स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय महिला एवं बाल विकास मंत्रालय

मातृ एवं बाल सुरक्षा कार्ड

(एम.सी.पी. कार्ड)

कार्ड को सुरक्षित रखें एवं प्रत्येक ग्राम स्वास्थ्य पोषण एवं स्वच्छता दिवस पर
तथा आँगनवाड़ी केन्द्र, स्वास्थ्य संस्थान एवं अस्पताल जाते समय कार्ड साथ लेकर जाएं।

2018 संस्करण

कार्ड का कवर परिवार के लिए एक महत्वपूर्ण संदेश देता है। कार्ड देते समय सुनिश्चित करें कि आप गर्भवती महिला/माँ/परिवार को बताएं की वे इस कार्ड को सुरक्षित रखें और वीएचएसएनडी, आंगनवाड़ी केंद्र, स्वास्थ्य केंद्र और अस्पताल के प्रत्येक मुलाकात के दौरान इसे साथ रखें। गर्भावस्था के दौरान महिलाओं और जन्म के बाद उस नन्ही सी जान को बहुत देखभाल और प्यार की ज़रुरत होती है। इस ज़रूरी देखभाल की ज़िम्मेदारी माँ–बाप और परिवार वालों की है। साथ–साथ ANM, सहिया और आंगनवाड़ी दीदी की भी इसमें भागीदारी होती है। एमसीपी कार्ड हर गर्भवती महिला और बच्चे की सही देखभाल करने में इन सभी की मदद करता है।

एम सी पी कार्ड क्या है?

एमसीपी कार्ड मातृ एवं शिशु के देखभाल का अधिकार, परामर्श और परिवार सशक्तिकरण उपकरण है। यह कार्ड माँ और बच्चे के कोहार्ट की ट्रैकिंग स्वास्थ्य, पोषण और विकास के उद्देश्य से सुनिश्चित करता है। एक गर्भवती महिला और स्वास्थ्य प्रणाली के बीच यह पहला संपर्क बिंदु है जो की समुदाय में जागरूकता पैदा करने, सामुदायिक संवाद को सुगम बनाने और स्वास्थ्य सेवाओं की मांग उत्पन्न करने में उपयोगी है।

कार्ड का उपयोग कौन करता है?

क. परिवार के सदस्य (माता, पिता, सास और ससुर, किशोर लड़कियां, आदि)

ख. समुदाय प्रभावित करने वाले (कम्युनिटी इन्फ्लुएंसर्स) जिसमें शामिल हैं – ग्रामीण समूह/वीएचएसएनसी/महिला समूह/PRI सदस्य, आदि)

ग. एएनएम/आंगनवाड़ी कार्यकर्ता/सहिया

घ. स्वास्थ्य एवं ICDS पर्यवेक्षक

कार्ड के लिए लक्ष्य समूह कौन हैं?

- गर्भवती महिलाएं।
- स्तनपान कराने वाली महिलाएं।
- 3 वर्ष से कम उम्र के बच्चों वाले परिवार अथवा 16 साल तक के विस्तार टीकाकरण के लिए।
- जननी सुरक्षा योजना, जननी शिशु सुरक्षा कार्यक्रम, प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान, और मंत्री मातृ वंदना योजना जैसी योजनाओं के पात्र।

कार्ड कौन रखता है?

1. गर्भवती महिला/उसका परिवार।
2. 3 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के माता/पिता।
3. टीकाकरण प्रतिपर्ण ए.एन.एम के पास रहेगा।

जननी–सुरक्षा योजना (जे.एस.वाई.)

लाभार्थी माताओं को योजना के अंतर्गत सरकारी स्वास्थ्य संस्थान एवं प्रमाणित निजी अस्पताल में प्रसव कराने पर राशि सहयोग दी जाती है।

प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना के अंतर्गत मिलने वाले लाभ (प्रथम जीवित शिशु जन्म पर)

पहली किश्त: आँगनवाड़ी केन्द्र/स्वास्थ्य संस्था पर गर्भावस्था का शीघ्र पंजीकरण करवाने पर।

- दूसरी किश्त: कम से कम एक प्रसव पूर्व जाँच करवाने पर।
- तीसरी किश्त:
  i) शिशु जन्म पंजीकरण पर।
  (ii) शिशु द्वारा प्रथम टीकाकरण डोज BCG, OPV, DPT और Hepatitis-B या समान प्रकार का टीका प्राप्त करने पर।

प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान

अभियान के तहत अपनी गर्भावस्था के दूसरे/तीसरे तिमाही के दौरान, महीने की 9 तारीख को चिकित्सक द्वारा कम से कम एक प्रसव पूर्व जाँच का लाभ उठाएं।

जननी शिशु सुरक्षा कार्यक्रम के अंतर्गत मिलने वाले लाभ

गर्भवती महिलाओं के लिए

- निशुल्क प्रसव।
- निशुल्क सिजेरियन ऑपरेशन।
- निशुल्क दवाएं एवं सामग्री।
- निशुल्क जाँच सुविधायें (खून, पेशाब की जाँच, सोनोग्राफी इत्यादि)।
- निशुल्क भोजन संस्थान में भर्ती होने के दौरान (3 दिवस तक नार्मल डिलीवरी में और 7 दिवस तक सिजेरियन ऑपरेशन में)।
- निशुल्क खून की उपल्बधता।
- किसी भी प्रकार के सेवा शुल्क से छूट।
- निशुल्क परिवहन घर से स्वास्थ्य संस्थान तक, स्वास्थ्य संस्थान से रेफरल करने पर तथा डिलीवरी के 48 घंटे उपरांत वापस घर तक।
- प्रसव पूर्व, प्रसवोपरांत होने वाली जटिलताओं एवं 1 वर्ष तक के बीमार शिशु को भी पात्रता।

जन्म के बाद एक साल तक बीमार नवजात शिशु के लिए

- निशुल्क इलाज।
- निशुल्क दवाएं एवं सामग्री।
- निशुल्क जाँच।
- निशुल्क खून की उपलब्धता।
- सेवा शुल्क से पूरी छूट।
- निशुल्क परिवहन घर से स्वास्थ्य संस्थान तक, स्वास्थ्य संस्थान से रेफरल करने पर तथा वापस घर तक।

जन्म से पहले शिशु का लिंग चुनना/चयन या लिंग जाँच करना कानूनी अपराध है।

सरकारी योजनाएं

इस खंड का उद्देश्य लाभार्थियों अथवा समुदाय को राज्य में लागू विभिन्न मौजूदा सरकारी योजनाओं के तहत उनकी पात्रताओं के बारे में जानकारी देना है।

इसमें योजनाओं पर विवरण शामिल हैः जननी सुरक्षा योजना (JSY), प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना (PMMVY), प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान (PMSMA) और जननी शिशु सुरक्षा कार्यक्रम (JSSK)।

जननी–सुरक्षा योजना (जे.एस.वाई.)

लाभार्थी माताओं को योजना के अंतर्गत सरकारी स्वास्थ्य संस्थान एवं प्रमाणित निजी अस्पताल में प्रसव कराने पर राशि सहयोग दी जाती है।

प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना के अंतर्गत मिलने वाले लाभ (प्रथम जीवित शिशु जन्म पर)

पहली किश्तः आँगनवाड़ी केन्द्र/स्वास्थ्य संस्था पर गर्भावस्था का शीघ्र पंजीकरण करवाने पर।

- दूसरी किश्तः कम से कम एक प्रसव पूर्व जाँच करवाने पर।
- तीसरी किश्तः
  - i) शिशु जन्म पंजीकरण पर।
  - (ii) शिशु द्वारा प्रथम टीकाकरण डोज BCG, OPV, DPT और Hepatitis-B या समान प्रकार का टीका प्राप्त करने पर।

प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान

अभियान के तहत अपनी गर्भावस्था के दूसरे/तीसरे तिमाही के दौरान, महीने की 9 तारीख को चिकित्सक द्वारा कम से कम एक प्रसव पूर्व जाँच का लाभ उठाएं।

जननी शिशु सुरक्षा कार्यक्रम के अंतर्गत मिलने वाले लाभ

गर्भवती महिलाओं के लिए

- निशुल्क प्रसव।
- निशुल्क सिजेरियन ऑपरेशन।
- निशुल्क दवाएं एवं सामग्री।
- निशुल्क जाँच सुविधायें (खून, पेशाब की जाँच, सोनोग्राफी इत्यादि)।
- निशुल्क भोजन संस्थान में भर्ती होने के दौरान (3 दिवस तक नार्मल डिलीवरी में और 7 दिवस तक सिजेरियन ऑपरेशन में)।
- निशुल्क खून की उपलब्धता।
- किसी भी प्रकार के सेवा शुल्क से छूट।
- निशुल्क परिवहन घर से स्वास्थ्य संस्थान तक, स्वास्थ्य संस्थान से रेफरल करने पर तथा डिलीवरी के 48 घंटे उपरांत वापस घर तक।
- प्रसव पूर्व, प्रसवोपरांत होने वाली जटिलताओं एवं 1 वर्ष तक के बीमार शिशु को भी पात्रता।

जन्म के बाद एक साल तक बीमार नवजात शिशु के लिए

- निशुल्क इलाज।
- निशुल्क दवाएं एवं सामग्री।
- निशुल्क जाँच।
- निशुल्क खून की उपलब्धता।
- सेवा शुल्क से पूरी छूट।
- निशुल्क परिवहन घर से स्वास्थ्य संस्थान तक, स्वास्थ्य संस्थान से रेफरल करने पर तथा वापस घर तक।

जन्म से पहले शिशु का लिंग चुनना/चयन या लिंग जाँच करना कानूनी अपराध है।

State logo

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय महिला एवं बाल विकास मंत्रालय

मातृ एवं बाल सुरक्षा कार्ड

यहाँ बच्चे की तस्वीर पेस्ट करें

क्या गर्भावस्था हाईरिस्क पर है? हाँ ना

परिवार का परिचय

माँ का नाम ______ आयु ______

पिता का नाम ______

पता ______

माँ का मोबाइल नंबर ______ पिता का मोबाइल नंबर ______

MCTS/RCH आई.डी. (माँ) ______

पी.एम.एम.वी.वाई. लाभ की पात्रता हाँ ☐ ना ☐

बैंक और शाखा का नाम ______

खाता क्रमांक ______ IFSC ______

गर्भावस्था का विवरण

कुल गर्भ/पहले जीवित जन्मे बच्चों की संख्या ______

पिछला प्रसव कहाँ कराया गया ______

अंतिम मासिक चक्र की तिथि ______

प्रसव की सम्भावित तिथि ______

मौजूदा प्रसव कहाँ करायेंगे ______

प्रसव परिणाम जीवित जन्म ☐ मृत शिशु जन्म ☐

जन्म का विवरण

बच्चे का नाम ______

जन्म तिथि ______ जन्म के समय वज़न ______

☐ लड़का ☐ लड़की जन्म पंजीकरण संख्या ______

MCTS/RCH आई.डी. (बच्चा) ______

संस्थान का परिचय

आँगनवाड़ी कार्यकर्ता ______ एल.जी.डी. कोड ______

आँगनवाड़ी नंबर ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

ग्राम ______ वार्ड ______ विकासखंड ______

डाक खाता ______ डाक कोड ______

आशा ______ ए.एन.एम. ______

अस्पताल फोन नंबर ______

उप–स्वास्थ्य केन्द्र/क्लिनिक ______ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र/शहर ______

अस्पताल/प्रथम रेफ़रल केन्द्र ______ जिला ______

उपकेन्द्र पंजीकरण संख्या ______ तिथि ______

स्थाई ग्राम स्वास्थ्य पोषण एवं स्वच्छता दिवस ______

रेफ़रल संस्था ______ ______ ______ ______ ______

बच्चे का आधार क्रमांक ______

मां का आधार क्रमांक ______

आशा मोबाइल नंबर ______

ए.एन.एम. का मोबाइल नंबर ______

एम्बुलेंस टोल फ्री फोन नंबर ______

लाभार्थी पहचान

एमसीपी कार्ड स्वास्थ्य प्रणाली के सभी बिंदुओं पर उपलब्ध कराया जाना चाहिए। एमसीपी कार्ड प्रत्येक गर्भवती महिला को जारी किया जाना चाहिए जो अपनी गर्भावस्था का पंजीकरण कराती है। प्रसव पूर्व देखभाल (एएनसी) के पहले दौरे के दौरान एएनएम/चिकित्सा अधिकारी को यह कार्ड जारी करना है। यदि कोई महिला पहले तीन महीनों के दौरान अपनी गर्भावस्था को पंजीकृत नहीं कराती है, तो उसके स्वास्थ्य प्रणाली के संपर्क में आने वाले किसी भी बिंदु पर एमसीपी कार्ड जारी किया जाना है।

इस पृष्ठ में माँ और बच्चे का विवरण शामिल है। इस पृष्ठ में संबंधित सेवा प्रदाताओं और सेवाओं के संपर्क विवरण के साथ परिवार की पहचान, गर्भावस्था रिकॉर्ड, जन्म रिकॉर्ड और संस्थागत पहचान शामिल है। यह खंड मां की पहचान करना और विभिन्न योजनाओं के तहत उसे पात्रता देना आसान बनाता है। यह परिवार के लिए एएनएम, सहिया से संपर्क करना भी संभव बनाता है और जन्म की तैयारी के हिस्से के रूप में निकटतम अस्पताल और आपातकालीन सेवाओं के लिए फोन नंबर प्रदान करता है। पृष्ठभूमि अनुभाग यह भी बताता है कि क्या गर्भावस्था उच्च जोखिम की श्रेणी में आती है, जो स्वास्थ्य कर्मियों को अतिरिक्त देखभाल और प्रबंधन की आवश्यकता के बारे में तुरंत सचेत करेगा।

State logo

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय महिला एवं बाल विकास मंत्रालय

मातृ एवं बाल सुरक्षा कार्ड

यहाँ बच्चे की तस्वीर पेस्ट करें

क्या गर्भावस्था हाईरिस्क पर है? हाँ ना

परिवार का परिचय

माँ का नाम ______ आयु ______
पिता का नाम ______
पता ______
माँ का मोबाइल नंबर ______ पिता का मोबाइल नंबर ______
MCTS/RCH आई.डी. (माँ) ______
पी.एम.एम.वी.वाई. लाभ की पात्रता हाँ ☐ ना ☐
बैंक और शाखा का नाम ______
खाता क्रमांक ______ IFSC ______

गर्भावस्था का विवरण

कुल गर्भ/पहले जीवित जन्मे बच्चों की संख्या ______
पिछला प्रसव कहाँ कराया गया ______
अंतिम मासिक चक्र की तिथि ______
प्रसव की सम्भावित तिथि ______
मौजूदा प्रसव कहाँ करायेंगे ______
प्रसव परिणाम जीवित जन्म ☐ मृत शिशु जन्म ☐

जन्म का विवरण

बच्चे का नाम ______
जन्म तिथि ______ जन्म के समय वज़न ______
☐ लड़का ☐ लड़की जन्म पंजीकरण संख्या ______
MCTS/RCH आई.डी. (बच्चा) ______

संस्थान का परिचय

आँगनवाड़ी कार्यकर्ता ______ एल.जी.डी. कोड ______
आँगनवाड़ी नंबर ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
ग्राम ______ वार्ड ______ विकासखंड ______
डाक खाता ______ डाक कोड ______
आशा ______ ए.एन.एम. ______
अस्पताल फोन नंबर ______
उप–स्वास्थ्य केन्द्र/क्लिनिक ______ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र/शहर ______
अस्पताल/प्रथम रेफ़रल केन्द्र ______ जिला ______
उपकेन्द्र पंजीकरण संख्या ______ तिथि ______
स्थाई ग्राम स्वास्थ्य पोषण एवं स्वच्छता दिवस ______

रेफ़रल संस्था ______ ______ ______ ______ ______

बच्चे का आधार क्रमांक ______
मां का आधार क्रमांक ______

आशा मोबाइल नंबर ______
ए.एन.एम. का मोबाइल नंबर ______
एम्बुलेंस टोल फ्री फोन नंबर ______

गर्भावस्था के दौरान नियमित जाँच अनिवार्य है

मूत्र जाँच द्वारा गर्भावस्था परीक्षण

हाँ ☐ नहीं ☐

दिनाँक __/__/____

महीना

पहला	दूसरा	तीसरा	चौथा	पांचवा	छठा	सातवां	आठवां	नौवां

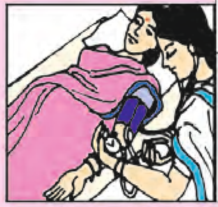
पंजीकरण

पहली तिमाही में स्वास्थ्य केन्द्र में पंजीकरण कराएं।

प्रसवपूर्व जाँच

पंजीकरण के बाद कम से कम तीन बार प्रसव पूर्व जाँच अवश्य करवायें।

रक्तचाप, रक्त, पेशाब



प्रत्येक जाँच के समय रक्तचाप, खून व पेशाब की जाँच कर अवश्य लिखें।

वज़न

प्रत्येक जाँच के समय अपना वज़न अवश्य करवायें। गर्भावस्था में कम से कम 9–11 कि.ग्रा. वज़न बढ़ना चाहिये। गर्भावस्था के अन्तिम 6 महीनों में हर महीने कम से कम एक कि.ग्रा. वज़न अवश्य बढ़ना चाहिए।

टेटनस टाक्सॉयड के टीके

टेटनस टाक्सॉयड के दो टीके लगवाएं। पहला टीका गर्भावस्था की पुष्टि होने पर और दूसरा टीका एक माह के बाद। (तिथि भरें) *टी.टी. की एक खुराक दीजिए यदि पिछले तीन साल में टीका लगाया गया था।

आयरन गोलियां

कम–से–कम 6 महीने (द्वितीय एवं तृतीय त्रैमासिक में) तक प्रतिदिन आयरन एवं फोलिक ऐसिड की एक गोली अवश्य खायें। कुल मिलाकर कम–से–कम 180 गोलियां खाना आवश्यक है। (दी गई गोलियों की मात्रा एवं तिथि भरें)

पहली तिमाही के बाद कम से कम 6 महीने के लिए प्रति दिन कैल्शियम की दो गोलियां लें

पहली तिमाही के बाद टेबलेट एलबैंडाजोल (400 मिलीग्राम) की एक खुराक लें ____/____/________

गर्भावस्था के दौरान देखभाल

- विभिन्न प्रकार के खाद्य पदार्थों का सेवन करें, जिसमें फोर्टिफाइड आटा, तेल शामिल हो।
- अधिक मात्रा में भोजन करें। लगभग सामान्य आहार से एक चौथाई ज्यादा।
- आँगनवाड़ी केन्द्र से मिले पूरक पोषाहार को नियमित रूप से खाएं।
- भोजन खाने के बाद कुल्ला अवश्य करें और दिन में कम से कम दो बार ब्रश/दातून करें।
- दिन में कम से कम 2 घण्टे आराम करें। इसके अलावा रात में 8 घण्टे सोयें।
- केवल आयोडीन युक्त नमक या आयरन एवं आयोडीन युक्त नमक का उपयोग करें।

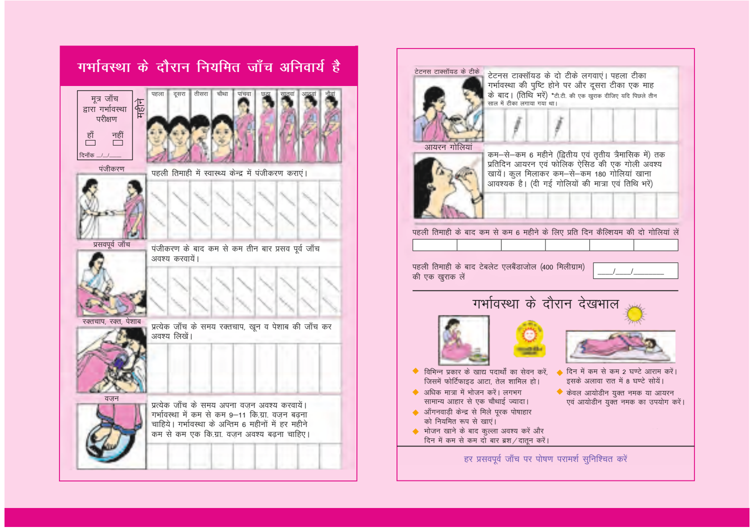
हर प्रसवपूर्व जाँच पर पोषण परामर्श सुनिश्चित करें

गर्भावस्था के दौरान नियमित जांच

इस खंड में गर्भावस्था के दौरान नियमित जांच सम्बंधित जानकारी और उनका रिकॉर्ड रखा जाना है। गर्भावस्था के दौरान नियमित जांच में शामिल हैं:

पहली तिमाही में स्वास्थ्य केंद्र में पंजीकरण कराना।

- पंजीकरण के बाद कम से कम तीन बार प्रसव पूर्व जांच सुनिश्चित करना।
- प्रत्येक जांच के समय रक्तचाप, खून व पेशाब की जांच कर लिखना।
- प्रत्येक जांच के समय अपना वजन करना, गर्भावस्था में कम से कम 9-11 किलो वजन बढ़ना चाहिए। गर्भावस्था के अंतिम 6 महीने में हर महीने कम से कम 1 किलो वजन अवश्य बढ़ना चाहिए।
- टिटनेस के दो टीके लगवाना। पहला टीका गर्भावस्था की पुष्टि होने पर और दूसरा टीका एक माह के बाद। टीकाकरण की तिथि यहाँ भरी जानी है।
- कम से कम 6 महीने प्रतिदिन आयरन एवं फोलिक एसिड की एक गोली अवश्य खानी है।
- पहली तिमाही के बाद कम से कम 6 महीने के लिए प्रतिदिन कैल्शियम की दो गोलियां लें।



प्रसव पूर्व देखभाल

पूर्व गर्भावस्था में प्रसूति संबंधी जटिलता

कृपया सही जवाब पर निशान (✓) लगाएं

क. ए.पी.एच.	☐	ख. एक्लेम्पशिया	☐	ग. पी.आई.एच.	☐
घ. रक्त की कमी	☐	ड. बाधित प्रसव	☐	च. पी.पी.एच.	☐
छ. सिजेरियन ऑपरेशन	☐	ज. जन्मजात दोष	☐	झ. गर्भपात	☐
ञ. अन्य	☐				

पिछला विवरण

कृपया सही जवाब पर निशान (✓) लगाएं

क. तपेदिक	☐	ख. उच्च रक्तचाप	☐	ग. हृदय रोग	☐
घ. मधुमेह	☐	ड. दमा	☐	च. अन्य (उल्लेखित करें)	☐

जाँच

ऊँचाई (से.मी.)	हृदय	फेफड़े	स्तन (दबे हुए निप्पल की जाँच करें)

प्रसव पूर्व जाँच

	1	2	3	4	5 (पीएमएसएमए के तहत)
तिथि					
गर्भ की अवधि (सप्ताह)					
वज़न (कि.ग्रा.)					
नब्ज़ की गति					
रक्तचाप					
एनीमिया					
पैरों में सूजन					
पीलिया					
कोई समस्या					

पेट की जाँच

भ्रूण की लंबाई सप्ताह/से.मी.					
बनावट/गर्भस्थिति					
गर्भस्थ शिशु का हिलना-डुलना	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही
गर्भस्थ शिशु की प्रति मिनट हृदय गति					
पी./वी. यदि किया गया हो					
आवश्यक जाँच					
हीमोग्लोबिन (ग्राम)					
मूत्र जाँच – एल्ब्यूमिन					
मूत्र जाँच – शर्करा (शुगर)					
एच.आई.वी. स्क्रीनिंग					
सिफलिस स्क्रीनिंग					
अल्ट्रासोनोग्राफी (हाँ/नहीं)					
गर्भकालीन मधुमेह जाँच					

रक्त ग्रुप एंव आर॰एच॰ प्रकार ______ तिथि ___/___/___

वैकल्पिक जाँच

1. थायराइड उत्तेजक हार्मोन ______ तिथि ___/___/___
2. **HbsAg** ______ तिथि ___/___/___
3. रक्त शर्करा (शुगर) ______ तिथि ___/___/___
4. अन्य ______ तिथि ___/___/___

गाँव के निर्धारित मासिक ग्राम स्वास्थ्य पोषण एवं स्वच्छता दिवस में शामिल हों

प्रसव पूर्व देखभाल

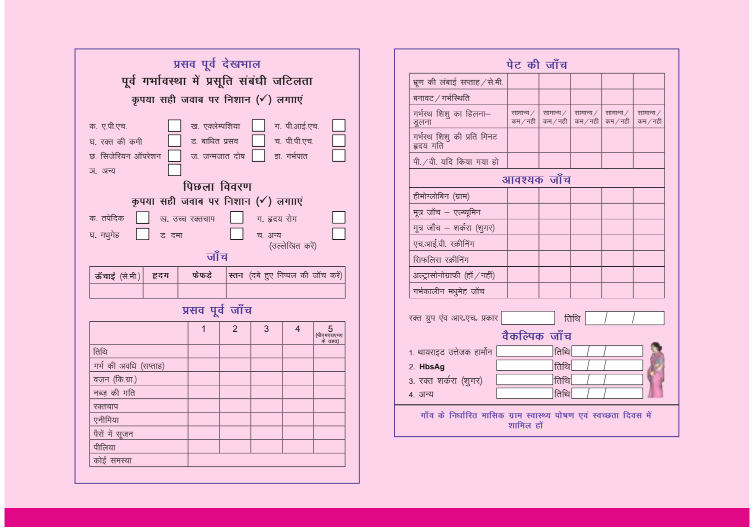
इस अनुभाग में ए.एन.एम द्वारा गर्भावस्था का रिकॉर्ड रखा जाना है। इस भाग में निम्नलिखित वर्णन शामिल हैं:

यदि माँ को पिछली गर्भावस्थाओं में कोई जटिलता रही हो, साथ ही उसके पिछले चिकित्सा इतिहास का रिकॉर्ड।

प्रसवपूर्व मुलाकातों में अब 5 वां दौरा शामिल है, जिसमें डॉक्टर द्वारा गर्भवती महिला की जांच दूसरी या तीसरी तिमाही में कम से कम एक बार की जानी है।

जांच में शामिल हैं:

- सामन्य जाँच जैसे ऊंचाई, हृदय, स्तन, फेफड़े।
- प्रसव पूर्व जांच
- पेट की जांच
- आवश्यक जांच
- वैकल्पिक जांच



प्रसव पूर्व देखभाल

पूर्व गर्भावस्था में प्रसूति संबंधी जटिलता

कृपया सही जवाब पर निशान (✓) लगाएं

क. ए.पी.एच. ☐ ख. एक्लेम्पशिया ☐ ग. पी.आई.एच. ☐
घ. रक्त की कमी ☐ ड. बाधित प्रसव ☐ च. पी.पी.एच. ☐
छ. सिजेरियन ऑपरेशन ☐ ज. जन्मजात दोष ☐ झ. गर्भपात ☐
ञ. अन्य ☐

पिछला विवरण

कृपया सही जवाब पर निशान (✓) लगाएं

क. तपेदिक ☐ ख. उच्च रक्तचाप ☐ ग. हृदय रोग ☐
घ. मधुमेह ☐ ड. दमा ☐ च. अन्य (उल्लेखित करें) ☐

जाँच

ऊँचाई (से.मी.)	हृदय	फेफड़े	स्तन (दबे हुए निप्पल की जाँच करें)

प्रसव पूर्व जाँच

	1	2	3	4	5 (पीएमएसएमए के तहत)
तिथि					
गर्भ की अवधि (सप्ताह)					
वज़न (कि.ग्रा.)					
नब्ज़ की गति					
रक्तचाप					
एनीमिया					
पैरों में सूजन					
पीलिया					
कोई समस्या					

पेट की जाँच

भ्रूण की लंबाई सप्ताह/से.मी.					
बनावट/गर्भस्थिति					
गर्भस्थ शिशु का हिलना-डुलना	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही	सामान्य/कम/नही
गर्भस्थ शिशु की प्रति मिनट हृदय गति					
पी./वी. यदि किया गया हो					
आवश्यक जाँच					
हीमोग्लोबिन (ग्राम)					
मूत्र जाँच – एल्ब्यूमिन					
मूत्र जाँच – शर्करा (शुगर)					
एच.आई.वी. स्क्रीनिंग					
सिफलिस स्क्रीनिंग					
अल्ट्रासोनोग्राफी (हाँ/नहीं)					
गर्भकालीन मधुमेह जाँच					

रक्त ग्रुप एंव आर॰एच॰ प्रकार ______ तिथि __/__/__

वैकल्पिक जाँच

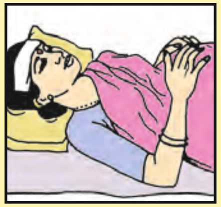
1. थायराइड उत्तेजक हार्मोन ______ तिथि __/__/__
2. **HbsAg** ______ तिथि __/__/__
3. रक्त शर्करा (शुगर) ______ तिथि __/__/__
4. अन्य ______ तिथि __/__/__

गाँव के निर्धारित मासिक ग्राम स्वास्थ्य पोषण एवं स्वच्छता दिवस में शामिल हों

यदि आपको अथवा आपके परिवार में किसी अन्य व्यक्ति को खतरे के ये लक्षण दिखाई दें तो गर्भवती महिला को तुरन्त अस्पताल ले जायें

गर्भावस्था के दौरान रक्तस्राव, प्रसव के दौरान अथवा प्रसव के पश्चात् अत्यधिक रक्तस्राव

साँस लेने में कठिनाई के साथ या उसके बिना शरीर में रक्त की गम्भीर कमी



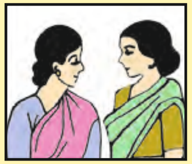
गर्भावस्था अथवा प्रसव के एक महीने के भीतर तेज बुखार

दौरे पड़ना, धुंधला दिखाई देना, सिरदर्द, उल्टी, पूरे शरीर में सूजन

12 घण्टे से अधिक समय तक प्रसव पीड़ा/बच्चे का कम घूमना

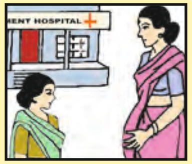
प्रसव पीड़ा के बिना ही पानी की थैली फट जाना/समय पूर्व पानी की थैली का फटना (<37 सप्ताह पूर्व)

संस्थागत प्रसव सुनिश्चित करें



आशा/ए.एन.एम./ आँगनवाड़ी कार्यकर्ती से संपर्क करें

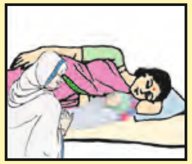
जननी सुरक्षा योजना (जे.एस.वाई.) के अंतर्गत पंजीकरण कराएं/पी.एम.एम.वी.वाई. के अंतर्गत पंजीकरण कराएं (यदि पात्रता)



जे.एस.वाई. के अंतर्गत लाभ उठाएं

अस्पताल पहले से तय करें

परिवहन की व्यवस्था पहले से करें



प्रसव के बाद अस्पताल में 48 घंटे रहना सुनिश्चित करें

घर में प्रसव की स्थिति के लिए तैयारी

सुरक्षित प्रसव हेतु प्रसव स्वास्थ्य संस्थान पर कुशल प्रसव परिचारिका से ही करवायें।

ए.एन.एम. द्वारा सुरक्षित प्रसव सुनिश्चित करें

- ✓स्वच्छ हाथ
- ✓स्वच्छ जगह और स्वच्छ वातावरण
- ✓स्वच्छ ब्लेड
- ✓स्वच्छ नाभिनाल
- ✓नाल बांधने के लिए स्वच्छ धागा
- ✓नवजात शिशु के लिये स्वच्छ वस्त्र
- ✓स्वच्छ मूलाधार

पारिवारिक देखभाल और सहायता सुनिश्चय करें

आपात स्थिति में

अस्पताल के लिए परिवहन की व्यवस्था करें

प्रसव के बाद

जन्म के एक घंटे के अन्दर स्तनपान शुरू करवायें

परिवार कल्याण संबंधी परामर्श

जन्म के तुरन्त बाद स्तनपान शुरू कराने से माँ को छः माह तक शिशु को केवल स्तनपान करवाने में सहायता होती है।

आपातकालीन देखभाल और प्रसव के लिए तैयारी

एमसीपी कार्ड के इस भाग का उपयोग स्वास्थ्यकर्मी द्वारा महिलाओं और उनके परिवार को आपातकालीन देखभाल और प्रसव के लिए तैयारी सम्बन्धी सलाह देने के लिए किया जाना है। परिवारों को यह सुनिश्चित करना होगा कि प्रसव स्वास्थ्य केंद्र में हो अथवा अपरिहार्य परिस्थितियों में, यदि प्रसव घर पर होता है तो प्रसव केवल एक कुशल जन्म परिचारक द्वारा संचालित किया जाना चाहिए।

आपातकालीन देखभालः ANM/सहिया/आंगनवाड़ी को समझाना है की यदि आपको या आपके परिवार में किसी को भी इनमें से कोई भी खतरे के संकेत दिखाई देते हैं, तो महिला को तुरंत नजदीकी अस्पताल ले जाएं।

खतरे के संकेतः

- गर्भावस्था के दौरान रक्तस्राव, प्रसव के दौरान अथवा प्रसव के पश्चात् अत्यधिक रक्तस्राव।
- सांस लेने में कठिनाई के साथ या उसके बिना शरीर में रक्त की गंभीर कमी।
- गर्भावस्था अथवा प्रसव के एक महीने के भीतर तेज बुखार।
- दौरे पड़ना, धुंधला दिखाई देना, सिरदर्द, उल्टी, पूरे शरीर में सूजन।
- 12 घंटे से अधिक समय तक प्रसव पीड़ा, बच्चे का कम घूमना।
- प्रसव पीड़ा के बिना ही पानी की थैली फुट जाना/समय पूर्व पानी की थैली का फूटना।

प्रसव के बाद देखभाल

प्रसव की तिथि | | | | | | | | |

प्रसव का स्थान

संस्था सामान्य प्रसव ☐ असिस्टेड डिलीवरी ☐ सिजेरियन ☐

घर एस.बी.ए. ☐ अन्य ☐

समय पर प्रसव/समयपूर्व प्रसव/गर्भपात ____________

अगर प्रसव संस्थान में हुआ तो उसके बाद माँ कितने दिन वहाँ रही ____________

कोई जटिलता, अगर हो (स्पष्ट करें) ____________

शिशु का लिंग | लड़का | लड़की | *शिशु का वजन ☐ (कि. ग्राम) ☐☐☐ (ग्राम)

शिशु जन्म के तुरन्त बाद रोया | हाँ | नहीं |

जन्म के एक घंटे के अंदर सिर्फ स्तनपान शुरू किया | हाँ | नहीं |

इंजेक्शन विटामिन– K | हाँ | नहीं |

प्रसव के पश्चात् 6 माह तक प्रत्येक दिन आयरन की एक गोली का सेवन करें।
प्रसव पश्चात् 6 माह तक प्रतिदिन कैल्शियम की 2 गोलियों का सेवन करें।

प्रसव पश्चात् माता की जाँच

	1 दिन	3 दिन	7 दिन	6 हफ्ता
कोई जटिलता				
एनीमिया				
नब्ज़ की गति				
रक्तचाप				
तापमान				
स्तन (नरम/सख्त)				
निप्पल (फटे हुए/सामान्य)				
गर्भाशय में पीड़ा (हाँ/ना)				
पी/वी रक्तस्राव (अत्यधिक/सामान्य)				
लोकिया (स्वस्थ/बदबूदार गंध)				
ऐपीजियोटमी/टियर (स्वस्थ/संक्रमित)				
परिवार कल्याण परामर्श (हाँ/ना)				
कोई अन्य परेशानी और रेफर करना (हाँ/ना)				

शिशु का वज़न 2 किलोग्राम से कम होने पर ए.एन.एम. से स्तनपान एवं कंगारू मदर केयर सम्बंधी सहायता के लिए संपर्क करें।

प्रसव पश्चात् शिशु की देखभाल

	1 दिन	3 दिन	7 दिन	6 हफ्ता
वज़न				
मूत्र विसर्जन				
मल विसर्जन				
दस्त				
उल्टी				
दौरे पड़ना				
गतिविधि (अच्छी/सुस्त)				
स्तनपान (सामान्य/परेशानी)				
साँस गति – (प्रति मिनट दर)				
छाती का धंसना (मौजूद/नहीं)				
तापमान				
पीलिया				
नाभि नाल की स्थिति				

*शिशु का जन्म वजन 2.5 किलोग्राम से कम होने पर 3 अतिरिक्त गृह भेंट करें।

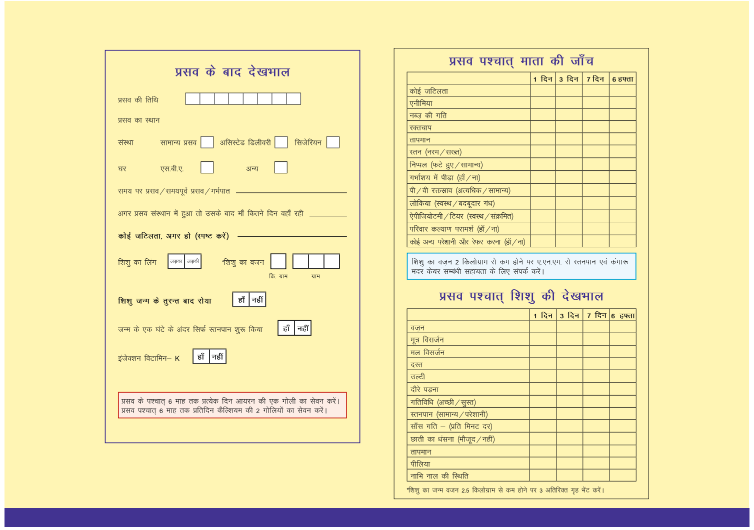
प्रसव के बाद देखभाल (माँ और नवजात शिशु)

प्रसव के बाद के पहले 42 दिन (6 सप्ताह) प्रसवोत्तर अवधि के रूप में जाने जाते हैं। लेकिन, प्रसव के बाद के पहले 48 घंटे, और उसके बाद पहला सप्ताह माँ और नवजात शिशु के स्वास्थ्य और अस्तित्व के लिए सबसे महत्वपूर्ण होते हैं। डेटा से पता चलता है प्रसवोत्तर अवधि में मातृ मृत्यु का एक बड़ा हिस्सा प्रसवोत्तर रक्तस्राव, सेप्सिस और अन्य जटिलताओं के कारण मातृ मृत्यु होता है। इस खंड में प्रसवोत्तर माँ और बच्चे की देखभाल सम्बंधित रिकॉर्ड रखा जाना है जिसमें शामिल हैं:

प्रसव पश्चात् माता की जांच (1 दिन, 3 दिन, 7 दिन और 6 सप्ताह)

प्रसव पश्चात् शिशु की देखभाल (1 दिन, 3 दिन, 7 दिन और 6 सप्ताह)

एएनएम को प्रसवोत्तर सहिया/आंगनवाड़ी कार्यकर्ता की मदद लेके घर का दौरा करना सुनिश्चित करना है जिसके दौरान इस खंड में जानकारी भरी जानी है।



प्रसव के बाद देखभाल

प्रसव की तिथि

प्रसव का स्थान

संस्था — सामान्य प्रसव ☐ असिस्टेड डिलीवरी ☐ सिजेरियन ☐

घर — एस.बी.ए. ☐ अन्य ☐

समय पर प्रसव/समयपूर्व प्रसव/गर्भपात ______

अगर प्रसव संस्थान में हुआ तो उसके बाद माँ कितने दिन वहाँ रही ______

कोई जटिलता, अगर हो (स्पष्ट करें) ______

शिशु का लिंग — लड़का / लड़की   *शिशु का वजन — क्रि. ग्राम / ग्राम

शिशु जन्म के तुरन्त बाद रोया — हाँ / नहीं

जन्म के एक घंटे के अंदर सिर्फ स्तनपान शुरू किया — हाँ / नहीं

इंजेक्शन विटामिन– K — हाँ / नहीं

प्रसव के पश्चात् 6 माह तक प्रत्येक दिन आयरन की एक गोली का सेवन करें।
प्रसव पश्चात् 6 माह तक प्रतिदिन कैल्शियम की 2 गोलियों का सेवन करें।

प्रसव पश्चात् माता की जाँच

	1 दिन	3 दिन	7 दिन	6 हफ्ता
कोई जटिलता				
एनीमिया				
नब्ज़ की गति				
रक्तचाप				
तापमान				
स्तन (नरम/सख्त)				
निप्पल (फटे हुए/सामान्य)				
गर्भाशय में पीड़ा (हाँ/ना)				
पी/वी रक्तस्राव (अत्यधिक/सामान्य)				
लोकिया (स्वस्थ/बदबूदार गंध)				
ऐपीजियोटमी/टियर (स्वस्थ/संक्रमित)				
परिवार कल्याण परामर्श (हाँ/ना)				
कोई अन्य परेशानी और रेफर करना (हाँ/ना)				

शिशु का वज़न 2 किलोग्राम से कम होने पर ए.एन.एम. से स्तनपान एवं कंगारू मदर केयर सम्बंधी सहायता के लिए संपर्क करें।

प्रसव पश्चात् शिशु की देखभाल

	1 दिन	3 दिन	7 दिन	6 हफ्ता
वज़न				
मूत्र विसर्जन				
मल विसर्जन				
दस्त				
उल्टी				
दौरे पड़ना				
गतिविधि (अच्छी/सुस्त)				
स्तनपान (सामान्य/परेशानी)				
साँस गति – (प्रति मिनट दर)				
छाती का धंसना (मौजूद/नहीं)				
तापमान				
पीलिया				
नाभि नाल की स्थिति				

*शिशु का जन्म वजन 2.5 किलोग्राम से कम होने पर 3 अतिरिक्त गृह भेंट करें।

नवजात शिशु की देखभाल

कृपया याद रखें:

- शिशु को गर्म रखें।
- जन्म के 1 घंटे के भीतर स्तनपान शुरू करें।
- शिशु को केवल माँ का दूध ही पिलाएं।
- पहले 48 घंटे तक शिशु को स्नान न कराएं।
- नाल को सूखा रखें।
- शिशु को बीमार लोगों से दूर रखें।
- यदि वज़न 2.5 किलोग्राम से कम है तो उसकी विशेष देखभाल करें।

⊘ खतरे का संकेत:

स्वास्थ्य कर्मचारी से तुरन्त संपर्क करें यदि शिशु

- माँ का दूध ना पी पाना।
- दौरे पड़ना/ऐंठन।
- सांस की गति 60 प्रति मिनट से ज्यादा।
- सांस लेते समय छाती का धंसना।
- काँख–बगल का तापमान 37.5° सेल्सीयस या उससे ज्यादा (छूने पर गरम लगना)।
- काँख–बगल का तापमान 35.5° सेल्सीयस या उससे कम (छूने पर ठंडा लगना)।
- केवल उकसाने पर ही हलचल करना या हलचल बिल्कुल ना करना।

6 सप्ताह पश्चात् बच्चे की गृहभेंट पर जाँच (✓ चिन्हित करें)

आशा उम्र अनुसार जाँच करें		3 माह	6 माह	9 माह	12 माह	15 माह
क्या बच्चा बीमार है?						
स्तनपान जारी है						
ऊपरी आहार दिया जा रहा है।	2–3 चम्मच खाना एक साथ में, 2–3 बार प्रतिदिन, 1–2 बार नाश्ता	×				
	½ कप खाना एक साथ में, 2–3 बार प्रतिदिन, 1–2 बार नाश्ता	×				
	¾ से 1 कप खाना एक साथ में, 3–4 बार प्रतिदिन, 1–2 बार नाश्ता	×				
आँगनवाड़ी कार्यकर्ता द्वारा वज़न						
विकास वृद्धि की जाँच						
टीकाकरण स्थिति की जाँच						
खसरा टीका लगाया गया		×	×			
विटामिन A दिया गया		×	×		×	
ओ.आर.एस. घर पर है						
आयरन फोलिक ऐसिड सिरप घर पर है						
आशा उम्र अनुसार सेवाएँ प्रदान करे		**3 माह**	**6 माह**	**9 माह**	**12 माह**	**15 माह**
केवल स्तनपान की सलाह				×	×	×
ऊपरी आहार की सलाह		×				
हाथ धोने की सलाह						
बच्चे के लालन पालन की सलाह						
परिवार नियोजन की सलाह						
ओ.आर.एस. दिया गया						
आयरन फोलिक ऐसिड सिरप दिया गया		×				

नवजात शिशु की देखभाल

हमारे देश में प्रतिवर्ष बहुत सी रोकी जा सकने वाली नवजात मौतें होती हैं। हालांकि, घर पर उचित देखभाल और पोषण, संस्थागत प्रसव सुनिश्चित करने से इनमें से अधिकांश को रोका जा सकता है। इस खंड का इस्तेमाल करके एएनएम, सहिया और आंगनवाड़ी कार्यकर्ता परिवारों को नवजात शिशु की घर पे देखभाल और ससमय उपयुक्त रेफरल सम्बन्धी जानकारी देंगी। इस खंड में नवजात शिशु की देखभाल में ध्यान देने और याद रखने वाली बातों का विवरण है और साथ में खतरे के संकेत भी बताएं गए हैं।

इसके पश्चात् इस खंड में सहिया द्वारा की गयी गृहभेट में रिकॉर्ड करने वाली बातों का विवरण भी है। सहिया द्वारा प्रसव के पश्चात् बच्चे के 3 महीने, 6 महीने, 9 महीने, 12 महीने और 15 महीने पूरे होने पर गृहभेंट किया जाना है जिसमें इस खंड में लिखित जानकारी उनके द्वारा रिकॉर्ड की जानी है। गृहभेंट में सहिया द्वारा माँ की काउंसलिंग भी की जाती है जिसमें वे केवल स्तनपान की सलाह, ऊपरी आहार की सलाह, हाथ धोने की सलाह, परिवार नियोजन की सलाह इत्यादि देती हैं।

नवजात शिशु की देखभाल

कृपया याद रखें:

- शिशु को गर्म रखें।
- जन्म के 1 घंटे के भीतर स्तनपान शुरू करें।
- शिशु को केवल माँ का दूध ही पिलाएं।
- पहले 48 घंटे तक शिशु को स्नान न कराएं।
- नाल को सूखा रखें।
- शिशु को बीमार लोगों से दूर रखें।
- यदि वज़न 2.5 किलोग्राम से कम है तो उसकी विशेष देखभाल करें।

खतरे का संकेत:

स्वास्थ्य कर्मचारी से तुरन्त संपर्क करें यदि शिशु

- माँ का दूध ना पी पाना।
- दौरे पड़ना/ऐंठन।
- सांस की गति 60 प्रति मिनट से ज्यादा।
- सांस लेते समय छाती का धंसना।
- काँख–बगल का तापमान 37.5° सेल्सीयस या उससे ज्यादा (छूने पर गरम लगना)।
- काँख–बगल का तापमान 35.5° सेल्सीयस या उससे कम (छूने पर ठंडा लगना)।
- केवल उकसाने पर ही हलचल करना या हलचल बिल्कुल ना करना।

6 सप्ताह पश्चात् बच्चे की गृहभेंट पर जाँच (✓ चिन्हित करें)

आशा उम्र अनुसार जाँच करें		3 माह	6 माह	9 माह	12 माह	15 माह
क्या बच्चा बीमार है?						
स्तनपान जारी है						
ऊपरी आहार दिया जा रहा है।	2–3 चम्मच खाना एक साथ में, 2–3 बार प्रतिदिन, 1–2 बार नाश्ता	×				
	½ कप खाना एक साथ में, 2–3 बार प्रतिदिन, 1–2 बार नाश्ता	×				
	¾ से 1 कप खाना एक साथ में, 3–4 बार प्रतिदिन, 1–2 बार नाश्ता	×				
आँगनवाड़ी कार्यकर्ता द्वारा वज़न						
विकास वृद्धि की जाँच						
टीकाकरण स्थिति की जाँच						
खसरा टीका लगाया गया		×	×			
विटामिन A दिया गया		×	×		×	
ओ.आर.एस. घर पर है						
आयरन फोलिक ऐसिड सिरप घर पर है						
आशा उम्र अनुसार सेवाएँ प्रदान करे		**3 माह**	**6 माह**	**9 माह**	**12 माह**	**15 माह**
केवल स्तनपान की सलाह				×	×	×
ऊपरी आहार की सलाह		×				
हाथ धोने की सलाह						
बच्चे के लालन पालन की सलाह						
परिवार नियोजन की सलाह						
ओ.आर.एस. दिया गया						
आयरन फोलिक ऐसिड सिरप दिया गया		×				

दस्त की रोकथाम

खाना पकाने एवं खिलाने से पहले, शौच के बाद, बच्चे का मल साफ़ करने के बाद अपने दोनो हाथ साबुन से धोये।

सुनिश्चित करें की पीने का पानी साफ़ हो और उसे साफ़ ढके हुए बर्तन में रखें।

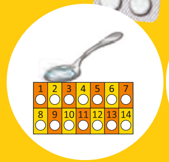
सुनिश्चित करें कि बच्चे का वातावरण स्वच्छ रहे और बच्चों के हाथ अक्सर धोये।

हमेशा शौचालय का प्रयोग करें, खुले में शौच ना करें। बच्चे के मल का सुरक्षित निपटारा करें।

दस्त का इलाज

ओ.आर.एस. का पैकेट 1 लीटर पीने के साफ पानी में अच्छी तरह घोलें

दस्त शुरू होते ही और हर दस्त के बाद ओ.आर.एस. का घोल पिलायें



ज़िंक की गोली 1 चम्मच पीने के पानी या माँ के दूध में घोल कर 14 दिनों तक पिलायें

दस्त के दौरान एवं दस्त के बाद बच्चे को माँ का दूध और ऊपरी आहार देना जारी रखें

निमोनिया की रोकथाम के लिए

सर्दियों में बच्चे को ऊनी कपड़े पहनायें और जमीन पर नंगे पाँव ना चलने दें।

नवजात के शरीर को कभी खुला ना छोड़े।

एलपीजी गैस स्टोव पर खाना पकाएं। घर में धुआँ नहीं भरने दें।

निमोनिया के लक्षण

खांसी का बढ़ना

तेज़ी से सांस लेना

सांस लेते समय छाती का धंसना

बुखार आना

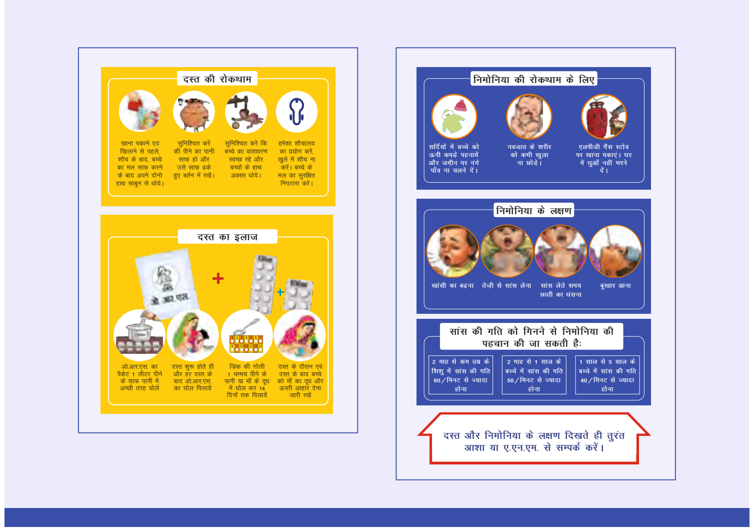
सांस की गति को गिनने से निमोनिया की पहचान की जा सकती है:

2 माह से कम उम्र के शिशु में सांस की गति 60/मिनट से ज्यादा होना	2 माह से 1 साल के बच्चे में सांस की गति 50/मिनट से ज्यादा होना	1 साल से 5 साल के बच्चे में सांस की गति 40/मिनट से ज्यादा होना

दस्त और निमोनिया के लक्षण दिखते ही तुरंत आशा या ए.एन.एम. से सम्पर्क करें।

निमोनिया और दस्त

भारत में सालाना पांच वर्ष से कम उम्र के बच्चों की निमोनिया और डायरिया के कारण मौतें होती हैं। बीमारी के बोझ के महत्व को देखते हुए एमसीपी कार्ड में इन दो रोगों पर एक अलग खंड शामिल है। इस खंड में दी गयी जानकारी माता–पिता और देखभाल करने वालों को इन बिमारियों की पहचान, रोकथाम और इलाज करने में मदद करेगा। इस खंड का प्रयोग करके स्वास्थ्यकर्मी दस्त की रोकथाम, दस्त का इलाज, निमोनिया की रोकथाम, निमोनिया के लक्षण सम्बंधित जागरूकता पैदा करेंगे। माता–पिता खुद भी इसमें दी गयी जानकारी पढ़ सकते हैं।



शिशु को स्तनपान कराना, उसके साथ खेलना तथा बात करना उसके विकास में सहायक होता है तथा उसके शारिरिक तथा बौद्धिक क्षमताओं का विकास करता है।

जन्म से 6 माह तक केवल स्तनपान

जन्म के समय आपके शिशु का पाचन तंत्र पूरी तरह से विकसित नहीं होता इसलिये वह केवल माँ का दूध ही पचा सकता है। कभी–कभी बच्चा इसलिये रोता है क्योंकि उसे आपकी गोदी की गरमाहट की आवश्यकता होती है। अपने नवजात शिशु को अपने शरीर से चिपकाकर रखें।

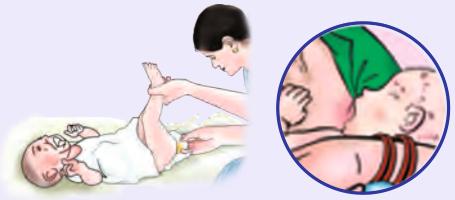
अपना दूध पिलाते समय बच्चे की ओर देखकर मुस्करायें, उससे बात करें। ध्यान दें कि उसे दूध पिलाते समय उसे न झुलाएं।

जन्म के तुरंत बाद (एक घंटे के अंदर) अपने बच्चे को अपना दूध पिलायें। ऐसा करने से आपका बच्चा आपका दूध पी पायेगा और उसका आपसे लगाव भी बढ़ेगा।

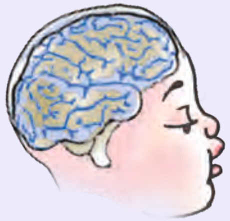
माँ का पहला गाढ़ा–पीला दूध बच्चे को रोगों से लड़ने की ताकत प्रदान करता है।

दिन हो या रात, बच्चे को उसकी आवश्यकता अनुसार अपना दूध पिलायें। बार–बार दूध पिलाने से माँ के दूध की मात्रा बढ़ती है।

माँ के दूध में पानी व पौषक तत्वों की मात्रा पूरी होती है, इसलिये पहले छः महीने में केवल माँ का दूध ही दें। उसे खाने और पीने के लिये कोई अन्य पदार्थ न दें। (पानी या शहद/घुट्टी भी नहीं)



बीमारी के दौरान अपने छः माह से छोटे बच्चे को केवल अपना दूध ही पिलायें, यदि आपका बच्चा छः महीने से बड़ा है तो उसे माँ के दूध के साथ–साथ अन्य खाद्य और तरल पदार्थ थोड़ी–थोड़ी मात्रा में अधिक बार दें।



माँ का दूध बच्चे के मस्तिष्क के विकास में अत्यन्त आवश्यक है।

स्तनपान संबंधी समस्या के लिये आँगनवाडी कार्यकर्ती, आशा तथा ए.एन.एम. दीदी से सलाह लें।

प्रारंभिक बचपन का विकास

ईसीडी में लड़की या लड़के के जन्म से लेकर 3 वर्ष की आयु तक शारीरिक, भाषाई, संज्ञानात्मक, संवेदी, सामाजिक और भावनात्मक विकास शामिल हैं। एमसीपी कार्ड के इस खंड में नवजात शिशु के आयु उपयुक्त मील के पत्थर और पालन–पोषण युक्तियों पर जानकारी दी गयी है। इस खंड में दी गयी जानकारी इस प्रकार से है–

खंड क) पोषण और आहार पद्धतियां

खंड बी) प्रारंभिक बाल विकास, में विभाजित:

– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस

– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान

खंड क) पोषण और आहार पद्धतियां

जन्म से लेकर 6 माह तक – बच्चे को केवल स्तनपान कराएं।

6 माह से 2 वर्ष – स्तनपान के साथ पूरक आहार। स्तनपान कम से कम दो साल तक जारी रखें।

6 माह पूरे होने पर अच्छी तरह से मसला हुआ खाना बच्चे को दें।

स्तनपान की प्रारंभिक शुरुआत पर परिवार के सदस्यों को परामर्श देते समय उपयोग किए जाने वाले मुख्य संदेश:

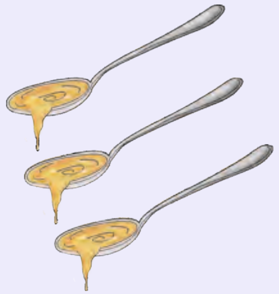
- माँ के साथ त्वचा से त्वचा का जल्दी संपर्क बच्चे को गर्माहट देता है।
- माँ और बच्चे के बंधन में मदद करता है।
- स्तन के दूध उत्पादन को उत्तेजित करता है।
- अनुसंधान से पता चलता है कि जब माताएँ जल्दी स्तनपान नहीं कराती हैं, तो उनके बच्चे चौथे से पांचवे दिन तक सामान्य आहार पैटर्न विकसित नहीं कर पाते है। इसका कारण है की पहली छमाही में सक्लिंग रिफ्लेक्स सबसे मजबूत होता है। एक घंटा और उसके बाद, यह फीका पड़ जाता है।
- इसके अलावा, माँ को भी लाभ होता है– गर्भ को सिकुड़ने में मदद करता है और प्लेसेंटा आसानी से निष्कासित हो जाता है और प्रसव के बाद अत्यधिक रक्तस्राव होने के जोखिम को कम करता है।

बच्चे से बात करें, उसे देखकर मुस्करायें व उसे खाने के लिये धैर्य से प्रोत्साहित करें।

6 माह से 2 वर्ष तक

स्तनपान कम से कम दो साल तक जारी रखें। 6 माह पूरा होने पर अच्छी तरह से मसला हुआ खाना भी दें।

6 माह



- स्तनपान जारी रखें।
- 6 माह पूरा हो जाने पर 2–3 चम्मच अच्छी तरह से मसला हुआ खाना दिन में 2–3 बार दें।
- शुरूवात में एक–एक खाद्य पदार्थ शामिल करें जैसे कि मसला हुआ फल, अनाज या दालें।
- धीरे–धीरे खाने की मात्रा बढ़ायें।
- बच्चे को आयरन सिरप दें ताकि उसे एनिमिया से बचाया जा सके और उसका शारीरिक और मानसिक विकास पूरी तरह से हो सके।

6 से 9 माह तक

- स्तनपान जारी रखें।
- खाने का गाढ़ापन बढ़ाये और बच्चे को दिन में 3–4 बार खाने को दें।
- दिन में 2–3 बार खाने को दें और 1–2 बार नाश्ता दें।
- भोजन की मात्रा एवं विविधता बढ़ायें
- एक बार में एक नये खाने की शुरूआत करें जैसे कि खिचड़ी, दलिया इत्यादि।
- बच्चे के खाने में कम से कम चार तरह के खाद्य पदार्थो का प्रयोग करें, उदाहरण के लिये:
  1. अनाज
  2. हरे पत्तेदार सब्जियाँ व फल
  3. घी, तेल व तिलहन
  4. मसली हुई दाल/अण्डा (पूरी तरह उबला हुआ)/मछली इत्यादि
- आयरन का सिरप दें ताकि उसे एनिमिया से बचाया जा सके व उसका शारीरिक व मानसिक विकास पूरी तरह से हो सके।

9 से 12 माह तक

- स्तनपान जारी रखें।
- नौ महीने पूरा होने पर कम से कम आधा कटोरी खाना दें जिसे चबाने की आवश्यकता पड़े।
- बारह महीने का होने पर परिवार के लिए बने भोजन से 3/4 से 1 कटोरी खाना, दिन में तीन से चार बार दें। इसके साथ–साथ दिन में 1–2 बार नाश्ता भी दें।
- बच्चे को बारीक/महीन कटा या नरम पका हुआ खाना दें। उसे अपने आप खाने दें चाहे वह उसके साथ खेलते हुए खाए।
- आँखों की रोशनी तेज करने के लिए विटामिन–ए का घोल पिलायें।
- बच्चे को आयरन का सिरप दें ताकि उसे एनिमिया से बचाया जा सके व उसका शारीरिक व मानसिक विकास पूरी तरह से हो सके।

सामान्य सलाह–

- खाना बनाने व खाना खिलाने से पहले हाथ साबुन से धोयें।
- यदि अण्डा खिलाया जा रहा है तो सुनिश्चित करें की अण्डा अच्छी तरह से उबला हुआ हो।
- सब्जियॉं और फलों को अच्छी तरह से धो कर ही प्रयोग करें।
- खाना अच्छी तरह से पकायें, साफ पानी का ही प्रयोग करें। बचे हुये खाने को दोबारा प्रयोग न करें फेंक दे।
- केवल आयोडीन–युक्त नमक का ही प्रयोग करें। आयोडीन बच्चे के मस्तिष्क के विकास के लिये आवश्यक पोषक तत्व है।
- बच्चे को आयरन का सिरप दें ताकि उसे एनिमिया से बचाया जा सके व उसका शारीरिक व मानसिक विकास पूरी तरह से हो सके।

प्रारंभिक बचपन का विकास

ईसीडी में लड़की या लड़के के जन्म से लेकर 3 वर्ष की आयु तक शारीरिक, भाषाई, संज्ञानात्मक, संवेदी, सामाजिक और भावनात्मक विकास शामिल हैं। एमसीपी कार्ड के इस खंड में नवजात शिशु के आयु उपयुक्त मील के पत्थर और पालन–पोषण युक्तियों पर जानकारी दी गयी है। इस खंड में दी गयी जानकारी इस प्रकार से है

खंड क) पोषण और आहार पद्धतियां

खंड बी) प्रारंभिक बाल विकास, में विभाजित:

– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस

– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान

खंड क) पोषण और आहार पद्धतियां

जन्म से लेकर 6 माह तक – बच्चे को केवल स्तनपान कराएं।

6 माह से 2 वर्ष – स्तनपान के साथ पूरक आहार। स्तनपान कम से कम दो साल तक जारी रखें।

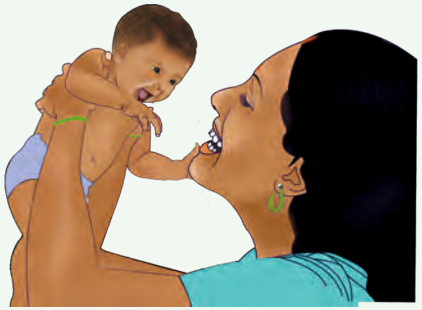
6 माह पूरे होने पर अच्छी तरह से मसला हुआ खाना बच्चे को दें।

स्तनपान की प्रारंभिक शुरुआत पर परिवार के सदस्यों को परामर्श देते समय उपयोग किए जाने वाले मुख्य संदेश:

- माँ के साथ त्वचा से त्वचा का जल्दी संपर्क बच्चे को गर्माहट देता है।
- माँ और बच्चे के बंधन में मदद करता है।
- स्तन के दूध उत्पादन को उत्तेजित करता है।
- अनुसंधान से पता चलता है कि जब माताएँ जल्दी स्तनपान नहीं कराती हैं, तो उनके बच्चे चौथे से पांचवे दिन तक सामान्य आहार पैटर्न विकसित नहीं कर पाते है। इसका कारण है की पहली छमाही में सक्लिंग रिफ्लेक्स सबसे मजबूत होता है। एक घंटा और उसके बाद, यह फीका पड़ जाता है।
- इसके अलावा, माँ को भी लाभ होता है– गर्भ को सिकुड़ने में मदद करता है और प्लेसेंटा आसानी से निष्कासित हो जाता है और प्रसव के बाद अत्यधिक रक्तस्राव होने के जोखिम को कम करता है।

अधिकतर शिशु क्या करते हैं (माता–पिता ✓का निशान लगाएं)	लालन – पालन की सलाह

2 से 3 माह तक



☐ मॉ के चेहरे को पहचानने की शुरूआत

☐ परिचित को देखकर मुस्कुराना

☐ आँख से आँख मिलाना

☐ पेट के बल लेटने पर सिर को उठाना

☐ जब उत्तेजित हो तब दोनों हाथ एवं पैर हिलाना।

☐ हाथों को खुला एवं ढीला रखना।

☐ आशा/आँगनवाड़ी कार्यकर्ता कृपया बच्चों की उम्र के अनुसार जाँच के बाद कार्ड में ☑ या ☒ का निशान लगायें।

❖ कोमल हाथों से शिशु की मालिश करें तथा हाथों और पैरों की कसरत करवायें।

❖ प्रतिदिन कुछ समय के लिये शिशु को पेट के बल लेटने के लिये प्रोत्साहित करें।

❖ रोज शिशु को गले से लगायें एवं उसके साथ खेलें। गले लगाने या रोने पर लाड–प्यार देने से शिशु बिगड़ते नहीं हैं।

❖ अपनी मातृ भाषा में शिशु से रोज बात करें।

❖ बच्चे से एक फुट की ऊँचाई पर रंग–बिरंगे खिलौने लटकाएँ ताकि बच्चा उसे देखे और ध्यान केन्द्रित करें।

❖ 2 वर्ष से कम उम्र के बच्चों से डिजिटल उपकरण (जैसे फोन, टी.वी. इत्यादि) दूर रखें।

प्रारंभिक बाल विकास

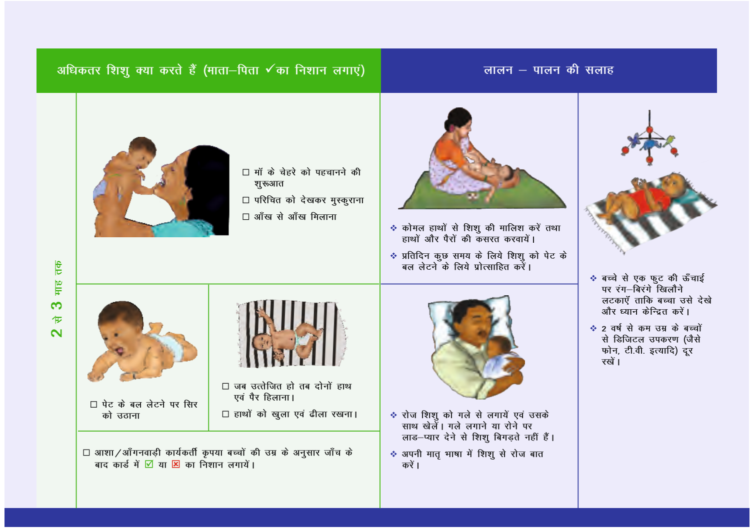
– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)

– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)



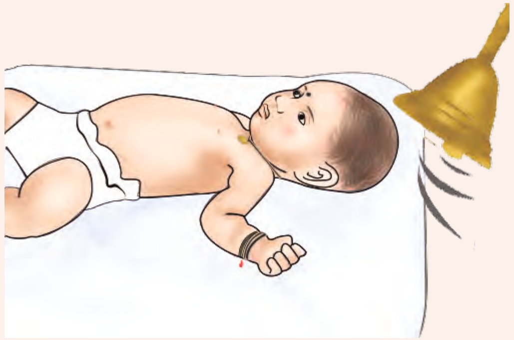
यदि आप इनमें से किसी एक ''चेतावनी'' चिह्न को देखते हैं तब ए.एन.एम./आँगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें

3 माह में

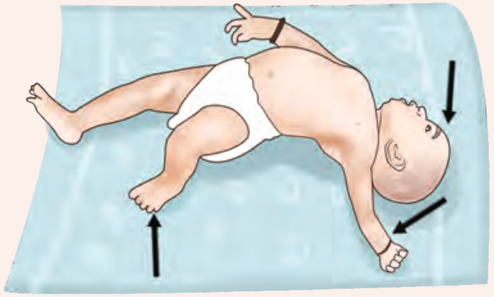
परिचित व्यक्ति को देख कर भी शिशु का न मुस्कुराना।

दूध पिलाते/बात करते समय शिशु का माँ से आँख न मिलाना।

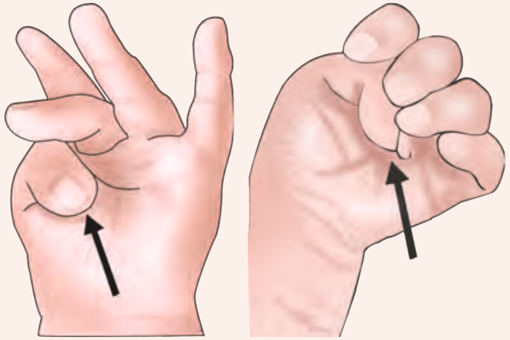
दो माह की उम्र के बाद भी आँखो मे भेंगापन।



अचानक जोर से आवाज होने पर भी बच्चे का न चहकना अथवा रोना।



हाथ, पांव, सर व गर्दन की मांसपेशियो का अकड़ना व सर का पीछे की तरफ झुक जाना।



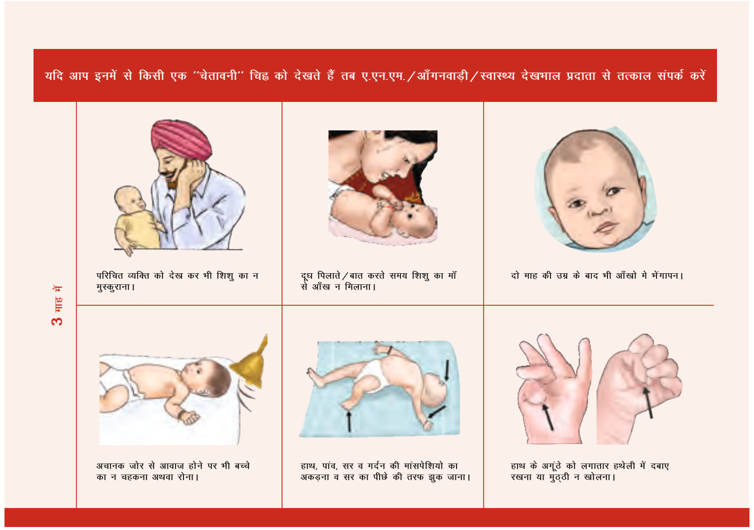
हाथ के अगूंठे को लगातार हथेली में दबाए रखना या मुठ्ठी न खोलना।

प्रारंभिक बाल विकास

- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

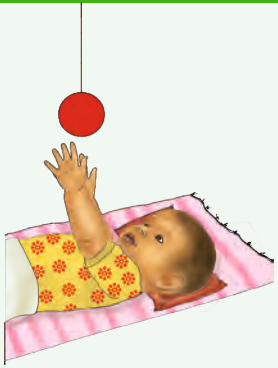


अधिकतर शिशु क्या करते हैं (माता–पिता ✓का निशान लगाएं)

4 से 6 माह तक

☐ सीधा पकड़ने पर सिर संभालना एवं सहारे के साथ बैठ पाना।

☐ आवाज की दिशा में सिर घुमाना।



☐ किसी वस्तु तक पहुँचने और हाथ से पकड़ने का प्रयास करना।

☐ जोर से हँसना और खिलखिलाना।

☐ आ आ इ इ ऊ ऊ जैसी अवाजें निकालना।

☐ शीशे में स्वयं को देखने में रूचि होना।

☐ आशा/आँगनवाड़ी कार्यकर्ता कृपया बच्चों की उम्र के अनुसार जाँच के बाद कार्ड में ☑ या ☒ का निशान लगायें।

लालन – पालन की सलाह

शिशु के साथ बात करें, उनकी आवाजों की नकल करें। जब वे आपकी नकल करें तब उनकी प्रशंसा करें।

बच्चे के लिये रोचक। आकर्षक वस्तुऐं फर्श पर रखें और शिशु को खुद से वहाँ पहुचने व खेलने दें।

❖ बच्चों को घर के बाहर ले जाएं और उन्हें बाहर की दुनिया से परिचित करायें।

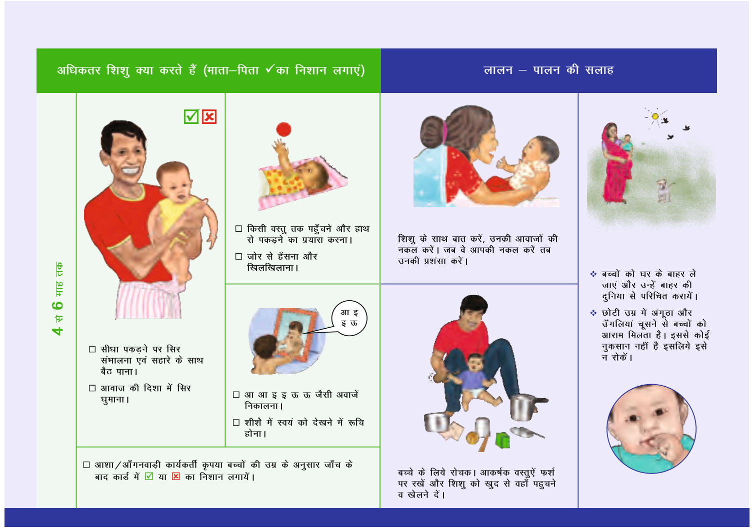
❖ छोटी उम्र में अंगूठा और उँगलियां चूसने से बच्चों को आराम मिलता है। इससे कोई नुकसान नहीं है इसलिये इसे न रोकें।

प्रारंभिक बाल विकास

– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)

– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/ आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)



इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

यदि आप इनमें से किसी एक ''चेतावनी'' चिह्न को देखते हैं तब ए.एन.एम./आँगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें

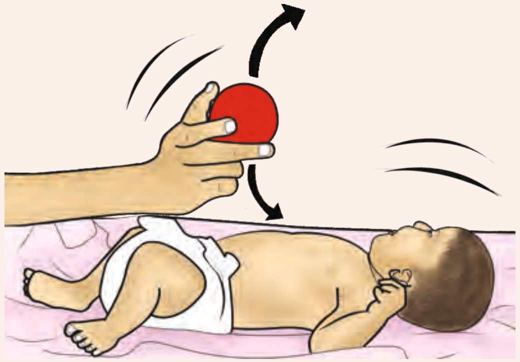
6 माह में

सिर को न सम्भाल पाना।

सहारे के बावजूद भी न उठ पाना।

अपनी पहुंच के अन्दर की वस्तुओं को भी न पकड़ पाना।

अलग–अलग तरह की आवाज़ न निकाल पाना जैसे अ, आ, इ।

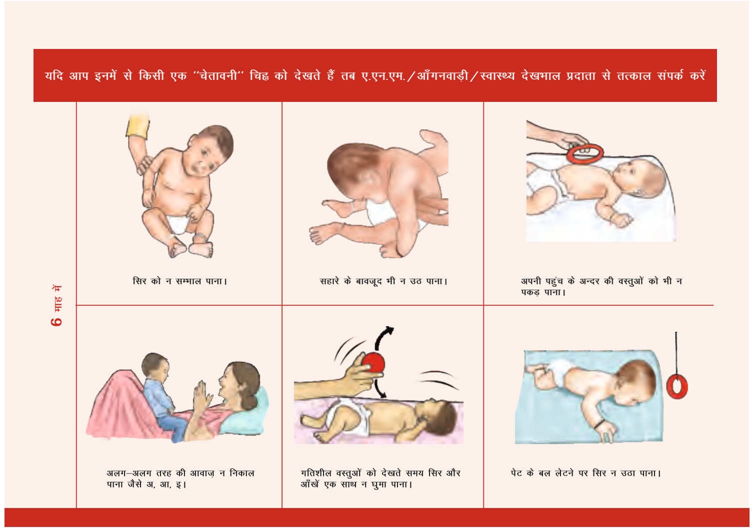


गतिशील वस्तुओं को देखते समय सिर और आँखें एक साथ न घुमा पाना।

पेट के बल लेटने पर सिर न उठा पाना।

प्रारंभिक बाल विकास

- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

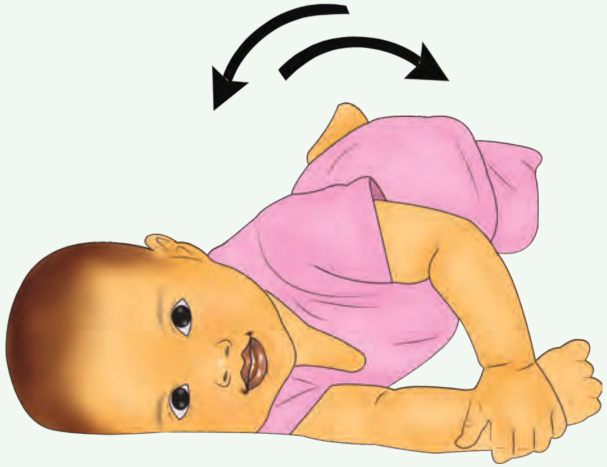


इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

अधिकतर शिशु क्या करते हैं (माता–पिता ✓का निशान लगाएं)

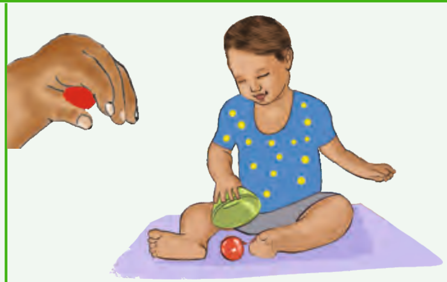
7 से 9 माह तक



☐ दोनों दिशाओं में करवट बदलना

☐ खिलौना उठाने के लिए सभी उँगलियो का प्रयोग करना।

☐ परिचित चेहरे या खिलौने को देखने के लिए सिर घुमाना



☐ अपने सामने छुपाये हुए खिलौनों को ढूंढना।

☐ अपना नाम बुलाने पर प्रतिक्रिया देना या देखना।

☐ आशा/आँगनवाड़ी कार्यकर्ती कृपया बच्चों की उम्र के अनुसार जाँच के बाद कार्ड में ☑ या ☒ का निशान लगायें।

लालन – पालन की सलाह

बच्चों को वस्तुओं को बार–बार गिराने, पकड़ने एवं फेकने दें। नम्रता एवं धैर्य दिखाएं।

लुका–छिपी जैसे खेल खेलें। बच्चों के पसंदीदा खिलौने छुपा दें और देखें की बच्चा उसे खोज पाता है या नहीं।

बच्चे को साफ–सुथरे एवं सुरक्षित बर्तन खेलने के लिए दें।

प्रारंभिक बाल विकास

– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)

– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

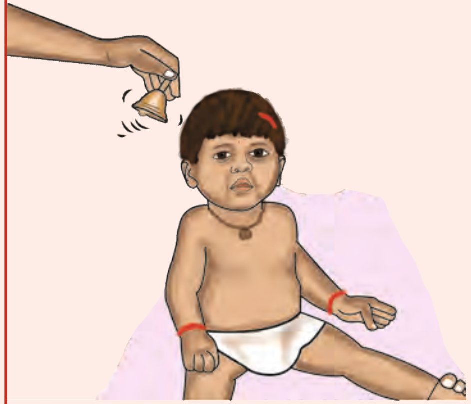
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

यदि आप इनमें से किसी एक ''चेतावनी'' चिह्न को देखते हैं तब ए.एन.एम./आँगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें

9 माह में

पलट न पाना।

बैठने के लिए सहारे की जरूरत पड़ना।



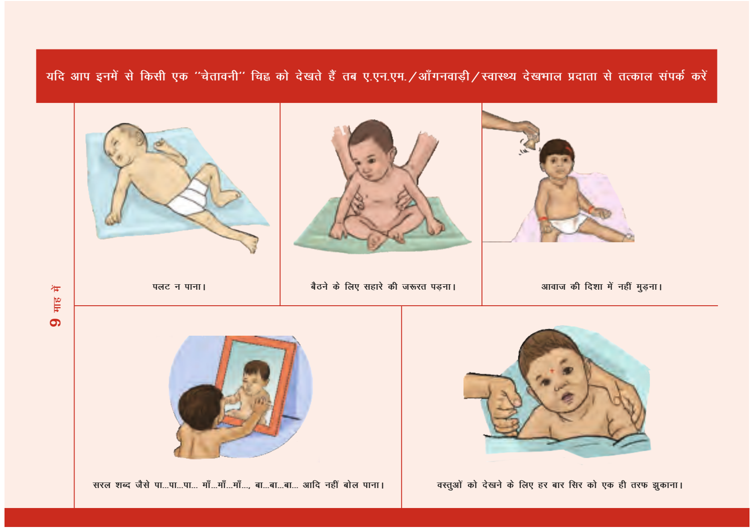
आवाज की दिशा में नहीं मुड़ना।

सरल शब्द जैसे पा...पा...पा... माँ...माँ...माँ..., बा...बा...बा... आदि नहीं बोल पाना।

वस्तुओं को देखने के लिए हर बार सिर को एक ही तरफ झुकाना।

प्रारंभिक बाल विकास

- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)



इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

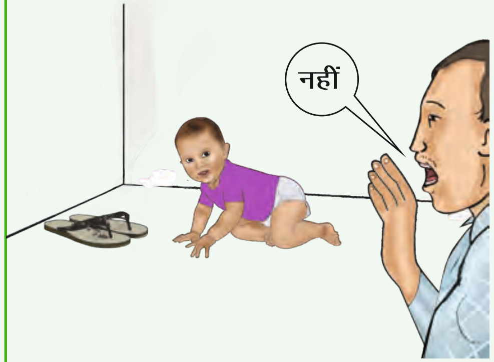
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

अधिकतर शिशु क्या करते हैं (माता–पिता ✓का निशान लगाएं)

10 से 12 माह तक

- ☐ बिना सहायता के बैठना और बिना गिरे खिलौने को पकड़ पाना।
- ☐ गोद में जाने के लिए हाथ बढ़ाना।

- ☐ पंसदीदा खिलौने तक पहुॅंचने के लिए किसी वस्तु से बिना टकराए घुटनों पर चलकर जाना।



- ☐ एक या दो शब्द अपनी मातृ भाषा में बोलना
- ☐ सामान्य निर्देश जैसे ''नही''/ ''यहाँ आओ'' पर प्रतिक्रिया करना।

☐ आशा/आँगनवाड़ी कार्यकर्ती कृपया बच्चों की उम्र के अनुसार जाँच के बाद कार्ड में ☑ या ☒ का निशान लगायें।

लालन – पालन की सलाह

खिलौने को पहुँच से थोड़ा दूर रखें और बिना सहयोग के बच्चे को उसे पकड़ने के लिए प्रोत्साहित करें।

अपने बच्चों को कहानियाँ सुनायें और चित्रों वाली किताबें पढ़कर सुनायें। आस–पास की वस्तुओं को दिखायें और उनका नाम बताएं।

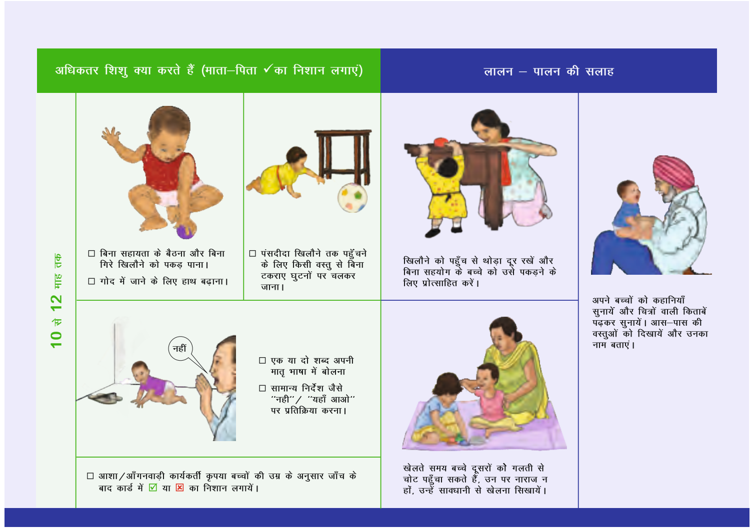
खेलते समय बच्चे दूसरों को गलती से चोट पहुँचा सकते हैं, उन पर नाराज न हों, उन्हें सावधानी से खेलना सिखायें।

प्रारंभिक बाल विकास

- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)



यदि आप इनमें से किसी एक ''चेतावनी'' चिह्न को देखते हैं तब ए.एन.एम./आँगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें

ऊंगली और अंगूठे से छोटी चीजें न उठा पाना।

गोद में जाने के लिये हाथ न बढ़ाना।

नाम बुलाने पर भी नहीं सुनना/
या कोई भी प्रतिक्रिया न करना।

अपने सामने छिपाये हुए खिलौने को भी न खोज पाना।

लुका–छिपी जैसे खेल न खेलना।

प्रारंभिक बाल विकास

– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)

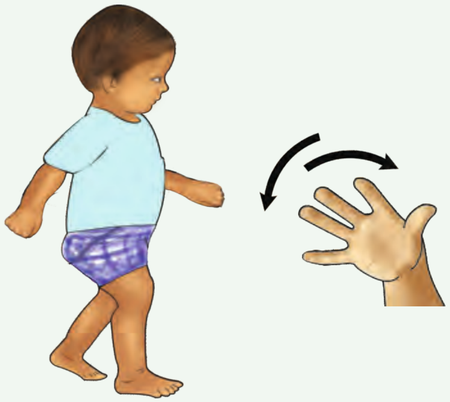
– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

अधिकतर शिशु क्या करते हैं (माता–पिता ✓का निशान लगाएं)

18 माह तक



☐ खुद से खड़े होकर कुछ कदम चल पाना।

☐ परिचित क्रियाएं करना जैसे ताली बजाना, टाटा करना।

☐ छोटी वस्तुएँ डिब्बे या बर्तन में डाल पाना।

☐ वस्तुओं एवं चित्रों को किताब में पहचानना एवं उनका नाम बता पाना।

☐ आशा/आँगनवाड़ी कार्यकर्ता कृपया बच्चों की उम्र के अनुसार जाँच के बाद कार्ड में ☑ या ☒ का निशान लगायें।

लालन – पालन की सलाह

धकेलने वाला खिलौना बच्चे को दें जिससे वह चलना सीख सके।

कुछ फल एवं खिलौने बच्चे को दें, उन्हें पहचानने को कहें, डिब्बें में डालने एवं निकालने को कहें।

अपने बच्चों से सरल प्रश्न पूछें, उन्हें बात करने के लिए प्रोत्साहित करें।

प्रारंभिक बाल विकास

– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)

– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

यदि आप इनमें से किसी एक ''चेतावनी'' चिह्न को देखते हैं तब ए.एन.एम./आँगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें

18 माह में

बिना मदद के खुद के पैरों पर खड़ा न हो पाना।

छोटी वस्तुओं को डिब्बे में न डाल पाना।

ऐसा कहने पर उँगली से संकेत न कर पाना।

माँ के इशारों का जबाब न देना जैसे शिशु अपनी ही दुनिया में खोया हो।

रोजमर्रा के कार्यों के लिए दोनों हाथों का उपयोग न कर पाना। किसी एक हाथ के प्रयोग को प्राथमिकता देना।

दादा, पापा, माँ

जैसे सरल शब्दों को न बोल पाना।

प्रारंभिक बाल विकास

- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया हैः

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

अधिकतर शिशु क्या करते हैं (माता–पिता ✓का निशान लगाएं)	लालन – पालन की सलाह

24 माह तक

☐ खिलौना खींचते हुए भी स्थिरता से चल पाना।

☐ घर के कामकाज की नकल करना।

☐ शरीर के एक या अधिक हिस्से की (किसी व्यक्ति या पुस्तक में) सही पहचान कर पाना।

☐ आशा/आँगनवाड़ी कार्यकर्ता कृपया बच्चों की उम्र के अनुसार जाँच के बाद कार्ड में ☑ या ☒ का निशान लगायें।

बच्चों को सुरक्षित वातावरण में चलने, दौड़ने एवं चढ़ने का अवसर दें।

बच्चों को आप की नकल करने दें। यदि वे गलती कर देते हैं तो उनके साथ धैर्य रखें।

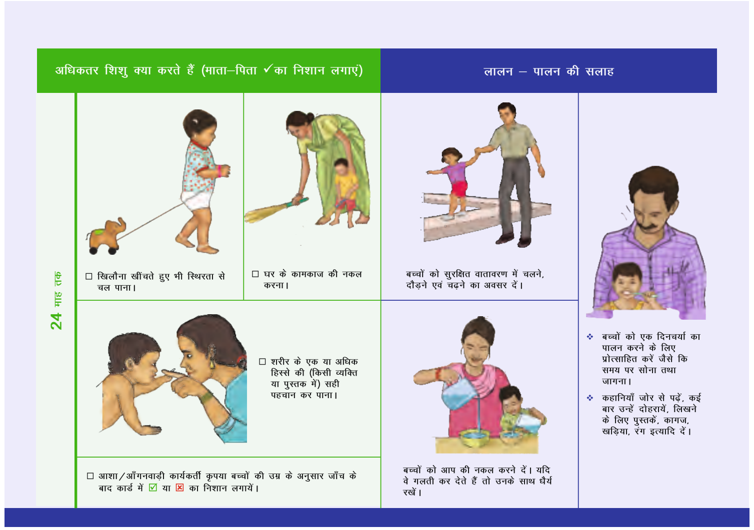
- बच्चों को एक दिनचर्या का पालन करने के लिए प्रोत्साहित करें जैसे कि समय पर सोना तथा जागना।
- कहानियाँ जोर से पढ़ें, कई बार उन्हें दोहरायें, लिखने के लिए पुस्तकें, कागज, खड़िया, रंग इत्यादि दें।

प्रारंभिक बाल विकास

– आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)

– पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)

– बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)



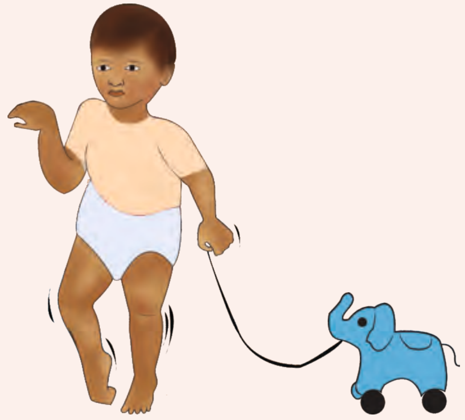
इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

यदि आप इनमें से किसी एक ''चेतावनी'' चिह्न को देखते हैं तब ए.एन.एम./आँगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें

24 माह में



खिलौना खींचते समय सीधा न चल पाना।

पेंसिल या कलम को कागज पर न चला पाना। कुछ भी लिख न पाना।

''दूध दो''

दो शब्द के वाक्य जैसे ''दूध दो'' का प्रयोग न कर पाना।

"नमस्ते" या "टाटा" जैसे अभिवादन का जवाब न दे पाना।

शरीर के हिस्सों की पहचान न कर पाना।

सरल निर्देशों को नहीं समझ पाना एवं उनका पालन न कर पाना।

प्रारंभिक बाल विकास

- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/ आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

अधिकतर शिशु क्या करते हैं (माता–पिता ✓का निशान लगाएं)	लालन – पालन की सलाह

3 साल तक

☐ बिना गिराये कप से पानी/दूध पीना।

☐ सीढ़ी चढ़ना –उतरना।

बिल्ली, कुत्ता, चिड़िया

☐ अधिकतर परिचित वस्तुओं का नाम बताना, उनका रंग एवं आकार पहचानना।

☐ तीन या अधिक शब्द जोड़कर वाक्य बनाना।

☐ आशा/आँगनवाड़ी कार्यकर्ता कृपया बच्चों की उम्र के अनुसार जाँच के बाद कार्ड में ☑ या ☒ का निशान लगायें।

लालन – पालन की सलाह

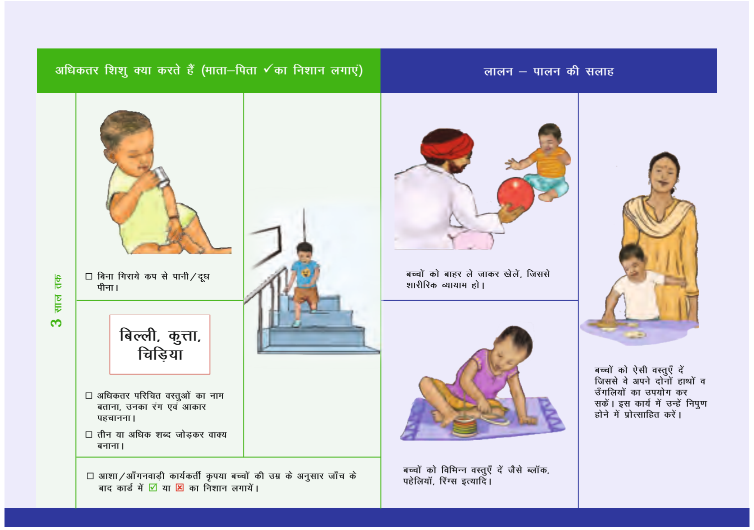
बच्चों को बाहर ले जाकर खेलें, जिससे शारीरिक व्यायाम हो।

बच्चों को विभिन्न वस्तुएँ दें जैसे ब्लॉक, पहेलियॉ, रिंग्स इत्यादि।

बच्चों को ऐसी वस्तुएँ दें जिससे वे अपने दोनों हाथों व उँगलियों का उपयोग कर सकें। इस कार्य में उन्हें निपुण होने में प्रोत्साहित करें।

प्रारंभिक बाल विकास

- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम / आंगनवाड़ी / स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)



इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

यदि आप इनमें से किसी एक ''चेतावनी'' चिह्न को देखते हैं तब ए.एन.एम./आँगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें

3 साल में

सीढ़ियों से ऊपर चढ़ने और नीचे उतरने में कठिनाई होना।

बिना मदद के खाना न खा पाना।

अपनी बात न समझा पाना/कही गई बात को बार–बार दोहराना।

अनुकरण करने वाले (नकल करने वाले) खेल न खेल पाना।

लगातार मुँह से लार का टपकना, साफ न बोल पाना।

माँ दूध देना

आसान वाक्यों को न बोल पाना जैसे "माँ दूध देना"।

प्रारंभिक बाल विकास

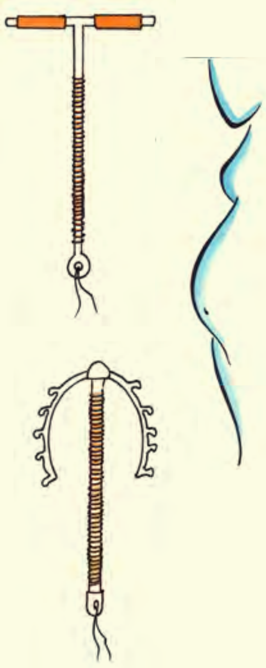
- आयु उपयुक्त विकास मील के पत्थर ट्रैकिंग (इस उम्र में अधिकतर शिशु क्या करते हैं)
- पॉजिटिव पेरेंटिंग प्रैक्टिस (लालन–पालन की सलाह)
- बच्चे में चेतावनी संकेतों की शीघ्र पहचान (यदि आप इनमे से किसी चेतावनी चिन्ह को देखते हैं तो ए एन एम/आंगनवाड़ी/स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से तत्काल संपर्क करें)

इस खंड में निम्नलिखित बातों का विवरण छवियों के साथ किया गया है:

- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से माइलस्टोन को हरे रंग में दर्शाया गया है (विभिन्न आयुवर्ग जैसे 2 से 3 माह तक, 4 से 6 माह तक, 7 से 9 माह तक, 10 से 12 माह तक, 18 माह तक, 24 माह तक, 3 साल तक) और साथ ही एमसीपी कार्ड में नीले रंग से उम्र के हिसाब से पालन–पोषण के टिप्स दिए गए हैं।
- एमसीपी कार्ड में उम्र के हिसाब से चेतावनी के संकेत लाल रंग से दर्शाये गए हैं। (3 माह में, 6 माह में, 9 माह में, 12 माह, 18 माह, 24 माह, 3 साल तक)

दो बच्चों के बीच कम से कम 3 वर्ष के अंतराल को बनाए रखना माँ और बच्चे दोनों के स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता है। आप परिवार नियोजन कार्यक्रम के अंतर्गत दिए गये निम्नलिखित विकल्पों में से कोई भी विकल्प चुन सकते हैं, जैसे कि:

गर्भनिरोधक इंजेक्शन (अंतरा प्रोग्राम)

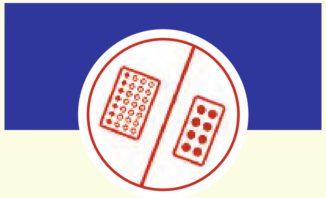


आई.यू.सी.डी. 380A (10 वर्ष तक प्रभावी)	आई.यू.सी.डी. 375 (5 वर्ष तक प्रभावी)

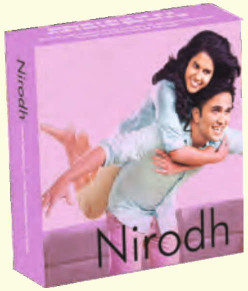
आई.यू.सी.डी. निवेशन निम्न प्रकार का होता है।

(1) **अंतराल आई.यू.सी.डी.**: प्रसव के 6 सप्ताह पश्चात्

(2) **प्रसवोत्तर आई.यू.सी.डी.**: प्रसव के 48 घंटे के भीतर



- **माला . N:** गर्भनिरोधक गोलियां
- **छाया:** सेंटक्रोमिन
- केवल प्रोजेस्टेरोन युक्त गोली



निरोध – कंडोम

यदि परिवार पूरा हो गया है तो परिवार नियोजन के स्थायी साधन को अपनाया जा सकता है।

महिला नसबंदी

पुरुष नसबंदी

परिवार नियोजन

इस खंड में दो बच्चों के बीच अंतर पर माता–पिता के लिए संदेश शामिल हैं, और विभिन्न प्रकार के तरीकों के बारे में जानकारी प्रदान की गयी है जो जोड़े परिवार नियोजन के लिए उपयोग कर सकते हैं। इस खंड का उद्देश्य है:

1) परिवार नियोजन के लिए सामुदायिक स्वीकृति बढ़ाना

2) परिवार नियोजन के बारे में ज्ञान बढ़ाना

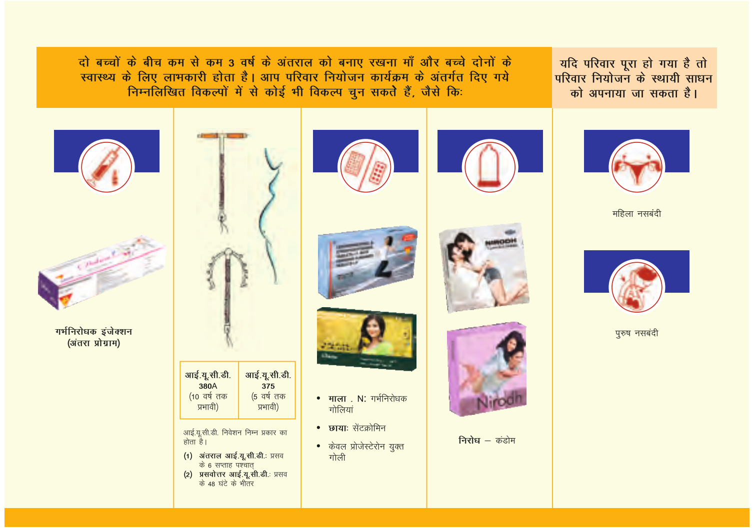
3) गर्भनिरोधन के अस्थायी और स्थायी तरीकों के लिए सेवाओं का लाभ उठाने के बारे में जानकारी देना है।

इस खंड में शामिल मुख्य सन्देश हैं:

परिवार नियोजन के किसी भी विधि को देने से पूर्व महिला के गर्भ की जांच अवश्य करें।

दो बच्चों के बीच कम से कम ३ वर्ष के अंतराल बनाये रखना माँ और बच्चे दोनों के स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता है।

यदि परिवार पूरा हो गया है तो परिवार नियोजन के स्थायी साधन को अपनाया जा सकता है।



द्वि–साप्ताहिक आयरन फोलिक ऐसिड सप्लीमेंटेशन एवं द्वि–वार्षिक कृमिनाशक दवा 6 माह से 5 वर्ष के बच्चों के लिए (अनुपालन कार्ड)

माँ को IFA बोतल प्रदान किए जाने की तारीख का उल्लेख	बोतल 1	बोतल 2	बोतल 3	बोतल 4	बोतल 5	बोतल 6	बोतल 7	बोतल 8	बोतल 9	बोतल 10

उम्र	सप्ताह	माह अनुसार द्विसाप्ताहिक आयरन फोलिक ऐसिड सप्लीमेंटेशन																							
		जनवरी		फरवरी		मार्च		अप्रैल		मई		जून		जुलाई		अगस्त		सितम्बर		अक्टूबर		नवम्बर		दिसम्बर	
6–12 माह	1																								
	2																								
	3																								
	4																								
	5																								
1–2 वर्ष	1																								
	2																								
	3																								
	4																								
	5																								
2–3 वर्ष	1																								
	2																								
	3																								
	4																								
	5																								
3–4 वर्ष	1																								
	2																								
	3																								
	4																								
	5																								
4–5 वर्ष	1																								
	2																								
	3																								
	4																								
	5																								

एलबैंडाजोल (दिनांक लिखें)

उम्र	1–2 वर्ष	2–3 वर्ष	3–4 वर्ष	4–5 वर्ष
खूराक–1				
खूराक–2				

याद करने के लिए महत्वपूर्ण बातें:

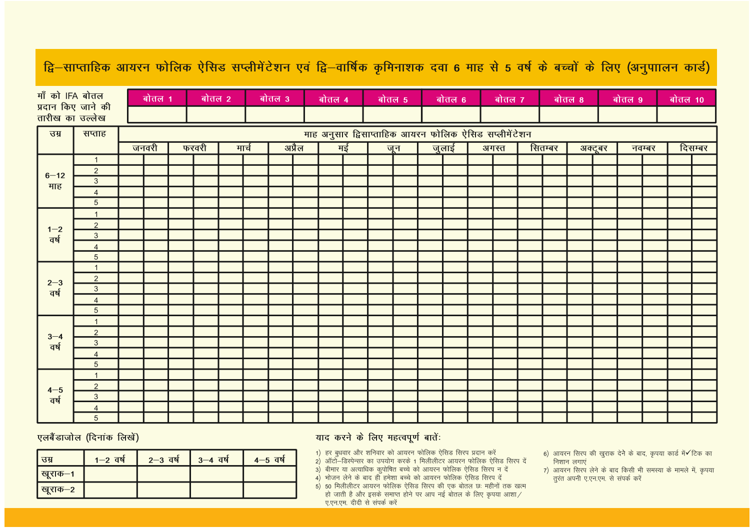
1) हर बुधवार और शनिवार को आयरन फोलिक ऐसिड सिरप प्रदान करें
2) ऑटो–डिस्पेन्सर का उपयोग करके 1 मिलीलीटर आयरन फोलिक ऐसिड सिरप दें
3) बीमार या अत्याधिक कुपोषित बच्चे को आयरन फोलिक ऐसिड सिरप न दें
4) भोजन लेने के बाद ही हमेशा बच्चे को आयरन फोलिक ऐसिड सिरप दें
5) 50 मिलीलीटर आयरन फोलिक ऐसिड सिरप की एक बोतल छः महीनों तक खत्म हो जाती है और इसके समाप्त होने पर आप नई बोतल के लिए कृपया आशा/ए.एन.एम. दीदी से संपर्क करें
6) आयरन सिरप की खुराक देने के बाद, कृपया कार्ड में✓टिक का निशान लगाएं
7) आयरन सिरप लेने के बाद किसी भी समस्या के मामले में, कृपया तुरंत अपनी ए.एन.एम. से संपर्क करें

द्वी – साप्ताहिक आयरन फोलिक एसिड सुप्लिमेंटशन एवं द्वी – वार्षिक कृमिनाशक दवा 6 माह से 5 वर्ष के बच्चों के लिए (अनुपालन कार्ड)

माँ को IFA बोतल और अल्बेंडाजोल प्रदान किये जाने की तारीख का उल्लेख इस पृष्ठ में किया जाना है।

याद रखने की महत्वपूर्ण बातेंः

- हर बुधवार और शनिवार को आयरन फोलिक एसिड सिरप प्रदान करें।
- ऑटो–डिस्पेंसर का उपयोग करके 1 मिलीलीटर आयरन फोलिक एसिड सिरप दें।
- बीमार या अत्यधिक कुपोषित बच्चे को आयरन फोलिक एसिड सिरप न दें।
- भोजन लेने के बाद ही हमेशा बच्चे को आयरन फोलिक एसिड सिरप दें।
- 50 मिलीलीटर आयरन फोलिक ऐसी सिरप की एक बोतल छह महीने तक खत्म हो जाती है और इसके समाप्त होने पर अपनी बोतल के लिए कृपया सहिया / ए एन एम दीदी से संपर्क करें।
- आयरन सिरप की खुराक देने के बाद, कृपया कार्ड में टिक का निशान लगाएं।
- आयरन सिरप लेने के बाद किसी भी समस्या के मामले में, कृपया तुरंत अपनी ए एन एम से संपर्क करें।



द्वि–साप्ताहिक आयरन फोलिक ऐसिड सप्लीमेंटेशन एवं द्वि–वार्षिक कृमिनाशक दवा 6 माह से 5 वर्ष के बच्चों के लिए (अनुपाालन कार्ड)

माँ को IFA बोतल प्रदान किए जाने की तारीख का उल्लेख	बोतल 1	बोतल 2	बोतल 3	बोतल 4	बोतल 5	बोतल 6	बोतल 7	बोतल 8	बोतल 9	बोतल 10

उम्र	सप्ताह	माह अनुसार द्विसाप्ताहिक आयरन फोलिक ऐसिड सप्लीमेंटेशन											
		जनवरी	फरवरी	मार्च	अप्रैल	मई	जून	जुलाई	अगस्त	सितम्बर	अक्टूबर	नवम्बर	दिसम्बर
6–12 माह	1												
	2												
	3												
	4												
	5												
1–2 वर्ष	1												
	2												
	3												
	4												
	5												
2–3 वर्ष	1												
	2												
	3												
	4												
	5												
3–4 वर्ष	1												
	2												
	3												
	4												
	5												
4–5 वर्ष	1												
	2												
	3												
	4												
	5												

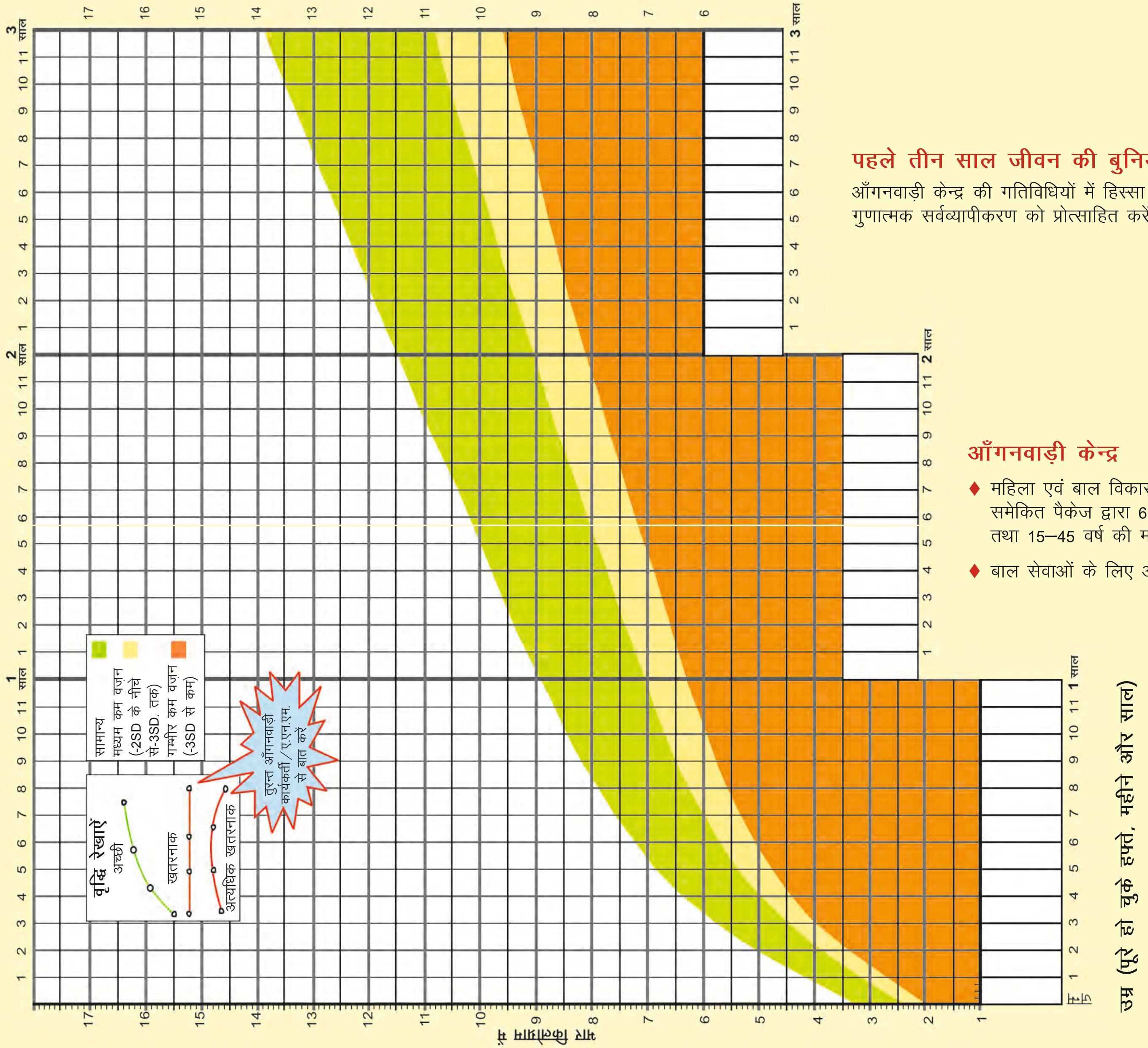
एलबैंडाजोल (दिनांक लिखें)

उम्र	1–2 वर्ष	2–3 वर्ष	3–4 वर्ष	4–5 वर्ष
खूराक–1				
खूराक–2				

याद करने के लिए महत्वपूर्ण बातेंः

1) हर बुधवार और शनिवार को आयरन फोलिक ऐसिड सिरप प्रदान करें
2) ऑटो–डिस्पेन्सर का उपयोग करके 1 मिलीलीटर आयरन फोलिक ऐसिड सिरप दें
3) बीमार या अत्याधिक कुपोषित बच्चे को आयरन फोलिक ऐसिड सिरप न दें
4) भोजन लेने के बाद ही हमेशा बच्चे को आयरन फोलिक ऐसिड सिरप दें
5) 50 मिलीलीटर आयरन फोलिक ऐसिड सिरप की एक बोतल छः महीनों तक खत्म हो जाती है और इसके समाप्त होने पर आप नई बोतल के लिए कृपया आशा/ए.एन.एम. दीदी से संपर्क करें
6) आयरन सिरप की खुराक देने के बाद, कृपया कार्ड में✓टिक का निशान लगाएं
7) आयरन सिरप लेने के बाद किसी भी समस्या के मामले में, कृपया तुरंत अपनी ए.एन.एम. से संपर्क करें

लड़की: आयु–अनुसार–वजन – जन्म से 3 साल तक (डब्ल्यू.एच.ओ. द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



पहले तीन साल जीवन की बुनियाद हैं

आँगनवाड़ी केन्द्र की गतिविधियों में हिस्सा लें
गुणात्मक सर्वव्यापीकरण को प्रोत्साहित करें।

आँगनवाड़ी केन्द्र

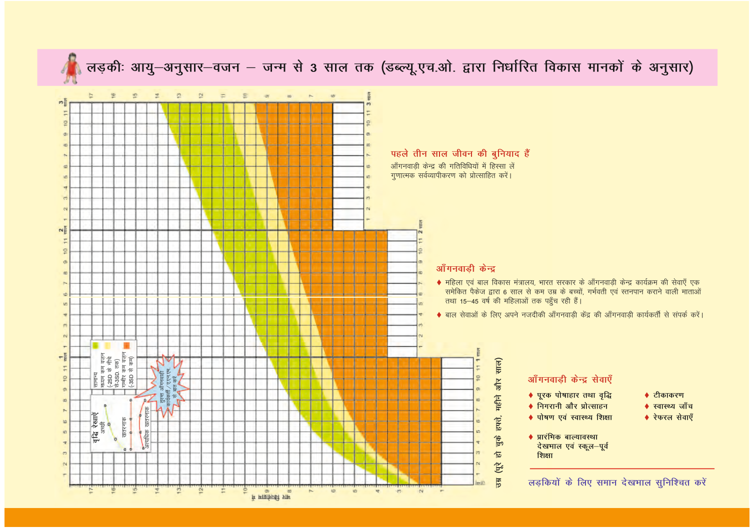
- महिला एवं बाल विकास मंत्रालय, भारत सरकार के आँगनवाड़ी केन्द्र कार्यक्रम की सेवाएँ एक समेकित पैकेज द्वारा 6 साल से कम उम्र के बच्चों, गर्भवती एवं स्तनपान कराने वाली माताओं तथा 15–45 वर्ष की महिलाओं तक पहुँच रही हैं।
- बाल सेवाओं के लिए अपने नजदीकी आँगनवाड़ी केंद्र की आँगनवाड़ी कार्यकर्ता से संपर्क करें।

आँगनवाड़ी केन्द्र सेवाएँ

- पूरक पोषाहार तथा वृद्धि निगरानी और प्रोत्साहन
- पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा
- प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल एवं स्कूल–पूर्व शिक्षा
- टीकाकरण
- स्वास्थ्य जाँच
- रेफरल सेवाएँ

लड़कियों के लिए समान देखभाल सुनिश्चित करें

ग्रोथ मॉनिटरिंग – आयु – अनुसार – वजन – जन्म से तीन साल तक (WHO द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



अल्प पोषण या कुपोषण पाँच वर्ष से कम उम्र के बच्चों में पाई जाने वाली एक मुख्य समस्या होती है। इस खंड में बच्चे के स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को 3 वर्ष की आयु तक मासिक आधार पर दी गई आयु में उनकी ऊंचाई और वजन को मापकर चार्ट पर अंकित किया जाता है। चार्ट में तीन रंग कोडित अनुभाग होते हैं: हरा– सामान्य, पीला– मध्यम रूप से कम वजन वाला, नारंगी – बहुत कम वजन का।

विकास निगरानी चार्ट बच्चों के जीवन के विभिन्न चरणों में उनके स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को परिभाषित करने के लिए सबसे उपयोगी उपकरण है। ऐसा इसलिए है क्योंकि स्वास्थ्य और पोषण में गड़बड़ी, लगभग हमेशा शारीरिक विकास को प्रभावित करती है। ग्रोथ मॉनिटरिंग पोषण में सुधार, अपर्याप्त पोषण के जोखिम को कम करने, देखभाल करने वालों को शिक्षित करने और विकास विकारों द्वारा प्रकट होने वाली स्थितियों के लिए शीघ्र पहचान और रेफरल का प्रयास करती है।

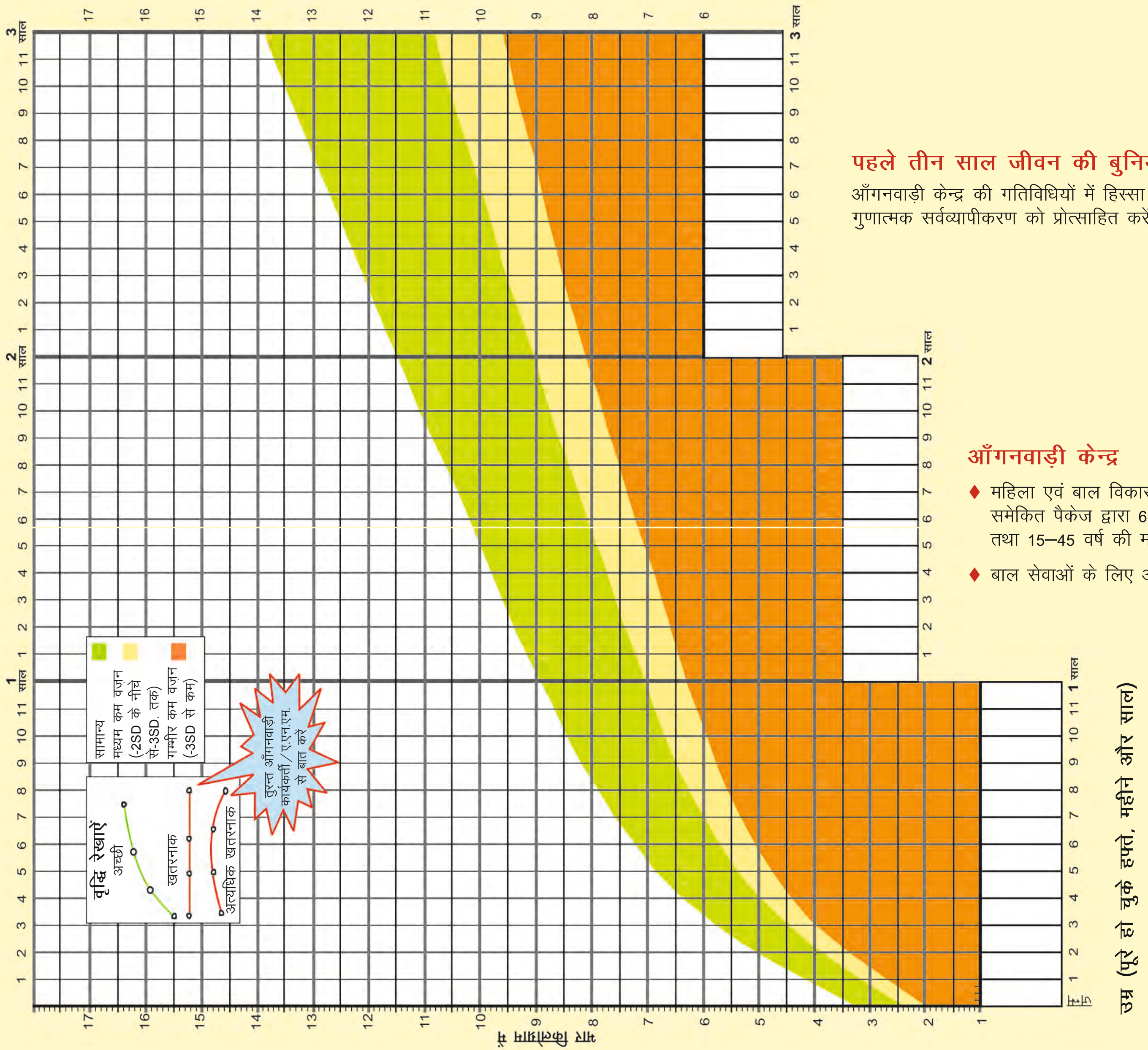
यह चार्ट आंगनवाड़ी केंद्र में आंगनवाड़ी कार्यकर्ता द्वारा भरा जाना है।

- बच्चे की ग्रोथ रेकर्डिंग बच्चे के जन्म से या जब माँ पहली बार बच्चे को आंगनवाड़ी लेकर आती है, शुरू कर दें। एमसीपी का प्रयोग बच्चे का विकास रिकॉर्ड करने और परिवार को परामर्श देने के लिए करें।
- लड़कियों के लिए गुलाबी बॉर्डर चार्ट और लड़कों के लिए नीले बॉर्डर चार्ट का उपयोग करें।
- पांच साल से कम उम्र के सभी बच्चों का महीने में एक बार वजन करें। हर तीन महीने में बच्चे की लंबाई/ऊंचाई मापें और इसे लंबाई/ऊँचाई वृद्धि चार्ट के लिए वजन में प्लॉट करें।

ग्रोथ मॉनिटरिंग के पांच चरणों का पालन करें:

1. पूरे हुए हफ्तों या महीने या साल और महीने में बच्चे की सही उम्र का आकलन करें।
2. बच्चे का सही वजन निकटतम 100 ग्राम तक ज्ञात करें।
3. ग्रोथ चार्ट पर वजन और ऊंचाई को सटीक रूप से प्लॉट करें।
4. प्लॉट किए गए बिंदु की स्थिति और विकास वक्र की दिशा की व्याख्या करें।
5. बच्चे के विकास के बारे में माँ और परिवार से चर्चा करें।

लड़का: आयु–अनुसार–वजन – जन्म से 3 साल तक (डब्ल्यू.एच.ओ. द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



पहले तीन साल जीवन की बुनियाद हैं

आँगनवाड़ी केन्द्र की गतिविधियों में हिस्सा लें
गुणात्मक सर्वव्यापीकरण को प्रोत्साहित करें।

आँगनवाड़ी केन्द्र

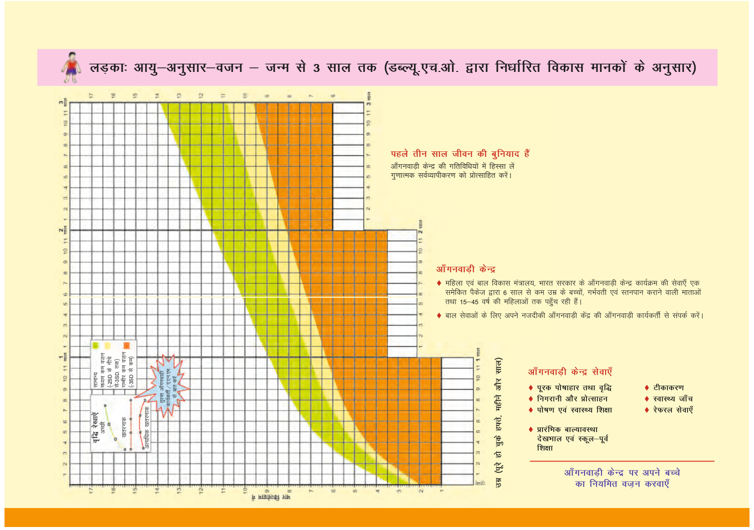
- महिला एवं बाल विकास मंत्रालय, भारत सरकार के आँगनवाड़ी केन्द्र कार्यक्रम की सेवाएँ एक समेकित पैकेज द्वारा 6 साल से कम उम्र के बच्चों, गर्भवती एवं स्तनपान कराने वाली माताओं तथा 15–45 वर्ष की महिलाओं तक पहुँच रही हैं।
- बाल सेवाओं के लिए अपने नजदीकी आँगनवाड़ी केंद्र की आँगनवाड़ी कार्यकर्ता से संपर्क करें।

आँगनवाड़ी केन्द्र सेवाएँ

- पूरक पोषाहार तथा वृद्धि
- निगरानी और प्रोत्साहन
- पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा
- प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल एवं स्कूल–पूर्व शिक्षा
- टीकाकरण
- स्वास्थ्य जाँच
- रेफरल सेवाएँ

आँगनवाड़ी केन्द्र पर अपने बच्चे का नियमित वज़न करवाएँ

ग्रोथ मॉनिटरिंग – आयु – अनुसार – वजन – जन्म से तीन साल तक (WHO द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



अल्प पोषण या कुपोषण पाँच वर्ष से कम उम्र के बच्चों में पाई जाने वाली एक मुख्य समस्या होती है। इस खंड में बच्चे के स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को 3 वर्ष की आयु तक मासिक आधार पर दी गई आयु में उनकी ऊंचाई और वजन को मापकर चार्ट पर अंकित किया जाता है। चार्ट में तीन रंग कोडित अनुभाग होते हैंः हरा– सामान्य, पीला– मध्यम रूप से कम वजन वाला, नारंगी – बहुत कम वजन का।

विकास निगरानी चार्ट बच्चों के जीवन के विभिन्न चरणों में उनके स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को परिभाषित करने के लिए सबसे उपयोगी उपकरण है। ऐसा इसलिए है क्योंकि स्वास्थ्य और पोषण में गड़बड़ी, लगभग हमेशा शारीरिक विकास को प्रभावित करती है। ग्रोथ मॉनिटरिंग पोषण में सुधार, अपर्याप्त पोषण के जोखिम को कम करने, देखभाल करने वालों को शिक्षित करने और विकास विकारों द्वारा प्रकट होने वाली स्थितियों के लिए शीघ्र पहचान और रेफरल का प्रयास करती है।

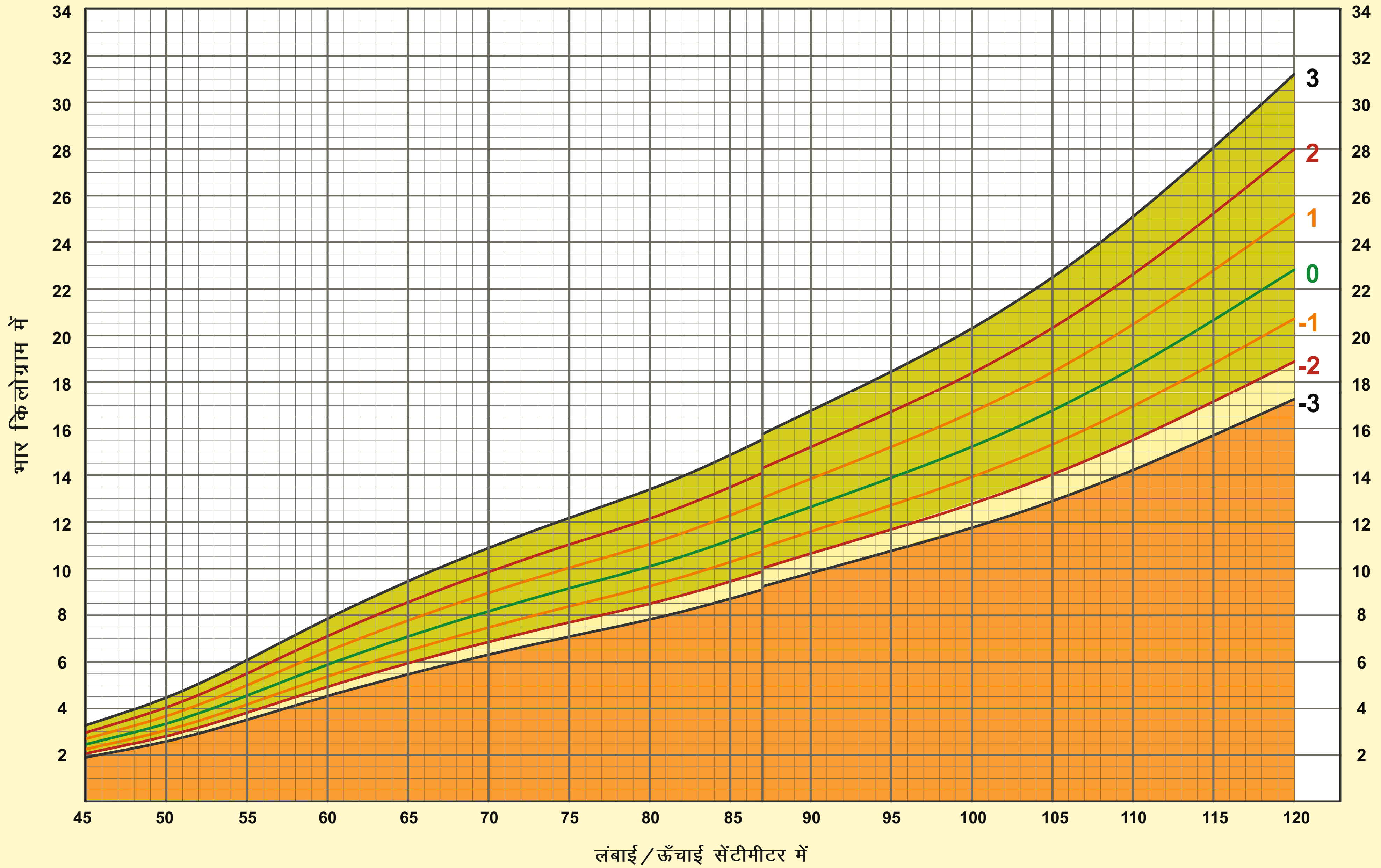
यह चार्ट आंगनवाड़ी केंद्र में आंगनवाड़ी कार्यकर्ता द्वारा भरा जाना है।

- बच्चे की ग्रोथ रेकर्डिंग बच्चे के जन्म से या जब माँ पहली बार बच्चे को आंगनवाड़ी लेकर आती है, शुरू कर दें। एमसीपी का प्रयोग बच्चे का विकास रिकॉर्ड करने और परिवार को परामर्श देने के लिए करें।
- लड़कियों के लिए गुलाबी बॉर्डर चार्ट और लड़कों के लिए नीले बॉर्डर चार्ट का उपयोग करें।
- पांच साल से कम उम्र के सभी बच्चों का महीने में एक बार वजन करें। हर तीन महीने में बच्चे की लंबाई/ऊंचाई मापें और इसे लंबाई/ऊँचाई वृद्धि चार्ट के लिए वजन में प्लॉट करें।

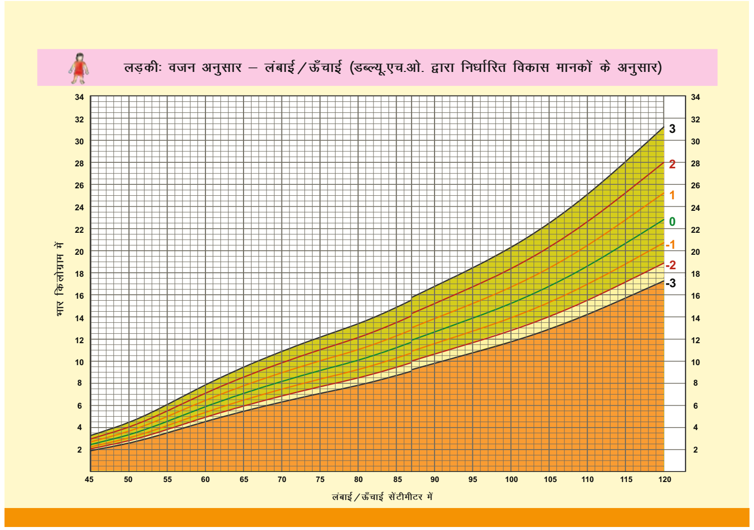
ग्रोथ मॉनिटरिंग के पांच चरणों का पालन करेंः

1. पूरे हुए हफ्तों या महीने या साल और महीने में बच्चे की सही उम्र का आकलन करें।
2. बच्चे का सही वजन निकटतम 100 ग्राम तक ज्ञात करें।
3. ग्रोथ चार्ट पर वजन और ऊंचाई को सटीक रूप से प्लॉट करें।
4. प्लॉट किए गए बिंदु की स्थिति और विकास वक्र की दिशा की व्याख्या करें।
5. बच्चे के विकास के बारे में माँ और परिवार से चर्चा करें।

लड़की: वजन अनुसार – लंबाई/ऊँचाई (डब्ल्यू.एच.ओ. द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



ग्रोथ मॉनिटरिंग – आयु – अनुसार – वजन – जन्म से तीन साल तक (WHO द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



अल्प पोषण या कुपोषण पाँच वर्ष से कम उम्र के बच्चों में पाई जाने वाली एक मुख्य समस्या होती है। इस खंड में बच्चे के स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को 3 वर्ष की आयु तक मासिक आधार पर दी गई आयु में उनकी ऊंचाई और वजन को मापकर चार्ट पर अंकित किया जाता है। चार्ट में तीन रंग कोडित अनुभाग होते हैं: हरा– सामान्य, पीला– मध्यम रूप से कम वजन वाला, नारंगी – बहुत कम वजन का।

विकास निगरानी चार्ट बच्चों के जीवन के विभिन्न चरणों में उनके स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को परिभाषित करने के लिए सबसे उपयोगी उपकरण है। ऐसा इसलिए है क्योंकि स्वास्थ्य और पोषण में गड़बड़ी, लगभग हमेशा शारीरिक विकास को प्रभावित करती है। ग्रोथ मॉनिटरिंग पोषण में सुधार, अपर्याप्त पोषण के जोखिम को कम करने, देखभाल करने वालों को शिक्षित करने और विकास विकारों द्वारा प्रकट होने वाली स्थितियों के लिए शीघ्र पहचान और रेफरल का प्रयास करती है।

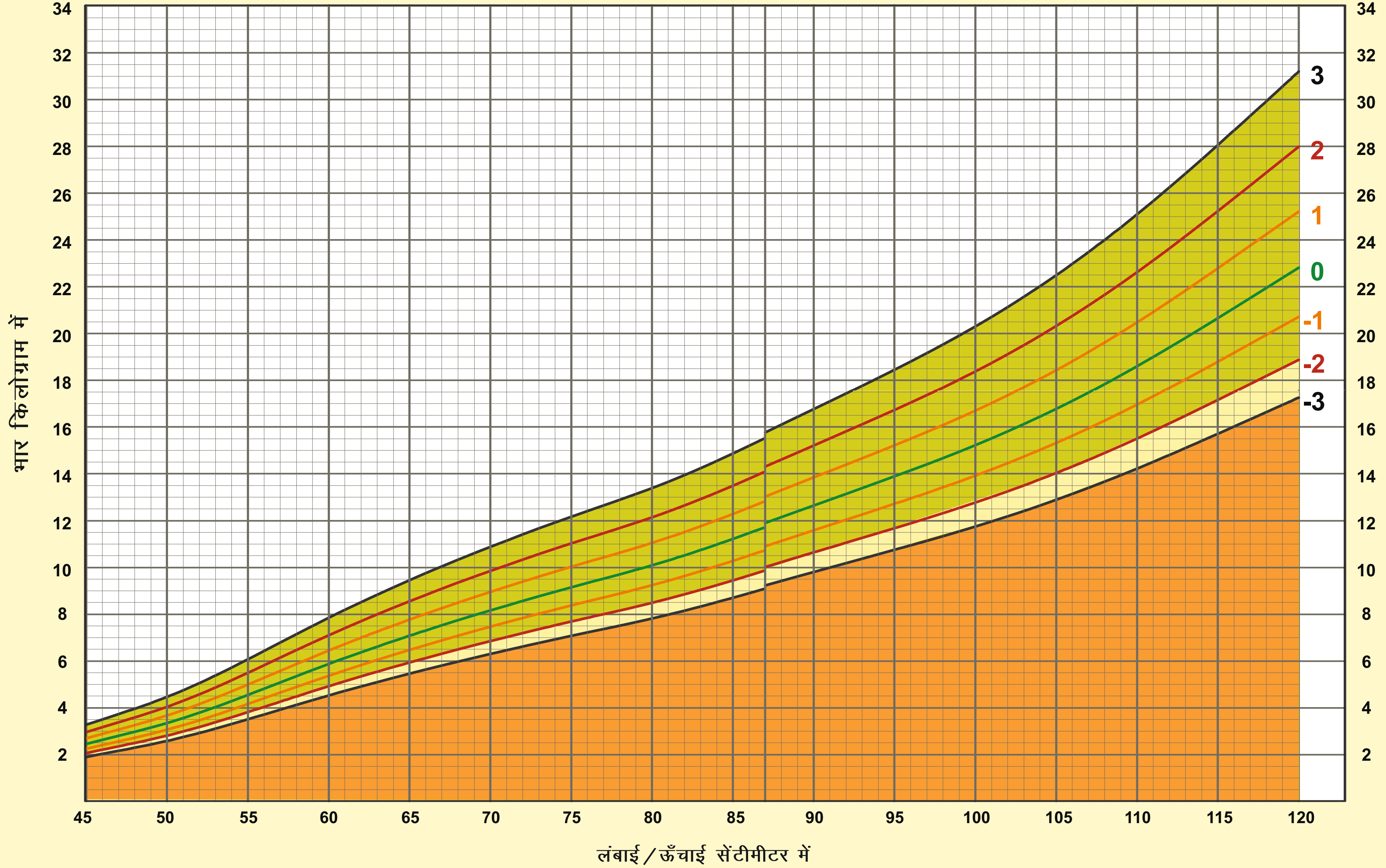
यह चार्ट आंगनवाड़ी केंद्र में आंगनवाड़ी कार्यकर्ता द्वारा भरा जाना है।

- बच्चे की ग्रोथ रेकर्डिंग बच्चे के जन्म से या जब माँ पहली बार बच्चे को आंगनवाड़ी लेकर आती है, शुरू कर दें। एमसीपी का प्रयोग बच्चे का विकास रिकॉर्ड करने और परिवार को परामर्श देने के लिए करें।
- लड़कियों के लिए गुलाबी बॉर्डर चार्ट और लड़कों के लिए नीले बॉर्डर चार्ट का उपयोग करें।
- पांच साल से कम उम्र के सभी बच्चों का महीने में एक बार वजन करें। हर तीन महीने में बच्चे की लंबाई / ऊंचाई मापें और इसे लंबाई / ऊँचाई वृद्धि चार्ट के लिए वजन में प्लॉट करें।

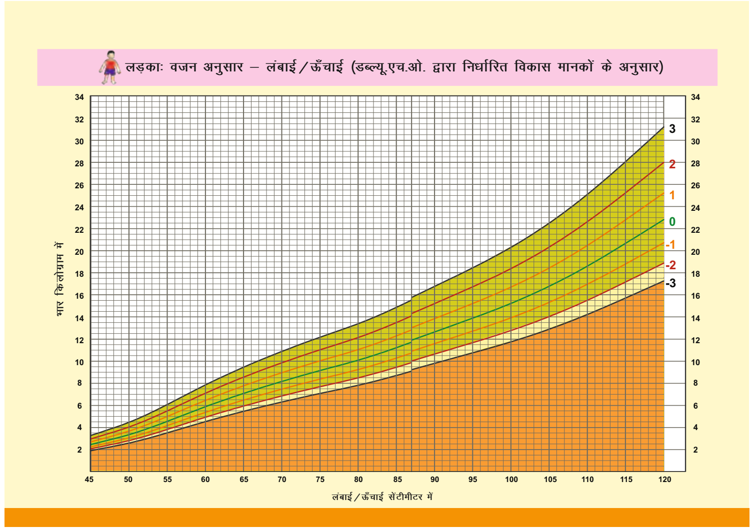
ग्रोथ मॉनिटरिंग के पांच चरणों का पालन करें:

1. पूरे हुए हफ्तों या महीने या साल और महीने में बच्चे की सही उम्र का आकलन करें।
2. बच्चे का सही वजन निकटतम 100 ग्राम तक ज्ञात करें।
3. ग्रोथ चार्ट पर वजन और ऊंचाई को सटीक रूप से प्लॉट करें।
4. प्लॉट किए गए बिंदु की स्थिति और विकास वक्र की दिशा की व्याख्या करें।
5. बच्चे के विकास के बारे में माँ और परिवार से चर्चा करें।

लड़का: वजन अनुसार – लंबाई / ऊँचाई (डब्ल्यू.एच.ओ. द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



ग्रोथ मॉनिटरिंग – आयु – अनुसार – वजन – जन्म से तीन साल तक (WHO द्वारा निर्धारित विकास मानकों के अनुसार)



अल्प पोषण या कुपोषण पाँच वर्ष से कम उम्र के बच्चों में पाई जाने वाली एक मुख्य समस्या होती है। इस खंड में बच्चे के स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को 3 वर्ष की आयु तक मासिक आधार पर दी गई आयु में उनकी ऊंचाई और वजन को मापकर चार्ट पर अंकित किया जाता है। चार्ट में तीन रंग कोडित अनुभाग होते हैं: हरा– सामान्य, पीला– मध्यम रूप से कम वजन वाला, नारंगी – बहुत कम वजन का।

विकास निगरानी चार्ट बच्चों के जीवन के विभिन्न चरणों में उनके स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति को परिभाषित करने के लिए सबसे उपयोगी उपकरण है। ऐसा इसलिए है क्योंकि स्वास्थ्य और पोषण में गड़बड़ी, लगभग हमेशा शारीरिक विकास को प्रभावित करती है। ग्रोथ मॉनिटरिंग पोषण में सुधार, अपर्याप्त पोषण के जोखिम को कम करने, देखभाल करने वालों को शिक्षित करने और विकास विकारों द्वारा प्रकट होने वाली स्थितियों के लिए शीघ्र पहचान और रेफरल का प्रयास करती है।

यह चार्ट आंगनवाड़ी केंद्र में आंगनवाड़ी कार्यकर्ता द्वारा भरा जाना है।

- बच्चे की ग्रोथ रेकर्डिंग बच्चे के जन्म से या जब माँ पहली बार बच्चे को आंगनवाड़ी लेकर आती है, शुरू कर दें। एमसीपी का प्रयोग बच्चे का विकास रिकॉर्ड करने और परिवार को परामर्श देने के लिए करें।
- लड़कियों के लिए गुलाबी बॉर्डर चार्ट और लड़कों के लिए नीले बॉर्डर चार्ट का उपयोग करें।
- पांच साल से कम उम्र के सभी बच्चों का महीने में एक बार वजन करें। हर तीन महीने में बच्चे की लंबाई / ऊंचाई मापें और इसे लंबाई / ऊँचाई वृद्धि चार्ट के लिए वजन में प्लॉट करें।

ग्रोथ मॉनिटरिंग के पांच चरणों का पालन करें:

1. पूरे हुए हफ्तों या महीने या साल और महीने में बच्चे की सही उम्र का आकलन करें।
2. बच्चे का सही वजन निकटतम 100 ग्राम तक ज्ञात करें।
3. ग्रोथ चार्ट पर वजन और ऊंचाई को सटीक रूप से प्लॉट करें।
4. प्लॉट किए गए बिंदु की स्थिति और विकास वक्र की दिशा की व्याख्या करें।
5. बच्चे के विकास के बारे में माँ और परिवार से चर्चा करें।

जन्म	1 ½ माह	2 ½ माह	3 ½ माह	9 माह
जन्म की तिथि / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /
टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):
OPV-0 / /	**OPV-1** / /	**OPV-2** / /	**OPV-3** / /	**MR-1** / /
Hep B जन्म के 24 घंटे के अन्दर / /	**Penta-1** / /	**Penta-2** / /	**Penta-3** / /	**JE-1** / /
BCG / /	**Rota-1** / /	**Rota-2** / /	**Rota-3** / /	**Vitamin A-1** / /
/ /	**PCV-1** / /	/ /	**PCV-2** / /	**PCV booster** / /
/ /	**IPV-1** / /	/ /	**IPV-2** / /	/ /
/ /	/ /	/ /	/ /	/ /

बधाई! आपके बच्चे को जीवन के पहले वर्ष के सभी टीके लग गए हैं। ☐

टीकाकरण के चार महत्वपूर्ण संदेश

01 कौन सी वैक्सीन दी गई है और किस रोग से बचाव करती है।

02 अगले टीकाकरण के लिए कब और कहाँ आना है।

03 कौन से प्रतिकूल प्रभाव हो सकते हैं और उनका कैसे निदान करें।

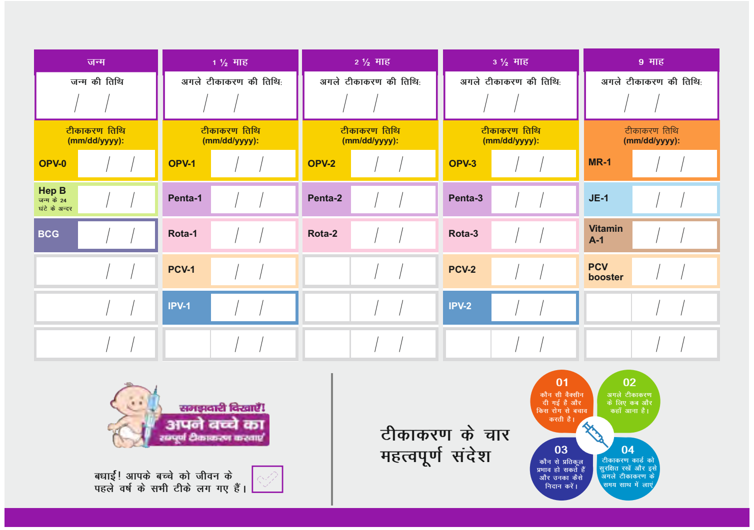
04 टीकाकरण कार्ड को सुरक्षित रखें और इसे अगले टीकाकरण के समय साथ में लाएं

टीकाकरण रिकॉर्ड

एमसीपी कार्ड का यह खंड केवल ए एन एम द्वारा भरा जाना है।

भारत में दुनिया का सबसे बड़ा टीकाकरण कार्यक्रम चल रहा है। आपके (स्वास्थ्य कर्मियों) प्रयासों से, बड़ी संख्या में पूर्व में टीकाकरण से वंचित बच्चों का अब टीकाकरण हो चुका है। आप टीकाकरण में सुधार के लिए मिशन इन्द्रधनुष (एमआई) में भी सक्रिय रूप से शामिल हैं। एमसीपी कार्ड में टीकाकरण अनुभाग का संशोधन यूनिवर्सल इम्यूनाइजेशन प्रोग्राम (यूआईपी) में पेश किए गए नए टीकों पर एक अद्यतन और अन्य संबंधित अपडेट प्रदान करता है। एमसीपी कार्ड के उसके अनुभाग में, आपको सही और अद्यतन टीकाकरण का रिकॉर्ड दर्ज करना है। यह लाभार्थी टीकाकरण की स्थिति की सही रिपोर्टिंग और ट्रैकिंग के लिए आवश्यक है। यह रिकॉर्ड समग्र टीकाकरण कवरेज में सुधार करने में मदद करता है।

- बच्चे कुछ बीमारियों के खिलाफ प्राकृतिक प्रतिरोधक क्षमता के साथ पैदा होते हैं, और कुछ उन्हें शुरुआती दिनों में स्तनपान करने से उनकी मां से मिलती है। लेकिन जैसे–जैसे वे बढ़ते हैं, यह प्रतिरोधक क्षमता धीरे–धीरे कम होती जाती है।
- टीकाकरण बच्चों की प्रतिरोधक क्षमता को और बढ़ाता है और उन्हें टीके से रोकी जा सकने वाली बीमारियों से बचाता है।
- टीकाकरण बच्चे को कई बीमारियाँ विकसित होने से बचता है जो बीमारी, मृत्यु और विकलांगता का कारण बन सकती हैं।
- समय पर टीकाकरण महत्वपूर्ण है क्योंकि टीके सही समय पर दिए जाने पर सर्वोत्तम सुरक्षा सुनिश्चित होती है।



एएनएम की भूमिका

- बच्चे की उम्र के अनुसार टीकाकरण करना ।
- रंगीन बक्सों में उस तारीख को दर्ज करना जब बच्चे को किसी विशेष टीके का टीका लगाया जाता है।
- सफेद बॉक्स में लिखी जाने वाली तारीख उस समय की होती है जब बच्चे को अगले टीकाकरण के लिए आना है।
- बच्चे को दिए जाने वाले अगले टीकाकरण की तारीख ग्रामीण स्वास्थ्य पोषण दिवस की तारीख या पूर्व निर्धारित टीकाकरण दिवस के अनुरूप होनी चाहिए।
- नियमित टीकाकरण से संबंधित 4 प्रमुख संदेशों पर परामर्श अवश्य दें।
- अगले सत्र में अनुपालन सुनिश्चित करने के लिए छूटी हुई खुराक ट्रैकिंग अनुभाग भरें।
- माता–पिता को प्रत्येक टीके के लाभों के बारे में शिक्षित करने और इसके कारण ड्रॉप आउट को कम करने के लिए टीकाकरण अनिवार्यता पर अनुभाग का उपयोग करें।
- सहिया को समय पर भुगतान सुनिश्चित करने के लिए सहिया प्रोत्साहन ट्रैकिंग अनुभाग भरें।
- परिवार के विवरण की पुष्टि करें और आर आई काउंटरफॉइल पर हस्ताक्षर करें। आरआई काउंटरफॉइल अपने पास रखें।

सहिया / आंगनवाड़ी कार्यकर्ता की भूमिका

- आरआई के महत्व पर परिवार के सदस्यों को सलाह देना।
- परिवार के सदस्यों को अगले नियत टीकाकरण के लिए प्रेरित करने के लिए घर–दौरे के दौरान टीकाकरण अनिवार्य अनुभाग का उपयोग करें।
- परिवार के सदस्यों को समझाएं कि यदि किसी कारणवश कोई टीकाकरण की तारीख छूट जाए तो बच्चे को जितनी जल्दी हो सके टीकाकरण लगवाना चाहिए।
- आरआई सत्र के लिए परिवार के सदस्यों को संगठित करें और उन्हें हर सत्र के लिए एमसीपी कार्ड लाने के लिए कहें।
- 4 प्रमुख संदेशों पर परामर्शः

1. कौन सी वैक्सीन दी गयी है और किस रोग से बचाव करती है।
2. अगले टीकाकरण के लिए कब और कहाँ आना है।
3. कौन से प्रतिकूल प्रभाव हो सकते हैं और उनका कैसे निदान करें।
4. टीकाकरण कार्ड को सुरक्षित रखें और इसे अगले टीकाकरण के समय साथ में लाएं।

16–24 माह	5–6 वर्ष	10 वर्ष	3 ½ माह
अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि / /	
टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):
DPT Booster-1 / /	DPT Booster-2 / /	TT / /	TT / /
Vitamin A-2 / /	/ /	/ /	/ /
MR-2 / /	/ /	/ /	/ /
JE-2 / /	/ /	/ /	/ /
OPV Booster / /	/ /	/ /	/ /

कैम्पेन/अन्य वैक्सीन

वैक्सीन का नाम	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):

विटामिन ए

	बच्चे की उम्र	दी गई तिथि (mm/dd/yyyy):
Vit-A-3	2 वर्ष	/ /
Vit-A-4	2.5 वर्ष	/ /
Vit-A-5	3 वर्ष	/ /
Vit-A-6	3.5 वर्ष	/ /
Vit-A-7	4 वर्ष	/ /
Vit-A-8	4.5 वर्ष	/ /
Vit-A 9	5 वर्ष	/ /

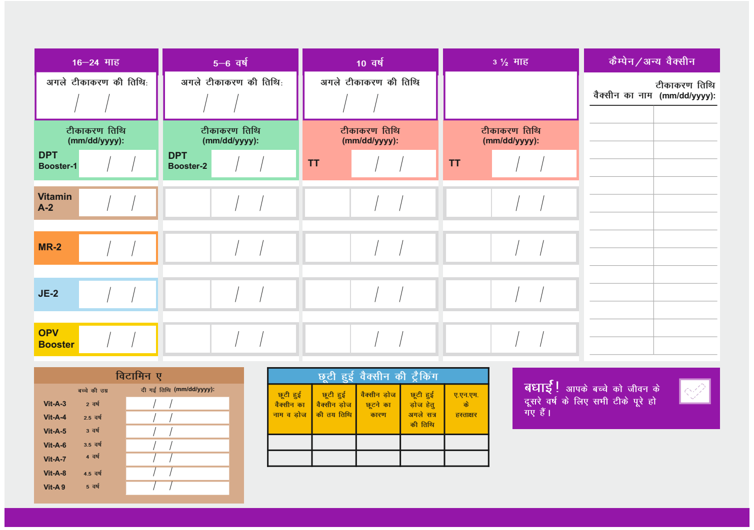
छूटी हुई वैक्सीन की ट्रैकिंग

छूटी हुई वैक्सीन का नाम व ड़ोज	छूटी हुई वैक्सीन ड़ोज की तय तिथि	वैक्सीन ड़ोज छूटने का कारण	छूटी हुई ड़ोज हेतु अगले सत्र की तिथि	ए.एन.एम. के हस्ताक्षर

बधाई! आपके बच्चे को जीवन के दूसरे वर्ष के लिए सभी टीके पूरे हो गए हैं।

टीकाकरण रिकॉर्ड

एमसीपी कार्ड का यह खंड केवल ए एन एम द्वारा भरा जाना है।



भारत में दुनिया का सबसे बड़ा टीकाकरण कार्यक्रम चल रहा है। आपके (स्वास्थ्य कर्मियों) प्रयासों से, बड़ी संख्या में पूर्व में टीकाकरण से वंचित बच्चों का अब टीकाकरण हो चुका है। आप टीकाकरण में सुधार के लिए मिशन इन्द्रधनुष (एमआई) में भी सक्रिय रूप से शामिल हैं। एमसीपी कार्ड में टीकाकरण अनुभाग का संशोधन यूनिवर्सल इम्यूनाइजेशन प्रोग्राम (यूआईपी) में पेश किए गए नए टीकों पर एक अद्यतन और अन्य संबंधित अपडेट प्रदान करता है। एमसीपी कार्ड के उसके अनुभाग में, आपको सही और अद्यतन टीकाकरण का रिकॉर्ड दर्ज करना है। यह लाभार्थी टीकाकरण की स्थिति की सही रिपोर्टिंग और ट्रैकिंग के लिए आवश्यक है। यह रिकॉर्ड समग्र टीकाकरण कवरेज में सुधार करने में मदद करता है।

- बच्चे कुछ बीमारियों के खिलाफ प्राकृतिक प्रतिरोधक क्षमता के साथ पैदा होते हैं, और कुछ उन्हें शुरुआती दिनों में स्तनपान करने से उनकी मां से मिलती है। लेकिन जैसे–जैसे वे बढ़ते हैं, यह प्रतिरोधक क्षमता धीरे–धीरे कम होती जाती है।
- टीकाकरण बच्चों की प्रतिरोधक क्षमता को और बढ़ाता है और उन्हें टीके से रोकी जा सकने वाली बीमारियों से बचाता है।
- टीकाकरण बच्चे को कई बीमारियाँ विकसित होने से बचाता है जो बीमारी, मृत्यु और विकलांगता का कारण बन सकती हैं।
- समय पर टीकाकरण महत्वपूर्ण है क्योंकि टीके सही समय पर दिए जाने पर सर्वोत्तम सुरक्षा सुनिश्चित होती है।

एएनएम की भूमिका

- बच्चे की उम्र के अनुसार टीकाकरण करना ।
- रंगीन बक्सों में उस तारीख को दर्ज करना जब बच्चे को किसी विशेष टीके का टीका लगाया जाता है।
- सफेद बॉक्स में लिखी जाने वाली तारीख उस समय की होती है जब बच्चे को अगले टीकाकरण के लिए आना है।
- बच्चे को दिए जाने वाले अगले टीकाकरण की तारीख ग्रामीण स्वास्थ्य पोषण दिवस की तारीख या पूर्व निर्धारित टीकाकरण दिवस के अनुरूप होनी चाहिए।
- नियमित टीकाकरण से संबंधित 4 प्रमुख संदेशों पर परामर्श अवश्य दें।
- अगले सत्र में अनुपालन सुनिश्चित करने के लिए छूटी हुई खुराक ट्रैकिंग अनुभाग भरें।
- माता–पिता को प्रत्येक टीके के लाभों के बारे में शिक्षित करने और इसके कारण ड्रॉप आउट को कम करने के लिए टीकाकरण अनिवार्यता पर अनुभाग का उपयोग करें।
- सहिया को समय पर भुगतान सुनिश्चित करने के लिए सहिया प्रोत्साहन ट्रैकिंग अनुभाग भरें।
- परिवार के विवरण की पुष्टि करें और आर आई काउंटरफॉइल पर हस्ताक्षर करें। आरआई काउंटरफॉइल अपने पास रखें।

सहिया/आंगनवाड़ी कार्यकर्ता की भूमिका

- आरआई के महत्व पर परिवार के सदस्यों को सलाह देना।
- परिवार के सदस्यों को अगले नियत टीकाकरण के लिए प्रेरित करने के लिए घर–दौरे के दौरान टीकाकरण अनिवार्य अनुभाग का उपयोग करें।
- परिवार के सदस्यों को समझाएं कि यदि किसी कारणवश कोई टीकाकरण की तारीख छूट जाए तो बच्चे को जितनी जल्दी हो सके टीकाकरण लगवाना चाहिए।
- आरआई सत्र के लिए परिवार के सदस्यों को संगठित करें और उन्हें हर सत्र के लिए एमसीपी कार्ड लाने के लिए कहें।
- 4 प्रमुख संदेशों पर परामर्श:

1. कौन सी वैक्सीन दी गयी है और किस रोग से बचाव करती है।
2. अगले टीकाकरण के लिए कब और कहाँ आना है।
3. कौन से प्रतिकूल प्रभाव हो सकते हैं और उनका कैसे निदान करें।
4. टीकाकरण कार्ड को सुरक्षित रखें और इसे अगले टीकाकरण के समय साथ में लाएं।

टीकाकरण की आवश्यकताएं

टीकाकरण का नाम	जन्म	1 ½ माह	2 ½ माह	3 ½ माह	9 माह	1 ½ माह
BCG टी.बी रोग से बचाता है	✓					
HepB हेपेटाइटिस बी रोग से बचाता है	✓					
OPV पोलियो रोग से बचाता है	✓	✓	✓	✓		✓
IPV पोलियो रोग से बचाता है		✓		✓		
PENTA काली खांसी, डिप्थीरिया, टिटनेस, हेपेटाइटिस बी एवं हिब इंफेक्शन से बचाता है		✓	✓	✓		
PCV न्यूमोनिया रोग से बचाता है		✓		✓	✓	
ROTA दस्त रोग से बचाता है		✓	✓	✓		
MR खसरा व रूबैला रोग से बचाता है					✓	✓
JE दिमागी बुखार रोग से बचाता है					✓	✓
DPT काली खांसी, डिप्थीरिया और टिटनेस से बचाता है						✓

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

सत्यमेव जयते

आपके सहयोग से हमने पोलियो का सफाया और मातृ एवं नवजात टिटनेस का उन्मूलन कर दिया !

अपने बच्चे का टीकाकरण जारी रखें। धन्यवाद!

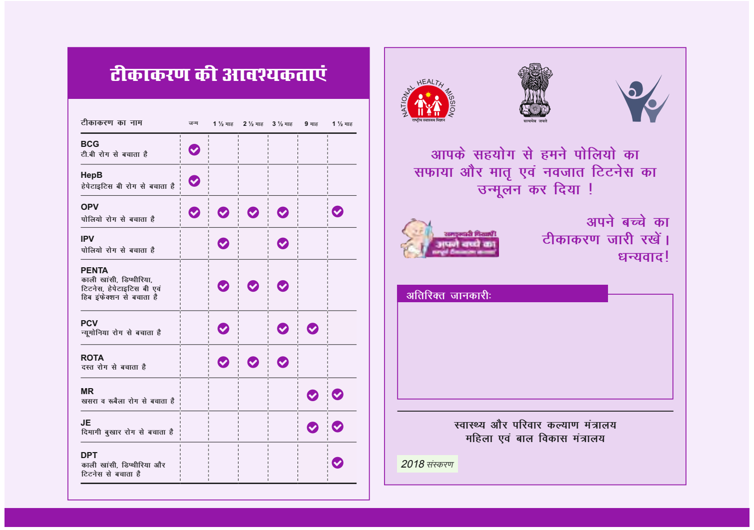
अतिरिक्त जानकारी:

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय
महिला एवं बाल विकास मंत्रालय

2018 संस्करण

टीकाकरण की आवश्यकताएं

- एमसीपी कार्ड के इस खंड का उद्देश्य माता–पिता को प्रत्येक टीके के लाभ पे शिक्षित करना और टीकाकरण से जुड़े भय को कम करना है।
- ए एन एम को कोई अतिरिक्त जानकारी रिकॉर्ड करने के लिए इसमें जगह शामिल है।
- सहिया को शामिल करने के लिए आरआई काउंटरफॉयल को संशोधित किया गया है। सहिया को टीकाकरण सेवाएं सबसे बहिष्कृत और कमजोर लोगों तक पहुँचाना सुनिश्चित करने के लिए प्रोत्साहन राशि प्रदान की जाती है।



टीकाकरण की आवश्यकताएं

टीकाकरण का नाम	जन्म	1 ½ माह	2 ½ माह	3 ½ माह	9 माह	1 ½ माह
BCG टी.बी रोग से बचाता है	✓					
HepB हेपेटाइटिस बी रोग से बचाता है	✓					
OPV पोलियो रोग से बचाता है	✓	✓	✓	✓		✓
IPV पोलियो रोग से बचाता है		✓		✓		
PENTA काली खांसी, डिप्थीरिया, टिटनेस, हेपेटाइटिस बी एवं हिब इंफेक्शन से बचाता है		✓	✓	✓		
PCV न्यूमोनिया रोग से बचाता है		✓		✓	✓	
ROTA दस्त रोग से बचाता है		✓	✓	✓		
MR खसरा व रूबैला रोग से बचाता है					✓	✓
JE दिमागी बुखार रोग से बचाता है					✓	✓
DPT काली खांसी, डिप्थीरिया और टिटनेस से बचाता है						✓

आपके सहयोग से हमने पोलियो का सफाया और मातृ एवं नवजात टिटनेस का उन्मूलन कर दिया !

अपने बच्चे का टीकाकरण जारी रखें। धन्यवाद!

अतिरिक्त जानकारी:

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय
महिला एवं बाल विकास मंत्रालय

2018 संस्करण

जन्म	1 ½ माह	2 ½ माह	3 ½ माह	9 माह
जन्म की तिथि / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /	अगले टीकाकरण की तिथि: / /
टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):
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 booster** / /
/ /	**IPV-1** / /	/ /	**IPV-2** / /	/ /
/ /	/ /	/ /	/ /	/ /

नियमित टीकाकरण काउंटर फॉयल

परिवार का परिचय

बच्चे का नाम ______________________

बच्चे की जन्म तिथि ______ / / ______

पिता का नाम ______________________

मां का नाम ______________________

माता–पिता का मोबाइल नम्बर ______________________

पता ______________________

MCTS/RCH क्रमांक ______________________

ए.एन.एम. का हस्ताक्षर ______________________

16–24 माह में	5–6 साल में	10 साल में	16 साल में
अगले टीकाकरण की तिथि / /	अगले टीकाकरण की तिथि / /	अगले टीकाकरण की तिथि / /	(ए.एन.एम. को कार्ड वापिस करें)
टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):	टीकाकरण तिथि (mm/dd/yyyy):
DPT Booster-1 / /	DPT Booster-2 / /	TT / /	TT / /
Vitamin A-2 / /	/ /	/ /	/ /

MR-2	/ /
JE-2	/ /
OPV Booster	/ /
	/ /

छूटी हुई वैक्सीन की ट्रैकिंग

नाम	टीकाकरण तिथि	कारण	अगला टीकारण की तिथि	ए.एन.एम. का हस्ताक्षर
	/ /		/ /	
	/ /		/ /	
	/ /		/ /	
	/ /		/ /	

आशा प्रोत्साहन राशि की ट्रैकिंग

पूर्ण टीकाकरण (FIC):

तारीख ____ /____ /________

प्रोत्साहन राशि की प्राप्ति ☐ हाँ ☐ नही

यदि हाँ, तो तारीख लिखें____ /____ /_____

सम्पूर्ण टीकाकरण (CIC):

तारीख ____ /____ /________

प्रोत्साहन राशि की प्राप्ति ☐ हाँ ☐ नही

यदि हाँ, तो तारीख लिखें ____ /____ /_____

टिप्पणियाँ ____

____

VITAMIN A

	दी गई तिथि (mm/dd/yyyy):		
Vit-A-3	/ /	Vit-A-7	/ /
Vit-A-4	/ /	Vit-A-8	/ /
Vit-A-5	/ /	Vit-A-9	/ /
Vit-A-6	/ /		