



बच्चों से संबंधित सामान्य रोग और प्रतिरक्षण



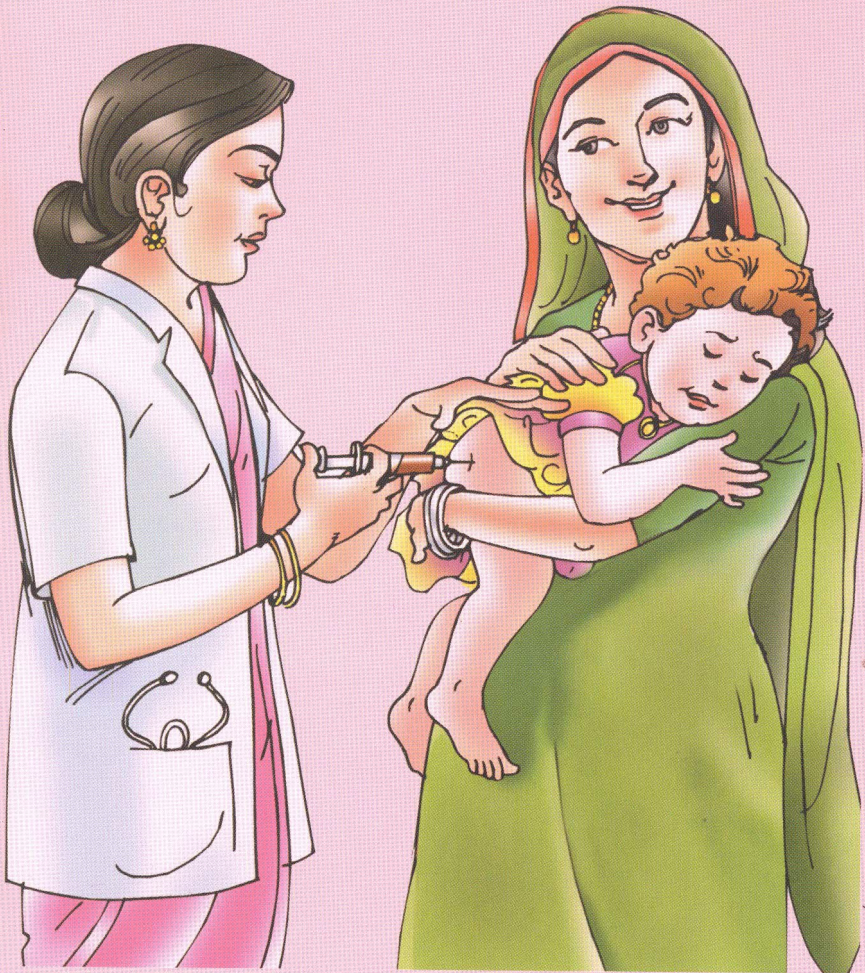
भारत सरकार

अल्पसंख्यक कार्यो का मंत्रालय



राष्ट्रीय जन सहयोग
एवं बाल विकास संस्थान

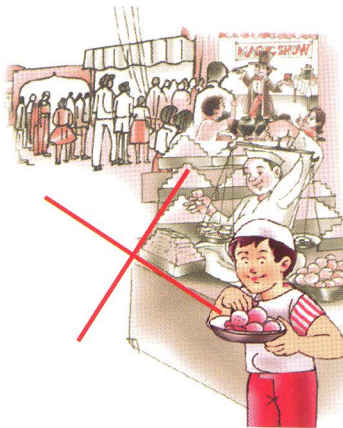
बच्चों से संबंधित सामान्य रोग
और प्रतिरक्षण



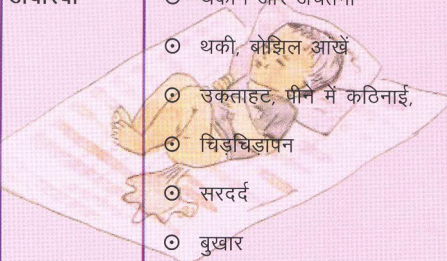
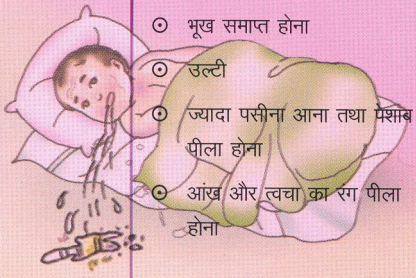
बच्चों से संबंधित सामान्य रोग और प्रतिरक्षण

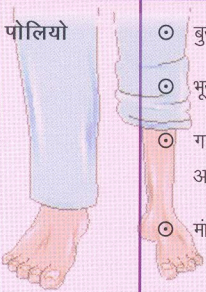
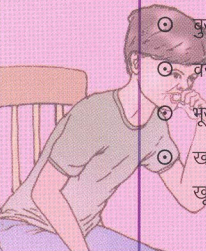


बच्चों से संबंधित रोग


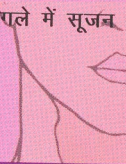

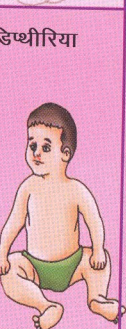

अच्छे स्वास्थ्य के लिए व्यक्तिगत स्वच्छता के साथ-साथ स्वच्छ वातावरण भी आवश्यक है। खासकर छोटे बच्चे इन बीमारियों से बहुत जल्दी ग्रसित हो जाते हैं। ज्यादातर बीमारियों का कारण गंदा पानी पीना, गंदी हवा में सांस लेना और शीघ्र खराब हो जाने वाला भोजन खाना है ।



संकेत, लक्षण, रोकथाम और नियंत्रण

बीमारी	संकेत एवं लक्षण	रोकथाम और नियंत्रण
डायरिया	 <ul style="list-style-type: none"> ⊙ थकान और अचेतना ⊙ थकी, बोझिल आँखें ⊙ उकताहट, पीने में कठिनाई, ⊙ चिड़चिड़ापन ⊙ सरदर्द ⊙ बुखार ⊙ भूख कम होना ⊙ गहरे रंग का मूत्र आना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ लम्बे समय तक बच्चों को मां का दूध पिलाना चाहिए, कम-से-कम 2 साल की उम्र तक। ⊙ नवजात शिशु को बोतल का दूध नहीं पिलाना चाहिए। ⊙ बच्चों को पौष्टिक भोजन दें। ⊙ भोजन को खुला नहीं छोड़े। ⊙ पीने का पानी सुरक्षित होना चाहिए। ⊙ पानी, मातृ दूध, सूप, चाय, नारियल पानी, दाल और चावल का पानी छोटे-छोटे अन्तराल पर देते रहें। ⊙ ओरल डिहाइड्रेशन सोल्यूशन बच्चे को देना चाहिए, यह नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र या दवाइयों की दुकान पर उपलब्ध रहता है तथा इसे घर पर भी बनाया जा सकता है।
पीलिया	 <ul style="list-style-type: none"> ⊙ बुखार आना ⊙ सरदर्द तथा कमजोरी ⊙ भूख समाप्त होना ⊙ उल्टी ⊙ ज्यादा पसीना आना तथा पेशाब पीला होना ⊙ आँख और त्वचा का रंग पीला होना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ व्यक्तिगत स्वच्छता तथा सफाई ⊙ साफ जगह पर शौच जाना ⊙ साफ पानी पीना ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: हेपेटाइटिस बी का टीका लगवाना

बीमारी	संकेत एवं लक्षण	रोकथाम और नियंत्रण
<p>पोलियो</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ बुखार और कमजोरी ⊙ भूख खत्म होना और उल्टी ⊙ गर्दन में दर्द और कड़पन आना ⊙ मांसपेशियों तथा जोड़ों में दर्द 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ व्यक्तिगत स्वच्छता तथा सफाई ⊙ साफ जगह पर शौच जाना ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: पोलियो का टीका
<p>क्षय रोग</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ 3 हफ्ते से ज्यादा खांसी रहना ⊙ बुखार, छाती में दर्द ⊙ वजन कम होना ⊙ भूख कम होना ⊙ खांसते हुए उल्टी होना और खून आना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ व्यक्तिगत स्वच्छता तथा सफाई ⊙ यहां वहां थूके व खंखारे नहीं ⊙ रोगी को अलग जगह पर रखें ⊙ बचाव: बी सी जी का टीका लगवाना
<p>टेटनस</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ पुरानी चोट ⊙ बुखार ⊙ मांसपेशियों में दर्द के साथ मरोड़ ⊙ मांसपेशियों का सख्त होना ⊙ ज्यादा रोशनी में परेशानी होना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ व्यक्तिगत स्वच्छता तथा सफाई ⊙ रोगी को एकांत में रखें, अस्पताल में उसका इलाज करवाएं ⊙ बचाव: टेटनस टाक्साइड का टीका लगवाना
<p>चेचक</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ त्वचा पर लाल धब्बों के साथ बुखार आना ⊙ वजन कम होना, कमजोरी और डायरिया ⊙ निमोनिया ⊙ कान में संक्रमण ⊙ दौरे पड़ना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ सामुदायिक जागरुकता ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: चेचक का टीका लगवाना












बीमारी	संकेत एवं लक्षण	रोकथाम और नियंत्रण
रुबेला (जर्मन चेचक) 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ बुखार रहना ⊙ गला खराब होना ⊙ गर्दन वाले क्षेत्र में ग्रंथियों का बढ़ना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ सामुदायिक जागरुकता ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: एमएमआर का टीका
गले में सूजन 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ गर्दन की ग्रंथियों के बढ़ने के साथ बुखार आना ⊙ गैहरे पर सूजन ⊙ निगलने में परेशानी 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ सामुदायिक जागरुकता ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: एम एम आर का टीका
टाइफाइड 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ 3-4 हफ्ते का बुखार ⊙ बदन दर्द और भूख न लगना ⊙ शौच में खून आना और पेट में दर्द 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ व्यक्तिगत स्वच्छता तथा सफाई ⊙ कटे तथा लम्बे समय से खुले रखे फलों को नहीं खाना चाहिए ⊙ साफ जगह पर शौच जाना ⊙ साफ पानी पीना ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: टी ए बी का टीका
डिप्थीरिया 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ बुखार आना और गले में खराबी ⊙ निमोनिया ⊙ भूख न लगना ⊙ वजन कम होना ⊙ नाक से खून आना ⊙ निगलने में परेशानी ⊙ दौरे पड़ना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ व्यक्तिगत स्वच्छता तथा सफाई ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: डी पी टी का टीका
कुकुर खांसी (काली खांसी) 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ बुखार और सूखी खांसी ⊙ निमोनिया ⊙ नाक और आंख से खून आना ⊙ बार- बार अचेत होना 	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ व्यक्तिगत स्वच्छता तथा सफाई ⊙ रोगी को अलग रखना ⊙ बचाव: डी पी टी का टीका

प्रतिरक्षण क्या है?

प्रतिरक्षण बच्चों को बचपन की बीमारियों जैसे कुकुर खांसी, चेचक, कंठ रोग, छोटी चेचक, बड़ी चेचक, पोलियो और पीलिया से बचाने की रोकथाम का उपाय है जिसमें रासायनिक द्रव्य के द्वारा संक्रमण के खतरे को कम किया जाता है।

प्रतिरक्षण की जरूरत:

- ❖ बच्चों की मृत्यु दर को कम करती है।
- ❖ यह बच्चों में बचपन की बीमारियों से बचाव करता है।
- ❖ बच्चों के स्वस्थ रहने पर माता-पिता निश्चित रहते हैं। अगर बच्चों को पहले टीके नहीं लगवाए जाते हैं तो बच्चे बराबर बीमार रहते हैं और माता-पिता को अस्पताल और डॉक्टरों के चक्कर लगाने पड़ते हैं जिससे काफी धन भी खर्च होता है।

	जन्म	6 हफ्ते	10 हफ्ते	14 हफ्ते	9 महीने	18 महीने
बीसीजी						
डीपीटी						
पोलियो						
खसरा						
विटामिन ए						 खुराक

याद रहे: बच्चा अगर मामूली संक्रमण से ग्रस्त है जैसे उसे हल्का सा बुखार, ठंड, खांसी और डायरिया हो तो भी उसे टीके लगवाएं।

पल्स पोलियो: सामान्य टीकाकरण चक्र के अलावा पोलियो की खुराक पोलियो दिवस को भी दी जाती है।

प्रतिरक्षण सूची

शिशु, बच्चों और गर्भवती महिलाओं के लिए राष्ट्रीय टीकाकरण कार्यक्रम

टीका	कब दें	खुराक	मार्ग	स्थान
गर्भवती महिलाओं के लिए				
टीटी 1	गर्भावस्था की शुरुआत में	0.5 मिली	अंत: मांसपेशियां	ऊपरी भुजा
टीटी 2	टी टी 1 के 4 हफ्तों के बाद	0.5 मिली	अंत: मांसपेशियां	ऊपरी भुजा
टीटी बूस्टर	यदि पिछले 3 वर्षों में गर्भावस्था के दौरान दो टीटी खुराक	0.5 मिली	अंत: मांसपेशियां	ऊपरी भुजा
शिशुओं के लिए				
बीसीजी	जन्म के समय या 1 साल के अंदर	0.1 मिली (0.05 मिली एक महीने की उम्र तक)	अंत: त्वचीय	दांयी ऊपरी भुजा
हैपेटाइटिस बी	जन्म के समय या 24 घंटे के अंदर	0.5 मिली	अंत: मांसपेशियां	अग्र-पार्श्वीय मध्य जांघ की ओर
ओपीवीओ	जन्म के समय या 15 दिन के अंदर	दो बूंद	मौखिक	मौखिक
ओपीवी 1, 2 और 3	6 हफ्ते, 10 हफ्ते और 14 हफ्ते	दो बूंद	मौखिक	मौखिक
डीपीटी 1, 2 और 3	6 हफ्ते, 10 हफ्ते और 14 हफ्ते	0.5 मिली	अंत: मांसपेशियां	अग्र-पार्श्वीय मध्य जांघ की ओर

टीका	कब दें	खुराक	मार्ग	स्थान
हैपेटाइटिस बी 1,2 और 3	6 हफ्ते, 10 हफ्ते और 14 हफ्ते	0.5 मिली	अंतः मांसपेशिया	अग्र-पार्श्वीय मध्य जांघ की ओर
खसरा	9-12 महीने	0.5 मिली	उप-त्वचीय	बांयी ऊपरी भुजा
विटामिन ए (1 खुराक)	9 महीने परे खसरे की खुराक के साथ	1 मिली (1 लाख आई यू)	मौखिक	मौखिक
बच्चों के लिए				
डीपीटी बूस्टर	16-24 महीने	0.5 मिली	अंतः मांसपेशियां	अग्र-पार्श्वीय मध्य जांघ की ओर
खसरा दूसरी खुराक	16-24 महीने	0.5 मिली	उप-त्वचीय	दांयी ऊपरी भुजा
ओपीवी बूस्टर	16-24 महीने	दो बून्दे	मौखिक	मौखिक
जैपनीस इन्सेफेलाइटिस**	16-24 महीने	0.5 मिली	उप-त्वचीय	दांयी ऊपरी भुजा
विटामिन ए *** (2 से 9 खुराक)	16 महीने	2 मिली (2 लाख आई यू)	मौखिक	मौखिक
डीपीटी बूस्टर	5-6 साल	0.5 मिली	अंतः मांसपेशियां	ऊपरी भुजा
टीटी	10 साल	0.5 मिली	अंतः मांसपेशियां	ऊपरी भुजा

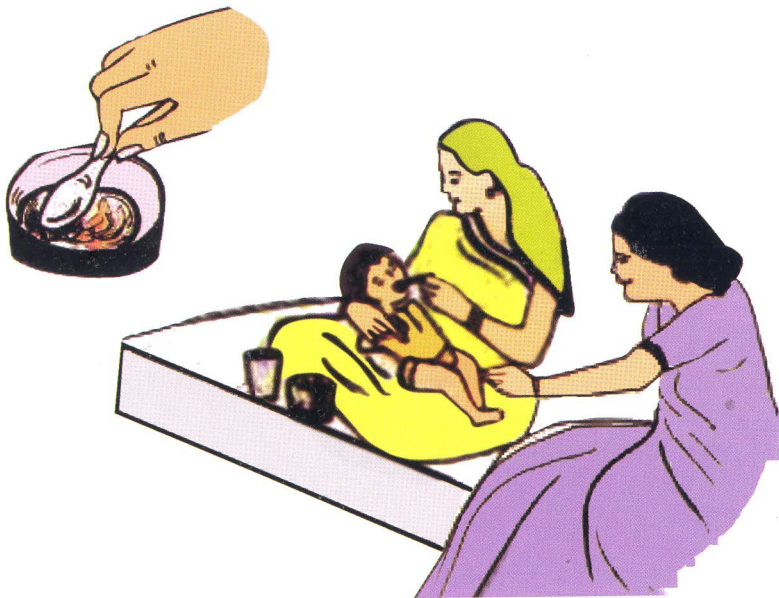
*टीटी-2 और बूस्टर खुराक गर्भावस्था के 36 हफ्तों से पहले दी जाती है। हालांकि अगर 36 हफ्ते पूरे हो चुके हैं तब भी यह खुराक दी जा सकती है। यदि गर्भवती महिला को टीटी की खुराक नहीं मिली है उसे प्रसव के दौरान भी दे सकते हैं।

**जेई का टीका अभियान के बाद चुने गए स्थानिकमारी के जिलों में

***विटामिन ए की दूसरी से नौवी खुराक एक से पांच साल तक के बच्चों को आई सी डी एस के सहयोग से अर्धवार्षिक सत्र के दौरान दी जाती है।

घरेलू उपचार

- ❖ घरेलू उपचार वे हैं जो घरेलू स्तर पर इस्तेमाल किए जाते हैं, इनमें बाजारी दवाइयों से कम पैसे लगते हैं।
- ❖ सामान्यतः आधुनिक दवाईयों की तुलना में घरेलू उपचार के हानिकारक प्रभाव नहीं होते, न ही इनसे कोई प्रतिक्रिया (रिएक्शन) होती है।
- ❖ लोगों का मानना है कि घरेलू उपचार में सिर्फ जड़ी बूटी, फलों का रस और सब्जियों का रस होता है लेकिन ये चीजें तो केवल शुरुआती स्तर पर दी जाती हैं।





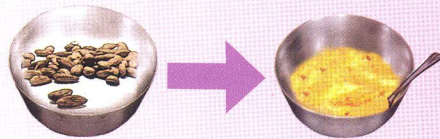
❖ घरेलू उपचार में शारीरिक व्यायाम, एक्यूपेन्चर, एक्यूप्रेषर और योग आदि शामिल हैं।

❖ घरेलू उपचार असर दिखाने में समय लेते हैं और परिणाम के लिए रोगी को इंतजार करना पड़ता है।

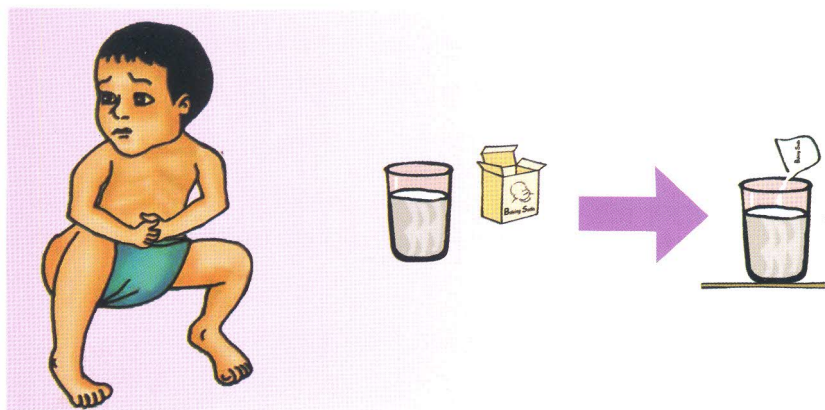
❖ यह सभी जानते हैं कि शुगर, दमा, उच्च रक्तचाप घरेलू उपचार से पूरी तरह से ठीक नहीं होते हैं परंतु इनके प्रयोग से बीमारी पर नियंत्रण पाया जाता है और आराम महसूस होता है।

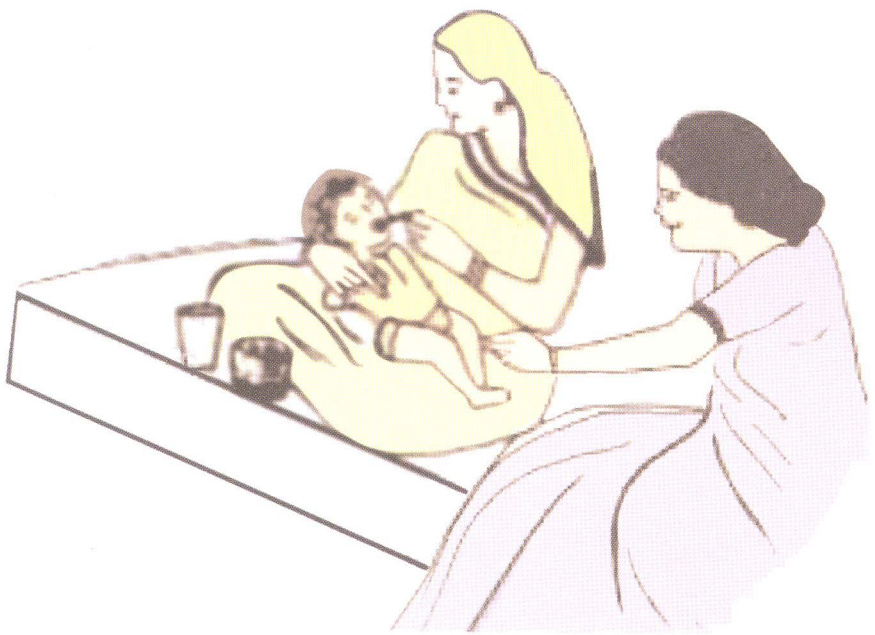
घरेलू उपचार के उदाहरण

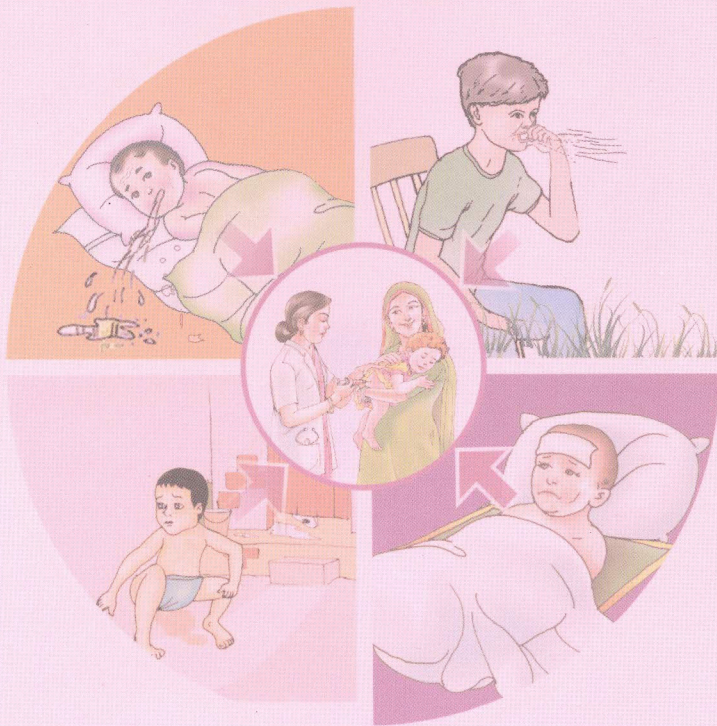
खांसी के लिए: रातभर बादाम को पानी में भिगोयें, उसका छिलका उतार दे, फिर उसमें थोड़ा सा मक्खन और चीनी के साथ मिला कर सेवन करें यह सूखी खांसी के लिए बहुत उपयोगी है। गर्म नींबू की चाय और रसबेरी जैम का अधिकाधिक सेवन करें। रात में गर्म दूध में शहद लेने से खांसी में आराम मिलता है।



अपच के घरेलू उपचार : खाने वाला सोडा और पानी बराबर मात्रा में एक गिलास में ले कर पीने से अपच की शिकायत दूर हो जाती है।







ले-आउट तथा मुद्रण : फाउंटेशनहेड साल्यूशंस (प्रा.) लिमिटेड



सत्यमेव जयते

भारत सरकार

अल्पसंख्यक कार्यो का मंत्रालय

11 वीं मंजिल, पर्यावरण भवन
सीजीओ कॉम्प्लेक्स, लोदी रोड
नई दिल्ली 110016



राष्ट्रीय जन सहयोग

एवं बाल विकास संस्थान (निपसिड)

5, सीरी इंस्टीटयूशनल एरिया, हौज खास
नई दिल्ली-110016