

## Unit 03 स्वास्थ्य आँकलन

### (Health Assessment)

Q. स्वास्थ्य आँकलन को परिभाषित कीजिए। स्वास्थ्य आँकलन के उद्देश्य क्या हैं?

Define health assessment. What are the purpose of health assessment?

उत्तर- स्वास्थ्य आँकलन (Health Assessment)

हरमिन के अनुसार "स्वास्थ्य आँकलन एक सतत व्यवस्थित, गहन, क्रमबद्ध अवलोकन है।

यह शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, एवं व्यक्तिगत आवश्यकताओं तथा स्वतः देखभाल में परेशानी एवं अन्य अवस्था के देखभाल के बारे में सूचनाएं एकत्रित करने की प्रक्रिया है।"

दूसरे शब्दों में यह सम्पूर्ण शरीर या किसी अंग का परीक्षण या अध्ययन है, जिससे मरीज की सामान्य शारीरिक, मानसिक व सामाजिक स्थिति का निर्धारण किया जा सके।

**स्वास्थ्य आँकलन का उद्देश्य (Purpose of Health Assessment)**

स्वास्थ्य आँकलन के मुख्य उद्देश्य निम्न होते

1. समुदाय के सदस्यों की स्वास्थ्य सम्बन्धी आवश्यकताओं एवं समस्याओं का पता लगाना।

2. समुदाय के स्वास्थ्य स्तर का निर्धारण करना।
3. समुदाय के सदस्यों के साथ अच्छे पारस्परिक एवं व्यक्तिगत संबंध स्थापित करना।
4. स्वास्थ्य सेवाओं के नियोजन एवं क्रियान्वयन में समुदाय की भागीदारी सुनिश्चित करना।
5. समुदाय के सदस्यों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना ताकि उनके स्वास्थ्य का उत्तम स्तर प्राप्त किया जा सके।

Answer- Health Assessment According to Harmin, "Health assessment is a continuous, systematic, intensive, systematic observation.

It is used to collect information about physical, mental, social, and personal needs and problems in self-care and care of other conditions. It's a process."

In other words, it is a test or study of the entire body or any organ, so that the general physical, mental and social condition of the patient can be determined.

**Purpose of Health Assessment:** The main objectives of health assessment are as follows:

1. To find out the health related needs and problems of the community members.

2. To determine the health level of the community.
3. To establish good interpersonal and personal relations with the members of the community.
4. To ensure community participation in planning and implementation of health services.
5. To provide better health services to the members of the community so that they can achieve the best level of health.

**Q. स्वास्थ्य ऑकलन के प्रमुख घटक कौन-कौन से हैं?**

**What are the components of health assessment?**

**उत्तर-** स्वास्थ्य ऑकलन के मुख्यतः तीन घटक हैं-

1. इतिवृत्ति लेना (History Taken)
2. शारीरिक परीक्षण (Physical Examination)
3. सामान्य तथा विभिन्न जाँचें (Investigations)

**1. इतिवृत्ति लेना (History Taken) -**

व्यक्ति के स्वास्थ्य की अवस्था अथवा असामान्यता ज्ञात करने की दृष्टि से एक पूर्ण आर्थिक स्थिति, पोषण, पहले की बीमारी या दुर्घटना तथा वर्तमान की बीमारियों के बारे में सूचनाएं एकत्रित की जाती हैं।

- (a) पहचान तथ्य (Identification Data)
- (b) वर्तमान स्वास्थ्य स्थिति (Present Health Condition)
- (c) पूर्व मेडिकल इतिवृत्ति (Past Medical History)
- (d) पूर्व सर्जिकल इतिवृत्ति (Past Surgical History)
- (e) पारिवारिक इतिवृत्ति (Family History)
- (f) व्यक्तिगत इतिवृत्ति (Personal History)
- (g) प्रसूति इतिवृत्ति (Maternity History)
- (h) मासिक चक्र संबंधी इतिवृत्ति (Menstrual history)

## 2. शारीरिक परीक्षण (Physical Examination) -

शारीरिक परीक्षण के दौरान आवश्यकतानुसार रोगी के सम्पूर्ण शरीर का विस्तृत परीक्षण किया जाता है। शारीरिक परीक्षण हेतु निम्न विधियों का उपयोग किया जाता है-

- (a) निरीक्षण (Inspection)
- (b) स्पर्श परीक्षण (Palpation)
- (c) आघात परीक्षण (Percussion)
- (d) परिश्रवण (Auscultation)

## 3. सामान्य तथा विशेष जाँचें (General and Special Investigations)

- इसमें routine जाँचें शामिल हैं जैसे- हीमोग्लोबिन परीक्षण, TLC, DLC, Blood Group (ABO, Rh Factor), Blood Sugar, Complete urine examination

विशेष जाँचें - Rubella, USG, Hepatitis-B

Answer- There are mainly three components of health assessment-

1. History Taken
2. Physical Examination
3. General and various investigations

1. History Taken -

In order to find out the health condition or abnormality of the person, information is collected about his complete economic condition, nutrition, previous illness or accident and present diseases.

(a) Identification Data

(b) Present Health Condition

(c) Past Medical History

(d) Past Surgical History

(e) Family History

(f) Personal History

(g) Maternity History

(h) Menstrual history

2. Physical Examination - During the physical examination, a detailed examination of the entire body of the patient is done as per the requirement. The following methods are used for physical examination-

(a) Inspection

(b) Palpation

(c) Percussion test

(d) Auscultation

3. General and Special Investigations - This includes routine investigations like Hemoglobin test, TLC, DLC, Blood Group (ABO, Rh Factor), Blood Sugar, Complete urine examination

Special tests - Rubella, USG, Hepatitis-B

Q. स्वस्थ व्यक्ति के लक्षण क्या होते हैं?

What are the characteristics of healthy individual?

**उत्तर -** WHO के अनुसार "केवल शरीर को रोगों से मुक्त रखना अथवा अशक्त होना ही स्वास्थ्य नहीं है वरन् स्वास्थ्य से तात्पर्य सम्पूर्ण भौतिक, मानसिक एवं सामाजिक अवस्था का स्वस्थ रहना है।

इसके अतिरिक्त कुछ लोग सम्पूर्ण स्वास्थ्य की स्थिति

प्राप्त करने के लिए आध्यात्मिक स्वस्थता को भी आवश्यक मानते हैं।

### **1. शारीरिक लक्षण (Physical Characteristics)-**

शारीरिक स्वास्थ्य का अर्थ शरीर के सभी अंग एवं तन्तु शरीर में परस्पर पूर्ण सामंजस्य रखते हुए अपनी अपेक्षित क्षमता के अनुरूप कार्य करें।

इसकी पहचान साफ-सुथरी त्वचा, चमकदार आँखें, संतुलित सुगठित शरीर, पर्याप्त भूख लगना, मलाशय एवं मूत्राशय का नियमित रूप से कार्य करना तथा ज्ञानेन्द्रियों द्वारा शरीर के सही क्रियान्वयन से होता है।

### **2. मानसिक लक्षण (Mental Characteristics)**

मानसिक स्वास्थ्य केवल मानसिक विकारों से युक्त दशा नहीं है किन्तु यह व्यक्ति के दैनिक जीवन का एक सक्रिय गुण है जो व्यक्ति के जीवन की माँगों और समस्याओं के निराकरण हेतु धैर्यपूर्वक प्रयास करता है।

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अपनी और दूसरों की भावनाओं को समझता है और उन पर नियंत्रण रखता है।

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति के लक्षण निम्नलिखित हैं-

(a) आत्म मूल्यांकन की क्षमता (Self-Evaluation) -

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में आत्म-मूल्यांकन की क्षमता पायी जाती है, उसे अपने गुणों एवं सीमाओं का भली प्रकार ज्ञान होता है तथा वह अपने सभी कार्य, वार्तालाप अपने दायरे में रह कर करता है।

वह अपने स्वयं के दोष व कमियों का भी मूल्यांकन करता है तथा अपनी बुद्धि और विवेक से अपनी परेशानियों को कम कर लेता है।

(b) आत्मसम्मान की भावना मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में आत्मसम्मान की भावना पायी जाती है।

(c) समायोजनशीलता (Adjustability) -

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति विपरीत परिस्थितियों में भी धैर्य एवं बुद्धि-चातुर्य का प्रदर्शन कर प्रभावपूर्वक समायोजन कर लेता है तथा विपरीत परिस्थितियों से भी लड़कर अपने जीवन को सुखमय एवं आनन्दमय बनाता है।

वह समाज की नित नई परिस्थितियों से सामंजस्य स्थापित कर अपने आपको उसके अनुरूप ढाल लेता है।

(d) भावनात्मक स्थिरता (Emotional Stability)

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में भावनात्मक स्थिरता पायी जाती है, उसके द्वारा किए गए संवेगात्मक प्रदर्शन परिस्थितियों के अनुकूल ही होते हैं अर्थात् वे दुख और सुख की स्थिति में न तो अधिक उतावले होते हैं न ही अधिक



दुखी।

(e) आत्म-विश्वास (Self-Confidence) -

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति विपरीत परिस्थितियों में भी अपना हौसला नहीं खोते हैं।

वे धैर्य एवं बुद्धि के साथ संघर्षमय परिस्थितियों का डटकर सामना करते हैं। वे अपने लक्ष्य की प्राप्ति हेतु दृढ़ निश्चयपूर्वक निरंतर बढ़ते जाते हैं।

(f) जीवन के लक्ष्यों का निर्धारण (Selection of Life Goals) -

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्तियों का जीवन व्यवस्थित होता है, उनके जीवन में कुछ लक्ष्य होते हैं।

उनके द्वारा किए गए कार्य उनके द्वारा निर्धारित किए गए लक्ष्यों के अनुसार ही होते हैं, यही कारण है कि मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अधिकांश लक्ष्यों की प्राप्ति सहज ही कर लेते हैं।

(g) संतोषी प्रवृत्ति (Satisfactory Tendency) -

मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में संतोषी प्रवृत्ति पाई जाती है। वह अपने व्यवसाय, घर-परिवार, सामाजिक एवं आर्थिक स्तर आदि से सन्तुष्ट होता है तथा अपने स्तर में उत्तरोत्तर प्रगति करने के लिए प्रयासरत रहता है।

**3. सामाजिक लक्षण (Social Characteristics)-**

सामाजिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति में निम्न लक्षण पाए जाते हैं-

(a) उसके द्वारा की जाने वाली समस्त सामाजिक क्रियाएं एवं प्रतिक्रियाएं सकारात्मक होती हैं।

(b) उसमें समाज के अन्य लोगों के साथ सौहार्दपूर्ण एवं मित्रवत् संबंध बनाने तथा उन्हें लम्बे समय तक बनाए रखने की क्षमता पायी जाती है।

(c) उसके सामाजिक रिश्ते सुखद और सफलता की ओर अग्रसर करने वाले होते हैं।

(d) वह समाज कल्याण के विभिन्न कार्यों में सक्रिय भागीदारी रखता है।

(e) वह विभिन्न सामाजिक कार्यों में भाग लेता है।

#### 4. आध्यात्मिक लक्षण (Spiritual Characteristics)

स्वस्थता को प्रदर्शित करती है- व्यक्ति में निम्न लक्षणों की उपस्थिति आध्यात्मिक

(a) वह जीवन की सत्यता को स्वीकार करता है।

(b) वह जीवन के दर्शनशास्त्र (Philosophy of Life) में विश्वास करता है।

(c) वह संसारिक मोह-माया तथा भौतिक वस्तुओं की सच्चाई को स्वीकार कर उनसे अधिक मोह नहीं रखता है।

(d) वह संसार को चलाने वाली Super Natural Power (सुपर नेचुरल पावर) जिसे परमात्मा के नाम से भी जाना जाता है, में विश्वास करता है।

(e) उसमें धार्मिक सहिष्णुता भी पाई जाती है अर्थात् वह स्वयं के धर्म के

साथ-साथ दूसरे धर्मों की मान्यताओं एवं आस्थाओं का पालन भी करता है।

## 2. शारीरिक परीक्षण (Physical Examination) -

शारीरिक परीक्षण के दौरान आवश्यकतानुसार रोगी के सम्पूर्ण शरीर का विस्तृत परीक्षण किया जाता है।

शारीरिक परीक्षण हेतु निम्न विधियों का उपयोग किया जाता है-

- (a) निरीक्षण (Inspection)
- (b) स्पर्श परीक्षण (Palpation)
- (c) आघात परीक्षण (Percussion)
- (d) परिश्रवण (Auscultation)

### (a) निरीक्षण (Inspection) -

इस विधि के द्वारा शरीर का दृष्टिगत परीक्षण किया जाता है। आँखों से देखकर मरीज की सामान्य स्थिति के बारे में पता किया जाता है।

इसके अन्तर्गत निम्नलिखित अवस्थाओं का अध्ययन या निरीक्षण किया जाता है-

- मरीज के चेहरे के भाव (Facial expression)
- मरीज के चलने का ढंग (Posture and gesture)
- मरीज की त्वचा का रंग (Cyanosis)

- मरीज की चेतन्यता (Level of consciousness)
- मरीज के शरीर पर किसी भी तरह का निशान (mole and cuts) आदि।

### (b) स्पर्श परीक्षण (Palpation) -

इस विधि में विभिन्न अंगों के आकार एवं स्थिति को ज्ञात करने के लिए शरीर के किसी भाग को स्पर्श कर महसूस करके तथ्य एकत्रित किए जाते हैं।

स्पर्श परीक्षण में अँगुलियों के पोरों के मांसल भाग का उपयोग किया जाता है।

स्पर्श परीक्षण में निम्नलिखित तथ्य एकत्रित किए जाते हैं-

- शरीर के अंगों का आकार (Size of organ)
- शरीर के अंगों की स्थिति (Position of organs)
- शरीर का तापमान (Body temperature)
- शरीर का कड़ापन व दर्द (Tenderness and pain)
- नाड़ी व हृदय की धड़कन (Pulse and heart beat) आदि।

### (c) आघात परीक्षण (Percussion) -

इस विधि में शरीर के किसी भाग पर (जिसका परीक्षण करना हो) एक हाथ रखकर अँगुलियों के मध्य, दूसरे हाथ की अँगुलियों से थपथपाकर (by tapping the finger) आवाज उत्पन्न की जाती है जिससे आंतरिक अंगों के बारे में निम्न सूचना इकट्ठी की जा सकती है-

- आंतरिक अंगों का आकार व स्थिति (size and position)
- अंगों में असामान्य कठोर मांस की उपस्थिति (abnormal solid mass)
- अंगों व ऊतकों में तरल या गैस की उपस्थिति (fluid and gas)

#### (d) परिश्रवण (Auscultation) -

इस विधि में स्टेथोस्कोप की सहायता से मरीज के शरीर के अंदर की ध्वनियों को सुनते हैं इसे ही परिश्रवण कहते हैं।

जैसे- मरीज की हृदय की धड़कन (heart beat), फेफड़ों की ध्वनि (lungs sound), आँतों की ध्वनि (bowel sound) को स्टेथोस्कोप से सुनकर उनकी सामान्य व असामान्य स्थिति का पता लगाया जा सकता है।

Answer - According to WHO, "Health is not just about keeping the body free from diseases or being disabled, but health means keeping the entire physical, mental and social state healthy.

Apart from this, some people do not have complete health status. Spiritual health is also considered necessary to achieve this.

1. Physical Characteristics- Physical health means that all the organs and fibers of the body should work according

to their expected capacity while maintaining complete harmony with each other.

It is identified by clean skin, shining eyes, balanced well-built body, adequate appetite, regular functioning of rectum and bladder and proper functioning of the body through sense organs.

## 2. Mental Characteristics:

Mental health is not just a condition consisting of mental disorders but it is an active quality of a person's daily life which patiently tries to solve the demands and problems of the person's life.

A mentally healthy person understands and controls his own and others' emotions.

Following are the characteristics of a mentally healthy person-

### (a) Self-Evaluation Ability -

A mentally healthy person has the ability to self-evaluate, he is well aware of his qualities and limitations and he keeps all his work and conversations within his limits.

Does tax. He also evaluates his own faults and shortcomings and reduces his problems with his intelligence and prudence.

(b) Feeling of self-respect: A feeling of self-respect is found in a mentally healthy person.

(c) Adjustability -

A mentally healthy person shows patience and intelligence and adjusts effectively even in adverse circumstances and can fight even against adverse circumstances and achieve success in his life. Makes life happy and joyful. He adjusts to the daily new circumstances of the society and adapts himself accordingly.

(d) Emotional Stability:

Emotional stability is found in a mentally healthy person, his emotional performance is appropriate to the circumstances, that is, he is neither too impatient nor too much in the situation of sadness and happiness. Sad.

#### (e) Self-Confidence –

Mentally healthy people do not lose their courage even in adverse circumstances.

They face conflict situations boldly with patience and intelligence. They continue to move forward with determination to achieve their goals.

#### f) Selection of Life Goals –

The life of mentally healthy people is organized, they have some goals in life. The work done by them is according to the goals set by them, that is why mentally healthy people easily achieve most of the goals.

#### (g) Satisfactory Tendency –

Satisfactory tendency is found in a mentally healthy person. He is satisfied with his business, family, social and economic status etc. and keeps trying to progress gradually in his level.

### 3. Social Characteristics-

The following characteristics are found in a socially



healthy person-

- (a) All social actions and reactions done by him are positive.
- (b) It involves creating cordial and friendly relations with other people of the society and maintaining them for a long time. Capacity is found.
- (c) His social relationships are pleasant and lead to success.
- (d) He takes active participation in various social welfare works.
- (e) He participates in various social functions.

4. Spiritual Characteristics indicate health –

The presence of the following characteristics in a person is spiritual.

- (a) He accepts the truth of life.
- (b) He believes in Philosophy of Life.
- (c) He accepts the reality of worldly illusions and material things and does not have much attachment to them.
- (d) He believes in the Super Natural Power which runs the world, which is also known as God.

(e) Religious tolerance is also found in him, that is, he follows his own religion as well as the beliefs and faith of other religions.

## 2. Physical Examination -

During the physical examination, a detailed examination of the entire body of the patient is done as per the requirement. The following methods are used for physical examination-

- (a) Inspection
- (b) Palpation
- (c) Percussion test
- (d) Auscultation

### (a) Inspection –

Through this method the body is visually examined.

The general condition of the patient is known by looking through the eyes.

Under this, the following conditions are studied or observed-

- Facial expression of the patient
- Posture and gesture of the patient
- Patient's skin color (Cyanosis)
- Level of consciousness of the patient
- Any kind of mark (mole and cuts) etc. on the patient's body.

#### (b) Palpation -

In this method, facts are collected by touching and feeling any part of the body to know the size and condition of various organs.

In tactile testing, the fleshy part of the finger tips is used. The following facts are collected in touch test-

- Size of body parts
- Position of body parts
- Body temperature
- Body stiffness and pain (Tenderness and pain)
- Pulse and heart beat etc.

(c) Percussion -

In this method, a sound is produced by placing one hand on any part of the body (which is to be tested) between the fingers and by tapping the finger with the fingers of the other hand, due to which the internal organs are affected. The following information can be collected about-

- Size and position of internal organs
- Presence of abnormal solid mass in the organs.
- Presence of fluid or gas in organs and tissues

(d) Auscultation - In this method, sounds inside the patient's body are heard with the help of a stethoscope, this is called auscultation.

For example, by listening to the patient's heart beat, lungs sound, bowel sound through a stethoscope, their normal and abnormal condition can be detected.

**Q. शिशु में पाए जाने वाले प्रमुख विकास-चिन्ह समझाइए।**

**Explain the main developmental milestones in infant.**

**उत्तर-** शिशु में पाए जाने वाले कुछ प्रमुख विकास-चिन्ह निम्न हैं-

## उम्र (Age). विकास-चिह्न(Developmental Milestones)

2 महीना • सामाजिक मुस्कराहट (Social smile) देता है।

3 महीना. • माँ को पहचानना प्रारम्भ कर देता है।  
• वस्तुओं पर नजर स्थिर कर सकता है।  
• गर्दन को सँभाल सकता है।

4 महीना. • माता-पिता की आवाज को पहचानना प्रारम्भ कर देता है।

• गर्दन सीधी रखने में सक्षम।

5 महीना. • वजन जन्म के वजन का दुगुना हो जाता है।  
• सहारे के साथ बैठ सकता है।

• पहुँच में रखे लाल रंग के क्यूब के पास पहुँच सकता है।

• निचले दाँत आना प्रारम्भ हो जाते हैं।

6 महीना. • ऊपरी दाँत आना प्रारम्भ हो जाते हैं।  
• आस-पास से आने वाली आवाज सुनकर उस दिशा में अपना सिर घुमाता है।

• 'दा', 'मा', 'बा' जैसे शब्द बोल सकता है।

7 महीना. • अजनबी लोगों से मिलने पर anxiety (झुंझलाहट, चिंता) प्रदर्शित करता है।

8 महीना.

- बिना सहारे के साथ बैठ सकता है।

9 महीना.

- सहारे के साथ खड़ा हो सकता है।
- बच्चा रेंग सकता है।
- 'दादा', 'मामा', 'बाबा' जैसे शब्द बोल सकता है।

10 महीना.

- सहारे के साथ चल सकता है।

12 महीना.

- वजन जन्म का तीन गुना हो जाता है।
- बिना सहारे के खड़ा हो सकता है।
- स्वयं को खिलाने का प्रयास करता है (Tries to feed himself)।
- Molar (चवर्ण-दन्त) आना प्रारम्भ हो जाते हैं।
- गेंद से खेल सकता है।
- माता-पिता द्वारा प्रशंसा की गई गतिविधि को

पुनः दोहराता है।

Answer: Some of the major developmental signs found in the baby are as follows:

**Age.**

**Developmental Milestones**

2 months.

- Gives social smile.

3 months.

- Starts recognizing mother.

- Can fix gaze on objects.
  - Can support the neck. (Neck holding)
- 4 months.
- Starts recognizing parents' voices.
  - Able to keep the neck straight.
- 5 months.
- The weight becomes double the birth weight.
  - Can sit with support.
  - Can reach a red cube placed within reach.
  - Lower teeth start coming in.
- 6 months.
- Upper teeth start coming in.
  - Hearing the sound coming from nearby, he turns his head in that direction.
  - Can speak words like 'da', 'ma', 'ba'.
- 7 months.
- Displays anxiety when meeting strangers.
- 8 months.
- Can sit without support.
- 9 months.
- Can stand with support.
  - The baby can crawl.
  - Can speak words like 'Dada', 'Mama', 'Baba'.

- 10 months. • Can walk with support.
- 12 months. • Birth weight becomes three times.  
• Can stand without support.  
• Tries to feed himself.  
• Molar teeth start coming in.  
• Can play with the ball.  
• Repeats the activity praised by the parent.

Q. टोडलर में पाए जाने वाले प्रमुख विकास-चिन्ह समझाइए।

Explain the main developmental milestones in toddler.

उत्तर- Toddler (1-3 वर्ष आयु समूह) में पाए जाने वाले कुछ प्रमुख विकास-चिन्ह (Developmental milestones) निम्न हैं -

उम्र (Age).  
Milestones)

विकास-चिन्ह(Developmental

15 महीने.

- बिना सहारे के साथ चल सकता है।
- बिना फैलाए चम्मच से खा सकता है।

18 महीने.

- दौड़ सकता है।
- कप के साथ चाय, दूध, जूस आदि पी सकता है।



- 10 से 20 शब्द उपयोग में लेना प्रारम्भ कर देता है।
- Canine teeth (भेदक दन्त) आना प्रारम्भ हो जाते हैं।

**24 महीने.**

- सीढ़ियाँ चढ़ सकता है।
- अन्यो द्वारा कहे गए शब्दों को दोहरा सकता है।
- गेंद को किक (kick) मार सकता है।
- Second molar teeth (दूसरे चवर्ण-दन्त)

आना प्रारम्भ हो जाते हैं।

- वजन जन्म का चार गुना हो जाता है।

**36 महीने.**

- ट्राइसाइकिल चला सकता है।
- कंधे के ऊपर गेंद फेंक सकता है।
- सर्किल बना सकता है।
- छोटी कहानी सुना सकता है।
- स्वयं के लिंग को पहचान सकता है।
- रंगों को पहचान सकता है।

Answer- Some of the major developmental milestones found in Toddler (1-3 years age group) are as follows –

**Age.**

**Developmental Milestones**

15 months.

- Can walk without support.

spreading.

- Can eat with a spoon without

18 months.

- Can run.
- Can drink tea, milk, juice etc. with

the cup.

- Starts using 10 to 20 words.
- Canine teeth start emerging.

24 months.

- Can climb stairs.
- Can repeat words said by others.
- Can kick the ball.
- Second molar teeth start coming in.
- The weight becomes four times

the birth weight.

36 months.

- Can ride a tricycle.
- Can throw the ball over the shoulder.
- Can make circles.
- Can tell a short story.
- Can recognize one's own gender.
- Can recognize colours.