ਜਨਮ ਦੀ ਤਿਆਰੀ

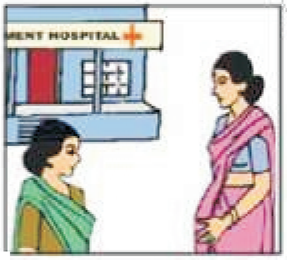
ਜਾਣ-ਪਛਾਣ:

- ਜਨਮ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਗਰਭਵਤੀ ਮਾਤਾ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਲੇ ਤੋਂ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਧੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਜਨਮ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਪ੍ਰਸਵਪੂਰਵ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕਰਨਾ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਜਨਮ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਖਤਰੇ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ, ਸਾਧਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਮਾਤਰਤਵ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ, ਪੈਸੇ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਸੰਭਾਵਿਤ ਅੰਤਿਮ ਸਮੇਂ ਤੇ ਰੈਫ਼ਰਲ ਸੁਵਿਧਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੰਸਥਾਗਤ ਡਿਲੀਵਰੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ

ਆਸ਼ਾ/ਏ.ਐਨ.ਐਮ./ ਆਂਗਨਵਾੜੀ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਜਨਣੀ ਸੁਰਕਸ਼ਾ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਹੋਰ ਸਕੀਮਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਪੰਜੀਕਰਣ ਕਰਵਾਓ



ਜਨਣੀ ਸੁਰਕਸ਼ਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

ਪਹਿਲੇ ਤੋਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰੋ

ਪਹਿਲੇ ਤੋਂ ਸਾਧਨ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰੋ

ਡਿਲੀਵਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 48 ਘੰਟੇ ਰੁਕਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ

ਪਰਿਵਾਰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ

- ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਸ਼ਾ/ਏ.ਐਨ.ਐਮ./ ਆਂਗਨਵਾੜੀ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ।
- ਏ.ਐਨ.ਐਮ./ਆਸ਼ਾ/ਆਂਗਨਵਾੜੀ ਵਰਕਰ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵਾ ਆਸਾਨੀ ਮੌਜੂਦ ਕਰਵਾਉਣਾ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਖਰਚ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲੇ ਤੋਂ ਉਚਿਤ ਧਨ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨਾ।
- ਪਹਿਲੇ ਤੋਂ ਨੇੜੇ ਦੇ ਫੀਲਡ ਰੈਫਰਲ ਯੂਨਿਟ/ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨਾ।
- ਔਰਤ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਜਾਣ ਲਈ ਪਹਿਲੇ ਤੋਂ ਯਾਤਾਯਾਤ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਸਾਧਨ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰਨਾ
- ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ (ਸਾਬੁਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਤੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸੁਕਾਏ ਹੋਏ) ਮੁਲਾਇਮ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਸੈਟ ਵਿੱਚ ਲਪੇਟਣਾ।
- ਘਰ ਵਿੱਚ ਡਿਲੀਵਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਡਿਲੀਵਰੀ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਸਾਫ਼ ਹੋਵੇ।
- ਪ੍ਰਸਵ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾਈ/ਏ.ਐਨ.ਐਮ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਘਰ ਵਿੱਚ ਡਿਲੀਵਰੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ

ਆਂਗਨਵਾੜੀ ਵਰਕਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ 12 ਹਫ਼ਤੇ ਪੂਰੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੰਜੀਕਰਣ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਸਵ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਚੈਕਅਪ ਪੂਰੇ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਪ੍ਰਸਵ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮੂਹਿਕ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਸਾਰੀਆਂ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਸਾਰੀਆਂ ਗਰਭਵਰਤੀ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਜਰੂਰੀ ਜਾਂਚਾ/ਟੈਸਟ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਨੇੜੇ ਉਹਨਾਂ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨਾ ਜੋ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋਣ।
- ਜਨਣੀ ਸੁਰਕਸਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਸੰਸਥਾਗਤ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪਰਾਮਰਸ਼/ਸਲਾਹ ਦੇਣਾ।
- ਸੰਸਥਾਗਤ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ/ਸਾਥ ਦੇਣਾ।
- ਘਰ ਵਿੱਚ ਡਿਲੀਵਰੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਡਿਲੀਵਰੀ ਦੌਰਾਨ ਪੰਜ ਵਾਰ ਸਫਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।