



माहिती पत्रक - मुलगी



बाळाची माहिती

- बाळाचे नाव: _____
- बाळाचे ओळख क्रमांक: _____
- जन्म तारीख: _____
- जन्मतः वजन (ग्रॅम): _____
- जन्मतः लांबी (सेमी): _____
- गावाचे नाव: _____
- तालुका/जिल्हा: _____
- आंगणवाडी क्रमांक: _____
- पी.एच.सी.चे नाव: _____
- उपकेंद्राचे नाव: _____
- प्रसूतीचे ठिकाण: A. जिल्हा रुग्णालय: _____ B. ग्रामीण रुग्णालय: _____ C. उपजिल्हा रुग्णालय: _____ D. प्राथमिक आरोग्य केंद्र: _____ E. खाजगी: _____ F. घरी: _____ G. इतर: _____
- प्रसूतीच्या वेळी उपस्थित असलेल्या व्यक्तीचे नाव आणि पद/ प्रसूतीच्या वेळी असलेले डॉक्टर - _____
- DHO चे नाव: _____
- THO चे नाव: _____
- CHO चे नाव: _____
- MO प्रमुखाचे नाव: _____
- स्टाफ नर्सचे नाव: _____
- ANM सुपरवायझर चे नाव: _____
- ANM चे नाव: _____
- आशा सुपरवायझर चे नाव: _____
- आशा कार्यकर्तीचे नाव: _____
- CDPO चे नाव: _____
- आंगणवाडी सुपरवायझर चे नाव: _____
- आंगणवाडी सेविकेचे नाव: _____

आईची माहिती

- आईचे नाव: _____
- जात- एसटी- एससी- ओबीसी-जनरल: _____
- आईचे शिक्षण - (i) निरक्षर (ii) प्राथमिक (iii) माध्यमिक (iv) पदवीधर (v) पदव्युत्तर _____
- आईचे वय: _____
- आईची उंची (सेमी) _____
- शेवटच्या मासिक पाळीची तारीख: _____
- नोंदणीची तारीख (पहिली ANC): _____
- नोंदणीच्या वेळेचे वजन: _____
- दुसऱ्या ANC ची तारीख: _____
- दुसऱ्या ANC च्या वेळेचे वजन: _____
- तिसऱ्या ANC ची तारीख: _____
- तिसऱ्या ANC च्या वेळेचे वजन: _____
- चौथ्या ANC ची तारीख: _____
- चौथ्या ANC च्या वेळेचे वजन: _____
- पाचव्या ANC ची तारीख: _____
- पाचव्या ANC च्या वेळेचे वजन: _____
- सहाव्या ANC ची तारीख: _____
- सहाव्या ANC च्या वेळेचे वजन: _____
- सातव्या ANC ची तारीख: _____
- सातव्या ANC च्या वेळेचे वजन: _____
- प्रसूतीचा प्रकार (i) नॉर्मल (ii) सिझेरियन _____
- आठवड्यानुसार बाळाचे गर्भातील वय: _____
- पूर्ण मुदतीची प्रसूती आहे का? (होय / नाही) _____

बाळाचा स्तनपान तपशील

- शेवटच्या तीन महिन्यात आईला सुधारित पाळणा पद्धत आणि आईच्या स्तनावर बाळाच्या तोंडाची घट्ट पकड शिकवली गेली होती का : होय/नाही _____
- असे ठिकाण कि जेथे सुधारित पाळणा पद्धत आणि आईच्या स्तनावर बाळाच्या तोंडाची घट्ट पकड शिकवली गेली होती: दवाखाना / प्राथमिक आरोग्यकेंद्र / उपकेंद्र / आंगणवाडी / घरी / इतर _____
- जन्मानंतर आईचे दूध एका तासाच्या आत दिले गेले होते का (होय/नाही) _____
- प्रसूती दरम्यान ब्रेस्ट क्रोल केले होते का (होय/नाही) _____
- बाळाला हॉस्पिटलमध्ये निव्वळ स्तनपान दिले गेले होते का (होय/नाही) _____
- आईला हाताने स्तनातून दूध काढणे शिकविले होते का? हो / नाही _____

बाळाचे वय	भेटीची तारीख (दिवस/महिने/वर्ष)	वजन ग्रॅम मध्ये	शेवटच्या तपासणी पासून किती ग्रॅम वजन वाढले आहे (ग्रॅम मध्ये)	मुलीचे वजन किती टक्केवारी मध्ये (परसेंटाइड) येते?	लांबी (सेमी मध्ये)	बाळ कोणत्या आजाराने ग्रस्त आहे का? होय/नाही	बाळाचे वजन कमी होत आहे किंवा वजन वाढत नाही तर बाळाला आरोग्य कर्मचाऱ्याकडे पाठविले आहे का? (हो/नाही) कोणाकडे पाठविले - नाव आणि पद	आईच्या दुधाव्यतिरिक्त इतर काही दिले आहे का? (होय/नाही)	हेल्थ स्पोकन ट्यूटोरियल विडिओ दाखविला आहे का? हो/नाही
0 दिवस									
1 दिवस									
2 दिवस									
3 दिवस									
5 दिवस									
7 दिवस									
10 दिवस									
12 दिवस									
14 दिवस									
21 दिवस									
28 दिवस									
42 दिवस/6 आठवडे									
10 आठवडे									
14 आठवडे									
3.5 महिने									
4.5 महिने									
5.5 महिने									

6 महिने ते 12 महिने वयांच्या बाळांसाठी माहिती

पूरक आहाराची ओळख कधी करून दिली? तारीख: _____

1/4 वाटी = 60 मिलीलीटर, 1/2 वाटी = 125 मिलीलीटर, 1 वाटी = 250 मिलीलीटर, 1 छोटा चमचा = 5 ग्रॅम, 1 मोठा चमचा = 15 ग्रॅम

भेटीची तारीख	6	6.5	7	7.5	8	9	10	11	12
वजन ग्रॅममध्ये									
६ महिन्यांच्या नंतर वाढलेले वजन (ग्रॅम)									
बाळाचे वजन कोणत्या टक्केवारीमध्ये (परसेंटाइडमध्ये) येते.									
लांबी सेमी मध्ये									
बाळ स्तनपान करत आहे का (होय/नाही)									
SAM (होय/नाही)									
MAM (होय/नाही)									
गेल्या 24 तासात बाळाला किती वेळा स्तनपान दिले									
शेंगदाणा /बियांची पावडर बनवली आहे का? (होय/नाही)									
मोड आलेल्या कडधान्याची पावडर बनवलेली आहे का? (होय/नाही)									
शेवग्याच्या पानांची पावडर बनवली आहे का? (होय/नाही)									
कढीपत्त्याच्या पानांची पावडर बनवली आहे का? (होय/नाही)									
अमायलेज पावडर बनवली आहे का? (होय/नाही)									
तुणधान्ये दिले आहे का? (होय/नाही)									
कडधान्ये/उसळी/बिया दिले आहे का? (होय/नाही)									
कोणतेही दुग्धजन्य पदार्थ दिले आहे का? (होय/नाही)									
कोणतेही मांस किंवा मासे दिले आहे का? (होय/नाही)									
अंडे दिले आहे का? (होय/नाही)									
जीवनसत्व असणारे भाज्या /फळे दिले आहे का? (होय/नाही)									
इतर कोणतीही भाज्या किंवा फळे दिले आहे का? (होय/नाही)									
कोणतेही पाकियातले / डबाबंद अन्न दिले आहे का? (होय/नाही)									
प्रोटोकॉल नुसार हेल्थ स्पोकन ट्यूटोरियल विडिओ दाखविला आहे का? (हो/नाही)									
गेल्या 24 तासात बाळाला किती वेळा आहार दिला गेला आहे?									
24 तासात बाळाला किती वेळा जेवण दिले (1/2/3/4/5 छोटा चमचा/ मोठा चमचा) (1/2/3/4/5 वाटी / अर्धा वाटी / 1/4 वाटी)									
बाळाचे वजन कमी होत आहे किंवा वजन वाढत नाही तर बाळाला आरोग्य कर्मचाऱ्याकडे पाठविले आहे का? (हो/नाही)									
कोणाकडे पाठविले आहे - नाव आणि पद									

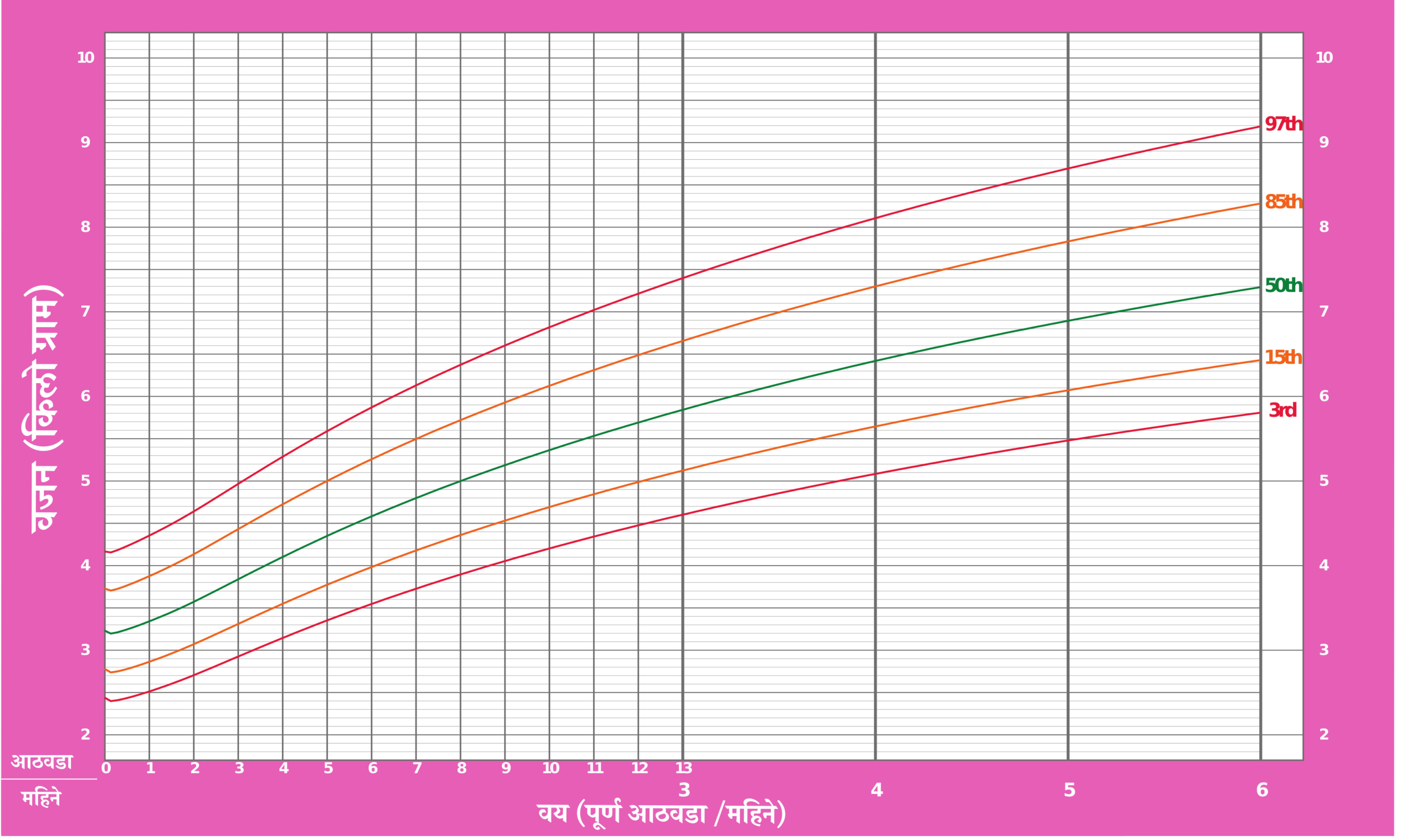
स्तनपान निरीक्षण तक्ता

मातेचे नाव: _____ बाळाचे नाव: _____
बाळाची जन्मतारीख: _____ पहिल्या मूल्यांकनाची तारीख: _____ बाळाचे जन्माचे वजन: _____

निरीक्षण केलेले अनुकूल वर्तन चिन्हांकित करा					पाहिलेले प्रतिकूल वर्तन चिन्हांकित करा				
आईची तयारी									
आईला बाळाला लवकर भूक लागण्याचे संकेत माहित आहे जसे की बाळाने इकडेतिकडे बघणे, जाभिई देणे, तोंड उघडणे व तोंडात बोट घालणे इ.					जेव्हा बाळ रडते तेव्हाच आई बाळाला दूध पाजते.				
आई साबण आणि पाण्याने हात धुते					आई साबण आणि पाण्याने हात धुत नाही				
स्तनपान करण्यापूर्वी आई एक ग्लास पाणी पिते					स्तनपान करण्यापूर्वी आई पाणी पित नाही				
आई पलंगावर किंवा फरशीवर पाठीला आधार देऊन आरामशीर सरळ बसली आहे.					आईचे खांदे झुकलेले आहे, तिच्या पाठीला कसलाच आधार नाही व ती बाळावर झुकलेली आहे				
स्तनपान करताना आईने सैल कपडे घातले आहेत					स्तनपान करताना आईने घट्ट कपडे घातले आहेत				
आई बाळाचे ब्लॅकेट, टोपी, मोजे काढून बाळाला जागे करते, ती काही मिनिटे बाळाला बसवते व नंतर बाळाला स्तनपान करते.					आई बाळाचे ब्लॅकेट, टोपी, मोजे काढत नाही व बाळाला उठवून बसवतही नाही, जेव्हा बाळाला स्तनपानासाठी जवळ आणले जाते तेव्हा बाळ लगेच झोपी जाते.				
बाळाची स्थिती-आता येथे बाळ उजव्या स्तनातून दूध पिईल									
आईच्या डाव्या हाताने बाळाचे डोके, पाठव शरीराला पूर्णपणे आधार दिलेला आहे.					बाळाच्या पूर्ण शरीराला आधार दिलेला नाही, फक्त खांदे व डोक्याला आधार दिलेला आहे				
बाळाचे कान, खांदा आणि कुल्ले एका सरळ रेषेत आहेत.					बाळाचे कान, खांदा आणि कुल्ले एका सरळ रेषेत नाही, शरीर किंवा मान वळलेली आहे.				
आईच्या डाव्या अंगठ्याने आणि इतर बोटांनी बाळाच्या डोक्याचा खालचा भाग धरलेला आहे. आईचा अंगठा एका कानाच्यामागे आहे आणि बोटे दुसऱ्या कानाच्या मागे आहे.					आईने बाळाच्या डोक्याला नीट आधार दिला नाही. स्तनपान करताना, बाळाच्या डोक्याच्या मागच्या बाजूला इतका दबाव असतो की बाळाला डोके फिरवता येत नाही.				
बाळाचा चेहरा आईच्या स्तनाकडे आहे. बाळाची छाती आणि आईची छाती एकमेकांना स्पर्श करत आहेत. बाळ क्षैतिज स्थितीत आहे.					बाळाचा चेहरा आईच्या चेहऱ्याकडे आहे. बाळाच्या छातीचा आईच्या छातीला स्पर्श होत नाही. बाळाची छाती एकतर आईच्या शरीरापासून दूर असते किंवा वरच्या दिशेने वळलेली आहे. बाळतिरक्या / आडव्या स्थितीत आहे.				
जेव्हा बाळ पूर्णपणे क्षैतिज स्थितीत असते आणि उजव्या स्तनाने स्तनपान करते, तेव्हा वरचा ओठ 9 वाजण्याच्या स्थितीत असतो आणि खालचा ओठ 3 वाजण्याच्या स्थितीत असतो. त्यामुळे त्याचे ओठ अगदी उभे असतात.					उजव्या स्तनावर दूध पाजत असताना बाळ तिरकस स्थितीत असते तेव्हा बाळाचे ओठ एरिओलावर उभ्या स्थितीत येत नाहीत.				
आई बाळाची हनुवटी पुढे करून स्तनाजवळ अशाप्रकारे आणते की बाळाच्या नाकाच्या नाकपुड्या स्तनाच्या स्तनाप्रांशी एकरूप असतात. असे केल्याने, पाणी पिताना जशी आपली मान थोडीशी मागे जाते तशीच बाळाची मान थोडीशी मागे आहे याची खात्री केली जाईल.					मान मागे न घेता बाळाला स्तनाकडे आणले जाते. येथे एकतर बाळाचे नाक आईच्या स्तनाप्राच्यावर असते किंवा नाकाची फक्त टोक स्तनाप्राच्या रेषेत असते. तसेच बाळाची मान पुढे झुकलेली असते.				
बाळाच्या तोंडाची घट्ट पकड होण्यासाठी एरिओलाचा खालचा भाग दाबणे									
आई स्तन अशाप्रकारे धरते की तिची बोटे बाळाच्या ओठांच्या समांतर असतात.					आई स्तन अशाप्रकारे धरते की तिची बोटे बाळाच्या ओठांना समांतर नसतात.				
आईची बोटे आणि स्तनाप्र यांच्यामध्ये सुमारे 3 बोटांचे अंतर आहे.					आईची बोटे स्तनाप्राच्या खूप जवळ असतात किंवा खूप दूर असतात.				
आई स्तनावर पुरेसे दाबते जेणेकरून बाळाला एरिओलाच्या तळाशी खोल जोडणे सोपे होईल.					आई स्तनावर पुरेसे दाबत नाही म्हणून बाळ एरिओलाशी घट्टपणे जोडलेले नाही.				
आई बाळाला स्तनाकडे आणत आहे. स्तन बाळाच्या दिशेने ढकलत नाही.					आई स्तन बाळाच्या दिशेने ढकलत आहे. ती बाळाला स्तनापर्यंत आणत नाही.				
बाळाला एरिओलाच्या तळाशी खोलवर जोडणे									
बाळाचे तोंड 120 -160 अंशांवर उघडण्यासाठी, आई बाळाच्या वरच्या ओठावर तिच्या स्तनाप्रांचा स्पर्श करते.					आई बाळाचे मोठे तोंड पूर्णपणे उघडण्याचा प्रयत्न करत नाही आणि घाईघाईत तिचे स्तनाप्र बाळाच्या तोंडात ढकलते परंतु बाळाचे तोंड 120 अंशांपेक्षा कमी उघडलेले असते.				
जर एरिओला मोठा झाला असेल तर बाळाचा खालचा ओठ एरिओलाच्या सीमेवर असतो. जेव्हा एरिओला लहान असतो, तेव्हा बाळाचा खालचा ओठ आईच्या स्तनावर असतो आणि वरचा ओठ स्तनाप्राच्या सीमेवर असतो.					बाळाचा खालचा ओठ निप्पलच्या अगदी खाली असतो आणि वरचा ओठ स्तनाप्राच्या सीमेवर किंवा एरिओलाच्या सीमेवर असतो.				
स्तनावर बाळाच्या तोंडाची पकड तपासण्यासाठी, आई उजव्या हाताच्या तर्जनीने तिचे स्तन बाळाच्या खालच्या ओठाच्या दिशेने दाबते.					आई स्वतःच्या बोटांने स्तनावर दाबून बाळाच्या तोंडावरची पकड तपासत नाही.				
बाळाचे ओठ आणि हनुवटी स्तनामध्ये खोलवर खुपसलेली असते. बाळ स्तनपान करताना ते अजिबात दिसत नाहीत.					बाळाचे ओठ आणि त्याची हनुवटी स्तनामध्ये खुपसलेली नसतात. बाळ स्तनपान करताना ते दिसतात.				
बाळाच्या तोंडाच्या खोल पकडीचे निरीक्षण करताना, फक्त एरिओलाचा वरचा भाग दिसतो. एरिओलाचा खालचा भाग दिसत नाही. जर आईचा एरिओला लहान असेल तर बाळाच्या तोंडात एरिओलाचे वरचे आणि खालचे दोन्ही भाग असतात.					बाळाच्या तोंडाची खोलवर पकडचे निरीक्षण करताना, ज्या मातांचे एरिओला मोठे आहे त्यांच्यामध्ये एरिओलाचा वरचा भाग दिसत नाही, कारण तो बाळाच्या तोंडात असतो.				
बाळाचे गाल भरलेले आणि गोल दिसतात. गालावर खळी देखील नाहीत.					बाळाचे गाल पातळ आणि रिकामे दिसतात. गालावर खळीही दिसते .				
बाळाच्या तोंडातून स्तन सोडवताना, आई तिची करंगळी बाळाच्या तोंडात, कोपऱ्यात ठेवते जेणेकरून बाळ स्तन सोडेल.					बाळाच्या तोंडातून स्तन सोडवताना, आई तिची करंगळी बाळाच्या तोंडात न टाकता स्तन ओढून घेते.				
महत्वाचे सल्लागार मुद्दे									
बाळाच्या तोंडाची स्तनाशी पकड व्यवस्थित आहे हे तपासणी केल्यानंतर, आई तिच्या हाताने स्तन सोडते. ती त्या हाताने बाळाच्या शरीराला आधार देते.ती खात्री करते की बाळाच्या डोक्याला तिच्या दुसऱ्या हाताने योग्य प्रकारे आधार दिला आहे.					बाळाच्या तोंडाचा स्तनाशी पकड व्यवस्थित आहे हे तपासल्यानंतरही आई हाताने स्तन धरते. त्या हाताने ती बाळाच्या शरीराला आधार देत नाही. ती दुसऱ्या हाताने बाळाच्या डोक्याला आधार देत नाही.				
आई 24 तासांत 10-12 वेळा बाळाला स्तनपान करते.					24 तासांत आई बाळाला 10 पेक्षा कमी वेळा स्तनपान करते.				
आई बाळाला रात्री 3 ते 4 वेळा स्तनपान करते.					आई बाळाला रात्री 3 पेक्षा कमी वेळा स्तनपान करते				
आई बाळाला दोन्ही स्तनांनी दूध पाजण्याची संधी देते.					आई बाळाला एकाच स्तनाने दूध पाजते.				
एका स्तनातून पूर्णपणे दूध पाजल्यानंतरच आई बाळाला दुसऱ्या स्तनातून दूध पाजते.					आई 5 मिनिटांपेक्षा कमी वेळ दोन्ही स्तनांनी बाळाला दूध पाजते आणि स्तन पूर्णपणे रिकामे करत नाही.				
दूध घट्ट आहे की नाही हे तपासण्यासाठी आई हाताने स्तनातून दूध काढते. घट्ट दुधाचे काही थेंब बाहेर आल्यावर ती बाळाला दुसऱ्या स्तनातून दूध पाजते					आई हाताने आईचे दूध काढून स्तन पूर्णपणे रिकामे आहे की नाही हे न तपासता दुसऱ्या स्तनातून दूध पाजण्याचा प्रयत्न करते.				
आईला स्तनातील दूध हाताने कसे काढण्याचे हे माहित आहे - स्तनमागे खेचणे, दाबणे आणि सोडणे					स्तन मागे खेचणे, दाबणे आणि सोडणे हे स्तनातील दूध हाताने काढण्याचे तंत्र आईला माहित नाही.				
ढेकर काढण्यासाठी आई बाळाला बसलेल्या स्थितीत धरते					ढेकर काढण्यासाठी आई बाळाला खांद्यावर धरते.				

वयानुसार बाळाचे वजन मुलगी

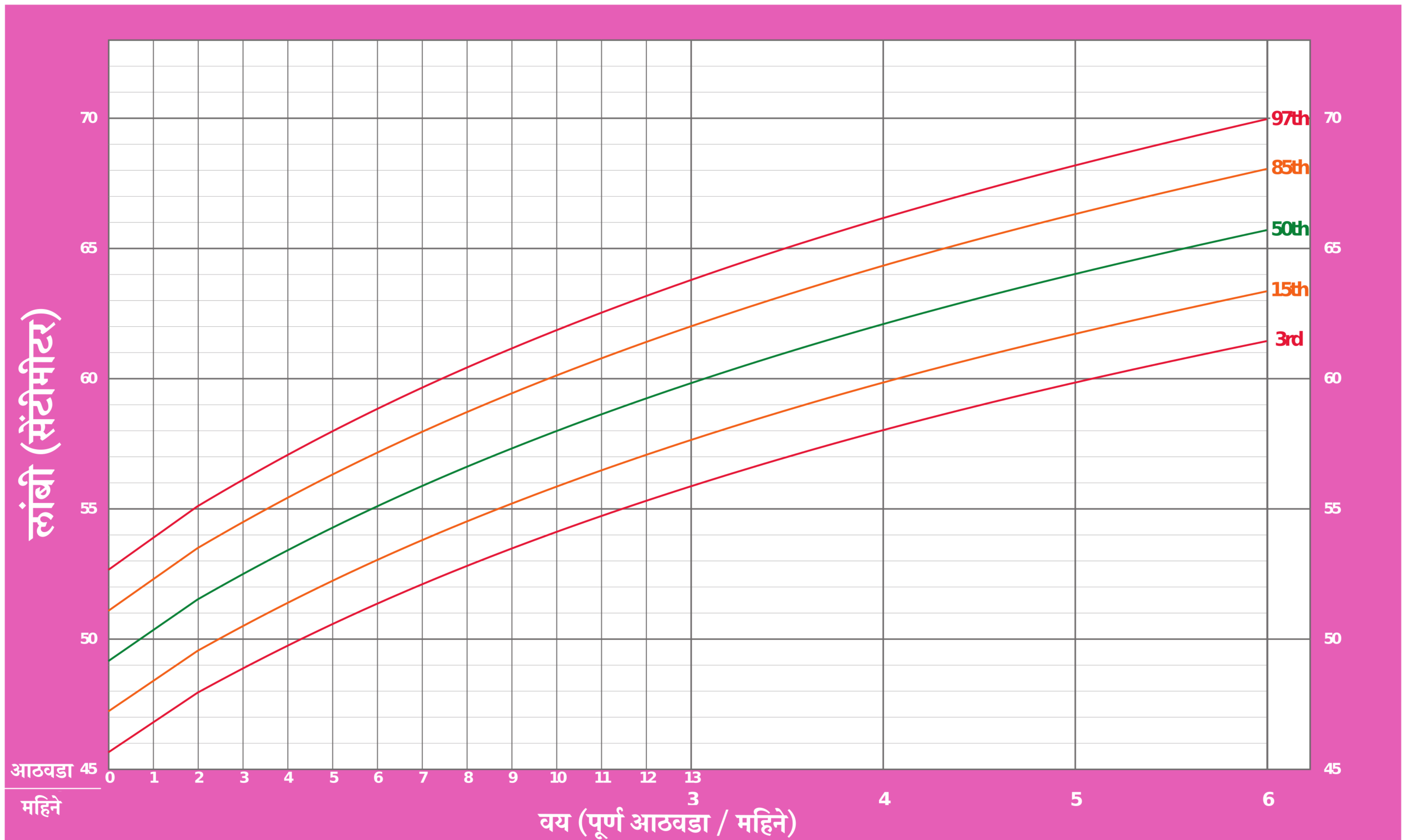
जन्म ते 6 महिने



डब्ल्यूएचओ बाल विकास मानक

वयानुसार बाळाची लांबी मुलगी

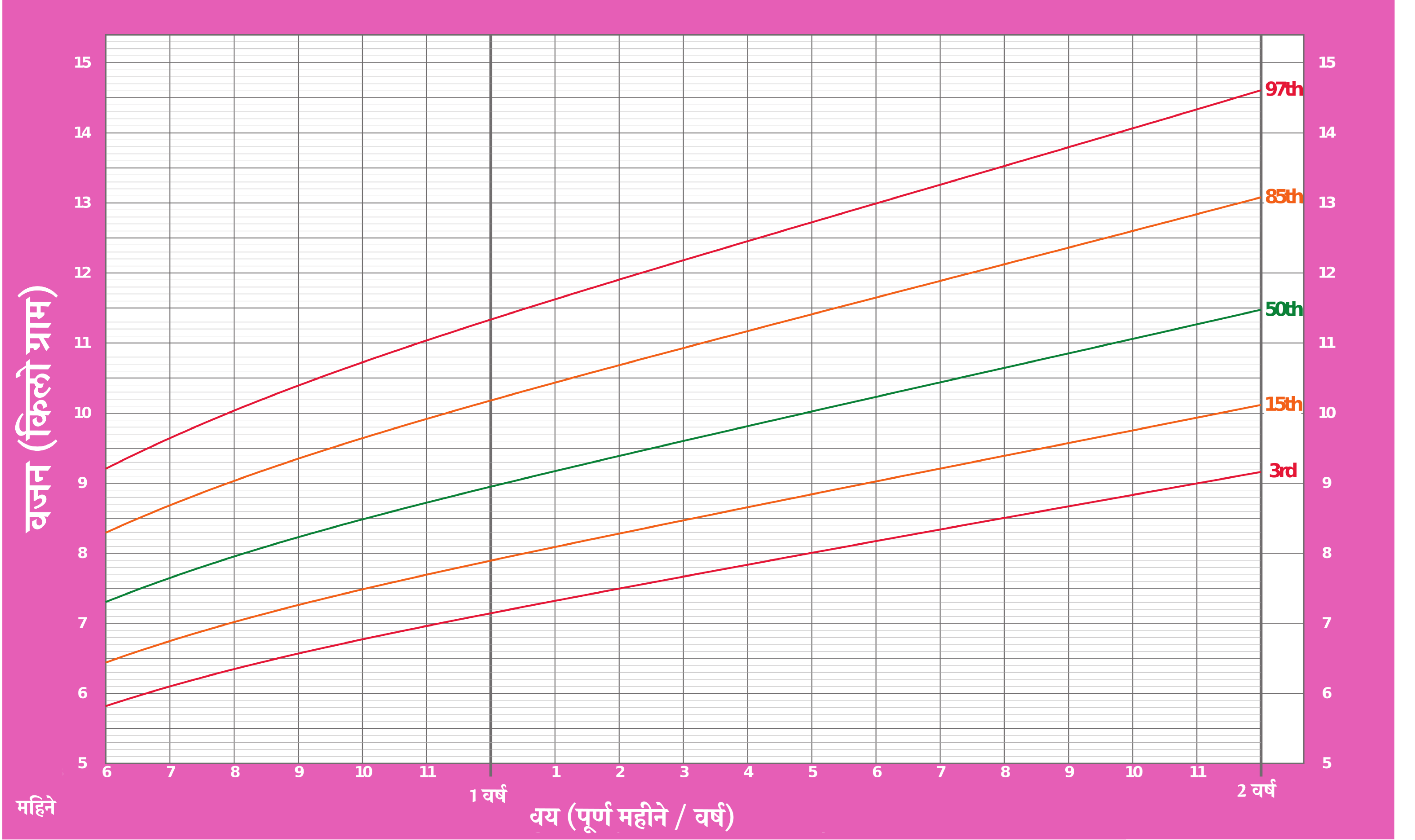
जन्म ते 6 महिने



डब्ल्यूएचओ बाल विकास मानक

वयानुसार बाळाचे वजन मुलगी

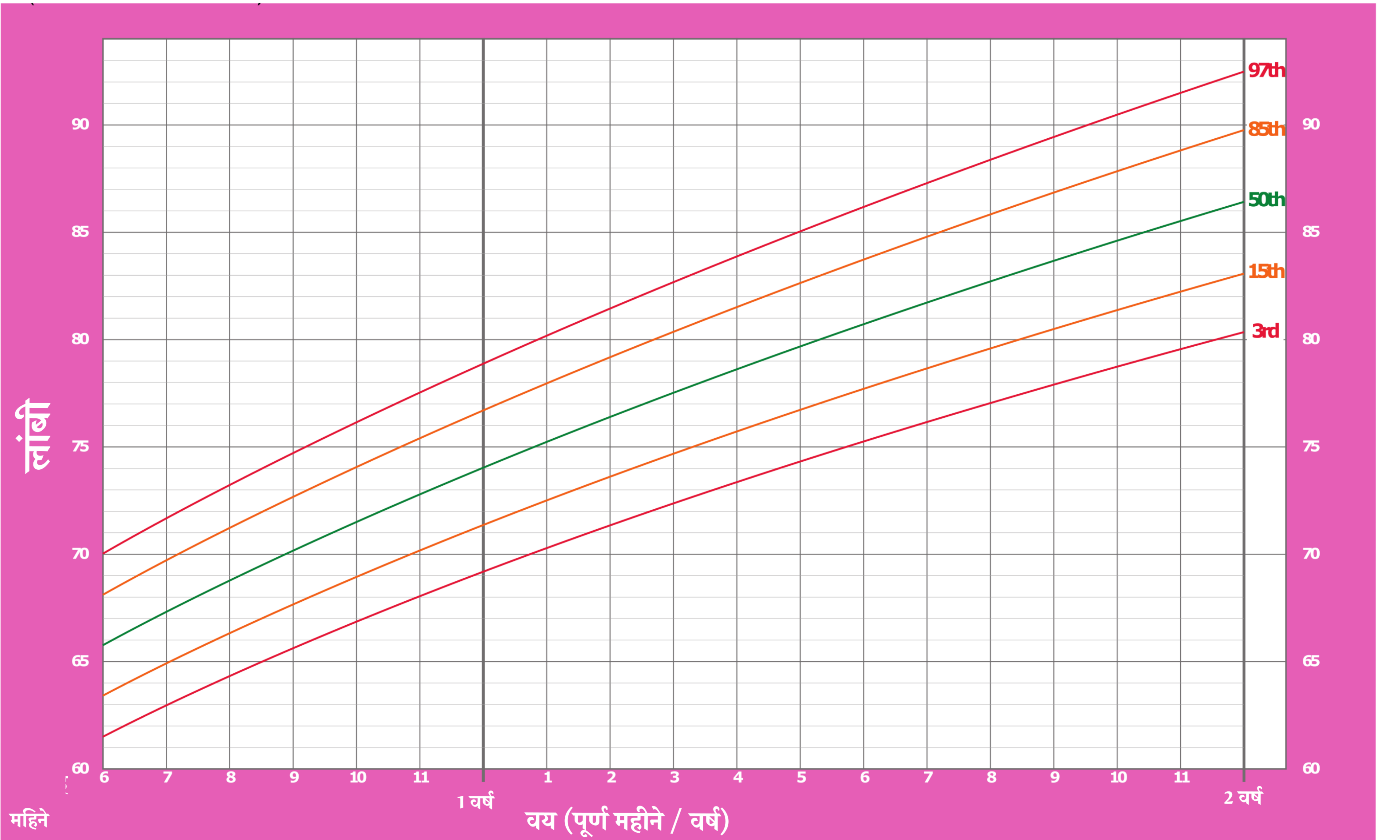
6 महिने ते 2 वर्ष



डब्ल्यूएचओ बाल विकास मानक

वयानुसार बाळाची लांबी मुलगी

6 महिने ते 2 वर्ष



डब्ल्यूएचओ बाल विकास मानक

लांबी नुसार बाळाचे वजन मुलगी

जन्म ते 2 वर्ष (झेड-स्कोर)



डब्ल्यूएचओ बाल विकास मानक



बाळ आणि आईची गर्भधारणा आणि त्यानंतरचे महत्वाचे टप्पे	या दरम्यान त्यांना ज्या समस्यांचा सामना करावा लागेल -	या टप्प्यांमध्ये समस्या सोडवण्यासाठी हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियलचे व्हिडिओ आहे.
<p>पौगंडावस्थेतील मुली आणि लग्नानंतर गर्भधारणेची तयारी करणाऱ्या सर्व महिला</p> <p>गर्भवती माता -</p> <p>पहिली तिमाही</p> <p>दुसरी तिमाही</p> <p>तिसरी तिमाही</p>	<ul style="list-style-type: none"> • प्रथिनांची कमतरता • लोहाची कमतरता • B12 ची कमतरता • फोलेटची कमतरता • कोलिनची कमतरता • व्हिटॅमिन डी आणि कॅल्शियमची कमतरता • अति जंक फूड • अति प्रमाणात कर्बोदकांचे सेवन • मॅग्नेशियमची कमतरता • जास्त प्रमाणात उल्टी होणे • स्तनपान आणि ब्रेस्ट क्रॉलच्या प्रति महत्व कमी असणे 	<ul style="list-style-type: none"> • प्रथिने, फोलेट, कॅल्शियम, व्हिटॅमिन बी 12, कोलीन, व्हिटॅमिन सी, लोह, मॅग्नेशियम, व्हिटॅमिन डी, यांचे महत्व • जंक फूड • प्रकार 1 आणि प्रकार 2 चे पोषक तत्वे • प्रोटीन समृद्ध शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • फोलेटने समृद्ध शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • कॅल्शियम समृद्ध शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • लोहने समृद्ध शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • व्हिटॅमिन सी च्या शिजवलेली / कच्च्या पाककृती • कोलीन समृद्ध शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • व्हिटॅमिन बी 12 ने समृद्ध मांसाहारी पाककृती • जास्त जंक फूड खाण्याची करणे • किशोरवयीन मुलांसाठी शाकाहारी/मांसाहारी पाककृती • रोजच्या जेवणात पोषक तत्वांची मात्रा • गर्भधारणेपूर्वी पोषण • मॅग्नेशियम समृद्ध शाकाहारी/मांसाहारी पाककृती • पोटॅशियम समृद्ध शाकाहारी/मांसाहारी पाककृती • गर्भवतींसाठी शाकाहारी/मांसाहारी पाककृती • गर्भवती महिलांसाठी अति आवश्यक पोषण क्रिया
<p>तिसरी तिमाही</p> <p>प्रसूती नंतरचा कक्ष (0-48 तास)</p> <p>जर वजन कमी असेल - (जर आवश्यकता असेल तर ३ ते 10 दिवसांनी किंवा 10 दिवसांनंतर कोणत्याही वेळी)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • स्तनपानाच्या कौशल्याबाबत जागरूकता नसणे • ब्रेस्ट क्रॉल बदल माहिती नसणे • हाताने स्तनातले दूध काढण्याची माहिती नसणे • कांगारू पद्धत • नवजात बाळाची काळजी • दवाखान्यातील कामगारांकडून निप्पल शिल्ड देण्याचा धोका • स्तनाप्र दुखणे • स्तन कडक होणे • बाळाचे वजन न वाढणे 	<ul style="list-style-type: none"> • स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत • आईच्या स्तनावर बाळाच्या तोंडाची घट्ट पकड • एका अंगावर झोपून स्तनपान करण्याची पद्धत • कांगारू पद्धत • शारीरिक पद्धतीने आईचे दूध वाढविणे • हाताने स्तनातून दूध काढणे • हाताने काढलेले दूध साठवून ठेवणे • साठवून ठेवलेले स्तन दूध बाळाला पाजणे • स्तनपानाचे महत्व • दुसऱ्या पदार्थाच्या तुलनेत आईच्या दुधाचे फायदे • निप्पल शिल्डच्या वापरामुळे होणारे नुकसान • नवजात बाळाच्या देखरेखी विषयी महत्वाच्या गोष्टी • नवजात बाळाला आंघोळ घालण्याच्या पद्धती • ब्रेस्ट क्रॉल • बाळासाठी महत्वाच्या पोषण क्रिया • स्तनपान करणाऱ्या मातांच्या निप्पलची स्थिती • स्तनपान करणाऱ्या मातांच्या स्तनांची स्थिती • चुकीच्या पद्धतीने स्तनपान केल्यामुळे वजन न वाढण्याचे कारण • योग्य प्रमाणात आईचे दूध न मिळण्याचे कारण
<p>५-६ महिने वयोगटातील मुले (१५०-१८० दिवस)</p> <p>७-८ महिने वयोगटातील मुले (१८१-२४० दिवस)</p> <p>९-११ महिने वयोगटातील मुले (२७०-३३० दिवस)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • पूरक आहार कसा सुरु करायचा याची माहिती नसणे • वैयक्तिक स्वच्छता आणि सुरक्षितता याची माहिती नसणे • शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती बनविण्याच्या पद्धतीची माहिती नसणे • पूरक आहार किती घट्ट द्यावा याची माहिती नसणे. 	<ul style="list-style-type: none"> • स्तनपानाचे महत्व • प्रकार 1 आणि प्रकार 2 ची पोषक तत्वे • पूरक मार्गदर्शक • ६ ते २४ महिन्यांच्या बाळांसाठी पूरक आहार • ६ महिन्यांच्या बाळांसाठी शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • जंक फूड • ६ ते २४ महिन्यांच्या बाळांसाठी पौष्टिक पावडर बनविण्याच्या पद्धती • ६ महिन्यांच्या बाळांसाठी शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • प्रोटीनचे महत्व • बाळाचे जेवण बनविण्यापूर्वी व बाळाला खाऊ घालण्यापूर्वी स्वतःची स्वच्छता • बाळाचे जेवण बनविणे, खाऊ घालणे व साठवून ठेवण्यापूर्वीची स्वच्छता • दुसऱ्या पदार्थाच्या तुलनेत आईच्या दुधाचे फायदे • जास्त जंक फूड खाण्याची करणे • ८ ते ११ महिन्यांच्या बाळांसाठी शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • १२ ते १८ महिन्यांच्या बाळांसाठी शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • १८ ते २४ महिन्यांच्या बाळांसाठी शाकाहारी / मांसाहारी पाककृती • बाळासाठी पौष्टिक शाकाहारी नाष्टा बनविण्याच्या पद्धती



गर्भधारणेपासून 14 आठवड्यांच्या भेटीपर्यंतचा शिकण्याचा आणि कामाचा प्रोटोकॉल (एल ए पी)

संपर्क बिंदू

घरच्या भेटीत - _____ आईच्या भेटीत - _____ अंगणवाडी भेटीत - _____ साप्ताहिक भेटीत - _____ मासिक भेटीत - _____ ANC च्या वेळी - _____
मासिक ग्राम आरोग्य स्वच्छता आणि पोषण दिन (वीएचएसएनडी) - _____ महिन्यातून एकदा पंतप्रधान सुरक्षित मातृत्व अभियान (पीएमएसएमए) प्राथमिक आरोग्य केंद्र (PHC) किंवा आरोग्य आणि कल्याण केंद्र - _____ महिन्यातून दोनदा समुदाय आधारित कार्यक्रम - _____ इतर - _____

पौगंडावस्थेतील/गर्भधारणेची योजना करणारे विवाहित जोडपे/ 1 ले तीन महिने/2 रे तीन महिने/3 रे तीन महिने/ स्तनपान करणाऱ्या माता

फोलेट, प्रथिने, मॅग्नेशियम, पोटॅशियम, व्हिटॅमिन-बी12, व्हिटॅमिन-डी, लोह, कॅल्शियम, कोलीन, व्हिटॅमिन-सी, सल्फर, सेलेनियम यांचे महत्त्व आणि त्यांनी समृद्ध असलेल्या शाकाहारी/मांसाहारी पाककृती

गर्भधारणेपूर्वीचे पोषण, प्रकार I आणि प्रकार II चे पोषक तत्व

दैनंदिन आहारातील पोषक घटकांचे प्रमाण, गर्भवती महिलांसाठी महत्त्वाच्या पौष्टिक क्रिया

किशोरवयीन, गरोदर माता, स्तनदा माता यांच्यासाठी शाकाहारी आणि मांसाहारी खाद्यपदार्थांच्या पाककृती

जंक फूड आणि अधिक जंक फूड खाण्याचे कारण

तिसऱ्या तिमाहीनंतर /प्रसूतीनंतरच्या माता (गर्भधारणेदरम्यान आणि/किंवा PNC मातांना हे व्हिडिओ किमान एकदा दाखवणे आवश्यक आहे)

पहिल्या आणि दुसऱ्या तिमाहीत न दाखवलेले व्हिडीओ पहिल्या तिमाहीच्या सत्रात दाखवले जाऊ शकतात

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत (क्रॉस क्रेडल होल्ड) आणि स्तनावर बाळाच्या तोंडाची घट्ट पकड ब्रेस्ट मॉडेल आणि बाहुली यांचा वापरून सुधारित पाळणा पद्धतीचा सराव करा

एका अंगावर पडून स्तनपानाची पद्धत आणि फुटबॉल पद्धत

अयोग्य स्तनपानामुळे वजन न वाढणे/ आईचे दूध पुरेसे न मिळाल्यामुळे वजन न वाढणे

शारीरिक पद्धतीने आईचे दूध वाढवण्याचे मार्ग

हाताने दूध काढणे, स्तनांतून हाताने काढलेले दूध साठवून ठेवणे, साठवून ठेवलेले स्तनातील दूध बाळाला पाजणे

स्तनपान करण्याचे महत्त्व/ इतर पदार्थांच्या तुलनेत आईच्या दुधाचे फायदे

लहान बाळांसाठी आवश्यक पोषण क्रिया, निपल शील्ड वापरल्यामुळे होणारे तोटे

ब्रेस्ट क्रॉल, कांगारू काळजी पद्धत, नवजात बाळाच्या देखभालीच्या आवश्यक गोष्टी आणि नवजात बाळाच्या आंघोळीच्या पद्धती

स्तनपान करणाऱ्या मातांच्या स्तनाग्रची स्थिती, स्तनपान करणाऱ्या मातांच्या स्तनाची स्थिती

प्रसूतीच्या वेळी - करणे

ब्रेस्ट क्रॉल आणि स्तनपानाची लवकर सुरुवात
सिझेरियन ऑपरेशननंतर त्वचेपासून त्वचेचा संपर्क

प्रसूतीनंतरचा निरीक्षण कक्ष: नॉर्मल प्रसूतीनंतरचे पहिले ४८ तास/ सी-सेक्शन प्रसूतीनंतरचे पहिले ५ दिवस

हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल्स दाखवा - स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत, एका अंगावर पडून स्तनपानाची पद्धत, बाळाची स्तनावर खोल लॅचिंग साठी योग्य पकड आणि IEC चार्ट दाखवा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत, बाळाची स्तनावर घट्ट पकड, एका अंगावर पडून स्तनपान करण्यासाठी मदत करणे.

हाताने दूध काढणे/ स्तनांतून हाताने काढलेले दूध साठवून ठेवणे, साठवून ठेवलेले स्तनातील दूध बाळाला पाजणे/ कांगारू पद्धत या विषयी आईला दाखवा आणि तिला शिकवा.

जन्मा च्या वेळी वजन आणि उंची तपासा
दररोज वजन करा

नॉर्मल प्रसूतीमध्ये पहिल्या किंवा दुसऱ्या दिवशी आणि सी सेक्शन प्रसूतीमध्ये तिसऱ्या किंवा पाचव्या दिवशी स्तनपान माहितीचा फॉर्म भरा
प्रारंभिक शिक्षण आणि कृती प्रोटोकॉल (एल ए पी) फॉर्म भरा आणि WHO ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा
ज्या बाळांना स्तनावर घट्ट पकड करता येत नाही किंवा ज्यांचे वजन कमी आहे त्यांच्याबद्दल संबंधितांना (अंगणवाडी सेविका /अंगणवाडी सुपरवायझर) माहिती द्या.
जर बाळांचे स्तनावर घट्ट पकडचे (लॅचिंगचे) सर्व बिंदू योग्य असतील तरच मातेला रुग्णालयातून सुट्टी द्या.लॅचिंगचे सर्व बिंदू स्तनपान निरीक्षण फॉर्ममध्ये आहेत.

प्रसूतीनंतर - तिसऱ्या दिवसापासून चौदाव्या आठवड्यापर्यंत सामुदायिक भेटी

प्रत्येक बाळांकडे स्वतंत्र शिकणे व कृतीत आणणे याचे (एल ए पी) कार्ड असावे.
प्रत्येक भेटीत या सर्वांची आवश्यकता असेल - वजनाचे यंत्र, किंवा डिजिटल वजनाचे यंत्र किंवा कमीत कमी कॅलिब्रेटेड सॉल्टर वजनाचे स्केल, शिकणे व कृतीत आणणे याचे कार्ड (एल ए पी), कार्ड्सवर तपशील रेकॉर्ड करणे, ग्रोथ चार्टवर मार्किंग करणे, IEC चार्ट आणि हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल.

दिवस 3 - गृहभेट

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

स्तनपानाच्या निरीक्षणाच्या वेळी स्तनपान मूल्यांकन फॉर्म भरा

एल ए पी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर घट्ट पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC) चार्ट दाखवा.

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर घट्ट पकड करण्यासाठी हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल चे व्हिडिओ दाखवा.

दिवस 5 - गृहभेट

प्रथम वजन तपासा

स्तनपानाच्या निरीक्षणाच्या वेळी स्तनपान मूल्यांकन फॉर्म भरा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर घट्ट पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर घट्ट पकड करण्यासाठी हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल चे व्हिडिओ दाखवा.

जर बाळाचे वजन पाचव्या दिवशी त्याच्या जन्माच्या वजनापेक्षा कमी असेल तर स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर घट्ट पकड करण्यासाठी हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल चे व्हिडिओ दाखवा.

दिवस 7 - गृहभेट

प्रथम वजन तपासा

स्तनपानाच्या निरीक्षणाच्या वेळी स्तनपान मूल्यांकन फॉर्म भरा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर घट्ट पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

जर मुलाचे सध्याचे वजन त्याच्या जन्माच्या वजनापेक्षा 200 ग्रॅमने कमी असेल किंवा मुलीचे सध्याचे वजन तिच्या जन्माच्या वजनापेक्षा 100 ग्रॅमने कमी असेल, तर स्तनावर बाळाच्या तोंडाची पकड व्यवस्थित करा
बाळाच्या तोंडाची स्तनावर घट्ट पकड आणि क्रॉस क्रेडल होल्ड आणि स्तनपानाच्या विविध कारणांमुळे वजन अपुरे वाढणे, हे हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियलचे व्हिडीओ दाखवा.

जर मुलाचे वजन त्याच्या जन्माच्या वजनाच्या 200 ग्रॅमपेक्षा अधिक असेल किंवा त्याइतकेच असेल व मुलीचे वजन तिच्या जन्माच्या वजनाच्या 100 ग्रॅमपेक्षा जास्त किंवा त्याइतकेच असेल, तर मातेला प्रोत्साहन द्या,
तिचे अभिनंदन करा आणि स्तनपान करणाऱ्या मातांसाठीचे शाकाहारी/ मांसाहारी पाककृतींवर आधारित असलेले ट्युटोरियल दाखवा

दिवस 10 - गृहभेट _____ 1 ली वाढ ते -सातव्या दिवसापासून वजन 100 ग्रॅमपेक्षा कमी वाढल्यास प्रथम _____ कळवा.

प्रथम वजन तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

सातव्या दिवसापासून वजन 100 ग्रॅमपेक्षा कमी वाढल्यास त्यांना क्रॉस क्रॅडल होल्ड पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड हे हेल्थ स्पोकन ट्यूटोरियलचे व्हिडीओ दाखवा आणि नंतर पाठवा.

जर सातव्या दिवसापासून वजन १०० ग्रॅमपेक्षा जास्त वाढले असेल तर स्तनपानाचे महत्त्व, लहान मुलांसाठी आवश्यक पोषण क्रिया ट्यूटोरियल दाखवा आणि नवजात शिशुची घरी काळजी (HBNC) च्या नुसार वारंवार तपासा.

दिवस 12 - गृहभेट _____ २ री वाढ ते सातव्या दिवसापासून वजन 150 ग्रॅमपेक्षा कमी वाढत असल्यास _____ दुसऱ्यांदा कळवा.

प्रथम वजन तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा प्रथम वजन तपासा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

जर सातव्या दिवसापासून 150 ग्रॅमपेक्षा कमी वजन वाढले असेल तर, स्तनावरील घट्ट पकडचे निरीक्षण करा आणि पकड व्यवस्थित करा. स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावरील घट्ट पकडचे ट्यूटोरियल दाखवा, शारीरिक पद्धतींनी आईचे दूध वाढवण्यासाठीचे ट्यूटोरियल देखील दाखवा. दोन दिवसांनी पुन्हा बाळाला तपासा.

जर 7 व्या दिवसापासून वजन 150 ग्रॅमपेक्षा जास्त वाढले असेल, तर HBNC प्रोटोकॉलनुसार 14 व्या दिवशी बाळाला भेट देणे आवश्यक आहे.

दिवस 14 - गृहभेट _____ 3 री वाढ ते जन्मापासून वाढलेले वजन 500 ग्रॅमपेक्षा कमी असल्यास _____ तीसऱ्यांदा कळवा

प्रथम वजन तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

जन्मापासून बाळाचे वजन ५०० ग्रॅमपेक्षा कमी वाढले असल्यास हे दोन ट्यूटोरियल दाखवा - अयोग्य स्तनपानामुळे वजन न वाढण्याची कारणे आणि आईचे दूध पुरेसे न मिळण्याची कारणे.

या बाळाला _____ दुसरीकडे पाठवा आणि बाळाला दोन दिवसांनी पुन्हा भेटण्यासाठी गेले पाहिजे.

जर जन्मापासून वजन 500 ग्रॅम पेक्षा जास्त असेल तर, नवजात शिशुची घरी काळजी घ्या (HBNC)च्या नुसार गृहभेट द्या.

दिवस 21 - आठवडा 3 - गृहभेट _____

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

चौदाव्या दिवसापासून बाळाचे वजन 250 ग्रॅमपेक्षा कमी वाढले असल्यास, हे ट्यूटोरियल दाखवा - अयोग्य स्तनपानामुळे वजन न वाढण्याची कारणे आणि शारीरिक पद्धतींनी आईचे दूध वाढवणे.

या बाळाला ----- दुसरीकडे पाठवा आणि बाळाला दोन दिवसांनी पुन्हा भेटण्यासाठी गेले पाहिजे.

दिवस 28 - चौथा आठवडा- गृहभेट _____

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

21 व्या दिवसापासून बाळाचे वजन 250 ग्रॅमपेक्षा कमी वाढल्यास, हे ट्यूटोरियल दाखवा - अयोग्य स्तनपानामुळे वजन न वाढण्याची कारणे आणि शारीरिक पद्धतींनी आईचे दूध वाढवणे.

या बाळाला _____ दुसरीकडे पाठवा आणि बाळाला दोन दिवसांनी पुन्हा भेटण्यासाठी गेले पाहिजे.

दिवस 42 - सहावा आठवडा - पेंटा भेट _____

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

_____ सुटीच्या दरम्यान वाढीच्या चार्टचे निरीक्षण करा

जर वजन 4.5 किलोपेक्षा कमी असेल, तर बाळाला दररोज किमान 30 ग्रॅम वजन होईपर्यंत दर दोन दिवसांनी पहा.

हे ट्यूटोरियल दाखवा - शारीरिक पद्धतींद्वारे आईचे दूध वाढवणे, अयोग्य स्तनपानामुळे वजन न वाढण्याची कारणे आणि पुरेसे आईचे दूध न मिळण्याची कारणे

दहावा आठवडा _____ पेंटा भेट

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

_____ सुटीच्या दरम्यान वाढीच्या चार्टचे निरीक्षण करा

जर वजन 5 किलोपेक्षा कमी असेल, तर बाळाला दररोज किमान 30 ग्रॅम वजन होईपर्यंत दर दोन दिवसांनी पहा.

हे ट्यूटोरियल दाखवा - शारीरिक पद्धतींद्वारे आईचे दूध वाढवणे, अयोग्य स्तनपानामुळे वजन न वाढण्याची कारणे आणि पुरेसे आईचे दूध न मिळण्याची कारणे

चौदावा आठवडा _____ पेंटा भेट

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

स्तनपानाचे निरीक्षण करा

स्तनपानाची सुधारित पाळणा पद्धत आणि स्तनावर खोल पकड योग्य करा, स्तनपानाचे 45 बिंदू (IEC चार्ट) दाखवा.

एल ए पी कार्ड भरा आणि प्रोथ चार्ट प्लॉट करा

_____ सुटीच्या दरम्यान वाढीच्या चार्टचे निरीक्षण करा

जर वजन 5.5 किलोपेक्षा कमी असेल, तर बाळाला दररोज किमान 30 ग्रॅम वजन होईपर्यंत दर दोन दिवसांनी पहा.

हे ट्यूटोरियल दाखवा - शारीरिक पद्धतींद्वारे आईचे दूध वाढवणे, अयोग्य स्तनपानामुळे वजन न वाढण्याची कारणे आणि पुरेसे आईचे दूध न मिळण्याची कारणे

3.5 महिने ते 12 महिन्यांच्या भेटीपर्यंत शिकण्याचा आणि कामाचा प्रोटोकॉल (एलएपी)

संपर्क बिंदू

घरच्या भेटीत - _____ आईच्या भेटीत - _____ अंगणवाडी भेटीत - _____ साप्ताहिक भेटीत - _____ मासिक भेटीत - _____
प्रसवपूर्व काळजी दरम्यान - _____ मासिक ग्राम आरोग्य स्वच्छता आणि पोषण दिन (VHSND) - _____ महिन्यातून एकदा पंतप्रधान सुरक्षित मातृत्व मोहीम (PMSMA)
प्राथमिक आरोग्य केंद्र (PHC) किंवा आरोग्य आणि कल्याण केंद्र- _____ महिन्यातून दोनदा समुदाय आधारित कार्यक्रम - _____ इतर - _____

सर्व संपर्क बिंदूवर वजन मोजण्यासाठी कार्यरत वजनाचे यंत्र आणि लांबी मोजण्यासाठी इन्फॅन्टोमीटर असणे आवश्यक आहे. मातांना लर्निंग अँड अँक्शन लेटर्स (एलएपी) कार्ड दिले पाहिजेत. एलएपी भरणे आवश्यक आहे आणि मुलाच्या वाढीचे प्लॉट ग्रोथ चार्टवर करणे आवश्यक आहे. आईला योग्य हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल (एचएसटी) दाखवणे आवश्यक आहे. प्रत्येक भेटी दरम्यान हे कार्ड संपर्क बिंदूवर आणण्यासाठी आईला प्रोत्साहित करा.

3.5 महिन्यांत गृहभेट

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

एलएपी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियलचे व्हिडिओ दाखवा-लहान मुलांसाठी आवश्यक पोषण कार्य आणि प्रकार। आणि प्रकार। पोषक तत्व

जर बाळाचे वजन 6 किलोपेक्षा कमी असेल, तर स्तनपानाचे निरीक्षण करा, बाळाच्या तोंडाची पकड व्यवस्थित करा, चार्टमधील 45 मुद्यांवर चर्चा करा. आईने स्तनातील मागचे दूध हाताने बाहेर काढावे आणि स्तनपानानंतर बाळाला द्यावे. दोन आठवड्यांनंतर बाळाला पुन्हा भेट द्या.

4.5 महिन्यांत गृहभेट

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

एल ए पी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल दाखवा - बाळाचे अन्न तयार करणे, खायला घालणे आणि त्याची देखभाल करणे, आणि बाळाचे अन्न तयार करताना व खाऊ घालताना स्वतःची स्वच्छता करणे हे व्हिडिओ दाखवा

जर बाळाचे वजन 6 किलोपेक्षा कमी असेल, तर स्तनपानाचे निरीक्षण करा, बाळाच्या तोंडाची पकड व्यवस्थित करा, चार्टमधील 45 मुद्यांवर चर्चा करा. आईने स्तनातील मागचे दूध हाताने बाहेर काढावे आणि स्तनपानानंतर बाळाला द्यावे. दोन आठवड्यांनंतर बाळाला पुन्हा भेट द्या. या बाळाला -----दुसरीकडे पाठवा कारण या बाळाची देखरेख करणे आवश्यक आहे

5.5 महिन्यांत गृहभेट

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

एलएपी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल दाखवा 6 ते 24 महिन्यांच्या बाळासाठी पूरक आहार आणि पूरक आहारासाठी सामान्य मार्गदर्शक तत्वे

जर बाळाचे वजन 6.5 किलोपेक्षा कमी असेल, तर स्तनपानाचे निरीक्षण करा, बाळाच्या तोंडाची पकड व्यवस्थित करा, चार्टमधील 45 मुद्यांवर चर्चा करा. आईने स्तनातील मागचे दूध हाताने बाहेर काढावे आणि स्तनपानानंतर बाळाला द्यावे. बाळाचे प्रथिनांचे प्रमाण वाढवण्यासाठी अंडी, दही आणि चीज यांसारखे प्रथम श्रेणीतील प्रथिनांचे अन्न पदार्थ दररोज खाण्याचा सल्ला द्या. दोन आठवड्यांनंतर बाळाला पुन्हा भेट द्या.

पूरक आहाराचा टप्पा 6 महिने ते 12 महिने

मूल शाकाहारी असल्यास, शेंगा/मसूर/बाजरी, ज्वारी/दही/चीज/सुकामेवा आणि बियांची पावडर यांसारख्या प्रथिनयुक्त पदार्थांची सुरुवात करा. शाकाहारी मुलांच्या आहारात आईच्या दुधा व्यतिरिक्त कमीत कमी 5 अन्न गटांचा समावेश असावा.

जर मूल मांसाहारी असेल, तर मुलाला प्रथम अंडी/चिकन/कलेजी/मासे/मांस आणि नंतर शेंगा/मसूर/बाजरी, ज्वारी/दही/चीज/ सुकामेवा आणि बियांची पावडर/भाज्या आणि फळे असे पदार्थ मिळत असल्याची खात्री करा. मांसाहारी बाळांच्या आहारात आईच्या दुधा व्यतिरिक्त किमान 7 अन्न गटांचा समावेश असावा.

6 महिन्यांत गृहभेट

प्रथम वजन आणि लांबी तपासा

एलएपी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

पोषण आहाराचे चार्ट (आय ई सी) दाखवा

हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल दाखवा 6 ते 24 महिन्यांच्या बाळासाठी पौष्टिक पावडर बनवण्याच्या पद्धती आणि 6 ते 7 महिन्यांच्या बाळांसाठी शाकाहारी/मांसाहारी पाककृती

दर चौथ्या दिवशी नवीन पदार्थ द्या

जर बाळाचे वजन 6.5 किलोपेक्षा कमी असेल, तर स्तनपानाचे निरीक्षण करा, बाळाच्या तोंडाची पकड व्यवस्थित करा, चार्टमधील 45 मुद्यांवर चर्चा करा. आईने स्तनातील मागचे दूध हाताने बाहेर काढावे आणि स्तनपानानंतर बाळाला द्यावे. बाळाचे प्रथिनांचे प्रमाण वाढवण्यासाठी अंडी, दही आणि चीज यांसारखे प्रथम श्रेणीतील प्रथिनांचे अन्न पदार्थ दररोज खाण्याचा सल्ला द्या. दोन आठवड्यांनंतर बाळाला पुन्हा भेट द्या.

6.5 महिन्यांत गृहभेट

वजन तपासा

एलएपी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

पोषण आहाराचे चार्ट (आय ई सी) दाखवा

हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल दाखवा- 6 ते 24 महिन्यांच्या बाळासाठी पौष्टिक पावडर बनवण्याच्या पद्धती. पूरक आहार देण्यासाठी सामान्य मार्गदर्शक तत्वे आणि 6 ते 24 महिन्यांच्या बाळांसाठी पूरक आहार.

बाळाने दिवसातून दोन वेळा किमान 4 चमचे (60 मिली) /¼ वाटी (250 मिली आकाराचे) जेवण केल्याची खात्री करा. बाळाच्या आहारात आईच्या दुधाव्यतिरिक्त किमान 3 अन्न गटांचा समावेश असावा. आईने घरी किमान 2 पौष्टिक पावडर बनवल्या पाहिजे

भेटीच्या सहाय्या महिन्यापासून बाळाचे वजन किमान 100 ग्रॅम वाढलेले असावे.

7 महिन्यात गृहभेट

वजन आणि लांबी तपासा

एलएपी कार्ड भरा आणि ग्रोथ चार्ट प्लॉट करा

पोषण आहाराचे चार्ट (आय ई सी) दाखवा

हेल्थ स्पोकन ट्युटोरियल दाखवा - 7 महिन्यांच्या बाळासाठी शाकाहारी/मांसाहारी आहाराच्या पाककृती आणि प्रथिनांचे महत्व

बाळ दिवसातून तीन वेळा कमीत कमी 1/2 वाटी (250 मिली आकाराची) घट्ट अन्न खात असल्याची खात्री करा.

आईने घरी किमान 3 पौष्टिक पावडरी बनविल्या पाहिजे

भेटीच्या सहाय्या महिन्यापासून बाळाचे वजन किमान 200 ग्रॅमने वाढलेले असावे. जर वजन 200 ग्रॅम पेक्षा कमी वाढले असेल तर या बाळाला आठवड्यातून एकदा नक्की पहा आणि त्याला _____दुसरीकडे पाठवा .

