

## একটি গৃহ পরিদর্শন পদ্ধতি

### সূচনা

- ❖ একটি গৃহ পরিদর্শনের উদ্দেশ্য হল স্বাস্থ্যের উন্নতিবিধান এবং রোগ প্রতিরোধের উপায় সম্পর্কে পরিবারটির সঙ্গে আলোচনা করা।
- ❖ অঙ্গনওয়াড়ি কর্মীকে প্রতিদিন দুঘন্টার জন্য একটি গৃহ পরিদর্শন করতে হয়, বিশেষতঃ অনুর্ধ্ব তিন বছর বয়সীদের কাছে পৌঁছাতে।
- ❖ গৃহ পরিদর্শনের সময় পরিবারে সদস্যদের সঙ্গে সুসম্পর্ক গড়ে তোলার চেষ্টা করুন। মূল স্বাস্থ্যবিধি এবং পুষ্টি সম্পর্কিত বার্তা বিনিময় করুন। সুস্বাস্থ্য সচেতনতা আনবার জন্য সাহায্য করুন। অসুস্থতা থাকলে শুরুতেই তা নির্ণয় করুন এবং যথাযথ উপদেশ দিন।
- ❖ বিশেষতঃ সেইসব পরিবার যেখানে জননী গত একমাসের মধ্যে গর্ভপাত অথবা সন্তান প্রসব করেছেন অথবা দু-বছরের নীচে বাচ্চা রয়েছে অথবা কোন বাচ্চার অপুষ্টিজনিত সমস্যা রয়েছে, এমত পরিবারে নিয়মিত পরিদর্শন করতে হবে।
- ❖ সুনির্দিষ্ট এবং পরিষ্কার বার্তা বিনিময় করুন। নীচের উদাহরণ অনুসরণ করুন:



### গৃহ পরিদর্শনের সময় যেসব নির্দেশিকা মনে রাখা বাঞ্ছনীয়

- ❖ পরিস্থিতি বুঝতে তথ্য সংগ্রহ করুন।
- ❖ সঠিক প্রাথমিক প্রশ্ন করুন।
- ❖ মহিলার উত্তর মন দিয়ে শুনুন এবং তিনি কথা বলার সময় বাধা দেবেন না।
- ❖ আরও বেশি তথ্য সংগ্রহ করতে তার অসুস্থতার মেয়াদ এবং উপসর্গের ব্যাপারে জানতে বিস্তারিত ও অনুসন্ধানী প্রশ্ন করুন।
- ❖ শুনুন ও তারপর মা সংশোধনমূলক উপায় অবলম্বন করেছেন বলে তার প্রশংসা করুন।
- ❖ এরপর জননী/মহিলাকে তার আরও কি করণীয় তা জানান অবশ্যই ছোট ছোট বাক্য ব্যবহার করে এবং পরিষ্কার তথ্যপঞ্জি দিয়ে।
- ❖ মূল তথ্যগুলি পুনরায় উল্লেখ করুন যাতে জননী বুঝতে পারেন।
- ❖ কোনরকম ভুল বোঝাবুঝি বা অসুবিধা বা গুজব যদি থেকে থাকে তা আলোচনা করে পরিষ্কার করার চেষ্টা করুন।
- ❖ শেষে, পরবর্তী পরিদর্শনের দিন ঠিক করুন অথবা তাকে বিশেষজ্ঞের কাছে যাওয়ার পরামর্শ দিন।
- ❖ স্বাস্থ্যের ব্যাপারে কোন ওষুধপত্র দেবেন না কেবল মাকে পরামর্শ দিন।

#### কৃষ্ণতামূলক অ-কার্যকরী বার্তা

#### প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্যসংক্রান্ত যোগাযোগ বার্তা

ডায়েরিয়া বা উদরাময় প্রতিরোধে চারপাশের পরিবেশের প্রতি নজর দিন।

ডায়েরিয়া বা উদরাময় প্রতিরোধে বাচ্চার খাবার তৈরীর আগে বা তাকে খাওয়ানোর আগে অথবা মল পরিষ্কারের পর সাবান ও জল দিয়ে হাত ধোওয়া নিশ্চিত করুন।

শিশুর প্রতি যত্নবান হোন।

শিশুকে খাওয়ানোর জন্য যথেষ্ট সময় কি আপনি দিতে সমর্থ? আপনি যখন কাজ করেন কে শিশুর দেখাশোনা করেন?

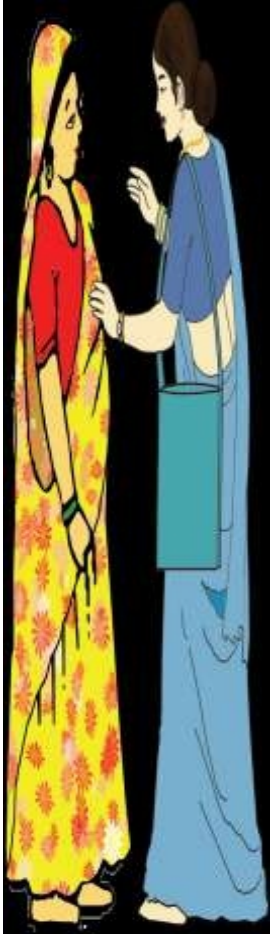
আপনার সন্তানের এখন এক বছর বয়স। আপনি সন্তানকে অবশ্যই পুষ্টিকর খাবার দিন।

আপনার পক্ষে কি শিশুকে প্রতিদিন একটা করে ডিম খাওয়ানো সম্ভব (অথবা দুধ, সবুজ শাকসব্জী) প্রভৃতি পরিবারের অন্য শিশুদের কি এসবের অভাব রয়েছে অথবা সেক্ষেত্রে কি কোনও সমস্যা হতে পারে?

## সব পরিদর্শনেই

(বন্ধুত্বপূর্ণ পরিবেশ গড়ে তুলতে যোগাযোগের মৌলিক দক্ষতার দিকগুলি হল)

- শুভেচ্ছা বিনিময়।
- পরিদর্শনের উদ্দেশ্যে ব্যাখ্যা করা।
- এমনভাবে বোঝানো যাতে পরিবারই আপনার ওপর নির্ভর করতে পারে।
- নম্রভাবে কথা বলা।
- স্থানীয় ভাষায় সহজবোধ্য শব্দ ব্যবহার।
- শ্রদ্ধাপ্রদর্শন।
- মহিলা কাজটি সঠিক করছেন বলে তার কাজের প্রশংসা করা এবং তার আস্থা অর্জন করা।
- ভুল পন্থাগুলিকে কেন আপনি সমর্থন করছেন না তা উল্লেখ করা। কেবলমাত্র নিন্দা নয় অথবা খারাপ বলে তকমা পরিয়ে দেওয়া অথবা সংস্কার বলে উড়িয়ে দেওয়া নয়।
- জিজ্ঞাসা করুন, বলে দেবেন না।
- পরীক্ষা করে দেখুন মহিলার কোন জিজ্ঞাসা আছে কিনা।
- মহিলাটিকে এবং পরিবারের সদস্যদের ধন্যবাদ জানান এবং পরিদর্শনে আসার পরবর্তী দিনটি জানিয়ে দিন।



## কঠিন পরিস্থিতিতে

**মহিলা যদি লাজুক, মুখচোরা হন।**

- তাকে উদ্দীপ্ত বা প্রভাবিত করতে সাধারণ বিষয়ে কথা বলুন।
- তাকে কথা বলতে প্রবৃত্ত করুন।
- তাকে আস্থাবান করে তুলতে তার প্রশংসা করুন।
- প্রশ্নগুলি পুনরায় করুন।

**মহিলা যদি এব্যাপারে অসহযোগিতা করেন অথবা তর্কবাহী হন**

- তিনি যে সম্পূর্ণ নিরাপদ তা বোঝাতে তার প্রশংসা করুন।
- তার সহমর্মী এবং বন্ধুভাবাপন্ন হন, রেগে যাবেন না।
- তার কথা শোনার জন্য বেশী সময় দিন।
- তা সত্ত্বেও তিনি যদি অবুঝ হন তাহলে সেদিনের মত স্থগিত রেখে বরং বলুন আপনি আবার তার কাছে আসবেন।

**মহিলার যদি জানার আগ্রহ থাকে এবং অনেক প্রশ্ন করেন**

- সহজ ভাষায় তার প্রশ্নের উত্তর দিন।
- বলুন যে আপনি প্রায়ই আসবেন ফলে আরও কথা হবে।

