

आसा मडिउल-6

# जिउ रैखाथिनि सोलो



विमा आरो जोनोम जागोदानखी मिठु खालामनाने



आसा मडिउल-6

# जिउ रैखाथिनि सोलो





# फारिलाइ

## खोन्दो-क आसा महरें

1. आसानि बिफाव	5
2. आसानि खामानि	7
3. आसा प्रग्राम (Programme)नि जखासुनाय	8
4. आसा सासेनि जोबोद गोनंथार सोलो	9
5. जाफुंसार आसा जानायनि गुनफोर	10
6. न'खर नायदिनाय सामलायनाय	12
7. गामियारि सावस्रि आरो सुफुंसार सान (VHND)	13
8. आसाया रेजिस्टारआव लिरनानै दोननो गोनां	15
9. आसानि रेजिस्टारआव लिरनो गोनां	17

## खोन्दो-ख — बिमासावस्रि

1. गोबोआव धानाय बिमानि बेराम सिनायथिनाय	19
2. रेखाथि जागिनायनि थाखाय जानो गोनां थियारि	21
3. थै गैथिनि थाखाय राहा लानाय	26
4. गोबोआव धानाय आरो जागिनाय समाव जानो हाथाव जेना सिनायथिनाय	28
5. जागिनाय समाव लानो गोनां जोथोन	30
6. जागिनायनि उनाव लानो गोनां जोथोन	34

## खोन्दो-ग — जोनोम जागोदान गथ'नि सावस्रि

1. जागिनाय समाव गथ'नि जोथोन	41
2. जोनोम जागोदान गथ'नि न'आव लोगो हमनो थाखाय न'खर नायदिनाय साननि थि फारिलाइ	43
3. जोनोमनि समाव गथ'नि आनजाद	44
4. आहार सोबनाय	44
5. जोनोम जागोदान गथ'खी दुबुद लाखिनाय	50
6. जोनोम जागोदान गथ'नि लोमजानायनि राहा लानाय	57

## दाजाबदेर बिलाइ

61

## जुरिनाय

द'थि आरो स्निथि मडिउलआव थिसनजानाय आयदाफोरखौ आसाया मिथिगौ। बिमा आरो गथ'नि सावसि जोथोन जौगाथायनि जरखा हारोंथा बेजों लोगोसे थिसन्नाय जादों। बेनिखायनो बिमा आरो गथ'नि सावसि जोथोननि आदब जौगाथाय आरो गिबियावनो सोलॉनानै लानाय गियानखौ फेहेरनायनि थोरिख्यै मडिउलखौ बानायनाय जादों। गोदानै थिसन्नाय आसाया 5, 6 आरो 7 नम्बर मडिउलखौ थोंजोडै जागायनो हागोन। बे मडिउलखौ आसानि आखाइ बिजाब महरैबो सुजुनाय जादों आरो बेनिखायनो बे बिजाबखौ साफ्रोमबो आसानो होनो हागोन। न'खर नायदिनाय समाव फोनांजाबथाय गायसन्नो थाखाय आसानि लोगो महरै मोनसे थप्ला थाफागोन आरो गामियारि आफादबो फेहेरनाय जागोन। बेनि अनगायैबो आसानि ट्रेडिनिं समाव सोलॉसानि मदद महरै गांसे हाबाफारि गोनां बिजाबबो दं। मडिउलआव थिसनजानाय आदबफोरखौ फोरोंनो / बुजायनो थाखाय ट्रेडिनिंनि समाव 20-24 सान थानायनि रहा ट्रेडिनिंनि बिथांखियाव दं।

## गनायथि

बिमा आरो गथ'नि जोथोन बाहागोआ सार्ज (SEARCH Manual) बिजाबनि। न'आव जोनोम जागोदाननि जोथोन लानो 'आसा खौ माब्रै फोरोंनो' खोन्दोनिफ्राय बुथुमनाय जादों आरो न'आव जोनोम जागोदान गथ'नि जोथोननि सायाव सोनारनानै आसानि आखाइ बिजाब सार्जखौ फेहेरदों। निश्चय किट (Nischay kit) बाहायनायनि खारिथि जगायनाय (HLFPPT) एडस, एल.एफ.पि.पि.टि आरो आसा माहारि रोंगीथि हान्जानि सोद्रोमा, इउनिचेफ, भारतनि आहार सोबनाय जौगाथाय हान्जा (BPNI), सुबुंसावसि फसंथाननि (PHRN) सोद्रोमाजों लोगोसे मैलेरिया आरो बिमा एबा गथ' सावसि ट्रेडिनिं दालाइया गुवारै बिबुंथि होनायनि थाखाय गसिबो सोद्रोमानिसिम हामब्लायथि जासिबाय। जोनोम जागोदान आरो गथ' बेरामनि खौसेथि रहाआजावनायनि थप्लाखौबो बे मडिउलआव थिसन्नाय जादों।



खोन्दो-क

**‘आसा’**  
**हान्जानि सोद्रोमा जानानै**





## 'आसा' हान्जानि सोद्रोमा जानानै—

ट्रेडनिनि थांखि—

ट्रेडनिनि जोबधारनायाव आसाया सोल्लोगोन—

- आसानि बिफाव आरो बिनिफ्राय मिजिं खालामनाय खामानि दामानि
- बिनि खामानि मावनायनिफ्राय सावस्रिनि मा मुलाम्फा जानाया मोजां।
- फिथाइ गोनां/ जाफुंसारनायनि सोलोफोर
- बियो रेजिस्टारआव लिरनानै दोननो गोनां
- आसानि मदद आरो सामलायनाय राहा



### 1. 'आसा'नि बिफाव

सावस्रि सिबिथाय होनायाव मददगिरि आरो सावस्रि सिबिथाय जगायग्रा महरै आसानि खामानिनि बिबाना सिमागोनां। राइजोनि सावस्रि जौगाथाय होनो साखाफारा जानाय, सावस्रि रैखाथिनि खाबुफोरखौ मोन्नाय आरो सावसियारि प्रग्रामआव राइजोफोरनि मदद थुलुंगा बाइदिफोरखौ मिरु खालामनानै बियो खामानिखौ गोजोर लाखिनांगोन।





## 2. 'आसा नि खामानि फारि

आसानि खामानि फारियाव गाहायै मोनबा खामानि दं—

1. न 'खर नायदिनाय — आसा थानाय गामिनि न 'खरफोराव सप्तायाव खमैबो 2-3 घन्टा हमनानै सान 4-5 नायदिनांगोन। बारा नडाब्लाबो दानफायाव खमैबो खेबसे न 'खर नायदिनांगौ। न 'खर नायदिनाया गाहायै सावसि जौगाथाय आरो बेराम होबथानायनि बिथोन होनो नायदिनाय जायो। माबाफोर जैनानि मोगामोगि जानानै सोरबा न 'खरनि सोद्रोमाया विनि खाथियाव फेयोब्ला, बेबादि न 'खरआव गले गले थाडब्लाबो जायो। गामिनि जायखिजाया थावनियाव बिसोरखौ लोगो हमब्लानो जायो। जायखिजाया न 'खराव बोसोरनै सिनि गथ' एबा सुफुंसार आदार मोनै गथ' एबा गोबोआव थानाय आइजो थायोब्ला बिसोरनो बिथोन होनो थाखाय न 'खरआव लोगो हमनांगोन। आरो न 'आव जोनोम जागोदान गथ' थायोब्ला सान 4 एबा बेनि बांसिन न 'आव लोगो हमनाया गोनांथार।



## 2. गामियारि सावसि आरो सुफुंसार सान ( VHND )

दानआव खेबसे गामियारि सावसि आरो सुफुंसार सान खुंनानै भेकसिन होनाय आरो गामियाव सावसिनि बेलायाव सिबिथाय होनो थाखाय एएनएमआ खुंनाय बे सानआव नुजाथिनाय। लोगोसे आसाया अंगनबाड़ी मावथि आरो एएनएमनो सावसि सिबिथाय होनाय खामानियाव मदद होनांगोन।

## 3. सावसि सिबिथाय खाबु गोनां सावसि मिरुआव थानाय—

गोबोआव थानाय आइजो एबा उसुंसेनि सोरबा सावसि मिरुआव सावसि आनजाद नायहोनो थानायाव लोगोआव थांफानो खावलायोब्ला बियो मदद होनांगौ। ट्रेडिनिं एबा सावसि आफादनि जथुमफोराव नुजाथिनांगौ। माब्लाबा सावसि मिरुआव गोबां खेब थांनो गोनां जानो हागौ, माब्लाबा दानाव खेबसे थांब्लाबो जागोन।

## 4. रेजिस्टारआव लिरनानै दोननांगौ—

सावसि जोथोननि बेलायाव राइजोफोरा मोननो गोनां खाबुफोरखौ होनायाव/ सामलायनायाव जाहाते गोरलै जायो बेनि थाखाय रेजिस्टारआव लिरनानै दोननांगौ। वे आदबआ विनि खामानियाव मदद खालामगोन।

गोजीआव मखनाय मोनथामा सावसि जोथोननि खाबु एबा मददनि बेलायाव आरो जोबथारनायनि मोनैया आसानि मदद/ सामलायनाय आरो खामानि बोखावना लानायनि सोमोन्दै।



### 3. आसा प्रग्रामनि फिथाइ जखा सुनाय

आसाया मोनबा खामानि सामलायनाय समाव गाहायाव मख 'नाय खाबुफोरखी मोजाडी मोनदों ना मोनाखी रोखा खालामगोन—

#### बिमासावसि—

1. साफ्रोमबो गोबोआव थानाय आइजो आरो बिनि न'खरा सावसि जौगाथायनि हुदा एबा नेमफोरनि खारिथिखी आबुडै मोनदों ना मोनाखी, जै— गोबोआव थानाय सम, जागिनायनि उनाव आरो न'खर बिथांखिखी लाफानानै बै समाव सुफुंसार आदार, जिरायनाय आरो सावसि सिबिथाय फेहेरनाय बाइदिफोरनि खारिथि।
2. साफ्रोमबो गोबोआव थानाय आइजोआ दालाइ सावसि मिह/ गामियारि सावसि आरो सुफुंसार सानआव दानफ्रोमबो सावसि आनजाद।
3. गोबोआव थानाय आइजोनि न'खरनि सोद्रोमाफोरजों सावरायनानै जागिनायनि थाखाय बिथांखि लानाय।
4. न'खर बिथांखिनि राहाफोरखी आजावहोनो साफ्रोमबो बिसि-फिसायनो बिथोन होनायजों लोगोसे बहा, मात्रै बे खाबुफोरखी मोननो हायो बेनि सोमोन्दै मिथिहोनाय।

#### जोनोम जागोदान गथ' आरो गथ'नि सावसि—

1. जोनोम जागोदान गथ'आ नांगीबादि न'खरारि जोथोन मोनदों ना मोनाखी आरो थि समाव जन्ना जानाय गथ'खी जाहाते फाहामसालियाव दैथायनायनि राहा खालामनो हायो बे थांखियै साफ्रोमबो जोनोम जागोदान गथ'नि न'आव नायदिनाय फारिलाइनि सम मथे लोगो हमनांगी आरो जैना जायोब्ला थांबाय थानांगी।
2. न'खरफ्रोमबो जाहाते भेकसिननि खाबु मोनो बेनि सोमोन्दै खारिथि होनाय जायो आरो बेनि सोमोन्दै मदद होगोन।
3. बोसोरनै बैसोनि गथ' थानाय गामिबो न'खरनि सुफुंसार आदार मोनै, थैगियि जानायखी होबथानायनि राहा आरो मेलेरिया, गले गले डायेरिया जानाय, बिखानि बेराम होबथानायनि राहाफोरनि सोमोन्दै बिथोन होनाय।
4. हरखाबै बिखानि बेराम जानाय, डायेरिया, लोमजानाय आरो फिलौजों नाखेबजानाय बोसोरबा बैसो सिंनि गथ'नि बेलायाव थाबैनो फाहामसालियाव दैथायनो बिथोन होनो ना फाहामगिरिनि खाथियाव लानो बुनो, ना गिबियावनो न'आवनो फाहामथाय होनो एबा बिनि थफलायाव थानाय मुलि होनानै बेराम सोखानायनि राहा आजावनो ?

#### बेराम सामलायनाय—

1. न'खर नायदिनाय समाव सोरबा सुबुडज गोबाव समनिक्राय गुजुबाय थानाय, नुनो मोनै एबा खुरिया बेरामनि बादि ब्रिगुरनि दागो जानाय नुयोब्ला, आनजादनि थाखाय सावसि मिरुआव दैथाय हर।
2. टिबि एबा खुरिया बेराम एबा मेगनाव जालामा (cataract) खोबनाय बायदिफोरनि बेलायाव गोलाव सम फाहामथाय लानो गोनं जानाय बेरामिया आबुडै फाहामथाय लादों ना लायाखी बेखी मिथिना लानायजों लोगोसे मुलि जानाय एबा अपारेसन बायदि खालामनो थुलुंगा हो।
3. लोमजाबाय थानाय बेरामिनि थैनि नमुना बुधुमनानै मेलेरिया जादों नामा रोखा खालामनाय आरो नांगी बादि फाहामथाय होनायजों लोगोसे थाबैनो फाहामसालियाव दैथाय हर।
4. गामियाव माबा मोनसे बेराम गोसारनायनि बेलायाव गामिनि राइजोफोरा एबा सावसि खुंथाया सांग्रांथि नामा बेनि सोमोन्दै आसाया नायदिनाय समाव लिरनानै दोनगोन।

नायनो गोनं— मोनफ्रोमबो फिथाइया आलादा खामानि नइ। न'खर नायदिनाय समाव नोजोरबोफानाय मोनसे बाहागो।

#### 4. सासे आसानि जोबोद गोनांथार सोलो —

सासे आसानि जोबोद गोनांथार सोलोफोरखीं मोनब्रै बाहागो खालामनाय जादों। बेफोरखीं घन्टानैसोनि गेजेरावनो सोलौंनो हानाय सोलो, नाथाय बेयो रोजा सुबुनि जिठ रैखा खालामनो हायो। मोनद' बाहागोआ

##### 1. बिमा सावस्रिनि जोधोन

- (क) गोबोआव थानाय आइजोनो बिथोन
- (ख) न'आव लोगो हमनानै जागिनायनि आगोलाव आबुडै आरो गामियारि सावस्रि सानआव मोननो गोनां जोधोनखीं रोखा खालामनाय।
- (ग) जागिनायनि थाखाय बिथांखि बानायनाय आरो रैखाथिये जागिहोनो मदद होनाय।
- (घ) जागिनायनि उनाव लोगो हमनाय आरो न'खर बिथांखिनि थाखाय बिथोन होगोन।



##### 2. न'आव जोनोम जागोदान गध 'खीं लोगो हमनो थानायाव लानो गोनां जोधोन

- (क) आहार दौनायाव जैना सोमजिनायखीं सुसानो बिथोन होनाय
- (ख) खुदियाखीं दुंबुदै लाखिनो चुंनाय।
- (ग) जोनोमावनो खम लेरथाइ आरो मिसिठरनडै खुदिया सिनायथिनायजों लोगोसे जोधोन लानायनि सायाव गोथीथि होगोन।



##### 3. गध 'नि जोधोन

- (क) डायेरिया, हरखाबै जानाय हां-जन्नि सन्देरनाय, लोमजानाय बायदिफोरनि न'आव लानो गोनां जोधोननि बिथोन होनाय आरो गोनां जायोब्ला थाबैनो दैथायनायनि राहा खालामगोन।
- (ख) जन्नायावबो गध 'नो आहार दौबाय थानो बिथोन हो।
- (ग) लोमजानायनि बेलायाव लानो गोनां सरासनस्रा होबथाथायनि बिथोन हो।
- (घ) फिलौजों नाखेबजानाव आरो थैगैयिआव भुगिनाय गध 'नि फाहामथाय आरो नांगी जायोब्ला फाहामसालियाव दैथायनायनि राहा लागोन।
- (ङ) जाफ्लेबाय थानाय बेराम, जरखायै डायेरिया, जायोब्ला लानो गोनां होबथाथाय राहानि बिथोन होगोन।



#### 4. गथ'नि आदार

- (क) आहारल' दौनो बिथोन होनायजौ लोकोसे नांगौबादिये मदद होगोन।
- (ख) सुफुंसार आदारनि गोनांथिनि सोमोन्दे बिमानो बिथोन होगोन।
- (ग) फुंगागैयिआव भुगिनांनाय गथ' जोथोन लानो बिथोन होनाय आरो थाबैनो फाहामसालियाव दैथायनो राहा लागोन।



#### 5. सनदेरनाय

- (क) न'खर नायदिनाय समाव मेलेरिया, कुरिया बेराम आरो टिवि बेराम जानाय सुबुंखी सिनायथिनानै राइजोफोरा लानो गोनां सांग्रांथिनि फारसे गोथौथि होगोन आरो थाबैनो फाहामसालियाव दैथायनायनि राहा लागोन।
- (ख) मुलि जाबाय थानाय बेरामिखी गेजेरावनो नागारनो होआलासिनो जाबाय थानो थुलुंगा होगोन।
- (ग) बे रोखोमनि सनदेरनाया जाहाते गोसारनो हाया बेनि थाखाय साफ्रोमबो सुबुद्ध लोको नांनानै होबथानो नाजानायखी थुलुंगा होगोन।

#### 6. समाजारि गौथुम दानाय ( Social Mibilisation )

- (क) आइजो हान्जा आरो गामियारि सावसि आरो सेनिटारि आफाद ( VHSC )नि जथुम सामलायगोन।
- (ख) गामियारि सावसि बिथांखि बानायनायाव मदद खालामगोन।
- (ग) खाथि खालानि आरो बेराम जानायनि बांसिन मिजिं थानाय ओन्सोलनि राइजोफोरा सावसि सिबिथाय गोरलैयै मोननायाव मदद खालामगोन।



गाव सांग्रांथि, फोनांजाबथाय आरो जथुम हांखायनाय बायजि सोलोफोरखी बा नम्बर मडिउलआव फोरौनाय जादौ।

## 5. जाफुंसार आसा जानायनि गुनफोर—

जौगाखां सावसि सिबिथाय होनाई राइजोनि सावसि जौगाथाइ होनायनि बेलायाव आसाया जाफुंसार जानोब्ला. गाहायाव होनाय गुनफोरा धानांगोन—

- बिमा आरो गथ 'हा माबाफोर जन्ना जायोब्ला, बे बेरामखौ थाबैनो सोखानायनि राहा लानो हानाय आरो सावसि जौगाथाइ होनायनि बेलायाव सिबिथाय होनायनि सोलो आरो सरासनस्रा गियान धानाय।
- सावसिनि आयदाफोर, जरखायै जाबाय धानाय सरासनस्रा बेराम सनदेरनाय आरो बेनि होबथानायनि राहानि खारिथिफोरखौ जगायनानै सावसि जोथोन लानायाव बिथोन एबा बोसोन होनो हानाय।
- राइजोफोरजो आंगो लोगो जथायनो हानाय, नोरोम आसार आरो बिसोरनि गेजेराव मुंदांखा जानायनि अनगायैबो न 'खर नायदिनाय समाव न 'खरनि सोद्रोमाजो मोजां सोमोन्दो लाखिनो हानाय।
- खाथि-खाला मोजोमसेल' गोहो गोनां सुबुंजो आंगो लोगो गायसन्नाय।
- गोसो होथाबनानै खोनासन्नाय।
- पन्सायतीराज फसंथान, अंगनबाडीं मावथि आरो एएनएमजो फोनांजाबथाय लाखिनायनि सोलो।
- राइजोफोरजो लोगो लानानै मेल-मिथि सामलायनायनि रोंगौथि।
- नंगुबै सान्दांथि आरो गोदान गोदान सोलो सोल्लोनायनि हाबिलास धानाय।



## 6. न 'खर नायर्दिनाय सामलायनाय—

न 'खर नायर्दिनायनि गाहाय थांखिया जादों न 'खरनि सोद्रोमाजों सावरायनाय, जरखायै खम बैसोनि आइजो थानाय न 'आव विसोरजों बाश्ना रायज्जायनायनि गेजेरजों सावसिनि सौमोन्दै खारिथि जगायनाय आरो सावसिनि मोजां हुदा दानायाव मदद होनाय बायदिफोराव हानायमानि बोसोन होनाय।



जरखायै जाय न 'खराव गोबोंआव थानाय आइजो, दानसेनि गेजेराव एबर्टसन खालामनाय आइजो एबा बिमा एबा बोसोरनै बैसो सिंनि खुदिया एबा फुंगानि आंखालाव गोग्लैनाय गथ' थायोब्ला, न 'खर नायर्दिनाया गोनांथार।

**गिबि खेव—** आइजोनि थासारिखी मिथिनो थाखाय माखासे खारिथि बुधुमनाय। बेनि थाखाय आसाया रोखा सौलु सोंगोन आरो आइजोनि बाश्नाखी गोसोहोनानै खोनासंगोन। बियो बाश्ना बुंबाय थानायाव गेजेराव हँथा होनो नाड।

**नैथि खेव—** बिमाया मोजाई खामानि मावनाय आरो बुंनाय बादि गासिबो लानो हानायनि थाखाय बिखीं बाख्नायगोन। बेनि उनाव बिमा/ आइजोनि मावनो गोनांखीं सुंथावै बुंगोन आरो खारिथिफोरखीं रोखा खालामना होगोन। गाहाय खारिथिफोरखीं मख 'गोन जाहाते बिमाया मोजाई बुजियो। बिथोनफोरा बिनि थाखाय आजव जाथाव जागोन ना जाया रोखा खालामगोन। मानिनो हागोन ना हाया सौनाया मोजां। नांगीं जायोब्ला मा रोखोमनि बिथोन होनो हायो सोंफिन।

### खेवप्रोमबो लोगो हमनायाव

(आंगो लोगो थासारि सोरजिनायाव फोनांजावथायनि सोलो)

- बरायनाय
- बियो दिने मानो फेदों बुजायनानै होगोन।
- न 'खरनि सासे सोद्रोमा होन्ना साननो हानाय बादि आसार बाहायगोन।
- नोरोमै बाश्ना बुंगोन।
- जायगानि गोरलै राव बाहायगोन।
- मान होनाय दिन्थिफुंगोन।
- गावफोथायथि फेहेरनाय आरो गेबेई खामानि मावनायनि थाखाय आइजोखीं बाख्नायगोन।
- सावसिनि मोजां हुदा खालामाब्ला बेनि फिथाइया मा जानो हागीं बेखींल' मखनो आद्रा थायो, खोमसि फोथायनाय एबा बेयो गाजिं बैयो गाजिं बेफोरखीं बुडैयानो सावसिन।
- बुंनायनिखुइ सौनाया गाहाम।
- आरो माबाफोर सौलु दं नामा आइजोनाव सों।
- बुजिनो हानाय बादि गोरलै रावजों फिननाय हो।
- माब्ला फेफिनगोन फोरमायनानै साबायखर जासि।

**श्रामथि खेब**— सावरायनायनि गेजेरजों गोरान्थि सान्नाय एवा बांसावला बायनायखौं बोखारनो नाज। जोबधारनायाव, उननि लोगो हमनायनि राहा खालामनायजों लोगोसे थाबैनो दैथायनो गोनां सुबुंखी दैथायनायनि राहा खालामगोन।

'थिनो' नाड, सावसि सोमोन्दै आयदानि सायाव बिथोननि गोनां।

गाहायाव होनाय विदिन्थिखौं नाय—

गुदियैयि गोनांथिनडै रादाव	सावसिनि गोनांथार रादाव
डायेरिया होबधानायनि थाखा साखोन सिखोननि फारसे नोजोर हो।	हायेरिया होबधानो आदार वानायनाय एवा दीनायनि आगोलाव आरो बाज 'खानायनि उनाव साबोन आरो दैजों आखाइखौं मोजाई सुनांगी।
गथ 'नि फारसे मोजां जोथोन ला	नोंथाइ गथ 'नो दीनो थाखाय, गेलेहोनो थाखाय धोजासे सम मोनो ना? नोंथाइ खामानियाव थाडोब्ला गथ 'खौं सोर नोजोर लाखियो?
नोंथानि गथ 'नि वैयोआ दा बोसोरसे। नोंथाइ सुफुंसार आदार होनाया गोनांथार।	नोंथाइ गथ 'नो सानआव दैसे दाउदै (एवा गाइखेर, गोथां मैगं-थाइगं बाइदि) होनो हायोना? बेखी मात्रै राहा खालामो? जगायनो हायोना? न 'खरनि गुबुन गथ 'फोराबो बे बेलायाव बुडे नामा? अब्ला मा रोखोमनि जेना सोमजियो?



### गोब्राव थासारि—

आइजोआ लाजिगुसु आखुनि जायोब्ला—

☞ आइजोआ लाजिगुसु आखुनि जायोब्ला—

- सरासनस्रायै रायज्जायनानै 'बिखीं धुलुंगा हो'
- बाथ्रा बुंनो धुलुंगा हो।
- फोथायथि सोमजिहोनो जेसे हायो बिखीं बाख्याय।
- सौलुखौं मख 'फिन।

☞ आइजोआ मदद खालामै एवा बिदान्थे खालामग्रा बादि जायोब्ला—

- बियो दि रैखाथि बे बाथ्राखीं उनदाहा खालामहोनो थाखाय बाख्याय।
- रागा जौनायनि सोलाय बिनि फारसे अनसुला जा आरो लोगो बादि बाहाय।
- बिनि बाथ्राफोरखीं मोजाई खोनासंनायाव बांसिन सम हगार।
- बाथ्राफोरखीं मोजाई हमनो हायाब्ला बिखीं नारसिननो नाड, फेफिनगोन होन्ना बुंनांगोन।

☞ आइजोआ फेस्लायै आरो बाइदिसिना सौलु सोडोब्ला—

- गोरलै रावजों फिनाय होनांगी।
- बिजों बाथ्रा रायज्जायनो थाखाय दानफ्रोमबो फेगोन होन्ना बुजायनानै होगोन।



## 7. गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सान (VHND)

एएनएम, हौवा सावस्रि मावथि आरो अंगनबाड़ी मावथिफोरा सावस्रिनि बेलायाव सिबिथाय होनाय गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सानआ मोनसे सरासनस्रा जौसां। बे सानखी अंगनबाड़ी मिरुआव दानफ्रोमबो खेबसेयै खुनाय जायो। बे सानखालि एएनएमआ गथ 'फोरनो भेकसिन होयो, गोबोआव धानाय आइजोनि सावस्रि आनजाद नायो आरो बिसि-फिसाय जरानो न 'खर बिथांखि लानाय राहानि सोमोन्दै बिथोन होयो। बेनिअनगायैबो एएनएमफोरा बेरामाव गोरलैनाय बेरामिफोरनो फाहामथाय होयो आरो गोब्रावै जानाय बेरामिखी फाहामसालियाव देथायनायनि राहा लायो।

गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सानआ मोनसैसो जरखा सावस्रि आयदाजोल' सोमोन्दो दं। बे सानआव पन्सायतीराज फसंधाननि सोद्रोमा, आइजो हान्जा, गोबोआव धानाय आइजो, बोसोरनै बैसो सिंनि गथ 'नि बिमा, हिन्जावसा गथ' आरो सरासनस्रा राइजोफोरनि सानैसो सोद्रोमा नुजाथिनांगी। नुनो मोनदो दि सावस्रि आयदानि रादाबफोरा गोहो गोरा जानायनि जाहोना जादो— गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सानआव गाहायै थियारि जानायनि फिथाइ।

गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सानआव सावस्रि आयदाफोरनि सायाव जगायनो गोनां खारिथिफोरखी गाहायाव होनाय जाबाय। बेफोरखी मोनसेनि उनाव गुबुन मोनसेखी खालामनो हायो आरो बोसोरनि गेजेराव फोजोबनांगी।

### गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सानआव सावरायनो गोनां सावस्रिनि आयदाफोर—

- जागिनाय आगोलाव जोथोन लानायजो लोगोसे फुंगा आदार जानायनि बिथोन, आरो खीफोदनि लैखोन सिनायथिनाय बायदिनि सोमोन्दै गुदिखिथा फोरमायगोन।
- रैखाथियै जागिहोनाय बिथांखि आरो जागिनायनि उनाव लानो गोनां जोथोननि सोमोन्दै फोरमायगोन।
- बिमानि आहारल' दौनाय आरो थि समाव सुफुंसार आदार दौनायनि गोथीथि बुजायनानै होगोन।
- भेकसिन होनाय— फारिलाइखी बिमाया लोगोआव लानायनि सायाव गोथीथि होगोन।
- गोगो लौंग्रा दै, साखोन सिखोन लाखिनाय, सेनिटारिनि गोथीथि आरो बे बेलायाव जौगाथायनि थाखाय लानो गोनां जायगानि राहानि सोमोन्दै सावरायगोन।
- गोबावजो हावा जानाय, गिवि गोबोआव लाखिनायखी फासयनानै होनाय आरो फाराख लाखिनायनि गोनांथिनि सायाव गोथीथि होगोन।
- हौवासा-हिन्जावसानि सावस्रि सांग्रांथि, फुंगा आदार जानाय, गोजो आरो जौसिन फरायसालिसिम फरायनाय, थैगैयि होखारनाय, माहेकिया जायोब्ला लानो गोनां साखोन सिखोन आरो आथोनारिनि सोमोन्दै गुदिखिथा फोरमायगोन।
- मेलेरिया, टिवि आरो गुबुन गुबुन सनदेरग्रा बेराम होबथानाय राहानि सोमोन्दै बिथोन होगोन।

गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सान जाफुंसारहोनो आसानि बिफावआ मात्रै जानांगी ?

गाहायाव होनाय बादि मोनसे फारिलाइ बानायनानै गामियारि सावस्रि आरो फुंगा सानआव ( VHND )बिथांमोननि नुजाथिनायखी रोखा खालामनांगोन।

- जागिनाय आगोलाव आरो जागिनाय उनाव लानो गोनां जोथोननि थाखाय गोबोआव धानाय आइजो
- गिबिखेब एबा जागिनो गोनां समाव गले गले आनजाद लानो गोनां आइजो।





- ◆ नैथि खराक भेकसिन होनो गोनां गथ'।
  - ◆ फुंगागैयिआव भुगिनाय गथ'।
  - ◆ टिबि बेरामनि मुलि बाहायबाय थानाय बेरामि।
  - ◆ फाहामगिरिनि खाथियाव थानो हायै लोमजानाय सुवुं।
  - ◆ न'खर बिथांखिनि राहा लानो गोनां आरो बोसोन होनो गोनां बिसि-फिसाय।
  - ◆ एएनएमखौ लोगो हमनो नागिरनाय जायखिजाया सुवुं।
- न'खर सिनायथिनाय, गुबुन थावनिनिफ्राय फेनाय गोदान गामिनि थागिरि एबा गोरिबनि थाखाय बेराम जानो हाथाव न'खर एबा गामिनि न'खर, जायनो गोनांथि सिनायथिगोन आरो बिसोरनि नुजाथिनायखौ रोखा खालामगोन।
  - गामियारि सावसि आरो सेनटारि आफादनि सोद्रोमाफोरनो गामियारि सावसि आरो फुंगा सान खुंनायनि सानखौ सिगाडावनो फोरमायनो थाखाय एएनएम आरो अंगनबाडीजो फोनांजाबथाय लाखिगोन।
  - गामियारि सावसि आरो फुंगा सानआव सावसिनि आयदायाव खामानि मावनायनि बेलायाव गोखौ बिफाव लागोन।



## 8. 'आसा' आ रेजिस्टारआव लिरनानै दोनगोन—



### ( क ) गामियारि सावसि रेजिस्टार—

गोर्बोआव थानाय आइजोनि सोमोन्दै गुदिखिथा, 0-5 बोसोर बैसोनि गथ 'नि फारिलाइ, गथ' बिसि-फिसाबनि फारिलाइ आरो जायफोर सावसिनि सिबिथायनि गोनाथि दं बेफोर गसिबो खारिथिखी रेजिस्टारआव लिरनानै दोननांगोन ।

### ( ख ) आसानि डायेरि—

बे डायेरियाव बिसोरनि खामानिनि हिसाब लिरगोन आरो बे आदबआ बिखी सममथे बान्था मोन्नायाव मदद होनायजो लोगोसे जेना गैयाजासे खामानिखी सामलायनायाव मदद मोनगोन ।

### ( ग ) मुलि थफ्ला हिसाबनि रेजिस्टार—

जाफ्लेबाय थानाय फिसा फिसा जेना/ लोमजानाय बायदिखी होबथानो थाखाय आसानो मुलिनि थफ्ला होनाय जादो । पेराचिटावल बडि, एलबेनडाजल बडि, आइरन फलिक एचिद बडि, क्लर कुइन बडि, अरेल डिहाइड्रेसन सल्ट (ORS) नि पेकेट आरो मेगननि मुलि बायदि मुलिनि थफ्ला होनाय जादो । बेजो लोगोसे कनडम, गोर्बोआव थानाय होबथाग्रा बडि, गोर्बोआव थानाय आनजाद खालामग्रा आरो मेलेरिया बेराम आनजाद खालामग्रा मुवाफोरनि थफ्लाबो होनाय जादो । जायगानि गोनाथि बादियै हादरसाफोरा थफ्ला सिनि मुवाफोरखी सोलायनो हागोन ।

साखाथिनि गुदि सावसि मिरुनिफ्राय सममथे मुलिनि थफ्लाखी सुफुनो हायो । थि समाव मुलि जगायनो थाखाय मुलि दंन गैया रोखा खालामनो मुलि थफ्लानि हिसाब लाखिनाया गोनाथार । जाय मुलि जगायो बिनो एबा आसाया लाखिगोन ।

(दाजाबदेरनाय बिलाइ 1 : मुलि थफ्लानि हिसाब लाखिग्रा कार्ड)



### 9. आसा मददगिरि/ मददगिरि आरो सामलायगिरि

- आसाया विनि खामानियाव जाफुंसारनोब्ला, खामानि हारोथा फेहेरनाय आरो सानफ्रोमबो गोदान सोलो आज्ञावनायनि बेलायाव विनो खामानियाव मदद होनाय एबा ट्रेडिनि होनाया जोबोद गोनांथार।
- साफ्रोमबो आसानि खामानि दामानियाव मददगिरिया सामलायगोन।
- आसा मददगिरिया दानाव खेबथाम हायाब्लाबो खमैबो खेबनै आसाजोँ ब्राश्रा रायज्जलायनाया गोनां।
- आसाया जाय गामियाव सिबिथाय होयो, वै जायगानि जेना सुम्रानायनि बेलायाव आसा मददगिरिया बिथोन होगोन। आसाजोँ रायज्जलायनाय, बोसोन होनायफोरा गाहायै खामानिनि ट्रेडिनिखौ मिरु खालामनानै जागोन।

- बेनि उनाव खेबसे एबा खेबनै जायगानि फिननोजोरबोगिरि आफाद (Revie Mitting)आव सावरायगोन। बे सावरायनाया गामि पन्सायत/ खोन्दो एबा ब्लक खोलोबाव जानो हायो।
- साफ्रोमबो आसा मददगिरिया आसाखी लोगो हमनानै बिथोन होनाय आरो फिननोजोरबोगिरि आफादआव खामानि दामानि नोजोर होनायनि बेलायाव बिथोन ब्रादियै नेम खान्थि मानि नांगोन।

आसाजोँ सावरायनायनि गाहाय थांखिया जादों—

- (क) सावस्रि बेलायाव सिबिथाय होनायाव आसानि खामानि दावगानाया मात्रै एबा मात्रै नोजोर बोनाय जादों वे खारिथिफोरखौ थुब्रायनानै लानाय।
- (ख) आसाया थिखानाय सिबिथाय होनायनि बेलायाव मोगामोगि जानाय सावस्रि आयदानि जेना सुम्रानाय।
- (ग) विनि सोलो आज्ञावनाय आरो गियान बांहोनायनि थाखाय गेजेर गेजेर ट्रेडिनि होनाय।
- (घ) आसानो बिथांखि बानायनायाव मदद खालामनाय।
- (ङ) लौरसोर गैयि गोगोम आरो फोथायथि बांहोनायनि बेलायाव जौगाथाय होनाय।
- (च) बान्था मोन्नाय एबा अजद फोरमायनायनि बेलायाव आसाखी मदद खालामनाय।
- (छ) मुलिन थफलायाव मुलि बुंहोफिननायाव मदद खालामनाय।

आसानि थिखानाय खामानि दावगानायनि गुमुर् लानो थाखाय गुदि सावस्रि मिरु/ रायजोआरि सावस्रि मिरुनि फाहामथाय विबानगिरिया दानाव खमैबो खनसे आसा हान्जानि जथुम हांखायनाया जोबोद गोनांथार।



खोन्दो-ख

# बिमा सावसि





## बिमा सावस्रि—

### ट्रेडनिनि धांखिये—

ट्रेडनिनि जोबथारनायाव आसाया गाहायाव होनायफोरनि सोमोन्दे सोलोगोन

- निच्छय कित (Nischay kit) बाहायनानै गोबोआव थानाय आनजाद नायगोन।
- माहेकियानि जोबथा सान आरो मिजिंधिनाय जागिनायनि सान।
- जागिनाय आगोलाव आनजादनि गुदिखिधा।
- गोबोआव थानाय समाव गोब्राव जेना सिनायथिनाय आरो थि समाव थाबैनो फाहामसालियाव दैथायनो राहा लानाय।
- थैगैयि जानायखी सोखानो नांगीवादि राहा आरो जोधोन लानाय।
- रेखाथियै जागिहोनायनि बिथांखि लानाय।
- गोबोआव थानाय आइजोखी लोगो हमनाय सान।
- रेखाथि जागिनायनि गियान।
- गोब्राव बिमा बुंला बुजिनाय आरो फाहामसालियाव दैथायनाय।
- बिमा सावस्रिनि कार्ड आबुं खालामनानै दोनायाव एएनएमनि मदद।



### 1. गोबोआव थानायखी रोखा खालामनाय आनजाद

आइजोआ गावनि गोबोआव थानायखी आन्दाज खालामनाय लोगो लोगो रोखा जानो आनजाद खालाम होनांगी।

जोबोद थाबैनो गोबोआव थानायखी रोखा खालामनो मोननै राहा दं—

- जानो गोनां खालाराव माहेकिया जायाब्ला।
- गोबोआव थानाय अजाद निच्छय कित (Nischay kit) बाहायनानै न'आवनो आनजाद नायनाय।
- गोबोआव थानाय आइजोआ गावनो बे निच्छय कार्ड बाहायनानै गोरलैयै आनजाद नायनो हायो।
- माहेकिया जानो गोनां खालाराव जायाब्ला बे आनजादखी खालामनानै रोखा जानो हायो।
- पजिटिभ जायोब्ला गोबोआव थानाया रोखा जागोन।
- लोगो लोगो आनजाद खालामब्ला आइजोखी मोदोमबहानि रेजिस्ट्रेसन खालामनो हायो आरो बेनि गेजेरजो मोदोमबहानि समाव आइजोआ मोननो गोनां खावु आरो जोधोनखी मोनो।
- नेगेटिभ जायोब्ला गोबोआव थायाखी होन्ना बुजिनांगोन आरो गोबोआव लाखिनो लुबैयाब्ला, बिखी न'खर बिथांखिनि राहाफोरखी आजावनो बिथोन होनाया मोजां।

निच्छय कित मात्रे बाहायो बेनि बिथोनारिफोरा 2 नं बिलाइयाव दंदेरो

बे बाहागोनि गसिबो गियान 2 नं आसा मडिउलआव सोफादेरनाय जादो।



### माहेकियानि जोबथा आरो जागिनाय सान थि खालामनाय—

गोर्बोआव थानाया रोखा जानायनि उनाव जागिनो हाथाव सानखौ साननानै दिहुन्नायाव आसाया मदद खालामगोन ।

जानो हाथाव जागिनाय सान दिहुननाय आदब—

- आइजोनाव सौनानै बिनि जोबथा माहेकियानि सानखौ दिहुननानै लानांगौ ।
- बै सानजौ 9 दान दाजाबदेरनांगौ ।
- बेजौ आरोबाव 7 सान दाजाबदेर ।

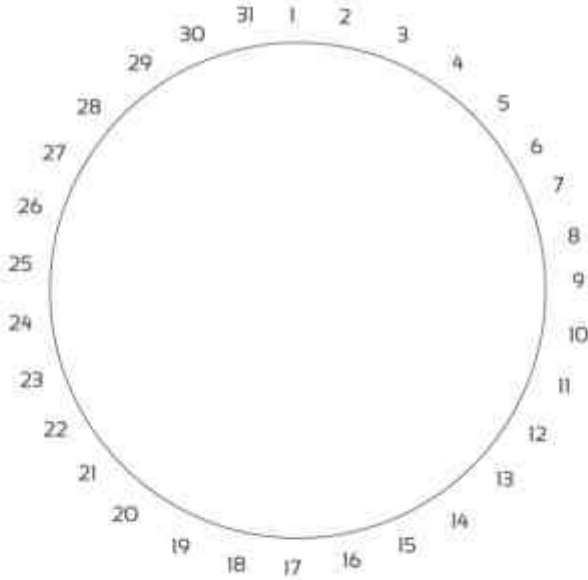
### बिदिन्धि महरै—

माहेकिया जोबथा सान	-	10 डिसेम्बर 2009 जायोब्ला
9 दाननि उनाव जागोन	-	10 सेप्टेम्बर 2010
7 सान दाजाबदेरब्ला जागोन	-	17 सेप्टेम्बर 2010
बेनिखायनो जानो हाथाव जागिनाय सानआ जागोन —	-	17 सेप्टेम्बर 2010

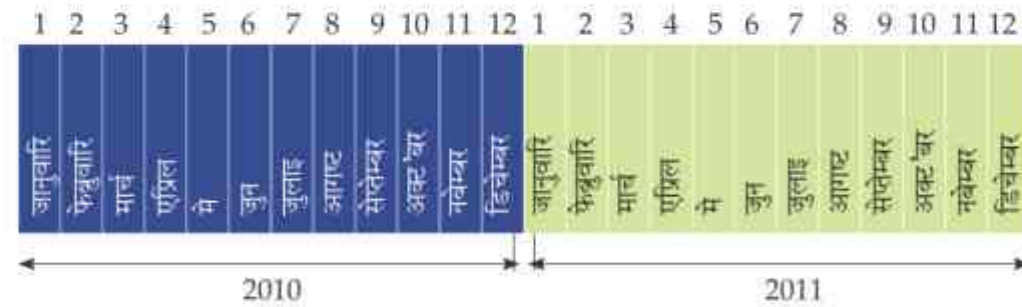
गोसोआव लाखिनो गोनां दि, बे आदबजौ रोखा खालामनाय साननि फाराख जानो हागी आरो जानोहाथाव जागिनाय सानआ 15 साननि जायखिजाया समाव जानो हागी ।

जोबथा माहेकिया आरो जानोहाथाव जागिनाय सान दिहुन्नायखौ बैखननि मददाव दिन्धिनाय जादौ ।

बे सावगारिया जागिनाय सान दिहुन्नायाव मदद खालामगोन ।



### बोसोर सोलायनाय दिहुननो हानाय स्केल—



## जागिनाय आगोलाव आनजादनि जाहोन—

गोर्बोआव थानाय समाव सासे आइजोखी जागिनायनि आगोलाव खेवबोसे आनजाद खालामनांगी ?

गिबि दानथामनि गेजेराव रेजिस्ट्रेसनखी लाफनानै खेवब्रे लोगो हमनायखी रोखा खालामगोन ।  
गाहायाव होनाय बादि लोगो हमनायनि सम थि खालामनानै बानायनाय जादों ।

**गिबि लोगो हमनाय—** गोर्बोआव थानाया रोखा जानाय लोगो लोगो जेसे हागी थाबैनो 12  
सप्तानि गेजेराव मुं रेजिस्ट्रेसन आरो गिबि आनजाद खालामनाय ।

**नैथि लोगो हमनाय—** 16-20 सप्तानि गेजेराव ।

**थामथि लोगो हमनाय—** 28-32 सप्तानि  
गेजेराव ।

**ब्रैथि लोगो हमनाय—** 36 सप्तानि उनाव ।

गुदि सावसि मिरुआव मोननो गोनां  
खाबुफोरखी जाहाते मोननो हायो आरो  
जागिनायनि आगोलाव थामथि लोगो  
हमनायनि थाखाय गुदि सावसि मिरुनि  
फाहामगिरिखी आनजाद नायहोनो आइजोनो  
बिथोन होनोनांगी ।



## गोर्बोआव थानाय समाव लानो गोनां जोथोननि जोबोद गोनांथार थादेरसा—

- जेसे हागी थाबैनो मुं रेजिस्ट्रेसन  
खालामनाय ।
- सममथे लेरथाइ सुनाय ।
- थैगैयिनि थाखाय थै आनजाद  
खालामनाय ।
- प्रटिन आरो सुगारनि थाखाय हामुदै  
आनजाद नायनाय ।
- ब्लाड प्रेसार सुनाय ।
- मानफायाव थरफायै आइरन फलिक  
एचिडनि बडि दानथामसिम जानाय ।
- थैगैयिनि थाखाय फाहामथाय ।
- बोरला बेरामनि धनै बेजि थि समाव  
लानाय ।
- गोर्बोआव थानाय समाव फुंगा आदारनि  
बोसोन
- जागिनायनि थाखाय थियारि



जागिनायनि आगोलाव जोथोननि थादेरसानि गुमुरखी 2 नं मडिउलआव होनाय जादों ।



## गोर्बोआव धानाय आइजोनि सावसि सिबिथाय बहा होनाय जायो ?

दानाव खेबसे खुंजानाय गामियारि सावसि सानआव खाथियाव धानाय अंगनबाडी मिरुआव आइजोआ मोननो गोनां सिबिथाय होनाय जायो। गोर्बोआव धानाय आइजोनि सावसि आनजादनि खाबु धानाय दांलाइ सावसि मिरु जेराव एएनएमआ सावसि सिबिथाय होयो। बेनिअनगायैबो गुदि सावसि मिरु, राइजोआरि सावसि मिरु आरो जिला खोलोबनि फाहामसालियाव बे सिबिथायनि खाबु मोन्नाय जायो।

## गोर्बोआव धानाय समाव जानो हाथाव जेना आरो खैफोदनि लैखोन सिनायथिनाय—

गाहायाव मखनाय जेनाफोरा गोर्बोआव धानाय समाव जानो हागी, जायनि थाखाय गोर्बोआव धानाय आइजोआ मवेबा सावसि मिरुआव थानानै फाहामथाय लानो गोनां जायो।

- जन्दिस, ब्लडप्रेसर, खमफिनानै लोमजाखांनाय एबा थै गनाय
- बांद्राय थैगैयि जानाय
- हामुदैयाव प्रटिन आरो सेनि धानाय
- आखाइ-आथिं आरो मोखाइव बुनाय

फाहामसालियाव अपारेसन आरो थै दान होनो गोनां गोर्बोआव धानाय आइजोनि खैफोदनि लैखोनफोरखीं गाहायाव होनाय जावाय आरो बे खाबुफोरखीं मोननो थाखाय आइजोआ फाहामसालियाव जागिनो नागिरो।

गिबियाव गोर्बोआव धानाय समाव माबाफोर जेना धानाय बिमा (अपारेसन, बांद्राय सम जागिनाय-सानायाव भुगिनांनय, गोथैगथ' एबा जोनोमनि समाव धैनाय बाइदि)

गोर्बोआव धानाय समाव थैगैयि जानाय

गोर्बोआव थाजेन्नाय समनिफ्राय जागिनाय समसिम माबाफोर खैफोदनि लैखोन थायोब्ला आइजोखीं फाहामसालियाव जागिहोनाया गोनांधार। बेफोरनि गेजेराव—

- खम बैसोनि बिमा (19 बोसोर बैसो सिंनि)
- 40 बोसोर बैसोनि बांसिन बिमा
- साथाम गथ'नि बिमा
- बांसिन एबा खम लेरथाइनि बिमा

## गोर्बोआव धानाय आइजोनि मावनो गोनां खामानि—

• गोर्बोआव धानाय आइजोनि फारिलाइ बानायनाय— गोधी ओन्सोल, गारि, मधरनि खाबु गैयि थावनि एबा गोरिब सिमा हांखोनि सिडलव धानाय न'खर, सिडिडल कास्ट-ट्राइबेल, आदिबासी एबा जेनाजो नाखेबजानाय आइजोखीं सावसि सिबिथायनि खाबु मोन्नायखीं रोखा खालामनाय।

• बेलेन्स डाइटनि गोथीथि आरो बेनि सोमोन्दै गोर्बोआव धानाय आइजोनो बुजायना होनायजो लोगोसे जिरायनाय, जोथोन लानायनि सोमोन्दै बोसोन होगोन।

• बेलेन्स डाइटनि सायाव गोथीथि होगोन आरो फुंगा आदार जानायाव बोलो होगोन। मोदोमबहा आइजोनि आदाराव दालि गलायदेरनाय, गम माइनिफ्राय बानायनाय गुबुन गुबुन



- आदारजों लोकोसे गोथां मैंग-थाइंग, ना, बेदर, दाउदै, गाइखेर बायदि जानायाव बोलो होनांगी। जगायनो हायोब्ला, फिथाइ-सामथाइ, जानाया मोजां। बेदर आरो बादाम हारिनि आदारा थैगैयिआव भुगिनांनय आइजोनि थाखाय जोबोद मोजां। गोर्बोआव थानाय समाव आदार जानायाव जेबो हेंथा गैया, बे बाश्नाखीं आइजो आरो गोर्बोआव थानाय आइजोनि न खरनि सोद्रोमानो बुजायना होनांगोन।
- गोर्बोआव थानाय आइजोनि सावसि आनजाद नायहोनाय सानखीं गोसोखांहो।
- गामियारि सावसि सानसिम फैने गोनो गोथो मोनो एबा मावा रोखोमनि जेना जायो, आसाया मदद होगोन।
- गोर्बोआव थानाय समाव मोननो गोनां गासिबो खाबु मोनदों ना मोनाखीं रोखा खालाम।

Integrated Child Development Services  
National Rural Health Mission



Photograph of Mother & Child

Family Identification

Mother's Name: \_\_\_\_\_ Age: \_\_\_\_\_  
 Father's Name: \_\_\_\_\_  
 Address: \_\_\_\_\_

Mother's Education: \_\_\_\_\_

Pregnancy Record

Mother's ID No: \_\_\_\_\_  
 Date of the last menstrual period: \_\_\_\_\_  
 Expected date of delivery: \_\_\_\_\_  
 No. of pregnancies (including this birth): \_\_\_\_\_  
 Last delivery (including this): \_\_\_\_\_  
 Current delivery: \_\_\_\_\_  
 ICD Registration No: \_\_\_\_\_  
 ICD papers: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Birth Record

Child's Name: \_\_\_\_\_  
 Date of Birth: \_\_\_\_\_ Sex: \_\_\_\_\_  
 Weight: \_\_\_\_\_ kg \_\_\_\_\_ gm  
 Age: \_\_\_\_\_

Healthcare Identification

Address: \_\_\_\_\_  
 PIN Code: \_\_\_\_\_  
 Ward / Clinic: \_\_\_\_\_  
 Health Centre: \_\_\_\_\_  
 Hospital / PHU: \_\_\_\_\_  
 District / Taluk / Block: \_\_\_\_\_  
 Healthcare Arrangement: \_\_\_\_\_

Signature: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Department of Health & Family Welfare, Government of India

## रेखाथिये जागिहोनायनि बिथाखि—

### नोंनि मावनो गोनां—

- गोर्बोआव थानाय बिमाजों सोमोन्दो लाखिनानै जानोहाथाव जागिनायनि सानखीं मिथिना लानांगी।
- खाबुगोनां सावसि मिरुनि सोमोन्दै मिथिनायजों लोकोसे फसंथानाव सावसि मिबिथाय होप्रा सुबुंफोरखीं मिथिनां लानांगोन।
- जाय फसंथानाव जागिहोनायनि थांखि लादों बेजों सोमोन्दो थानाय सावसि मावथिफोरजों जागिनायनि आगोलाव थानानै सिनायथि खालामना होनांगोन।
- नांगी समाव मात्रे फोनांजावथाय खालामनो हायो एबा हान्थामेलानि राहा आरो खरसा बायदिनि सोमोन्दै, जरखायै जननी सुरक्षा योजना मोन्नाया सोरखारि फाहामसालिनिफ्राय ना गावारि खोन्दोनि फाहामसालिनिफ्राय बेखीं गिबियावनो मिथिनाया मोजां।
- गासिबो मोदोमबहा आइजो आरो बिसोरनि न खरनि सोद्रोमाफोरखीं जागिहोनायनि बिथाखि बानायनायाव मदद खालामनायजों लोकोसे खरसानि राहाखींबो गिबियावनो खालामनांगोन। माखासे सेलफ हेलफ ग्रुपआ सोद्रोमा नडाब्लाबो मदद होयो। गोथी गामिनि आइजो, माब्लाबाबो सावसि मिरु एबा फाहामसालियाव जागिहोफेरै एबा खैफोदनि लैखोन थानाय बिमा, बिसोरनि थाखाय बेयो जोबोद गोथीथि गोनां।
- सावसि मिरुआव लांफानो गोनां- गोरिव सिमा हांखो सिडव थानाय सुबुंनि कार्डनि सोमोन्दै मिथिनांगोन।
- गामियारि सावसि आरो फुंगा सानआव एबा दानारि जथुमआव गुदि सावसि मिरुनि फाहामगिरि आरो एएनएमजों जागिहोनायनि बिथाखि बानायनायाव आसाया बाहागो लानो नांगोन।
- एएनएमनि सामलायनायाव मोदोमबहा बिमानि बेलायाव जेना सोमजिनो हाथावनाखीं सिनायथिनाय। बिखीं आरो बिनि न खरनि सोद्रोमाखीं फाहामगिरिनि खाथियाव थानानै फाहामथाय लानो बिथोन होनायनि अनगायैबो नांगी जायोब्ला लोकोआव थांफानांगी।



## 2. रैखाथि/ खैफोदगैयि जागिहोनायनि बिथांखि बानायनाय—

खैफोदगैयि जागिनायनि बिथांखिया मा फोरमायो ?

जागिनाय समाव जाहाते जेबो जेना सोमजिया, मोजाडै जागिनायजों लोगोसे जागिनायनि उनाव मोजाडै जोथोन लानो हायो आरो मोननो गोनां खाबुनिफ्राय आन्दाय नाइ बेखौ रोखा खालामनो थाखाय गोबोआव थानाय आइजो आरो नखरनि सोद्रोमाजों लोगोसे सावरायनानै बानायनाय बिथांखियानो जादों रैखाथि जागिनायनि बिथांखि। एएनएमजों सावरायनानै गासिबो नखरनो बे बिथांखि बानायनायाव मदद खालामनांगी।

गथ' जानोहाथाव बिमाया गोसोबादिये लानो हानाय खाबुफोरा मा मा ?

### 1. मावाफोर जेना एवा खैफोदनि लैखोन थायोब्ला—

साखाथिनि राइजोआरि सावसि मिरु/ जिला फाहामसालि, जेराव बिमाफोरनो गोनां जानाय फाहामथाय होनो हानाय गासिबो रोखोमनि खाबुफोर दं, जैर— थोजासे सावसि मावथि, जोनोम जागोदान गथ'नि जोथोन लानो हानाय खाबु गोनां सावसि फाहामसालि सिनायथिनानै बिमा आरो न'खरनि सोद्रोमाखौ बै मिरुआव थानो बिथोन होनांगी।

### 2. जेबो जेना थायाब्ला—

जाय गुदि सावसि मिरुआव  $24 \times 7$  सम फाहामगिरि, नार्स एवा एएनएम आरो जागिनायनि राहा थायो आरो जागिनायनि उनाव बिमा आरो जोनोम जागोदान गथ'नि जोथोन लानायनि खाबु थायो, बेबादि सावसि मिरुआव थानांगी। जागिनाय समाव मावाफोर जेना सोमजियोब्ला, इसे जेनाखौ सुझानानै नांगी जानाय फाहामथायनि थाखाय, जैर— अपारेसन एवा थे होनो थाखाय खाबुगोनां जौगाखां फाहामसालियाव दैथायहर। बेबादि जौगाखां माननि फाहामसालिनि सोमोन्दै एएनएमनिफ्राय मिथिनानै लानांगी। जागिनाय थावनिया साखोन-सिखोन, रैखाथि जानो नांगी आरो ट्रेडिनि मोन्नाय हारोथा गोनां नार्स एवा फाहामगिरि गासिबो समावनो थानाय जानांगी। जागिनायनि उनाव 48 घन्टा फाहामसालियाव थानाया जोबोद गोनांथार।

3. जेबो जेना गैयाब्ला आरो बिमा एवा बिनि न'खरनि सोद्रोमाया  $24 \times 7$  सम गुदि सावसि मिरुआव थानो गोसो गैयाब्ला एवा गोजानद्राय जायोब्ला, हारोथा गोनां नार्स आरो जागिनाय समाव नांगी जानाय खाबुनि राहा थानाय दालाइ सावसि मिरुआवनो जागिहोनायनि राहा खालामनो हायो।

4. जेबो जेना गैया एवा खैफोद जानायनिबो लैखोन गैया आरो बिमा एवा न'खरनि सुबुंखौ फाहामसालियाव जागिहोनायनि बिथोन होसेयावबो न'आव जागिहोनायनि थाखाय बोलो होयोब्ला— ट्रेडिनि मोननाय हारोथा गोनां नार्सनि दैर जागिहोनायनि राहा खालामनांगी आरो बे बेलायाव एएनएमनो मदद होनांगी। बेखौ खालामनो राबि जानायनि आगोलाव नों रोखा जानांगोन दि— जेब्लानो नांगी जायो खरसाजों लोगोसे हान्यामेलानि राहाखौ थाबैनो खालामनो हानाय गोहो न'खरहा दं। न'आव एवा दालाइ सावसि मिरुआव जागिनो जागायनायनि 30 मिनिटनि गेजेराव नार्सआ नुजाफैगोन आरो जागिनायनि उनाव घन्टानैसो बिजों लोगोआव थागोन। सानै साथामसो रोंगौथि गोनां आइजो जागिनाय समाव थायोब्ला मदद जायो।

जागिनाय बिथांखि बानायनायाव मा थागोन ?

(नाय— 3नं दाजाबदेरनाय बिलाइ— गावारि बिथांखि फर्मआव)

जागिनाय बिथांखि माब्ला बानायनो ?

गोबोआव थानाया रोखा जानायनि उनाव जेसे हायो थाबैनो खालामनाया मोजां। न'खरनि (फिसाय), बिखुनजो एवा थांखि लानो हानाय सोरबा सुबुंजों सावरायनानै बानायनाया सावसिन। दान 7 नि उनाव (3rd Trimester) एएनएम आरो न'खरनि सोद्रोमाजों फिननायबिजिरनाया गोनां। बे समावनो सावसि मिरु, हान्यामेलानि राहानि सोमोन्दैबो जोबथा थांखि लानायाव गोथांथि होनांगी।



रेखांथिये जागिनायनि  
थाखाय बहा थांनाया  
मोर्वा ?



जाय गुदि सावस्रि मिरुआ 24 घन्टा खुलिनाय थायो, आं  
जोधोन मोनगोन आरो सानने थानायनि राहा दं आरो  
नांगी बादिये अपारसेननि थाखाय हाखु-दाखुये गोर्जा  
माननि फाहामसालियाव देथायनो हायो।



जागिनायनि आगोलाव खैफोदनि लैखोन एबा जेना  
नुजाथियोब्ला, आं लोगो लोगो गिदिर फाहामसालियाव  
थांगोन, नाथाय बेबादि जायथीं होनना मिजिं खालामदों।

आंजेँ लोगोआव आसा थागोन आरो न'आव  
हौवासा-हिन्जावसा नोजोर लाखिनाय आरो न'नि  
खामानि मावनो थाखाय खामानि मावगा थिक  
खालामनांगोन।



मोदोमबहा आइजोनि जागिनायनि  
बिथांखि बानायनायाव गंफ्रोमबो  
न'खरनो आं मदद होगोन



माबाफोर जेना एबा खैफोदनि लैखोन थायोब्ला, जागिहोनो  
थाखाय रायजेओरि सावस्रि मिरु एबा जिला फाहामसालियाव  
थांनो बुंगोन आरो फाहामसालियाव लांनो थाखाय सममथे  
गारि मथर मोनो बेखीबो थि खालामगोन।



नाथाय मोदोमबहा आइजो आरो बिनि नखरा गोजान आरो  
होंगो दोंगोनि थाखाय सावस्रि मिरुआव लांनो नागिराब्ला, सानै  
ट्रेडनि मोन्नाय नार्स थानाय दालाइ सावस्रि मिरुआव थांनो बिथोन  
होगोन, जेराव सासे नार्स जेब्लाबो मोनबाय थायो।

न'खराव थानाय थासारि, फोथायथि बायदिनि थाखाय खायसे  
आइजोआ दालाइ सावस्रि मिरुआव थांनो जेना मोनो। अब्ला  
आं एएनएमजोँ बिनि न'आव जागिनायनि थाखाय जेरेबादि  
राहा खालामनांगी एएनएमखीं आं मदद खालामगोन। नाथाय  
बेयो अराय जाथावा।



### 3. थैगैयिनि राहा लानाय

भारतबर्षआव थैगैयि जानायनि गोसारनाया मैखोम । गोबोआव थानाय समावनो थैगैयि जानाया मोदोमबहा बिमानि जेना, जैरे— समनि आगोलाव जागिनाया बबेखानि बिमा आरो गध' सानैबो थैनो हागी । देहायाव आइरनि बिबाड थि बिबाडव थानायखौ रोखा खालामनो थाखाय साफ्रोमबो मोदोमबहा आइजोनो आइरन बडि, बबेखानि थैगैयिआव भुगिनाडै आइजोनोबो होनाया मोजां । थैनि नमुना बुधुमनानै आनजाद नायनानै थैयाव थानाय हिम ग्लबिननि बिबां नायनानै देहानि थैगैयि जानायखौ रोखा खालामनो हायो । हिम ग्लबिननि बिबां खम जानायनि ओंधिया थैगैयि जानायखौ फोरमायो ( गाहायनि टेबिलआव नाय ) । गोबोआव थानाय समनि आनजाद नायनायाव थै आनजाद नायनाया मोजां । बे आनजादखौ गामियारि सावसि आरो फुंगा सानआव एएनएमआ खालामनो हायो ।

हिम ग्लबिननि बिबां	थैगैयिनि मात्रा
11 ग्रा:/ डि.एलनिखुइ बांसिन	थैगैयि नडा/ सरसनम्रा
7-11 ग्रा:/ डि.	इसे थैगैयि
7 ग्रा:/ डि.एलनिखुइ खम	बांद्राय थैगैयि

गोबोआव थानाय समाव आइजोनि हिम ग्लबिननि बिबाड 11 ग्रा:/ डि.एल थायो, अब्ला थैगैयिआव भुगिनाय होना हमनाय जायो ।

#### बांद्राय थैगैयिआव भुगिनाय लैखोनफोर—

- सालाइयाव बांद्राय सोमबा जानाय
- लोरबां
- गासिबो देहायाव बुखांनाय

#### थैगैयिआव भुगिनाडै आइजो ( 11 ग्रा:/ डि.एलनिखुइ बांसिन हिम ग्लबिन)—

मोदोमबहा आइजोआ गिबि ट्राइमेष्टरनि उनाव खमैबो 14-16 सप्तानिक्राय बेराम होबथाप्रा महैरै सानफायाव आइरन फलिक एचिडनि बडि थैगैयि जानायखौ फाहामनो थाखाय 100 साननि थाखाय जानांगौ । बे खराकखौ जागिनायनि उनावबो दानथामसिम जानांगौ ।

#### मोदोमबहा आइजोआ थैगैयिआव भुगियोब्ला—

- सानफायाव थरनै आइरन फलिक एचिडनि बडि दानथामनि थाखाय जानाया मोजां, बेनि ओंधिया जाबय थैगैयि जानायनि थाखाय बियो 200 बडि जानांगोन । बेनि अनगायैबो हायोब्ला आइरन फलिक एचिडजो लोगोसे बांसिन आइरन थानाय आदार जानो थुलुंगा होनांगौ ।
- हिम ग्लबिननि बिबांखौ मिथिनो थै आनजाद खालामफिननांगौ । बे आनजादखौ दानसेनि उनाव खालामनांगौ ।
- हिम ग्लबिननि बिबाड बांदोब्ला सरसनम्रा जायागौमानि सानफायाव थरनैयै आइरन फलिक एचिडनि बडि जाबाय थानो बिमाखौ बुंनांगौ । बोसोन होनाय बादि आइरन फलिक एचिडनि बडि जानानैबो हिम ग्लबिननि बिबाड बारायाब्ला, बेनि जाठनाव जानो हाथाव जैनानि राहा लानो हानाय गासिबो खावु गोनां साखाथिनि फाहामसालियाव दैथायनायनि राहा खालामनांगौ ।
- बाराद्राय थैगैयिआव भुगिनांनाय मोदोमबहा आइजोखौ हाखु-दाखुवै खाथिनि गुदि सावसि मिरु/ रायजोआरि सावसि मिरु/ जिला फाहामसालियाव मोजां फाहामथायनि थाखाय दैथायनांगौ । बेबादि आइजोनो बेजि एबा थै होनो गोनां जानी हागी ।
- जागिनायनि उनावबो एखेरोखोमै सानफायाव खेबने आइरन फलिक एचिडनि बडि जानांगौ ।



## शैर्गीयिआव भुगिनांनाय मोदोमबह्ना आइजोनो होनो गोनां बिथोन

- आइरन बांसिन थानाय आदार जैरै— गुबुन गुबुन रोखोमनि गोथां मैगं-थाइगं, दालि, गुर, ना, बेदर आरो लिभार चाइदि आदार जानो थुलुंगा होनांगी। राइरि थासारिनि सायाव बिथा खालामनानै न खरजौं सावरायनानै बिथोन होनायनि थांखि लानांगी।
- हायोब्ला, आइजोनो हानायमानि सि-भिटाविन थानाय फिथाइ-सामथाइ, मैगं-थाइगं (जैरै— थाइजौं, सफारि, खमला आरा गोदौ फिथाइ) जानो थुलुंगा होनांगी, मानोना बेफोर देहाया आइरन सोबना लानायाव मदद खालामो।
- मोदोमबह्ना समाव आइरननि आंखालनि गोथौथि, आइरननि आंखालनि फिथाइ आरो आइरन जानायनि थाखाय जानो हाथाव बिजाथायनि सोमोन्दै मोजाडै बुजायनानै बिथोन होनायजौं लोगोसे बे बिजाथाया दान्दिसेनिल' आरो समनि लोगो लोगो खम जालानाय बाश्राखौं गोथौथि होनानै फोरमायनांगी।
- आइरन फलिक एचिडनि बडि फुडव उदौ खालियाव सानफ्रोमबो जानांगी। उदौ सानाय, गोबाल' गोबाल' आदार जाखांनारयनि उनाव एबा हराव जानो हायो। बे राहाजौं गोबाल' जानाया खारगोन।
- आइरन फलिक एचिडनि बेलायाव गोरोन्थि सान्नायखौं होखारनानै आइरननि गोहोमनि सायाव गोथौथि होनानै आइजोखौं कइसो राजि जाहोनांगी।
- आइरन फलिक एचिड जानायनि जाउनाव सोमजिनाय सरासनसा बिजाथाय जैरै— गोसोम खिनाय, खि-गोरा जानाय आरो गोबाल' गोबाल' मोन्नायनि थाखाय खायसे आइजोआ नेमबादियै जाया। देहाया आइरन सोबना लानायनि थाखाय खिया गोसोम जायो। बेयाव गिनांगी जेबो गैया।
- खि-गोरा जायोब्ला गोबां बिबांनि दै लौनांगी आरो गोथां मैगं-थाइगं जानो बिथोन होनांगी।
- आइरन फलिक एचिडनि बडिखौं साहा, कफि, गाइखेर एबा केलसियाम बडिजौं लोगोसे जानो नाइ। मानोना बेबादि खालामब्ला आइरन सोबनानै लानाय हाबाया मोजाडै जाया।
- आइरन फलिक एचिडनि बडि जायोब्ला मॅनाया खमिगोन। देहाखौं मोजां मोनबाय थागोन। बेनिखायनो गेजेराव बन्ध खालामा लासिनो जेसेबां सान बडि जानो बिथोन होदौं- बेसेबां सानसिम जाबाय थानो सावसि मावधिया थुलुंगा होनांगी।
- आइरन फलिक एचिडनि बडि जानायनि जाउनाव मावाफोर जॅना नुजाथियोब्ला, नौनि खाधियाव फॅनो वुं।



## आइरन फलिक एचिडनि बडि माबै मोननो ?

आइरन फलिक एचिडनि बडि नौनि मुलि थफलायाव दं। नौनियाव बडिया अरायबो थानांगोन। नौनि मददगिरि हाञ्जानि सोद्रोमा एबा गुदि सावसि मिरुनि फाहामगिरिया मुलनि थफलायाव मुलि दोननो थाखाय जाय सुबुंखौं थिसनदौं विनो बिबानखौं लागोन। गामियारि सावसि आरो फुंगा सानावबो एबा जायखिजाया सावसि मिरुआवनो मोननो हायो।

#### 4. जागिनाय आगोलाव आरो जागिनाय समाव जानो हाथाव जेना सिनायथिनाय—

मोदोमबहा थासारियाव एबा जागिनाय समाव जायखिजाया समावनो खैफोदनि लैखोन नुजाथिनो हागी। बेनि थाखाय नों सांग्रां जानांगी। बे खैफोदनि लैखोनफोरनि गेजेराव जायखिजाया मोनसे हारोंथा थानाय मोदोमबहा आइजोआ खैफोदनि मोगामोगि जानो हागी आरो नों थाबैनो खाबुगोनां सावसि मिरुआव लांनाया मोजां। बे रोखोमनि जेनाखीं माझें सिनायथिनो हायो न 'खरनि सोद्रोमाफोरनोबो फोरमायनांगी आरो थाबैनो फ्रहामसालियाव दैथायनो थियारि जाना थानो बिथोन होनांगी।

गथ' जानोगोनां आइजोखी गोखैनो दैथायनो गोनां जेनाफोर—

खैफोदनि लैखोन गोनां आइजो	सिनायथिनाय
<p>आथोनजों थै गनाय</p> 	<p>थै गनाय— जायखिजाया बिबानि (गोजा जारां एबा धैसाम खानाय)</p>
<p>गोबोंआव थानाय गथ'आ लोर सोर खालामनो नागारब्ला</p> 	<p>लोर सोर गैथि/ जोबोद उदै सानाय</p>
<p>खर' सानाय/ खर' गिदिनाय/ मेगनजों मोजाइ मोजाइ नुनाय</p> 	<p>जोबोद खर' सानाय आरो मेगनजों रोखायै नुनो मोनै एबा मेगनाव दागो।</p>



मोखां / आखाइ आइथिं बुनाय



आखाइनि गोजीफारसे दुखांनाय

आरजाथावै मावग्लुंनाय / थैहावनाय



नायगोमोनाय, मोखां, आखाइ-आइथिं थनश्चनानै देहाखीं गोरायै आरो सोमावना होनाय आरो आखाइ मुधिखीं गोरायै हमना लानाय ।

गद्य 'जोनोम जानोहाथाव आइजोखीं गोखै दैथायनो नाड

जैना

सिनायथिनाय

राहा लानो  
गोनां

बांद्राय थै गैयि जानाय



सालाइया थैगैयि फुरगाव जानाय, लोरबां, गासिबो देहाया बुखांनाय ।

गुदि सावसि मिरु / जिला फाहामसालि / थामथि धाखोनि फाहामसालियाव दैथाय नांगोन ।

खुखि खाना



बिलिफाइव रोखायै नूनो मोनै ।

एएनएमनि खाथियाव एबा गुदि सावसि मिरुसिम दैथायनांगोन ।



**लोमजानाय**



दांनयब्ला मोदोमा गुदुं, बिदुडा 100 डिग्री फारेनहाइटनिखुइ (37.4 डिग्री सेलसियास) बारा

पेराचिटामल बडि होनांगी। 48 घन्टायाव मौजां मोनाब्ल, गुदि सावसि मिरुसिम दैथायनांगी।

**हासुनायाव बिस, आलीनाय , खामनाय मोनदांनय**

हाखु-दाखु हासुनो गोनां जानाय आरो गले गले हासुनायाव सानाय आरो आलीनाय मोन्दांनय।

बिमाखी गोबां बिबांनि दै लौनों बुंनंगी। 24 घन्टानि उनाव हामाब्ला, गुदि सावसि मिरुसिम दैतायहरनांगी।

**गुफुर स्राब थांनय बायदि**



आथोननि लामाजो गुफुर स्राब गबोनाय आरो सिथिं मानलु मानला जानाय।

बिमानो जेनचियेन भायलेट बाहायनायनि आदब फोरोंनांगी आरो आथोननि सिडाव गोजीसिम फुननो बुंनंगी। सान 5याव मौजां मोनाब्ला गुदि सावसि मिरु/ फाहामसालिसिम दैथायनो नांगी।

**गथ' जोनोम जानोहाथाव आइजोखी थाबैनो दैथायनो नाइ—**

जेना	सिनायथिनाय	मावनो गोनां
मानलु-मानला/ बिगुरनि बेराम (Scabies) बिगुराव फिथर फिथर ओंखारनाय आरो बेफोराव गोमोदै थुवुर जानाय।	बिगुराव मानलु-मानला जानाने गाराय नुयोब्ला, न'खरनि सोद्रोमानि बिगुरनि बेराम, बिगुराव फिथर फिथर जानाय आरो बेयाव गोमोदै थुवुर जानाय नुयोब्ला	सिथर सिथर जानायनि थाखाय सानआव खेबथाम दै गुदुंजो सेक होनो बिथोन होनांगी। साननेनि गेजेराव मोजाडव फेनाय नुवाब्ला गुदि सावसि मिरुआव दैथाय हरनांगी। बिगुरनि मानलु-मानला (Scabies) नि थाखाय एएनएमनि खाथियाव/ गुदि सावसि मिरुसिम दैथायनांगी।
जागिनायनि गाजि जारिमिन	एबर्टसन, गोथे गथ' जोनोम एबा जोनोम जागोदान गथ' थैनाय एबा जोबथा खेब मोदोमबहा समा माबाफोर गोब्राव जादोंमोन नामा सौंनांगी, जरखाय अपारेसन खालामनो गोनां जादोंब्ला	रायजोआरि सावसि मिरु/ जिला फाहामसालिफोराव दैथायनांगी।



जावजा गथ' जोनोम जानायनि मिजिं थायोव्ला



सन्देह/ गियान थानांगौ। गाहायै सन्देह जायोव्ला एएनएम एबा फाहामगिरिया गोनोंखोआरि आदव बाहायनान उदैनि गाहायाव आनजाद खालामो।

रायजोआरि सावसि मिरु/ जिला फाहामसालिसिम दैथाय नांगौ। आलट्टासाउन्द आनजादनि गेजेरजों रोखा खालामो।

गथ'आ गोर्बोआव आरजाथावै थाथाय लाबाय



सन्देह जायोव्ला/ मिथिनाया गोनों गोनोंखोआरि आदवजों फाहामगिरि एबा एएनएमआ उदैनि गाहायाव आनजाद खालामो।

रायजोआरि सावसि मिरु/ जिला फाहामसालिसिम दैथाय नांगौ। आलट्टासाउन्द आनजादनि गेजेरजों रोखा खालामो।

गथ' जोनोम जानायनि गिबिसमनिफ्राय जोनोम जानायसिम जागिनाय समाव बायदिसिना जैना नुजाथिनो हागी आरो बे जैनाफोरा जायखिजाया समावनो सोमजिनो हागी—

- बाराद्राय थै गयो
- आखाइ-मोखां बुखाइ
- गोर्बोआव थानाय गथ'आ खाइथा जानानै थायो।
- गोर्बोआव थानाय गथ'खौ खोबथेना लाखिनाय दैनि थफलाया गावसायो नाथाय जागिनायनि सानाया 24 घन्टासिम जाया एबा खम जायो।
- इडटेरासनिफ्राय गबोनाय दैया गोर्थां एबा मुगा गाबनि जायो।
- जागिनाय सानाया 12 घन्टानि बांसिन सम धायो, (आगोलाव गथ' जोनोम होनाय बिमाया 8 घन्टा जायोव्ला) गथ' जोनोम जायाखै।
- लोमजायोव्ला
- बदगैयि जालाडोव्ला
- गथ' जोनोम जानायनि उनाव फ्लेचेन्टा गवाव्ला।

## 5. जागिनाय समाव लानो गोनां जोथोन—



### ट्रेडिनिनि थांखिये—

ट्रेडिनिनि उनाव आसाया गाहायाव मख 'नायनि सोमोन्दै सोलोगोन—

- जागिनाय समाव नुजाथिनानै नांगीबादियै मदद होनायजों लोगोसे रेजिस्टारआव लिरनो गोनां गुबुन गुबुन आयदाफोर।
- गथ' जोनोम जानाय समाव— षड्डीयाव घन्टा, मिनिट आरो सेकेन्द नायनायनि नेम।
- गोबोंआव थानायनि जाउनाव एबर्टसन जानाय, जिउगोनां गथ', गोथै गथ' जोनोम जानाय एवा जोनोम जागोदान गथ'नि थैनाय बायदिसिनानि सोमोन्दै लिरनोगोनां नट।

### 'आसा' नि मावनो गोनां—

- जोनोम जागोदान गथ'नि जोथोननि बेलायाव लानो गोनां बिफावनि सोमोन्दै मिथिनांगोन।
- नांगी जायोब्ला बेबादि खामानि मावनो गोहो थानांगोन ?
- जागिनायखै थाबैनो जाहोनो थाखाय ट्रेडिनि मोन्नाय नार्सआ जाहाते मोनबो रोखोमनि बेजि एवा गाहाय उदैयाव नारसिना बेखै रोखा जानांगोन।
- जेसे हागी थाबैनो जोनोम जागोदान गथ'नो बिमानि आहार सोवनो होनांगी ( नोजोर लाखिनांगोन दि बिमाया जाहाते गोजोन मोनो)
- न'आवनो गथ' जोनोम जायोब्ला आरो जैना नुजाथियोब्ला, थाबैनो साखाथिनि फाहामसालियाव बिमा आरो जोनोम जागोदान गथ' सानैखौबो दैथायहरनायाव बिफाव लानांगी।

### गोबोंआव थानाय आरो जागिनायनि हाबाफारि

#### गोबोंआव थानायनि आबुदान



नोजोर खालामदि इउटेरासनि मोखाइ गोरायै बन्द जानानै दं। गथ'नि खर'आ इउटेरासनि मोखां फारसे सिं जानानै दं आरो नाडिआ इउटेरासआव नानानै थानाय प्लेचेन्टाजों नांजावनानै दं।



जागिनायनि हाबाफारि नोजोर होनाय बाहागोआ आगोलनि 'आसा' मडिउलआव होनाय जायाखैमोन। बे मडिउलआव सरासनम्रा जागिनायनि हाबाफारि, जोनोम जागोदान गथ'नि लानो गोनां जोथोन आरो गोबोंआव थानायनि फिथाइ आरो लिरनानै दोननो गोनां जाथायफोरनि गासिबो गियानसो होनाय जादों।

नों जागिहोनो नाइब्लाबो फाहामसालियाव लांनाय लामायाव जागिनाय-साखांनाया जागायोब्ला मदद होनो हागोन। बे मडिउलनि गियाना नॉनि गियाननि बेखनखौ बांहोनायजों लोगोसे फोथायथि बांहोगोन।

जागिनाय जागायनायनिफ्राय गथ' जोनोम जानायनि उवावबो नों बिमाजों न'आव जाथों एवा फाहामसालियावनो जाथों, थाफानानै मदद होनांगोन। बेनि जेबो थिखानाय नेम गैयाब्लाबो जागिनाय समा लोगो होनाया गोनांथार।



## जागिनायनि आगोलाव भावनो गोनां खामानि—



जागिहोनो गोनां खथाखी साखोन-सिखोन खालामना लानांगी। न'आव जागिहोनो गोनां जायोव्ला जागिनायनि थावनिखी साखोन सिखोन खालामनायाव मदद खालामनांगी।

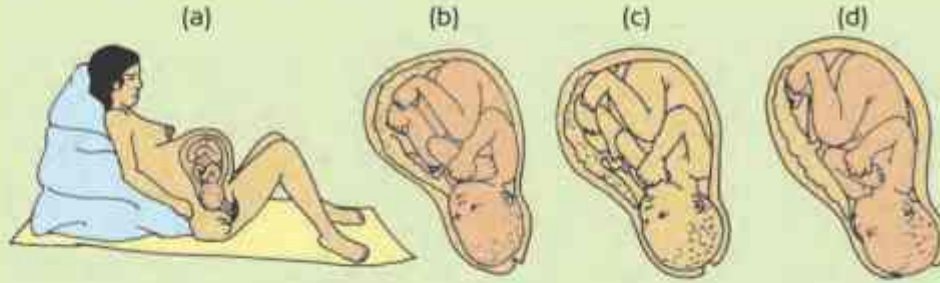
गथ 'खी जोनोम जानायनि थिक उनाव लांदाई दोनव्ला गुसु मोननो हांगी। बेनिखायनो गथ 'जोनोम जानायनि आगोलावनो जोनोम जागोदान गथ 'खी फानब्रेनो थाखाय जि जगार खालामना दोननो नांगी।

## खैफोदगैयि जागिनाय

### जागिनायनि मोनशाम खोलोब—

गिबि खोलोब— त्रिस जागायनायनिफ्राय इउटेरासनि खुगाया आवुडै गेवायसिम हालार्गे। बेयो इसिनि हाबाफारि, बेनिखायनो नुनो मोना। बे थासारिनि जोबनाय फारसे गोर्बोआव थानाय गथ 'खी खौबथेनार्गे लानाय दै लावनि थफलाया गावनार्गे इउटेरासनि दैआ ओंखारबोयो। सरासनस्रायै बे दैनि गाबआ गोमो एबा गोथां एबा गोजा जायो।

गिबि गोर्बोआव थानायनि बेलायाव बेखिनि समा गोलाव 8-12 घन्टासिम जायो। उननि गोर्बोआव थानायफोराव खम सम नांगी जायो।



### सावगारियाव दिन्थिनाय जादो—

- (क) मोदोमबहा आइजोखी खाइश्रा दिन्थिनाय जादो।
- (ख) इउटेरासनि खुगाया बन्द आरो रोजा।
- (ग) इउटेरासनि खुगाया गोबा आरो इसे गेवर्दो।
- (घ) इउटेरासनि खुगाया आवुडै गेवनाय। बेयो गिबि खोलोबनि जोबथा थासारि। बे समाव दैनि थफलाया गावस्रायो। बे खोलोबा सरासनस्रायै 8-12 घन्टासिम थावाय थायो। गिबि गोर्बोआव थानायनि बेलायाव बे समा गोलावसिम जायो।

**नैथि खोलोब—** इउटेरासनि थनध्रनाय हाबाफारिया गोबोआव धानाय गथ'खौ बायजोआव ओंखारनायाव नारनहरो आरो गथ'आ जोनोम जायो। वे खोलोबा सरासनम्रायै घन्टासेसो जायो।



नैथि खोलोबाव गथ'आव आथोन मोखाडव हाबफैयागौ मानि गिदिं गिदिं गाहायाव ओंखारबोबाय थायो। खर'आ ओंखारनाबनि उनाव आखान्थि मोन्नैया ओंखारो आरो बेनि उनाव गासिबो देहाया बायजोआव ओंखारबोयो।

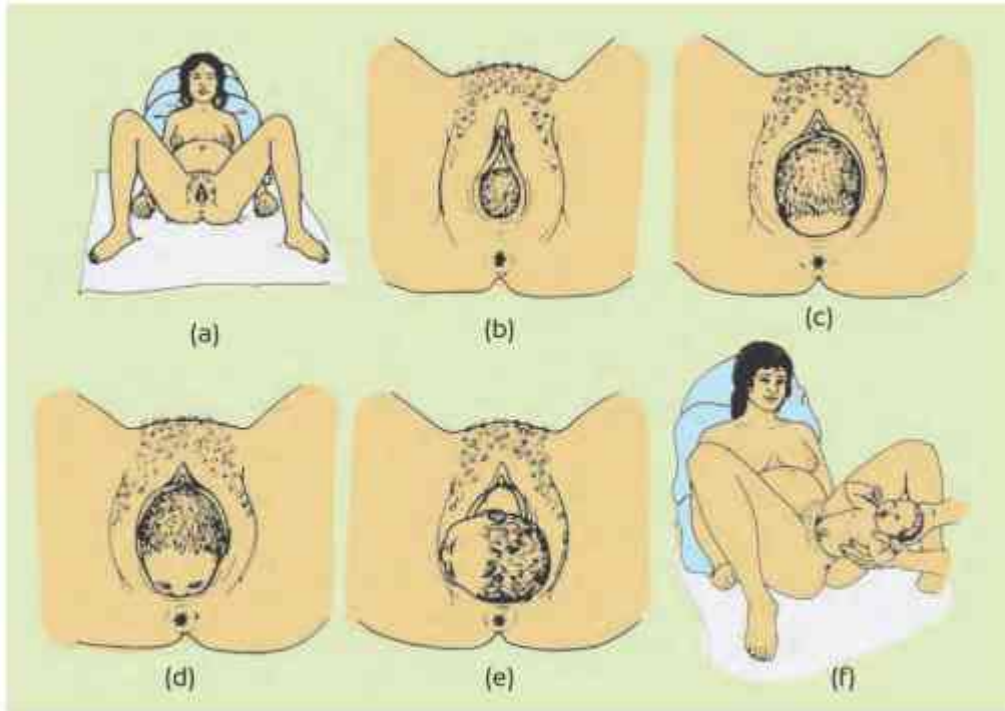
### जागिनायनि थामाथि खोलोब—

इउटेरासनि थनध्रनाय अरनायनि जाउनाव प्लेचेन्टाआ इउटेरासनि इन्जुरिफ्राय गुगायो आरो बायजोआव ओंखारबोयो। वे खामानिया जाफुंनयाव 20-30 मिनिटसो नांगौ।



### जागिनायनि हाबाफारि—

वे हाबाफारिनि समाव गथ'आ जोनोम जानो जेब्ला आथोन मोखाडव ओंखारफेयो आसाया बाइजोनिफ्राय नायनो हागोन। इउटेरासनि थनध्रनायाव जोनोम जानो गोनां गथ'नि खर'खौ इसे ओंखारनाय नुनो मोननाय जायो। (क, ख, ग,)



खर'नि गोजू बाहागोआ गिबिसिन ओंखारो। बेनि उनाव मेगन, गन्थ, खुगा (घ)। बांसिन जोनोम जानाय गथ'नि खर'नि थालोखी नुनो मोनजेनो। बेनि उनाव मेगन, खुगा, गन्थ बायदिफोरा नुजायो। खर' नुजानायनि उनाव गथ'आ खाइले जानाने होयो आरो अब्ला आखान्थिफोरा ओंखारनाय लोगो लोगो गामिबो देहाया बायजोआव ओंखारनाने गथ'आ जोनोम जायो (च)। गथ' हायाव आगान होनाय लोगो लोगो गाबगोन।

### प्लेचेन्टा ( Placenta ) बायजोआव ओंखारनाय—

गथ'आ बिमानि गोबोआव थानाय समाव नाडिया प्लेचेन्टाजो नांजावनाने थायो।



सरासनस्रायै गथ'आ जोनोम जानायनि 15-20 मिनटनि मेजेराव प्लेचेन्टाया ओंखारो।

### फाहामसालियाव जागिनाय समाव नो थायोब्ला, नॉनि गोसो होनो गोनांफोरा जाबाय—

- जागिनाय समाव खि-लामानि खोमोनखौ हनो नाड एवा एनिमा होनो नाड।
- साफ्रोमबो आइजोनि आथोनलामाखौ हासिनो नाड। हासिनो गोनां जाया।
- गथ' जागिनायनि थाखाय गाहाय उदैयाव नारसिननो नाड।
- जागिनायनि हाबाफारिया गोखे जानायनि थाखाय मोनबो रोखोमनि बेजि बायदिफोरखी जाहाते होआ बेनि थाखाय सांग्रां जानांगी। बेफोरनि जाउनाव गोथै गथ' जोनोम जानो हागी। जिखिजाया, बे बेजिखी गथ' जोनोमनि उनाव थै गनाया बन्द जानायनि थाखाय बिमानो होनो बिथोन होनो हागी। फाहामगिरि एवा एएनएमआल' बे बेजिखी होनांगी।
- गथ' जोनोमनि समाव बिमाजो फाहामसालियाव थायोब्ला बेयो रोखा जानांगोन दि फाहामगिरि एवा नार्सआ खमैबो सानआव खनने बिमा आरो गथ' सानैखौबो नोजोर होयो आरो नांगी जायोब्ला विसोरखी लोगो हमनो हायो।

## 6. जागिनाय उनाव लानो गोनां जोधोन—

प्लेचेन्टा (Placenta) ओखारनाय उननिफ्राय द' सप्तासिम जागिनाय उननि सम बुंनाव जायो ।



### सिबिथाय होनायनि थांखि ( उपवेशनर उद्देश्य )—

सिबिथाय होनायनि जोबथायाव 'आसा' आ गाहायाव होनाय आयदानि सोमोन्दै लिरगोन—

- जागिनायनि उनाव न'खर नायदिनायनि फारिलाइ आरो खेबफ्रोमबो लोगो हमनायाव सिबिथाय होनो गोनांफोर—
- जागिनायनि उनाव जानोहाथाव जेंनाखीं बुजि मोननाय ।
- जेंनाफोरखीं सिनायथिनाय आरो थाबैनो बिमाखीं फाहामसालियाव दैथायनायनि सहा लानाय ।

### बे समाव आसानि मावनो गोनां—



- बिमा आरो गथ'नि थासारिनि गुमुर लानो थाखाय न'खर नायदिहै । जागिनायनि उनाव बिमा आरो जोनोम जागोदान गथ'नि सावसिनि थाखाय जोबोद गोथीथिगोनां । सावसिनि गुमुर लानो थाखाय न'खर नायदिनायनि सान फारिलाइयाव थि खालामनाय मथे सान 3, सान 7 आरो जोबखा सानआ जागोन द' सप्तानि जोबथारनाय सान, बेनि ओंथिया 42 साननि सान जोनोम जागोदान गथ'नि सावसिनि जोधोननि थाखाय जागिनाय उननि न'खर नायदिनायनि सान— 3, 7, 14, 21, 28 फारिलाइयाव थि खालामनाय जादों । बेनि उनाव फुंगा आदार जानाय, भेकसिन, आहार सोबनाय आरो सुफुंसार आदारजों लोगोसे बेरामिनि होबथानायनि राहा आरो फोनांजावथाय लाखिनो थाखाय सप्तानैनि उनाव खेबसे न'खर नायदिनांगी ।



- बेबादिनो 3, 7, 14, 21, 28 सानआव आरो उननि न'खर नायदिनाय सप्तानैनि उनाव खेबसेयै 42 सानआव जागायनानै गथ'आ बोसोरनै जायागीमानि खालामनांगोन । गथ'आ न'आवनो जोनोम जायोब्ला, जागिनाय समाव बैयाव नुजाथिनांगोन एबा से घन्टानि गेजेरावनो न'खर नायदिनो गोनां ।

### न'खर नायदिनाय समाव बिमाखीं लोगो हमनायाव होनो गोनां बोसोनफोरा जादों—

- बिमानि मोदोमाव खेफोद लैखोन दिहुननाय (गाहायाव होनाय गोब्राव जेंनानि फारिलाइखीं नाय) आरो रोखा समाव फाहामसालियाव दैथायनायखीं रोखा खालामनाय
- जागिनायनि उनाव खमैबो द' सप्ता जिरायनो थुलुंगा होनांगी आरो बे खाबुखीं होनो न'खरनि सोद्रोमाफोरनो बिथोन होनांगी ।
- गोबां बिबांनि आदार जानो थुलुंगा होनांगी । जायखिजाया रोखोमनि फुंगा आदार, प्रटिन गोनां आदार, जैर— गलायमोनदेर दालि, बादाम, ना, बेदर बायदिफोरखीं जानो थुलुंगा होनांगी । थोजासे बिबांनि दै लौनांगी ।

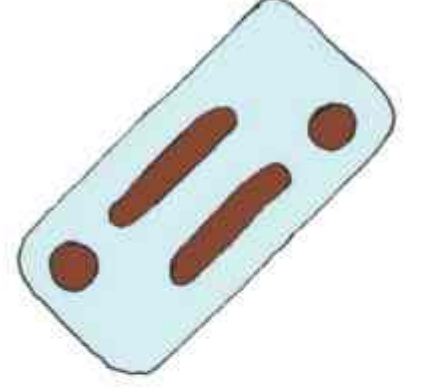
2 नं 'आसा' मडिउलआव जागिनायनि उनाव लानो गोनां जोधोननि सोमोन्दै लिरनाय जादों ।



## बिमानि आहारल' सोबनायाव थुलुंगा होनायजों लोगोसे दौनायाव मदद खालामनांगी ।

(खोन्दो-3, बाहागो-ग आहार सोबनाय बाहागोखी नाय)

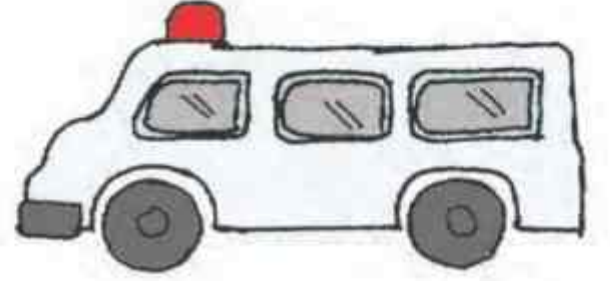
- न'खर बिथांखिनि राहाफोरनि गोनांथिनि सोमोन्दै बिमाजों गोथीथि होनायै सावरायनांगी ।
- रैखाथि नडै आथोनारि लोब्बा थानायनि जाउनाव जानो हाथावना खैफोदआव लानो गोनां सांग्रांथि आरो बे बेलायाव गोबोंआव थानायनि मिजिङ्ग बारासिन जायो । सानै गथ'नि गेजेराव फाराख लाखिनायाव बिमानि सावस्रि आरो जोनोम होनाय गथ'नि सावस्रिनि बेलायाव माबोरै मुलाम्फा जानो हागी मोजाडै बुजायनायै बिथोन होनांगी । बिमाया फाराखनि राहा आजावनाय एवा न'खरखी सिमायाव दोननाय बे मोननैनि जायखी गोसो जायो बै खाबुखी लानायाव मदद होनांगी आरो बिनि मोजां मोन्नाय बादियै बोसोन होनांगी ।



### जागिनायनि उनाव जेना जानाय—

खायसे आइजोनि गथ' जागिनायनि उनाव जेनानि लैखोन नुजाथियो । बेबादि जेनानि लैखोनफोरा गाहायाव होनाय रोखोमनि—

1. आथोनारि अंगजों जोबोद थै गनाय— जोबोद थै गदों नामा सौनांगी । गोबां समाव बेबादि जानाय नुनो मोनो, नाथाय माबलाबा ह्मदांनो जेना जायो । आइजोआ गांभानिखुइबो बांसिन पेड एवा सानफायाव गांसे रोजा जि बाहायोब्ला, बुजिनांगोन बिहा जोबोद थै गदों । बे बादि जायोब्ला इसेबो गोबाव खालामा लासिनो जांगाखां फाहामथायनि खाबु थानाय फाहामसालियाव थाबैनो लांनांगी । बिमाया आहार दौदौना दौवाखै सौनांगी । मानोना, दीनो जागायोब्ला इउटेरासा थाबैनो थनथ्रनानै थै गनाय बाडाय जानायाव मदद खालामो । मिनिटनैसोनि गेजेरावनो थासारिया खैफोदगोनां जानो हागी । बेनिखायनो आइजोखी हाखु-दाखुयै फाहामसालियाव लानानै थानायाव गोनांथार ।



2. जागिनाय समाव आथोनारि अंगनि सन्देरनाय (Puerperal Sepsis)— आथोनारिलामाजों ओंखारनाय साबआ गाजि मोनामनाय नामा सौनांगी आरो बेयो सन्देरनायनि लैखोन । लोमजानाय, खमफिनाय आरो गाहाय उदैयाव बिस जानायजों लोगोसे गाजि मोनामनाय साब ओंखारोब्ला सन्देरनायनि मिजिङ्ग बारा । लोमजानायखी मिथिनो थाखाय देहानि बिदुं सुनांगी । बिमानो एन्टिबाय'टिक होनांगीब्ला बै सानखालिनो फाहामसालियाव लांनांगी ।

3. खुगा-आखाइ बुनाय, जोबोद खर' सानाय आरो मेगनजों रोखा नुनो मोनै बायदि थानो हागी थायाबो जानो हागी, नाथाय आरजाथावै सोमावग्लुनाय दं— बेबादि बेरामिखी थाबैनो खाबुगोनां फाहामसालियाव लांनायै सावस्रि सिबिथायनि खाबु लानायाव मदद खालामनांगी । 15 मिनिटनि गेजेराव एएनएमआ नुजाफैयोब्ला, थिनहरनायनि आगोलाव इसे सुरलायहोनो हायो ।

4. थैगैथि—बिमाया फुरगाव जादों नामा । फुरगाव जादोंब्ला, हिम'ग्लबिननि बिबां नायनो आनजाद खालामहोनायाव मदद खालामना होनांगी ।

(जागिनायनि उनाव थैगैथिनि राहा आजावनाय खोन्दो-3 नाय)

5. आहार बासायाव गाराय/ सन्देरोब्ला ( जोनोम जागोदाननि सावस्रि— ग बाहागो )





6. आथोनारि लामानि मोखांनि बाहागो बुगाखांनाय एबा सन्देरो— बिमानि आथोनारि लामानि सेराव फिसायै हासिनाय थायो । ( एबा जागिनाय समाव सुथेनाय जादो ) अब्ला बियो बै थावनिखी साखोन-सिखोन लाखिनाया जोबोद गोनांथार । बेनिअनगायैबो जि गांसे गुदुं दैवाव सोमन्नानै सानआव खेबनैयै आथोनारिलामानि सायाव सेक होयोब्ला मोजां मोनगोन आरो गाराय राननायाव मदद होगोन । लोमजायोब्ला, बिमाखी गुदि सावसि मिरु एबा रायजोआरि सावसि मिरुआव लानानै थं । पेराचिटापल बहि जायोब्ला चिस आरो लोमजानाय मोनैबो मोजां मोनगोन ।

7. जागिनायनि उनाव गोसोन्धियारि थासारि सोलायनाय— माब्लाबा गथ' जोनोम होनायनि उनाव बिमानि गोसोनि/ सान्नाय हनाय सोलायनो हागौ । बे वेलायाव बिनि थाखाय बिथोन एबा न खर सामलायगिरिनि गोनांथि जागोन । बे सोलायनाया बारा जायोब्ला जांगाखां फाहामथायनि थाखाय फाहामसालियाव दैथायनाया गोनांथार ।



खोन्दो-ग

# जोनोम जागोनदाननि सावसि





## जोमोम जागोदाननि सावस्रि—

### ट्रेडनिनि थ्रॉखि—

ट्रेडनिनि बेलायाव आसाया गाहायाव मखनाय आयदाफोरखी सोलौंगोन—

- जागिनाय समाव आसाजौं थायोवला गथ' जोमोम जानायनि उनाव लानो गोनां जोबोद गोनांथार जोथोनफोर।
- गथ' जोमोम जानायनि घन्टसेनि गेजेराव गिबि साननैयाव आरो गिबि दानआव जोमोम जागोदान गथ'नो माबादि जोथोन लानांगी आरो बिमाया गेब्रे थामारियाव आहार दौनायाव मदद खालामनाय आरो गथ'खी दुब्रुद लाखिनायनि राहा लानाय।
- न'खर नार्यादनाय समाव लानो गोनां जरखा नेम खास्थि आरो जोमोम जागोदान गथ'नि न'आव लानो गोनां जोथोन।



### 1. जागिनायसमाव जोमोम जागोदान गथ'नि सावस्रिनि सायाव सोनारनानै जोथोननि गोनांथि जायो—



गोबां खुदियाफोरा जोमोमनि समाव हां-लानायाव खस्थ मोनानै जोमोमनि लोगो लोगो थैनो गोनां जायो। न'आव जागिहोनय समाव गाहार्ये बिस एबा सानाया जागायब्लानो गथ'आ जाहाते हां-लानायाव जेना जाया बेनि थाखाय गन्थ-खुगानि रिमिनला मुवाखीं ओखारनानै लोगोआव थानाय मुवा बाहायनानै हां-लानायाव गुदि राहा खालामना होनांगी।



बिमाखीं गथ' जोमोम जानाय लोगो लोगो आहार सोबहोनो धुलुंगा होनांगी। चे राहाया थाबैनो फ्लेचेन्टा ओखारनायाव आरो थै गनाय खम जानायाव मदद खालामो। थाबैनो आहार सोबनो जागायोव्ला गथ'आ गोखीं जायो।



मिचिउरनई गथ' आरो जोमोमावनो खम लेरथाइनि गथ'आ गोरलैये बेरामाव गोम्लैयो आरो थैनायनि मिजिझ बारा। ( 2500 ग्राम लेरथाइनि गथ'नि खैफोदा बारा आरो 1800 ग्राम खम लेरथाइनि गथ'नि खैफोदाआ बेनिखूडबो बांसिन होन्ना सान्नाय जादो। )

## 2. जोनोम जागोदान गथ 'खी न' आव जोथोन लानायनि थाखाय न' नायदिनायनि सानखी गाहायाव होनाय वादि फारिलाइ बानायनाय जादों—

गथ 'खी जाहाते दुंबुद लाखियो आरो बिमानि आहारल' दीबाय थायो— बेखी रोखा खालामनायानो जादों न' नायदिनायनि थांखि। गथ 'खी आहार दीनायाव थुलुंगा होनांगी आरो खहा खालामग्रा हुदा, जेरै— बथलजों गाइखेर दीनाय, थावैनो थुखैनाय, बिमानि आहारनि अनगायै गुबुन बाइजोनि आदार होनाया मोजा नइ। बेनि अनगायैबो जोनोम जागोदान गथ 'नि बेलायाव इनफेक्सन जानाय आरो गुबुन जानोहाथाव बेराम सिनायथिनांगी।

- न'आवनो जागिहोनो गोनां जायोब्ला, जोनोम जानाय लोगो लोगो आरो साननैयाव जोनोम जागोदान गथ 'खी लोगो हमनाया गोनां।
- खाबु गोनां फाहामसालियाव जागिहोयोब्ला बिमाखी खमैबो 48 घन्टा सावसि मिरुआव थानो बोलो होनांगी आरो नांगी जानाय राहा खालामना होनांगी। गिबि खेबनै लोगो हमनायखी फाहामसालियाव लानो गोनां जोथोननि थाखाय खालाम। बेनि अनगायैबो जागिनाय समाव बिमाजों लोगो हिसाबै थानो नांगी जायोब्ला नासं/ एएनएमनो गासिबो मदद होनांगी।
- गथ 'नि जोनोमा खाबुगोनां सावसि मिरु एबा न'आवनो जादोंब्ला 3, 7, 14, 21 आरो 28 सानआव बिमा, गथ 'सानखी लोगो हमनो थाखाय थानांगी। लेरथाइ खम एबा मिचिउर नई, बेरामि गथ 'जोनोम जायोब्ला उफेरा लोगो हमनो गोनां जागोन।

## 3. जोनोमनि समाव गथ 'नि आनजाद—



जोनोम जागोदान गथ 'खी मोननैसो जाहोनाव जोनोमनि समाव आनजाद नायनांगी। गथ 'आ न'आवनो जोनोम जादोंब्ला, एबा आसाया जागिनाय समाव नुजाथिदोंब्ला, जोनोमनि लोगो लोगो गाहायाव होनाय बाध्राफोरनि फारसे गोथीथि होनाया गोनांथार—

1. दैलाव मुवानि थफलाया जिनानै ओंखारनाय दैनि गाबनि सोमोन्दै बिमानाव सों आरो नोजोर होनांगी।
2. दैलाव मुवानि गाबआ गोमो/ गोथां जायोब्ला, गथ 'नि खर 'खी नुनाय लोगो लोगो खुगादन्दरखी साखोन सि (Ganze) थुखाजों हुगारनानै होनांगी। (बबेखानि ओंखारजोबैनि आगोलाव)
3. गथ 'आ जोनोम जानाय लोगो लोगो समखी लिरनानै दोननांगी आरो लोगोसे हां-लानायनि खारथाइखीबो दिहुन्नानै लिरना दोननांगी।
4. जोनोम जानाय लोगो लोगो एबा 30 सेकेन्दनि गेजेराव गथ 'खी नोजोर होनांगी आरो बा मिनिटनि गेजेराव आखाइ-आइथिं लोर-सोर खालामनाय, हांनि खारथाइ आरो गाबनाय बायदिफोरा सरासनस्रा नंगी ना नइ नोजोर होनांगी। गथ 'आ गोथै ना गोथां, गाहायाव होनाय थिरांथा वादिदै मिथिनो हायो। मोनद' थिरांथानि मोनसेबो गैयाब्ला, चुजिनांगोन गथ 'आ गोथै। बबेखानि बेनि गेजेराव मोनसे थायोब्लाबो गथ 'गोथां होन्ना मिथिनांगोन।
5. गथ 'आ गाबा एबा गाबनायाव लोरबां, हां-लानायावबो जोबोद लोरबां जायोब्ला, बे रोखोमनि थासारिखी हां-लानायाव खस्थ (Asphyxia) बुंनाय जायो। जोनोमनि समाव गथ 'आ हां-लायाखै (Asphyxiated) आरो फाहामगिरि एबा नासंबो गैयाब्ला, आसाया बे बेलायाव मदद खालामनो नाजानांगी। बे सोलोखी 7नं मडिउलआव फोरोंनो नाजानाय जादों। बे रोखोमनि गथ 'नि बेलायाव नाजासेयावबो मोजां फिथाइ मोनाब्ला, गोसोआव गात्रि मोननो नाइ एबा गावखीनो दायनिगिरि साननो नाइ।

(Asphyxia हां-लानायाव खस्थनि राहा लानायखी 7नं मडिउलआव फोरोंनाय जागोन।)



30 सेकेन्डआव गोथे गथ' जोनोमनि थांखि लानो हानाय आनजाद



आखाइ-आइथिनि लोर सोर





#### 6. गथ' जोनोमनि समाव लानो गोनां सरासनसा जोथोनफोरा जादों—

- गथ'खी गोरान लाखिनाय— जोनोमनि उनावनो गिबियाव गांसे गुरे सिदोब जिजों गथ'खी हुगारनाने होनायनि उनाव गांसे गोरान आरो गुरे जिजों देहा आरो आरो खर'खी फाननाने होनांगी। देहायाव थानाय गुफुर गुफुर मुवाफोरखी गोसाये हुगारनाने होनो नाइ मानोना येयो देहाखी सुग्लायलानायाव हेंथा होदों
  - गोसो होनांगोन जाहाते गथ'आ बिमानि मोदोमजों मोदोम नानाने थानो हायो।
  - बोथोर लानाने गथ'खी (गुदुं सान जायोब्ला) गांने एबा (गुसुनि सानआव) गांथाम-गांत्रे जिजों फाननाने दोननांगी।
  - बैसो जानाय सुबुड्ड जेना मोनब्लाबो खुदिया थानाय खथाखी दुंभुद लाखिनांगी। खिरखिजों गोबां बार हाबनो हाया बेनि फारसो नोजोर लाखिनाया गोनां।
7. गथ'नि लेरथाइया सरासनसा ना जोनोमावनो खम लेरथाइनि बेखी थि खालामनो लेरथाइखी सुनाने नायनांगी।
  8. गथ'आ मिचिउरड ना आनमिचिउरड रोखा जानांगी।
  9. जोनोम जागोदान गथ'नि बिदुंखी सुनांगी।

#### जोनोम जागोदान गथ'नि लानो गोनां गिबि आनजाद—

(क) 24 घन्टांनि गेजेराव आसाया जोनोम जागोदान गथ'नि माखासे आनजाद नायनो गोनांफोरखी गाहायाव होनाय जाबाय—

- आखाइ-आइथिं खेखा, जण्डिस, खर'आव फिथर, गुस्थि गावनाय बायदि आरजाथावै थासारि आनजाद खालामनांगी।
- गथ'आ बिमानि आहारखी मोजाडे सोबनो हादोना हायाखे नोजोर होनांगोन।
- गथ'नि आखाइ-आइथिं गामिबो दं ना गैया नोजोर होनांगोन।
- गथ'नि गावनाय खोनासनांगी।



- जोनोम जागोदान गथ 'नि मेगन आनजाद नायनांगोन । मेगननिफ्राय गोमोदै/ लाथा दैलाव मुवा ऑंखारोब्ला आरो फाहामगिरि एवा नार्स थायाब्ला, मेगनआव टेटाचाइक्लिन् मुलि होनांगौ । बे मुलिखौ गोमोदै थाब्लाबो होनो हायो बबेखानि सरासनस्रा थासारिनि मेगनावबो होबथाग्रा हिसाबै चाहायनो हायो ।
- नाडि नायनांगौ जाहाते नाडिखौ गोरान आरो साखोने लाखियो ।

**(ख) जोनोम जागोदान गथ 'नि बेलायाव न 'खरा लानो गोनां गाहाय सांग्रांथि—**

गोदानै जोनोम जानाय गथ 'नि देहाया जोबोद गोरलै, बेनिखायनो न 'खरनि सोद्रोमा एवा खुदियानि बिमाया मोजाडै जोथोन लायाब्ला एवा सांग्रांथि थाया गथ 'आ गोरलैयै बेरामाव गोल्नैने हागौ । न 'खर एवा बिमाया मानिना सोलिनो गोनां बिथोनफोर/ सांग्रांथिफोरखौ बुजायनानै होनांगौ ।

- खुदियाखौ थुखैनाय— बे बेलायाव बिथोनाव जोनोमनिफ्राय स्नि सानसिम थुखैनो नाड होनना मखनाय जादोब्लाबो, बांसिन न 'खरा गिबि एवा नैथि सानआवनो थुखैनानै होयो । थुखैब्ला, गिसि मोदोमजो ब्राइजोआव उदाडै दोनब्ला गथ 'आ गुसु मोननानै बेराम जानो हागौ बेनि सोमोन्दै बुजायनानै होनांगौ । बेनिखायनो गांसे जिखौ गुदु दैयाव फिनानै मोदोमखौ हुगारना होनानै लोगो लोगो गोरान जिजो हुगारनानै होनांगौ । उनाव गिबि 5-7 सानसिम थुखैनो नाड ।
- जन्ना जानाय मानसिनिफ्राय खुदियाखौ जानगार लाखिनांगौ ।
- गगा, गुजुनाय, लोमजानाय, बिगुरनि आरो डायेरिया बायदि बेरामाव गोल्नैनाय सुबुंखौ गथ ' लानो होनाया मोजां नड एवा बेबादि सुबुंनि खाथियाव दोननो नाड ।
- जाय थावनिया बेरामि गथ ' थायो बिनि खाथियाव गथ 'खौ लांनाया मोजां नड ।
- बांद्राय मानसि थुबुर जानाय फसंथानफोराव जोनोम जागोदान गथ 'खौ लांनाो नाड ।

**(ग) मा खालामनो होनना मिजिं खालामनानै नौ जोनोम जागोदान गथ 'खौ लोगो हमनो थाडो नामा ?**

- न 'खर नायदिनो लोगोआव लानानै थांनाय फर्मआव थानाय बिमानि सोमोन्दै मिथिनो गोनां खारिथिफोरखौ फर्मआ सुफुं आरो सावसिनि सोमोन्दै गुदिखिथा नायबिजिर । (एनेक्सर--6 दाजाबदेर बिलाइ)
- न 'खर नायदिनाय समाव लोगोआव लांनाय फर्मआव गथ 'नि सावसिनि सोमोन्दै मिथिनो गोनां खारिथिफोरखौ आवुडै सुफुंनाय आरो दाउगानायनि नायबिजिरनाय । बे फर्मफोरा मारोखोमनि हाबाफारि लांनांगोन बेनि सोमोन्दै मिथिनायावबो मदद खालामगोन ।
- नांगौ जानाय मुवाफोरखौ बेगनिफ्राय दिहुन्नानै गांसे साखोन जिनि सायाव दोननांगौ ।
- फोरैनाय बादि आखाइ सुनानै लानांगौ ।
- बेनि उनाव खुदियाखौ मोनसेनि उनाव मोनसे आनजाद खालामनांगौ । जैरे— (क) देहानि बिदुं सुनाय, (ख) लेरथाइ सुनाय आरो (ग) न 'खर लोगो हमनायनि फर्मआव हौनाय बिथोनबादियै उननि हाबाफारिखौ मावफुंनांगौ । (दाजाबदेर बिलाइ 8 आरो 9)
- मेगन, बिगुर आरो नाडिनि जोथोन लानो नांगौ ।
- न 'खर नायदिनायाव बाहायनाय फर्मआ आवुं जादो ना जायाखै नायफिननांगौ ।





### (घ) आखाइ सुनाय गेबें आदब सोल्लोनाय—

जोनोम जागोदान गथ 'खीं दांनयनि आगोलाव आखाइखीं साबोन आरो दैजें मोजाडै सुनानै लानांगीं । बिमा आरो न 'खरनि सोद्रोमाफोरखींबो आखाइ सुनाय आदबखीं मोजाडै फोरोनानै होनांगीं आरो आखाइ सुनायनि उनाव गथ 'खीं दांनयनि गोथींथिखीं बुजायनानै होनांगीं ।

( आखाइ सुनाय आदबनि सोमोन्दै बेखेवनाय दाजाबदेरनाय बिलाइ 7 आव नाय )

### (ङ) देहानि बिदुं सुनो सोल्लोनाय—

गथ 'नि देहानि बिदुंखीं मोनसे रोखोमनि जन्त्रजें सुनो नांगीं आरो सरासनस्रा ना देहानि बिदुइ खम जादों ( सरासनस्रा निखुइ गुसु— Hypothermia ) बेखीं रोखा खालामनांगीं ।

( देहानि बिदुं सुनायनि आदब, दाजाबदेरनाय बिलाइ 8 आव नाय )



### (च) जोनोम जागोदान गथ 'नि लेरथाइ सुनो सोल्लोनाय

- गथ 'नि जोनोमनि साननैनि गेजेराव लेरथाइ सुनानै नायनांगीं ।
- लेरथाइया गथ 'नि सावम्रिनि सायाव गोहोम खोखलैयो । जोनोमनि लेरथाइखीं नायनानै गथ 'नि जोथोननि गोनांथि जायो ।
- गोथां एबा सोमखोर, गोमो एबा गोजा गाबनि दागो थानाय लेरथाइ सुग्रा मेसिन एबा दाजेमजें सुनाय जायो ।

( दाजाबदेर बिलाइ 7, 8, 9 आव आदबनि फारिलाइखीं नाय )

- गथ 'नि लेरथाइ दिन्धिप्राया गोथां बाहागोथी सौहायोब्ला, लेरथाइया सरासनस्रा होन्ना बुंनाय जायो आरो गोजांआव मखनाय बादि गथ ' मोजाडै जोथोन लाब्लानो जायो ।
- लेरथाइ दिन्धिप्राया गोमो बाहागोखीं सौहायोब्ला इसे खम लेरथाइनि होन्ना हमनाय जायो आरो गाहायाव होनाय बादि न 'आवनो गथ 'खीं इसो गुबुन रोखोमनि आबदार लानांगीं । (2.5 केजिनि खम नाथाय 1.8 केजिनि बारा)
- गोजा बाहागो सौहायोब्ला गथ 'खीं फिसा होन्ना हमनाय जायो आरो थावैनो फाहामसालियाव जौगाखां जोथोन मोननो थाखाय दैथायनांगीं । बेबादि गथ 'खीं गाहायाव होनाय बादि माखासे जरखा जोथोननि गोनांथि जायो । 1.8 किल 'ग्रामनिखुइ खम ) ।

### (छ) 2.5 किल 'ग्रामनिखुइ खम लेरथाइनि गथ 'खीं लानो गोनां जोथोन—

खुदियानि लेरथाइया गोमो एबा गोजा बाहागोखीं सौहायोब्ला, 'जोबोद फिसा आरो गाहायाव होनाय बादि माखासे जरखा रोखोमनि आबदारनि गोनांथि जायो—

- गथ 'खीं आर्टिफिसियेल राहाजें दुंबुद खालामना लाखिनांगोन । न 'खरनि सोद्रोमाफोरा रोखा जानांगीं—
- गथ 'खीं जाहाते गांसे मोदोमाव लानाय जिजें एबा दुंबुद कम्बलजें फाननानै लाखियो ।
- नोजोर लाखिनांगोन जाहाते गथ 'आ बिमानि मोदोमजें नांजाबनानै थानो हायो एबा बिमानि बिखा आरो उदैन बिदुं मोननाय बादि लाखियो ।
- खर 'आव गुसु मोनैबादि जिजें खोबनानै होनांगीं ।
- बिमाजें लोगोसे दोननो हायाब्ला, बथलआव दै गुदुं सोनानै, जिजें फाननानै, कम्बलजें फाननानै गथ 'नि खाथियाव दोननांगीं ।
- नोजोर लाखिनांगोन जाहाते गथ 'आ गले गले आहार सोबो ।





### गोसोआव लाखि—

सरसमन्ना आगोलाव बाहायनाय खुंदियानि लेरथाइ सुग्रा स्केल (Bathroom Scale) सावसिन नड। बेयाव इसो फाराख नुनो मोनो। बेनिखायनो वे जन्त्रखी बाहायनो बिथोन होनाय जाया।

1.8 किल'ग्रामनि गसिबो गथ'खी सावसिनि बेलायाव 24 × 7 खाबु थानाय एबा गुबुन सावसि मिरुआव दैथायनांगी जेराव फाहामगिरि एबा नार्सआ आनजाद खालामो आरो मोजां सिबिथाय होयो। बेखीनो बेरामि गथ'खी थावैनो दैथायनाय वुंनाय जायो।

### ( ज ) नाडि आबदार— गोथीथि होनाय आबदार लानांगी।

- गथ' जोनोमनि जोबनायाव 24 घन्टानि उनाव नाडिखी खेबजांजो खेबनाने दोननांगी। नाडिया रानबोला आरो थैया लाथा खायोब्ला खेबजांखी बोखारनाने होनांगी।
- थै गनाय एबा गोमोदे बायदि थायाब्ला, नाडि हास'नाय गाराय राननो मोनबो रोखोमनि मलम एबा मुलि बाहायनाया मोजां नड।
- उथुमाइखी गसिबो समावनो गोरान आरो साखोन लाखिनो नांगी।

### ( झ ) मेगननि जोथोन—

( मेगनआव मलम फुननायनि आदबनि फारिलाइ )

जोनोम जागोदान गथ'नि मेगननिफ्राय माबा मोनसे मुवा ओंखारोब्ला, एन्टिबायटिक बडि एबा मलम जायखी गलायाव मोननाय जायो बाहायनो बिथोन होनांगी।

### एन्टिबायटिक मलम फुननायनि नेम—

- गथ'नि मेगननि गाहायनि बिलाइखी लासैयै हम बोनांगी।
- मेगन सिनि खनानिफ्राय बाइजोआव गोबायै फुननाने होनांगी।
- नोजोर लाखिनांगोन जाहाते मलम थानाय टिउबनि बिजौआ गथ'नि मेगनाव नाड, आरो नाडेब्ला बेखी बाहायफिननो नाड।
- गोमोदे थुबुर जानाने मेगना बुखाडेब्ला, सानफायाव खेबनैयै सानवानि थाखाय मलम फुननो बिथोन होनांगी।



#### 4. आहार सोबनाय—



सिबिश्वायनि श्वांखि ( उपबेशनर उद्देश्य )—

सिबिश्वायनि उनाव आसाया सोल्लोगोन—

- आहार सोबनायनि बेलायाव होनो गोनां बिथोन
- आहार सोबहोनायाव नांगीबादिये मदद होगोन
- बिमानि आहारल' दौनायाव गथ'नि सावन्नि सायाव थाबैनो गोहोम गोग्लैनाय।
- जोनोमनि उनाव आहार सोबनो हायै गथ'नो बिमानि आहार बासानिफ्राय आहार दिहुननानै दौनायनि नेम आरो मदद होनायनि सोमोन्दै।
- आहार दौनायनि बेलायाव जानोहाथाव जैना, जैरे— आहारबान्धु हाबसोनाय, आहारबान्धु खर'आव गाराय, बिमाया आहार बासायाव थोजासै आहार गैया होनना सान्नाय बाइदि।

#### ( क ) खुदियानि बेलायाव मुलाप्फा—

- गथ'नि देहानि बिदुंखी सरासनसा लाखिनो थाखाय जोनोमनि लोगो लोगो थाबैनो बिमानि बिखानि गेजेराव मोदोमजो मोदोम फोनांनानै लाखियोब्ला गथ'आ दुबुद जानानै थायो।
- बे राहाया थाबैनो आहार बासानि आहार ओंखारनायाव मदद खालामो।

#### ( ख ) बिमानि बेलायाव मुलाप्फा—

- फ्लेचेन्टाया थाबैनो इउटेरासनिफ्राय बायजोआव ओंखारनायाव मदद खालामो। आहार सोबनाया इउटेरासखी थनथ्रहोयो।
- जागिनायनि उनाव बिमाखी बांद्राय थै गनायबादि खीफोदनिफ्राय रेखा खालामो एबा थै गनायखी खमायो।

#### ( ग ) आहार दौनायनि बेलायाव गोथीथि होनो गोनां माखासे गोनांथार बाथा—

- जोनोमनि उनाव जेसेहायो थाबैनो घन्टासेनि गेजेराव आहार सोबहोनांगी। गुबुन बाहेरा/ आर्टिफिसियेल आदार, बबेखानि देखीबो होनो नाइ।
- फ्लेचेन्टा ओंखारनायनि आगोलावनो जोनोम जानाय लोगो लोगो खुदियाखी बिमानि आहारबान्धुआव फोनांनानै होनांगी आरो बे हाबाफारियाव बिमा आरो गथ'खी गोखी जानायाव मदद खालामो।
- गथ'आ जेब्लानो नागिरो अब्लानो आहार दौनांगी आरो जेसेबां गोबाव जायो दौबाय थानांगी। सान-हर 24 घन्टायाव खमैबो 8-10 खेब आहार दौनांगी।
- जेसेबां आहार दौगोन, बेसेबांनो आहार ओंखारगोन। बेनिखायनो गले गले आहार दौनांगी।
- गथ'नो बिमानि आहारनि अनगायै गुबुन आदार, जैरे— सिनिदै, बेरेबिदै, बोरमा गाइखेर बबेखानि देखीबो होनो नाइ।



(घ) आहार दीनाय समाव बिमाया गेबें धाथाय (Attachment) आरो बिफावजों दीदीना दीवाखी नोजोर खालामने गोनां मोननेसो बाथाया जादों—

आहार मोजाडै-दीनायनि नेसोन	जानोहाथाव जेना
बिमाया आरामे जानानै, नोरोम जानानै, खुदियाखी मोदोमनि खाथियाव लाबोनानै मेगनाव मेगन दोनानै आहार सोबहोनाय।	बिमानि उमुखुधुआ बांगोन, गध 'खी नोजोर होनाय नड आरो मेगनजों मेगन नायनाय नड लोंगोसे खाथियाव बोजबना लानाय नुनो मोननाय नड।
खुदियानि खुगाया गुवारि गेवनाय, ख 'खाबआ आहार बासायाव नानानै थानाय, गाहायनि गुस्थिया बायजोआव बेंखनना थानाय आरो आहारबान्थुनि सोरगिदि गोसोम बाहागोआ खुगा सिडव थानाय।	खुगाखी गुवारि बेखेवआ आरो आहारबासानि गोसोम बाहागोआ खोबनानै थानाय नड गुस्थिजोल 'आहारबान्थुखी सोबबाय थागोन।
लामै लामै गोलावै थद 'थाद' सोबनाय सोबनाय खावलाया खाइश्रा जानानै थानाय आरो आहार मन 'बाय थानाय नुनाय एवा खोनानाय।	हाखु दाखुयै सोबगोन आरो सोदोव खोनागोन।
खुदियाआ आहारबासानि फारसे गोसोबोथावनानै गोजोनै सोबबाय थागोन, बिमानि मोदोमाव नोजावनानै थागोन आरो बिमाया इउटेरासनि थनथ्रनाय मोनदांगोन आरो खुदियानि खुगा खनाजों आहार बोहैलानाय नुनो मोनगोन। (आहार बोहैनाय दिन्थिनाय जादों)	खुदियाआ थाथेहायै जागोन, गाबगोन, आहारबान्थुनिफाय खुगाया दोरोदलांगोन आरो बिमाया इउटेरास थनथ्रनाय बादि मोन्दाइ आरो खुदियानि खुगा खनाजों आहार बोहैनाय नड। (आहार बोहैलाडै दिन्थिनाय जादों)
आहार सोबनायनि उनाव आहारबासाया गुरे आरो आहारबान्थुआ दुखानानै थागोन।	आहार दीनायनि उनाव आहार बासाया दुखानानै गिदिर जानानै थागोन, आहारबासा बिजौआ गोजा, गावथ्रेनाय, दाब्ले एवा हाबसोना थानाय नुनो मोनगोन।

(ङ) आहार दीनायनि गेबें बिफाव (Position)—

आहार दीनायनि मोजां फिथाइ मोननोब्ला गध 'खी गेबें बिफावजों—

- रोखा थाथायाव लानानै आहार दीनांगी। खुदियानि खर' आरो आखान्थि थाइनैनि अनगायैबो गासिबो देहाखी मोजाडै आखाइजों म्नेडै हमना लानायखौनो— रोखा बिफाव होनना चुनो हायो।
- बिमाया गध 'खी मोदोम खाथिथाराव बोजबनानै लानांगी।
- खुदियानि खुगाया आहारबासानि सोरगिदि थागोन आरो गन्थइ आहारबासा बिजौनि उलथायै थागोन जाहाते हां-लानायाव गध 'आ जेबो रोखोमनि जेना मोना।



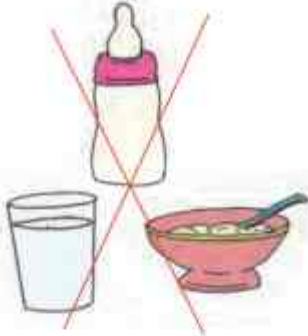


### ( च ) बिधोननि नेम खान्धि—

- बिमाखीं तागिदा होनो नाड। बोसोन एबा बिधोन होना नै मदद खालामनांगी।
- बिमाजों गोरलै जानो थाखाय बाध्रा रायज्जायनायनि आदब बाहायनायजों लोगोसे राव-फावजों बुजायनायनि आदबखीं बाहायनांगी।
- गावनि गथ'नो आहार दौनायनि थाखाय साफ्रोमबो बिमाखीं बाखायनो गोर्ना। बांसिन बिमाफोर गावखींनो रोंगीधि गोयि सान्नायजों लोगोसे गावफोथायथि थाया। नांगीबादि बिधोन, मदद आरो धुलुंगा मोर्नैनि थाखाय गोर्बां आइजोआ आहार दौनायाव जाफुंसारनो हाया।

- बिमानि बाध्रायाव एखेमत जानो हायाब्ला बिनि गोरौन्धि जादों होनना माब्लाबाबो बुंनो नाड। नांगी जायोब्ला बुजायफिननांगी। (बिदिन्धि— बियो बिनि आहारबासायाव थोजासे बिबांनि आहार गैया होनना बुडोब्ला, बिनि साननायनि जाहोनखीं सौनानै मिथिनानै लानांगी।)
- आहार दौनायनि गेवें थाथाय/ बिफाव थि खालामनायनि उनाव गथ'नि लेरथाइ सुनांगी।
- गोरलै-गुरे रावजों बिधोन होनांगी।
- बिमाया गसिबो बाध्राखीं हमदांनो हादों ना हायाखीं रोखा जानांगी।
- बिमाया मा बुंनो नागिरदों बुंफिननो होनांगी।

### ( छ ) बिमानि आहारल' मानो दौनांगी ?



गुबुन आहार एबा दैलाव गथ'नो दौब्ला, गाहायाव होनाय बादि गथ'नि खहा खालामनो हागी—

- गथ'नि नांगीबादिये आहार ओखारनाय बिबाडा खमियो।
- गाइखेर दौनो जायखिजाया आइजों, बथल बाहायनायाव एबा दैयाव थानाय जिउसानि गेजेरजों गथ'आ डायेरियाआव गोरलैनो हागी।
- गुबुन गाइखेराव दै गलायदेरनानै दौब्ला दैबां जायो आरो नांगीजानाय आदारनि थादेरसा देहाया मोर्नैयाव गथ'आ फुंगामैयिआव भुगियो।
- मोसी एबा बोरमानि गाइखेराव गथ'नि नांगी जानाय आइरन थायैखायनो थैगैयिआव भुगियो।
- गथ'आ एलार्जिसआव भुगिनो हागी।
- गथ'आ जुनारनि गाइखेरखीं गोरलैयै दोगोन खालामनो हायैनि जाउनाव डायेरिया जानायनि अनगायैबो बिगुराव दागो एबा गुबुन गुबुन लैखोन नुजाथिनो हागी। आथाखिथा डायेरिया जानो हागी।
- गथ'नि देहा बादिये बिमानि आहाराव दै थायो। बेनिखायनो गरम बोथोरावबो गुबुन दै होनायनि गोनांथि गैया।



## आहार सोबनाय समाव सरासनस्रा जेना सोमजिनायनि राहा आज्ञावनाय

### आहारबान्धुआव गाराय

जाहोन— गेबें थाथायाव, बिफावजों/ आदवाव आहार दीये

### सोखानायनि राहा—

- आहारसोबनायनि थाथाय/ बिफाव जौगाहोनाय एवा गेबें खालामनाय।
- आहार बासा गिलिर एवा बिस जायोब्ला।
- बिमानि गावफोथायधिया बाडे।
- सानफायाव खेबसेयै आहारबासा थाइनैखौ साखोन खालामनांगी। नाथाय साबोन बाहायनानै नड्ड।
- गथ'आ आहार जाखांनायनि उनाव इसे आहार (Hindmilk) लानानै आहारबासानि बिजौआव फुननानै होनांगी (आहारबान्धुआ रिमिनला जानायनि थाखाय) आरो बाराव रानहोनांगी।
- बिमाया हलगल जि गाननांगी।
- आहारबान्धु एवा निपलआ गोजा, गोजों, थोरफो धोरफो जायो, मानलु मानला जायो आरो गोजौआव मखनाय बादि राहा खालामब्लावो हामाब्ला बेयो मैखुननि गेजेरजों सन्देरनाय जानो हांगी। खेबफ्रोमबो आहार सोबनायनि उनाव जेनचियेन भाय 'लेट मलम सानबानि थाखाय फुननांगी। हामाब्ला फाहामगिरिनि खाधियाव थानांगी।

### सिड्डव हाबसोनाय धानाय आहारबान्धु एवा निपल—

माब्लाबा खायसे आइजोनि आहारबान्धुआ सिड्डव हाबसोनाय थायो आरो बे आनजादखौ सरासनस्रायै गोबोंआव धानायनि उनाव खालामनाय जायो।



आखाइजों आहारबान्धुखौ हमनानै लासै लासै फिदिं फिदिं बोनांगी। बेनो बयनिखुइ साबसिन राहा आरो सानफायाव गोबां खेब खालामनो बिमाखौ बिथोन होनांगी।

### थोजासे बिबांनि आहार थायै—

जाहोन— गोबाव खालामनानै आहार दीनो जागायनाय, गले गले दीये, बिमानि आहारनि अनगायै गुलुन आदार दीनाय, बिमानि उमुखुथु, मँगिलनाय, रेखाधिनडै आरो मोजाडै न 'खरनि मदद मोनै।

### सोखानायनि राहा—

- थोजासे बिबांनि आहार दंना गैया रोखा खालामनाय—
  - खुदियाआ दिनाव खेबबा एवा बेनि बांसिन हामुदों नामा?
  - गथ 'नि बैसोनि रुजुथायाव लेरथाया बांदौना? (सरासनस्रायै जोनोमनि गिबि सप्तायाव लेरथाइया खम जायो आरो उनाव 150-200 ग्राम सप्ताफ्रोमबो बांनांगी।)
  - दीनायनि उनाव खुदियाआ गोजोनै दंना?
- बिमाया रोखा खालामनांगोन।
- थोजासे बिबांनि आहार ओंखाराब्ला, गले गले दीनो हो।
- आहार दीनाय समाव बिमाया गथ 'खौ मा थासारियाव/ बिफावजों आहार सोबहोदों मोजाडै नोजोर होनानै गेबें आदव फोरोंनानै होनांगी।
- जिरायनो थुलुंगा होनांगी। दैलाव आरो फुंगा आदार बांसिन जानो बोलो होनांगी।
- बिमाखौ मोजां खामानि मावनायनि थाखाय बाख्नायनांगी आरो बिथोनारि फारिलाइ मथे लोगो हमाफिननांगी।



### आहारबासानि लेरथाइ आरो विस मोन्दांनाय

जाहोन— गोबावजों आहार सोबहोनाय, थाथाय गोरोन्यि, आहारखौं मोजाडै दौवै आरो समनि फाराखआ बांसिन जानायजों लोगोसे गोबावसिम हालामै जानो होयै बाइदि।

#### सोखानायनि राहा—

- गाहायाव होनाय राहाफोरजों बै जेंनाफोरखौं सुम्रानो हायो।
  - ◆ जोनोमनि लोगो लोगो आहार सोबनो होनाय आरो गले गले दौनाय।
  - ◆ गेबें थाथायजों दौनाय
  - ◆ गथ'आ लुबैनाय मथे आहार दौनो धुलुंगा होनाय।
- गथ'आ मोजाडै सोबनो हायोब्ला गले गले दौनांगी आरो गेबें आदबजों दौनो हानायमानि मदद खालामनांगी।
- गथ'खौं बिमानि खाथियाव दोननो हायाब्ला, आहारबासायाव गुदुं दैजों सेक होनाय निपल फारसेथिं लासै लासै आहारबासानि गोसोम बाहागोआ गुरे जायागौमानि मालिस खालामनांगी आरो इसे आहार दिहुन्नायनि उनाव गथ'नि खुगाखौं बिमानि आहारबासायाव फोनांना होनाय गेबें थाथायाव आहार दौनो थि खालामनांगी।
- आहारबासाया गोजा आरो गोरा जायोब्ला, आहारखौं गले गले दौनांगी। आगोलनि बादि दै गुदुंजों सेक होनाय लासै लासै मालिस खालामनांगी। बिमानि देहानि बिदुं सुनांगी। लोमजादौब्ला, फाहामगिरिनि खाथियाव थानो बिथोन होनांगी। बिमाया एन्टिबायोटिकनि मुलि जाबाय थादौब्लाबो आहार दौबाय थानो बिथोन होनांगी।



#### आखाइजों आहारबासानि आहार दिहुन्नाय—

1. साबोन आरो दैजों आखाइ सुनानै लानांगी।
2. होनो गोनां जायोब्ला, मिनिटनैसो आहारबासायाव गुदुं सेक होनांगी।
3. आहारबासानि गसिबो बाहागो मालिस जानाय बादि बिखानि गेजेरनिफ्राय निपलसिम फिदिं फिदिं लासै लासै सोरगिदिं मालिस खालामनांगी। (आखान्थि खाथियाव आरो बेनि उनाव आहारबासानि गाहाय फारसे)
4. आहारबासानि गाहाय बाहागोखौं आखाइ थाइसेजों हमथाना लाखिनांगी।
5. आहारबासानि गोसोम बाहागोआव गुबुन फारसे आखाइनि आसि बोराइ आरो तर्जनी आसि मोनैजों हमनो नांगी। बिमानि आखाइया निपलनि गोजौनि बाहागोआव दोननै आसि मोनैजों निपलनि गोजौनि गोसोम बाहागोआव हमनांगी।
6. बिखानि फारसे नारसिन्नाय (फ्राय 1-2 से:मि:) गोसोम बाहागोनि (Areola) गाहायाव आहार धुबुर जानानै थानाय बाहागोआव सेरननानै आहार दिहुन्नांगी। (निपलखौं सेरनो नाइ)।
7. आसि बोराइ आरो तर्जनी आसिजों बेबादिनो खेबसे सेरनानै हगारना होनाय आदबजों मोजाडै आहार ओंखारागौमानि खालामबाय थानांगी। आहार धुबुर खालामना दोननाय बथल एवा जिया साखोन जानांगी। गिबियाव थोबसे थोबनै ओंखारगोन। बेनि उनाव आहारनि थरथिंइ गोसायै ओंखारगोन।
8. आसि बोराइ आरो तर्जनी आसिजों गोसोम बाहागोनि सोरगिदिं फिदिं फिदिं सेरन जाहाते बेयाव धुबुर जानानै थानाय आहारा गसिबो बाहागोनिफ्राय (Reservoir) ओंखारो।



## आहार सेरनना दिहुननाय हावाफारि



सामुसजों खुदियानो आहार दीदों

9. थाइसे आहारबासा जोबनायनि उनाव एखे आदबजों गुबुन आहारबासानिफाय आहार सेरनना दिहुनांगी ।

गथ 'आ थोजासे बिबांनि आहार मोनैखी गाहायाव होनाय लैखोनफोरनि गेजेरजों रोखा खालामनो हायो—

- गथ 'नि लेरथाइया मोजाडै बाराया ।
- दानाव 500 ग्रामनिखुइ खम बारायो ।
- सप्तानैनि उनाव जोनोमनि समाव थानाय लेरथाइनखुइबो खम जायो ।
- हासुनाया खम बिबांनि आरो रोजा एबा घन जायो ।
- दिनआव खेबद 'निखुइ खम जायो ।
- गोमो गाबनि आरो जोबोद मोनामो ।
- गुबुन लैखोनफोरा जावाय—
- गथ 'आ आहार जानानै गोजोन्नाय मोना आरो अरायबो गाववाय धायो ।
- गले गले दीनो गोनां जायो ।
- जोबोद गोवाव दीवाय थानो गोनां जायो ।
- गथ 'आ आहार सोबनो नागिरा ।
- गथ 'नि खिया गोरा, गोरान आरो गोथां गाबनि जायो ।
- बिमाया आहार दिहुननो नाजाब्लाबो ओंखारा ।
- आहारबासाया गिदिर नइ ।
- आहारआ आहारबासानि सिडव हावा ।



बिमा आरो न'खरनि सोद्रोमाफोरा गाहायाव होनाय थासारिनि थाखाय थोजासे बिबांनि आहार ओंखाय होनना सानो, नाधाय गुबैर्ये आहार जगायनायाव बेफोर जेबो गोहोम खोलैया।

- बिमानि बैसो
- संगम
- माहेकिया गोबावजो जानाय
- सोमोन्दोनि मानसि एबा उसुसेनि मतामत मोनेनि थाखाय
- खुदियानि बैसो।
- गथ' जोनोमनि थाखाय अपारेसन खालामनाय
- चांद्राय गथ'
- साधारन रोखोमनि आदार



## 5. खुदियाखी दुबुद खालामना लाखिनाय—

सिबिथायनि थांखि ( उपवेशनर उद्देश्य )—

सिबिथायनि उनाव आसाया सोलोगोन—

- गथ 'नि देहानि बिदुं बारा एबा सरासनस्रानिखुइ खम सिनायधिनाय ।
- जोनोम जागोदान गथ 'खीं माब्रै दुबुद लाखिनो हायो ब्रेनि थाखाय बिथोन होनाय ।
- सरासनस्रानिखुइ देहानि बिदुं खम थानाय खुदियाखीं बिदुं बांफिनहोनो थाखाय लानो गोनां राहा ।
- गरम दिनाव खुदियानि देहानि बिदुंखीं माबोरै एखे बिबाडै लाखिनो हायो ।
- देहानि बिदुं सुनो सोलोगोन ।

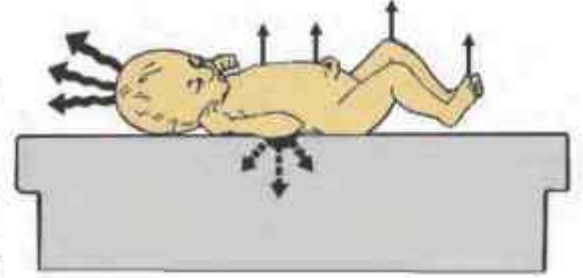


जोनोम जागोदानखीं गुदुं लाखिनायनि गोधीधि आरो देहानि बिदुं बाडय ( Hypothermia ) जानायनि जाडनाव जेना सोमजिनाय—

जागिनायनि उनाव जोनोम जागोदानखीं मानो दुबुद लाखिनो गोनां ?

जागिनायनि उनाव गथ 'खीं दुबुद लाखिनायनि सायाव गोधीधि होनांगी । देहानि बिदुंनि सायाव सोनारनानै जोनोम जागोदाननि आबदार खालामनाय जायो—

जोनोमाव आरो जोनोमनि गिबि सानआव जोनोम जागोदाननि देहानि बिदुंखीं रोखा हमदानो गोब्राव, मानोना बिसोर गिसि देहाजो बायजोआव ओंखारो आरो थाबैनो देहानि बिदुं खोमायो । गुसु जानाय लोगो लोगो गोहोआ खमिनानै बेरामि जायो । जोनोमावनो खम लेरखाइ आरो मिचिउरनडै गथ 'आ गुसु गोलैनानै ( Hypothermia ) थैनोबो हागी ।



माब्ला आरो माबोरै जोनोम जागोदान गथ 'नाव गुसु हाबनो हागी ?

बांसिन जोनोम जागोदान गथ 'आनो जोनोमनि मिनिटनैसोनि उनाव देहानि बिदुंखीं खोमायो । बिसोर गिसि देहाजो जोनोम जायो । जोनोम जागोदान गथ 'खीं गिसि आरो लंथं मोदोमजो उदाडै दोनब्ला देहानि बिदुं खमायनानै गुसु जालाडे । गोदानै जोनोम जानाय गथ 'नि खर 'आ देहानि रुजुनायाव गिदिर जायो आरो बिगुरा गोबा जायो । बेनिखायनो खर 'निफ्राय गाहायधिं लासै लासै गथ 'आ गुसु जाबोयो । बे बेलायाव देहानि बिदुं बांहोनायाव गथ 'हा गावनि देहानि गोहो थाया । गथ 'खीं गोनोखोआरि राहाजो गोरानै हुगारनानै, खर 'जो लोगोसे गसिबो देहाखीं गोबां थोरोफ जिजो फानब्रेनानै दोनब्ला, 10-12 मिनिटनि गेजेराव 2-4 डिग्री सेलसियास बिदुं खोमानाडे ।



बिदिन्धि— जोनोमनि समाव गथ 'नि देहानि बिदुं 97.7° फारेनहाइट ( 36.5° सेलसियास ) बिदुं सरासनस्रानि आरो गथ 'नि मोदोमखीं मोजाडै जिजो ( Ganze ) खोबनानै होआ आरो जिजो फानब्रेनानै लाखिबाब्ला 2.7° फारेनहाइट बिदुं खोमायो । 95° फारेनहाइट ( 36.5° सेलसियास ) जायखीं सरासनस्रानि खम बुंनाय जायो ।

गथ 'नि देहानि बिदुं सरासनस्रानिखुइ खमसिन जानाय थासारिखीं मा होनना मिधिनाय जायो ?

जेब्ला गथ 'नि देहानि बिदुं सरासनस्रानिखुइ खमसिन जायो, अब्ला गथ 'खीं ( Hypothermia ) देहा सुग्लायनायाव भुगिदो होनना बुंनाय जायो ।

देहा सुग्लायब्ला गथ 'नि मा मा जेना जानो हागी ?

- बिमानि आहार सोबनो हायै जायो आरो आहार जानो हायैनि थाखाय गथ 'आ बांसिन लोरबां जायो ।

- इनफेक्सननि मिजिड गोबां बारा।
- जरखायै जोनोमावनो लेरथाइ खम आरो मिचिउरडनडै गथ'आ थैनोबो हागी।

### खुदियानाव गुसु हाबदों ( Hypothermia ) होनना मात्रै बूँनो ?

- गिबि नेरसोना आइथिं गुसु जानाय
- बेनिउनाव देहा गुसु जानाय
- गथ'नि देहानि बिदुं सुनानै नायनाया बयनिखुइबो साबसिन राहा  
(बे आदबखौं बावैसो फोरोंनाय जादों।)

### Warming



### जोनोम जागोदानखी मात्रै गुदुई-लाखिनो ?

- जागिनायनि आगोलाव खथाखौं गुदुं खालामना लाखिनांगी। (बैसोजानायफोरनि थाखाय नांगीबादि गुदुं)
- जोनोमनि लोगो लोगो खुदियानि गासिबो देहाखी जिजों हुगारनानै गोरान खालामनांगी।
- खर'निफ्राय बिदुड खमिबोयो, बेनिखायनो थुफि गानहोनानै लानांगी।
- बिमानि मोदोमाव (बिगुरजों बिगुर नांनयबादियै) नांन धानाय बादियै गथ'खी दोननांगी।
- गांसे साखोन जिजों गोबां थ्रोफ जावनानै गथ'नि मोदोमाव फाननानै खर'आव खाफालसिम खोबनानै बिमाजों गंसे एमआव धानो होनांगी।
- आहार दीनायखी थाबैनो जागायनांगी।
- जोनोम जागोदानखी थुखैनाय—
  - खमैबो साननै नायनांगी आरो जोनोमावनो खम लेरथाइ गथ'नि बेलायाव सप्तासेसिम थुखैनाड।
  - न'खरा गिबि सानावनो थुखैनो बोलो होयो एबा गोसो जायोब्ला, द' घन्टासोनि उनाव गोबावजों थुखैनांगी जाहाते गथ'आ बाइजोनि आवहावाजों खाव जानो हायो।
  - 2000 ग्राम लेरथाइनि फिसा आरो मिचिउरडनडै गथ'नि बेलायाव जेब्लासिम गथ'नि लेरथाया बाड (सप्तानैसो सम लानो हागी) अब्लासिम थुखैनाया मौजां नड।
- गोरलै गथ'खी साखोनै लाखिनो खम बिबानि थाव लानानै मालिस खालामनो हायो नाथाय गथ'आ जाहाते गुसु मोना आरो 10 मिनिटनिखुइ बांसिन सम लांथियायै थाया आरो खथाखौं गुदुई लाखिनाय जादों बेफोरखी रोखा खालामनांगी।
- देहानि जायखिजाया गुदुं गोनां बाहागोआव, जेरै— गन्थं, खोमा बायदिफोराव मोनबो रोखोमनि थाव होनो नाड।
- गथ'नो हलगल जि गानहोनांगी आरो गुसु मोनैबादि मौजाइ फानब्रेनानै दोननांगी।
- गथ'आ जाहाते बारा गुदुं मोना वेखी नोजोर लाखिनांगी।



## देहानि बिदुइ खम जायोब्ला गथ 'खी' मात्रे गुदुं खालामफिननो ?

97° फारेनहाइटनिस्त्रुइ खम ( 36.1° सेलसियास ) एबा बांसिन गुसु 95° फारेनहाइटनिस्त्रुइ ( 35.0° डिग्री ) खम ।

- खुदिया दोननाय खथाखी गुदुं खालामना लाखिनांगोन ।
- गिसि जि, गुसु कम्बल एबा जिखी गथ 'नि मोदोमनिफ्राय बोखारना दोननांगी ।
- बिमानि मोदोमजो मोदोम नांनयबादि गथ 'खी वोजबना लानो बुंनंगी आरो गांसे जिखी दुंबुद खालामनानै गथ 'नि बिखा आरो बिखुंथि ( बारा गुदुं जानो नाइ ) होनांगी । गांसेया गुसु जायोब्ला, गुबुन गांसेजो एखे रोखोमे गथ 'खी गुदुं एबा सेक होनांगी । बे हाबाफारिखी खुदियानि देहानि बिदुइ सरसनसा जायागीमानि खालामनांगी ।
- खर 'नि थुफि, खुदियानि देहा खोबनो बाहायनाय जिफोरखी गुदुं बेगआव सोनानै बिमानि खाथियाव दोननांगी ।
- गथ 'नि देहायाव गोनां जानाय बिदुं ( Calories ) आरो दैलावनि थाखाय गले गले आहार दीनो बिथोन होनांगी, बेयो थैयाव सिनिनि बिबांखी होबथायो ।
- देहानि बिदुं खम बारा ( Hypothermia ) जानाया गथ 'नि बेलायाव मोनसे साधारन जेना ।

गथ 'नि देहानि गुसुआ 95° फारेनहाइटनिस्त्रुइ ( 35.0 डिग्री सेलसियास ) द्वारा जायोब्ला, गाहायाव मखनाय बिथोनफोरखी होनांगी—

- गथ 'खी बिमानि मोदोमजो मोदोम फोनानानै लाखिनांगी आरो खुदियानि देहाया इसे गुदुं जायोब्ला, मोजाइ जिजो फाननानै आगोलाव गुदुं अन्थाइ एबा गुदुं दैनि बेगजो गुदुं खालामनाय एमआव फुधुनो बिथोन होनांगी । ( गथ 'खी एमआव दोननायनि आगोलावनो मुवाफोरखी बोखारनांगी । )
- सावसि मिरु एबा खाबु धानाय फसंथानआव गथ 'आ जोनोम जानायनि उनाव जागिनाय खथानि खनायाव गथ 'खी गुदुं लाखिग्रा जन्त्र ( Radiant warmer ) दोननांगी एबा गुबुन रोखोमनि गुदुं खालामनो हानाय राहाजो गथ 'खी गुदुं लाखिनांगी ।



## 6. जोनोम जागोदान गथ्र' लोमजानायनि राहा लानाय—

99° फारेनहाइट (37.2° सेलसियास) निखुइ बारा जायोब्ला, गथ्र'आ लोमजादों होनना बुंगोन। गरम दिनाव गथ्र'नि देहानि बिदुइ बारा जायोब्ला गाहायाव होनाय बाश्चाफोरखी नायनांगोन— गुर्बैयै गथ्र'आ लोमजादों ना बारा जि गाननायनि थाखाय देहाया गरम जादों—

- खुदियानि मोदोमनि जि आरो खर'नि धुफिखी बोखारनाई हो।
- खुदियानि देहाया गुसु जानो थाखाय खिरखफोरखी खेवनानै हो।
- बिमाखी आहार दौनो बुं।
- गथ्र'खी दोनग्रा खथायाव— अर फोजोंनानै खथाखी गुदुं खालामना लाखिनायनि राहा दंब्ला, बायजोआव दिहुन्नानै होनांगी।
- 30 मिनिट नेथ'नानै लोमजानायखी सुफिन।
- गथ्र'नि देहानि बिदुइ सरासनमा जायोब्ला बिमाखी बुजायनानै हो जाहाते गरम दिनाव बुरजा जिजों गथ्र'खी फानब्रेनानै दोननो नाइ।

गोजीआव मखनाय राहानि उनावबो गथ्र'नि देहानि बिदुइ सरासनमानिखुइबो बारा जायोब्ला, मोजां फाहामथायनि थाखाय फाहामगिरिनि खाधियाव थिनहरनांगी।





# दाजाबदेर बिलाड



## दाजाबदेर बिलाड— 1 : 'आसा' नि मुलि थप्लानि हिसाबनि कार्ड

सुफुंफिनाय दान आरो सान			(1)		(2)		(3)		'एन'	
फारि नं	मुलिन मुं	नेसॉन	आद्रा थानाय	सुफुं फिनाय	आद्रा थानाय	सुफुं फिनाय	आद्रा थानाय	सुफुं फिनाय	आद्रा थानाय	सुफुं फिनाय
1										
2										
3										
4										
5										
'एन'										

आद्रा थानाय (Balance)— बेनि ओंधिया जादों राइजोफोरनो मुलि रानना होनायनि उनाव थप्लायाय मुलि सुफुं फिनाय समाव आद्रा थानाय मुलिन हिसाब ।

सुफुंफिनाय (Refil)— मुलिन थप्लायाय मा रोखोमनि आरो बेसेबां बिबां सुफुंनाय जादों बेनि हिसाब ।

नेसॉन (Symbol)— नेसॉनआ जादों सावगारि थानाय, जायनि मददाव मुलि सिनायनायाव खाबु जायो आरो मुलिखौ बबेनिफ्राय लाबोनाय जादों बाइदि । मुलिन बिथोनफोरा इराजी सोदोबावनो लिरनाय थायो ।

जाय मुलिन थप्लायाय मुलि सोनानै होयो बिथाडानो मुलिन कार्डखौ मुलि सुफुंफिनाय समसिम आबुं खालामना लाखिनांगी ।









# दाजाबदेर बिलाइ— 2 : गोर्बोआव थानायनि बेलायाव बिथोन निश्चयकिट (Nischay kit) बाहायनानै आनजाद नायनाय

गाहायाव होनाय आइजेफोरा निश्चयकिटआव दं—

1. गंसे आनजाद काई
2. मोनसे गारनो हानाय इपार
3. मोनसे दैलाव मुवा सोबखांना लानाय पेकेट ( आनजादनि थाखाय गोनां नडा)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• गंसे साखोन गोरान कासनि बथल एवा प्लास्टिकनि बथलाव फुनि हासुदै आजवनांगी ।</li> <li>• श्रथिने हासुदैनि नमुना लानांगी ।</li> <li>• वा मिनिट नेथ नांगी ।</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• काईनि आनजाद खालामनाय बाहागोआव (T) दोने फान्थाव गाबनि हांखो नुनो मोनो, अच्ला आइजोआ मोदोमबहा जादो ।</li> <li>• आइजोआ गोर्बोआव लाखिनो थाखाय थियारिब्ला, गोर्बोआव धानाय समाव नांगी जानाय आनजादफोरखी खालामनो बिथोन होनांगी ।</li> <li>• बियो गोर्बोआव लाखिनो गोसो गैवाब्ला, रेखाथियै एवर्टसन खालामहोनो थाखाय बिथोन होनांगी ।</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• (T) बाहागोआव फान्थाव गाबनि हांखो दोसे नुनो मोनोब्ला, आइजोआ मोदोमबहा जायाखै ।</li> <li>• गोसो जानानै न 'खर बिथांखिनि राहा आजवनायाव मदद खालामनांगी ।</li> </ul>
	<p>(T) बाहागोआव मोनबो हांखो नुनो मोनाब्ला, अखानायै फुडव गोदान मोनसे काईआव आनजाद नायनांगी ।</p>



## दाजाबदेर बिलाड— 3 : सासे सुबुंनि थाखाय बिथांखि बानायनायनि फर्म— ( जागिनायनि थाखथियारि )

मुं :

फिसायनि मुं :

न'खरनि आय :

जोवथा माहेकिया :

मिजिंथिनाय जागिनायनि सान :

गोबोआव थानायनि गिबि जारिमिन ( एबर्टसन बायदि खालामदोमोन नामा ):

गोबोआव थानायनि फारि	जागिनायनि खालार ( दान, बोसोर )	जागिनाय थावनि नआव/ दालाइ सावसि, गुदि सावसि मिरु/ रा: सा: मि:/ एवा गावारि खोन्दो फा:	जागिनायनि रोखोम सरससन/दाजेमारि बाहायनाय/गाहाय उदैफव अपरेसन	जागिनायनि फिथाइ गोथां गध/ गोथे गथ	दासान्दि जोनोम जानाय गथनि बेसो अरो थासरि	माबाफोर गोब्राव लोमजानाय, थै गमाय
गिबि						
नेथि						
थामथि						

- माबाफोर खैफोदनि लैखोन—
- साखाथिनि ट्रेडिनि मोन्नाय सुबुं ( SBA ) : फन नं :
- साखाथिनि 24 × 7 गुदि सावसि मिरु : जानथाय : सम : खरस :
- हारोथा गोनं नास/ फाहामगिरि थानाय सावसि मिरु :
- जेनाजो मोगामोगि जानो हानाय साखाथिनि राइजोआरि सावसि मिरु : जानथाय : सम : खरस :
- जिला खोलोबनि फाहामसालिनि जानथाय
- मटर गारियाव बेसेबां खरसा
- थिक खालामनानै दोन्नाय गारि ना बिगुमा—
- फाहामथायनि खरसाखी जों दिहुनगोन ना ? बेनि थियारि मात्रै खालामनाय जागोन ?
- त्रिमाया फाहामसालियाव थाडेवला न'आव गथ'फोरखी सोर नायगोन ?
- सावसि मिरुआव सोर लांगोन ?
- बिसोर बहा थागोन ?
- बिसोर थानाय, जानायनि खरसाखी बहानिक्राय मोनगोन ?
- जोनोम जागोदाननि थाखाय जि-जोमफोरखी न'खरनि सोद्रोमाया थियारि खालामना दोनदोना ?



# दाजाबदेर बिलाइ— 4 : जागिनायनि फर्म ( गोथै गथ ' जोनोम जाब्लाबो बे फर्मखौ आबुडै सुफुनांगौ । )

1. आसाया माब्ला फाहामसालि सौफैदों/ आइजोनि न' : सम : घन्टा..... मिनिट..... फुडव/ जोबोद फुडव/ सानजौफु/ बिलिफां / हराव ।	खालार:	सामलायग्रानि थाखाय # गेबें/ गोरान्थि
2. आइजोहा माब्ला गाहायै जागिनाय सानाया जागायदों ? सम : घन्टा..... मिनिट..... फुडव/ जोबोद फुडव/ सानजौफु/ बिलिफां/ हराव ।	खालार:	गेबें/ गोरान्थि
गाहायनि खैफोद नेसॉनखौ नोजोर खालाम आरो दंब्ला, थाबैनो बिमाखौ फाहामसालियाव दैथाय ।		राहा लानाय जावाय
	<b>खैफोद नेसॉन</b>	
1. गाहायै जागिनाय-सानाय जागायनायनि 24 घन्टानि गेजेरा गथ ' जोनोम जावाखै ।	नंगौ/ नड	नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
2. खर 'निस्सूइ आगोलाव गथ 'नि देहानि गुबुन बाहागोफोर गिबि ओंखारदों नामा ।	नंगौ/ नड	नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
3. बिमानि जोबोद थै गदों नामा	नंगौ/ नड	नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
4. जागिनायनि उनाव 30 मिनिटनि गेजेराव प्लेचेन्टा ओंखाराखै	नंगौ/ नड	नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
5. बिमाया बदगैथि जादों	नंगौ/ नड	नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
ट्रेइनि मोन्नाय धाइ/ उसुसेनि एवा न'खरनि सोद्रोमा/ ट्रेइनि मोन्नाय (SBA) नास/ फाहामगिरि मुं :.....		गेबें/ गोरान्थि
4. बहा जागिहोनाय जादोंमोन ? गामिनि मुं/ नोगोरनि मुं :.....		
न'आव/ दालाइ सावसि मिरु/ गुदि सावसि मिरु/ रायजोआरि सावसि मिरु/ जिला फाहामसालि/ गावारि खोन्दोनि फाहामसालि		गेबें/ गोरान्थि
4. (क) जागिनाय रोखोम : सरासनस्रा/ गाहाय उदैयाव अपारेसन		गेबें/ गोरान्थि
5. गथ 'नि मबे बाहागोआ गिबियाव ओंखारदों ? खर/ नाइ/ गुबुन बाहागो		गेबें/ गोरान्थि
6. इउटेरासनिफ्राय ओंखारनाय दै रोजाथि आरो गोथां/ गोमो— नंगौ/ नड		गेबें/ गोरान्थि
नंगौब्ला, खुदियानि खुगादन्दर खर' ओंखारनाय लोगो लोगो थुखासे जिजों साफा खालामदोंमोन ना ?		गेबें/ गोरान्थि
नंगौ/ नड		नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
7. आबुडै खुदियाआ माब्ला बायजोआव ओंखारदों ? खालार.....		गेबें/ गोरान्थि
जोनोमनि सान लिरनानै दोन्नाय : जोबोद फुडव/ फुडव/ सानजौफु/ बिलिफां/ हराव		
सम : घन्टा..... मिनिट.....सेकेण्ड.....		
आसानि मुं : खालार.....		
मददगिरिनि मुं..... आबुं हिसाब (Score)		
.....खोन्दोनि मुं.....		
8. थाबैनो राहा :		नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
राहा लादोंमोन ना ?		नंगौ/ नड/ बाहाय जायै



खुदियाखौं गोरानै लाखिदों : नंगौ/ नड  
 खुदियाखौं खोबनानै लाखिदों : नंगौ/ नड

सामलायगिरिनि थाख्वाय  
 नंगौ/ नड  
 नंगौ/ नड

9. (क) जोनोमनि समाव खुदियाखौं नोजोर:			गथ'आ जोनोम जानाय समाव आसाया नुजाथिदोंमोन ना ? नंगौ/ नड
	30 सकेन्दआव	5 मिनिटआव	
(क) गाबनाय	गैया/ लोरबां/ गोसायै	गैया/ लोरबां/ गोसायै	
(ख) हां-लानाय	गैया/ इसेयै/ गोसायै	गैया/ इसेयै/ गोसायै	
(ग) आखाइ-आइथिं लोरसोर	गैया/ लोरबां/ गोसायै	गैया/ लोरबां/ गोसायै	
9. (ख) बेराम सिनायथिनाय : सरासनसा/ गोथै गथ			गेबै/ गोरौन्थि
9.(ग) गोथै गथ'ब्ला— चावैसो/ आगोलावनो लोरसोर गैया			गेबै/ गोरौन्थि
10. आथोन— हौवासा/ हिन्जावसा			
11. गथ'नि अनजिमा/ गथ'फोरनि अनजिमा : 1/2/3			
12. राहा :			
जागिनायनि उनाव बिमानो दैलाव होदोंमोन ना : नंगौ/ नड			
13. बेसेबां समाव प्लेचेन्टाया आवुडै बायजोआव ओंखारखो घन्टा..... मिनिट..... थाबैनो आहार दौब्ला बिमानि थै गनाया खमियो आरो प्लेचेन्टा बायजोआव ओंखारनाया थाबैनो जायो ।			नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
14. राहा :			
खुदियाखौं खोबना दोननाय			नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
बिमानि मोदोमाव नांना थानाय			नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
थाबैनो आरो बिमानि आहारल' सोबनाय			नंगौ/ नड/ बाहाय जायै
15. जरखा रोखोमनि महर/ त्रिबुंथि/ नोजोर, माबाफोर दंब्ला			गुबुन गुबुन खारिथि
.....			# 'नंगौ' जायोब्ला गोनां आरो
.....			गोरौन्थि जायालासिनो
			हाबाफारि आखाइयाव लागोन ।



# दाजाबदेर बिलाइ— 5 : जोनोम जागोदान गथ 'नि गिबि आनजाद ( फर्म )

( जोनोमनि घन्टासेनि उनाव खालामनाय जायो, नाथाय जायखिजाया केस जोनोमनिफ्राय द' घन्टानि गेजेराव खालामो । आसाथा जागिनाय सानआव नुजाथियाखैब्ला, जाय सानखालि बियो लोगो हमनो थाखाय थांगोन बै सानआवनो फर्मखौ सुफुंगोन आरो नायदिनाय खालारखौ लिरनानै दोनगोन ।)

<p><b>खोन्दी-1</b></p> <p>1. जोनोमनि खालार:.....</p> <p>2. मिचिउरडनडै, बेसेबां सान, खालार.....खुदियाआ मिचिउरड ना ? नंगौ/ नड</p> <p>3. गिबि आनजादनि खालार:.....</p> <p>सम : फुंथाराव/ फुं/ सानजौफु/ विलिफां/ मोनायाव.....घन्टा.....</p> <p>4. गाहायाव होनाय जेनाफोरनि मवेबा मोनसेआ बिमाहा दं नामा ? (क) वाराद्राय थै गनाय नंगौ/ नड (ख) बदगैयि/ थैहावनाय नंगौ/ नड</p> <p>राहा : जायोब्ला, थाबेनो फाहामसालियाव दैथाय । राहा लादो नंगौ/ नड ( गोथै गथ 'जोनोम जानायनि बेलायाव वारा आनजाद नायनो नाड, नाथाय बिमाखौ आनजाद न' नायदिनायनि फारिलाइ मथे 2, 3, 7, 15,28, आव फोजोब ।)</p> <p>5. जोनोमनि उनाव गथ'नो गिबि आदार मा होदो ?</p> <p>6. गिबि आहार सोबनाय बेसेबां समाव खालायदोमोन ? घन्टा.....मिनिट..... खुदियाआ मा रोखोमै जादोमोन ? <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>1. गोसावै 2. लोरबांडै 3. आहार सोबनो हायाखैमोन नाथाय सामुसजो जाहोदोमोन । 4. आहार सोबनो हायाखै एबा सामुसजोबो दौनो हायाखै ।</p> <p>7. आहार सोबहोनायाव बिमानि माबाफोर जेना जादोमोन नामा ? नंगौ/नड जेनाफोरखौ लिर..... आहार सोबहोनायाव बिमानि जेना दं, जेना सुझानायनि बेलायाव मदद खालाम ।</p> <p><b>2थि बाहागो</b> खुदियानि गिबि आनजाद</p> <p>1. खुदियानि देहानि बिदुं सुनाय ( आफाखं सिनि बिदुं सुनानै लिरनानै दोन )</p> <p>2. मेगन : सरासनम्रा बुनाय एबा गोमोदै जमा</p> <p>3. खुदियानि नाडिजो थै गदो नामा : नंगौ/ नड राहा : जायोब्ला, आसा, एएनएम एबा ट्रेडिनि गोनां धाइया साखोन जिजो खाफिनगोन । राहा लानाय जावाय : नंगौ/ नड</p>	<p><b>सामलायगिरिनि थाखाय #</b></p> <p>गेबें/ गोरोन्थि</p> <p>गिबि आनजाद खालामनाय जावाय सान..... घन्टा</p> <p>जोनोमनि उनाव नंगौ/ नड/ जेबोआनो गैया</p> <p>गेबें/ गोरोन्थि</p> <p>गेबें/ गोरोन्थि</p> <p>गेबें/ गोरोन्थि</p> <p>नंगौ/ नड/ जेबोआनो गैया</p> <p>नंगौ/ नड/ जेबोआनो गैया</p> <p>नंगौ/ नड/ जेबोआनो गैया</p> <p>नंगौ/ नड/ जेबोआनो गैया</p>
<p>आसानि मुं.....खालार.....</p> <p>फोरोंगिरिनि मुं..... गार्से.....</p> <p>खोन्दी.....</p>	<p># 'नंगौ' गोनाथि जायोब्ला आरो गोरोन्थि जायालासिनो राहा ला ।</p>



4. लेरथाइ : किल'.....ग्राम..... स्केल गाब : गोजा/ गोमो/ गोथां	सामलायगिरिनि थाखाय #
5. लिर <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	
1. आखाइ-आइथिं लिउलिउ	
2. आहार खम जानाय/ नागारनाय	
3. लोरबां गाबनाय/ नागारनाय	
<p>जोनोम जागोदाननि सानफ्रोमबोनि जोथोन खामानिखीं मोजाइं मावदोंना</p> <p>1. जोनोम जागोदानखीं गोरान लाखिनाय नंगौ/ नछ</p> <p>2. गरम लाखिनाय, थुखेंनो नाडा टं/ गैया</p> <p>जिजों फानब्रेनानै दोन, बिमानि मोदोमजों नांजाबनानै</p> <p>3. गिबियाव बिमानि आहारल' दौनाय दौदों/ दौवाखें</p>	<p>गाबजों लेरथाइ गोरोबहोनानै नायो नंगौ/ नछ गेबें/ गोरोस्थि</p> <p>राहा लानाय जाबाय नंगौ/ नछ नंगौ/ नछ नंगौ/ नछ</p> <p>नंगौ/ नछ नंगौ/ नछ</p>
6. खुदियाहा माबा आरजाथावै ? खेंखा आखाइ-आइथिं/ गुस्थि गावनाय/ बायदिसिना.....	नंगौ/ नछ

सामलायगिरिनि थाखाय	
फर्मखीं सोर आनजाद नायदों : मुं :.....	खालार.....
गोगो खालामदों :.....	.....
.....	.....
बुंस'हायै एबा गुबुन रोखोमनि नोजोरबोनाय :.....	.....
<hr/>	
फर्मखीं आवुं सुफुंनाय जादों ना ?	नंगौ/ नछ
	सागान.....



सौ/आनजाद खालामना नाय आसा नखर नायदिनायनि खालार	सान 2 आव	सान 3 आव	सान 7 आव	सान 15 आव	सान 28 आव	सान 42 आव	आसानि दरे राहा	नोजोर बोगिरिनि आनजाद
(ग) खुदियानि आनजाद मेगन बुनाय एबा गोमोदे जसा लेरथाइ (7, 15, 28, आरो 24 सान) देहानि बिदुं: सुनातै नाय आरो लिंर देहानि बिगुर								राहा लादो नंगौ/ नड नंगौ/ नड
बिगुराव स्थिर स्थिर आरो गोमोदे जानाय बिगुरा गावत्रेनाय एबा गोजा जानाय (आइथिनि आखब, आफाख, फेन्दा)								

(घ) जागिनाय समाव जानाय इनफेक्सननि लैखोनफोरखौ दा आनजाद खालामना नय: देब्ला मख'— 'नंगौ', गीवाब्ला, 'गीवा'  
जोनोम जोगोदाननि गिबि आनजादनि फर्मनिफ्राय गिबि सानआव नोजोरबोनयखौ गामिबो लिंरनातै दोन।

सौनाय/आनजाद खालामनाय	1 सानआव	2 सानआव	3 सानआव	7 सानआव	15 सानआव	28 सानआव	42 सानआव	आसानि दरे राहा	राहालानाय जाबाय नंगौ/ नड नंगौ/ नड
आखइ आइथिफोरा लिडलिड खम आहार जानाय/ बन्द लोखां गाबनाय/ बन्द उदे दुनाय एबा विमाया बुडो 'खुदियाआ गोबाबाय थायो' विमाया बुडो 'खुदियाआ गुसु बिदुं 99० फारेनहाइट (37.2० डिग्री सेलसियास) निखुइ बांसिन। बिखाया सिडव हाबसोलानाय उथुमाइयाव गोमोदे जमा जानाय									

सामलायगिरिनि नट— जौबै खामानि/ गोरोन्धि/ गोरोन्धिये लिंरनाय

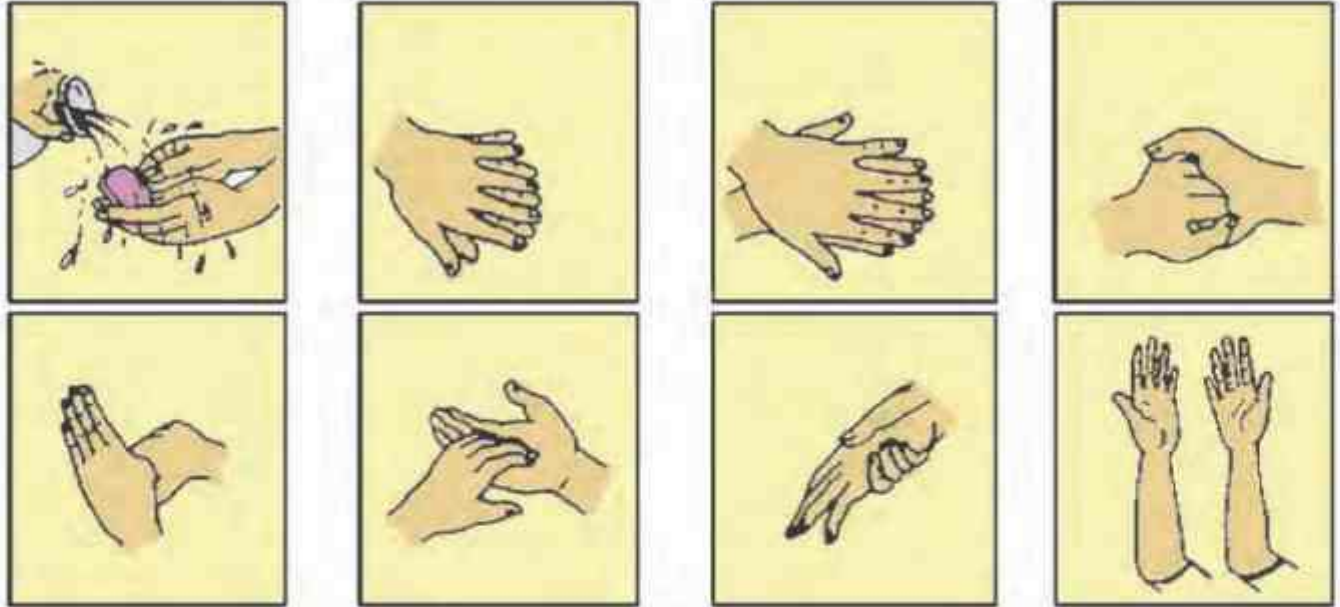
आसानि मुं : ..... खालार.....  
मददगिरिनि मुं : .....



# दाजाबदेर बिलाइ— 7 : आदब आनजाद खालामनानै नायनायनि फारिलाइ : आखाइ सुनाय

आनजाद खालामनानै नायनो गोनां	सर' खालामनाय अनजिमा				
	1	2	3	4	5
1. आखाइनि आसान आरो घडी खेवनानै दोननाय					
2. आखाइ, आखाइनि थारि आरो खिलाखुथिसिम सुनाय (सावगारि-1)					
3. साबोन बाहायनाय आरो आखाइनि थारि, आखाइ आरो आखाइनि आसि (जरखायै आसुगुराव) मोजाडै साखोन खालामनाय (सावगारि 2-7 सिम)					
4. गोगो दैजो साखोन खालामनानै सुनाय।					
5. आखाइ थाइने गोजीआव आरो खिलाखुथि सिं खालामनानै बागव राननो होनाय (सावगारि-1)					
6. हा-मोदोम एबा मबेबा लेथेरा मुवा आखाइजो सुनायनि उनाव दानो नाइ।					

ना:गो:- आखाइ सुनायनि आदब हुदा खालामनाय समाव मा मा आनजाद खालामना नायनांगौ। फारिलाइखौ बाहाय जेब्ला मोनसे फारि गेबेडै खालामनाय जायो बाकसुआव (✓) हो जेब्ला गेबेडै खालामनाय जाया सानजाब सिन (×) हो जेराव सानजाब सिन (×) फज नाय जादो, बै फारिखौ जांगा होनाय गेबे खालामनायनि बेलायाव रोखा खालाम।



आखाइ सुनायनि सावगारि



# दाजाबदेर बिलाड़— 8 : आदब आनजाद खालामनानै नायनायनि फारिलाड़ : देहानि बिदुं सुनाय

सावगारि/ बेखेबधि	आदब आनजाद खालामनानै फारिलाड़	गोबां साननि थाखाय				
		1	2	3	4	5
	1. थार्मिमिटारखी बाकसुनिफ्राय दिहुनना बेनि गिदिर/ गुवार बाहागोआव हम आरो जोंखलाबबाय धानाय बाहागोखी खुनजों स्पिरिट फुन्नानै साखोन खालामना ला।					
	2. थार्मिमिटारखी सांग्रां खालामनो थाखाय गुलापी गाबनि सुइचखी सेरनानै हो, गेजेरनि लांदां बाहागोआव 144.8 नुनो मोनगोन, बेनि उनाव (-), बेनि उनाव देहानि बिदुं सु आरो बेनि उनाव (-) मोनथाम सिन आरो गोजौआव आगदाथि 'F' गोजों नुनो मोनगोन।					
	3. थार्मिमिटारखी गोजों मोखाडै हमनानै जोंखलाबबाय धानाय बिजौखी आफाखं सिनि गेजेर बाहागोआव खेथेबनानै ला।					
	4. थार्मिमिटारआ जेब्ला देहानि बिदुं मोन्दांगोन अब्ला नों सेकेन्दफानि गेजेराव धिप धिप सोदोब खोनानो मोनगोन। जेब्ला मोनथाम गुमुं बिप खोनानो मोनगोन, थार्मिमिटारनि उदां बाहागोखी नाय। जेब्ला 'F' गैया जागोन, अनजिमाया जेबो सोलाया। थार्मिमिटारखी बोखारनानै लाबो।					
	5. थार्मिमिटारआव ओंखारनाय बाहागोखी फरायना नाय।					
	6. फर्मआव फरायनाय बादि देहानि बिदुंखी लिरनानै दोन।					
	7. थार्मिमिटारखी फिदिनानै गुलापी सुइचखी सेरनानै सांग्रांनडै खालामफिन।					
	8. धुखासे खुन स्पिरिट फुन्नानै थार्मिमिटारनि बिजौखी साखोन खालामनानै हो।					
	9. फिन थार्मिमिटारखी बाकसुआव (थार्मिमिटार दोनग्रा) सोनानै दोन।					



# दाजाबदेर बिलाइ— 9 : आदब आनजाद खालामनानै नायनायनि फारिलाइ : खुदियानि लेरथाइ सुनाय

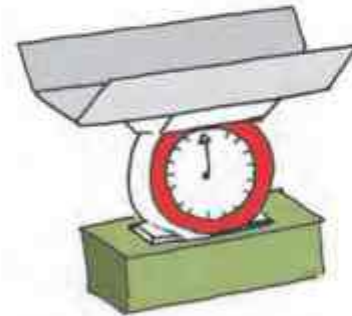
स्केलनि रोखोम-1

सावगारि/ बेखेवधि	आदब आनजाद नायनायनि फारिलाइ	हुदानि थाखाय				
		1	2	3	4	5
	<ol style="list-style-type: none"> <li>स्केलआव हाइखुंसिखी आलायनानै हो</li> <li>सिडव हाबनानै थानाय दान्दा ( लावधि ) खी बोनानै दिहुनना लेरथाइनि दगो थानाय बाहगोखी नायनो हानाय बादि हमना लाखि ।</li> <li>स्कुखी एरिबादि फिदिं जाहाते गोजा बाहगोखी गासिबो नुनो मोनो आरो 'O' आ नुजायो ।</li> </ol>					
	<ol style="list-style-type: none"> <li>स्केलनिफ्राय हाइखुंसिखी बोखारनानै हो आरो हा-मोदोमाव सिखलाबसे साखोन जिनि सायाव दोन ।</li> <li>देहायाव खम जि लाखिनानै स्केलआव हाइखुंसिखी आलायनानै हो ।</li> </ol>					
	<ol style="list-style-type: none"> <li>गोजीनि दान्दाखी सांग्राडेहम, मानोना नों गर्सनानै दं, स्केल दैखांनाय सिं फारसे खुदियाखी एरिबादि हगारनानै हो जाहाते गान्थिया मेगनजों नुनायबादि समानै थायो ।</li> </ol>					
	<ol style="list-style-type: none"> <li>लेरथाइखी फरायनानै नाय</li> <li>लासैयै खुदियाखी बोखलायनानै लाबो आरो हाइखुंसिखी स्केलनिफ्राय बोखारनानै हो ।</li> <li>हाइखुंसिआव थानय जिनि खुदियाखी लाबोनानै बिमानो हो ।</li> <li>लेरथाइखी लिरनानै दोन ।</li> </ol>					

स्केलनि रोखोम-2



सलटार स्केल



लेरथाइ सुग्रा जन्त्र ( 10 किल 'ग्रामसिम)

## आबुं सोदोब

ए.एन.एम—	अक्सिलारि नार्स मिडवाइफ
आसा—	एक्रिडियेन्ट ससियेल हेल्थ एकभिस्ट
ए. डब्लिउ. चि—	अंगनबाडी चेन्टार
ए.आर. आइ—	एकउट रेसपाइरिट इनफेक्सन
ए.एन.चि—	एन्टिनेटेल चेक आप
एइडस—	एकुराई इमिनिउ डेफिसियेन्स सिन्ड्रोम
ए.आर.टि—	एन्टि रिहाइड्रेल थिरापि
बि. इमक—	कमप्रिहेन्सिभ इमारजेन्सि अब प्स्टिक केयार
चि.आइ.चि—	कमिठनिटि हेल्थ चेन्टार
डि.पि.टि—	डिपथेरिया, पारटचिच टिटेटाच
इ.डि.डि—	एक्सपेकटेड डेट अब डेलिभेरि
एफ.आर.इउ—	फाष्ट रेफारेल इउनिट
जि.पि—	गामि पन्सायत
जि.भि.पेइन्ट—	जेनचियेल भायलेट पेइन्ट
एइस.बि.ए.चि—	ह'म बेस, निउबर्न केयार
आइ.एफ.ए.—	आइरन फलिक एचिड
आइ.एम.एन.चि.आइ—	इन्टिग्रेटेड मेनेजमेन्ट अब निउनेटल चाइल्डहुड इलनेस
एल.बि.डब्लिउ—	ल' बार्थ अवेइट
एल.एम.पि—	लाष्ट मेनचुयेल पिरियड
एम.अ—	मेडिकेल अफिसार
अ.आर.एस—	अरेल रिहाइड्रेसन सल्ट
पि.एइस.चि—	प्राइमेरि हेल्थ चेन्टार
पि.आर.आइ—	पन्सायतीराज इन्सटिटुसन
एस.बि.ए—	स्किल्ड, बार्थ एटेनडेन्ट
टि.बि—	टिउबार कुलचिस
टि.टि—	टिटेटास टक्साइड
इउ.एन.आइ—	इउनाइटेड नेसन, इन्टारनेसनेल
इउ.चि.एम.चि.एफ—	इउनाइटेड नेसनेल चिलड्रेन्स फाण्ड।
भि.एइस.एन.डि—	भिलेज हेल्थ, एण्ड निउट्रिसन डे
भि.एइस.एस.चि—	भिलेज हेल्थ एण्ड सेनिटेसन कमिटि।







**NATIONAL HEALTH MISSION**  
Ministry of Health & Family Welfare  
Government of India  
Nirman Bhawan, New Delhi