

දරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන පිළිබඳ

උපදෙස් මාලාව

හැඳින්වීම

ශ්‍රී ලංකාවේ දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය නංවාලීම කෙරෙහි ක්‍රියාත්මක වන මූලික ක්‍රමෝපායක් ලෙස වර්ධනය ඇගයීම සහ ප්‍රවර්ධනය හඳුනාගෙන ඇත. මෙහිලා මන්දපෝෂණ තත්ත්වයන් කල්තියා හඳුනාගැනීම සහ නිවැරදිව මැදිහත් වීම සඳහා සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සහ ප්‍රජාව පෙළඹවීම උදෙසා දරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පත වළිඳැක්විණි. උපතේ සිට නව යොවුන් විය දක්වා සෑම දරුවකුගේම සෞඛ්‍ය තත්වයට අදාල සංසිද්ධීන් සඳහන් වෙන මෙම වර්ධන සටහන සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයට තම සේවා සැපයීමේදී බෙහෙවින් වැදගත් වේ.

2004 වසරේදී වර්ථමාන අවශ්‍යතා සැලකිල්ලට ගනිමින් දරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පතෙහි ප්‍රධාන සංශෝධන කිහිපයක් සිදුකරන ලදී. ඒවා සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා වන ජාතික වැඩසටහන්හි කාලිනව සිදු කෙරෙන වෙනස්කම් සැලකිල්ලට ගනිමින් මෙම සංශෝධිත සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පතෙහිද අදාල පරිදි යම් යම් වෙනස්කම් වසරක් පාසා සිදු කෙරේ. මෙම උපදෙස් මාලාව 2004 සිට ඉදිරියට නිකුත්වූ සහ නිකුත්වන දරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පත් සඳහා වලංගු වේ.

(සංශෝධිත) දරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පතේ අරමුණු

1. අවුරුදු 5ට අඩු දරුවන්ගේ දිවි සුරැකුම, වර්ධනය හා සංවර්ධනය පහත දක්වා ඇති ක්‍රියාකාරකම් තුලින් ප්‍රශස්ථ කිරීම.
 - දරු උපතේදී ඇතිවන වැදගත් තොරතුරු සටහන් කිරීම, අවදානම් තත්ත්වයන් කලින්ම හඳුනාගෙන ඒ තුලින් පසු විපරම් කිරීම පහසු කිරීම සහ අවශ්‍යතාවය අනුව අමතර රැකවරණය ලබා දීම.
 - මව්කිරිදීම සුරක්ෂිත කිරීම, ප්‍රවර්ධනය කිරීම හා අවශ්‍ය සහයෝගය ලබාදීම
 - නියමිත වයසට නියමාකාර ලෙස අමතර ආහාර හඳුන්වාදීම
 - ක්‍රමානුකූලව බර හා දිග/උස සුපරීක්ෂණය තුලින් නිරෝගී දරුවන්ගේ වර්ධනය වැඩි දියුණු කිරීම සහ අවදානම් දරුවන් කලින්ම හඳුනාගෙන එමගින් ඔවුන් මන්දපෝෂණ/අධිපෝෂණ තත්ත්වයට පත්වීම වැලැක්වීමට මැදිහත් වීම.
 - වයසට නියමිත ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබාදීම හා ඒ පිළිබඳව දෙමව්පියන් දැනුවත් කිරීම.

- ළදරුවන්, කුඩා දරුවන් හා පෙර පාසල් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය වරින් වර ළදරු ළමා සායනවලදී පරීක්ෂා කර සටහන් කිරීම හා ගැටළු ඇති දරුවන් කලින්ම හඳුනාගැනීම සහ අදාල සේවාවන්වලට යොමු කිරීම.
- වර්ධනය හා සංවර්ධනයට අහිතකර ගෘහ අවදානම් තත්ත්වයන් හඳුනාගැනීම හා අවශ්‍ය මැදිහත් වීම.
- උපතේ සිට වයසට අදාලව දරුවන්ගේ ඇසීම හා පෙනීම පරීක්ෂා කර බලා ගැටළු ඇති දරුවන් කලින්ම හඳුනාගෙන අදාල සේවාවන්වලට යොමු කිරීම සඳහා දෙමාපියන්ට සහ සෞඛ්‍ය සේවා සපයන්නන්ට ආධාරකයක් වීම.
- දරුවන්ගේ සංවර්ධන පියවරවල් සටහන් කිරීම හා ගැටළු ඇති දරුවන් කලින් හඳුනාගැනීම හා යොමු කිරීම.
- තම දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය අධීක්ෂණය කර ගැටළු ඇති දරුවන් කලින්ම හඳුනාගෙන සේවාවන්වලට යොමු වීම සඳහා දෙමාපියන්ට වැඩි වගකීමක් පැවරීම.
- අළුත උපන් දරුවා / ළදරුවා / කුඩා දරුවා / පෙර පාසල් දරුවන්ගේ රුකවරණය (පෝෂණය, ප්‍රතිශක්තිකරණය හා උත්තේජනය) පිළිබඳ දෙමව්පියන් දැනුවත් කිරීම.
- මාපිය භාවය පිළිබඳ දැනගතයුතු නිවැරදි සංනිවේදන ක්‍රම භාවිතය තුළින් දරුවා හික්මවා ගැනීම පිළිබඳ නිවැරදි ක්‍රමවේදයන් දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම.
- දරුවාට සංරක්ෂණය ලබාදීම සඳහා පවුල් සෞඛ්‍ය නිලධාරීන්ගේ ආධාරකයක් වීම.
- පවුල් සංවිධානය ප්‍රවර්ධනය කිරීම

2. පාසල් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධනය කිරීම.

- පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණවලදී දරුවා පරීක්ෂා කර සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ තත්ත්වයන් සටහන් කිරීම
- ගැටළු ඇති දරුවන් කලින්ම හඳුනාගැනීම හා අදාල පරිදි සේවාවන්වලට යොමු කිරීම. ඔවුන් සඳහා පසු විපරම් කිරීම.

අවුරුදු 18ක් වන තුරු දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය, වර්ධනය සහ සංවර්ධනය පිළිබඳ පුළුල් ඇගයීමක් කිරීමට මෙම සටහන්පත උපයෝගී වේ. තවද, මෙය සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන උපකරණයක් ලෙසත්, වැඩ සටහන් සැලසුම් කිරීමට හා ප්‍රතිපත්තිමය තීරණ ගැනීමට අවශ්‍ය දත්ත ලබාගැනීමටත් ප්‍රයෝජනවත් වේ.

මුද්‍රණය, බෙදා හැරීම හා හිකුත් කිරීම

මුළු ශ්‍රී ලංකාවටම සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන් පත් මුද්‍රණය කිරීම හා බෙදාහැරීමේ වගකීම සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය සතුය. පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය විසින් මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය පිළිබඳ වෛද්‍ය නිලධාරීන් හරහා මෙම සටහන් පත් සෑම දිස්ත්‍රික්කයම උපන් සිදුවන රෝහල්වලට (පොද්ගලික රෝහල් ඇතුළුව) සහ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලවලට (ගෘහ ප්‍රසූත සඳහා, සටහන්පත අස්ථානගතව හෝ විනාශවූ අවස්ථාවන් සඳහා) නොමිලේ බෙදා හරිනු ලැබේ. එමගින් ශ්‍රී ලංකාවේ පුරවැසි සෑම දරුවකුටම උපතේදීම මෙම සටහන් පත් නොමිලේ ලබා දීම පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ අරමුණයි.

අවශ්‍යතාවය ඇස්තමේන්තු කිරීම

තම ආයතනයට/දිස්ත්‍රික්කයට අවශ්‍ය සටහන් පත් ප්‍රමාණය ඇනවුම් කිරීමේදී පෙර වර්ෂයේ සිදුවූ උපන් පිරිමි හා ගැහැණු දරුවන් සඳහා වෙන වෙනම ගණනය කර එයට 10% ප්‍රමාණයක් එකතු කර ඉල්ලුම් කළ යුතුය. දිස්ත්‍රික්කයක් සඳහා උපන් සංඛ්‍යාව ගණනය කිරීමේදී එම දිස්ත්‍රික්කයේ සිදුවන ගෘහ ප්‍රසූත ගණනද සැලකිල්ලට ගත යුතුය. එම ඇස්තමේන්තුවට අනුව ගැහැණු දරුවන් සඳහා රෝසපාටින්ද, පිරිමි දරුවන් සඳහා නිල්පාටින්ද මෙම සටහන් පත් හිකුත් කරනු ලැබේ.

සැ.යු. - ගැහැණු සහ පිරිමි උපන් සංඛ්‍යාව අතර විශාල වෙනසක් නොමැතිවීමට අවශ්‍යතාවයෙන් 50% - 50% ලෙස ගැහැණු හා පිරිමි පොත් ගණන ඇස්තමේන්තු කළ හැකිය. එම උපන් අතර සැලකිය යුතු වෙනසක් ඇත්නම් සිදුවූ උපන් ප්‍රමාණය ගැහැණු සහ පිරිමි දරුවන් ගණන අනුව වෙන් වෙන්ව ඉහත පරිදි ගණනය කළ යුතුය.

• මධ්‍යම රජය මගින් පාලනය වන රෝහල් සඳහා

මධ්‍යම රජය මගින් පාලනය වන උපන් සිදුවන මහ රෝහල්, ශික්ෂණ රෝහල්, මූලික රෝහල් මෙන්ම කොළඹ දිස්ත්‍රික්කයේ පුද්ගලික රෝහල් හා වෙනත් ආයතන සඳහා නො: 231, ද සේරම් පෙදෙසෙහි පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයෙන් මෙම සටහන්පත් ලබාගත ගත හැකිය.

• පළාත් සභා මගින් පාලනය වන රෝහල් සඳහා

පළාත් සභා මගින් පාලනය වන අනෙකුත් සියළුම රෝහල් සහ ආයතන මෙන්ම ඒ ඒ දිස්ත්‍රික්ක වල ඇති පුද්ගලික රෝහල් සඳහා තම පළාතේ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයේ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරයාගෙන් ලබාගත හැකිය. රෝහල්වලට හිකුත් කළ යුත්තේ වාර්ෂිකව සිදුවන උපන් සංඛ්‍යාව අනුවයි.

- **සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශ සඳහා**

ගෘහ ප්‍රසූත සඳහා එක් එක් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශයේ සිදුවන ගෘහ ප්‍රසූත ගණන සැලකිල්ලට ගෙන මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් තම ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලවලට මෙම සටහන්පත් නිකුත් කළ යුතුය. ඊට අමතරව සටහන් පතක් නැතිවී ඇතිවිට හෝ විනාශ වී ඇති අවස්ථාවලදී නිකුත් කිරීම සඳහා අවශ්‍යතාවය මත යම්කිසි පොත් ප්‍රමාණයක්ද සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලවලට නිකුත් කළ යුතුය.

නිකුත් කිරීම

- **රෝහල් ප්‍රසූත සඳහා**

රෝහල් අළුත උපන් දරුවන් සඳහා මෙම සටහන්පත නිකුත් කිරීම හා අදාළ සටහන් තැබීම රෝහල් සුතිකාගාරයේ හෝ පසු ප්‍රසව වාට්ටුවේ කාර්ය මණ්ඩලයේ වගකීමකි. ප්‍රසූතියෙන් පසු රෝහලින් පිටවී යන සෑම අළුත උපන් දරුවකුටම මෙම සටහන් පත නිකුත් කර ඇති බවත්, ළදරුවාට අදාළ සියළු විස්තර නිවැරදිව සටහන් කර ඇති බවත් තහවුරු කිරීමේ වගකීම ආයතන ප්‍රධානියාට පැවරෙන අතර එය ක්‍රියාත්මක කිරීම පසු ප්‍රසව වාට්ටු භාර වෛද්‍යවරයා/හෙදි සෞභෝග්‍යවරයා/වාට්ටු භාර හෙදි නිලධාරී සතුය. මෙම සටහන්පතට අමුණා ඇති “බී” කොටස රෝහලේදී කිසි විටෙකත් කාඩ්පතෙන් ඉවත් නොකළ යුතුය.

- **සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලවලින් සටහන්පත් නිකුත් කිරීම**

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාල සඳහා නිකුත් කළ යුත්තේ අවශ්‍යතාවය පදනම් කරගෙනය. ඒවා පහත සඳහන් අවස්ථාවලදී පමණක් ක්ෂේත්‍රයේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ මාර්ගයෙන් අදාළ සෞ. වෛ. නි. කාර්යාලය මගින් ලබා දිය යුතුය.

1. කොට්ඨාශය තුළ සිදුවන ගෘහ ප්‍රසූත සඳහා
2. ආයතනයකින් සිදුවූ ප්‍රසූතිය සඳහා වර්ධන සටහන් නිකුත් නොකළ අවස්ථාවේ පමණක්
3. විදේශයක උපත ලැබූ හෝ විදේශයක සිට මෙරට පදිංචියට පැමිණි දරුවන් සඳහා
4. සටහන් පත අස්ථානගත වීමකදී, විනාශ වීමකදී හෝ භාවිතා කිරීමට නොහැකි තත්ත්වයකට පත්වී ඇතිවිට

ගෘහ ප්‍රසූතයකදී අදාළ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලය මගින් ක්ෂේත්‍රයේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ ඉල්ලීම පරිදි මෙම සටහන්පත් නිකුත් කළ යුතුය.

ආයතනයකින් සිදුවූ ප්‍රසූතියක් සඳහා වර්ධන සටහන් නිකුත් නොකළ අවස්ථාවක හෝ විදේශයක උපත ලැබූ හෝ විදේශයක සිට මෙරට පදිංචියට පැමිණි ශ්‍රී ලංකාවේ වර්ධන සටහනක් නොමැති

දරුවන් සඳහා දෙමාපියන් ඒ සඳහා කරන ලිඛිත ඉල්ලීම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් විසින් සත්‍ය බවට තහවුරු කර අදාළ ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයෙන් ලබා ගැනීම සඳහා යොමු කළ යුතුය.

මෙම සටහන් පහ අස්ථානගතවීමකදී හෝ විනාශවීමකදී නව සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහනක් නිකුත් කළ යුත්තේ ඒ පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය සොයා බලා එම තොරතුරු නිවැරදියයි තහවුරු කරගත්විට පමණි. එවැනි අවස්ථාවලදී දෙමාපියන් ඒ සඳහා කරන ලිඛිත ඉල්ලීම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් විසින් සත්‍ය බවට තහවුරු කර අදාළ ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයෙන් ලබා ගැනීම සඳහා යොමු කළ යුතුය. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයේදී සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී, හෙදි සොයුරිය, පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් හෝ වෙනත් වගකියයුතු නිලධාරියකු විසින් මෙම සටහන් පත් නිකුත් කළ යුත්තේ ලේඛණයක අවශ්‍ය තොරතුරු සටහන් කිරීමෙන් පසුවය (දරුවාගේ නම, මවගේ හෝ පියාගේ නම, ලිපිනය, පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරී කොට්ඨාශය, නිකුත් කිරීමට හේතුව සහ ලබාගත් අයගේ නම හා අත්සන). එසේ නිකුත් කිරීමේදී “පිටපතකි” යන්න “ඒ” කොටසේ පළමු පිටුවේ වම්පස ඉහලින් ඇති නිසි තීරුවේ පැහැදිලිව පෙනෙන සේ සටහන් කරන්න. අදාළ ක්ෂේත්‍රයේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් විසින් ඇය සතුව ඇති “බී” කොටස ආශ්‍රයෙන් අවශ්‍ය සටහන් ඇතුළත් කළයුතුය.

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයේ සියළු සටහන්පත් අවසන් විමට පෙර දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයෙන් නැවත නැවත ගෙන්වා ගැනීම සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයේ වගකීම වේ.

දරුවකු ලියාපදිංචි කිරීමේදී පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ කාර්යභාරය

- මෙම සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන “ඒ” හා “බී” ලෙස කොටස් දෙකකින් යුක්තය. “බී” කොටස ගලවාගතහැකි වන සේ “ඒ” කොටසේ පසුපස කවරයේ ඇතුළත අමුණා ඇත. දරුවකු ලියාපදිංචියේදී “බී” කොටස “ඒ” කොටසින් වෙන්කර “ඒ” කොටස මව/පියා/රැකබලාගන්නාට ලබාදියයුතු වන අතර, “බී” කොටස පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ භාරයේ තබාගත යුතුය.
- සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහනෙහි වැදගත්කම හා මෙම පොත සුරක්ෂිතව තබාගැනීම පිළිබඳව දෙමාපියන් දැනුවත් කළ යුතුය.
- මෙම නව සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පහ උපතේ සිට අවුරුදු 18 ක් දක්වා දරුවාගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය, වර්ධනය, සංවර්ධනය හා සෞඛ්‍ය තත්ත්වයට අදාළ කරුණු සටහන්

වේ. එමනිසා පහත සඳහන් ස්ථානවලට දරුවා රැගෙන යාමේදී මෙම සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන රැගෙන යාමේ වැදගත්කම පිළිබඳවද මවට/පියාට/රැකබලාගන්නාට පහදා දෙන්න.

1. ප්‍රදරු ළමා කායනය
2. විශේෂඥ වෛද්‍ය කායනය
3. පවුල් වෛද්‍යවරයා
4. දන්න වෛද්‍යවරයා
5. බාහිර රෝගී අංශය
6. දරුවා රෝහල් ගත කරනවිට
7. පාසැල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සඳහා
8. පෞද්ගලික වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර සඳහා යන විට

- දරුවාගේ දිවි සුරැකුම, වර්ධනය හා සංවර්ධනය සුපරීක්ෂණය කිරීම පිළිබඳව මෙම සංශෝධිත සටහන්පත මගින් දෙමාපියන්ට පැවරෙන විශේෂ කාර්යභාරය පිළිබඳවද ඔවුන් දැනුවත් කළයුතුය.
- උපතේ සිට අවු 5 දක්වා දරුවා රැකබලාගැනීම පිළිබඳව මව/ පියා/ රැකබලාගන්නන් දැනුවත් වියයුතු දැනුම් සම්භාරයක්ද මෙම පොතෙහි වෙනමම කොටසක (ලා කහපාට පිටු) අඩංගුවන අතර එම තොරතුරු කියවා බලා දැනුවත්වීමට ඔවුන් උනන්දු කළ යුතුය (අළුතර උපන් දරුවාගේ රැකවරණය, ප්‍රතිශක්තිකරණය, ආහාර දීම, වයසට අනුව දරුවාගේ මානසික වර්ධනය, මාපිය කුසලතා).
- කියවීමට නොහැකි මව්වරුන් හඳුනාගෙන ඔවුන් හට විශේෂ අවධානය යොමු කිරීම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ වගකීමයි.
- තවද තම දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය පිළිබඳ සොයා බැලීම සඳහා දෙමව්පියන්ට වැඩි වගකීමක් පැවරෙන බවද දැන්විය යුතුයි.

යම් දරුවකු පළාත අතහැර යන විට එය ප්‍රදරු ළමා වර්ධන තත්ත්වය ඇගයීමේ ලේඛණයේ හා උපන් හා ප්‍රතිශක්තිකරණ ලේඛණයේ වෙනත් කරුණු යටතේ සටහන් කර, නව පදිංචි ස්ථානය අයත් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ට භාරදීම සඳහා “බී” කොටස මවට ලබාදිය යුතුවේ.

දරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පතෙහි අඩංගු කරුණු

ඒ කොටසෙහි අඩංගු කරුණු

පිට කවරය (මුල් පිටුව)

Insert - Cover page photo

සෞඛ්‍යමත් ප්‍රීතීමත් පවුලක් බිහි කිරීමටද දරුවන්ගේ දිවි සුරැකීම, වර්ධනය හා සංවර්ධනය ප්‍රශස්ත කිරීමටද මව්/පියා දෙපලගේම සෙනෙහස මෙන්ම මව හා පියා යන දෙදෙනාගෙන්ම ලැබෙන රැකවරණය වැදගත් බව මුල් පිටුවේ පින්තූරය මගින් පෙන්වා දී ඇත. නිසි වයස පරතරයක් ඇතිව දරුවන් සැලසුම් කිරීමද සෞඛ්‍යමත් ප්‍රීතීමත් පවුලක් බිහි කිරීමද පිළිබඳව වගකීම මවට හා පියාට යන දෙදෙනාටම පැවරී ඇති බැවින් මෙම කටයුත්ත සාර්ථක කරගැනීම සඳහා මවට පියාගෙන් ලැබෙන සහයෝගය ඉතා වැදගත් බව මෙයින් පිලිබිඹු වේ.

පිට කවරය (අවසාන පිටුව)

Insert - Last page

මේ පොතෙහි අඩංගු කරුණු පිළිබඳවද, එහි සුරක්ෂිතව තබාගැනීමේ වැදගත්කම මෙන්ම සෞඛ්‍ය සේවාව ලබා ගැනීමට යන සෑම අවස්ථාවකදීම මෙම සටහන රැගෙන යාම පිළිබඳවද දරුවාගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය පිළිබඳ යම් සැකයක් ඇතිවිට ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳවද දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම සඳහා පණිවිඩ කිහිපයක් පසු පිට කවරයේ අඩංගු කර ඇත.

පිට කවරවල ඇතුළු පැත්ත - මුල් පිටුව සහ අන්තිම පිටුවේ ඇතුළු පැතිවල ඉතා වැදගත් සෞඛ්‍ය රැකවරණ පණිවිඩ කිහිපයක් රූපරාමු මගින් දක්වා ඇත.

මුල් පිටුව ඇතුළත - පසුගමන් වල වැදගත්කම, මව්කිරි පමණක් ලබාදීම, අමතර ආහාර ආරම්භ කිරීම, ආරම්භක අවස්ථාවේදීම උකු ආකාරයට ආහාර දීම සහ දරුවා වැඩෙන

විට ආහාර ස්වභාවය හා ප්‍රමාණය වෙනස් වන ආකාරය පිළිබඳව රූපරාමු මගින් දක්වා ඇත.

අන්තිම පිටුව ඇතුළත - දරුවාගේ බර කිරීම, දරුවාගේ දිග උස මැනීම, මනෝ සමාජීය සංවර්ධනය සඳහා ක්‍රියාකාරකම් සහ පවුල සැලසුම් කිරීම පිළිබඳ රූපරාමු ඇතුළත් කර ඇත.

“ඒ” කොටසෙහි අඩංගු තොරතුරු

පිටු අංක 01	<ul style="list-style-type: none"> - දරුවා හඳුනාගැනීමේ මූලික තොරතුරු - අළුත උපන් දරුවාගේ රැකවරණය - විශේෂයෙන් රැකබලාගැනීමට හේතු
පිටු අංක 02	<ul style="list-style-type: none"> - අළුත උපන් දරුවාගේ සෞඛ්‍ය සටහන - කායනයට පැමිණිය යුතු දිනයන් සටහන් කිරීම සඳහා
පිටු අංක 03	දරුවාගේ බර ප්‍රස්ථාරය - වයසට අදාළ බර (මුල් අවුරුදු දෙක සඳහා)
පිටු අංක 04	දරුවාගේ බර ප්‍රස්ථාරය - වයසට අදාළ බර (අවුරුදු 2 සිට 5 දක්වා)
පිටු අංක 05	දරුවාගේ උස ප්‍රස්ථාරය - වයසට අදාළ දිග/උස (උපතේ සිට අවුරුදු 5 දක්වා) හිසේ වටප්‍රමාණය පිළිබඳ ප්‍රස්ථාරය
පිටු අංක 06	දරුවාගේ උසට සරිලන බර ප්‍රස්ථාරය (උපතේ සිට අවු 2 දක්වා සහ අවු 2 සිට 5 දක්වා)
පිටු අංක 07	ප්‍රතිශක්තිකරණය
පිටු අංක 08	<ul style="list-style-type: none"> - ප්‍රතිශක්තිකරණය හා සම්බන්ධ යොමු කිරීම් - වටමින් A - පණු ප්‍රතිකාරය
පිටු අංක 09	දරුවාගේ පෙනීම පරීක්ෂා කිරීම
පිටු අංක 10	දරුවාගේ ඇසීම පරීක්ෂා කිරීම
පිටු අංක 11,12,13	උපතේ සිට අවුරුදු 05 දක්වා දරුවාගේ වැඩිම/සංවර්ධනය පිළිබඳ පියවර (අපේක්ෂිත සංවර්ධනය)
පිටු අංක 14	ළමා සෞඛ්‍ය සටහන

පිටු අංක 15	පෙර පාසැල් දරුවන්ගේ වෛද්‍ය පරීක්ෂණය
පිටු අංක 16,17,18	ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන (H 457)
පිටු අංක 19	අවුරුදු 5-19 අතර ළමුන්ගේ වයසට අනුව උස ප්‍රස්ථාරය
පිටු අංක 20	අවුරුදු 5-19 අතර ළමුන්ගේ ගරීර් ස්කන්ධ දර්ශකය ප්‍රස්ථාරය
පිටු අංක 21	උස (සෙ.මී) බර (කි.ග්‍රෑ) උපයෝගී කරගනිමින් ගරීර් ස්කන්ධ දර්ශකය ගණනය කරගතහැකි සම්මත සටහන
පිටු අංක 22	යොමු කිරීම් (යොමු කිරීමට හේතුව, යොමුකළ ස්ථානය, ආපසු යොමු කිරීම/පසුපරම්පරා ප්‍රතිඵල).
පිටු අංක 23	රෝහල් ගතවීම/ බරපතල රෝග තත්ත්වයන් (රෝහල්ගත කිරීමට හේතුව/ රෝග විනිශ්චය/ ආපසු යොමුකිරීම් හෝ පසුපරම්)
*පිටු අංක 24-34 (සිංහල) 35-45 (දෙමළ)	කහ පැහැති පිටු - මව/ පියා/ රැකබලාගන්නන් දැනුවත් කිරීම සඳහා
*පිටු අංක 24-25 (සිංහල) 35-36 (දෙමළ)	අළුත උපන් දරුවාගේ රැකවරණය
*පිටු අංක 26 -28 (සිංහල) 37-39 (දෙමළ)	ආහාර දීම
*පිටු අංක 28 -32 (සිංහල) 39-43 (දෙමළ)	දරුවාගේ මානසික වර්ධනය මැන බැලීම පිළිබඳ පොදු උපදෙස්
*පිටු අංක 32 -33 (සිංහල) 43-44 (දෙමළ)	නිපුණු මාපිය බව - සන්නිවේදනය - විනය හා හික්මීම
*පිටු අංක 34 (සිංහල) 45 (දෙමළ)	දරුවාගේ මුඛ සෞඛ්‍යය රැකගැනීම
*පිටු අංක 46-48	සටහන්

*2013 සංශෝධනයට අනුව පිටු අංක යොදා ඇත.

සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහනෙහි A කොටස පිරවීම සඳහා උපදෙස්

පිටු අංක - 01

1st page

මූලික තොරතුරු

ක්ෂේත්‍රයේ ප.සෞ.සේ.නි. විසින් පිරවීම සඳහා:

සෞ.වෛ.නි. කොට්ඨාශය	දරුවා ස්ථීරව පදිංචි ස්ථානය අයත් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශය සටහන් කරන්න.
පවුල් සෞ.සේ.නි. කොට්ඨාශය	දරුවා පදිංචි ස්ථානය අයත් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරී කොට්ඨාශය සටහන් කරන්න.
උ.ප්‍ර.ලේ. අංකය	උපන් හා ප්‍රතිශක්තිකරණ ලේඛණයේ දරුවාට දී ඇති අංකය සටහන් කරන්න (උදා- 2004/02/03 උපන් දරුවකු වම ලේඛණයේ පෙබරවාරි මාසයේදී වාර්තා වූ පළමු දරුවා ලෙස ඇතුළත් කරන විට, අංකය 01/02/04 යනුවෙන් සටහන් කළයුතුය. 01 - වම මාසයට ලේඛණයට ඇතුළත් කළ පළමු දරුවා 02 - දෙවන මාසය (පෙබරවාරි) 04 - දරුවා ඉපදුන වසරේ අග ඉලක්කම් දෙක
දරුවාගේ නම	කාඩ්පත අයත් දරුවාගේ සම්පූර්ණ නම සටහන් කරන්න.
ග.නා.ලේ. අංකය	ගර්භණී නාම ලේඛණයේ මවට දී ඇති අංකය සටහන් කරන්න. (උදා : ඒ/20/150)
දරුවා උපන් දිනය	දරුවාගේ උපන් දිනය වසර- මාසය- දිනය අනුව සටහන් කරන්න.
ලි:ප: කළ දිනය	දරුවා මුල්වරට ලියාපදිංචි කල දවස ලියාපදිංචි දිනය ලෙස ව: මා: දි: යටතේ සටහන් කරන්න (දරුවකු ඉපදුනු පසු හැකි ඉක්මණින් ලියාපදිංචි කිරීම ඉතා වැදගත් වේ).
මවගේ නම	මවගේ සම්පූර්ණ නම සටහන් කරන්න.
වයස	මවගේ වයස මවගෙන් අසා හෝ ජාතික හැඳුනුම්පත පරීක්ෂා කර බලා සටහන් කරන්න.
ලිපිනය	දරුවා පදිංචි ලිපිනය නිවැරදිව සටහන් කරන්න.
මෙම දරුවාද ඇතුළුව සිවත්වන මුළු දරුවන්	මෙම සටහන් පත අයත් දරුවාද ඇතුළුව සිවත්වන මුළු දරුවන් ගණන ඉලක්කමින් ලියන්න.

ගණන	
-----	--

අළුත උපන් දරුවාගේ රැකවරණය (රෝහල් කාර්ය මණ්ඩලය විසින් පිරවිය යුතුය)

මෙම කොටස සුභිකාගාර කාර්ය මණ්ඩලය හෝ පසු ප්‍රසව වාට්ටුවේ කාර්ය මණ්ඩලය විසින් පිරවිය යුතු අතර සෑම දරුවකුම රෝහලෙන් පිටවීමට පෙර එය සම්පූර්ණ කර ඇත්දැයි වාට්ටු භාර හෙදි සොහොයුරිය/හෙදි නිලධාරියා විසින් සොයා බලා එය පුරවා නැත්නම් සම්පූර්ණ කිරීම වැදගත්ය. අදාළ විස්තර ඇඳ ඉහපතින් ලබාගෙන නිවැරදිව සම්පූර්ණ කරන්න.

ඇප්ගා සංඛ්‍යාව (APGAR Score)	දරුවා ඉපදුණු අවස්ථාවේ ගණනය කරන ලද ඇප්ගා සංඛ්‍යාව නිවැරදිව සටහන් කරන්න.
උපන් බර	දරුවාගේ උපන් බර නිවැරදිව කිරා කිලෝ ග්‍රෑම් වලින් නිවැරදිව හා පැහැදිලිව සටහන් කරන්න. උදා- 2.58
උපතේදී හිසේ වට ප්‍රමාණය (සෙ.මී.)	දරුවාගේ හිසේ වට ප්‍රමාණය සෙන්ටි මීටර් වලින් සටහන් කරන්න. උදා- 36.5 (ඇමුණුම I)
උපතේදී දරුවාගේ දිග (සෙ.මී.)	දරුවාගේ දිග නිවැරදිව මැන බලා සෙන්ටි මීටර් වලින් සටහන් කරන්න. උදා- 48.6
විටමින් කේ ලබාදීම	අදාළ කොටුවේ ✓ ලකුණ යොදන්න. මෙය සම්පූර්ණ කිරීම පසුප්‍රසව වාට්ටුවේ කාර්ය මණ්ඩලයේ වගකීමකි.
මව්කිරිදීම	මව්කිරි දීම නිරීක්ෂණය කිරීමෙන් පසු ස්ථාපිතය/ඉරියව්ව හා සම්බන්ධය වැරදිද නිවැරදිද යන්න සටහන් කළ යුතුයි (ඇමුණුම I).
අළුත උපන් දරුවාගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය	පසු ප්‍රසව වාට්ටු භාර වෛද්‍යවරයා හෝ ළමා රෝග පිළිබඳ නේවාසික වෛද්‍යවරයා දරුවා පරීක්ෂා කිරීමෙන් අනතුරුව (සෞඛ්‍ය තත්ත්වය සාමාන්‍යද නැතහොත් විශේෂ රැකවරණය අවශ්‍යද යන්න) අදාළ කොටුවේ ✓ ලකුණ යොදන්න.
වෛද්‍යවරයකු නව ජන්මියා පරීක්ෂා කලේද නැද්ද	පසු ප්‍රසව වාට්ටු භාර වෛද්‍යවරයා හෝ ළමා රෝග පිළිබඳ නේවාසික වෛද්‍යවරයා විසින් දරුවා පරීක්ෂා කිරීමෙන් අනතුරුව
නවජන්ම පරීක්ෂාවේදී හඳුනාගත් ගැටළු	අදාළ සටහන් යෙදිය යුතුය.

විශේෂයෙන් රැකබලා ගැනීමට හේතු

මෙම කොටස දරුවා රෝහලින් පිටවීමට පෙර අදාළ කරුණු අනුව පසු ප්‍රසව වාට්ටුවේ වෛද්‍යවරයා / ළමා රෝග පිළිබඳ නේවාසික වෛද්‍යවරයා විසින් සම්පූර්ණ කළ යුතුය. ඊට

අමතරව ක්ෂේත්‍රයේදී පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ විසින් අවතින් හඳුනාගන්නා හේතු ඇත්නම් එසේ හඳුනාගන්නා අවස්ථාවේදී ඇය විසින්ද එම සටහන් යෙදිය යුතුය.

විශේෂයෙන් රැකබලා ගත යුතු හේතු

- නොමේරු දරු උපන්
- අඩු උපන් බර
- නවජ සංකලනා
- සංජානනය ආබාධ
- ප්‍රසූතියෙන් පසු මවගේ තදබල රෝගී තත්ත්වයන්
- පළමු මාස 6 තුළදී පිටිකිරී දීම
- වර්ධනය අඩාල වීම
- මව්කිරි/ආහාර දීමේ අපහසුතා
- මවගේ/පියාගේ මරණය
- මවගේ/පියාගේ වෙන්වීම/විදේශගත වීම
- වෙනත්

ඉහත කරුණු පිළිබඳ සොයා බලා විශේෂයෙන් රැකබලා ගැනීමට හේතු ඇත්නම් පළවන තීරයේ ඉදිරියෙන් ✓ ලකුණ දී ඊළඟ කොටසේ හඳුනාගත් දිනයද සටහන් කරන්න. සඳහන් කර ඇති හේතුවලට අමතරව දැරුවා විශේෂයෙන් රැකබලා ගැනීමට අදාළ වෙනත් හේතූන් හඳුනාගත්තේ නම් එම තත්ත්ව වෙනත් කොටස යටතේ සටහන් කර හඳුනාගත් දිනය සටහන් කරන්න.

පිටු අංක 02

2nd page

අළුත උපන් දරුවාගේ සෞඛ්‍ය සටහන

මෙම කොටස පසු ගමන්වලදී පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් විසින් පිරවිය යුතුය. සියළු තොරතුරු මව සහ ළදරුවා පරීක්ෂා කිරීමෙන් පසු සහ මව්කිරිදීම නිරීක්ෂණය කිරීමෙන් පසු සටහන් තැබිය යුතුය.

උපතේ සිට දින 42 ආශ්‍රිත කාලය තුළ නිලධාරීන්ගේ පසු ගමන් සිදුකල දිනයන් සහ එම දිනවලදී දරුවාගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය පිළිබඳ අසා ඇති කරුණුද තක්සේරු කර නිවැරදිව සටහන් කරන්න (සාමාන්‍ය මවක් සහ ළදරුවකු සඳහා ප්‍රසවයෙන් දින 1-5 දක්වා එක්වරක් , දින 6-10 අතර එක්වරක්, දින 14-21 දක්වා එක් වරක් හා දින 42 ආසන්නයේදී එක් වරක්).

විශේෂ රැකවරණය අවශ්‍ය මව්වරුන් සඳහා අවශ්‍යතාවය අනුව පසුගමන් සිදුකර සටහන් සඳහා ඇති පිටුවල එම සටහන් යෙදිය යුතුය. ගෘහ ප්‍රසූත සඳහා දින 1-5 තුළ පසුගමන් දෙකක් සිදුකළ යුතුය. දින 1-5 අතර කෙරෙන එම දෛවන පසුගමන ඉඩ ඇති පරිදි දින 1-5 තිරුව දෙකට බෙදා සටහන් කිරීම හෝ සටහන් පිටුවේ සටහන් කිරීම කළහැකිය.

සමේ පැහැය	දරුවා නිරීක්ෂණය කිරීමෙන් පසු සමේ පැහැය සාමාන්‍යද අසාමාන්‍යද යන්න සටහන් කරන්න. සමේ පැහැය අසාමාන්‍ය නම් හෝ ආසාදනයක් (සැරව බිබිලි) වැනි අසාමාන්‍ය තත්ත්වයක් ඇත්නම් එම තත්ත්වය සටහන් කරන්න. උදා : දරුවාගේ පැහැය කහපාට නම් එම තත්ත්වය සටහන් කරන්න. මෙවැනි අසාමාන්‍ය තත්ත්වයන් ඇත්නම් වහාම වෛද්‍යවරයකු වෙත යොමු කරන්න.
ඇස්	සුදු ඉංගිරියාව කහ පැහැයක් ගැනීම, ශ්‍රාවයක්, කණිනිකාවේ සුද, වපරයක් වැනි අසාමාන්‍ය තත්ත්වයක් හඳුනාගත්තේ නම් එය සටහන් කරන්න. මෙවැනි අසාමාන්‍ය තත්ත්වයන් ඇත්නම් වහාම වෛද්‍යවරයකු වෙත යොමු කරන්න.
පෙකණියේ ස්වභාවය	වියලි හා සොබ්‍රමත්ද නැතහොත් ශ්‍රාවයක් ඇත්ද, පෙකණිය වටා රතු වී ඇත්ද, දුර්ගන්ධයක් හමුවාද, රුධිරය වහනය වී ඇත්ද යන්න සටහන් කරන්න. මෙවැනි අසාමාන්‍ය තත්ත්වයන් ඇත්නම් වහාම වෛද්‍යවරයකු වෙත යොමු කරන්න.
මව්කිරි පමණක්ම දීම	මව්කිරි පමණක් දෙන්නේ නම් “ඔව්” යන්නද, නැත්නම් “නැත” යන්නද, සටහන් කරන්න. නැත්නම් දරුවාට දෙන වෙනත් දේ මොනවාද යන්න සටහන් කරන්න.
මව්කිරිදීමේ ඉරියව්ව/ස්ථාපිතය හා සම්බන්ධය	පසුගමනේදී මව්කිරි දීම නිරීක්ෂණය කිරීමෙන් පසු ඉරියව්ව හා සම්බන්ධය වැරදිද නිවැරදිද යන්න අදාළ කොටුවල සටහන් කරන්න. ඉරියව් හා සම්බන්ධය නිවැරදිව නැත්නම් ඒ පිළිබඳ මව දැනුවත් කර නිවැරදි කරන්න (ඇමුණුම I).
වෙනත්	වෙනත් කරුණු යටතේ මීට අමතරව ඔබ විසින් හඳුනාගත් යම් තත්ත්වයක් හෝ ආබාධයක් ඇත්නම් එම ආබාධය හෝ තත්ත්වය සටහන් කරන්න.

යම් හඳුනාගත් අසාමාන්‍ය තත්ත්වයක් සඳහා ප.සෞ.සේ.නි. විසින් ගත් යම් පියවරක් ඇත්නම් ඒවා සටහන් යටතේද, ප්‍රතිකාර හෝ උපදෙස් සඳහා යොමු කළේනම් එය යොමු කිරීම් පිටුවේද සටහන් කරන්න.

සායනයට පැමිණිය යුතු දිනයන්

සායන සේවාව සැපයීම සඳහා දැරුවා සායනයට රැගෙන එන්නට මවට ලබාදෙන දින මෙහි සටහන් කරන්න.

දැරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන් පතේ පිටු අංක 3-6 දක්වා වර්ධන ප්‍රස්ථාර ඇත. දැරුවාගේ ගැහැණු පිරිමි බව අනුව ඔවුන්ගේ වර්ධනයේ වෙනසක් පවතින බැවින් ගැහැණු සහ පිරිමි වර්ධන ප්‍රස්ථාරවල රේඛාවන් වෙනස් වේ. වර්ධනය මැන ලබා ගත් මිනුම් අදාළ වර්ධන සටහන් පත්වල සලකුණු කරන්න. මිනුම් සඳහා ලබා ගත් අගයයන් නිවැරදිව ලකුණු කිරීම සඳහා ප්‍රස්ථාරගත කිරීමේ ක්‍රමවේද හා භාවිතා වන යෙදුම් තේරුම් ගැනීම අවශ්‍ය වේ (ඇමුණුම II).

පිටු අංක 03

දැරුවාගේ වයසට අදාළ බර ප්‍රස්ථාරය (මුල් අවුරුදු දෙක සඳහා)

මුල් අවුරුදු දෙක තුළ මසකට වරක් දැරුවාගේ වර්ධනය තත්ත්වය මැනබැලීම අත්‍යවශ්‍ය වන අතර මුල් අවුරුදු දෙකේදී වයසට අදාළ බර සටහන් කිරීම සඳහා මෙම ප්‍රස්ථාර සටහන භාවිතා කරන්න.

Graphs A part

පිටු අංක 04

දැරුවාගේ වයසට අදාළ බර ප්‍රස්ථාරය (අවුරුදු 3 සිට 5 දක්වා)

අවුරුදු දෙක සිට අවුරුදු 5 දක්වා වයසට අදාළ බර සටහන් කිරීම සඳහා මෙම ප්‍රස්ථාර සටහන භාවිතා කරන්න. දැරුවාට යම් පෝෂණ ගැටළුවක් ඇත්නම් මාසිකවද එසේ නැතිනම් මාස 3 කට වරක්ද බර කිරා සටහන් තැබිය යුතුවේ.

Graphs A part

(පිටු අංක 03 හා 04)

වයසට අදාළ බර ප්‍රස්ථාර ගත කිරීම

x අක්ෂයෙහි වයස 0 දක්වා ඇත්තේ උපන් දිනය සඳහායි. එම නිසා උපන් බර පළමු සිරස් රේඛාවේ සටහන් කරන්න. ඉන් පසුව දරුවාගේ අදාළ මාසයට හා දිනයට අනුව බර සටහන් කිරීම සඳහා පහත දැක්වෙන පරිදි x අක්ෂය සකසාගත යුතුය.

උපන්දිනය පෙබරවාරි 18 වූ දරුවකු සඳහා x අක්ෂය පහත පරිදි වියයුතුයි.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16.....
මාර්තු 18	අප්‍රේල් 18	මැයි 18	ජූනි 18	ජූලි 18	අගෝස්තු 18	සැප්තැ 18	ඔක්තෝ 18	නොවැ 18	දෙසැ 18	ජනවාරි 18	පෙබ 18	මාර්තු 18	අප්‍රේල් 18	මැයි 18	ජූනි 18
1වෙනි අවුරුද්ද												2වෙනි අවුරුද්ද.				

- x අක්ෂය - වර්ධන සටහනේ පහලින්ම ඇති තිරස් අක්ෂයයි. මෙම වර්ධන සටහන්වල x අක්ෂය වයස මාසවලින් පෙන්වයි. උපතේ සිට අවුරුදු 2 සම්පූර්ණ වන තෙක් 03 පිටුවේද තුන්වන වසරේ ආරම්භයේ සිට අවුරුදු 5 දක්වා 04 වන පිටුවේද දක්වා ඇත.
- y අක්ෂය - වර්ධන සටහනේ ඇත වම් කෙලවරේ ඇති සිරස් අක්ෂයයි. මෙම වර්ධන ප්‍රස්ථාර වල y අක්ෂයෙන් බර කි.ග්‍රෑ. වලින් පෙන්වයි.
- ප්‍රස්ථාරගත කළ ලක්ෂ්‍යය (plotted point) - ප්‍රස්ථාරයේ x අක්ෂයේ අදාළ වයසට අනුව ඉහලට දිවෙන සිරස් රේඛාව y අක්ෂයේ බරට අදාළ අගය අනුව තිරස්ව දිවෙන රේඛාව හා කැපෙන ස්ථානය වේ.
- වයස සම්පූර්ණ කළ මාස හා සතිවලින් සිරස් ඉටි මත හෝ ඒ අතර හැකිතාක් දුරට නිවැරදිව සලකුණු කළ යුතුවේ (උදා: ළදරුවාගේ වයස මාස 7 දින 24 නම් මාස 7 හා 8 අතර ඇති කඩඉර හා මාස 8 දක්වන තද ඉර අතර කොටසේ මාස 8ට තරමක් කිට්ටුවෙන් වන සේ සලකුණු කළ යුතුය).
- බර තිරස් ඉටි මත සලකුණු කරන්න. උදා: කි.ග්‍රෑ. 7.8
- පැමිණීම දෙකක් හෝ වැඩි ගණනක් සඳහා මිනුම් ප්‍රස්ථාර ගත කල විට ලක්ෂ්‍යයන් ඉරකින් යා කිරීමෙන් දරුවාගේ වර්ධනය ගමන් ගන්නා දිශාව නිරීක්ෂණය කළ හැකිය. ක්‍රමානුකූලව බර කිරීමට නොපැමිණියේ නම් කඩ ඉරකින් එම ලක්ෂ්‍යයන් යා කළ යුතු වේ.

ප්‍රස්ථාරයට ඉහලින් දක්වා ඇති කොටුවේ ප.සෞ.සේ.නි. පැ.දී. (ප.සෞ.සේ.නි. පැමිණි දිනය) යටතේ අදාළ මාසයට ඉදිරියෙන් පැමිණි දිනයද, අතිරේක ආහාර (ත්‍රිපෝෂ) ලබාදුන්නේ නම් එම දිනයද සටහන් කරන්න.

පවුල් සංවිධානය යටතේ අදාළ මාසය තුළ භාවිතා කරන ක්‍රමයට අදාළ කේත අකුර යොදන්න.

- | | |
|--------------------|--|
| උදා) නික්ෂේපන N | අන්තර් ගර්භාෂිත උපකරණය L |
| ජඩෙල් තැන්පතුව J | ගිලින පෙති P |
| ස්වාභාවික ක්‍රම NM | නෝප්ලාන්ට් NP |
| කොන්ඩම් C | නොසැපිරැණු පවුල් සංවිධාන අවශ්‍යතාව UMN |

පිටු අංක 05

දරුවාගේ වයසට අදාළ දිග/උස ප්‍රස්ථාරය (මුල් අවුරුදු පහ සඳහා)

Graphs A part

වයසට අදාළ දිග/උස ප්‍රස්ථාරගත කිරීම (පිටු අංක 05)

උපතේ සිට අවු 5 දක්වා නිවැරදිව දිග/උස බලා වයසට අනුව දිග/උස ප්‍රමාණය සෙ.මී. වලින් සටහන් කිරීමට මෙම ප්‍රස්ථාර සටහන භාවිතා කරන්න. මෙම ප්‍රස්ථාරයේ උස සෙ.මී. 32 සිට 126 දක්වා සටහන් තැබිය හැකිය. (උපතේ සිට අවුරුදු දෙක දක්වා දිගද අවු 2 සිට 5 දක්වා උසද මනිනු ලැබේ).

දරුවන්ගේ දිග/ උස දී ඇති උපදෙස්වලට අනුව නිවැරදිව මැන ලකුණු කිරීම ඉතා වැදගත්ය. උපතේදී සහ මාස 4, 9, 12 සහ 18 යන වයස්වලදී දිගද, අවුරුදු 2 සිට මාස 6 කට වරක් උසද මැනීම අනිවාර්ය වේ.

- x අක්ෂය - වර්ධන සටහනේ පහලින්ම ඇති තිරස් අක්ෂයයි. මෙම වර්ධන සටහනේ x අක්ෂය වයස උපතේ සිට අවුරුදු 5 දක්වා මාසවලින් පෙන්වයි.
- y අක්ෂය - වර්ධන සටහනේ ඇත වම් කෙලවරේ ඇති සිරස් අක්ෂයයි. මෙම වර්ධන ප්‍රස්ථාරයේ y අක්ෂයෙන් දිග/උස සෙ.මී. වලින් පෙන්වයි.
- ප්‍රස්ථාරගත කළ ලක්ෂ්‍යය (plotted point) - ප්‍රස්ථාරයේ x අක්ෂයේ අදාළ වයසට අනුව ඉහලට දිවෙන සිරස් රේඛාව y අක්ෂයේ දිග/උසට අදාළ අගය අනුව තිරස්ව දිවෙන රේඛාව හා කැපෙන ස්ථානය වේ.

- සම්පූර්ණ කරන ලද සති/මාස ගණනට අදාළ සිරස් රේඛාව තෝරා ගන්න. උදා - දරුවකුගේ වයස මාස 5 1/2 නම් ප්‍රස්ථාරගත කළ යුත්තේ මාස 5 1/2 පෙන්නන සිරස් කඩ ඉර මතය. මාස 5 සති 1ක් වයස දරුවාගේ වයස මාස 5 දක්වන සිරස් ඉර හා මාස 5 1/2 දක්වන සිරස් කඩ ඉර අතර ඇති කොටසේ (එනම් ඉරි අතර) විය යුතුය.
- දිග/උස තිරස් ඉරි මත හෝ ඉරි අතර නිවැරදිව සලකුණු කරන්න. උදා: මිම්ම සෙ.මී. 60.5 නම් අදාළ තිරස් ඉරි දෙක මැද සලකුණු කරන්න.
- පැමිණිම් දෙකක් හෝ වැඩි වාර ගණනක් සඳහා මිනුම් ප්‍රස්ථාරගත කල විට යාබද ලක්ෂ්‍යයන් යා කර වර්ධනය වන දිශාව නිරීක්ෂණය කරන්න.

ප්‍රස්ථාරගත කල ලක්ෂ්‍යයන් පිළිගත හැකිදැයි විමසීමක් වන්න: එය සැකහැර දැන ගැනීමට අවශ්‍ය නම් දරුවාගේ දිග/උස නැවත මනින්න (උදා: දරුවකුගේ දිග/ උස කලින් මනින ලද දිග /උස ට වඩා අඩුවිය නොහැකිය. එසේ අඩුව ඇත්නම් මෙම මිම්ම හෝ කලින් ගත් මිම්ම හෝ සාවද්‍ය විය යුතුයි).

හිසේ වටප්‍රමාණය පෙන්නන ප්‍රස්ථාරය

මෙම වර්ධන රේඛාවන්ද 05වන පිටුවේ දක්වා ඇති වයසට අදාළ දිග/උස ප්‍රස්ථාරයේම පහත කොටසේ පෙන්වා ඇත. ගැටළු සහිත දරුවන් සඳහා වෛද්‍ය නිලධාරියකු උපදෙස් දුන්විට හිසේ වටප්‍රමාණය නිවැරදිව මැන එහි ප්‍රස්ථාරගත කිරීම කළයුතුයි (ඇමුණුම I). මෙම ප්‍රස්ථාරය ක්ෂේත්‍රයේ වර්ධනය ඇගයීමේ වැඩසටහනේදී සෑම දරුවකු සඳහාම භාවිතා කිරීම **අවශ්‍ය නැත.**

පිටු අංක 06

දරුවාගේ දිග/උසට අදාළ බර ප්‍රස්ථාරය

උපතේ සිට අවුරුදු 2 දක්වා දිගට අදාළ බර හා අවුරුදු 2 සිට 5 දක්වා උසට අදාළ බර පෙන්නන සටහන් දෙකක් දරුවාගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන් පතේ 6 පිටුවේ ඇත.

Graphs A part

දිග/උසට අදාළ බර ප්‍රස්ථාරගත කිරීම (පිටු අංක 06)

ක්ෂේත්‍රයේ වර්ධනය ඇගයීමේ වැඩසටහනේදී ගැටළු සහිත දරුවන් සඳහා අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී මෙම ප්‍රස්ථාර භාවිතා කළයුතුය. උදා - උග්‍ර තිබූ මන්දපෝෂණය ඇති දරුවන් හඳුනාගෙන

පෝෂණ පුනරුත්ථාපන වැඩසටහනට යොමුකිරීම සඳහා, අධිබර හා ස්ඵලතාවය හඳුනාගැනීම සඳහා, එවැනි දරුවන්ගේ වර්ධනය ඇගයීම සඳහා.

- x අක්ෂය - වර්ධන සටහනේ පහලින්ම ඇති තිරස් අක්ෂයයි. එම අක්ෂයෙන් දිග/උස සෙ.මී. වලින් පෙන්වයි.
- y අක්ෂය - වර්ධන සටහනේ වම් කෙලවරේ ඇති සිරස් අක්ෂයයි. එම අක්ෂයෙන් බර කි.ග්‍රෑ. වලින් පෙන්වයි.
- දිග හෝ උස සිරස් ඉටිවල සලකුණු කරන්න (උදා: සෙ.මී. 75, 78). මනින අගය ආසන්නතම සෙන්ටිමීටරයට ගන්න (7.8 → 8.0 ට රවුම් කිරීම, 7.3 → 7.0 ට රවුම් කිරීම).
- ප්‍රස්ථාරයේ ඉඩකඩ අනුව බර හැකිතාක් උපරිම නිරවද්‍යතාවයෙන් යුතුව තිරස් රේඛා මත සටහන් කරන්න.
- පැමිණීම් දෙකක් හෝ වැඩි ගණනක් සඳහා ලක්ෂ්‍යයන් ප්‍රස්ථාරගත කර ඇතිවිට, යාබද ලක්ෂ්‍යයන් සරල රේඛාවකින් යා කර වර්ධන රේඛාවේ දිගාව නිරීක්ෂණය කරන්න.

පිටු අංක 07

ප්‍රතිශක්තිකරණය

Immunization schedule

දරුවාගේ ජීවිත කාලය තුළදී ගන්නා සෑම එන්නතක්ම සටහන් කිරීමට මෙම සටහන යොදාගන්න. රජයේ ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩ සටහනට අයත් එන්නත් සහ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන්වලදී දෙන එන්නත් වර්ග මෙන්ම පුද්ගලිකව ලබාගත් එන්නත් වර්ගද ඇතුළත් කරන්න.

එසේ සෑම දරුවෙකුටම වයසට අනුව ගත් එන්නත් ඉදිරියෙන් එන්නත් ලබාදුන් දිනයද (ව:මා:දි:) එම එන්නත්වල බාණ්ඩ අංකයද සටහන් කරන්න. එන්නතකින් පසු යම් අතුරු ආබාධ ඇතිවූයේනම් ඇතිවූ එම අතුරු ආබාධය කුමක්ද යන්න සටහන් කරන්න. ආබාධයක් ඇති නොවූ නම් 0 සටහන් කරන්න (ඇමුණුම I).

යම් දරුවකු බී.සී.පී. එන්නත ලබාගත් පසු මාස 6ක කාලයක් තුළ බී.සී.පී. කැළල ඇතිවන්නේද යන්න හොඳින් පරීක්ෂා කර බලන්න. බී.සී.පී. කැළල ඇත්නම් ඇත කියා සටහන් කරන්න. මාස 6 වනතුරුත් බී.සී.පී. කැළල නැති දරුවන්ට බී.සී.පී. කැළල නැත කියා සටහන් කර නැවත බී.සී.පී. එන්නතක් ලබාදීම සඳහා වෛද්‍යවරයා වෙත යොමු කළයුතුය (ඇමුණුම I).

ඊට අමතරව දරුවාට දෙන ලද සෑම එන්නත් වර්ගයක්ම “අනෙකුත්” එන්නත් යටතේ වර්ගය හා දුන් දිනයද, බාණ්ඩ අංකය ද සටහන් කරන්න (රජයේ වැඩසටහනින් සහ පුද්ගලිකව ලබාදුන් එන්නත්).

පිටු අංක 08

ප්‍රතිශක්තිකරණය හා සම්බන්ධ යොමුකිරීම්, විටමින් ඒ අධිමාත්‍රාව සහ පණු ප්‍රතිකාරය

ප්‍රතිශක්තිකරණය හා සම්බන්ධ හේතුවක් නිසා දරුවකු වෙනත් වෛද්‍යවරයකු/කායනායක් වෙත යොමු කරනවිට මෙම පිටුව භාවිතා කළයුතුය. යොමුවන ලද ස්ථානයේ කළ මැදිහත්වීම් පිළිබඳවද මෙම පිටුවේම අදාළ තීරුවේ පරීක්ෂාකළ වෛද්‍යවරයා විසින් සටහන් තබා ගෙන එන ලෙස මව/පියා/රැකබලාගන්නන් දැනුවත් කළ යුතුය.

විටමින් A සහ පණු ප්‍රතිකාරය ලබාදුන්විට දුන් දිනය හා කාණ්ඩ අංකයද මෙම පිටුවේ සටහන් කරන්න.

පිටු අංක 09 සහ 10

දරුවාගේ පෙනීම හා ඇසීම පරීක්ෂා කිරීම

දරුවාගේ ප්‍රශස්ථ වර්ධනයට හා සංවර්ධනයට පංචේන්ද්‍රියයන් තුළින් ඉගෙනීමට අවස්ථාව ලබාදීම ඉතා වැදගත් වේ. එබැවින් පෙනීමේ හා ඇසීමේ ගැටළු ඇති දරුවන්ගේ එම තත්වයන් කලින්ම හඳුනා ගෙන මැදිහත් වීමක් නොකලොත් දරුවාගේ සංවර්ධනය අඩාල විය හැකිය. එමනිසා මෙම ගැටළු කලින්ම හඳුනාගැනීමෙන් හා අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර ලබාදීමෙන් එවැනි දරුවන්ගේ වර්ධනය හා සංවර්ධනය ප්‍රශස්ථ කර ගත හැකිය. එහෙයින් දරුවන්ගේ පෙනීමේ හා ඇසීමේ ගැටළු හැකි ඉක්මනින් හඳුනා ගැනීමේ අරමුණින් මෙම ප්‍රශ්නාවලින් ඇතුළත් කර ඇත.

දරුවාගේ පෙනීම පරීක්ෂා කිරීම පිළිබඳ ප්‍රශ්නාවලිය 09 වන පිටුවේද ඇසීම පරීක්ෂා කිරීම පිළිබඳ ප්‍රශ්නාවලිය 10 වන පිටුවේද ඇත.

Page 9 vision

Page 10 hearing

මෙම ප්‍රශ්නාවලින් මව/පියා/රැකබලාගන්නන් විසින් කියවා බලා සම්පූර්ණ කළ යුතු අතර එය සිදුකරන ආකාරය පිළිබඳව පළමු පසුගමනේදීම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් විසින් ඔවුන්

දැනුවත් කළ යුතුය. සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා අවශ්‍ය උපදෙස් ප්‍රශ්නාවලිය අවසානයේදී ලියා දක්වා ඇතත් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ විසින්ද එම තොරතුරු පැහැදිලි කර දීම වැදගත්වන බව සලකන්න.

දරුවාගේ වයසට අනුව පෙනීම/ඇසීම පරීක්ෂා කිරීම සඳහා අවශ්‍ය තොරතුරු මෙම ප්‍රශ්නාවලියට ඇතුළත් කර ඇත. දී ඇති කරුණු අනුව දරුවකු එම ක්‍රියාවන් අදාළ මාසය තුළ සිදු කරනවා නම් ඔව් ද එසේ නොකරන්නේ නම් නැත යන්නද සටහන් කිරීමට මව්පියන්ට උපදෙස් දෙන්න. ගෘහ පිවිසීමවලදී /බර කිරීමට පැමිණිවිට මෙම සටහන් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ විසින් පරීක්ෂාකළ යුතුය. යම් මවක් තම දරුවාට යම් ක්‍රියාවක් යටතේ නැත යන්න සටහන්කර ඇත්නම් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ එම කරුණ පිළිබඳ නිවැරදිභාවය තහවුරු කිරීමෙන් පසු ඒ පිළිබඳව වැඩිදුර සොයා බලා අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර කිරීමට තම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරයා වෙත යොමු කළයුතුය. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරයා විසින් එම තත්ත්වය තහවුරු කිරීමෙන් පසු අදාළ විශේෂඥ වෛද්‍ය උපදෙස් සඳහා යොමු කළයුතුය (යොමු කිරීම් සඳහා වන පිටු අංක 22 භාවිතාකර). එමගින් දරුවාගේ පෙනීම/ඇසීම පිළිබඳ ගැටළුවක් ඇත්නම් එය ඉක්මණින් නිවැරදි කිරීමට පියවර ගතහැකි වනු ඇත.

සායනයේදී වෛද්‍යවරුන්/සායන පවත්වන නිලධාරීන් මෙම දරුවන්ගේ පෙනීම හා ඇසීම පරීක්ෂා කරන විට මෙම ප්‍රශ්නාවලියද උපයෝගී කරගත හැකිය.

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ මෙම ප්‍රශ්නාවලින් පරීක්ෂා කරනවිට, එම තොරතුරුවල නිරවද්‍යතාවය තහවුරු කර අදාළ සටහන් බි කොටසටද පිටපත් කළයුතුය (ගෘහ පිවිසීම් සිදුකරන විට හෝ වෙනයම් පහසු අවස්ථාවකදී).

පිටු අංක 11 - 13

උපතේ සිට අවුරුදු 5 දක්වා සංවර්ධනය පිළිබඳ පියවර (අපේක්ෂිත සංවර්ධනය)

Pages 11 - 13

දරුවකු උපතේ සිට අවුරුදු 5 දක්වා වයසට අනුව අපේක්ෂිත සංවර්ධනය සිදුවන සාමාන්‍ය අනුපිළිවෙල දක්වා ඇත. සංවර්ධනයේ යම් ගැටළුවක් ඇත්නම් එම තත්ත්වය පිළිබඳ වේලාසන හඳුනාගැනීමට මෙම තොරතුරු උපකාරී වේ. එම නිසා සෑම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේම මේ පිළිබඳ මව/පියා/රැකබලාගන්නන් දැනුවත් කළ යුතුය.

සති 6 සිට අවු 5 දක්වා කාලය තුළ දරුවකු විසින් විවිධ වයස් බාණ්ඩවලදී සිදුකිරීමට අපේක්ෂිත ක්‍රියාකාරකම් මෙහි දක්වා ඇත. එක් එක් ක්‍රියාකාරකම දරුවා පළමුව සිදුකළ වයස මාස වලින් පළමුවන තිරුවේ මව/පියා/රැකබලාගන්නා විසින් සටහන් කළයුතුය. ඉන්පසුව මෙම වයසට අදාළ අපේක්ෂිත පියවරවල් දරුවාට සිදුකල හැකි බව පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ පුද්ගලිකවම පරීක්ෂා කර බලා එම කරුණ පිළිබඳ නිවැරදිභාවය තහවුරු කිරීමෙන් පසු සටහන් කිරීමට වගබලා ගත යුතුය. එසේ තහවුරු කරනවිට දරුවාගේ වයස (මාස වලින්) හා තහවුරු කල නිලධාරියාගේ තනතුර සටහන් කරන්න. ඒ අවස්ථාවේදීම “බී” කොටස පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ විසින් සම්පූර්ණ කළ යුතුය.

මෙම කොටස සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/සායනය පවත්වන නිලධාරී විසින් සායනයේදී දරුවා පරීක්ෂා කර බැලීමටද උපයෝගී කර ගත යුතුය.

මෙම අපේක්ෂිත සංවර්ධනය දරුවාගෙන් දරුවාට වෙනස්විය හැකිය.

- එක් පියවරක් පමණක් පමාවී ඇත්නම් මවගේ නිරීක්ෂනයේ නිවැරදි බව තහවුරු කර එම ක්‍රියාකාරකම වැඩිදියුණු කර ගැනීමට නිවසේදී කල හැකි ක්‍රියාකාරකම් හෝ උත්තේජන පිළිබඳව මව/පියා/රැකබලාගන්නා දැනුවත් කළ යුතුය. නැවත මේ ගැන ගෘහ පිවිසීම්/සායනයවලදී සොයා බැලීම ඉතා වැදගත්ය. එසේ උත්තේජනය කිරීමෙන් මාසයකට පසුවත් එම තත්ත්වයේ වෙනසක් සිදුවී නොමැතිනම් එවැනි දරුවන් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත යොමු කරන්න.

- වර්ධන පියවර එකකට වඩා පමාවී ඇත්නම් හෝ සමස්ත සංවර්ධනයම පමා වන්නේ නම් එවැනි දරුවන් වහාම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත යොමු කරන්න.

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරයා විසින් එම තත්ත්වය තහවුරු කිරීමෙන් පසු අදාළ විශේෂඥ වෛද්‍ය උපදෙස් සඳහා යොමු කළයුතුය (යොමු කිරීම් සඳහා වන පිටු අංක 22 භාවිතාකර).

සැ.යු. - යම් දරුවෙකුගේ පමාවීමක් පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමේදී මව /පියා රැකබලාගන්නා බිය නොවන අකාරයට කටයුතු කිරීම නිලධාරීන්ගේ වගකීම වේ.

දරුවා සෞ.වෛ.නී. වෙත යොමු කළයුතු අවස්ථා

- සියළුම වර්ධන පියවර පමා වී ඇතිවිට
- පියවර එකකට වඩා වැඩි සංඛ්‍යාවක් පමා වන විට
- එක් පියවරක් පමණක් පමා වූ දරුවකු උත්තේජනවලට ප්‍රතිචාරයක් නොමැති විට

ප්‍රමා සෞඛ්‍ය සටහන

Child health chart

මෙම ප්‍රමා සෞඛ්‍ය සටහන එන්නත් සඳහා දැරුවකු සායනයට පැමිණෙන වාර ගණනට අනුරූපව සකස්කර ඇත. මෙම සෑම සායන පැමිණීමකදීම වෛද්‍ය නිලධාරීවරයකු විසින් සායනයේදී පරීක්ෂා කර බලා සම්පූර්ණ කළයුතුයි. වෛද්‍යවරයකු නොමැති අවස්ථාවලදී සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයේ වෙනත් නිලධාරියකු විසින් පරීක්ෂා කර බලා පිරවිය යුතුය. (මහජන සෞඛ්‍ය හෙදි සොහොයුරිය හෝ ඇය නොමැති විට පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් විසින් පරීක්ෂා කර සටහන් කළයුතුය. නමුත් හෘදය, පෙනහළු සහ උකුල් සන්ධිය පරීක්ෂාව කළ යුත්තේ වෛද්‍යවරයකු විසිනි). වර්ධනය පිළිබඳ සටහන් තැබීමේදී දී ඇති සංකේත යොදා ගතයුතු අතර අනෙක් සියළුම තත්වයන් සඳහා ආබාධ ඇත්නම් × ලකුණද ආබාධ නැත්නම් 0 ලකුණද යොදන්න (මෙම කේත අංකයන් වම පිටුවේම සඳහන් කර ඇත).

සායනයට පැමිණි දිනය - ව: මා: දි: වයසෙන් සටහන් කරන්න.

උදා: 01/08
2012

පහත කරුණු සඳහා දැරුවා පරීක්ෂා කළ යුතුය.

සංජානනීය ආබාධ	සංජානනීය ආබාධයක් ඇත්නම් × ලකුණද නැත්නම් 0 ද යොදන්න.
ඇසේ ප්‍රමාණයේ වෙනසක් (ලොකු /කුඩා)	යම් දැරුවකුගේ ඇස්වල ප්‍රමාණයේ අසාමාන්‍ය වෙනසක් දක්නට ඇත්නම් අදාල කොටුවේ සටහන් තබන්න.
වපරය	යම් දැරුවකුගේ ඇස්වල වපරයක් දක්නට ඇත්නම් අදාල කොටුවේ සටහන් තබන්න.
කණිනිකාව සුදුවීම කුණිතය සුදුවීම	යම් දැරුවකුගේ ඇස්වල කණිනිකාවේ හෝ කුණිතයේ සුද ඇත්නම් අදාල කොටුවේ × ද නැත්නම් 0 ද යොදන්න.
ඇසේ වලනයේ ආබාධයක්	ඇසේ වලනයේ ආබාධයක් ඇතැයි සැක කරන්නේ නම් මෙම කොටුවේ × ද නැත්නම් 0 ද යොදන්න.
පෙනීම* (වම : දකුණ)	දැරුවාට අවුරුදු 5 දී “දුර පෙනීම” පරීක්ෂා කර බලා සටහන් තබන්න. දැරුවා පරීක්ෂා කරන අවස්ථාවේදී පෙනීම පිළිබඳ ගැටළුවක් ඇතැයි හැඟෙන්නේ නම් × ලකුණද ගැටළුවක් නොමැති

	බව පෙනී යන්නේ නම් 0 ද යොදන්න. (මාස 12 දක්වා දරුවන් සඳහා පිටු අංක 9ට අනුව පෙනීම පරීක්ෂා කළයුතුයි).
රාත්‍රි අන්ධතාවය/බිටෝ ලප	බිටෝ ලප හා රාත්‍රි අන්ධතාවය සඳහා අවුරුදු 3 සිට පරීක්ෂා කර බලා සටහන් කරන්න.
ඇසීම* (වම : දකුණ)	මේ පිළිබඳව පිටු අංක 10 දී ඇති ප්‍රශ්නාවලිය අදාළ කරගෙන “නැත” යන පිළිතුරක් ඇත්නම් හෝ දරුවා පරීක්ෂා කරන අවස්ථාවේදී ඇසීම පිළිබඳ ගැටළුවක් ඇති යැයි හැඟෙන්නේ නම් × ලකුණද, “ඔව්” යයි පිළිතුරු දී ඇත්නම් හෝ ගැටළුවක් නොමැති බව පෙනී යන්නේ නම් 0 ද යොදන්න.
දන්න ව්‍යසනය (සුදු හෝ දුඹුරු ලප, දන්න කුහර)	දරුවා පරීක්ෂා කර ආබාධයක් ඇත්නම් × ලකුණද නැත්නම් 0 ද යොදන්න.
වර්ධනය - බර තත්ත්වය/ උස තත්ත්වය	දරුවාගේ වර්ධන සටහන් පරීක්ෂා කර බලා වර්ධන තත්ත්වය තක්සේරු කර අදාළ කේත අංකය යොදන්න. අධිබර/කෘශ බව සඳහාද මේ අවස්ථාවේදී ඇගයීම අවශ්‍ය නම් පිටුව 6 හි ඇති ප්‍රස්ථාර ආශ්‍රයෙන් පරීක්ෂා කළ හැකිය (ඇමුණුම II).
සංවර්ධනය**	වයසට නියමිත ක්‍රියාකාරකම් කරන්නේ නම් 0 අකුරද ගැටළුවක් හෝ පමාවීමක් ඇත්නම් × අකුරද යොදන්න.
හෘද රෝග	මේ සම්බන්ධයෙන් දරුවා පරීක්ෂා කල යුත්තේ වෛද්‍යවරයකු පමණක් වන අතර ආබාධයක් හෝ ගැටළුවක් ඇත්නම් × ද නැත්නම් 0ද යොදන්න.
පෙනහළු	
උකුල් සන්ධිය	
වෙනත් රෝගී තත්ත්වයන්	වෙනත් ඕනෑම රෝගී තත්ත්වයක් ඇත්නම් එම රෝගී තත්ත්වය කුමක්ද යන්න සටහන් කරන්න.

* මේ පිළිබඳව ගැටළුවක් දෙමාපියන් විසින්ද හඳුනාගෙන ඇත්දැයි විමසිය යුතුය.

** සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පතේ පිටු අංක 11-13 දරුවාගේ වැඩිම/ අපේක්ෂිත සංවර්ධනය සටහන්ද පරීක්ෂා කරන්න

පරීක්ෂා කිරීමෙන් පසු පරීක්ෂා කල නිලධාරියාගේ අත්සන සහ තනතුරු අදාළ කොටුවල සඳහන් කරන්න.

ඉහත කරුණු සම්බන්ධව යම්කිසි ආබාධයක්/ ගැටළුවක් ඇත්නම් එම දරුවා අදාළ විශේෂඥ වෛද්‍යවරයකු වෙත යොමු කිරීමට කටයුතු කරන්න. ඒ සඳහා පිටු අංක 22 හි ඇති යොමු කිරීමේ සටහනේ අදාළ අවශ්‍ය සටහන් තබා මව/පියා/රැකබලාගන්නා දැනුවත් කර යොමු කිරීම සිදු කරන්න.

පිටු අංක 15

පෙර පාසැල් දරුවන්ගේ වෛද්‍ය පරීක්ෂණය

පෙර පාසැලකදී වෛද්‍ය පරීක්ෂණයක් සිදු කරන අවස්ථාවකදී, එම සටහන් තැබීම සඳහා මෙම පිටුව උපයෝගී කරගතයුතුය. මෙහිදී 1 වසර තිරුවෙන් දරුවා පෙර පාසැලේ ගතකරන පළමු වසර හැඳින්වේ. උපරිම වසර 3ක් සඳහා මෙම පිටුවේ සටහන් තැබියහැකිය. වර්ධනය පිළිබඳ සටහන් තැබීමේදී අදාළ සංකේත යොදා ගතයුතු අතර අනෙක් සියළුම තත්ත්වයන් සඳහා ආබාධ ඇත්නම් × ලකුණද ආබාධ නැත්නම් 0 ලකුණද යොදන්න. සියළුම වයස් බාන්ධ වලදී සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/වෛද්‍යවරයෙකු විසින් දරුවන් පරීක්ෂා කර බලා පිරවිය යුතුයි.

පිටු අංක 16-18

ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන (Health 457)

SMI chart

ශිෂ්‍යයාගේ මූලික තොරතුරු හා ගුරු සහභාගිත්වය කොටස් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට ප්‍රමුඛ සහභාගි කෙරෙන සෑම වසරකදීම පන්ති භාර ගුරුවරයා විසින් සම්පූර්ණ කළ යුතුය. දරුවා පිළිබඳ මනා අවබෝධයකින් යුතුව මෙය මූලික සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයට ප්‍රථම සිදු කළ යුතුය. එසේ කිරීමෙන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී දරුවාගේ තත්ත්වය හඳුනාගැනීමට පහසු වනු ඇත. සතුටුදායක නම් 0 හා ගැටළු ඇත්නම් X ලකුණද යොදන්න.

පාසල පිහිටි සෞ.වෛ.නි කොට්ඨාශය, පාසල පිහිටි ම.සෞ.ප. කොට්ඨාශය, ළමයා පදිංචි ප.සෞ.සේ.නි. කොට්ඨාශය යන තොරතුරු ම.සෞ.ප. විසින් නිවැරදිව සටහන් කළ යුතුය. ළමයා පදිංචි වී සිටින්නේ වෙනත් සෞ.වෛ.නි. කොට්ඨාශයක නම් ඒ බව සඳහන් කරන්න.

වෛද්‍ය පරීක්ෂණය

මෙහිදී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් පරීක්ෂා කරනු ලබන හා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් පරීක්ෂා කරනු ලබන තොරතුරු සටහන් කිරීමට තිරු දෙකක් වෙන් කර ඇත. අදාළ නිලධාරී විසින් නිවැරදිව සටහන් තැබිය යුතුය.

- දිනය : මූලික පරීක්ෂණය සිදු කරන දිනය / වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදු කරන දිනය
- වයස : උපන් දිනයට අනුව ආසන්න මාසයට
- උස : ආසන්නතම සෙන්ටි මීටරයට මිණුම් ගත යුතුය
- බර : ආසන්නතම ග්‍රෑම් 100ට කිලෝ ග්‍රෑම් හා ග්‍රෑම් වලින් මිණුම ගත යුතුය

ගරීර ස්කන්ධ දර්ශකය, මිටි බව, කෘෂ බව, අධිබර, ස්ථූල බව : මේ සඳහා සපයා ඇති උපදෙස් පොත (Assesment of Nutritional Status of School Children Reference Growth Charts) භාවිතා කළ යුතුය. තවද සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන්පතේ පිටු අංක 19 සිට 21 දක්වා ඇති ප්‍රස්ථාර, සටහන් හා උපදෙස් භාවිතා කළ යුතුය.

අදාළ රෝග තත්ත්ව හඳුනාගැනීම සඳහා අවශ්‍ය තොරතුරු පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය මගින් ප්‍රකාශයට පත්කර ඇති “පාසැල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන - සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා මාර්ගෝපදේශ අත්පොත - 2011” හි සපයා ඇත. ආබාධ තිබේ නම් X ලකුණද ආබාධ නැතිනම් 0 ලකුණද යොදන්න.

පෙනීම : ස්නෙලන්ගේ වගුව භාවිතා කළ යුතුය. අකුරු කියවිය නොහැකි දරුවන් සඳහා සංකේත දක්වා ඇති වගුව භාවිතා කරන්න. වම දකුණ වශයෙන් පැහැදිලිව සටහන් තැබිය යුතුය

වගුව කියවූ දුර
කියවිය යුතු දුර

උදා: L 6/6 R 6/6

- හෘදය : වෛද්‍යවරයා විසින් පරීක්ෂා කර සටහන් තැබිය යුතුයි
- පෙනහළු : වෛද්‍යවරයා විසින් පරීක්ෂා කර සටහන් තැබිය යුතුයි
- ඇදුම : පංතිභාර ගුරුවරයාගෙන් විමසා තොරතුරු දැන වෛද්‍යවරයා වෙත යොමු කරන්න
- වෙනත් ආබාධ: පෙර සටහන් කළ ආබාධ වලට අමතරව වෙනත් ආබාධ තිබේනම් ඒවා සටහන් කරන්න

දෙන ලද පණු ප්‍රතිකාර හා ක්ෂුද්‍ර පෝෂක: මෙම කොටස සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් මෙම ප්‍රතිකාර නියම කිරීම සඳහා භාවිතා කළ යුතුය.

- අදාළ ශ්‍රේණිය සඳහන් කරන්න
- ප්‍රතිකාර ලබාදුන් දිනය සඳහන් කරන්න

- ලබාදුන් පෙති ප්‍රමාණය ලකුණු කරන්න
- හඳුනාගත් ආබාධ සඳහා ගත් ක්‍රියා මාර්ග
- හඳුනාගත් ආබාධ ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කළ ස්ථාන හා කරන ලද ප්‍රතිකාර පිළිබඳ විස්තර සටහන් තැබිය යුතුයි යොමුකිරීම් සිදුකිරීමට අවශ්‍ය විටදී පිටු අංක 22 හි යොමුකිරීම් සඳහා ඇති කොටස උපයෝගී කරගන්න. ප්‍රතිඵල පිළිබඳ තොරතුරු පසුවිපරම් වලදී සොයා රෝග විනිශ්චය සටහන් කරන්න

සති 24 යකඩ ප්‍රතිකාරය: සෑම වසරකම ලබාදෙන සති 24 යකඩ ප්‍රතිකාරය ආරම්භ කරනලද දිනය සටහන් කළයුතුය.

වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදුකල නිලධාරියාගේ අත්සන සහ තනතුර යොදන්න.

වයසට නියමිත ප්‍රතිශක්තිකරණ ලබාදීමට කැමැත්ත ප්‍රකාශ කිරීම: අදාළ ප්‍රතිශක්තිකරණ පිළිබඳ අවශ්‍ය තොරතුරු දෙමාපියන්ට ලබාදීමෙන් පසුව පමණක් මේ සඳහා කැමැත්ත ලබාගත යුතුය. ඒ සඳහා කියවා දැනගැනීමෙන් පසු කැමැත්ත ප්‍රකාශ කළහැකි වන ලෙස සැකසූ තොරතුරු පත්‍රිකාවක් චුවද ලබාදිය හැකි වන අතර මෙම සටහන්පතෙහි අදාළ කොටුවෙහි අත්සන යෙදීම අත්‍යවශ්‍යම නොවේ.

පිටු අංක 19

අවුරුදු 5 -19 අතර ළමුන්ගේ වයසට අනුව උස ප්‍රස්ථාරය

(පාසලට ඇතුළත් කිරීමෙන් පසු පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී සටහන් කිරීම සඳහා)

පිටු අංක 20

අවුරුදු 5 -19 අතර ළමුන්ගේ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය ප්‍රස්ථාරය

(පාසලට ඇතුළත් කිරීමෙන් පසු පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී සටහන් කිරීම සඳහා)

පිටු අංක 21

උස (සෙ.මී.) සහ බර (කි.ග්‍රෑ.) උපයෝගී කරගනිමින් ළමුන්ගේ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය ගණනය කිරීම පිළිබඳ සම්මත සටහන

(පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී භාවිතා කිරීම සඳහා)

ළමුන්ගේ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය ගණනය කිරීම සඳහා භාවිතා කරන්න. ඒ අනුව පෝෂණ තත්ත්වය නිර්ණය කරන්න.

පිටු අංක 22

යොමු කිරීම්

Referral page

ඕනෑම අවස්ථාවක දරුවකුට යම් රෝගී තත්ත්වයක්, ආබාධයක්, ගැටළුවක් හෝ සංවර්ධනයේ ප්‍රමාදයක් ඇතිවීමට ඒ ගැන නිවැරදි තත්ත්වය සොයා බලා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින්ද තහවුරු කල පසු විශේෂඥ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාරවලට යොමු කිරීමට මෙම කොටස යොදාගන්න. තවද පෙර පාසැල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයකදී කෙරෙන යොමුකිරීම් පිළිබඳව සටහන්ද මෙම පිටුවේ යෙදිය යුතුය. පාසැල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී සිදුකෙරෙන යොමුකිරීම් සඳහා පාසැල් සෞඛ්‍ය හමු වීම්පතට අමතරව කෙටි සටහනක් මෙම පිටුවේද යෙදිය හැකිය. අවශ්‍ය සටහන් නිවැරදිව හා පැහැදිලිව සටහන් කර ඒ ගැන මව/පියා/රුකබලාගන්නා ද හොඳින් දැනුවත් කළ යුතුය. යොමුකළ පසු එම ස්ථානයෙන් ගත් තීරණ හා ප්‍රතිචාර ආපසු යොමු කිරීම/පසු විපරම් යටතේ සටහන් කරගත යුතු බවටද දෙමාපියන් දැනුවත් කරන්න. පසු විපරමේදී දරුවාගේ තත්ත්වය පිළිබඳ සොයා බලා සටහන් කල හැකිය.

(ප්‍රතිශක්තිකරණය සම්බන්ධ යොමුකිරීම් සඳහා පමණක් පිටු අංක 08 භාවිතා කළ යුතුයි).

පිටු අංක 23

රෝහල්ගතවීම / ඛරපතල රෝගී තත්ත්වයන්

Hospital admission page

දරුවකුට ඛරපතල රෝග තත්ත්වයන්වලදී සහ යම්කිසි රෝහල් ගතවීමකදී දිනය, රෝහල් ගත කිරීමට හේතුව, රෝග තත්ත්වය (රෝග විනිශ්චය) පිළිබඳ සාරාංශයක් රෝහලෙන් මුදාහරිනවිට සටහන් කරවා ගැනීමටද, ආපසු යොමු කිරීමට සහ පසු විපරම් කිරීමට අවශ්‍ය තොරතුරු සටහන් කරවා ගැනීමට ද මව/පියා රැකබලාගන්නන් දැනුවත් කරන්න.

පිටු අංක 24 - 46 දක්වා

මව/පියා/රැකබලාගන්නා දැනුවත් කිරීම සඳහා තොරතුරු අඩංගු කහ පැහැති පිටු

මෙම කහපාට පිටුවල ඇති තොරතුරු දොමාපියන්/රැකබලාගන්නන්ට කියවා දැනුවත්වීම සඳහා වේ. මෙම කොටස දෙමළ හා සිංහල භාෂා දෙකෙන්ම දක්වා ඇත (සිංහල - පිටු අංක 24-34, දෙමළ පිටු අංක 35-46). පළමු පසු ගමනේදී/දරුවා ලියාපදිංචි කරනවිට මෙම කරුණ ගැන සියළුම මව්වරුන් දැනුවත් කරන්න. අවබෝධ කරගැනීමට නොහැකි මව්වරුන් පිළිබඳ විශේෂ අවධානය යොමු කරන්න. එවැනි අවස්ථාවලදී ඒ පිළිබඳව පියා සහ පවුලේ අනිකුත් අයද දැනුවත් කරන්න.

පසු ගමන් සහ ගෘහපිවිසිම් වලදී මේ කරුණු පිළිබඳ මව දැනුවත් දැයි තීරණය කරන්න. ගැටළුවක් ඇත්නම් සොයා බලා මැදිහත්වීම / යොමු කිරීම සිදු කරන්න. සායන සංරක්ෂණය, වර්ධනය ඇගයීම, පවුල් සංවිධානය වැනි සංරක්ෂණ කටයුතු සඳහා අවශ්‍ය මැදිහත්වීම් හා යොමු කිරීම් නිසි කලට සිදු කරන්න.

මෙහි සඳහන් වන කරුණු සියළුම දරුවන් සඳහා පොදු උපදෙස් වන බව සලකන්න.

අළුත උපන් දරුවාගේ රැකවරණය (සිංහල පිටු අංක 24-25, දෙමළ පිටු අංක 35-36)

Pages 24 & 25

අළුත උපන් දරුවා රැකවරණය පිළිබඳ පහත සඳහන් මාතෘකා යටතේ සාරාංශකර දක්වා ඇත.

1. ප්‍රසූතියෙන් පසු ලබාදිය යුතු අවධානය
2. නිවසේදී දරුවා උණුසුම්ව තබා ගැනීම
3. මව්කිරිදීම
4. පෙකණිය සාත්තුව
5. අළුත උපන් දරුවාගේ මානසික වර්ධනය වැඩිදියුණු කිරීමට කළ හැකි දේ
6. අනතුරු ඇඟවීම
7. ළදරු ළමා සායනයේදී දරුවා පරීක්ෂා කරවා ගැනීම
8. බර කිරීමේ හා දිග/ උස මැණීමේ වැදගත්කම
9. පවුල් සංවිධාන පිළිබඳ
10. ප්‍රතිශක්තිකරණය
11. ප්‍රතිශක්තිකරණයෙන් පසු ඇතිවන අතුරු ආබාධ පිළිබඳ දැන්වීම
12. විටමින් ඒ අධි මාත්‍රාව හා පහු ප්‍රතිකාරය පිළිබඳව

ආහාර දීම (සිංහල පිටු අංක 26-28, දෙමළ පිටු අංක 37-39)

Page 26

තම දරුවාට අමතර ආහාර දීම පිළිබඳ මව/පියා/රැකබලාගන්නන් දැනුවත් කිරීම සඳහා මේ කොටස ඇතුළත් කර ඇත. මෙහි සඳහන් වන කරුණු සියළුම දරුවන් සඳහා පොදු උපදෙස් වේ. එක් එක් දරුවාගේ අවශ්‍යතාවයන් වෙනස්වන අතර අවශ්‍ය විශේෂිත උපදෙස් සෞඛ්‍ය කාර්යමණ්ඩලයෙන් ලබාගතයුතු බවටත් තම දරුවාට ලැබෙන ආහාර ප්‍රමාණවත් දැයි දැනගැනීමට නියමිත පරිදි බර හා දිග/උස මැනගතයුතු බවටත් ඔවුන් දැනුවත් කරන්න.

දරුවාට ආහාර දීම පිළිබඳව කරුණු පහත වයස් කාණ්ඩ අනුව දක්වා ඇත.

- උපතේ සිට දරුවාට වයස මාස 6 සම්පූර්ණ වනතෙක්
- දරුවාට වයස මාස 6 සම්පූර්ණ වූ වහාම
- දරුවාට වයස මාස 7 අවසානයේ සිට
- දරුවාට වයස මාස 8-9 වන විට
- මාස 9-12 දක්වා
- මාස 12 සිට

දරුවකු රෝගී වූවිට ආහාරදීම පිළිබඳ පොදු උපදෙස්ද මෙහි අඩංගුකර ඇත.

Page 28 & tamil page

දරුවාගේ කායික වර්ධනය මෙන්ම මානසික සංවර්ධනයද දියුණු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ. දරුවකු උපතේ සිට අවුරුදු 5 දක්වා වයසට අනුව අපේක්ෂිත සංවර්ධනය (සංවර්ධන පියවර), ඒවා සිදුවන සාමාන්‍ය අනුපිලිවෙල සහ එය ප්‍රශස්ථ කර ගැනීමට දෙමාපියන්ට/ රැකබලාගන්නන්ට කළ හැකි සමහර දෑ පිළිබඳවද මෙයින් දැනුවත් කරනු ලැබේ. තවද ඒ පිළිබඳ යම් ගැටළුවක් ඇත්නම් එම තත්ත්වය කලින්ම හඳුනාගැනීමටත් මෙම කොටස උපකාරී වේ. එම නිසා සෑම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේම මේ පිළිබඳ මව/පියා/රැකබලාගන්නන් දැනුවත් කළ යුතුය.

මෙම ක්‍රියාකාරකම් කරන විට එයට දරුවා සූදානම් වූ විට පමණක් සිදුකල යුතු අතර අකැමැත්තක් දක්වන්නේ නම් බල කිරීමක් නොකල යුතු බව විශේෂයෙන් මව/පියා/රැකබලාගන්නන් දැනුවත් කළ යුතුය.

සෑම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේම විසින්ම පසුගමන් වලදී ඒ පිළිබඳ මව/පියා /රැකබලාගන්නන් විසින් කළ යුතු දේ පිළිබඳ මෙම කොටස උපයෝගී කරගෙන දැනුවත් කරන්න. නමුත් මේ සෑම ක්‍රියාවලියක්ම දරුවාගෙන් දරුවාට වෙනස් විය හැකි අතර දරුවාගේ පෝෂණ තත්ත්වය, රෝගී නිරෝගීභාවය මතද වෙනස් වේ. එම නිසා සංවර්ධනයේ යම්කිසි පියවරක් හෝ පියවර කිහිපයක පමාවීමක්, අසාමාන්‍යතාවයක් ගැන මව/පියා/රැකබලාගන්නා පැවසූ විට ඒ ගැන හොඳින් නිරීක්ෂණය කර එහි නිවැරදිතාවය තහවුරු කරගන්න (මේ සඳහා පිටු අංක 11-13 භාවිතාකළ හැකිය). එවැනි දරුවන්ගේ සංවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා නිවසේදී කළ හැකි දේ පිළිබඳව මව දැනුවත් කරන්න. උත්තේජනය ලබාදීමෙන් පසුවද ප්‍රතිඵලයක් නොමැතිනම් හෝ පියවරවල් එකකට වඩා පමාවීමක් පෙනෙන්නේ නම් ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත යොමු කිරීමට කටයුතු කරන්න.

ගැටළු ඇති දරුවන් සඳහා පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ විසින් නිසි ගෘහ පිවිසුම් සිදුකර පසු විපරම් කිරීමද නිවසේදී උත්තේජනය කිරීමෙන් සංවර්ධනය ප්‍රශස්ථ කිරීමට කටයුතු කිරීමද ඉතා වැදගත් වේ.

හිපුණු මාපියබව (සිංහල පිටු අංක 32-33, දෙමළ පිටු අංක 43-44)

සන්නිවේදනය : කටාකිරීම හා සවන්දීම

ළදරු විශේෂ සිට මවට / පියාට රැකබලාගන්නාට දරුවා සමග කටා කිරීමේදී සහ සවන්දීමේදී භාවිතා කළ යුතු සංනිවේදන ක්‍රම පිළිබඳ දැනුම මෙමගින් ලබාදෙයි. සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් මෙහි වැදගත්කම පිළිබඳ ගෘහ පිවිසිම් වලදී සහ සායන වලදී දැනුවත් කළයුතුය.

විනය : හික්මවීම

විනය පිළිබඳ පොදු රීති කිපයක්

දරුවකු හික්මවීම පිළිබඳ නිවැරදි ක්‍රම පිළිබඳ මවට/පියාට/රැකබලාගන්නා විසින් පිළිපැදිය යුතු කරුණු දක්වා ඇත. සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් මෙහි වැදගත්කම පිළිබඳ ගෘහ පිවිසිම් වලදී සහ සායන වලදී දැනුවත් කළයුතුය.

දරුවාගේ මුඛ සෞඛ්‍යය රැකගැනීම (සිංහල පිටු අංක 34, දෙමළ පිටු අංක 45)

දරුවාගේ දත් මතු වීම, දත් රෝග කල් ඇතිව හඳුනාගැනීම හා මුඛ සෞඛ්‍යය රැකගැනීමට කළයුතු දෑ පිළිබඳව මෙයින් දැනුවත් කෙරේ.

ඉහත සියළු තොරතුරු පිටු අංක 24 සිට 33 දක්වා සිංහල භාෂාවෙන්ද 34 සිට 43 දක්වා දෙමළ භාෂාවෙන්ද ඇති බැවින් ඒ ඒ මව්වරුන්ට අදාල ආකාරයට කියවීමට උනන්දු කරවන්න.

පිටු අංක 46

සටහන්

Notes

1. පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් විසින් මව/පියා/රැකබලාගන්නාට දිය යුතු වැදගත් හෝ විශේෂ උපදෙස්/පණිවිඩ පමණක් සටහන් කරන්න (මව/පියා/රැකබලාගන්නා හොසිටි අවස්ථාවකදී/හෝ අමතකවන මව්වරුන් සඳහා).

2. පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන්ගේ දැනුවිය යුතු විශේෂ කරුණක් ඇත්නම් එය මෙම පිටුවල සටහන් කිරීමට මව/පියා/රැකබලාගන්නාට ද දැනුම් දෙන්න.
3. යම් ගැටළුවක්/අසාමාන්‍යතාවයක් ඇති දරුවන් සඳහා සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් කරන ලද ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ සටහන් කරන්න (උදා- අමතර පසු ගමන් හෝ ගෘහ පිවිසීම් පිළිබඳ තොරතුරු, විශේෂ වැඩ සටහන් සඳහා පැමිණියයුතු දින, විශේෂ මැදිහත්වීම්, විශේෂ ක්‍රියාකාරකම් - උදා: ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ලබාදීම, ඖෂධීය ප්‍රතිකාර ලබන දරුවන් සඳහා පසුපරම් කිරීම වැනි).

DRAFT