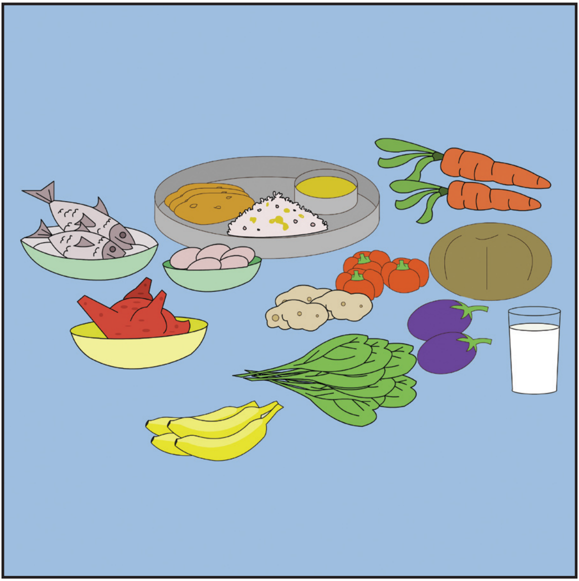
गर्भावस्था के दौरान देखभाल

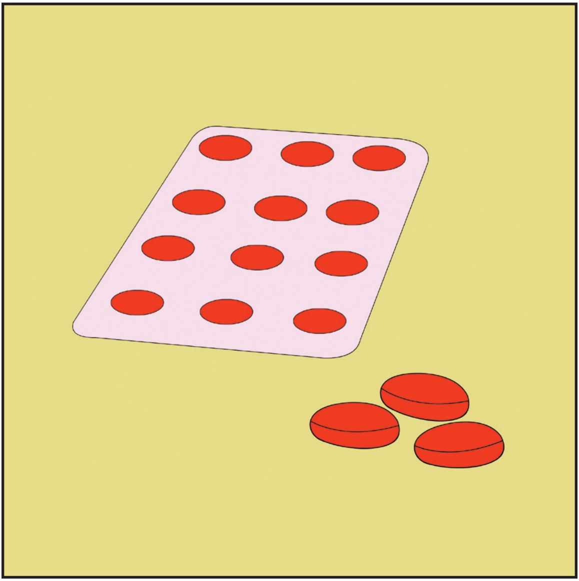
गर्भावस्था के दौरान एक महिला को ख़ास देखभाल की ज़रूरत होती है।

गर्भ तथा प्रसव सुरक्षित हो, इसके लिए गर्भवती महिलाओं को निम्न बातों की ज़रूरत होती है...



पोषक आहार

समुचित आराम तथा भावनात्मक सहारा



आयरन तथा फोलिक अम्ल

सभी महिलाओं के लिए १०० दिनों तक एक गोली प्रतिदिन।

एनीमिक महिलाओं के लिए १०० दिनों तक दो गोलियाँ प्रतिदिन।

नियमित जांच

जांच के कार्यक्रम	
पहला दौरा	गर्भावस्था के पंजीकरण तथा प्रथम जांच १२ हफ्ते के भीतर (खास कर जैसे ही गर्भ का पता चले)।
दूसरा दौरा	१४ से २६ हफ्तों के बीच।
तीसरा दौरा	२८ तथा ३४ हफ्तों के बीच, खास कर पी.एच.सी. में।
चौथा दौरा	३६ हफ्तों के बाद।

अन्य स्वास्थ्य जाँच तथा परीक्षण

टिटैनस टोक्सॉयड टीके की दो ख़ुराक

NATIONAL RURAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन