

Gujarat (New Card)

મમતા કાર્ડ



દીકરો-દીકરી એક સમાન

કુટુંબની વિગત

માતાનું નામ : _____ ઉંમર :

માતાનો ઓળખ નંબર : _____
(ઈ-મમતા આઈ.ડી.)

માતાની જન્મ તારીખ : _____

પિતાનું નામ : _____

સરનામું : _____

મોબાઈલ નંબર* : _____

*પતિ/સગા-સંબંધીનો મોબાઈલ નંબર આપી શકાય છે

માતાનું શિક્ષણ : અશિક્ષિત/પ્રાથમિક/માધ્યમિક/ઉ.માધ્યમિક/ગ્રેજ્યુએટ

જન્મની વિગત

બાળકનું નામ : _____

જન્મ તારીખ : / / જન્મનું વજન : ગ્રામ

બેબી : બાબો : જન્મ નોંધણી નંબર :

ગર્ભાવસ્થાની વિગત

છેલ્લા માસિકની તારીખ : / / સુવાવડની સંભવિત તારીખ : / / કુલ જીવિત બાળકો / કુલ ગર્ભ : /

છેલ્લી સુવાવડનું સ્થળ : સંસ્થા ઘર હાલની સુવાવડનું સ્થળ : સંસ્થા ઘર

જનની સુરક્ષા ચૂકવણી : તારીખ : / / જનની સુરક્ષા યોજના નોંધણી નંબર :

સંબંધિત સંસ્થાઓની માહિતી

આંગણવાડી : _____

પેટા કેન્દ્ર : _____

પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર : _____

હોસ્પિટલ/એફ.આર.યુ. : _____

આંગણવાડી રજી. નં. : પેટા કેન્દ્ર રજી. નં. : તારીખ : / /

રેકર્ડ તારીખ અને સ્થળ : / / / / / / / /



આરોગ્ય અને પરિવાર કલ્યાણ વિભાગ
ગુજરાત રાજ્ય

નોંધ: માતા અને બાળક માટે આ કાર્ડ અગત્યનું હોવાથી સાચવીને રાખવું.
સંદર્ભ સેવા માટે જવાનું થાય ત્યારે આ કાર્ડ સાથે રાખવું.

સગર્ભાવસ્થાની વહેલી નોંધણી: માતા અને બાળકના આરોગ્ય માટે જરૂરી.

ગર્ભવતી સ્ત્રીની નિયમિત આરોગ્ય તપાસ કરાવવી અત્યંત જરૂરી છે

મહિનો	૧લો	૨જો	૩જો	૪થો	૫મો	૬ઠ્ઠો	૭મો	૮મો	૯મો
નોંધણી									

	સગર્ભાવસ્થાની જાણ થાય કે તરત જ નજીકના આરોગ્ય કેન્દ્ર પર નોંધણી કરાવી લો જેથી તમામ સેવાઓ સમયસર મળી શકે.									
	<table border="1"> <tr> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> </tr> </table>	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /		

	ગર્ભાવસ્થાની તપાસ સુવાવડ સલામત થાય તે માટે ગર્ભવતી માતાની પ્રસૂતિ પહેલાં ઓછામાં ઓછી ચાર વખત આરોગ્ય તપાસ આવશ્યક છે.									
	<table border="1"> <tr> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> <td>/ /</td> </tr> </table>	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /		

	લોહીનું દબાણ દરેક આરોગ્ય તપાસ દરમિયાન લોહીનું દબાણ, હિમોગ્લોબીન, પેશાબની તપાસ કરાવવી જરૂરી છે.																											
	<table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>																											

	વજન દરેક આરોગ્ય તપાસ દરમિયાન વજન કરાવવું. ગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા છ મહિના દરમિયાન દર મહિને ઓછામાં ઓછું એક કિલો વજન વધવું જરૂરી છે.									
	<table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>									

	ઘનુરના બે ઈજેક્શન મુકાવો. પહેલું સગર્ભાવસ્થાની જાણ થયેલ તરત અને બીજું ઈજેક્શન ૧ મહિના પછી. (તારીખ લખો) (અગાઉની પ્રસૂતિ વખતે લીધેલ હોય તો હવે એક જ)									
	<table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>									

	લોહતત્વની ગોળી લોહીની ઊણપ દૂર કરવા દિવસમાં એક વખત લોહતત્વની ગોળી ગળો. લોહતત્વની ગોળી ઓછામાં ઓછા ૧૦૦ દિવસ નિયમિત ગળો. (જથ્થો તથા તારીખ લખો)									
	<table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>									

તમને અંધારામાં સામાન્ય કરતા ઓછું દેખાય છે. : હા ના

સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન સ્વસ્થ માતાનું વજન ઓછામાં ઓછું દસ કિલોગ્રામ વધવું જોઈએ.

પૂર્વ પ્રસૂતિ સંભાળ

પહેલાની પ્રસૂતિમાં પ્રસવ સંબંધી કોઈ કોમ્પ્લીકેશન થયા હોય તો...

લાગુ પડતી બાબતો ઉપર (✓) કરો.

- | | | | | | |
|-----------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------|--------------------------|
| ૧) એ.પી.એચ. | <input type="checkbox"/> | ૨) એકલેમ્પિયા (બેચ) | <input type="checkbox"/> | ૩) હાઈ બી.પી. | <input type="checkbox"/> |
| ૪) એનીમિયા | <input type="checkbox"/> | ૫) પ્રસૂતિમાં અવરોધ | <input type="checkbox"/> | ૬) પી.પી.એચ. | <input type="checkbox"/> |
| ૭) એલ.એસ.સી.એસ. | <input type="checkbox"/> | ૮) બાળકમાં જન્મજાત ખોડખાપણ | <input type="checkbox"/> | ૯) અન્ય કોઈ | <input type="checkbox"/> |

પહેલાની બાબતો (હિસ્ટ્રી)

જવાબના આધારે યોગ્ય ખાનામાં (✓) કરો

- | | | | | | |
|------------------|--------------------------|---------------|--------------------------|-------------|--------------------------|
| ૧) ટી.બી. (ક્ષય) | <input type="checkbox"/> | ૨) હાઈ બી.પી. | <input type="checkbox"/> | ૩) હૃદય રોગ | <input type="checkbox"/> |
| ૪) ડાયાબીટીસ | <input type="checkbox"/> | ૫) દમ | <input type="checkbox"/> | ૬) અન્ય | <input type="checkbox"/> |

તપાસ

સામાન્ય સ્થિતિ _____ હૃદય _____ ફેફસા _____ સ્તન _____

પૂર્વ પ્રસૂતિ મુલાકાત

	૧	૨	૩	૪
તારીખ				
કોઈ કોમ્પ્લીકેશન				
ગર્ભાવસ્થાના અઠવાડિયા				
વજન (કિલો)				
નાડીના ધબકારા				
લોહીનું દબાણ / બી.પી.				
ફિક્કાશ				
સોજા				
કમળો				

પેટની તપાસ

	૧	૨	૩	૪
ગર્ભાશયની ઉચાઈ અઠવાડિયા				
ગર્ભસ્થ બાળકની સ્થિતિ				
ગર્ભસ્થ બાળકનું હલન ચલન	સામાન્ય/ ઓછું/નહીં	સામાન્ય/ ઓછું/નહીં	સામાન્ય/ ઓછું/નહીં	સામાન્ય/ ઓછું/નહીં
ગર્ભસ્થ બાળકના હૃદયના ધબકારા પ્રતિ મિનિટ				
યોનિની તપાસ જો કરવામાં આવેલ હોય તો				

જરૂરી તપાસ

	૧	૨	૩	૪
હિમોગ્લોબીન				
યુરીન આલ્બ્યુમિન				
યુરીન સુગર				
એ.એન.એમ.ની સહી				

બ્લડ ગ્રુપ અને આર.એચ. ટાઈપ :

તારીખ :

ગંભીર જોખમ ધરાવતી પ્રસૂતિ : હા ના

મરજિયાત તપાસ

યુરીન પ્રોગ્નેસી ટેસ્ટ :

તારીખ :

એચ.બી.એસ. એજી. :

તારીખ :

બ્લડ સુગર :

તારીખ :



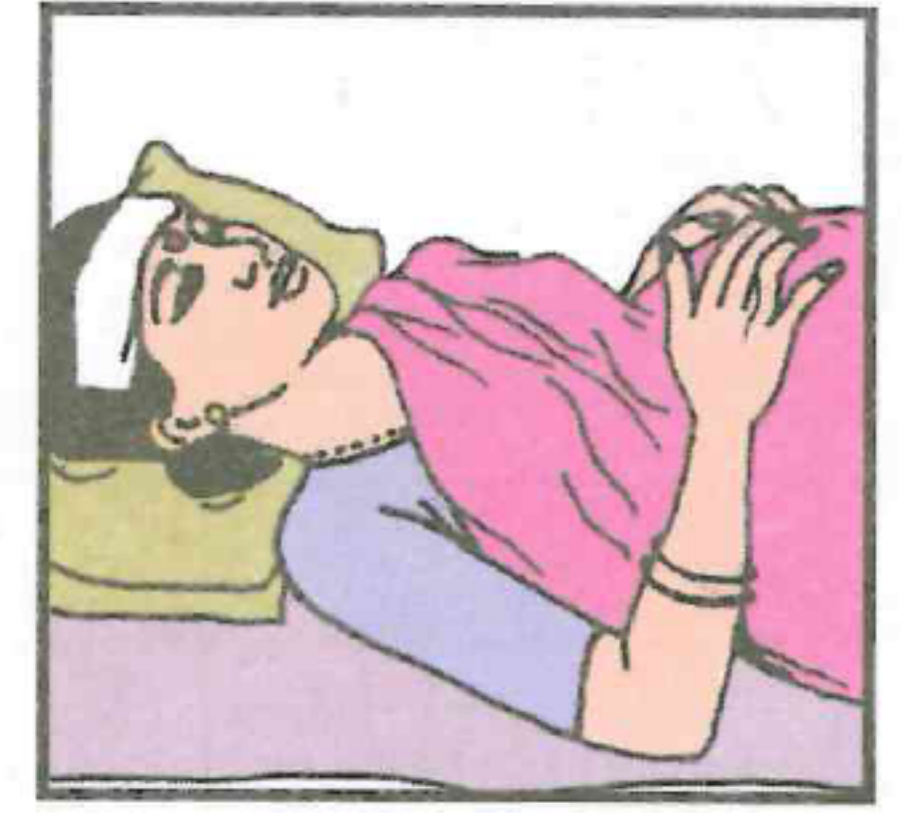
નીચે દર્શાવેલા જોખમી ચિહ્નોમાંથી કોઈ પણ ચિહ્ન ગર્ભવતી સ્ત્રીમાં જોવા મળે તો ગર્ભવતી સ્ત્રીને તરત જ નજીકના આરોગ્ય કેન્દ્ર પર લઈ જાવ.



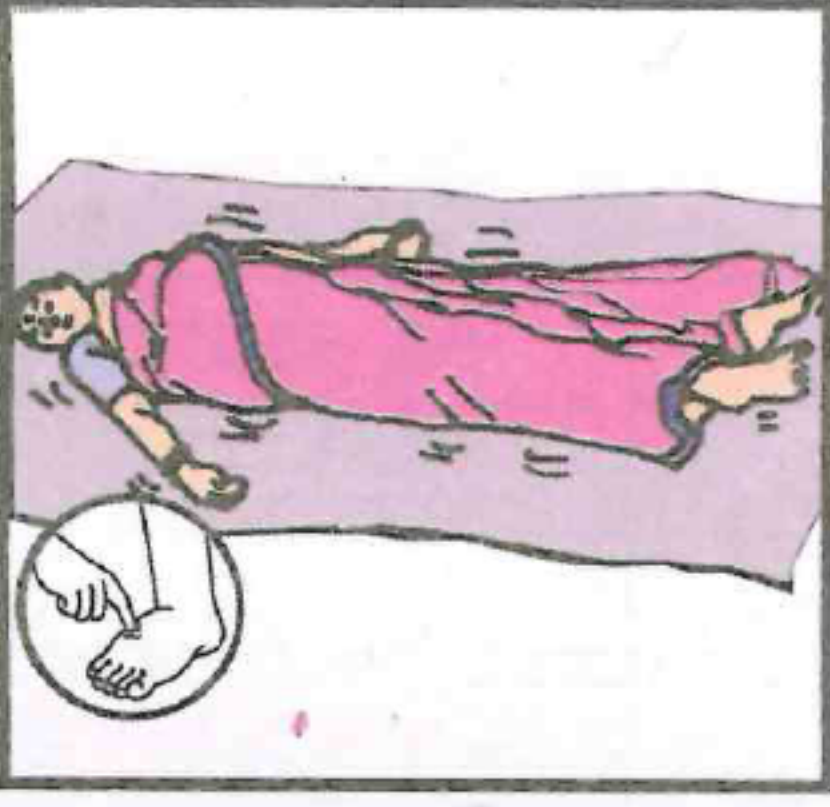
ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન અથવા સુવાવડ દરમ્યાન લોહી વહી જવું



હાંફ સાથે અથવા તો હાંફ વગર ગંભીર પાંડુરોગ (ફીફ્ફુ લોહી)



ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન અથવા સુવાવડ પછી એક મહિનાની અંદર તાવ



ધ્રુજારી અથવા ખેંચ, જોવામાં તકલીફ, માથું દુખવું, ઊલટી કે પગે સોજા ચડવા

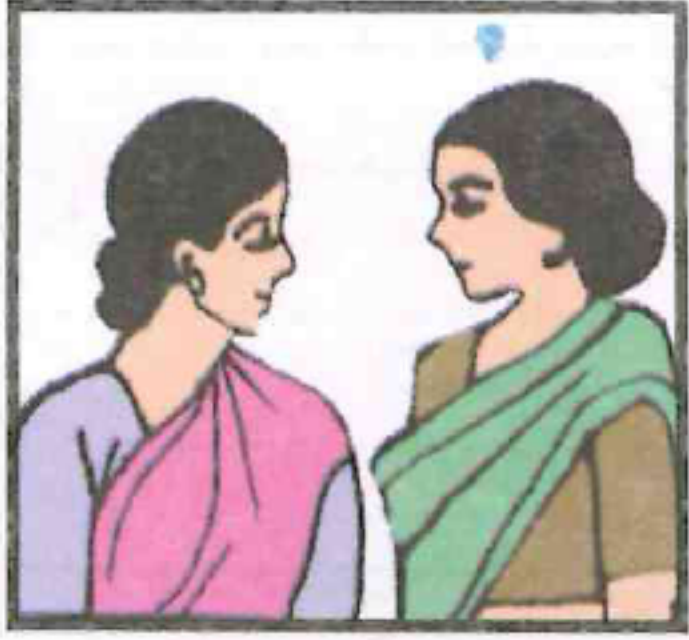


૧૨ કલાક કે વધુ સમય માટે પ્રસવ પીડા

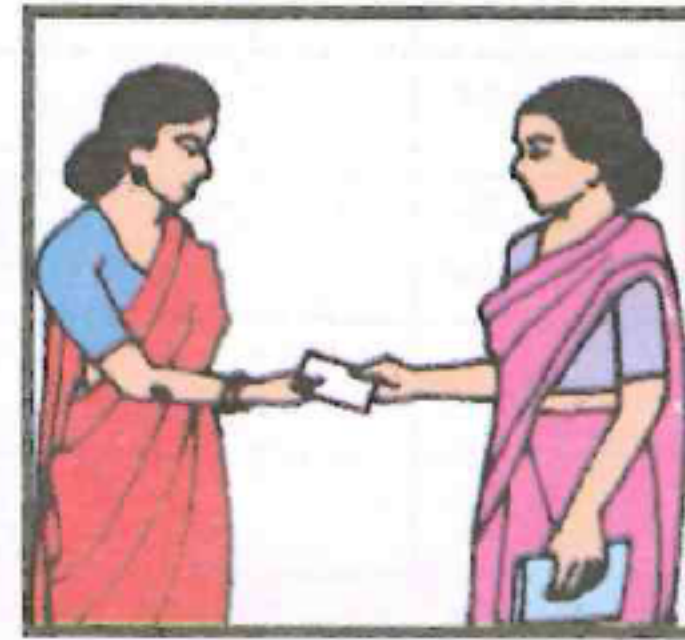


પ્રસવ પીડા વગર પાણી પડવું

સંસ્થાકીય સુવાવડ સુનિશ્ચિત કરો



આશા/ આંગણવાડી કાર્યકરનો સંપર્ક કરો.



જનની સુરક્ષા યોજના હેઠળ નામ નોંધાવો અને તેના લાભ મેળવો.



સરકારી સંસ્થામાં જનની શિશુ સુરક્ષા કાર્યક્રમ હેઠળ પ્રસૂતિ અને નવજાત શિશુની સારવાર મફત મેળવો.

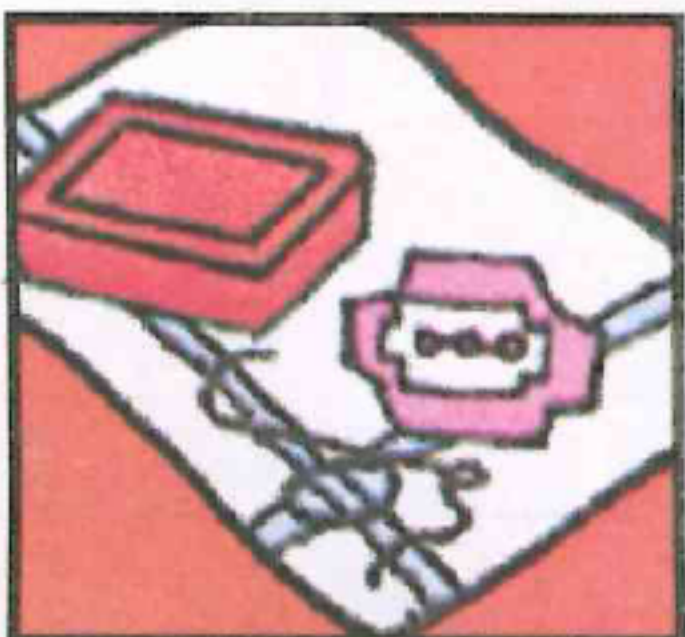


૧૦૮ એમ્બ્યુલન્સ સેવાનો લાભ લો.



પ્રસૂતિ બાદ ૪૮ કલાક સુધી હોસ્પિટલમાં રોકાવ.

જો ઘરે પ્રસૂતિ કરવાની થાય તો...



એ.એન.એમ. દ્વારા સલામત પ્રસૂતિ સુનિશ્ચિત કરો

- ✓ સાબુથી હાથ ધોવા
- ✓ લીપ્યા વગરની સ્વચ્છ જગ્યા
- ✓ નવી બ્લેડ
- ✓ નાયડો બાંધવા માટે સ્વચ્છ દોરી
- ✓ નવજાત શિશુ માટે સ્વચ્છ કપડાં
- ✓ નાયડો કાપ્યા પછી તેના ઉપર કાંઈ જ લગાવવું નહીં



પરિવારજનોનો સહયોગ અને સંભાળ સુનિશ્ચિત કરો

પ્રસૂતિ પછીની સંભાળ

પ્રસૂતિની તારીખ / / પ્રસૂતિનું સ્થળ પ્રસૂતિનો પ્રકાર સામાન્ય સાધનો દ્વારા (વેક્યુમ) સીઝેરીયન

પૂરા મહિને / અધૂરા મહિને _____ જો સંસ્થાકીય સુવાવડ હોય તો પ્રસૂતિ પછીનું રોકાણ _____

કોમ્પ્લીકેશન જો કોઈ હોય તો જણાવો _____

શિશુની જાતિ બાબો બેબી શિશુનું વજન* કિ. ગ્રામ

જન્મ પછી તરતજ શિશુ રડ્યું? હા ના

જન્મના પહેલા કલાકમાં ફક્ત સ્તનપાન શરૂ કરવામાં આવ્યું? હા ના

* (જન્મ સમયે જો શિશુનું વજન ૨.૫ કિ. ગ્રા. કરતા ઓછું હોય તો વધુ ત્રણ વખત મુલાકાત કરવી)

પ્રસૂતિ પછીની સંભાળ

	૧લો દિવસ	૩જો દિવસ	૭મો દિવસ	૬૬ અઠવાડિયું
કોમ્પ્લીકેશન				
ફિક્કાસ				
નાડીના ધબકારા / બી.પી.				
શરીરનું તાપમાન				
સ્તનની સ્થિતિ				
ડીટડી ચીરા / સામાન્ય				
ગર્ભાશયની સ્થિતિસ્થાપકતા છે / નથી				
લોહી પડવું વધુ / સામાન્ય				
પ્રવાહી (લોચીયા) તંદુરસ્ત / ગંધ મારતું				
એપીઝીઓટોમી તંદુરસ્ત / ચેપી				
કુટુંબ નિયોજન પરામર્શ				
અન્ય કોમ્પ્લીકેશન / સંદર્ભ સેવા				

નવજાત શિશુની તપાસ

	૧લો દિવસ	૩જો દિવસ	૭મો દિવસ	૬૬ અઠવાડિયું
પેશાબ થયો				
સંડાસ થયું				
ઝાડા				
ઉલ્ટી				
આંચકી				
પ્રવૃત્તિ (સારી / મંદ)				
ચુસવાનું (સારું / ખરાબ)				
શ્વાસ્થ્યોશ્વાસ (સામાન્ય / તકલીફ)				
શ્વાસ લેતી વખતે છાતી અંદર જાય છે/નહીં				
શરીરનું તાપમાન				
કમળો				
ગર્ભનાળની (ડૂંટી) સ્થિતિ				
પરવાળી ફોડલી છે / નથી				
અન્ય કોમ્પ્લીકેશન				

પ્રસૂતિ પછીની સંભાળ

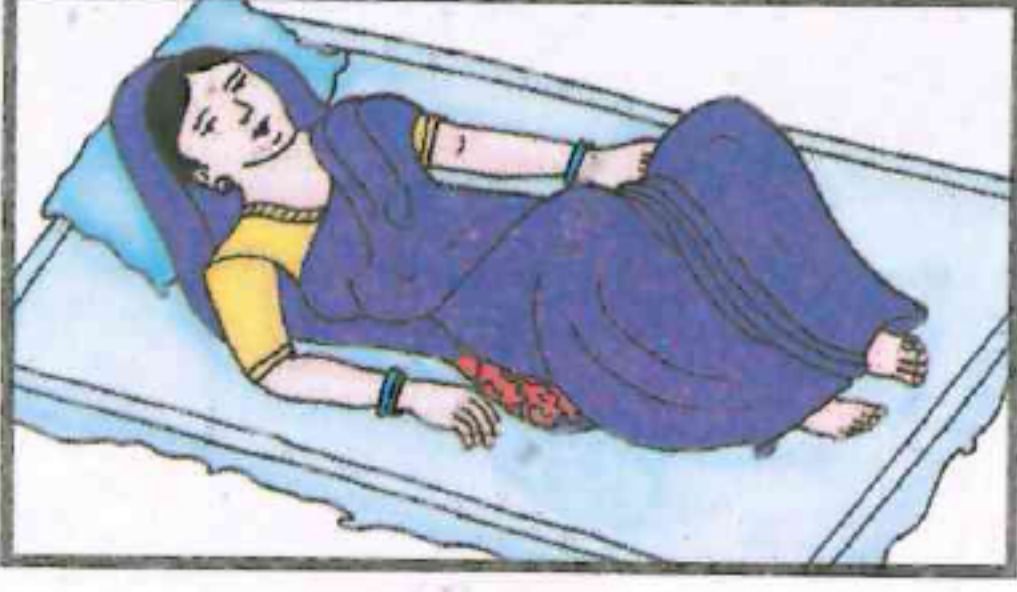
પ્રસૂતિની તારીખ : / /

પ્રસૂતિનું સ્થળ : _____

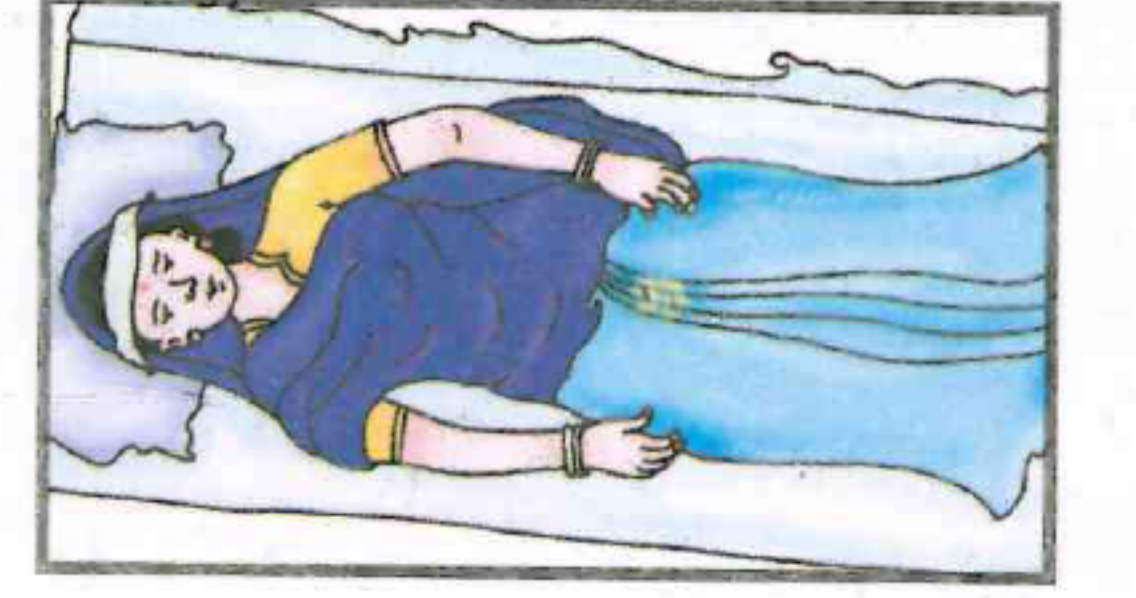
જન્મના ૨૪ કલાકની અંદર બાળક અને માતાની તપાસ આરોગ્ય કાર્યકર, આંગણવાડી કાર્યકર અથવા ડોક્ટર પાસે કરાવવી જરૂરી છે.



નીચે દર્શાવેલા જોખમોમાંથી કોઈ પણ ચિહ્ન જોવા મળે તો માતાને તરત જ નજીકના આરોગ્ય કેન્દ્ર પર લઈ જાવ.



અતિ રક્તસ્રાવ



તાવ સાથે પીળું ગંધાતું પ્રવાહી પડવું

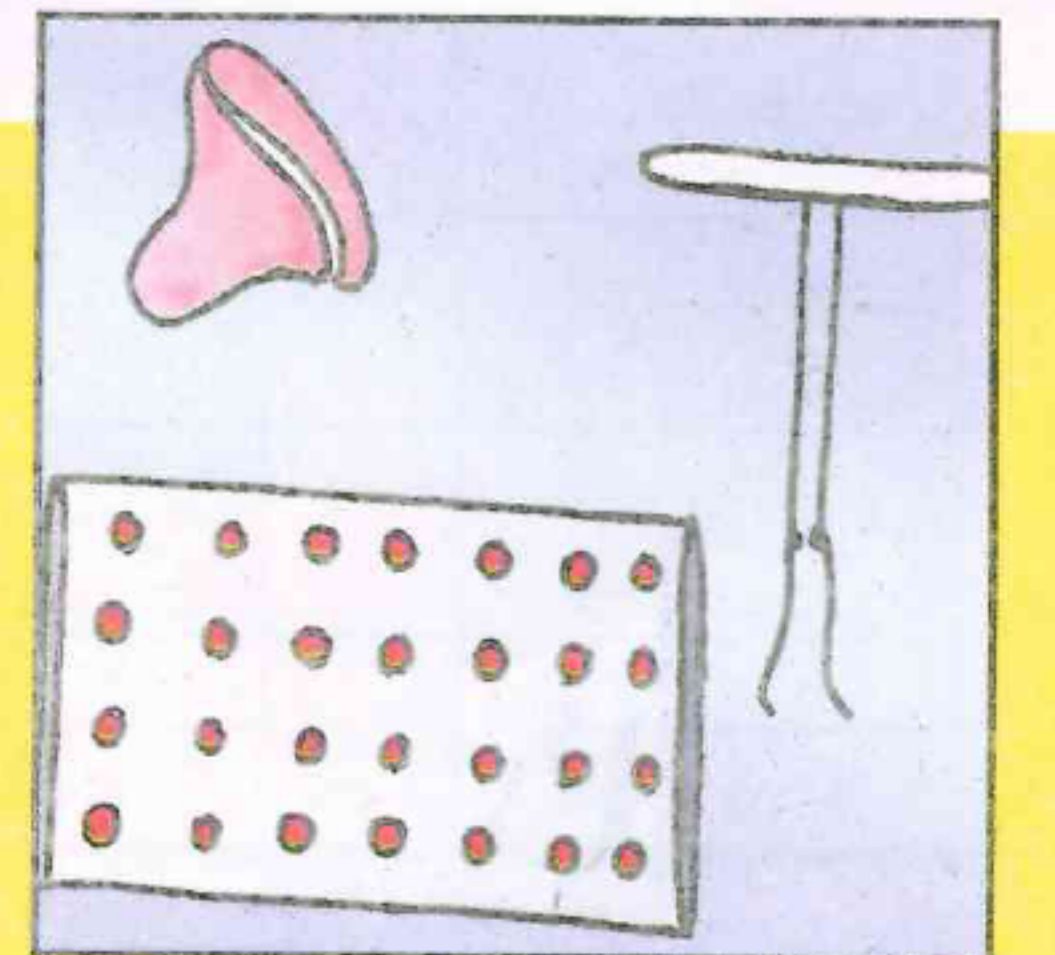
સારવાર / સલાહ / ફોલોઅપ / રેફરલ

બે બાળકો વચ્ચે રાખો અંતર



ત્રણ વર્ષથી વહેલું ગર્ભધાન માતા અને બાળક બંનેના આરોગ્ય માટે હાનિકારક છે.

બે બાળકો વચ્ચે અંતર રાખવા માટે



નવજાત બાળકની સંભાળ



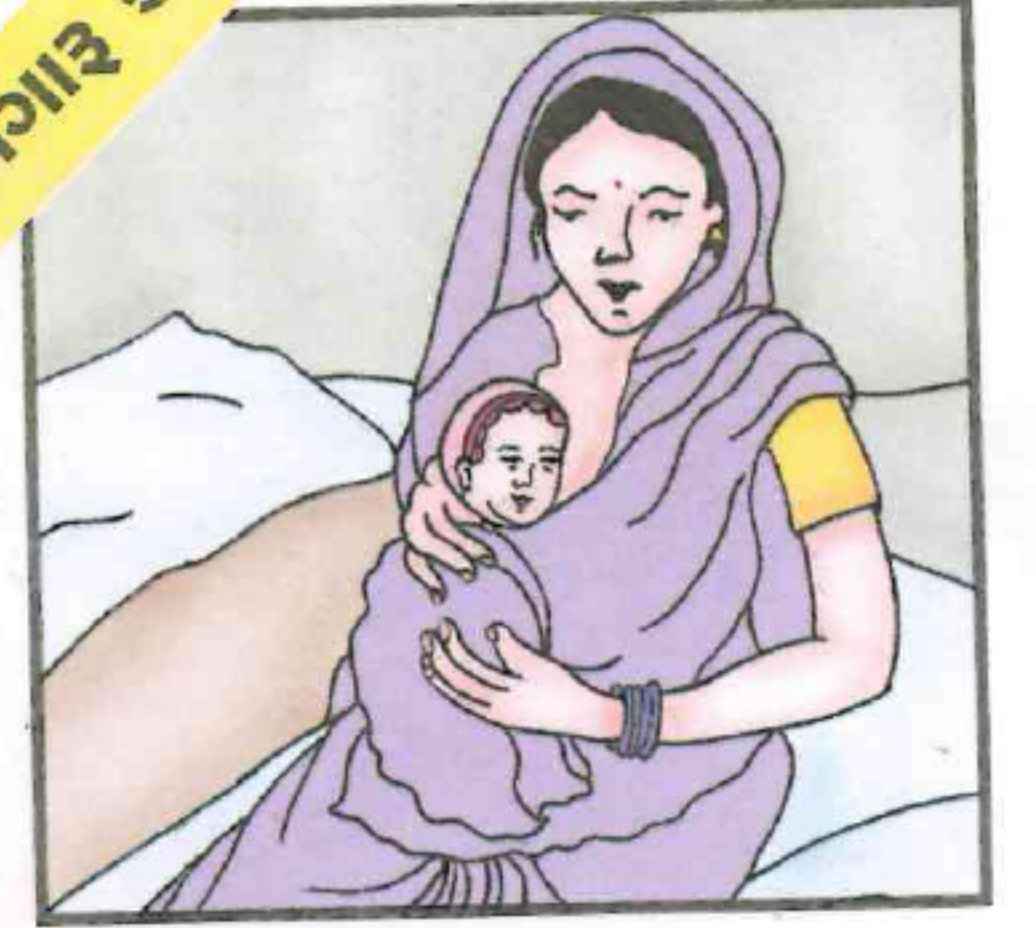
જન્મ સમયે બાળકનું વજન કરાવો

ફક્ત સ્તનપાન



જન્મ પછી બાળકને તરતજ ધવડાવો. ધાવણ સિવાય બીજું કંઈ પણ ન આપો. પાણી પણ નહીં

કિંગાર કેર



જો બાળકનું વજન ૨.૫ કિલો કરતાં ઓછું હોય તો વિશેષ સંભાળ રાખો

- બાળકને હુંફાળુ રાખો.
- બાળકને સાત દિવસ સુધી નવડાવવું નહીં
- નાળને પલળવા દેશો નહિ. નાળને સૂકી અથવા કોરી રાખવી.

બાળકને સ્તનપાન જન્મ પછી કલાકમાં શરૂ કરવામાં આવ્યું

- બાળકને બીમાર વ્યક્તિઓથી દૂર રાખવું
- સમયસર રસીકરણ તથા વિટામિન - એ ના ડોઝ આપવા.
- ૬ મહિનાથી બે વર્ષ સુધીના બાળકોને ઉંમર પ્રમાણે યોગ્ય આહાર આપવો.

નીચે દર્શાવેલા જોખમોમાંથી કોઈ પણ ચિહ્ન જોવા મળે તો બાળકને તરત જ નજીકના સરકારી નવજાત શિશુ ઘનિષ્ઠ સારવાર એકમ (SNCU) અથવા આરોગ્ય કેન્દ્રમાં લઈ જવું.



બાળકને રડવામાં અથવા શ્વાસ લેવામાં તકલીફ

બાળક અસરકારક રીતે ચૂસવું ન હોય કે પછી બિલકુલ ધાવવું ન હોય



ખેંચ અને તાવ

બાળક ઠંડુ પડી ગયેલું જણાય



શરીરે પરુવાળી ફોડલી અથવા નાળ લાલ થવી અને પરુ નીકળવું

બાળકની હથેળી કે પગના તળીયા પીળા પડી જવા



શિશુ ઘનિષ્ઠ સારવાર એકમ (SNCU)

સારવાર / સલાહ / ફોલોઅપ / રેફરલ



બાળક માટે રસીકરણ



પહેલું વર્ષ (૦ થી ૧૨ મહિના)

<p>જન્મ સમય</p> <p>બી.સી.જી</p>	<p>જન્મ સમય</p> <p>પોલીયો-૦*</p>	<p>જન્મ સમય</p> <p>હિપેટાઈટિસ-બી ૦*</p>	<p>સંપૂર્ણ રસીકરણ <input type="checkbox"/> હા <input type="checkbox"/> ના</p> <p>*સંસ્થાકિય સુલાવડમાં આપવું</p>
<p>૧^૧/_૨ મહિને</p> <p>પોલીયો-૧</p>	<p>૨^૧/_૨ મહિને</p> <p>પોલીયો-૨</p>	<p>૩^૧/_૨ મહિને</p> <p>પોલીયો-૩</p>	<p>૯ મહિને</p> <p>ઓરી</p>
<p>૧^૧/_૨ મહિને</p> <p>પેન્ટાવેલન્ટ-૧</p>	<p>૨^૧/_૨ મહિને</p> <p>પેન્ટાવેલન્ટ-૨</p>	<p>૩^૧/_૨ મહિને</p> <p>પેન્ટાવેલન્ટ-૩</p>	<p>૯ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>

રસી ફરી મુકાવવી તારીખ ગુલાબી રંગના લખો

જે તારીખે રસી મુકાવામાં આવી હોય તે સફેદ રંગના લખો

બીજું વર્ષ (૧૨ થી ૨૪ મહિના)

<p>૧૬-૧૮ મહિને</p> <p>ત્રિગુણી બૂસ્ટર</p>	<p>૧૬-૧૮ મહિને</p> <p>પોલીયો બૂસ્ટર</p>	<p>૧૬-૧૮ મહિને</p> <p>ઓરી બીજો ડોઝ</p>	<p>૧૬-૧૮ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>	<p>૨૪ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>
---	---	--	-------------------------------------	----------------------------------

ત્રીજું થી પાંચમું વર્ષ (૨૪ થી ૬૦ મહિના)

<p>૩૦ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>	<p>૩૬ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>	<p>૪૨ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>	<p>૪૮ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>	<p>૫૪ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>	<p>૬૦ મહિને</p> <p>વિટામિન એ</p>
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

● તમારા બાળકને નિયમિત સમય પર બાળરક્ષક રસી મૂકાવો.

સંપૂર્ણ રસીકરણથી બાળકનું સુરક્ષાયક જળવાય છે.

'ખિલખિલાટ' ડ્રોપ બેક વ્યવસ્થા



બાળ જન્મ એ દરેક કુટુંબમાં મોટી ખુશીનો અવસર છે તંદુરસ્ત માતા અને તંદુરસ્ત બાળક ઘરે પરત પહોંચે તે કુટુંબ માટે હર્ષોલ્લાસનો પ્રસંગ છે. આથી હવે કેટલીક સરકારી સંસ્થામાં નવી જ વ્યવસ્થા માતા અને નવજાત શિશુને પ્રસૂતિ બાદ સરકારી સંસ્થામાંથી ઘરે મુકવા “ખિલખિલાટ” વાહન દ્વારા કરવામાં આવી છે.

- આ “ખિલખિલાટ” વાહન નિયત સરકારી દવાખાનાના આરોગ્ય કાર્યકર ફોન નં. ૮૧૪૦૫૦૫૦૫૦ પર ફોન કરીને પ્રસૂતા માતાને આ સેવાઓ ઉપલબ્ધ કરાવી શકે છે.
- હોસ્પિટલમાંથી રજા આપ્યા બાદ પ્રસૂતા માતાને માતા અને બાળ આરોગ્ય ઉપર આરોગ્ય શિક્ષણ તેમજ સલાહ આપવામાં આવે છે. વાહનની અંદર પણ સલામત બાળ ઉછેર અને રસીકરણના સંદેશા વીડીયોના માધ્યમ દ્વારા માતા અને તેની સાથે જતા તેના કુટુંબીજનોને આપવામાં આવે છે.

જનની શિશુ સુરક્ષા કાર્યક્રમ

સગર્ભા માતાઓને તમામ સરકારી દવાખાનામાં મળવાપાત્ર સેવાઓ :

- મફત સંસ્થાકીય પ્રસૂતિ સેવા
- સીઝેરીયન સેવા
- મફત દવા, સર્જિકલ અને અન્ય સામગ્રી
- મફત લેબોરેટરી સેવાઓ - લોહીની તપાસ, પેશાબની તપાસ, સોનોગ્રાફી વિગેરે
- હોસ્પિટલમાં રહે તે દરમ્યાન નિ:શુલ્ક ભોજન (સામાન્ય પ્રસૂતિ માટે ૩ દિવસ, અને સીઝેરીયન બાદ ૭ દિવસ)
- જરૂર પડે ત્યારે નિ:શુલ્ક રક્ત
- મફત એમ્બ્યુલન્સ સેવા - ઘરેથી હોસ્પિટલ, હોસ્પિટલથી મોટી હોસ્પિટલ, તથા ઘરે પરત
- હોસ્પિટલની કોઈ પણ પ્રકારની ફી માંથી મુક્તિ

નવજાત શિશુને જન્મના ૩૦ દિવસ સુધી મળવાપાત્ર સેવાઓ :

- નિ:શુલ્ક સારવાર
- મફત દવા, સર્જિકલ અને અન્ય સામગ્રી
- મફત લેબોરેટરી સેવાઓ
- જરૂર પડે ત્યારે નિ:શુલ્ક રક્ત,
- મફત એમ્બ્યુલન્સ સેવા - ઘરેથી હોસ્પિટલ, હોસ્પિટલથી મોટી હોસ્પિટલ, તથા ઘરે પરત
- હોસ્પિટલની કોઈ પણ પ્રકારની ફી માંથી મુક્તિ

બાળવૃદ્ધિની દેખરેખ અને પરામર્શ

છોકરીઓ માટે : ઉંમર પ્રમાણે વજન

ફોટો

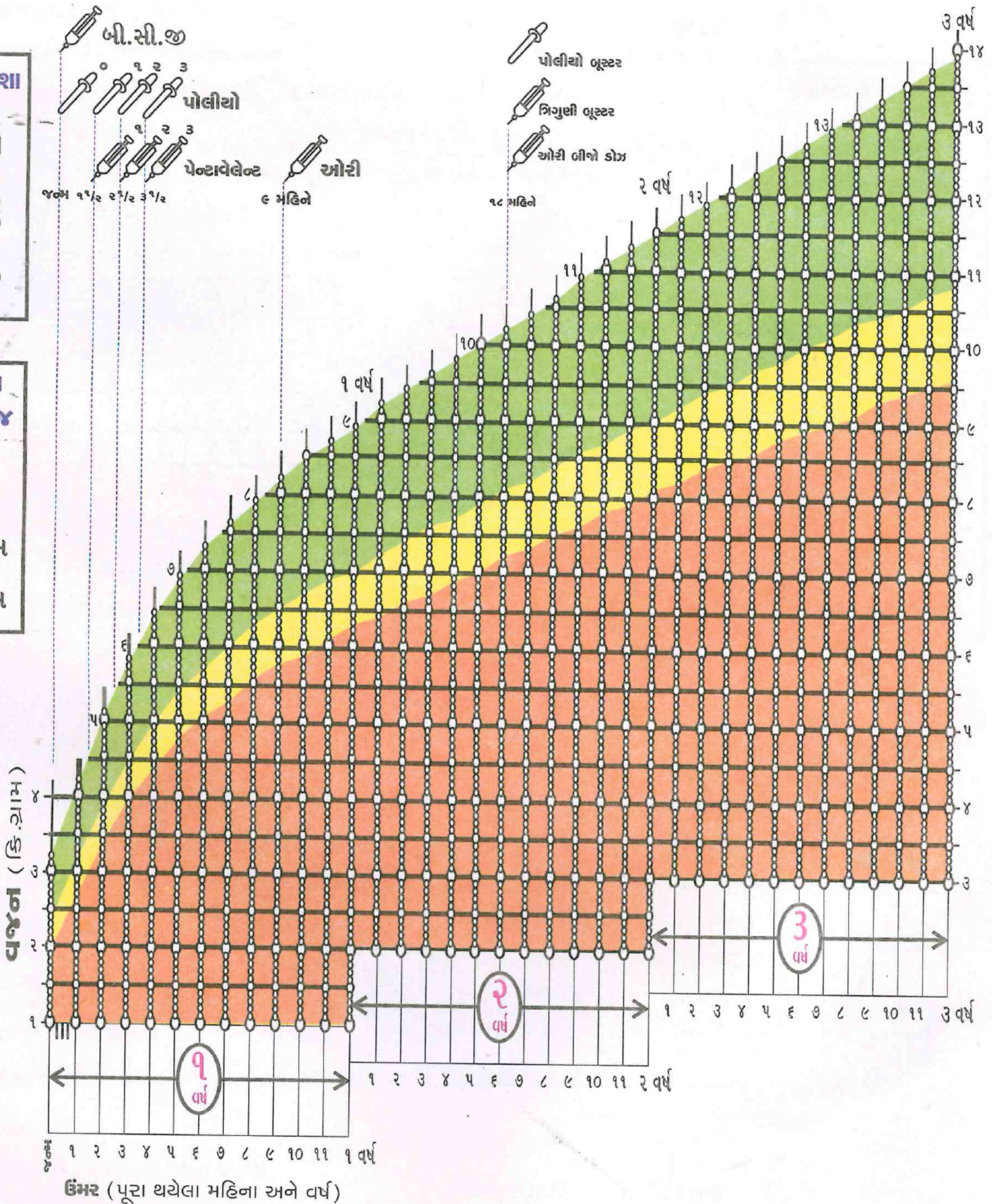
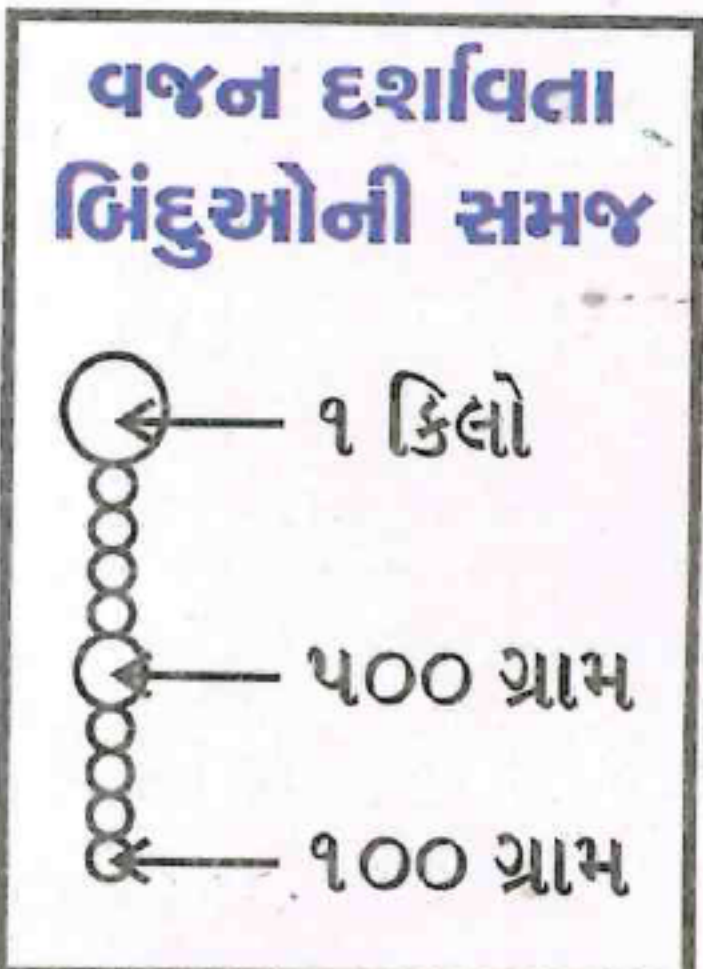
નામ :

વૃદ્ધિ આલેખના અવલોકનોનું અર્થઘટન

સામાન્ય બાળક તંદુરસ્ત છે. ખોરાક આપવાનું ચાલુ રાખો.

કુપોષિત બાળક કુપોષિત છે. જો તેને યોગ્ય ખોરાક આપવામાં આવે તો થોડા મહિનાઓમાં બાળક તેની ઉંમર મુજબ યોગ્ય વજનનું થઈ શકશે. બાળકને યોગ્ય ખોરાક આપવાનું ચાલુ રાખો અને બાલ શક્તિમ્ કેન્દ્રમાં લઈ જાવ.

અતિકુપોષિત બાળક અતિકુપોષિત છે. બાળકને તાત્કાલિક સંભાળની જરૂરિયાત છે. બાળકને વધુ ખોરાક આપવાનું ચાલુ રાખો અને બાલ શક્તિમ્ કેન્દ્રમાં લઈ જાવ.



બાળવૃદ્ધિની દેખરેખ અને પરામર્શ

છોકરાઓ માટે : ઉંમર પ્રમાણે વજન

ફોટો

નામ :

વૃદ્ધિ આલેખના અવલોકનોનું અર્થઘટન

સામાન્ય બાળક તંદુરસ્ત છે. ખોરાક આપવાનું ચાલુ રાખો.

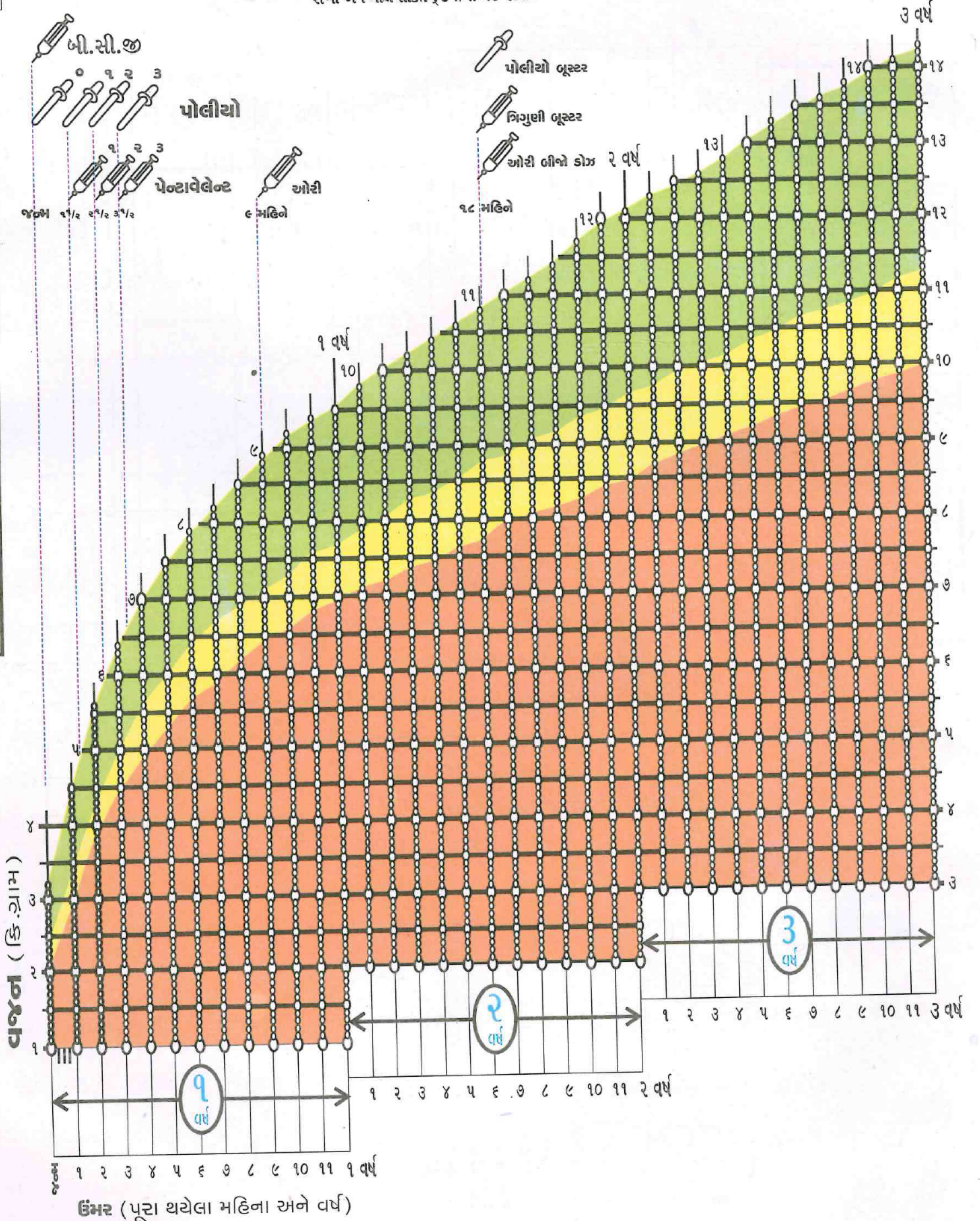
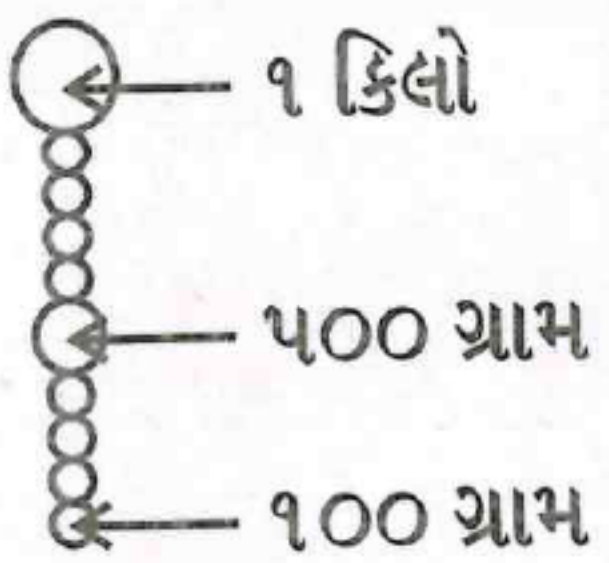
કુપોષિત બાળક કુપોષિત છે. જો તેને યોગ્ય ખોરાક આપવામાં આવે તો થોડા મહિનાઓમાં બાળક તેની ઉંમર મુજબ યોગ્ય વજનનું થઈ શકશે. બાળકને યોગ્ય ખોરાક આપવાનું ચાલુ રાખો અને બાલ શક્તિમ્ કેન્દ્રમાં લઈ જાવ.

અતિકુપોષિત બાળક અતિકુપોષિત છે. બાળકને તાત્કાલિક સંભાળની જરૂરિયાત છે. બાળકને વધુ ખોરાક આપવાનું ચાલુ રાખો અને બાલ શક્તિમ્ કેન્દ્રમાં લઈ જાવ.

વૃદ્ધિ વળાંકની દિશા



વજન દર્શાવતા બિંદુઓની સમજ



બાળક માટે આહાર

જન્મથી ૬ મહિના સુધી



● બાળક દિવસે અને રાત્રે, જ્યારે માગે ત્યારે ધવડાવો. ૨૪ કલાકમાં ઓછામાં ઓછું ૮ થી ૧૦ વખત ધવડાવો.

● ધાવણ સિવાય અન્ય ખોરાક કે પ્રવાહી ન આપવાં, પાણી પણ નહીં.

યાદ રાખો :

● બાળક માંદુ હોય તો પણ તેને ધવડાવવાનું ચાલુ રાખો.

૬ થી ૧૨ માસ સુધી

● બાળક માગે તેમ ધવડાવવાનું ચાલુ રાખો.

● એક વખતે એક વાટકી, દિવસમાં ત્રણ વખત

- પાણી નાખ્યા વગરના ગળ્યા દૂધમાં મસળીને રોટલી કે ભાત આપો, અથવા
- જાડી દાળમાં ઘી કે તેલ નાખીને તેમાં મસળીને રોટલી, કે ભાત આપો, અથવા
- ઘી કે તેલમાં મસળીને ખીચડી આપો. તેમાં બાફેલાં શાકભાજી મેળવો, અથવા
- દૂધમાં રાંધેલી સેવ, ખીર કે હલવો, અથવા
- ધાન (અનાજ)ની દૂધમાં બનાવેલી રાબ આપો, અથવા
- બાફીને ચોળેલા બટેટા કે એક કેળું, ચીકુ કે કેરી આપો.

યાદ રાખો :

● બાળકને તમારા ખોળામાં બેસાડીને તમારા હાથે ખવડાવો.

● દરેક વેળાએ ખવડાવતાં પહેલાં તમારા અને બાળકના હાથ સાબુથી ધોઈ નાખો.

૧ થી ૨ વર્ષ સુધી

● બાળક માગે તેમ ધવડાવવાનું ચાલુ રાખો.

● ઘરમાં બનતા ખોરાકમાંથી બાળકને આપો.

● એક સાથે દોઢ વાટકી, દિવસમાં પાંચ વખત.

- જાડી દાળમાં ઘી કે તેલ નાખીને તેમાં મસળીને રોટલી કે ભાત આપો, અથવા
- ઘી કે તેલ નાખીને ખીચડી આપો, રાંધેલાં શાકભાજી તેમાં મેળવો, અથવા
- દૂધમાં રાંધેલી સેવ, ખીર કે હલવો અથવા દૂધમાં રાંધેલી ધાન (અનાજ)ની રાબ આપો, અથવા
- બાફીને ચોળેલા બટેટા કે એક કેળું, ચીકુ કે કેરી આપો.

યાદ રાખો :

● બાળકની બાજુમાં બેસો અને બાળકને આપવામાં આવેલો ખોરાક પૂરો કરવામાં મદદ કરો.

● બાળક ખાવા બેસે તે પહેલાં તેના હાથ સાબુથી ધોઈ નાખો.

૨ વર્ષ અને ત્યારબાદ

● દિવસમાં ત્રણ વખત ઘરમાં બનતો ખોરાક આપો.

● ઉપરાંત વચ્ચે બે વખત પોષક નાસ્તો આપો. દા.ત. કેળાં, ચીકુ, કેરી, પપૈયું, ઈંડા

યાદ રાખો :

● બાળક આપેલું બધું ખાઈ લે તે માટે ધ્યાન આપો.

● દર વખતે ખાતાં પહેલાં સાબુથી હાથ ધોવાની બાળકને ટેવ પાડો.



તમારા બાળકને દરરોજ આંગણવાડી કેન્દ્ર પર મોકલો

૬ મહિના થી ૬ વર્ષ સુધીના બાળકને આંગણવાડી કેન્દ્ર પર મળતા પોષક તત્વોયુક્ત પૂરક પોષણ પર (✓) કરો



૭ મહિના થી ૯ મહિનાના બાળકોને મળતી સેવાઓ.

મહિનો		૭	૮	૯
અન્નપ્રાશન દિવસ	દિવસ (દા/ના)			
	તારીખ			

૭ મહિના થી ૯ મહિનાના બાળકોને મળતી સેવાઓ.

મહિનો → ↓ અઠવાડિયુ	બન્યુઆરી	ફેબ્રુઆરી	માર્ચ	એપ્રિલ	મે	જૂન	જુલાઈ	ઓગષ્ટ	સપ્ટેમ્બર	ઓક્ટોબર	નવેમ્બર	ડીસેમ્બર
	ઉંમર : ૭ મહિના થી ૧૨ મહિના											
૧												
૨												
૩												
૪												
ઉંમર : ૨ વર્ષ												
૧												
૨												
૩												
૪												
ઉંમર : ૩ વર્ષ												
૧												
૨												
૩												
૪												



જો આપનું બાળક અગાઉ દર્શાવેલ વૃદ્ધિ આલેખના લાલ અથવા પીળા ઝોનમાં આવતું હોય તો બાળકને આંગણવાડી કાર્યકર મારફતે “મિશન બલમ્ સુખમ્” હેઠળ આંગણવાડી કેન્દ્ર પર ચાલતા “બાલ શક્તિમ્ કેન્દ્ર” (વી.સી.એન.સી.) પર તેનું પોષણસ્તર સુધારવા માટે સત્વરે લઈ જાવ.

જ્યારે તબીબી સારવારની જરૂરિયાત વાળા કુપોષિત બાળકોને વધુ સારવાર માટે પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર / સામુહિક આરોગ્ય કેન્દ્ર પર ચાલતા “બાલ સેવા કેન્દ્ર” (સી.એમ.ટી.સી.) પર તથા જરૂર પડે તો જિલ્લા કક્ષાની હોસ્પિટલ ખાતે ચાલતા “બાળ સંજીવની કેન્દ્ર” (એન.આર.સી.) પર સારવાર લઈ જાવ.

ગર્ભવતી મહિલાને મળતું પૂરક પોષણ

તમને પૂરક પોષણ દર અઠવાડીયે આંગણવાડી કેન્દ્ર પરથી મળશે
(જે તારીખે મળે તે તારીખ લખો)

મહિનો	૧લો	૨જો	૩જો	૪થો	૫મો	૬ઠો	૭મો	૮મો	૯મો
પૂરક પોષણ અઠવાડીયુ									
૧									
૨									
૩									
૪									

ઈન્દીરા ગાંધી માતૃત્વ સહાય યોજના / કસ્તુરબા પોષણ સહાય યોજના હેઠળ મળતી સેવાઓ

	પહેલો લાભ	બીજો લાભ	ત્રીજો લાભ
મળ્યો છે (હા/ના)			
તારીખ			

ઘાત્રી માતાને મળતું પૂરક પોષણ

મહિનો	૧લો	૨જો	૩જો	૪થો	૫મો	૬ઠો
અઠવાડીયુ	પૂરક પોષણ					
૧						
૨						
૩						
૪						

ઘાત્રી માતાને પોષણ માટેની સલાહ :

બાળકને ધવડાવવાથી, રમાડવાથી અને તેની સાથે વાતચીત કરવાથી વૃદ્ધિ અને વિકાસ સારો થાય છે.



૦ થી ૬ મહિના

ફક્ત સ્તનપાન

- જન્મ પછી બાળકને તરત જ ધવડાવો.
- ફક્ત સ્તનપાન એટલે ધાવણ સિવાય બીજું કંઈ પણ ન આપો.
- બાળક દિવસે અને રાત્રે, જ્યારે માગે ત્યારે ધવડાવો. ૨૪ કલાકમાં ઓછામાં ઓછુ ૮ થી ૧૦ વખત ધવડાવો.

૦ થી ૩ મહિના

તમે શું કરી શકો

બાળકની સામે હસો, બાળકની આંખમાં જોઈ તેની સાથે વાત કરો.



બાળકને જોવા સાંભળવા, અડવા અને હલવા માટે પ્રેરો.

બાળક શું કરી શકે



ત્રણ મહિનાની આસપાસ લગભગ બધા જ બાળકો જવાબમાં હસી શકે.



રીબીન પકડી શકે



અવાજ કરી શકે

૩ થી ૬ મહિના

તમે શું કરી શકો

બાળકને મોટી રંગીન

વસ્તુ બતાવી અડવા દો



બાળક સાથે વાત કરો અને તેને જવાબ આપો. બાળક સાથે બોલીને તથા હાવભાવ કરી વાતો કરો.

બાળક શું કરી શકે



૬ મહિનાની આસપાસ લગભગ બધા જ બાળકો જ્યારે બેસાડીએ ત્યારે માથુ સીધુ રાખી શકે છે.



અવાજની દિશામાં માથુ ફેરવે છે



વસ્તુ પકડી શકે.

બાળકને માંદગીમાં પણ ધવડાવવાનું ચાલુ રાખો

પરિવાર માટે આયોજીતયુક્ત મીઠું જ વાપરો

માંદગી પછી બાળકને વધારે ખોરાક આપો.

આશાબેન ગૃહ મુલાકાત લે ત્યારે બાળકની તકલીફો અચૂક વર્ણવો.

બાળકને ઘવડાવવાથી, રમાડવાથી અને તેની સાથે વાતચીત કરવાથી વૃદ્ધિ અને વિકાસ સારો થાય છે.

૬ થી ૧૨ મહિના આહાર અને સ્તનપાન



- બાળકને ઘવડાવવાનું ચાલુ રાખો.
- ૬ માસની ઉંમર પછી બાળકને થોડા પ્રમાણમાં ઢીલા મસળેલ, દાળ, અનાજ, શાક અને ફળ આપવા.
- ખોરાકની માત્રા, ઘટતા અને ખોરાક આપવાની સંખ્યા ધીમે ધીમે વધારવી.
- બાળક ભૂખ્યું થાય તેના ચિહ્નોને સમજો અને બાળકને જમાડો.
- બાળક સાથે બેસીને જમો.

તમે શું કરી શકો



બાળકને ચોખ્ખી અને સલામત વસ્તુ રમવા અને અવાજ કરવા આપો.



બાળક સાથે રમત રમો. જેમ કે હાઉકલી વગેરે બાળકને વસ્તુ અને માણસોના નામ કહો.

બાળક શું કરી શકે



૯ મહિનાની આસપાસ

લગભગ બધા બાળકો જાતે બેઠા થઈ શકે.



અંગુઠો અને આંગળીથી વસ્તુ ઉપાડી શકે.



ટેકો લઈ બેસી શકે છે.



૧ વર્ષની આસપાસ

બાળક ટેકા વગર બેસી શકે છે



હાથ હલાવી, આવજો વગેરે કરી શકે છે.



પપ્પા, મમ્મી બોલી શકે છે.

જો બાળક ધીમું જણાય તો બાળકને જમાડવાનું, તેની સાથે રમવાનું અને વાત કરવાનું વધારો. તે છતાં જો બાળક ધીમું જણાય તો ડોક્ટરને બતાવો.

લીલા શાકભાજી તથા તાજા ફળો, બાળકને આપે વિટામિન તથા લોહતત્વો.

બાળકને ધવડાવવાથી, રમાડવાથી અને તેની સાથે વાતચીત કરવાથી વૃદ્ધિ અને વિકાસ સારો થાય છે.

૧ થી ૨ વર્ષ

આહાર અને સ્તનપાન



બાળકને ધવડાવવાનું ચાલુ રાખો

- બાળકને વિવિધ પ્રકારનો ખોરાક આપવો. ઘરમાં બનતી રોટલી, ભાત, શાક, પીળા ફળ, કઠોળ અને દૂધની બનાવટ પણ આપવી.
- બાળકને દિવસમાં પાંચ વખત જમાડો.
- બાળકને અલગ વાટકીથી જમાડો, જેથી કરીને બાળક કેટલું જમ્યું તે ખબર પડે.

બાળકને માંદગીમાં પણ ધવડાવવાનું ચાલુ રાખો

તમે શું કરી શકો



બાળકને એક ઉપર એક વસ્તુ મુકવા તેમજ બોક્ષમાં નાખવા અને કાઢવા આપો.



બાળકને સરળ સવાલ પૂછો અને બાળક જ્યારે બોલવા પ્રયત્ન કરે ત્યારે જવાબ આપો.

બાળક શું કરી શકે

દોઢ વર્ષની આસપાસ મોટા ભાગના બાળકો



તમારી પાસે આવવાની લાગણી વ્યક્ત કરી શકે

ચાલી શકે



૩ લખોટીઓ કપમાં મૂકી શકે

પરિવાર માટે આયોજીતચુકત મીઠું જ વાપરો

૨ વર્ષની આસપાસ મોટાભાગના બાળકો



મદદ લઈ એક પગ પર ઉભુ રહી શકે



શબ્દો બોલી શકે

ઘરકામની નકલ કરી શકે



માંદગી પછી બાળકને વધારે ખોરાક આપો

૨ થી ૩ વર્ષ

આહાર



- બાળકને ઘરમાં બનતો ખોરાક દિવસમાં પાંચ વાર આપો.
- બાળકને જાતે જમાડતાં શીખડાવો.
- બાળક જમે ત્યારે તમે દેખરેખ રાખો.

તમે શું કરી શકો



બાળકને વસ્તુ ગણતાં અને વસ્તુ વચ્ચેનું અંતર સમજતાં શીખડાવો.



બાળક માટે સાદા રમકડા વાપરો બાળકને બોલતા અને જવાબ આપવા માટે પ્રેરીત કરો બાળકને વાર્તા, ગીત અને રમત શીખડાવો.

બાળક શું કરી શકે

૨ ૧/૨ વર્ષ આસપાસ લગભગ બધા બાળકો



શરીરના ૪ અંગ બતાવી શકે

જાતે જમી શકે અને ઓછું ઢોળે



એક રંગ પારખીને બોલી શકે



૩ વર્ષની આસપાસ

જોઈને સીધી લીટી દોરી શકે



જાતે હાથ ધોઈ શકે



૩ થી ચાર વસ્તુઓને નામથી બોલાવી શકે.



જો બાળક ધીમું જણાય તો બાળકને જમાડવાનું, તેની સાથે રમવાનું અને વાત કરવાનું વધારો. તે છતાં જો બાળક ધીમું જણાય તો ડોક્ટરને બતાવો.

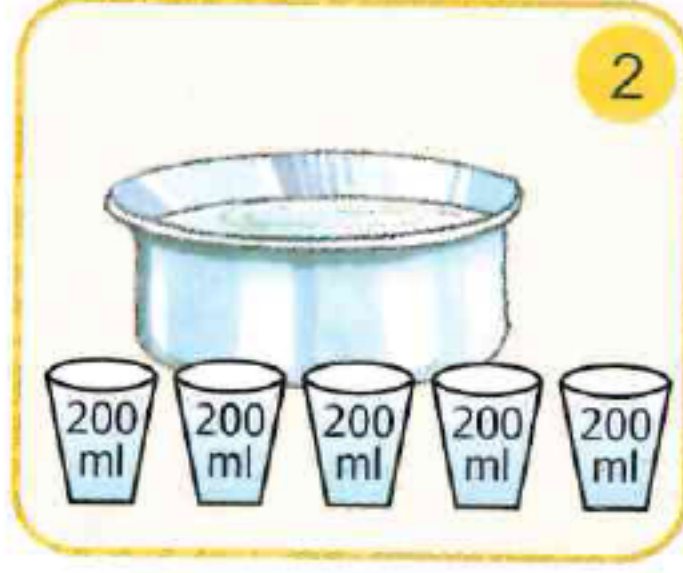
સમતોલ આહાર તંદુરસ્ત જીવનનું પહેલું પગથિયું છે.

ઓ.આર.એસ. દ્રાવણ તૈયાર કરવું.

ઓ.આર.એસ. બનાવવાની પ્રક્રિયા અને આપવાની માત્રા



1 સાબુ વડે હાથ સારી રીતે ધુઓ.



2 સ્વચ્છ વાસણમાં એક લીટર ચોખ્ખું પાણી ભરો.



3 આ વાસણમાં એક પેકેટ ઓ.આર.એસ. પાવડર નાખો.



4 ઓ.આર.એસ. પાવડરને પાણીમાં ચોખ્ખી ચમચીથી સારી રીતે હલાવો

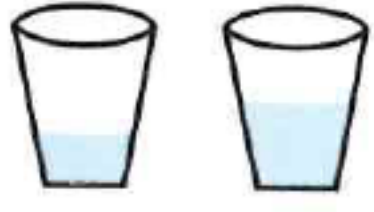


5 બનેલું દ્રાવણ બાળકને નીચે જણાવેલ માત્રામાં ધીરે ધીરે પીવડાવો

પ્રત્યેક પાતળા ઝાડા બાદ ઓ.આર.એસ. દ્રાવણની માત્રા

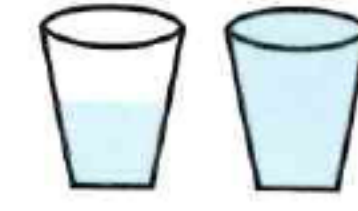
ઉંમર

૨ માસથી ૨ વર્ષ સુધી



ઓ.આર.એસ. ૧/૪ થી અડધો ગ્લાસ પ્રત્યેક પાતળા ઝાડા બાદ

૨ વર્ષ થી ૫ વર્ષ સુધી



ઓ.આર.એસ. અડધો થી એક ગ્લાસ પ્રત્યેક પાતળા ઝાડા બાદ

૨૪ કલાક પછી જો ઓ.આર.એસ. દ્રાવણ વધ્યું હોય તો તેનો નિકાલ કરો.

ઝાડા શરૂ થતાં જ ઓ.આર.એસ. સાથે ઝીંકની ગોળી આપવાનું શરૂ કરો અને સતત ૧૪ દિવસ સુધી આપો. જો બાળકને ઝાડા મટી જાય, તો પણ ૧૪ દિવસ સુધી ઝીંકની ગોળીઓ જરૂર આપો.

વ્યક્તિગત સ્વચ્છતા



- વ્યક્તિગત સ્વચ્છતા એટલે કે સાબુથી હાથ ધોવા, દાંત સાફ રાખવા, નખ કાપવા, દરરોજ સ્નાન કરવું, સ્વચ્છ કપડાં પહેરવાં, પગરખાં અને વાળની સંભાળ લેવી વગેરે.
- ગામના લોકોને આરોગ્યપ્રદ આદતો વિશે સમજાવો.
- ગામના દરેક લોકો પાકા બનાવેલા શૌચાલયનો ઉપયોગ કરવાનું સમજાવો.
- રસોઈ બનાવતાં પહેલાં, જમતાં કે જમાડતાં પહેલાં અને શૌચ ગયા બાદ સાબુથી હાથ ધોવા સમજાવો

અહીં નીચે જણાવેલી રોજીંદી સફાઈ રાખવામાં આવે તો ઘણા રોગોને અટકાવી શકાય :

- જમ્યા પહેલાં સાબુથી હાથ ધોવા.
- રસોઈ કરતી વખતે સ્વચ્છતા જાળવો. કાયમ તાજું રાંધેલું ખાવાનું જ પીરસો.
- રાંધેલો ખોરાક કે કોઈ પણ ખાદ્ય પદાર્થને હંમેશાં ઢાંકેલો રાખો.
- ઉકાળેલું પાણી જ પીવો અને તેને ઢાંકેલું રાખો. માટલામાંથી ડોયા વડે જ પાણી કાઢી પીવાના ગ્લાસમાં રેડો.
- પાણીના સ્ત્રોત જેવા કે, ડુંકી, કૂવો કે વરસાદી પાણીની નહેરની આજુબાજુ ઓછામાં ઓછા ૫૦ ફૂટના અંતરમાં સંડાસનું બાંધકામ ન કરો. સંડાસની ગટરમાંનું પાણી જમીનમાં ગળાઈને પાણીના સ્ત્રોતને પ્રદૂષિત કરી શકે છે.
- પીવાના પાણીના કૂવા કે ડુંકી (હેન્ડ પંપ)ની નજીક પાણી એકઠું થવા ન દેશો.
- રોજ સ્નાન કરો.



રસીકરણ



નવજાત શિશુઓ, બાળકો અને સગર્ભા સ્ત્રીઓ માટે રાષ્ટ્રીય રસીકરણ સમય પત્રક

રસી	ક્યારે આપવી	ડોઝ	ક્યાં આપવી	ક્યા અંગમાં આપવી
સગર્ભા સ્ત્રીઓ માટે				
ધનુરની રસી-૧	સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન વહેલી તકે	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	હાથનાં બાવડા પર
ધનુરની રસી-૨	ટીટી-૧ આધ્યાના ચાર અઠવાડિયા પછી*	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	હાથનાં બાવડા પર
ધનુરની રસી - બુસ્ટર	છેલ્લા ત્રણ વર્ષમાં સગર્ભાવસ્થામાં ધનુરની રસીના બે ડોઝ લીધા હોય તો	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	હાથનાં બાવડા પર
નવજાત શિશુ માટે				
બીસીજી	જન્મ વખતે અથવા બાળક એક વર્ષનું થાય ત્યાં સુધીમાં શક્ય હોય તેટલું વહેલું	૦.૧ મિ.લિ., બાળક એક મહિનાનું થાય ત્યાં સુધી ૦.૦૫ મિ.લિ.	ચામડીના પ્રથમ પટમાં (INTRADERMAL)	ડાબા બાવડામાં
ઝેરી કમળાની રસી	જન્મ વખતે અથવા જન્મના ૨૪ કલાકમાં, શક્ય એટલા વહેલા	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	જાંઘ પર વચ્ચે અને બહારની બાજુ
પોલિયો-૦	જન્મ વખતે અથવા પ્રથમ ૧૫ દિવસની અંદર, શક્ય એટલા વહેલા	બે ટીપાં	મોં વાટે	મોં વાટે
પોલિયો-૧, ૨ અને ૩	છઠ્ઠા અઠવાડિયામાં, ૧૦મા અઠવાડિયે, ૧૪મા અઠવાડિયે	બે ટીપાં	મોં વાટે	મોં વાટે
પેન્ટાવેલન્ટ-૧, ૨ અને ૩	છઠ્ઠા અઠવાડિયામાં, ૧૦મા અઠવાડિયે, ૧૪મા અઠવાડિયે	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	જાંઘ પર વચ્ચે અને બહારની બાજુ
ઓરી	૯ મહિના પુરા થયા પછી અને ૧૨ મહિના (૯-૧૨ મહિના દરમિયાન ન આપી હોય તો ૫ વર્ષ સુધીમાં આપવી)	૦.૫ મિ.લિ.	ચામડીની નીચે (SUBCUTANEOUS)	જમણા બાવડામાં
વિટામિન-એ પહેલો ડોઝ	૯ મહિના ઓરીની રસીની સાથે	૧ મિ.લિ. (૧ લાખ ઈન્ટર નેશનલ યુનિટ)	મોં વાટે	મોં વાટે
બાળકો માટે				
ઓરી બીજો ડોઝ	૧૬ થી ૨૪ મહિના	૦.૫ મિ.લિ.	ચામડીની નીચે (SUBCUTANEOUS)	જમણા બાવડામાં
ત્રિગુણી બુસ્ટર	૧૬ થી ૨૪ મહિના	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	જાંઘ પર વચ્ચે અને બહારની બાજુ
પોલિયો બુસ્ટર	૧૬ થી ૨૪ મહિના	બે ટીપાં	મોં વાટે	મોં વાટે
વિટામિન-એ બીજો થી નવમો ડોઝ	૧૬ મહિને ત્રિગુણી / પોલિયો બુસ્ટર સાથે ત્યારબાદ દર છ મહિને વિટામિન એ બાય એન્યુઅલ રાઉન્ડમાં (ફેબ્રુઆરી, ઓગસ્ટ માસમાં) ૫ વર્ષની ઉંમર સુધી	બે મિ.લિ. (૨ લાખ આઈયુ)	મોં વાટે	મોં વાટે
ત્રીગુણી બીજો બુસ્ટર	૫ થી ૬ વર્ષ	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	હાથનાં બાવડા પર
ધનુરની રસી	૧૦ વર્ષે અને ૧૬ વર્ષે	૦.૫ મિ.લિ.	સ્નાયુમાં	હાથનાં બાવડા પર

* સગર્ભાવસ્થા ૨૬ અઠવાડિયા થાય તે પહેલાં ધનુરની રસી-૨ અથવા બુસ્ટર ડોઝ આપી દેવો. આમ છતાં ૩૬ અઠવાડિયાથી વધુ સમય પસાર થઈ ગયો હોય તો પણ આ ડોઝ આપવો. સગર્ભા સ્ત્રીને અગાઉ ધનુરની રસી આપવામાં ન આવી હોય તો પ્રસૂતિની પીડા વખતે ધનુરની રસી આપવી

સગર્ભા માતા તથા તેના બાળક બન્ને ને ધનૂર સામે રક્ષણ મેળવવું જરૂરી છે.