गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
स्वास्थ्य कार्यालय
बागलुङ

संक्षिप्त मासिक बुलेटिन

वर्षः १ | अंकः ३ | महिनाः ३ | चैत्र २०७९

नव वर्ष २०८० को स्वास्थ्यमैत्री मंगलमय शुभकामना

नयाँ वर्ष २०८० सालले हामी सबै स्वास्थ्यकर्मीमा नयाँ उमंग, नयाँ जोश, नयाँ जाँगर, नयाँ खुशी, नयाँ प्रगति, नयाँ बहार, नयाँ सपना, नयाँ आयाम प्रदान गरोस्। सम्पूर्णमा सुख, शान्ती, समृद्धि एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना !!!

इमेलः baglungdho@gmail.com वेभसाइटः hobaglung.gandaki.gov.np फेसबुकः https://www.facebook.com/dpho.baglung फोन नं.: ०६८-५२२४०८

पोषण विशेष कार्यक्रम सम्बन्धि पैरवी बैठक

स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङको आयोजनमा आमा तथा बालबालिकाको पोषण सुधार कार्यक्रम सम्बन्धी पैरवी बैठक सम्पन्न भएको छ। नेपाल सरकारको विशेष अनुदान अन्तर्गतको कार्यक्रम अनुसार आमा तथा बालबालिकाको पोषण सुधार कार्यक्रमको जानकारी एवं पैरवी गर्नको निम्ति जनप्रतिनिधि, स्वास्थ्यकर्मी तथा अन्य सरोकारवालाहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति बागलुङका प्रमुख श्री अमर थापा ज्यू तथा नगर उप-प्रमुख राजु खड्काको विशेष उपस्थिति रहेको थियो।

खोप छुट बच्चाको पूर्णखोप सुनिश्चितता सम्बन्धि योजना गोष्ठी

स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङको आयोजनामा, खोप छुट बच्चाको पूर्णखोप सुनिश्चितता सम्बन्धि २ दिने योजना गोष्ठीको दोस्रो र तेस्रो समुहको कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रममा कोभिड १९ खोप अभियान र खोप छुट बच्चाको पहिचान र पूर्ण खोप सुनिश्चितता तथा सरसफाई प्रवर्द्धनको लागि रणनीति तयारी र सुक्ष्म योजना अध्यावधिक गर्न ७ स्थानीय तहका स्वास्थ्य संयोजक, स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा फोकल पर्सनको उपस्थिति रहेको थियो भने सहभागीहरुले खोप कार्यक्रमको मासिक अनुगमन चार्ट तथा सुक्ष्म योजनामा समेत छलफल गर्नुभएको थियो ।

मिनिल्याप तथा भ्यासेक्टोमी सम्बन्धी परिवार नियोजन शिविर

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा संचालन भएको परिवार नियोजनको स्थायि बन्ध्याकरण शिविरमा १९ मिनिल्याप तथा २३ भ्यासेक्टोमी गरि कुल ४२ जनाले परिवार नियोजनको स्थायि बन्ध्याकरण सेवा लिएका छन। जिल्लाको बिभिन्न ५ स्थानमा संचालित शिवरमा सहयोग गर्नुहुने मध्यबिन्दु अस्पतालका नि.मे.सु डा. जितेन्द्र कडेल, बेनि अस्पतालकी अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक मन देवि गौतम तथा सम्पूर्णमा स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङ हार्दिक आभार ब्यक्त गर्दछ।

स्वास्थ्यकर्मीको लागी नसर्ने रोग सम्बन्धि PEN Package तालिम

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि नसर्ने रोग सम्बन्धी ४ दिने PEN Package Training को दोस्रो र तेस्रो ब्याच सम्पन्न भएको छ। तालिमलाई गलकोट न.पाका तथा तमानखोला गा.पाका स्वास्थ्य संयोजक सुशील पौडेल तथा तिल ब. छन्त्याल, बागलुङ न.पाका ज.स्वा.नि लक्ष्मण ढकाल, स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख प्रविण शर्मा तथा क्षय कुष्ठ निरिक्षक देव प्रकाश घिमिरेले सहजिकरण गर्नुभएको थियो भने २ ब्याचको तालिममा सबै स्थानीय तहको प्रतिनिधित्व गर्दै २५-२५ जना गरी जम्मा ५० जना स्वास्थ्यकर्मीहरुको सहभागिता रहेको थियो।

विश्व क्षयरोग दिवस २०२३ः "Yes we can end TB "ः बागलुङमा झन् झन् बढ्दै क्षयरोगका विरामी

क्षयरोग आँखाले देख्न नसकिने कीटाणु Mycobacterium tuberculosis बाट हुने गर्दछ । क्षयरोगका बिरामीले हाच्छियूँ गर्दा वा खोक्दा निस्केका कीटाणुहरू हावाको माध्यमबाट स्वस्थ व्यक्तिमा सर्दछ । क्षयरोग विश्वमा जनस्वास्थ्यको प्रमुख समस्याको रुपमा रहंदै आएको छ भने उच्च मृत्यू दर भएका १० वटा रोगमध्ये क्षयरोग पनि एक हो । सन् १९९३ मा विश्व स्वास्थ्य संगठनले क्षयरोगलाई जनस्वास्थ्यको प्रमुख समस्याको रुपमा घोषणा गरी यसको व्यवस्थापनका लागि समय समयमा नयाँ रणनीति तथा कार्यक्रमहरु तय गरी सदस्य राष्ट्रलाई लागु गर्न जोड दिदैं आएको छ । नेपालमा विगत लामो समयदेखि जनस्वास्थ्य समस्याकोरुपमा विद्यमान रहेको क्षयरोग नागरिक मृत्यूको प्रमुख १० रोग भित्र पर्दछ । नेपालमा कुल जनसङ्ख्याको झण्डै आधा जनसङ्ख्या क्षयरोगबाट सङ्क्रमित भएको अनुमान गरिएको छ । गरिबी, पोषणयुक्त खानाको कमी, चेतनाको कमी, रोग लुकाउने बानी, आदि कारणल क्षयरोगबाट सङ्क्रमित हुने दर बढदो छ भने औषधी प्रतिरोधी क्षयरोगको बढदो प्रकोप, निजी स्वास्थ्य संस्थाहरू दिइएको क्षयरोग निदान तथा उपचार मूलधारमा आउन नसक्नु, क्षयरोगका बिरामीमा एचआइभीको सङ्क्रमण, बढ्दो अव्यवस्थित शहरीकरण, खुला सिमाना, मधुमेहका बिरामीमा क्षयरोगको जोखिम आदि चुनौतीको रूपमा रहेका छन् । यी चुनौतीहरूलाई मध्येनजर गर्दै नेपाल सरकारले विश्व स्वास्थ्य सँगठनले सिफारिश गरे अनुसार डट्स विधि अवलम्बन, सरकारी निजी सहकार्य, चेतना अभिबृद्धि कार्यक्रम, क्षयरोगका बिरामीको सक्रिय खोज पड्ताल, औषधी प्रतिरोधी क्षयरोग निदान तथा उपचार सेवा विस्तार, समुदायमा आधारित क्षयरोग व्यवस्थापन, क्षयरोगका बिरामीको सम्पर्कमा आएका व्यक्तिहरूको सकृय परीक्षण (Screening), बच्चाहरूमा हुने क्षयरोगको व्यवस्थापन र TB-HIV सह सङ्क्रमणको ब्यवस्थापन आदि कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ । **हाल बागलुङको अवस्था हेर्दा आ.व २०७८/०७९मा जिल्लाभरी जम्मा १८५ जना विरामी रहेकोमा यस आ.व को नवौ महिना सम्म १४६ जना विरामी फेला परेका छन । यसरी विरामी बढ्नेमा बडिगाड गाँउपालिका, ढोरपाटन नगरपालिका तथा बागलुङ नगरपालिकामा अघिल्लो आ.व मा भन्दा यस वर्ष क्षयरोगका विरामी बढीरहेका छन् ।**

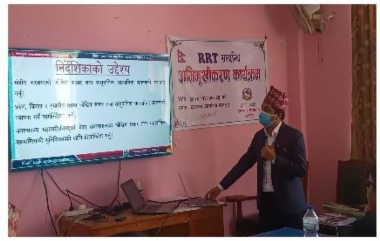
यसै तथ्यलाई मध्यनजर गरी विश्व क्षयरोग दिवस २०२३ (24 March 2023) बागलुङमा विभिन्न कार्यक्रम गरेर मनाइएको छ। बडिगाड स्वास्थ्य शाखा र स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको सयुक्त आयोजनामा बिश्व क्षयरोग दिवसको अवसरमा हो हामी क्षयरोग अन्त्य गर्छौ "Yes we can end TB " भन्ने मुल नाराका साथ बडिगाड गाउँपालिका र सरोकारवाला निकायहरुको उपस्थितिमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको हो। उक्त कार्यक्रमको अवसरमा क्षयरोग सम्बन्धि बिभिन्न जानकरी एवं पम्प्लेट बोकी खार हुँदै खौलार बजार र्याली लगाईएको थियो। साथै कार्यक्रममा बडिगाड गाउँपालिकामा पछिल्लो समय क्षयरोगीको संख्या तिव्र गतिमा बढेको भन्दै वर्तमान क्षयरोगको स्थिति, क्षयरोगका लक्षण, सरकार द्वारा गरिएको उपचारको निशुल्क व्यबस्था, रोगको निदान एवं रोकथामको लागि प्रत्येक व्यक्ति र समुदाय स्तरबाटै अपनाउनु पर्ने उपायको जानकारी सम्बन्धि स्वास्थ्य शिक्षा पनि प्रदान गरिएको थियो। साथै सोही अवसरमा बिभिन्न विषयमा सचेतनामुलक जानकारी सहित क्षयरोग भएका बिरामीहरुसँग स्वाथ्यकर्मीहरुको अन्तरकृया कार्यक्रम पनि गरिएको थियो। यो संगै दिवसको अवसरमा जिल्लामा सबै स्थानीय तहमा विभिन्न विध्यालयमा बिद्यार्थीहरुलाई क्षयरोग सम्बन्धि स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान कार्यक्रम पनि सम्पन्न गरिएको थियो।

मातृ तथा नव शिशु स्वास्थ्य (MNH) onsite coaching

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा जैमिनि नगरपालिकाको राङखानि स्वास्थ्य चौकिमा प्रसुति कर्मिहरुलाइ मातृ तथा नव शिशु स्वास्थ्य (MNH) onsite coaching तथा गुणस्तर सुधार कार्यक्रम समपन्न भएको छ। कार्यक्रममा मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सङ स्म्बन्धित knowledge assessment, decision making skill(partograph), normal delivery conduction, management of PPH, Shock and Eclampsia, infections prevention आदि बिषयमा स्थलगत कोचिङ/ मेन्टरिङ गरिएको हो।कार्यक्रमलाई नर्सिङ अधिकृत अन्जना पौडेल, सिनियर अस्पताल नर्सिङ सुपरभाइजर देबि भट्टराइ, प.हे.न.नि. सीमा कुवरले सहजिकरण गर्नुभएको थियो।

आमा समुह लाई स्वास्थ्य सम्बन्धि जनचेतना कार्यक्रम

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा जिल्लाका विभिन्न ५ स्थानमा टोल बिकास तथा आमा समुहका सदस्यहरुलाई स्वास्थ्य सम्बन्धि जनचेतना कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।स्वास्थ्यका विभिन्न सेवा प्राप्त गर्ने कहाँ र कसरी भन्ने बारे जनचेतना मुलक कार्यक्रमहरु ठाउँ र त्यहाँको आवस्यकता अनुरुप विषय छनौट गरि स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान गर्ने उदेश्यले यो कार्यक्रम योजना गरिएको हो।



RRT सम्बन्धि अभिमुखीकरण

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा RRT सम्बन्धि दुई दिने अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।कार्यक्रममा सबै स्थानीय तहका स्वास्थ्य शाखा संयोजक, स्वास्थ्य कार्यलया कर्मचारी तथा बागलुङ न.पाका स्वास्थ्यका कर्मचारीहरुको उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रममा विशेष गरी RRT तथा RCCE संग सम्बन्धित विषयवस्तुमा छलफल भएको थियो भने स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुखको संयोजकत्वमा जिल्ला RRT टोली समेत गठन गरिएको छ।

गर्भावस्था देखि सुत्केरी अवस्था सम्म सेवा निरन्तरता सम्बन्धी अभिमुखीकरण तथा EOC समिक्षा

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा गर्भावस्था देखि सुत्केरी अवस्था सम्म सेवा निरन्तरता सम्बन्धी अभिमुखीकरण तथा EOC समिक्षा समपन्न भएको छ।२ ब्याचमा संचालित सो कार्यक्रममा १० स्थानीय तहका स्वास्थ्य शाखामा कार्यरत MNH फोकल पर्सन र सम्बन्धित पालिका भित्रका प्रसुति केन्द्रमा कार्यरत नर्सिङ कर्मचारीको उपस्थित रहेको थियो।कार्यक्रमको सहजीकरण स्वास्थ्य कार्यालय, बागलुङका कार्यालय प्रमुख ज.स्वा.अ. प्रविण शर्मा, प.हे.न.नि. सीमा कुँवर, बागलुङ नगरपालिकाका ज.स्वा.नि. लक्ष्मण ढकाल र धौलागिरी अस्पतालमा कार्यरत स्टाफ नर्स सुमित्रा ढकालले गर्नुभएको थियो। सहभागीहरुले मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि प्रस्तुतीकरणमा आगामी दिनको कार्ययोजना पनि प्रस्तुत गर्नु भएको थियो।

विश्व स्वास्थ्य दिवस (7th April)

स्वास्थ्य कार्यालय बाग्लुङको आयोजनामा World Health Day २०२३ (7th April) तथा महिनाको अन्तिम शुक्रवारको अवसरमा कार्यालयमा फूलका विरुवा रोप्ने, मुख्य मुख्य सरकारी कार्यालयका कार्यालय प्रमुखको टेबलको खानेपानी परिक्षण गर्ने तथा स्वास्थ्य कार्यालय र स्थानीय तहका स्वास्थ्य संयोजकहरु विच मैत्रीपूर्ण फुटसल प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ।

किटजन्य रोग सम्बन्धि स्थलगत अनुशिक्षण

स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङको आयोजना तथा गलकोट नगरपालिका समन्वयमा गलकोट नगर अस्पताल र हटिया स्वास्थ्य चौकिमा र काठेखोला गाँउपालिकाको समन्वयमा लेखानी स्वास्थ्य चौकीमा किटजन्य रोग सम्बन्धि स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। स्थलगत अनुशिक्षणलाई स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङबाट मलेरिया इन्स्पेक्टर कमला थापा तथा जनस्वास्थ्य निरीक्षक लक्ष्मी शर्माले सहजीकरण गर्नुभएको थियो।

खानेपानीको परिक्षण

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको नियमित कार्यक्रम अन्तर्गत फाल्गुन महिनामा पनि खानेपानीको परिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। बडिगाड गाउँपालिका अन्तर्गत रहेका विभिन्न ५ विद्यालयको पानीको नमुना संकलन गरी परिक्षण गरिएको छ।

क्षयरोग सम्बन्धि क्युसी (Quality Control) को लागि स्लाईड संकलन

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङले क्षयरोग सम्बन्धि क्युसी (Quality Control) को लागि स्लाईड संकलन गरेको छ। जिल्ला स्थित विभिन्न १२ स्वास्थ्य सस्थाहरूवाट गुणस्तर निगरानीको लागि स्लाईड कलेक्सन गरिएको छ।

हार्दिक बधाई

स्वास्थ्य कार्यालय ,बागलुङमा क्ष.कु.नि. पदमा कार्यरत श्री देव प्रकास घिमिरे क्षयरोग नियन्त्रण कार्यमा विशिष्ट योगदान पुर्याए वापत गण्डकी प्रदेशबाट छनौट भई राष्ट्रिय क्षयरोग नियन्त्रण केन्द्र ,भक्तपुरबाट सम्मानित हुनुभएकोमा हार्दिक बधाई तथा शुभकामना व्यक्त गर्दछौं!

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङ परिवार

हार्दिक शुभकामना

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङमा कार्यरत पब्लिक हेल्थ नर्स सिमा कुंवरको २०७९/१२/१५ गते परेको जन्मदिनको अवसरमा सु-स्वास्थ्य एवं प्रगतिको शुभकामना !!!

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङ परिवार

स्थानीय तह विशेष:

बागलुङ नगरपालिका:

- स्वास्थ्य चौकिमा स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको Data verification तथा RDQA कार्यक्रम
- MNH अनसाइट कोचिङ
- IMNCI अनसाइट कोचिङ
- जेष्ठ नागरिकका लागी NCD शिविर
- ग्रामीण USG कार्यक्रम
- खोप कार्यक्रमको समिक्षा

ढोरपाटन नगरपालिका:

- पुर्ण खोप घरधुरि सर्वेक्षण
- क्षयरेग दिवस,खेजपडाल तथा कोहोर्ट विश्लेसशण
- ग्रामिण अल्ट्रासाउण्ड सेवा
- ईम्प्लान्ट सेवा

गलकोट नगरपालिका:

- सबै वडामा सुनौलो १००० दिनका आमाहरूको लागि पोषिलो खाना प्रदर्शनी कार्यक्रम
- गलकोट नगर अस्पतालमा अनलाइन HMIS रेकर्डिङ र EMR स्थापना सम्बन्धी तालिम
- विश्व स्वास्थ्य दिवसका अवसरमा स्वास्थ्यकर्मी स्तरीय ब्याडमिन्टन प्रतियोगिता, मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी सडक नाटक र सवारी चालकहरूका लागि निशुल्क स्वास्थ्य स्क्रिनिङ
- आईएमएनसिआई कार्यक्रमको समता तथा पहुँच गुणस्तरीय स्वास्थ्यका लागि आफ्नै पहल (साथ) कार्यक्रमको अभिमुखीकरण
- विश्व क्षयरोग दिवसको अवसरमा क्षयरोग सम्बन्धि विधालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम

जैमिनी नगरपालिका:

- क्षयरोग कार्यक्रमको माईक्रोषकोपीक क्याम्प
- आँखा,नाक,कान,धाँटी,मुख स्वास्थ्य सम्बन्धि म.स्वा.स्वय.सेविकाका लागी अभिमुखिकरण
- रूरर अल्ट्रासाउन्ड कार्यक्रम सञ्चालन
- परीवार नियोजन कार्यक्रमको सेटालाईट क्लिनिक सञ्चालन
- पूर्ण खोप दिगोपन सुनिश्चितताको लागि वडास्तरीय डाटा भेरीफिकेसन

बरेंङ गाउँपालिका:

- पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइल सम्बन्धि तथ्यांक संकलन
- सल्यान र सुखौरामा MSS कार्यक्रम
- थपलुङ सामुदायिक स्वास्थ्य इकाईमा IMNCI अनसाईट कोचिङ
- गर्भवती महिलाहरुको निशुल्क भडियो एक्स-रे
- बरेङ र बाटाकाचौरमा आँखा, नाक, कान, घाँटी तथा मुख स्वास्थ्य सम्बन्धी शिक्षक तथा महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरुलाइ अभिमूखीकरण

काठेखोला गाउँपालिका:

- MNH अनसाइट कोचिङ
- स्वास्थ्यकर्मीहरुको लागि IMPLANT तालिम
- पोषण कार्यक्रमको अनसाइट कोचिङ
- MSS कार्यक्रम सम्बन्धि स्वास्थ्यकर्मीलाई अभिमुखिकरण
- स्वास्थ्यकर्मीका लागी NTDS तालिम
- क्षयरोग कार्यक्रमको अर्धवार्षिक समिक्षा

तमानखोला गाउँपालिका:

- पूर्णखोप दिगोपनाको लागि पालिका स्तरीय योजना तर्जुमा तथा अभिमुखिकरण गोष्ठी
- ५ बर्ष मुनिका बालबालिकाहरुको पोषण अवस्था लेखाजोखा
- पूर्णखोप घरधूरी सर्बेक्षण
- इम्प्लान्ट तथा आइयूसिडी स्याटालाईट क्लिनिक सन्चालन,
- क्षयरोग दिवशको अवसरमा समूदाय अन्तरक्रिया तथा स्कृनिङ

ताराखोला गाउँपालिका:

- क्षयरोग कार्यक्रमको माईक्रोष्कोपीक क्याम्प
- जेष्ठ नागरिकको निशुल्क स्वास्थ्य परिक्षण
- ग्रामिण अल्ट्रासाउन्ड कार्यक्रम सञ्चालन
- धौलागिरी आयुर्वेदको सहयोगमा संगठीत संस्थामा योग
- पूर्ण खोप दिगोपन सुनिश्चितताको लागि घरधुरी सर्वेक्षण
- RRT अभिमुखिकरण र RRT समिति तथा टोलि गठन

निसिखोला गाउँपालिका:

- विश्व क्षयरोग दिवसको अवसरमा क्षयरोग सम्बन्धि विधालय स्वास्थ्य शिक्षा तथा जनचेतनामुलक कार्यक्रम
- संकास्पद १८३ जनाको खकार संकलन तथा चेक जांच
- ४० जनाको HIV Testing
- पूर्ण खोप दिगोपन सुनिश्चितताको लागि घरधुरी सर्वेक्षण
- स्वास्थ्य विमा कार्यक्रम

बडिगाड गाउँपालिका:

- स्वास्थ्य प्रोफाइल सम्बन्धि घरधुरी सर्वेक्षण सम्पन्न
- विश्व स्वास्थ्य दिवसको अवसरमा नसर्ने रोग सम्बन्धि जनचेतना संगै रगत जांच तथा screaning camp कार्यक्रम
- जनता संग पालिका अध्यक्ष कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रम वडा न. १ र १० मा सम्पन्न
- नियमित तौल अनुगमन गर्ने बच्चा तथा आमाहरुलाई १ क्यारेट अण्डा वितरण (१-१० वडामा)
- आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र दर्लिङमा स्वास्थ्य संस्था संचालन तथा ब्यबस्थापन समितिको क्षमता अभिवृदी तथा MSS कार्यक्रम

पढ्नै पर्ने :

फेरी बढ्न थालेको हो त कोरोना संक्रमण ?

रामप्रसाद खनाल
स्वास्थ्य शाखा संयोजक
बागलुङ नगरपालिका

नेपालमा फेरी कोरोना संक्रमणको दर बढ्न थालेको छ। सन २०१९ को अन्ततिरबाट चिनको वुहान प्रान्तबाट सुरु भई विश्वव्यापि माहामारीको रुपमा देखा परेको कोभिड-१९ को संक्रमणले विश्वलाई तहसनहस पारीरहेको अवस्था रहेको छ। विगत १ वर्षमा यसको संक्रमणमा केहि कमि आएको देखियतापनी हालसालै मित्रराष्ट्र भारतमा नया भेरियन्ट देखिएको र नेपालमा पनि ओमिक्रोनको नयाँ भेरियन्ट देखिएको तथ्य स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले सार्वजनिक गरिसकेको छ। पछिल्लो समय कोरोना भाइरसको संक्रमणबाट केहि दिन अघि एक जनाको मृत्यु पनि भएको छ। हाल देखीएको भेरियन्ट धैरै संक्रामक भएको तर यसको जटिलता धेरै पुष्टी हुन वाकी रहेतापनी यसबाट बच्नका लागी सावधानी अपनाउन जरुरी रहेको छ। बागलुङमा पनि हाल केहि हप्ता यता कोरोना संग मिल्दा जुल्दा लक्षण लिएर धेरै विरामी स्वास्थ्य संस्थामा आउन थाल्नुभएको छ।कोभिड-१९ विरुद्दको खोप लगाएकै भरमा हामी धेरैले मास्कको प्रयोग गर्न छोडेको देखिन्छ अनि स्वास्थ्यका मापदण्ड भुल्दै गएको पाउन सकिन्छ। विगतमा जस्तै देशलाई लकडाउन गर्न नपरेपनी यो रोगबाट आम जनसमुदायलाई सजग बनाइ राख्न स्वास्थ्य सुरक्षाका मापदण्डहरु आम नागरीकले पालना गर्नै पर्छ त्यसैले पून जनस्वनस्थ्य सुरक्षा मापदण्डहरु स्मरण गराउदै यि मापदण्डहरु पालना गर्नुहुन हार्दिक अपिल गर्दछौ।

- ज्वरो आउने, घाटी दुख्नु, जिउ दुख्नु, टाउको दुख्ने जस्ता लक्षणहरु देखीयमा केहीदिन छुट्टै बस्ने
- सन्तुलित भोजनको सेवन गर्ने
- अनावाश्यक भिडमाडमा नजाने
- बाहिर निस्कदा मास्कको प्रयोग गर्ने
- ब्यक्तिगत सरसफाईमा ध्यान दिने
- पटक पटक हात धुने वा स्यानिटाइजरको प्रयोग गर्ने
- नियमित सारिरिक ब्याम गर्ने
- प्रसस्त मात्रामा झोल पदार्थ तथा पानी पिउने
- फ्रिज गरिएका र जंकफुड नखाने
- विरामिलाई सहानुभुति हौसला प्रदान गर्ने
- घरटोल वरिपरि सरसफाइ गर्ने

स्वास्थ्य कार्यालयबाट संचालन हुने कार्यक्रमको बैशाख महिनाको सम्भावित कार्ययोजनाः

क्र.स	योजनामा रहेका कार्यक्रम	सम्भावित हप्ता				कार्यक्रम संयोजक
		१	२	३	४	
१	RMNCAH सम्बन्धि अभिमुखीकरण					सिमा कुँवर
२	FCHV Allowance वितरण					सिमा कुँवर
३	MNH Onsite Coaching					सिमा कुँवर
४	पालिका स्तरमा खोप छुट बच्चा पहिचान भइ पूर्णखोप सुनिश्चितताको समिक्षा, नियमित खोपको सुद्रिढीकरण र पूर्णखोप दिगोपनको सुक्ष्म योजना अध्यावधिक २ दिन तथा सरसफाई प्याकेजको पुनर्ताजगी तालिम १ दिन					राजु खत्री
५	जिल्ला खोप समन्वय समितिको बैठक					राजु खत्री
६	खोप छुट बच्चा धेरै भएका स्थानीय तहमा सरोकारवालाको अभिमुखीकरण					राजु खत्री
७	आधारभुत स्वास्थ्य सेवाको स्तरीय उपचार पद्दति BHS STP सम्बन्धि स्वास्थ्यकर्मीका लागि अभिमिखिकरण					देव प्रकास घिमिरे
८	स्वस्थ्यकर्मिहरुका लागि IMNCI कार्यक्रम					देव प्रकास घिमिरे
९	विषादी रहित खाध्य तथा पोषण प्रबर्धन सम्बन्धि अभिमिखिकरण					देव प्रकास घिमिरे
१०	खानेपानीको मुहान परिक्षण					डिल्ली प्र.आचार्य
११	५ वर्ष मुनिका बालबालिकाको पोषण स्थिति लेखाजोखा					लक्ष्मी शर्मा
१२	स्वस्थ्यकर्मिहरुका लागि IHMIS सम्बन्धि तालिम					घनश्याम सापकोटा
१३	पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइल निर्माण अभिमुखीकरण तथा तथ्यांक संकलन					घनश्याम सापकोटा
१४	स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागी योजना तर्जुमा तथा चौमाषिक समिक्षा					घनश्याम सापकोटा

राष्ट्रिय भिटामिन ए तथा जुकाको औषधी खुवाउने कार्यक्रम

यहि मिति २०८० बैशाख ६ र ७ गते आफ्नो ६ महिना देखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकालाई पायक पर्ने स्वास्थ्य संस्था वा महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंमसेविकाबाट भिटामिन ए र जुकाको औषधी खुवाउनुहुन अनुरोध छ !

२०८० बैशाख ६ र ७ गते

उमेर समुह	"भिटामिन ए" क्याप्सुल २ लाख आई.यु.डोज	जुकाको औषधी (Albendazole) डोज
६ महिनाको बच्चालाई	नखुवाउने	नखुवाउने
६-१२ महिना सम्मको बच्चालाई	१/२ (आधा चक्की)	नखुवाउने
१-२ वर्ष सम्मको बच्चालाई	१ क्याप्सुल	१/२ (आधा चक्की)
२-५ वर्ष सम्मको बच्चालाई	१ क्याप्सुल	१ चक्की

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङ