"ছেলে হোক, মেয়ে হোক
দু'টি সন্তানই যথেষ্ট"

পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

সেবাই স্বপ্ন...

আমাদের সেবা কেন্দ্র

- বাইশারী ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
  হটলাইন নম্বর : ০১৩২৫০৯৩৪৪৬
- ইলুহার ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
  হটলাইন নম্বর : ০১৩২৫০৯৩৪৪৭
- সৈয়দকাঠী মডেল ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
  হটলাইন নম্বর : ০১৩২৫-০৯৩৪৪৮
- সলিয়াবাকপুর ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
  হটলাইন নম্বর : ০১৩২৫০৯৩৪৪৯
- উদয়কাঠী ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
  হটলাইন নম্বর : ০১৩২৫০৯৩৪৫০
- বিশারকান্দি ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
  হটলাইন নম্বর : ০১৩২৫০৯৩৪৫১

- সদর পরিবার পরিকল্পনা ক্লিনিক
- চাখার আরডি ক্লিনিক
- লবণসাড়া ১০ শয্যা বিশিষ্ট মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্র

আমাদের সেবা

- পরিবার পরিকল্পনা সেবা
- স্বাভাবিক ও জরুরী প্রসব সেবা
- প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা সেবা
- গর্ভবতী সেবা
- নবজাতক ও শিশু সেবা
- প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা
- কৈশোরকালীন স্বাস্থ্য ও পুষ্টি সেবা

মোবাইলে সেবা পেতে কল করুন- ০১৯০৪-৪০৪১৭৭

জরুরী প্রয়োজনে- ০১৯০৪-৪০৪১৭৬

"ছেলে হোক, মেয়ে হোক
দু'টি সন্তানই যথেষ্ট"

পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

পরিকল্পিত পরিবার... জনসম্পদ তৈরির কারিগর...

নবজাতকের অত্যাবশ্যকীয় পরিচর্যা

মোছানো
জন্মের সাথে সাথে পরিষ্কার ও শুকনো নরম সুতি কাপড় দিয়ে মোছানো

নাড়ির যত্ন
জীবাণুমুক্ত উপায়ে নাড়ি বেঁধে ও কেটে একবার ক্লোরহেক্সিডিন লাগানো এবং এরপর নাড়িতে অন্য কোন কিছুই না লাগানো ও নাড়ি শুষ্ক রাখা

উষ্ণতা বজায় রাখা
মোছানোর সাথে সাথে মায়ের ত্বকে ত্বক স্পর্শে কমপক্ষে ২ ঘন্টা রাখা এবং পরবর্তীতে মাথা ও শরীর কাপড়ে জড়িয়ে উষ্ণ রাখা

বুকের দুধ খাওয়ানো
জন্মের সাথে সাথে, অবশ্যই ১ ঘন্টার মধ্যে বুকের দুধ খাওয়ানো

গোসল না করানো
জন্মের তিন দিনের মধ্যে কোনভাবেই শিশুকে গোসল না করানো

প্রসবপূর্ব ও প্রসব পরবর্তী পরিচর্যা

মা ও নবজাতকের সুরক্ষায়

- প্রসবপূর্ব সেবা
- ৪ মাসের মধ্যে ১ম চেকআপ
- ৬-৭ মাসে ২য় চেকআপ
- ৮ মাসে ৩য় চেকআপ
- ৯ মাসে ৪র্থ চেকআপ
- হাসপাতালে কিংবা দক্ষ স্বাস্থ্য সেবাদানকারী দ্বারা প্রসবকালীন সেবা
- প্রসব পরবর্তী সেবা
- জন্মের ২৪ ঘন্টার মধ্যে ১ম সাক্ষাত
- জন্মের ২-৩ দিনে ২য় সাক্ষাত
- জন্মের ৭-১৪ দিনে ৩য় সাক্ষাত
- জন্মের ৬ সপ্তাহে ৪র্থ সাক্ষাত

▶ মা ও নবজাতকের যে কোন জটিলতায় স্বাস্থ্য বা পরিবার কল্যাণ সহকারী বা নিকটবর্তী স্বাস্থ্য সেবাকেন্দ্রে খুব তাড়াতাড়ি যোগাযোগ করুন

পরিবার পরিকল্পনা কেন প্রয়োজন:

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

১. মাতৃ মৃত্যু হার কমানো যায়;
২. মায়ের স্বাস্থ্য ভালো রাখা যায়;
৩. অনাকাঙ্খিত গর্ভধারণ রোধ করা যায়;
৪. শিশুর স্বাস্থ্য ভালো থাকে;
৫. যৌনরোগসহ এইচআইভি/এইডস থেকে ও রক্ষা পাওয়া যায়;
৬ পরিকল্পিতভাবে নিজের ইচ্ছেমতো সময়ে স্বামী-স্ত্রী পরিবার গঠন করতে পারে;
৭. সন্তানসংখ্যা কম থাকলে স্বল্প আয়েও আর্থিকভাবে সচ্ছল থাকা যায়;
৮. সন্তানের পুষ্টিকর খাবার প্রয়োজনীয় পোশাক ও শিক্ষা দেয়া যায়। ফলে ঘরে সুখ-শান্তি আসে;
৯. দেশের দ্রুত জনসংখ্যা বৃদ্ধি রোধ করা যায়;
১০. সন্তান কে সম্পদ হিসেবে গড়ে তোলা যায়;

বাল্যবিয়ে সামাজিক ব্যাধি সবাই মিলে প্রতিরোধ করি

কুফল

- বাল্যবিয়ের কারণে কিশোর-কিশোরীর পড়ালেখা বন্ধ হয়ে যায়
- অল্প বয়সে গর্ভধারণের জন্য মা ও শিশুর মৃত্যু হতে পারে
- অপরিণত বয়সে বিয়ের কারণে মা ও শিশু অপুষ্টিতে ভোগে
- বাল্যবিয়ের কারণে কিশোর-কিশোরীর ওপর শারীরিক ও মানসিক চাপ পড়ে

বাল্যবিয়ে প্রতিরোধে কল করুন ১০৯ নম্বরে

পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরের কল সেন্টার: 'সুখী পরিবার ১৬৭৬৭' নম্বরে

মোবাইলে সেবা পেতে কল করুন- ০১৯০৪-৪০৪১৭৭

জরুরী প্রয়োজনে- ০১৯০৪-৪০৪১৭৬