अनीमिया मुक्त भारत

कार्यक्रम

एक संक्षिप्त परिचय

अनीमिया मुक्त भारत

अनीमिया मुक्त बिहार, समृद्ध बिहार

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

राज्य स्वास्थ्य समिति, बिहार
स्वास्थ्य विभाग, बिहार सरकार

अनीमिया मुक्त भारत

अनीमिया मुक्त बिहार, समृद्ध बिहार

राज्य स्वास्थ्य समिति, बिहार
स्वास्थ्य विभाग, बिहार सरकार

राष्ट्रीय टीकाकरण सारणी

चिन्हित राज्यों / जिलों में*

खाने में लें
आयरन युक्त
एवं
विटामिन–सी युक्त
आहार
अनुपूरण
लौह तत्व
(आई.एफ.ए.)
की गोली का
नियमित सेवन
प्रति सप्ताह
1 गुलाबी गोली
प्रति सप्ताह
1 नीली गोली
1 एम.एल. सिरप
सप्ताह में दो बार
प्रति सप्ताह
1 लाल गोली
कृमिनाशक
अल्बेंडाजोल
की गोली का
सेवन
12 से 24 माह : आधी गोली
वर्ष में दो बार
1 गोली
वर्ष में दो बार
खाने के बाद न लें
PAN MASALA

विषय सूची

1. अनीमिया **क्या** है? 1
2. अनीमिया के विकसित होने के **कारण** 2
3. अनीमिया से प्रभावित व्यक्ति के **लक्षण** 3
4. अनीमिया के **परिणाम** 4
5. अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम अन्तर्गत **लक्ष्य समूह एवं खुराक** 5
6. अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम के क्रियान्वयन में **स्वास्थ्य विभाग** की जिम्मेदारियाँ 6
7. अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम के क्रियान्वयन में **शिक्षा विभाग** की जिम्मेदारियाँ 8
8. अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम के क्रियान्वयन में **आई0सी0डी0एस0** की जिम्मेदारियाँ 10
9. अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम अन्तर्गत आई0एफ0ए0 सिरप/गोली की **मांग एवं आपूर्ति श्रृंखला प्रबंधन** 12
10. आयरन फॉलिक एसिड गोली/सिरप की **आपूर्ति अनुमान गणना** 13
11. अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम अन्तर्गत **रिर्पोट संकलन एवं प्रतिवेदन प्रक्रिया** 15
12. आई0एफ0ए0 की गोली के साथ–साथ **आयरन की प्रचुरता वाले संतुलित आहार** का सेवन 16

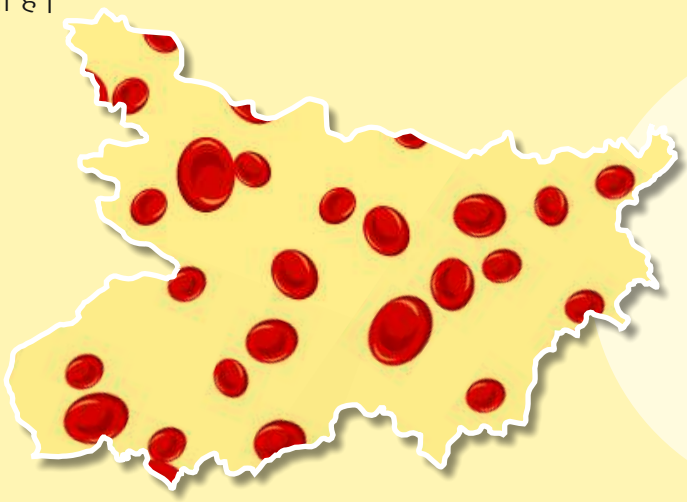
अनीमिया मुक्त भारत

अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम

एक संक्षिप्त परिचय

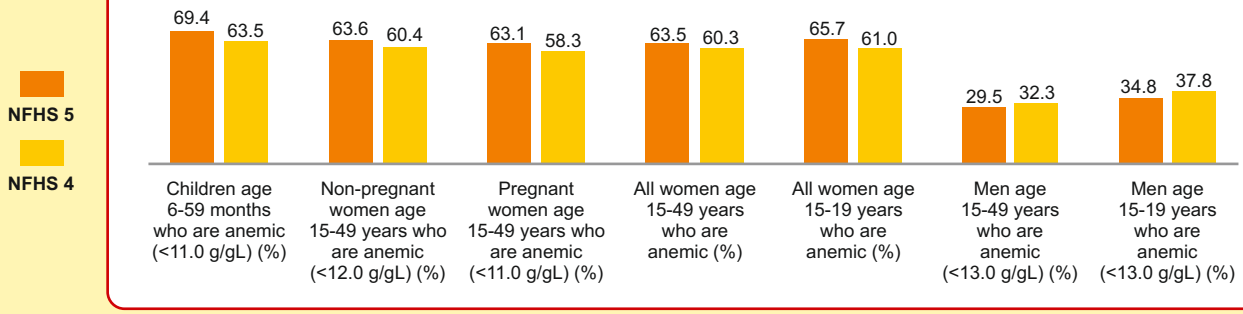
अनीमिया क्या है?

आयरन एक सूक्ष्म पोषक तत्व है, जो शरीर में विशेष तत्व हीमोग्लोबिन के निर्माण में योगदान देता है। आहार में आयरन की कमी के कारण रक्त में हीमोग्लोबिन की मात्रा घट जाती है। जिससे शरीर के विभिन्न अंगों को ऑक्सीजन की आपूर्ति कम हो जाती है। ऐसी स्थिति को रक्त अल्पता या अनीमिया कहते है। अतः अनीमिया एक गंभीर स्वास्थ्य समस्या है जो शारीरिक एवं मानसिक क्षमता को प्रभावित करती है।



बिहार की आधी से अधिक जनसंख्या अनीमिया से पीड़ित है।

Anemia Status as per National Family Health Survey in Bihar



आयु वर्ग	अनीमिया नहीं (ग्राम/डीएल)	हल्का अनीमिया (ग्राम/डीएल)	मध्यम अनीमिया (ग्राम/डीएल)	गंभीर अनीमिया (ग्राम/डीएल)
6-59 महीने की उम्र के बच्चे	≥ 11.0	10-10.9	7.0-9.9	<7.0
5-11 वर्ष की आयु के बच्चे	≥ 11.5	11.0-11.4	8.0-10.9	<8.0
12-14 वर्ष की आयु के बच्चे	≥ 12.0	11.0-11.9	8.0-10.9	<8.0
गैर-गर्भवती महिलाएं (15 वर्ष और उससे अधिक)	≥ 12.0	11.0-11.9	8.0-10.9	<8.0
गर्भवती महिलाएं	≥ 11.0	10.0-10.9	7.0-9.9	<7.0
पुरुष (15 वर्ष और अधिक आयु)	≥ 13.0	11.0-12.9	8.0-10.9	<8.0

स्रोत : (डब्ल्यूएचओ, 2011)

अनीमिया के विकसित होने के कारण

अनीमिया कई प्रकार का होता है। यह पोषण से संबंधित हो सकता है या पोषण से इसका संबंध नहीं भी हो सकता है (अधिक / गंभीर रक्त स्त्राव, संक्रमण, अनुवांशिक रोग अथवा कैंसर)। खासतौर से बिहार में कुपोषण जनित अनीमिया सामान्य रूप से पाया जाता है।

क. कुपोषण जनित अनीमिया अथवा आयरन की कमी से होने वाली अनीमिया के प्रमुख कारण

भोजन में कम आयरन लेने के कारण शरीर में आयरन की कमी से कुपोषण जनित अनीमिया (आयरन की कमी से होने वाली अनीमिया) होती है। इसके प्रमुख कारण निम्न हैं :

- आयरन की प्रचुरता वाले आहार कम लेना या नहीं लेना।
- परिवार में लिंग भेद के कारण पर्याप्त और उपयुक्त भोजन न मिल पाना।
- आयरन की जैव–उपलब्धता की कमीः आमतौर से भारतीय और बिहारी भोजन में हरी शाक–सब्जियों का अभाव होता है। भोजन में नींबू वर्ग के फल (विटामिन सी आधारित फल) के सेवन का प्रचलन नहीं होने के कारण शरीर में आयरन अवशोषण बढ़ानेवाला कारक जैसे विटामिन सी की कमी हो जाती है। इसके कारण जैविक रूप से कम आयरन की आपूर्ति हो पाती हैं।
- भोजन में स्वभाविक रूप से फॉलिक एसिड, विटामिन सी और विटामिन B12 की कमी।

ख. गैर–पोषण कारण जनित अनीमिया के प्रमुख कारण

1. किशोरावस्था में शरीर में आयरन की आवश्यकता का एकाएक बढ़ जाना।
2. पेट में कृमि होना।
3. थैलेसेमिया
4. मलेरिया
5. पानी में फ्लोराइड की मात्रा अधिक होने से फलोरोसिस रोग होना।
6. कम उम्र में विवाह और जल्दी गर्भधारण

किशोरावस्था में गर्भधारण से किशोरियों के शारीरिक और मनोवैज्ञानिक रूप से अपरिपक्व शरीर पर अधिक दबाव पड़ता है। परिणामस्वरूप, अनीमिया, मातृ मृत्यु दर, प्रसव अवस्था की समस्याएँ और कम वजन के शिशु के जन्म की आशंका अधिक हो जाती है।

अनीमिया से प्रभावित व्यक्ति के लक्षण

अनीमिया से पीड़ित होने की संपुष्टि खून में हीमोग्लोबिन के स्तर की जाँच के आधार पर ही की जा सकती है। फिर भी निम्नलिखित लक्षणों के आधार पर अनीमिया की पहचान की जा सकती है

अनीमिया के सूचक

निचले पालपेब्रल कंजक्टिवा का पीलापन

पीली त्वचा

कोइलोनीकिया

हाथों का पीलापन

जीभ की सूजन

अनीमिया के लक्षण

जल्दी थक जाना व सांस फूलना

पढ़ाई, खेल व अन्य कार्यों में मन नहीं लगना

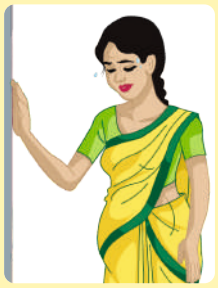
सुस्ती व नींद आते रहना

जल्दी-जल्दी बीमार पड़ना

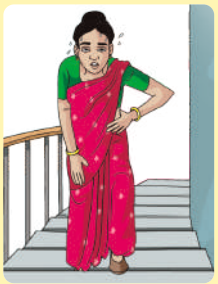
भूख न लगना

अनीमिया के परिणाम

- गर्भावस्था के दौरान अनीमिया अनुचित मातृ स्वास्थ्य एवं प्रजनन के दुष्परिणामों से जुड़ा हुआ है, जैसे– समय से पहले बच्चे का जन्म, जन्म के समय बच्चे का कम वजन, मातृ एवं नवजात मृत्यु शामिल है। पहली या दूसरी तिमाही में गर्भावस्था के दौरान अनीमिया होने से यह खतरे और भी बढ़ जाते हैं।
- प्रसवोत्तर अनीमिया जीवन की गुणवत्ता में कमी के साथ जुड़ा हुआ है, जिसमें थकान, सांस फूलना, घबराहट और संक्रमण शामिल हैं।
- कई अध्ययनों में यह पाया गया है कि आयरन की कमी के कारण से बच्चों में शारीरिक एवं मानसिक विकास प्रभावित होता है। आयरन की कमी से मस्तिष्क की संरचना में परिवर्तन होता है, जो आयरन के उपचार के बाद भी अपरिवर्तनीय रहता है, खासकर अगर यह कमी शैशवावस्था के दौरान होती है जब शरीर में तंत्रिकाओं एवं मस्तिष्क का विकास हो रहा होता है।
- आयरन की कमी से होने वाली अनीमिया हमारे शारीरिक प्रदर्शन को प्रभावित करता है, साथ-साथ ऊतकों तक ऑक्सीजन ले जाने के लिए लाल कोशिकाओं की क्षमता भी प्रभावित होती है। लाल कोशिकाओं की ऑक्सीजन ले जाने की क्षमता में कमी ऊतकों में एरोबिक (शारीरिक व्यायाम का एक रूप) क्षमता को कम करती है।
- वयस्कों में कार्य उत्पादकता और बच्चों में संज्ञानात्मक विकास पर अनीमिया के प्रभावों के कारण, कम उत्पादकता या बाधित संज्ञानात्मक विकास से आय या मजदूरी के नुकसान के सम्बन्ध में अनीमिया के आर्थिक प्रभावों को मापने का प्रयास किया गया है।

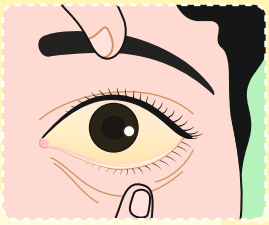


काम में मन न लगना

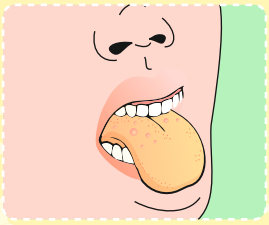


सांस फूलना

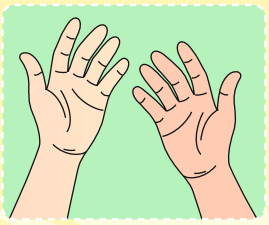
कमज़ोरी महसूस करना



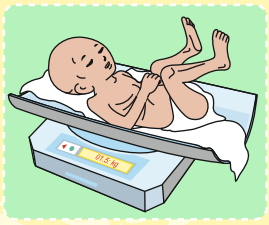
आँखों की लालिमा खोना



जीभ की लालिमा खोना



हाथों की लालिमा खोना



कम वज़न वाला नवजात शिशु

अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम अन्तर्गत लक्ष्य समूह एवं आई.एफ.ए. खुराक

बच्चों, युवाओं और आगामी पीढ़ी के स्वास्थ्य को सुनिश्चित करने के लिए एवं अनीमिया जैसी जटिल बीमारी को दूर करने के लिए स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम की शुरूआत की गई है।

आयु समूह	आई०एफ०ए० खुराक	सेवा प्रदाता
06–59 माह के शिशु	1 एम०एल० आई०एफ०ए० सिरप (20 मि०ग्रा० एलिमेंटल आयरन और 100 माइक्रोग्राम फॉलिक एसिड) सप्ताह में दो बार	• बच्चों को सप्ताह में दो खुराक देने हेतु **आशा के द्वारा गृह भ्रमण** के दौरान बच्चे के माता को आई०एफ०ए० सिरप की बोतल उपलब्ध कराना • बुधवार एवं शनिवार : आटो डिस्पेन्सर के द्वारा • अन्नप्राशन दिवस के दिन **आँगनवाड़ी केन्द्र पर आशा के द्वारा** बच्चों की माताओं को आई०एफ०ए० सिरप की बोतल उपलब्ध कराया जाना
05–09 वर्ष (विद्यालय में कक्षा 1 से 5)	प्रति सप्ताह 1 आई०एफ०ए० की गुलाबी गोली (45 मि०ग्रा० एलिमेंटल आयरन एवं 400 माईक्रोग्राम फॉलिक एसिड) प्रत्येक बुधवार को	• विद्यालय में **शिक्षकों के माध्यम** से प्रत्येक बुधवार को मध्याह्न भोजन के बाद आई०एफ०ए० गोली का अनुपूरण। • विद्यालय नहीं जाने वाले बच्चों (लड़के एवं लड़कियॉ) को **आशा द्वारा** सप्ताह में एक बार बुधवार को गृह भ्रमण के दौरान अनुपूरण
10–19 वर्ष के विद्यालय जाने वाले किशोर/किशोरियाँ (विद्यालय में कक्षा 6 से 12) एवं 10–19 वर्ष की विद्यालय नहीं जाने वाली किशोरियाँ	प्रति सप्ताह 1 आई०एफ०ए० की नीली गोली (60 मि०ग्रा० एलिमेंटल आयरन एवं 500 माईक्रोग्राम फॉलिक एसिड) प्रत्येक बुधवार को	• विद्यालय में **शिक्षकों के माध्यम से** प्रत्येक बुधवार को मीड–डे–मील/भोजन के एक घण्टे के बाद आई०एफ०ए० गोली का अनुपूरण • विद्यालय नहीं जाने वाली किशोरियों को **आँगनवाड़ी सेविका द्वारा** प्रत्येक बुधवार को अनुपूरण
प्रजनन उम्र की महिलाएँ (20–24 वर्ष)	प्रति सप्ताह 1 आई०एफ०ए० की लाल गोली (60 मि०ग्रा० एलिमेंटल आयरन एवं 500 माईक्रोग्राम फॉलिक एसिड)	• वी०एच०एस०एन०डी०/नियमित टीकाकरण दिवस पर **ए०एन०एम०/आशा द्वारा**
गर्भवती और दूध पिलाती माता (0–6 माह का शिशु)	गभावस्था के दौरान चौथे माह के प्रारंभ से एवं प्रसव के उपरांत अगले 180 दिनों तक रोजाना 1 आई०एफ०ए० की लाल गोली का सेवन (60 मि०ग्रा० एलिमेंटल आयरन एवं 500 माईक्रोग्राम फॉलिक एसिड)	• गर्भवती महिलाओं को वी०एच०एस०एन०डी०/ए०एन०सी०/ पी०एम०एस०एम०ए० एवं धात्री माताओं को वी०एच०एस०एन०डी० के दौरान **ए०एन०एम० द्वारा**

नोट : * गंभीर कमजोरी, बुखार, गंभीर दस्त, न्यूमोनिया आदि, अति गंभीर कुपोषण एवं हिमोगलोबिनोपैथी में आई०एफ०ए० की गोली देना मना है।

** ग्रीष्म/शीत काल के अवकाश के अवधि के अनुसार शिक्षकों द्वारा बच्चों/किशोर/किशोरियॉं को सप्ताह के अनुसार आई०एफ०ए० की गोली दी जायेगी ताकि विद्यार्थी अवकाश में भी सप्ताहिक आई०एफ०ए० की गोली का सेवन करते रहें।

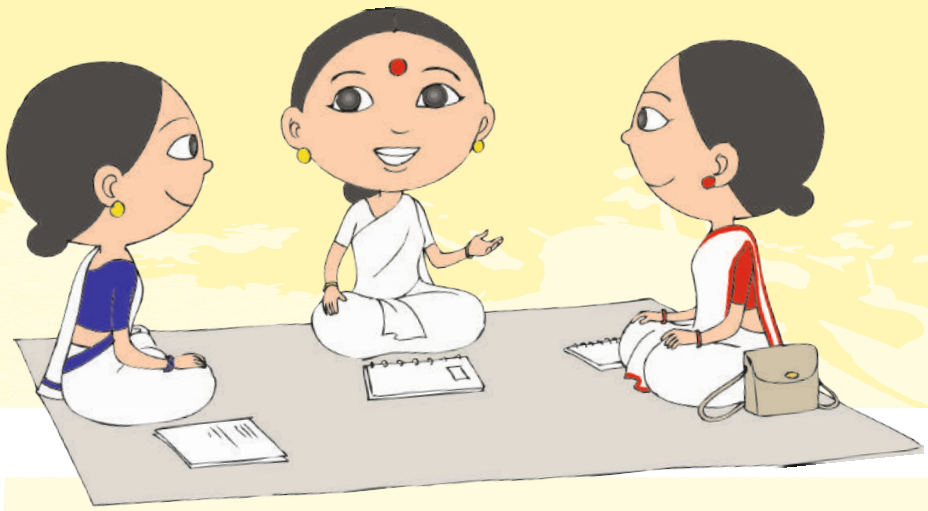
अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम के क्रियान्वयन में स्वास्थ्य विभाग की जिम्मेदारियाँ

आशा की जिम्मेदारियाँ

- बच्चों को माताओं द्वारा खुराक देने हेतु आशा प्रेरित करेंगी साथ ही आई०एफ०ए० सिरप की बोतल आशा अन्नप्राशन दिवस अथवा गृह भ्रमण के दौरान माताओं को देगी। माताओं द्वारा ही अपने बच्चों के लिए आई०एफ०ए० सिरप की बोतल रखा जाना है।
- 5-9 वर्ष, विद्यालय नहीं जाने वाले बच्चों को आशा द्वारा सप्ताह में एक बार गृह भ्रमण के दौरान 1 आई०एफ०ए० की गुलाबी गोली दिया जायेगा।
- गृह भ्रमण के दौरान आशा यह सुनिश्चित करेगी कि गर्भवती महिलाओं, स्तनपान कराने वाली माताओं, 6-59 महीने के बच्चों को खुराक के अनुसार आई०एफ०ए० गोली/सिरप ले रहे है साथ ही अनीमिया के रोक-थाम के लिए पौष्टिक आहार की जानकारी भी समुदाय में देगी ।
- आशा प्रत्येक माह मासिक प्रगति प्रतिवेदन आशा फैसिलिटेटर को उपलब्ध करायेंगी।

ए.एन.एम. की जिम्मेदारियाँ

- वी०एच०एस०एन०डी०/नियमित टीकाकरण दिवस पर ए०एन०एम० द्वारा प्रजनन उम्र की महिलाओं (20–24वर्ष) को प्रति सप्ताह 1 आई०एफ०ए० की लाल गोली दी जायेगी।
- ए०एन०एम० द्वारा गर्भावस्था के दौरान चौथे माह के प्रारंभ से एवं प्रसव के उपरांत अगले 180 दिनों तक रोजाना एक लाल आई०एफ०ए० की गोली के सेवन हेतु गर्भवती महिलाओं को वी०एच०एस०एन०डी०/ए०एन०सी०/पी०एम०एस०एम०ए० एवं धात्री माताओं को वी०एच०एस०एन०डी० पर दी जायेगी।
- ए०एन०एम० द्वारा वी०एच०एस०एन०डी० पर अनीमिया की जाँच कर मध्यम एवं गंभीर अनीमिया वाली महिलाओं को संबंधित स्वास्थ्य केन्द्रों अथवा जिला अस्पतालों पर रेफर करेगी।
- ए०एन०एम० प्रत्येक माह मासिक प्रगति प्रतिवेदन संबंधित प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र को उपलब्ध करायेंगी।



प्रखंड भंडारपाल की जिम्मेदारियाँ

- प्रखंड स्तर पर आई०एफ०ए० सिरप / गोली की कुल आवश्यकता का आकलन करने के बाद BMSICL के DVDMS पोर्टल पर हर त्रैमासिक के प्रथम माह के 1-10 तिथि के बीच अधियाचना (Indent) किया जाएगा।
- वितरण की व्यवस्था स्थापित करना और प्रखंड शिक्षा एवं आई०सी०डी०एस० कार्यालयों (भण्डारगृहों) को आई०एफ०ए० की निर्बाध आपूर्ति सुनिश्चित करना।

प्रखंड सामुदायिक उत्प्रेरक (BCM) की जिम्मेदारियाँ

- प्रत्येक माह प्रखंड शिक्षा एवं बाल विकास परियोजना कार्यालय एवं आशा फैसिलिटेटर से रिपोर्ट प्राप्त कर संकलन करना ।
- प्रखंड अनुश्रवण अधिकारी द्वारा HMIS पर इसकी प्रविष्टि सुनिश्चित करना ।
- आई०एफ०ए० की निरंतर एवं निर्बाध आपूर्ति हेतु समय से मांग प्रस्तुत करना।

प्रभारी चिकित्सा पदाधिकारी (MOIC) की जिम्मेदारियाँ

- कार्यक्रम के नोडल पदाधिकारी के रूप में कार्य करेंगे।
- प्रखंड स्तर के मासिक प्रगति प्रतिवेदन की समीक्षा करेंगे, समीक्षा कर कार्यक्रम को प्रखंड स्तर पर सुदृढ़ बनायेंगे।
- आई०सी०डी०एस० एवं शिक्षा विभागों के साथ समन्वय सशक्त करना तथा त्रैमासिक बैठक का आयोजन करना।

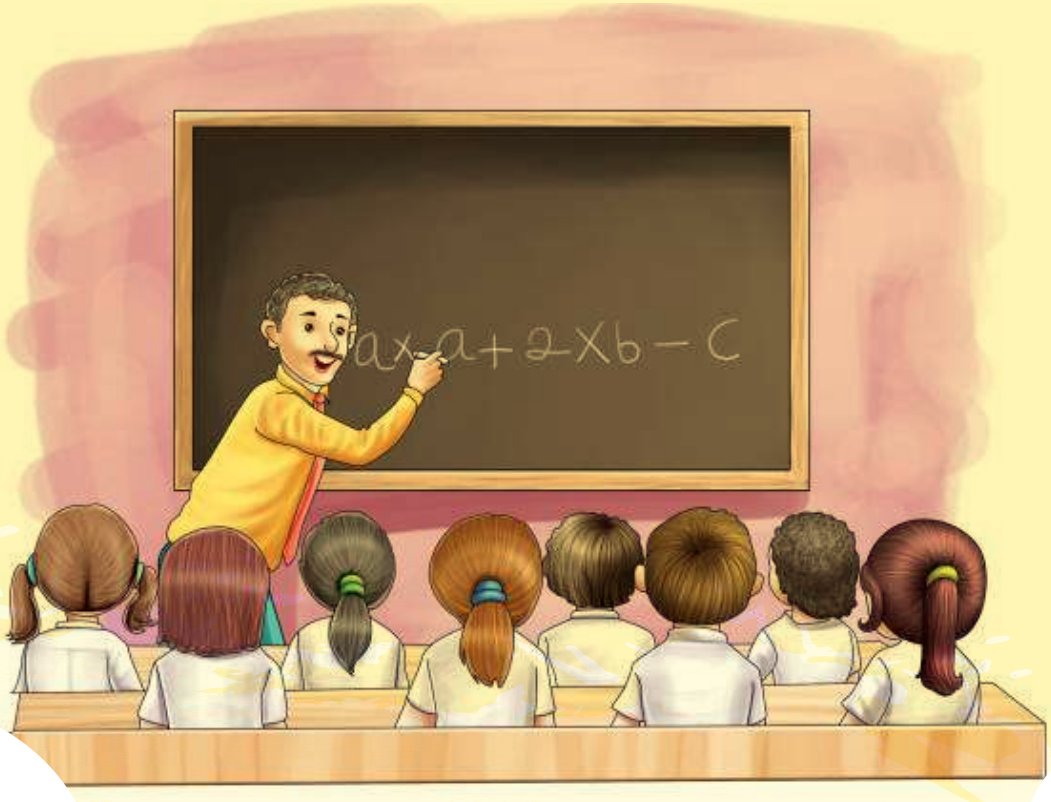
जिला स्तरीय पदाधिकारियों की जिम्मेदारियाँ

- जिला स्तर पर आई०एफ०ए० क्रय कर सभी प्रखंड / प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों को भेजा जाना।
- जिला स्तर पर जिला पदाधिकारी की अध्यक्षता में आहूत विभागीय मासिक बैठक में अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम को एजेंडा में शामिल कर प्रगति की अद्यतन स्थिति की समीक्षा किया जाना।
- कार्यक्रम के सफलतापूर्वक संचालन हेतु शिक्षा एवं आई०सी०डी०एस० विभाग के साथ त्रैमासिक समन्वय बैठक का आयोजन करना।
- प्रशिक्षणों को सुगम बनाना तथा ज़िला एवं प्रखंड स्तरीय प्रशिक्षणों की पूर्णता सुनिश्चित करना।
- आई०ई०सी० सामग्री की आपूर्ति एवं प्रदर्शन को सुनिश्चित करना।

अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम के क्रियान्वयन में शिक्षा विभाग की जिम्मेदारियाँ

शिक्षक/शिक्षिकाओं की जिम्मेदारियाँ

- नोडल शिक्षक / शिक्षिका द्वारा प्रत्येक त्रैमासिक स्तर पर विद्यालय में नांमाकित बच्चों की संख्या (कक्षा 1 से 5 के लिए गुलाबी गोली एवं कक्षा 6 से 12 के लिए नीली गोली) के अनुसार आयरन फॉलिक एसिड गोली की मांग पत्र प्रखण्ड शिक्षा पदाधिकारी कार्यालय को उपलब्ध कराना।
- नोडल शिक्षक / शिक्षिकाओं द्वारा विद्यालय में पंजीकृत कक्षा 1 से 12 के सभी बच्चों, किशोर / किशोरियों द्वारा सप्ताह में नियत दिन बुधवार को मध्याह्न भोजन के बाद अपने पर्यवेक्षण में आयरन फॉलिक एसिड अनुपूरण का सेवन सुनिश्चित करेंगे।
- शिक्षकों द्वारा बच्चों, किशोर / किशोरियों का अनीमिया के लक्षण की पहचान करके आयरन युक्त खाद्य प्रदार्थो के सेवन हेतु उचित परामर्श देना।
- विद्यालय में चेतना सत्र के दौरान प्रत्येक बुधवार को पोषण एवं स्वास्थ्य शिक्षा सत्र का आयोजन सुनिश्चित करना।
- नोडल शिक्षक द्वारा विद्यालय स्तर पर निर्दिष्ट प्रपत्र में आई०एफ०ए० गोली की खपत का रिकार्ड रखने के साथ-साथ प्रत्येक माह का मासिक प्रगति प्रतिवेदन प्रखंड शिक्षा पदाधिकारी को उपलब्ध कराना।



प्रखण्ड स्तरीय पदाधिकारियों की जिम्मेदारियाँ –

- प्रखण्ड शिक्षा पदाधिकारी द्वारा प्रखण्ड के सभी विद्यालयों हेतु कक्षा 1 से 5 के लिए गुलाबी एवं कक्षा 6 से 12 के लिए नीली आयरन फॉलिक एसिड गोली की मांग पत्र संबंधित प्रभारी चिकित्सा पदाधिकारी को त्रैमासिक स्तर पर उपलब्ध करायेगें। साथ ही उसकी एक प्रति जिला शिक्षा पदाधिकारी/डी.पी.ओ (समग्र शिक्षा) को प्रेषित करेगें।
- प्रखंड स्तरीय मासिक प्रगति प्रतिवेदन, प्रत्येक माह पांचवी तारीख को संबंधित प्रभारी चिकित्सा पदाधिकारी को उपलब्ध कराने के साथ ही उसकी एक प्रति जिला शिक्षा पदाधिकारी/डी.पी.ओ (समग्र शिक्षा) को उपलब्ध करायेगें।
- प्रत्येक माह प्रधानाध्यापक की बैठक में कार्यक्रम के प्रगति एवं प्रतिवेदन की समीक्षा सुनिश्चित करना।
- विद्यालय में आई०ई०सी० सामग्री का प्रदर्शन तथा विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से जागरूकता लाना।
- प्रखण्ड स्तर एवं विद्यालय स्तर पर आई०एफ०ए० गोली वितरण प्रबंधन की व्यवस्था स्थापित करना और स्कूलों को आई०एफ०ए० की निर्बाध आपूर्ति सुनिश्चित कराना।

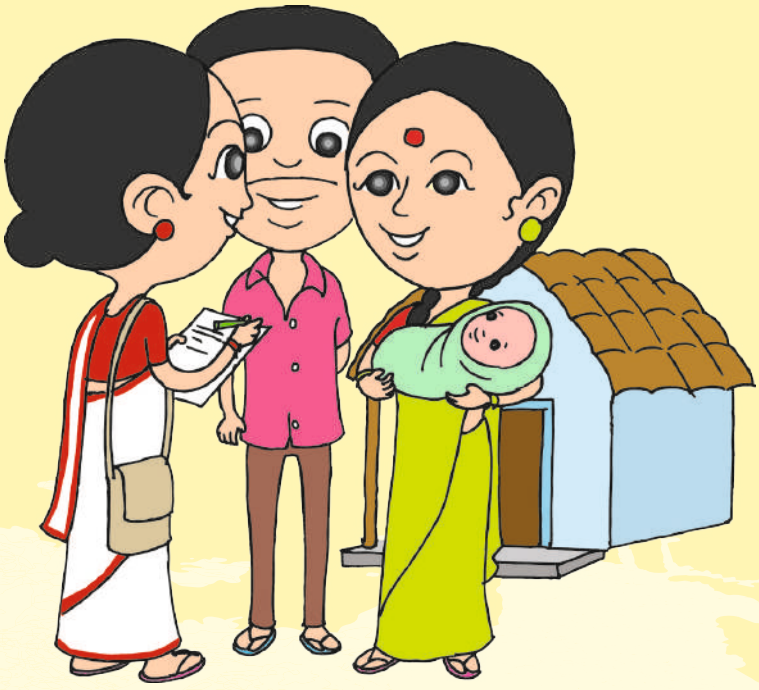
जिला स्तरीय पदाधिकारियों की जिम्मेदारियाँ

- जिला स्तर पर आई०एफ०ए० की कुल आवश्यकता अनुसार माँग पत्र एवं मासिक प्रतिवेदन का जिला शिक्षा पदाधिकारी/डी.पी.ओ (समग्र शिक्षा) द्वारा प्रखण्डवार समीक्षा करना।
- जिला स्तर पर जिला पदाधिकारी की अध्यक्षता में आहूत विभागीय मासिक बैठक में अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम को एजेंडा में शामिल कर आई०एफ०ए० वितरण एवं प्रगति प्रतिवेदन की अद्यतन स्थिति की समीक्षा किया जाना।
- जिला स्तर एवं प्रखण्ड स्तर से कार्यक्रम की सफल क्रियान्वयन हेतु प्रत्येक बुधवार को अनुश्रवण रोस्टर विकसित करना।

अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम के क्रियान्वयन में आई०सी०डी०एस० विभाग की जिम्मेदारियाँ

आँगनवाड़ी सेविका की जिम्मेदारियाँ

- आँगनवाड़ी सेविका द्वारा प्रत्येक बुधवार को साप्ताहिक आयरन फॉलिक एसिड अनुपूरण हेतु पोषक क्षेत्र के विद्यालय त्यागी/विद्यालय नहीं जाने वाली किशोरियों को आँगनवाड़ी केन्द्र पर आकर आई०एफ०ए० की गोली प्राप्त करने के लिए जागरूक किया जाना।
- आँगनवाड़ी केन्द्र स्तर का मासिक प्रगति प्रतिवेदन महिला पर्यवेक्षिका /बाल विकास परियोजना पदाधिकरी को उपलब्ध कराना।
- आँगनवाड़ी सेविका द्वारा अन्नप्राशन दिवस के दिन 6 माह से 5 वर्ष तक के बच्चों को आयरन सिरप वितरण एवं माताओं को परामर्श में आशा को सहयोग प्रदान करना।
- गृह भ्रमण के दौरान आँगनवाड़ी सेविका 6 माह से 5 वर्ष तक के बच्चों में आयरन सिरप अनुपूरण एवं दिये गये खुराक की संख्या अनुपूरण कार्ड में उल्लेखित है अथवा नहीं इसकी निगरानी करेंगी।
- सेविका द्वारा प्रत्येक वर्ष विद्यालय नहीं जाने वाली 10 से 19 वर्ष की किशोरियों की सूची का अद्यतन किया जाना।



परियोजना स्तरीय अधिकारियों की जिम्मेदारियाँ

- बाल विकास परियोजना पदाधिकारी द्वारा सभी आँगनवाड़ी से प्राप्त विद्यालय नहीं जाने वाली 10 से 19 वर्ष की किशोरियों की संख्या को संकलित कर आई०एफ०ए० गोली की मांग पत्र त्रैमासिक स्तर पर संबंधित प्रभारी चिकित्सा पदाधिकारी को उपलब्ध कराना एवं उसकी एक प्रति जिला प्रोग्राम पदाधिकारी को प्रेषित करना।
- बाल विकास परियोजना पदाधिकारी द्वारा आँगनवाड़ी केन्द्रों पर आई०एफ०ए० की निर्बाध आपूर्ति, भंडारण और वितरण की प्रणाली की व्यवस्था सुनिश्चित करना।
- परियोजना स्तर का मासिक प्रगति प्रतिवेदन, संबंधित प्रभारी चिकित्सा पदाधिकारी को उपलब्ध कराने के साथ ही उसकी एक प्रति जिला प्रोग्राम पदाधिकारी को उपलब्ध कराना।
- आँगनवाड़ी केन्द्रों और गाँवों में आई०ई०सी० सामग्री का प्रदर्शन तथा विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से जागरूकता लाना।
- परियोजना पदाधिकारी द्वारा प्रत्येक वर्ष विद्यालय नहीं जाने वाली 10 से 19 वर्ष की किशोरियों की सूची सभी आँगनवाड़ी केन्द्रों के माध्यम से अद्यतन कराया जाना।
- अन्नप्राशन दिवस के दिन आँगनवाड़ी केन्द्रों पर स्वास्थ्य विभाग से समन्वय स्थापित कर आयरन सिरप के साथ आशा की उपस्थिति सुनिश्चित कराना एवं महिला पर्यवेक्षिका द्वारा अनुश्रवण सुनिश्चित करना।

जिला स्तरीय अधिकारियों की जिम्मेदारियाँ

- जिला प्रोग्राम पदाधिकारी द्वारा प्रत्येक माह परियोजना से प्राप्त मांग पत्र एवं मासिक प्रगति प्रतिवेदन की समीक्षा किया जाना।
- जिला स्तर पर जिला पदाधिकारी की अध्यक्षता में आहूत विभागीय मासिक बैठक में अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम को एजेंडा में शामिल कर प्रगति की अद्यतन स्थिति की समीक्षा किया जाना।
- कार्यक्रम के सफलतापूर्वक संचालन हेतु शिक्षा एवं स्वास्थ्य विभाग, के साथ त्रैमासिक समन्वय बैठक में भाग लेना।
- कार्यक्रम की क्रियान्वन हेतु जिला स्तर एवं परियोजना स्तर पर अनुश्रवण रोस्टर को विकसित करना।

अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम अन्तर्गत आई.एफ.ए. सिरप/गोली की मांग एवं आपूर्ति श्रृंखला प्रबंधन

आई.एफ.ए. की खरीद के लिए मांगपत्र प्रबंधन प्रणाली

शिक्षा विभाग

स्कूल द्वारा कक्षा 1 से 5 में नामांकित छात्रों के अनुरूप गुलाबी गोली तथा कक्षा 6 से 12 में नामांकित छात्रों के अनुरूप गुलाबी तथा नीले रंग की गोली की मांग की जाएगी।

गुलाबी तथा नीली गोली के लिए बी.आर.सी. पर संकलित कर और प्रखण्ड पी.एच.सी. अग्रेसित की जाएगी

स्वास्थ्य विभाग

प्रखण्ड स्तरीय पी.एच.सी. शिक्षा एवं आई.सी.डी.एस. द्वारा मांग की गई गोलियों तथा आवश्यकता अनुसार सिरप और लाल आई.एफ.ए. की संख्या को संकलित करेंगे

DVDMS Portal @ BMSICL

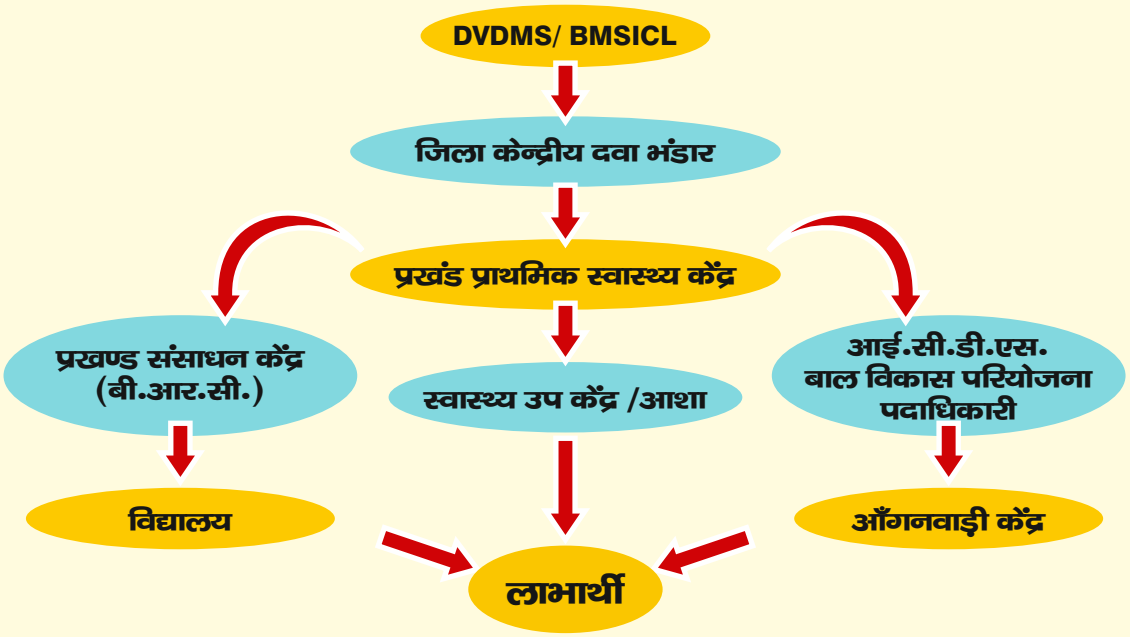
बाल विकास परियोजना कार्यालय

स्कूल न जाने वाली छात्राओं के लिए महिला पर्यवेक्षक के माध्यम से आँगनवाड़ी कार्यकर्ता द्वारा आई.एफ.ए की नीली गोली की मांग

स्कूल न जाने वाली छात्राओं के लिए आँगनवाड़ी केंद्र से प्राप्त मांग को सी.डी.पी.ओ. कार्यालय में संकलित कर और प्रखण्ड पी.एच.सी. अग्रेसित की जाएगी।

मांगपत्र प्रक्रिया : DVDMS पोर्टल पर हर तिमाही

आपूर्ति श्रृंखला



आयरन फॉलिक एसिड गोली/सिरप की आपूर्ति अनुमान गणना

विद्यालयों में आई.एफ.ए. की आपूर्ति एवं वितरण के चरण

विद्यालय स्तर पर

- प्रत्येक विद्यालय से दो नोडल शिक्षक आई०एफ०ए० की वार्षिक आवश्यकता का आंकलन करेंगे।
- वार्षिक आई०एफ०ए० की आपूर्ति आवश्यकता का आंकलन इस प्रकार किया जाना है :

कक्षा 1 से कक्षा 5 तक के बच्चों के लिए वार्षिक आई०एफ०ए० की आवश्यकता

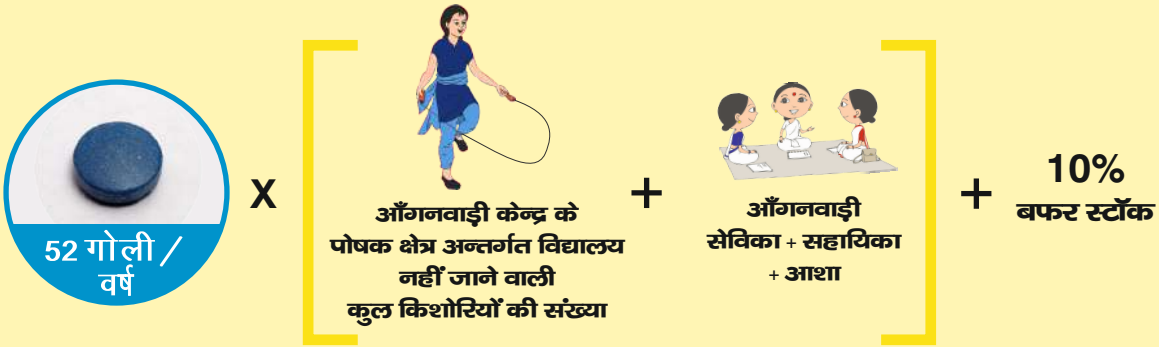
कक्षा 6 से कक्षा 12 तक के बच्चों के लिए वार्षिक आई०एफ०ए० की आवश्यकता

- विद्यालय स्तर पर शिक्षकों और छात्रों के लिए आई०एफ०ए० की आपूर्ति आवश्यकता का आंकलन करने के पश्चात विद्यालय द्वारा त्रैमासिक/अर्द्धवार्षिक मांग प्रखण्ड शिक्षा पदाधिकारी के पास अग्रसारित किया जाएगा।
- प्रखण्ड शिक्षा पदाधिकारी द्वारा प्रखण्ड के सभी विद्यालयों से प्राप्त शिक्षकों और छात्रों के लिए आई०एफ०ए० की त्रैमासिक/अर्द्धवार्षिक आवश्यकता का माँग पत्र संबंधित MOIC को समर्पित करेंगे साथ ही उसकी एक प्रति संबंधित जिला शिक्षा पदाधिकारी को दिया जाएगा।

आँगनवाड़ी केन्द्रों द्वारा आई.एफ.ए. की आपूर्ति एवं वितरण की प्रक्रिया

वार्षिक आई०एफ०ए० की आपूर्ति आवश्यकता का आकलन इस प्रकार किया जाना है :–

10–19 वर्ष की विद्यालय नहीं जाने वाली किशोरियों के लिए वार्षिक आई.एफ.ए. की आवश्यकता

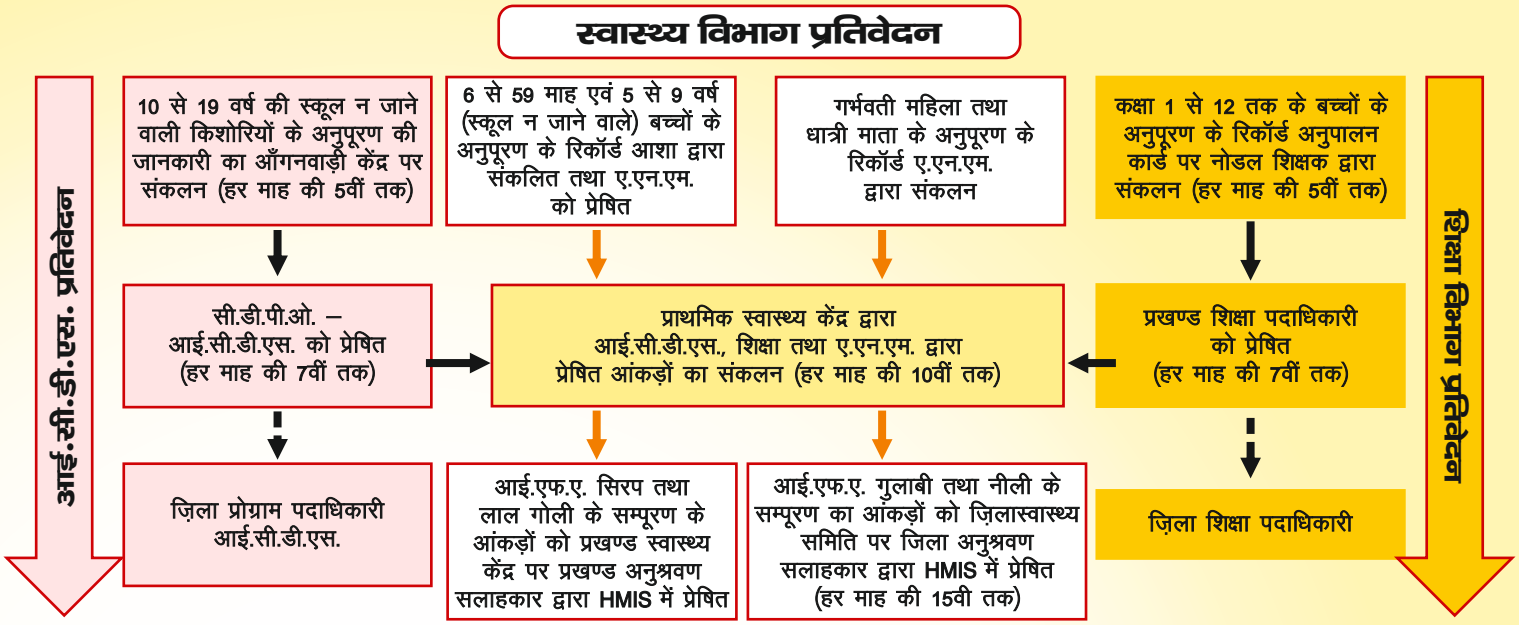


ष आँगनवाड़ी केन्द्र के स्तर पर किशोरियों और आँगनवाड़ी सेविका के लिए आई०एफ०ए० की कुल आवश्यकता का आंकलन करने के बाद आँगनवाड़ी द्वारा त्रैमासिक/अर्द्धवार्षिक माँग पत्र प्रखण्ड स्तर पर बाल विकास परियोजना पदाधिकारी को अग्रेसित किया जाएगा।

आशा एवं ए.एन.एम.द्वारा दिये जाने वाले आई.एफ.ए. सिरप/गोली की गणना

6 से 59 माह के बच्चों, विद्यालय नहीं जाने वाले 5-9 वर्ष के बच्चों, प्रजनन उम्र की महिलाएँ (20-24 वर्ष) तथा गर्भवती और धात्री माताएँ (जिन माताओं का शिशु 0-6 माह का हो) को आयरन फॉलिक एसिड अनुपूरण आशा एवं ए०एन०एम० के माध्यम से किया जाना है। आशा एवं ए०एन०एम० द्वारा वितरित किये जाने वाले आई०एफ०ए० सिरप/गोली की गणना संबंधित प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र के अधिकारियों के द्वारा की जायेगी एवं जिला स्वास्थ्य पदाधिकारी को आपूर्ति माँग पत्र प्रस्तुत किया जाएगा।

अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम अन्तर्गत रिर्पोट संकलन एवं प्रतिवेदन प्रक्रिया



कार्यक्रम का अनुश्रवण

जिला एवं प्रखंड स्तर के स्वास्थ्य, शिक्षा एवं आई०सी०डी०एस० विभाग के पदाधिकारियों द्वारा अपने मासिक अनुश्रवण के दौरान अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम के प्रमुख प्रदर्शक सूचक का अनुश्रवण भी किया जाना है। नीचे दिये गये HMIS पर प्रमुख प्रदर्शक सूचक अनुसार अनीमिया मुक्त भारत कार्यक्रम का अनुश्रवण किया जा सकता है।

- 6-59 महीने के बच्चों की संख्या जिन्हें आई०एफ०ए सिरप की कम से कम 8 खुराकें मिली हैं (एच०एम०आई०एस 9.9)
- ए०एन०सी के दौरान कम से कम 180 आई०एफ०ए लाल टैबलेट प्राप्त करने वाली गर्भवती महिलाओं की संख्या (एच०एम०आई०एस 1.2.4)
- पी०एन०सी के दौरान कम से कम 180 आई०एफ०ए लाल टैबलेट प्राप्त करने वाली धात्री महिलाओं की संख्या (एच०एम०आई०एस 6.3)
- 5-9 वर्ष के स्कूली बच्चों का प्रतिशत जिन्होंने कम से कम 4 आई०एफ०ए गुलाबी टैबलेट प्राप्त किया (एच०एम०आई०एस 23.1)
- 10-19 वर्ष के स्कूल जाने वाले किशोरों की संख्या जिन्होंने कम से कम 4 नीली आई०एफ०ए टैबलेट प्राप्त किया (एच०एम०आई०एस 22.1.1a+22.1.1b)
- स्कूल न जाने वाली किशोरियों की संख्या (10-19 वर्ष) जिन्होंने आँगनवाड़ी केंद्रों पर 4 आई०एफ०ए नीली टैबलेट प्राप्त किया (एच०एम०आई०एस 22.1.3)

आई.एफ.ए. की गोली के साथ–साथ साथ आयरन की प्रचुरता वाले संतुलित आहार का सेवन

संतुलित आहार अर्थात ऐसा आहार जो शरीर का स्वास्थ्य बनाए रखने और सामान्य आवश्यकता के लिए पर्याप्त मात्रा में सभी पोषक तत्वों (प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, खनिज और विटामिन) की आपूर्ति कर सके।

संतुलित आहार खाने का मतलब है कि प्रतिदिन पर्याप्त मात्रा में विविध प्रकार के खाद्य पदार्थ जैसे–दाल, रोटी, हरी साग-सब्जियाँ, स्थानीय (मौसमी) फल और दूध का सेवन किया जाए। विटामिन सी की बहुलता वाले खाद्य पदार्थ खाने से आयरन का अवशोषण बढ़ता है।

आयरन की अधिकता वाले प्रमुख खाद्य पदार्थ

- हरी साग-सब्जियाँ और फल
- अनाज – रागी (मडुआ), गेहुँ, ज्वार, बाजरा, अंकुरित चना, मुँगफली, तिल, गुड और ड्राई फ्रूट्स
- कलेजी, अंडा, मछली और माँस
- विटामिन सी की अधिकता वाले खाद्य पदार्थ
- नींबू वंश के फल (नींबू, संतरा, मौसमी आदि), आँवला, अमरूद, सेव और नाशपाती में विटामिन सी की प्रधानता होती है।

क्या करें!	क्या ना करें!
एक गोली खायें।	गोली को चबाये नहीं।
गोली को निगलें।	गोली को तोड़कर न खायें।
गोली भोजन के बाद खायें।	गोली खाली पेट न खायें।
गोली खाने के बाद एक गिलास पानी पियें।	भोजन के तुरंत बाद चाय/कॉफी का सेवन ना करें।

राज्य स्वास्थ्य समिति, बिहार

स्वास्थ्य विभाग, बिहार सरकार

अनीमिया मुक्त भारत

अनीमिया मुक्त बिहार, समृद्ध बिहार

अनीमिया
मुक्त
भारत

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

राज्य स्वास्थ्य समिति, बिहार
स्वास्थ्य विभाग, बिहार सरकार