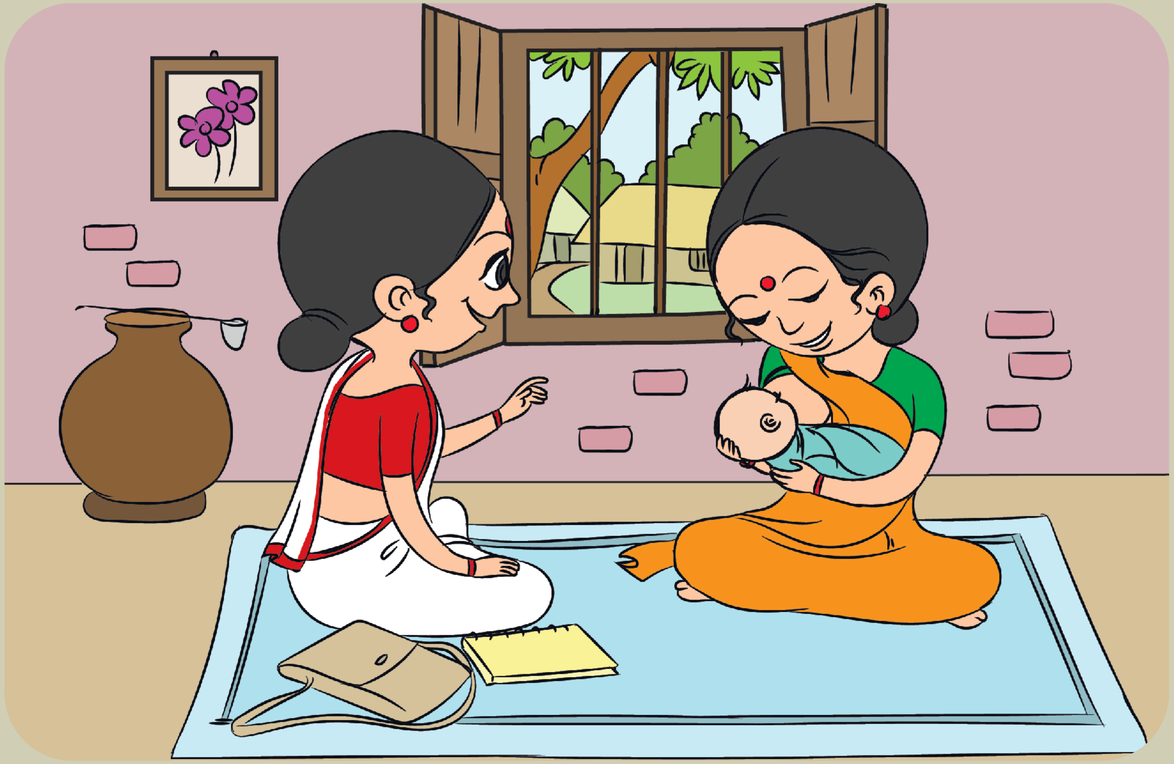
POSHAN Abhiyaan
PM's Overarching Scheme for Holistic Nourishment
सही पोषण – देश रोशन

सत्यमेव जयते

नए समाज की ओर

नवजात शिशुओं में स्तनपान का अवलोकन

क्यों और कैसे



महिला एवं बाल विकास मंत्रालय
भारत सरकार, 2018

4

लोग क्या मानते हैं? कैसे पहचानते हैं कि नवजात शिशु स्तनपान ठीक से कर रहा है?

कार्ड को सामने रखें और प्रतिभागियों से सभी बिन्दु एक–एक कर के पढ़ने को कहें।
एक–एक करके हर प्रश्न का उत्तर पूछें।

खासतौर पर बताएं कि ये प्रश्न नवजात शिशुओं के लिए है, बड़े बच्चे के लिए नहीं।

स्पष्ट करें कि इन प्रश्नों के उत्तर में आपको स्वयं के दृष्टिकोण नहीं बताने हैं बल्कि आपको सोचकर यह बताना है कि गांव वाले स्तनपान को किस तरह से आंकते हैं।

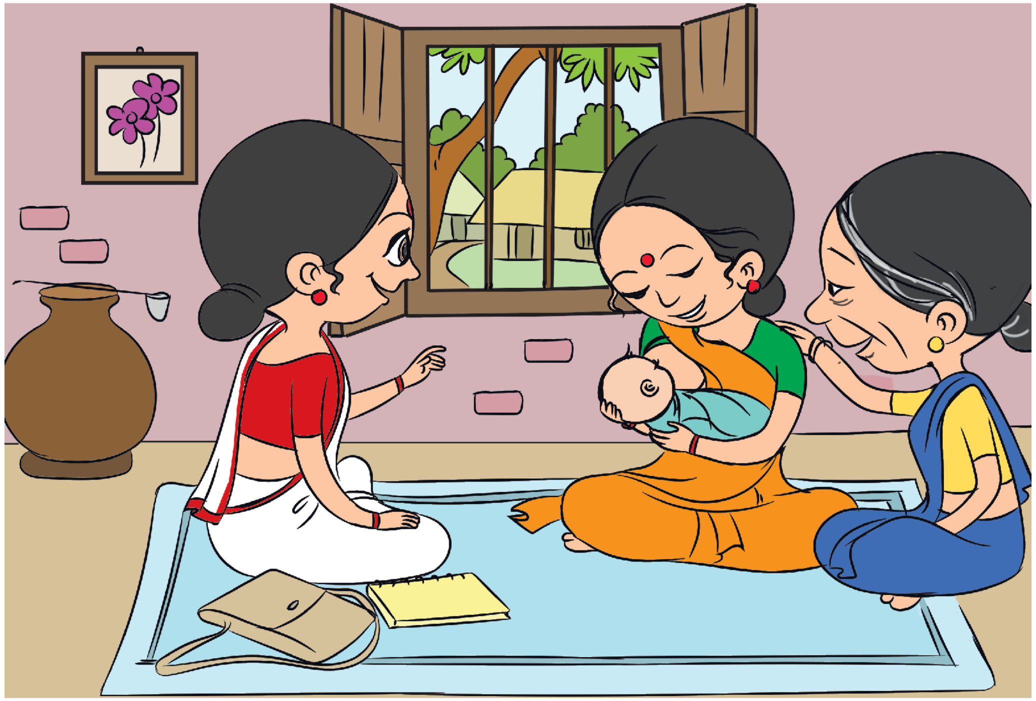
लोग इस विषय में क्या सोचते हैं, पूछें?

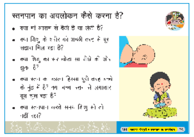
- नवजात शिशुओं को कितनी बार दूध पिलाना चाहिए?
- एक स्तन का पूरा दूध खाली करने में बच्चे को कितना समय लगना चाहिए?
- बच्चे को कितनी ताकत से स्तन से दूध चूसना चाहिए?
- क्या बच्चे को हर बार दोनों स्तनों से दूध पिलाना चाहिए?

इन सभी बातों पर कुछ देर तक चर्चा करें और प्राप्त उत्तर को लिखते जाएं।

लोग क्या मानते हैं? कैसे पहचानते हैं कि नवजात शिशु ठीक से स्तनपान कर रहा है?

- शिशु को स्तनपान कितनी बार कराना चाहिए?
- शिशु को स्तनपान कितने समय के अन्तराल पर कराना चाहिए?
- शिशु को कितनी ताकत से स्तन से दूध चूसना चाहिए?
- सिर्फ एक स्तन से या दोनों स्तन से स्तनपान कराना चाहिए?





स्तनपान का अवलोकन कैसे करना है?

प्रतिभागियों को स्तनपान का अवलोकन करवाने के लिए पहले से व्यवस्था कर लें।

इसके लिए कम से कम दो ऐसी माताओं को बुलायें जिनका 2 माह से कम उम्र का शिशु हो। उन्हें पहले से यह बता देना चाहिए कि उन्हें कम से कम 2 घंटे के लिए बैठक में शामिल होना होगा और सभी महिला प्रतिभागी उन्हें उनके बच्चे को स्तनपान कराते हुए देखेंगे। यदि संभव हो तो 2 बच्चों में से एक बच्चा ऐसा हो जो समय से पहले जन्मा हो या जन्म के समय उसका वज़न 2 किलो से कम हो और एक बच्चा पूरी तरह से स्वस्थ हो, जिसका वज़न जन्म से 3 किलो से ज़्यादा हो। सबसे पहले स्वस्थ शिशु के स्तनपान के अवलोकन से शुरूआत करें। मां से आग्रह करें कि वह प्रतिभागियों की ओर चेहरा करके अपने बच्चे को स्तनपान कराएं। यदि बच्चा सो रहा हो और आसानी से न उठ रहा हो तो अवलोकन का कार्य बैठक के अंत में किया जा सकता है। यदि वहां पर कई माताएं और बच्चे उपस्थित हों तो प्रतिभागियों को और ज्यादा अवलोकन का अवसर मिलेगा।

ध्यान रखें:

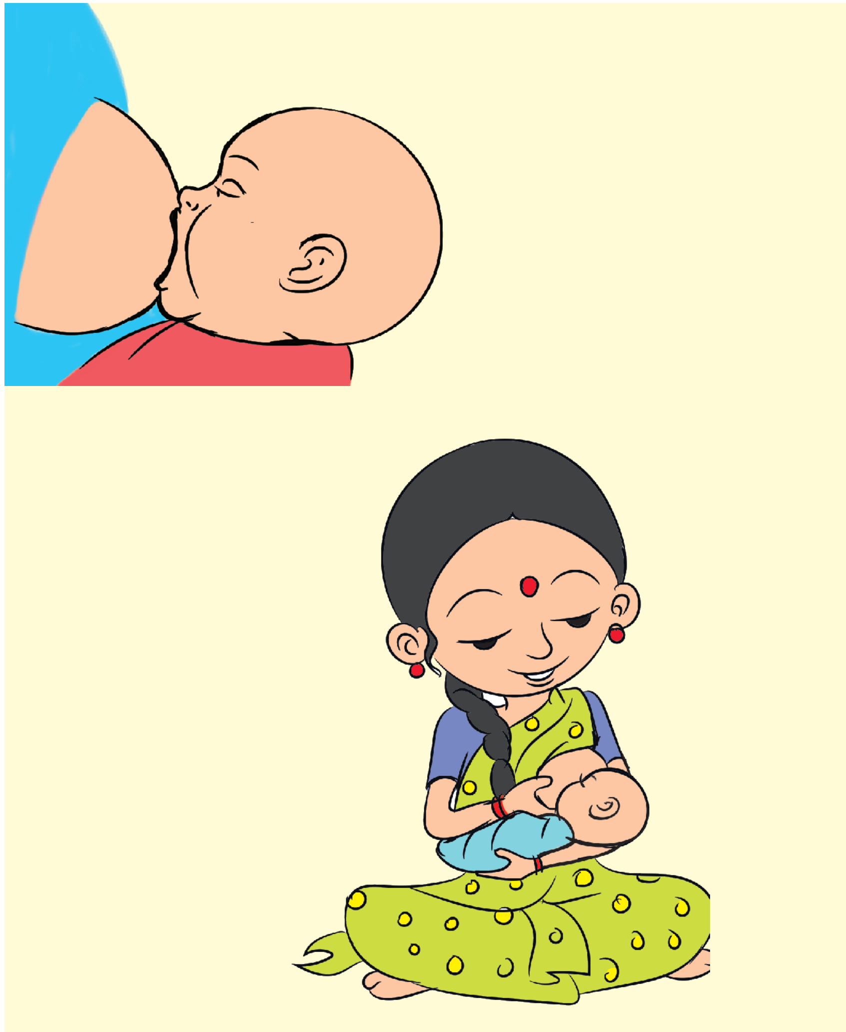
माताओं को परामर्श देने का प्रयास न करें, उन्हें केवल अवलोकन करने को प्रोत्साहित करें।

दाहिने तरफ लिखे हुए बिन्दुओं का प्रयोग करके प्रतिभागियों को हर बिन्दु के अनुसार सावधानी से अवलोकन करने के लिए मार्गदर्शन प्रदान करें।

1. क्या शिशु की मां आराम से बैठी या लेटी हैं? (यदि मां किसी आरामदायक मुद्रा में न हो तो शिशु ज्यादा समय तक मां के स्तन से दूध चूसने में सक्षम नहीं हो पाएगा। एक स्वस्थ शिशु सामान्यत: कुल दस मिनट तक एक बार में स्तनपान कर पाता है।)
2. क्या बच्चे के पूरे शरीर को सहारा मिल रहा है? (यदि बच्चे को अच्छी तरह से सहारा मिल रहा है तो बिना थके लगातार लम्बे समय तक स्तनपान कर पाता है।)
3. क्या बच्चे का सर थोड़ा सा पीछे की ओर झुका हुआ है? (यदि बच्चे का सर आगे की ओर झुका हुआ है तो बच्चे को सांस लेने में व चूसने में कठिनाई होती है।)
4. क्या एरिओला (स्तन का काला हिस्सा) का अधिकांश हिस्सा बच्चे के मुंह में है? (बच्चे के उचित जुड़ाव की स्थिति में स्तन का ऊपरी काला हिस्सा बहुत कम दिखाई पड़ता है।) स्तनपान करते हुए बीच-बीच में दूध निगलने से पहले बच्चा कितनी बार स्तन चूस रहा है? (सामान्यत: एक स्वस्थ या पूर्ण समय में पैदा हुआ बच्चा दूध निगलने से पहले 10 से 15 बार स्तन चूसता है।)
5. क्या बच्चा स्तनपान करते समय बार-बार सुस्त होकर सो रहा है? (एक स्वस्थ भूखा बच्चा कम से कम एक स्तन का दूध पूरा पिए बिना सो नहीं सकता है। यहां तक कि यदि बच्चा सो भी जाता है तो फिर से जागेगा और फिर से ताकत के साथ चूसना शुरू कर देगा। एक स्वस्थ बच्चा एक बार के स्तनपान में कम से कम एक स्तन का पूरी तरह से और दूसरे स्तन का कुछ भाग तो खाली कर ही देता है।)

स्तनपान का अवलोकन कैसे करना है?

- क्या मां आराम से बैठी है या लेटी है?
- क्या शिशु के शरीर को अच्छी तरह से पूरा सहारा मिल रहा है?
- क्या शिशु का सर थोड़ा सा पीछे की ओर झुका है?
- क्या स्तन का काला हिस्सा पूरी तरह बच्चे के मुंह में है? क्या बच्चा स्तन से लगातार दूध चूस रहा है?
- क्या स्तनपान करते समय शिशु सो तो नहीं रहा?



कमजोर शिशु स्तनपान कैसे करता है?

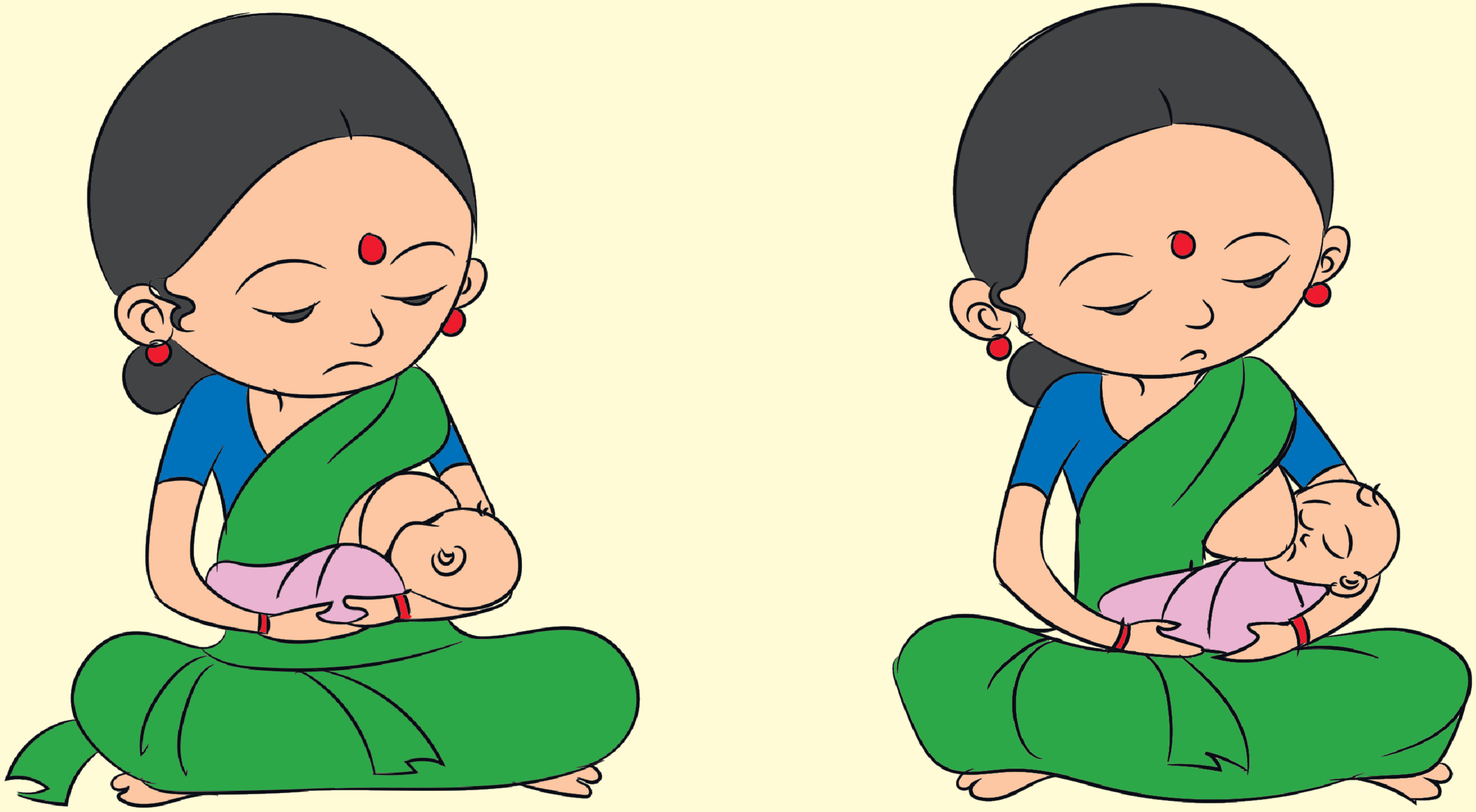
स्वस्थ बच्चे को अवलोकन करने के बाद, कमजोर स्वस्थ बच्चे को कमजोर छोटे बच्चे के साथ अवलोकन दोहराएं। दाहिने तरफ के बिन्दुओं का प्रयोग करके प्रतिभागियों को हर बिन्दु के अनुसार सावधानी से अवलोकन करने के लिए मार्गदर्शन प्रदान करें।

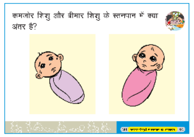
यदि कमजोर बच्चे की उम्र 1 माह से कम है तो प्रतिभागियों को कुछ दूरी से बच्चे को बिना छुए अवलोकन करने के लिए प्रोत्साहित करें।

यदि अवलोकन के लिए कमजोर बच्चा न मिल सके तो दाहिने तरफ लिखे हुए बिन्दुओं का प्रयोग करके केवल स्वस्थ बच्चे और कमजोर बच्चे के बीच अन्तर पर चर्चा कर लें।

1. क्या माता आराम से बैठी है या लेटी हुई है?
2. क्या बच्चे का पूरे शरीर को सहारा मिल रहा है? (कमजोर बच्चे को ज़्यादा सावधानीपूर्वक शरीर का सहारा देने की ज़रूरत होती है? उसके लिए सावधानी से बच्चे को एक हाथ से सहारा देना चाहिए और दूसरे हाथ का प्रयोग स्तन को सही स्थिति में रखने के लिए करना चाहिए, जिससे बच्चा आसानी से स्तनपान कर सके।)
3. क्या बच्चे का सर थोड़ा सा पीछे की ओर झुका हुआ है?
4. क्या एरिओला (स्तन का काला हिस्सा) का अधिकांश भाग बच्चे के मुंह में है? (यदि बच्चा कमजोर है तो वह स्तन का काला भाग पूरी तरह से मुंह में लेने में सक्षम नहीं होता है।) स्तनपान करते हुए बीच-बीच में दूध निगलने से पहले बच्चा कितनी बार लगातार स्तन चूस रहा है? (कमजोर बच्चा कम चूसेगा और फिर निगलने के लिए या स्वयं को आराम करने के लिए कुछ देर तक चूसना बंद कर देगा)।
5. क्या बच्चा स्तनपान करते समय बार-बार सुस्त होकर सो रहा है? (एक कमजोर बच्चा धीरे-धीरे स्तनपान करेगा और स्तनपान करने में ज्यादा समय लेगा व बार-बार सो जाएगा। उसे बार-बार जगाने की ज़रूरत पड़ेगी। बच्चा एक बार में एक स्तन का दूध भी पूरा नहीं पी पायेगा। लेकिन ऐसे बच्चे को अपेक्षाकृत ज़्यादा बार स्तनपान करवाने की ज़रूरत होती है- हर घंटे में या उससे भी कम समय के अन्तराल पर)

कमजोर शिशु स्तनपान कैसे करता है?





कमजोर शिशु और बीमार शिशु के स्तनपान में क्या अंतर है?

कार्ड को दिखाएं।
प्रतिभागियों को बताएं कि अब तक यह स्पष्ट हो जाना चाहिए कि कमजोर बच्चे का स्तनपान भी कमजोर ही होता है।

पूछें

छोटे और कमजोर शिशुओं के अलावा कौन से शिशु ताकत के साथ स्तनपान नहीं कर पाते हैं?

चर्चा करने का अवसर दें। फिर सारांश में बताएं कि छोटे और कमजोर शिशुओं के अलावा यदि शिशु ताकत के साथ स्तनपान नहीं कर पा रहा है तो इस बात की संभावना है कि शिशु बीमार हो।

दाहिने तरफ लिखे हुए बिन्दुओं का प्रयोग करके कमजोर शिशु और बीमार शिशु के स्तनपान में अंतर पर चर्चा करें। यह सुनिश्चित कर लें कि हर प्रतिभागी दोनों के बीच के अंतर का अच्छी तरह से समझ लें।

इस तरह से नवजात शिशु का अवलोकन करना आवश्यक होता है। इससे कोई भी यह निर्णय ले सकता है कि शिशु की देखभाल घर पर ही हो सकती या तुरंत अस्पताल में जाना पड़ेगा।

दो तरह के बच्चे ताकत के साथ स्तनपान नहीं करते हैं।

1. कमजोर बच्चे :

- कुछ शिशु कमजोर ही पैदा होते हैं। उदाहरणार्थ समय से पहले जन्में शिशु या कम वज़न वाले शिशु।
- ये सही समय पर जन्में शिशुओं या जन्म के समय सही वज़न वाले शिशुओं की तरह ताकत के साथ स्तनपान नहीं कर पाते हैं।
- ये शिशु जन्म के दिन से ही कमजोर होते हैं तथा आवश्यकतानुसार स्तनपान नहीं कर पाते।

2. बीमार बच्चे :

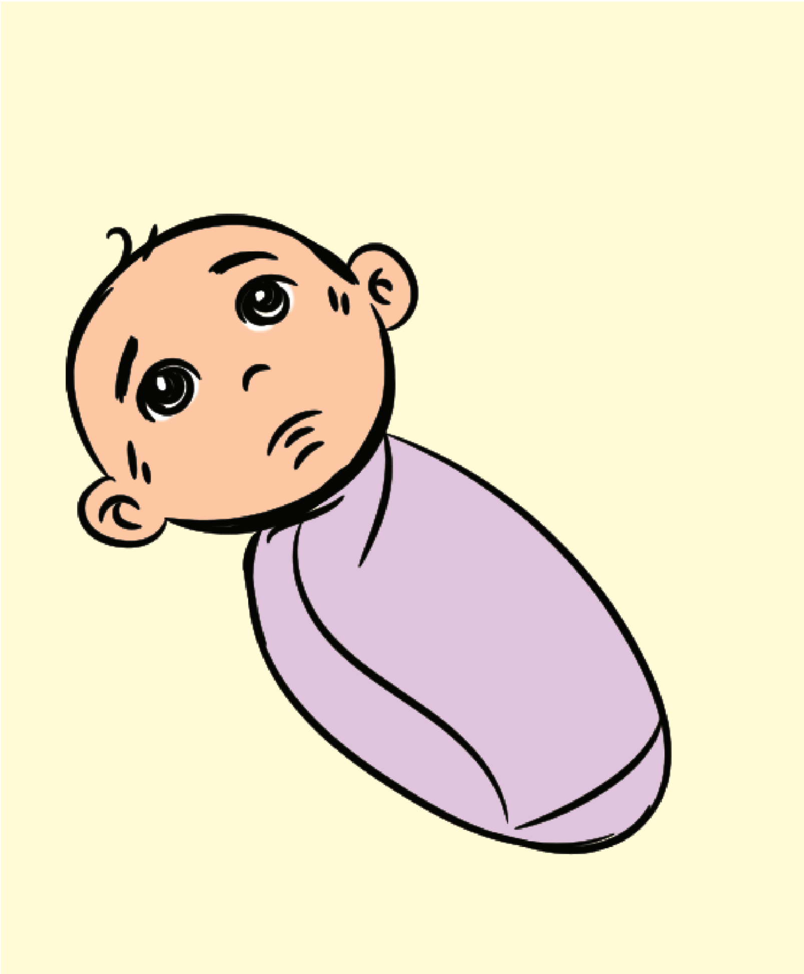
- बच्चे जन्म के बाद कभी भी बीमार पड़ सकते हैं लेकिन सामान्यत: जन्म के बाद पहले दो दिन में बीमार नहीं पड़ सकते हैं।
- किसी भी ऐसे बच्चे को बीमार कहा जा सकता है जो जन्म के समय कमजोर नहीं थे। लेकिन कमजोर जन्में बच्चों के बीमार होने की संभावना भी ज्यादा होती है।
- यह भी हो सकता है कि एक बच्चा जन्म के बाद अच्छी तरह से स्तनपान कर रहा हो लेकिन जब वह बीमार पड़े तो उसका स्तनपान करने की इच्छा कम हो जाए।

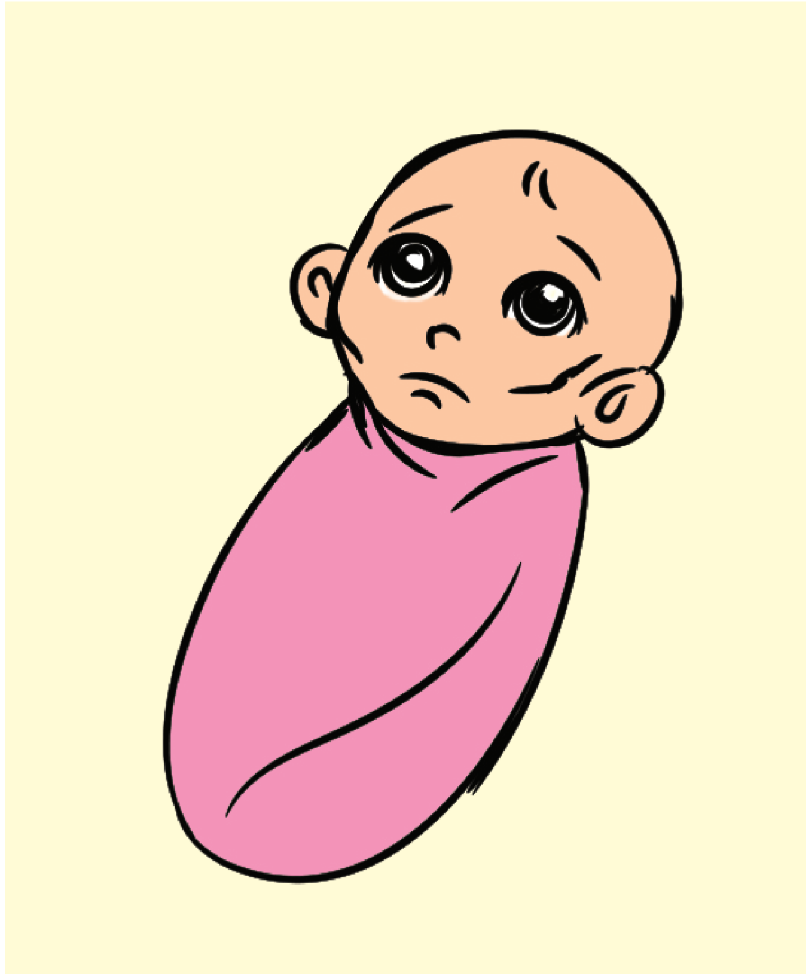
इस तरह से हम सभी देख सकते हैं कि :

एक बच्चा जो कि जन्म के बाद से ही आवश्यकतानुसार ताकत के साथ स्तनपान नहीं कर पा रहा है वह जन्म से ही कमजोर है। इस तरह के ज़्यादातर बच्चों की देखभाल घर में ही की जा सकती है।

यदि शिशु जन्म के बाद कुछ दिनों तक आवश्यकतानुसार ताकत के साथ स्तनपान कर पा रहा हो लेकिन बाद में धीरे–धीरे उसकी स्तनपान करने की इच्छा घट रही हो तो संभवत: वह बीमार पड़ रहा है। इस तरह के शिशुओं को यदि तत्काल अस्पताल में दवाईयों के साथ उपचार नहीं मिलता तो उनकी मौत भी हो सकती है।

कमजोर शिशु और बीमार शिशु के स्तनपान में क्या अंतर है?





हमें स्तनपान का अवलोकन कब करना चाहिए?

कार्ड को दिखाएं।

बताएं कि अब जब हमें स्तनपान का महत्व समझ में आ गया है तो आईये चर्चा करते हैं कि हम इस जानकारी का उपयोग आगे कैसे करेंगे।

प्रतिभागियों को हर प्रश्न पढ़ने व चर्चा करने को कहें।

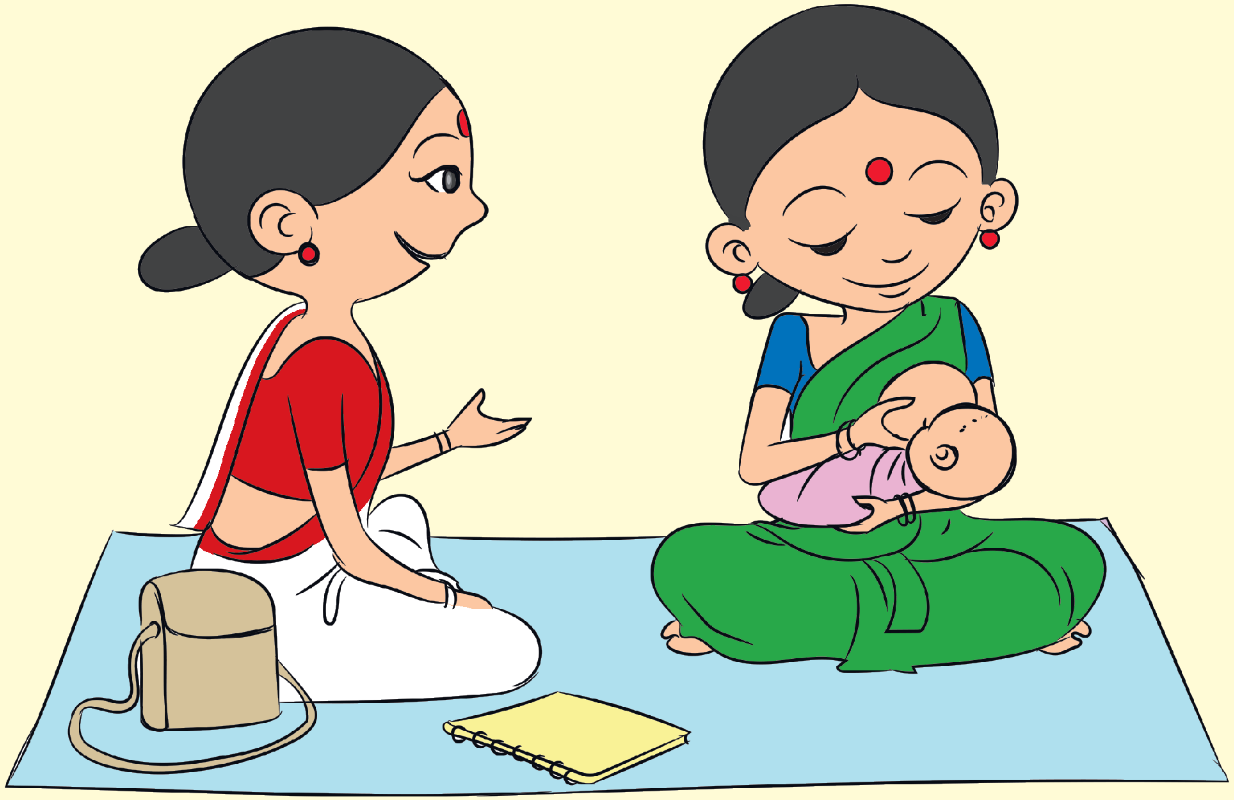
- नवजात शिशुओं को स्तनपान करते हुए देखने के हमें कौन–कौन से अवसर मिलते हैं?
- क्या अस्पताल में जन्म के समय स्तनपान का अवलोकन किया जा सकता है? अस्पताल में इसका अवलोकन किसे करना चाहिए?
- यदि बच्चे का जन्म घर पर हुआ हो तो क्या स्तनपान अवलोकन किया जा सकता है? घर पर इसका अवलोकन किसे करना चाहिए?
- स्तनपान की इच्छा कम होनी गंभीर बीमारी की निशानी है। जन्म के कुछ दिन के बाद बीमार पड़ जाने वाले शिशुओं के स्तनपान का अवलोकन किसे करना चाहिए?
- स्तनपान के अवलोकन का प्रयास करते समय हमें कौन–कौन सी कठिनाइयों का सामना करना पड़ सकता है? क्या परिवार के लोग ऐसा करने में आपत्ति जताते हैं? हम इन समस्याओं का समाधान कैसे करेंगे।

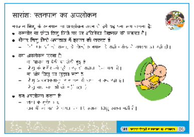
चर्चा के लिए प्रोत्साहित करें।

कुछ मिनट की चर्चा के बाद अगले कार्ड पर जाएं।

हमें स्तनपान का अवलोकन कब करना चाहिए?

- अस्पताल में जन्में शिशुओं का अवलोकन किसे करना चाहिए?
- घर पर जन्में शिशुओं का अवलोकन किसे करना चाहिए?
- घर पर शिशु के बीमार पड़ने पर अवलोकन किसे करना चाहिए?





सारांश: स्तनपान का अवलोकन

कार्ड को दिखाएं।

प्रतिभागियों से हर बिन्दु पढ़ने के लिए जिन बिन्दुओं पर समझ न बन पायी हो उसे पुनः समझाएं।

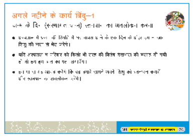
यदि आवश्यकता हो तो एक बार फिर से मां को स्तनपान कराते हुए अवलोकन करें। यदि कमजोर शिशु उपलब्ध हो तो स्तनपान का अवलोकन करने के अवसर का उपयोग करें।

सारांशः स्तनपान का अवलोकन

नवजात शिशु के स्तनपान का अवलोकन करने से हमें यह पता लग सकता हैः

- **कमजोर या छोटा शिशु जिसे घर पर अतिरिक्त देखभाल की जरूरत है।**
- **बीमार शिशु जिसे अस्पताल में इलाज की जरूरत है।**
  - ऐसी माताओं को सलाह दें जिन्हें स्तनपान के सही तरीके में समस्या आ रही हो।

- **क्या अवलोकन करना हैः**
  - मां आराम से बैठी या लेटी हुई है।
  - शिशु के शरीर को पूरी तरह से सहारा दिया गया है।
  - मां और शिशु का जुड़ाव सही है।
  - शिशु आवश्यकतानुसार ताकत से स्तनपान कर रहा है।
  - शिशु बार–बार सो तो नहीं रहा है।
- **कब अवलोकन करना हैः**
  - जन्म के तुरंत बाद।
  - जब भी मां यह शिकायत करे कि उसका शिशु स्वस्थ नहीं है।



अगले महीने के कार्य बिन्दु–1
जन्म के दिन (संस्थागत जन्म) स्तनपान का अवलोकन करना

कार्ड को दिखाएं।

बताएं कि अगले माह के लिए यह पहला कार्य बिन्दु है।

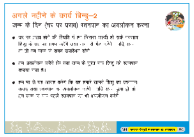
दाहिने तरफ लिखे बिन्दुओं का प्रयोग कर प्रतिभागियों को आगे क्या करना है, उस पर मार्गदर्शन दें।

- सामान्यतः हर माह आपके क्षेत्र में 1–2 गर्भवती महिलाओं का संस्थागत प्रसव होता है।
- अस्पताल से घर वापस आने के एक दिन के अंदर नवजात शिशु की माता से अवश्य भेंट करें।
- ज्यादातर शिशुओं का अस्पताल में वज़न लिया जाता है और शिशु के कमजोर होने या अतिरिक्त देखभाल की स्थिति में परिवार को सलाह भी दी जाती है – इस बात का पता लगाएं।
- यह भी हो सकता है कि शिशु का अस्पताल में वज़न न लिया गया हो और परिवार को अतिरिक्त देखभाल की सलाह भी न दी गयी हो।
- मां से यह आग्रह करें कि वह आपके सामने अपने शिशु को स्तनपान कराएं, शांतिपूर्वक 10–15 मिनट तक अवलोकन करें, बिल्कुल वैसे ही जैसा आज हमने अभ्यास किया है।
- यदि आपके गृह भ्रमण के समय शिशु सो गया हो या उसने अभी ही स्तनपान किया हो तो मां से कहें कि आप उसके शिशु को स्तनपान करते हुए देखना चाहती है और एक दो घंटे बाद फिर से गृह भ्रमण करें।

अगले महीने के कार्य बिंदु–1

जन्म के दिन (संस्थागत जन्म) स्तनपान का अवलोकन करना

- अस्पताल में प्रसव की स्थिति में घर वापस आने के एक दिन के अंदर हम नवजात शिशु की माता से भेंट करेंगे।
- यदि अस्पताल में परिवार को किसी भी तरह की विशेष देखभाल की सलाह दी गयी हो तो हम इस बात का पता लगायेंगे।
- हम मां से यह आग्रह करेंगे कि वह हमारे सामने अपने शिशु को स्तनपान करायें और स्तनपान का अवलोकन करेंगे।



अगले महीने के कार्य बिन्दु–2
जन्म के दिन (घर पर प्रसव) स्तनपान का अवलोकन करना

कार्ड को दिखाएं।

बताएं कि अगले माह के लिए यह दूसरा कार्य बिन्दु है।

दाहिने तरफ लिखे हुए बिन्दुओं का प्रयोग कर प्रतिभागियों को आगे क्या करना है, उस पर मार्गदर्शन दें।

- कभी–कभी आपके क्षेत्र के महिलाओं का प्रसव घर पर होता है और ये प्रसव किसी भी डॉक्टर या नर्स की निगरानी में नहीं होता।
- यह सुनिश्चित करना आपकी जिम्मेदारी बन जाती है कि शिशु के जन्म के समय परिवार शिशु की देखभाल सही तरीके से करें।
- घर पर प्रसव होने की स्थिति में यदि आपने पहले से परिवार को यह सूचना दे दी हो कि प्रसव पीड़ा होने पर परिवार आपको सूचित करें, तो आप जन्म के समय उपस्थित रहकर नवजात को दी जाने वाली हर देखभाल का अवलोकन कर पायेंगे।
- किसी भी प्रकार से प्रयास करें कि प्रसव के बाद जल्द से जल्द गृह भ्रमण कर पायें।
- इस बात का पता लगाएं कि क्या जन्म के तुरंत बाद शिशु को स्तनपान करवाया गया तथा क्या शिशु को मां के दूध के अलावा कुछ और तो नहीं दिया गया।
- मां से यह आग्रह करें कि आपके सामने अपने शिशु को स्तनपान कराएं। शांतिपूर्वक 10–15 मिनट तक स्तनपान का अवलोकन करें, बिल्कुल वैसे ही जैसे हमने अभ्यास किया है।
- यदि आपके गृह भ्रमण के समय शिशु सो गया हो या उसने बिलकुल अभी ही स्तनपान किया हो तो मां से कहें कि आप उसके शिशु को स्तनपान करते हुए देखना चाहते हैं और एक से दो घंटे बाद फिर से गृह भेंट करें।

5 मिनट

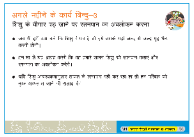
अगले महीने के कार्य बिन्दु–2

जन्म के दिन (घर पर प्रसव) स्तनपान का अवलोकन करना

- घर पर प्रसव होने की स्थिति में हम जितना जल्दी हो सके नवजात शिशु के घर पर भ्रमण करेंगे तथा माता से भेंट करेंगे– यदि संभव हो तो हम जन्म के समय उपस्थित रहेंगे।

- हम अवलोकन करेंगे कि क्या जन्म के तुरंत बाद शिशु को स्तनपान कराया गया है।

- हम मां से यह आग्रह करेंगे कि वह हमारे सामने शिशु को स्तनपान कराएं तथा स्तनपान का अवलोकन करेंगे– यदि संभव हुआ हो तो हम जन्म के बाद पहले स्तनपान का भी अवलोकन करेंगे।



अगले महीने के कार्य बिन्दु–3
बच्चे के बीमार पड़ जाने पर स्तनपान का अवलोकन करना

कार्ड को दिखाएं।

बताएं कि अगले माह के लिए यह तीसरा कार्य बिन्दु है।

दाहिने तरफ लिखे हुए बिन्दुओं का प्रयोग कर प्रतिभागियों को आगे क्या करना है, उस पर मार्गदर्शन दें।

- कभी–कभी शिशु जन्म के बाद कुछ सप्ताह में बीमार पड़ सकता है इस समय होने वाली बीमारी शिशु के लिए घातक हो सकती है।
- यदि बीमारी गंभीर है तो शिशु की जान बचाना तभी संभव हो सकता है जब तत्काल उसका इलाज अस्पताल में करवाया जाए।
- यदि आपने परिवार को पहले से जानकारी दी हुई हो कि शिशु के ठीक न होने का आभास हो तो ही वो आपको सूचित करें तभी परिवार आपको सही समय पर सूचना देंगे।
- इस तरह की सूचना मिलते ही जल्दी से जल्दी गृह भेंट करें।
- मां से यह आग्रह करें कि वह आपके सामने अपने शिशु को स्तनपान कराएं, शांतिपूर्वक 10–15 मिनट तक स्तनपान का अवलोकन करें। बिलकुल वैसे ही जैसा आज हमने अभ्यास किया है।
- यदि आपके गृह भेंट के समय शिशु सो गया हो या उसने बिल्कुल अभी ही स्तनपान किया हो तो हम मां से कहें कि आप उसके बच्चे को स्तनपान करते हुए देखना चाहते हैं। और 1 या 2 घंटे बाद फिर से गृह भेंट करें।
- यदि शिशु ने पिछले दो घंटे में अच्छी तरह से स्तनपान किया हो और वह जगाने पर भी जाग न रहा हो तो परिवार को सलाह दें कि और इंतजार न करें तथा शिशु को तत्काल अस्पताल में उचित देखभाल के लिए लेकर जाएं।

अगले महीने के कार्य बिन्दु–3

शिशु के बीमार पड़ जाने पर स्तनपान का अवलोकन करना

- जब भी हमें पता चले कि शिशु बीमार है तो हमें उसके यहां जल्द से जल्द गृह भेंट करनी होगी।

- हम मां से यह आग्रह करेंगे कि वह हमारे सामने शिशु को स्तनपान कराएं और स्तनपान का अवलोकन करेंगे।

- यदि शिशु आवश्यकतानुसार ताकत से स्तनपान नहीं कर रहा हो तो हम परिवार को तुरंत अस्पताल जाने की सलाह देंगे।

1 यह मासिक बैठक क्यों?
2 गृह भेंट योजना पंजी कैसे बनाएं या अपडेट करें, गृह भेंट की शुरूआत
3 आंगनवाड़ी केन्द्र पर आयोजित समुदायिक कार्यक्रम की योजना एवं आयोजन
4 नवजात शिशुओं में स्तनपान का अवलोकन - क्यों और कैसे?
5 कमज़ोर नवजात शिशु की पहचान और देखभाल
6 ऊपरी आहार - भोजन में विविधता
7 महिलाओं में एनीमिया की रोकथाम
8 शिशुओं में शारीरिक वृद्धि का आकलन
9 समय के साथ ऊपरी आहार में सुधार और वृद्धि
10 केवल स्तनपान सुनिश्चित करना
11 कमजोर नवजात शिशु की देखभाल - आखिर कितने कमजोर बच्चे हम से छूटे रहे हैं?
12 हम ऊपरी आहार की शुरूआत समय से कैसे सुनिश्चित करें?
13 गंभीर दुबलेपन को कैसे पहचाने एवं रोकें?
14 बीमारी के दौरान शिशु का आहार
15 स्तनपान संबंधित समस्याओं में माता को सहयोग
16 कंगारू मदर केयर की मदद से कमज़ोर शिशु की देखभाल कैसे करें?
17 बीमार नवजात शिशु की पहचान एवं रेफरल सेवा
18 कुपोषण और मृत्यु से बचने के लिए बीमारियों से बचाव
19 बच्चों और किशोरियों में खून की कमी/एनीमिया की रोकथाम
20 प्रसव पूर्व तैयारी - अस्पताल और घर पर होने वाले प्रसव के लिए
21 गर्भावस्था के दौरान तैयारी - नवजात शिशु की देखभाल और परिवार नियोजन