गण्डकी प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय
प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, बागलुङ

मासिक

जनस्वास्थ्य बुलेटिन

वर्षः ३ अंकः २८ महिनाः २८ बैशाख २०८२

उच्च रक्तचाप

काठमाडौंको भीडभाडमा दैनिक कामकाजमा व्यस्त ४५ वर्षीय रामजीलाई केही समयदेखि सामान्य टाउको दुखाइ र थकान अनुभव भइरहेको थियो। यस्ता स-साना लक्षणलाई बेवास्ता गर्दै उनी आफ्नो दैनिकीमा लागिरहे। एक दिन अचानक बेहोस भएपछि अस्पताल पुऱ्याउँदा थाहा भयो,उनी उच्च रक्तचापका पुराना रोगी रहेछन्।

यस्तो अवस्था रामजीमा मात्र होइन, हामीमध्ये धेरैमा देखा पर्न सक्छ। विशेषतः नेपाली समाजमा "रोग त देखिएपछि मात्रै उपचार गरौंला" भन्ने मानसिकता अझै गहिरो छ। तर, उच्च रक्तचाप (हाइपरटेन्सन) भने यस्तो रोग हो, जसले कुनै ठूला लक्षण नदेखाई हाम्रो शरीरलाई भित्रभित्रै नष्ट गर्दै लैजान्छ। यसैले यसलाई “लुकेको हत्यारा” भनिएको हो।

न त दुख्छ, न त पोल्छ, तर मार्न सक्छ!

उच्च रक्तचाप भनेको शरीरका रक्तनलीहरूमा अत्यधिक दबाव हुनु हो। यसले मुटुको काममा अत्यधिक बोझ पार्छ, जसको दीर्घकालीन असर मस्तिष्कघात (स्ट्रोक), मुटुरोग, मिर्गौलाको विफलता, र दृष्टि गुम्नेसम्म पुऱ्याउन सक्छ।

नेपालमा पछिल्ला वर्षहरूमा उच्च रक्तचापको समस्या तीव्र रूपमा बढ्दो छ। सहरमात्र होइन, ग्रामीण क्षेत्रमा समेत यो समस्या विस्तार भइरहेको छ। व्यायामको कमी, प्रशस्त नुनको प्रयोग, तनाव, मद्यपान—धूम्रपान, र अनुशासनहीन जीवनशैली यसका प्रमुख कारण हुन्।

के हामी सुरक्षित छौं?

उच्च रक्तचापसँग जुध्न सजिलो उपाय भनेकै सचेत जीवनशैली हो।

- खाना कम नुन भएको, ताजा फलफूल र सागसब्जीमा आधारित बनाऔं।
- दैनिक केही समय व्यायाम, योग वा हिँडडुलमा खर्च गरौं।
- धूम्रपान, मद्यपान, र तनावबाट टाढा रहौं।
- नियमित रूपमा स्वास्थ्य परीक्षण गरौं‘रक्तचाप मापन गरौं।

हाम्रो समाजमा रोगको उपचार खोज्ने भन्दा पहिले रोग नआओस् भन्नेतर्फ ध्यान दिन जरुरी छ। खासगरी उच्च रक्तचाप जस्तो शत्रुलाई समयमै चिनेर नियन्त्रण गर्नु नै दीर्घायु र सुखी जीवनको आधार हो।

अन्त्यमा, रामजी अस्पतालबाट फर्किएपछि जीवनशैली परिवर्तनमा लागे। उनले खानपान सुधार गरे, नियमित हिँड्न थाले र समय समयमा स्वास्थ्य परिक्षण गर्न थाले। आज उनी स्वस्थ र सक्रिय छन्। तपाईं हामी पनि सजग बनौं। समयमै रक्तचाप मापन गरौं, सानातिना लक्षण बेवास्ता नगरौं। किनकि स्वास्थ्य नै जीवनको साँचो आधार हो।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मातृ तथा नवजात शिशु सम्बन्धी समिक्षा तथा अभिमुखिकरण कार्यक्रम

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयको आयोजनामा मिति २०८२/०१/०९ र १० गते (MNH) मातृ तथा नवजात शिशु सम्बन्धी समिक्षा तथा अभिमुखिकरण कार्यक्रम संचालन गरिएको छ। उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका कार्यालय प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाको अध्यक्षता रहेको थियो । कार्यक्रमा गण्डकी प्रदेशका माननीय स्वास्थ्य मन्त्री कृष्णा प्रसाद पाठक ज्यूले बागलुङको (MNH) मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य अवस्थाको बारेमा जानकारी लिई कार्यक्रममा सहभागीहरुलाई मन्त्रालयको तर्फबाट निर्देशन सहित कार्यक्रम सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्नु भएको थियो।

जिल्ला समन्वय समिति बागलुङका प्रमुख तथा जिल्ला प्रजनन स्वास्थ्य समन्वय समितिका अध्यक्ष अमर बहादुर थापाले कार्यक्रममा शुभकामना मन्तब्य राख्नु भएको थियो । स्वागत मन्तव्य प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका क्षयकुष्ट निरिक्षक देव प्रकाश घिमिरेले राख्नु भएको थियो। कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यलयका जनस्वास्थ्य निरिक्षक श्री लक्ष्मी शर्मा ज्युले गर्नुभएको थियो ।

समग्र मातृ तथा नवजात शिशु कार्यक्रमको नेपालको अवस्था /गण्डकी प्रदेस र बागलुङको अवस्था तथा तथ्यांकको बारेमा पश स्वास्थ्य निर्देशनालय पोखराका अस्पताल नर्सिङ प्रशासक अन्जु पौडेलले राख्नु भएको थियो। बागलुङ जिल्लामा रहेर सेवा गरिरहदा बागलुङको पश्चिम भेगका आईपरेका समस्या चुनौतीहरुको बारेमा बुर्तिवाङ अस्पतालमा कार्यरत अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक पार्वती अर्यालले आफ्ना भनाई तथा अनुभवहरु राख्नु भएको थियो ।कार्यक्रमको सहजीकरण धौलागिरी प्रादेशिक अस्पताल बागलुङका स्त्रीरोग विशेषज्ञ डा. विजय ओझाले PPH bundle approach/ Anti

shock garment को बारेमा र नर्सिङ अधिकृत अजिता सिलवालले Labor care guide/IPC/KMC को बारेमा सहजिकरण गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा बागलुङ जिल्लाका स्थानीय तहमा कार्यरत मातृ तथा नवजात शिशु (MNH) फोकल पर्सन/बागलुङ जिल्लामा रहेका प्रादेशिक अस्पताल, अस्पताल, नगर अस्पताल, आधारभुत अस्पताल तथा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रमा कार्यरत नर्सिङ कर्मचारी, फेयरमेड फाउन्डेसन तथा NGDF गरी १७ जना सहभागी रहनुभएको थियो ।यस तालिम पश्चात मातृ तथा नवजात शिशु MNH कार्यक्रमका तथ्यांकको गुणस्तरमा सुदृढिकरण हुनुका साथै मातृ तथा नवजात शिशुमा आधारित कार्यक्रम योजना तर्जुमा एवम संचालन गरि स्वास्थ्य सुधारमा टेवा पुग्ने अपेक्षा लिइएको छ।

कार्यक्रममा बागलुङ जिल्लाका स्थानीय तह र अस्पतालहरुको विभिन्न समूह बनाएर मातृ तथा नवजात शिशु MNH कार्यक्रमका समस्या, चुनौती, समाधानका उपाय र पालिका बाट भएका नविनतम कार्यहरुको बारेमा छलफल गरी थियो ।

पूर्ण खोप घोषणा विशेष

जैमिनी नगरपालिका पूर्ण खोप पालिका घोषणा

जैमिनी नगरपालिकालाई मिति २०८२/०१/२२ गते पूर्ण खोप सुनिश्चितता दिगोपना घोषणा तथा प्रमाणिकरण गरिएको छ। जैमिनी नगरपालिकाका प्रमुख श्री नर बहादुर पुनको अध्यक्षता र जिल्ला समन्वय समिति बागलुङका प्रमुख श्री अमर बहादुर थापाको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न उक्त घोषणा कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समितिका समन्वय अधिकारी श्री कृष्णराज गौतम, जैमिनी नगरपालिकाका उपप्रमुख श्री हरिहर शर्मा, जैमिनी नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत श्री श्रीकृष्ण पौडेल,प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका निमित्त प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटा, कुश्मिसेरा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रका डाक्टर श्री सुजन शर्मा, प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरेको उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रममा पूर्णखोपको पृष्ठभूमि, महत्व, घोषणापूर्व गरिएका क्रियाकलाप तथा कार्यक्रमका उपलब्धि बारे प्रतिवेदन जैमिनी नगरपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख श्री गोविन्द आचार्यले गर्नुभएको थियो।यस जिल्लाका सम्पूर्ण स्थानीय तहमा पूर्ण खोप घोषणा प्रक्रिया अन्तर्गत घरधुरी सर्वेक्षण, खोप छुट बच्चालाई खोपको मात्रा पुरा गर्ने कार्य एवं विभिन्न वडालाई पूर्ण खोप युक्त घोषणा गर्ने कार्यक्रम जारी छ।

पूर्ण खोप घोषणा विशेष

ताराखोला गाउँपालिका पूर्ण खोप पालिका घोषणा

ताराखोला गाउँपालिकालाई मिति २०८२/०१/२२ गते पूर्ण खोप सुनिश्चितता दिगोपना घोषणा तथा प्रमाणिकरण गरिएको छ। ताराखोला गाउँपालिकामा हाल ०-१५ महिना भित्रका १२३ जना बच्चाले नियमित खोप सेवा प्राप्त गरिरहेका छन् भने १६-२३ महिना उमेर समुहकान ७० जना बच्चाले पूर्ण खोप प्राप्त गरिसकेका छन्। पूर्णखोप घोषणा पुर्व गरिएको घरधुरी सर्वेक्षणमा कुनैपनि खोप छुट बच्चा भेटिएका थिएनन्। २०८१/१२/११ मा स्थानीय तह खोप समन्वय समितिको बैठक पश्चात जिल्ला स्तरीय खोप समन्वय समितिमा सिफारिस गरिएको थियो भने त्यसपश्चात विभिन्न प्रक्रिया पुरा गरि जिल्ला खोप समन्वय समितिद्वारा ताराखोला गाउँपलिकालाई पूर्ण खोप पालिका घोषणा गरिएको हो।

कार्यक्रममा पूर्णखोपको पृष्ठभूमि, महत्व, घोषणापूर्व गरिएका क्रियाकलाप तथा कार्यक्रमका उपलब्धि बारे प्रतिवेदन पेश गरिएको थियो। यस जिल्लाका सम्पूर्ण स्थानीय तहमा पूर्ण खोप घोषणा प्रक्रिया अन्तरगत घरधुरी सर्वेक्षण, खोप छुट बच्चालाई खोपको मात्रा पुरा गर्ने कार्य एवं विभिन्न वडालाई पूर्ण खोप युक्त घोषणा गर्ने कार्यक्रम जारी छ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मानसिक स्वास्थ्य सचेतना तथा पैरवी अभियान

गत आर्थिक वर्ष बागलुङमा ६२ जनाले आत्महत्या गरेको प्रहरी तथ्यांक छ । यो तथ्यांक हरेक वर्ष बढ्दो छ । आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ मा ४४ जनाले आत्महत्या गरेकोमा २०७९/०८० मा बढेर ५३ पुगेको थियो । २०८१/८२ को वर्षको चैत मसान्तसम्म ४३ जनाले आत्महत्या गरिसकेका छन् । आत्महत्या गर्नेमा १८ वर्ष मुनिका ११ जना छन् भने २५ वर्ष मुनीका २० जना छन् । अधिकांस ४५ वर्ष भित्रका छन् । अघिल्लो महिना बागलुङमै १२ र १४ वर्षका बालकले पनि आत्महत्या गरेका थिए ।

यिनै समस्यालाई मध्यनजर गर्दै प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयले वडा र पालिका तहमा मानसिक सचेतना तथा पैरवी कार्यक्रम चलाउने निधो गरेको छ । वडाका जनप्रतिनिधि, स्वास्थ्यकर्मी, शिक्षक, महिला स्वास्थ्य स्वयमसेविका, सामुदायिक प्रहरी, नागरिक अगुवालाई सचेतना अभियानमा जोडिएका छन् । उनीहरुले विद्यालय तहमा पुगेर सचेतना कार्यक्रम चलाउने छन् । हरेक विद्यालयका कक्षा ८ देखि १२ सम्मका बालबालिकामा आत्महत्या निरुत्साहित गर्ने कार्यक्रम गर्ने योजना छ । पछिल्लो समय मानसिक स्वास्थ्थबारे सचेतना अभावले पनि धेरैजनाले ज्यान फालेको देखिएकोले यो अभियान महत्वपूर्ण छ।

यसै अभियानको पहिलो कार्यक्रम बागलुङ नगरपालिका वडा नं १ को रामरेखामा संचालन गरिएको छ। कार्यक्रमको अध्यक्षता प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका निमित्त प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाद्वारा गरिएको थियो भने कार्यक्रममा प्रमुख जिल्ला अधिकारी कुमानसिंह गुरुङ, प्रहरी निरीक्षक सुनिल चिलुवाल, बागलुङ नगरपालिकाका प्रमुख हरिदत्त कंडेल लगायतको उपस्थिति रहेको थियो।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि अनसाइट कोचिङ

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजना तथा ढोरपाटन नगरपालिकाको समन्वयमा लाकुरिबोट आधारभुत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रमा वर्थिङ सेन्टरमा कार्यरत कर्मचारीहरुको लागि मिति २०८२/०१/४ देखि ६ गते सम्म ३ दिने मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि अनसाइट कोचिङ तथा स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

सेवा प्रवाहका लागि संस्थामा भएका कमिकमजोरी पत्ता लगाई गुणस्तरिय सेवा प्रवाह गर्नका लागि कार्यक्रमले मार्गनिर्देश गर्ने अपेक्षा सहित यस कार्यक्रमको सहजीकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका जनस्वाथ्य निरिक्षक लक्ष्मी शर्मा र बुर्तिवाङ अस्पतालका अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक पार्वती अर्यालले गर्नुभएको थियो । ढोरपाटन नगरपालिका वडा नं ९ का कार्यवाहक वडा अध्यक्ष श्री कमला वि.क.को अध्यक्षतामा संचालन भएको उक्त कार्यक्रमको संचालन लाकुरीबोट आधारभुत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रका प्रमुख विश्वास कायत ज्यूले गर्नुभएको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

तथ्यांक सुधारका लागि अनसाईट कोचिङ

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङबाट बागलुङ नगरपालिका १३ रहेको नगर अस्पताल तथा गलकोट नगरपालिका अन्तरगत हटिया स्वास्थ्य चौकी र मल्म स्वास्थ्य चौकीमा मिति २०८२/०१/०५- ०७ गते सम्म तथ्यांक सुधारका लागि अनसाईट कोचिङ तथा IHMIS/DHIS2 र ETB मा रहेका तथ्यांकको बारेमा छलफल गरि सुधार गर्नु पर्ने कुराहरुलाई समयमा नै सुधार्ने तथा राम्रो पक्षलाई निरन्तरता दिने गरि सम्पन्न भएको छ। जसले गर्दा आगामि दिनमा तथ्यांक सुधार हुने छ।

उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङबाट बागलुङ नगरपालिका १३ रहेको बागलुङ नगर अस्पताल तथा गलकोट नगरपालिका अन्तरगत हटिया स्वास्थ्य चौकी र मल्म स्वास्थ्य चौकीमा तथ्याकं सुधारका लागि अनसाईट कोचिङ तथा IHMiS /DHIS2 र ETB मा रहेका तथ्यांकको बारेमा छलफल गरि सुधार गर्नु पर्ने कुराहरुलाई समयमा नै सुधार्ने तथा राम्रो पक्षलाई निरन्तरता दिने गरि सम्पन्न भएको छ।जसले गर्दा आगामि दिनमा तथ्यांक सुधार हुने छ। उक्त कार्यक्रममा जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका प्रमुख घनश्याम सापकोटा र क्षयकुष्ठ निरिक्षक देव प्रकाश घिमिरे तथा पालिकाको टिम समेत उपस्थिति रहेको थियो।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मातृ तथा नवाशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धमा सरोकारवलाहरु सगँ सचेतना तथा पैरवि कार्यक्रम

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा ढोरपाटन नगरपालिका र लाकुरीवोट आधारभुत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रको समन्वयमा २०८२/०१/०९ गते घरमा सुत्केरी हुने दर उच्च भएका स्वास्थ्य संस्था अन्तरगतका समुदायमा जनप्रतिनिधि, गर्भवती महिला स्वास्थ्यकर्मी तथा अन्य सरोकारवालाहरु सगँ सचेतना तथा पैरवि कार्यक्रम लाकुरीवोटको विभिन्न समुदायका सरोकारवालाहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको छ ।स्वास्थ्यकर्मीको अनुपस्थितिमा घरमा सुत्केरी हुँदा आमा, बच्चा वा दुबैको स्वास्थ्यमा जटिलता आउने तथा मृत्यु हुने सम्भावना उच्च हुन्छ । तसर्थ घरमा सुत्केरी हुने दर न्यूनिकरण गरी संस्थागत सुत्केरीलाई अभिवृद्धि गर्न तथा मातृ तथा शिशु स्वास्थ्यलाई सुदृढ पार्न स्थानीय तहबाट समेत यसको पैरवी हुन अपरिहार्य छ। घरमा सुत्केरी हुने दर उच्च रहेका क्षेत्रमा जनप्रतिनिधि, गर्भवती महिला तथा अन्य सरोकारवालाहरुसँग सहकार्य गर्दै स्वास्थ्य संस्थामा सुरक्षित सुत्केरीको महत्वबारे सचेत गराउन यस कार्यक्रम संचालन गरिएको छ ।

यस कार्यक्रमको सहजिकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका जनस्वाथ्य निरिक्षक लक्ष्मी शर्मा र बुर्तिवाङ अस्पतालका अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक पार्वती अर्याल ज्यूले गर्नुभएको थियो । ढोरपाटन नगरपालिका वडा नं ९ का कार्यवाहक वडा अध्यक्ष श्री कमला वि.क. ज्यूको अध्यक्षतामा संचालन भएको उक्त कार्यक्रमको संचालन लाकुरीवोट आधारभुत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रका प्रमुख विश्वास कायत ज्यूले गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा जनप्रतिनिधि,गर्भवती महिला, अभिभावक र स्वास्थ्यकर्मीहरु सहित ४० जनाको उपस्थिति रहेको थियो ।

कार्यक्रम सम्पन्न पश्चात् स्वास्थ्य संस्था व्यवस्थापन समितीका सदस्य सहित अन्य सरोकारवला निकायहरुको उपस्थितिमा सुधार विषयमा छलफल गरी कार्ययोजना बनाइएको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

DHIS2 सम्बन्धी ३ दिने तालिम

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयको आयोजनामा मिति २०८२/०१/०७ देखि २०८२/०१/०९ गते सम्म DHIS2 सम्बन्धी ३ दिने तालिम संचालन गरिएको छ। उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका कार्यालय प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाको अध्यक्षता एवं गलकोट नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत श्री घनश्याम गौतमको प्रमुख आतिथ्यतामा कार्यक्रम संचालन भएको थियो।

कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यलयका क्षयकुष्ठ निरिक्षक श्री देवप्रकाश घिमिरे ज्युले गर्नुभएको थियो भने प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरेले स्वागत मन्तव्य एवं कार्यक्रमको उद्देश्यबारे प्रकाश पार्नुभएको थियो। उदघाटन सत्रमा कार्यक्रमका अतिथिहरुले स्वास्थ्य व्यवस्थापन सूचना प्रणालीको महत्वको वारेमा प्रकाश पार्नु भएको थियो । कार्यक्रममा गलकोट नगरपालिकाका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री सुशील पौडेल, श्री पारस पंगेनि एवम जनस्वास्थ्य निरिक्षक श्री डिल्लीरमन पुनले सहजीकरण गर्नुभएको थियो।

कार्यक्रममा बागलुङ नगरपालिका, गलकोट नगरपालिका, काठेखोला गाउँपालिका, तारखोला गाउँपालिका तथा बडिगाड गाउँपालिकाका १९ जना सहभागि रहनुभएको थियो जसमध्ये १६ जना महिला हुनुहुन्थ्यो। यस तालिम पश्चात तथ्यांकको गुणस्तरमा सुदृढिकरण हुनुका साथौ तथ्यांकमा आधारित कार्यक्रम योजना तर्जुमा एवम संचालन गरि स्वास्थ्य सुधारमा टेवा पुग्ने अपेक्षा लिइएको छ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि अनसाइट कोचिङ

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा निशिखोला गाउँपालिकाको समन्वयमा निसी आधारभुत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रमा वर्थिङ सेन्टरमा कार्यरत कर्मचारीहरुको लागि मिति २०८२/०१/१४ देखि १६ गते सम्म ३ दिने मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि अनसाइट कोचिङ तथा स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

सेवा प्रवाहका लागि संस्थामा भएका ग्याप पत्ता लगाइ गुणस्तरिय सेवा प्रवाह गर्नका लागि यस कार्यक्रमले मार्गनिर्देश गर्ने अपेक्षा सहित यस कार्यक्रमको सहजिकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका जनस्वाथ्य निरिक्षक लक्ष्मी शर्मा र बुर्तिवाङ अस्पतालका अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक पार्वती अर्याल ज्यूले गर्नुभएको थियो । निसीखोला गाउँपालिका वडा नं ५ का वडा अध्यक्ष श्री हर्कमान घर्तिमगर ज्यूको अध्यक्षतामा संचालन भएको उक्त कार्यक्रममा स्वास्थ्य शाखाका संयोजक लगायत स्वास्थ्यकर्मीहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मातृ तथा नवाशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धमा सरोकारवलाहरु सगँ सचेतना तथा पैरवि कार्यक्रम

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०१/१५ मा निसीखोला गाउँपालिका र निसी स्वास्थ्य चौकीको समन्वयमा घरमा सुत्केरी हुने दर उच्च भएका स्वास्थ्य संस्था अन्तरगतका समुदायमा जनप्रतिनिधि, गर्भवती महिला तथा अन्य सरोकारवला संग सचेतना तथा पैरवि वैठक कार्यक्रमको दर न्यूनीकरण गरी संस्थागत सुत्केरीलाई अभिवृद्धि गर्न तथा मातृ तथा शिशु स्वास्थ्यलाई सुदृढ पार्न स्थानीय तहबाट समेत यसको पैरवी हुन अपरिहार्य

छ। घरमा सुत्केरी हुने दर उच्च रहेका क्षेत्रमा जनप्रतिनिधि, गर्भवती महिला तथा अन्य सरोकारवालाहरुसँग सहकार्य गर्दै स्वास्थ्य संस्थामा सुरक्षित सुत्केरीको महत्वबारे सचेत गराउन यस कार्यक्रम संचालन गरिएको छ ।

यस कार्यक्रमको सहजिकरण गाउँपालिकाका सि.अ.हे.व. श्री कसिन्द्र शाहि र निसी स्वास्थ्य चौकीका इन्चार्ज गणेश खड्काले गर्नु भएको थियो । निसीखोला गाउँपालिका वडा नं ६ का वडा अध्यक्ष श्री हेम बहादुर बुढा मगर ज्यूको अध्यक्षतामा सञ्चालन भएको कार्यक्रममा जनप्रतिनिधि,गर्भवती महिला, अविभावक र स्वास्थ्यकर्मीहरु सहित ४२ जनाको उपस्थिति रहेको थियो जसमा समापन मन्तव्य निसीखोला गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखामा कार्यरत सि.अ.हे.व श्री कसिन्द्र शाहि र वडा अध्यक्ष हेम बहादुर बुढा मगर ज्यूले राख्नु भएको थियो।

कार्यक्रम सम्पन्न पश्चात् स्वास्थ्य संस्था व्यवस्थापन समितीका सदस्य सहित अन्य सरोकारवाला निकायहरुको उपस्थितिमा सुधार विषयमा छलफल गरी कार्ययोजना बनाइएको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइलको प्रारम्भिक नतिजा सार्वजनिक

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८१/०१/२१ गते बागलुङ नगरपालिकाका जनप्रतिनिधि एवम स्वास्थ्यकर्मी माझ पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइलको प्रारम्भिक नतिजा सार्वजनिक गरिएको छ। "डिजिटल गण्डकी" को एक महत्वपूर्ण आयामको रुपमा रहेको पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइल निर्माण गर्न स्वास्थ्यकर्मी घरघरमा पुगेर GPS सहित, पारिवारिक एवम स्वास्थ्य सम्बन्धी विवरण संकलन गरिएको थियो। तथ्यांकमा आधारित योजना निर्माण गर्न, यथार्थपरक लक्षित जनसंख्या एकिन गर्न, नागरिकलाइ स्वास्थ्य सेवाको पहुँचभित्र ल्याउन एवं बिपद्को समयमा समेत शिघ्र उद्धार एवम राहत प्रदान गर्न सम्म यस पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइलले सहयोग पुर्याउने अपेक्षा लिइएको छ।

बागलुङ नगरपालिकाको समन्वयमा सम्पन्न गरिएको उक्त कार्यक्रममा अध्यक्षको बागलुङ नगरपालिकाको प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत हरिदत्त कंडेलले गर्नु भएको कार्यक्रममा

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटा, जनस्वास्थ्य अधिकृत समिता घिमिरे सहित कार्यालयका कर्मचारीको उपस्थितिमा सम्पन्न कार्यक्रममा प्रमुख अतितिको भूमिका बागलुङ नगरपालिकाका उपप्रमुख श्री राजु खड्काले गर्नुभएको थियो। प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालयका वरिष्ठ तथ्यांक अधिकृत श्री दिवाकर शर्मा, नवराज भण्डारीले सहजिकरण गर्नुभएको उक्त कार्यक्रमको संचालन बागलुङ नगरपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख श्री रामप्रसाद खनालद्वारा गरिएको थियो।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

महिला सामुदायिकम स्वास्थ्य स्वयम सेवीकाहरुको आधारभुत तालिम

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा ढोरपाटन नगरपालिकाको समन्वयमा मिति २०८२/०१/२८ गते देखि २०८२।०२।०६ गते सम्म सञ्चालन हुने १० दिने महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयम सेवीकाहरुको आधारभुत तालिम ढोरपाटन नगरपालिका वडा नं ५ अधिकारीचौरमा यहि मिति २०८२।०१।२८ गतेका दिन शुभारम्भ भएको छ। उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाको अध्यक्षता रहेको थियो। कार्यक्रममा ढोरपाटन नगरपालिका वडा नं ५ का वडा अध्यक्ष दिपेन्द्र पुन मगरज्यूले शुभकामना मन्तव्य राखु भएको थियो र ढोरपाटन नगरपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख जनस्वास्थ्य अधिकृत भुमिश्वर शर्माले आफ्ना भनाई सहित कार्यक्रम सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्नु भएको थियो । कार्यक्रममा स्वागत मन्तव्य/कार्यक्रमको मुख्य उदेश्य प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य निरीक्षक श्री लक्ष्मी शर्मा ज्युले राखु भएको थियो। कार्यक्रमको संचालन प्रदेश

जनस्वास्थ्य कार्यलयका सिनियर मलेरिया इन्स्पेक्टर श्री कमला थापाले गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा बुर्तिबाङ अस्पताल बागलुङको अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक पार्वती अर्याल सहित ढोरपाटन नगरपालिका आधिकारीचौर स्वास्थ्य चौकीको कर्मचारी, नगरपालिका भित्रका विभिन्न वडाहरुबाट आधारभुत तालिम लिन बाँकी ३० जना महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाको उपस्थिति रहेको थियो।

जिल्लास्थित स्थानीय तहद्वारा बैशाख महिनामा सम्पादित क्रियाकलाप

बागलुङ नगरपालिका

- स्वास्थ्य संस्थाहरू द्वारा सम्पादन गरिएका स्वास्थ्य सम्बन्धी क्रियाकलापको अर्धवार्षिक समीक्षा कार्यक्रम
- क्षयरोग मुक्त पालिका अभियान अन्तर्गत वडागत सूक्ष्म योजना कार्यक्रम सम्पन्न
- क्षयरोग स्वयंसेवकहरूको लागि अभिमुखीकरण तालिम सम्पन्न
- किशोर किशोरी मैत्री स्वास्थ्य संस्था सम्बन्धी होलसाइट अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न
- किशोर किशोरीलाई लक्षित बनाई विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न
- पूर्णखोपको दिगोपना सुनिश्चितताका लागि घरधुरी अनुगमन कार्य सम्पन्न
- पूर्ण खोपको दिगोपना सुनिश्चित वडा घोषणा कार्यक्रम
- गण्डकी प्रदेशको दोस्रो न्यायिक सम्मेलनमा उपस्थित जनप्रतिनिधिहरूको नसर्ने रोगको स्क्रिनिङ कार्य

गलकोट नगरपालिका

- गलकोट नगरपालिका ८ श्री नवबिहानी आ.वि. मा मुख स्वास्थ्य प्रवर्धन कार्यक्रम अन्तरगत कक्षा ५ सम्मका बालबालिकाहरुलाई सहि ब्रसिङ टेक्निकको प्रयोगात्मक प्रशिक्षण तथा कोलगेट ब्रस वितरण कार्यक्रम ।
- गलकोट नरपालिका २ र ८ मा निशुल्क डेन्टल शिविर कार्यक्रम सम्पन्न ।
- गलकोट नगरपालिका १० र २ मा क्षयरोग मुक्त पालिका अभियान कार्यक्रम अन्तर्गत १ दिने वडा स्तरिय सुक्ष्म योजना गोष्ठि समिक्षा कार्यक्रम ।
- गलकोट नगरपालिका सम्पूर्ण स्वास्थ्य संस्थाहरुको डाटा भेरिफिकेशन कार्यक्रम सम्पन्न ।
- राष्ट्रिय भिटामिन ए तथा जुकाको औषधि सेवन तथा अनुगमन कार्यक्रम सम्पन्न ।
- पूर्णखोप वडा घोषणाका लागि घरधुरी नमुना सर्वेक्षण (RCS) कार्यक्रम सम्पन्न गरि पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता तथा दिगोपना घोषणा कार्यक्रम ।

- ग्रामिण अल्ट्रासाउन्ड (RUSG)कार्यक्रम सम्पन्न ।
- ६ देखि १०कक्षासम्म अध्ययनरत किशोरीहरुको रक्तसमुह तथा रक्तअल्पता परिक्षण कार्यक्रम ।

ढोरपाटन नगरपालिका	जैमिनी नगरपालिका

ढोरपाटन नगरपालिका

- सम्पुर्ण वडाहरु पुर्ण खोप सुनिश्चितता तथा दिगोपना घोषणा सम्पन्न ।
- लामो समय जन्मान्तर राख्ने इम्पलान्ट र आ.यु सि.डि को ४ वटा स्याटलाइट क्याम्प ।
- AMR तथा जुनोटिक रोग सम्बन्धी अभिमुखिकरण
- खानेपानी शुद्धिकरण परिक्षण तथा कोलोरिनेशन मेसिन जडान ।
- किशोरकिशोरी प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा संचालन ।
- ३ वटा स्वास्थ्य संस्थाहरुको सामाजिक परिक्षण
- बृहत बोबाङ सरसफाइ कार्यक्रम ।
- बहुक्षेत्रीय पोषण कार्यक्रम अन्तर्गत वडा नम्बर ९ का ६ वटा समुदायमा" साथ " कार्यक्रम सम्पन्न ।

जैमिनी नगरपालिका

- राष्ट्रिय भिटामिन ए कार्यक्रम संचालन गरि ६ महिना देखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकालाई भिटामिन ए र जुकाको औषधि खुवाईएको ।
- बाल बालिकाहरुको पोषण लेखाजोखा कार्यक्रम सम्पन्न
- नियमित खोप सुदृढीकरण पूर्ण खोप सुनिश्चितता दिगोपना तथा सुक्ष्म योजना अध्यावधिक र सरसफाई प्रवर्द्धन सम्बन्धि १ दिने कार्यक्रम संचालन
- पालिका पूर्ण खोप सुनिश्चितता दिगोपना घोषणा तथा प्रमाणिकरण
- राङखानी स्वास्थ्य चौकीमा व्यवस्थापन समिति र स्वास्थ्यकर्मीहरूको न्युतम सेवा मापदण्डको समिक्षा, अभिमुखिकरण तथा मुल्यांकन
- जैमिनी ८ छिस्तीमा परिवार नियोजनको सेटलाईट क्लिनीक संचालन

काठेखोला गाउँपालिका

- पालिकाका सम्पूर्ण वडाहरुमा पूर्णखोप सुनिश्चितता तथा दिगोपना वडा घोषणा कार्यक्रम सम्पन्न गरीएको
- क्षयरोग मुक्त पालिका अभियान कार्यक्रमका क्षयरोग स्वयं सेवक (TBFCV)हरुका लागि अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरीएको
- राष्ट्रिय भिटामिन ए कार्यक्रम अनुरुप ६ महिना देखि ५ वर्ष सम्मका बालबालिकाहरुलाई भिटामिन ए तथा जुकाको औषधि खुवाउने कार्यक्रम सम्पन्न गरीएको
- किशोर किशोरी लक्षित विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम गरीएको
- क्षयरोगका नियन्त्रण कार्यक्रमको अनुशिक्षण (Onsite Coaching)तथा सुपरिवेक्षण कार्यक्रम
- किशोर किशोरी मैत्री स्वास्थ्य संस्था सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम संचालन गरीएको
- RUSG कार्यक्रम संचालन गरीएको

बडीगाड गाउँपालिका

- स्वास्थ संस्थाहरूबाट चैत महिनामा सम्पादित स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको मासिक समिक्षा गोष्ठी सम्पन्न ।
- बडिगाड गाउॅपालिकाको आयोजनामा जापान - नेपाल स्वास्थ्य तथा क्षयरोग अनुसन्धान संस्था जन्त्रको प्राविधिक सहयोगमा क्षयरोगको खोजपडताल कार्यक्रम अन्तर्गत निशुल्क छातीको एक्सरे स्वास्थ्य सिविर सम्पन्न ।
- १० वटै वडाहरुमा पुर्ण खोप सुनिश्चितता तथा दिगोपना घोषणा कार्यक्रम सम्पन्न ।
- किशोर किशेरी लक्षित विधालय स्वास्थ्य शिक्षा संचालन
- एकिकृत जनस्वस्थ्य अभियान अन्तर्गत एकिकृत घुम्ति स्वास्थ्य सिविर बिभिन्न वडाहरुमा संचालन
- नसर्ने रोग र आँखा रोग सम्बन्धि Screening कार्यक्रमहरु संचालन

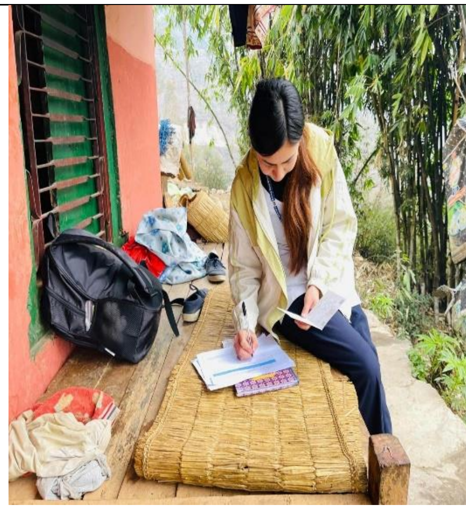
- परिवार नियोजनको स्याटेलाइट क्याम्प संचालन गरीएको

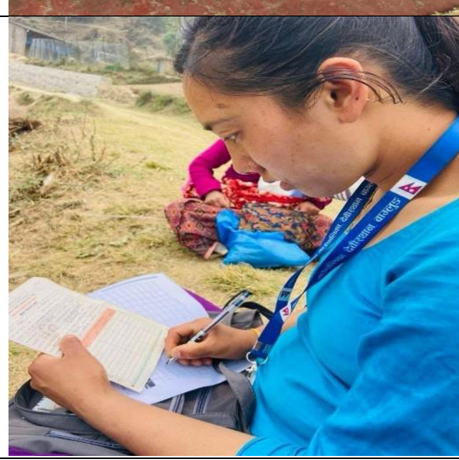
निसिखोला गाउँपालिका	तमानखोला गाउँपालिका
• पालिकाका सम्पूर्ण वडाहरुमा पूर्णखोप सुनिश्चितता तथा दिगोपना वडा घोषणा कार्यक्रम सम्पन्न गरीएको • राष्ट्रिय भिटामिन ए कार्यक्रम संचालन गरि ६ महिना देखि ५९ महिना सम्मका बालबालिकालाई भिटामिन ए र जुकाको औषधि खुवाईएको । • किशोर किशोरी लक्षित विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम गरीएको • IMNCI कार्यक्रमको अनुशिक्षण (Onsite Coaching)तथा सुपरिवेक्षण कार्यक्रम • AMR तथा जुनोटिक रोग सम्बन्धी अभिमुखिकरण • निशुल्क बृहत स्वास्थ्य शिविर • VIA camp सचांलन • MNH onsite coaching सन्चालन	• स्वास्थ संस्थाहरूबाट फाल्गुन महिनामा सम्पादित कार्यक्रमहरुको मासिक समिक्षा • खुङ्खानी स्वास्थ्य चौकीको एकिकृत अनुगमन • तमान स्वास्थ्य चौकी र खुङ्खानी स्वास्थ्य चौकीको न्यूनतम सेवा मापदण्ड तेस्रो फलोअप • क्षयरोग कार्यक्रमको अर्धबार्षिक समिक्षा तथा योजना गोष्ठी • तमानखोला आधारभूत अस्पताल द्वारा विश्व मलेरिया दिवशको अवसरमा समुदाय सरसफाई तथा सचेतना कार्यक्रम • राष्ट्रिय भिटामिन ए तथा जुकाको औषधि खुवाउने कार्यक्रम

बरेङ गाउँपालिका	ताराखोला गाउँपालिका
• सबै वडाहरु पुर्णखोप सुनिश्चितता दिगोपना वडा घोषणा • साग्दी, थपलुङ र लुगरुङ सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई तथा सुखौरा स्वास्थ्यचौकीमा राष्ट्रिय क्षयरोग कार्यक्रम अन्तर्गत स्थलगत अनुशिक्षण(Onsite coaching) • बाटाकाचौर र हुग्दिशिर स्वास्थ्यचौकी मा MNH Update • सुखौरा, सल्यान र धुल्लुबाँस्कोट स्वास्थ्यचौकीमा मातृ तथा नवशिशु कार्यक्रम अनुगमन • सल्यान र सुखौरामा गर्भवती महिलाहरुको निशुल्क भिडियो एक्स रे।	• पूर्ण खोप पालिका घोषणा सम्पन्न, • HP-MSS कार्यक्रमको समिक्षा तथा स्वास्थ्य संस्थाहरुमा अनुगमन कार्यक्रम सम्पन्न, • PNC घरभेट कार्यक्रम, • वृद्धि अनुगमन गरिएको, • CAD/AI X-Ray मेशिन द्वारा क्षयरोग खोजपड्ताल कार्यक्रमको सम्पन्न तिन जना रोगी पत्ता लागेको।

फोटो ग्यालरी

पूर्ण खोप घोषणा प्रक्रियामा घरधुरी सर्वेक्षणको क्रममा स्वास्थ्यकर्मी





फोटो ग्यालरी

विभिन्न स्थानीय तह अन्तर्गत पूर्ण खोप वडा घोषणाका तस्बिर

सल्यान स्वास्थ्य चौकी
पूर्ण खोप सुनिश्चित वडा
दिगोपना घोषणा कार्यक्रम

पूर्ण खोप सुनिश्चितता

पूर्ण खोप सुनिश्चितता
तथा
दिगोपना वडा घोषणा कार्यक्रम

पूर्ण खोप सुनिश्चितता
तथा
दिगोपना वडा घोषणा कार्यक्रम

दिगोपना वडा घोषणा कार्यक्रम

खोप सुनिश्चितता
तथा
वडा घोषणा कार्यक्रम

पूर्ण खोप सुनिश्चितता
दिगोपना वडा घोषणा कार्यक्रम

पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता तथा दिगोपना
घोषणा समारोह

पूर्ण खोप सुनिश्चितता
तथा
दिगोपना वडा घोषणा कार्यक्रम

पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता तथा दिगोपना
घोषणा कार्यक्रम

पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता दिगोपना
घोषणा कार्यक्रम

प्रदेश लोकसेवा आयोग, गण्डकी प्रदेशद्वारा मिति २०८२/०१/११ गते स्थायी नियुक्त भई प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङमा आउनुभएको जनस्वास्थ्य अधिकृत कुशुमशिला भट्टलाई प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा गरिएको स्वागत कार्यक्रमका केहि तस्बिर