मातृ और शिशु जीवन बचाने तथा उनकी परवरिश लिए बेहतर जन्म तैयारी

मैं बबिता कुमारी अपने परिवार के साथ, हजारीबाग जिला मुख्यालय से 27 किलोमीटर की दुरी पर इचाक प्रखंड के कारीमाटी गाँव में रहती हूँ ,जहां की कुल आबादी 2000,और घरो की संख्या लगभग 212 है| मेरी शादी 19 साल की उम्र में इस गाँव के दिलीप प्रशाद मेहता से हुई, जो दिल्ली में नाश्ता का ठेला चला के परिवार का भरण-पोषण करते थे|परन्तु पर्याप्त कमाई न हो पाने के कारण वह गाँव वापस आ गए और गाँव के बाकि लोगो की तरह खेती कर के परिवार की जरूरतों को पूरा करने लगे |

बबिता कुमारी का घर

बबिता कुमारी अपने बच्चो के साथ खेलते हुए

दिलीप प्रशाद मेहता अपने खेत में

शादी के 2 साल बाद मैं जब पहली बार गर्भवती हुई,उस समय गाँव में स्वस्थ्य सम्बंधित किसी भी तरह के चर्चा के लिए गाँववालो के पास निश्चित स्थान नहीं था,तथा सहिया दीदी को भी समुदाय स्तर पर खुशामत करना पड़ता था फिर भी लोग उनके बातों को तत्परता से नहीं लेते थे|

ऐसी परिस्थिति में मैंने तथा मेरे परिवार वालो ने अपने समझ के अनुसार,मिलकर मेरे खान-पान एवं स्वास्थ्य का ख्याल रखा, प्रसव के समय अस्पताल में मेरा पहला बच्चा बड़े ऑपरेशन से हुआ लेकिन 2 दिन के बाद अज्ञात कारण से उस बच्चे की मृत्यु हो गई| जिस से परिवार में सब को दुःख हुआ, डॉक्टर एवं सहिया दीदी ने मुझे अगले तीन साल गर्भधारण न करने की सलाह दी|

कारीमाटी गाँव

इसी दौरान 2017 अप्रैल से पीएलए बैठक शुरू होने के बाद उसमे होने वाले खेल और कहानियों को चित्रकार्ड के माध्यम से देखने पर मुझमे तथा गाँव वालों में स्वस्थ्य के प्रति इतनी जागरूकता आई की किसी भी तरह के स्वास्थ्य समस्याओं में ग्रामीण सहिया से परामर्श लेने लगे |

कारीमाटी गाँव में पीएलए बैठक

2 साल 8 महीने बाद मैं फिर से गर्भवती हुई और इस बार पीएलए मीटिंग में मात्री और शिशु स्वस्थ्य के बारे में बने समझ के अनुसार,सबसे पहले मैंने अपने गर्भधारण की सुचना सहिया को दी, सहिया ने आंगनबाड़ी में मेरे गर्भ का पंजीकरण करवाया जहाँ से गर्भावास्था के दौरान मुझे सभी सेवाएँ प्राप्त होने लगी,कुछ महीने बाद गर्भ जाँच में पता चला की गर्भ में जुड़वाँ बच्चे हैं,पीएलए बैठक में बने समझ तथा सहिया के सलाह के अनुसार मैंने चारो प्रसव पूर्व जाँच करवाया ,अपने खान-पान का विशेष ध्यान रखा तथा मेरी सास ने मुझे आवश्यक आराम करवाया एवं भारी वजन उठाने से भी रोका |

एमसीपी कार्ड

गर्भ के दौरान सहिया ने सामुदिक स्वस्थ केंद्र इचाक से मेरी आवश्यक जाँच कराई तथा दवाइयां दिलवाई और प्रसवपीड़ा की जानकारी तुरंत देने की सलाह दीं |

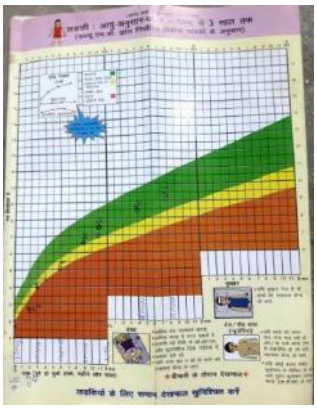
सामुदायिक स्वस्थ्य केंद्र इचाक

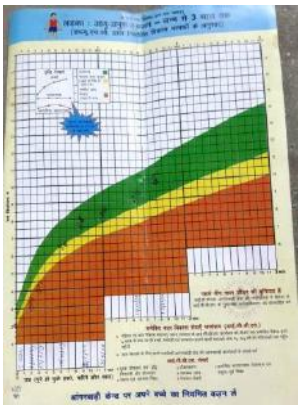
प्रसव के दिन मैंने सहिया को प्रसव पीड़ा की जानकारी दी और सहिया के मदद से मुझे एम्बुलेंस से हजारीबाग जिला अस्पताल ले जाया गया , जहाँ मुझे एक पुत्र(पवन कुमार) एवं पुत्री (नेहा कुमारी) हुई जिनका वजन क्रमशः 2 किलो एवं 1किलो 700 ग्राम था |

लेबर रूम सदर अस्पताल, हजारीबाग

मैंने अपने जुड़वाँ बच्चों का सहिया के सलाह के अनुसार ख्याल रखा सम्पूर्ण टीकाकरण करवाया,छः महीने तक स्तनपान कराया और छः महीने बाद उपरी आहार भी देना शुरू किया | बच्चो की उम्र लगभग 1 वर्ष 7 महिना है तथा वजन 10 किलो तथा 9 किलो 500 ग्राम है |

नेहा और पवन खेलते हुए





नेहा और पवन का वृधि चार्ट

सास , पति , और दोनों बच्चों के साथ हम सब बहुत खुश हैं |

बबिता कुमारी अपने परिवार के साथ