	/ /	విటమిన్ - ఎ5	/ /
విటమిన్ - ఎ6	/ /	విటమిన్ - ఎ7	/ /	విటమిన్ - ఎ8	/ /
		విటమిన్ - ఎ9	/ /		

16-24 నెలలు		5-6 సం॥లు		10 సం॥లు		16 సం॥లు	
తదుపరి టీకా తేది / /		తదుపరి టీకా తేది / /		తదుపరి టీకా తేది / /		[Return Card to Ministry]	
	టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)		టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)		టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)		టీకా వేసిన తేది (నెల / తేది / సం.)
DPT Booster-1	/ /	DPT Booster-2	/ /	TT	/ /	TT	/ /
Vitamin A-2	/ /		/ /		/ /		/ /
MR-2	/ /						
JE-2	/ /						
OPV Booster	/ /						
	/ /						

మధ్యలో వేయించని / తప్పిన డోసుల వివరాలు

పేరు	తప్పిన తేది	తప్పడానికి కారణం	తప్పిన డోసును తరువాత వేసే తేదీ	మహిళా ఆరోగ్య కార్యకర్త సంతకం
	/ /		/ /	
	/ /		/ /	
	/ /		/ /	
	/ /		/ /	

sachivalayam.com

బిడ్డకు బిడ్డకు మధ్య 3 సం॥ల అంతరం పాటించాలి. ఇది తల్లీబిడ్డలు ఇద్దరికీ ఆరోగ్యకరం. కుటుంబనియంత్రణలో భాగంగా చాలా పద్ధతులు ఉన్నాయి. వాటిలో మీకు నచ్చినది ఎంచుకోండి.

MPA ఇంజక్షన్ (అంతర కార్యక్రమం)

- నిరోధ్ (కండోమ్)

- IUCD (CU 380 A & 375)
- ప్రసవం అనంతర IUCD (PPIUCD) (ప్రసవం అయిన 48 గంటలలోపు వేయించుకోవాలి)

- నోటి మాత్రలు (మాలా N, మాలా D)
- Centchroman (ఛాయ, సహేలి)
- ప్రొజెస్టిరాన్ - కేవలం మాత్ర మాత్రమే

ఐరన్ అందించే ఆహారము

నువ్వులు

కొబ్బరి

బెల్లము

దేవదారు గింజలు

మాంసము

రెడ్ కిడ్నీ బీన్స్

పచ్చని ఆకుకూరలు మరియు కూరగాయలు

డ్రై ఫ్రూట్స్ మరియు గింజలు

sachivalayam.com

పిల్లల యొక్క శారీరక, మానసిక, భాష మరియు సాంఘీక అభివృద్ధి దశలను గుర్తించుట