અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન પ્રસ્તુત કરે છે.

અમદાવાદ આરોગ્ય અભિયાન

જન્મ, મરણ તથા લગનની નોંધણી અને આંગણવાડી સેવા

જન્મ, મરણ તથા લગ્નની નોંધણી

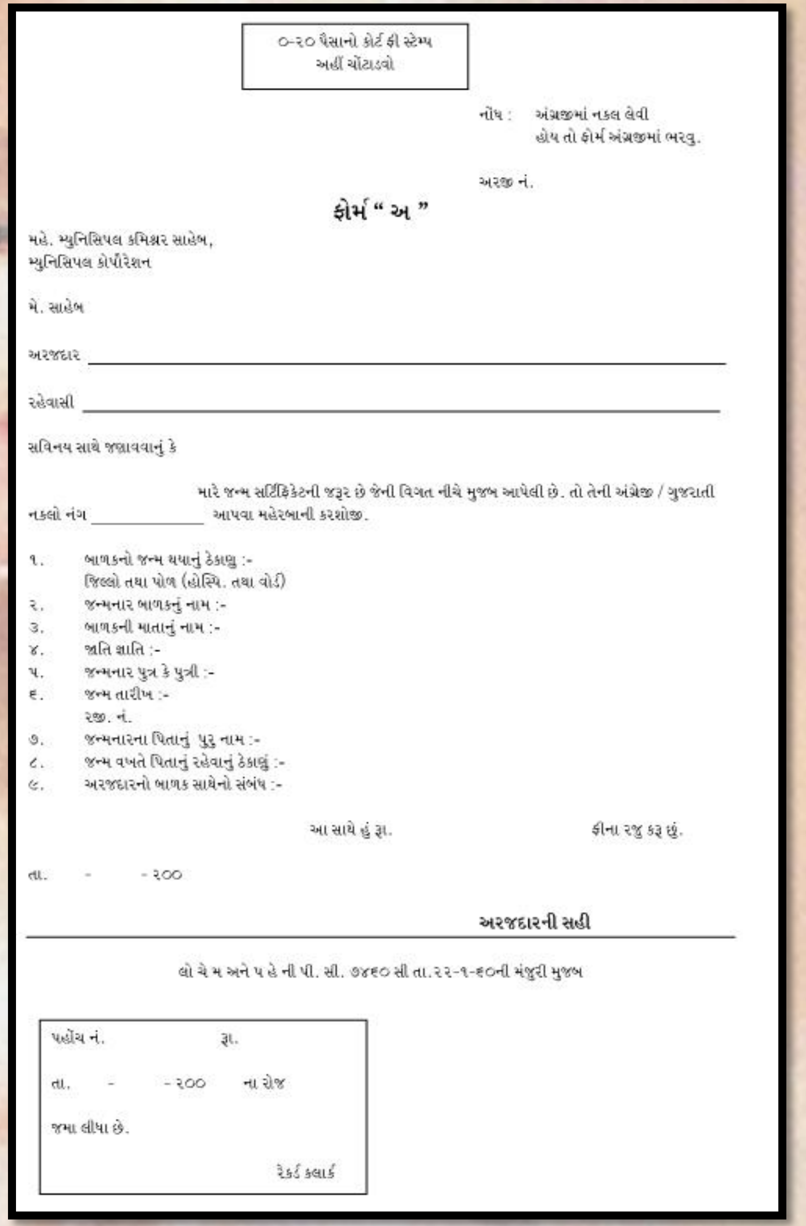
જન્મ મરણ વિભાગ

- ઓફીસ : બી બ્લોક, બીજો માળ,
  સરદાર પટેલ ભવન,
  ગોળ લીમડા દાણાપીઠ,
  અમદાવાદ - ૮૦૦૧

જન્મ-મરણની નોંધણી અંગે

- જન્મ અથવા મરણની નોંધણી દિન-૨૧માં જન્મ અથવા મરણના સ્થળ મુજબ સંલગ્ન વોર્ડની જન્મ-મરણ નોંધણી કચેરી(અર્બન હેલ્થ સેન્ટર) ખાતે કરવાની હોય છે.

- જો ઘરમાં જન્મ હોય તો માતા-પિતાના રહેઠાણના પુરાવા સાથે જન્મ રીપોર્ટ ફોર્મ નંબર-૧ ભરવાથી



૦-૨૦ પૈસાનો કોર્ટ ફી સ્ટેમ્પ
અહીં ચોંટાડવો

નોંધ : અંગ્રજીમાં નકલ લેવી
હોય તો ફોર્મ અંગ્રજીમાં ભરવુ.

અરજી નં.

ફોર્મ " અ "

મહે. મ્યુનિસિપલ કમિશ્નર સાહેબ,
મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન

મે. સાહેબ

અરજદાર ______________________

રહેવાસી ______________________

સવિનય સાથે જણાવવાનું કે

મારે જન્મ સર્ટિફિકેટની જરૂર છે જેની વિગત નીચે મુજબ આપેલી છે. તો તેની અંગ્રેજી / ગુજરાતી નકલો નંગ __________ આપવા મહેરબાની કરશોજી.

૧. બાળકનો જન્મ થયાનું ઠેકાણુ :-
જિલ્લો તથા પોળ (હોસ્પિ. તથા વોર્ડ)
૨. જન્મનાર બાળકનું નામ :-
૩. બાળકની માતાનું નામ :-
૪. જાતિ જ્ઞાતિ :-
૫. જન્મનાર પુત્ર કે પુત્રી :-
૬. જન્મ તારીખ :-
રજી. નં.
૭. જન્મનારના પિતાનું પુરૂ નામ :-
૮. જન્મ વખતે પિતાનું રહેવાનું ઠેકાણું :-
૯. અરજદારનો બાળક સાથેનો સંબંધ :-

આ સાથે હું રૂા. ફીના રજુ કરૂ છું.

તા. - - ૨૦૦

અરજદારની સહી

લો ચે મ અને ૫ હે ની પી. સી. ૭૪૬૦ સી તા.૨૨-૧-૬૦ની મંજુરી મુજબ

પહોંચ નં. રૂા.

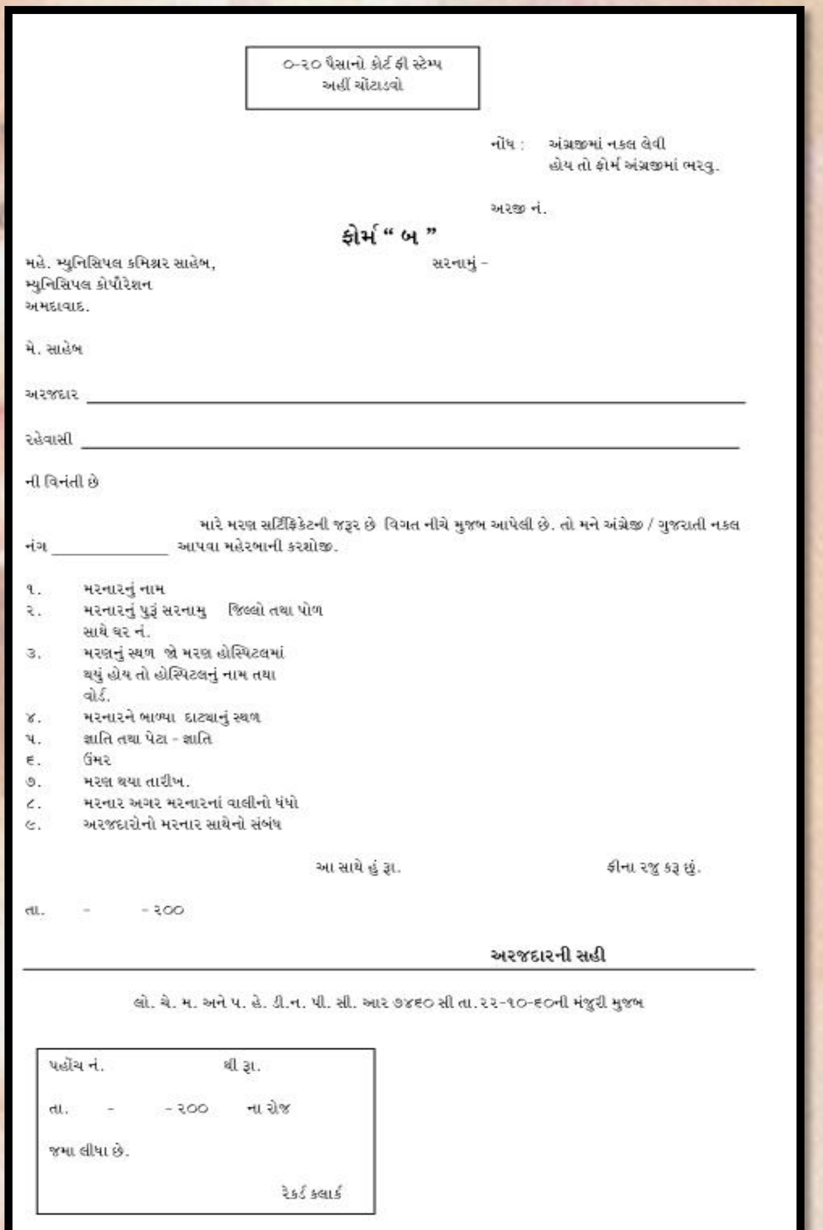
તા. - - ૨૦૦ ના રોજ

જમા લીધા છે.

રેકર્ડ કલાર્ક

જન્મ-મરણની નોંધણી અંગે

- જો ઘરનું મરણ હોય તો અંતિમ સંસ્કાર કર્યાની લાકડાની પહોંચ, નમુના પહોંચ, નોંધણી કરાવનારના પુરાવા સાથે મરણ રીપોર્ટ ફોર્મ નં.-૨ ભરવાથી



૦-૨૦ પૈસાનો કોર્ટ ફી સ્ટેમ્પ
અહીં ચોંટાડવો

નોંધ : અંગ્રજીમાં નકલ લેવી
હોય તો ફોર્મ અંગ્રજીમાં ભરવુ.

અરજી નં.

ફોર્મ " બ "

મહે. મ્યુનિસિપલ કમિશ્નર સાહેબ,
મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન
અમદાવાદ.

સરનામું -

મે. સાહેબ

અરજદાર ______________________

રહેવાસી ______________________

ની વિનંતી છે

મારે મરણ સર્ટીફિકેટની જરૂર છે વિગત નીચે મુજબ આપેલી છે. તો મને અંગ્રેજી / ગુજરાતી નકલ નંગ __________ આપવા મહેરબાની કરશોજી.

૧. મરનારનું નામ
૨. મરનારનું પુરૂં સરનામુ જિલ્લો તથા પોળ સાથે ઘર નં.
૩. મરણનું સ્થળ જો મરણ હોસ્પિટલમાં થયું હોય તો હોસ્પિટલનું નામ તથા વોર્ડ.
૪. મરનારને બાળ્યા દાટ્યાનું સ્થળ
૫. જ્ઞાતિ તથા પેટા - જ્ઞાતિ
૬. ઉંમર
૭. મરણ થયા તારીખ.
૮. મરનાર અગર મરનારનાં વાલીનો ધંધો
૯. અરજદારોનો મરનાર સાથેનો સંબંધ

આ સાથે હું રૂા. ફીના રજુ કરૂ છું.

તા. - - ૨૦૦

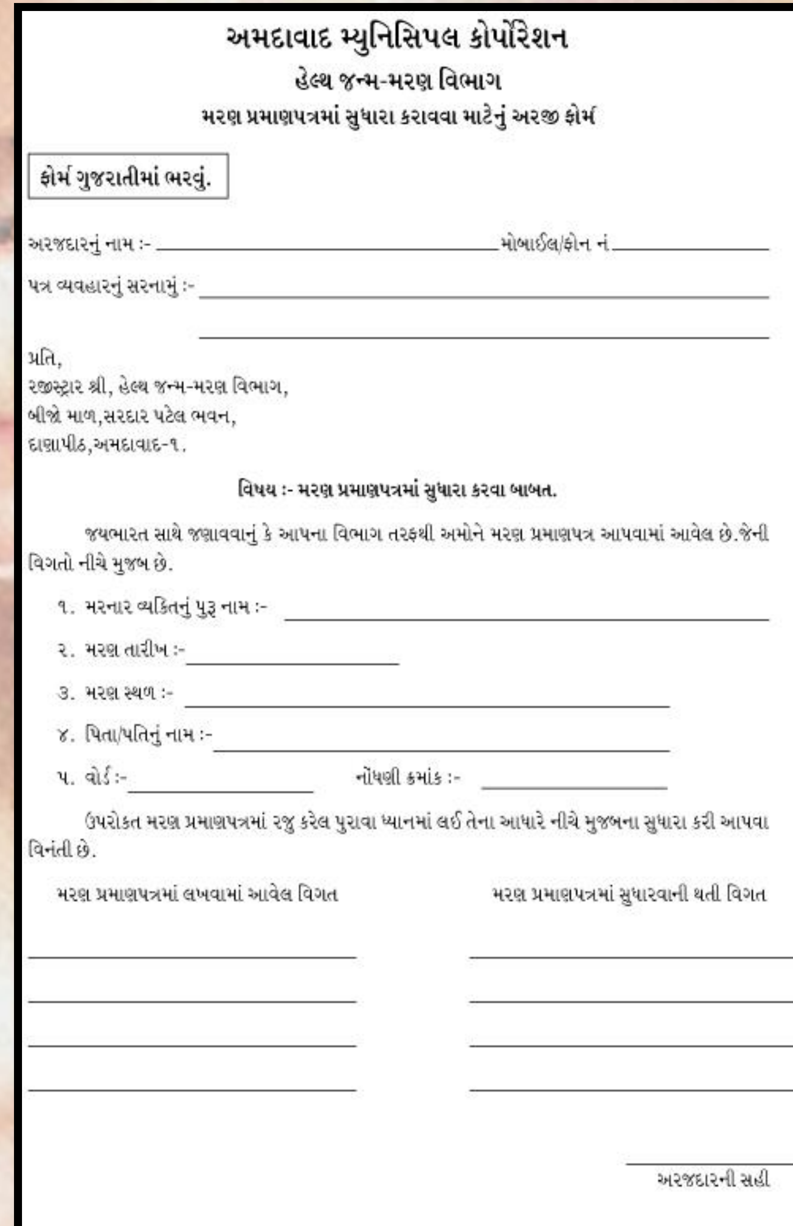
અરજદારની સહી

લો. ચે. મ. અને પ. હે. ડી.ન. પી. સી. આર ૭૪૬૦ સી તા. ૨૨-૧૦-૬૦ની મંજુરી મુજબ

પહોંચ નં. થી રૂા.
તા. - - ૨૦૦ ના રોજ
જમા લીધા છે.
રેકર્ડ કલાર્ક

જન્મ-મરણની નોંધણી અંગે

- જો હોસ્પિટલમાં જન્મ થયેલ હોય તો હોસ્પિટલના ડોકટરશ્રી પાસે સંલગ્ન ફોર્મ ભરાવી સહી સિકકા સાથે રજુ કરવાથી
- જો હોસ્પિટલમાં મરણ થયેલ હોય તો હોસ્પિટલના ડોકટરશ્રી પાસે સંલગ્ન ફોર્મ ભરાવી સહી સિકકા સાથે રજુ કરવાથી અને ફકત મરણ માટે ફોર્મ નં.૪ ડોકટરશ્રી પાસે ભરાવો
- નોંધણી કરાવતા જન્મ અથવા મરણનું પ્રમાણપત્ર વિના મૂલ્યે આપવામાં આવે છે.



અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન

હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ

મરણ પ્રમાણપત્રમાં સુધારા કરાવવા માટેનું અરજી ફોર્મ

ફોર્મ ગુજરાતીમાં ભરવું.

અરજદારનું નામ :- ____________________ મોબાઈલ/ફોન નં. ____________

પત્ર વ્યવહારનું સરનામું :- ____________________

____

પ્રતિ,
રજીસ્ટ્રાર શ્રી, હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ,
બીજો માળ,સરદાર પટેલ ભવન,
દાણાપીઠ,અમદાવાદ-૧.

વિષય :- મરણ પ્રમાણપત્રમાં સુધારા કરવા બાબત.

જયભારત સાથે જણાવવાનું કે આપના વિભાગ તરફથી અમોને મરણ પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવેલ છે.જેની વિગતો નીચે મુજબ છે.

૧. મરનાર વ્યકિતનું પુરૂ નામ :- ____________________

૨. મરણ તારીખ :- ____________

૩. મરણ સ્થળ :- ____________________

૪. પિતા/પતિનું નામ :- ____________________

૫. વોર્ડ :- ____________ નોંધણી ક્રમાંક :- ____________

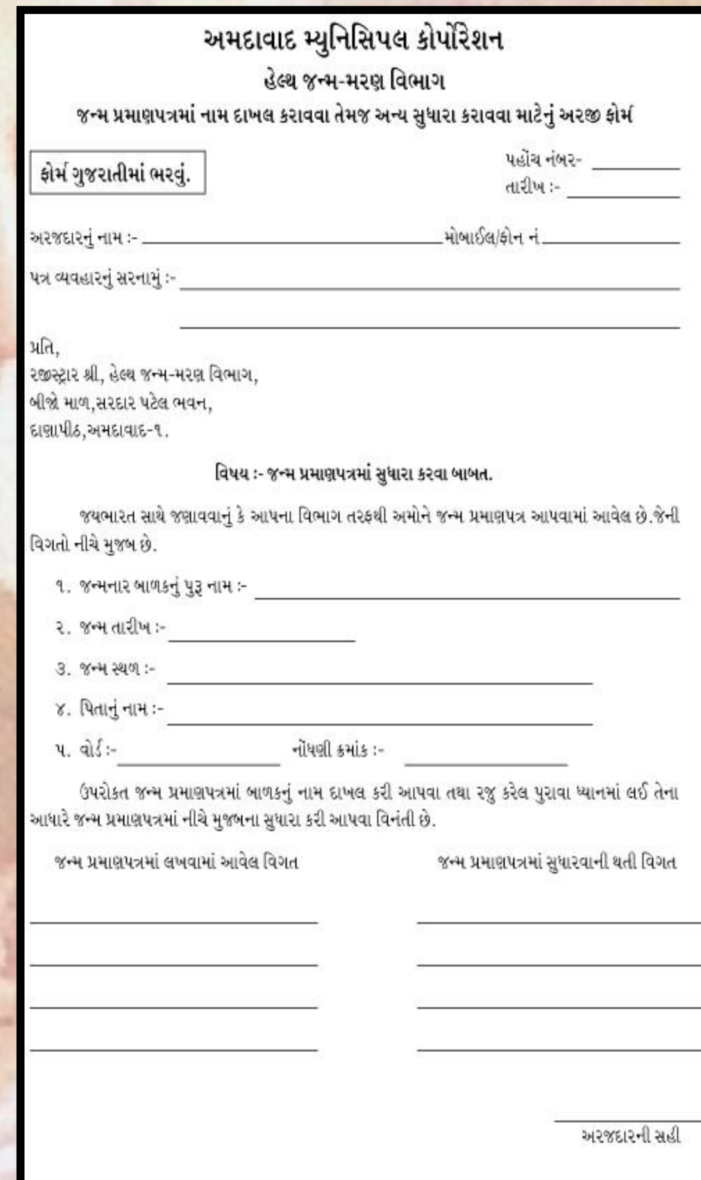
ઉપરોકત મરણ પ્રમાણપત્રમાં રજુ કરેલ પુરાવા ધ્યાનમાં લઈ તેના આધારે નીચે મુજબના સુધારા કરી આપવા વિનંતી છે.

મરણ પ્રમાણપત્રમાં લખવામાં આવેલ વિગત	મરણ પ્રમાણપત્રમાં સુધારવાની થતી વિગત

અરજદારની સહી

બાળકનું નામ દાખલ કરવા અંગે….

- જન્મના એક વર્ષ સુધી વિના મૂલ્યે બાળકનું નામ જે વોર્ડમાં જન્મ્યો હોય તે વોર્ડના અર્બન હેલ્થ સેન્ટરમાં આવેલ જન્મ મરણ નોંધણી કેન્દ્રમાં અસલ જન્મ પ્રમાણપત્ર રજુ કરવાથી રજીસ્ટરમાં નોંધ કરી તુરંત બાળકનું નામ પ્રમાણપત્રમાં લખી આપવામાં આવે છે.



અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન

હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ

જન્મ પ્રમાણપત્રમાં નામ દાખલ કરાવવા તેમજ અન્ય સુધારા કરાવવા માટેનું અરજી ફોર્મ

ફોર્મ ગુજરાતીમાં ભરવું.

પહોંચ નંબર- ________
તારીખ :- ________

અરજદારનું નામ :- ________ મોબાઈલ/ફોન નં. ________

પત્ર વ્યવહારનું સરનામું :- ________

પ્રતિ,
રજીસ્ટ્રાર શ્રી, હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ,
બીજો માળ,સરદાર પટેલ ભવન,
દાણાપીઠ,અમદાવાદ-૧.

વિષય :- જન્મ પ્રમાણપત્રમાં સુધારા કરવા બાબત.

જયભારત સાથે જણાવવાનું કે આપના વિભાગ તરફથી અમોને જન્મ પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવેલ છે.જેની વિગતો નીચે મુજબ છે.

૧. જન્મનાર બાળકનું પુરૂ નામ :- ________
૨. જન્મ તારીખ :- ________
૩. જન્મ સ્થળ :- ________
૪. પિતાનું નામ :- ________
૫. વોર્ડ :- ________ નોંધણી ક્રમાંક :- ________

ઉપરોક્ત જન્મ પ્રમાણપત્રમાં બાળકનું નામ દાખલ કરી આપવા તથા રજુ કરેલ પુરાવા ધ્યાનમાં લઈ તેના આધારે જન્મ પ્રમાણપત્રમાં નીચે મુજબના સુધારા કરી આપવા વિનંતી છે.

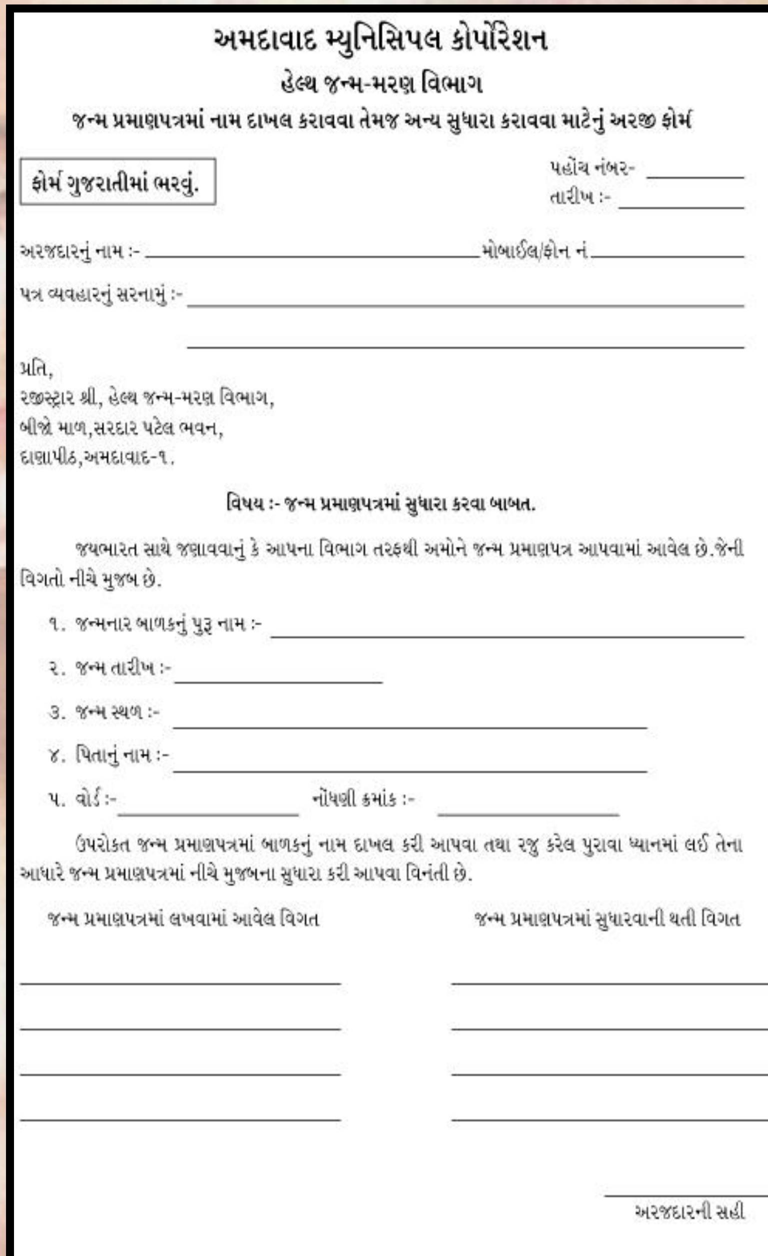
જન્મ પ્રમાણપત્રમાં લખવામાં આવેલ વિગત	જન્મ પ્રમાણપત્રમાં સુધારવાની થતી વિગત

અરજદારની સહી

લેઈટ નામ દાખલ કરવા અંગે....

- બાળકના જન્મને એક વર્ષે ઉપર થાય તો બાળકનું નામ દાખલ કરવાની અરજી જન્મ-મરણની મુખ્ય ઓફિસ રૂ.૫/- લેઈટ ફી ભરીને કરવાની રહે છે. તેની સાથે જન્મ પ્રમાણપત્રની ઝેરોક્ષ નકલ સામેલ કરવાની રહે છે.

- નામ દાખલ કરવામાં મોડુ થયુ હોય તો જન્મ થયાને ૨૧ દિવસ પછી જન્મ રીપોર્ટ ફોર્મ નં.૧ ભરીને પુરાવા રજુ કરવાથી



અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન

હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ

જન્મ પ્રમાણપત્રમાં નામ દાખલ કરાવવા તેમજ અન્ય સુધારા કરાવવા માટેનું અરજી ફોર્મ

ફોર્મ ગુજરાતીમાં ભરવું.

પહોંચ નંબર- ________

તારીખ :- ________

અરજદારનું નામ :- ________ મોબાઈલ/ફોન નં. ________

પત્ર વ્યવહારનું સરનામું :- ________

____

પ્રતિ,
રજીસ્ટ્રાર શ્રી, હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ,
બીજો માળ,સરદાર પટેલ ભવન,
દાણાપીઠ,અમદાવાદ-૧.

વિષય :- જન્મ પ્રમાણપત્રમાં સુધારા કરવા બાબત.

જયભારત સાથે જણાવવાનું કે આપના વિભાગ તરફથી અમોને જન્મ પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવેલ છે.જેની વિગતો નીચે મુજબ છે.

૧. જન્મનાર બાળકનું પુરૂ નામ :- ________

૨. જન્મ તારીખ :- ________

૩. જન્મ સ્થળ :- ________

૪. પિતાનું નામ :- ________

૫. વોર્ડ :- ________ નોંધણી ક્રમાંક :- ________

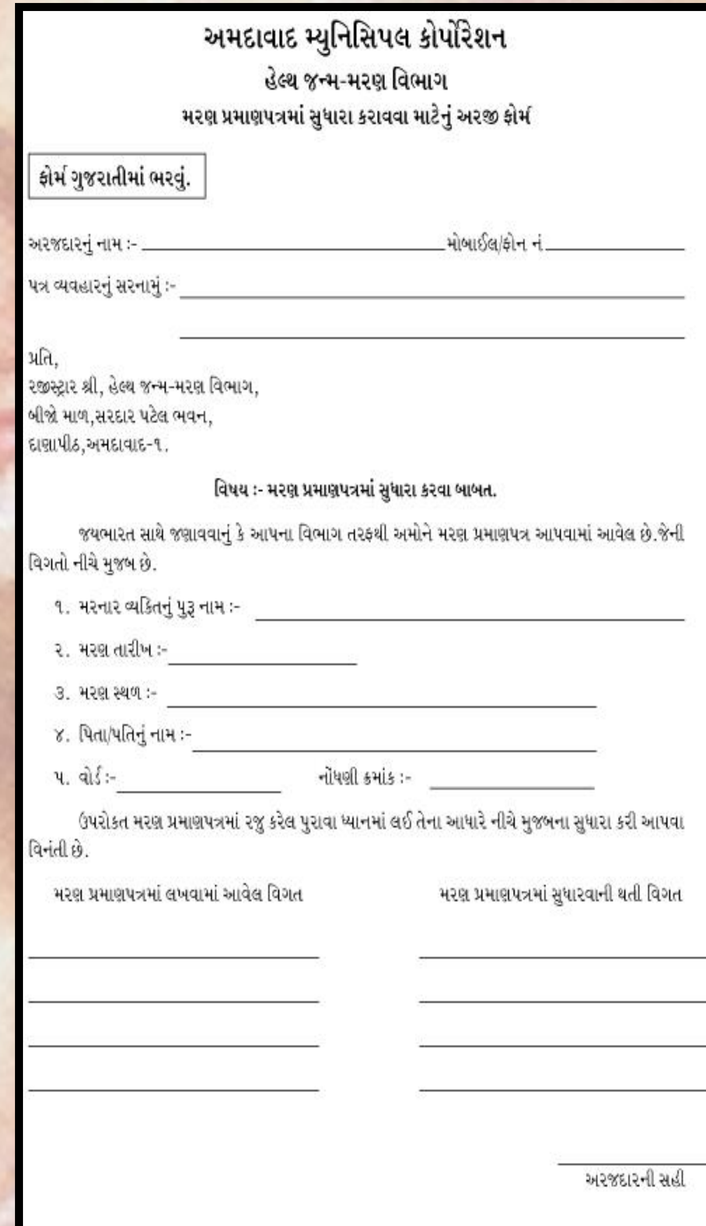
ઉપરોક્ત જન્મ પ્રમાણપત્રમાં બાળકનું નામ દાખલ કરી આપવા તથા રજુ કરેલ પુરાવા ધ્યાનમાં લઈ તેના આધારે જન્મ પ્રમાણપત્રમાં નીચે મુજબના સુધારા કરી આપવા વિનંતી છે.

જન્મ પ્રમાણપત્રમાં લખવામાં આવેલ વિગત	જન્મ પ્રમાણપત્રમાં સુધારવાની થતી વિગત
________	________
________	________
________	________
________	________

____
અરજદારની સહી

લેઈટ નામ દાખલ કરવા અંગે....

- વ્યકિતના મરણ થયાને ૨૧ દિવસ પછી મરણ રીપોર્ટ ફોર્મ નં. ૨માં વિગતો ભરીને પુરાવા રજુ કરીને
- જરૂરી લેઈટ ફી ભરવાથી જન્મ-મરણની નોંધણી કરવામાં આવે છે.



અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન

હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ

મરણ પ્રમાણપત્રમાં સુધારા કરાવવા માટેનું અરજી ફોર્મ

ફોર્મ ગુજરાતીમાં ભરવું.

અરજદારનું નામ :- ______________________ મોબાઈલ/ફોન નં. ____________

પત્ર વ્યવહારનું સરનામું :- ______________________

____

પ્રતિ,
રજીસ્ટ્રાર શ્રી, હેલ્થ જન્મ-મરણ વિભાગ,
બીજો માળ,સરદાર પટેલ ભવન,
દાણાપીઠ,અમદાવાદ-૧.

વિષય :- મરણ પ્રમાણપત્રમાં સુધારા કરવા બાબત.

જયભારત સાથે જણાવવાનું કે આપના વિભાગ તરફથી અમોને મરણ પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવેલ છે.જેની વિગતો નીચે મુજબ છે.

૧. મરનાર વ્યકિતનું પુરૂ નામ :- ______________________

૨. મરણ તારીખ :- ____________

૩. મરણ સ્થળ :- ______________________

૪. પિતા/પતિનું નામ :- ______________________

૫. વોર્ડ :- ____________ નોંધણી ક્રમાંક :- ____________

ઉપરોકત મરણ પ્રમાણપત્રમાં રજુ કરેલ પુરાવા ધ્યાનમાં લઈ તેના આધારે નીચે મુજબના સુધારા કરી આપવા વિનંતી છે.

મરણ પ્રમાણપત્રમાં લખવામાં આવેલ વિગત	મરણ પ્રમાણપત્રમાં સુધારવાની થતી વિગત

અરજદારની સહી

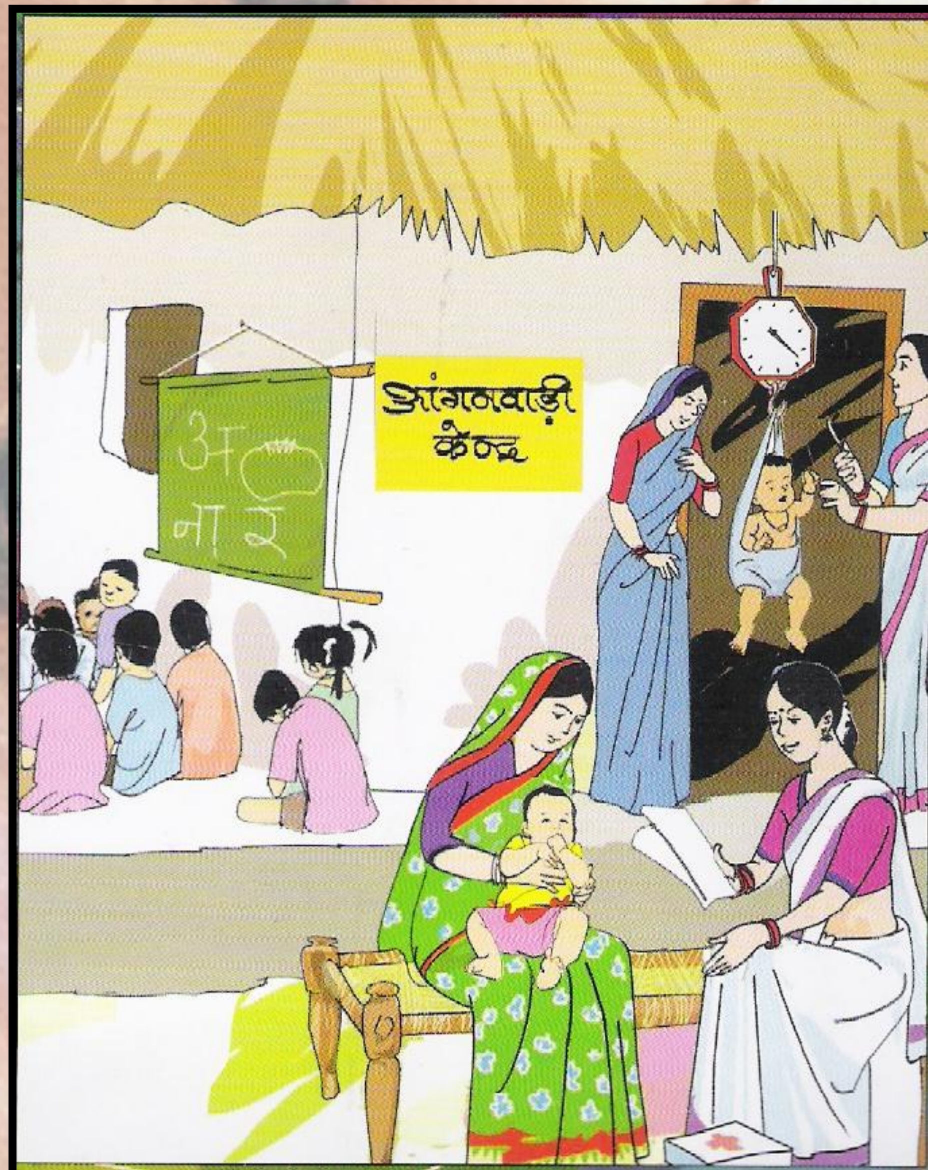
લગ્નની નોંધણી માટે

ગુજરાત લગ્ન નોંધણી અધિનિયમ-૨૦૦૬ મુજબ ,

- તા.૧-૧-૨૦૦૮થી અમદાવાદ શહેરમાં લગ્નોની નોંધણી કરાવવી ફરજિયાત છે
- લગ્નોની નોંધણી અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનના જન્મ-મરણ વિભાગ દ્વારા કરવામાં આવે છે.
- જન્મ-મરણની નોંધણી અનુસાર લગ્નની નોંધણી પણ જે સ્થળે લગ્ન થયેલ હોય તે વોર્ડના જન્મ-મરણ નોંધણી કેન્દ્ર પર કરવામાં આવે છે.

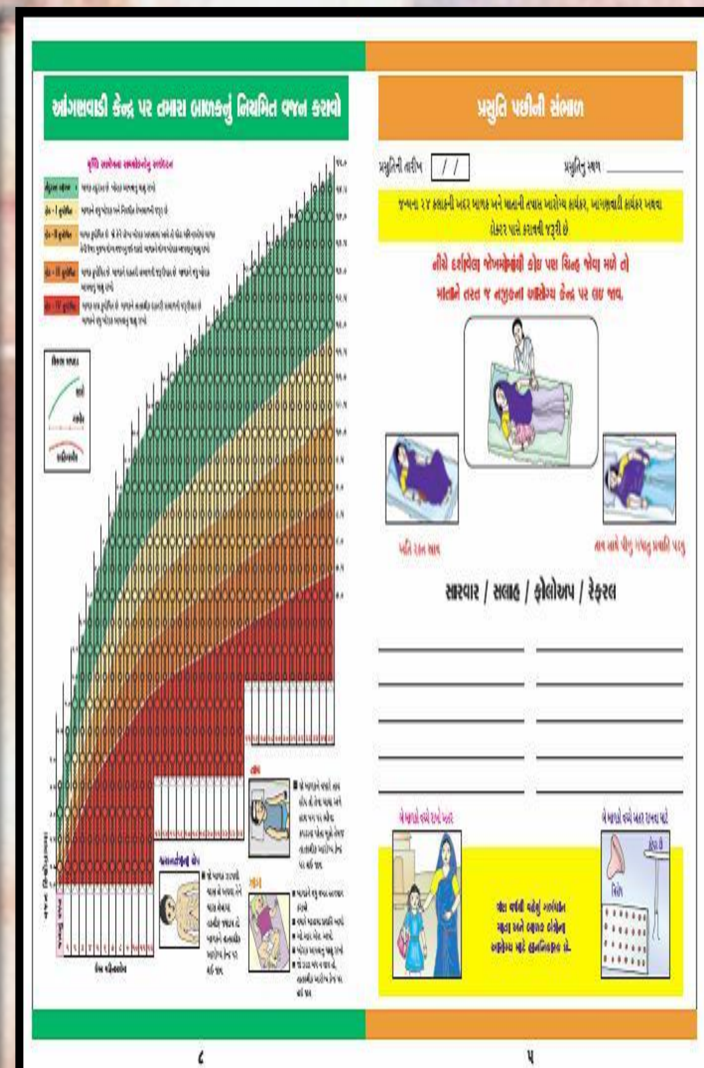
મમતા દિવસ

માતા અને બાળકની આરોગ્ય સંભાળનો દિવસ એટલે મમતા દિવસ



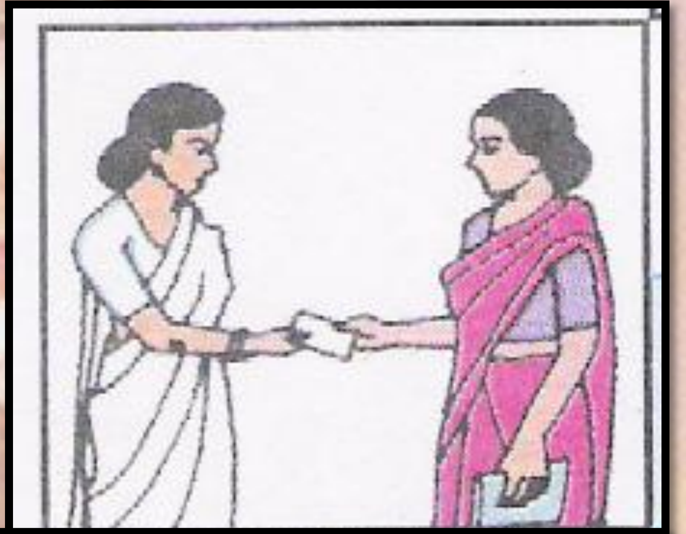
મમતા કાર્ડ

- જેમાં સર્ગભા માતા, ધાત્રી માતા અને બાળકોની વિગતની નોંધ રખાય છે



સગર્ભા માતાઓ માટે ખાસ

- દર માસે મમતા કેન્દ્રની મુલાકાત લો.
- સગર્ભાની વહેલી નોંધણી મમતા કેન્દ્ર ઉપર કરાવો.
- નર્સબેન પાસે ધનુરના ઈંજેકશન મુકાવો.
- લોહતત્વની ગોળીનો કોર્સ પુરો કરો.



સગર્ભા માતા માટે ખાસ

- નર્સબેન કે આંગણવાડી કાર્યકર સંદર્ભ સેવા માટે જવા સલાહ આપે, તો તેનો અમલ કરો.
- દવાખાનામાં જ પ્રસૂતિ કરાવો.
- ચિરંજીવી યોજના અને જનની સુરક્ષા યોજનાનો લાભ લો.
- જન્મબાદ ૧ કલાકમાં જ ધાવણ આપો, ૬ માસ સુધી ફકત ધાવણ જ આપો.

બાળકો નાં સ્વાસ્થ્ય માટે

- દર માસે મમતા કેન્દ્રની મુલાકાત લો.
- બાળકનું જન્મ સમયે વજન કરાવો.
- તેમજ દર માસે વજન કરાવો.

બાળકો નાં સ્વાસ્થ્ય માટે

- બાળકને સ્વચ્છ રાખો.
- જન્મ પછી બે દિવસ સુધી નવડાવશો નહી, પણ સ્વચ્છ કપડાથી સાફ કરો

બાળકો નાં સ્વાસ્થ્ય માટે ખાસ સલાહ

- માતાનું પ્રથમ ધાવણ બાળક માટે અમૃત સમાન છે.તેથી તે જરૂર આપો.
- બાળકને સાતમા માસથી ધાવણની સાથે પુરક પોષણ આપો.
- એક વર્ષ સુધીમાં મુકરર રસીકરણ કરાવો.
- નર્સબેન કે આંગણવાડી કાર્યકરની સલાહ પ્રમાણે સંર્દભની સેવાનો લાભ લો.

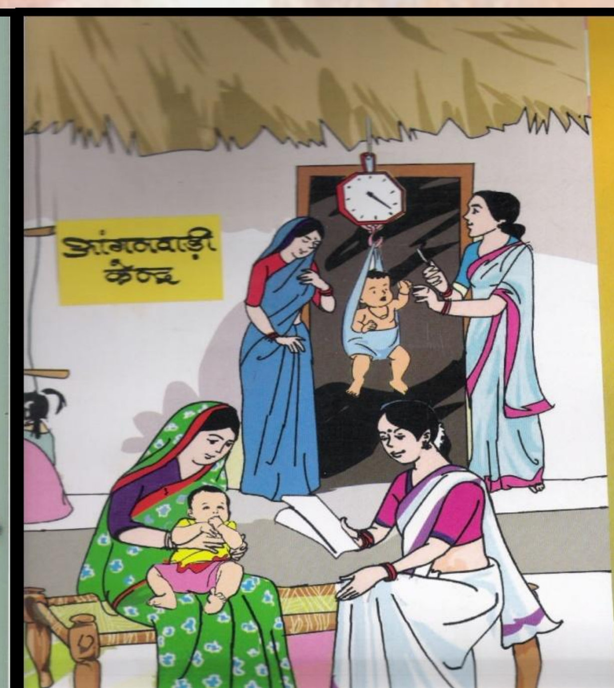
માતા મરણ અટકાવો,
સંસ્થાકિય સુવાવડ કરાવો
તો જ
કહેવાય સ્વસ્થ માતા, સ્વસ્થ બાળ

માતા અને નવજાત શિશુની કાળજી

- સુરક્ષિત સુવાવડ માટે દવાખાને જ જાઓ.
- સુવાવડ માટે દવાખાને જવા ૧૦૮ એમ્બ્યુલન્સની મફત સુવિધાનો લાભ લો.
- સરકારી દવાખાનાઓમાં અને ચિરંજીવી યોજના હેઠળ સરકાર માન્ય દવાખાનાઓમાં સુવાવડ સુવિધા અન્ય સવલતો સાથે મફત આપવામાં આવે છે.
- નવજાત શિશુ અને માતાની કાળજી માટે તેઓને ૪૮ કલાક સુધી દવાખાનામાં રહેવું જરૂરી છે

માતા અને નવજાત શિશુની કાળજી

- બાળકને જન્મ પછી પહેલા કલાકમાં અને ત્યારબાદ ૬ માસ સુધી ફકત માતાનું ધાવણ આપો.
- તે સમય દરમિયાન પાણી પણ આપવાની જરૂર નથી.
- માતા અને બાળકને રસીકરણ અને આરોગ્યલક્ષી સેવાઓ માટે નિયમિત આરોગ્યકેન્દ્ર પર જવું



મુકરરર રસીકરણ દિવસ એટલે ઈમ્યૂનાઈઝેશન ડેના
દિવસે જ મમતા દિવસ

જે સ્થળે ફીકસ ડે ઈમ્યૂનાઈઝેશન સેશન છે
તે જ સ્થળે મમતા દિવસ હોય છે.

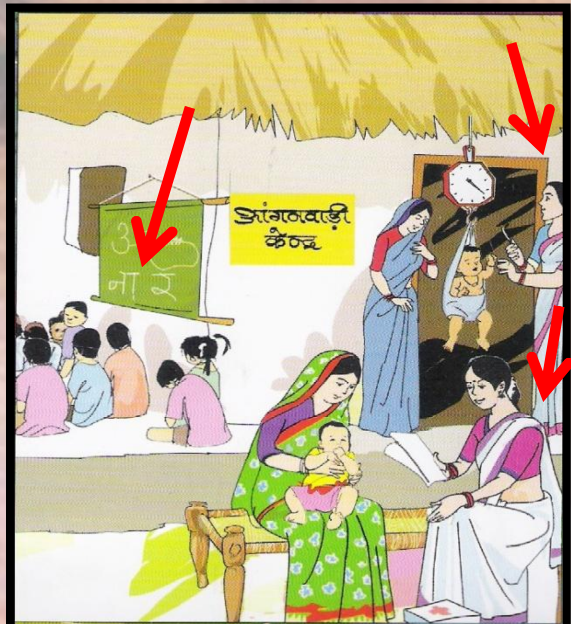
દર મંગળવાર તથા ગુરુવારે - વિસ્તારમાં લાભાર્થીઓ.

- સગર્ભા માતા
- એક વર્ષ સુધીની ધાત્રી માતા
- પાંચ વર્ષ નાના બાળકો

સેવા આપનારી ટીમ

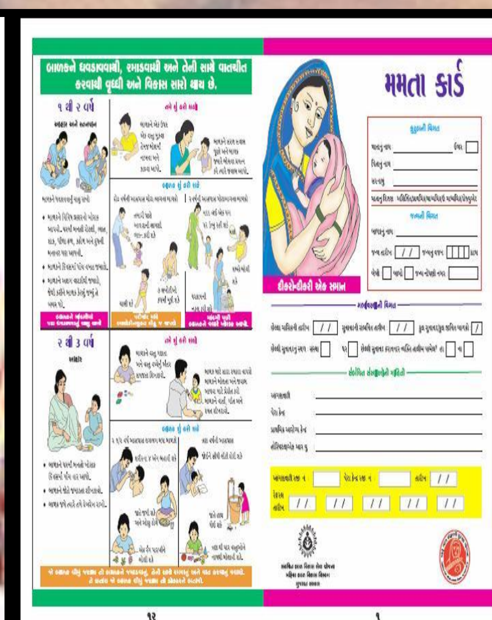
અર્બન હેલ્થ સેન્ટર ખાતે થી,

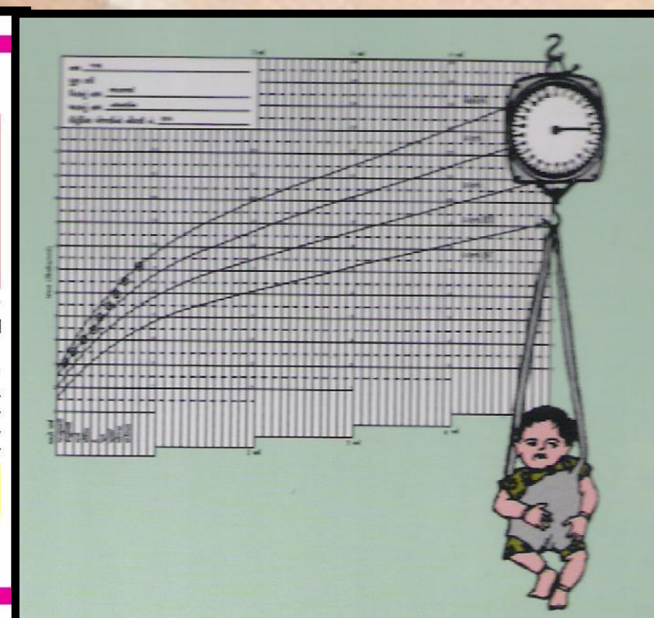
- મલ્ટી પરપઝ વર્કર
- આંગણવાડી વર્કર
- આંગણવાડી હેલ્પર
- લીંક વર્કર



મમતા દિવસ પ્રવૃતિ

- નોંધણી કાર્ડ
- માતા અને બાળકનું વજન કરવું તેમજ વૃદ્ધિ આલેખ ઉપર નોંધ
- સગર્ભાની તપાસ, બાળક ની તપાસ
- રસીકરણ -માતા અને બાળક
- સારવાર,પુરક આહાર અને સલાહ





ઘાત્રી માતાના વજનનું નિદાન અને સલાહ

- ઘાત્રી માતાનું વજન સતત ઘટતું હોય અથવા ૪૦ કિ.ગ્રા. થી ઓછું હોય તો.
- ઘાત્રી માતાએ ત્રણ થી ચાર વાર ખોરાક લેવો જોઈએ અને પહેલા ત્રણ માસ દરમ્યાન ગુંદરના લાડું કે જે ઓછા જથ્થામાં ભરપુર પોષણ આવે તેઓ ખોરાક લેવો
- આર્યન ફોલિક એસિડ /કેલ્શિયમની ગોળી નિયમીત લેવી.

ધાત્રી માતાના વજનનું નિદાન અને સલાહ

- ઘરની રસોઈમાં હંમેશા આયોડીન યુકત મીઠું વાપરવું.
- લીલા પાંદડાવાળા શાકભાજી અને આર્થીક શકિત મુજબ દુધનો ઉપયોગ કરવો.
- આરામ માટે સમય ફાળવવો.
- આઈ.સી.ડી.એસ. કાર્યક્રમ હેઠળ મળતો પોષ્ટીક પુરક આહાર પણ આપવો.

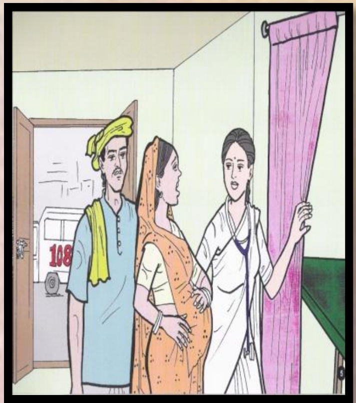
હીમોગ્લોબીન તપાસ

હીમોગ્લોબીન તપાસના પરીણામ મુજબ એનીમીયા પ્રોટોકોલ અનુસાર સારવાર કરવી.

- હીમોગ્લોબીન ૧૦ ગ્રામથી વધુ હોય તો
  - આર્યન ફોલિક એસિડ ની એક ગોળી રોજ એમ કુલ ૧૦૦ ગોળી નો ડોઝ પુરો કરવો
  - ૪/૬/૮ માસે હીમોગ્લોબીનની તપાસ કરવી.
- હીમોગ્લોબીન ૮-૧૦ ગ્રામ હોય તો
  - આર્યન ફોલિક એસિડ ની એક ગોળી દિવસમાં બે વાર લેવી.
  - આર્યન ફોલિક એસિડ ની ગોળી નો કુલ ૨૦૦ ગોળી નો ડોઝ પુરો કરવો
  - ૪/૬/૮ માસે હીમોગ્લોબીનની તપાસ કરાવવી.

હીમોગ્લોબીન ૬-૮ ગ્રામ હોય તો

- આર્યન ફોલિક એસિડ ની એક ગોળી દિવસમાં બે વાર શરૂ કરવી.
- સગર્ભા બહેનને નિષ્ણાતના નિદાન અને સારવાર ને અનુસરવી
- ૪/૬/૮ માસે હીમોગ્લોબીનની તપાસ કરવી



હીમોગ્લોબીન ૬ ગ્રામથી ઓછુ

- આર્યન ફોલિક એસિડ ની એક ગોળી દિવસમાં બે વાર શરૂ કરવી.
- સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાત હોય તેવી હોસ્પિટલમાં સારવાર માટે સગર્ભા માતાને તાત્કાલીક જવું
- સગર્ભા માતા હોસ્પિટલમાંથી સારવાર બાદ પરત આવીને હોસ્પિટલમાં સુચવેલ સારવાર ચાલુ રાખવા ફોલોઅપ કરવું અને પ્રોટોકોલ મુજબ તપાસ કરાવતા રહેવું.
- આર્યન ફોલિક એસિડ નો ડોઝ હીમોગ્લોબીનની માત્રા પ્રમાણે સુવાવડ થાય ત્યાં સુધી ચાલુ રાખવો.

એનિમીયા(પાંડુ રોગ) આહાર કાઉન્સલીંગ

- બધી જ સગર્ભા બહેનોએ લોહતત્વ અને આર્યન ફોલીક એસીડ યુકત આહાર લેવો
- લીલાં પાંદડાવાળી ભાજી, સરગવાની સીંગ, કારેલા,કંકોળા જેવા શાકભાજી, મેથી, ગોળ, બાજરી, પૌઆ વગેરે નો ખોરાકમાં ઉપયોગ કરવો.
- આર્યન ફોલીક એસીડની ગોળીનો કોર્સ પુરો કરવો
- આર્યન ફોલીક એસીડની ગોળીનો કોર્સ દરમ્યાન ઝાડાનો રંગ કાળો થાય છે તો ગભરાવવું નહી

આર્યન ફોલિક એસિડ

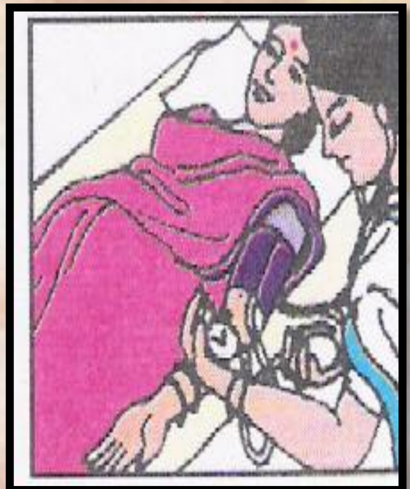
- આર્યન ફોલિક એસિડ ની એક ગોળી રોજ દરેક ધાત્રી માતાએ લેવી.(કુલ ૧૦૦ ગોળી)
- જો ધાત્રી માતાને એનીમીયાનું નિદાન થાય તો રોજની બે ગોળી (સવાર/સાંજ) લેવી (કુલ ૨૦૦ ગોળી).
- આર્યન ફોલિક એસિડ ની ગોળીનો એક માસનો જથ્થો આરોગ્ય કેન્દ્ર પરથી લેવો.
- બીજા મહિને મમતા દિવસ કેન્દ્ર પર આવે ત્યારે બીજો જથ્થો લેવો.
- માતાએ આર્યન ફોલિક એસિડ ની ગોળીનો કોર્સ પુર્ણ કરવો

કેલ્શિયમની ગોળી

- કેલ્શિયમની એક ગોળી રોજ દરેક સગર્ભા માતાએ ૭,૮ અને ૯ માસે લેવી.
- કેલ્શિયમની એક ગોળી રોજ દરેક ઘાત્રી માતાએ લેવી.(કુલ ૧૦૦ ગોળી)
- કેલ્શિયમની ગોળીનો એક માસનો જથ્થો આરોગ્ય કેન્દ્ર પરથી લેવો.
- બીજા મહિને મમતા દિવસ કેન્દ્ર પર આવે ત્યારે બીજો જથ્થો લેવો.
- માતાએ કેલ્શિયમની ગોળીનો કોર્સ પુર્ણ કરવો

ટોકસીમીયા(સગર્ભા બહેનોમાં સોજા, લોહીનું ઊંચુ દબાણ અને પેશાબમાં પ્રોટીન જવુ જેવા લક્ષણોનો સમૂહ)

- જો સગર્ભા બંને પગે સોજા રહેતા હોય.
- સગર્ભા માતાનું ઉપરનું બ્લડ પ્રેશર ૧૨૦ અને નીચેનું ૮૦ થી વધારે રહેતું હોય.
- માતાના પેશાબની તપાસમાં અલ્બ્યુમીન તથા સુગર જણાય તો
- સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાત પાસે માતાની તપાસ કરાવો
- ખોરાકમાં મીઠું ઓછું લો, અથાણાં,ચટણી,ના લો.
- પ્રસુતિ હોસ્પિટલમાં જ થાય તેની અગત્યતા સમજો

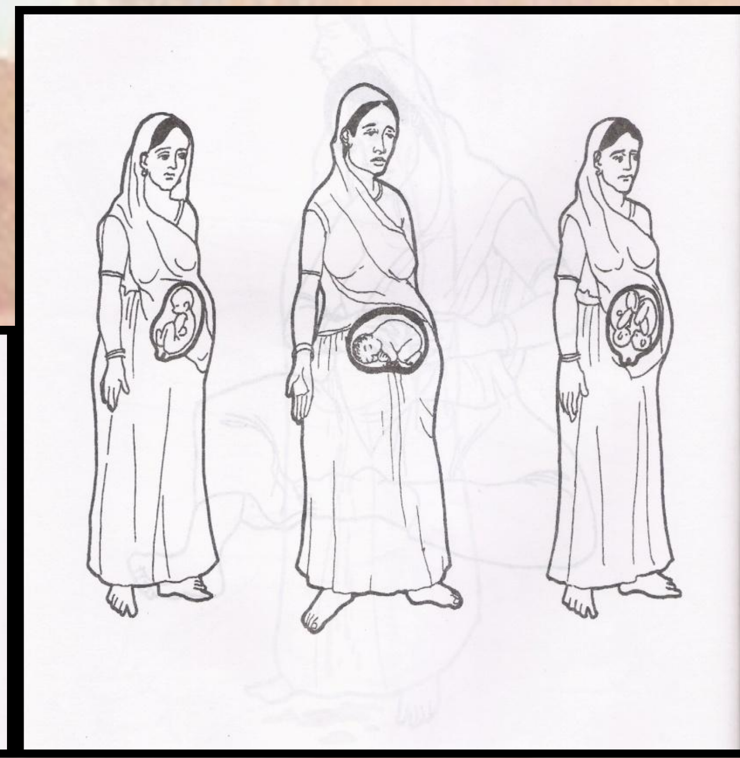


ધ્રુજારી અથવા ખેંચ,
જોવામાં તકલીફ, માથુ દુખવું,
ઉલ્ટી કે પગે સોજા ચડવા

જોખમી સુવાવડ

જો માતાને નીચે મુજબ કંઈ પણ કારણ હોય તો ડોકટર ની સલાહ લેવી

- ભુતકાળમાં ઓપરેશન દ્વારા ડીલીવરી કરવામાં આવી હોય.
- આગલું બાળક મૃત જન્મ્યુ હોય/કસુવાવડ થઈ હોય.
- સગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન લોહી પડે.
- ઉંમર ૧૯ વર્ષ કરતાં ઓછી હોય.
- ઉંચાઈ ૧૫૦ સેમી કરતાં ઓછી હોય.
- વજન ૪૦ કિ.ગ્રા. કરતાં ઓછું હોય.
- માતાના ગર્ભમાં આડું/ઊંધુ હોય તો.

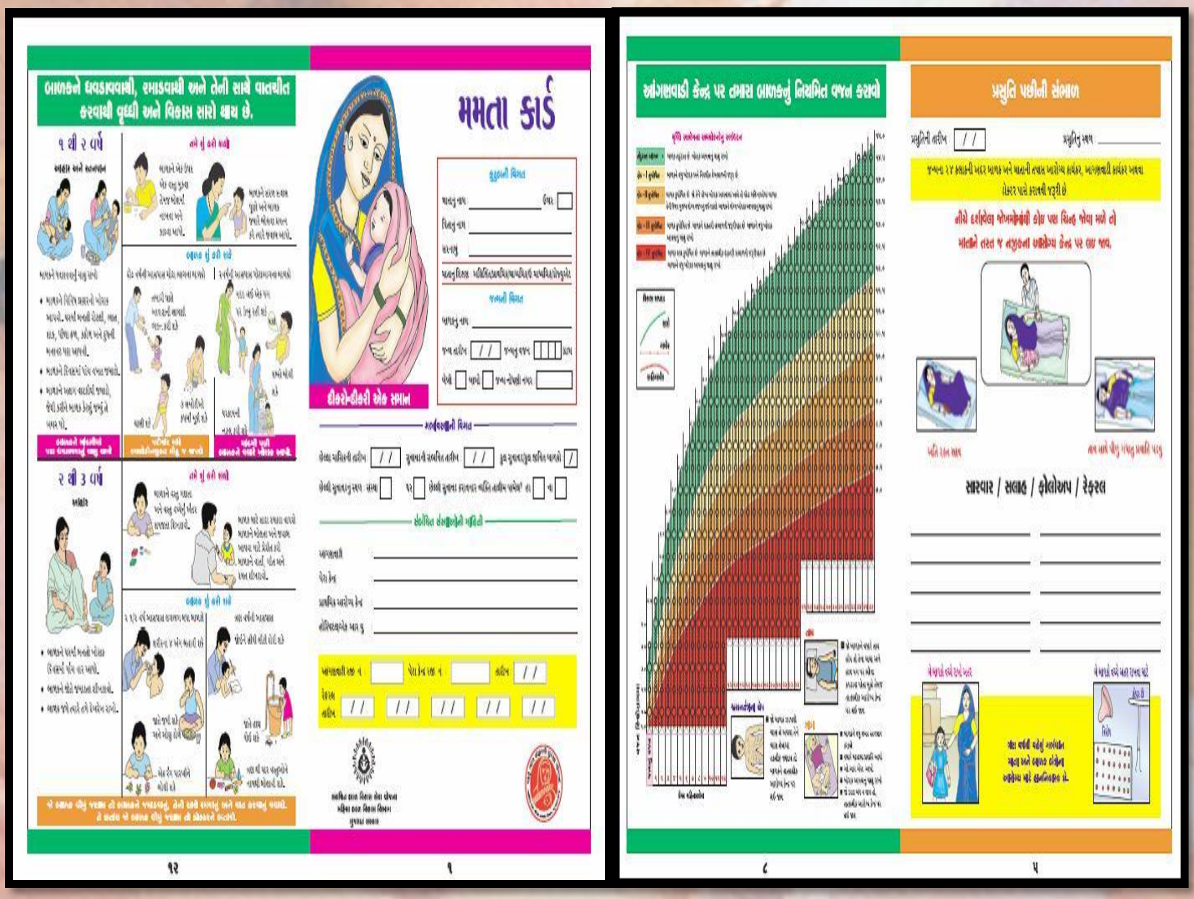


સુવાવડની તૈયારી

- દરેક સગર્ભા બહેનની હોસ્પિટલમાં જ સુવાવડ થાય તે જરૂરી છે.
- સગર્ભા બહેનોને ચિરંજીવી કે જનની સુરક્ષા યોજનાની લાભાર્થી હોય તો તેની રજીસ્ટર ૪-૫ અને મમતા કાર્ડમાં નોંધ કરાવો.
- હોસ્પિટલમાં જવા માટે વાહન વ્યવસ્થા વિશે જાણકારી રાખો.
- પ્રસુતિ સંભવીત તારીખ જાણો અને નોંધો.
- પ્રસુતિ થઈ જાય એટલે વિગતો રજીસ્ટરમાં નોંધાવો

સુવાવડની નોંધ

- સગર્ભા બહેનની પ્રસુતીની સંભવીત તારીખની નોંધ રજીસ્ટર માં કરવી.
- પ્રસુતી થઈ જાય એટલે તેની તારીખની નોંધ રજીસ્ટરમાં રાખવી.
- પ્રસુતીના પરીણામની નોંધ પણ રજીસ્ટરમાં કરવી.

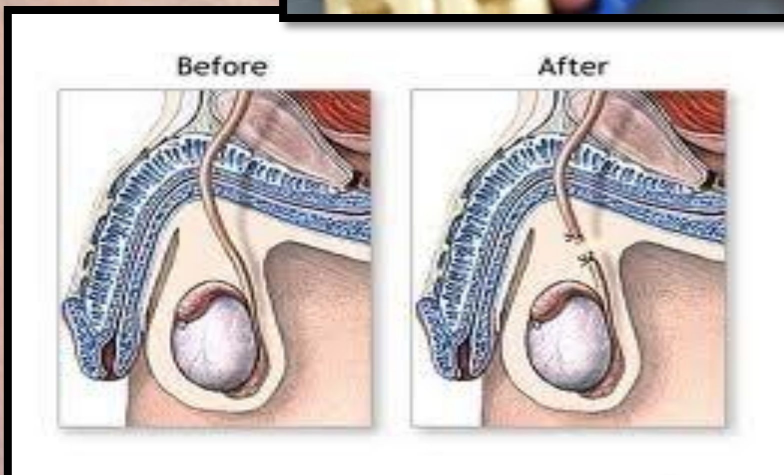


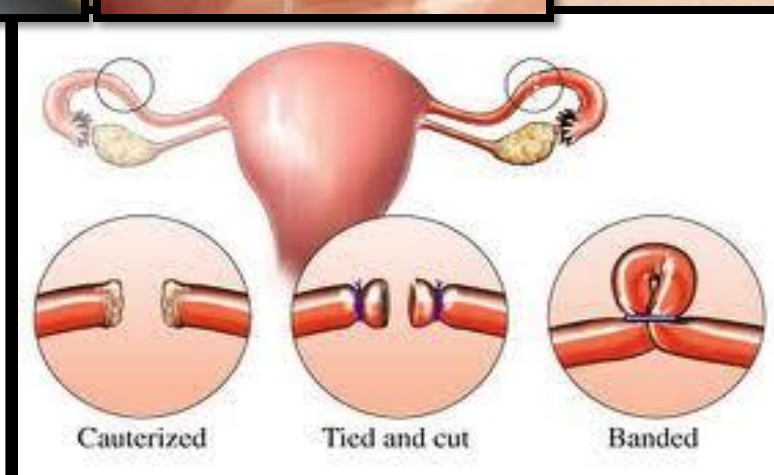
ઘાત્રી માતાની આરોગ્ય તપાસ અને સલાહ

- ઘાત્રી માતા અને બાળક સાથે મમતા દિવસની સેવાઓનો લાભ લો
- ઘાત્રી માતાનું વજન ચકાસો.
- હાથની હથેળી ફીકકી હોય તો એનીમીયા નોંઘો.
- માતાને કોઈ પણ તકલીફ હોય તો નોંઘો.
- માતાની કુટુંબ નિયોજનની જરૂરીયાત અંગે સમજણ લો.
- પ્રજનન તંત્રના ચેપ વિશે જાણકારી મેળવો.

કુટુંબ નિયોજન સલાહ

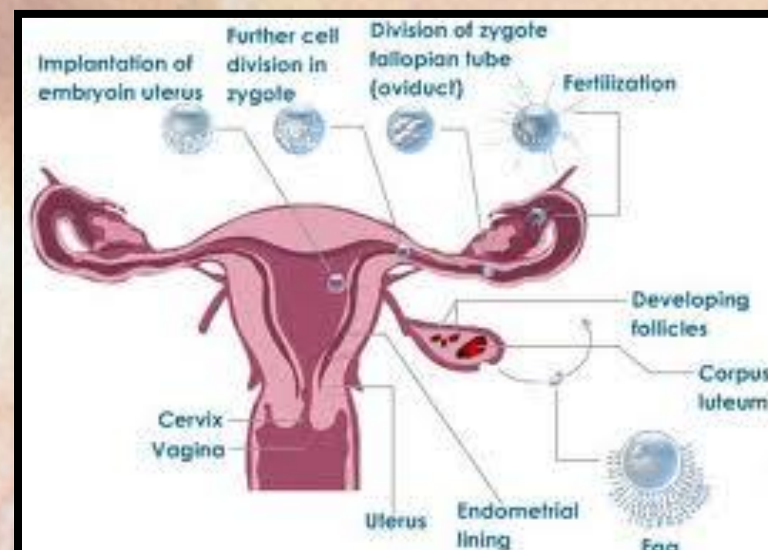
- પહેલા બાળકવાળી માતાને બે બાળક વચ્ચે ગાળો રાખવા માટે આંકડી કે ઓરલ પીલ્સ માટે સમજણ મેળવો.
- બે કે તેથી વધુ બાળકવાળા માતા/પિતા ને વ્યંધીકરણ -નસબંધી માટે સમજણ મેળવો





પ્રજનનતંત્રના ચેપ અંગે નિદાન અને સલાહ

- મમતા દિવસે મુલાકાત માટે આવતી માતાઓને નીચેના પ્રશ્નો પુછવા માં આવે છે.
  - વધુ પાણી પડે છે ?
  - પેશાબમાં બળતરા થાય છે ?
  - પેઢુંમાં દુખાવો થાય છે ?
  - ગુપ્તભાગમાં ચાંદી પડેલ જણાય છે ?
  - સાથળમાં વેડા ગાંઠ છે ?



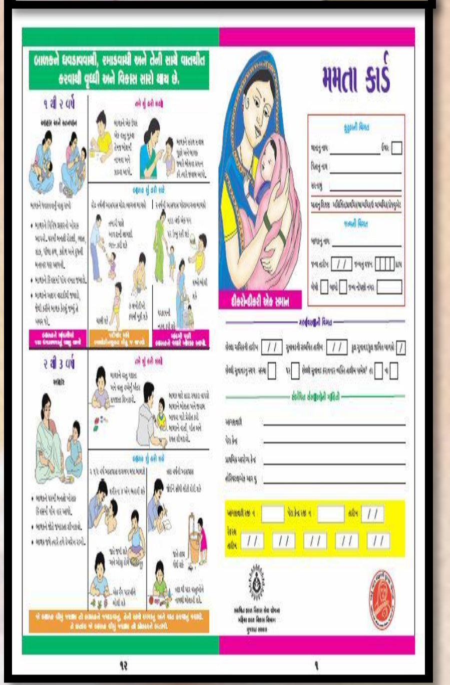
બાળ આરોગ્ય તપાસ

<u>વજન</u>

- મમતા કાર્ડના ગ્રોથ ચાર્ટમાં બાળકનું વજન નોંધવામાં આવેછે
- જો બાળકનું વજન લીલા પટ્ટામાં હોયતે સારૂ કહેવાય

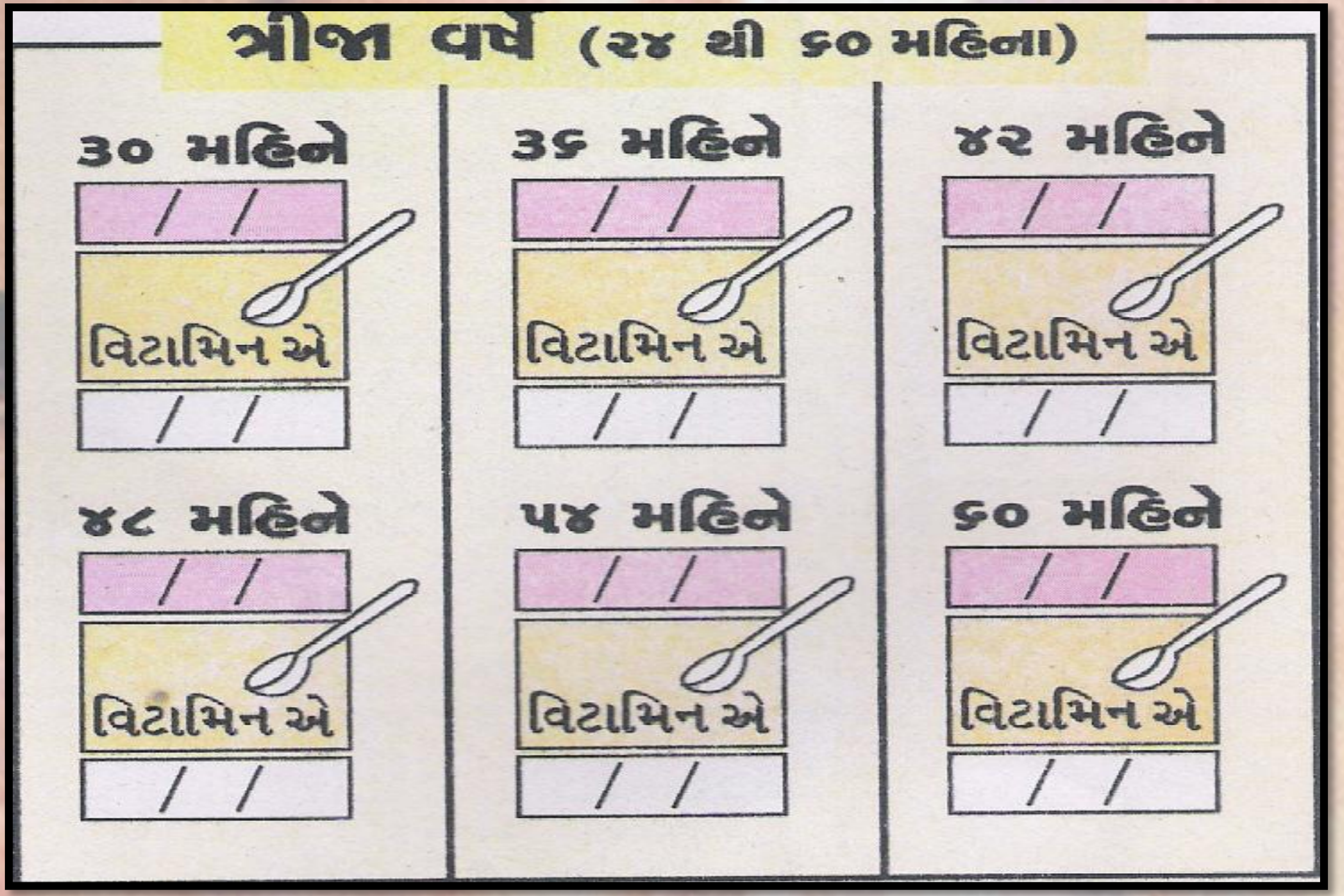
<u>આગલા મહિનાની સરખામણી માં</u>

- જો બાળકનું વજન વધતુ જોવા મળે તોતે સારી પ્રગતી છે.
- જો બાળકનું વજન હતું તેટલું જ રહે તો ગંભીર કહેવાય.
- જો બાળકનું વજન હતું તેના કરતાં ઘટેલું હોય તો અતિ ગંભીર કહેવાય.



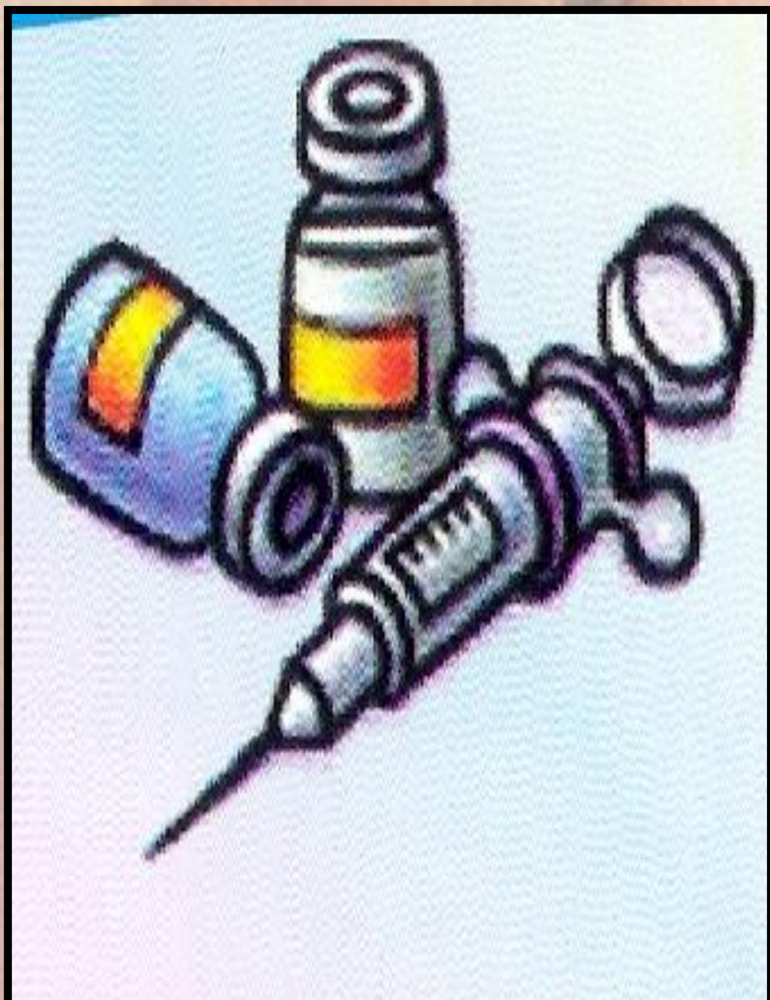
પોષણ અને સલાહ

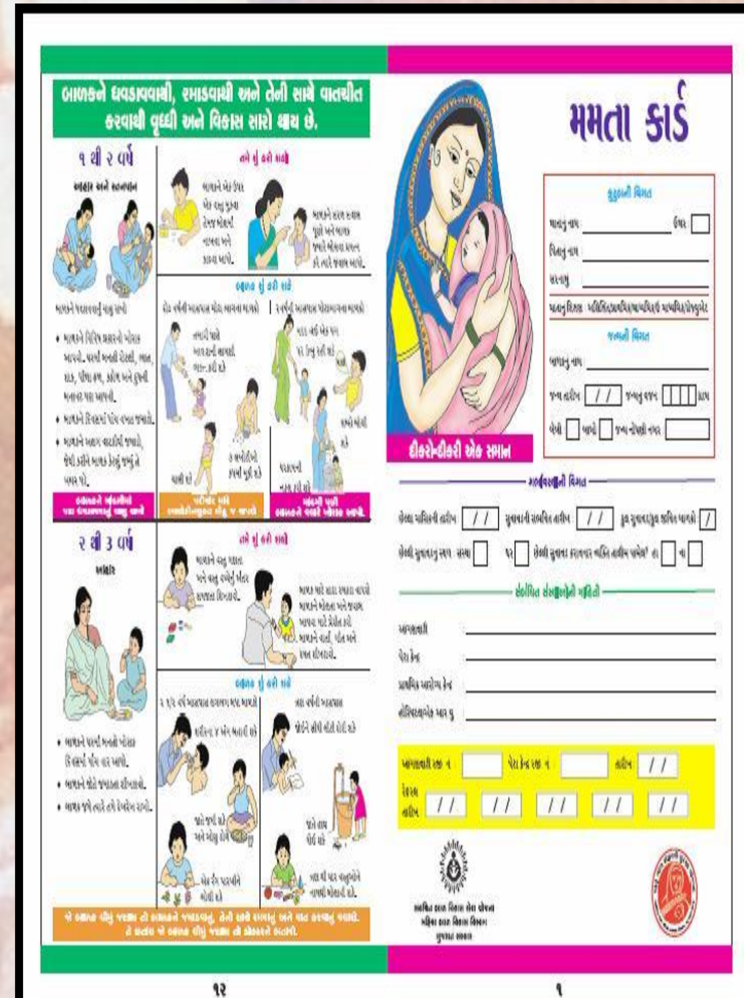
- છેલ્લા ચાર માસમાં વિટામીન -એનો ડોઝ ન આપ્યો હોય તો ઉંમર મુજબ વિટામીન-એનો ડોઝ આપવો



રસીકરણ

- સુચીત સમયપત્રક પ્રમાણે બાળક અને સગર્ભા માતાનું રસીકરણ કરાવવું.





બાલસખા યોજના

આ યોજનાનો લાભ કોને મળે છે ?

- ગરીબી રેખા હેઠળની પ્રસુતા માતા.
- ગરીબી રેખા ઉપરની પરંતુ આવકવેરો ન ભરતી અનુસુચિત જનજાતિની પ્રસૂતિ માતાઓ.

આ યોજનામાં શું લાભ મળશે ?

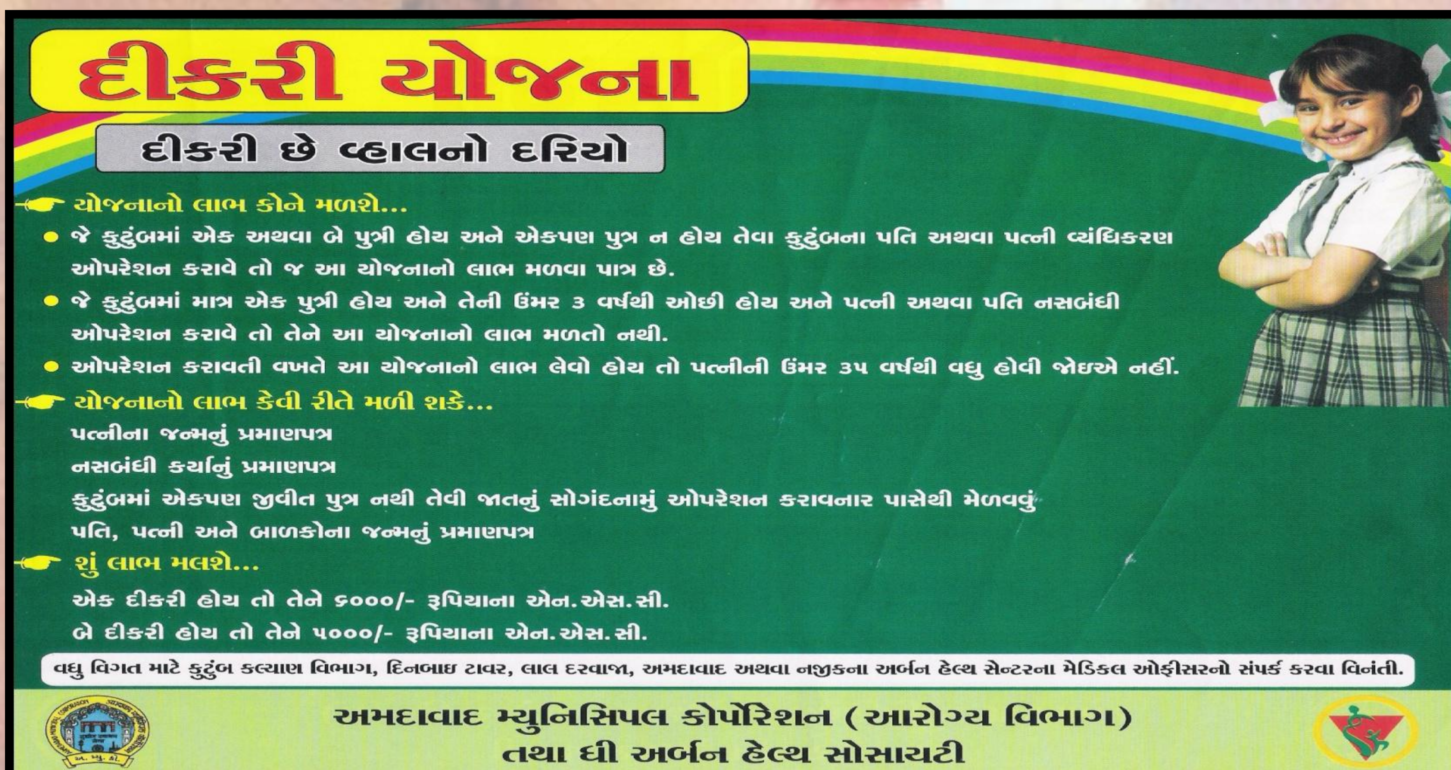
- દરેક નવજાત શિશુની પ્રાથમિક તપાસ કરી યોગ્ય સારવાર વિના મુલ્યે કરવામાં આવે છે.
- નવજાત શિશુને કટોકટીની સ્થિતિમાં બાળરોગ નિષ્ણાંતનાં દવાખાનામાં દાખલ કરી વિના મુલ્યે સારવાર કરવામાં આાવશે.

દીકરી યોજના

દીકરી છે વહાલનો દરિયો
એક બાળકનું ધ્યેય મહાન,
દીકરો-દીકરી એક સમાન.

શું લાભ મળશે ?

- એક દીકરી હોય તો તેને ૬૦૦૦/- રૂપિયાના એન.એસ.સી.
- બે દીકરી હોય તો તેને ૫૦૦૦/- રૂપિયાના એન.એસ.સી.



ડૉ. મીના શાહ - નમસ્તે લાઈફ

Content Created By
Dr Meena Shah – Pediatrician, Master Trainer & Health Communication Consultant
Supported By : Dr Vinubhai M. Patel - I E C Consultant
Design & Creative Input By : Ms Priti V. Solanki

E Mail – drmeenashah@medico-media.net
Web – www.drmeenashah.com
Contact : 079 26400405

સહયોગ : મેડિકો મીડિયા કમ્યુનિકેશન્સ