



पड़ जाओ गंदगी और बीमारियों के पीछे
हाथ धोके!



Powered by:



शिशु पुस्तिका
रखो स्वस्थ बचपन की नींव
हाथ धोके!





बचपन को प्यार, पोषण और स्वच्छता से सींचो
तो वह एक हरे भरे वृक्ष के समान
फलता फूलता है, और इसकी शुरूआत है गर्भावस्था से...

चाहिए अगर जच्चा और बच्चा स्वस्थ
तो पड़ जाओ गंदगी के पीछे

हाथ धो के!



खुशखबरी का दिन
आज मिली अच्छी खबर
बांटो मिठाई गाँव भर, मगर...

हाथ धो के!





BE 100% SURE

भगवान से दुआ, डॉक्टर से दवाई

नियमित डॉक्टरी जाँच ज़रूरी है, अम्मा
बहू को दवा देने में होना ना कभी लेट, मगर...

हाथ धो के!



BE 100% SURE

खान-पान सोच विचार

सासू माँ, दूध, फल एवं हरी सब्ज़ियाँ,
रोज़ खिलाएँ गर्भवती को, मगर...

हाथ धो के!





BE 100% SURE

बीमारियों का झाड़-फूंक

गर्भवती के आस पास रहे साफ़ सफ़ाई
घर-आंगन और शौचालय की हो रोज़ धुलाई
करो बाकी सारे काम

हाथ धो के!



BE 100% SURE

खुशियों का दिन

मुबारक हो सबको मुन्ना प्यारा/मुन्नी प्यारी
पर नवजात को गोद में लेना केवल

हाथ धो के!





BE 100% SURE

माँ का दूध है सम्पूर्ण आहार

अम्मा जी, शहद चटाई करवाना 6 माह बाद
अभी बउवा को करवाओ केवल स्तनपान...

हाथ धो के!



BE 100% SURE

समेट लो खुशियां

बच्चे की उम्र

दिनांक:

बच्चे की उम्र

दिनांक:

बच्चे के हाथ का छपा
यहां लगवाएं (हल्दी से)



बच्चे के पांव का छपा
यहां लगवाएं (आलता से)





BE 100% SURE

शुभ काम

छट्ठी की फोटो



छट्ठी का दिन

दिनांक:

मुड़णा की फोटो



मुड़णा का दिन

दिनांक:



BE 100% SURE

सेहत का टोटका

काला टीका, काला धागा है मजबूरी
लेकिन बउवा* नहाए** हफ्ते में कम से कम दो-बार,**
ये बहुत ज़रूरी, मगर...

हाथ धो के!



* डॉक्टरों की जाँच में प्रमाणित स्वस्थ बच्चा

** अधिक जानकारी के लिए नज़दीकी स्वास्थ्य केन्द्र/डॉक्टर से सलाह लें।



घरेलू नुस्खा

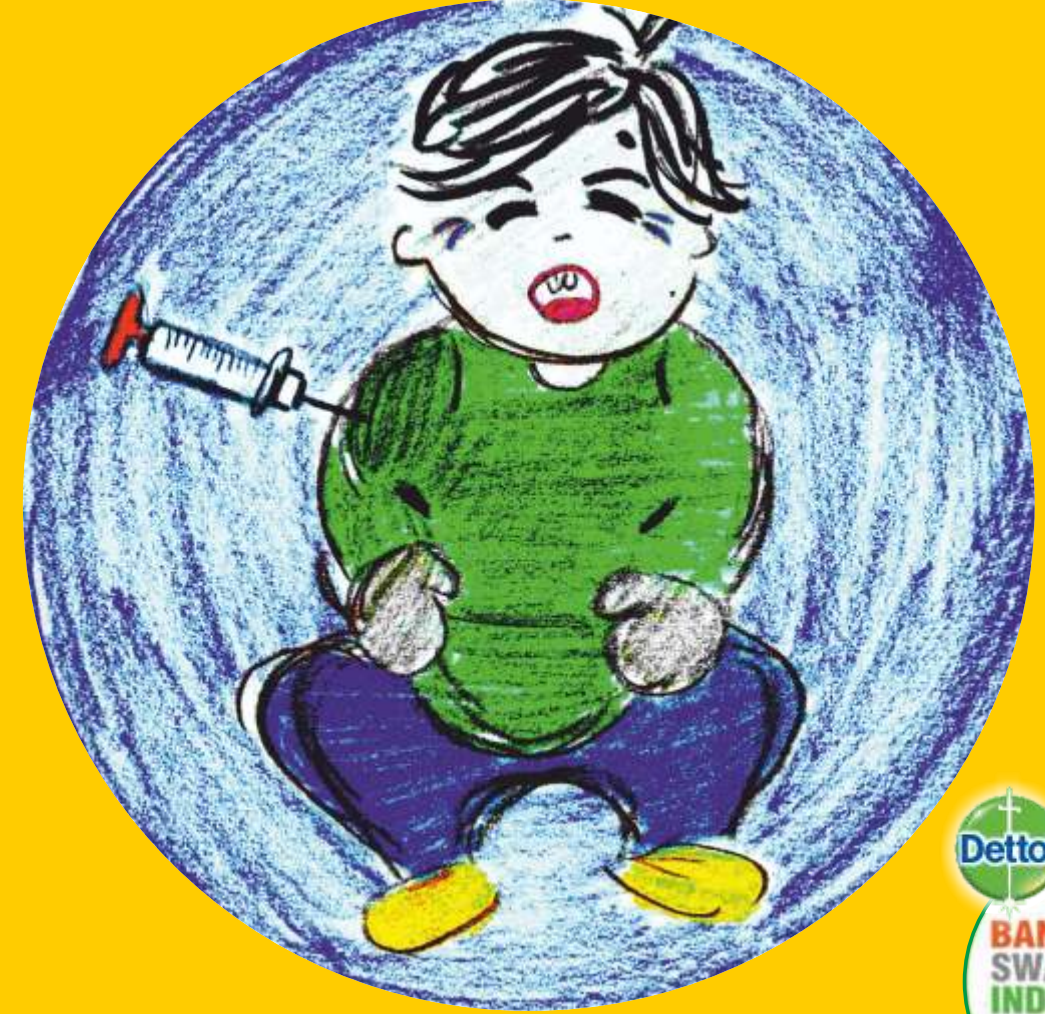
आओ बताएं नुस्खा एक जो बीमारियां दूर रखें अनेक
झबले, लंगोट, गरतर धोना साबुन में, डिटॉल डाल के, मगर...

हाथ धो के!



जुग-जुग जिए लल्ला / लल्ली

खिलौने, कपड़े बहुत लाए बापू! अब नियमित टीकाकरण
भी करवाओ ताकि आजीवन स्वस्थ रहे बाबू





टीकाकरण तालिका

	टीका	खुराक	टीकाकरण की तिथि
जन्म	बी सी जी		
	ओरल पोलियो		
	हेपेटाइटिस बी	पहला	
4-6 हफ्ते	हेपेटाइटिस बी	दूसरा	
6 हफ्ते	ओरल पोलियो	पहला	
	डी टी पी	पहला	
	HiB	पहला	
10 हफ्ते	ओरल पोलियो	दूसरा	
	डी टी पी	दूसरा	
	HiB	दूसरा	
14 हफ्ते	ओरल पोलियो	तीसरा	
	डी टी पी	तीसरा	
	HiB	तीसरा	
6 माह	हेपेटाइटिस बी	तीसरा	
9-12 माह	ओरल पोलियो	चौथा	
	मीज़ल्स		
15-18 माह	(एम एम आर)		
	मीज़ल्स, मम्पूस एवं		
	रुबेला		
18 माह	ओरल पोलियो	पांचवा	
	डी टी पी	पहला बूस्टर	
	HiB	पहला बूस्टर	
24 माह	टायफाइड		
4-5 वर्ष	ओरल पोलियो	छठवां	
	डी टी पी	दूसरा बूस्टर	

W.H.O. website से अनुकूलित
अधिक जानकारी के लिए अपने डॉक्टर से सलाह लें।

अत्यंत महत्वपूर्ण है जन्म के पश्चात साल पाँच
चाहिए सलाह या जानकारी
पूछो हमसे 9220092200 पर

विषय	गर्भावस्था/शिशु की उम्र	एस.एम.एस कोड
जन्म की तैयारी	गर्भावस्था की तीसरी तिमाही	<BabyPrep1>
स्वच्छता	गर्भावस्था की तीसरी तिमाही तीन माह से कम (शिशु) तीन माह से अधिक (शिशु)	<Hygiene1> <Hygiene2> <Hygiene3>
टीकाकरण	तीन माह से कम (शिशु) तीन माह से अधिक (शिशु)	<Vaccine1> <Vaccine2>
शिशु की देखभाल	तीन माह से कम (शिशु) तीन माह से अधिक (शिशु)	<BabyCare1> <BabyCare2>
शिशु को संभालना	तीन माह से कम (शिशु) तीन माह से अधिक (शिशु)	<BabyHandl1> <BabyHandl2>
शिशु का विकास	तीन माह से कम (शिशु) तीन माह से अधिक (शिशु)	<BabyGrow1> <BabyGrow2>
शिशु प्रबंधन	तीन माह से कम (शिशु) तीन माह से अधिक (शिशु)	<BabyMng1> <BabyMng2>

गर्भावस्था से लेकर अपने नवजात एवं पांच साल तक के बच्चे की देखभाल
संबंधी कोई भी जानकारी या सुझाव चाहिए तो ऊपर दिये गये कोड्स को
9220092200 पे एस.एम.एस करें।

