Volume 2 Issue 1 • October-December 2016

उन्नति NEWSLETTER

क्या आप जानते हैं?

भारत सरकार द्वारा परिवार नियोजन कार्यक्रम के अन्तर्गत विरीत सामग्री की packaging बदल गई है। संस्थागत वितरण एवं ASHA द्वारा वितरण के लिए अलग packaging की जा रही है। नई packaging को ध्यान से देखें, जाने और अपने clients को इनके प्रयोग के लिए प्रोत्साहित करें।

पुरानी Packaging | नई Packaging

संस्थागत वितरण | ASHA द्वारा वितरण के लिए

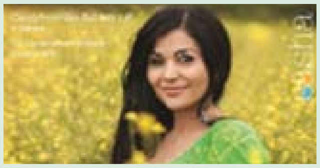
आपकी जानकारी के लिए

परिवार नियोजन कार्यक्रम का logo (चिन्ह) बदल गया है एवं दो नए गर्भ निरोधक भी launch किए गए हैं

नया logo

नए गर्भ निरोधक

गर्भ निरोधक सुई (अंतरा)



सेन्टक्रोमन (छाया)

प्रतियोगिता N&5

अच्छी गुणवत्ता पूर्ण IUCD सेवाएँ देने के लिए सेवा-प्रदाता को निम्न में क्या करना चाहिए:

A. स्टाफ को सुनिश्चित करना चाहिये कि सभी जगहों पर जहाँ IUCD लगाई जाती है, IUCD का स्टाक हमेशा उपलब्ध रहे
B. स्टाफ को सही रिकॉर्ड रखना व डोक्यूमन्टेशन करना चाहिए
C. स्टाफ को कार्य-मानकों (Performance Standards) के अनुसार कार्य करने चाहिए व जहाँ कमी हो उसे पूरा करने की कोशिश करनी चाहिए
D. ऊपर दिये गये सभी

इस आसान सवाल का जवाब हमें December 15 तक भेजें - तीन भाग्यशाली विजेता पाएंगे wristwatch!

अपना जवाब भेजने के लिए हमें
WhatsApp/SMS: **8130991888** या
E-Mail: unnatihelpdesk@gmail.com करें
(अपना पूरा नाम एवं राज्य का नाम लिखना न भूलें)

प्रतियोगिता N&4 के विजेता

Sarita Hanote
CHC Pipariya
Hoshangabad
Madhya Pradesh

Neetu Kumrawat
CHC Indergarh
Datia
Madhya Pradesh

Malti Kumari
CHC Potka
East Singhbhum
Jharkhand

प्रतियोगिता N–4

भारत सरकार ने परिवार नियोजन कार्यक्रम किस वर्ष मे लागू किया था?

A. 1951
B. 1961
C. 1991
D. 2001

सही जवाब (A)

vkidh vkokt

उन्नति उन सभी सदस्यों को धन्यवाद करता है जिन्होंने प्रशिक्षण से सम्बंधित अपने अनुभव हमारे साथ बाँटे। हम आपसे अनुरोध करते हैं कि आगे भी आप अपने अनुभव एवं चुनौतीपूर्ण स्थितियों के बारे में हमें जानकारी भेजते रहें। हमारा प्रयास रहेगा कि आने वाले अंकों में हम ज़्यादा-से-ज़्यादा आपके लेख शामिल करें।

Civil हॉस्पिटल Bina में प्रशिक्षित कुछ प्रदाताओं के अनुभव पढ़े

परिवार नियोजन कल्याण कार्यक्रम के अंतर्गत आयोजित पांच दिवसीय प्रशिक्षण में हिस्सा लेकर परिवार नियोजन के बारे में जानकारी मिली तथा गर्भ निरोधक साधनों के बारे में काफ़ी सीखने को मिला। मुझे नई जानकारी मिली जिससे हम आगे client को अच्छी जानकारी दे सके और सही तरीके से समझा सके।

Varsha Dahate

इस पाँच दिवसीय प्रशिक्षण के दौरान PPIUCD एवं Interval IUCD के विषय में जानकारी में वृद्धि हुई। पहले हमें नहीं पता चलता था की किस condition में क्या लगाना चाहिए, तथा उनके लाभ और हानि में स्पष्टता नहीं थी। काउंसलिंग के समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए - यह जानकारी उपयोगी लगी।

Jamuna Choudhary

Radha William

IUCD प्रशिक्षण का अनुभव

1) सिखाने का तरीका अच्छा लगा
2) सभी विषय अच्छे से समझाए
3) स्टेरिलाइज़ेशन करना सिखाना
4) महिला को कॉन्ट्रासेप्टिव के बारे में किस प्रकार समझाना
5) प्रैक्टिकल करना अच्छा लगा

Vandana Yadav

मुझे प्रशिक्षण में भाग लेकर बहुत कुछ सीखने को मिला। संक्रमण रोकथाम की तकनीक व काउंसलिंग सम्बंधित सुझाव हमारे लिए काफ़ी लाभदायक हैं। इस प्रशिक्षण में प्राप्त जानकारी में महिलाओं को समझाने में समर्थ रहूंगी। प्रशिक्षण सराहनीय है।

IUCD के बारे में भ्रान्तियाँ दूर करें

भ्रान्तिः IUCD से गर्भाशय के बाहर गर्भ (एक्टॉपिक गर्भ) की संभावना बढ़ जाती है।

सच्चाईः IUCD एक्टॉपिक गर्भ की संभावना को कम करती है, क्योंकि इससे गर्भ धारण नहीं हो पाता है। IUCD की गर्भ निरोधक प्रभावशीलता बहुत अधिक है, अतः ये एक्टॉपिक गर्भ की रोकथाम में भी सहायक है। महिलाएँ जो IUCD प्रयोग कर रही हैं, उनमें एक्टॉपिक गर्भ की संभावना उन महिलाओं की तुलना में, जो IUCD प्रयोग नहीं कर रही हैं, 91% कम होती है।

चिकित्सीय योग्यता मानक या मैडिकल एलीजिबिलिटी क्राइटेरिया (MEI) (WHO MEI चतुर्थ संस्करण, 2009 के अनुकूल)

WHO मैडिकल एलीजिबिलिटी क्राइटेरिया परिवार नियोजन विधियों को प्रयोग करने से पहले क्लाइंट के आंकलन के लिए वैज्ञानिक आधार हैं। यह विस्तृत मार्गदर्शन देते हैं कि महिला विभिन्न दशाओं में परिवार नियोजन की विधियाँ सुरक्षापूर्वक अपना सकती है या नहीं।

श्रेणी	विस्तार	चिकित्सीय निर्णय के साथ	स्वास्थ्य सेवा-प्रदाता	सीमित निर्णय के साथ
1.	वह दशाएँ जिनमें गर्भ निरोधक विधि के प्रयोग में कोई पाबन्दी नहीं है तथा प्रयोग सुरक्षित हैं।	विधि को किसी भी स्थिति में प्रयोग करें	एएनएम, एलएचवी, स्टाफनर्स, चिकित्सा अधिकारी, स्त्री रोग विशेषज्ञ	सामान्यतया, विधि प्रयोग करें (विधि का प्रयोग करें)
2.	वह दशाएँ जिनमें गर्भ निरोधक विधि के प्रयोग में खतरों की तुलना में लाभ अधिक है।	सामान्यतया, विधि का प्रयोग करें	चिकित्सा अधिकारी, स्त्री रोग विशेषज्ञ	
3.	वह दशाएँ जिनमें गर्भ निरोधक विधि के प्रयोग में लाभ तुलना में खतरे अधिक है।	सामान्यतया, विधि प्रयोग की सलाह नहीं दी जाती, जब तक कि कोई अन्य उपयुक्त विधि उपलब्ध न हो या स्वीकार्य न हो	स्त्री रोग विशेषज्ञ	नहीं (विधि का प्रयोग न करें)
4.	वह दशाएँ जिनमें परिवार नियोजन विधि का प्रयोग करने में स्वास्थ्य के लिये ऐसे खतरे हैं जो स्वीकार्य नहीं हैं।	विधि का प्रयोग न करें	IUCD लगाना पूरी तरह मना है	

नीचे लिखी दशाओं के लिए सही कॉलम में निशान लगायें:

दशा	श्रेणी 1	श्रेणी 2
1. महिला ने अभी शिशु को जन्म दिया है तथा अगला शिशु वह दो वर्ष बाद चाहती है		
2. महिला अपने पहले गर्भ को टालना चाहती है तथा वह 20 वर्ष से भी छोटी है		
3. एक्टोपिक गर्भ का इतिहास है		
4. रक्त की कमी (एनीमिया) है		
5. पीआईडी हो चुका तथा बाद में गर्भ ठहरा हो, वर्तमान में एसटीआई का खतरा नहीं		

(सही जवाब page 4 पर)

yk¶Vj Fkjsih

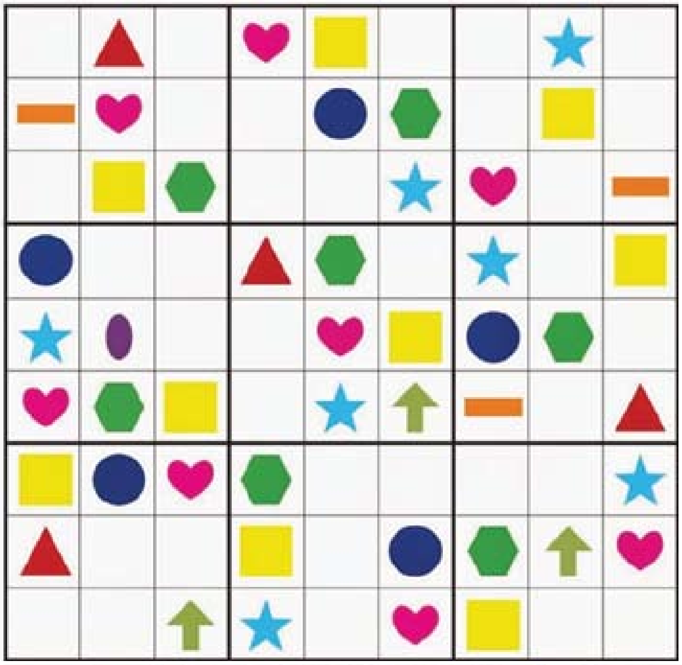
LKG के बच्चे के पेपर में 0 आया।
गुस्से से पिताः यह क्या है?
बच्चाः पिताजी, शिक्षक के पास स्टार खत्म हो गए थे इसलिए उसने मून दे दिया।

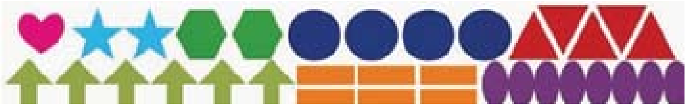
4 लड़के बाईक पर बैठकर जा रहे थे।
तभी पुलिस वाले ने रोका
पुलिस वालाः तुम सब लोगों को नहीं पता है कि बाईक पर 3 लोगों से ज़्यादा सवारी बैठाना मना है और तुम 4 बैठे हो।
बाईक चलाने वाला देखकर चौंका और बोला “अरे! 5वाँ बंदा कहाँ गया!”

जजः तुमने समाज के लिए कौन सा भला काम किया है?
मुजरिमः साहब हमारे कारण ही पुलिस और अदालत में लाखों लोगों को नौकरी मिली हुई है!

Sudoku

नीचे दिए गए आकारों को table में इस प्रकार भरें जिससे किसी भी column एवं row में कोई आकार एक बार से ज़्यादा नहीं आये।





आने वाले नए साल में महिलाओं के प्रजनन स्वास्थ्य को सुधारने के लिए आप क्या विशेष प्रयास/संकल्प करेंगे? हमें Whatsapp/SMS/email/post द्वारा बताए, जिससे हम आपके संदेश Unnati के सभी members तक पहुँचा सकें।

2017

Page 3 के सही जवाब

1. श्रेणी 1
2. श्रेणी 2
3. श्रेणी 1
4. श्रेणी 2
5. श्रेणी 2

;g U;t yVj vkidk g]
vkj ge vkid ;kxnku dk brtkj jgXkk

कार्य-सम्बंधित अपने अनुभव एवं सुझाव बाटने के लिए, अन्यथा परिवार नियोजन सम्बंधित किसी भी प्रकार के प्रश्नों में विशेषज्ञों की राय जानने की लिए उन्नति को लिखे!

हमारा पता है/हमें संपर्क करें

उन्नतिः सेंटर फॉर लर्निंग एंड एडवांसमेंट
पी.ओ. बॉक्स 8862, वसंत विहार
नई दिल्ली - 110057
फोनः 0.813.099.1888
ईमेलः unnatihelpdesk@gmail.com

The photographs used in this publication are for illustrative purposes only; they do not imply any particular attitudes, behaviors, or actions on the part of any person who appears in the photographs.