

தாய் சேய் நலத்திற்கு ஆதாரமான



முதல் 1 270 நாட்கள் 180 நாட்கள் 550 நாட்கள் நாட்கள்



“நலமான குழந்தைகள் வளமான தமிழகம்”

கார்ப்ப காலம்
270 நாட்கள்

முதல் 6 மாதம்
180 நாட்கள்

7 மாதம் முதல் 2 வயது வரை
550 நாட்கள்

முதல் 1000 நாட்கள்

தாய் சேய் நலனிற்கு

- ▶ கார்ப்பம் என்று தெரிந்ததும் குழந்தைகள் மையத்தில் பதிவு செய்ய வேண்டும்.
- ▶ தவறாமல் மாதம்தோறும் எடை எடுத்து கண்காணித்தல் வேண்டும்.
- ▶ கார்ப்பகாலத்தில் எடை 9 முதல் 11 கிலோ கூடுதலாவதை உறுதி செய்யவேண்டும்.
- ▶ சத்தான உணவு, இரும்புசத்து மாத்திரை, முறையான மருத்துவ பரிசோதனை ஆகியவை கார்ப்பகாலத்தில் மேற்கொள்ளவேண்டும்.
- ▶ மருத்துவமனையில் மட்டுமே மகப்பேறு பார்க்க வேண்டும்.
- ▶ குழந்தையின் பிறப்பு எடை 3 கிலோ குறையாமல் இருப்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும்.
- ▶ குழந்தை பிறந்த ஒரு மணி நேரத்திற்குள் சீம்பால் (தாய்ப்பால்) தருதல் வேண்டும் !
- ▶ ஆறுமாதம் வரை தாய்ப்பால் மட்டுமே கொடுக்க வேண்டும்
- ▶ ஏழாம் மாதம் முதல் துணை உணவுடன் தொடர்ந்து தாய்ப்பால் தருதல் வேண்டும்.
- ▶ உரிய காலங்களில் தடுப்பூசி போட வேண்டும் !
- ▶ தாய் கார்ப்பம் தரித்ததிலிருந்து ஆரம்பித்து இரண்டு வயதுக்குள் தான் குழந்தையின் மூலை 80% வளர்ச்சி அடையும் .



ஒருங்கிணைந்த குழந்தை வளர்ச்சிப் பணிகள்
தரமணி, சென்னை- 600 113



மேலும் விவரங்களுக்கு அணுகுவிர்...
அருகிலுள்ள குழந்தைகள் மையத்தை ...