जनार्थ आदिवासी विकास संस्था

लोकजागर

अंक - ५ । फेब्रुवारी २०१४

बाळाच्या जन्माचा आनंद मिळू दे, मातेचा मृत्यू टळू दे

माता मृत्युची व्याख्या आहे की- गरोदरपणापासून बाळंतपणानंतर ४२ दिवसाच्या काळात जर गरोदर बाई अथवा स्तनदा मातेचा मृत्यू झाला असेल आणि या मृत्युचे कारण तिच्या गरोदरपण आणि बाळंतपण याच्याशी जोडलेले असेल तर तो माता मृत्यू म्हणून धरला जातो. माता मृत्युचे प्रमाण हे त्या विशिष्ट भागातल्या लोकांचे आरोग्य चांगले आहे की वाईट हे ठरवण्याचे एक मोजमाप म्हणून जगभरात मानले जाते.

गरोदर राहणे हे प्रत्येक बाईसाठी एक नैसर्गिक स्थिती आहे असे आपण सर्वच मानतो. आपल्या घरात एखादी बाई गरोदर असते. तिची ही स्थिती आपण नैसर्गिक मानत असल्याने या काळात तिच्याकडे विशेष लक्ष देण्याची गरज आहे हे तिच्यासकट घरातल्या कुणालाच जाणवत नाही. आपण अगदी निर्धास्त असतो. तिला काही धोका असेल की नाही हेही त्यामुळे कळत नाही.

परंतु या काळात ती जे खाते-पिते, त्यावर ती आणि पोटातले बाळ या दोन जिवांचे पोषण होत असते. त्यामुळे तिला नेहमीपेक्षा जास्त आणि समतोल आहार मिळाला पाहिजे या गोष्टीकडे लक्ष देण्याची खूप आवश्यकता असते. तसेच गरोदरपणात जर तिच्या नियमित तपासण्या झाल्या तर त्यातून बाळंतपणाच्या वेळी तिला किंवा बाळाला काही धोका आहे का याची पूर्वसूचना मिळू शकते. असे धोक्याचे लक्षण दिसले तर वेळीच काळजी घेऊन, औषधोपचार घेऊन आपण हा धोका टाळू शकतो.

पण जर या तपासण्या नियमितपणे झाल्या नाहीत तर ऐनवेळी धावाधाव होते. बाळंतपणाच्या वेळी धावाधाव व्हायचीच असे आपल्याला वाटते. पण खरे तर ते आपण टाळू शकतो. गरोदरपण कळल्यापासूनच बाळंतपण सुरक्षित होण्यासाठी तिचा आहार, तपासण्या, बाळंतपणासाठी पूर्वतयारी अशा कोणकोणत्या गोष्टींची खास काळजी घेण्याची गरज आहे हे माहिती करून घेतले आणि त्याप्रमाणे घरातील सर्वांनीच जबाबदारीने काळजी घेतली तर आई आणि बाळ यांना आपण धोक्यापासून निश्चित वाचवू शकतो.

याचा सर्व लोकांनी विचार करावा म्हणून या अंकात आपण असे वेगवेगळ्या कारणांनी झालेले मातामृत्यु विचारात घेतले आहेत. मातामृत्यु म्हणजे काय हे त्यावरून लक्षात येईल. तसेच ते वाचवण्यासाठी काय काळजी घ्यायला हवी होती यावर झालेली चर्चासुद्धा आपण काळजी घ्यायची म्हणजे नक्की काय करायचे त्याकडे बोट दाखवेल. आणि आता जर तुमच्या घरात एखादी गरोदर माता असेल तर पूर्ण अंक कुटुंबातल्या सर्वांनी एकत्र बसून वाचा आणि तिची काळजी घेण्यासाठी काय काय करायला हवे ते ठरवा. त्यासाठी आवश्यक वाटल्यास नर्सताईंचा सल्ला घ्या. आता तुम्ही अशी काळजी घेणे हे बाळंतपणाच्या वेळी अत्यंत महत्वाचे ठरणार आहे.

- संपादक

सुरती जीपची वाट पाहत उभी होती. आज गावात आठवड्याच्या बाजाराची गर्दी होती. तिच्या माहेरच्या गावातली झिलाबाई तिला लगबगीत जाताना दिसली. ती गडबडीत कोणाला तरी शोधत होती. तिला पाहून सुरती तिच्याकडे गेली आणि विचारलं, ''काय झालं, कोणाला शोधतीए.'' झिलाबाई म्हणाली, ''माझ्या सुनेला सरकारी दवाखान्यात आणलं आहे, तिचे दिवस भरले आहेत. तिला कळा यायला लागल्या आहेत. बाळंतपणासाठी तिला दवाखान्यात घेऊन आले पण तिथे आता डॉक्टर आणि नर्सबाईपण नाहीत. दवा देणारा माणूस म्हणतो की इथे बाळंतपण होणार नाही, तिला तालुक्याच्या ठिकाणी घेऊन जा. आता अशा अडचणीच्या वेळी तिथं जायला गाडी कोठून आणणार? गाडी करायला आमच्याकडे पैसे नाहीत. मग म्हटलं, आज बाजाराचा दिवस आहे तर आमच्या गावची दाई बाजाराला आली असेल म्हणून मी तिला शोधत आहे.'' तेवढ्यात तिला तिच्या गावची नानीबाई दिसली. तिला बघताच झिलाबाई सुरतीला नंतर भेटते म्हणून पळत पळत नानीबाईकडे निघाली. तेवढ्यात शहाद्याला जाणारी जीपपण आली.

सुरती शहाद्याला संस्थेने ठेवलेल्या आरोग्याच्या शिबिरासाठी चालली होती. सुरती जीपमध्ये बसली आणि जीप निघाली. सुरतीच्या डोक्यात मात्र झिलाबाईच्या सुनेबद्दल विचार चालत होता. 'तिचं बाळंतपण कसं होईल, ते उघड्यावरच करतील का? नानीबाईनं बाळंतपण कुठे केलं असेल? तिला काही अडचण तर आली नसेल ना!' अशा सगळ्या विचारात जीप शहाद्याला कधी पोहोचली हे तिला समजलंच नाही. सुरती लगबगीने जीप मधून उतरली आणि शिबिराच्या ठिकाणी गेली.

शिबिरासाठी आजूबाजूच्या गावातल्या आरोग्य कार्यकर्त्या जमल्या होत्या. सुरुवातीला सगळ्यांची ओळख करून घेणं सुरू होतं. सगळ्यांनी आपआपली नावं सांगून झाल्यावर संस्थेच्या यमुनाताईंनी बोलायला सुरुवात केली.

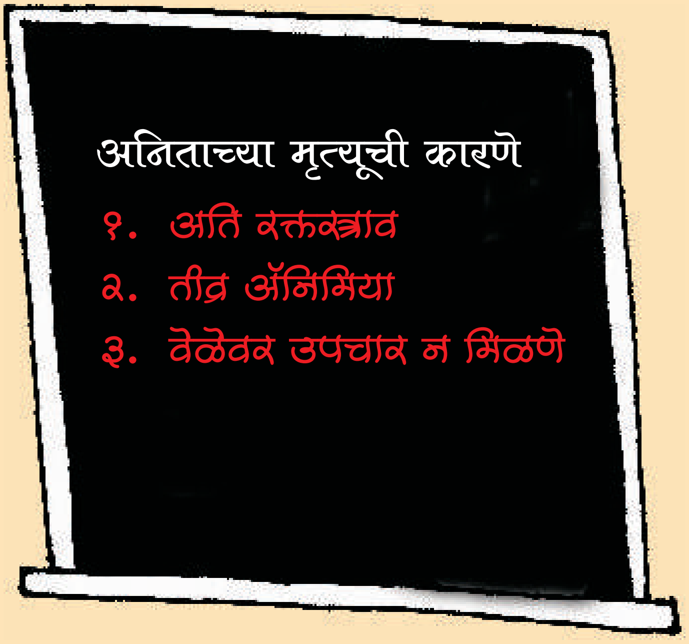
यमुनाताई : आज आपण गरोदरपणात आणि बाळंतपणात काय काळजी घ्यायला पाहिजे याबद्दल समजून घेणार आहोत. जवळ जवळ सगळ्याच बायांना गरोदरपण आणि बाळंतपण याचा अनुभव असतो. बाळाला जन्म देणं ही खूप आनंदाची आणि नवीन जीव जन्माला येण्याची घटना आहे. आपल्याकडे बाईचं जीवन म्हणजे पाळी आली की लगेच लग्नाची घाई सुरू होते, त्यानंतर एका वर्षातच गरोदरपण आणि बाळंतपण होतं अशी परिस्थिती आहे. अशा परिस्थितीत गरोदरपण–बाळंतपण ही आनंद देणारी घटना न राहता बाळ जन्माला घालणं हे बाईच एक कामच होऊन जातं. ही जवळपास सगळ्या बायांची परिस्थिती आहे. एकीकडे गरोदरपण–बाळंतपण आनंदाचे असते तर त्याचवेळी बाईला या काळात अनेक अडचणींमधूनही जावं लागतं. कधी सगळं व्यवस्थित पार पडतं तर कधीकधी यामध्ये बाईचा मृत्यू सुद्धा होतो. खरं तर आताच्या काळात गरोदरपण–बाळंतपणात बाईचा जीव जायला नकोय. जुन्या काळापेक्षा आता आरोग्यसेवा बऱ्याच प्रमाणात समाजात उपलब्ध आहेत. पण तरी आजही गरोदरपण–बाळंतपणात बायांना आपला जीव गमवायला लागत आहे. आपल्यापैकी काहींनी या अशा सारख्या घटना आपल्या आजूबाजूला पाहिल्या असतील किंवा ऐकल्या असतील, तर त्या काय होत्या, का आजही मातामृत्यू होतात, आपण सगळे मिळून होणारे माता मृत्यू थांबवू शकतो का याबद्दल आपण समजून घेऊयात.

असं सांगून यमुनाताईंनी सगळ्या कार्यकर्त्यांचे दोन गट केले आणि त्या प्रत्येक गटाने आपल्याला माहिती असलेल्या घटनांमधील एक घटना सगळ्यांसमोर मांडायची असं ठरलं.

गट एकचा अनुभव –

आमच्या गावातली अनिता, ती दुसऱ्या बाळंतपणात मरण पावली. त्यावेळी ती फक्त २१ वर्षांची होती. ती गरोदरपणाच्या काळात आठव्या महिन्यापर्यंत मजुरीसाठी गावाबाहेरच होती. नवव्या महिन्यात तिला बाळंतपणाच्या कळा सुरू झाल्या आणि घरीच व्यवस्थित बाळंतपण पार पडलं. पण थोड्या वेळाने तिला परत पोटात दुखायला लागलं आणि रक्तस्त्रावही जास्त व्हायला लागला. ग्रामीण रुग्णालयात तिला हलवावं यासाठी गाडी बोलवली होती. या सगळ्यामध्ये एक -दोन तास गेले आणि दवाखान्यात नेत असताना तिचा गाडीतच मृत्यू झाला.

यमुनाताईंनी अनिताच्या मृत्यूची कारणे फळ्यावर लिहून काढली.



सुरती: ताई यामध्ये तिला रक्तस्त्राव झाला हे तर कळतय, पण ॲनिमिया हे कारण कसं काय?

यमुनाताई: गर्भाशयातील बाळाच्या वाढीसाठी लागणारे लोह बाईच्या रक्तातून बाळाला मिळाते. म्हणून गरोदरपणात बाईला रक्तातील लोहाची गरज नेहमीपेक्षा जास्त असते. पुरेसे लोह मिळाले नाही तर ॲनिमिया होतो. ॲनिमिया झालेल्या बाईला खूप अशक्तपणा येतो. ती पांढरी फटक पडते. तिला थोडं जरी काम केलं तरी दम लागतो. तसेच बाळाचीही वाढ चांगली होत नाही. जास्त प्रमाणात ॲनिमिया असेल तर अपुऱ्या दिवसांचे बाळंतपण होण्याची शक्यता वाढते. तसेच ॲनिमिया झाल्यामुळे अगोदरच रक्ताची कमी असते तर अशावेळी बाळंतपणाच्यावेळी थोडा जरी जास्त रक्तस्त्राव झाला आणि वेळेवर उपचार मिळाला नाही तर बाईचा मृत्यू होऊ शकतो. अनिताच्या बाबतीत हेच घडलं आहे.

दुसऱ्या गटाचा अनुभव -

आमच्या शेजारच्या गावातल्या मंगलचा नववा महिना चालू होता. अचानक संध्याकाळी ७ वाजता मंगलच डोकं दुखायला लागलं होतं. तिचे पाय तर सुजलेले होतेच पण हात व चेहऱ्यावर पण सूज आली होती. तिची अशी अवस्था बघून तिच्या घरचे लोकं तिला लगेच गावातल्याच दवाखान्यात घेऊन गेले. तिथे गेल्यावर तिला झटके यायला लागले. तिचा रक्तदाब वाढला आहे, लगेचच तिला जिल्ह्याच्या दवाखान्यात घेऊन जा असं डॉक्टरांनी सांगितलं. घरच्यांकडे त्यासाठी पैसे नव्हते. मंगलला घरी आणलं तिला रक्तस्त्राव सुरू झाला. पैशांची जुळवाजुळव करेपर्यंत घरातच मंगलचा मृत्यू झाला.

यमुनाताई: पायावर सूज येणे, रक्तदाब वाढणे, तोंडावर व हातापायावर सूज येऊन डोळ्यांपुढे अंधारी किंवा चक्कर येणे, वजन एकदम खूप वाढणे ही गरोदरपणात होणाऱ्या टॉक्सिमियाची चिन्हे आहेत. गरोदरपणातील वाढलेल्या रक्तदाबावर वेळेवर उपचार केले नाहीत तर दिवस पूर्ण भरण्याआधी बाळंतपण होऊ शकते. बाळंतपणाच्या वेळी बाईला झटके येऊ शकतात, खूप रक्तस्त्राव होऊन तिच्या व बाळाच्या जीवाला धोका पोहचू शकतो. या सगळ्या गोष्टी लक्षात घेऊन बाळंतपण, सर्व साधनं उपलब्ध असलेल्या दवाखान्यात केले पाहिजे. अशा तातडीच्या व गंभीर प्रसंगी दवाखान्यात नेण्यासाठी गाडीची सोय उपलब्ध असायला पाहिजे.

रखमा: ताई मंगलला तर दवाखान्यात नेलं होतं मग असं का झालं?

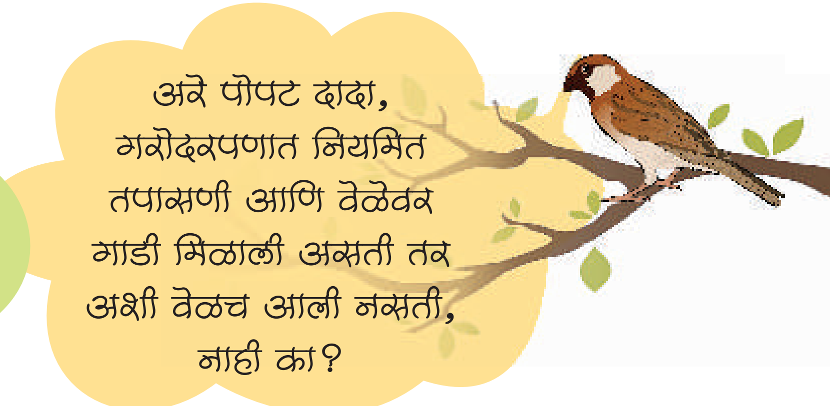
यमुनाताई: मंगलला दवाखान्यात नेलं तेव्हा तिची स्थिती गंभीर झालेली होती. जर गरोदरपणात तिच्या सगळ्या तपासण्या वेळेवर आणि नियमितपणे झाल्या असत्या तर तिची इतकी गंभीर अवस्था झाली नसती. तिला गावातल्या दवाखान्यात नेलं होतं तिथे तातडीच्या वेळीसाठीची आवश्यक साधनं उपलब्ध नव्हती. तसेच त्यानंतर जिल्ह्याच्या दवाखान्यात न्यायला लगेच गाडीही मिळाली नाही. मंगलची स्थिती गंभीर होती आणि तिला काहीच उपचार मिळाला नाही त्यामुळे तिचा मृत्यू झाला.

सुरती: ताई म्हणजे गरोदरपणात तपासणी झाली असती आणि वेळेवर मोठ्या दवाखान्यात नेलं असतं तर मंगल जगली असती.

यमुनाताई: बरोबर बोललीस तू. तपासणी करणं जसं गरजेचं आहे तसंच पुरेसं जेवण, रक्तवाढीच्या म्हणजेच लोहाच्या गोळ्या घेतल्या पाहिजे. तातडीच्या वेळेसाठी गावात गाडीची सोय असायला पाहिजे.

रखमा : आमच्या गावातल्या ललिताचं पण असं झालं. दिवस भरल्यानंतर कळा सुरू झाल्या अन् बाळाचा एक हात बाहेर आला. पोरगी लय जोर लावत होती पण काही झालं नाही. दवाखान्यात न्यायला गाडी काय लवकर भेटली नाय. चार पाच तास पोरगी दम धरून होती पण काहीच सोय झाली नाही. शेवटी ती अन् तिचं बाळ काय जगलं नाय.

यमुनाताई: ललिताची गरोदरपणात होणारी तपासणी नियमित झालेली नव्हती असं दिसतयं नाहीतर बाळ आडवं आहे हे आधीच कळाल असतं. बाळ आडवं असेल तर बाळंतपणात अडथळा येतो अशावेळी कधीकधी सिझर कराव लागतं, म्हणून असे बाळंतपण दवाखान्यात केले पाहिजे. ललिताला बाळंतपणासाठी दवाखान्यात न्यायला पाहिजे होतं, पण तसं झालं नाही आणि ऐनवेळी गाडीची पण सोय झाली नाही.



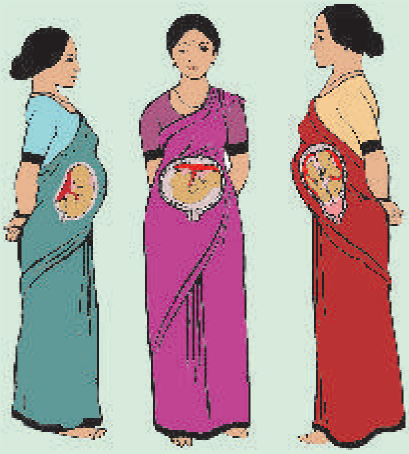
हसिना: गरोदरपण वाटत तितकं सोप नाहीये म्हणायचं. यात तर बायांचा जीव जाऊ शकतो की. ताई बाळंतपणात अजून कशामुळे जीवाला धोका होऊ शकतो? काय काळजी घेतली म्हणजे बाळंतपण सुखरूप होईन अन् बायांचा जीव पण जाणार नाही.

यमुनाताई: हसिनाने बरोबर प्रश्न विचारला आहे. यानंतर आपण याच मुद्द्यावर माहिती समजून घेणार आहोत. आपण चर्चा केलेल्या कारणांशिवाय अजुनही जोखमीची काही लक्षणं आहेत. गरोदरपणातील जोखीम आणि धोक्याची लक्षणं आपण समजावून घेऊयात.

गरोदरपणातील जोखीम आणि धोक्याची लक्षणं

१ पायाळू, आडवे अथवा जुळे मूल :

गरोदरपणातील तपासणीत बाळ पायाळू, आडवे अथवा जुळे आढळल्यास बाळंतपणात अडथळे येऊ शकतात किंवा बाळंतपण लांबू शकते. अशा वेळी लगेचच उपचार मिळाले नाही तर त्यामुळे बाई व बाळाचा मृत्यू होऊ शकतो. अशा वेळी कधी-कधी सिझर करण्याची गरज भासू शकते. जन्मल्यावर बाळाला वैद्यकीय सेवेची गरज लागू शकते. म्हणून असे बाळंतपण दवाखान्यातच करावे.

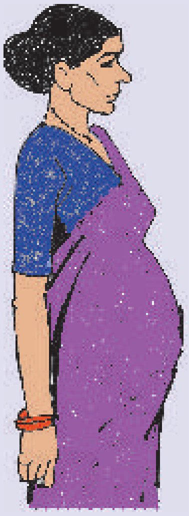


२ ॲनिमिया:

बाईला ॲनिमिया असल्यास बाईची रक्तस्त्राव सहन करण्याची ताकद कमी होते, बाळंतपणात थोडा जरी जास्त रक्तस्त्राव झाला तर तिचा मृत्यू होऊ शकतो.

३ अपंग स्त्रिया:

पाठीच्या कण्याचे आजार, मांडीच्या खुब्याचे आजार असणाऱ्या स्त्रिया यांना बाळंतपणाच्यावेळी अडचण येऊ शकते.



४

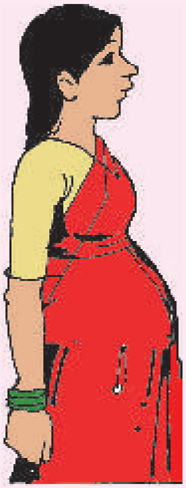
प्रौढमाता:

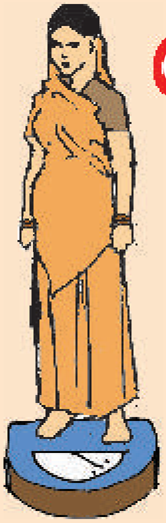
गरोदर बाईचं वय ३५ पेक्षा जास्त असेल तर बाळंतपणाच्यावेळी गुंतागुंतीची शक्यता वाढते. जास्त मुले झालेली असतील तर बाळंतपणाला त्रास होतो आणि नंतर जास्त रक्तस्त्राव होऊ शकतो. आई व बाळाला धोका होऊ शकतो.

५

सतरा वर्षापेक्षा लहान वयाची माता:

लहान वयात गर्भारपण आल्यास अतिरक्तदाब, अवघड बाळंतपण, अपुऱ्या दिवसाचे, छोटे बाळ, प्रसूतिमार्गाला इजा होऊन रक्तस्त्राव असे धोके होऊ शकतात.





६

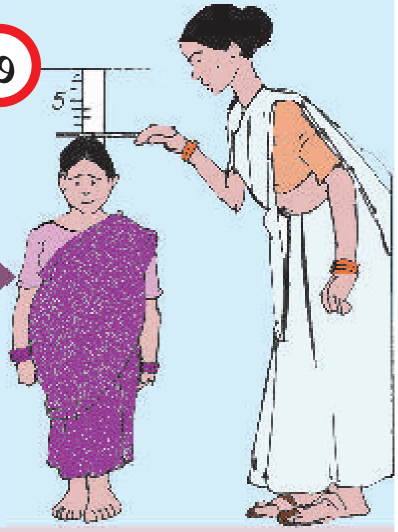
कमी वजन:

गरोदर बाईचे वजन ४५ किलोपेक्षा कमी असेल तर अशी बाई अशक्त असते. तिला तीव्र ॲनिमिया असू शकतो. अशा बाईला बाळंतपणावेळी रक्त देण्याची गरज लागू शकते. बाळ अपुऱ्या दिवसाचे किंवा कमी वजनाचे जन्माला येऊ शकते.

७

कमी उंची:

बाईची उंची जर कमी असेल तर कंबरेची हाड लहान असतात त्यामुळे बाळंतपणाच्यावेळी बाळ बाहेर यायला त्रास होऊ शकतो.



८

अतिरक्तदाब:

रक्तदाब प्रमाणाबाहेर वाढल्यास डोकेदुखी, आकडी असली गुंतागुंत होऊ शकते. आई व बाळाचा जीव धोक्यात असतो आणि आईचा काही वेळी मृत्यूपण होऊ शकतो.

९

मधुमेह:

म्हणजे रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढणे. हा आजार माता आणि बाळ या दोघांनाही अडचणीचा ठरू शकतो. बाळ गर्भाशयातच दगावण्याची शक्यता असते. बाळ खूप मोठे वाढल्याने बाळंतपणाच्या वेळी अडचण येऊ

१०

सिकल सेल ॲनिमिया : सिकल सेल पीडित व्यक्तीला नेहमीच अशक्तपणा जाणवत असतो. सिकल सेल पीडित असलेली बाई जेव्हा गरोदर होते तेव्हा तिची स्थिती आणखी अवघड होते. अगोदरच तिच्या पेशींना प्राणवायू कमी मिळतो. आता तिच्या बाळासाठीही प्राणवायू पुरवण्याचा भार तिच्यावर पडतो. त्यामुळे तिचा सिकल सेलचा आजार वाढून तिच्या महत्त्वाच्या अनेक अवयवांना धोका पोहचू शकतो. जंतुसंसर्ग होऊ शकतो. तसेच गर्भपातही होऊ शकतो. म्हणून अशा बाईची नीट काळजी घ्यायला पाहिजे. डॉक्टरांच्या सल्ल्याप्रमाणे नीट औषधोपचार केला पाहिजे.

हसीना: सिकल सेल असणाऱ्या बायांना पण जास्त तरास सहन करायला लागतो बया.

सुरती: तरीच आमची इथली मुन्नी बाईला तिच्या गरोदर पानात लई तरास जाला होता. तिचं पहिलं मूल वर्षाच होऊन वारलं.

यमुनाताई: या सगळ्या परिस्थितीत धोका असतो. अशा जोखमीच्या बाळंतपणासाठी तातडीची वैद्यकीय गरज लागू शकते म्हणून बाळंतपण दवाखान्यात केले पाहिजे. गरोदरपणात नियमित तपासण्या केल्यामुळे बाळंतपण अवघड होणार असेल तर ते आधीच लक्षात येते. गरोदरपणातील धोके लवकर ओळखता यावे म्हणून गरोदरपणात तिसऱ्या महिन्यापासून नियमित तपासण्या केल्या पाहिजेत. सातव्या, आठव्या आणि नवव्या महिन्यात तर तपासणी करणं अतिशय गरजेचं आहे, कारण हे तीन महिने जास्त नाजूक असतात. **गरोदरपणात कमीत कमी चार वेळा तपासण्या झाल्या पाहिजेत.**

गरोदरपणातील तपासण्या

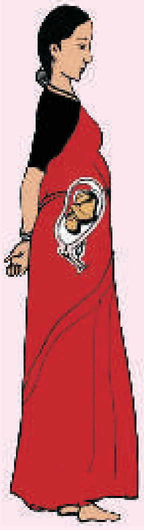
पहिली तपासणी

पहिल्या तीन महिन्याच्या आत

- ✻ नाव नोंदणी
- ✻ हिमोग्लोबीन
- ✻ रक्त, लघवी
- ✻ वजन, उंची
- ✻ रक्तदाब
- ✻ धनुर्वात विरोधी लस (टी.टी.)

दुसरी तपासणी

चौथ्या ते सहाव्या महिन्यात



- ✻ सोनोग्राफी
- ✻ पोटावरुन तपासणी
- ✻ वजन
- ✻ धनुर्वात विरोधी लस (टी.टी.)
- ✻ रक्तदाब
- ✻ लोहाची गोळी

तिसरी तपासणी

आठव्या महिन्यात

- ✻ वजन
- ✻ रक्तदाब
- ✻ पोटावरुन तपासणी
- ✻ स्तनांची तपासणी
- ✻ रक्त व लघवीची तपासणी

चौथी तपासणी

बाळंपणाआधी नवव्या महिन्यात

- ✻ वजन
- ✻ रक्तदाब
- ✻ रक्त व लघवीची तपासणी
- ✻ पोटावरुन तपासणी

गरोदरपणातील तपासण्या कोठे केल्या जातात?

गरोदरपणातील तपासण्या	या तपासण्या खालील ठिकाणी होतात
• नोंदणी	गावपातळीवर
• वजन, उंची	गावपातळीवर
• धनुर्वाताची लस	गावपातळीवर
• लोहाच्या गोळ्या	गावपातळीवर
• पोटावरून तपासणी	गावपातळीवर
• गरोदरपणात स्तनांची तपासणी	गावपातळीवर
• आरोग्य शिक्षण	गावपातळीवर
गरोदरणाची नोंदणी व वरील सर्व तपासण्या प्राथमिक आरोग्य केंद्रात सुद्धा केल्या जातात.	
• वजन, उंची	प्राथमिक आरोग्य केंद्र
• रक्त तपासणी	प्राथमिक आरोग्य केंद्र
• लघवी तपासणी	प्राथमिक आरोग्य केंद्र
• रक्तदाब तपासणी	प्राथमिक आरोग्य केंद्र
• सोनोग्राफी तपासणी	ग्रामीण रुग्णालय
बाळंतपण कोठे केले जाते?	
• सामान्य बाळंतपण	उपकेंद्र व प्रा.आ. केंद्र
• सामान्य बाळंतपण व सिझेरियन ऑपरेशन	ग्रामीण रुग्णालय
• बाळंतपणाच्या वेळी खूप रक्तस्राव, प्रसूतीमध्ये अडथळे असलेले बाळंतपण	उपजिल्हा व जिल्हा रुग्णालय

सुरती: ताई या माहितीवरून समजतंय की, गरोदरपणातील तपासण्या करून बाळंतपणातील धोके ओळखून त्यावर उपचारही करता येऊ शकतात. गरोदरपणात नीट काळजी घेतली तर बाळंतपणात बाया मरणार पण नाही.

यमुनाताई: नक्कीच, आपण ही माहिती आपल्या गावातल्या बायांपर्यंत पोहचवायला पाहिजे. म्हणजे अशा घटना होणार नाहीत.

जुबंती: आपल्या गावातील दवाखान्यात बाळंतपणासाठी काही अडचणी आल्या तर तातडीच्या सुविधा उपलब्ध व्हायला हव्यात याकडे पण आपण लक्ष द्यायला पाहिजे हे मात्र नक्की.

सुरती: आणि हो दवाखान्यांमध्ये डॉक्टर आणि नर्सपण असायला पाहिजेतच म्हणजे चांगलं आणि सुरक्षित बाळंतपण होऊ शकतं. इकडे येताना आमच्या गावातल्या झिलाबाईला यामुळेच अडचण आली होती. कोणास ठाऊक तिच्या सुनेचं बाळंतपण कसं झालं असेल ते. मी आता गेल्यावर तिला नक्की भेटेन आणि ही मिळालेली माहिती गावातल्या लोकांना पण सांगेल.

आपण काय करू शकतो?

- **आपल्या गावातल्या सर्व गरोदर बायांची नोंद गावातील आशा, अंगणवाडी ताई किंवा नर्सबाईकडे झाली पाहिजे याची खात्री करणे. तसेच गरोदर बायांच्या तपासण्या व उपचार वेळेवर होतात ना यावर लक्ष ठेवणे.**
- **गरोदरपणात बाईच्या सर्व तपासण्या झाल्या पाहिजेत तसेच गरोदरपणात बाईने चांगला आहार घ्यावा याची माहिती गावातील सर्वांपर्यंत पोहचवणे.**
- **बाळंतपणाच्यावेळेस ऐनवेळी अडचण येण्याची शक्यता लक्षात घेऊन सरकारी किंवा खाजगी गाडीची सोय करणे.**
- **सरकारी दवाखान्यात सर्व सोयी उपलब्ध असाव्यात यासाठी सगळ्यांनी मिळून प्रयत्न करणे.**
- **आपल्या गावात मातामृत्यू होऊ नये ही आपल्या सगळ्यांची जबाबदारी आहे, त्यासाठी गावपातळीवर असणाऱ्या आरोग्य समितीमध्ये आपला सहभाग देणे.**

संदर्भ पुस्तिका: गरोदरपणातील तपासण्या - जनार्थ व साथी, स्त्रियांसाठी डॉक्टर नसेल तेथे - स्त्रीहितकारिणी

जनार्थ आदिवासी विकास संस्था
प्लॉट नं. ८, रमागिरी, विजयनगर, शहादा-४२५४०९, जि.-नंदुरबार
☎ ०२५६५-२२३१६५/ २२५४९५ ईमेल : janarthorg@rediffmail.com