

op no - 0690

അമ്മമാർ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

1. മുലപ്പാൽ കുഞ്ഞിന്റെ ആരോഗ്യകരമായ വളർച്ചയ്ക്ക് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.
2. പ്രസവിച്ച് അമിതമായി കുറയുന്നതല്ലെങ്കിൽ മുലപ്പാൽ തുടങ്ങണം.
3. കുഞ്ഞിനെ മുട്ടച്ച് വൃത്തിയാക്കിയശേഷം സ്വന്തം മുറിഞ്ഞോട് ചേർത്തുവെച്ച് കിടത്തണം. ഒരിക്കലും കുഞ്ഞിനെ മാറ്റി തൊട്ടിയിൽ കിടത്തരുത്.
4. പ്രസവാനന്തരം അമ്മ ദ്രാവകരൂപത്തിലുള്ള ആഹാരം ധാരാളം കഴിക്കണം. പാൽ, മുട്ട, ഇലക്കറികൾ, പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ ഇവ ആഹാരത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തണം.
5. കുഞ്ഞിനെ മുലപ്പാൽ മാത്രമേ കുടിക്കിക്കാവൂ. ഒരു കാരണവശാലും ബ്രസ്റ്റ് ഫോർമിംഗ്, ഓറഞ്ചിംഗ്, പശുവിൽ പാൽ, പൊടിപ്പാൽ മുതലായവ കൊടുക്കരുത്. കുഞ്ഞിന്റെ ആവശ്യാനുസരണം മുല കുടിക്കിക്കൂക. മാത്രമല്ല മുലപ്പാൽ മാത്രമേ കൊടുക്കാൻ പാടുള്ളൂ.
6. 4-6 മാസം പ്രായം ആകുന്നതുവരെ കുഞ്ഞിന് മുലപ്പാൽ മാത്രം മതിയാകും.
7. അതിനുശേഷം വീട്ടിൽ തയ്യാറാക്കിയ കട്ടിയുള്ള ആഹാരങ്ങൾ കൊടുത്തു തുടങ്ങണം. (ചേന, തടവുൽ കുറുക്കിയത്, എത്തക്ക കുറുക്കിയത്, ഉരുളക്കിഴങ്ങ് പുഴുങ്ങിയത് മുതലായവ).
8. ഒരു വയസ്സുവരെയെങ്കിലും മുലപ്പാൽ നൽകണം.
9. യാതൊരു കാരണവശാലും പാൽക്കുപ്പി ഉപയോഗിക്കരുത്. കുടിക്കാൻ കൂടിക്കുന്ന കുട്ടികളിൽ വയറിളക്കം, കുടിക്കുവാൻ കഴിയാതെ പോകൽ, ചെവി പഴുപ്പ് ഇവ കണ്ടുവരുന്നു.
10. പശുവിൽപാൽ, പൊടിപ്പാൽ ഇവ പൂർണ്ണമായും ഒരു കൊല്ലത്തേക്ക് വർദ്ധിക്കുക.
11. കുഞ്ഞിന്റെ ബുദ്ധിപരമായും ശാരീരികപരമായുമുള്ള വളർച്ചയ്ക്ക് മുലപ്പാൽ അത്യാവശ്യമാണ്. അമ്മയും കുഞ്ഞും തമ്മിലുള്ള മാനസിക ബന്ധം ഉറപ്പിക്കുന്നതിനും ഇതു സഹായിക്കുന്നു.
12. മുലപ്പാൽപോലെ എളുപ്പത്തിലും പണച്ചിലവില്ലാതെ കിട്ടുന്നതും കുഞ്ഞിന് യോജിച്ചതും ആയ ഒരു പോഷകാഹാരം വേറെ ഇല്ല.
13. ഓർമ്മിക്കുക. മുലപ്പാൽ കുഞ്ഞിന്റെ ദാരിദ്ര്യകാലമാണ്. അത് നിഷേധിക്കരുത്.

ശിശു ആരോഗ്യ സംരക്ഷണ ക്ലിനിക്
 ഉപാസന ഹോസ്പിറ്റൽ
 പി.പി. റോഡ്, പാലാ
 Ph: 04822 - 211705, 211735

പേര് B/o Resmi's (Female)
 നമ്പർ 635/15 ജനനത്തീയതി 23/12/05
 സ്ഥലം 3-10 Hm
 ജനനസ്ഥലം upasanna Hospital pal
 ജനനസമയത്തെ തൂക്കം 4kg
 അന്യയുടെ പേര് Resmi's
 ചെട്ടന്റെ പേര് Hari Das Panicker
 മേൽവിലാസം Kalladothu (H)
pampakuda (p.o)

സ്ഥാപന കാര്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട്
 ഈ കാർഡ് കൊണ്ടുവരണം.

Well Baby Clinic

UPASANA HOSPITAL, PALA Ph: 04822- 211705, 211735

വാക്സിൻ		എടുത്ത തീയതി	തുക	എടുക്കേണ്ട തീയതി
പോളിയോ 0-6 weeks	0	24/12/05	11/2/06	11/2/06
ഓരോ മാസം ഇടവിട്ട്	1	8/2/06	11/2/06	
	2	15/03/06		
	3	19/4/06		
ബിസിമി 3 മാസത്തിനുള്ളിൽ		24/12/05		
ട്രിപ്പിൾ വാക്സിൻ	1	8/2/06	4.600	
6 ആഴ്ച മുതൽ	2	15/03/06	5.200	
ഓരോ മാസം ഇടവിട്ട്	3	19.4.06	5.500	
Hepatitis B Vaccine				
6 ആഴ്ച മുതൽ	1	8/2/06		
ഓരോ മാസം ഇടവിട്ട്	2	15/03/06		
	3	23.8.06	7.200	
Meningitis Vaccine				
6 ആഴ്ച മുതൽ	1			
ഓരോ മാസം ഇടവിട്ട്	2			
	3			
Measles Vaccine 9 മാസം കഴിഞ്ഞ്		11-10-06	7.400	
MMR 15-18 മാസം		26/5/07	10/09	
ട്രിപ്പിൾ & പോളിയോ		25/6	10/09	
1st ബൂസ്റ്റർ 18 മാസം - 2 വയസ്സ്				
Meningitis				
1st Booster 18 Months - 2 വയസ്സ്				
DT & OPV or DPT & OPV				
2nd Booster (4½ - 5 വയസ്സ്)		24/11/10		
T.T. & OPV 10 വയസ്സ്				
Inj. Tet. Toxoid 5 വർഷം		27/1/2016	23ky	
കുടുമ്പോൾ എടുക്കേണ്ടതാണ്.				

പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പ് എല്ലാ ശനിയാഴ്ചയും 1.00 p.m. വരെ ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്.

DDI - 9/3/06.
Td - 15 yrs - 9/6/21 12.10 p.m.