प्रेषक,

मिशन निदेशक,
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन,
उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

सेवा में,

1. **समस्त जिलाधिकारी/अध्यक्ष, जिला स्वास्थ्य समिति, एन0एच0एम0, उ0प्र0।**
   उत्तर प्रदेश।
2. **समस्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी,**
   उत्तर प्रदेश।

पत्रांक–एस0पी0एम0यू0/मातृ स्वा0/एम0एस0ए0/179/2022–23/342-2 **दिनांक–** 19. 04.2022

विषयः मातृ स्वास्थ्य कार्यक्रम के अन्तर्गत "एक कदम सुरक्षित मातृत्व की ओर" अभियान के संचालन सम्बन्धी दिशा–निर्देश।

महोदय,

आप अवगत हैं कि गर्भावस्था व प्रसवोपरान्त अवस्था में महिलाओं को बेहतर पोषण की आवश्यकता होती है। इस हेतु मातृ स्वास्थ्य कार्यक्रम के अन्तर्गत, भोजन सम्बन्धी सलाह के साथ–साथ सूक्ष्म पोषण तत्व (Micronutrients)–फॉलिक एसिड, आयरन फोलिक एसिड व कैल्शियम की गोलियां प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिलाओं को दी जाती हैं, जिससे शिशु व माँ का स्वास्थ्य उत्तम रहे एवं इन तत्वों की कमी से होने वाली बीमारियों से माँ व शिशु को बचाया जा सके।

एन०एफ०एच०एस०–5 (2020–21) में एन०एफ०एच०एस०–4 (2015–16) के सापेक्ष माताओं के स्वास्थ्य एवं पोषण संबंधित संकेतकों में निम्न सुधार देखने को मिला है–

- पहली तिमाही में प्रसव पूर्व जांच 46 प्रतिशत से बढ़ कर 63 प्रतिशत हो गया है।
- प्रसव पूर्व देखभाल (4 ANC) 26 प्रतिशत से बढ़ कर 42 प्रतिशत हो गया है।
- 84 प्रतिशत माताओं को उनके गर्भकाल में आयरन फॉलिक एसिड (आई०एफ०ए०) की गोली दी गयी।
- गर्भवती महिलायें जिन्होंने गर्भावस्था के दौरान कम से कम 100 आयरन फॉलिक की गोलियों का सेवन किया– यह 13 प्रतिशत से बढकर 22.3 प्रतिशत हो गया है। इसी प्रकार 180 आयरन फॉलिक की गोलियों का उपभोग 3.9 प्रतिशत से बढ़कर 9.7 प्रतिशत हो गया है।

किन्तु अनेकों प्रयासों के उपरान्त भी एन0एफ0एच0एस0–05 के आंकडों के अनुसार प्रदेश में मात्र 22.3 प्रतिशत गर्भवती महिलाओं द्वारा ही 100 दिनों तक आयरन की गोलियों का सेवन किया गया है एवं मात्र 9.7 प्रतिशत गर्भवती महिलाओं द्वारा ही 180 दिनों तक आयरन की गोलियों का सेवन किया गया। प्रदेश में अभी भी 45.9 प्रतिशत गर्भवती महिलाओं में एनीमिया पाया गया है जो कि अत्यन्त ही चिन्ताजनक है।

पोषक तत्वों की कमी तथा गर्भावस्था के दौरान मातृ कुपोषण का जच्चा बच्चा पर प्रभाव निम्नवत है–

मातृ स्वास्थ्य व पोषण का जच्चा–बच्चा पर संभावित प्रभाव (कम वजन, छोटा कद, एनीमिया)			
प्रभाव	**कम वजन**	**छोटा कद**	**एनीमिया**
गर्भवती महिला के स्वास्थ्य पर	समय से पहले प्रसव, थकान, एनीमिया , रुग्णता, मृत्यु	ऑब्स्ट्रक्टेड लेबर, मृत्यु	समय से पहले प्रसव, हाइपोथायरायडिज्म, थकान, प्रसव के दौरान अत्यधिक रक्तस्राव, प्रसवोत्तर रक्तस्राव, गर्भपात, संक्रमण, मृत्यु
बच्चे के स्वास्थ्य पर	मृत जन्म, समय से पहले जन्म, कम वजन वाले बच्चे का जन्म, स्टंटिंग, वेस्टिंग	Small for gestational Age (SGA), समय से पहले जन्म, कम वजन वाले बच्चे का जन्म, स्टंटिंग, वेस्टिंग	Small for gestational Age (SGA), समय से पहले जन्म, कम वजन वाले बच्चे का जन्म, नवजात या शिशु की मृत्यु, नवजात/बच्चे में एनीमिया

जनपदों से की गई समीक्षा और सहयोगी संस्थाओं के माध्यम से किये गये अनुश्रवण से यह ज्ञात हुआ है कि अभी भी गर्भवती व धात्री महिलाओं को ना ही निर्धारित मात्रा में दवाइयां प्राप्त हो रही हैं एवं न ही सही सूचनाओं के अभाव में उनके द्वारा इन गोलियों का नियमित सेवन किया जा रहा।

इसके अतिरिक्त आवश्यक गतिविधियां जैसे एम0सी0पी0 कार्ड में सही स्थान पर सूचना भरना तथा मातृ वजन में वृद्धि की जांच जैसे आवश्यक कार्यों को भी गुणवत्तापरक बनाने की आवश्यकता है। उक्त के दृष्टिगत प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिला तक फोलिक एसिड, आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम एवं एलबेन्डाजॉल की उपलब्धता व

सेवन शतप्रतिशत सुनिश्चित किये जाने हेतु सम्पूर्ण प्रदेश में व्यापक अभियान **"एक कदम सुरक्षित मातृत्व की ओर"** **दिनांक 01 मई 2022 से 31 मई 2022 तक** चलाया जाएगा। इस अभियान के माध्यम से सप्लाई चेन को सुदृढ़ करते हुये प्रत्येक लाभार्थी तक गोलियों की उपलब्धता सुनिश्चित कराये जाने के साथ–साथ इनके सेवन हेतु जागरूकता भी प्रदान की जायेगी एवं पोषण सम्बन्धी जानकारी दी जायेगी।

समस्त स्वास्थ्य इकाईयों की ओ0पी0डी/आई0पी0डी0, मुख्यमंत्री जनआरोग्य मेला, प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व क्लीनिक एवं वी0एच0एस0एन0डी0 सत्र के माध्यम से जनजागरूकता एवं आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड की गोलियों का वितरण किया जाएगा। यह ध्यान देना आवश्यक है कि यह सभी सेवायें प्रसव पूर्व, प्रसव के दौरान तथा प्रसव पश्चात भविष्य में भी इसी प्रकार नियमित रूप से दी जानी है।

अपेक्षित उद्देशय प्राप्ति (Expected outcome):

- प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिला तक आयरन, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड की गोलियों की उपलब्धता सुनिश्चित करना।
- प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिला तक आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड की गोली का सेवन सुनिश्चित किया जाना।
- गर्भवती महिलाओं में आयरन फोलिक एसिड, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड के प्रति व्याप्त मिथकों व नकारात्मकता का निराकरण करते हुए जागरूकता पैदा करना। मातृ स्वास्थ्य व पोषण संबंधी सेवाओं को सभी गर्भवती व धात्री महिलाओ तक उपलब्ध कराना।
- प्रसव पूर्व समस्त जांचों तथा ससमय गोलियो के सेवन हेतु जागरूकता।

अभियान के लाभार्थी– सभी गर्भवती व धात्री महिलायें

रणनीतिः

राज्य स्तर से लेकर जनपदों की समस्त स्वास्थ्य इकाइयों (जिला महिला/संयुक्त चिकित्सालय, सी0एच0सी0, पी0एच0सी0 एवं उपकेन्द्र) तथा वी0एच0एस0एन0डी0 सत्रों तक सप्लाई चेन को सुदृढ़ करना एवं आवश्यक औषधियों की उपलब्धता।

मातृ स्वास्थ्य व पोषण संबंधी सेवायें निम्न मंच के माध्यम से दी जायेगी–

- समस्त स्वास्थ्य इकाइयों की ओ0पी0डी0/आई0पी0डी0
- ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवस– जनपद स्तर, ब्लॉक स्तर, उपकेन्द्र व माइक्रोप्लान आधाकिरत सत्रों पर
- पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस तथा पी0एम0एस0एम0ए0 प्लस दिवस
- आरोग्य मेला

अभियान की तिथि–

- राज्य स्तरीय अभिमुखीकरण– **23 अप्रैल, 2022**
- जिला स्तरीय अभिमुखीकरण– **25 अप्रैल, 2022** (प्रभारी चिकित्साधिकारी, ब्लॉक कार्यक्रम प्रबंधक एवं ब्लॉक कम्यूनिटी प्रोसेस मैनेजर)
- ब्लॉक स्तरीय अभिमुखीकरण– **26–30 अप्रैल 2022** (ए0एन0एम, आशा, आंगनबाड़ी एवं अन्य फील्ड वर्कर)
- **1 मई 2022** –समस्त ब्लॉक, ग्रामीण एवं जनपद स्तर पर शहरी क्षेत्र में अभियान का शुभारम्भ
- **1 मई से 24 मई 2022 तक** –समस्त स्वास्थ्य इकाइयों की ओ0पी0डी0/आई0पी0डी0, मुख्यमंत्री जन आरोग्य मेला, पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस व वी0एच0एस0एन0डी0 सत्र के माध्यम से जन जागरूकता एवं आयरन, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल की गोलियों के वितरण के साथ–साथ समग्र स्वास्थ्य व पोषण सेंवाओ को देना।
- **25 मई से 31 मई 2022 तक**– मॉप अप सप्ताह जिसमें क्षेत्र की छुटी हुयी गर्भवती व धात्री महिलाओं को आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल के साथ–साथ अन्य सेवायें देना।

अभियान की तैयारी–

अभियान से पूर्व की तैयारी

- उपकेन्द्र व ब्लॉकवार गर्भवती व धात्री महिलाओं की ड्यू लिस्ट तैयार करना।
- सभी ब्लॉक स्तर से अनुमानित गर्भवती व धात्री महिलाओं की संख्या के आधार पर आयरन, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल का इन्डेन्ट जारी करना।

- समस्त ब्लॉक द्वारा जनपद स्तरीय वेयरहाउस पर उपलब्ध आयरन, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल का 25 अप्रैल तक प्राप्त करना तथा ए0एन0एम को लाभार्थी संख्या के अनुसार वितरण करना।
- ड्यू लिस्ट के अनुसार एम0सी0पी0 कार्ड की उपलब्धता ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवस तथा समस्त चिकित्सा इकाइयों पर सुनिश्चित करना।
- सभी आशा व ए0एन0एम हेतु जनपद व ब्लॉक में प्रशिक्षण सत्र आयोजित करना जिसमें सभी महिलाओं को आयरन व कैल्शियम व फोलिक एसिड की दो माह की आवश्यकतानुसार गोलियां वितरित करना। प्रशिक्षण सत्र में **संलग्नक–1** पर दिये बिन्दुओं के आधार पर आवश्यक चर्चा।
- अभियान के लिये वर्तमान में उपलब्ध आई0ईसी सामग्री का प्रयोग करना।
- पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस पर एनीमिया की जांच हेतु हीमोग्लोबिनोमीटर की उपलब्धता सुनिश्चित कराना।
- ब्लॉक के मेडिकल ऑफिसर तथा स्टाफ नर्स को आयरन सुक्रोज देने की प्रकिया पर जनपद स्तरीय विशेषज्ञों से प्रशिक्षित कराना।
- आशा व आंगनबाड़ी कार्यकत्री के माध्यम से सभी ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवसों तथा पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस पर एम0सी0पी कार्ड के साथ मोबिलाइज करना।

अभियान के दौरान

- जनपद, ब्लॉक व उपकेन्द्र पर आयोजित होने वाले **ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवसों** तथा पी0एम0एस0एम0ए0 के दौरान
  - ✓ सभी गर्भवती महिलायें जो प्रथम त्रैमास में हैं, उनको पहले त्रैमास के अन्त तक फोलिक ऐसिड का वितरण करना।
  - ✓ दूसरे व तीसरे त्रैमास की सभी गर्भवती महिलाओं से पूर्व में वितरित की गयी आयरन, कैल्शियम व फोलिक एसिड की प्राप्त गोलियों की जानकारी लेना। तत्पश्चात दो माह के लिये आयरन व कैल्शियम की गोलियां वितरित करना तथा उसके सेवन की महत्ता के बारे में बताना। वितरण की जानकारी एम0सी0पी0 कार्ड के पृष्ठ 4 पर दिये गये कॉलम में भरना।
  - ✓ दूसरे अथवा तीसरे त्रैमास की सभी गर्भवती महिलाओं को गर्भावस्था के दौरान एक बार एल्बैन्डाजोल की एक गोली अपने सामने खिलाना (यदि पूर्व में नहीं ली है)
  - ✓ सभी गर्भवती महिलाओं का वजन व लम्बाई लेना। इस हेतु उपकेन्द्र पर वजन मशीन और टेप का प्रयोग किया जा सकता है। आंगनबाड़ी केन्द्रों पर उपलब्ध वजन मशीन व स्टेडियोमीटर का भी प्रयोग किया जा सकता है। सभी ए0एन0एम के अनमोल एप में वजन व लम्बाई की सूचना भरते ही बी0एम0आई स्वतः उपलब्ध हो जाता है, जो कि 20 सप्ताह की गर्भावस्था में मातृ पोषण का अच्छा सूचक है। (संलग्नक 2)
  - ✓ पिछली प्रसवपूर्व जांच में लिये गये वजन से तुलना कर वजन वृद्वि का आंकलन करनां। ध्यान रहे, दूसरे व तीसरे त्रैमास में प्रति माह 1 किलो से कम अथवा 3 किलो से अधिक वजन बढना खतरे का सूचक है इसलिये सभी गर्भवती महिलाओं को प्रत्येक माह वजन का माप कराने की सलाह दें।
  - ✓ सभी गर्भवती महिलाओं की पेट की जांच करना।
  - ✓ हाई रिस्क प्रेगनेन्सी की पहचान करना और उसे तुरंत चिकित्सा इकाई पर संदर्भित करना।
  - ✓ जो महिलाये कमजोर है (गर्भधारण के समय वजन 45 किलो से कम अथवा 20 सप्ताह तक बी0एमआई0 18.5 से कम), जिनका वजन नहीं बढ रहा अथवा जो एनीमिक (11 ग्राम से कम हीमोग्लोबिन का स्तर) हैं उनको आशा व आंगनबाड़ी कार्यकत्री के साथ मिलकर आवश्यक परामर्श देना। इन महिलाओं को फालोअप में रखना क्योंकि गर्भावस्था के दौरान तथा प्रसव व प्रसवोपरान्त जटिलता होने की संभावना बढ जाती है।
  - ✓ 18 वर्ष से कम आयु की गर्भवती महिलाओं तथा जिनके बच्चे कम अन्तराल पर हैं उनको परिवार नियोजन की सलाह देना।

अभियान के पश्चात

- आशाओं के माध्यम से सभी गर्भवती महिलाओं का गृह भ्रमण करते हुये फोलिक एसिड, आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम के सेवन के बारे में पूछना, जानकारी देना तथा किसी प्रकार की भ्रान्तियों को कम करना।

दैनिक आहार पर परामर्श दें। प्रसव के समय तथा प्रत्येक चिकित्सा इकाई पर जाने के समय एम0सी0पी कार्ड लेकर जाने को कहें। सभी गर्भवती व धत्री महिलाओं को भोजन की मात्रा बढ़ाने का कहें (**आहार परामर्श – संलग्नक 3**)

- सभी ब्लॉक अपना स्टॉक अपडेट करें।
- कुपोषित व कमजोर महिलाओं को गृह भ्रमण के माध्यम से फालोअप में रखना।
- ट्रिपल ए की बैठक करते हुये अभियान की प्रगति की जानकारी लेना।
- अभियान की रिपोर्टिंग करना।

अभियान का क्रियान्वयन एवं जिम्मेदारियों का निर्धारण –

- इस अभियान के लिये अपर मुख्य चिकित्साधिकारी, आर0सी0एच0 ही जनपद स्तरीय नोडल अधिकारी के रूप में कार्य करेंगे एवं ब्लाक एम0ओ0आई0सी0 ब्लाक स्तरीय नोडल अधिकारी के रूप में कार्य करेंगे।
- चिकित्साधिकारी, स्टाफ नर्स,ए0एन0एम0, आशा एवं आंगनवाडी कार्यकत्री अभियान के मुख्य कार्यकर्ता होगें।
- जनपद स्तर नोडल अधिकारी, समस्त जिला कार्यक्रम प्रबंधक, जनपद स्तरीय परामर्शदाता मातृ स्वास्थ्य/क्यू0आई0मेंटर एवं जिला स्तरीय कम्यूनिटी प्रोसेस प्रबन्धक अभियान के समन्वयक होगें एवं औषधियों के ससमय उपलब्धता, सहयोगात्मक पर्यवेक्षण व रिपोर्टिंग हेतु उत्तरदायी होगें।
- ब्लाक स्तर पर समन्वय एवं औषधियों की ससमय उपलब्धता, सहयोगात्मक पर्यवेक्षण व रिपोर्टिंग हेतु जिम्मेदारियों का निर्वाहन ब्लॉक स्तरीय नोडल अधिकारी एवं ब्लॉक कम्यूनिटी प्रोसेस मैनेजर द्वारा किया जाएगा।
- इसके लिये प्रत्येक जनपद मुख्यालय पर सभी प्रभारी चिकित्साधिकारी/मुख्य चिकित्सा अधिक्षिका/अधीक्षक, जिला महिला/संयुक्त चिकित्सालय, ब्लॉक प्रभारियों चिकित्सा अधीक्षक/अधीक्षिका, ब्लॉक कार्यक्रम प्रबंधक एवं ब्लॉक कम्युनिटी प्रोसेस मैनेजर द्वारा "**एक कदम सुरक्षित मातृत्व की ओर अभियान**"काअभीमुखीकरण किया जाए।इस बैठक में "**गर्भवती व धात्री महिला में आयरन, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल एवं फोलिक एसिड के सेवन हेतु व्याप्त मिथकों व नकारात्मकता के निराकरण**" विषय पर भी विस्तृत चर्चा की जाये।
- इसी प्रकार प्रत्येक ब्लॉक प्रभारी शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र में अपने अधीनस्थ स्टाफ का ऑन–लाइन जूम/बैठक के माध्यम से अभीमुखीकरण कर इस विषय पर चर्चा की जाये।

मैटरनल हेल्थ कंसलटेंट की भूमिका:

- अभियान से पूर्व समस्त इकाइयों पर लॉजिस्टिकस एवं आवश्यक औषधि की आपूर्ति नोडल अधिकारी के साथ सहयोग करते हुये उपलब्धता सुनिश्चित कराना।
- अभियान की योजना बनायें एवं ब्लॉक स्तर तक अभिमुखीकरण कराना।
- वी.एच.एस.एन.डी / यू.एच.एस.एन.डी, पीएमएसएमए सत्र का सहयोगात्मक पर्यवेक्षण करें और एएनएम को प्रोत्साहित करना।
- अभियान का अनुश्रवण तथा अवलोकित किये गए गैप के बारे में जनपद व ब्लॉक स्तरीय चर्चा करना।
- अभियान की दैनिक रिपोर्टिंग साझा किये गये गूगल फार्म पर प्रत्येक दिवस की संध्या 6 बजे तक राज्य स्तर पर भेजना सुनिश्चित करायें।

ए.एन.एम की भूमिका:

उच्च जोखिम युक्त गर्भवती महिलाओं की शीघ्र पहचान और ए.एन.सी के दौरान उनका प्रबंधन सुनिश्चित करने में ए.एन.एम की अहम भूमिका है।

- गर्भवती महिलाओं की स्वस्थ्य जांच व पोषण स्तर आंकलन करना ।
- चिन्हित जोखिम वाली गर्भवती महिलाओं को प्रबंधन प्रोटोकॉल के अनुसार उपयुक्त सेवाए प्रदान करना तथा परामर्श प्रदान करना।

- एम.सी.पी कार्ड जारी करना तथा उसमें सही सूचना सही स्थान पर अंकित करना।
- कमजोर कुपोषित गर्भवती महिलाओ के ड्यू लिस्ट तैयार करते हुये उनके फॉलो–उप के लिए सूची को आशा व आंगनवाड़ी के साथ साझा करना।
- आगामी वी.एच.एस.एन.डी /यू.एच.एस.एन.डी पर फॉलो अप, गर्भावस्था के दौरान वजन वृद्धि की निगरानी, आहार व आयरन कैल्शियम की गोलियॉ खाते रहने के लिए परामर्श तथा नियमित जांच अवश्य करना।
- ट्रिपल ए की बैठक में आशावार सूची लेते हुये महिलाओं के घर किये गये अतिरिक्त गृह भ्रमण की समीक्षा कराना।

आशा की भूमिका:

- गर्भवती तथा धात्री महिलाओं की ड्यू लिस्ट तैयार कराना और शीघ्र–अतिशीघ्र गर्भवती महिलाओं का प्रथम त्रैमास में पंजीकरण करवाना।
- वी.एच.एस.एन.डी /यू.एच.एस.एन.डी सत्र में गर्भवती महिलाओं को एम0सी0पी कार्ड के साथ आने के लिए प्रोत्साहित करना।
- उच्च जोखिम/कुपोषित गर्भवती महिलाओं को स्वास्थ्य इकाई पर फॉलो अप जॉच के लिए प्रोत्साहित करना।
- उच्च जोखिम/कुपोषित गर्भवती महिलाओं के घर पर साप्ताहिक गृह भेंट–नियमित रुप से फॉलो अप और आहार परामर्श देना।
- आयरन और कैल्शियम टैबलेट का सेवन करने के लिए गर्भवती एवं धात्री महिलाओं को प्रोत्साहित करना और सेवन करने संबंधित प्रमुख संदेशों पर सलाह देना।
- आशा रजिस्टर में गर्भवस्था के दौरान वजन वृद्धि की मासिक सूचना अंकित करना विशेषतः उन महिलाओं की जो कुपोषित हैं।

आंगनबाडी कार्यकत्री

- ग्राम स्वास्थ्य पोषण दिवसों पर पोषण परामर्श।
- वजन मशीन व स्टेडियोमीटर की आवश्यकतानुसार उपलब्धता सुनिश्चित करना।
- कुपोषित ,कमजोर गर्भवती महिलाओं के यहां आशा के साथ संयुक्त गृह भ्रमण करना।
- अनुपूरक पोषाहार का वितरण करना।

उपरोक्त कार्यवाही सिर्फ अभियान के दौरान ही नहीं अपितु उसके पश्चात् भी चलती रहेगी क्योंकि यह नियमित स्वास्थ्य सेवाओं का एक अभिन्न अंग है।

अभियान की रिपोर्टिंग

- अभियान के बेहतर समन्वयन हेतु मुख्य चिकित्साधिकारी की अध्यक्षता में प्रत्येक दिवस संध्याकालीन दैनिक बैठक का आयोजन किया जाना।
- अभियान की दैनिक रिपोर्टिंग ई–कवच पर प्रत्येक दिवस की संध्या 6 बजे तक राज्य स्तर पर प्रेषित कराना।
- आर0सी0एच0 एवं एच0एम0आई0एस0 पोर्टल पर भी रिपोर्ट का अंकन किया जाना।
- अभियान के दौरान पड़ने वाले पी0एम0एस0एम0ए0 दिवसों की रिपोर्ट उक्त पोर्टल के साथ–साथ पी0एम0एस0एम0ए0 पोर्टल पर भी की जाये।

समस्त मुख्य चिकित्साधिकारी, अपर मुख्य चिकित्साधिकारी, आर0सी0एच0 एवं अपर मुख्य चिकित्साधिकारी ड्रग स्टोर द्वारा इस कार्यक्रम की महत्ता के दृष्टिगत उपर्युक्तानुसार अभियान का सफल क्रियान्वयन एवं अनुश्रवण सुनिश्चित किया जायेगा।

भवदीया,

(अपर्णा उपाध्याय)
मिशन निदेशक

पत्रसंख्या–एस0पी0एम0यू0/मातृ स्वा0/एम0एस0ए0/179/2022–23/ **तद्दिनांक।**

प्रतिलिपि निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित :–

1 अपर मुख्य सचिव, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, उत्तर प्रदेश शासन, लखनऊ।
2 महानिदेशक, चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवायें, उ0प्र0, लखनऊ।
3 महानिदेशक, परिवार कल्याण, प0क0 महानिदेशालय, उ0प्र0, लखनऊ।
4 निदेशक, मातृ एवं शिशु कल्याण, प0क0 महानिदेशालय, उ0प्र0, लखनऊ।
5 निदेशक, आई0सी0डी0एस0, उ0प्र0।
6 निदेशक, राज्य पोषण मिशन, उ0प्र0।
7 समस्त मण्डलीय अपर निदेशक, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, उ0प्र0।
8 वित्त नियंत्रक, एस0पी0एम0यू0, एन0एच0एम0, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।
9 समस्त महाप्रबंधक, एस0पी0एम0यू0, एन0एच0एम0, उत्तर प्रदेश, लखनऊ को सूचनार्थ।
10 महाप्रबंधक, प्रोक्योरमेंट, एस0पी0एम0यू0, एन0एच0एम0 को इस आशय से प्रेषित कि उत्तर प्रदेश मेडिकल सप्लाई कॉरपोरेशन से समन्वय स्थापित करते हुये उर्पयुक्त औषधियों की उपलब्धता सुनिश्चित किये जाने हेतु।
11 महाप्रबंधक, आई.ई.सी. को इस आशय से प्रेषित कि मिशन हेल्थ के अर्न्तगत विशेष एपिसोड का आयोजन एवं प्रचार–प्रसार हेतु आई.ई.सी. में सहयोग किये जाने हेतु।
12 समस्त मण्डलीय परियोजना प्रबन्धक, एन0एच0एम0, उ0प्र0।
13 समस्त जिला कार्यक्रम प्रबंधक, जनपद स्तरीय परामर्शदाता मातृ स्वास्थ्य एवं जिला लेखा प्रबंधक, एन0एच0एम0, उ0प्र0।
14 स्वास्थ्य एवं पोषण विशेषज्ञ, यूनीसेफ को इस अभियान में आवश्यक तकनीकी सहयोग हेतु

(डॉ0 रवि प्रकाश दीक्षित)
महाप्रबन्धक, मातृ स्वा0

संलग्नक 1

मातृ स्वास्थ्य व पोषण से संबंधित आवश्यक हस्तक्षेप, उनकी महत्वता तथा किये जाने वाले कार्य

	पोषण से संबंधित सेवाएं	महत्व	किये जाने वाले कार्य
1	**शीघ्र पंजीकरण**	समय से सभी सेवायें उपलब्ध कराने हेतु तथा समय से कुपोषित महिलाओं की पहचान हेतु	• एम0सी0पी कार्ड में पंजीकरण। महिला संबंधी सभी आवश्यक सूचना– नाम, आयु, आधार , एल0एम0पी तथा ई0डी0डी, पूर्व गर्भावस्था की हिस्ट्री लेना तथा एम0सी0पी कार्ड मे प्रथम पृष्ठ एवं पृष्ठ 4 पर अंकित करे।
2	**रक्तचाप की जांच**	उच्च रक्तचाप के कारण गर्भवती महिला का एक्लैम्पसिया एवं प्री–एक्लैमसिया की समय से पहचान हो सकती है।	• ब्लड प्रेशर का प्रयोग करते हुये रक्तचाप लें तथा एम0सी0पी कार्ड के पृष्ठ 5 पर अंकित करें
3	**पेशाब की जांच**	पेशाब में प्रोटीन तथा शुगर की मात्रा से उच्च रक्तचाप की समय से पहचान हो सकती है तथा गर्भजनित मधुमेह की पहचान की जा सकती है।	• यूरोस्टिक का प्रयोग करते हुये पेशाब की जांच करें तथा एम0सी0पी कार्ड के पृष्ठ 5 पर अंकित करें।
4	**गर्भावस्था के दौरान वजन निगरानी**	वजन जांच माँ व भ्रूण वृद्धि का महत्वपूर्ण सूचक है	• प्रत्येक ANC के दौरान • एम0सी0पी0 कार्ड के **पृष्ठ 4 व 5** पर सूचना भरें • पिछले बार के वजन से तुलना करते हुये देखना कि वजन में कितना बदलाव आया है। यदि प्रथम त्रैमास के उपरान्त प्रति माह वजन वृद्धि 1 किग्रा से कम / 3 किग्रा से अधिक है तो चिकित्सीय परामर्श आवश्यक है।
5	**गर्भावस्था के दौरान उँचाई का माप**	स्वस्थ प्रसव के लिये उँचाई 145 से0मी0 से अधिक होनी चाहिये। महिला का बी0एम0आई निकालने में उचाई एव वजन की जानकारी सहायक होती है।	• एक बार, पहले त्रैमास में • एम0सी0पी0 कार्ड के **पृष्ठ 5** जांच वाले भाग में से0मी0 में उचाई की सूचना भरें ए0एन0एम के **अनमोल एप** में वजन और लम्बाई की सूचना करते ही बी0एम0आई स्वतः आ जाता है। यदि 20 हफ्ते तक बी0एम0आई 18.5 से कम है, तो गर्भावस्था के दौरान जटिलता हो सकती है।
6	**खून की जांच**	एनीमिया की स्थिति की जानकारी तथा समय से उससे बचाव व उसके उपचार हेतु कार्यवाही	• प्रत्येक ANC के दौरान उपकेन्द्र अथवा चिकित्सा इकाई पर • एम0सी0पी0 कार्ड के पृष्ठ 5 मे "प्रसवपूर्व जांच" के कालम में एनीमिया की स्थिति की सूचना तथा "आवश्यक जांच" में हीमोग्लोबिन की सूचना अंकित करें।
5	**सूक्ष्म पोषक तत्वों (माइक्रो न्यूट्रिएंट) सप्लिमेंटसन**		
	फोलिक एसिड (400 mcg)	प्रतिदिन– जन्मजात दोष, बर्थ डिफेक्ट की संभावना कम होती है	• पहली त्रैमास में प्रतिदिन 1 गोली, । गर्भ का पता चलते ही गोली वितरित करना।
	एलबेन्डाजोल	खून की कमी से बचाव	• द्वितीय / तृतीय त्रैमास में 1 बार–(एलबेन्डाजोल 400 मि0ग्राम0) • एम0सी0पी0 कार्ड के पृष्ठ 4 पर गोली वितरित की सूचना अंकित करें।
	आयरन फॉलिक ऐसिड (60 मि0ग्राम एलीमेन्टल आयरन 500ugm फोलिक एसिड -	खून की कमी से बचाव	• हीमोग्लोबिन 11 ग्राम से अधिक है तो प्रतिदिन 1 आयरन की गोली • एनीमिक गर्भवती को(हीमोग्लोबिन 11 ग्राम% से कम) प्रतिदिन 2 गोली खाने की सलाह दे । **आयरन एवं कैल्शियम की गोली एक साथ सेवन**

	पोषण से संबंधित सेवाएं	महत्व	किये जाने वाले कार्य
			ना करें। कम से कम २ घंटे का अंतर सुनिश्चित करें • हीमोग्लोबिन 7 ग्राम % से कम है तो अस्पताल में मेडिकल ऑफिसर/स्टाफ नर्स से सलाह ले एवं तुरंत चिकित्सीय प्रबन्धन की व्यवस्था करें। • एम0सी0पी0 कार्ड के पृष्ठ 4 पर कितनी गोलियां वितरित की गयी इसकी सूचना अकित करें। • दैनिक आहार पर परामर्श– गोली दूध व चाय के साथ नहीं लें। आयरन के अवशोषण में सुधार के लिए दैनिक आहार में विटामिन सी से भरपूर खट्टे फल जैसे नींबू, अमरूद, संतरा आदि और प्रोटीन युक्त खाना जैसे दालें और फलियां, चना, मूंगफली शामिल करनें को कहें।
	कैल्शियम (500 मि0ग्राम इलीमेन्टल कैल्शियम 250 IU Vit D3 -	उच्च रक्तचाप से होने वाली जटिलताओं से बचाव प्रीएक्लैम्पसिया से बचाव	• **360 गोलियां** - रोज 2 गोली (दूसरी एवं तीसरी तिमाही में) • एम0सी0पी0 कार्ड के पृष्ठ 4 पर कितनी गोलियां वितरित की इसकी सूचना अंकित करें।
6)	**दैनिक आहार पर परामर्श** [अनुलग्नक संख्या 2 को देखें]	गर्भवस्था के दौरान अतिरिक्त पोषण आवश्यकता	• दिन में कम से कम 3 बार पूरा भोजन व 2 बार पौष्टिक नाश्ता करें • पूरे दिन में कम से कम 5 मेल का खाना खाएं • आंगनबाडी केन्द्रों से प्राप्त पूरक पोषाहार का सेवन करें
7)	**एमसीपी कार्ड में रिपोर्टिंग**	जच्चा–बच्चा का समस्त रिकार्ड एक स्थान पर उपलब्ध। चिकित्सीय निर्णय लेने में सहायक	• Page 4: गर्भ की हर महीने की स्थिति रिकॉर्ड करें • Page 5: 4 प्रसव पूर्व जांच एवं पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस का विवरण

संलग्नक 2

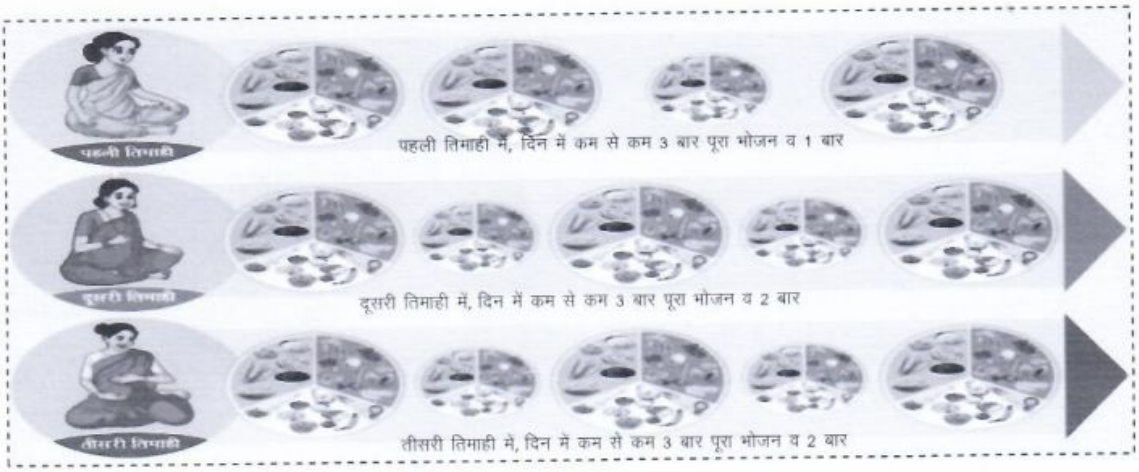
बॉडी मास इंडेक्स (बी.एम.आई)

बॉडी मास इंडेक्स (बी.एम.आई), ऊंचाई और वजन के आधार पर वयस्कों में पोषण की स्थिति को दर्शाता है| गर्भावस्था में प्रत्यक्ष वजन वृद्धि सामान्यतः 4–5 माह से होती है।	
गर्भावस्था से पहले बीएमआई / गर्भधारण के २० हफ्ते से कम अवधि में बीएमआई	**वर्ग**
18.5 से कम	कम वजन
18.5 से 22.9	सामान्य / नार्मल वजन
23 से 24.9	अधिक वजन
25 से अधिक	बहुत अधिक वजन / मोटापा

संलग्नक संख्या 3

क) गर्भवती महिला के लिए आहार संबंधित सलाह

क्या करें	क्या न करें
• सभी गर्भवती महिलाओं को दूसरी तिमाही के बाद से दिन भर में 3 बार पूरा भोजन एवं 2 बार पौष्टिक नाश्ता करना चाहिए - जो गर्भावस्था के दौरान पर्याप्त वजन सुनिश्चित करने में मदद करेगा • **पूरे दिन में कम से कम 5 मेल का खाना खाएं** जैसे 1) अनाज, 2)दाल व फलियां, मूंगफली , 3) हरे पत्तेदार सब्जी – अन्य सब्जी, 4) मौसमी फल और विटामिन सी युक्त फल, 5) दूध व दूध से बने पदार्थ, यदि परिवार मांसाहारी भोजन करते हैं तो भोजन में अंडा/मछली या मांस अवश्य शामिल करें| आई. सी.डी.एस से प्राप्त पोषाहार सेवन करें | • **कम वजन वाली गर्भवती महिलाएं** पूरे दिन में कम से कम एक बार पौष्टिक नास्ते में तिल की लड्डू, मुरमुरा – बेसन लड्डू , मूंगफली - गुर पट्टी, हलवा, खीर इत्यादि सेवन करें | • **अधिक वजन वाली महिलाएं**, अपने आहार में ज्यादा से ज्यादा रेशेदार, हरे पत्तेदार सब्जियां, फल, छिलके वाली दालें, साबुत अनाज जैसे बाजरा और रागी शामिल करें। बिना मलाई वाला दूध पिएँ। चीनी का सेवन कम करें • **गर्भावस्था के दौरान वजन बढ़ाने के लिए** और भ्रूण के विकास के लिए दैनिक आहार में प्रोटीन युक्त भोजन शामिल करें, जैसे गाढ़ी दाल, फलियां, सोयाबीन, दूध, दही, पनीर, छेना, अंकुरित मूंग, चना, मूंगफली आदि। यदि परिवार मांसाहारी भोजन करते हैं तो भोजन में अंडा/मछली या मांस अवश्य शामिल करें| • **आयरन के अवशोषण में सुधार के लिए** दैनिक आहार में विटामिन सी से भरपूर फल जैसे अमरूद, खट्टे फल - नींबू, संतरा आदि और प्रोटीन युक्त खाना जैसे दालें और फलियां, चना, मूंगफली शामिल करें| • आयरन की गोली नींबू पानी से ले तो ज्यादा फायदे करते है| • आंगनबाडी केन्द्रों से प्राप्त पूरक पोषाहार का सेवन करें | • पर्याप्त नींद लें एवं आराम करें|	• तली और मीठी चीजें जैसे चिप्स, समोसे पकोडे न खाएं, कोल्ड ड्रिंक्स आदि न पिएं • ज्यादा चाय, कॉफी न पिएं| भोजन के साथ या भोजन करने से ठीक पहले और बाद में चाय, कॉफी बिल्कुल न ले| • आयरन और कैल्शियम की गोली साथ न लें एवं दोनों गोलिओं के बीच में कम से कम दो घंटे का अंतर रखें | • भोजन के तुरंत बाद न सोएं • धूम्रपान, तंबाकू या शराब का सेवन न करें • भारी वस्तुओं को न उठाएं और भारी काम न करें


पहली तिमाही
पहली तिमाही में, दिन में कम से कम 3 बार पूरा भोजन व 1 बार
दूसरी तिमाही
दूसरी तिमाही में, दिन में कम से कम 3 बार पूरा भोजन व 2 बार
तीसरी तिमाही
तीसरी तिमाही में, दिन में कम से कम 3 बार पूरा भोजन व 2 बार

प्रेषक,

मिशन निदेशक,
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन,
उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

सेवा में,

1. **समस्त जिलाधिकारी/अध्यक्ष, जिला स्वास्थ्य समिति, एन0एच0एम0, उ0प्र0।**
   उत्तर प्रदेश।
2. **समस्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी,**
   उत्तर प्रदेश।

पत्रांक–एस0पी0एम0यू0/मातृ स्वा0/एम0एस0ए0/179/2022–23/ **दिनांक– 04.2022**

विषयः मातृ स्वास्थ्य कार्यक्रम के अर्न्तगत "एक कदम सुरक्षित मातृत्व की ओर" अभियान के संचालन सम्बन्धी दिशा–निर्देश।

महोदय,

आप अवगत हैं कि गर्भावस्था व प्रसवोपरान्त अवस्था में महिलाओं को बेहतर पोषण की आवश्यकता होती है। इस हेतु मातृ स्वास्थ्य कार्यक्रम के अर्न्तगत, भोजन सम्बन्धी सलाह के साथ–साथ सूक्ष्म पोषण तत्व (Micronutrients)–फॉलिक एसिड, आयरन फोलिक एसिड व कैल्शियम की गोलियां प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिलाओं को दी जाती हैं, जिससे शिशु व माँ का स्वास्थ्य उत्तम रहे एवं इन तत्वों की कमी से होने वाली बीमारियों से माँ व शिशु को बचाया जा सके।

एन०एफ०एच०एस०–5 (2020–21) में एन०एफ०एच०एस०–4 (2015–16) के सापेक्ष माताओं के स्वास्थ्य एवं पोषण संबंधित संकेतकों में निम्न सुधार देखने को मिला है–

- पहली तिमाही में प्रसव पूर्व जांच 46 प्रतिशत से बढ़ कर 63 प्रतिशत हो गया है।
- प्रसव पूर्व देखभाल (4 ANC) 26 प्रतिशत से बढ़ कर 42 प्रतिशत हो गया है।
- 84 प्रतिशत माताओं को उनके गर्भकाल में आयरन फॉलिक एसिड (आई०एफ०ए०) की गोली दी गयी।
- गर्भवती महिलायें जिन्होंने गर्भावस्था के दौरान कम से कम 100 आयरन फॉलिक की गोलियों का सेवन किया– यह 13 प्रतिशत से बढकर 22.3 प्रतिशत हो गया है। इसी प्रकार 180 आयरन फॉलिक की गोलियों का उपभोग 3.9 प्रतिशत से बढ़कर 9.7 प्रतिशत हो गया है।

किन्तु अनेकों प्रयासों के उपरान्त भी एन0एफ0एच0एस0–05 के आंकडों के अनुसार प्रदेश में मात्र 22.3 प्रतिशत गर्भवती महिलाओं द्वारा ही 100 दिनों तक आयरन की गोलियों का सेवन किया गया है एवं मात्र 9.7 प्रतिशत गर्भवती महिलाओं द्वारा ही 180 दिनों तक आयरन की गोलियों का सेवन किया गया। प्रदेश में अभी भी 45.9 प्रतिशत गर्भवती महिलाओं में एनीमिया पाया गया है जो कि अत्यन्त ही चिन्ताजनक है।

पोषक तत्वों की कमी तथा गर्भावस्था के दौरान मातृ कुपोषण का जच्चा बच्चा पर प्रभाव निम्नवत है–

मातृ स्वास्थ्य व पोषण का जच्चा–बच्चा पर संभावित प्रभाव (कम वजन, छोटा कद, एनीमिया)			
प्रभाव	**कम वजन**	**छोटा कद**	**एनीमिया**
गर्भवती महिला के स्वास्थ्य पर	समय से पहले प्रसव, थकान, एनीमिया , रुग्णता, मृत्यु	ऑब्स्ट्रक्टेड लेबर, मृत्यु	समय से पहले प्रसव, हाइपोथायरायडिज्म, थकान, प्रसव के दौरान अत्यधिक रक्तस्राव, प्रसवोत्तर रक्तस्राव, गर्भपात, संक्रमण, मृत्यु
बच्चे के स्वास्थ्य पर	मृत जन्म, समय से पहले जन्म, कम वजन वाले बच्चे का जन्म, स्टंटिंग, वेस्टिंग	Small for gestational Age (SGA), समय से पहले जन्म, कम वजन वाले बच्चे का जन्म, स्टंटिंग, वेस्टिंग	Small for gestational Age (SGA), समय से पहले जन्म, कम वजन वाले बच्चे का जन्म, नवजात या शिशु की मृत्यु, नवजात/बच्चे में एनीमिया

जनपदों से की गई समीक्षा और सहयोगी संस्थाओं के माध्यम से किये गये अनुश्रवण से यह ज्ञात हुआ है कि अभी भी गर्भवती व धात्री महिलाओं को ना ही निर्धारित मात्रा में दवाइयां प्राप्त हो रही हैं एवं न ही सही सूचनाओं के अभाव में उनके द्वारा इन गोलियों का नियमित सेवन किया जा रहा।

इसके अतिरिक्त आवश्यक गतिविधियां जैसे एम0सी0पी0 कार्ड में सही स्थान पर सूचना भरना तथा मातृ वजन में वृद्धि की जांच जैसे आवश्यक कार्यों को भी गुणवत्तापरक बनाने की आवश्यकता है। उक्त के दृष्टिगत प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिला तक फोलिक एसिड, आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम एवं एलबेन्डाजॉल की उपलब्धता व

सेवन शतप्रतिशत सुनिश्चित किये जाने हेतु सम्पूर्ण प्रदेश में व्यापक अभियान **"एक कदम सुरक्षित मातृत्व की ओर"** **दिनांक 01 मई 2022 से 31 मई 2022 तक** चलाया जाएगा। इस अभियान के माध्यम से सप्लाई चेन को सुदृढ़ करते हुये प्रत्येक लाभार्थी तक गोलियों की उपलब्धता सुनिश्चित कराये जाने के साथ–साथ इनके सेवन हेतु जागरूकता भी प्रदान की जायेगी एवं पोषण सम्बन्धी जानकारी दी जायेगी।

समस्त स्वास्थ्य इकाईयों की ओ0पी0डी/आई0पी0डी0, मुख्यमंत्री जनआरोग्य मेला, प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व क्लीनिक एवं वी0एच0एस0एन0डी0 सत्र के माध्यम से जनजागरूकता एवं आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड की गोलियों का वितरण किया जाएगा। यह ध्यान देना आवश्यक है कि यह सभी सेवायें प्रसव पूर्व, प्रसव के दौरान तथा प्रसव पश्चात भविष्य में भी इसी प्रकार नियमित रूप से दी जानी है।

अपेक्षित उद्देशय प्राप्ति (Expected outcome):

- प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिला तक आयरन, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड की गोलियों की उपलब्धता सुनिश्चित करना।
- प्रत्येक गर्भवती व धात्री महिला तक आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड की गोली का सेवन सुनिश्चित किया जाना।
- गर्भवती महिलाओं में आयरन फोलिक एसिड, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल व फोलिक एसिड के प्रति व्याप्त मिथकों व नकारात्मकता का निराकरण करते हुए जागरूकता पैदा करना। मातृ स्वास्थ्य व पोषण संबंधी सेवाओं को सभी गर्भवती व धात्री महिलाओ तक उपलब्ध कराना।
- प्रसव पूर्व समस्त जांचों तथा ससमय गोलियो के सेवन हेतु जागरूकता।

अभियान के लाभार्थी– सभी गर्भवती व धात्री महिलायें

रणनीतिः

राज्य स्तर से लेकर जनपदों की समस्त स्वास्थ्य इकाइयों (जिला महिला/संयुक्त चिकित्सालय, सी0एच0सी0, पी0एच0सी0 एवं उपकेन्द्र) तथा वी0एच0एस0एन0डी0 सत्रों तक सप्लाई चेन को सुदृढ़ करना एवं आवश्यक औषधियों की उपलब्धता।

मातृ स्वास्थ्य व पोषण संबंधी सेवायें निम्न मंच के माध्यम से दी जायेगी–

- समस्त स्वास्थ्य इकाइयों की ओ0पी0डी0/आई0पी0डी0
- ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवस– जनपद स्तर, ब्लॉक स्तर, उपकेन्द्र व माइक्रोप्लान आधाकिरत सत्रों पर
- पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस तथा पी0एम0एस0एम0ए0 प्लस दिवस
- आरोग्य मेला

अभियान की तिथि–

- राज्य स्तरीय अभिमुखीकरण– **23 अप्रैल, 2022**
- जिला स्तरीय अभिमुखीकरण– **25 अप्रैल, 2022** (प्रभारी चिकित्साधिकारी, ब्लॉक कार्यक्रम प्रबंधक एवं ब्लॉक कम्यूनिटी प्रोसेस मैनेजर)
- ब्लॉक स्तरीय अभिमुखीकरण– **26–30 अप्रैल 2022** (ए0एन0एम, आशा, आंगनबाडी एवं अन्य फील्ड वर्कर)
- **1 मई 2022** –समस्त ब्लॉक, ग्रामीण एवं जनपद स्तर पर शहरी क्षेत्र में अभियान का शुभारम्भ
- **1 मई से 24 मई 2022 तक** –समस्त स्वास्थ्य इकाइयों की ओ0पी0डी0/आई0पी0डी0, मुख्यमंत्री जन आरोग्य मेला, पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस व वी0एच0एस0एन0डी0 सत्र के माध्यम से जन जागरूकता एवं आयरन, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल की गोलियों के वितरण के साथ–साथ समग्र स्वास्थ्य व पोषण सेंवाओ को देना।
- **25 मई से 31 मई 2022 तक**– मॉप अप सप्ताह जिसमें क्षेत्र की छुटी हुयी गर्भवती व धात्री महिलाओं को आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल के साथ–साथ अन्य सेवायें देना।

अभियान की तैयारी–

अभियान से पूर्व की तैयारी

- उपकेन्द्र व ब्लॉकवार गर्भवती व धात्री महिलाओं की ड्यू लिस्ट तैयार करना।
- सभी ब्लॉक स्तर से अनुमानित गर्भवती व धात्री महिलाओं की संख्या के आधार पर आयरन, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल का इन्डेन्ट जारी करना।

- समस्त ब्लॉक द्वारा जनपद स्तरीय वेयरहाउस पर उपलब्ध आयरन, कैल्शियम, फोलिक एसिड व एलबेन्डाजोल का 25 अप्रैल तक प्राप्त करना तथा ए0एन0एम को लाभार्थी संख्या के अनुसार वितरण करना।
- ड्यू लिस्ट के अनुसार एम0सी0पी0 कार्ड की उपलब्धता ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवस तथा समस्त चिकित्सा इकाइयों पर सुनिश्चित करना।
- सभी आशा व ए0एन0एम हेतु जनपद व ब्लॉक में प्रशिक्षण सत्र आयोजित करना जिसमें सभी महिलाओं को आयरन व कैल्शियम व फोलिक एसिड की दो माह की आवश्यकतानुसार गोलियां वितरित करना। प्रशिक्षण सत्र में **संलग्नक–1** पर दिये बिन्दुओं के आधार पर आवश्यक चर्चा।
- अभियान के लिये वर्तमान में उपलब्ध आई0ईसी सामग्री का प्रयोग करना।
- पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस पर एनीमिया की जांच हेतु हीमोग्लोबिनोमीटर की उपलब्धता सुनिश्चित कराना।
- ब्लॉक के मेडिकल ऑफिसर तथा स्टाफ नर्स को आयरन सुक्रोज देने की प्रकिया पर जनपद स्तरीय विशेषज्ञों से प्रशिक्षित कराना।
- आशा व आंगनबाड़ी कार्यकत्री के माध्यम से सभी ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवसों तथा पी0एम0एस0एम0ए0 दिवस पर एम0सी0पी कार्ड के साथ मोबिलाइज करना।

अभियान के दौरान

- जनपद, ब्लॉक व उपकेन्द्र पर आयोजित होने वाले **ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवसों** तथा पी0एम0एस0एम0ए0 के दौरान
  - ✓ सभी गर्भवती महिलायें जो प्रथम त्रैमास में हैं, उनको पहले त्रैमास के अन्त तक फोलिक ऐसिड का वितरण करना।
  - ✓ दूसरे व तीसरे त्रैमास की सभी गर्भवती महिलाओं से पूर्व में वितरित की गयी आयरन, कैल्शियम व फोलिक एसिड की प्राप्त गोलियों की जानकारी लेना। तत्पश्चात दो माह के लिये आयरन व कैल्शियम की गोलियां वितरित करना तथा उसके सेवन की महत्ता के बारे में बताना। वितरण की जानकारी एम0सी0पी0 कार्ड के पृष्ठ 4 पर दिये गये कॉलम में भरना।
  - ✓ दूसरे अथवा तीसरे त्रैमास की सभी गर्भवती महिलाओं को गर्भावस्था के दौरान एक बार एल्बैन्डाजोल की एक गोली अपने सामने खिलाना (यदि पूर्व में नहीं ली है)
  - ✓ सभी गर्भवती महिलाओं का वजन व लम्बाई लेना। इस हेतु उपकेन्द्र पर वजन मशीन और टेप का प्रयोग किया जा सकता है। आंगनबाड़ी केन्द्रों पर उपलब्ध वजन मशीन व स्टेडियोमीटर का भी प्रयोग किया जा सकता है। सभी ए0एन0एम के अनमोल एप में वजन व लम्बाई की सूचना भरते ही बी0एम0आई स्वतः उपलब्ध हो जाता है, जो कि 20 सप्ताह की गर्भावस्था में मातृ पोषण का अच्छा सूचक है। (संलग्नक 2)
  - ✓ पिछली प्रसवपूर्व जांच में लिये गये वजन से तुलना कर वजन वृद्वि का आंकलन करनां। ध्यान रहे, दूसरे व तीसरे त्रैमास में प्रति माह 1 किलो से कम अथवा 3 किलो से अधिक वजन बढना खतरे का सूचक है इसलिये सभी गर्भवती महिलाओं को प्रत्येक माह वजन का माप कराने की सलाह दें।
  - ✓ सभी गर्भवती महिलाओं की पेट की जांच करना।
  - ✓ हाई रिस्क प्रेगनेन्सी की पहचान करना और उसे तुरंत चिकित्सा इकाई पर संदर्भित करना।
  - ✓ जो महिलाये कमजोर है (गर्भधारण के समय वजन 45 किलो से कम अथवा 20 सप्ताह तक बी0एमआई0 18.5 से कम), जिनका वजन नहीं बढ रहा अथवा जो एनीमिक (11 ग्राम से कम हीमोग्लोबिन का स्तर) हैं उनको आशा व आंगनबाड़ी कार्यकत्री के साथ मिलकर आवश्यक परामर्श देना। इन महिलाओं को फालोअप में रखना क्योंकि गर्भावस्था के दौरान तथा प्रसव व प्रसवोपरान्त जटिलता होने की संभावना बढ जाती है।
  - ✓ 18 वर्ष से कम आयु की गर्भवती महिलाओं तथा जिनके बच्चे कम अन्तराल पर हैं उनको परिवार नियोजन की सलाह देना।

अभियान के पश्चात

- आशाओं के माध्यम से सभी गर्भवती महिलाओं का गृह भ्रमण करते हुये फोलिक एसिड, आयरन फॉलिक एसिड, कैल्शियम के सेवन के बारे में पूछना, जानकारी देना तथा किसी प्रकार की भ्रान्तियों को कम करना।

दैनिक आहार पर परामर्श दें। प्रसव के समय तथा प्रत्येक चिकित्सा इकाई पर जाने के समय एम0सी0पी कार्ड लेकर जाने को कहें। सभी गर्भवती व धत्री महिलाओं को भोजन की मात्रा बढ़ाने का कहें (**आहार परामर्श – संलग्नक 3**)

- सभी ब्लॉक अपना स्टॉक अपडेट करें।
- कुपोषित व कमजोर महिलाओं को गृह भ्रमण के माध्यम से फालोअप में रखना।
- ट्रिपल ए की बैठक करते हुये अभियान की प्रगति की जानकारी लेना।
- अभियान की रिपोर्टिंग करना।

अभियान का क्रियान्वयन एवं जिम्मेदारियों का निर्धारण –

- इस अभियान के लिये अपर मुख्य चिकित्साधिकारी, आर0सी0एच0 ही जनपद स्तरीय नोडल अधिकारी के रूप में कार्य करेंगे एवं ब्लाक एम0ओ0आई0सी0 ब्लाक स्तरीय नोडल अधिकारी के रूप में कार्य करेंगे।
- चिकित्साधिकारी, स्टाफ नर्स,ए0एन0एम0, आशा एवं आंगनवाडी कार्यकत्री अभियान के मुख्य कार्यकर्ता होगें।
- जनपद स्तर नोडल अधिकारी, समस्त जिला कार्यक्रम प्रबंधक, जनपद स्तरीय परामर्शदाता मातृ स्वास्थ्य/क्यू0आई0मेंटर एवं जिला स्तरीय कम्यूनिटी प्रोसेस प्रबन्धक अभियान के समन्वयक होगें एवं औषधियों के ससमय उपलब्धता, सहयोगात्मक पर्यवेक्षण व रिपोर्टिंग हेतु उत्तरदायी होगें।
- ब्लाक स्तर पर समन्वय एवं औषधियों की ससमय उपलब्धता, सहयोगात्मक पर्यवेक्षण व रिपोर्टिंग हेतु जिम्मेदारियों का निर्वाहन ब्लॉक स्तरीय नोडल अधिकारी एवं ब्लॉक कम्यूनिटी प्रोसेस मैनेजर द्वारा किया जाएगा।
- इसके लिये प्रत्येक जनपद मुख्यालय पर सभी प्रभारी चिकित्साधिकारी/मुख्य चिकित्सा अधिक्षिका/अधीक्षक, जिला महिला/संयुक्त चिकित्सालय, ब्लॉक प्रभारियों चिकित्सा अधीक्षक/अधीक्षिका, ब्लॉक कार्यक्रम प्रबंधक एवं ब्लॉक कम्युनिटी प्रोसेस मैनेजर द्वारा "**एक कदम सुरक्षित मातृत्व की ओर अभियान**"काअभीमुखीकरण किया जाए।इस बैठक में "**गर्भवती व धात्री महिला में आयरन, कैल्शियम, एलबेन्डाजोल एवं फोलिक एसिड के सेवन हेतु व्याप्त मिथकों व नकारात्मकता के निराकरण**" विषय पर भी विस्तृत चर्चा की जाये।
- इसी प्रकार प्रत्येक ब्लॉक प्रभारी शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र में अपने अधीनस्थ स्टाफ का ऑन–लाइन जूम/बैठक के माध्यम से अभीमुखीकरण कर इस विषय पर चर्चा की जाये।

मैटरनल हेल्थ कंसलटेंट की भूमिका:

- अभियान से पूर्व समस्त इकाइयों पर लॉजिस्टिकस एवं आवश्यक औषधि की आपूर्ति नोडल अधिकारी के साथ सहयोग करते हुये उपलब्धता सुनिश्चित कराना।
- अभियान की योजना बनायें एवं ब्लॉक स्तर तक अभिमुखीकरण कराना।
- वी.एच.एस.एन.डी / यू.एच.एस.एन.डी, पीएमएसएमए सत्र का सहयोगात्मक पर्यवेक्षण करें और एएनएम को प्रोत्साहित करना।
- अभियान का अनुश्रवण तथा अवलोकित किये गए गैप के बारे में जनपद व ब्लॉक स्तरीय चर्चा करना।
- अभियान की दैनिक रिपोर्टिंग साझा किये गये गूगल फार्म पर प्रत्येक दिवस की संध्या 6 बजे तक राज्य स्तर पर भेजना सुनिश्चित करायें।

ए.एन.एम की भूमिका:

उच्च जोखिम युक्त गर्भवती महिलाओं की शीघ्र पहचान और ए.एन.सी के दौरान उनका प्रबंधन सुनिश्चित करने में ए.एन.एम की अहम भूमिका है।

- गर्भवती महिलाओं की स्वस्थ्य जांच व पोषण स्तर आंकलन करना ।
- चिन्हित जोखिम वाली गर्भवती महिलाओं को प्रबंधन प्रोटोकॉल के अनुसार उपयुक्त सेवाए प्रदान करना तथा परामर्श प्रदान करना।

- एम.सी.पी कार्ड जारी करना तथा उसमें सही सूचना सही स्थान पर अंकित करना।
- कमजोर कुपोषित गर्भवती महिलाओ के ड्यू लिस्ट तैयार करते हुये उनके फॉलो–उप के लिए सूची को आशा व आंगनवाड़ी के साथ साझा करना।
- आगामी वी.एच.एस.एन.डी /यू.एच.एस.एन.डी पर फॉलो अप, गर्भावस्था के दौरान वजन वृद्धि की निगरानी, आहार व आयरन कैल्शियम की गोलियॉ खाते रहने के लिए परामर्श तथा नियमित जांच अवश्य करना।
- ट्रिपल ए की बैठक में आशावार सूची लेते हुये महिलाओं के घर किये गये अतिरिक्त गृह भ्रमण की समीक्षा कराना।

आशा की भूमिका:

- गर्भवती तथा धात्री महिलाओं की ड्यू लिस्ट तैयार कराना और शीघ्र–अतिशीघ्र गर्भवती महिलाओं का प्रथम त्रैमास में पंजीकरण करवाना।
- वी.एच.एस.एन.डी /यू.एच.एस.एन.डी सत्र में गर्भवती महिलाओं को एम0सी0पी कार्ड के साथ आने के लिए प्रोत्साहित करना।
- उच्च जोखिम/कुपोषित गर्भवती महिलाओं को स्वास्थ्य इकाई पर फॉलो अप जॉच के लिए प्रोत्साहित करना।
- उच्च जोखिम/कुपोषित गर्भवती महिलाओं के घर पर साप्ताहिक गृह भेंट–नियमित रुप से फॉलो अप और आहार परामर्श देना।
- आयरन और कैल्शियम टैबलेट का सेवन करने के लिए गर्भवती एवं धात्री महिलाओं को प्रोत्साहित करना और सेवन करने संबंधित प्रमुख संदेशों पर सलाह देना।
- आशा रजिस्टर में गर्भवस्था के दौरान वजन वृद्धि की मासिक सूचना अंकित करना विशेषतः उन महिलाओं की जो कुपोषित हैं।

आंगनबाडी कार्यकत्री

- ग्राम स्वास्थ्य पोषण दिवसों पर पोषण परामर्श।
- वजन मशीन व स्टेडियोमीटर की आवश्यकतानुसार उपलब्धता सुनिश्चित करना।
- कुपोषित ,कमजोर गर्भवती महिलाओं के यहां आशा के साथ संयुक्त गृह भ्रमण करना।
- अनुपूरक पोषाहार का वितरण करना।

उपरोक्त कार्यवाही सिर्फ अभियान के दौरान ही नहीं अपितु उसके पश्चात् भी चलती रहेगी क्योंकि यह नियमित स्वास्थ्य सेवाओं का एक अभिन्न अंग है।

अभियान की रिपोर्टिंग

- अभियान के बेहतर समन्वयन हेतु मुख्य चिकित्साधिकारी की अध्यक्षता में प्रत्येक दिवस संध्याकालीन दैनिक बैठक का आयोजन किया जाना।
- अभियान की दैनिक रिपोर्टिंग ई–कवच पर प्रत्येक दिवस की संध्या 6 बजे तक राज्य स्तर पर प्रेषित कराना।
- आर0सी0एच0 एवं एच0एम0आई0एस0 पोर्टल पर भी रिपोर्ट का अंकन किया जाना।
- अभियान के दौरान पड़ने वाले पी0एम0एस0एम0ए0 दिवसों की रिपोर्ट उक्त पोर्टल के साथ–साथ पी0एम0एस0एम0ए0 पोर्टल पर भी की जाये।

समस्त मुख्य चिकित्साधिकारी, अपर मुख्य चिकित्साधिकारी, आर0सी0एच0 एवं अपर मुख्य चिकित्साधिकारी ड्रग स्टोर द्वारा इस कार्यक्रम की महत्ता के दृष्टिगत उपर्युक्तानुसार अभियान का सफल क्रियान्वयन एवं अनुश्रवण सुनिश्चित किया जायेगा।

भवदीया,

(अपर्णा उपाध्याय)
मिशन निदेशक

पत्रसंख्या–एस0पी0एम0यू0/मातृ स्वा0/एम0एस0ए0/179/2022–23/ 342-2-(4) **तद्दिनांक।**

प्रतिलिपि निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित :–

1 अपर मुख्य सचिव, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, उत्तर प्रदेश शासन, लखनऊ।
2 महानिदेशक, चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवायें, उ0प्र0, लखनऊ।
3 महानिदेशक, परिवार कल्याण, प0क0 महानिदेशालय, उ0प्र0, लखनऊ।
4 निदेशक, मातृ एवं शिशु कल्याण, प0क0 महानिदेशालय, उ0प्र0, लखनऊ।
5 निदेशक, आई0सी0डी0एस0, उ0प्र0।
6 निदेशक, राज्य पोषण मिशन, उ0प्र0।
7 समस्त मण्डलीय अपर निदेशक, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, उ0प्र0।
8 वित्त नियंत्रक, एस0पी0एम0यू0, एन0एच0एम0, उत्तर प्रदेश, लखनऊ।
9 समस्त महाप्रबंधक, एस0पी0एम0यू0, एन0एच0एम0, उत्तर प्रदेश, लखनऊ को सूचनार्थ।
10 महाप्रबंधक, प्रोक्योरमेंट, एस0पी0एम0यू0, एन0एच0एम0 को इस आशय से प्रेषित कि उत्तर प्रदेश मेडिकल सप्लाई कॉरपोरेशन से समन्वय स्थापित करते हुये उर्पयुक्त औषधियों की उपलब्धता सुनिश्चित किये जाने हेतु।
11 महाप्रबंधक, आई.ई.सी. को इस आशय से प्रेषित कि मिशन हेल्थ के अर्न्तगत विशेष एपिसोड का आयोजन एवं प्रचार–प्रसार हेतु आई.ई.सी. में सहयोग किये जाने हेतु।
12 समस्त मण्डलीय परियोजना प्रबन्धक, एन0एच0एम0, उ0प्र0।
13 समस्त जिला कार्यकम प्रबंधक, जनपद स्तरीय परामर्शदाता मातृ स्वास्थ्य एवं जिला लेखा प्रबंधक, एन0एच0एम0, उ0प्र0।
14 स्वास्थ्य एवं पोषण विशेषज्ञ, यूनीसेफ को इस अभियान में आवश्यक तकनीकी सहयोग हेतु

(डॉ0 रवि प्रकाश दीक्षित)
महाप्रबन्धक, मातृ स्वा0