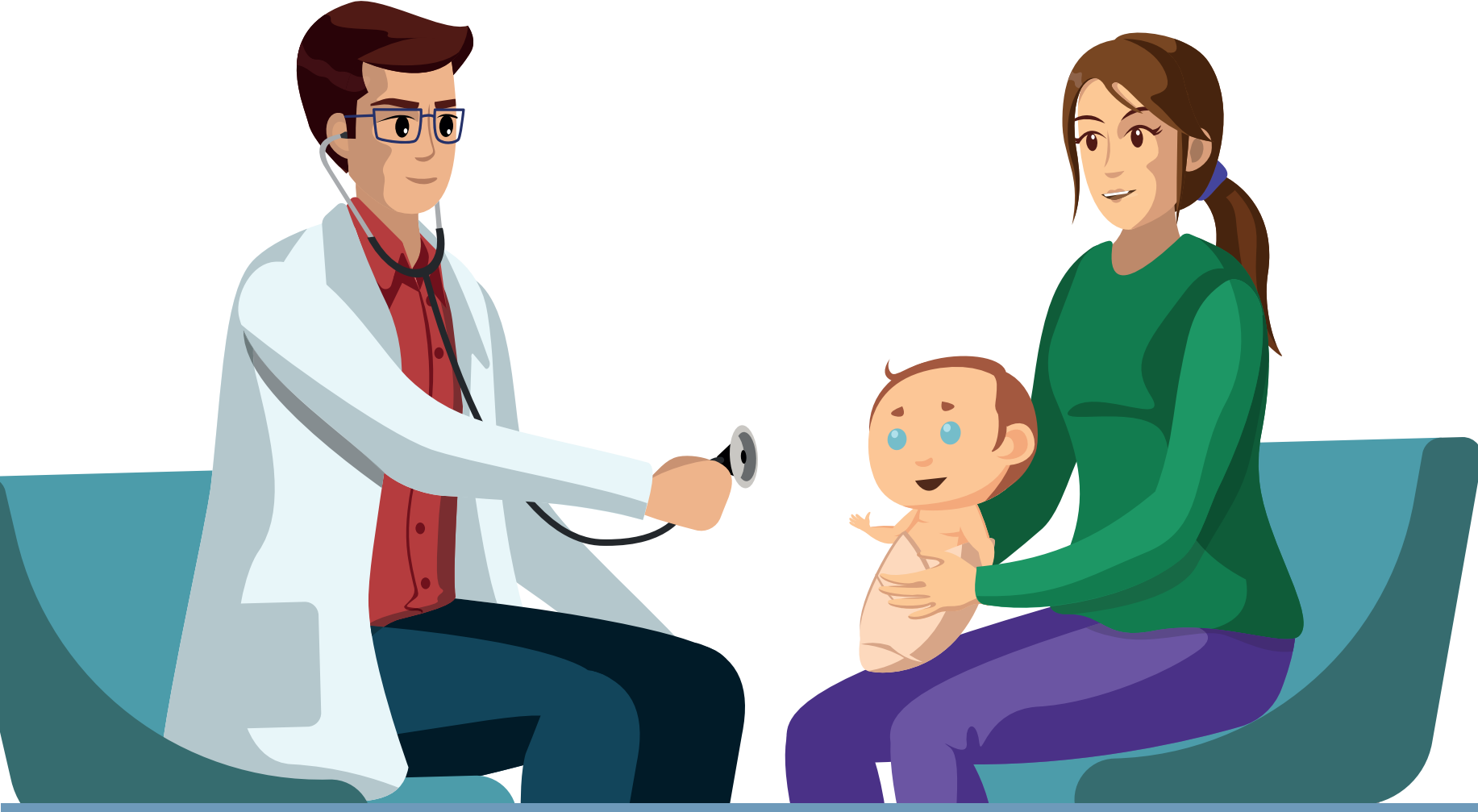


This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliđi tarafından finanse edilmektedir.
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي



د ماشوم د معاینې وختونه او وقفې

<p>د زیږون په وخت کې! وینه باید د (این ټي پي) لپاره واخیستل شي، د هیپاتیت بی واکسین لومړی دوز باید تزریق شي، او د اوریدلو سکرینینګ باید ترسره شي.</p>	<p>1. تعقیب</p>
<p>لومړۍ اونۍ (د 1-10 ورځو ترمنځ)! پود پورته په څیر دوام ورکړئ نیمګړتیاوې پوره کړئ، د یو کال تر عمر پورې هره ورځ د ویتامین ډي درې څاڅکي کارول پیل کړئ.</p>	<p>2. تعقیب</p>
<p>ورځ 15 (د 11-29 ورځو ترمنځ)! د پورته په څیر دوام ورکړئ، نیمګړتیاوې پوره کړئ، د ویتامین ډي د 3 څاڅکو ورځني استعمال ته دوام ورکړئ.</p>	<p>3. تعقیب</p>
<p>ورځ 41 (د 30-59 ورځو ترمنځ)! د (ډي ډي هیچ) لپاره وګورئ په ځانګړې توګه که چیرې دا یوه ماشومه نجلۍ وي، که چیرې د (ډي ډي هیچ کورنۍ تاریخ ولري، که د چیرې د برچ پریزنټیشن تاریخ شتون ولري).</p>	<p>4. تعقیب</p>
<p>دویمه میاشت (د 60-80 ورځو ترمنځ)! که دا د وخت څخه مخکې یا د کم وزن زیږون ماشوم وي، په فعاله توګه هره ورځ 4 څاڅکي اوسپنه پیل کړئ.</p>	<p>5. تعقیب</p>
<p>دریمه میاشت (د 90-115 ورځو ترمنځ)! د (ډي ډي هیچ) په اړه پوښتنه وکړئ، د اوریدلو لید حالت، د ویتامین ډي کارول او د مور د شیدو تغذیه، او نیمګړتیاوې سم کړئ.</p>	<p>6. تعقیب</p>
<p>څلورمه میاشت (د 120-150 ورځو ترمنځ)! د انیمیا په صورت کې مناسب خوراک، که نه نو هره ورځ په فعاله توګه د اوسپنې 4 څاڅکي پیل کړئ (لږترلږه 4 میاشتې).</p>	<p>7. تعقیب</p>
<p>شپږمه میاشت (د 180-210 ورځو ترمنځ)! د اوریدلو لید حالت، د ویتامین ډي استعمال او د مور د شیدو د وضعیت په اړه پوښتنه وکړئ، او نیمګړتیاوې سم کړئ.</p>	<p>8. تعقیب</p>
<p>نهمه میاشت (د 250-290 ورځو ترمنځ)! د (هیچ جی بی) وګورئ او د اړتیا په صورت کې د اوسپنې مهالویش وکړئ. د ویتامین ډي کارولو ته دوام ورکړئ.</p>	<p>9. تعقیب</p>

لا نورو معلوماتو او مرستې لپاره تاسو ته نږدې د مهاجرو روغتیایي مرکز ته راشئ!

مناسب ځای، ښه خدمت