

जच्चा बच्चा का रखें ख्याल, अपनाएं उचित प्रसव पूर्व देखभाल

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



4 प्रसव पूर्व जांच अवश्य कराएं

- ✓ पहली जांच: गर्भ का पता चलते ही
- ✓ दूसरी जांच: 4 - 6 महीने के बीच
- ✓ तीसरी जांच: 7 से 8 महीने के बीच
- ✓ चौथी जांच: 9 महीने होने पर

प्रसव पूर्व तैयारी



अस्पताल एवं अम्बुलेंस
की पहचान



खून देने वाले
की पहचान



ए.एन.एम./आशा/आंगनवाड़ी
/एफ.एन.एच.डब्ल्यू.
सी.आर.पी. का फ़ोन नम्बर



पैसों की बचत



जरूरी सामान का थैला

प्रसव पूर्व जाँच में दी जानेवाली सेवाएं



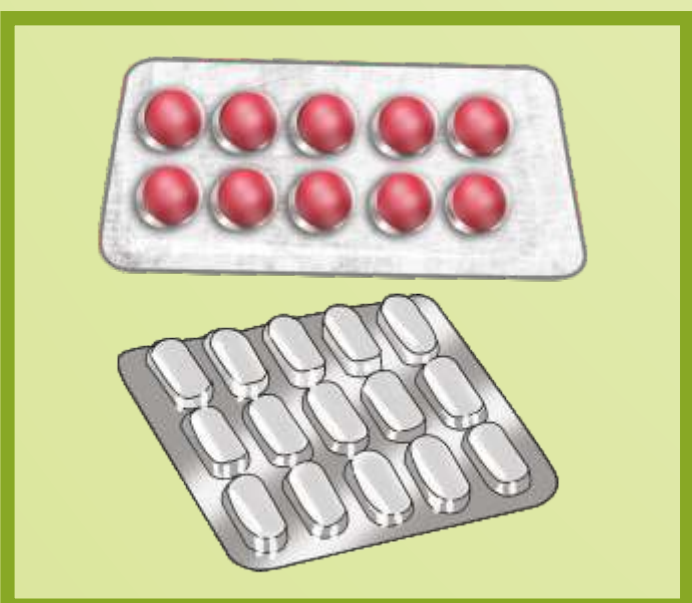
पेट वा ब्लड प्रेशर
की जांच



वजन की निगरानी



टिटेनस टीकाकरण



आयरन व कैल्शियम
की गोली



आहार के लिए
परामर्श



अल्ट्रासाउंड

सुरक्षित प्रसव, सुरक्षित मातृत्व

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

