Ministry of Health & Family Welfare
Government of India

गर्भावस्था के दौरान और प्रसव में देखभाल

गर्भावस्था पूर्व देखभाल

- स्वास्थ्य जाँच
- फोलिक एसिड पूरकता
- बैलेंस्ड डाइट और स्मोकिंग, शराब वगैरह से बचने के लिए काउंसलिंग
- एनीमिया की स्क्रीनिंग, देखभाल एवं उपचार



गर्भावस्था में देखभाल

- नियमित ANC भ्रमण, 1 PMSMA भ्रमण, HRP के लिए 3 और ANC भ्रमण
- 6 महीने के लिए IFA और कैल्शियम संपूरण
- जन्म योजना की तैयारी









प्रसवोत्तर देखभाल

- नियमित जाँच
- 6 महीने के लिए IFA और कैलिशियम संपूरण
- 6 महीने तक केवल स्तनपान
- संतुलित आहार और परिवार नियोजन के लिए परामर्श

प्रसव देखभाल

- संस्थागत प्रसव
- प्रसव सहयोगी
- प्रसव के बाद 48 घंटे तक अस्पताल में रुकना

जोखिम को पहचानें

- पैरों/चेहरे में सूजन
- रक्तस्राव
- गंभीर पेट दर्द
- ऐंठन, बेहोशी, उल्टी चक्कर आना

निःशुल्क रेफरल एम्बुलेंस
112 (102/108)

टोल फ्री नंबर- टेलीमानस
Tele MANAS 14416

अधिक जानकारी के लिए QR कोड स्कैन करें

निःशुल्क सेवाएं

- निदान
- दवाएँ
- उपचार
- काउंसलिग
- ई-संजीवनी

अपने नजदीकी आयुष्मान आरोग्य मंदिर में संपर्क करें

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, हिमाचल प्रदेश