

শিশুর সর্দি-কাশি হলে কোন এ্যান্টিবায়োটিক বা কাশির সিরাপের প্রয়োজন নেই

কেবলমাত্র বাড়ীতে মায়ের যত্নেই শিশুকে সুস্থ করে তোলা সম্ভব

অসুস্থ শিশুকে বুকের দুধসহ স্বাভাবিক
খাবার অল্প করে বার বার খেতে দিন

কাশির জন্য কুসুম
গরম পানি, মধু, লেবুর
শরবত খেতে দিন

তরল, পানীয় জাতীয়
খাবার বেশী করে
খাওয়ান



শিশুর যেনো ঠাভা
না লাগে সেদিকে
লক্ষ্য রাখুন

সর্দির জন্য নাক বন্ধ
হয়ে থাকলে নাক
পরিষ্কার করে দিন

মনে রাখবেন

- ✓ শান্ত অবস্থায় শিশুর ঘন ঘন শ্বাস নিউমোনিয়ার অন্যতম লক্ষণ
- ✓ শ্বাস নেয়ার সময় বুকের নিচের অংশ ডেবে গেলে শিশুকে দ্রুত
যে কোন নিকটবর্তী হাসপাতালে নিন

যে কোন স্বাস্থ্য সমস্যায় নিকটবর্তী স্বাস্থ্য কেন্দ্র, স্বাস্থ্যকর্মী ও পরিবার কল্যাণ কর্মীর সাথে যোগাযোগ করুন



স্বাস্থ্য শিক্ষা বুরো, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়