

# एनीमिया से जुड़े कुछ महत्वपूर्ण तथ्य



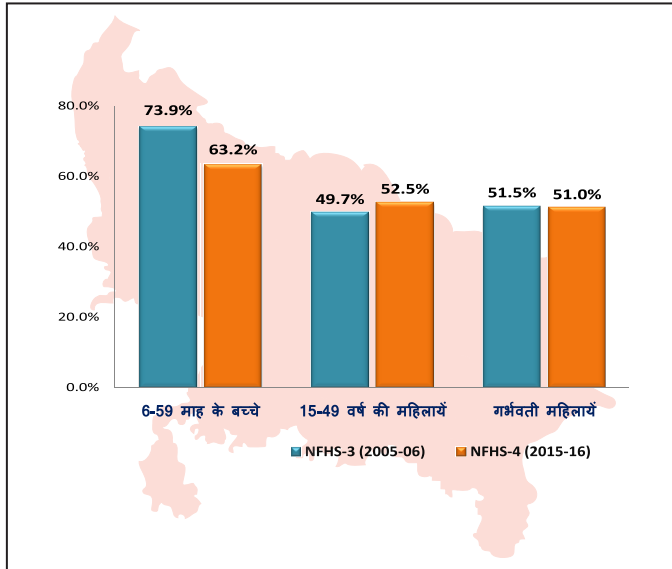


## एनीमिया क्यों महत्वपूर्ण है

राष्ट्रीय पारिवारिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण – 4 (NFHS – 4, 2015 – 16) के अनुसार देश का हर दूसरा बच्चा एवं हर दूसरी महिला एनीमिया यानी खून की कमी से प्रभावित हैं।

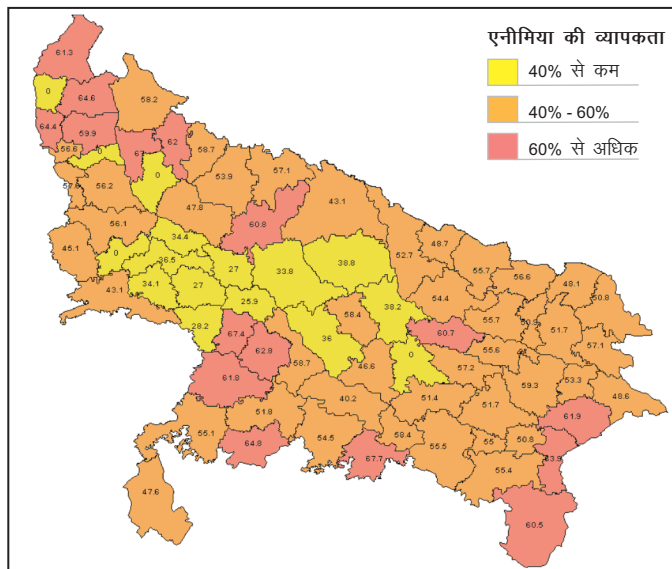
आंकड़ों के अनुसार, उत्तर प्रदेश में यह व्यापक जन स्वास्थ्य समस्या है। प्रदेश में प्रजनन वर्ग की हर दूसरी महिला (15 – 49 वर्ष) एनीमिया से ग्रसित है।

### प्रदेश में एनीमिया की स्थिति :



यह स्थिति चिंताजनक है क्योंकि, एनीमिया से ग्रसित प्रजनन वर्ग की महिलाओं की संख्या 2005-06 में हुये NFHS - 3 सर्वेक्षण के मुकाबले 2015-16 में हुये NFHS 4 सर्वे में बढ़ गई है। इससे यह स्पष्ट होता है कि अनेक योजनाओं एवं प्रयासों के बावजूद पिछले 10 वर्षों में एनीमिया से ग्रसित व्यक्तियों की संख्या या तो पहले जितनी ही है या फिर उसमें बढोत्तरी हुयी है। सरकार द्वारा किये जा रहे तमाम प्रयासों के बाद भी ऐसा होना एक गंभीर विषय है एवं इसमें सुधार के लिए सभी को मिलकर कार्य करने की आवश्यकता है।

### जनपदों में एनीमिया की स्थिति :



एनीमिया न सिर्फ देश के लोगों की कार्यक्षमता को कम करता है बल्कि कई वर्गों विशेषकर महिलाओं एवं बच्चों के लिये जानलेवा भी सिद्ध होता है। हमारा देश दुनिया के सबसे अधिक मातृ मृत्यु एवं शिशु मृत्यु दर वाले देशों में आता है जिसका एक प्रमुख कारण गर्भावस्था के समय गर्भवती महिला एवं गर्भ में पल रहे बच्चे में खून की कमी के कारण होने वाली कमजोरी एवं अन्य जटिलतायें हैं, अतः ये बहुत जरूरी है कि इस विषय में सही संदेश एवं जन कल्याणकारी योजनाओं की सही जानकारी जन सामान्य तक पहुंचायी जाये।

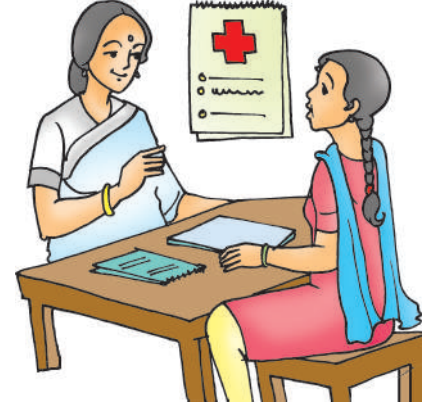
# किशोर-किशोरियों हेतु विभिन्न राष्ट्रीय स्वास्थ्य कार्यक्रम

भारत सरकार ने विशेषकर किशोर-किशोरियों में स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के बारे में जागरूकता फैलाने एवं बचाव हेतु 'राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम' प्रारंभ किया है। इस कार्यक्रम के अंतर्गत किशोरावस्था में आने वाली विभिन्न स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से बचाव के विषय में जानकारी एवं जागरूकता बढ़ाने तथा समस्या होने की स्थिति में उसके ससमय निदान हेतु बेहतर सुविधाओं का निर्माण करने के लिए अनेक गतिविधियां संचालित की जाती हैं।

## राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम के महत्वपूर्ण घटक :-

### 1. किशोर/किशोरी स्वास्थ्य क्लीनिक

- किशोरावस्था के समय तेजी से होने वाले शारीरिक एवं मानसिक परिवर्तनों के कारण ये अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाता है कि एक किशोर/किशोरी को प्रजनन एवं यौन स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य तथा नशीले पदार्थों की लत से बचाव जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर सही जानकारी सही तरीके से उपलब्ध करायी जाये।
- किशोरावस्था की विशेष आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर ही, प्रदेश के 104 जिला अस्पताल एवं 294 सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों में किशोर किशोरी स्वास्थ्य क्लीनिक बनाये गये हैं जहां प्रशिक्षित काउन्सलर्स द्वारा उम्र व समस्या अनुसार सलाह तथा आवश्यकता होने पर उपलब्ध चिकित्सकों द्वारा उचित इलाज भी किया जाता है।
- इन काउन्सलर्स द्वारा विद्यालयों, कालेजों एवं ग्रामीण क्षेत्रों का दौरा भी किया जाता है। वहाँ उपस्थित किशोर किशोरियों को विभिन्न संचार साधनों के माध्यम से इन विषयों पर चर्चा कर जागरूक भी किया जाता है और स्वास्थ्य सेवाओं हेतु किशोर/किशोरी स्वास्थ्य क्लीनिक पर संदर्भित किया जाता है।



### 2. पीयर एजुकेशन

- प्रदेश के 25 उच्च प्राथमिकता वाले जनपदों के 147 ब्लकों में किशोर स्वास्थ्य को बढ़ावा देने हेतु कुल 34880 पीयर एजुकेटर्स का चयन किया गया है।
- यह पीयर एजुकेटर सामान्य किशोर / किशोरियों के मध्य से ही चुने जाते हैं। प्रत्येक ब्लक के 2 चयनित प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के चयनित स्वास्थ्य उपकेन्द्र क्षेत्रों से विद्यालय जाने वाले एवं विद्यालय ना जाने वाले एक बालक एवं एक बालिका का चयन पीयर एजुकेटर के रूप में किया गया है।



- इन्हें ब्लाक स्तर पर ही प्रशिक्षण देकर 15–20 किशोर किशोरी समूहों की किशोर मैत्री क्लब पर साप्ताहिक बैठक में किशोर स्वास्थ्य से जुड़ी महत्वपूर्ण बातों का प्रचार प्रसार करने का दायित्व दिया गया है। इसके लिए प्रचार प्रसार की विशेष सामग्री भी इनको उपलब्ध करायी गई है।

### 3. किशोरी सुरक्षा योजना

- इस कार्यक्रम के अंतर्गत प्रदेश के सभी सरकारी एवं सरकारी सहायता प्राप्त उच्च प्राथमिक विद्यालय तथा इंटर कालेजों में पढ़ने वाली किशोरियों को माहवारी के समय साफ सफाई रखने हेतु प्रत्येक माह एक पैकेट सैनेटरी नैपकिन निशुल्क देने की व्यवस्था है।



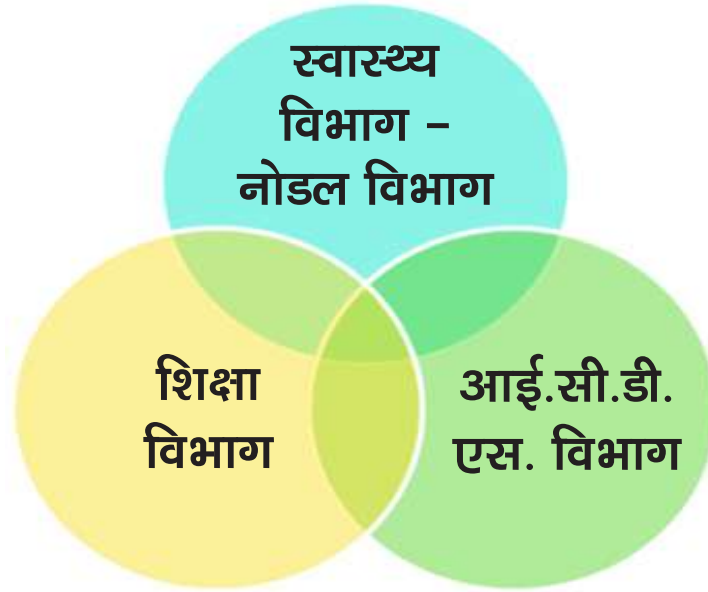
### 4. साप्ताहिक आयरन सम्पूरण (विफ्स) कार्यक्रम

- आयरन की कमी से होने वाली खून की कमी यानि एनीमिया से बचाव हेतु विफ्स कार्यक्रम के अंतर्गत सभी सरकारी एवं सरकारी सहायता प्राप्त विद्यालयों में पढ़ने वाले सभी 6–19 वर्ष के बच्चों को प्रति सप्ताह आयरन की गोलियां मुफ्त खिलाई जाती हैं।
- समस्त स्कूल जाने वाले पांचवी कक्षा तक के बच्चों को आयरन की गुलाबी गोली (45 mg) एवं छठी से बारहवीं कक्षा के बच्चों को आयरन की नीली गोली (100 mg) प्रत्येक सोमवार को खिलाई जाती है।
- स्कूल ना जाने वाली 10 से 19 वर्ष की किशोरियों को आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियों द्वारा प्रत्येक सप्ताह बुधवार / शनिवार को नीली आयरन की गोली खिलाई जाती है।



विफ्स कार्यक्रम के अतिरिक्त, उपरोक्त सभी गतिविधियों के माध्यम से एनीमिया की भी जानकारी दी जाती है।

एनीमिया की रोकथाम व बचाव के लिए चलाए जा रहे साप्ताहिक आयरन सम्पूरण (विफ्स) कार्यक्रम को प्रदेश में तीन विभागों के समन्वय से चलाया जा रहा है।



#### 1. चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण / राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन की मुख्य जिम्मेदारियां

- कार्यक्रम हेतु नोडल विभाग।
- आयरन की गोलियों की खरीद, भण्डारण तथा दोनो विभागों को उनकी मांग के अनुसार आपूर्ति सुनिश्चित करना।
- राष्ट्रीय कृमि नाशक दिवस (फरवरी और अगस्त माह में) के लिए एल्बेन्डाजोल की गोलियों की खरीदी, भण्डारण तथा दोनों विभागों को उनकी मांग के अनुसार आपूर्ति सुनिश्चित करना।
- ब्लॉक स्तरीय विफ्स की कार्यशाला का आयोजन व अध्यापकों और ऑगनबाडी कार्यकर्त्रियों का प्रशिक्षण।
- बेहतर परामर्श और अधिक जागरूकता पैदा करने के लिए संचार रणनीति (प्रशिक्षण, मीडिया रणनीति आदि) मानकीकरण और समरूपण।
- आर.बी.एस.के टीम, ए.एन.एम और आशा द्वारा –
  - ◆ बच्चों व किशोर / किशोरियों को आयरन की गोलियों के नियमित सेवन हेतु प्रेरित करना।
  - ◆ पूरक आहार, खानपान संबंधित, खुले में शौच न करने, व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक साफ सफाई रखने व नंगे पांव न चलने के लिये परामर्श करना।
  - ◆ एनीमिक किशोर / किशोरियों का चिन्हीकरण कर उनका सी.एच.सी. / पी.एच.सी. पर सन्दर्भन।

#### 2. आई.सी.डी.एस. की मुख्य जिम्मेदारियां

- स्कूल न जाने वाली 10 – 19 वर्ष की किशोरियों के लिये –
  - ◆ नीली बडी आयरन की गोलियों की मांग / उपलब्धता एवं उनका वितरण सुनिश्चित करना।

- ◆ एल्बेन्डाजॉल की गोलियों की मांग / उपलब्धता एवं उनका वितरण / सेवन सुनिश्चित करना ।
- आंगनवाडी कार्यकर्त्री द्वारा –
  - ◆ अपनी निगरानी में वी.एच.एन.डी पर एक साप्ताहिक नीली बड़ी आयरन गोली खिलाना तथा अन्य तीन गोली माह के तीन सप्ताह हेतु उपलब्ध कराना तथा उसका फॉलोअप लेना ।
  - ◆ गृह भ्रमण व वी.एच.एन.डी के दौरान पौष्टिक भोजन के बारे में जागरूक करना तथा नियमित रूप से पूरक आहार लेने के बारे में प्रेरित करना । खानपान में हरे पत्तेदार साग-सब्जियों व शरीर में आयरन के अवशोषण को बढ़ाने के लिये खट्टे रसीले फलों के सेवन सम्बन्धित, खुले में शौच न करने, व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक साफ सफाई रखने व नंगे पांव न चलने के लिये परामर्श देना एवं प्रेरित करना ।
  - ◆ गृह भ्रमण तथा वी.एच.एन.डी. के दौरान एनीमिक बच्चों व स्कूल न जाने वाली किशोरियों का चिन्हीकरण कर उनका सी.एच.सी. / पी.एच.सी. पर सन्दर्भन ।
- ब्लॉक स्तरीय विफस कार्यशाला में सभी आंगनवाडी कार्यकर्त्रियों का प्रशिक्षण ।
- स्वास्थ्य व पोषण शिक्षा के अन्तर्गत एनीमिया के रोकथाम हेतु लिखित प्रचार सामग्री, ऑडियो – विडियो की उपलब्धता आंगनवाडी केन्द्र पर कराना ।

### 3. शिक्षा विभाग की मुख्य जिम्मेदारियां

- स्कूल जाने वाले 5 – 19 वर्ष के बच्चों एवं किशोर / किशोरियों के लिये –
  - ◆ गुलाबी छोटी व नीली बड़ी आयरन की गोलियों की मांग / उपलब्धता एवं उनका वितरण सुनिश्चित करना ।
  - ◆ एल्बेन्डाजॉल की गोलियों की मांग / उपलब्धता एवं उनका वितरण / सेवन सुनिश्चित करना ।
- शिक्षकों द्वारा –
  - ◆ सप्ताह के प्रत्येक सोमवार को अपनी निगरानी में सभी छात्र / छात्राओं को गुलाबी छोटी व नीली बड़ी आयरन की गोलियों का सेवन उम्र के अनुसार कराना ।
  - ◆ प्रत्येक सप्ताह बच्चों के साथ स्वास्थ्य व पोषण के विषयों पर चर्चा कर पौष्टिक भोजन के बारे में जागरूक करना तथा नियमित रूप से पूरक आहार लेने के बारे में प्रेरित करना । शरीर में आयरन के अवशोषण को बढ़ाने के लिये खट्टे रसीले फलों व हरे पत्तेदार सब्जियों के सेवन हेतु परामर्श देना; साफ सफाई, खुले में शौच व नंगे पांव न चलने के लिये प्रेरित करना और साथ ही साथ स्कूल में साफ सुथरे शौचालय की उपलब्धता एवं छात्र छात्राओं द्वारा उसका नियमित उपयोग सुनिश्चित करना ।
  - ◆ एनीमिक बच्चों व किशोर / किशोरियों का चिन्हीकरण कर उनका सी.एच.सी. / पी.एच.सी. पर सन्दर्भन करना ।
- ब्लॉक स्तरीय विफस की कार्यशाला में सभी स्कूलों से एक नोडल शिक्षक को प्रशिक्षित करना ।
- विभाग द्वारा स्वास्थ्य व पोषण शिक्षा के अन्तर्गत एनीमिया के रोकथाम हेतु लिखित प्रचार सामग्री, ऑडियो – विडियो की उपलब्धता स्कूलों पर कराना ।

## एनीमिया को रोकने के लिये इन कदमों में भागीदार बने :

सिर्फ समस्या ही नहीं, बल्कि उसका निवारण बताना भी हर व्यक्ति की जिम्मेदारी है हम सभी जानते हैं कि एनीमिया को रोकने के लिए सरकार कई कार्यक्रम अन्तर विभागीय समन्वय से चला रही है, परन्तु विभागीय एवं अन्तर विभागीय तालमेल, संसाधनों का अभाव, ज्ञान कौशल में कमी के कारण एनीमिया निवारण सम्बन्धी योजनाओं का प्रतिफल लाभार्थियों तक नहीं पहुँच पा रहा है। अतः सरकारी/गैर सरकारी क्षेत्र आपस में मिल के एनीमिया रोकथाम के लिये महत्वपूर्ण साझेदारी निभायें।

एनीमिया रोकथाम के प्रति लोगों के व्यवहार में बदलाव तभी होगा जब समाज की जागरूकता बढ़ेगी। मीडिया एवं अन्य हितगामियों को लोकतंत्र का प्रहारी माना जाता है। यह एक ऐसी भूमिका है, जिसमें हर वक्त सजग होकर सरकारी योजनाओं, कार्यक्रमों के गुण-दोषों पर नजर रखने के साथ इनकी निष्पक्ष विवेचना भी करने की जिम्मेदारी है। अतः एनीमिया के सुझाए इन 10 कदमों में आप भी भागीदार बनकर एनीमिया को रोकने में मददगार बनें। इन 10 कदमों को निम्न तीन भाग में बांटा जा सकता है –

### रोकथाम हेतु

1. मौसमी हरी पत्तेदार सब्जियों का प्रचुर मात्रा में सेवन
2. शरीर में आयरन का अवशोषण (absorption) बढ़ाने के लिये खट्टे रसीले फलों का सेवन
3. साफ सफाई व खुले में शौच ना करना

### बचाव हेतु

4. किशोर – किशोरियों के लिये बेहतर भोजन, पोषण और आयरन का सिरप व गोलियां विशेष रूप से एनीमिया को रोकने हेतु
5. मध्यम/गंभीर एनीमिया से प्रभावित बच्चों व महिलाओं का रेफरल एवं चिकित्सीय इलाज
6. समुदाय स्तर के स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं एवं शिक्षकों का एनीमिया पर क्षमता वर्धन
7. ऑडियो – वीडियो एवं स्वास्थ्य एवं पोषण सत्र के द्वारा एनीमिया पर वृहद जागरूकता

### रोकथाम व बचाव दोनों हेतु

8. 6 माह की आयु से ही आयरन सिरप व उम्र के अनुसार गोली का सेवन
9. नियमित रूप से प्रति सप्ताह आयरन की गोलियों का सेवन
10. प्रत्येक छः माह के अंतराल पर नियमित रूप से कृमिनाशक गोलियों का सेवन

उपरोक्त सुझाये गये कदमों से एनीमिया की रोकथाम व बचाव दोनों हो सकते हैं परन्तु समुदाय में प्रचलित कुछ भ्रान्तियों व प्रतिकूल प्रभावों के कारण विपस कार्यक्रम की पहुंच सीमित व अधूरी है।



एनीमिया से संबंधित निम्न भ्रान्तियां समुदाय में व्याप्त हैं –

**1. आयरन फोलिक एसिड की गोली की जरूरत हर किशोर/किशोरी को होती है?**

प्रदेश में एनीमिया की व्यापकता को देखते हुए, आयरन फोलिक एसिड की गोलियों का सेवन प्रत्येक किशोर/किशोरी को करना चाहिए। इस नीली गोली में आयरन की इतनी मात्रा होती है कि वह रक्तअल्पता (एनीमिया) से बचाव करती है और इतनी मात्रा शरीर असानी से ग्रहण कर लेता है।

**2. आयरन की गोलियों की जरूरत केवल गर्भवती महिलाओं को होती है?**

आयरन की गोलियों की जरूरत गर्भवती महिलाओं को अधिक व दैनिक होती है। परन्तु किशोरावस्था में तेजी से हो रहे मानसिक व शारीरिक विकास की जरूरत पूरा करने के लिए साप्ताहिक नीली आयरन की गोली लेनी चाहिए।

**3. आयरन फोलिक एसिड की गोलियाँ खाने से मिचली, उल्टी, पेट दर्द होता है?**

यह आयरन की औषधीय प्रकृति (Pharmacological Properties) के कारण अनचाहे, हानिरहित तथा अपेक्षित प्रतिकूल प्रभाव (Side Effects) होते हैं। यह परिणाम दवा के प्रकृति के कारण उत्पन्न होते हैं, न कि खुराक की अधिकता के कारण।

**सामान्य आयरन की गोली के प्रतिकूल प्रभाव :-**

किशोर व किशोरियों को दी जाने वाली रोग निरोधी आयरन की गोली खाने के बाद सामान्यतः पाये जाने वाले प्रभाव निम्न हैं –

- पेट/उदर सम्बन्धी शिकायत – मिचली आना, दस्त या फिर कब्ज इत्यादि।
- काली टट्टी का होना
- धातुई (Metallic) स्वाद

**4. आयरन खाने के मामूली प्रभाव हर किसी को और हमेशा होते हैं?**

उपरोक्त आयरन के प्रभाव (Side Effects) सभी में नहीं मिलते यह मुख्यतः तब होते हैं, जब आयरन पहली बार खाई जाती है। इस स्थिति में कई बार शरीर को आयरन ग्रहण करने में दिक्कत होती है। यह विपरीत प्रभाव नियमित रूप से गोली खाने पर स्वतः समाप्त हो जाते हैं, क्योंकि तब तक शरीर इसके सेवन का आदी हो जाता है। कुछ विपरीत प्रभाव तभी होते हैं, जब आयरन की गोली खाली पेट ले ली जाती है।

**5. आयरन की गोलियों से होने वाले विपरीत/प्रतिकूल प्रभावों को निम्न तरीके से रोकें :-**

आयरन की गोली कैसे खायें	
क्या करें	क्या न करें
एक गोली खायें।	गोली को चबाये नहीं।
गोली को निगलें।	गोली को कूचकर न खायें
गोली भोजन खाने के बाद खायें।	गोली को खाली पेट न खायें।
गोली खाने के बाद एक गिलास पानी पियें	दूध या चाय के साथ गोली न खायें।
	गोली का तोड़कर न खायें।

साथ ही याद रखें :-

- आयरन की गोलियों का सेवन का भोजन के बाद ही करें।
- गोलियों का सेवन स्कूल क अध्यापक/आंगनबाड़ी कार्यकर्त्री / घर के किसी वयस्क सदस्य की मौजूदगी में करें।
- बीमारी जैसे कि बुखार, जुखाम आदि जैसी अवस्थाओं में आयरन की गोली का सेवन नहीं करना चाहिए।

#### 6. प्रतिकूल/विपरीत प्रभावों की स्थिति में क्या करें?

प्रतिकूल प्रभावों (Adverse Effects) के रोकथाम हेतु सभी सरकारी अस्पतालों (PHC/CHC/FRU/DH) में आपात स्थिति से निपटने के लिए व्यवस्था होनी चाहिए तथा इसकी समय से रिपोर्टिंग अनिवार्य हैं जनपद के नोडल अधिकारी का नाम तथा टेलीफोन नम्बर स्कूल/आंगनबाड़ी एवं मोबाइल हेल्थ टीम के सदस्यों को उपलब्ध होना चाहिए।

जनपद के नोडल अधिकारी (स्वास्थ्य विभाग) दोनों विभागों को आयरन उपलब्ध करायें तथा आयरन के खिलाने का उचित तरीका व संभावित प्रतिकूल प्रभावों के रोकथाम हेतु आवश्यक जानकारी दें।

#### विफस कार्यक्रम के सन्दर्भ में कुछ आवश्यक जानकारी

1. जो बच्चे स्वस्थ नहीं हैं उन्हें IFA या Albendazole की गोलियां न खिलायें।
2. IFA की गोलियां किसी भी हाल में खाली पेट ना खिलायें।
3. प्रतिकूल प्रभाव वाले सभी बच्चों को एक कमरे में रखकर उनकी निगरानी की जाये।
4. तत्कालीन आपातकालीन प्रतिक्रिया प्रणाली (ERS) को लागू किया जाये।
5. स्वास्थ्य टीम अन्य हितधारकों के साथ समन्वय स्थापित करें ताकि प्रतिकूल प्रभाव (Adverse Effects) से पीड़ित किशोरों का त्वरित इलाज किया जा सके।
6. यदि किसी मरीज को अस्पताल में सन्दर्भन करना हो तो तुरन्त उसका प्रबन्धन किया जाये। इसके लिये 108 एम्बुलेन्स को भी प्रयोग में लाया जा सकता है।
7. प्रत्येक प्रतिकूल प्रभावों का उचित प्रलेखन (Documentation) किया जाना आवश्यक है।
8. किशोरों एवं किशोरियों के माता-पिता को इसकी जानकारी देनी चाहिए।

## एनीमिया नियंत्रण में मीडिया की भूमिका

- एनीमिया एक व्यापक जन स्वास्थ्य समस्या है। क्योंकि यह समुदाय के हर हिस्से को प्रभावित करती है अतः इससे जुड़ी तकनीकी जानकारी को सरल भाव में समुदाय में ले जाने में मीडिया की महत्वपूर्ण भूमिका है।
- मीडिया निम्न प्रकार से इस विषय में सकारात्मक पहल कर सकता है –
  1. एनीमिया के कारणों एवं इससे प्रभावित होने वाले वर्गों में जागरूकता फैलाकर।
  2. एनीमिया नियंत्रण के लिये संचालित सरकारी एवं गैर सरकारी कार्यक्रमों की जानकारी समुदाय तक पहुँचाकर।
  3. समाज में व्याप्त भ्रांतियों, एनीमिया से जुड़ी समस्याओं के विषय में सही जानकारी समुदाय तक पहुँचाकर।
  4. सरकार से एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रमों के संचालन, सुविधाओं के विषय में सवाल करके।
  5. एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम से जुड़ी गतिविधियों, समाचारों के विषय में अफवाहों को बढ़ावा ना देते हुये विशेषज्ञों द्वारा दी गई सत्य एवं सार्थक जानकारी का प्रसार करके।
  6. सकारात्मक केस स्टडी को समाचार पत्रों में स्थान देकर।
  7. एनीमिया से संबंधित विशेषज्ञों के साक्षात्कार एवं लेख छापकर।

## जिला सूचना अधिकारियों से अपेक्षित सहयोग

- हाल के आंकड़ों के अनुसार एनीमिया प्रदेश के प्रत्येक दूसरे बच्चे एवं महिला को प्रभावित कर रहा है। इसकी गंभीर स्थिति को देखते हुये यह आवश्यक है कि सरकार द्वारा इससे निपटने हेतु चलाई जा रही योजनाओं का हर संभव प्रचार –प्रसार किया जाये एवं जन – जन तक पहुंचाया जाये। अपेक्षित है कि जिला सूचना अधिकारी इस विषय से संबंधित एक लेख माह में एक बार जरूर प्रकाशित करें।
- जिला सूचना अधिकारी जब भी सरकार की कल्याणकारी योजनाओं के विषय में मीडिया में जानकारी दें तो एनीमिया नियंत्रण हेतु चलाये जा रहे विपस कार्यक्रम के बारे में अवश्य बतायें जिसके अंतर्गत सभी सरकारी एवं सरकारी सहायता प्राप्त स्कूलों में प्रत्येक सप्ताह आयरन की गोली बच्चों को मुफ्त खिलाई जाती है।
- आयरन की गोलियों के विषय में समाज में फैली भ्रांतियों के कारण कई बच्चे इसका लाभ उठाने से वंचित रह जाते हैं, अतः समय –समय पर मीडिया के विभिन्न संचार माध्यमों के जरिये इन गोलियों से स्वास्थ्य को होने वाले लाभों की जानकारी तथा इसके सेवन से जुड़ी मामूली सावधानियां (खाली पेट ना खाएं) जैसे संदेश समुदाय तक पहुंचाना आवश्यक है।
- एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम से संबंधित किसी भी नकारात्मक समाचार या आयरन गोलियों के संभावित दुष्प्रभावों/प्रतिकूल प्रभावों के समाचार पर मीडिया में सीधी प्रतिक्रिया देने से बचें एवं मुख्य चिकित्सा अधिकारी अथवा राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम के नोडल अधिकारी से विचार विमर्श के उपरांत ही अपनी प्रतिक्रिया दें।
- एनीमिया से संबंधित किसी सकारात्मक समाचार, प्रेरक प्रसंग, गतिविधि, गोष्ठी, कैंप इत्यादि के बारे में मीडिया में प्रमुखता से प्रचार करें।
- जिले में जन कार्यक्रमों के प्रचार हेतु लगाये जाने वाले होर्डिंग, बैनर, समाचार पत्र के विज्ञापन इत्यादि में एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रमों को प्राथमिकता दें।