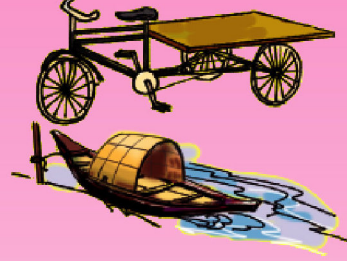


প্রসব পরিকল্পনা ও প্রস্তুতি



প্রসবের জন্য আগে থেকেই সঞ্চয় করুন



যানবাহনের ব্যবস্থা রাখুন



সঠিক ও নিরাপদ রক্তদাতার ব্যবস্থা রাখুন

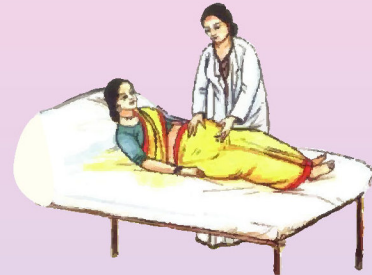


কাছের সেবাদানকারীর সাথে যোগাযোগ এবং কোন নম্বর সংগ্রহে রাখুন

হাসপাতাল বা সেবাকেন্দ্রে প্রসব



প্রসব ব্যথা শুরু হলে সাথে সাথে কাছের স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে যান



প্রসবের সময় প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সেবাদানকারীর সাহায্য নিন



সপ্তাহের প্রতিদিন ২৪ ঘণ্টা স্বাভাবিক প্রসব সেবা দেয়া হয় এমন কেন্দ্রে (এফডব্লিউসি) নিয়ে যান



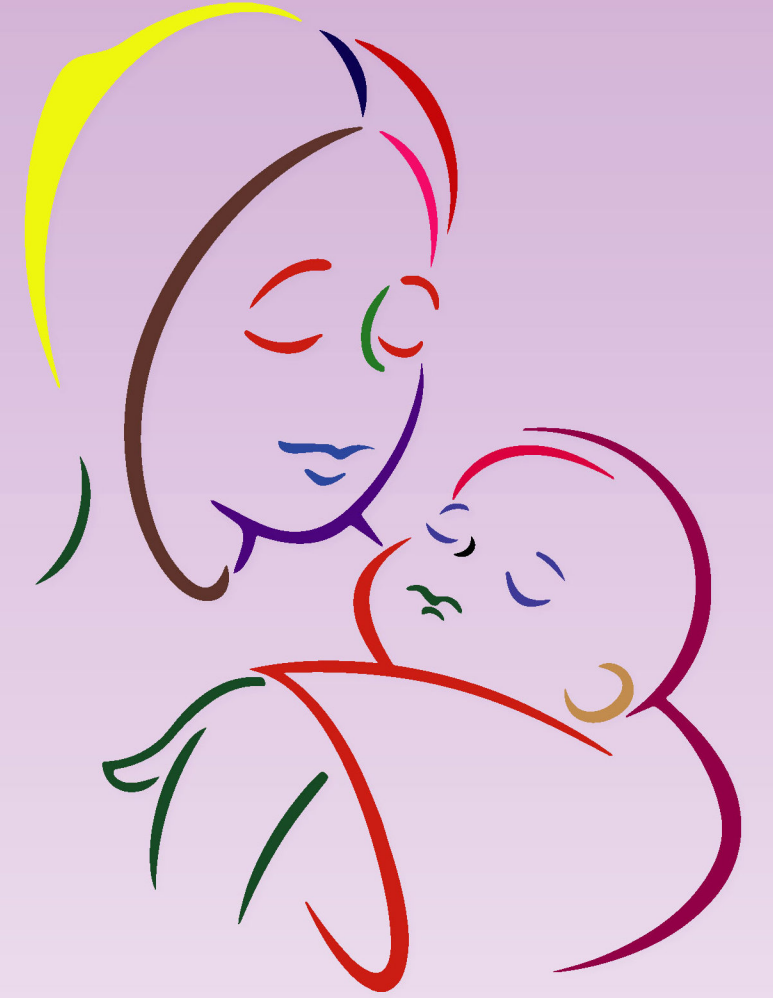
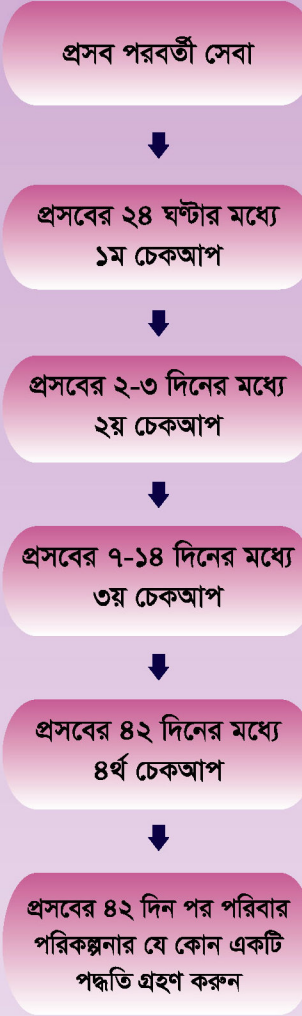
জন্মের সাথে সাথেই শিশুকে শাল দুধ দিন, ৬ মাস পর্যন্ত শিশুকে শুধুমাত্র মায়ের দুধ খাওয়ান এবং শিশুকে টিকা দিন

প্রসব পরবর্তী পরিচর্যা ও পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ

দু'টি সন্তানের বেশি নয় একটি হলে ভালো হয়



নিরাপদ মাতৃত্ব দিবস ২৮ মে ২০১৪

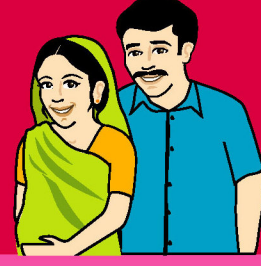


পরামর্শ ও সেবার জন্য আজই যোগাযোগ করুন:

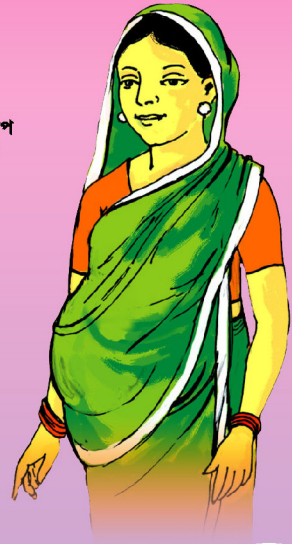
- পরিবার কল্যাণ সহকারীর (FWA) সাথে
- স্যাটেলাইট ক্লিনিকে
- কমিউনিটি ক্লিনিকে
- ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্রে (UH&FWC)
- উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে
- মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্রে (MCWC)
- জেলা সদর ও মেডিকেল কলেজ হাসপাতালে
- মোহাম্মদপুর ফার্মিটি সার্ভিসেস এন্ড ট্রেনিং সেন্টার, ঢাকা
- আজিমপুর মাতৃসদন ও শিশু স্বাস্থ্য প্রশিক্ষণ প্রতিষ্ঠান, ঢাকা
- বিএসএমএমইউ মডেল ক্লিনিকে
- এনজিও ক্লিনিকে
- বেসরকারি ক্লিনিকে

আসুন নিরাপদ মাতৃত্ব নিশ্চিত করি

আমার স্ত্রী গর্ভবতী, তাই আমরা
নিরাপদ মাতৃত্বের জন্য তৈরি হচ্ছি...
আমরা জানি...



নিরাপদ মাতৃত্বের প্রথম ধাপ
গর্ভবতীর কমপক্ষে ৪ বার চেকআপ



আছে আরো ক'টি ধাপ
কোন ভারি কাজ নয়
খেতে হবে পুষ্টির খাবার
নিতে হবে পরিমিত বিশ্রাম

গর্ভজনিত ৫টি প্রধান বিপদচিহ্ন জেনে নিন



ছবির যে কোন একটি লক্ষণ দেখা গেলে তাড়াতাড়ি
কাছের স্বাস্থ্যকেন্দ্র বা হাসপাতালে নিয়ে যেতে হবে



গর্ভবতী বা প্রসূতির ৫টি বিপদচিহ্নের
যে কোনটি দেখা দিলে
এক মুহূর্তও দেরি নয়!

যতো দ্রুত সম্ভব...

- ১ বিপদচিহ্ন শনাক্ত করুন এবং সিদ্ধান্ত নিন
- ২ যানবাহনের ব্যবস্থা করুন
- ৩ কাছের সেবাকেন্দ্রে নিয়ে যান

গর্ভবতী ও প্রসূতির জরুরী সেবার জন্য আসুন...

- মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্রে (মেটানিটি)
- উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে
- জেলা সদর হাসপাতালে
- মেডিকেল কলেজ হাসপাতালে