आशा के क्रियाकलाप

आशा एक ऐसी **मददगार** व्यक्ति होती है, जो ग्रामीण समुदाय को सरकार द्वारा प्रदान की जाने वाली स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने में मदद करती है।

आशा **समुदाय को एकजुट करने वाली** एक ऐसी कार्यकर्ता होती है, जो ग्रामीण समुदाय के स्वास्थ्य को सुनिश्चित कर उन्हें बेहतर स्वास्थ्य पाने में समुदाय की मदद करती है।

कुछ मामलों में आशा **स्वास्थ्य सुविधा प्रदाता** भी होती है। उदाहरण के लिए वह बच्चे को आहार देने के बारे में परामर्श दे सकती है या अपनी दवा पेटी के इस्तेमाल से दस्त तथा अन्य सामान्य रोगों के लिए सही घरेलू उपचार भी दे सकती है।

अपने क्षेत्र में **घरों के दौरे** करना आशा की सबसे अहम भूमिका है। इससे उसे ग्रामीण परिवारों के साथ महत्वपूर्ण स्वास्थ्य चर्चा करने और संदेश देने का मौका मिलता है, साथ ही गाँव में रहने वाले परिवारों के साथ तालमेल बनता है।

आशा के क्रियाकलाप

किसी परिवार में **गर्भवती महिला, नवजात शिशु या २ वर्ष से कम आयु के बच्चे** होने की स्थिति में ऐसे दौरे काफी जरूरी होते हैं। इन दौरों के दौरान उसे माँ तथा बच्चे की स्वास्थ्य दशा का मूल्यांकन करना चाहिए तथा उनके परिवार को माँ और शिशु की देखभाल के बारे में परामर्श देना चाहिए।

घरों के दौरों के अलावा आशा को हर महीने होने वाले **ग्रामीण स्वास्थ्य तथा पोषण दिवस पर उपस्थित** रहना चाहिए। उसे यह सुनिश्चित करना चाहिए कि उसके गाँव के लोग दी जा रही स्वास्थ्य सुविधाएं, जैसे टीकाकरण तथा गर्भवती महिलाओं की जाँच, प्राप्त करने के लिए पहुंच रहे हैं।

कभी-कभी आशा को **स्वास्थ्य केंद्र (पी.एच.सी./ सी.एच.सी. या जिला अस्पताल) का दौरा** करना पड़ता है, उसे गर्भवती महिला को प्रसव के लिए या ऐसे बच्चे को जिसे तुरंत इलाज की ज़रूरत हो, अपने साथ ले जाना पड़ता है।

आशा से नियमित रूप से **गांव स्तर पर बैठक** करवाने की उम्मीद की जाती है। वह ग्रामीण स्वास्थ्य तथा स्वच्छता समिति तथा महिलाओं के समूह की बैठक में भाग लेती है। ये उसके लिए ऐसे अवसर होते हैं जिसमें वह समुदाय के लोगों को सामान्य समस्याओं के बारे में जागरुक करती है तथा उन्हें समुदाय के स्तर पर उनकी रोक-थाम तथा उनसे निपटने के उपाय बताती है।