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

संक्षिप्त मासिक बुलेटिन

वर्षः २ | अंकः ४ | महिनाः ४ | बैशाख २०८०

पारिवारीक स्वास्थ्य प्रोफाईल सम्बन्धी अभिमुखीकरण

स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङको आयोजनामा तमानखोला गाउँपालिकामा जनप्रतिनिधि तथा स्वास्थ्यकर्मीहरुको लागी पारिवारीक स्वास्थ्य प्रोफाईल सम्बन्धी अभिमुखीकरण सम्पन्न भएको छ।गाँउपालिकाको स्वास्थ्य प्रोफाईल निर्माण योजना अनुसार स्वास्थ्यकर्मीहरु घरधुरी सर्वेक्षण तथा स्वास्थ्य सम्बन्धी पारिवारिक तत्थ्याङक संकलन गर्न पालिका भरिका ६ वटै वडाका स्वास्थ्य सस्थाहरुले कार्ययोजना बनाएर नागरिकका घरदैलोमा गई तथ्यांक संकलन गर्ने कार्य जारी रहेको छ।

पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइल २०८०
तमानखोला गाउँ पालिका
बागलुङ

पूर्ण खोप सुनिश्चितताको तथा दिगोपनाको लागि सुक्ष्मयोजना गोष्ठी

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा संचालित राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई छुट बच्चाको पहिचान भई पूर्ण खोप सुनिश्चितताको समिक्षा, नियमित खोपको सुदृढीकरण र पूर्ण खोप दिगोपनाको लागि सुक्ष्मयोजना अद्यावधिक २ दिन र सरसफाई प्याकेजको पुर्नताजगी तालिम १ दिन गरि ३ दिने गोष्ठि जिल्ला भित्र ५ ब्याचमा संचालन भइ सम्पन्न भएको छ ।कार्यक्रममा जिल्लाका सबै स्थानीय तहबाट जम्मा १७८ स्वास्थ्यकर्मीको सहभागिता रहेको थियो।

भिटामिन ए तथा जुकाको औषधी खुवाउने कार्यक्रम

६ महिना देखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकाहरूलाई २०७९-८० को दोस्रो चरणको भिटामिन ए क्याप्सुल र जुकाको औषधि खुवाउने कार्यक्रम जिल्लाभर सफलतापुर्वक सम्पन भएको छ।नेपाल सरकारको राष्ट्रिय कार्यक्रम अनुसार हरेक वर्ष बैशाख र कार्तिक महिनामा सो समुहका बालबालिकालाई भिटामिन ए र कुकाको औषधी खुआउने कार्यक्रम राष्ट्रिय अभियानको रुपमा संचालन हुदैं आएको छ।

विश्व औलो दिवस २०८०

स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङको आयोजना तथा स्थानीय तहका स्वास्थ्य शाखा ,विभिन्न स्वास्थ्य संस्था र विद्यालय नर्सको समन्वयमा विश्व औलो दिवस २०८० "शून्य औलो अबको थालनी नवीनतम कार्य ,कार्यान्वयनमा लगानी" भन्ने नाराका साथ २०८०/०१/१२ गतेका दिन जिल्लाका सबै विध्यालयमा विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन भएको छ।कार्यक्रममा औलो रोगको परिचय, लक्षण, सर्ने प्रक्रिया र रोकथामका बारेमा छलफल गरिएको थियो।

STP of BHS सम्बन्धि अभिमुखीकरण

सवास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा स्वास्थ्यकर्मिहरुका लागि ३ दिने आधारभुत स्वास्थ्य सेवाको स्तरिय उपचार प्रणाली STP of BHS अभिमुखिकरण सम्पन्न भएको छ।विभिन्न रोगहरुको उपचार पद्दतिमा एकरुपता ल्याउन यस किसिमको तालिम संचालन गरिएको हो। उक्त कार्यक्रमको सहजिकरण धौलागिरि अस्पतालका डा. नकुल रेग्मी, कुश्मिशेरा प्रा.स्वा.के का डा शुलभ आचार्य तथा स्वास्थ्य कार्यालय लमजुङका जन स्वास्थ्य निरिक्षक दिपक वोम्जनले गर्नु भएको थियो। कार्यक्रममा जिल्लाका ३२ जना स्वास्थ्यकर्मीको सहभागीता रहेको थियो।

किटजन्य रोग सम्बन्धि स्थलगत अनुशिक्षण

स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङको आयोजना र काठेखोला गाँउपालिकाको समन्वयमा पाला स्वास्थ्य चौकीमा किटजन्य रोग सम्बन्धि स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।स्वास्थ्य संस्थाका सम्पूर्ण स्वास्थ्यकर्मीको सहभागितामा संचालन भएको स्थलगत अनुशिक्षणलाई स्वास्थ्य कार्यालयका मलेरिया इन्स्पेक्टर कमला थापा र पब्लिक हेल्थ नर्स सिमा कुँवरले सहजीकरण गर्नुभएको थियो ।

परिवार नियोजनको सेवा सहितको सेटलाइट शिबिर

स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङको आयोजनामा काठेखोला गाउपालिकाको धम्जा स्वास्थ्य चौकिमा लामो अबधिको परिवार नियोजनको सेवा सहितको सेटलाइट शिबिर सम्पन्न भएको छ।जसमा ७ जना सेवाग्राहिले Implant Insertion र Removal को सेवा लिएका छन्।आबश्यकता तथा मागको आधारमा सो शिविर जिल्लाका अन्य स्थानमा पनि निशुल्क रुपमा संचालन गरिनेछ।

विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजना जिल्लाका विभिन्न विद्यालयमा विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम संचालन भैरहेको छ । सहभागी बिध्यार्थिहरुलाई किशोरावस्था, यौनिकता शिक्षा, यौन तथा प्रजनन अधिकार र महिनावारी स्वास्थ्य ब्यबस्थापन बिषयमा छलफल गरिएको छ। कार्यक्रम को सहजिकरण स्वास्थ्य कार्यलय बागलुङमा कार्यरत पब्लिक हेल्थ नर्स सीमा कुवर र मलेरिया इन्सपेक्टर कमला थापाद्वारा गरिएको छ।विद्यालयको माग अनुसार सो कार्यक्रम हरेक विध्यालयमा संचालन गर्न सकिनेछ।

विषादि रहित खाध्य तथा पोषण सम्बन्धी अन्तरक्रिया

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजना तथा काठेखोला गाउपालिकाको समन्वयमा काठेखोला गाउपालिका वडा नं ६ मा विषादि रहित खाध्य तथा पोषण सम्बन्धी अन्तरक्रिया सम्पन्न भएको छ ।उक्त कार्यक्रममा वडा अध्यक्ष, कृषक, जनप्रतिनिधि र स्वास्थ्यकर्मिहरु सहित ३९ जनाको सहभागिता रहेको थियो। अन्तर्कृयाको सहजिकरण स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका क्षय कुष्ठरोग निरिक्षक देव प्रकाश घिमिरेले गर्नु भएको थियो।

जिल्लामा संचालित स्वास्थ्य कार्यक्रमको समिक्षा

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजना तथा स्वास्थ्य निर्देशनालयको समन्वयमा जिल्लामा संचालित सम्पूर्ण कार्यक्रमको समिक्षा कार्यक्रम संचालन भएको छ।कार्यक्रममा गत आ.व को प्रगति तथा यस आ.व मा भएका सम्पूर्ण कार्यक्रमको सवल पक्ष तथा सुधार गर्नुपर्ने क्षेत्रको बारेमा छलफल भएको थियो।संचालित समिक्षा कार्यक्रमको सहजीकरण स्वास्थ्य निर्देशनालयका तथ्यांक अधिकृत प्रविण भण्डारी तथा स्वास्थ्य कार्यालयका कार्यक्रम संयोजक ज्यूले गर्नु भएको थियो भने जिल्लाका सबै स्थानीय तहका स्वास्थ्य शाखाका संयोजक तथा सहसंयोजकहरुको राम्रो सहभागिता रहेको थियो।

RMNCAH सेवाको Web Based Tracking system सम्बन्धि अभिमुखीकरण

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा प्रजनन स्वास्थ्य, मातृ तथा नवजात शिशु, बाल तथा किशोरकिशोरी स्वास्थ्य (RMNCAH) सेवाको Web Based Tracking system सम्बन्धि अभिमुखीकरण कार्यक्रम समपन्न भएको छ। बागलुङ जिल्लाका १० स्थानीय तहका स्वास्थ्य शाखाका स्वास्थ्य संयोजकहरु र स्वास्थ्य कार्यालयका फाँट प्रमुखहरुको उपस्थितिमा संचालित कार्यक्रमको सहजीकरण स्वास्थ्य निर्देशनालयका तथ्यांक अधिकृत प्रविण भण्डारीले गर्नु भएको थियो।

स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि IMNCI तालिम

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा जिल्लाका स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि आयोजना गरिएको IMNCI तालिमको पहिलो समूहको तालिम आजबाट सम्पन्न भएको छ। तालिम कार्यक्रममा मातृशिशु मितेरि अस्पतालका बालरोग बिषेषज्ञ कुशल बराल ,गलकोट नगर अस्पतालका विशेषज्ञ राजेश पौडेल ,गलकोट न पा का स्वास्थ्य संयोजक शुशिल पौडेल ,रिमा बोसेल तथा स्वास्थ्य कार्यालयका देव प्रकाश घिमिरेले सहजिकरण गर्नुभएको थियो। ९ स्थानीय तहबाट २३ जनाको सहभागिता रहेको तालिमको मुख्य उदेश्य बालबालिकामा जन्मे देखि ५ बर्ष सम्ममा देखिने समस्या तथा उपचार र व्यबस्थापन गर्ने ज्ञान र सिप को बिकास गराउने रहेको थियो ।

सुरक्षित गर्भपतन सम्बन्धि VCAT तालिम

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा सुरक्षित गर्भपतन सम्बन्धि मूल्य मान्यता तथा ब्यबहार रुपान्तरण (VCAT) सम्बन्धि अभिमुखीकरण सम्पन्न भएको छ।जिल्लाका ३० जना सुरक्षित गर्भपतनका सेवाप्रदायकको उपस्थितिमा सम्पन्न कार्यक्रमको सहजीकरण स्वास्थ्य निर्देशनालय पोखराका कम्युनिटि फिजिसियन डा. सृजना अधिकारी, जनस्वास्थ्य अधिकृत रबिना ठगुन्ना, स्वास्थ्य कार्यालयका प.हे.न.नि सिमा कुँवर र ज. स्वा. नि. लक्ष्मी शर्माले गर्नु भएको थियो।

खानेपानीको मुहान परिक्षण

स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा बैशाख महिनामा जिल्लाका विभिन्न १० स्थानका मुहान तथा बिद्यालयको खाने पानीको परिक्षण गरिएको छ।साथै जिल्लाको घोडाबाधे स्थित रहेको नेपाली सेनाहरुले प्रयोग गर्ने पानीको मुहानको पनि परिक्षण गरिएको थियो।यो महिना परिक्षण गरिएका पानीको नमुनाको नतिजा हेर्दा ३ स्थानको पानी पिउन अयोग्य पाइएको छ भने सम्बन्धित स्थानीय तहलाई सो को प्रतिवेदन समेत गरिएको छ।यो संगै ताराखोला स्थित स्वास्थ्य सस्थाहरूका प्रयोशालाकर्मीलाई अनसाईट कोचिंङ पनि गरिएको छ।

बाग्लुङमा एचआइभी संक्रमित बढ्दै

बाग्लुङमा नारायण रिजाल

बाग्लुङमा एचआइभी संक्रमितको संख्या बढ्दै गएको छ। अघिल्लो वर्षको तुलनामा यस वर्ष संक्रमितको पहिचान हुने दर बढ्दै गएको हो। जिल्लामा हाल एक सय ८१ जना सक्रिय संक्रमित छन्।

अघिल्लो वर्षको असार मसान्तसम्म कुल एक सय ६९ संक्रमित रहेकोमा यस आर्थिक वर्षको फागुन मसान्तसम्म १२ जना संक्रमित रहेको धौलागिरि अस्पताल एआरटी सेन्टरका प्रमुख प्रदीप आचार्यले जानकारी दिए। संक्रमितमध्ये सबैभन्दा बढी बाग्लुङ नगरपालिकामा ८९ जना छन्। एआरटी सेन्टरको तथ्यांकअनुसार काठेखोला गाउँपालिकामा २२ जना संक्रमित छन्। ताराखोला गाउँपालिकामा ७, निसीखोलामा ६, तमानखोलामा ३, बडिगाडमा १०, ढोरपाटन नगरपालिकामा ५, गलकोट नगरपालिकामा १९, जैमिनी नगरपालिकामा १६ र बरेङ गाउँपालिकामा एकजना संक्रमित रहेको एआरटी प्रमुख आचार्यले जानकारी दिए। जिल्लाभित्र बसोबास गर्ने र अन्य जिल्ला ठेगाना भएका तीनजना संक्रमित छन्।

● सबै संक्रमितले लिन्छन् एआरटी

संक्रमित सबैले नियमित एआरटी लिएका छन्। पुरुषभन्दा महिला नै बढी संक्रमित छन्। जिल्लामा ७९ जना पुरुष र ९६ महिला संक्रमित छन्। एचआइभी संक्रमितको क्षेत्रमा काम गर्ने धौलागिरि पोजेटिभ समूहमार्फत २१ जना बालबालिकाले सेवा लिएका छन्, जसमा बाग्लुङका ६ जना बाग्लुङका रहेका छन् भने अन्य छिमेकी जिल्लाका बालबालिका रहेको धौलागिरि पोजेटिभ समूहका अध्यक्ष चन्द्रबहादुर खत्रीले जानकारी दिए।

संस्थाले सञ्चालन गरेको कावा कार्यक्रमअन्तर्गत संक्रमित बालबालिकाका लागि मासिक एक हजार रूपैयाँ सहयोग गर्दै आएको छ। संक्रमित बालबालिकाको पोषण र अन्य सुविधाका लागि संस्थाले राष्ट्रिय एचआइभी तथा एड्स महासंघ नेपाल साझेदारीमा सेभ द चिल्ड्रेन र ग्लोबल फन्डको सहयोगमा कावा कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ। धौलागिरि अस्पतालमा एआरटी सेवा लिन आउने संक्रमितका लागि खान-बस्नको समेत व्यवस्था गर्न पोजेटिभ समूहले हेरचाह केन्द्र सञ्चालन गर्दै आएको संस्थाका अध्यक्ष खत्रीले बताए।

'हामीले कावा कार्यक्रमसँगै हेरचाह केन्द्र पनि सँगै सञ्चालन गरेका छौं, बालबालिकाको खातामा मासिक रूपमा एक हजारका दरले राखिदिन्छौं। अन्यका लागि हेरचाह केन्द्रमा खान-बस्नको व्यवस्था गरेका छौं। उहाँहरू अस्पतालमा आउँदा यहाँ बस्नुहुन्छ। संस्थाका कर्मचारीसँग समन्वय गरेर सेवा लिएर फर्कनुहुन्छ,' अध्यक्ष खत्रीले भने।

● संक्रमितलाई हेर्ने दृष्टिकोण अझै साँघुरो

संक्रमितलाई समाजले हेर्ने दृष्टिकोण र गर्ने व्यवहारका कारण अहिले पनि थुप्रै एचआइभी संक्रमितले खुलेर जीवन जिउन नपाएको उनले बताए। समाजमा संक्रमितका लागि अझै पनि लाञ्छना तथा भेदभाव रहेको खत्री बताउँछन्। 'म आफैं पनि नेपाल प्रहरीको जागिरे थिएँ। त्यहाँ पनि विभेद हुने डरले जागिरबाट अवकाश लिएँ,' खत्री भन्छन्, म त बल्लतल्ल हिम्मत जुटाएर सार्वजनिक भएँ तर मजस्ता कैयौं एचआइभी संक्रमितहरू अहिले पनि समाजको डरले खुल्न सकेका छैनन्।' संक्रमितलाई समाजले हेर्ने नजर गलत हुँदा एचआइभी संक्रमितले रोग लुकाएर राख्ने गरेको र त्यसले भित्रभित्रै भयानक रूप लिने गरेको उनको बुझाइ छ।

> विगतमा भन्दा पछिल्लो समय संक्रमितहरू समाजमा खुल्दै गएका छन्

विगतमा भन्दा संक्रमितहरू खुल्दै गएको र संख्या पनि बढ्दै गएको स्वास्थ्य कार्यालय बाग्लुङका एचआइभी एड्स फोकल पर्सन देवप्रकाश घिमिरेले बताए। समाजले गर्ने छिछिः र दुरदुरको व्यवहारले अधिकांश रोग लुकाएर बस्ने गरेका छन्। घिमिरेले भने- तैपनि हाम्रा स्वास्थ्यकर्मीको नियमित परामर्शले पछिल्लो समयमा केही खुल्नेको दर पनि बढ्दै गएको छ। एचआइभी एड्स हुँदैमा जीवन समाप्त हुन्छ भन्ने सोच अझै पनि केहीमा रहेको र समाजले हेर्ने दृष्टिकोणका डरले संक्रमितहरू खुल्न डराएको उनले बताए। विशेषतः धेरैजसो असुरक्षित यौन व्यवहारका कारण एचआइभी संक्रमित हुने गरेको पाइएको उनको भनाइ छ। समाजमा एचआइभी कसरी सर्छ र कसरी सर्दैन भन्नेबारे भ्रम रहेका कारण पनि संक्रमित हुनेहरूको संख्या बढी हुने घिमिरे बताउँछन्।

एचआइभी एड्सको न्यूनीकरणका निम्ति स्वास्थ्य कार्यालय, धौलागिरि अस्पताल, एआरटी सेन्टर, धौलागिरी पोजेटिभ समूह र एड्स हेल्थ केयर फाउन्डेसन तथा स्थानीय तहले नियमित क्रियाकलाप गर्दै आएका छन्। संघीयता लागू भएसँगै सबै अधिकार स्थानीय तहमा गएपश्चात् एचआइभी एड्स न्यूनीकरणका काम कम हुन लागेको पीडितहरूको गुनासो रहेको छ। जिल्लाका १० स्थानीय तहमध्ये अहिलेसम्म चारवटा स्थानीय तहले मात्र केही कार्यक्रमका लागि सहयोग गरेको खत्रीले बताए।

बैशाख १८ मा नयाँ पत्रिकामा प्रकाशित

स्थानीय तह विशेष:

बागलुङ नगरपालिका:

- IMNCI onsite coaching सम्पन्न
- MBSP अभिमुखीकरण तथा समिति निर्माण
- MNH onsite coaching सम्पन्न
- स्वास्थ्य संस्थाहरुमा RDQA कार्यक्रम
- किशोर किशोरी मैत्री स्वास्थ्य संस्था सम्बन्धि होलसाइट अभिमुखीकरण

ढोरपाटन नगरपालिका:

- पुर्ण खोप सुनिश्चितता र दिगोपनाको लागि समीक्षा तथा योजना तर्जुमा गोष्ठी
- बिद्यालय स्वास्थ्य तथा पोषण कार्यक्रमको समीक्षा तथा योजना तर्जुमा गोष्ठी
- बुर्तिबाङ प्रा.स्वा.केमा CR System जडान गरि सञ्चालन
- क्षयरोग खोजपडाल क्याम्प
- बिधालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम

गलकोट नगरपालिका:

- किशोर किशोरी मैत्री स्वास्थ्य संस्था सम्बन्धि होलसाइट अभिमुखीकरण
- पुर्ण खोप सुनिश्चितता र दिगोपनको लागि समीक्षा तथा योजना तर्जुमा गोष्ठी र वडा स्तरको भेरिफिकेशन सम्पन्न
- बिद्यालय स्वास्थ्य तथा पोषण कार्यक्रमको समीक्षा तथा योजना तर्जुमा गोष्ठी
- पाण्डवखानी रमुवामा बर्थिङ सेन्टर उद्घाटन
- गलकोट नगर अस्पतालमा CR System जडान गरि सञ्चालनमा
- गलकोट नगर अस्पतालमा ३ दिने MNH onsite coaching
- HMIS online recording को थालनी
- विश्व औलो दिवसका अवसरमा मनेवामा अन्तर्क्रिया तथा स्क्रिनिङ र विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न

जैमिनी नगरपालिका:

- स्वास्थ्यकर्मीको लागि IHIMS तालीम
- स्वास्थ्यकर्मी तथा म.स्वा.स्व.सेको लागी लागि आँखा, नाक, कान, घाँटी, मुख स्वास्थ्य सम्बन्धि अभिमुखिकरण
- ग्रामिण भिडियो एक्स रे
- स्वास्थ्य सेवा सुधारका लागि विशेषज्ञहरु सग अन्तरक्रिया
- पूर्ण खोप सुनिश्चितता घरधुरी सर्वेक्षण र वडा भेरीफिकेसन

बरेंङ गाउँपालिका:

- सम्पुर्ण स्वास्थ्यकर्मीलाई HMIS तालिम
- सामुदायिक स्वास्थ्य इकाईमा IMNCI अनसाइट कोचिङ
- धुल्लुबाँस्कोट स्वास्थ्यचौकी मा गर्भवती लाई भिडियो एक्स रे
- पुर्ण खोपको पालिका स्तरिय सर्वेक्षण
- सुखौरा स्वास्थ्य चौकी संचालन तथा व्यवस्थापन समितिलाई तालिम

काठेखोला गाउँपालिका:

- IMNCI अनसाइट कोचिङ
- MNH अनसाइट कोचिङ
- क्षयरोग अनसाइट कोचिङ तथा अर्धवार्षिक समिक्षा
- ग्रामिण अल्ट्रासाउण्ड सेवा
- स्वास्थ्य संस्थामा RDQA सम्पन्न
- आमा समूह, म.स्वा.स्व.सेका लागी सामाजिक व्यबहार परिवर्तन सम्बन्धि अभिमुखीकरण

तमानखोला गाउँपालिका:

- ३ वटा स्वास्थ्य चौकीमा न्युनतम सेवा मापदण्ड मुल्यांकन तथा अभिमुखीकरण
- धामिझाक्रीसंग बाल स्वास्थ्य , बालविवाह न्यूनीकरण तथा पोषण सम्बन्धि अन्तरक्रिया तथा भूमिका सम्बन्धि छलफल
- क्षयरोगको अर्धवार्षिक कोहर्ट विश्लेषण तथा योजना तर्जुमा
- तामान स्वास्थ्य चौकीमा MNH Onsite Coaching/mentoring
- पालिका स्तरीय विपद ब्यबस्थापन समिति, द्रुत प्रतिकार्य टोलि गठन तथा अभिमुखीकरण
- पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइलको लागी घरधुरी सर्वेक्षण

ताराखोला गाउँपालिका:

- पूर्णखोप पालिका घोषणाको लागी समिक्षा तथा पूर्णखोप युक्त वडा घोषणा प्रमाणिकरण बैठक
- विश्व औलो दिवस तथा धुम्रपान तथा सुर्तिजन्य पदार्थको उपभोगबाट हुने रोगको निदान तथा उपचार बारे अभिमुखिकरण
- आपतकालिक स्वास्थ्य पुर्व तयारी तथा प्रतिकार्य योजना निर्माण कार्यशाला गोष्ठी
- पूर्ण खोपको लागि घर धुरी सर्वेक्षण र RCS सम्पन्न
- आमासमूहमा स्वास्थ्यकर व्यवहार परिवार्तन सम्बन्धी अभिमुखीकरण

निसिखोला गाउँपालिका:

- पुर्ण खोप सुनिश्चितता र दिगोपनना समीक्षा तथा योजना तर्जुमा
- अर्नाकोट सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई बर्थिंङ सेन्टर तथा भवनको उद्धघाटन
- विशेसज्ञ सहितको निशुल्क स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न
- बिचमा हराएका क्षयरोगका विरामीको खोजि तथा औषधी खुवाउने कार्यक्रम सम्पन्न

बडिगाड गाउँपालिका:

- आ.व. २०७९/८० स्वास्थ्य संस्थाहरुको अर्धवार्षिक समिक्षा
- ३ दिने निशुल्क विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविर
- जनता सँग पालिका अध्यक्ष स्वास्थ्य विमा कार्यक्रम
- स्वास्थ्य संस्था संचालन तथा व्यवस्थापन समितिको क्षमता अभिवृद्रि तालिम
- IMNCI onsite coaching सम्पन्न

पढ्नै पर्ने :

धामिझाँक्रीद्धारा गरिने उपचार पद्धतिमा जनस्वास्थ्य दृष्टिकोणः तमानखोलाको अनुभव

तिलक छन्त्याल
स्वास्थ्य शाखा संयोजक
तमानखोला गाउँपालिका

अझै पनि हाम्रा नेपाली समाजमा गाउँघरमा कोहि कसैलाई विमार लाग्यो भने अस्पातल खोज्नु भन्दा धार्मिझाक्री काहाँ छन् भन्दै धाउने कुरा नया भने पक्कै होइन। बिरामी पर्दा भूत, प्रेत, मसान, बनको, देवता रिसाए तथा नागदेवता लगाएत लागे कि भनेर धामीझाक्रीबाट उपचार गर्ने चलन सवैभन्दा पुरानो अलौकिक शिद्धान्तमा आधारित उपचार पद्धति हो । विकसित देशमा करिब १० प्रतिशत र कम विकसित देशमा करिब ३० प्रतिशत मानिस बिरामी पर्दा धामीझाक्री कहाँ जाने अनुमान गरिन्छ । नेपालको पनि प्रत्येक गाउँमा कोही न कोही यसको लागि जान्ने मान्छे छन् नै त्यसमा पनि कोही त ब्यवसायिक रुपमै ब्यानर टाँसेर पसल थापेर बसेको जस्तो पाउन सकिन्छ ।

भौगोलिक रुपमा विकट, शैक्षिक र आर्थिक रुपमा पछाडी रहेको तमानखोलामा स्वास्थ्यकर्मी भन्दा धामीझाक्री धेरै रहेका छन् भने यहाँका मानिसहरु विरामी पर्दा पहिले धामीझाक्री कहाँ जाने र निको नभए मात्र स्वास्थ्य संस्था जाने चलन अधिकांशमा छ । औषधि सेवन गरेपछि तत्काल निको हुनु पर्छ भन्ने मनोभावले पनि धामीझाक्रीबाट उपचार गराउने प्रवृति हावी देखिन्छ त्यसमा पनि अधिकांश अविभावकहरु आफ्नो बच्चा विरामी हुँदा धेरै अतालिने र धामीझाक्री तथा मेडिकल उपचार दुवै सँगसँगै गर्ने प्रचलन पनि छ । विशेषज्ञ सेवाबाट टाढा रहेको यस ठाउँमा आधारभूत सेवाको सर्वसुलभ पहुँच नहुँदा साथै जसले निको पार्छ भन्ने लाग्छ अथवा विश्वास गरिन्छ त्यही जाने मनोभावले धामीझाक्रीसँग जाने धेरै भएको पाइन्छ जुन स्वास्थ्य अनुसन्धानमा भनिने प्लासिवो असरले बिरामीहरुलाई केही फाइदा भएको पनि देखिन्छ। यसै कुरालाई मध्यनजर गर्दै तमानखोला गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखाको आयोजनामा धामिझाक्री संग स्वास्थ्य सम्बन्धि अन्तरक्रिया कार्यक्रमको आयोजना गरियो । धामीझाक्रीहरुसँग गरिएको अन्तक्रियामा उहाँहरुले सवै किसिमको विरामीको उपचार गरे पनि प्रायजसो मानसिक समस्या भएको, पक्षघात, मृगी (छारे) तथा बालबालिकाको स्वास्थ्य समस्याको उपचार गर्ने आफ्नो अभ्यास रहेको सहभागी धामिझाक्रीले अनुभव सुनाए । धैरैजसोको सेवा निःशुल्क हुने वा आफूखुशी जे कोशेली दिइन्छ त्यो दिएको लिने चलन रहेको कुरा छलफलमा सुन्न सकिन्थ्यो। कोही केहीले आफ्नो निश्चित मापदण्ड तोकी सेवा सुविधा लिने अनुभव सुनाए । झारफुक गर्ने, ग्रहदशा हेर्ने, ग्रहदशा विग्रिएको देखेमा पूजाआजा गर्ने, ढ्याङ्ग्रो ठटाएर देवता बोलाउने, बिरामीलाई बकाउने र अधिकांशले जडिबुटी पनि प्रयोग गर्ने प्रचलन रहेछ । तर अर्को तिर हेर्दा यसै विषयमा स्वास्थ्यकर्मीको आफ्नै अनुभव छ। गत बर्ष एकजना इक्लाम्सिया भएको गर्भवतीलाई छारे भएको भनि रातभर झारफुक भएको र कसैले पनि नछुएको अवस्थामा विहान मात्र स्वास्थ्यकर्मी गएर स्वास्थ्य निर्देशनालय गण्डकी प्रदेशको सहयोगमा हेली उद्धार गरी बचाउन सफल भएको ताजा उदाहरण छ। त्यसैले, जनसमुदायमा बर्षौदेखि गढेर रहेको विश्वासमा केही विश्वास गरेपनि पुरै अन्धविश्वासमा गई चिकित्सकीय उपचार आवश्यक पर्ने रोगहरुको पनि धामिझाक्रीबाटै उपचार हुन्छ भनी चिकित्सकीय सेवा लिनमा ढिलाई, वैज्ञानिक ज्ञान नभई अरुले प्रयोग गरेको, देखेको तथा सुनेको भरमा जडीबुटीको नाममा जंगली झार तथा अन्य बस्तुको जथाभावी प्रयोग गरिदा बिरामीको स्वास्थ्य अवस्थामा थप जटिलता आउनसक्ने कुरामा धामीझाक्रीहरुलाई सचेत गराउनु र आम जनसमुदायमा जनचेतना जगाउनु अपरिहार्य रहेको देखिन्छ ।

माथि उल्लेखित कुरालाई मध्यनजर गरी साधारणतया बालबालिकामा देखिने खतराका चिन्हहरु, मस्तिस्क पक्षघात तथा अन्य कारणले गर्दा हुने पक्षघात, छारेरोग, पेट तथा छातीको सिघ्र दुखाई जस्ता तत्काल उपचार आवश्यक पर्ने जटिल रोगहरुमा ढिलाई नगरी तत्काल प्रेषण गर्ने , देखेको तथा सुनेको भरमा आफूखुशी औषधिको प्रयोग नगर्ने साथै बोक्सीको आरोप (कसूर सजाय) ऐन, २०७२ को बारेमा सचेत गराई धामीझाँक्रीहरुलाई एउटा मनोपरामर्शकर्ता एवं प्रेषणकर्ताको रुपमा सेवा दिन आग्रह सहित तमानखोला गाउपालिकामा अभिमुखिकरण तथा अन्तक्रिया कार्यक्रमको शुरुवात गरिएको छ ।

मेरो बाबालाई चिठ्ठी

प्यारो बाबा,
हजुरलाई मेरो धेरै माया ।

म छिट्टै नै हजुरको काखमा आउदै छु । अहिले म आमाको कोखमा राम्रै छु । आमाले जे खानुहुन्छ त्यसैबाट मलाई चाहिने खाना आमाको शरीर भित्र खान पाइरहेको छु । मलाई थाहा छ, हजुर मलाई कति माया गर्नुहुन्छ । म परिवारमा आउने खबरले धेरै खुशी हुनुहुन्छ । अनि म स्वस्थ, राम्रो र चलाख भएको सपना देखिरहनु भएको होला । ठुलो भएर मैले धेरै पढेको र नाम कमाएको कल्पना गरिरहनु भएको होला । म साँच्चै नै त्यस्तै हुनेछु । हजुरले सोचे जस्तै, हजुरको कल्पना जस्तै । भविष्यमा म हजुरहरूको सहारा बन्ने छु तर त्यसको लागि मेरो दिमाग र शरीर दुवै राम्रो हुनुपर्छ हैन बाबा ? म आमाको गर्भमा आएदेखि दुई वर्षको हुँदा सम्म नै मेरो दिमाग र शरीर एकदमै राम्रोसँग बढ्ने बेला हो । त्यसैले यति बेला आमा र मलाई हजुरको हेरचाह र सहयोग धेरै चाहिन्छ । यदि साँच्चै मलाई हजुरले सोचे जस्तै देख्न चाहनुहुन्छ भने आमा र मेरो लागि यो चिठीको पछाडीको पानामा मैले भने जस्तै गरिदिनुहोला है ।

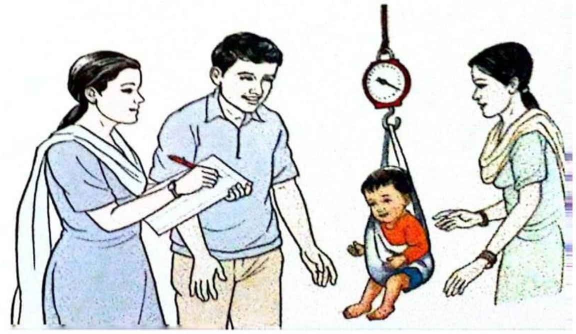
हजुरको प्यारो,
भविष्यको सपना

बाबा, म आमाको कोखमा कस्तो छु भनेर हजुरलाई थाहा पाउन मन लाग्छ होला । यति बेला आमालाई राम्रोसँग खाना पुगेन भने म पनि भोकै हुन्छु, अनि म राम्रोसँग बढ्न पाउँदिन । आमाको रगतमा अक्सिजनको कमी हुनसक्छ अनि मलाई पनि सास फेर्न गाह्रो हुन्छ । त्यसैले आमालाई अरु बेलाभन्दा थप अनि पोषिलो खानेकुराहरु दुध, घ्यु, दही, हरियो सागसब्जी, गेडागुडी, अण्डा, माछा, मासु, फलफुल सँधै खुवाउनुहोला है । आमाले राम्रो खानुभयो भने मलाई पनि त्यहिबाट सबै खाना पुग्छ । आमालाई पनि मेरो बारेमा धेरै चिन्ता छ, त्यसैले यति बेला आमालाई सकेसम्म खुशी राख्नुहोला र आमासँग धेरै समय बिताउनुहोला है ।

म जन्मेपछि जति धेरै आमाको दुध पिउन पाउँछु त्यति नै राम्रोसँग बढ्न सक्छु । त्यसैले हजुरले आमालाई आराम गर्ने समय पनि मिलाइदिनुहोला । म गर्भमा आएदेखि पहिलो २ वर्ष भनेको मेरो दिमागको ८० प्रतिशत बढ्ने समय हो र शरीर पनि छिटोछिटो बढ्ने समय हो त्यसैले म बढेको छु कि छैन भनेर थाहा पाउन प्रत्येक महिना मेरो तौल लिईराख्नुहोला है । म ६ महिनाको हुँदासम्म मेरो शरीरसँगै मेरो पेट पनि ठुलो हुँदै जान्छ अनि आमाको दुधले मात्रै मलाई पुग्दैन । त्यसैले म ६ महिना पुगेपछि मलाई आमाको दुध अनि पोषिलो लिटो, मिठो जाउलो, दुध, घ्यु, दही, हरियो सागसब्जी, गेडागुडी, अण्डा, मासु, फलफुल पनि खुवाउनुहोला है ।

म केही गरी बिरामी भएँ भने कमजोर हुन्छु त्यसैले रुन्छु होला, हजुरहरुलाई धेरै दुख दिन्छु होला अनि मलाई खान पनि मन नलाग्ला । तर पनि हजुरले झर्को नमानीकन मलाई नरम खानेकुराहरु बनाएर थोरैथोरै गरेर पटकपटक खुवाइराख्नुहोला है । बाबा मलाई थाहा छ, हजुर दुवैजना स्मार्ट हुनुहुन्छ अनि मलाई पनि स्मार्ट बनाउन चाहनुहुन्छ हैन र ?

अनि यो कुरा मलाई माया गर्ने हजुरबुबा, हजुरआमा र अरूलाई पनि पढेर सुनाइदिनुहोला है ।



स्वास्थ्य कार्यालयबाट संचालन हुने कार्यक्रमको जेष्ठ महिनाको सम्भावित कार्ययोजनाः

क्र.स	योजनामा रहेका कार्यक्रम	सम्भावित हप्ता				कार्यक्रम संयोजक
		१	२	३	४	
१	स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि तालिम	■		■		लक्ष्मी शर्मा
२	बैदेशिक रोजगारमा जाने तथा घर परिवारको स्वास्थ्य परिक्षण तथा स्वास्थ्य शिक्षा	■				देव प्रकास घिमिरे
३	विषादि रहित खाध्य प्रवर्दन कार्यक्रम	■		■		देव प्रकास घिमिरे
४	क्षयरोग कुष्ठरोग कार्यक्रमको समिक्षा		■			देव प्रकास घिमिरे
५	एचआईभि रोगको सर्भिलेन्स		■			देव प्रकास घिमिरे
६	क्षयरोग screening र खकार परिक्षण शिविर			■		देव प्रकास घिमिरे
७	CBIMNCI कार्यक्रमको समिक्षा		■	■	■	देव प्रकास घिमिरे
८	किटजन्य रोग नियन्त्रण बारे स्वास्थ्यकर्मी तथा म.स्वा.सेहरूलाई अभिमुखिकरण		■			कमला थापा
१०	स्वास्थ्य स्वयमसेविका कार्यक्रम (स-सम्मान बिदाइ आधारभूत तालिम)		■	■	■	सिमा कुँवर
११	MNH Onsite Coaching	■				सिमा कुँवर
१२	परिवार नियोजन सम्बन्धि satellite camp	■	■			सिमा कुँवर
१३	खानेपानीको मुहान परिक्षण		■			डिल्ली प्र.आचार्य
१४	५ वर्ष मुनिका बालबालिकाको पोषण स्थिति लेखाजोखा		■	■	■	लक्ष्मी शर्मा
१५	स्वस्थ्यकर्मिहरुका लागि IHMIS सम्बन्धि तालिम		■			घनश्याम सापकोटा
१६	गुणस्तरीय खोप सेवा संचालन सम्बन्धि ४ दिने आधारभूत तालिम				■	राजु खत्री