

চূড়ান্ত খসড়া

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ

প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল

ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী কর্মসূচী
পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য শিক্ষা ও পরিবার কল্যাণ বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল

প্রকাশ

২০২১

সম্পাদনা

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
রিভিউ কমিটি

অনুমোদন ও প্রকাশনায়

ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী কর্মসূচী
পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

কভার ও ইনার গ্রাফিক্স ডিজাইন

মুদ্রণে

মুখবন্ধ

বিশ্বের সাথে তাল মিলিয়ে বাংলাদেশ Sustainable Development Goals SDG - ২০৩০ এর লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে অঙ্গীকারাবদ্ধ। মানুষ, বিশ্ব, উন্নয়ন, শান্তি ও পারস্পারিক বন্ধুত্ব : SDG এর এই মূল ৫টি বিষয়ে উন্নতি ত্বরান্বিত করতে পরিবার পরিকল্পনা উল্লেখযোগ্য ভূমিকা রাখতে পারে। পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির ব্যবহার মাতৃমৃত্যু রোধ, মা ও শিশু স্বাস্থ্যের উন্নয়ন, নারীর ক্ষমতায়ন, জীবনমানের উন্নয়ন এবং জাতীয় ও আন্তর্জাতিক লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে প্রত্যক্ষ ও পরোক্ষভাবে সহায়ক ভূমিকা পালন করছে। এটি পরীক্ষিত যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির যথাযথ ব্যবহার নিশ্চিত করার মাধ্যমে কম খরচে জনস্বাস্থ্যের উন্নয়নও সম্ভব। বর্তমান জ্ঞানকে পরিপূর্ণভাবে ব্যবহারিক পর্যায়ে কাজে লাগিয়ে পরিকল্পিত পরিবার গঠনের মাধ্যমে মাতৃমৃত্যু ও মাতৃস্বাস্থ্য জটিলতা প্রতিরোধ করা সম্ভব। কাজক্ষিত লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে আমরা বিভিন্ন কর্মসূচি হাতে নিয়েছি; যার মধ্যে অন্যতম হলো যুগোপযোগী প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটি সকল সেবা প্রদানকারীদের নিকট পৌঁছানো নিশ্চিত করা। ম্যানুয়ালটি সর্বস্তরের সেবাপ্রদানকারীদের জন্য রেফারেন্স ম্যানুয়াল হিসাবে ব্যবহার করা হয়। পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানের জন্য ম্যানুয়ালটি সরকারি ও বেসরকারি চিকিৎসক এবং মধ্যম পর্যায়ের সেবাপ্রদানকারী যেমন: নার্স, প্যারামেডিক, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, সাব এসিস্ট্যান্ট কমিউনিটি মেডিকেল অফিসার সকলের জন্য উপযোগী। এই ম্যানুয়ালটি তৈরির জন্য প্রকাশক, সম্পাদক, পর্যালোচক এবং অন্যান্য যারা বিভিন্নভাবে অবদান রেখেছেন তাদের আমি ধন্যবাদ জানাই। এ ম্যানুয়ালটির প্রস্তুতি ও হালনাগাদকরণে ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী প্রোগ্রামের অবদানের জন্য ধন্যবাদ জানাচ্ছি। স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের সকল সেবাকেন্দ্র, প্রশিক্ষণ প্রতিষ্ঠান, মেডিকেল কলেজসহ সকল প্যারামেডিক শিক্ষা প্রতিষ্ঠানসমূহ এই ম্যানুয়ালটি ব্যবহার করতে পারবেন। যে সকল বেসরকারি সংস্থা পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে নিয়োজিত রয়েছেন তারাও এ ম্যানুয়ালটি ব্যবহার করবেন বলে আমরা আশা করি। আমার দৃঢ় বিশ্বাস, এই ম্যানুয়ালটি পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে উন্নত, মান সম্পন্ন ও নিরাপদ সেবা প্রদান নিশ্চিত করবে এবং এর ফলশ্রুতিতে এইচপিএনএসপি তথা টেকসই উন্নয়নের লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে সহায়ক হবে।

শাহান আরা বেগম, এনডিসি

মহাপরিচালক হেড-১

পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

স্বাস্থ্য শিক্ষা ও পরিবার কল্যাণ বিভাগ

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

কৃতজ্ঞতা স্বীকার

বাংলাদেশে টেকসই উন্নয়নের লক্ষ্যমাত্রার সঙ্গে সঙ্গতি রেখে পরিবার পরিকল্পনা, মাতৃস্বাস্থ্য এবং শিশুস্বাস্থ্যর সঙ্গে সম্পর্কিত নির্দেশকগুলোর লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে গুরুত্বপূর্ণ অগ্রগতি হয়েছে। অন্যদিকে অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভধারণের ফলে প্রতি বছর অনিরাপদ গর্ভপাত, গর্ভজনিত, প্রসব ও প্রসব পরবর্তী জটিলতায় হাজার হাজার মা স্বাস্থ্য ঝুঁকির মধ্যে পড়ছেন। মাতৃমৃত্যুর প্রধান কারণ প্রসবজনিত ও গর্ভপাতজনিত জটিলতা যা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার বাড়ানোর মাধ্যমে প্রতিরোধ সম্ভব। বাংলাদেশে মাতৃস্বাস্থ্য উন্নয়নের ক্ষেত্রে এখনও চ্যালেঞ্জ রয়েছে। তবে যতই চ্যালেঞ্জ থাকুক না কেন, বাংলাদেশ সরকার টেকসই উন্নয়নের লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে বিশেষত মাতৃস্বাস্থ্য উন্নয়নে প্রতিজ্ঞাবদ্ধ। পরিবার পরিকল্পনা সেবার মানোন্নয়নে নিয়োজিত সেবাদানকারীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধির প্রয়াসে বিভিন্ন সময়ে পরিবার পরিকল্পনার বিভিন্ন পদ্ধতি নিয়ে একাধিক ম্যানুয়াল প্রকাশিত হয়েছে। দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির প্রশিক্ষণে পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরের ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী কর্মসূচী কর্তৃক ব্যবহৃত প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির তথ্যসমূহ হালনাগাদ করে, প্রশিক্ষণকে আরও বেশী অংশগ্রহণমূলক ও বৈচিত্র্যপূর্ণ করার পাশাপাশি দক্ষতাভিত্তিক মৌলিক প্রশিক্ষণ পরবর্তী ফলো-আপ, কোচিং ও রিফ্রেশার প্রশিক্ষণকে বিশেষ গুরুত্ব প্রদান করে এই ম্যানুয়ালটি পুনর্বিদ্যমান করা হয়েছে। বাংলাদেশ সরকারের পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির লক্ষ্যমাত্রা হল আগামী ২০২২ সালের মধ্যে সক্ষম মহিলা প্রতি গড় সন্তান ২.০ এ নামিয়ে আনা। এজন্যে বিভিন্ন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার কমপক্ষে ৭৫% এ উন্নীত করতে হবে; যাতে স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতির অংশগ্রহণ হতে হবে ২০%। ২০২২ সালের মধ্যে মাতৃমৃত্যুর হার প্রতি লক্ষে ১৭০ থেকে ১২১ এর নীচে নামিয়ে আনা এ কর্মসূচির আর একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ লক্ষ্য। তাছাড়া অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ লক্ষ্যসমূহ হলো পরিবার পরিকল্পনার অপূরণীয় চাহিদা ১২% হতে ১০% এ নামিয়ে আনা এবং পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার হার ৩০% থেকে ২০% এ কমিয়ে আনা। পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের এই কাঙ্ক্ষিত লক্ষ্য অর্জনের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবার মানোন্নয়নের মাধ্যমে সর্বস্তরে এর গ্রহণযোগ্যতা বৃদ্ধি করা প্রয়োজন এবং একই সাথে দরকার সেবাদানকারীর দক্ষতা বৃদ্ধি করা, যেখানে প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটি অনস্বীকার্য ভূমিকা রাখবে। আমি ম্যানুয়ালটির রিভিউ কমিটির সকল সম্মানিত সদস্যসহ সংশ্লিষ্ট সকলকে তাদের নিরলস পরিশ্রম এবং চমৎকার প্রচেষ্টা গ্রহণের জন্য আন্তরিক ধন্যবাদ ও কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি।

স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থা কর্তৃক প্রকাশিত বিভিন্ন টেকনিক্যাল ডকুমেন্ট থেকে হালনাগাদ তথ্য, বিভিন্ন চিত্র কারিকুলামটিতে ব্যবহৃত হয়েছে। এজন্য সংস্থাসমূহের প্রতি কৃতজ্ঞতা জানাই। জাতিসংঘ জনসংখ্যা তহবিল (UNFPA)-এর আর্থিক ও কারিগরী সহযোগিতায় প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটি প্রকাশ করা সম্ভব হল। ইউএনএফপি -কে আন্তরিক ধন্যবাদ ও কৃতজ্ঞতা। উচ্চ মানসম্পন্ন দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা সেবা নিশ্চিত করার লক্ষ্যে সেবাদানকারীদের দক্ষতা সৃষ্টি ও মাননায়নে এই প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটি বহুল ব্যবহার কামনা করছি।

ডাঃ নুরন নাহার বেগম

লাইন ডাইরেক্টর

ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী কর্মসূচী

পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
টেকনিক্যাল ওয়ার্কিং গ্রুপ এবং রিভিউ কমিটির সদস্যবৃন্দ

- ডাঃ নুরুন নাহার বেগম
লাইন ডাইরেক্টর (সিসিএসডিপি), ডিজিএফপি
- ডাঃ মোঃ জাহাঙ্গীর আলম প্রধান
উপ পরিচালক (এমসিএইচ) এবং প্রোগ্রাম
ম্যানেজার (মেটারনাল হেলথ), এমসিএইচ
সার্ভিসেস ইউনিট, ডিজিএফপি
- ডাঃ লুৎফুল কবির খান
উপ পরিচালক এবং প্রোগ্রাম ম্যানেজার (কোঃএঃ),
সিসিএসডিপি ইউনিট, ডিজিএফপি
- ডাঃ নিয়াজ মোহাম্মদ কামালী
উপ পরিচালক এবং প্রোগ্রাম ম্যানেজার
(পিএমএন্ডপি), সিসিএসডিপি ইউনিট, ডিজিএফপি
- ডাঃ হেলেনা জেবিন
সিনিয়র কনসালটেন্ট, মোহাম্মদপুর ফার্টেলিটি এন্ড
ট্রেনিং সেন্টার (এমএফএসটিসি), ডিজিএফপি
- ডাঃ মোঃ মন্জুর হোসেন
সহকারি পরিচালক (এমসিএইচ) এবং ডিপিএম
(এএন্ডআরএইচ), এমসিএইচ সার্ভিসেস ইউনিট,
ডিজিএফপি
- ডাঃ ফাহিমদা শাহনাজ শম্পা
সিনিয়র কনসালটেন্ট, মেটারনাল এন্ড চাইল্ড হেলথ
ট্রেনিং ইনিস্টিটিউট (এমসিএইচটিআই),
ডিজিএফপি
- ডাঃ নাসরিন জামান
সহকারি পরিচালক এবং ডেপুটি প্রোগ্রাম ম্যানেজার
(কোঃএঃ), সিসিএসডিপি ইউনিট, ডিজিএফপি
- ডাঃ মোহাম্মদ আজাদ রহমান
টেকনিক্যাল অফিসার (এফপি এন্ড এমএনএইচ),
ইউএনএফপিএ
- ডাঃ গাজী মোঃ রেজাউল করিম
প্রোজেক্ট টিম লিডার, জাপাইগো
- ডাঃ রীনা ইয়াসমিন
ডাইরেক্টর, হেলথ সিস্টেম স্ট্রেনদেনিং, মেরিষ্টোপস
বাংলাদেশ
- ডাঃ ফাহিমনা খান
ক্লিনিক্যাল সার্ভিসেস ম্যানেজার, পাথফাইন্ডার
ইন্টারন্যাশনাল
- ডাঃ তাহমিনা আক্তার
ম্যানেজার, মেটারনাল হেলথ, মামনি
এমএনসিএসপি, জাপাইগো
- ডাঃ মোহাম্মদ আবুল খায়ের
সিনিয়র এডভাইজার, হেলথ সিস্টেম, আইপাস
বাংলাদেশ
- ডাঃ মুর্শিদা রহমান
পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল
- ডাঃ সানজিদা হাসান
কান্ট্রি ম্যানেজার, আইপিপিএফ, উইশ টু একশন
- ডাঃ ইসরাত জাহান
প্রজেক্ট কোঅর্ডিনেটর, হ্যাণ্ডিক্যাপ ইন্টারন্যাশনাল-
হিউমেনিটি ইনকুশন
- ডাঃ এসএম নিজামুল হক
কনসালটেন্ট, সিসিএসডিপি ইউনিট, ডিজিএফপি
- ডাঃ রফিকুল ইসলাম তালুকদার (সদস্য
সচিব)
সহকারি পরিচালক এবং ডেপুটি প্রোগ্রাম ম্যানেজার,
সিসিএসডিপি ইউনিট, ডিজিএফপি

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল
সূচীপত্র

প্রশিক্ষণ পরিচিতি

মডিউল ১: বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম

মডিউল ২: পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং

মডিউল ৩: প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ

মডিউল ৪: অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ কনডম

মডিউল ৫: অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতিঃ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি

সেশন-১ঃ মিশ্র খাবার বড়ি - প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি

সেশন-২ঃ শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি - কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি

সেশন-৩ঃ খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, ফলোআপ, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা, ব্যবস্থাপনা

মডিউল ৬: অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন

সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ, প্রয়োগবিধি, কাউন্সেলিং ও ফলোআপ

ব্যবহারিক সেশনঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন-২ঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন -এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

মডিউল ৭: অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ ইমপ্ল্যান্ট

সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা ও কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

সেশন-২ঃ প্রয়োগ ও অপসারণ

ব্যবহারিক সেশনঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন-৩ঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং অপসারণের পর কাউন্সেলিং

সেশন-৪ঃ ইমপ্ল্যান্টের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

মডিউল ৮: অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ আইইউডি

সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা

সেশন-২ঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ - জরায়ু মুখের ক্যাপার এবং যৌনবাহিত সংক্রমণ

সেশন-৩ঃ প্রয়োগ ও অপসারণঃ আইইউডি প্রয়োগ -স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব ও এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে ও আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ

ব্যবহারিক সেশনঃ আইইউডি প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন-৪ঃ সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ

সেশন-৫ঃ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

মডিউল ৯: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ এনএসডি

সেশন-১ঃ স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

সেশন-২ঃ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসডির প্রাথমিক ধারণা

সেশন-৩ঃ এনএসডিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

সেশন-৪ঃ এনএসডিঃ অপারেশনের নিয়মাবলী ও ফলোআপ

ব্যবহারিক সেশনঃ এনএসডি প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন-৫ঃ এনএসডিঃ জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

মডিউল ১০: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ টিউবেকটমি

সেশন-১ঃ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ টিউবেকটমির প্রাথমিক ধারণা

সেশন-২ঃ টিউবেকটমিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

সেশন-৩ঃ টিউবেকটমিঃ অপারেশনের প্রস্তুতি এবং অপারেশনের নিয়মাবলী

ব্যবহারিক সেশনঃ টিউবেকটমি প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন-৪ঃ টিউবেকটমিঃ গ্রহীতার মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং, ফলোআপ এবং শুধুমাত্র টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

সেশন-৫ঃ স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (এনএসডি ও টিউবেকটমি) অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন

মডিউল ১১: সংক্রমণ প্রতিরোধ

সেশন ১: সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত হাইজিন এবং ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার

সেশন ২: যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ এবং যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা

সেশন ৩: জীবাণুমুক্তকরণ (Sterilization): অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো

সেশন ৪: আইইউডি স্টেরিলাইজার ও এর ব্যবহার

সেশন ৫: যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ এবং লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার

সেশন ৬: পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা ও এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট এবং সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ

মডিউল ১২: বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

সেশন-১ঃ প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা ও গর্ভপাত বা এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা

সেশন-২ঃ বুকের দুধ খাওয়ানো ও নিরাপদকাল নির্ভর জন্মবিরতিকরণ এবং জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি

মডিউল ১৩: বিশেষ চাহিদা সম্মল গ্রহীতা

সেশন-১ঃ কিশোর-কিশোরী, পরস্পর থেকে দূরে থাকা দম্পতি, প্রতিবন্ধী ব্যক্তি ও ফিস্টুলা রোগীর জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা

দূর্যোগকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা ও পরিবার পরিকল্পনা সেবায় যৌনতা

মডিউল ১৪: বিবিধ

সেশন-১ঃ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা

সেশন-২ঃ কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা

সেশন-৩ঃ কার্ডিও পালমোনারী রিসাসসিটেশন

সেশন-৪ঃ মান সম্পন্ন সেবা

সেশন-৫ঃ পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা

সেশন-৬ঃ উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার

পরিশিষ্ট

প্রশিক্ষণ সময়সূচী

পরিশিষ্ট -১: চিকিৎসকদের মৌলিক প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -২: মিডলেভেল সেবাদানকারীদের মৌলিক প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -৩: চিকিৎসকদের টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -৪: চিকিৎসকদের এনএসডি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -৫: চিকিৎসকদের ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -৬: চিকিৎসক ও মিডলেভেল সেবাদানকারীদের আইইউডি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -৭: মিডলেভেল সেবাদানকারীদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -৮: চিকিৎসকদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -৯: মিডলেভেল সেবাদানকারীদের রিফেসার প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১০: চিকিৎসকদের রিফ্রেসার প্রশিক্ষণ

প্রশিক্ষণ পূর্ব/ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই ফরম-উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

পরিশিষ্ট -১১: চিকিৎসকদের মৌলিক/ রিফ্রেসার প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১২: মিডলেভেল সেবাদানকারীদের মৌলিক/ রিফ্রেসার প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১৩: চিকিৎসকদের টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১৪: চিকিৎসকদের এনএসভি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১৫: চিকিৎসকদের ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১৬: চিকিৎসক ও মিডলেভেল সেবাদানকারীদের আইইউডি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১৭: চিকিৎসক ও মিডলেভেল সেবাদানকারীদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ

পরিশিষ্ট -১৮: প্রশিক্ষণের পদ্ধতি নির্বাচন করার জন্য টিপস্

পরিশিষ্ট -১৯: প্রশিক্ষক মূল্যায়ন ফরম

পরিশিষ্ট -২০: প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন ফরম

পরিশিষ্ট -২১: দিনের সার সংক্ষেপ ও পূর্ব দিনের পর্যালোচনা গাইডলাইন

পরিশিষ্ট -২২: প্রশিক্ষণ ফলোআপ

পরিশিষ্ট -২৩: লগশীট

তথ্যসূত্র

প্রশিক্ষণ পরিচিতি

দীর্ঘ মেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির প্রশিক্ষণের জন্য প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটি প্রশিক্ষকদের জ্ঞান ও দক্ষতাকে মানসম্পন্ন করার লক্ষ্যে হালনাগাদ করা হয়েছে এবং প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য কমপিটেনসি ভিত্তিক প্রশিক্ষণের আলোকে করা হয়েছে। কমপিটেনসি ভিত্তিক প্রশিক্ষণ পদ্ধতিতে, প্রতিটি ক্লিনিক্যাল টাস্ক সম্পন্ন করার জন্য প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ সমূহ চেকলিস্ট গুলিতে বিশদভাবে দেওয়া হয়েছে যা প্রশিক্ষক এবং প্রশিক্ষণার্থী উভয়ের জন্য গাইড হিসাবে কাজ করবে। প্রতিটি দক্ষতার জন্য কাজের চেকলিস্ট গুলি প্রমাণ ভিত্তিক, আন্তর্জাতিক এবং জাতীয়ভাবে গৃহীত মানদণ্ডের উপর ভিত্তি করে প্রস্তুত করা হয়েছে। যখন প্রশিক্ষণার্থীরা শতভাগ যথাযথ ভাবে চেকলিস্টের সমস্ত ধাপ সম্পাদন করতে পারবেন, তখনই কেবল প্রশিক্ষণার্থীরা প্রকৃত গ্রহীতাদের সাথে ক্লিনিক্যাল অনুশীলনে যেতে পারবেন। অনুশীলনের সময়, ক্লিনিক্যাল প্রশিক্ষককে খেয়াল রাখতে হবে যে প্রশিক্ষণার্থীরা নিরাপদ, কার্যকর এবং স্বতন্ত্র ভাবে প্রক্রিয়া গুলি সম্পাদন করতে পারছেন কিনা, শুধুমাত্র তখনই কেবল একজন প্রশিক্ষণার্থী তাদের কর্মক্ষেত্রে পরিবার পরিকল্পনা সেবাদান প্রদানের জন্য যোগ্য হিসাবে বিবেচিত হবেন। নতুন প্রশিক্ষিত সেবাপ্রদানকারীরা যদি কারও তত্ত্বাবধানে সেবাদান সম্পাদন করতে না পারেন তবে জটিল কেস গুলো আরও অভিজ্ঞ সেবাদানকারীদের কাছে রেফার করার নির্দেশ দিতে হবে। ক্লিনিক্যাল অনুশীলনে প্রশিক্ষণার্থীদের একা অনুশীলন করতে দেয়া উচিত নয়, যতক্ষণ পর্যন্ত না তারা গ্রহীতার সুরক্ষা এবং গুণগত সেবা প্রদানে সক্ষম হন। স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের সেবাকেন্দ্র, বেসরকারি হাসপাতাল ও ক্লিনিক এবং এনজিও ক্লিনিকের সকল পর্যায়ের সেবাদানকারীদের প্রশিক্ষণের জন্য এই ম্যানুয়ালটি ব্যবহৃত হবে ও সকল প্রশিক্ষকগণ এই ম্যানুয়ালটি ব্যবহার করবেন। এই ম্যানুয়ালটি অনুসরণে প্রশিক্ষণ প্রদানের মাধ্যমে সেবাদানকারীদের দক্ষতা বৃদ্ধি পাবে এবং পরিবার পরিকল্পনা গ্রহণকারীর হার বাড়াতে বিশেষ ভূমিকা রাখবে।

বর্তমান কারিকুলামের বৈশিষ্ট্য

- অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি ও দীর্ঘমেয়াদি এবং স্থায়ী পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য সময় উপযোগী, বাস্তবসম্মত ও হালনাগাদ করা
- কমপিটেনসি ভিত্তিক প্রশিক্ষণ এর আলোকে করা

লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

প্রশিক্ষণার্থী

সরকারী/বেসরকারী/প্রাইভেট/এনজিও-তে কর্মরত চিকিৎসক এবং নার্স, মিডওয়াইফ, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, প্যারামেডিক ও স্যাকমো।

ফ্যাসিলিটেরবন্দ

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের বিভিন্ন স্তরে কর্মরত অভিজ্ঞ চিকিৎসক, যারা দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবা প্রদানে দক্ষ। ফ্যাসিলিটেরদেরকে এজন্য প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণ করতে হবে।

প্রশিক্ষণ ব্যবস্থাপনা

প্রত্যেক কেন্দ্রে কোর্স সমন্বয়কারীর তত্ত্বাবধানে প্রাকটিস সেশন পরিকল্পনা সহ সার্বিক প্রশিক্ষণ আয়োজন করতে হবে। পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর বা আয়োজক সংস্থার সহায়তায় প্রশিক্ষণার্থীদের কল-আপ করতে হবে; সম্ভব হলে প্রশিক্ষণ পূর্ণ আবাসিক করতে হবে। প্রশিক্ষণটি দক্ষতা ভিত্তিক হবার কারণে ক্লিনিক্যাল প্রাকটিস সেশনে যথেষ্ট সংখ্যক গ্রহীতার উপস্থিতি নিশ্চিত করার লক্ষ্যে কোর্স সমন্বয়কারী নির্দিষ্ট সেবাকেন্দ্রের ব্যবস্থাপকসহ সংশ্লিষ্ট সকলের সাথে নিবিড় যোগাযোগ রাখবেন। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রথমে ডামি বা মডেলে ক্লাস রুম প্রাকটিস দক্ষতা অর্জন করতে হবে তারপর গ্রহীতায় পদ্ধতি প্রয়োগ/প্রদান/অপারেশন করবেন এবং প্রশিক্ষক/সমন্বয়কারীর এই বিষয় নিশ্চিত করতে হবে। কারন গ্রহীতার সুরক্ষা ও গুণগত মান সম্পন্ন সেবা প্রদান প্রশিক্ষণ গ্রহনকালীন সময়ে প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য আদর্শ মানদণ্ড হিসাবে বিবেচিত হতে হবে।

এই প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালে যা আছে

এই ম্যানুয়ালটি মোট ১৪ টি মডিউলে বিভক্ত। বিভিন্ন প্রশিক্ষণে এই মডিউল গুলো বিভিন্ন মাত্রায় ব্যবহৃত হবে। প্রশিক্ষণগুলো হলো -

ক্রম	প্রশিক্ষণের নাম	দিন	প্রশিক্ষণার্থীর ধরণ
১.	দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির মৌলিক প্রশিক্ষণ	১৮	চিকিৎসক
২.	দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির মৌলিক প্রশিক্ষণ	১২	নার্স, মিডওয়াইফ, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, প্যারামেডিক ও স্যাকমো
৩.	টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ	০৬	চিকিৎসক
৪.	এনএসডি প্রশিক্ষণ	০৬	চিকিৎসক
৫.	আইইউডি প্রশিক্ষণ	০৬	চিকিৎসক ও নার্স, মিডওয়াইফ, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, প্যারামেডিক ও স্যাকমো
৬.	প্রসবপরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ	০৪	চিকিৎসক
৭.	প্রসবপরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ	০৬	নার্স, মিডওয়াইফ, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, প্যারামেডিক ও স্যাকমো
৮.	ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ	০২	চিকিৎসক
৯.	রিফ্রেশার প্রশিক্ষণ	০৬	নার্স, মিডওয়াইফ, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, প্যারামেডিক ও স্যাকমো
১০.	রিফ্রেশার প্রশিক্ষণ	০৬	চিকিৎসক

সময় বন্টন

চিকিৎসকদের মৌলিক প্রশিক্ষণ এবং নার্স, মিডওয়াইফ, পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা, প্যারামেডিক ও স্যাকমো সেবাদানকারীদের মৌলিক প্রশিক্ষণ, চিকিৎসকদের বিষয়ভিত্তিক প্রশিক্ষণ এবং রিফ্রেশার প্রশিক্ষণের সেশনভেদে সময়ের পার্থক্য আছে। তবে প্রতি প্রশিক্ষণে মোট কার্যকর সময়ের শতকরা ৬০ ভাগই ব্যবহারিক। প্রশিক্ষণের বিষয় ভিত্তিক সময় বন্টন ও প্রশিক্ষণসূচি পরবর্তীতে (পরিশিষ্ট ১-১০ দেখুন) দেয়া হল।

প্রশিক্ষণ পূর্ব করণীয়

কোর্স সমন্বয়কারীর করণীয়

- প্রশিক্ষণার্থীর ধরণ ও সংখ্যা জানা
- প্রশিক্ষণার্থীর ধরণ ও সংখ্যা অনুযায়ী সবকিছু প্রস্তুত করা
- প্রশিক্ষণ সূচী প্রস্তুত করা
- প্রশিক্ষণ কক্ষ নির্বাচন ও প্রস্তুত করা
- প্রশিক্ষক নির্বাচন ও তাদের সাথে যোগাযোগ করা
- ব্যবহারিক সেশনের জন্য সেবাকেন্দ্র প্রস্তুত করা
- ব্যবহারিক সেশনের জন্য গ্রহীতা (ইঞ্জেকশন, আইইউডি, ইমপ্ল্যান্ট, টিউবেকটিমি, এনএসভি- এর গ্রহীতা) প্রস্তুত রাখা
- প্রশিক্ষণ উপকরণ প্রস্তুত রাখা
- প্রশিক্ষণার্থীর সংখ্যা অনুপাতে মডেল প্রস্তুত রাখা
- প্রশিক্ষণ উপকরণ ফটোকপি করা

প্রশিক্ষণ সামগ্রী প্রস্তুত রাখা

প্রতিটি সেশনে কি কি প্রশিক্ষণ সামগ্রীর প্রয়োজন হবে তার বিবরণ সংশ্লিষ্ট সেশনে দেয়া আছে। প্রশিক্ষণ শুরুর আগেই সকল প্রয়োজনীয় সামগ্রী কোর্স সমন্বয়কারী কাছে রাখবেন। নীচের কয়েকটি সামগ্রীর প্রতি বিশেষভাবে লক্ষ্য রাখতে হবে:

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক
- প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
- প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালের নির্দেশনা মেনে প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখে নির্দিষ্ট সেশন অনুযায়ী প্রয়োজনীয় পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন তৈরী করা/রিভিউ করা অথবা ফ্লিপচার্ট পেপারে লিখে রাখা
- মাল্টিমিডিয়া
- ল্যাপটপ
- স্ক্রিন
- মাল্টিপ্লাগ
- ফটোকপি করা
 - প্রশিক্ষণ সূচী
 - প্রশিক্ষণার্থী উপস্থিতি শীট
 - প্রশিক্ষণ পূর্ব মূল্যায়ণপত্র
 - প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ণপত্র
 - প্রশিক্ষণ পূর্ব ও পরবর্তী মূল্যায়ণ পত্রের উত্তরপত্র
 - রোল প্লে শীট

- কেসস্টাডি শীট
- কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা মূল্যায়ণ চেকলিস্ট
- কপি সংগ্রহ করা (প্রশিক্ষার্থীদের সংখ্যা অনুযায়ী)
 - বাংলাদেশে প্রচলিত স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা টেবিল -পুরুষ পদ্ধতি ভ্যাসেকটমি
 - বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা টেবিল -মহিলা পদ্ধতি টিউবেকটমি
 - পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র /MEC হুইল
 - গ্রহীতা বাছাইকরণের চেকলিস্ট
 - পদ্ধতি প্রদান/প্রয়োগ/অপসারণ/অপারেশনের কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা চেকলিস্ট
 - জন্মবিরতিকরন ইনজেকশন/ইমপ্ল্যান্ট/আইইউডি/টিউবেকটমি/এনএসভি পদ্ধতি গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণবিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র
 - জন্মবিরতিকরন ইনজেকশন/ইমপ্ল্যান্ট/আইইউডি গ্রহীতার কার্ড
 - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ এর জন্য প্রয়োজনীয় এমএসআর
 - ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের এর জন্য প্রয়োজনীয় এমএসআর
 - আইইউডি প্রয়োগ জন্য প্রয়োজনীয় এমএসআর
 - আইইউডি অপসারণের প্রয়োজনীয় এমএসআর
 - স্থায়ী পদ্ধতি পুরুষ/মহিলা প্রয়োজনীয় এমএসআর
 - স্থায়ী পদ্ধতি পুরুষ/মহিলা গ্রহীতার ছাড়পত্র
 - পদ্ধতি সম্পর্কিত রেজিস্টার , ফরম
 - পদ্ধতি ব্যবহার সম্পর্কিত পরিপত্র
 - উপকরণ সরবরাহ সম্পর্কিত পরিপত্র

প্রশিক্ষণ সামগ্রী সংগ্রহ করে রাখা

- জন্মবিরতিকরন ইনজেকশন/ইমপ্ল্যান্ট/আইইউডি/টিউবেকটমি/এনএসভি পদ্ধতি সম্পর্কিত মডেল ও আনুষঙ্গিক যন্ত্রপাতি
- জন্মবিরতিকরন ইনজেকশন/ইমপ্ল্যান্ট/আইইউডি/টিউবেকটমি/এনএসভি পদ্ধতি কাউন্সিলিং ও প্রদান/প্রয়োগ/অপসারণ সম্পর্কিত ভিডিও
- বিভিন্ন ধরনের সরকারি ও প্রচলিত খাবার বড়ি , প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ বড়ি , জরুরী গর্ভনিরোধ বড়ি
- বিভিন্ন ধরনের সরকারি ও প্রচলিত কনডম
- বিভিন্ন ধরনের সরকারি ও প্রচলিত ইনজেকশন
- বিভিন্ন ধরনের সরকারি ও প্রচলিত ইমপ্ল্যান্ট
- বিভিন্ন ধরনের সরকারি ও প্রচলিত আইইউডি

- মার্কার কলম ও লেখা হয়নি এমন ফ্লিপচার্ট পেপার
- ভিআইপিপি কার্ড, পিন, মাক্সিং টেপ
- ভিআইপিপি বোর্ড, ইজেল বোর্ড

কিভাবে ম্যানুয়ালটি ব্যবহার করতে পারেন

১. প্রশিক্ষণ পূর্ব প্রস্তুতি

প্রতিটি সেশনের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট (১) প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল (২) প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক এবং (৩) পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের নির্ধারিত অধ্যায়টি ভালভাবে পড়ে নিতে হবে। দক্ষ ও সফল প্রশিক্ষক সব সময় প্রশিক্ষণের পূর্বে প্রস্তুতি নিয়ে থাকেন। এই বইগুলো সেশন প্রস্তুতিতে দারুণভাবে সাহায্য করবে। সফল প্রশিক্ষণের জন্য প্রয়োজন হলো ভাল প্রস্তুতি। ভাল প্রস্তুতির জন্য এই ম্যানুয়ালটি প্রশিক্ষককে সাহায্য করবে।

প্রশিক্ষণ সেশনের পূর্বে নির্ধারিত সেশনটি পড়তে হবে। প্রতিটি উদ্দেশ্য প্রশিক্ষক কিভাবে নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে অর্জন করতে চান এবং কিভাবে প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে উৎসাহ জাগিয়ে তুলবেন তা নিয়ে নির্দিষ্ট পরিকল্পনা করতে হবে।

২. সেশনের নাম এবং উদ্দেশ্য স্পষ্ট করে উল্লেখ করতে হবে

সেশনের নাম স্পষ্ট করে উল্লেখ করে এবং পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন দেখিয়ে বা ফ্লিপচার্ট পেপারে লিখে প্রতিটি সেশন শুরু করতে হবে। সেশনের উদ্দেশ্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। গুরুত্বের সাথে প্রতিটি সেশনের উদ্দেশ্য বলতে হবে। এর ফলে প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে জানার জন্য উৎসাহের সৃষ্টি হবে এবং প্রশিক্ষণ ও উদ্দেশ্যের সাথে সঙ্গতিপূর্ণ হবে।

- সেশন পরিচালনা করার সময় Adult learning principles, Effective Facilitation techniques এবং কমপিটেনসি ভিত্তিক প্রশিক্ষণ পদ্ধতিসমূহ এর ব্যবহার নিশ্চিত করতে হবে ফলে প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর প্রয়োজনীয় জ্ঞান, দক্ষতা এবং ইতিবাচক মনোভাব অর্জিত হবে। এজন্য কমপিটেনসি ভিত্তিক প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল এর সাহায্য নিতে পারে। <https://www.intrahealth.org/resources/competency-based-training-trainers-manual>
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর সক্রিয় অংশগ্রহণ নিশ্চিত করতে হবে
- দলীয় কাজের জন্য বিস্তারিত নির্দেশনা দিতে হবে।
- প্রত্যেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির কাউন্সেলিং সেশনে কাউন্সেলিং-এর ধাপ ও পদ্ধতি বিশদভাবে প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে আলোচনা করতে হবে এবং সকল ধাপ ও পদ্ধতি অনুসরণ করা হচ্ছে তা নিশ্চিত করতে হবে।

৩. পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন, ফ্লিপচার্ট, চেকলিস্ট, চিত্র প্রভৃতি ব্যবহার করতে হবে

এই ম্যানুয়ালে প্রতিটি সেশনের প্রতিটি উদ্দেশ্য সঠিকভাবে অর্জনের জন্য পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন, ফ্লিপচার্ট, চেকলিস্ট, চিত্র ইত্যাদি দেয়া আছে। প্রতিটি উদ্দেশ্য সংশ্লিষ্ট ফ্লিপচার্ট ও চিত্র দেখিয়ে প্রাণবন্তভাবে অংশগ্রহণমূলক প্রক্রিয়ায় আলোচনা করতে পারেন। প্রয়োজন বোধে দলীয় কাজ, আলোচনা, দলীয় আলোচনা, অভিজ্ঞতা বিনিময় ও ব্রেইন স্টর্মিং করে মূল আলোচনায় যেতে পারেন। প্রশিক্ষক হিসেবে আপনার উৎসাহ প্রশিক্ষণার্থীদের ভেতর প্রতিফলিত হলে অংশগ্রহণমূলক প্রক্রিয়া জোরদার হবে। একজন দক্ষ প্রশিক্ষক সব সময়ই তার উদ্দেশ্যে অটল থাকেন। উদ্দেশ্য অর্জনের জন্য এই উপকরণগুলো অবশ্যই দারুণভাবে সাহায্য করবে।

৪. অনুশীলনকালে ফ্যাসিলিটেশন

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির প্রশিক্ষণ অনুশীলন নির্ভর। প্রশিক্ষণার্থীরা যত বেশি অনুশীলন করতে পারবেন

ততই তারা দক্ষ সেবাদানকারী হতে পারবেন।

ব্যবহারিক অনুশীলনের সময় কমপিটেনসি ভিত্তিক প্রশিক্ষণ পদ্ধতিসমূহ যেমন ডেমোনেস্ট্রেশন এবং রিটার্ন ডেমোনেস্ট্রেশন গাইডেড (guided skills practice simulation) দক্ষতা অনুশীলন এবং সাইমুলেশন ব্যবহারিক অনুশীলনের সময় নিশ্চিত করতে হবে।

ক্লিনিক্যাল অনুশীলন এর সময় কমপিটেনসি চেকলিস্ট ব্যবহার করতে হবে। ক্লিনিক্যাল সেশন পরিচালনার জন্য পরিকল্পনা করতে হবে।

- নির্দিষ্ট পদ্ধতির শিখণ উদ্দেশ্যগুলির উপর নির্ভর করে অনুশীলনের প্রশিক্ষণ স্থানগুলি প্রস্তুত করতে হবে। এটিতে প্রতিষ্ঠানের তত্ত্বাবধায়ক, পরামর্শদাতা এবং প্রতিষ্ঠানের ব্যবস্থাপকদের সাথে বৈঠকের প্রয়োজন হয়
 - প্রতিষ্ঠানটির তাৎক্ষণিকতার প্রস্তুতি (readiness) মূল্যায়ন করতে হবে
 - সরবরাহ ব্যবস্থা, পণ্য, সরঞ্জাম ইত্যাদির জন্য অতিরিক্ত প্রয়োজনগুলি চিহ্নিত করতে হবে
 - কর্মীদের এবং তাদের দক্ষতার মূল্যায়ন করতে হবে
 - পদ্ধতির শিখণ উদ্দেশ্যগুলি বিকশিত করতে হবে
 - যে পরিষেবাগুলির চাহিদা বাড়ছে তা নির্ধারণ করতে হবে
 - প্রশিক্ষক, পরামর্শদাতা, সুপারভাইজার এবং প্রশিক্ষার্থীদের ভূমিকা পরিষ্কার করতে হবে
- ব্যবহারিক (প্রাকটিকাম) প্রশিক্ষণের লক্ষ্যগুলি বিকশিত করা এবং প্রশিক্ষার্থীদের সাথে তা আলোচনা করতে হবে। নোট করতে হবে; মডেল এবং গ্রহীতার অনুশীলনের মধ্যে পার্থক্য আছে
- প্রশিক্ষার্থীদের সুবিধার জন্য অনুশীলনের সময়সূচী তৈরি করতে হবে

বাস্তবায়ন

- প্রতিটি প্রশিক্ষার্থীকে একটি দক্ষতার চেকলিস্ট সরবরাহ করতে হবে এবং অনুশীলনকালে দক্ষতা চেকলিস্ট ব্যবহার করতে হবে। এই দক্ষতা চেকলিস্টগুলি সংশ্লিষ্ট সেশনে দেয়া আছে
 - ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য নিয়মগুলি আলোচনা করতে হবে এবং প্রত্যাশাগুলি স্পষ্ট করতে হবে
 - প্রতিটি দিন শেষে সুবিধাজনক সময়ে দিনের সেশনগুলি পর্যালোচনা করতে হবে এবং পরের দিনটির জন্য পরিকল্পনা করতে হবে
 - দক্ষতা অর্জন, তাৎক্ষণিক প্রতিক্রিয়া জানতে এবং নোট রেকর্ড করতে চেকলিস্টগুলি ব্যবহার করতে হবে
 - প্রশিক্ষার্থীদের মধ্যে, যারা দক্ষতার মূল্যায়ন করার জন্য তৎপরতা দেখায় তাদের মূল্যায়ন করতে হবে
 - গ্রহীতার অধিকারকে সম্মান করুন এবং গ্রহীতার সুরক্ষার নিশ্চয়তা দিতে হবে
 - পদ্ধতির শিখণের সুবিধায় পরিষেবাগুলির মানের সাথে আপস করা উচিত হবে না
৫. দিনের সার সংক্ষেপ ও পূর্ব দিনের পর্যালোচনা করতে হবে
- দিনের শুরুতে পরিশিষ্ট- ২১ অনুসরণ করে পূর্ব দিনের পর্যালোচনা করুন এবং দিন শেষে সার সংক্ষেপ করতে হবে
৬. প্রতিটি সেশন মূল্যায়ন করতে হবে

প্রতিটি সেশনের শেষে সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট এর প্রশ্ন-উত্তরের মাধ্যমে প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীর সেশন ভিত্তিক মূল্যায়ন করতে হবে। প্রত্যেক সেশনের শেষে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেয়া আছে। এই ম্যানুয়ালে ১৪ টি মডিউল ও ৪৪ টি তাত্ত্বিক সেশন আছে। কমপক্ষে ২২ টি তাত্ত্বিক সেশনের সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট প্রতিজন প্রশিক্ষার্থীর জন্য ব্যবহার করতে হবে। কোর্স সমন্বয়কারী প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীর সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট এর মূল্যায়ন পত্র প্রশিক্ষণ রিপোর্টে সংরক্ষণ করবেন। কোর্স সমন্বয়কারী ও প্রশিক্ষকের ভাল প্রস্তুতি একটি সফল প্রশিক্ষণ ও সেশন নিতে সাহায্য করবে।

৭. প্রশিক্ষক হিসেবে আপনি কতটুকু সফল তা মূল্যায়ন করতে হবে

প্রশিক্ষক হিসেবে আপনি কতটুকু সফল এবং কোন কোন ক্ষেত্রে আরো ভাল করা প্রয়োজন তা জানার জন্য প্রতিটি সেশন শেষে প্রশিক্ষক মূল্যায়ন ফর্ম প্রশিক্ষার্থীদেরকে পূরণ করতে দিতে হবে। এই ফর্মের নমুনা পরিশিষ্ট - ১৯ এ দেয়া আছে।

৮. প্রশিক্ষণ পূর্ব এবং পরবর্তী জ্ঞান যাচাই করতে হবে

প্রতিটি প্রশিক্ষণের শুরুতে এবং শেষে পরিশিষ্ট ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থীদের প্রশিক্ষণ পূর্ব এবং পরবর্তী জ্ঞান যাচাই করতে হবে

৯. প্রতিটি প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন করতে হবে; প্রশিক্ষণ শেষে পরিশিষ্ট - ২০ ব্যবহার করে প্রতিটি প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন করতে হবে

১০. প্রতিটি প্রশিক্ষণের সমাপ্তি দিনে কর্মপরিকল্পনা করতে হবে ও প্রশিক্ষণ ফলো-আপ এর পরিকল্পনা করতে হবে

১১. কোর্স সমন্বয়কারী প্রতিটি প্রশিক্ষণের একটি প্রশিক্ষণ প্রতিবেদন তৈরী করবেন। প্রশিক্ষণ প্রতিবেদনে নিম্নবর্ণিত বিষয়সমূহ থাকতে হবে।

- প্রশিক্ষণের নাম ও উদ্দেশ্য
- প্রশিক্ষণসূচী
- প্রশিক্ষার্থী ও প্রশিক্ষকদের উপস্থিতির শীট
- সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট (প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীর জন্য কমপক্ষে ২২ টি সেশনের মূল্যায়ন পত্র)
- চিকিৎসকদের জন্য ইনজেকশন, ইমপ্ল্যান্ট, আইইউডি, টিউবেকটমি ও এনএসভি কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টসমূহ
- চিকিৎসক ছাড়া অন্যান্য প্রশিক্ষার্থীদের জন্য ইনজেকশন ও আইইউডি কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টসমূহ
- প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীর জন্য প্রযোজ্য প্রতিটি পদ্ধতির জন্য কমপক্ষে ২-৬ টি মূল্যায়ন করা কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টসমূহ
- প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীর জন্য পূরণকৃত লগশীট (পরিশিষ্ট ২৩ দেখুন)
- প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীর প্রশিক্ষণ পূর্ব এবং পরবর্তী জ্ঞান যাচাই মূল্যায়ন পত্র
- প্রশিক্ষার্থীদেরকে পূরণকৃত প্রশিক্ষক মূল্যায়ন ফর্ম
- প্রশিক্ষার্থীদেরকে পূরণকৃত প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন ফর্ম
- প্রশিক্ষণের সমাপ্তি দিনের কর্মপরিকল্পনা
- বিশেষ (দূর্বল প্রশিক্ষার্থী) কোন প্রশিক্ষার্থী সম্পর্কে কোর্স সমন্বয়কারী ও/প্রশিক্ষক/দের মতামত
- প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীর জন্য প্রশিক্ষণ ফলোআপ এর পরিকল্পনা (পরিশিষ্ট ২২ দেখুন)

মডিউল ১

বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম

বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য বলতে পারবেন
- বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের পর্যায় সমূহ বলতে পারবেন
- বাংলাদেশের প্রচলিত জন্মানিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিসমূহ বলতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনার সূচকসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনায় দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতির গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়

- ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ০১ বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের চার্ট
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য ও কার্যক্রমের পর্যায়	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	বাংলাদেশে প্রচলিত পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহ ও পরিবার পরিকল্পনায় দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতির গুরুত্ব এবং পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের সূচক	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ০১ বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম পড়ুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির (TFR, CPR, MMR, LARC&PM গ্রহণকারীর হার, Drop out, unmet need) সাম্প্রতিক মান জেনে রাখুন, প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট- শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য

স্লাইড-৩.১/ফ্লিপচার্ট- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের পর্যায়

স্লাইড-৩.২/ফ্লিপচার্ট- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের পর্যায়

স্লাইড-৩.৩/ফ্লিপচার্ট- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের পর্যায়

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট- বাংলাদেশে প্রচলিত পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহ

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট -সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. ভূমিকা, বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য ও কার্যক্রমের পর্যায় (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষক বাংলাদেশের জনসংখ্যার অবস্থা, ঘনত্বের দিক থেকে এশিয়ার অন্যান্য দেশের সাথে বাংলাদেশের তুলনামূলক প্রেক্ষিত, বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের সূচনা বলবেন এবং সরকার নির্ধারিত কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন দেখিয়ে স্লাইড-২ বর্ণনা করবেন। বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম শুরুর সময় ও সাফল্য সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের কেমন অভিজ্ঞতা আছে তা জানতে চান। এ বিষয়ে আলোচনা করুন। মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-৩.১, ৩.২ ও ৩.৩ দেখিয়ে বর্ণনা করুন। প্রেজেন্টেশনে দাগ দেয়া তথ্যগুলো বুঝিয়ে বলুন ও পর্যায় ১৩ সম্পর্কে বিস্তারিত বলুন।

ঘ. বাংলাদেশে প্রচলিত পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহ ও পরিবার পরিকল্পনায় দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতির গুরুত্ব এবং পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের সূচক (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি বলতে কি বুঝি এবং বাংলাদেশে কি কি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি আছে। বাংলাদেশে প্রচলিত পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের ছকটি মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন। এখানে উল্লেখ করুন যে, এ প্রশিক্ষণে দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করা হবে এবং অন্যান্য পদ্ধতি সম্পর্কে সাধারণ আলোচনা করা হবে। পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের বিভিন্ন সূচক সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করে এসব বিষয়ে আলোচনা করুন, যেমন- মোট প্রজনন হার, পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার, অপূরণীয় চাহিদা, পদ্ধতি ছেড়ে দেয়া/ড্রপ আউট।

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখুন। সূচকের বর্তমান মান সম্পর্কে প্রশ্ন করুন এবং সাম্প্রতিক সঠিক মানসমূহ জানিয়ে দিন এবং

বর্তমান কর্মসূচির লক্ষ্যের সাথে সম্বন্ধ করুন।

বাংলাদেশের প্রেক্ষিতে দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতির গুরুত্ব প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১ দেখুন ও আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট-সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

মডিউল-১: বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।
২. ২০২২ সালের মধ্যে স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা।
৩. ব্যক্তিগত, অর্থনৈতিক, সামাজিক এবং পারিপার্শ্বিক অবস্থার সাথে সামঞ্জস্য রেখে কোন দম্পতি স্বেচ্ছায় কখন এবং কতদিন পর সন্তান নেবে সে বিষয়ে সিদ্ধান্ত গ্রহণের প্রক্রিয়া হলো পরিবার পরিকল্পনা।
৪. কোন একটি নির্দিষ্ট সময়ে কোন এলাকার মোট সক্ষম দম্পতির মধ্যে শতকরা যত সংখ্যক দম্পতি কোন না কোন পদ্ধতি ব্যবহার করে তা ঐ সময়ে ঐ এলাকার সিপিআর বা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার।
৫. যে সকল দম্পতি দেরিতে সন্তান নিতে চায় অথবা আর সন্তান নিতে চায় না কিন্তু কোন না কোন পদ্ধতি ব্যবহার করতে চায় না তাকে অপূর্ণ চাহিদা বলে।
৬. গড়ে প্রত্যেক মহিলা যদি সারা জীবনে সন্তান জন্মদানে সক্ষম একটি কন্যা সন্তান জন্ম দেন তাহলে সে অবস্থাকে নিট প্রজনন হার ১ (NRR 1) বলা হয়। এ অবস্থাকে Replacement Level of Fertility ও বলা হয়।
৭. কোন সক্ষম দম্পতি একটি পদ্ধতি গ্রহণ করে যদি ঐ পদ্ধতির মেয়াদ পূর্ণ হবার আগেই ঐ পদ্ধতিটি ব্যবহার বন্ধ করে দেয়, সেক্ষেত্রে ঐ দম্পতি পদ্ধতিটি ছেড়ে দিয়েছেন বলে গণ্য করা হয়। এক নাগাড়ে একটি পদ্ধতি পূর্ণসময় ব্যবহার না করলে ঐ পদ্ধতির Drop out/Discontinuation ধরা হয়।
৮. দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার বাড়ানো সম্ভব হলে সার্থকভাবে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম পরিচালনা করা সহজ হবে; ফলে গড় সন্তান সংখ্যা হ্রাস পাবে এবং আমাদের দেশ একটি স্থিতিশীল জনগোষ্ঠী অর্জনে সক্ষম হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য (মি)

সঠিক উত্তর

বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য

২. ২০২২ সালের মধ্যে স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা (মি)

সঠিক উত্তর

২০২২ সালের মধ্যে স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ২০% এ উন্নীত করা

৩. ব্যক্তিগত, অর্থনৈতিক, সামাজিক এবং পারিপার্শ্বিক অবস্থার সাথে সামঞ্জস্য রেখে কোন দম্পতি যেচ্ছায় কখন এবং কতদিন পর সন্তান নেবে সে বিষয়ে সিদ্ধান্ত গ্রহণের প্রক্রিয়া হলো পরিবার পরিকল্পনা। (স)

৪. কোন একটি নির্দিষ্ট সময়ে কোন এলাকার মোট সক্ষম দম্পতির মধ্যে শতকরা যত সংখ্যক দম্পতি কোন না কোন পদ্ধতি ব্যবহার করে তা ঐ সময়ে ঐ এলাকার সিপিআর বা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার। (স)

যে সকল দম্পতি দেরিতে সন্তান নিতে চায় অথবা আর সন্তান নিতে চায় না কিন্তু কোন না কোন পদ্ধতি ব্যবহার করতে চায় না তাকে অপূর্ণ চাহিদা (Unmet Need) বলে। (মি)

সঠিক উত্তর

যে সকল দম্পতি দেরিতে সন্তান নিতে চায় অথবা আর সন্তান নিতে চায় না কিন্তু কোন আধুনিক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করে না তাকে অপূর্ণ চাহিদা (Unmet Need) বলে।

৫. গড়ে প্রত্যেক মহিলা যদি সারা জীবনে সন্তান জন্মদানে সক্ষম একটি কন্যা সন্তান জন্ম দেন তাহলে সে অবস্থাকে নিট প্রজনন হার ১ (NRR 1) বলা হয়। এ অবস্থাকে Replacement Level of Fertility ও বলা হয়। (স)

৬. কোন সক্ষম দম্পতি একটি পদ্ধতি গ্রহণ করে যদি ঐ পদ্ধতির মেয়াদ পূর্ণ হবার আগেই ঐ পদ্ধতিটি ব্যবহার বন্ধ করে দেয়, সেক্ষেত্রে ঐ দম্পতি পদ্ধতিটি ছেড়ে দিয়েছেন বলে গণ্য করা হয়। এক নাগাড়ে একটি পদ্ধতি পূর্ণসময় ব্যবহার না করলে ঐ পদ্ধতির Drop out/Discontinuation ধরা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

কোন সক্ষম দম্পতি একটি পদ্ধতি গ্রহণ করে যদি এক বছর পূর্ণ হবার আগেই ঐ পদ্ধতিটি ব্যবহার বন্ধ করে দেয়, সেক্ষেত্রে ঐ দম্পতি পদ্ধতিটি ছেড়ে দিয়েছেন বলে গণ্য করা হয়। এক নাগাড়ে একটি পদ্ধতি ১২ মাস ব্যবহার না করলে ঐ পদ্ধতির Drop out/Discontinuation ধরা হয়।

৭. দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার বাড়ানো সম্ভব হলে সার্থকভাবে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম পরিচালনা করা সহজ হবে; ফলে গড় সন্তান সংখ্যা হ্রাস পাবে এবং আমাদের দেশ একটি স্থিতিশীল জনগোষ্ঠী অর্জনে সক্ষম হবে। (স)

মডিউল ২

পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং কি, মূলনীতি এবং গুরুত্ব বলতে পারবেন
- কাউন্সেলিং এর বিভিন্ন এ্যাপ্রোচ এবং REDI Approach এর ধাপ সমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- গ্রহীতা (নবদম্পতি/ কিশোর-কিশোরী) কে জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি পছন্দ করতে সাহায্য করতে কাউন্সেলিং- এ সেবাদানকারীর ভূমিকা রোল-প্লে করে দেখাতে পারবেন
- গর্ভপূর্ব কাউন্সেলিং- এর বিষয়সমূহ ও এর সুফল বলতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবা ফলো আপে কাউন্সেলিং এর নীতি ও কারণ বর্ণনা করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ২ পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং
- পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং-এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- রোল প্লে কেস শীট
- কেস স্ট্যাডি শীট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	মূলনীতি ও গুরুত্ব, বিভিন্ন এ্যাপ্রোচ, REDI Approach এর ধাপ সমূহ এবং গ্রহীতা (নবদম্পতি/ কিশোর-কিশোরী) কে জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি পছন্দ করতে সাহায্য করা	২৫	ব্রেইন স্টর্মিং, রোল প্লে, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	গর্ভপূর্ব কাউন্সেলিং- এর বিষয়সমূহ ও এর সুফল	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	পরিবার পরিকল্পনা সেবা ফলো আপে কাউন্সেলিং	১০	রোল প্লে, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ২ পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং পড়ুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখে নোট রাখুন।
- একটি ফ্লিপেপারে GATHER অ্যাপ্রোচ এবং আরেকটি ফ্লিপেপারে REDI অ্যাপ্রোচ ধাপসহ লিখে রাখুন। প্রশিক্ষণ কক্ষের দুই দেয়ালে দুইভাঙ্গ করে এমনভাবে টেপ দিয়ে সেটে রাখুন যেন সহজে খুলে দেখানো যায়।
- গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি পছন্দ করতে সাহায্য করতে কাউন্সেলিং- এ সেবাদানকারীর ভূমিকা এবং খাবার বাড়ি নিয়েছেন- এরকম গ্রহীতা কেন ফলোআপে আসবেন বিষয়ক রোল প্লে কেসশীট তৈরী করুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - কাউন্সেলিং এর মূলনীতি

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - REDI Approach এর ধাপ সমূহ

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - গর্ভপূর্ব সেবা/কাউন্সেলিং এর বিষয়সমূহ

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - গর্ভপূর্ব সেবা/কাউন্সেলিং এর সুফল

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - ফলো-আপে গ্রহীতার কাউন্সেলিং-এর ২টি নীতি

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতার পুনরায় আসার সম্ভাব্য কারণ

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট -সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. মূলনীতি ও গুরুত্ব, বিভিন্ন এপ্রোচ, REDI Approach এর ধাপ সমূহ এবং গ্রহীতা (নবদম্পতি/ কিশোর-কিশোরী/ প্রতিবন্ধী ব্যক্তি) কে জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি পছন্দ করতে সাহায্য করা (২৫ মিনিট)

প্রশিক্ষক কাউন্সেলিং সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করবেন। প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে কাউন্সেলিং বলতে কি বুঝায় তা বলবেন। কাউন্সেলিং এর মূলনীতি মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন দেখিয়ে স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট বর্ণনাকরবেন। পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং-এর গুরুত্ব আলোচনা করবেন।

কাউন্সেলিং করার এপ্রোচ সম্পর্কে কি ধারণা আছে তা জানতে চাইবেন। এবার কক্ষের দেয়ালে সাটানো GATHER অ্যাপ্রোচ ও REDI অ্যাপ্রোচ খুলে দেখান।

দুইটি অ্যাপ্রোচের মধ্যে REDI অ্যাপ্রোচ সহজ এবং কম সময়ে গ্রহীতার কাউন্সেলিং করা যায়। এই অ্যাপ্রোচের মাধ্যমে ইচ্ছুক গ্রহীতার পরিবার পরিকল্পনার সেবাসহ প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার অন্যান্য চাহিদাও একই সাথে পূরণ করা যায়। এর চারটি ধাপ রয়েছে।

REDI Approach এর ধাপ সমূহ মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন দেখিয়ে স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট বর্ণনা করবেন।

এবার ১ম রোল প্লে করার কেসশীট কপি, নোট -১ এবং জন্মবিরতিকরণ কমপিটেন্সি ভিত্তিক কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যেককে দিন, সকলকে ৫ মিনিটে পড়তে বলুন। প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে থেকে আহ্বাহী একজন কাউন্সেলর, একজন সুমি (গ্রহীতা) এবং একজন পর্যবেক্ষক নির্বাচিত করুন ও রোল প্লে করতে বলুন। এই তিনজনের দলের সদস্যদেরকে কিভাবে রোল

প্লে করবেন ও পর্যবেক্ষণ করবেন তা ব্যাখ্যা করুন। পর্যবেক্ষক জন্মবিবরণীকরণ কমপিটেন্সি ভিত্তিক কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট দেখতে থাকবেন ও রোল প্লেতে এটা অনুসরণ হচ্ছে কিনা সেই মতামত নোট করবেন। কাউন্সেলরকে REDI Approach এর ধাপ সমূহ অনুসরণ করতে বলুন। এই রোল প্লেতে আমরা REDI Approach এর ধাপ সমূহ দেখবো এটা জানান।

এখানে উল্লেখ করুন যে,

যে গ্রহীতা যেমন তাকে সেভাবে গ্রহণ করতে হবে ও প্রতিজনকে আলাদাভাবে বিবেচনা করতে হবে। যেমন: নবদম্পতি, কিশোর-কিশোরী, প্রতিবন্ধী ব্যক্তি (কিশোর-কিশোরী, প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জন্য অধ্যায় ১৩: বিশেষ চাহিদা সম্মল গ্রহীতা' দেখুন)

এই রোল প্লেতে ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কিত তথ্য যা জানেন তাই বলবেন। রোল প্লে চলাকালীন বাকী প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পর্যবেক্ষণ করতে বলুন এবং জন্মবিবরণীকরণ কমপিটেন্সি ভিত্তিক কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণ করে মতামত লিখে রাখতে বলুন। রোল প্লে করতে ৫ মিনিট সময় নিবে। এরপর ৫ মিনিট প্রথমে পর্যবেক্ষকের মতামত শুনুন ও বাকী প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত দিতে বলবেন ও আলোচনা করবেন। প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পরবর্তীতে বিস্তারিত জানার পর ইমপ্ল্যান্ট কাউন্সেলিং সেশনে আরও একটি রোল প্লে করতে হবে সেটা বলবেন।

গ. গর্ভপূর্ব কাউন্সেলিং- এর বিষয়সমূহ ও এর সফল (১০ মিনিট)

সুমির রোল প্লে সূত্র ধরে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন সুমিকে গর্ভপূর্ব কাউন্সেলিং- এর বিষয়সমূহ ও এর সফল সম্পর্কেও বলা যেতো; তাহলে সুমি সন্তান নেওয়ার আগে পরামর্শ নিতে আসতে পারে সেই সম্ভাবনা তৈরী হতো। এখন স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -৪ ও ৫ দেখিয়ে গর্ভপূর্ব কাউন্সেলিং- এর বিষয়সমূহ ও এর সফল সম্পর্কে আলোচনা করুন।

ঘ. পরিবার পরিকল্পনা সেবা ফলো আপে কাউন্সেলিং (১০ মিনিট)

ফলোআপের একটি কেস স্ট্যাডি শীট প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যেককে দিন, সকলকে পড়তে বলুন। প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত দিতে বলুন ও এখন স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -৬ ও ৭ দেখিয়ে ফলোআপে গ্রহীতার কাউন্সেলিং- এর নীতি ও আসার সম্ভাব্য কারণ আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

রোল প্লে করার সহায়ক তথ্য

রোল প্লে কেসশীট:

সুমি বয়স ২২ বছর, বিয়ে হয়েছে তিন মাস, সে একটি গার্মেন্টসে কাজ করে সে দুই-তিন বছর পরে সন্তান নিতে চায়, তার স্বামীও গার্মেন্টসে চাকুরি করে। তার স্বামীর বয়স ২৪ বছর। স্বামীও এখন সন্তান চায় না। বিয়ের পর থেকে সে মেনে বেছে থেকেছে; কোন

পদ্ধতি নেয়নি। তার ৫ দিন আগে মাসিক হয়েছে। সে অনেকের কাছে শুনেছে এরকম মেনে বেছে থাকলেও পেটে বাচ্চা আসতে পারে। সেজন্য সুমি এখন একজন বাস্কাবীকে নিয়ে সেবাকেন্দ্রে এসেছে। তাকে কিভাবে কাউন্সেলিং করবেন?

রোল প্লে করার জন্য নোট-১ঃ

সুমি নবদম্পতি কাজেই তার সন্তান নেয়ার পরিকল্পনা জানুন ও বাংলাদেশের প্রেক্ষাপটে সরকারি কার্যক্রমে নবদম্পতি গ্রহীতাদের জন্য জন্মবিরতিকরণের স্বীকৃত পদ্ধতিসমূহ বিবেচনায় রেখে কাউন্সেলিং করুন।

সুসম্পর্ক স্থাপন

সেবাকেন্দ্রে প্রবেশের সাথে সাথেই সুমিকে বন্ধুত্বপূর্ণ সম্ভাষণ করতে হবে। (সুমির অপেক্ষার জন্য বসার স্থানটি আরামদায়ক ও মনোরম হওয়া বাঞ্ছনীয় এবং পরিবার পরিকল্পনা বিষয়ক বিভিন্ন পোস্টার, ফেস্টুন, দেয়ালে টানানো যেতে পারে।

সুমি নতুন গ্রহীতা কিনা জেনে নিতে হবে এবং তার আগমন বিষয়ে বিস্তারিত তথ্য নিন

কাউন্সেলিং করার সময় সুমিকে যেন অন্য কেউ দেখতে বা সেবাদানকারীর কথা অন্য কেউ শুনতে না পায় এ ব্যাপারে একান্ত পরিবেশ তৈরি করুন এবং গোপনীয়তা রক্ষা করার আশ্বাস দিন

মনোযোগ সহকারে সুমির কথা শুনুন

- সুমির দিকে হাসি মুখে তাকান

- সুমি কী বলছেন ও কিভাবে বলছেন, তাঁর গলার স্বর, শব্দচয়ন, মুখভঙ্গি লক্ষ্য করুন

- সুমির কথা শুনার সময় তাঁর দিকে তাকান

- সুমির কথার সাক্ষা দিয়ে হ্যাঁ, হুঁ বলা, মাথা নাড়িয়ে সায় দিতে হবে

- প্রয়োজনে সুমির কথার পুনরাবৃত্তি করা যেতে পারে। এতে করে কাউন্সেলর ও সুমি উভয়েই সঠিক জিনিস বুঝবেন এবং সুমি উপলব্ধি করতে পারবেন যে কাউন্সেলর তার কথা মনোযোগ দিয়ে শুনছেন। অন্য কাজ বন্ধ রাখতে হবে

- সুমির দিকে সামান্য ঝুঁকে বসতে হবে

- সুমির সাথে কথোপকথনের সময় অন্য কারো সাথে কথা বলা উচিত না

- সুমির কথার মাঝখানে থামিয়ে দেয়া যাবে না

সুমিকে কার্যকরভাবে প্রশ্ন করুন

- এমনভাবে এবং এমন স্বরে কথা বলতে হবে যাতে সুমির প্রতি সেবাদানকারীর আগ্রহ, গুরুত্ব ও বন্ধুত্ব প্রকাশ পায়

- সুমি বুঝতে পারেন এমন শব্দ ব্যবহার করতে হবে

- একবারে শুধুমাত্র একটিই প্রশ্ন করে উত্তর শোনার জন্য আগ্রহ প্রকাশ করতে হবে

দুই ধরনের প্রশ্ন করা যেতে পারে, যথা- খোলা প্রশ্ন ও বন্ধ প্রশ্ন

নীচের প্রশ্নসমূহ খোলা প্রশ্নের নমুনা। এই প্রশ্ন সুমিকে পূর্ণ ও সত্য উত্তর দিতে উৎসাহিত করবে। এগুলি তাকে নিজের

পছন্দ তৈরি করতে সাহায্য করবে। একটি খোলা প্রশ্ন উত্তর অন্য একটি প্রশ্ন করতে সাহায্য করে।

সুমি পরিবার পরিকল্পনা সেবা সম্পর্কে কী জানতে চান?

এ সম্পর্কে সুমির মত কী?

নীচের প্রশ্নসমূহ বন্ধ প্রশ্নের নমুনা। এগুলি হতে একটি নির্দিষ্ট উত্তর পাওয়া যায় যা প্রায়শই 'হ্যাঁ' বা 'না' -র মধ্যে সীমাবদ্ধ।

তা আলোচনার ইতি ঘটাতে সাহায্য করে।

আপনি কি কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নিতে চান?

আপনি কি খাবার বড়ি নিতে চান?

চাহিদা নিরূপণ করা

আন্তরিকতার সাথে প্রশ্ন করে, সেবাকেন্দ্রে আসার কারণ মনোযোগ সহকারে শুনতে হবে

সুমি কেন এসেছেন তা জানতে হবে - এক্ষেত্রে আপনি জেনেছেন সুমি ৩ বছর পরে বাচ্চা নিতে চায়

পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ ও প্রজনন সেবা সম্পর্কে সুমি কী জানেন তা বোঝার চেষ্টা করতে হবে

সুমির পারিপার্শ্বিকতা ও চাহিদা যাচাই করতে হবে

সুমির চাহিদা ও ইচ্ছা প্রকাশে সাহায্য করতে হবে

সুমির সাথে স্বামীর মেলামেশা সম্পর্কে জানতে হবে

সুমি কোন রকম পারিবারিক কলহের শিকার কিনা জানতে হবে

সুমির আর্থ-সামাজিক অবস্থা সম্পর্কে জানতে হবে-

সুমির কোন ভুল ধারণা থাকলে তা ভাঙাতে হবে

- সুমির কাছে জানতে চাওয়া যেতে পারে তিনি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে কী জানেন?

- সুমিকে জিজ্ঞাসা করতে হবে সে কী শুনেছে ও এ সম্পর্কে তার মতামত কী?

- যদি ধারণা সঠিক না হয়, তবে কেন এ ধারণা সঠিক নয় তা তাকে বলতে হবে। সাথে সাথে তাকে সঠিক তথ্যটিও দিতে হবে

সুমিকে পদ্ধতি পছন্দ করতে সহায়তা করতে হবে

সিদ্ধান্ত গ্রহণ

সেবাদানকারী- সুমির অবস্থান, চাহিদা ও তার সংশ্লিষ্ট বিষয়ে গুরুত্ব দিবেন। তিনি সুমিকে সে সকল তথ্যই দিবেন যা তাকে অবহিত (সব কিছু জেনে ও বুঝে) সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করে। সঠিক সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য সেবাদানকারীর দেয়া তথ্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এই তথ্য হতে সুমি যে কোন পদ্ধতি বেছে নেয়ার এবং তার ফলাফল সম্পর্কে সম্ভাব্য ধারণা পেতে পারেন

যথোপযুক্ত তথ্য সুমিকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করে

সুমিকে সাহায্য করার নিমিত্তে সেবাদানকারী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, তাঁদের যথার্থতা এবং সুমির নিজের এ ব্যাপারে কী মতামত তা আলোচনা করবেন। এই আলোচনার মাধ্যমে তিনি সুমিকে জন্মবিবর্তিকরণ পদ্ধতি গ্রহণে তাঁর নিজের সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করতে পারেন

সুমি নিজের পছন্দের ভিত্তিতে স্বেচ্ছায় সিদ্ধান্ত নিয়েছেন তা নিশ্চিত করতে হবে

জন্মবিবর্তিকরণ পদ্ধতি পছন্দ করতে সাহায্য করা

প্রথমে সুমির কাছ হতে জেনে নিতে হবে যে তার পছন্দ কী?

তারপর তাকে নিম্নের তিনটি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করার মাধ্যমে সুমির নিকট হতে এমন কিছু তথ্য পেতে পারেন যা তাঁকে পরামর্শ দেয়ার জন্য জরুরি।

গ্রহীতা নিজের ও তার স্বামী/স্ত্রীর কি একাধিক যৌনসঙ্গী আছে? ইতিমধ্যে আপনি বা আপনার স্বামী HIV/AIDS জন্য পরীক্ষা করিয়েছেন কিনা?

যদি উপরোক্ত প্রশ্নসমূহের উত্তর 'না' হয় তবে গ্রহীতা যে কোন পদ্ধতি নিতে পারে। আর যদি প্রশ্নসমূহের উত্তর 'হ্যাঁ' হয়, তবে নিচের উত্তরসমূহ আলোচনা করা জরুরি-

সুমির নিজের বা তার স্বামীর যৌনরোগ বা রোগের ঝুঁকি আছে কি? যদি তার উত্তর ‘হ্যাঁ’ হয় তবে-

দম্পতির যৌনরোগ প্রতিরোধের জন্য কনডম ব্যবহার করা আবশ্যিক তা বলতে হবে এবং কনডম সঠিক ভাবে ব্যবহার করলে রোগ ও গর্ভধারণ উভয়ই রোধ করা সম্ভব

কনডমের পাশাপাশি কার্যকরভাবে পরিবার পরিকল্পনার জন্য অন্য যে কোন পদ্ধতি (সুমির জন্য খাবার বড়ি এবং ইমপ্ল্যান্ট উপযুক্ত) পছন্দ করতে পারেন

সুমির সাথে সব কিছু আলোচনার পর তাকে তার মতামত সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করতে হবে।

“আপনি কী সিদ্ধান্ত নিয়েছেন?”

সুমি স্পষ্ট ভাষায় তাঁর মতামত ব্যক্ত করবেন। এক্ষেত্রে অনুমানের উপর নির্ভর করা যাবে না। তারপর তাঁর সিদ্ধান্তটি যাচাই করার জন্য তাঁর কথার পুনরাবৃত্তি করতে হবে। যেমন:

“তাহলে আপনি সিদ্ধান্ত নিয়েছেন যে: “আপনি ইনজেকশন নিতে চান?”

সুমির সিদ্ধান্ত তাঁর শারীরিক এবং সামাজিক অবস্থার সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ না, তাকে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং অন্যান্য সম্ভাব্য পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে জানাতে হবে। যেমন: একটি সন্তান না থাকলে ইনজেকশন ও আইউডি দেয়া যাবে না। ২টি জীবিত সন্তান না থাকলে স্থায়ী পদ্ধতি দেয়া যাবে না।

সুমি কি গর্ভবতী?

গর্ভাবস্থায় কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি দেয়া যাবে না।

পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি প্রদানে এবং অন্যান্য সকল অস্থায়ী পদ্ধতি নতুনভাবে ব্যবহারের শুরুতে গ্রহণেচ্ছুক মহিলা গর্ভবতী কি না এ বিষয়টি সেবাপ্রদানকারীকে নিশ্চিত করতে হবে। যদিও বিভিন্ন বায়োকেমিক্যাল পরীক্ষা এবং আলট্রাসোনোগ্রামের মাধ্যমে গর্ভাবস্থা সম্পর্কে নিশ্চিত হওয়া যায়। তবে সবক্ষেত্রে এবং বাংলাদেশের সর্বত্র এসব করানো সম্ভব নয় বা সহজলভ্যও নয়। এই পরীক্ষা ব্যয়বহুল যা অনেকের পক্ষে বহন করা সম্ভব হয় না। আবার শেষ মাসিকের প্রথম দিন হতে ৬ সপ্তাহ অতিক্রান্ত না হলে সাধারণত এসব পরীক্ষা করে গর্ভধারণ সম্পর্কে নিশ্চিত হওয়া যায় না।

তলপেট ও পিভি পরীক্ষা করে গর্ভাবস্থা সম্পর্কে নিশ্চিত হওয়া যেতে পারে, তবে তার জন্য শেষ মাসিকের প্রথম দিন হতে ৮-১০ সপ্তাহ পর্যন্ত অপেক্ষা করতে হয়। ইতিহাস গ্রহণ, পেলভিক ও পিভি পরীক্ষা এবং সম্ভব হলে ল্যাবরেটরী পরীক্ষা করে গর্ভবতী কি না বুঝতে হবে।

এমতাবস্থায়, যদি সুমির গর্ভাবস্থার কোন লক্ষণ না থাকে তবে নিচের যে কোন একটি বিষয়ে নিশ্চিত হতে পারলে বুঝতে হবে যে সুমি গর্ভবতী নন-

- সর্বশেষ মাসিকের পর স্বামীর সাথে সহবাস হয়নি
- গত ৭ দিনের মধ্যে তার স্বাভাবিক মাসিক হয়েছে
- গত ৭ দিনের মধ্যে গর্ভপাত হয়েছে
- গত ৭ দিনের মধ্যে এমআর করা হয়েছে

এরপরেও যদি কোন সন্দেহ থাকে তবে শারীরিক বা ল্যাবরেটরী পদ্ধতি গ্রহণের জন্য গ্রহীতাকে পরীক্ষার মাধ্যমে নিশ্চিত হতে হবে যে, তিনি গর্ভবতী নন। নতুবা পরবর্তী মাসিক পর্যন্ত অপেক্ষা করতে হবে।

সিদ্ধান্ত বাস্তবায়ন

সেবাদানকারীর দায়িত্ব হল সুমিকে তার পছন্দের পদ্ধতি গ্রহণের সিদ্ধান্ত বাস্তবায়ন করার জন্য সহায়তা করা। তিনি সুমিকে পছন্দের পদ্ধতিটি তার জন্য যথোপযুক্ত কি না তা ব্যাখ্যা করতে পারেন। সুমি ইমপ্ল্যান্ট পদ্ধতি নিতে আগ্রহ দেখিয়েছেন।

সুমি কখন ও কোথায় ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণ করতে পারেন সে সম্পর্কে ধারণা দিতে হবে

সুমিকে ইমপ্ল্যান্টের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্বন্ধে অবশ্যই বলতে হবে। পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কথা বলার সময় নিম্নলিখিত তথ্য সুমিকে জানানো উচিত-

- বেশির ভাগ গ্রহীতার ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণের পর কোন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয় না
- অধিকাংশ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ারই কোন দীর্ঘমেয়াদি ক্ষতিকর প্রভাব নেই বললেই চলে।
- বেশির ভাগ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াই চিকিৎসা ব্যতীত ভাল হয়ে যায়। বাকিগুলোর অধিকাংশের চিকিৎসা করা সম্ভব এবং সেগুলো খুবই সাধারণ
- ইমপ্ল্যান্ট সহ যে কোন পদ্ধতির জন্যই জটিলতার সম্ভাবনা খুবই কম এবং জটিলতাসমূহ কি কি হতে পারে
- সুমিকে বলে দিতে হবে - কোন সমস্যা হলে বা পদ্ধতি পরিবর্তন করতে চাইলে তিনি যেন অবশ্যই সেবাদানকারীর সাথে যোগাযোগ করেন
- সিদ্ধান্ত বাস্তবায়নের ক্ষেত্রে সম্ভাব্য প্রতিবন্ধকতা সম্পর্কে জানাতে হবে ও তা থেকে উত্তরণের জন্য সহযোগিতা করতে হবে
- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পরে ফলো-আপ সম্পর্কে বিস্তারিত ধারণা দিতে হবে

কেস স্টাডি:

গীতা: বয়স ৩২ বছর, চার সন্তানের মা, বিয়ে হয়েছে ১৫ বছর, তিনি গ্রামে থাকেন। স্বামীর জমি আছে, আয় রোজকার ভালো। স্বামীর বয়স প্রায় ৫০ বছর। গীতা অনিয়মিতভাবে ডিপো নিয়েছে ছোট ছেলে হওয়ার আগে। ছোট ছেলের বয়স ২ বছর। এখন সে আবার ডিপো নিয়েছে। গীতাকে ফলো আপে আসতে বলবেন কি বলবেন না? কেন বলবেন?

নোট-২ঃ

হ্যাঁ, গীতাকে ফলো আপে আসতে বলবেন; ৩ মাস পর তার নিয়মিত ডোজ নেওয়ার সময়; পরবর্তীতে তাকে দীর্ঘমেয়াদী বা স্থায়ী পদ্ধতিতে উদ্বুদ্ধ করা যেতে পারে আর ফলো আপের বিষয় গুলি গীতার সাথে আলোচনা করতে হবে। গীতাকে বুঝিয়ে বলতে হবে ইনজেকশন এবং ইমপ্ল্যান্ট একই ধরনের উপাদানে তৈরী এবং ইমপ্ল্যান্ট নিলে তাকে তিন মাস পর পর আসতে হবে না। এভাবে দীর্ঘমেয়াদী বা স্থায়ী পদ্ধতির সুবিধা সমূহ ডিপোর সাথে তুলনামূলক আলোচনা করার জন্য ফলোআপ এর গুরুত্ব আছে।

মডিউল ২ পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. কাউন্সেলিং হলো: গ্রহীতা ও সেবাপ্রদানকারীর মধ্যে দ্বিমুখী যোগাযোগ প্রক্রিয়া, যা গ্রহীতাকে কোন বিষয়ে স্বেচ্ছায় এবং কাউন্সেলরের ইচ্ছায় সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করে।
২. সেবাগ্রহীতার সাথে ভালো ব্যবহার ও সম্মান প্রদর্শন করা কাউন্সেলিং এর একটি মূলনীতি।
৩. খোলা প্রশ্ন গ্রহীতাকে পূর্ণ ও সত্য উত্তর দিতে উৎসাহিত করবে; এগুলি তাকে নিজের পছন্দ তৈরি করতে সাহায্য করে; একটি খোলা প্রশ্নের উত্তর অন্য একটি প্রশ্ন করতে সাহায্য করে।
৪. REDI অ্যাপ্রোচের চারটি ধাপ রয়েছে: Rapport building (সুসম্পর্ক স্থাপন), Exploration (চাহিদা নিরূপণ), Decision making (সিদ্ধান্ত গ্রহণ) ও Implementing the decision (সিদ্ধান্ত বাস্তবায়ন)
৫. সকল পদ্ধতির জন্য নিয়মিত ফলো-আপ করতে হবে; গ্রহীতা কোন সমস্যা হোক বা না হোক, যে কোন পদ্ধতি নেয়ার পরে নির্দিষ্ট সময়ে সেবাদানকারীর সাথে সাক্ষাৎ করার জন্য বলা হয়; এটিই নিয়মিত ফলো-আপ।
৬. পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসহ সকল তথ্য সঠিকভাবে বুঝিয়ে, যুক্তিসঙ্গতভাবে বিশ্লেষণ করে, সঠিক ও উপযুক্ত পদ্ধতি, স্বেচ্ছায় পছন্দ ও গ্রহণের সিদ্ধান্ত বাস্তবায়ন করার মাধ্যমে গ্রহীতাকে সহায়তা করাই কাউন্সেলিং এর মূখ্য উদ্দেশ্য।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. কাউন্সেলিং হলো: গ্রহীতা ও সেবাপ্রদানকারীর মধ্যে দ্বিমুখী যোগাযোগ প্রক্রিয়া, যা গ্রহীতাকে কোন বিষয়ে স্বেচ্ছায় এবং কাউন্সেলরের ইচ্ছায় সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করে। (মি)

সঠিক উত্তর

কাউন্সেলিং হলো: গ্রহীতা ও সেবাপ্রদানকারীর মধ্যে দ্বিমুখী যোগাযোগ প্রক্রিয়া, যা গ্রহীতাকে কোন বিষয়ে স্বেচ্ছায় সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করে।

২. সেবাগ্রহীতার সাথে ভালো ব্যবহার ও সম্মান প্রদর্শন করা কাউন্সেলিং এর একটি মূলনীতি (স)

৩. খোলা প্রশ্ন গ্রহীতাকে পূর্ণ ও সত্য উত্তর দিতে উৎসাহিত করবে; এগুলি তাকে নিজের পছন্দ তৈরি করতে সাহায্য করে; একটি খোলা প্রশ্নের উত্তর অন্য একটি প্রশ্ন করতে সাহায্য করে। (স)

৪. REDI অ্যাথ্রোচের চারটি ধাপ রয়েছে: Rapport building (সুসম্পর্ক স্থাপন), Exploration (চাহিদা নিরূপণ), Decision making (সিদ্ধান্ত গ্রহণ) ও Implementing the decision (সিদ্ধান্ত বাস্তবায়ন) (স)

৫. সকল পদ্ধতির জন্য নিয়মিত ফলো-আপ করতে হবে; গ্রহীতা কোন সমস্যা হোক বা না হোক, যে কোন পদ্ধতি নেয়ার পরে নির্দিষ্ট সময়ে সেবাদানকারীর সাথে সাক্ষাৎ করার জন্য বলা হয়; এটিই নিয়মিত ফলো-আপ। (মি)

সঠিক উত্তর

কিছু কিছু পদ্ধতির কিছু নিয়মিত ফলো-আপ আছে। গ্রহীতা কোন সমস্যা হোক বা না হোক, পদ্ধতি নেয়ার পরে নির্দিষ্ট সময়ে সেবাদানকারীর সাথে সাক্ষাৎ করার জন্য বলা হয়। এটিই নিয়মিত ফলো-আপ।

৬. পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসহ সকল তথ্য সঠিকভাবে বুঝিয়ে, যুক্তিসঙ্গতভাবে বিশ্লেষণ করে, সঠিক ও উপযুক্ত পদ্ধতি, স্বেচ্ছায় পছন্দ ও গ্রহণের সিদ্ধান্ত বাস্তবায়ন করার মাধ্যমে গ্রহীতাকে সহায়তা করাই কাউন্সেলিং এর মূখ্য উদ্দেশ্য। (স)

পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং-এর কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র /প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম:

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম:

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম:

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জা তে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

- প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে
- গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে
- নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১= উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২= কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩= অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০= প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

- এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে
- শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।
- অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন
- একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন
- পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
ক.	গ্রহীতার সাথে সুসম্পর্ক স্থাপন এবং কার্যকরী যোগাযোগ করা				
১.	গ্রহীতাকে আন্তরিকতা এবং সম্মান এর সাথে স্বাগত জানানো				
২.	গ্রহীতাকে সালাম দেয়া এবং বসতে বলা				
৩.	গ্রহীতার নাম জানতে চাওয়া, তার নাম ধরে ডাকা এবং নিজের পরিচয় দেয়া				
৪.	গ্রহীতার ব্যক্তিগত তথ্য নিশ্চিত করা (নাম, ঠিকানা ইত্যাদি)				
৫.	প্রয়োজনে তার বাসায়/বাড়িতে যেতে পারবেন কিনা তা নিশ্চিত করা				
৬.	গ্রহীতার সকল কথায় মনোযোগ দিচ্ছেন শরীরের অঙ্গপ্রত্যঙ্গের মাধ্যমে সেটা প্রকাশ করা, বিচারিক মনোভাব পরিহার করা				
৭.	কথা বলার সময় এবং শোনার সময় গ্রহীতার দিকে তাকানো				
৮.	গ্রহীতা বুঝতে পারে এরকম সহজ সাধারণ ভাষা ব্যবহার করা ও স্পষ্ট উচ্চারণে পরিষ্কার করে কথা বলা				
৯.	প্রশ্ন করার বিশেষ পদ্ধতি অবলম্বন করা (খোলা বা বন্ধ প্রশ্নাবলি)				
১০.	গ্রহীতার কথা গুরুত্ব সহকারে মনোযোগ দিয়ে শোনা ও তার কথাটাই নিজের মতো করে পুনরায় বলা যেন তার কথারই প্রতিফলন ঘটে				
১১.	গ্রহীতার অনুভূতি সম্পর্কে জানতে চাওয়া ও সহমর্মিতা দেখানো				
১২.	গ্রহীতাকে কথা বলতে উৎসাহিত করা এবং তার প্রশ্নের উত্তর দিয়ে তার সম্মতি গ্রহণ করা				
১৩.	এইখানে গ্রহীতা কি সেবা পাবে এবং কি প্রক্রিয়ায় সেবা পাবে তা ব্যাখ্যা করা				
১৪.	যোগাযোগ উপকরণ সঠিকভাবে ব্যবহার করা				
১৫.	প্রয়োজনীয় তথ্য নথীভুক্ত করা				
খ.	গ্রহীতার চাহিদা নিরূপণ করা				
১৬.	গ্রহীতার ব্যক্তিগত সকল তথ্য গোপন রাখা হবে বলে নিশ্চিত করা				
১৭.	গ্রহীতা কি সেবা নিতে চান তা জানতে চাওয়া ও তার প্রশ্নের উত্তর দেয়া				
১৮.	পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ ও প্রজনন সেবা সম্পর্কে সেবা গ্রহীতা কী জানেন তা বোঝার চেষ্টা করা				
১৯.	এই সেবাকেন্দ্রের সেবা সমূহ এবং পরিবার পরিকল্পনার সেবা সম্পর্কে জানানো				
২০.	গ্রহীতার পারিপার্শ্বিকতা, আর্থ-সামাজিক অবস্থা, বৈবাহিক সম্পর্ক, স্বামীর সাথে মেলামেশা ও চাহিদা যাচাই করা				
২১.	গ্রহীতার বর্তমানে, ভবিষ্যতের প্রজনন লক্ষ্য এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির চাহিদা যাচাই করা				

২২.	যৌনরোগের ঝুঁকি যাচাই করা ও তা প্রতিরোধে করণীয় সম্পর্কে বলা				
গ.	গ্রহীতার সিদ্ধান্ত গ্রহণ				
	গ্রহীতার চাহিদা অনুসারে তথ্য দেয়া				
২৩.	গ্রহীতার পূর্বের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানা এবং পূর্বের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে আলোচনা করা				
২৪.	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সুবিধা ও দুই সন্তানের মধ্যে স্বাস্থ্যসম্মত বিরতি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
২৫.	গ্রহীতার বা তার স্বামীর জন্য উপযুক্ত পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির তথ্য দেয়া				
২৬.	গ্রহীতার প্রশ্ন বা উদ্বেগের উত্তর দেয়া				
	গ্রহীতার অবহিত সম্মতির জন্য সাহায্য করা				
২৭.	গ্রহীতা ও তার স্বামী/স্ত্রী কি আরো সন্তান নিতে আগ্রহী, কতদিনের মধ্যে সন্তান নিতে চান তা জানতে চাওয়া				
২৮.	কোনো পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে কি মনোভাব বা ধর্মীয় বিশ্বাস যা যাচাই করে তার জন্য উপযুক্ত পদ্ধতি নির্বাচন করা				
২৯.	প্রত্যেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
৩০.	প্রত্যেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সুবিধা/অসুবিধা ও ঝুঁকি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
৩১.	গ্রহীতার প্রশ্ন বা উদ্বেগের উত্তর দেয়া				
৩২.	গ্রহীতার পছন্দনীয় পদ্ধতি সম্পর্কে মতামত জানতে চাওয়া				
৩৩.	MEC স্ক্রিনিং চেকলিস্ট ব্যবহারের মাধ্যমে নির্দিষ্ট পদ্ধতি গ্রহণে গ্রহীতা উপযুক্ত কিনা তা নিশ্চিত করা				
৩৪.	নির্বাচিত পদ্ধতিটি নির্বাচনের ক্ষেত্রে সকল বিষয়/অবস্থা বিবেচনা করে, গ্রহীতা পদ্ধতিটি গ্রহণে রাজি হয়েছেন সে বিষয় নিশ্চিত করা				
ঘ.	গ্রহীতার সিদ্ধান্ত বাস্তবায়নে সাহায্য করা				
৩৫.	গ্রহীতার প্রাইভেসি নিশ্চিত করা				
৩৬.	গ্রহীতার পছন্দ অনুযায়ী নির্বাচিত পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য দেয়া				
৩৭.	নির্বাচিত পদ্ধতিটির সঠিক ব্যবহারবিধি/প্রদান/প্রয়োগ/অপারেশন প্রক্রিয়া ব্যাখ্যা করা বা প্রদর্শন করা				
৩৮.	গ্রহীতার থেকে প্রতিবার্তা নেয়া				
৩৯.	নির্বাচিত পদ্ধতি গ্রহণের পরে তার ফলোআপ, পুনঃসরবরাহ- কোথায় কিভাবে করবে তা নিশ্চিত করা, প্রয়োজনে রেফারের ব্যবস্থা করা				
৪০.	গ্রহীতার নির্বাচিত পদ্ধতিটি রেকর্ড করা এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির নির্দিষ্ট চেকলিস্ট অনুসরণ করে পদ্ধতিটি প্রদান করা				

৬.	ফলো-আপ কাউন্সেলিং				
৪১.	গ্রহীতাকে আন্তরিকতা এবং সম্মান এর সাথে স্বাগত জানানো				
৪২.	প্রাইভেসি নিশ্চিত করা				
৪৩.	নীচের প্রশ্নগুলো করাঃ				
	● এই পদ্ধতিটি নেয়াতে আপনি কি সম্ভ্রষ্ট?				
	● এই পদ্ধতিটি নেয়াতে কোন সমস্যা হচ্ছে কি?				
	● এই পদ্ধতিটি নেয়ার পরে কেমন মনে হচ্ছে? স্বাস্থ্যগত কোন পরিবর্তন হয়েছে কি?				
	● কোন প্রশ্ন সন্দেহ বা উদ্বেগ আছে কি? থাকলে সম্ভাব্য সমাধান দেয়া				
৪৪.	প্রয়োজনীয় শারীরিক ও অন্যান্য পরীক্ষা করা				
৪৫.	গ্রহীতার চাহিদা অনুযায়ী সাহায্য করা				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

মডিউল ৩
প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- প্রজনন ও প্রজননতন্ত্র সম্পর্কে বলতে পারবেন
- পুরুষ ও নারী প্রজননতন্ত্রের বিভিন্ন অঙ্গ ও বিভিন্ন অঙ্গের কাজ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- মাসিক চক্র ও মাসিক চক্রের সাথে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সমূহের সম্পর্ক বর্ণনা করতে পারবেন

সময় ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৩ঃ প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- ছোট ঝুঁড়ি

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	প্রজনন ও প্রজননতন্ত্র, পুরুষ ও নারী প্রজননতন্ত্রের বিভিন্ন অঙ্গ এবং বিভিন্ন অঙ্গের কাজ	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	মাসিক চক্র ও পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি	১৫	উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৩ঃ প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ পড়ুন।
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- একটি ফ্লিপপেপারে নারী প্রজনন তন্ত্র (ভিতরের অঙ্গ) এবং আরেকটি ফ্লিপপেপারে পুরুষ প্রজনন তন্ত্রের চিত্রের প্রিন্টকপি টেপ দিয়ে লাগিয়ে রাখুন, বিভিন্ন অঙ্গের লেবেলিং ফাঁকা রাখুন। একটি ছোট ঝুঁড়িতে নারী ও পুরুষের বিভিন্ন অঙ্গের নাম প্রিন্ট করে কেটে রাখুন। একটি ঝুঁড়িতে নারী প্রজনন অঙ্গের নামসমূহ ও আরেকটি ঝুঁড়িতে পুরুষ প্রজনন অঙ্গের নামসমূহ রাখুন। ঝুঁড়ি দুইটি সঠিকভাবে নারী ও পুরুষ নামে চিহ্নিত করে রাখুন। প্রশিক্ষণ কক্ষের দুই দেয়ালে দুইভাঁজ করে এমনভাবে টেপ দিয়ে স্টেটে রাখুন যেন সহজে খুলে দেখানো যায়।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ
স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিখণ উদ্দেশ্য
স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - প্রজনন ও প্রজননতন্ত্র
স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - নারী প্রজননতন্ত্রে বিভিন্ন অঙ্গ
স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - পুরুষ প্রজননতন্ত্রে বিভিন্ন অঙ্গ
স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - মাসিক ও মাসিক চক্র
স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট -সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

● প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. প্রজনন ও প্রজননতন্ত্র, পুরুষ ও নারী প্রজননতন্ত্রের বিভিন্ন অঙ্গ এবং বিভিন্ন অঙ্গের কাজ (১৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষক প্রজনন ও প্রজননতন্ত্র সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করবেন। স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট -দেখিয়ে প্রজনন ও প্রজননতন্ত্র বলতে কি বুঝায় তা আলোচনা করবেন।
- প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণার্থীদেরকে দুই দলে ভাগ করবেন।
- ১ম দলকে প্রশিক্ষণ কক্ষের বাম দেয়ালে ও ২য় দলকে প্রশিক্ষণ কক্ষের ডান দেয়ালে দাড়াতে বলবেন;
- এবার কক্ষের দেয়ালে সাটানো ফ্লিপপেপার খুলে দেখতে বলুন।
- বাম দেয়ালে পুরুষ প্রজননতন্ত্র এবং ডান দেয়ালে নারী প্রজননতন্ত্র-এর চিত্র লাগানো আছে।
- চিত্রেতে বিভিন্ন অঙ্গের পাশে সেই অঙ্গের নাম ঝুঁড়ি থেকে নিয়ে তিন মিনিটে লাগাতে হবে।
- দলের সবার অংশগ্রহণ নিশ্চিত করুন;
- তিন মিনিট পরে পুরুষ দলের সদস্যরা নারী চিত্রের কাছে আর নারী দলের সদস্যরা পুরুষ চিত্রের কাছে দাড়াবে
- এবার প্রশিক্ষক চিহ্নিত করা নারী ও পুরুষ প্রজনন অঙ্গের নামসমূহ মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন দেখিয়ে স্লাইড-৩ ও ৪ বর্ণনাকরবেন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের দলীয় কাজের সাথে প্রেজেন্টেশনে উল্লেখিত তথ্যের মিল আছে আর তাই সকলকে ধন্যবাদ জানান।
- প্রশিক্ষক পুরুষ ও নারীর প্রজননতন্ত্রের বিভিন্ন অঙ্গের কাজ সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করবেন
- যৌনমিলন ও গর্ভধারণ প্রক্রিয়ার সাথে এবং পরিবার পরিকল্পনার বিভিন্ন আধুনিক পদ্ধতির সাথে প্রজনন অঙ্গের কাজ ও সম্পর্ক আলোচনা করুন।

নীচের তথ্য বলুন:

- জরায়ু লম্বায় ৭.৫ সে.মি., আইইউডি প্রয়োগের সময় জরায়ুর গভীরতা ৬ সে.মি. এর কম হলে কপার-টি পরানো যায় না।
- জরায়ুর স্বাভাবিক অবস্থান, আকার আকৃতি জানা না থাকলে কপার-টি প্রয়োগ পদ্ধতি সঠিক হবে না।
- টিউবেকটমি অপারেশনে ডিম্বনালির ধারাবাহিকতা বন্ধ করে দেয়া হয় বলে ডিম্বাশয় থেকে প্রস্ফুটিত ডিম্বাণু ডিম্বনালি দিয়ে জরায়ুতে আসতে পারে না এবং শুক্রাণুও ডিম্বাণুর কাছে পৌঁছাতে পারে না। ডিম্বাণুর সাথে শুক্রাণুর মিলন না হওয়ার ফলে গর্ভসঞ্চারণ হয় না।
- পুরুষ স্থায়ী অপারেশন বা ভ্যাসেকটমি অপারেশনের সময়ে শুক্রবাহী নালি দুটির অংশবিশেষ বেঁধে কেটে দেওয়া হয়।

গ. মাসিক চক্র ও পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (১৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন এবং স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - মাসিক ও মাসিক চক্র সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করুন।
- গর্ভধারণ প্রক্রিয়া, গর্ভধারণের উর্বর সময়, নিরাপদ কাল বুঝিয়ে বলুন।
- মাসিক চক্রের সাথে সকল হরমোনাল পদ্ধতির সম্পর্ক আলোচনা করুন।

মিশ্র খাবার বড়ির উপাদান হলো ইস্ট্রোজেন হরমোন ও প্রজেস্টিন।

স্বাভাবিক মাসিক চক্রের মাঝামাঝি সময়ে লিউটিনাইজিং হরমোন (LH) হঠাৎ করে বেড়ে যাবার ফলে ডিম্বস্ফুটন হয়। খাবার বড়ি লিউটিনাইজিং হরমোনের (LH) এই হঠাৎ বেড়ে যাওয়াকে প্রতিহত করে ডিম্বস্ফুটন হতে দেয় না।

ডিম্বস্ফুটন সঠিকভাবে প্রতিরোধ করার জন্য মাসিকের প্রথম দিন থেকেই খাবার বড়ি গ্রহণ করা উচিত।

প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ খাবার বড়ি, ইনজেকশন, ইমপ্ল্যান্ট ডিম্বস্ফুটনকে বাধা দেয়

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

মডিউল ৩ প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট মৌখিক

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. পুরুষ প্রজনন অঙ্গের অণ্ডথলির ভেতর একটি অণ্ডকোষ শুক্রাণু উৎপন্ন করে এবং টেস্টোস্টেরন নামক হরমোন তৈরি ও নিঃসরণ করে।
২. পুরুষ প্রজনন অঙ্গের রক্তবাহী নালিগুলো (Vas deferens) অণ্ডকোষ থেকে শুক্রাণু পরিবহন করে।
৩. নারী প্রজনন অঙ্গের জরায়ু লম্বায় ৫.৫ সে.মি., চওড়ায় ৭ সে.মি. এবং দেয়াল ৫ সে.মি. পুরু; এই জরায়ুর প্রধান কাজ মাসিক শ্রাব এবং গর্ভধারণ।
৪. যদি জরায়ু মূত্রাশয়ের দিকে ঝুঁকে থাকে তাহলে এ অবস্থানকে অ্যান্টিভার্সন বলে।
৫. যদি জরায়ু মলাশয়ের দিকে ঝুঁকে থাকে তাহলে এ অবস্থানকে রোটোভার্সন বলে। স্বাভাবিক অবস্থায় বেশির ভাগ ক্ষেত্রেই জরায়ু রোটোভার্টেড অবস্থায় থাকে।
৬. নিষিক্তকরণ (Fertilization) পদ্ধতিতে পুরুষের শুক্রাণু ও মেয়েদের ডিম্বাণু মিলিত হয়ে জাইগোট তৈরি করে এবং নিষিক্তকরণ প্রক্রিয়াটি জরায়ু ভিতরে ঘটে; সাধারণত নিষিক্তকরণের ষষ্ঠ দিনে জরায়ুতে গ্রোথিতকরণ শুরু হয় এবং ১০ থেকে ১১ দিনের মধ্যে এই প্রক্রিয়া শেষ হয়।
৭. স্বাভাবিক মাসিকের সময়ে স্বাভাবিক রক্তপাতের পরিমাণ প্রায় ৭০-৮০ মি.লি. এবং স্বাভাবিক মাসিকের সময়ে দিনে প্রায় ৫/৬ বার স্যানিটারি প্যাড/কাপড় পাল্টাতে হয়।
৮. একেক মহিলার ক্ষেত্রে ঋতুস্রাব একেক রকম হতে পারে; কারো শ্রাব অল্প সময় যেমন: ২ দিন হতে পারে; আবার কারো ৭ দিন পর্যন্ত চলতে পারে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. পুরুষ প্রজনন অঙ্গের অণুথলির ভেতর একটি অণুকোষ শুক্রাণু উৎপন্ন করে এবং টেস্টোস্টেরন নামক হরমোন তৈরি ও নিঃসরণ করে। (মি)

সঠিক উত্তর

পুরুষ প্রজনন অঙ্গের অণুথলির ভেতর দুইটি অণুকোষ শুক্রাণু উৎপন্ন করে এবং টেস্টোস্টেরন নামক হরমোন তৈরি ও নিঃসরণ করে।

২. পুরুষ প্রজনন অঙ্গের রক্তবাহী নালিগুলো (Vas deferens) অণুকোষ থেকে শুক্রাণু পরিবহন করে। (স)

৩. নারী প্রজনন অঙ্গের জরায়ু লম্বায় ৫.৫ সে.মি., চওড়ায় ৭ সে.মি. এবং দেয়াল ৫ সে.মি. পুরু; এই জরায়ুর প্রধান কাজ মাসিক শ্রাব এবং গর্ভধারণ। (মি)

সঠিক উত্তর

নারী প্রজনন অঙ্গের জরায়ু লম্বায় ৭.৫ সে.মি., চওড়ায় ৫ সে.মি. এবং দেয়াল ১.২৫ সে.মি. পুরু; এই জরায়ুর প্রধান কাজ মাসিক শ্রাব এবং গর্ভধারণ।

৪. যদি জরায়ু মূত্রাশয়ের দিকে ঝুঁকে থাকে তাহলে এ অবস্থানকে অ্যান্টিভার্সন বলে। (স)

৫. যদি জরায়ু মলাশয়ের দিকে ঝুঁকে থাকে তাহলে এ অবস্থানকে রোটোভার্সন বলে। স্বাভাবিক অবস্থায় বেশির ভাগ ক্ষেত্রেই জরায়ু রোটোভার্টেড অবস্থায় থাকে। (মি)

সঠিক উত্তর

যদি জরায়ু মলাশয়ের দিকে ঝুঁকে থাকে তাহলে এ অবস্থানকে রোটোভার্সন বলে। স্বাভাবিক অবস্থায় বেশির ভাগ ক্ষেত্রেই জরায়ু অ্যান্টিভার্টেড অবস্থায় থাকে।

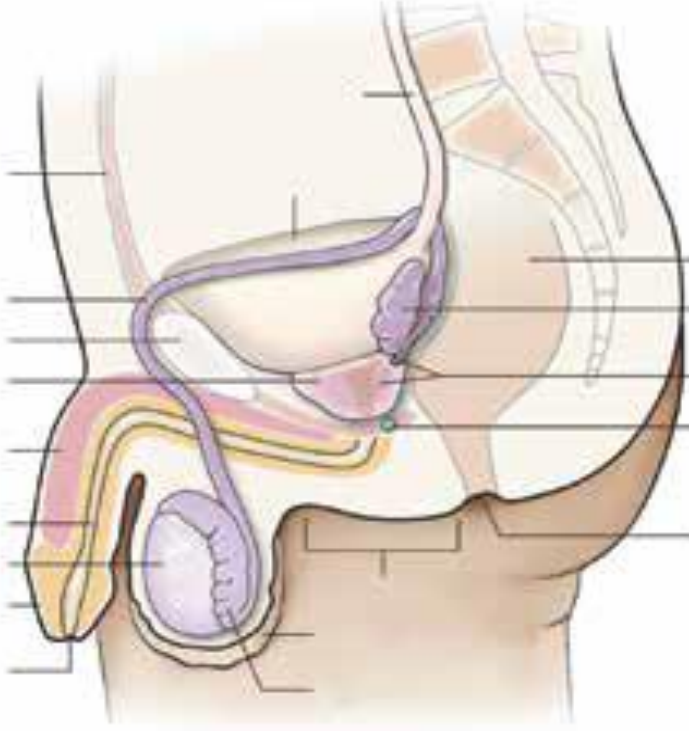
৬. নিষিক্তকরণ (Fertilization) পদ্ধতিতে পুরুষের শুক্রাণু ও মেয়েদের ডিম্বাণু মিলিত হয়ে জাইগোট তৈরি করে এবং নিষিক্তকরণ প্রক্রিয়াটি জরায়ু ভিতরে ঘটে; সাধারণত নিষিক্তকরণের ষষ্ঠ দিনে জরায়ুতে গ্রোথিতকরণ শুরু হয় এবং ১০ থেকে ১১ দিনের মধ্যে এই প্রক্রিয়া শেষ হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

নিষিক্তকরণ (Fertilization) পদ্ধতিতে পুরুষের শুক্রাণু ও মেয়েদের ডিম্বাণু মিলিত হয়ে জাইগোট তৈরি করে এবং নিষিক্তকরণ প্রক্রিয়াটি ডিম্বালির ভিতরে ঘটে; সাধারণত নিষিক্তকরণের ষষ্ঠ দিনে জরায়ুতে গ্রোথিতকরণ শুরু হয় এবং ১০ থেকে ১১ দিনের মধ্যে এই প্রক্রিয়া শেষ হয়।

৭. স্বাভাবিক মাসিকের সময়ে স্বাভাবিক রক্তপাতের পরিমাণ প্রায় ৭০-৮০ মি.লি. এবং স্বাভাবিক মাসিকের সময়ে দিনে প্রায় ৫/৬ বার স্যানিটারি প্যাড/কাপড় পাল্টাতে হয়। (স)

৮. একেক মহিলার ক্ষেত্রে ঋতুস্রাব একেক রকম হতে পারে; কারো শ্রাব অল্প সময় যেমন: ২ দিন হতে পারে; আবার কারো ৭ দিন পর্যন্ত চলতে পারে। (স)



চিত্র: পুরুষ প্রজননতন্ত্র

মলাশয়

বীর্যবাহী নালি

বীর্যথলি

বাল্গো ইউরেথ্রাল গ্রন্থি

পায়ু

পেরিনিয়াম

অণুথলি

এপিডিডাইমিস

শুক্রবাহী নালি

পিউবিক অস্থি

প্রোস্টেট গ্রন্থি

কর্পাস ক্যাভারনোসাম

মূত্রনালি

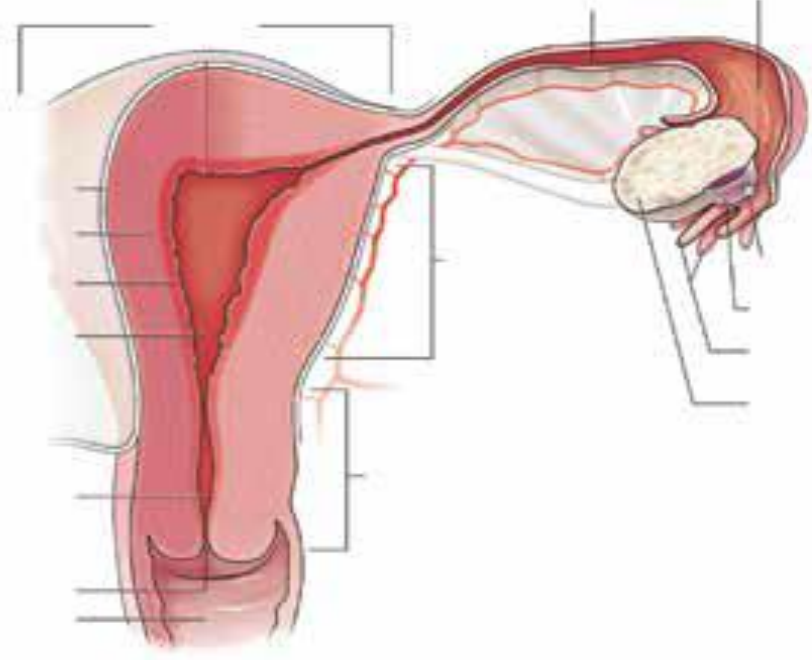
অণুকোষ

গ্লান্স পেনিস

মূত্রনালির ছিদ্র

মূত্রথলি

ইউরেটার



চিত্র : স্ত্রী প্রজননতন্ত্রের ভিতরের অংশসমূহ

পেরিমেট্রিয়াম	সারভাইকাল অস	ইনফান্ডিবুলাম
মায়োমেট্রিয়াম	যোনিপথ	ফাভাস
এন্ডোমেট্রিয়াম	ডিম্বাশয়	ডিম্বনালি
জরায়ু গহ্বর	ফিমব্রিয়া	কর্পাস
ইন্টার্নাল অস	ফলিকল	জরায়ুমুখ
সারভাইকাল ক্যানাল	ডিম্বাণু	

মডিউল ৪

স্বল্পমেয়াদী অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

কনডম



সেশন-১ঃ কনডম

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- কনডম কি ও ব্যবহারবিধি সম্পর্কে বলতে পারবেন
- কনডম কিভাবে কাজ করে ও কিভাবে দ্বৈত সুরক্ষা দেয় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- কনডম ব্যবহারের সুবিধা ও অসুবিধা সম্পর্কে বর্ণনা করতে পারবেন

সময় ৭৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৪: কনডম
- বাংলাদেশে প্রচলিত বিভিন্ন ধরনের কনডম
- কিছু মেয়াদ উত্তীর্ণ কনডম, কিছু ছেঁড়া প্যাকেটের কনডম, কিছু ছিদ্রযুক্ত প্যাকেটের কনডম, পিনাইল মডেল
- পুরুষ কনডম ব্যবহারের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিষ্ট
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- ছোট বাঁড়ি

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	কনডম কি ও ব্যবহারবিধি	৪০	দলীয় কাজ, ডেমোনেস্ট্রেশন ও অনুশীলন
গ.	কনডম কিভাবে কাজ করে, দ্বৈত সুরক্ষা এবং কনডম ব্যবহারে সুবিধা, অসুবিধা	২০	ব্রেইন স্টর্মিং ও দলীয় আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৭৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৪: কনডম পড়ুন।
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- একটি ছোট বাঁড়িতে যতজন প্রশিক্ষণার্থী ততটি কনডম রাখুন; বাঁড়িতে একটি ভালো মানের কনডম থাকবে, বাকী কয়েকটির কিছু মেয়াদ উত্তীর্ণ কনডম, কিছু ছেঁড়া প্যাকেটের কনডম, কিছু ছিদ্রযুক্ত প্যাকেটের কনডম রাখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট -কনডমের সুবিধা

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট -কনডমের অসুবিধা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - কনডমের ব্যবহারবিধি

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট -সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. কনডম কি ও ব্যবহারবিধি (৪০ মিনিট)

প্রশিক্ষক কনডম সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করবেন। কনডম একটি স্বল্পমেয়াদী অস্থায়ী পদ্ধতি। নীচের তথ্য বলুন।

জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি হিসাবে ব্যবহৃত একটি রাবার বা ল্যাটেক্সের আচ্ছাদন যা যৌনসঙ্গমের সময় নারী ও পুরুষের যৌনাঙ্গের ভিতরে প্রতিবন্ধকতার সৃষ্টি করে। কনডম বিভিন্ন নাম, রং, আকার আকৃতিতে পাওয়া যায়। নারী ও পুরুষ বুভয়ের জন্য কনডম পাওয়া যায়। বর্তমানে বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে শুধুমাত্র পুরুষের জন্য কনডমের সরবরাহ আছে।

কনডম পুরুষদের জন্য একটি নিরাপদ এবং কার্যকর জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি। এর সঠিক ব্যবহার অনাকাঙ্খিত গর্ভরোধ ছাড়াও যৌনবাহিত সংক্রমণের বিস্তার রোধ করে। জন্মবিরতিকরণের জন্য অন্য যেকোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করলেও যৌনবাহিত সংক্রমণ প্রতিরোধের জন্য দম্পতিকে কনডম ব্যবহার করতে হয়।

প্রশিক্ষক এই পদ্ধতি সম্পর্কে জানার জন্য এখন একটি খেলা খেলবেন এবং সবাইকে এই খেলায় অংশগ্রহণের জন্য বলবেন। পূর্বে

প্রস্তুত করে রাখা বাঁড়ি থেকে প্রত্যেককে একটি করে কনডম নিতে বলবেন ও হাতে রাখতে বলবেন। সবার হাতে একটি করে

কনডমের প্যাকেট; এখন সবাইকে কনডমের প্যাকেটটি পর্যবেক্ষণ করতে বলুন। কি কি পর্যবেক্ষণ করতে হবে সেটা বলুনঃ

- মেয়াদের তারিখ
- প্যাকেটটি ছেঁড়া কিনা
- প্যাকেটটি ছিদ্রযুক্ত কিনা

সবার পর্যবেক্ষণ শেষ হলে সঠিকমানের কনডম যে প্রশিক্ষণার্থী পেয়েছেন তাকে দাড়াতে বলুন এবং প্রশিক্ষক তার কনডমটি ভালো

কনডম সেটা নিশ্চিত করবেন। ভালো কনডমপ্রাপ্ত প্রশিক্ষণার্থীকে ধন্যবাদ দিন এবং বলুন সঠিক কনডম ব্যবহারে অনাকাঙ্খিত

গর্ভধারণ ও যৌনরোগ রোধ করা সম্ভব তবে এজন্য আমাদেরকে সঠিক ব্যবহারবিধি জানতে হবে। এপর্যায়ে অবশিষ্ট

প্রশিক্ষণার্থীদেরকেও সাধুবাদ জানান কারণ তারা সকলেই সতর্ক; আর এজন্য তারা ক্রটিযুক্ত কনডম বাছাই করতে পেরেছেন এবং কনডম ব্যবহারের আগে কনডমটি ক্রটিমুক্ত কিনা সেটা অবশ্যই দেখে নিতে হবে।

এবার সবার হাতে একটি করে ভালো মানের কনডম ও পুরুষ কনডম ব্যবহারের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা চেকলিষ্ট দিন এবং প্রশিক্ষক নিজে সবাইকে কনডমের সঠিক ব্যবহারবিধি পিনাইল মডেলে ডেমোনস্ট্রেশন করে দেখাবেন।

এবার প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পাশাপাশি তিনজনের দল করে দিন, প্রত্যেক দলকে একটি পিনাইল মডেল, তিনটি কনডম ও একটি পুরুষ কনডম ব্যবহারের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা চেকলিষ্ট দিন। দলের একজন গ্রহীতার ও আরেকজন সেবাপ্রদানকারীর, ৩য় জন পর্যবেক্ষনকারীর রোল প্লে করবেন, দলের ১ম জন (সেবাপ্রদানকারী) ডেমো করবেন এবং ২য় জন গ্রহীতা হবেন; ৩য় জন চেকলিষ্ট অনুসারে পর্যবেক্ষণ করবেন, গ্যাপ চিহ্নিত করবেন ও সাথে সাথে ধরিয়ে দিবেন। এরপর গ্রহীতা শিখতে পেরেছেন কিনা তা ১ম জন চেকলিষ্ট অনুসারে পর্যবেক্ষণ করবেন; গ্যাপ চিহ্নিত করবেন ও সাথে সাথে ধরিয়ে দিবেন। এরপর ৩য় জন করবেন ও ২য় জন চেকলিষ্ট অনুসারে পর্যবেক্ষণ করবেন; গ্যাপ চিহ্নিত করবেন ও সাথে সাথে ধরিয়ে দিবেন। এভাবে দলের তিনজনেই সেবাপ্রদানকারীর রোল প্লে করবেন ও কনডম অনুশীলন করবেন। প্রথম দলের ১ম ও ২য় জন মডেলে করা পর্যন্ত অবশিষ্ট দলের সকল প্রশিক্ষণার্থী প্রক্রিয়াটি দেখবেন ও পরে নিজেদের দলে অনুশীলন করবেন। অবশিষ্ট দলের অনুশীলন করার সময় ১ম দল ও প্রশিক্ষক প্রত্যেক দলের কাজ দেখবেন ও সহায়তা করবেন।

গ. কনডম কিভাবে কাজ করে, দ্বৈত সুরক্ষা এবং কনডম ব্যবহারে সুবিধা, অসুবিধা (২০ মিনিট)

প্রজনন অঙ্গ সম্পর্কে পূর্বের সেশনে আমরা পুরুষাঙ্গ সম্পর্কে জেনেছি, যৌনক্রিয়ায় পুরুষাঙ্গের কাজও জেনেছি আর এখন কনডমের ব্যবহার শিখলাম। কাজেই কনডম কিভাবে কাজ করে ও দ্বৈত সুরক্ষা দেয় প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে জানুন। প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে কনডম কিভাবে কাজ করে, গর্ভধারণ রোধ করে এবং কিভাবে যৌনরোগ প্রতিরোধে কাজ করে তা আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের দুই দলে ভাগ করুন। একটি দলকে কনডমের সুবিধা ও ২য় দলকে অসুবিধা লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে দেয়ালে সাঁটিয়ে দিতে বলুন ও দলের সবাইকে সেখানেই অবস্থান করতে বলুন। এই কাজটি করতে পাঁচ মিনিট সময় দিবেন। এরপর প্রশিক্ষক স্লাইড ২/ফ্লিপচার্ট কনডমের সুবিধা এবং স্লাইড ৩/ফ্লিপচার্ট কনডমের অসুবিধা দেখাবেন ও প্রশিক্ষণার্থীদের দলীয় লেখার সাথে মিলিয়ে নিতে বলবেন। কোন প্রশিক্ষণার্থীর সেশন সম্পর্কিত কোন প্রশ্ন থাকলে সেটার উত্তর দিন ও আলোচনা করুন। কনডমের কিছু অতিরিক্ত সুবিধা আছে; তা আলোচনা করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

মডিউল ৪ স্বল্পমেয়াদী অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি কনডম

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য
সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. কনডম একইসাথে জন্মবিরতিকরণ ও যৌনরোগ সংক্রমণের বিস্তার রোধ করে।
২. প্রতিবার যৌনমিলনের সময় শুরু থেকে সঠিক নিয়মে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করতে হবে।
৩. কনডম ব্যবহারের আগে শারীরিক অর্থাৎ ডাক্তারি পরীক্ষার প্রয়োজন হয়।
৪. সঠিক নিয়মে কনডম ব্যবহার করলে ব্যর্থতার হার মাত্র দুই শতাংশ।
৫. নববিবাহিত দম্পতিদের জন্য কনডম একটি উপযুক্ত পদ্ধতি।
৬. সহবাস শুরু করার যেকোন সময় কনডম পড়তে হবে; শুধুমাত্র বীর্যপাতের আগে পরলেও গর্ভধারণের সম্ভাবনা থাকে না।
৭. কনডম ব্যবহারের পর কাগজে মুড়িয়ে যেকোন জায়গায় বা কমোডে ফেলে দিতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. কনডম একইসাথে জন্মনিরোধক ও যৌনরোগ সংক্রমণের বিস্তার রোধ করে। (স)
২. প্রতিবার যৌনমিলনের সময় শুরু থেকে সঠিক নিয়মে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করতে হবে। (স)
৩. কনডম ব্যবহারের আগে শারীরিক অর্থাৎ ডাক্তারি পরীক্ষার প্রয়োজন হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

কনডম ব্যবহারের আগে শারীরিক অর্থাৎ ডাক্তারি পরীক্ষার প্রয়োজন হয় না।

৪. সঠিক নিয়মে কনডম ব্যবহার করলে ব্যর্থতার হার মাত্র দুই শতাংশ। (স)

৫. নববিবাহিত দম্পতিদের জন্য কনডম একটি উপযুক্ত পদ্ধতি। (স)

৬. সহবাস শুরু করার যেকোন সময় কনডম পড়তে হবে; শুধুমাত্র বীর্যপাতের আগে পরলেও গর্ভধারণের সম্ভাবনা থাকে না। (মি)

সঠিক উত্তর

সহবাস শুরু করার আগে যোনীতে প্রবেশের আগেই কনডম পড়তে হবে; শুধুমাত্র বীর্যপাতের আগে পরলে গর্ভধারণের সম্ভাবনা থাকে।

৭. কনডম ব্যবহারের পর কাগজে মুড়িয়ে যেকোন জায়গায় বা কমোডে ফেলে দিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

কনডম ব্যবহারের পর কাগজে মুড়িয়ে ডাস্টবিনে ফেলে দিতে হবে।

পুরুষের কনডম ব্যবহারের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র

প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জা তে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১= উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২= কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩= অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০= প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
ক.	কনডম সম্পর্কিত মূল তথ্য জানানো				
	কনডম কিভাবে কাজ করে এবং এর কার্যকারিতা				
	কনডম এর কার্যকারিতা নির্ভর করে প্রতিবার যৌনমিলনের সময় শুরু থেকে সঠিক নিয়মে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করার উপর				
	কনডম কিভাবে দ্বৈত সুরক্ষা দেয় তা ব্যাখ্যা করা				
	গ্রহীতার/সঙ্গীর ল্যাটেক্সের প্রতি অ্যালার্জি আছে কিনা তা জানতে চাওয়া				
	কোথায় কনডম পাওয়া যায় তা বলা				
খ.	গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা জানতে চাওয়া এবং থাকলে তার উত্তর দেয়া				
গ.	কিভাবে কনডমের ব্যবহার সঠিক হবে এবং কখন ব্যবহার করতে হবে -এই সম্পর্কিত খুবই সুনির্দিষ্ট নির্দেশনা দেয়া				
	সতর্কতার সাথে কনডমের প্যাকেট খোলা যেন কনডম ছিঁড়ে না যায় (দাঁত বা ধারালো কোন বস্তু ব্যবহার করা যাবে না)।				
	প্রতিবার যৌনমিলনে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করা				
	পরার আগে কনডমের ভাঁজ খুলে বা ফুঁ দিয়ে ফুলিয়ে পরীক্ষা করা যাবে না				
	উখিত পুরুষাঙ্গে কনডম পরাতে হবে				
	যৌনমিলনের শুরুতে যোনীপথে প্রবেশ করানোর পূর্বে কনডম পরতে হবে				
ঘ.	মডেলে সঠিকভাবে কনডম ব্যবহার ডেমোনেস্ট্রেশন করা				
	ভাঁজ করা কনডম পুরুষাঙ্গের মাথায় বসিয়ে গোড়া পর্যন্ত পরানো, শক্ত পুরুষাঙ্গটি সম্পূর্ণ ঢেকে যাওয়া পর্যন্ত কনডমটি পরানো দেখানো				
	মুসলমানি করা না থাকলে পুরুষাঙ্গের অগ্রভাগের চামড়াটি পিছনে টেনে ধরা এটা বলা				
	কনডমের অগ্রভাগের সরু অংশটি টিপে ধরে বাতাস বের করে দেয়া দেখানো, তা না করলে কনডম ফেটে যেতে পারে এটা বলা				
	পরার পর কনডমের অগ্রভাগে কিছু অংশ খালি রাখা যেখানে বীর্ষ জমা হতে পারে এটা বলা				
	সহাবাসের জন্য কনডমসহ পুরুষাঙ্গটি যোনীপথে প্রবেশ করাতে হবে এটা বলা				
ঙ.	গ্রহীতা মডেলে কনডম পরানো দেখাতে পারছেন কিনা সেটা করা এবং কোন গ্যাপ থাকলে সেটা ঠিক করে দেয়া				
চ.	কিভাবে যোনীপথ থেকে অক্ষত কনডম সহ পুরুষাঙ্গ বের করবে যাতে বীর্ষ যোনীতে না পরে সেসম্বন্ধে কাউন্সেলিং করা				
	বীর্ষপাতের পর পরই পুরুষাঙ্গ শক্ত থাকা অবস্থায় কনডম পুরুষাঙ্গের গোড়ায় চেপে ধরে কনডমসহ পুরুষাঙ্গ যোনীপথ থেকে বের করে নিতে হবে এটা বলা				

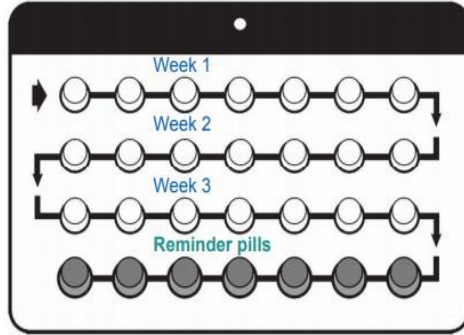
	পুরুষাঙ্গ নরম হয়ে যাওয়ার পরে পুরুষাঙ্গ যোনি থেকে বের করলে কনডম যোনিতে রয়ে যেতে পারে বা বীর্য ঢুকে যেতে পারে সেসম্পর্কে সতর্ক করা				
ছ.	লুব্রিকেন্টের ব্যবহার সম্পর্কে বলা এবং কি করা যাবে না তা বলা				
	তেলমিশ্রিত লুব্রিকেন্ট যেমন ভ্যাসলিন/নারকেল তেল ব্যবহার করা যাবে না				
	যদি প্রয়োজন হয় তবে পানিমিশ্রিত লুব্রিকেন্ট ব্যবহার করা				
জ.	কনডম যদি ফেটে যায় বা যোনিপথে থেকে যায় তাহলে কি করতে হবে তা বলা				
	মহিলাকে সেবা কেন্দ্রে যেতে হবে ও স্বাস্থ্যকর্মী দেখাতে হবে				
	জরুরী জন্মনিয়ন্ত্রণ বড়ি গ্রহণের জন্য স্বাস্থ্যকর্মীকে বলবে; যত তাড়াতাড়ি এই ব্যবস্থা গ্রহণ করতে পারবে ততই ঝুঁকি কম				
ঝ.	কনডম কোথায় কিভাবে ফেলবে তা বলা				
	ব্যবহৃত কনডমটি যেখানে সেখানে ফেলা যাবে না				
	ব্যবহৃত কনডমটি পুড়ানো, মাটিতে পুতে ফেলা, খোলা নর্দমা, ল্যান্ডফিলে বা কমোডে ফেলা যাবে না				
	ব্যবহৃত কনডমটি কাগজে মুড়িয়ে ডাস্টবিনে বা ময়লা ফেলার স্থানে ফেলে দিতে হবে				
ঞ.	কনডম সম্পর্কে গুরুত্বপূর্ণ তথ্য পুনরায় বলা				
	প্রয়োজনের পূর্বেই কনডম সংগ্রহ করে রাখা				
	প্রতিবার যৌনমিলনে কনডম ব্যবহার করা				
	প্রতিবার যৌনমিলনে নতুন কনডম ব্যবহার করা				
	কনডমটি ব্যবহার উপযোগী কিনা তা নিশ্চিত করা				
ট.	গ্রহীতাকে কমপক্ষে তিন মাসের (৩৬ টি) কনডম দিয়ে দেয়া				
ঠ.	গ্রহীতাকে আশ্বস্ত করতে হবে-যখনই প্রয়োজন হবে তখনই গ্রহীতা সেবাকেন্দ্রে আসবেন, কোন উপদেশের জন্য বা আরো কনডম নেয়ার জন্য বা কনডমের পরিবর্তে অন্য কোন পদ্ধতি নেয়ার জন্য				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

মডিউল ৫

স্বল্পমেয়াদী অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

জন্যবিরতিকরণ খাবার বড়ি



সেশন-১ঃ মিশ্র খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি

সেশন-২ঃ শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি

সেশন-৩ঃ খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা, ফলোআপ

সেশন-১ঃ মিশ্র খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- খাবার বড়ি কি, প্রকারভেদ, বাংলাদেশে প্রচলিত খাবার বড়ি সম্পর্কে বলতে পারবেন
- মিশ্র খাবার বড়ি কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা, সুবিধা ও অসুবিধা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- মিশ্র খাবার বড়ি প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা যাচাই করে গ্রহীতা বাছাইকরণ করতে পারবেন
- মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি ও মিশ্র খাবার বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয় সম্পর্কে বর্ণনা করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৫ঃ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি
 - সেশন-১ মিশ্র খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি
 - সেশন ১৪.১ বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা
- জন্মবিরতিকরণ মিশ্র খাবার বড়ি গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট
- খাবার বড়ি ব্যবহারের কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র/ MEC হুইল
- বাংলাদেশে প্রচলিত বিভিন্ন ধরনের খাবার বড়ি
- সুখী খাবার বড়ির পাতা: ২০ টি
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- ছোট ঝুঁড়ি

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	খাবার বড়ি		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	মিশ্র খাবার বড়ি, কি ও প্রকারভেদ, বাংলাদেশে প্রচলিত খাবার বড়ি, মিশ্র খাবার বড়ি কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা, সুবিধা ও অসুবিধা	২৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	মিশ্র খাবার বড়ি প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ	১৫	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা

ঘ.	মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি এবং মিশ্র খাবার বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয়	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৭৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৫ঃ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সেশন-১ মিশ্র খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন।

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন।

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড -১/ফ্লিপচার্ট -শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - খাবার বড়ি কি ও এর প্রকারভেদ

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে প্রচলিত বিভিন্ন খাবার বড়ি

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ি কিভাবে কাজ করে

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির কার্যকারিতা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির সুবিধা

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির অসুবিধা

স্লাইড-৮/ ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে কখন মিশ্র খাবার বড়ি দেয়া যাবে না

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয়

স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. খাবার বড়ি কি ও প্রকারভেদ, বাংলাদেশে প্রচলিত খাবার বড়ি, মিশ্র খাবার বড়ি কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা, সুবিধা ও অসুবিধা (২৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন যে,

বাংলাদেশে মিশ্র খাবার বড়ি পরিচিত ও একটি সর্বাধিক ব্যবহৃত জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি। এখানে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে মনে করিয়ে দিন যে আগেই নারীদের প্রজনন অঙ্গ ও মাসিক প্রক্রিয়া সম্পর্কে জেনেছি; নারীদের শরীরে ইস্ট্রোজেন ও প্রজেস্টেরন নামক দুটি হরমোন আছে যাদের মাসিক ও গর্ভধারণে ভূমিকা আছে; এই দুইটি হরমোনের কৃত্রিম সংস্করণই খাবার বড়িতে আছে।

এবার স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট খাবার বড়ির প্রকারভেদ আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে বাংলাদেশে প্রচলিত বিভিন্ন খাবার বড়ি সম্পর্কে জানতে চান এবং স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট এ বাংলাদেশে প্রচলিত বিভিন্ন খাবার বড়ি দেখিয়ে দিন।

মিশ্র খাবার বড়ি কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা কেমন সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ি কিভাবে কাজ করে ও স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির কার্যকারিতা দেখিয়ে আলোচনা করুন।

বিভিন্ন রঙের ভিআইপিপি কার্ডে মিশ্র খাবার বড়ির সুবিধা ও অসুবিধা লিখুন; কার্ডগুলো একটি বাক্সে মিশিয়ে রাখুন। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রত্যেককে বাক্স থেকে একটি কার্ড নিতে বলুন; আগে থেকে তৈরী করা মিশ্র খাবার বড়ির সুবিধা ও মিশ্র খাবার বড়ির অসুবিধা লিখিত দেয়ালে সাটানো ফ্লিপপেপারে সাজাতে বলুন।

এবার স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির সুবিধা ও স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির অসুবিধা দেখিয়ে দিবেন এবং প্রশিক্ষণার্থীদের সাজানো ভিআইপিপি কার্ডের সাথে স্লাইড-৬ ও ৭ এর মিল আছে সেটা বলুন।

গ. মিশ্র খাবার বড়ি প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ (১৫ মিনিট)

পূর্বে আলোচিত বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা এবং উপযুক্ততার টেবিল মনে করতে বলুন। স্বল্পমাত্রার মিশ্র খাবার বড়ির স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থা আলোচনা করুন। MEC হুইল এর ব্যবহার প্রশিক্ষণার্থীদের বুঝিয়ে দিন। প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে মিশ্র খাবার বড়ি গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট এবং জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি প্রদান দক্ষতা চেকলিস্ট পড়তে বলুন। এরপর গ্রহীতাকে কখন মিশ্র খাবার বড়ি দেয়া যাবে না সেগুলো একনজরে স্লাইড-৮ দেখিয়ে দিন।

ঘ. মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি ও মিশ্র খাবার বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয় (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সবার হাতে একটি করে মিশ্র খাবার বড়ির পাতা দিন। মিশ্র খাবার বড়ি প্রথম শুরু করার নিয়ম সম্পর্কে ধারণা যাচাই করুন ও ব্যবহারবিধি আলোচনা করুন। মিশ্র খাবার বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয় স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

মিশ্র খাবার বড়ি গ্রহীতা বাছাইকরণের চেকলিস্ট

সেবাপ্রদানকারী কর্তৃক যে সকল প্রশ্ন গ্রহীতাকে জিজ্ঞেস করতে হবে

১. আপনার সবচেয়ে ছোট সন্তানের বয়স কি ছয় মাসের কম, আপনার কি বাচ্চা হওয়ার পর মাসিক বন্ধ আছে এবং আপনি কি তাকে এখনও কেবলমাত্র বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন?
২. আপনার শেষ মাসিক কি চার সপ্তাহের বেশি আগে হয়েছিল? অথবা আপনি কি মনে করেন যে আপনি গর্ভবতী?
৩. আপনার কি নিম্নলিখিত সমস্যাগুলোর কোন একটি আছে?
 - ক) সামান্য কাজ করার পর কি আপনার বুকে ব্যথা হয় অথবা আপনি কি হাঁপিয়ে উঠেন?
 - খ) আপনার কি প্রায়ই খুব বেশি মাথা ধরে অথবা আপনি কি চোখে ঝাপসা দেখেন?
 - গ) আপনার পায়ের শিরা কি ফুলে আছে এবং এগুলো থেকে কি ব্যথা হয়?
৪. আপনি কি ধূমপায়ী বা তামাকপাতা সেবন করেন এবং আপনার বয়স কি ৩৫ বছরের বেশি?
৫. আপনার যে কোন স্তনে কি শক্ত চাকা/দলা আছে?
৬. আপনার চামড়া বা চোখ হলুদ হয়েছিল কি?
৭. দুই মাসিকের মাঝামাঝি সময়ে অথবা সহবাসের পর আপনার কি রক্তস্রাব হয়?

গ্রহীতা উপরের সবগুলো প্রশ্নের উত্তরে “না” বললে তিনি জন্মবিবর্তিকরণের জন্য মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহার করতে পারেন।

গ্রহীতা উপরের যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর “হ্যাঁ” বললে জন্মবিবর্তিকরণের মিশ্র বড়ি তার জন্য আদর্শ পদ্ধতি নয়। গ্রহীতাকে পরীক্ষা করার জন্য চিকিৎসক/এফডব্লিউভি/প্যারামেডিকস-এর কাছে পাঠাতে হবে। প্রয়োজনীয় ইতিহাস গ্রহণ, শারীরিক ও ল্যাবরেটরি পরীক্ষা করে যদি এমন কোন সমস্যা ধরা পড়ে যে এই মহিলা মিশ্র খাবার বড়ির জন্য উপযুক্ত নন, তবে তাকে অন্য একটি সুবিধাজনক পদ্ধতি বেছে নিতে সাহায্য করতে হবে।

সেশন-১ঃ মিশ্র খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বর্তমানে প্রচলিত মিশ্র খাবার বড়ির উপাদান হলো ইস্ট্রোজেন হরমোন ও প্রজেস্টিন; মূলত প্রজেস্টিন হরমোনের পরিমাণের উপর ভিত্তি করে খাবার বড়ির প্রকার নির্ণয় করা হয়।
২. মিশ্র খাবার বড়ি একটি অস্থায়ী পদ্ধতি; যে কোনো সময় বড়ি ছেড়ে দিয়ে অন্য কোনো পদ্ধতি গ্রহণ করা যায় অথবা গর্ভধারণ করা যায়।
৩. মিশ্র খাবার বড়ি মাসিকের সময় জরায়ুর মোচড়ানো ব্যথা বাড়িয়ে দেয় ও মাসিক চক্রকে অনিয়মিত করে।
৪. যদি মাসিকের প্রথম এবং দ্বিতীয় সপ্তাহে পর পর ৩ দিন বড়ি খেতে ভুলে যান তবে মনে পড়ার সাথে সাথে একটা বড়ি খাবেন এবং ঐদিনের বড়ি নির্দিষ্ট সময় খাবেন। বড়ির পাতার বাকি বড়িগুলো নিয়মিত শেষ করবেন। পরবর্তী সাতদিন তার স্বামী কনডম ব্যবহার করবেন অথবা স্বামীর সাথে সহবাস থেকে বিরত থাকবেন। প্রয়োজনে ইসিপি ব্যবহার করবেন, যদি ৫ দিনের মধ্যে সহবাস করেন।
৫. প্রথমবার খাওয়ার বড়ি শুরু করার সময় মাসিকের প্রথম দিন। অর্থাৎ মাসিকের প্রথম দিন হতে সাদা বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে। তবে মাসিক শুরুর প্রথম দিন হতে ৫ম দিন পর্যন্ত যে কোন দিন থেকেও শুরু করা যাবে।
৬. প্রসব পরবর্তী মা যদি শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ান সেক্ষেত্রে ছয় মাসের আগে মিশ্র খাওয়ার বড়ি খাওয়া যাবে।
৭. মিশ্র খাবার বড়ি সবসময় বড়ির পাতার প্রথম বড়ি দিয়ে শুরু করতে হবে। বড়ির পাতার দিক নির্দেশনা (তীর চিহ্ন বা আঙ্গুল) অনুসরণ করে প্রথম বড়ি হতে ২১ দিনে ২১টি সাদা বড়ি খেতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. বর্তমানে প্রচলিত মিশ্র খাবার বড়ির উপাদান হলো ইস্ট্রোজেন হরমোন ও প্রজেস্টিন; মূলত প্রজেস্টিন হরমোনের পরিমাণের উপর ভিত্তি করে খাবার বড়ির প্রকার নির্ণয় করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

বর্তমানে প্রচলিত মিশ্র খাবার বড়ির উপাদান হলো ইস্ট্রোজেন হরমোন ও প্রজেস্টিন; মূলত ইস্ট্রোজেন হরমোনের পরিমাণের উপর ভিত্তি করে খাবার বড়ির প্রকার নির্ণয় করা হয়।

২. মিশ্র খাবার বড়ি একটি অস্থায়ী পদ্ধতি; যে কোনো সময় বড়ি ছেড়ে দিয়ে অন্য কোনো পদ্ধতি গ্রহণ করা যায় অথবা গর্ভধারণ করা যায় (স)

৩. মিশ্র খাবার বড়ি মাসিকের সময় জরায়ুর মোচড়ানো ব্যথা বাড়িয়ে দেয় ও মাসিক চক্রকে অনিয়মিত করে। (মি)

সঠিক উত্তর

মিশ্র খাবার বড়ি মাসিকের সময় জরায়ুর মোচড়ানো ব্যথা কমায় ও মাসিক চক্রকে নিয়মিত করে

৪. যদি মাসিকের প্রথম এবং দ্বিতীয় সপ্তাহে পর পর ৩ দিন বড়ি খেতে ভুলে যান তবে মনে পড়ার সাথে সাথে একটা বড়ি খাবেন এবং ঐদিনের বড়ি নির্দিষ্ট সময় খাবেন। বড়ির পাতার বাকি বড়িগুলো নিয়মিত শেষ করবেন। পরবর্তী সাতদিন তার স্বামী কনডম ব্যবহার করবেন অথবা স্বামীর সাথে সহবাস থেকে বিরত থাকবেন। প্রয়োজনে ইসিপি ব্যবহার করবেন, যদি ৫ দিনের মধ্যে সহবাস করেন। (স)

৫. প্রথমবার খাওয়ার বড়ি শুরু করার সময় মাসিকের প্রথম দিন। অর্থাৎ মাসিকের প্রথম দিন হতে সাদা বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে। তবে মাসিক শুরুর প্রথম দিন হতে ৫ম দিন পর্যন্ত যে কোন দিন থেকেও শুরু করা যাবে। (স)

৬. প্রসব পরবর্তী মা যদি শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ান সেক্ষেত্রে ছয় মাসের আগে মিশ্র খাওয়ার বড়ি খাওয়া যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসব পরবর্তী মা যদি শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ান সেক্ষেত্রে ছয় মাসের আগে মিশ্র খাওয়ার বড়ি খাওয়া যাবে না।

৭. মিশ্র খাবার বড়ি সবসময় বড়ির পাতার প্রথম বড়ি দিয়ে শুরু করতে হবে। বড়ির পাতার দিক নির্দেশনা (তীর চিহ্ন বা আঙ্গুল) অনুসরণ করে প্রথম বড়ি হতে ২১ দিনে ২১টি সাদা বড়ি খেতে হবে। (স)

সেশন-২ঃ শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি কি, কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা যাচাই করে গ্রহীতা বাছাইকরণ করতে পারবেন
- শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন এর ব্যবহারবিধি সম্পর্কে বর্ণনা করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৫: জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি
 - সেশন-২: শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি
 - সেশন ১৪.১ বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা
- শুধুমাত্র প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ খাবার বড়ি গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট
- খাবার বড়ি ব্যবহারের কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র /MEC হুইল
- আপন বড়ির পাতা: ২০ টি
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- ছোট বুন্ডি

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়িঃ শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি কি, কিভাবে কাজ করে, শুরু করার উপযুক্ত সময় ও কার্যকারিতা, সুবিধা ও অসুবিধা	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও দলীয় আলোচনা
গ.	শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতা বাছাইকরণ	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও দলীয় আলোচনা
ঘ.	শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি খাওয়ার নিয়ম	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও দলীয় আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৫: জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সেশন-২: শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন।

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি কি

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ির সুবিধা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ির অসুবিধা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/ আপন বড়ি দেয়ার জন্য সেবাদানকারী যে যে তথ্য দিবেন

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে কখন শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি দেয়া যাবে না

স্লাইড-৮/ ফ্লিপচার্ট - শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয়

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি কেমন পদ্ধতি, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা, সুবিধা ও অসুবিধা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন যে,

পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে ইস্ট্রোজেন ও প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ মিশ্র খাবার বড়ি (সুখী) প্রচলিত আছে। কার্যকারিতা অক্ষুন্ন রেখে ও

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া কমিয়ে প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি হিসেবে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি

“আপন” নামে পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর নিয়মিত কার্যক্রমের আওতায় নিয়ে এসেছে।

এখানে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে মনে করিয়ে দিন যে আগেই নারীদের প্রজনন অঙ্গ ও মাসিক প্রক্রিয়া সম্পর্কে জেনেছি; নারীদের শরীরে

ইস্ট্রোজেন ও প্রজেস্টেরন নামক দুটি হরমোন আছে যাদের মাসিক ও গর্ভধারণে ভূমিকা আছে; এই দুইটি হরমোনের কৃত্রিম সংস্করণই মিশ্র খাবার বড়িতে আছে।

প্রসব পরবর্তী সময়ে ইস্ট্রোজেন মা ও নবজাতকের স্বাস্থ্যসম্বন্ধে নয় তাই গ্রহীতার জন্য এই সময়ে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি “আপন” একটি কার্যকর পদ্ধতি। তাছাড়া যে সকল মহিলার ইস্ট্রোজেন খেলে সমস্যা হয় তারাও এই বড়ি খেতে পারেন।

শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি কি স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -২ দেখিয়ে আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে এই বড়ি কিভাবে কাজ করে, শুরু করার উপযুক্ত সময় ও কার্যকারিতা, সুবিধা ও অসুবিধা সম্পর্কে জানতে চান এবং এক এক করে স্লাইড/ ফ্লিপচার্ট -৩, ৪, ৫ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

গ. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ (১৫ মিনিট)

পূর্বে আলোচিত বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা এবং উপযুক্ততার টেবিল মনে করতে বলুন। শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ির স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থা আলোচনা করুন। MEC হুইল এর ব্যবহার প্রশিক্ষণার্থীদের বুঝিয়ে দিন। প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে মিশ্র খাবার বড়ি গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট এবং জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি প্রদান দক্ষতা চেকলিস্ট পড়তে বলুন।

গ্রহীতা শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি গ্রহণের সিদ্ধান্ত নিলে সেবাপ্রদানকারীকে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সম্পর্কে কি কি তথ্য দিতে হবে সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন ও স্লাইড/ ফ্লিপচার্ট -৬ এ লিখিত ধারণাগুলো পড়তে বলুন। এরপর গ্রহীতাকে কখন শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি দেয়া যাবে না সে সকল অবস্থা একনজরে স্লাইড/ ফ্লিপচার্ট -৭ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঘ. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন ব্যবহারবিধি ও বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয় (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সবার হাতে একটি শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ির পাতা দিন। শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি শুরু করার নিয়ম সম্পর্কে ধারণা যাচাই করুন ও ব্যবহারবিধি আলোচনা করুন। এই বড়ির গ্রহীতাকে সময় মেনে নিয়মিত বড়ি খাওয়ার ব্যাপারে খুবই সতর্কতা মেনে চলতে হবে অন্যথায় গ্রহীতার গর্ভধারণের সম্ভাবনা বেড়ে যাবে, এই তথ্য প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সেবা প্রদানের সময় শুরুত্বের সাথে মনে রাখতে হবে -এটা সেশনে বুঝিয়ে দিন। শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয় স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -৮ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

শুধুমাত্র প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি পদ্ধতি বাছাইয়ের ক্ষেত্রে প্রশ্নমালা

১. আপনি কি মনে করেন আপনি গর্ভবতী?
২. আপনার পায়ের শিরা কি ফুলে আছে এবং এগুলো থেকে কি ব্যথা হয়?
৩. আপনার স্তনে কি শক্ত চাকা আছে (স্তনে ক্যানসার?)?
৪. আপনি কি যক্ষ্মা রোগের ঔষধ (রিফামপিসিন) বা মৃগী রোগের ঔষধ (ফেনিটয়েন) সেবন করেন ?

গ্রহীতা উপরের সবগুলো প্রশ্নের উত্তরে “না” বললে তিনি জন্মবিরতিকরণের জন্য শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্ম-বিরতিকরণ খাবার বড়ি ব্যবহার করতে পারেন।

গ্রহীতা উপরের যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর “হ্যাঁ” বললে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি তার জন্য আদর্শ পদ্ধতি নয়। গ্রহীতাকে পরীক্ষা করার জন্য চিকিৎসক/এফডব্লিউডি/প্যারামেডিকস-এর কাছে পাঠাতে হবে। প্রয়োজনীয় ইতিহাস গ্রহণ, শারীরিক ও ল্যাবরেটরি পরীক্ষা করে যদি এমন কোন সমস্যা ধরা পড়ে যে এই মহিলা শুধুমাত্র প্রজেস্টিনযুক্ত খাবার বড়ির জন্য উপযুক্ত নন, তবে তাকে অন্য একটি সুবিধাজনক পদ্ধতি বেছে নিতে সাহায্য করতে হবে।

সেশন-২ঃ শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সঠিক নিয়মে খেলে ৯৭%-৯৮% পর্যন্ত কার্যকর।
২. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি স্বামী সাময়িকভাবে বাড়িতে না থাকলে বড়ি খাওয়া বাদ দেয়া যাবে।
৩. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সন্তান প্রসবের পরপরই (৪৮ ঘণ্টার মধ্যে) বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে এবং সন্তানের বয়স ৬ মাস পর্যন্ত বড়ি খেতে পারবেন। তাছাড়া যে সকল মহিলার ইস্ট্রোজেন খেলে সমস্যা হয় তারাও এই বড়ি খেতে পারেন।
৪. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি প্রতিদিন একই সময়ে একটি করে বড়ি খেতে হবে। নির্দিষ্ট সময় থেকে তিন ঘণ্টার মধ্যে খেতে হবে, তা না হলে বড়ির কার্যকারিতা কমে যাবে।
৫. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি খাওয়াকালীন সময়ে নিয়মিত মাসিক হবে।
৬. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি মায়ের বুকের দুধের পরিমাণগত ও গুণগত মান পরিবর্তন হয় না।
৭. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি মাসিক পূর্ববর্তী উপসর্গ যেমন - শরীর ব্যথা, ম্যাজম্যাজে ভাব, মাথাব্যথা, মন খারাপ হওয়া, শরীরে পানির আধিক্য ইত্যাদি বেড়ে যাবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সঠিক নিয়মে খেলে ৯৭%-৯৮% পর্যন্ত কার্যকর। (স)
২. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি স্বামী সাময়িকভাবে বাড়িতে না থাকলে বড়ি খাওয়া বাদ দেয়া যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি স্বামী সাময়িকভাবে বাড়িতে না থাকলেও বড়ি খাওয়া বাদ দেয়া যাবে না।

৩. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সন্তান প্রসবের পরপরই (৪৮ ঘণ্টার মধ্যে) বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে এবং সন্তানের বয়স ৬ মাস পর্যন্ত বড়ি খেতে পারবেন। তাছাড়া যে সকল মহিলার ইস্ট্রোজেন খেলে সমস্যা হয় তারাও এই বড়ি খেতে পারেন। (স)
৪. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি প্রতিদিন একই সময়ে একটি করে বড়ি খেতে হবে। নির্দিষ্ট সময় থেকে তিন ঘণ্টার মধ্যে খেতে হবে, তা না হলে বড়ির কার্যকারিতা কমে যাবে। (স)

৫. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি খাওয়াকালীন সময়ে নিয়মিত মাসিক হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি খাওয়াকালীন সময়ে কোন মাসিক হবে না।

৬. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি মায়ের বুকের দুধের পরিমাণগত ও গুণগত মান পরিবর্তন হয় না। (স)
৭. শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি মাসিক পূর্ববর্তী উপসর্গ যেমন - শরীর ব্যথা, ম্যাজম্যাজে ভাব, মাথাব্যথা, মন খারাপ হওয়া, শরীরে পানির আধিক্য ইত্যাদি বেড়ে যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি মাসিক পূর্ববর্তী উপসর্গ যেমন - শরীর ব্যথা, ম্যাজম্যাজে ভাব, মাথাব্যথা, মন খারাপ হওয়া, শরীরে পানির আধিক্য ইত্যাদি কমায়

সেশন-৩ঃ খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং ফলোআপ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- মিশ্র খাবার বড়ি ও শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার কি কি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা হতে পারে সেগুলো সম্পর্কে বলতে পারবেন
- খাবার বড়ির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা হলে ব্যবস্থাপনা দিতে পারবেন
- মিশ্র খাবার বড়ির বিপদ সংকেত ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- খাবার বড়ির ফলো আপ কিভাবে করবেন এবং ফলো আপের বিষয়সমূহ সম্পর্কে বর্ণনা করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৫ঃ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি
 - সেশন-৩ঃ খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং ফলোআপ
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	খাবার বড়ির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা, বিপদ সংকেত, ফলোআপ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	মিশ্র খাবার বড়ি ও শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা	১৫	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	মিশ্র খাবার বড়ি ও শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা	২০	ব্রেইন স্টর্মিং ও দলীয় আলোচনা
ঘ.	মিশ্র খাবার বড়ির বিপদ সংকেত ও খাবার বড়ির ফলো আপ	১০	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৫ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি সেশন-৩ খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং ফলোআপ পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির ও শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতার ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির বিপদ সংকেত

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - খাবার বড়ির ফলো আপের বিষয়সমূহ

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. মিশ্র খাবার বড়ি ও শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে শাপলা ও শালুক এই দুই দলে ভাগ করুন।

শাপলা দলকে মিশ্র খাবার বড়ি গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং

শালুক দলকে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা

শাপলা ও শালুক উভয়ে দলে আলোচনা করে ফ্লিপপেপারে লিখতে বলুন।

এজন্য উভয় দল ৫ মিনিট সময় নিবে। ৫ মিনিট পর লিখিত ফ্লিপপেপার কক্ষের দেয়ালে লাগিয়ে দিবে।

স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -২ মিশ্র খাবার বড়ি ও শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা দেখিয়ে শাপলা ও শালুক দলের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

গ. মিশ্র খাবার বড়ি ও শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা (২০ মিনিট)

মিশ্র খাবার বড়ির চেয়ে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা কম নাকি বেশী হয় সেটা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চাইবেন।

স্লাইড-৩ এ মিশ্র খাবার বড়ির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা কিভাবে করবেন তা প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতার সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

এবার এইসব পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা কে কে করেছেন ও তাদের অভিজ্ঞতা শেয়ার করতে বলুন।

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে শুধুমাত্র প্রজেক্টিভনসমূহ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি/আপন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতার ব্যবস্থাপনা আলোচনা করুন।

ঘ. মিশ্র খাবার বড়ির বিপদ সংকেত (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের মিশ্র খাবার বড়ির বিপদ সংকেত সম্পর্কে ধারণা যাচাই করুন। এখানে বলুন যে,

খাবার বড়ি নিয়ে বিগত দিনে প্রচুর গবেষণা হয়েছে এবং প্রমাণিত হয়েছে এটি একটি অত্যন্ত নিরাপদ পদ্ধতি। তথাপিও কদাচিৎ খাবার বড়ির ব্যবহার কিছু মারাত্মক সমস্যা তৈরি করে। যদিও উপসর্গগুলো একান্তই বড়ি ব্যবহারের কারণে তা বলা যায় না। তবে এ সমস্ত উপসর্গ তৈরি হলে অতি সত্ত্বর সেবাদানকারীর সাথে যোগাযোগ করতে হবে। উপসর্গগুলোকে আমরা ইংরেজি অক্ষর সমষ্টি 'ACHES' -এর মাধ্যমে প্রকাশ করতে পারি।

এরপর স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - মিশ্র খাবার বড়ির বিপদ সংকেত দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. খাবার বড়ির ফলো আপ (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের কাছে খাবার বড়ির ফলো আপ সম্পর্কে ধারণা যাচাই করুন। এপ্রসঙ্গে উল্লেখ করুন যে,

ফলো-আপ কার্যক্রমের সাফল্য নির্ভর করে সেবাদানকারীর কর্মপরিকল্পনা বা কর্ম পদ্ধতির উপর। সেবাদানকারী চিকিৎসক/এফডব্লিউডি (FWV)/প্যারামেডিক হলে সিদ্ধান্ত নিবেন-কিভাবে অন্যান্য সেবাদানকারী যেমন- পরিবার কল্যাণ সহকারী, স্বাস্থ্য সহকারী, সার্ভিস প্রমোটর, কমিউনিটি মোবাইলাইজার ইত্যাদিসহ নিজস্ব কর্ম পরিকল্পনা অনুযায়ী ফলো-আপ কার্যক্রম স্থির করা যায়। খেয়াল রাখতে হবে গ্রহীতার বড়ির মজুদ ফুরিয়ে যাবার আগেই পুনঃসরবরাহ নিশ্চিত করতে হবে। গ্রহীতা সেবাকেন্দ্র হতে সরবরাহ নিলে তার ঘরে বড়ির মজুদ থাকা অবস্থাতেই অর্থাৎ মাস শেষ হবার আগেই বড়ি সংগ্রহের জন্য আসতে বলতে হবে।

এরপর স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - খাবার বড়ির ফলো আপের বিষয়সমূহ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন-৩ঃ খাবার বড়ির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা, বিপদ সংকেত, ফলোআপ

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকা বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির জটিলতা।
২. মাইগ্রেন থাকলে (উপসর্গসহ বা ছাড়া) খাবার বড়িসহ যে কোন হরমোনাল পদ্ধতি বন্ধ করতে হবে।
৩. গ্রহীতার যদি রক্তচাপ ১৪০/৯০ মি. মি. পারদ বা তার বেশি হয় তবে খাবার বড়ি চালিয়ে যাবে।
৪. বড়ি শুরু করার প্রথম তিন চার মাস পর্যন্ত ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব হওয়া স্বাভাবিক নয়।
৫. খাবার বড়ি চলাকালীন বমি বা ডায়রিয়া হয়ে থাকলে ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যেতে পারে।
৬. মাসিক চক্রের মাঝখানে রক্তস্রাবের আশঙ্কা কমানোর জন্য প্রতিদিন নির্দিষ্ট সময়ে বড়ি খাবার পরামর্শ দিন।
৭. খাবার বড়ির ব্যবহার কদাচিৎ কিছু মারাত্মক সমস্যা তৈরি করে; উপসর্গগুলোকে আমরা ইংরেজি অক্ষর সমষ্টি 'ACHES' -এর মাধ্যমে প্রকাশ করতে পারি।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকা বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির জটিলতা। (মি)

সঠিক উত্তর

মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকা বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির স্বাভাবিক পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া।

২. মাইগ্রেন থাকলে (উপসর্গসহ বা ছাড়া) খাবার বড়িসহ যে কোন হরমোনাল পদ্ধতি বন্ধ করতে হবে। (স)

৩. গ্রহীতার যদি রক্তচাপ ১৪০/৯০ মি. মি. পারদ বা তার বেশি হয় তবে খাবার বড়ি চালিয়ে যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

গ্রহীতার যদি রক্তচাপ ১৪০/৯০ মি. মি. পারদ বা তার বেশি হয় তবে খাবার বড়ি বাদ দিতে হবে।

৪. বড়ি শুরু করার প্রথম তিন চার মাস পর্যন্ত ফোঁটা ফোঁটা রক্তশ্রাব হওয়া স্বাভাবিক নয়। (মি)

সঠিক উত্তর

বড়ি শুরু করার প্রথম তিন চার মাস পর্যন্ত ফোঁটা ফোঁটা রক্তশ্রাব হওয়া স্বাভাবিক।

৫. খাবার বড়ি চলাকালীন বমি বা ডায়রিয়া হয়ে থাকলে ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যেতে পারে (স)

৬. মাসিক চক্রের মাঝখানে রক্তশ্রাবের আশঙ্কা কমানোর জন্য প্রতিদিন নির্দিষ্ট সময়ে বড়ি খাবার পরামর্শ দিন। (স)

৭. খাবার বড়ির ব্যবহার কদাচিৎ কিছু মারাত্মক সমস্যা তৈরি করে; উপসর্গগুলোকে আমরা ইংরেজি অক্ষর সমষ্টি 'ACHES' -এর মাধ্যমে প্রকাশ করতে পারি। (স)

মিশ্র/শুধুমাত্র প্রজেক্টিনসমৃদ্ধ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি ব্যবহারের কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র

প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জা তে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

- প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

- গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

- নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১= উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২=কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩= অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০= প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

- এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে
- শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।
- অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন
- একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন
- পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

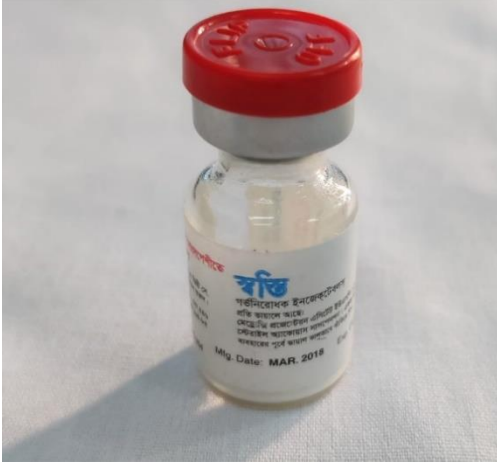
ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	সেবা প্রদানকারী খাবার বড়ি সম্পর্কে নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ অবশ্যই নিশ্চিত করবেন				
	গ্রহীতা যে মিশ্র খাবার বড়ি/POP পদ্ধতি নির্বাচন করেছেন সে বিষয়ে তার সাথে তথ্য শেয়ার করা				
	গ্রহীতা খাবার বড়ি নেবার জন্য উপযুক্ত কিনা সেটা গ্রহীতা বাছাইকরণের চেকলিস্ট ব্যবহার করে নিশ্চিত করা				
	গ্রহীতা জন্মনিয়ন্ত্রণ খাবার বড়ি সম্পর্কে কতটুকু জানেন সেটা জিজ্ঞেস করুন এবং তিনি যদি কোন ভুল তথ্য জেনে থাকেন তাহলে তাকে সঠিক তথ্য দেয়া				
২.	প্রয়োজনীয় তথ্য গুলো গ্রহীতাকে বিস্তারিত বর্ণনা করা				
	এটা কিভাবে কাজ করে				
	কার্যকারিতা				
	সুবিধা				
	অসুবিধা				
	সতর্কতা				
	সাধারণ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং বিপদ লক্ষণসমূহ				
	এটা এইডস বা যৌনরোগ সংক্রমণে প্রতিরোধ করে না				
৩.	গ্রহীতার রক্তচাপ মেপে ও ওজন দেখে কার্ডে লিপিবদ্ধ করা				
৪.	গ্রহীতাকে মিশ্র খাবার বড়ি/POP ব্যবহার সম্পর্কে তথ্য দেওয়া				
	জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি হিসাবে মিশ্র খাবার বড়ি/POP কিভাবে খেতে হবে তা গ্রহীতাকে বুঝিয়ে বলা				
	গ্রহীতা যদি কোন কারণে খাবার বড়ির ডোজটা মিস করেন তাহলে কি করবেন সে তথ্য দিতে হবে				
	যদি কোন সমস্যা বা জটিলতা দেখা যায় তাহলে তাকে কোন স্বাস্থ্যকর্মীর সাথে যোগাযোগ করতে বলা				
৫.	যৌন সংক্রমণ এবং এইডস প্রতিরোধে কি করা উচিত তা গ্রহীতাকে বুঝিয়ে বলবেন				
	অধিক সুরক্ষা নিশ্চিত করতে দ্বৈত পদ্ধতি নির্বাচন এবং কনডম ব্যবহারে উৎসাহিত করা				
	গ্রহীতা নির্দেশনা সঠিকভাবে বুঝতে পেরেছে কি না নিশ্চিত হতে পুনরায় নির্দেশনাগুলো বলা				
	বড়ির মেয়াদের তারিখ দেখানো				
	গ্রহীতাকে ৩টি সাইকেলের (৩ মাস) ঔষধ (মিশ্র খাবার বড়ি) প্রদান করা				
	শিডিউল অনুযায়ী এই তিন মাসের মধ্যে গ্রহীতাকে ফলো-আপের জন্য সুবিধাজনক জায়গায় যোগাযোগ করতে বলা				
	জন্মনিয়ন্ত্রণ খাবার বড়ি সম্পর্কিত যে কোন তথ্য রেজিস্ট্রার এবং গ্রহীতার কার্ডে রেকর্ড করা				
	নশ্রুভাবে গ্রহীতাকে ধন্যবাদ জানানো				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

মডিউল ৬

স্বল্পমেয়াদী অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন



সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরন প্রয়োগবিধি ও ফলোআপ

সেশন- ব্যবহারিকঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন-২ঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ, প্রয়োগবিধি ও ফলোআপ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন কি, কেমন পদ্ধতি, প্রকারভেদ, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা সম্পর্কে বলতে পারবেন
- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন সুবিধা ও অসুবিধা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা, গ্রহীতা বাছাইকরণ ও এর জন্য কাউন্সেলিং করতে পারবেন
- ডিএমপি ও সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপি প্রয়োগের সময়কাল বলতে ও প্রয়োগ করতে পারবেন
- ইনজেকশন পরবর্তী কাউন্সেলিং, ডোজ সিডিউল ও যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র
 - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতার কার্ড
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৬ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন
 - সেশন ১ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ, প্রয়োগবিধি ও ফলোআপ
 - সেশন ১৪.১ বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা
- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট
- জন্মনিয়ন্ত্রণ ইনজেকশন ডিএমপি প্রদানের কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- বাংলাদেশে প্রচলিত জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর ভায়াল
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র /MEC হুইল
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- ভিডিও প্রদর্শন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ প্রয়োগবিধি, কাউন্সেলিং ও ফলোআপ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন কি, প্রকারভেদ, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন সুবিধা ও অসুবিধা	২০	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ প্রয়োগের সময়কাল এর জন্য কাউন্সেলিং	২০	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	ডিএমপি ও সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএর প্রয়োগবিধি ইনজেকশন পরবর্তী কাউন্সেলিং, ডোজ সিডিউল ও যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, প্রদর্শন, উপস্থাপনা ও আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৯০	

পূর্ব প্রস্তুতি

জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র ও জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতার কার্ড সংগ্রহ করে রাখুন
প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৬ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন সেশন ১ প্রাথমিক ধারণা কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ, প্রয়োগবিধি ও ফলোআপ পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

প্রশিক্ষণ কক্ষের এক পাশের দেয়ালে নীল ভিআইপিপি কার্ডে সুবিধা লিখিত ফ্লিপপেপার এবং অপর পাশের দেয়ালে গোলাপী ভিআইপিপি কার্ডে অসুবিধা লিখিত ফ্লিপপেপার লাগিয়ে রাখুন।

মাস্কিং টেপ ছোট ছোট টুকরা করে হোয়াইট বোর্ড/ ইজেল বোর্ড দুই কিনারায় লাগিয়ে রাখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন -এর প্রকারভেদ

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন কিভাবে কাজ করে

- স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর কার্যকারিতা
- স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর সুবিধা
- স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর অসুবিধা
- স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করার উপযুক্ত সময়
- স্লাইড-৮/ ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর কাউন্সেলিং এ করণীয়
- স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে কখন জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন দেয়া যাবে না
- স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - ইনজেকশন পরবর্তী কাউন্সেলিং, ডোজ সিডিউল ও যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে
- স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট প্রদর্শন | প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন কি, প্রকারভেদ, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা (১৫ মিনিট)

তথ্য প্রদান	এ পর্যায়ে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে যে তথ্য দিবেন - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন মহিলাদের জন্য তিন মাস মেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি। বাংলাদেশ জাতীয় পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে শুধুমাত্র প্রজেস্টিনস সমৃদ্ধ ডিএমপিএ (ডিপো-মেড্রোক্সি প্রজেস্টেরন অ্যাসিটেট) জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রচলিত আছে যা ডিপো-প্রোভেরা নামে পরিচিত।
স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট প্রদর্শন আলোচনা ধারণা যাচাই	স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - দেখিয়ে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন -এর প্রকারভেদ আলোচনা করুন। এটি কেমন পদ্ধতি, দেখতে কেমন, ভায়ালে কতটুকু থাকে এবং কিভাবে প্রয়োগ করতে হয় সেসব সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।
তথ্য প্রদান	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন মহিলাদের জন্য কার্যকর অস্থায়ী ও স্বল্পমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি। DMPA “ডিপো-প্রোভেরা” - এটি বাংলাদেশে বহুল ব্যবহৃত এবং অত্যন্ত কার্যকর জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি। ডিএমপিএ পানিতে দ্রবীভূত সাদা রং-এর কৃত্রিম প্রজেস্টেরন। এই ইনজেকশনটি ১ মি. লি. ভায়ালে সরবরাহ করা হয় যার মধ্যে ১৫০ মিলিগ্রাম ডিএমপিএ থাকে। এটি গভীর মাংস পেশিতে প্রয়োগ করা হয়।
ধারণা যাচাই স্লাইড-৩ ও ৪/ফ্লিপচার্ট প্রদর্শন আলোচনা	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা কেমন সে সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন কিভাবে কাজ করে ও স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর কার্যকারিতা দেখিয়ে আলোচনা করুন।

গ. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর সুবিধা ও অসুবিধা (২০ মিনিট)

দলীয় কাজ স্লাইড-৫ ও ৬/ফ্লিপচার্ট প্রদর্শন আলোচনা	<p>প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যেককে একটি করে নীল ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ড, একটি মার্কার দিন। প্রত্যেককে নীল ভিআইপিপি কার্ড এ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর একটি সুবিধা ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ডে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর একটি অসুবিধা লিখতে বলুন। লিখিত ভিআইপিপি কার্ড সংগ্রহ করে খালি ফ্লিপপেপারে মাস্কিং টেপ দিয়ে সাটিয়ে দিন।</p> <p>এবার স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর সুবিধা ও স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর অসুবিধা দেখিয়ে দিবেন এবং প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণার সাথে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -৫ ও ৬ এর মিল আছে সেটা বলুন। কিছু সুবিধা ও অসুবিধা স্লাইডে আছে যেগুলো কোন প্রশিক্ষণার্থী উল্লেখ করেন নাই; প্রশিক্ষক সেই সুবিধা ও অসুবিধাগুলো আলোচনা করে বুঝিয়ে বলবেন।</p>
--	---

ঘ. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ (২০ মিনিট)

ধারণা যাচাই স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট প্রদর্শন	<p>প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন কোন সময়ে গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করা যায়; তাদের উত্তর ফ্লিপপেপারে লিখুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করার উপযুক্ত সময় দেখিয়ে দিন।</p>
পুনরালোচনা MEC হুইল এর ব্যবহারবিধি জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট আলোচনা স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট প্রদর্শন	<p>পূর্বে আলোচিত বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা এবং উপযুক্ততার টেবিল প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে বের করতে বলুন ও মনে করতে বলুন।</p> <p>জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন -এর স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থা আলোচনা করুন। MEC হুইল এর ব্যবহার প্রশিক্ষণার্থীদের বুঝিয়ে দিন।</p> <p>জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে দেখতে বলুন ও আলোচনা করুন।</p> <p>এরপর গ্রহীতাকে কখন জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন দেয়া যাবে না সেগুলো একনজরে স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে দিন।</p>
ধারণা যাচাই স্লাইড-৮/ ফ্লিপচার্ট প্রদর্শন রোল প্লে কেস শীট ও দলীয় কাজ	<p>কাউন্সেলিং এর সময় কোন কোন বিষয়ে গ্রহীতাকে ধারণা দিতে হবে সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। স্লাইড-৮/ ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর কাউন্সেলিং এ করণীয় দেখিয়ে আলোচনা করুন।</p> <p>প্রশিক্ষণার্থীদের তিন জনের একটি করে দল গঠন করুন। এবার প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে একটি রোল প্লে কেস শীট, জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট এবং জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদান দক্ষতা চেকলিস্ট দিন ও পড়তে বলুন। প্রথমে একটি দলের ১ম জন কাউন্সেলর, ২য় জন ক্লায়েন্ট ও ৩য়জন পর্যবেক্ষক হবেন। ১ম জন জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট অনুসারে ২য়জনকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর জন্য কাউন্সেলিং করবেন; ৩য়জন জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদান দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন। এরপর ২য়জন কাউন্সেলিং করবেন ৩য়জনকে এবং ২য়জন চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন</p>

	ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন। এভাবে দলের সবাই জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর জন্য কাউন্সেলিং রোল প্লে করবেন। প্রথম দলের রোল প্লে শেষ করার পর বাকি দলে একইভাবে কাউন্সেলিং রোল প্লে অনুশীলন চলবে; এইসময় প্রথম দল ও প্রশিক্ষক তাদের সহযোগিতা করবে।
--	--

ঙ. ডিএমপি ও সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএর প্রয়োগবিধি ও প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ডোজ সিডিউল (২০ মিনিট)

তথ্য প্রদাণ ইনজেকশন গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণবিবরণী ও বাছাইকরণ ফরম জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র	প্রশিক্ষার্থীদেরকে বলুন যে, DMPA প্রথম শুরু করার পূর্বে ইচ্ছুক গ্রহীতার ব্যক্তিগত, প্রজনন ও মেডিক্যাল ইতিহাস এবং শারীরিক পরীক্ষা করতে হবে। উক্ত ইতিহাস ও শারীরিক পরীক্ষার প্রাপ্ত বিষয়গুলো “ইনজেকশন গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণবিবরণী ও বাছাইকরণ ফরম” -এ লিপিবদ্ধ করতে হবে। পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর অধ্যায় ০৫ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র পড়তে বলুন।
ধারনা যাচাই ভিডিও প্রদর্শন আলোচনা	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন (ডিএমপি ও সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ) প্রয়োগের নিয়মাবলী সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন, ভিডিও প্রদর্শন করুন ও আলোচনা করুন।
স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট প্রদর্শণ আলোচনা	স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট -দেখিয়ে ইনজেকশন পরবর্তী কাউন্সেলিং, ডোজ সিডিউল ও যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে আলোচনা করুন।
জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতার কার্ড প্রদর্শণ আলোচনা	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতার কার্ড দেখিয়ে দিন ও কিভাবে পূরন করতে হবে বুঝিয়ে দিন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ পুনরায় পর্যালোচনা ধন্যবাদ দেয়া	এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন। সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।
---	--

সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরন প্রয়োগবিধি ও ফলোআপ

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ডিএমপিএ পানিতে দ্রবীভূত সাদা রং-এর কৃত্রিম প্রজেক্টজেন; এই ইনজেকশনটি ২ মি. লি. ভয়ালে সরবরাহ করা হয় যার মধ্যে ২৫০ মিলিগ্রাম ডিএমপিএ থাকে; এটি গভীর মাংস পেশিতে প্রয়োগ করা হয়।
২. জরায়ুর ভিতরের দেয়ালে (এন্ডোমেট্রিয়াম) ক্যান্সার প্রতিরোধে সহায়তা দান করে না।
৩. গ্রহীতার ছোট সন্তানের বয়স ৬ মাসের কম হলেও ডিএমপিএ নেওয়া যাবে।
৪. ডিএমপিএ প্রয়োগের পূর্বে সম্পূর্ণ স্তন পরীক্ষা করার প্রয়োজন নাই।
৫. প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ২৮ দিন আগে বা ১৪ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. ডিএমপিএ পানিতে দ্রবীভূত সাদা রং-এর কৃত্রিম প্রজেক্টরন; এই ইনজেকশনটি ২ মি. লি. ভায়ালে সরবরাহ করা হয় যার মধ্যে ২৫০ মিলিগ্রাম ডিএমপিএ থাকে; এটি গভীর মাংস পেশিতে প্রয়োগ করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

ডিএমপিএ পানিতে দ্রবীভূত সাদা রং-এর কৃত্রিম প্রজেক্টরন; এই ইনজেকশনটি ১ মি. লি. ভায়ালে সরবরাহ করা হয় যার মধ্যে ১৫০ মিলিগ্রাম ডিএমপিএ থাকে; এটি গভীর মাংস পেশিতে প্রয়োগ করা হয়।

২. জরায়ুর ভিতরের দেয়ালে (এন্ডোমেট্রিয়াম) ক্যান্সার প্রতিরোধে সহায়তা করে না। (মি)

সঠিক উত্তর

জরায়ুর ভিতরের দেয়ালে (এন্ডোমেট্রিয়াম) ক্যান্সার প্রতিরোধে সহায়তা করে

৩. গ্রহীতার ছোট সন্তানের বয়স ৬ মাসের কম হলেও ডিএমপিএ নেওয়া যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

গ্রহীতার ছোট সন্তানের বয়স ৬ মাসের কম হলে ডিএমপিএ নেওয়া যাবে না।

৪. ডিএমপিএ প্রয়োগের পূর্বে সম্পূর্ণ স্তন পরীক্ষা করার প্রয়োজন নাই। (মি)

সঠিক উত্তর

ডিএমপিএ প্রয়োগের পূর্বে সম্পূর্ণ স্তন পরীক্ষা করতে হবে।

৫. প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ২৮ দিন আগে বা ১৪ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ১৪ দিন আগে বা ২৮ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন।

জন্মবিবর্তিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট

গ্রহীতাকে নীচের প্রশ্নগুলো করুন। সবকয়টি প্রশ্নের উত্তর “না” হলে পদ্ধতি দেয়া যাবে, কোন একটি প্রশ্নের উত্তর “হ্যাঁ” হলে পদ্ধতি দেয়া যাবে না। এক্ষেত্রে গ্রহীতাকে বিস্তারিত পরীক্ষা নিরীক্ষার জন্য পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা বা চিকিৎসকের নিকট প্রেরণ করতে হবে।

জন্মবিবর্তিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইয়ের ক্ষেত্রে প্রশ্নমালা	উত্তর	
	হ্যাঁ	না
১. আপনার ছোট সন্তানের বয়স কি ছয় সপ্তাহের কম?		
২. আপনি কি মনে করেন আপনার পেটে সন্তান এসেছে অথবা আপনার কি ৪ সপ্তাহের বেশি মাসিক বন্ধ আছে?		
৩. আপনি কি উচ্চ রক্তচাপে (রক্তচাপ ১৫৯/৯৯ মি.মি. পারদ এর বেশি) ভুগছেন?		
৪. আপনার পায়ের শিরা কি ফুলে আছে এবং এগুলো থেকে কি ব্যথা হয়?		
৫. আপনার স্তনে কি শক্ত চাকা/দলা আছে (স্তনে ক্যানসার)?		
৬. সামান্য কাজ করার পর কি আপনার বুকে ব্যথা হয় বা আপনি কি হাঁপিয়ে উঠেন (ইসকেমিক হৃদরোগে আক্রান্ত বা পূর্বে স্ট্রোক হয়ে থাকলে)?		
৭. দুই মাসিকের মাঝামাঝি সময়ে বা সহবাসের পর আপনার কি রক্ত যায় (সার্ভিক্সে ক্যানসার)?		
৮. আপনার মাসিকে কি অত্যধিক রক্ত যায় (কারণ খুঁজে পাওয়া না গেলে)?		

সেশন-ব্যবহারিকঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদর্শন ও অনুশীলন

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের ধাপ সমূহ মডেলে ও গ্রহীতায় প্রদর্শন করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা (৩০ মিনিট মডেলে অনুশীলন ও ৩০ মিনিট ক্লায়েন্টে অনুশীলন)

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর অধ্যায়-০৫
জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৬ জন্মবিরতিকরণ
ইনজেকশন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন সিডি
- জীবাণুমুক্ত এডি সিরিঞ্জ (১ সিসি)
- তুলা
- অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ
- বাহুর মডেল

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রদর্শন ও অনুশীলন		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী মডেলে প্রদর্শন	২০	উপস্থাপনা ও প্রদর্শন হাতে-কলমে প্রদর্শন, পর্যবেক্ষণ, ফিডব্যাক, টিপস প্রদান ও আলোচনা
গ.	প্রশিক্ষক/প্রশিক্ষণার্থী জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণ ও গ্রহীতায় অনুশীলন	৩০	ডেমোনেস্ট্রেশন ও রিটার্ন ডেমোনেস্ট্রেশন সাইমুলেশন
ঘ.	সারসংক্ষেপ	০৫	উপস্থাপনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক পড়ুন, নোট রাখুন ।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল

বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা ম্যানুয়াল অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করার নিয়ম

জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করার প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহ একটি ট্রে-তে রাখুন।

অনুশীলনের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক বাহুর মডেল সংগ্রহ করে রাখুন।

ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য গ্রহীতার উপস্থিতি নিশ্চিত করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন।

দক্ষতা মূল্যায়নের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক চেকলিস্ট সংগ্রহ করে রাখুন।

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী মডেলে করে দেখাবেন (২০ মিনিট)

- স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ট্রেতে সংরক্ষিত জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করার প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহ মিলিয়ে নিন এবং স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট আলোচনা করুন।
- প্রশিক্ষক ইনজেকশন প্রয়োগের ধাপসমূহ মডেলে প্রদর্শন করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রয়োগ চেকলিস্ট সম্পর্কে পরিচিত করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ৩ জন করে দলে ভাগ করুন। প্রত্যেক দলে একটি করে মডেল, প্লাসিবো জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন ও প্রয়োজনীয় উপকরণ সরবরাহ করুন এবং অনুশীলন করতে বলুন। এক্ষেত্রে দলের একজন প্রয়োগের চেকলিস্ট এক একটি ধাপ পড়বেন, ২য়জন মডেলে অনুশীলন করবেন এবং অন্যজন চেকলিস্ট-এর সাহায্যে প্রয়োগের নিয়ম পর্যবেক্ষণ করবেন এবং ফিডব্যাক দিবেন। এভাবে দলের প্রত্যেকেই মডেলে অনুশীলন করবেন এবং চেকলিস্ট অনুসরণে প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ দক্ষতা মূল্যায়ন করা হবে
- প্রশিক্ষণার্থীরা সঠিক নিয়মে প্রয়োগের চেকলিস্ট অনুসরণ করে মডেলে অনুশীলন করতে পারছেন কিনা প্রশিক্ষক তা পর্যবেক্ষণ করবেন, ফিডব্যাক/টিপস দিবেন এবং প্রয়োজনে হাতে কলমে করে দেখাবেন।

গ. প্রশিক্ষক/প্রশিক্ষণার্থী জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণ করবেন ও গ্রহীতায় অনুশীলন (৩০ মিনিট)

- গ্রহীতাকে সঠিকভাবে কাউন্সেলিং, বাছাইকরণ ও অবহিত সম্মতি গ্রহণ করা হয়েছে তা নিশ্চিত করুন।
- প্রশিক্ষণের বিষয়টি গ্রহীতাকে অবহিত করুন এবং তার সম্মতি নিন।
- গ্রহীতায় জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে দেখান।
- যে সকল প্রশিক্ষণার্থী মডেলে সফলভাবে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করতে পেরেছেন তাদেরকে প্রশিক্ষকের উপস্থিতিতে গ্রহীতায় জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ করতে বলুন। প্রয়োগে কোন সমস্যা হলে তাৎক্ষণিক তা প্রশিক্ষক ঠিক করে দিবেন। উল্লেখ্য, গ্রহীতার উপস্থিতিতে প্রশিক্ষণার্থীদের কোন অদক্ষতা সম্পর্কিত কোন ফিডব্যাক প্রদান করা যাবে না।

- প্রশিক্ষণার্থীরা সঠিকভাবে প্রয়োগ করতে পারছেন কিনা তা চেকলিস্ট অনুসরণে মূল্যায়ন করুন এবং ফিডব্যাক দিন। প্রয়োজনে পুনরায় জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগ প্রদর্শন করুন এবং প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়ন করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (৫ মিনিট)

সেশনের উদ্দেশ্য পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

জননীয়ল্পণ ইনজেকশন ডিএমপিএ প্রদানের কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রর নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষণার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষণার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষণার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জানতে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

- প্রশিক্ষণার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে
- গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে
- নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১= উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২=কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩= অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০= প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

- এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষণার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে
- শুধুমাত্র প্রশিক্ষণার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।
- অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন
- একজন প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন
- পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষণার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষণার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস/মডেল			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	গ্রহীতা ডিপো ইনজেকশন নেবার জন্য উপযুক্ত কিনা সেটা জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতা বাছাইকরণ চেকলিস্ট ব্যবহার করে নিশ্চিত করা				
২.	গ্রহীতার সাথে ডিএমপিএ/সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ পদ্ধতি বিষয়ে তথ্য শেয়ার করা				
	গ্রহীতা জন্মনিয়ন্ত্রণ ইনজেকশন ডিএমপি/সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ সম্পর্কে কতটুকু জানেন সেটা জিজ্ঞেস করা এবং তিনি যদি কোন ভুল তথ্য জেনে থাকেন তাহলে তাকে সঠিক তথ্য দেওয়া				
৩.	প্রয়োজনীয় তথ্য গুলো গ্রহীতাকে বিস্তারিত বর্ণনা করা				
	এটা কিভাবে কাজ করে				
	কার্যকারিতা				
	সুবিধা				
	অসুবিধা				
	সতর্কতা				
	সাধারণ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং বিপদ লক্ষণসমূহ				
	এটা এইডস বা যৌনরোগ সংক্রমণে প্রতিরোধ করে না প্রয়োজনে দ্বৈত পদ্ধতি ব্যবহার বা কনডম ব্যবহারে উৎসাহিত করা				
	জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি ইনজেকশন নেবার ফলে গ্রহীতার কি কি হতে পারে যেমন মাসিকের পরিবর্তন এবং গ্রহীতা এই পদ্ধতি সম্পর্কে সঠিক বুঝেছেন কিনা সেটা নিশ্চিত করতে পুনরায় তাকে নির্দেশনা সম্পর্কে বলা				
৪.	শারীরিক পরীক্ষা করা				
	ওজন মাপা				
	রক্তচাপ মাপা				
	সম্পূর্ণ স্তন পরীক্ষা করা এবং গ্রহীতা নিজে কিভাবে পরীক্ষা করবেন তা শিখিয়ে দেয়া				
৫.	ইনজেকশন গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণ বিবরণী পূরণ করা ও অবহিত সম্মতি পত্রে স্বাক্ষর নেয়া				
৬.	ডিএমপিএ প্রয়োগের নিয়মাবলী				
	মেয়াদের তারিখ নিশ্চিত করা				
	ভালভাবে হাত ধুয়ে নেয়া				

ডিএমপিএর ভায়াল দুই আঙ্গুলের মধ্যে লম্বালম্বি রেখে হালকাভাবে ঝাঁকিয়ে নেয়া (সাবকিউটিনিয়াস ডিএমপিএ পূর্ব থেকেই পরিপূর্ণ থাকে)				
ইনজেকশনের স্থানটি এন্টিসেপটিক তুলার সাহায্যে মুছে নেওয়া এবং শুকিয়ে যাওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করা				
সিরিঞ্জে ঔষধ তুলে লক্ষ্য করা যাতে ঔষধের পরিমাণ ১ মি.লি. এর কম না হয় (সাবকিউটিনিয়াস ডিএমপিএ ১০৪ মি.গ্রা./ ০.৬৫ মি.লি. মেড্রোক্সি প্রজেস্টেরন অ্যাসিটেট এর জীবাণুমুক্ত জলীয় সাসপেনশন)				
ডেল্টয়েড/গুটিয়াল মাংশপেশীতে ডিএমপিএ প্রয়োগ করা (সাবকিউটিনিয়াস ডিএমপিএ উরুর সামনের দিকে বা নাভির চারপাশে অথবা বাহুর পেছনে চামড়ার নীচে দেয়া)				
ইনজেকশন প্রয়োগের ক্ষেত্রে সূঁচ ঢুকানোর পর সিরিঞ্জের পিস্টন টেনে রক্তনালীতে যেন সূঁচ না ঢুকে তা নিশ্চিত করা (এডি সিরিঞ্জের ক্ষেত্রে পিস্টন টেনে দেখা যাবে না)				
ইনজেকশনের স্থানটিতে শুধু মাত্র তুলার বল দিয়ে কিছুক্ষণ চাপ দিয়ে রাখা, কোনভাবে ম্যাসাজ করা যাবে না				
ইনজেকশন পুশ করা শেষ হলে নিডলটি বের করে আনা এবং সেফটি বক্সে এ ফেলা				
ময়লা বর্জ্য ফেলার বালতিতে ফেলা (তুলা, প্যাকেট ইত্যাদি)				
গ্রহীতাকে ইনজেকশন নেবার ১২ সপ্তাহ পর পুনরায় আসতে বলা। তাকে একটা নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় দিয়ে জন্মবিবর্তিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতার কার্ড দেয়া				
প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ১৪ দিন আগে বা ২৮ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দেয়া				
ইনজেকশন প্রয়োগের স্থান যদি পেকে যায় বা নির্ধারিত সময়ের ২৮ দিন এর মধ্যে আসতে না পারলে কনডম ব্যবহারের পরামর্শ দেয়া				
যে কোন স্বাস্থ্য সমস্যা দেখা দিলে গ্রহীতাকে স্বাস্থ্য কেন্দ্রে আসতে বলা				
ডিএমপিএ/সাবকিউটিনিয়াস ডিএমপিএ সম্পর্কিত যে কোন তথ্য রেজিস্ট্রারে রেকর্ড করা				
নশ্রভাবে গ্রহীতাকে ধন্যবাদ জানানো।				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

সেশন-২ঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা সম্পর্কে বলতে পারবেন
- জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন

সময় ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৬ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন
 - সেশন ২ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা	১০	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা ব্যবস্থাপনা	২০	ব্রেইন স্টর্মিং ও দলীয় আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৬ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন সেশন ২ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা পড়ুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে দোয়েল ও শালিক এই দুই দলে ভাগ করুন। দোয়েল দলকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং শালিক দলকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর জটিলতা ফ্লিপপেপারে দলে আলোচনা করে লিখতে বলুন। এজন্য উভয় দল ৫ মিনিট সময় নিবে। ৫ মিনিট পর লিখিত ফ্লিপপেপার কক্ষের দেয়ালে লাগিয়ে দিবে।

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা দেখিয়ে উভয় দলের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

গ. ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা ব্যবস্থাপনা (২০ মিনিট)

এবার এইসব পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা কে কে করেছেন সেই অভিজ্ঞতা শেয়ার করতে বলুন।

জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা কিভাবে করবেন তা স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতার সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন-২ঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. তলপেট ভারী ভারী লাগা, ব্যথা অনুভব করা, মাথা ধরা, মানসিক দুশ্চিন্তা: এসব জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর জটিলতা।
২. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের পর ইনজেকশনের জায়গা পেকে গেলেও ইনজেকশনের কার্যকারিতা থাকে।
৩. অতিরিক্ত রক্তস্রাবের চিকিৎসা হিসাবে স্বল্পমাত্রার ১টি করে খাবার বড়ি ২১ দিন খেতে বলতে হবে ও ৩ চক্র চালিয়ে যেতে হবে।
৪. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর গ্রহীতার মানসিক অবসাদ এবং সাথে অবশ্যব, দুর্বলতা, চোখের অসুবিধা ইত্যাদি উপসর্গ কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রজনিত সমস্যাজনিত হলে ইনজেকশন বন্ধ করতে হবে এবং বিকল্প হিসেবে নন-হরমোনাল কোন পদ্ধতি নিতে পরামর্শ দিতে হবে।
৫. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের পর পায়ের পেছনে প্রচণ্ড ব্যথা হওয়া এবং তা কয়েকদিন স্থায়ী হওয়া এই পদ্ধতির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. তলপেট ভারী ভারী লাগা, ব্যথা অনুভব করা, মাথা ধরা, মানসিক দুশ্চিন্তা: এসব জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর জটিলতা। (মি)
সঠিক উত্তর

ছোট খাট সমস্যা যেমন - তলপেট ভারী ভারী লাগা, ব্যথা অনুভব করা, মাথা ধরা, মানসিক দুশ্চিন্তা: এসব জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া

২. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের পর ইনজেকশনের জায়গা পেকে গেলেও ইনজেকশনের কার্যকারিতা থাকে। (মি)
সঠিক উত্তর

জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের পর ইনজেকশনের জায়গা পেকে গেলে ইনজেকশনের কার্যকারিতা থাকে না।

৩. অতিরিক্ত রক্তস্রাবের চিকিৎসা হিসাবে স্বল্পমাত্রার ১টি করে খাবার বড়ি ২১ দিন খেতে বলতে হবে ও ৩ চক্র চালিয়ে যেতে হবে।
(স)

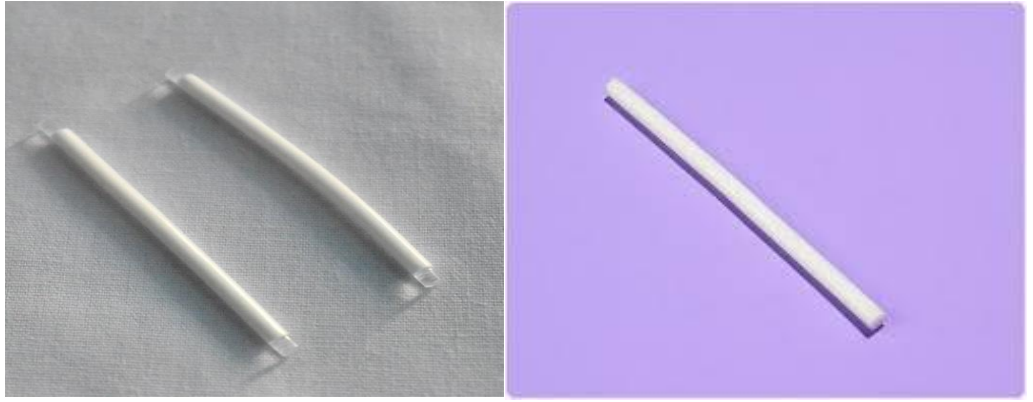
৪. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন এর গ্রহীতার মানসিক অবসাদ এবং সাথে অবশ্যবাব, দুর্বলতা, চোখের অসুবিধা ইত্যাদি উপসর্গ কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রজনিত সমস্যাজনিত হলে ইনজেকশন বন্ধ করতে হবে এবং বিকল্প হিসেবে নন-হরমোনাল কোন পদ্ধতি নিতে পরামর্শ দিতে হবে। (স)

৫. জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের পর পায়ের পেছনে প্রচণ্ড ব্যথা হওয়া এবং তা কয়েকদিন স্থায়ী হওয়া এই পদ্ধতির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া। (মি)

সঠিক উত্তর

জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রয়োগের পর পায়ের পেছনে প্রচণ্ড ব্যথা হওয়া এবং তা কয়েকদিন স্থায়ী হওয়া এই পদ্ধতির জটিলতা।

মডিউল ৭
অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি
ইমপ্ল্যান্ট



সেশন - ১: প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

সেশন - ২: ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ

ব্যবহারিক সেশন: ইমপ্ল্যান্ট প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন - ৩: ইমপ্ল্যান্ট পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ

সেশন - ৪: ইমপ্ল্যান্টের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা

সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- ইমপ্ল্যান্ট কি, কেমন পদ্ধতি, প্রকারভেদ, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা সম্পর্কে বলতে পারবেন
- ইমপ্ল্যান্ট সুবিধা ও অসুবিধা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- ইমপ্ল্যান্ট প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার জন্য কাউন্সেলিং করতে পারবেন

সময় ১ ঘণ্টা ১৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক
 - অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-১ প্রাথমিক ধারণা ও কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ
 - সেশন ১৪.১ বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
 - ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র
- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র /MEC হুইল
- বিভিন্ন ধরনের ইমপ্ল্যান্ট
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- ভিডিও

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	ইমপ্ল্যান্ট কি, কেমন পদ্ধতি, প্রকারভেদ, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	ইমপ্ল্যান্ট সুবিধা ও অসুবিধা	১৫	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের সময়কাল এবং ইমপ্ল্যান্ট প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ	১৫	জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	ইমপ্ল্যান্ট কাউন্সেলিং ও এর উদ্দেশ্য	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, রোল প্লে, উপস্থাপনা ও আলোচনা

চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৭৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-১ প্রাথমিক ধারণা ও কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কী বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

প্রশিক্ষণ কক্ষের এক পাশের দেয়ালে নীল ভিআইপিপি কার্ডে সুবিধা লিখিত ফ্লিপপেপার এবং অপর পাশের দেয়ালে গোলাপী

ভিআইপিপি কার্ডে অসুবিধা লিখিত ফ্লিপপেপার লাগিয়ে রাখুন। মাক্সিং টেপ ছোট ছোট টুকরা করে হোয়াইট বোর্ড/ ইজেল বোর্ড দুই কিনারায় লাগিয়ে রাখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিক্ষণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট -বিভিন্ন ধরনের ইমপ্ল্যান্ট

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট কিভাবে কাজ করে

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট এর কার্যকারিতা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট এর সুবিধা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট এর অসুবিধা

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করার উপযুক্ত সময়

স্লাইড-৮/ ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে কখন ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে না

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ এর কাউন্সেলিং এ করণীয়

স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

রোল প্লে: ইমপ্ল্যান্ট কাউন্সেলিং

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. ইমপ্ল্যান্ট কি, কেমন পদ্ধতি, প্রকারভেদ, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা (১০ মিনিট)

ইমপ্ল্যান্ট কি, কত প্রকার, বাংলাদেশে কোন কোন ব্রান্ডের ইমপ্ল্যান্ট পাওয়া যায়, কিভাবে কাজ করে এবং এসবের মেয়াদকাল সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন।

এ পর্যায়ে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে যে তথ্য দিবেন---

ইমপ্ল্যান্ট শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, যা মহিলাদের বাহুতে চামড়ার নীচে স্থাপন করা হয়।

৩ থেকে ৫ বছর মেয়াদি; এই পদ্ধতির কার্যকারিতার সময় নির্ভর করে রডের সংখ্যা এবং হরমোনের ধরনের উপর। ইমপ্ল্যান্ট প্লাস্টিক বা সিলিকন রাবারের তৈরি এক বা একাধিক ক্যাপসুল বিশিষ্ট ডিভাইস, যার ভিতরে কৃত্রিম প্রোজেস্টিন থাকে। চামড়ার নিচে স্থাপনের পর পর ক্যাপসুলের গায়ের অসংখ্য আণুবীক্ষণিক ছিদ্র দিয়ে নির্দিষ্ট মাত্রায় প্রোজেস্টিন নিঃসৃত হতে থাকে।

২০০৯ সালে বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে ৩ বছর মেয়াদি এক রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যানন ব্যবহার শুরু হয়। ২০১৬ সাল থেকে ইমপ্ল্যানন এর মতই ৩ বছর মেয়াদি এক রড বিশিষ্ট অত্যাধুনিক ইমপ্ল্যানন এনএক্সটি ব্যবহার শুরু হয়েছে। ৫ বছর মেয়াদি দুই রডবিশিষ্ট জ্যাডেল বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে ২০১১ সালে অন্তর্ভুক্ত হয়েছে এবং বর্তমানে সরকারি ও বেসরকারিভাবে এর ব্যবহার চলছে। এছাড়াও বাংলাদেশে দুই রডবিশিষ্ট সাইনো-ইমপ্ল্যান্ট (II)-এর ট্রায়াল সফলতার সাথে সম্পন্ন হয়েছে এবং বর্তমানে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে চলমান আছে।

বিভিন্ন প্রকার ইমপ্ল্যান্ট দেখান এবং স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট -বিভিন্ন ধরনের ইমপ্ল্যান্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন। স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট কিভাবে কাজ করে ও স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট এর কার্যকারিতা দেখান।

গ. ইমপ্ল্যান্ট এর সুবিধা ও অসুবিধা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের প্রত্যেককে একটি করে নীল ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ড, একটি মার্কার দিন। প্রত্যেককে নীল ভিআইপিপি কার্ডে ইমপ্ল্যান্টের একটি সুবিধা ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ডে ইমপ্ল্যান্টের একটি অসুবিধা লিখতে বলুন। লিখিত ভিআইপিপি কার্ড সংগ্রহ করে খালি ফ্লিপপেপারে মাষ্কিং টেপ দিয়ে সাঁটিয়ে দিন।

এবার স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট এর সুবিধা ও স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট এর অসুবিধা দেখিয়ে দিবেন এবং প্রশিক্ষার্থীদের ধারনার সাথে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট-৫ ও ৬ এর মিল আছে সেটা বলুন। প্রশিক্ষার্থীদেরকে ধন্যবাদ দিন। (কিছু সুবিধা ও অসুবিধা স্লাইডে আছে যেগুলো কোন প্রশিক্ষার্থী উল্লেখ করেন নাই; প্রশিক্ষক সেই সুবিধা ও অসুবিধাগুলো আলোচনা করে বুঝিয়ে বলবেন।)

ঘ. ইমপ্ল্যান্ট প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন কোন সময়ে গ্রহীতাকে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করা যায়; তাদের উত্তর ফ্লিপপেপারে লিখুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করার উপযুক্ত সময় দেখিয়ে দিন।

প্রশিক্ষার্থীদেরকে পূর্বে আলোচিত বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা এবং উপযুক্ততার টেবিল প্রশিক্ষার্থী হ্যান্ডবুক থেকে বের করতে বলুন। নির্দেশিকা ও উপযুক্ততার টেবিল থেকে ইমপ্ল্যান্ট-এর স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থা আলোচনা করুন। MEC হুইল এর ব্যবহার প্রশিক্ষার্থীদের বুঝিয়ে দিন।

এরপর গ্রহীতাকে কখন ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে না সেগুলো একনজরে স্লাইড-৮/ ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে দিন।

ঙ. ইমপ্ল্যান্ট কাউন্সেলিং ও এর উদ্দেশ্য (২০ মিনিট)

ইমপ্ল্যান্ট কাউন্সেলিং এর সময় কোন কোন বিষয়ে গ্রহীতাকে ধারণা দিতে হবে সেসম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

স্লাইড-৯/ ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট এর কাউন্সেলিং এ করণীয় দেখিয়ে আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষার্থীদের তিন জনের একটি করে দল গঠন করুন। এবার প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীকে একটি রোল প্লে কেস শীট, ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র এবং ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট দিন ও পড়তে বলুন।

প্রথমে একটি দলের ১ম জন কাউন্সেলর, ২য় জন গ্রহীতা ও ৩য়জন পর্যবেক্ষক হবেন। প্রথমজন; দ্বিতীয়জনকে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ এর জন্য কাউন্সেলিং করবেন; ৩য়জন ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন। এরপর ২য়জন কাউন্সেলিং করবেন ৩য়জনকে এবং ২য়জন চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন। এভাবে দলের সবাই ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং এর জন্য রোল প্লে করবেন। প্রথম দলের রোল প্লে অনুশীলন বাকি দলের সবাই দেখবে। প্রথম দলের রোল প্লে শেষ করার পর বাকি দলে একইভাবে কাউন্সেলিং রোল প্লে অনুশীলন চলবে; এইসময় প্রথম দল ও প্রশিক্ষক তাদের সহযোগিতা করবে।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন-১ঃ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ইমপ্ল্যান্ট শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, যা মহিলাদের বাহুতে মাংশপেশীতে স্থাপন করা হয়।
২. বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলারা, যাদের কমপক্ষে একটি জীবিত সন্তান আছে; তারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।
৩. নববিবাহিত মহিলাও ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।
৪. ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কে গ্রহীতার কোন ভয়-ভীতি বা ভুল ধারণা থাকলে তার ওপর বিস্তারিত আলোচনার মাধ্যমে সেই ভয়-ভীতি দূর করা এবং সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করা কাউন্সেলিং এর উদ্দেশ্য।
৫. ইমপ্ল্যান্ট প্রদানের পূর্বে ইচ্ছুক গ্রহীতার ব্যক্তিগত, প্রজনন ও মেডিক্যাল ইতিহাস এবং শারীরিক পরীক্ষা করতে হবে। উক্ত ইতিহাস ও শারীরিক পরীক্ষার প্রাপ্ত বিষয়গুলো “ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণেচ্ছুক পূর্ণবিবরণী ও বাছাইকরণ ফরম” -এ লিপিবদ্ধ করতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. ইমপ্ল্যান্ট শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, যা মহিলাদের বাহুতে মাংশপেশীতে স্থাপন করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যান্ট শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, যা মহিলাদের বাহুতে চামড়ার নীচে স্থাপন করা হয়।

২. বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলারা, যাদের কমপক্ষে একটি জীবিত সন্তান আছে; তারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

জীবিত সন্তান থাক বা না থাক, বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।

৩. নববিবাহিত মহিলাও ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন। (স)

৪. ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কে গ্রহীতার কোন ভয়-ভীতি বা ভুল ধারণা থাকলে তার ওপর বিস্তারিত আলোচনার মাধ্যমে সেই ভয়-ভীতি দূর করা এবং সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করা কাউন্সেলিং এর উদ্দেশ্য। (স)

৫. ইমপ্ল্যান্ট প্রদানের পূর্বে ইচ্ছুক গ্রহীতার ব্যক্তিগত, প্রজনন ও মেডিক্যাল ইতিহাস এবং শারীরিক পরীক্ষা করতে হবে। উক্ত ইতিহাস ও শারীরিক পরীক্ষার প্রাপ্ত বিষয়গুলো “ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণবিবরণী ও বাছাইকরণ ফরম” -এ লিপিবদ্ধ করতে হবে। (স)

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র

প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জানতে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০ = প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
ক.	গ্রহীতার সাথে সুসম্পর্ক স্থাপন এবং কার্যকরী যোগাযোগ করা				
	গ্রহীতাকে আন্তরিকতা এবং সম্মান এর সাথে স্বাগত জানানো				
	গ্রহীতাকে সালাম দেয়া এবং বসতে বলা				
	গ্রহীতার নাম জানতে চাওয়া, তার নাম ধরে ডাকা এবং নিজের পরিচয় দেয়া				
	গ্রহীতার ব্যক্তিগত তথ্য নিশ্চিত করা (নাম, ঠিকানা ইত্যাদি)				
	প্রয়োজনে তার বাসায়/বাড়িতে যেতে পারবেন কিনা তা নিশ্চিত করা				
	গ্রহীতার সকল কথায় মনোযোগ দিচ্ছেন শরীরের অঙ্গপ্রত্যঙ্গের মাধ্যমে সেটা প্রকাশ করা, বিচারিক মনোভাব পরিহার করা				
	কথা বলার সময় এবং শোনার সময় গ্রহীতার দিকে তাকানো				
	গ্রহীতা বুঝতে পারে এরকম সহজ সাধারণ ভাষা ব্যবহার করা ও স্পষ্ট উচ্চারণে পরিষ্কার করে কথা বলা				
	প্রশ্ন করার বিশেষ পদ্ধতি অবলম্বন করা (খোলা বা বন্ধ প্রশ্নাবলি)				
	গ্রহীতার কথা গুরুত্ব সহকারে মনোযোগ দিয়ে শোনা ও তার কথাটাই নিজের মতো করে পুনরায় বলা যেন তার কথারই প্রতিফলন ঘটে				
	গ্রহীতার অনুভূতি সম্পর্কে জানতে চাওয়া ও সহমর্মিতা দেখানো				
	গ্রহীতাকে কথা বলতে উৎসাহিত করা এবং তার প্রশ্নের উত্তর দিয়ে তার সম্মতি গ্রহণ করা				
	এইখানে গ্রহীতা কি সেবা পাবে এবং কি প্রক্রিয়ায় সেবা পাবে তা ব্যাখ্যা করা				
	যোগাযোগ উপকরণ সঠিকভাবে ব্যবহার করা				
	প্রয়োজনীয় তথ্য নথীভুক্ত করা				
খ.	গ্রহীতার চাহিদা নিরূপণ করা				
	গ্রহীতার ব্যক্তিগত সকল তথ্য গোপন রাখা হবে বলে নিশ্চিত করা				
	গ্রহীতা কি সেবা নিতে চান তা জানতে চাওয়া ও তার প্রশ্নের উত্তর দেয়া				
	পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ ও প্রজনন সেবা সম্পর্কে সেবা গ্রহীতা কী জানেন তা বোঝার চেষ্টা করা				
	এই সেবাকেন্দ্রের সেবা সমূহ এবং পরিবার পরিকল্পনার সেবা সম্পর্কে জানানো				
	গ্রহীতার পারিপার্শ্বিকতা, আর্থ-সামাজিক অবস্থা, বৈবাহিক সম্পর্ক, স্বামীর সাথে মেলামেশা ও চাহিদা যাচাই করা				
	গ্রহীতার বর্তমানে, ভবিষ্যতের প্রজনন লক্ষ্য এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির চাহিদা যাচাই করা				
	যৌনরোগের ঝুঁকি যাচাই করা ও তা প্রতিরোধে করণীয় সম্পর্কে বলা				

গ.	গ্রহীতার সিদ্ধান্ত গ্রহণ				
	গ্রহীতার চাহিদা অনুসারে তথ্য দেয়া				
	গ্রহীতার পূর্বের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানা এবং পূর্বের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে আলোচনা করা				
	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সুবিধা ও দুই সন্তানের মধ্যে স্বাস্থ্যসম্মত বিরতি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
	গ্রহীতার বা তার স্বামীর জন্য উপযুক্ত পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির তথ্য দেয়া				
	গ্রহীতার প্রশ্ন বা উদ্বেগের উত্তর দেয়া				
	গ্রহীতার অবহিত সম্মতির জন্য সাহায্য করা				
	গ্রহীতা ও তার স্বামী/স্ত্রী কি আরো সন্তান নিতে আগ্রহী, কতদিনের মধ্যে সন্তান নিতে চান তা জানতে চাওয়া				
	কোনো পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে কি মনোভাব বা ধর্মীয় বিশ্বাস যা যাচাই করে তার জন্য উপযুক্ত পদ্ধতি নির্বাচন করা				
	প্রত্যেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
	প্রত্যেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সুবিধা/অসুবিধা ও ঝুঁকি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
	গ্রহীতার প্রশ্ন বা উদ্বেগের উত্তর দেয়া				
	গ্রহীতার পছন্দনীয় পদ্ধতি সম্পর্কে মতামত জানতে চাওয়া				
ঘ.	গ্রহীতা ইমপ্ল্যান্ট পছন্দ করেছেন				
	জিজ্ঞেস করুন: গ্রহীতা ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কে কতটুকু জানেন; ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কে তিনি যা যা জানেন তার মধ্যে যেসব ভ্রান্ত ধারণা আছে বা ভুল কথা শুনেছেন সেগুলো শোনা ও সঠিক তথ্য দেওয়া ও ভ্রান্ত ধারণা দূর করার চেষ্টা করা				
	ইতোপূর্বে ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করে থাকলে সেই অভিজ্ঞতা শোনা				
	গ্রহীতার হাতে একটি ইমপ্ল্যান্ট দেওয়া ও দেখতে বলা; কোন প্রশ্ন করলে উত্তর দেওয়া				
	ইমপ্ল্যান্ট এর ছবি দেখিয়ে এর সম্পর্কে তথ্য দেওয়া; যেমনঃ <ul style="list-style-type: none"> • মাসিক চক্রের যেকোন সময় প্রয়োগ করা যায় • কত বছর মেয়াদী • যেকোন সময় খুলে ফেলা যায় • খুলে ফেলার পর পরই গর্ভধারণ করা যায় • যাদের কোন সন্তান নাই কিংবা সন্তানকে বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন তাদের জন্য কার্যকরী 				
	গ্রহীতাকে আশ্বস্ত করা, তিনি চাইলে যে কোন সময়ে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে পারবেন।				
	ইমপ্ল্যান্টের সুবিধা ও অসুবিধা ব্যাখ্যা করা; জন্মনিয়ন্ত্রনের পাশাপাশি অন্যান্য সুবিধা ব্যাখ্যা করা				

ইমপ্ল্যান্ট এইডস বা যৌনরোগ সংক্রমণ প্রতিরোধ করে না, প্রয়োজনে কনডম ব্যবহারের পরামর্শ দেয়া				
ইমপ্ল্যান্ট কিভাবে কাজ করে -ব্যাখ্যা করা				
ইমপ্ল্যান্টের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে বিস্তারিত বলা, এগুলোর কোনটাই ক্ষতিকর না এবং সহজেই মানিয়ে নেওয়া যায় তা বুঝিয়ে বলা				
সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কোনটাই ক্ষতিকর না এবং সহজেই মানিয়ে নেওয়া যায়, কিছুদিন (২-৩ মাসের মধ্যে) পরে অধিকাংশ এমনি এমনি ভালো হয়ে যায়, কিছু কিছু সামান্য ব্যবস্থাপনার প্রয়োজন হয়, তা বুঝিয়ে বলা				
ইমপ্ল্যান্ট কিভাবে গ্রহীতাকে পরানো হবে তা বুঝিয়ে বলা				
গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা জানতে চাওয়া ও উত্তর দেওয়া				
গ্রহীতা গর্ভবতী কিনা তা নিশ্চিত হওয়া। (সে অনুযায়ী কাজ করা)				
MEC হুইল ব্যবহার করে গ্রহীতা ইমপ্ল্যান্ট নেবার উপযুক্ত কিনা নিশ্চিত করা				
গ্রহীতাকে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পূর্বে বাছাইকরণের জন্য কিছু প্রশ্ন করবেন এবং তার শারীরিক পরীক্ষা করা হবে তা বলা				
গ্রহীতার ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী পূরণ করা				
গ্রহীতাকে অবহিত সম্মতি পত্র পড়তে দেয়া। গ্রহীতা পড়তে না পারলে তাকে পড়ে শোনানো। অবহিত সম্মতি পত্রে স্বাক্ষর/ বৃদ্ধাপুলের ছাপ নেয়া।				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

সেশন-২ঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের স্থান, প্রয়োজনীয় উপকরণ এবং পূর্ব প্রস্তুতি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের ধাপ সমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- ইমপ্ল্যান্ট খোলার প্রয়োজনীয় উপকরণ ও ধাপ সমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক
 - অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন ২ প্রয়োগ ও অপসারণ
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
 - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় এমএসআর
- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- বিভিন্ন ধরনের ইমপ্ল্যান্ট- সাইনো ইমপ্ল্যান্ট II, ইমপ্লানন এনএক্সটি, ইমপ্লানন ক্লাসিক ও জ্যাডেল
- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ এর ভিডিও
- বাহুর মডেল
- প্রয়োগ ও খোলার জন্য যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের স্থান, প্রয়োজনীয় উপকরণ এবং পূর্ব প্রস্তুতি	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের ধাপ সমূহ	৩০	ভিডিও প্রদর্শন হাতে-কলমে প্রদর্শন ও আলোচনা
ঘ.	ইমপ্ল্যান্ট খোলার প্রয়োজনীয় উপকরণ ও ধাপ সমূহ	৩০	ব্রেইন স্টর্মিং, ভিডিও প্রদর্শন হাতে-কলমে প্রদর্শন ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৯০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-২ঃ প্রয়োগ ও অপসারণ পড়ুন।

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিবি বলবেন তা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও খোলার প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহ একটি ট্রে-তে রাখুন।

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও খোলার ভিডিও সমূহ প্রদর্শনের উপযোগী আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট খোলার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: একরড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের ধাপসমূহ

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের ধাপসমূহ

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: ইমপ্ল্যান্ট খোলার ধাপসমূহ

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের স্থান, প্রয়োজনীয় উপকরণ এবং পূর্ব প্রস্তুতি (১৫ মিনিট)

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের স্থান সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। মাল্টিমিডিয়ার সাহায্যে স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম দেখিয়ে চিনিয়ে দিন। ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় এমএসআর পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল থেকে পরিচিত করিয়ে দিন।

প্রয়োগ পূর্ব প্রস্তুতি সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে আলোচনা করুন।

গ. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ধাপ সমূহ (৩০ মিনিট)

প্রয়োগ স্থানের এনাটমি, সঠিকভাবে প্রয়োগ না হলে তার সমস্যা বিষয়ক ভিডিও প্রদর্শন ও আলোচনা করুন। ভিডিও-এর সাহায্যে এক রড ও দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের ধাপসমূহ প্রদর্শন ও আলোচনা করুন। নীচের স্লাইডগুলো দেখিয়ে আলোচনা করুন ও বুঝিয়ে দিন।

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: একরড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের ধাপসমূহ

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের ধাপসমূহ

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট দেখিয়ে দিন

ঘ. ইমপ্ল্যান্ট খোলার প্রয়োজনীয় উপকরণ ও ধাপ সমূহ (৩০ মিনিট)

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট খোলার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম দেখিয়ে বর্ণনা করুন।

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: ইমপ্ল্যান্ট খোলার ধাপসমূহ স্লাইড/ভিডিও-এর সাহায্যে দেখিয়ে আলোচনা করুন।

একরড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ চেকলিস্ট এবং দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ চেকলিস্ট দেখিয়ে দিন

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন-২ঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ইমপ্ল্যান্ট সাধারণত বাম হাতের কনুই এর ভাঁজ (হিউমেরাসের মেডিয়াল এপিকভাইল) থেকে ৮-১০ সেন্টিমিটার উপরে বাহুর বাইরের দিকে প্রয়োগ করা হয়।
২. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের সময় বাইসেপস্ ও ট্রাইসেপস্ পেশির মধ্যবর্তী নীচু অংশটি (Groove) সতর্কতার সাথে পরিহার করতে হবে কারণ এর গভীরে রয়েছে রক্তবাহী নালী (ধমনী ও শিরা) এবং স্নায়ু (নার্ভ)।
৩. ইমপ্ল্যান্ট এনএক্সটিতে রয়েছে অত্যাধুনিক জীবাণুমুক্ত অ্যাপ্লিকেটর যা রডটিকে চামড়ার অধিক গভীরে প্রবেশ করায়।
৪. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের চিহ্নিত স্থানে V আকৃতিতে চামড়ার নীচে ২ মি.লি. ১% লিডোকেইন প্রয়োগ ও ৩-৪ মিনিট অপেক্ষা করা।
৫. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ১০ মি. মি. দূরে অবস্থিত।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. ইমপ্ল্যান্ট সাধারণত বাম হাতের কনুই এর ভাঁজ (হিউমেরাসের মেডিয়াল এপিকন্ডাইল) থেকে ৮-১০ সেন্টিমিটার উপরে বাহুর বাইরের দিকে প্রয়োগ করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যান্ট সাধারণত বাম হাতের কনুই এর ভাঁজ (হিউমেরাসের মেডিয়াল এপিকন্ডাইল) থেকে ৮-১০ সেন্টিমিটার উপরে বাহুর ভিতরের দিকে প্রয়োগ করা হয়।

২. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের সময় বাইসেপস্ ও ট্রাইসেপস্ পেশির মধ্যবর্তী নীচু অংশটি (Groove) সতর্কতার সাথে পরিহার করতে হবে কারণ এর গভীরে রয়েছে রক্তবাহী নালী (ধমনী ও শিরা) এবং স্নায়ু (নার্ভ) (স)

৩. ইমপ্ল্যানন এনএক্সটিতে রয়েছে অত্যাধুনিক জীবাণুমুক্ত অ্যাপ্লিকেটর যা রডটিকে চামড়ার অধিক গভীরে প্রবেশ করায় (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যানন এনএক্সটিতে রয়েছে অত্যাধুনিক জীবাণুমুক্ত অ্যাপ্লিকেটর যা রডটিকে চামড়ার অধিক গভীরে প্রবেশ করা থেকে বিরত রাখে।

৪. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের চিহ্নিত স্থানে V আকৃতিতে চামড়ার নীচে ২ মি.লি. ১% লিডোকেইন প্রয়োগ ও ৩-৪ মিনিট অপেক্ষা করা (স)

৫. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ১০ মি. মি. দূরে অবস্থিত। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ৫ মি. মি. দূরে অবস্থিত।

সেশন-ব্যবহারিকঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রদর্শন ও অনুশীলন

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের ধাপ সমূহ মডেলে ও গ্রহীতায় প্রদর্শন করতে পারবেন
- ইমপ্ল্যান্ট খোলার ধাপ সমূহ মডেলে ও গ্রহীতায় প্রদর্শন করতে পারবেন

সময় ৪ ঘন্টা (১ ঘন্টা মডেলে অনুশীলন ও ৩ ঘন্টা গ্রহীতায় অনুশীলন)

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-২ঃ প্রয়োগ ও অপসারণ
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল অধ্যায়-০৬ ইমপ্ল্যান্ট
 - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় এমএসআর
- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- ইমপ্ল্যানন ভিডিও- সাইনো ইমপ্ল্যান্ট (II), জ্যাডেল ও এনএক্সটি
- বিভিন্ন ধরনের ইমপ্ল্যান্ট- সাইনো ইমপ্ল্যান্ট (II), জ্যাডেল ও ইমপ্লানন এনএক্সটি
- বাহুর মডেল
- প্রয়োগ ও খোলার জন্য যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	ইমপ্ল্যান্ট প্রদর্শন ও অনুশীলন		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও খোলার কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী মডেলে প্রদর্শন	৫০	উপস্থাপনা, ভিডিও প্রদর্শন, হাতে-কলমে প্রদর্শন, পর্যবেক্ষণ, ফিডব্যাক, টিপস প্রদান ও আলোচনা
গ.	প্রশিক্ষক/প্রশিক্ষণার্থী ইমপ্ল্যান্ট দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণ ও গ্রহীতায় অনুশীলন	১৮০	ডেমোনেস্ট্রেশন ও রিটার্ন ডেমোনেস্ট্রেশন সাইমুলেশন
ঘ.	সারসংক্ষেপ	০৫	উপস্থাপনা
		২৪০	

পূর্ব প্রস্তুতি

পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর অধ্যায়-০৬ ইমপ্ল্যান্ট ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-২ঃ প্রয়োগ ও অপসারণ পড়ুন।

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-২ঃ প্রয়োগ ও অপসারণ অনুসরণে নোট রাখুন

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহ একটি ট্রে-তে রাখুন।

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণের ভিডিও সমূহ প্রদর্শনের উপযোগী আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন

অনুশীলনের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক বাহুর মডেল ও প্লাসিবো ইমপ্ল্যান্ট সংগ্রহ করে রাখুন।

ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য গ্রহীতার উপস্থিতি নিশ্চিত করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন।

দক্ষতা মূল্যায়নের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট সংগ্রহ করে রাখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট খোলার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: এক রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের ধাপসমূহ

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের ধাপসমূহ

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - চিত্র: ইমপ্ল্যান্ট খোলার ধাপসমূহ

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও খোলার কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী মডেলে করে দেখাবেন (৫০ মিনিট)

- পূর্ববর্তী সেশনের প্রয়োগ ও অপসারণের বিষয়সমূহ মনে করার জন্য স্লাইড-২-৬/ফ্লিপচার্ট পুনরায় প্রদর্শন করুন
- প্রশিক্ষক ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও প্রয়োগ ও অপসারণের ধাপসমূহ মডেলে প্রদর্শন করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রয়োগ ও প্রয়োগ ও অপসারণের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট সম্পর্কে পরিচিত করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ৩ জন করে দলে ভাগ করুন। প্রত্যেক দলে একটি করে মডেল, প্লাসিবো ইমপ্ল্যান্ট ও প্রয়োজনীয় উপকরণ সরবরাহ করুন এবং অনুশীলন করতে বলুন। এক্ষেত্রে দলের একজন প্রয়োগ ও অপসারণের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট এক একটি ধাপ পড়বেন, ২য়জন মডেলে অনুশীলন করবেন এবং অন্যজন চেকলিস্ট-এর সাহায্যে প্রয়োগ/অপসারণের নিয়ম পর্যবেক্ষণ করবেন এবং ফিডব্যাক দিবেন। এভাবে দলের প্রত্যেকেই মডেলে অনুশীলন করবেন এবং চেকলিস্ট অনুসরণে প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর প্রয়োগ ও অপসারণের দক্ষতা মূল্যায়ন করা হবে
- প্রশিক্ষণার্থীরা সঠিক নিয়মে প্রয়োগ ও অপসারণের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট অনুসরণ করে মডেলে অনুশীলন করতে পারছেন কিনা প্রশিক্ষক তা পর্যবেক্ষণ করবেন, ফিডব্যাক/টিপস দিবেন এবং প্রয়োজনে হাতে কলমে করে দেখাবেন।

গ. প্রশিক্ষক/প্রশিক্ষার্থী ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণের কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট অনুসরণ করবেন ও গ্রহীতায় অনুশীলন (১৮০ মিনিট)

- গ্রহীতাকে সঠিকভাবে কাউন্সেলিং, বাছাইকরণ ও অবহিত সম্মতি গ্রহণ করা হয়েছে তা নিশ্চিত করুন।
- প্রশিক্ষণের বিষয়টি গ্রহীতাকে অবহিত করুন এবং তার সম্মতি নিন।
- গ্রহীতায় ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করে প্রশিক্ষার্থীদেরকে দেখান।
- যে সকল প্রশিক্ষার্থী মডেলে সফলভাবে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করতে পেরেছেন তাদেরকে প্রশিক্ষকের উপস্থিতিতে গ্রহীতায় ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করতে বলুন। প্রয়োগে কোন সমস্যা হলে তাৎক্ষণিক তা প্রশিক্ষক ঠিক করে দিবেন। উল্লেখ্য, গ্রহীতার উপস্থিতিতে প্রশিক্ষার্থীদের কোন অদক্ষতা সম্পর্কিত কোন ফিডব্যাক প্রদান করা যাবে না।
- প্রশিক্ষার্থীরা সঠিকভাবে প্রয়োগ করতে পারছেন কিনা তা চেকলিস্ট অনুসরণে মূল্যায়ন করুন এবং ফিডব্যাক দিন। প্রয়োজনে পুনরায় ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ প্রদর্শন করুন এবং প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়ন করুন।
- প্রয়োগের মতো ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের ক্ষেত্রেও একই নিয়ম অনুসরণ করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ (৫ মিনিট)

সেশনের উদ্দেশ্য পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষণার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষণার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষণার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জানতে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষণার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০ = প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষণার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষণার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষণার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষণার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের প্রস্তুতি				
	গ্রহীতা তার বাহু ভাল করে ধুয়েছে কি না তা পরীক্ষা করে দেখা				
	বাহুর ভেতরের দিকে কনুয়ের ভাঁজ থেকে ৮-১০ সে.মি. উপরে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ করার জন্য স্থান চিহ্নিত করা				
	ভালভাবে হাত ধোয়ার পরে শুকিয়ে নিতে হবে				
	ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পূর্বেই সকল আনুষঙ্গিক বিষয়ও জিনিসপত্র জীবাণুমুক্ত করে নিতে হবে				
	গ্রহীতা অবহিত সম্মতিপত্রে স্বাক্ষর করেছেন কিনা তা নিশ্চিত হতে হবে				
	সার্জিক্যাল হ্যান্ডস্ক্রাব করে ভালভাবে হাত শুকিয়ে জীবাণুমুক্ত গ্লাভস পরে নিতে হবে				
	ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের জায়গায় দুইবার অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে পরিষ্কার করতে হবে				
	নির্দিষ্ট প্রয়োগস্থান এন্টিসেপটিক সলিউশন দিয়ে পরিষ্কার করে ছিদ্রযুক্ত একটি ড্রেপিং শীট দিয়ে ঢেকে দিতে হবে				
২.	এক রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের ধাপসমূহ				
	প্রয়োগের স্থান চিহ্নিত ও জীবাণুমুক্ত করার পর ছিদ্রযুক্ত ড্র্যাপিং দিয়ে ঢেকে চামড়ার নিচে ২ মি. লি. ১% লিডোকেইন প্রয়োগ করে ৩/৪ মিনিট অপেক্ষা করা				
	জীবাণুমুক্ত উপায়ে প্যাকেট থেকে ইমপ্ল্যান্ট এনএক্সটি বের করা এবং অ্যাপ্লিকেটের এর খাঁজকাটা অংশে বৃদ্ধাঙ্গুল ও তর্জনী দিয়ে ধরা স্বচ্ছ সুরক্ষা ক্যাপটি আনুভূমিকভাবে বাইরের দিকে স্লাইড করে বের করা সূঁচের অগ্রভাগে ইমপ্ল্যান্টটি দেখা দাঁড়িয়ে নিচের দিকে না তাকিয়ে বরং বসে সেবাদানকারীকে পাশ থেকে দেখা				
	সেবাদানকারীকে তার মুক্ত হাত দিয়ে চামড়ার বিপরীত দিকে আর্কষণ প্রয়োগ করে/চামড়া টান টান করে ধরে সূঁচটিকে ৩০ ডিগ্রি কোণ করে ঢোকানো				
	সূঁচ দিয়ে চামড়া ছিদ্র হওয়ার পর, অ্যাপ্লিকেটটি চামড়ার সাথে আনুভূমিক ভাবে (শূন্য ডিগ্রি কোণে) ধরা এবং সূঁচ দিয়ে চামড়া একটু উঁচু করে সম্পূর্ণ সূঁচটি চামড়ার নিচে স্লাইড করে ঢুকানো সূঁচটি চামড়ার নিচে সম্পূর্ণ প্রবেশ করার আগে কোনভাবেই বেগুনী স্লাইডারটি হাত দিয়ে স্পর্শ না করা				

	সূঁচটি চামড়ার নিচে পুরোপুরি প্রবেশ করলে অ্যাপ্লিকেটরটি প্রয়োগের স্থান স্থির রেখে, চিকিৎসক তার তর্জনী দিয়ে বেগুনী স্লাইডারটি নিচের দিকে এবং পেছনের দিকে ঠেলেতে থাকবেন যতক্ষণ পর্যন্ত এটি লক না হয় বেগুনী স্লাইডারটি লক না হলে ইমপ্ল্যান্ট সঠিক ভাবে স্থাপিত হবে না				
	এই পর্যায়ে সূঁচটি অ্যাপ্লিকেটরের ভেতর প্রবেশ করবে এবং অ্যাপ্লিকেটরটি প্রয়োগের স্থান থেকে সরিয়ে ফেলতে হবে ইমপ্ল্যান্টটি তৎক্ষণাৎ হাত দিয়ে অনুভব করে নিশ্চিত করা তা যথাযথভাবে স্থাপন করা হয়েছে কিনা এবং অ্যাপ্লিকেটর সূঁচটি পরীক্ষা করে নিশ্চিত করা যে ইমপ্ল্যান্ট ভেতরে রয়ে যায়নি				
৩.	দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ প্রক্রিয়া				
	চিহ্নিত স্থানে V আকৃতিতে চামড়ার নীচে ২ মি.লি. ১% লিডোকেইন প্রয়োগ ও ৩-৪ মিনিট অপেক্ষা করা				
	স্কালপেল দিয়ে অবশ্যকৃত স্থানের চামড়ায় ২ মি.মি পরিমাণ ইনসিশন দেয়া				
	ট্রকারের সূঁচালো মাথা চামড়ার ছিদ্র দিয়ে প্রবেশ করানো				
	এরপর চামড়া একটু উপরে টেনে তুলে ট্রকার একটু কোনাকুনি রেখে প্রথম দাগ পর্যন্ত প্রবেশ করানো				
	এরপর প্লানজারটি বের করে বৃদ্ধাঙ্গুলি দিয়ে ট্রকারটি চেপে ধরে ১ টি ইমপ্ল্যান্ট ট্রকারে লোড করা				
	ইমপ্ল্যান্টটি প্লানজার দিয়ে সামনের দিকে ঠেলেতে হবে যতক্ষণ পর্যন্ত বাধা না পায়। তবে প্লানজার কখনও জোর দিয়ে ঠেলা যাবে না				
	এবার প্লানজারটি স্থির করে ধরে রেখে ট্রকারটি ২য় দাগ পর্যন্ত বের করে চামড়ার নিচে ইমপ্ল্যান্টটি স্থাপন করা এ পর্যায়ে চামড়ার নিচে স্থাপিত ইমপ্ল্যান্টটি হাত দিয়ে অনুভব করে দেখা ২য় ইমপ্ল্যান্টটি প্রয়োগ না করা পর্যন্ত ট্রকার পুরোপুরি বের না করা				
	এরপর প্রথম ইমপ্ল্যান্টটি এক হাতের তর্জনী ও মধ্যমা দিয়ে চেপে ধরে প্রথম ইমপ্ল্যান্টের সাথে ৩০ ডিগ্রি কোণ করে ঠিক একই কায়দায় দ্বিতীয় ইমপ্ল্যান্টটি স্থাপন করা				
	ইমপ্ল্যান্ট দুটি সঠিকভাবে স্থাপন করা হয়েছে কি না তা হাত দিয়ে অনুভব করা				
	ইমপ্ল্যান্ট দুটি এমন ভাবে স্থাপন করা যেন এগুলির নিকটবর্তী প্রান্ত ইনসিশনের থেকে অন্তত ৫ মি. মি দূরে থাকে				
	সতর্কতার সাথে ট্রকার টি বের করে আনা এবং ইনসিশনের উপর তুলো/গজ রেখে আঙ্গুল দিয়ে ১ মিনিট চেপে ধরা যাতে কোন রক্ত বের না হয়				

8.	প্রয়োগ পরবর্তী করণীয়				
	প্রয়োগ স্থান থেকে রক্তপাত হচ্ছে না তা নিশ্চিত হওয়া				
	প্রয়োগস্থানটিতে ব্যান্ডএইড/টেপ লাগিয়ে জীবাণুমুক্ত গজের সাহায্যে ব্যান্ডেজ করা				
	সিরিঞ্জ, অ্যাপ্লিকেটর/ট্রিকার ক্যানুলা সেফটি বক্সে রাখা				
	গজ, তুলা এবং অন্যান্য বর্জ্যসমূহ ঢাকনায়ুক্ত বর্জ্য ফেলার বালতিতে ফেলা				
	ব্যবহৃত গ্লাভস সঠিক নিয়মে খোলার পর হাত সাবান ও পানিতে পরিষ্কার করে ধুয়ে ফেলা।				
	পরবর্তীতে কখন আসতে হবে তা বলা, নির্দিষ্ট তারিখ লিখে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতা কার্ড দেয়া				
	গ্রহীতার ফাইলে/কার্ডে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের তথ্য নোট করা				
	ঔষধ সরবরাহ: ট্যাবলেট প্যারাসিটামল ১০ টি -১ টি করে দিনে ২/৩ বার ভরা পেটে খেতে বলা				
	গ্রহীতাকে তার সহযোগিতার জন্য ধন্যবাদ জানানো				

এক রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ চেকলিস্ট

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	অপসারণ-পূর্ব পরামর্শ ব্যবস্থা/ কাউন্সেলিং				
	গ্রহীতার ভবিষ্যৎ প্রজনন লক্ষ্য এবং তিনি কি ইমপ্ল্যান্ট অথবা অন্য কোন জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি নিতে চান কিনা জিজ্ঞাসা করা।				
	ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ পদ্ধতি বর্ণনা করা এবং রোগী কি অনুভব করতে পারে তা বুঝিয়ে বলা।				
২.	ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ প্রস্তুতি				
	সকল প্রকার অপসারণ সরঞ্জাম ঠিক আছে কিনা, সঠিক অবস্থানে আছে কিনা এবং ভালোভাবে জীবাণুমুক্ত করা কিনা নিশ্চিত করা।				
	গ্রহীতা ভালভাবে তার হাত ধুয়েছে কি না তা নিশ্চিত করা।				
	একটি পরিষ্কার শুকনো কাপড়ের উপর গ্রহীতার হাতটি রাখুন এবং ইমপ্ল্যান্ট এর অবস্থান নির্ণয় ও চিহ্নিত করা।				
	রডের প্রান্তবিন্দুর অবস্থান এবং চিহ্নিত সংযোগস্থল সঠিকভাবে চিহ্নিত হয়েছে কি-না তা নিশ্চিত করা				
	প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতির দ্রুত প্রস্তুত করা।				
	ভালভাবে হাত ধুয়ে শুকিয়ে নেওয়া।				
	দুই হাতে জীবাণুমুক্ত গ্লাভস পরা।				

	চিহ্নিত স্থানে দুইবার অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে পরিষ্কার করা।				
	জীবাণুমুক্ত সার্জিক্যাল কাপড় বা ড্রাপের উপর হাত রাখা।				
	চামড়া জীবাণুমুক্ত করে রডের প্রান্তে (ক্যাপসুলের শেষ প্রান্তে, কনুইয়ের দিকে) ২ মি.লি ১% লিডোকেইন প্রয়োগ করা।				
	চিহ্নিত স্থানটি অবশ্যই কি-না নিশ্চিত করা।				
	রডের দূরবর্তী প্রান্তে চামড়ায় স্কাপেল দিয়ে ২-৩ সে. মি. ইনসিশন দেওয়া।				
৩.	এক রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ				
	রডের নিকটবর্তী প্রান্তে চাপ দিয়ে ঠেলে দিতে হবে এবং মসকিউটো ফরসেপ দিয়ে ক্যাপসুলটি ধরা।				
	রডটি ফ্যাশাল শীথ দ্বারা আবৃত থাকলে ইনসিশন দিয়ে মসকিউটো ফরসেপের সাহায্যে ইমপ্ল্যান্ট বের করে আনা। প্রয়োজনে U ফরসেপ ব্যবহার করা।				
	ক্ষতস্থানে জীবাণুমুক্ত ড্রেসিং দেওয়া।				
	গ্লাভস খুলে সাবান এবং পানি দিয়ে হাত ভাল করে ধুয়ে ফেলা।				

দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ চেকলিস্ট

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	অপসারণ-পূর্ব পরামর্শ ব্যবস্থা/ কাউন্সেলিং				
	গ্রহীতার ভবিষ্যৎ প্রজনন লক্ষ্য এবং তিনি কি ইমপ্ল্যান্ট অথবা অন্য কোন জন্মানিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি নিতে চান কিনা জিজ্ঞাসা করা।				
	ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ পদ্ধতি বর্ণনা করা এবং রোগী কি অনুভব করতে পারে তা বুঝিয়ে বলা।				
২.	দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ প্রস্তুতি				
	সকল প্রকার অপসারণ সরঞ্জাম ঠিক আছে কিনা, সঠিক অবস্থানে আছে কিনা এবং ভালোভাবে জীবাণুমুক্ত অথবা এইচএলডি করা কিনা নিশ্চিত করা।				
	গ্রহীতা ভালভাবে তার হাত ধুয়েছে কি না তা নিশ্চিত করা।				
	একটি পরিষ্কার শুকনো কাপড়ের উপর গ্রহীতার হাতটি রাখুন এবং ইমপ্ল্যান্ট এর অবস্থান নির্ণয় ও চিহ্নিত করা।				
	রড দুটির প্রান্তবিন্দুর অবস্থান এবং চিহ্নিত সংযোগস্থল সঠিকভাবে চিহ্নিত হয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করা				
	প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতির ট্রে প্রস্তুত করা।				
৩.	দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ				
	ভালভাবে হাত ধুয়ে শুকিয়ে নেওয়া।				

দুই হাতে জীবাণুমুক্ত গ্লাভস পরা।				
চিহ্নিত স্থানে দুইবার অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে পরিষ্কার করা।				
জীবাণুমুক্ত সার্জিক্যাল কাপড় বা ড্রাপের উপর হাত রাখা।				
চামড়া জীবাণুমুক্ত করে রডের প্রান্তে (ক্যাপসুলের শেষ প্রান্তে, কনুইয়ের দিকে) ২ মি.লি ১% লিডোকেইন প্রয়োগ করা।				
ইনসিশনের পূর্বে চিহ্নিত স্থানটি অবশ্যই হয়েছে কিনা নিশ্চিত করা।				
রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করা, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ৫ মি. মি. দূরে অবস্থিত।				
চামড়ায় স্ফলপেল দিয়ে দুই রডের মাঝে ৪ মি. মি. ভারটিক্যাল করে ইনসিশন দেওয়া।				
ফরসেপ ধরে আন্তে আন্তে ইনসিশন স্থানে রডের কাছাকাছি অবস্থান অনুযায়ী কোণ আকৃতি বা স্থান চিহ্নিত করা				
ইনসিশন দেবার পর রডের প্রান্তে চাপ দিয়ে ঠেলে দেওয়া				
ফরসেপ দিয়ে ক্যাপসুলটি স্পর্শ করতে হবে এবং রডের শেষ প্রান্তে ৫ মি.মি. এ্যঙ্গেল থেকে রড/ ক্যাপসুল টি মসকিউটো ফরসেপ দিয়ে ধরা				
রডটি ফ্যাশাল শিখ দ্বারা আবৃত থাকলে ইনসিশন এর স্থানে জীবাণুমুক্ত গজ দিয়ে পরিষ্কার করা যাতে ক্যাপসুলটি দেখা যায় এবং সহজে বের করে আনা যায়				
প্রয়োজনে U ফরসেপ দিয়ে বা মসকিউটো ফরসেপ দিয়ে রডটি ধরা এবং আন্তে আন্তে বের করে আনা।				
ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি সাবান পানিতে ডুবিয়ে রাখা ও অন্যান্য বর্জ্য বালতিতে রাখা				
একই পদ্ধতি অবলম্বন করে দ্বিতীয় রডটি অপসারণ করা				
ক্ষতস্থানে জীবাণুমুক্ত ড্রেসিং দেওয়া				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

সেশন-৩ঃ ইমপ্লান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্লান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং খোলার পর কাউন্সেলিং

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- ইমপ্লান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং করতে পারবেন
- ইমপ্লান্ট প্রয়োগের পর গ্রহীতার সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করার কারণ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- ইমপ্লান্ট প্রয়োগ পরবর্তী ফলোআপ -নিয়মিত ফলোআপে এবং প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয় ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- ইমপ্লান্ট অপসারণের কারণ ও অপসারণ পরবর্তী কাউন্সেলিং করতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্লান্ট
 - সেশন-৩ ইমপ্লান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্লান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং খোলার পর কাউন্সেলিং
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
 - ইমপ্লান্ট গ্রহীতার কার্ড
- ইমপ্লান্ট অপসারণের পর কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শিট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	ইমপ্লান্ট পরবর্তী ফলোআপ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	ইমপ্লান্ট সেবা (প্রয়োগ ও অপসারণ) পরবর্তী কাউন্সেলিং	২০	রোল প্লে, ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	ইমপ্লান্ট গ্রহীতা যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	প্রয়োগ পরবর্তী ফলোআপ: নিয়মিত ফলোআপে এবং প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয়	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-৩ঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং খোলার পর কাউন্সেলিং পড়ুন
ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার কার্ড সংগ্রহ করে রাখুন
পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক সেশন -৩ অনুসরণে নোট রাখুন
পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ
স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিক্ষণ উদ্দেশ্য
স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং
স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতা যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে
স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর ফলোআপ
স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - নিয়মিত ফলোআপে করণীয়
স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয়
স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার কার্ড
স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ করার কারণসমূহ
স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় এবং অপসারণ পরবর্তী কাউন্সেলিং
স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. ইমপ্ল্যান্ট সেবা (প্রয়োগ ও অপসারণ) পরবর্তী কাউন্সেলিং ও এর উদ্দেশ্য (২০ মিনিট)

- ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং এর সময় কোন কোন বিষয়ে গ্রহীতাকে ধারণা দিতে হবে সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট -দেখিয়ে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং এর তথ্য আলোচনা করুন।
- এবার বলুন বিভিন্ন কারণে গ্রহীতা ইমপ্ল্যান্ট খুলতে পারেন; ইমপ্ল্যান্ট খোলার সময় এবং খোলার পরেও গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং করতে হবে; স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ করার কারণসমূহ এবং স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ পরবর্তী কাউন্সেলিং এর তথ্যসমূহ আলোচনা করুন।
- প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং এর সময় কোন কোন বিষয়ে গ্রহীতাকে ধারণা দিতে হবে এবং অপসারণের সময় ও অপসারণ পরবর্তীতে গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং সম্পর্কিত চেকলিস্ট এর সাথে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পরিচিত করিয়ে দিন।

- প্রশিক্ষণার্থীদের তিন জনের একটি করে দল গঠন করুন। একই রকম দুইটি (যদি মোট প্রশিক্ষণার্থীর সংখ্যা ৬ জন হয়) বা তিনটি (যদি মোট প্রশিক্ষণার্থীর সংখ্যা ৯ জন হয়) কিংবা সর্বোচ্চ চারটি (যদি মোট প্রশিক্ষণার্থীর সংখ্যা ১২ জন হয়) দল হতে পারে।
- এবার দল-১ এর প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী রোল প্লে কেস শীট ও ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং চেকলিস্ট দিন ও পড়তে বলুন।
- এবার দল-২ এর প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় ও অপসারণের পরবর্তী রোল প্লে কেস শীট ও ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় ও অপসারণের পরবর্তী কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট দিন ও পড়তে বলুন।
- প্রথমে একটি দলের ১ম জন কাউন্সেলর, ২য় জন ক্লায়েন্ট ও ৩য়জন পর্যবেক্ষক হবেন।
- ১মজন; ২য়জনকে ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের পর কাউন্সেলিং করবেন; ৩য়জন ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের পর কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন। এরপর ২য়জন কাউন্সেলিং করবেন ৩য়জনকে এবং ২য়জন চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন।
- এভাবে দলের সবাই ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের পর কাউন্সেলিং এর জন্য রোল প্লে করবেন। প্রথম দলের রোল প্লে; বাকি দলের সবাই দেখবে;
- প্রথম দলের রোল প্লে শেষ করার পর বাকি দলে একইভাবে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং এবং ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় রোল প্লে অনুশীলন চলবে; এইসময় প্রথম দল ও প্রশিক্ষক তাদের সহযোগিতা করবে।

গ. ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতা যেসব কারনে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে (১০ মিনিট)

- ইমপ্ল্যান্ট পরার পর কি কি সমস্যা হলে গ্রহীতার সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করা প্রয়োজন সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।
- স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - দেখিয়ে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতা যেসব কারনে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে তা আলোচনা করুন।

ঘ. প্রয়োগ পরবর্তী ফলোআপ -নিয়মিত ফলোআপে এবং প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয় (১৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ সিডিউল কয়টা ও কতদিন পর পর তা জিজ্ঞেস করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত ফ্লিপপেপারে লিখুন।
- স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট -দেখিয়ে ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর ফলোআপ ও প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত মিলিয়ে আলোচনা করুন।
- নিয়মিত ফলোআপ ও প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয় সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।
- এরপর স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - নিয়মিত ফলোআপে করণীয় ও স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয় দেখিয়ে আলোচনা করুন।
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে একটি করে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার কার্ড দিন। ৫ মিনিট সময় নিয়ে পড়তে বলুন। ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলো-আপের সিডিউল নিয়ে আলোচনা করুন।

- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে কার্ডটি পূরণ করতে বলুন। মনে করতে বলুন যে তিনি একজন ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতাকে সেবা দিয়েছেন এবং কার্ডটি পূরণ করছেন।
- কার্ডে উল্লেখিত নির্দেশনাসমূহ এবং যে সকল অবস্থায় গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে তা প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পড়তে বলুন।
- স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার কার্ড পূরণ করা কার্ডের নমুনা দেখান। প্রশিক্ষণার্থীগণকে নিজ নিজ পূরণকৃত কার্ডের সাথে মিলিয়ে দেখতে বলুন ও এই সম্পর্কে আলোচনা করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন-৩ঃ ইমপ্লান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্লান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং খোলার পর কাউন্সেলিং
প্রশিক্ষার্থীদের জন্য
সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. প্রত্যেকবার সেবাকেন্দ্রে আসার সময় তথ্য সম্বলিত ফলো-আপ কার্ড সঙ্গে আনতে বলতে হবে।
২. ইমপ্লান্ট স্থাপনের পর বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ১২ ঘন্টা পর খুলে ফেলা যাবে এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজটি ১৫ দিন পর খুলতে হবে; এ সময়ে ক্ষতস্থানে পানি লাগানো যাবে।
৩. ইমপ্লান্ট স্থাপনের পর অতিরিক্ত/অনিয়মিত রক্তস্রাব হলে সেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে।
৪. ইমপ্লান্ট স্থাপনের পর গ্রহীতার খোলার ইচ্ছা প্রকাশ করলে ইমপ্লান্ট খুলে ফেলা যাবে না; কাউন্সেলিং করতে হবে।
৫. ইমপ্লান্ট খোলার পর গর্ভধারণ ক্ষমতা তাড়াতাড়ি ফিরে আসে এবং গ্রহীতা গর্ভবতী হয়ে যেতে পারেন; সুতরাং তিনি যদি বর্তমানে আর কোন সন্তান না চান তাহলে তাকে অন্য কোন জন্মনিরোধক পদ্ধতি ব্যবহার করার জন্য বলতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. প্রত্যেকবার সেবাকেন্দ্রে আসার সময় তথ্য সম্বলিত ফলো-আপ কার্ড সঙ্গে আনতে বলতে হবে। (স)

২. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ১২ ঘন্টা পর খুলে ফেলা যাবে এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজটি ১৫ দিন পর খুলতে হবে; এ সময়ে ক্ষতস্থানে পানি লাগানো যাবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ২৪ ঘন্টা পর খুলে ফেলা যাবে এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজটি ৩-৫ দিন পর খুলতে হবে; এ সময়ে ক্ষতস্থানে পানি লাগানো যাবে না

৩. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর অতিরিক্ত/অনিয়মিত রক্তস্রাব হলে সেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে। (স)

৪. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর গ্রহীতার খোলার ইচ্ছা প্রকাশ করলে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলা যাবে না; কাউন্সেলিং করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর গ্রহীতার খোলার ইচ্ছা প্রকাশ করলে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে।

৫. ইমপ্ল্যান্ট খোলার পর গর্ভধারণ ক্ষমতা তাড়াতাড়ি ফিরে আসে এবং গ্রহীতা গর্ভবতী হয়ে যেতে পারেন; সুতরাং তিনি যদি বর্তমানে আর কোন সন্তান না চান তাহলে তাকে অন্য কোন জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি ব্যবহার করার জন্য বলতে হবে। (স)

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং রোল প্লে কেস শীট

রাশিদার বয়স ৩০ বছর। সে গৃহিনী ও তার স্বামী ব্যবসায়ী। তার তিনটি সন্তান। ছোট ছেলের বয়স আট মাস। রাশিদা আর সন্তান নিতে চায় না। আজকে সে সেবাকেন্দ্রে ইমপ্ল্যান্ট নিয়েছেন। এখন তাকে কি তথ্য দিবেন ও কিভাবে ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং করবেন।

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং

- ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার কার্ড পূরণ করে নির্দেশনাসমূহ বুঝিয়ে দিতে হবে এবং কার্ডটি সংরক্ষণ করতে বলতে হবে
- প্রত্যেকবার সেবাকেন্দ্রে আসার সময় তথ্য সম্বলিত ফলো-আপ কার্ড সঙ্গে আনতে বলতে হবে

উপদেশসমূহ-

- প্রয়োগের পরপরই স্বাভাবিক কাজকর্ম শুরু করা যেতে পারে; তবে প্রয়োগস্থানে চুলকানো, ভারী জিনিস বহন বা অতিরিক্ত চাপ এড়িয়ে চলতে হবে
- গ্রহীতা নিজেই বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ২৪ ঘণ্টা পর খুলে ফেলতে পারবেন এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজ/ ব্যান্ডএইড/ টেপ ৩-৫ দিন পর খুলতে হবে। এ সময়ে ক্ষতস্থানে পানি লাগানো যাবে না
- অ্যানেসথেসিয়ার কার্যকারিতা শেষ হওয়ার পর ব্যথা হতে পারে; এজন্য প্যারাসিটামল ৫০০ মি. গ্রা. ট্যাবলেট ভরা পেটে খেতে হবে
- কয়েকদিন প্রয়োগের স্থান একটু লাল হয়ে থাকতে পারে; এজন্য কোন চিকিৎসার প্রয়োজন হবে না
- রুটিন ফলো-আপ এবং যে সব বিশেষ অবস্থায় মাঠকর্মী বা নিকটস্থ সেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে তা বুঝিয়ে দিতে হবে
- গ্রহীতার ইমপ্ল্যান্ট সংক্রান্ত কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দিতে হবে

ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় ও অপসারণ পরবর্তী কাউন্সেলিং রোল প্লে কেস শীট

তিনি বয়স ২৫ বছর। সে একটি গার্মেন্টসে কাজ করে। তার স্বামী কিছু করে না। তার একটি সন্তান। মেয়ের বয়স চার বছর। মেয়ে হওয়ার একবছর পরই সে ইমপ্ল্যান্ট নিয়েছিলো। ইমপ্ল্যান্ট পরার পর কিছুদিন তার অনিয়মিত মাসিক হতো; এরপর প্রায় ৫-৬ মাস তার মাসিক বন্ধ। বেশ কিছুদিন ধরে তার বমি বমি লাগছে। মাথা ঘোরায় আর দুর্বল লাগে। সেবাপ্রদানকারী শারীরিক পরীক্ষা করেছেন। এখন তিনি দুই মাসের গর্ভবতী। সে আর সন্তান নিতে চায় না।

আজকে সে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলার সিদ্ধান্ত নিয়েছেন। এখন তাকে কি তথ্য দিবেন ও কিভাবে ইমপ্ল্যান্ট খোলার সময় ও খোলার পর কাউন্সেলিং করবেন।

ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের সময় পরামর্শ ব্যবস্থা/ কাউন্সেলিং

- গ্রহীতার ভবিষ্যৎ প্রজনন লক্ষ্য এবং তিনি কি ইমপ্ল্যান্ট বা জ্যাডেল অথবা অন্য কোন জন্মানিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি নিতে চান কিনা জিজ্ঞাসা করুন।
- ইমপ্ল্যান্ট অপসারণ পদ্ধতি বর্ণনা করুন এবং রোগী কি অনুভব করতে পারে তা বুঝিয়ে বলুন।

ইমপ্ল্যান্ট অপসারণের পর কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট

প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্র নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষণার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষণার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষণার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জা তে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষণার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০ = প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষণার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষণার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষণার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষণার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	গ্রহীতাকে বলা প্রথম কয়েকদিন সামান্য ব্যথা করতে পারে এবং লাল ভাব থাকতে পারে				
২.	বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ২৪ ঘন্টা পর খুলে ফেলা যাবে এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজটি ৩-৫ দিন পর খুলতে হবে। এ সময় ক্ষত স্থানে পানি লাগানো যাবে না				
৩.	যদি ক্ষতস্থানে সংক্রমণের লক্ষণ দেখা দেয়, যেমন জ্বর, ফুলে যাওয়া অথবা একটানা ব্যথা, তাহলে স্বাস্থ্য কেন্দ্রে আসতে হবে				
৪.	ইমপ্ল্যান্ট খোলার পর গর্ভধারণ ক্ষমতা তাড়াতাড়ি ফিরে আসে এবং গ্রহীতা গর্ভবতী হয়ে যেতে পারেন। সুতরাং তিনি যদি বর্তমানে আর কোন সন্তান না চান তাহলে অন্য কোন জন্মবিবর্তিকরণ পদ্ধতি ব্যবহার করার জন্য বলা				
৫.	পরবর্তীতে কখন আসতে হবে তা বলা				
৬.	গ্রহীতার কোন প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দেওয়া				
৭.	গ্রহীতাকে তার সহযোগিতার জন্য ধন্যবাদ জানান				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

সেশন-৪ঃ ইমপ্ল্যান্টের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- ইমপ্ল্যান্টের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা বর্ণনা করতে পারবেন
- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতার ব্যবস্থাপনা করতে সেবাদানকারীর করণীয় ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতার ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে বলতে পারবেন

সময় ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৭ ইমপ্ল্যান্ট
 - সেশন-৪ ইমপ্ল্যান্টের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শীট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	ইমপ্ল্যান্টের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা সেবাদানকারীর করণীয়	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা	৩০	জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৭ ইমপ্ল্যান্ট সেশন-৪ ইমপ্ল্যান্টের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপ পেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল

বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কী বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - মাসিকজনিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - গর্ভাবস্থাজনিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগজনিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - অন্যান্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ এবং সেবাদানকারীর করণীয় (১৫ মিনিট)

আলোচনার মাধ্যমে প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনে নিন- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা বলতে কি বুঝায়? এদের মধ্যে পার্থক্য কি?

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সচরাচর স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া, দীর্ঘস্থায়ী কোন সমস্যা না, শরীরের জন্য ক্ষতিকর না, যেকোন পদ্ধতি গ্রহণের প্রথম কিছুদিন স্থায়ী হয় ও ধীরে ধীরে দূর হয়ে যায় বা মানিয়ে নেয়া যায়, সহজেই সমাধান করা যায়; অধিকাংশ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কোন চিকিৎসার প্রয়োজন হয়না হলেও খুবই সহজ কিছু ব্যবস্থা নিতে হয়।

জটিলতা হলো ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণের পর এমন কিছু সমস্যা হয় যার জন্য সাধারণত অতিরিক্ত চিকিৎসার প্রয়োজন হয়, গ্রহীতার শারীরিক ও মানসিক ক্ষতির কারণ হয় এবং অতি দ্রুত জটিলতার ধরন নির্ণয় করতে হয় ও ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হয়, যেমন-

- বিশেষ ঔষধ প্রয়োগ
- পরীক্ষা-নিরীক্ষা করা
- রেফার করা
- পদ্ধতি অপসারণ করা
- অপারেশন করা

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা সবসময়ই যে পদ্ধতি গ্রহণের জন্য হয় তা নয়।

প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতার আলোকে বর্ণনা করতে বলুন, তারা ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার কি কি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতার সম্মুখীন হয়েছেন বা জেনেছেন। সকল গ্রহীতারই যে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া বা জটিলতা হবে তা না এবং প্রত্যেক গ্রহীতার জন্য এটা আলাদা।

প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতার আলোকে বর্ণনা করতে বলুন, তারা ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার কি কি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতার সম্মুখীন হয়েছেন বা জেনেছেন। সকল গ্রহীতারই যে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হবে তা না এবং প্রত্যেক গ্রহীতার জন্য এটা আলাদা। ইমপ্ল্যান্টের ক্ষেত্রে সচরাচর মাসিকজনিত পরিবর্তন দেখা যায়।

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতা যে কোন সমস্যা নিয়ে আসলে সেবাদানকারী হিসাবে আমাদের করণীয় কি হওয়া উচিত তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন, আলোচনা করুন এবং নিচের কথাগুলো বুঝিয়ে বলুন।

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা ব্যবস্থাপনার ক্ষেত্রে বিশেষভাবে করণীয়ঃ

- গ্রহীতার সমস্যা বা উদ্বেগকে কখনই উপেক্ষা করা যাবে না
- গ্রহীতা যদি দুঃশ্চিন্তা করেন, তবে তাকে আশ্বস্ত করতে হবে
- গ্রহীতা যদি কাউন্সেলিং বা চিকিৎসা পেয়ে সন্তুষ্ট না হন, তবে তার কাছ থেকে জানতে হবে যে, তিনি কি ইমপ্ল্যান্ট রাখতে চান, না খুলে ফেলতে চান। যদি গ্রহীতার সমস্যা ইমপ্ল্যান্ট এর সাথে সম্পর্কিত নাও হয় বা তার স্বাস্থ্যের কোন ক্ষতি নাও হয়, তবুও যদি খুলে ফেলতে চান তবে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে বা খোলার জন্য রেফার করতে হবে।
- গ্রহীতা যদি নতুন পদ্ধতি নিতে চান সে ক্ষেত্রে তাকে ঐ পদ্ধতি গ্রহণে সাহায্য করতে হবে।

গ. পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা ব্যবস্থাপনা (৩০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্য থেকে দুজন করে জুটি তৈরী করুন। প্রত্যেক জুটিকে পূর্বে প্রস্তুতকৃত ইমপ্ল্যান্টের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার একটি করে কেস স্টাডি দিন এবং জুটিতে আলোচনা করে এর ব্যবস্থাপনা লিখতে বলুন।

প্রত্যেক জুটির ব্যবস্থাপনা উপস্থাপন করতে বলুন এবং আলোচনা করুন।

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - মাসিকজনিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - গর্ভাবস্থা জনিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগজনিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - অন্যান্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড/ফ্লিপচার্টে উল্লিখিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহের ব্যবস্থাপনা দেখিয়ে দিন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন-৪ঃ ইমপ্ল্যান্টের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পর কোন কোন গ্রহীতার পরপর তিন মাস মাসিক বন্ধ থাকে বা কিছু কিছু ক্ষেত্রে এক বছর বা তার চেয়ে বেশী সময় মাসিক বন্ধ থাকে।
২. ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে পাচ বারের কম সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পর পর ছয় মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে কদাচিৎ রক্তস্রাব বলে।
৩. যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।
৪. যদি স্নায়বিক সমস্যা সংক্রান্ত তীব্র মাইগ্রেন হয় তবে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে।
৫. জন্ডিস ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের জন্য একটি বাধা; তবে সিরোসিস লিভারের টিউমার ও ক্যান্সার থাকলে ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পর কোন কোন গ্রহীতার পরপর তিন মাস মাসিক বন্ধ থাকে বা কিছু কিছু ক্ষেত্রে এক বছর বা তার চেয়ে বেশী সময় মাসিক বন্ধ থাকে। (স)
২. ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে পাঁচ বারের কম সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পর পর ছয় মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে কদাচিৎ রক্তস্রাব বলে। (মি)

সঠিক উত্তর

ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে তিন বারের কম সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পর পর তিন মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে কদাচিৎ রক্তস্রাব বলে।

৩. যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে। (মি)

সঠিক উত্তর

যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ১৪ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।

৪. যদি স্নায়বিক সমস্যা সংক্রান্ত তীব্র মাইগ্রেন হয় তবে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে। (স)
৫. জন্ডিস ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের জন্য একটি বাধা; তবে সিরোসিস লিভারের টিউমার ও ক্যান্সার থাকলে ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

জন্ডিস ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের জন্য কোন বাধা নয়। তবে সিরোসিস লিভারের টিউমার ও ক্যান্সার থাকলে ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে না।

কেস স্টাডি - ১

রাশিদা ১ বছর যাবৎ ইমপ্ল্যান্ট নিয়েছে। তার ১টা ছেলে, বয়স ২ বৎসর। সে আপাতত আর সন্তান নিতে চায় না। ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণের সময় সে শুনেছিল যে মাসিক বন্ধ থাকতে পারে। ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণের ৩ মাস পর থেকেই তার মাসিক বন্ধ। যদিও সে বুঝতে পারছে যে এটা হতে পারে, কিন্তু এতদিন মাসিক বন্ধ থাকার ব্যাপারটা সে মানতে পারছেন। তার ভয় হচ্ছে যে পেটে বাচ্চা এলো কি-না।

প্রশ্ন

১. রাশিদার বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

প্রশিক্ষক নোট:

মাসিক বন্ধ

কোন কোন গ্রহীতার পরপর তিন মাস মাসিক বন্ধ থাকে বা কিছু কিছু ক্ষেত্রে এক বছর বা তার চেয়ে বেশী সময় মাসিক বন্ধ থাকে।

ব্যবস্থাপনা

প্রথমেই বুঝতে হবে গ্রহীতা গর্ভবতী কিনা বা জরায়ুর বাইরে গর্ভধারণ করেছেন কি-না। এটা বুঝার জন্য যা করা যেতে পারে, তা হল-

- গ্রহীতার শেষ মাসিকের ইতিহাস নেয়া

- গ্রহীতার পিভি পরীক্ষা করা

- প্রস্রাব পরীক্ষার মাধ্যমে গর্ভাবস্থা নির্ণয় করা

- প্রস্রাব পরীক্ষার মাধ্যমে গর্ভাবস্থা নির্ণয়ের সুযোগ না থাকলে এবং পিভি পরীক্ষার মাধ্যমে বোঝা না গেলে, ২ সপ্তাহ পর পুনরায় পিভি করা

(গর্ভবতী হলে এক্ষেত্রে অবশ্যই পিভি পরীক্ষায় বোঝা যাবে)

গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং করা

- গ্রহীতা যদি গর্ভবতী না হন তবে মাসিক বন্ধের ব্যাপারে তার অনুভূতি এবং প্রতিক্রিয়া নিয়ে কথা বলতে হবে। নারীদের মাসিক প্রক্রিয়া বোঝাতে হবে। নারীদের মাসিকচক্র গর্ভধারণ প্রক্রিয়ার জন্য জরুরী। গ্রহীতা গর্ভবতী হতে চান না বলেই ইমপ্ল্যান্ট নিয়েছেন। কাজেই এটি শরীরে মাসিকচক্রকে বাধা দিয়ে গ্রহীতাকে গর্ভবতী হওয়া থেকে বিরত রাখছে। কাজেই মাসিক বন্ধ থাকতেই পারে এবং মাসিক বন্ধ থাকা অসুস্থতার লক্ষণ না বা তার স্বাস্থ্যের জন্যও ক্ষতিকর না; ইমপ্ল্যান্ট পদ্ধতিটির মধ্যে যে হরমোন আছে সেটার জন্য অনেকের জরায়ুতে মাসে মাসে স্বাভাবিক সময়ে যে রক্ত তৈরী হতো তা কমে গেছে বা বন্ধ আছে তাই মাসিক হচ্ছে না বরং এর ফলে তার রক্তে হিমোগ্লোবিনের পরিমাণ বাড়বে ও রক্তস্বল্পতাজনিত দুর্বলতা অনুভব হবে না। গ্রহীতা যখন ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলবেন বা পদ্ধতিটির মেয়াদ শেষ হয়ে যাবে তখন আবার তার মাসিকচক্র সাভাবিক হয়ে যাবে ও তিনি গর্ভবতী হতে পারবেন। তবে কখনো কখনো পদ্ধতিটি কাজ না করলে ইমপ্ল্যান্ট পদ্ধতিটির মধ্যেই গর্ভধারণ হতে পারে এক্ষেত্রে গর্ভবতী হওয়ার লক্ষণ প্রকাশ পেলেই সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবেন।

- যদি গ্রহীতা গর্ভবতী হন, তবে এটা পদ্ধতির ব্যর্থতা। এ ক্ষেত্রে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে।

কেস স্টাডি - ২

মৌটুসী ৩ দিন আগে ইমপ্ল্যান্ট নিয়েছে। পরার পর থেকেই তার হাতে ব্যথা এবং ঐ জায়গা ফুলে গেছে মনে হচ্ছে। একটু কি বের হচ্ছে বলেও মনে হচ্ছে। সে ব্যাভেজটা খুলে ফেলেছে এবং তার মনে হচ্ছে ইমপ্ল্যান্টের মাথা বের হয়ে আসছে।

প্রশ্ন

১. মৌটুসীর বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

প্রশিক্ষক নোট:

ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের স্থানে জটিলতা এবং তার ব্যবস্থাপনা

১. প্রয়োগের স্থানে ব্যথা, রক্তপাত বা পুঁজ হওয়া

এক্ষেত্রে যা দেখতে হবে তা হলো-

- প্রয়োগের স্থানে কোন সংক্রমণ হয়েছে কিনা
- প্রয়োগের স্থান ফুলে গেছে কিনা
- ইমপ্ল্যান্ট খুলে গেছে কিনা

যদি সংক্রমণ হয় কিন্তু পুঁজ না থাকে তাহলে

- ক্ষতের যত্নের দিকটা পুনরায় দেখতে হবে
- অ্যান্টিবায়োটিক দিতে হবে
- গ্রহীতার হাতের অবস্থা দেখার জন্য ৭-১০ দিন পর আসতে বলতে হবে

যদি পুঁজ থাকে তাহলে ইনসিশনের মাধ্যমে পুঁজ বের করতে হবে, অ্যান্টিবায়োটিক দিতে হবে এবং নিচের নিয়ম অনুসরণ করতে হবে-

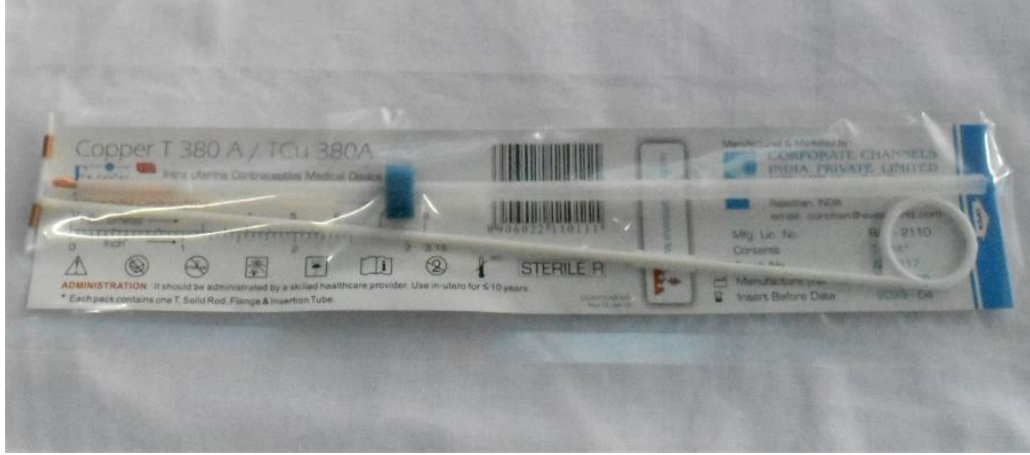
- যদি সংক্রমণ ভালো না হয় তাহলে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে
- যদি ইমপ্ল্যান্ট আপনা আপনি বের হয়ে যায় তাহলে নতুন ইমপ্ল্যান্ট পরিয়ে দিতে হবে
- গ্রহীতাকে ক্ষতস্থান পরিষ্কার ও শুকনা রাখা, দুর্ঘটনাজনিত আঘাত থেকে রক্ষা করার ব্যাপারে কাউন্সেলিং করা
- যদি সংক্রমণ ভালো না হয় এবং গ্রহীতা ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে চায়, তবে অন্য কোন পদ্ধতির জন্য গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং করা
- প্রয়োজনে সংক্রমিত জীবাণুর সংবেদনশীলতা পরীক্ষার মাধ্যমে (Culture and sensitivity test) অ্যান্টিবায়োটিক পরিবর্তন করা

২. ইমপ্ল্যান্ট বের হয়ে যাওয়া

- গ্রহীতা যদি চান তবে নতুন ইমপ্ল্যান্ট দেয়া
- যদি গ্রহীতা ইমপ্ল্যান্ট নিতে না চান তবে অন্য পদ্ধতির জন্য কাউন্সেলিং করা

মডিউল ৮
অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি
আইইউডি

- সেশন - ১: প্রাথমিক ধারণা
সেশন - ২: কাউন্সিলিং ও বাছাইকরণ
সেশন - ৩: প্রয়োগ ও খোলা
ব্যবহারিক সেশন: প্রদর্শন ও অনুশীলন
সেশন - ৪: সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলো-আপ
সেশন - ৫: পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা



সেশন - ১: আইইউডি প্রাথমিক ধারণা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- আইইউডি সম্পর্কে বলতে পারবেন
- সুবিধা, অসুবিধা, কার্যকারিতা, কিভাবে কাজ করে তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- প্রয়োগের উপযুক্ত সময় বলতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি
 - সেশন - ১: আইইউডি প্রাথমিক ধারণা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শিট
- কপার টি ৩৮০ এ -এর নমুনা

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	আইইউডি কি, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	সুবিধা ও অসুবিধা	২০	একক কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	প্রয়োগের সময়কাল	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি সেশন ১: আইইউডি প্রাথমিক ধারণা পড়ুন।
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

- প্রশিক্ষণার্থীগণকে দেখানোর জন্য কপার টি ৩৮০ এ সেশনের আগেই জোগাড় করে রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - কপার-টি ৩৮০এ (Copper T 380A)

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - কপার-টি ৩৮০এ কীভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - সুবিধা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - অসুবিধা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগ করার উপযুক্ত সময়

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. আইইউডি কি, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা (১৫ মিনিট)

আইইউডি কি, কিভাবে কাজ করে ও কার্যকারিতা সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন।

এ পর্যায়ে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে যে তথ্য দিবেন-

- আইইউডি (Intra-Uterine Device) জরায়ুতে স্থাপন উপযোগী দীর্ঘমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি। ১৯০৯ সালে বৈজ্ঞানিক রিকটার সিল্ক ওয়ার্মগাট নিজের তৈরি আইইউডি সম্পর্কে প্রথম ধারণা দেন। তারপর থেকে কয়েক, স্পাইরাল, শিল্ড, স্প্রিং, ইংরেজি T ও 7 ইত্যাদি বিভিন্ন ধরনের ও আকার আকৃতির আইইউডি'র প্রচলন শুরু হয়।
- বিভিন্ন আইইউডি তৈরির উপকরণও বিভিন্ন যেমন- রূপা (Silver), তামা (Copper) ও প্লাস্টিক উল্লেখযোগ্য। বর্তমানে প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ আইইউডি জন্মবিরতিকরণের পাশাপাশি চিকিৎসা ক্ষেত্রেও ব্যবহৃত হচ্ছে।
- ১৯৬০ সাল থেকে আধুনিক আইইউডি'র প্রচলন শুরু হয়, যা অধিকতর কার্যকর এবং নিরাপদ। কপারযুক্ত আইইউডি বর্তমানে সারা পৃথিবীতে অত্যন্ত জনপ্রিয়।
- প্রসব পরবর্তী সময়েও আইইউডি ব্যবহার করা হয়। বর্তমানে বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে ১০ বছর মেয়াদে কপার-টি ৩৮০এ ব্যবহৃত হচ্ছে।

অন্যান্য আইইউডির সংক্ষিপ্ত বর্ণনা (চিকিৎসকদের সেশনের জন্য প্রয়োজ্য)

- মিরেনা (Mirena)
- মিরেনা একটি নরম, নমনীয় "T" আকৃতির প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ আইইউডি যা জরায়ুর ভিতর সামান্য পরিমাণ লিভোনরজেস্ট্রিল নিঃসরণ করে। এটি একটানা ৫ বছর কার্যকরভাবে জন্মনিরোধ করে থাকে। মিরেনা অতিরিক্ত রক্তস্রাবের চিকিৎসা হিসেবেও ব্যবহৃত হয়। মিরেনা ব্যবহারের প্রথম বছরে প্রতি ১০০০ জনে মাত্র ২ জন গর্ভধারণ

করতে পারে এবং খুলে ফেলার পর খুব দ্রুত গর্ভধারণ ক্ষমতা ফিরে আসে। তলপেটে সংক্রমণ বা সংক্রমণের সম্ভাবনা থাকলে মিরেনা ব্যবহার করা যাবে না। বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে এর ব্যবহার নেই।

- মাল্টিলোড আইইউডি
- প্লাস্টিকের তৈরি মাল্টিলোড আইইউডি মহিলাদের জন্য জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি। এর প্লাস্টিকের দণ্ডে তামা জড়ানো থাকে। তামার পরিমাণ ভেদে মাল্টিলোড ২৫০ (Multiload CU250) বা মাল্টিলোড ৩৭৫ (Multiload CU375) হয়ে থাকে। Multiload CU250 তিন বছর মেয়াদি এবং Multiload CU375 পাঁচ বছর মেয়াদি। বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে এর ব্যবহার নেই।

একটি আইইউডি হাতে নিয়ে দেখান এবং স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - কপার-টি ৩৮০এ দেখিয়ে যেকোন একজন প্রশিক্ষণার্থীকে পড়তে বলুন ও আলোচনা করুন।

কপার-টি ৩৮০এ কিভাবে কাজ করে ও এর কার্যকারিতা স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

গ. আইইউডি এর সুবিধা ও অসুবিধা (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যেককে একটি করে নীল ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ড ও একটি মার্কার দিন। প্রত্যেককে নীল ভিআইপিপি কার্ডে আইইউডির একটি সুবিধা ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ডে আইইউডির একটি অসুবিধা লিখতে বলুন। লিখিত ভিআইপিপি কার্ড সংগ্রহ করে খালি ফ্লিপ পেপারে মাফিং টেপ দিয়ে সাঁটিয়ে দিন।

এবার স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি এর সুবিধা ও স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি এর অসুবিধা দেখিয়ে দিবেন এবং প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণার সাথে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট -৪ ও ৫ এর মিল আছে সেটা বলুন। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ধন্যবাদ দিন। (কিছু সুবিধা ও অসুবিধা স্লাইডে আছে যেগুলো কোন প্রশিক্ষণার্থী উল্লেখ করেন নাই বা প্রশিক্ষণার্থীরা বলেছেন কিন্তু স্লাইডে নাই; প্রশিক্ষক সেই সুবিধা ও অসুবিধাগুলো অথবা কোন প্রশ্ন থাকলে আলোচনা করে বুঝিয়ে বলবেন।)

ঘ. আইইউডি প্রয়োগের সময়কাল (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন কোন সময়ে গ্রহীতাকে আইইউডি প্রয়োগ করা যায়; তাদের উত্তর ফ্লিপপেপারে লিখুন। স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগ করার উপযুক্ত সময় দেখিয়ে দিন ও আলোচনা করে বুঝিয়ে বলুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ১: আইইউডি প্রাথমিক ধারণা

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘন্টা পর কার্যকর হয়।
২. আইইউডি জরায়ুতে ব্যবহারে বৃকের দুধের কোন তারতম্য হয় না।
৩. আইইউডি পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার সাথে সাথেই গর্ভধারণ ক্ষমতা ফিরে আসে।
৪. স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৩৬ ঘন্টা পর্যন্ত; যদি ৩৬ ঘন্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।
৫. গর্ভধারণের প্রথম ৩ মাসের মধ্যে বা ৬ মাসের মধ্যে গর্ভপাত ঘটলে যদি নিশ্চিত হওয়া যায় যে কোন সংক্রমণ নাই, তবে সাথে সাথে বা ৭ দিনের মধ্যে আইইউডি পরানো যাবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘণ্টা পর কার্যকর হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার সাথে সাথেই কার্যকর হয়।

২. আইইউডি জরায়ুতে ব্যবহারে বুকের দুধের কোন তারতম্য হয় না। (স)

৩. আইইউডি পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার সাথে সাথেই গর্ভধারণ ক্ষমতা ফিরে আসে। (স)

৪. স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৩৬ ঘণ্টা পর্যন্ত; যদি ৩৬ ঘণ্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না। (মি)

সঠিক উত্তর

স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৪৮ ঘণ্টা পর্যন্ত; যদি ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৪ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।

৫. গর্ভধারণের প্রথম ৩ মাসের মধ্যে বা ৬ মাসের মধ্যে গর্ভপাত ঘটলে যদি নিশ্চিত হওয়া যায় যে কোন সংক্রমণ নাই, তবে সাথে সাথে বা ৭ দিনের মধ্যে আইইউডি পরানো যাবে। (স)

সেশন - ২: কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- আইইউডি কাউন্সেলিং এর উদ্দেশ্য বলতে পারবেন
- আইইউডি এর সামাজিক ও স্বাস্থ্যগত উপযুক্ততা ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়: ০১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - আইইউডি গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক
 - অধ্যয় ৮: অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি আইইউডি সেশন-২ঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ - জরায়ু মুখের ক্যান্সার
 - অধ্যয় ১০: যৌনবাহিত সংক্রমণ
 - সেশন ১৪.১: বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র /MEC হুইল
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শিট
- কপার টি ৩৮০ এ- এর নমুনা
- Family Planning: A Global Handbook for Provider ২০১৮ পৃষ্ঠা ৩৩৮-৩৪১

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতিঃ আইইউডি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	আইইউডি কাউন্সেলিং: পরানোর পূর্বে, পরানোর পরে এবং প্রসব পরবর্তী সময়ে কাউন্সেলিং	২০	রোল প্লে, ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	আইইউডি সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ	৫৫	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ. i.	গ্রহীতাকে কখন আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না		ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ. ii.	জরায়ু মুখের ক্যান্সার শনাক্তকরণ ও করণীয়		

গ. iii.	যৌনবাহিত সংক্রমণ শনাক্তকরণ ও করণীয়		
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৯০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যয়ন চ: অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি আইইউডি সেশন-২ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ - জরায়ু মুখের ক্যান্সার পড়ুন।

Family Planning: A Global Handbook for Provider ২০১৮ পৃষ্ঠা ৩৩৮-৩৪১ পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২ ক./ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগ করার পূর্বে কাউন্সেলিং-এ করণীয়

স্লাইড-২ খ./ফ্লিপচার্ট - আইইউডি গ্রহণ করার পর কাউন্সেলিং -এ করণীয়

স্লাইড-২ গ./ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে বিশেষ কাউন্সেলিং

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে কখন আইইউডি দেয়া যাবে না

স্লাইড-৩.১/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী গ্রহীতাকে কখন আইইউডি দেয়া যাবে না

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. আইইউডি কাউন্সেলিং (২০ মিনিট)

কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য কি প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন এবং একজন সেবাদানকারী বা কাউন্সেলর গ্রহীতাকে আইইউডি প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং-এ কি কি করবেন তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন। প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

আইইউডি কাউন্সেলিং সম্পর্কে এই কথাগুলো বলুন:

আইইউডি সেবাদানের সাথে কাউন্সেলিং এবং বাছাইকরণ একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। আইইউডি'র ব্যবহার বৃদ্ধি এবং প্রয়োগের পরপরই খুলে ফেলার হার কমানোর লক্ষ্যে কাউন্সেলিং-এর ভূমিকা অপরিহার্য। আইইউডিসহ অন্যান্য অনেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রসবের পরপর উপযোগী। প্রসব পরবর্তী সময় পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেয়ার জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ সময়। প্রসব পরবর্তী

আইইউডি'র জন্য গ্রহীতাকে কিছু বিশেষ চাহিদা নির্ণয় করে তথ্য দিতে হবে যাতে কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য সফল হয় এবং গ্রহীতার অবহিত পছন্দ নিশ্চিত হয়। প্রকৃতপক্ষে এই কাউন্সেলিং গর্ভকালীন সেবা দেয়ার সময়ই করতে হয়। তবে প্রসব ব্যথা শুরু হওয়ার পূর্বে ও প্রসবের পর মা ও শিশু সুস্থ থাকলে গ্রহীতাকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের তথ্য দেয়া যাবে। সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অবশ্যই গর্ভকালীন সেবার সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পূর্বেই সম্মতি নিতে হবে। প্রসবের পর পরই সেবাদানকারী বা অন্য স্বাস্থ্যকর্মী গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং করতে পারে এবং ছুটির পূর্বেই আইইউডি প্রয়োগ সম্ভব, যদি গ্রহীতা চিন্তা করার জন্য যথেষ্ট সময় ও সুযোগ পান।

এরপর স্লাইড-২ ক./ফ্লিপচার্ট, স্লাইড-২ খ./ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড-২ গ./ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে একজন একজন করে তিনজন প্রশিক্ষণার্থীকে পড়তে বলুন ও প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদের তিন জনের একটি করে দল গঠন করুন। এবার প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে একটি রোল প্লে কেস শীট, আইইউডি গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র এবং আইইউডি প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট দিন ও পড়তে বলুন।

প্রথমে একটি দলের ১ম জন কাউন্সেলর, ২য় জন গ্রহীতা ও ৩য়জন পর্যবেক্ষক হবেন। ১মজন; ২য়জনকে আইইউডি প্রয়োগ এর জন্য কাউন্সেলিং করবেন; ৩য়জন আইইউডি প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন। এরপর ২য়জন কাউন্সেলিং করবেন ৩য়জনকে এবং ২য়জন চেকলিস্ট অনুসারে পর্যবেক্ষক করবেন; কোন ধাপ বাদ পড়লে সাথে সাথে বলে দিবেন। এভাবে দলের সবাই আইইউডি প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং এর জন্য রোল প্লে করবেন। প্রথম দলের রোল প্লের অনুশীলন বাকি দলের সবাই দেখবে।

প্রথম দলের রোল প্লে শেষ করার পর বাকি দলে একইভাবে কাউন্সেলিং রোল প্লে অনুশীলন চলবে, এইসময় প্রথম দল ও প্রশিক্ষক তাদের সহযোগিতা করবে।

গ. আইইউডি প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ (৫৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পূর্বে আলোচিত বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা এবং উপযুক্ততার টেবিল প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে বের করতে বলুন। নির্দেশিকা ও উপযুক্ততার টেবিল থেকে আইইউডি -এর স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থা আলোচনা করুন। MEC হুইল এর ব্যবহার প্রশিক্ষণার্থীদের বুঝিয়ে দিন।

প্রশিক্ষণার্থীদের তিনটি দলে ভাগ করুন। প্রত্যেক দলকে একটি করে “আইইউডি গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র” দিন। দল-১ কে দুই সন্তানের জননী, মাসিকের ৫ম দিনে এসেছেন, দল-২ কে আট সপ্তাহের এমআর করেছেন এমন নারী এবং দল-৩ কে নয় মাসের গর্ভবতী নারী অল্প প্রসব ব্যথা নিয়ে ভর্তি হয়েছেন, এসব গ্রহীতার “আইইউডি গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র” কিভাবে পূরণ করবেন তা দলে আলোচনা করতে বলুন ও পূরণ করতে বলুন। “আইইউডি গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র” পূরণ করার সময় প্রত্যেক দলকে সাহায্য করুন।

i. গ্রহীতাকে কখন আইইউডি দেয়া যাবে না

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন গ্রহীতাকে কখন আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না। এরপর সেগুলো একনজরে স্লাইড-৪, ৪.১/ ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে দিন।

ii. জরায়ু মুখের ক্যান্সার শনাক্তকরণ ও করণীয়

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন তারা জরায়ুমুখের ক্যান্সারের কারণ সম্পর্কে কি জানেন। এই দুই ধরনের ক্যান্সারের মধ্যে কোন সম্পর্ক আছে কিনা; জরায়ুমুখের ক্যান্সারের লক্ষণ কি কি এবং কি পদ্ধতিতে ক্যান্সার সনাক্ত করা যায়। তাদের উত্তর ফ্লিপপেপারে লিখুন। এবার প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে জরায়ু মুখের ক্যান্সার সম্পর্কে আলোচনা করুন।

জরায়ুমুখের ক্যান্সারের লক্ষণ থাকলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।

iii. যৌনবাহিত সংক্রমণ শনাক্তকরণ ও করণীয়

প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। পরিবার পরিকল্পনা সেবায় যৌনবাহিত সংক্রমণের গুরুত্ব ও সম্পর্ক আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষক এই পর্যায়ে যে যে তথ্য দিবেন:

পরিবার পরিকল্পনা সেবা শুধুমাত্র অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভধারণ রোধই করে না, গ্রহীতাকে যৌন সংক্রমণ থেকেও সুরক্ষা প্রদান করে। পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির উপযুক্ততা যাচাইয়ের জন্য শারীরিক বিভিন্ন পরীক্ষা নিরীক্ষা, যেমন - দুই হাত দিয়ে তলপেটের পরীক্ষা ও স্পেকুলাম দিয়ে পরীক্ষা এবং যৌনাস্থির পরীক্ষা সম্পাদনের সময় আগে নির্ণীত হয়নি বা এখনও উপসর্গ প্রকাশিত হয়নি, এমন যৌন সংক্রমণ নিরূপিত হতে পারে। ফলে গ্রহীতা ও তার সঙ্গীসহ চিকিৎসার সুযোগ সৃষ্টি হয়; পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণের জন্য কেন্দ্রে না আসলে হয়তোবা রোগ নির্ণয় করা বা চিকিৎসা করাই সম্ভব হত না। নারীদের প্রজননতন্ত্রের গঠনগত কারণে তাদের যৌনবাহিত সংক্রমণের চিহ্ন ও উপসর্গ বেশিরভাগ সময়ই অপ্রকাশিত থাকে তাই পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণের মাধ্যমে নারীদের যৌনবাহিত সংক্রমণের রোগ নির্ণয় করা সম্ভব হয়; আর নারীদের সাথে সাথে তার সঙ্গীও চিকিৎসার আওতায় আসার সুযোগ পান। আইইউডি প্রয়োগের পূর্বে স্ক্রিনিং এর সময় যদি যোনীপথে নিঃসরণ/ তলপেটে ব্যথা বা যৌনাস্থি ঘা পান তাহলে কি করণীয় তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান ও আলোচনা করুন। স্ক্রিনিং এর সময় যদি যোনীপথে নিঃসরণ/ তলপেটে ব্যথা বা যৌনাস্থি ঘা পাওয়া যায় তাহলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না। যৌনবাহিত সংক্রমণ এর ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা নেওয়ার পর গ্রহীতা সুস্থ্য হলে এবং পুনঃসংক্রমণের ঝুঁকিমুক্ত থাকলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে। তবে আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলার প্রয়োজন নাই।

নারীদের যোনীপথে নিঃসরণ, তলপেটে ব্যথা বা যৌনাস্থি ঘা এর ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১০ যৌনবাহিত সংক্রমণ-এর সংশ্লিষ্ট প্রবাহ চিত্র অনুসরণে প্রদান করতে হবে।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

আইইউডি প্রয়োগ পূর্ব কাউন্সেলিং এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জানতে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০ = প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
ক.	গ্রহীতার সাথে সুসম্পর্ক স্থাপন এবং কার্যকরী যোগাযোগ করা				
	গ্রহীতাকে আন্তরিকতা এবং সম্মান এর সাথে স্বাগত জানানো				
	গ্রহীতাকে সালাম দেয়া এবং বসতে বলা				
	গ্রহীতার নাম জানতে চাওয়া, তার নাম ধরে ডাকা এবং নিজের পরিচয় দেয়া				
	গ্রহীতার ব্যক্তিগত তথ্য নিশ্চিত করা (নাম, ঠিকানা ইত্যাদি)				
	প্রয়োজনে তার বাসায়/বাড়িতে যেতে পারবেন কিনা তা নিশ্চিত করা				
	গ্রহীতার সকল কথায় মনোযোগ দিচ্ছেন শরীরের অঙ্গপ্রত্যঙ্গের মাধ্যমে সেটা প্রকাশ করা, বিচারিক মনোভাব পরিহার করা				
	কথা বলার সময় এবং শোনার সময় গ্রহীতার দিকে তাকানো				
	গ্রহীতা বুঝতে পারে এরকম সহজ সাধারণ ভাষা ব্যবহার করা ও স্পষ্ট উচ্চারণে পরিষ্কার করে কথা বলা				
	প্রশ্ন করার বিশেষ পদ্ধতি অবলম্বন করা (খোলা বা বন্ধ প্রশ্নাবলি)				
	গ্রহীতার কথা গুরুত্ব সহকারে মনোযোগ দিয়ে শোনা ও তার কথাটাই নিজের মতো করে পুনরায় বলা যেন তার কথারই প্রতিফলন ঘটে				
	গ্রহীতার অনুভূতি সম্পর্কে জানতে চাওয়া ও সহমর্মিতা দেখানো				
	গ্রহীতাকে কথা বলতে উৎসাহিত করা এবং তার প্রশ্নের উত্তর দিয়ে তার সম্মতি গ্রহণ করা				
	এইখানে গ্রহীতা কি সেবা পাবে এবং কি প্রক্রিয়ায় সেবা পাবে তা ব্যাখ্যা করা				
	যোগাযোগ উপকরণ সঠিকভাবে ব্যবহার করা				
	প্রয়োজনীয় তথ্য নথীভুক্ত করা				
খ.	গ্রহীতার চাহিদা নিরূপণ করা				
	গ্রহীতার ব্যক্তিগত সকল তথ্য গোপন রাখা হবে বলে নিশ্চিত করা				
	গ্রহীতা কি সেবা নিতে চান তা জানতে চাওয়া ও তার প্রশ্নের উত্তর দেয়া				
	পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ ও প্রজনন সেবা সম্পর্কে সেবা গ্রহীতা কী জানেন তা বোঝার চেষ্টা করা				
	এই সেবাকেন্দ্রের সেবা সমূহ এবং পরিবার পরিকল্পনার সেবা সম্পর্কে জানানো				
	গ্রহীতার পারিপার্শ্বিকতা, আর্থ-সামাজিক অবস্থা, বৈবাহিক সম্পর্ক, স্বামীর সাথে মেলামেশা ও চাহিদা যাচাই করা				
	গ্রহীতার বর্তমানে, ভবিষ্যতের প্রজনন লক্ষ্য এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির চাহিদা যাচাই করা				
	যৌনরোগের ঝুঁকি যাচাই করা ও তা প্রতিরোধে করণীয় সম্পর্কে বলা				

গ.	গ্রহীতার সিদ্ধান্ত গ্রহণ				
	গ্রহীতার চাহিদা অনুসারে তথ্য দেয়া				
	গ্রহীতার পূর্বের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানা এবং পূর্বের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে আলোচনা করা				
	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সুবিধা ও দুই সন্তানের মধ্যে স্বাস্থ্যসম্মত বিরতি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
	গ্রহীতার বা তার স্বামীর জন্য উপযুক্ত পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির তথ্য দেয়া				
	গ্রহীতার প্রশ্ন বা উদ্বেগের উত্তর দেয়া				
	গ্রহীতার অবহিত সম্মতির জন্য সাহায্য করা				
	গ্রহীতা ও তার স্বামী/স্ত্রী কি আরো সন্তান নিতে আগ্রহী, কতদিনের মধ্যে সন্তান নিতে চান তা জানতে চাওয়া				
	কোনো পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে কি মনোভাব বা ধর্মীয় বিশ্বাস যা যাচাই করে তার জন্য উপযুক্ত পদ্ধতি নির্বাচন করা				
	প্রত্যেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
	প্রত্যেক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সুবিধা/অসুবিধা ও ঝুঁকি সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা				
	গ্রহীতার প্রশ্ন বা উদ্বেগের উত্তর দেয়া				
	গ্রহীতার পছন্দনীয় পদ্ধতি সম্পর্কে মতামত জানতে চাওয়া				
	MEC স্ক্রিনিং চেকলিষ্ট অনুযায়ী আইইউডি গ্রহণে গ্রহীতা উপযুক্ত কিনা তা নিশ্চিত করা				
	আইইউডি নির্বাচনের ক্ষেত্রে সকল বিষয়/অবস্থা বিবেচনা করে, গ্রহীতা পদ্ধতিটি গ্রহণে রাজি হয়েছেন সে বিষয় নিশ্চিত করা				
৪,	গ্রহীতা আইইউডি পছন্দ করেছেন				
	জিজ্ঞেস করুন: গ্রহীতা আইইউডি সম্পর্কে কতটুকু জানেন; আইইউডি সম্পর্কে তিনি যা যা জানেন তার মধ্যে যেসব ভ্রান্ত ধারণা আছে বা ভুল কথা শুনেছেন সেগুলো শোনা ও সঠিক তথ্য দেওয়া ও ভ্রান্ত ধারণা দূর করার চেষ্টা করা				
	ইতিপূর্বে আইইউডি ব্যবহার করে থাকলে সেই অভিজ্ঞতা শোনা				
	গ্রহীতার হাতে একটি আইইউডি দেওয়া ও দেখতে বলা; কোন প্রশ্ন করলে উত্তর দেওয়া				
	আইইউডির সুবিধা ও অসুবিধা ব্যাখ্যা করা; জন্মানিয়ন্ত্রনের পাশাপাশি অন্যান্য সুবিধা ব্যাখ্যা করা				
	আইইউডি কিভাবে কাজ করে -ব্যাখ্যা করা				
	আইইউডির সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে বিস্তারিত বলা; এগুলোর কোনটাই ক্ষতিকর না এবং সহজেই মানিয়ে নেওয়া যায় তা বুঝিয়ে বলা				

সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কোনটাই ক্ষতিকর না এবং সহজেই মানিয়ে নেওয়া যায়; কিছুদিন (২-৩ মাসের মধ্যে) পরে অধিকাংশ এমনি এমনি ভালো হয়ে যায়; কিছু কিছু সামান্য ব্যবস্থাপনার প্রয়োজন হয়; তা বুঝিয়ে বলা				
আইইউডি কিভাবে গ্রহীতাকে পরানো হবে তা বুঝিয়ে বলা				
গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা জানতে চাওয়া ও উত্তর দেওয়া				
গ্রহীতাকে আইইউডি প্রয়োগের পূর্বে কিছু প্রশ্ন করবেন এবং তার শারীরিক পরীক্ষা (স্পেকুলাম ও পেলভিক) করা হবে তা বলা				

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

সেশন - ২: কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. আইইউডি'র ব্যবহার বৃদ্ধি এবং প্রয়োগের পরপরই খুলে ফেলার হার কমানোর লক্ষ্যে কাউন্সেলিং-এর ভূমিকা অপরিসীম।
২. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র জন্য গ্রহীতাকে কিছু বিশেষ চাহিদা নির্ণয় করে তথ্য দিতে হবে যাতে কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য সফল হয় এবং গ্রহীতার অবহিত পছন্দ নিশ্চিত হয়।
৩. গর্ভবিপ্লি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে।
৪. আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে এবং আইইউডি খুলে ফেলা প্রয়োজন।
৫. সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অপারেশনের সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পরে সম্মতি নিতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. আইইউডি'র ব্যবহার বৃদ্ধি এবং প্রয়োগের পরপরই খুলে ফেলার হার কমানোর লক্ষ্যে কাউন্সেলিং-এর ভূমিকা অপরিসীম। (স)
২. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র জন্য গ্রহীতাকে কিছু বিশেষ চাহিদা নির্ণয় করে তথ্য দিতে হবে যাতে কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য সফল হয় এবং গ্রহীতার অবহিত পছন্দ নিশ্চিত হয়। (স)
৩. গর্ভবিপ্লি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

গর্ভবিপ্লি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।

৪. আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে ও আইইউডি খুলে ফেলা প্রয়োজন। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলার প্রয়োজন নাই।

৫. সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অপারেশনের সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পরে সম্মতি নিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অবশ্যই গর্ভকালীন সেবার সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পূর্বেই সম্মতি নিতে হবে।

সেশন - ৩ঃ প্রয়োগ ও অপসারণ- আইইউডি প্রয়োগ -স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব ও এমআর/ এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে ও আইইউডি অপসারণ করার ধাপসমূহ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- আইইউডি প্রয়োগ-পূর্ববর্তী করণীয় সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- স্পর্শবিহীন পদ্ধতিতে কপার-টি ৩৮০এ ইনসার্টারে লোড করার নিয়ম বর্ণনা করতে পারবেন।
- ইন্টারভ্যাল/স্বাভাবিক সময়ে এবং এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে সঠিক নিয়মে জরায়ুতে আইইউডি প্রয়োগের ধাপসমূহ বলতে পারবেন।
- প্রসব পরবর্তী সময়ে (স্বাভাবিক প্রসবের পর ও সিজারিয়ানের সময়) সঠিক নিয়মে জরায়ুতে আইইউডি প্রয়োগের ধাপসমূহ বলতে পারবেন।
- জরায়ু থেকে আইইউডি অপসারণ করার ধাপসমূহ বলতে পারবেন।

সময়: ২ ঘন্টা

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় এমএসআর
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি
 - সেশন-৩ প্রয়োগ ও অপসারণ- আইইউডি প্রয়োগ -স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব ও এমআর/ এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে ও আইইউডি অপসারণ করার ধাপসমূহ
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- ভিডিও
- কেস স্টাডি শীট
- কপার টি ৩৮০ এ -এর নমুনা
- Zoe পেলভিক মডেল
- MAMA U মডেল
- আইইউডি স্বাভাবিক সময়ে প্রয়োগ এর জব এইড
- আইইউডি প্রসব পরবর্তী সময়ে প্রয়োগ এর জব এইড
- আইইউডি প্রদর্শনের জন্য পেলভিক মডেল
- আইইউডি প্রয়োগের জন্য যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা

খ.	প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি	১০	প্রদর্শন, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	স্বাভাবিক সময়ে এবং এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে আইইউডি প্রয়োগ এর ধাপসমূহ	৪৫	প্রদর্শন, উপস্থাপনা ও আলোচনা, ভিডিও প্রদর্শন
ঘ.	প্রসব পরবর্তী সময়ে i. প্রসব পরবর্তী সময়ে আইইউডি প্রয়োগ-এর ধাপসমূহ ii. সিজারিয়ানের সময় আইইউডি প্রয়োগ-এর ধাপসমূহ	৩৫	প্রদর্শন, উপস্থাপনা ও আলোচনা, ভিডিও প্রদর্শন
ঙ.	আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ	১৫	প্রদর্শন ও আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		১২০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি সেশন-৩ প্রয়োগ ও অপসারণ- আইইউডি প্রয়োগ -স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব ও এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে ও আইইউডি অপসারণ করার ধাপসমূহ পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহ একটি ট্রে-তে রাখুন

প্রশিক্ষার্থীদেরকে দেখানোর জন্য কপার টি ৩৮০ এ -এর নমুনা সংগ্রহ করে রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড -১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - ইন্টারভ্যাল আইইউডি প্রয়োগের জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগকালীন ব্যথা-ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি (ইন্টারভ্যাল) প্রয়োগের ধাপসমূহ

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট -১. স্পেকুলাম পরীক্ষা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট -২. দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট -৩. টেনাকুলাম দিয়ে সারভিক্স ধরা এবং সাউন্ডিং করা

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট -৪. কপার-টি ৩৮০ এ ইনসার্টারে লোড করা

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট -৫. জরায়ুতে আইইউডি প্রয়োগ

স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট -প্রয়োগ পরবর্তী করণীয়

স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট -প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের সময়

স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট - প্রসবপরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি

স্লাইড-১৩/ফ্লিপচার্ট -প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগ পূর্ব করণীয় কাজসমূহ

স্লাইড-১৪/ফ্লিপচার্ট -কেলি ফরসেপ দিয়ে আইইউডি প্রয়োগের সুবিধা

স্লাইড-১৫/ফ্লিপচার্ট -কেলি ফরসেপ ব্যবহার করে আইইউডি প্রয়োগের ধাপসমূহ

স্লাইড-১৬/ফ্লিপচার্ট -সিজারিয়ান অপারেশনের সময় প্রয়োগ
স্লাইড-১৭/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি প্রয়োগের পরবর্তী ধাপসমূহ
স্লাইড-১৮/ফ্লিপচার্ট -এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী সেবার সময় আইইউডি প্রয়োগ
স্লাইড-১৯/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি অপসারণ
স্লাইড-২০/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি অপসারণের জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও অন্যান্য সরঞ্জামাদি
স্লাইড-২১/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ
স্লাইড-২২/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি সহজে বের না হলে করণীয়
স্লাইড-২৩/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি (১০ মিনিট)

আইইউডি প্রয়োগের জন্য প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

মাল্টিমিডিয়ার সাহায্যে স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম দেখিয়ে চিনিয়ে দিন।

পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল থেকে আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় এমএসআর দেখিয়ে দিন।

প্রয়োগ পূর্ব প্রস্তুতি সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের সাথে আলোচনা করুন।

গ. স্বাভাবিক সময়ে ও এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে আইইউডি প্রয়োগ এর ধাপসমূহ প্রয়োগ পূর্ববর্তী করণীয় (৪৫ মিনিট)

আইইউডি প্রয়োগ পূর্ববর্তী করণীয় সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা জেনে নিন এবং স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগকালীন ব্যথা-ব্যবস্থাপনা দেখিয়ে আলোচনা করুন।

আইইউডি প্রয়োগ এর ধাপ সমূহ স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে দিন এবং পরবর্তীতে প্রত্যেকটি ধাপ স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীকে পড়তে বলুন ও মডেলে প্রদর্শন করুন। এসময় প্রশিক্ষণ কক্ষে টানানো আইইউডি স্বাভাবিক সময়ে প্রয়োগ এর জব এইড টি অনুসরণ করতে বলুন।

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট -১. স্পেকুলাম পরীক্ষা স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীকে পড়তে বলুন ও পেলভিক মডেলে স্পেকুলাম পরীক্ষা প্রদর্শন করুন। গ্রহীতার উপযুক্ততা নির্ণয়ে এসব পরীক্ষার ভূমিকা ও গুরুত্ব আলোচনা করুন।

স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ দিয়ে একটুকরা শুকনা তুলা জরায়ুর মুখে হালকা চেপে দেখতে হবে তুলাটিতে কোন রক্ত লেগেছে কিনা অথবা জরায়ুর মুখের আশেপাশের মিউকাস মেমব্রেনে কোন রক্তের ফোটা/রক্ত দেখা যাচ্ছে কিনা। জরায়ুর মুখ দিয়ে শ্রাব বের হচ্ছে কিনা। এইসব লক্ষণের যে কোন একটি থাকলে বুঝতে হবে জরায়ুমুখে সংক্রমন অথবা জরায়ুমুখে ক্যান্সার আছে তখন সঠিক রোগ নির্ণয়ের পদক্ষেপ নিতে হবে এবং আইইউডি প্রয়োগ স্থগিত করতে হবে, যদি সংক্রমন নিশ্চিত হওয়া যায় তবে যোনীপথে শ্রাব সিনড্রোমের ব্যবস্থাপনা দিতে হবে ও গ্রহীতাকে অন্য কোন পদ্ধতির জন্য বলতে হবে/ সংক্রমন নিরাময় হয়ে গেলে তখন আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে। জরায়ুমুখে এবং/যোনীপথের দেয়ালে ক্ষত থাকতে পারে জেনিটাল আলসার হতে পারে, রোগ নির্ণয় নিশ্চিত করার জন্য পদক্ষেপ নিতে হবে এবং আইইউডি প্রয়োগ স্থগিত করতে হবে।

স্পেকুলাম পরীক্ষার সাহায্যে ভঙ্গুরতা পরীক্ষা ও শ্রাব দেখার নিয়ম প্রদর্শন করুন।

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট -২. দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীকে পড়তে বলুন ও একইভাবে পেলভিক মডেলে দুই হাতে তলপেট ও পিভি পরীক্ষার নিয়ম দেখিয়ে দিন। এ পরীক্ষা দ্বারা জরায়ুর আকার, আকৃতি, অবস্থান নির্ণয় এবং সার্ভাইক্যাল মোশন টেন্ডারনেস ও মিক্টিং ইউরেথ্রা এর কৌশল প্রদর্শনের পর এসব পরীক্ষার ভূমিকা ও গুরুত্ব আলোচনা করুন।

জরায়ুর গঠন (আকার, আকৃতি, অবস্থান) স্বাভাবিক না থাকলে কপার-টি জরায়ুতে স্থাপন সম্ভব না সেক্ষেত্রে গ্রহীতাকে অন্য কোন পদ্ধতির জন্য বলতে হবে। জরায়ুর মুখ নড়াচড়া (Cervical Motion Tenderness) করার সময় তলপেটে/ফরনিক্সে (জরায়ুর আশেপাশে/ ডিম্বাশয়/ ডিম্বনালীতে) ব্যথা বোধ হলে তলপেটে সংক্রমণ আছে মনে করতে হবে; তলপেটে প্রদাহের ব্যবস্থাপনা দিতে হবে ও গ্রহীতাকে অন্য কোন পদ্ধতির জন্য বলতে হবে; সংক্রমণ নিরাময় হয়ে গেলে তখন আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে। পিভি করার শেষে তর্জনী যোনিপথ থেকে বের করে আনার সময় নীচ থেকে উপরে মুত্রনালীতে হালকা চেপে মিক্টিং ইউরেথ্রা করতে হবে; যদি কোন নিঃসরণ থাকে তাহলে জরায়ু বা তলপেটে সংক্রমণ হতে পারে; রোগ নির্ণয় নিশ্চিত করতে হবে ও গ্রহীতাকে অন্য কোন পদ্ধতির জন্য বলতে হবে।

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট -৩. টেনাকুলাম দিয়ে সারভিক্স ধরা এবং সাউন্ডিং করা এই স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীকে পড়তে বলুন ও ইউটেরাইন সাউন্ড দিয়ে জরায়ুর গভীরতা মাপার নিয়ম দেখিয়ে দিন এবং গ্রহীতার উপযুক্ততা নির্ণয়ে এর ভূমিকা ও গুরুত্ব আলোচনা করুন।

ইউটেরাইন সাউন্ড জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে যদি দেখা যায় জরায়ু গভীরতা ৬ সে.মি. এর কম তাহলে কপার-টি জরায়ুতে স্থাপন সম্ভব না সেক্ষেত্রে গ্রহীতাকে অন্য কোন পদ্ধতির জন্য বলতে হবে। যদি দেখা যায় জরায়ুতে ইউটেরাইন সাউন্ডের অগ্রভাগ সোজাসুজি উপরের দিকে যাচ্ছে না; নীচের দিকে ঘুরিয়ে সাউন্ড ঢুকাতে হচ্ছে তাহলে জরায়ু রেট্রোভার্টেড তখন কপার-টি জরায়ুতে স্থাপন করতে দক্ষতার প্রয়োজন এবং সম্ভব নাও হতে পারে সেক্ষেত্রে গ্রহীতাকে অন্য কোন পদ্ধতির জন্য বলতে হবে।

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট -৪. কপার-টি ৩৮০এ ইনসার্টারে লোড করা স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীকে পড়তে বলুন ও স্পর্শবিহীন পদ্ধতিতে ইনসার্টারে কপার-টি ৩৮০এ লোড করার নিয়ম প্রদর্শন করুন। একজন/দুইজন প্রশিক্ষণার্থীকে কপার-টি ৩৮০এ লোড করে দেখাতে বলুন। সঠিক নিয়মে কপার-টি ৩৮০এ লোড করার প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট -৫. জরায়ুতে আইইউডি প্রয়োগ এই স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীকে পড়তে বলুন ও Zoe পেলভিক মডেলে উইথড্রল কৌশলে কপার-টি ৩৮০এ স্থাপনের ধাপসমূহ প্রদর্শন করুন। জরায়ুতে কপার আইইউডি স্থাপন স্লাইড দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন। উইথড্রল কৌশলে কপার-টি প্রয়োগ করা হলে এটি জরায়ুর ফাডাসে স্থাপিত হয়। ফলে পরবর্তীতে কপার-টি সম্পূর্ণ বা আংশিক বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা কমে যায়। স্লাইড-১৮/ফ্লিপচার্ট -এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী সেবার সময় আইইউডি প্রয়োগ ও স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট -প্রয়োগ পরবর্তী করণীয় আলোচনা করুন।

ঘ. প্রসব পরবর্তী সময়ে (স্বাভাবিক প্রসবের পরে ও সিজারিয়ানের সময়) আইইউডি প্রয়োগ-এর ধাপসমূহ (৩৫ মিনিট)

প্রসব পরবর্তী সময়ে আইইউডি প্রয়োগের পূর্বে যেসব বিষয়ে লক্ষ্য রাখা উচিত যেমন কিভাবে কাউন্সেলিং করতে হবে ও প্রসবের সময় কি কি সমস্যা থাকলে আইইউডি পরানো যাবে না তা আমরা পূর্ববর্তী বাছাইকরণ সেশনে জেনেছি; প্রশিক্ষণার্থীদের মনে আছে কিনা জানতে চান।

স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট -প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের সময় পূর্ববর্তী কাউন্সেলিং সেশনের আলোচনা মনে করিয়ে দিন।

স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট - প্রসবপরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ট্রেতে সাজানো যন্ত্রপাতির সাথে মিলিয়ে স্লাইড দেখিয়ে দিন।

স্লাইড-১৪/ফ্লিপচার্ট -কেলি ফরসেপ দিয়ে আইইউডি প্রয়োগের সুবিধা স্লাইড দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

স্লাইড-১৫/ফ্লিপচার্ট -কেলি ফরসেপ ব্যবহার করে আইইউডি প্রয়োগের ধাপসমূহ স্লাইড দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

পেলভিক মডেলে কেলি ফরসেপ দিয়ে প্রসব পরবর্তী সময়ে কপার-টি ৩৮০ এ প্রয়োগের নিয়ম প্রদর্শন ও আলোচনা করুন।

এসময় প্রশিক্ষণ কক্ষে টানানো প্রসব পরবর্তী সময়ে আইইউডি প্রয়োগ এর জব এইডি অনুসরণ করতে বলুন।

স্লাইড-১৬/ফ্লিপচার্ট -সিজারিয়ান অপারেশনের সময় প্রয়োগ স্লাইড দেখিয়ে আইইউডি প্রয়োগের নিয়ম আলোচনা করুন।

স্লাইড-১৮/ফ্লিপচার্ট -এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী সেবার সময় আইইউডি প্রয়োগ স্লাইড দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষক যে যে তথ্য গুরুত্বের সাথে বলবেন

- কেলি প্লাসেন্টাল ফরসেপ-এর সাহায্যে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের জন্য গ্রেভস্ (Graves) স্পেকুলামকে ব্যবহার করার জন্য সুপারিশ করা হয়েছে। গ্রেভস্ স্পেকুলামের দুই ব্লেডের সংযোগস্থলকে খাড়াভাবে বাড়ানো যায় এবং ব্লেড দুটি অনেকটা জায়গা জুড়ে খুলতে পারে। এর ফলে সারভিক্স ভালভাবে দেখা যাবে এবং সারভিক্স না ধরেও প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ঢুকানোর জন্য পর্যাপ্ত জায়গা পাওয়া যাবে। গ্রেভস্ (Graves) স্পেকুলাম না থাকলে সিমস্ স্পেকুলাম ব্যবহার করা যেতে পারে তবে এক্ষেত্রে অন্য একজনকে স্পেকুলাম ধরতে হবে।
- আইইউডি এবং ফরসেপ একবারই শুধুমাত্র সারভিক্স দিয়ে ঢুকাতে হবে। সারভিক্স দিয়ে আইইউডি বের হয়ে গেছে এরকম ক্ষেত্রে আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করা যাবে না এবং পুনরায় সার্ভিক্সের ভিতর দিয়ে নতুনভাবে আইইউডি প্রয়োগ করতে হবে
- সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হল, আইইউডি যেভাবেই প্রয়োগ করা হোক না কেন, ফাভাসের সবচেয়ে উঁচু জায়গায় আইইউডি স্থাপন করতে হবে

৬. আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ প্রদর্শন (১৫ মিনিট)

আইইউডি অপসারণের জন্য কি কি কারন থাকতে পারে সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

স্লাইড-১৯/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি খোলা স্লাইড দেখিয়ে আইইউডি অপসারণের কারণ আলোচনা করুন।

আইইউডি অপসারণের জন্য কি কি যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম লাগবে তা জিজ্ঞেস করুন। আইইউডি অপসারণের জন্য যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জামাদি গুছিয়ে নিন।

স্লাইড-২০/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি অপসারণের জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও অন্যান্য সরঞ্জামাদি ট্রেতে সাজানো যন্ত্রপাতির সাথে মিলিয়ে স্লাইড দেখিয়ে দিন।

স্লাইড-২১/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ স্লাইড দেখিয়ে আইইউডি অপসারণের ধাপ একজন একজন করে

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পড়তে বলুন ও আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন, এবার আইইউডি কিভাবে অপসারণ করতে হয় তা পেলভিক মডেলে প্রদর্শন করুন।

স্লাইড-২২/ফ্লিপচার্ট -আইইউডি সহজে বের না হলে করণীয় স্লাইড দেখিয়ে আইইউডি সহজে বের না হলে কি করবেন তা আলোচনা করুন। এলিগেটর ফরসেপের সাহায্যে আইইউডি খোলার ধাপ প্রদর্শন ও আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদের কোন প্রশ্ন থাকলে আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন পরবর্তী সেশনে আমরা মডেলে আইইউডি প্রয়োগ, কপার-টি লোড অনুশীলন করবো এবং ভালোভাবে মডেলে অনুশীলন করলে গ্রহীতায় প্রয়োগ সহজ ও নিরাপদ হবে।

৭. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-২৩/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৩ প্রয়োগ ও অপসারণ- আইইউডি প্রয়োগ -স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব ও এমআর/ এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে ও আইইউডি অপসারণ করার ধাপসমূহ

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ব্যথা না হওয়ার জন্য আইইউডি প্রয়োগের ৩০ মিনিট পূর্বে ১ টি ৪০০ মি.গ্রা. আইবুপ্রোফেন (না থাকলে ১ টি ৫০০ মি.গ্রা. প্যারাসিটামল) ট্যাবলেট খাইয়ে দিতে বলতে হবে। এইসব না থাকলে অ্যাসপিরিন দেয়া যাবে।
২. আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা।
৩. টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে।
৪. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করতে হবে।
৫. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।
৬. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী।
৭. কেলি প্লাসেন্টাল ফরসেপ-এর সাহায্যে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের জন্য গ্রেভস্ (Graves) স্পেকুলামকে ব্যবহার করার জন্য সুপারিশ করা হয়েছে।
৮. আইইউডি অপসারণের জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আন্তে আন্তে টেনে বের করতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. ব্যথা না হওয়ার জন্য আইইউডি প্রয়োগের ৩০ মিনিট পূর্বে ১ টি ৪০০ মি.গ্রা. আইবুপ্রোফেন (না থাকলে ১ টি ৫০০ মি.গ্রা. প্যারাসিটামল) ট্যাবলেট খাইয়ে দিতে বলতে হবে। এইসব না থাকলে অ্যাসপিরিন দেয়া যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ব্যথা না হওয়ার জন্য আইইউডি প্রয়োগের ৩০ মিনিট পূর্বে ১ টি ৪০০ মি.গ্রা. আইবুপ্রোফেন (না থাকলে ১ টি ৫০০ মি.গ্রা. প্যারাসিটামল) ট্যাবলেট খাইয়ে দিতে বলতে হবে। কিন্তু কোনোভাবেই অ্যাসপিরিন দেয়া যাবে না।

২. আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি প্রয়োগের ২য় ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা

৩. টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে। (স)

৪. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

কোন অবস্থাতেই প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করানো যাবে না

৫. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।

৬. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী। (মি)

সঠিক উত্তর

গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা কম।

৭. কেলি প্লাসেন্টাল ফরসেপ-এর সাহায্যে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের জন্য গ্রোভস্ (Graves) স্পেকুলামকে ব্যবহার করার জন্য সুপারিশ করা হয়েছে। (স)

৮. আইইউডি অপসারণের জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আন্তে আন্তে টেনে বের করতে হবে। (স)

ফ্যাসিলিটেটরের জন্য

• কেন বসে আইইউডি প্রয়োগ করতে হয়?

আইইউডি যোনীপথ দিয়ে জরায়ুতে স্থাপন করা হয়ে থাকে। এক্ষেত্রে বসে আইইউডি প্রয়োগ করলে পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও আইইউডি প্রয়োগকালে যন্ত্রপাতির ব্যবহারে ও আইইউডি'র স্থাপনে যোনীপথের অভ্যন্তরভাগ ও জরায়ুমুখ সহজেই চোখে দেখা যায় এবং ব্যবহারও সহজ হয়।

• সোয়াব দেয়ার সময় তুলার বল কিভাবে ধরতে হয়?

তুলার বলটিকে মনে মনে তিন ভাগে ভাগ করে এক ভাগ মাত্র স্পঞ্জ হোল্ডিং বা সোজা আর্টারি ফরসেপ দিয়ে ধরা হয়। বাকী দুই-তৃতীয়াংশ তুলা দ্বারা মুছতে চেপে ধরতে হয়।

• পেরিনিয়াল গার্ড কি?

পেলভিক পরীক্ষাকালে স্পেকুলাম ঢুকানোর আগে ডান হাতের তর্জনী ও মধ্যমার অগ্রভাগ সমান্তরালভাবে যোনীপথে প্রবেশ করিয়ে হালকা করে নীচের দিকে চাপ দিতে হয়। এর ফলে যোনীপথ সোজা হয় এবং সহজে স্পেকুলামটি ঢুকানো যায়। আর এতে করে যন্ত্রটি ঢুকানোর সময় আঘাত পাওয়ার সম্ভাবনা থাকে না।

• স্পেকুলাম কিভাবে ধরতে হয়?

স্পেকুলাম সবসময় বাম হাতে ধরতে হয়। ডান হাত দিয়ে অন্যান্য যন্ত্রপাতির ব্যবহার এবং পিভি পরীক্ষার জন্য মুক্ত রাখতে হয়। বাম হাত শুধুমাত্র স্পেকুলামটি ধরার জন্য ব্যবহার করা হয় বলে এতে কোন দেহরস লাগে তর্জনী স্পেকুলামের উপরের ভালভের উপরে, বৃদ্ধাঙ্গুলী পিছনের দিকে রাখতে হয়। অপর তিন আঙ্গুল দ্বারা স্পেকুলামটিকে সম্মুখ হতে ধরতে হয়। স্পেকুলাম বন্ধ করার সময় বৃদ্ধাঙ্গুলী দ্বারা বাইরের পিস্টনটির নীচ থেকে ঠেলে ধরতে হয় এবং খোলার সময় উপরিভাগে চাপ দিতে হয়। এটি যোনীপথে ঢুকানো ও বের করার সময় ডানদিকে কাত করে নিতে হয়।

• স্পেকুলাম পরীক্ষায় কি কি অবশ্যই দেখতে হবে?

- যোনীপথ ও জরায়ুমুখে শ্রাব আছে কিনা, থাকলে তার ধরণ, বর্ণ ও পরিমাণ
- স্বল্প স্পর্শে রক্ত বের হয় কিনা।
- অন্য কোন সমস্যা, যেমন- কোন পলিপ, Growth ইত্যাদি।

• দুই হাতে যোনীপথ, জরায়ু এবং তলপেট পরীক্ষা কেন দাঁড়িয়ে করতে হয়?

কারণ, এখানে গ্রহীতার তলপেটে প্রদাহ আছে কিনা জানার জন্য সারভাইকাল মোশন টেন্ডারনেস পরীক্ষা করার সময় মুখভঙ্গি লক্ষ্য করতে হয়।

• দুই হাতে যোনীপথ, জরায়ু এবং তলপেট পরীক্ষায় কি কি অবশ্যই দেখতে হবে?

- জরায়ুর আকার, আকৃতি
- জরায়ুর অবস্থান
- জরায়ুর মুখ নাড়াচাড়ায় ব্যথা (Cervical Motion Tenderness - CMT)
- ফরনিক্সের কোন অসুবিধা / ব্যথা/ Milking Urethra
- যোনীপথের অবস্থা।

• প্রসব পরবর্তী সময়ে আইইউডি প্রয়োগের পূর্বে কি কি বিষয়ে লক্ষ্য রাখতে হবে?

বর্তমান প্রসবকালে-

- যৌনাস্রাে মারাত্মক ক্ষত
- প্রসব পরবর্তী রক্তক্ষরণ
- প্রসবোত্তর সংক্রমণ
- গর্ভফুল সম্পূর্ণ বের না হওয়া
- বাধাগ্রস্ত বা বিলম্বিত প্রসব

এসব অবস্থায় আইইউডি প্রয়োগ সাময়িকভাবে স্থগিত রাখতে হবে।

সেশন-ব্যবহারিকঃ আইইউডি প্রদর্শন এবং অনুশীলন

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- আইইউডি প্রয়োগ পেলভিক মডেলে প্রদর্শন করতে পারবেন
- স্পর্শবিহীন পদ্ধতিতে কপার-টি ৩৮০এ ইনসার্টারে লোড করতে পারবেন
- ইন্টারভ্যাল সময়ে সঠিক নিয়মে গ্রহীতার জরায়ুতে আইইউডি স্থাপন করতে পারবেন
- প্রসব পরবর্তী সময়ে কেলি ফরসেপ দিয়ে সঠিক নিয়মে গ্রহীতার জরায়ুতে আইইউডি স্থাপন করতে পারবেন
- এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে সঠিক নিয়মে গ্রহীতার জরায়ুতে আইইউডি স্থাপন করতে পারবেন
- সিজারিয়ান অপারেশনের সময় গ্রহীতার জরায়ুতে আইইউডি প্রয়োগ করতে পারবেন
- গ্রহীতার জরায়ু থেকে আইইউডি অপসারণ করতে পারবেন

সময়: ৯ ঘন্টা (১.৫ ঘন্টা পেলভিক মডেলে অনুশীলন ও ৭.৫ ঘন্টা গ্রহীতায় অনুশীলন)

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি
- Zoe পেলভিক মডেল
- MAMA U পেলভিক মডেল
- আইইউডি অনুশীলনের জন্য পেলভিক মডেল
- প্রয়োগের জন্য যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম (সেশন ৩ এর অনুরূপ)
- ইন্টারভ্যাল আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- প্রসব পরবর্তী আইইউডি (কেলি ফরসেপ ব্যবহার করে) প্রয়োগ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- সিজারিয়ান অপারেশনের সময় প্রয়োগ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	মডেল ও গ্রহীতায় প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ কপার-টি ৩৮০এ লোড করা এবং প্রয়োগ ও অপসারণ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	আইইউডি প্রয়োগ করার কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী মডেলে করে দেখাবেন	৫০	উপস্থাপনা, হাতে-কলমে প্রদর্শন, পর্যবেক্ষণ, ফিডব্যাক, টিপস প্রদান ও আলোচনা
গ.	আইইউডি অপসারণের কৌশল প্রশিক্ষক করে দেখাবেন ও প্রশিক্ষণার্থী করে দেখাবেন	৩০	
ঘ.	প্রশিক্ষক/প্রশিক্ষণার্থী আইইউডি দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণে প্রসবের বিভিন্ন সময়ের গ্রহীতায় প্রয়োগ ও অপসারণ অনুশীলন এবং গ্যাপ যাচাই ও মূল্যায়ন	৪৫০	প্রদর্শন ও আলোচনা (৭ ঘন্টা ৩০ মিনিট) ডেমোনেস্ট্রেশন ও রিটার্ন ডেমোনেস্ট্রেশন সাইমুলেশন
ঙ.	সারসংক্ষেপ	০৫	উপস্থাপনা
		৫৪০ (৯ ঘন্টা)	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক পর্যালোচনা করুন।
- আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণের প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহ একটি ট্রে-তে রাখুন
- পর্যাপ্ত সংখ্যক কপার টি এর নমুনা সংগ্রহ করে রাখুন
- অনুশীলনের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক বিভিন্ন ধরনের পেলভিক মডেল সংগ্রহ করে রাখুন
- ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য গ্রহীতার উপস্থিতি নিশ্চিত করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন
- দক্ষতা মূল্যায়নের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট সংগ্রহ করে রাখুন

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. প্রদর্শন, অনুশীলন ও আলোচনা: আইইউডি প্রয়োগ করার কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী মডেলে প্রদর্শন, আইইউডি প্রয়োগ পূর্ববর্তী করণীয়, কপার-টি ৩৮০এ লোড করা এবং প্রয়োগ ও অপসারণ (৮০ মিনিট)

- পেলভিক মডেলে স্পেকুলাম পরীক্ষার সাহায্যে জরায়ুর ভঙ্গুরতা পরীক্ষা ও শ্রাব দেখার নিয়ম প্রদর্শন করুন।
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে সঠিক নিয়মে স্পেকুলাম ধরা দেখিয়ে দিন।
- একইভাবে পেলভিক মডেলে দুই হাতে তলপেট ও পিভি পরীক্ষার নিয়ম দেখিয়ে দিন।
- ইউটেরাইন সাউন্ড দিয়ে জরায়ুর গভীরতা মাপার নিয়ম দেখিয়ে দিন।
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে সারভিক্সের মডেলে ২টা - ১০টা অবস্থানে টেনাকুলাম দিয়ে ধরে দেখাতে বলুন।
- শহিন পদ্ধতিতে ইনসার্টারে কপার-টি ৩৮০এ লোড করার নিয়ম প্রদর্শন করুন। প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করে দেখাতে বলুন।
- পেলভিক মডেলে উইথড্রল কৌশলে কপার-টি ৩৮০এ স্থাপনের ধাপসমূহ প্রদর্শন করে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।
- একজন প্রশিক্ষণার্থীকে মডেলে কপার-টি ৩৮০এ স্থাপন করে দেখাতে বলুন।
- পেলভিক মডেলে কেলি ফরসেপ দিয়ে প্রসব পরবর্তী সময়ে কপার-টি ৩৮০ এ প্রয়োগের নিয়ম প্রদর্শন ও আলোচনা করুন। প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে কেলি ফরসেপ দিয়ে সঠিক নিয়মে আইইউডি ধরে দেখাতে বলুন।
- এলিগেটর ফরসেপের সাহায্যে আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ প্রদর্শন ও আলোচনা করুন। একজন প্রশিক্ষণার্থীকে আইইউডি অপসারণ দেখাতে বলুন।

পেলভিক মডেলে অনুশীলন ও মূল্যায়ন: আইইউডি প্রয়োগ পূর্ববর্তী করণীয়, কপার-টি ৩৮০এ লোড করা এবং প্রয়োগ ও অপসারণ

- প্রশিক্ষণার্থীগণকে ৩ জন করে দলে ভাগ করুন। প্রত্যেক দলকে একটি করে পেলভিক মডেল, এক সেট করে প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট দিন। ভাল করে বুঝিয়ে বলুন যে, দলের একজন অনুশীলন করবেন। ২য়জন কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট এর একটি ধাপ পড়বেন ও ১ম জন সেটা শুনে মডেলে করে দেখাবেন, ৩য় জন চেকলিস্ট মিলিয়ে দেখবেন এবং ফিডব্যাক দিবেন ও দক্ষতা মূল্যায়ন করবেন। এভাবে দলের প্রত্যেকেই নিজে মডেলে অনুশীলন করবেন। দলের কাজে প্রশিক্ষক সহায়তা করবেন।
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে পেলভিক মডেলে নিচের দক্ষতাসমূহ অনুশীলন করতে বলুন -

- স্পেকুলাম পরীক্ষা
 - দুই হাতে তলপেট ও পিভি পরীক্ষা
 - ইউটেরাইন সাউন্ড দিয়ে জরায়ুর গভীরতা মাপা
 - স্পর্শবিহীন পদ্ধতিতে ইনসার্টারে কপার-টি ৩৮০এ লোড করা
 - উইথডল কৌশলে কপার-টি ৩৮০এ স্থাপন
 - কেলি ফরসেপ দিয়ে প্রসব পরবর্তী সময়ে কপার টি ৩৮০ এ প্রয়োগ
 - এলিগেটর ফরসেপের সাহায্যে আইইউডি অপসারণ
- কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট অনুসরণ করে দক্ষতা মূল্যায়ন করুন। ফিডব্যাক দিন। প্রয়োজনে পুনরায় প্রদর্শন করুন।

গ. আইইউডি অপসারণের কৌশল প্রশিক্ষক করে দেখাবেন ও প্রশিক্ষার্থী করে দেখাবেন (৩০ মিনিট)

আইইউডি প্রয়োগের মতো আইইউডি অপসারণের দক্ষতার ক্ষেত্রেও একই নিয়ম অনুসরণ করুন।

ঘ. প্রশিক্ষক/প্রশিক্ষার্থী আইইউডি কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট অনুসরণে প্রসবের বিভিন্ন সময়ের গ্রহীতায় প্রয়োগ ও অপসারণ অনুশীলন এবং গ্যাপ যাচাই ও মূল্যায়ন, আইইউডি প্রয়োগ পূর্ববর্তী করণীয়, কপার-টি ৩৮০ এ লোড করা এবং প্রয়োগ ও অপসারণ (০৮ ঘন্টা)

- গ্রহীতার সঠিকভাবে কাউন্সেলিং, বাছাইকরণ ও অবহিত সম্মতি গ্রহণ করা হয়েছে তা নিশ্চিত করুন।
- প্রশিক্ষণের বিষয়টি গ্রহীতাকে অবহিত করুন এবং তার সম্মতি নিন।
- ইন্টারভ্যাল গ্রহীতায় আইইউডি প্রয়োগ করে প্রশিক্ষার্থীদেরকে দেখান।
- প্রসব পরবর্তী গ্রহীতায় কেলি ফরসেপ দিয়ে আইইউডি প্রয়োগ করে প্রশিক্ষার্থীদেরকে দেখান।
- এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী গ্রহীতায় আইইউডি প্রয়োগ করে প্রশিক্ষার্থীদেরকে দেখান।
- যে সকল প্রশিক্ষার্থী মডেলে সফলভাবে আইইউডি প্রয়োগ করতে পেরেছেন তাদেরকে প্রশিক্ষকের উপস্থিতিতে ইন্টারভ্যাল ও প্রসব পরবর্তী গ্রহীতায় কেলিস ফরসেপ, হাত দিয়ে আইইউডি প্রয়োগ করতে বলুন। প্রয়োগে কোন সমস্যা হলে তাৎক্ষণিক তা ঠিক করে দিন। উল্লেখ্য, গ্রহীতার উপস্থিতিতে প্রশিক্ষার্থীদের কোন অদক্ষতা সম্পর্কিত কোন ফিডব্যাক প্রদান করা উচিত হবে না।
- প্রশিক্ষার্থীগণ সঠিকভাবে প্রয়োগ করতে পারছেন কিনা তা চেকলিস্ট অনুসরণে মূল্যায়ন করুন এবং ফিডব্যাক দিন।
- প্রয়োজনে পুনরায় আইইউডি প্রয়োগ প্রদর্শন করুন এবং প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়ন করুন
- চিকিৎসক প্রশিক্ষার্থীর জন্য সিজারিয়ান অপারেশনের সময় আইইউডি প্রয়োগের কৌশল প্রদর্শন করুন এবং করে দেখাতে বলুন। দক্ষতা মূল্যায়ন করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ (৫ মিনিট)

সেশনের উদ্দেশ্য পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

ইন্টারভ্যাল আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ এর কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্র নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জানতে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০ = প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	প্রয়োগ পূর্ব করণীয়				
	গ্রহীতাকে প্রস্রাব করে আসতে বলা				
	গ্রহীতাকে পদ্ধতি প্রয়োগ সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা এবং আইইউডি গ্রহণেচ্ছুকের বিবরণী ও সম্মতি পত্র চেক করা				
	দুই হাত সাবান ও প্রবাহমান পানি দিয়ে ভালভাবে ধুয়ে শুকানো				
	গ্রহীতাকে টেবিলে লিথোটমি অবস্থায় (চিৎ হয়ে শুয়ে দু'পা এমনভাবে ভাঁজ করতে হবে যাতে পায়ের গোড়ালি উভয় দিকের জানুর পশ্চাৎদেশে স্টেটে লেগে থাকে) শোয়ানো				
	দুই হাতে সঠিক নিয়মে জীবাণুমুক্ত সার্জিক্যাল গ্লাভস পরা				
	জীবাণুমুক্ত যন্ত্রপাতি ও অন্যান্য প্রয়োজনীয় দ্রব্যাদি জীবাণুমুক্ত পাত্রে রাখা				
	বাম হাতে বাইভা স্পেকুলাম প্রবেশ করিয়ে এর সাহায্যে সারভিক্স পরীক্ষা করা				
	স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপের সাহায্যে একটি তুলার বল দিয়ে জরায়ু মুখ হালকা চেপে মুছে আনা এবং এক মিনিট পর জরায়ুর মুখ থেকে শ্রাব বা রক্তপাত হচ্ছে কিনা - তা পরীক্ষা করা				
	স্পেকুলামটি সঠিক নিয়মে বের করা				
	স্পেকুলামটি যথাযথভাবে সংরক্ষণ করা যেন আইইউডি প্রয়োগের জন্য পরবর্তীতে ব্যবহার করা যায়				
	গ্রহীতাকে পি.ভি. পরীক্ষা করার জন্য ডান হাতের দুই আঙ্গুল (তর্জনী ও মধ্যমা) যোনীপথে প্রবেশ করিয়ে এবং বাম হাত তলপেটের উপর রেখে জরায়ুর আকার, আকৃতি, অবস্থান, Cervical Motion Tenderness (CMT) ও মূত্রনালীর সংক্রমণ দেখা				
	আইইউডি গ্রহণেচ্ছুকের বিবরণী অনুসারে সব ইতিহাস নেয়া, পিভি, স্পেকুলাম পরীক্ষা করা ও সঠিকভাবে লিপিবদ্ধ করা হয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করা				
২.	কপার-টি প্রয়োগ				
	পুনরায় বাইভাল্ব ভেজাইনাল স্পেকুলাম যোনীপথে প্রবেশ করানো				
	স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপের সাহায্যে দুইটি গজ এন্টিসেপটিক দ্রবণে ভিজিয়ে সারভিক্স ও জরায়ুর মুখ ভিতর থেকে বাহিরের দিকে ২ বার ভালভাবে পরিষ্কার করা ও ৩ মিনিট অপেক্ষা করা				
	টেনাকুলামের সাহায্যে আলতোভাবে সারভিক্স (ঘড়ির কাঁটার ১০টা এবং ২টা বাজার অবস্থানে) ধরা				

	সারভিক্স খুব মৃদুভাবে সামনে এবং নীচের দিকে টেনে ধরে ৪ মি:মি: ক্যানুলা/ইউটেরাইন সাউন্ড জরায়ুর ভিতর ধীরে ধীরে সারভিক্স এবং জরায়ুতে প্রবেশ করানো যতক্ষণ পর্যন্ত ফাভাসে স্পর্শ না করে।				
	যোনিপথের বাইরে থেকে জরায়ুর গভীরতা মাপা				
	সাউন্ডটি সাবান পানিতে ভিজিয়ে রাখা				
৩.	আইইউডি প্রয়োগের পদ্ধতি				
	স্পর্শ না করার (non-touch) কৌশল অনুসরণ করা				
	সঠিকভাবে ইনসার্টার-এ জীবাণুমুক্ত প্যাকেটের ভিতরে আইইউডি লোড করা				
	সতর্কতার সাথে লক্ষ্য রাখা যাতে জীবাণুমুক্ত কোন কিছুর সাথে আইইউডি স্পর্শ না করে				
	দুই হাতে সঠিক নিয়মে জীবাণুমুক্ত সার্জিক্যাল গ্লাভস পরা				
	জরায়ুর গভীরতা অনুযায়ী হরিজনটালভাবে আইইউডি সেট করা				
	টেনাকুলাম ব্যবহার করে আস্তে আস্তে লোড করা আইইউডি যোনিপথ দিয়ে জরায়ুতে প্রবেশ করাতে হবে, যাতে যোনিপথে কোথাও স্পর্শ না করে				
	টেনাকুলাম (যা এখনো সারভিক্স এ লাগানো অবস্থায় রয়েছে) হাত দিয়ে ধরে মোটামুটি স্থিরভাবে নিচের দিকে এবং বাইরের দিকে টেনে একই লাইনে আনা				
	টেনাকুলাম এবং সাদা রড একত্রে এক সাথে স্থির ভাবে ধরা এবং ইনসার্টার টিউব প্রয়োগকারীর দিকে টানা কিস্তি ১ সে.মি. এর বেশি না।				
	নীল রঙের গার্ড কপার-টি'র দুই বাহুর সমান্তরাল অবস্থানে রেখে লোড করা ইনসার্টারটি সারভিক্সের ভিতর দিয়ে ধীরে ধীরে প্রবেশ করানো। জরায়ু-গহ্বরের অবস্থান ও দিক অনুসারে লোড করা ইনসার্টার ঠেলতে হবে যতক্ষণ পর্যন্ত না নীল রঙের গার্ড জরায়ু মুখের সংস্পর্শে আসে				
	এবার ইনসারশন টিউবটি একই অবস্থায় রেখে আস্তে আস্তে সাদা রডটি খুলে ফেলা				
	জরায়ুতে উইথড্রল পদ্ধতিতে কপার-টি প্রয়োগ করা				
	ইনসার্টার টিউবটি কিছুটা বের করতে হবে যাতে জরায়ুর মুখ থেকে ৩-৪ সে. মি. সুতা দেখা যায় এবং বাকিটা ইনসার্টার এর ভিতর থাকে।				
	কাঁচি দিয়ে সুতা দুটি কেটে ফেলা				
	টিউবটি সম্পূর্ণ বের করে ময়লা ফেলার বালতিতে ফেলা				
	টেনাকুলামটি আস্তে আস্তে খুলে বের করা এবং টেনাকুলামের সাইডে রক্ত লেগে আছে কি না পরীক্ষা করে দেখা, যদি রক্ত দেখা যায় তাহলে জীবাণুমুক্ত রিং ফরসেপ দিয়ে জরায়ুর টেনাকুলাম ধরার স্থানে গজ চেপে ধরে রাখা				
	আস্তে আস্তে স্পেকুলামটি বের করে আনা				

	যন্ত্রপাতি সাবান পানিতে ভিজিয়ে রাখা বা ধুয়ে ফেলা			
	সাবান এবং পানি দিয়ে হাত ভালভাবে ধুয়ে নেয়া			
৪.	গ্রহীতা সেবা কেন্দ্র থেকে ছেড়ে দেয়া			
	ইনসারশন সম্পূর্ণ হবার পর গ্রহীতা সুস্থ্য অনুভব না করা পর্যন্ত সেবাকেন্দ্রে বিশ্রাম নিতে বলা			
	৭ দিনের মধ্যে সহবাস না করার জন্য বলা			
	ফলো-আপ তারিখ লিখে রাখা এবং গ্রহীতাকে পরবর্তী ফলো আপ তারিখ মনে করিয়ে দেয়া এবং কার্ড প্রদান করা			
	গ্রহীতার রেকর্ড সম্পূর্ণ করা			
	গ্রহীতাকে তার সহযোগিতার জন্য ধন্যবাদ জানান			
৫.	আইইউডি অপসারণ			
	গ্রহীতাকে প্রস্রাব করে আসতে বলা			
	গ্রহীতাকে টেবিলে লিথোটমি অবস্থায় (চিৎ হয়ে শুয়ে দু'পা এমনভাবে ভাঁজ করতে হবে যাতে পায়ের গোড়ালি উভয় দিকের জানুর পশ্চাদদেশে স্টেটে লেগে থাকে) শোয়ানো			
	দুই হাত সাবান ও প্রবাহমান পানি দিয়ে ভালভাবে ধুয়ে শুকানো			
	দুই হাতে সঠিক নিয়মে জীবাণুমুক্ত সার্জিক্যাল গ্লাভস পরা			
	দুই হাতে তলপেট পরীক্ষা করা			
	বাম হাতে বাইভা স্পেকুলাম যোনীপথে প্রবেশ করিয়ে সারভিক্স পরীক্ষা করা হয়েছে এবং আইইউডির সুতা দেখা			
	স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপের সাহায্যে দুইটি তুলার বল অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণে ভিজিয়ে সার্ভিক্স/জরায়ুর মুখ ভিতর থেকে বাহিরের দিকে ২ বার মুছে পরিষ্কার করা			
	আইইউডি খোলার জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আন্তে আন্তে টেনে বের করা			
	বের করা আইইউডিটি গ্রহীতাকে দেখানো এবং বর্জ্য ফেলার বালতিতে ফেলা			
	একটি শুকনো তুলার বল দিয়ে সারভিক্সের মুখ হালকাভাবে চেপে মুছে ফেলা			
	বাইভাল্ব স্পেকুলামটি আন্তে আন্তে বের করা			
	ব্যবহৃত সকল যন্ত্রপাতি সাবান পানিতে ডুবিয়ে রাখা বা ধুয়ে ফেলা এবং গ্লাভসসহ অন্যান্য বর্জ্য নিয়ম অনুযায়ী বর্জ্য ফেলার পাত্রে ফেলা			
	সাবান দিয়ে সাধারণভাবে হাত ধুয়ে শুকনো নিজস্ব তোয়ালে দিয়ে হাত মুছা			
	আইইউডি রেজিস্টারে তথ্য লিপিবদ্ধ করা			

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

প্রসব পরবর্তী আইইউডি (কেলি প্লাসেন্টাল ফরসেপ ব্যবহার করে) প্রয়োগ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জা তে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

- প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে
 - গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে
 - নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে
- ১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া
- ২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই
- ৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন
- ০ = প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই
- এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে
 - শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন
 - অত্যবশ্যিকিয় ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন
 - একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন
 - পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
১.	প্রয়োগ পূর্ব করণীয়				
	গর্ভকালীন সময়ে গ্রহীতাকে প্রসব পরবর্তী আইইউডি এর জন্য অনুরোধ করেছিল কিনা তা নিশ্চিত করা				
	গ্রহীতাকে শারীরিক পরীক্ষা সম্বন্ধে ব্যাখ্যা করা এবং শারীরিক উপযুক্ততা নিশ্চিত করে পদ্ধতি প্রয়োগ করা হবে তা ব্যাখ্যা করা				
	আইইউডি গ্রহণে গ্রহীতার অবহিত সম্মতির বিষয়ে নিশ্চিত করা				
	প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও উপকরণ ট্রে/ট্রলিতে সাজিয়ে নেয়া				
	তলপেটের উপর হাত রেখে জরায়ুর আকার, আকৃতি, উচ্চতা ও সংকোচন নির্ণয় করা এবং প্রয়োজনীয় ক্ষেত্রে জরায়ুতে ম্যাসাজ করা হয়েছে ও প্রসবের তৃতীয় ধাপের সক্রিয় ব্যবস্থাপনা নিশ্চিত করা				
	পেটের উপর হাত দিয়ে জরায়ুর ফাভাসের উচ্চতা অনুভব করা ও জরায়ুর উচ্চতা ও আকার নির্ণয় করা				
	পরীক্ষার জীবাণুমুক্ত ড্র্যাপিং শিট গ্রহীতার কোমরের/ নিতম্বের নিচে এবং তলপেটের উপরে দেয়া				
	নতুন একজোড়া জীবাণুমুক্ত গ্লাভস পরা				
	যোনিপথে স্পেকুলাম দিয়ে সারভিক্স দৃশ্যমান করা				
২.	পেলভিক পরীক্ষা				
	ভালভা পরীক্ষা করা এবং সঠিক নিয়মে বাইভাল্ভ ভেজাইনাল স্কুলোম যোনিপথে প্রবেশ করানো <u>গর্ভফুল বের হবার পরবর্তী ১০ মিনিটের মধ্যে</u> <ul style="list-style-type: none"> সারভিক্সে ক্ষত আছে কিনা তা পরীক্ষা করা রক্তক্ষরণ নেই তা নিশ্চিত করা। <u>প্রসবের পরবর্তী ৪৮ ঘন্টার মধ্যে</u> যোনিপথ, সারভিক্সের অবস্থা স্বাভাবিক তা নিশ্চিত করা				
৩.	কপার-টি প্রয়োগ				
	সারভিক্স এবং যোনিপথে অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে মুছা এবং অ্যান্টিসেপটিক কাজ করার জন্য সময় দেয়া				
	সারভিক্স এর সামনের ঠোঁট (Anterior lip) স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ দিয়ে নমনীয়ভাবে ধরা, একঘর দাগ পর্যন্ত ফরসেপ এর ক্যাচ আটকানো				
	জীবাণুমুক্ত প্যাকেট থেকে কেলি প্লাসেন্টাল/ স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপের সাহায্যে আইইউডি ধরা				

	আইইউডি-এর খাড়া দণ্ড ও ডানদিকের আনুভূমিক বাহু এমনভাবে ধরা যেন দণ্ড এবং বাহু উভয়েরই কিছু অংশ রিঙের বাইরে থাকে			
	আইইউডির খাড়া দণ্ড ও ফরসেপের হাতল সমান্তরাল অবস্থানে রাখা			
	সারভিক্স ধরা ফরসেপটি সেবাদানকারী বরাবর উপরের দিকে হালকা টান দিয়ে রাখা			
	আইইউডি ধরা ফরসেপসটি সারভিক্সের ভিতর দিয়ে জরায়ু ও যোনিপথের বাঁক পর্যন্ত প্রবেশ করানো, আইইউডি যাতে যোনিপথের দেয়ালে না লাগে সেদিকে লক্ষ্য রাখা			
	এবার সারভিক্স ধরার ফরসেপটি খুলে বাম হাত তলপেটে ফাভাসের উপর রেখে নমনীয়ভাবে জরায়ুতে নীচের দিকে চাপ দেয়া যেন জরায়ু সোজা এবং স্থিতিশীল হয়।			
	জরায়ুর ডান দিকে সামান্য কাত করে কেলি/রিং ফরসেপ-এর আইইউডি ধরা অংশকে খুলে আইইউডি ফাভাসে স্থাপন করা			
	ফরসেপ সামান্য খোলা অবস্থায় জরায়ুর বাম দিকের দেয়াল ঘেঁষে ফরসেপ আন্তে আন্তে বের করে আনা			
	সারভিক্স পরীক্ষা করা			
	সারভিক্সের সামনের ঠোঁট হতে স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ খোলা			
	সারভিক্স ও যোনিপথ পরীক্ষা করে ক্ষত থাকলে তা রিপেয়ার করা			
8.	আইইউডি প্রয়োগ পরবর্তী ধাপসমূহ			
	ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি সাবান পানিতে ডুবিয়ে রাখা বা ধুয়ে ফেলা			
	যথাযথভাবে বর্জ্য অপসারণ করা			
	গ্লাভস খুলে বর্জ্য ফেলার পাত্রে ফেলা			

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

সিজারিয়ান অপারেশনের সময় প্রয়োগ এর কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
	গর্ভকালীন সময়ে গ্রহীতাকে প্রসব পরবর্তী আইইউডি এর জন্য অনুরোধ করেছিল কিনা তা নিশ্চিত করা				
	জরায়ুতে গর্ভফুলের কোনো অংশ ও কোনো অতিরিক্ত রক্তক্ষরণ নেই তা নিশ্চিত করা				
	হাত দিয়ে বা স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপের সাহায্যে আইইউডি ফাডাসে স্থাপন করা				
	জরায়ুর কাটা অংশ সেলাই করার আগে আইইউডির সুতা জরায়ুর নিচের অংশে রাখা, সারভিক্সের ভিতর দিয়ে সুতা বাইরে বের করে দেয়া যাবে না।				

সিজারিয়ান অপারেশন এর সাথে সাথে আইইউডি প্রয়োগ না করা হলে ৪ সপ্তাহ পর হতেই আইইউডি প্রয়োগ করা যায়। উল্লেখ্য যে, একাধিকবার সিজারিয়ান অপারেশন হলেও আইইউডি প্রয়োগে কোন বাধা নেই।

সেশন - ৪: আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- আইইউডি সেবা পরবর্তী বার্তা ও ফলোআপের গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- সেবা পরবর্তী সেবাদানকারীর করনীয় বর্ণনা করতে পারবেন
- প্রয়োগের পর ফলোআপের সময় সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- নিয়মিত ফলোআপে ও প্রসব পরবর্তী ফলোআপে সেবাদানকারীর করনীয় সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- যে সমস্ত কারণে সেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে তা বলতে পারবেন।

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি সেশন - ৪: আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
 - আইইউডি গ্রহীতার কার্ড
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শিট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতিঃ আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	সেবা পরবর্তী বার্তা ও ফলোআপের গুরুত্ব	১০	ব্রেইন স্টর্মিং ও আলোচনা
গ.	সেবা পরবর্তী সেবাদানকারীর করনীয়	১০	ব্রেইন স্টর্মিং ও আলোচনা
ঘ.	নিয়মিত ফলোআপে প্রসব পরবর্তী ফলোআপে সেবাদানকারীর করনীয়	২৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৮ আইইউডি সেশন - ৪: আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল

বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

প্রয়োজনীয় সংখ্যক আইইউডি কার্ড সংগ্রহ করে রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগ পরবর্তী বার্তা ও ফলোআপের গুরুত্ব

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি সেবা পরবর্তী করণীয়

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি গ্রহীতার ফলো-আপ সিডিউল

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি গ্রহীতার ফলো-আপের পূরণ করা কার্ডের নমুনা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - নিয়মিত ফলোআপে করণীয়

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয়

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. সেবা পরবর্তী বার্তা ও ফলোআপের গুরুত্ব (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের কাছ থেকে আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচ্যা ও ফলোআপের গুরুত্ব সম্পর্কে শুনুন; স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগ পরবর্তী বার্তা ও ফলোআপের গুরুত্ব দেখিয়ে আলোচনা করুন ও প্রশিক্ষার্থীদের উত্তরের সাথে মিলিয়ে নিন।

গ. সেবা পরবর্তী সেবাদানকারীর করণীয় (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের নিকট থেকে শুনুন- আইইউডি প্রয়োগের পর সেবাদানকারীর কি করণীয়; প্রশিক্ষার্থীদের মতামত শুনুন ও ফ্লিপ পেপারে লিখুন। স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি সেবা পরবর্তী করণীয় দেখিয়ে আলোচনা করুন ও প্রশিক্ষার্থীদের উত্তরের সাথে মিলিয়ে নিন।

ঘ. নিয়মিত ফলোআপে এবং প্রসব পরবর্তী ফলোআপে সেবাদানকারীর করণীয় (২৫ মিনিট)

প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীকে একটি করে আইইউডি গ্রহীতার কার্ড দিন। ৫ মিনিট সময় নিয়ে পড়তে বলুন। আইইউডি গ্রহীতার ফলো-আপের সিডিউল নিয়ে আলোচনা করুন। স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি গ্রহীতার ফলো-আপ সিডিউল দেখিয়ে দিন।

প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীকে কার্ডটি পূরণ করতে বলুন। মনে করতে বলুন যে তিনি একজন আইইউডি গ্রহীতাকে সেবা দিয়েছেন এবং কার্ডটি পূরণ করছেন। কার্ডে উল্লিখিত নির্দেশনাসমূহ এবং যে সকল অবস্থায় গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে তা প্রশিক্ষার্থীদেরকে বিপদজনক লক্ষণসমূহ পড়তে বলুন।

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি গ্রহীতার ফলো-আপ এর পূরণ করা কার্ডের নমুনা দেখান। প্রশিক্ষার্থীগণকে নিজ নিজ পূরণকৃত কার্ডের সাথে মিলিয়ে দেখতে বলুন ও এই সম্পর্কে আলোচনা করুন।

- নিয়মিত ফলোআপ ও প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয় সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।
- এরপর স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - নিয়মিত ফলোআপে করণীয় ও স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী ফলোআপে করণীয় দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৪: আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করেছে কিনা তা জানার জন্য ৪ বার আইইউডির নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়।
২. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপনের দিন হতেই কার্যকর হয়।
৩. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপনের জন্য টেনাকুলাম ধরার স্থানে যে ক্ষতের সৃষ্টি হয়; কনডম ছাড়া যৌনমিলনে তা হতে সংক্রমণ হবার সম্ভাবনা থাকে; এ কারণে ৭ দিন পর্যন্ত কনডম ব্যবহার করলে সংক্রমণের ঝুঁকি কমে যায়।
৪. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা বা কোন সমস্যা আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করতে হবে এবং সে অনুযায়ী তাকে উত্তর দিতে হবে।
৫. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার সারভিক্স ও সূতা দেখার জন্য স্পেকুলাম পরীক্ষা করতে হবে।
৬. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সূতা দেখা যেতে ৩০ দিন থেকে ২ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; সব ক্ষেত্রে সূতা দেখা যাবে।
৭. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র যদি সূতা দেখা না যায় এবং গ্রহীতা বলেন যে আইইউডি বের হয়ে যায় নাই তবে এ ব্যাপারে কাউন্সেলিং করতে হবে এবং আশ্বস্ত করতে হবে।
৮. মাসিক বন্ধ থাকলে বা অস্বাভাবিক রক্তস্রাব হলে আইইউডি'র গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে আসতে হবে না।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৪ বার আইইউডির নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৩ বার আইইউডি নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়।

২. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপনের দিন হতেই কার্যকর হয়। (স)

৩. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপনের জন্য টেনাকুলাম ধরার স্থানে যে ক্ষতের সৃষ্টি হয়; কনডম ছাড়া যৌনমিলনে তা হতে সংক্রমণ হবার সম্ভাবনা থাকে; এ কারণে ৭ দিন পর্যন্ত কনডম ব্যবহার করলে সংক্রমণের ঝুঁকি কমে যায়। (স)

৪. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা বা কোন সমস্যা আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করতে হবে এবং সে অনুযায়ী তাকে উত্তর দিতে হবে। (স)

৫. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার সারভিক্স ও সূতা দেখার জন্য স্পেকুলাম পরীক্ষা করতে হবে। (স)

৬. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সূতা দেখা যেতে ৩০ দিন থেকে ২ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; সব ক্ষেত্রে সূতা দেখা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সূতা দেখা যেতে ৪০ দিন থেকে ১ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; কোনো কোনো ক্ষেত্রে সূতা নাও দেখা যেতে পারে।

৭. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র যদি সূতা দেখা না যায় এবং গ্রহীতা বলেন যে আইইউডি বের হয়ে যায় নাই তবে এ ব্যাপারে কাউন্সেলিং করতে হবে এবং আশ্বস্ত করতে হবে। (স)

৮. মাসিক বন্ধ থাকলে বা অস্বাভাবিক রক্তস্রাব হলে আইইউডি'র গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে আসতে হবে না। (মি)

সঠিক উত্তর

মাসিক বন্ধ থাকলে বা অস্বাভাবিক রক্তস্রাব হলে আইইউডি'র গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে আসতে হবে।

ফ্যাসিলিটেটরের জন্য

- আইইউডি প্রয়োগ পরবর্তী ফলোআপ কতদিন পর করতে হয় তা জেনে নিন। ৩/৪ জনের উত্তর জেনে নিন।
- গুরুত্ব দিতে হবে যে, আইইউডি পরার পর প্রথমাবস্থায় জরায়ুর সংকোচন প্রসারণ এর ফলে এবং ঋতুচক্রের সময় আইইউডিটি বের হয়ে আসতে পারে। তাই প্রথমবার মাসিকের পর (৩-৬ সপ্তাহের মধ্যে) ফলো-আপ খুবই গুরুত্বপূর্ণ।
- উল্লেখ করুন যে, প্রথম রুটিন ফলোআপের সময় স্পেকুলাম পরীক্ষায় সূতা সঠিক অবস্থানে আছে কিনা। জেনে নিতে হবে এবং আইইউডি সঠিক অবস্থানে আছে কিনা নিশ্চিত হতে হবে।
- উল্লেখ করুন যে, আইইউডি প্রয়োগের পর কিছু কিছু সমস্যা দেখা দিলে গ্রহীতাকে অবশ্যই সেবাদানকারীর কাছে আসতে বলতে হবে বা নিকটস্থ সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে বলতে হবে।
- উল্লেখ করুন যে, এই অসুবিধাসমূহ এমনকি গ্রহীতার আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথেই হতে পারে অথবা ব্যবহারকালীন যে কোন সময়ে দেখা দিতে পারে। বিশেষ গুরুত্ব সহকারে উল্লেখ করুন যে, আইইউডি ব্যবহারকালীন যে কোন সমস্যা দেখা গেলে গ্রহীতা সাথে সাথে এ ব্যাপারে পদক্ষেপ নেবে।
- উল্লেখ করুন যে, আইইউডি প্রয়োগকারীর পেশাগত জ্ঞান, দক্ষতা ও মনোভাবের উপর আইইউডি কার্যক্রমের সার্থকতা নির্ভর করে। আইইউডি প্রয়োগকারীর লক্ষ্য হওয়া উচিত আইইউডি গ্রহীতার সংখ্যা বৃদ্ধি নয়, গ্রহীতার সন্তুষ্টি বৃদ্ধি - এ কথার উপর গুরুত্ব দিন।
- আরো উল্লেখ করুন যে, আইইউডি সেবা দেয়ার পরেই প্রয়োগকারীর দায়িত্ব শেষ হয় না। সেবা পরবর্তী কিছু বার্তা এবং পরবর্তীতে গ্রহীতাকে অনুসরণ করাও প্রয়োজন।

সেশন - ৫: আইইউডি'র পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- আইইউডি'র সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ বলতে পারবেন।
- আইইউডি'র পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতার কারণ, লক্ষণ/ উপসর্গ ও ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে বলতে পারবেন।

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি সেশন-৫ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শিট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	আইইউডি'র পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও দলীয় আলোচনা
গ.	পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ব্যবস্থাপনা ও জটিলতার ব্যবস্থাপনা	৩৫	কেস স্টাডি, জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৮ আইইউডি সেশন-৫ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা পড়ুন।

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিক্ষণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি প্রয়োগজনিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার পরামর্শ ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - জটিলতা: অস্বাভাবিক রক্তস্রাব ও রক্তস্বল্পতাজনিত সমস্যা কখন হতে পারে ও ব্যবস্থাপনা

- স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - জটিলতার ব্যবস্থাপনাঃ তলপেটে খিঁচুনি ও মোচড়ানো ব্যথা
- স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - জটিলতার ব্যবস্থাপনাঃ আইইউডি সম্পূর্ণ বা আংশিক বের হয়ে যাওয়া
- স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - জটিলতার ব্যবস্থাপনাঃ আইইউডি'র সুতাজনিত সমস্যা
- স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - জটিলতার ব্যবস্থাপনাঃ গর্ভাবস্থা
- স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - জটিলতার ব্যবস্থাপনাঃ তলপেটে প্রদাহ
- স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - জটিলতার ব্যবস্থাপনাঃ যোনিপথে শ্রাব বা নিঃসরণ
- স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট - জটিলতার ব্যবস্থাপনাঃ জরায়ু বা সারভিক্স ছিদ্র হয়ে যাওয়া বা আইইউডি গ্রোথিত হয়ে যাওয়া
- স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ (১০ মিনিট)

- আলোচনার মাধ্যমে প্রশিক্ষার্থীদের কাছ থেকে শুনে নিন- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা বলতে কি বুঝায়? এদের মধ্যে পার্থক্য কি?
- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সচরাচর স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া, দীর্ঘস্থায়ী কোন সমস্যা না, শরীরের জন্য ক্ষতিকর না, যেকোন পদ্ধতি গ্রহণের প্রথম কিছুদিন স্থায়ী হয় ও ধীরে ধীরে দূর হয়ে যায় বা মানিয়ে নেয়া যায়, সহজেই সমাধান করা যায়; অধিকাংশ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কোন চিকিৎসার প্রয়োজন হয়না হলেও খুবই সহজ কিছু ব্যবস্থা নিতে হয়।
- জটিলতা হলো আইইউডি গ্রহণের পর এমন কিছু সমস্যা হয় যার জন্য সাধারণত অতিরিক্ত চিকিৎসার প্রয়োজন হয়, গ্রহীতার শারীরিক ও মানসিক ক্ষতির কারণ হয় এবং অতি দ্রুত জটিলতার ধরন নির্ণয় করতে হয় ওব্যবস্থা গ্রহণ করতে হয়, যেমন-
 ১. বিশেষ ঔষধ প্রয়োগ
 ২. পরীক্ষা-নিরীক্ষা করা
 ৩. রেফার করা
 ৪. পদ্ধতি খুলে ফেলা
 ৫. অপারেশন করা
- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা সবসময়ই যে পদ্ধতি গ্রহণের জন্য হয় তা নয়।
- প্রশিক্ষার্থীদের অভিজ্ঞতার আলোকে বর্ণনা করতে বলুন, তারা আইইউডি গ্রহীতার কি কি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতার সম্মুখীন হয়েছেন বা জেনেছেন। সকল গ্রহীতারই যে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া বা জটিলতা হবে তা না এবং প্রত্যেক গ্রহীতার জন্য এটা আলাদা।

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

আইইউডি গ্রহীতা যে কোন সমস্যা নিয়ে আসলে সেবাদানকারী হিসাবে আমাদের করণীয় কি হওয়া উচিত তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন, আলোচনা করুন এবং নিচের কথাগুলো বুঝিয়ে বলুন।

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা ব্যবস্থাপনার ক্ষেত্রে বিশেষভাবে করণীয়ঃ

- গ্রহীতার সমস্যা বা উদ্বেগকে কখনই উপেক্ষা করা যাবে না
- গ্রহীতা যদি দুঃশ্চিন্তা করেন, তবে তাকে আশ্বস্ত করতে হবে
- গ্রহীতা যদি কাউন্সেলিং বা চিকিৎসা পেয়ে সন্তুষ্ট না হন, তবে তার কাছ থেকে জানতে হবে যে, তিনি কি আইইউডি রাখতে চান, না খুলে ফেলতে চান। যদি গ্রহীতার সমস্যা আইইউডি- এর সাথে সম্পর্কিত নাও হয় বা তার স্বাস্থ্যের কোন ক্ষতি নাও হয়, তবুও যদি খুলে ফেলতে চান তবে আইইউডি খুলে ফেলতে হবে বা খোলার জন্য রেফার করতে হবে।
- গ্রহীতা যদি নতুন পদ্ধতি নিতে চান সে ক্ষেত্রে তাকে ঐ পদ্ধতি গ্রহণে সাহায্য করতে হবে।

গ. পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা ব্যবস্থাপনা (৩৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্য থেকে দুজন করে জুটি তৈরী করুন। প্রত্যেক জুটিকে পূর্বে প্রস্তুতকৃত আইইউডি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতার একটি করে কেস স্টাডি দিন এবং জুটিতে আলোচনা করে এর ব্যবস্থাপনা লিখতে বলুন।

প্রত্যেক জুটির ব্যবস্থাপনা উপস্থাপন করতে বলুন এবং আলোচনা করুন।

স্লাইড ৩-১১/ফ্লিপচার্টে উল্লেখিত পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহের ব্যবস্থাপনা দেখিয়ে দিন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৫: আইইউডি'র পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. আইইউডি'র পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হলো আইইউডি গ্রহণের কারণে এমন কিছু স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া যা আপনা-আপনি ভাল হয়ে যায় এবং সমস্যা সমাধানের জন্য বিশেষ কোন ব্যবস্থা (Intervention) গ্রহণ করতে হয় না।
২. আইইউডি'র জটিলতা হলো আইইউডি গ্রহণের পর এমন কিছু সমস্যা হয় যার জন্য সাধারণত অতিরিক্ত চিকিৎসার প্রয়োজন হয়।
৩. কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব না।
৪. যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলবেন না। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়।
৫. তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার ও নতুন আইইউডি পরাতে হবে।
৬. আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা আছে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. আইইউডি'র পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হলো আইইউডি গ্রহণের কারণে এমন কিছু স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া যা আপনা-আপনি ভাল হয়ে যায় এবং সমস্যা সমাধানের জন্য বিশেষ কোন ব্যবস্থা (Intervention) গ্রহণ করতে হয় না। (স)
২. আইইউডি'র জটিলতা হলো আইইউডি গ্রহণের পর এমন কিছু সমস্যা হয় যার জন্য সাধারণত অতিরিক্ত চিকিৎসার প্রয়োজন হয়। (স)
৩. কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব না। (মি)

সঠিক উত্তর

কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারাই চিকিৎসা করা সম্ভব।

৪. যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলবেন না। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলুন। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়।

৫. তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার ও নতুন আইইউডি পরাতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার নেই।

৬. আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা আছে। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা নেই।

ফ্যাসিলিটেটরের জন্য

আইইউডি (কপার-টি ৩৮০এ) গ্রহণের পর গ্রহীতার কিছু জটিলতা দেখা দিতে পারে। এ ব্যাপারে সেবাদানকারীদেরও অনেক ভ্রান্ত ধারণা আছে। প্রয়োজনে সেশনে ব্যাখ্যার জন্য ফ্যাসিলিটেটরদের সুবিধার্থে হ্যান্ডআউট এর বাইরেও এখানে এমন কিছু তথ্য সংযোজিত হল।

• অতিরিক্ত রক্তস্রাব

কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব। তবে অতিরিক্ত রক্তস্রাবের ফলে যদি গ্রহীতার রক্তে হিমোগ্লোবিন -এর মাত্রা কমে যায় তবে মুখে আয়রণ এবং আয়রণজনিত খাবার খাওয়া উচিত। তবে আইইউডি গ্রহীতার সকল প্রকার রক্তস্রাবই যে এই কারণে হবে তা ঠিক নয়। অন্যান্য সমস্যা যেমন- এন্ডোমেট্রিয়াল পলিপ, এন্ডোমেট্রাইটিস এর জন্যও হতে পারে। এজন্যই আইইউডিসহ অন্য যে কোন পদ্ধতি ব্যবহারের পর রক্তস্রাবজনিত যে কোন সমস্যা দেখা দিলে স্পেকুলাম ও দুই হাতে যোনীপথ, জরায়ু ও তলপেট পরীক্ষাসহ অন্যান্য শারীরিক পরীক্ষার মাধ্যমে তার কারণ নির্ণয় করতে হবে।

• তলপেটে অস্বাভাবিক মোচড়ানো ব্যথা

আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা এর চিকিৎসা সম্ভব। তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়। এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার নেই। তবে যদি ব্যথাটি পরবর্তীতে শুরু হয় তবে তা অন্যান্য কারণেও হতে পারে, যেমন - কপার-টি সম্পূর্ণ বা আংশিক বের হয়ে যাওয়া, সংক্রমণ বা জটিলতাসহ গর্ভধারণ। এজন্য শারীরিক পরীক্ষার মাধ্যমে তার কারণ নির্ণয় করে চিকিৎসা দিতে হবে।

• আইইউডি আংশিক বা সম্পূর্ণ বের হয়ে যাওয়া

এর ফলে যোনীপথে অস্বাভাবিক স্রাব দেখা যেতে পারে, মোচড়ানো ব্যথা হতে পারে, দুই মাসিকের মাঝে ফোঁটা ফোঁটা রক্তস্রাব হতে পারে, সহবাসের পর রক্তস্রাব বা ব্যথা হতে পারে, সুতা না পাওয়া যেতে পারে বা সুতা লম্বা হয়ে যেতে পারে। যদি আইইউডি গ্রহীতার মাসিক বন্ধ থাকে তবে আইইউডি'র সুতা পরীক্ষা করে দেখতে হবে এবং গ্রহীতা গর্ভবতী কিনা নিশ্চিত হতে হবে। যদি গ্রহীতা গর্ভবতী না হয় তবে আইইউডি সম্পূর্ণ বের হয়ে গিয়ে থাকলে অথবা আংশিক বের হওয়া আইইউডি খুলে অন্য একটি আইইউডি পরানো যেতে পারে।

• জরায়ু বা সারভিক্স ছিদ্র হয়ে যাওয়া

আইইউডি যদি জরায়ু গহ্বরের বাইরে চলে যায় তবে তা দ্রুত অপসারণ করতে হবে। পেরিটোনিয়াল গহ্বরে আইইউডি, এডনেক্সা, ওমেন্টাম বা বৃহদন্ত্রের সাথে 'এ্যাডহেশন তৈরী করে। কাজেই কপার মিশ্রিত আইইউডি পেরিটোনিয়াল গহ্বরে হতে বের করে ফেলতে হবে। আংশিক ছিদ্র হয়ে থাকলেও আইইউডি বের করে ফেলতে হবে।

• আইইউডি'র সুতাজনিত সমস্যা

আইইউডি গ্রহীতার সুতা না পাওয়া গেলে বুঝতে হবে যে সেটি হয় জরায়ু ছিদ্র হয়ে পেরিটোনিয়াল গহ্বরে চলে গেছে নতুবা আপনা-আপনি বের হয়ে গেছে। অন্যান্য যে কারণে সুতা পাওয়া না যেতে পারে তা হলো সুতা খুলে যাওয়া বা সুতা পেঁচিয়ে জরায়ুর গহ্বরে চলে যাওয়া। আইইউডি'র সুতা পাওয়া না গেলে আলট্রাসাউন্ড পরীক্ষার দ্বারা দ্রুত এটির অবস্থান নির্ণয় করা যায়। কারণ সুতা খুলে যেতে পারে, আইইউডি যথাস্থানে থাকতেও পারে। সুতরাং সুতাবিহীন আইইউডি খুলে ফেলতে হবে। তা না হলে অবস্থা অনুযায়ী ব্যবস্থাপনা দিতে হবে।

• গর্ভধারণ সংক্রান্ত জটিলতা

যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলুন। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়। সুতা না পাওয়া গেলে গ্রহীতাকে আশ্বস্ত করুন যে, আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা নেই।

কেস স্টাডি -১

নিরুপমা ৩ মাস যাবৎ আইইউডি (কপার টি) গ্রহণ করেছে। তার ২ সন্তান। ছোট সন্তানের বয়স ১ বৎসর। সে আর সন্তান চায়না। তার বান্ধবী অনন্যা আইইউডি ব্যবহার করছে। তার সাথে পরামর্শ করে নিরুপমাও আইইউডি নিয়েছে। আইইউডি পরার পর থেকে তার মাসিক আগের চেয়ে অনেক বেশি হচ্ছে এবং পেটেও ব্যাথা করে। তার বান্ধবীরও প্রথম প্রথম মাসিক বেশি হত, তবে তার মত না। তাই নিরুপমা এখন আর আইইউডি রাখতে চাচ্ছে না। সে তার বান্ধবীকে নিয়ে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এসেছে সমস্যার সমাধান করতে বা আইইউডি খুলে ফেলতে।

প্রশ্ন

১. নিরুপমার বর্তমান সমস্যার সম্ভাব্য কারণ সমূহ কি কি?
২. এ অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন?

কেস স্টাডি - ২

আলপনার ডেলিভারী হয়েছে হাসপাতালে এবং সেখানেই সে ডেলিভারীর পর পরই আইইউডি নিয়েছে। আইইউডি নেয়ার পর ৬ মাস হয়ে গেছে। সবাই বলে আইইউডির সুতা আছে এবং সেটা পরীক্ষা করতে হয়। সে কোন সুতা পাচ্ছেনা। সে বুঝতে পারছেননা তার আইইউডি আছে কি নেই।

প্রশ্ন

১. আলপনার বর্তমান সমস্যার সম্ভাব্য কারণ সমূহ কি কি?
২. এ অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন?

কেস স্টাডি - ৩

সুলতানার ৪ সন্তান। তার স্বামী শহরে রিক্সা চালায়। তারা পরিবার পরিকল্পনার কোন পদ্ধতি কখনও ব্যবহার করেনি। তাদের ছোট সন্তানের বয়স ৮ মাস। একজন মাঠকর্মীর সহায়তায় স্বামীকে না জানিয়ে সে ৪ মাস আগে আইইউডি নিয়েছে। সে ভালই ছিল। একটু আধটু সমস্যা যা ছিল তা ঔষধ খেয়ে সেরে গেছে। কিছুদিন যাবৎ তার তলপেটে ব্যাথা এবং মনে হচ্ছে স্রাবেও একটু গন্ধ। সে স্বামী সহবাসে ব্যাথা পায়। ঐ মাঠকর্মীকে নিয়ে সে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এসেছে প্রয়োজনীয় চিকিৎসার জন্য।

প্রশ্ন

১. সুলতানার বর্তমান সমস্যার সম্ভাব্য কারণ সমূহ কি কি?
২. এ অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন?

মডিউল ৯
স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি
এনএসভি

সেশন - ১: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

সেশন - ২: এনএসভি প্রাথমিক ধারণা

সেশন - ৩: কাউন্সিলিং ও বাছাইকরণ

সেশন - ৪: এনএসভি অপারেশনের নিয়মাবলী অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ

ব্যবহারিক সেশন: এনএসভি অপারেশন প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন - ৫: এনএসভি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা

সেশন -১: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, এই পদ্ধতির ধরন, কাদের জন্য উপযুক্ত তা বলতে পারবেন।
- স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি অপারেশনের জন্য ভৌত সুবিধা, লোকবল ও তাদের কর্মপরিধি সমূহ উল্লেখ বলতে পারবেন।
- স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবা কোথায় পাওয়া যায় বলতে পারবেন।
- স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের ন্যূনতম সেবার মান ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

সময়: ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯ স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি কি, ধরন, কাদের জন্য উপযুক্ত ও এই সেবা কোথায় পাওয়া যায়	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও দলীয় আলোচনা
গ.	অপারেশনের জন্য ভৌত সুবিধা, লোকবল ও তাদের কর্মপরিধি এবং অপারেশন স্থানের সংক্রমণ প্রতিরোধ	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের ন্যূনতম সেবার মান	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯ স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল

বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা ম্যানুয়াল অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট-স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট-স্থায়ী পদ্ধতি যাদের জন্য উপযুক্ত

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - স্থায়ী পদ্ধতির অপারেশন কোথায় করা হয়

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - স্থায়ী পদ্ধতির অপারেশন করার জন্য প্রয়োজনীয় ভৌত সুবিধাসমূহ

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - স্থায়ী পদ্ধতি কার্যক্রমের ন্যূনতম সেবার মান

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি কি, ধরন, কাদের জন্য উপযুক্ত সেবা কোথায় পাওয়া যায় (১০ মিনিট)

স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন ও মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন দেখিয়ে স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট-

স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ও স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট-স্থায়ী পদ্ধতি যাদের জন্য উপযুক্ত আলোচনা করুন।

স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবা কোথায় পাওয়া যায় সে সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের কেমন অভিজ্ঞতা আছে তা জানতে চান। এ বিষয়ে আলোচনা করুন। মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট-স্থায়ী পদ্ধতির অপারেশন কোথায় করা হয় তা দেখিয়ে দিন।

গ. অপারেশনের জন্য ভৌত সুবিধা, লোকবল ও তাদের কর্মপরিধি ও অপারেশন স্থানের সংক্রমণ প্রতিরোধ (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি অপারেশনের জন্য কি কি ভৌত সুবিধা, লোকবল দরকার ও তাদের কর্মপরিধি কেমন এরপর মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট -স্থায়ী পদ্ধতির অপারেশন করার জন্য প্রয়োজনীয় ভৌত সুবিধাসমূহ দেখিয়ে আলোচনা করুন। অপারেশন স্থানের সংক্রমণ প্রতিরোধ সম্পর্কে আলোচনা করুন ও সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশনে এসম্পর্কে আরো জানবেন এই আশাবাদ ব্যক্ত করুন।

ঘ. স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের ন্যূনতম সেবার মান (১০ মিনিট)

স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমের ন্যূনতম সেবার মান সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরধারণা যাচাই করে এসব বিষয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৬-স্থায়ী পদ্ধতি কার্যক্রমের ন্যূনতম সেবার মান দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন -১: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি একটি বহুল প্রচলিত, নিরাপদ, অধিকতর কার্যকর, প্রায় পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াবিহীন পদ্ধতি হিসাবে বিশ্বব্যাপী স্বীকৃত।
২. স্থায়ী পদ্ধতিতে যে সকল দম্পতির কাজিক্ত সংখ্যক সন্তান রয়েছে এবং ভবিষ্যতে আর কোনো সন্তান নিতে চান না তাদের অপারেশনের মাধ্যমে স্থায়ীভাবে সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা রোধ করা হয়।
৩. দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় স্ত্রীর সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।
৪. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।
৫. স্থায়ী পদ্ধতি স্বল্প খরচে সকল সরকারি হাসপাতাল ও ক্লিনিকে, সরকার অনুমোদিত এনজিও এবং বেসরকারি হাসপাতাল ও ক্লিনিকে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত মিডলেভেল সেবাপ্রদানকারী দ্বারা সম্পাদন করা হয়।
৬. একজন প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সেবাদানকারী অপারেশনের দুইদিন পূর্বে প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, সার্জিক্যাল লিনেন, মপ ও তুলার বল, ব্যাণ্ডেজ ইত্যাদি তৈরি করার দায়িত্বে থাকবেন।
৭. প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত নার্স টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি অপারেশন সম্পাদন করা ছাড়াও গ্রহীতার চূড়ান্ত অবহিত সম্মতি, অপারেশনকালীন বা তার পরবর্তী যেকোনো উদ্ভূত জরুরি অবস্থা মোকাবেলার সম্পূর্ণ দায়িত্ব পালন করবেন।
৮. পিয়ন/এমএলএসএস অপারেশন কক্ষের টেকনিশিয়ান, অপারেশন কক্ষের নার্স বা এফডব্লিউভিকে অটোক্লেভিং-এর ব্যাপারে সাহায্য করবেন।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি একটি বহুল প্রচলিত, নিরাপদ, অধিকতর কার্যকর, প্রায় পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াবিহীন পদ্ধতি হিসাবে বিশ্বব্যাপী স্বীকৃত। (স)
২. স্থায়ী পদ্ধতিতে যে সকল দম্পতির কাজিকৃত সংখ্যক সন্তান রয়েছে এবং ভবিষ্যতে আর কোনো সন্তান নিতে চান না তাদের অপারেশনের মাধ্যমে স্থায়ীভাবে সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা রোধ করা হয়। (স)
৩. দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় স্ত্রীর সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় দম্পতির সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে

৪. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে। (স)
৫. স্থায়ী পদ্ধতি স্বল্প খরচে সকল সরকারি হাসপাতাল ও ক্লিনিকে, সরকার অনুমোদিত এনজিও এবং বেসরকারি হাসপাতাল ও ক্লিনিকে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত মিডলেভেল সেবাপ্রদানকারী দ্বারা সম্পাদন করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

স্থায়ী পদ্ধতি বিনা খরচে সকল সরকারি হাসপাতাল ও ক্লিনিকে, সরকার অনুমোদিত এনজিও এবং বেসরকারি হাসপাতাল ও ক্লিনিকে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত চিকিৎসক দ্বারা সম্পাদন করা হয়।

৬. একজন প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সেবাদানকারী অপারেশনের দুইদিন পূর্বে প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, সার্জিক্যাল লিনেন, মপ ও তুলার বল, ব্যান্ডেজ ইত্যাদি তৈরি করার দায়িত্বে থাকবেন। (মি)

সঠিক উত্তর

একজন প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সেবাদানকারী অপারেশনের একদিন পূর্বে প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, সার্জিক্যাল লিনেন, মপ ও তুলার বল, ব্যান্ডেজ ইত্যাদি তৈরি করার দায়িত্বে থাকবেন।

৭. প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত নার্স টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি অপারেশন সম্পাদন করা ছাড়াও গ্রহীতার চূড়ান্ত অবহিত সম্মতি, অপারেশনকালীন বা তার পরবর্তী যেকোনো উদ্ভূত জরুরি অবস্থা মোকাবেলার সম্পূর্ণ দায়িত্ব পালন করবেন। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্জন টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি অপারেশন সম্পাদন করা ছাড়াও গ্রহীতার চূড়ান্ত অবহিত সম্মতি অপারেশনকালীন বা তার পরবর্তী যেকোনো উদ্ভূত জরুরি অবস্থা মোকাবেলার সম্পূর্ণ দায়িত্ব পালন করবেন।

৮. পিয়ন/এমএলএসএস অপারেশন কক্ষের টেকনিশিয়ান, অপারেশন কক্ষের নার্স বা এফডব্লিউভিকে অটোক্লেভিং-এর ব্যাপারে সাহায্য করবেন। (স)

সেশন -২: পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি এনএসভির প্রাথমিক ধারণা

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- এনএসভি কি, বাংলাদেশে এর প্রচলন, কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা ও বিফলতার কারন ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- সুবিধা, অসুবিধা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- ভ্যাসেকটমি কি কি ভাবে করা যায় বলতে পারবেন

সময়

- ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক সেশন-১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি এনএসভির প্রাথমিক ধারণা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- Family Planning: A Global Handbook for Providers 2018 page: 231-246

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসভি প্রাথমিক ধারণা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	এনএসভি কি, বাংলাদেশে এর প্রচলন, কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা ও বিফলতার কারন	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	ভ্যাসেকটমি কি কি ভাবে করা যায়	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সুবিধা ও অসুবিধা	১০	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক সেশন-১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি এনএসভির প্রাথমিক ধারণা পড়ুন।
- Family Planning: A Global Handbook for Providers 2018 page: 231-246 পড়ুন।
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিক্ষণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি- বাংলাদেশে ভ্যাসেকটমির প্রচলন ও কিভাবে কাজ করে

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ভ্যাসেকটমি অপারেশন পদ্ধতি
স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - ভ্যাসেকটমির কার্যকারিতা ও বিফলতার কারণ
স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভির সুবিধা
স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - এনএসভির অসুবিধা
স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. এনএসভি কি, বাংলাদেশে এর প্রচলন, কিভাবে কাজ করে (১০ মিনিট)

এনএসভি কি, কিভাবে কাজ করে, বাংলাদেশে প্রচলন এবং ব্যবহারকারীর ধারা সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন এবং স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

গ. ভ্যাসেকটমি কি কি ভাবে করা যায় (১০ মিনিট)

ভ্যাসেকটমি কিভাবে করা যায় ও ইনসিশনাল ভ্যাসেকটমি থেকে এনএসভির পার্থক্য, কার্যকারিতা ও বিফলতার কারণ সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন এবং স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন

ঘ. এনএসভির সুবিধা ও অসুবিধা (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীগণকে দুটি দলে ভাগ করুন। এক দলকে এনএসভির সুবিধা এবং অপর দলকে এনএসভির অসুবিধা লিখতে বলুন। দলের মধ্যে একজনকে লেখার জন্য নির্বাচিত করতে বলুন, অন্যদের সাহায্য করতে বলুন। প্রতি দলের দলনেতাকে উপস্থাপন করতে বলুন। উপস্থাপন শেষে দুই দলকে ধন্যবাদ দিন। স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন -২: পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি এনএসভির প্রাথমিক ধারণা

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. এনএসভি (No Scalpel Vasectomy) বা ছুরিবিহীন ভ্যাসেকটমি পদ্ধতিতে ছুরি বা সার্জিক্যাল ব্লেডের প্রয়োজন হয় না।
২. এনএসভি সার্জিক্যাল ব্লেডের পরিবর্তে বিশেষভাবে প্রস্তুতকৃত সরু ও ধারালো ফরসেপের সাহায্যে অভ্যন্তরীণ মাঝের মাঝে একটি ছিদ্র করে উভয় পাশের শুক্রবাহী নালি বের করে এনে বেঁধে কেটে দেওয়া হয়।
৩. এনএসভিতে নিরাপত্তার জন্য শুক্রবাহী নালির এক পাশ ফাসার ভিতর এবং অন্য পাশ ফাসার বাইরে রাখা হয়। ফলে কোনো সেলাই লাগে না এবং রক্তপাতও হয় না।
৪. এনএসভি পদ্ধতিতে শুক্রবাহী নালিটি সম্পূর্ণ বেঁধে কেটে ফেলে দেওয়া হয়।
৫. এনএসভি পদ্ধতিতে ফ্যাসাল ইন্টারপজিশন করে শুক্রবাহী নালির এক প্রান্ত শিথের ভিতর এবং অন্য প্রান্ত শিথের বাইরে রাখা হয়। এর ফলে অণুকোষ থেকে শুক্রাণু শুক্রবাহী নালি দিয়ে বীর্ষলিতে আসতে পারে না।
৬. এনএসভি করার সঙ্গে সঙ্গে কার্যকরী হয় না; কার্যকরী হতে কমপক্ষে ১ মাস সময় লাগে।
৭. এনএসভি অপারেশনের পরবর্তী ১ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. এনএসভি (No Scalpel Vasectomy) বা ছুরিবিহীন ভ্যাসেকটমি পদ্ধতিতে ছুরি বা সার্জিক্যাল ব্লেডের প্রয়োজন হয় না। (স)
২. এনএসভি সার্জিক্যাল ব্লেডের পরিবর্তে বিশেষভাবে প্রস্তুতকৃত সরু ও ধারালো ফরসেপের সাহায্যে অন্ডথলির মাঝে মাঝে একটি ছিদ্র করে উভয় পাশের শুক্রবাহী নালি বের করে এনে বেঁধে কেটে দেওয়া হয়। (স)
৩. এনএসভিতে নিরাপত্তার জন্য শুক্রবাহী নালির এক পাশ ফাসার ভিতর এবং অন্য পাশ ফাসার বাইরে রাখা হয়। ফলে কোনো সেনাই লাগে না এবং রক্তপাতও হয় না। (স)
৪. এনএসভি পদ্ধতিতে শুক্রবাহী নালিটি সম্পূর্ণ বেঁধে কেটে ফেলে দেওয়া হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

এনএসভি পদ্ধতিতে শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ বেঁধে কেটে ফেলে দেওয়া হয়।

৫. এনএসভি পদ্ধতিতে ফ্যাসাল ইন্টারপজিশন করে শুক্রবাহী নালির এক প্রান্ত শিথের ভিতর এবং অন্য প্রান্ত শিথের বাহিরে রাখা হয়। এর ফলে অণুকোষ থেকে শুক্রাণু শুক্রবাহী নালি দিয়ে বীর্য়লিতে আসতে পারে না। (স)
৬. এনএসভি করার সঙ্গে সঙ্গে কার্যকরী হয় না; কার্যকরী হতে কমপক্ষে ১ মাস সময় লাগে। (মি)

সঠিক উত্তর

এনএসভি করার সঙ্গে সঙ্গে কার্যকরী হয় না; কার্যকরী হতে কমপক্ষে ৩ মাস সময় লাগে।

৭. এনএসভি অপারেশনের পরবর্তী ১ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

এনএসভি অপারেশনের পরবর্তী ৩ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়

সেশন - ৩: এনএসডি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- এনএসডি কাউন্সেলিং এর গুরুত্বপূর্ণ দিক সমূহ বর্ণনা করতে পারবেন
- এনএসডি গ্রহীতা বাছাইকরণ এবং অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন করতে পারবেন
- এনএসডি-র সামাজিক ও স্বাস্থ্যগত উপযুক্ততা ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি
 - সেশন - ২ঃ এনএসডি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ
 - সেশন ১৪.১ বাংলাদেশে প্রচলিত স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা ভ্যাসেকটমি টেবিল
 - অধ্যায় ১০ যৌনবাহিত সংক্রমণ
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ/মহিলা) গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র/MEC হুইল
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শিট
- Family Planning: A Global Handbook for Providers 2018 page: 231-246

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	এনএসডিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	এনএসডি কাউন্সেলিং	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	এনএসডি সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ	১০	জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	বাছাইকরণের জন্য গ্রহীতার ইতিহাস গ্রহণ, শারীরিক পরীক্ষা ও ল্যাব টেস্ট	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	যৌনবাহিত সংক্রমণ শনাক্তকরণ ও করণীয়	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক এর নীচের বিষয়গুলো পড়ুন

অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি সেশন-২ঃ এনএসভি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

সেশন ১৪.১ বাংলাদেশে প্রচলিত স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা ভ্যাসেকটমি টেবিল

অধ্যায় ১০ যৌনবাহিত সংক্রমণ

Family Planning: A Global Handbook for Providers 2018 page: 231-246 পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

আলোচনা করার জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণেচ্ছুকের পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র” সংগ্রহ করে রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি এর জন্য কাউন্সেলিং

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতা বাছাইকরণ এবং অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি গ্রহীতার মেডিকেল ইতিহাস

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি গ্রহীতার শারীরিক পরীক্ষা ও ল্যাবরেটরি পরীক্ষা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. এনএসভি কাউন্সেলিং (১৫ মিনিট)

কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য কি প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন এবং একজন সেবাদানকারী বা কাউন্সেলর গ্রহীতাকে এনএসভি এর জন্য কাউন্সেলিং-এ কি কি করবেন তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন।

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি এর জন্য কাউন্সেলিং ও স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতা বাছাইকরণ এবং অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

গ. এনএসভি প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পূর্বে আলোচিত বাংলাদেশে প্রচলিত স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা এবং উপযুক্ততার টেবিল প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে বের করতে বলুন। নির্দেশিকা ও উপযুক্ততার টেবিল থেকে ভ্যাসেকটমির স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থা আলোচনা করুন। MEC হুইল এর ব্যবহার প্রশিক্ষণার্থীদের বুঝিয়ে দিন।

প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন গ্রহীতাকে এনএসভি করার উপযুক্ত সময় কখন, কোন্ অবস্থার প্রেক্ষিতে অপারেশন বিলম্বিত করতে হয় ও করা যায় না, তাদের উত্তর ফ্লিপেপারে লিখুন। অপারেশন বিলম্বিত করা বা সাময়িক স্থগিত রাখার কারণ MEC হুইল দেখিয়ে আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষার্থীদেরকে বলুন:

ভ্যাসেকটমির কোনো নিশ্চিত প্রতিনির্দেশক নেই অর্থাৎ এমন কোনো স্বাস্থ্যগত অবস্থা বা শর্ত নেই, যার জন্য স্বেচ্ছায় ভ্যাসেকটমি গ্রহণেচ্ছুকে স্থায়ীভাবে বিরত রাখা যায় বা উচিত। তবে বিশেষ কিছু স্বাস্থ্যগত অবস্থার প্রেক্ষিতে বিশেষ সতর্কতামূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করে অথবা বর্তমান রোগাবস্থার উপশম না হওয়া পর্যন্ত অপারেশন বিলম্বিত করে বা উন্নত সুযোগ-সুবিধা সম্পন্ন কোনো হাসপাতাল/ক্লিনিকে রেফার করে অপারেশন সম্পাদন করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হয়।

“পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণেচ্ছুকের পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র দেখিয়ে আলোচনা করুন।

কথা বলতে এবং শুনতে সমস্যা হয় এরকম প্রতিবন্ধী গ্রহীতাদের কাউন্সেলিং করা ও অবহিত সম্মতিপত্রে স্বাক্ষর গ্রহণ এধরনের প্রতিবন্ধী নারী-পুরুষ উভয়কেই আকারে-ইঙ্গিতে বুঝাতে হয় বিধায় সেবা প্রদানকারী বা কাউন্সেলরদের অনেকের পক্ষেই সঠিকভাবে কাউন্সেলিং করা সম্ভব হয় না। এসব ক্ষেত্রে স্বামী অথবা স্ত্রীর (স্ত্রী ক্ষেত্রে স্বামীর এবং স্বামীর ক্ষেত্রে স্ত্রীর) বা পরিবারের আইনগত অভিভাবকের সাহায্য নিতে হবে।

স্থায়ী পদ্ধতির “অপরিবর্তনীয়তা ও স্থায়িত্ব” এবং অপারেশনের ঝুঁকি সম্পর্কে গুরুত্ব আরোপ করে ইচ্ছুক মূক ও বধির গ্রহীতাসহ তার স্ত্রীকে অবশ্যই অবহিত করতে হবে ও পরামর্শ দিতে হবে। তাদেরকে অপেক্ষাকৃত দীর্ঘমেয়াদি ও অত্যন্ত কার্যকর অন্যান্য পদ্ধতি সম্পর্কেও অবগত করতে হবে। এতে করে প্রতিবন্ধীদেরকে তাদের ভাষায় বুঝাতে সক্ষম হবেন এবং প্রতিবন্ধী তার স্ত্রীর সাথে একত্রে পরামর্শ করে সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে পারবেন। অবহিত সম্মতিপত্রে প্রতিবন্ধী গ্রহীতাসহ স্ত্রীর স্বাক্ষর অবশ্যই নিতে হবে।

এনএসভি একটি স্থায়ী পদ্ধতি অর্থাৎ একবার এই পদ্ধতি গ্রহণ করলে সহজে পূর্বের অবস্থায় ফেরা সম্ভব নয়। সুতরাং এনএসভি করার আগে অবশ্যই গ্রহীতার এ বিষয়ে সম্যক ধারণা থাকতে হবে এবং অবহিত সম্মতি দিতে হবে। এছাড়াও অপারেশনকারী সার্জনকে গ্রহীতার অবহিত সম্মতির বিষয়টি অপারেশনের পূর্বে জিজ্ঞাসার মাধ্যমে পুনরায় নিশ্চিত করতে হবে।

ঘ. বাছাইকরণের জন্য গ্রহীতার ইতিহাস গ্রহণ, শারীরিক পরীক্ষা ও ল্যাব টেস্ট (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীরা এনএসভি গ্রহীতার বাছাইকরণে কি কি ইতিহাস নিয়ে থাকেন, শারীরিক পরীক্ষায় কি কি দেখে থাকেন ও কি কি ল্যাব টেস্ট করেন তা জানতে চান এবং ফ্লিপেপারে লিখুন। এরপর স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি গ্রহীতার মেডিকেল ইতিহাস

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি গ্রহীতার শারীরিক পরীক্ষা ও ল্যাবরেটরি পরীক্ষা

ঙ. যৌনবাহিত সংক্রমণ শনাক্তকরণ ও করণীয় (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের কাছে এনএসভি গ্রহীতার বাছাইকরণে যৌনসংক্রমণ পরীক্ষার গুরুত্ব কতটা তা জানতে চান। বলুন যে, আমরা আগেই জেনেছি কি কি মেডিকেল অবস্থায় এনএসভি বিলম্বিত করতে হয়।

পুরুষদের মুত্রনালীর নিঃসরণ বা/অন্ডথলি ফুলে যাওয়া বা যৌনাঙ্গে ঘা বা/কুঁচকিতে ফোলা এর ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা প্রশিক্ষার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১০ যৌনবাহিত সংক্রমণ এর প্রবাহ চিত্র অনুসরণে প্রদান করতে হবে।

ফ্লোচার্ট: সাধারণ জনগোষ্ঠীর পুরুষদের জন্য ইউরেথ্রাল ডিসচার্জ সিন্ড্রোমের ব্যবস্থাপনা এবং ফ্লোচার্ট: ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠীর পুরুষের ইউরেথ্রাল ডিসচার্জ সিন্ড্রোমের ব্যবস্থাপনা আলোচনা করুন।

পুরুষদের মুত্রনালীর নিঃসরণ এর নীচের চিকিৎসা ব্যাখ্যা করুন।

STI চিকিৎসা ১: Inj. Ceftriaxone 250 mg মাংসপেশীতে একক মাত্রা অথবা Tab. Cefixime 400 mg মুখে একক মাত্রা + Tab. Azithromycin 1 gm মুখে একক মাত্রা	STI চিকিৎসা ২: Tab. Metronidazole 2 gm মুখে একক মাত্রা অথবা Tab. Metronidazole 500 mg মুখে দিনে দুইবার করে ৭ দিন
--	---

ফ্লোচার্ট: অণুথলি ফুলে যাওয়ার ব্যবস্থাপনা (SSS) আলোচনা করুন।

অণুথলি ফুলে যাওয়া -এর নীচের চিকিৎসা ব্যাখ্যা করুন।

গনোরিয়ার জন্য Ceftriaxone, ২৫০ মি. গ্রা. ইনজেকশন মাংসপেশীতে একক মাত্রা	ক্ল্যামাইডিয়ার জন্য Tab. Azithromycin ১ gm মুখে একক মাত্রা অথবা Doxycycline, ১০০ মি. গ্রা. মুখে দিনে দুইবার করে ১৪ দিন	অবায়বীয় জীবাণুদ্বারা সংক্রমণ অণুকোষে প্রদাহ ও জ্বর না কমা পর্যন্ত পূর্ণ বিশ্রাম, ব্যথা ও জ্বরের ঔষধ এবং অণুথলির সাপোর্ট
---	--	--

ফ্লোচার্ট: RPR পরীক্ষা ছাড়া যৌনাঙ্গে ক্ষতের ব্যবস্থাপনা আলোচনা করুন ও নীচের চিকিৎসা ব্যাখ্যা করুন।

সিফিলিস চিকিৎসা ১: Injection Benzathine Penicillin G, 2.4 million units একক ডোজ গভীর মাংসে	শ্যাংক্রয়েড চিকিৎসা: Tab. Azithromycin ১ গ্রা: মুখে এক মাত্রা	হারপিস চিকিৎসা: Tab. Acyclovir, ৪০০মি.গ্রা: দিনে ৩ বার ১০ দিন
---	---	--

গুরুত্ব দিয়ে বলুন যে, সম্ভব হলে সব সিফিলিস রোগীর RPR পরীক্ষা করে ফলো আপ করা উচিত

ফ্লোচার্ট: কুঁচকি ফুলে যাওয়ার ব্যবস্থাপনা (IBS) আলোচনা করুন।

কুঁচকি ফুলে যাওয়ার নীচের চিকিৎসা ব্যাখ্যা করুন।

শ্যাংক্রয়েড Azithromycin, ১ গ্রা. মুখে খাবে, একক মাত্রা অথবা Ciprofloxacin, ৫০০ মি. গ্রা. খাবে, রোজ ২ বার - ৩ দিন	LGV Doxycycline, ১০০ মি. গ্রা. মুখে খাবে, রোজ ২ বার - ২১ দিন অথবা Erythromycin, ৫০০ মি. গ্রা. মুখে খাবে, রোজ ৪ বার- ২১ দিন	কোনো কোনো ক্ষেত্রে চিকিৎসার জন্য ১৪ দিনের বেশি সময় লাগতে পারে ইনসিশন, ডেন্ন দেওয়া বা গ্বিষ্টিকেটে ফেলে দেওয়ার চেষ্টা করা উচিত না কোনো সন্দেহ হলে বা আরোগ্য লাভ না হলে Diagnostic biopsy করার জন্য রেফার করতে হবে
---	---	--

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৩: এনএসডি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. এনএসডি একটি স্থায়ী পদ্ধতি এবং গ্রহীতা আর সন্তান চায় না এটি নিশ্চিত হতে হবে।
২. এনএসডি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে, শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা যাচ্ছে না তাহলে পূর্বেই এনএসডি করা হয়েছে নির্দেশ করে।
৩. বর্তমানে যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকলে সংক্রমণের চিকিৎসা করতে হবে এবং সাথে সাথে ভ্যাসেকটমি করাতে হবে।
৪. এনএসডি করার আগে পরীক্ষা করে গ্লাভস্ পরে বৃদ্ধাঙ্গুলি এবং প্রথম দুই আঙ্গুল (তর্জনী ও মধ্যমা) দিয়ে অণুকোষ এবং এপিডিডাইমিস পরীক্ষা করতে হবে।
৫. এনএসডি অপারেশনের পূর্বে সকল গ্রহীতাকে অবশ্যই মূল্যায়ন করতে হবে।
৬. গ্রহীতা স্বেচ্ছায় এনএসডি করতে রাজি আছে কিনা তা নিশ্চিত হতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. এনএসডি একটি স্থায়ী পদ্ধতি এবং গ্রহীতা আর সন্তান চায় না এটি নিশ্চিত হতে হবে। (স)
২. এনএসডি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে, শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা যাচ্ছে না তাহলে পূর্বেই এনএসডি করা হয়েছে নির্দেশ করে। (মি)

সঠিক উত্তর

এনএসডি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা-পূর্বেই এনএসডি করা হয়েছে নির্দেশ করে।

৩. বর্তমানে যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকলে সংক্রমণের চিকিৎসা করতে হবে এবং সাথে সাথে ভ্যাসেকটমি করাতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

বর্তমানে যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকলে সংক্রমণের চিকিৎসা করতে হবে এবং পুরোপুরি ভাল না হওয়া পর্যন্ত ভ্যাসেকটমি বিলম্বিত করতে হবে।

৪. এনএসডি করার আগে পরীক্ষা করে গ্লাভস্ পরে বৃদ্ধাঙ্গুলি এবং প্রথম দুই আঙ্গুল (তর্জনী ও মধ্যমা) দিয়ে অণুকোষ এবং এপিডিডাইমিস পরীক্ষা করতে হবে। (স)
৫. এনএসডি অপারেশনের পূর্বে সকল গ্রহীতাকে অবশ্যই মূল্যায়ন করতে হবে। (স)
৬. গ্রহীতা স্বেচ্ছায় এনএসডি করতে রাজি আছে কিনা তা নিশ্চিত হতে হবে। (স)

সেশন - ৪: এনএসভি অপারেশনের নিয়মাবলী, অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- এনএসভি করার আগের প্রস্তুতি সম্পর্কে বলতে পারবেন
- এনএসভি অস্বোপচারের জন্য প্রয়োজনীয় বিষয়ও অন্যান্য সরবরাহ বর্ণনা করতে পারবেন
- এনএসভি অপারেশনের ধাপসমূহ বর্ণনা করতে পারবেন
- এনএসভি করার সময় সাবধানতা ও এনএসভি করার পর সেবাদানকারীর করণীয় ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- এনএসভি পরবর্তী কাউন্সেলিং, নির্দেশাবলী ও ফলোআপ করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - পরিশিষ্ট - ৩ ভ্যাসেকটমি অপারেশন করার জন্য প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদির তালিকা
 - গ্রহীতার ছাড়পত্র
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি সেশন ৩: এনএসভি অপারেশনের নিয়মাবলী, অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- এনএসভি অপারেশনের প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম
- অভ্যর্থনার মডেল
- কেস স্টাডি শিট
- এনএসভি-এর ভিডিও
- Family Planning: A Global Handbook for Providers 2018 page: 231-246

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	এনএসভি অপারেশনের নিয়মাবলী অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	এনএসভি করার পূর্ব প্রস্তুতি, প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি এবং গ্রহীতার প্রস্তুতি	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	এনএসভি অপারেশনের ধাপসমূহ, এনএসভি করার সময় সাবধানতা ও এনএসভি করার পর সেবাদানকারীর করণীয়	২৫	ব্রেইন স্টর্মিং, ভিডিও প্রদর্শন ও আলোচনা
ঘ.	এনএসভি পরবর্তী কাউন্সেলিং, নির্দেশাবলী ও ফলোআপ	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি সেশন ৩: এনএসভি অপারেশনের নিয়মাবলী, অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ পড়ুন
- Family Planning: A Global Handbook for Providers 2018 page: 231-246 পড়ুন
- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল দেখুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা ম্যানুয়াল অনুসরণে নোট রাখুন
- ট্রে সহ প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম সংগ্রহ করে রাখুন
- এনএসভি ভিডিও প্রদর্শনের উপযোগী আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন
- প্রয়োজনীয় সংখ্যক এনএসভি কার্ড সংগ্রহ করে রাখুন
- এনএসভি গ্রহীতার ছাড়পত্র সংগ্রহ করে রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড -১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি করার পূর্ব প্রস্তুতি

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি অপারেশনের ধাপসমূহ

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি করার সময় সাবধানতা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি করার পর সেবাদানকারীর করনীয়

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি পরবর্তী কাউন্সেলিং, নির্দেশাবলী ও ফলোআপ

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. এনএসভি করার পূর্ব প্রস্তুতি, প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি এবং গ্রহীতার প্রস্তুতি (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন এনএসভি করার আগে কে কি করে থাকেন যেমন: কি পূর্ব প্রস্তুতি নেন, কি কি প্রস্তুত রাখেন ও গ্রহীতাকে কিভাবে প্রস্তুত করেন; উত্তরগুলো ফ্লিপচার্টে লিখুন।

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি করার পূর্ব প্রস্তুতি ও স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

এনএসভি-র যন্ত্রপাতিসমূহের এক সেট প্রশিক্ষণার্থীদেরকে দেখতে দিন ও স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি তালিকার সাথে মিলিয়ে নিন ও এসবের ব্যবহার বর্ণনা করুন।

পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর পরিশিষ্ট-৩ঃ ১০০ টি ভ্যাসেকটমি অপারেশন করার জন্য প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদির তালিকা; পরিচিত করিয়ে দিন

গ. এনএসভি অপারেশনের ধাপসমূহ, এনএসভি করার সময় সাবধানতা ও এনএসভি করার পর সেবাদানকারীর করণীয় (২৫ মিনিট)
এনএসভি-র ভিডিও প্রদর্শন করুন এবং বর্ণনা করুন। প্রয়োজনে বার বার ভিডিওটি দেখান। এতে প্রশিক্ষণার্থীদের মনে প্রক্রিয়া সম্পর্কে সুস্পষ্ট ধারণা জন্মাবে এবং ক্রমাগতই আত্মবিশ্বাস সৃষ্টি হবে।

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি অপারেশনের ধাপসমূহ একে একে দেখিয়ে ভিডিও এর সাথে মিলিয়ে নিতে বলুন, প্রশিক্ষণার্থীদের কোন প্রশ্ন থাকলে আলোচনা করুন।

অন্তর্জাল মডেল, রিং ক্ল্যাম্প এবং ডিসেকটিং ফরসেপ ব্যবহার করে এনএসভির ধাপসমূহ বিস্তারিত আলোচনা করুন।

একটি সফল এনএসভি করার সময় কি কি সাবধানতা নেওয়া উচিত প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন এবং স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি করার সময় সাবধানতা দেখিয়ে আলোচনা করুন, সফল এনএসভির জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের অপরিহার্যতা ব্যাখ্যা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের কোন প্রশ্ন থাকলে আহবান করুন এবং প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

এনএসভি অপারেশনের শেষ করার পর সেবাদানকারীর করণীয় সম্পর্কে জানতে চান ও স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি করার পর সেবাদানকারীর করণীয়: দেখিয়ে আলোচনা করুন

ঘ. এনএসভি পরবর্তী কাউন্সেলিং, নির্দেশাবলী ও ফলোআপ (১০ মিনিট)

প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে একটি করে এনএসভি গ্রহীতার ছাড়পত্র দিন। ৫ মিনিট সময় নিয়ে পড়তে বলুন। এনএসভি গ্রহীতার ফলো-আপের সিডিউল নিয়ে আলোচনা করুন।

সকল প্রশিক্ষণার্থীকে ছাড়পত্রটি পূরণ করতে বলুন। মনে করতে বলুন যে তিনি একজন এনএসভি গ্রহীতাকে সেবা দিয়েছেন এবং ছাড়পত্রটি পূরণ করেছেন।

কার্ডে উল্লিখিত নির্দেশনাসমূহ এবং যে সকল অবস্থায় সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে তা প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পড়তে বলুন।

স্লাইড/ফ্লিপপেপারে পূরণ করা ছাড়পত্রের নমুনা দেখান। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে নিজ নিজ পূরণকৃত ছাড়পত্রের সাথে মিলিয়ে দেখতে বলুন এবং এই সম্পর্কে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি পরবর্তী কাউন্সেলিং, নির্দেশাবলী ও ফলোআপ: একনজরে দেখিয়ে দিন

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৪: এনএসভি অপারেশনের নিয়মাবলী অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলো-আপ

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. এনএসভি করার আগে ভাস অপারেশনের উপযুক্ত আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখতে হবে।
২. এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাষ্টার মাসল বাঁধতে হবে।
৩. এনএসভি করা হয় তিন আঙ্গুল পদ্ধতিতে (অণ্ডথলির পিছনে মধ্যমা এবং সামনে বৃদ্ধাঙ্গুলি ও তর্জনী রেখে) ভাসকে অণ্ডথলির চামড়ার নিচে সনাক্ত করতে হবে।
৪. এনএসভি করার সবচেয়ে সুবিধাজনক স্থান হলো অণ্ডথলির মধ্যরেখার উপরের ১/৩ অংশ এবং নিচের ২/৩ অংশের সংযোগ স্থল।
৫. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র না হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণ্ডথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে।
৬. এনএসভি করার সময় ভাসের সামনের দেয়ালে ছিদ্র বেশি গভীর হলে ভাস কেটে যেতে পারে বা কোন ধমনী ক্ষতিগ্রস্ত হয়ে রক্তপাত হতে পারে।
৭. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক নীচের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো সহজ হবে।
৮. এনএসভি করার ৭ দিন পর ফলো-আপের জন্য কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. এনএসভি করার আগে ভাস অপারেশনের উপযুক্ত আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখতে হবে। (স)
২. এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাস্টার মাসল বাঁধতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাস্টার মাসল যেন বাঁধা না পড়ে।

৩. এনএসভি করা হয় তিন আঙ্গুল পদ্ধতিতে (অণ্ডথলির পিছনে মধ্যমা এবং সামনে বৃদ্ধাঙ্গুলি ও তর্জনী রেখে) ভাসকে অণ্ডথলির চামড়ার নিচে সনাক্ত করতে হবে। (স)
৪. এনএসভি করার সবচেয়ে সুবিধাজনক স্থান হলো অণ্ডথলির মধ্যরেখার উপরের ১/৩ অংশ এবং নিচের ২/৩ অংশের সংযোগ স্থল। (স)
৫. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র না হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণ্ডথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণ্ডথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে।

৬. এনএসভি করার সময় ভাসের সামনের দেয়ালে ছিদ্র বেশি গভীর হলে ভাস কেটে যেতে পারে বা কোন ধমনী ক্ষতিগ্রস্ত হয়ে রক্তপাত হতে পারে। (স)
৭. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক নীচের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো সহজ হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক উপরের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো কঠিন হবে।

৮. এনএসভি করার ৭ দিন পর ফলো-আপের জন্য কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে। (স)

ব্যবহারিক সেশন: এনএসভি করার মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলন

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- মডেলে এনএসভি সফলভাবে প্রদর্শন করতে পারবেন।
- সঠিক নিয়মে সফলভাবে গ্রহীতার এনএসভি করতে পারবেন।

সময়: ১৪ ঘন্টা (১ ঘন্টা মডেলে অনুশীলন ও ১৩ ঘন্টা গ্রহীতায় অনুশীলন)

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি
- এনএসভি-র ভিডিও
- অভথলির মডেল
- এনএসভি সিমুলেটর সেট
- এনএসভি-র জন্য যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম-সেশন ৪ এর অনুরূপ
- এনএসভি করার কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	এনএসভি করার কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণার্থী মডেলে করে দেখাবেন	৫০	উপস্থাপনা, হাতে-কলমে প্রদর্শন, পর্যবেক্ষণ, ফিডব্যাক, টিপস প্রদান ও আলোচনা
গ.	প্রশিক্ষক/ প্রশিক্ষণার্থী এনএসভি দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণে গ্রহীতায় অনুশীলন, গ্যাপ যাচাই	৭৮০	প্রদর্শন, আলোচনা, অনুশীলন উপস্থাপনা ও মূল্যায়ন (১৩ ঘন্টা) ডেমোনেস্ট্রেশন ও রিটার্ন ডেমোনেস্ট্রেশন সাইমুলেশন
ঘ.	সারসংক্ষেপ	০৫	উপস্থাপনা
		৮৪০ (১৪ ঘন্টা)	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি সেশন-২ এনএসভি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ ও সেশন-৩ এনএসভি অপারেশনের নিয়মাবলী পর্যালোচনা করুন
- এনএসভি-র প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, মডেল ও অন্যান্য উপকরণসমূহ একটি ট্রে-তে রাখুন।
- এনএসভি-র ভিডিও সমূহ প্রদর্শনের উপযোগী আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন

- অনুশীলনের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক অভ্যর্থনার মডেল সংগ্রহ করে রাখুন।
- ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য গ্রহীতার উপস্থিতি নিশ্চিত করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন
- দক্ষতা মূল্যায়নের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট সংগ্রহ করে রাখুন।

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. এনএসভি করার কৌশল প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষার্থী মডেলে করে দেখাবেন (৫০ মিনিট)

পূর্ববর্তী সেশনের প্রেজেন্টেশন ও ভিডিও অনুসরণে মডেলে এনএসভি করার কৌশল পুণরায় প্রদর্শন করুন। উল্লেখ্য, এক্ষেত্রে লোকাল ইনজেকশন পুশ করা যাবে না। তবে, গ্রহীতার সাথে যেসব বিষয়ে কথা বলা প্রয়োজন বা সংক্রমণ প্রতিরোধে করণীয় বিষয়সমূহ ডেমোনস্ট্রেশনের সময় মুখে বলুন।

প্রশিক্ষার্থীগণকে ৩ জন করে দলে ভাগ করুন। প্রত্যেক দলকে একটি করে অভ্যর্থনার মডেল এবং এক সেট করে এনএসভি-র যন্ত্রপাতি ও বাঁধার সুতা সরবরাহ করুন। ভাল করে বুঝিয়ে বলুন যে, দলের একজন অনুশীলন করবেন। ২য়জন কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট এর একটি ধাপ পড়বেন ও ১ম জন শুনে শুনে মডেলে করে দেখাবেন, ৩য় জন চেকলিস্ট মিলিয়ে দেখবেন, ফিডব্যাক দিবেন এবং দক্ষতা মূল্যায়ন করবেন। এভাবে দলের প্রত্যেকেই নিজে মডেলে অনুশীলন করবেন। দলের কাজে প্রশিক্ষক সহায়তা করবেন। সঠিক কৌশল আয়ত্তে আনার জন্য প্রত্যেককে প্রয়োজনীয় টিপস দিন। প্রয়োজনে হাতে ধরে দেখিয়ে দিন। পুনরায় ডেমোনস্ট্রেশন করুন। প্রশিক্ষার্থীদেরকে সুতা দিয়ে ভাস বাঁধার পর না কাটার জন্য অনুরোধ করুন।

গ. প্রশিক্ষক/ প্রশিক্ষার্থী এনএসভি দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণে গ্রহীতায় অনুশীলন, গ্যাপ যাচাই ও মূল্যায়ন (৭৮০ মিনিট)

ওটি-র নিয়ম এবং এনএসভি অনুশীলনের নিয়ম-কানুন সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদেরকে অবহিত করুন।

গ্রহীতার এনএসভি সম্পাদনের জন্য অবহিত সম্মতি নিন।

হ্যান্ডবুকের বর্ণিত নিয়মানুসারে এনএসভি-র কৌশল প্রদর্শন করুন।

যে সকল প্রশিক্ষার্থী মডেলে সফলভাবে এনএসভি করতে পেরেছেন তাদেরকে প্রশিক্ষকের উপস্থিতিতে গ্রহীতায় এনএসভি করতে বলুন। কোন সমস্যা হলে তাৎক্ষণিক তা প্রশিক্ষক ঠিক করে দিবেন। উল্লেখ্য, গ্রহীতার উপস্থিতিতে প্রশিক্ষার্থীর কোন অদক্ষতা সম্পর্কিত কোন ফিডব্যাক দেয়া উচিত হবে না।

প্রশিক্ষার্থীগণ সঠিকভাবে প্রয়োগ করতে পারছেন কিনা তা চেকলিস্ট অনুসরণে মূল্যায়ন করুন এবং ফিডব্যাক দিন।

প্রয়োজনে পুনরায় এনএসভি প্রক্রিয়া প্রদর্শন করুন এবং প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়ন করুন।

সন্তোষজনক দক্ষতা অর্জন করতে না পারলে স্বতন্ত্রভাবে এনএসভি করার ব্যবস্থা করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ (৫ মিনিট)

সেশনের উদ্দেশ্য পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য সেশনের আগেই ওটি-র দায়িত্বপ্রাপ্ত স্টাফের সাথে এ সংক্রান্ত আলোচনা, প্রস্তুতি ও পরিকল্পনা গ্রহণ করুন। একজন প্রশিক্ষকের অধীনে প্রদর্শনের জন্য একসাথে সর্বোচ্চ দুইজন এবং ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য একজন করে প্রশিক্ষার্থীকে ওটিতে যাবার জন্য বলুন। অবশিষ্ট প্রশিক্ষার্থীদেরকে সহ-প্রশিক্ষকের তত্ত্বাবধানে মডেলে অনুশীলনের জন্য ব্যবস্থা গ্রহণ করুন।

এনএসভি করার কমপিটেন্সি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্রের নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জানতে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০ = প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
	সেবা প্রদানকারী এনএসভি গ্রহীতার জন্য নিম্নোক্ত বিষয়সমূহ নিশ্চিত করবেন				
ক.	গ্রহীতার সাথে সুসম্পর্ক স্থাপন ও কাউন্সেলিং				
১.	দুইজন জীবিত সন্তান আছে ছোট সন্তানের বয়স ১ বছরের নিচে নয়				
২.	দুইজন জীবিত সন্তান আছে ছোট সন্তানের বয়স ১ বছরের নিচে সেক্ষেত্রে স্বামী এবং স্ত্রী দুইজনের কাছ থেকে সম্মতি নেওয়া				
৩.	গ্রহীতাকে NSV-এর পদ্ধতি এবং জটিলতা সম্পর্কে অবহিত করা				
৪.	গ্রহীতাকে অবহিত করুন যে NSV একটি স্থায়ী পদ্ধতি এবং অন্যান্য অস্থায়ী পদ্ধতি সম্পর্কেও অবহিত করা				
৫.	জিজ্ঞাসা করা স্ত্রীর টিউবেকটি করা হয়েছে কিনা				
৬.	গ্রহীতার কাছ থেকে অবশ্যই অবহিত সম্মতিপত্রে স্বাক্ষর (বা প্রযোজ্য ক্ষেত্রে টিপসই) গ্রহণ করা। গ্রহীতাকে সম্মতি পত্র পড়ানো। গ্রহীতা পড়তে না পারলে তাকে পড়ে শোনানো				
খ.	শারীরিক পরীক্ষা				
৭.	রক্তশূন্যতা পরীক্ষা করা (হিমোগ্লোবিন ৪৫% -এর কম)/রক্তচাপ/নাড়ীর গতি/জন্ডিস				
৮.	কুঁচকি (ইংগুইনাল) ও অন্ডথলির পরীক্ষা করা				
৯.	স্থানীয় সংক্রমণ বা অন্ডকোষ ফোলা বা ব্যথা বা কোন চাকা আছে কিনা পরীক্ষা করা				
১০.	হাইড্রোসিল অথবা ভেরিকসিল বা ইংগুইনাল হার্নিয়া আছে কিনা পরীক্ষা করা				
১১.	Vas deference হাত দিয়ে পরীক্ষা করা				
গ.	অপারেশনের পূর্বে প্রস্তুতি				
১২.	অপারেশনের ২ঘণ্টা পূর্বে গ্রহীতাকে Ciprofloxacin 500 mg ২টা Tab মুখে খেতে দেওয়া				
১৩.	অপারেশনের জায়গায় গ্রহীতাকে ভালভাবে সাবান ও পানি দিয়ে ধুয়ে পরিষ্কার করতে বলা				
১৪.	অপারেশনের জায়গা শেভ করা থেকে বিরত থাকা				

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	ডান	বাম	কেস			মন্তব্য
				১	২	৩	
ঘ.	অপারেশন পদ্ধতি						
১৫.	Surgical Hand Scrub করা এবং Surgical গ্লাভস পরা						
ঙ.	পরবর্তী রঙিন ধাপ: ডান ও বাম উভয় পাশের জন্য আলাদাভাবে প্রত্যেকটি কাজের মূল্যায়ন সংকেত চিহ্ন লিখুন						
১৬.	অপারেশনের জায়গা জীবাণুমুক্ত করা (চামড়া swab করা)						

১৭.	Penis কে উপরে পেটের দিকে ঘড়ির কাটার ১২ টার মত করে জীবাণুমুক্ত শীট দিয়ে ঢেকে ক্লিপ দিয়ে আটকানো						
১৮.	তিন আঙ্গুলের সাহায্যে উভয় দিকের ভাসকে চিহ্নিত করা, আলাদা করা এবং চামড়ার ঠিক নীচে স্থির করা।						
১৯.	তারপর ৫-৬ মি.লি. ১% লিডোকেইন ইনজেকশন অভ্যন্তরীণ মধ্যরেখা (median raphe) এর উপরের ১/৩ অংশ এবং নীচের ২/৩ অংশের সংযোগস্থলে দিয়ে জায়গাটি অবশ্য করা						
২০.	রিং ফরসেপ দিয়ে অবশ্যের স্থানে ডান দিকের ভাসকে আটকানো এবং রিং ফরসেপের হাতলকে নীচু করে ভাসকে উপরের দিকে উঠানো।						
২১.	ডিসেক্টিং ফরসেপের তীক্ষ্ণ সরু ভিতরের দিকের মাথা দিয়ে চামড়াকে ছিদ্র করা। এমনভাবে ছিদ্র করা যাতে ডিসেক্টিং ফরসেপ এর সরু মাথা সাবকিউটিনিয়াস টিস্যু (subcutaneous tissue) ও ফাসা ভেদ করে ভাসের উপরিভাগ স্পর্শ করে।						
২২.	ফরসেপটি বের করে এনে এর দুটো মাথাই একত্র করে ঐ ছিদ্রপথে আবার ঢুকিয়ে ছিদ্রটিকে বড় করা এবং সাবকিউটিনিয়াস টিস্যু ও ফাসাকে ভাস থেকে সরানো।						
২৩.	ডিসেক্টিং ফরসেপের অগ্রভাগ নীচের দিকে ৪৫ ডিগ্রি মুখ করে এর বাইরের লিপ দিয়ে ভাসকে হুক করে অন্যান্য টিস্যুবস্তু থেকে আলাদা করা এবং ডিসেক্টিং ফরসেপ ঘড়ির কাটার উল্টোদিকে ১৮০ ডিগ্রি ঘুরিয়ে ভাসকে ছিদ্র পথের কাছাকাছি এনে স্থির রাখা						
২৪.	ভাসকে ছিদ্রপথ দিয়ে বের করে আনা এবং রিং ফরসেপ দিয়ে আংশিকভাবে ধরা						
২৫.	ভাসকে ফরসেপ দিয়ে আলতোভাবে চেপে ক্র্যাশ (crush) করা তারপর সুতা দিয়ে ভাসের দুই প্রান্ত বাঁধা। ভাসের বাঁধা অংশের মাঝের ১ সেন্টিমিটার পরিমাণ অংশ কেটে বাদ দেওয়া						
২৬.	রক্তপাত হচ্ছে না নিশ্চিত হয়ে ভাসকে তার নির্দিষ্ট স্থানে ফিরিয়ে দেওয়া এবং ফিরিয়ে দেয়ার পূর্বে facial interposition করা						
২৭.	অপর দিকের ভাসের জন্য একই পদ্ধতি অবলম্বন করা	ডান	বাম				
২৮.	অভ্যন্তরীণ পরীক্ষা করে দেখা এবং ছিদ্র অংশটি ১ মিনিট চেপে ধরে রাখা						
২৯.	জীবাণুমুক্ত ড্রেসিং গজ দিয়ে ক্ষতস্থান ঢেকে এ্যাডহেসিভ টেপ (adhesive tape) দিয়ে আটকিয়ে দেওয়া						

৩০.	ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি সাবান পানিতে ধুয়ে ফেলা বা ডুবিয়ে রাখা						
৩১.	দুই হাতের গ্লাভস খুলে বর্জ্য ফেলার পাত্রে ফেলা						
৩২.	হাত ভালো করে ধুয়ে অপারেশনের সকল তথ্য ফরমে লিপিবদ্ধ করণ এবং নির্দিষ্ট স্থানে স্বাক্ষর করা						
ছ.	অপারেশন পরবর্তী গ্রহীতার সেবা						
৩৩.	রিকভারী এরিয়াতে (recovery area) গ্রহীতার ভাইটাল সাইন দেখা						
৩৪.	গাইডলাইন অনুসারে অপারেশন পরবর্তীতে antibiotic দেওয়া						
৩৫.	সম্মতিপত্রে গ্রহীতার অপারেশন পরবর্তী ভাইটাল সাইনগুলো রেকর্ড করা						
৩৬.	যখন গ্রহীতার ভাইটাল সাইনগুলো ঠিক থাকবে তখন তাকে discharge করা						
জ.	গ্রহীতাকে ডিসচার্জ						
৩৭.	সঠিক ঔষধ ও কনডম সরবরাহ নিশ্চিত করা এবং কনডম কিভাবে সঠিকভাবে ব্যবহার করতে হয় তা দেখিয়ে দেওয়া						
৩৮.	৩ মাস পর্যন্ত সহবাসের সময় কনডম ব্যবহার করতে বা স্ত্রীকে অন্যকোন জন্মানিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি ব্যবহার করতে উপদেশ দেওয়া						
৩৯.	ফলোআপের তারিখ সম্বন্ধে বলা						
৪০.	কখন ড্রেসিং খুলতে হবে তা তাকে অবহিত করা						
৪১.	যদি কোন জটিলতা দেখা দেয় তবে কি করতে হবে তা গ্রহীতাকে বুঝিয়ে বলা						
৪২.	গ্রহীতাকে তার সহযোগিতার জন্য ধন্যবাদ দেওয়া						

অতিরিক্ত মন্তব্যঃ

সেশন - ৫: এনএসভির জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- অপারেশন চলাকালীন ও পরবর্তী সময়ে কি কি জটিলতা হতে পারে তা বর্ণনা করতে পারবেন
- জটিলতার ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে বলতে পারবেন
- জটিলতা প্রতিরোধের জন্য করণীয়সমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি সেশন ৪ এনএসভির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- কেস স্টাডি শিট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	এনএসভিঃ জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	অপারেশন চলাকালীন ও পরবর্তী সময়ে জটিলতাসমূহ	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও দলীয় আলোচনা
গ.	জটিলতার ব্যবস্থাপনা ও জটিলতা প্রতিরোধের জন্য করণীয়সমূহ	২০	কেস স্টাডি, জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.১ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি সেশন ৪ এনএসভির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা পড়ুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- প্রয়োজনীয় সংখ্যক কেস স্টাডি প্রস্তুত রাখুন
 - নমুনা কেস স্টাডি-১

- নমুনা কেস স্টাডি-২
- নমুনা কেস স্টাডি-৩

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - জটিলতাসমূহ

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন চলাকালীন সময়ে জটিলতা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: রক্তপাত

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: রক্ত জমে অণ্ডথলি ফুলে যাওয়া (Haematoma)

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: অপারেশন স্থানে অথবা অণ্ডথলিতে সংক্রমণ

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: স্পার্ম গ্রানুলোমা

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: অণ্ডকোষে দীর্ঘস্থায়ী ব্যথা

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: এপিডিডাইমিসে সংক্রমণ

স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: এনএসডি গ্রহীতার স্ত্রীর গর্ভাবস্থা

স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন পরবর্তী সময়ে জটিলতা: এনএসডি-র ব্যর্থতা

স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. অপারেশন চলাকালীন ও পরবর্তী সময়ে জটিলতাসমূহ (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন পূর্ববর্তী সেশনগুলোতে আমরা জেনেছি জন্মনিয়ন্ত্রন পদ্ধতি গ্রহণের জন্য গ্রহীতার সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা হতে পারে; পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এবং জটিলতা বলতে কি বুঝায় ও এদের মধ্যে পার্থক্য সম্পর্কেও আমরা জেনেছি। এনএসডি অপারেশনের জন্য কোন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া নেই তবে কিছু জটিলতা হতে পারে। এইসব জটিলতাসমূহ অপারেশন চলাকালীন ও পরবর্তী সময়ে হতে পারে।

জটিলতা সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। তাদের উত্তর ফ্লিপপেপারে লিখুন ও স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - জটিলতাসমূহ দেখিয়ে দিন ফ্লিপপেপারের প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তরের সাথে মিলিয়ে দেখান।

গ. জটিলতার ব্যবস্থাপনা ও জটিলতা প্রতিরোধের জন্য করণীয়সমূহ (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্য থেকে তিনজন করে দল তৈরী করুন। (মোট প্রশিক্ষণার্থী ৯ জন হলে তিনটি দল হবে; যদি ৯ জনের কম হয় তাহলে সহকারি প্রশিক্ষক একটি দলের সদস্য হবেন; ৯ জনের বেশী হলে যেকোন একটি দলের সদস্য ৪ জন হবে; ১২ জন হলে প্রত্যেক দলে চারজন সদস্য থাকবে) প্রত্যেক দলকে এনএসডি-র জটিলতার একটি করে কেস স্টাডি দিন এবং দলে আলোচনা করে এর ব্যবস্থাপনা এবং উল্লেখিত জটিলতা প্রতিরোধের জন্য কি করা যেত তা ফ্লিপপেপারে লিখতে বলুন।

প্রত্যেক দলের ব্যবস্থাপনা ও প্রতিরোধের উপায় উপস্থাপন করতে বলুন এবং এ ব্যাপারে বিশদ আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষার্থীদেরকে স্লাইড ৩ থেকে ১১ নং দেখিয়ে জটিলতাসমূহের ব্যবস্থাপনা ও প্রতিরোধে করণীয় আলোচনা করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৫: এনএসভির জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. অপারেশন চলাকালীন সময়ের জটিলতা অণুকোষের ভাস থেকে ফাসাকে আলাদা করার সময় রক্তনালিতে আঘাত লাগার কারণে রক্তনালির রক্তপাত হতে পারে।
২. অপারেশন পরবর্তী জটিলতা যেমন রক্তপাত হলে ব্যবস্থাপনা হলো ছোট রক্তনালির ক্ষেত্রে রক্তনালিকে বেঁধে দেয়া বা কটারি করা।
৩. ভ্যাসেকটমি করার পর ৪ ঘণ্টা বিশ্রাম না নেয়া হলে রক্ত জমে অণুথলি ফুলে যায়।
৪. হেমাটোমার যথাযথ চিকিৎসা না করা হলে অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ হতে পারে।
৫. ভ্যাসেকটমি করার পর আঁটসাঁট আন্ডারওয়্যার ব্যবহার করলে অণুথলি ফুলে যেতে পারে।
৬. অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণের পরেও অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ না হলে উচ্চতর চিকিৎসা কেন্দ্রে রেফার করতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. অপারেশন চলাকালীন সময়ের জটিলতা অণুকোষের ভাস থেকে ফাসাকে আলাদা করার সময় রক্তনালিতে আঘাত লাগার কারণে রক্তনালির রক্তপাত হতে পারে। (স)
২. অপারেশন পরবর্তী জটিলতা যেমন রক্তপাত হলে ব্যবস্থাপনা হলো ছোট রক্তনালির ক্ষেত্রে রক্তনালিকে বেঁধে দেয়া বা কটারি করা। (মি)

সঠিক উত্তর

অপারেশন পরবর্তী জটিলতা যেমন রক্তপাত হলে ব্যবস্থাপনা হলো বড় রক্তনালির ক্ষেত্রে রক্তনালিকে বেঁধে দেয়া বা কটারি করা।

৩. ভ্যাসেকটমি করার পর ৪ ঘণ্টা বিশ্রাম না নেয়া হলে রক্ত জমে অণুথলি ফুলে যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

ভ্যাসেকটমি করার পর ২৪ ঘণ্টা বিশ্রাম না নেয়া হলে রক্ত জমে অণুথলি ফুলে যায়।

৪. হেমাটোমার যথাযথ চিকিৎসা না করা হলে অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ হতে পারে। (স)
৫. ভ্যাসেকটমি করার পর আঁটসাঁট আন্ডারওয়্যার ব্যবহার করলে অণুথলি ফুলে যেতে পারে। (মি)

সঠিক উত্তর

ভ্যাসেকটমি করার পর আঁটসাঁট আন্ডারওয়্যার ব্যবহার না করলে অণুথলি ফুলে যেতে পারে।

৬. অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণের পরেও অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ না হলে উচ্চতর চিকিৎসা কেন্দ্রে রেফার করতে হবে। (স)

কেস স্টাডি - ১

আরমান এর ৩ ছেলে। সে ৭ দিন আগে এনএসভি করেছে। প্রথম ২/১ দিন ভালই ছিল। সে রিক্ষা চালায়। ৩ দিন পর সে রিক্ষা চালাতে শুরু করেছে। রিক্ষা চালানোর পর থেকেই তার অভকোষে ব্যথা শুরু হয়েছে। ব্যথার ঔষধ খাওয়া শুরু করেছে। মাঝে মাঝে ব্যথা কমে এবং মাঝে মাঝে বেড়ে যায়। আরমান ভাল মনে করেই এনএসভি করেছিল কিন্তু এখন তার মন খারাপ হয়ে গেছে। তার অভকোষ একটু ফুলে গেছে বলেও মনে হচ্ছে। সে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এসেছে তার অবস্থা দেখানোর জন্য।

প্রশ্নঃ ১. আরমানের বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

প্রশিক্ষকের জন্য নোটঃ

আরমানকে কাউন্সেলিং করবেন। গুরত্বের সাথে তার কথা শুনবেন; শারীরিক পরীক্ষা করবেন; অভকোষ ফুলে যাওয়ার কারন ব্যাখ্যা করবেন এবং তার অবস্থা অনুসারে ব্যবস্থাপনা দিবেন।

রক্ত জমে অণুথলি ফুলে যাওয়া (Haematoma)

কারণ	লক্ষণসমূহ	ব্যবস্থাপনা	প্রতিরোধ
<ul style="list-style-type: none">অসতর্কতার সাথে অপারেশন করারক্তনালির রক্তপাত বন্ধ না করে ক্ষত বন্ধ করাঅপারেশন পরবর্তীতে অতিরিক্ত ওজন বা ভার বহন করাভ্যাসেকটমি করার পর আঁটসাঁট আন্ডারওয়্যার ব্যবহার না করাভ্যাসেকটমি করার পর ২৪ ঘণ্টা বিশ্রাম না নেয়া	অণুথলি ফুলে যাওয়া	<ul style="list-style-type: none">অ্যান্টিবায়োটিক দেয়াপ্রয়োজনে রক্তনালিকে বেঁধে দেয়া বা ইলেক্ট্রিকটারি করাঅপেক্ষা করা যাতে আপনা আপনি ঠিক হয়ে যায়বিশেষ ক্ষেত্রে কেটে জমা রক্ত বের করে ফেলা	<ul style="list-style-type: none">অপারেশন সতর্কতা সহকারে করাঅস্ত্রোপচার পরবর্তী নির্দেশনাবলী ঠিকমত দেয়া এবং গ্রহীতা বুঝতে পেরেছে কিনা তা জানা

কেস স্টাডি - ২

সোহেল এর ২ সন্তান। সে মাঠে কৃষি কাজ করে। তার ছোট ছেলের বয়স ৪ বৎসর সে এবং তার স্ত্রী কখনও পরিবার পরিকল্পনার কোন পদ্ধতি গ্রহণ করেনি। তারা আর সন্তান চায় না। ১ মাস আগে সোহেল এনএসভি করেছে। সে প্রথম কয়েকদিন কনডম ব্যবহার করেছিল, পরে আর করেনি। তার স্ত্রীর ১ মাস যাবৎ মাসিক বন্ধ এবং তার কাছে গর্ভবতী হয়েছে বলে মনে হচ্ছে। সোহেল জানে যে এনএসভি করলে আর বাচ্চা হবে না। এখন সে কিভাবে কি হয়েছে বুঝতে পারছে না। তাই স্বাস্থ্যকেন্দ্রে ডাক্তারের সাথে কথা বলতে এসেছে।

প্রশ্নঃ ১. সোহেলের বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

প্রশিক্ষকের জন্য নোটঃ

সোহেলকে কাউন্সেলিং করবেন। গুরত্বের সাথে তার কথা শুনবেন ও চাহিদা জানবেন। ভ্যাসেকটমি গ্রহীতার স্ত্রীর গর্ভাবস্থা হলে চাহিদা অনুযায়ী ব্যবস্থাপনা দিবেন।

ভ্যাসেকটমি গ্রহীতার স্ত্রীর গর্ভাবস্থা

কারণ	লক্ষণসমূহ	ব্যবস্থাপনা	প্রতিরোধ
<ul style="list-style-type: none">ভ্যাসেকটমি করার পূর্বে গ্রহীতার স্ত্রী গর্ভবতী হওয়া	<ul style="list-style-type: none">ভ্যাসেকটমি অপারেশনের পর গ্রহীতার	<ul style="list-style-type: none">গর্ভাবস্থার সম্ভাব্য কারণসমূহ নির্ণয় করা গর্ভের তারিখ গণনা করা	<ul style="list-style-type: none">অপারেশনের পর প্রথম ৩ মাস সহবাসের সময়

<ul style="list-style-type: none"> • অপারেশনের পর প্রথম তিন মাস পদ্ধতি ছাড়া যৌনমিলন বা অনিয়মিত পদ্ধতি ব্যবহার • (অরক্ষিত যৌনমিলন) অপারেশনের সময় ভ্যাস চিনতে না পারা বা অন্য টিস্যু কাটা • ভ্যাসেকটমি অপারেশনের ব্যর্থতা • অন্য কোন পুরুষের সাথে গ্রহীতার স্ত্রীর সহবাস করা 	<p>স্ত্রীর গর্ভবতী হওয়া</p>	<ul style="list-style-type: none"> • অপারেশনের পর প্রথম ৩ মাস পর্যন্ত অন্য পদ্ধতি ব্যবহারের ইতিহাস জানা বীর্য পরীক্ষা করা • গ্রহীতার স্ত্রী অন্য কারো সাথে সহবাস করেছে কিনা গোপনীয়তা রক্ষা করে তা জানা • পুনরায় কাউন্সেলিং করা • স্ত্রীকে গর্ভজনিত সেবা দেয়া 	<ul style="list-style-type: none"> • কনডম বা স্ত্রীকে অন্য কোন পদ্ধতি ব্যবহার নিশ্চিত করা। • অপারেশনের পূর্বে অন্য পদ্ধতি ব্যবহার না করে থাকলে স্ত্রী গর্ভবতী আগে থেকেই হতে পারে তা বলা • ফাসাল ইন্টারপজিশনসহ সঠিক পদ্ধতিতে ভ্যাসেকটমি করা
---	------------------------------	---	---

কেস স্টাডি - ৩

মাসুদ ৪ বৎসর আগে এনএসভি করেছে। সে এবং তার স্ত্রী সন্তুষ্ট এবং ভাল আছে। কিছুদিন যাবৎ সে তার অভুকোষে যে জায়গায় এনএসভি করেছে সেখানে ছোট গোটার মত অনুভব করছে এবং মাঝে মাঝে হালকা ব্যথা করে। সে যেখানে এনএসভি করেছে সেখানে এসেছে এ ব্যাপারে কথা বলতে।

প্রশ্নঃ ১. মাসুদের বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

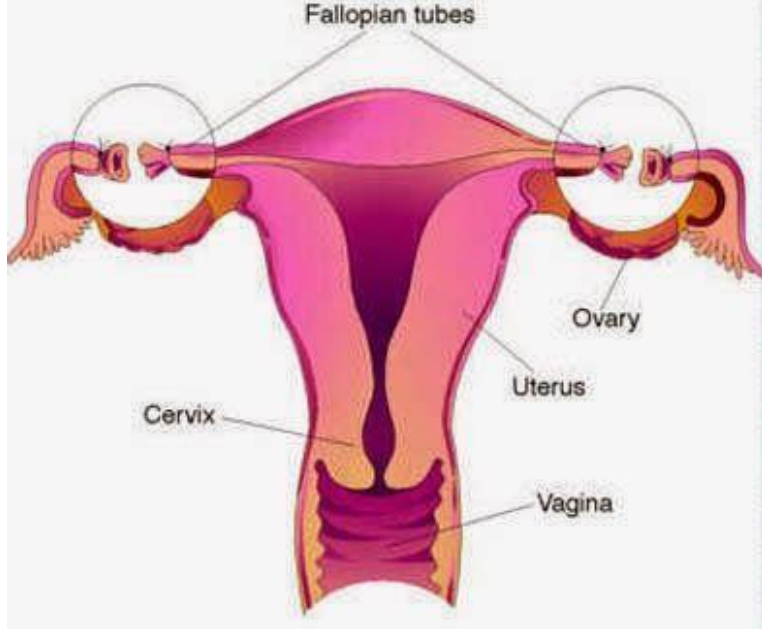
প্রশিক্ষকের জন্য নোটঃ

মাসুদকে কাউন্সেলিং করবেন; শারীরিক পরীক্ষা করবেন। স্পার্ম গ্রানুলোমার ব্যবস্থাপনা করবেন।

স্পার্ম গ্রানুলোমা

কারণ	লক্ষণসমূহ	ব্যবস্থাপনা	প্রতিরোধ
<ul style="list-style-type: none"> • ভাসকে বন্ধ করার কারণে এপিডিডাইমিসের প্রান্তে শুক্রাণুর জমাট বাঁধা 	<ul style="list-style-type: none"> • এপিডিডাইমিসের শেষ প্রান্তে ভাসে ব্যথা • হাতে ছোট চাকা অনুভব হওয়া 	<ul style="list-style-type: none"> • ব্যথা না হলে কিছু না করা • ব্যথা হলে ননস্টেরয়ডাল ব্যথানাশক ঔষধ দেয়া • সবসময় ব্যথা হলে চাকা কেটে ফেলা। • অণুকোষের দিকে ১/৪ ইঞ্চি পরিমাণ ভাস বন্ধ করে দেয়া • গ্রানুলোমাকে কাটা যাবে না • বিরল ক্ষেত্রে ব্যথার জন্য এপিডিডাইমিস কেটে ফেলতে হবে 	<ul style="list-style-type: none"> • এখনো পর্যন্ত জানা যায়নি

মডিউল ১০
স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি
টিউবেকটমি



সেশন - ১: প্রাথমিক ধারণা

সেশন - ২: কাউন্সিলিং ও বাছাইকরণ

সেশন - ৩: টিউবেকটমি অপারেশন এর প্রস্তুতি ও নিয়মাবলী ব্যবহারিক সেশন প্রদর্শন ও অনুশীলন

সেশন - ৪: অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ, জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা

সেশন - ৫: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (এনএসভি ও টিউবেকটমি) অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা
এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন (Recanalization Operation) করা

সেশন - ১: স্থায়ী পদ্ধতি টিউবেকটমি প্রাথমিক ধারণা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- টিউবেকটমি কি, বাংলাদেশে এর প্রচলন, কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা ও বিফলতার কারন ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- টিউবেকটমির সুবিধা, অসুবিধা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- টিউবেকটমির উপযুক্ত সময় বলতে পারবেন
- ইন্টারভ্যাল ও প্রসব পরবর্তী টিউবেকটমির তুলনামূলক আলোচনা করতে পারবেন
- কি কি উপায়ে মহিলা স্থায়ী পদ্ধতির অপারেশন করা যায় তা বর্ণনা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি
 - সেশন - ১ স্থায়ী পদ্ধতি টিউবেকটমির প্রাথমিক ধারণা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	মহিলা স্থায়ী পদ্ধতিঃ টিউবেকটমি প্রাথমিক ধারণা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	টিউবেকটমি কি, বাংলাদেশে এর প্রচলন, কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা ও বিফলতার কারন	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	টিউবেকটমি করার নিরাপদ সময় ইন্টারভ্যাল ও প্রসব পরবর্তী টিউবেকটমি টিউবেকটমি করার বিভিন্ন পদ্ধতি	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সুবিধা ও অসুবিধা	১৫	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি সেশন-১ স্থায়ী পদ্ধতি টিউবেকটমির প্রাথমিক ধারণা পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন এর স্লাইডসমূহঃ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি: বাংলাদেশে টিউবেকটমির প্রচলন

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট- টিউবেকটমির কিভাবে কাজ করে

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির কার্যকারিতার হার

- স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির বিফলতার কারণ
- স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি করার নিরাপদ সময়
- স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি অপারেশন পদ্ধতি
- স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির সুবিধা
- স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির অসুবিধা
- স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. টিউবেকটমি কি, বাংলাদেশে এর প্রচলন, কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা ও বিফলতার কারণ (১৫ মিনিট)

টিউবেকটমি কি, বাংলাদেশে এর প্রচলন, কিভাবে কাজ করে, কার্যকারিতা ও বিফলতার কারণ সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন, উত্তরগুলি ফ্লিপপেপারে লিখে রাখুন। এবার নীচের স্লাইড/ফ্লিপচার্ট একটি একটি করে দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তরের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন:

- স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - নারী স্থায়ী পদ্ধতি- বাংলাদেশে টিউবেকটমির প্রচলন
- স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট- টিউবেকটমির কিভাবে কাজ করে
- স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির কার্যকারিতার হার
- স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির বিফলতার কারণ

গ. টিউবেকটমি অপারেশনের নিরাপদ সময় (১৫ মিনিট)

প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে একটি ভিআইপিপি কার্ড ও মার্কার কলম দিন এবং প্রত্যেককে একটি করে টিউবেকটমি অপারেশনের নিরাপদ সময় লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে ভিআইপিপি কার্ড সংগ্রহ করুন ও ভিআইপিপি বোর্ডে লাগিয়ে দিন। এবার স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি করার নিরাপদ সময় দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তরের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন। ইন্টারভ্যাল ও প্রসব পরবর্তী টিউবেকটমির সময়সীমা ও অবস্থা বুঝিয়ে বলুন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন কোন পদ্ধতিতে টিউবেকটমি অপারেশন করা যায়; উত্তরগুলি ফ্লিপপেপারে লিখে রাখুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি অপারেশন পদ্ধতি দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তরের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

ঘ. টিউবেকটমির সুবিধা ও অসুবিধা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে দুটি দলে ভাগ করুন। এক দলকে টিউবেকটমির সুবিধা এবং অপর দলকে টিউবেকটমির অসুবিধা লিখতে বলুন। দলের মধ্যে একজনকে লেখার জন্য নির্বাচিত করতে বলুন, অন্যদের সাহায্য করতে বলুন। দলের দলনেতাকে দলের কাজ উপস্থাপন করতে বলুন। প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর অংশগ্রহণ নিশ্চিত করুন।

উপস্থাপন শেষে দুই দলকে ধন্যবাদ দিন। স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ১: টিউবেকটমি প্রাথমিক ধারণা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য খুব ছোট করে (২-৫ সে.মি.) মহিলার পেট কেটে অপারেশন করা হয় যাকে বলে মিনিল্যাপ টিউবেকটমি।
২. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে মডিফাইড পমেরয় কৌশল অবলম্বন করে ডিম্বনালির সম্পূর্ণ অংশ কেটে ফেলে দেয়া হয়।
৩. মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের পর প্রথম বছরে গর্ভবতী হওয়ার সংখ্যা প্রতি ১০০ জনে ৫ জন এবং ১০ বছরের মধ্যে শতকরা ২ জন মহিলা গর্ভবতী হতে পারেন।
৪. টিউবেকটমি স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য যৌন ক্ষমতা ও শারীরিক শক্তি কমে যায় এবং সহবাসে কোন সমস্যা হয়।
৫. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে ডিম্বনালী কাটার পূর্বে ফরসেপ দিয়ে ক্রাশ করলে ফিস্টুলা বা অস্বাভাবিক নালিপথ সৃষ্টি হয়ে টিউবেকটমি বিফল হতে পারে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য খুব ছোট করে (২-৫ সে.মি.) মহিলার পেট কেটে অপারেশন করা হয় যাকে বলে মিনিল্যাপ টিউবেকটমি। (স)
২. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে মডিফাইড পমেরয় কৌশল অবলম্বন করে ডিম্বনালির সম্পূর্ণ অংশ কেটে ফেলে দেয়া হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে মডিফাইড পমেরয় কৌশল অবলম্বন করে ডিম্বনালির কিছু অংশ (সর্বোচ্চ ১ সে.মি.) কেটে ফেলে দেয়া হয়।

৩. মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের পর প্রথম বছরে গর্ভবতী হওয়ার সংখ্যা প্রতি ১০০ জনে ৫ জন এবং ১০ বছরের মধ্যে শতকরা ২ জন মহিলা গর্ভবতী হতে পারেন। (মি)

সঠিক উত্তর

মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের পর প্রথম বছরে গর্ভবতী হওয়ার সংখ্যা প্রতি ১০০০ জনে ৫ জন এবং ১০ বছরের মধ্যে শতকরা ২ জন মহিলা গর্ভবতী হতে পারেন।

৪. টিউবেকটমি স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য যৌন ক্ষমতা ও শারীরিক শক্তি কমে যায় এবং সহবাসে কোন সমস্যা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

টিউবেকটমি স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য যৌন ক্ষমতা ও শারীরিক শক্তি কমে না বরং পূর্বের মতই অটুট থাকে এবং সহবাসে কোন সমস্যা হয় না

৫. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে ডিম্বনালী কাটার পূর্বে ফরসেপ দিয়ে ক্রাশ করলে ফিস্টুলা বা অস্বাভাবিক নালিপথ সৃষ্টি হয়ে টিউবেকটমি বিফল হতে পারে। (স)

সেশন - ২: টিউবেকটমি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- টিউবেকটমি কাউন্সেলিং এর গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- টিউবেকটমি গ্রহীতা বাছাইকরণ এবং অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন সম্পর্কে বলতে পারবেন
- টিউবেকটমির সামাজিক ও স্বাস্থ্যগত উপযুক্ততা এবং অনুপযুক্ততা ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
 - পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ/মহিলা) গ্রহণেচ্ছুর বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি
 - সেশন - ২ টিউবেকটমি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ
 - সেশন ১৪.১ বাংলাদেশে প্রচলিত স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা টিউবেকটমি টেবিল)
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা চক্র /MEC হুইল
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- রোল প্লে শিট
- Family Planning A Global Handbook for Providers 2018 page: 211-230

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	টিউবেকটমিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	অপারেশন বিলম্বিত বা স্থগিত রাখার স্বাস্থ্যগত অবস্থা	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	অপারেশন করার জন্য বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণ	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	টিউবেকটমি সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা	১৫	জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	টিউবেকটমি কাউন্সেলিং ও অবহিত সম্মতি বাছাইকরণ ও অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক সেশন - ২ টিউবেকটমি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

আলোচনা করার জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণেচ্ছুকের পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র” জোগাড় করে রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন বিলম্বিত করা বা সাময়িক স্থগিত রাখার কারণ

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন করার জন্য বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণ

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির জন্য কাউন্সেলিং

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতা বাছাইকরণ এবং অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. অপারেশন বিলম্বিত বা স্থগিত রাখার স্বাস্থ্যগত অবস্থা (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে মনে করিয়ে দিন যে পূর্ববর্তী সেশনে আমরা জেনেছি কোন সময়ে গ্রহীতাকে টিউবেকটমি করা যায়; এবার জিজ্ঞেস করুন কোন অবস্থার প্রেক্ষিতে অপারেশন বিলম্বিত করতে হয় ও করা যায় না; তার উত্তর ফ্লিপপেপারে লিখুন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন:

টিউবেকটমির কোনো নিশ্চিত প্রতিনির্দেশক নেই অর্থাৎ এমন কোনো স্বাস্থ্যগত অবস্থা বা শর্ত নেই, যার জন্য স্বেচ্ছায় টিউবেকটমি গ্রহণেচ্ছুকে স্থায়ীভাবে বিরত রাখা যায় বা উচিত। তবে বিশেষ কিছু স্বাস্থ্যগত অবস্থার প্রেক্ষিতে বিশেষ সতর্কতামূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করে অথবা বর্তমান রোগাবস্থার উপশম না হওয়া পর্যন্ত অপারেশন বিলম্বিত করে বা উন্নত সুযোগ-সুবিধা সম্পন্ন কোনো হাসপাতাল/ক্লিনিকে রেফার করে অপারেশন সম্পাদন করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হয়।

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন বিলম্বিত করা বা সাময়িক স্থগিত রাখার কারণ দেখিয়ে দিন।

গ. অপারেশন করার জন্য বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণ (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন:

টিউবেকটমি অপারেশনের জন্য এমন কিছু ক্ষেত্র রয়েছে যখন এমন কোন ক্লিনিক/হাসপাতালে স্থায়ী পদ্ধতির অপারেশন করতে হবে যেখানে অভিজ্ঞ সার্জন ও সাহায্যকারী স্টাফ এবং জেনারেল এ্যানেসথেসিয়াসহ যেকোন উদ্ভূত জরুরী অবস্থা মোকাবিলার সুবিধাদি বিদ্যমান।

এসব পরিস্থিতি সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন ও স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - অপারেশন করার জন্য বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণ দেখিয়ে আলোচনা করুন; সন্তান সংখ্যার ব্যাপারে ২০১৭ সালে জারিকৃত পরিপত্র দেখিয়ে পরিচিত করে দিন।

ঘ. টিউবেকটমি প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততা ও গ্রহীতা বাছাইকরণ (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পাশাপাশি জুটি বেধে দিন। প্রত্যেক জুটিকে বাংলাদেশে প্রচলিত স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা টেবিল প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক থেকে দেখতে বলুন ও নিজেদের মধ্যে আলোচনা করতে বলুন। টিউবেকটমির -এর স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থা আলোচনা করুন। নির্দেশিকা চক্র/MEC হুইল বুঝিয়ে দিন।

ঙ. টিউবেকটমির জন্য কাউন্সেলিং, বাছাইকরণ ও অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন (১০ মিনিট)

কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য কি প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন এবং একজন সেবাদানকারী বা কাউন্সেলর গ্রহীতাকে টিউবেকটমির জন্য কাউন্সেলিং-এ কি কি করবেন তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন।

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির এর জন্য কাউন্সেলিং ও স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতা বাছাইকরণ এবং অপারেশন পূর্ব মূল্যায়ন দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন। “পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণেচ্ছুকের পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র” দেখিয়ে আলোচনা করুন।

গ্রহীতা যদি বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন হন তাহলে তার অভিভাবককে কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অভিভাবকের সম্মতি নিতে হবে।

কথা বলতে এবং শুনতে সমস্যা হয় এরকম প্রতিবন্ধী গ্রহীতাদের কাউন্সেলিং করা ও অবহিত সম্মতিপত্রে স্বাক্ষর গ্রহণ এধরনের প্রতিবন্ধী নারী-পুরুষ উভয়কেই আকারে-ইঙ্গিতে বুঝাতে হয় বিধায় সেবা প্রদানকারী বা কাউন্সেলরদের অনেকের পক্ষেই সঠিকভাবে কাউন্সেলিং করা সম্ভব হয় না। এসব ক্ষেত্রে স্বামী অথবা স্ত্রী (স্ত্রী ক্ষেত্রে স্বামীর এবং স্বামীর ক্ষেত্রে স্ত্রীর) বা পরিবারের আইনগত অভিভাবকের সাহায্য নিতে হবে।

স্থায়ী পদ্ধতি টিউবেকটমির “অপরিবর্তনীয়তা ও স্থায়িত্ব” এবং অপারেশনের ঝুঁকি সম্পর্কে গুরুত্ব আরোপ করে ইচ্ছুক মূক ও বধির গ্রহীতাসহ তার স্বামীকে অবশ্যই অবহিত করতে হবে ও পরামর্শ দিতে হবে। তাদেরকে অপেক্ষাকৃত দীর্ঘমেয়াদি ও অত্যন্ত কার্যকর অন্যান্য পদ্ধতি সম্পর্কেও অবগত করতে হবে। এতে করে প্রতিবন্ধীদেরকে তাদের ভাষায় বুঝাতে সক্ষম হবেন এবং প্রতিবন্ধী তার স্বামীর সাথে একত্রে পরামর্শ করে সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে পারবেন। অবহিত সম্মতিপত্রে প্রতিবন্ধী গ্রহীতাসহ স্বামীর স্বাক্ষর অবশ্যই নিতে হবে

টিউবেকটমি একটি স্থায়ী পদ্ধতি অর্থাৎ একবার এই পদ্ধতি গ্রহণ করলে সহজে পূর্বের অবস্থায় ফেরা সম্ভব নয়। সুতরাং টিউবেকটমি করার আগে অবশ্যই গ্রহীতার এ বিষয়ে সম্যক ধারণা থাকতে হবে এবং অবহিত সম্মতি দিতে হবে। এছাড়াও অপারেশনকারী সার্জনকে গ্রহীতার অবহিত সম্মতির বিষয়টি অপারেশনের পূর্বে জিজ্ঞাসার মাধ্যমে পুনরায় নিশ্চিত করতে হবে।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ২: টিউবেকটমি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. প্রসবের পর ৭ দিন থেকে ৪২ দিনের মধ্যে টিউবেকটমি করা হলে জরায়ু স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার প্রক্রিয়া (involution process) ব্যাহত হলেও এসময় টিউবেকটমি করা যাবে।
২. পিআইডি ও এসটিআই-এ আক্রান্তদের চিকিৎসার পর রোগের কোন লক্ষণ থাকলে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যায়।
৩. দু'টি জীবিত সন্তান থাকলে স্বামী-স্ত্রী দুজনে বুঝে-শুনে সিদ্ধান্ত নিলে ছোট সন্তানের বয়স প্রযোজ্য হবে।
৪. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে।
৫. ভাইরাসজনিত লিভারের প্রদাহ (viral hepatitis) বর্তমানে সক্রিয় আছে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যাবে।
৬. দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় স্ত্রীর সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. প্রসবের পর ৭ দিন থেকে ৪২ দিনের মধ্যে টিউবেকটমি করা হলে জরায়ু স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার প্রক্রিয়া (involution process) ব্যাহত হলেও এসময় টিউবেকটমি করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসবের পর ৭ দিন থেকে ৪২ দিনের মধ্যে টিউবেকটমি করা হলে জরায়ু স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার প্রক্রিয়া (involution process) ব্যাহত হতে পারে। এসময় টিউবেকটমি করা যাবে না।

২. পিআইডি ও এসটিআই-এ আক্রান্তদের চিকিৎসার পর রোগের কোন লক্ষণ থাকলে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

পিআইডি ও এসটিআই-এ আক্রান্তদের চিকিৎসার পর রোগের কোন লক্ষণ না থাকলে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যায়।

৩. দু'টি জীবিত সন্তান থাকলে স্বামী-স্ত্রী দুজনে বুঝে-শুনে সিদ্ধান্ত নিলে ছোট সন্তানের বয়স প্রযোজ্য হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

দু'টি জীবিত সন্তান থাকলে স্বামী-স্ত্রী দুজনে বুঝে-শুনে সিদ্ধান্ত নিলে ছোট সন্তানের বয়স প্রযোজ্য হবে না।

৪. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে। (স)

৫. ভাইরাসজনিত লিভারের প্রদাহ (viral hepatitis) বর্তমানে সক্রিয় আছে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ভাইরাসজনিত লিভারের প্রদাহ (viral hepatitis) বর্তমানে সক্রিয় আছে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যাবে না।

৬. দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় স্ত্রীর সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় দম্পতির সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।

সেশন - ৩: টিউবেকটমি অপারেশনের প্রস্তুতি ও নিয়মাবলী

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- টিউবেকটমি অপারেশনের জন্য প্রয়োজনীয় প্রস্তুতি, গ্রহীতার প্রস্তুতি ও অপারেশনের পূর্বে ব্যবহৃত ঔষধের নাম, মাত্রা ও প্রয়োগের নিয়মাবলী বর্ণনা করতে পারবেন
- মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশন স্থান প্রস্তুত করার নিয়ম বলতে পারবেন
- মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের জন্য অবশ্যকরণ প্রক্রিয়া ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- ইন্টারভ্যাল ও প্রসব পরবর্তী মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের ধাপ সমূহ বর্ণনা করতে পারবেন
- মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনে টিউবাল লুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করতে পারবেন
- ল্যাপারোস্কোপিক টিউবেকটমি সম্পর্কে বলতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - গ্রহীতার ছাড়পত্র
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি
 - সেশন - ৩ টিউবেকটমি অপারেশনের প্রস্তুতি এবং নিয়মাবলী
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ভিডিও
- ল্যাপারোস্কোপিক টিউবেকটমির ভিডিও
- অপারেশনের প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম
- প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- Family Planning A Global Handbook for Providers 2018 page: 211-230
- ভিডিও

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	টিউবেকটমি অপারেশনের নিয়মাবলী		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	টিউবেকটমি করার পূর্ব প্রস্তুতি: ওটি কক্ষ প্রস্তুতি, গ্রহীতার প্রস্তুতি এবং অবশ্যকরণ ও ব্যথা নিবারণ প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি	২০	উপস্থাপনা ও আলোচনা

গ.	মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ (ইন্টারভেল ও প্রসব পরবর্তী) টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার	৫০	ভিডিও প্রদর্শন ও আলোচনা
ঘ.	ল্যাপারোস্কোপিক টিউবেকটমি	২০	ভিডিও প্রদর্শন ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		১০৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি
 - সেশন - ৩ঃ টিউবেকটমিঃ অপারেশনের প্রস্তুতি এবং নিয়মাবলী পড়ুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন।
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- ট্রে সহ প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম জোগাড় করে রাখুন
- মিনিল্যাপ ও ল্যাপারোস্কোপিক টিউবেকটমির ভিডিও প্রদর্শনের উপযোগী আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২.১/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির করার পূর্ব প্রস্তুতি: কক্ষের প্রস্তুতি

স্লাইড-২.২/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি

স্লাইড-২.৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি: অবশ্যকরণ ও ব্যথা নিবারণ

স্লাইড-২.৪/ফ্লিপচার্ট - অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি: স্থানীয় অবশ্যকরণ ঔষধের প্রয়োগ ও পদ্ধতি

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি

স্লাইড-৪.১/ফ্লিপচার্ট - টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে ইন্টারভেল মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ

স্লাইড-৪.২/ফ্লিপচার্ট - টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে ইন্টারভেল মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ

স্লাইড-৪.৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে ইন্টারভেল মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ

স্লাইড-৫.১/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ

স্লাইড-৫.২/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. টিউবেকটমি করার পূর্ব প্রস্তুতি: ওটি কক্ষ প্রস্তুতি, গ্রহীতার প্রস্তুতি এবং অবশ্যকরণ ও ব্যথা নিবারণ প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন মিনিল্যাপ টিউবেকটমি করার আগে কে কি করে থাকেন যেমন: কি পূর্ব প্রস্তুতি নেন, কি কি প্রস্তুত রাখেন ও গ্রহীতাকে কিভাবে প্রস্তুত করেন; উত্তরগুলো ফ্লিপচার্টে লিখুন।

স্লাইড-২.১/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির করার পূর্ব প্রস্তুতি: কক্ষের প্রস্তুতি

স্লাইড-২.২/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি

স্লাইড-২.৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমির অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি: অবশ্যকরণ ও ব্যথা নিবারণ

স্লাইড-২.৪/ফ্লিপচার্ট - অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার প্রস্তুতি: স্থানীয় অবশ্যকরণ ঔষধের প্রয়োগ ও পদ্ধতি দেখিয়ে প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

মিনিল্যাপ টিউবেকটমির যন্ত্রপাতিসমূহের এক সেট প্রশিক্ষণার্থীদেরকে দেখতে দিন ও স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদি তালিকার সাথে মিলিয়ে নিন ও এসবের ব্যবহার বর্ণনা করুন।

পরিশিষ্ট-২ঃ ১০০ টি মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশন করার জন্য প্রয়োজনীয় ঔষধ, এমএসআর ও অন্যান্য দ্রব্যাদির তালিকা; পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল থেকে পরিচিত করিয়ে দিন

গ. মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ (ইন্টারভেল ও প্রসব পরবর্তী) ও টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার (৬০ মিনিট)

টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে ইন্টারভেল মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহঃ

মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ভিডিও প্রদর্শন করুন এবং বর্ণনা করুন। প্রয়োজনে বার বার ভিডিওটি দেখান। এতে প্রশিক্ষণার্থীদের মনে প্রক্রিয়া সম্পর্কে সুস্পষ্ট ধারণা জন্মাবে এবং ক্রমান্বয়ে আত্মবিশ্বাস সৃষ্টি হবে।

স্লাইড-৪.১, ৪.২, ৪.৩/ফ্লিপচার্ট - মিনিল্যাপ টিউবেকটমির অপারেশনের ধাপসমূহ একে একে দেখিয়ে ভিডিও এর সাথে মিলিয়ে নিতে বলুন, প্রশিক্ষণার্থীদের কোন প্রশ্ন থাকলে আলোচনা করুন।

ইন্টারভেল মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনে টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটরের ব্যবহার বিস্তারিত আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদের জানিয়ে দিন এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে একই পদ্ধতিতে মিনিল্যাপ টিউবেকটমি করা যায়।

প্রসব পরবর্তী মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহঃ

প্রসব পরবর্তী মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশন কিভাবে করতে হয় এবং ইন্টারভেল মিনিল্যাপ টিউবেকটমি সাথে কোথায়, কি পার্থক্য তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান।

স্লাইড-৫.১, ৫.২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে একে একে প্রসব পরবর্তী মিনিল্যাপ টিউবেকটমির ধাপসমূহ বিস্তারিত আলোচনা করুন।

সিজারিয়ান অপারেশনে সময় টিউবেকটমির ধাপসমূহঃ

সিজারিয়ান অপারেশনে সময় টিউবেকটমি করা যায় এবং এটাই বাংলাদেশে বেশী প্রচলিত। এইসময় কিভাবে টিউবেকটমি করা হয় সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন তাদের মতামত নিন ও সিজারিয়ান অপারেশনে সময় টিউবেকটমি করার পদ্ধতি বর্ণনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের কোন প্রশ্ন থাকলে আলোচনা করুন।

ঘ. ল্যাপারোস্কোপিক টিউবেকটমি (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের ল্যাপারোস্কোপিক টিউবেকটমি বিষয়ে কি ধারণা এবং কি অভিজ্ঞতা আছে তা জেনে নিন। এরপর ল্যাপারোস্কোপিক টিউবেকটমির ভিডিও প্রদর্শন করুন ও বিস্তারিত আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের কোন প্রশ্ন থাকলে ব্যাখ্যা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৩: টিউবেকটমি অপারেশন এর প্রস্তুতি ও নিয়মাবলী

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. টিউবেকটমি অপারেশনের জন্য গ্রহীতাকে নির্দিষ্ট পোশাক অথবা সার্জিক্যাল অ্যাপারেল হিসাবে ওটি গাউন বা প্রদত্ত নতুন শাড়ি পরাতে হবে।
২. টিউবেকটমিতে স্থানীয়ভাবে অবশ্যকরণের ও ব্যথা নিবারণের জন্য অবশ্যকরণ ও ব্যথা নিবারণের ঔষধের মাত্রা এমন যে গ্রহীতা সম্পূর্ণ অজ্ঞান হয় না তবে বেশি বিমুনি ভাব আসে; ফলে গ্রহীতার শ্বাসরুদ্ধ বা হৃদযন্ত্রের ক্রিয়া বন্ধ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।
৩. ইউটেরাইন এলিভেটর নিয়ন্ত্রণের জন্য গ্রহীতাকে চিৎ হয়ে লিথোটমি পজিশনে (dorsal lithotomy position) শুতে হবে।
৪. গ্রহীতার পেটে কাটার স্থান প্রস্তুত করার পরে সেবাপ্রদানকারি গ্রহীতার জরায়ুতে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে রাখবেন।
৫. টিউবাল হুক ফাভাসের পিছন দিয়ে আলতো করে ঘুরিয়ে জরায়ুর একপাশে জরায়ুর সামনের দেয়ালে এনে আনুভূমিকভাবে কাটা দিয়ে ডিম্বনালী বের করুন।
৬. আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চেনা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না; এটাতে দুই আঙ্গুল ঢুকানোর জন্য পেটে বেশী কাটতে হয়; আঙ্গুল ব্যবহারে ডিম্বনালী ধরতে ও টেনে আনতে টিউবাল হকের চাইতে বেশী ব্যথানাশকের প্রয়োজন হয় এবং গ্রহীতার বেশী ব্যথা পান।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. টিউবেকটমি অপারেশনের জন্য গ্রহীতাকে নির্দিষ্ট পোশাক অথবা সার্জিক্যাল অ্যাপারেল হিসাবে ওটি গাউন বা প্রদত্ত নতুন শাড়ি পরাতে হবে। (স)
২. টিউবেকটমিতে স্থানীয়ভাবে অবশকরণের ও ব্যথা নিবারণের জন্য অবশকরণ ও ব্যথা নিবারণের ঔষধের মাত্রা এমন যে গ্রহীতা সম্পূর্ণ অজ্ঞান হয় না তবে বেশি বিমুনি ভাব আসে; ফলে গ্রহীতার শ্বাসরুদ্ধ বা হৃদযন্ত্রের ক্রিয়া বন্ধ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। (মি)

সঠিক উত্তর

টিউবেকটমিতে স্থানীয়ভাবে অবশকরণের ও ব্যথা নিবারণের জন্য অবশকরণ ও ব্যথা নিবারণের ঔষধের মাত্রা এমন যে গ্রহীতা সম্পূর্ণ অজ্ঞান হয় না এবং প্রয়োজনের বেশি বিমুনি ভাবও আসে না; ফলে গ্রহীতার শ্বাসরুদ্ধ বা হৃদযন্ত্রের ক্রিয়া বন্ধ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে না।

৩. ইউটেরাইন এলিভেটর নিয়ন্ত্রনের জন্য গ্রহীতাকে চিৎ হয়ে লিথোটমি পজিশনে (dorsal lithotomy position) শুতে হবে। (স)
৪. গ্রহীতার পেটে কাটার স্থান প্রস্তুত করার পরে সেবাপ্রদানকারি গ্রহীতার জরায়ুতে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে রাখবেন। (মি)

সঠিক উত্তর

গ্রহীতার পেটে কাটার স্থান প্রস্তুত করার পূর্বে সেবাপ্রদানকারি গ্রহীতার জরায়ুতে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে রাখবেন।

৫. টিউবাল হুক ফাডাসের পিছন দিয়ে আলতো করে ঘুরিয়ে জরায়ুর একপাশে জরায়ুর সামনের দেয়ালে এনে আনুভূমিকভাবে কাটা দিয়ে ডিম্বনালী বের করুন। (স)
৬. আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চেনা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না; এটাতে দুই আঙ্গুল ঢুকানোর জন্য পেটে বেশী কাটতে হয়; আঙ্গুল ব্যবহারে ডিম্বনালী ধরতে ও টেনে আনতে টিউবাল হকের চাইতে বেশী ব্যথানাশকের প্রয়োজন হয় এবং গ্রহীতার বেশী ব্যথা পান। (স)

ব্যবহারিক সেশনঃ গ্রহীতায় টিউবেকটমি প্রদর্শন ও অনুশীলন

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- সঠিক নিয়মে সফলভাবে গ্রহীতায় টিউবেকটমি করতে পারবেন।

সময়: ২৩ ঘন্টা (৮ ঘন্টা পর্যবেক্ষণ ও ১৫ ঘন্টা গ্রহীতায় অনুশীলন)

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি
- টিউবেকটমির জন্য যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম-সেশন ৩ এর অনুরূপ
- জরায়ুর মডেল
- টিউবেকটমির সিমুলেশন সেট
- টিউবেকটমির ভিডিও - ইন্টারভেল
- টিউবেকটমির ভিডিও - প্রসব পরবর্তী
- টিউবেকটমির ভিডিও - সিজারিয়ান অপারেশনের সময়
- টিউবেকটমির কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	ব্যবহারিক সেশন গ্রহীতায় টিউবেকটমি প্রদর্শন ও অনুশীলন		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	টিউবেকটমি করার কৌশল প্রশিক্ষক/সার্জন গ্রহীতায় করে দেখাবেন	৪৮০ মি: = ৮ ঘন্টা	উপস্থাপনা, হাতে-কলমে প্রদর্শন, পর্যবেক্ষণ, ফিডব্যাক, টিপস প্রদান ও আলোচনা
গ.	প্রশিক্ষক/ প্রশিক্ষণার্থী টিউবেকটমি দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণে গ্রহীতায় অনুশীলন, গ্যাপ যাচাই	৯০০ মি: = ১৫ ঘন্টা	প্রদর্শন, আলোচনা, অনুশীলন উপস্থাপনা ও মূল্যায়ন ডেমোনেস্ট্রেশন ও রিটার্ন ডেমোনেস্ট্রেশন সাইমুলেশন
ঘ.	সারসংক্ষেপ	০৫	উপস্থাপনা
		১৩৮০ মি: = ২৩ ঘন্টা	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক পর্যালোচনা করুন

- টিউবেকটমির প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, মডেল ও অন্যান্য উপকরণসমূহ একটি ট্রে-তে রাখুন।
- টিউবেকটমির ভিডিও সমূহ প্রদর্শনের উপযোগী আছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন
- অনুশীলনের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক পেলভিক মডেল সংগ্রহ করে রাখুন।
- ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য গ্রহীতার উপস্থিতি নিশ্চিত করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন
- দক্ষতা মূল্যায়নের জন্য পর্যাপ্ত সংখ্যক চেকলিস্ট সংগ্রহ করে রাখুন।

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. টিউবেকটমি করার কৌশল প্রশিক্ষক/সার্জন গ্রহীতায় করে দেখাবেন (৪৮০ মিনিট)

পূর্ববর্তী সেশনের প্রেজেন্টেশন ও ভিডিও অনুসরণে টিউবেকটমি করার কৌশল গ্রহীতায় প্রদর্শন করুন।

গ্রহীতার সাথে যেসব বিষয়ে কথা বলা প্রয়োজন বা সংক্রমণ প্রতিরোধে করণীয় বিষয়সমূহ ডেমোনেস্ট্রেশনের সময় পৃথকভাবে বলুন।

মিনিগ্যাপ টিউবেকটমি (ইন্টারভ্যাল) ক্লিনিক্যাল দক্ষতা চেকলিস্ট এবং প্রসব পরবর্তী মিনিগ্যাপ টিউবেকটমি ক্লিনিক্যাল দক্ষতার চেকলিস্ট প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীকে দেখতে বলুন ও অপারেশনের সময় ধাপসমূহ অনুশীলন করতে বলুন।

সঠিক কৌশল আয়ত্তে আনার জন্য প্রত্যেককে প্রয়োজনীয় টিপস দিন। প্রশিক্ষক/সার্জনের অপারেশন পদ্ধতি মনোযোগ সহকারে পর্যবেক্ষণ করতে বলুন। যে সকল প্রশিক্ষার্থী আত্মবিশ্বাসি তাদেরকে সার্জনের সাথে এ্যাসিস্ট করতে দিন। প্রয়োজনে হাতে ধরে দেখিয়ে দিন। অপারেশন পর্যবেক্ষনে সকল প্রশিক্ষার্থীর সমান সুযোগ নিশ্চিত করুন।

সেশন ৩ এ আমরা যা শিখেছি তা মনে করিয়ে দিন। ইন্টারভেল টিউবেকটমি, প্রসব পরবর্তী টিউবেকটমি, এমআর/এমআরএম/গর্ভপাত পরবর্তী টিউবেকটমি, সিজারিয়ান অপারেশনে টিউবেকটমি- এসব কেস সরবরাহ নিশ্চিত করতে হবে।

গ. প্রশিক্ষক/ প্রশিক্ষার্থী টিউবেকটমি দক্ষতা চেকলিস্ট অনুসরণে গ্রহীতায় অনুশীলন, গ্যাপ যাচাই ও মূল্যায়ন (৯০০ মিনিট)

ওটি-র নিয়ম এবং টিউবেকটমি অনুশীলনের নিয়ম-কানুন সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদেরকে অবহিত করুন।

গ্রহীতায় টিউবেকটমি সম্পাদনের জন্য অবহিত সম্মতি নিন।

হ্যান্ডবুকের বর্ণিত নিয়মানুসারে টিউবেকটমির কৌশল প্রদর্শন করুন।

যে সকল প্রশিক্ষার্থী সফলভাবে টিউবেকটমি সার্জনের সাথে করতে পেরেছেন তাদেরকে প্রশিক্ষকের উপস্থিতিতে গ্রহীতায় টিউবেকটমি করতে বলুন। কোন সমস্যা হলে তাৎক্ষণিক তা প্রশিক্ষক ঠিক করে দিবেন। উল্লেখ্য, গ্রহীতার উপস্থিতিতে প্রশিক্ষার্থীর কোন অদক্ষতা সম্পর্কিত কোন ফিডব্যাক দেয়া উচিত হবে না। প্রশিক্ষার্থীরা সঠিকভাবে অপারেশন করতে পারছেন কিনা তা চেকলিস্ট অনুসরণে মূল্যায়ন করুন এবং ফিডব্যাক দিন। প্রয়োজনে পুনরায় টিউবেকটমি প্রক্রিয়া প্রদর্শন করুন এবং প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়ন করুন।

সন্তোষজনক দক্ষতা অর্জন করতে না পারলে স্বতন্ত্রভাবে টিউবেকটমি করার ব্যবস্থা করুন।

দূর্বল প্রশিক্ষার্থী চিহ্নিত করুন; তাকে সার্জনের বেশী কাছাকাছি থাকার ব্যবস্থা করুন, সহযোগিতা নিয়ে নিজে হাতে করার সুযোগ দিন; দক্ষ প্রশিক্ষার্থীদের চেয়ে তাকে বেশী করার সুযোগ দিন। যদি তার আরো বেশী কেস করার প্রয়োজন হয় তবে পৃথকভাবে সেই ব্যবস্থাও

করুন; এক্ষেত্রে প্রশিক্ষক নোট রাখবেন ও পরবর্তীতে প্রশিক্ষার্থী ফলোআপে তাকে প্রথমে ফলোআপ করবেন; তার কেন্দ্রে কর্তব্যরত অন্য সার্জনের সহযোগিতা নিশ্চিত করবেন।

ঘ. সার সংক্ষেপ (৫ মিনিট)

সেশনের উদ্দেশ্য পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য সেশনের আগেই ওটি-র দায়িত্বপ্রাপ্ত স্টাফের সাথে এ সংক্রান্ত আলোচনা, প্রস্তুতি ও পরিকল্পনা গ্রহণ করুন। একজন প্রশিক্ষকের অধীনে প্রদর্শনের জন্য একসাথে সর্বোচ্চ দুইজন এবং ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য একজন করে প্রশিক্ষার্থীকে ওটিতে যাবার জন্য বলুন। অবশিষ্ট প্রশিক্ষার্থীদেরকে সহ-প্রশিক্ষকের তত্ত্বাবধানে মডেলে অনুশীলনের জন্য ব্যবস্থা গ্রহণ করুন।

টিউবেকটমির কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর তারিখ:

প্রশিক্ষণের তারিখ:

প্রশিক্ষার্থী দক্ষতা যাচাই এর স্থান: সেবাকেন্দ্র/প্রশিক্ষণ/ক্লাস রুম

সেবাকেন্দ্র নাম: _____

সেবাদানকারি/প্রশিক্ষণার্থীর নাম: _____

প্রশিক্ষকের/দক্ষতা যাচাইকারীর নাম: _____

এই দক্ষতা যাচাই শীটটিতে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং এর সময় যে যে ধাপ ও গ্রহীতাকে যে যে নির্দেশনা দিতে হবে তা বিস্তারিত আছে। এই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণের সময় প্রশিক্ষণার্থীর কাজিত দক্ষতা অর্জিত হচ্ছে এবং ক্লিনিক্যাল সেবা প্রদানে কমপিটেন্ট কিনা তা মনিটর করার জন্য ব্যবহার করা হয়। এছাড়াও প্রশিক্ষক বা সুপারভাইজার পরবর্তীতে ফলোআপে প্রশিক্ষণার্থীকে মনিটর করার সময় ব্যবহার করবেন। এই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্টটি প্রশিক্ষণার্থীকে দিতে হবে কারণ তার নিকট থেকে কি আশা করা হচ্ছে তা তাকে জানতে হবে।

দক্ষতা যাচাইকারীর জন্য নির্দেশনা

● প্রশিক্ষণার্থীকে দক্ষতা যাচাই করার পূর্বে গ্রহীতাকে কি করা হবে তা অবশ্যই ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং গ্রহীতাকে পর্যবেক্ষণ করার অনুমতি নিতে হবে

● গ্রহীতাকে শুভেচ্ছা জানানোর সময় থেকে প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই শুরু হবে

● নীচের স্কেল অনুসরণ করে দক্ষতার মান যাচাই করতে হবে

১ = উন্নতি করতে হবে। অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ ঠিকমতো করতে না পারা বা ধারাবাহিকতা না থাকা বা বাদ দেওয়া

২ = কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ করতে পেরেছেন কিন্তু প্রশিক্ষণার্থী দক্ষতার সাথে ধাপে ধাপে উন্নতি করতে পারেন নাই

৩ = অত্যন্ত কমপিটেন্ট ভাবে করতে পারা। ধারাবাহিকভাবে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ অত্যন্ত সূচারুভাবে করতে পেরেছেন

০ = প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের সময় যে অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা পর্যবেক্ষণ করা হয় নাই

● এই রেটিং স্কেল ব্যবহার করে প্রশিক্ষণার্থী যতক্ষণ গ্রহীতার সাথে থাকবেন ততক্ষণ তাকে যাচাই করতে হবে

● শুধুমাত্র প্রশিক্ষণার্থী যা যা করছেন পর্যবেক্ষণ করে যেতে হবে ও চেকলিস্ট এ রেটিং নম্বর দিবেন।

● অত্যবশ্যিক ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা মান সম্মতভাবে করতে না পারলে সুনির্দিষ্ট মন্তব্য লিখুন

● একজন প্রশিক্ষণার্থী মূল্যায়নের জন্য একই দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট ব্যবহার করে কয়েকটি কেস পর্যবেক্ষণ করুন

● পর্যবেক্ষণ সমাপ্ত করার পর প্রশিক্ষণার্থীর সাথে একান্তে (গ্রহীতা এবং অন্য প্রশিক্ষণার্থীর সামনে করবেন না) তার কাজের ফলাফল পর্যালোচনা করুন

টিউবেকটমির কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

ক. প্রক্রিয়া শুরু করার পূর্বে করণীয়

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
		১	২	৩	
	সেবা প্রদানকারী টিউবেকটমি গ্রহীতার জন্য নিম্নোক্ত বিষয়সমূহ নিশ্চিত করবেন				
	অপারেশনের পূর্ব প্রস্তুতি				
১.	টিউবেকটমির সাথে সম্পর্কিত ইতিহাস নেয়া				
১.১	গ্রহীতার বয়স জিজ্ঞাসা করা এবং যাচাই করা				
১.২	দুইজন জীবিত সন্তান আছে, ছোট সন্তানের বয়স ১ বছরের নিচে নয়				
১.৩	দুইজন জীবিত সন্তান আছে, ছোট সন্তানের বয়স ১ বছরের নিচে, সেক্ষেত্রে স্বামী এবং স্ত্রী দুইজনের কাছ থেকে সম্মতি নেওয়া				
১.৪	২য় সিজারিয়ানের সময় দম্পতির সম্মতি নিয়ে টিউবেকটমি করা				
১.৫	স্বামীর সফল এনএসভি করা আছে কিনা জিজ্ঞাসা করা				
১.৬	গ্রহীতাকে অবহিত করা যে টিউবেকটমি একটি স্থায়ী পদ্ধতি এবং খুব কম ক্ষেত্রে এই পদ্ধতি ব্যর্থ হতে পারে। অন্যান্য অস্থায়ী পদ্ধতি সম্পর্কেও অবহিত করা				
১.৭	গ্রহীতাকে টিউবেকটমির পদ্ধতি সম্পর্কে অবহিত করা				
১.৮	গ্রহীতাকে এই পদ্ধতির সুবিধা, অসুবিধা এবং জটিলতা সম্পর্কে অবহিত করা				
১.৯	গ্রহীতাকে প্রশ্ন করার জন্য সুযোগ দিন এবং পদ্ধতি সংক্রান্ত তার সকল সংশয় দূর করা				
১.১০	গ্রহীতার কাছ থেকে অবশ্যই লিখিত অবহিত সম্মতিপত্রে স্বাক্ষর (বা প্রযোজ্য ক্ষেত্রে টিপসই) গ্রহণ করা। গ্রহীতাকে সম্মতি পত্র পড়ানো। গ্রহীতা পড়তে না পারলে তাকে পড়ে শোনানো				
২.	গ্রহীতার মেডিকেল অসুস্থতা, সার্জারি, এর্লার্জী এবং জন্মনিয়ন্ত্রন সম্পর্কিত বর্তমান ও অতীত ইতিহাস নেওয়া				
৩.	যদি প্রযোজ্য হয় তবে মাসিকের ইতিহাস- শেষ মাসিকের তারিখ, মাসিক চক্র নিয়মিত কিনা, যৌনমিলনের বর্তমান ও অতীত ইতিহাস) নেওয়া				
৪.	তলপেটের প্রদাহের, মূত্রনালীর সংক্রমণ, যৌন সংক্রমণ, কোন অস্বাভাবিক যোনীপথের রক্তপাত, যোনীপথের নিঃসরণ ও অথবা পেটে ব্যথার ইতিহাস নেয়া				
৫.	শারীরিক পরীক্ষা				
৫.১	রক্তশূন্যতা, জন্ডিসের লক্ষণ আছে কিনা লক্ষ্য করা। রক্তচাপ পরিমাপ করা				
৫.২	কোন স্থানীয় সংক্রমণ আছে কিনা লক্ষ্য করা।				
৫.৩	হার্ট ও ফুসফুস পরীক্ষা করা				
	তলপেটের পরীক্ষা : পেটে ব্যথা, চাকা, চাপ দিলে ব্যথা, কাটার ক্ষত পর্যবেক্ষণ ও পরীক্ষা করা				
	আরটিআই/এসটিআই আছে কিনা পরীক্ষা করা				

স্পেকুলাম পরীক্ষা করা			
যোনাঙ্গের বাইরের অংশ, যোনিপথ, মুত্রনালীর ছিদ্রপথ ও জরায়ুমুখ পরীক্ষা করা অস্বাভাবিক কিছু আছে কিনা			
বাইম্যানুয়াল পরীক্ষা করা			
জরায়ুর আকৃতি অবস্থান নড়াচড়া করে কিনা, জরায়ু ও এডেনেক্সাতে নড়াচড়াকালে ব্যথাবোধ হয় কিনা			
গ্রহীতার ইতিহাস ও পরীক্ষায় প্রাপ্ত ফলাফল সঠিকভাবে “পরিবার পরিকল্পনার স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণ বিবরণী ও অবহিত সম্মতিপত্র” ফর্মের নির্দিষ্ট স্থানে লিপিবদ্ধ করা			

টিউবেকটমির কমপিটেনসি ভিত্তিক দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

ক্রম	ধাপ বা কাজ বা দক্ষতা	কেস			মন্তব্য
	প্রক্রিয়া শুরু (সার্জনের করণীয়)	১	২	৩	
	প্রক্রিয়া শুরু করার ধাপ				
	প্রস্তুতি				
	১.১ প্রয়োজনীয় সামগ্রী সরবরাহ নিশ্চিত করা				
	১.২ গ্রহীতাকে সম্মানজনকভাবে সম্বাষণ করা ও তিনি সঠিক গ্রহীতা কিনা তা নিশ্চিত করা				
	১.৩ ইতিহাস ও পরীক্ষার ফলাফল রিভিউ করা				
	১.৪ গ্রহীতা মুত্রথলি খালি করছেন কিনা তা নিশ্চিত করা				
	১.৫ গ্রহীতা খালি পেটে আছেন কিনা তা নিশ্চিত করা				
	১.৬ গ্রহীতার Vital signs দেখা				
	১.৭ গ্রহীতা সবকিছু পদ্ধতি সম্পর্কে জেনে বুঝে সম্মতি দিয়েছেন কিনা তা নিশ্চিত হওয়া				
	১.৮ গ্রহীতাকে অপারেশন টেবিলে সঠিক অবস্থানে শুতে সাহায্য করা				
	১.৯ ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহারের ধাপ একটির পর একটি করা				
	১.৯.১ হাত ধোয়া ও শুকানো, অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব করা				
	১.৯.২ গ্লাভস পরা ও ড্রাপিং করা				
	১.৯.৩ যোনিপথে ভ্যাজাইনাল স্পেকুলাম ঢুকিয়ে লক করা ও এক হাতে ধরা				
	১.৯.৪ অন্যহাতে জরায়ুমুখে ও যোনিপথে দুইবার এন্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে মোছা				
	১.৯.৫ স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ বা টেনাকুলাম দিয়ে জরায়ু মুখ ধরা				
	১.৯.৬ স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ বা টেনাকুলাম আলতো করে উপরে তুলে স্পর্শবিহীন পদ্ধতিতে ইউটেরাইন এলিভেটর জরায়ুর ভিতরে সর্বকতার সাথে বাঁধা না পাওয়া পর্যন্ত প্রবেশ করানো				
	১.৯.৭ ইউটেরাইন এলিভেটর জরায়ুর ভিতরে ধরে রেখে স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ বা টেনাকুলাম বের করে ফেলা				

১.৯.৮	গ্লাভস খুলে ফেলা এবং ইউটেরাইন এলিভেটরের হ্যাণ্ডেল গ্রহীতার থাইয়ের মাঝে রেখে টেবিলে সোজা করে শুয়ে থাকতে বলা				
২. স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ ও তার প্রয়োগ					
২.১	সার্জিক্যাল স্ক্রাব এবং অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব করা				
২.২	স্টেরাইল গাউন ও গ্লাভস পরা				
২.৩	ইনসিশনের স্থান নির্ধারণ করা ইন্টারভ্যাল পদ্ধতি সুপরা পিউবিক এপ্রোচ সিমফাইসিস পিউবিসের উপরের সীমানা থেকে ১ ইঞ্চি বা ২-২.৫ সে.মি. (দু'আঙ্গুল) উপরে আড়াআড়িভাবে চামড়া কাটতে হবে। সাধারণত ১-১.৫ ইঞ্চি বা ২.৫-৩.৫ সে.মি. - এর বেশি কাটার প্রয়োজন হয় না প্রসব পরবর্তী সাব আমব্রিক্যাল এপ্রোচ প্রসব পরবর্তী সময়ে জরায়ুর ফাডাস থেকে ২-২.৫ সেমি বা ১ ইঞ্চি নিচে ইনসিশন দিতে হবে এবং আনুমানিক ১.৫-৩ সে.মি. লম্বা পরিমাণ চামড়া আড়াআড়িভাবে শুধুমাত্র এপিডারমিস পর্যন্ত কাটতে হবে				
২.৪	ইনসিশনের স্থান ও আশপাশের এলাকা এন্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে প্রস্তুত করা				
২.৫	প্রস্তুতকৃত স্থান ড্রাপিং করা (ড্রাপিং এর নীচে ইউটেরাইন এলিভেটর থাকবে)				
২.৬	চামড়া, সাবকিউটেনিয়াস টিস্যু, রেকটাস শীথ ও পেরিটোনিয়াম স্থানীয় অবশকরণের ঔষধ ফ্যান/ ডায়মন্ড আকৃতি পদ্ধতিতে প্রয়োগ করা				
২.৭	তিন থেকে চার মিনিট অপেক্ষা করার পর টিস্যু ফরসেপ এর সাহায্যে চিমটি দিয়ে অবশকরণের কার্যকারিতা পরীক্ষা করা; যদি অবশকরণ ভালো না হয় তাহলে আরও ঔষধ প্রয়োগ করা				
২.৮	সিরিজের অবশিষ্ট (২-৩ মিলি) ঔষধ পেরিটোনিয়াম, ডিম্বনালি ও মেসোসালফিংস-এর উপর প্রয়োজনে ছড়িয়ে দেয়ার জন্য রাখা				
৩. ইনসিশন ও পেটের ভিতরে প্রবেশ					
৩.১	আড়াআড়িভাবে চামড়া কাটা				
৩.২	ইনসিশন স্থানের সাবকিউটেনিয়াস টিস্যু সরিয়ে রেকটাস শীথকে দৃশ্যমান করা				
৩.৩	অপারেশন টেবিলকে টেনডেলবার্গ অবস্থানে -পায়ের দিকে একটু উঁচু করে উঠিয়ে (২০ ডিগ্রী বা তার কম) দেওয়া				
৩.৪	দুইটি রিট্র্যাক্টরের সাহায্যে রেকটাস শীথ উন্মুক্ত করে মাঝামাঝি স্থানে দুইটি টিস্যু ফরসেপ এর সাহায্যে ধরে বিপি ব্লড দিয়ে ছিদ্র করে সিজার দিয়ে ডিসেক্ট করা ও উভয়দিকে প্রসারিত করা				
৩.৫	রেকটাস মাংশপেশীকে দুইদিকে সরিয়ে (প্রয়োজনে এক্সট্রা পেরিটোনিয়াম চর্বি সরিয়ে) পেরিটোনিয়াম দৃশ্যমান করা				
৩.৬	দুইটি আর্টারি ফরসেপ দিয়ে পেরিটোনিয়ামকে বাইরে টেনে তুলে আনার পর নিশ্চিত হওয়া যে, পেরিটোনিয়ামের সাথে অল্প বা মূত্রথলি ধরা পড়েনি।				
৩.৭	নিশ্চিত হবার পর স্কালপেল দিয়ে পেরিটোনিয়ামের মধ্যে একটা ছোট ছিদ্র করা				
৩.৮	পেরিটোনিয়ামের মধ্যে রিট্র্যাক্টর ঢুকিয়ে উভয়পাশে একটু সরিয়ে ছিদ্র বড় করা				
৪. ডিম্বনালী শনাক্ত করা ও উপরে তুলে আনা					

৪.১ সুপরা পিউবিক: একহাত (সাধারণত বাম হাত) দিয়ে ইউটেরাইন এলিভেটর ঘুরিয়ে জরায়ুকে এমনভাবে ইনসিশন স্থানের কাছে নিয়ে আসা যেখানে ডিম্বালীর করনুয়াল প্রান্ত (জরায়ুর যেখান থেকে ডিম্বালী শুরু হয়েছে) দেখা যায়				
৪.২ সাব আমব্রিক্যাল: প্রসব পরবর্তীতে পেটের একপাশ থেকে নরমভাবে জরায়ুকে চাপ দিয়ে করনু নাভির দিকে আনা যাতে টিউব ইনসিশন স্থানে দৃশ্যমান হয়।				
৪.৩ টিউব বাঁধা ও কাটার আগে ১-২ মিলি ১% লিডোকেইন ডিম্বালীর উপরে ফেলা				
৪.৪ যদি হাত দিয়ে ডিম্বালী না ধরা যায় তবে এক হাতে ইউটেরাইন এলিভেটর ধরে রেখে আরেক হাতে টিউবাল হুকের সাহায্যে নরমভাবে কাটা স্থান দিয়ে টিউব উঠিয়ে আনা অর্থাৎ টিউবাল হুক ফাভাসের পিছন দিয়ে আলতো করে ঘুরিয়ে জরায়ুর সামনের দেয়ালে আনা এবং ইনসিশন স্থান দিয়ে বের করা।				
৪.৫ বেবি ব্যবকক ফরসেপ দিয়ে ধরা ডিম্বালী নিশ্চিত করার জন্য ডিসেক্টিং ফরসেপ দিয়ে আলতো ডিম্বালী আরো একটু বের করা যতক্ষণ পর্যন্ত ডিম্বালীর ফিফ্রিয়া পরিষ্কারভাবে দেখা যায়।				
৫. ডিম্বালী বাঁধা				
৫.১ সহকারীকে ব্যবকক ফরসেপ দিয়ে ডিম্বালীর মাঝের এক তৃতীয়াংশ ধরে লুপ তৈরী করা				
৫.২ এট্রমাটিক নিডিল মেসোসালফিংস-এর রক্তনালি নেই এমন স্থানে প্রবেশ করানো				
৫.৩ লুপের ২ সেমি নীচে ফাভাসের দিকের অংশে ডিম্বালীতে গিট দেয়া এবং এরপর ডিম্বালীর ফিফ্রিয়ার দিকের অংশে গিট দেয়া				
৫.৪ বাঁধার স্থান থেকে ০.৫ সে.মি মতো রেখে (যেন বাঁধন খুলে না যায়) উপরের অংশের ১ সে.মি. এর কম পরিমাণ লুপের অংশ কেটে ফেলা				
৫.৫ ডিম্বালী স্ট্যাম্প করার পর রক্তপাত সম্পূর্ণ বন্ধ হয়েছে এটা নিশ্চিত করার পর সুতা কাটা				
৫.৬ একই নিয়মে দ্বিতীয় টিউবটিকেও তুলে বাঁধা এবং কাটা				
৫.৭ এরপর অপারেশনের টেবিল ট্রেনডেলবার্গ অবস্থা থেকে সোজা করে দেওয়া				
৬. অপারেশনের স্থান বন্ধ করা				
৬.১ রেকটাস শীথ ১-০ ক্রমিক ক্যাটগাট দিয়ে সেলাই করা (পেরিটোনিয়াম সেলাই করা ...)				
৬.২ একই ধরনের সুতা দিয়ে দিয়ে চামড়া সেলাই করা				
৬.৩ ইনসিশনের স্থান পরিষ্কার করে সেন্ট্রাইল ড্রেসিং করা এবং ড্র্যাপিং সরিয়ে ফেলা				
৬.৪ ইউটেরাইন এলিভেটর বের করা				
৭. প্রক্রিয়া পরবর্তী করণীয়				
৭.১ যন্ত্রপাতি সঠিক স্থানে রাখা				
৭.২ বর্জ্য ও ধারালো জিনিস যথাস্থানে রাখা				
৭.৩ হাত ধোয়া ও শুকানো				
৭.৪ গ্রহীতার ভাইটাল চিহ্ন পরীক্ষা করা				
৭.৫ সার্জারী করার সব তথ্য নথিভুক্ত করা				
৭.৬ প্রক্রিয়া পরবর্তী করণীয় নির্দেশাবলী পরিষ্কারভাবে দেওয়া				
৭.৭ গ্রহীতাকে রিকভারি কক্ষে পাঠানো				

সেশন - ৪: টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ, শুধুমাত্র টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- টিউবেকটমি করার পর গ্রহীতা মনিটরিং সম্পর্কে বলতে পারবেন
- টিউবেকটমি গ্রহীতা ডিসচার্জ করার সময় ও করণীয় সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- টিউবেকটমি গ্রহীতার ফলোআপ সম্পর্কে বলতে পারবেন
- যে সমস্ত কারণে সেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে তা বলতে পারবেন
- টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
 - স্থায়ী পদ্ধতি পুরুষ/মহিলা গ্রহীতার ছাড়পত্র
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি
 - সেশন-৪ টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং, ফলোআপ এবং শুধুমাত্র টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- রোল প্লে শীট
- কেস স্টাডি শিট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ; শুধুমাত্র টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং ও অপারেশন পরবর্তী যত্ন	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	টিউবেকটমি গ্রহীতার ডিসচার্জ ও কাউন্সেলিং	১৫	রোল প্লে শীট, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	টিউবেকটমি এর জন্য ফলোআপ ও যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং ও আলোচনা
ঙ.	টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	১৫	কেস স্টাডি, উপস্থাপনা ও আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৭৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি সেশন-৪ টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং, ফলোআপ এবং শুধুমাত্র টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড-২.১/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন পূর্ববর্তী মনিটরিং

স্লাইড-২.২/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন চলাকালীন মনিটরিং

স্লাইড-২.৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন পরবর্তী মনিটরিং

স্লাইড-২.৪/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন পরবর্তী যত্ন

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্র হতে ছেড়ে দেয়ার উপযোগিতা

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্র হতে ছেড়ে দেয়ার সময়ের কাউন্সেলিং

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতা যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার ছাড়পত্র

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - শুধুমাত্র টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং ও অপারেশন পরবর্তী যত্ন (১৫ মিনিট)

টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং কোন কোন সময়ে করতে হয় সে সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। এরপর স্লাইড দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড-২.১/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন পূর্ববর্তী মনিটরিং

স্লাইড-২.২/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন চলাকালীন মনিটরিং

স্লাইড-২.৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন পরবর্তী মনিটরিং

অপারেশনের পর গ্রহীতার যত্ন কিভাবে নিতে হয় সে সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। এরপর স্লাইড-২.৪/ফ্লিপচার্ট -

টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং অপারেশন পরবর্তী যত্ন এই স্লাইড দেখিয়ে আলোচনা করুন।

গ. টিউবেকটমি গ্রহীতার ডিসচার্জ ও কাউন্সেলিং (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের জিজ্ঞেস করুন, টিউবেকটমি গ্রহীতা কখন সেবাকেন্দ্র ছেড়ে বাসায় যেতে পারবে এবং তাকে ছাড়পত্র দেয়ার সিদ্ধান্ত কে নিবেন; তাদের মতামত ফ্লিপচার্টে লিখুন; স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্র হতে ছেড়ে দেয়ার উপযোগিতা আলোচনা করুন।

পাশাপাশি জুটি করুন। প্রত্যেক জুটিকে রোল প্লে শিট দিন ও নিজেদের মধ্যে গ্রহীতার ডিসচার্জ ও কাউন্সেলিং নিয়ে আলোচনা করতে বলুন। এবার স্বতঃস্ফূর্তভাবে একটি জুটিকে রোল প্লে করতে বলুন। অন্যান্য প্রশিক্ষার্থীদেরকে পর্যবেক্ষন করতে বলুন; তাদের মতামত রোলপ্লে শেষে ব্যক্ত করতে বলুন।

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্র হতে ছেড়ে দেয়ার সময়ের কাউন্সেলিং দেখিয়ে আলোচনা করুন। ছাড়পত্র দৃশ্যপট সামনে রাখুন।

ঘ. টিউবেকটমি এর জন্য ফলোআপ ও যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে (১৫ মিনিট)

টিউবেকটমি করার পর কি কি সমস্যা হলে গ্রহীতার সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করা প্রয়োজন সে সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। প্রশিক্ষার্থীদেরকে গ্রহীতা কতদিন পর ফলোআপ ভিজিটে আসবেন ও কেন আসবেন তা জিজ্ঞেস করুন। প্রশিক্ষার্থীদের মতামত ফ্লিপপেপারে লিখুন। প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীকে একটি করে গ্রহীতার ছাড়পত্র দিন। ৫ মিনিট সময় নিয়ে পড়তে বলুন।

প্রত্যেক প্রশিক্ষার্থীকে ছাড়পত্রটি পূরণ করতে বলুন। মনে করতে বলুন যে তিনি একজন টিউবেকটমি গ্রহীতাকে সেবা দিয়েছেন এবং ছাড়পত্রটি পূরণ করেছেন। ছাড়পত্রে উল্লেখিত নির্দেশনাসমূহ এবং যে সকল অবস্থায় গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে তা প্রশিক্ষার্থীদেরকে পড়তে বলুন।

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - দেখিয়ে গ্রহীতা যেসব কারণে সেবাকেন্দ্রে যোগাযোগ করবে তা আলোচনা করুন।

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - টিউবেকটমি গ্রহীতার ছাড়পত্র পূরণ করা ছাড়পত্রের নমুনা দেখান। প্রশিক্ষার্থীগণকে নিজ নিজ পূরণকৃত ছাড়পত্রের সাথে মিলিয়ে দেখতে বলুন ও এই সম্পর্কে আলোচনা করুন।

ঙ. শুধুমাত্র টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা (১৫ মিনিট)

টিউবেকটমি অপারেশনে কি কি জটিলতা হতে পারে এবং এসম্পর্কিত প্রশিক্ষার্থীদের অভিজ্ঞতা শুনুন। কর্মক্ষেত্রে প্রশিক্ষার্থীরা কিভাবে সেইসব জটিলতার ব্যবস্থাপনা দিয়েছেন তা বলতে বলুন।

প্রশিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে দুজন করে জুটি তৈরী করুন। প্রত্যেক জুটিকে পূর্বে প্রস্তুতকৃত টিউবেকটমির জটিলতার একটি করে কেস স্টাডি দিন এবং জুটিতে আলোচনা করে এর ব্যবস্থাপনা লিখতে বলুন। প্রত্যেক জুটির ব্যবস্থাপনা উপস্থাপন করতে বলুন এবং এ ব্যাপারে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন। প্রশিক্ষার্থীদের অভিজ্ঞতার সাথে মিলিয়ে আলোচনা শেষ করুন।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৪: টিউবেকটমিঃ গ্রহীতার মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ; শুধুমাত্র টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. গ্রহীতার টিউবেকটমি অপারেশন ভালোভাবে শেষ হয়েছে তা গ্রহীতাকে বুঝিয়ে বলতে হবে ও আশ্বস্ত করতে হবে।
২. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী ব্যবস্থাপত্র ফরমে লিখে দিতে হবে এবং কোনো বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণের প্রয়োজন থাকলে তা উল্লেখ করতে হবে।
৩. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী প্রথম ৭ দিন সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হবে; তিন মাস কোনো ভারি কাজ করা যাবে না। হালকা কাজ তাড়াতাড়ি শুরু করা যাবে না;
৪. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী ছয় সপ্তাহ পর্যন্ত পেটে যেন চাপ না পড়ে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।
৫. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী ৭-১০ দিন পর সেলাই কাটার জন্য সেবা কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে।
৬. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী মুখ খুলতে বা হা করতে অসুবিধা হলে অথবা চোয়াল লেগে গেলে সেবা কেন্দ্রে আসতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. গ্রহীতার টিউবেকটমি অপারেশন ভালোভাবে শেষ হয়েছে তা গ্রহীতাকে বুঝিয়ে বলতে হবে ও আশ্বস্ত করতে হবে। (স)
২. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী ব্যবস্থাপত্র ফরমে লিখে দিতে হবে এবং কোনো বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণের প্রয়োজন থাকলে তা উল্লেখ করতে হবে। (স)
৩. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী প্রথম ৭ দিন সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হবে; তিন মাস কোনো ভারি কাজ করা যাবে না। হালকা কাজ তাড়াতাড়ি শুরু করা যাবে না; (মি)

সঠিক উত্তর

টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী প্রথম ২ দিন সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হবে; তিন সপ্তাহ কোনো ভারি কাজ করা যাবে না। হালকা কাজ তাড়াতাড়ি শুরু করা যাবে।

৪. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী ছয় সপ্তাহ পর্যন্ত পেটে যেন চাপ না পড়ে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী তিন সপ্তাহ পর্যন্ত পেটে যেন চাপ না পড়ে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।

৫. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী ৭-১০ দিন পর সেলাই কাটার জন্য সেবা কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে। (স)
৬. টিউবেকটমি অপারেশন পরবর্তী মুখ খুলতে বা হা করতে অসুবিধা হলে অথবা চোয়াল লেগে গেলে সেবা কেন্দ্রে আসতে হবে।
(স)

কেস স্টাডি - ১

শামীমার ৩ সন্তান। সে গর্ভকালীন সেবা নেয়ার সময় প্রসব পরবর্তী টিউবেকটমির কথা শুনেনি। সে এবং তার স্বামী আর সন্তান চায়না। তাই ৩য় সন্তানের জন্মের সময় সে হাসপাতালে ভর্তি হয়। স্বাভাবিক প্রসবের মাধ্যমে তার সন্তান জন্ম হয় এবং সন্তান জন্মের ২য় দিন তার টিউবেকটমি অপারেশন হয়। বর্তমানে তার সন্তানের বয়স ৭ মাস। সে ভালো আছে কিন্তু তার মাসিক এখনো ফিরে আসেনি। সে এ ব্যাপারে খুব চিন্তিত কারণ তার ২য় সন্তান জন্মের পর মাসিক ফিরে না আসার আগেই সে গর্ভবতী হয়েছিল। সে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এসেছে এ ব্যাপারে কথা বলতে। তার এলাকায় কেউ বাচ্চা হওয়ার সাথে সাথে লাইগেশন/ টিউবেকটমি করায়নি। অন্যেরা বলছে, অপারেশনে কাজ হবে কি হবেনা। নানা জেনে নানা কথা বলছে।

প্রশ্ন ১. শামীমার বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

কেস স্টাডি - ২

নূরজাহানের ২ বৎসর আগে টিউবেকটমি অপারেশন হয়েছে। অপারেশনের পর থেকে ১ বৎসর পর্যন্ত তার মাসিক ঠিকমতই হচ্ছিল। তারপর থেকে তার মাসিক ঠিকমত হয় না। কখনোও মাসে ২ বার হয়। কখনোও একবার শুরু হলে ১০-১৫ দিন পর্যন্ত থাকে। রক্তস্রাব হচ্ছেও বেশি। সে মাঝে মাঝে এজন্য ঔষধ খেয়েছে কিন্তু তেমন কোন কাজ হচ্ছেনা। তার শ্বাশুক্রী, পাক্সা প্রতিবেশি সবাই বলছে বাচ্চা বন্ধ করার অপারেশন করছে বলেই এমন হচ্ছে। সে মানসিকভাবে খুব দুর্বল হয়ে গেছে এবং স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এসেছে এ ব্যাপারে কি করা যায় তার ব্যবস্থা নিতে।

প্রশ্ন ১. নূরজাহানের বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

কেস স্টাডি - ৩

সালেহার ২ সন্তান। ছোট সন্তানের যখন ৩ বৎসর বয়স তখন সে টিউবেকটমি অপারেশন করেছে। স্বামীর ইচ্ছাতেই অপারেশন করেছে। অপারেশনের পর ৮ মাস মাসিক ঠিকমত হচ্ছিল। গত ২ মাস যাবৎ মাসিক বন্ধ। সে ভেবেছে এমনি বন্ধ। সে তো জানে যে তার আর কখনো বাচ্চা হবে না। কিন্তু বাচ্চা পেটে আসলে যে রকম ভাব লাগে তার তখন সে রকম লাগছে। বমি বমি লাগে। তার স্বামী একথা শুনে খুব বিরক্ত। বলেছে আবার বাচ্চা হলে বাড়ি থেকে বের করে দেবে। সালেহা বুঝতে পারছেন কি করবে।

প্রশ্ন ১. সালেহার বর্তমান অবস্থায় সেবাদানকারী হিসেবে আপনি কি কি করবেন?

সেশন - ৫: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (এনএসডি ও টিউবেকটমি) অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- এনএসডি ও টিউবেকটমি অপারেশনের সম্ভাব্য জটিলতা সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- এনএসডি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারন, লক্ষণসমূহ ও ব্যবস্থাপনা বর্ণনা করতে পারবেন
- এনএসডি ও টিউবেকটমি করার পর পুনঃসংযোজন সম্পর্কে বলতে পারবেন

সময়: ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি
 - সেশন - ৫: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (এনএসডি ও টিউবেকটমি) অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক্রম	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (এনএসডি ও টিউবেকটমি) অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	এনএসডি ও টিউবেকটমি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ এবং ব্যবস্থাপনা	২০	একক কাজ, দলীয় আলোচনা ও উপস্থাপনা
গ.	স্থায়ী পদ্ধতি (এনএসডি ও টিউবেকটমি) গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন	১০	উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ৯.২ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি সেশন - ৫: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (এনএসডি ও টিউবেকটমি) অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশন পরিচালনা করার সময় পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনে কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতাসমূহ

স্লাইড-২.১/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ প্রয়োগজনিত জটিলতা

স্লাইড-২.২/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ প্রয়োগ পরবর্তী জটিলতা

স্লাইড-২.৩/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: ভ্যাসোভ্যাগাল প্রতিক্রিয়া

স্লাইড-২.৪/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: সেডেটিভ বা নারকোটিক ঔষধ মাত্রাধিক্যের জন্য জটিলতা

স্লাইড-২.৫/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: শ্বাস-প্রশ্বাসে জটিলতা

স্লাইড-২.৬/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: হৃদযন্ত্র ও রক্ত চলাচল সংক্রান্ত জটিলতা

স্লাইড-২.৭/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: অতিরিক্ত রক্তক্ষরণ

স্লাইড-২.৮/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: পরিপাক সম্পর্কিত জটিলতা

স্লাইড-২.৯/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: অপারেশন পরবর্তী অস্থিরতা

স্লাইড-২.১০/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতার কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা: সংজ্ঞাহীনতা দূরীকরণ (নারকোটিক রিভার্সেল)

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতাসমূহ এবং ব্যবস্থাপনা (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন এনএসভি ও টিউবেকটমির জটিলতা সম্পর্কে আমরা পূর্ববর্তী সেশনসমূহে জেনেছি। এই সেশনে আমরা অপারেশন জনিত জটিলতা নিয়ে আলোচনা করবো। এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনে, অপারেশনজনিত কি কি জটিলতা হতে পারে এবং এ সম্পর্কিত প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতা শুনুন। উল্লিখিত জটিলতার কারণসমূহ কি কি এবং কর্মক্ষেত্রে প্রশিক্ষণার্থীরা কিভাবে সেইসব জটিলতার ব্যবস্থাপনা দিয়েছেন তা বলতে বলুন।

এরপর স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - এনএসভি ও টিউবেকটমি অপারেশনের জটিলতাসমূহ দেখিয়ে দিন এবং স্লাইড-২.১/ফ্লিপচার্ট থেকে ২.১০/ফ্লিপচার্ট পর্যন্ত স্লাইডসমূহ দেখিয়ে জটিলতাসমূহের কারণ, লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা একে একে আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতার সাথে মিলিয়ে আলোচনা শেষ করুন।

গ. স্থায়ী পদ্ধতি (এনএসভি ও টিউবেকটমি) গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন (১০ মিনিট)

টিউবেকটমি বা ভ্যাসেকটমি অপারেশনের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে কারো এই ধরনের কোন অভিজ্ঞতা আছে কিনা জানতে চান যদি থাকে তবে তার অভিজ্ঞতা শেয়ার করতে বলুন।

এরপর স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পূর্ববর্তী অবস্থায় ফিরিয়ে আনা বা পুনঃসংযোজন অপারেশন (Recanalization operation) করা দেখিয়ে টিউবেকটমি বা ভ্যাসেকটমি অপারেশনের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন কিভাবে করা হয়, কেন করা হয়, সফলতার হার, কোথায় করা যায় ও প্রসাশনিক প্রক্রিয়া সম্পর্কে আলোচনা করুন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৫: স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (এনএসভি ও টিউবেকটমি) অপারেশনের জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. স্থানীয় অবশ্যকরণ ঔষধ অপরিপূর্ণ পরিমাণে দেয়া হলে গ্রহীতা ব্যথা বোধ করতে পারেন।
২. সংবেদনশীল টিস্যুতে পরিমাণ মত স্থানীয় অবশ্যকরণ দেয়া হলেও ব্যথা হতে পারে এবং জরায়ু, অণ্ডকোষ বা খাদ্যনালি ইত্যাদি নাড়াচাড়ার সময় ভ্যাসোভ্যাগাল প্রতিক্রিয়াও দেখা দিতে পারে।
৩. স্থানীয় অবশ্যকরণ ঔষধ প্রয়োগের পর পরই অপারেশন শুরু করতে হয়।
৪. সাধারণত লোকাল অ্যানেসথেসিয়া পর্যাপ্ত হলেও অতিরিক্ত নারকোটিক বা সিডেটিভ ঔষধ প্রয়োগ করা হয়।
৫. সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা ফিরিয়ে আনার জন্য সরকারি খরচে পুনঃসংযোজন অপারেশন করার ব্যবস্থা নাই।
৬. বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালি এবং পুরুষদের শুক্রবাহী নালি পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ অপরিষ্কৃত পরিমাণে দেয়া হলে গ্রহীতা ব্যথা বোধ করতে পারেন। (স)
২. সংবেদনশীল টিস্যুতে পরিমাণ মত স্থানীয় অবশকরণ দেয়া হলেও ব্যথা হতে পারে এবং জরায়ু, অণ্ডকোষ বা খাদ্যনালি ইত্যাদি নাড়াচাড়ার সময় ভ্যাসোভ্যাগাল প্রতিক্রিয়াও দেখা দিতে পারে। (স)
৩. স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ প্রয়োগের পর পরই অপারেশন শুরু করতে হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ প্রয়োগের পর কম পক্ষে ২-৩ মিনিট অপেক্ষা করে অপারেশন শুরু করতে হয়।

৪. সাধারণত লোকাল অ্যানেসথেসিয়া পর্যাপ্ত হলেও অতিরিক্ত নারকোটিক বা সিডেটিভ ঔষধ প্রয়োগ করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

সাধারণত লোকাল অ্যানেসথেসিয়া পর্যাপ্ত না হলেই অতিরিক্ত নারকোটিক বা সিডেটিভ ঔষধ প্রয়োগ করা হয়।

৫. সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা ফিরিয়ে আনার জন্য সরকারি খরচে পুনঃসংযোজন অপারেশন করার ব্যবস্থা নাই। (মি)

সঠিক উত্তর

সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা ফিরিয়ে আনার জন্য সরকারি খরচে পুনঃসংযোজন অপারেশন করার ব্যবস্থা রয়েছে।

৬. বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালি এবং পুরুষদের শুক্রবাহী নালি পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে। (স)

মডিউল ১১
সংক্রমণ প্রতিরোধ

সেশন ১: সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত হাইজিন এবং ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার

সেশন ২: যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ এবং যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা

সেশন ৩: জীবাণুমুক্তকরণ অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো

সেশন ৪: আইইউডি স্টেরিলাইজার ও এর ব্যবহার

সেশন ৫: যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ এবং লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার

সেশন ৬: পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা ও এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট এবং সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ

সেশন ১: সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত হাইজিন এবং ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- সংক্রমণ প্রতিরোধ কি, এর গুরুত্ব, সংক্রামক রোগ ছড়ানোর উপায় ও আদর্শ সতর্কতামূলক পদক্ষেপ সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- হ্যান্ড হাইজিনঃ প্রয়োজনীয়তা, উপায়, কখন করা প্রয়োজন ও এর উপকরণ বর্ণনা করতে পারবেন
- বিভিন্ন ধরনের হ্যান্ড হাইজিন সম্পর্কে বলতে পারবেন
- সঠিক উপায়ে সাধারণ ও অপারেশনের জন্য হাত ধুতে পারবেন
- সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম কি কি, কখন ও কিভাবে ব্যবহার করতে হয় সেসম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- গ্লাভস কত প্রকার, কখন পরবে ও কিভাবে পরবে প্রদর্শন করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট
 - সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্ট
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন-১ প্রাথমিক ধারণা ও হাইজিন এবং ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ এবং ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	সংক্রমণ প্রতিরোধ কি, সংক্রমণ প্রতিরোধের গুরুত্ব সংক্রামক রোগ ছড়ানোর উপায় সংক্রমণ প্রতিরোধঃ আদর্শ সতর্কতামূলক পদক্ষেপ	১০	উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	হ্যান্ড হাইজিনঃ প্রয়োজনীয়তা, উপায়, কখন করা প্রয়োজন ও এর উপকরণ ⇒ অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব ⇒ সাধারণ হাত ধোয়া ⇒ অপারেশনের জন্য হাত ধোয়াঃ অ্যালকোহল হ্যান্ডস্ক্রাব ⇒ অপারেশনের জন্য হাত ধোয়াঃ সার্জিক্যাল হ্যান্ডস্ক্রাব	২৫	উপস্থাপনা ও আলোচনা প্রদর্শন, আলোচনা ও অনুশীলন হ্যান্ড হাইজিন ভিডিও প্রদর্শন
ঘ.	ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম কি কি, কখন ও কিভাবে ব্যবহার করতে হয়	২০	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	গ্লাভস কত প্রকার, কখন পরবে ও কিভাবে পরবে	২০	ভিডিও, প্রদর্শন, জুটিতে অনুশীলন ও আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৯০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সেশন-১ প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ এবং ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশন পরিচালনা করার সময় পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনে কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

উত্তর দল লিখিত ফ্লিপ পেপারঃ সেবাকেন্দ্রে যারা কাজ করেন তারা কি কি প্রতিবন্ধক ব্যবহার করেন

দক্ষিণ দল লিখিত ফ্লিপ পেপারঃ সেবাকেন্দ্রে কারা কারা মাস্ক ও ক্যাপ পড়েন, কখন পরেন ও কেন পরেন

পূর্ব দল লিখিত ফ্লিপ পেপারঃ সেবাকেন্দ্রে চোখ ও হাতের প্রতিবন্ধকের জন্য কিকি পরা যায়, কারা পরেন, কখন পরেন ও কেন পরেন

পশ্চিম দল লিখিত ফ্লিপ পেপারঃ সেবাকেন্দ্রে গাউন ও ম্যাকিন্টোস বুট জুতা/ সু-কভার কারা পরেন, কখন পরেন ও কেন পরেন

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - সংক্রমণ প্রতিরোধ কি ও সংক্রমণ প্রতিরোধের গুরুত্ব

স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - সংক্রামক রোগ ছড়ানোর উপায়

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - সংক্রমণ প্রতিরোধঃ আদর্শ সতর্কতামূলক পদক্ষেপ

স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - হ্যান্ড হাইজিন কি, এর প্রয়োজনীয়তা ও এর উপায়

স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - হ্যান্ড হাইজিন কখন করা প্রয়োজন ও এর উপকরণ

স্লাইড - ৭/ফ্লিপচার্ট - অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব

স্লাইড - ৮/ফ্লিপচার্ট - সাধারণ হাত ধোয়া

স্লাইড - ৯/ফ্লিপচার্ট - অপারেশনের জন্য হাত ধোয়া: অ্যালকোহল হ্যান্ডস্যান্ডাব

স্লাইড - ১০/ফ্লিপচার্ট - অপারেশনের জন্য হাত ধোয়া: সার্জিক্যাল হ্যান্ডস্যান্ডাব

স্লাইড - ১১/ফ্লিপচার্ট - ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম কি কি, কখন ও কিভাবে ব্যবহার করতে হয়

স্লাইড - ১২/ফ্লিপচার্ট - গ্লাভস এর প্রকারভেদ

স্লাইড - ১৩/ফ্লিপচার্ট - সার্জিক্যাল গ্লাভস্ পরার ধাপসমূহ

স্লাইড - ১৪/ফ্লিপচার্ট - সার্জিক্যাল গ্লাভস্ খোলার ধাপসমূহ

স্লাইড-১৫/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. সংক্রমণ প্রতিরোধ কি, সংক্রমণ প্রতিরোধের গুরুত্ব, সংক্রামক রোগ ছড়ানোর উপায় ও সংক্রমণ প্রতিরোধঃ আদর্শ সতর্কতামূলক পদক্ষেপ (১০ মিনিট)

সংক্রমণ প্রতিরোধ কি এবং সংক্রমণ প্রতিরোধের গুরুত্ব, তাদের সংক্রমিত হওয়ার ঝুঁকি আছে কিনা, কেন তাদের ঝুঁকি বেশী এবং তাদের পরিবারও কি ঝুঁকির মধ্যে আছে কিনা ও কিভাবে পরিবারের সদস্যরা ঝুঁকিমুক্ত হতে পারেন: এসব সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন, প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত ফ্লিপপেপারে লিখুন

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - সংক্রমণ প্রতিরোধ কি ও সংক্রমণ প্রতিরোধের গুরুত্ব

স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - সংক্রামক রোগ ছড়ানোর উপায়

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - সংক্রমণ প্রতিরোধঃ আদর্শ সতর্কতামূলক পদক্ষেপ

উপরের স্লাইড/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে একে একে আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণার সাথে মিলিয়ে আলোচনা শেষ করুন।

গ. হ্যান্ড হাইজিনঃ প্রয়োজনীয়তা, উপায়, কখন করা প্রয়োজন ও এর উপকরণ (২০ মিনিট)

হ্যান্ড হাইজিন কি, কেন করা প্রয়োজন, কি কি উপায়ে হ্যান্ড হাইজিন করা যায়, কখন হ্যান্ড হাইজিন করা প্রয়োজন ও হ্যান্ড হাইজিন করার জন্য কি কি উপকরণ লাগে সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে উপজেলা স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এবং সদর/জেলা হাসপাতালে যারা সেবা দেন তাদের মধ্যে একজন করে দুইজনকে জিজ্ঞেস করুন তার কেন্দ্রে তিনি কখন কখন হ্যান্ড হাইজিন করে থাকেন।

এরপর স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - হ্যান্ড হাইজিন কি, এর প্রয়োজনীয়তা ও এর উপায়

স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - হ্যান্ড হাইজিন কখন করা প্রয়োজন ও এর উপকরণ দেখিয়ে এসব সম্পর্কে আলোচনা করুন।

অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব ও সাধারণ হাত ধোয়া সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। একজন প্রশিক্ষণার্থীকে অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব কিভাবে করতে হয় দেখাতে বলুন এবং স্লাইড - ৭/ফ্লিপচার্ট - অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দেখিয়ে মিলিয়ে নিন; কোন গ্যাপ আছে কিনা তা অন্যান্য প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান; এবার আরেকজন প্রশিক্ষণার্থীকে সাধারণ হাত ধোয়া কিভাবে করতে হয় দেখাতে বলুন এবং স্লাইড - ৮/ফ্লিপচার্ট - সাধারণ হাত ধোয়া দেখিয়ে মিলিয়ে নিন; কোন গ্যাপ আছে কিনা তা অন্যান্য প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান; প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে অপারেশনের জন্য কিভাবে হাত ধোয়া হয় বা তারা কিভাবে হাত ধুয়ে থাকেন তা দেখাতে বলুন। নীচের স্লাইড/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে মিলিয়ে নিন (স্লাইড - ৯/ফ্লিপচার্ট - অপারেশনের জন্য হাত ধোয়াঃ অ্যালকোহল হ্যান্ডস্ক্রাব ও স্লাইড - ১০/ফ্লিপচার্ট - অপারেশনের জন্য হাত ধোয়াঃ সার্জিক্যাল হ্যান্ডস্ক্রাব) ও কোন গ্যাপ আছে কিনা তা অন্যান্য প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান।

উল্লেখ করুন অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব ও সাধারণ হাত ধোয়া এবং অপারেশনের জন্য অ্যালকোহল হ্যান্ডস্ক্রাব ও সার্জিক্যাল হ্যান্ডস্ক্রাব;

এই হ্যান্ড হাইজিন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির ক্লিনিক্যাল ব্যবহারিক সেশনে আমরা অনুশীলন করব।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

ঘ. ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম কি কি, কখন ও কিভাবে ব্যবহার করতে হয় (১০ মিনিট)

সেবাদানকারী গ্রহীতাকে সেবা দেওয়ার সময় উভয়ই সংক্রমিত হতে পারেন তাই সেসময় সেবাদানকারীদের কিছু প্রতিবন্ধক ব্যবহার করতে হয়। এখন আমরা এইসব প্রতিবন্ধক সম্পর্কে যা যা জানি সেগুলো আলোচনা করব। প্রশিক্ষণার্থীদের ডান দিক থেকে একজন একজন করে উত্তর, দক্ষিণ, পূর্ব ও পশ্চিম বলতে বলুন; যে যেই 'দিক' বলবেন তার নিজের 'দিক' মনে রাখতে বলুন; উত্তর, দক্ষিণ, পূর্ব ও পশ্চিম এই চার দলে প্রশিক্ষণার্থীদের ভাগ করুন।

এবার প্রত্যেক দলকে, দলের নাম লিখিত ফ্লিপপেপার দিন। প্রত্যেক দলকে লেখার জন্য পাঁচ মিনিট সময় দিন এবং লেখা হয়ে গেলে প্রশিক্ষণ কক্ষের চার দেয়ালে দেখতে পারা যায় এমনভাবে ফ্লিপপেপার লাগাতে বলুন।

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম কি কি, কখন ও কিভাবে ব্যবহার করতে হয়

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন। ফ্লিপপেপারে লিখিত প্রশিক্ষণার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা শেষ করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের দুইটি চেকলিস্টের (সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্ট) সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

৬. গ্লাভস কত প্রকার, কখন পরবে, কিভাবে পরবে ও খুলবে (১০ মিনিট)

সেবাকেন্দ্রে কি কি ধরনের গ্লাভস দেখেছেন এবং এইসব গ্লাভস কখন কখন পরেন; কিভাবে পরেন ও খুলেন সেসম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

এরপর স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - গ্লাভস এর প্রকারভেদ দেখিয়ে দিন ও আলোচনা করুন। এবার একজন প্রশিক্ষণার্থীকে সার্জিক্যাল গ্লাভস কিভাবে পরেন ও খোলেন তা দেখাতে বলুন; স্লাইড - ৪ ও ৫/ফ্লিপচার্ট দেখান ও প্রশিক্ষক নিজে করে দেখাবেন।

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - সার্জিক্যাল গ্লাভস পরার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - সার্জিক্যাল গ্লাভস খোলার ধাপসমূহ

প্রশিক্ষণার্থীদের পাশাপাশি জুটি করে দিন; প্রত্যেক জুটিকে দুইজোড়া সার্জিক্যাল গ্লাভস দিন; একজন পরবে ও খুলবে এবং অপরজন পর্যবেক্ষণ করবেন; এভাবে দুইজনেই অনুশীলন করবেন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন ইউটিলিটি গ্লাভস কারা ব্যবহার করেন এবং কোন কোন সময় ব্যবহার করেন।

প্রশিক্ষক এইসময় ইউটিলিটি গ্লাভস ও পরীক্ষার কাজে ব্যবহারের গ্লাভস সম্পর্কে বলবেন।

ইউটিলিটি গ্লাভস: বিভিন্ন যন্ত্রপাতি, পরীক্ষার টেবিল অথবা মেবোর মত বড় জায়গা বিশোধন, পরিষ্কারকরণ এবং ক্লিনিকের বর্জ্য অপসারণের সময় এই গ্লাভস পরতে হয় এবং ক্লিনিকে সাহায্যকারীরা এইসব কাজে ইউটিলিটি গ্লাভস

পরীক্ষা কাজে ব্যবহারের গ্লাভস: পেলভিক পরীক্ষা, রক্ত অথবা দেহের অন্যান্য তরল পদার্থ বা টিস্যুর সংস্পর্শে আসে এমন যে কোন ধরনের নমুনা সংগ্রহের পূর্বে। এসব গ্লাভস কম দামে পাওয়া যায় এবং শুধু একবার ব্যবহারযোগ্য

উল্লেখ করুন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির ক্লিনিক্যাল ব্যবহারিক সেশনে বিভিন্ন ধরনের গ্লাভস পরা ও খোলা অনুশীলন করা হবে।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১৫/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ১: সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত হাইজিন এবং ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. সংক্রমণ প্রতিরোধ হচ্ছে এমন একটি প্রক্রিয়া যা বিভিন্ন রোগ সৃষ্টিকারী জীবাণুসমূহের সংক্রমণ এবং বিস্তারকে প্রতিহত করে।
২. সংক্রমণ প্রতিরোধ অতি সূক্ষ্ম জীবাণুর সংক্রমণ প্রতিহত করে যা পক্ষান্তরে টিটেনাস, গ্যাংগ্রীন, তলপেটের প্রদাহ (পিআইডি) ক্ষতের প্রদাহ ইত্যাদি ব্যাধি দ্বারা আক্রান্ত হবার সম্ভাবনা হ্রাস করতে পারে।
৩. স্বাস্থ্য কেন্দ্রে সংক্রমণ প্রতিরোধের সর্বোত্তম পছন্দ হল স্ট্যান্ডার্ড প্রিকশন এর প্রক্রিয়াগুলো মেনে না চলা।
৪. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।
৫. অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব এর সময়কাল ৪০-৬০ সেকেন্ড এবং সাধারণ হাত ধোয়ার সময়কাল: ২০-৩০ সেকেন্ড।
৬. বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO) এর তথ্য অনুযায়ী সার্জিক্যাল হ্যান্ড প্রিপারেশন এর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি হল অ্যালকোহল দ্রবণ দ্বারা সার্জিক্যাল স্ক্রাব।
১. মাস্ক সেবাদানকারীর কথা বলা, কাশি এবং শ্বাস-প্রশ্বাসের সময় নাক ও মুখ থেকে যে অতি সূক্ষ্ম জীবাণু বের হয় তা থেকে গ্রহীতাকে রক্ষা করে।
২. চোখ ও মুখের প্রতিরোধক রক্ত ও দেহরস-এর সংস্পর্শ থেকে সেবাদানকারীর নাক, মুখ ও চোখের বিল্লিকে (মিউকাস মেমব্রেন) রক্ষা করে।
৩. যে ক্ষেত্রে অনেক বেশি রক্তের সংস্পর্শে আসার সম্ভাবনা নাই সেক্ষেত্রে গাউনের নীচে প্লাস্টিকের তৈরি ম্যাকিন্টোস পরা উচিত।
৪. গ্লাভস এর মাধ্যমে সেবাদানকারী ও গ্রহীতার মধ্যে সরাসরি স্পর্শ প্রতিহত করে বিভিন্ন রোগজীবাণুর সংক্রমণ প্রতিরোধ করে।
৫. সংক্রমণ প্রতিরোধে স্বাস্থ্যকর্মীরা সাধারণত ছয় ধরনের গ্লাভস ব্যবহার করেন।
৬. পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা এবং বর্জ্য অপসারণের কর্মীদের কাজ করার সময় গাম বুট পরা উচিত না।
৭. ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জামাদি পুনঃব্যবহারের জন্যে জীবাণুমুক্ত করার উদ্দেশ্যে যে সমস্ত প্রক্রিয়া অনুসরণ করা হয় তাকে সামগ্রিকভাবে যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ বলা হয়।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. সংক্রমণ প্রতিরোধ হচ্ছে এমন একটি প্রক্রিয়া যা বিভিন্ন রোগ সৃষ্টিকারী জীবাণুসমূহের সংক্রমণ এবং বিস্তারকে প্রতিহত করে।
(স)

২. সংক্রমণ প্রতিরোধ অতি সূক্ষ্ম জীবাণুর সংক্রমণ প্রতিহত করে যা পক্ষান্তরে টিটেনাস, গ্যাংগ্রীন, তলপেটের প্রদাহ (পিআইডি) ক্ষতের প্রদাহ ইত্যাদি ব্যাধি দ্বারা আক্রান্ত হবার সম্ভাবনা হ্রাস করতে পারে। (স)

৩. স্বাস্থ্য কেন্দ্রে সংক্রমণ প্রতিরোধের সর্বোত্তম পন্থা হল স্ট্যান্ডার্ড প্রিকশন এর প্রক্রিয়াগুলো মেনে না চলা। (মি)

সঠিক উত্তর

স্বাস্থ্য কেন্দ্রে সংক্রমণ প্রতিরোধের সর্বোত্তম পন্থা হল স্ট্যান্ডার্ড প্রিকশন এর প্রক্রিয়াগুলো মেনে চলা।

৪. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ৬০-৯০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।

৫. অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব এর সময়কাল ৪০-৬০ সেকেন্ড এবং সাধারণ হাত ধোয়ার সময়কাল: ২০-৩০ সেকেন্ড। (মি)

সঠিক উত্তর

অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব এর সময়কাল ২০-৩০ সেকেন্ড এবং সাধারণ হাত ধোয়ার সময়কাল: ৪০-৬০ সেকেন্ড

৬. বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO) র তথ্য অনুযায়ী সার্জিক্যাল হ্যান্ড প্রিপারেশন এর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি হল অ্যালকোহল দ্রবণ দ্বারা সার্জিক্যাল স্ক্রাব। (স)

১. মাস্ক সেবাদানকারীর কথা বলা, কাশি এবং শ্বাস-প্রশ্বাসের সময় নাক ও মুখ থেকে যে অতি সূক্ষ্ম জীবাণু বের হয় তা থেকে গ্রহীতাকে রক্ষা করে। (স)

২. চোখ ও মুখের প্রতিরোধক রক্ত ও দেহরস-এর সংস্পর্শ থেকে সেবাদানকারীর নাক, মুখ ও চোখের ঝিল্লিকে (মিউকাস মেমব্রেন) রক্ষা করে। (স)

৩. যে ক্ষেত্রে অনেক বেশি রক্তের সংস্পর্শে আসার সম্ভাবনা নাই সেক্ষেত্রে গাউনের নীচে প্লাস্টিকের তৈরি ম্যাকিন্টোস পরা উচিত। (মি)

সঠিক উত্তর

যে ক্ষেত্রে অনেক বেশি রক্তের সংস্পর্শে আসার সম্ভাবনা আছে সেক্ষেত্রে গাউনের নীচে প্লাস্টিকের তৈরি ম্যাকিন্টোস পরা উচিত।

৪. গ্লাভস এর মাধ্যমে সেবাদানকারী ও গ্রহীতার মধ্যে সরাসরি স্পর্শ প্রতিহত করে বিভিন্ন রোগজীবাণুর সংক্রমণ প্রতিরোধ করে। (স)

৫. সংক্রমণ প্রতিরোধে স্বাস্থ্যকর্মীরা সাধারণত ছয় ধরনের গ্লাভস ব্যবহার করেন (মি)

সঠিক উত্তর

সংক্রমণ প্রতিরোধে স্বাস্থ্যকর্মীরা সাধারণত তিন ধরনের গ্লাভস ব্যবহার করেন

৬. পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা এবং বর্জ্য অপসারণের কর্মীদের কাজ করার সময় গামবুট পরা উচিত না। (মি)

সঠিক উত্তর

পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা এবং বর্জ্য অপসারণের কর্মীদের কাজ করার সময় গামবুট পরা উচিত।

সেশন ২: যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ এবং যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ কাকে বলে, এর জন্য বিবেচ্য বিষয়সমূহ সম্পর্কে বলতে পারবেন
- যন্ত্রপাতি ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে না রাখার WHO -এর সুপারিশ বলতে পারবেন
- যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার মৌলিক নিয়ম ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- পরিষ্কারকরণের নির্দেশাবলী বলতে পারবেন
- পরিষ্কারকরণের প্রয়োজনীয় উপকরণ ও ধাপসমূহ প্রদর্শন করতে পারবেন
- যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করার উপায় সম্পর্কে বলতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট
 - সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্ট
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন-২ যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ এবং যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন

স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ, টেনাকুলাম, থ্রেভস স্পেকুলাম, প্রবাহমান পানিসহ সিঙ্ক/বেসিন, প্লাস্টিকের গামলা, ডিটারজেন্ট পাউডার, টুথ ব্রাশ, ইউটিলিটি গ্লাভস, টেবিল/প্লাস্টিক রয়াক, তোয়ালে, পরিষ্কার কাপড়, ম্যাকিন্টোস, মাস্ক ইত্যাদি

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ কাকে বলে, এর জন্য বিবেচ্য বিষয় ও ধাপসমূহ	১০	উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	যন্ত্রপাতি ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে না রাখার WHO -এর সুপারিশ করার কারণ ও যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার মৌলিক নিয়ম	১৫	উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার নির্দেশাবলী এবং পরিষ্কারকরণ এর ধাপসমূহ	২৫	প্রদর্শন, আলোচনা ও অনুশীলন
ঙ.	যন্ত্রপাতি পর্যবেক্ষণ	১০	প্রদর্শন, আলোচনা ও অনুশীলন
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	উপস্থাপনা
		৭৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন-২ যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ এবং যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশন পরিচালনা করার সময় কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনে কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি সংগ্রহ করে রাখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনসমূহ

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ কি ও যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণের ধাপসমূহ

স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণের জন্য সাধারণ বিবেচ্য বিষয়গুলো

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে না রাখার WHO -এর সুপারিশ করার কারণ

স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার মৌলিক নিয়ম

স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি কেন পরিষ্কার করবেন? কখন পরিষ্কার করবেন?

স্লাইড - ৭.১/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণের নির্দেশাবলী: যা যা করতে হবে

স্লাইড - ৭.২/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণের নির্দেশাবলী: যেগুলি করবেন না

স্লাইড - ৮/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ

স্লাইড - ৯/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণের ধাপসমূহ

স্লাইড - ১০/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা (Inspection of Instruments)

স্লাইড - ১১/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ কাকে বলে, এর জন্য বিবেচ্য বিষয় ও ধাপসমূহ (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ বলতে তারা কি বুঝেন এবং যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণের গুরুত্ব কি। এবং যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণের ধাপসমূহ সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

এরপর এই কথাগুলো বলুন:

ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম পুনঃব্যবহারের জন্যে জীবাণুমুক্ত করার উদ্দেশ্যে যে সমস্ত প্রক্রিয়া অনুসরণ করা হয় তাকে সামগ্রিকভাবে যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ বলা হয়। সঠিকভাবে যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ যে কোন ক্লিনিক্যাল কাজ বা অপারেশনের পূর্বশর্ত।

এরপর স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ কি ও যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণের ধাপসমূহ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এবং স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণের জন্য সাধারণ বিবেচ্য বিষয়গুলো আলোচনা করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

গ. যন্ত্রপাতি ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ ব্যবহার না করার WHO - এর সুপারিশ ও যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার মৌলিক নিয়ম (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষক বলবেন:

আমরা আগে সেবা দেওয়ার পরপরই যন্ত্রপাতি ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে রাখতাম কিন্তু এখন আর সেটা করছি না কারণ WHO যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ এর পূর্বে সংক্রমণরোধী হিসাবে ব্যবহৃত দ্রবণগুলো যেমন ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে রাখা বা অন্য কোনও সংক্রমণরোধক ব্যবহারে সুপারিশ করে না।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন WHO- এর এরকম সুপারিশের কি কারণ থাকতে পারে বলে তারা মনে করেন। প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত ফ্লিপ পেপারে লিখুন। এবার স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি বিশোধন না করার WHO -এর সুপারিশ করার কারণ: দেখিয়ে আলোচনা করুন; প্রশংসা করে বলুন যে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণার সাথে WHO- এর মিল আছে।

এবার যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার নিয়ম সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। স্লাইড -৫/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার মৌলিক নিয়ম: দেখিয়ে আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান যন্ত্রপাতি পরিষ্কার কেন করা হয় ও কখন করা হয়। প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তর শোনার পর স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি কেন পরিষ্কার করবেন? কখন পরিষ্কার করবেন?: দেখিয়ে দিন।

এখন বলুন যে,

যন্ত্রগুলো ভালোভাবে না খুলে পরিষ্কার করলে যা হয় -

- যন্ত্র থেকে রক্ত এবং শরীরের তরল পদার্থের অবশিষ্টাংশগুলি অপসারণে ব্যর্থ হলে রক্তসংবহনকারী ভাইরাস (যেমন এইচআইভি, হেপাটাইটিস বি, বা হেপাটাইটিস সি) সংক্রমণের ঝুঁকি সৃষ্টি করে।
- রাসায়নিক পদার্থ বা জৈব পদার্থের ময়লা থাকলে যন্ত্রগুলো জীবাণুমুক্ত বা সংক্রমণরোধী করা যায় না যেমন রাসায়নিক সংক্রমণরোধী ওষুধ বা জীবাণুমুক্তকরণের দ্রবণ ময়লা জায়গায় প্রবেশ করতে পারে না
- জৈবপদার্থ কিছু সংক্রমণরোধী ওষুধকে নিষ্ক্রিয় করে দেয়
- পরিষ্কার যন্ত্রপাতি নির্দিষ্ট সময়ের চেয়েও বেশি টেকসই হয়।

ঘ. যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার নির্দেশাবলী এবং পরিষ্কারকরণ এর ধাপসমূহ (২৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার কিকি করতে হবে ও কি কি করা যাবে না। প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তর শোনার পর স্লাইড - ৭.১/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণের নির্দেশাবলী: যা যা করতে হবে
স্লাইড - ৭.২/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণের নির্দেশাবলী: যেগুলি করবেন না
এই স্লাইড দুইটি দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

এবার প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে থেকে তিনজনকে ভলান্টিয়ার করতে বলুন। তাদের মধ্যে দুইজনকে যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করার জন্য যা যা উপকরণ প্রয়োজন সেগুলি প্রশিক্ষণ কক্ষ থেকে সামনে আনতে বলুন। অন্যজনকে কিভাবে যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করতে হয় তা অভিনয়

করে দেখাতে বলুন। এসময় তিনজনে আলোচনা করতে পারবেন অর্থাৎ কিভাবে যন্ত্রপাতি পরীক্ষার করাতে হয় তা দলে আলোচনা করে করবেন। অবশিষ্ট প্রশিক্ষণার্থীরা যন্ত্রপাতি পরীক্ষার করা পর্যবেক্ষণ করবেন; অভিনয়শিল্পীদের যন্ত্রপাতি পরীক্ষার করা শেষ হওয়ার পর মতামত বলবেন।

এখন বলুন যে-

সেবাকেন্দ্রে সাধারণত যারা যন্ত্রপাতি পরীক্ষার করেন তাদেরকে সঠিকভাবে যন্ত্রপাতি পরীক্ষার করার নিয়ম শিখিয়ে দিতে হবে এবং নিয়মিত মনিটর করতে হবে। যন্ত্রপাতি সেবাদানকারী ব্যবহার করেন কাজেই যন্ত্রপাতি জীবানুমুক্ত থাকা গ্রহীতার সাথে সাথে সেবাদানকারী তাঁর নিজেকে সংক্রমণমুক্ত রাখার জন্য আবশ্যিক। চিকিৎসক, নার্স, এফডব্লিউডি, প্যারামেডিক, স্যাকমো সকলকেই যন্ত্রপাতি প্রক্রিজাতকরণের এ ধাপটি গুরুত্বের সাথে জানতে ও চর্চা করতে হবে।

এরপর স্লাইড - ৮ ও ৯/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে দিন, কোন গ্যাপ থাকলে প্রশিক্ষণার্থীদের তা চিহ্নিত করতে বলুন।

স্লাইড - ৮/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরীক্ষারকরণের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ

স্লাইড - ৯/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরীক্ষারকরণের ধাপসমূহ

এখন আরেকজন প্রশিক্ষণার্থীকে অনুশীলন করতে বলুন ও বাকীদের পর্যবেক্ষণ করতে বলুন ও মতামত দিতে বলুন।

ঙ. যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা (১০ মিনিট)

এরপর যন্ত্রপাতি কখন ও কিভাবে পরীক্ষা করবেন তা স্লাইড - ১০/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড - ১০/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা (Inspection of Instruments)

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

- এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড - ১১/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন-উত্তর আলোচনা করুন।
- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ২: যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ এবং যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম পুনঃব্যবহারের জন্যে জীবাণুমুক্ত করার উদ্দেশ্যে যে সমস্ত প্রক্রিয়া অনুসরণ করা হয় তাকে সামগ্রিকভাবে যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ বলা হয়।
২. WHO যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ এর পূর্বে সংক্রমণরোধী হিসাবে ব্যবহৃত দ্রবণগুলো যেমন ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে রাখা বা অন্য কোনও সংক্রমণরোধক ব্যবহারে সুপারিশ করে।
৩. জীবাণুমুক্তকরণ ও সংক্রমণমুক্তকরণ করার প্রক্রিয়া সম্পন্ন করা যেতে পারে যদি যন্ত্রগুলি আগে পরিষ্কার না করা হয়।
৪. পানিতে ডিটারজেন্ট মিশালে তা হিজ, তেল ও অন্যান্য জিনিসকে ভেঙ্গে গলিয়ে দেয় যা তলানি হিসাবে থাকে, ফলে পরিষ্কারকরণ সহজ হয়।
৫. পরিষ্কার করার সময় সরঞ্জাম বা যন্ত্রপাতি অবশ্যই পানির নিচে ডুবন্ত অবস্থায় ঘষে নিতে হবে।
৬. সকল তলে পরিষ্কারকারী দ্রবণ পোঁছানোর জন্য যন্ত্রপাতিগুলো ধোয়ার আগে সকল জোড়ার জায়াগাগুলো লাগিয়ে নিতে হবে।
৭. জীবাণুমুক্ত বা এইচএলডি হিসাবে প্যাকিং করার আগে প্রতিটি যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা উচিত।
৮. ছিদ্রযুক্ত সরঞ্জামগুলো চেক করে নিশ্চিত হতে হবে যে সেগুলো পেটেন্ট ও মজবুত আছে; ভঙ্গুর বা ক্ষতিগ্রস্ত নয়।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি ও সরঞ্জাম পুনঃব্যবহারের জন্যে জীবাণুমুক্ত করার উদ্দেশ্যে যে সমস্ত প্রক্রিয়া অনুসরণ করা হয় তাকে সামগ্রিকভাবে যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ বলা হয়। (স)
২. WHO যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ এর পূর্বে সংক্রমণরোধী হিসাবে ব্যবহৃত দ্রবণগুলো যেমন ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে রাখা বা অন্য কোনও সংক্রমণরোধক ব্যবহারে সুপারিশ করে। (মি)

সঠিক উত্তর

WHO যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ এর পূর্বে সংক্রমণরোধী হিসাবে ব্যবহৃত দ্রবণগুলো যেমন ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণে ভিজিয়ে রাখা বা অন্য কোনও সংক্রমণরোধক ব্যবহারে সুপারিশ করে না।

৩. জীবাণুমুক্তকরণ ও সংক্রমণমুক্তকরণ করার প্রক্রিয়া সম্পন্ন করা যেতে পারে যদি যন্ত্রগুলি আগে পরিষ্কার না করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

জীবাণুমুক্তকরণ ও সংক্রমণমুক্তকরণ করার প্রক্রিয়া সম্পন্ন করা যেতে পারে যদি যন্ত্রগুলি আগে পরিষ্কার করা হয়।

৪. পানিতে ডিটারজেন্ট মিশালে তা গ্রিজ, তেল ও অন্যান্য জিনিসকে ভেঙ্গে গলিয়ে দেয় যা তলানি হিসাবে থাকে, ফলে পরিষ্কারকরণ সহজ হয়। (স)
৫. পরিষ্কার করার সময় সরঞ্জাম বা যন্ত্রপাতি অবশ্যই পানির নিচে ডুবন্ত অবস্থায় ঘষে নিতে হবে। (স)
৬. সকল তলে পরিষ্কারকারী দ্রবণ পৌঁছানোর জন্য যন্ত্রপাতিগুলো ধোয়ার আগে সকল জোড়ার জায়গাগুলো লাগিয়ে নিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

সকল তলে পরিষ্কারকারী দ্রবণ পৌঁছানোর জন্য যন্ত্রপাতিগুলো ধোয়ার আগে সকল জোড়ার জায়গাগুলো খুলে নিতে হবে।

৭. জীবাণুমুক্ত বা এইচএলডি হিসাবে প্যাকিং করার আগে প্রতিটি যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা উচিত। (স)
৮. ছিদ্রযুক্ত সরঞ্জামগুলো চেক করে নিশ্চিত হতে হবে যে সেগুলো পেটেন্ট ও মজবুত আছে; ভঙ্গুর বা ক্ষতিগ্রস্ত নয়। (স)

সেশন ৩: জীবাণুমুক্তকরণ (Sterilization): অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- জীবাণুমুক্তকরণ কি, কখন ও কি কি জীবাণুমুক্তকরণ করতে হবে এবং পদ্ধতিসমূহ বলতে পারবেন
- অটোক্লেভ পদ্ধতি ও এর সাহায্যে জীবাণুমুক্তকরণ করার ধাপসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- বিভিন্ন ধরনের অটোক্লেভ মেশিন ও তাদের ব্যবহারবিধি প্রদর্শন করতে পারবেন
- যন্ত্রপাতি মোড়ানোর ধাপসমূহ ও সংরক্ষণ প্রদর্শন ও ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট
 - সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্ট
 - প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন ৩: জীবাণুমুক্তকরণ (Sterilization): অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- সুতির কাপড়, অটোটপ, স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ, আর্টারি ফরসেপ, টেনাকুলাম, গ্রেভস স্পেকুলাম, ইউটিলিটি গ্লাভস, গজ, কটন, গ্লাভস, তোয়ালে, পরিষ্কার কাপড়, ম্যাকিন্টোস, মাঞ্চ
- অটোক্লেভ মেশিন
- প্রেসার স্টিম স্টেরিলাইজার (মিনি অটোক্লেভ)

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ: অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	জীবাণুমুক্তকরণ কি, কখন ও কি কি জীবাণুমুক্তকরণ করতে হবে এবং পদ্ধতিসমূহ	১০	উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	অটোক্লেভ পদ্ধতি ও এর সাহায্যে জীবাণুমুক্তকরণ করার ধাপসমূহ	১৫	প্রদর্শন, আলোচনা
ঘ.	বিভিন্ন ধরনের অটোক্লেভ মেশিন ও তাদের ব্যবহারবিধি	২০	প্রদর্শন, আলোচনা
ঙ.	যন্ত্রপাতি মোড়ানোর ধাপসমূহ	১৫	প্রদর্শন, আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	উপস্থাপনা
		৭৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন ৩: জীবাণুমুক্তকরণ (Sterilization): অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশন পরিচালনা করার সময় কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনে কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও উপকরণ সংগ্রহ করে রাখুন।

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২.১/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ কি

স্লাইড - ২.২/ফ্লিপচার্ট - কখন ও কি কি জীবাণুমুক্তকরণ করবেন

স্লাইড - ২.৩/ফ্লিপচার্ট - জীবাণুমুক্তকরণ পদ্ধতিসমূহ

স্লাইড - ৩.১/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভ ব্যবহার করে উচ্চচাপে ও বাষ্প দ্বারা জীবাণুমুক্তকরণ

স্লাইড - ৩.২/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভিং

স্লাইড - ৩.৩/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভের সাহায্যে জীবাণুমুক্ত করার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৩.৪/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভ মেশিন চালানোর নির্দেশাবলী

স্লাইড - ৩.৫/ফ্লিপচার্ট - প্রেসার সিস্টম স্টেরিলাইজার (মিনি অটোক্লেভ)

স্লাইড - ৩.৬/ফ্লিপচার্ট - ব্যবহার করার আগে অটোক্লেভ পরীক্ষা করা

স্লাইড - ৩.৭/ফ্লিপচার্ট - সতর্কতামূলক ব্যবস্থা বা সমস্যা দেখা দিলে তার সমাধান

স্লাইড - ৩.৮/ফ্লিপচার্ট - বিভিন্ন দ্রব্য/ উপকরণ জীবাণুমুক্তকরণ পদ্ধতি

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি মোড়ানো এবং এর ধাপসমূহ

স্লাইড- ৫/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. জীবাণুমুক্তকরণ কি, কখন ও কি কি জীবাণুমুক্তকরণ করতে হবে এবং পদ্ধতিসমূহ (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষক বলবেন যন্ত্রপাতি পরিষ্কার করা ও পর্যবেক্ষণ করার পরবর্তী ধাপ জীবাণুমুক্তকরণ ও উচ্চ মাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, এই সেশনে আমরা জীবাণুমুক্তকরণ সম্পর্কে আলোচনা করব।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন জীবাণুমুক্তকরণ বলতে তারা কি বুঝেন? প্রক্রিয়াজাতকরণের এই পর্যায়টি কখন করা হয় এবং কি কি জীবাণুমুক্তকরণ করা হয়? কি কি পদ্ধতিতে জীবাণুমুক্তকরণ করা হয়?

প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত ফ্লিপ পেপারে লিখুন। এবার স্লাইড- /ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন;

স্লাইড - ২.১/ফ্লিপচার্ট - জীবাণুমুক্তকরণ কি

স্লাইড - ২.২/ফ্লিপচার্ট - কখন ও কি কি জীবাণুমুক্তকরণ করবেন

স্লাইড - ২.৩/ফ্লিপচার্ট - জীবাণুমুক্তকরণ পদ্ধতিসমূহ

প্রশংসা করে বলুন যে, প্রশিক্ষণার্থীদের ধারনার সাথে অনেক মিল আছে।

গ. অটোক্লেভ পদ্ধতি ও এর সাহায্যে জীবাণুমুক্তকরণ করার ধাপসমূহ (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন তারা অটোক্লেভ সম্পর্কে কি জানেন এবং সেবাকেন্দ্রে কে, কি ধরনের অটোক্লেভ দেখেছেন?

প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তর শোনার পর স্লাইড/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড - ৩.১/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভ ব্যবহার করে উচ্চচাপে ও বাষ্প দ্বারা জীবাণুমুক্তকরণ

স্লাইড - ৩.২/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভিং

এবার প্রশিক্ষণার্থীদেরকে মধ্যে দুই/তিনজনকে যে যে যন্ত্রপাতি ও জিনিষ অটোক্লেভ করা প্রয়োজন সেগুলি প্রশিক্ষণ কক্ষে রাখা

অটোক্লেভ এর সামনে আনতে বলুন ও অটোক্লেভ এর কাছে গিয়ে সবাইকে অর্ধচন্দ্রাকারে দাড়াতে বলুন। এমনভাবে দাড়াবেন যেন

সামনে অটোক্লেভ ও পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন (স্লাইড - ৩.৩/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভের সাহায্যে জীবাণুমুক্ত করার ধাপসমূহ) দেখা

যায়। একজন একজন করে একেকটি ধাপ পড়বেন ও প্রশিক্ষক বা একজন অগ্রহী প্রশিক্ষণার্থী ধাপসমূহ করে দেখাবেন।

এবার প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে থেকে একজনকে ধাপসমূহ করে দেখাতে বলুন। অবশিষ্ট প্রশিক্ষণার্থীরা তার ধাপসমূহ পর্যবেক্ষণ করবেন;

শেষ হওয়ার পর মতামত বলবেন।

এখন বলুন যে-

সেবাকেন্দ্রে সাধারণত যারা এমএলএসএস/আয়া/সহযোগী কর্মী অটোক্লেভ করেন তাদেরকে সঠিকভাবে যন্ত্রপাতি অটোক্লেভ করার নিয়ম শিখিয়ে দিতে হবে এবং নিয়মিত মনিটর করতে হবে। যন্ত্রপাতি সেবাদানকারী ব্যবহার করেন কাজেই যন্ত্রপাতি সঠিকভাবে জীবাণুমুক্ত থাকা গ্রহীতার সাথে সাথে সেবাদানকারী তাঁর নিজেকে ও পরিবারকে সংক্রমণমুক্ত রাখার জন্য আবশ্যিক। চিকিৎসক, নার্স, মিডওয়াইফ, এফডব্লিউডি, প্যারামেডিক, স্যাকমো সকলকেই যন্ত্রপাতি প্রক্রিজাতকরণের এ ধাপটি গুরুত্বের সাথে জানতে ও চর্চা করতে হবে।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

এইসময় আরেকজন প্রশিক্ষণার্থীকে অনুশীলন করতে বলুন, বাকীদের চেকলিস্ট অনুসরণ করে পর্যবেক্ষণ ও পূরণ করতে বলুন এবং মতামত দিতে বলুন।

ঘ. বিভিন্ন ধরনের অটোক্লেভ মেশিন ও তাদের ব্যবহারবিধি (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন কারা সেবাকেন্দ্রে অটোক্লেভ মেশিন ও কারা প্রেসার স্টিম স্টেরিলাইজার (মিনি অটোক্লেভ) দেখেছেন

এবং এই অটোক্লেভ-এর ব্যবহারবিধি সম্পর্কে কি জানেন?

প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তর শোনার পর স্লাইড দেখিয়ে অটোক্লেভ মেশিন ও প্রেসার স্টিম স্টেরিলাইজার (মিনি অটোক্লেভ) সম্পর্কে আলোচনা করুন।

স্লাইড - ৩.৪/ফ্লিপচার্ট - অটোক্লেভ মেশিন চালানোর নির্দেশাবলী

স্লাইড - ৩.৫/ফ্লিপচার্ট - প্রেসার স্টিম স্টেরিলাইজার (মিনি অটোক্লেভ)

স্লাইড - ৩.৬/ফ্লিপচার্ট - ব্যবহার করার আগে অটোক্লেভ পরীক্ষা করা

স্লাইড - ৩.৭/ফ্লিপচার্ট - সতর্কতামূলক ব্যবস্থা বা সমস্যা দেখা দিলে তার সমাধান

স্লাইড - ৩.৮/ফ্লিপচার্ট - বিভিন্ন দ্রব্য/ উপকরণ জীবাণুমুক্তকরণ পদ্ধতি

অটোক্লেভ ও প্রেসার স্টিম স্টেরিলাইজার (মিনি অটোক্লেভ) প্রদর্শন করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

প্রশিক্ষণার্থীদের ক ও খ দুই দলে ভাগ করুন, প্রথম ধাপে ক দলকে অটোক্লেভ মেশিন ও খ দলকে মিনি অটোক্লেভ অনুশীলন করতে বলুন; দ্বিতীয় ধাপে খ দলকে অটোক্লেভ মেশিন ও ক দলকে মিনি অটোক্লেভ অনুশীলন করতে বলুন। প্রশিক্ষক দলের অনুশীলন পর্যবেক্ষণ করবেন ও সহযোগিতা করবেন।

ঙ. যন্ত্রপাতি মোড়ানোর ধাপসমূহ (১৫ মিনিট)

যন্ত্রপাতি মোড়ানো সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। তাদের ধারণার সাথে মিলিয়ে যে কথাগুলো বলবেন:

অটোক্লেভ পদ্ধতিতে জীবাণুমুক্তকরণের পূর্বে যন্ত্রপাতিসমূহ আদর্শ মাপের র‍্যাপার দিয়ে মুড়িয়ে নিতে হবে। শুধুমাত্র সঠিকভাবে মোড়ানোর মাধ্যমে যন্ত্রপাতিসমূহ পরবর্তী সময়ে ব্যবহার উপযোগী করা এবং জীবাণুমুক্ত রাখা যায়। যন্ত্রপাতিসমূহ অটোক্লেভ পদ্ধতিতে জীবাণুমুক্ত করার পূর্বে সুতির কাপড় দিয়ে মোড়াতে হবে। মোটা সিনথেটিক কাপড় দিয়ে যন্ত্রপাতি মোড়ালে বাষ্প যন্ত্রপাতির গায়ে লাগে না সেজন্য মোড়ানোর কাপড় নির্বাচনের পূর্বে সতর্ক হতে হবে। যন্ত্রপাতি মোড়ানো হলে প্রতিটি মোড়ানো কাপড়ের ভিতরে ও বাহিরে অটোট্যেপ লাগাতে হবে।

অটোট্যেপ-এর উপর সেটের নাম, অটোক্লেভ করার সময় এবং তারিখ, মেয়াদ উত্তীর্ণ তারিখ, যিনি করবেন তাঁর সই উল্লেখ করতে হবে।

প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে থেকে একজনকে স্বতস্ফূর্তভাবে যন্ত্রপাতি মোড়ানোর ধাপসমূহ প্রদর্শন করতে বলুন; আশ্বস্ত করুন কোন গ্যাপ হলে সমস্যা নাই আমরা অনুশীলনের মাধ্যমে গ্যাপ পূরণ করে ফেলব। সবার হাতে মোড়ানোর কাপড়, অটোট্যেপ ও একটি যন্ত্র দিন।

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি মোড়ানো ও এর ধাপসমূহ: দেখিয়ে দিন; প্রত্যেককে তার নিজ নিজ যন্ত্রটি মোড়াতে বলুন; প্রয়োজনে

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট দেখতে বলুন ও প্রশিক্ষণার্থীদের সহযোগিতা করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ৩: জীবাণুমুক্তকরণ (Sterilization): অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. জীবাণুমুক্তকরণ একটি প্রক্রিয়া যার মাধ্যমে ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি ও আনুষঙ্গিক সরঞ্জামাদি সম্পূর্ণরূপে জীবাণুমুক্ত করা যায় (সব ব্যাকটেরিয়া এবং ভাইরাস ও ব্যাকটেরিয়াল এন্ডোস্পোরকে বিনষ্ট করে)।
২. দেহের অভ্যন্তরীণ টিস্যু, রক্ত, দেহ নিঃসৃত তরল বা মিউকাস ঝিল্লী স্পর্শ করতে পারে এমন সব ধরনের সরঞ্জাম/যন্ত্র ব্যবহারের আগে পানিতে ফুটিয়ে জীবাণুমুক্ত করে নিতে হবে।
৩. বাষ্প দ্বারা জীবাণুমুক্তকরণ বিষাক্ত, বেশী খরচ, ধীরে ধীরে ক্ষতিকর জীবাণু ধ্বংস করতে পারে, এবং আন্তে আন্তে গরম হয় এবং কাপড় ভেদ করতে পারেনা।
৪. অটোক্লেভে তাপের কারণে পানি ফুটে বাষ্পের চাপে নির্ধারিত সময় (২০-৩০ মি.) পর্যন্ত অটোক্লেভিং করলে টিটেনাসের স্পোরসহ অন্যান্য জীবাণু ধ্বংস করা সম্ভব হয়।
৫. প্রতিবার ব্যবহার করার আগে অটোক্লেভ পরীক্ষা করে নিতে হবে।
৬. অটোক্লেভ পদ্ধতিতে জীবাণুমুক্তকরণের পূর্বে যন্ত্রপাতিসমূহ আদর্শ মাপের র‍্যাপার দিয়ে মুড়িয়ে নিতে হবে এবং শুধুমাত্র সঠিক র‍্যাপিং এর মাধ্যমে জীবাণুমুক্ত যন্ত্রপাতিসমূহ পরবর্তী সময়ে ব্যবহার উপযোগী করা এবং জীবাণুমুক্ত রাখা যায়।
৭. যন্ত্রপাতিসমূহ অটোক্লেভ পদ্ধতিতে জীবাণুমুক্ত করার পূর্বে মসলিন বা সুতির কাপড় দিয়ে মোড়াতে হবে; মোটা সিনথেটিক জাতীয় কাপড় দিয়ে মোড়ালে বাষ্প যন্ত্রপাতির গায়ে লাগে না সেজন্য মোড়ানো কাপড় নির্বাচনের পূর্বে সতর্ক হতে হবে।
৮. মোড়ানো যন্ত্রপাতিসমূহ যদি খোলা না হয় তাহলে ২ দিন পর্যন্ত সংরক্ষণ করা যাবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. জীবাণুমুক্তকরণ একটি প্রক্রিয়া যার মাধ্যমে ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি ও আনুষঙ্গিক সরঞ্জামাদি সম্পূর্ণরূপে জীবাণুমুক্ত করা যায় (সব ব্যাকটেরিয়া এবং ভাইরাস ও ব্যাকটেরিয়াল এন্ডোস্পোরকে বিনষ্ট করে)। (স)
২. দেহের অভ্যন্তরীণ টিস্যু, রক্ত, দেহ নিঃসৃত তরল বা মিউকাস ঝিল্লী স্পর্শ করতে পারে এমন সব ধরনের সরঞ্জাম/যন্ত্র ব্যবহারের আগে পানিতে ফুটিয়ে জীবাণুমুক্ত করে নিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

দেহের অভ্যন্তরীণ টিস্যু, রক্ত, দেহ নিঃসৃত তরল বা মিউকাস ঝিল্লী স্পর্শ করতে পারে এমন সব ধরনের সরঞ্জাম/যন্ত্র ব্যবহারের আগে অবশ্যই জীবাণুমুক্ত করে নিতে হবে।

৩. বাষ্প দ্বারা জীবাণুমুক্তকরণ বিষাক্ত, বেশী খরচ, ধীরে ধীরে ক্ষতিকর জীবাণু ধংস করতে পারে, এবং আন্তে আন্তে গরম হয় এবং কাপড় ভেদ করতে পারেনা। (মি)

সঠিক উত্তর

বাষ্প দ্বারা জীবাণুমুক্তকরণ বিষাক্ত নয়, কম খরচ, দ্রুত ক্ষতিকর জীবাণু ধংস করতে পারে, এবং দ্রুত গরম হয় এবং কাপড় ভেদ করতে পারে।

৪. অটোক্লেভে তাপের কারণে পানি ফুটে বাষ্পের চাপে নির্ধারিত সময় (২০-৩০ মি.) পর্যন্ত অটোক্লেভিং করলে টিটেনাসের স্পোরসহ অন্যান্য জীবাণু ধংস করা সম্ভব হয়। (স)
৫. প্রতিবার ব্যবহার করার আগে অটোক্লেভ পরীক্ষা করে নিতে হবে। (স)
৬. অটোক্লেভ পদ্ধতিতে জীবাণুমুক্তকরণের পূর্বে যন্ত্রপাতিসমূহ আদর্শ মাপের র‍্যাপার দিয়ে মুড়িয়ে নিতে হবে এবং শুধুমাত্র সঠিক র‍্যাপিং এর মাধ্যমে জীবাণুমুক্ত যন্ত্রপাতিসমূহ পরবর্তী সময়ে ব্যবহার উপযোগী করা এবং জীবাণুমুক্ত রাখা যায়। (স)
৭. যন্ত্রপাতিসমূহ অটোক্লেভ পদ্ধতিতে জীবাণুমুক্ত করার পূর্বে সুতির কাপড় দিয়ে মোড়াতে হবে; মোটা সিনথেটিক জাতীয় কাপড় দিয়ে মোড়ালে বাষ্প যন্ত্রপাতির গায়ে লাগে না সেজন্য মোড়ানো কাপড় নির্বাচনের পূর্বে সতর্ক হতে হবে। (স)
৮. মোড়ানো যন্ত্রপাতিসমূহ যদি খোলা না হয় তাহলে ২ দিন পর্যন্ত সংরক্ষণ করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

মোড়ানো যন্ত্রপাতিসমূহ যদি খোলা না হয় তাহলে ৩দিন পর্যন্ত সংরক্ষণ করা যাবে।

সেশন ৪: আইইউডি স্টেরিলাইজার ও এর ব্যবহার

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- আইইউডি স্টেরিলাইজার ও ব্যবহারের মূলনীতি ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহার করে যন্ত্রপাতি ও তুলা জীবাণুমুক্তকরণ করার ধাপসমূহ প্রদর্শন করতে পারবেন
- আইইউডি স্টেরিলাইজারে জীবাণুমুক্তকরণের পরে করণীয় বলতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - সংক্রমণ প্রতিরোধের দক্ষতা চেকলিস্ট
 - মনিটরিং চেকলিস্ট সংক্রমণ প্রতিরোধের
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন-৪ঃ আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন
- আইইউডি সেট, সিজার, স্পঞ্জ হোল্ডিং ফরসেপ, সোজা আর্টারি ফরসেপ, ইউটেরাইন সাউন্ড, টেনাকুলাম, গ্রেভস স্পেকুলাম, আইইউডি স্টেরিলাইজার, ইউটিলিটি গ্লাভস, গজ, তুলা, গ্লাভস, তোয়ালে, পরিষ্কার কাপড়, ম্যাকিন্টোস, মাস্ক

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	আইইউডি স্টেরিলাইজার ও ব্যবহারের মূলনীতি	১০	উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	আইইউডি স্টেরিলাইজার মধ্যে যন্ত্রপাতি সাজানো, জীবাণুমুক্তকরণ করার ধাপসমূহ, জীবাণুমুক্তকরণের পরে করণীয় ও আইইউডি স্টেরিলাইজারে তুলা জীবাণুমুক্তকরণ	৩৫	প্রদর্শন, অনুশীলন ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	উপস্থাপনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন-৪ঃ আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার পড়ুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল

বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশন পরিচালনা করার সময় পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনে কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি সংগ্রহ করে রাখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন এর স্লাইডসমূহ

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহারের মূলনীতি

স্লাইড - ৩.১/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের মধ্যে আইইউডি যন্ত্রপাতি সাজানোর পদ্ধতি

স্লাইড - ৩.২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের বারের পিছনে ছোট কম্পার্টমেন্টে যা যা সাজানো থাকবে

স্লাইড - ৩.৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের বারের সম্মুখে বড় কম্পার্টমেন্টে যা যা সাজানো থাকবে

স্লাইড - ৪.১/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের সাহায্যে জীবাণুমুক্ত করার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৪.২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের অভ্যন্তরে চাপ নিয়ন্ত্রণ করার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৫.১/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণের পর করণীয়

স্লাইড - ৫.২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার হতে পানি বাইরে ফেলার পদ্ধতি

স্লাইড - ৫.৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার হতে পানি বাইরে ফেলার পর করণীয়

স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহার করে তুলা জীবাণুমুক্তকরণ

স্লাইড - ৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. আইইউডি স্টেরিলাইজার ও ব্যবহারের মূলনীতি (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষক বলবেন:

আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহার করে আইইউডি পরানোর জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি, তুলা ইত্যাদি বাষ্পের মাধ্যমে জীবাণুমুক্ত করা যায়।

আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহারের মূলনীতি সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত ফ্লিপ পেপারে লিখুন। এবার স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহারের মূলনীতি: দেখিয়ে আলোচনা করুন।

গ. আইইউডি স্টেরিলাইজারের ব্যবহার (৩৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন তারা আইইউডি স্টেরিলাইজার সম্পর্কে কি জানেন এবং সেবাকেন্দ্রে এর ব্যবহার দেখেছেন কিনা?

কোনো কোনো প্রশিক্ষণার্থীর আইইউডি স্টেরিলাইজার সম্পর্কিত অভিজ্ঞতা থাকলে তা শেয়ার করতে বলুন।

উত্তর শোনার পর স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড - ৫.১/ফ্লিপচার্ট এই স্লাইড দুইটি দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এবার প্রশিক্ষণার্থীদেরকে মধ্যে দুই/তিনজনকে যে যে যন্ত্রপাতি ও জিনিষ আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহার করে জীবাণুমুক্ত করা

প্রয়োজন সেগুলি প্রশিক্ষণ কক্ষে রাখা আইইউডি স্টেরিলাইজার -এর সামনে আনতে বলুন ও আইইউডি স্টেরিলাইজার এর কাছে গিয়ে

সবাইকে অর্ধচন্দ্রাকারে দাড়াতে বলুন। এমনভাবে দাড়াবেন যেন সামনে আইইউডি স্টেরিলাইজার ও পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন দেখা যায়।

স্লাইড - ৩.১/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের মধ্যে আইইউডি যন্ত্রপাতি সাজানোর পদ্ধতি

স্লাইড - ৩.২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের বারের পিছনে ছোট কম্পার্টমেন্টে যা যা সাজানো থাকবে

স্লাইড - ৩.৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের বারের সম্মুখে বড় কম্পার্টমেন্টে যা যা সাজানো থাকবে

স্লাইড - ৪.১/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের সাহায্যে জীবাণুমুক্ত করার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৪.২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজারের অভ্যন্তরে চাপ নিয়ন্ত্রণ করার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৫.১/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণের পর করণীয়

স্লাইড - ৫.২/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার হতে পানি বাইরে ফেলার পদ্ধতি

স্লাইড - ৫.৩/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার হতে পানি বাইরে ফেলার পর করণীয়

স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহার করে তুলা জীবাণুমুক্তকরণ

একজন একজন করে একেকটি স্লাইড পড়বেন ও প্রশিক্ষক বা একজন আত্মীয় প্রশিক্ষণার্থী আইইউডি স্টেরিলাইজারের মধ্যে আইইউডি যন্ত্রপাতি সাজানোর পদ্ধতি, কোন কম্পার্টমেন্টে কি সাজানো থাকবে, জীবাণুমুক্ত করার ধাপসমূহ, আইইউডি স্টেরিলাইজারের অভ্যন্তরে চাপ নিয়ন্ত্রণ করার ধাপসমূহ, কিভাবে আইইউডি স্টেরিলাইজার হতে পানি বাইরে ফেলা হয়, আইইউডি স্টেরিলাইজার হতে পানি বাইরে ফেলার পর করণীয় এবং কিভাবে তুলা জীবাণুমুক্ত করা হয় সেগুলো ধারাবাহিকভাবে করে দেখাবেন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

এবার প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যেককে আইইউডি স্টেরিলাইজার -এর ব্যবহার অনুশীলন করবেন। একজন যখন করবেন তখন অবশিষ্ট প্রশিক্ষণার্থীরা তার ব্যবহার করার পদ্ধতি চেকলিস্ট অনুসরণে পর্যবেক্ষণ করবেন ও চেকলিস্ট পূরণ করবেন; শেষ হওয়ার পর মতামত বলবেন।

এখন বলুন যে-

সেবাকেন্দ্রে সাধারণত যারা এমএলএসএস/আয়া/সহযোগী কর্মী আইইউডি স্টেরিলাইজার করেন তাদেরকে সঠিকভাবে যন্ত্রপাতি আইইউডি স্টেরিলাইজার করার নিয়ম শিখিয়ে দিতে হবে এবং নিয়মিত মনিটর করতে হবে। যন্ত্রপাতি সেবাদানকারী ব্যবহার করেন কাজেই যন্ত্রপাতি সঠিকভাবে জীবাণুমুক্ত থাকা গ্রহীতার সাথে সাথে সেবাদানকারী তাঁর নিজেকে ও পরিবারকে সংক্রমণমুক্ত রাখার জন্য আবশ্যিক। চিকিৎসক, নার্স, মিডওয়াইফ, এফডব্লিউডি, প্যারামেডিক, স্যাকমো সকলকেই যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণের এ ধাপটি গুরুত্বের সাথে জানতে ও চর্চা করতে হবে।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ৪: আইইউডি স্টেরিলাইজার ও এর ব্যবহার

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. আইইউডি স্টেরিলাইজারের মাধ্যমে জীবাণু মুক্ত করার জন্য বাষ্পীয় জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করতে 250° সেন্টিগ্রেড অথবা 121° ফারেনহাইট তাপমাত্রায় যন্ত্রপাতি বা আনুষঙ্গিক সরঞ্জাম ৩০ মিনিটের জন্য রাখতে হয়।
২. ৩০ টি আইইউডি সেট একই সাথে আইইউডি স্টেরিলাইজারের মধ্যে রেখে জীবাণুমুক্ত করা যায়।
৩. জোড়ায়ুক্ত সকল যন্ত্র জীবাণুমুক্তকরণের সময় অবশ্যই ক্যাচ খোলা অবস্থায় রাখতে হবে (যেমন: সিজার, টেনাকুলাম, ফরসেপ ইত্যাদি); সংযুক্ত যন্ত্র খুলে দিতে হবে (যেমন- স্পেকুলাম)
৪. আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহারের শুরুতেই এর রাবার সিল এবং বাষ্প নির্গমন ভাল্ব ভালোভাবে পরীক্ষা করে নিতে হবে।
৫. স্টেরিলাইজারের যন্ত্রপাতিসমূহ অবশ্যই জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন হওয়ার পর হতে ১২ ঘণ্টার মধ্যে ব্যবহার করতে হবে।
৬. হিস্ হিস্ শব্দ শোনার আগেই আইইউডি স্টেরিলাইজারের স্টিম রিলিজ লিভার সমান্তরাল করে দিতে হবে এবং ১০ মিনিটের জন্য টাইমার দিতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. আইইউডি স্টেরিলাইজারের মাধ্যমে জীবাণু মুক্ত করার জন্য বাষ্পীয় জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করতে ২৫০° সেন্টিগ্রেড অথবা ১২১° ফারেনহাইট তাপমাত্রায় যন্ত্রপাতি বা আনুষঙ্গিক সরঞ্জাম ৩০ মিনিটের জন্য রাখতে হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি স্টেরিলাইজারের মাধ্যমে জীবাণু মুক্ত করার জন্য বাষ্পীয় জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করতে ১২১° সেন্টিগ্রেড অথবা ২৫০° ফারেনহাইট তাপমাত্রায় যন্ত্রপাতি বা আনুষঙ্গিক সরঞ্জাম ২০ মিনিটের জন্য রাখতে হয়।

২. ৩০ টি আইইউডি সেট একই সাথে আইইউডি স্টেরিলাইজারের মধ্যে রেখে জীবাণুমুক্ত করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

৩টি আইইউডি সেট একই সাথে আইইউডি স্টেরিলাইজারের মধ্যে রেখে জীবাণুমুক্ত করা যায়।

৩. জোড়ায়ুক্ত সকল যন্ত্র জীবাণুমুক্তকরণের সময় অবশ্যই ক্যাচ খোলা অবস্থায় রাখতে হবে (যেমন: সিজার, টেনাকুলাম, ফরসেপ ইত্যাদি); সংযুক্ত যন্ত্র খুলে দিতে হবে (যেমন- স্পেকুলাম) (স)

৪. আইইউডি স্টেরিলাইজার ব্যবহারের শুরুতেই এর রাবার সিল এবং বাষ্প নির্গমন ভালু ভালোভাবে পরীক্ষা করে নিতে হবে। (স)

৫. স্টেরিলাইজারের যন্ত্রপাতিসমূহ অবশ্যই জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন হওয়ার পর হতে ১২ ঘণ্টার মধ্যে ব্যবহার করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

স্টেরিলাইজারের যন্ত্রপাতিসমূহ অবশ্যই জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন হওয়ার পর হতে ২৪ ঘণ্টার মধ্যে ব্যবহার করতে হবে।

৬. হিস্ হিস্ শব্দ শোনার আগেই আইইউডি স্টেরিলাইজারের স্টিম রিলিজ লিভার সমান্তরাল করে দিতে হবে এবং ১০ মিনিটের জন্য টাইমার দিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

হিস্ হিস্ শব্দ শোনার পর আইইউডি স্টেরিলাইজারের স্টিম রিলিজ লিভার সমান্তরাল করে দিতে হবে এবং ২০ মিনিটের জন্য টাইমার দিতে হবে

সেশন ৫: যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ এবং লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ কি, কখন এবং পদ্ধতিসমূহ বলতে পারবেন
- যন্ত্রপাতি ফুটিয়ে ও রাসায়নিক পদ্ধতিতে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করা সম্পর্কে বলতে পারবেন
- যন্ত্রপাতি ব্যবহার বা সংরক্ষণ করতে পারবেন
- লিনেনের নিরাপদ ব্যবহারবিধি বলতে পারবেন

সময়: ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - সংক্রমণ প্রতিরোধের দক্ষতা চেকলিস্ট
 - মনিটরিং চেকলিস্ট সংক্রমণ প্রতিরোধের
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন ৫: যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ এবং লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার
- পানি ফুটানোর জন্য ঢাকনায়ুক্ত পাত্র বা স্টেরিলাইজার
 - ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ
 - ২% গুটারালডিহাইড দ্রবণ
- টাইমার
 - আর্টারি ফরসেপ, স্ক্যালপেল, লিফটার ও কাঁচি
- স্টেরিলাইজারের ট্রে
 - যন্ত্র সংরক্ষণের পাত্র

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, সংরক্ষণ এবং লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ কি, কখন করতে হয় ও পদ্ধতিসমূহ, ফুটিয়ে ও রাসায়নিক পদ্ধতিতে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করার ধাপসমূহ	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	যন্ত্রপাতি ব্যবহার বা সংরক্ষণ	১০	উপস্থাপনা, প্রদর্শন ও আলোচনা
ঘ.	লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	১০	উপস্থাপনা, আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	উপস্থাপনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন ৫: যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ এবং লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশন পরিচালনা করার সময় কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনে কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ করার উল্লেখিত উপকরণসমূহ প্রস্তুত রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন সমূহ

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ কি, কখন এবং পদ্ধতিসমূহ

স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - ফুটিয়ে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - রাসায়নিক দ্রুপে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করার ধাপসমূহ

স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ ও বিবেচ্য বিষয়গুলো

স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - লিনেনের ব্যবহার: লিনেন প্রক্রিয়াজাতকরণ

স্লাইড - ৭/ফ্লিপচার্ট - লিনেনের ব্যবহার: লিনেন জীবাণুমুক্তকরণ

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ কি, কখন করতে হয় ও পদ্ধতিসমূহ, ফুটিয়ে ও রাসায়নিক পদ্ধতিতে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করার ধাপসমূহ (১০ মিনিট)

উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ বলতে কি বুঝায়, কখন উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ করা হয়, কি কি পদ্ধতিতে উচ্চমাত্রায়

সংক্রমণমুক্তকরণ করা যায় -এসব সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন। এরপর স্লাইড -২/ ফ্লিপচার্ট - উচ্চমাত্রায়

সংক্রমণমুক্তকরণ কি, কখন এবং পদ্ধতিসমূহ: দেখিয়ে আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষার্থীদেরকে পানিতে যন্ত্রপাতি ফুটানোর জন্য যেসব উপকরণ লাগে সেগুলো প্রশিক্ষণ কক্ষ থেকে জোগাড় করে সামনে আনতে বলুন ও সহযোগিতা করুন। এই কাজের জন্য স্বতস্ফূর্তভাবে দুইজনকে আহ্বান জানান। একজনের হাতে যন্ত্রপাতি পানিতে ফুটানোর

জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণের তালিকা দিন ও এই তালিকা মিলিয়ে জিনিষপত্র সংগ্রহ করতে বলুন।

এবার স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - ফুটিয়ে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করার ধাপসমূহ: প্রশিক্ষার্থীদের মধ্যে থেকে পাঁচজনকে পাঁচটি ধাপ একে একে পড়তে বলুন এবং প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

এইসময় প্রশিক্ষক বলবেন:

- সময় গণনা শুরু করার পর নতুন করে কোন যন্ত্র ফুটানোর পাত্র (এটা দিয়ে জীবাণুর স্পোর ধ্বংস করা যায় না) ঢুকানো বা সেখান থেকে বের করা যাবে না, ঢাকনা খোলা কিংবা পানির পরিমাণ কম বেশি করা যাবে না
- ফুটানোর পর কোন অবস্থাতেই যন্ত্রপাতি যেন ফুটানোর পাত্র বা স্টিম স্টেরিলাইজারের ট্রেতে না থাকে
- যন্ত্র সংরক্ষণ পাত্রকে একই সময়ে ফুটানো প্রয়োজন
- যন্ত্র সংরক্ষণের পাত্রে যন্ত্রসমূহের ব্যবহারের মেয়াদ লিখে রাখুন (উচ্চমাত্রায় জীবাণুমুক্ত করার পর ২৪ ঘণ্টার মধ্যে ব্যবহার করতে হবে)

এবার স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - রাসায়নিক দ্রবণে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করার ধাপসমূহ প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে থেকে পাঁচজনকে পাঁচটি ধাপ একে একে পড়তে বলুন এবং প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন।

পরিবার পরিকল্পনা সেবায় ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ করাকে সুপারিশ করে না। জীবাণুমুক্তকরণ বা স্টেরিলাইজেশনের সুবিধা না থাকলে এ পদ্ধতি ব্যবহার করা যেতে পারে।

গ. যন্ত্রপাতি ব্যবহার বা সংরক্ষণ (১০ মিনিট)

এরপর যন্ত্রপাতি সংরক্ষণের স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ ও বিবেচ্য বিষয়গুলো দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

ঘ. লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার (১০ মিনিট)

লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন এবং স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - লিনেনের ব্যবহার: লিনেন প্রক্রিয়াজাতকরণ ও স্লাইড - ৭/ফ্লিপচার্ট - লিনেনের ব্যবহার: লিনেন জীবাণুমুক্তকরণ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ৫: যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, যন্ত্রপাতি সংরক্ষণ এবং লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ এমন একটি পদ্ধতি যার মাধ্যমে যন্ত্রপাতি/অন্যান্য সরঞ্জামাদি থেকে এন্ডোস্পোর সহ অন্যান্য জীবাণু ধ্বংস করা যায়।
২. জীবাণুমুক্তকরণ বা স্টেরিলাইজেশনের সুবিধা থাকলেও উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ পদ্ধতি ব্যবহার করা যেতে পারে।
৩. স্টেরিলাইজার অথবা ফুটানো পাত্রের ঢাকনাটি বন্ধ করে পানি টগবগ করে ফোটার পর থেকে ৩০ মিনিট ধরে যন্ত্রপাতিগুলো ফুটিয়ে নিতে হবে; এই ৩০ মিনিটের মধ্যে ঢাকনা খোলা যাবে না।
৪. সাধারণত ৪ ধরনের দ্রবণ দিয়ে রাসায়নিক পদ্ধতিতে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করা হয়।
৫. অটোক্লেভ টেস্ট টেপ ব্যবহারের ও সংরক্ষণের নিয়ম হলো অটোক্লেভ টেপের অংশ বিশেষ (২-৩ ইঞ্চি) প্রতিটি ড্রামের ভিতরে ও বাহিরে লাগাতে হবে।
৬. মাঝারি তাপমাত্রা, নিম্ন আর্দ্রতাতে, কম লোকজন চলাফেরা করে এমন জায়গায় বন্ধ করা ক্যাবিনেটে আইটেমগুলো সংরক্ষণ করতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ এমন একটি পদ্ধতি যার মাধ্যমে যন্ত্রপাতি/অন্যান্য সরঞ্জামাদি থেকে এন্ডোস্পোর সহ অন্যান্য জীবাণু ধংস করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ এমন একটি পদ্ধতি যার মাধ্যমে যন্ত্রপাতি/অন্যান্য সরঞ্জামাদি থেকে এন্ডোস্পোর ছাড়া অন্য জীবাণু ধংস করা যায়।

২. জীবাণুমুক্তকরণ বা স্টেরিলাইজেশনের সুবিধা থাকলেও উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ পদ্ধতি ব্যবহার করা যেতে পারে। (মি)

সঠিক উত্তর

জীবাণুমুক্তকরণ বা স্টেরিলাইজেশনের সুবিধা না থাকলে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ পদ্ধতি ব্যবহার করা যেতে পারে।

৩. স্টেরিলাইজার অথবা ফুটানো পাত্রের ঢাকনাটি বন্ধ করে পানি টগবগ করে ফোটার পর থেকে ৩০ মিনিট ধরে যন্ত্রপাতিগুলো ফুটিয়ে নিতে হবে; এই ৩০ মিনিটের মধ্যে ঢাকনা খোলা যাবে না। (স)

৪. সাধারণত ৪ ধরণের দ্রবণ দিয়ে রাসায়নিক পদ্ধতিতে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

সাধারণত ২ ধরণের দ্রবণ দিয়ে রাসায়নিক পদ্ধতিতে উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্ত করা হয়।

৫. অটোক্লেভ টেপ ব্যবহারের ও সংরক্ষণের নিয়ম হলো অটোক্লেভ টেপের অংশ বিশেষ (২-৩ ইঞ্চি) প্রতিটি ড্রামের ভিতরে ও বাহিরে লাগাতে হবে। (স)

৬. মাঝারি তাপমাত্রা, নিম্ন আর্দ্রতাতে, কম লোকজন চলাফেরা করে এমন জায়গায় বন্ধ করা ক্যাবিনেটে আইটেমগুলো সংরক্ষণ করতে হবে। (স)

সেশন ৬: পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা ও এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট এবং সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট সম্পর্কে বলতে পারবেন
- ক্লিনিং দ্রবণ তৈরী করতে পারবেন ও ব্যবহার করতে পারবেন
- সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনার ধাপসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- দূর্ঘটনা পরবর্তী ব্যবস্থাপনা বলতে পারবেন
- ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ বর্ণনা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - সংক্রমণ প্রতিরোধের দক্ষতা চেকলিস্ট
 - মনিটরিং চেকলিস্ট সংক্রমণ প্রতিরোধের
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন ৬: পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট এবং সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ

ব্যবহারিক সেশনের উপকরণ

- আয়োডোফোর (যেমন: পভিডন আয়োডিন/বিটাডিন)
- > ৬০% অ্যালকোহল/স্পিরিট
- তুলার বল বা গজ
- লিকুইড ব্লিচের দ্রবণ
- ব্লিচিং পাউডার ও ব্লিচিং পাউডার রাখার জন্য ঢাকনায়ুক্ত রঙিন পাত্র
- ব্লিচিং পাউডার পরিমাপক কাপ
- ইউটিলিটি গ্লাভস্, চশমা, মাস্ক, ক্যাপ ও ম্যাকিন্টোস
- লাল রং এর ঢাকনায়ুক্ত প্লাস্টিক বালতি-ক্লোরিন দ্রবণ রাখার জন্য
- সবুজ রং এর ঢাকনায়ুক্ত প্লাস্টিক বালতি-পরিষ্কার পানি রাখার জন্য
- টাইমার/ঘড়ি
- প্লাস্টিকের ছাঁকনি (তলদেশে ছিদ্রযুক্ত)
- কাঠের নাড়ন কাঠি অথবা মেলামাইনের লম্বা হাতলযুক্ত চামচ
- পানি পরিমাপক পাত্র/প্লাস্টিকের মগ

- সেফটি বক্স
- নিরাপদ সূঁচ
- সিরিজ
- ইউটিলিটি গ্লাভস

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক্রম	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা ও এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট এবং সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট ক্লোরিন দ্রবণ এবং ক্লিনিং দ্রবণ	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	সেবাকেন্দ্র পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার নির্দেশিকা ও বিভিন্ন দ্রবণের ব্যবহার	১৫	উপস্থাপনা, প্রদর্শন ও আলোচনা
ঘ.	সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনার ধাপসমূহ ও দুর্ঘটনা পরবর্তী ব্যবস্থাপনা	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	ফলপ্রসূ বর্জ্য ব্যবস্থাপনা	১৫	উপস্থাপনা ও আলোচনা
চ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৭৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১১ সংক্রমণ প্রতিরোধ সেশন ৬: পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট এবং সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশন পরিচালনা করার সময় কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনে কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন এর স্লাইডসমূহ

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২.১/ফ্লিপচার্ট - এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট কি এবং এদের মধ্যের পার্থক্য

স্লাইড - ২.২/ফ্লিপচার্ট - এন্টিসেপটিক: ব্যবহার ও সংরক্ষণ

স্লাইড - ২.৩/ফ্লিপচার্ট - লিকুইড ব্লিচ ও ব্লিচিং পাউডার

স্লাইড - ২.৪/ফ্লিপচার্ট - ক্লোরিন দ্রবণ

স্লাইড - ২.৫/ফ্লিপচার্ট - ক্লোরিন দ্রবণ এর প্রস্তুত প্রণালী

স্লাইড - ২.৬/ফ্লিপচার্ট - স্বাস্থ্যকেন্দ্রে ব্যবহৃত ক্লিনিং দ্রবণ

স্লাইড - ২.৭/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিং দ্রবণ এর প্রস্তুত করার প্রয়োজনীয় সরঞ্জাম এবং উপকরণ

- স্লাইড - ২.৮/ফ্লিপচার্ট - পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার সাধারণ নির্দেশিকা
- স্লাইড - ২.৯/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিং দ্রবণ এর ব্যবহার
- স্লাইড - ২.১০/ফ্লিপচার্ট - রক্ত বা পুঁজ বা দূষিত তরলের ফোঁটা
- স্লাইড - ২.১১/ফ্লিপচার্ট - নিম্নবুঁকিপূর্ণ এলাকাসমূহ: রোগীদের অপেক্ষা কক্ষ, প্রশাসন এলাকা
- স্লাইড - ২.১২/ফ্লিপচার্ট - উচ্চ বুঁকিপূর্ণ এলাকাসমূহ
- স্লাইড - ২.১৩/ফ্লিপচার্ট - উচ্চ বুঁকিপূর্ণ এলাকার জন্য প্রস্তাবিত পরিষ্কারকরণের সময়সূচী
- স্লাইড - ২.১৪/ফ্লিপচার্ট - পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার জন্য ক্লিনিকের বিভিন্ন এলাকায় ব্যবহৃত মপে বিভিন্ন রং ব্যবহার করার নির্দেশনা
- স্লাইড - ৩.১/ফ্লিপচার্ট - সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনার গুরুত্ব
- স্লাইড - ৩.২/ফ্লিপচার্ট - সূঁচালো/ ধারালো জিনিসপত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা
- স্লাইড - ৩.৩/ফ্লিপচার্ট - সেফটি বক্স বৈশিষ্ট্য ও ব্যবহার
- স্লাইড - ৩.৪/ফ্লিপচার্ট - ধারালো/সূঁচালো জিনিসের কারণে আঘাতগুলো মোকাবেলা করা
- স্লাইড - ৩.৫/ফ্লিপচার্ট - দুর্ঘটনা পরবর্তী পদক্ষেপ
- স্লাইড - ৪.১/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ: গুরুত্ব, অপসারণের সময়
- স্লাইড - ৪.২/ফ্লিপচার্ট - স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রে উৎপন্ন মেডিকেল বর্জ্যের প্রকারভেদ / শ্রেণিবিভাগ
- স্লাইড - ৪.৩/ফ্লিপচার্ট - বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে, ফলপ্রসূ বর্জ্য ব্যবস্থাপনার জন্য স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্র কর্তৃক পালনীয় ধাপসমূহ
- স্লাইড - ৪.৪/ফ্লিপচার্ট - চিহ্নিত বর্জ্য ধরন অনুযায়ী নির্দিষ্ট রং এর পাত্র
- স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট ক্লোরিন দ্রবণ এবং ক্লিনিং দ্রবণ (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে পদ্মা ও মেঘনা দুই দলে ভাগ করুন, পদ্মা দলকে এন্টিসেপটিক ও মেঘনা দলকে ডিসইনফেকটেন্ট সম্পর্কে দলে আলোচনা করতে বলুন। প্রত্যেক দলে এন্টিসেপটিক/ ডিসইনফেকটেন্ট কি, এদের মধ্যের পার্থক্য ও ব্যবহার সম্পর্কে আলোচনা করে লিখতে বলুন। উভয় দলের লেখা শেষ হওয়ার পর লিখিত ফ্লিপপেপার ইজেল বোর্ডে পাশাপাশি আটকে দিতে বলুন। প্রশিক্ষক দলের কাজ পর্যবেক্ষণ করবেন ও সহযোগিতা করবেন।

এবার নীচের স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড - ২.১/ফ্লিপচার্ট - অ্যান্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট কি এবং এদের মধ্যের পার্থক্য

স্লাইড - ২.২/ফ্লিপচার্ট - অ্যান্টিসেপটিক: ব্যবহার ও সংরক্ষণ

এবার লিকুইড ব্লিচ ও ব্লিচিং পাউডার, ক্লোরিন দ্রবণ, ক্লোরিন দ্রবণ এর প্রস্তুত প্রণালী সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন এবং নীচের স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড - ২.৩/ফ্লিপচার্ট - লিকুইড ব্লিচ ও ব্লিচিং পাউডার

স্লাইড - ২.৪/ফ্লিপচার্ট - ক্লোরিন দ্রবণ

স্লাইড - ২.৫/ফ্লিপচার্ট - ক্লোরিন দ্রবণ এর প্রস্তুত প্রণালী

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

গ. সেবাকেন্দ্র পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার নির্দেশিকা ও বিভিন্ন দ্রবণের ব্যবহার (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন স্বাস্থ্যকেন্দ্রে কি কি দ্রবণ ব্যবহার করা হয়; কোন দ্রবণ কিভাবে প্রস্তুত করতে হয়, পরিবেশ পরিচ্ছন্নতার সাধারণ নির্দেশনা কি, ক্লিনিং দ্রবণ কোথায়, কখন কিভাবে ব্যবহার করতে হয়।

নীচের স্লাইড দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড - ২.৬/ফ্লিপচার্ট - স্বাস্থ্যকেন্দ্রে ব্যবহৃত ক্লিনিং দ্রবণ

স্লাইড - ২.৭/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিং দ্রবণ এর প্রস্তুত করার প্রয়োজনীয় সরঞ্জাম এবং উপকরণ

স্লাইড - ২.৮/ফ্লিপচার্ট - পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার সাধারণ নির্দেশিকা

স্লাইড - ২.৯/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিং দ্রবণ এর ব্যবহার

স্লাইড - ২.১০/ফ্লিপচার্ট - রক্ত বা পুঁজ বা দুষিত তরলের ফোঁটা

স্লাইড - ২.১১/ফ্লিপচার্ট - নিম্নবুঁকিপূর্ণ এলাকাসমূহ: রোগীদের অপেক্ষা কক্ষ, প্রশাসন এলাকা

স্লাইড - ২.১২/ফ্লিপচার্ট - উচ্চ বুঁকিপূর্ণ এলাকাসমূহ

স্লাইড - ২.১৩/ফ্লিপচার্ট - উচ্চ বুঁকিপূর্ণ এলাকার জন্য প্রস্তাবিত পরিষ্কারকরণের সময়সূচি

স্লাইড - ২.১৪/ফ্লিপচার্ট - পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার জন্য ক্লিনিকের বিভিন্ন এলাকায় ব্যবহৃত মপে বিভিন্ন রং ব্যবহার করার নির্দেশনা

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

ঘ. সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনার ধাপসমূহ ও দূর্ঘটনা পরবর্তী ব্যবস্থাপনা (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন: ধারালো/সূঁচালো আঘাত কিভাবে হতে পারে, এরকম আঘাতে কি ক্ষতি হতে পারে ও কিভাবে এইসব আঘাত থেকে নিজে থেকে ও গ্রহীতাকে রক্ষা করা যায়; ফ্লিপপেপারে প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত লিখুন।

ফ্লিপপেপারে লিখিত প্রশিক্ষণার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে নিচের স্লাইডসমূহ আলোচনা করুন।

স্লাইড - ৩.১/ফ্লিপচার্ট - সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনার গুরুত্ব

স্লাইড - ৩.২/ফ্লিপচার্ট - সূঁচালো/ ধারালো জিনিসপত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা

স্লাইড - ৩.৩/ফ্লিপচার্ট - সেফটি বক্স বৈশিষ্ট্য ও ব্যবহার

স্লাইড - ৩.৪/ফ্লিপচার্ট - ধারালো/সূঁচালো জিনিসের কারণে আঘাতগুলো মোকাবেলা করা

স্লাইড - ৩.৫/ফ্লিপচার্ট - দূর্ঘটনা পরবর্তী পদক্ষেপ

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সেফটি বক্স, সূঁচ, সিরিঞ্জ, ইউটিলিটি গ্লাভস প্রদর্শন করুন ও হাতে কলমে এসবের ব্যবহার দেখান।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

ঙ. ফলপ্রসূ বর্জ্য ব্যবস্থাপনা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ বলতে কি বুঝেন? এর গুরুত্ব; কখন কখন ক্লিনিক বর্জ্য অপসারণ করা উচিত; স্বাস্থ্যসেবাকেন্দ্রে উৎপন্ন মেডিকেল বর্জ্যের ধরন কেমন।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার ফলপ্রসূ বর্জ্য ব্যবস্থাপনা ও বিভিন্ন রং এর বিন সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

ফ্লিপপেপারে প্রশিক্ষার্থীদের মতামত লিখুন। ফ্লিপপেপারে লিখিত প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে নিচের স্লাইডসমূহ আলোচনা করুন।

স্লাইড - ৪.১/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ: গুরুত্ব, অপসারণের সময়

স্লাইড - ৪.২/ফ্লিপচার্ট - স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রে উৎপন্ন মেডিকেল বর্জ্যের প্রকারভেদ / শ্রেণিবিভাগ

স্লাইড - ৪.৩/ফ্লিপচার্ট - বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে, ফলপ্রসূ বর্জ্য ব্যবস্থাপনার জন্য স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্র কর্তৃক পালনীয় ধাপসমূহ

স্লাইড - ৪.৪/ফ্লিপচার্ট - চিহ্নিত বর্জ্য ধরন অনুযায়ী নির্দিষ্ট রং এর পাত্র

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্টের সঙ্গে প্রশিক্ষার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

চ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ৬: পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা ও এন্টিসেপটিক ও ডিজইনফেকটেন্ট এবং স্ট্রাচলো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রের কক্ষের আসবাবপত্র মোছার কাজে এবং হাউজ কিপিং এ ব্যবহার করা হয়।
২. উচ্চ ঝুঁকি, কম ঝুঁকি এবং টয়লেট এলাকায় জন্য একই রঙের মপ রাখতে হবে তাহলে সহজে শনাক্তকরণ সম্ভব।
৩. ডিজইনফেক্টেন্ট ক্লিনিং দ্রবণে ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ এবং অ্যান্টিসেপটিক থাকবে।
৪. ত্বক এবং শ্লেষ্মা বিহীন (মিউকাস মেসব্রেন) এর কোন ক্ষতি ব্যতীত যে রাসায়নিক দ্রবণের মাধ্যমে রোগ জীবাণুর বিস্তার কমানো যায় তাকেই অ্যান্টিসেপটিক বলে।
৫. বর্জ্য হ্রাসকরণ বর্জ্যের পরিবহনের পরিমাণ, বর্জ্য পরিশোধন, বর্জ্য অপসারণ, দায়িত্ব সর্বোপরি বর্জ্য ব্যবস্থাপনার খরচ বাড়ায়।
৬. পুনর্ব্যবহারযোগ্য বর্জ্যের পরিমাণ অল্প হলে, সাধারণ বর্জ্যের সাথে কালো পাত্রে রাখা যেতে পারে।
৭. ওষুধ জাতীয় বর্জ্য অল্প পরিমাণ হলে ক্ষতিকারক বর্জ্য রাখার লাল পাত্রে রাখা যেতে পারে।
৮. প্রতিটি বর্জ্য রাখার পাত্রে স্পষ্ট বাংলা ভাষায় রং ভেদে বর্জ্যের ধরন লিখতে হবে এবং বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা অনুমোদিত সাংকেতিক চিহ্ন/লেবেল ব্যবহার করতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ কক্ষের আসবাবপত্র মোছার কাজে এবং হাউজ কিপিং এ ব্যবহার করা হয়। (স)
২. উচ্চ ঝুঁকি, কম ঝুঁকি এবং টয়লেট এলাকায় জন্য একই রঙের মপ রাখতে হবে তাহলে সহজে শনাক্তকরণ সম্ভব। (মি)

সঠিক উত্তর

উচ্চ ঝুঁকি, কম ঝুঁকি এবং টয়লেট এলাকায় জন্য পৃথক রঙের মপ রাখতে হবে তাহলে সহজে শনাক্তকরণ সম্ভব।

৩. ডিজইনফেক্টেন্ট ক্লিনিং দ্রবণে ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ এবং অ্যান্টিসেপটিক থাকবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ডিজইনফেক্টেন্ট ক্লিনিং দ্রবণে ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ এবং ডিটারজেন্ট থাকবে।

৪. ত্বক এবং শ্লেষ্মা ঝিল্লি (মিউকাস মেমব্রেন) এর কোন ক্ষতি ব্যতীত যে রাসায়নিক দ্রবণের মাধ্যমে রোগ জীবাণুর বিস্তার কমানো যায় তাকেই অ্যান্টিসেপটিক বলে। (স)
৫. বর্জ্য হ্রাসকরণ বর্জ্যের পরিবহনের পরিমাণ, বর্জ্য পরিশোধন, বর্জ্য অপসারণ, দায়িত্ব সর্বোপরি বর্জ্য ব্যবস্থাপনার খরচ বাড়ায়। (মি)

সঠিক উত্তর

বর্জ্য হ্রাসকরণ বর্জ্যের পরিবহনের পরিমাণ, বর্জ্য পরিশোধন, বর্জ্য অপসারণ, দায়িত্ব সর্বোপরি বর্জ্য ব্যবস্থাপনার খরচ কমায়ে।

৬. পুনর্ব্যবহারযোগ্য বর্জ্যের পরিমাণ অল্প হলে, সাধারণ বর্জ্যের সাথে কালো পাত্রে রাখা যেতে পারে। (স)

৭. ওষুধ জাতীয় বর্জ্য অল্প পরিমাণ হলে ক্ষতিকারক বর্জ্য রাখার লাল পাত্রে রাখা যেতে পারে। (মি)

সঠিক উত্তর

ওষুধ জাতীয় বর্জ্য অল্প পরিমাণ হলে ক্ষতিকারক বর্জ্য রাখার হলুদ পাত্রে রাখা যেতে পারে

৮. প্রতিটি বর্জ্য রাখার পাত্রে স্পষ্ট বাংলা ভাষায় রং ভেদে বর্জ্যের ধরন লিখতে হবে এবং বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা অনুমোদিত সাংকেতিক চিহ্ন/লেবেল ব্যবহার করতে হবে (স)

মডিউল ১২

বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

সেশন - ১: প্রসব পরবর্তী ও গর্ভপাত বা এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা

সেশন - ২: বুকের দুধ খাওয়ানো ও নিরাপদকাল নির্ভর জন্মবিরতিকরণ এবং জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি

সেশন - ১: প্রসব পরবর্তী এবং গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা

শিক্ষণ উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য ও গুরুত্ব, সেবার সময়কাল ও সময় বিভাজন, পদ্ধতিসমূহ, সেবাপ্রদানকারীর করণীয় ও এই সেবায় কাউন্সেলিং সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- গর্ভপাত এবং এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য, সেবার কাউন্সেলিং, পদ্ধতিসমূহ ও কখন শুরু করবে বলতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১২.১, ১২.২
- কেস স্টাডি শিট
- পিপিএফপি কমপেনডিয়াম

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা এবং গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য ও গুরুত্ব, সেবার সময়কাল ও সময় বিভাজন এবং পদ্ধতিসমূহ	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনায় সেবাপ্রদানকারীর করণীয় ও সেবায় কাউন্সেলিং	১৫	ব্রেইন স্টর্মিং, কেস স্টাডি, জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য, সেবার কাউন্সেলিং, পদ্ধতিসমূহ ও কখন শুরু করবে	১৫	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল

বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

প্রশিক্ষণ কক্ষের এক পাশের দেয়ালে সাটানো **নীল ভিআইপিপি কার্ড** প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহের সুবিধা লিখিত

ফ্লিপপেপার এবং অপর পাশের দেয়ালে গোলাপী ভিআইপিপি কার্ড সাটানো এবং এই গোলাপী ভিআইপিপি কার্ডে প্রসব পরবর্তী পরিবার

পরিকল্পনার জন্য গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং এর সময় প্রদেয় তথ্য লিখিত ফ্লিপপেপার লাগিয়ে রাখুন। মাস্কিং টেপ ছোট ছোট টুকরা করে হোয়াইট বোর্ড/ ইজেল বোর্ড এর দুই কিনারায় লাগিয়ে রাখুন।

পদ্মা, মেঘনা, যমুনা, নামের তিনটি ফ্লিপপেপার প্রস্তুত করুন।

পদ্মা লিখিত ফ্লিপপেপার - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য এবং পদ্ধতি সরবরাহের গুরুত্ব

মেঘনা লিখিত ফ্লিপপেপার - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার সেবার কাউন্সেলিং এর সময় প্রদেয় তথ্য

যমুনা লিখিত ফ্লিপপেপার - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ কখন শুরু করবে

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন এর স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট -শিক্ষণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য ও গুরুত্ব

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার সেবার সময়কাল ও সময় বিভাজন

স্লাইড-৩.১/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনায় সেবাপ্রদানকারীর করণীয়

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের সুবিধা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - সুস্থ সময়ে এবং সঠিক বিরতিতে গর্ভধারণ (Healthy Timing and Spacing of Pregnancy)

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী এবং গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য এবং পদ্ধতি সরবরাহের গুরুত্ব

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার সেবার কাউন্সেলিং এর সময় প্রদেয় তথ্য

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ ও কখন শুরু করবে

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

রোল প্লে শীট: প্রসব পরবর্তী কাউন্সেলিং

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য ও গুরুত্ব, সেবার সময়কাল ও সময় বিভাজন এবং পদ্ধতিসমূহ (১৫ মিনিট)

প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য ও গুরুত্ব সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন।

এ পর্যায়ে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে যে তথ্য দিবেন

সন্তান জন্ম নেয়ার পর কমপক্ষে দুই বছর বিরতি দিয়ে গর্ভধারণ করলে মা ও সন্তান দুইজনেরই স্বাস্থ্য ভালো থাকবে। কিন্তু কোনো পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ না করলে প্রসবের চার সপ্তাহ পর আবার গর্ভবতী হবার আশঙ্কা থাকে। এজন্য গর্ভাবস্থায়ই মহিলাদের প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে কাউন্সেলিং করা উচিত।

Healthy Timing and Spacing of Pregnancy সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন যে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সংজ্ঞা অনুযায়ী,

একজন মহিলার ২০ বছর বয়সের আগে, প্রসবের পর কমপক্ষে দুই বছর সন্তান ধারণ করা থেকে বিরত থাকতে হবে। একে গর্ভধারণের জন্য সুস্থ সময় এবং সঠিক বিরতি বলা হয়। এর ফলে-

- কম ওজনের বাচ্চা/সময়ের আগেই বাচ্চা হওয়ার ঝুঁকি কমে
- মায়ের প্রসবজনিত জটিলতা এবং নবজাতকের অসুস্থতা ও মৃত্যু হওয়ার ঝুঁকি হ্রাস করে
- সন্তানের অসুস্থতা ও মৃত্যু ঝুঁকি হ্রাস পায়
- শিশু স্বাভাবিকভাবে বেড়ে ওঠার সুযোগ পায় ও মানসিক বিকাশ নিশ্চিত হয়
- মা তার সন্তানকে পুরো ২ বছর বুকের দুধ খাওয়ানোর সুযোগ পায়। ফলে মায়ের গর্ভধারণের সম্ভাবনা কমে যায়

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য ও গুরুত্ব দেখিয়ে দিন।

প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনায় সেবা প্রদানকারীদের করণীয়, সেবার সময়কাল ও সময় বিভাজন এবং পদ্ধতিসমূহ সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ধারণা যাচাই করুন। এরপর স্লাইড-৩.১/ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড-৩.২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৩.১/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার সেবার সময়কাল ও সময় বিভাজন

স্লাইড-৩.২/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ

গ. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনায় সেবা প্রদানকারীর করণীয় ও সেবায় কাউন্সেলিং (১৫ মিনিট)

উল্লেখ করুন আমরা পূর্ববর্তী সেশনগুলোতে পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত জেনেছি এখন প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার সেবায় সেবা প্রদানকারীর করণীয় ও কাউন্সেলিং সম্পর্কে জানব।

প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যেককে একটি করে নীল ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ড, একটি মার্কার দিন। প্রত্যেককে নীল ভিআইপিপি কার্ডে প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহের একটি সুবিধা ও গোলাপী ভিআইপিপি কার্ডে প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার জন্য গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং এর সময় কি কি তথ্য দিবেন তার একটি লিখতে বলুন। লিখিত ভিআইপিপি কার্ড সংগ্রহ করে খালি ফ্লিপপেপারে মাস্কিং টেপ দিয়ে সঁটিয়ে দিন। এরপর একে একে নীচের স্লাইড/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে দিবেন।

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনায় সেবা প্রদানকারীর করণীয়

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের সুবিধা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি কাউন্সেলিং এর সময় প্রদেয় তথ্য

প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণার সাথে স্লাইড-৪, ৫ ও ৬ এর মিল আছে সেটা বলুন। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ধন্যবাদ দিন। (সেবা প্রদানকারীর করণীয়, পদ্ধতিসমূহের সুবিধা ও পদ্ধতি কাউন্সেলিং এর সময় যে তথ্য দিতে হবে; এসবের কিছু কথা স্লাইডে আছে যেগুলো কোন প্রশিক্ষণার্থী উল্লেখ করেন নাই; প্রশিক্ষক সেইগুলো আলোচনা করে বুঝিয়ে বলবেন।)

পাশাপাশি জুটি করুন। প্রত্যেক জুটিকে প্রসব পরবর্তী কাউন্সেলিং রোল প্লে শীট দিন ও নিজেদের মধ্যে আলোচনা করতে বলুন। এবার স্বতঃস্ফূর্তভাবে একটি জুটিকে রোল প্লে করতে বলুন। অন্যান্য প্রশিক্ষণার্থীদেরকে পর্যবেক্ষণ করতে বলুন; তাদের মতামত রোল প্লে শেষ করার পর ব্যক্ত করতে বলুন।

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে পরিবার পরিকল্পনা সেবার সাথে সমন্বিত সেবাসমূহ ও প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষের ভূমিকা নিয়ে সংক্ষেপে আলোচনা করুন।

ঘ. গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য, কাউন্সেলিং, পদ্ধতিসমূহ কখন শুরু করবে এবং সামাজিক ও স্বাস্থ্যগত উপযুক্ততা ও অনুপযুক্ততা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে একজন পর পর ধারাবাহিকভাবে পদ্মা, মেঘনা, যমুনা এই নদীর নাম বলতে বলুন। যে যেই নদীর নাম বলবে; তার নিজে বলা নামটি মনে রাখতে বলুন। এরপর পদ্মা, মেঘনা, যমুনা নামের তিনটি দল করুন। পদ্মা নদীর দলকে গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য ও পদ্ধতি সরবরাহের গুরুত্ব, মেঘনা নদীর দলকে গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার সেবার কাউন্সেলিং এর সময় যে তথ্য দিতে হবে, যমুনা নদীর দলকে গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ ও কখন শুরু করবে এবং সামাজিক ও স্বাস্থ্যগত উপযুক্ততা ও অনুপযুক্ততা সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদেরকে নিজ দলে আলোচনা করে লিখতে বলুন। প্রত্যেক দলকে বিষয় লিখিত ফ্লিপেপার ও মার্কার দিন। প্রত্যেক দল তার নিজের দলে একজন লেখক ও দলনেতা নির্বাচন করবে। লেখক দলের মতামত ফ্লিপেপারে লিখবে। এজন্য প্রত্যেক দল ৭ মিনিট সময় পাবে। এরপর প্রথমে পদ্মা দলের দলনেতা তার দলের মতামত উপস্থাপন করবে। এসময় মেঘনা ও যমুনা প্রশিক্ষার্থীরা শুনবে এবং পদ্মা দলের উপস্থাপনা শেষে বাকি দলের শ্রোতাররা তাদের মতামত উল্লেখ করবে ও কোন প্রশ্ন থাকলে জানতে চাইবে। এভাবে মেঘনা ও যমুনা দল পর পর উপস্থাপন করবে এবং পদ্মা দলের নিয়ম অনুসরণে মতামত ও প্রশ্নোত্তর পর্ব শেষ করবে। প্রত্যেক দল উপস্থাপনার জন্য পাঁচ মিনিট ও অবশিষ্ট দলের মতামত ও প্রশ্নোত্তর পর্বের জন্য পাঁচ মিনিট করে সময় নিবে। এরপর প্রশিক্ষক সবাইকে ধন্যবাদ দিবেন ও একে একে নীচের স্লাইড/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার উদ্দেশ্য এবং পদ্ধতি সরবরাহের গুরুত্ব

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার সেবার কাউন্সেলিং এর সময় প্রদেয় তথ্য

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - গর্ভপাত ও এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতিসমূহ ও কখন শুরু করবে

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

প্রসব পরবর্তী কাউন্সেলিং কেস স্টাডি রোল প্লে শীট

ফারিয়া একজন গৃহবধু। বয়স ২৪ বছর। তার দুইমাস বয়সী ছোট ছেলেকে প্রথম টিকা দিতে সেবাকেন্দ্রে এসেছে। তার প্রথম সন্তানের বয়স দুই বছর। তার বাড়িতে প্রসব হয়েছে। সে শিশুকে বুকের দুধ দেয় এবং প্রসবের পর তার মাসিক বন্ধ আছে। সে প্রথম সন্তান হওয়ার পর অনিয়মিতভাবে খাবার বড়ি ব্যবহার করতো; তার স্বামী দোকান চালায়। সে বা তার স্বামী কেউই কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেয় নাই।

- এখন ফারিয়াকে কোথায়, কিভাবে কাউন্সেলিং করবেন ও কি কি তথ্য দিবেন?

সেশন - ১: প্রসব পরবর্তী ও গর্ভপাত বা এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বাংলাদেশে প্রসব পরবর্তী প্রথম বছরে মায়েদের পরিবার পরিকল্পনার অপূরণীয় চাহিদা শতকরা ৬০ ভাগ, যা স্বাভাবিক মহিলাদের পরিবার পরিকল্পনার অপূরণীয় চাহিদার চেয়ে প্রায় ৬ গুণ বেশি।
২. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা (PPFP) সেবার সময়কাল গর্ভফুল বের হওয়ার পর হতে ২ বৎসর পর্যন্ত।
৩. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা গর্ভফুল বের হবার পরবর্তী ৩০ মিনিটের মধ্যে নেওয়া যায় তাকে গর্ভফুল বের হওয়ার পরবর্তী সময় বা Post-Placental পরিবার পরিকল্পনা বলে।
৪. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা প্রসবের ১০ মিনিট পর থেকে পরবর্তী ৪৮ ঘন্টার মধ্যে নেওয়া যায় তাকে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী সময় বা Immediate Postpartum পরিবার পরিকল্পনা বলে।
৫. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা প্রসবের ৪৮ ঘন্টার পর থেকে ১২ সপ্তাহ পর্যন্ত নেওয়া যায় তাকে নিকটবর্তী প্রসব পরবর্তী সময় বা Early Postpartum পরিবার পরিকল্পনা বলে।
৬. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা প্রসবের ৬ সপ্তাহের পর থেকে ১ বছর পর্যন্ত নেওয়া যায় তাকে বর্ধিত প্রসব পরবর্তী সময় বা Extended Postpartum পরিবার পরিকল্পনা বলে।
৭. গর্ভপাত বা এমআর এর ২-৪ সপ্তাহের মধ্যেই তিনি আবার গর্ভবতী হয়ে পড়তে পারেন।
৮. কোনো মহিলা যেদিন থেকে মিফেপ্রিস্টন শুরু করবেন সেদিন থেকেই কনডম এবং সকল হরমোনাল পদ্ধতি (খাবার বড়ি, ইনজেকশন, ইমপ্ল্যান্ট) ব্যবহার করতে পারবেন।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা (PPFP) সেবার সময়কাল গর্ভফুল বের হওয়ার পর হতে ২ বৎসর পর্যন্ত। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা (PPFP) সেবার সময়কাল গর্ভফুল বের হওয়ার পর হতে ১ বৎসর পর্যন্ত।

২. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা গর্ভফুল বের হবার পরবর্তী ৩০ মিনিটের মধ্যে নেওয়া যায় তাকে গর্ভফুল বের হওয়ার পরবর্তী সময় বা Post-Placental পরিবার পরিকল্পনা বলে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা গর্ভফুল বের হবার পরবর্তী ১০ মিনিটের মধ্যে নেওয়া যায় তাকে গর্ভফুল বের হওয়ার পরবর্তী সময় বা Post-Placental পরিবার পরিকল্পনা বলে।

৩. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা প্রসবের ১০ মিনিট পর থেকে পরবর্তী ৪৮ ঘন্টার মধ্যে নেওয়া যায় তাকে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী সময় বা Immediate Postpartum পরিবার পরিকল্পনা বলে। (স)

৪. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা প্রসবের ৪৮ ঘন্টার পর থেকে ১২ সপ্তাহ পর্যন্ত নেওয়া যায় তাকে নিকটবর্তী প্রসব পরবর্তী সময় বা Early Postpartum পরিবার পরিকল্পনা বলে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা প্রসবের ৪৮ ঘন্টার পর থেকে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত নেওয়া যায় তাকে নিকটবর্তী প্রসব পরবর্তী সময় বা Early Postpartum পরিবার পরিকল্পনা বলে।

৫. প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা প্রসবের ৬ সপ্তাহের পর থেকে ১ বছর পর্যন্ত নেওয়া যায় তাকে বর্ধিত প্রসব পরবর্তী সময় বা Extended Postpartum পরিবার পরিকল্পনা বলে। (স)

৬. গর্ভপাত ও এমআর এর ২-৪ সপ্তাহের মধ্যেই তিনি আবার গর্ভবতী হতে পারেন। (স)

৭. কোনো মহিলা যেদিন থেকে মিসেপ্ৰিস্টিন শুরু করবেন সেদিন থেকেই কনডম এবং সকল হরমোনাল পদ্ধতি (খাবার বড়ি, ইনজেকশন, ইমপ্ল্যান্ট) ব্যবহার করতে পারবেন। (স)

আইইউডি টিউবেকটমি

কোন সময় দেয়া যাবে না

সেশন - ২: বুকের দুধ খাওয়ানো এবং জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বুকের দুধ খাওয়ানো নির্ভর জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিত বলতে পারবেন
- জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি সম্পর্কিত তথ্য ও করণীয় ব্যাখ্যা করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১২.৩, ১২.৪, ১২.৫
- কেস স্টাডি শিট

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	বুকের দুধ খাওয়ানো ও নিরাপদকাল নির্ভর জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি এবং জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	ল্যাম কি, কিভাবে কাজ করে, ল্যাম ও বুকের দুধ খাওয়ানোর মধ্যে পার্থক্য, কাদের জন্য প্রযোজ্য, কার্যকারিতা, সুবিধা, সীমাবদ্ধতা, গ্রহীতার জন্য নির্দেশনা	১৫	কেস স্টাডি, জুটিতে কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি কি ও কোন পরিস্থিতিতে ব্যবহার করা যায়, পদ্ধতিসমূহ কি কি ও কিভাবে কাজ করে, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, কার্যকারিতা, সর্তকতা; ইসিপি ব্যবহারের পর ভবিষ্যৎ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের পছন্দসমূহ	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক সেশন - ২ঃ বুকের দুধ খাওয়ানো এবং জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি পড়ুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল

বিষয়গুলো লিখে রাখুন

সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন

লাল দল ও সবুজ দল নামের দুইটি ফ্লিপপেপার প্রস্তুত করুন।

লাল দলের ফ্লিপপেপার - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি কি ও কোন পরিস্থিতিতে ব্যবহার করা যায়, পদ্ধতিসমূহ কি কি

সবুজ দলের ফ্লিপপেপার - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি, কোনটি কিভাবে কাজ করে, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, কার্যকারিতা, সর্তকতা

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন এর স্লাইডসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম কিভাবে কাজ করে

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম ও বুকের দুধ খাওয়ানোর মধ্যে পার্থক্য

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম কাদের জন্য প্রযোজ্য ও কার্যকারিতা

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম এর সুবিধা ও সীমাবদ্ধতা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম গ্রহীতার জন্য নির্দেশনা

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি কি ও কোন পরিস্থিতিতে ব্যবহার করা যায়

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতিসমূহ কি কি

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ বড়ি, কিভাবে কাজ করে ও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া

স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি হিসেবে বড়ি খাওয়ার নির্দেশনা

স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট - ইসিপি ব্যবহারের পর ভবিষ্যৎ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের পছন্দসমূহ

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. ল্যাম কি, কিভাবে কাজ করে, ল্যাম ও বুকের দুধ খাওয়ানোর মধ্যে পার্থক্য, কাদের জন্য প্রযোজ্য, কার্যকারিতা, সুবিধা, অসুবিধা, সীমাবদ্ধতা, গ্রহীতার জন্য নির্দেশনা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন- বুকের দুধ খাওয়ানোর মাধ্যমে জন্মনিয়ন্ত্রন করা যায় কি না, একজন মহিলা কখন ও কিভাবে এই পদ্ধতিতে জন্মনিয়ন্ত্রন করতে পারেন, এই পদ্ধতি কতটা কার্যকরী এবং কতদিন পর্যন্ত কার্যকর থাকে; প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা গুলো মন দিয়ে শুনুন ও মনে রাখুন;

এ পর্যায়ে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে যে তথ্য দিবেন---

এটাকে কি পদ্ধতি বলে: বুকের দুধ খাওয়ানো নির্ভর জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি বা ল্যাকটেশনাল অ্যামেনোরিয়া মেথড বা ল্যাম (Lactational Amenorrhoea Method -LAM) একটি প্রাকৃতিক জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি।

‘ল্যাম’ হচ্ছে এমন এক জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি যেখানে বুকের দুধ খাওয়ানোর ধরনের উপর নির্ভর করে গর্ভধারণ প্রতিরোধ করা হয়।

বুকের দুধ খাওয়ানোকে দুইভাগে ভাগ করা যায়

১. শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো-কখনও পানি, তরল এবং অন্য যে কোনো খাবার না খাওয়ানো।

২. বুকের দুধ খাওয়ানো-মাঝে মাঝে ভিটামিন, পানি, ফলের রস বা অন্যান্য খাবার খাওয়ানো।

এবার এক এক করে নীচের স্লাইডগুলো দেখিয়ে আলোচনা করুন;

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম কিভাবে কাজ করে,

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম ও বুকের দুধ খাওয়ানোর মধ্যে পার্থক্য

স্লাইড-৩ দেখানোর পর প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুনঃ

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম কাদের জন্য প্রয়োজ্য ও কার্যকারিতা শর্ত এবং হার

এবার এই পদ্ধতির সুবিধা, অসুবিধা এবং এই পদ্ধতি কোনো মা নিতে চাইলে মাকে কি কি বিষয় মেনে চলতে হবে সে সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন ও নীচের স্লাইড দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম এর সুবিধা, অসুবিধা, সীমাবদ্ধতা

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - ল্যাম গ্রহীতার জন্য নির্দেশনা

স্লাইডগুলো দেখিয়ে আলোচনার শেষে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন-

- সঠিকভাবে ব্যবহার করলে ল্যাম ৯৮% এর বেশি কার্যকর
- ল্যাম সহজলভ্য এবং জটিলতা ছাড়া ব্যবহার করা যায়
- মহিলাদের আধুনিক পদ্ধতিসমূহের কাউন্সেলিং করার সময় ল্যাম সম্পর্কে বলা উচিত
- সমীক্ষায় দেখা গেছে, যে সকল মহিলারা কখনও আধুনিক পদ্ধতি ব্যবহার করেন না তাদের কাছে ল্যাম পছন্দনীয়
- সমীক্ষায় এটাও দেখা গেছে, ল্যাম ব্যবহারকারী মহিলারা পরবর্তীতে অন্যান্য পদ্ধতি গ্রহণ করেন

ল্যাম সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের যথেষ্ট ধারণা আছে; তাদের ধন্যবাদ দিন।

গ. জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি কি ও কোন পরিস্থিতিতে ব্যবহার করা যায়, পদ্ধতিসমূহ কি কি ও কিভাবে কাজ করে, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, কার্যকারিতা, সর্তকতা এবং জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি ব্যবহারের পর ভবিষ্যৎ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের পছন্দসমূহ (২০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান যে আমাদের জাতীয় পতাকার রঙ কি; সবাই বলবে লাল ও সবুজ। এখন একজন পর পর ধারাবাহিকভাবে লাল, সবুজ বলতে বলুন। তার নিজে বলা রঙটি মনে রাখতে বলুন। এরপর লাল ও সবুজ নামের দুইটি দল করুন। লাল দলকে জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি কি ও কোন পরিস্থিতিতে ব্যবহার করা যায়, পদ্ধতিসমূহ কিকি এবং সবুজ দলকে জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি কোনটি কিভাবে কাজ করে, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, কার্যকারিতা, সর্তকতা লিখিত ফ্লিপ পেপার ও মার্কার দিন। উল্লেখিত বিষয় সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে নিজ দলে আলোচনা করে লিখতে বলুন। প্রত্যেক দল তার নিজের দলে একজন লেখক ও একজন দলনেতা নির্বাচন করবে। লেখক দলের মতামত ফ্লিপপেপারে লিখবে, এজন্য প্রত্যেক দল ১০ মিনিট সময় পাবে, এরপর প্রথমে লাল দলের দলনেতা তার দলের মতামত উপস্থাপন করবে, এসময় সবুজ দলের প্রশিক্ষণার্থীরা শুনবে ও লাল দলের উপস্থাপনা শেষে সবুজ দলের শ্রোতারা তাদের মতামত উল্লেখ করবে ও কোন প্রশ্ন থাকলে জানতে চাইবে। এরপর সবুজ দল উপস্থাপন করবে ও লাল দলের নিয়ম অনুসরণে মতামত ও প্রশ্নোত্তর পর্ব শেষ করবে। প্রত্যেক দল উপস্থাপনার জন্য পাঁচ মিনিট ও অপর দলের মতামত ও প্রশ্নোত্তর পর্বের জন্য পাঁচ মিনিট করে সময় নিবে। এরপর প্রশিক্ষক সবাইকে ধন্যবাদ দিবেন ও একে একে নীচের স্লাইড/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করবেন।

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি কি ও কোন পরিস্থিতিতে ব্যবহার করা যায়

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতিসমূহ কিকি

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ বড়ি, কিভাবে কাজ করে ও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া

স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি হিসেবে বড়ি খাওয়ার নির্দেশনা

স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট - ইসিপি ব্যবহারের পর ভবিষ্যৎ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের পছন্দসমূহ

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ২: বুকের দুধ খাওয়ানো এবং জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. ল্যাকটেশনাল অ্যামেনোরিয়া মেথড (ল্যাম) একটি প্রাকৃতিক জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি, যেখানে বুকের দুধ খাওয়ানোর ধরনের উপর নির্ভর করে, ডিম্বস্ফুটনে বাধা দেয়ার মাধ্যমে গর্ভধারণ প্রতিরোধ করা হয়।
২. ল্যামকে প্রসব পরবর্তী সময়ে অন্য কোনো আধুনিক পদ্ধতি গ্রহণের সিদ্ধান্তের জন্য যথেষ্ট সময় পাওয়া যায়। এজন্য একে Gateway method ও বলা হয়।
৩. যদি বাচ্চা দিনে ৬-১০ বার দুধ খায় বা সারা রাত ঘুমায় না, তবে ল্যাম-এর কার্যকারিতা কমে যায়।
৪. আইইউডি সবচেয়ে কম কার্যকরী জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি।
৫. মিশ্র খাবার বড়ির ক্ষেত্রে ১২০ ঘণ্টার মধ্যে ১ম ডোজ অবশ্যই খেতে হবে কিন্তু ৭২ ঘণ্টার মধ্যে খাওয়া উত্তম।
৬. ইসিপি গ্রহণের পূর্বে একাধিকবার সহবাসের ক্ষেত্রে একজন মহিলাকে তার একটি মাসিক চক্রের মধ্যে ১ম অরক্ষিত সহবাস ঘটানোর পরবর্তী ১২০ ঘণ্টা গণনার মধ্যে আনতে হবে।
৭. ইসিপি অরক্ষিত সহবাসের পর যত তাড়াতাড়ি খাওয়া হবে তত বেশি অকার্যকর হয়।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. ল্যাকটেশনাল অ্যামেনোরিয়া মেথড (ল্যাম) একটি প্রাকৃতিক জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি, যেখানে বুকের দুধ খাওয়ানোর ধরনের উপর নির্ভর করে, ডিম্বস্ফুটনে বাধা দেয়ার মাধ্যমে গর্ভধারণ প্রতিরোধ করা হয়। (স)
২. ল্যামকে প্রসব পরবর্তী সময়ে অন্য কোনো আধুনিক পদ্ধতি গ্রহণের সিদ্ধান্তের জন্য সময় পাওয়া যায়। এজন্য একে Gateway method ও বলা হয়। (স)
৩. যদি বাচ্চা দিনে ৬-১০ বার দুধ খায় বা সারা রাত না ঘুমায়, তবে ল্যাম-এর কার্যকারিতা কমে যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

যদি বাচ্চা দিনে ৬-১০ বার দুধ না খায় বা সারা রাত ঘুমায়, তবে ল্যাম-এর কার্যকারিতা কমে যায়।

৪. আইইউটি সবচেয়ে কম কার্যকরী জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউটি সবচেয়ে কার্যকরী জরুরি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি।

৫. মিশ্র খাবার বড়ির ক্ষেত্রে ১২০ ঘণ্টার মধ্যে ১ম ডোজ অবশ্যই খেতে হবে। (স)
৬. জরুরি জন্মবিরতিকরণ বড়ি গ্রহণের পূর্বে একটি মাসিক চক্রের মধ্যে একাধিকবার সহবাসের ক্ষেত্রে একজন মহিলাকে তার ১ম অরক্ষিত সহবাস ঘটানোর পরবর্তী ১২০ ঘণ্টা গণনার মধ্যে আনতে হবে। (স)
৭. জরুরি জন্মবিরতিকরণ বড়ি অরক্ষিত সহবাসের পর যত তাড়াতাড়ি খাওয়া হবে তত বেশি অকার্যকর হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

জরুরি জন্মবিরতিকরণ বড়ি অরক্ষিত সহবাসের পর যত তাড়াতাড়ি খাওয়া হবে তত বেশি কার্যকর হয়।

মডিউল ১৩

বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে কিশোর কিশোরী সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয় বলতে পারবেন
- বাংলাদেশে যে সকল দম্পতির স্বামী/স্ত্রী বাড়ি থেকে দূরে থাকেন সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয় বলতে পারবেন
- বাংলাদেশে প্রতিবন্ধী ব্যক্তি সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয় বলতে পারবেন
- ফিস্টুলা রোগীর পরিবার পরিকল্পনা সেবা সম্পর্কে বলতে পারবেন
- দূর্যোগকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা সম্পর্কে বলতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবায় যৌনতা সম্পর্কে বলতে পারবেন

সময়: ২ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১৩ বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতা

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	বাংলাদেশে কিশোর কিশোরী সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয়	২৫	উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	বাংলাদেশে যে সকল দম্পতির স্বামী/স্ত্রী বাড়ি থেকে দূরে থাকেন সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয়	১৫	
ঘ.	বাংলাদেশে প্রতিবন্ধী ব্যক্তি সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয়	৩০	
ঙ.	ফিস্টুলা রোগীর পরিবার পরিকল্পনা সেবা	১০	
চ.	দূর্যোগকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা	১০	
ছ.	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় যৌনতা ও জেডার	১৫	
জ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		১২০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক পড়ুন।
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- লাল দল ও সবুজ দল নামের দুইটি ফ্লিপেপার প্রস্তুত করুন।
- লাল দলের ফ্লিপেপার - বাংলাদেশে কি কি ধরনের দুর্যোগ ঘটে ও দুর্যোগকালীন সময়ে নারীদের গর্ভধানের ঝুঁকি
- সবুজ দলের ফ্লিপেপার - বাংলাদেশে দুর্যোগ কালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা ব্যহত হওয়ার কারন ও করণীয়

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২.১/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে কিশোর-কিশোরীদের অবস্থা

স্লাইড-২.২/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে কিশোর-কিশোরীদের বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতা হওয়ার কারন

স্লাইড-২.৩/ফ্লিপচার্ট - কিশোর-কিশোরী গ্রহীতাদের পরিবার পরিকল্পনা

স্লাইড-২.৪/ফ্লিপচার্ট - কিশোর-কিশোরী গ্রহীতাদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কিত তথ্য ও উপযুক্ততা

স্লাইড-২.৫/ফ্লিপচার্ট - কিশোর-কিশোরী গ্রহীতাদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে সেবাদানকারীর করণীয়

স্লাইড-২.৬/ফ্লিপচার্ট - কিশোর-কিশোরী গ্রহীতাদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে মাঠকর্মীর করণীয়

স্লাইড-৩.১/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে পরস্পর থেকে দূরে থাকা দম্পতিদের অবস্থা

স্লাইড-৩.২/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে পরস্পর থেকে দূরে থাকা দম্পতিদের জন্য করণীয়

স্লাইড-৩.৩/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে পরস্পর থেকে দূরে থাকা দম্পতিদের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানে অনুসরণযোগ্য

নির্দেশনা

স্লাইড-৪.১/ফ্লিপচার্ট - প্রতিবন্ধী ব্যক্তির সংজ্ঞা

স্লাইড-৪.২/ফ্লিপচার্ট - ইউএনসিআরপিডি

স্লাইড-৪.৩/ফ্লিপচার্ট - প্রতিবন্ধিতা বিষয়ক অবস্থা-বাংলাদেশ

স্লাইড-৪.৪/ফ্লিপচার্ট - সেবাদানের জন্য প্রতিবন্ধী ব্যক্তির সাথে যোগাযোগ কৌশল

স্লাইড-৪.৫/ফ্লিপচার্ট - প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা

স্লাইড-৪.৬/ফ্লিপচার্ট - ফিস্টুলা রোগীর জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা

স্লাইড-৫.১/ফ্লিপচার্ট - দুর্যোগ কি এবং কত ধরনের দুর্যোগ বাংলাদেশে ঘটে থাকে

স্লাইড-৫.২/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে দুর্যোগ কালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা ও স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের কর্মকর্তা ও কর্মচারীদের করণীয়

স্লাইড-৫.৩/ফ্লিপচার্ট - দুর্যোগকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা সম্পর্কে পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরাধীন মাঠ পর্যায়ের কর্মকর্তা ও কর্মচারীদের করণীয়

স্লাইড-৬.১/ফ্লিপচার্ট - সেক্স ও যৌনতা

স্লাইড-৬.২/ফ্লিপচার্ট - সেক্স ও জেডারের মধ্যে পার্থক্য

স্লাইড-৬.৩/ফ্লিপচার্ট - জেডার ভূমিকা

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন উত্তর শীট
পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. কিশোর-কিশোরী সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয় বলতে পারবেন (২৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন- বাংলাদেশে কিশোর-কিশোরী কাদেরকে বলে; বাংলাদেশে এদের সংখ্যা কত; বাংলাদেশে এদের প্রতি বিশেষ গুরুত্ব দেওয়ার কারণ কি; এদেরকে কিভাবে পরিবার পরিকল্পনা সেবা দেয়া যায় এবং সেবাদানকারীর করণীয় কি।

প্রশিক্ষার্থীদের মতামত মন দিয়ে শুনুন ও ফ্লিপপেপারে লিখুন।

এরপর একে একে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ২.১ থেকে ২.৬ দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

গ. যে সকল দম্পতির স্বামী/স্ত্রী বাড়ি থেকে দূরে থাকেন সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয় বলতে পারবেন (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন-

- বাংলাদেশে যে সকল দম্পতি স্বামী/স্ত্রী পরস্পর থেকে দূরে থাকেন তাদের সংখ্যা কত
- তাদের প্রতি বিশেষ গুরুত্ব দেওয়ার কারণ কি
- এদের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা কিভাবে দেওয়া যেতে পারে ও উপযুক্ত পদ্ধতিসমূহ কি কি
- এদের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা দানে সেবাদানকারী হিসাবে আমাদের কি ভূমিকা।

প্রশিক্ষার্থীদের মতামত মন দিয়ে শুনুন ও ফ্লিপপেপারে লিখুন।

এরপর একে একে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ৩.১ থেকে ৩.৩ দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

বাংলাদেশে প্রতিবন্ধী ব্যক্তি সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয় বলতে পারবেন
ফিস্টুলা রোগীর জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা

এরপর একে একে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ২.২ থেকে ২.৬, ৩.২, ৩.৩, ৪.২, ৪.৩ পর্যন্ত দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

ঘ. বাংলাদেশে প্রতিবন্ধী ব্যক্তি সম্পর্কিত তথ্য, তাদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং গ্রহীতাদের সেবা দানে করণীয় (৩০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন-

- প্রতিবন্ধী ব্যক্তি বলতে কি বুঝেন এবং সমাজে প্রতিবন্ধী ব্যক্তি সম্পর্কে কি ধরনের কুসংস্কার/মিথ প্রচলিত
- বাংলাদেশে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের অবস্থা এবং তাদের সংখ্যা কত

প্রশিক্ষার্থীদের মতামত মন দিয়ে শুনুন ও ফ্লিপপেপারে লিখুন।

এরপর স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ৪.১ থেকে ৪.৩ দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

নীচের বিষয়ে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন

- প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের সাথে কিভাবে যোগাযোগ করবেন
- এদের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা ও উপযুক্ত পদ্ধতিসমূহ কি কি

প্রশিক্ষার্থীদের মতামত মন দিয়ে শুনুন ও ফ্লিপপেপারে লিখুন।

এরপর একে একে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ৪.৪ থেকে ৪.৫ দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. ফিস্টুলা রোগীর জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা (১০ মিনিট)

ফিস্টুলা রোগীর জন্য কিভাবে পরিবার পরিকল্পনা সেবা দেয়া যায় ও তাদের জন্য কোন পদ্ধতি উপযুক্ত সে সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন

এরপর স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ৪.৬ দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

চ. দূর্যোগকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা (১০ মিনিট)

দূর্যোগ কি, বাংলাদেশে দূর্যোগ কালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানে কি করা যেতে পারে ও পরিবার পরিকল্পনা ও স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের কর্মকর্তা, মাঠ পর্যায়ে কর্মকর্তা ও কর্মচারীদের করণীয় সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন

প্রশিক্ষার্থীদের মতামত মন দিয়ে শুনুন ও ফ্লিপপেপারে লিখুন।

এরপর একে একে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ৫.১ থেকে ৫.৩ দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

ছ. পরিবার পরিকল্পনা সেবায় যৌনতা (১৫ মিনিট)

সেক্স, জেডার ও যৌনতা সম্পর্কে প্রশিক্ষার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।

এ পর্যায়ে বলুনঃ

যৌনতা একটি দৃষ্টিভঙ্গি বা আচরণ যা নারী ও পুরুষের মধ্যে বিদ্যমান। যৌনতা বলতে শুধুমাত্র যৌন আচরণ বা সহবাসকেই বুঝায় না। এটি নারী ও পুরুষের দৃষ্টিভঙ্গি যা পারস্পরিক সম্পর্ক যেমন: চাহিদা, প্রকাশের ভঙ্গি, সঙ্গীর সাথে আচরণ এবং সিদ্ধান্ত বাস্তবায়নের ক্ষেত্রেকে বহুভাবে প্রভাবিত করে। এককজনের যৌনতা একেক রকম; প্রত্যেকেই এক্ষেত্রে ভিন্নতার বৈশিষ্ট্য বহন করেন।

- গ্রহীতাগণকে তাদের যৌনতা সম্পর্কে আলোচনায় উদ্বুদ্ধ করার লক্ষ্যে, এ ব্যাপারে তাদের নিজস্ব পরিষ্টিতি ও মতকে বুঝতে হবে।
- যৌনতা প্রসঙ্গ অবতারণা কালে গ্রহীতাকে ব্যাখ্যা করতে হবে, সেবাদানকারী এ ব্যাপারে সেবাগ্রহীতাকে কেন প্রশ্ন করতে চান
- কাউন্সেলিং -এর সময় যা কিছুই আলোচনা তবে তা একান্তই দু'জনের মধ্যে এবং গোপনীয়তা রক্ষা করা হবে
- গ্রহীতা না চাইলে সব প্রশ্নের উত্তর দিতে হবে না
- গ্রহীতাকে এইচআইভি ও যৌনরোগ নিয়ে আলোচনার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করে বলতে হবে যে, প্রতি গ্রহীতার সাথেই এ ব্যাপারে আলাপ করা হয়

কাজেই সেবাদানকারী এ বিষয়ে অভিজ্ঞ হওয়া জরুরী; গ্রহীতার আচার আচরণ প্রকাশভঙ্গি এগুলোকে স্বাভাবিকভাবে নিতে হবে; সেবাদানকারী যদি মনে করেন গ্রহীতা যা বলছেন যেভাবে বলছেন এটা সাধারণের সাথে মিলছে না তাহলে সেবাদানে বিচারিক মনোভাব চলে আসবে এজন্য এসব বিষয়ে সেবাদানকারীকে সংবেদনশীল হতে হবে।

এই বিষয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামত থাকলে মন দিয়ে শুনুন ও ফ্লিপপেপারে লিখুন।

এরপর একে একে স্লাইড/ফ্লিপচার্ট ৬.১ থেকে ৬.৩ দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

জ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বাংলাদেশের প্রেক্ষাপটে সরকারি কার্যক্রমে কিশোর-কিশোরী গ্রহীতাদের জন্য জন্মবিরতিকরণের খাবার বড়ি, কনডম, ইমপ্ল্যান্ট উপযুক্ত পদ্ধতি হিসাবে স্বীকৃত।
২. বয়স্ক মহিলাদের বেলায় যে যে মেডিক্যাল কারণ প্রযোজ্য এর প্রায় সবই কিশোরীদের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য।
৩. ড্রপ আউট কমাতে হলে কিশোরীকে পদ্ধতি ব্যবহারের নিয়ম ও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া করণীয় কী তা বুঝিয়ে বলতে হবে
৪. পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরীয় মাঠকর্মীগণ যে সকল দম্পতির স্বামী /স্ত্রী বাড়ি থেকে দূরে অবস্থান করেন তাদের তাঁদেরকে জন্মবিরতিকরণ সামগ্রী বিতরণ করেন না।
৫. যৌনতা একটি অভিব্যক্তি যা দ্বারা মানুষ নিজেকে প্রকাশ করে।
৬. সকল অস্থায়ী পদ্ধতি ফিস্টুলা গ্রহীতার জন্য বা তার স্বামীর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. কোন শারীরিক সমস্যা না থাকলেও কিশোর-কিশোরীদের স্থায়ী পদ্ধতি দেয়া যাবে না। (স)
২. যৌনতা একটি অভিব্যক্তি যা দ্বারা মানুষ নিজেকে প্রকাশ করে। (স)
৩. সকল অস্থায়ী পদ্ধতি ফিস্টুলা গ্রহীতার জন্য বা তার স্বামীর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি। (মি)

সঠিক উত্তর

স্থায়ী পদ্ধতি ফিস্টুলা গ্রহীতার জন্য বা তার স্বামীর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি।

মডিউল ১৪ বিবিধ

সেশন - ১: পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা

সেশন - ২: স্বাস্থ্যসেবায় স্বাস্থ্যসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা

সেশন - ৩: কার্ডিওপালমোনারী রিসাসসিটেশন

সেশন - ৪: মান সম্পন্ন সেবা

সেশন - ৫: পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা

সেশন - ৬: উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার

সেশন - ১: পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা বর্ণনা করতে পারবেন।
- পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা তা বলতে পারবেন
- পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

সময়: ১ ঘন্টা ৪৫ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায়ঃ ১৪ সেশন ১৪.১ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা
- পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা ও বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা
- বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা ও স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা
- পরিপত্রঃ স্থায়ী পদ্ধতি সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকায় প্রসব সন্তান সংখ্যা বিষয়ে বর্তমান নীতিমালার সংশোধনী প্রসঙ্গে স্মারক তারিখ ১৭/৪/২০১৭ ইং
- MEC wheel
- WHO MEC for contraceptive use
- PFP compendium

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা	৪৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা

গ.	বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা	৫০	
ঘ.	সারসংক্ষেপ	০৫	উপস্থাপনা
		১০৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক সেশনঃ ১৪.১ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা দেখুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অনুসরণে নোট রাখুন
- নীচের টেবিলগুলো ফটোকপি করে রাখুন
 - মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি- Tubectomy) সম্পাদনে উপযুক্ততার টেবিল -৫/৭ কপি
 - পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি (ভ্যাসেকটমি - Vasectomy) সম্পাদনে উপযুক্ততার টেবিল-৫/৭ কপি
 - বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার টেবিল--২ কপি

বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার টেবিলেটি তিনটি অংশে ভাগ করুন।

- প্রথম অংশ ১ থেকে ২.১০ পর্যন্ত -৫/৭ কপি
- দ্বিতীয় অংশ ৩ থেকে ৬.২ -৫/৭ কপি এবং
- তৃতীয় অংশ ৭ থেকে ১৩ পর্যন্ত -৫/৭ কপি

পরিপত্রঃ স্থায়ী পদ্ধতি সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকায় প্রসব সন্তান সংখ্যা বিষয়ে বর্তমান নীতিমালার সংশোধনী প্রসঙ্গে স্মারক তারিখ ১৭/৪/২০১৭ ইং কপি করে রাখুন (পর্যাপ্ত সংখ্যক)

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন সমূহ

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখন উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতার জন্য নিরাপদ, সঠিক ও কার্যকর পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি বাছাইকরণের বিশ্বব্যাপী বিবেচ্য বিষয়সমূহ

স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা

MEC wheel সংগ্রহ করে রাখুন (পর্যাপ্ত সংখ্যক)

PPFP compendium কপি সংগ্রহ করে রাখুন (পর্যাপ্ত সংখ্যক)

WHO MEC for contraceptive use link প্রস্তুত রাখুন

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা (৪৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের বলুন, সকল পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির নিরাপদ ও সঠিক ব্যবহার এবং কার্যকারিতা নির্ভর করে পদ্ধতিভিত্তিক উপযুক্ত গ্রহীতা বাছাইকরণের ওপর। ইচ্ছুক গ্রহীতা নির্দিষ্ট পদ্ধতি গ্রহণের জন্য যোগ্য কিনা এবং জটিলতার হার কমানো ও পদ্ধতিটির ব্যবহার অব্যাহত রাখা নিশ্চিত করতে সঠিকভাবে গ্রহীতা বাছাই করা অত্যন্ত জরুরি। গ্রহীতার জন্য নিরাপদ, সঠিক ও কার্যকর কোনো পদ্ধতি বাছাইকরণের ক্ষেত্রে বিশ্বব্যাপী যে বিষয়গুলি বিবেচনা করা হয় তা স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এরপর স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা বুঝিয়ে দিন।

এবার প্রশিক্ষণার্থীদের দুই জনের জুটি করে দিন। প্রতি জুটিকে একটি করে মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি - Tubectomy)

সম্পাদনে উপযুক্ততার টেবিল-এর ফটোকপি এবং পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি (ভ্যাসেকটমি - Vasectomy) সম্পাদনে উপযুক্ততার টেবিল-এর ফটোকপি দিন।

প্রশিক্ষণার্থীর সংখ্যা ১০ জন হলে

১ম জুটিকে টিউবেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ১-১.১০ পর্যন্ত

২য় জুটিকে টিউবেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ২-৫.১৪ পর্যন্ত বা বেশী হলে

৩য় জুটিকে টিউবেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ৬-১১.৪ পর্যন্ত

৪র্থ জুটিকে টিউবেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ১২-১৩.১১ পর্যন্ত

৫ম জুটিকে ভ্যাসেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ১-১৫ পর্যন্ত

প্রশিক্ষণার্থীর সংখ্যা ১০ জনের বেশী হলে একটি বা দুটি জুটিতে অতিরিক্ত একজনকে সংযুক্ত করুন

প্রশিক্ষণার্থীর সংখ্যা ১০ জনের কম হলে -

১ম জুটিকে টিউবেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ১-৪ পর্যন্ত

২য় জুটিকে টিউবেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ৫-৯ পর্যন্ত

৩য় জুটিকে টিউবেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ১০-১৩.১১ পর্যন্ত

৪র্থ জুটিকে ভ্যাসেকটমি টেবিল-এর ক্রমিক ১-১৫ পর্যন্ত

প্রত্যেক জুটিকে উল্লিখিত অংশ দুজনের মধ্যে আলোচনা করে সারমর্ম প্রস্তুত করতে বলুন। এজন্য ১০ মিনিট সময় দিন। প্রত্যেক জুটি

থেকে একজন সারমর্ম উপস্থাপন করবেন ও বাকি জুটির প্রশিক্ষণার্থীরা তা মনোযোগ শুনবেন, উপস্থাপনা শেষে কারো কোনো প্রশ্ন বা

মতামত বলবেন।

কিভাবে সারমর্ম প্রস্তুত করবেন সে ব্যাপারে প্রশিক্ষক সহায়তা করবেন; এজন্য দুইজন প্রশিক্ষক প্রয়োজন।

সারমর্মের নমুনা:

টিউবেকটমি টেবিল-এর ১.১ এর বাংলাদেশ জাতীয় পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে অনুসৃত সামাজিক মূল্যবোধ, রীতি-প্রথার প্রেক্ষিতে স্থায়ী পদ্ধতির অপারেশন এর জন্য মহিলাকে বিবাহিত হতে হবে এবং স্বামী সাথে থাকতে হবে, সক্ষম দম্পতি হতে হবে ও কমপক্ষে দুইটি জীবিত সন্তান থাকতে হবে।

এভাবে প্রত্যেক নম্বরের সারমর্ম করে উপস্থাপন করবেন।

গ. বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা (৫০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা আলোচনা করুন।

এবার প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তিনটি দলে ভাগ করুন।

বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার টেবিলটির প্রথম অংশ (১ থেকে ২.১০ পর্যন্ত ফটোকপি) ক দলকে, দ্বিতীয় অংশ (৩ থেকে ৬.২ পর্যন্ত ফটোকপি) খ দলকে এবং তৃতীয় অংশ (৭ থেকে ১৩ পর্যন্ত ফটোকপি) গ দলকে দিন। দলের প্রত্যেক সদস্যের হাতে নির্ধারিত অংশের ফটোকপি থাকবে।

প্রত্যেক দলকে তাদের নির্ধারিত অংশ পড়তে ও আলোচনা করতে বলুন।

এবার টেবিলটি মাল্টিমিডিয়াতে প্রদর্শন করুন ও প্রত্যেক দলকে সারমর্ম আকারে বলতে বলুন।

যেমনঃ বর্তমানে অবিবাহিত/বিধবা/ তালাক প্রাপ্ত/স্বামী থেকে পৃথক ----তাদেরকে বাংলাদেশের সামাজিকতা সাপেক্ষে কোন পদ্ধতি দেয়া যাবে না (গ্রহণযোগ্য নয়)

ঘ. সার সংক্ষেপ (০৫ মিনিট)

- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ২: স্বাস্থ্যসেবায় স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- কোভিড ১৯ সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- কোভিড ১৯ সংক্রমণের উপসর্গসমূহ বর্ণনা করতে পারবেন।
- কোভিড ১৯ সংক্রমিতের জন্য কারা বেশী ঝুঁকিপূর্ণ তা বলতে পারবেন
- কোভিড ১৯ সুরক্ষায় করণীয় ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- স্বাস্থ্যসেবায় স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা গুরুত্ব বলতে পারবেন
- বৈশ্বিক কোভিড-১৯ মহামারী চলাকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবা প্রদানের উপায় বলতে পারবেন

সময়: ৬০ মিনিট

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১৪ বিবিধ সেশন ১৪.২ স্বাস্থ্যসেবায় স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা
- কোভিড ১৯ এর সম্পর্কিত ভিডিও
- স্বাস্থ্যসেবার জন্য স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা সংক্রান্ত পোস্টার

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	স্বাস্থ্যসেবায় স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	কোভিড ১৯ কি, কিভাবে ছড়ায় উপসর্গ, কারা বেশী ঝুঁকিপূর্ণ এবং কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষায় সতর্কতা ও করণীয়	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, ভিডিও প্রদর্শন, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	স্বাস্থ্যসেবায় স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	বৈশ্বিক কোভিড-১৯ মহামারী চলাকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবা	১৫	উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অধ্যায় ১৪ বিবিধ সেশন ১৪.২ স্বাস্থ্যসেবায় স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা দেখুন
- পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি কি বলবেন তা প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- কোভিড ১৯: সাধারণ ধারণা, কোভিড ১৯: কিভাবে ছড়ায়, কোভিড ১৯: উপসর্গ, কোভিড ১৯: কারা বেশী ঝুঁকিপূর্ণ ও কোভিড ১৯: সুরক্ষায় করণীয় এই লেবেলিং লিখিত ফিল্ম পেপার প্রস্তুত করে রাখুন
- বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থার কোভিড প্রতিরোধের ভিডিও ব্যবহারযোগ্য কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন।

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন সমূহ

স্লাইড - ১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - স্বাস্থ্যসেবায় স্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধে করণীয়

স্লাইড - ৩/ফ্লিপচার্ট - কোভিড ১৯: সাধারণ ধারণা

স্লাইড - ৪/ফ্লিপচার্ট - কোভিড ১৯: কিভাবে ছড়ায়

স্লাইড - ৫/ফ্লিপচার্ট - কোভিড ১৯: উপসর্গ

স্লাইড - ৬/ফ্লিপচার্ট - কোভিড ১৯: কারা বেশী ঝুঁকিপূর্ণ

স্লাইড - ৭/ফ্লিপচার্ট - কোভিড ১৯: সুরক্ষায় করণীয়

স্লাইড - ৮/ফ্লিপচার্ট - বৈশ্বিক কোভিড-১৯ মহামারী চলাকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবার গুরুত্ব

স্লাইড - ৯/ফ্লিপচার্ট - স্বেচ্ছাসেবকর্মীর সঙ্গে কখন সরাসরি যোগাযোগ করতে হবে

স্লাইড - ১০/ফ্লিপচার্ট - সেবাপ্রদানকারীর জন্য সুপারিশ সমূহ

স্লাইড - ১১/ফ্লিপচার্ট - CCSDP এর Circular

স্লাইড - ১২/ফ্লিপচার্ট - কোভিড ১৯ টিকা সংক্রান্ত পরিপত্র

স্লাইড-১৩/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই প্রশ্ন-উত্তর শীট

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. কোভিড ১৯ কি, কিভাবে ছড়ায় উপসর্গ, কারা বেশী ঝুঁকি এবং কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষায় সর্তকতা ও করণীয় (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে কোভিড ১৯ কি, কিভাবে ছড়ায়, চিহ্ন ও লক্ষণ ও জটিলতা এবং প্রাথমিক ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে ধারণা যাচাই করুন।

তাদের মতামত কোভিড ১৯: সাধারণ ধারণা, কোভিড ১৯: কিভাবে ছড়ায়, কোভিড ১৯: উপসর্গ ও কোভিড ১৯: সংক্রমিতের ব্যবস্থাপনা এই লেবেলিং লিখিত ফিল্ম পেপারে লিখুন। এবার স্লাইড - ৩ থেকে ৬/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন কোভিড ১৯ প্রতিরোধে করণীয় সম্পর্কে এবং তাদেরকে বলুন যে স্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা মেনে চললে অনেকটাই কোভিড থেকে আমরা সুরক্ষা পেতে পারি। এই পর্যায়ে বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থার কোভিড প্রতিরোধে সাতটি ধাপ এই ভিডিওটি প্রদর্শন করুন ও স্লাইড - ৭/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

শ্বাস-প্রশ্বাস এবং হাঁচি-কাশির শিষ্টাচার সম্পর্কে বলুন।

মাস্ক ব্যবহারের নিয়ম ছবি দেখিয়ে দিন।

স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রের সাবধানতাসমূহ সম্পর্কে বলুন।

গ. স্বাস্থ্যসেবায় শ্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদের বলুন-

আমরা সংক্রমণ প্রতিরোধের শুরুতে আদর্শ সতর্কতামূলক পদক্ষেপ (Standard Precaution) জেনেছি যা গ্রহীতা এবং সেবাদানকারীর সংক্রমিত বস্তু যেমন রক্ত এবং অন্যান্য দেহরস এর সংস্পর্শে আসার ঝুঁকি কমায় এবং এর প্রক্রিয়াগুলো রোগ বিস্তার চক্রে বাধা দান করে এবং সেবাদানকারী ও সেবাহীতার মধ্যে সংক্রমণ বিস্তারের ঝুঁকি কমায়। এই Standard Precaution - এর একটি আবশ্যিকীয় ধাপ হচ্ছে শ্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা। বায়ুবাহিত অথবা লালা ও শ্লেষ্মিক ঝিল্লিতে বিদ্যমান জীবাণুসমূহ সাধারণত হাঁচি কাশির মাধ্যমে ছড়ায়/বিস্তার লাভ করে।

প্রশিক্ষার্থীদের জিজ্ঞেস করুন সেবাদানকারী এবং সেবাহীতা উভয়কেই এই ধরনের সংক্রমণ প্রতিরোধে কি কি প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করা উচিত। প্রশিক্ষার্থীদের মতামত ফ্লিপপেপারে লিখুন। এবার স্লাইড - ২/ফ্লিপচার্ট - স্বাস্থ্যসেবায় শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধে করণীয়: দেখিয়ে প্রশিক্ষার্থীদের মতামতের সাথে মিলিয়ে আলোচনা করুন।

স্বাস্থ্যসেবার জন্য শ্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা সংক্রান্ত পোস্টারটি দেখান ও আলোচনা করুন।

এই পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়ালের দুইটি চেকলিস্টের (সংক্রমণ প্রতিরোধ দক্ষতা চেকলিস্ট ও সংক্রমণ প্রতিরোধ মনিটরিং চেকলিস্ট) সঙ্গে প্রশিক্ষার্থীদের পরিচয় করিয়ে দিন এবং সংশ্লিষ্ট সেশনের সাথে সম্পর্কিত অংশের ব্যবহার পদ্ধতি শিখিয়ে দিন।

ঘ. বৈশ্বিক কোভিড-১৯ মহামারী চলাকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবা (১৫ মিনিট)

প্রশিক্ষার্থীদেরকে জিজ্ঞেস করুন বর্তমানে বৈশ্বিক কোভিড-১৯ মহামারী চলাকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনার গুরুত্ব এবং স্বাস্থ্যকর্মীর সঙ্গে গ্রহীতাকে কখন সরাসরি যোগাযোগ করতে হবে সেসম্পর্কে। এরপর স্লাইড -৮-১২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-১৩/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ২: স্বাস্থ্যসেবায় শ্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বায়ুবাহিত অথবা লালা ও শ্লেষ্মিক ঝিল্লিতে বিদ্যমান জীবাণুসমূহ সাধারণত হাঁচি কাশির মাধ্যমে ছড়ায়/বিস্তার লাভ করে না।
২. হাঁচি অথবা কাশি দেয়ার সময় নাক এবং মুখ টিস্যু দিয়ে অথবা বাহুর বাঁক দিয়ে ঢেকে নিতে হবে।
৩. করোনা ভাইরাস রোগ বা কোভিড-১৯ নব আবিষ্কৃত করোনা ভাইরাস এর একটি অসংক্রামক ব্যাধি।
৪. সাধারণত কোভিড-১৯ সংক্রমিত হওয়ার পাঁচ থেকে ছয়দিনের মধ্যে উপসর্গ প্রকাশ পায়; তবে এজন্য ১৪ দিন সময় লাগতে পারে।
৫. কাশি শিষ্টাচার মেনে চললে আমরা অন্যদেরকে কোভিড-১৯ ভাইরাস সংক্রমণ থেকে রক্ষা করতে পারবো।
৬. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য চোখে, নাকে ও মুখে হাত দেওয়া থেকে বিরত না থাকলেও হবে।
৭. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য নিয়মিতভাবে এবং সঠিকভাবে সাবান-পানি বা অ্যালকোহল মিশ্রিত হ্যান্ডরাব দিয়ে হাত ধুতে বা পরিষ্কার করতে হবে।
৮. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য হাঁচি কাশি হচ্ছে এমন লোকের থেকে কমপক্ষে আধা মিটার দূরত্ব বজায় রাখা।
৯. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা এবং অপ্রয়োজনীয় ঘোরাঘুরি এবং জনসমাবেশ এড়িয়ে চলাকে অভ্যাসে পরিণত করা।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. বায়ুবাহিত অথবা লালা ও মিউকাস ঝিল্লিতে বিদ্যমান জীবাণুসমূহ সাধারণত হাঁচি কাশির মাধ্যমে ছড়ায়/বিস্তার লাভ করে না।
(মি)

সঠিক উত্তর

বায়ুবাহিত অথবা লালা ও মিউকাস ঝিল্লিতে বিদ্যমান জীবাণুসমূহ সাধারণত হাঁচি কাশির মাধ্যমে ছড়ায়/বিস্তার লাভ করে।

২. হাঁচি অথবা কাশি দেয়ার সময় নাক এবং মুখ টিস্যু দিয়ে অথবা বাহুর বাঁক দিয়ে ঢেকে নিতে হবে। (স)
৩. করোনা ভাইরাস রোগ বা কোভিড-১৯ নব আবিষ্কৃত করোনা ভাইরাস এর একটি অসংক্রামক ব্যাধি। (মি)

সঠিক উত্তর

করোনা ভাইরাস রোগ বা কোভিড-১৯ নব আবিষ্কৃত করোনা ভাইরাস এর একটি সংক্রামক ব্যাধি।

৪. সাধারণত কোভিড-১৯ সংক্রমিত হওয়ার পাঁচ থেকে ছয়দিনের মধ্যে উপসর্গ প্রকাশ পায়; তবে এজন্য ১৪ দিন সময় লাগতে পারে। (স)
৫. কাশি শিষ্টাচার মেনে চললে আমরা অন্যদেরকে কোভিড-১৯ ভাইরাস সংক্রমণ থেকে রক্ষা করতে পারবো। (স)

৬. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য চোখে, নাকে ও মুখে হাত দেওয়া থেকে বিরত না থাকলেও হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য চোখে, নাকে ও মুখে হাত দেওয়া থেকে বিরত থাকতে হবে।

৭. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য নিয়মিতভাবে এবং সঠিকভাবে সাবান-পানি বা অ্যালকোহল মিশ্রিত হ্যান্ডরাব দিয়ে হাত ধুতে বা পরিষ্কার করতে হবে। (স)

৮. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য হাঁচি কাশি হচ্ছে এমন লোকের থেকে কমপক্ষে আধা মিটার দূরত্ব বজায় রাখা। (মি)

সঠিক উত্তর

কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য হাঁচি কাশি হচ্ছে এমন লোকের থেকে কমপক্ষে এক মিটার দূরত্ব বজায় রাখা

৯. কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা এবং অপ্রয়োজনীয় ঘোরাঘুরি এবং জনসমাবেশ এড়িয়ে চলাকে অভ্যাসে পরিণত করা। (স)

সেশন ৩: কার্ডিও পালমোনারী রিসাসসিটেশন (সিপিআর)

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- সি. পি. আর কি তা বলতে পারবেন।
- সি. পি. আর এর সি এ বি সম্পর্কে বর্ণনা করতে পারবেন।
- কার্ডিয়াক ম্যাসাজ কি ভাবে দিতে হয় তা প্রদর্শন করতে পারবেন।
- শ্বাস নালীর বাধা দূর করার পদ্ধতি প্রদর্শন করতে পারবেন।

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অধ্যায়ঃ ১৪.৩ কার্ডিও পালমোনারী রিসাসসিটেশন (সিপিআর)
- সি. পি. আর এর ভিডিও
- ম্যানিকিন
- [Tubal Ligation Handout #18: Sample Cardio Resuscitation Wallchart | fptraining.org](http://fptraining.org)

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	কার্ডিওপালমোনারী রিসাসসিটেশন		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	জীবন রক্ষার মৌলিক সহায়তা, সিপিআর এবং জীবন রক্ষার তিনটি মৌলিক দক্ষতা- সি এ বি	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	বুকে চাপ (Chest compression) দেয়া ও হৃদযন্ত্রের ম্যাসাজ বাধাপ্রাপ্ত শ্বাসনালী খোলা শ্বাস-প্রশ্বাস ঠিক করা	২০	প্রদর্শন ও অনুশীলন
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৪৫	

পূর্ব প্রস্তুতি

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখুন ও পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন তৈরী করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অনুসরণে নোট রাখুন
- সিপিআর-এর ভিডিও ব্যবহারযোগ্য কিনা তা পরীক্ষা করে দেখুন।
- মডেল ও আনুষঙ্গিক সামগ্রী প্রস্তুত রাখুন।

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - হৃৎপিণ্ড ও শ্বাসতন্ত্র পুনরুজ্জীবিত করার ক্ষেত্রে জরুরি চিকিৎসা পদ্ধতির অংশ

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - সিপিআর এর সি এ বি (CAB)

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - আক্রান্ত ব্যক্তির বুকে চাপ (Chest compression) এর পদ্ধতি

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - শ্বাসনালী (Airway) খুলে দেওয়ার পদ্ধতি

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - শ্বাসনালীর বাধা দূর করার পদ্ধতি

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - আক্রান্ত ব্যক্তির শ্বাস-প্রশ্বাস (Breathing) পরীক্ষা করার পদ্ধতি

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - হৃদযন্ত্র ম্যাসাজে কাজ হচ্ছে কিনা তা বোঝার উপায়

স্লাইড-৯/ফ্লিপচার্ট - হৃদযন্ত্রের ম্যাসাজ বিফল হওয়ার কারণ

স্লাইড-১০/ফ্লিপচার্ট - কার্যকরী ম্যাসাজ ও অক্সিজেন সরবরাহের পর হৃৎপিণ্ডের স্পন্দন স্বাভাবিক হতে পারে

স্লাইড-১১/ফ্লিপচার্ট - হৃৎপিণ্ডের কাজ তখনও বন্ধ থাকলে করণীয়

স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট - সিপিআর করার সময় বিশেষভাবে লক্ষণীয়

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. জীবন রক্ষার মৌলিক সহায়তা, সিপিআর এবং জীবন রক্ষার তিনটি মৌলিক দক্ষতা- সি এ বি (১০ মিনিট)

প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞাসা করুন

- সি.পি.আর শব্দ দ্বারা কি বুঝায়?
- কোন কোন ক্ষেত্রে সি. পি.আর প্রয়োজন হতে পারে?
- সিপিআর এর সি এ বি বলতে কি বুঝায়?

এবার স্লাইড ২ ও ৩ দেখিয়ে আলোচনা করুন।

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - হৃৎপিণ্ড ও শ্বাসতন্ত্র পুনরুজ্জীবিত করার ক্ষেত্রে জরুরি চিকিৎসা পদ্ধতির অংশ

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - সিপিআর এর সি এ বি

প্রশিক্ষণার্থীদের ভেতর কারও যদি সিপিআর প্রদানের অভিজ্ঞতা থাকে তা জানতে চান।

সিপিআর- এর ভিডিও দেখান এবং প্রয়োজনীয় আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে সি.পি.আর এবং

এর সি এ বি আলোচনা করুন।

গ. বুকে চাপ, বাধাপ্রাপ্ত শ্বাসনালী খোলা, শ্বাস-প্রশ্বাস ঠিক করা ও হৃদযন্ত্রের ম্যাসাজ (২০ মিনিট)

- এবার স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট থেকে -স্লাইড-১২/ফ্লিপচার্ট পর্যন্ত দেখান।
- মডেলে সিপিআর এর পদ্ধতি প্রদর্শন করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তিনজন করে দল করুন। প্রশিক্ষণার্থীর মোট সংখ্যা ১২ জন হলে চারটি দল হবে।
- প্রত্যেক দলকে একটি মডেল ও একটি সিপিআর এর হ্যান্ডআউট দিন।

- প্রত্যেক দলের ১ম জন হ্যান্ডআউট দেখে এক একটি কাজ পড়বেন, ২য় জন সেটা মডেলে করবেন এবং ২য় জনের করা ঠিক হচ্ছে কিনা তা ৩য় জন হ্যান্ডআউট মিলিয়ে দেখবেন। এভাবে তিনজনই অনুশীলন করবেন।
- প্রথমে একটি তিনজনের দলের কাজ প্রশিক্ষক নির্দেশনা দিয়ে করাবেন এবং বাকি দুইটি বা তিনটি দলের সকল প্রশিক্ষণার্থী সেটা দেখবেন। প্রথম দলের কাজ সম্পন্ন হওয়ার পর, বাকি দল কাজ শুরু করবেন; এইসময় প্রথম দলের সদস্যরা প্রশিক্ষকের নির্দেশ অনুসারে বাকি দলের কাজে সহায়তা করবেন।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন - ৩: কার্ডিও পালমোনারী রিসাসসিটেশন (সিপিআর)

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. সিপিআর এর এবিসি (CAB) হলো -

সি (C) - কমিউনিকেশন বা যোগাযোগ

এ (A) - এয়ারওয়ে বা শ্বাসনালি

বি (B) - ব্রিদিং বা শ্বাস-প্রশ্বাস

২. বাধাপ্রাপ্ত শ্বাসনালিকে খুলে দেয়া সিপিআর-এর একটি মৌলিক কাজ।

৩. আক্রান্ত ব্যক্তি শ্বাস-প্রশ্বাস না নিলে দ্রুত মাউথ টু মাউথ ব্রিদিং (Mouth to mouth breathing) দিতে হবে এবং এরপর প্রতি ১৫ সেকেন্ড পরপর দুইটি করে ব্রিদিং দিতে হবে।

৪. আক্রান্ত ব্যক্তির যদি রক্তচাপ কম থাকে, তাহলে রিদম অনুযায়ী হৃদযন্ত্রের ম্যাসাজ করেই যেতে হবে

৫. সিপিআর দেয়ায় সময় ১-২ মিনিট পর পর ৫ সেকেন্ড এর কম বিরতি দিয়ে ক্যারোটিড পালস এবং শ্বাস-প্রশ্বাস পরীক্ষা করে দেখতে হবে।

৬. সুস্থ ব্যক্তির উপর কার্ডিয়াক ম্যাসাজ অনুশীলন করা যাবে।

৭. কার্ডিয়াক ম্যাসাজ দিতে হলে একটি নরম জায়গায় রোগীকে চিৎ করে শোয়াতে হবে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. সিপিআর এর এবিসি (ABC) হলো -

- এ (A) - এয়ারওয়ে বা শ্বাসনালি (স)
- বি (B) - ব্রিদিং বা শ্বাস-প্রশ্বাস (স)
- সি (C) - কমিউনিকেশন বা যোগাযোগ (মি)

সঠিক উত্তর

সিপিআর এর এবিসি (ABC) হলো -

- এ (A) - এয়ারওয়ে বা শ্বাসনালি
- বি (B) - ব্রিদিং বা শ্বাস-প্রশ্বাস
- সি (C) – বুকে চাপ বা Chest compression

২. বাধাপ্রাপ্ত শ্বাসনালিকে খুলে দেয়া সিপিআর-এর একটি মৌলিক কাজ। (স)

৩. আক্রান্ত ব্যক্তি শ্বাস-প্রশ্বাস না নিলে দ্রুত মাউথ টু মাউথ ব্রিদিং (Mouth to mouth breathing) দিতে হবে এবং এরপর প্রতি ১৫ সেকেন্ড পরপর দুইটি করে ব্রিদিং দিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

আক্রান্ত ব্যক্তি শ্বাস-প্রশ্বাস না নিলে দ্রুত মাউথ টু মাউথ ব্রিদিং (Mouth to mouth breathing) দিতে হবে এবং এরপর প্রতি ৫ সেকেন্ড পরপর একটি করে ব্রিদিং দিতে হবে।

৪. যদি রক্তচাপ কম থাকে, তাহলে রিদম অনুযায়ী ম্যাসাজ করেই যেতে হবে (স)

৫. সিপিআর দেয়ায় সময় ১-২ মিনিট পর পর ৫ সেকেন্ড এর কম বিরতি দিয়ে ক্যারোটিড পালস এবং শ্বাস-প্রশ্বাস পরীক্ষা করে দেখতে হবে। (স)

৬. সুস্থ ব্যক্তির উপর কার্ডিয়াক ম্যাসাজ অনুশীলন করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

সুস্থ ব্যক্তির উপর কখনও কার্ডিয়াক ম্যাসাজ অনুশীলন করা যাবে না। কৃত্রিম মানব মূর্তির (Mannequin) উপর এই অনুশীলন করতে হয়।

৭. কার্ডিয়াক ম্যাসাজ দিতে হলে একটি নরম জায়গায় রোগীকে চিৎ করে শোয়াতে হবে।। (মি)

সঠিক উত্তর

কার্ডিয়াক ম্যাসাজ দিতে হলে একটি শক্ত জায়গায় রোগীকে চিৎ করে শোয়াতে হবে।

সেশন ৪: মান সম্পন্ন সেবা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- মান সম্পন্ন সেবা, মান উন্নয়নের গুরুত্ব ও মান সম্পন্ন সেবা প্রদান প্রক্রিয়া ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে মান সম্পন্ন সেবার মৌলিক উপাদানসমূহ এবং ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান বর্ণনাকরতে পারবেন।
- গ্রহীতার অধিকার এবং সেবাদানকারীর চাহিদাসমূহ বলতে পারবেন।

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল এর
 - অধ্যায় - ১৯ মান সম্পন্ন সেবা
 - পরিশিষ্ট -৩ পরিপত্র পৃষ্ঠাঃ ৩৯১
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অধ্যায়ঃ ১৪.৩ মান সম্পন্ন সেবা
- গ্রহীতার অধিকার লিখিত ফ্লিপপেপার
- সেবাদানকারীর চাহিদা লিখিত ফ্লিপপেপার

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	মান সম্পন্ন সেবা		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	মান সম্পন্ন সেবা, মান উন্নয়নের গুরুত্ব ও মান সম্পন্ন সেবা প্রদান প্রক্রিয়া এবং মান সম্পন্ন সেবার মৌলিক উপাদানসমূহ	১০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	গ্রহীতার অধিকার ও সেবাদানকারীর চাহিদা	১৫	দলীয় কাজ, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখুন ও পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন তৈরী করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন

- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অনুসরণে নোট রাখুন

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - মানসম্পন্ন সেবা প্রদান প্রক্রিয়া

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - সেবার মৌলিক উপাদানসমূহ

স্লাইড-৪.১/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান

স্লাইড-৪.২/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান: উপাদান

স্লাইড-৪.৩/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান: অনুক্রম

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতার অধিকার ও সেবাদানকারীর চাহিদা

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১ দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. মান সম্পন্ন সেবা, মান উন্নয়নের গুরুত্ব ও মান সম্পন্ন সেবা প্রদান প্রক্রিয়া এবং মান সম্পন্ন সেবার মৌলিক উপাদানসমূহ (১৫ মিনিট)

- মান সম্পন্ন সেবা, মান উন্নয়নের গুরুত্ব সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের কথা মন দিয়ে শুনুন, প্রয়োজনে ফ্লিপপেপারে লিখুন।

এপর্যায়ে বলুন:

মানসম্পন্ন সেবা (Quality of Care)

স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা সেবার ক্ষেত্রে সেবাদানকারীদের চাহিদা সঠিক সময়ে, সঠিক উপায়ে এবং নিরাপদভাবে সম্পাদনই হচ্ছে মানসম্পন্ন সেবা। স্থান, কাল, পাত্র, অবস্থান এবং পরিস্থিতি ভেদে কোয়ালিটি বা মানের সংজ্ঞা ভিন্ন হয়ে থাকে।

মান উন্নয়ন কেন গুরুত্বপূর্ণ

সেবাদানকেন্দ্র ও সেবাদানকারী কারো নিকটই নিম্নমানের কাজ কাম্য নয়। কোন কাজ সঠিকভাবে সম্পন্ন না হলে তা আবার করতে হয় এবং এর জন্য অতিরিক্ত সময়, শ্রম ও অর্থ অপচয় হয়। এছাড়াও সেবার মান খারাপ হলে গ্রহীতা জটিলতায় ভোগেন এবং অন্যরাও সেই সেবা গ্রহণ থেকে বিরত থাকেন। তাই সেবাদানকারী এবং সেবাদানকেন্দ্র থেকে মানসম্পন্ন সেবা প্রদান অত্যন্ত জরুরি।

- প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন, মান সম্পন্ন সেবা প্রদান প্রক্রিয়া কেমন করে চলমান থাকে।
- প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত নিন।
- এবার স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - মানসম্পন্ন সেবা প্রদান প্রক্রিয়া দেখিয়ে আলোচনা করুন;

- প্রশিক্ষণার্থীদের হাতে তিন রঙের তিনটি ভিপকার্ড দিন। প্রত্যেককে নিজ নিজ ভিপকার্ডের প্রতিটিতে একটি করে সেবার মৌলিক উপাদান লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে কার্ড গুলো প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ভিপবোর্ডে পিন দিয়ে পাশাপাশি লাগাতে বলুন। সহকারি প্রশিক্ষক উপাদানগুলি তিন সারিতে সাজিয়ে দিবেন।
- এবার স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - সেবার মৌলিক উপাদানসমূহ দেখিয়ে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ভিপবোর্ডের লেখার সাথে মিলিয়ে নিতে বলুন।
- প্রশিক্ষক তিনটি উপাদান সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করবেন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণার সাথে স্লাইডের কথা মিল আছে; এজন্য প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সাধুবাদ দিন।

গ. ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান (২০ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন, ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান সম্পর্কে তারা কে কি বুঝেন;
- এরপর স্লাইড-৪.১/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান
- স্লাইড-৪.২/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান : উপাদান
- স্লাইড-৪.৩/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান : অনুক্রম
- এই স্লাইড/ফ্লিপচার্টগুলো দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এপর্যায়ে বলুন:

ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান কতগুলো ধারাবাহিক ও অনবরত প্রক্রিয়ার মাধ্যমে পরিচালিত হয়ে থাকে। কোন নির্দিষ্ট সেবার জন্য প্রশিক্ষণের প্রয়োজনীয়তা মূল্যায়ণ করে আন্তর্জাতিক মান ও নির্দেশনা অনুসারে ক্লিনিক্যাল প্রশিক্ষণ, পর্যবেক্ষণ, কোচিং এবং পুনঃ পুনঃ ফলো-আপের মাধ্যমে সেবাদানকারীকে দক্ষ করে গড়ে তোলা হয়।

দক্ষ সেবাদানকারী সেবাদানকেন্দ্রে মানসম্পন্ন সেবা নিশ্চিত করে। পরবর্তীতে ক্লিনিক্যাল পর্যবেক্ষণ ও কোচিং এর দ্বারা সেবার পরিমাপণ, অবহিত পছন্দ ও স্বেচ্ছা সিদ্ধান্ত নিশ্চিতকরণ, সক্রিয় অবকাঠামো, সরঞ্জামাদি ও যন্ত্রপাতির সরবরাহ ইত্যাদি পর্যালোচনা করে কর্মীদের পুনরায় প্রশিক্ষণের প্রয়োজনীয়তা যাচাই করা হয় এবং সে অনুযায়ী সিদ্ধান্ত গ্রহণ ও বাস্তবায়ন করা হয়। কাঠামোর সবগুলো পর্যায়ের বার বার আবর্তনের মাধ্যমে কার্যকরী ও টেকসই মানসম্পন্ন সেবা নিশ্চিত হয়। ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান, ধারাবাহিক মান উন্নয়ন প্রক্রিয়ারই একটি অবিচ্ছেদ্য অংশ।

ঘ. গ্রহীতার অধিকার ও সেবাদানকারীর চাহিদা (১৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন আমরা সবাই সেবাদানকারী এবং কোন কোন সময় আমরা সেবা গ্রহীতাও হই। সেবা দিতে গেলে সেবাদানকারী হিসাবে আমাদের কিছু চাহিদা থাকে আবার যখন সেবা নিতে যাই তখনো কিছু পাওয়ার কথা থাকে; যেগুলো উভয়েরই দরকার। এখন আমরা গ্রহীতা আর সেবাদানকারী দু'দলে ভাগ হই। গ্রহীতা দলকে গ্রহীতার অধিকার লিখিত ফ্লিপপেপার এবং সেবাদানকারী দলকে সেবাদানকারীর চাহিদা লিখিত ফ্লিপপেপার দিন।
- প্রতি দলে একজন লেখক ও একজন উপস্থাপক নির্বাচন করতে বলুন। দলে সবার মতামত লিখতে উৎসাহিত করুন। দলের প্রত্যেকেই তার চাহিদা আর অধিকার বলবে। প্রশিক্ষক এ ব্যাপারে সহায়তা করবেন। দলীয় কাজের জন্য ৭ মিনিট সময় পাবে।

- যে দল আগে লেখা শেষ করবে তারা প্রথমে উপস্থাপন করবেন। উপস্থাপন করার সময় অপর দল মন দিয়ে শুনবে এবং উপস্থাপন শেষে তাদের মতামত জানাবে।
- এবার একনজরে স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - গ্রহীতার অধিকার ও সেবাদানকারীর চাহিদা দেখিয়ে দিন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের মতামতের সাথে স্লাইডের কথার মিল আছে; এজন্য প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সাধুবাদ দিন এবং গ্রহীতা আর সেবাদানকারী দু'দলের সবাইকে ধন্যবাদ দিন।

ঙ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ৪: মান সম্পন্ন সেবা

প্রশিক্ষার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা সেবার ক্ষেত্রে সেবাদানকারীদের চাহিদা সঠিক সময়ে, সঠিক উপায়ে এবং নিরাপদভাবে সম্পাদনই হচ্ছে মানসম্পন্ন সেবা।
২. সেবার মান নিশ্চিত করার জন্য প্রয়োজন সেবাদানকারী এবং অনিয়মিত তত্ত্বাবধানের ব্যবস্থা।
৩. সেবার মৌলিক উপাদনসমূহকে সংক্ষেপে বলা যায়-পছন্দ, নিরাপত্তা এবং মানের নিশ্চয়তা।
৪. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন।
৫. ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান এমন একটি কাঠামো যে কাঠামোতে তিনটি উপাদান রয়েছে। ১. ক্লিনিক্যাল নির্দেশনা ও মান
২. ক্লিনিক্যাল প্রশিক্ষণ এবং ৩. ক্লিনিক্যাল পর্যবেক্ষণ ও কোচিং
৬. সহায়তামূলক তত্ত্বাবধান ও ব্যবস্থাপনা সেবাদানকারীদের চাহিদা
৭. প্রত্যেক গ্রহীতার চিকিৎসা ও পরিবার পরিকল্পনার যে পদ্ধতি নিজে পছন্দ করবেন শুধুমাত্র সেই পদ্ধতি সম্পর্কে তথ্য জেনে পদ্ধতি বেছে নেয়ার বা অবহিত সম্মতি প্রদানের অধিকার রয়েছে।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা সেবার ক্ষেত্রে সেবাদানকারীদের চাহিদা সঠিক সময়ে, সঠিক উপায়ে এবং নিরাপদভাবে সম্পাদনই হচ্ছে মানসম্পন্ন সেবা। (স)
২. সেবার মান নিশ্চিত করার জন্য প্রয়োজন সেবাদানকারী এবং অনিয়মিত তত্ত্বাবধানের ব্যবস্থা। (মি)

সঠিক উত্তর

সেবার মান নিশ্চিত করার জন্য প্রয়োজন প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সেবাদানকারী এবং নিয়মিত সহযোগিতামূলক তত্ত্বাবধানের ব্যবস্থা।

৩. সেবার মৌলিক উপাদানসমূহকে সংক্ষেপে বলা যায়-পছন্দ, নিরাপত্তা এবং মানের নিশ্চয়তা। (স)
৪. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন। (স)
৫. ক্লিনিক্যাল সেবার অপরিহার্য মান এমন একটি কাঠামো যে কাঠামোতে তিনটি উপাদান রয়েছে। ১. ক্লিনিক্যাল নির্দেশনা ও মান
২. ক্লিনিক্যাল প্রশিক্ষণ এবং ৩. ক্লিনিক্যাল পর্যবেক্ষণ ও কোচিং (স)
৬. সহায়তামূলক তত্ত্বাবধান ও ব্যবস্থাপনা সেবাদানকারীদের চাহিদা (স)
৭. প্রত্যেক গ্রহীতার চিকিৎসা ও পরিবার পরিকল্পনার যে পদ্ধতি নিজে পছন্দ করবেন শুধুমাত্র সেই পদ্ধতি সম্পর্কে তথ্য জেনে পদ্ধতি বেছে নেয়ার বা অবহিত সম্মতি প্রদানের অধিকার রয়েছে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রত্যেক গ্রহীতার চিকিৎসা ও পরিবার পরিকল্পনার বিভিন্ন পদ্ধতি সম্পর্কে তথ্য জেনে পদ্ধতি বেছে নেয়ার বা অবহিত সম্মতি প্রদানের অধিকার রয়েছে।

সেশন ৫: পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- ক্লিনিক্যাল পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কিত জটিলতা/ মৃত্যুর প্রাথমিক রিপোর্ট কে, কখন, কাকে পাঠাবেন তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- কে কোন সময়ের ভিতর তদন্ত কার্য সমাধা করে তদন্ত ফরম কার কাছে পাঠাবেন ও তদন্ত পরবর্তী ফলো-আপ কার্যক্রম সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ/ব্যবহারজনিত জটিলতার চিকিৎসার আর্থিক ব্যবস্থাপনা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

সময়: ১ ঘন্টা

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল পুনঃপ্রকাশ ২০১৮ এর
 - অধ্যায় - ০৯ স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি পৃষ্ঠাঃ ১৭৫, ১৯৩-১৯৪
 - পরিশিষ্ট -৩ পরিপত্র পৃষ্ঠাঃ ৩৯১
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অধ্যায়ঃ ১৪.৪ মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং ও আর্থিক ব্যবস্থাপনা
- স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতির জটিলতার ব্যয় নির্বাহ প্রসঙ্গে- পরিপত্রটির ফটোকপি

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু কি ও করণীয়	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
গ.	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ/ব্যবহারজনিত মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত প্রাথমিক রিপোর্ট ও তদন্ত কাজ এবং জটিলতার চিকিৎসার আর্থিক ব্যবস্থাপনা	২৫	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঘ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	১০	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৬০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখুন ও পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন তৈরী করুন
- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে কোন পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কিকি বলবেন তা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অনুসরণে নোট রাখুন

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিখণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সংশ্লিষ্ট জটিলতা/মৃত্যু কী

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের কোন জটিলতার কারণে মৃত্যু হলে করণীয়

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত প্রাথমিক রিপোর্ট

স্লাইড-৫/ফ্লিপচার্ট - জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত তদন্ত কাজ

স্লাইড-৬/ফ্লিপচার্ট - রিপোর্ট প্রেরণের ব্যর্থতার দায়ভার

স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কিত মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যুর কারণ তদন্ত ফরম

স্লাইড-৮/ফ্লিপচার্ট - পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ/ব্যবহারজনিত জটিলতার চিকিৎসার আর্থিক ব্যবস্থাপনা

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু কি ও করণীয় (২০ মিনিট)

- পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু কি ও করণীয় সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের কথা মন দিয়ে শুনুন, প্রয়োজনে ফ্লিপপেপারে লিখুন।
- এবার স্লাইড ২/ ফ্লিপচার্ট ও স্লাইড ৩/ ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন;
- প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণার সাথে স্লাইডের কথার মিল আছে এজন্য প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সাধুবাদ দিন।

গ. পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ/ব্যবহারজনিত মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত প্রাথমিক রিপোর্ট ও তদন্ত কাজ এবং জটিলতার চিকিৎসার আর্থিক ব্যবস্থাপনা (২৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন, পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ/ব্যবহারজনিত মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত প্রাথমিক রিপোর্ট ও তদন্ত কাজ এবং জটিলতার চিকিৎসার আর্থিক ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে তারা কে কি জানেন; কারো কোন অভিজ্ঞতা থাকলে তা শেয়ার করতে বলুন; এবার এক এক করে স্লাইড- ৪, ৫, ৬, ও ৮/ ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে আলোচনা করুন।
- আর্থিক ব্যবস্থাপনা সম্পর্কিত স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতির জটিলতার ব্যয় নির্বাহ প্রসঙ্গে- এই পরিপত্রটির কপি সবাইকে দিন ও পড়তে বলুন
- এরপর স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - ক্লিনিক্যাল পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কিত মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যুর কারণ তদন্ত ফরমটি দেখান।

এপর্যায়ে বলুন:

সেবাদানকারীদের সহায়তা করার জন্য এবং পরবর্তীতে পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু প্রতিরোধ/কমানোর জন্য এই তদন্ত করা হয়। সময়মতো উর্ধ্বতন কতৃপক্ষকে জানানোর মাধ্যমে সহায়তা সহজ ও কার্যকর হয়। পাশাপাশি সেবাদানকারীদের মনোবল ও সেবার মান বজায় রাখার জন্য উর্ধ্বতন কতৃপক্ষকেও আন্তরিক থাকতে হবে।

ঘ. সার সংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব (১০ মিনিট)

এবার প্রত্যেককে একটি সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দিন, পাঁচ মিনিটে উত্তর লিখে জমা দিতে বলুন। স্লাইড-৭/ফ্লিপচার্ট - সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট দেখিয়ে প্রশ্ন উত্তর আলোচনা করুন।

সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্কৃত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

সেশন ৫: পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা

প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের দিন হতে ৪২ দিনের মধ্যে জটিলতা বা তজ্জন্য মৃত্যু ঘটলে তাকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সংশ্লিষ্ট জটিলতা/মৃত্যু বলে।
২. ২৪ ঘণ্টার মধ্যে জটিলতা/মৃত্যুর সংবাদ প্রেরণ, ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে তদন্ত সম্পন্ন এবং ৭২ ঘণ্টার মধ্যে তদন্ত রিপোর্ট প্রেরণ করতে হবে
৩. সেবা গ্রহীতার দ্রুত চিকিৎসা এবং জীবন রক্ষার্থে তাৎক্ষণিকভাবে অর্থ ব্যয়ের ক্ষেত্রে কোন সীমাবদ্ধতা আছে।
৪. জেলা টেকনিক্যাল কমিটি জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত তদন্ত প্রতিবেদন ৭২ ঘণ্টার মধ্যে মহাপরিচালক, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর মহোদয় এর নিকট প্রেরণ করবেন এবং লাইন ডাইরেক্টর (ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী কর্মসূচী) কে অনুলিপি দেবেন।
৫. তদন্ত প্রতিবেদনে জটিলতা/মৃত্যুর কারণ, দায়ী ব্যক্তিদের চিহ্নিতকরণসহ সেবাকেন্দ্র চালু রাখা, সংশোধনমূলক ব্যবস্থা গ্রহণের ব্যাপারে সুপারিশ থাকবে।
৬. আঞ্চলিক সুপারভাইজার (এফপিসিএসটি-কিউএটি)ও একক ভাবে ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে বিস্তারিত তদন্ত করে ৭২ ঘণ্টার মধ্যে লাইন ডাইরেক্টর (ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী প্রোগ্রাম) এর নিকট তদন্ত প্রতিবেদন প্রেরণ করবেন।

সেশন বিষয়ক জ্ঞান যাচাই শীট

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের দিন হতে ৪২ দিনের মধ্যে জটিলতা বা তজ্জন্য মৃত্যু ঘটলে তাকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সংশ্লিষ্ট জটিলতা/মৃত্যু বলে। (স)
২. ২৪ ঘণ্টার মধ্যে জটিলতা/মৃত্যুর সংবাদ প্রেরণ, ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে তদন্ত সম্পন্ন এবং ৭২ ঘণ্টার মধ্যে তদন্ত রিপোর্ট প্রেরণ করতে হবে (স)
৩. সেবা গ্রহীতার দ্রুত চিকিৎসা এবং জীবন রক্ষার্থে তাৎক্ষণিকভাবে অর্থ ব্যয়ের ক্ষেত্রে কোন সীমাবদ্ধতা আছে। (মি)

সঠিক উত্তর

সেবা গ্রহীতার দ্রুত চিকিৎসা এবং জীবন রক্ষার্থে তাৎক্ষণিকভাবে অর্থ ব্যয়ের ক্ষেত্রে কোন সীমাবদ্ধতা নেই।

৪. জেলা টেকনিক্যাল কমিটি জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত তদন্ত প্রতিবেদন ৭২ ঘণ্টার মধ্যে মহাপরিচালক, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর মহোদয় এর নিকট প্রেরণ করবেন এবং লাইন ডাইরেক্টর (ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী কর্মসূচী) কে অনুলিপি দেবেন। (মি)

সঠিক উত্তর

জেলা টেকনিক্যাল কমিটি জটিলতা/মৃত্যু সংক্রান্ত তদন্ত প্রতিবেদন ৭২ ঘণ্টার মধ্যে লাইন ডাইরেক্টর (ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী কর্মসূচী) এর নিকট প্রেরণ করবেন এবং মহাপরিচালক, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর মহোদয়কে অনুলিপি দেবেন।

৫. তদন্ত প্রতিবেদনে জটিলতা/মৃত্যুর কারণ, দায়ী ব্যক্তিদের চিহ্নিতকরণসহ সেবাকেন্দ্র চালু রাখা, সংশোধনমূলক ব্যবস্থা গ্রহণের ব্যাপারে সুপারিশ থাকবে। (স)
৬. আঞ্চলিক সুপারভাইজার (এফপিসিএসটি-কিউএটি) ও একক ভাবে ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে বিস্তারিত তদন্ত করে ৭২ ঘণ্টার মধ্যে লাইন ডাইরেক্টর (ক্লিনিক্যাল কন্ট্রাসেপশন সার্ভিসেস ডেলিভারী প্রোগ্রাম) এর নিকট তদন্ত প্রতিবেদন প্রেরণ করবেন। (স)

সেশন - ৬: উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার

শিখন উদ্দেশ্য

এই সেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাদানের জন্য উপকরণ সংগ্রহ, ব্যবহার ও সংরক্ষণের নিয়ম বলতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাদান সম্পর্কিত তথ্য সংরক্ষণ ও রিপোর্টিং এর গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাদানের জন্য নির্ধারিত বিভিন্ন রেজিস্টার, ফরমসমূহ ব্যবহার করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাদানের জন্য আর্থিক ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাদান করতে পারবেন

সময়: ১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

উপকরণ

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল পুনঃপ্রকাশ ২০১৮ এর
 - উপকরণ সরবরাহ সংক্রান্ত পরিপত্র
পরিশিষ্ট ৩ পৃষ্ঠা: ৩৭৭, ৩৭৮, ৩৯১, ৩৯২, ৩৯৩. ৩৯৬, ৩৯৯, ৪০৩, ৪০৫, ৪০৬, ৪০৭
 - পরিশিষ্ট ৪ শুদ্ধাচার পৃষ্ঠা: ৪১১-৪১৩
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক মুদ্রণ ২০২১ অধ্যায়ঃ ১৪.৬ শুদ্ধাচার ও শিষ্টাচার
- ইনজেকশন, আইউডি, ইমপ্ল্যান্ট এবং স্থায়ী পদ্ধতির পূর্ণ বিবরণী ফরম, আর্থিক বিষয় সম্পর্কিত ফরম এবং রেজিস্টার
- এমআইএস ফর্ম ১, এমআইএস ফর্ম ২, এমআইএস ফর্ম ৩, এমআইএস ফর্ম ৪
- প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক : সেশন-১৪.৬ঃ উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার

একনজরে সেশন পরিকল্পনা

ক্রম	বিষয়	সময়: মিনিট	পাঠদান প্রক্রিয়া
	উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং এবং শুদ্ধাচার ও শিষ্টাচার		
ক.	উদ্দেশ্য ও পরিচিতি	০৫	উপস্থাপনা
খ.	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সরবরাহ, বিভিন্ন ফরম, রেজিস্টার	৩০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা, প্রদর্শন ও আলোচনা
গ.	আর্থিক বিষয়: ইমপ্রেস ফান্ড, শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	৩০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা, প্রদর্শন ও আলোচনা
ঘ.	তথ্য সংরক্ষণ, প্রতিবেদন এবং রিপোর্টিং	২০	ব্রেইন স্টর্মিং, উপস্থাপনা ও আলোচনা
ঙ.	সারসংক্ষেপ ও প্রশ্ন-উত্তর পর্ব	০৫	জ্ঞান যাচাই শীট বিতরণ ও আলোচনা
		৯০	

পূর্ব প্রস্তুতি

- পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক দেখুন ও পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন রিভিউ করুন

- মাল্টিমিডিয়া ঠিক আছে কিনা চেক করুন, মাল্টিমিডিয়া/কার্যকর না থাকলে ফ্লিপপেপারে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের মূল বিষয়গুলো লিখে রাখুন
- সেশনে পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনের সময় কি বলবেন তা ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণার্থী হ্যান্ডবুক অনুসরণে নোট রাখুন
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবা নথিভুক্ত সম্পর্কিত ফর্ম এবং রেজিস্টারসমূহ সেবাকেন্দ্রের ধরণ অনুযায়ী সংগ্রহ করে রাখুন
- হ্যান্ডবুক ও পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল থেকে এবং সাম্প্রতিক সময়ে জারিকৃত উপকরণ সরবরাহ সংক্রান্ত পরিপত্র ফটোকপি করে রাখুন

পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশনসমূহ

স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট - শিক্ষণ উদ্দেশ্য

স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট - পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাদানের জন্য আর্থিক ব্যবস্থাপনা

স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - শিষ্টাচার

স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - শুদ্ধাচার

পাঠদান প্রক্রিয়া

ক. উদ্দেশ্য ও পরিচিতি (০৫ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে পরিচিত হোন এবং সেশনের উদ্দেশ্য মাল্টিমিডিয়া প্রেজেন্টেশন স্লাইড-১/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

খ. পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সরবরাহ এবং বিভিন্ন ফর্ম, রেজিস্টারের ব্যবহারের গুরুত্ব (৩০ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞেস করুন, পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহ কিভাবে সরবরাহ আনেন ও কিভাবে হিসাব রাখেন। এই কাজটি সেবাকেন্দ্রে সাধারণত কে করে থাকেন। এক এক করে পদ্ধতি গুলির নাম বলুন ও কোন পদ্ধতি কিভাবে সরবরাহ করেন ও কিভাবে হিসাব রাখেন। যেমনঃ
 - খাবার বড়ি, প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি, কনডম
 - ইনজেকশন এর ভায়ল, সিরিঞ্জ, তুলা
 - আইউডি ও প্রয়োজনীয় এমএসআর
 - ইমপ্ল্যান্ট ও প্রয়োজনীয় এমএসআর
 - স্থায়ী পদ্ধতির প্রয়োজনীয় এমএসআর
- এই পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহ সরবরাহ ও সেবাপ্রদান ও সংরক্ষণের জন্য বিভিন্ন ফর্ম ও রেজিস্টার ব্যবহার করতে হয় সেগুলো সম্পর্কে প্রশিক্ষণার্থীদের ধারণা যাচাই করুন।
- এরপর এমআইএস ফর্ম ১, এমআইএস ফর্ম ২, এমআইএস ফর্ম ৩ ও এমআইএস ফর্ম ৪ দেখিয়ে আলোচনা করুন।
- কোন ফর্ম কে, কখন ও কোথায় পূরণ করেন এবং কার নিকট প্রেরণ করেন তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে জানতে চান এবং আলোচনা করুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে যারা পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর/স্বাস্থ্য অধিদপ্তর/বেসরকারী সংস্থা /এবং প্রাইভেট সেবাকেন্দ্রসমূহে সেবা প্রদান করেন তাদের উপযোগী করে তথ্য নথিভুক্ত করার প্রক্রিয়া আলোচনা করুন। সকল পরিবার পরিকল্পনা সেবা সংক্রান্ত রিপোর্ট পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরে সংরক্ষিত হবে এবং সেবার সাথে উপকরণ সরবরাহের সম্পর্ক ব্যাখ্যা করুন।

এইসব ফর্ম ব্যবহারের উপকারিতা ও গুরুত্ব আলোচনা করুন এবং বলুনঃ

- ১৯৮৫-৯০ সালের তৃতীয় পঞ্চবার্ষিক পরিকল্পনায় পরিবারকল্যাণ সহকারী রেজিস্টার প্রবর্তন করা হয়। এখনও এ রেজিস্টার এমআইএস এর প্রাথমিক তথ্যের ভিত্তি।

এর উদ্দেশ্য ছিল

- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতাদের তথ্য সঠিকভাবে সংরক্ষণ এবং কার্যক্রমের অগ্রগতির মূল্যায়ন করা
- স্থানীয় মাঠ পর্যায়ে কর্মপরিকল্পনা তৈরি
- সক্ষম দম্পতিদের প্রয়োজনীয়তার ভিত্তিতে বিভক্তিকরণের মাধ্যমে সেবা প্রদান করা

এ রেজিস্টারের যে যে তথ্য সংগ্রহ করা যায়

- সন্তান ভিত্তিক ও বয়স ভিত্তিক পদ্ধতি গ্রহীতা এবং অগ্রহীতা শ্রেণির সক্ষম দম্পতির তথ্য
 - স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহীতা তথ্য
 - গর্ভবতীর তথ্য
- এইসব তথ্যের আলোকে পরিবারকল্যাণ সহকারী তার পরিদর্শন ও সেবা কর্মকৌশল প্রণয়ন করে থাকে।
- এর পরিপ্রেক্ষিতে কর্মীর সময় ব্যবস্থাপনা সম্পন্ন হয় ও কর্মচাপ লাঘব হয়।

কে পূরণ করেন

- পরিবারকল্যাণ সহকারী রেজিস্টার সেবা তথ্যসমূহ ও পরিবার পরিকল্পনা সামগ্রীর বিতরণ তথ্য এমআইএস ফর্ম-১ পূরণ করে ইউনিয়ন পরিবার পরিকল্পনা পরিদর্শক রেজিস্টারের তথ্যের সঠিকতা সরজমিনে যাচাই করেন।

বিভিন্ন ফর্ম ও রেজিস্টার ব্যবহারের গুরুত্ব

- পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরের এমআইএস ইউনিটের সংগৃহীত সংরক্ষিত তথ্য ও উপাত্ত তুলনামূলক পর্যালোচনা পূর্বক সমন্বিতভাবে বিতরণ করা হয়
 - এর ভিত্তিতে বিভিন্ন পর্যায়ে নীতি নির্ধারণ, পরিকল্পনা প্রণয়ন এবং কর্মকৌশল ও কার্যক্রম গ্রহণ করে তা বাস্তবায়নের পদক্ষেপ নেয়া সহজ নয়।
 - এমআইএস এর তথ্য কর্মসূচির কার্যকারিতা উন্নয়নে ও সেবা কার্যক্রম জোরদারকরণে ব্যবস্থাপকগণ ব্যবহার করে থাকেন
 - এক্ষেত্রে ব্যবস্থাপকগণকে প্রাপ্ত তথ্যের পারস্পরিক গ্রহণ যোগ্যতা, তথ্যের ক্ষেত্রে ঘাটতি ও অসম্পূর্ণতা নির্ণয় করে কার্যক্রমের সফলতা এবং ব্যর্থতাকে চিহ্নিত করে পরবর্তী কার্যক্রম গ্রহণ করেন
- প্রশিক্ষার্থীদের প্রশ্ন নিন ও উত্তর দিন।
 - বলুন যে, প্রশিক্ষার্থীরা শুধু গ্রহীতাকে সেবা প্রদান করেন তাই নয় তারা সেবাকেন্দ্রের সামগ্রিক উন্নতি ও অগ্রগতিতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখেন; তাদের এই আন্তরিকতার জন্য সাধুবাদ দিন এবং উৎসাহিত করুন।

গ. আর্থিক বিষয়: ইমপ্রেস ফান্ড এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার (৩০ মিনিট)

- প্রশিক্ষার্থীদের জিজ্ঞেস করুন, কোন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাদানের জন্য আর্থিক ব্যবস্থাপনা করতে হয়; তারা এসম্পর্কে কি জানেন:
- এরপর স্লাইড-২/ফ্লিপচার্ট দেখিয়ে ইমপ্রেস্ট ফান্ড সম্পর্কে আলোচনা করুন।
- প্রশিক্ষার্থীদের কিভাবে এই ফান্ড ব্যবস্থাপনা করেন; তাদের অভিজ্ঞতা শুনুন।

- বলুন যে, প্রশিক্ষণার্থীরা শুধুমাত্র সেবাপ্রদানকারী নন তারা অত্যন্ত দক্ষ ব্যবস্থাপক; তাদের এই ভূমিকার জন্য সাধুবাদ দিন এবং উৎসাহিত করুন।

এবার শিষ্টাচার কি এবং এর প্রয়োজনীয়তা ও স্লাইড-৩/ফ্লিপচার্ট - শিষ্টাচার: দেখিয়ে আলোচনা করুন।

এবার শুদ্ধাচার কি এবং এর প্রয়োজনীয়তা ও স্লাইড-৪/ফ্লিপচার্ট - শুদ্ধাচার: দেখিয়ে আলোচনা করুন।

ঘ. তথ্য সংরক্ষণ, প্রতিবেদন এবং রিপোর্টিং (২০ মিনিট)

- প্রশিক্ষণার্থীরা কিভাবে তথ্য সংরক্ষণ, প্রতিবেদন ও রিপোর্টিং করেন; কখন করেন, কে- কার কাছে- কি করেন জানতে চান; তাদের কর্ম অভিজ্ঞতা শুনুন; তাদেরকে সাধুবাদ দিন।

ঙ. সার সংক্ষেপ (০৫ মিনিট)

- সেশনের উদ্দেশ্য পুনরায় পর্যালোচনা করুন, সকলকে স্বতস্ফূর্ত অংশগ্রহণ করার জন্য ধন্যবাদ দিয়ে সেশন শেষ করুন।

ପରିଶିଷ୍ଟ

পরিশিষ্ট ১

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ মৌলিক প্রশিক্ষণ সময়সূচি (চিকিৎসক)

চিকিৎসকদের মৌলিক প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

চিকিৎসকদের মৌলিক প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশের প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিসমূহ যেমন কনডম, মিশ্রখাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ খাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ ইনজেকশন, সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ, আইইউডি- কপার টি ৩৮০এ, একরড বিশিষ্ট ও দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট, মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি -টিউবেকটমি টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে মিনি ল্যাপারেটমির মাধ্যমে টিউবেকটমি, ল্যাপারোস্কপিক টিউবেকটমি ও পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি -এনএসভি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ পরিবার পরিকল্পনার প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির জন্য বিশেষত দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতিসমূহের জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, যৌনবাহিত সংক্রমণ চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা, স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব/গর্ভপাত/এমআর পরবর্তী ও সিজারিয়ান অপারেশনের সময় আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ, ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ, টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে মিনি ল্যাপারেটমির মাধ্যমে টিউবেকটমি এবং এনএসভি
- প্রতিটি জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনার সেবা দিতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনার সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্টের প্রস্তুত প্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে পরিবার পরিকল্পনায় জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির সেবা এবং এ সম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী উদ্বোধনী বক্তব্য	পারস্পরিক পরিচিতি কোর্স পরিচিতি
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:৩০	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:৩০-১০:৪৫	বিরতি	
১০:৪৫-১১:৪৫	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:৪৫-১২:৪৫	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং	
১২:৪৫-০১:৩০	প্রজননতত্ত্বের গঠন ও কাজ	
০১:৩০-০২:৩০	দুপুরের বিরতি	
০২:৩০-০৩:১৫	পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার এবং বাংলাদেশের সামাজিক রীতি-প্রথার প্রেক্ষিতে প্রস্তাবিত অতিরিক্ত শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসভি প্রাথমিক ধারণা	
০৯:৪৫-১০:০০	বিরতি	
১০:০০-১১:০০	এনএসভিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ	
১১:০০-১২:০০	এনএসভিঃ অপারেশনের নিয়মাবলী ও ফলোআপ	
১২:০০-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	এনএসভিঃ জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	টিউবেকটমিঃ প্রাথমিক ধারণা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	টিউবেকটমিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১২:০০	টিউবেকটমিঃ অপারেশনের প্রস্তুতি এবং অপারেশনের নিয়মাবলী	
১২:০০-০১:০০	টিউবেকটমি ডেমোনেস্ট্রেশন (গ্রহীতায়)	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	টিউবেকটমিঃ গ্রহীতার মনিটরিং, টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	স্থায়ী পদ্ধতি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১১:৪৫	সংক্রমণ প্রতিরোধ- প্রাথমিক ধারণা হাত পরিষ্কারকরণ ও ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার	
১১:৪৫-০১:০০	যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ, যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডিঃ প্রাথমিক ধারণা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সারসংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	

০৯:০০-১০:০০	আইইউডিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ জরায়ু মুখের ক্যান্সার এবং যৌনবাহিত সংক্রমণ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণঃ স্বাভাবিক সময়ে (Interval) ধাপসমূহ	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ (চলমান...) প্রসব ও এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে প্রয়োগ আইইউডি খোলার ধাপসমূহ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৬ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের শিখন পর্যালোচনা	
০৯:০০-১০:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১১:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ, অটোক্লেভের ব্যবহার ও মোড়ানো	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৭ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের শিখন পর্যালোচনা	
০৯:০০-১০:০০	আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	মডেল প্রদর্শন, ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	

০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৮ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:১৫	ইমপ্ল্যান্ট প্রাথমিক ধারণা ও কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৯ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ (চলমান...)	
১০:০০-১০:৪৫	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ ইমপ্ল্যান্ট	
১০:৪৫-১১:০০	বিরতি	
১১:০০-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ ইমপ্ল্যান্ট	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলন ইমপ্ল্যান্ট, আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং অপসারণের পর কাউন্সেলিং	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১০ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	ইমপ্ল্যান্ট পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	

১০:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলন ইমপ্ল্যান্ট, আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলন ইমপ্ল্যান্ট, আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	কার্ডিওপালমোনারী রিসাসসিটেশন	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১১ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:৩০	অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রাথমিক ধারণা কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন-প্রয়োগবিধি, কাউন্সেলিং ও ফলোআপ	
১০:৩০-১০:৪৫	বিরতি	
১০:৪৫-১১:১৫	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন-প্রয়োগবিধি	
১১:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট অনুশীলন ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	ক্লায়েন্ট অনুশীলন ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১২ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:১৫	অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতি জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-০১:০০	ক্লায়েন্ট অনুশীলন	

	ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি, এনএসডি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট অনুশীলন ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি, এনএসডি ও টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১৩ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, ফলোআপ, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা, ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:৩০-০১:০০	ক্লায়েন্ট অনুশীলন ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি, এনএসডি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট অনুশীলন ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি, এনএসডি ও টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ ও সংরক্ষণ, লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১৪ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	যন্ত্রমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ কনডম	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১৫ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা গর্ভপাত পরবর্তী এবং/ এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:৩০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি	
০১:৩০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	ল্যাম জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১৬ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	বিশেষ চাহিদা সম্মন গ্রহীতা কিশোর-কিশোরী ও পরস্পর থেকে দূরে থাকা দম্পতি দূর্যোগকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	বিশেষ চাহিদা সম্মন গ্রহীতা (চলমান...) পরিবার পরিকল্পনা সেবায় যৌনতা প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১৭ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের

০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা এবং এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেক্টেন্ট সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:১৫-০৪:০০	মান সম্পন্ন সেবা	
০৪:০০-০৪:১৫	বিরতি	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১৮ঃ

গময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	প্রশিক্ষণ পর্যালোচনা	
০৯:০০-১০:০০	উপকরণ সরবরাহ ও আর্থিক ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১১:৩০	রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং	
১১:৩০-১২:১৫	শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১২:১৫-১২:৪৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
১২:৪৫-০১:১৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০১:১৫-০১:৩০	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০১:৩০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	সমাপনী ও সার্টিফিকেট বিতরণ	

চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারীদের ১৮ দিনের মৌলিক প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ১৭ তম দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়; অর্থাৎ ১৭ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে; ১৮ তম দিনে সাত ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে; সুতরাং ১৮ কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ১৭ দিন x ৮ ঘন্টা+ ৭ ঘন্টা= ১৪৩ ঘন্টা।

এই ১৪৩ ঘন্টার মধ্যে ৩৯.৭৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ৬৯.৭৫ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৯৯.৫ ঘন্টা। ৯৯.৫ ঘন্টার মধ্যে ৬৯.৭৫ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং ৬০ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবে।

অবশিষ্ট ৪৩.৫ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারীদের প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারী							
ক্রম	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা	
		মিনিট	ঘন্টা	ব্যবহারিক	মিনিট		
১	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৪৫	০.৭৫				
২	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং	৬০	১				
৩	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	৪৫	০.৭৫				
৪	কনডম	৭৫	১.২৫				
৫	খাবার বড়ি	১৯৫	৩.২৫				
৬	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন	১৩৫	২.২৫				
			০	ইনজেকশন	৬০	১	
৭	ইমপ্ল্যান্ট	২৮৫	৪.৭৫				
			০	ইমপ্ল্যান্ট	২৪০	৪	
৮	আইইউডি	৪৩৫	৭.২৫				
			০	আইইউডি	৫৪০	৯	
৯	টিউবেকটমি	৩৯০	৬.৫				
			০	টিউবেকটমি	১৩৮০	২৩	
১০	এনএসডি	৩০০	৫				
			০	এনএসডি	৮৪০	১৪	
১১	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১৫০	২				
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	৩১৫	৫.২৫	
১২	বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনা	৬০	১.৫				
			০		৬০	১	
১৩	বিশেষ চাহিদা সম্মন গ্রহীতা	৬০	১				
			০		৬০	১	
১৪	অন্যান্য	১৫০	২.৫				
				অন্যান্য	৯০	১.৫	
		২৩৮৫	৩৯.৭৫		৩৫৮৫	৫৯.৭৫	৯৯.৫
							৬০.০৫০২ ৫১২৬

পরিশিষ্ট ২

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
মৌলিক প্রশিক্ষণ
সময়সূচি (এফডব্লিউভি, মিডওয়াইফ, নার্স, প্যারামেডিক, স্যাকমো)

মৌলিক প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

মৌলিক প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশের প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিসমূহ যেমন কনডম, মিশ্রখাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ খাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ ইনজেকশন, সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ, আইইউডি- কপার টি ৩৮০এ, একরড বিশিষ্ট ও দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট, মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি -টিউবেকটমি ও পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি -এনএসভি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ পরিবার পরিকল্পনার প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির জন্য বিশেষত দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতিসমূহের জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, যৌনবাহিত সংক্রমণ চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা, খাবার বড়ি ও কনডম প্রদান, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ ইনজেকশন ও সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ প্রয়োগ, স্বাভাবিক সময়ে ও প্রসব/গর্ভপাত/এমআর পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ
- প্রতিটি স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতির ও আইউডির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা সেবা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনার সেবা দিতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনার সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্টের প্রস্তুত প্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে পরিবার পরিকল্পনায় জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির সেবা এবং এসম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী পারস্পরিক পরিচিতি	কোর্স পরিচিতি উদ্বোধনী বক্তব্য
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের প্রত্যাশা প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:৩০	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:৩০-১০:৪৫	বিরতি	
১০:৪৫-১১:৩০	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:৩০-১২:৩০	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং	
১২:৩০-০১:৩০	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	
০১:৩০-০২:১৫	দুপুরের বিরতি	
০২:১৫-০৩:১৫	বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	আইইউডিঃ প্রাথমিক ধারণা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	আইইউডিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ জরায়ু মুখের ক্যান্সার এবং যৌনবাহিত সংক্রমণ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১১:০০	আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণঃ স্বাভাবিক সময়ে (Interval) ধাপসমূহ	
১১:০০-১২:০০	আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ (চলমান...) প্রসব ও এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে প্রয়োগ আইইউডি খোলার ধাপসমূহ	
১২:০০-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	

০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	আইইউডি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-০১২:০০	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০১২:০০-০১:০০	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০২:৪৫	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার	
০২:৪৫-০৩:১৫	যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ, যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ, অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার	
০৯:৪৫-১০:০০	বিরতি	
১০:০০-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০২:৪৫	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০২:৪৫-০৩:৩০	যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, সংরক্ষণ, লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	
০৩:৩০-০৩:৪৫	বিরতি	
০৩:৪৫-০৪:১৫	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্ট সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের

০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:১৫	অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতি: জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-০১:০০	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৬ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, ফলোআপ, পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা, ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রাথমিক ধারণা কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন-প্রয়োগবিধি, প্রদর্শন, কাউন্সেলিং ও ফলোআপ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৭ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	

১০:১৫-০১:১৫	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	ইমপ্ল্যান্ট প্রাথমিক ধারণা ও কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৮ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ এবং প্রদর্শন ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং অপসারণের পর কাউন্সেলিং পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও খোলা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ ডিএমপিএ, আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি টিউবেকটমিঃ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ অপারেশনের প্রস্তুতি এবং অপারেশনের নিয়মাবলী ও প্রদর্শন গ্রহীতার মনিটরিং, টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৯ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	

০৯:০০-১০:০০	পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসডি প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ অপারেশনের নিয়মাবলী ও ফলোআপ, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:৩০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ ডিএমপিএ, আইইউডি	
০১:৩০-০২:৩০	দুপুরের বিরতি	
০২:৩০-০৩:১৫	স্থায়ী পদ্ধতি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন	
০৩:১৫-০৪:০০	কার্ডিওপ্যালমোনারী রিসাসসিটেশন	
০৪:০০-০৪:১৫	বিরতি	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১০ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	স্বল্পমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ কনডম	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ডিএমপিএ, আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ডিএমপিএ, আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা গর্ভপাত বা এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা ল্যাম জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	বিশেষ চাহিদা সম্মল গ্রহীতাঃ কিশোর-কিশোরী, পরস্পর থেকে দূরে থাকা দম্পতি ও প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা দূর্যোগকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা পরিবার পরিকল্পনা সেবায় যৌনতা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	

১০:১৫-০১:৩০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ডিএমপিএ, আইইউডি	
০১:৩০-০২:৩০	দুপুরের বিরতি	
০২:৩০-০৩:১৫	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ডিএমপিএ, আইইউডি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-১২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	মান সম্পন্ন সেবা	
০৯:৪৫-১০:০০	বিরতি	
১০:০০-১১:৩০	উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১১:৩০-০১:০০	রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং	
০১:০০-০১:৩০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
০১:৩০-০২:৩০	দুপুরের বিরতি	
০২:৩০-০৩:০০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০৩:০০-০৩:৩০	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৩:৩০-০৪:৩০	সমাপনী ও সার্টিফিকেট বিতরণ	

এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের ১২ দিনের মৌলিক প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ১২ তম দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়; অর্থাৎ ১২ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে; সুতরাং ১২ কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ১২ দিন x ৮ ঘন্টা = ৯৬ ঘন্টা।

এই ৯৬ ঘন্টার মধ্যে ২৬.৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ৪০ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৬৬.৫ ঘন্টা। ৬৬.৫ ঘন্টার মধ্যে ৪০ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং ৬০.১৫ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবে।

অবশিষ্ট ২৬.৫ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের কোর্সের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন							
ক্রম	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক	ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা
		মিনিট	ঘন্টা		মিনিট	ঘন্টা	
১	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৪৫	০.৭৫				
২	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং	৬০	১				
৩	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	৬০	১				
৪	কনডম	৬০	১				
৫	খাবার বড়ি	১৯৫	৩.২৫				
৬	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন	১২০	২				
			০	ইনজেকশন	২১০	৩.৫	
৭	ইমপ্ল্যান্ট	১০৫	১.৭৫				
			০	ইমপ্ল্যান্ট	০	০	
৮	আইইউডি	৩৬০	৬				
				আইইউডি	১৮০০	৩০	
৯	টিউবেকটমি	১০৫	১.৭৫				
				টিউবেকটমি	০	০	
১০	এনএসডি	৬০	১				
				এনএসডি	০	০	
১১	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১২০	২				
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	২৫৫	৪.২৫	
১২	বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনা	১২০	২				
			০			০	
১৩	বিশেষ চাহিদা সম্মল্ল গ্রহীতা	৬০	১				
			০		০	০	
১৪	অন্যান্য	১২০	২				
				অন্যান্য	১৩৫	২.২৫	
		১৫৯০	২৬.৫		২৪০০	৪০	৬৬.৫
							৬০.১৫০৪

মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ

পরিশিষ্ট ৩

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ সময়সূচি

টিউবেকটমি প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

স্থায়ী মহিলা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি-টিউবেকটমির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন টিউবেকটমি সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

টিউবেকটমি প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশের প্রচলিত মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি -টিউবেকটমি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ টিউবেকটমির জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, যৌনবাহিত সংক্রমন চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা, গ্রহীতা মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং, ফলোআপ, স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব/গর্ভপাত/এমআর পরবর্তী ও সিজারিয়ান অপারেশনের সময় টিউবেকটমি এবং টিউবাল হুক ও ইউটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে মিনি ল্যাপারোস্কোপির মাধ্যমে টিউবেকটমি
- টিউবেকটমির জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন
- টিউবেকটমি পর পুনঃসংযোজন অপারেশনের ব্যবস্থাপনা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে টিউবেকটমি সেবা দিতে পারবেন
- টিউবেকটমির সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেক্টেন্টের প্রস্তুতপ্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে টিউবেকটমি সেবায় রেকর্ড কিপিং এবং মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী পারস্পরিক পরিচিতি	কোর্স পরিচিতি উদ্বোধনী বক্তব্য
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের প্রত্যাশা প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-১১:১৫	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:১৫-১২:০০	মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি) সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার এবং বাংলাদেশের সামাজিক রীতি-প্রথার প্রেক্ষিতে প্রস্তাবিত অতিরিক্ত শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা	
১২:০০-০১:০০	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ও টিউবেকটমির প্রাথমিক ধারণা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	টিউবেকটমি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে টিউবেকটমি সেবা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	টিউবেকটমি অপারেশনের প্রস্তুতি মিনিল্যাপ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	টিউবেকটমি অপারেশনের নিয়মাবলী স্বাভাবিক সময়ে/প্রসব পরবর্তী/এমআর-গর্ভপাত পরবর্তী টিউবেকটমি	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১১:১৫	টিউবেকটমি অপারেশনের নিয়মাবলী স্বাভাবিক সময়ে/প্রসব পরবর্তী/এমআর-গর্ভপাত পরবর্তী টিউবেকটমি	
১১:১৫-০১:০০	প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ টিউবেকটমি	

০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	টিউবেকটমি গ্রহীতার মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	টিউবেকটমির অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং টিউবেকটমি পর পুনঃসংযোজন অপারেশন	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ-পরিষ্কারকরণ ও পরীক্ষা করা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ-অটোক্লেভের ব্যবহার, যন্ত্রপাতি মোড়ানো, উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ ও সংরক্ষণ, লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা সূচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	কার্ডিওপালমোনারী রিসাসসিটেশন	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৬ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-০১:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:০০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০৪:০০-০৪:১৫	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:১৫-০৪:৩০	সমাপনী	

- চিকিৎসকদের ৬ দিনের টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ৬ষ্ঠ দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- অর্থাৎ ৬ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং ছয় কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ৬ দিন x ৮ ঘন্টা = ৪৮ ঘন্টা।
- এই ৪৮ ঘন্টার মধ্যে ১২ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ১৯.৫০ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৩১.৫০ ঘন্টা।
- ৩১.৫০ ঘন্টার মধ্যে ১৯.৫০ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং প্রায় ৬২ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবে।
- অবশিষ্ট ১৬.৫০ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

চিকিৎসকদের টিউবেকটমি প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

নারী স্থায়ী পদ্ধতি টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ চিকিৎসকদের কোর্সের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন							
		তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা	
ক্রম	মডিউল নাম	মিনিট	ঘন্টা	ব্যবহারিক	মিনিট	ঘন্টা	
১.	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৬০	১				মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ
২.	টিউবেকটমি	৪২০	৭				
				টিউবেকটমি	৯৩০	১৫.৫	
৩.	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১৮০	৩				
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১৮০	৩	
৪.	অন্যান্য	৬০	১			০	
				অন্যান্য	৬০	১	
		৭২০	১২		১১৭০	১৯.৫	
							৬১.৯০৪৭৬২

পরিশিষ্ট ৪

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসডি সময়সূচি

এনএসডি প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

পুরুষ স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি-এনএসডি সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন এনএসডি সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

এনএসডি প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশের প্রচলিত পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি - এনএসডি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন এনএসডি সেবা দিতে পারবেনঃ এনএসডি জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, যৌনবাহিত সংক্রমণ চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা, এনএসডি অপারেশন, গ্রহীতা মনিটরিং, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং, ফলোআপ
- এনএসডির জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন
- এনএসডির পর পুনঃসংযোজন অপারেশনের ব্যবস্থাপনা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে এনএসডি সেবা দিতে পারবেন
- এনএসডির সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেক্টেন্টের প্রস্তুতপ্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে এনএসডি সেবায় রেকর্ড কিপিং এবং মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী পারম্পরিক পরিচিতি	কোর্স পরিচিতি উদ্বোধনী বক্তব্য
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের প্রত্যাশা প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-১১:১৫	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	

১১:১৫-১২:০০	পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি (ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার এবং বাংলাদেশের সামাজিক রীতি-প্রথার প্রেক্ষিতে প্রস্তাবিত অতিরিক্ত শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা	
১২:০০-০১:০০	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ও পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি এনএসডি প্রাথমিক ধারণা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	এনএসডি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	এনএসডি অপারেশনের নিয়মাবলী, অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	এনএসডি অপারেশনের নিয়মাবলী, অপারেশন পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	স্বল্পমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ কনডম	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	এনএসডি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং এনএসডি পর পুনঃসংযোজন অপারেশন	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসডি	

০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ-পরিষ্কারকরণ ও পরীক্ষা করা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ এনএসভি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ-অটোক্লেভের ব্যবহার, যন্ত্রপাতি মোড়ানো, উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ ও সংরক্ষণ লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্ট সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসভি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসভি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসভি	

০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	
-------------	-----------------------------	--

দিন-৬ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-০১:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:০০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০৪:০০-০৪:১৫	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:১৫-০৪:৩০	সমাপনী	

- চিকিৎসকদের ৬ দিনের এনএসভি প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ৬ষ্ঠ দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- অর্থাৎ ৬ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং ছয় কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ৬ দিন x ৮ ঘন্টা= ৪৮ ঘন্টা।
- এই ৪৮ ঘন্টার মধ্যে ১১.২৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ২১ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৩২.২৫ ঘন্টা।
- ৩২.২৫ ঘন্টার মধ্যে ২১ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং প্রায় ৬৫ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবেন।
- অবশিষ্ট ১৫.৭৫ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারীদের এনএসভি প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

ক্রম	পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসভি প্রশিক্ষণ							মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ
	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক	ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা	
		মিনিট	ঘন্টা		মিনিট	ঘন্টা		
১.	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৬০	১					মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ
৩.	কনডম	৬০	১					
৪.	এনএসভি	৩৪৫	৫.৭৫	এনএসভি	৮৫৫	১৪.২৫		
৫.	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১৮০	৩					
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১৮০	৩		
৬.	অন্যান্য	৩০	০.৫			০		
				অন্যান্য	৩০	০.৫		
		৬৭৫	১১.২৫		১২৬০	২১	৩২.২৫	৬৫.১১৬৩

পরিশিষ্ট ৫

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ
সময়সূচি

ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

ইমপ্ল্যান্ট সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- একরড ও দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ ইমপ্ল্যান্ট-এর জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব/গর্ভপাত/এমআর পরবর্তী ও সিজারিয়ান অপারেশনের সময় ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ, প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং খোলার পর কাউন্সেলিং
- ইমপ্ল্যান্ট -এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা সেবা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে ইমপ্ল্যান্ট সেবা দিতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে ইমপ্ল্যান্ট সেবা ও এসম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	<ul style="list-style-type: none">• উদ্বোধনী• পারস্পরিক পরিচিতি	<ul style="list-style-type: none">• কোর্স পরিচিতি• উদ্বোধনী বক্তব্য
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের প্রত্যাশা প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-১১:০০	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:০০-১১:৪৫	ইমপ্ল্যান্টঃ প্রাথমিক ধারণা, প্রয়োগ ও অপসারণ ভিডিও সহ	
১১:৪৫-১২:৩০	ইমপ্ল্যান্টঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতা বিশেষ পরিস্থিতিতে ইমপ্ল্যান্ট সেবা	

১২:৩০-০১:১৫	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ ইমপ্ল্যান্ট	
০১:১৫-০২:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ ইমপ্ল্যান্ট	
০২:০০-০৩:০০	দুপুরের বিরতি	
০৩:০০-০৩:৪৫	ইমপ্ল্যান্টঃ প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ, প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং অপসারণের পর কাউন্সেলিং	
০৩:৪৫-০৪:১৫	ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	সংক্রমণ প্রতিরোধ প্রাথমিক ধারণা, হ্যান্ড হাইজিন, সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার, যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ, বর্জ্য অপসারণ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ইমপ্ল্যান্ট	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং	
০৩:০০-০৩:১৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:০০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০৪:০০-০৪:১৫	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:১৫-০৪:৩০	সমাপনী	

- চিকিৎসকদের ২ দিনের ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম ও ২য় দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- অর্থাৎ ২ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং দুই কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ২ দিন x ৮ ঘন্টা = ১৬ ঘন্টা।
- এই ১৬ ঘন্টার মধ্যে ৩.৭৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ৬.৫ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ১০.২৫ ঘন্টা।
- ১০.২৫ ঘন্টার মধ্যে ৬.৫ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং ৬৩.৪১ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবেন।
- অবশিষ্ট ৫.৭৫ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

চিকিৎসকদের ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

ক্রম	ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারী							মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ
	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা		
		মিনিট	ঘন্টা	ব্যবহারিক	মিনিট		ঘন্টা	
১.	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৪৫	০.৭৫					মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ
২.	ইমপ্ল্যান্ট	১৩৫	২.২৫					
				ইমপ্ল্যান্ট	৩৯০	৬.৫		
৩.	অন্যান্য	৪৫	০.৭৫			০		
		২২৫	৩.৭৫		৩৯০	৬.৫	১০.২৫	

পরিশিষ্ট ৬

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
আইইউডি প্রশিক্ষণ
সময়সূচি (চিকিৎসক ও এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমো)

চিকিৎসক ও এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের আইইউডি প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

আইইউডি প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশের প্রচলিত দীর্ঘমেয়াদী জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি আইইউডি- কপার টি ৩৮০এ সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি আইইউডির জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, যৌনবাহিত সংক্রমণ চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা, স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব/গর্ভপাত/এমআর পরবর্তী ও (সিজারিয়ান অপারেশনের) সময় আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ
- আইইউডির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা সেবা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে আইইউডি সেবা দিতে পারবেন
- আইইউডি সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেক্টেন্টের প্রস্তুতপ্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে আইইউডি পদ্ধতির সেবা সম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী উদ্বোধনী বক্তব্য	পারস্পরিক পরিচিতি কোর্স পরিচিতি
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-১১:১৫	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:১৫-১২:১৫	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	

১২:১৫-০১:১৫	বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	আইইউডিঃ প্রাথমিক ধারণা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ জরায়ু মুখের ক্যান্সার এবং যৌনবাহিত সংক্রমণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে আইইউডি সেবা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১১:১৫	আইইউডিঃ প্রয়োগ ও অপসারণঃ স্বাভাবিক সময়ে (Interval) ধাপসমূহ	
১১:১৫-১২:১৫	আইইউডিঃ প্রয়োগ ও অপসারণ (চলমান...) প্রসব ও এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে প্রয়োগ আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ	
১২:১৫-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ- যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	

০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ ও অটোক্লেভের ব্যবহার, যন্ত্রপাতি মোড়ানো এবং আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ ও সংরক্ষণ, লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা এবং এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্ট সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সারসংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৬ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	প্রশিক্ষণ পর্যালোচনা	

০৯:০০-১০:৩০	উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১০:৩০-১০:৪৫	বিরতি	
১০:৪৫-০১:৪৫	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০১:৪৫-০২:০০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
০২:০০-০৩:০০	দুপুরের বিরতি	
০৩:০০-০৩:৩০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০৩:৩০-০৪:০০	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:০০-০৪:৩০	সমাপনী ও সার্টিফিকেট বিতরণ	

- চিকিৎসক ও এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের ৬ দিনের আইইউডি প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ৬ষ্ঠ দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- অর্থাৎ ৬ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং ছয় কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ৬ দিন x ৮ ঘন্টা= ৪৮ ঘন্টা।
- এই ৪৮ ঘন্টার মধ্যে ১২.৭৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ১৯.২৫ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৩২ ঘন্টা।
- ৩২ ঘন্টার মধ্যে ১৯.২৫ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং প্রায় ৬০ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবেন।
- অবশিষ্ট ১৬ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

চিকিৎসক ও এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের আইইউডি প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

মডিউল ক্রমিক	আইইউডি প্রশিক্ষণ চিকিৎসক ও এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমো							মোট ঘন্টা
	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা		
		মিনিট	ঘন্টা	ব্যবহারিক	মিনিট	ঘন্টা		
১	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৬০	১					
২	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	৪৫	০.৭৫					
৩	আইইউডি	৪২০	৭	আইইউডি	৯৪৫	১৫.৭৫		
৪	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১২০	২					
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১৮০	৩		
৫	বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে আইইউডি সেবা	৬০	১			০		
৬	অন্যান্য	৬০	১			০		
				অন্যান্য	৩০	০.৫		
		৭৬৫	১২.৭৫		১১৫৫	১৯.২৫	৩২	
							৬০.১৫৬৩	

পরিশিষ্ট ৭

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ
সময়সূচি (মিডওয়াইফ, এফডব্লিউডি, নার্স, প্যারামেডিক, স্যাকমো)

মিডওয়াইফ, এফডব্লিউডি, নার্স, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণের লক্ষ্য দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

মিডওয়াইফ, এফডব্লিউডি, নার্স, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের আইইউডি প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন
- বাংলাদেশের প্রচলিত দীর্ঘমেয়াদী জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি আইইউডি- কপার টি ৩৮০এ সম্পর্কে বলতে পারবেন
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি প্রসব পরবর্তী আইইউডির জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, প্রসব পরবর্তী (স্বাভাবিক প্রসব) সময় আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ, আইইউডি প্রয়োগ পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ করতে পারবেন
- আইইউডির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা সেবা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে আইইউডি সেবা দিতে পারবেন
- আইইউডি সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্টের প্রস্তুত প্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে প্রসব পরবর্তী আইইউডি পদ্ধতির সেবা সম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী উদ্বোধনী বক্তব্য	পারস্পরিক পরিচিতি কোর্স পরিচিতি
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-১১:১৫	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:১৫-১২:১৫	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	
১২:১৫-০১:১৫	বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	আইইউডি প্রাথমিক ধারণা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডি কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে আইইউডি সেবা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১১:১৫	আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ- প্রসব পরবর্তী সময়ে ধাপসমূহ স্বাভাবিক প্রসবে কেলি ফরসেপ ব্যবহার করে	
১১:১৫-১২:১৫	আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ (চলমান...) আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ	
১২:১৫-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	

০৩:১৫-০৪:১৫	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ- যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ ও অটোক্লেভের ব্যবহার, যন্ত্রপাতি মোড়ানো এবং আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ ও সংরক্ষণ, লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা এবং এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেক্টেন্ট সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সারসংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	আইইউডি প্ৰশ্নপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিং: আইইউডি	
০১:১৫-০২:১৫	দুপুরের বিরতি	
০২:১৫-০৩:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	উপকরণ সরবরাহ, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৬ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	প্রশিক্ষণ পর্যালোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	আর্থিক ব্যবস্থাপনা, শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
০৯:৪৫-১০:০০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩:৩০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০৩:৩০-০৪:০০	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:০০-০৪:৩০	সমাপনী ও সার্টিফিকেট বিতরণ	

- এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের ৬ দিনের আইইউডি প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ৬ষ্ঠ দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- অর্থাৎ ৬ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং ছয় কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ৬ দিন x ৮ ঘন্টা= ৪৮ ঘন্টা।
- এই ৪৮ ঘন্টার মধ্যে ১২.২৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ২০.৭৫ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৩৩ ঘন্টা।
- ৩৩ ঘন্টার মধ্যে ২০.৭৫ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং প্রায় ৬৩ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবেন।
- অবশিষ্ট ১৫ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

মডিউল ক্রমিক	প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ নার্স, এফডব্লিউডি, প্যারামেডিক, স্যাকমো							মোট প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ	
	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক	মোট ঘন্টা				
	মিনিট	ঘন্টা	মিনিট	ঘন্টা	মিনিট	ঘন্টা			
১	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৪৫	০.৭৫					মোট প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ	
২	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	৪৫	০.৭৫						
৩	আইইউডি	৪২০	৭	আইইউডি	১০২০	১৭			
৪	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১২০	২						
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১৮০	৩			
৫	বিশেষ চাহিদা সম্মান গ্রহীতা	৬০	১			০			
৬	অন্যান্য	৪৫	০.৭৫			০			
				অন্যান্য	৪৫	০.৭৫			
		৭৩৫	১২.২৫		১২৪৫	২০.৭৫	৩৩		৬২.৮৭৮৮

পরিশিষ্ট ৮

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ
সময়সূচি (চিকিৎসক)

চিকিৎসকদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারীদের আইইউডি প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন
- বাংলাদেশের প্রচলিত দীর্ঘমেয়াদী জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি আইইউডি- কপার টি ৩৮০এ সম্পর্কে বলতে পারবেন
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি প্রসব পরবর্তী আইইউডির জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, প্রসব পরবর্তী (স্বাভাবিক প্রসব ও সিজারিয়ান অপারেশনে) সময় আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ, আইইউডি প্রয়োগ পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ করতে পারবেন
- আইইউডির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা সেবা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে আইইউডি সেবা দিতে পারবেন
- আইইউডি সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেক্টেন্টের প্রস্তুত প্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে প্রসব পরবর্তী আইইউডি পদ্ধতির সেবা সম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী উদ্বোধনী বক্তব্য	পারাম্পরিক পরিচিতি কোর্স পরিচিতি
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-১১:১৫	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:১৫-১২:০০	বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা	

	স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা	
১২:০০-০১:০০	আইইউডিঃ প্রাথমিক ধারণা	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	আইইউডিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ বিশেষ চাহিদা সম্মল্ল গ্রহীতার আইইউডি সেবা	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডিঃ প্রয়োগ ও অপসারণঃ প্রসব পরবর্তী সময়ে ধাপসমূহঃ স্বাভাবিক প্রসবে কেলি ফরসেপ ব্যবহার করে এবং সিজারিয়ান অপারেশনের সময় আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ও হাত পরিষ্কারকরণ ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ- যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-১১:১৫	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
১১:১৫-০১:১৫	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল ও ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি	
০৩:০০-০৩: ১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ-আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার এবং যন্ত্রপাতি মোড়ানো, যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ ও সংরক্ষণ, লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর

০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	আইইউডি সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ আইইউডি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা এবং ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ আইইউডি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০৩:০০ -০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা এবং এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্ট সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা ও ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	প্রশিক্ষণ পর্যালোচনা	
০৯:০০-১০:০০	উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-০১:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:৩০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০৩:৩০-০৪:০০	প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা	
০৪:০০-০৪:১৫	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:১৫-০৪:৩০	সমাপনী ও সার্টিফিকেট বিতরণ	

- চিকিৎসকদের ৪ দিনের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ৪র্থ দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- অর্থাৎ ৪ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং চার কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ৪ দিন x ৮ ঘন্টা = ৩২ ঘন্টা।
- এই ৩২ ঘন্টার মধ্যে ৮.৭৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ১৩.২৫ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ২২ ঘন্টা।
- ২২ ঘন্টার মধ্যে ১৩.২৫ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং প্রায় ৬০ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবেন।
- অবশিষ্ট ১০ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

চিকিৎসকদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

মডিউল ক্রমিক	চিকিৎসকদের প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ							মোট প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক সময়ের শতকরা ভাগ
	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক	ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা	
		মিনিট	ঘন্টা		মিনিট	ঘন্টা		
১	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৪৫	০.৭৫					
২	আইইউডি	২৮৫	৪.৭৫	আইইউডি	৭২০	১২		
৩	সংক্রমণ প্রতিরোধ	১০৫	১.৭৫	সংক্রমণ প্রতিরোধ	৭৫	১.২৫		
৪	বিশেষ চাহিদা সম্মুখ গ্রহীতা	৩০	০.৫০			০		
৫	অন্যান্য	৬০	১			০		
		৫২৫	৮.৭৫		৭৯৫	১৩.২৫	২২	৬০.২২৭

পরিশিষ্ট ৯

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
রিফ্রেসার প্রশিক্ষণ
সময়সূচি (এফডব্লিউভি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমো)

রিফ্রেসার প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

রিফ্রেসার প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশের প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিসমূহ যেমন কনডম, মিশ্রখাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ খাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ ইনজেকশন, সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ, আইইউডি- কপার টি ৩৮০এ, একরড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট-এনএক্সটি, দুই রড বিশিষ্ট জ্যাডেল, মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি -টিউবেকটমি ও পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি -এনএসভি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ পরিবার পরিকল্পনার প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির জন্য বিশেষত দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতিসমূহের জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, যৌনবাহিত সংক্রমণ চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা, স্বাভাবিক সময়ে ও প্রসব/গর্ভপাত/এমআর পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ, সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ
- প্রতিটি স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতি ও আইউডির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা সেবা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনার সেবা দিতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনার সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেক্টেন্টের প্রস্তুতপ্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে পরিবার পরিকল্পনায় জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির সেবা সম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৩০	উদ্বোধনী পারস্পরিক পরিচিতি	কোর্স পরিচিতি উদ্বোধনী বক্তব্য
০৯:৩০-১০:০০	প্রশিক্ষণের প্রত্যাশা প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার
১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই	

১০:১৫-১০:৩০	বিরতি	
১০:৩০-১১:০০	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	
১১:০০-১২:০০	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং	
১২:০০-০১:০০	আইইউডি- প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ জরায়ু মুখের ক্যাম্পার এবং যৌনবাহিত সংক্রমণ	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	আইইউডি- স্বাভাবিক সময়ে (Interval) এবং প্রসব ও এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণের ধাপসমূহ	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	আইইউডি- সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্ট	
০৯:৪৫-১১:০০	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ <ul style="list-style-type: none"> ➤ প্রাথমিক ধারণা, হাত পরিষ্কারকরণ, ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার ➤ যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ- যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা ➤ যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ ও অটোক্লেভের ব্যবহার, মোড়ানো ➤ আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার ➤ যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, ও সংরক্ষণ লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার ➤ পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপন ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ 	
১১:০০-১১:১৫	বিরতি	
১১:১৫-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ	

০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন প্রাথমিক ধারণা কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ, প্রয়োগবিধি, প্রদর্শন, কাউন্সেলিং ও ফলোআপ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	টিউবেকটমিঃ প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ অপারেশনের প্রস্তুতি এবং অপারেশনের নিয়মাবলী গ্রহীতার মনিটরিং, টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন মডেল /ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসভি প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ অপারেশনের নিয়মাবলী ও ফলোআপ, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা স্থায়ী পদ্ধতি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা	

	স্বল্পমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ কনডম	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	কার্ডিওপালমোনারী রিসাসসিটেশন	
০৯:৪৫-১০:০০	বিরতি	
১০:০০-০১:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন ও আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন ও আইইউডি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	ইমপ্ল্যান্টঃ প্রাথমিক ধারণা ও কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ প্রয়োগ ও অপসারণ এবং প্রদর্শন প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং অপসারণের পর কাউন্সেলিং পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতিঃ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি -প্রাথমিক ধারণা, কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং মিশ্র খাবার বড়ি ব্যবহারবিধি শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ খাবার বড়ি-কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এবং ব্যবহারবিধি খাবার বড়ির বিপদ সংকেত, ফলোআপ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা, ব্যবস্থাপনা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	

১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন ও আইইউডি	
০১:১৫-০২:১৫	দুপুরের বিরতি	
০২:১৫-০৩:১৫	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন ও আইইউডি	
০৩:১৫-০৪:১৫	প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা গর্ভপাত বা এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা বিশেষ চাহিদা সম্মন গ্রহীতা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৬ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	মান সম্পন্ন সেবা	
০৯:৪৫-১১:০০	উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১১:০০-১১:১৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
১১:১৫-১১:৩০	বিরতি	
১১:৩০-০১:০০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:৩০	প্রশিক্ষার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ আইইউডি	
০৩:৩০-০৪:০০	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:০০-০৪:৩০	সমাপনী	

- এফডব্লিউডি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের ০৬ দিনের প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ৬ষ্ঠ দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- ০৬ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং ০৬ কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ০৬ দিন×৮ ঘন্টা= ৪৮ ঘন্টা।
- এই ৪৮ ঘন্টার মধ্যে ১২.২৫ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ১৯.৫ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৩১.৭৫ ঘন্টা।
- ৩১.৭৫ ঘন্টার মধ্যে ১৯.৫ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং প্রায় ৬১ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষার্থীরা নিয়োজিত থাকবে।

- অবশিষ্ট ১৬.২৫ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

মিডওয়াইফ, এফডব্লিউভি, নার্স, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের রিফ্রেশার প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

রিফ্রেশার প্রশিক্ষণ এফডব্লিউভি, নার্স, মিডওয়াইফ, প্যারামেডিক, স্যাকমো							
ক্রম	মডিউল নাম	তত্ত্বীয়		ব্যবহারিক	ব্যবহারিক		মোট ঘন্টা
		মিনিট	ঘন্টা		মিনিট	ঘন্টা	
১	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৩০	০.৫				
২	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং	৬০	১				
৩	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ	০	০				
৪	কনডম	১৫	০.২৫				
৫	খাবার বড়ি	৬০	১				
৬	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন	৬০	১				
				ইনজেকশন	৯০	১.৫	
৭	ইমপ্ল্যান্ট	৬০					
৮	আইইউডি	১৮০	৩				
				আইইউডি	৯৬০	১৬	
৯	টিউবেকটমি	৬০	১				
১০	এনএসডি	৪৫	০.৭৫				
১১	সংক্রমণ প্রতিরোধ	৬০	১				
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	৬০	১	
১২	বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনা	৩০	০.৫			০	
১৩	বিশেষ চাহিদা সম্মত গ্রহীতা	৩০	০.৫			০	
১৪	অন্যান্য	১০৫	১.৭৫			০	
				অন্যান্য	৬০	১	
		৭৯৫	১২.২৫		১১৭০	১৯.৫	৩১.৭৫
							৬১.৪১৭৩

মোট কার্যকর
প্রশিক্ষণ সময়ের
মধ্যে ব্যবহারিক
সময়ের শতকরা
ভাগ

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
রিফ্রেসার প্রশিক্ষণ
সময়সূচি (চিকিৎসক)

চিকিৎসকদের রিফ্রেসার প্রশিক্ষণের লক্ষ্য

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সেবাকে উন্নততর করার লক্ষ্যে যথাযথ কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, মানসম্পন্ন সেবাদানের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি এবং আচরণগত পরিবর্তনে সহায়তা করা।

চিকিৎসকদের মৌলিক প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- বাংলাদেশের প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিসমূহ যেমন কনডম, মিশ্রাখাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ খাবার বড়ি, প্রজেস্টিন সমৃদ্ধ ইনজেকশন, সাবকিউটেনিয়াস ডিএমপিএ, আইইউডি- কপার টি ৩৮০এ, একরড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট-এনএক্সটি, দুই রড বিশিষ্ট জ্যাডেল, মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি -টিউবেকটমি টিউবাল হুক ও উইটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে মিনি ল্যাপারেটমির মাধ্যমে টিউবেকটমি, ল্যাপারোস্কপিক টিউবেকটমি ও পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতি -এনএসভি সম্পর্কে বলতে পারবেন।
- যেসব বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করে মানসম্পন্ন সেবা দিতে পারবেনঃ পরিবার পরিকল্পনার প্রচলিত জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির জন্য বিশেষত দীর্ঘ মেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতিসমূহের জন্য গ্রহীতা কাউন্সেলিং, গ্রহীতা বাছাইকরণ, যৌনবাহিত সংক্রমণ চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা, স্বাভাবিক সময়ে, প্রসব/গর্ভপাত/এমআর পরবর্তী ও সিজারিয়ান অপারেশনের সময় আইইউডি প্রয়োগ ও অপসারণ, ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগ ও অপসারণ, টিউবাল হুক ও উইটেরাইন এলিভেটর ব্যবহার করে মিনি ল্যাপারেটমির মাধ্যমে টিউবেকটমি এবং এনএসভি
- প্রতিটি জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ও জটিলতা চিহ্নিত করে ব্যবস্থাপনা সেবা দিতে পারবেন
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন গ্রহীতাকে ও বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনার সেবা দিতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনার সেবাদানে হাত ধোয়া, এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্টের প্রস্তুতপ্রণালী ও ব্যবহার, যন্ত্রপাতির ব্যবহার, প্রক্রিয়াজাতকরণ, সংরক্ষণ, পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপনা, ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ ও কোভিড ১৯ থেকে সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারবেন
- শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার মেনে পরিবার পরিকল্পনায় জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির সেবা এবং এ সম্পর্কিত উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং করতে পারবেন।

দিন-১ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটেটর
০৮:৩০-০৯:০০	রেজিস্ট্রেশন	
০৯:০০-০৯:৪৫	উদ্বোধনী উদ্বোধনী বক্তব্য	পারাম্পরিক পরিচিতি কোর্স পরিচিতি
০৯:৪৫-১০:০০	বিরতি	

১০:০০-১০:১৫	প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা	প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী প্রশিক্ষণ উপকরণ ও ব্যবহার	
১০:১৫-১০:৩০	প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই		
১০:৩০-১১:০০	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম		
১১:০০-১১:৪৫	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং		
১১:৪৫-১২:১৫	স্বল্পমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিঃ কনডম		
১২:১৫-০১:০০	পুরুষ ও মহিলা স্থায়ী পদ্ধতি (টিউবেকটমি ও ভ্যাসেকটমি) সম্পাদনে বিবেচ্য স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং বাংলাদেশ কর্তৃক সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যগত অবস্থার এবং বাংলাদেশের সামাজিক রীতি-প্রথার প্রেক্ষিতে প্রস্তাবিত অতিরিক্ত শ্রেণিবিভাগ ও মাত্রা		
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি		
০২:০০-০২:৪৫	স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি পুরুষ স্থায়ী পদ্ধতিঃ এনএসভি প্রাথমিক ধারণা এনএসভিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ এনএসভিঃ অপারেশনের নিয়মাবলী ও ফলোআপ		
০২:৪৫-০৩:৩০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি		
০৩:৩০-০৩:৪৫	বিরতি		
০৩:৪৫-০৪:১৫	টিউবেকটমিঃ প্রাথমিক ধারণা টিউবেকটমিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ		
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ		

দিন-২ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	টিউবেকটমিঃ অপারেশনের প্রস্তুতি এবং অপারেশনের নিয়মাবলী	
০৯:৪৫-১০:০০	বিরতি	
১০:০০-১০:৪৫	বাংলাদেশে প্রচলিত অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে/প্রদানে বিবেচ্য সমন্বিত স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক উপযুক্ততার নির্দেশিকা স্বাস্থ্যগত ও সামাজিক অবস্থার শ্রেণিবিভাগ এবং তার সংজ্ঞা ও মাত্রা	
১০:৪৫-১১:৩০	আইইউডিঃ প্রাথমিক ধারণা আইইউডিঃ কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ জরায়ু মুখের ক্যান্সার এবং যৌনবাহিত সংক্রমণ	
১১:৩০-১২:৪৫	প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ টিউবেকটমি	
১২:৪৫-০১:১৫	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	

০১:১৫-০২:১৫	দুপুরের বিরতি	
০২:১৫-০৩:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	আইইউডিঃ প্রয়োগ ও অপসারণঃ স্বাভাবিক সময়ে (Interval) ধাপসমূহ প্রসব ও এমআর/এমআরএম/ গর্ভপাত পরবর্তী সময়ে প্রয়োগ আইইউডি অপসারণের ধাপসমূহ আইইউডিঃ সেবা পরবর্তী পরিচর্যা ও ফলোআপ আইইউডিঃ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৩ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	মডেল প্রদর্শন, ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:০০	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	ক্লায়েন্ট প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	এনএসভিঃ জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা টিউবেকটমিঃ গ্রহীতার মনিটরিং, টিউবেকটমির জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা, অপারেশন পরবর্তী যত্ন ও কাউন্সেলিং এবং ফলোআপ স্থায়ী পদ্ধতি অপারেশনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা এবং স্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণের পর পুনঃসংযোজন অপারেশন পরিবার পরিকল্পনা সেবায় মারাত্মক জটিলতা/মৃত্যু পরবর্তী রিপোর্টিং এবং আর্থিক ব্যবস্থাপনা	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৪ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৪৫	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ প্রাথমিক ধারণা ○ হাত পরিষ্কারকরণ ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক যন্ত্রপাতির ব্যবহার	

	কোভিড ১৯ থেকে সুরক্ষা ও শ্বাসতন্ত্রের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা এন্টিসেপটিক ও ডিসইনফেকটেন্ট	
০৯:৪৫-১০:০০	বিরতি	
১০:০০-১১:০০	সংক্রমণ প্রতিরোধঃ <ul style="list-style-type: none"> ○ যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াজাতকরণ যন্ত্রপাতি পরিষ্কারকরণ ও যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করা ○ যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্তকরণ- অটোক্লেভের ব্যবহার ও যন্ত্রপাতি মোড়ানো ○ আইইউডি স্টেরিলাইজার এর ব্যবহার ○ যন্ত্রপাতি উচ্চমাত্রায় সংক্রমণমুক্তকরণ, ও সংরক্ষণ লিনেনের নিরাপদ ব্যবহার ○ পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতা, সূঁচালো/ধারালো জিনিষ পত্রের সঠিক ব্যবস্থাপন ক্লিনিক বর্জ্যের নিরাপদ অপসারণ 	
১১:০০-১২:০০	ইমপ্ল্যান্টঃ প্রাথমিক ধারণা ও কাউন্সেলিং ও বাছাইকরণ প্রয়োগ ও অপসারণ এবং প্রদর্শন প্রয়োগ পরবর্তী কাউন্সেলিং, ফলোআপ প্রসব পরবর্তী ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার ফলোআপ এবং অপসারণের পর কাউন্সেলিং পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, জটিলতা ও ব্যবস্থাপনা	
১২:০০-০১:০০	মডেল প্রদর্শন ও অনুশীলনঃ ইমপ্ল্যান্ট	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ আইইউডি, এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:০০-০৩:১৫	বিরতি	
০৩:১৫-০৪:১৫	অস্থায়ী স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতিঃ জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি ও জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সারসংক্ষেপ	

দিন-৫ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-১০:০০	প্রসব পরবর্তী গর্ভপাত বা এমআর পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা বুকের দুধ খাওয়ানো নির্ভর জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি -ল্যাম জরুরী জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি বিশেষ চাহিদা সম্বল গ্রহীতা	
১০:০০-১০:১৫	বিরতি	
১০:১৫-০১:১৫	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা যাচাই ও কোচিংঃ ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি	

	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট ও আইইউডি	
০১:১৫-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:১৫	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০৩:১৫-০৩:৩০	বিরতি	
০৩:৩০-০৪:১৫	কার্ডিওপালমোনারী রিসাসসিটেশন	
০৪:১৫-০৪:৩০	দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ	

দিন-৬ঃ

সময়	বিষয়	ফ্যাসিলিটের
০৮:৩০-০৯:০০	গতদিনের আলোচনা	
০৯:০০-০৯:৩০	মান সম্পন্ন সেবা	
০৯:৩০-১০:৩০	উপকরণ সরবরাহ, আর্থিক ব্যবস্থাপনা, রেকর্ড কিপিং ও রিপোর্টিং এবং শিষ্টাচার ও শুদ্ধাচার	
১০:৩০-১০:৪৫	প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই	
১০:৪৫-১১:০০	বিরতি	
১১:০০-০১:০০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ এনএসভি ও টিউবেকটমি	
০১:০০-০২:০০	দুপুরের বিরতি	
০২:০০-০৩:৩০	প্রশিক্ষণার্থীর দক্ষতা মূল্যায়নঃ ডিএমপিএ, ইমপ্ল্যান্ট, আইইউডি	
০৩:৩০-০৪:০০	প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন	
০৪:০০-০৪:৩০	সমাপনী	

- চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারীদের ০৬ দিনের প্রশিক্ষণ কোর্সটি ১ম থেকে ৬ষ্ঠ দিন পর্যন্ত শুরু হবে সকাল ৮:৩০ ও শেষ হবে বিকাল ৪:৩০ টায়;
- ০৬ দিনের প্রতিদিন আট ঘন্টা ব্যাপি প্রশিক্ষণ চলবে;
- সুতরাং ০৬ কার্যদিবসে মোট প্রশিক্ষণ সময় ০৬ দিন×৮ ঘন্টা= ৪৮ ঘন্টা।
- এই ৪৮ ঘন্টার মধ্যে ১৩ ঘন্টা তত্ত্বীয় এবং ব্যবহারিক সেশন ২১ ঘন্টা; মোট কার্যকর প্রশিক্ষণ সময় ৩৪ ঘন্টা।
- ৩৪ ঘন্টার মধ্যে ২১ ঘন্টা ব্যবহারিক সেশন; সুতরাং প্রায় ৬১ শতাংশ সময় ব্যবহারিক সেশনে প্রশিক্ষণার্থীরা নিয়োজিত থাকবে।
- অবশিষ্ট ১৪ ঘন্টায় যে কাজগুলি করতে হবে: উদ্বোধনী, সমাপনী, গতদিনের আলোচনা, দিনের প্রশিক্ষণ সার সংক্ষেপ, দুপুরের ও অন্যান্য বিরতি, প্রশিক্ষণ পূর্ববর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী জ্ঞান যাচাই, প্রশিক্ষণ পরবর্তী কর্ম পরিকল্পনা ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারীদের প্রশিক্ষণের তত্ত্বীয় ও ব্যবহারিক সময় বিভাজন এখানে বিস্তারিত দেখানো হয়েছে।

চিকিৎসক সেবাপ্রদানকারী				মোট প্রশিক্ষণ সময়ের মধ্যে ব্যবহারিক
	তত্ত্বীয়	ব্যবহারিক	মোট ঘন্টা	

মডিউল ক্রমিক	মডিউল নাম	মিনিট	ঘণ্টা	ব্যবহারিক	মিনিট	ঘণ্টা	সময়ের শতকরা ভাগ
১	বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম	৩০	০.৫				
২	পরিবার পরিকল্পনা সেবায় কাউন্সেলিং	৪৫	০.৭ ৫				
৩	প্রজননতন্ত্রের গঠন ও কাজ						
৪	কনডম	৩০	০.৫				
৫	খাবার বড়ি	৬০	১				
৬	জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন	৬০	১				
			০	ইনজেকশন	৬০	১	
৭	ইমপ্ল্যান্ট	৬০	১				
				ইমপ্ল্যান্ট	১৫০	২.৫	
৮	আইইউডি	১০৫	১.৭ ৫				
				আইইউডি	৩০০	৫	
৯	টিউবেকটমি	১২০	২				
				টিউবেকটমি	৩৩০	৫.৫	
১০	এনএসডি	৯০	১.৫				
				এনএসডি	৩০০	৫	
১১	সংক্রমণ প্রতিরোধ	৪৫	০.৭ ৫				
			০	সংক্রমণ প্রতিরোধ	৬০	১	
১২	বিশেষ পরিস্থিতিতে পরিবার পরিকল্পনা	৩০	০.৫				
			০				
১৩	বিশেষ চাহিদা সম্মল গ্রহীতা	৩০	০.৫				
			০				
১৪	অন্যান্য	৭৫	১.২ ৫				
				অন্যান্য	৬০	১	
		৭৮০	১৩		১২৬০	২১	৩৪
							৬১.৭৬৪৭

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব / পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
(১৮ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের মৌলিক প্রশিক্ষণ
৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের রিফ্রেশার প্রশিক্ষণ)

সময়: ৩০ মিনিট

পূর্ণমান: ৫০

প্রশিক্ষণার্থীর বিবরণ	
নাম	
পদবী	
কর্মস্থল	
উপজেলা	
জেলা	
চাকুরীর মেয়াদকাল	

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১×২৫ = ২৫

- বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।
- প্রতিবার যৌনমিলনের সময় শুরু থেকে সঠিক নিয়মে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করলে কনডম একইসাথে জন্মবিরতিকরণ ও যৌনরোগ সংক্রমণের বিস্তার রোধ করতে পারে।
- মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকা বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির জটিলতা।
- গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন নেবার ১২ মাস পর পুনরায় আসতে বলুন; তাকে একটা নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় দিয়ে দিন; প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ২৮ দিন আগে বা ১৪ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন।
- দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ১০ মি. মি. দূরে অবস্থিত।
- যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্র ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তশ্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তশ্রাব বলে।
- আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘন্টা পর কার্যকর হয়।
- আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা।
- টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে।
- আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করাতে হবে।
- ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।
- গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী।
- আইইউডি খোলার জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আটারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আন্তে আন্তে টেনে বের করতে হবে।

১৪. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।
১৫. এনএসভি পদ্ধতিতে ফ্যাসাল ইন্টারপজিশন করে শুক্রবাহী নালির এক প্রান্ত শিথের ভিতর এবং অন্য প্রান্ত শিথের বাহিরে রাখা হয়। এর ফলে অণুকোষ থেকে শুক্রাণু শুক্রবাহী নালি দিয়ে বীর্য়লিতে আসতে পারে না।
১৬. এনএসভি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে, শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা যাচ্ছে না তাহলে পূর্বেই এনএসভি করা হয়েছে নির্দেশ করে।
১৭. এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাস্টার মাসল বাঁধতে হবে।
১৮. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র না হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণুথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে।
১৯. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক নীচের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো সহজ হবে।
২০. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে।
২১. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চিহ্নিত করা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না।
২২. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।
২৩. গর্ভপাত বা এমআর এর ২-৪ সপ্তাহের মধ্যেই তিনি আবার গর্ভবতী হয়ে পড়তে পারেন।
২৪. ইসিপি গ্রহণের পূর্বে একাধিকবার সহবাসের ক্ষেত্রে একজন মহিলাকে তার একটি মাসিক চক্রের মধ্যে ১ম অরক্ষিত সহবাস ঘটান পরবর্তী ১২০ ঘণ্টা গণনার মধ্যে আনতে হবে।
২৫. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন।

প্রতিটি ঘর পূরণ করতে হবে। সঠিক উত্তরে (✓) দিন এবং ভুল উত্তরে (×) দিন

১×১০ = ১০

১. টেনাকুলাম দিয়ে কিভাবে জরায়ুর মুখ ধরতে হয়?	<input type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ২ টা বাজার অবস্থানে <input type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ১০ টা ও ২টা বাজার অবস্থানে
২. জরায়ুর মুখের ভঙ্গুরতা পরীক্ষা করার জন্য কোন পরীক্ষাটি করতে হয়?	<input type="checkbox"/> পিভি পরীক্ষা <input type="checkbox"/> স্পেকুলাম পরীক্ষা <input type="checkbox"/> ল্যাবরেটরী পরীক্ষা
৩. কার পছন্দে/ সিদ্ধান্তে টিউবেকটমি করা হয়?	<input type="checkbox"/> সেবাদানকারীর পছন্দ <input type="checkbox"/> গ্রহীতার পছন্দ <input type="checkbox"/> সেবাদানকারী ও গ্রহীতার পছন্দ
৪. এনএসভি অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার কি কি যাচাই করা বা জানা উচিত?	<input type="checkbox"/> অভ্যুৎসাহ, এপিডিডাইমিস পরীক্ষা <input type="checkbox"/> চোখ পরীক্ষা করা <input type="checkbox"/> স্পার্মাটিক কার্ড ও শুক্রকীটবাহী নালী পরীক্ষা
৫. কোন কোন সমস্যা হলে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?	<input type="checkbox"/> অতিরিক্ত রক্তস্রাব <input type="checkbox"/> মাসিক বন্ধ <input type="checkbox"/> তলপেটে অস্বাভাবিক ব্যথা <input type="checkbox"/> যদি কোন ক্যাপসুল বের হয়ে আসে
৬. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ তৈরী করতে প্রয়োজন:	<input type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ১০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার <input type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ২০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার
৭. সংক্রামক বর্জ্য কোন রং এর পাত্রে রাখা হয়?	<input type="checkbox"/> কালো <input type="checkbox"/> হলুদ <input type="checkbox"/> সবুজ <input type="checkbox"/> লাল
৮. পরিবার পরিকল্পনা সেবা কেন্দ্রে যন্ত্রপাতি সাধারণত কোন পদ্ধতিতে জীবানুমুক্ত করার জন্য সুরিশ করা হয়?	<input type="checkbox"/> উচ্চ তাপে বাষ্প দ্বারা <input type="checkbox"/> শুষ্ক তাপে <input type="checkbox"/> রশ্মি ব্যবহার করে <input type="checkbox"/> রাসায়নিক দ্রবণ ব্যবহার করে
৯. ঔষধ দিয়ে এমআর করার ক্ষেত্রে এমআরএম শুরু করার প্রথম দিন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতাকে প্রদান করা যাবে?	<input type="checkbox"/> আইইউডি <input type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট <input type="checkbox"/> টিউবেকটমি <input type="checkbox"/> ইনজেকশন
১০. বুকের দুধ পান করাচ্ছেন এমন মহিলার জন্য প্রসবের পর পরই কোন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রদান করা যায়?	<input type="checkbox"/> ইনজেকশন <input type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট

	<input type="checkbox"/> আইইউডি <input type="checkbox"/> মিশ্র খাবার বড়ি
--	--

উত্তর লিখুনঃ

৩×৫ = ১৫

প্রশ্ন ১ঃ কোন কোন সমস্যা হলে টিউবেকটমি গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?

প্রশ্ন ২ঃ কোন কোন সমস্যা হলে প্রসব পরবর্তী আইইউডি গ্রহীতাকে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না?

প্রশ্ন ৩ঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পর মাসিক বন্ধ থাকলে কি ব্যবস্থাপনা দিতে হবে?

প্রশিক্ষণ পূর্ব ও পরবর্তী জ্ঞান যাচাই

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১৮ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের মৌলিক প্রশিক্ষণ /০৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের রিফ্রেশার প্রশিক্ষণ

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য (মি)

সঠিক উত্তরঃ

বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ৭৫% এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ২০% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।

২. প্রতিবার যৌনমিলনের সময় শুরু থেকে সঠিক নিয়মে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করলে কনডম একইসাথে জন্মবিরতিকরণ ও যৌনরোগ সংক্রমণের বিস্তার রোধ করতে পারে। (স)
৩. মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকে বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির জটিলতা। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকে বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির স্বাভাবিক পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া।

৪. গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন নেবার ১২ মাস পর পুনরায় আসতে বলুন; তাকে একটা নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় দিয়ে দিন; প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ২৮ দিন আগে বা ১৪ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন নেবার ১২ সপ্তাহ পর পুনরায় আসতে বলুন; তাকে একটা নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় দিয়ে দিন; প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ১৪ দিন আগে বা ২৮ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন।

৫. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ১০ মি. মি. দূরে অবস্থিত। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ৫ মি. মি. দূরে অবস্থিত।

৬. যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ১৪ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।

৭. আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘন্টা পর কার্যকর হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার সাথে সাথেই কার্যকর হয়।

৮. আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

আইইউডি প্রয়োগের ২য় ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা

৯. টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে। (স)

১০. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

কোন অবস্থাতেই প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করানো যাবে না

১১. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।

১২. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা কম।

১৩. আইইউডি খোলার জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আস্তে আস্তে টেনে বের করতে হবে। (স)

১৪. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে। (স)

১৫. এনএসভি পদ্ধতিতে ফ্যাসাল ইন্টারপজিশন করে শুক্রবাহী নালির এক প্রান্ত শিথের ভিতর এবং অন্য প্রান্ত শিথের বাহিরে রাখা হয়। এর ফলে অণুকোষ থেকে শুক্রাণু শুক্রবাহী নালি দিয়ে বীর্য়লিতে আসতে পারে না। (স)

১৬. এনএসভি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে, শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা যাচ্ছে না তাহলে পূর্বেই এনএসভি করা হয়েছে নির্দেশ করে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা-পূর্বেই এনএসভি করা হয়েছে নির্দেশ করে।

১৭. এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাস্টার মাসল বাঁধতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাস্টার মাসল যেন বাঁধা না পড়ে।

১৮. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র না হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণুথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণুথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে।

১৯. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক নীচের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো সহজ হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক উপরের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো কঠিন হবে।

২০. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে। (স)

২১. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চিহ্নিত করা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না; (স)

২২. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ৬০-৯০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।

২৩. গর্ভপাত বা এমআর এর ২-৪ সপ্তাহের মধ্যেই তিনি আবার গর্ভবতী হয়ে পড়তে পারেন। (স)

২৪. ইসিপি গ্রহণের পূর্বে একাধিকবার সহবাসের ক্ষেত্রে একজন মহিলাকে তার একটি মাসিক চক্রের মধ্যে ১ম অরক্ষিত সহবাস ঘটান পরবর্তী ১২০ ঘণ্টা গণনার মধ্যে আনতে হবে। (স)

২৫. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন। (স)

প্রতিটি ঘর পূরণ করতে হবে। সঠিক উত্তরে (✓) দিন এবং ভুল উত্তরে (×) দিন

১×১০ = ১০

১. টেনাকুলাম দিয়ে কিভাবে জরায়ুর মুখ ধরতে হয়?	<input type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ২ টা বাজার অবস্থানে <input checked="" type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ১০ টা ও ২টা বাজার অবস্থানে
২. জরায়ুর মুখের ভঙ্গুরতা পরীক্ষা করার জন্য কোন পরীক্ষাটি করতে হয়?	<input type="checkbox"/> পিভি পরীক্ষা <input checked="" type="checkbox"/> স্পেকুলাম পরীক্ষা <input type="checkbox"/> ল্যাবরেটরী পরীক্ষা
৩. কার পছন্দে/ সিদ্ধান্তে টিউবেকটমি করা হয়?	<input type="checkbox"/> সেবাদানকারীর পছন্দ <input checked="" type="checkbox"/> গ্রহীতার পছন্দ <input type="checkbox"/> সেবাদানকারী ও গ্রহীতার পছন্দ
৪. এনএসভি অপারেশনের পূর্বে গ্রহীতার কি কি যাচাই করা বা জানা উচিত?	<input checked="" type="checkbox"/> অভ্যর্থনা, এপিডিডাইমিস পরীক্ষা <input type="checkbox"/> চোখ পরীক্ষা করা <input checked="" type="checkbox"/> স্পার্মাটিক কার্ড ও গুত্রকীটবাহী নালী পরীক্ষা
৫. কোন কোন সমস্যা হলে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?	<input checked="" type="checkbox"/> অতিরিক্ত রক্তস্রাব <input checked="" type="checkbox"/> মাসিক বন্ধ <input checked="" type="checkbox"/> তলপেটে অস্বাভাবিক ব্যথা <input checked="" type="checkbox"/> যদি কোন ক্যাপসুল বের হয়ে আসে

৬. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ তৈরী করতে প্রয়োজন:	<input type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ১০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার <input checked="" type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ২০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার
৭. সংক্রামক বর্জ্য কোন রং এর পাত্রে রাখা হয়?	<input type="checkbox"/> কালো <input checked="" type="checkbox"/> হলুদ <input type="checkbox"/> সবুজ <input type="checkbox"/> লাল
৮. পরিবার পরিকল্পনা সেবা কেন্দ্রে যন্ত্রপাতি সাধারণত কোন পদ্ধতিতে জীবানুমুক্ত করার জন্য সুারিশ করা হয়?	<input checked="" type="checkbox"/> উচ্চ চাপে বাষ্প দ্বারা <input type="checkbox"/> শুষ্ক তাপে <input type="checkbox"/> রশ্মি ব্যবহার করে <input type="checkbox"/> রাসায়নিক দ্রবণ ব্যবহার করে
৯. ঔষধ দিয়ে এমআর করার ক্ষেত্রে এমআরএম শুরু করার প্রথম দিন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতাকে প্রদান করা যাবে?	<input type="checkbox"/> আইইউডি <input checked="" type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট <input checked="" type="checkbox"/> টিউবেকটমি <input checked="" type="checkbox"/> ইনজেকশন
১০. বুকের দুধ পান করাচ্ছেন এমন মহিলার জন্য প্রসবের পর পরই কোন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রদান করা যায়?	<input type="checkbox"/> ইনজেকশন <input checked="" type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট <input checked="" type="checkbox"/> আইইউডি <input type="checkbox"/> মিশ্র খাবার বড়ি

উত্তর লিখুনঃ

৩×৫ = ১৫

প্রশ্ন ১ঃ কোন কোন সমস্যা হলে টিউবেকটমি গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?

যে সমস্ত কারণে পরিবার কল্যাণ কর্মীর সাথে বা নিকটবর্তী স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে

- এক সপ্তাহের মধ্যে জ্বর (৩৮ ডিগ্রি সে. বা ১০০.৪ ডিগ্রি ফা.-এর বেশি)
- অপারেশনের স্থানে প্রচণ্ড ব্যথা হলে
- অপারেশনের স্থান দিয়ে পুঁজ বা রক্ত পড়লে
- অপারেশনের স্থান ফুলে গেলে
- তলপেটে খুব ব্যথা হলে
- মুখ খুলতে বা হা করতে অসুবিধা হলে অথবা চোয়াল লেগে গেলে

প্রশ্ন ২ঃ কোন কোন সমস্যা হলে প্রসব পরবর্তী আইইউডি গ্রহীতাকে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না?

প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের ক্ষেত্রে

- গর্ভবিল্লি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে

- দীর্ঘায়িত প্রসবকাল (২৪ ঘণ্টার বেশি)
- জ্বর (১০১ ডিগ্রি ফারেনহাইট এর বেশি)
- প্রসবোত্তর সংক্রমণ বা সেপসিস
- যৌনাঙ্গে ব্যাপক ক্ষত
- প্রসব পরবর্তী অতিরিক্ত রক্তক্ষরণ

প্রশ্ন ৩ঃ ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পর মাসিক বন্ধ থাকলে কি ব্যবস্থাপনা দিতে হবে?

<p>মাসিক বন্ধ কোন কোন গ্রহীতার পরপর তিন মাস মাসিক বন্ধ থাকে বা কিছু কিছু ক্ষেত্রে এক বছর বা তার চেয়ে বেশী সময় মাসিক বন্ধ থাকে।</p>	<p>প্রথমেই বুঝতে হবে গ্রহীতা গর্ভবতী কিনা বা জরায়ুর বাইরে গর্ভধারণ করেছেন কি-না। এটা বুঝার জন্য যা করা যেতে পারে, তা হল-</p> <ul style="list-style-type: none"> - গ্রহীতার শেষ মাসিকের ইতিহাস নেয়া - গ্রহীতার পিভি পরীক্ষা করা - প্রস্রাব পরীক্ষার মাধ্যমে গর্ভাবস্থা নির্ণয় করা - প্রস্রাব পরীক্ষার মাধ্যমে গর্ভাবস্থা নির্ণয়ের সুযোগ না থাকলে এবং পিভি পরীক্ষার মাধ্যমে বোঝা না গেলে, ২ সপ্তাহ পর পুনরায় পিভি করা (গর্ভবতী হলে এক্ষেত্রে অবশ্যই পিভি পরীক্ষায় বোঝা যাবে) • গ্রহীতাকে কাউন্সেলিং করা - গ্রহীতা যদি গর্ভবতী না হন তবে মাসিক বন্ধের ব্যাপারে তার অনুভূতি এবং প্রতিক্রিয়া নিয়ে কথা বলতে হবে। বোঝাতে হবে যে মাসিক বন্ধ থাকা অসুস্থতার লক্ষণ না বা তার জন্য ক্ষতিকর না; বরং এর ফলে তার রক্তে হিমোগ্লোবিনের পরিমাণ বাড়বে। - যদি গ্রহীতা গর্ভবতী হন, তবে এটা পদ্ধতির ব্যর্থতা। এ ক্ষেত্রে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে।
--	---

প্রশিক্ষকের স্বাক্ষর ও তারিখ:-----

পরিশিষ্ট ১২

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব / পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
(১২ দিন ব্যাপী মিডলেভেল সেবাদানকারীদের মৌলিক প্রশিক্ষণ/
৬ দিন ব্যাপী মিডলেভেল সেবাদানকারীদের রিফ্রেশার প্রশিক্ষণ)

সময়: ৩০ মিনিট

পূর্ণমান: ৫০

প্রশিক্ষার্থীর বিবরণ	
নাম	
পদবী	
কর্মস্থল	
উপজেলা	
জেলা	
চাকুরীর মেয়াদকাল	

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।
২. প্রতিবার যৌনমিলনের সময় শুরু থেকে সঠিক নিয়মে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করলে কনডম একইসাথে জন্মবিরতিকরণ ও যৌনরোগ সংক্রমণের বিস্তার রোধ করতে পারে।
৩. মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকা বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির জটিলতা।
৪. গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন নেবার ১২ মাস পর পুনরায় আসতে বলুন; তাকে একটা নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় দিয়ে দিন; প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ২৮ দিন আগে বা ১৪ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন।
৫. বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলারা, যাদের কমপক্ষে একটি জীবিত সন্তান আছে; তারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।
৬. নববিবাহিত মহিলাও ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।
৭. যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।
৮. আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘন্টা পর কার্যকর হয়।
৯. আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা।
১০. টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে।
১১. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করাতে হবে।
১২. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।

১৩. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী।
১৪. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।
১৫. এনএসডি অপারেশনের পরবর্তী ১ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়।
১৬. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে।
১৭. মিনিগ্যাপ টিউবেকটমিতে আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চিহ্নিত করা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না।
১৮. বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালী এবং পুরুষদের শুক্রবাহী নালী পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে।
১৯. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।
২০. আইইউডি স্টেরিলাইজারের মাধ্যমে জীবাণু মুক্ত করার জন্য বাষ্পের মাধ্যমে জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করতে ২৫০° সেন্টিগ্রেড অথবা ১২১° ফারেনহাইট তাপমাত্রায় যন্ত্রপাতি বা আনুষঙ্গিক সরঞ্জাম ৩০ মিনিটের জন্য রাখতে হয়।
২১. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রের কক্ষের আসবাবপত্র মোছার কাজে এবং হাউজ কিপিং এ ব্যবহার করা হয়।
২২. গর্ভপাত বা এমআর এর ২-৪ সপ্তাহের মধ্যেই তিনি আবার গর্ভবতী হয়ে পড়তে পারেন।
২৩. ইসিপি গ্রহণের পূর্বে একাধিকবার সহবাসের ক্ষেত্রে একজন মহিলাকে তার একটি মাসিক চক্রের মধ্যে ১ম অরক্ষিত সহবাস ঘটার পরবর্তী ১২০ ঘণ্টা গণনার মধ্যে আনতে হবে।
২৪. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন।
২৫. কোনো মহিলা এমআরএম এর জন্য যেদিন থেকে মিফেপ্রিস্টন শুরু করবেন সেদিন থেকেই কনডম এবং সকল হরমোনাল পদ্ধতি (খাবার বড়ি, ইনজেকশন, ইমপ্ল্যান্ট) ব্যবহার করতে পারবেন।

প্রতিটি ঘর পূরণ করতে হবে। সঠিক উত্তরে (✓) দিন এবং ভুল উত্তরে (×) দিন

১×১০ = ১০

১. টেনাকুলাম দিয়ে কিভাবে জরায়ুর মুখ ধরতে হয়?	<input type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ২ টা বাজার অবস্থানে <input type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ১০ টা ও ২টা বাজার অবস্থানে
২. জরায়ুর মুখের ভঙ্গুরতা পরীক্ষা করার জন্য কোন পরীক্ষাটি করতে হয়?	<input type="checkbox"/> পিভি পরীক্ষা <input type="checkbox"/> স্পেকুলাম পরীক্ষা <input type="checkbox"/> ল্যাবরেটরী পরীক্ষা
৩. কার পছন্দে/ সিদ্ধান্তে টিউবেকটমি করা হয়?	<input type="checkbox"/> সেবাদানকারীর পছন্দ <input type="checkbox"/> গ্রহীতার পছন্দ <input type="checkbox"/> সেবাদানকারী ও গ্রহীতার পছন্দ
৪. ল্যাম-এর কার্যকারিতার জন্য মাকে কি করতে হবে?	<input type="checkbox"/> বাচ্চার চাহিদা অনুযায়ী দুই পাশের স্তন হতেই দুধ পান করানো <input type="checkbox"/> দিনে ৪ ঘণ্টার বেশী এবং রাতে ৬ ঘণ্টার বেশী বিরতি না দেয়া <input type="checkbox"/> দিনে কমপক্ষে ৬-১০ বার এবং রাতে ২ বার দুধ খাওয়ানো <input type="checkbox"/> অন্য উপায়ে বুকের দুধ খাওয়ানো
৫. কোন কোন সমস্যা হলে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?	<input type="checkbox"/> অতিরিক্ত রক্তস্রাব <input type="checkbox"/> মাসিক বন্ধ <input type="checkbox"/> তলপেটে অস্বাভাবিক ব্যথা <input type="checkbox"/> যদি কোন ক্যাপসুল বের হয়ে আসে
৬. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ তৈরী করতে প্রয়োজন:	<input type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ১০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার <input type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ২০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার
৭. সংক্রামক বর্জ্য কোন রং এর পাত্রে রাখা হয়?	<input type="checkbox"/> কালো <input type="checkbox"/> হলুদ <input type="checkbox"/> সবুজ <input type="checkbox"/> লাল
৮. পরিবার পরিকল্পনা সেবা কেন্দ্রে যন্ত্রপাতি সাধারণত কোন পদ্ধতিতে জীবানুমুক্ত করার জন্য সুরিশ করা হয়?	<input type="checkbox"/> উচ্চ তাপে বাষ্প দ্বারা <input type="checkbox"/> শুষ্ক তাপে <input type="checkbox"/> রশ্মি ব্যবহার করে <input type="checkbox"/> রাসায়নিক দ্রবণ ব্যবহার করে
৯. ঔষধ দিয়ে এমআর করার ক্ষেত্রে এমআরএম শুরু করার প্রথম দিন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতাকে প্রদান করা যাবে?	<input type="checkbox"/> আইইউডি <input type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট <input type="checkbox"/> টিউবেকটমি <input type="checkbox"/> ইনজেকশন

১০. বুকের দুধ পান করাচ্ছেন এমন মহিলার জন্য প্রসবের পর পরই কোন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রদান করা যায়?	<input type="checkbox"/> ইনজেকশন <input type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট <input type="checkbox"/> আইইউডি <input type="checkbox"/> মিশ্র খাবার বড়ি
--	--

উত্তর লিখুনঃ

৩×৫ = ১৫

প্রশ্ন ১ঃ কোন কোন সমস্যা হলে টিউবেকটমি গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?

প্রশ্ন ২ঃ কোন কোন সমস্যা হলে প্রসব পরবর্তী আইইউডি গ্রহীতাকে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না?

প্রশ্ন ৩ঃ পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার জন্য ক্লিনিকের বিভিন্ন এলাকায় কি কি রং এর কমপক্ষে কয়টি কাপড়ের মপ ব্যবহার করা হয়?

১২ দিন ব্যাপী মিডলেভেল সেবাদানকারীদের মৌলিক প্রশিক্ষণ /০৬ দিন ব্যাপী মিডলেভেল সেবাদানকারীদের রিফ্রেশার প্রশিক্ষণ

প্রশিক্ষণ পূর্ব ও পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য (মি)

সঠিক উত্তরঃ

বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ৭৫% এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ২০% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।

২. প্রতিবার যৌনমিলনের সময় শুরু থেকে সঠিক নিয়মে একটি নতুন কনডম ব্যবহার করলে কনডম একইসাথে জন্মবিরতিকরণ ও যৌনরোগ সংক্রমণের বিস্তার রোধ করতে পারে। (স)

৩. মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকা বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির জটিলতা। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

মাসিক শ্রাব বন্ধ থাকা বা ফোঁটা ফোঁটা মাসিক শ্রাবের রক্ত যাওয়া, মাসিক শ্রাব কমে যাওয়া খাবার বড়ির স্বাভাবিক পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া।

৪. গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন নেবার ১২ মাস পর পুনরায় আসতে বলুন; তাকে একটা নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় দিয়ে দিন; প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ২৮ দিন আগে বা ১৪ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

গ্রহীতাকে জন্মবিরতিকরণ ইনজেকশন নেবার ১২ সপ্তাহ পর পুনরায় আসতে বলুন; তাকে একটা নির্দিষ্ট তারিখ এবং সময় দিয়ে দিন; প্রয়োজনে নির্ধারিত সময়ের ১৪ দিন আগে বা ২৮ দিন এর মধ্যে তিনি আসতে পারেন তা সেবা গ্রহীতাকে জানিয়ে দিবেন।

৫. বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলারা, যাদের কমপক্ষে একটা জীবিত সন্তান আছে; তারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

জীবিত সন্তান থাক বা না থাক, বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।

৬. নববিবাহিত মহিলাও ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।(স)

৭. যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।

(মি)

সঠিক উত্তরঃ

যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ১৪ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।

৮. আইইউডি (Intra-Uterine Device) জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘন্টা পর কার্যকর হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

আইইউডি (Intra-Uterine Device) জরায়ুতে প্রয়োগ করার সাথে সাথেই কার্যকর হয়।

৯. আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

আইইউডি প্রয়োগের ২য় ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা

১০. টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে। (স)

১১. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

কোন অবস্থাতেই প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করানো যাবে না

১২. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।

১৩. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা কম।

১৪. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে। (স)

১৫. এনএসডি অপারেশনের পরবর্তী ১ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসডি অপারেশনের পরবর্তী ৩ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়।

১৬. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে। (স)

১৭. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চিহ্নিত করা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না; (স)

১৮. বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালী এবং পুরুষদের শুক্রবাহী নালী পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে। (স)

১৯. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ৬০-৮০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।

২০. আইইউডি স্টেরিলাইজারের মাধ্যমে জীবাণু মুক্ত করার জন্য বাষ্পের মাধ্যমে জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করতে ২৫০° সেন্টিগ্রেড অথবা ১২১° ফারেনহাইট তাপমাত্রায় যন্ত্রপাতি বা আনুষঙ্গিক সরঞ্জাম ৩০ মিনিটের জন্য রাখতে হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

আইইউডি স্টেরিলাইজারের মাধ্যমে জীবাণু মুক্ত করার জন্য বাষ্পের মাধ্যমে জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করতে ১২১° সেন্টিগ্রেড অথবা ২৫০° ফারেনহাইট তাপমাত্রায় যন্ত্রপাতি বা আনুষঙ্গিক সরঞ্জাম ২০ মিনিটের জন্য রাখতে হয়।

২১. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রের কক্ষের আসবাবপত্র মোছার কাজে এবং হাউজ কিপিং এ ব্যবহার করা হয়। (স)

২২. গর্ভপাত বা এমআর এর ২-৪ সপ্তাহের মধ্যেই তিনি আবার গর্ভবতী হয়ে পড়তে পারেন। (স)

২৩. ইসিপি গ্রহণের পূর্বে একাধিকবার সহবাসের ক্ষেত্রে একজন মহিলাকে তার একটি মাসিক চক্রের মধ্যে ১ম অরক্ষিত সহবাস ঘটানোর পরবর্তী ১২০ ঘণ্টা গণনার মধ্যে আনতে হবে। (স)
২৪. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন। (স)
২৫. কোনো মহিলা এমআরএম এর জন্য যেদিন থেকে মিসেপ্রিস্টিন শুরু করবেন সেদিন থেকেই কনডম এবং সকল হরমোনাল পদ্ধতি (খাবার বড়ি, ইনজেকশন, ইমপ্ল্যান্ট) ব্যবহার করতে পারবেন। (স)

প্রতিটি ঘর পূরণ করতে হবে। সঠিক উত্তরে (✓) দিন এবং ভুল উত্তরে (×) দিন

১×১০ = ১০

১. টেনাকুলাম দিয়ে কিভাবে জরায়ুর মুখ ধরতে হয়?	<input type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ২ টা বাজার অবস্থানে <input checked="" type="checkbox"/> ঘড়ির কাঁটা ১০ টা ও ২টা বাজার অবস্থানে
২. জরায়ুর মুখের ভঙ্গুরতা পরীক্ষা করার জন্য কোন পরীক্ষাটি করতে হয়?	<input type="checkbox"/> পিভি পরীক্ষা <input checked="" type="checkbox"/> স্পেকুলাম পরীক্ষা <input type="checkbox"/> ল্যাবরেটরী পরীক্ষা
৩. কার পছন্দে/ সিদ্ধান্তে টিউবেকটমি করা হয়?	<input type="checkbox"/> সেবাদানকারীর পছন্দ <input checked="" type="checkbox"/> গ্রহীতার পছন্দ <input type="checkbox"/> সেবাদানকারী ও গ্রহীতার পছন্দ
৪. ল্যাম-এর কার্যকারিতার জন্য মাকে বাচ্চাকে কিভাবে দুধ পান করতে হবে?	<input checked="" type="checkbox"/> বাচ্চার চাহিদা অনুযায়ী দুই পাশের স্তন হতেই দুধ পান করানো <input checked="" type="checkbox"/> দিনে ৪ ঘণ্টার বেশী এবং রাতে ৬ ঘণ্টার বেশী বিরতি না দেয়া <input checked="" type="checkbox"/> দিনে কমপক্ষে ৬-১০ বার এবং রাতে ২ বার দুধ খাওয়ানো <input type="checkbox"/> অন্য উপায়ে বুকের দুধ খাওয়ানো
৫. কোন কোন সমস্যা হলে ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?	<input checked="" type="checkbox"/> অতিরিক্ত রক্তস্রাব <input checked="" type="checkbox"/> মাসিক বন্ধ <input checked="" type="checkbox"/> তলপেটে অস্বাভাবিক ব্যথা <input checked="" type="checkbox"/> যদি কোন ক্যাপসুল বের হয়ে আসে
৬. ০.৫% ক্লোরিন দ্রবণ তৈরী করতে প্রয়োজন:	<input type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ১০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার <input checked="" type="checkbox"/> ১০ লিটার পানিতে ২০০ গ্রাম ব্লিচিং পাউডার
৭. সংক্রামক বর্জ্য কোন রং এর পাত্রে রাখা হয়?	<input type="checkbox"/> কালো <input checked="" type="checkbox"/> হলুদ <input type="checkbox"/> সবুজ <input type="checkbox"/> লাল
৮. পরিবার পরিকল্পনা সেবা কেন্দ্রে যন্ত্রপাতি সাধারণত কোন পদ্ধতিতে জীবানুমুক্ত করার জন্য সুরিশ করা হয়?	<input checked="" type="checkbox"/> উচ্চ তাপে বাষ্প দ্বারা <input type="checkbox"/> শুষ্ক তাপে <input type="checkbox"/> রশ্মি ব্যবহার করে

	<input checked="" type="checkbox"/> রাসায়নিক দ্রবণ ব্যবহার করে
৯. ঔষধ দিয়ে এমআর করার ক্ষেত্রে এমআরএম শুরু করার প্রথম দিন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতাকে প্রদান করা যাবে?	<input checked="" type="checkbox"/> আইইউডি <input checked="" type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট <input checked="" type="checkbox"/> টিউবেকটমি <input checked="" type="checkbox"/> ইনজেকশন
১০. বুকের দুধ পান করাচ্ছেন এমন মহিলার জন্য প্রসবের পর পরই কোন কোন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রদান করা যায়?	<input checked="" type="checkbox"/> ইনজেকশন <input checked="" type="checkbox"/> ইমপ্ল্যান্ট <input checked="" type="checkbox"/> আইইউডি <input checked="" type="checkbox"/> মিশ্র খাবার বড়ি

উত্তর লিখুনঃ

৩×৫ = ১৫

প্রশ্ন ১ঃ কোন কোন সমস্যা হলে টিউবেকটমি গ্রহীতাকে সেবাদানকারীর কাছে ফিরে আসার জন্য বলতে হবে?

উত্তরঃ যে সমস্ত কারণে পরিবার কল্যাণ কর্মীর সাথে বা নিকটবর্তী স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে

- এক সপ্তাহের মধ্যে জ্বর (৩৮ ডিগ্রি সে. বা ১০০.৪ ডিগ্রি ফা.-এর বেশি)
- অপারেশনের স্থানে প্রচণ্ড ব্যথা হলে
- অপারেশনের স্থান দিয়ে পুঁজ বা রক্ত পড়লে
- অপারেশনের স্থান ফুলে গেলে
- তলপেটে খুব ব্যথা হলে
- মুখ খুলতে বা হা করতে অসুবিধা হলে অথবা চোয়াল লেগে গেলে

প্রশ্ন ২ঃ কোন কোন সমস্যা হলে প্রসব পরবর্তী আইইউডি গ্রহীতাকে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না?

উত্তরঃ প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের ক্ষেত্রে

- গর্ভবিগ্নি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে
- দীর্ঘায়িত প্রসবকাল (২৪ ঘণ্টার বেশি)
- জ্বর (১০১ ডিগ্রি ফারেনহাইট এর বেশি)
- প্রসবোত্তর সংক্রমণ বা সেপসিস
- যৌনাঙ্গে ব্যাপক ক্ষত
- প্রসব পরবর্তী অতিরিক্ত রক্তক্ষরণ

প্রশ্ন ৩ঃ পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার জন্য ক্লিনিকের বিভিন্ন এলাকায় কি কি রং এর কমপক্ষে কয়টি কাপড়ের মপ ব্যবহার করা হয়?

উত্তরঃ পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার জন্য ক্লিনিকের বিভিন্ন এলাকায় কমপক্ষে ৪টি কাপড়ের মপ ব্যবহার করা হয় এবং তা হলো লাল, নীল, সবুজ ও হলুদ।

প্রশিক্ষকের স্বাক্ষর ও তারিখ:-----

পরিশিষ্ট ১৩

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব / পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
(৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ)

সময়: ১৫ মিনিট

পূর্ণমান: ৩০

প্রশিক্ষার্থীর বিবরণ	
নাম	
পদবী	
কর্মস্থল	
উপজেলা	
জেলা	
চাকুরীর মেয়াদকাল	

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য
২. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য খুব ছোট করে (২-৫ সে.মি.) মহিলার পেট কেটে অপারেশন করা হয় যাকে বলে মিনিল্যাপ টিউবেকটমি।
৩. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে মডিফাইড পমেরয় কৌশল অবলম্বন করে ডিম্বনালির সম্পূর্ণ অংশ কেটে ফেলে দেয়া হয়।
৪. মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের পর প্রথম বছরে গর্ভবতী হওয়ার সংখ্যা প্রতি ১০০ জনে ৫ জন এবং ১০ বছরের মধ্যে শতকরা ২ জন মহিলা গর্ভবতী হতে পারেন।
৫. টিউবেকটমি স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য যৌন ক্ষমতা ও শারীরিক শক্তি কমে যায় এবং সহবাসে সমস্যা হয়।
৬. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে ডিম্বনালী কাটার পূর্বে ফরসেপ দিয়ে ত্রাশ করলে ফিস্টুলা বা অস্বাভাবিক নালিপথ সৃষ্টি হয়ে টিউবেকটমি বিফল হতে পারে।
৭. প্রসবের পর ৭ দিন থেকে ৪২ দিনের মধ্যে টিউবেকটমি করা হলে জরায়ু স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার প্রক্রিয়া (involution process) ব্যহত হলেও এসময় টিউবেকটমি করা যাবে।
৮. পিআইডি ও এসটিআই-এ আক্রান্তদের চিকিৎসার পর রোগের কোন লক্ষণ থাকলেও টিউবেকটমি সম্পাদন করা যায়।
৯. দু'টি জীবিত সন্তান থাকলে স্বামী-স্ত্রী দুজনে বুঝে-শুনে সিদ্ধান্ত নিলেও ছোট সন্তানের বয়স প্রযোজ্য হবে।
১০. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে।
১১. ভাইরাসজনিত লিভারের প্রদাহ (viral hepatitis) বর্তমানে সক্রিয় আছে- টিউবেকটমি সম্পাদন করা যাবে।
১২. দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় স্ত্রীর সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।
১৩. টিউবেকটমি অপারেশনের জন্য গ্রহীতাকে নির্দিষ্ট পোশাক অথবা সার্জিক্যাল অ্যাপারেল হিসাবে ওটি গাউন বা প্রদত্ত নতুন শাড়ি পরাতে হবে।

১৪. টিউবেকটমিতে স্থানীয়ভাবে অবশকরণের ও ব্যথা নিবারণের জন্য অবশকরণ ও ব্যথা নিবারণের ঔষধের মাত্রা এমন যে গ্রহীতা সম্পূর্ণ অজ্ঞান হয় না তবে বেশি বিমুনি ভাব আসে; ফলে গ্রহীতার শ্বাসরুদ্ধ বা হৃদযন্ত্রের ক্রিয়া বন্ধ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।
১৫. ইউটেরাইন এলিভেটর নিয়ন্ত্রণের জন্য গ্রহীতাকে চিৎ হয়ে লিথোটমি পজিশনে (dorsal lithotomy position) শুতে হবে।
১৬. ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকানোর পূর্বে সার্জনকে অবশ্যই পেলভিক পরীক্ষা করতে হবে এবং জরায়ুর মাপ, আকার আকৃতি অবস্থান জানবেন তাহলে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে জরায়ু নড়াচড়া করাতে সুবিধা হবে ও জরায়ু ছিদ্র হওয়ার ঝুঁকি কমে যাবে।
১৭. গ্রহীতার পেটে কাটার স্থান প্রস্তুত করার পরে সেবাপ্রদানকারি গ্রহীতার জরায়ুতে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে রাখবেন।
১৮. টিউবাল লুক ফান্ডাসের পিছন দিয়ে আলতো করে ঘুরিয়ে জরায়ুর একপাশে জরায়ুর সামনের দেয়ালে এনে আনুভূমিকভাবে কাটা দিয়ে ডিম্বনালী বের করবেন।
১৯. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণে আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চেনা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না; এটাতে দুই আঙ্গুল ঢুকানোর জন্য পেটে বেশী কাটতে হয়; আঙ্গুল ব্যবহারে ডিম্বনালী ধরতে ও টেনে আনতে টিউবাল লুকের চাইতে বেশী ব্যথানাশকের প্রয়োজন হয় এবং গ্রহীতার বেশী ব্যথা পান।
২০. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণে গ্রহীতার অপারেশন ভালোভাবে শেষ হয়েছে তা গ্রহীতাকে বুঝিয়ে বলতে হবে ও আশুস্ত করতে হবে।
২১. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশন পরবর্তী ব্যবস্থাপত্র ফরমে লিখে দিতে হবে এবং কোনো বিশেষ ব্যবস্থা গ্রহণের প্রয়োজন থাকলে তা উল্লেখ করতে হবে।
২২. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণে অপারেশন পরবর্তী প্রথম ৭ দিন সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হবে; তিন মাস কোনো ভারি কাজ করা যাবে না। হালকা কাজ তাড়াতাড়ি শুরু করা যাবে না;
২৩. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের ছয় সপ্তাহ পর্যন্ত পেটে যেন চাপ না পড়ে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।
২৪. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের ৭-১০ দিন পর সেলাই কাটার জন্য সেবা কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে।
২৫. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের পর মুখ খুলতে বা হা করতে অসুবিধা হলে অথবা চোয়াল লেগে গেলে সেবা কেন্দ্রে আসতে হবে।
২৬. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ অপরিপাক্ত পরিমাণে দেয়া হলে গ্রহীতা ব্যথা বোধ করতে পারেন।
২৭. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে সংবেদনশীল টিস্যুতে পরিমাণ মত স্থানীয় অবশকরণ দেয়া হলেও ব্যথা হতে পারে এবং জরায়ু, অণ্ডকোষ বা খাদ্যনালি ইত্যাদি নাড়াচাড়ার সময় ভ্যাসোভ্যাগাল প্রতিক্রিয়াও দেখা দিতে পারে।
২৮. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ প্রয়োগের পর পরই অপারেশন শুরু করতে হয়।
২৯. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে সাধারণত লোকাল অ্যানেসথেসিয়া পরিপাক্ত হলেও অতিরিক্ত নারকোটিক বা সিডেটিভ ঔষধ প্রয়োগ করা হয়।
৩০. কোন শারীরিক সমস্যা না থাকলেও কিশোর-কিশোরীদের স্থায়ী পদ্ধতি দেয়া যাবে না।
৩১. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের পর সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা ফিরিয়ে আনার জন্য সরকারি খরচে পুনঃসংযোজন অপারেশন করার ব্যবস্থা নাই।
৩২. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের পরেও বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালি এবং পুরুষদের শুক্রবাহী নালি পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে।

৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র টিউবেকটমি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব ও পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য (মি)

সঠিক উত্তর

বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ৭৫% এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ২০% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।

২. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য খুব ছোট করে (২-৫ সে.মি.) মহিলার পেট কেটে অপারেশন করা হয় যাকে বলে মিনিল্যাপ টিউবেকটমি। (স)

৩. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে মডিফাইড পমেরয় কৌশল অবলম্বন করে ডিম্বনালির সম্পূর্ণ অংশ কেটে ফেলে দেয়া হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে মডিফাইড পমেরয় কৌশল অবলম্বন করে ডিম্বনালির কিছু অংশ (সর্বোচ্চ ১ সে.মি.) কেটে ফেলে দেয়া হয়।

৪. মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের পর প্রথম বছরে গর্ভবতী হওয়ার সংখ্যা প্রতি ১০০ জনে ৫ জন এবং ১০ বছরের মধ্যে শতকরা ২ জন মহিলা গর্ভবতী হতে পারেন। (মি)

সঠিক উত্তর

মিনিল্যাপ টিউবেকটমি অপারেশনের পর প্রথম বছরে গর্ভবতী হওয়ার সংখ্যা প্রতি ১০০০ জনে ৫ জন এবং ১০ বছরের মধ্যে শতকরা ২ জন মহিলা গর্ভবতী হতে পারেন।

৫. টিউবেকটমি স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য যৌন ক্ষমতা ও শারীরিক শক্তি কমে যায় এবং সহবাসে সমস্যা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

টিউবেকটমি স্থায়ী বন্ধ্যাকরণের জন্য যৌন ক্ষমতা ও শারীরিক শক্তি কমে না বরং পূর্বের মতই অটুট থাকে এবং সহবাসে কোন সমস্যা হয় না

৬. মিনিল্যাপ টিউবেকটমিতে ডিম্বনালী কাটার পূর্বে ফরসেপ দিয়ে ক্রাশ করলে ফিস্টুলা বা অস্বাভাবিক নালিপথ সৃষ্টি হয়ে টিউবেকটমি বিফল হতে পারে। (স)

৭. প্রসবের পর ৭ দিন থেকে ৪২ দিনের মধ্যে টিউবেকটমি করা হলে জরায়ু স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার প্রক্রিয়া (involution process) ব্যাহত হলেও এসময় টিউবেকটমি করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসবের পর ৭ দিন থেকে ৪২ দিনের মধ্যে টিউবেকটমি করা হলে জরায়ু স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার প্রক্রিয়া (involution process) ব্যাহত হতে পারে। এসময় টিউবেকটমি করা যাবে না।

৮. পিআইডি ও এসটিআই-এ আক্রান্তদের চিকিৎসার পর রোগের কোন লক্ষণ থাকলেও টিউবেকটমি সম্পাদন করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

পিআইডি ও এসটিআই-এ আক্রান্তদের চিকিৎসার পর রোগের কোন লক্ষণ না থাকলে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যায়।

৯. দু'টি জীবিত সন্তান থাকলে স্বামী-স্ত্রী দুজনে বুঝে-শুনে সিদ্ধান্ত নিলেও ছোট সন্তানের বয়স প্রযোজ্য হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

দুটি জীবিত সন্তান থাকলে স্বামী-স্ত্রী দুজনে বুঝে-শুনে সিদ্ধান্ত নিলে ছোট সন্তানের বয়স প্রযোজ্য হবে না

১০. স্বাভাবিক প্রসবের পর, সিজারিয়ান অপারেশনের সময়, এমআর/গর্ভপাতের পর এবং ইন্টারভ্যাল (স্বাভাবিক মাসিক চলাকালীন) সময়ে টিউবেকটমি অপারেশন করা হয়ে থাকে। (স)

১১. ভাইরাসজনিত লিভারের প্রদাহ (viral hepatitis) বর্তমানে সক্রিয় আছে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ভাইরাসজনিত লিভারের প্রদাহ (viral hepatitis) বর্তমানে সক্রিয় আছে টিউবেকটমি সম্পাদন করা যাবে না।

১২. দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় স্ত্রীর সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

দ্বিতীয় সিজারিয়ান অপারেশনের সময় দম্পতির সম্মতিতে স্ত্রীকে টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।

১৩. টিউবেকটমি অপারেশনের জন্য গ্রহীতাকে নির্দিষ্ট পোশাক অথবা সার্জিক্যাল অ্যাপারেল হিসাবে ওটি গাউন বা প্রদত্ত নতুন শাড়ি পরাতে হবে। (স)

১৪. টিউবেকটমিতে স্থানীয়ভাবে অবশকরণের ও ব্যথা নিবারণের জন্য অবশকরণ ও ব্যথা নিবারণের ঔষধের মাত্রা এমন যে গ্রহীতা সম্পূর্ণ অজ্ঞান হয় না তবে বেশি বিমুনি ভাব আসে; ফলে গ্রহীতার শ্বাসরুদ্ধ বা হৃদযন্ত্রের ক্রিয়া বন্ধ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। (মি)

সঠিক উত্তর

টিউবেকটমিতে স্থানীয়ভাবে অবশকরণের ও ব্যথা নিবারণের জন্য অবশকরণ ও ব্যথা নিবারণের ঔষধের মাত্রা এমন যে গ্রহীতা সম্পূর্ণ অজ্ঞান হয় না এবং প্রয়োজনের বেশি বিমুনি ভাবও আসে না; ফলে গ্রহীতার শ্বাসরুদ্ধ বা হৃদযন্ত্রের ক্রিয়া বন্ধ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে না।

১৫. ইউটেরাইন এলিভেটর নিয়ন্ত্রনের জন্য গ্রহীতাকে চিৎ হয়ে লিথোটমি পজিশনে (dorsal lithotomy position) শুতে হবে। (স)

১৬. ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকানোর পূর্বে সার্জনকে অবশ্যই পেলভিক পরীক্ষা করতে হবে এবং জরায়ুর মাপ, আকার আকৃতি অবস্থান জানবেন তাহলে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে জরায়ু নড়াচড়া করাতে সুবিধা হবে ও জরায়ু ছিদ্র হওয়ার ঝুঁকি কমে যাবে। (স)

১৭. গ্রহীতার পেটে কাটার স্থান প্রস্তুত করার পরে সেবাপ্রদানকারি গ্রহীতার জরায়ুতে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে রাখবেন। (মি)

সঠিক উত্তর

গ্রহীতার পেটে কাটার স্থান প্রস্তুত করার পূর্বে সেবাপ্রদানকারি গ্রহীতার জরায়ুতে ইউটেরাইন এলিভেটর ঢুকিয়ে রাখবেন।

১৮. টিউবাল ছক ফাভাসের পিছন দিয়ে আলতো করে ঘুরিয়ে জরায়ুর একপাশে জরায়ুর সামনের দেয়ালে এনে আনুভূমিকভাবে কাটা দিয়ে ডিম্বনালী বের করবেন। (স)

১৯. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণে আঙ্গুল ব্যবহার করে ডিম্বনালী চেনা ও তুলে আনা এখন আর স্বীকৃত না; এটাতে দুই আঙ্গুল ঢুকানোর জন্য পেটে বেশী কাটতে হয়; আঙ্গুল ব্যবহারে ডিম্বনালী ধরতে ও টেনে আনতে টিউবাল ছকের চাইতে বেশী ব্যথানাশকের প্রয়োজন হয় এবং গ্রহীতার বেশী ব্যথা পান। (স)

২০. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশন পরবর্তী প্রথম ৭ দিন সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হবে; তিন মাস কোনো ভারি কাজ করা যাবে না। হালকা কাজ তাড়াতাড়ি শুরু করা যাবে না; (মি)

সঠিক উত্তর

স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশন পরবর্তী প্রথম ২ দিন সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হবে; তিন সপ্তাহ কোনো ভারি কাজ করা যাবে না। হালকা কাজ তাড়াতাড়ি শুরু করা যাবে।

২১. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের ছয় সপ্তাহ পর্যন্ত পেটে যেন চাপ না পড়ে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের তিন সপ্তাহ পর্যন্ত পেটে যেন চাপ না পড়ে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।

২২. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের ৭-১০ দিন পর সেলাই কাটার জন্য সেবা কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে। (স)

২৩. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের পর মুখ খুলতে বা হা করতে অসুবিধা হলে অথবা চোয়াল লেগে গেলে সেবা কেন্দ্রে আসতে হবে।

(স)

২৪. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ অপরিপাক্ত পরিমাণে দেয়া হলে গ্রহীতা ব্যথা বোধ করতে পারেন। (স)

২৫. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে সংবেদনশীল টিস্যুতে পরিমাণ মত স্থানীয় অবশকরণ দেয়া হলেও ব্যথা হতে পারে এবং জরায়ু,

অণ্ডকোষ বা খাদ্যনালি ইত্যাদি নাড়াচাড়ার সময় ভ্যাসোভ্যাগাল প্রতিক্রিয়াও দেখা দিতে পারে। (স)

২৬. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ প্রয়োগের পর পরই অপারেশন শুরু করতে হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে স্থানীয় অবশকরণ ঔষধ প্রয়োগের পর কম পক্ষে ২-৩ মিনিট অপেক্ষা করে অপারেশন শুরু করতে হয়।

২৭. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে সাধারণত লোকাল অ্যানেসথেসিয়া পরিপাক্ত হলেও অতিরিক্ত নারকোটিক বা সিডেটিভ ঔষধ প্রয়োগ

করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে সাধারণত লোকাল অ্যানেসথেসিয়া পরিপাক্ত না হলেই অতিরিক্ত নারকোটিক বা সিডেটিভ ঔষধ প্রয়োগ করা হয়।

২৮. কোন শারীরিক সমস্যা না থাকলেও কিশোর-কিশোরীদের স্থায়ী পদ্ধতি দেয়া যাবে না। (স)

২৯. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের পর সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা ফিরিয়ে আনার জন্য সরকারি খরচে পুনঃসংযোজন অপারেশন করার

ব্যবস্থা নাই। (মি)

সঠিক উত্তর

স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের পর সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা ফিরিয়ে আনার জন্য সরকারি খরচে পুনঃসংযোজন অপারেশন করার ব্যবস্থা রয়েছে।

৩০. স্থায়ী বন্ধ্যাকরণ অপারেশনের পরেও বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালি এবং পুরুষদের

শুক্রবাহী নালি পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে। (স)

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব / পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
(৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র এসএসভি প্রশিক্ষণ)

সময়: ১৫ মিনিট

পূর্ণমান: ৩০

প্রশিক্ষণার্থীর বিবরণ	
নাম	
পদবী	
কর্মস্থল	
উপজেলা	
জেলা	
চাকুরীর মেয়াদকাল	

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।
২. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে।
৩. এনএসভি (No Scalpel Vasectomy) বা ছুরিবিহীন ভ্যাসেকটমি পদ্ধতিতে ছুরি বা সার্জিক্যাল ব্লেডের প্রয়োজন হয় না।
৪. এনএসভি অপারেশনের ২ ঘণ্টা পূর্বে গ্রহীতাকে Ciprofloxacin 200 mg ২টা Tab মুখে খাওয়াতে হবে
৫. এনএসভি অপারেশনের জায়গায় গ্রহীতাকে ভালভাবে সাবান ও পানি দিয়ে ধুয়ে পরিষ্কার করতে বলতে হবে
৬. এনএসভি অপারেশনের জায়গা ভালো করে শেভ করতে হবে
৭. এনএসভি সার্জিক্যাল ব্লেডের পরিবর্তে বিশেষভাবে প্রস্তুতকৃত সরু ও ধারালো ফরসেপের সাহায্যে অভ্যন্তরীণ মাঝের মাঝে একটি ছিদ্র করে উভয় পাশের শুক্রবাহী নালি বের করে এনে বেঁধে কেটে দেওয়া হয়।
৮. এনএসভিতে নিরাপত্তার জন্য শুক্রবাহী নালির এক পাশ ফাসার ভিতর এবং অন্য পাশ ফাসার বাইরে রাখা হয়। ফলে কোনো সেলাই লাগে না এবং রক্তপাতও হয় না।
৯. এনএসভি পদ্ধতিতে শুক্রবাহী নালিটি সম্পূর্ণ বেঁধে কেটে ফেলে দেওয়া হয়।
১০. এনএসভি পদ্ধতিতে ফ্যাসাল ইন্টারপজিশন করে শুক্রবাহী নালির এক প্রান্ত শিথের ভিতর এবং অন্য প্রান্ত শিথের বাহিরে রাখা হয়। এর ফলে অণুকোষ থেকে শুক্রাণু শুক্রবাহী নালি দিয়ে বীর্য়লিতে আসতে পারে না।
১১. এনএসভি অপারেশনের পরবর্তী ১ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়।
১২. বর্তমানে যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকলে সংক্রমণের চিকিৎসা করতে হবে এবং সাথে সাথে ভ্যাসেকটমি করাতে হবে।
১৩. এনএসভি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে, শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা যাচ্ছে না তাহলে পূর্বেই এনএসভি করা হয়েছে নির্দেশ করে।

১৪. এনএসভি করা হয় তিন আঙ্গুল পদ্ধতিতে (অণুথলির পিছনে মধ্যমা এবং সামনে বৃদ্ধাঙ্গুলি ও তর্জনী রেখে) ভাসকে অণুথলির চামড়ার নিচে সনাক্ত করতে হবে।
১৫. এনএসভি করার সবচেয়ে সুবিধাজনক স্থান হলো অণুথলির মধ্যরেখার উপরের ১/৩ অংশ এবং নিচের ২/৩ অংশের সংযোগ স্থল।
১৬. এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাষ্টার মাসল বাঁধতে হবে।
১৭. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র না হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণুথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে।
১৮. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক নীচের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো সহজ হবে।
১৯. এনএসভি করার ৭ দিন পর ফলো-আপের জন্য কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে।
২০. অপারেশন চলাকালীন সময়ের জটিলতা অণুকোষের ভাস থেকে ফাসাকে আলাদা করার সময় রক্তনালিতে আঘাত লাগার কারণে রক্তনালির রক্তপাত হতে পারে।
২১. অপারেশন পরবর্তী জটিলতা যেমন রক্তপাত হলে ব্যবস্থাপনা হলো ছোট রক্তনালির ক্ষেত্রে রক্তনালিকে বেঁধে দেয়া বা কটারি করা।
২২. ভ্যাসেকটমি করার পর ৪ ঘণ্টা বিশ্রাম না নেয়া হলে রক্ত জমে অণুথলি ফুলে যায়। (মি)
২৩. হেমাটোমার যথাযথ চিকিৎসা না করা হলে অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ হতে পারে। (স)
২৪. ভ্যাসেকটমি করার পর আঁটসাঁট আন্ডারওয়্যার ব্যবহার করলে অণুথলি ফুলে যেতে পারে। (মি)
২৫. অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণের পরেও অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ না হলে উচ্চতর চিকিৎসা কেন্দ্রে রেফার করতে হবে। (স)
২৬. বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালি এবং পুরুষদের শুক্রবাহী নালি পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে।
২৭. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।
২৮. কোন শারীরিক সমস্যা না থাকলেও কিশোর-কিশোরীদের স্থায়ী পদ্ধতি দেয়া যাবে না।
২৯. সকল অস্থায়ী পদ্ধতি ফিস্টুলা গ্রহীতার জন্য বা তার স্বামীর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি।
৩০. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন।

৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র এসএসভি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব ও পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য (মি)

সঠিক উত্তরঃ

বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ৭৫% এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ২০% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।

২. যে সকল দম্পতির ০২ (দুই) জন জীবিত সন্তান আছে এবং স্বামী ও স্ত্রী উভয়েই স্থায়ী পদ্ধতি পরবর্তী সকল সুবিধা ও অসুবিধা বুঝে-শুনে যৌথভাবে স্বেচ্ছায় পদ্ধতি গ্রহণে সম্মতি প্রদান করলে যে কোন একজনকে ভ্যাসেকটমি বা টিউবেকটমি সেবা প্রদান করা যাবে। (স)

৩. এনএসভি (No Scalpel Vasectomy) বা ছুরিবিহীন ভ্যাসেকটমি পদ্ধতিতে ছুরি বা সার্জিক্যাল ব্লেডের প্রয়োজন হয় না। (স)

৪. এনএসভি অপারেশনের ২ ঘণ্টা পূর্বে গ্রহীতাকে Ciprofloxacin 200 mg ২টা Tab মুখে খাওয়াতে হবে (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি অপারেশনের ২ ঘণ্টা পূর্বে গ্রহীতাকে Ciprofloxacin 500 mg ২টা Tab মুখে খাওয়াতে হবে

৫. এনএসভি অপারেশনের জায়গায় গ্রহীতাকে ভালভাবে সাবান ও পানি দিয়ে ধুয়ে পরিষ্কার করতে বলতে হবে (স)

৬. এনএসভি অপারেশনের জায়গা ভালো করে শেভ করতে হবে (মি)

সঠিক উত্তরঃ

অপারেশনের জায়গা শেভ করা থেকে বিরত থাকা

৭. এনএসভি সার্জিক্যাল ব্লেডের পরিবর্তে বিশেষভাবে প্রস্তুতকৃত সরু ও ধারালো ফরসেপের সাহায্যে অঙ্খলির মাঝে রাখা বরাবর মাত্র একটি ছিদ্র করে উভয় পাশের শুক্রবাহী নালি বের করে এনে বেঁধে কেটে দেওয়া হয়। (স)

৮. এনএসভিতে নিরাপত্তার জন্য শুক্রবাহী নালির এক পাশ ফাসার ভিতর এবং অন্য পাশ ফাসার বাইরে রাখা হয়। ফলে কোনো সেলাই লাগে না এবং রক্তপাতও হয় না। (স)

৯. এনএসভি পদ্ধতিতে শুক্রবাহী নালিটি সম্পূর্ণ বেঁধে কেটে ফেলে দেওয়া হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি পদ্ধতিতে শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ বেঁধে কেটে ফেলে দেওয়া হয়।

১০. এনএসভি পদ্ধতিতে ফ্যাসাল ইন্টারপজিশন করে শুক্রবাহী নালির এক প্রান্ত শিখের ভিতর এবং অন্য প্রান্ত শিখের বাহিরে রাখা হয়। এর ফলে অণুকোষ থেকে শুক্রাণু শুক্রবাহী নালি দিয়ে বীর্ঘলিতে আসতে পারে না। (স)

১১. এনএসভি অপারেশনের পরবর্তী ১ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি অপারেশনের পরবর্তী ৩ মাস গ্রহীতাকে কনডম ব্যবহার করতে হয় বা স্ত্রীকে অন্য কোন কার্যকর পদ্ধতি ব্যবহার করতে হয়।

১২. বর্তমানে যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকলে সংক্রমণের চিকিৎসা করতে হবে এবং সাথে সাথে ভ্যাসেকটমি করাতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

বর্তমানে যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকলে সংক্রমণের চিকিৎসা করতে হবে এবং পুরোপুরি ভাল না হওয়া পর্যন্ত ভ্যাসেকটমি বিলম্বিত করতে হবে।

১৩. এনএসভি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে, শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা যাচ্ছে না তাহলে পূর্বেই এনএসভি করা হয়েছে নির্দেশ করে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার আগে পরীক্ষা করে দেখতে হবে শুক্রবাহী নালির কিছু অংশ ফাঁকা এবং দু'মাথায় ছোট গুটির মতো কোনো কিছু অনুভব করা-পূর্বেই এনএসভি করা হয়েছে নির্দেশ করে।

১৪. এনএসভি করা হয় তিন আঙ্গুল পদ্ধতিতে (অণুথলির পিছনে মধ্যমা এবং সামনে বৃদ্ধাঙ্গুলি ও তর্জনী রেখে) ভাসকে অণুথলির চামড়ার নিচে সনাক্ত করতে হবে। (স)

১৫. এনএসভি করার সবচেয়ে সুবিধাজনক স্থান হলো অণুথলির মধ্যরেখার উপরের ১/৩ অংশ এবং নিচের ২/৩ অংশের সংযোগ স্থল। (স)

১৬. এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাস্টার মাসল বাঁধতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার জন্য ফাসাল ইন্টারপজিশনের সময় এক্সটার্নাল স্পার্মাটিক ফাসার পরিবর্তে ট্রিমাস্টার মাসল যেন বাঁধা না পড়ে।

১৭. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র না হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণুথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে, ভাসের সামনের দেয়াল ছিদ্র হয়, তা না হলে ভাসের উপরের অবিচ্ছিন্ন ফাসার কারণে ছিদ্রপথে ভাস অণুথলির বাইরে আনা অসম্ভব হবে।

১৮. এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক নীচের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো সহজ হবে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

এনএসভি করার সময় নিশ্চিত হতে হবে যে রিং ফরসেপে ধরা ভাসের ঠিক উপরের অংশে ছিদ্র করা হয়েছে; যদি রিং ফরসেপে ধরা অন্য টিস্যু ছিদ্র করা হয়ে থাকে তাহলে পাশের এসব টিস্যু সরানো কঠিন হবে।

১৯. এনএসভি করার ৭ দিন পর ফলো-আপের জন্য কেন্দ্রে আসতে বলতে হবে। (স)

২০. অপারেশন চলাকালীন সময়ের জটিলতা অণুকোষের ভাস থেকে ফাসাকে আলাদা করার সময় রক্তনালিতে আঘাত লাগার কারণে রক্তনালির রক্তপাত হতে পারে। (স)

২১. অপারেশন পরবর্তী জটিলতা যেমন রক্তপাত হলে ব্যবস্থাপনা হলো ছোট রক্তনালির ক্ষেত্রে রক্তনালিকে বেঁধে দেয়া বা কটারি করা। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

অপারেশন পরবর্তী জটিলতা যেমন রক্তপাত হলে ব্যবস্থাপনা হলো বড় রক্তনালির ক্ষেত্রে রক্তনালিকে বেঁধে দেয়া বা কটারি করা।

২২. ভ্যাসেকটমি করার পর ৪ ঘণ্টা বিশ্রাম না নেয়া হলে রক্ত জমে অণুথলি ফুলে যায়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ভ্যাসেকটমি করার পর ২৪ ঘণ্টা বিশ্রাম না নেয়া হলে রক্ত জমে অণুথলি ফুলে যায়।

২৩. হেমাটোমার যথাযথ চিকিৎসা না করা হলে অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ হতে পারে। (স)

২৪. ভ্যাসেকটমি করার পর আঁটসাঁট আন্ডারওয়্যার ব্যবহার করলে অণুথলি ফুলে যেতে পারে। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ভ্যাসেকটমি করার পর আঁটসাঁট আন্ডারওয়্যার ব্যবহার না করলে অণুথলি ফুলে যেতে পারে।

২৫. অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণের পরেও অপারেশন স্থানে অথবা অণুথলিতে সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ না হলে উচ্চতর চিকিৎসা কেন্দ্রে রেফার করতে হবে। (স)

২৬. বর্তমানে কয়েকটি হাসপাতালে মাইক্রোসার্জারির মাধ্যমে মহিলাদের ডিম্বনালি এবং পুরুষদের শুক্রবাহী নালি পুনঃসংযোজন করার ব্যবস্থা রয়েছে। (স)

২৭. হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ২০-৩০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

হ্যান্ড হাইজিন এর জন্য ৬০-৮০% অ্যালকোহল হ্যান্ডরাব দ্রবণ এর ব্যবহার এখন গোল্ড স্ট্যান্ডার্ড হিসেবে বিবেচিত কারণ এর মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের জীবাণু খুব দ্রুত ও কার্যকরীভাবে নিষ্ক্রিয় করা যায়।

২৮. কোন শারীরিক সমস্যা না থাকলেও কিশোর-কিশোরীদের স্থায়ী পদ্ধতি দেয়া যাবে না। (স)

২৯. সকল অস্থায়ী পদ্ধতি ফিস্টুলা গ্রহীতার জন্য বা তার স্বামীর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

স্থায়ী পদ্ধতি ফিস্টুলা গ্রহীতার জন্য বা তার স্বামীর জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত পদ্ধতি।

৩০. ক্লিনিক্যাল পদ্ধতির প্রক্রিয়া তখনই নিরাপদ হয়, যখন একজন দক্ষ সেবাদানকারী আধুনিক, মানসম্মত এবং গাইডলাইন বা প্রটোকল অনুযায়ী সেবা প্রদান করেন। (স)

পরিশিষ্ট ১৫

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব / পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
(২ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ)

সময়: ১৫ মিনিট

পূর্ণমান: ৩০

প্রশিক্ষার্থীর বিবরণ	
নাম	
পদবী	
কর্মস্থল	
উপজেলা	
জেলা	
চাকুরীর মেয়াদকাল	

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।
২. ইমপ্ল্যান্ট শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, যা মহিলাদের বাহুতে মাংশপেশীর নীচে স্থাপন করা হয়।
৩. ইমপ্ল্যান্ট প্লাস্টিক বা সিলিকন রাবারের তৈরি এক বা একাধিক ক্যাপসুল বিশিষ্ট ডিভাইস, যার ভিতরে কৃত্রিম প্রজেস্টিন থাকে। চামড়ার নীচে স্থাপনের পর পর ক্যাপসুলের গায়ের অসংখ্য আণুবীক্ষণিক ছিদ্র দিয়ে নির্দিষ্ট মাত্রায় প্রজেস্টিন নিঃসৃত হতে থাকে।
৪. ৩ থেকে ৫ বছর মেয়াদি ইমপ্ল্যান্ট পদ্ধতির কার্যকারিতার সময় নির্ভর করে রডের সংখ্যা এবং হরমোনের ধরনের উপর।
৫. বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলা, যাদের কমপক্ষে একটি জীবিত সন্তান আছে; তারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।
৬. নববিবাহিত মহিলাও ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।
৭. ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কে গ্রহীতার কোন ভয়-ভীতি বা ভুল ধারণা থাকলে তার ওপর বিস্তারিত আলোচনার মাধ্যমে সেই ভয়-ভীতি দূর করা এবং সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করা কাউন্সেলিং এর উদ্দেশ্য।
৮. ইমপ্ল্যান্ট প্রদানের পূর্বে ইচ্ছুক গ্রহীতার ব্যক্তিগত, প্রজনন ও মেডিক্যাল ইতিহাস এবং শারীরিক পরীক্ষা করতে হবে। উক্ত ইতিহাস ও শারীরিক পরীক্ষার প্রাপ্ত বিষয়গুলো “ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণেচ্ছুক পূর্ণবয়স্ক ও বাছাইকরণ ফরম” -এ লিপিবদ্ধ করতে হবে।
৯. ইমপ্ল্যান্ট সাধারণত বাম হাতের কনুই এর ভাঁজ (হিউমেরাসের মেডিয়াল এপিকভাইল) থেকে ৮-১০ সেন্টিমিটার উপরে বাহুর বাইরের দিকে প্রয়োগ করা হয়।
১০. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের সময় বাইসেপস্ ও ট্রাইসেপস্ পেশির মধ্যবর্তী নীচু অংশটি (Groove) সতর্কতার সাথে পরিহার করতে হবে কারণ এর গভীরে রয়েছে রক্তবাহী নালী (ধমনী ও শিরা) এবং স্নায়ু (নার্ভ)।
১১. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের জায়গায় তিনবার অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে পরিষ্কার করতে হবে।
১২. ইমপ্ল্যান্ট এনএক্সটিতে রয়েছে অত্যাধুনিক জীবাণুমুক্ত অ্যাপ্লিকেটর যা রডটিকে চামড়ার অধিক গভীরে প্রবেশ করায়।

১৩. ইমপ্ল্যানন এনএক্সটিতে বেরিয়াম সালফেট থাকায় এক্স-রে ও সি.টি. স্ক্যান দ্বারা এর অবস্থান নির্ণয় করা যায়।
১৪. ইমপ্ল্যানন এনএক্সটি প্রয়োগের স্থান চিহ্নিত ও জীবাণুমুক্ত করার পর ছিদ্রযুক্ত ড্র্যাপিং দিয়ে ঢেকে চামড়ার নিচে ১ মি. লি. ২% লিডোকেইন প্রয়োগ করে ৩/৪ মিনিট অপেক্ষা করতে হয়।
১৫. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) প্রয়োগের চিহ্নিত স্থানে V আকৃতিতে চামড়ার নীচে ২ মি.লি. ১% লিডোকেইন প্রয়োগ ও ৩-৪ মিনিট অপেক্ষা করা।
১৬. এক রড বিশিষ্ট অপসারণের সময় রডের নিকটবর্তী প্রান্তে চাপ দিয়ে ঠেলে দিতে হবে এবং মসকিউটো ফরসেপ দিয়ে ক্যাপসুলটি ধরতে হবে।
১৭. এক রড বিশিষ্ট অপসারণের সময় রডটি ফ্যাশাল শীথ দ্বারা আবৃত থাকলে ইনসিশন দিয়ে মসকিউটো ফরসেপের সাহায্যে ইমপ্ল্যান্ট বের করে আনতে হবে। প্রয়োজনে U ফরসেপ ব্যবহার করতে হবে।
১৮. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ১০ মি. মি. দূরে অবস্থিত।
১৯. প্রত্যেকবার সেবাকেন্দ্রে আসার সময় তথ্য সম্বলিত ফলো-আপ কার্ড সঙ্গে আনতে বলতে হবে।
২০. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর নিয়মিত ফলো-আপের জন্য মোট তিন (৩) বার ক্লিনিকে আসতে বলা হয় -১ম ফলো-আপ - স্থাপনের ১ মাস পর ± ৭ দিন; ২য় ফলো-আপ - স্থাপনের ১ বছর পর ± ১ মাস এবং ৩য় ফলো-আপ - স্থাপনের ২ বছর পর ± ১ মাস
২১. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ১২ ঘন্টা পর খুলে ফেলা যাবে এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজটি ১৫ দিন পর খুলতে হবে; এ সময়ে ক্ষতস্থানে পানি লাগানো যাবে।
২২. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর অতিরিক্ত/অনিয়মিত রক্তস্রাব হলে সেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে।
২৩. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর গ্রহীতার খোলার ইচ্ছা প্রকাশ করলে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলা যাবে না; কাউন্সেলিং করতে হবে।
২৪. ইমপ্ল্যান্ট খোলার পর গর্ভধারণ ক্ষমতা তাড়াতাড়ি ফিরে আসে এবং গ্রহীতা গর্ভবতী হয়ে যেতে পারেন; সুতরাং তিনি যদি বর্তমানে আর কোন সন্তান না চান তাহলে তাকে অন্য কোন জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি ব্যবহার করার জন্য বলতে হবে।
২৫. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পর কোন কোন গ্রহীতার পরপর তিন মাস মাসিক বন্ধ থাকে বা কিছু কিছু ক্ষেত্রে এক বছর বা তার চেয়ে বেশী সময় মাসিক বন্ধ থাকে।
২৬. ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে পাচ বারের কম সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পর পর ছয় মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে কদাচিৎ রক্তস্রাব বলে।
২৭. ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে তিনবার বা তার বেশি সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পরপর তিন মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে মাঝে মাঝে রক্তস্রাব বলে।
২৮. যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।
২৯. যদি প্লাস্টিক সমস্যা সংক্রান্ত তীব্র মাইগ্রেন হয় তবে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে।
৩০. জন্ডিস ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের জন্য একটি বাধা; তবে সিরোসিস লিভারের টিউমার ও ক্যান্সার থাকলে ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে।

২ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র ইমপ্ল্যান্ট প্রশিক্ষণ

প্রশিক্ষণ পূর্ব ও পরবর্তী জ্ঞান যাচাই

উত্তর পত্র ও সঠিক উত্তর

১. বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ২০% এ এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ৭৫% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য (মি)

সঠিক উত্তরঃ

বাংলাদেশে ২০২২ সালের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহীতার হার (CPR) ৭৫% এবং স্থায়ী ও দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি গ্রহণকারীর হার ২০% এ উন্নীত করা পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির বর্তমান লক্ষ্য।

২. ইমপ্ল্যান্ট শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, যা মহিলাদের বাহুতে মাংশপেশীর নীচে স্থাপন করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যান্ট শুধুমাত্র প্রজেস্টিনসমৃদ্ধ অস্থায়ী দীর্ঘমেয়াদি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি, যা মহিলাদের বাহুতে চামড়ার নীচে স্থাপন করা হয়।

৩. ইমপ্ল্যান্ট প্লাস্টিক বা সিলিকন রাবারের তৈরি এক বা একাধিক ক্যাপসুল বিশিষ্ট ডিভাইস, যার ভিতরে কৃত্রিম প্রজেস্টিন থাকে। চামড়ার নিচে স্থাপনের পর পর ক্যাপসুলের গায়ের অসংখ্য আণুবীক্ষণিক ছিদ্র দিয়ে নির্দিষ্ট মাত্রায় প্রজেস্টিন নিঃসৃত হতে থাকে। (স)

৪. ৩ থেকে ৫ বছর মেয়াদি ইমপ্ল্যান্ট পদ্ধতির কার্যকারিতার সময় নির্ভর করে রডের সংখ্যা এবং হরমোনের ধরনের উপর। (স)

৫. বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলা, যাদের কমপক্ষে একটি জীবিত সন্তান আছে; তারা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

জীবিত সন্তান থাক বা না থাক, বাংলাদেশের নীতিমালা অনুযায়ী সকল প্রজননক্ষম বিবাহিত মহিলা ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন।

৬. নববিবাহিত মহিলাও ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহার করতে পারেন। (স)

৭. ইমপ্ল্যান্ট সম্পর্কে গ্রহীতার কোন ভয়-ভীতি বা ভুল ধারণা থাকলে তার ওপর বিস্তারিত আলোচনার মাধ্যমে সেই ভয়-ভীতি দূর করা এবং সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করা কাউন্সেলিং এর উদ্দেশ্য। (স)

৮. ইমপ্ল্যান্ট প্রদানের পূর্বে ইচ্ছুক গ্রহীতার ব্যক্তিগত, প্রজনন ও মেডিক্যাল ইতিহাস এবং শারীরিক পরীক্ষা করতে হবে। উক্ত ইতিহাস ও শারীরিক পরীক্ষার প্রাপ্ত বিষয়গুলো “ইমপ্ল্যান্ট গ্রহণেচ্ছুর পূর্ণবিবরণী ও বাছাইকরণ ফর্ম” -এ লিপিবদ্ধ করতে হবে। (স)

৯. ইমপ্ল্যান্ট সাধারণত বাম হাতের কনুই এর ভাঁজ (হিউমেরাসের মেডিয়াল এপিকভাইল) থেকে ৮-১০ সেন্টিমিটার উপরে বাহুর বাইরের দিকে প্রয়োগ করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যান্ট সাধারণত বাম হাতের কনুই এর ভাঁজ (হিউমেরাসের মেডিয়াল এপিকভাইল) থেকে ৮-১০ সেন্টিমিটার উপরে বাহুর ভিতরের দিকে প্রয়োগ করা হয়।

১০. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের সময় বাইসেপস ও ট্রাইসেপস পেশির মধ্যবর্তী নীচু অংশটি (Groove) সতর্কতার সাথে পরিহার করতে হবে কারণ এর গভীরে রয়েছে রক্তবাহী নালী (ধমনী ও শিরা) এবং স্নায়ু (নার্ভ) (স)

১১. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের জায়গায় তিনবার অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে পরিষ্কার করতে হবে (মি)

সঠিক উত্তরঃ

ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের জায়গায় দুইবার অ্যান্টিসেপটিক দ্রবণ দিয়ে ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে পরিষ্কার করতে হবে

১২. ইমপ্ল্যানন এনএক্সটিতে রয়েছে অত্যাধুনিক জীবাণুমুক্ত অ্যাপ্লিকেটর যা রডটিকে চামড়ার অধিক গভীরে প্রবেশ করায় (মি)
সঠিক উত্তরঃ
ইমপ্ল্যানন এনএক্সটিতে রয়েছে অত্যাধুনিক জীবাণুমুক্ত অ্যাপ্লিকেটর যা রডটিকে চামড়ার অধিক গভীরে প্রবেশ করা থেকে বিরত রাখে।
১৩. ইমপ্ল্যানন এনএক্সটিতে বেরিয়াম সালফেট থাকায় এক্স-রে ও সি.টি. স্ক্যান দ্বারা এর অবস্থান নির্ণয় করা যায়। (স)
১৪. ইমপ্ল্যানন এনএক্সটি প্রয়োগের স্থান চিহ্নিত ও জীবাণুমুক্ত করার পর ছিদ্রযুক্ত ড্র্যাপিং দিয়ে ঢেকে চামড়ার নিচে ১ মি. লি. ২% লিডোকেইন প্রয়োগ করে ৩/৪ মিনিট অপেক্ষা করতে হয় (মি)
সঠিক উত্তরঃ
ইমপ্ল্যানন এনএক্সটি প্রয়োগের স্থান চিহ্নিত ও জীবাণুমুক্ত করার পর ছিদ্রযুক্ত ড্র্যাপিং দিয়ে ঢেকে চামড়ার নিচে ২ মি. লি. ১% লিডোকেইন প্রয়োগ করে ৩/৪ মিনিট অপেক্ষা করা
১৫. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) প্রয়োগের চিহ্নিত স্থানে V আকৃতিতে চামড়ার নীচে ২ মি.লি. ১% লিডোকেইন প্রয়োগ ও ৩-৪ মিনিট অপেক্ষা করা (স)
১৬. এক রড বিশিষ্ট অপসারণের সময় রডের নিকটবর্তী প্রান্তে চাপ দিয়ে ঠেলে দিতে হবে এবং মসকিউটো ফরসেপ দিয়ে ক্যাপসুলটি ধরতে হবে। (স)
১৭. এক রড বিশিষ্ট অপসারণের সময় রডটি ফ্যাশাল শীথ দ্বারা আবৃত থাকলে ইনসিশন দিয়ে মসকিউটো ফরসেপের সাহায্যে ইমপ্ল্যান্ট বের করে আনতে হবে। প্রয়োজনে U ফরসেপ ব্যবহার করতে হবে। (স)
১৮. দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ১০ মি. মি. দূরে অবস্থিত। (মি)
সঠিক উত্তরঃ
দুই রড বিশিষ্ট ইমপ্ল্যান্ট জ্যাডেল/সাইনো (II) অপসারণের সময় রড দুটির মাঝে একটি পয়েন্ট নির্ধারণ করুন, যেটা রড দুটির শেষ প্রান্ত হতে ৫ মি. মি. দূরে অবস্থিত।
১৯. প্রত্যেকবার সেবাকেন্দ্রে আসার সময় তথ্য সম্বলিত ফলো-আপ কার্ড সঙ্গে আনতে বলতে হবে। (স)
২০. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর নিয়মিত ফলো-আপের জন্য মোট তিন (৩) বার ক্লিনিকে আসতে বলা হয় -১ম ফলো-আপ - স্থাপনের ১ মাস পর ± ৭ দিন; ২য় ফলো-আপ - স্থাপনের ১ বছর পর ± ১ মাস এবং ৩য় ফলো-আপ - স্থাপনের ২ বছর পর ± ১ মাস (মি)
সঠিক উত্তরঃ
ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর নিয়মিত ফলো-আপের জন্য মোট তিন (৩) বার ক্লিনিকে আসতে বলা হয় -১ম ফলো-আপ - স্থাপনের ১ মাস পর ± ৭ দিন; ২য় ফলো-আপ - স্থাপনের ৬ মাস পর ± ১ মাস এবং ৩য় ফলো-আপ - স্থাপনের ১২ মাস পর ± ১ মাস
২১. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ১২ ঘন্টা পর খুলে ফেলা যাবে এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজটি ১৫ দিন পর খুলতে হবে; এ সময়ে ক্ষতস্থানে পানি লাগানো যাবে। (মি)
সঠিক উত্তরঃ
ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর বাইরের বাঁধা ব্যান্ডেজটি ২৪ ঘন্টা পর খুলে ফেলা যাবে এবং ভিতরের ছোট ব্যান্ডেজটি ৩-৫ দিন পর খুলতে হবে; এ সময়ে ক্ষতস্থানে পানি লাগানো যাবে না
২২. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর অতিরিক্ত/অনিয়মিত রক্তশ্রাব হলে সেবা কেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে। (স)
২৩. ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর গ্রহীতার খোলার ইচ্ছা প্রকাশ করলে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলা যাবে না; কাউন্সেলিং করতে হবে। (মি)
সঠিক উত্তরঃ
ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর গ্রহীতার খোলার ইচ্ছা প্রকাশ করলে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে।
২৪. ইমপ্ল্যান্ট খোলার পর গর্ভধারণ ক্ষমতা তাড়াতাড়ি ফিরে আসে এবং গ্রহীতা গর্ভবতী হয়ে যেতে পারেন; সুতরাং তিনি যদি বর্তমানে আর কোন সন্তান না চান তাহলে তাকে অন্য কোন জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি ব্যবহার করার জন্য বলতে হবে। (স)

২৫. ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের পর কোন কোন গ্রহীতার পরপর তিন মাস মাসিক বন্ধ থাকে বা কিছু কিছু ক্ষেত্রে এক বছর বা তার চেয়ে বেশী সময় মাসিক বন্ধ থাকে। (স)

২৬. ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে পাচ বারের কম সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পর পর ছয় মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে কদাচিৎ রক্তস্রাব বলে। (মি)

সঠিক উত্তর

ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে তিন বারের কম সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পর পর তিন মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে কদাচিৎ রক্তস্রাব বলে।

২৭. ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার যদি প্রতি মাসে তিনবার বা তার বেশি সময়ে রক্তস্রাব দেখা যায় এবং পরপর তিন মাসিক চক্রে এ অবস্থা হয়, তবে তাকে মাঝে মাঝে রক্তস্রাব বলে।(স)

২৮. যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ২১ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে। (মি)

সঠিক উত্তর

যদি ইমপ্ল্যান্ট গ্রহীতার পর পর তিন মাসিক চক্রে ১৪ দিনের বেশি মাসিক বা রক্তস্রাব থাকে তবে তাকে দীর্ঘায়িত রক্তস্রাব বলে।

২৯. যদি স্নায়বিক সমস্যা সংক্রান্ত তীব্র মাইগ্রেন হয় তবে ইমপ্ল্যান্ট খুলে ফেলতে হবে। (স)

৩০. জন্ডিস ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের জন্য একটি বাধা; তবে সিরোসিস লিভারের টিউমার ও ক্যান্সার থাকলে ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

জন্ডিস ইমপ্ল্যান্ট প্রয়োগের জন্য কোন বাধা নয়। তবে সিরোসিস লিভারের টিউমার ও ক্যান্সার থাকলে ইমপ্ল্যান্ট দেয়া যাবে না।

পরিশিষ্ট ১৬

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব/পরবর্তী জ্ঞান যাচাই

(৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসক ও নার্স, এফডব্লিউডি, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের শুধুমাত্র আইইউডি প্রশিক্ষণ)

সময়: ১৫ মিনিট

পূর্ণমান: ৩০

প্রশিক্ষণার্থীর বিবরণ	
নাম	
পদবী	
কর্মস্থল	
উপজেলা	
জেলা	
চাকুরীর মেয়াদকাল	

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

- আইইউডি জরায়ুতে স্থাপন উপযোগী দীর্ঘমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি।
- আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘন্টা পর কার্যকর হয়।
- আইইউডি জরায়ুতে ব্যবহারে বুকের দুধের কোন তারতম্য হয় না।
- আইইউডি পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার সাথে সাথেই গর্ভধারণ ক্ষমতা ফিরে আসে।
- স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৩৬ ঘন্টা পর্যন্ত; যদি ৩৬ ঘন্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।
- গর্ভধারণের প্রথম ৩ মাসের মধ্যে বা ৬ মাসের মধ্যে গর্ভপাত ঘটলে যদি নিশ্চিত হওয়া যায় যে কোন সংক্রমণ নাই, তবে সাথে সাথে বা ৭ দিনের মধ্যে আইইউডি পরানো যাবে।
- আইইউডি'র ব্যবহার বৃদ্ধি এবং প্রয়োগের পরপরই খুলে ফেলার হার কমানোর লক্ষ্যে কাউন্সেলিং-এর ভূমিকা অপরিসীম।
- প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র জন্য গ্রহীতাকে কিছু বিশেষ চাহিদা নির্ণয় করে তথ্য দিতে হবে যাতে কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য সফল হয় এবং গ্রহীতার অবহিত পছন্দ নিশ্চিত হয়।
- গর্ভঝিল্লি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘন্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে।
- জরায়ুমুখের ক্যান্সার ও স্তন ক্যান্সারের লক্ষণ থাকলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।
- আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলা প্রয়োজন।
- সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অপারেশনের সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পরে সম্মতি নিতে হবে।
- ব্যথা না হওয়ার জন্য আইইউডি প্রয়োগের ৩০ মিনিট পূর্বে ১ টি ৪০০মি.গ্রা. আইবুপ্রোফেন (না থাকলে ১ টি ৫০০ মি.গ্রা. প্যারাসিটামল) ট্যাবলেট খাইয়ে দিতে বলতে হবে। এইসব না থাকলে অ্যাসপিরিন দেয়া যাবে।
- আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা।
- টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে।
- আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করাতে হবে।

১৭. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।
১৮. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী।
১৯. কেলি প্রাসেন্টাল ফরসেপ-এর সাহায্যে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের জন্য গ্রেভস্ স্পেকুলামকে ব্যবহার করার জন্য সুপারিশ করা হয়েছে।
২০. আইইউডি খোলার জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আস্তে আস্তে টেনে বের করতে হবে।
২১. আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৪ বার আইইউডির নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়।
২২. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপনের জন্য টেনাকুলাম ধরার স্থানে যে ক্ষতের সৃষ্টি হয়; কনডম ছাড়া যৌনমিলনে তা হতে সংক্রমণ হবার সম্ভাবনা থাকে; এ কারণে ৭ দিন পর্যন্ত কনডম ব্যবহার করলে সংক্রমণের ঝুঁকি কমে যায়।
২৩. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা বা কোন সমস্যা আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করতে হবে এবং সে অনুযায়ী তাকে উত্তর দিতে হবে।
২৪. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার সারভিক্স ও সুতা দেখার জন্য স্পেকুলাম পরীক্ষা করতে হবে।
২৫. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সুতা দেখা যেতে ৩০ দিন থেকে ২ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; সব ক্ষেত্রে সুতা দেখা যাবে।
২৬. মাসিক বন্ধ থাকলে বা অস্বাভাবিক রক্তস্রাব হলে আইইউডি'র গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে আসতে হবে না।
২৭. কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব না।
২৮. যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলবেন না। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়।
২৯. তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার ও নতুন আইইউডি পরাতে হবে।
৩০. আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা আছে।

৬ দিন ব্যাপী চিকিৎসক ও নার্স, এফডব্লিউভি, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের শুধুমাত্র আইইউডি প্রশিক্ষণ

প্রশিক্ষণ পূর্ব ও পরবর্তী জ্ঞান যাচাই

উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপন উপযোগী দীর্ঘমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি। (স)

২. আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘণ্টা পর কার্যকর হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার সাথে সাথেই কার্যকর হয়।

৩. আইইউডি জরায়ুতে ব্যবহারে বুকের দুধের কোন তারতম্য হয় না। (স)

৪. আইইউডি পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার সাথে সাথেই গর্ভধারণ ক্ষমতা ফিরে আসে। (স)

৫. স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৩৬ ঘণ্টা পর্যন্ত; যদি ৩৬ ঘণ্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না। (মি)

সঠিক উত্তর

স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৪৮ ঘণ্টা পর্যন্ত; যদি ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৪ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।

৬. গর্ভধারণের প্রথম ৩ মাসের মধ্যে বা ৬ মাসের মধ্যে গর্ভপাত ঘটলে যদি নিশ্চিত হওয়া যায় যে কোন সংক্রমণ নাই, তবে সাথে সাথে বা ৭ দিনের মধ্যে আইইউডি পরানো যাবে। (স)

৭. আইইউডি'র ব্যবহার বৃদ্ধি এবং প্রয়োগের পরপরই খুলে ফেলার হার কমানোর লক্ষ্যে কাউন্সেলিং-এর ভূমিকা অপরিসীম। (স)

৮. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র জন্য গ্রহীতাকে কিছু বিশেষ চাহিদা নির্ণয় করে তথ্য দিতে হবে যাতে কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য সফল হয় এবং গ্রহীতার অবহিত পছন্দ নিশ্চিত হয়। (স)

৯. গর্ভবিগ্নি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

গর্ভবিগ্নি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।

১০. জরায়ুমুখের ক্যাস্পার ও স্তন ক্যাস্পারের লক্ষণ থাকলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না। (স)

১১. আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলা প্রয়োজন।
(মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলার প্রয়োজন নাই।

১২. সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অপারেশনের সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পরে সম্মতি নিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অবশ্যই গর্ভকালীন সেবার সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পূর্বেই সম্মতি নিতে হবে।

১৩. ব্যথা না হওয়ার জন্য আইইউডি প্রয়োগের ৩০ মিনিট পূর্বে ১ টি ৪০০মি.গ্রা. আইবুপ্রোফেন (না থাকলে ১ টি ৫০০ মি.গ্রা. প্যারাসিটামল) ট্যাবলেট খাইয়ে দিতে বলতে হবে। এইসব না থাকলে অ্যাসপিরিন দেয়া যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ব্যথা না হওয়ার জন্য আইইউডি প্রয়োগের ৩০ মিনিট পূর্বে ১ টি ৪০০মি.গ্রা. আইবুপ্রোফেন (না থাকলে ১ টি ৫০০ মি.গ্রা. প্যারাসিটামল) ট্যাবলেট খাইয়ে দিতে বলতে হবে। কিন্তু কোনোভাবেই অ্যাসপিরিন দেয়া যাবে না।

১৪. আইইউডি প্রয়োগের প্রথম ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি প্রয়োগের ২য় ধাপ হলো দুই হাতে তলপেট, যোনিপথ ও জরায়ু পরীক্ষা করা

১৫. টেনাকুলাম দিয়ে সার্ভিক্সে মৃদু টান প্রয়োগ করে জরায়ুকে সোজাসুজি একটু নীচের দিকে টান টান রেখে ইউটেরাইন সাউন্ড অতি ধীরে ধীরে জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিয়ে জরায়ুর অবস্থান ও গভীরতা নির্ণয় করতে হবে। (স)

১৬. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করাতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

কোন অবস্থাতেই প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করানো যাবে না

১৭. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।

১৮. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী। (মি)

সঠিক উত্তর

গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা কম।

১৯. কেলি প্লাসেন্টাল ফরসেপ-এর সাহায্যে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের জন্য গ্রেভস্ স্পেকুলামকে ব্যবহার করার জন্য সুপারিশ করা হয়েছে। (স)

২০. আইইউডি খোলার জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আস্তে আস্তে টেনে বের করতে হবে। (স)

২১. আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৪ বার আইইউডির নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৩ বার আইইউডি নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়।

২২. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপনের জন্য টেনাকুলাম ধরার স্থানে যে ক্ষতের সৃষ্টি হয়; কনডম ছাড়া যৌনমিলনে তা হতে সংক্রমণ হবার সম্ভাবনা থাকে; এ কারণে ৭ দিন পর্যন্ত কনডম ব্যবহার করলে সংক্রমণের ঝুঁকি কমে যায়। (স)

২৩. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা বা কোন সমস্যা আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করতে হবে এবং সে অনুযায়ী তাকে উত্তর দিতে হবে। (স)

২৪. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার সারভিল্ল ও সুতা দেখার জন্য স্পেকুলাম পরীক্ষা করতে হবে। (স)

২৫. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সুতা দেখা যেতে ৩০ দিন থেকে ২ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; সব ক্ষেত্রে সুতা দেখা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সুতা দেখা যেতে ৪০ দিন থেকে ১ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; কোনো কোনো ক্ষেত্রে সুতা নাও দেখা যেতে পারে।

২৬. মাসিক বন্ধ থাকলে বা অস্বাভাবিক রক্তস্রাব হলে আইইউডি'র গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে আসতে হবে না। (মি)

সঠিক উত্তর

মাসিক বন্ধ থাকলে বা অস্বাভাবিক রক্তস্রাব হলে আইইউডি'র গ্রহীতাকে সেবাকেন্দ্রে আসতে হবে।

২৭. কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব না। (মি)

সঠিক উত্তর

কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব।

২৮. যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলবেন না। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলুন। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়।

২৯. তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার ও নতুন আইইউডি পরাতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার নেই।

৩০. আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা আছে। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা নেই।

পরিশিষ্ট ১৭

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব/পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
(৬ দিন ব্যাপী নার্স, এফডব্লিউডি, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের এবং ৪ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র প্রসব পরবর্তী আইইউডি
প্রশিক্ষণ)

সময়: ১৫ মিনিট

পূর্ণমান: ২৫

প্রশিক্ষণার্থীর বিবরণ	
নাম	
পদবী	
কর্মস্থল	
উপজেলা	
জেলা	
চাকুরীর মেয়াদকাল	

সত্য না মিথ্যা (মিথ্যা হলে সঠিকটি উল্লেখ করুন)

১. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপন উপযোগী দীর্ঘমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি।
২. আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘণ্টা পর কার্যকর হয়।
৩. আইইউডি জরায়ুতে ব্যবহারে বৃকের দুধের কোন তারতম্য হয় না।
৪. আইইউডি পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার সাথে সাথেই গর্ভধারণ ক্ষমতা ফিরে আসে।
৫. স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৩৬ ঘণ্টা পর্যন্ত; যদি ৩৬ ঘণ্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।
৬. আইইউডি'র ব্যবহার বৃদ্ধি এবং প্রয়োগের পরপরই খুলে ফেলার হার কমানোর লক্ষ্যে কাউন্সেলিং-এর ভূমিকা অপরিসীম।
৭. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র জন্য গ্রহীতাকে কিছু বিশেষ চাহিদা নির্ণয় করে তথ্য দিতে হবে যাতে কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য সফল হয় এবং গ্রহীতার অবহিত পছন্দ নিশ্চিত হয়।
৮. গর্ভবিগ্নি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে।
৯. জরায়ুমুখের ক্যাসার ও স্তন ক্যাসারের লক্ষণ থাকলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।
১০. আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলা প্রয়োজন।
১১. সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অপারেশনের সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পরে সম্মতি নিতে হবে।
১২. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করতে হবে।
১৩. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।

১৪. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী।
১৫. কেলি প্লাসেন্টাল ফরসেপ-এর সাহায্যে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের জন্য গ্রেভস্ স্পেকুলামকে ব্যবহার করার জন্য সুপারিশ করা হয়েছে।
১৬. আইইউডি খোলার জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আস্তে আস্তে টেনে বের করতে হবে।
১৭. আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৪ বার আইইউডির নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়।
১৮. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা বা কোন সমস্যা আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করতে হবে এবং সে অনুযায়ী তাকে উত্তর দিতে হবে।
১৯. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার সারভিক্স ও সুতা দেখার জন্য স্পেকুলাম পরীক্ষা করতে হবে।
২০. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সুতা দেখা যেতে ৩০ দিন থেকে ২ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; সব ক্ষেত্রে সুতা দেখা যাবে।
২১. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র যদি সুতা দেখা না যায় এবং গ্রহীতা বলেন যে আইইউডি বের হয়ে যায় নাই তবে এ ব্যাপারে কাউন্সেলিং করতে হবে এবং আশ্বস্ত করতে হবে।
২২. কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব না।
২৩. যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলবেন না। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়।
২৪. তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার ও নতুন আইইউডি পরাতে হবে।
২৫. আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা আছে।

৬ দিন ব্যাপী নার্স, এফডব্লিউডি, প্যারামেডিক, স্যাকমোদের শুধুমাত্র প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ/৪ দিন ব্যাপী চিকিৎসকদের শুধুমাত্র প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষণ পূর্ব / পরবর্তী জ্ঞান যাচাই
উত্তরপত্র ও সঠিক উত্তর

১. আইইউডি জরায়ুতে স্থাপন উপযোগী দীর্ঘমেয়াদি অস্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি। (স)
২. আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার ২৪ ঘণ্টা পর কার্যকর হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি জরায়ুতে প্রয়োগ করার সাথে সাথেই কার্যকর হয়।

৩. আইইউডি জরায়ুতে ব্যবহারে বৃকের দুধের কোন তারতম্য হয় না। (স)
৪. আইইউডি পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার সাথে সাথেই গর্ভধারণ ক্ষমতা ফিরে আসে। (স)
৫. স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৩৬ ঘণ্টা পর্যন্ত; যদি ৩৬ ঘণ্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না। (মি)

সঠিক উত্তর

স্বাভাবিক প্রসবের পর জরায়ুর ফুল বের হওয়ার পর হতে ৪৮ ঘণ্টা পর্যন্ত; যদি ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে প্রয়োগ করা না যায় তবে ৪ সপ্তাহ পর্যন্ত আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।

৬. আইইউডি'র ব্যবহার বৃদ্ধি এবং প্রয়োগের পরপরই খুলে ফেলার হার কমানোর লক্ষ্যে কাউন্সেলিং-এর ভূমিকা অপরিসীম। (স)
৭. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র জন্য গ্রহীতাকে কিছু বিশেষ চাহিদা নির্ণয় করে তথ্য দিতে হবে যাতে কাউন্সেলিং-এর উদ্দেশ্য সফল হয় এবং গ্রহীতার অবহিত পছন্দ নিশ্চিত হয়। (স)
৮. গর্ভবিগ্নি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

গর্ভবিগ্নি ছিঁড়ে যাওয়ার ২৪ ঘণ্টার বেশি পরে প্রসব হলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না।

৯. জরায়ুমুখের ক্যাসার ও স্তন ক্যাসারের লক্ষণ থাকলে আইইউডি প্রয়োগ করা যাবে না। (স)
১০. আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলা প্রয়োজন।
(মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি প্রয়োগ করার পর যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় তখন ব্যবস্থাপনা ও চিকিৎসা দিতে হবে আইইউডি খুলে ফেলার প্রয়োজন নাই।

১১. সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অপারেশনের সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পরে সম্মতি নিতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

সিজারিয়ান অপারেশনের ক্ষেত্রে অবশ্যই গর্ভকালীন সেবার সময় কাউন্সেলিং করতে হবে এবং অপারেশনের পূর্বেই সম্মতি নিতে হবে।

১২. আইইউডি প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করাতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

কোন অবস্থাতেই প্যাকেট সম্পূর্ণ খুলে হাত দিয়ে কপার-টি ইনসার্টারে লোড করানো যাবে না

১৩. ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ১৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

ইনসার্টারে আইইউডি লোড করার ৫ মিনিটের মধ্যেই তা জরায়ুতে প্রয়োগ করতে হবে।

১৪. গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা বেশী। (মি)

সঠিক উত্তর

গর্ভফুল বের হবার ১০ মিনিটের মধ্যে আইইউডি প্রয়োগ করলে প্রসব পরবর্তী অন্য সময়ের তুলনায় আপনা-আপনি এটা বের হয়ে যাবার সম্ভাবনা কম।

১৫. কেলি প্রাসেন্টাল ফরসেপ-এর সাহায্যে তাৎক্ষণিক প্রসব পরবর্তী আইইউডি প্রয়োগের জন্য গ্রেভস্ স্পেকুলামকে ব্যবহার করার জন্য সুপারিশ করা হয়েছে। (স)

১৬. আইইউডি খোলার জন্য সুতা দুটি একসাথে জরায়ুর মুখের নিকট হতে আর্টারি/এলিগেটর ফরসেপ দিয়ে ধরে টান রেখে আস্তে আস্তে টেনে বের করতে হবে। (স)

১৭. আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৪ বার আইইউডির নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডি ব্যবহারে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা এবং তা সঠিকভাবে কাজ করছে কিনা তা জানার জন্য ৩ বার আইইউডি নিয়মিত ফলো-আপ করা হয়।

১৮. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার কোন প্রশ্ন আছে কিনা বা কোন সমস্যা আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করতে হবে এবং সে অনুযায়ী তাকে উত্তর দিতে হবে। (স)

১৯. প্রসব পরবর্তী আইইউডি ফলোআপে গ্রহীতার সারভিক্স ও সুতা দেখার জন্য স্পেকুলাম পরীক্ষা করতে হবে। (স)

২০. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সুতা দেখা যেতে ৩০ দিন থেকে ২ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; সব ক্ষেত্রে সুতা দেখা যাবে। (মি)

সঠিক উত্তর

প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র ক্ষেত্রে সুতা দেখা যেতে ৪০ দিন থেকে ১ বছর পর্যন্ত সময় লাগে; কোনো কোনো ক্ষেত্রে সুতা নাও দেখা যেতে পারে।

২১. প্রসব পরবর্তী আইইউডি'র যদি সুতা দেখা না যায় এবং গ্রহীতা বলেন যে আইইউডি বের হয়ে যায় নাই তবে এ ব্যাপারে কাউন্সেলিং করতে হবে এবং আশ্বস্ত করতে হবে। (স)

২২. কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা করা সম্ভব না। (মি)

সঠিক উত্তর

কপার-টি ৩৮০এ -র জন্য অতিরিক্ত রক্তস্রাব হলে তা আইবুপ্রোফেন জাতীয় ঔষধ দ্বারাই চিকিৎসা করা সম্ভব।

২৩. যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলবেন না। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়। (মি)

সঠিক উত্তর

যদি কোন মহিলা আইইউডি থাকাকালীন গর্ভবতী হয়, আর যদি মহিলার আইইউডি'র সুতা দেখা যায় তবে সেটি খুলে ফেলুন। তাতে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অনেকাংশে (২৫%) কমে যায়।

২৪. তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার ও নতুন আইইউডি পরাতে হবে। (মি)

সঠিক উত্তর

তলপেটের অস্বাভাবিক বা মোচড়ানো ব্যথা আইইউডি প্রয়োগের সাথে সাথে শুরু হয়; এর জন্য আইইউডি খোলার দরকার নেই।

২৫. আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা আছে। (মি)

সঠিক উত্তর

আইইউডিসহ গর্ভধারণ হলে সন্তানের বিকলাঙ্গ/অস্বাভাবিকতার কোন সম্ভাবনা নেই।

প্রশিক্ষণের পদ্ধতি নির্বাচন করার জন্য টিপস্

পদ্ধতি নির্বাচন পদ্ধতিতে প্রশ্নাবলী

নির্দিষ্ট একটি বিষয়ের দক্ষতা বৃদ্ধির প্রয়োজনীয়তার উপরে ভিত্তি করে প্রশিক্ষণের পদ্ধতি নির্বাচিত হয়। নিজে থেকে নিম্নলিখিত প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে হবেঃ

- এ পদ্ধতিতে কি উদ্দেশ্য পূরণ করা সম্ভব?
- এ পদ্ধতিতে কি যোগ্যতা বৃদ্ধি করা সম্ভব?
- এ পদ্ধতিতে কি একের অধিক শিক্ষা গ্রহণ করা সম্ভব (জ্ঞান, দক্ষতা, আচরণ)?
- এ পদ্ধতিতে কি অংশগ্রহণকারীর বর্তমান দক্ষতা, জ্ঞান বা জানার চেয়ে উত্তম বা নিম্নতর প্রাথমিক ধারণা দরকার হয়?
- এ পদ্ধতিতে কত সময় লাগেঃ
 - প্রস্তুতিতে?
 - ব্যবহারে?
- এ পদ্ধতি ব্যবহারে কতটুকু জায়গা প্রয়োজন হয়?
- শিক্ষার্থী গ্রুপের আকার অনুযায়ী কি পদ্ধতিটি ঠিক আছে?
- এ পদ্ধতি বাস্তবায়নে কি ইকুইপমেন্ট বা ম্যাটেরিয়াল লাগে? এগুলো কি সহজলভ্য?
- এ পদ্ধতি ব্যবহারে প্রশিক্ষকের কি ধরনের বিশেষায়িত দক্ষতা প্রয়োজন? এ দক্ষতা ব্যবহারে প্রশিক্ষকগণের যোগ্যতা কেমন?
- এ পদ্ধতিতে কি প্রশিক্ষার্থীদের সক্রিয়ভাবে জড়িত হতে হয়?
- এ পদ্ধতিটি সহজতর, সাশ্রয়ে এবং সবচেয়ে আকর্ষণীয়ভাবে প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য পূরণে সক্ষম, নাকি অযথাই জটিল?

অংশগ্রহণকারীদের আগ্রহঃ পুরো ট্রেনিং জুড়ে একই পদ্ধতি ব্যবহার করা যাবে না। এছাড়া, এত বেশি পদ্ধতি ব্যবহার না করা যাতে প্রশিক্ষণকে লোক দেখানো খেলা না ভোজবাজি মনে হয়।

Competency-based Training-এর পদ্ধতি সমূহঃ

- Demonstration (প্রদর্শন)
- Return-demonstration (ফিরতি প্রদর্শন)
- Role-play (ঘটনা বা চরিত্র অভিনয় করে দেখানো)
- Case Study (ঘটনা বা সমস্যায় করণীয়)
- Mini lecture (সংক্ষিপ্ত বক্তৃতা)
- Group work (দলীয় কাজ করা)
- Clinical practicum (ক্লিনিক্যাল অনুশীলন)

Demonstration (প্রদর্শন)

কি:

মানসম্মতভাবে একটা কাজ কিভাবে করতে হয় তা দেখানো। মৌখিক এবং ভিজুয়াল ব্যাখ্যা, ছবি এবং প্রশ্নের সাহায্য নেয়া হয়ে থাকে। এর মৌলিক ধাপগুলো হচ্ছেঃ দেখানো, বলা আর অনুশীলন করা।

কখন ব্যবহার করতে হয়ঃ

- প্রদর্শন ব্যবহার করতে হবেঃ
 - কিভাবে করে, কিভাবে বানায় বা কিভাবে নতুন একটা পদ্ধতি ব্যবহার করে তা দেখাতে
 - বিশেষ কিছু অবস্থায় কিভাবে করা যায় তা দেখাতে
 - নতুন পদ্ধতি শিখতে এবং ব্যবহার করতে প্রশিক্ষণার্থী/কর্মীদের আগ্রহ বাড়াতে

সুবিধাঃ

- সম্ভব হয়ঃ
 - প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে গ্রহণীয় এমন যোগ্য কারো অধীনে অনুশীলন করা
 - সাথে সাথে ভুল শুধরে দেয়া
 - গ্রহীতার সাথে অনুশীলন করার আগে সিমুলেশন করা

অসুবিধাঃ

- ব্যবস্থাপনা এবং পরিচালনা খরুচে এবং কষ্টসাধ্য হতে পারে
- একবারে বেশি প্রশিক্ষণার্থীকে দেখানো যায়না

কার্যকর **Demonstration**-এর বিষয়াদিঃ

- প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে গ্রহণীয় এমন যোগ্য কাউকে দিয়ে করানো
- আসল যন্ত্রপাতির ব্যবহার
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে অনুশীলনের সুযোগ দেয়া
- সকল প্রশিক্ষণার্থী কতটুকু শিখেছে তা নির্ণয় করার জন্য চেকলিস্ট এর ব্যবহার

দেখানো এবং বলাঃ এ দুটি কাজ আলাদাভাবে করা

কিভাবে **Demonstration** (প্রদর্শন) পরিচালনা করতে হয়

প্রস্তুতি

- প্রশিক্ষককে নিজে অনুশীলন করে কাজটা করা এবং প্রশিক্ষণার্থীদের দেখানোর জন্য ভালোভাবে রপ্ত করা
- সকল যন্ত্রপাতি এবং জিনিসপত্র যোগাড় করা এবং নিশ্চিত করা যে প্রশিক্ষণার্থীদের কাজের জায়গায় এগুলো সহজলভ্য
- প্রশিক্ষণার্থীদের সবাইকে অনুশীলন করার জন্য যথেষ্ট সময় দেয়া
- প্রশিক্ষণার্থীদের দক্ষতা বোঝার জন্য পারফরম্যান্স ক্রাইটেরিয়া তৈরি করা
- প্রশিক্ষণার্থীদেও সবাই প্রদর্শনীটি দেখতে পাবে তা নিশ্চিত করা
- যদি প্রদর্শনীটি কোন গ্রহীতার উপরে হয়, তাহলে প্রশিক্ষণার্থীদের দেখানোর জন্য গ্রহীতার অনুমতি নেয়া

বাস্তবায়ন

বর্তমান উদ্দেশ্য

- পরিদর্শকের জন্য পরিষ্কার দিকনির্দেশনা এবং চেকলিস্ট প্রদান করতে হবে
- কাজটি করে দেখাতে হবেঃ
 - চেকলিস্ট অনুযায়ী ধাপে ধাপে আগাতে হবে (যৌক্তিক ক্রমে)
 - গ্রহীতার উপরে প্রদর্শন করলে তাকে যথাযথ সম্মান দিতে হবে ও অনুমতি নিতে হবে। কথা বলে বলে কাজ করতে হবে। গ্রহীতার সেবার দৃষ্টান্ত স্থাপন করতে হবে।
 - গুরুত্বপূর্ণ বিষয়বস্তুর উপরে জোর দিতে হবে, বিশেষ করে কঠিন বিষয়ে
 - সারসংক্ষেপ করতে হবে। প্রশ্ন জিজ্ঞেস করতে হবে। যদি প্রদর্শনের কোন অংশ আবারো দেখানো প্রয়োজন হয় তবে আবার করে দেখাতে হবে।

Return-demonstration (ফিরতি প্রদর্শনী)

- ফিরতি প্রদর্শনীর জন্য প্রয়োজনীয় সরঞ্জামাদিসহ কাজের জায়গা তৈরি করতে হবে
- প্রশিক্ষণার্থীদের ফিরতি প্রদর্শনীর জন্য পরিষ্কারভাবে নির্দেশনা দিতে হবে
- একজন প্রশিক্ষণার্থীকে দলের বাকিদের সামনে করে দেখাতে বলতে হবে
- করার সময় কি করছে এবং কেন করছে, তা বলে বলে করতে হবে
- প্রশিক্ষণার্থীর কাছে তার শেখা সম্পর্কে জানতে চাইতে হবেঃ
 - কেন করছেন-----?
 - আপনি যদি ----- করেন তাহলে কি হবে?
 - এরকম হলে কি করতেন?
- বাকি প্রশিক্ষণার্থীদের অনুশীলন করতে বলতে হবে, সম্ভব হলে ছোট ছোট দলে ভাগ হতে হবে এবং প্রত্যেক দলের সাথে একজন করে প্রশিক্ষক থাকতে হবে।
- প্রদর্শনের গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলো সারাংশ করে বলতে হবে এবং
 - দলকে জিজ্ঞাসা করতে হবে তাদের কোন প্রশ্ন আছে কিনা
 - দলকে খোলা প্রশ্ন জিজ্ঞেস করতে হবে যাতে করে তাদের বোধগম্যতা পরিষ্কার হয়। তাদের নিজেদের কাজের পরিস্থিতিতে এটার ব্যবহার সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করতে হবে
- গ্রহীতার উপরে প্রদর্শনী করার আগে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সিমুলেশনে অংশ নেয়া উচিত

Role-play (ঘটনা বা চরিত্র অভিনয় করে দেখানো)

কি:

একটি প্রশিক্ষণের পদ্ধতি যেখানে প্রশিক্ষক বা প্রশিক্ষণার্থী একটি সিমুলেটেড পরিস্থিতিতে বাস্তব ভূমিকায় Role-play করে দেখায়। Role-play পরিস্থিতিতে প্রশিক্ষণার্থীরা তাদের প্রশিক্ষিত বিষয়সমূহের উপরে জ্ঞান, বিষয়বস্তুর উপরে ধারণার বিষয়ে দক্ষতা অর্জনের জন্য অনুশীলন করে।

Role-play ধরণ

- স্বতস্ফূর্তঃ প্রশিক্ষক বা প্রশিক্ষণার্থী নিজের ইচ্ছায় Role-play করে কিছু প্রদর্শন করে।

- নির্ধারিতঃ

- জানাঃ Role-play তে যারা অংশ নিবে, তাদের সবাইকে পুরো জিনিসটা জানিয়ে দেয়া হয় বা স্ক্রিপ্ট দিয়ে দেয়া হয়। নিয়মতান্ত্রিক পদ্ধতিতে Role-play পরিচালনা করা হয়; Role-play তে প্রশিক্ষণার্থীরা একসাথে বসে প্রস্তুতি নেয় যাতে করে শেখার বিষয়বস্তুটি ঠিকভাবে দেখানো যায়।
- অজানাঃ প্রশিক্ষক আলাদা আলাদা প্রশিক্ষণার্থীকে তাদের স্ক্রিপ্ট এবং নিয়ম বলে দেন, যা বাকিদেরকে বলা হয়না। সবাই যে যার পটে অভিনয় করে, কিন্তু জানে না যে অন্য আরেকজনকে কি বলা হয়েছে। এ ধরনের অভিনয় প্রায় ক্ষেত্রে আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগের কিছু দক্ষতা অনুশীলনের জন্য করা হয়।

Role-play কখন ব্যবহার করতে হয়ঃ

- Role-play সবচেয়ে বেশি ব্যবহার করা হয়ঃ

- আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগে দক্ষতা বাড়াতে
- দক্ষতার সাথে জ্ঞান যোগ করতে
- কোন সমস্যা, ঘটনা বা দুর্ঘটনার পরিস্থিতি পরীক্ষা করে দেখতে যাতে করে শেখা যায় তা কিভাবে এড়ানো যেত
- নিজের আচরণের কারণে অন্যের উপরে কি প্রভাব পড়ে, তা বোঝানোর জন্য। এতে করে ব্যক্তিগত আচরণ ও ব্যবহারে পরিবর্তন আনা সম্ভব।
- অন্যের সাথে আচরণ যাচাই করার জন্য পারদর্শিতা দেখা (যাতে করে উন্নতি করা যায়)
- কঠিন সিদ্ধান্ত নিতে চিন্তা করতে সাহায্য করা (অবস্থার অভিনয়ের মধ্যে দিয়ে)
- শেখানোর জন্য, যাতে প্রশিক্ষক, অন্য অভিনয়কারীরা এবং প্রশিক্ষণার্থীরা থাকে

সুবিধাঃ

- প্রশিক্ষণার্থীদের সক্রিয় অংশগ্রহণের সুবিধা দেয়
- আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগ দক্ষতা, শিক্ষার মনোভাব এবং কখনও কখনও সমস্যা সমাধানের বিকাশের জন্য একটি প্রয়োজনীয় পদ্ধতি। প্রশিক্ষণার্থীদের তাদের নিজস্ব আচরণ এবং মনোভাব সম্পর্কে অন্তর্দৃষ্টি পেতে সাহায্য করে
- কিছু আন্তঃব্যক্তিক দক্ষতা শেখার সাথে সম্পর্কিত উদ্বেগ হ্রাস করতে কোনও রোল প্লেতে, কেউ বিব্রত হবার ঝুঁকি ছাড়াই নিয়ন্ত্রিত পরিস্থিতিতে কিছু নির্দিষ্ট আচরণের বিষয়ে পরীক্ষা করা যায়
- পর্যবেক্ষণ এবং প্রতিক্রিয়া জানার জন্য একটি উপলক্ষ তৈরি করে

অসুবিধাঃ

- প্রশিক্ষণার্থীরা শেখা বাদ দিয়ে অভিনয়ের দিকে বেশি মনোযোগ দিতে পারে
- কখনো কখনো, রোল প্লেতে স্টেরিওটাইপগুলো আরো বেশি ফুটে ওঠে। ভূমিকাগুলো বাস্তবসম্মত হতে হবে এবং প্রশিক্ষণার্থীদের তা মেনে চলতে হবে
- নির্লিপ্ত প্রশিক্ষণার্থীদের সামনে রোল প্লে করলে তেমন কিছু শেখা যাবে না, দর্শকদেরকেও অংশ নিতে হবে।
- ৩-৪ জনের ছোট দলে রোল প্লে করতে হবে।
- রোল প্লে - করতে গিয়ে একটা অবস্থা কারো খুব বেশি নিজের অবস্থার মতো হয়ে যেতে পারে। প্রশিক্ষণার্থীরা এর ভূমিকা এবং ফীডব্যাক ব্যক্তিগত নেতিবাচক ভাবে নিতে পারে

- প্রশিক্ষককে পরিষ্কারভাবে প্রশিক্ষণের পরিবেশ বলতে হবে, কেন রোল প্লে করা হচ্ছে, মতামত দেয়া নেয়ার নিয়ম, ইত্যাদি।

রোল প্লে কিভাবে পরিচালনা করতে হয়ঃ

প্রস্তুতি

- রোল প্লে এর পরিস্থিতি ব্যাখ্যা করতে হবে
- সবার ভূমিকা বুঝিয়ে বলতে হবে
- প্রশিক্ষকদের সাহায্য করার জন্য একটা পর্যবেক্ষণ নীতিমালা তৈরি করতে হবে
- বাস্তবভিত্তিক এবং প্রশিক্ষণের সাথে সঙ্গতিপূর্ণ স্ক্রিপ্ট (পান্ডুলিপি) তৈরি করতে হবে
- রোল প্লে শেষ হবার পরে আলোচনার বিষয়ে পরিকল্পনা করতে হবে, যাতে করে কার্যকরি বিষয়গুলোর উত্তর থাকে

নির্দেশাবলী

- দলকে নির্দেশাবলী প্রদান করাঃ
 - রোল প্লে এর উদ্দেশ্য কি?
 - রোল প্লে এর গঠন এবং কিভাবে তা পরিচালিত হবে
 - প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে থেকে অভিনেতা/অভিনেত্রীদের প্রস্তুত করতে হবে
 - কাজে লাগতে পারে এমন জিনিসপত্র দিয়ে দৃশ্যপট তৈরী করতে হবে

রোল প্লে এর পরে

- পর্যবেক্ষণের নির্দেশনা এবং উদ্দেশ্য পুনঃপর্যালোচনা করতে হবে
- রোল প্লে এর উদ্দেশ্য অনুযায়ী তারা কি দেখেছে বা শুনেছে তা জিজ্ঞেস করতে হবে

রোল প্লে অনুশীলন

- সাধারণত ৩-৪ জনের দলে পরিচালনা করতে হবে (বিশেষ করে কাউন্সেলিং ট্রেনিং)
- গ্রুপ অনুযায়ী আলাদা আলাদা বিষয়বস্তু থাকা উচিত
- প্রত্যেক রোল প্লে মध्ये তিনটি ভূমিকা তৈরি করতে হবে, যাতে করে প্রত্যেক সদস্য তিনটি ভূমিকায়ই অভিনয়ের সুযোগ পায়, সেবাপ্রদানকারী, গ্রহীতা, পর্যবেক্ষক।
- প্রথম রোল প্লেতে কে কোন ভূমিকা নিবে তা দলগুলোকে জিজ্ঞাসা করতে হবে
- কতক্ষন সময় দেয়া হবে তা বলে দিতে হবে (১০-১৫ মিনিট সর্বোচ্চ)
 - পর্যবেক্ষণ প্রশ্ন এবং ফীডব্যাকের নিয়ম বলে দিতে হবে
 - অভিনয়কারীদের মাঝে রোল প্লে শীটগুলো বিতরণ করতে হবে (রোল প্লে ধরণ অনুযায়ী)

প্রতিটি রোল প্লে শেষ হবার পরের আলোচনাঃ

সেবাপ্রদানকারীর ভূমিকায় যারা অংশ নিয়েছে তারা প্রথমে, তার পরে গ্রহীতা, শেষে পর্যবেক্ষকদের দিয়ে আলোচনা শুরু করতে হবে।

আলোচনায় যা থাকা উচিতঃ

- যা ভালো ছিল
- সমস্যা যা দেখা গেল
- কি প্রশ্ন উঠে এলো

- সেবাপ্রদাণকারীদের কাউন্সেলিং এর কার্যকরীত্ব (প্রশ্ন, অন্তর্ভুক্তি)
- বিকল্প উপায়
- প্রশিক্ষণার্থীদের কাজ কিভাবে ব্যবহার করা যেতে পারে

দ্রষ্টব্যঃ প্রশিক্ষণ পদ্ধতি হিসেবে রোল প্লে ব্যবহার করতে হলে প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণার্থীদেরকে অবশ্যই মনে করিয়ে দিতে হবে যে একে একটি কাজের জন্য কত সময় দেয়া হবে, আর প্রত্যেক কাজের পরে পরে সময় বলে দিতে হবে। এতে করে প্রশিক্ষণার্থীরা তাদের সময় ঠিকভাবে ব্যবহার করতে পারবে এবং কাজে মনোযোগ দিতে পারবে।

Case study (ঘটনা বা সমস্যায় করনীয়)

কি:

নির্দিষ্ট একটি ঘটনায় কি হয়েছিলো তা ব্যাখ্যা করে কেইস স্টাডি তৈরী করা হয় (ঘটনাবলী এবং কখনো কখনো অনুভূতিসহ) বাস্তব ঘটনার সাথে জ্ঞানের যোগ ঘটানোর জন্য করা হয়ে থাকে। কারণ সমস্যা সমাধান করা এবং পরিবর্তন ঘটানোর উদ্দেশ্যেই এটা করা হয়। ঘটনার সকল তথ্য জানানো হয়ে থাকে (কোথায়, কি, কে, কিভাবে এবং কি হয়েছিল)। সমাধান বা সমাধানের ফলাফল দলীয় আলোচনার মাধ্যমে বের হয়ে আসে।

দৃঢ়ভাবে তৈরি করা একটি কেইস স্টাডির বৈশিষ্ট্য নিম্নরূপঃ

- ঘটনার সঠিকতা
- ঘটনা উপস্থাপনের ক্ষেত্রে অবজেক্টিভিটি
- ঘটনা পরিষ্কারভাবে উপস্থাপন করা
- বাস্তবতা ব্যাখ্যা করার ক্ষেত্রে যৌক্তিক
- চরিত্রগুলোর আচরণ উপস্থাপনের ক্ষেত্রে সাবধানী

কেইস স্টাডি লেখা

- **গল্পের আকারে লিখতে হবে।** গল্পটি তৈরি করে কল্পনা মিশিয়ে লিখতে হবে। যতটা সম্ভব বাস্তবভিত্তিক করতে হবে। নিজের জানা কোন ক্লিনিক্যাল বা গ্রহীকার কেইস ব্যবহার করলে তা আরো বাস্তবসম্মত হবে।
- **চরিত্র তৈরী করতে হবে।** ভূমিকার সাথে মিলিয়ে চরিত্রের নাম দিতে হবে। অবাস্তব বা হাস্যকর নাম ব্যবহার করা যাবে না।
- **বাস্তবভিত্তিক কথোপকথন তৈরি করতে হবে।** এতে করে গল্পটা আরো আকর্ষণীয় এবং বাস্তবসম্মত হবে।
- **কেইসটা ভালোভাবে বিশ্লেষণ করার জন্য দরকারী খুঁটিনাটি বিষয় যোগ করতে হবে।** কেইস স্টাডিটাকে আরো সুন্দর করে এবং দরকারী তথ্য থাকে এমন বিবরণ যোগ করতে হবে। সন্দেহ তৈরি করবে বা আসল ঘটনা থেকে মনোযোগ সরিয়ে নেবে এমন অপ্রয়োজনীয় তথ্য বাদ দিতে হবে।
- **বিস্তারিত লিখতে হবে।** প্রশিক্ষণার্থীর মনে একটা ছবি তৈরি করতে হবে। প্রয়োজনবোধে, চরিত্রটির মানসিক অবস্থা উল্লেখ করতে হবে।
- **গল্পটি সহজবোধ্য করতে হবে।** ছোট কেইসস্টাডি সহজে পড়া এবং বোঝা যায়।
- **আলোচনার উদ্দেশ্যে প্রশ্ন এবং গাইড** ধরিয়ে দিতে হবে যাতে করে প্রশিক্ষণার্থীরা এটা বের করতে পারে। এতে করে কম সময় লাগবে। সুনির্দিষ্ট এবং খোলা দুই ধরনের প্রশ্নই রাখতে হবে।

কেইস স্টাডি কখন ব্যবহার করতে হয়ঃ

- প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সাহায্য করতেঃ
 - সমস্যা সমাধানের দক্ষতা অথবা পদ্ধতিগত পরিবর্তনের প্রয়োগঃ সমস্যা নির্ধারণ করা, সমস্যা ব্যাখ্যা করা, সমস্যা বিশ্লেষণ করা (কি সমস্যা? এতে কে ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে?); সম্ভাব্য সমাধান বের করা; সম্ভাব্য সমাধান বাস্তবায়ন করা; সমাধান এবং পরিকল্পনার প্রায়োরিটি চিহ্নিত করা; নির্ধারিত সমাধান বাস্তবায়ন এবং নজরদারি করা; সমস্যা সমাধান থেকে শেখা এবং তা পর্যালোচনা করা।
 - বাস্তবতার নিরীখে সঠিক বিকল্প পছন্দ করা এবং একটি কাজের গতিধারা নির্বাচন করা।

সুবিধাঃ

- বাস্তবতার পরিপ্রেক্ষিতে ভেবে চিন্তে সমাধান বের করা, অর্জিত জ্ঞান ব্যবহার করে। কেইসস্টাডি এর প্রধান সুবিধা হলো যে এতে বাস্তব জীবনের ঘটনায় আলোকপাত করা হয়।
- সমস্যা সমাধানের দক্ষতা বৃদ্ধি করে, যেমনঃ
 - জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ব্যবস্থাপনা, বা গ্রহীতা যখন এসকল পদ্ধতি ব্যবহার করতে চায় না আবার গর্ভধারণও করতে চায় না।
 - বিশেষ কিছু কাউন্সেলিং অবস্থায় স্বেচ্ছা এবং তথ্যভিত্তিক সিদ্ধান্ত নেয়ার ক্ষেত্রে যে পদ্ধতি অনুসরণ করতে হবে, তা জানা
- প্রত্যক্ষ অংশগ্রহণ বৃদ্ধি করে; প্রশিক্ষণার্থীরা তাদের মতামত শেয়ার করে।
- আলোচনার মধ্যে দিয়ে দলগত মিথস্ক্রিয়ার কিছু দিক প্রত্যক্ষ করা সম্ভব হয় (মতামতের বিভেদ এবং সমস্যা সমাধানের পদ্ধতি)

সমস্যাঃ

- প্রশিক্ষণের জন্য যথাযথ কেইস তৈরি করা ও এ সংক্রান্ত আলোচনা চালিয়ে নেয়ার দক্ষতা থাকতে হবে।
- কোন কোন প্রশিক্ষণার্থী কেইস স্টাডিটা গুরুত্বের সাথে না নিতে পারে কারণ তাদের সিদ্ধান্তের জন্য দায় নিতে হবে না।

এটি কিভাবে ব্যবহার করতে হবে:

প্রস্তুতি

- শিক্ষার উদ্দেশ্যগুলির উপর ভিত্তি করে কেস স্টাডি সেশন লিখতে হবে (কেস স্টাডি সিদ্ধান্ত বাছাই এবং গ্রহণের জন্য গুরুত্বপূর্ণ, এর মাধ্যমে প্রশিক্ষণার্থীর বিশ্লেষণ ও মূল্যায়নের দক্ষতা বিকশিত হয়ে থাকে)
 - কেস স্টাডি অবশ্যই প্রশিক্ষণার্থীদের প্রাপ্ত অভিজ্ঞতা/সমস্যার সাথে বাস্তব এবং প্রাসঙ্গিক হতে হবে।
 - কেস স্টাডিতে অবশ্যই পরিস্থিতির সমাধান সম্পর্কে প্রশিক্ষকদের মতামত বা দৃষ্টিভঙ্গি প্রতিফলন ঘটানো যাবে না।
 - কেস স্টাডিতে অবশ্যই পরিস্থিতির জন্য প্রয়োজনীয় সমস্ত তথ্য অন্তর্ভুক্ত করা উচিত। কেস স্টাডি জটিল হলেও, প্রশিক্ষণার্থীদের অবশ্যই সমস্ত তথ্য উপলব্ধি করতে হবে এবং যা প্রাসঙ্গিক, তা নির্ধারণ করতে সক্ষম হতে হবে। তবে, যদি প্রচুর অতিরিক্ত তথ্য থাকে বা পয়েন্ট গুলি পরিষ্কার না হয়, তবে প্রশিক্ষণার্থীরা সহজেই বিভ্রান্ত হয়ে যেতে পারেন এবং অবাক হয়ে অনেক সময় নষ্ট করতে পারেন।
- সেশনে শিখার উদ্দেশ্যগুলির উপর ভিত্তি করে, (প্রশিক্ষক কেস স্টাডি থেকে যা শিখতে চান তার উপর ভিত্তি করে) কেস স্টাডির শেষে খোলামেলা প্রশ্নগুলি তৈরি করতে হবে।

কেস স্টাডি ব্যবহারের ধাপসমূহ:

ধাপ ১: কেস স্টাডির পরিস্থিতি ব্যাখ্যা করতে হবে

ধাপ ২: কেস স্টাডি থেকে শিখন উদ্দেশ্যগুলি থেকে প্রশিক্ষক কী আশা করছেন তা প্রশিক্ষণার্থীদের বলতে হবে

ধাপ ৩: দলটিকে ছোট ছোট দলে ভাগ করতে হবে। কেস স্টাডি নিয়ে আলোচনার মাধ্যমে দলকে গাইড করতে হবে

ধাপ ৪: ছোট দলের কাজ - কেস স্টাডি বিতরণ করতে হবে এবং প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য পর্যাপ্ত সময় দিতে হবে-

- কেস স্টাডিটি স্বতন্ত্রভাবে পড়তে বলতে হবে
- কেস স্টাডি সম্পর্কে সাধারণ ধারণা হয়েছে, তা নিশ্চিত করতে হবে
- তাদের ছোট দলগুলিতে কেসটি আলোচনা করতে হবে এবং কেসটিতে উত্থাপিত প্রশ্নের উত্তর দিতে হবে
- প্রতিটি দলে একজন নোট গ্রহণকারী নির্বাচন করতে বলতে হবে। প্রশিক্ষক কীভাবে ফ্লিপচার্টে জিনিসগুলি সাজানোর আশা করছেন তা নোট গ্রহণকারীকে ব্যাখ্যা করতে হবে
- কেস স্টাডির জন্য নির্ধারিত প্রশ্নগুলি দিতে হবে

ধাপ ৫: আলোচনা:

- দলগুলিকে আলোচনা করার এবং ফলাফলগুলি সারসংক্ষেপ করার জন্য সময় দিতে হবে
- স্পষ্টতা নিশ্চিত করতে এবং কাজের দিকে ফোকাস করার জন্য ছোট দলের আলোচনা পর্যবেক্ষণ করতে হবে
- প্রশিক্ষককে ফ্লিপচার্টে প্রশিক্ষণার্থীদের আলোচনার নোট নিতে হবে এবং উপস্থাপনের জন্য প্রস্তুত থাকতে হবে

ধাপ ৬: দলগুলিকে একত্রিত করতে হবে, তাদের ফলাফল উপস্থাপন করতে বলতে হবে এবং এতে আলোচনার নেতৃত্ব দিতে হবে:

- প্রশিক্ষণার্থীদের কী প্রাসঙ্গিক বলে মনে হয়েছিল এবং কেন
- প্রয়োজনীয় উপাদানগুলির সনাক্তকরণ
- কেস স্টাডিতে গৃহীত পদক্ষেপের সুবিধা - অসুবিধা
- প্রকৃত সমস্যার চিহ্নিত করতে হবে

ধাপ ৭: সমস্ত গ্রুপের ফলাফল সংক্ষিপ্ত করে একত্র করা

- সম্ভাব্য কার্যকলাপ বা সমাধান
- প্রশিক্ষণার্থীদের তাদের কর্মক্ষেত্রের অনুরূপ সমস্যা বা কেসগুলি সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করতে হবে এবং প্রশিক্ষণার্থীরা কীভাবে সেগুলো সমাধান করেছে এবং এই কেস স্টাডির অভিজ্ঞতার ভিত্তিতে ভবিষ্যতে কীভাবে তাদের মোকাবিলা করার প্রত্যাশা করে তা জিজ্ঞাসা করতে হবে

Mini lecture (সংক্ষিপ্ত বক্তৃতা)

কি:

প্রশিক্ষণার্থীদের নির্দিষ্ট জ্ঞান অর্জনের জন্য, বা তাদের ধারণা বা নীতি, প্রক্রিয়া বা শিখন উদ্দেশ্যগুলির সাথে সম্পৃক্ত পরিস্থিতি ব্যাখ্যা করার জন্য একটি সংক্ষিপ্ত উপস্থাপনা

কখন এটি ব্যবহার করবেন:

- কোনও কার্যকলাপ/ দলগত অভিজ্ঞতা উপস্থাপিত করা (যদি কার্যকলাপ/ অভিজ্ঞতা বা পূর্ব জ্ঞানের প্রয়োজন হয়)
- বিষয়বস্তুর সংক্ষিপ্ত করণের সময় একটি নির্দিষ্ট পয়েন্ট এর ব্যাখ্যা বা সংক্ষিপ্ত বিবরণ (বিশেষত দলে নতুন একটি ধারণার ক্ষেত্রে)
- অতিরিক্ত নতুন তথ্য যোগ করতে হবে

সুবিধাদি:

- সময়ের যথোপযুক্ত ব্যবহার করা
- নির্দিষ্ট তথ্য সুসংগঠিতভাবে উপস্থাপন
- শিক্ষার অভিজ্ঞতা সম্পর্কে আরও বাড়িয়ে তোলে এবং
 - নতুন বা জটিল ধারণা বা নীতিগুলির ক্ষেত্রে
 - প্রশিক্ষার্থীদের কাজের সাথে সম্পৃক্ত

অসুবিধাগুলি:

- বিরক্তিকর হতে পারে
- দলের অংশগ্রহণকে বোঝায় না

এটি কিভাবে ব্যবহার করতে হবে:

প্রস্তুতি

- বক্তৃতায় নিশ্চিত করতে হবে
 - প্রাসঙ্গিক হয়
 - শিক্ষার প্রয়োজনীয়তা এবং সেশনের উদ্দেশ্যগুলির ব্যাখ্যা
 - প্রশিক্ষার্থীর জ্ঞান এবং অভিজ্ঞতার স্তরের সাথে সম্পর্কিত
- প্রশিক্ষার্থীরা যে কার্যকলাপ করছে তার সাথে অনুসরণীয় কার্যকলাপ গুলি সম্পর্কিত
- সংক্ষেপ করতে হবে (২০ মিনিটেরও কম) দলটি মনে রাখতে পারে, তার চেয়ে বেশি তথ্য পরিকল্পনা করা যাবে না
- এমন প্রশ্নগুলি অন্তর্ভুক্ত করতে হবে যা দলের অংশগ্রহণকে উৎসাহিত করবে
- দৃষ্টি সহায়ক (ভিজুয়াল এইড) গুলির সাথে সম্পৃক্ত করতে হবে। দৃষ্টি সহায়ক পরামর্শ গুলির মধ্যে রয়েছে:
 - একই সাথে কথা বলা এবং লিখার কাজ করা থেকে বিরত থাকা
 - লেখাটি অবশ্যই সুস্পষ্ট এবং প্রত্যেকের কাছে দৃশ্যমান হতে হবে
 - বোর্ডে কী থাকবে তা সাবধানতার সাথে নির্বাচন করতে হবে (নতুন শব্দ, গুরুত্বপূর্ণ পয়েন্ট, পাঠের সাথে সম্পৃক্ত চিত্র, যা বলা হয়েছিল তার সারসংক্ষেপ)
 - চিত্রগুলি যথাসম্ভব সহজ হতে হবে। মূল উপাদানগুলি অন্তর্ভুক্ত করে কিছু চিত্র এবং সারসংক্ষেপ আগেই তৈরী করা ভাল যাতে সেশনে সময় অপচয় না হয় তা নিশ্চিত করা যায়।

উপস্থাপনা করার নির্দেশাবলী:

- উপস্থাপনার উদ্দেশ্যগুলি ভাগ করতে হবে
- প্রশিক্ষার্থীদের নোট নেওয়া উচিত কিনা তা নির্দেশ করতে হবে (বা হ্যান্ড-আউট গুলি সরবরাহ করা হবে কিনা)।
- সেশনটি আগের সেশনের সাথে সম্পৃক্ত করতে হবে
- একটি পরিকল্পনা অনুসরণ করতে হবে
- যথাযথ হলে রেফারেন্স উল্লেখ করতে হবে। ধারণার মধ্যে সম্পর্ক দেখানোর জন্য চিত্র ব্যবহার করতে হবে
- প্রক্রিয়া এবং পদ্ধতিগুলি দেখাতে হবে
- নতুন ধারণা আলোচনা করতে হবে

- দলের প্রতিক্রিয়া এবং বোঝার দিকে মনোযোগ দিতে হবে। উপস্থাপিত উপাদানটির কার্যকর বোঝাপড়া নিশ্চিত করার জন্য কিছুটা দ্রুত, কিছুটা ধীরগতিতে, কিছু অংশীদারিত্বমূলক কার্যকলাপ করতে হবে বা প্রশিক্ষণার্থীর ইনপুট বা উদাহরণগুলি নেয়ার প্রয়োজন হতে পারে
- সহজ শব্দ, সুস্পষ্ট উদাহরণ এবং একটি যৌক্তিক ধারণা ব্যবহার করে উপাদানটিকে সুসংহত ও পরিষ্কার পদ্ধতিতে উপস্থাপন করতে হবে
- প্রশিক্ষণার্থীদের নোট নেওয়ার প্রয়োজনীয়তা (যা তাদের জন্য বিভ্রান্তিকর হতে পারে) মুছে ফেলার জন্য প্রয়োজনীয় পয়েন্টগুলি কভার করে হ্যান্ডআউট বিতরণ করতে হবে
- প্রশিক্ষকের কণ্ঠসুর পরিবর্তন করতে হবে, দলের সাথে চোখের যোগাযোগ রক্ষা করতে হবে এবং বার্তাটি উপস্থাপন করার জন্য উপযুক্ত অঙ্গভঙ্গি ব্যবহার করতে হবে
- প্রশিক্ষণার্থীদের বোঝার জন্য পরীক্ষা করতে হবে
- জ্ঞানের প্রয়োগ নিয়ে আলোচনা করতে হবে
- যথাযথ জ্ঞান দেওয়ার জন্য প্রযুক্তির ব্যবহার করতে হবে

Group work (দলীয় কাজ করা)

এটা কি:

- প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের নির্দিষ্ট ধারণা, নীতি বা সমস্যা সমাধানের দক্ষতা শেখানোর জন্য কাঠামোগত পরিকল্পনা করা

কখন এটি ব্যবহার করবেন:

- দলীয় অনুশীলনগুলিতে ব্যবহার করা যেতে পারে:
 - কোনও সেশনের অংশ হিসাবে প্রদত্ত, যে নির্দিষ্ট দলীয় অনুশীলনটি সেশনটির উদ্দেশ্য অর্জনে অবদান রাখে
 - প্রোগ্রামটির শুরুতে বরফ ভাঙ্গার/গলার পদ্ধতির অনুশীলনের মাধ্যমে প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ তৈরীতে সহায়তা করে
 - দলটিকে নতুনভাবে উৎসাহিত/উৎজীবিত করার মাধ্যমে শক্তিশালী করা (উদাহরণস্বরূপ, যখন দলটি কোনও কিছু জয় কঠোর পরিশ্রম করেছে এবং দলটির উদ্যমীভাব কমে আসে)

সুবিধাদি:

- শিক্ষার গতি এবং কাঠামো এবং শিক্ষার পরিবেশ পরিবর্তন করে
- ইতিবাচক দলীয় গতিশীলতায় অবদান রাখে (গতির পরিবর্তনের কারণে এবং অনুশীলনের প্রকৃতির কারণে)
- দলীয় অনুশীলন উদ্দেশ্যগুলির সাথে প্রাসঙ্গিক হয় এবং যদি এর যথাযথ প্রয়োগ হয় তবে একটি কার্যকর প্রশিক্ষণের হাতিয়ার হতে পারে। সাধারণত, দলের শক্তির স্তর বাড়ায়

অসুবিধাগুলি:

- দলীয় অনুশীলনের যদি শিক্ষার সাথে কোনও সম্পর্ক না থাকে তবে তা শিক্ষার পরিবেশ থেকে দূরে সরে যায়; দলীয় অনুশীলন অপ্রাসঙ্গিক খেলাতে পরিনত হতে পারে
- প্রশিক্ষক যদি অনুশীলনের পরে আলোচনায় পর্যাপ্ত পরিমাণে শিখন এবং এর প্রয়োগগুলি বের করতে অক্ষম হন, তবে তা শিক্ষার পক্ষে অকার্যকর হয়

এটি কিভাবে ব্যবহার করতে হবে:

- দলীয় অনুশীলনটি কীভাবে কার্যকর করা যায় তা আগে থেকেই সিদ্ধান্ত নিতে হবে
- কিছু পরিস্থিতিতে দলীয় অনুশীলনটি চালু করা গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে। তবে, অনুশীলনটির পরিচিতিতে সাবধান থাকতে হবে, যাতে অনুশীলন থেকে প্রশিক্ষণার্থীদের কী শিখতে হবে তা সেই দলের সাথে ভাগ করা যাবে না; এটি সম্ভবত তাদের শিখার অগ্রহহ্রাস করবে।
- অনেক পরিস্থিতিতে, প্রশিক্ষক দলটিকে নির্দেশনা দিয়ে সহজভাবে অনুশীলন শুরু করাতে পারেন
- অনুশীলনটি অনুসরণ করে, দলটিকে উদ্দেশ্যভিত্তিক নীতিগুলির সাধারণীকরণ এবং প্রয়োগের পদক্ষেপের মধ্য দিয়ে কার্যক্রমটির প্রতিচ্ছবি আঁকতে এবং প্রশিক্ষণার্থীদের কাজের পরিস্থিতিতে তা প্রয়োগ করতে পারে

দ্রষ্টব্য: শারীরিক অনুশীলনগুলি দলকে শক্তিশালী করার সহজ উদ্দেশ্যে প্রশিক্ষণেও ব্যবহার করা যায়। দলে যদি উদ্যমীভাব কমে যায়, তবে কেবলমাত্র উৎসাহ বৃদ্ধির (উৎসাহের সাথে) জন্য একটি ছোট শারীরিক অনুশীলনের প্রস্তাব দিন বা কোনও প্রশিক্ষণার্থীকে জিজ্ঞাসা করতে হবে যে তিনি কি এই জাতীয় কার্যক্রমটি পরিচালনা করতে চান।

Clinical practicum (ক্লিনিক্যাল অনুশীলন)

কি:

- শিক্ষার অভিজ্ঞতার ব্যবহারিক পদ্ধতি, যাতে কোনও প্রশিক্ষণার্থী নির্ধারিত মান অনুযায়ী অনুশীলনের মাধ্যমে কার্য সম্পাদন করতে শিখেন। এটি দক্ষতার বিকাশের এক প্রয়োজনীয় প্রক্রিয়া। ক্লিনিক্যাল অনুশীলন কাজ করার মাধ্যমে শিক্ষার উপর জোর দেয়।

কখন এটি ব্যবহার করবেন:

- পরিবার পরিকল্পনা প্রশিক্ষণে পদ্ধতি গ্রহণ, গ্রহীতার সুরক্ষা, কার্যকারিতা এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি পরিষেবা সরবরাহের দক্ষতার জন্য প্রশিক্ষণের একটি প্রয়োজনীয় উপাদান
- প্রকৃত গ্রহীতাদের সাথে কাজ করার জন্য স্বাস্থ্যসেবাতে যাওয়ার আগে, প্রশিক্ষক এবং সহকর্মীদের সাথে মডেলে নকল (সিমুলেটেড) অনুশীলনের মাধ্যমে শ্রেণিকক্ষের পরিস্থিতিতে শুরু হয়।
- মানদণ্ড ভিত্তিক দক্ষতা মূল্যায়ন চেকলিস্টগুলির ব্যবহার যা এটি উপস্থাপন করে যে, কীভাবে কোনও কার্য পদ্ধতি কার্যকর করা উচিত।
- এটি প্রশিক্ষণের ফলোআপ এবং কাজের উপর পরামর্শদাতার ভূমিকায় ব্যবহার হয়।

সুবিধাদি:

- এটি দক্ষতা বিকাশের দিকে বড় পদক্ষেপ।
- এটি অংশগ্রহণমূলক এবং প্রশিক্ষণার্থীদের শিখতে, দক্ষতা তৈরি করতে, কাজটি করার মনোভাব এবং আত্মবিশ্বাস বিকশিত করতে অনুপ্রাণিত করে।
- প্রশিক্ষক, পরামর্শদাতা, সুপারভাইজারদের কর্মদক্ষতা সহায়ক পরিকল্পনাগুলি বিকাশের জন্য তথ্য সরবরাহ করে।
- কিছু প্রশিক্ষণার্থী শেখানো সমস্ত জ্ঞান ধরে রাখতে না পারলেও, সহজেই দক্ষতা বিকশিক করতে পারে।
- প্রশিক্ষণার্থীদের দক্ষতা বিকাশের সাথে সাথে গতিশীলতা অর্জনেও সহায়ক হয় (কিছু প্রশিক্ষণার্থী ৩ বা ৪ বার নির্দেশিত অনুশীলনের পরে দক্ষতা প্রদর্শন করতে পারে, অন্যদের আরও অনুশীলনের প্রয়োজন হতে পারে)

অসুবিধাগুলি:

- অনুশীলন জন্য প্রশিক্ষণ স্থানগুলি সুদৃঢ় অবকাঠামো এবং উপযুক্ত ক্লিনিক্যাল পরামর্শদাতা এবং প্রশিক্ষকদের প্রয়োজন হয়।
- অনুশীলনের সুযোগগুলি বাড়ানোর জন্য একাধিক অনুশীলনের প্রশিক্ষণ স্থানের দরকার হয়।
- প্রশিক্ষণার্থীরা প্রস্তুত না থাকলে বা নিবিড়ভাবে নির্দেশনা না দিলে গ্রহীতাদের পক্ষে অনিরাপদ হয়ে উঠতে পারে।

এটি কিভাবে ব্যবহার করতে হবে:

পরিকল্পনা

১. শিখন উদ্দেশ্যগুলির উপর নির্ভর করে অনুশীলনের প্রশিক্ষণ স্থানগুলি প্রস্তুত করতে হবে। এটিতে প্রতিষ্ঠানের তত্ত্বাবধায়ক, পরামর্শদাতা এবং প্রতিষ্ঠানের ব্যবস্থাপকদের সাথে বৈঠকের প্রয়োজন পরে:

- প্রতিষ্ঠানটির তাৎক্ষণিকতার (readiness) প্রস্তুতি মূল্যায়ন করতে হবে
- সরবরাহ ব্যবস্থা, পণ্য, সরঞ্জাম ইত্যাদির জন্য অতিরিক্ত প্রয়োজনগুলি চিহ্নিত করতে হবে
- কর্মীদের এবং তাদের দক্ষতার মূল্যায়ন করতে হবে
- শিখন উদ্দেশ্যগুলি বিকশিত করতে হবে
- যে পরিষেবাগুলির চাহিদা বাড়ছে তা নির্ধারণ করতে হবে
- প্রশিক্ষক, পরামর্শদাতা, সুপারভাইজার এবং প্রশিক্ষণার্থীদের ভূমিকা পরিষ্কার করতে হবে

২. ব্যবহারিক (প্রাকটিকাম) প্রশিক্ষণের লক্ষ্যগুলি বিকশিত করে এবং প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে তা আলোচনা করতে হবে। নোট করতে হবে; মডেল এবং গ্রহীতার (টিআরপি দেখতে হবে) অনুশীলনের মধ্যে পার্থক্য আছে

৩. প্রশিক্ষণার্থীদের সুবিধার্থে অনুশীলনের সময়সূচী তৈরি করতে হবে

বাস্তবায়ন

১. প্রতিটি প্রশিক্ষণার্থীকে একটি দক্ষতার চেকলিস্ট সরবরাহ করতে হবে

২. ক্লিনিক্যাল অনুশীলনের জন্য নিয়মগুলি আলোচনা করে প্রত্যাশাগুলি স্পষ্ট করতে হবে

৩. প্রতিটি দিন শেষে সুবিধাজনক সময়ে দিনের সেশনগুলি পর্যালোচনা করতে হবে এবং পরের দিনটির জন্য পরিকল্পনা করতে হবে

৪. দক্ষতা অর্জন, তাৎক্ষণিক প্রতিক্রিয়া জানতে এবং নোট রেকর্ড করতে চেকলিস্টগুলি ব্যবহার করতে হবে

৫. প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে যারা দক্ষতার মূল্যায়ন করার জন্য তৎপরতা দেখায় তাদের মূল্যায়ন করতে হবে

৬. গ্রহীতার অধিকারকে সম্মান করতে হবে এবং গ্রহীতার সুরক্ষার নিশ্চয়তা দিতে হবে

৭. শিক্ষার সুবিধায় পরিষেবাগুলির মানের সাথে আপস করা উচিত নয়।

পরিশিষ্ট ১৯

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
প্রশিক্ষক মূল্যায়ন ফরম

তারিখ:

ফ্যাসিলিটেটরের নাম:

সেশনের নাম:

প্রশিক্ষণের স্থান: উপজেলা: জেলা:

আপনার পছন্দ অনুযায়ী ঘরে টিক (✓) চিহ্ন দিন।

ক.	ফ্যাসিলিটেটরের দক্ষতা	ভাল নয়	মোটামুটি	ভাল	খুব ভালো
১.	প্রশিক্ষণের বিষয়বস্তু সম্পর্কে জ্ঞান				
২.	বিষয়বস্তু উপস্থাপনার দক্ষতা				
৩.	উপকরণের যথাযথ ব্যবহার				
৪.	প্রশিক্ষণ প্রদানের সময় উৎসাহ প্রদান				
৫.	প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন যথাযথভাবে উত্তর প্রদান				
৬.	প্রশিক্ষণার্থীদের অবস্থান বিবেচনা করে উপস্থাপন				
৭.	প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে মত বিনিময়				
৮.	দেহভঙ্গীর মাধ্যমে কার্যকর যোগাযোগ				
৯.	বিষয়বস্তু উপস্থাপনায় দল তৈরী				
১০.	বিভিন্ন প্রশিক্ষণ পদ্ধতির ব্যবহার				

খ.	সংগঠিত দক্ষতা	না	কিছুটা	হ্যাঁ
১.	প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য পরিষ্কার ছিল			
২.	প্রশিক্ষণ প্রদানের পদ্ধতি বিষয়বস্তুর সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ ছিল			
৩.	প্রশিক্ষণ প্রদানের পদ্ধতিসমূহ প্রশিক্ষণার্থীদের বুঝতে পারার মতো ছিল। (এমনকি কম বুঝতে পারছে তাদের জন্যও)			

গ. মতামত (ফ্যাসিলিটেটর সম্পর্কে যে কোন বিষয়ে আপনার মতামতকে গুরুত্বের সাথে বিবেচনা করা হবে)

.....
.....
.....

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষন
প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন ফরম

মূল্যায়নের তারিখ:

প্রশিক্ষকের নাম:

প্রশিক্ষকের মেয়াদ:

প্রশিক্ষকের স্থান: উপজেলা: জেলা:

আপনার পছন্দ অনুযায়ী ঘরে টিক (√) চিহ্ন দিন।

	ফ্যাসিলিটেরের দক্ষতা	ভাল নয়	মোটামুটি	ভাল	খুব ভালো
১.	প্রশিক্ষকের বিষয়বস্তু সম্পর্কে জ্ঞান				
২.	বিষয়বস্তু উপস্থাপনার দক্ষতা				

আপনার পছন্দ অনুযায়ী ঘরে টিক (√) চিহ্ন দিন।

১.	প্রশিক্ষকের উদ্দেশ্য	(ক)	খুবই স্পষ্ট ছিল	(খ)	স্পষ্ট ছিল	(গ)	স্পষ্ট ছিল না
২.	প্রশিক্ষকের উদ্দেশ্য	(ক)	সম্পূর্ণভাবে সফল হয়েছে	(খ)	মোটামুটি সফল হয়েছে	(গ)	সফল হয়নি
৩.	প্রশিক্ষকের সময়কাল	(ক)	সঠিক ছিল	(খ)	কম ছিল	(গ)	বেশী ছিল
৪.	প্রশিক্ষকের বিষয়বস্তু আমার প্রয়োজন মেটাতে	(ক)	সব ক্ষেত্রে পেরেছিল	(খ)	বেশিরভাগ ক্ষেত্রে পেরেছিল	(গ)	কিছু ক্ষেত্রে পেরেছিল
৫.	প্রশিক্ষকের বিষয়বস্তু	(ক)	পুরোপুরি নতুন ছিল	(খ)	বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই নতুন ছিল	(গ)	নতুন ছিল না
৬.	প্রশিক্ষণ প্রদানের পদ্ধতি	(ক)	পুরোপুরি যথাযথ ছিল	(খ)	যথাযথ ছিল	(গ)	যথাযথ ছিল না
৭.	প্রশিক্ষণে অর্জিত দক্ষতা	(ক)	কর্মক্ষেত্রে পুরোপুরি সহায়ক হবে	(খ)	কর্মক্ষেত্রে কিছুটা সহায়ক হবে	(গ)	কর্মক্ষেত্রে সহায়ক হবে না
৮.	প্রশিক্ষণ কেন্দ্র	(ক)	বেশ সন্তোষজনক ছিল	(খ)	কিছুটা সন্তোষজনক ছিল	(গ)	সন্তোষজনক ছিল না
৯.	প্রশিক্ষকের আনুষঙ্গিক বিষয়	(ক)	বেশ সন্তোষজনক ছিল	(খ)	কিছুটা সন্তোষজনক ছিল	(গ)	সন্তোষজনক ছিল না

১. প্রশিক্ষকের কোন বিষয়বস্তু আপনার কাছে সবচেয়ে বেশী প্রয়োজনীয় ছিল?

২. প্রশিক্ষকের কোন বিষয়বস্তু আপনার কাছে সবচেয়ে কম প্রয়োজনীয় ছিল?

৩. ভবিষ্যত প্রশিক্ষকের ক্ষেত্রে, কোন বিষয় বা বিষয়সমূহের প্রতি বেশী সময় দেয়া প্রয়োজন বলে আপনি মনে করেন?

৪. প্রশিক্ষকের উন্নতির জন্য আপনার বিশেষ কোন মতামত

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি প্রশিক্ষণ
দিনের সার সংক্ষেপ ও পূর্ব দিনের পর্যালোচনা নির্দেশনা

দিনের সার সংক্ষেপ গাইডলাইন (সময় ১৫ মিনিট)

- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে দিনের সার সংক্ষেপ লিখিত ফরম দিন এবং প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে ৩টি বিষয় লিখতে বলুন যা তাদের কাছে খুব গুরুত্বপূর্ণ মনে হয়েছে এবং তারা শিখেছেন।
- পাঁচ মিনিট সময় দিন।
- পাঁচ মিনিট পর দিনের সার সংক্ষেপ লিখিত ফরমগুলো সংগ্রহ করুন এবং সকল প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে মত বিনিময় করুন।

দিনের সার সংক্ষেপ ফরমের নমুনা:

আজকের সারা দিনের আলোচনার প্রেক্ষিতে এমন ৩টি বিষয় সম্পর্কে লিখুন যা আপনার কাছে খুব গুরুত্বপূর্ণ মনে হয়েছে এবং আপনি শিখেছেন।

১.....

.....

.....

২.....

.....

.....

৩.....

.....

.....

পূর্ব দিনের পর্যালোচনা :

- আগের দিনের পর্যালোচনার জন্য ১৫ মিনিট সময় রাখুন।
- আগের দিন কি কি বিষয় আলোচনা করা হয়েছে তা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে শুনুন।
- বিষয়ভিত্তিক গুরুত্বপূর্ণ বিষয় আলোচনা করুন।

পরিশিষ্ট ২২

প্রশিক্ষণ ফলোআপ

প্রশিক্ষণ ফলোআপ হলো প্রতি প্রশিক্ষণে প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশিক্ষণের পরে তাদের কর্মক্ষেত্রে স্থান পরিদর্শণ পরিচালনা করা। প্রশিক্ষণের কমপক্ষে ৪ সপ্তাহের মধ্যে, এটি করাকে আদর্শ ধরা হয়। প্রশিক্ষণকে সত্যি সফল হিসাবে বিবেচনা করার জন্য, প্রশিক্ষণার্থীদের অবশ্যই তাদের নতুন দক্ষতা এবং জ্ঞান ব্যবহার করতে সক্ষম হতে হবে এবং তারা যখন তাদের কর্মস্থলে ফিরে আসবে তখন সেগুলি প্রয়োগ করতে হবে। প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য তখনই সত্যিকার অর্থে অর্জিত হয়, যখন প্রশিক্ষণার্থীরা প্রশিক্ষণের সময় তারা যে নতুন দক্ষতা এবং জ্ঞান অর্জন করেছিল তা প্রয়োগ করতে সক্ষম হয়।

প্রশিক্ষণ ফলো আপের উদ্দেশ্য:

- নিশ্চিত করতে হবে যে তারা তাদের অর্জিত শিক্ষা নিজস্ব কাজের পরিবেশে প্রয়োগ করে।
- প্রশিক্ষণের সময় অর্জন করা হয়নি এমন দক্ষতা বিকাশের জন্য তাদের আরও পথপ্রদর্শন করতে হবে।
- শিক্ষাকে শক্তিশালী করতে হবে, প্রশিক্ষণের কোন দিকগুলি ভালভাবে অর্জিত হয়নি তা নির্ধারণ করতে হবে, বিদ্রোহ এবং ভুল বোঝাবুঝি পরিষ্কার করতে হবে এবং নতুন দক্ষতা ও জ্ঞানের প্রয়োগকে আরও শক্তিশালী করতে হবে।
- প্রশিক্ষণার্থী সঠিকভাবে তার নতুন প্রাপ্ত দক্ষতা এবং জ্ঞান দিয়ে পরিষেবা সরবরাহ করছে কিনা তা নির্ধারণ করতে হবে।
- প্রশিক্ষণার্থীদের সমস্যা সমাধানে এবং প্রশিক্ষণের পর থেকে গড়ে উঠতে পারে এমন ভুল বোঝাবুঝি পরিষ্কার করতে সহায়তা করতে হবে।
- প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে পাওয়া প্রতিক্রিয়া, যা ভবিষ্যতে প্রশিক্ষণের উন্নতি করতে পারে তার প্রতি গুরুত্ব দিতে হবে।
- ক্লিনিক পরিবেশ প্রশিক্ষণার্থীদের নতুন দক্ষতা ব্যবহারে সমর্থন করে তা নিশ্চিত করতে হবে। এর মধ্যে সরঞ্জামগুলি রয়েছে কিনা, ক্লিনিক্যাল মানগুলি সদ্য অর্জিত দক্ষতাগুলিকে সমর্থন করে, ক্লিনিক পরিচালনা এবং পদ্ধতিগুলি (বিশেষত আর্থিক) প্রশিক্ষণার্থীদের নতুন দক্ষতার ব্যবহারকে সমর্থন করে তা নিশ্চিত করতে হবে।
- একটি দক্ষতা মূল্যায়ন পরিচালনা করতে হবে এবং প্রশংসাপত্র প্রদান বা আরও সহায়তার প্রস্তাব দিতে হবে।
- একজন প্রশিক্ষণার্থীকে একজন প্রশিক্ষণার্থী থেকে মেন্টোরে পরিবর্তিত করতে হবে।

প্রশিক্ষণ ফলোআপ পরিচালনা:

পরিকল্পনা

- প্রশিক্ষণার্থীরা কোন ধরনের শিখন প্রয়োগ করতে পারে, সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জগুলি এবং যে প্রয়োজনীয় সহায়তার প্রয়োজন, তা নির্ধারণের জন্য একটি ব্যাক-হোম কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা শুরু করতে হবে।
- প্রতিটি প্রশিক্ষণার্থীর প্রয়োজনীয়তা সনাক্তকরণ, দক্ষতা অর্জন এবং দক্ষতার স্তর পর্যালোচনা করতে হবে। অনুশীলনের উদ্দেশ্যগুলি অর্জনে দক্ষতার সর্বনিম্ন স্তরের প্রশিক্ষণার্থীদের ফলো আপের জন্য অগ্রাধিকার দেওয়া উচিত।
- ফলো আপের জন্য একটি সময়সূচী তৈরি করতে হবে এবং প্রশিক্ষণার্থীদের ও তাদের পরামর্শদাতা বা সুপারভাইজারদের অবহিত করতে হবে।
- সমস্ত প্রয়োজনীয় উপকরণ এবং শিক্ষার সহায়ক সংগ্রহ করতে হবে। উদাহরণস্বরূপ: গাইডলাইন এবং মান, দক্ষতা মূল্যায়ন চেকলিস্ট, শারীরবৃত্তীয় মডেল
- প্রয়োজনীয় সরবরাহ নিশ্চিত করতে হবে

বাস্তবায়ন

প্রতিষ্ঠানে পৌঁছানোর সময়:

- প্রতিষ্ঠানের ব্যবস্থাপক, পরামর্শদাতা ও সুপারভাইজারের সাথে বসে আলোচনা করতে হবে এবং সারসংক্ষেপ করতে হবে।
- গ্রহীতা প্রবাহের সাথে নিজেই পরিচিত করতে হবে।
- ফলো আপ পরিদর্শনটির উদ্দেশ্যগুলি ব্যাখ্যা করতে প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে দেখা করতে হবে। এটি ব্যাক-হোম কর্ম পরিকল্পনা বা প্রশিক্ষণের সময় তিনি কী করেছিলেন তার উপর ভিত্তি করে তৈরি করা যেতে পারে।
- প্রশিক্ষণার্থীদের সহায়তার জন্য একত্রিত হওয়ার সময় দিতে হবে (উদাহরণস্বরূপ: পথপ্রদর্শিত অনুশীলন বা দক্ষতার মূল্যায়নের জন্য গ্রহীতা তৈরি রাখতে হবে, তার প্রয়োজন অনুসারে সহকর্মীদের অবহিত করতে হবে, স্থান, সরঞ্জাম, আই.ই.সি উপকরণ ইত্যাদির কাজের ক্ষেত্র প্রস্তুত করতে পারে)।
- যদি প্রশিক্ষণার্থীকে এখনও কৃত্রিম/নকল অনুশীলনের প্রয়োজন হয়, তবে শারীরিক মডেলগুলির জন্য পরামর্শ দিতে হবে।
- প্রয়োজন অনুযায়ী প্রাসঙ্গিক জ্ঞানের একটি দ্রুত মূল্যায়ন পরিচালনা করতে হবে।
- লক্ষ্য অনুযায়ী প্রশিক্ষণার্থীর সম্পাদন করা কাজগুলি পর্যবেক্ষণ করতে হবে।
- পরিদর্শন শেষে, এখানে একটি সংক্ষিপ্ত সভা করতে হবে:
 - পরিদর্শনের উদ্দেশ্যগুলি ব্যাখ্যা করতে হবে
 - প্রতিক্রিয়া জানাতে হবে
 - প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ এবং অতিরিক্ত সহায়তা বা দক্ষতার প্রয়োগের ব্যাপারে সহমত হতে হবে
 - কৃতিত্ব, ফলো-আপ সমর্থন ইত্যাদি সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত বিবরণ দিতে সুপারভাইজার এবং পরামর্শদাতার সাথে সাক্ষাত করতে হবে

প্রশিক্ষণ ফলো-আপের প্রতিবেদন তৈরী করা

- ফলো-আপের উদ্দেশ্য অন্তর্ভুক্ত করে রিপোর্ট তৈরি করতে হবে
- পরিষেবা সরবরাহের কোনও পরিবর্তন (যেমন: গ্রহীতার ফ্লো, পরিষেবা ব্যবহার বা রেফারেল) উল্লেখ করতে হবে
- ফলো-আপের প্রতিবেদনে শিখন অন্তর্ভুক্ত করতে হবে
- সুপারিশ সমূহ লিখতে হবে

পরিশিষ্ট ২৩
লগশীট

তথ্য সূত্র

১. পরিবার পরিকল্পনা ম্যানুয়াল
পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, ঢাকা, বাংলাদেশ ২০১৮
২. [WHO | Training materials](#)
৩. [Home | fptraining.org](#)
৪. *Family Planning: A Global Handbook for Providers (2018 update)*. This book serves as a quick-reference resource for all level of health care workers. It provides practical guidance on delivering family planning methods appropriately and effectively.
<http://www.who.int/reproductivehealth/publications/fp-global-handbook/en/>
৫. *The Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use (5th edition 2015)*. This resource provides guidance on whether people with certain medical conditions can safely and effectively use specific contraceptive methods.
http://www.who.int/reproductivehealth/publications/family_planning/MEC-5/en/
৬. The *WHO Medical Eligibility Criteria Wheel for Contraceptive Use (2015)* is a tool that makes it easy to identify medical eligibility for use of family planning methods.
http://www.who.int/reproductivehealth/publications/family_planning/mec-wheel-5th/en/
৭. [Tubal Ligation Handout #18: Sample Cardio Resuscitation Wallchart | fptraining.org](#)
৮. Competency-Based Training TRAINER’S MANUAL USAID’s Accelerating Universal Access to Family Planning (AUAFP)/Shukhi Jibon Project 2020 This manual is made possible by the support of the American people through the United States Agency for International Development (USAID). The contents are the sole responsibility of Pathfinder International and do not necessarily reflect the views of USAID or the United States Government
<https://www.intrahealth.org/resources/competency-based-training-trainers-manual>
৯. MSI Guidelines for Tubal Ligation revised on April 2018 [Bangladesh Approves Pilot Project to Improve Tubal Ligation Services | JHU - Advance Family Planning](#)
১০. *Counseling the Obstetric Fistula Client, A Training Curriculum, EngenderHealth, 2012*
১১. Bangladesh Adolescent Health and Wellbeing Survey 2019-20 [Bangladesh Adolescent Health and Wellbeing Survey 2019-20: Final Report – DataForImpactProject \(data4impactproject.org\)](#)
১২. [\(PDF\) An Overview of the Rights of Persons with Disabilities Act 2013 | Arpeeta Mizan - Academia.edu](#)