ಮನೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದು

ಪರಿಚಯ

- ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧನೆ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ಮತ್ತು ರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಆರೈಕೆ ಕುರಿತಂತೆ ಕುಟುಂಬದವರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಮನೆ ಭೇಟಿ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.
- ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ 3 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿರಿಸಿ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿದಿನವೂ 2 ಗಂಟೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಬೇಕು.

- ಮನೆ ಭೇಟಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಮುಖ್ಯವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಠಿಕಾಂಶ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು, ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು, ಖಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ಪತ್ತೆ ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.
- ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು, ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡವರು ಅಥವಾ ಹೆರಿಗೆಯಾಗಿ ಎರಡು ತಿಂಗಳು ಆಗಿರುವವರ ಮನೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಭೇಟಿ ನೀಡಬೇಕು. ಇದಲ್ಲದೆ ಎರಡು ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಾಯದ ಮಕ್ಕಳಿರುವ ಅಥವಾ ಅಪೌಷ್ಠಿಕತೆ ಹೊಂದಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿರುವ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಬೇಕು. ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.
- ನಿರ್ಧಿಷ್ಟವಾದ ಮತ್ತು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.

ಕೆಲವೊಂದು ಅಪೂರ್ಣ ಸಂದೇಶಗಳು	ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂದೇಶಗಳು
ಅತಿಸಾರವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು	ಅತಿಸಾರವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಆಹಾರವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಮಗುವಿಗೆ ಆಹಾರ ಉಣಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಅಥವಾ ಮಲ–ಮೂತ್ರಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿದ ಬಳಿಕ ಕೈಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಬೇಕು.
ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು	ಮಗುವಿಗೆ ಉಣಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಆಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯ ಸಿಗುತ್ತಿದೆಯೇ? ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಮಗುವನ್ನು ಯಾರು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ?
ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೆ ಈಗ 1 ವರ್ಷವಾಗಿದೆ. ಈಗ ಮಗುವಿಗೆ ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಉಣಿಸಬೇಕು.	ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಮೊಟ್ಟೆ (ಅಥವಾ ಹಾಲು, ಹಸಿರು ತರಕಾರಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು) ಒದಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆಯೇ? ಅದನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೀರಿ? ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಇವುಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ? ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮಗೆ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಿದೆಯೇ?

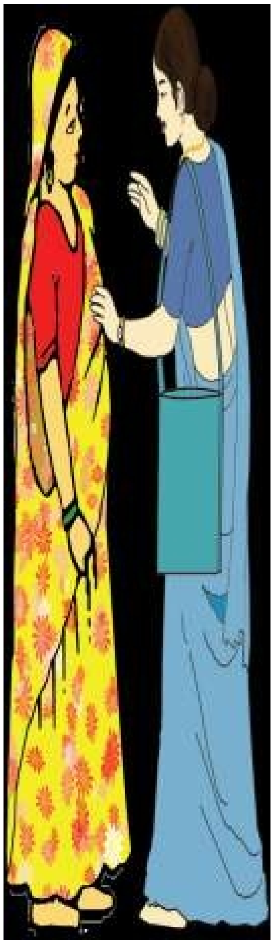
ಮನೆ ಭೇಟಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು

- ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕು.
- ಸೂಕ್ತವಾದ ಆರಂಭಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬೇಕು.
- ಮಹಿಳೆಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಗಮನವಿಟ್ಟು ಕೇಳಬೇಕು. ಆಕೆಯು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಮಧ್ಯೆ ಮಾತಾಡಬಾರದು.
- ಖಾಯಿಲೆಯ ಕಾಲಾವಧಿ ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳ ಕುರಿತಂತೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಕೂಲಂಕಷವಾಗಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕೇಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ಆಕೆಯು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯನ್ನು ಹೊಗಳಬೇಕು.
- ಇದಲ್ಲದೆ ತಾಯಿಯಾಗಿ/ಮಹಿಳೆಯಾಗಿ ಆಕೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ಏನನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಸಣ್ಣ ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಮಾಹಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಬೇಕು.
- ತಾಯಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಬೇಕು.
- ಯಾವುದೇ ಗಾಳಿಮಾತುಗಳು ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಭಾವನೆಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ ಸರಿಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
- ಮರುಭೇಟಿ ಮಾಡಿರಿ ಅಥವಾ ಸೂಕ್ತ ಆರೈಕೆಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿ.
- ಯಾವುದೇ "ಆರೋಗ್ಯ ಆದೇಶಗಳನ್ನು" ನೀಡಬೇಡಿ. ಕೇವಲ "ಸಲಹೆ" ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ನೀಡಿ.

ಎಲ್ಲಾ ಭೇಟಿಗಳಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು

(ಸ್ನೇಹಪರ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಸಂಪರ್ಕ ಕೌಶಲ್ಯತೆಗಳು)

- ಶುಭ ಹಾರೈಕೆ.
- ನಿಮ್ಮ ಭೇಟಿಯ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ತಿಳಿಸಬೇಕು.
- ಕುಟುಂಬದವರು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬೆರೆಯುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತಾಡಬೇಕು.
- ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಸಭ್ಯತೆಯಿಂದ ಮಾತನಾಡಬೇಕು.
- ಸ್ಥಳೀಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸರಳವಾದ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾ ಮಾತನಾಡಬೇಕು.
- ಗೌರವ ಕೊಟ್ಟು ಮಾತನಾಡಬೇಕು.
- ಒಂದು ವೇಳೆ ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅಂತಹ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಹೊಗಳಿ ಆಕೆಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಕು.
- ಅವರು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ಕೆಲವೊಂದು ಸರಿಯಲ್ಲದ ಕ್ರಮಕ್ಕೆ ನೀವು ಯಾಕೆ ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಿ ತಿಳಿಸಬೇಕು; ಅಂತಹ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಮ್ಮನೇ ಖಂಡಿಸಬಾರದು ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದೆಂದು ಬ್ರಾಂಡ್ ಮಾಡಬಾರದು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳು ಯಾಕೆ ಕೆಟ್ಟದು ಎಂದು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಬೇಕು.
- ಸುಮ್ಮನೆ ಹೇಳುತ್ತಾ ಇರಬೇಡಿ. ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನೂ ಕೇಳಿ.
- ಮಹಿಳೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆ/ಸಂದೇಹಗಳಿವೆಯೇ ಎಂದು ಕೇಳಿರಿ.
- ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ಆಕೆಯ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದ ತಿಳಿಸಿ ಹಾಗೂ ಮುಂದಿನ ಭೇಟಿ ಸಮಯ ತಿಳಿಸಿ.



ಕಷ್ಟಕರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು

ಒಂದು ವೇಳೆ ಮಹಿಳೆಯು ನಾಚಿಕೆ ಸ್ವಭಾವದವಳಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ

- ಬೇರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಆಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾ ಆಕೆಯನ್ನು ಮುಖ್ಯ ವಿಚಾರಕ್ಕೆ ಕರೆತನ್ನಿ.
- ಮಾತನಾಡುವಂತೆ ಮಹಿಳೆಗೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸಬೇಕು.
- ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಆಕೆಯನ್ನು ಹೊಗಳುತ್ತಿರಬೇಕು.
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಬೇಕು.

ಒಂದು ವೇಳೆ ಮಹಿಳೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ವಾದ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ

- ಆಕೆಯನ್ನು ಹೊಗಳಬೇಕು.
- ಆಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಕರುಣೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಪರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬೇಕು; ಕೋಪ ಮಾಡಬಾರದು.
- ಆಕೆಯ ಮಾತನ್ನು ಆಲೈಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯಬೇಕು.
- ಇಷ್ಟು ಹೇಳಿದರೂ ನಿಮ್ಮ ಮಾತು ಕೇಳದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಆಕೆಗೆ ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಇನ್ನೂ ಮಾತಾಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಬರುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿ.

ಒಂದು ವೇಳೆ ಮಹಿಳೆಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಕುತೂಹಲವಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ

- ಆಕೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸರಳವಾದ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿ.
- ನಾನು ಆಗಾಗ ಬರುತ್ತೇನೆ, ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಇನ್ನಷ್ಟು ಮಾತಾಡೋಣ, ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು ಎಂದು ಆಕೆಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡಬೇಕು.