आशायें

आशायें हर गाँव की,
उम्मीदें जहाँ भर की।

वर्ष 1 अंक 2 अक्टूबर–दिसम्बर, 2008

आशाओं के लिए त्रैमासिक समाचार पत्रिका

आपका स्नेह – आपके पत्र

'आशायें' पत्रिका का पहला अंक आप तक पहुँचा। हमें बहुत हर्ष है कि आपने उसे बडे उत्साह से अपनाया–इससे हमें और हिम्मत मिली। आप के स्नेह भरे पत्र हमें हमारी उम्मीदों से कहीं आगे ले गये। आप हमें ऐसे ही लिखती रहें जिससे हमारा हौसला बढ़ता रहे और 'आशायें' पत्रिका आप बहनों की प्रतिबिम्ब बने और बुलन्दी तक पहुँच जाये।

हम इस अंक में **आशा दिवस** का समाचार ला रहे हैं जिसमें उल्लेखनीय कार्यों के लिए सर्वश्रेष्ठ आशाओं को सम्मानित किया गया है। प्रदेश में कुछ नई योजनायें भी लागू की जा रही हैं जिसकी भी जानकारी हम इस अंक में आपको देंगे।

प्रशिक्षण का पाठ और आशाओं के आठ दायित्व के बारे में पिछले अंक में आप ने पढ़ा। आपके पत्रों से पता चला कि वह आपको बहुत अच्छा लगा। इस अंक में हम आपको **1-2-3-4 के जननी सुरक्षा मंत्र** के बारे में बताने जा रहे हैं। उम्मीद है, यह भी आपको अच्छा लगेगा और आप को याद हो जायेगा।

अगर आपके गाँव के लोगों के स्वास्थ्य में सुधार होगा तो वह सिर्फ आपकी वजह से ही होगा। यह क्रान्ति सिर्फ आप ही ला सकती हैं।

पत्र लिखें आशायें पत्रिका, पोस्ट बॉक्स नं०-41।
सिफ्सा, जी०पी०ओ०, लखनऊ–226001

आकर्षण

अन्दर के पृष्ठों में दिये गये लेख

आशा दिवस
पृष्ठ संख्या 2

विश्व जनसंख्या दिवस स्तनपान सप्ताह
पृष्ठ संख्या 3

1-2-3-4 का जननी सुरक्षा मंत्र
पृष्ठ संख्या 4 व 5

सच एवं स्कूल हेल्थ कार्यक्रम
पृष्ठ संख्या 6

बाल स्वास्थ्य पोषण माह
पृष्ठ संख्या 7

आपके पत्रों के जवाब
पृष्ठ संख्या 8

सौभाग्यवती योजना
पृष्ठ संख्या 9

सेहत की रसोई
पृष्ठ संख्या 11

आशाओं के लिए औषधि किट

आप सभी को एक औषधि किट दी जाएगी, जिसमें ऐसी दवाइयाँ हैं जिनसे छोटी–मोटी या शुरुआती दौर की बीमारियों का इलाज किया जाता है। इन दवाओं के इस्तेमाल करने की जानकारी आपको प्रशिक्षण के दौरान दी जा चुकी है। सलाह यह है कि कोई भी दवा देने से पहले अपनी ए.एन.एम. से जानकारी जरूर कर लें। औषधि किट में निम्नलिखित सामग्री होगी :

किट का सामान खत्म हो जाने पर स्वास्थ्य केन्द्र के प्रभारी अधिकारी से दुबारा प्राप्त कर लें।

	सामग्री	मात्रा
1	डिस्पोजेबुल डिलीवरी किट	10
2	ओ.आर.एस. पैकेट	10
3	पैरासीटामॉल गोलियाँ	100
4	डिसाईक्लोमिन गोलियाँ	50
5	पोविडाइन मलहम (ट्यूब)	2
6	थर्मामीटर	2
7	रुई (200 ग्राम)	1
8	बैण्डेज (4 सेमी.x 4 मी.)	10
9	क्लोरोक्वीन गोलियाँ	50
10	कण्डोम	500
11	गर्भनिरोधक गोलियाँ	300
12	आयरन फोलिक एसिड	1000

आशा को मिलने वाली प्रोत्साहन राशि*

गतिविधि	प्रतिपूर्ति राशि
जननी सुरक्षा योजना (आशाओं को मिलने वाली धनराशि-वाहन हेतु रू० 250/-, भोजन व्यवस्था हेतु रू० 150/-, आशा हेतु रू० 200/-)	रू० 600/-
महिला नसबन्दी कार्यक्रम में प्रेरक शुल्क एवं केस फॉलोअप	रू० 150/-
पुरुष नसबन्दी हेतु प्रेरक शुल्क एवं केस फॉलोअप	रू० 200/-
क्षय नियंत्रण कार्यक्रम में डॉट्स प्रोवाइडर कार्य पर (केस उपचार उपरान्त)	रू० 250/-
पल्स पोलियो अभियान बूथ एवं घर–घर कार्य (प्रतिदिन)	रू० 50/-
नियमित टीकाकरण अभियान – सोशल मोबलाईजेशन (प्रतिदिन)	रू० 150/-
माँ व नवजात शिशु की देखभाल एवं स्तनपान को बढ़ावा	रू० 50/-
1 वर्ष से कम बच्चों के पूर्ण टीकाकरण एवं विटामिन ए की खुराक	रू० 100/-
जन्म-मृत्यु पंजीकरण	रू० 5/-
बच्चों की निगाह जाँच एवं चश्मा लगवाने के उपरान्त	रू० 25/-
मोतियाबिन्द केस-आपरेशन एवं फॉलोअप	रू० 50/-
**कुष्ठ नियंत्रण कार्यक्रम • पौसी बेसिलरी (केस उपचार उपरान्त)	रू० 300/-
• मल्टीबेसिलरी (केस उपचार उपरान्त)	रू० 500/-
दो सामूहिक बैठक प्रतिमाह (रू० 100/- प्रति बैठक की दर से)	रू० 200/-

* उ०प्र० शासनादेश सं०–1867 (5-9-2005-9(277)/84 दिनांक : 8 जून 2007
** कुष्ठ नियंत्रण कार्यक्रम के अंतर्गत भारत सरकार द्वारा संशोधित दर

जननी सुरक्षा योजना

से बढ़े संस्थागत प्रसव

एक तरफ झाँसी, ललितपुर, हमीरपुर, महोबा, चित्रकूट एवं इटावा जिलों की आशाओं ने अभी तक के निर्धारित संस्थागत प्रसव के लक्ष्य का 60 प्रतिशत प्राप्त कर लिया है।

दूसरी तरफ एटा, पीलीभीत, अम्बेडकर नगर, बहराइच, बलिया, आजमगढ़, मेरठ, रामपुर, महाराजगंज, कानपुर नगर, गाजियाबाद, बुलन्दशहर, बिजनौर, औरैया, वाराणसी एवं जौनपुर जनपदों की आशाओं ने अभी तक केवल 3 से 15 प्रतिशत लक्ष्य ही प्राप्त किया है।

ग्राम स्वास्थ्य एवं स्वच्छता समिति और आशा

राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन के अन्तर्गत प्रत्येक ग्राम पंचायत स्तर पर **ग्राम स्वास्थ्य एवं स्वच्छता समिति** का गठन किया गया है जिसमें **ग्राम प्रधान अध्यक्ष** तथा क्षेत्र की **ए.एन.एम. उपाध्यक्ष** एवं ग्राम पंचायत की **आशा सदस्य सचिव** होगी। इसके अलावा पंचायत राज अधिनियम 1947 के अन्तर्गत गठित ग्राम पंचायत की स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति के सभी छः निर्वाचित सदस्य (जिसमें एक अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति, एक अन्य पिछड़ा वर्ग तथा एक महिला अनिवार्य है) इसके सदस्य होंगे, इसके अलावा स्वयं सेवी संस्थाओं के प्रतिनिधि, स्वयं सहायता समूह (एस.एच.जी.) के प्रतिनिधि तथा राजस्व ग्रामों के प्रत्येक पुरवे के प्रतिनिधि/महिलायें/क्षेत्रीय विषय विशेषज्ञ इसके विशेष आमंत्री के रूप में सदस्य होंगे। इनकी अधिकतम संख्या सात से अधिक नहीं होगी।

विशेष आमंत्री को बैठक में भाग लेकर अपनी राय/बात कहने का अधिकार होगा किन्तु वोट देने का अधिकार नहीं होगा। प्रत्येक ग्राम स्वास्थ्य समितियों को एक वर्ष में कुल रूपये 10,000/- का अनुदान (पाँच हजार रूपये दो बार) दिया जा रहा है। यह धन समिति के बैंक खाते में रखा जा रहा है। **खाते का संचालन प्रधान तथा ए.एन.एम. संयुक्त रूप से करेंगे।**

इस धन का उपयोग निम्न कार्यों में होना है

- स्वास्थ्य कार्यक्रम, पोषण, शिक्षा एवम् पर्यावरण सुरक्षा के क्षेत्र में ग्राम स्तरीय गतिविधियाँ यथा स्वच्छता अभियान, आरोग्यकारी गतिविधियाँ, कूड़े–कचरे का प्रबन्धन, स्कूल स्वास्थ्य गतिविधियाँ, आँगनबाड़ी स्तर की गतिविधियाँ, परिवार सर्वेक्षण आदि कार्यों में।
- किसी अति निर्धन परिवार या बेसहारा महिला की स्वास्थ्य संबंधी समस्या के सन्दर्भन, परिवहन आदि पर भी इस निधि का उपयोग किया जा सकता है।
- यह उपयोग ऐसे क्रियाकलापों हेतु ही करना है जिससे एक से अधिक परिवारों को लाभ मिले।
- ग्राम स्वास्थ्य समिति के फण्ड में ग्राम द्वारा आर्थिक योगदान भी दिया जा सकता है। जिससे कि स्वास्थ्य एवं स्वच्छता के क्षेत्र में उस कोष का उपयोग किया जा सके।

आशा क्या करे :

समिति की बैठक आयोजित करें। जिससे कि बैठक में ग्राम स्वास्थ्य योजना तैयार किया जा सके और प्राप्त धनराशि से इस वर्ष समुदाय के लिये क्या–क्या कार्य किये जाने हैं की तैयारी की जा सके।

सेहत की रसोई : थालीपीठ बनाने की विधि

यहाँ पर पौष्टिक आहार बनाने की विधि बताई जा रही है जो आप अपने समुदाय में महिलाओं को बता सकती हैं कि वे इन्हें कैसे बनायें। ये सभी आहार लौह तत्व से भरपूर हैं तथा सेहत के लिए आवश्यक हैं।

सामग्री :

- *एक कटोरी गेहूँ का आटा*
- *एक कटोरी ज्वार या बाजरे का आटा*
- *एक कटोरी बेसन*
- *एक कटोरी कटी हुई हरी सब्जियाँ जैसे – पालक, हरा प्याज*
- *एक छोटा प्याज कटा हुआ*
- *तीन चौथाई चम्मच पिसा अदरक और लहसुन*
- *आधा चम्मच अजवाइन*
- *तेल तलने या सेंकने के लिए, नमक स्वादानुसार*

विधि : सभी सामग्री को एक बर्तन में डाल कर उसमें थोड़ा तेल मिलायें। उसके बाद आवश्यकतानुसार पानी मिलाकर सामग्री को गूँथ लें और एक घंटे के लिए रख दें। एक घंटे बाद छोटी–छोटी लोई बना लें। अब रोटी बनाने की चौकी पर निचुड़ा हुआ गीला कपड़ा फैलाकर रखें। कपड़े के एक हिस्से पर बनाई हुए लोई रखें और उसी कपड़े से ढक दें। अब हल्के हाथ से उसे पूड़ी के आकार का बनाकर तवे पर तेल लगाकर सेंक लें तथा पुदीने की चटनी के साथ परोसें।

आशा की कहानी आशा की जुबानी

आशा की कहानी, आशा की जुबानी आपका अपना पृष्ठ है। इस पृष्ठ में आशा द्वारा जननी सुरक्षा योजना, टीकाकरण, परिवार नियोजन, ग्राम स्वास्थ्य एवं स्वच्छता के विषयों पर किये जा रहे विशिष्ट प्रयासों को प्रकाशित और पुरस्कृत किया जायेगा।।

इस पृष्ठ के माध्यम से आप अपने सराहनीय कार्यों को अन्य आशाओं को बता पायेंगी जिससे दूसरी आशायें भी प्रेरणा ले सकेंगी। प्राप्त कहानियों में से हर अंक में दो आशाओं की कहानियों को पुरस्कृत किया जायेगा। आप अपने कार्यों और अनुभवों को हमें नीचे दिये गये पते पर जरूर भेजें :

आशा की कहानी, आशा की जुबानी
आशायें पत्रिका, पोस्ट बॉक्स नं०-411
सिफ्सा, जी०पी०ओ०, लखनऊ–226 001

पुरस्कृत आशा की कहानियाँ

पिछले अंक में दो आशायें – खलीकुन्निशां, जिला सीतापुर एवं गीता देवी, जिला चन्दौली को अपनी कहानी के लिए 500/- रू० का पुरस्कार आशा दिवस के अवसर पर दिया गया।

"व्यवहार परिवर्तन में ऐसी ही भूमिका सभी आशा बहनों को निभानी चाहिए।"

यह कहानी पूर्णतः सत्य है। कुछ दिन पहले की बात है मेरे गाँव की एक गर्भवती महिला को प्रसव पीड़ा शुरू हो गई। उस समय महिला के परिवार वाले उससे काफी नाराज थे और कहीं ले जाने को तैयार नहीं थे। उसने हमारे पास फोन किया और मैं, आशा कंचनलता, तुरन्त उसके घर पहुँच गयी। सारी बातें जानने के बाद मैंने स्थिति को देखते हुए उसके परिवारवालों को सद्भावपूर्ण व्यवहार से समझा–बुझाकर संतुष्ट किया और गर्भवती महिला को तैयार करके सारे सामान का इन्तजाम करके गाड़ी मँगवाई और महिला को अस्पताल ले जाकर संस्थागत प्रसव कराया।

अच्छी तरह से डिलेवरी हुई। जच्चा–बच्चा दोनों सुरक्षित हो गये। मैंने उनको जननी सुरक्षा योजना के तहत रू० 1400 का लाभ दिलवाया। फिर तो उस महिला के पति, सास, ननद व पूरा परिवार बहुत खुश हुए। अब जब भी गाँव में काम के लिए जाती हूँ, हमें बुलाकर अच्छी–अच्छी जानकारी लेते हैं और मेरा सम्मान भी करते हैं।

"मुझे अपने काम में आत्म–सुख का अनुभव होता है"

कंचनलता दुबे,
आशा– ग्राम रसूलाबाद
ब्लॉक पूरा बाजार, जिला फैजाबाद

"पुरुष नसबंदी अपनायें, योग्य दम्पति कहलायें"

ऊषा देवी
आशा– ग्राम बेलवाँ
ब्लॉक बड़ागाँव, जिला वाराणसी

हमारे गाँव के लोग पुरुष नसबंदी को एक हौवा मानते हैं और पुरुष नसबंदी करवाने पर कमजोरी तथा मर्दानगी खत्म होने की बात कहते हैं। अतः हमने सर्वप्रथम गाँव के ऐसे व्यक्ति को चुना जो परिवार नियोजन के लिए उपयुक्त था और उसको मोटीवेट करने के लिए हमने अपने पति का सहयोग लिया।

बैठक में मैंने पोस्टर, पम्फलेट तथा उनकी शंकाओं का निराकरण कर उनको पुरुष नसबंदी के लिए तैयार किया। भविष्य में कोई भी समस्या होने पर पूरी जिम्मेदारी अपने ऊपर ली। ऐसा करने से मेरा प्रयास सफल रहा और मैंने सर्वप्रथम पहली पुरुष नसबंदी 31 दिसम्बर को कराई। अब तक धीरे–धीरे लोगों के भ्रम को दूर करके और उनका विश्वास जीतकर हमने पाँच कैम्पों में कुल 13 पुरुष नसबंदी कराई। यह पूरे ब्लॉक में चर्चा का विषय बना रहा।

यह पत्रिका आशाओं के लिए राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन के अन्तर्गत सिफ्सा द्वारा परिकल्पित एवं संयोजित, एस०पी०एम०यू० द्वारा मुद्रित एवं प्रकाशित

आशा दिवस

प्रदेश भर के 71 जनपदों की 823 सर्वश्रेष्ठ आशायें पुरस्कृत

प्रदेश के समस्त जनपदों में 23 अगस्त 2008 को आशा दिवस मनाया गया जिसमें जनपद स्तर पर आशाओं का एक सम्मेलन आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य आशाओं का उत्साहवर्धन एवं समुदाय के साथ उनके सम्बंध को बेहतर बनाना है।

हर ब्लॉक की सर्वश्रेष्ठ आशा को चिन्हित कर उसके **उत्कृष्ट कार्यों के लिये प्रदेश भर में 823 आशाओं को पुरस्कृत** किया गया। आशा दिवस में आशाओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

विभिन्न ज़िलों में **मुख्य अतिथि के रूप में राज्य मंत्री, प्रभारी मंत्री, आयुक्त, सचिव, ज़िला पंचायत अध्यक्ष ने उद्घाटन किया** एवं आशाओं को सम्बोधित किया।

इस अवसर पर **लगभग 22 हज़ार आशाओं** ने अपने–अपने ज़िलों में भाग लेकर इस कार्यक्रम को सफल बनाया। आशाओं द्वारा विभिन्न रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत किये गये जिसकी गूँज आज भी प्रदेश भर में सुनाई पड रही है।

आप सब इसी उत्साह से अपने गाँवों में स्वास्थ्य की खुशहाली लाती रहें जिससे हमारा प्रदेश स्वास्थ्य की राह पर आगे बढ़े।

सभी पुरस्कृत आशाओं को बधाई

क्या आप जानती हैं ?

- विश्व की आबादी का हर छठवाँ व्यक्ति भारत में और भारत की आबादी का हर छठवाँ नागरिक उत्तर प्रदेश में रहता है।
- यदि उत्तर प्रदेश एक देश होता तो वह आबादी के हिसाब से दुनिया का छठा सबसे बड़ा आबादी वाला देश होता।
- प्रदेश में हर 15 मिनट में एक वर्ष से कम आयु के 49 बच्चों की मृत्यु हो जाती है।
- हर 15 मिनट में प्रसव संबंधी कारणों से एक महिला की मृत्यु हो जाती है।

निरंतर बढ़ती आबादी से विकास व प्रगति अवरुद्ध होती है तथा, जीवन स्तर और स्वास्थ्य में गिरावट आती है।

विश्व जनसंख्या दिवस

11 जुलाई

जनसंख्या वृद्धि से उत्पन्न समस्याओं के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए उत्तर प्रदेश में 11 जुलाई 2008 को विश्व जनसंख्या दिवस के अवसर पर जनसंख्या नियंत्रण रैली, स्कूलों में पोस्टर प्रतियोगिता और अन्य कार्यक्रमों का आयोजन किया गया।

लखनऊ में एक विशाल रैली का आयोजन किया गया जिसमें भारी संख्या में स्कूली बच्चों, आशाओं एवं जागरूक नागरिकों ने भाग लिया। रैली का समापन करते हुए **प्रमुख सचिव, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, सुश्री नीता चौधरी ने महिलाओं को जनसंख्या नियंत्रण में भागीदारी के लिए प्रोत्साहित किया।**

स्कूली बच्चों ने पोस्टर प्रतियोगिता में बढ़ती हुई जनसंख्या के दुष्प्रभाव पर बहुत ही खूबसूरत पोस्टर बनाये। आइये हम सब भी प्रदेश वासियों को जनसंख्या नियंत्रण के लिए जागरूक करें।

विश्व स्तनपान सप्ताह

1-7 अगस्त
आशाओं को प्रशिक्षण

पहला दूध है वरदान, माँ करायें स्तनपान अपने शिशु को दें जीवनदान

- माँ का पहला दूध नवजात शिशु के लिए अमृत होता है।
- शिशु के जन्म के एक घंटे के अन्दर स्तनपान कराने से शिशु को जीवनदान मिलता है।
- शिशु को जन्म के बाद 6 महीने तक केवल माँ का दूध ही दिया जाये।
- माँ के दूध में वे सभी पोषक तत्व मौजूद हैं जो शिशु के जीवन के लिए लाभदायक हैं।
- 6 महीने तक शिशु को ऊपरी दूध या पानी न पिलाएं क्योंकि माँ के दूध में पानी पर्याप्त मात्रा में होता है। घुट्टी पिलाने से बच्चे को संक्रमण हो सकता है।
- शिशु को 6 महीने के बाद माँ के दूध के साथ पूरक आहार देना शुरू करें और स्तनपान दो वर्ष तक जारी रखें।
- ध्यान रहे स्तनपान शिशु जन्म से 6 माह तक का अस्थाई गर्भ निरोधक उपाय भी है, अगर माँ को माहवारी न आई हो तो।

1 से 7 अगस्त में **'स्तनपान सप्ताह'** स्तनपान को बढ़ावा देने के लिए मनाया गया। इस अवसर पर कुछ चिन्हित आशाओं को स्तनपान के महत्त्व तथा समुदाय में स्तनपान को बढ़ावा देने के लिए एक दिवसीय प्रशिक्षण दिया गया। इस समारोह का उद्देश्य था कि आशायें अपने क्षेत्र में अधिक से अधिक माताओं को स्तनपान और पहला गाढ़ा पीला दूध पिलाने के लिए प्रेरित करें।

उपयोगी जानकारी

1-2-3-4 का जननी सुरक्षा मंत्र

कैसे बचायें जच्चा–बच्चा की जान

1 गर्भवती का जल्द से जल्द पंजीकरण और 100 आयरन की गोलियाँ

2 टी०टी० के दो टीके

3 प्रसव पूर्व तीन जाँचें

4 दिन में चार बार खाए पौष्टिक आहार

गर्भ का पता लगते ही शीघ्र पंजीकरण
100 आयरन की गोलियाँ
टी०टी० के 2 टीके
3 जाँचें गर्भवती की और
दिन में चार बार पौष्टिक आहार
स्वस्थ बच्चा जनने का यही है आधार

गर्भावस्था के शुरू होने से लेकर बच्चे के जन्म के बाद लगभग छः माह तक के समय को बहुत महत्त्वपूर्ण माना जाता है। इसीलिए प्रसव सम्बंधी सावधानियों को तीन भागों में बाँटा जाता है :

- प्रसव पूर्व सावधानियाँ
- प्रसव के दौरान की सावधानियाँ एवं
- प्रसव के बाद की सावधानियाँ

वैसे तो बच्चे का जन्म एक प्राकृतिक प्रक्रिया है किन्तु बहुत सी महिलाओं को कई तरह की जटिलताएँ हो जाती हैं। इन जटिलताओं को पहले ही पहचानना तथा उनके उपचार का प्रबन्ध करना बहुत जरूरी होता है। आशा को चाहिए कि :

- गर्भवती महिलाओं की जल्द से जल्द पहचान करें।
- उनको ए.एन.एम. बहनजी के पास पंजीकृत करायें।
- उनकी नियमित जाँच करायें जिससे गर्भवती को प्रसव सम्बन्धी पूर्ण जानकारी दी जा सके तथा किसी भी परेशानी / खतरे को समय रहते पहचान कर इलाज किया जा सके।

प्रसव पूर्व सावधानियाँ :

प्रसव के पहले की जाँचों का बड़ा महत्त्व है तथा इसी पर माँ–बच्चे की सुरक्षा निर्भर करती है।

- गर्भवती का वजन
- रक्तचाप
- खून एवं पेशाब की जाँचें अति आवश्यक हैं

इन जाँचों के परिणाम से यदि किसी जटिलता का पता चले तो समय से इसका इलाज हो सकता है।

ध्यान रहे : हर गर्भवती महिला को 100 आयरन की गोली दिलाएँ एवं खाने के लिए प्रेरित करें क्योंकि गर्भावस्था में खून की कमी अक्सर हो जाती है साथ ही एक महीने के अन्तराल में दो बार टी.टी. के इंजेक्शन भी लगवाएँ।

प्रसव के दौरान की सावधानियाँ :

प्रसव करवाने के लिए आशा को चाहिए कि वह गर्भवती के घर वालों को संस्थागत प्रसव के लिए प्रेरित करे। आशा को आस–पास के ऐसे स्वास्थ्य केन्द्रों या अस्पताल को पहले से ही चिन्हित करना चाहिए जो 24 घंटे प्रसव की सुविधा देते हों। यदि लोग अस्पताल में प्रसव कराने के लिए राजी ही न हों तो उन्हें ए.एन.एम. या नर्स दीदी या प्रशिक्षित दाई की मौजूदगी में ही प्रसव कराने को कहें।

अस्पताल में प्रसव क्यों करायें

- प्रसव के दौरान किसी भी जटिलता से बचाने के लिए डॉक्टर उपलब्ध रहते हैं।
- जन्म के तुरन्त बाद टीकाकरण की सुविधा उपलब्ध रहती है।
- दवायें, ऑक्सीजन, खून चढ़ाने तथा आपरेशन की सुविधाएँ रहती हैं।

प्रसव के बाद की सावधानियाँ :

इन जाँचों में माँ की बच्चेदानी की जाँच, योनि से खून बहने की जाँच (इसे लोकिया भी कहते हैं), एनीमिया की जाँच, स्तनों की जाँच – दूध रुका तो नहीं है या स्तन में गाँठ तो नहीं पड़ी है, संक्रमण की जाँच – बदबूदार रक्तस्राव, बुखार एवं रक्तचाप और प्रोटीन यूरिया की जाँच अवश्य करायें।

इसके अतिरिक्त प्रसव पश्चात् माँ को भरपूर पोषण युक्त भोजन जिसमें कैल्शियम, लौह तत्व, विटामिन और प्रोटीन हो खाने की सलाह दें। साथ ही साथ दम्पत्ति को अपना परिवार छोटा रखने हेतु परिवार नियोजन अपनाने के लिए परामर्श भी जरूर दें।

शिक्षित सास की बहू को सलाह

खतरों से न खेलो बहिनी,
जल्दी बात बता दो।
आशा को घर पर बुलवाकर
गर्भ की जाँच करा लो।।

गर्भ तुम्हारा रहे सुरक्षित,
तीन जाँच करवाना।
टी.टी. के दो टीके लगवाकर,
आयरन की सौ गोली तुम खाना।।

भोजन में चतुरंगा खाना,
आयोडीन नमक को भूल न जाना।
साफ सफाई हो हर स्तर पर,
सुबह शाम टहलने जाना।।

जच्चा–बच्चा की रक्षा हो,
अस्पताल में ही प्रसव कराना।
बच्चे को गर्माहट देकर,
अपना पहला दूध अवश्य पिलाना।।

वजन कराके बच्चे का,
खतरों का उपचार कराना।
अस्पताल से रूपया लेकर
सकुशल घर आ जाना।।

छः माह तक केवल स्तनपान,
पानी नहीं पिलाना।
बाद महीनों मसल के भोजन,
स्तनपान भी कराना।।

विशुन चन्द्र श्रीवास्तव
प्रतिरक्षण अधिकारी
प्रा०स्वा० के०, मखरिया, जिला बस्ती

रेडियो प्रसारण

आकाशवाणी लखनऊ मीडियम वेव 747 किलो हर्ट्ज पर प्रसारित होने वाले स्वास्थ्य कार्यक्रमों का विवरण।

स्वास्थ्य चर्चा
प्रत्येक दिन प्रातः 6:50 बजे

हैलो डॉक्टर
प्रत्येक सोमवार सायं 7:30 बजे

आँगनबाड़ी
प्रत्येक बुधवार दोपहर 1:15 बजे

सुनहरे सपने, सँवरती राहें
प्रत्येक बुधवार सायं 7:30 बजे

दोबारा प्रसारण
प्रत्येक बृहस्पतिवार दोपहर 1:15 बजे

डॉक्टरी परामर्श लोकायतन कार्यक्रम
प्रत्येक बुधवार सायं 6:15 बजे

किसानों के लिये कार्यक्रम
प्रत्येक बृहस्पतिवार एवं शनिवार सायं 6:50 बजे

टी०वी० प्रसारण

कल्याणी-1
प्रत्येक बृहस्पतिवार सायं 6:30 बजे
दोबारा प्रसारण
प्रत्येक शुक्रवार सायं 5:05 बजे

कल्याणी-2
प्रत्येक सोमवार सायं 6:30 बजे
दोबारा प्रसारण
प्रत्येक शनिवार सायं 6:30 बजे

आत्मजा धारावाहिक
प्रत्येक बृहस्पतिवार सायं 5:05 बजे

हैलो सेहत
प्रत्येक मंगलवार सायं 6:30 बजे

याद रखें

आने वाली तारीखें जो विशेष दिवस के रूप में मनाई जानी हैं।

15-21 नवम्बर – नवजात शिशु देखभाल सप्ताह

1-31 दिसम्बर – बाल स्वास्थ्य पोषण माह

1 दिसम्बर – विश्व एड्स दिवस

आने वाली नई योजनाएं

बचपन से किशोरावस्था की ओर ...

sachसच
स्वास्थ्य संबंधी
किशोरावस्था परामर्श योजना

किशोरावस्था जीवन का ऐसा समय है जब बचपन जा रहा होता है और युवावस्था आ रही होती है। इस अवस्था में लड़के–लड़कियों में तेजी से कई शारीरिक बदलाव आते हैं जिससे मानसिक एवं भावनात्मक बदलाव उत्पन्न हो जाते हैं। इस अवस्था में चिड़चिड़ापन, हीनभावना, तथा आग्रह भी प्रबल होते हैं। स्वाभाविक संकोच के कारण अपना तमाम कौतूहल तथा बातें वह अपने माता–पिता से नहीं बता पाते हैं। ऐसे समय में उन्हें एक सही मार्गदर्शक की आवश्यकता होती है ।

इसी उद्देश्य से उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन के अन्तर्गत **'सच'** परियोजना में **15 -19 साल की आयु के, विद्यालय न जाने वाले किशोर–किशोरियों** के लिए जिला, ब्लाक और ग्राम स्तर पर सच परामर्श केन्द्र स्थापित किये जायेंगे। यह कार्यक्रम पहले चुने हुए जिलों में 2 अक्टूबर, 2008 से प्रारंभ होगा।

आशीर्वाद स्कूल हेल्थ कार्यक्रम

आशीर्वाद
स्कूल हेल्थ कार्यक्रम
हर बच्चा स्वस्थ रहे

प्रदेश में प्रत्येक 100 में से 50 से अधिक बच्चे कुपोषण से प्रभावित हैं जिनमें से 10 बच्चे गम्भीर कुपोषण से ग्रस्त हैं। सन्तुलित भोजन का अभाव एवं पेट में कीड़े होने से आयरन की कमी हो जाती है जिससे बच्चे कुपोषित हो जाते हैं और उन्हें सही समय पर चिकित्सकों द्वारा देखभाल एवं परामर्श नहीं मिल पाता है।

बच्चों को कुपोषण से बचाने के लिए सरकार द्वारा इस वर्ष लगभग 32 हजार प्राथमिक विद्यालयों में स्कूल हेल्थ कार्यक्रम संचालित किया जायेगा। जिसमें प्रत्येक छः माह में एक बार चिकित्सकों की टीम विद्यालय जा कर समस्त बच्चों का स्वास्थ्य परीक्षण करेगी। यह टीम बच्चों को डिवर्मिंग करने (कीड़े मारने) की गोलियाँ खिलायेगी तथा विद्यालय में आई०एफ०ए० की गोलियाँ देकर आयेगी जो नियमित रूप से प्रधानाध्यापक द्वारा बच्चों को दी जायेंगी। इसी के साथ सभी बच्चों की आँख की जाँच भी की जायेगी। जो बच्चे किसी गम्भीर रोग से ग्रस्त होंगे उनको चिकित्सालयों में संदर्भित किया जायेगा, जहाँ उनकी देखभाल विशेषज्ञों द्वारा की जायेगी। यह कार्यक्रम 1 अक्टूबर, 2008 से प्रारम्भ होगा।

बाल स्वास्थ्य पोषण माह

(दिसम्बर में मनाया जाएगा)

बाल स्वास्थ्य पोषण माह प्रतिवर्ष दिसम्बर एवं जून में मनाया जाता है। इसका उद्देश्य 9 माह से 5 वर्ष तक के सभी बच्चों (इसमें छूटे बच्चे भी शामिल हैं) को छः माह के अन्तर पर विटामिन ए की खुराक देना है। जिससे कि बच्चों में रोगों से लड़ने की क्षमता में सुधार हो, रतौंधी से बचाव हो, पाँच वर्ष से कम आयु के बच्चे स्वस्थ रहें और उनका कुपोषण से बचाव एवं इलाज हो सके। साथ ही बच्चों का टीकाकरण विशेष कर छूटे हुए बच्चों को समय से पूर्ण प्रतिरक्षित करना है।

आशा क्या करे :

- 9 से 12 माह के बच्चों को खसरे के टीके के साथ विटामिन ए की पहली खुराक देने हेतु समुदाय को जानकारी दें।
- 9 माह से 5 वर्ष तक के सभी बच्चों को छः माह के अन्तराल पर विटामिन ए की खुराक देने हेतु परिवारों को जानकारी दें।
- विटामिन ए की खुराक पीने से एवं टीकाकरण से छूटे हुए बच्चों को खोजने में ए.एन.एम./आँगनबाड़ी की मदद करें।
- विटामिन ए युक्त खाद्य पदार्थ जैसे अण्डा, मछली, दूध, गाजर, हरे पत्तेदार सब्जियाँ, पीले फल आदि की मात्रा प्रतिदिन भोजन में बढ़ाई जानी चाहिए, समुदाय को जानकारी दें।

ग्राम स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस

प्रदेश के सभी जनपदों के प्रत्येक गाँव (1000 की जनसंख्या पर) में प्रति माह एक ग्रामीण स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस का आयोजन गाँव के आँगनबाड़ी केन्द्रों पर किया जाता है। माह के पहले बुधवार को छोड़कर किसी भी बुधवार को यह आयोजन किया जाता है। इस दिवस के माध्यम से ग्राम स्तर पर कार्यरत कार्यकर्ताओं द्वारा ग्रामीण जनता को स्वास्थ्य सेवाओं के महत्त्व तथा पास के स्वास्थ्य केन्द्रों के बारे में पूरी जानकारी दी जाती है तथा ग्रामवासियों को स्वास्थ्य सेवायें लेने के लिए प्रोत्साहित कर स्वास्थ्य के प्रति उनकी सोच तथा व्यवहार में परिवर्तन किया जाता है।

इस दिन ए.एन.एम. गाँव में गर्भवती महिलाओं व बच्चों का टीकाकरण भी करती हैं। आँगनबाड़ी कार्यकर्त्री द्वारा पोषण सम्बंधी सलाह दी जाती है तथा अति कुपोषित बच्चों को उपचार हेतु संदर्भित किया जाता है।

इस दिवस के आयोजन में सभी विभागों जैसे – स्वास्थ्य, आई.सी.डी.एस., शिक्षा तथा पंचायती राज आदि द्वारा सहयोग तथा सहभागिता प्रदान की जा रही है। साथ ही इस कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए ए.एन.एम., आँगनबाड़ी कार्यकर्त्री, आशा, आँगनबाड़ी सहायिका, ग्राम पंचायत से सम्बंधित ग्रामीण स्वास्थ्य एवं स्वच्छता समिति की महिला सदस्य एवं प्रशिक्षित दाई की उपस्थिति अनिवार्य है।

आशा क्या करे :

आप इस दिवस को सफल बनाने हेतु अपने कार्यक्षेत्र में लोगों को यह बतायें कि माह में किस दिन इसका आयोजन किया जा रहा है तथा लोगों को इस कार्यक्रम से लाभ उठाने के लिए प्रोत्साहित कर उन्हें अपने साथ आयोजन स्थल पर ले जायें। इसके लिए आपको रू० 150/- प्रोत्साहन के रूप में दिया जाएगा।

आपके पत्रों के जवाब

हम आपसे यह अपेक्षा रखते हैं कि इस पत्रिका में गीतों का भी समावेश करें ताकि और अच्छा लगे।

– लालती देवी

आशा, ग्राम–प्रसादपुर, ब्लॉक–पिण्डरा, जिला वाराणसी

आपके सुझाव के लिए धन्यवाद। आप सब से अनुरोध है कि आप अपने गीत हमें लिखकर भेजें।

– सम्पादक आशायें पत्रिका

"जननी सुरक्षा योजना व आशा प्रोत्साहन राशि के बारे में चर्चा अच्छी लगी। इससे हमें कार्य करने में मदद मिलेगी और हम लोगों की पहचान बनेगी।"

सावित्री राव

आशा, छोलापुर जिला वाराणसी।

आपके लिए प्रोत्साहन राशि की जानकारी इस अंक में भी दोहराई जा रही है।

– सम्पादक आशायें पत्रिका

"हम लोग जो डिलीवरी लेकर जिले में जाते हैं उसका 200 रूपये चेक के माध्यम से मिलता है। उस चेक पर एकाउन्ट पेई लिखे जाने से रू० 65 कट जाते हैं और 135 रूपये मिलते हैं। अतः आपसे निवेदन है कि हम लोगों को पैसा बियरर चेक से दिया जाये जिससे कि पूरा पैसा मिले। साथ ही हम लोगों को मानदेय भी मिलना चाहिए। यही हमारा आपसे निवेदन है।"

हीरा सिंह

ग्राम व पोस्ट–महमूदपुर, जिला सुल्तानपुर

आपका पत्र मिला आपकी समस्या के समाधान के लिए सम्बन्धित अधिकारी को कार्यवाही हेतु भेज दिया गया है।

– सम्पादक आशायें पत्रिका

बेटी से क्यों प्यार नहीं

खुदा का वरदान है बेटी
फिर भी क्यों इससे प्यार नहीं
सपनों का संसार है बेटी
खुशियाँ हैं दामन में सजी
न है इसमें कोई कमी
फिर भी क्यों इससे प्यार नहीं।।
नदी सी शीतल है बेटी
फूलों सी कोमल है बेटी
जन्म लेने से पहले ही
क्यों नष्ट करायी जाती है बेटी
घर आँगन और पति के सपने
पलकों से सँवारती है बेटी
फिर भी क्यों इससे प्यार नहीं।।
क्या है इसमें कोई कमी
क्या इसका सारा कसूर है
बेटी तो अनमोल रतन है
माँ भी बेटी बहन भी बेटी
बेटी है बेटी ही बेटी
फिर भी क्यों इससे प्यार नहीं।।

– कौशल्या (आशा), आजमपुर

आशा बहनों से अनुरोध है कि अपनी समस्या हमें लिख भेजें और हमारा प्रयास रहेगा कि हम आपके पत्रों को उचित अधिकारी तक पहुचाएँ।

आप हमें इसी तरह पत्र पोस्ट बाक्स न० 411 पर लिखती रहें।

अपनी समस्याओं के निदान के लिए सम्पर्क करें

- जिला स्तर पर : **मुख्य चिकित्सा अधिकारी**
- राज्य स्तर पर : **राज्य नोडल अधिकारी (आशा),** राज्य कार्यक्रम प्रबन्धन इकाई, राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन, परिवार कल्याण महानिदेशालय, जगत नारायण रोड, लखनऊ, उ०प्र० – 226003

सौभाग्यवती योजना से जुड़े मान्यता प्राप्त निजी चिकित्सालय

इस पत्रिका के पहले अंक में बताया गया था कि निजी चिकित्सालयों में जननी सुरक्षा योजना को लागू करने के लिए सौभाग्यवती सुरक्षित मातृत्व योजना का शुभारम्भ किया गया है। नीचे उन सभी निजी चिकित्सालयों की सूची दी जा रही है जहाँ पर आप गर्भवती महिला को मुफ्त जाँच एवं प्रसव के लिए ले जा सकती हैं और जननी सुरक्षा योजना का लाभ दिला सकती हैं।

आशाओं को चाहिये कि वे अपने स्थान से सबसे कम दूरी वाले चिकित्सालय का नाम लिख लें तथा उन चिकित्सालयों तक जाने के मार्ग की दूरी तथा वाहनों की उपलब्धता की जानकारी कर लें जिससे जरूरत पड़ने पर गर्भवती को वहाँ तक पहुँचाने में देरी न हो।

आगरा • मेरि गोल्ड हॉस्पिटल, 38-A/402, निकट शिव मंदिर शिवाला, ग्वालियर रोड। **बुलन्दशहर** • आचार्य पं० विजय प्रकाश मेमोरियल शिवम हॉस्पिटल, नरौरा • दीक्षित हॉस्पिटल, सिकन्दराबाद • जय शिप्रा मेडिकल सेंटर, भवानी हॉस्पिटल, जटिया अस्पताल के सामने, खुर्जा। **अलीगढ** • राठी नर्सिंग होम, आगरा रोड • ज्ञान अस्पताल, छर्रा • सेन्ट्रल हॉस्पिटल, मसूदाबाद, जी.टी. रोड • डा.के.सी. सिंघल हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च, रामघाट रोड • प्रेमवती देवी मैटरनिटी एण्ड चाइल्ड केयर सेन्टर, अतरौरी • संजीवनी हॉस्पिटल, खैर। **काशीरामनगर** • क्रिश्चियन हॉस्पिटल, नदारी गेट, कासगंज • कलावती हॉस्पिटल, कासगंज। **फतेहपुर** • ब्राडवेल क्रिश्चियन हॉस्पिटल, हरिहरगंज • देवा नर्सिंग होम, जी.टी. रोड, फतेहपुर (बस स्टेशन के पास) **कौशाम्बी** • आमिर बानो मेमोरियल हॉस्पिटल, पूरामुफ्ती। **चन्दौली** • अभिषेक नर्सिंग होम। **पीलीभीत** • सचान नर्सिंग होम, नौगवाँ चौराहा। **शाहजहाँपुर** • कपूर हॉस्पिटल • निपुण हॉस्पिटल। **बाँदा** • बंसल नर्सिंग होम। **बहराइच** • राज हॉस्पिटल, गोण्डा रोड • वृद्धा हॉस्पिटल, पुलिस लाइन रोड। **बलरामपुर** • प्रेम सेवा हॉस्पिटल, उतरौला। **आजमगढ** • महा मृत्युंजय हॉस्पिटल, चन्देसर • सीमा नर्सिंग होम। **गोरखपुर** • मेरि गोल्ड हॉस्पिटल, साकेतपुरी, दस नं. बोरिंग। **कुशीनगर** • संजीवनी हॉस्पिटल, कसया, कुशीनगर। **कन्नौज** • जीवन ज्योति हॉस्पिटल, जी.टी. रोड, मकरन्दनगर • स्पर्श हॉस्पिटल, तिर्वा रोड, सरायमीरा • सेवा मैटरनिटी सेंटर, पश्चिमी बाई पास गुरुसहायगंज • सिद्धार्थ हॉस्पिटल, कुशवाहा मार्केट, तिर्वा रोड गुरुसहायगंज। **लखीमपुर खीरी** • शिवा हॉस्पिटल, सतूजा नर्सिंग होम • अग्रवाल हॉस्पिटल। **लखनऊ** • मेरि गोल्ड हॉस्पिटल, सी.आर. पी.एफ. चौराहा, माती रोड, ग्राम बिजनौर • किंग मेडिकल सेंटर, दुर्गागंज चौराहा, काकोरी • बाबा हॉस्पिटल, 56 मटियारी, चिनहट, देवा रोड। **उन्नाव** • सुषमा हॉस्पिटल एवं नर्सिंग होम, शुक्लागंज • जय बाबा हॉस्पिटल, सिविल लाइन्स। **गौतमबुद्ध नगर** • दिव्य ज्योति नर्सिंग होम। **कानपुर नगर** • जैन चिकित्सालय, जी.टी. विनोबा नगर, रमादेवी • रमा मेडिकल कालेज चिकित्सालय एवं रिसर्च सेंटर, ग्राम मन्धना • उमा चिकित्सालय, हसपुर, नौबस्ता • आशीर्वाद चिकित्सालय एवं जच्चा-बच्चा केन्द्र, घाटमपुर • मेरि गोल्ड हॉस्पिटल, ई-32, पनकी मंदिर रोड। **रामपुर** • शोभा नर्सिंग होम, सिविल लाइन्स, शिवि पैलेस के सामने • मिर्जापोली क्लीनिक एण्ड मैटरनिटी सेंटर। **मिर्जापुर** • राम कृष्ण हॉस्पिटल, अल्लापुर, • जयशंकर हॉस्पिटल रिसर्च सेंटर, चेतगंज **संत रविदासनगर** • वजीरुन्निसा मदर केयर नर्सिंग होम, भदोही। **प्रतापगढ** • अंसारी नर्सिंग होम, कटरा रोड • डी.आर.एस. हॉस्पिटल **सहारनपुर** • दयावती हॉस्पिटल, लिंक रोड, टी.वी.एस. एजेन्सी के पीछे, रणजीत नगर • कमला देवी हॉस्पिटल, विलकाना रोड • नवजीवन नर्सिंग होम, देवबन्द • सहगल आई एंड मैटरनिटी सेंटर, हकीकत नगर। **मुरादाबाद** • तीर्थंकर महावीर हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेंटर, बागडपुर, देहली रोड • श्री सांई हॉस्पिटल, निकट लोको शेड पुल, देहली रोड • विवेकानन्द हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेंटर, कांठ रोड, • वरदान नर्सिंग होम, लाजपतनगर • मुस्कान नर्सिंग होम, आशियाना फेस-1 • सृष्टि नर्सिंग होम, सीता रोड, चन्दौसी। **सुल्तानपुर** • संजय गाँधी हॉस्पिटल, मुंशीगंज अमेठी, • आस्था हॉस्पिटल एण्ड हार्ट सेंटर, पॉचपीरन। **मथुरा** • सुरेन्द नर्सिंग होम • बृज चिकित्सा संगठन • निरपढ़ हॉस्पिटल • सीमा हॉस्पिटल। **बदायूँ** • मेरि गोल्ड हॉस्पिटल **हाथरस** • मैथोडिस्ट पब्लिक सेंटर, मुरसान जनपद • **गाजीपुर** • सारस्वत हॉस्पिटल, दिलदार नगर **जालौन** • कैलाश नर्सिंग होम • जैन नर्सिंग होम **बाराबंकी** • मेरि गोल्ड हॉस्पिटल, बाराबंकी **गोण्डा** • गोण्डा मेडिकल सेंटर • शान्ति नगर हॉस्पिटल, शाहजात कटरा बाजार। **देवरिया** • सावित्री नर्सिंग होम। **हरदोई** • हरदोई नर्सिंग होम • धर्मकुशा हॉस्पिटल। **महाराजगंज** • शुभ्रा हेल्थ एण्ड मैटरनिटी क्लीनिक। **सिद्धार्थनगर** • डॉ० अशरफ मेमोरियल हॉस्पिटल, शोहरतगढ़। **वाराणसी** • मेरि गोल्ड एपेक्स वेलफेयर हॉस्पिटल, डी.एल.डब्लू • एलायंस हॉस्पिटल, लल्लापुर, रमाकान्तनगर • सन्मुख हॉस्पिटल, बाबतपुर • हीवेल हॉस्पिटल, शिवपुर • आलोक हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेंटर, टैगोर टाउन भोजूबीर। **सीतापुर** • मनीष नर्सिंग होम, सिधौली • प्रगति नर्सिंग होम • रेनू महेश हॉस्पिटल, सिविल लाइन्स। **मेरठ** • आनन्दित पेशेण्ट केयर सेण्टर, शास्त्रीनगर • सर्वोदय नर्सिंग होम, जेल चुंगी के पास • सिरोही नर्सिंग होम, बागपत रोड • सर्वहित नर्सिंग होम, पल्लवपुरम। **गाजियाबाद** • डॉ० खान्स रेहान हॉस्पिटल, बुलन्दशहर रोड, हापुड • मावी नर्सिंग होम, इन्दिरापुरम, लोनी। **ज्योतिबाफुलेनगर** • डा. शकील फारूख नर्सिंग होम, अमरोहा। **बरेली** • रुहेलखण्ड मेडिकल कॉलेज एंड हॉस्पिटल, सुरेश शर्मा नगर के सामने, पीलीभीत बाईपास रोड • गंगाचरण हॉस्पिटल प्रा. लि., 2-रामपुर गार्डन। **मुजफ्फरनगर** • मुजफ्फरनगर मेडिकल कॉलेज, बेगराजपुर • संजीवनी नर्सिंग होम, द्वारिकापुरी • वशिष्ठ हॉस्पिटल, जानसेठ रोड। **जौनपुर** • आशीर्वाद हॉस्पिटल, पालिटेक्नीक चौराहा • नवजीवन हॉस्पिटल।