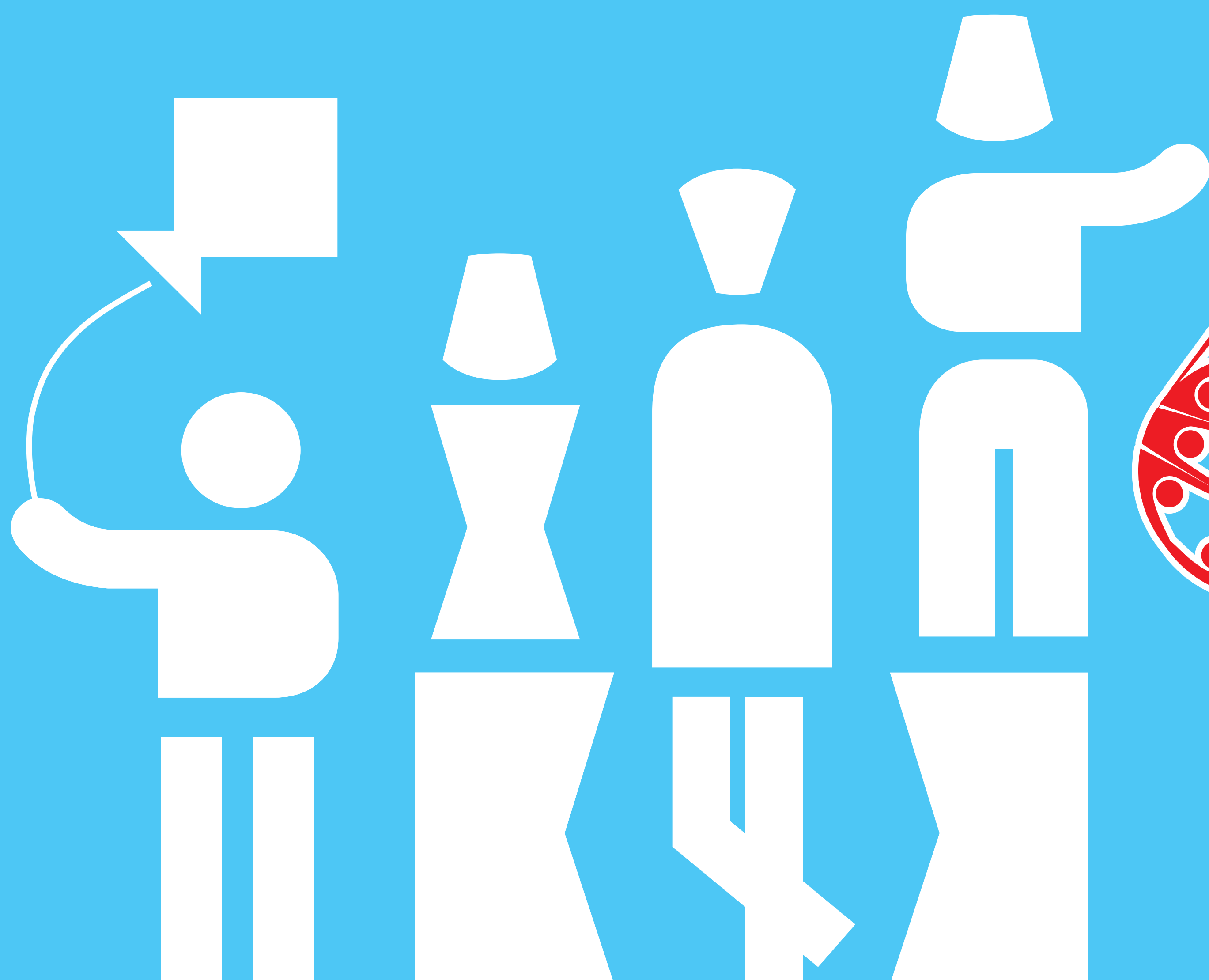
विफस रजिस्टर

अपर प्राथमिक विद्यालय/इण्टर कालेज/आंगनबाड़ी केन्द्र के लिए



एनीमिया मुक्त भारत

साप्ताहिक आयरन सम्पूरण कार्यक्रम

विद्यालय/आंगनबाड़ी केन्द्र का नाम :...

ब्लॉक का नाम :..V.H.S.N.D.......

जनपद का नाम :...

राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, उत्तर प्रदेश

रजिस्टर भरने के लिए दिशा–निर्देश

1. विद्यालय अथवा आंगनबाड़ी केंद्र द्वारा रजिस्टर प्राप्त होते ही मुख पृष्ठ पर आवश्यक सूचनाएं भर ली जाएँ।
2. प्रथम पृष्ठ के अंत में संपर्क–सूत्र के सम्बन्ध में भरी जाने वाली जानकारी विद्यालय के नोडल अध्यापक अथवा आंगनबाड़ी कार्यकर्ती द्वारा भरी जाए।
3. आयरन गोली उपलब्धता विवरण वाले पृष्ठ पर हर बार आयरन की गोलियां प्राप्त होते ही नोडल अध्यापक अथवा आंगनबाड़ी कार्यकर्ती द्वारा प्रत्येक कॉलम में प्रविष्टि की जाए।
4. रिकार्डिंग पृष्ठ पर कक्षा में पंजीकृत छात्र/छात्रा का नाम कक्षाध्यापक/कक्षाध्यापिका द्वारा अंकित किया जाए। छात्र एवं छात्रा के नाम पृथक करके लिखे जाएँ ताकि रिपोर्ट बनाते समय छात्र एवं छात्रा की गणना सुविधाजनक रहे।
5. आंगनबाड़ी केंद्र में सर्वे के अनुसार 10 से 19 वर्ष की समस्त किशोरियों का नाम आंगनबाड़ी कार्यकर्ती द्वारा अंकित किया जाए।
6. प्रत्येक माह के प्रारम्भ में माह का नाम अंकित करते हुए प्रति सप्ताह गोली खिलाये गए लाभार्थी के नाम के सामने सही का निशान लगाया जाए।
7. माह के अंत में पूरे माह में खिलाई गई गोलियों की संख्या लाभार्थीवार जोड़कर लिखी जाए।
8. अध्यापक/अध्यापिका/आंगनबाड़ी कार्यकर्ती/सहायिका का नाम भी नीचे के कॉलम में भरकर उनके आयरन की गोली के उपभोग की स्थिति भी अंकित की जाए।
9. सबसे अंत में कुल वाली पंक्ति में उस माह में खिलाई गई कुल गोलियों की संख्या जोड़कर लिखी जाए।
10. यदि किसी लाभार्थी को कोई प्रतिकूल प्रभाव हो तो उसका विवरण उस लाभार्थी के नाम के सम्मुख वाली पंक्ति में लिखा जाए। यदि उसे किसी स्वास्थ्य इकाई पर संदर्भित किया गया है तो उसी के सम्मुख वाली पंक्ति में सही का निशान लगायें।
11. नोडल अध्यापक/अध्यापिका/आंगनबाड़ी कार्यकर्ती अथवा अन्य द्वारा लाभार्थियों से पोषण से सम्बंधित विषयों पर चर्चा भी की जानी है। चर्चा की तिथि पोषण स्वास्थ्य शिक्षा वाले कॉलम में अंकित की जाए।
12. आयरन गोली उपभोग के विवरण वाले पृष्ठ पर प्रधानाध्यापक/नोडल अध्यापक/आंगनबाड़ी कार्यकर्ती द्वारा माहवार सूचना भर कर हस्ताक्षर किये जाएँ।
13. व्यक्तिगत अनुपालन कार्ड में छात्रों/किशोरियों को आयरन गोली खिलाने के पश्चात् छात्र/किशोरियों द्वारा ही अध्यापक एवं आंगनबाड़ी कार्यकत्री अपनी निगरानी में कार्ड भराना सुनिश्चित करें।

रिपोर्ट प्रपत्र भरने सम्बन्धित दिशा–निर्देश

14. रजिस्टर के अंत में रिपोर्टिंग फॉर्मेट संलग्न किये गए हैं। प्रतिमाह रिपोर्टिंग फॉर्मेट की दो प्रतियाँ अध्यापक/अध्यापिका/आंगनबाड़ी कार्यकर्ती द्वारा भरी जाएँ जिसमें से एक प्रतिलिपि रजिस्टर में ही संग्रहीत रखी जाए जबकि दूसरी प्रति प्रधानाध्यापक/नोडल अध्यापक/आंगनबाड़ी सेक्टर सुपरवाइजर को भेजी जाए।
15. प्रधानाध्यापक/नोडल अध्यापक/आंगनबाड़ी सेक्टर सुपरवाइजर अपने स्तर से समस्त प्राप्त रिपोर्ट्स को संकलित कर अग्रिम स्तर पर प्रेषित करेंगे।
16. राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस के दिन बच्चों को एलवेन्डाजोल अपनी निगरानी में खिलाने के बाद रजिस्टर में लाभार्थी के नाम के सामने सही का निशान लगायें।
17. एक्पायरी हुई दवाओं का विवरण रजिस्टर में अंकित करके उक्त दवाओं को सी.एच.सी./पी.एच.सी./बी.आर.सी./सी.डी.पी.ओ. कार्यालय पर वापस करना सुनिश्चित किया जाए।

साप्ताहिक आयरन एवं फोलिक एसिड संपूरण कार्यक्रम उत्तर प्रदेश

उद्देश्य

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा किशोर–किशोरियों में खून की कमी (एनीमिया) एवं इसके कारण से होने वाली जटिलताओं में कमी लाना

लक्षित समूह

- स्कूल जाने वाले कक्षा 1 से 12 तक किशोर एवं किशोरियां

सरकारी/सरकारी सहायता प्राप्त विद्यालयों में

समस्त जनपदों मे

- स्कूल न जाने वाली 10–19 वर्ष की अविवाहित एंव विवाहित किशोरियां

आंगन बाड़ी केन्द्र

समस्त जनपदों मे

WIFS (विफ्स) कार्यक्रम क्रियान्वयन हेतु रणनीति

शिक्षा विभाग के माध्यम से

- स्कूल आधारित कार्यक्रम
- कियान्वयन हेतु शिक्षा विभाग तथा राज्य के माध्यमिक एवं उच्च विद्यालय उत्तरदायी ।

आई0सी0डी0एस0 के माध्यम से

- स्कूल न जाने वाली 10–19 वर्ष की सर्वे अनुसार, किशोरी बालिकाओं (विवाहित/अविवाहित) के लिए
- कियान्वयन आई.सी.डी.एस. के माध्यम से आंगनबाड़ी केन्द्रों द्वारा।

आयरन नीली/पिंक गोली वर्ष में 52 सप्ताह के लिए।

एल्बेडाजॉल टेबलेट 400mg की खुराक को वर्ष में दो बार–हर 6 माह में।

(फरवरी एवं अगस्त में)

मध्यम/गम्भीर एनीमिया की पहचान तथा उनका रेफरल

स्वास्थ्य एवं पोषण शिक्षा पर नियमित चर्चा

किशोर–किशोरियों में एनीमिया से बचाव की रणनीति

एनीमिया

"हमारे शरीर में हीमोग्लोबिन नामक तत्व है जो प्रोटीन एवं लौह का संयोजक होता है। हीमोग्लोबिन के कारण ही रक्त लाल नजर आता है।

हीमोग्लोबिन कहॉ और कैसे बनता है ?

हीमोग्लोबिन मुख्य रुप से बोनमैरो (Bone marrow) में बनता है इसके निर्माण हेतु मुख्यतः प्रोटीन, आयरन, फोलिक एसिड,विटामिन बी–12 एंव कई सूक्ष्म पोशक तत्व अति आवश्यक है।

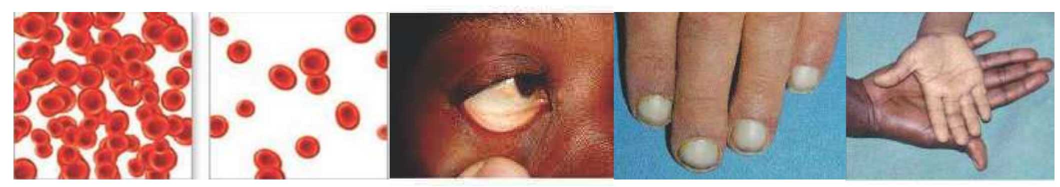
महिलाओं में सामान्य हीमोग्लोबिन–11.5–16.5 gm/dl

पुरूषों में सामान्य हीमोग्लोबिन–13.5–18.0 gm/dl

रक्त में उपरोक्त स्तर से कम हीमोग्लोबिन की मात्रा होने की स्थिति को एनीमिया कहते है।

विभिन्न आयु वर्ग में एनीमिया की स्थिति

आयु समूह	एनीमिया नहीं(gm/dl)	हल्की (gm/dl)	मध्यम (gm/dl)	गंभीर (gm/dl)
5–11 वर्ष आयु वर्ग के बच्चे	>11.5	11-11.4	8-10.9	<8
12–14 वर्ष आयु वर्ग के बच्चे	>12	11-11.9	8-10.9	<8



एनीमिया के परिणाम

- काम करने में थकावट/सांस का फूलना ।
- पढ़ाई, घरेलू कार्य एवं खेलकूद में मन न लगना।
- संक्रमण से लड़ने की क्षमता कम होना।
- माहवारी रुकना/अनियमित होना/अत्यधिक खून आना।

एनीमिया का मातृ मृत्यु में प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष रूप से 50 फीसदी का योगदान है। नियमित आयरन की गोली लेने से एनीमिया की दर में 20 से 30 प्रतिशत तक कमी लाई जा सकती है ।

एनीमिया (खून की कमी) के लक्षण एवं पहचान

लक्षण

- कमजोरी, थकान और सुस्ती एवं सॉंस फूलना।
- भूख न लगना एवं हाथ–पॉंव दुखना
- काम में मन न लगना और ध्यान न दे पाना
- चक्कर आना, ऑंखों के आगे अंधेरा छाना
- अनियमित माहवारी
- बार–बार बीमार पड़ना

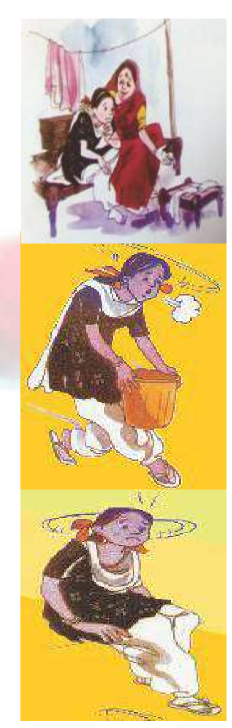
पहचान

- ऑंखों की निचली पलक के अंदर के हिस्से का सफेद पड़ जाना
- जीभ का चमकदार, सपाट, फीकी या सफेद दिखना
- चेहरा सफेद या पीला पड़ जाना
- हथेलियों और नाखूनों का सफेद पड़ जाना
- पैरों में सूजन आना

एनीमिक किशोरी के गर्भ धारण करने के दुष्परिणाम

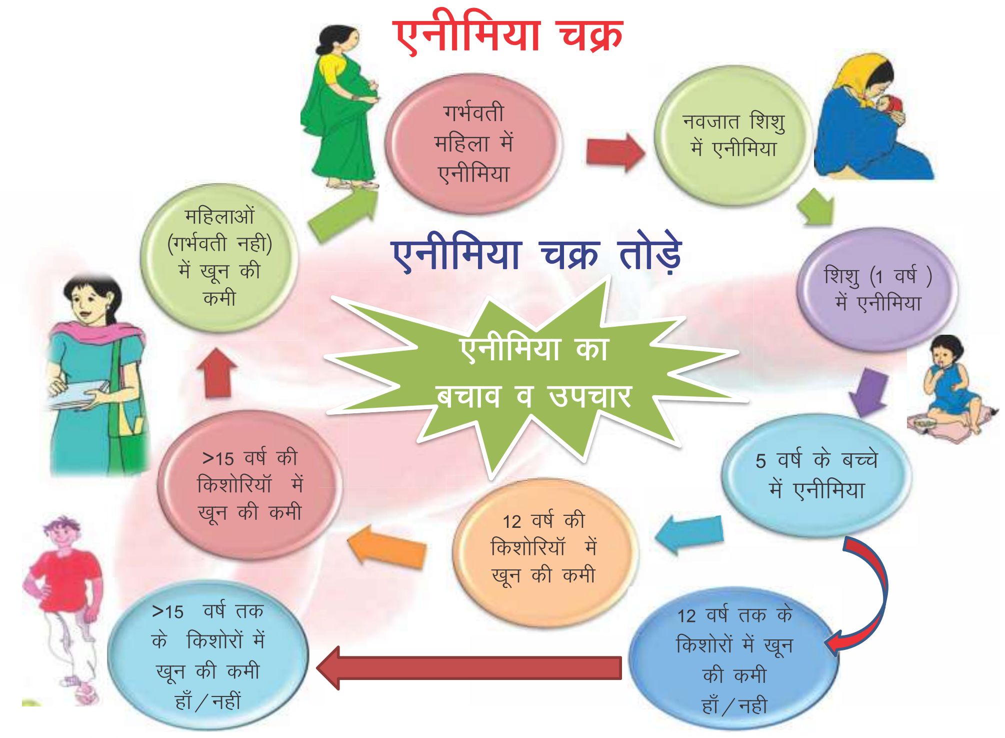
एनीमिया के निम्नलिखित गंभीर नतीजे हो सकते हैं–

- बच्चे का समय से पहले पैदा होना।
- कम वजन का बच्चा (2.5 किग्रा. से कम) पैदा होना। शरीर और दिमाग की बढ़त कम होना।
- कम वजन के बच्चों में रोग और संक्रमण की संभावना अधिक होती है। जिससे कुपोषण व मृत्यु हो सकती है।
- गर्भपात या मृत बच्चा पैदा हो सकता है।
- प्रसव के दौरान अधिक रक्तस्राव होने से माँ की मृत्यु भी हो सकती है।
- किशोरावस्था (10 से 19 वर्ष) में माँ बनने से किशोरी के शारीरिक और मानसिक विकास में बाधा पड़ती है।



एनीमिया के कारण

- आयरन की कमी
  - शरीर में आयरन की माँग बढ़ना।
  - भोज्य पदार्थों में आयरन की कमी।
  - शरीर द्वारा आयरन का कम अवशोषण होना।
  - शरीर में लगातार खून का रक्तस्राव होना।
- पेट में कीड़े (Helminthic infestation)
- विटामिन B –12 की कमी होना
- फॉलिक एसिड की कमी होना
- विटामिन C की कमी होना
- बीमारी जैसे– मलेरिया, सिकेल सेल रोग (Sickle cell disease) और थैलेसीमिया (Thalassemia), एच.आई.वी / एड्स, गुर्दों की बीमारी इत्यादि।



एनीमिया से बचाव हेतु आवश्यक बातें

आयरन की गोलियां अत्यंत आवश्यक है क्योंकि भोजन से RDA(Recommended Dietary Allowances) के अनुसार आयरन की सम्पूर्ण रुप से पूर्ति नहीं हो पाती है।

मेथी, बथुआ, सरसों, चौलाई, पालक जैसी हरे रंग की पत्तेदार सब्जियों में लौह तत्व की मात्रा ज्यादा होती है।
चीनी के स्थान पर गुड़ का भी सेवन करें क्योंकि गुड़ में लौह तत्व ज्यादा होता है।
अंकुरित दालों को हरी पत्तेदार सब्जी के साथ पकाकर खायें।

विटामिन–सी युक्त भोज्य पदार्थ टमाटर, नीबू, संतरा, अमरूद और ऑवला खाएं जो शरीर में लौह तत्व के अवशोषण में मदद करता है।

भोजन के तुरंत बाद चाय न पीएं। इससे शरीर में लौह तत्व का अवशोषण कम हो जाता है।
नंगे पैर चलने की आदत से बचें। जहाँ तक हो सके चप्पलों का इस्तेमाल करें।

आयरन की गोली कैसे खायें

क्या करें

- ✓ एक बार में एक ही आयरन की गोली खायें।
- ✓ आयरन गोली को निगल लें।
- ✓ गोली भोजन के एक घण्टे बाद खायें।
- ✓ पूरे भरे गिलास पानी के साथ आयरन गोली लें।

क्या न करें

- × चबायें नहीं।
- × कुचल कर न लें।
- × तोड़कर न लें।
- × खाली पेट न लें।
- × दूध, चाय के साथ न लें।

आयरन की गोलियॉ से कभी–कभी होने वाली समस्या / परेशानी / दुष्प्रभाव

समस्या / परेशानी / दुष्प्रभाव	समाधान
जी मिचलाना / उल्टी / चक्कर	खाना खाने के बाद सोने से पहले एक आयरन की गोली लें। अगर ये लक्षण ठीक नहीं होते हैं तो एक हफता छोड़कर गोली खायें। इसके बाद हर हफता गोली खाना शुरू कर दें।
कब्ज	शाम को लगभग 2 गिलास नीबू का पानी एक चुटकी नमक डाल कर पीयें।
पेट में बेचैनी	आयरन की गोली भोजन के बाद लें। खाली पेट कभी न लें।
दस्त	डरें नहीं ये कोई दिक्कत नहीं है। कुछ दिनो में ठीक हो जाती है।
काला पैखाना	यह कोई समस्या नहीं है बल्कि आम बात है जिससे यह पता चलता है कि आयरन अपना काम कर रहा है। चिन्ता न करें।
खाना न पचना / पेट भारी लगना	बार–बार पानी पीयें।
कसैलापन या करछाहट	बार–बार पानी पीयें।

समस्या / परेशानी / दुष्प्रभाव की स्थिति में–

1. घबराएं नहीं एवं बच्चे को भीड़ से अलग कर खुली हवा में लिटाऐं।
2. एक गिलास नींबू का पानी पिलाऐं।
3. नजदीकी अस्पताल के चिकित्सक से संपर्क कर अस्पताल ले जाएं।

जूनियर विफ्स :–	विफ्स :–	विफ्स :–
❍ कक्षा 1 से 5 के छात्र एवं छात्राऐं – साप्ताहिक सोमवार – Pink Tab. – 45 mg Iron + 400 mcg Folic Acid	❍ कक्षा 6 से 12 के छात्र एवं छात्राऐं – साप्ताहिक सोमवार – Blue Tab. – 60 mg Iron + 500 mcg Folic Acid	❍ 10 – 19 वर्ष की विद्यालय न जाने वाली किशोरियाँ। – साप्ताहिक बुधवार / शनिवार (ग्राम में V.H.S.N.D. दिवस के अनुसार) – Blue Tab. – 60 mg Iron + 500 mcg Folic Acid

विशेष परिस्थितियों एवं जानकारी के लिए संपर्क करें–

प्रभारी चिकित्साधिकारी (ब्लॉक स्तरीय सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र) नाम : .... मो. नं. ....

आर. बी. एस. के. टीम के चिकित्साधिकारी का नाम : .... मो. नं. ....

आयरन गोली उपलब्धता का विवरण

क्रम संख्या	कुल उपलब्ध करायी गयी आयरन गोलियों की संख्या	उपलब्ध आयरन गोलियों की एक्सपाइरी तिथि	बैच नम्बर	गोली उपलब्ध कराने की तिथि	गोलियों को प्राप्त करते समय की स्थिति (उपयोगी/क्षतिग्रस्त)	गोली किसके द्वारा उपलब्ध करायी गई	नोडल शिक्षक/आंगनबाड़ी कार्यकर्ती के हस्ताक्षर

आयरन गोली उपभोग का विवरण

क्रम संख्या	माह एवं वर्ष	माह के प्रारम्भ में उपलब्ध कुल गोलियों की संख्या (A)	माह में उपभोग की गयी गोलियों की संख्या (B)	माह में रिकार्ड के अनुसार (एक्पायरी एवं खराब हुई गोलियों की संख्या) (C)	माह के अंत में बची गोलियों की संख्या (D) = A-[C+B]	हस्ताक्षर

"आयरन पोषण है दवा नहीं है जो हमें भोजन से मिलता है। इसकी शरीर में आवश्यकता भोजन से पूरी नही हो पाती है अतः आयरन गोली के रूप में अलग से लेना आवश्यक है"

साप्ताहिक आयरन एवं फोलिक

कक्षा में कुल छात्र/छात्राओं की संख्या.. आंगनबाड़ी केन्द्र में स्कूल न जाने वाली (विवाहित/अविवाहित) किशोरियों की संख्या..

कक्षा में कुल छात्रों की संख्या.. कक्षा में कुल छात्राओं की संख्या..

आयरन

क्रम सं0	कक्षा	लिंग (पु0/स्त्री)	आयरन गोली देने का विवरण (प्रत्येक सप्ताह													
			माह का नाम								माह का नाम					
	छात्र/छात्रा/किशोरी का नाम		प्रथम सप्ताह	द्वितीय सप्ताह	तृतीय सप्ताह	चतुर्थ सप्ताह	पंचम सप्ताह	कुल	प्रतिकूल प्रभाव की स्थिति का विवरण	संदर्भन	प्रथम सप्ताह	द्वितीय सप्ताह	तृतीय सप्ताह	चतुर्थ सप्ताह	पंचम सप्ताह	कुल
	अध्यापक/अध्यापिका/आंगनबाडी कार्यकर्ती द्वारा आयरन का उपभोग															
	पोषण स्वास्थ्य शिक्षा सत्र का आयोजन की तिथि															
कुल																

नोट :
- आयरन की पिंक गोली (45 mg) प्रति सप्ताह कक्षा 1 से 5 तक के बच्चों को तथा नीली आयरन गोली (60 mg) प्रति सप्ताह कक्षा 6 से 12 तक के छात्र/छात्राओं को कक्षाध्यापक
- आयरन की गोलियां खिलाने के पश्चात् नाम के सामने दिये गए साप्ताहिक कॉलम में सही का निशान लगाएं यदि सोमवार को छात्र/छात्राएं एवं किशोरियां अनुपस्थिति होने पर या

"आयरन पोषण है दवा नहीं है जो हमें भोजन से मिलता है। इसकी शरीर में आवश्यकता भोजन से पूरी नही हो पाती है अतः आयरन गोली के रूप में अलग से लेना आवश्यक है"

एसिड संपूरण कार्यक्रम (WIFS)

उपभोग स्थिति

में खाई गई गोलियों की संख्या लिखें)																		
		माह का नाम								माह का नाम								
प्रतिकूल प्रभाव की स्थिति का विवरण	संदर्भन	प्रथम सप्ताह	द्वितीय सप्ताह	तृतीय सप्ताह	चतुर्थ सप्ताह	पंचम सप्ताह	कुल	प्रतिकूल प्रभाव की स्थिति का विवरण	संदर्भन	प्रथम सप्ताह	द्वितीय सप्ताह	तृतीय सप्ताह	चतुर्थ सप्ताह	पंचम सप्ताह	कुल	प्रतिकूल प्रभाव की स्थिति का विवरण	संदर्भन	डीवार्मिंग तिथि (यदि लागू हो)

एवं 10 से 19 वर्ष की स्कूल न जाने वाली किशोरियों को आंगनबाड़ी कार्यकर्ती की निगरानी में खिलायी जायेगी।
छुट्टी होने की दशा में अगले दिन गोली खिलाएं एवं उस दिन की तिथि कॉलम में अंकित करें।

अध्यापक / कक्षा अध्यापिका / आंगनबाड़ी कार्यकर्ती के हस्ताक्षर...

आयरन एवं फोलिक एसिड संपूरण कार्यक्रम (WIFS)

कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र मासिक रिपोर्ट (शिक्षा एवं आई0सी0डी0एस0 विभाग) का प्रारूप (विफ्स–1)

डीवर्मिंग तथा आयरन गोली उपभोग स्थिति

जिला.. ब्लॉक का नाम.. माह/वर्ष..

स्कूल का प्रकार (सरकारी/सरकारी सहायता प्राप्त/आवासीय विद्यालय/इण्टर कालेज)/आई0सी0डी0एस0सेक्टर का नाम .... कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र का नाम ....

विवरण		आयरन की नीली गोली 60 मि.ग्रा. (विफ्स)	एनीमिया मुक्त भारत		
		कक्षा 6 से 12 (शिक्षा विभाग)			आई.सी.डी.एस. विभाग
		लड़के	लड़कियाँ	कुल संख्या	10 से 19 वर्ष की स्कूल न जाने वाले किशोरियां
		A	B	A+B	
1.कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में छात्र/छात्राऐं/ किशोरियों की संख्या					
2. कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में छात्र/छात्राऐं/किशोरियों को आई.एफ.ए. गोलियों के उपभोग का विवरण					
2.1) लाभार्थी की संख्या जिन्हें कम से कम 4 आयरन की गोलियाँ खिलायी गई।					
2.2) आई0एफ0ए0 कवरेज प्रतिशत में					
2.3) लाभार्थियों में मध्यम एवं गम्भीर एनीमिया (केवल शारीरिक परीक्षण के आधार पर)	चिन्हित				
	सन्दर्भित				
3.1) बच्चों की संख्या जिनमें किसी भी प्रकार के प्रतिकूल प्रभाव पाये गये।					
3.2) प्रतिकूल प्रभाव के सर्न्दभित बच्चों की संख्या।					
4. कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में अध्यापकों,/आंगनबाड़ी कार्यकत्री एवं सहायिका की कुल संख्या जिन्होंने आयरन की गोली खायी					
4. डीवर्मिंग की गोली खिलायी गयी (फरवरी/अगस्त)					
4.1 कुल लाभार्थियों की संख्या जिन्हें डीवर्मिंग की गोली खिलायी गयी (फरवरी/अगस्त)					
4.2 एल्बेन्डाजॉल कवरेज प्रतिशत में					
5. पोषण स्वास्थ्य शिक्षा (NHE) सत्र के सन्दर्भ में					
5.1 कुल प्रस्तावित सत्र					
5.2 कुल आयोजित सत्र					
6. कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में स्टॉक विवरण	वर्षभर में आयरन की कुल आवश्यकता	माह का आरम्भिक स्टॉक	माह में प्राप्त स्टॉक	माह में खर्च स्टॉक	माह के अन्त में अवशेष मात्रा एवं एक्सपाईरी तिथि
आयरन की नीली गोली 60 मि.ग्रा. (विफ्स)					
डीवर्मिंग गोली					

नाम एवं हस्ताक्षर

(कक्षाध्यापक/आंगनबाड़ी कार्यकत्री)

आयरन एवं फोलिक एसिड संपूरण कार्यक्रम (WIFS)

कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र मासिक रिपोर्ट (शिक्षा एवं आई0सी0डी0एस0 विभाग) का प्रारूप (विफ्स–1)

डीवर्मिंग तथा आयरन गोली उपभोग स्थिति

जिला.. ब्लॉक का नाम.. माह/वर्ष..

स्कूल का प्रकार (सरकारी/सरकारी सहायता प्राप्त/आवासीय विद्यालय/इण्टर कालेज)/आई0सी0डी0एस0सेक्टर का नाम .... कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र का नाम ....

विवरण		आयरन की नीली गोली 60 मि.ग्रा. (विफ्स)	एनीमिया मुक्त भारत		
		कक्षा 6 से 12 (शिक्षा विभाग)			आई.सी.डी.एस. विभाग
		लड़के	लड़कियाँ	कुल संख्या	10 से 19 वर्ष की स्कूल न जाने वाले किशोरियां
		A	B	A+B	
1.कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में छात्र/छात्राऐं/ किशोरियों की संख्या					
2. कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में छात्र/छात्राऐं/किशोरियों को आई.एफ.ए. गोलियों के उपभोग का विवरण					
2.1) लाभार्थी की संख्या जिन्हें कम से कम 4 आयरन की गोलियाँ खिलायी गई।					
2.2) आई0एफ0ए0 कवरेज प्रतिशत में					
2.3) लाभार्थियों में मध्यम एवं गम्भीर एनीमिया (केवल शारीरिक परीक्षण के आधार पर)	चिन्हित				
	सन्दर्भित				
3.1) बच्चों की संख्या जिनमें किसी भी प्रकार के प्रतिकूल प्रभाव पाये गये।					
3.2) प्रतिकूल प्रभाव के सर्न्दभित बच्चों की संख्या।					
4. कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में अध्यापकों,/आंगनबाड़ी कार्यकत्री एवं सहायिका की कुल संख्या जिन्होंने आयरन की गोली खायी					
4. डीवर्मिंग की गोली खिलायी गयी (फरवरी/अगस्त)					
4.1 कुल लाभार्थियों की संख्या जिन्हें डीवर्मिंग की गोली खिलायी गयी (फरवरी/अगस्त)					
4.2 एल्बेन्डाजॉल कवरेज प्रतिशत में					
5. पोषण स्वास्थ्य शिक्षा (NHE) सत्र के सन्दर्भ में					
5.1 कुल प्रस्तावित सत्र					
5.2 कुल आयोजित सत्र					
6. कक्षा/आंगनबाड़ी केन्द्र में स्टॉक विवरण	वर्षभर में आयरन की कुल आवश्यकता	माह का आरम्भिक स्टॉक	माह में प्राप्त स्टॉक	माह में खर्च स्टॉक	माह के अन्त में अवशेष मात्रा एवं एक्सपाईरी तिथि
आयरन की नीली गोली 60 मि.ग्रा. (विफ्स)					
डीवर्मिंग गोली					

नाम एवं हस्ताक्षर

(कक्षाध्यापक/आंगनबाड़ी कार्यकत्री)

खून की कमी ना करें नजरअंदाज
नज़दीकी केन्द्र से लायें आयरन की गोली आज

एनीमिया मुक्त भारत के अन्तर्गत
5 से 19 वर्ष के बच्चों एवं किशोर/किशोरियों के लिए
निःशुल्क आयरन फोलिक एसिड की गोलियों की व्यवस्था की गई है।

5 से 10 वर्ष के बच्चों के लिए

- **सप्ताह में एक बार आयरन की गुलाबी गोली 45 मि.ग्रा.**
- **साल में दो बार पेट के कीड़े मारने की गोली**

प्राथमिक विद्यालय में उपलब्ध

किशोर-किशोरियों (10 से 19 वर्ष) के लिए

- **सप्ताह में एक बार आयरन की नीली गोली 60 मि.ग्रा.**
- **साल में दो बार पेट के कीड़े मारने की गोली**

आंगनवाड़ी केन्द्र, अपर प्राईमरी स्कूल, इंटर कॉलेज में उपलब्ध

राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम, राज्य कार्यक्रम प्रबन्धन इकाई, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, उ0प्र0

16, ए.पी. सेन रोड, मण्डी परिषद भवन, लखनऊ

ई.मेल-gmrksk2019@gmail.com वेबसाइट-upnrhm.gov.in