জুন, ২০২৪

শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা

প্রত্যেক শিশুকে সহায়তা প্রদান

২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন প্রকল্প
মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়

শিশুর প্রারম্ভিক বিকাশ- মূল্যবান, যত্নশীল, সুরক্ষিত

শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা

প্রত্যেক শিশুকে স্বাগত

প্রত্যেক শিশুকে সহায়তা প্রদান

শিশুর প্রারম্ভিক বিকাশ- মূল্যবান, যত্নশীল, সুরক্ষিত

এই প্রকাশনার বিষয়বস্তু "২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন" শীর্ষক প্রকল্পের "গবেষণা ও রিভিউ কমিটি" দ্বারা প্রস্তুত এবং সম্পাদনা করা হয়েছে।

প্রধান গবেষক ও গবেষণা তত্ত্বাবধায়ক : শবনম মোস্তারী
যুগ্মসচিব ও প্রকল্প পরিচালক, ২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন প্রকল্প।

গবেষণা সহায়ক : আনিকা রহমান, ডে-কেয়ার অফিসার
মোছা: আঞ্জুমান আরা লিপি, স্বাস্থ্য শিক্ষিকা
স্বরলিপি দাস, স্বাস্থ্য শিক্ষিকা
নূরুন্নাহার মুক্তা, স্বাস্থ্য শিক্ষিকা
মোছা: জান্নাতুল ফেরদৌস, স্বাস্থ্য শিক্ষিকা

খসড়া সম্পাদক : ফাতেমা ফেরদৌসী, সহকারী পরিচালক, মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর।
সৈয়দা নাসরীনা পারভীন, সহকারী পরিচালক, ২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন প্রকল্প।

ভাষাগত পর্যালোচনা : পরিচালক, মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর।

রিভিউয়ার : ডা. মো: সেলিম, অধ্যাপক ও বিভাগীয় প্রধান, শিশু বিভাগ, মুগদা মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল, ঢাকা।
অধ্যাপক শেখ আজিমুল হক, শিশু নিউরোলজি বিভাগ, ঢাকা মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল।

চূড়ান্ত সম্পাদনা, গ্রাফিক্স ডিজাইন ও লেআউট : শবনম মোস্তারী
যুগ্মসচিব ও প্রকল্প পরিচালক, ২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন প্রকল্প।

যারা এই নির্দেশিকা রিভিশনের কর্মশালায় অংশগ্রহণের মাধ্যমে চূড়ান্ত খসড়া তৈরিতে ভূমিকা রেখেছেন তাদের সকলকে ধন্যবাদ।

মোহাম্মদ মাহবুবুর রহমান ভূঁঞা
অতিরিক্ত সচিব
মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়।

জাকিয়া আফরোজ
অতিরিক্ত সচিব
পরিচালক, মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর।

ডা. আবু সাঈদ শিমুল
সিনিয়র কনসালটেন্ট (পেডিয়েট্রিক্স)
মুগদা মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল, ঢাকা।

ডা. ফারজানা কবীর
কনসালটেন্ট (পেডিয়েট্রিক্স)
বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিব মেডিকেল বিশ্ববিদ্যালয়।

ডা. মো: মিজানুর রহমান
রেজিস্টার (শিশু ইউরোলজি)
ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. নার্গিস সুলতানা
রেজিস্টার (শিশু সার্জারী)
শহীদ সোহরাওয়ার্দী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. মরিয়ম আক্তার
সহ: রেজিস্টার (শিশু)
স্যার সলিমুল্লাহ মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. ইফতেখার আহমদ
রেজিস্টার (শিশু নিউরোলজি)
স্যার সলিমুল্লাহ মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. মো: জিয়াউর রহমান
সহ: রেজিস্টার (শিশু অর্থো সার্জারী)
স্যার সলিমুল্লাহ মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. নবনীতা পাল
সহ: রেজিস্টার
মুগদা মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল, ঢাকা।

ডা. রেজওয়ানা রিফাত
রেজিস্টার (শিশু হেমাটোলজী ও অনকোলজী)
ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. তাসনিয়া তারান্নুম
সহ: রেজিস্টার (শিশু সার্জারী)
ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. মিঠুন সরকার
সহ: রেজিস্টার (শিশু গ্যাস্ট্রো)
শহীদ সোহরাওয়ার্দী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

ডা. লতিফা আক্তার সুমী
সহ: রেজিস্টার (শিশু হেমাটোলজী ও অনকোলজী)
শহীদ সোহরাওয়ার্দী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল।

গ্রাফিক্স ও ডিজিটাল প্রোডাকশন : কালার মার্ক, ১০৬, ফকিরাপুল, মতিঝিল, ঢাকা-১০০০।

মুখবন্ধ

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকারের মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয় সারাদেশে কর্মজীবী পিতামাতার শিশুদের জন্য সুসংগঠিত কাঠামোর আওতায় দিবাকালীন শিশু পরিচর্যা প্রদানের কার্যক্রম গ্রহণ করেছে। এজন্য শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র আইন, ২০২১ প্রবর্তন করেছে যা একটি শক্তিশালী শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র ব্যবস্থাপনায় সহায়ক ভূমিকা পালন করবে। মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর কর্তৃক বাস্তবায়নাধীন "২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন" শীর্ষক প্রকল্পের মাধ্যমে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে জরুরি পরিস্থিতিতে অসুস্থ শিশুর প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা নিশ্চিত করার লক্ষ্যে "শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা" প্রণয়ন ও প্রকাশের উদ্যোগকে আমি স্বাগত জানাই।

নির্দেশিকাটিতে হঠাৎ অসুস্থ হয়ে পড়া শিশুর জন্য তাৎক্ষণিক প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদান সংক্রান্ত বিস্তারিত তথ্য ও দিক-নির্দেশনা তুলে ধরা হয়েছে। এছাড়াও দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুদের প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানকারীর ভূমিকা, জরুরি পরিস্থিতিতে অনুসরণীয় বিষয়াদি, প্রাথমিক চিকিৎসা সেবা প্রদানের পরিস্থিতিসমূহ, প্রাথমিক চিকিৎসা সরঞ্জাম সংরক্ষণ ও রক্ষণাবেক্ষণ, কেন্দ্রে ঔষধ সংরক্ষণ ও ঔষধ প্রদানের নীতি এবং জরুরি পরিস্থিতিতে প্রয়োজনীয় যোগাযোগের নম্বরসমূহ সংরক্ষণসহ গুরুত্বপূর্ণ বিষয়াবলি এ নির্দেশিকাটিতে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।

নির্দেশিকাটি যথাযথভাবে অনুসরণ ও সঠিকভাবে প্রতিপালনের মাধ্যমে কেন্দ্রে আসা ৪ মাস থেকে ৬ বছর বয়সী শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা সেবা প্রদান করা সম্ভব হবে।

পরিশেষে, "২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন" শীর্ষক প্রকল্পের সহযোগিতায় "শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা" টি প্রণয়ন ও প্রকাশ করতে পেরে আমরা অত্যন্ত আনন্দিত। আশা করি, নির্দেশিকাটি শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নিশ্চিত করতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করবে।

নির্দেশিকাটি প্রস্তুত ও প্রকাশনার কাজে সংশ্লিষ্ট সকলকে এ আন্তরিক প্রচেষ্টার জন্য ধন্যবাদ জানাই।

নাজমা মোবারেক
সচিব
মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়

শিশুর প্রারম্ভিক বিকাশ- মূল্যবান, যত্নশীল, সুরক্ষিত

প্রকল্প পরিচালকের কথা

মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়ের অধীন মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর কর্তৃক বাস্তবায়নাধীন "২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন" শীর্ষক প্রকল্পের আওতায় স্থাপিত শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রসমূহের অন্যতম লক্ষ্য হলো কর্মজীবী পিতামাতার ৪ মাস থেকে ৬ বছর বয়সী প্রতিটি শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নিশ্চিত করা। বিভিন্ন সময় দিবাযত্ন কেন্দ্রের যত্নে থাকা শিশুদের সাথে ঘটে যাওয়া দুর্ঘটনা বা আঘাতের বিষয়ে কর্মজীবী পিতামাতার মতামত ও অভিযোগ থেকে স্পষ্টভাবে প্রতীয়মান হয় যে কেন্দ্রে শিশুর ছোট আঘাত থেকে বড় বিপদ এড়ানোর জন্য প্রাথমিক চিকিৎসার পদক্ষেপ নেওয়া অত্যন্ত জরুরি। এজন্য দিবাযত্ন কেন্দ্রের যত্নে থাকা শিশুদের প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নিশ্চিত করতে প্রকল্প পরিচালক অঙ্গীকারবদ্ধ।

শিশুর স্বাস্থ্য সুরক্ষা নিয়ে কর্মজীবী পিতামাতা বা অভিভাবকগণ যেমন উদ্বিগ্ন থাকেন তেমনি শিশুর স্বাস্থ্য সুরক্ষা কিভাবে নিশ্চিত করা যায় তা নিয়ে দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মচারীরাও উদ্বিগ্ন থাকেন। কর্মজীবী পিতামাতা ও কর্মচারীদের উদ্বিগ্নতার কথা চিন্তা করে প্রকল্পের আওতায় "শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা" নির্দেশিকাটি প্রণয়নের কাজ হাতে নেওয়া হয় যা ৪ মাস থেকে ৬ বছর বয়সী শিশুদের জন্য প্রাসঙ্গিক। এই নির্দেশিকার মূল উদ্দেশ্য হলো শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের শিশুদের জরুরি পরিস্থিতিতে প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা সহায়তা প্রদানের পাশাপাশি সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যার প্রয়োজনীয় কৌশলগুলি সম্পর্কে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মী ও পরিচর্যাকারীদের দিক নির্দেশনা প্রদান করা। এজন্য নির্দেশিকাটির খসড়া তৈরির সময় শিশুর জরুরি ও সাধারণ প্রাথমিক চিকিৎসা পরিস্থিতিসমূহ ও করণীয় সম্পর্কে পরামর্শ প্রদানের জন্য সরকারি ও বেসরকারি হাসপাতালের শিশু বিভাগের বিভিন্ন বিশেষজ্ঞদের আমন্ত্রণ জানানো হয়। তাদের পরামর্শের ভিত্তিতে শিশুর জরুরি প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানের করণীয়সমূহ এই নির্দেশিকায় বিস্তারিত বর্ণনা করা হয়েছে।

এই নির্দেশিকায় শিশুকে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের পূর্বে কি কি সতর্কতা অবলম্বন করা প্রয়োজন, শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানকারী কর্মীদের ভূমিকা, শিশুর ছোট-বড় আঘাত প্রতিরোধের জন্য পরিকল্পনা, যত্নে থাকা শিশুদের আঘাতের মূল্যায়ন করে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান, প্রাথমিক চিকিৎসা সরঞ্জাম ব্যবহার এবং রক্ষণাবেক্ষণ পদ্ধতি, সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যার ক্ষেত্রসমূহ ও কৌশল, কেন্দ্রে পিতামাতা বা অভিভাবক কর্তৃক সরবরাহকৃত ঔষধ সংরক্ষণ ও শিশুকে ঔষধ প্রদান নীতি এবং জরুরি পরিস্থিতিতে দ্রুত পদক্ষেপ নেওয়ার জন্য গুরুত্বপূর্ণ যোগাযোগের প্রয়োজনীয় তথ্য সংরক্ষণের বিষয়ে বিশদ আলোচনা করা হয়েছে।

আমরা জানি যে জরুরি পরিস্থিতিতে প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করা না হলে শিশুর জীবনের স্বাস্থ্যঝুঁকি তৈরি হতে পারে। তাই দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুর স্বাস্থ্য সংক্রান্ত উদ্বেগ বা প্রয়োজন দেখা দিলে শিশু স্বাস্থ্যের চাহিদা ও প্রয়োজনীয়তার বিষয় বিবেচনা করে সঠিক সময়ে কার্যকর পদক্ষেপ নিতে নির্দেশিকাটি দিবাযত্ন কেন্দ্রের সকল কর্মচারীকে সহায়তা করবে।

আশা করি, শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের সকল কর্মী এই নির্দেশিকাটি যথাযথভাবে প্রতিপালনের মাধ্যমে শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যার বিষয়গুলি নিশ্চিত করবে। নির্দেশিকাটি ব্যবহার করে পিতামাতা বা অভিভাবকগণও উপকৃত হবেন।

পরিশেষে, যাঁরা গবেষণা করে এর বিভিন্ন বিষয়বস্তু নির্বাচন ও পর্যালোচনায় সহযোগিতা করেছেন এবং যাঁরা মতামত দিয়ে নির্দেশিকাটি চূড়ান্তকরণে যথেষ্ট অবদান রেখেছেন তাঁদের সবার প্রতি গভীর কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি। এছাড়া নির্দেশিকাটি প্রস্তুত ও প্রকাশনার কাজে প্রকল্পের যে সকল কর্মচারী সহযোগিতা করেছেন তাদের সবার প্রতি রইল আমার আন্তরিক ধন্যবাদ।

নির্দেশিকাটি অনলাইনে প্রকাশিত হবে। সকলের সুবিধার্থে হার্ডকপিও সরবরাহ করা হবে।

শবনম মোস্তারী
যুগ্মসচিব ও প্রকল্প পরিচালক

শিশুর প্রারম্ভিক বিকাশ- মূল্যবান, যত্নশীল, সুরক্ষিত

জুন, ২০২৪

শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা

বিষয়বস্তু

			পৃষ্ঠা নং
১		**ভূমিকা**	১
২		**শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের পূর্বশর্ত**	২
৩		**শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানকারীর ভূমিকা**	২
৪		**প্রাথমিক চিকিৎসা**	২
৪.১		জরুরি প্রাথমিক চিকিৎসা	৩
	৪.১.১	জরুরি পরিস্থিতিতে অনুসরণীয়	৩
	৪.১.২	জরুরি চিকিৎসা পরিস্থিতিসমূহ	৩
৪.২		সাধারণ প্রাথমিক চিকিৎসা	৬
	৪.২.১	শিশুর সাধারণ প্রাথমিক চিকিৎসা পরিস্থিতিসমূহ	৬
	৪.২.২	আঘাত প্রতিরোধের জন্য পরিকল্পনা	১১
৫.		**প্রাথমিক চিকিৎসা সরঞ্জাম ব্যবহার ও রক্ষণাবেক্ষণ পদ্ধতি**	১২
৫.১		শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে ফার্স্ট এইড কিটের প্রয়োজনীয়তা	১২
৫.২		ফার্স্ট এইড কিটের অবস্থান	১২
৫.৩		শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের ফার্স্ট এইড কিটে সরঞ্জাম ও উপকরণ	১২
৫.৪		ফার্স্ট এইড কিটের রক্ষণাবেক্ষণ	১৪
৬.		**সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা**	১৪
৭.		**শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে ঔষধ সংরক্ষণ ও ঔষধ প্রদানের নীতি**	১৯
৮.		**জরুরি পরিস্থিতিতে সাড়া দেওয়ার জন্য প্রয়োজনীয় নম্বরসমূহ সংরক্ষণ**	১৯
৯.		**সংযোজন বা পরিবর্তন**	২০
		পরিশিষ্ট “ক”	২১
		পরিশিষ্ট “খ”	২২
		তথ্যসূত্র	২৩

শিশুর প্রারম্ভিক বিকাশ- মূল্যবান, যত্নশীল, সুরক্ষিত

১. ভূমিকা

মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তরের "২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন" প্রকল্পের আওতায় স্থাপিত শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রগুলির অন্যতম লক্ষ্য হলো ৪ মাস থেকে ৬ বছর বয়সী শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নিশ্চিত করা। সম্প্রতি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র আইন, ২০২১ প্রবর্তনের মাধ্যমে শিশুর স্বাস্থ্য সুরক্ষা ও প্রয়োজনীয় চিকিৎসার জন্য অনুকূল পরিবেশ ও প্রয়োজনীয় সুবিধা নিশ্চিত করার বিষয়টি জোরদার করা হয়েছে। কিন্তু আইনের আওতায় বিধিমালা প্রণয়ন না হওয়ায় শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা এবং সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানের কোন কার্যকর ব্যবস্থা এখনও নির্ধারণ করা হয়নি। প্রসঙ্গত উল্লেখ্য, শিশুর বয়স অনুযায়ী যথাযথ শারীরিক, মানসিক, বুদ্ধিবৃত্তিক, ভাষাগত ও সামাজিক বিকাশে শিশুর সুস্বাস্থ্য উল্লেখযোগ্য ভূমিকা পালন করে বিধায় প্রতিটি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে একজন স্বাস্থ্য শিক্ষকের পদ রয়েছে যিনি রোগের প্রাথমিক লক্ষণ ও উপসর্গ বিবেচনা করে শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করেন। তবে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুদের প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের ক্ষেত্রে কি ধরনের শর্ত মানতে হবে, জরুরি পরিস্থিতিতে করণীয় কী হবে, ফার্স্ট এইড কিটের অবস্থান ও কী কী উপকরণ থাকবে এসকল বিষয়ে কোন সুস্পষ্ট নির্দেশনা ছিল না। এজন্য "২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন" প্রকল্পের ১ম সংশোধিত ডিপিপিতে শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যার বিষয়ে প্রয়োজনীয় দিক নির্দেশনা প্রদানের জন্য "শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা" শীর্ষক একটি নির্দেশিকা প্রণয়নের উল্লেখ রয়েছে এবং কেন্দ্রগুলিতে প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যার জন্য প্রয়োজনীয় সরঞ্জাম সরবরাহের লক্ষ্যে তহবিল বরাদ্দ রাখা হয়েছে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের শিশুদের প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানের কার্যকর ব্যবস্থা গ্রহণ সংক্রান্ত সকল বিষয়ে দিক নির্দেশনা প্রদানের জন্য একটি সুনির্দিষ্ট ও সুপরিকল্পিত নির্দেশিকা থাকা জরুরি। কারণ একটি উচ্চমানের শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুদের যথাযথ বিকাশের দিকগুলিকে শক্তিশালী করার জন্য শিশুর স্বাস্থ্যসেবার উপাদানগুলিকে একসাথে বিবেচনা করা প্রয়োজন।

এই প্রেক্ষাপট বিবেচনায় শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যার প্রয়োজনীয়তা উপলব্ধি করে একটি নির্দেশিকা তৈরি করার পূর্বে নয় সদস্যবিশিষ্ট গবেষণা কমিটি দ্বারা নির্দেশিকার বিষয়বস্তু নির্ধারণের জন্য গবেষণা করা হয়। বিভিন্ন আন্তর্জাতিক সংস্থা যেমন International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC), Canadian Red Cross ও World Health Organization (WHO) এর উল্লেখযোগ্য ডকুমেন্টসমূহ সংগ্রহ, বিশ্লেষণ ও পর্যালোচনা করে তা রেফারেন্স হিসেবে এই নির্দেশিকা প্রণয়নে ব্যবহার করা হয়েছে। এছাড়া শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের সেবা প্রদান পদ্ধতি এবং সেটিং বিশ্লেষণ করাসহ অভিভাবকের মতামত, মন্তব্য ও পরামর্শ গ্রহণ করা হয়। এছাড়াও শিশুদের দৈনন্দিন স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানের মাধ্যমে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মীদের যেসকল প্রয়োজনীয়তা অনুভূত হয়েছে সেগুলি পর্যালোচনা করা হয়। পরবর্তীতে আন্তর্জাতিক প্রতিষ্ঠানসহ স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের প্রাসঙ্গিক ডকুমেন্ট, জাতীয় শিশু নীতি, ২০১১ এবং শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র আইন, ২০২১ এর উল্লেখযোগ্য ধারাসহ অন্যান্য নীতি ও সুপারিশের আলোকে"২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন" প্রকল্পের আওতায় "শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা" নামক একটি খসড়া নির্দেশিকা প্রণয়ন করা হয় যা সংশ্লিষ্ট বিষয়ে অভিজ্ঞ দুই জন চিকিৎসক দ্বারা রিভিউ করার পর কর্মশালার মাধ্যমে অংশীজনের মতামতের ভিত্তিতে চূড়ান্ত করা হয়।

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের শিশুদের স্বাস্থ্য সুরক্ষার মান উন্নীত করার লক্ষ্যে শিশুর জরুরি প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা যেমন মুখ, দাঁত ও ঠোঁটের যত্ন, চোখের যত্ন, কানের যত্ন, ত্বকের যত্ন, চুল ও নখের যত্ন, নিয়মিত টিকা নিশ্চিতকরণের লক্ষ্যে টিকাকার্ড পর্যবেক্ষণ, ওজন ও উচ্চতা পরিমাপ ও পর্যবেক্ষণ, ঔষধ সংরক্ষণ ও প্রদান এবং জটিল পরিস্থিতির আশংকা থাকলে কিংবা আকস্মিকভাবে কোন শিশু গুরুতর অসুস্থ হয়ে পড়লে কি ধরনের তাৎক্ষণিক চিকিৎসা প্রদান করতে হবে ইত্যাদি বিষয়গুলি এই নির্দেশিকায় অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের সকল কর্মী এই নির্দেশিকাটি যথাযথভাবে অনুসরণ ও প্রতিপালন করে শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা এবং প্রাথমিক চিকিৎসার বিষয়গুলি নিশ্চিত করবে। শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা সংক্রান্ত সার্বিক বিষয়গুলি সম্পর্কে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মীদের যথাযথ জ্ঞান বা দক্ষতা থাকলে এবং সময়মতো তা প্রয়োগ করলে শিশুদের ছোট ছোট দুর্ঘটনা মারাত্মক আকার ধারণ করতে পারবে না। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র পরিচালনাকারী সরকারি, বেসরকারি প্রতিষ্ঠানসহ প্রাক-প্রাথমিক ও প্রাথমিক বিদ্যালয়, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, স্বাস্থ্য শিক্ষা অধিদপ্তর এবং পরামর্শক প্রতিষ্ঠান নির্দেশিকাটি ব্যবহার করে উপকৃত হবে।

২. শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের পূর্বশর্ত

(ক) শিশু ভর্তির সময় জরুরি চিকিৎসা সেবা প্রদানের সম্মতি নেওয়া আছে কিনা জরুরি ও প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের আগে তা চেক করতে হবে;
(খ) আঘাত যত ছোটই হোক না কেন কেবলমাত্র স্বাস্থ্য শিক্ষক এবং যেসকল কর্মীর প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান সম্পর্কিত হালনাগাদ প্রশিক্ষণ রয়েছে শুধু তাদেরকেই প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের জন্য অনুমতি দিতে হবে;
(গ) শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে যোগদানের ছয় মাসের মধ্যে সকল কর্মীর প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের উপর অবশ্যই যথাযথ প্রশিক্ষণ গ্রহণ নিশ্চিত করতে হবে;
(ঘ) যেকোন আঘাত বা দুর্ঘটনায় শিশুর জীবন সুরক্ষিত রাখতে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের অন্যতম সহায়ক উপাদান হিসেবে প্রয়োজনীয় উপকরণসহ একটি ফার্স্ট এইড কিট সর্বদা কেন্দ্রে সংরক্ষিত রয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করতে হবে;
(ঙ) শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে সিপিআর প্রদানে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত একজন কর্মীর উপস্থিতি নিশ্চিত করতে হবে;
(চ) এই নির্দেশিকায় বর্ণিত প্রাথমিক চিকিৎসা ও শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা পদ্ধতি ও কৌশলগুলি স্বাস্থ্য শিক্ষক কেন্দ্রের কর্মীদের সাথে নিয়মিত আলোচনা করবে।

৩. শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানকারীর ভূমিকা

শিশুকে জরুরি ও প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের ক্ষেত্রে দিবাযত্ন কেন্দ্রের দায়িত্বে থাকা স্বাস্থ্য শিক্ষক ও পরিচর্যাকর্মীকে নিম্নলিখিত পদ্ধতি অনুসরণ করতে হবে:

(ক) প্রাথমিক চিকিৎসা পদ্ধতি শনাক্ত করার জন্য প্রথমেই শিশুকে পর্যবেক্ষণ করবে এবং শিশুর অসুস্থতার লক্ষণ ও উপসর্গ চিহ্নিত করবে;
(খ) যথাযথ প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের ব্যবস্থা করবে এবং শিশুকে চিকিৎসকের নিকট রেফার করা দরকার কিনা সে বিষয়ে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করবে;
(গ) গুরুত্বপূর্ণ প্রাক রেফারেল চিকিৎসা যেমন কোন শিশুর হঠাৎ মাথা ফেটে গেলে দ্রুত রক্তক্ষরণ বন্ধ করার ব্যবস্থা গ্রহণ করার পাশাপাশি শিশুকে নিকটস্থ হাসপাতালে প্রেরণ করার জন্য অভিভাবকের সাথে দ্রুত যোগাযোগ করবে;
(ঘ) যদি অভিভাবক সঙ্গে সঙ্গেই শিশুকে নিতে আসেন এবং হাসপাতালে নেওয়ার জন্য সহায়তা প্রয়োজন হয়, সেক্ষেত্রে স্বাস্থ্য শিক্ষক শিশুর সাথে হাসপাতালে যাবেন;
(ঙ) শিশুর জীবনের জন্য বিপজ্জনক, এ ধরনের পরিস্থিতিতে অভিভাবক আসতে বিলম্ব হলে দ্রুত এম্বুলেন্স ডেকে শিশুকে হাসপাতালে নিয়ে যেতে হবে এক্ষেত্রে কোনভাবেই দিবাযত্ন কেন্দ্রের কোন কর্মীর কোলে শিশুকে বহন করা যাবে না এবং শিশুর পিতামাতাকে দ্রুত ফোন করে হাসপাতালে আসতে বলতে হবে।

৪. প্রাথমিক চিকিৎসা

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে যখন শিশুদের চিকিৎসা সংক্রান্ত উদ্বেগ বা প্রয়োজন থাকে বা শিশুদের হঠাৎ বড় ধরনের কোনো দুর্ঘটনা ঘটে এবং শিশুকে উন্নত চিকিৎসা প্রদানের জন্য কেন্দ্রে যদি কোনো চিকিৎসক না থাকে তখন তাৎক্ষণিক চিকিৎসা না দিলে শিশুর ক্ষতি হতে পারে, এরকম পরিস্থিতিতে উন্নত চিকিৎসার লক্ষ্যে চিকিৎসকের নিকট বা হাসপাতালে প্রেরণের পূর্বে শিশুর শারীরিক অবস্থার অবনতি রোধ করতে এবং অন্যান্য ছোটখাট আঘাতের ক্ষেত্রে যে ধরনের প্রাথমিক সহায়তা প্রদান করা হয় তাকে প্রাথমিক চিকিৎসা বলে। শিশুর শারীরিক অবস্থার উপর ভিত্তি করে কেন্দ্রের স্বাস্থ্য শিক্ষক নিম্নলিখিত দুই ধরণের প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করবে:

৪.১ জরুরি প্রাথমিক চিকিৎসা

৪.২ সাধারণ প্রাথমিক চিকিৎসা

৪.১ জরুরি প্রাথমিক চিকিৎসা

জরুরি পরিস্থিতিতে গুরুতর অসুস্থ শিশুর জীবন রক্ষা করতে বা অবস্থার অবনতি রোধ করতে তাৎক্ষণিক যে প্রাথমিক চিকিৎসা না দিলে শিশুর ক্ষতি হতে পারে, এমনকি শিশুর মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে এ ধরনের প্রাথমিক চিকিৎসা সহায়তাকে জরুরি প্রাথমিক চিকিৎসা বলা হয়। জরুরি চিকিৎসা সহায়তা প্রদানের পূর্বশর্ত হল জরুরি চিহ্নসমূহ সম্পর্কে সম্যক ধারণা থাকা। শুধুমাত্র জরুরি প্রাথমিক চিকিৎসার অভাবে যেন কোনো শিশুর মৃত্যু না হয় সেজন্য শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের প্রতিটি কর্মীকে জরুরি পরিস্থিতিতে কোন কোন পদ্ধতি অনুসরণ করতে হবে সে সম্পর্কে যথাযথ জ্ঞান থাকতে হবে।

৪.১.১ জরুরি পরিস্থিতিতে অনুসরণীয়

(ক) জরুরি অবস্থার প্রকৃতির উপর ভিত্তি করে শিশুকে প্রাথমিক চিকিৎসা এবং প্রয়োজনে সিপিআর দিতে হবে;
(খ) অবিলম্বে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়ন (নম্বর-১৬২৬৩) ও শিশুর পিতামাতা বা অভিভাবককে কল করতে হবে;
(গ) হাসপাতালে নেওয়ার সময় শিশুর চিকিৎসা সংক্রান্ত তথ্য এবং জরুরি চিকিৎসা সংক্রান্ত সম্মতিপত্র সাথে নিতে হবে।

৪.১.২ জরুরি চিকিৎসা পরিস্থিতিসমূহ

(ক) শিশু প্রতিক্রিয়াহীন কিন্তু স্বাভাবিকভাবে শ্বাস-প্রশ্বাস নেয়;
(খ) শিশু প্রতিক্রিয়াহীন এবং শ্বাস-প্রশ্বাস নেয় না;
(গ) খিঁচুনি;
(ঘ) চোকিং বা দম বন্ধ হয়ে যাওয়া;
(ঙ) রক্তক্ষরণ;
(চ) অ্যালার্জিক রিঅ্যাকশন ।

(ক) শিশু প্রতিক্রিয়াহীন কিন্তু স্বাভাবিকভাবে শ্বাস-প্রশ্বাস নেয়

শিশুকে ডাকলে বা কাঁধে আলতো করে ঝাঁকুনি দিলে যদি সাড়া না দেয় তাহলে বুঝতে হবে শিশুটি প্রতিক্রিয়াহীন। সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- সাহায্যকারী অসুস্থ শিশুর চারপাশ থেকে অন্য শিশুদের সরিয়ে তাকে নিরাপদ রাখবে;
- সাহায্যকারীর কাছে যদি মোবাইল ফোন না থাকে তাহলে সে সাহায্যের জন্য উচ্চস্বরে ডাকবে এবং দ্রুত জরুরি চিকিৎসা সেবা পেতে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে বলবে;
- শিশুর শ্বাসনালী পরিস্কার রাখার জন্য মাথা হালকা পিছনে কাত করে থুতনি উঁচু করে দিতে হবে;
- শিশুর শ্বাস-প্রশ্বাস সচল রয়েছে কিনা তা বোঝার জন্য বুক স্বাভাবিক নিয়মে উঠানামা করছে কিনা দেখতে হবে, বুকে মাথা রেখে শ্বাস-প্রশ্বাসের শব্দ শোনার চেষ্টা করতে হবে এবং শিশুর নাকের কাছে হাত দিয়ে বায়ু চলাচল অনুভব করার চেষ্টা করতে হবে;
- এম্বুলেন্স না আসা পর্যন্ত শিশুর পাশে থাকতে হবে এবং নিবিড়ভাবে এয়ারওয়ে ও শ্বাস-প্রশ্বাস পর্যবেক্ষণ করতে হবে।

(খ) শিশু প্রতিক্রিয়াহীন এবং শ্বাস-প্রশ্বাস নেয় না

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে থাকাকালীন যদি কোনো শিশু হঠাৎ পড়ে যায়, তার শ্বাস-প্রশ্বাস বন্ধ হয়ে যায়, তৎক্ষণাৎ জ্ঞান হারায়, ত্বক ঠাণ্ডা ও ফ্যাকাশে হয়ে যায়, নাড়ির স্পন্দন অনুভূত না হয় সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা প্রদান করতে হবে:

- সাহায্যকারী অসুস্থ শিশুর চারপাশ থেকে অন্য শিশুদের সরিয়ে তাকে নিরাপদ রাখবে;
- সাহায্যকারীর কাছে যদি মোবাইল ফোন না থাকে তাহলে সে সাহায্যের জন্য উচ্চস্বরে ডাকবে এবং কেন্দ্রের অন্য কর্মীকে দ্রুত জরুরি চিকিৎসা সেবা পেতে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে বলবে;
- শিশুর শ্বাসনালী পরিষ্কার রাখার জন্য মাথা হালকা পিছনে কাত করে থুতনি উঁচু করে দিতে হবে;
- প্রশিক্ষিত কর্মীর মাধ্যমে শিশুকে দ্রুত সিপিআর প্রদানের ব্যবস্থা করতে হবে;
- এম্বুলেন্স না আসা পর্যন্ত সিপিআর প্রদান (৩০ বার করে চেস্ট কম্প্রেশন ও দুই বার রেসকিউ ব্রেথ) প্রক্রিয়া চলমান রাখতে হবে।

(গ) খিঁচুনি

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে হঠাৎ যদি কোন শিশুর খিঁচুনি শুরু হয়, খিঁচুনি কয়েক মিনিটের বেশি স্থায়ী হয় ও পুনরাবৃত্তি হয় এবং যদি শিশুর চিকিৎসা ইতিহাস জানা না থাকে সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- শিশুকে আঘাত থেকে রক্ষার জন্য অবিলম্বে মেঝেতে একটি মাদুর বিছিয়ে একটি তোয়ালে বা কাপড় ভাঁজ করে শিশুর মাথা এবং ঘাড়ে সাপোর্ট দিয়ে মাথা রক্ষা করতে হবে এবং শিশুকে পর্যবেক্ষণে রাখতে হবে;
- দ্রুত জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে;
- খিঁচুনি চলাকালীন শিশুকে নিরাপত্তা প্রদান করতে হবে এবং আঘাতের কারণ হতে পারে এমন বস্তুগুলি বা খেলনাগুলি শিশুর চারপাশ হতে দ্রুত সরিয়ে ফেলতে হবে;
- শিশুকে একপাশে কাত করে রাখতে হবে কারণ শিশুটি ২০ মিনিট পর্যন্ত তন্দ্রাচ্ছন্ন থাকতে পারে;
- শিশুর দাঁতের মাঝখানে বা মুখে কিছু দেওয়া যাবে না এবং শিশুকে চেপে রাখার চেষ্টা করা যাবে না;
- শিশুর খিঁচুনি সংক্রান্ত বিস্তারিত তথ্য যেমন খিঁচুনির স্থায়িত্বকাল, চোখ ও মুখের নড়াচড়া, মলমূত্র ত্যাগের নিয়ন্ত্রণ হারানো, অজ্ঞান হয়ে যাওয়া বা আচরণের পরিবর্তন ইত্যাদি রেকর্ড করতে হবে এবং শিশুর অভিভাবক ও চিকিৎসককে অবহিত করতে হবে।

(ঘ) চোকিং বা দম বন্ধ হয়ে যাওয়া

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুর শ্বাসনালীতে কোনো বড় বস্তু যেমন খাবার, খেলনা বা অন্যান্য জিনিস আটকে দম বন্ধ হয়ে যেতে পারে। এসময় শিশু সঠিকভাবে শ্বাস নিতে পারে না বিধায় শিশুর অবরুদ্ধ শ্বাসনালী খুব গুরুতর এমনকি মারাত্মক হতে পারে। খাবারের বড় টুকরা গিলে ফেলার চেষ্টা করা, খাবার খাওয়ার সময় কথা বলা, হাসাহাসি করা, খাবার মুখে নিয়ে হাঁটা বা দৌড়ানো, খুব তাড়াতাড়ি খাবার খাওয়া ইত্যাদি কারণে শিশুদের চোকিং হতে পারে।

এক বছরের কম বয়সী শিশুর চোকিং হলে করণীয়

- যত তাড়াতাড়ি সম্ভব প্রাথমিক চিকিৎসা শুরু করতে হবে;
- শিশুর সাথে যে পরিচর্যাকর্মী থাকবে তার কাছে যদি মোবাইল ফোন না থাকে তাহলে সে সাহায্যের জন্য উচ্চস্বরে ডাকবে এবং দ্রুত জরুরি চিকিৎসা সেবা পেতে সাহায্যকারী অন্য কর্মীকে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে বলবে;
- হাঁটু গেড়ে বসে শিশুর চোয়ালটি হাতের উপর রেখে ৫ বার পিঠে চাপ প্রয়োগ করতে হবে;
- বুকের সংকোচন পদ্ধতির প্রয়োজনীয় কৌশল ব্যবহার করতে হবে।

এক বছর থেকে পাঁচ বছর বয়সী শিশুর চোকিং হলে করণীয়

- চোকিং অবস্থায় শিশু যদি কাশি দিতে সক্ষম হয় তাহলে শিশুটিকে বার বার কাশি দিতে উৎসাহিত করতে হবে যেন গলায় আটকে থাকা বস্তুটি বের হয়ে আসে;
- কাশির মাধ্যমে যদি আটকে থাকা বস্তুটি বের হয়ে আসে তাহলে বুঝতে হবে শিশুটি বিপদমুক্ত;
- যদি শিশুর কাশি বন্ধ হয়ে শ্বাসনালী সম্পূর্ণরূপে বন্ধ হয়ে যায় তাহলে অবিলম্বে শিশুর গলায় আটকে থাকা বস্তুটি বের না হওয়া পর্যন্ত নিম্নোক্ত পদ্ধতিগুলির যে কোন দুইটি পদ্ধতি ব্যবহার করতে হবে:

  ১. পিঠে চাপ প্রয়োগ (Back Blows)
  ২. পেটে চাপ প্রয়োগ (Abdominal Thrusts)
  ৩. বুকে চাপ প্রয়োগ (Chest Thrusts)

- দম বন্ধ হয়ে শিশুটি প্রতিক্রিয়াহীন হয়ে পড়লে সেক্ষেত্রে দ্রুত স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে এবং প্রশিক্ষিত কর্মীর মাধ্যমে সিপিআর প্রদান করতে হবে।

(ঙ) রক্তক্ষরণ

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশু কোনোভাবে আঘাত পেয়ে যদি প্রচুর পরিমাণে রক্তক্ষরণ হয় এবং রক্ত উজ্জ্বল লাল বর্ণের হওয়ার পাশাপাশি চর্বি, হাড় বা পেশী দেখা যায় এবং সকল প্রাথমিক চিকিৎসা ব্যবস্থা গ্রহণ করার পরেও রক্ত জমাট বাধতে ব্যর্থ হয় এমন পরিস্থিতিতে শিশুর রক্তক্ষরণ নিয়ন্ত্রণে নিম্নলিখিত উপায়ে শিশুকে সহায়তা করতে হবে:

- সাহায্যকারী শিশুর রক্তক্ষরণের স্থানে তৎক্ষণাৎ শক্ত করে মাঝারি চাপ প্রয়োগ করবে, কেন্দ্রের যেকোন কর্মীকে সাহায্যের জন্য উচ্চস্বরে ডাকবে এবং দ্রুত জরুরি চিকিৎসা সেবা পেতে স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর ১৬২৬৩) কল করতে বলবে;
- শিশুর শরীর হতে নির্গত রক্ত বা অন্যান্য তরলের সংস্পর্শ এড়ানোর জন্য সাহায্যকারীকে পরিষ্কার হাতে ডিসপোজেবল গ্লভস পরিধান করে রক্তক্ষরণের জায়গায় মাঝারি চাপ প্রয়োগ করতে হবে এবং ব্যান্ডেজ লাগাতে হবে;
- কেটে যাওয়া অংশে সরাসরি বরফ লাগানো যাবে না;
- গভীরভাবে কেটে গেলে বা সেলাই এর প্রয়োজন হলে দ্রুত চিকিৎসকের নিকট পাঠাতে হবে;

- রক্তক্ষরণ যদি বন্ধ না হয় তাহলে পুনরায় পূর্বের ব্যান্ডেজের উপর ব্যান্ডেজ দিয়ে শিশুর রক্তক্ষরণ বন্ধ করার চেষ্টা করতে হবে এবং খেয়াল রাখতে হবে যেন শিশুর শরীরের রক্ত চলাচল বিঘ্নিত না হয়;

- শরীরে বিদ্ধ ধারালো বস্তু কোনভাবে দক্ষ চিকিৎসক ছাড়া সরানো যাবে না;
- ক্ষতটি পুনরায় পরীক্ষা করতে হবে যে চাপ দেওয়ার পর রক্তক্ষরণ বন্ধ হয়েছে কিনা, যদি রক্তক্ষরণ বন্ধ না হয় তাহলে টুর্নিকেট ব্যবহারের কথা বিবেচনা করতে হবে।

(চ) অ্যালার্জিক রিঅ্যাকশন

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে থাকাকালীন শিশুর নাক দিয়ে হঠাৎ পানি পড়া, নাক চুলকানো, নাক বন্ধ হয়ে থাকা, হাঁচি, কাশি, চোখ লাল হওয়া, চুলকানি, ত্বকে লালচে র‍্যাশ উঠা, শ্বাসকষ্ট এবং ঠোঁট, জিহ্বা ও মুখ ফ্যাকাশে হয়ে যাওয়া বা ফুলে যাওয়া ইত্যাদি উপসর্গ পরিলক্ষিত হলে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা প্রদান করতে হবে:

- অ্যালার্জি নিয়ন্ত্রণের জন্য শিশুর পিতামাতা বা অভিভাবক যদি পূর্ব থেকে কোনো ঔষধ ব্যবহার বা সেবনের অনুমতি দিয়ে থাকে তাহলে স্বাস্থ্য শিক্ষকের তত্ত্বাবধানে একজন পরিচর্যাকর্মীর সহায়তায় উক্ত ঔষধ শিশুকে সেবন করাতে হবে;
- যে সকল খাবারে শিশুর এলার্জিক রিঅ্যাকশন হওয়ার সম্ভাবনা থাকে সে ধরণের খাবার প্রদান থেকে বিরত থাকতে হবে;
- জরুরি চিকিৎসা সহায়তা পেতে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) দ্রুত কল করতে হবে।

৪.২ সাধারণ প্রাথমিক চিকিৎসা

ছোটখাটো আঘাত বা দুর্ঘটনায় সামান্য অসুস্থ শিশুর অবস্থার অবনতি রোধ করতে যে ধরনের প্রাথমিক সহায়তা প্রদান করা হয় তাকে সাধারণ প্রাথমিক চিকিৎসা বলে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের স্বাস্থ্য শিক্ষকসহ সকল কর্মীকে শিশুর ছোটখাটো আঘাতের সাধারণ পরিস্থিতিসমূহ সম্পর্কে ধারণা থাকতে হবে এবং এমন পরিস্থিতিতে কিভাবে শিশুকে সহায়তা প্রদান করা যায় সে সম্পর্কে যথাযথ জ্ঞান থাকতে হবে। এছাড়া আঘাত প্রতিরোধের পরিকল্পনা করতে নিয়মিত পর্যবেক্ষণ ও প্রতিটি আঘাতের মূল্যায়ন করতে হবে এবং ঘটনার রিপোর্ট করতে হবে।

৪.২.১ শিশুর সাধারণ প্রাথমিক চিকিৎসা পরিস্থিতিসমূহ

(ক) মাথা, ঘাড় ও পিঠে আঘাত বা ব্যথা অনুভব;
(খ) হাড়, পেশী, জয়েন্টের আঘাত ও সন্দেহজনক ফ্র্যাকচার;
(গ) চোখে আঘাত বা কোনো বস্তুর প্রবেশ;
(ঘ) নাক দিয়ে রক্ত পড়া;
(ঙ) নাকে কোনো বস্তুর প্রবেশ;
(চ) কানে আঘাত বা কোনো বস্তুর প্রবেশ;
(ছ) দুর্ঘটনায় দাঁত পড়ে যাওয়া;
(জ) শিশু বা পোকা মাকড়ের কামড়ে ক্ষত;
(ঝ) জ্বরজনিত খিঁচুনি;
(ঞ) বৈদ্যুতিক উৎস হতে আঘাত;
(ট) পোড়ায় ক্ষত।

(ক) মাথা, ঘাড় ও পিঠে আঘাত বা ব্যথা অনুভব

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুরা খেলাধুলা করার সময় বা ঘুমানোর পজিশনের কারণে ঘাড় ও পিঠে ব্যথা অনুভব করতে পারে। শিশুরা খেলাধুলার সময় মারামারি করে, কোনো কিছুর সাথে ধাক্কা লেগে বা শিশুর উচ্চতার চেয়ে বেশি উচ্চতা থেকে পড়ে গিয়ে মাথা, ঘাড় বা পিঠে আঘাত পেতে পারে। সেক্ষেত্রে তাদেরকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- শিশুর মাথা, ঘাড় বা পিঠে আঘাত পেয়ে যদি ফুলে যায়, অন্য কোনো লক্ষণ বা উপসর্গ না থাকে এবং এ অবস্থায় হাঁটতে পারে তবে বুঝতে হবে শিশুটি স্বাভাবিক আছে এবং আঘাতটি গুরুতর নয়। ঘুমানোর পজিশনের কারণে ঘাড় ও পিঠে ব্যথা হলেও বুঝতে হবে বিষয়টি গুরুতর নয়;
- আঘাত পেয়ে যদি শিশুটি হাটতে না পারে তবে শিশুর মেরুদন্ড ও ঘাড় সোজা রাখতে হবে এবং জরুরি চিকিৎসা সহায়তা না পাওয়া পর্যন্ত সাবধানতার সাথে কাপড় বা তোয়ালে ভাঁজ করে মাথার দুইপাশে সাপোর্ট দিয়ে রাখতে হবে;
- শিশুটিকে শান্ত ও উষ্ণ রাখতে হবে;
- আঘাত পেয়ে শিশুটি বমি করলে নিবিড়ভাবে পর্যবেক্ষণ করতে হবে এবং কোনোভাবেই একা রাখা যাবে না। শিশুর মাথা ও শরীর একসাথে বাম দিকে ঘুরিয়ে রাখতে হবে এবং মাথা ও ঘাড় যেন শরীরের সাথে সোজা লাইনে থাকে তা নিশ্চিত করতে হবে;
- রক্তপাত হলে ক্ষতের উপর সরাসরি চাপ প্রয়োগ করে রক্তপাত নিয়ন্ত্রনের চেষ্টা করতে হবে;
- মাথায় আঘাত পেয়ে যদি শিশু অচেতন বা তন্দ্রাচ্ছন্ন থাকে; খিঁচুনি, শ্বাস-প্রশ্বাস বা দৃষ্টিশক্তিতে সমস্যা হয়; সাধারণ নির্দেশনা বুঝতে না পারে; ঘাড়ে ব্যথা হয়; নাক বা কান দিয়ে রক্ত বা তরল পদার্থ নির্গত হয়; প্রস্রাব পায়খানার নিয়ন্ত্রণ হারায়; বমি করে; হাত পা নাড়াতে না পারে; চোখের মনির আকারে অমিল হয়; একই প্রশ্ন বারবার করে সেক্ষেত্রে দ্রুত জরুরি চিকিৎসা সহায়তা পেতে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে অথবা তাৎক্ষণিক নিকটস্থ হাসপাতালে পাঠানোর ব্যবস্থা করতে হবে। এসময় শিশুকে কোনো কিছু খাওয়ানো বা পান করানো থেকে বিরত থাকতে হবে;

- মাথায় আঘাত পেয়ে যদি শিশুর চেতনা হ্রাস পায় যেমন খেলাধুলা, খাওয়া ও ঘুমানোর অভ্যাসে পরিবর্তন হয় বা অতিরিক্ত কান্নাকাটি করে বা খেলাধুলা ও খেলনার প্রতি আগ্রহ কমে যায় তবে যত দ্রুত সম্ভব চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে।

(খ) হাড়, পেশী, জয়েন্টের আঘাত ও সন্দেহজনক ফ্র্যাকচার

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে থাকাকালীন যদি শিশুর হাত, পা, গোড়ালি, হাঁটু, কব্জি এবং আঙ্গুলের জয়েন্টে আঘাত লেগে মচকে যায় (স্প্রেইন), স্থানচ্যুতি হয় বা জয়েন্টের হাড়গুলি স্বাভাবিক অবস্থান থেকে সরে যায় (ডিজলোকেশন), শিশুর ঘাড়, উরু বা পায়ের পিছনের পেশী ছিঁড়ে যায় (স্ট্রেইন), এমনকি হাড় ভেঙ্গে যায় (ফ্র্যাকচার) সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- উরু বা পেলভিসে আঘাত, হাড় বা জয়েন্ট অস্বাভাবিকভাবে বিকৃত বা বাঁকা হওয়া, হাড় ভেঙ্গে চামড়া ভেদ করে বেরিয়ে আসা; ত্বক ফ্যাকাশে বা নীলচে ও ঠান্ডা হয়ে যাওয়া ইত্যাদি লক্ষণ পাওয়া গেলে তৎক্ষনাৎ জরুরি চিকিৎসা সহায়তা পেতে স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে;
- শিশুকে আরামদায়কভাবে রাখতে হবে;
- আঘাতপ্রাপ্ত স্থান যতটা সম্ভব স্থির রাখতে হবে;
- আঘাতের স্থানে প্রতি ঘণ্টায় কমপক্ষে ২০ মিনিট ঠান্ডা সেঁক দিতে হবে;
- আঘাতপ্রাপ্ত স্থানটি সামান্য উঁচু করে রাখতে হবে;
- এ অবস্থায় কোন কিছু খাওয়ানো বা পান করানো থেকে বিরত রাখতে হবে।

(গ) চোখে আঘাত বা কোনো বস্তুর প্রবেশ

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুর চোখে কোনো বস্তু বা কণা প্রবেশ করতে পারে, বিভিন্ন রাসায়নিক উপাদানের প্রভাবের কারণে শিশুর চোখ ব্যথা ও জ্বালা বা চোখে লাল ভাব বা চোখ খুলতে বা দেখতে অসুবিধা বা চোখ হতে পানি ঝরতে পারে। সেক্ষেত্রে নিম্নলিখিত উপায়ে শিশুকে সহায়তা করতে হবে:

- চোখ স্পর্শ করা বা চোখের আশেপাশে চাপ দেওয়া থেকে বিরত থাকতে হবে;
- কোনো বস্তু যদি চোখে প্রবেশ করে কিন্তু বিদ্ধ হয়ে না থাকে তাহলে শিশুকে বার বার চোখের পলক ফেলার জন্য বলতে হবে এবং প্রবাহমান পানি দিয়ে চোখ ধীরে ধীরে ধুয়ে দিতে হবে;
- এসব পদক্ষেপে যদি বস্তুটি না সরে তাহলে অভিভাবককে জানাতে হবে এবং চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে হবে;
- চোখের ভেতর বা আশেপাশে কোনো বস্তু যদি বিদ্ধ হয়ে থাকে বা চোখ কোটর থেকে বেরিয়ে আসে তাহলে তৎক্ষনাৎ জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে;

- শিশুর চোখ যদি কোনো রাসায়নিক উপাদানের সংস্পর্শে আসে তাহলে তৎক্ষনাৎ জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে এবং জরুরি স্বাস্থ্য সহায়তা না আসা পর্যন্ত কমপক্ষে ১৫ মিনিট প্রবাহমান পানি দিয়ে চোখ ধুয়ে দিতে হবে এবং খেয়াল রাখতে হবে যেন অপর চোখে পানি প্রবেশ না করে।

(ঘ) নাক দিয়ে রক্ত পড়া

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শুষ্ক আবহাওয়া, অ্যালার্জি, নাকে বা মাথায় আঘাত প্রাপ্তির কারণে শিশুর নাক দিয়ে হঠাৎ রক্ত পড়া শুরু হতে পারে সেক্ষেত্রে নিম্নলিখিত উপায়ে শিশুকে সহায়তা করতে হবে:

- শিশুর মাথা পিছনে কাত করা হলে গলায় রক্ত আসতে পারে তাই সামনের দিকে ঝুঁকে বসাতে হবে। প্রয়োজনে একপাশে কাত করে শুইয়ে দিতে হবে;
- শিশুকে মুখ দিয়ে শ্বাস নিতে উৎসাহ দিতে হবে এবং বারবার নাক মোছা বা ঘষা থেকে বিরত রাখতে হবে;
- রক্তপাত বন্ধ করতে নাকের ছিদ্র ১০-১৫ মিনিট চেপে ধরে রাখতে হবে। রক্তপাত বন্ধ না হলে নাকে আইস প্যাক দিতে হবে। যদি মাথায় গুরুতর আঘাতের কারনে নাক দিয়ে রক্ত পড়ে তবে নাক চেপে রাখা যাবে না;
- ১৫ মিনিটের বেশি সময় ধরে রক্তপাত হলে দ্রুত জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে এবং তৎক্ষনাৎ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে।

(ঙ) নাকে কোনো বস্তুর প্রবেশ

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে থাকাকালীন শিশুদের নাকে কোনো বস্তু প্রবেশ করতে পারে সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- শিশুর নাকের ভিতর যদি বস্তুটিকে সহজেই দেখা যায় এবং ধরা যায় তাহলে স্বাস্থ্য শিক্ষকের তত্ত্বাবধানে সাবধানে বস্তুটি বের করে ফেলতে হবে;
- নাকে আঘাত লাগা থেকে রক্ষা করার জন্য শিশুকে উক্ত বস্তুটি নিজে নিজে অপসারণ করার চেষ্টা হতে বিরত রাখতে হবে;

- যদি বস্তুটি সহজে অপসারণ করার মত না হয় তাহলে যত দ্রুত সম্ভব চিকিৎসকের কাছে পাঠাতে হবে এবং অভিভাবককে জানাতে হবে।

(চ) কানে আঘাত বা কোনো বস্তুর প্রবেশ

কোন শিশুর কান থেকে যদি রক্ত বা অন্যান্য তরল নির্গত হয়, জোরে আওয়াজ বা বিস্ফোরনের শব্দে কান আঘাত প্রাপ্ত হয় বা কানে কোনো বস্তু বা পোকামাকড় প্রবেশ করে তাহলে নিম্নলিখিত উপায়ে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে:

- শুধুমাত্র বাহ্যিক ক্ষত হলে শরীরের অন্যান্য অংশের ক্ষত নিরাময়ের ন্যায় একইভাবে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করতে হবে;
- যদি কানে কোনো বস্তু থাকে, কিন্তু মাথা বা মেরুদণ্ডে আঘাতের সন্দেহ না থাকে এবং বস্তুটি সহজে অপসারণযোগ্য মনে হয় তবে বস্তুটি বের করার জন্য আক্রান্ত কানের দিকে মাথা কাত করে কানে হালকা টোকা দিতে হবে;
- যদি শিশু পোকামাকড় প্রবেশের বিষয় বলতে পারে তবে মাথা কাত করে কয়েক ফোঁটা তেল দিতে হবে। পোকামাকড় বের না হলে কানের ভিতর আলোর প্রতিফলন দেওয়া যাবে না;
- যদি শিশু কিছু বলতে না পারে তবে বস্তু বা পোকামাকড় টেনে বের করার চেষ্টা করা যাবেনা এবং তৎক্ষনাৎ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে;

(ছ) দুর্ঘটনায় দাঁত পড়ে যাওয়া

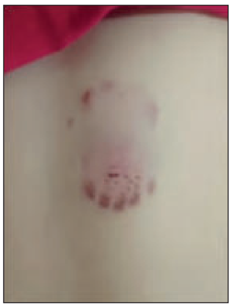
শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে খেলাধুলা করার সময় কোনো শিশুর মাথার সাথে সজোরে আঘাত লেগে বা কোনো আসবাবপত্র বা দেওয়ালের সাথে ধাক্কা লেগে শিশুর দাঁতের মাড়ি ফুলে যাওয়ার পাশাপাশি রক্তপাত ও প্রচণ্ড ব্যথা অনুভূত হতে পারে এবং দাঁত নড়ে যেতে পারে অথবা ভেঙে উঠে আসতে পারে।

- শিশুর অস্থায়ী বা প্রাথমিক দাঁত পড়ে গেলে তাৎক্ষণিক রক্তপাত বন্ধ করতে পরিষ্কার গজ বা তুলা ভাঁজ করে শিশুর দাঁতের গোড়ায় রেখে শিশুকে কামড় দিতে বলতে হবে;
- শিশুর দাঁতের গোড়ায় হাত দেওয়া যাবে না;
- দাঁতটি অভিভাবকের নিকট দেওয়ার জন্য একটি পাত্র বা খামে রাখতে হবে;
- যদি স্থায়ী দাঁত ভেঙে যায় বা উঠে আসে সেক্ষেত্রে ১৫-২০ মিনিটের মধ্যে ফোলা ভাব কমাতে মুখে ঠান্ডা কম্প্রেস লাগাতে হবে;
- উঠে আসা দাঁত অভিভাবকের নিকট দেওয়ার জন্য দুধ অথবা শিশুর মুখের লালাসহ গজ দিয়ে মুড়িয়ে একটি পরিষ্কার পাত্রে সংরক্ষণ করতে হবে এবং শিশুর নাম, তারিখ ও সময় লেবেল করে লিখে রাখতে হবে; দাঁত মাড়িতে আছে কিন্তু স্থানচ্যুত হলে দাঁতটিকে সঠিক অবস্থানে সরানোর চেষ্টা করা যাবে না;
- দাঁত স্থানচ্যুত হওয়ার ১ম ঘন্টার মধ্যে দাঁতের জরুরি যত্ন নেওয়ার লক্ষ্যে যত দ্রুত সম্ভব শিশুটিকে একজন দন্ত চিকিৎসকের কাছে নিয়ে যাওয়ার জন্য অভিভাবক বা পিতামাতার সঙ্গে যোগাযোগ করতে হবে।

(জ) শিশু বা পোকা মাকড়ের কামড়ে ক্ষত

এক শিশু অন্য শিশুকে কামড় দিলে করণীয়

শিশুরা একসাথে খেলার সময় খেলনা নিয়ে কাড়াকাড়ি করে এবং এসময় এক শিশু অন্য শিশুকে কামড় দেওয়ার প্রবণতা থাকে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে এক শিশু অন্য শিশুকে কামড় দিলে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:



- ক্ষতস্থান থেকে রক্ত বা অন্যান্য তরল পদার্থ নির্গত হলে ক্ষতস্থানটি স্পর্শ করার সময় ডিসপোজেবল গ্লভস ব্যবহার করতে হবে;
- রক্ত ঝরলে জীবাণুমুক্ত পরিষ্কার গজ বা কাপড় দিয়ে ক্ষতস্থানে সরাসরি চাপ প্রয়োগ করতে হবে;
- রক্তপাত না হলে ক্ষতস্থান ২-৩ মিনিট প্রবাহমান পরিষ্কার পানির নিচে ধরে রাখতে হবে এবং সাবান পানি দিয়ে ভালোভাবে ধুয়ে ফেলতে হবে;
- যদি কামড়টি বড় ও ফাঁকা হয় এবং রক্ত ঝরা বন্ধ না হয় তবে উভয় শিশুর টিকা সংক্রান্ত রেকর্ড চেক করতে হবে;
- অভিভাবককে অবশ্যই জানাতে হবে এবং তৎক্ষনাৎ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে পরামর্শ দিতে হবে।

পোকা মাকড়ের কামড়ের ক্ষেত্রে করণীয়

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুকে হঠাৎ কোনো পোকামাকড় যেমন মৌমাছি, বিচ্ছু, মশা, পিঁপড়া, মাকড়সা বা ছারপোকা কামড় দিলে সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- শিশুকে নিরাপদ স্থানে নিয়ে উষ্ণ ও শান্ত রাখতে হবে;
- যদি পোকামাকড়ের হুল ত্বকে আটকে থাকে তবে সাবধানে ত্বক থেকে সরিয়ে ফেলতে হবে;
- সাবান পানি দিয়ে আক্রান্ত স্থান ভালোভাবে ধুয়ে ফেলতে হবে;
- চুলকানি ও অস্বস্তি দূর করতে গজ বা পরিষ্কার কাপড় দিয়ে মুড়িয়ে বরফ বা ঠান্ডা পানির প্যাক ১০-১৫ মিনিট সময় ক্ষত স্থানে ধরে রাখতে হবে এবং সংক্রমনের লক্ষনগুলির জন্য কমপক্ষে ২০ মিনিট শিশুকে পর্যবেক্ষণ করতে হবে;
- তীব্র এলার্জির প্রতিক্রিয়া দেখা দিলে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) দ্রুত কল করতে হবে এবং চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে হবে।

(ঝ) জ্বরজনিত খিঁচুনি

শিশুর শরীরের তাপমাত্রা হঠাৎ ১০২ ডিগ্রী ফারেনহাইট এর উপরে উঠলে জ্বরজনিত খিঁচুনি হতে পারে। শিশুর জ্বরজনিত খিঁচুনির ঝুঁকি কমাতে নিম্নলিখিত উপায়ে শিশুকে সহায়তা করতে হবে:

- শরীরের অতিরিক্ত পোশাক, কাঁথা বা কম্বল সরিয়ে ফেলতে হবে;
- স্বাভাবিক তাপমাত্রার পানি দিয়ে শিশুর শরীর মুছে দিতে হবে;
- শিশুকে প্রচুর পরিমাণে পানি পান করাতে হবে যাতে পানিশূন্যতা প্রতিরোধ হয়;
- অভিভাবক যদি পূর্ব থেকেই চিকিৎসকের ব্যবস্থাপত্রসহ জ্বর কমানোর ঔষধ সরবরাহ করে থাকে তাহলে ঔষধের মেয়াদোত্তীর্ণ তারিখ দেখে উল্লিখিত ডোজ অনুযায়ী শিশুকে দ্রুত ঔষধ সেবন করাতে হবে;
- অধিকাংশ ক্ষেত্রে এই খিঁচুনি প্রাণঘাতী নয় এবং দীর্ঘস্থায়ীও নয়, তবে শিশুর অসুস্থতার বিষয়ে সবসময় অভিভাবককে অবহিত করতে হবে এবং জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) দ্রুত কল করতে হবে।

(ঞ) বৈদ্যুতিক উৎস হতে আঘাত

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে বৈদ্যুতিক তার স্পর্শ করে বা বজ্রপাতের কারনে শিশু বিদ্যুতায়িত হতে পারে। সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- প্রশিক্ষিত কর্মী দ্বারা দ্রুত বৈদ্যুতিক সংযোগ বন্ধ করতে হবে এবং সংযোগ বন্ধ না হওয়া পর্যন্ত আক্রান্ত শিশুকে স্পর্শ করা যাবে না;

- বিদ্যুৎ ও বজ্রপাত শিশুর হৃদযন্ত্রকে প্রভাবিত করতে পারে সেকারণে শ্বাসনালি, শ্বাস-প্রশ্বাস এবং রক্তসঞ্চালন নিবিড়ভাবে পর্যবেক্ষণ করতে হবে;
- যদি শিশুটি প্রতিক্রিয়াহীন বা স্বাভাবিকভাবে শ্বাস-প্রশ্বাস না নেয় সেক্ষেত্রে সিপিআর প্রদান করতে হবে এবং দ্রুত জরুরি চিকিৎসা সেবা পেতে স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে;
- যদি কোনো শিশুর বৈদ্যুতিক পোড়ার লক্ষণ দেখা দেয় তাহলে শরীরের অন্য কোনো স্থানে আঘাত রয়েছে কিনা তা যাচাই করতে হবে;
- আক্রান্ত স্থানে কোনো প্রকার ক্ষত থাকলে পরিষ্কার, শুকনো গজ দ্বারা ঢেকে দিতে হবে;
- কোন অয়েন্টমেন্ট বা মলম ব্যবহার করা যাবে না;
- ঠান্ডা ও গরম থেকে শিশুকে সুরক্ষা দিতে হবে;
- বৈদ্যুতিক প্রবাহ শিশুর শরীরের কোষগুলির মধ্য দিয়ে প্রবাহিত হতে পারে এবং অদৃশ্য আঘাত সৃষ্টি করতে পারে;
- এজন্য সব ধরনের বৈদ্যুতিক আঘাতের ক্ষেত্রে চিকিৎসার প্রয়োজন বিধায় অভিভাবককে অবশ্যই জানাতে হবে এবং তৎক্ষনাৎ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে পরামর্শ দিতে হবে।

(ট) পোড়ায় ক্ষত

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে যদি শিশুরা গ্যাসের চুলা, বৈদ্যুতিক চুলা বা গরম খাবারের পাত্র বা গরম পানির সংস্পর্শে এসে শরীরের কোনো স্থান পুড়ে যায় সেক্ষেত্রে শিশুকে নিম্নলিখিত উপায়ে সহায়তা করতে হবে:

- ব্যথা ও জ্বালাপোড়া উপশমের জন্য পোড়া স্থানটি প্রবাহমান ঠান্ডা পানির নিচে কমপক্ষে ১০-১৫ মিনিট ধরে রেখে শীতল করতে হবে;
- শিশুকে শান্ত ও উষ্ণ রাখতে হবে এবং পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত শুকনা কাপড় দিয়ে পোড়া স্থান আলগাভাবে ঢেকে রাখতে হবে;
- পোড়া স্থানের ত্বকের সাথে কাপড় বা কোনো কিছু আটকে থাকলে তা সরানোর চেষ্টা করা যাবেনা তবে পোড়া স্থানের চারপাশে অতিরিক্ত কাপড় সরিয়ে ফেলতে হবে;
- পোড়া স্থানে ফোস্কা হলে তা গলানোর চেষ্টা করা যাবে না;
- চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া কোন অয়েন্টমেন্ট বা মলম ব্যবহার করা যাবে না;
- যদি পোড়া গভীর হয় বা শ্বাস নিতে কষ্ট হয় বা শরীরের বৃহৎ অংশ জুড়ে পোড়া ছড়িয়ে পড়ে সেক্ষেত্রে জরুরি চিকিৎসা সহায়তা পেতে জাতীয় স্বাস্থ্য বাতায়নে (নম্বর-১৬২৬৩) কল করতে হবে এবং দ্রুত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হওয়ার জন্য শিশুর পিতামাতা বা অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে।

৪.২.২. আঘাত প্রতিরোধের জন্য পরিকল্পনা

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুদের জন্য প্রধান স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তা সমস্যা হল আঘাত। শিশুরা সারাদিন খেলতে ভালোবাসে তাই যেকোন দুর্ঘটনা তাদের সাথে ঘটতে পারে। সেজন্য যেকোন ছোট বা বড় দুর্ঘটনার জন্য প্রস্তুত থাকতে হবে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে কোনো শিশু আহত হলে প্রথমেই শিশুর আঘাতের সম্পূর্ণ মূল্যায়ন করতে হবে এবং শিশুর প্রয়োজনীয় প্রাথমিক চিকিৎসা পদ্ধতি অনুসরণ করা হচ্ছে কিনা তা নিশ্চিত করতে হবে।

যত্নে থাকা শিশুদের আঘাতের মূল্যায়ন

(ক) যখন কোনো শিশু আঘাত পায় তখন শিশুটিকে আঘাত সম্পর্কে বিভিন্ন প্রশ্ন জিজ্ঞেস করতে হবে এবং শিশুটি স্বাভাবিক আছে কিনা তা নিশ্চিত করতে পর্যবেক্ষণ করতে হবে;

(খ) কেন্দ্রে অবস্থান করা পর্যন্ত শিশুকে পর্যবেক্ষণে রাখতে হবে এবং যথাযথ পদ্ধতিতে শিশুকে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করা হয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করতে হবে;

(গ) প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের পরও যদি মনে হয় শিশুর স্থায়ী আঘাতের ঝুঁকি আছে এবং শিশুর জীবন ঝুঁকির মধ্যে থাকতে পারে, তাহলে দ্রুত বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হওয়ার জন্য অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে;

(ঘ) প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান ও শিশুটি শান্ত হওয়ার পরে স্বাস্থ্য শিক্ষক আঘাতের ঘটনাটি পর্যালোচনা করে নিম্নলিখিত অতিরিক্ত তথ্য সংগ্রহ করবে:

- আঘাতপ্রাপ্ত হওয়ার সময় শিশুটি কী করছিল?
- আঘাতের সময় কী সরঞ্জাম জড়িত ছিল?
- অন্য শিশু জড়িত ছিল কিনা?
- কোনো বিপদ জড়িত ছিল কিনা?
- কোনো সাক্ষী ছিল কিনা অর্থাৎ শিশুটি আঘাত পাওয়ার সময় পাশে কেউ উপস্থিত ছিলো কিনা এবং সে কী দেখেছে?

যেমন একটি শিশু কেন্দ্রে খেলাধুলা করার সময় হঠাৎ হোঁচট খেয়ে পড়ে গিয়ে আঘাত পেতে পারে বা হাত, পা, ঠোঁট কেটে যেতে পারে। তখন শিশুকে সহায়তা করার জন্য কেন্দ্রের স্বাস্থ্য শিক্ষক বা যে কোনো কর্মী দ্রুত এগিয়ে আসবে।

(ঙ) স্বাস্থ্য শিক্ষক আঘাতের প্রতিবেদন প্রস্তুতপূর্বক শিশুর শারীরিক অবস্থার তথ্য কর্তৃপক্ষকে প্রদান করবেন এবং অভিভাবকের সাথে শিশুর শারীরিক অবস্থা শেয়ার করবেন।

৫. প্রাথমিক চিকিৎসা সরঞ্জাম ব্যবহার ও রক্ষণাবেক্ষণ পদ্ধতি

৫.১ শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে ফার্স্ট এইড কিটের প্রয়োজনীয়তা

জরুরি পরিস্থিতিতে শিশুকে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান এবং অন্যান্য ছোটখাট আঘাত বা দুর্ঘটনায় শিশুকে দ্রুত সহায়তা প্রদানের জন্য শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে প্রয়োজনীয় উপকরণসহ একটি ফার্স্ট এইড কিটের প্রয়োজনীয়তা অনস্বীকার্য। এজন্য শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে প্রয়োজনীয় সকল সরঞ্জাম ও উপকরণসহ একটি ফার্স্ট এইড কিট অবশ্যই থাকা প্রয়োজন।

৫.২ ফার্স্ট এইড কিটের অবস্থান

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের স্বাস্থ্য শিক্ষকসহ প্রত্যেক কর্মী যেনো ফার্স্ট এইড কিটের অবস্থান এবং এর উপকরণের নামের তালিকা সম্পর্কে জানতে পারে সেজন্য ফার্স্ট এইড কিটটি স্বাস্থ্য শিক্ষকের অফিস কেবিনেটের নিরাপদ ও দৃশ্যমান স্থানে রাখতে হবে এবং সরঞ্জাম ও উপকরণের তালিকা ফার্স্ট এইড কিটের পাশে টাঙিয়ে রাখতে হবে।

৫.৩ শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের ফার্স্ট এইড কিটের সরঞ্জাম ও উপকরণ

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের ফার্স্ট এইড কিটে শিশুর জীবন রক্ষাকারী প্রয়োজনীয় সকল উপকরণ ও সরঞ্জাম অন্তর্ভুক্ত থাকতে হবে। এজন্য শিশু বিশেষজ্ঞদের পরামর্শ নিয়ে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের ফার্স্ট এইড কিটে নিম্নলিখিত উপকরণ ও সরঞ্জামসমূহ রাখার সুপারিশ করা হয়েছে।

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের ফার্স্ট এইড কিটের উপকরণ ও সরঞ্জামসমূহ

১. গ্লভস

২. ফেস মাস্ক

৩. নেবুলাইজার

৪. আম্বু ব্যাগ

৫. সিজর

৬. সিরিঞ্জ (৫ সিসি)

৭. থার্মোমিটার

৮. টর্চ লাইট

৯. স্ফিগমোম্যানোমিটার

১০. স্টেথোস্কোপ

১১. আইস ব্যাগ

১২. হট ওয়াটার ব্যাগ

১৩. বাটারফ্লাই ক্লোজারস

১৪. ব্যান্ড এইড

১৫. উইন্ডেল প্লাস সলিউশন

১৬. অ্যান্টিসেপটিক ওয়াইপস

১৭.গজ

১৮. এ্যাডহেসিভ টেপ

১৯. টুর্নিকেট

২০. ওরস্যালাইন

২১. অ্যান্টিবায়োটিক মলম

২২. সিলভার সালফাডায়াজিন

২৩. অ্যান্টিসেপটিক ক্রিম

২৪. গজ ব্যান্ডেজ

২৫. প্যারাসিটামল সিরাপ

২৬. অক্সিমেটাজোলিন ন্যাজাল ড্রপ

২৭. এন্টিসেপটিক হ্যান্ড রাব

২৮. ভায়োডিন

৫.৪ ফার্স্ট এইড কিটের রক্ষণাবেক্ষণ

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের স্বাস্থ্য শিক্ষক ফার্স্ট এইড কিট রক্ষণাবেক্ষণের দায়িত্ব পালন করবেন। মেয়াদোত্তীর্ণ কোনো উপকরণ ও সরঞ্জাম যেন ফার্স্ট এইড কিটে না থাকে সেজন্য কমপক্ষে প্রতি তিন মাস পরপর স্বাস্থ্য শিক্ষক ফার্স্ট এইড কিটের সকল উপকরণ ও সরঞ্জাম হালনাগাদ করবেন। প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানে সনদপ্রাপ্ত বা প্রশিক্ষিত কর্মী এই নির্দেশিকায় সুপারিশকৃত পদ্ধতি অনুসরণ করে প্রাথমিক চিকিৎসার সকল সরঞ্জাম ও উপকরণ সংরক্ষণ এবং ব্যবহার করবেন।

৬. সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুদের স্বাস্থ্যের চাহিদা ও প্রয়োজনীয়তার প্রতি নজর দিয়ে সাধারণত প্রথম স্তরের যেসব যত্ন দেওয়া হয় সেগুলিকে শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা বলা হয়। ছোট শিশুরা প্রতিদিন তাদের ইন্দ্রিয়ের ওপর নির্ভর করে চলাফেরা করে এজন্য তাদের চোখ, কান, দাঁত, মুখগহ্বর ও ত্বকের নিয়মিত যত্ন করা গুরুত্বপূর্ণ। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের প্রতিটি শিশুকে স্বাস্থ্য ঝুঁকি থেকে রক্ষার জন্য শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যায় নিম্নলিখিত ক্ষেত্রগুলি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে:

(ক) মুখগহ্বর, দাঁত ও ঠোঁটের সাধারণ যত্ন;
(খ) চোখের সাধারণ যত্ন;
(গ) কানের সাধারণ যত্ন;
(ঘ) ত্বকের সাধারণ যত্ন;
(ঙ) চুল ও নখের সাধারণ যত্ন;
(চ) শিশুর প্রতিরোধযোগ্য রোগের টিকাদান নিশ্চিতকরণ;
(ছ) ওজন,উচ্চতা পরিমাপ এবং পর্যবেক্ষণ;
(জ) ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন।

(ক) মুখগহ্বর, দাঁত ও ঠোঁটের সাধারণ যত্ন

শিশুর সামগ্রিক স্বাস্থ্যের ক্ষেত্রে মুখগহ্বর, দাঁত ও ঠোঁটের যত্ন নিয়মিত টিকা দেওয়ার মতই গুরুত্বপূর্ণ। শিশুরা অনুকরণ করে শিখে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের পরিচর্যাকর্মীরা শিশুদের সামনে নিজেদের মুখ, দাঁত ও ঠোঁটের যত্নের রোল মডেল হবে। পরিচর্যাকর্মীরা শিশুদের সামনে সঠিক নিয়মে দাঁত ব্রাশ করে দেখাবে যেনো শিশুরা তাদেরকে অনুকরণ করে শিখে। এজন্য শিশুর মুখ, দাঁত ও ঠোঁটের সুস্বাস্থ্য নিশ্চিতে পরিবার এবং দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মীদের কিছু কৌশল জানা প্রয়োজন। কৌশলসমূহ নিম্নরূপ:

- ফিডার অথবা চুষনি (প্যাসিফায়ার) শিশুর মুখে দিয়ে ঘুমানোর অভ্যাস করা যাবে না;
- দিনে অন্তত দুইবার দুধ খাওয়ানোর পর শিশুর মাড়ি এবং জিহ্বা নরম ও পরিষ্কার ভেজা কাপড় দিয়ে ভালোভাবে পরিষ্কার করে দিতে হবে;
- মিষ্টি জাতীয় খাবার খাওয়ানোর পর শিশুর মুখ অবশ্যই পরিষ্কার করে দিতে হবে;
- দুধ দাঁত উঠার সাথে সাথে নরম ও কোমল বেবি ব্রাশ দ্বারা শিশুর দাঁত ব্রাশের অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে;
- দাঁত ক্ষয়ের ঝুঁকি থেকে রক্ষার জন্য ফ্লোরাইডযুক্ত টুথপেস্ট দিয়ে শিশুকে দাঁত ব্রাশ করাতে হবে;
- শিশুর মুখে দুর্গন্ধ, মুখে ঘা, দাঁতে হলুদ ভাব, ক্যাভিটি, মাড়ি ও জিহ্বায় সাদা প্রলেপ আছে কিনা তা স্বাস্থ্য শিক্ষক নিয়মিত পর্যবেক্ষণ করবে;
- বছরে অন্তত দুইবার এবং প্রয়োজন অনুযায়ী দন্ত চিকিৎসকের নিকট গিয়ে শিশুর মুখ ও দাঁতের পরীক্ষা করানোর জন্য অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে;
- অনেক শিশুর দাঁত দিয়ে ঠোঁট কামড়ানো বা জিহ্বা দিয়ে ঠোঁট চাটার অভ্যাস থাকতে পারে। তাই এধরনের অভ্যাস থেকে শিশুকে বিরত রাখতে হবে। আবার শুষ্ক আবহাওয়া ও ডিহাইড্রেশনের কারণে শিশুর ঠোঁট শুষ্ক ও ফেটে রক্ত বের হতে পারে। ফাটা ঠোঁট শিশুর খাওয়া এবং ঘুমানোর উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলে। এজন্য শিশুর ঠোঁটকে নরম ও মসৃণ রাখতে ঠোঁটে নিয়মিত বেবি লিপবাম লাগাতে হবে;
- শিশুর ঠোঁট ফাটা কখনো কখনো গুরুতর সংক্রমণের দিকে নিয়ে যেতে পারে। তাই যদি ঠোঁটে ঘা হয় তাহলে অবশ্যই চিকিৎসকের শরণাপন্ন হওয়ার জন্য অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে;

- শিশুকে নিয়মিত দিনে দুইবার (সকালে খাওয়ার পরে ও রাতে ঘুমানোর পূর্বে) এবং দুই মিনিট ধরে সঠিক পদ্ধতিতে দাঁত ব্রাশ করানো শেখাতে হবে;
- শিশুকে সঠিকভাবে দাঁত ব্রাশ করা শেখানোর জন্য দাঁত ব্রাশের সঠিক পদ্ধতির নিম্নলিখিত পোস্টার শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের বেসিনের পাশে দৃশ্যমান স্থানে টাঙিয়ে রাখতে হবে।

(খ) চোখের সাধারণ যত্ন

শিশুর চোখ সুরক্ষিত রাখার জন্য শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মীদের নিম্নলিখিত উপায়সমূহ অনুসরণ করতে হবে:

- শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের কোনো খেলনা দ্বারা শিশুর চোখ যেন ক্ষতিগ্রস্থ না হয় সে জন্য নিরাপদ খেলনার ব্যবহার নিশ্চিত করতে হবে;
- ডিজিটাল স্ক্রিন ও ডিভাইসের মাত্রাতিরিক্ত ব্যবহার শিশুর চোখে চাপ সৃষ্টি করে এবং দৃষ্টিশক্তিকে প্রভাবিত করে। তাই কেন্দ্রে ডিজিটাল ডিভাইসের ব্যবহার সীমিত করতে হবে;
- সূর্যরশ্মি থেকে শিশুর চোখকে রক্ষার জন্য সুরক্ষামূলক চশমা ব্যবহার করতে এবং বাড়ীতে ডিভাইসের ব্যবহার সীমিত করতে অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে;
- শিশুরা যেনো কোনো নির্দিষ্ট দিকে দীর্ঘসময় তাকিয়ে না থাকে সেজন্য বিভিন্ন ধরণের উদ্দীপনামূলক খেলায় শিশুর চোখকে ব্যস্ত রাখতে রঙিন খেলনা ব্যবহার করতে হবে। এছাড়া শিশুকে প্রাকৃতিক কর্ণারের সবুজ রং দেখতে এবং চোখের ব্যায়াম করতে উৎসাহ দিতে হবে;
- শিশুর চোখ কুচকানো ও হাত দিয়ে চোখ বারবার ঘষা; অত্যধিক পলক ফেলা; এক চোখ ঢেকে রাখা বা বন্ধ করা; আলোর প্রতি সংবেদনশীলতা; মাথা ব্যথার অভিযোগ করা; দূরের জিনিস ফোকাস করতে না পারা; চোখ ও হাতের সমন্বয় ঘটিয়ে কাজ করতে না পারা; রং, আকার, অক্ষর ও সংখ্যা চিনতে না পারা এবং শিশুর দৃষ্টি শক্তির কোনো সমস্যা বা অস্বাভাবিকতা আছে কি না তা পর্যবেক্ষণ করতে হবে। প্রয়োজনে অভিভাবককে শিশুর চোখের দৃষ্টি শক্তি পরীক্ষা করার জন্য চক্ষু বিশেষজ্ঞের শরণাপন্ন হওয়ার পরামর্শ দিতে হবে;
- এক থেকে পাঁচ বছর বয়সী সকল শিশুকে নিয়মানুযায়ী উচ্চ ক্ষমতাসম্পন্ন ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল খাওয়ানোর জন্য অভিভাবককে পরামর্শ প্রদান করতে হবে।

(গ) কানের সাধারণ যত্ন

শিশুর কানে মল বা খৈল জমে গেলে অথবা কানে পানি প্রবেশ করলে বেশিরভাগ সময় ছোট শিশুরা আঙুল দিয়ে কান চুলকায় অথবা একটু বড় শিশুরা অভিযোগ করে যে তাদের কানে কিছু একটা আছে। এজন্য দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মীদের শিশুর কানের যত্নের কৌশলগুলি জানা অত্যন্ত জরুরি। কৌশলগুলি হলো:

- শিশুর কানে মল বা খৈল জমে গেলে সতর্কতার সাথে প্রথমে ড্রপারের সাহায্যে কানে কয়েক ফোটা তেল দিয়ে কানের মল নরম করে নিরাপদে Q-tip (কিউ টিপ) দিয়ে কান পরিষ্কার করে দিতে হবে যেনো কানের সূক্ষ্ম পর্দার কোনো ক্ষতি না হয়;
- শিশুকে গোসল করানোর সময় বা মাথায় পানি দেওয়ার সময় কানে পানি প্রবেশ করলে শিশুর কানের সূক্ষ্মপর্দার যেনো ক্ষতি না হয় সেদিকে খেয়াল রেখে Q-tip (কিউ টিপ) দিয়ে কানের পানি পরিষ্কার করে দিতে হবে;

- শিশুকে ডাকলে যদি শিশু সাড়া না দেয়, কথা বলতে দেরি করে, কথা সঠিকভাবে বুঝতে না পারে, সবসময় অতি উচ্চস্বরে কথা বলে তখন দক্ষ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হওয়ার জন্য অভিভাবককে পরামর্শ প্রদান করতে হবে;
- উচ্চ মাত্রার শব্দ শিশুর শ্রবণশক্তির ক্ষতি করতে পারে তাই শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে উচ্চ মাত্রার শব্দে গান বা মিউজিক বাজানো থেকে বিরত থাকতে হবে এবং যেসব খেলনার জোরে শব্দ হয় সেসব খেলনা শিশুকে দেওয়া থেকেও বিরত থাকতে হবে;
- কেন্দ্রে থাকাকালীন শিশুর কানে যেনো কোন প্রকার আঘাত না লাগে সে বিষয়ে পরিচর্যাকর্মীদের সতর্ক থাকতে হবে।

(ঘ) ত্বকের সাধারণ যত্ন

শিশুর ত্বক অনেক কোমল,স্পর্শকাতর ও সংবেদনশীল বিধায় স্ক্যাবিস, র‌্যাশ, ঘামাচি, চুলকানি ইত্যাদিতে শিশু সহজেই আক্রান্ত হতে পারে। এজন্য দিবাযত্ন কেন্দ্রের পরিচর্যাকর্মীদের শিশুর ত্বকের সুরক্ষা প্রদানের লক্ষ্যে ত্বকের যত্নের নিম্নলিখিত কৌশলগুলি জেনে রাখা অত্যন্ত জরুরি।

- শিশুর ত্বকের আর্দ্রতা নিয়ন্ত্রণে শিশুর ত্বকের উপযোগী অলিভ অয়েল বা লোশন ব্যবহার করতে হবে;
- শিশুর ত্বককে সুরক্ষিত রাখতে সবসময় আরামদায়ক, নরম ও ঢিলেঢালা পোশাক পরিধান করাতে হবে;
- শিশু বাহিরে খেলাধুলা করার সময় যেনো দীর্ঘ সময় অত্যাধিক সূর্যের আলোর সংস্পর্শে না থাকে সেদিকে খেয়াল রাখতে অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে;
- সংক্রমণ প্রতিরোধে প্রতিটি শিশুর জন্য পৃথক তোয়ালের ব্যবস্থা রাখতে হবে, প্রয়োজনে অভিভাবককে তার শিশুর জন্য রুমাল বা তোয়ালে সরবরাহ করার জন্য অনুরোধ করতে হবে;
- শিশু যেনো ভেজা কাপড় বা দীর্ঘসময় একই ডায়াপার পরা অবস্থায় না থাকে সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে;
- শিশুর ত্বকে অ্যালার্জিজনিত র‌্যাশ, ঘামাচি বা চুলকানি দেখা দিলে দ্রুত শিশুকে আলাদা করতে হবে এবং শিশু সম্পূর্ণ সুস্থ না হওয়া পর্যন্ত নিজ বাসায় অবস্থান করার জন্য অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে।

(ঙ) চুল ও নখের সাধারণ যত্ন

শিশুর ত্বক, দাঁত, চোখ ও কানের যত্ন নেওয়ার পাশাপাশি চুল ও নখের যত্নও নেওয়া প্রয়োজন। নিম্নলিখিত উপায়ে শিশুর চুল ও নখের যত্ন নেওয়া যেতে পারে:

- শিশুর মাথার ত্বক ও চুলের সুস্বাস্থ্য রক্ষার জন্য সকালে ঘুম থেকে উঠার পর, গোসলের পর, বাহিরে বের হওয়ার আগে এবং রাতে ঘুমানোর পূর্বে শিশুকে চুল আঁচড়াতে অভ্যাস করাতে হবে;

- শিশুর চুলে মাঝে মাঝে বিলি কেটে উকুঁন বা খুশকি আছে কিনা তা পর্যবেক্ষণ করতে হবে এবং ন্যূনতম প্রতি পাঁচ দিন পর পর শ্যাম্পু দিয়ে শিশুর চুল ধুয়ে দিতে হবে;
- শিশুর মাথার ত্বক ভালো রাখতে এবং চুলের বৃদ্ধি উন্নত করতে সপ্তাহে অন্তত একবার শিশুর মাথার ত্বকে ও চুলে তেল মালিশ করতে হবে;
- সংক্রমণ এড়াতে শিশুর ব্যবহৃত চিরুনি, টুপি, তোয়ালে, বালিশ ও চুলের আনুষঙ্গিক উপকরণ অন্য শিশুর সাথে শেয়ার করা থেকে বিরত থাকতে হবে;

- নিয়মিত শিশুর হাত ও পায়ের নখ কেটে ছোট রাখতে হবে যেনো নখের ভিতরে ময়লা জমতে না পারে;
- শিশুদের মধ্যে যেন দাঁত দিয়ে নখ কাটার মত খারাপ অভ্যাস তৈরি না হয় সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে;
- নখের বিভিন্ন পরিবর্তন যেমন নখ ভেঙে যাওয়া, ছোট সাদা দাগ, নখের নিচের অংশে ক্ষত, আঘাতজনিত কারণে নখ কালো হয়ে যাওয়া ইত্যাদি উপসর্গ দেখা দিলে চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে অভিভাবককে পরামর্শ দিতে হবে।

(চ) শিশুর প্রতিরোধযোগ্য রোগের টিকাদান নিশ্চিতকরণ

শিশুর টিকাদান নিশ্চিতকরণের বিষয়ে বিস্তারিত বিবরণ "শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে সংক্রামক রোগ প্রতিরোধ নির্দেশিকা"য় অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। এছাড়া শিশুর প্রতিরোধযোগ্য রোগের টিকাদান নিশ্চিত করতে স্বাস্থ্য শিক্ষক নিম্নলিখিত বিষয়গুলি অবশ্যই অনুসরণ করবে:

- শিশু ভর্তির সময় প্রতিটি শিশুর টিকা কার্ডের ফটোকপি অত্যাবশ্যকীয়ভাবে ভর্তি ফাইলে সংরক্ষণ করবে;
- বয়স অনুযায়ী সকল টিকা সঠিক সময়ে দেওয়া হয়েছে কিনা তা মূল্যায়ন করবে এবং কোন টিকার ডোজ বাদ পড়লে অভিভাবকদের সকল টিকা নির্ধারিত তারিখে সম্পন্ন করার পরামর্শ প্রদান করবে;
- যেসকল টিকার পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া রয়েছে সেসকল টিকা দেওয়ার পর শিশুকে পর্যবেক্ষণের জন্য দিবাযত্ন কেন্দ্রে পাঠানো হতে বিরত থাকতে অভিভাবকদের পরামর্শ প্রদান করবে।

(ছ) ওজন ও উচ্চতা পরিমাপ এবং পর্যবেক্ষণ

শিশুর ওজন ও উচ্চতা পরিমাপ এবং পর্যবেক্ষণ সংক্রান্ত বিস্তারিত বিবরণ "শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের নির্দেশিকা"য় অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। কেন্দ্রের স্বাস্থ্য শিক্ষক প্রতি তিন মাস পর পর শিশুর ওজন ও উচ্চতা পরিমাপ করে "শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা পর্যবেক্ষণ ফরমে মন্তব্য লিপিবদ্ধ করবে।

(জ) ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য বিধি অনুশীলন

হাত ধোয়া, হাঁচি-কাশির শিষ্টাচার, গ্লভস ব্যবহার, ডায়াপার পরিবর্তনসহ ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য বিধি অনুশীলন বিষয়ে বিস্তারিত বিবরণ "শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে সংক্রামক রোগ প্রতিরোধ নির্দেশিকা"য় অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে যত্নে থাকা শিশুদের রোগ প্রতিরোধের জন্য কেন্দ্রের প্রতিটি কর্মী উক্ত নির্দেশিকা"য় বর্ণিত কৌশলগুলি শিশুদের নিয়মিত অনুশীলন করাবে।

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের প্রতিটি শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা অনুশীলন প্রতিনিয়ত করা হচ্ছে কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য পরিশিষ্ট-ক তে উল্লিখিত "শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা পর্যবেক্ষণ ফরম" ব্যবহার করতে হবে। সপ্তাহে অন্তত এক দিন মুখগহ্বর, দাঁত ও ঠোঁটের যত্ন; চোখের যত্ন; কানের যত্ন; ত্বকের যত্ন; চুল ও নখের যত্ন; ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন নিশ্চিত করতে হবে এবং প্রয়োজনীয় টিকা নিশ্চিত করতে শিশুর বয়স ১৫ মাস না হওয়া পর্যন্ত প্রতিমাসে একবার শিশুর টিকা কার্ড পর্যবেক্ষণ করতে হবে। এছাড়া প্রতি তিন মাস পর পর শিশুর ওজন ও উচ্চতা পরিমাপ করে মন্তব্য লিপিবদ্ধ করতে হবে।

কোনো ধরনের অস্বাভাবিকতা পরিলক্ষিত হলে বা নির্দিষ্ট কোন ক্ষেত্রে উন্নত চিকিৎসা প্রদানের প্রয়োজন হলে তা ফরমে উল্লিখিত মন্তব্যের স্থানে লিখতে হবে এবং যথাযথ ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

৭. শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে ঔষধ সংরক্ষণ ও ঔষধ প্রদানের নীতি

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুকে প্রেসক্রিপশন বা নন প্রেসক্রিপশন ঔষধ প্রদানের পূর্বে পরিশিষ্ট-খ তে উল্লিখিত "শিশুর ঔষধ প্রদান ফরম" যথাযথভাবে পূরণ করার পাশাপাশি নিম্নলিখিত বিষয়গুলি মেনে চলতে হবে:

(ক) শিশুকে প্রেসক্রিপশন বা নন প্রেসক্রিপশন যে কোনো ধরনের ঔষধ প্রদানের ক্ষেত্রে অবশ্যই পিতামাতা বা অভিভাবকের লিখিত অনুমতি থাকতে হবে;

(খ) ঔষধটি আসল লেবেলসহ সঠিক কন্টেইনার বা প্যাকেজে থাকতে হবে এবং চিকিৎসকের প্রেসক্রিপশনে তারিখ, শিশুর নাম, বয়স, ঔষধের নাম, ডোজ, সময়, দিনে কতবার ও ঔষধ প্রদানের মাধ্যমসহ বিস্তারিত তথ্য থাকতে হবে;

(গ) উক্ত ঔষধে শিশুর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কিনা তা জানার জন্য সকল ঔষধের শুরুর ডোজটি অবশ্যই পিতামাতা বা অভিভাবকের দ্বারা বাসায় দিয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করার পরেই পিতামাতা বা অভিভাবকের কাছ থেকে ঔষধ গ্রহণ করতে হবে;

(ঘ) শিশুর পিতামাতা বা অভিভাবককে অবশ্যই সকল ঔষধ শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে দায়িত্বরত স্বাস্থ্য শিক্ষকের কাছে বুঝিয়ে দিতে হবে;

(ঙ) কেন্দ্রের স্বাস্থ্য শিক্ষক শিশুর সকল ঔষধ সংরক্ষণ ও সেবন করানোর দায়িত্বে থাকবেন। স্বাস্থ্য শিক্ষকের অনুপস্থিতিতে কেন্দ্রের শিক্ষক এ দায়িত্ব পালন করবেন;

(চ) কোনো ঔষধ রেফ্রিজারেশনের প্রয়োজন হলে শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের রেফ্রিজারেটরের দরজায় সংরক্ষণ করবে এবং অন্যান্য ঔষধ শিশুদের নাগালের বাহিরে অফিস কক্ষের কেবিনেটে রাখবে যেখানে ফার্স্ট এইড কিট থাকবে;

(ছ) অব্যবহৃত ঔষধ পিতামাতা বা অভিভাবকের কাছে অবশ্যই ফেরত দিতে হবে;

(জ) বাহ্যিক মলম বা স্প্রে যেমন পেট্রোলিয়াম জেলি, মসকুইটো রিপেলেন্ট স্প্রে অথবা ক্রীম ইত্যাদি ব্যবহারের ক্ষেত্রে পিতা মাতা বা অভিভাবকের অনুমতি নিতে হবে।

৮. জরুরি পরিস্থিতিতে সাড়া দেওয়ার জন্য প্রয়োজনীয় নম্বরসমূহ সংরক্ষণ

নিম্নের ফরমেটটি ব্যবহার করে প্রয়োজনীয় নম্বরসমূহ প্রতিটি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে সংরক্ষণ করতে হবে এবং প্রতিনিয়ত হালনাগাদ করতে হবে।

হেলথ কেয়ার কনসালটেন্ট	
নাম	:
ঠিকানা	:
মোবাইল নম্বর	:

জরুরি টেলিফোন নম্বর	
ফায়ার সার্ভিস	:
পুলিশ বিভাগ	:
বিষক্রিয়া নিয়ন্ত্রণ	:
অ্যাম্বুলেন্স	:
শিশু নির্যাতন সেল (মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর)	:
স্বাস্থ্য বিভাগ	:
মনোনীত অভিভাবক	:

জরুরি অবস্থার জন্য ব্যবহার করা হাসপাতাল	
নাম	:
ঠিকানা	:
মোবাইল নম্বর	:

জরুরি অবস্থার সময় প্রয়োজনীয় তথ্য	
নাম	:
জরুরি অবস্থার প্রকৃতি	:
কেন্দ্রের টেলিফোন নম্বর	:
কেন্দ্রের ঠিকানা	:
ভবনে কেন্দ্রের অবস্থান	:

৯. সংযোজন বা পরিবর্তন

এই নির্দেশিকার কোন অনুচ্ছেদ বা নিয়মাবলী সময়ের প্রয়োজনে সংযোজন বা পরিবর্তন করার ক্ষেত্রে কর্তৃপক্ষ সর্বপ্রকার ক্ষমতা সংরক্ষণ করেন। নির্দেশিকায় বর্ণিত কোনো বিষয় অস্পষ্ট থাকলে বা কার্যকর করার ক্ষেত্রে কোনো অসুবিধা দেখা দিলে প্রকল্প পরিচালক তা দূরীকরণেরর ব্যবস্থা গ্রহণ করতে পারবেন। এ বিষয়ে মহাপরিচালক, মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তরের পক্ষে প্রকল্প পরিচালকের ব্যাখ্যাই চূড়ান্ত হিসেবে গণ্য হবে।

পরিশিষ্ট-'ক'

শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা পর্যবেক্ষণ ফরম

শিশুর নাম : জন্ম তারিখ :

কেন্দ্রের নাম : বয়সগ্রুপ :

	জানুয়ারী				ফেব্রুয়ারী				মার্চ				এপ্রিল				মে				জুন				জুলাই				আগস্ট				সেপ্টেম্বর				অক্টোবর				নভেম্বর				ডিসেম্বর			
	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ	১ম সপ্তাহ	২য় সপ্তাহ	৩য় সপ্তাহ	৪র্থ সপ্তাহ
মুখ, দাঁত ও ঠোঁটের যত্ন																																																
চোখের যত্ন																																																
কানের যত্ন																																																
ত্বকের যত্ন																																																
চুল ও নখের যত্ন																																																
হাত ধোয়ার অভ্যাস																																																
দাঁত ব্রাশের অভ্যাস																																																
হাঁচি কাশির শিষ্টাচার																																																
টিকা দান																																																
ওজন ও উচ্চতা																																																
স্বাস্থ্য শিক্ষকের স্বাক্ষর																																																

মন্তব্য

১ম কোয়ার্টার	২য় কোয়ার্টার	৩য় কোয়ার্টার	৪র্থ কোয়ার্টার

পরিশিষ্ট-'খ'

শিশুর ঔষধ প্রদানের অনুমতিপত্র

শিশুর নাম : জন্ম তারিখ :

কেন্দ্রের নাম : বয়সগ্রুপ :

তারিখ	প্রেসক্রিপশন ঔষধ কিনা		প্রেসক্রিপশন সংযুক্ত আছে কিনা?		ঔষধের নাম	ঔষধের ১ম ডোজ অভিভাবক কর্তৃক সেবন করানো হয়েছে কিনা?	ঔষধ সেবনের মাধ্যম	ঔষধ সেবনের সময়			ঔষধের পরিমাণ বা মাত্রা	পিতামাতা বা অভিভাবকের স্বাক্ষর	স্বাস্থ্য শিক্ষকের স্বাক্ষর
	হ্যাঁ	না	হ্যাঁ	না				সকাল	দুপুর	বিকাল			

তথ্যসূত্র

১. শবনম মোস্তারী, ২০২৩। মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয় কর্তৃক বাস্তবায়নাধীন "২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন প্রকল্প"র স্ব-মূল্যায়ন প্রতিবেদন। www.cdcc.dwa.gov.bd

২. শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র আইন, ২০২১। গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার।

৩. বাংলাদেশ শিশু একাডেমী, ২০২১। শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র পরিচালন ম্যানুয়াল। শিশুর বিকাশে প্রারম্ভিক শিক্ষা প্রকল্প (৩য় পর্যায়), মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়, গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার।

৪. Directorate General of Health Services (DGHS), 2019. Integrated Management of Childhood Illness (IMCI) Training Modules, Ministry of Health & Family Planning, Government of the People's Republic of Bangladesh.

৫. World Health Organization, 2018. Nurturing care for early childhood development: a framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential.

৬. Ministry of Health and Medical Services, 2017. Standard treatment manual for children: a manual for health workers (4th Edition), The Government of Solomon Islands.

৭. International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, 2016. International first aid and resuscitation guidelines - What's new? Geneva, Switzerland.

৮. স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, ২০১৬। আর নয় অকারণ শিশু অন্ধত্ব: প্রাথমিক স্বাস্থ্য কর্মীদের প্রশিক্ষণ সহায়িকা। স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার।

৯. Government of Alberta, 2015. Healthy Child Care, Healthy Child: A guide to Promoting Health and Preventing Illness in Early Learning and Childcare Settings.

১০. Emergency First Aid Guidelines for California Schools-2013 Edition. Emergency Medical Services Authority, California Health and Human Services Agency. https://emsa.ca.gov/wpcontent/uploads/sites/71/2017/07/EMSC_Interactive_Final.

১১. World Health Organization, 2013. Pocket Book of Hospital care for children (2nd edition).

১২. Emergency Medical Services Authority, 2013. Emergency First Aid Guidelines for California Schools, California Health and Human Services Agency.

১৩. শিশুর প্রারম্ভিক যত্ন ও বিকাশের সমন্বিত নীতি, ২০১৩। গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার।

১৪. স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, ২০১২। সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচি (ইপিআই): ইপিআই সহায়িকা, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার।

১৫. Regional Office for the Western Pacific of the World Health Organization, 1971. Guidelines on Oral Health: A manual for health personnel.

১৬. শিশুর স্বাস্থ্য ও পুষ্টি কার্ড, জনস্বাস্থ্য পুষ্টি প্রতিষ্ঠান, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়। http://etoolkits.dghs.gov.bd/sites/default/files/gmp_card_for_boy_0.pdf

১৭. Canadian Red Cross, Child Care First Aid. Retrieved from https://www.redcross.ca.

১৮. Canadian Red Cross, Comprehensive Guide for First Aid & CPR. Retrieved from https://cdn.redcross.ca/prodmedia/crc/documents/Comprehensive_Guide_for_FirstAidCPR_en.pdf.

১৯. Department of Early Education and Care, A Guide to Developing Sample Health Care Policies: For Licensed Group Child Care and School-Age Programs, Massachusetts. Retrieved from https://www.mass.gov/info-details/child-development-guidance-for-parents-of-young-children.

২০. Canadian Red Cross, Comprehensive Guide for First Aid & CPR. Retrieved from https://www.redcross.ca/firstaidlegislation

২১. www.ifrc.org

২২. https://www.healthdirect.gov.au/personal-hygiene.

শিশুর প্রারম্ভিক বিকাশ- মূল্যবান, যত্নশীল, সুরক্ষিত

জুন, ২০২৪

শিশুর প্রাথমিক চিকিৎসা ও সাধারণ স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র পরিচালনার অন্যান্য নির্দেশিকাসমূহ

- শিশুর খাদ্য ও পুষ্টি নির্দেশিকা
- শিশু নির্বাচন ও ভর্তি নির্দেশিকা
- শিশুর প্রারম্ভিক শিক্ষা নির্দেশিকা
- শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র তথ্য সহায়িকা
- শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের নির্দেশিকা
- শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের নকশা ও কারিগরি নির্দেশিকা
- শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র ব্যবস্থাপনা ও পরিচালনা নির্দেশিকা
- শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে সংক্রামক রোগ প্রতিরোধ নির্দেশিকা
- শিশুর মানসিক বিকাশ ও মানসিক স্বাস্থ্য পরিচর্যা নির্দেশিকা
- শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে শিশুর অধিকার, নিরাপত্তা ও সুরক্ষা নিশ্চিতকরণ নির্দেশিকা
- শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রের কর্মচারীদের পেশাগত দক্ষতা উন্নয়ন বিষয়ক প্রশিক্ষণ কারিকুলাম ও প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল

২০টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন প্রকল্প
মহিলা বিষয়ক অধিদপ্তর, মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়