मॉड्यूल 9

# मातृ-शिशु सुरक्षा कार्ड का प्रभावी प्रयोग (सामुदायिक संवाद उपकरण)

## सामाजिक एवं व्यवहार परिवर्तन संचार

स्वास्थ्य कार्यकर्ता प्रशिक्षण मॉड्यूल श्रृंखला

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
झारखण्ड सरकार
unicef

**सामाजिक एवं व्यवहार परिवर्तन संचार**
स्वास्थ्य कार्यकर्ता प्रशिक्षण मॉड्यूल श्रृंखला

मॉड्यूल
9

# मातृ-शिशु सुरक्षा कार्ड का प्रभावी प्रयोग (सामुदायिक संवाद उपकरण)

**समयः दो घंटे**

## परिचय

सामान्यतः मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड यानी जच्चा–बच्चा कार्ड का उपयोग जानकारियों को रिकॉर्ड करने के लिए ही अधिक किया जाता है, लेकिन यह कार्ड आपसी संचार का एक प्रभावी उपकरण भी है। इसे लोगों तक जरूरी संदेश पहुंचाने के लिए भी इस्तेमाल किया जाता है। इस मॉड्यूल में सामुदायिक संचार उपकरण के रूप में मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड के प्रयोग पर बात की गई है।

इसके अतिरिक्त इस मॉड्यूल में इस बात पर भी जोर दिया गया है कि किस प्रकार मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड के ग्रोथ चार्ट वाले हिस्से का प्रयोग करते हुए समुदाय के बीच स्तनपान, ऊपरी आहार, स्वच्छता, साबुन से हाथ धोना, डायरिया, ओ.आर.एस. और जिंक समेत कई विषयों पर चर्चा करवाई जा सकती है।

मॉड्यूल में मुख्यतः रोल–प्ले के माध्यम से मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड के इन दोनों प्रकार के प्रयोग को समझने और सीखने की कोशिश की गई है।

### सत्र के उद्देश्य

सत्र के अंत तक प्रतिभागीः

- आपसी संचार के एक साधन के रूप में मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड का प्रभावी तरीके से प्रयोग कर सकेंगे
- सामुदायिक संवाद उपकरण के रूप में मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड का प्रयोग कर सकेंगे

### सत्र की प्रक्रिया

#### चरण 1

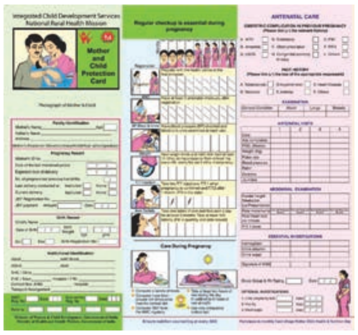
सत्र के प्रारम्भ में सभी प्रतिभागियों का स्वागत व अभिवादन करें तथा सत्र में शामिल होने के लिए उन्हें धन्यवाद दें। एक गीत के साथ सत्र का प्रारम्भ करें।

#### चरण 2

समूह को पिछले प्रशिक्षण सत्र के बारे में याद दिलाएं। पूछें कि उसमें की गई चर्चा के आधार पर क्या किसी प्रतिभागी ने कोई कदम उठाए हैं। किसी भी प्रतिभागी की अच्छी और सकारात्मक पहल के लिए उसकी सराहना करें। यदि पिछले सत्र के बारे में कोई प्रश्न हों तो उनके उत्तर दें। चर्चा को संक्षिप्त रखें। वर्तमान सत्र के विषय के बारे में बताएं।

### चरण 3

प्रतिभागियों से चर्चा करें कि उनमें से कितने लोग मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड यानी जच्चा–बच्चा कार्ड का प्रयोग करते हैं? इस पर लगभग सभी कार्यकर्ता सकारात्मक उत्तर देंगे। प्रतिभागियों के बीच कार्ड वितरित करें। उनसे पूछें कि जच्चा–बच्चा कार्ड का प्रयोग किन–किन कार्यों के लिए किया जा सकता है।



## स्वास्थ्य कार्यकर्ता द्वारा

- गर्भवती महिला तथा 3 वर्ष तक की उम्र के बच्चे के स्वास्थ्य तथा पोषण से संबंधित जानकारियों को रिकॉर्ड करने के लिए।
- गर्भवती महिला और बच्चे के स्वास्थ्य, पोषण और विकास के बारे में परिवार को जानकारी देने के लिए।
- गर्भवती तथा उसके गर्भ में स्थित बच्चे के स्वास्थ्य पर नज़र रखने के लिए।
- जन्म के बाद बच्चे की वृद्धि पर निगरानी रखने के लिए।

## परिवार के सदस्यों द्वारा

- गर्भवती महिला और बच्चे के स्वास्थ्य, पोषण और विकास से संबंधित जरूरी सन्देश या जानकारी प्राप्त करने के लिए।
- गर्भवती महिला और बच्चे के स्वास्थ्य, पोषण और विकास पर नज़र रखने के लिए।
- उक्त विषयों से संबंधित सेवाओं की जानकारी प्राप्त करने के लिए तथा उनका लाभ प्राप्त करने के लिए।
- बच्चे के विकास पर नज़र रखने के लिए।

इसके अतिरिक्त महिला समूहों द्वारा इस कार्ड का इस्तेमाल बैठकों के दौरान संचार के माध्यम के रूप में किया जा सकता है।

### चरण 4

प्रतिभागियों से कहें कि आपसी संचार के एक साधन के रूप में जच्चा–बच्चा कार्ड का इस्तेमाल किस तरह प्रभावी रूप से किया जाए, इसे हम एक रोल–प्ले द्वारा समझेंगे।

इस रोल–प्ले में सहिया गर्भवती महिला के घर जाती है। इस महिला का हाल ही में पंजीकरण हुआ है। जच्चा–बच्चा कार्ड का इस्तेमाल करते हुए सहिया महिला तथा उसकी सास को प्रसव पूर्व देखभाल के बारे में बताती है।

प्रतिभागियों को रोल–प्ले करने को कहें।

## चरण 5

रोल–प्ले के लिए आए प्रतिभागियों की सराहना करते हुए अन्य प्रतिभागियों से निम्न प्रश्न पूछें:

- क्या सहिया ने अच्छे तरीके से जच्चा–बच्चा कार्ड का प्रयोग करते हुए परिवार के साथ संचार किया? यदि नहीं तो क्या कमियां थीं? क्या और किया जाना चाहिए?
- सहिया ने सामने वाले व्यक्ति को चित्रों के बारे में समझाया, या उसे स्वयं ही चित्रों को समझने का अवसर दिया।
- क्या सहिया ने कार्ड में दिए गए संदेशों पर विस्तार से चर्चा की? क्या सहिया की तैयारी पर्याप्त थी?
- क्या इस चर्चा के दौरान स्वास्थ्य कार्यकर्ता ने आपसी संचार के तरीकों का पालन किया?

आपसी संचार के लिए जच्चा–बच्चा कार्ड का प्रयोग करते समय स्वास्थ्य कार्यकर्ता को निम्न बातों का ध्यान रखना चाहिए:

- यह जरूरी है कि कार्ड के माध्यम से परिवार को जानकारी देने से पहले स्वास्थ्य कार्यकर्ता स्वयं कार्ड को अच्छी तरह से समझ ले।
- कार्ड में केवल मुख्य सन्देश दिए गए हैं। इनसे जुड़ी विस्तृत जानकारियां तथा परिवार द्वारा पूछे जाने वाले संभावित प्रश्नों के उत्तर स्वास्थ्य कार्यकर्ता के पास होने चाहिए।
- सामने वाले व्यक्ति को चित्र दिखाकर उसे स्वयं ही चित्रों को समझने का अवसर दें। इसके बाद ही चित्रों की व्याख्या करें।
- इस प्रकार संचार करते समय आपसी संचार के सभी नियमों तथा कौशलों का इस्तेमाल करें। इसके बारे में हम पिछले सत्रों में सीख चुके हैं।
- परिवार को बताएं कि इस कार्ड को राशन कार्ड की तरह संभाल कर रखें, और जब भी सेवाओं को प्राप्त करने के लिए आएं, इस कार्ड को लेकर आएं। इससे स्वास्थ्य कार्यकर्ता या डॉक्टर को माता या बच्चे की हिस्ट्री जानने में मदद मिलती है। साथ ही स्वास्थ्य कार्यकर्ता द्वारा दी जाने वाली सेवाएं भी इसमें दर्ज हो जाती हैं।

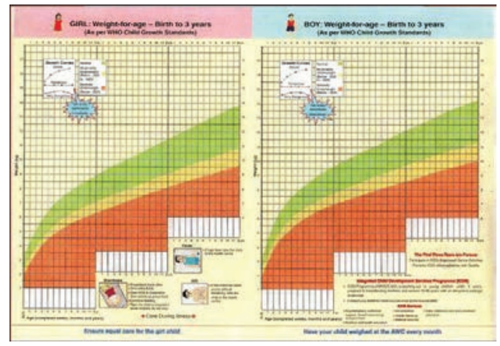
## चरण 6

प्रतिभागियों को बताएं कि मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड के वृद्धि निगरानी चार्ट यानी ग्रोथ चार्ट वाले हिस्से का इस्तेमाल समुदाय के बीच संवाद बढ़ाने के एक माध्यम यानी सामुदायिक संवाद उपकरण के तौर पर भी किया जा सकता है। इसे हम एक खेल के द्वारा अच्छी तरह से समझेंगे।

इस खेल के लिए वज़न मशीन, अलग–अलग आयु, लिंग और वज़न के बच्चों के प्रतीक के रूप में कुछ बैग, तथा मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड के ग्रोथ चार्ट वाले हिस्से का इस्तेमाल किया जाना है। नीचे दिए गए विवरण के आधार पर बैग में वज़न रखें, तथा उस पर पर्चियां भी लगा दें। यह सुनिश्चित कर लें कि प्रत्येक बैग का वज़न उस पर चिपकी पर्ची के बराबर ही हो।

- सोना / बालिका / उम्र 3 महीने / 4.1 किलो
- सूरज / बालक / उम्र 6 महीने 10 दिन / 6.4 किलो
- एंजेल / बालिका / 11 महीने / 4.8 किलो
- पूजा / बालिका / 19 महीने / 7.8 किलो
- साबिर / बालक / 25 महीने / 8.4 किलो
- दीपू / बालक / 8 महीने / 5.3 किलो

## चरण 7




प्रतिभागियों को बताएं कि हम वी.एच.एन.डी. के दौरान बच्चे के वज़न की स्थिति का रोल–प्ले करेंगे। एक प्रतिभागी को बच्चे की मां के रूप में अभिनय करना होगा। इसी प्रकार कुछ अन्य प्रतिभागी ए.एन.एम, सहिया, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता तथा वज़न करवाने आई अन्य माताओं की भूमिका निभाएंगे।

अब पहले बच्चे (बच्चे के रूप में नाम, उम्र तथा वज़न की पर्ची लगे बैग) का वज़न किया जाएगा। स्वास्थ्य कार्यकर्ता की भूमिका निभा रही कोई एक प्रतिभागी इस वज़न को मां को बताते हुए इसे ग्रोथ चार्ट पर दर्शाएगी।

ग्रोथ चार्ट को माता को दिखाते हुए यह बताना होगा कि बच्चा किस कलर क्षेत्र में है, और इस क्षेत्र में बच्चे के होने का मतलब क्या है। इसके आधार पर स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं द्वारा बच्चे के स्वास्थ्य, पोषण आदि विषयों पर माता के साथ बातचीत की जाएगी। इस चर्चा में अन्य माताओं को भी शामिल करते हुए इसे समुदाय के बीच संवाद का रूप दिया जाएगा।

इस दौरान निम्न प्रश्नों के आधार पर चर्चा की जा सकती है:

- बच्चा किस कलर क्षेत्र में है, और इस क्षेत्र में बच्चे के होने का मतलब क्या है? ऐसे में बच्चे के पोषण के लिए क्या किया जाना चाहिए।
- बच्चे को केवल स्तनपान कराया जा रहा है या नहीं? उसे मां के दूध के अलावा कोई ऊपर की चीज़ तो खाने या पीने के लिए नहीं दी जा रही?
- बच्चे को टीके समय से लगवाए जा रहे हैं या नहीं?
- बच्चे को दस्त तो नहीं हुए हैं? ऐसे में क्या किया गया? क्या होना चाहिए?
- बच्चे को कोई अन्य बीमारी तो नहीं हुई? ऐसे में परिवार ने क्या किया?
- यदि संबंधित परिवार द्वारा सही व्यवहारों का पालन किया जा रहा है, तो उसे इन व्यवहारों को जारी रखने के लिए कैसे प्रेरित किया जा सकता है?
- यदि कोई कमी है तो उसे सुधारने के लिए क्या किया जा सकता है?

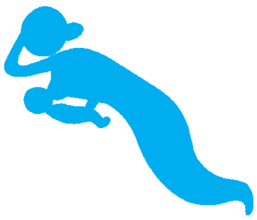
बच्चे की आयु तथा ग्रोथ चार्ट में उसकी स्थिति के आधार पर निम्न बिन्दुओं पर चर्चा की जानी चाहिए:

### 1. हर महीने बच्चे का वज़न

- हर महीने बच्चे का वज़न कराना जरूरी है। इससे बच्चे की वृद्धि का अनुमान मिलता रहता है। अगर बच्चा गंभीर रूप से कुपोषित है, तो उसे निकट के स्वास्थ्य केन्द्र/पोषण सन्दर्भ केन्द्र ले जाना चाहिए।

## 2. जन्म के एक घंटे के भीतर स्तनपान

- जन्म के एक घंटे के भीतर बच्चे को मां के स्तनों से लगाकर स्तनपान शुरू करवा देना चाहिए। बच्चे के जन्म के बाद लगभग तीन दिनों तक मां के स्तन से निकलने वाला गाढ़ा पीला दूध बच्चे के लिए सर्वोत्तम आहार है। यह कुछ बूंदों में निकलता है, लेकिन ये कुछ बूंदें ही बच्चे के पोषण के लिए पर्याप्त हैं। इस दूध में पोषण तथा बीमारियों से लड़ने वाले अंग पाए जाते हैं। बच्चे को यह दूध न देने से बच्चा कुपोषित और बीमार हो सकता है।



## 3. छः माह तक केवल स्तनपान

- छः माह की उम्र पूरी करने तक बच्चे को सिर्फ मां का दूध पिलाना चाहिए। इसके अलावा उसे खाने या पीने को कुछ भी नहीं देना चाहिए, यहां तक कि पानी भी नहीं। छः महीने की उम्र तक बच्चे की विकास संबंधी सभी जरूरतें सिर्फ मां के दूध से ही पूरी हो जाती हैं। पहले छः महीने तक सिर्फ मां का दूध पीने वाले बच्चे आमतौर पर ज्यादा स्वस्थ रहते हैं और बीमारियों से बचे रहते हैं।
- बच्चे को मां के दूध के अलावा बाहर का दूध या कोई भी और चीज़ पिलाने से बच्चे को दस्त और दूसरी बीमारियां होने का खतरा बढ़ जाता है। इससे बच्चा कुपोषित हो सकता है।

## 4. छः माह की उम्र पर ऊपरी आहार

- छः माह की उम्र तक मां का दूध बच्चे की खान–पान की सभी जरूरतें पूरी करता है, लेकिन इसके बाद सिर्फ स्तनपान से ही बच्चे की जरूरतें पूरी नहीं हो पातीं। इस वक्त उसे ऊपर का खाना देना शुरू कर देना चाहिए, नहीं तो बच्चा कुपोषण का शिकार हो सकता है।

## 5. डायरिया से कुपोषण

- डायरिया बेहद खतरनाक और जानलेवा बीमारी है। यह दुनिया भर में बच्चों की मौत का सबसे बड़ा कारण है। इससे बच्चे के शरीर में पानी, नमक और तमाम दूसरे जरूरी पोषक तत्वों की कमी हो जाती है, जो बच्चे के लिए जानलेवा भी हो सकती है।
- डायरिया होने पर बच्चे का शरीर कमजोर और कुपोषित हो जाता है; उसकी बीमारियों से लड़ने की क्षमता कम हो जाती है; और उसे किसी भी बीमारी का संक्रमण आसानी से हो जाता है। बार–बार बीमार होने से बच्चा और भी और कुपोषित तथा कमजोर होता चला जाता है।

## 6. बच्चे का सम्पूर्ण टीकाकरण

- सभी बच्चों को निर्धारित समय पर टीके लगवाने चाहिए। टीके न लगने से बच्चे को बीमारियों का संक्रमण होने की संभावना बढ़ जाती है। बीमारी से बच्चा कुपोषित हो जाता है।
- इसी प्रकार विटामिन ए का घोल दस्त सहित कई बीमारियों से बचाने में मदद करता है। छः माह के अंतराल पर बच्चे को विटामिन ए का घोल न पिलाने से भी बच्चा बीमार होकर कुपोषित हो सकता है।

### चरण 8

पहले प्रस्तुतीकरण की सराहना करते हुए इसी प्रकार अन्य बच्चों का वज़न करने को भी कहें। हर बार रोल–प्ले में अभिनय करने वाले प्रतिभागियों को बदल दें। यदि समय पर्याप्त न हो तो दो या तीन रोल–प्ले करवा कर बाकी चर्चाएं बड़े समूह में ही कर लें।

प्रतिभागियों को बताएं कि इस तरह मातृ–शिशु सुरक्षा कार्ड के ग्रोथ चार्ट वाले हिस्से का इस्तेमाल समुदाय के बीच संवाद बढ़ाने के एक माध्यम यानी सामुदायिक संवाद उपकरण के तौर पर भी किया जा सकता है। बच्चे के स्तनपान, ऊपरी आहार, स्वच्छता, साबुन से हाथ धोना, डायरिया और जिंक समेत कई विषयों पर समुदाय के बीच खुलकर चर्चा हो सकती है। लेकिन इस दौरान यह ध्यान रखना चाहिए कि कम वज़न वाले बच्चे की माता या परिवार के सदस्यों को इसमें कुछ बुरा न लगे।

### चरण 9

सत्र से जुड़ी अन्य महत्वपूर्ण बातों को प्रतिभागियों को बताएं व सत्र का समापन करें:

- जच्चा–बच्चा कार्ड के कई प्रयोग हैं। गर्भवती महिला तथा 3 वर्ष तक की उम्र के बच्चे के स्वास्थ्य तथा पोषण से संबंधित जानकारियों को रिकॉर्ड करने के अलावा इसका इस्तेमाल परिवार को सही सन्देश देने तथा माता और बच्चे के स्वास्थ्य की निगरानी के लिए भी किया जाता है।
- आपसी संचार के एक साधन के रूप में भी जच्चा–बच्चा कार्ड का इस्तेमाल प्रभावी रूप से किया जा सकता है।
- बच्चे के स्तनपान, ऊपरी आहार, स्वच्छता, साबुन से हाथ धोना, डायरिया, ओ.आर.एस. और जिंक समेत कई विषयों पर समुदाय के बीच चर्चा कराने के लिए भी इसका प्रयोग प्रभावशाली तरीके से किया जा सकता है।

## नोट्स

## नोट्स