निमोनिया अभियान

12 नवम्बर, 2024 से 28 फरवरी 2025

निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

SAANS
साँस
निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

निमोनिया क्या है?

निमोनिया फेफड़ो में रोगाणुओं के संक्रमण से होता है.

निमोनिया एक गंभीर बीमारी है। देश में 5 साल से कम उम्र के बच्चों की मृत्यु का ये सबसे बड़ा कारण है। इसलिये घरेलू उपचार में समय ना गवाएं। निमोनिया के लक्षण पहचान कर बच्चे को तुरन्त स्वास्थ्य कार्यकर्ता के पास या स्वास्थ्य केन्द्र ले जाएं।

निमोनिया के लक्षण

खाँसी और जुकाम का बढ़ना

तेजी से साँस लेना

साँस लेते समय पसली चलना या छाती का नीचे धँसना

तेज बुखार आना

निमोनिया के गंभीर लक्षण

खा–पी ना पाना

झटके आना

सुस्ती या अधिक नींद

लक्षण दिखते ही नज़दीकी स्वास्थ्य केन्द्र जाएं

निमोनिया से बचाव के लिए क्या करें?

- जन्म के पहले घंटे में स्तनपान
- जन्म से 6 माह तक केवल माँ का दूध पिलाऐं
- 6 माह के बाद ऊपरी ठोस आहार भी शुरु करें

- पीने का पानी ढ़क कर रखें
- खाना पकाने और खिलाने से पहले और शौच के बाद साबुन से हाथ धोएं

- बच्चे के शरीर को ढ़ककर रखें
- सर्दियों में ऊनी कपड़े पहनायें और ज़मीन पर नंगे पाँव ना चलने दें

- बच्चे का संपूर्ण और समयानुसार टीकाकरण करवाएँ

- घर में धुआं ना होने दें और खिड़कियां खुली रखें
- खाना LPG गैस स्टोव पर ही पकाएँ

निमोनिया से बचाव के लिए अपने बच्चे को न्युमोकोकल कंजुगेट वैक्सीन(पी. सी. वी.) के ३ टीके (छठे सप्ताह, चौदवें सप्ताह एवं नवें महीने) में अवश्य लगवाएं |

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
हिमाचल प्रदेश

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश — मानव सेवा

SAANS
साँस
निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

निमोनिया अभियान

12 नवम्बर, 2024 से 28 फरवरी 2025

वायु प्रदूषण#

बच्चों के स्वास्थ्य के लिए सबसे बड़े पर्यावरणीय खतरों में से एक है और निमोनिया का कारण बन सकता है।

निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

SAANS
साँस
निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

निमोनिया अभियान

12 नवम्बर, 2024 से 28 फरवरी 2025

निमोनिया के जोखिम कारक...

कोई भी निमोनिया से ग्रस्त हो सकता है,
लेकिन कुछ बच्चों में इसका खतरा अधिक होता है!

- स्तनपान में कमी और उम्र के अनुसार पोषक आहार ना मिलना
- हाथ धोने की सुविधा का अभाव
- जन्म के वक्त कम वजन
- वायु प्रदूषण
- कुपोषण

निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

SAANS
साँस
निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

निमोनिया अभियान

12 नवम्बर, 2024 से 28 फरवरी 2025

निमोनिया –

5 वर्ष से कम उम्र के बच्चों का सबसे घातक संक्रामक रोग है।

सरल, सिद्ध समाधान

बच्चे के पहले 6 महीनों के लिए केवल स्तनपान

संतुलित पोषण आहार (खासकर 6 महीने से 2 साल तक के बच्चों के लिए)

स्वच्छ पेयजल और साफ सफाई

साबुन से बार-बार हाथ धोना

निमोनिया के विरुद्ध टीकाकरण (यू-विन)

उचित इनडोर वेंटिलेशन

निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
हिमाचल प्रदेश

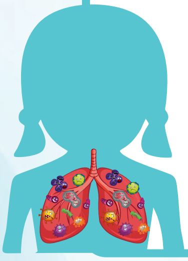
मानव सेवा
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

SAANS
साँस
निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

निमोनिया अभियान

12 नवम्बर, 2024 से 28 फरवरी 2025

निमोनिया के बारे में तथ्य...

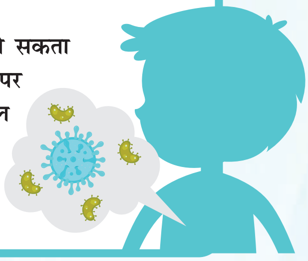


निमोनिया क्या है?

यह फफेड़ों का संक्रमण है जो वायुकोषों (एयर सैक) में सूजन पैदा करता है और उनमें तरल पदार्थ भर जाता हैं। यह संक्रमण एक या दोनों फफेड़ों में हो सकता है।

क्या निमोनिया घातक है?

हाँ, यह घातक हो सकता है, लेकिन समय पर और सही देखभाल से बच्चे की जान बचाई जा सकती है।



यदि आपको निम्नलिखित लक्षण दिखाई दें तो अपने नजदीकी सरकारी स्वास्थ्य केंद्र/अस्पताल से संपर्क करें*

बुखार

तेज साँस चलना या साँस लेने में कठिनाई होना

भूख नहीं लगना

*निमोनिया का इलाज सरकारी स्वास्थ्य केंद्र/अस्पताल पर मुफ्त उपलब्ध है।

निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
हिमाचल प्रदेश

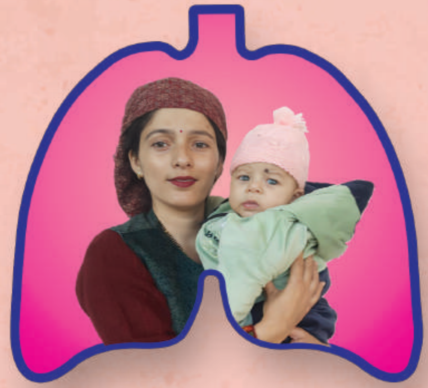
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

मानव सेवा
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

निमोनिया अभियान

12 नवम्बर, 2024 से 28 फरवरी 2025



SAANS
सॉंस
निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

यूनिवर्सल टीकाकरण कार्यक्रम (यू आई पी) के तहत, न्यूमोकोक्कल वैक्सीन (पीसीवी) सरकारी स्वास्थ्य केंद्र/अस्पताल मे नि:शुल्क उपलब्ध है।

न्यूमोकोक्कल वैक्सीन (पीसीवी) – 3 खुराक

1st खुराक	2nd खुराक	बूस्टर
6 सप्ताह	14 सप्ताह	9 महीने
पीसीवी -1	पीसीवी -2	पीसीवी - बी

यू-विन पोर्टल में रिकॉर्ड अपडेट करें

निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश

निमोनिया अभियान

12 नवम्बर, 2024 से 28 फरवरी 2025

बच्चो को निमोनिया से बचाने के लिए, कुछ बातों का धयान रखें...

सुरक्षा

बच्चे को पहले 6 महीनों के दौरान केवल स्तनपान कराएं

बच्चों को पर्याप्त पोषण आहार (उम्र के अनुसार) प्रदान करें

रोकथाम

निमोनिया के विरुद्ध टीकाकरण (यू-विन पोर्टल में अपडेट करें)

घर के अंदर प्रदूषण कम करें

उपचार*

एमोक्सिसिलिन डिस्पर्सिबल टैबलेट

ऑक्सीजन थेरेपी (यदि आवश्यक हो)

*शीघ्र स्वास्थ्य केंद्र से संपर्क करें, निमोनिया का इलाज सरकारी स्वास्थ्य केंद्र/अस्पताल पर मुफ्त उपलब्ध है

निमोनिया नहीं, तो बचपन सही

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, हिमाचल प्रदेश