1 කොටස

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ කාර්යසාධනය ඇගයීම

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාල මට්ටමේදී

ඇතුලත් කිරීමේ නිර්ණායක: පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි කොට්ඨාසයේ අවම වශයෙන් අවුරුද්දක සේවා කාලයක් තිබීම

බැහැර කිරීමේ නිර්ණායක: ලේඛනගත විනය ක්‍රියාමාර්ග ගෙන තිබීම

1 අදියර - ලිඛිත බහුවරණ පරීක්ෂණය

පළමු අදියරේ ඇගයීම මෙහෙයවනු ලබන්නේ දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ, මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී, ප්‍රාදේශීය වසංගත රෝග විද්‍යාඥ සහ ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරිනී, යන කණ්ඩායම විසිනි. ලිඛිත බහුවරණ පරීක්ෂණයක් මගින් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ දැනුම ඇගයීම් කරනු ලබයි. දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ මට්ටමේ, මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි යටතේ ඇති ප්‍රශ්න සංචිතයක් වෙත, පවුල් සෞ.සේ. නිලධාරිනියගේ මූලික දැනුම සහ කුසලතා නිර්ණය කිරීම සඳහා බහුවරණ ප්‍රශ්න යොමු කිරීමට සෞ.වෛ.නි. සහ මහජන සෞ.හෙ.සොයුරියට අවස්ථාව සලසා දෙනු ලැබේ.

මෙම ලිඛිත පරීක්ෂණය එකම දිනකදී එකම ස්ථානයක පවත්වනු ලබන අතර ඒ සඳහා එම දිස්ත්‍රික්කයේ සියලු ම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන්ට සහභාගී විය හැකිය. ප්‍රශ්න පත්‍රය සකස් කළ යුතු වන්නේ හුදෙක් විභාගය ආරම්භ වීමට පෙරය. මෙම පියවර මගින් විභාගයේ විනිවිදභාවය සහ ගුණාත්මකභාවය දියුණු කෙරේ.

<u>**ප්‍රශ්න පත්‍ර සූදානම් කිරීම**</u>

- පිළිතුරු **4** කින් යුත් ප්‍රශ්න **25** කි. (සෑම නිවැරදි පිළිතුරකට එක් ලකුණ බැගින් ලැබේ. වැරදි පිළිතුරු වලට ලකුණු අඩු කරනු නොලැබේ)
- පරීක්ෂණය පිළිබඳ අදහසක් ලබා ගැනීමට දිස්ත්‍රික් කළමනාකරුවන් වෙත ප්‍රශ්න **5** කින් සමන්විත පැයක ආදර්ශ ප්‍රශ්න පත්‍රයක් අමුණන ලද පිළිතුරු පත්‍රයක් සමග ලබා දේ.
- ඒ ඒ දිස්ත්‍රික්කයට විශේෂිත වූ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන්ගේ කාර්යයන් සහ ගැටළු විවිධ පැතිකඩ හරහා මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රය තුළින් ආවරණය කල යුතුය.

පරීක්ෂණය අවසන් වූ පසු දිස්ත්‍රික් මට්ටමින් ප්‍රශ්න පත්‍ර පරීක්ෂා කල යුතුයි. කඩඉම් ලකුණු වලට වඩා වැඩි ලකුණු ලබා ගත් අයදුම්කරුවන් මණ්ඩලයක් විසින් තෝරා (ඉහළම ලකුණු ලබා ගත් **10%** ක් තෝරා ගැනීමේ අපේක්ෂාවෙන්) සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී මට්ටමින් **2** වන අදියරේ ඇගයීමට ලක් කෙරේ.

2 අදියර - ක්ෂේත්‍ර මට්ටමින් ඇගයීම

- 1 පියවර

ඇගයීම් කණ්ඩායම අවම වශයෙන් සාමාජිකයින් තුන් දෙනෙකුගෙන් සමන්විත විය යුතුය.

පළමු නිලධාරියා තෝරා ගත් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය අයත් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාසයෙන් විය යුතුය. (සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/ නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/ මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරිය / පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය)

දෙවන නිලධාරියා දිස්ත්‍රික් මට්ටමින් විය යුතුය. (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී / වසංගත රෝග විද්‍යාඥ ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරිනී ආදී වශයෙනි)

තෙවන නිලධාරියා යාබද සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාසයෙන් විය යුතුය. (සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/ නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/ මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරිය/ පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය) වෛද්‍ය නිලධාරිවරයෙකු විසින් සැමවිටම කණ්ඩායම මෙහෙයවිය යුතුය. අවශ්‍යතාව මත බහුවිද කණ්ඩායම් සැදිය හැකිය. පළමු අදියරෙන් තෝරාගත් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන්ගෙන් ක්ෂේත්‍ර ක්‍රියාකාරකම් ඇගයීමට ලක් කරන අතර ඔවුන්ගේ කාර්යසාධනය පාදක කරගෙන සංයුක්ත ලකුණු ලබා දේ.

- 2 පියවර

ප්‍රාදේශීය මට්ටමේ එම කණ්ඩායම විසින් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ පහත සඳහන් කුසලතාවන් සහ කාර්යාලය පවත්වාගෙන යාම ඇගයීම් කරනු ලැබේ.

අහඹු ලෙස තෝරාගත් කුසලතාවන් දෙකක් පිරික්සුම් ලැයිස්තුවකට අනුව ඇගයීම් කරනු ලබයි. (තුණ්ඩු ඇදීම / සීට්ටු ක්‍රමය මගින් ක්ෂේත්‍ර දෙකක් තෝරා ගැනීමට අයදුම්කරුවන්ට අවස්ථාව ලබා දිය යුතුයි.

I. ගර්භණී මව්වරු සඳහා ගෘහ පිවිසීම සහ නිවසේදී පරීක්ෂා කිරීම.
II. පූර්ව ප්‍රසව සායන සංවිධානය
III. ගිලින පෙති භාවිතා කරන මවක් සඳහා පසු විපරම සහ ගිලින පෙති නිකුත් කිරීම.
IV. දැනට පවුල් සංවිධාන ක්‍රම භාවිතා කරන මව්වරු සඳහා පසු විපරම් කිරීම. (අන්තඃ ගර්භාෂිත උපකරණ (ලූපය) හෝ නික්ෂේපන)
V. පසු ප්‍රසව පසු ගමනකදී පසු ප්‍රසව මවක් පරීක්ෂා කිරිම.
VI. නිවසේදී අලුත උපන් බිළිඳාට / ළදරුවාට සංරක්ෂණය ලබා දීම .
VII. ළදරුවෙකුගේ බර කිරීම, ලකුණු කිරීම සහ මවට උපදෙස් ලබා දීම.
VIII. එන්නත් ලබාදීමේ තාක්ෂණය සහ මවට උපදෙස් ලබා දීම.
IX. පවුල් සංවිධාන ක්‍රමයක් පිළිගැනීම සඳහා මව උපදේශනය කිරීම.
X. පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය විසින් ලබා දෙන සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසියක් ඇගයීම.
XI. පවුල් සංවිධාන සායනයේදී උපකරණ වන්ධ්‍යාකෘත කිරීමේ ක්‍රියාපටිපාටිය
XII. ක්ෂුද්‍ර පෝෂක බෙදා හැරීම සහ අදාළ උපදෙස් ලබා දීම

දිස්ත්‍රික් කණ්ඩායම ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ, මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී, වසංගත රෝග විද්‍යාඥ, ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරිනී, මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරිනී යන කාණ්ඩ වලින් සාමාජිකයින් තිදෙනෙකු සහ පළාත් මට්ටමින් එක් නියෝජිතයෙකුගෙන් සමන්විත වේ. අවශ්‍ය නම් තේරීම් කමිටුව සඳහා පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ සම්පත් දායකයෙකුට සහභාගී විය හැකිය. දිස්ත්‍රික් මට්ටමේදී ඇගයීම වාචික පරීක්ෂණයක් ලෙස පැවත්වනු ලැබේ.

<u>තේමා</u>

- නිර්මාණශීලිත්වය 25%
- කළමනාකරණ කුසලතා 25%
- දැනුම 25%
- විශේෂ ක්‍රියාකාරකම් 25%

අවසාන ලකුණු සඳහා පහත පියවරයන් හිදී ලබා ගත් අදාළ ලකුණු සලකා බැලීමට සිදු වනු ඇත.

I. ලිඛිත බහුවරණ පරීක්ෂණයේදී ලබා ගත් ලකුණු
II. ක්ෂේත්‍ර මට්ටමේ ඇගයීමේදී ලබා ගත් ලකුණු
III. වාචික පරීක්ෂණයේදී ලබා ගත් ලකුණු

පහත දී ඇති පෝරමය භාවිතා කර එක් එක් දිස්ත්‍රික්කය සඳහා කුසලතා ලැයිස්තුවක් (මුළු එකතුවට අනුව) සකස් කර ජාතික මට්ටමට යැවිය යුතු වේ.

නම	සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කොට්ඨාසය	දුරකථන අංකය	ලිඛිත පරීක්ෂණය (100) (A)	ක්ෂේත්‍ර මට්ටම (100) (B)	මුළු ලකුණු (%) (A+B/ 2)	මුළු ලකුණු වලින් 75% (C)	වාචික පරීක්ෂණය (100)	වාචික පරීක්ෂණයේ ලකුණු වලින් 25% (D)	මුළු එකතුව (C+ D)

පියවර 1

මාතෘ හා ළමා සංරක්ෂණ

MCH ක්ෂේත්‍ර සේවා මත ප.සෞ.සේ.නි කාර්ය සාධනය ඇගයීමට මෙවලම

	දර්ශකය	ගණනය කිරීම	තහවුරු කිරීම	ඇගයීමට ලක් කළ යුතු නියැදිය සහ ස්ථානය	ශ්‍රේණිගත කිරීම	ලබා ගත් ලකුණු
1	**මාතෘ සංරක්ෂණය**					
1.1	සති 8 ට පෙර ලියාපදිංචි කළ ගර්භණී මව්වරු ප්‍රතිශතය	සති 8 ට පෙර ලියාපදිංචි කළ ගර්භණී මව්වරු <u>ගණන</u> පරීක්ෂා කළ H 512 B කාඩ්පත් ගණන	ගර්භණී මව්වරුන්ගේ නාම ලේඛනය H 513 H 512 B	සියලුම H 512 B කාඩ්පත් පරීක්ෂා කරන්න **(ප.සෞ.සේ.කාර්යාලය)**	>80% 70-79% 50-69% <49%	4 3 1 0
1.2	අධි අවදානම් ගර්භණී මව්වරු සඳහා ප.සෞ.සේ.නි. විසින් කරන ලද ගෘහ පිවිසීම් සාමාන්‍ය ගණන	කරන ලද පූර්ව ප්‍රසව <u>ගෘහ පිවිසීම් මුළු ගණන</u> තක්සේරු කළ අධි අවදානම් ගර්භණී මව්වරු ගණන (10)	H 512 B	අහඹු ලෙස තෝරාගත් අධි අවදානම් මව්වරුන්ගේ H 512 B කාඩ්පත් 10 ක් ගෙන ඔවුන් කුමන කාර්තුව තුල ප්‍රසූත කළේද යන්න පරීක්ෂා කරන්න **(ප.සෞ.සේ.කාර්යාලය)**	>6 3-5 <3	4 2 0
1.3	අදාළ වර්ෂය තුළ වාර්තා කරන ලද ප්‍රසූත ප්‍රතිශතය	වාර්තා කරන ලද ප්‍රසූත <u>ගණන x 100</u> අදාළ වර්ෂය තුළ ලියාපදිංචි කළ ළදරුවන්	මාසික බලාපොරොත්තු ප්‍රසව ලේඛනය, H 524, ගර්භණී මව්වරුන්ගේ නාම ලේඛනය උපත් හා ප්‍රතිශක්තිකරණ ලේඛනය	කාලසීමාව තුළ ප්‍රසූත වාර්තා කිරීම පරීක්ෂා කරන්න **(ප.සෞ.සේ.කාර්යාලය)**	> 80% 70-79% 60-69% < 59 %	4 3 1 0
1.4	ඕනෑම කාර්තුවක මුල් දින 5 තුළ පසු ප්‍රසව සංරක්ෂණය ලබා ගත් මව්වරු ප්‍රතිශතය	මුල් දින 5 තුළ පසු ප්‍රසව පසුගමන් ලබා ගත් <u>ගණනx 100</u> සාමාන්‍ය ප්‍රසූත වාර්තා කරන ලද මුළු ගණන (10)	H 512 B, ගර්භණී මව්වරුන්ගේ නාම ලේඛනය	ඕනෑම කාර්තුවක සාමාන්‍ය ප්‍රසූත කරන ලද මව්වරු 10 ක් පරීක්ෂා කරන්න **(ප.සෞ.සේ.කාර්යාලය)**	> 90% 80-89% 70-79% < 69 %	4 3 1 0
2	**ළදරු සංරක්ෂණය**					
2.1	මාස 6 තුළ බර වැඩිවීමේ ප්‍රගතියක් පෙන්වූ ළදරුවගේ ප්‍රතිශතය	මාස 6 තුළ බර වැඩිවීමේ ප්‍රගතියක් පෙන් වූ ළදරුවන් <u>ගණන x100</u> මධ්‍යස්ථ / උග්‍ර බර අඩු වූ ළදරුවන් ගණන(10)	වර්ධන තත්වය ඇගයීමේ ලේඛනය ළදරු වර්ධක B සටහන් පත්	වර්ධන තත්වය ඇගයීමේ ලේඛනයෙන් තෝරා ගත් මධ්‍යස්ථ / උග්‍ර බර අඩු ළදරුවන් 10දෙනෙක් **(ප.සෞ.සේ.කාර්යාලය)**	>80% 70-79% 50-69% <49%	4 3 1 0
2.2	ක්‍රමානුකූලව බර කිරන ලද ළදරුවන්ගේ ප්‍රතිශතය	වාර 9 ක් හෝ ඊට වැඩි බර කිරන ලද <u>ගණන x100</u> මාස 12 ක් සම්පූර්ණ ලද ළමයි ගණන (10)	වර්ධන තත්වය ඇගයීමේ ලේඛනය ළදරු වර්ධක B සටහන් පත්	වයස මාස 12 ක් සම්පූර්ණ වූ අහඹු ලෙස තෝරා ගත් ළදරුවන් 10 දෙනෙකුගේ බර කිරන ලද ගණන **(ප.සෞ.සේ.කාර්යාලය)**	> 90% 60%-89% 40%-59% < 39%	4 3 1 0

3	**පවුල් සංවිධානය**					
3.1	දරු උපතින් පසු මාස 2 ක් අවසානයේ නවීන පවුල් සැලසුම් ක්‍රම පිළිගත් මව්වරු ප්‍රතිශතය	නවීන පවුල් සැලසුම් ක්‍රම භාවිතා කරන මව්වරු ගණන x100 දරු උපතින් පසු මාස 2 ක් සම්පූර්ණ කරන ලද මව්වරු ගණන (10)	ළදරු වර්ධක සටහන් පත්	මාස 2/4/6 දී පවත්වන ප්‍රතිශක්තිකරණ සායනය සඳහා පැමිණෙන ළදරුවන්ගේ මව්වරු 10 ක් අහඹු ලෙස තෝරා සම්මුඛ පරීක්ෂණයකට ලක් කිරීම (ප්‍රතිශක්තිකරණ සායනය)	> 90% 60%-89% 30%-59% < 29%	4 3 1 0
3.2	ප.සෞ.සේ.නි. විසින් නිවැරදිව පවත්වාගෙන ගිය පවුල් සංවිධාන ක්ෂේත්‍ර සටහන් පත් ප්‍රතිශතය (H 1154)	නිවැරදිව පවත්වාගෙන ගිය පවුල් සංවිධාන ක්ෂේත්‍ර සටහන් පත් ගණන x 100 පරීක්ෂා කරන ලද ක්ෂේත්‍ර සටහන් පත් ගණන (20)	යෝග්‍යතා පවුල් ලේඛන H 1154 (දෙකම සමාන විය යුතුයි)	අහඹු ලෙස තෝරා ගත් ඕනෑම පවුල් සංවිධාන ක්‍රමයක් දැනට භාවිතා කරන 20 දෙනෙකු පරීක්ෂාවට ලක් කිරීම (ප.සෞ.සේ. කාර්යාලය)	75% -100% 50% – 74% 20% - 49% < 19%	4 3 1 0
3.3	පවුල් සංවිධාන ක්‍රමයක් පිළිගත්, පවුල් සංවිධාන ක්‍රමයක් භාවිතා කළ යුතු නමුත් භාවිතා නොකරන යුවල් ප්‍රතිශතය	පවුල් සංවිධාන ක්‍රමයක් පිළිගත් යුවල් ගණන x 100 පවුල් සංවිධාන ක්‍රමයක් භාවිතා කළ යුතු නමුත් භාවිතා නොකරන යුවල් ගණන	යෝග්‍යතා පවුල් ලේඛන H 1154 (දෙකම සමාන විය යුතුයි)	අවසාන කාර්තු 2 තුළ පවුල් සංවිධාන ක්‍රමයක් භාවිතා කළ යුතු නමුත් භාවිතා නොකරන යුවල් පරීක්ෂාවට ලක් කිරීම (ප.සෞ.සේ. කාර්යාලය)	>25% 15% - 24% 05% –14% < 04 %	4 3 1 0
4	**කළමනාකරණ තොරතුරු පද්ධතිය**					
4.1	නියමිත වේලාවට වාර්තා ලැබීම	පසු ගිය අවුරුද්ද තුළ ඊළඟ මාසයේ 5 වෙනි දිනට පෙර එවන ලද H 524 සහ H 1200 වාර්තා ගණන	සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලීය වාර්තා	පසු ගිය අවුරුද්දේ කාර්තු වාර්තා	නියමිත වේලාවට එවා ඇත නියමිත වේලාවට එවා නැත	4 0

5	ප්‍රදේශය /පිහිටීම	
	දුෂ්කර භූමි ප්‍රදේශයක සේවය කරන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන් සඳහා ලකුණු 3ක් එකතු කරන්න. (ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ, මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි, වසංගත රෝග විද්‍යාඥ, සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් මෙම නිර්නායක තීරණය කළ යුතුයි)	
	ජනගහනය 7000 ට වැඩි නාගරික සහ ජනගහනය 5000 ට වැඩි ග්‍රාමීය කොට්ඨාස වල සේවය කරන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන් සඳහා ලකුණු 3ක් එකතු කරන්න	
	වෙනත් කොට්ඨාසයක් ආවරණය කරන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනීන් සඳහා ලකුණු 4 ක් එකතු කරන්න	
ලකුණු (50 න්) 50 x7 = 350		
මුළු ලකුණු (350 න්)		

2 පියවර

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ නිපුණතා තක්සේරු කිරීම සඳහා පිරික්සුම් ලැයිස්තුව

කාණ්ඩ 1 (ලකුණු 100)	කාණ්ඩ 2 (ලකුණු 50)
ගර්භණී මවක් සඳහා ගෘහ පිවිසීම් කිරීම සහ ඇයව නිවසේදී පරීක්ෂා කිරීම	දැනට ගිලින පෙති භාවිතා කරන මවක් සඳහා පසු ගමන් කිරීම සහ ගිලින පෙති නිකුත් කිරීම
පසු ප්‍රසව පසු ගමනකදී පසු ප්‍රසව මවක් පරීක්ෂා කිරීම	දැනට පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් භාවිතා කරන මවක් සඳහා පසු ගමන් කිරීම - අන්ත: ගර්භාෂිත උපකරණ (ලූපය), නික්ෂේපන
නිවසේදී අලුත උපන් ළදරුවෙකුට සංරක්ෂණය ලබාදීම	පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය විසින් ලබා දෙන සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසියක් ඇගයීම
ළදරුවෙකුගේ බර කිරීම, බර සටහන් කිරීම, පැහැදිලි කර දීම සහ මවට උපදෙස් ලබාදීම	පවුල් සංවිධාන සායනයේදී උපකරණ වන්ධ්‍යකෘත කිරීමේ ක්‍රියාවලිය
ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබා දීමේ ක්‍රියාවලිය සහ මවට උපදෙස් දීම	ක්ෂුද්‍ර පෝෂක බෙදා හැරීම සහ අවශ්‍ය උපදෙස් ලබාදීම
පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් පිළිගැනීමට යුවලක් උපදේශනය කිරීම	

කාණ්ඩ දෙකෙන්ම එක් කුසලතා බැගින් පරීක්ෂා කරන්න.(සියල්ල එකතුව කුසලතා 2ක් පරීක්ෂා කළ යුතුය) මුළු ලකුණු 150 න් ලබා දෙන්න.

ගර්භණී මවක් සඳහා ගෘහ පිවිසීම් කිරීම සහ ඇයව නිවසේදී පරීක්ෂා කිරීම (ලකුණු 100 න්)

අනු අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	නිවසට ඇතුළුවීම • මව සමඟ හොද සුහදතාවයක් ගොඩනගා ගැනීම • පිවිසීමේ අරමුණ පැහැදිලි කරන්න	5	
2	සුදුසු ස්ථානයක් තෝරා ගන්න • පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ සහ මවගේ සහයෝගය ලබාගන්න	5	
	• ප්‍රමාණවත් ආලෝකය සහ හොඳින් වාතාශ්‍රය තිබෙන ස්ථානයක් වීම	5	
	• පුද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා කරන්න	2.5	
3	සූදානම් කිරීම • අත් ඔරලෝසුවක් තිබීම (තත්පර ගණන් කළ හැකි) • භ්‍රෑණ හෘද ශබ්ද බැලීමේ නලාව • පිරිසිදු රෙද්දක් • මිනුම් පටිය • පිරිසිදු වතුර • සබන් • ගර්භණී සටහන් පත • දින පොත	සියල්ල තිබේ නම් ලකුණු 5 කි	
4	ඉතිහාසය ලබා ගැනීම • ගර්භයට සති ගණන • භ්‍රෑණ චලන • යම් අපහසුතාවයක් තිබේද	සියල්ලටම ලකුණු 5 කි	
5	මව පරීක්ෂා කිරීමට සූදානම් කරන්න • මවට ක්‍රියා පිළිවෙත පැහැදිලි කරන්න • මුත්‍රාශය හිස් කිරීමට මවට පවසන්න • මුත්‍රා සාම්පලයක් ගැනීමට මවට පවසන්න • මවට ඇඳ මත දිගාවීමට සලසන්න	සියල්ලටම ලකුණු 5 කි	
6	තමා සූදානම් වීම • අත් ඔරලෝසුව ඉවත් කරන්න • සබන් සහ ජලයෙන් අත් සෝදන්න	සියල්ලටම ලකුණු 5 කි	
7	මවගේ සාමාන්‍ය පරීක්ෂණය • හිස - තුවාල කැළැල් සහ පිරිසිදු බව සඳහා • ඇස් - බිටෝ ලප, පැහැය(කහ පැහැය), රක්තහීනතාවය • මුහුණ - ඉදිමුව • මුඛය - මුඛ සෞඛ්‍ය. විදුරුමස් ආබාධ , දිවේ පැහැය සහ මැලියම් බැඳී තිබීම, මුඛ කෝණදාහය • කන - ආසාදන සඳහා • බෙල්ල - පෙනීමට ඇති ගෙඩි • පියයුරු, පියයුරු ගැටිති, පියයුරු මතුපිට වල ගැසීම, තන පුඩුව ඉරි තැලීම, විසර්ජන • අත්ල - පැහැය • නාඩි - ස්පන්දන වේගය, රිද්මය • පාද - නහර ගැට ගැසීම, ඉදිමුම	ලකුණු 10	

8	උදරය පරීක්ෂා කිරීම • පරීක්ෂා කිරීම - පෙනුම, කැළැල්, තුවාල, උදරයේ හැඩය, ප්‍රමාණය	2.5	
	• ස්පර්ශ කිරීම - අත්ල භාවිතා කර උදරය මෘදු ලෙස ස්පර්ශ කිරීම, භ්‍රෑණයේ උස මැනීම, භ්‍රෑණයේ උස ගර්භ සති ගණන සමඟ සංසන්දනය කරන්න, භ්‍රෑණයේ පිහිටීම සහ ප්‍රමුඛ කොටස පරීක්ෂා කිරීම , ප්‍රමුඛ කොටසෙහි නියැලීම	5	
	• භ්‍රෑණ හෘද ශබ්ද ඇසීම සහ ගණන් කිරීම	5	
9	විටපිය පරීක්ෂා කිරීම • රුධිර වහනය, විසර්ජන, දුගඳ හැමීම, නහර ඉදිමීම සඳහා පරීක්ෂා කිරීම • සොයා ගත් කරුණු ඉදිරිපත් කිරීම • පරීක්ෂා කිරීමෙන් පසු අත් සේදීම	සියල්ලටම ලකුණු 5 කි	
10	මවට /ස්වාමිපුරුෂයාට/පවුලේ සාමාජිකයින්ට තොරතුරු සපයන්න • මවගේ සෞඛ්‍ය තත්වය • භ්‍රෑණයේ වර්ධනය	5	
	• අදාළ ත්‍රෛමාසිකයට අනුව තොරතුරු ලබා දීම • වර්තමාන තත්ත්වය පැහැදිලි කිරීම	5	
	• විමර්ශන ප්‍රතිඵල සම්බන්ධයෙන් • විශේෂිත අවදානම් තත්ත්ව සම්බන්ධ ඕනෑම තොරතුරක්	5	
11	අවශ්‍ය නම් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරියාට, රෝහල වෙත, විශේෂඥ සත්කාර සඳහා විශේෂ යොමු කිරීම්	5	
12	දින පොතෙහි වාර්තා තැබීම	5	
13	ඊළඟ සායන දිනය ලබා දෙන්න	5	
14	මිත්‍රශීලීව සමුගන්න	5	

/100

2. පසු ප්‍රසව ගෘහ පිවිසීමකදී පසු ප්‍රසව මවක් පරීක්ෂා කිරීම (ලකුණු 100 න්)

අනු අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	නිවසට ඇතුල් වන්න මිත්‍රශීලී ප්‍රවේශය පිවිසීමේ අරමුණ පැහැදිලි කරන්න	5	
2	පරීක්ෂා කිරීම සඳහා සූදානම් වීම • මිනුම් පටිය, වන්ධ්‍යාකෘත අත් වැසුම්, උෂ්ණත්වමාන දෙකක්, පුළුන් බෝල, ශලා ස්ප්‍රීතු, ධමනි අඬුවක්, සහ කතුරක් සහිත පසු ගමන් පෙට්ටිය • සබන් • පිරිසිදු වතුර භාජනය සහ අත් පිස්නාව • විදුලි පන්දම • අපද්‍රව්‍ය එකතු කිරීම සඳහා බෑගය	5	
3	මව පරීක්ෂා කිරීම සඳහා ස්ථානයක් තෝරා ගන්න (තිබෙන වඩාත් ම සුදුසු ස්ථානය) • හොඳ වාතාශ්‍රය තිබෙන ස්ථානයක් වීම • පිරිසිදු ස්ථානයක් වීම • ආරක්ෂිත ස්ථානයක් වීම • ප්‍රමාණවත් ආලෝකය • පුද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා කිරීම	5	
4	මව සූදානම් කිරීම • මවට පිළිවෙත පැහැදිලි කිරීම • කුමන හෝ අපහසුතාවයක් තිබේ දැයි විමසන්න. හිසරදය, පාද වේදනාව, ප්‍රමාණවත් නින්ද, ශ්වසන අපහසුව • විටපිය ආවරණය පරීක්ෂා කරන්න • මුත්‍රාශය හිස් කිරීමට සහ විටපිය පිරිසිදු කිරීමට මවට පවසන්න • මව පරීක්ෂා කිරීමව නිවැරදි ඉරියව්වෙහි තබන්න	5	
5	තමා සූදානම් වීම • අත් ඔරලෝසුව ඉවත් කර සබන් සහ ජලයෙන් අත් සෝදන්න • උපකරණ පිළිවෙලට තබා ගන්න	5	
6	මව නිරීක්ෂණය කරන්න • මවගේ පෙනුම කොහොමද - සතුටින්ද, වේදනාවෙන්ද, මානසික අවපීඩනයෙන්ද, (පසු ප්‍රසව විශාදය ඇතිවීමේ හැකියාව ඇගයීම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ අරමුණයි) • පිරිසිදු බව	5	
7	මව පරීක්ෂා කරන්න • සුදුමැලි බව සඳහා - අක්ෂි පටලය, දිව, අත්ල • උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කරන්න • නාඩි පරීක්ෂා කරන්න • ශ්වසන වේගය පරීක්ෂා කරන්න • ඕනෑම අසමානතාවයක් හඳුනාගැනීමේ හැකියාව	5	

8	පියයුරු පරීක්ෂා කරන්න • පියයුරුවල කිරි බරවීම • තනපුඩු පිපිරීම • කිහිල්ලේ වසා ගැටිති විශාල වීම • පැහැය වෙනස් වීම් • අල්ලන විට වේදනාව	5	
9	භ්‍රෑණය පරීක්ෂා කරන්න • භ්‍රෑණයේ උස නිවැරදිව මැනීම • ප්‍රසූත දිනයේ සිට බලාපොරොත්තු වන භ්‍රෑණයේ උස සමඟ එය සසඳන්න	5	
10	පාද පරීක්ෂා කරන්න • පාදවල රතු පැහැය සහ බත් කෙණ්ඩා අල්ලන විට වේදනාව • නහර ගැට ගැසීම	5	
11	විටපිය පරීක්ෂාව සඳහා සූදානම් කරන්න • අත්වැසුම් පළදින්න • ලිතටොමි ඉරියව්වෙන් මව තබන්න	5	
12	විටපිය පරීක්ෂා කරන්න • අල්ලන විට අධික වේදනාව • පිරිසිදුකම • විටපිය ඉරීම් • විටපිය කැපුමේ මැහුම්වල තත්ත්වය යෝනි මාර්ගය තුළ කුමන හෝ ආගන්තුක ද්‍රව්‍යයක් තිබේ දැයි බලන්න උදා : පුළුන් (අදාළ නම්)	5	
13	ලෝකියා වල පැහැය, සුවඳ, ප්‍රමාණය පරීක්ෂා කරන්න	5	
14	විටපිය සනීපාරක්ෂා වේ වැදගත්කම පිළිබඳ අවවාද කරන්න	5	
15	සනීපාරක්ෂක තුවා පාවිච්චි කිරීමට මවට පවසන්න	2	
16	පහසු ඉරියව්වෙන් මව තබන්න	2	
17	අත් සෝදන්න	5	
18	තොරතුරු මවට සපයන්න • මව්කිරි ලබාදීම (මව් කිරි ලබාදීමේ සැසියක් නිරීක්ෂණය කරන්න) ඉරියව්ව / සම්බන්ධතාව	6	
	• මව්කිරි දීම පැහැදිලි කිරීම සඳහා ෆ්ලෑෂ් කාඩ්පත් භාවිතා කිරීම	2	
	• පෝෂණය • විවේකය සහ ප්‍රමාණවත් නින්ද • ඇතිවිය හැකි රෝග පිළිබඳ අනතුරුදායක සංඥා (උදා: දරුණු හිසරදය...)	3	
19	වාර්තා තැබීම • ගර්භණී සටහන් පත - භ්‍රෑණයේ පිහිටීම, ලෝකියා, පියයුරු පරීක්ෂාවේ සොයා ගැනීම් • දින පොත	5	
20	අවශ්‍ය ඕනෑම යොමු කිරීමක් කරන්න	2.5	
21	ඉක්මනින් නැවත පැමිණීමක් සහතික කර පිටව යන්න	2.5	

/100

3.නිවසේදී අලුත උපන් දරුවෙකු සඳහා සංරක්ෂණය (ලකුණු 100 න්)

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	නිවසට පිවිසෙන්න • නිවැසියන් සමඟ හොඳ සුහදතාවයක් ගොඩනගා ගන්න, පැමිණි කාරණය පැහැදිලි කරන්න දරුවා පිළිබඳව විමසන්න	5	
2	පරීක්ෂා කිරීම සඳහා සූදානම් කිරීම • පසු ගමන් පෙට්ටිය රැගෙන යන්න • සබන්, පිරිසිදු වතුර භාජනය සහ අත් පිස්නාව • විදුලි පන්දම • ළදරු නැපි සහ අපද්‍රව්‍ය එකතු කිරීම සඳහා බෑගය • ළදරු වර්ධක සටහන් පත	5	
3	දරුවා පරීක්ෂා කිරීමට ස්ථානයක් තෝරාගන්න • හොඳ වාතාශ්‍රයක් සහිත • ප්‍රමාණවත් ආලෝකය • ආරක්ෂිත ස්ථානයක් • දරුවා තැබීමට සුදුසු මතුපිටක් • සන්සුන් සහ නිස්කලංක ස්ථානයක්	10	
4	තමා සූදානම් වීම • අත් ඔරලෝසුව ඉවත් කර සබන් සහ ජලයෙන් අත් සෝදන්න • අත්‍යවශ්‍ය උපකරණ සමීපයට ගන්න	5	
5	පරීක්ෂණය සඳහා දරුවා සූදානම් කරන්න • මවගේ සහාය ඇතිව දරුවා සම්පූර්ණයෙන් නිරාවරණය කරන්න • නැවත අත් සෝදා පිරිසිදු රෙදිකඩකින් හෝ ටිෂූ එකකින් අත් වියලා ගන්න	5	
6	දරුවා පරීක්ෂා කරන්න • ශරීර උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කරන්න • සුදුමැලි බව, කහ පැහැය, නිල් පැහැය වෙනස් වීම සහ ක්ෂය රෝගය සඳහා එන්නත ලබා දුන් ස්ථානය • දරුවාගේ අත් පා චලනය කරන්න • ශ්වසන අපහසුව සඳහා පරීක්ෂා කරන්න • ශාරීරික අසාමාන්‍යතා තිබේ දැයි පරීක්ෂා කරන්න	15	
7	දරුවා සම්බන්ධයෙන් අවශ්‍ය තොරතුරු රැස් කරන්න (මවගෙන් ප්‍රශ්න කිරීමෙන් / CHDR වෙතින්) • උපතේ ස්වභාවය • උපත් බර • මව්කිරි දීමේ ප්‍රමාණවත් බව සහතික කිරීම සඳහා ආහාර දීමේ වාර ගණන සහ මුත්‍රා කිරීම • ඇඬීමේ ස්වභාවය සහ දරුවාගේ නින්ද ගැන විමසන්න • බී.සී.ජී එන්නත් කිරීම	සියල්ලටම ලකුණු 10 කි	
8	පෙකණිය පරීක්ෂා කරන්න • පෙකණිය වියළි ද යන්න • කුමන හෝ හඳුනාගන්නා ලද අසාමාන්‍යතා සඳහා අවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග	5	

9	පරීක්ෂා කිරීම අවසන් කිරීම • සොයා ගැනීම් පිළිබඳව මව දැනුවත් කරන්න • දරුවා සුව පහසුව තබන්න • දරුවාගේ ඇඳුම් අන්දවන්න • දරුවා උණුසුම්ව තබන්න • දරුවා ආරක්ෂිතව තබන්න	5	
10	උපකරණ පිරිසිදු කරන්න	3	
11	නැවත අත් සෝදන්න	3	
12	තොරතුරු සපයන්න	5	
	• මව්කිරි ලබා දීම නිරීක්ෂණය කරන්න, ස්ථාපිතය සහ සම්බන්ධතාවය පරීක්ෂා කර අවශ්‍ය නිවැරදි කිරීම් සිදු කරන්න පවුලේ සාමාජිකයින් සමඟ මව්කිරි දීමේ වැදගත්කම සාකච්ඡා කරන්න • පැහැදිලි කිරීම සඳහා මව්කිරි දීමේ සැනපත් කට්ටලය භාවිතා කරයි	4	
	• පවුල් සැලසුම් ගැටළු පිළිබඳ දෙමාපියන් සමඟ සාකච්ඡා කරන්න	2	
	• පැහැදිලි කිරීම සඳහා සැනපත් කට්ටලය භාවිතා කරයි	1	
	• ECCD සම්බන්ධ තොරතුරු	2	
	• පැහැදිලි කිරීමට සැනපත් කට්ටලය භාවිතා කරයි	1	
	• අනතුරු ඇඟවීමේ තත්ත්වයන් සහ ඊළඟ සායන වාරය පිළිබඳ තොරතුරු	2	
	• පවුලේ සාමාජිකයින් සමඟ අදහස් හුවමාරු කර ගැනීම	2	
	• නව ළදරු වර්ධන සටහන් පතෙහි වැදගත්කම පිළිබඳ තොරතුරු	5	
13	• නිවැරදිව වාර්තා තැබීම	5	

/100

4.ළදරුවකුගේ බර කිරීම, සටහන් කිරීම සහ අර්ථ නිරූපනය කිරීම සහ මවට උපදෙස් දීම (ලකුණු 50 න්) මුළු ලකුණු 50 x 2 = 100

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	ස්ථානය සූදානම් කිරීම • ප්‍රමාණවත් ආලෝකය • ප්‍රමාණවත් ඉඩකඩ • හොඳ වාතාශ්‍රය • තරාදිය එල්ලීමට සුදුසු ස්ථානයක් • ආරක්ෂිත පරිසරය	5	
2	අවශ්‍ය උපකරණ රැස් කරන්න • මේසයක් සහ පුටුවක් • මව්වරු සහ දරුවන් සඳහා ආසන පහසුකම් තිබීම • කොකු දෙකක් සහිත තරාදිය සහ තරාදිය එල්ලීම සඳහා ශක්තිමත් කඹයක් තිබීම • බර කිරීම සඳහා භාවිතා කිරීමට ආධාරකයක් තිබීම • ළදරු වර්ධක සටහනෙහි බී කොටස්	5	
3	තරාදිය සූදානම් කිරීම • තරාදිය පිරිසිදු කරන්න • උපකරණ පිළිවෙලට තිබේදැයි පරීක්ෂා කරන්න • තරාදිය සුදුසු පරිදි එල්ලන්න • පරිමාණය ඇස් මට්ටමේ තබා ගන්න	10	
4	මව සූදානම් කිරීම • මවට සහ දරුවාට වාඩිවීමට ඉඩ දෙන්න • මවට ක්‍රමවේදය පැහැදිලි කරන්න	2	
5	දරුවා සූදානම් කිරීම • දරුවා සමඟ හොඳ සුහදතාවයක් ඇති කර ගන්න • මවගේ උපකාරයෙන් දරුවාගේ අමතර ඇඳුම් ඉවත් කරන්න	2	
6	දරුවාගේ බර බලන්න • මවගේ උදව් ඇතිව දරුවා තරාදිය මත තබන්න • මවගේ උදව් ඇතිව දරුවා සමබරව තබන්න • පොළව ස්පර්ශ නොවන සේ දරුවා නිවැරදිව ස්ථාපිත කරන්න • දරුවා නිශ්චලව සිටින විට, තරාදිය දෙස කෙලින්ම බැලීමෙන් කියවීම ලබා ගන්න (කෝණයකින් නොබලන්න) • දරුවා ආරක්ෂිතව තරාදියෙන් පිටතට ගන්න		

	• බර කිරීම සඳහා ඇන්දවූ කලිසම ඉවත් කර දරුවා මවට දෙන්න • දරුවාට ඇඳුම් ඇන්දවීමට මවට උපකාර කරන්න • දරුවාගේ බර මවට දැනුම් දෙන්න • බර කිරා බැලීමෙන් පසු වහාම ළදරු වර්ධක සටහන් ඒ සහ බී කොටස්වල බර සටහන් කරන්න • ප්‍රමාණවත් තොරතුරු සපයන්න	10	
7	වාර්තා තැබීම • ළදරු වර්ධක සටහනෙහි බර ප්‍රස්ථාරයේ බර සටහන් කරන්න	1	
	• අඛණ්ඩව බර කිරීම සිදු කර තිබේ නම් සරල රේඛාවකින් පෙර සලකුණ සමඟ යා කරන්න හෝ • අඛණ්ඩව බර කිරීම සිදු කර නොතිබුනේ නම් ඉරි සහිත රේඛාවකින් යා කරන්න	2	
	• සුදුසු කේතය යොදන්න උදා: N,X,XX	1	
	• දරුවාගේ පෝෂණ තත්ත්වය පිළිබඳ මවට විග්‍රහ කර පැහැදිලි කරන්න	6	
	• ළදරු වර්ධක සටහන් පත නැවත මවට භාර දෙන්න	1	
8	කඹයෙන් තරාදිය ඉවත් කරන්න කඹය ඉවත් කරන්න උපකරණ නියමිත ස්ථානවල තබන්න ස්ථානය පිරිසිදු කරන්න ස්ථානය කලින් තිබූ ආකාරයට ම නැවත සකස් කරන්න	5	

/100

5. ප්‍රතිශක්තිකරණ ලබා දීමේ තාක්ෂණය හා මවට උපදෙස් (ලකුණු 100 න්)

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	ප්‍රතිශක්තිකරණ සායනයක් සඳහා අවශ්‍ය උපකරණ විමසන්න • වන්ධ්‍යාකෘත කරන ලද අඬු • විෂබීජහරණය කළ කපු පුළුන් විෂබීජහරණය කළ බෝතලයකට දමන්න • තනුකකාරක • තියුණු උපකරණ සඳහා ආරක්ෂිත පෙට්ටියක් • භාවිතයෙන් පසු ඉවතලන කපු පුළුන් බැහැර කිරීමට කඩදාසි බෑගයක් • එන්නත් කුප්පි • එන්නත් බහාලුම් • අත් පිස දැමීමට සබන්, ජලය සහ පිරිසිදු රෙදි	10	
2	දරුවා එන්නත් කිරීම සඳහා සුදුසු දැයි තීරණය කරන්න • උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කරන්න • එන්නත් කිරීම සඳහා කුමන හෝ නොදිය යුතු තත්වයන් • සම පරීක්ෂා කරන්න • පෙර අවස්ථාවලදී අතුරු ආබාධ ඇතිවීම • කලින් ලබා දී ඇති විශේෂ උපදෙස් සඳහා පරීක්ෂා කරන්න	10	
3	එන්නත් කුප්පිය පරීක්ෂා කරන්න • වර්ගය • වර්ණය • පෙනුම • කල් ඉකුත්වන දිනය සහ භාවිතා කළ අවසන් දිනය	10	
4	තමා සූදානම් වීම • මුදු ඉවත් කරන්න • අත් ඔරලෝසුව ඉවත් කරන්න • සබන් සහ වතුරෙන් අත් සෝදන්න • අත් සේදීමෙන් පසු කිසිවක් ස්පර්ශ නොකරන්න • අත් පිසදැමීමට පිරිසිදු රෙදි කැබැල්ලක් භාවිතා කරන්න හෝ එය වාතයේ වියළීමට ඉඩ දෙන්න	3	
5	සීතදාමය පවත්වා ගන්න • ක්‍රියා පිළිවෙත අතරතුර එන්නත් බහාලුම නිසි ලෙස වසා තබන්න • එන්නත් කුප්පිය හිරු එළියට නිරාවරණය නොකරන්න	5	
6	එන්නත් කිරීම සඳහා සූදානම් වන්න • නිවැරදි තනුකකාරක භාවිතා කරන්න	2	
	• එන්නත් වල නිවැරදි මාත්‍රාව සිරින්ජයට අදින්න	3	
	• සිරින්ජය ඇස් මට්ටමට ගෙන එහි තුළ ඇති වායු බුබුලු ඉවත් කරන්න	2	

7	එන්නත එන්නත් කිරීම • නිවැරදි දරුවා සඳහා නිවැරදි එන්නත ද යන්න ළදරු වර්ධක සටහන් පත සමඟ නැවත පරීක්ෂා කරන්න	5	
	• අපිරිසිදු නොවන සේ සිරින්ජය සහ ඉඳිකටුව අල්ලන්න • එන්නත් කරන ස්ථානය තෝරන්න • එන්නත් කිරීමේ තාක්ෂණය - සිරින්ජය නිවැරදි කෝණයේ තබා ගන්න - උපත්වචීය පටකයට අංශක 45 කෝණය, අන්ත:පේශීය අංශක 60 - 90 කෝණය, සම තුලට සමට සමාන්තර කෝණය . අන්ත:පේශීය එන්නත් කිරීමේදී මාපටැඟිල්ල සහ දබරගිල්ල අතර මාංශ පේශිය රඳවා තබාගන්න • එන්නතෙහි සම්පූර්ණ මාත්‍රාවම එන්නත් කරන්න • ඉඳිකටුව ඉවත් කිරීමේදී, කපු පුළුන් කැබැල්ලකින් පීඩනය යොදන්න • සිරින්ජය සහ ඉඳිකටුව නියමිත පරිදි බැහැර කරන්න	සියල්ලම සපිරෙන්නේ නම්, 15	
8	• අතුරු ආබාධ සඳහා විනාඩි 20-30 ක් නිරීක්ෂණය කරන්න	5	
9	තොරතුරු ලබාදීම • විය හැකි ප්‍රතික්‍රියා හඳුනා ගන්නේ කෙසේද • විය හැකි ප්‍රතික්‍රියාවකට ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරය කෙසේද • පැහැදිලි තොරතුරු සපයන්න • මීළඟ එන්නත සඳහා නියමිත දිනය • මවගේ ඕනෑම විමසීමකට පිළිතුරු දෙන්න	10	
10	වාර්තා තැබීම • ළදරු වර්ධක සටහනෙහි ලකුණු කරන්න • කාණ්ඩ අංකය ලියන්න	10	
11	සැසි අවසානයේ කළ යුතු දේ අසන්න (උපකරණ පිරිසිදු කරන්න)	10	

6. පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් පිළිගැනීමට යුවලකට උපදේශනය (ලකුණු 50 න්) මුළු ලකුණු 50 x 2 = 100

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	හොඳ සම්බන්ධතාවයක් වර්ධනය කර ගන්න • සුහදශීලී ප්‍රවේශයක් ඇතිව ඔවුන්ව සාදරයෙන් පිළිගැනීම • සේවාදායකයා සමඟ සාකච්ඡා කරන්න • පෞද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා කරන්න • අක්ෂි සම්බන්ධතා පවත්වා ගන්න • සේවාදායකයාට සමීපව අසුන් ගන්න	5	
2	තොරතුරු රැස් කරන්න • දරුවන්ගේ සංඛ්‍යාව, පරතරය සහ බාලම දරුවාගේ වයස • මවගේ වයස සහ ඇගේ රෝග තත්ත්වයන් උදා:මධුමේහය, අධි රුධිර පීඩනය ආදිය • කුමන හෝ පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් භාවිතා කර තිබේද • පවුලේ ආදායම • යුවලගේ ආකල්ප, පුරුදු (මත්පැන් ආදිය) සහ අධ්‍යාපන මට්ටම	10	
3	යුවලට සවන් දෙන්න • කතා කිරීමට සහ ක්‍රියාශීලීව සවන් දීමට සේවාදායකයාට ඉඩ දෙන්න • වාචික නොවන සන්නිවේදනය සලකා බලන්න	5	
4	ගැටළු සාකච්ඡා කරන්න • නිශ්ශබ්දතාවය පවත්වා සේවාදායකයාට සිතීමට කාලය ලබා දෙන්න • කතා කිරීමට සේවාදායකයා දිරිමත් කරන්න • ඇය/ඔහු කතා කරන විට සේවාදායකයාට බාධා නොකරන්න • සවන්දීමේදී / උපදේශනය කිරීමේදී වෙනත් වැඩවල නිරත නොවන්න • අදහස් නැවත පරීක්ෂා කර පැහැදිලි කරන්න	10	
5	සේවාදායකයාට උදව් කරන්න • පවුල් සැලසුම යනු කුමක්දැයි පැහැදිලි කරන්න • පවතින සියලුම ක්‍රම සහ එක් එක් ක්‍රමයේ වාසි සහ අවාසි විස්තර කරන්න • පවුල් සැලසුම් පිළිබඳ මිථ්‍යාවන් හඳුනාගෙන ඒවා වෙනස් කරන්න • තීරණ ගැනීමේදී සහය වීම සහ තෝරාගත් ක්‍රමය විස්තර කිරීම • ඕනෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහා විමසන්න	10	
	• පැහැදිලි කිරීමට පවුල් සැලසුම් සැනපත් කට්ටලය භාවිතා කරයි	2	
6	සේවාදායකයා අගය කරන්න • තෝරාගත් ක්‍රමය පිළිබඳ ප්‍රශ්න ඉදිරිපත් කරන්න • සේවාදායකයාගේ දැනුම පිළිබඳ නිරවද්‍යතාවය පරීක්ෂා කරන්න	4	
7	සේවා සඳහා යොමු කිරීම • ඔවුන්ට සේවා ලබා ගත හැකි ස්ථාන දැනුම් දෙන්න • දිනය සහ වේලාවන් දැනුම් දෙන්න	4	

7.දැනට ගිලින පෙති භාවිතා කරන්නන් සඳහා පසු ගමන් සහ ගිලින පෙති නිකුත් කිරීම (ලකුණු 25 න්) 25 x 2 = 50

ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
ගිලින පෙති - නිවැරදි ලේඛන සමඟ කාර්යාලයේදී සූදානම් වීම	2.5	
- වෙනත් අවශ්‍ය දෑ රැගෙන යන්න	2.5	
- සේවාලාභියාට පෙති පැකට් නිකුත් කිරීම	2.5	
- අතුරු ආබාධ සඳහා විමසන්න	2.5	
- අතුරු ආබාධ ඇතිනම් උචිත ලෙස උපදේශනය කරන්න	2.5	
- භාවිතා කිරීමේ ක්‍රමය නැවත පරීක්ෂා කරන්න	2.5	
- පැය 24 පරතරය ඇතිව අඛණ්ඩව භාවිතා කිරීම විස්තර කරන්න, සේවාදායකයා යන ඕනෑම තැනක පෙති පැකට් රැගෙන යන්න, පෙති ගැනීම මඟ හැරුනු හොත් කුමක් කළ යුතුද යන්න විස්තර කරන්න (විශේෂයෙන් පෙති 1, 2 හෝ 3 මඟ හැරුණු විට කුමක් කළ යුතු දැයි විමසන්න)	7.5	
- වාර්තා තැබීම - ක්ෂේත්‍ර සටහන් පත, දිනපොත, ලේඛන	2.5	

8 දැනට පවුල් සැලසුම් භාවිතා කරන්නන් සඳහා පසු ගමන් - අන්ත: ගර්භාෂිත උපකරණ හෝ නික්ෂේපන (ලකුණු 25 න්) 25 x 2= 50

(නික්ෂේපන හෝ අන්ත: ගර්භාෂිත උපකරණ පමණක් තෝරන්න)

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	**නික්ෂේපන**		
	සෑම මාස 3 කට වරක් සේවාලාභියා හමුවීමට යාම	2.5	
	අතුරු ආබාධ, ඔසප් වීම, උදර වේදනාව සඳහා විමසන්න	2.5	
	ආහාර රුචිය වැඩිවීම නිසාවෙන් බර වැඩිවීම පැහැදිලි කරන්න	2.5	
	මෙයට ගන්න අනුගත වීම සහතික කර ගන්න	2.5	
	වාර්තා තැබීම	2.5	
2	**අන්ත: ගර්භාෂිත උපකරණ**		
	මුල් මාස 3, මාසිකව ද ඉන්පසු සෑම මාස 3 කට වරක් සේවාලාභියා හමු වීමට යාම	2.5	
	අතුරු ආබාධ , සහ අධි රුධිර වහනය සඳහා විමසන්න එවැනි දේ තිබේ නම්, සායනය වෙත යොමුවන්න	2.5	
	ක්‍රමය දිගටම කරගෙන යාමට උපදෙස් දෙන්න	2.5	
	සෑම ඔසප් වීමකින් පසුව අන්ත: ගර්භාෂිත උපකරණයේ නූල පරීක්ෂා කිරීමට උපදෙස් දෙන්න	2.5	
	වාර්තා තැබීම	2.5	

9.සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන සැසියක් ඇගයීම (ලකුණු 25 න්) 25 x 2 = 50

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	සැලසුම් සහගත සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන කාලසටහනක් තිබීම	5	
2	සුදුසු සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන උපකරණ තිබීම සහ භාවිතය	5	
3	පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ ඉදිරිපත් කිරීමේ කුසලතා	5	
4	සැසිය අවසානයේ සේවාලාභියාගේ දැනුම පරීක්ෂා කිරීම (ප්‍රතිපෝෂණ)	5	
5	වැදගත් පණිවිඩ සාරාංශ කරන්න	5	

10.පවුල් සැලසුම් සායනයක උපකරණ වන්ධ්‍යකරණය කිරීම (ලකුණු 25 න්) 25 x 2 = 50

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	සායනික වන්ධ්‍යාකරණ සටහන පවත්වාගෙන යාම	5	
2	උපකරණ පිරිසිදු කිරීමට සබන් / විම් ආදිය තිබීම	5	
3	වන්ධ්‍යකෘත කළ යුතු උපකරණ වන්ධ්‍යකෘත කරන භාජනය තුල / පීඩනතාපකය තුළ තැබීම	5	
4	උපකරණ පිටතට ගැනීම සඳහා චීට්ල් අඬුව භාවිතා කරන්න	5	
5	වන්ධ්‍යකෘත කළ උපකරණ පියනක් සහිත වන්ධ්‍යකෘත කළ භාජනයක් තුළ තබා ඇත	5	

11. **ක්ෂුද්‍ර පෝෂක බෙදා හැරීම සහ අවශ්‍ය උපදෙස් (ලකුණු 25 න්)** 25 x 2 =50

අංකය	ක්‍රියාකාරකම	වෙන් කරන ලද ලකුණු	ලබා ගත් ලකුණු
1	ප්‍රමාණවත් තරම් ක්ෂුද්‍ර පෝෂක තොග තිබීම	5	
2	ක්ෂුද්‍ර පෝෂක බෙදා හැරීම සඳහා පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ සූදානම (උදා. පෙති සුදුසු පරිදි ඇසුරුම් කිරීම)	5	
3	සෑම මවකටම නිවැරදි ප්‍රමාණය නිකුත් කරන්න	5	
4	නිවැරදි තොරතුරු ලබා දෙන්න	5	
5	නිවැරදි වාර්තා තැබීම	5	

ලකුණු පත්‍රය

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය හඳුනාගැනීමේ විස්තර

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ නම :- ....

දිස්ත්‍රික්කය :- ....

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කොට්ඨාසය :- ....

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි කොට්ඨාසය :- ....

අදියර 1

ලිඛිත පත්‍රය සඳහා ලකුණු **: ………………………… x 5 = …………………………………**

(100 න්) **(500 න්)**

අදියර 2

පියවර 1 **-** මෙවලම් වලින් ලබාගත් ලකුණු **………………………………**

(350 න්)

පියවර 2 **-** කුසලතා පරීක්ෂා කිරීම

1 කාණ්ඩය

තෝරාගත් කුසලතා**…………………………………………………**

ලබා ගත් ලකුණු **……………………………………………………**

(100 න්)

2 කාණ්ඩය

තෝරාගත් කුසලතා **………………………………………………**

ලබා ගත් ලකුණු **………………………………………………**

(50 න්)

අදියර 2 සඳහා සම්පූර්ණ ලකුණ **……………………………………………… (500 න්)**

මුළු එකතුව **……………… + ……………… = …………………=………%**

අදියර **1** අදියර **2** **(1000 න්)**