



আপনি জানেন কি, শিশুকে

সঠিকভাবে বুকের দুধ খাওয়ানো

একটি জন্মবিরতিকরণ পদ্ধতি।

এই পদ্ধতি ব্যবহার করার জন্য নিচের
৩টি বিষয় নিশ্চিত করতে হবে:

- শিশুকে দিনে এবং রাতে ঘন ঘন শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়াতে হবে। এমনকি এসময়ে শিশুকে পানিও দেওয়া যাবে না।

- এই পদ্ধতি শিশু জন্মের পর প্রথম ৬ মাস পর্যন্ত কার্যকর।

- প্রসবের পর যদি ৬ মাসের মধ্যে পুনরায় মাসিক শুরু না হয়।

উপরের ৩টি বিষয় নিশ্চিত না হলে অবশ্যই
পরিবার পরিকল্পনার অন্য পদ্ধতি গ্রহণ করতে হবে।

পরামর্শ ও সেবার জন্য আসুন: ● পরিবার কল্যাণ সহকারী ● স্যাটেলাইট ক্লিনিক ● কমিউনিটি ক্লিনিক ● ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
● উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স ● মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্র ● জেলা সদর হাসপাতাল ● মডেল পঃ পঃ ক্লিনিক ● এনজিও/বেসরকারি ক্লিনিক।

দীর্ঘমেয়াদী বা স্থায়ী পদ্ধতি নিন - থাকুন ভাবনাহীন।



মায়ের হাসি



ইউএসএআইডি-এর আর্থিক সহায়তায় মায়ের হাসি প্রজেক্ট কর্তৃক প্রকাশিত। এখানে প্রকাশিত মতামতের সঙ্গে ইউএসএআইডি-এর মতামতের মিল নাও থাকতে পারে।

"The Mayer Hashi project is funded by the United States Agency for International Development (USAID), through an Associate Award under the RESPOND LWA, managed by EngenderHealth in partnership with John Hopkins Bloomberg School of Public Health Center for Communication Programs and Population Council."