ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ
ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಜನನಿ–ಶಿಶು ಸುರಕ್ಷಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಹಾಗೂ ಎದೆ ಹಾಲಿನ ಮಹತ್ವ

ಜನನಿ–ಶಿಶು ಸುರಕ್ಷಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಮತ್ತು ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಉಚಿತ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಜನನಿ ಶಿಶು ಸುರಕ್ಷಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ (ಬಿ.ಪಿ.ಎಲ್ ಹಾಗೂ ಎ.ಪಿ.ಎಲ್) ಮತ್ತು 30 ದಿವಸಗಳವರೆಗೆ ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಉಚಿತ ಸೇವೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಾರ್ಯತಂತ್ರ

- ಸಾಮಾನ್ಯ ಹೆರಿಗೆ ಅಥವಾ ಸಿಜೇರಿಯನ್ ಹೆರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಉಚಿತ
- ಯಾವುದೇ ಔಷಧ ಅಥವಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಬಳಕೆಯ ವಸ್ತುಗಳು ಉಚಿತ
- ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ 30 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಏನೇ ತೊಂದರೆ ಬರಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಸೇವೆಗಳು, ಔಷಧಿಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಉಚಿತ
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಮತ್ತು ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿಗೆ 30 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಉಚಿತ
- ಯಾವುದೇ ಗರ್ಭಿಣಿ ಒಳರೋಗಿಯಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿದರೆ ಆಕೆಗೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಪೌಷ್ಠಿಕವಿರುವ ಊಟ–ತಿಂಡಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಹೆರಿಗೆಯಾದ ಎರಡು ದಿನ ಮತ್ತು ಸಿಜೇರಿಯನ್ ಹೆರಿಗೆಯಾದರೆ ಏಳು ದಿನ ಉಚಿತವಾಗಿ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ಸ್ತನ್ಯಪಾನದ ಮಹತ್ವ

- ಮಗು ಜನಿಸಿದ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಒಳಗೆ ತಾಯಿ ಹಾಲು ಕುಡಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು
- ತಾಯಿಯ ಮೊದಲ ಹಾಲು (ಕೊಲಸ್ಟ್ರಮ್) ಉಣಿಸುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ
- ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಮಲಗಿಸಬಾರದು
- ಮಗುವನ್ನು ತಾಯಿಯ ಅತೀ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಮಲಗಿಸಬೇಕು. ತಾಯಿಯ ಎದೆಯ ಭಾಗವು ಮಗುವಿಗೆ ತಾಕುವಂತಿರಬೇಕು. ಆಗ ಮಗುವಿನ ಸುರಕ್ಷಿತ ಭಾಗವು ಬಲಗೊಳ್ಳುವುದು. ಮಗುವಿನ ಸ್ಪರ್ಶ ತಾಯಿಯ ಸ್ತನಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋಧಿಸುತ್ತದೆ.
- ತಾಯಿಯ ಹಾಲು ಮಾತ್ರ ಮಗುವಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆಹಾರ. ಇದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗುವ ಸ್ವಚ್ಛ ಸುರಕ್ಷಿತ ಆಹಾರವಾಗಿದ್ದು, ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕ. ಅಲ್ಲದೆ ತಾಯಿ ಮಗುವಿನ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.
- ಮಗು ತಾಯಿಯ ಎದೆ ಚೀಪಿದಾಗ ಆಕ್ಸಟೋಸಿನ್ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ, ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭಕೋಶ ತನಾಗಿಯೇ ಕುಗ್ಗುವುದಲ್ಲದೆ ಬಾಣಂತಿಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗಾಗಿ ತಾಯಿಯ ಆರೋಗ್ಯವು ಸುಧಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೇ ಅತೀ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಿಂದ ಆಗುವ ಬಾಣಂತಿ ಮರಣ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸ್ತನಪಾನ ಮಾಡಿಸುವುದರಿಂದ ಶೇಕಡ 22ರಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳ ಸಾವಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಮಗುವು ತಾಯಿಯನ್ನು ವಾಸನೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ಮಗು ತಾಯಿಯ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಭದ್ರತಾ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಮಗುವಿನ ಹೃದಯ ಸ್ಥಿತಿ, ಉಸಿರಾಟದ ಸ್ಥಿತಿ ಸಹಜವಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ.

ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿನ ಹೆರಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಸಂಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು

ಆಸ್ಪಸತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹೆರಿಗೆ

ಹೆರಿಗೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ತೊಂದರೆಗಳಾದ ಅಡ್ಡಗಟ್ಟಿದ ಹೆರಿಗೆ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಗರ್ಭಕೋಶ ಜಾರುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ–ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲೇ ಹೆರಿಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವಶ್ಯಕ.

ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು

24X7 ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ

ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಹೆರಿಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಒದಗಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನದಡಿ ಈಗಿರುವ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಸುಮಾರು ಶೇ. 50 ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ದಿನದ 24 ಗಂಟೆಯೂ ಹಾಗೂ ವಾರದ 7 ದಿವಸಗಳು ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸಲು ಈ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಕಾರ್ಯತಂತ್ರ

24x7 ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಎಂ.ಬಿ.ಬಿ.ಎಸ್. ವೈದ್ಯರು, 3 ಪಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಶುಶ್ರೂಷಕಿ, ರಾತ್ರಿ ಶುಶ್ರೂಷಕಿಯರು, ರಾತ್ರಿ ಶುಶ್ರೂಷಕಿಯರ ಜೊತೆಗೆ ತರಬೇತಿ ಹೊಂದಿದ ದಾದಿ, ಫಾರ್ಮಸಿಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಗ ಶಾಲಾ ತಂತ್ರಜ್ಞಾರನ್ನು ಹೆರಿಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಒದಗಿಸಲು ನಿಯುಕ್ತಿಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸುಸಜ್ಜಿತವಾಗಿ ಹೆರಿಗೆ ಕೋಣೆ, ವಾರ್ಡ್ ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳ ಆರೈಕೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಉಪಕರಣಗಳು ಅವಶ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಈ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ಟಿ.ವಿ. ಬಿಸಿ ನೀರಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಸೌಕರ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಜನಸ್ನೇಹಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಾಗಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

24ಥ7 ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ದಿನದ 24 ಗಂಟೆಯೂ, ವಾರದ 7 ದಿವಸವೂ ಹೆರಿಗೆ, ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಆರೈಕೆ ಹಾಗೂ ಯಾವುದೇ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಆರೈಕೆ ಹಾಗೂ ಯಾವುದೇ ತುರ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಸಹಜ ಹೆರಿಗೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲಾಗುವುದು ಹಾಗೂ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ಹೆರಿಗೆಗಳನ್ನು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ರವಾನಿಸಲಾಗುವುದು.

ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದು ಹಾಗೂ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ಹೆರಿಗೆಗಳನ್ನು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡಲಾಗುವುದು.

ಎಫ್.ಆರ್.ಯುಗಳು

ರಾಜ್ಯದ ಒಟ್ಟು 326 ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಪೈಕಿ (ತಾಲ್ಲೂಕು ಮಟ್ಟದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸೇರಿ) 192 ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಎಫ್.ಆರ್.ಯು. ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿದ್ದು, ದಿನದ 24 ಗಂಟೆಗಳ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ಆರೈಕೆ

ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್

ಗರ್ಭಿಣಿ ಹಾಗೂ ಶಿಶುವಿಗೆ ನೀಡಿದ ಸೇವೆಗಳ ಹಾಗೂ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವ ಹಾಗೂ ಗರ್ಭಿಣಿ ಹಾಗೂ ಶಿಶುವಿನ ಸಮಗ್ರ ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್‌ನ್ನು ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಇಗೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಜನನಿ ಸುರಕ್ಷ ಯೋಜನೆ, ಪ್ರಸೂತಿ ಆರೈಕೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲು ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್‌ನ್ನು ಪ್ರತಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಕಾರ್ಯತಂತ್ರ

ತಾಯಿ ಕಾರ್ಡ್‌ನ್ನು ನೀಡಿ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಜನನಿ ಸುರಕ್ಷಾ ಯೋಜನೆ/ಪ್ರಸೂತಿ/ಮಡಿಲು ಯೋಜನೆಗೆ ಅರ್ಹರೇ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಶ್ಚಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ಬಾರಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
ಅಪಾಯಕಾರಿ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿರುವ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಕನಿಷ್ಠ ಐದು ಬಾರಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

“ಎ” ಅನ್ನಾಂಗ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ

ಕಣ್ಣಿನ ಉತ್ತಮ ದೃಷ್ಟಿಗೆ, ಚರ್ಮದ ಕಾಂತಿಗೆ ಹಾಗೂ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ಅವಶ್ಯಕ. ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಂಜೆ ಕುರುಡು, ಬಿಟಾಟ್ ಸ್ಪಾಟ್ಸ್ ಹಾಗೂ ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗದ ಕೊರತೆ ತೀವ್ರವಾದಲ್ಲಿ ಬರಬಹುದಾದ ಅಂಧತ್ವ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ಅವಶ್ಯಕ.

‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ದೊರೆಯುವ ಆಹಾರ ಪಧಾರ್ಥಗಳು

ಹಸಿರು ಸೊಪ್ಪು, ಪಪ್ಪಾಯಿ, ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣು, ಹಳದಿ ಕುಂಬಳ ಕಾಯಿ, ಹಾಲು ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಮೀನು, ಎಣ್ಣೆ, ತುಪ್ಪ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯ ಮೊದಲ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ (ಕೊಲಸ್ಟ್ರಮ್) ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ಸಮೃದ್ಧಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ವಿತರಣಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ:

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲ ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ಕೊರತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಸಲುವಾಗಿ ಶಾಲಾಪೂರ್ವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ಪ್ರಬಲ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಬಾಯಿಯ ಮೂಲಕ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

9 ತಿಂಗಳ ಮಗುವಿಗೆ ದಡಾರ ಲಸಿಕೆಯ ಜೊತೆ 1 ಮಿ.ಲೀ. (1 ಲಕ್ಷ ಐ.ಯು)ಗಳಷ್ಟು ಅಥವಾ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ಹಾಗೂ 1½ ವರ್ಷದಿಂದ 5 ವರ್ಷದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ 6 ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ 2 ಮಿ.ಲೀ. ಅನ್ನಾಂಗ ಪ್ರಬಲ ದ್ರಾವವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ರಾಜ್ಯದ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ, ಉಪ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ‘ಎ’ ಅನ್ನಾಂಗ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕಟನೆ:
ಕಪುಚಿನ್ ಕೃಷಿಕ್ ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರ(ರಿ), ಚೈಲ್ಡ್‌ಫಂಡ್ ಇಂಡಿಯಾ
ಇಮೇಲ್: capuchinchildfund@gmail.com
ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: capuchinksk.org
ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ಬೆಳ್ತಂಗಡಿ

ChildFund India