सही उम्र में शादी
सोच कर बच्चे

ज़िम्मेदारी निभाओ
प्लान बनाओ

छुट्टी का कार्ड

नसबन्दी/नलबन्दी आप्रेशन हेतु

दिनांक दाखिले हेतु कार्य समय.....

दिनांक व छुट्टी का समय.....

क्रमांक.....

हस्पताल/चिकित्सा केन्द्र का नाम.....

लाभार्थी का नाम.....

पिता का नाम.....

पत्नी/पति का नाम.....

आयु .....

लिंग .....

पूरा पता .....

.....

मोबाईल नं. यदि काई है .....

आधार कार्ड नं. .....

"खुशहाल परिवार का मंतर,

दो बच्चों में तीन साल का अंतर"

दिनांक :

हस्ताक्षर.....

चिक्तिसक का नाम.....

स्वास्थ्य मिशन, यू.टी. चण्डीगढ़

आप्रेशन उपरान्त हिदायती कार्ड

नाम व अस्पताल की किस्म / केन्द्र.....

लाभार्थी का नाम .....

पिता का नाम.....

पति का नाम / पत्नी का नाम.....

पता.....

टैलीफोन नं. यदि है : .....

आप्रेशन की तिथि.....दिन / माह / वर्ष...../...../.....

आप्रेशन की विधि (मिनी लैप / पोस्ट पारटम / लैपरोस्कोपी एस.पी. / डी.पी.)

साधारण नसबन्दी, नये तरीके वाली नसबन्दी (NSV)

I. देखभाल :

1) पहली बार देखभाल 48 घण्टे के बाद

2) सातवें दिन टाँके काटने के लिये

3) नलबन्दी (स्त्री के आप्रेशन सम्बन्धी) एक माह के बाद या आप्रेशन के बाद मासिक धर्म पर या जो भी पहले हो।

4) नसबन्दी (पुरूष सम्बन्धी) तीन महीने बाद सीमन टैस्ट करवाने पर सपर्म की संख्या जानने हेतु

5) ऐमरजैंसी में जब भी जरूरत पड़े।

II. दवाईयां डाक्टर के आदेशों के अनुसार

III. घर वापिस जाकर पूर्ण आराम।

IV. स्त्रीयों के आप्रेशन (फिमेल स्ट्राईजेशन) 48 घण्टे के बाद हल्का फुल्का काम करें तथा दो सप्ताह तक पूर्ण हल चल व पूरा काम करें।

5. पुरूष नसबन्दी (मेल स्ट्रालाईजेशन) 48 घण्टे तक टाईट अंडरवीयर (चड्डी) पहने। तथा 48 घण्टे के बाद अपना पूरा काम करें एक सप्ताह के बाद साईकल चलाना भी सम्भव है।

6. जल्दी से जल्दी खाना आम दिनों की तरह खायें।

7. आप्रेशन वाली जगह को सुखा, साफ रखें तथा पट्टी को न खोलें।

8. 24 घण्टे के बाद स्नान कर सकते ह। यदि पट्टी गीली हो जाये तो उसे बदलवा लें आप्रेशन के लिए कटा भाग टांके निकालने तक सुखा रखें।

9. फिमेल स्ट्राईजेशन /नलबन्दी एक ..... सप्ताह बाद लाभार्थी सम्भोग कर सकते हैं। जब भी आप चाहें।

बच्चा पैदा करने पश्चात् नलबन्दी करवाने के दो सप्ताह बाद सम्भोग कर सकते हैं या जब भी व ठीक समझें।

पुरूष नसबन्दी के बाद लाभार्थी या उसकी पत्नी या पति यदि परिवार नियोजन का कोई उपाय नहीं कर रहा है तो केवल कन्डोम पहन कर ही सम्भोग कर सकते हैं । (पुरूष सट्रलाईजेशन)

10. यदि ज्यादा दर्द, बुखार, चक्र आना, खून निकलना, या पीप जैसा कुछ भी आप्रेशन वाली जगह से निकले तो तुरन्त डाक्टर को चैक करवायें। या फिर लाभार्थी को पेशाब न आया हो, गैस न निकलना, पेट फूलना यदि ऐसा हो तो तुरन्त डाक्टर को रिपोर्ट करें।

11. यदि किसी तरह की आशंका हो तो तुरन्त डाक्टर या स्वास्थ्य कर्मचारी से सम्पर्क करें।

12. नलबन्दी (स्त्री सट्रलाईजेशन (यदि मासिक धर्म ने परी या गर्भधारण का शक हो तो दो सप्ताह के अन्दर – अन्दर टैस्ट करवायें।

13. नसबन्दी (पुरूष सट्रलाईजेशन) तीन माह के बाद सीमन टैस्ट करवाने के लिये चिकित्सा केन्द्र या अस्पताल में आता है और यदि सीमन में सपर्म की मौजूदगी दिखाई दे रही है तो हर महीने छः महीने तक चिकित्सा केन्द्र /सिविल अस्पताल में चैक करवाते रहें।

फोलो अप रिपोर्ट	आप्रेशन के बाद	देखभाल की तारीख	काम्पलीकेशन यदि कोई है	लिया गया निर्णय
पहली बार	48 घण्टे के बाद			
दूसरी बार	सातवें दिन			
तीसरी बार	आप्रेशन के एक महीने के बाद या आप्रेशन के बाद मासिक धर्म होने पर, या जो भी पहले हो (स्त्री सट्राईजेशन)			
एमरजैंसी				

टिप्पणी.....

.....

छुट्टी का कार्ड (अगर जरूरत पड़े)

मेरे पास आधार सिडिड बैंक अकाऊँट नहीं है इसलिए मुझे आप्रेशन उपरान्त लाभ राशि नहीं मिली है ।

मुझे इसकी जानकारी है इसके लिये अस्पताल को जिम्मेदार नहीं ठहरा सकता ।

.....

लाभार्थी के हस्ताक्षर

ससिमन टैस्ट की रिपोर्ट

पद.....

नाम.....

रिपोर्ट भरने वाले कार्यकर्ता के हस्ताक्षर