Click on Banner to Watch Complete Video

Mother and Child Health (MCH)

मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य (MCH)

MCH refers to the **health and well-being** of women during **pregnancy**, **childbirth** and **after delivery**, and of children from **birth through childhood**.

मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य (MCH) से तात्पर्य **गर्भावस्था**, **प्रसव** और प्रसव के बाद महिलाओं तथा **जन्म से लेकर बचपन तक** बच्चों के **स्वास्थ्य और कल्याण** से है।

1.

   Antenatal Care
   प्रसवपूर्व देखभाल

2.

   Safe Delivery
   सुरक्षित प्रसव

3.

   Postnatal Care
   प्रसवोत्तर देखभाल

4.

   Child Nutrition
   बाल पोषण

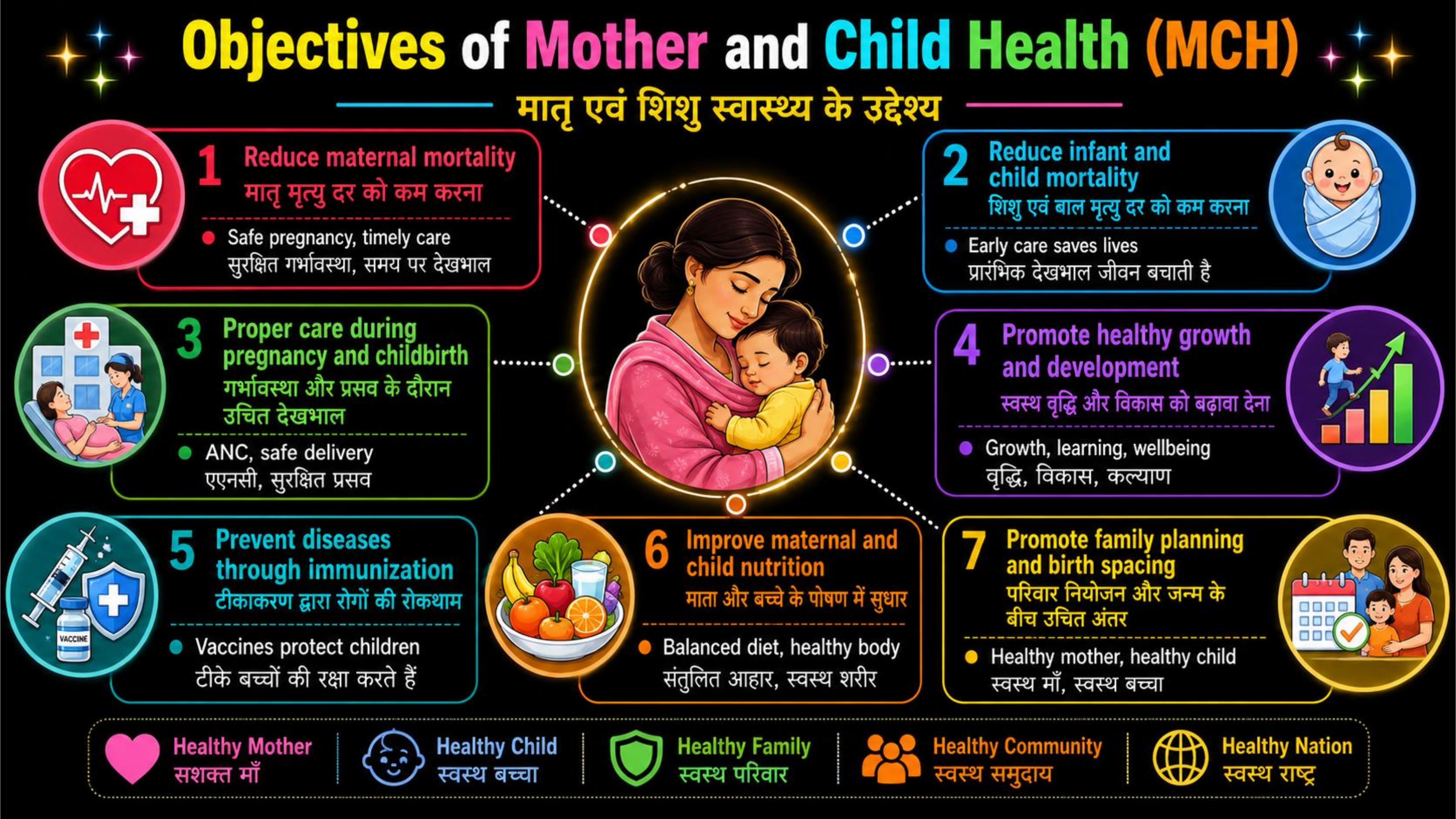
5.

   Immunization
   टीकाकरण

6.

   Growth & Development
   वृद्धि एवं विकास

Goal: Healthy Mother, Safe Birth, Healthy Child | **उद्देश्य:** स्वस्थ माँ, सुरक्षित प्रसव, स्वस्थ बच्चा


Objectives of Mother and Child Health (MCH)
मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य के उद्देश्य
1 Reduce maternal mortality
मातृ मृत्यु दर को कम करना
Safe pregnancy, timely care
सुरक्षित गर्भावस्था, समय पर देखभाल
2 Reduce infant and child mortality
शिशु एवं बाल मृत्यु दर को कम करना
Early care saves lives
प्रारंभिक देखभाल जीवन बचाती है
3 Proper care during pregnancy and childbirth
गर्भावस्था और प्रसव के दौरान उचित देखभाल
ANC, safe delivery
एएनसी, सुरक्षित प्रसव
4 Promote healthy growth and development
स्वस्थ वृद्धि और विकास को बढ़ावा देना
Growth, learning, wellbeing
वृद्धि, विकास, कल्याण
5 Prevent diseases through immunization
टीकाकरण द्वारा रोगों की रोकथाम
VACCINE
Vaccines protect children
टीके बच्चों की रक्षा करते हैं
6 Improve maternal and child nutrition
माता और बच्चे के पोषण में सुधार
Balanced diet, healthy body
संतुलित आहार, स्वस्थ शरीर
7 Promote family planning and birth spacing
परिवार नियोजन और जन्म के बीच उचित अंतर
Healthy mother, healthy child
स्वस्थ माँ, स्वस्थ बच्चा
Healthy Mother
सशक्त माँ
Healthy Child
स्वस्थ बच्चा
Healthy Family
स्वस्थ परिवार
Healthy Community
स्वस्थ समुदाय
Healthy Nation
स्वस्थ राष्ट्र

Maternal Health
मातृ स्वास्थ्य

Maternal health includes the health of a woman during **pregnancy**, **childbirth** and the **postnatal period**.

मातृ स्वास्थ्य में महिला के **गर्भावस्था**, **प्रसव** और **प्रसव के बाद** की अवधि के दौरान **स्वास्थ्य** की देखभाल शामिल है।

1

Pregnancy Care
गर्भावस्था देखभाल

2

Safe Childbirth
सुरक्षित प्रसव

3

Postnatal Care
प्रसवोत्तर देखभाल

4

Nutrition & Rest
पोषण व आराम

Goal: Healthy Mother, Safe Motherhood
उद्देश्य: स्वस्थ माँ, सुरक्षित मातृत्व

IMPORTANT COMPONENTS OF

MATERNAL HEALTH

1 ANTENATAL CARE (ANC)

Regular check-ups during pregnancy help identify and manage health problems early.

प्रसवपूर्व देखभाल:
नियमित जांच से समस्याओं की जल्दी पहचान और उपचार में सहायता मिलती है।

2 PROPER NUTRITION

A balanced diet with proteins, vitamins, minerals, iron and folic acid is essential.

उचित पोषण:
प्रोटीन, विटामिन, खनिज, आयरन और फोलिक एसिड युक्त संतुलित आहार आवश्यक है।

3 SAFE DELIVERY

Delivery should be conducted by a trained professional in an appropriate facility.

सुरक्षित प्रसव:
प्रसव उचित स्वास्थ्य केंद्र में प्रशिक्षित स्वास्थ्यकर्मी की देखरेख में कराना चाहिए।

4 POSTNATAL CARE

Proper care after delivery helps in recovery and identifies complications.

प्रसवोत्तर देखभाल:
प्रसव के बाद मां को उचित देखभाल मिलनी चाहिए ताकि जटिलताओं की पहचान हो सके।

5 HEALTH EDUCATION

Educate mothers about nutrition, hygiene, breastfeeding, family planning and danger signs.

स्वास्थ्य शिक्षा:
माताओं को पोषण, स्वच्छता, स्तनपान, परिवार नियोजन और खतरे के संकेतों की जानकारी दें।

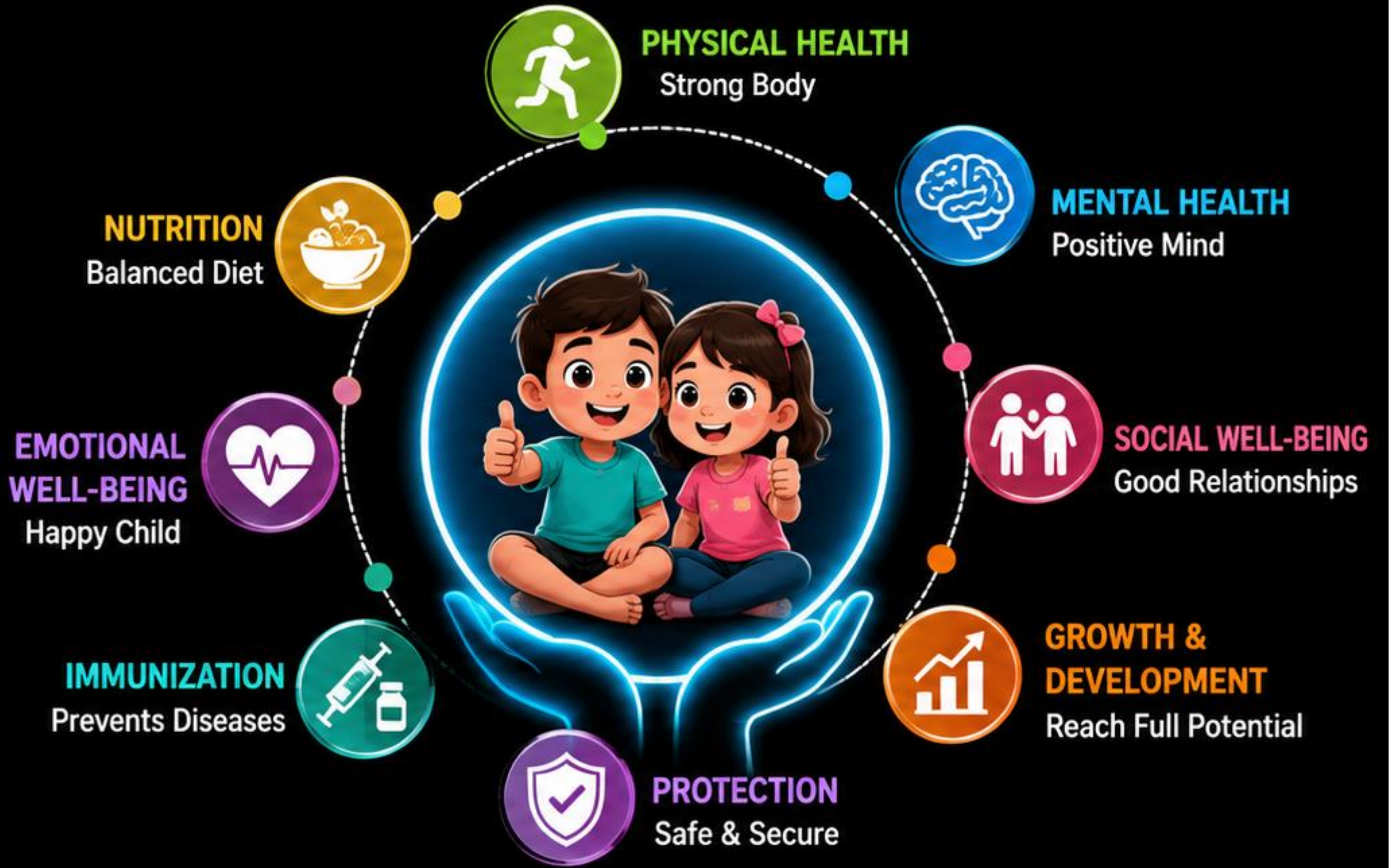
KEY FOR A HEALTHY MOTHER & BABY

- Regular Check-ups
- Balanced Diet
- Drink Plenty of Water
- Rest & Avoid Stress
- Follow Immunization
- Support from Family
- Timely Visit to Health Facility

CHILD HEALTH

- Child health focuses on the physical, mental and social well-being, growth and development of children.

- **शिशु स्वास्थ्य**
  बच्चों के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य, वृद्धि एवं विकास पर केंद्रित होता है।



EVERY STAGE MATTERS

IMPORTANT COMPONENTS OF

CHILD HEALTH

1 BREASTFEEDING

Exclusive breastfeeding is recommended for the first 6 months of life, then complementary foods with continued breastfeeding.

स्तनपान:
पहले 6 महीनों तक केवल स्तनपान की सलाह दी जाती है। इसके बाद पूरक आहार के साथ स्तनपान जारी रखें।

2 IMMUNIZATION

Vaccination protects children against several serious infectious diseases.

टीकाकरण:
टीकाकरण बच्चों को कई गंभीर संक्रामक रोगों से सुरक्षा प्रदान करता है।

3 PROPER NUTRITION

Children need adequate calories, proteins, vitamins and minerals for normal growth and development.

उचित पोषण:
बच्चों को पर्याप्त कैलोरी, प्रोटीन, विटामिन और खनिजों की आवश्यकता होती है।

4 GROWTH MONITORING

Regular monitoring of weight, height and other growth parameters helps identify growth problems.

वृद्धि की निगरानी:
वजन, लंबाई/ऊंचाई और अन्य वृद्धि मापदंडों की नियमित निगरानी से समस्याओं की पहचान की जा सकती है।

5 PREVENTION OF CHILDHOOD DISEASES

Proper hygiene, sanitation, nutrition and immunization help prevent many childhood diseases.

बाल रोगों की रोकथाम:
उचित स्वच्छता, साफ-सफाई, पोषण और टीकाकरण से कई बाल रोगों की रोकथाम में सहायता मिलती है।

6 MENTAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT

A safe, caring and supportive environment is important for the child's mental and emotional development.

बानसिक एवं भावनात्मक विकास:
बच्चे के मानसिक और भावनात्मक विकास के लिए सुरक्षित, स्नेहपूर्ण और सहयोगी वातावरण सहाश्यक है।

HEALTHY CHILD, BRIGHT FUTURE!

- Breastfeed Early
- Vaccinate On Time
- Eat Healthy
- Monitor Growth
- Stay Hygienic
- Provide Love & Support

ROLE OF PHARMACIST
IN MOTHER AND CHILD HEALTH

1 Provides information about medicines and their proper use.

दवाओं और उनके उचित उपयोग के बारे में जानकारी प्रदान करता है।

2 Provides counselling regarding nutrition and health.

पोषण एवं स्वास्थ्य के संबंध में परामर्श देता है।

3 Promotes awareness about immunization.

टीकाकरण के बारे में जागरूकता बढ़ाता है।

4 Educates mothers about proper breastfeeding practices.

माताओं को उचित स्तनपान के बारे में शिक्षित करता है।

5 Promotes family planning and birth spacing.

परिवार नियोजन और बच्चों के जन्म के बीच उचित अंतर को बढ़ावा देता है।

6 Encourages pregnant women to attend regular antenatal check-ups.

गर्भवती महिलाओं को नियमित प्रसवपूर्व जांच कराने के लिए प्रेरित करता है।

7 Identifies possible medication-related problems and refers patients to healthcare professionals when necessary.

दवाओं से संबंधित संभावित समस्याओं की पहचान करता है और आवश्यकता होने पर रोगी को स्वास्थ्य विशेषज्ञ के पास भेजता है।

HEALTHY MOTHER • HEALTHY CHILD • HEALTHY NATION

IMPORTANCE OF BREASTFEEDING

INTRODUCTION

Breastfeeding is the natural way of feeding an infant with breast milk. Breast milk provides essential nutrients, antibodies and other protective factors required for the growth and development of the baby.

- Boosts Immunity
- Supports Brain Development
- Easy to Digest
- Promotes Healthy Growth

परिचय

स्तनपान शिशु को मां के दूध से पोषण देने की प्राकृतिक विधि है। मां का दूध बच्चे की वृद्धि, विकास और रोगों से सुरक्षा के लिए आवश्यक पोषक तत्व, एंटीबॉडी और अन्य सुरक्षात्मक तत्व प्रदान करता है।

- रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है
- मस्तिष्क के विकास में सहायक
- पचाने में आसान
- स्वस्थ वृद्धि को बढ़ावा देता है

- BEST START FOR LIFE
- NATURAL & SAFE
- COST EFFECTIVE
- BENEFITS MOTHER & BABY
- STRENGTHENS BONDING

IMPORTANCE OF BREASTFEEDING FOR THE BABY

शिशु के लिए स्तनपान का महत्त्व

1 Complete Nutrition
पूर्ण पोषण

Provides essential nutrients for early life.
प्रारंभिक जीवन के लिए आवश्यक पोषक तत्व देता है।

2 Provides Antibodies
एंटीबॉडी प्रदान करता है

Helps protect from infections.
संक्रमण से बचाव में मदद करता है।

3 Easy to Digest
आसानी से पचता है

Gentle and easy for the infant to digest.
शिशु के लिए आसानी से पचने वाला है।

4 Growth & Development
वृद्धि एवं विकास

Supports body and brain development.
शरीर और मस्तिष्क के विकास में सहायक।

5 Reduces Infections
संक्रमण का जोखिम कम

Lowers diarrhoea and respiratory infections.
दस्त और श्वसन संक्रमण का जोखिम घटाता है।

6 Healthy Weight
स्वस्थ वजन

Supports healthy weight later in childhood.
बचपन में स्वस्थ वजन बनाए रखने में सहायक।

Best Start for Baby
शिशु के लिए सबसे अच्छी शुरुआत

IMPORTANCE FOR THE MOTHER

1 HELPS UTERUS RETURN TO NORMAL

Breastfeeding stimulates the release of oxytocin, which helps the uterus contract after delivery.

गर्भाशय को सामान्य स्थिति में लाने में सहायक:
स्तनपान ऑक्सीटोसिन के स्राव को बढ़ाता है, जिससे प्रसव के बाद गर्भाशय के संकुचन में सहायता मिलती है।

2 PROMOTES MOTHER–BABY BONDING

Breastfeeding promotes physical contact and emotional bonding between mother and baby.

मां और बच्चे के बीच संबंध मजबूत करता है:
स्तनपान मां और बच्चे के बीच शारीरिक संपर्क तथा भावनात्मक जुड़ाव को बढ़ावा देता है।

3 CONVENIENT AND ECONOMICAL

Breast milk is readily available and does not require preparation or purchase.

सुविधाजनक और किफायती:
मां का दूध आसानी से उपलब्ध होता है और इसे तैयार करने या खरीदने की आवश्यकता नहीं होती।

4 BENEFITS MATERNAL HEALTH

Breastfeeding is associated with a lower risk of breast and ovarian cancers and type 2 diabetes.

मातृ स्वास्थ्य के लिए लाभकारी:
स्तनपान स्तन एवं अंडाशय के कैंसर तथा टाइप-2 मधुमेह के कम जोखिम से जुड़ा हुआ है।

A HEALTHY MOTHER BUILDS A STRONGER FAMILY AND HEALTHIER FUTURE.

Recommended Practice

अनुशंसित अभ्यास

1 Exclusive Breastfeeding for 6 Months

पहले 6 महीनों तक केवल स्तनपान

Only breast milk for the first 6 months.

पहले 6 महीनों तक शिशु को केवल मां का दूध दें।

0–6 Months

2 Continue Breastfeeding + Complementary Foods

6 महीने के बाद स्तनपान जारी रखें + पूरक आहार शुरू करें

From 6 months onward, start complementary foods and continue breastfeeding.

6 महीने के बाद उचित पूरक आहार शुरू करें और स्तनपान जारी रखें।

6+ Months

0–6 Months → Only Breastfeeding
0–6 महीने → केवल स्तनपान

6+ Months → Breastfeeding + Complementary Foods
6+ महीने → स्तनपान + पूरक आहार

Best Practice for Healthy Growth

स्वस्थ वृद्धि के लिए सर्वोत्तम अभ्यास

ILL EFFECTS OF INFANT MILK SUBSTITUTES AND BOTTLE FEEDING

INTRODUCTION

Infant milk substitutes are products used as an alternative to breast milk, such as infant formula.

शिशु दूध विकल्प ऐसे उत्पाद हैं जिनका उपयोग मां के दूध के स्थान पर किया जाता है, जैसे शिशु फॉर्मूला।

Bottle feeding means feeding an infant using a bottle, usually with milk or other liquids.

बोतल से दूध पिलाना बोतल की सहायता से शिशु को दूध या अन्य तरल पदार्थ देने की प्रक्रिया है।

NOTE

When breastfeeding is not possible or is medically contraindicated, an appropriate infant formula can be an important and safe alternative when prepared and given correctly.

ILL EFFECTS (मुख्य हानियाँ)

1. अधिक संक्रमण

बार-बार दस्त, निमोनिया व अन्य संक्रमण का खतरा बढ़ता है।

2. पाचन संबंधी समस्याएँ

कब्ज, पेट दर्द, उल्टी व अपच की समस्या हो सकती है।

3. प्रतिरक्षा में कमी

बच्चे की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमज़ोर पड़ सकती है।

4. कुपोषण का खतरा

गलत तैयारी या अनुचित पानी से पोषण की कमी और विकास रुक सकता है।

5. दांतों की समस्या

बोतल में मीठे तरल पदार्थ से दांतों में सड़न का खतरा बढ़ता है।

6. आर्थिक बोझ

फॉर्मूला, बोतल, निप्पल की लागत से परिवार पर अविरिक्त खर्च होता है।

ILL EFFECTS ON THE INFANT

Improper use of infant formula and bottle feeding can **harm your baby's health.**

1 INCREASED RISK OF INFECTIONS

Improper preparation or storage of formula can cause **contamination** and increase the risk of infections such as **diarrhoea.**

संक्रमण का बढ़ा हुआ जोखिम:

फॉर्मूला को गलत तरीके से तैयार या सुरक्षित रखने पर उसमें **संक्रमणकारी जीवाणु** हो सकते हैं और **दस्त** जैसे संक्रमण का खतरा बढ़ सकता है।

2 RISK OF DIARRHOEA AND GASTROINTESTINAL PROBLEMS

Contaminated feeding equipment or improperly prepared feeds may cause **diarrhoea**, **vomiting** and **stomach problems**.

दस्त एवं पाचन संबंधी समस्याएं:

दूषित बोतल या गलत तरीके से तैयार किया गया दूध **दस्त**, **उल्टी** और **पेट की समस्याएं** पैदा कर सकता है।

3 NUTRITIONAL IMBALANCE

Incorrect dilution of formula may provide **too little** or **too much** nutrition.

पोषण असंतुलन:

फॉर्मूला को **बहुत अधिक** या **कम** पानी में मिलाने से शिशु को **पोषक तत्वों** की उचित मात्रा नहीं मिल सकती।

ILL EFFECTS ON THE INFANT

4 REDUCED PROTECTION AGAINST INFECTIONS

Breast milk contains **antibodies** and other **protective factors** that are not present in the same way in infant formula.

संक्रमण से सुरक्षा में कमी:

मां के दूध में **एंटीबॉडी** और अन्य सुरक्षात्मक तत्व होते हैं, जो शिशु फॉर्मूला में उसी प्रकार उपलब्ध नहीं होते।

5 ALLERGIC REACTIONS

Some infants may develop an **allergy or intolerance** to certain components of formula, particularly **cow's-milk proteins**.

एलर्जी की संभावना:

कुछ शिशुओं में फॉर्मूला के कुछ घटकों, विशेष रूप से **गाय के दूध के प्रोटीन**, से एलर्जी या असहिष्णुता हो सकती है।

6 DENTAL PROBLEMS

Prolonged bottle feeding, particularly when a baby sleeps with a bottle containing milk or other **sugary liquids**, can contribute to **early childhood dental caries**.

दांतों की समस्याएं:

लंबे समय तक बोतल से दूध पिलाने, विशेषकर दूध या **मीठे तरल पदार्थ** की बोतल मुंह में लेकर सोने से प्रारंभिक बाल्यावस्था में दांतों में **कैविटी** का खतरा बढ़ सकता है।

SAFE FEEDING PRACTICES ARE ESSENTIAL FOR YOUR BABY'S HEALTH AND FUTURE.

सुरक्षित एवं सही पोषण आपके शिशु के वर्तमान और भविष्य दोनों के लिए **अत्यंत महत्वपूर्ण** है।

ILL EFFECTS OF BOTTLE FEEDING

1 POOR HYGIENE

Bottles, nipples and other equipment require careful cleaning and sterilization.

स्वच्छता की समस्या:
बोतल, निप्पल और अन्य उपकरणों की उचित सफाई और नसबंदी आवश्यक है।

2 OVERFEEDING

Bottle feeding may make it easier to feed more than the infant needs.

अधिक दूध पिलाना:
बोतल से दूध पिलाने में शिशु की आवश्यकत से अधिक दूध पिलाया जा सकता है।

3 NIPPLE CONFUSION

Introducing bottles early may make it difficult for some breastfed babies to establish effective breastfeeding.

निप्पल कन्फ्यूजन:
कुछ शिशुओं में प्रारंभिक अवस्था में बोतल शुरू करने से प्रभावी स्तनपान स्थापित करने में कठिनाई हो सकती है।

4 REDUCED BREASTFEEDING

Frequent bottle feeding may reduce breastfeeding frequency and reduce breast stimulation and milk production.

स्तनपान में कमी:
बार-बार बोतल से दूध पिलाने पर स्तनपपा की आवृत्ति कम हो सकती है, जिससे दूध उत्पादन कम हो सकता है।

5 COST AND PREPARATION

Formula feeding requires regular purchase, preparation, clean water and appropriate feeding equipment.

अधिक खर्च और तैयारी:
फॉर्मूला फीडिंग में नियमित खरीद, उचित तैयारी, स्वच्छ पानी और साफ feeding equipment की आवश्यकता होती है।

6 RISK OF UNSAFE FEEDING PRACTICES

Using unsafe water, incorrect measurements or storing prepared formula improperly can increase health risks.

असुरक्षित फीडिंग का जोखिम:
असुरक्षित पानी का उपयोग, गलत मात्रा में पाउडर मिलाना या तैयार फॉर्मूला को गलत तरीके से रखना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकता है।

BREAST MILK IS BEST. | BOTTLE FEEDING SHOULD BE SAFE, CLEAN AND CORRECT.

THANK

YOU!

Visit – pharmacyindia.co.in

- Get Latest Updates
- Quizzes
- Daily Job Updates
- Previous Year Papers
- Current Affairs
- Subjective Blogs
- College Details

PHARMACY INDIA
STAR BTEUP
1ST YEAR CHAPTER WISE QUESTION BANK & SOLVED PAPERS
STAR BTEUP
Diploma in Pharmacy PHARMACEUTICS
STAR BTEUP
Diploma in Pharmacy SOCIAL PHARMACY
STAR BTEUP
Diploma in Pharmacy PHARMACEUTICAL CHEMISTRY
STAR BTEUP
Diploma in Pharmacy HUMAN ANATOMY AND PHYSIOLOGY
STAR BTEUP
Diploma in Pharmacy PHARMACOGNOSY
ORDER NOW!
CASH ON DELIVERY
AVAILABLE ON
amazon
Flipkart
meesho
6395596959
8006781759

COD AVAILABLE ON

Flipkart amazon meesho

Contact for any Query - 6395596959

GET IT ON Google Play

PHARMACY INDIA
www.pharmacyindia.co.in

DOWNLOAD PHARMACY INDIA

MOBILE APP

FROM PLAY STORE

DAILY UPDATES

जुड़िए PHARMACY INDIA के साथ.......

WHATSAPP & TELEGRAM SE JUDNE KE LIYE QR CODE KO SCAN KAREIN