ছেলে হোক মেয়ে হোক
দুটি সন্তানই যথেষ্ট

স্বপ্ন সুখের সুনামগঞ্জ

পরিবার পরিকল্পনা, মা ও শিশু স্বাস্থ্য বিষয়ক তথ্য কনিকা

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি

গর্ভ নিরোধক খাবার বড়ি (সুখী)

বড়ি যাদের জন্য উপযুক্ত:

* সকল ১৫-৪৯ বয়সী সক্ষম দম্পতি (ধুমপান করেন, জর্দা খান এবং যাদের বয়স ৩৫ বছরের বেশি, তারা ছাড়া)
* যেসব মা সন্তানকে বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন বাচ্চার বয়স ৬ মাস হওয়ার পর ।

বড়ি যাদের জন্য অনুপোযুক্ত:

মা বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন, গর্ভবতী, স্তনে চাকা, মাইগ্রেন, উচ্চরক্তচাপ, ডায়াবেটিস, জন্ডিস, ধুমপায়ী, জর্দা-পান খান, পায়ের শিরা ফুলা এবং যাদের ৩৫ বছরের বেশী।

প্রথমবার খাবার বড়ি শুরু করার সময় মাসিকের প্রথম দিন। অর্থাৎ মাসিকের প্রথম দিন হতে সাদা বড়ি শুরু করতে হবে।

মিশ্র খাবার বড়ি ভুলে গেলে করনীয়:

যদি একদিন বড়ি (হরমোনযুক্ত সাদা বড়ি) খেতে ভুলে যান তাহলে যখনই মনে পড়বে তখনই একটি বড়ি খাবেন এবং ঐদিনের বড়িটি যথাসময়ে খাবেন। পর পর দুই দিন বড়ি (হরমোনযুক্ত সাদা বড়ি) খেতে ভুলে গেলে মনে পড়ার সাথে সাথে একটি বড়ি খাবেন এবং ঐদিনের বড়িটি যথাসময়ে খাবেন। পাতার অবশিষ্ট বড়ি নিয়মিতভাবে খাবেন এবং পরবর্তী ৭ দিন কনডম ব্যবহার করবেন অথবা স্বামী সহবাস থেকে বিরত থাকবেন।

গর্ভ নিরোধক খাবার বড়ি (আপন)

আপন:

আপন মহিলাদের জন্য একটি কার্যকর অস্থায়ী ও স্বল্পমেয়াদি জন্মবিরতিকরণ খাবার বড়ি।

আপন যাদের জন্য উপযুক্ত:

সকল দুগ্ধদানকারী প্রসূতি মা (প্রসবের পর ৬ মাস পর্যন্ত)।

বড়ি যাদের জন্য অনুপোযুক্ত:

গর্ভবতী, পায়ের শিরা ফুলা, স্তনে চাকা, যক্ষা এবং মৃগী রোগের ঔষধ সেবনকারী।

আপন শুরু করার উপযুক্ত সময়:

সন্তান প্রসবের পরপরই (৪৮ ঘন্টার মধ্যে) বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে।

বড়ি খাওয়ার নিয়ম:

সন্তান প্রসবের পরপরই (৪৮ ঘন্টার মধ্যে) বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে এবং ৬ মাস পর্যন্ত চালিয়ে যেতে হবে। প্রতিদিন একই সময়ে ভরা পেটে একটি করে বড়ি খেতে হবে। প্রতিদিন নির্দিষ্ট সময়ে বড়িটি সেবন করতে হবে এবং বড়ি খাওয়ার নির্দিষ্ট সময় থেকে ৩ ঘন্টার বেশী বিলম্ব করা যাবে না, কারণ এতে বড়ির কার্যকারিতা কমে যায়।

একটি পাতায় ২৮টি হরমোনযুক্ত বড়ি থাকে সবগুলো বড়ি খাওয়া শেষ হয়ে গেলে পরদিনই নতুন একটি পাতা থেকে বড়ি খাওয়া শুরু করতে হবে। দুই পাতার মাঝে কোন বিরতি দেওয়া যাবে না।

বড়ি খেতে ভুলে গেলে করণীয়:

বড়ি খাওয়ার নির্দিষ্ট সময় থেকে তিন ঘন্টার মধ্যে মনে পড়ার সাথে সাথে ভুলে যাওয়া বড়িটি খেতে হবে এবং পরবর্তী বড়িগুলো নির্দিষ্ট সময়ে খেতে হবে। বড়ি খাওয়ার নির্দিষ্ট সময় থেকে তিন ঘণ্টা বিলম্বের ক্ষেত্রে মনে পড়ার সাথে সাথে ভুলে যাওয়া বড়িটি খেতে হবে এবং ঐদিনের বড়িটি যথাসময়ে খেতে হবে। সহবাসের ক্ষেত্রে পরবর্তী দুই দিন কনডম ব্যবহার করতে হবে অথবা স্বামী সহবাস থেকে বিরত থাকতে হবে।

একের অধিক বড়ি খেতে ভুলে গেলে মনে পড়ার সাথে সাথে ভুলে যাওয়া বড়িটি খেতে হবে এবং পরবর্তী বড়িগুলো যথা সময়ে খেতে হবে এবং পরবর্তী ৭ দিন কনডম ব্যবহার করতে হবে অথবা সহবাস থেকে বিরত থাকতে হবে।

কনডম

উপযুক্ত: সকল পুরুষের জন্য, জন্মনিয়ন্ত্রন ছাড়াও যৌনবাহিত রোগ এবং এইডস রোগ ছড়ানো রোধ করে।

গর্ভ নিরোধক ইনজেকশন

গর্ভনিরোধক ইনজেকশন যাদের জন্য উপযুক্ত:

কমপক্ষে একটি জীবিত সন্তান থাকতে হবে। মা বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন এবং সন্তানের বয়স ৬ সপ্তাহের বেশী।

গর্ভনিরোধক ইনজেকশন যাদের জন্য অনুপোযুক্ত:

ছোট সন্তানের বয়স ৬ সপ্তাহের কম, গর্ভবতী, স্তনে চাকা, উচ্চরক্তচাপ, অনিয়ন্ত্রিত ডায়াবেটিস, পায়ের শিরা ফুলা, দুই মাসিকের মাঝে অথবা সহবাসের সময় রক্ত যায়।

ইনজেকশন দেওয়ার উপযুক্ত সময়:

১. মাসিক শুরুর প্রথম ৫ দিনের মধ্যে প্রথম ডোজ ইনজেকশন নিতে হবে।
২. শিশুকে বুকের দুধ পান করালে প্রসবের ৬ সপ্তাহ পর থেকে।

পরবর্তী ডোজ:

গর্ভনিরোধক ইনজেকশন প্রথম ডোজ দেওয়ার পরে পরবর্তী ডোজ সমূহ তিন মাস পর পর দিতে হবে। তবে বিশেষ ক্ষেত্রে (যেমন: রমজান, বন্যা, বিদেশ ভ্রমণ, স্থান পরিবর্তন) ডিউ ডোজের পূর্ববর্তী ১৪ দিনের মধ্যে অথবা পরবর্তী ২৮ দিনের মধ্যে দেয়া যেতে পারে। ডিউ ডোজের পূর্ববর্তী ১৪ দিন এবং পরবর্তী ২৮ দিন পর্যন্ত এই সময়কে "উইন্ডো পিরিয়ড" বলে।

কিশোর-কিশোরী সেবা

আয়রন ট্যাবলেট প্রতি সপ্তাহে ১টি করে খাওয়া চলমান থাকবে তা নিশ্চিত করতে হবে।
ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র থেকে বিনামূল্যে স্যানিটারী ন্যাপকিন বিতরণ নিশ্চিত করতে হবে।

পুষ্টিতথ্য

আয়রন

কিশোরী (১০-১৯ বৎসর পর্যন্ত) মাসিক শুরু হলে প্রতি সপ্তাহে ১টি করে খাবে এভাবে গর্ভবতী হওয়া পর্যন্ত চলতে থাকবে। গর্ভবতীরা প্রতিদিন একটি করে খাবে, প্রসব হওয়ার পরও তিন মাস পর্যন্ত একটি করে খাবারের পর খাবে।

ক্যালসিয়াম

গর্ভবতীরা প্রতিদিন একটি করে খাবে। প্রসবের পর তিন মাসের পর পর্যন্ত একটি করে খাবে। আয়রন ও ক্যালসিয়াম একই সময়ে খাবে না। একটি সকালে অন্যটি রাতে খাবে। খাবারের পর খাবে।

ভিটামিন-এ

প্রসূতি মাকে প্রসবের ৪২ দিনের মধ্যে ২ লাখ ইউনিট লাল রংয়ের একটি ক্যাপসুল । ৬-১১ মাস বয়সীদের ১ লাখ ইউনিট নীল রংয়ের একটি ক্যাপসুল । ১-৫ বৎসর বয়সীদের ২ লাখ ইউনিট লাল রংয়ের একটি ক্যাপসুল। ৬ মাস অন্তর বৎসরে ২ বার খাওয়াতে হবে ।

জিংক

ডায়রিয়া বা পাতলা পায়খানা হলে খাবার স্যালাইনের পাশাপাশি ১০ দিনে ১০টি জিংক ট্যাবলেট খাওয়াতে হবে ।

মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট পাউডার

ছয় মাস বয়স হতে ২ বৎসর পর্যন্ত বাড়তি পুষ্টি হিসাবে প্রতিদিন একটি করে স্যাশে/প্যাকেট খাবারের সাথে মিশিয়ে খাবে দুই মাস। চার মাস বিরতি রেখে একই নিয়মে দুই মাস খাবে। এভাবে বছরে মোট একশত বিশ স্যাশে/প্যাকেট খাবে। তরল ও গরম খাবারের সাথে মিশানো ঠিক হবে না ।

জনমিতি

সি এ আর (Contraceptive Acceptance Rate):

১৫-৪৯ বছর বয়সী বিবাহিত দম্পতিদের প্রতি একশত জনের মধ্যে যে কজন দম্পতি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহন করেছে সেই সংখ্যাকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহনকারীর হার বা সি এ আর বলে।

সি পি আর (Contraceptive Prevalence Rate):

১৫-৪৯বছর বয়সী বিবাহিত দম্পতিদের প্রতি একশত জনের মধ্যে যে কজন দম্পতি জরিপকালীন সময়ে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করছেন সেই সংখ্যাকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার বা সি পি আর বলে।

এমসিপিআর (Modern Method Contraceptive Prevalance Rate):

১৫-৪৯ বছর বয়সী বিবাহিত দম্পতিদের প্রতি একশত জনের মধ্যে যে কজন দম্পতি জরিপকালীন সময়ে আধুনিক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করছেন সেই সংখ্যাকে আধুনিক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার বা এমসিপিআর বলে।

সি ওয়াই পি (Couple Year Protection):

কোন দম্পতিকে এক বছর নিরাপত্তা দিতে কোন পদ্ধতির যত ইউনিট দরকার হয় তাই সি ওয়াই পি। যেমন ইঞ্জেকটেবলস ৪ ভায়াল।

(Total Fertility Rate):

একজন মহিলা কোন নির্দিষ্ট বছরের বিরাজমান বয়ঃক্রমিক প্রজনন হার অনুযায়ী তার সমগ্র প্রজননকালীন সময়ে (১৫-৪৯ বছর) গড়ে যে কজন সন্তান জন্ম দিবেন সেই সংখ্যাকে মোট প্রজনন হার বা টি এফ আর বলে।

(Net Reproduction Rate):

একজন মহিলা তার সমগ্র প্রজননকালীন সময়ে যে কজন কন্যা সন্তান জন্ম দান করতে পারেন তাকে নীট প্রজনন হার বা এন আর আর বলে।

(Infant Mortality Rate):

প্রতি বছর প্রতিহাজার জীবিত জন্মগ্রহনকারী শিশুর মধ্যে অনুর্দ্ধ এক বছর বয়সের যে কজন শিশু মৃত্যুবরণ করে সেই সংখ্যাকে শিশু মৃত্যুর হার বলা হয় ।

(Crude Birth Rate):

প্রতি এক হাজারে যে কজন জীবিত শিশু জন্ম গ্রহন করে সেই সংখ্যাকে স্থুল জন্ম হার বলা হয় ।

(Crude Death Rate):

প্রতি এক হাজারে যে কজন লোক মারা যান সেই সংখ্যাকে স্থুল মৃত্যু হার বলা হয় ।

(Population Growth Rate):

কোন নির্দিষ্ট সময়ে নির্দিষ্ট জনগোষ্ঠীর জন্ম, মৃত্যু এবং অভিগমনের ফলে জনসংখ্যার বৃদ্ধি সাধনই জনসংখ্যা প্রবৃদ্ধি ।এটা সাধারণত শতকরায় প্রকাশ করা হয়।

(Unmet Need):

যে সকল দম্পতি দেরীতে সন্তান নিতে চায় অথবা আর সন্তান নিতে চায় না কিন্তু কোন আধুনিক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করে না তাকে অপূর্ণ চাহিদা বলে ।

(Drop Out):

এক নাগাড়ে একটি পদ্ধতি ১২ মাস ব্যবহার না করলে তাকে ঐ পদ্ধতির ড্রপ আউট বলে ।

আইইউডি

আইইউডি যাদের জন্য উপযুক্ত:
কমপক্ষে একটি জীবিত সন্তান থাকতে হবে।

আইইউডি যাদের জন্য অনুপোযুক্ত:
প্রসবের ৪৮ ঘন্টা পর থেকে ৪ সপ্তাহ পর্যন্ত, গর্ভবতী, স্তনে চাকা, পায়ের শিরা ফুলা, দুই মাসিকের মাঝে অথবা সহবাসের সময় রক্ত যায়।

আইইউডি দেয়ার উপযুক্ত সময়:
মাসিক শুরু হওয়ার সাত দিনের মধ্যে। প্রসবের পর ৪৮ ঘন্টা মধ্যে অথবা ৪ সপ্তাহ পর থেকে দেওয়া যাবে।

ইমপ্ল্যান্ট

ইমপ্ল্যান্ট যাদের জন্য উপযুক্ত:
নবদম্পতি ও যারা বাচ্চা নিতে চান না তারা এই পদ্ধতি গ্রহন করতে পারেন। প্রসবের পর যেকোন সময়।

ইমপ্ল্যান্ট যাদের জন্য অনুপোযুক্ত:
গর্ভবতী, স্তনে চাকা, পায়ের শিরা ফুলা, দুই মাসিকের মাঝে অথবা সহবাসের সময় রক্ত যায়।

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা)

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) যাদের জন্য উপযুক্ত:
কমপক্ষে দুটি জীবিত সন্তান থাকতে হবে। প্রসবের ৭২ ঘন্টার মধ্যে অথবা ৬ সপ্তাহ পর থেকে।

স্থায়ী পদ্ধতি (মহিলা) যাদের জন্য অনুপোযুক্ত:
প্রসবের ৭২ ঘন্টা হতে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত। গর্ভবতী, স্তনে চাকা, পায়ের শিরা ফুলা, হাঁপানি, দুই মাসিকের মাঝে অথবা সহবাসের সময় রক্ত যায়।

স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ)

স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ) যাদের জন্য উপযুক্ত:
কমপক্ষে দুটি জীবিত সন্তান থাকতে হবে।

স্থায়ী পদ্ধতি (পুরুষ) যাদের জন্য অনুপোযুক্ত:
উচ্চরক্তচাপ, ডায়াবেটিস, জন্ডিস, হাইড্রোসিল, হার্নিয়া।

ইমকন ১ ট্যাবলেট

লিভোনরজেস্ট্রেল বড়ি (জরুরী জন্য নিরোধক বড়ি) এর ব্যবহার বিধি:
অরক্ষিত যৌন মিলনের ১২০ঘন্টার মধ্যে ১টি জরুরী জন্য নিরোধক বড়ি খেতে হবে। তবে অরক্ষিত যৌন মিলনের পর যত তাড়াতাড়ি জরুরী জন্য নিরোধক বড়ি খাবে তত বেশী কার্যকর হবে। উল্লেখ্য যে, বড়ি খাওয়ার ২ঘন্টার মধ্যে বমি হলে সংগে সংগে আরেকটি বড়ি খেতে হবে

প্রসব পূর্ববর্তী সেবা

কমপক্ষে ৪টি সেবা দক্ষ সেবাদানকারীর কাছ থেকে গ্রহণ করতে হবে।
১ম সেবা: ৩-৪ মাসের মধ্যে, ২য় সেবা: ৬ মাসে, ৩য় সেবা: ৮মাসে, ৪র্থ সেবা: ৯মাসে।
৫টি টিটি টিকা নিশ্চিত করতে হবে।

প্রসব সেবা

যে কোন স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র হতে প্রাতিষ্ঠানিক প্রসব সেবা নিশ্চিত করতে হবে।
প্রসবকালীন সময় অর্থাৎ প্রসবের পূর্ব মুহূর্তে ২টি মিসোপ্রস্টল বড়ি খাওয়ানো নিশ্চিত করতে হবে।

মিসোপ্রোস্টল

বিতরণ:
২টি বড়ি প্রসবকালীন তৃতীয় পরিদর্শন এর সময় (গর্ভের ৩২ সপ্তাহে) বিতরণ করতে হবে।

প্রসব তরান্বিতকারণে:
প্রসবকালীন মাত্রা: ২৫ মাইক্রোগ্রাম যোনিপথে ৬ ঘন্টা পর পর বা ৫০ মাইক্রোগ্রাম মুখে খেতে হবে। ৪ ঘন্টা পর পর।
প্রসব পরবর্তী রক্তপাত প্রতিরোধে: ৪০০ মাইক্রোগ্রাম থেকে ৬০০ মাইক্রোগ্রাম মুখে বা পায়ুপথে শিশু প্রসবের অব্যবহিত পরেই।
প্রসব পরবর্তী রক্তপাত চিকিৎসায়: ১০০০ মাইক্রোগ্রাম পায়ুপথে অথবা ২০০ মাইক্রোগ্রাম মুখে খাওয়ার পাশাপাশি ৪০০ মাইক্রোগ্রাম জিহ্বার নিচে।

ক্লোরোহেক্সিডিন

বিতরণ:
প্রসবকালীন তৃতীয় পরিদর্শন এর সময় (গর্ভের ৩২ সপ্তাহে)
নবজাতকের নাড়ী কাটার সাথে সাথে পুরোটা নাভিতে ঢেলে দিতে হবে।

সর্তকতা:
মেয়ে বাচ্চার ক্ষেত্রে যোনিপথে না যায় খালি ভায়ালটি শিশুদের নাগালের বাইরে রাখুন।

প্রসব পরবর্তী সেবা

কমপক্ষে ৪টি সেবা দক্ষ সেবাদানকারীর কাছ থেকে গ্রহণ করতে হবে।
১ম সেবা: ২৪ ঘন্টার মধ্যে, ২য় সেবা: ২-৩ দিনের মধ্যে, ৩য় সেবা: ৭-১৪ দিনের মধ্যে, ৪র্থ সেবা: ৪২-৪৮ দিনের মধ্যে।
শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়াতে হবে, ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে; ১বছরের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নিশ্চিত করতে হবে।

(Long Acting Permanent Method):
দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতি আইইউডি, ইমপ্ল্যান্ট, টিউবেকটমী, ভ্যাসেকটমী।

(Long Acting Reversible Contraception):
দীর্ঘ মেয়াদি পুনঃ প্রত্যাবর্তন পদ্ধতি। আইইউডি ও ইমপ্ল্যান্ট।

(Maternal Mortality Ratio):
প্রতি বছরে প্রতি লাখ জীবিত শিশু জন্মদান করতে গিয়ে গর্ভাবস্থায় অথবা প্রসবকালীন সময়ে অথবা প্রসবের পর ৪২ দিনের মধ্যে যে কজন প্রসূতি গর্ভজনিত জটিলতায় মারা যান সেই সংখ্যাকে মাতৃ মৃত্যু হার বলা হয় ।

(Neo Natal Mortality):
প্রতি এক হাজারে জীবিত সন্তানের মধ্যে ২৮ দিন বা কম বয়সী শিশুর মৃত্যুকে নবজাতক মৃত্যু হার বলে ।

Middle Upper Arm Circumference(MUAC TAP):
০-৫ বৎসর বয়সীদের অপুষ্টি মাত্রা নির্ধারণের জন্য মাপার ফিতা।

(Severe Acute Malnutrition):
উচ্চতার তুলনায় খুব কম ওজন, সাথে পেশীর শুষ্কতা ও পুষ্টিজনিত ইডিমা। ৬-৫৯ মাস বয়সীর MUAC মাপ ১১৫ মিলি মিটারের কম হবে।

(Medium Acute Malnutrition):
উচ্চতার তুলনায় কম ওজন। ৬-৫৯ মাস বয়সীর MUAC মাপ ১১৫ মিলি মিটারের বেশী ও ১২৫ মিলি মিটারের কম হবে।

(Demographic Dividend):
১৫ বৎসরের নীচে জনসংখ্যা ও ৬৫ বৎসরের অধিক বয়সের জনসংখ্যা ৩৬.৯৪% অর্থাৎ প্রায় ৬৪% কাজে লাগানোর মত জনসংখ্যার প্রাপ্যতা।

পরিবার পরিকল্পনা বিভাগের প্রজেকশন

পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে সূচক, অর্জন ও প্রজেকশন :

সূচক	অর্জন (BDHS-2014)	অর্জন (BDHS-17-18)	প্রজেকশন (June 2022)
টিএফআর	২.৩	২.৩	২
সিপিআর	৬২.৪%	৬২%	৭৫%
১৫-১৯ বৎসরে কিশোরী মা হওয়ার হার	৩০.৮%	২৮%	২৫%
অপূর্ণ চাহিদার হার	১২%	১২%	১০%
ড্রপ আউট	৩০	৩০	২০
মাতৃ মৃত্যুর হার/প্রতি লাখে	১৭৬/প্রতি লাখে	১৭০/প্রতি লাখে	১২১/প্রতি লাখে
এএনসি চারটি	৩১.২%	৪৪%	৫০%
দক্ষ প্রসব সেবা	৪২.১%	৫৩%	৬৫%
৫ বৎসরের নীচে শিশু মৃত্যু/১০০০	৪৬	৪৫	৩৪
নবজাতকের মৃত্যু/১০০০	২৮	২৫	১৮
নবজাতকের অত্যাবশ্যকীয় সেবা	৬.১%	১৮%	২৫%

SDG তে পরিবার পরিকল্পনা বিভাগের প্রজেকশন

	সূচক	সাল-২০২০	সাল-২০২৫	সাল-২০৩০	
৩.৭.১	পরিবার পরিকল্পনার আধুনিক পদ্ধতি ব্যবহারকারী ও এতে সন্তুষ্ট নারীর অনুপাত	৭৫%	৮০%	১০০%	
৩.৭.২	প্রতি ১০০০ কিশোরী মায়েদের মধ্যে (১৫-৪৯) বছর বয়সীদের সন্তান জন্মদানের হার	৭০	৬০	৫০	
৩.১.১	মাতৃমৃত্যুর অনুপাত প্রতি ১০০০০০ জীবিত জন্মে।	১০৫	৮৫	৭০	
৩.১.২	দক্ষ প্রসব সেবা	৬৫%	৭২%	৮০%	
৩.২.১	৫ বৎসর বয়সী শিশু মৃত্যুর হার	৩৪	৩০	২৫	
৩.২.২	নবজাতকের মৃত্যু হার হ্রাস	১৯	১৬	১২	
২.২.১	খর্বতা	২৫%	১৬%	১২%	ভিত্তি ২০১৪-এ ৩৬.১%
২.২.২	ক্ষীনতা	১২%	১০%	৫%	ভিত্তি ২০১৪-এ ১৪.৩%

মুজিববর্ষ উপলক্ষ্যে জেলা পরিবার পরিকল্পনা কার্যালয়, সুনামগঞ্জ কর্তৃক প্রকাশিত। তথ্য সংগ্রহ করেছেন উপপরিচালক ও ডিস্ট্রিক্ট কনসালটেন্ট (এফপিসিএস-কিউআইটি), সুনামগঞ্জ। প্রকাশ কাল জুন/২০২১। প্রকাশক কর্তৃক সর্বস্বত্ব সংরক্ষিত।