

# গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা প্রকল্প



## সকল গর্ভধারণ হোক পরিকল্পিত



Rotary  
Club of Ramna  
RI District 3281



গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা সম্পর্কে সামাজিক সচেতনতা বাড়াতে বাংলাদেশ ডায়াবেটিক সমিতি;  
আইন ও বিচার বিভাগ, আইন, বিচার ও সংসদ বিষয়ক মন্ত্রণালয়  
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার; রোটারী ক্লাব, রমনা এবং  
ওয়ার্ল্ড ডায়াবেটিক ফাউন্ডেশন-এর যৌথ প্রয়াস

# গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা প্রকল্প

মা ও শিশুর সু-স্বাস্থ্যের জন্য গর্ভধারণের পূর্বে সন্তান জন্মাদানে সক্ষম নারীকে যে সেবা দেয়া হয় তাকেই গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা বলা হয়ে থাকে। জানা প্রয়োজন

- বাংলাদেশে প্রায় ৫০ শতাংশ গর্ভধারণ অপরিকল্পিত এবং প্রায় ৭৫ শতাংশ গর্ভবতী মহিলা প্রসব-পূর্ব সেবা থেকে বঞ্চিত।
- মহিলারা মূলত ৫টি প্রধান কারণে গর্ভবস্থায় ও সন্তান প্রসবের সময় মারা যায়। এগুলো হলো- অতিরিক্ত রক্তপাত/রক্তশূন্যতা, জীবানুষটিত সংক্রমণ, বিপজ্জনক গর্ভপাত, উচ্চ-রক্তচাপজনিত জটিলতা (প্রি-একলাম্পশিয়া এবং একলাম্পশিয়া) এবং রোগজনিত জটিলতা (যেমন- হৃদরোগ, ডায়াবেটিস ইত্যাদি)।

## গর্ভধারণ-পূর্ব সেবার ইতিবাচক প্রভাবসমূহ

- অপরিকল্পিত গর্ভধারণ প্রতিরোধ করে
- গর্ভকালীন এবং প্রসবকালীন জটিলতা প্রতিরোধ করে
- মা ও সন্তানের মৃত্যুর ঝুঁকি কমায় ও সুস্থান্ত্য নিশ্চিত করে
- মা ও সন্তানের ভবিষ্যত টাইপ-২ ডায়াবেটিস, গর্ভকালীন ডায়াবেটিস এবং হৃদরোগের ঝুঁকি কমিয়ে দেয়।

## গর্ভধারণ-পূর্ব সেবায় অন্তর্ভুক্ত বিষয়সমূহ

- পরিবার পরিকল্পনা গ্রহণে উন্নুক করা
- স্বাস্থ্যকর খাবার গ্রহণে আগ্রহী করা
- শারীরিক শ্রম ও ব্যায়ামের অভ্যাস তৈরি করা
- প্রয়োজনীয় টিকা নেয়া
- রক্তের গ্রহণ জানা
- অপুষ্টি/ ওজনাধিক্য ও স্তুলতা, রক্তস্মরণতা, ডায়াবেটিস ও প্রি-ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ, প্রস্তাবে আমিষের উপস্থিতি, মুক্তনালির সংক্রমণ ইত্যাদি সনাক্ত ও এর প্রতিকার করা
- মোবাইল হেল্প লাইনের মাধ্যমে চিকিৎসা ও পুষ্টি পরামর্শ নেয়া
- ফেসবুক ও অন্য সামাজিক নেটওয়ার্কের মাধ্যমে অন্যান্য সেবা গ্রহণকারীদের সাথে সমস্যা ও অভিজ্ঞতা বিনিময়ের পাশাপাশি বিনামূল্যে বিশেষজ্ঞ স্বাস্থ্যকর্মীদের কাছ থেকে নিয়মিত পরামর্শ গ্রহণের সুযোগ

# গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা কেন্দ্রসমূহের ঠিকানা

## চাকা বিভাগ (২৫)

বাবড়েম ২, সেগুনবাগিচা: ৯৫১১০১০-১৭  
এনএইচএন, মিরপুর: ৯০১১০৯৮৮  
এনএইচএন, ওয়ারী: ৭১২১৯২৭  
এনএইচএন, বসুন্ধরা: ০১৭০৪৭৪৪০২৪  
এনএইচএন, শান্তিনগর: ০১৫৫৪০৩১৮২৪  
এনএইচএন, চন্দ্রা: ০৬৮২২-৫২৯১৯  
এনএইচএন, মেঘনাঘাট: ০১৭১১১৫৯৪২০  
এনএইচএন, ধানমন্ডি: ৯১৪৬৩৫৭  
এনএইচএন, আদাৰ: ৯১৪৬০০৫  
এনএইচএন, লালকুটি: ৯৫৩১৭৪৭  
এনএইচএন, লালবাগ: ০১৭৫৮৭২৭৫৬৭  
এসকেআইজি এইচ ওয়ারী: ৭১১৫৪১০  
এনএইচএন, রামপুরা: ৭২৮১৩২৬  
এনএইচএন, নবাৰ গার্ডেন: ৭৩০১৪২৪  
বিআইএইচএস, হাসপাতাল: ০১৭৮৩৯১৭১৫১  
এইচসিডিপি, বাসাৰো: ৭২১০৬১১  
ইত্রাহিম মেডিনেট বনানী: ০১৬২৮২৫২৫২৫  
এনএইচএন, উত্তো: ৫৮৯৫৭৭০৮  
এইচসিডিপি, জুৱাইন: ৭৪৪৫৫০  
নাজিৱাবাদ হেল্থ সেন্টার: ৯৫৫৮৪৮৮  
ইডিসি সেন্টার, সিৱাজিদখান, মুকিগঞ্জ: ০১১১১১৩৫৮৬৯  
নারায়ণগঞ্জ ডায়াবেটিক সমিতি: ৭৬৪৮৪৯৯  
নৰসিংদী ডায়াবেটিক সমিতি: ৯৪৬৩০৩৯  
ফরিদপুর ডায়াবেটিক সমিতি: ০৬৩১-৬৩৪৯৬  
মানিকগঞ্জ ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৭২০৫০৬৮৭৮

## চট্টগ্রাম বিভাগ (০৬)

চট্টগ্রাম ডায়াবেটিক সমিতি: ০৩১৬৫৯৪৩৫-৭  
ফেনী ডায়াবেটিক সমিতি: ০৩০১-৬৩৪৯০  
কুমিল্লা ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৭১১৭৩৫৭৩৬  
কক্ষাজার ডায়াবেটিক সমিতি: ০৩৪১৬৪১২৯  
বান্দরবান ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৮২-০৪০০২৩৭  
লক্ষ্মীপুর ডায়াবেটিক সমিতি: ০৩৮১-৬২৩৯৮

## রাজশাহী বিভাগ (০৫)

রাজশাহী ডায়াবেটিক সমিতি: ০৭২১-৭৭৪২৩৭  
চাপাইনবাবগঞ্জ ডায়াবেটিক সমিতি: ০৭৮১-৫২৬১১  
বগুড়া ডায়াবেটিক সমিতি: ০৫১-৬২৯৯৫  
পাবনা ডায়াবেটিক সমিতি: ০৭৩১৬৫০৫২  
নওগাঁ ডায়াবেটিক সমিতি: ০৭৪১-৬৩২০৩

## রংপুর বিভাগ (০৮)

রংপুর ডায়াবেটিক সমিতি: ০৫২১-৬৬০৭৪  
দিনাজপুর ডায়াবেটিক সমিতি: ০৫৩১-৬৪৫৭৩  
লালমনিরহাট ডায়াবেটিক সমিতি: ০৫৯১-৬১৮৯৭  
নীলফামারি ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৮৩৫৭০০৪৮৩

## বরিশাল বিভাগ (০৩)

বরিশাল ডায়াবেটিক সমিতি: ০৪৩১-২১৭৩৯৫২  
পটুয়াখালী ডায়াবেটিক সমিতি: ০৪৪১-৬২৯৪৪  
পিরোজপুর ডায়াবেটিক সমিতি: ০৪৬১-৬২২২৫

## সিলেট বিভাগ (০২)

সিলেট ডায়াবেটিক সমিতি: ০৮২১-৭২৭৫১৮  
হবিগঞ্জ ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৭৫৪১৮৮৭৪৪

## ময়মনসিংহ বিভাগ (০৩)

ময়মনসিংহ ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৭১৮৪৭৪৬৪৬  
জামালপুর ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৭১১৮৭৫৯৭৩  
কিশোরগঞ্জ ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৭১১৭৮৩৭৬৪

## খুলনা বিভাগ (০২)

খুলনা ডায়াবেটিক সমিতি: ০৪১-৭৬২৩৮১  
ঝিনাইদহ ডায়াবেটিক সমিতি: ০১৭১৮১৪৯৬২৬

# সুস্থ মা • সুস্থ শিশু • সমৃদ্ধ দেশ

## গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা প্যাকেজ

১. রেজিস্ট্রেশন
২. প্রশিক্ষিত নার্স/এডুকেটরের মাধ্যমে গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা ও পরামর্শ
৩. ঝুঁকি নির্ণয়
  - রক্তচাপ মাপা
  - শরীরের মাপ (ওজন, উচ্চতা, কোমরের মাপ, নিতম্বের মাপ)
৪. ল্যাবরেটরি পরীক্ষা
  - রক্তের গ্রাফ
  - হিমোগ্লোবিনের মাত্রা
  - রক্ত গুকোজ পরীক্ষা
  - প্রস্তাব পরীক্ষা
৫. স্বাস্থ্য ঝুঁকি ও ল্যাবরেটরি পরীক্ষার রিপোর্টের ভিত্তিতে প্রয়োজনীয় চিকিৎসা
৬. খাদ্য ও পুষ্টি বিষয়ে পরামর্শ
৭. গর্ভধারণ-পূর্ব সেবা বিষয়ক গাইড বই বিতরণ
৮. মোবাইল ফোন হেল্প লাইনের মাধ্যমে চিকিৎসা ও পুষ্টি পরামর্শ
৯. ফেসবুক গ্রুপের মাধ্যমে অন্যান্য সেবাগ্রহণকারীর পাশাপাশি চিকিৎসক ও পুষ্টিবিদ্দের সঙ্গে আলোচনার সাথে সাথে পরামর্শ নেয়ার সুযোগ

### **৪০% ছাড়ে প্যাকেজ ফি মাত্র ৬০০ টাকা**

গর্ভধারণে সক্ষম সকল নারী (ডায়াবেটিক ও নন-ডায়াবেটিক) এই সেবা প্যাকেজটি নিতে পারবেন



ক্রম নং: ২৩৩, ২য় তলা, সেন্টার ফর গ্লোবাল হেলথ রিসার্চ, বারডেম জেনারেল হাসপাতাল

১২২ কাজী নজরুল ইসলাম এভিনিউ, শাহবাগ, ঢাকা

মোবাইল হেল্প লাইন: ০১৭০৫ ৩৬০২৬৮, ০১৫৩ ৮১১৮৪৫৪, ১০৬১৮

ওয়েবসাইট: [www.pcc-badas.org](http://www.pcc-badas.org); ই-মেইল: [info@pcc-badas.org](mailto:info@pcc-badas.org);

ফেসবুক: [facebook/pcc-badas](https://facebook/pcc-badas); ইউটিউব: [youtube/pcc-badas](https://youtube/pcc-badas)