

ഗ്രാമ ആരോഗ്യ പോഷക ദിനം (വി.എച്ച്.എൻ.ഡി.)

ആമുഖം:

- ❖ ആരോഗ്യ സേവനങ്ങളും സംയോജിത ശിശു വികസനസേവനങ്ങളും കൈവരിക്കാൻ ആളുകളെ അനുവദിക്കുന്ന ഒരു പൊതുവേദിയാണ് ഗ്രാമ ആരോഗ്യ പോഷണ ദിനം.
- ❖ അത് സംഘടിപ്പിക്കുന്നത് മാസത്തിലൊരിക്കൽ ഒരു സിമിത ദിവസം, നിശ്ചിത സമയത്ത് നിശ്ചിത സ്ഥലത്തുവെച്ചാണ്.
- ❖ അതിന്റെ ലക്ഷ്യം ഗർഭിണികൾക്കും മുലയൂട്ടുന്ന അമ്മമാർക്കും കുട്ടികൾക്കും (0-5 വയസ്സ്) കൗമാരപ്രായത്തിലുള്ള പെൺകുട്ടികൾക്കും വേണ്ടി ആവശ്യം വേണ്ടതും സമഗ്രവുമായ ആരോഗ്യ പോഷക സേവനങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കുക എന്നതാണ്.
- ❖ ഈ വേദി വർദ്ധിച്ച അപകട സാധ്യതയുള്ള കുട്ടികളെയും ഗർഭിണികളെയും നേരത്തെ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്നതും തിരിച്ചറിയുന്നതും ആവശ്യം നേരിട്ടാൽ ആരോഗ്യകേന്ദ്രത്തിലേക്ക് പറഞ്ഞയയ്ക്കുന്നതും ഉറപ്പാക്കുന്നു.
- ❖ സേവനങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കുന്നവരും സമൂഹവും തമ്മിലുള്ള ഫലപ്രദമായ നേരിട്ടുള്ള ഇടപെടൽ ലഭ്യമാക്കുന്നു.



- വിജയകരമായ ഒരു ഗ്രാമ ആരോഗ്യ പോഷണ ദിനത്തിനു വേണ്ടി നിങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടവ**
- ● ●
- ❖ താഴെപ്പറയുന്നവയുടെ ഒരു ലിസ്റ്റ് ഉണ്ടാക്കുകയും ഗ്രാമ ആരോഗ്യ പോഷണ ദിനം മീറ്റിംഗിന്റെ സമയത്ത് അവരുടെ സാന്നിദ്ധ്യം ഉറപ്പാക്കുകയും ചെയ്യുക:
 - പ്രസവത്തിനു മുൻപുള്ള പരിചരണത്തിനു വേണ്ടി ഗർഭിണികൾ അഥവാ പ്രസവാനന്തര പരിചരണം വേണ്ടവർ.
 - പ്രസവത്തിനു മുൻപുള്ള പരിചരണത്തിനു വേണ്ടി ആദ്യമായോ ആവർത്തിച്ചോ ഉള്ള സന്ദർശനത്തിനു വേണ്ടി എത്തേണ്ടവർ.
 - പ്രതിരോധ മരുന്നിന്റെ അടുത്ത ഡോസ് നൽകപ്പെടേണ്ട ശിശുക്കൾ.
 - പോഷകക്കുറവുള്ള കുട്ടികൾ.
 - ക്ഷയരോഗത്തിനുള്ള മരുന്നുകൾ കഴിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ക്ഷയരോഗികൾ.
 - പനിയുള്ളവരും എന്നാൽ ഒരു ഡോക്ടറെ കാണാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ലാത്തവരുമായ ആളുകൾ.
 - ഗർഭിണിരോഗസേവനങ്ങൾ അല്ലെങ്കിൽ ഉപദേശം ആവശ്യമുള്ള അർഹരായ ദമ്പതികൾ.
 - സഹായക നഴ്സ് നെകാണാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന മറ്റാരെങ്കിലും
 - ❖ പുതിയതായി കുടിയേറിയവർ, ചേരികളിലും കുഗ്രാമങ്ങളിലും പാർക്കുന്നവർ, വഴിതെറ്റിക്കപ്പെടാവുന്നവരോ പാർശ്വവൽക്കരിക്കപ്പെട്ടവരോ ആയ കുടുംബങ്ങളെ പ്രത്യേകം തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവർ ഹാജരാകുന്നു എന്ന് ഉറപ്പാക്കണം.
 - ❖ മുൻകൂട്ടി സഹായക നഴ്സ് ഉം അംഗീകൃത സാമൂഹികരോഗ പ്രവർത്തക പ്രവർത്തകയുമായി ഏകോപനം നടത്തണം.



പോഷക & ആരോഗ്യ വിദ്യാഭ്യാസ സഭയ്ക്കുള്ള വിഷയങ്ങൾ

- ഗർഭിണികളുടെ പരിചരണം - അപകട സൂചനകൾ, ആശുപത്രിയിൽ വെച്ചുള്ള പ്രസവം, പ്രസവാനന്തര പരിചരണം.
- നവജാത ശിശുവിന് അവശ്യം വേണ്ട പരിചരണം.
- കൗമാരത്തിലെത്തിയ പെൺകുട്ടികളുടെ പരിചരണം.
- കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യവും പോഷണവും നിരീക്ഷിക്കൽ.
- തൂക്കം തീരെ കുറവുള്ള കുട്ടികളുടെ വളർച്ച നിരീക്ഷിക്കലും കൈകാര്യം ചെയ്യലും.
- കുട്ടിയുടെ ആരോഗ്യവും പോഷണവും.
- അതിസാരം തടയലും ചികിത്സിക്കലും.
- സുരക്ഷിതമായ പ്രസവം.
- നവജാത ശിശുവിന്റെ പരിചരണം.
- ശിശുക്കൾക്കും കൊച്ചുകുട്ടികൾക്കും ആഹാരം നൽകുന്നതിലെ പ്രയോഗങ്ങൾ.
- കുട്ടിക്കാലത്തെ അസുഖങ്ങൾ തടയലും കൈകാര്യം ചെയ്യലും.
- രോഗപ്രതിരോധത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം.
- കുടുംബസുത്രണം.
- സ്ത്രീകളുടെയും കുട്ടികളുടെയും വികാസത്തിനു വേണ്ടിയുള്ള സർക്കാർ സേവനങ്ങൾ കൈവരിക്കൽ.
- വ്യക്തിഗത ശുചിത്വവും ശുചീകരണവും.
- ബേട്ടി ബചാവോ ബേട്ടി പഠാവോ (പെൺകുട്ടികളെ രക്ഷിക്കു പെൺകുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കു) പദ്ധതി/ ലിംഗ വിവേചനം.
- മാതൃ ശിശു സംരക്ഷണ കാർഡ് തുടങ്ങിയവ.



അംഗൻവാടി പ്രവർത്തകയുടെ പങ്കും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും

- ❖ അംഗൻവാടി കേന്ദ്രം വൃത്തിയുള്ളതാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക.
- ❖ ഗ്രാമ ആരോഗ്യ പോഷണ ദിനം വേളയിൽ ശുദ്ധജലം ലഭ്യമാകുന്നു എന്ന് ഉറപ്പാക്കുക.
- ❖ അംഗൻവാടി കേന്ദ്രത്തിൽ പ്രസവത്തിനു മുമ്പുള്ള പരിശോധനകൾക്കു വേണ്ടി സ്വകാര്യതയുള്ള ഒരു സ്ഥാനം ഉറപ്പാക്കുക.
- ❖ വേണ്ടത്ര മാതൃ ശിശു സംരക്ഷണ കാർഡുകൾ കരുതുക.
- ❖ അംഗീകൃത സാമൂഹികരോഗ പ്രവർത്തകയ്ക്കും സഹായക നഴ്സും ഒപ്പം പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഏകോപിപ്പിക്കുക.
- ❖ കുട്ടികളിലെ വളർച്ച നിരീക്ഷണവിദഗ്ദ്ധമാക്കുക (0 - 6 വയസ്സ്).
- ❖ എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും പൂരക പോഷണം വിതരണം ചെയ്യുക.
- ❖ പ്രാദേശിക സഹായത്തോടെയും കാലാകാലങ്ങളിലെ സമയക്രമം അനുസരിച്ചും പോഷണ, ആരോഗ്യ വിദ്യാഭ്യാസം നടപ്പാക്കുക.
- ❖ രോഗലക്ഷണങ്ങളുള്ള ഗുരുതരമായി തൂക്കക്കുറവുള്ള കുട്ടികളെ പ്രാഥമികാരോഗ്യ കേന്ദ്രം/സാമൂഹികാരോഗ്യ കേന്ദ്രം/എൻ.ആർ.സി. യിലേക്ക് അയയ്ക്കുക.