कृमि से छुटकारा, सेहतमंद भविष्य हमारा

राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस

29 अगस्त 2019

आशा के लिए जानकारी पत्र

सामुदायिक जागरूकता में आशा की अहम भूमिका

1. समुदाय को कृमि नियंत्रण के लाभ एंव राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस **29 अगस्त 2019** के बारे में बताएं और सभी को प्रोत्साहित करें कि बच्चों को इस दिन आंगनवाड़ी केन्द्र /स्कूल अवश्य भेजें।
2. जो बच्चे राष्ट्रीय कृमि मुक्ति दिवस पर किसी भी कारण से छूट जाएं, उन्हें यह दवाई मॉप–अप सप्ताह **30 अगस्त से 4 सितम्बर 2019** पर खिलवाने के लिए प्रेरित करें।
3. कार्यक्रम से पूर्व अपने क्षेत्र में ग्रह भ्रमण करते समय सभी गैर–पंजीकृत और स्कूल ना जाने वाले बच्चों की सूची तैयार रखें और आंगनवाड़ी कार्यकर्ती को दें।
4. सभी गैर–पंजीकृत और स्कूल ना जाने वाले बच्चों को आंगनवाड़ी के माध्यम से इस कार्यक्रम का लाभ दिलाने में सहयोग करें।
5. ग्राम पंचायत एंव वी.एच.एस.एन.सी. मीटिंग द्वारा समुदाय के लोगों को कृमि नियंत्रण के लाभ एंव कार्यक्रम तिथि के बारे में जागरूक करें।
6. समुदाय को सूचित करें कि कृमि नियंत्रण कार्यक्रम सम्बंधित मीडिया संदेश रेडियो, अखबार व टी.वी. आदि द्वारा प्रचारित किया जाएगा, उन्हें ध्यान से सुनें/देखें।
7. कृमि नियंत्रण के लाभ और उससे जुड़ी संपूर्ण जानकारी आंगनवाड़ी केन्द्र पर आए बच्चों और उनके माता–पिता/अभिभावकों को अवश्य बताएं। उन्हें बताएं की यह दवाई सभी बच्चों को खिलवाना आवश्यक है।

कृमि कैसे फैलता है।

1 संक्रमित बच्चे के शौच में कृमि के अंडे होते हैं। खुले में शौच करने से ये अंडे मिट्टी में मिल जाते हैं और विकसित होते हैं।

2 अन्य बच्चे नंगे पैर चलने से, गंदे हाथों से खाना खाने से या फिर बिना ढ़का हुआ भोजन खाने से, लार्वा के संपर्क में आने से संक्रमित हो जाते हैं।

3 संक्रमित बच्चों में कृमि के अंडें व लार्वा रहते हैं और बच्चों के स्वास्थ्य को हानि पहुचाँते हैं।

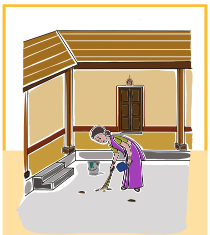
कृमि संक्रमण का बच्चों की सेहत पर असर

- कुपोषण, खून की कमी (अनीमिया)
- भूख न लगना
- कमज़ोरी और बेचैनी
- पेट में दर्द
- उल्टी और दस्त
- वज़न में कमी आना
- कृमि की जितनी अधिक मात्रा (तीव्रता) होगी, संक्रमित बच्चों में लक्षण उतने अधिक होंगे
- हल्के संक्रमण वाले बच्चों में आम तौर पर कोई लक्षण दिखाई नहीं देते

बच्चों में कृमि नियंत्रण के फायदे

- खून की कमी में सुधार
- बेहतर पोषण स्तर
- स्कूल और आंगनवाड़ी में उपस्थिति तथा बच्चों में सीखने की क्षमता में सुधार
- भविष्य में कार्य क्षमता और औसत आय में बढ़ोतरी
- वातावरण में कृमि की संख्या कम होने पर समुदाय को लाभ मिलता है

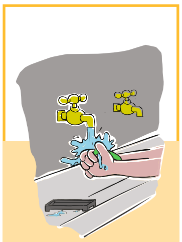
कृमि नियंत्रण की दवाई खाने के साथ-साथ कृमि संक्रमण की रोकथाम के लिए महत्वपूर्ण व्यवहार



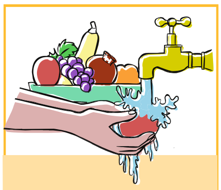
आस पास सफ़ाई रखें

जूते पहनें

खुले में शौच ना करें, हमेशा शौचालय का प्रयोग करें



अपने हाथ साबुन से धोएं, विशेषकर खाने से पहले और शौच जाने के बाद



साफ पानी से फल व सब्ज़ियाँ धोएं

हमेशा साफ पानी पीएं, खाने को ढ़क कर रखें

नाखून साफ और छोटे रखें

इन व्यवहारों के बारे में समुदाय के लोगों को, माता-पिता और बच्चों को नियमित रूप से जानकारी दें।

1. एल्बेंडाजॉल बच्चों और बड़ों के लिए सुरक्षित दवाई है। आंगनवाड़ी कार्यकर्ती/शिक्षक अपनी निगरानी में हीं हर बच्चे को दवाई खिलाएं।
2. जो बच्चे बीमार हैं, या कोई अन्य दवाई ले रहे हैं, उन्हें कृमि नियंत्रण की दवाई ना खिलाएं।
3. गले में दवाई अटकने से बचाने के लिए बच्चों को हमेशा दवाई चबाकर खाने की सलाह दें। पीने का पानी साथ रखें। बिना चबा कर खायी गयी एल्बेंडाजॉल दवाई का प्रभाव महत्वपूर्ण रूप से कम हो सकता है।
4. जिन बच्चों में कृमि होते हैं, उन्हें दवाई खाने पर कुछ मामूली प्रतिकूल लक्षण जैसे–जी मिचलाना, पेट में हल्का दर्द, उल्टी, दस्त और थकान महसूस हो सकती है। घबरायें नहीं।
5. किसी भी चिकित्सक सहायता के लिए 108 नम्बर पर फोन करें।

बच्चों के उज्ज्वल भविष्य के लिए इस कार्यक्रम में उत्साहपूर्वक और निर्देशानुसार भागीदार बनें।

NATIONAL HEALTH MISSION राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
स्वच्छ भारत एक कदम स्वच्छता की ओर
सिफ्सा SIFPSA
सत्यमेव जयते
सर्व शिक्षा अभियान सब पढ़ें सब बढ़ें
RKSK Rashtriya Kishor Swasthya Karyakram
Evidence Action Deworm the World Initiative