ग्रामीण विकास मंत्रालय
भारत सरकार

सुरक्षित गर्भावस्था और प्रसव की तैयारी

गर्भ का पता चलते ही ए.एन.एम/नर्स दीदी से मिलकर पंजीकरण करवाएं एवं जच्चा-बच्चा सुरक्षा कार्ड बनवाएं।

4 प्रसव पूर्व जांच अवश्य कराएं

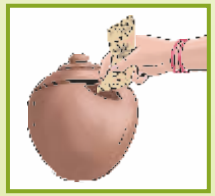
- पहली जांचः गर्भ का पता होने के तुरंत बाद
- दूसरी जांचः गर्भावस्था के 4 - 6 महीने के बीच
- तीसरी जांचः गर्भावस्था के 7 महीने से 8 महीने के बीच
- चौथी जांचः 9 महीने होने पर

प्रसव पूर्व तैयारी

अस्पताल की पहचान एवं अम्बुलेंस का फ़ोन नम्बर रखें

खून देने वाले की पहचान करें

आशा दीदी का फ़ोन नम्बर लेकर रखें



पैसों का बचत करके रखें

जरूरी सामान का झोला तैयार रखें

अधिक जानकारी के लिए अपने क्षेत्र की स्वयं सहायता समूह की दीदी से संपर्क करें।

प्रसव पूर्व जाँच में दी जानेवाली सेवाएं

रक्तचाप की जाँच

वजन की निगरानी

टिटेनस टीकाकरण

आयरन व कैल्शियम की गोली

आहार पर परामर्श

अल्ट्रासाउंड

याद रखें

- सही समय पर 4 प्रसव पूर्व जाँच सुरक्षित गर्भावस्था के लिए महत्वपूर्ण है, इससे जच्चा-बच्चा दोनों के स्वास्थ्य के बारे में पता चलता है।
- जच्चा-बच्चा कार्ड संभाल कर रखें और ध्यान रखें कि हर जाँच के बाद कार्ड मे जरूरी जानकारी भरी गई हो।
- सुरक्षित प्रसव के लिए अस्पताल की पहचान, एंबुलेंस का नंबर, खून देने वाले व्यक्ति का नाम और प्रसव में खर्चे के लिए पैसे की बचत करके रखें।
- आपातकालीन स्थिति में घर पर प्रसव के लिए प्रशिक्षित ए.एन.एम/आशा /ए. डब्लू. डब्लू. /एफ. एन. एच. डब्लू. सी. आर. पी. का नंबर और एक झोले मे साफ कपड़ा, नया ब्लेड, नया धागा और नया साबुन तैयार रखें।