

ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕತಾ ದಿನಾಚರಣೆ

ಪರಿಚಯ

- ❖ “ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ದಿನಾಚರಣೆ” ಗ್ರಾಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಜನರು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ಶಿಶು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಒಂದು ವೇದಿಕೆಯಾಗಿದೆ.
- ❖ ಇದನ್ನು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ದಿನಾಂಕದಂದು, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ❖ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ, ಹಾಲುಣಿಸುವ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ (0-5 ವರ್ಷಗಳು) ಮತ್ತು ಕಿಶೋರಿಯರಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು ಇದರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.
- ❖ ಅಧಿಕ ಅಪಾಯದಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಗರ್ಭಿಣಿಯರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸುವುದು, ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಕಳಿಸುವುದು ಮೊದಲಾದವುಗಳನ್ನು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ❖ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸುವವರು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದವರ ನಡುವೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ವೇದಿಕೆ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.



ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ದಿನಾಚರಣೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕಾರ್ಯಗಳು



- ❖ ಈ ಕೆಳಗಿನವರ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ದಿನಾಚರಣೆ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಅವರುಗಳು ಹಾಜರಾಗುವಂತೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಬೇಕು:
 - ಪ್ರಸವ ಪೂರ್ವದ ಮತ್ತು ಪ್ರಸವ ಬಳಿಕದ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು.
 - ಪ್ರಥಮ ಬಾರಿ ಮತ್ತು ತದನಂತರ ಪುನರಾವರ್ತಿತವಾಗಿ ಪ್ರಸವ ಪೂರ್ವದ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಲು ಬರುವ ಮಹಿಳೆಯರು.
 - ರೋಗ ನಿರೋಧಕದ ಮುಂದಿನ ಡೋಸ್ ಪಡೆಯಲು ಬಯಸುವ ಹಸುಕೂಸುಗಳು.
 - ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ ಹೊಂದಿರುವ ಮಕ್ಕಳು.
 - ಟಿ.ಬಿ. (ಕ್ವಯರೋಗ) ಔಷಧಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಟಿ.ಬಿ. ರೋಗಿಗಳು.
 - ಜ್ವರ ಹೊಂದಿರುವ, ಆದರೆ ಡಾಕ್ಟರರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು.
 - ಗರ್ಭ ನಿರೋಧಕ ಸೇವೆಗಳು ಹಾಗೂ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳು ಬೇಕಾಗಿರುವ ಅರ್ಹಯೋಗ್ಯ ದಂಪತಿಗಳು.
 - ಎ.ಎನ್.ಎಂಅನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಬಯಸುವ ಯಾರೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು.
- ❖ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವಲಸೆ ಹೊಂದಿರುವವರು, ಕೇರಿಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರು, ರೋಗಕೊಳ್ಳಪಡುವಂತವರು ಹಾಗೂ ಅವಕಾಶ ವಂಚಿತರು ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಬೇಕು.
- ❖ ಎ.ಎನ್.ಎಂ ಮತ್ತು ಮಾನ್ಯತೆ ಪಡೆದಿರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರೊಂದಿಗೆ (ಆಶಾ) ಪೂರ್ವ ತಯಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

- ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಆರೈಕೆ- ಅಪಾಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಸವ, ಪ್ರಸವ ಬಳಿಕದ ಆರೈಕೆಗಳು.
- ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕ ಆರೈಕೆಗಳು.
- ಕಿಶೋರಿಯರ ಆರೈಕೆಗಳು.
- ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳ ಪರಾಮರ್ಶೆ.
- ತೀವ್ರವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ತೂಕ ಹೊಂದಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣೆ.
- ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳು.
- ಅತಿಸಾರ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ.
- ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಹೆರಿಗೆ.
- ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗಾಗಿ ಆರೈಕೆ.
- ಹಸುಕೂಸುಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಎಳೆಯ ಮಗುಗಳಿಗೆ ಹಾಲುಣಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳು.
- ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿನ ಖಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು.
- ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಗಳು.
- ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ.
- ಸರಕಾರದ ಮಹಿಳಾ ಮತ್ತು ಶಿಶು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು.
- ವ್ಯಯಕ್ತಿಕ ಶುಚಿತ್ವ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛತೆ.
- ಮಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡಿ ಮತ್ತು ಮಗಳನ್ನು ಓದಿಸಿ ಯೋಜನೆ/ಲಿಂಗ ಭೇದ.
- “ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ರಕ್ಷಣೆ ಕಾರ್ಡ್” ಇತ್ಯಾದಿಗಳು.



ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

- ❖ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕೇಂದ್ರ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ❖ ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ದಿನಾಚರಣೆ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ಲಭ್ಯವಿರುವಂತೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಬೇಕು.
- ❖ ಪ್ರಸವ ಪೂರ್ವದ ತಪಾಸಣೆಗಾಗಿ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಯಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ❖ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗು ರಕ್ಷಣೆ ಕಾರ್ಡ್‌ನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದಾಸ್ತಾನು ಇರಿಸಬೇಕು.
- ❖ ಮಾನ್ಯತೆ ಪಡೆದಿರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ಮತ್ತು ಎ.ಎನ್.ಎಂ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸಬೇಕು.
- ❖ ಮಕ್ಕಳ (0-6 ವರ್ಷಗಳು) ಬೆಳವಣಿಗೆ ಪರಾಮರ್ಶೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- ❖ ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಪೂರಕ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸಬೇಕು.
- ❖ ಸ್ಥಳೀಯ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು.
- ❖ ಜನನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ತೂಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ/ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳು/ಎನ್.ಆರ್.ಸಿ. ಗೆ ಕಳಿಸಬೇಕು.