गण्डकी प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, बागलुङ

मासिक जनस्वास्थ्य बुलेटिन

आर्थिक वर्षः ५ | अंकः ३६ | महिनाः ३६ | पुस २०८२

क्यान्सरः जानकारी, अवस्था र रोकथाम

सुमा कुँवर
जनस्वास्थ्य अधिकृत

क्यान्सर शरीरको कुनै पनि भागलाई असर गर्न सक्ने धेरै रोगहरूको ठूलो समूहका लागि प्रयोग गरिने सामान्य शब्द हो। क्यान्सरको एउटा मुख्य विशेषता असामान्य कोषिकाहरूको तीव्र रूपमा उत्पादन हुनु हो, जुन आफ्नो सामान्य सीमाभन्दा बाहिर बढ्छन्। यस्ता कोषिकाहरूले शरीरका नजिकका भागहरूमा आक्रमण गर्न सक्छन् र अन्य अंगहरूमा फैलिन सक्छन्।यसरी अन्य अंगहरूमा फैलिने प्रक्रियालाई मेटास्टेसिस भनिन्छ।

व्यापक मेटास्टेसिस नै क्यान्सरबाट हुने मृत्युको प्रमुख कारण हो। विश्व स्वास्थ्य संगठनका अनुसार क्यान्सर विश्वभर मृत्युको प्रमुख कारणहरूमध्ये एक हो, जसले सन् २०२० मा करिब १ करोड (१० मिलियन) मृत्युको कारण बनेको छ (१)। विश्व स्वास्थय संगठन (WHO) का अनुसार सन् २०२० मा क्यान्सरका कारण हुने मृत्युका सबैभन्दा सामान्य कारणहरू निम्न थिए:

- फोक्सोको क्यान्सर (१८ लाख मृत्यु)
- ठूलो आन्द्रा र मलाशयको क्यान्सर (९ लाख १६ हजारको मृत्यु)
- कलेजोको क्यान्सर (८ लाख ३० हजारको मृत्यु)
- पेटको क्यान्सर (७ लाख ६९ हजारको मृत्यु)
- स्तन क्यान्सर (६ लाख ८५ हजार मृत्यु)

क्यान्सरका मुख्य जोखिम कारकहरू:

- सुर्तीजन्य पदार्थ (चुरोट, खैनी, गुट्खा आदी) को प्रयोग
- अत्यधिक मदिरा सेवन
- अस्वस्थ तथा असन्तुलित खानपान (जंक फुड)
- शारीरिक व्यायामको कमी
- वायु तथा वातावरणीय प्रदुषण
- दिर्घकालिन संक्रमण (जस्तैः HPV, Hepatitis B)
- पारिवारिक इतिहास (family history)

क्यान्सरको रोकथामका उपायहरू:

- तमाखुजन्य पदार्थ (सिगरेट, बिडि, सुर्ती आदि) प्रयोग नगर्ने
- मदिरा सेवन नगर्ने
- स्वस्थ तौल कायम राखने
- फलफूल तथा तरकारीसहितको स्वस्थ तथा सन्तुलित आहार खाने
- नियमित रूपमा शारीरिक व्यायाम गर्ने

- सिफारिस गरेको समूहमा परेमा HPV र Hepatitis B विरूद्धको खोप लगाउने
- नियमित स्वास्थ्य परिक्षण तथा क्यान्सर स्क्रिनिङ गराउने

धेरैजसो क्यान्सरहरु प्रारम्भिक अवस्थामा पहिचान गरी सही उपचार गरेमा निको हुने सम्भावना उच्च हुन्छ ।क्यान्सर धेरै हदसम्म हाम्रो जीवनशैलीसँग सम्बन्धित रोग हो।स्वस्थ जीवनशैली अपनाउदा क्यान्सर मात्र होइन, अन्य रोगबाट पनि बच्न सकिन्छ ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत सुक्ष्मयोजना अध्यावधिक सम्बन्धी दुई दिने गोष्ठि

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/०६ र ७ गते राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत नियमित खोप तथा खोपबाट बचाउन सकिने रोगहरुको खोजपड्ताल सम्बन्धि समीक्षा र सरसफाई प्रबर्द्धन तथा सुक्ष्मयोजना अध्यावधिक सम्बन्धी २ दिने गोष्ठि सम्पन्न भएको छ । गत आर्थिक वर्षमा गरीएका खोप कार्यक्रमसँग सम्बन्धित विभिन्न क्रियाकलापहरुको समीक्षा गर्दै आगामी दिनहरुमा खोप कार्यक्रमलाई गुणस्तरीय र प्रभावकारी बनाउने, खोपको खेर जाने दरलाई न्यूनीकरण गर्ने, खोपबाट बचाउन सकिने रोगहरुको खोजपड्ताल एवं निगरानी कार्यलाई तिव्रता दिने तथा समयमै सरोकारवालाहरुको सहभागीतामा सूक्ष्मयोजना अध्यावधिक गरी प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने र सबै बालबालिकाहरुलाई राष्ट्रिय खोप तालिका अनुसारको सम्पूर्ण खोप दिलाई पूर्ण खोप सुनिश्चतता दिगोपना घोषणा गर्ने उदेश्य अनुरुप उक्त कार्यक्रम संचालन भएको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका निमित्त कार्यालय प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटा ज्यूको अध्यक्षतामा संचालित उक्त कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका बरिष्ठ क्षय कुष्ठ निरिक्षक श्री देव प्रकाश घिमिरेले गर्नुभएको थियो भने जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरेले स्वागत मन्तव्य राख्नुभएको थियो । प्रादेशिक जनस्वास्थ्य केन्द्र, कास्किका खोप अधिकृत श्री एकनारायण लम्साल र प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका खोप सुपरभाइजर श्री राजु खत्रीले सहजिकरण गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा बागलुङ नगरपालिका, जैमिनी नगरपालिका र काठेखोला गाउँपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुखहरु, पालिका खोप फोकल पर्सन र स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुखहरुको सहभागीता रहेको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि क्षयरोग सम्बन्धि पुनर्ताजगी तालिम

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/०८ र ०९ गते स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि क्षयरोगको पुनर्ताजगी तालिम सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रमको उद्घाटन कार्यालयका निमित्त प्रमुख घनश्याम सापकोटाको अध्यक्षता, जनस्वास्थ्य निरिक्षक लक्ष्मी शर्माको संचालन तथा वरिष्ठ क्षयकुश्ठ निरीक्षक देव प्रकाश घिमिरेको स्वागतमा शुरु भएको थियो। स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत २० जना स्वास्थ्यकर्मिको उपस्थिति रहेको कार्यक्रमको उद्देश्य क्षयरोग निदान,उपचार व्यबस्थापन तथा रेकडिङ तथा रिपोर्टिङ गराउन सक्षम बनाउने रहेको थियो। कार्यक्रममा बागलुङ नगरपालिकाका जनस्वास्थ्य अधिकृत राम प्रसाद खनाल र क्षयकुष्ठ निरिक्षक देव प्रकाश घिमिरेले सहजिकरण गर्नु भएको थियो भने तालिमको समापन जनस्वास्थ्य अधिकृत टिकाराम भण्डारीले गर्नु भएको थियो। कार्यक्रममा सहभागिको तर्फबाट ज स्वा नि अनिता कार्किले सिकेको कुरा लागु गर्ने प्रतिबद्दता सहित समापन भएको थियो।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत सुक्ष्मयोजना अध्यावधिक सम्बन्धी दुई दिने गोष्ठि

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/०९ र १० गते राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत नियमित खोप तथा खोपबाट बचाउन सकिने रोगहरुको खोजपड्ताल सम्बन्धि समीक्षा र सरसफाई प्रबर्द्धन तथा सुक्ष्मयोजना अध्यावधिक सम्बन्धी २ दिने गोष्ठिको दोस्रो ब्याच आज सम्पन्न भएको छ । गत आर्थिक वर्षमा गरीएका खोप कार्यक्रमसँग सम्बन्धित विभिन्न क्रियाकलापहरुको समीक्षा गर्दै आगामी दिनहरुमा खोप कार्यक्रमलाई गुणस्तरीय र प्रभावकारी बनाउने, खोपको खेर जाने दरलाई न्यूनीकरण गर्ने, खोपबाट बचाउन सकिने रोगहरुको खोजपड्ताल एवं निगरानी कार्यलाई तिव्रता दिने तथा समयमै सरोकारवालाहरुको सहभागीतामा सूक्ष्मयोजना अध्यावधिक गरी प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने, महिलाहरुमा हुने पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोग विरुद्धको एच.पि.भी. खोप नियमित खोप सेवामा समावेश र संचालन कार्ययोजनाको

बारेमा जानकारी गराउने र सबै बालबालिकाहरुलाई राष्ट्रिय खोप तालिका अनुसारको सम्पूर्ण खोप दिलाई पूर्ण खोप सुनिश्चतता दिगोपना घोषणा गर्ने उदेश्य अनुरुप उक्त कार्यक्रम संचालन भएको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका निमित्त कार्यालय प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटा ज्यूको अध्यक्षतामा संचालित उक्त कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरेले गर्नुभएको थियो । प्रादेशिक जनस्वास्थ्य केन्द्र, कास्किका खोप अधिकृत श्री एकनारायण लम्साल, प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरे र खोप सुपरभाइजर श्री राजु खत्रीले सहजिकरण गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा गलकोट नगरपालिका, बरेङ गाउँपालिका र ताराखोला गाउँपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुखहरु, पालिका खोप फोकल पर्सन, कोल्डचेन फोकल पर्सन र स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुखहरुको सहभागीता रहेको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत सुक्ष्मयोजना अध्यावधिक सम्बन्धी दुई दिने गोष्ठि

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/११ र १२ गते राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत नियमित खोप तथा खोपबाट बचाउन सकिने रोगहरुको खोजपड्ताल सम्बन्धि समीक्षा र सरसफाई प्रवर्द्धन तथा सुक्ष्मयोजना अध्यावधिक सम्बन्धी २ दिने गोष्ठिको तेस्रो तथा अन्तिम ब्याच आज सम्पन्न भएको छ । गत आर्थिक वर्षमा गरीएका खोप कार्यक्रमसँग सम्बन्धित विभिन्न क्रियाकलापहरुको समीक्षा गर्दै आगामी दिनहरुमा खोप कार्यक्रमलाई गुणस्तरीय र प्रभावकारी बनाउने, खोपको खेर जाने दरलाई न्यूनीकरण गर्ने, खोपबाट बचाउन सकिने रोगहरुको खोजपड्ताल एवं निगरानी कार्यलाई तिव्रता दिने तथा समयमै सरोकारवालाहरुको सहभागीतामा सूक्ष्मयोजना अध्यावधिक गरी प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने, महिलाहरुमा हुने पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोग विरुद्धको एच.पि.भी. खोप नियमित खोप सेवामा समावेश र संचालन कार्ययोजनाको बारेमा जानकारी गराउने र सबै बालबालिकाहरुलाई राष्ट्रिय खोप तालिका अनुसारको सम्पूर्ण खोप दिलाई पूर्ण खोप सुनिश्चतता दिगोपना घोषणा गर्ने उद्देश्य अनुरुप उक्त कार्यक्रम संचालन भएको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरे ज्यूको अध्यक्षता एवम् बुर्तिबाङ अस्पतालका प्रमुख तथा मेडिकल अधिकृत डा. अविनाश पोखेलको आतिथ्यतामा संचालित उक्त कार्यक्रमको सहजिकरण प्रादेशिक जनस्वास्थ्य केन्द्र, कास्किका खोप अधिकृत श्री एकनारायण लम्साल, प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरे र खोप सुपरभाइजर श्री राजु खत्रीले गर्नुभएको थियो भने समसामायिक विषय वस्तुमा प्रकाश पार्दै कार्यक्रमको समापन ढोरपाटन नगरपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख तथा जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री भूमिश्वर शर्माले गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा ढोरपाटन नगरपालिका, बडिगाड गाउँपालिका, तमानखोला गाउँपालिका र निसिखोला गाउँपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुखहरु, पालिका खोप फोकल पर्सन, कोल्डचेन फोकल पर्सन र स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुखहरुको सहभागीता रहेको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

प्रजनन स्वास्थ्य समन्वय समिती एवम मातृ तथा पेरिनेटल मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्य समितिको बैठक

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/१८ गते जिल्लास्तरीय प्रजनन स्वास्थ्य समन्वय समिती एवम मातृ तथा पेरिनेटल मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्य समितिको बैठक सम्पन्न गरिएको छ। जिल्ला समन्वय समितिका प्रमुख एवम दुवै समितिका अध्यक्ष श्री अमर बहादुर थापा ज्युको अध्यक्षतामा सम्पन्न गरिएको कार्यक्रममा धौलागिरी प्रादेशिक अस्पतालका प्रमुख मे.सु डा. किरण तिवारी, जिल्ला समन्वय अधिकारी श्री कृष्ण राज गौतम, शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाई प्रमुख श्री प्रकाश बन्धु अर्याल,नेपाल रेडक्रस सोसाइटी बागलुङका सभापति श्री जगन्नाथ आचार्य, बागलुङ नगरपालिका वडाध्यक्ष श्री सुरज बोसेल, बागलुङ नगरपालिका महिला तथा बालबालिका शाखाबाट श्री रचना आचार्य र नेपाल गाजा डेभलपमेन्ट फाउन्डेशन बाट श्री ममिता पुनको समिती सदस्यको रुपमा सहभागिता रहेको थियो।

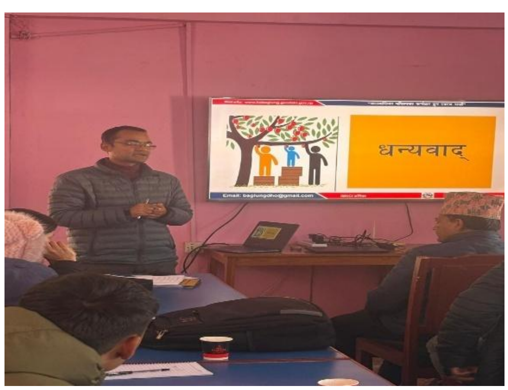
कार्यक्रममा समिती सदस्य सचिवको रुपमा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका निमित्त प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाले सम्बन्धित विषयमा एजेन्डा प्रस्तुत गर्नुभएको थियो भने बागलुङ जिल्लामा प्रजनन स्वास्थ्यको अवस्थाबारे प्रस्तुतीकरण जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरेले गर्नुभएको थियो । प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका पब्लिक हेल्थ नर्स निरीक्षक श्री मिना पुन मगरले संचालन गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा आमन्त्रित सदस्यको रुपमा धौलागिरी प्रादेशिक अस्पतालका स्त्री रोग विशेषज्ञ डा. बिजय ओझा एवम प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका अन्य कर्मचारीको उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रममा

जिल्लास्थित कार्यालय प्रमुखको बैठकमा प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी अभिमुखिकरण गर्ने, समुदायस्तरसम्म मातृ तथा नवशिशु मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्यको कार्यक्रम गर्ने र महिला तथा किशोर किशोरी लक्षित मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी प्रवर्धनात्मक कार्यक्रम गर्ने निर्णय गरिएको थियो।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

नवजात शिशु तथा बाल रोगको एकीकत व्यवस्थापन (IMNCI) कार्यक्रमको समिक्षा

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/१७ र १८ गते नवजात शिशु तथा बाल रोगको एकीकत व्यवस्थापन (IMNCI) कार्यक्रमको समिक्षा सम्पन्न गरिएको छ। प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका निमित्त प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाको अध्यक्षतामा संचालित उक्त कार्यक्रममा जिल्लास्थित सम्पुर्ण स्थानिय तह अन्तर्गत स्वास्थ्य शाखाका प्रमुख एवम प्रतिनिधिका साथै बुर्तिबाङ अस्पताल एवम अन्य स्वास्थ्य संस्थाबाट स्वास्थ्यकर्मिको सहभागिता रहेको थियो। कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य निरिक्षक श्री लक्ष्मी शर्माले गर्नुभएको थियो भने स्वागत तथा उद्देश्य मन्तव्य जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरेले गर्नुभएको थियो। कार्यक्रममा धौलागिरी प्रादेशिक अस्पतालका प्रमुख मे.सु डा किरण तिवारीज्युले विशेष उपस्थितिमा धौलागिरी अस्पतालमा NICU सेवा सुचारु गरिएको जानकारी समेत गराउनु भएको थियो।

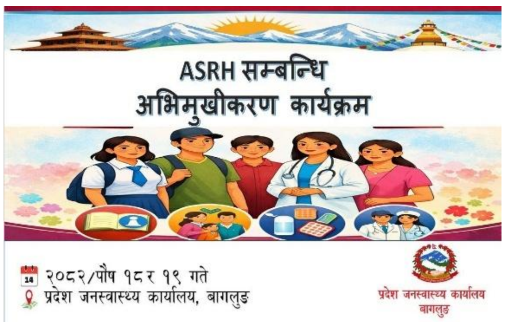


प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

ASRH सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/१८ र १९ गते ASRH सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको छ। औपचारिक सत्रबाट सुरुवात गरिएको उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका निमित्त प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाले अध्यक्षता गरी कार्यक्रमको मार्गदर्शन दिनुभएको थियो भने प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री टिकाराम भण्डारीले कार्यक्रममा स्वागत तथा उद्देश्य मन्तव्य राख्नुभएको थियो। बागलुङ जिल्लाका दश स्थानिय तहका २६ स्वास्थ्य संस्थाका नर्सिङ कर्मचारीमाझ गरिएको उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री समिता घिमिरे तथा जनस्वास्थ्य निरिक्षक श्री लक्ष्मी शर्माले सहजीकरण गर्नुभएको थियो।

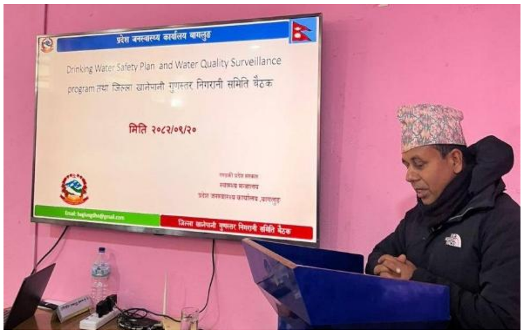
कार्यक्रममा किशोरकिशोरीमैत्री स्वास्थ्य संचालन निर्देशिका २०७९ अनुरुप आवश्यक व्यवस्था गरि स्वास्थ संस्थालाई किशोरकिशोरी मैत्री स्वास्थ्य संस्था बनाउन उन्मुख हुने तथा समुदाय र विद्यालयमा किशोरकिशोरी लक्षित कार्यक्रम संचालन गरि सो को नियमित अभिलेखिकरण गर्ने कार्ययोजना निर्माण गरिएको छ।



प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

जिल्ला खानेपानी गुणस्तर निगरानी समितिको बैठक

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा Drinking Water Safety Plan and Water Quality Surveillance program तथा जिल्ला खानेपानी गुणस्तर निगरानी समिति को पहिलो बैठक सम्पन्न गरिएको छ ।प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका निमित्त प्रमुख श्री घनश्याम सापकोटाको अध्यक्षतामा सम्पन्न गरिएको उक्त बैठकमा समितिका पदाधिकारी,पत्रकार,बुद्वीजिवी एवं सरोकारवालाको सहभागिता रहेको थियो। प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको हलमा सम्पन्न गरिएको उक्त कार्यक्रम सहभागीबाट आएका सल्लाह,सुझाव मार्गदर्शन बाट खानेपानी गुणस्तर निगरानीमा प्रभावकारी रूपमा अगाडि बढ्ने प्रतिबद्धता सहित सम्पन्न गरिएको थियो ।



प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

ANC to PNC Continuum of Care र PRTP app सम्बन्धी दुई दिने अभिमुखिकरण

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/२३ र २४ गते ANC to PNC Continuum of Care र PRTP app सम्बन्धी दुई दिने अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको छ। उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका कार्यालय प्रमुख जनस्वास्थ्य प्रशासक श्री प्रविण शर्माले कार्यक्रमको मार्गदर्शन दिनुभएको थियो भने प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य निरीक्षक श्री लक्ष्मी शर्माले कार्यक्रममा स्वागत तथा उद्देश्य मन्तव्य राख्नुभएको थियो।

बागलुङ जिल्लाका दश स्थानिय तहका २६ स्वास्थ्य संस्थाका नर्सिङ कर्मचारीमाझ गरिएको उक्त कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका कार्यालय प्रमुख श्री प्रविण शर्मा, धौलागिरी प्रादेशिक अस्पतालका नर्सिङ अधिकृत अजिता सिलवाल , प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका पब्लिक हेल्थ नर्सिङ निरीक्षक मीना कुमारी पुन मगर तथा मेडिक मोबाईलका श्री नारायण रिजालले सहजीकरण गर्नुभएको थियो।

ANC to PNC Continuum of Care र PRTP Mobile App कार्यक्रम गर्भावस्था (ANC) देखि सुत्केरी सेवा तथा प्रसूति पछिको हेरचाह (PNC) सम्म महिलालाई निरन्तर, गुणस्तरीय र समयमै स्वास्थ्य सेवा सुनिश्चित गर्ने उद्देश्यले सञ्चालन गरिएको हो। यस अवधारणाले गर्भावस्थाका जोखिम पहिचान, सुरक्षित सुत्केरी र आमा—नवजात शिशुको ज्यान जोगाउन सहयोग गर्छ भने PRTP Mobile App ले स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई ANC–PNC सेवा ट्र्याक गर्न, समयमै फलो-अप र रेफरल गर्न तथा सेवा छुट्ने जोखिम कम गर्न मद्दत गर्छ। यसरी डिजिटल प्रविधिको प्रयोगमार्फत Continuum of Care मजबुत बनाई मातृ तथा नवजात मृत्यु दर घटाउन कार्यक्रमले महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउँछ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

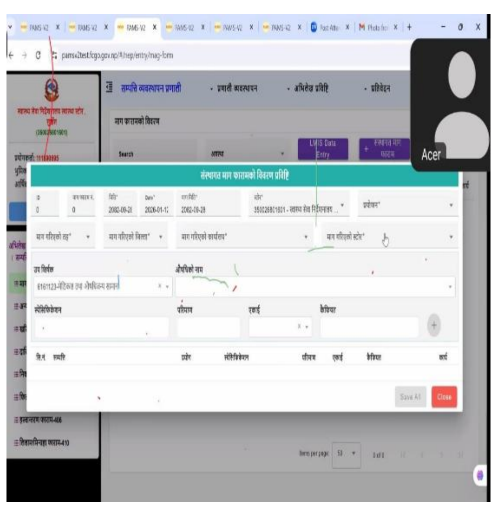
"आमाको दुधलाई प्रतिस्थापन गर्ने वस्तु बिक्री वितरण नियन्त्रण ऐन" सम्बन्धी अभिमुखीकरण

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको आयोजनामा मिति २०८२/०९/२५ गते "आमाको दुधलाई प्रतिस्थापन गर्ने वस्तु बिक्री वितरण नियन्त्रण ऐन" सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको छ। प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको सभाहलमा संचालित उक्त कार्यक्रममा जिल्लास्थित सम्पुर्ण स्थानिय तह अन्तर्गत स्वास्थ्य शाखाका प्रमुख एवम प्रतिनिधिहरू , धौलगिरी अस्पतालका स्वास्थ्यकर्मी, औषधि व्यवसायी, मार्ट संचालक, तथा संचारकर्मीहरूको सहभागिता रहेको थियो। कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका जनस्वास्थ्य निरिक्षक श्री लक्ष्मी शर्माले गर्नुभएको थियो भने कार्यक्रममा जिल्ला सरकारी वकिलको कार्यालयका जिल्ला न्यायाधिवक्ता श्री पूर्ण प्रसाद शर्मा र बागलुङ नगरपालिकाका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री राम प्रसाद खनाल ले सहजीकरण गर्नुभएको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

Continue Public Health Education अन्तर्गत " Session 2: Public Asset Management System (PAMS V2)

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको नियमित मासिक भर्चुअल सेसन Continue Public Health Education अन्तर्गत " Session २: Public Asset Management System version २ (PAMS V२)" मिति २०८२ पौष २८ गते संचालन भएको छ । २ घण्टा लामो संचालन भएको सेसनमा १०० भन्दा बढी स्वास्थ्यकर्मीहरुको सहभागिता रहेको थियो भने सेसनको सहजीकरण स्वास्थ्य सेवा निर्देशनालय सुर्खेतका फार्मेसी अधिकृत श्री प्रविण तिमल्सेनाले गर्नुभएको थियो ।



बागलुङ जिल्लास्थित विभिन्न स्थानीय तहद्वारा पुस महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

बागलुङ नगरपालिका

- स्वास्थ्य कार्यक्रमहरूको मासिक समीक्षा बैठक तथा डाटा भेरिफिकेशन।
- सुतेजन्य पदार्थको नियन्त्रण सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न।
- पोषण तथा खाद्य सुरक्षा निर्देशक समिति को पालिका स्तरीय र कार्यपालिका का सदस्यहरूलाई अभिमुखीकरण बैठक सम्पन्न।
- PAMS V2 सम्बन्धी स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न।
- स्वास्थ्य संस्थाहरूमा न्यूनतम सेवा मापदण्ड सम्बन्धी मापन कार्यक्रम सम्पन्न।
- नवशिशु तथा बालरोगको एकीकृत व्यवस्थापन सम्बन्धी स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न।
- प्रजनन रुग्नता सम्बन्धी स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न।
- क्षयरोग स्वयंसेवक मार्फत शंकास्पद क्षयरोगीको खकार सङ्कलन गरी परीक्षण गरिएको।
- मातृत्व तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धी स्वास्थ्य संस्थाहरूको अनुगमन।
- विद्यालयमा क्षयरोग र किशोर किशोरी स्वास्थ्य सम्बन्धी स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम।

गलकोट नगरपालिका

- स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको मासिक समिक्षा बैठक तथा डाटा भेरिफिकेशन ।
- स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागी PAMS V2 सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न ।
- ग्रामिण अल्ट्रासाउण्ड कार्यक्रमको निरन्तरता।
- गलकोट नगरपालिका अन्तर्गतका स्वास्थ्य संस्थाहरुमा बालरोगको एकिकृत ब्यवस्थापन सम्बन्धी स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम ।
- गलाकोट नगर अस्पतालमा मासिक pap smear जाँच कार्यक्रम सम्पन्न ।
- रिश्मी आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रमा न्युनतम सेवा मापदण्डको मुल्याङकन कार्यक्रम सम्पन्न ।
- AI-xray द्धारा छातिरोग सम्बन्धी निशुल्क खोजपड्ताल शिविर सम्पन्न ।
- मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धी स्वास्थ्य संस्थाहरुको अनुगमन कार्यक्रम सम्पन्न ।
- नसर्ने रोग, पोषण लगायतका विषयहरुमा विद्धालय स्वास्थ्य शिशा कार्यक्रमको निरन्तरता।
- समुदाय स्तरमा पोषण प्रदर्शनी कार्यक्रम सम्पन्न ।

जैमिनी नगरपालिका

- मंसिर महिनामा संम्पादित स्वास्थ्यका कार्यक्रमको समिक्षा तथा डाटा भेरिफिकेसन।
- PAMS V2 सम्बन्धि स्वास्थ्यकर्मीहरुको लागि अभिमुखिकरण कार्यक्रम संचालन।
- सबै वडामा महिला सामुदायीक स्वास्थ्य स्वयंम सेविकाहरूको मासिक समिक्षा सम्पन्न।
- महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविका हरुको लागि नसर्ने तथा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न।
- सबै वडाहरुमा सरसफाई प्रवर्धन कार्यक्रम संचालन गरिएको।
- सबै स्वास्थ्य संस्थाहरुमा आकस्मिक तथा अत्यावश्यकिय औषधिको आपूर्ति गरीएको।

ढोरपाटन नगरपालिका

- ३ दिने निशुल्क योग ध्यान शिविर ।
- नसर्ने रोग तथा मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्धन कार्यक्रम सम्पन्न।
- महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाहरुका लागि नसर्ने रोग तथा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी तालिम।
- ४ वटा संस्थाहरुमा परिवार नियोजन को लामो समय काम गर्ने Implant Satelite शिविर संचालन।
- स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा store keeper हरुलाइ PAMS-V२ सम्बन्धी २ दिने तालिम संचालन।
- संस्था प्रमुख हरुको मासिक बैठक तथा डाटा भेरिफिकेशन कार्यक्रम संचालन।
- समुदाय स्तरमा साथ कार्यक्रम सन्चालन ।

- विद्यालयमा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि सचेतना कार्यक्रम संचालन गरिएको ।
- वडा खाद्य सुरक्षा समितिको अभिमुखिकरण कार्यक्रम सन्चालन ।
- AI-Xray द्वारा छातिरोग सम्वन्धी महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाहरुको लागि अभिमुखिकरण तथा खोजपड्ताल निशुल्क शिविर ।
- RoUSG कार्यक्रम नियमित सन्चालन
- स्वास्थ्य संथा तथा समुदाय स्तरका पोषण सम्बन्धी आवश्यकता तथा समस्याहरु संकलन।

निसिखोला गाउँपालिका

- मासिक समीक्षा बैठक।
- म.स्वा.स्व.सेविकाहरूलाई नसर्ने रोग सम्बन्धि अन्तर्रकृया कार्यक्रम।
- किशोर किशोरीलाई यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य सम्बन्धि शिक्षा।
- स्वास्थ्य सस्थाहरुमा pams version 2 सम्बन्धि सहजीकरण।
- समुदायमा बालबिवाह लैङ्गकि हिंसा सम्बन्धि स्वास्थ्य शिक्षा।
- स्वास्थ्य सस्थाहरुमा NGDF को सहकार्य मा सामग्री बितरण।

बडीगाड गाउँपालिका

- स्वास्थ्य संस्था स्तरिय मासिक समिक्षा बैठक संचालन ।
- वडा न १, ४ र ६ का स्वास्थ्य संस्था लाई पोषण मैत्री स्वास्थ्य संस्था घोषणा।
- एकिकृत जनस्वास्थ्य अभियान कार्यक्रम अन्तर्गत वडा न ४ जलजला CHU मा एकिकृत घुम्ति स्वास्थ्य शिविर संचालन।
- समुदाय स्तरमा स्वास्थ्य प्रवर्धन तथा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम संचालन।
- जलजला स्वास्थ्य चौकी र आधारभुत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र खर्बाङ मा IMNCI कार्यक्रमको स्थलगत अनुशिक्षण।

काठेखोला गाउँपालिका

- २०८२ मंसिर महिनामा सम्पादित स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको स्वास्थ्य संस्था प्रमुखहरुसँग मासिक समीक्षा कार्यक्रम संचालन।
- स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि PAMS V२ सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम संचालन ।
- ग्रामिण अल्ट्रासाउण्ड कार्यक्रम संचालन ।
- आधारभुत तथा आकस्मिक सेवामा निःशुल्क वितरणका लागि औषधि खरिद कार्य सम्पन्न।
- महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरुका लागि नसर्ने रोग तथा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम संचालन।
- म.सा.स्वा.स्व.सेविकाहरुका लागि मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धन तथा आत्महत्या रोकथाम सम्बन्धी जनचेतना।
- मलद्वार सम्बन्धी रोगको निःशुल्क स्क्रिनिङ शिविर वडा नं २ भिमापोखरामा संचालन।

बरेङ गाउँपालिका

- आमा समुहको बैठकमा सुनौला १००० दिनका बालबालिका तथा महिलाहरुको पोषण लेखाजोखा।
- सबै स्वास्थ्यचौकीहरुमा गर्भवती महिलाहरुको भिडियो एक्स रे कार्यक्रम संचालन ।
- गँडेल, हुग्दिशिर र साग्दी सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई र हुग्दिशिर, सल्यान, बाटाकाचौर र सुखौरा स्वास्थ्यचौकी गरि ७ वटा स्वास्थ्य संस्थामा क्षयरोग कार्यक्रमको स्थलगत अनुशिक्षण(Onsite coaching)।
- हुग्दिशिर, बाटाकाचौर र सल्यान स्वास्थ्यचौकी गरि ३ स्वास्थ्यचौकीहरुलाइ केन्द्र मानेर स्थानीय तह अन्तर्गतका सबै महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरुलाइ "नसर्ने रोग तथा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि अभिमुखीकरण"।

तमानखोला गाउँपालिका

- स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको एकिकृत मासिक समीक्षा साथै MPDSR ,Rabies र PAMS V२ सम्बन्धी तालिममा सहभागीहरुले तालिममा सिकेका प्रमूख सिकाईहरु आदानप्रदान ।
- उत्तरप्रसूती घरभेट कार्यक्रमको गत आ व २०८१/८२ को बार्षिक एवम चालु आ व २०८२/८३ को अर्धबार्षिक समीक्षा तथा शुक्ष्म योजना अध्यावधिक ।
- वडा नम्बर २ र ४ मा ग्रामीण अल्ट्रासाउण्ड सेवा
- तमानखोला गाउँपालिका वडा नम्बर १ मा नागरिक आरोग्य सेवा केन्द्र स्थापना।

ताराखोला गाउँपालिका

- मासिक समिक्षा बैठक सम्पन्न।
- जिन्सी तथा सम्पत्ति सामानहरूलाऐ PAMS V2 मा प्रविष्टि सम्बन्धी अभिमुखिकरण।
- सम्बोधन परियोजनासंग सहकार्य गरी आवश्यक औषधिजन्य सामानहरू प्राप्त गरी वितरण गरिएको।
- निशुल्क ग्रामीण भिडियो एक्सरे कार्यक्रम सम्पन्न।
- आधारभूत तथा आकस्मिक सेवाका लागि औषधि खरिद कार्य सम्पन्न।

हार्दिक स्वागत तथा सफल कार्यकालको शुभकामना !

प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय, पोखराबाट सरुवा भई आउनुभएको जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री टिकाराम भण्डारी तथा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय मनाङबाट सरुवा भई प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङमा आउनुभएका पब्लिक हेल्थ नर्स श्री मिना देवि पुन मगर लाई कार्यालयमा स्वागत गरिनुका साथै प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय बागलुङबाट कामकाज सरुवा भई स्वास्थ्य मन्त्रालय,पोखरा जानुभएका जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री कुशुमशिला भट्टलाई बिदाई/ फेरि भेटौला कार्यक्रम सप्पन्न गरिएको छ। यहाँहरु लाई निरन्तर सफलता र उत्तम भविष्यको कामना।

सुझाव र प्रतिक्रियाका लागि

baglungdho@gmail.com

hobaglung.gandaki.gov.np

068-520308

प्रकाशित मितिः २०८२ माघ १