



नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग

बाल स्वास्थ्य कार्ड

हरेक महिना बच्चाको तौल अनिवार्य रूपमा लिनुपर्दछ ।



दर्ता नं. _____

बच्चाको नाम, थर: _____

लिङ्ग: महिला पुरुष जन्म तौल: _____

जन्म मिति: गते _____ महिना _____ साल _____

बुवाको नाम: _____

आमाको नाम: _____

ठेगाना: जिल्ला: _____

गा.वि.स. _____ वडा नं.: _____

कार्ड जारी गरेको मिति: _____

जारी गर्ने संस्थाको नाम: _____

जिल्ला: _____

शिशु तथा वाल्यकालिन पोषण बारे जानकारी

बच्चाको स्तनपान बारे जानकारी

शिशुलाई जन्मेको १ घण्टा भित्रमा स्तनपान शुरू गरेको



जन्मेको १ घण्टा भित्र

बच्चालाई आमाको दूध मात्र खुवाएको



१ महिना २ महिना ३ महिना ४ महिना ५ महिना ६ महिना

६ महिना पुरा भए पछि बच्चालाई आमाको दुधको साथै पोषिलो खाना खुवाउन शुरू गरेको



६ महिना भन्दा अघि

६ महिनामा




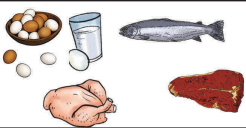

६ महिना भन्दा पछि

खोप वितरण

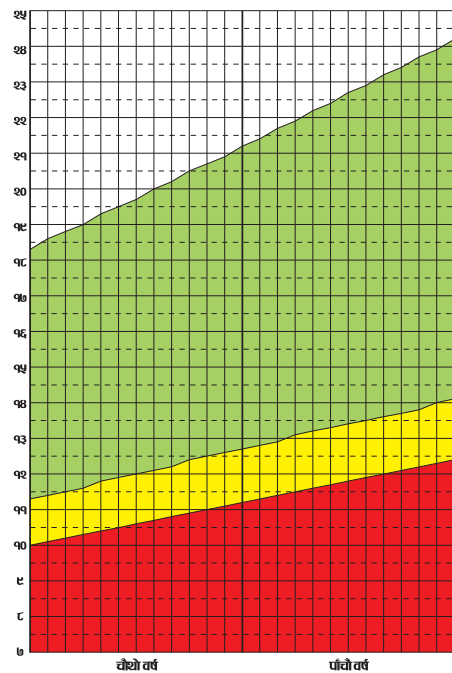
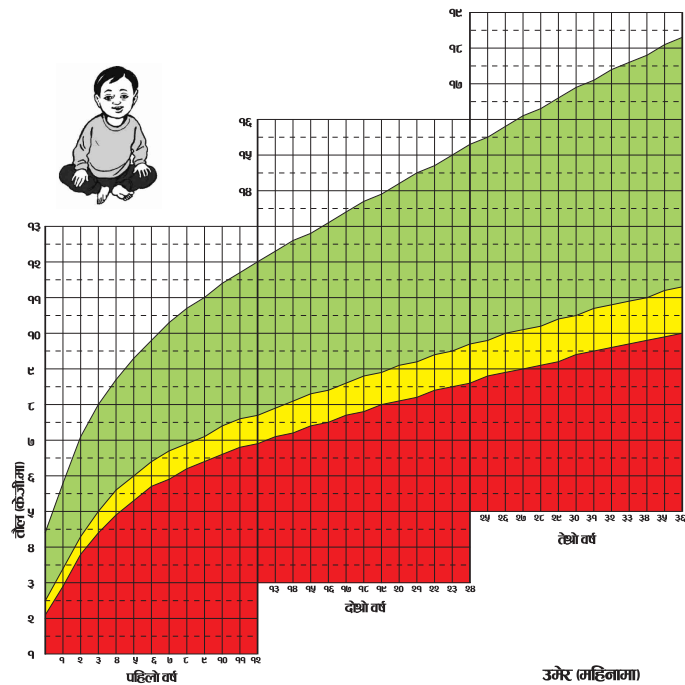
खोप	१	२	३
वी.सी.जी.			
डी.पी.टी. / हिब / हेपा.बी			
पोलियो			
दादुरा			
जे.ई.			
अन्य			

बच्चा ६ महिना पुरा भएपछिको थप खाना : पुरक खाना बारे जानकारी

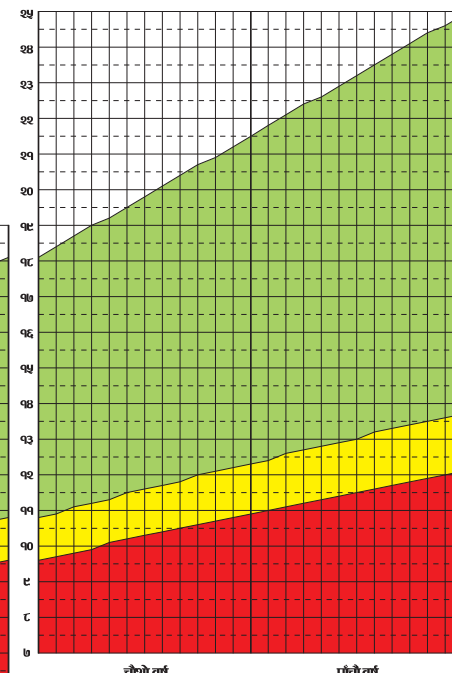
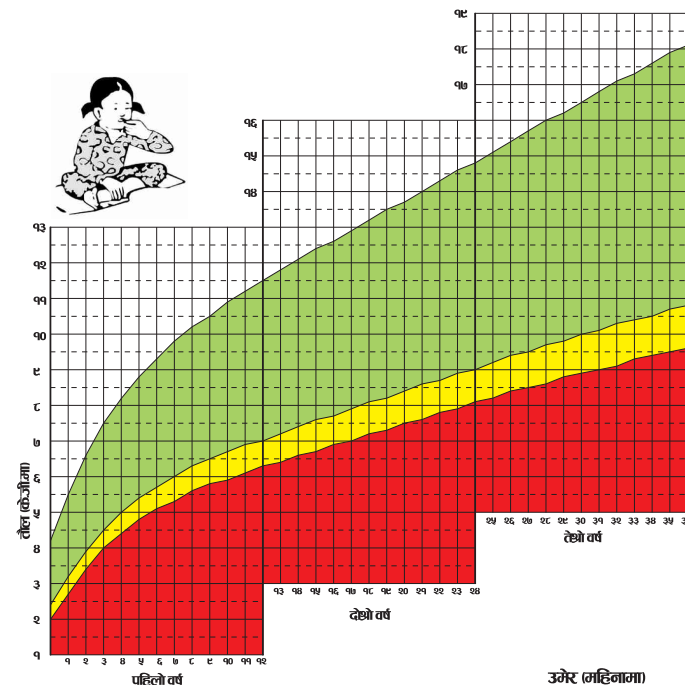
बालबालिकाहरूलाई सधैं थरिका खाना खुवाएको

उमेर	पटक	बालबालिकाहरूलाई सधैं थरिका खाना खुवाएको				बाल बालिकाहरूलाई आइरन तत्व भएको र मिश्रित खाना खुवाएको
						
		अन्न, आलु, कन्दमूलहरू, घ्यू, तेल आदि	दाल, गोडागुडी आदि	हरियो सागपात, तरकारी, मौसम अनुसारका फलफूल आदि	दूध तथा दुधका परिकार, अण्डा, माछा, मासु, कलेजो आदि	
६ देखि ८						
९ देखि ११						
१२ देखि २३						

बालक



बालिका



- पोषण स्थिति**
- रातो ■ अति जोखिम
 - पहेलो ■ जोखिम
 - हरियो ■ सामान्य

बच्चाको बृद्धि देखाउने रेखा

उत्तम:
बच्चाको तौल यसरी बढेको हुन्छ

जोखिमपूर्ण:
बच्चाको तौल बढेको हुँदैन

अति जोखिमपूर्ण:
बच्चाको तौल घटेको हुन्छ