দুটি সন্তানের বেশি নয়
একটি হলে ভাল হয়

পরিবার কল্যাণ সহকারী (FWA) রেজিস্টার

এমআইএস ইউনিট
পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য শিক্ষা ও পরিবার কল্যাণ বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

বাড়ী পরিদর্শন করে পরিবার কল্যাণ সহকারী
পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি বিতরণ করছেন

ছয় মাস পর্যন্ত শিশুকে শুধুমাত্র মায়ের দুধ খাওয়ান

বাড়ী পরিদর্শন করে মা ও শিশু স্বাস্থ্য পরিচর্যা বিষয়ে
পরিবার কল্যাণ সহকারী পরামর্শ দিচ্ছেন

পরিবার কল্যাণ সহকারী সেবা নিতে
উদ্বুদ্ধ করে বিদায় নিচ্ছেন

পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা স্যাটেলাইট ক্লিনিকে
সেবা প্রদান করছেন

পরিবার কল্যাণ সহকারী রেজিস্টার

(নবম সংস্করণ)

ছবি

কর্মীর পরিচিতিঃ

নাম	:.....	জাতীয় আইডি নং	:.....
ইউনিট নং	:.....	ওয়ার্ড নং	:.....
ইউনিয়ন	:.....	উপজেলা/থানা	:.....
জেলা	:.....	বিভাগ	:.....
মোবাইল নং	:.....		

রেজিস্টার চূড়ান্তকরণে যাঁরা অবদান রেখেছেন

রেজিস্টার প্রণয়ন কমিটির সদস্য বৃন্দঃ					
১.	পরিচালক (এমআইএস), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	আহবায়ক	১৮.	জনাব মোঃ মাহমুদুর রহমান চৌধুরী, পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা, এমআইএস ইউনিট পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
২.	পরিচালক (প্রশাসন), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	১৯.	জনাব মোঃ শাহজাহান, কল্যাণ কর্মকর্তা, পেনশন শাখা, প্রশাসন ইউনিট পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৩.	পরিচালক (আইইএম), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২০.	জনাব প্রদীপ চন্দ্র রায়, উপজেলা পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা, নারায়নগঞ্জ সদর, নারায়নগঞ্জ।	সদস্য
৪.	পরিচালক (এমসিএইচ -সার্ভিসেস), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২১.	ডা ঃ রেহেনা আকতার,মেডিক্যালঅফিসার(এমসিএইচ-এফপি),মিরপুর, ঢাকা।	সদস্য
৫.	পরিচালক (উপকরণ ও সরবরাহ), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২২.	লক্ষ্মী রানী বাড়ৈ, ইভ্যালুয়েশন অফিসার, এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৬.	পরিচালক (পরিকল্পনা), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২৩.	জনাব মো ঃ আতিকুর রহমান ইনুক, সহকারী মেইনটেন্যান্স ইঞ্জিনিয়ার, এমআইএস ইউনিট পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৭.	পরিচালক (অর্থ), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২৪.	জনাব জাকির হোসেন মোল্লা, লজিস্টিক্স মনিটরিং অফিসার (অঃদাঃ), এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৮.	পরিচালক, পরিবার পরিকল্পনা, ঢাকা বিভাগ।	সদস্য	২৫.	জনাব কৃষ্ণ প্রতিম দত্ত, পরিসংখ্যানবিদ(অঃ দাঃ), এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৯.	জনাব অজয় রতন বড়ুয়া, উপপরিচালক ও প্রোগ্রাম ম্যানেজার (এলএমআইএস), এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২৬.	জনাব তোফায়েল আহমেদ, সহকারী পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা, উপজেলাঃ নবাবগঞ্জ, জেলা-ঢাকা।	সদস্য
১০.	জনাব মেহবুব মোর্শেদ, প্রোগ্রাম ম্যানেজার (পিএমআইএস) এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২৭.	সুর্পনা বড়ুয়া, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, ধর্মপুর ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র, উপজেলা-ফটিকছড়ি, জেলা-চট্রগ্রাম।	সদস্য
১১.	জনাব মোঃ মাহবুব-উল-আলম, প্রোগ্রাম ম্যানেজার(কোঃ এ্যাঃ), এফএসডিপি, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর	সদস্য	২৮.	শ্যামলা সরকার, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, সোমভাগ ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র, উপজেলা-ধামরাই, জেলা-ঢাকা।	সদস্য
১২.	ডাঃ নুরুন নাহার, প্রোগ্রাম ম্যানেজার(কোঃ এ্যাঃ), সিসিএসডিপি, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	২৯.	মোঃ রিয়াজউদ্দিন, পরিবার পরিকল্পনা পরিদর্শক, জিনজিরা ইউনিয়ন, উপজেলা- কেরানীগঞ্জ, জেলা-ঢাকা।	সদস্য
১৩.	ডা ঃ ফরিদ উদ্দিন আহমদ, উপ পরিচালক(সার্ভিসেস), এমসিএইচ সার্ভিসেস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	৩০.	বেগম সাবিহা মরিয়ম শান্তা, পরিবার পরিকল্পনা পরিদর্শক, সুলতানপুর ইউনিয়ন, উপজেলা-রাউজান, জেলা-চট্রগ্রাম।	সদস্য
১৪.	জনাব মোঃ বসির উদ্দিন, উপ-পরিচালক, পরিবার পরিকল্পনা, নারায়ণগঞ্জ।	সদস্য	৩১.	বেগম তাহমিনা আজাদ, পরিবার কল্যাণ সহকারী, ৩/খ ইউনিট, আশুলিয়া ইউনিয়ন, উপজেলা-সাভার, জেলা-ঢাকা।	সদস্য
১৫.	জনাব সফিউল হক, সহকারী পরিচালক, এমআইএস ইউনিট পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	৩২.	ঝুনু রানী দে, পরিবার কল্যাণ সহকারী, ২/খ চরলক্ষ্যা ইউনিয়ন, পটিয়া,চট্টগ্রাম।	সদস্য
১৬.	জনাব মোহাঃ সফিকুর রহমান, সহকারী পরিচালক, এমআইএস ইউনিট পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য	৩৩.	বেগম সেলিনা আক্তার, উপরিচালক ও প্রোগ্রাম ম্যানেজার(এসএস) এমআইএস ইউনিট পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য - সচিব
১৭.	বেগম খোরশেদা আক্তার, প্রোগ্রামার, এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য			

রেজিস্টার প্রণয়ন কোর কমিটির সদস্যবৃন্দ ঃ

১.	বেগম সেলিনা আক্তার, উপরিচালক ও প্রোগ্রাম ম্যানেজার, এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সমন্বয়ক
২.	জনাব মোঃ বসির উদ্দিন, উপ-পরিচালক, পরিবার পরিকল্পনা, নারায়ণগঞ্জ।	সদস্য
৩.	ডাঃ নুরুন নাহার, প্রোগ্রাম ম্যানেজার(কোঃ এ্যাঃ), সিসিএসডিপি, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৪.	জনাব মোঃ মাহবুব-উল-আলম, প্রোগ্রাম ম্যানেজার(কোঃ এ্যাঃ),এফএসডিপি, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৫.	জনাব মোঃ হুমায়ুন কবির, সহকারী প্রধান ও পিএম, পরিকল্পনা ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	সদস্য
৬.	ডা ঃ ফরিদ উদ্দিন আহমদ, সহকারী পরিচালক(সার্ভিসেস), এমসিএইচ সার্ভিসেস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	**সদস্য**
৭.	জনাব মোহাঃ সফিকুর রহমান, সহকারী পরিচালক, এমআইএস ইউনিট ,পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	**সদস্য**
৮.	ডা ঃ রেহেনা আকতার,মেডিক্যালঅফিসার(এমসিএইচ-এফপি), মিরপুর, ঢাকা।	**সদস্য**
৯.	লক্ষ্মী রানী বাড়ৈ, ইভ্যালুয়েশন অফিসার, এমআইএস ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর।	**সদস্য**
১০.	শ্যামলা সরকার, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, সোমভাগ ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র, উপজেলা-ধামরাই, জেলা-ঢাকা।	**সদস্য**
১১.	ঝুনু রানী দে, পরিবার কল্যাণ সহকারী, ২/খ চরলক্ষ্যা ইউনিয়ন, পটিয়া, চট্টগ্রাম।	**সদস্য**
১২.	ডা: মহিব্বুল আবরার, এ্যাডভাইজার, এইচএমআইএস, মামনি-এইচএসএস, ঢাকা।	**সদস্য**

সূচিপত্র

ক্রমিক নং	বিষয়	পৃষ্ঠা
১.	পরিবার কল্যাণ সহকারীর দায়িত্ব ও কর্তব্য	৫-৬
২.	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের সচিত্র পরিচিতি	৭
৩.	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতা বাছাইকরণ ও গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা	৮-১৩
৪.	গর্ভকালীন, প্রসবকালীন, প্রসবোত্তর এবং নবজাতকের সেবাদান সহায়ক তালিকা	১৪-১৫
৫.	কিশোর-কিশোরীর স্বাস্থ্য সমস্যা সনাক্তকরণ ও প্রয়োজনীয় পরামর্শ প্রদান সহায়ক তালিকা	১৬
৬.	পুষ্টিসেবাদান সহায়ক তালিকা	১৭
৭.	দম্পতি ছকের সেবাদান অংশ পূরণের সংকেত	১৮-১৯
৮.	দম্পতি ছক	২০-২৩৯
৯.	শূন্য থেকে ১৫ মাস বয়সী শিশুর তালিকা ছক	২৪০-২৬৫
১০.	শিশু (০-৫ বৎসরের নিচে) সেবাদান ছক	২৬৬-২৭৭
১১.	কিশোর-কিশোরীর স্বাস্থ্য সেবাদান ছক	২৭৮-২৯৩
১২.	গর্ভবতী মা ও নবজাতকের তথ্য/সেবা ছক	২৯৪-৩৭৭
১৩.	মৃত্যু তালিকা ছক	৩৭৮-৩৮৫
১৪.	দৈনিক কার্যাবলীর হিসাব ছক	৩৮৬-৪৫৭
১৫.	ইনজেকটেবল গ্রহণকারীর তালিকা ছক	৪৫৮-৪৮৭
১৬.	মাসিক মওজুদ ও বিতরণের হিসাব ছক	৪৮৮-৪৯৬
১৭.	খানার জনসংখ্যার হিসাব ছক	৪৯৭-৫২৬
১৮.	গ্রামভিত্তিক জনসংখ্যার হিসাব ছক	৫২৭-৫২৮
১৯.	সন্তান সংখ্যা অনুযায়ী এবং বয়স ভিত্তিক পদ্ধতি গ্রহণকারী ও অগ্রহণকারী সক্ষম দম্পতিদের বিন্যাস ছক	৫২৯-৫৩১
২০.	পরিবার পরিকল্পনা পরিদর্শকের তদারকি ছক	৫৩২-৫৪৪
২১.	জনপ্রতিনিধি/কর্মকর্তাদের তদারকি ছক	৫৪৫-৫৪৯

List of abbreviation

AFHS	Adolescent Friendly Health Services
AIDS	Acquired Immune Deficiency Syndrome
AMTSL	Active Management of Third Stage of Labor
ANC	Antenatal Care
ARH	Adolescent Reproductive Health
ASD	Autism Spectrum Disorder
ASRH	Adolescent Sexual and Reproductive Health
BDHS	Bangladesh Demographic and Health Surveys
BEmONC	Basic Emergency Obstetric and Newborn Care
BFHI	Baby Friendly Hospital Initiatives
BLTL	Bi-Lateral Tubal Ligation
BMMS	Bangladesh Maternal Mortality and Health Care Survey
BNMC	Bangladesh Nursing and Midwifery Council
CAR	Contraceptive Acceptance Rate
CBHC	Community Based Health Care
CC	Community Clinic
CCSDP	Clinical Contraceptive Service Delivery Programme
CEmONC	Comprehensive Emergency Obstetric and Newborn
CG	Community Group
CHCP	Community Health Care Provider
CHX	Chlorhexidine
C-IMCI	Community-based Integrated Management of Childhood Illness
CNCP	Comprehensive New-born Care Package
CPR	Contraceptive Prevalence Rate
CRS	Congenital Rubella Syndrome
CS	Cesarean Section
CSBA	Community Based Skilled Birth Attendant
CBE	Clinical Breast Examination
DDSKit	Drugs and Dietary Supplementary Kit
DGFP	Directorate general of Family Planning
DGHS	Directorate General of Health Services
DMPA	Depo Medoroxy Progesteron Acetate
DLI	Disbursment Link Indicator
DLR	Disbursment Link Result
DGNMS	Directorate General of Nursing and Midwifery Services
ECD	Early Childhood Development
ECP	Emergency Contraceptive Pill
EDD	Expected Date Of Delivery
EmOC	Emergency Obstetric Care

ENC	Essential Newborn Care
EPI	Expanded Programme on Immunization
ESD	Essential Service Delivery
FP	Family Planning
FPFSD	Family Planning Field Service Delivery
FPI	Family Planning Inspector
FWA	Family Welfare Assistant
FWV	Family Welfare Visitor
GMP	Growth Monitoring and Promotion
HA	Health assistant
HBB	Helping Babies Breathe
HEP	Health Education and Promotion
HepB0	Hepatitis B Vaccine Birth Dose
HER	Health Electronic Record
HFA	Health for All
HI	Health Inspector
HIS&eH	Health Information System & e-Health
HIV	Human Immunodeficiency Virus
HNP	Health, Nutrition and Population
HPNSP	Health, Population and Nutrition Sector Programme
HTR	Hard-to-Reach
HTN	Hypertension
IEC	Information, Education and Communication
IEM	Information, Education & Motivation
IFA	Iron Folic Acid
IMR	Infant Mortality Rate
IPC	Interpersonal Communication
IPHN	Institute of Public Health and Nutrition
IUD	Intra Uterine Device
IYCF	Infant and Young Child Feeding
KMC	Kangaroo Mother Care
LAPM	Long Acting and Permanent Method
LARC&PM	Long Acting Reversible Contraceptives and Permanent Methods
LD	Line Director
LGD	Local Government Division
MAM	Moderate Acute Malnutrition
MCH	Maternal and Child Health
MCH&FP	Maternal, Child Health and Family Planning
MCRAH	Maternal, Child, Reproductive and Adolescent Health

MHV	Multipurpose Health Volunteer
MMR	Maternal Mortality Ratio
MNCH	Maternal, Neonatal and Child Health
MR	Menstrual Regulation
MSR	Medical and Surgical Requisites
MIS-FP	Management Information System of Family Planning
NGO	Non-Government Organization
NMR	Neonatal Mortality Rate
NSV	No-Scalpel Vasectomy
OPD	Outpatient Department
OPV	Oral Polio Vaccine
ORT	Oral Rehydration Therapy
PAC	Post Abortion Care
PCV	Pneumococcal Conjugate Vaccine
P DLA	Pregnancy During Lactitional Amenorrhoea
PLW	Pregnant and Lactating Women
PNC	Post Natal Care
PPH	Post-Partum Hemorrhage
RH	Reproductive Health
RHIS	Routine Health Information System
RTI	Reproductive Tract Infections
SAM	Severe Acute Malnutrition
SBA	Skilled Birth Attendant
SBCC	Stratagy of Behavior Change Communication
SC	Satellite Clinic
SCANU	Special Care Newborn Unit
SCMP	Supply Chain Management Portal
SDG	Sustainable Development Goal
SDP	Service Delivery point
SRHR	Sexual and Reproductive Health Rights
STI	Sexually Transmitted Infection
TBA	Traditional Birth Attendant
TFR	Total Fertility Rate
UH&FWC	Union Health and Family Welfare Centre
UHC	Universal Health Coverage
UHC	Upazila Health Complex
UIMS	Upazila Inventory Management System
USC	Union Sub Centre
VIA	Visual inspection with acitic acid
WFHI	Women Friendly Hospital Initiative

১. পরিবার কল্যাণ সহকারীর দায়িত্ব ও কর্তব্য

কার্যক্রমঃ

পরিবার কল্যাণ সহকারী (FWA) পরিবার পরিকল্পনা, মা ও শিশুস্বাস্থ্য, কৈশোরকালীন স্বাস্থ্য ও পুষ্টি কর্মসূচীর একজন মুখ্য মাঠকর্মী এবং ইউনিয়নে পরিবার পরিকল্পনা কর্মী দলের একজন সদস্য। তাঁর ভূমিকা হবে পরিবার পরিকল্পনা, মা ও শিশুস্বাস্থ্য, কিশোর কিশোরীর স্বাস্থ্য এবং পুষ্টি বিষয়ে নির্ধারিত ইউনিটের সকল সক্ষম দম্পতিকে তথ্য ও শিক্ষা প্রদান এবং উদ্বুদ্ধকরণ, সক্ষম দম্পতি ও অনুর্ধ্ব পাঁচ বছরের শিশুদের যথাযথ সেবা প্রদান, কিশোর-কিশোরীর সেবা নিশ্চিত করার উদ্দেশ্যে বাড়ী পরিদর্শন, স্যাটেলাইট ক্লিনিক, কমিউনিটি ক্লিনিক ও ইপিআই কার্যক্রমসহ সকল কাজ সম্পাদন করা। তাঁর ইউনিটের দম্পতিদের সাথে নিবিড় যোগাযোগ স্থাপন ও রক্ষা করা।

১. পরিকল্পনা প্রণয়ন ও কর্মসূচী বাস্তবায়নঃ

১.১ পরিবার পরিকল্পনা, মা ও শিশুস্বাস্থ্য, কৈশোরকালীন স্বাস্থ্য এবং পুষ্টি কার্যক্রমের কৌশল প্রণয়ন।

১.২ লক্ষ্যমাত্রা অর্জনের জন্য পরিকল্পনা প্রণয়ন।

১.৩ ইউনিয়নের নির্ধারিত লক্ষ্যমাত্রা বাস্তবায়ন এবং সপ্তাহের নির্ধারিত দিনে কমিউনিটি ক্লিনিকে দায়িত্ব পালন।

১.৪ বাড়ী পরিদর্শন, স্যাটেলাইট ক্লিনিক আয়োজন, কমিউনিটি ক্লিনিক, ইপিআই কর্মসূচী ও অন্যান্য কাজের জন্য মাসিক অগ্রিম কর্মসূচী প্রণয়ন।

১.৫ উপজেলায় মাসিক সভা, পরিবার কল্যাণ কেন্দ্রে পাক্ষিক সভা, ইউনিয়ন পরিবার পরিকল্পনা কমিটি এবং পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র পরিচালনা কমিটির সভায় অংশগ্রহণ।

১.৬ কিশোর-কিশোরীর স্বাস্থ্যসেবা প্রদান, সেবা গ্রহীতাদের রেফার করা ও পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকাকে নিজ এলাকার বাড়ী পরিদর্শনে সহায়তা প্রদান।

১.৭ ওয়ার্ড পরিবার পরিকল্পনা কমিটি ও স্যাটেলাইট ক্লিনিক সংগঠন কমিটির সদস্য হিসাবে দায়িত্ব পালন।

২. পরিবার পরিকল্পনাঃ

২.১ দম্পতি ও মায়েদের তথ্য ও শিক্ষা প্রদান এবং তাঁদের উদ্বুদ্ধকরণ।

২.২ নতুন গ্রহীতাদের পদ্ধতি অনুসারে বাছাইকরণ।

২.৩ সেবা গ্রহণকারীদের মধ্যে খাবার বড়ি, কনডম, ইসিপি ও মিসোপ্রোস্টল বিতরণ।

২.৪ স্থায়ী পদ্ধতি, আই ইউ ডি, ইনজেকটেবল, ইমপ্ল্যান্ট এবং এম আর/ এমআরএম ব্যবস্থা গ্রহণে ইচ্ছুকদের সংশ্লিষ্ট সেবা কেন্দ্রে রেফার করা।

২.৫ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত পরিবার কল্যাণ সহকারী কর্তৃক জন্মনিরোধক ইনজেকটেবলের দ্বিতীয় ও পরবর্তী ডোজ প্রদান।

২.৬ জন্মনিয়ন্ত্রণ সামগ্রীর নিয়মিত সংগ্রহ ও সরবরাহ নিশ্চিত রাখার জন্য পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণকারীদের সাথে যোগাযোগ করা।

২.৭ পদ্ধতি গ্রহণকারী কোন প্রকার জটিলতার সম্মুখীন হলে তা পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা/মেডিক্যাল অফিসার(এফডব্লিউ/ এমসিএইচ-এফপি/ক্লিনিক) এর নিকট রেফার করা।

২.৮ মহিলাদের প্রজননতন্ত্রের রোগ (RTI) এবং যৌন রোগ (STI), এইচআইভি/এইডস সম্পর্কে পরামর্শ (Counseling) প্রদান।

৩. স্যাটেলাইট ক্লিনিকঃ

৩.১ এলাকাবাসীদের স্যাটেলাইট ক্লিনিকের স্থান ও সময়সূচীর বিষয়ে অবহিত করা। গর্ভবতী ও মায়েদের স্যাটেলাইট ক্লিনিকে উপস্থিত হবার জন্য উদ্বুদ্ধকরণ।

৩.২ যৌন রোগ সংক্রমন (STI/HIV/AIDS) প্রতিরোধ এবং জন্মনিয়ন্ত্রণে কনডম ব্যবহারের পরামর্শ দেয়া ও সরবরাহ করা।

৩.৩ প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা, এমআর ও গর্ভপাত পরবর্তী সেবা প্যাক (PAC) পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণে উদ্বুদ্ধকরণ ও ইচ্ছুকদের সংশ্লিষ্ট সেবা কেন্দ্রে রেফার করা।

৩.৪ বন্ধ্যাত্ব চিকিৎসার জন্য আগত দম্পতিদের মেডিক্যাল অফিসার (এমসিএইচ-এফপি/ক্লিনিক) এর নিকট রেফার করা।

৩.৫ স্বাস্থ্য শিক্ষা প্রদান এবং মা ও শিশুদের রেজিস্ট্রেশন করা। ইনজেকটেবল ও আইইউডি গ্রহীতা বৃদ্ধিকল্পে পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকাকে সহায়তা প্রদান।

৪ গর্ভবতী, প্রসূতি ও নবজাতকের সেবাঃ

৪.১ এলাকায় গর্ভবতী মায়ের তালিকা তৈরী ও মাসভিত্তিক হালনাগাদ করা এবং পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকার নিকট প্রেরণ। গর্ভবতী মাকে প্রসবপূর্ব সেবা গ্রহণের জন্য স্যাটেলাইট ক্লিনিক/পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র/উপজেলা স্বাস্থ্য ও পঃ কঃ কমপ্লেক্স/মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্রে গমনের পরামর্শ প্রদান।

৪.২ নিরাপদ প্রসব, পুষ্টি ও গর্ভাবস্থায় প্রতিষেধক টিকা গ্রহণের গুরুত্ব সম্পর্কে মহিলা ও পরিবারের সদস্যদের পরামর্শ প্রদান।

৪.৩ ঝুঁকিপূর্ণ গর্ভবতীদের চিহ্নিত করে তাঁদের স্যাটেলাইট ক্লিনিক অথবা পরিবার কল্যাণ কেন্দ্রে কর্মরত পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকার সাথে দেখা করতে সাহায্য করা এবং প্রয়োজনবোধে তাদেরকে মেডিক্যাল অফিসার (এফডব্লিউ/এমসিএইচ-এফপি/ক্লিনিক) এর নিকট রেফার করা।

৪.৪ নিরাপদ প্রসবসেবা নিশ্চিত করার জন্য স্বাভাবিক গর্ভবতী মা-দের প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত ব্যক্তি/পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকার নিকট রেফার করা।

৪.৫ জন্মের ১ ঘন্টার মধ্যে শিশুকে শালদুধ খাওয়ানো এবং ৬ মাস বয়স পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের দুধ খাওয়ানোর পরামর্শ দেওয়া। শিশুর বয়স ৬ মাস পূর্ণ হবার পর থেকে মায়ের দুধের পাশাপাশি বাড়তি খাবার খাওয়ানোর পরামর্শ প্রদান।

৪.৬ প্রসবোত্তর মায়েদের বাড়ী পরিদর্শন, তাঁদের সাথে নিয়মিত যোগাযোগ রাখা এবং তাদের প্রসবোত্তর সেবা গ্রহণের জন্য স্যাটেলাইট ক্লিনিক/পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র/উপজেলা স্বাস্থ্য ও পঃ কঃ কমপ্লেক্স/মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্রে গমনের পরামর্শ প্রদান।

৪.৭ মিসোপ্রোস্টল বড়ি ও ৭.১% ক্লোরহেক্সিডিন ড্রপার বোতল বিতরণ করা।

৪.৮ নবজাতকের বিপদচিহ্ন, অসুস্থতা চিহ্নিতকরণ ও সেবা গ্রহণের প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে উদ্বুদ্ধকরণ ও সংশ্লিষ্ট সেবা কেন্দ্রে রেফার করা।

৫ রোগ প্রতিরোধ ও টিকাদানঃ

৫.১ ব্যক্তিগত পরিস্কার পরিচ্ছন্নতার মাধ্যমে ডায়রিয়া প্রতিরোধ সম্পর্কে এলাকাবাসীদের পরামর্শ প্রদান।

৫.২ সম্প্রসারিত টিকাদান কেন্দ্রে অংশ গ্রহণ।

৫.৩ খাবার স্যালাইন অথবা লবণ-গুড়/চিনি'র শরবত তৈরী এবং ডায়রিয়া আক্রান্ত শিশুদের যত্ন সম্পর্কে মায়েদের পরামর্শ প্রদান।

৫.৪ মারাত্মক ডায়রিয়া রোগীদের পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র/উপজেলা স্বাস্থ্য ও পঃ কঃ কমপ্লেক্সে রেফার করা।

৬ পুষ্টি শিক্ষাঃ

৬.১ সহায়িকা ও ফ্লাশ কার্ড ব্যবহার করে মায়েদের স্বাস্থ্য বিষয়ক তথ্য ও শিক্ষা প্রদান এবং পুষ্টি সম্পর্কে পরামর্শ প্রদান।

৬.২ গর্ভবতী মা ও শিশুর জন্য আয়রন ও ফলিক এসিড বড়ি(আইএফএ), মাল্টিপুল মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট পাউডার(এমএনপি) ও ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল বিতরণ।

৬.৩ আয়োডিনযুক্ত খাবার গ্রহণে উদ্বুদ্ধকরণ।

৬.৪ মধ্যম অপুষ্টি (MAM), মারাত্মক অপুষ্টি (SAM) ও রক্তশূন্য রোগীদের পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র/মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্র/উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে প্রেরণ।

৭ উপকরণ ও সরবরাহঃ

৭.১ উপজেলা পরিবার পরিকল্পনা কার্যালয় হতে জন্মনিরোধক সামগ্রী সংগ্রহ এবং মিনি স্টোরে সংরক্ষণ।

৭.২ পরিবার পরিকল্পনা, মা ও শিশু স্বাস্থ্য বিষয়ক আইইসি উপকরণ সংগ্রহ ও বিতরণের ব্যবস্থা করা।

৭.৩ রেজিস্টারে উপকরণাদির প্রাপ্তি, বিতরণ ও মওজুদ সঠিকভাবে লিপিবদ্ধকরণ এবং উপজেলা পরিবার পরিকল্পনা কার্যালয়ে নির্দিষ্ট ফরমে মাসিক হিসাব প্রদান।

৮ তথ্য সংরক্ষণ ও প্রতিবেদন তৈরীঃ

৮.১ পরিবার কল্যাণ সহকারী রেজিস্টারে ইউনিটভূক্ত সকল সক্ষম দম্পতির নাম লিপিবদ্ধ করা, সকল প্রকার তথ্য, যেমন- সক্ষম দম্পতি, পদ্ধতি গ্রহণকারী, গর্ভবতী মা ও নবজাতকের সেবা, মায়ের পুষ্টি ও শিশুর পুষ্টি, জন্ম ও মৃত্যু, ০-৫ বৎসরের শিশুদের সেবা, কিশোর কিশোরীদের স্বাস্থ্যসেবা সম্পর্কিত তথ্য সংরক্ষণ ও নিয়মিত হালনাগাদকরণ।

৮.২ জন্মনিয়ন্ত্রণ সামগ্রী, অন্যান্য সামগ্রী বিতরণ ও মওজুদ এবং কাজের অগ্রগতি বিষয়ে মাসিক/বার্ষিক প্রতিবেদন তৈরী করা।

৮.৩ কর্ম এলাকার জনসংখ্যা, বয়স ও সন্তানভিত্তিক পদ্ধতি গ্রহণকারী-অগ্রহণকারী দম্পতির তথ্য এবং বাজার হতে পরিবার পরিকল্পনা সামগ্রি ক্রয়ের বাৎসরিক হিসাব সংগ্রহ ও প্রতিবেদন প্রেরণ।

৯ অন্যান্য দায়িত্বঃ

৯.১ প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণ।

৯.২ ঔষধি, ফলজ এবং বনজ বৃক্ষ রোপণে পরামর্শ প্রদান।

৯.৩ ডায়রিয়া প্রতিরোধে জলাবদ্ধ পায়খানা ব্যবহারের পরামর্শ প্রদান।

৯.৪ জন্মনিবন্ধন কার্যক্রমে জনগণকে উদ্বুদ্ধকরণ।

৯.৫ বাল্যবিবাহ প্রতিরোধে উদ্বুদ্ধকরণ।

৯.৬ কৈশোর সহিংসতা প্রতিরোধ, মানসিক সমস্যা চিহ্নিত ও নিরাময় বিষয়ক পরামর্শ প্রদান

৯.৭ অটিজম ও অন্যান্য স্নায়ুবিক সমস্যা (বিশেষ শিশু)

৯.৮ উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষ ও স্থানীয় সরকার কর্তৃক সময় সময় অর্পিত অপরাপর সকল দায়িত্ব পালন।

২. পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের সচিত্র পরিচিতি

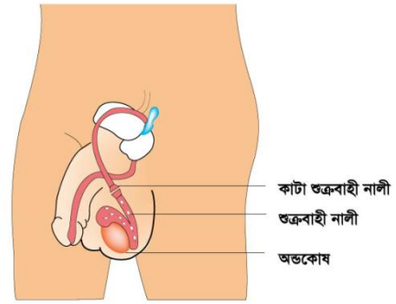
খাবার বড়ি

- মিশ্র খাবার বড়ি (সুখী)
- শুধুমাত্র প্রজেস্টেরণ সমৃদ্ধ খাবার বড়ি (আপন)

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সমূহ

অস্থায়ী পদ্ধতি		স্থায়ী পদ্ধতি
স্বল্পমেয়াদি	দীর্ঘমেয়াদি	
▪ খাবার বড়ি ▪ কনডম ▪ ইনজেকটেবল	▪ আইইউডি ▪ ইমপ্ল্যান্ট	▪ স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ) - এনএসভি ▪ স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) - টিউবেকটমী

স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ) -এনএসভি



কনডম

ইনজেকটেবল

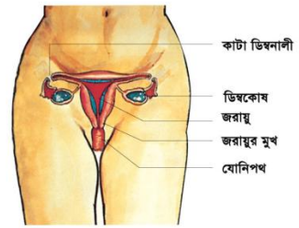
আইইউডি

ইমপ্ল্যান্ট

৩ বছর মেয়াদি - ইমপ্লানন

৫ বছর মেয়াদি - জেডেল

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) - টিউবেকটমী



৩.১ খাবার বড়ি গ্রহীতা বাছাইকরণ ও গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

কার্যকারিতাঃ শতকরা ৯৯.৭ ভাগ

কোন প্রকার প্রয়োগ নিষেধ না থাকলে মেনোপজ না হওয়া পর্যন্ত মিশ্র বড়ি ব্যবহার করা যায়

খাবার বড়ি গ্রহীতা বাছাইকরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

১. আপনার শেষ সন্তান কি বুকের দুধ খায়? (যদি শেষ সন্তানের বয়স ৬ মাস ও তার কম হয়) → মহিলাকে শুধুমাত্র প্রজেস্টেরণ সমৃদ্ধ খাবার বড়ি (আপন) নিতে সাহায্য করুন।

২. আপনি কি ধুমপান করেন অথবা পানের সাথে জর্দা খান? (মহিলার বয়স যদি ৩৫ বছর এর বেশী হয়) → মহিলাকে হরমোন ব্যতিত অন্য আরেকটি পদ্ধতি নিতে সাহায্য করুন।

৩. আপনার শেষ মাসিক কি চার সপ্তাহের আগে হয়েছে? (মহিলা কি মনে করেন তার পেটে সন্তান এসে গেছে?)
৪. আপনার স্তনে কি শক্ত চাকা আছে ?
৫. গত এক বছরের মধ্যে কোন সময় আপনার চোখ অথবা গায়ের রং হলুদ হয়ে গিয়েছিল কি?
৬. আপনার দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে রক্ত যায় কি? সহবাসের পর রক্ত যায় কি ?
৭. সামান্য কাজের পর আপনার বুকে ব্যথা বা শ্বাস কষ্ট হয় কি ?
৮. আপনার কি ঘন ঘন খুব বেশী মাথা ব্যথা হয় ও চোখে ঝাপসা দেখেন কি?
৯. আপনার পায়ের শিরাগুলো ফুলে গিয়ে ব্যথা করে কি?
১০. কখনও কি আপনার যে কোন পায়ে বেশ কয়েক দিন ধরে প্রচন্ড ব্যথা হয়েছিল?
১১. কোন স্বাস্থ্য কর্মী বা ডাক্তার আপনাকে কি জানিয়েছিল যে আপনার অনিয়ন্ত্রিত বহুমূত্র বা ডায়াবেটিস আছে?
১২. আপনার কি মৃগী রোগ আছে অথবা আপনি কি রিফামপিসিনের সাহায্যে যক্ষ্মার চিকিৎসা নিচ্ছেন?

→ মহিলাকে আরও বিস্তারিত পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য FWV এর কাছে নিয়ে যান অথবা পাঠিয়ে দেবার ব্যবস্থা করুন। আপাতত: ব্যবহারের জন্য মহিলাকে কনডম দিয়ে দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয়, মহিলা বড়ি খেতে পারবে। এক্ষেত্রে বড়ি গ্রহণে ইচ্ছুক মহিলাকে নিম্নলিখিত বিষয় সমূহ অবহিত করুন।

খাবার বড়ি গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

১. আপনি কি বড়ি খেতে ভুলে গেছেন ? → এক বা একাধিক দিন বড়ি খেতে ভুলে গেলে নিম্নে প্রদত্ত বর্ণনা অনুযায়ী মহিলাকে পরামর্শ দিন।

২. বড়ি খাওয়ার পর থেকে আপনার কোন ছোট খাট সমস্যা, যেমনঃ
- মাথা ঘোরা, সামান্য মাথা ব্যথা
- স্তন ভারী অনুভব করা
- ওজন বেড়ে যাওয়া
- দুই মাসিকের মধ্যে রক্ত যাওয়া
- অস্বস্তি বোধ করা
- ব্রন ওঠা
- বমি বমি ভাব বা বমি হচ্ছে কি?

→ মহিলাকে বুঝিয়ে দিন যে প্রথম প্রথম এ ধরণের ছোট খাট অসুবিধা হতে পারে। সাধারণত: ৩/৪ মাস বড়ি গ্রহণের পর এ ধরণের অসুবিধা চলে যায়। মহিলাকে পরামর্শ দিন রাতের খাবারের পর পরই যেন বড়ি খায়।

৩. আপনার শেষ মাসিক কি ৬ সপ্তাহ আগে হয়েছে ?(মহিলা কি গর্ভবতী) → যদি ৬ সপ্তাহ মাসিক বন্ধ থাকে তাহলে বড়ি খাওয়া বন্ধ করে FWV এর কাছে প্রেরণ করুন।

৪. সহবাসের পর রক্ত যায় কি ?
৫. গত সাক্ষাতের পর থেকে আপনার ঃ
- চোখ অথবা গায়ের রং হলদে হয়েছে কি ?
- সামান্য কাজের পর বুকে ব্যথা বা শ্বাস কষ্ট হয় কি ?
- ঘন ঘন প্রচন্ড মাথা ধরা অথবা চোখে ঝাপসা দেখেন কি?
- পায়ের মাংস পেশীতে কয়েক দিন ধরে প্রচন্ড ব্যথা হয়েছে কি ?
- স্তনে শক্ত চাকা অনুভব করেছেন কি ?

→ মহিলাকে বড়ি খাওয়া বন্ধ করতে পরামর্শ দিন। তাকে FWV অথবা মেডিক্যাল অফিসার এর কাছে নিয়ে যান বা পাঠানোর ব্যবস্থা করুন।
কনডম সরবরাহ দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তরে মহিলা যদি "না" বলে তাহলে তাকে বড়ি খাওয়া চালিয়ে যেতে পরামর্শ দিন এবং মহিলার নিকট বড়ি আছে কি না তা নিশ্চিত হবার জন্য বড়ির পাতাটি দেখুন, প্রয়োজনে বড়ি দিয়ে দিন।

বড়ি গ্রহীতাদের ডানদিকে উল্লেখিত বিষয় সমূহ ভালভাবে বুঝিয়ে বলুন।

▪ মিশ্র বড়ি(সুখী) ব্যবহার বিধিঃ

⇨ নতুন করে বড়ি খাওয়া আরম্ভ করলে মাসিকের প্রথম দিন থেকে ৫ম দিন পর্যন্ত যে কোন দিন সাদা বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে।
⇨ প্রতিদিন বড়ির পাতায় নির্দেশিত পথ ধরে একটি করে ২১টি সাদা বড়ি খেতে হবে। সাদা বড়ি শেষ হলে সাত দিনে সাতটি খয়েরী বড়ি খেতে হবে।
⇨ খয়েরী বড়ি খাওয়াকালীন অবস্থায় সাধারণতঃ মাসিক শুরু হবে।
⇨ মাসিক হোক বা না হোক খয়েরী বড়ি শেষ হওয়ার পর দিন হতে নতুন পাতা থেকে পূনরায় সাদা বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে।
⇨ প্রতিদিন একই সময়ে বড়ি খাওয়ার অভ্যাস করা ভাল। যেমন - রাতে খাওয়ার পর অথবা শোবার আগে।
⇨ মনে রাখতে হবে কোন কারনে স্বামী সাময়িক ভাকে বাড়িতে না থাকলেও বড়ি খাওয়া বাদ দেওয়া যাবে না।

▪ মিশ্র বড়ি (সুখী) খেতে ভুলে গেলেঃ

⇨ একদিন বড়ি খেতে ভুলে গেলে যখনই মনে পড়বে তখনই একটি বড়ি খাবেন এবং ঐ দিনের বড়িটি যথাসময়ে খাবেন।
⇨ পর পর দুদিন বড়ি খেতে ভুলে গেলে মনে পড়ার সাথে সাথে ২টি বড়ি খাবেন এবং তার পরদিন নির্দিষ্ট সময়ে ২টি বড়ি খাবেন। পাতার বাকী বড়ি নির্দিষ্ট সময়ে প্রতিদিন ১টি করে খাবেন এবং পরবর্তী মাসিক না হওয়া পর্যন্ত কনডম ব্যবহার করবেন বা স্বামীর সাথে সহবাসে বিরত থাকবেন।
⇨ পর পর ৩দিন বড়ি খেতে ভুলে গেলে বড়ি আর খাবেন না এবং পরবর্তী মাসিকের আগ পর্যন্ত কনডম ব্যবহার করবেন বা সহবাস থেকে বিরত থাকবেন।

শুধুমাত্র প্রজেস্টেরণ সমৃদ্ধ খাবার বড়ি (আপন) ব্যবহার বিধিঃ

⇨ যে সব গ্রহীতা শিশুকে বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন তারা শিশু জন্মের ৬ সপ্তাহ পর থেকে বড়ি খাওয়া শুরু করতে পারেন এবং শিশুর বয়স ৬মাস পূর্ণ হওয়া পর্যন্ত প্রতিদিন একই সময়ে ১টি করে বড়ি খাবেন।
⇨ যে সব গ্রহীতা শিশুকে বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন না তারা প্রসবের পর পরই অথবা যে কোন সময় বড়ি খাওয়া শুরু করতে পারেন, মাসিক হোক বা না হোক।
⇨ একটি পাতার সব বড়ি খাওয়া শেষ হলে পরদিনই নতুন আর একটি পাতা থেকে বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে। দুই পাতার মাঝে বিরতি দেওয়া যাবে না।
⇨ যে সব গ্রহীতার মাসিক নিয়মিত হয় তারা মাসিকের ৫দিনের মধ্যে বড়ি খাওয়া শুরু করতে পারেন।

প্রজেস্টেরণ সমৃদ্ধ খাবার বড়ি (আপন) খেতে ভুলে গেলেঃ

⇨ একদিন বড়ি খেতে ভুলে গেলে যখনই মনে পড়বে তখনই একটি বড়ি খাবেন এবং পরবর্তী দুই দিন সুরক্ষার জন্য কনডম ব্যবহার করবেন। সেই সাথে বাকি বড়িগুলো নিয়ম অনুযায়ী একটি করে খেয়ে যাবেন।
⇨ পর পর দুই দিন বড়ি খাওয়া ভুলে গেলে বড়ি খাওয়া বন্ধ করে সুরক্ষার জন্য কনডম ব্যবহার করবেন।

সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া ও সমাধানঃ

পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়াঃ
⇨ বমি বমি ভাব।
⇨ ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব।
⇨ অনিয়মিত মাসিক (আপন এর ক্ষেত্রে।)
⇨ বুকের দুধ কমে যাওয়া (সুখী এর ক্ষেত্রে)।
⇨ সামান্য মাথা ব্যথা।
⇨ স্তন ভারী বোধ হওয়া।

সমাধানঃ
⇨ **প্রথম প্রথম এ ধরণের অসুবিধা হতে পারে। সাধারণত ৩/৪ মাসের মধ্যে এ সকল সমস্যা চলে যায়।**

৩.২ ইনজেকটেবল গ্রহীতা বাছাইকরণ ও গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

কার্যকারিতাঃ শতকরা ৯৯.৭ ভাগ

কোন প্রকার প্রয়োগ নিষেধ না থাকলে মেনোপজ না হওয়া পর্যন্ত মহিলা ইনজেকটেবল নিতে পারেন।

ইনজেকটেবল গ্রহীতা বাছাইকরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুণ। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুণ।

■ বিশেষ দ্রষ্টব্য: রেজিস্টার থেকে জেনে নিন মহিলার সন্তান আছে কি? যদি সন্তান না থাকে তাহলে মহিলাকে ইনজেকটেবল দেয়া যাবে না। সেক্ষেত্রে মহিলাকে অন্য আরেকটি পদ্ধতি বেছে নিতে সাহায্য করুণ।

১. আপনার শেষ সন্তানের বয়স কি দেড় মাসেরও কম?
২. আপনি কি আগামী তিন মাসের মধ্যে সন্তান নিতে চান?

→ আরো বিস্তারিত পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য FWV এর কাছে নিয়ে যান অথবা পাঠিয়ে দেবার ব্যবস্থা করুন। আপাততঃ ব্যবহারের জন্য মহিলাকে কনডম দিয়ে দিন।

৩. আপনার শেষ মাসিক কি চার সপ্তাহের আগে হয়েছে ? (মহিলা কি মনে করে তার পেটে সন্তান এসে গেছে ?)
৪. আপনার স্তনে কি শক্ত চাকা আছে ?
৫. গত এক বছরের মধ্যে কোন সময় আপনার চোখ অথবা গায়ের রং হলুদ হয়ে গিয়েছিল কি?
৬. আপনার দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে রক্ত যায় কি ? সহবাসের পর রক্ত যায় কি ?
৭. সামান্য কাজের পর আপনার বুকে ব্যথা বা শ্বাসকষ্ট হয় কি ?
৮. আপনার কি ঘন ঘন খুব মাথা ব্যথা হয় ও চোখে ঝাপসা দেখেন?
৯. কোন স্বাস্থ্যকর্মী/ডাক্তার আপনাকে কি জানিয়েছে যে আপনার বহুমূত্র বা ডায়াবেটিস আছে?

→ মহিলাকে অন্য আরেকটি পদ্ধতি নিতে সাহায্য করুন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে মহিলাকে ইনজেকটেবল দেয়া যাবে। এক্ষেত্রে মহিলাকে নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ অবহিত করুন।

ইনজেকটেবল গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুণ। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুণ।

ইনজেকটেবল্ নেয়ার পর থেকে আপনার ছোট খাটো সমস্যা যেমন ঃ তলপেটে চাকা অনুভব করা, স্তন ভারী অনুভব করা, ওজন বৃদ্ধি, দুই মাসিকের মধ্যে ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব, অস্বস্তি বোধ করা ইত্যাদি দেখা দিয়েছে কি?

→ মহিলাকে বুঝিয়ে দিন প্রথম কিছুদিন এরকম ছোট খাট অসুবিধা হতে পারে। কিছুদিন পর এসব অসুবিধা চলে যায়। কিছুদিন পরেও যদি ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব বন্ধ না হয় এবং মহিলা এ ব্যাপারে খুবই উদ্বিগ্ন থাকেন তাহলে প্রতিদিন ১টা করে মোট ১০টি খাবার বড়ি খেতে দিন।

১. আপনার কি মাসিক বন্ধ হয়ে গেছে ?

→ ভালভাবে প্রশ্ন করুন এবং গর্ভবতী সন্দেহ হলে FWV এর কাছে প্রেরণ করুন। তা না হলে মহিলাকে বুঝিয়ে বলুন যে ইনজেকটেবলের জন্য মাসিক বন্ধ থাকতে পারে। এতে স্বাস্থ্যের ক্ষতি হয় না। এরপরও যদি মহিলা খুবই উদ্বিগ্ন থাকেন তাহলে ইনজেকটেবলস বন্ধ করে অন্য পদ্ধতি নেয়ার পরামর্শ দিন।

২. মাসিকের সময় খুব বেশী (অতিরিক্ত) রক্ত যায় কি ? (মাসিক কি পাঁচ দিনের বেশী থাকে, স্বাভাবিক সময়ের চেয়ে বেশী বার কাপড় বদলাতে হয়।)

→ ভালভাবে প্রশ্ন করে জানুন অন্য কোন অসুবিধা যথা: চাকা চাকা রক্ত যাওয়া, তলপেটে ব্যথা, দুর্গন্ধযুক্ত স্রাব আছে কিনা। যদি থাকে তবে FWV এর কাছে প্রেরণ করুন। অসুবিধা না থাকলে প্রতিদিন একটি করে ২১ দিন খাবার বড়ি খেতে দিন।

৩. যে জায়গাটিতে ইনজেকটেবল নিয়েছিলেন সেখানে ঘায়ের মত হয়ে গেছে বা পেকে গেছে কি ?

→ মহিলাকে মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট প্রেরণ করুণ এবং কনডম দিয়ে দিন।

৪. খাবার বড়ি দিয়ে চিকিৎসার পরও মাসিকের সময় খুব বেশী রক্ত যায় কি?
৫. সহবাসের পর রক্ত যায় কি ?
৬. শেষ সাক্ষাতের পর থেকে আপনার :
   - চোখ অথবা গায়ের রং হলদে হয়েছে কি?
   - সামান্য কাজের পর বুকে ব্যথা বা শ্বাসকষ্ট হয়েছে কি ?
   - ঘন ঘন খুব বেশী মাথা ধরা অথবা চোখে ঝাপসা দেখেন কি ?

→ মহিলাকে বুঝিয়ে বলুন ইনজেকটেবল বন্ধ করে দেয়া তার জন্য সবচেয়ে ভাল হবে। তাকে আরো পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য FWV অথবা মেডিক্যাল অফিসার এর কাছে নিয়ে যান বা পাঠিয়ে দিন। পরবর্তী ডোজের তারিখ পার হয়ে থাকলে তাকে কনডম দিয়ে দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে মহিলাকে ইনজেকটেবল চালিয়ে যেতে পরামর্শ দিন।

ইনজেকটেবলস গ্রহীতাকে ডানদিকের বিষয় সমূহ ভালভাবে বুঝিয়ে বলুন।

■ ব্যবহার বিধিঃ

- ⇨ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সেবাদানকারীর সাহায্যে ইনজেকটেবল নিতে হয়।
- ⇨ ইনজেকটবল হাতের বা নিতম্বের মাংসপেশীতে নিতে হয়।
- ⇨ প্রথম ডোজ মাসিক শুরুর প্রথম ৫ দিনের মধ্যে নিতে হয়।
- ⇨ ডিএমপিএ (মেড্রোক্সি প্রোজেস্টেরন এ্যাসিটেট) ৩ মাস অন্তর অন্তর নিতে হয়।
- ⇨ পরবর্তী ডোজ নির্ধারিত তারিখের পূর্ববর্তী ১৪ দিনের মধ্যে অথবা পরবর্তী ২৮ দিনের মধ্যে নেয়া যায়।
- ⇨ প্রসবের ৬ সপ্তাহ পর, গর্ভপাত বা এমআর করার পরই ইনজেকটেবল নেয়া যায়।
- ⇨ শুধুমাত্র অটো ডিজএ্যাবল (AD) সিরিঞ্জ দিয়ে ইনজেকটেবল নিতে হয়।

■ সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়াঃ

- ⇨ মাসিক বন্ধ।
- ⇨ অতিরিক্ত রক্তস্রাব।
- ⇨ দুই মাসিকের মধ্যে ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব।
- ⇨ অনিয়মিত মাসিক।
- ⇨ সামান্য ওজন বেড়ে যাওয়া।

■ পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার সমাধানঃ

- ⇨ অনিয়মিত রক্তস্রাব ইনজেকটেবল গ্রহীতার জন্য স্বাভাবিক। গ্রহীতাকে আশ্বস্ত করতে হবে যে দুই/তিন ডোজ নেয়ার পর এগুলো কমে আসবে।
- ⇨ মাসিক বন্ধ থাকায় গ্রহীতা খুবই উদ্বিগ্ন হলে এক চক্র খাবার বড়ি খেতে দিন বা অন্য পদ্ধতি নেয়ার পরামর্শ দিন।
- ⇨ ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাবের জন্য স্বল্পমাত্রার ১টা করে খাবার বড়ি(সুখী) ২১ দিন খেতে দিন।
- ⇨ অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে প্রতিদিন ১টি করে স্বল্পমাত্রার খাবার বড়ি ২১ দিন খেতে দিন এবং প্রয়োজনবোধে এভাবে ২/৩ চক্র বড়ি খেতে বলুন।

৩.৩ আই ইউ ডি গ্রহীতা বাছাইকরণ ও গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

কার্যকারিতা: শতকরা ৯৯.৯ ভাগ

আই ইউ ডি গ্রহীতা বাছাইকরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

- বিশেষ দ্রষ্টব্য: রেজিষ্টার থেকে জেনে নিন, মহিলার সন্তান আছে কি? যদি সন্তান না থাকে তা হলে মহিলাকে আই ইউ ডি দেয়া যাবে না। সেক্ষেত্রে মহিলাকে অন্য আরেকটি পদ্ধতি বেছে নিতে সাহায্য করুন।

১. মাসিকের সময় খুব বেশী রক্ত যায় কি?
(মাসিক কি পাঁচ দিনের বেশী থাকে, দিনে স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী বার কাপড় বদলাতে হয়?
২. মাসিকের সময় ব্যথার দরুন কাজকর্ম বন্ধ রাখতে হয় কি?

→ মহিলাকে অন্য আরেকটি পদ্ধতি নিতে সাহায্য করুন।

৩. গত ২৮ দিনের মধ্যে আপনার সন্তান প্রসব হয়েছিল কি?

→ মহিলাকে অন্য আরেকটি পদ্ধতি নিতে সাহায্য করুন। তবে পরবর্তী সাক্ষাতের সময় আই ইউ ডি নিতে আগ্রহী কি না জিজ্ঞাসা করুন।

৪. আপনার শেষ মাসিক কি চার সপ্তাহের আগে হয়েছে?
(মহিলা কি মনে করেন তার পেটে সন্তান এসে গেছে?)
৫. আপনার কোন প্রকার দুর্গন্ধ বা পুঁজযুক্ত স্রাব যায় কি এবং তলপেটে প্রচন্ড ব্যথা হয় কি?
৬. আপনার দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে রক্ত যায় কি? সহবাসের পর রক্ত যায় কি?
৭. আপনি কি এতই দুর্বল (রক্তস্বল্পতা) যে কোন কাজ করতে পারেন না? প্রায়ই অজ্ঞান হয়ে যান?
৮. আপনার জরায়ু বের হয়ে এসেছে কি?

→ মহিলাকে আরও পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য FWV এর কাছে নিয়ে যান অথবা মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট পাঠিয়ে দেয়ার ব্যবস্থা করুন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে মহিলাকে আই ইউ ডি দেয়া যাবে। এক্ষেত্রে মহিলাকে নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ অবহিত করুন।

আই ইউ ডি গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

১. আপনার আগের চেয়ে বেশী সাদা স্রাব যায় কি?

→ মহিলাকে বলুন এটা হওয়া স্বাভাবিক। কিছুদিনের মধ্যে সেরে যাবে।

২. আপনার নিম্নোক্ত কোন অসুবিধা আছে কি?
- মাসিকের সময় স্বাভাবিকের চেয়ে সামান্য বেশী রক্তস্রাব বা ব্যথা করা।
- দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে ফোঁট ফোঁটা রক্ত যাওয়া।

→ মহিলাকে বুঝিয়ে দিন যে আই ইউ ডি পরার পর প্রথম প্রথম এই সমস্ত ছোট খাটো অসুবিধা হয়ে থাকে। এগুলো সাধারণত: তিন/চার মাস পর সেরে যায়।

৩. আপনার কি শেষ মাসিক চার সপ্তাহের আগে হয়েছে?
(আপনি কি মনে করেন আপনার পেটে সন্তান এসে গেছে?)
৪. তলপেটে কি তীব্র ব্যথা আছে?
৫. আপনার দূর্গন্ধযুক্ত স্রাব যায় কি? সেই সাথে বেশী চুলকানি হয় কি?
৬. গত সাক্ষাতের পর আপনার খুব জ্বর হয়েছিল কি বা বর্তমানে আপনার জ্বর আছে কি ?
৭. মাসিকের সময় বেশী রক্তস্রাব (পাঁচ দিনের বেশী থাকে ও দিনে স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী বার কাপড় বদলাতে হয়) হচ্ছে কি?
৮. দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে বেশী পরিমাণে রক্ত যায় কি? সহবাসের পর রক্ত যায় কি?
৯. মাসিকের সময় ব্যথার দরুন কাজকর্ম বন্ধ রাখতে হয় কি?
১০. আপনি কি খুবই দূর্বল (রক্তস্বল্পতা) যে কোন কাজ করতে পারেন না? মাঝে মধ্যে অজ্ঞান হয়ে যান কি?
১১. আই ইউ ডি এর মেয়াদকাল পার হয়ে গেছে কি?

→ মহিলাকে FWV অথবা মেডিক্যাল অফিসার এর কাছে পরীক্ষা, চিকিৎসা অথবা আই ইউ ডি খুলে ফেলার জন্য নিয়ে যান অথবা পাঠিয়ে দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তরে যদি "না" হয় তাহলে মহিলাকে আই ইউ ডি পরে থাকার পরামর্শ দিন।

আই ইউ ডি গ্রহীতাকে ডানদিকের বিষয় সমূহ ভালভাবে বুঝিয়ে বলুন।

● ব্যবহার বিধিঃ

১. চিকিৎসক/FWV ক্লিনিকে মহিলার জরায়ুতে আই ইউ ডি পরিয়ে থাকেন।
২. সাধারণত: মাসিক শুরু হওয়ার ৭ দিনের মধ্যে আই ইউ ডি পরাতে হয়।
৩. হাসপাতালে প্রসবের ক্ষেত্রে ৪৮ ঘন্টার মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করা যায়।
৪. প্রসবের ৪৮ ঘন্টা পর থেকে ২৮ দিনের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।
৫. প্রসবের ২৮ দিন পর আই ইউ ডি নেয়া যেতে পারে।
৬. এমআর করার পর পরই আই ইউ ডি নেয়া যায়।
৭. কপার-টি ৩৮০-এ - ১০ বছর ব্যবহার করা যায়।
৮. আই ইউ ডি পরানোর একমাস পর ক্লিনিকে এসে পরীক্ষা করাতে হয়। পরবর্তীতে ৬ মাস পর এবং এর পর প্রতি বছরে ১ বার পরীক্ষা করাতে হয়।
৯. মেয়াদ শেষে পুরনো আই ইউ ডি খুলে ফেলে আরেকটি নতুন লাগানো যায়।

● সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়াঃ

১. সামান্য মোচড়ানো ব্যাথা।
২. মাসিক বেশী দিন থাকা;
৩. মাসিকে রক্তস্রাবের পরিমাণ বেশী হওয়া;
৪. মাসিকের সময় তলপেটে ব্যথা হওয়া;
৫. দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব হওয়া;

● পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার সমাধানঃ

১. সাধারণত: ৩/৪ মাসের মধ্যে পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া দুর হয়ে যায়।
২. মাসিক স্রাব বেশী হলে একটু উন্নতমানের খাবার ও আয়রণ ট্যাবলেট খাওয়া যেতে পারে।
৩. অতিরিক্ত মাসিক হলে চিকিৎসকের নিকট প্রেরণ করতে হবে।

৩.৪ ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতা বাছাইকরণ ও গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

কার্যকারিতা: শতকরা ৯৯.৯ ভাগ

ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতা বাছাইকরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

বিশেষ দ্রষ্টব্য ঃ নবদম্পতি এবং যারা বাচ্চা নিতে চান না তারা এই পদ্ধতি গ্রহণ করতে পারেন।

১. আপনার শেষ মাসিক কি চার সপ্তাহের আগে হয়েছে?
(মহিলা কি মনে করেন তার গর্ভে সন্তান এসেছে?)
২. আপনার স্তনে শক্ত চাকা আছে কি?
৩. আপনার লিভারজনিত রোগ বা জন্ডিস গত ৬ মাসের মধ্যে হয়েছে কি?
৪. পূর্ববর্তী গর্ভাবস্থায় আপনার কখনও জন্ডিস হয়েছিল কি?
৫. আপনার দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে রক্ত যায় কি?
৬. আপনার মৃগী রোগ আছে কি?
৭. আপনি যক্ষ্মা রোগের চিকিৎসার জন্য রিফামপিসিন বড়ি খাচ্ছেন কি?
৮. আপনার ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রনে আছে কি?
৯. আপনার রক্তচাপ নিয়ন্ত্রনে আছে কি?

→ মহিলাকে আরও পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য FWV অথবা মেডিক্যাল অফিসার এর কাছে নিয়ে যান অথবা পাঠিয়ে দেয়ার ব্যবস্থা করুন। আপাতত: অন্য কোন পদ্ধতি যেমন- কনডম ব্যবহারের পরামর্শ দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে মহিলাকে ইমপ্লান্ট দেয়া যাবে। এক্ষেত্রে মহিলাকে নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ অবহিত করুন।

ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

১. ইমপ্ল্যান্ট নেয়ার পর থেকে আপনার নিম্নলিখিত পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া দেখা দিয়েছে কি?
- দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে ফোঁটা ফোঁটা রক্ত স্রাব;
- মাসিক বন্ধ থাকা;
- সামান্য ওজন বেড়ে যাওয়া;
- মাথা ঘুরানো বা বমি বমি ভাব হওয়া;

২. মাসিকের সময় স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী পরিমাণে রক্ত যায় কি?

→ মহিলাকে আশ্বাস দিন ৬ থেকে ১২ মাসের মধ্যে এ সকল সমস্যা দূর হয়ে যাবে। বারংবার আশ্বাসের পরও মহিলা যদি খুবই উদ্বিগ্ন হন তাহলে পরীক্ষার জন্য প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট প্রেরণ করুন।

৩. ইমপ্ল্যান্ট লাগানোর স্থান হতে পুঁজ বা রক্তক্ষরণ হচ্ছে কি ?
৪. ইমপ্ল্যান্ট লাগানোর স্থান হতে যে কোন একটি ক্যাপসুল বের হয়ে এসেছে কি?

→ পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত মেডিক্যাল অফিসার এর নিকটে নিয়ে যান অথবা পাঠিয়ে দিন।

৫. আপনি কি আজ থেকে ৩/৫ বছর পূর্বে ইমপ্ল্যাট নিয়েছেন?

→ মহিলাকে নতুন করে ইমপ্ল্যান্ট অথবা অন্য কোন পদ্ধতি নেয়ার পরামর্শ দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে মহিলাকে ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার চালিয়ে যাওয়ার পরামর্শ দিন।

ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতাকে ডানদিকের বিষয় সমূহ ভালভাবে বুঝিয়ে বলুন।

• ব্যবহার বিধিঃ

১. প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত ডাক্তার দিয়ে নির্দিষ্ট ক্লিনিক কিংবা হাসপাতালে ইমপ্ল্যান্ট স্থাপন এবং খোলা হয়।
২. হাতের যে জায়গায় ইমপ্ল্যান্ট স্থাপন করা হয় সে জায়গাটি প্রথমে স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ দিয়ে অবশ করে নিতে হয়
৩. অবশকৃত জায়গায় চামড়ার নীচে ইমপ্ল্যান্ট ক্যাপসুল ঢুকিয়ে দেয়া হয়।
৪. ইমপ্লান্ট স্থাপনের স্থানটি গজ ও এডহেসিভ টেপ দিয়ে বেধে দেয়া হয়।
৫. স্থাপনের স্থানটি ৫দিন শুকনো রাখার পর ব্যান্ডেজ খুলে ফেলা হয়।
৬. একবার ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণ করলে তা ৩/৫ বছর কার্যকর থাকে।
৭. মাসিক স্রাব চলাকালীন অবস্থায়, গর্ভপাত কিংবা এম আর (এমভিএ) / এম আর এম করার পর পরই এটি স্থাপন করা যায়।
৮. সন্তান প্রসবের সাথে সাথে ইমপ্ল্যান্ট স্থাপন করা যায়।
৯. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের একমাস পর ক্লিনিকে এসে পরীক্ষা করাতে হয়। পরবর্তীতে ৬মাস পর এবং এর পর প্রতি বছরে ১ বার ক্লিনিকে এসে পরীক্ষা করাতে হয়।
১০. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর ফলোআপ এবং খুলে ফেলার তারিখ উল্লেখ করে একটি কার্ড দেয়া হয়। কার্ডটি সংরক্ষণ করা গুরুত্বপূর্ণ।

• সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়াঃ

১. অনিয়মিত মাসিক
- দীর্ঘস্থায়ী মাসিক;
- মাসিকে রক্তস্রাবের পরিমাণ বেশী হওয়া;
- মাসিক বন্ধ থাকা;
- দুই মাসিকের মধ্যবর্তী সময়ে ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব হওয়া।

২. সামান্য ওজন বেড়ে যাওয়া;
৩. মাথা ঘুরানো, বমি বমি ভাব হওয়া;
৪. স্তনে টন টনে ব্যথা;
৫. পেটে ব্যথা।

• সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার সমাধানঃ

১. অনিয়মিত মাসিক সাধারণত: ৬-১২ মাসের মধ্যে ভাল হয়ে যায়।
২. বার বার আশ্বস্ত করার পরও পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া গ্রহীতার জন্য উদ্বেগের কারণ হলে ক্লিনিকে পরীক্ষা করার জন্য প্রেরণ করতে হবে।

• সতর্কতাঃ

ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণের পর যদি নিম্নলিখিত কোন অসুবিধা দেখা দেয় তবে অবশ্যই গ্রহীতাকে মেডিক্যাল অফিসারের কাছে যেতে হবে:

১. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের স্থান হতে পুঁজ বা রক্তক্ষরণ।
২. ক্যাপসুল বের হয়ে আসা।
৩. তলপেটে অত্যধিক ব্যথা।
৪. অত্যধিক রক্তস্রাব।
৫. ঘন ঘন মাথা ব্যথা, ঝাপসা দৃষ্টি।
৬. নিয়মিত মাসিক স্রাবের পর মাসিক বন্ধ হওয়া।

৩.৫ স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ)-এনএসভি ক্লায়েন্ট বাছাইকরণ ও গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

কার্যকারিতা: ৯৯.৯৯ ভাগ

স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ)-এনএসভি ক্লায়েন্ট বাছাইকরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

১. আপনার কি একটি সন্তান?
২. আপনার শেষ সন্তানের বয়স কি এক বছরের কম?
(দুইটির বেশী সন্তান থাকলে প্রশ্নটি করার প্রয়োজন নেই।)
৩. আপনি কি ভবিষ্যতে আরো সন্তান নিতে চান?

→ অপারেশন করা সম্ভব নয় তাই অন্য আরেকটি পদ্ধতি নিতে সাহায্য করুন।

৪. আপনি কি বর্তমানে নিম্নলিখিত এক বা একাধিক রোগে ভুগছেন?

- অনিয়ন্ত্রিত ডায়াবেটিস
- উচ্চ রক্তচাপ
- অপারেশনের জায়গায় মারাত্মক চর্মরোগ
- হৃদরোগ

→ পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট প্রেরণ করুন। চিকিৎসা করে সম্পূর্ণ ভাল না হওয়া পর্যন্ত অন্য কোন পদ্ধতি ব্যবহার করতে পরামর্শ দিন। সম্পূর্ণ ভাল হলে অপারেশন করা যাবে সে কথা জানিয়ে দিন।

পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে জানুন লোকটি কি মানসিক বিকারগ্রস্থ ?

→ অপারেশন করা সম্ভব নয়। সম্ভব হলে তার স্ত্রীকে অন্য কোন পদ্ধতি ব্যবহারের পরামর্শ দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে তাকে অপারেশন করা যাবে। অপারেশন করার জন্য মেডিক্যাল অফিসার এর কাছে নিয়ে যান অথবা পাঠিয়ে দিন এবং নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ অবহিত করুন।

স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ)-এনএসভি গ্রহণকারী অনুসরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন গ্রহণকারীকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি গ্রহণকারী "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

- **<u>প্রথম ৭ দিন</u>**

১. আপনার জ্বর হয় কি?
২. অপারেশনের জায়গায় নিম্নলিখিত উপসর্গ দেখা দিয়েছে কি?

- অতিরিক্ত ব্যথা
- পুঁজ
- ফোলা
- রক্তপাত

→ পরীক্ষা এবং চিকিৎসার জন্য অবশ্যই গ্রহণকারীকে মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট যাওয়ার পরামর্শ দিন।

- **<u>এনএসভি করার পর থেকে</u>**

১. আপনি কি কনডম ছাড়াই সহবাস করেন?

→ অপারেশনের পর থেকে ৩ মাস কনডম ব্যবহার করতে পরামর্শ দিন অথবা স্ত্রীকে ৩ মাস কার্যকর অন্য কোন পদ্ধতি গ্রহণ করতে বলুন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে গ্রহণকারীকে বলুন তার এনএস ভি ভালভাবে করা হয়েছে এবং কোন সমস্যা নেই।

ছুরিবিহীন এনএসভি করানোর পূর্বেই গ্রহীতাকে ডানদিকের বিষয় সমূহ ভালভাবে বুঝিয়ে বলুন।

- **অপারেশনের পদ্ধতিঃ**

১. ছুরিবিহীন এনএসভি ক্লিনিকে অথবা হাসপাতালে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত ডাক্তার দ্বারা করানো হয়।
২. অপারেশনের জায়গা অবশ করার পর অন্ডথলি সামান্য একটু ফুটো করে শুক্রবাহী নালী বের করে বেঁধে কেটে দেয়া হয়।
৩. অপারেশনের পরেও বীর্যপাত আগের মতই হয়। তিন মাস পর হতে বীর্যে কোন শুক্রকীট থাকে না।
৪. অপারেশনের পর ১-২ ঘন্টা বিশ্রাম নেয়ার পরই বাড়ী চলে যাওয়া যায়।

- **অপারেশন পরবর্তী পরামর্শঃ** ম্যানুয়াল অনুযায়ী করতে হবে

১. অপারেশনের পর দুই দিন কোন ভারী কাজ করা যাবে না।
২. অপারেশনের জায়গায় তিন দিন পানি লাগানো যাবে না।
৩. গ্রহণকারীকে তিন দিন পর ড্রেসিং খুলে ফেলতে হবে।
৪. সাত দিন পর ফলো-আপের জন্য কেন্দ্রে আসতে হবে।
৫. অপারেশনের পর ২-৩ দিন সহবাস থেকে বিরত থাকাই ভাল।
৬. অপারেশনের পর ৩ মাস কনডম ব্যবহার করতে হবে অথবা ৩ মাস স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করতে হবে।
৭. অপারেশনের পর ৭ দিন টাইট জাঙ্গিয়া এবং পরিস্কার/নতুন কাপড় পরিধান করবেন।

- **সতর্কতাঃ**

এনএসভি করার পর যদি কারো নিম্নলিখিত উপসর্গগুলি দেখা দেয় তবে তাকে অবশ্যই ডাক্তারের পরামর্শ নেয়ার জন্য ক্লিনিকে অথবা হাসপাতালে যেতে হবে। উপসর্গ গুলো হলো:

১. অপারেশনের স্থানে প্রদাহ (ফুলে যাওয়া, ব্যথা, পুঁজ পড়া)।
২. গায়ে ১০০ ডিগ্রী ফারেনহাইটের বেশী জ্বর।
৩. অপারেশনের জায়গা থেকে রক্তপাত।
৪. অপারেশনের জায়গায় অতিরিক্ত ব্যথা বা ফোলা।

৩.৬ স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা)-টিউবেকটমী গ্রহীতা বাছাইকরণ ও অনুসরণ সহায়ক তালিকা

কার্যকারিতা: ৯৯.৯৫ ভাগ

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) গ্রহীতা বাছাইকরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন ক্লায়েন্টকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি ক্লায়েন্ট "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

১. আপনার কি একটি সন্তান?
২. আপনার শেষ সন্তানের বয়স কি এক বছরের কম?
(দুইটির বেশী সন্তান থাকলে প্রশ্নটি করার প্রয়োজন নেই।)
৩. আপনি কি ভবিষ্যতে আরো সন্তান নিতে চান?

→ মহিলাকে অপারেশন করা সম্ভব নয় তাই অন্য আরেকটি পদ্ধতি নিতে সাহায্য করুন।

৪. আপনার শেষ মাসিক কি ৪ সপ্তাহের আগে হয়েছে? মহিলা কি বর্তমানে গর্ভবতী?

→ গর্ভবতী কিনা তা পরীক্ষার জন্য মহিলাকে FWV অথবা মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট প্রেরণ করুন। আপাতত: কনডম ব্যবহারের পরামর্শ দিন।

৫. আপনি কি বর্তমানে নিম্নলিখিত এক বা একাধিক রোগে ভুগছেন?

- অনিয়ন্ত্রিত ডায়াবেটিস
- উচ্চ রক্তচাপ
- হৃদরোগ
- তলপেটে মারাত্মক চর্মরোগ
- অতিরিক্ত রক্তস্বল্পতা
- হাঁপানী

→ পরীক্ষা ও চিকিৎসার জন্য মহিলাকে FWV অথবা মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট প্রেরণ করুন। চিকিৎসা করে সম্পূর্ণ ভাল না হওয়া পর্যন্ত কনডম ব্যবহার করতে পরামর্শ দিন। ভাল হলে মহিলাকে অপারেশন করা যাবে।

পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে জানুন যে, মহিলা কি মানসিক বিকারগ্রস্থ ?

→ মহিলাকে অপারেশন করা সম্ভব নয়। সম্ভব হলে মহিলাকে অথবা তার স্বামীকে অন্য কোন পদ্ধতি ব্যবহারের পরামর্শ দিন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে তাকে অপারেশন করা যাবে। অপারেশন করার জন্য মেডিক্যাল অফিসার এর কাছে নিয়ে যান অথবা পাঠিয়ে দিন এবং নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ অবহিত করুন।

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) গ্রহীতা অনুসরণ সহায়ক তালিকা

নীচের প্রতিটি প্রশ্ন গ্রহীতাকে জিজ্ঞাসা করুন। কোন একটি প্রশ্নের উত্তরে যদি গ্রহীতা "হ্যাঁ" বলে তাহলে তীর চিহ্ন দিয়ে দেখানো ডান পাশের নির্দেশনা অনুযায়ী কাজ করুন।

- **প্রথম ৭ দিন**

১. আপনার জ্বর হয় কি?
২. অপারেশনের জায়গায় নিম্নলিখিত উপসর্গ দেখা দিয়েছে কি?

- অতিরিক্ত ব্যথা
- পুঁজ
- ফোলা
- রক্তপাত

- আপনার তলপেটে খুব ব্যথা হয় কি?
- আপনার চোয়াল শক্তভাবে লেগে যাওয়ার (লক জ) লক্ষণ আছে কি?

- **৭ দিন পর থেকে**

১. আপনার মাসিক কি ৪ সপ্তাহের আগে হয়েছে?
(মহিলা কি মনে করেন তার গর্ভে সন্তান এসেছে?)
২. আপনার চোয়াল শক্তভাবে লেগে যাওয়ার (লক-জ) লক্ষণ আছে কি?

→ মহিলাকে পরীক্ষা এবং চিকিৎসার জন্য মেডিক্যাল অফিসার এর নিকট নিয়ে যান অথবা প্রেরণ করুন।

উপরের প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর যদি "না" হয় তাহলে গ্রহীতাকে বলুন তার অপারেশন ভালভাবে করা হয়েছে এবং কোন সমস্যা নেই।

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) গ্রহনের পূর্বেই গ্রহীতাকে ডানদিকের বিষয় সমূহ ভালভাবে বুঝিয়ে বলুন।

- **টিউবেকটমী সম্পর্কিত তথ্যঃ**

১. স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) ক্লিনিকে অথবা হাসপাতালে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত ডাক্তার দ্বারা করানো হয়;
২. অপারেশনের পূর্বে ৬ ঘন্টা খালি পেটে থাকতে হবে;
৩. অপারেশনের পর কম পক্ষে ৪ ঘন্টা ক্লিনিকে অথবা হাসপাতালে থাকতে হয়;
৪. অপারেশনের সময় তলপেটে ছোট্ট একটি জায়গা অবশ করে কাটা হয়;
৫. কাটা জায়গার মধ্য দিয়ে দুই পাশের ডিম্ববাহী নালি বেঁধে কেটে দেয়া হয়;
৬. হাসপাতালে প্রসবের ক্ষেত্রে ৬ দিন পর্যন্ত প্রসব পরবর্তী টিউবেকটমী করা যায়;
৭. প্রসবের ৭দিন থেকে ৪২ দিন পর্যন্ত টিউবেকটমী করা যায় না।

- **টিউবেকটমী পরবর্তী পরামর্শঃ**

১. প্রথম দিন বাড়ীতে সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হয়;
২. দ্বিতীয় দিন থেকে হালকা কাজ করা যায় কিন্তু তিন সপ্তাহ পর্যন্ত ভারী কাজ করা উচিৎ নয়;
৩. অপারেশনের জায়গায় ৭ দিন পানি লাগানো যাবে না;
৪. সেলাই কাটার জন্য অপারেশনের ৭ দিন পর ক্লিনিকে আসতে হবে;
৫. অপারেশনের পর ১৪ দিন সহবাস থেকে বিরত থাকা ভাল;
৬. অপারেশনের পর যে কোন অসুবিধা দেখা দিলে অতিসত্তর ক্লিনিকে যেতে হবে বা মাঠকর্মীর সাথে যোগাযোগ করতে হবে।
৭. অপারেশনের পর ৭ দিন পরিস্কার/নতুন কাপড় পরিধান করবেন।

- **সতর্কতাঃ**

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) গ্রহণ করার পর যদি কোন মহিলার নিম্নলিখিত উপসর্গ গুলো দেখা দেয় তবে তাকে অবশ্যই ডাক্তারের পরামর্শ নেয়ার জন্য ক্লিনিকে অথবা হাসপাতালে যেতে হবে। উপসর্গ গুলো হলো:

১. অপারেশনের স্থানে ব্যথা, ফুলে যাওয়া, পুঁজ পড়া;
২. গায়ে ১০০ ডিগ্রী ফারেনহাইটের বেশী জ্বর;
৩. অপারেশনের জায়গা থেকে রক্তপাত;
৪. অপারেশনের জায়গা ও তলপেটে ব্যথা;
৫. টিটেনাসের লক্ষণ অর্থাৎ 'লক-জ'' বা চোয়াল লেগে যাওয়া যেমন- হা করতে না পারা বা খেতে না পারা।

\

৪. গর্ভকালীন, প্রসবকালীন, প্রসবোত্তর এবং নবজাতকের সেবাদান সহায়ক তালিকা

গর্ভবতী মহিলাকে প্রথম পরিদর্শনের সময়:

- রেজিস্টার থেকে জেনে নিন, মহিলার বয়স কি ২০ বছরের নীচে, ৩৫ বছর বা তার উপরে?
- পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে জেনে নিন, মহিলা কি খুব খাট (উচ্চতা ৪ ফুট ১০ ইঞ্চি বা ১৪৫ সেন্টিমিটারের কম)

প্রথম পরিদর্শনে মহিলাকে জিজ্ঞাসা করুন:

১ এখনও কি আপনার ধনুষ্টংকারের টিকা নেয়া বাকী আছে?

২ এটা কি আপনার প্রথম গর্ভ?

৩ আপনার কি এমনিতেই গর্ভপাত হয়?

৪ প্রসব পরবর্তী পরিকল্পনা সম্পর্কে আপনি কোন পরামর্শ পেয়েছেন কি?

৫ এর আগে আপনার ৫ বা তার অধিকবার সন্তান হয়েছে কি?

৬ আপনার ছোট সন্তানের বয়স কি এক বৎসরের কম?

৭ পূর্ববর্তী গর্ভকালীন অবস্থায় আপনার কি রক্তক্ষরণ হয়েছিল?

- আপনার গত প্রসবের সময় কি:অপারেশন করে সন্তান হয়েছিল?
- প্রসবের সময় খুব বেশী রক্তক্ষরণ হয়েছিল?
- প্রসব দীর্ঘস্থায়ী (প্রসব বেদনা থেকে সন্তান ভূমিষ্ঠ হওয়া পর্যন্ত সময় কাল ২৪ ঘন্টার বেশী) ছিল?

৮ আপনার গত প্রসবের সময় সন্তান কি:

৮.১ জন্মের ৪৮ ঘন্টার মধ্যে মারা গিয়েছিল?

- মৃত সন্তান প্রসব হয়েছিল?

ঝুঁকিপূর্ণ গর্ভবতী, মাকে যথাশীঘ্র সম্ভব FWV এর সাথে দেখা করতে বলুন।

গর্ভকালীন, প্রসবকালীন এবং প্রসবোত্তর অবস্থায় নিম্নের ছবিতে প্রদর্শিত যে কোন একটি লক্ষণ দেখা দিলে মহিলাকে সাথে সাথে মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্র অথবা হাসপাতালে প্রেরণ করুন:

গর্ভকালীন সেবা ঃ

গর্ভকালীন সময়ে গর্ভবতী মাকে কমপক্ষে ৪ বার *প্রশিক্ষিত স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কর্মী দ্বারা পরিদর্শন / সেবা কেন্দ্রে চেকআপ করতে উপদেশ দিতে হবে। গর্ভকালীন ৪ বার চেকআপের আদর্শ সময়সূচী হলো ঃ

পরিদর্শন-১ ঃ ৪ মাসের মধ্যে
পরিদর্শন -২ ঃ ৬ মাসের মধ্যে
পরিদর্শন -৩ ঃ ৮ মাসের মধ্যে
পরিদর্শন -৪ ঃ ৯ মাসে

১. গর্ভকালীন সময়ে প্রতিদিন ৩ বেলা খাবারের সাথে নিয়মিত ১ মুঠো বেশী করে, প্রসবপরবর্তী সময়ে ২ মুঠো বেশী করে খেতে উপদেশ দিতে হবে। শাক-সবজি, দেশীয় ফল (বিশেষত হলুদ ফল),
২. মাছ, মাংস, ডিম, কলিজা, ঘন ডাল, ইত্যাদি অন্য সময়ের চেয়ে সামান্য বেশী পরিমানে খাওয়ানোর উপদেশ দিতে হবে।
৩. গর্ভকালীন সময়ে প্রতিদিন কমপক্ষে ৮ ঘন্টা বিশ্রাম নিতে হবে এবং ভারী কাজ থেকে বিরত থাকতে হবে।
৪. গর্ভের ৩ মাস পর থেকে প্রতিদিন দুপুরে ১টি (৫০০ মিঃ গ্রাঃ) এবং রাত্রে ১টি(৫০০ মিঃগ্রাঃ) করে মোট ২টি ক্যালসিয়াম বড়ি খাওয়াতে হবে।
৫. গর্ভকালীন সময়ে ও প্রসবের পর ৩ মাস পর্যন্ত মাকে প্রতিদিন ১টি করে আয়রণ ও ফলিক এসিড বড়ি খাওয়াতে হবে।
৬. পুরো গর্ভকালীন সময়ে কমপক্ষে ৯ কেজি ওজন বাড়ানো নিশ্চিত করার জন্য প্রতিবার চেকআপের সময় গর্ভবতী মায়ের ওজন নিতে হবে।
৭. কম ওজনের শিশু (২.৫ কেজির নীচে) চিহ্নিত করার জন্য জন্মের ৪৮ ঘন্টার মধ্যে নবজাতকের ওজন নিতে হবে।
৮. গর্ভকালীন সময়েই প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের জন্য উদ্বুদ্ধ করতে হবে।

প্রসব পরবর্তী সেবাঃ

প্রসবপরবর্তী সময়ে কমপক্ষে ৪ বার (পরিদর্শন) *প্রশিক্ষিত স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কর্মী দ্বারা পরিদর্শন/ সেবাকেন্দ্রে চেকআপ করাতে উপদেশ দিতে হবে। প্রসবপরবর্তী ৪ বার চেকআপের আদর্শ সময়সূচী হলো ঃ

পরিদর্শন -১ ঃ ২৪ ঘন্টার মধ্যে
পরিদর্শন -২ ঃ ২-৩ দিনের মধ্যে
পরিদর্শন -৩ ঃ ৭-১৪ দিনের মধ্যে
পরিদর্শন -৪ ঃ ৪২-৪৮ দিনের মধ্যে

*** প্রশিক্ষিত স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কর্মী - ডাক্তার, নার্স, স্যাকমো, এফডব্লিউভি, প্যারামেডিকস, সিএসবিএ।**

প্রসব পরবর্তী সেবাসমূহঃ

১. মায়ের নাড়ীর গতি, রক্তচাপ, তাপমাত্রা পরীক্ষা করা;
২. জরায়ুর সংকোচন পরীক্ষা করা (Uterine hardness);
৩. প্রসবপরবর্তী রক্তক্ষরণ পরীক্ষা করা;
৪. জরায়ু থেকে কোন দুর্গন্ধ বের হচ্ছে কিনা পরীক্ষা করা; যদি দুর্গন্ধ বের হয়, তবে নিকটস্থ সেবা কেন্দ্রে রেফার করা।
৫. পরিস্কার-পরিচ্ছন্নতা ও খাবারের বিষয়ে উপদেশ দেয়া;
৬. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা সেবা/পরামর্শ প্রদান
৭. রক্ত স্বল্পতার চিকিৎসার জন্য প্রসবের পর ৩ মাস পর্যন্ত আয়রন ও ফলিক এসিড বড়ি দেয়া;
৮. মাকে Vita- A Capsule খাওয়ানোর উপদেশ দেয়া;
৯. নবজাতকের জন্মের পরপরই শুষ্ক ও পরিস্কার কাপড় দিয়ে মোছানো এবং মোড়ানোর উপদেশ দেয়া;
১০. জীবানু মুক্ত ব্লেড দিয়ে নবজাতকের নাড়ি কাঁটা, জীবানুমুক্ত সুতা দিয়ে নাড়ি বাধা এবং নাড়ি কাঁটার স্থানে একবার ৭.১% ক্লোরহেক্সিডিন ব্যবহার করার উপদেশ দেয়া;
১১. নবজাতককে জন্মের ১ ঘন্টার মধ্যে বুকের দুধ খাওয়ানো এবং ৬ মাস পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের বুকের দুধ খাওয়ানোর উপদেশ দেয়া;
১২. নবজাতকের জন্ম ওজন পরিমাপ করা; শিশুর ওজন ২০০০ গ্রামের কম হলে কেএমসি সেবা প্রদানের জন্য নিকটস্থ সেবা কেন্দ্রে রেফার করা
১৩. শিশু জন্মের ৩ দিনের মধ্যে গোসল না করানোর জন্য উপদেশ দেয়া;
১৪. শিশুকে সঠিক সময়ে টিকা দিতে উদ্বুদ্ধ করা।

৯. গ্রভিডা ঃ বর্তমান ও অতীতের সকল গর্ভধারণের (গর্ভকাল বিবেচনা না করে) সংখ্যা লিখুন।
১০. প্যারা ঃ সর্বমোট পূর্ববর্তী গর্ভ খালাসের (গর্ভকাল ৭ মাসের অধিক) সংখ্যা লিখুন।

উদাহরণ - প্যারা- গর্ভকাল ৭ মাস অতিবাহিত হওয়ার পর মা ৩টি শিশুর জন্মদান করেছেন, তাহলে প্যারা লিখুন , যমজ হলে প্যারা গণনা করুন।
গ্রভিডা- ৩টি শিশুর জন্মদান করেছেন ও একটি গর্ভপাত হয়েছে তাহলে বর্তমানে ৫ম বারের মতো গর্ভধারণ করেছেন; গর্ভধারণের ক্ষেত্রে গর্ভকাল যে কোন সময়ের হতে পারে; অন্য গর্ভধারণ, গর্ভপাত অথবা একটপিক বা মোলার গর্ভধারণ হতে পারে, তাহলেও গ্রভিডা লিখুন।

নবজাতকের অত্যাবশ্যকীয় সেবাঃ

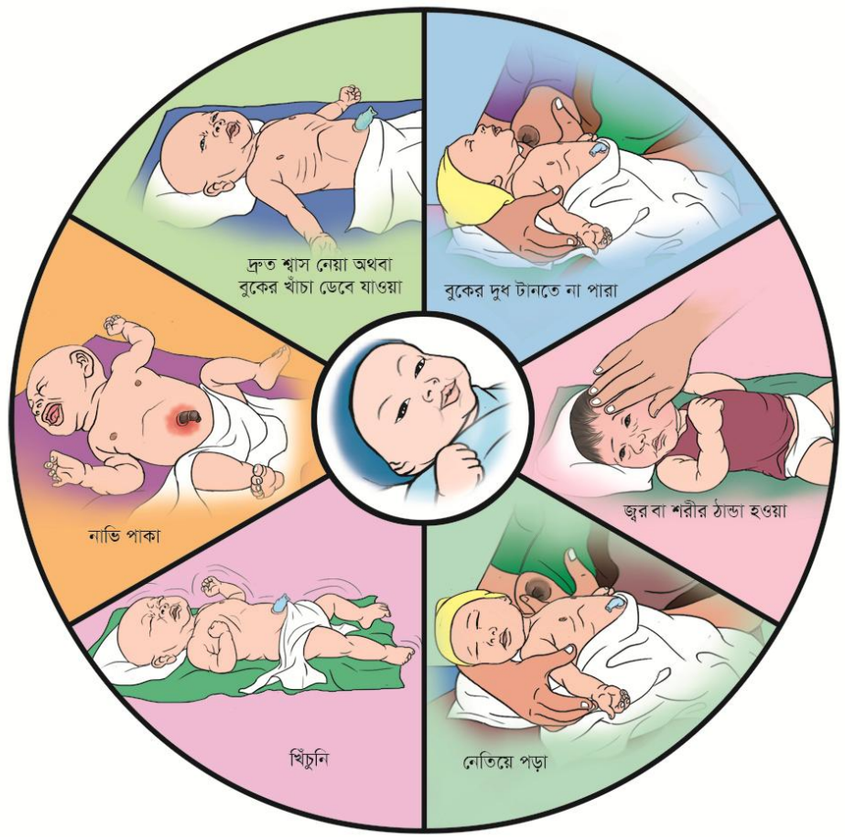
১. মোছানোঃ জন্মের সাথে সাথে পরিস্কার ও শুকনো নরম সূতি কাপড় দিয়ে মোছানো ।

২. নাড়ির যত্নঃ জীবাণুমুক্ত উপায়ে নাড়ি কেটে ও বেঁধে একবার ক্লোরোহেক্সিডিন লাগানো এবং এরপর নাড়িতে অন্য কোন কিছুই না লাগানো ও নাড়ি শুষ্ক রাখা।

৩. উষ্ণতা বজায় রাখাঃ মোছানোর সাথে সাথে মায়ের ত্বকে ত্বক স্পর্শে রাখা এবং পরবর্তীতে মাথা ও শরীর কাপড়ে জড়িয়ে উষ্ণ রাখা।

৪. বুকের দুধ খাওয়ানো ঃ জন্মের সাথে সাথে, অবশ্যই ১ ঘন্টার মধ্যে বুকের দুধ খাওয়ানো।

৫. গোসল করানোঃ জন্মের ৩ দিনের মধ্যে কোনভাবেই শিশুকে গোসল না করানো।



বন্ধ্যা দম্পতি সনাক্তকরণ এবং প্রয়োজনীয় পরামর্শ প্রদানঃ

কোন দম্পতি জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি গ্রহণ না করে কমপক্ষে এক বৎসর একসাথে থাকার পরও সন্তান জন্মদান করতে ব্যর্থ হলে সেই দম্পতিকে বন্ধ্যা এবং দম্পতির এ অবস্থাকে বন্ধ্যাত্ব বলে।

দম্পতিদের জন্য প্রশ্নঃ

১। আপনারা কি এক বৎসর যাবত বিবাহিত ?
২। আপনারা কি নিয়মিত একসাথে থাকেন এবং সন্তান নিতে আগ্রহী?

হ্যাঁ হলে →

৩। আপনারা কি বর্তমানে কোন জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি ব্যবহার করেন?

না হলে →

দম্পতিকে বন্ধ্যা বলে গণ্য করতে হবে এবং দম্পতিকে বন্ধ্যাত্বের কারণ নির্ণয়ের জন্য উপযুক্ত সেবা কেন্দ্রে প্রয়োজনীয় পরীক্ষা করাতে পরামর্শ প্রদান করতে হবে।

৫.কিশোর-কিশোরীর স্বাস্থ্য সমস্যা সনাক্তকরণ ও প্রয়োজনীয় পরামর্শ প্রদান সহায়ক তালিকা:

১০-১৯ বছর বয়স কালকে 'কৈশোরকাল' এবং এ বয়সীদেরকে কিশোর-কিশোরী (Adolescent) বলে গণ্য করা হয়। বাংলাদেশে মোট জনগোষ্ঠীর শতকরা ২৩ ভাগ এই ১০-১৯ বৎসর বয়সী কিশোর-কিশোরী।

বাল্য বিয়ের কুফল ও কৈশোরকালীন মাতৃত্বের কুফল বিষয়ক	→	ছেলেদের ২১ বৎসরের পূর্বে আর মেয়েদের ১৮ বৎসরের পূর্বে বিয়ে হলে বাল্য বিয়ে বলে। এ সময় বিয়ে হলে শারিরীক, মানসিক ভাবে পরিপক্কতা অর্জন না করায় শারিরীক ও মানসিক বিভিন্ন সমস্যা সৃষ্টি হয়। যদি বিয়ে হয়েই যায় তবে ২০ বৎসরের পূর্বে সন্তান না নেয়ার পরামর্শ দেয়া।
কিশোরীকে আয়রণ ও ফলিক এসিড খাওয়ার বিষয়ে কাউন্সেলিং	→	প্রত্যেক কিশোরীকে ১৩ বছর বয়স থেকে সপ্তাহে ২টি আয়রণ ও ফলিক এসিড বড়ি খাওয়ার বিষয়ে কাউন্সেলিং দিতে হবে।
কিশোর-কিশোরীকে পুষ্টিকর ও সুষম খাবার খাওয়ার বিষয়ে কাউন্সেলিং	→	খাদ্য গ্রহণ বাড়ানোর উপদেশ দেয়া। বিভিন্ন খাদ্য গ্রুপের খাবার গ্রহণে উৎসাহিত করা, যেমন- প্রাণিজ, আমিষ জাতীয় খাবার (ডিম, মাছ, মাংস, দুধ ইত্যাদি), শর্করা জাতীয় খাবার (ভাত, রুটি, আলু ইত্যাদি), ডাল ও মটর জাতীয় খাবার, শাক-সবজি, ফলমূল, তেল ও চর্বি জাতীয় খাবার।
মাসিক কালিন পরিছন্নতা ও মাসিক সংক্রান্ত জটিলতা বিষয়ে কাউন্সেলিং	→	ঋতুস্রাব কালিন পরিস্কার শুস্ক ও শোষণকারী সুতি কাপড় বা স্যানিটারী প্যাড ব্যবহার করা উচিত। কাপড় বা প্যাড দিনে ২-৩ বার বদলানো উচিত। ব্যবহারের পর কাপড় বা অন্তর্বাস ভালোভাবে পানি ও সাবান দিয়ে পরিস্কার করে রোদে শুকিয়ে নেয়া উচিত। অনিয়মিত মাসিক বা মাসিকের সময়ে তলপেটে অতিরিক্ত ব্যথা হলে এ বিষয়ে নিশ্চয়তা প্রদান করা যে ভবিষ্যতে আস্তে আস্তে ঠিক হয়ে যাবে। প্রয়োজনে ডাক্তারের নিকট রেফার করা।
কিশোর-কিশোরীদের কৈশোরকালীন পরিবর্তন বিষয়ে কাউন্সেলিং	→	কিশোর-কিশোরীদের কৈশোরকালে শারীরিক, মানসিক ও আচরণগত পরিবর্তন হয়। এ পরিবর্তন সম্পর্কে তাদের সাথে আলোচনা করে ভয়ভীতি, দুঃশ্চিন্তা ইত্যাদি দূর করা।
প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত রোগ বিষয়ে কাউন্সেলিং	→	ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ নিরুৎসাহিত করা। সংক্রমণ কিভাবে ছড়ায় তা বলা । সংক্রমণের লক্ষণসমূহ বলা। ধর্মীয় অনুশাসন মেনে চলা। প্রয়োজনে রেফার করা।
কৈশোর সহিংসতা বিষয়ক পরামর্শ প্রদান	→	কৈশোর সহিংসতা বিষয়ক ধারণা প্রদান এবং প্রয়োজনীয় সেবা কেন্দ্রে রেফার করা
মানসিক সমস্যা এবং মাদকাসক্তি প্রতিরোধ ও নিরাময় বিষয়ক পরামর্শ	→	মানসিক সমস্যা চিহ্নিত করনে সহায়তা করা, মাদকাসক্তির কুফল সম্পর্কে ধারণা প্রদান এবং প্রয়োজনীয় পরামর্শ প্রদান।

৬. পুষ্টি সেবাদান সহায়ক তথ্য

বুকের দুধ সংক্রান্ত তথ্য

১. জন্মের ১ ঘন্টার মধ্যে শিশুকে মায়ের বুকের দুধ খাওয়ানোর উপর গর্ভবতী মহিলাকে কাউন্সেলিং দিতে হবে।

২. ৬ মাস পূর্ণ হওয়া পর্যন্ত শিশুকে শুধু মাত্র বুকের দুধ খাওয়াতে হবে। মায়ের দুধ ছাড়া শিশুকে পানি, চিনির পানি, মধু, তেল বা অন্য কিছুই খেতে দেয়া যাবে না।

৩. 'শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো বলতে'- মাঠ পরিদর্শনের সময় ০-১৮০ দিন বয়সী শিশুর মাকে প্রশ্ন করে জেনে নিতে হবে গত ২৪ ঘন্টায় শিশুকে মায়ের দুধ ছাড়া অন্য কিছু খাওয়ানো হয়েছে কিনা? (অসুস্থতার কারণে ঔষুধ/স্যালাইন/খাবার পানি পান করা যাবে)। যদি না দিয়ে থাকে তবে তাকে শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো বুঝতে হবে।

৪. শিশুকে ২ বছর পর্যন্ত বুকের দুধ খাওয়ানো চালিয়ে যেতে হবে।

৫. দুগ্ধদানকারিণী মাকে স্বাভাবিকের চেয়ে দৈনিক ২ বার অতিরিক্ত খাবার খেতে হবে এবং প্রচুর পানীয় পান করতে হবে।

৬. মাকে শেখাতে হবে কিভাবে সে বুঝবে শিশু যথেষ্ট দুধ পাচ্ছে কিনা-

- শিশু দিনে-রাত্রে কমপক্ষে ৬ বার প্রস্রাব করছে
- শিশু ভালোভাবে ঘুমায় ও খেলাধুলা করে
- শিশুর ওজন বাড়ছে

শিশুর পরিপূরক খাবার সংক্রান্ত তথ্য

বয়স	কত পরিমাণ ২৫০ মিঃ লিঃ (১ বাটি)/১ পোয়া	কতবার	ঘনত্ব	খাদ্য উপাদান (বিভিন্ন খাবার শ্রেণী থেকে ৪টি বা তার অধিক শ্রেণীর খাবার নির্বাচন করতে হবে)
৬(পূর্ণ)-৮মাস	০৬ মাস (পূর্ণ) বয়সে ২-৩ চামচ করে শিশুর বাড়তি খাবার শুরু করতে হবে। ধীরে ধীরে পরিমাণ বাড়িয়ে আধা (১/২) বাটি খাওয়াতে হবে।	২ বার	ভাল করে চটকানো পারিবারিক খাবার	মায়ের বুকের দুধের পাশাপাশি ১. মাছ/মাংস/মুরগির কলিজা ২. ডিম ৩. ভাত/রুটি/ আলু/সুজি/ নুডলস ৪. ডাল, বাদাম জাতীয় খাদ্য ৫. দুধ ও দুধের তৈরী খাদ্য (দই, পনির ইত্যাদি) ৬. ভিটামিন A যুক্ত ফল ও সবজি (পাকা আম, পাকা পেঁপে, কাঁঠাল, গাজর, মিষ্টি কুমড়া ইত্যাদি)) ৭. অন্যান্য ফল ও সবজি
৯ - ১১ মাস	আধা (১/২) বাটি	৩ বার + ১-২ বার নাস্তা	ছোট ছোট টুকরা করা পারিবারিক খাবার	
১২-২৩(পূর্ণ) মাস	এক (১) বাটি	৩ বার + ১-২ বার নাস্তা	টুকরা করা পারিবারিক খাবার	

রেজিস্টার পূরণের জন্যঃ
মাঠ পরিদর্শনের সময় ৬-২৩ মাস বয়সী শিশুর মা/যত্নকারীকে প্রশ্ন করে জেনে নিতে হবে গত ২৪ ঘন্টায় শিশুকে ৭ ধরনের খাদ্য থেকে ৪ বা তার অধিক ধরণের খাদ্য খাওয়ানো হয়েছে কিনা।

০-২৩ মাস বয়সী শিশুর মা:- মাঠকর্মীকে শিশুর মাকে জিজ্ঞাসা করে জেনে নিতে হবে তিনি এই সময়সীমার মধ্যে পড়েন কিনা? তাহলে আলাদাভাবে ট্যালী সিটে লিখে এমআইএস-১ প্রতিবেদনে লিখবেন।

৭. দম্পতি ছকের সেবাদান অংশ পূরণের সংকেতসমূহ

দম্পতি ছকের সেবাদান অংশে ৩১ টি সংকেত দেয়া হয়েছে। এর মধ্যে জন্মনিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা/গর্ভাবস্থা/নবজাতকের অবস্থা/অন্যান্য ঘর পূরণের জন্য ২০ টি এবং পুষ্টি সেবা ঘর পূরণের জন্য ১১ টি সংকেত ব্যবহৃত হবে।

ক. জন্মনিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা/গর্ভাবস্থা/অন্যান্য সংকেতঃ

পরিদর্শনের সময় যদি কোন দম্পতিকে পদ্ধতি গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী হিসাবে পাওয়া যায় তাহলে ঐ জন্মনিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থার যথাযথ সংকেত লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে যে কোন পদ্ধতি নিলে পদ্ধতির পাশে "প" লিখবেন (প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি) । যদি পদ্ধতির পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া/জটিলতার জন্য প্রেরণ করে থাকেন তাহলে পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া/জটিলতার জন্য প্রেরণের সংকেত লিখবেন। ইসিপি, মিসোপ্রোস্টল ও ক্লোরহেক্সিডিন দিলে প্রযোজ্য সংকেত লিখবেন। আর যদি পদ্ধতি গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী না হয়, সেক্ষেত্রে পদ্ধতির জন্য প্রেরণ, গর্ভবতী, জীবিত জন্ম, গর্ভপাত বা মৃত জন্ম, জরায়ু অপারেশন, স্বামী বিদেশ এবং বন্ধ্যাত্ব সংকেত সমূহের মধ্যে প্রযোজ্য সংকেতটি লিখবেন। এ ছাড়া অন্য যে কোন অবস্থার জন্য "যে" সংকেত লিখবেন।

১।	খাবার বড়ি (সুখী দিলে "ব" এর নীচে "সু" লিখে চক্রের সংখ্যা লিখবেন এবং আপন দিলে "ব" এর নীচে "আ" লিখে চক্রের সংখ্যা লিখবেন। অন্য সূত্র থেকে বড়ি নিলে "ব" এর নিচে "অ" লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে খাবার বড়ি নিলে "ব" এর পাশে ড্যাস চিহ্ন দিয়ে "প" লিখবেন)।	ব	১০।	মিসোপ্রোস্টল	মিসো
			১১।	পদ্ধতির পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া/জটিলতারর জন্য প্রেরণ	পা
			১২।	পদ্ধতি নেয়ার জন্য প্রেরণ	প্রে
২।	কনডম (সরবরাহ দিলে "ক" এর নীচে সংখ্যা এবং অন্য সূত্র থেকে কনডম নিলে "ক" এর নিচে "অ" লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে কনডম নিলে "ক" এর পাশে ড্যাস চিহ্ন দিয়ে "প" লিখবেন)।	ক	১৩।	গর্ভবতী (পরিদর্শন কালীন সময়ে নুতন একজন গর্ভবতী পেলে 'গ' এর নীচে শেষ মাসিকের তারিখ অবশ্যই লিখবেন)।	গ
৩।	ইনজেকটেবল (ইনজেকটেবল প্রদান করা হলে "ই" এবং অন্য সূত্র থেকে নিলে "ই" এর নিচে "অ" লিখবেন লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে ইনজেকটেবল নিলে "ই" এর পাশে ড্যাস চিহ্ন দিয়ে "প" লিখবেন)।	ই	১৪।	জীবিত জন্ম ('জী' এর নীচে জন্ম অবশ্যই তারিখ লিখবেন)।	জী
৪।	আই ইউ ডি (আইইউডি নিলে "টি" লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে আই ইউ ডি নিলে "টি" এর পাশে ড্যাস চিহ্ন দিয়ে "প" লিখবেন)।	টি	১৫।	জীবিত জন্ম ছাড়া অন্য কারণে গর্ভখালাস (গর্ভনষ্ট/মৃত জন্ম) ('খা' লিখলে তার নীচে অবশ্যই তারিখ লিখবেন)।	খা
৫।	ইমপ্ল্যান্ট (ইমপ্লানন নিলে "ইম-১" এবং জেডেল নিলে "ইম-২" লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে ইমপ্ল্যান্ট নিলে "ইম-১/ইম-২" এর পাশে ড্যাস চিহ্ন দিয়ে "প" লিখবেন)।	ইম-১/ ইম-২	১৬।	অপারেশন করে জরায়ু অপসারণ করা হলে (Hysterectomy)	হি
৬।	স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ)- এনএসভি (স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ) নিলে "পু" লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ) নিলে "পু" এর পাশে ড্যাস চিহ্ন দিয়ে "প" লিখবেন)।	পু	১৭।	স্বামী বিদেশ থাকলে	বি
৭।	স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা)- টিউবেকটমি (স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) নিলে "ম" লিখবেন। শিশু জন্মের ১ বছরের মধ্যে স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) নিলে "ম" এর পাশে ড্যাস চিহ্ন দিয়ে "প" লিখবেন)।	ম	১৮।	বন্ধ্যাত্ব বিষয়ক তথ্য	১ম/২য়
৮।	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি	প	১৯।	ক্লোরোহেক্সিডিন	ক্লো
৯।	ইসিপি	ইপি	২০।	অন্য যে কোন অবস্থা	যে

বিঃ দ্র ঃ স্বাভাবিক বাড়ী পরিদর্শনের সময় কোন মহিলা যদি অনুপস্থিত থাকেন তাহলে ঐ মহিলার দম্পতি ছকের পরিদর্শন তারিখের নীচে "অনু" লিখবেন। ঐ মহিলা যদি পদ্ধতি গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী হন তাহলে জন্মনিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা/গর্ভাবস্থা/অন্যান্য ঘরে ব্যবহৃত পদ্ধতির সংকেত অথবা যদি গর্ভবতী হন তাহলে "গ" লিখবেন। অপারেশন করে জরায়ু অপসারণ করা হলে "হি" লিখবেন এবং স্বামী বিদেশ থাকলে "বি" লিখবেন। আর যদি পদ্ধতি গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী অথবা গর্ভবতী না হন অথবা ঐ দম্পতিকে যদি কোন প্রকার সেবা দেয়া না হয় তাহলে জন্মনিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা/গর্ভাবস্থা/অন্যান্য ঘরে "যে" লিখবেন।

খ. পুষ্টি সেবা সংকেতঃ					
২১।	আয়রন ফলিক এসিড বড়ি এবং বাড়তি খাবার (আয়রন ফলিক এসিড বড়ি এবং বাড়তি খাবার বিষয়ে কাউন্সেলিং করা হলে "আফ" এবং আয়রন ফলিক এসিড বড়ি বিতরণ করা হলে "আফ" এর নিচে সংখ্যা লিখুন)।	আফ	২৭।	জন্মের ৬ মাস পর হতে পরিপূরক খাবার খাওয়ানো হয়েছে/হচ্ছে	প-৬
২২।	মাল্টিপল মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট পাউডার (এমএনপি) (মাল্টিপল মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট পাউডার (এমএনপি) বিষয়ে কাউন্সেলিং করা হলে "পুপা" এবং "এমএনপি" বিতরণ করা হলে "পুপা" এর নীচে সংখ্যা লিখুন)।	পুপা	২৮।	MAM আক্রান্ত শিশু	মাম
২৩।	শিশুকে মায়ের দুধ ও পরিপূরক খাবার (কাউন্সেলিং করা হলে)	দু	২৯।	SAM আক্রান্ত রেফারকৃত শিশু	সাম
২৪।	হাত ধোয়া (কাউন্সেলিং করা হলে)	হা	৩০।	অপরিণত জন্ম	অজ
২৫।	জন্মের এক ঘন্টার মধ্যে বুকের দুধ খাওয়ানো হয়েছে	দু-১	৩১।	কম জন্ম ওজনের শিশু	কজ
২৬।	৬ মাস পর্যন্ত শুধু মাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো হয়েছে/হচ্ছে	দু-৬			

৮.দম্পতি ছক

গ্রামের নামঃ...... ....

মন্তব্য

দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ
		স্বাঃ		বয়সঃ		
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ			
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর		মোবাইল নম্বর			মায়ের পুষ্টি সেবা
						শিশুর পুষ্টি সেবা
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ
		স্বাঃ		বয়সঃ		
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ			
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর		মোবাইল নম্বর			মায়ের পুষ্টি সেবা
						শিশুর পুষ্টি সেবা
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ
		স্বাঃ		বয়সঃ		
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ			
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর		মোবাইল নম্বর			মায়ের পুষ্টি সেবা
						শিশুর পুষ্টি সেবা
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ
		স্বাঃ		বয়সঃ		
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ			
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর		মোবাইল নম্বর			মায়ের পুষ্টি সেবা
						শিশুর পুষ্টি সেবা
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ
		স্বাঃ		বয়সঃ		
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ			
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর		মোবাইল নম্বর			মায়ের পুষ্টি সেবা
						শিশুর পুষ্টি সেবা
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ
		স্বাঃ		বয়সঃ		
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ			
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর		মোবাইল নম্বর			মায়ের পুষ্টি সেবা
						শিশুর পুষ্টি সেবা

দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ																			
		স্বাঃ		বয়সঃ																					
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য																			
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ																						
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর	মোবাইল নম্বর				মায়ের পুষ্টি সেবা																			
						শিশুর পুষ্টি সেবা																			
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ																			
		স্বাঃ		বয়সঃ																					
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য																			
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ																						
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর	মোবাইল নম্বর				মায়ের পুষ্টি সেবা																			
						শিশুর পুষ্টি সেবা																			
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ																			
		স্বাঃ		বয়সঃ																					
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য																			
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ																						
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর	মোবাইল নম্বর				মায়ের পুষ্টি সেবা																			
						শিশুর পুষ্টি সেবা																			
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ																			
		স্বাঃ		বয়সঃ																					
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য																			
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ																						
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর	মোবাইল নম্বর				মায়ের পুষ্টি সেবা																			
						শিশুর পুষ্টি সেবা																			
দম্পতি নং-	বিবাহের তারিখ	স্ত্রীঃ		বয়সঃ		পরিদর্শনের তারিখ																			
		স্বাঃ		বয়সঃ																					
মহিলার টিটি	ছোট সন্তানের বয়স	জীবিত সন্তান সংখ্যা	ছেলেঃ	মায়ের শিক্ষাগত যোগ্যতা		জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা /গর্ভাবস্থা/অন্যান্য																			
১ ২ ৩ ৪ ৫			মেয়েঃ																						
জাতীয় পরিচয়পত্র নম্বর	জন্মনিবন্ধন নম্বর	মোবাইল নম্বর				মায়ের পুষ্টি সেবা																			
						শিশুর পুষ্টি সেবা																			

জন্ম নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা/ গর্ভাবস্থা/পুষ্টি/অন্যান্য সংকেত

- ১। খাবার বড়ি — **ব**
- ২। কনডম — **ক**
- ৩। ইনজেকটেবল — **ই**
- ৪। আই ইউ ডি — **টি**
- ৫। ইমপ্ল্যান্ট — **ইম-১/ ইম-২**
- ৬। স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ) — **পু**
- ৭। স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) — **ম**
- ৮। প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি — **প**
- ৯। ইসিপি — **ইপি**
- ১০। মিসোপ্রোস্টোল — **মিসো**
- ১১। পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার জন্য প্রেরণ — **পা**
- ১২। পদ্ধতির জন্য প্রেরণ — **প্রে**
- ১৩ গর্ভবতী — **গ**
- ১৪। জীবিত জন্ম — **জী**
- ১৫। গর্ভ খালাস (জীবিত জন্ম ছাড়া) — **খা**
- ১৬। অপারেশন করে জরায়ু অপসারণ করা — **হি**
- ১৭। স্বামী বিদেশ থাকলে — **বি**
- ১৮। বন্ধ্যাত্ব বিষয়ক তথ্য — **১ম/২য়**
- ১৯। ক্লোরহেক্সিডিন — **ক্লো**
- ২০। অন্য যে কোন অবস্থা — **যে**

পুষ্টি সেবা:

- ২১। আয়রণ-ফলিক এসিড বড়ি ও বাড়তি খাবার — **আফ**
- ২২। মাল্টিপল মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট পাউডার (এমএনপি) বিষয়ক — **পুপা**
- ২৩। মায়ের দুধও পরিপূরক খাবার — **দু**
- ২৪। হাত ধোয়া — **হা**
- ২৫। জন্মের এক ঘন্টার মধ্যে বুকের দুধ খাওয়ানো হয়েছে — **দু-১**
- ২৬। ৬ মাস পর্যন্ত শুধু বুকের দুধ খাওয়ানো হয়েছে/হচ্ছে — **দু-৬**
- ২৭। জন্মের ৬ মাস পর হতে পরিপুরক খাবার খাওয়ানো হয়েছে/হচ্ছে — **প-৬**
- ২৮। MAM আক্রান্ত — **মাম**
- ২৯। SAM আক্রান্ত রেফারকৃত — **সাম**
- ৩০। অপরিণত জন্ম — **অজ**
- ৩১। কম জন্ম ওজনের শিশু — **কজ**

৯. শূন্য থেকে ১৫ মাস বয়সী শিশুর তালিকা ছক

গ্রামের নামঃ...... ....

ক্রমিক নং	দম্পতি নং	তথ্য সংগ্রহের তারিখ	শিশুর নাম (০-১৫ মাস)	জন্ম তারিখ/ বয়স		টিকা দানের তথ্য												
				ছেলে	মেয়ে	বিসিজি	পেন্টাভ্যালেন্ট (ডিপিটি, হেপ-বি, হিব)			পিসিভি টিকা			বিওপিভি			আইপিভি(ফ্রাকশনাল)		এমআর টিকা
							১	২	৩	১	২	৩	১	২	৩	১	২	

গ্রামের নামঃ...... ....

ক্রমিক নং	দম্পতি নং	তথ্য সংগ্রহের তারিখ	শিশুর নাম (০-১৫ মাস)	জন্ম তারিখ/ বয়স		টিকা দানের তথ্য												
				ছেলে	মেয়ে	বিসিজি	পেন্টাভ্যালেন্ট (ডিপিটি, হেপ-বি, হিব)			পিসিভি টিকা			বিওপিভি			আইপিভি(ফ্রাকশনাল)		এমআর টিকা
							১	২	৩	১	২	৩	১	২	৩	১	২	

বিশেষ দ্রষ্টব্যঃ রেজিস্ট্রেশন কালীন সময়ে ০-১৫ মাস বয়সী সকল শিশু রেজিস্ট্রেশনের পর জন্মগ্রহণকারী সকল শিশু এবং পরবর্তী সময়ে কোন মহিলা যদি ০-১৫ মাস বয়সী শিশু নিয়ে এলাকায় বসবাসের জন্য আসে তাহলে ঐ শিশুর রেজিস্ট্রেশন করতে হবে। যদি নির্ধারিত সময়ের মধ্যে সকল ইপিআই টিকা গ্রহণ না করে তবে ২৪ মাস বয়স পর্যন্ত ইপিআই টিকা গ্রহণ করতে পারবে।

১০. শিশু (০-৫ বৎসরের নিচে) সেবাদান ছক

ক্রমিক নং	পরিদর্শনের তারিখ	দম্পতি নং	শিশুর নাম	বয়স		অসুবিধা	উপদেশ/ব্যবস্থা	মন্তব্য
				ছেলে	মেয়ে			

১১. কিশোর-কিশোরীর স্বাস্থ্য সেবাদান ছক

ক্রমিক নং	দম্পতি নং	নাম	বয়স		পরিদর্শনের তারিখ ও কাউন্সেলিং এর বিষয়সমূহের কোড নম্বর লিখুন											মন্তব্য
			ছেলে	মেয়ে	তারিখ / সেবা											
১	২	৩	৪	৫	৬	৭	৮	৯	১০	১১	১২	১৩	১৪	১৫	১৬	১৭

কাউন্সেলিং এর কোড সমূহ ঃ

ক	বাল্যবিবাহ এবং কিশোরী মাতৃত্বের কুফল	খ	কিশোরীকে আয়রণ ফলিক এসিড বড়ি খাবার	গ	বিভিন্ন ধরণের পুষ্টিকর ও সুষম খাবার
ঘ	বয়ঃসন্ধিকালিন পরিবর্তন	ঙ	কিশোর-কিশোরীর পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও কিশোরীর স্যানিটারি প্যাড ব্যবহার	চ	কিশোর-কিশোরীর প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত রোগ
ছ	কৈশোর সহিংসতা প্রতিরোধ	জ	মানসিক সমস্যা এবং মাদকাসক্তি প্রতিরোধ ও নিরাময়	ঝ	রেফার

১২. গর্ভবতী মা ও নবজাতকের তথ্য/সেবা ছক

								গর্ভকালীন সেবা							প্রসব সেবা				
ক্রমিক নম্বর	দম্পতি নম্বর	পরিদর্শনের তারিখ	গর্ভবতী মায়ের নাম, স্বামীর নাম গ্রাম/মহল্লা ও মোবাইল নম্বর	বয়স (বছর)	শেষ মাসিকের তারিখ (LMP)	প্রসবের সম্ভাব্য তারিখ (EDD)	প্যারা ও গ্রাভিডা	পরিদর্শন-১ (তারিখ)	পরিদর্শন-২ (তারিখ)	পরিদর্শন-৩ (তারিখ)	পরিদর্শন-৪ (তারিখ)	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি বিষয়ে কাউন্সেলিং (হ্যাঁ/না)	মিসোপ্রোস্টল বড়ি পেয়েছে কি না (হ্যাঁ/না)	৭.১ % ক্লোরোহেক্সিডিন পেয়েছে কি না (হ্যাঁ/না)	প্রসব/গর্ভপাতের তারিখ	কোথায় প্রসব হয়েছে (বাড়ী/হাসপাতাল/ক্লিনিক[১])	কে প্রসব করিয়েছেন (প্রশিক্ষণ প্রাপ্ত[২]/প্রশিক্ষণ বিহীন ব্যক্তি)	প্রসবের ধরণ (স্বাভাবিক / সিজারিয়ান)	প্রসবের তৃতীয় ধাপের সক্রিয় ব্যবস্থাপনা (AMTSL) অনুসরণ করে প্রসব করানো হয়েছে (হ্যাঁ/না)
১	২	৩	৪	৫	৬	৭	৮	৯	১০	১১	১২	১৩	১৪	১৫	১৬	১৭	১৮	১৯	২০

[১] হাসপাতাল/ক্লিনিক- উপজেলা স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কমপ্লেক্স, ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র, মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্র, জেলা সদর বা অন্যান্য সরকারী হাসপাতাল, এনজিও ক্লিনিক বা হাসপাতাল, প্রাইভেট ক্লিনিক বা হাসপাতাল।

[২] প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত- ডাক্তার, নার্স, স্যাকমো, এফডব্লিউভি, প্যারামেডিক, সিএসবিএ।

১২. গর্ভবতী মা ও নবজাতকের তথ্য/সেবা ছক

প্রসব সেবা		নবজাতক সংক্রান্ত তথ্য							প্রসবোত্তর সেবা					রেফারকৃত					
মিসোপ্রোস্টল বড়ি খাওয়ানো হয়েছে কি না (হ্যাঁ/না)	প্রসবের ফলাফল (জীবিত জন্ম/মৃত জন্ম)	জন্মের সময় ওজন (গ্রাম)	অপরিণত জন্ম (৩৭ সপ্তাহের পূর্বে) (হ্যাঁ/না)	১ মিনিটের মধ্যে মোছানো হয়েছে কি না (হ্যাঁ/না)	নাড়ি কাটার পর ৭.১% ক্লোরোহেক্সিডিন ব্যবহার (হ্যাঁ/না)	নাড়ি কাটার পর নবজাতককে মায়ের ত্বকে-ত্বক স্পর্শ করা হয়েছে (হ্যাঁ/না)	জন্মের ১ ঘন্টার মধ্যে বুকের দুধ খাওয়ানো (হ্যাঁ/না)	জন্মকালীন শ্বাসকষ্টে আক্রান্ত শিশুকে ব্যাগ ও মাস্ক ব্যবহার করে রিসাসিটেট করা হয়েছে (হ্যাঁ/না/প্রযোজ্য নয়)	পরিদর্শন-১ (তারিখ)	পরিদর্শন-২ (তারিখ)	পরিদর্শন-৩ (তারিখ)	পরিদর্শন-৪ (তারিখ)	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি বিষয়ে কাউন্সেলিং (হ্যাঁ/না)	ঝুঁকিপূর্ণ/জটিল গর্ভবতী মাকে রেফার (হ্যাঁ/না/প্রযোজ্য নয়)	একলাম্পসিয়া রোগীকে লোডিং ডোজ $MgSO_4$ ইনজেকশন দিয়ে রেফার (হ্যাঁ/না/প্রযোজ্য নয়)	নবজাতককে জটিলতার জন্য রেফার (হ্যাঁ/না)	নবজাতকের মৃত্যু (০-২৮ দিন) (তারিখ)	মাতৃ মৃত্যু[৩] (তারিখ)	মন্তব্য
২১	২২	২৩	২৪	২৫	২৬	২৭	২৮	২৯	৩০	৩১	৩২	৩৩	৩৪	৩৫	৩৬	৩৭	৩৮	৩৯	৪০

[৩] মাতৃ মৃত্যু: গর্ভকালীন, প্রসবকালীন ও প্রসব পরবর্তী ৪২ দিনের মধ্যে গর্ভজটিলতায় মায়ের মৃত্যু।

১৩. মৃত্যু তালিকা ছক

(ইউনিটের সকল মৃত্যুর তথ্য তালিকাভূক্ত করুন)

ক্রমিক নং	তথ্য সংগ্রহের তারিখ	দম্পতি নং (যদি থাকে)	গ্রামের নাম	মৃত ব্যক্তির নাম	পিতা/স্বামীর নাম	মৃত্যুর তারিখ		প্রযোজ্য ঘরে মৃত ব্যক্তির মৃত্যুকালীন বয়স লিখুন						
						পুরুষ	মহিলা	০ থেকে ৭ দিন	৮ থেকে ২৮ দিন	২৯ দিন থেকে ১ বছরের কম	১ বছর থেকে ৫ বছরের কম	মাতৃ মৃত্যু	অন্যান্য সকল মৃত্যু	মৃত্যুর কারণ
১	২	৩	৪	৫	৬	৭	৮	৯	১০	১১	১২	১৩	১৪	১৫

১৪.দৈনিক কার্যাবলীর হিসাব ছক

ক) বাড়ী পরিদর্শনে ব্যবহৃত দিনগুলো ঃ

মাস ঃ .. ..বৎসর ঃ ২০..

পরিদর্শনের তারিখ (দিন ও মাস লিখুন)													প্রসব পরবর্তী		পাক্ষিকের মোট										প্রসব পরবর্তী		সর্বমোট
													মোট	মে:উ:											মোট	মে:উ:	
পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ সংক্রান্ত তথ্যের হিসাব	খাবার বড়ি	পুরাতন																									
		নতুন																									
		মোট																									
		ছেড়ে দিয়েছে	কোন পদ্ধতি নেয়নি																								
		ছেড়ে দিয়েছে	অন্য পদ্ধতি নিয়েছে																								
	কনডম	পুরাতন																									
		নতুন																									
		মোট																									
		ছেড়ে দিয়েছে	কোন পদ্ধতি নেয়নি																								
		ছেড়ে দিয়েছে	অন্য পদ্ধতি নিয়েছে																								
	ইনজেকটেবল	পুরাতন																									
		নতুন																									
		মোট																									
		ছেড়ে দিয়েছে	কোন পদ্ধতি নেয়নি																								
		ছেড়ে দিয়েছে	অন্য পদ্ধতি নিয়েছে																								
	আই ইউ ডি	পুরাতন																									
		নতুন																									
		মোট																									
		ছেড়ে দিয়েছে	কোন পদ্ধতি নেয়নি																								
		ছেড়ে দিয়েছে	অন্য পদ্ধতি নিয়েছে																								
	ইমপ্ল্যান্ট	পুরাতন																									
		নতুন																									
		মোট																									
		ছেড়ে দিয়েছে	কোন পদ্ধতি নেয়নি																								
		ছেড়ে দিয়েছে	অন্য পদ্ধতি নিয়েছে																								
	স্থায়ী পদ্ধতি	পুরুষ	পুরাতন																								
		পুরুষ	নতুন																								
		পুরুষ	মোট																								
		মহিলা	পুরাতন																								
		মহিলা	নতুন																								
		মহিলা	মোট																								
	সর্বমোট																										
মোট সক্ষম দম্পতির সংখ্যা																											

গর্ভবতী মহিলার সংখ্যা	পুরাতন												
	নতুন												
	মোট												
গর্ভপাত/মিসক্যারেজ এর সংখ্যা													
প্রেরণ	রেফারকৃত ঝুঁকিপূর্ণ/জটিল গর্ভবতীর সংখ্যা												
	পদ্ধতি নেয়ার জন্য												
	পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার জন্য												
পুষ্টি	মা												
	শিশু												
শিশু (০-৫ বৎসরের নীচে) সেবা (সংখ্যা)													
কিশোর-কিশোরীদের স্বাস্থ্য সেবা (সংখ্যা)													
বিতরণ	খাবার বড়ি (চক্র)	সুখী											
		আপন											
	কনডম (পিস)												
	ইনজেকটেবল	ভায়াল											
		এডি সিরিঞ্জ											
	অন্যান্য/ইসিপি (ডোজ)												
	মিসোপ্রোস্টল (ডোজ)												
	৭.১ % ক্লোরোহেক্সিডিন												
	ভিটামিন-মিনারেল পাউডার (স্যাসেট)												
	আয়রন ও ফলিক এসিড(সংখ্যা)												
	এসবিসিসি বিতরণ												
আইপিসির সংখ্যা													
এফ পি আই এর মন্তব্য ও স্বাক্ষর													

খ) বাড়ী পরিদর্শন ছাড়া অন্য কাজে ব্যবহৃত দিনের হিসাবঃ (তারিখ লিখুন)

স্যাটেলাইট ক্লিনিক/ ইপিআই কেন্দ্রে গমন	
দলগত সভা / উঠান বৈঠকে গমন	
কমিউনিটি ক্লিনিকে গমন	
ক্লায়েন্ট নিয়ে গমন	
সভায় (মিটিং) গমন	
সরকারী ও সাপ্তাহিক ছুটি ভোগ	
নৈমিত্তিক বা অর্জিত ছুটিভোগ	
অন্যান্য	

গ) জন্ম ও মৃত্যুর হিসাবঃ (মাসের শেষে পূরণ করুন)

মোট জীবিত জন্মের সংখ্যা			
মোট মৃতের সংখ্যা	০ থেকে ৭ দিন		
	৮ থেকে ২৮ দিন		
	২৯ দিন থেকে ১ বৎসরের কম		
	১ বৎসর থেকে ৫ বৎসরের কম		
	মাতৃ মৃত্যু		
	অন্যান্য সকল মৃত্যু		

ঘ) সক্ষম দম্পতি বৃদ্ধি ও হ্রাসের হিসাবঃ (দম্পতি নম্বর লিখুন)

দম্পতি বৃদ্ধির কারণ	বিবাহের কারণে	
	অন্য এলাকা থেকে আসার কারণে	
দম্পতি হ্রাসের কারণ	অন্যত্র চলে যাবার কারণে	
	বয়স উত্তীর্ণ/তালাক প্রাপ্ত/ হিস্ট্রেকটমি মৃত্যু ও অন্যান্য কারণে	

ঙ) ইউনিটে পদ্ধতি গ্রহণকারী, সক্ষম দম্পতি এবং গর্ভবতী মহিলার হিসাবঃ (মাসের শেষে পূরণ করুন)

পদ্ধতি গ্রহণকারীর সংখ্যা	চলতি মাসের মোট	
	পূর্ববর্তী মাসের মোট	
	ইউনিটের সর্বমোট	
সক্ষম দম্পতির সংখ্যা	চলতি মাসের মোট	
	পূর্ববর্তী মাসের মোট	
	ইউনিটের সর্বমোট	
গর্ভবতীর সংখ্যা	চলতি মাসের মোট	
	পূর্ববর্তী মাসের মোট	
	ইউনিটের সর্বমোট	

ইউনিটে পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার (CAR)ঃ $\frac{\text{ইউনিটের সর্বমোট পদ্ধতি গ্রহণকারী}}{\text{ইউনিটের সর্বমোট সক্ষম দম্পতি}} \times ১০০ =$ %

১৫. ইনজেকটেবল গ্রহণকারীর তালিকা ছক

ক্রমিক নং	দম্পতি নং	গ্রহণকারীর নাম ও গ্রামের নাম	প্রথম ডোজের তারিখ	ইনজেকটেবল প্রদানের তারিখ													পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													
				ডিউ ডোজ													
				প্রয়োগের তারিখ													

১৬. মাসিক মওজুদ ও বিতরণের হিসাব ছক

মাসের নামঃ					সনঃ ২০						
ইস্যু ভাউচার নং		খাবার বড়ি		কনডম (নিরাপদ) (পিস)	ইনজেকটেবল		ইসিপি (ডোজ)	মিসো-প্রোস্টল (ডোজ)	৭.১ % ক্লোরহেক্সিডিন	এমএনপি (স্যাসেট)	আয়রন-ফলিক এসিড (সংখ্যা)
তারিখ		সুখী (চক্র)	আপন (চক্র)		ভায়াল	সিরিঞ্জ					
পূর্বের মওজুদ											
চলতি মাসে পাওয়া গেছে (+)											
চলতি মাসের মোট মওজুদ											
সমন্বয়	(+)										
	(-)										
সর্বমোট											
চলতি মাসে বিতরণ করা হয়েছে (-)											
অবশিষ্ট											
চলতি মাসে কখনও মওজুদ শূন্যতা হয়ে থাকলে কারণ (কোড) লিখুন											

মাসের নামঃ					সনঃ ২০						
ইস্যু ভাউচার নং		খাবার বড়ি		কনডম (নিরাপদ) (পিস)	ইনজেকটেবল		ইসিপি (ডোজ)	মিসো-প্রোস্টল (ডোজ)	৭.১ % ক্লোরহেক্সিডিন	এমএনপি (স্যাসেট)	আয়রন-ফলিক এসিড (সংখ্যা)
তারিখ		সুখী (চক্র)	আপন (চক্র)		ভায়াল	সিরিঞ্জ					
পূর্বের মওজুদ											
চলতি মাসে পাওয়া গেছে (+)											
চলতি মাসের মোট মওজুদ											
সমন্বয়	(+)										
	(-)										
সর্বমোট											
চলতি মাসে বিতরণ করা হয়েছে (-)											
অবশিষ্ট											
চলতি মাসে কখনও মওজুদ শূন্যতা হয়ে থাকলে কারণ (কোড) লিখুন											

মাসের নামঃ					সনঃ ২০						
ইস্যু ভাউচার নং		খাবার বড়ি		কনডম (নিরাপদ) (পিস)	ইনজেকটেবল		ইসিপি (ডোজ)	মিসো-প্রোস্টল (ডোজ)	৭.১ % ক্লোরহেক্সিডিন	এমএনপি (স্যাসেট)	আয়রন-ফলিক এসিড (সংখ্যা)
তারিখ		সুখী (চক্র)	আপন (চক্র)		ভায়াল	সিরিঞ্জ					
পূর্বের মওজুদ											
চলতি মাসে পাওয়া গেছে (+)											
চলতি মাসের মোট মওজুদ											
সমন্বয়	(+)										
	(-)										
সর্বমোট											
চলতি মাসে বিতরণ করা হয়েছে (-)											
অবশিষ্ট											
চলতি মাসে কখনও মওজুদ শূন্যতা হয়ে থাকলে কারণ (কোড) লিখুন											

মাসের নামঃ					সনঃ ২০						
ইস্যু ভাউচার নং		খাবার বড়ি		কনডম (নিরাপদ) (পিস)	ইনজেকটেবল		ইসিপি (ডোজ)	মিসো-প্রোস্টল (ডোজ)	৭.১ % ক্লোরহেক্সিডিন	এমএনপি (স্যাসেট)	আয়রন-ফলিক এসিড (সংখ্যা)
তারিখ		সুখী (চক্র)	আপন (চক্র)		ভায়াল	সিরিঞ্জ					
পূর্বের মওজুদ											
চলতি মাসে পাওয়া গেছে (+)											
চলতি মাসের মোট মওজুদ											
সমন্বয়	(+)										
	(-)										
সর্বমোট											
চলতি মাসে বিতরণ করা হয়েছে (-)											
অবশিষ্ট											
চলতি মাসে কখনও মওজুদ শূন্যতা হয়ে থাকলে কারণ (কোড) লিখুন											

মওজুদ শূন্যতার কোডঃ সরবরাহ পাওয়া যায়নি ক অপর্যাপ্ত সরবরাহ খ হঠাৎ চাহিদা বৃদ্ধি পাওয়া গ অন্যান্য ঘ

১৭. জনসংখ্যার হিসাব ছক

সক্ষম দম্পতি,দম্পতি এবং দম্পতি বিহীন বাড়ীর জনসংখ্যা (বছরে একবার পূরণীয়)

গ্রামের নাম ঃ ....

ক্রমিক নং	সক্ষম দম্পতি নং	পরিবার প্রধানের নাম	জনসংখ্যা								
			প্রথম বর্ষ			দ্বিতীয় বর্ষ			তৃতীয় বর্ষ		
			মাসঃ জানু:-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০১৯			মাসঃ জানু:-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০২০			মাসঃ জানু:-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০২১		
			পুরুষ	মহিলা	মোট	পুরুষ	মহিলা	মোট	পুরুষ	মহিলা	মোট
		সর্বমোট									

গ্রামের নাম ঃ ....

ক্রমিক নং	দম্পতি নং	পরিবার প্রধানের নাম	জনসংখ্যা								
			প্রথম বর্ষ			দ্বিতীয় বর্ষ			তৃতীয় বর্ষ		
			মাসঃ জানু:-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০১৯			মাসঃ জানু:-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০২০			মাসঃ জানু:-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০২১		
			পুরুষ	মহিলা	মোট	পুরুষ	মহিলা	মোট	পুরুষ	মহিলা	মোট
		সর্বমোট									

১৮. গ্রাম ভিত্তিক জনসংখ্যার হিসাব ছক

(বছরে একবার পূরণীয়)

গ্রামের নাম	প্রথম বর্ষ			দ্বিতীয় বর্ষ			তৃতীয় বর্ষ		
	মাসঃ জানুয়ারি -ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০১৯			মাসঃ জানুয়ারি -ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০২০			মাসঃ জানুয়ারি -ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০২১		
	মোট জনসংখ্যা			মোট জনসংখ্যা			মোট জনসংখ্যা		
	পুরুষ	মহিলা	মোট	পুরুষ	মহিলা	মোট	পুরুষ	মহিলা	মোট
সর্বমোট									

১৯. সন্তান সংখ্যা অনুযায়ী এবং বয়স ভিত্তিক পদ্ধতি গ্রহণকারী ও অগ্রহণকারী সক্ষম দম্পতিদের বিন্যাস ছক

(বছরে একবার পূরণীয়)

প্রথম বর্ষঃ

মাসঃ জানুয়ারি-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০১৯

বয়সের বিন্যাস	সন্তান সংখ্যার বিন্যাস	পদ্ধতি গ্রহণকারী															অগ্রহণকারী	গর্ভবতী	মোট জীবিত সন্তান সংখ্যা	স্বামী বিদেশে
		খাবার বড়ি		কনডম		ইনজেকটেবল		আইইউডি		ইমপ্ল্যান্ট		স্থায়ী পদ্ধতি								
												পুরুষ		মহিলা						
		স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	মোট				
<২০	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
২০-২৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
৩০-৩৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
৪০-৪৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
সর্বমোট	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			

১৯. সন্তান সংখ্যা অনুযায়ী এবং বয়স ভিত্তিক পদ্ধতি গ্রহণকারী ও অগ্রহণকারী সক্ষম দম্পতিদের বিন্যাস ছক

(বছরে একবার পূরণীয়)

দ্বিতীয় বর্ষঃ

মাসঃ জানুয়ারি-ফেব্রুয়ারি সনঃ ২০২০

বয়সের বিন্যাস	সন্তান সংখ্যার বিন্যাস	পদ্ধতি গ্রহণকারী															অগ্রহণকারী	গর্ভবতী	মোট জীবিত সন্তান সংখ্যা	স্বামী বিদেশে
		খাবার বড়ি		কনডম		ইনজেকটেবল		আইইউডি		ইমপ্ল্যান্ট		স্থায়ী পদ্ধতি								
												পুরুষ		মহিলা						
		স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	মোট				
<২০	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
২০-২৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
৩০-৩৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
৪০-৪৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
সর্বমোট	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			

১৯. সন্তান সংখ্যা অনুযায়ী এবং বয়স ভিত্তিক পদ্ধতি গ্রহণকারী ও অগ্রহণকারী সক্ষম দম্পতিদের বিন্যাস ছক

(বছরে একবার পূরণীয়)

তৃতীয় বর্ষঃ

মাসঃ জানুয়ারি-ফেব্রুয়ারি

সনঃ ২০২১

বয়সের বিন্যাস	সন্তান সংখ্যার বিন্যাস	পদ্ধতি গ্রহণকারী															অগ্রহণকারী	গর্ভবতী	মোট জীবিত সন্তান সংখ্যা	স্বামী বিদেশে
		খাবার বড়ি		কনডম		ইনজেকটেবল		আইইউডি		ইমপ্ল্যান্ট		স্থায়ী পদ্ধতি								
												পুরুষ		মহিলা						
		স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী	মোট				
<২০	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
২০-২৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
৩০-৩৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
৪০-৪৯	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			
সর্বমোট	০																			
	১																			
	২																			
	৩+																			
	মোট																			

২০.পরিবার পরিকল্পনা পরিদর্শকের তদারকি ছক

(প্রত্যেকবার কর্মীকে পরিদর্শনের সময় তদারকি সহায়ক নির্দেশমালা* অনুযায়ী পূরণ করতে হবে)

পরিদর্শনের তারিখ ও গ্রামের নাম	কর্মী অগ্রীম কর্মসূচীর কোন পর্যায়ে (সঠিক/আগে/ পিছনে)	পর্যাপ্ত সামগ্রী আছে কি? (হ্যাঁ/না)	পরিদর্শিত দম্পতি সমূহের নম্বর	রেজিস্টারে লিপিবদ্ধ তথ্য যাচাইয়ের ফলাফল (দম্পতি সংখ্যা)										পরামর্শ ও স্বাক্ষর
				পদ্ধতি গ্রহণকারী/ব্যবহার কারী		পদ্ধতির জন্য প্রেরণ		পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার জন্য প্রেরণ	যাচাইকৃত গর্ভবতী মায়ের সংখ্যা	যাচাইকৃত মিসো-প্রোস্টল সরবরাহ প্রাপ্ত গর্ভবতী মায়ের সংখ্যা	যাচাইকৃত ৭.১% ক্লোরহেক্সিডিন সরবরাহ প্রাপ্ত গর্ভবতী মায়ের সংখ্যা	অন্যান্য দম্পতি	মোট যাচাইকৃত দম্পতি	
				সঠিক	সঠিক নয়	স্বাভাবিক	প্রসব পরবর্তী							
১	২	৩	৪	৫	৬	৭	৮	৯	১০	১১	১২	১৩	১৪	১৫

* **তদারকি সহায়ক নির্দেশমালাঃ** প্রত্যেকবার কর্মীকে পরিদর্শনের সময় যা লিখতে হবে তা হলোঃ ১নং কলামে যে তারিখে কর্মীর কাজ পরিদর্শন করা হয়েছে ঐ তারিখ এবং গ্রামের নাম। ২নং কলামে অগ্রীম ভ্রমণসূচী অনুযায়ী কর্মী আজ যেখানে কাজ করার কথা সেখানে কাজ করলে "সঠিক", অগ্রীম কাজ করলে "আগে" এবং পিছনে থাকলে "পিছনে"। ৩নং কলামে যে দিন কর্মীকে পরিদর্শন করা হল ঐ দিন কর্মীর নিকট পর্যাপ্ত সরবরাহ ছিল কি না? ৪নং কলামে আজ যাচাইকৃত দম্পতিদের নম্বর। ৫নং কলামে কর্মী যে সকল দম্পতিদের পদ্ধতি গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী হিসাবে রেজিস্টারে লিপিবদ্ধ করেছে তাদের মধ্যে সরেজমিনে যাচাই করে যে কয়জনকে সঠিক পাওয়া গেছে সেই সংখ্যা। ৬নং কলামে কর্মী যে সকল মহিলাকে দম্পতি ছকে গ্রহণকারী/ব্যবহারকারী হিসাবে উল্লেখ করেছেন অথচ প্রকৃতপক্ষে তারা গ্রহণকারী নয় সেই সংখ্যা। ৭নং এবং ৮নং কলামে কর্মী যে সকল দম্পতিকে পদ্ধতি নেয়ার জন্য । ৯নং পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়ার জন্য প্রেরণ করেছেন তাদের মধ্যে যে কয়জনের সাথে আপনি (FPI) নিজে আলাপ করেছেন তার সংখ্যা। ১০ নং কলামে গর্ভবতী মায়ের তথ্য যাচাইয়ের সংখ্যা। ১১ নং কলামে মিসো- প্রোস্টল সরবরাহপ্রাপ্ত গর্ভবতী যাচাই করা হয়ে থাকলে তার সংখ্যা । ১২ নং ৭.১% ক্লোরহেক্সিডিন সরবরাহ প্রাপ্ত গর্ভবতী যাচাই করা হয়ে থাকরে তার সংখ্যা। ১৩ নং কলামে আর কোন দম্পতির তথ্য যদি যাচাই করা হয়ে থাকে তার সংখ্যা এবং ১৪ নং কলামে ৫ থেকে ১৩নং কলামের সংখ্যাগুলোর যোগফল লিখবেন। ১৫ নং কলামে তদারকির সময়ে প্রাপ্ত ভুলভ্রান্তি শুদ্ধ করার জন্য এবং কাজের অগ্রগতি বৃদ্ধির জন্য যে সকল পরামর্শ প্রদান করা হয়েছে তা লিখার পর স্বাক্ষর করবেন।

২১. জনপ্রতিনিধি/কর্মকর্তাদের তদারকি ছক

পরিদর্শনের তারিখ	পরিদর্শিত গ্রামের নাম	কর্মী অগ্রীম কর্মসূচীর কোন পর্যায়ে (সঠিক/আগে/ পিছনে)	রেজিষ্টারের নিম্নোক্ত ছক সমূহ সঠিকভাবে পূরণ করা হচ্ছে কি? (হ্যাঁ/না)						পরিদর্শিত দম্পতির নম্বর	দম্পতির উপাত্ত যাচাই (পদ্ধতি গ্রহণকারী/ ব্যবহারকারী)		পরামর্শ (পদবীসহ স্বাক্ষর)
			দম্পতি ছক	গর্ভবতী ও নবজাতকের তালিকা ছক	মৃত্যু তালিকা ছক	দৈনিক কার্যাবলীর হিসাব ছক	ইনজেকটেবল গ্রহণকারীর তালিকা ছক	কিশোর কিশোরীর স্বাস্থ্য সেবাদান ছক		সঠিক (সংখ্যা)	সঠিক নয় (সংখ্যা)	
১	২	৩	৪	৫	৬	৭	৮	৯	১০	১১	১২	১৩

বর্ষপঞ্জি

জানুয়ারি-১ পৌষ-মাঘ						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
		১ ১৮	২ ১৯	৩ ২০	৪ ২১	৫ ২২
৬ ২৩	৭ ২৪	৮ ২৫	৯ ২৬	১০ ২৭	১১ ২৮	১২ ২৯
১৩ ৩০	১৪ ১	১৫ ২	১৬ ৩	১৭ ৪	১৮ ৫	১৯ ৬
২০ ৭	২১ ৮	২২ ৯	২৩ ১০	২৪ ১১	২৫ ১২	২৬ ১৩
২৭ ১৪	২৮ ১৫	২৯ ১৬	৩০ ১৭	৩১ ১৮		

ফেব্রুয়ারি-২ মাঘ-ফাগুন						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
					১ ১৯	২ ২০
৩ ২১	৪ ২২	৫ ২৩	৬ ২৪	৭ ২৫	৮ ২৬	৯ ২৭
১০ ২৮	১১ ১৯	১২ ৩০	১৩ ১	১৪ ২	১৫ ৩	১৬ ৪
১৭ ৫	১৮ ৬	১৯ ৭	২০ ৮	২১ ৯	২২ ১০	২৩ ১১
২৪ ১২	২৫ ১৩	২৬ ১৪	২৭ ১৫	২৮ ১৬		

মার্চ-৩ ফাগুন-চৈত্র						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
৩১ ১৭					১ ১৭	২ ১৮
৩ ১৯	৪ ২০	৫ ২১	৬ ২২	৭ ২৩	৮ ২৪	৯ ২৫
১০ ২৬	১১ ২৭	১২ ২৮	১৩ ২৯	১৪ ৩০	১৫ ১	১৬ ২
১৭ ৩	১৮ ৪	১৯ ৫	২০ ৬	২১ ৭	২২ ৮	২৩ ৯
২৪ ১০	২৫ ১১	২৬ ১২	২৭ ১৩	২৮ ১৪	২৯ ১৫	৩০ ১৬

এপ্রিল-৪ চৈত্র-বৈশাখ						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
	১ ১৮	২ ১৯	৩ ২০	৪ ২১	৫ ২২	৬ ২৩
৭ ২৪	৮ ২৫	৯ ২৬	১০ ২৭	১১ ২৮	১২ ২৯	১৩ ৩০
১৪ ১	১৫ ২	১৬ ৩	১৭ ৪	১৮ ৫	১৯ ৬	২০ ৭
২১ ৮	২২ ৯	২৩ ১০	২৪ ১১	২৫ ১২	২৬ ১৩	২৭ ১৪
২৮ ১৫	২৯ ১৬	৩০ ১৭				

মে-৫ বৈশাখ-জ্যৈষ্ঠ						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
			১ ১৮	২ ১৯	৩ ২০	৪ ২১
৫ ২২	৬ ২৩	৭ ২৪	৮ ২৫	৯ ২৬	১০ ২৭	১১ ২৮
১২ ২৯	১৩ ৩০	১৪ ৩১	১৫ ১	১৬ ২	১৭ ৩	১৮ ৪
১৯ ৫	২০ ৬	২১ ৭	২২ ৮	২৩ ৯	২৪ ১০	২৫ ১১
২৬ ১২	২৭ ১৩	২৮ ১৪	২৯ ১৫	৩০ ১৬	৩১ ১৭	

জুন-৬ জ্যৈষ্ঠ-আষাঢ়						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
৩০ ১৬						১ ১৮
২ ১৯	৩ ২০	৪ ২১	৫ ২২	৬ ২৩	৭ ২৪	৮ ২৫
৯ ২৬	১০ ২৭	১১ ২৮	১২ ২৯	১৩ ৩০	১৪ ৩১	১৫ ১
১৬ ২	১৭ ৩	১৮ ৪	১৯ ৫	২০ ৬	২১ ৭	২২ ৮
২৩ ৯	২৪ ১০	২৫ ১১	২৬ ১২	২৭ ১৩	২৮ ১৪	২৯ ১৫

জুলাই-৭ আষাঢ়-শ্রাবণ						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
	১ ১৭	২ ১৮	৩ ১৯	৪ ২০	৫ ২১	৬ ২২
৭ ২৩	৮ ২৪	৯ ২৫	১০ ২৬	১১ ২৭	১২ ২৮	১৩ ২৯
১৪ ৩০	১৫ ৩১	১৬ ১	১৭ ২	১৮ ৩	১৯ ৪	২০ ৫
২১ ৬	২২ ৭	২৩ ৮	২৪ ৯	২৫ ১০	২৬ ১১	২৭ ১২
২৮ ১৩	২৯ ১৪	৩০ ১৫	৩১ ১৬			

আগষ্ট-৮ শ্রাবণ-ভাদ্র						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
				১ ১৭	২ ১৮	৩ ১৯
৪ ২০	৫ ২১	৬ ২২	৭ ২৩	৮ ২৪	৯ ২৫	১০ ২৬
১১ ২৭	১২ ২৮	১৩ ২৯	১৪ ৩০	১৫ ৩১	১৬ ১	১৭ ২
১৮ ৩	১৯ ৪	২০ ৫	২১ ৬	২২ ৭	২৩ ৮	২৪ ৯
২৫ ১০	২৬ ১১	২৭ ১২	২৮ ১৩	২৯ ১৪	৩০ ১৫	৩১ ১৬

সেপ্টেম্বর-৯ ভাদ্র-আশ্বিন						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
১ ১৭	২ ১৮	৩ ১৯	৪ ২০	৫ ২১	৬ ২২	৭ ২৩
৮ ২৪	৯ ২৫	১০ ২৬	১১ ২৭	১২ ২৮	১৩ ২৯	১৪ ৩০
১৫ ৩১	১৬ ১	১৭ ২	১৮ ৩	১৯ ৪	২০ ৫	২১ ৬
২২ ৭	২৩ ৮	২৪ ৯	২৫ ১০	২৬ ১১	২৭ ১২	২৮ ১৩
২৯ ১৪	৩০ ১৫					

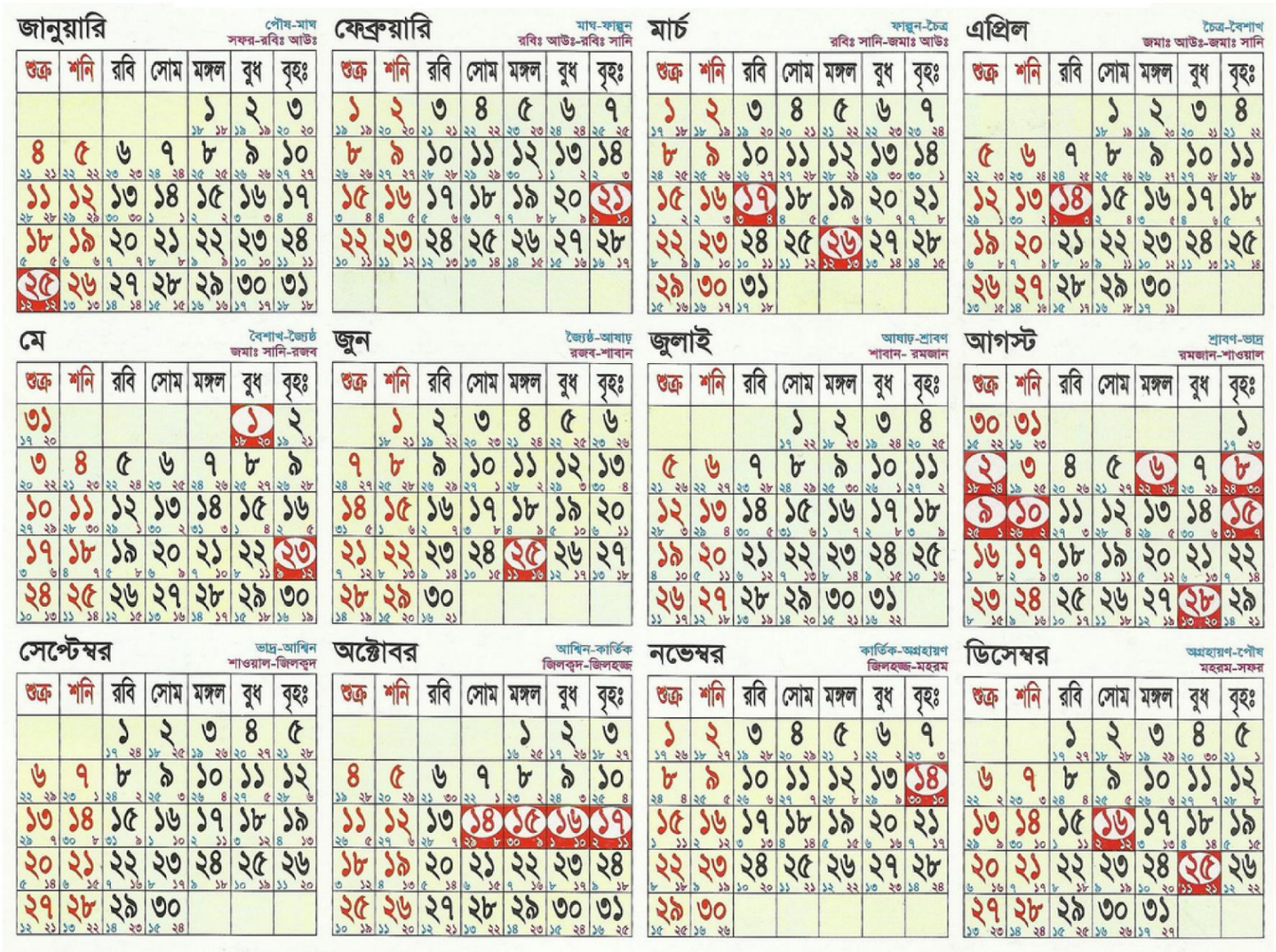
অক্টোবর-১০ আশ্বিন-কার্তিক						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
		১ ১৬	২ ১৭	৩ ১৮	৪ ১৯	৫ ২০
৬ ২১	৭ ২২	৮ ২৩	৯ ২৪	১০ ২৫	১১ ২৬	১২ ২৭
১৩ ২৮	১৪ ২৯	১৫ ৩০	১৬ ১	১৭ ২	১৮ ৩	১৯ ৪
২০ ৫	২১ ৬	২২ ৭	২৩ ৮	২৪ ৯	২৫ ১০	২৬ ১১
২৭ ১২	২৮ ১৩	২৯ ১৪	৩০ ১৫	৩১ ১৬		

নভেম্বর-১১ কার্তিক-অগ্রহায়ণ						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
					১ ১৭	২ ১৮
৩ ১৯	৪ ২০	৫ ২১	৬ ২২	৭ ২৩	৮ ২৪	৯ ২৫
১০ ২৬	১১ ২৭	১২ ২৮	১৩ ২৯	১৪ ৩০	১৫ ১	১৬ ২
১৭ ৩	১৮ ৪	১৯ ৫	২০ ৬	২১ ৭	২২ ৮	২৩ ৯
২৪ ১০	২৫ ১১	২৬ ১২	২৭ ১৩	২৮ ১৪	২৯ ১৫	৩০ ১৬

ডিসেম্বর-১২ অগ্রহায়ণ-পৌষ						
শু	শ	র	সো	ম	বু	বৃ
১ ১৭	২ ১৮	৩ ১৯	৪ ২০	৫ ২১	৬ ২২	৭ ২৩
৮ ২৪	৯ ২৫	১০ ২৬	১১ ২৭	১২ ২৮	১৩ ২৯	১৪ ৩০
১৫ ১	১৬ ২	১৭ ৩	১৮ ৪	১৯ ৫	২০ ৬	২১ ৭
২২ ৮	২৩ ৯	২৪ ১০	২৫ ১১	২৬ ১২	২৭ ১৩	২৮ ১৪
২৯ ১৫	৩০ ১৬	৩১ ১৭				

গ্রামের মহিলারা তাদের শেষ মাসিক, ডেলিভারী এবং পরিবারের কারো মৃত্যুর তারিখ সাধারণত: বাংলা মাসে বলেন। বাংলা মাস ইংরেজী মাসের মাঝামাঝি হতে শুরু হয়। বাংলা মাসের সাথে ইংরেজী মাসের সম্পর্কযুক্ত এ বর্ষপঞ্জিটির সাহায্যে আপনি সহজেই বাংলা তারিখ এবং মাস ইংরেজী তারিখ এবং মাসে রুপান্তর করতে পারবেন। বর্ষপঞ্জিতে একটি ইংরেজী মাসের নামের পার্শ্বে দুইটি বাংলা মাসের নাম দেয়া আছে। প্রতি মাসের প্রতিটি ঘরে উপরে বড় করে ইংরেজী এবং নীচে ছোট করে বাংলা মাসের তারিখ লেখা আছে। বর্তমান বৎসরে তারিখের সাথে ২/১ দিন কম বেশী হলেও আপনি মোটামুটি সঠিক ইংরেজী তারিখ এবং মাস পেয়ে যাবেন।

বর্ষপঞ্জী ২০১৯ খ্রিষ্টাব্দ,১৪২৫-১৪২৬ বঙ্গাব্দ



জানুয়ারি
পৌষ-মাঘ
সফর-রবিঃ আউঃ

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
				১ ১৮ ১৮	২ ১৯ ১৯	৩ ২০ ২০
৪ ২১ ২১	৫ ২২ ২২	৬ ২৩ ২৩	৭ ২৪ ২৪	৮ ২৫ ২৫	৯ ২৬ ২৬	১০ ২৭ ২৭
১১ ২৮ ২৮	১২ ২৯ ২৯	১৩ ৩০ ৩০	১৪ ১ ১	১৫ ২ ২	১৬ ৩ ৩	১৭ ৪ ৪
১৮ ৫ ৫	১৯ ৬ ৬	২০ ৭ ৭	২১ ৮ ৮	২২ ৯ ৯	২৩ ১০ ১০	২৪ ১১ ১১
২৫ ১২ ১২	২৬ ১৩ ১৩	২৭ ১৪ ১৪	২৮ ১৫ ১৫	২৯ ১৬ ১৬	৩০ ১৭ ১৭	৩১ ১৮ ১৮

ফেব্রুয়ারি
মাঘ-ফাল্গুন
রবিঃ আউঃ-রবিঃ সানি

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
১ ১৯ ১৯	২ ২০ ২০	৩ ২১ ২১	৪ ২২ ২২	৫ ২৩ ২৩	৬ ২৪ ২৪	৭ ২৫ ২৫
৮ ২৬ ২৬	৯ ২৭ ২৭	১০ ২৮ ২৮	১১ ২৯ ২৯	১২ ৩০ ১	১৩ ১ ২	১৪ ২ ৩
১৫ ৩ ৪	১৬ ৪ ৫	১৭ ৫ ৬	১৮ ৬ ৭	১৯ ৭ ৮	২০ ৮ ৯	২১ ৯ ১০
২২ ১০ ১১	২৩ ১১ ১২	২৪ ১২ ১৩	২৫ ১৩ ১৪	২৬ ১৪ ১৫	২৭ ১৫ ১৬	২৮ ১৬ ১৭

মার্চ
ফাল্গুন-চৈত্র
রবিঃ সানি-জমাঃ আউঃ

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
১ ১৭ ১৮	২ ১৮ ১৯	৩ ১৯ ২০	৪ ২০ ২১	৫ ২১ ২২	৬ ২২ ২৩	৭ ২৩ ২৪
৮ ২৪ ২৫	৯ ২৫ ২৬	১০ ২৬ ২৭	১১ ২৭ ২৮	১২ ২৮ ২৯	১৩ ২৯ ৩০	১৪ ৩০ ১
১৫ ১ ২	১৬ ২ ৩	১৭ ৩ ৪	১৮ ৪ ৫	১৯ ৫ ৬	২০ ৬ ৭	২১ ৭ ৮
২২ ৮ ৯	২৩ ৯ ১০	২৪ ১০ ১১	২৫ ১১ ১২	২৬ ১২ ১৩	২৭ ১৩ ১৪	২৮ ১৪ ১৫
২৯ ১৫ ১৬	৩০ ১৬ ১৭	৩১ ১৭ ১৮				

এপ্রিল
চৈত্র-বৈশাখ
জমাঃ আউঃ-জমাঃ সানি

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
			১ ১৮ ১৯	২ ১৯ ২০	৩ ২০ ২১	৪ ২১ ২২
৫ ২২ ২৩	৬ ২৩ ২৪	৭ ২৪ ২৫	৮ ২৫ ২৬	৯ ২৬ ২৭	১০ ২৭ ২৮	১১ ২৮ ২৯
১২ ২৯ ১	১৩ ৩০ ১	১৪ ১ ২	১৫ ২ ৪	১৬ ৩ ৫	১৭ ৪ ৬	১৮ ৫ ৭
১৯ ৬ ৮	২০ ৭ ৯	২১ ৮ ১০	২২ ৯ ১১	২৩ ১০ ১২	২৪ ১১ ১৩	২৫ ১২ ১৪
২৬ ১৩ ১৫	২৭ ১৪ ১৬	২৮ ১৫ ১৭	২৯ ১৬ ১৮	৩০ ১৭ ১৯		

মে
বৈশাখ-জ্যৈষ্ঠ
জমাঃ সানি-রজব

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
৩১ ১৭ ২০					১ ১৮ ২০	২ ১৯ ২১
৩ ২০ ২২	৪ ২১ ২৩	৫ ২২ ২৪	৬ ২৩ ২৫	৭ ২৪ ২৬	৮ ২৫ ২৭	৯ ২৬ ২৮
১০ ২৭ ২৯	১১ ২৮ ৩০	১২ ২৯ ১	১৩ ৩০ ২	১৪ ৩১ ৩	১৫ ১ ৪	১৬ ২ ৫
১৭ ৩ ৬	১৮ ৪ ৭	১৯ ৫ ৮	২০ ৬ ৯	২১ ৭ ১০	২২ ৮ ১১	২৩ ৯ ১২
২৪ ১০ ১৩	২৫ ১১ ১৪	২৬ ১২ ১৫	২৭ ১৩ ১৬	২৮ ১৪ ১৭	২৯ ১৫ ১৮	৩০ ১৬ ১৯

জুন
জ্যৈষ্ঠ-আষাঢ়
রজব-শাবান

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
	১ ১৮ ২১	২ ১৯ ২২	৩ ২০ ২৩	৪ ২১ ২৪	৫ ২২ ২৫	৬ ২৩ ২৬
৭ ২৪ ২৭	৮ ২৫ ২৮	৯ ২৬ ২৯	১০ ২৭ ১	১১ ২৮ ২	১২ ২৯ ৩	১৩ ৩০ ৪
১৪ ৩১ ৫	১৫ ১ ৬	১৬ ২ ৭	১৭ ৩ ৮	১৮ ৪ ৯	১৯ ৫ ১০	২০ ৬ ১১
২১ ৭ ১২	২২ ৮ ১৩	২৩ ৯ ১৪	২৪ ১০ ১৫	২৫ ১১ ১৬	২৬ ১২ ১৭	২৭ ১৩ ১৮
২৮ ১৪ ১৯	২৯ ১৫ ২০	৩০ ১৬ ২১				

জুলাই
আষাঢ়-শ্রাবণ
শাবান- রমজান

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
			১ ১৭ ২২	২ ১৮ ২৩	৩ ১৯ ২৪	৪ ২০ ২৫
৫ ২১ ২৬	৬ ২২ ২৭	৭ ২৩ ২৮	৮ ২৪ ২৯	৯ ২৫ ৩০	১০ ২৬ ১	১১ ২৭ ২
১২ ২৮ ৩	১৩ ২৯ ৪	১৪ ৩০ ৫	১৫ ৩১ ৬	১৬ ১ ৭	১৭ ২ ৮	১৮ ৩ ৯
১৯ ৪ ১০	২০ ৫ ১১	২১ ৬ ১২	২২ ৭ ১৩	২৩ ৮ ১৪	২৪ ৯ ১৫	২৫ ১০ ১৬
২৬ ১১ ১৭	২৭ ১২ ১৮	২৮ ১৩ ১৯	২৯ ১৪ ২০	৩০ ১৫ ২১	৩১ ১৬ ২২	

আগস্ট
শ্রাবণ-ভাদ্র
রমজান-শাওয়াল

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
৩০ ১৫ ২২	৩১ ১৬ ২৩					১ ১৭ ২৩
২ ১৮ ২৪	৩ ১৯ ২৫	৪ ২০ ২৬	৫ ২১ ২৭	৬ ২২ ২৮	৭ ২৩ ২৯	৮ ২৪ ৩০
৯ ২৫ ১	১০ ২৬ ২	১১ ২৭ ৩	১২ ২৮ ৪	১৩ ২৯ ৫	১৪ ৩০ ৬	১৫ ৩১ ৭
১৬ ১ ৮	১৭ ২ ৯	১৮ ৩ ১০	১৯ ৪ ১১	২০ ৫ ১২	২১ ৬ ১৩	২২ ৭ ১৪
২৩ ৮ ১৫	২৪ ৯ ১৬	২৫ ১০ ১৭	২৬ ১১ ১৮	২৭ ১২ ১৯	২৮ ১৩ ২০	২৯ ১৪ ২১

সেপ্টেম্বর
ভাদ্র-আশ্বিন
শাওয়াল-জিলক্বদ

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
		১ ১৭ ২৪	২ ১৮ ২৫	৩ ১৯ ২৬	৪ ২০ ২৭	৫ ২১ ২৮
৬ ২২ ২৯	৭ ২৩ ১	৮ ২৪ ২	৯ ২৫ ৩	১০ ২৬ ৪	১১ ২৭ ৫	১২ ২৮ ৬
১৩ ২৯ ৭	১৪ ৩০ ৮	১৫ ৩১ ৯	১৬ ১ ১০	১৭ ২ ১১	১৮ ৩ ১২	১৯ ৪ ১৩
২০ ৫ ১৪	২১ ৬ ১৫	২২ ৭ ১৬	২৩ ৮ ১৭	২৪ ৯ ১৮	২৫ ১০ ১৯	২৬ ১১ ২০
২৭ ১২ ২১	২৮ ১৩ ২২	২৯ ১৪ ২৩	৩০ ১৫ ২৪			

অক্টোবর
আশ্বিন-কার্তিক
জিলক্বদ-জিলহজ্জ

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
				১ ১৬ ২৫	২ ১৭ ২৬	৩ ১৮ ২৭
৪ ১৯ ২৮	৫ ২০ ২৯	৬ ২১ ৩০	৭ ২২ ১	৮ ২৩ ২	৯ ২৪ ৩	১০ ২৫ ৪
১১ ২৬ ৫	১২ ২৭ ৬	১৩ ২৮ ৭	১৪ ২৯ ৮	১৫ ৩০ ৯	১৬ ১ ১০	১৭ ২ ১১
১৮ ৩ ১২	১৯ ৪ ১৩	২০ ৫ ১৪	২১ ৬ ১৫	২২ ৭ ১৬	২৩ ৮ ১৭	২৪ ৯ ১৮
২৫ ১০ ১৯	২৬ ১১ ২০	২৭ ১২ ২১	২৮ ১৩ ২২	২৯ ১৪ ২৩	৩০ ১৫ ২৪	৩১ ১৬ ২৫

নভেম্বর
কার্তিক-অগ্রহায়ণ
জিলহজ্জ-মহরম

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
১ ১৭ ২৬	২ ১৮ ২৭	৩ ১৯ ২৮	৪ ২০ ২৯	৫ ২১ ১	৬ ২২ ২	৭ ২৩ ৩
৮ ২৪ ৪	৯ ২৫ ৫	১০ ২৬ ৬	১১ ২৭ ৭	১২ ২৮ ৮	১৩ ২৯ ৯	১৪ ৩০ ১০
১৫ ১ ১১	১৬ ২ ১২	১৭ ৩ ১৩	১৮ ৪ ১৪	১৯ ৫ ১৫	২০ ৬ ১৬	২১ ৭ ১৭
২২ ৮ ১৮	২৩ ৯ ১৯	২৪ ১০ ২০	২৫ ১১ ২১	২৬ ১২ ২২	২৭ ১৩ ২৩	২৮ ১৪ ২৪
২৯ ১৫ ২৫	৩০ ১৬ ২৬					

ডিসেম্বর
অগ্রহায়ণ-পৌষ
মহরম-সফর

শুক্র	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহঃ
		১ ১৭ ২৭	২ ১৮ ২৮	৩ ১৯ ২৯	৪ ২০ ৩০	৫ ২১ ১
৬ ২২ ২	৭ ২৩ ৩	৮ ২৪ ৪	৯ ২৫ ৫	১০ ২৬ ৬	১১ ২৭ ৭	১২ ২৮ ৮
১৩ ২৯ ৯	১৪ ৩০ ১০	১৫ ১ ১১	১৬ ২ ১২	১৭ ৩ ১৩	১৮ ৪ ১৪	১৯ ৫ ১৫
২০ ৬ ১৬	২১ ৭ ১৭	২২ ৮ ১৮	২৩ ৯ ১৯	২৪ ১০ ২০	২৫ ১১ ২১	২৬ ১২ ২২
২৭ ১৩ ২৩	২৮ ১৪ ২৪	২৯ ১৫ ২৫	৩০ ১৬ ২৬	৩১ ১৭ ২৭		