nursing books, visit our website www.ejaypee.com, for detailed information on nursing books, visit our website www.ejaypee.com, for detailed information on nursing books

ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ

HEALTH CENTER MANAGEMENT

2nd Edition

As per the revised INC Syllabus



Rahish Chand Suthar

JAYPEE

JAYPEE BROTHERS

CONTENTS

1. ਸਬ-ਸੈਂਟਰ (The Sub Centre) 1
2. ਸਟਾਕ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ (Maintenance of Stocks) 48
3. ਤਾਲਮੇਲ (Coordination) 66
4. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ (Implementation of National Health Programme) 80
5. ਗਿਆਨ ਦਾ ਨਵੀਕਰਨ (Update Knowledge) 124
ਨਮੂਨਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ (Sample Question Paper) 136
Bibliography 147

JAYPEE BROTHERS

ਚੈਪਟਰ 1

ਸਬ–ਸੈਂਟਰ
(The Sub Centre)

JAYPEE BROTHERS

ਸਮੱਗਰੀ (Content)

1. ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸੰਗਠਨ (Health Organisation)
2. ਸਬ–ਸੈਂਟਰ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ (Set up of Sub-Centre)
3. ਏ.ਐੱਨ.ਐੱਮ. / ਮਹਿਲਾ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ (Role of ANM / Female Health Worker)
4. ਐੱਮ.ਪੀ.ਐੱਚ.ਡਬਲਯੂ.–ਮੇਲ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ (Role of MPHW–Male)
5. ਸਬ–ਸੈਂਟਰ ਐਕਟੀਵਿਟੀ ਪਲਾਣ (Sub-Centre Activity Plan)
6. ਕਲਿਨਿਕ (Cilinc) – ਕਲਿਨਿਕ ਚਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
7. ਕਲਿਨਿਕ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਨਰਸ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ (Role of Health Nurse in Conductive Clinic)
8. ਫਾਲੋ–ਅੱਪ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ (Follow-up Activities)
9. ਸਿਹਤ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਅਤੇ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ (Health Meetings & Counselling Sessions)
10. ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ (PHC)
11. ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ (CHC)
12. ਹੈਲਥ ਟੀਮ (Health Team)
13. ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ (IEC – Information, Education & Communication)
14. ਆਈ.ਈ.ਸੀ. ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ
15. ਸੁਨੇਹੇ ਦੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ (Display of Message)
16. ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ (Family Planning)
17. ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬਿੰਦੂ (Key Points)
18. Short and long quesiton

1. ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਅਰਥ (MEANING OF HEALTH ORGANISATION)

ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਉਹ ਪੂਰੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ (system) ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ, ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਹਰ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਸਮੇਂ ਤੇ ਉਚਿਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਭਰੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਮਿਲੇ। ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ

ਕੇਵਲ ਇਲਾਜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਬਲਕਿ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ, ਸਿਹਤ ਦਾ ਵਧਾਵਾ, ਪੋਸ਼ਣ, ਮਾਤਾ ਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ, ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ, ਸਵੱਛਤਾ, ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਰਗੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕੇਵਲ hospital ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਬਲਕਿ ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ ਦੇ Sub-Centre ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ ਦੇ Ministry of Health ਤੱਕ ਫੈਲੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਕਸਦ preventive (ਰੋਕਥਾਮੀ), promotive (ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨਕ), curative (ਚਿਕਿਤਸਕ) ਅਤੇ rehabilitative (ਪੁਨਰਵਾਸ) ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਹੈ।

Definition:

ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ (Health Organisation) ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ ਜੋ ਸਮਾਜ ਦੇ ਵੱਖ–ਵੱਖ ਪੱਧਰਾਂ ਉੱਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ **ਰੋਕਥਾਮੀ (Preventive), ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਕ (Promotive), ਉਪਚਾਰਕ (Curative)** ਅਤੇ **ਪੁਨਰਵਾਸੀ (Rehabilitative)** ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

1.1 ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਵਰਗੀਕਰਨ (Classification of Health Organisation)

ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਮੁੱਖ ਪੱਧਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ: ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ, ਸੈਕੰਡਰੀ ਅਤੇ ਟਰਸ਼ੀਅਰੀ। ਹਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੱਖ–ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ ਜੋ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਵੱਖ–ਵੱਖ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੱਧਰ ਇੱਕ–ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ referral system ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਸਥਾਨ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਸਥਾਨ ਤੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

1.2 ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ 3 ਪੱਧਰ

A. ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਪੱਧਰ (Primary Level of Health Care)

ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਪੱਧਰ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਜੋ ਪਿੰਡਾਂ ਅਤੇ ਦੂਰ–ਦਰਾਜ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਧਰ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ—ਰੋਕਥਾਮੀ (preventive)

Table 1: Classification of Health Organization

S. No.	Level	Type of Health Unit	Population Coverage	Supervisory Authority	Main Services
1	Sub Centre	Rural Health Sub Centre	5000 (plain) / 3000 (hilly)	PHC	MCH care, immunization, family welfare, basic lab tests
2	Primary Health Centre (PHC)	First contact point between community & doctor	30,000 (plain) / 20,000 (hilly)	CHC / District Health Officer	Medical care, sanitation, education, FP
3	Community Health Centre (CHC)	Referral centre for 4 PHCs	1,20,000 (plain) / 80,000 (hilly)	District Hospital	Specialist services, RCH, national programs
4	District Hospital	District level hospital	Whole district	State Health Directorate	General & specialized medical/surgical care
5	State Health Directorate	State level body	Whole state	Director Health Services	Policy & planning
6	National Level (MOHFW)	Central Government Ministry	Whole country	Ministry of Health & Family Welfare	National health policy, planning, research

JAYPEE BROTHERS

ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨਕ (promotive) ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਘੱਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ। ਇਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਅਧੀਨ Sub-Centre ਅਤੇ PHC ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਮੁੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ: ਮਾਤਾ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ, ਗਰਭਵਤੀ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮ, ਪੋਸ਼ਣ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ ਜਨ ਜਾਗਰੂਕਤਾ। ਇਹ ਪੱਧਰ community health worker, ANM, ASHA ਵਰਗੇ ਫਰੰਟਲਾਈਨ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦੇ ਹਨ:

- **Sub-Centre (ਸਬ ਸੈਂਟਰ)**
- **Primary Health Centre (ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ – PHC)**

B. ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੱਧਰ (Secondary Level of Health Care)

ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੱਧਰ ਉਹ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ basic health care ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ (specialized) ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਪੱਧਰ Community Health Centres (CHC) ਅਤੇ Sub-Divisional Hospitals ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। CHC ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ 4 PHCs ਦਾ referral centre ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਸਰਜਨ, ਗਾਇਨਕੋਲੋਜਿਸਟ, ਫਿਜੀਸ਼ੀਅਨ, ਪੀਡੀਆਟ੍ਰਿਸ਼ਨ ਵਰਗੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗਿਆਨ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ: ਜਟਿਲ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸਰਜਰੀ, ਮਾਤਾ–ਸ਼ਿਸੂ ਸਿਹਤ ਦੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, referrals ਦੀ ਸਹੂਲਤ, ਸਿਹਤ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਆਦਿ। ਇਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਅਧੀਨ:

- **Community Health Centre (CHC)**
- **Sub-Divisional Hospital (ਸਬ ਡਿਵੀਜ਼ਨਲ ਹਸਪਤਾਲ)**

C. ਟਰਸ਼ੀਅਰੀ ਪੱਧਰ (Tertiary Level of Health Care)

ਇਹ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜਟਿਲ, ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ, ਜਾਂ ਖ਼ਾਸ ਤਜਰਬੇ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਧਰ 'ਤੇ District Hospital, Medical Colleges, Super-Speciality Hospitals, ਅਤੇ University Hospitals ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਕੈਂਸਰ ਇਲਾਜ, ਕਾਰਡਿਓਲੋਜੀ, ਨਿਉਰੋਸਰਜਰੀ, ਨਿਉਨੇਟਲ ICU, ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਰਿਸਰਚ ਤੇ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਵਰਗੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਪੱਧਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਆਏ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ referral ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ advanced care ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਅਧੀਨ:

- **District Hospital (ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਹਸਪਤਾਲ)**
- **Medical College & University Hospital (ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ)**

1.3 ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਢਾਂਚਾ (Structure of Health System in India)

ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਇੱਕ ਪਿਰਾਮਿਡ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਪਿਰਾਮਿਡ ਦੇ ਤਲੇ (bottom) 'ਤੇ Sub-Centre ਅਤੇ PHC ਹਨ ਜੋ preventive ਅਤੇ promotive care ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮੱਧ 'ਤੇ CHC ਅਤੇ Sub-District Hospitals ਹਨ ਜੋ curative care ਅਤੇ supervisory functions ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਿਰਾਮਿਡ ਦੇ ਸਿਖਰ (top) 'ਤੇ District Hospitals ਅਤੇ Medical Colleges ਹਨ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ special ਅਤੇ referral ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

JAYPEE BROTHERS

Table 2: Levels of Health Care System in India with Health Units and Services			
S. No.	ਪੱਧਰ	ਇਕਾਈਆਂ	ਸੇਵਾਵਾਂ
1	ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ	Sub-Centre, PHC	Preventive and Promotive
2	ਸੈਕੰਡਰੀ	CHC, Sub-District Hospital	Curative & Supervisory
3	ਟਰਸ਼ੀਅਰੀ	District Hospital, Medical College	Specialized and Referral

ਕੇਂਦਰੀ ਪੱਧਰ (Central Level):

- ਮੰਤਰਾਲਾ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਫੈਮਲੀ ਵੇਲਫੇਅਰ (MoHFW)
- ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਮਿਸ਼ਨ (NHM)

ਰਾਜ ਪੱਧਰ (State Level):

- ਰਾਜ ਸਿਹਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ
- ਮੈਡੀਕਲ ਆਫਿਸਰਜ਼, ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰ (District Level):

- ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ (CDMO)
- ਸਿਵਲ ਹਸਪਤਾਲ, CHC, PHC

ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ (Community Level):

- ਸਬ ਸੈਂਟਰ
- ਆਸ਼ਾ ਵਰਕਰ, ਐ.ਐੱਨ.ਐੱਮ., ਪਿੰਡ ਕਮੇਟੀਆਂ

1.4 ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ (Functions / Objectives of Health Organisation)

ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨੀ ਹੈ ਜੋ preventative, promotive, curative ਅਤੇ rehabilitative ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਾਗੂ ਕਰੇ। ਇਸਦੇ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਹੇਠਲੇ ਹਨ:

I. **ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ**—ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ, ਪੋਸ਼ਣ, ਅਤੇ ਰੋਗ–ਰੋਕਥਾਮੀ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।

II. **ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ**—ਟੀਕਾਕਰਨ, ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ, surveillance, sanitation, ਅਤੇ health awareness ਰਾਹੀਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ।

III. **ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਵੇਚਨਾ**—IEC (Information, Education, Communication) ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ।

IV. **ਮਾਤਾ ਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ**—ANC, PNC, safe delivery, newborn care, breastfeeding counselling।

V. **ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣ**—ਦੰਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।

JAYPEE BROTHERS

VI. **ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਵੱਛਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ**—malnutrition ਦੀ ਪਛਾਣ, ਪੋਸ਼ਣ ਸਲਾਹ, ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿਹਤ।

VII. **ਮਾਨਵ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ**—ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਤਰਬੀਅਤ ਦੇਣਾ।

VIII. **ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ**—ਸਿਹਤ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮਾਂ ਦੀ effectiveness ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਦੇਣਾ।

2. SUB-CENTRE (ਸਬ ਸੈਂਟਰ)

2.1 ਸਬ ਸੈਂਟਰ ਦਾ ਅਰਥ (Meaning of Sub-Centre)

Sub centre: Govt area ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ health services ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ **sub centre** ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ sub centre 5000 population ਨੂੰ ਮੈਦਾਨੀ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ cover ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 3000 ਦੀ population ਨੂੰ ਪਹਾੜੀ area ਵਿੱਚ cover ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਬ ਸੈਂਟਰ ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ ਦੀ **ਸਭ ਤੋਂ ਬੁਨਿਆਦੀ (first peripheral health unit)** ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ community ਨੂੰ **ਰੋਕਥਾਮੀ (preventive)**, **ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨਕ (promotive)**, **ਬੁਨਿਆਦੀ ਇਲਾਜ (basic curative)** ਅਤੇ **ਪੁਨਰਵਾਸ (rehabilitative)** ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸੰਪਰਕ ਬਿੰਦੂ (first point of contact) ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਬਾਲ ਸਿਹਤ, ਟੀਕਾਕਰਨ, ਪੋਸ਼ਣ, ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ, ਅਤੇ ਸਵੱਛਤਾ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਨਵੀਆਂ ਕੇਂਦਰੀ ਅਤੇ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਗਾਈਡਲਾਈਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੁਣ Sub-Centre ਨੂੰ **Health & Wellness Centre (HWC)** ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤਬਦੀਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕੋਲ **Non-Communicable Diseases (NCDs)** ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ, **mental health counselling**, **telemedicine**, **lab tests**, ਅਤੇ **elderly care** ਵਰਗੀਆਂ ਵਧੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।

2.2 Staffing in the Sub Centre

1. **Male MPHW – 1**
2. **Female MPHW – 1**
3. **Voluntary Health Worker – 1**

Sub-Centre ਵਿੱਚ **ਦੋ ਮੁੱਖ ਸਥਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀ** ਹੁੰਦੇ ਹਨ— **Male MPHW (ਮਲਟੀਪਰਪਜ਼ ਹੈਲਥ ਵਰਕਰ)** ਅਤੇ **Female MPHW / ANM (ਆਕਸਿਲਰੀ ਨਰਸ ਮਿਡਵਾਈਫ)**। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਮਿਲ ਕੇ ਪੂਰੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਘਰ-ਘਰ ਸਰਵੇ, ਟੀਕਾਕਰਨ, ਗਰਭਵਤੀ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

Voluntary Health Worker ਸਮੁਦਾਇ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਨਵੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, Health & Wellness Centre ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ **Community Health Officer (CHO)** ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਬ ਸੈਂਟਰ ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਦਾ ਹੈ।

JAYPEE BROTHERS

2.3 Function of Sub Centre

A. ਮਾਂ ਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ care ਕਰਨਾ

- Sub-Centre ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮ ਹੈ **ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ** – ਜਿਸ ਵਿੱਚ ANC check-up, TT vaccination, haemoglobin ਜਾਂਚ, blood pressure ਚੈੱਕ ਕਰਨਾ, ਪੋਸ਼ਣ ਸਲਾਹ ਦੇਣਾ, high-risk ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ referral ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ PNC care ਦੇਣਾ, ਨਵਜਨਮੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਾਂਚ, breast feeding counselling, ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ Growth monitoring ਕਰਨਾ ਵੀ ਇਸੇ ਸੇਵਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

B. Family Planning

- ਦੰਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣਾ, ਉਪਲਬਧ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ, contraceptives ਜਿਵੇਂ **condom, OCPs (ਮੂੰਹੀ ਗੋਲੀਆਂ)**, **emergency pills** ਜਾਰੀ ਕਰਨਾ।
- Sub-Centre ਵਿੱਚ **IUD insertion**, counselling, ਅਤੇ eligible couples ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮ ਹੈ।

C. Immunization

- ਬੱਚਿਆਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਰਗਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਨਾ।
- Pulse Polio, Universal Immunization Programme (UIP) ਅਤੇ Mission Indradhanush ਦੇ ਅਧੀਨ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪੂਰੀ schedule maintain ਕਰਨਾ।
- Cold Chain Maintenance ਵੀ Sub-Centre ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

D. ਇਸਦੇ ਇਲਾਵਾ sub centre ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ IUD services, Sugar test, Albumin test and uirne test.

ਇਸਦੇ ਨਾਲ–ਨਾਲ, ਨਵੇਂ Health & Wellness Centres ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਇਹ ਵਾਧੂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਕਾਲੇਸਟਰੋਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ
- Breast cancer ਅਤੇ cervical cancer screening
- NCD clinic ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ
- Mental health counselling
- Basic physiotherapy and elderly care
- Sputum collection for TB diagnosis
- Adolescent health services (RKSK)
- Minor ailments treatment
- Health education and home visits

Sub-Centre ਸਮੁਦਾਇ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਕੇਂਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸਦਾ ਰੋਲ ਸਿਰਫ ਇਲਾਜ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਬਲਕਿ **ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ**, **ਜਨ ਜਾਗਰੂਕਤਾ**, **ਸਵੱਛਤਾ ਪ੍ਰਚਾਰ**, **ਪੋਸ਼ਣ**, ਅਤੇ **ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸਲਾਹ** ਤੱਕ ਫੈਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

JAYPEE BROTHERS

2.4 ਸਬ ਸੈਂਟਰ ਦੇ ਕਾਰਜ (Functions of Sub-Centre)

Sub-Centre ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਇਕਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਕੇਂਦਰ ਸਮਾਜ ਨੂੰ **ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ (Preventive)**, **ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਕ (Promotive)**, **ਉਪਚਾਰਕ (Curative)** ਅਤੇ **ਪੁਨਰਵਾਸਕ (Rehabilitative)** ਸਭ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। Sub-Centre ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚਣ। ਇਹ ਕੇਵਲ ਇਲਾਜ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਸਿਹਤ ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ, ਸਵੇਚਨਾ ਫੈਲਾਉਣ ਅਤੇ ਸਮੁਦਾਇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਗਰੀਬ, ਦੂਰਦਰਾਜ਼ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੇ ਲੋਕ, ਬੱਚੇ, ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਇਸ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

❖ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸੇਵਾਵਾਂ (Preventive Services)

Sub-Centre ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮੁੱਖ ਕੰਮ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ANM ਅਤੇ MPHW ਮਿਲਕੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਵਸਥਾ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ੁਰੂ-ਛਇਨਟਰਏ ਮਾਤਾ ਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ANC/PNC check-up, TT vaccination, growth monitoring ਅਤੇ breastfeeding counselling ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੰਚਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਮਲੇਰੀਆ, ਡੇਂਗੂ, ਡਾਇਰੀਆ, ਖਸਰਾ ਅਤੇ TB ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ANM ਜਨਮ ਤੇ ਮੌਤ ਦੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਜਾਂਚਣਾ, ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨਿਟੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣਾ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

❖ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਕ ਸੇਵਾਵਾਂ (Promotive Serivces)

Sub-Centre ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ (Health Education) ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਾਫ਼-ਸਫਾਈ, ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਉਬਾਲ ਕੇ ਪੀਣ, ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਪੋਸ਼ਣ ਵਾਲੇ ਖਾਣੇ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਬੁਰੂਕ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣੇ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦੱਸੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। Sub-Centre School Health Programme ਦੇ ਤਹਿਤ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ, ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਪੋਸ਼ਣ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ worm control ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। IEC (Information, Education and Communication) ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ (Behavioural Change) ਲਿਆਂਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੋਚ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਮਾਜ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ।

❖ ਉਪਚਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ (Curative Services)

Sub-Centre ਛੋਟੀਆਂ ਅਤੇ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਮਿਨੋਰ ਓਿਲਮਇਨਟਸ ਜਿਵੇਂ ਬੁਖਾਰ, ਖੰਘ, ਜ਼ੁਕਾਮ, ਸਰਦਰਦ, ਡਾਇਰੀਆ, ਉਲਟੀ, ਛੋਟੀਆਂ ਚੋਟਾਂ, ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਮਦਦ (First aid) ਜਿਵੇਂ dressing, bandage, burn care, ORS administration ਆਦਿ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ Sub-Centres 'ਤੇ normal deliveries (ਜਚਗੀ) ਵੀ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ANM safe delivery practices ਅਨੁਸਾਰ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਮਰੀਜ਼ ਗੰਭੀਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉੱਚ-ਪੱਧਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ PHC ਜਾਂ CHC ਵੱਲ refer ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ TT injections, Malaria treatment, wound dressing ਅਤੇ emergency care ਵੀ ਇਸ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

JAYPEE BROTHERS

❖ ਪੁਨਰਵਾਸਕ ਸੇਵਾਵਾਂ (Rehabilitative Services)

Sub-Centre ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਪਾਹਜਤਾ, chronic diseases ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ANM ਅਤੇ MPHW ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰਾਹਤ, ਮਨੋਬਲ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਲਈ counselling ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ Social Welfare Schemes ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵਿੱਤੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣ। Chronic diseases ਜਿਵੇਂ Diabetes, Hypertension, Asthma ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ follow-up care ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ, physiotherapy ਜਾਂ supportive care ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮੁੜ ਸਮਰੱਥ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹਨ।

❖ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਲਾਗੂਨਾ (Implementation of Health Programmes)

Sub-Centre ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ANM ਅਤੇ MPHW ਮਿਲਕੇ National Family Welfare Programme, Universal Immunization Programme (UIP), National Malaria Eradication Programme (NMEP), Tuberculosis Control Programme (NTEP), Reproductive and Child Health Programme (RCH), National Leprosy Eradication Programme (NLEP) ਅਤੇ Pulse Polio Programme ਵਰਗੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ, ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ, ਇਲਾਜ, follow-up ਅਤੇ ਰਣਡਇਰਰਓਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਸਿਹਤ ਪੱਧਰ ਉੱਚਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

❖ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਕਾਰਜ (Administrative Functions)

Sub-Centre ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੇਂ–ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ANM ਅਤੇ MPHW 'ਤੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ birth & death register, immunization register, family planning records, stock register, OPD register, home visit register ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਦੀ report PHC ਨੂੰ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉੱਪਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ program evaluation ਹੋ ਸਕੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ Sub-Centre ਸਥਾਨਕ ਪੰਚਾਇਤ, ਸਮਾਜਿਕ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਅਤੇ Village Health Sanitation Nutrition Committee ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਸਿਹਤ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚਾਰੂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।

2.5 ਸਬ–ਸੈਂਟਰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (SUB-CENTRE MANAGEMENT)—

Table 3: Sub-Centre Management: Key Areas and Activities

ਕ੍ਰਮ	ਘਟਕ/ਵਿਭਾਗ	ਵੇਰਵਾ (ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ / ਕਾਰਜ)
1	ਸਟਾਫ਼ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (Human Resource Management)	• ANM, MPHW, ASHA ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਵੰਡ • ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੰਮ ਦੀ ਯੋਜਨਾ (Daily Planning) • ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਅਤੇ ਸਕਿਲ ਅਪਡੇਟ • ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਸਟਾਫ਼ ਮੀਟਿੰਗ
2	ਦਵਾਈ, ਟੀਕਾ ਅਤੇ ਸਾਮਾਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨ	• ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ • Expiry date check • Vaccine cold chain ਦੀ ਸੰਭਾਲ • BP ਯੰਤਰ, ਵਜ਼ਨ ਮਸ਼ੀਨ, delivery kit ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਤੇ ਰੱਖ–ਰਖਾਵ • Stock register ਅੱਪਡੇਟ

ਜਾਰੀ ਹੈ...

JAYPEE BROTHERS

ਜਾਰੀ ਹੈ...

ਕ੍ਰਮ	ਘਟਕ/ਵਿਭਾਗ	ਵੇਰਵਾ (ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ / ਕਾਰਜ)
3	ਰਿਕਾਰਡ ਪ੍ਰਬੰਧਨ	• ANC, PNC, Immunization, Family Planning ਦੇ register • Birth–Death ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ • Stock register • Digital entry (ANMOL / RCH Portal) • ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਰਿਪੋਰਟ PHC ਨੂੰ ਭੇਜਣਾ
4	ਸਮੁਦਾਇਕ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (Community Management)	• VHND (Village Health & Nutrition Day) ਦਾ ਆਯੋਜਨ • ਮਾਂਵਾਂ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ, ਕਿਸ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ • ਗ੍ਰਾਮ ਪੰਚਾਇਤ, VHSNC ਨਾਲ ਸਮਨਵਯ • ਘਰ–ਘਰ ਸਰਵੇ
5	ਵਿੱਤੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (Financial Management)	• United Fund ਦਾ ਸਹੀ ਪ੍ਰਯੋਗ • Receipts & expenditure ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ • ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮਾਨ ਖਰੀਦ • ਫੰਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ
6	ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਲਾਗੂਣਾ	• RCH ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ • Universal Immunization Programme • TB (NTEP), ਮਲੇਰੀਆ/ਡੇਂਗੂ (NVBDCP) • HIV/AIDS, Leprosy, Family Planning • Nutritional programmes
7	ਐਕਟੀਵਿਟੀ ਪਲਾਨ (Activity Plan)	• ਪਿੰਡ ਦਾ ਸਰਵੇ • Eligible couples ਦੀ ਲਿਸਟ • ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ • ਮਹੀਨਾਵਾਰ/ਹਫ਼ਤਾਵਾਰ ਕੰਮ–ਸੂਚੀ • Outreach ਸੇਸ਼ਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ
8	IEC / ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਨ	• ਪੋਸਟਰ, ਚਾਰਟ, ਮਾਡਲ, ਫਲਿਪਬੁੱਕ • ORS, ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਡੈਮੋ • ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਦੂਧ ਪਿਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ • ਸਕੂਲ ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ • Behaviour Change Communication
9	ਨਿਗਰਾਨੀ (Supervision) ਅਤੇ ਫੀਲਡ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ	• LHV/CHO ਦੁਆਰਾ ਹਫਤਾਵਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ • PHC ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਸਮੀਖਿਆ • ਕੰਮ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ
10	ਮੁਲਾਂਕਣ (Evaluation)	• ਕਿੰਨੀ coverage ਹੋਈ, ਕਿੰਨੇ drop-out • High-risk cases ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ • ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ • ਅਗਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਧਾਰਿਤ

JAYPEE BROTHERS

3. FUNCTION OF FEMALE HEALTH WORKER (ANM) AT THE SUB-CENTRE

- **Female health worker family planning programme ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।** ਮਹਿਲਾ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ (ANM) ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ eligible couples ਦੀ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭਨਿਰੋਧਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਜਿਵੇਂ **condom**, **oral pills**, **emergency contraceptive pills**, **IUCD (Copper-T / 380A)** ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ IUCD insertion ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ INC ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੁਣ ANM **postpartum family planning counselling** ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **Reproductive and child health ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਦੀ ਹੈ।** ANM RCH ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਧੀਨ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ—**ANC check-up**, danger signs ਦੀ ਪਹਚਾਨ, high-risk ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੀ referral, newborn care, breastfeeding counselling, immunization, growth monitoring। ਨਵੀਆਂ guidelines ਮੁਤਾਬਕ ਉਹ **NCD screening during pregnancy**, mental health assessment ਅਤੇ Adolescent Reproductive and Sexual Health (ARSH) ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਵੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- **MTP services ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ educate ਕਰਦੀ ਹੈ (Medical Termination of Pregnancy)।** ANM ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ MTP Act ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪੱਖ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, unsafe abortion ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਰੂਰਤ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ MTP centre ਵੱਲ refer ਕਰਦੀ ਹੈ। Updated INC curriculum ਅਨੁਸਾਰ ਉਹ **post-abortion care** ਅਤੇ **family planning after MTP** ਬਾਰੇ counselling ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **Communicable disease ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ immediate notification ਵਿੱਚ ਵੀ female health worker ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ।** ਉਹ ਮਲੇਰੀਆ, ਡੇਂਗੂ, TB, ਕੁਝ FEVER outbreak, measles, diarrhea, chikungunya ਆਦਿ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਤੁਰੰਤ higher authority ਨੂੰ report ਕਰਦੀ ਹੈ।
  ਨਵੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ANM **IDSP (Integrated Disease Surveillance Programme)** ਦੇ ਤਹਿਤ weekly surveillance ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **Dai training ਵਿੱਚ ਵੀ ਭਾਗ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।** ANM ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਦਾਈਆਂ (Traditional Birth Attendants - TBA) ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਡਿਲਿਵਰੀ, ਸਵੱਛ ਵਾਤਾਵਰਣ, newborn care, danger signs ਅਤੇ referral system ਬਾਰੇ training ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- **Vital statistics collect ਕਰਦੀ ਹੈ।** ANM Birth ਅਤੇ Death ਦਾ ਪੂਰਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, eligible couples ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, immunization record maintain ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਹ ਡਾਟਾ **digital Mother & Child Tracking System (MCTS)** ਜਾਂ **RCH Portal** 'ਤੇ ਅੱਪਲੋਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- **Sub-centre ਤੋਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਾਰੇ record ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਤ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਅੱਗੇ ਭੇਜਦੀ ਹੈ।** ਇਸ ਵਿੱਚ OPD register, ANC register, PNC, Immunization, Home visit register, stock register, FP register, lab tests, monthly reports ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- **Primary health care services provide ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ।** ANM minor ailments ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੀ ਹੈ, ORS ਦੇਣੀ ਹੈ, dehydration ਦੀ care ਕਰਦੀ ਹੈ, wound dressing ਕਰਦੀ ਹੈ। ਨਵੀਆਂ guidelines ਅਨੁਸਾਰ ANM **NCD care**, **screening**, **teleconsultation** ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।

JAYPEE BROTHERS

- **Health team ਦੇ members ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੂਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ।** ANM ASHA, Anganwadi Worker, MPHW, Community Health Officer ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ health team ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਭ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਨਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ Information, Education and Communication programme ਦੁਆਰਾ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਦੀ ਹੈ।** IEC ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ANM ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ poster, charts, demonstration, group meeting ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ INC ਅਨੁਸਾਰ ਉਹ **Behaviour Change Communication (BCC)** ਅਤੇ **social media IEC** ਵੀ ਵਰਤ ਸਕਦੀ ਹੈ।

4. FUNCTION OF MALE HEALTH WORKER (MPHW-MALE)

- **Communicable disease programme ਵਿੱਚ cooperative provide ਕਰਦਾ ਹੈ (Malaria control programme and TB programme)।** MPHW ਮਲੇਰੀਆ ਦੇ ਲਾਰਵਾ ਦੀ ਪਛਾਣ, blood slides, fever survey, mosquito control, anit-larval measures ਕਰਦਾ ਹੈ। TB ਲਈ sputum collection, DOTS follow-up ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਵੇਂ INC giudeilne ਅਨੁਸਾਰ ਉਹ **dengue, chikungunya, COVID, JE, influenza surveillance** ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **Blindness prevention programme ਵਿੱਚ help ਕਰਦਾ ਹੈ।** Eye camps, vision testing, school health screening ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। Vitamin-A deficiency ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **School children immunization programme ਵਿੱਚ health assistant ਦੀ help ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ female health worker ਨਾਲ ਸਾਥ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।** MPHW school health records ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, deworming day, iron-folic acid supplementation, minor ailments treatment ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **Family planning ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।** Eligible couples ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ FP ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ANM ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **Reproductive and child health care ਵਿੱਚ female health worker ਦੀ help ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ child health services ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।** Growth monitoring, ORS distribution, immunization, and referral duty ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- **Environmental health ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ।** Sanitation, waste disposal, safe water, anti-fly measures, village cleanliness drive ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- **ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ information, education and communication programme ਦੁਆਰਾ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਦਾ ਹੈ।** Health talks, group meeting, demonstration ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **Nutritional education and nutrition food programme ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।** AWC ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ growth monitoring, malnutrition ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ counselling ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **First aid treatment ਦਿੰਦਾ ਹੈ।** Injury care, bandaging, burn care, fever management, ORS administration।
- **Record maintain ਕਰਦਾ ਹੈ।** Disease surveillance, home visit register, sanitation register, school health register ਆਦਿ maintain ਕਰਦਾ ਹੈ।

JAYPEE BROTHERS

5. ਸਬ–ਸੈਂਟਰ ਐਕਟਿਵਿਟੀ ਪਲਾਨ (SUB CENTRE ACTIVITY PLANS)

ਸਬ–ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਠੀਕ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੋਜਨਾ ਬਿਨਾਂ ਕਾਰਜ ਕਈ ਵਾਰੀ ਅਣਵਿਧਿ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਮੱਗਰੀ–ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਰੁਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ Sub-Centre Activity Plan ਅਸਲ ਵਿੱਚ **ਪਿੰਡ (Village)** ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਲੰਬੀ–ਅਵਧੀ ਅਤੇ ਛੋਟੀ–ਅਵਧੀ ਦੋਹਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਕਦੋਂ ਕਰਨੇ ਹਨ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੇ ਹਨ, ਕੌਣ ਕਰਨਗਾ ਅਤੇ ਕੰਮ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇੱਥੇ VHSND, ASHA/Anganwadi ਸੰਮੇਲਨ, family-folder ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ digital ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ (RCH/ANMOL/MCTS) ਵਰਗੀਆਂ ਨਵੀਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਗਰੁੱਪ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾਕਰਨ, ANC ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਆਦਿ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣ। ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ–ਨਾਲ Sub-Centre ਨੂੰ PHC/CHC ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ resources forecasting, drug supply planning ਅਤੇ referral pathway ਦੀ ਵੀ ਪੱਕੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

Definition:

Sub-Centre Activity Plan ਇਕ ਵਿਸਥਾਰਤ ਲਿਖਤੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜੋ **ANM (Female Health Worker)** ਅਤੇ **MPHW (Male Health Worker)** ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਸਾਲ ਭਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਿਹਤ ਕਾਰਜ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸੁਚਾਰੂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੋਣ।

ਉਦੇਸ਼ (Objectives of Activity Plan)

- ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਸਰੋਤਾਂ (Resources) ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ।
- ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਹੋਣ।
- ਲੱਛੇ (Targets) ਪੂਰੇ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ।

ਐਕਟੀਵਿਟੀ ਪਲਾਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ (Parts of Activity Plan)

a. **ਲੱਛੇ (Targets):** Eligible couples, Pregnant women, Children for Immunization, RCH coverage।
b. **ਕਾਰਜ (Activities):** Clinics, Home visits, Health education, Community meetings, Surveys।
c. **ਸਮਾਂ (Schedule):** Monthly, Quarterly, and Annual planning।
d. **ਨਿਗਰਾਨੀ (Supervision):** Health Supervisor (LHV/CHO) ਦੁਆਰਾ ਹਫਤਾਵਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ।
e. **ਅੰਕਲਨ (Evaluation):** Monthly review and feedback by PHC Medical Officer।

ਐਕਸ਼ਨ ਪਲਾਨ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਕਦਮ (Steps to Prepare Activity Plan)

a. **ਜਨਸੰਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਡਾਟਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ (Collect Demographic Data):** ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ, Eligible couples, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ।

JAYPEE BROTHERS

b. **ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ (Idenitfy Health Problems):** ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਵਰਤੀ, ਸੈਨਿਟੇਸ਼ਨ ਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਦੇ।

c. **ਤਰਜੀਹੀ ਲੱਛੇ ਤੈਅ ਕਰਨਾ (Set Priorities):** ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਰਜਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ।

d. **ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ (Prepare Work Schedule):** ਦਿਨਾਂ/ਮਹੀਨਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ।

e. **ਨਿਗਰਾਨੀ ਤੇ ਅੰਕਲਨ (Supervision & Evaluation):** ਕੰਮ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਨਤੀਜਾ ਮਾਪਣਾ।

ਐਕਟੀਵਿਟੀ ਪਲਾਨ ਦਾ ਪ੍ਰੋਫਾਰਮਾ (Sample Activity Plan Format)

ਐਕਟੀਵਿਟੀ ਪਲਾਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ (Advantages of Activity Plan)

- ਕੰਮ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਤੇ ਸੁਚਾਰੂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਬਚਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਕੰਮ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਮਾਪਣ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਟੀਮ ਵਰਕ (Teamwork) ਵਧਦਾ ਹੈ।

6. ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਉਣਾ (CONDUCT A CLINIC AND SPECIAL PROGRAMME)

ਕਲੀਨਿਕ ਉਹ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਮਰੀਜ਼ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੋਂ ਜਾਂਚ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। Sub-Centre/PHC/CHC ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਕਲੀਨਿਕ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ, ਸੁਗਮ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ, ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤਿਕ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਜਰੂਰੀ ਰੋਕਥਾਮੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਲਾਉਣੀਆਂ। Clinic ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ OPD services, outreach sessions ਅਤੇ special camps ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਇਹ ਸਿੱਧਾ community ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ referral needs ਨੂੰ ਵੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ RCH camps, immunization drives, TB screening camps, malnutrition screening, vector control

Table 4 : Sub-Centre Activity Plan with Targets, Schedule and Supervision

ਕ੍ਰਮ ਸੰਖਿਆ	ਗਤੀਵਿਧੀ (Activity)	ਲੱਛਾ (Target)	ਸਮਾਂ (Schedule)	ਨਿਗਰਾਨੀ (Superivison)
1	ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੀ ANC ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ	100%	ਮਹੀਨਾਵਾਰ	ANM / LHV
2	ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ (Immunization)	100%	ਹਫਤਾਵਾਰ	ANM / MPHW
3	ਮਲੇਰੀਆ ਸੈਂਪਲ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨਾ	20 ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ	ਮਹੀਨਾਵਾਰ	MPHW
4	ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਕੌਂਸਲਿੰਗ	50 ਜੋੜੇ	ਤਿਮਾਹੀ	ANM
5	ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਸੈਸ਼ਨ (IEC Activity)	2 ਸੈਸ਼ਨ	ਮਹੀਨਾਵਾਰ	ANM / MPHW

JAYPEE BROTHERS

drives ਅਤੇ school health programmes ਆਦੇਸ਼ਤ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ Sub-Centre activity plan ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ASHA/Anganwadi ਅਤੇ Panchayat Health Committee ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ 'ਚ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

6.1 ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ (Types of Clinics)

ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਵੰਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

General Clinic ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ, ਡ੍ਰੈਸਿੰਗ, ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਅਤੇ ਮੁੱਢਲੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ; ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ OPD ਸੇਵਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

Maternal & Child Health Clinic ਦਰਅਸਲੀ ANC, PNC, under-five check-ups, growth monitoring ਅਤੇ breastfeeding counselling ਲਈ ਮਈਨੇਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਇੱਥੇ institutional deliveries ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ institutional referral ਅਤੇ safe delivery counselling ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

Family Planning Clinic ਵਿੱਚ contraceptive counselling, distribution of condoms/OCPs, IUD insertion camps ਅਤੇ postpartum family planning counselling ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

RCH Clinic ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਾਤਾ, ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਕਿਸੋਰੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੀ ਹੈ—Iron & Folic Acid distribution, deworming, TT vaccination ਆਦਿ।

Speciality Clinics ਜਿਵੇਂ TB clinic, diabetic clinic, cardiac clinic, nutrition clinic, ICTC (HIV counselling/testing), eye/ENT camps ਆਦਿ ਨਿੱਤ-ਨਿੱਤ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਦਿਨਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂ outreach ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ specific health needs ਨੂੰ address ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

6.2 ਕਲੀਨਿਕ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਵਿਸਥਾਰਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ (Steps to Conduct a Clinic)

- **Planning (ਯੋਜਨਾ)–** ਕਲੀਨਿਕ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬਿਲਕੁਲ ਯੋਜਨਾ-ਬੱਧ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਲੀਨਿਕ ਦੀ ਤਾਰੀਖ, ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੀਆਂ ਡਿਊਟੀਆਂ ਤੈਅ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਹਰ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਤਹਿਤ ASHA, ਆਂਗਣਵਾਡੀ ਵਰਕਰ ਅਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਨਾਲ ਸਮਨਵਯ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਕਲੀਨਿਕ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪਹੁੰਚਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- **Preparation (ਤਿਆਰੀ)–** ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਚਰਣ ਵਿੱਚ ਕਲੀਨਿਕ ਲਈ ਚੁਣੀ ਗਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਅਤੇ ਹਵਾ-ਦਾਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਬੈਠਣ ਦੀ ਢੰਗਸਾਰ ਵਿਵਸਥਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ IEC ਸਮੱਗਰੀ ਜਿਵੇਂ ਪੋਸਟਰ, ਚਾਰਟ ਅਤੇ ਫਲੈਸ਼ਕਾਰਡ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਤਤਕਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਦਵਾਈਆਂ, ਟੀਕੇ, ਵੈਕਸੀਨ ਕੈਰੀਅਰ, ਕਾਟਨ, ਬੈਂਡੇਜ, ਸੂਈਆਂ, ਸਿਰਿੰਜ ਆਦਿ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਰਜਿਸਟਰਾਂ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਰਿਕਾਰਡ ਫਾਰਮਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਕੰਮ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਘਾਟ ਨਾਹ ਰਹੇ।
- **Registration (ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ)–** ਕਲੀਨਿਕ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ 'ਤੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਚੱਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹਰ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ, ਉਮਰ, ਲਿੰਗ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਵੇਰਵਾ ਅਤੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਲਿਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ, ਟੀ.ਬੀ. ਸੰਦੇਹ ਵਾਲੇ ਕੇਸਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ high-risk ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

JAYPEE BROTHERS

- **Examination (ਜਾਂਚ)–** ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਚਰਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਤਾਪਮਾਨ, ਪਲਸ, ਵਜ਼ਨ ਅਤੇ ਸਾਹ ਦੀ ਦਰ ਮਾਪਦੇ ਹਨ। ਜਰੂਰਤ ਪੈਣ 'ਤੇ ਲੈਬ ਟੈਸਟ ਜਿਵੇਂ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ੱਕਰ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਐਲਬੂਮਿਨ, ਮਲੇਰੀਆ ਸਲਾਈਡ ਜਾਂ ਹਿਮੋਗਲੋਬਿਨ ਆਦਿ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਲਈ ANC ਮੁਆਇਨਾ, TT ਟੀਕੇ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- **Treatment and counseling (ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਲਾਹ)–** ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਲਾਹ (ਕੌਂਸਲਿੰਗ) ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਉਚਿਤ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਸੰਭਾਲ ਜਿਵੇਂ ORS ਦੇਣਾ, ਜ਼ਖ਼ਮ ਦੀ ਸਫਾਈ, ਪੋਸ਼ਣ, ਸਹੀ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ, ਸਵੱਛਤਾ ਅਤੇ ਹਾਈਜੀਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਿਯੋਜਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਟੀ.ਬੀ., ਮਲੇਰੀਆ, ਪੋਸ਼ਣ-ਕਮੀ ਜਾਂ HIV ਸੰਬੰਧੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- **Record keeping and referral (ਰਿਕਾਰਡ ਅਤੇ ਰਿਫਰ)–** ਕਲੀਨਿਕ ਮੌਕੇ ਬਣਨ ਵਾਲਾ ਹਰ ਰਿਕਾਰਡ ਰਜਿਸਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਖਪਤ ਅਤੇ ਸਟਾਕ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ supply ਘੱਟ ਨਾ ਰਹੇ। ਜੇ ਕੋਈ ਮਰੀਜ਼ ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸਬ-ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ 'ਤੇ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਤੁਰੰਤ PHC, CHC ਜਾਂ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਹਸਪਤਾਲ ਵੱਲ ਰਿਫਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਰੂਰਤ ਪੈਣ 'ਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- **Evulation (ਮੁਲਾਂਕਣ)–** ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਂਕਣ (Evaluation) ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿੰਨੇ ਮਰੀਜ਼ ਆਏ, ਕਿਹੜੇ ਟੀਕੇ ਲੱਗੇ, ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਰਤੀ ਗਈਆਂ, ਕੋਈ vaccine wastage ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ, ਜਾਂ ਸਮੱਗਰੀ ਕਿਸੇ ਜਗ੍ਹਾ ਘਾਟੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਇਸ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਜੋੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਨਵੀਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਫਾਲੋਅੱਪ ਲਈ SMS ਯਾਦਦਿਹਾਨੀਆਂ, ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਅਤੇ digital entry ਤੋਂ ਬਾਅਦ follow-up calls ਵੀ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਕਲੀਨਿਕ ਪੂਰੀ ਯੋਜਨਾ, ਸਹੀ ਤਿਆਰੀ, ਜਾਂਚ, ਇਲਾਜ, ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣ, ਰਿਫਰਲ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਸਫਲ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

6.3 ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Special Health Programmes)

ਸਬ-ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ PHC/CHC ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਥਾਨਕ ਆਬਾਦੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦਰ ਨੂੰ ਬੇਹਤਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। RCH Programme ਮਾਤਾ-ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ANC/PNC services ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ; Universal Immunization Programme (UIP) ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ; National TB Elimination Programme TB ਦੀ ਪਛਾਣ ਤੇ ਇਲਾਜ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ; NVBDCP (Vector Borne Disease Control) ਮਲੇਰੀਆ, ਡੇਂਗੂ ਆਦਿ ਦੇ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; NLEP ਲੈਪ੍ਰੋਸੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ; National Family Welfare Programme family planning services ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ; NACP HIV testing ਤੇ counselling ਸਫਲਤਾ ਨਾਲ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ Sub-Centre ਨੂੰ outreach camps, school health check-ups, community mobilization ਅਤੇ mass vaccination drives ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਚਲਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

JAYPEE BROTHERS

7. ROLE OF HEALTH NURSE IN CONDUCTIVE CLINIC

Clinic ਲਗਾਤਾਰ ਬਣਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕਿਸੇ ਵੀ **clinic ਨੂੰ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ confident, experienced ਅਤੇ well-trained health team ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।** ਇਸ ਟੀਮ ਵਿੱਚ **doctors, community health nurse (male & female), health worker (male & female), health assistant** ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। Clinic ਦੀ routine activity smoothly ਕਰਨ ਲਈ **community health nurse ਅਤੇ community health worker** ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ patient ਨਾਲ direct ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ community ਦੀਆਂ health needs ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ।

Health nurse ਦੀਆਂ responsibilities ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਮੁਤਾਬਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ:

a. **Patient ਦੇ Health Level ਨੂੰ Improve ਕਰਨਾ**

ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਸਿਹਤ ਸਤਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਉਸਦੀ regular assessment ਕਰਨੀ, disease ਦੇ symptoms ਦਾ early detection ਕਰਨਾ, prevention methods ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ lifestyle changes ਬਾਰੇ education ਦੇਣਾ nurse ਦੀ ਮੁੱਖ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।

b. **Patient ਨੂੰ Nursing Services Provide ਕਰਵਾਉਣਾ**

Community health nurse ਵੱਲੋਂ injections, dressings, BP check, temperature, pulse, respiration, sugar monitoring, wound care, first aid, IV/IM medication ਵਰਗੇ nursing procedures ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। Clinic ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ scientific nursing care ਮਿਲ ਸਕੇ, ਇਹ nurse ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।

c. **ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ Health Education ਦੇਣਾ**

ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ— ਜਿਵੇਂ **hygiene, sanitation, nutrition, ORS preparation, breastfeeding, immunization, anaemia prevention, safe water, handwashing** ਆਦਿ। Health education ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ language, culture, need ਮੁਤਾਬਕ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਉਸਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਣ ਅਤੇ follow ਕਰ ਸਕਣ।

d. **Patient ਨੂੰ Special Information & Practical Techniques ਸਿਖਾਉਣਾ**

- ORS ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- Home-based newborn care (HBNC)
- Minor ailments ਦੀ home-care
- Disease-specific counselling (diabetes, BP, asthma)
- Family planning methods ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਸਹੀ ਤਰੀਕਾ

ਇਹ nurse ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਕੰਮ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ patient ਆਪਣੀ health ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ manage ਕਰ ਸਕੇ।

e. **Doctor ਦੀ Assistant ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ**

Doctor ਨੂੰ OPD ਵਿੱਚ assist ਕਰਨਾ, instruments ਤਿਆਰ ਰੱਖਣਾ, patient flow ਨੂੰ manage ਕਰਨਾ, procedures ਵਿੱਚ support ਦੇਣਾ, examination ਲਈ patient ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ emergency ਵਿੱਚ doctor ਨੂੰ immediate help ਦੇਣਾ।

JAYPEE BROTHERS

f. **Clinic ਬਣਾਉਣ ਲਈ Place Organize ਕਰਨਾ**

Clinic ਵਿੱਚ patient seating, privacy, infection control, ventilation, handwashing point, examination area, counselling corner ਵਰਗੇ ਸਾਰੇ arrangements ਨੂੰ nurse ensure ਕਰਦੀ ਹੈ। Patient ਨੂੰ ਸੁਵਿਧਾ ਮਿਲੇ ਅਤੇ clinic ਦਾ environment safe ਰਹੇ, ਇਹ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।

g. **Medicine, Stationary ਅਤੇ Articles ਦੀ Inventory ਰੱਖਣਾ**

Clinic ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਸਾਰੀਆਂ medicines, instruments, stationary ਅਤੇ articles ਦੀ list maintain ਕਰਨਾ, expiry date check ਕਰਨਾ, ਤੋਟੇ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੂਰਤੀ ਕਰਨਾ ਅਤੇ stock ਨੂੰ safe condition ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ।

h. **ਸਾਰੇ Records Maintain ਕਰਨਾ**

- ❖ OPD register
- ❖ Immunization register
- ❖ Family planning register
- ❖ Lab investigation register
- ❖ Stock register
- ❖ Follow-up register
- ❖ Monthly reporting formats

Record clinic ਦੀ functioning ਦਾ backbone ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ nurse ਨੂੰ ਇਹ ਨਿਰੰਤਰ ਅਤੇ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ maintain ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

i. **Health Team ਨਾਲ Coordination ਕਰਨਾ**

Health team ਦੇ doctor, ANM, MPHW, ASHA, AWW ਨਾਲ mutual coordination ਰੱਖਣਾ, daily activity plan ਕਰਨਾ, difficult cases discuss ਕਰਨਾ ਅਤੇ community ਦੀਆਂ health needs ਮੁਤਾਬਕ services provide ਕਰਨਾ nurse ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਰੋਲ ਹੈ।

j. **Patient ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ Family Members ਨੂੰ Health Education ਦੇਣਾ**

Patient ਨੂੰ discharge instructions, diet advice, medication schedule, danger signs, follow-up visits ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਅਤੇ clearly ਸਮਝਾਉਣਾ।

k. **Clinic ਦਾ Hygiene, Infection Control ਅਤੇ Disinfection Maintain ਕਰਨਾ**

Clinic ਦੀ daily cleaning, biomedical waste management, instrument sterilization, hand hygiene facilities, safe drinking water ਦੀ availability— ਇਹ ਸਭ nurse ਦੀ direct responsibility ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

l. **Screening ਅਤੇ Early Detection**

- ❖ BP, sugar, anaemia screening
- ❖ Child growth monitoring
- ❖ Pregnancy danger signs screening

JAYPEE BROTHERS

m. **Referral System ਨੂੰ Strong ਰੱਖਣਾ**

Complicated patient ਨੂੰ time 'ਤੇ referral slip ਦੇ ਨਾਲ PHC/CHC ਭੇਜਣਾ ਅਤੇ follow-up ensure ਕਰਨਾ।

n. **Community Mobilization**

Village Health Nutrition Day, Mothers' meeting, adolescent counselling ਵਿੱਚ active participation।

o. **Digital Record Keeping (Updated)**

ਨਵੀਂ reporting apps ਵਿੱਚ entry ਕਰਨਾ, tele-consultation support, e-health records maintain ਕਰਨਾ।

8. ਫਾਲੋਅੱਪ (FOLLOW UP ACTIVITIES)—ਪੈਰਾਗ੍ਰਾਫ ਰੂਪ

ਫਾਲੋਅੱਪ ਉਹ ਲਗਾਤਾਰ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਲਾਜ/ਸਲਾਹ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਣ। ਫਾਲੋਅੱਪ ਦੇ ਮਕਸਦ ਹਨ: ਇਲਾਜ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਮਾਪਣਾ, ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ ਰੋਕਣਾ, ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੁਧਾਰ ਦਾ ਅੰਕਲਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਦੌਰ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਲਾਹ ਜਾਂ re-referral ਦੇਣਾ। ਫਾਲੋਅੱਪ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਿੱਚ ਘਰ ਦੌਰੇ (ANM/MPHW ਦੁਆਰਾ), clinic-based follow-up (ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ clinic ਵਿੱਚ ਮੁੜ ਬੁਲਾਉਣਾ), telephone follow-up (ਕਾਲ/ਮੈਸੇਜ ਰਾਹੀਂ), ਅਤੇ record-review (ਪੁਰਾਣੇ ਰਿਕਾਰਡ ਚੈੱਕ ਕਰਕੇ) ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਖਾਸ follow-up ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ANC/PNC mothers, newborns & children, TB/Leprosy/Malaria cases, family planning acceptors, malnourished children ਅਤੇ HIV positive patients ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਫਾਲੋਅੱਪ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨਵੇਂ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਮਰੀਜ਼/ਕਰਮਚਾਰੀ ਵਿਚਕਾਰ ਭਰੋਸਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਲੰਬੀ ਅਵਧੀ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਵਧਦੀ ਹੈ।

9. ਸਿਹਤ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹ–ਮਸ਼ਵਰਾ ਸੈਸ਼ਨ (CONDUCTING HEALTH MEETINGS AND COUNSELLING SESSIONS)

ਸਿਹਤ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ **community ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ**, **ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ।** ਇਹ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ANM, MPHW, Health Assistant ਅਤੇ PHC Medical Officer ਦੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੀਟਿੰਗਾਂ rural ਅਤੇ urban ਦੋਹਾਂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ community participation ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੰਨੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

9.1 ਸਿਹਤ ਮੀਟਿੰਗਾਂ (Health Meetings)

Meaning: ਸਿਹਤ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਉਹ gatherings ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਗਰਾਮੀਣ ਲੋਕ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ **ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ**, **ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ**, **ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ community ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ–ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।** ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਰਹੀਆਂ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਦੀ ਹੈ।

JAYPEE BROTHERS

9.2 ਉਦੇਸ਼ (Objectives of Health Meetings)

1. ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਉਣਾ।
2. Community Participation ਵਧਾਉਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ actively ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ।
3. ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ, ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਨਵੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣਾ।
4. ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਵੱਲ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣਾ।
5. ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ motivates ਅਤੇ guide ਕਰਨਾ।

9.3 ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ (Types of Health Meetings)

a. **Village Health & Nutrition Day (VHND)**
   - ❖ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਗਰਾਮ ਪੰਚਾਇਤ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
   - ❖ ਮਾਤਾ–ਸ਼ਿਸ਼ੂ ਸਿਹਤ, immunization, family planning, nutrition ਅਤੇ disease prevention ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ।
   - ❖ ANM, ASHA, AWW ਦੀ active ਭੂਮਿਕਾ।

b. **Monthly Staff Meeting (ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਸਟਾਫ ਮੀਟਿੰਗ)**
   - ❖ ANM, MPHW, Health Assistant ਅਤੇ Medical Officer ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਮਾਸਿਕ ਕੰਮ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ।
   - ❖ Immunization target, programme progress, records, supply position ਆਦਿ ਦੀ ਜਾਂਚ।

c. **Community Health Committee Meeting (CHC Meeting)**
   - ❖ ਗਰਾਮ ਸਿਹਤ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ health planning ਅਤੇ programme implementation 'ਤੇ ਚਰਚਾ।
   - ❖ Local issues ਅਤੇ suggestions ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ meeting।

d. **School Health Meeting**
   - ❖ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ hygiene, cleanliness, nutrition, anaemia prevention ਅਤੇ adolescent health 'ਤੇ counselling।
   - ❖ Health check-up camps ਦੀ planning।

e. **Special Campaign Meetings**
   - ❖ National Health Days ਜਿਵੇਂ **World AIDS Day**, **TB Day**, **Nutrition Week**, **Pulse Polio Day** 'ਤੇ awareness sessions।
   - ❖ Mass community mobilisation ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ।

9.4 ਮੀਟਿੰਗ ਕਰਨ ਦੇ ਕਦਮ (Steps to Conduct a Health Meeting)

a. **Planning (ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ)** ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ topic ਚੁਣਨਾ (like immunization, malaria, cleanliness)। ਸਥਾਨ, ਸਮਾਂ ਅਤੇ target group ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨਾ। Panchayat ਜਾਂ village head ਨੂੰ advance information ਦੇਣਾ।

JAYPEE BROTHERS

b. **Preparation (ਤਿਆਰੀ)** Posters, charts, IEC material ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ। ਸਾਰੇ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ training points ਦੇਣਾ। Sitting arrangement, audio-visual setup, registration sheet ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।

c. **Conducting (ਮੀਟਿੰਗ ਚਲਾਉਣਾ)** ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ introduction ਅਤੇ purpose ਨਾਲ ਕਰੋ। Simple language ਵਿੱਚ information ਦਿਓ। Discussion, demonstration ਅਤੇ question–answer session ਕਰਵਾਓ। Real examples ਜਾਂ models ਨਾਲ message ਨੂੰ clear ਕਰੋ।

d. **Feedback (ਰਾਏ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ)** ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਸੁਝਾਅ, ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ। ਸਭ important points ਨੂੰ writing ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰੋ।

e. **Follow-up (ਅਗਲਾ ਕਾਰਜ)** ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ report ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ PHC ਜਾਂ supervisor ਨੂੰ ਭੇਜੋ। ਅਗਲੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਪਿਛਲੇ follow-up points ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਬਾਕੀ ਹੋਵੇ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੋ।

9.5 ਸਿਹਤ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦੇ ਫਾਇਦੇ (Advantages of Health Meetings)

- Community Support ਅਤੇ participation ਵਧਦਾ ਹੈ।
- ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ, awareness ਅਤੇ confidence ਵਧਦਾ ਹੈ।
- ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (RCH, immunization, TB, malaria) ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਵਧਦਾ ਹੈ।
- Community–level planning ਅਤੇ decision-making ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੁਧਾਰ ਦੋਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

9.6 ਸਲਾਹ–ਮਸ਼ਵਰਾ ਸੈਸ਼ਨ (Counselling Sessions)

Counselling ਉਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ (Health Worker, ANM, MPHW, Health Assistant) ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਸਿਹਤ–ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਲਾਹ, **ਜਾਨਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਸਹਾਇਤਾ** ਦਿੰਦਾ ਹੈ। Counselling ਦਾ ਮਕਸਦ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ **ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ**, **ਸਹੀ behaviour change** ਅਤੇ **ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ** ਅਪਣਾਏ।

9.7 ਉਦੇਸ਼ (Objectives of Counselling Sessions)

- ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਲਈ motivate ਕਰਨਾ (Decision–making support)।
- ਸਿਹਤ–ਸਬੰਧੀ behaviour ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਣਾ (Behaviour Change Communication)।
- Mental, emotional ਅਤੇ psychological support ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।
- ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ (RCH, FP, Immunization) ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਧਾਉਣਾ।

JAYPEE BROTHERS

9.8 ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ (Types of Counselling)

a. **Individual Counselling (ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਲਾਹ)**
   - ❖ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ face-to-face interaction।
   - ❖ ਉਸਦੀ personal health need ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
   - ❖ **Example:** ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਨੂੰ ANC, diet, danger signs, TT dose ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ।

b. **Family Counselling (ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਲਾਹ)**
   - ❖ ਪੂਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਕੇ ਸਾਂਝਾ ਫੈਸਲਾ ਬਣਾਉਣਾ।
   - ❖ **Example:** Family planning, TB care, nutrition, newborn care।

c. **Group Counselling (ਸਮੂਹ ਸਲਾਹ)**
   - ❖ ਛੋਟੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ education, discussion ਅਤੇ awareness।
   - ❖ **Example:** ਟੀਕਾਕਰਨ, anaemia prevention, adolescent health, nutrition awareness sessions।

9.9 ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਕਦਮ (Steps of Counselling Session)

a. **Establish Rapport (ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਣਾ)**
   - ❖ ਮਰੀਜ਼ ਨਾਲ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਣਾਉਣਾ।
   - ❖ Friendly behaviour, eye contact, respect ਅਤੇ privacy ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ।

b. **Identify the Problem (ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਪਛਾਣ)**
   - ❖ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ health concern, symptoms, doubts ਅਤੇ mental condition ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣੀ।
   - ❖ Open-ended questions ਪੁੱਛ ਕੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਸਹੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ।

c. **Provide Information (ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ)**
   - ❖ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ simple language ਵਿੱਚ scientific ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ।
   - ❖ Possible options, treatment, diet, prevention ਅਤੇ follow-up steps explain ਕਰਨੇ।

d. **Motivate for Action (ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨਾ)**
   - ❖ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਹੀ decision ਲਈ encourage ਕਰਨਾ।
   - ❖ Health behaviour change (diet, medicine compliance, hygiene, family planning) ਲਈ motivate ਕਰਨਾ।

e. **Follow-up (ਅਗਲਾ ਕਦਮ)**
   - ❖ ਅਗਲੀ visit ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ check ਕਰਨੀ।
   - ❖ Behaviour change, medicine use, symptoms ਜਾਂ doubts ਦੀ review ਕਰਨੀ।
   - ❖ Record ਵਿੱਚ counselling outcome ਦਰਜ ਕਰਨਾ।

JAYPEE BROTHERS

9.10 ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ੇ (Examples of Counselling Topics)

- ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ (Family Planning)
- ਮਾਤਾ ਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ (ANC, PNC, Breastfeeding)
- Immunization ਸਲਾਹ
- TB, ਮਲੇਰੀਆ, HIV, anaemia care
- ਪੋਸ਼ਣ, diet, hygiene, sanitation
- Chronic diseases (diabetes, BP) care
- ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਉਣ ਸਬੰਧੀ counselling
- Adolescent health, menstrual hygiene

9.11 ਉੱਤਮ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ (Characteristics of Effective Counselling)

- **ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਗੋਪਨੀਯਤਾ (Confidentiality)**
- **ਧੀਰਜ, active listening ਅਤੇ empathy**
- **Respectful behaviour**—ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ
- **ਸਪਸ਼ਟ, ਸਹੀ ਅਤੇ scientific ਜਾਣਕਾਰੀ**
- **Behavioural motivation**—ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ change ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ
- **No judgment approach**—ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ comfortable ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣਾ

9.12 ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ (Advantages of Counselling)

- ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਬਦਲਾਅ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਮਰੀਜ਼ ਦੀ health understanding, compliance ਅਤੇ awareness ਵਧਦੀ ਹੈ।
- ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਵਿਚਕਾਰ mutual trust ਬਣਦਾ ਹੈ।
- Preventive and promotive health services ਹੋਰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਸਫਲਤਾ (RCH, FP, NCD control) ਵਿੱਚ ਭੂਮਿਕਾ ਵਧਦੀ ਹੈ।

10. ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ (PRIMARY HEALTH CENTRE – PHC)

ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਚਿਕਿਤਸਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਬਣਾਈ ਗਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਪਹਿਲਾ ਸੰਪਰਕ ਬਿੰਦੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਮਰੀਜ਼ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। **PHC ਉਹ ਕੇਂਦਰ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਸਮਾਜ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ**, ਅਤੇ ਇਥੇ preventive, promotive, curative ਅਤੇ referral—ਚਾਰਾਂ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

JAYPEE BROTHERS

for detailed information on nursing books, visit our website www.ejaypee.com, for detailed information on nursing books, visit our website www.ejaypee.com, for detailed inf

ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ

Health Center Management

Salient Features

- Fully revised, updated, and enriched edition prepared according to the latest Indian Nursing Council (INC) curriculum
- Written in simple, easy-to-understand Punjabi language with appropriate English technical terminology for better learning
- Covers the complete Health Center Management syllabus prescribed for ANM students
- Student-friendly and examination-oriented presentation
- Includes numerous tables, figures, flowcharts, and diagrams to simplify difficult concepts
- Important topics are presented in the form of key points for quick revision and competitive examinations
- Includes short-answer questions, long-answer questions, and sample question papers for comprehensive examination preparation
- Special emphasis on practical application, community-based health services, and nursing responsibilities
- Useful for ANM students, nursing educators, and candidates preparing for nursing competitive and entrance examinations
- Prepared as an all-in-one comprehensive textbook covering both fundamental and practical aspects of Health Center Management.

Rahish Chand Suthar PhD (Nursing) MSc Nursing (Medical-Surgical Nursing) is an experienced nursing educator, academician, and author with more than 17 years of teaching and administrative experience in the field of nursing education. He completed his Bachelor of Science in Nursing and began his professional career in 2007 as a Nursing Demonstrator at the University College of Nursing, Faridkot, Punjab. In 2011 after obtaining his Master of Science in Nursing (Medical-Surgical Nursing) with specialization in Critical Care Nursing, he joined Meera Medical Institute of Nursing and Hospital, Abohar, Punjab, as a Lecturer and than he was subsequently promoted to the position of Professor cum Vice Principal. In 2026, he successfully completed his Doctor of Philosophy (PhD) in Nursing. His special areas of interest include Medical-Surgical Nursing, Community Health Nursing, Nursing Education, Nursing Education, Health Center Management, Health Promotion, Nursing Research, and Evidence-Based Nursing Practice. He is committed to preparing simple, student-friendly, examination-oriented nursing textbooks that help students strengthen their theoretical knowledge as well as practical skills.

JAYPEE BROTHERS

Buy from ejaypee

JAYPEE BROTHERS