गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
स्वास्थ्य कार्यालय पर्वत
कुश्मा, नेपाल

स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतको

जनस्वास्थ्य बुलेटिन

वर्ष: १ | अंक: २ | महिना: २ | चैत्र २०८०

फेरी भेटौला कार्यक्रम

स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतमा कार्यालय प्रमुखको जिम्मेवारिमा रहि सेवा गर्नुभएका श्री एक नारायण लम्साल ज्यु स्वास्थ्य निर्देशनालय गण्डकी प्रदेशमा सरुवा भइ जान लाग्नु भएकोमा हार्दिक बधाई सहित सफल कार्यकालको लागि शुभकामना दिन चाहान्छौ साथै पर्वत जिल्लाको स्वास्थ क्षेत्रमा यहाँको योगदानको उच्च कदर गर्दै उत्तर उत्तर प्रगतिको कामना गर्दछौ।

आधारभूत स्वास्थ्य सेवा , स्तरीय उपचार पद्दति को अभिमुखीकारण कार्यक्रम

२०८०/१२/२ गते देखि १२/०४: स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा आधारभूत स्वास्थ्य सेवा , स्तरीय उपचार पद्दति (Basic Health Services/Standard Treatment Protocol) को अभिमुखीकारण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रमलाई पर्वत अस्पतालका मे.सु डा. हेमन्त बाँस्तोला, मादी गाउँपालिका थुम्सिकोट प्राथामिक स्वास्थ्य केन्द्र कास्कीका डा. विनोद बराल, महाशिला आधारभुत अस्पताल पर्वतका मे.अ डा. दिवस अधिकारी तथा मोदी गाउँपालिकाका कविराज प्रकाश चन्द्र सुवेदीले प्रशिक्षण गर्नु भएको थियो भने जिल्लाका बिभिन्न पालिकाबाट ३० जना स्वास्थ्यकर्मीहरुको सक्रिय सहभागिता रहेको थियो।

पोषण पैरवि वैठक तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम

स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजना तथा जिल्ला अन्तर्गतका फलेवास नगरपालिका, बिहादि गा.पा, पैयु गा.पा ,मोदी गा.पा तथा जलजला गा.पा को समन्वयमा स्थानीय निकायका प्रमुख,उपप्रमुख तथा जनप्रतिनिधि ,शाखा प्रमुख र सरोकारवालाहरू बिच पोषण पैरवि वैठक तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्बन्धित पालिका प्रमुखको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रममा सम्बन्धित पालिका उपप्रमुख ,प्र.प्र. अधिकृतज्युहरुको आतिथ्यता रहेको थियो भने जनप्रतिनिधिहरु, कृषि ,भेटेनरी, शिक्षा तथा स्वास्थ्य शाखाका प्रतिनिधिहरु र सरोकारवालाहरुको सहभागितामा रहेको थियो । कार्यक्रमको सहजीकरण स्वास्थ्य कार्यालय बाट पोषण फोकल व्यक्ति तेज सुवेदी र जनस्वास्थ्य अधिकृत अन्जली पौडेल साथै पालिकाबाट स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, कृषि अधिकृतहरुले गर्नु भएको थियो। यसै गरि जिल्लामा बिहादि गा पा (१२/२ गते), पैयु गा.पा (१२/०४ गते), फलेवास नगरपालिका (१२/०९ गते), मोदी गा.पा (१२/१३गते), जलजला गा.पा (१२/१५ गते) गरि ५ स्थानित तहहरुमा पोषण पैरवि वैठक तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ र कुश्मा नगरपालिका र महाशिला गा पा मा बैशाखको पहिलो हप्तालाई तयारी भएको छ ।

विश्व क्षयरोग दिवस २०२४

स्वास्थ्य कार्यालयको आयोजनामा विश्व क्षयरोग दिवस २०२४ (२०८० चैत्र ९ गते) को अवसरमा "हो हामी क्षयरोग अन्त गर्छौं" भन्ने मुल नाराका साथ पत्रकार अन्तरक्रिया तथा अन्तर संवाद कार्यक्रम स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका नि.प्रमुख सी.अ.हे.व. अधिकृत तेज प्रसाद सुबेदीको अध्यक्षता र नेपाल पत्रकार महासंघ, जिल्ला शाखा पर्वतका अध्यक्ष सन्तोष थापाको प्रमूख आतिथ्यतामा सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रममा कुस्मा नगरपालिकाका स्वास्थ्य संयोजक यम प्रसाद शर्मा, जिल्ला स्थित विभिन्न संचार माध्यमका संचारकर्मीहरु, क्षयरोग कार्यक्रम साझेदार निकायका प्रतिनिधि, पर्वत अस्पताल प्रयोगशाला प्रतिनिधिको गरी २३ जनाको उपस्थिती रहेको थियो । कार्यक्रमको सहजिकरण क्षयरोग कार्यक्रमका संयोजक ल्याब टेक्निसियन निरिक्षक उज्जवल तिवारीले गर्नुभएको थियो भने सन्चालन तथ्याकं सहायक रामचन्द्र सुबेदीले गर्नु भएको थियो।

Onsite coaching मेन्टोरिङ कार्यक्रम

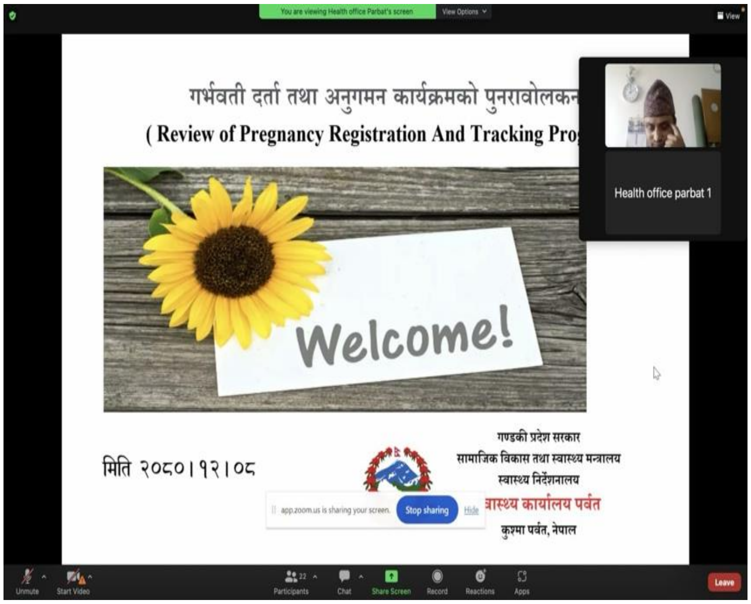
स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा यस आर्थिक बर्षमा ७ ब्याचमा पर्वत अस्पतालमा दुई ब्याच, जलजला गाउँपालिकाको मल्लाज, लेकफाँट र शालिजामा रहेका स्वास्थ्य चौकी, फलेवास नगरपालिकाको फलेवास नगर अस्पताल र कुश्मा नगरपालिकाको दुर्लुङ स्वास्थ्य चौकीमा गरी सात ब्याचमा “अनसाइट कोचिङ मेन्टोरीङ” सञ्चालन गरिएको छ । जसमा सामान्य प्रसूति , प्रसूती पछिको अत्याधिक रक्तस्राव व्यवस्थापन , एचभ भअबिmउकष्ब र भ्अबिmउकष्ब को व्यवस्थापन , Pre-eclampsia / Eclampsia को व्यवस्थापन , Condom tamponade, Kangaroo mother care,, निशासिएको नवशिशुको व्यवस्थापन, recording reporting , infection prevention जस्ता विषयमा ज्ञान् सिप को बिकास गरिएको छ।पर्वत अस्पताल कुश्माका वरिष्ठ अस्पताल नर्सिङ निरीक्षक सरस्वती बराल र अस्पताल नर्सिङ निरीक्षक शोभा श्रेष्ठ , कुश्मा नगरपालिकाको सि.अ.न.मि दुर्गा सापकोटा र सृजना गौतम (फिल्ड अफिसर,वान हार्ट वर्ल्ड वाइड) ले कार्यक्रमको प्रशिक्षण गर्नु भएको थियो।

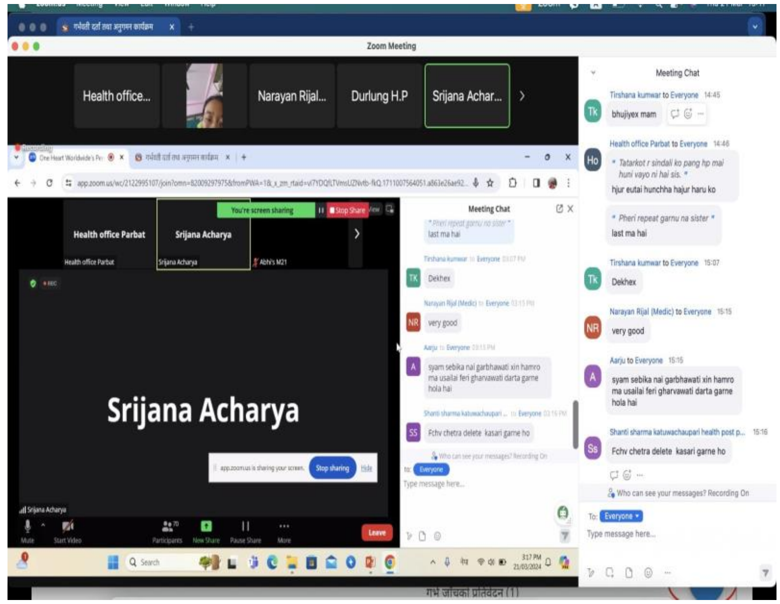
पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाईल सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम

मिति २०८०/१२/१३ महाशिला गा.पा र मिति २०८०/१२/१४ पैयु गा.पा.मा स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजना तथा महाशिला गाउँपालिका र पैंयु गाउँपालिकाको समन्वयमा पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाईल सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम स्वास्थ्य कार्यालयका कार्यालयक प्रमुख प्रविण शर्मा अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रमको सहजिकरण स्वास्थ्य निर्देशनालय गण्डकी प्रदेशका बरिष्ठ तथ्याङ्क अधिकृत टिकाराम शर्मा , सुचना प्रविधि अधिकृत नवराज भण्डारी र स्वास्थ्य कार्यालयका तथ्याङ्क फोकल पर्सन रामचन्द्र सुवेदीले गर्नुभएको थियो भने संचालन गा.पाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुखले गर्नुभएको थियो। कार्यक्रममा गाउँपालिकाका अध्यक्ष, उपाध्यक्ष सहित वडाका वडाध्यक्ष,प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत,शिक्षा शाखा प्रमुख सहित गाउँपालिकाका सबै स्वास्थ्य संस्थाको प्रतिनिधित्व हुने गरी पैयु र महाशिलामा गरी जम्मा ४७ जना स्वास्थ्यकर्मिको सहभागिता रहेको थियो।

प्रविधिमैत्री बन्दै स्वास्थ्य संस्थाहरु

मिती २०८०/१२/०८ गते स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा गर्भवती दर्ता तथा अनुगमन कार्यक्रमको zoom meeting मार्फत Review गरिएको छ। पर्वत जिल्लाका सम्पुर्ण स्थानिय तहका स्वास्थ्य संस्था प्रमुख र नर्सिङ कर्मचारीहरुलाई १ दिने प्रशिक्षक प्रशिक्षण तालिम गत माघ महिनामा संचालन भैसकेको र उहाहरु मार्फत ५०० जना महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वंयसेविकाहरुको २ दिने तालिम पनि संचालन गरि सम्पन्न भैसकेको छ ।साथै पर्वत जिल्लामा गर्भवती दर्ता कार्यक्रमको Live Reporting पनि शुरु भएको छ । पहिले तालिम लिदा सिकेको ज्ञान र सिपलाई पुनर्ताजकी गर्दै Live Reporting लाई थप प्रभावकारी वनाउने उदेश्यले संचालन गरिएको zoom meeting मा जम्मा ८५ जना सहभागिहरुको उपस्थिति रहेको थियो । कार्यक्रममामा स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यालय प्रमुख, मेडिक मोवाईलका डा निरज नकर्मी र नारायण रिजालज्यूको पनि उपस्थिति रहेको थियो भने सहजिकरण स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यक्रम फोकल पर्सन सुमन शर्मा र जनस्वास्थ्य अधिकृत अन्जली पि.सी ले गर्नुभएको थियो ।





क्षयरोग कार्यक्रमको अर्ध बार्षिक समीक्षा तथा eTB सम्बन्धि अभमुखीकरण

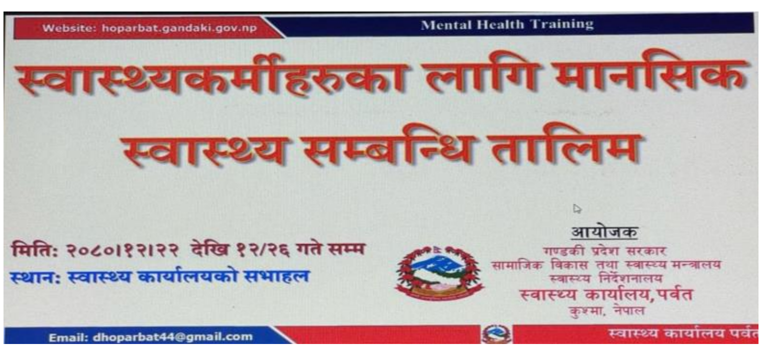
स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिकाको आयोजना तथा स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको सहजीकरणमा स्वास्थ्यकर्मीका लागि क्षयरोग कार्यक्रमको अर्ध बार्षिक समीक्षा तथा eTB सम्बन्धि अभमुखीकरण संचालन भएको छ। कार्यक्रमलाई स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका क्षयरोग कार्यक्रमका संयोजक उज्वल तिवारी, तथ्यांक अधिकृत रामचन्द्र सुवेदी तथा जलजला गाउँपालिकाका स्वास्थ्य शाखाका सम्पूर्ण टीम मार्फत सहजीकरण भएको छ।

स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई क्षयरोग सम्बन्धी आधारभुत तालिम

मिति २०८०/१२/१६ देखि १८: स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई क्षयरोग सम्बन्धी आधारभुत तालिम (Basic TB Modular Training) स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका प्रमुख प्रविण शर्माको अध्यक्षतामा तथा पर्वत अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. हेमन्त बास्तोला ज्युको प्रमुख आथित्यता सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रममा जिल्ला स्थित ७ वटै स्थनिय तहहरु अन्तर्गत क्षयरोग निदान तथा उपचार केन्द्र (DOTS Center) र पर्वत अस्पताल डट्स सेवामा कार्यरत स्वास्थकर्मिहरु गरी जम्मा २५ जनाको सहभागिता रहेको थियो। कार्यक्रमको सहजिकरण सेभ द चिल्ड्रेन, गण्डकी प्रदेशका प्रदेश क्षयरोग कार्यक्रम संयोजक श्री राजेश कुमार यादव तथा स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका क्षयरोग कार्यक्रम संयोजक श्री उज्ज्वल तिवारी ज्युले गर्नुभएको थियो।

स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि तालिम (Module 2 b)

२०८०/१२/२२ देखि १२/२६: स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि तालिम (Module 2 b) स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका प्रमुख प्रविण शर्माको अध्यक्षता तथा पर्वत अस्पतालका मे.सु डा. हेमन्त बास्तोलाको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रममा धौलागिरी अस्पताल बागलुङका मानसिक रोग विशेषज्ञ डा.मनकाजी थापा मगर र बेनी अस्पतालका डा.अनुषा मानन्धरले प्रशिक्षण गर्नु भएको थियो भने सहजिकरण स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका जनस्वास्थ्य निरीक्षक प्रकाशक गौतमले गर्नु भएको थियो। उक्त कार्यक्रममा जिल्लाका सात स्थानिय तहबाट २७ जना स्वास्थ्यकर्मीहरुको सक्रिय सहभागिता रहेको थियो ।



७६औँ विश्व स्वास्थ्य दिवस बिशेष "मेरो स्वास्थ्य, मेरो अधिकार "

मिति २०८० चैत्र २५ (7th April 2024) गते "मेरो स्वास्थ्य , मेरो अधिकार" भन्ने मूल नारा सहित ७६औं विश्व स्वास्थ्य दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजना र पर्वत अस्पतालको समन्वयमा जिल्ला स्थित सरकारी कार्यालयमा कार्यरत कर्मचारीहरुमा नसर्ने रोगको स्क्रीनिङ तथा स्वास्थ्य परिक्षण र परामर्श कार्यक्रम स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यालय प्रमुख श्री प्रविण शर्मा ज्यूको अध्यक्षता , जिल्ला समन्वय प्रमुख श्री विष्णु राम वि.क.ज्यूको प्रमुख आतिथ्यता र प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्री प्रेम प्रसाद आचार्य ज्यूको विशिष्ट आतिथ्यमा एवं जिल्ला स्थित सम्पूर्ण कार्यलयका प्रमुख ज्यूहरु, कर्मचारीहरु , सुरक्षा सुरक्षाकर्मीहरु र संचारकर्मीहरूको उपस्थितीमा सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रममा १६५ जनाको उचाई, तौल, उचाई तथा तौल अनुसार शरीरको मोटोपन (BMI), रक्तचाप, मधुमेह र पिसाबमा प्रोटिन मात्राको स्क्रिनिङ गरीएको थियो जसमध्ये ६५% (१०८ जना) मा मोटोपन, २६% (४३ जना)मा उच्च रक्तचाप र २%(४ जना) मा मधुमेह देखिएको थियो भने नियमित स्वास्थ्य जाँच, नियमित व्याम, खानपान शैलीमा व्यवस्थापन गर्ने जस्ता चिकित्सक परामर्श दिएको थियो ।

Value Clarification and Attitude Transformation on Safe Abortion (VCAT) सम्बन्धि अभिमूखिकरण

स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतको आयोजनामा (Value Clarification and Attitude Transformation on Safe Abortion, VCAT) सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रमको दुई व्याच सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रममा सहभागिहरुले गर्भपतन सम्बन्धी मूल्यमान्यताहरू स्पष्ट पार्न, गर्भपतन बारेका तथ्यहरू, अनुमानहरू र मिथकहरूको अन्तर छुट्टाउन, गर्भपतन सेवा लिन चाहने सेवाग्राही, उनका परिवारका सदस्यहरू र अरू समाजका सरोकारवालालाई सही सूचना प्रवाह गर्न, गर्भपतन सेवा उपलब्ध गराउँदा वा यसबारे पैरवी गर्दा व्यक्त विचारहरू व्यक्तिगत हुन कि पेसागत हुन भन्ने छुट्टाउन , गर्भपतन गर्ने महिला, उनका परिवार र गराउने स्वास्थ्यकर्मी प्रति सहाअनुभूति व्यक्त गर्न सक्ने वनाउने उदेश्यले कार्यक्रम संचालन गरिएको थियो। उक्त कार्यक्रममा २ समुहमा गरी जम्मा ४१ जना सहभागिहरुको (सुरक्षित गर्भपतन सेवा प्रदान गर्ने सुचिकृत संस्थाका सेवा प्रदायकहरु र महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वंयसेविकाहरु, पत्रकार, प्रहरी) उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रममा सहजिकरण तथा प्रशिक्षण स्वास्थ्य निर्देशनालय, पोखराको अस्पताल नर्सिङ प्रशासक अन्जु पौडेल, जनस्वास्थ्य अधिकृत रविना ठगुन्ना, स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङको पब्लिक हेल्थ नर्सिङ निरीक्षक शिमा कुवँर र स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको पब्लिक हेल्थ नर्सिङ निरिक्षक सुमन शर्माले गर्नुभएको थियो ।

स्वास्थ्यकर्मिहरूलाई Morbidity Mapping and Disability Prevention (MMDP) को तालिम

मिती २०८०/१२/२६: स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा तथा मोदी गाउँपालिकाको सहकार्यमा स्वास्थ्यकर्मिहरूलाई Morbidity Mapping and Disability Prevention(MMDP) को तालिम मोदी गाउँपालिकाका अध्यक्ष हिरादेवि शर्माको अध्यक्षतामा र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत राम प्रसाद शर्माको आतिथ्यमा सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रममा पर्वत अस्पतालका मे.सु डा. हेमन्त वास्तोला र स्वास्थ्य कार्यालयका कार्यक्रमका संयोजक तेज प्रसाद सुवेदिले प्रशिक्षण गर्नु भएको थियो भने संचालन मोदी गा.पा.को स्वास्थ्य शाखा प्रमुख उमेश कुमार अधिकारीले गर्नुभएको थियो। कार्यक्रममा ३० जनाको सहभागीता रहेको थियो ।

राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई आधारभूत तालिम

मिती २०८०/१२/२७ देखि १२/३०: स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनमा राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम अन्तर्गत गुणस्तरीय खोप सेवा सन्चालन तथा सरसफाई प्रवर्द्धनमा संलग्न स्वास्थ्यकर्मीको दक्षता बृद्धि, ज्ञान सीप अध्याबधिक गर्न नयाँ तथा खोप तालिम नलिएका स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई पुर्ण खोप सुनिश्चितता एवं सुक्ष्मयोजना तयारी प्रक्रिया, शुन्य खोप र ड्रपआउट बच्चाको पहिचान, कोल्डचेन व्यवस्थापन, ए.ई.एफ.आई. सर्भिलेन्स र सरसफाई प्रवर्द्धन सम्बन्धी स्वास्थ्कर्मीलाई ४ दिने आधारभूत तालिम स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका प्रमुख प्रविण शर्माको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रममा स्वास्थ्य निर्देशनालय गण्डकी प्रदेशका खोप अधिकृत एक नारायण लम्साल, विश्व स्वास्थ्य संगठनका SMIO डा. स्मृती लामा ,स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका के.चे.अ जनयन्द्रमन गुरुङ, प.नि.सु नारायण रेग्मी, कुश्मा नगरपालिकाका ज्ञ.स्व.नि सुरेश सुवेदी तथा WaterAid Nepal गण्डकी प्रदेशका सम्झना पाठक ले प्रशिक्षण गर्नु भएको थियो। कार्यक्रममा जिल्लाका बिभिन्न पालिकाबाट ३५ जना स्वास्थ्कर्मीहरुको सहभागीता रहेको थियो।

स्थानीय तह विशेष

निशुल्क स्वास्थ्य शिबिर

महाशिला गाउँपालिका पर्वतको ब्यवस्थापन तथा अन्तरास्ट्रिय पर्वत समाजको आयोजनामा महाशिला आधारभुत अस्पताल लुङ्खुमा संचालित १ दिने निशुल्क स्वास्थ्य शिबिरमा ४०७ जना बिरामीहरुले स्वास्थ्य सेवा लिएका छन।यस कार्यमा सहयोग गर्नु हुने सम्पुर्णमा हार्दिक आभार सहित धन्यवाद व्यक्त गर्दछौं।

हार्दिक बधाई!!!

आर्थिक वर्ष २०७९/०८० अन्तर्गत नेपाल सरकारले संचालन गरेको राष्ट्रिय हात्तिपाइले रोग निवारण अभियानलाई सफल पार्नको लागि जलजला गाउँपालिकाले खेलेको उत्कृष्ट भुमिकाको कदर गर्दै स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले आज आयोजना गरेको एक कार्यक्रमका बिच नेपाल सरकारका उपप्रधान, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्री माननिय उपेन्द्र यादब ज्युले जलजला गाउँपालिका अध्यक्ष श्री राजु प्रसाद आचार्य ज्युलाई सम्मान पत्र प्रदान गर्नुभएको छ। इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखा तथा विश्व स्वास्थ्य संगठन नेपाल द्वारा गरिएको मुल्याकंन अन्तर्गत पर्वत जिल्लाको जलजला गाउँ पालिका उत्कृष्ट पालिकाको रूपमा छनौट भएको हो। यो अभियान उत्कृष्टताका साथ सफल बनाउन अहोरात्र खट्नुहुने पालिकाका सम्पुर्ण जनप्रतिनिधि ज्यु, स्वास्थ्य शाखामा कार्यरत कर्मचारी ,स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत सम्पुर्ण स्वास्थ्यकर्मी तथा अन्य शिक्षककर्मी, महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेबिका ज्युहरु एवं स्वास्थ्य कार्यलय पर्वतका कर्मचारी लगायत सहयोग गर्नुहुने सम्पुर्णमा हार्दिक आभार प्रकट गर्दछौ।

माहिला प्रजनन स्वस्थ्य सचेतना कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्य शिविर

मिती २०८० चैत्र ४ देखि २६ गते सम्म फलेवास नगरपालिकाको आयोजनामा माहिला प्रजनन स्वस्थ्य सचेतना कार्यक्रम अन्तर्गत स्तन क्यान्सर, पाठेघरको क्यान्सर र आङग खस्ने समस्यको निशुल्क स्क्रिनिङ शिविर चैत्र ४ गते वडा न १ कार्किनेटाबाट शुरु गरी चैत्र २६ गते वडा न ११ पाङराङमा संचालन भई फलेबासका सम्पूर्ण वार्डमा समापन भएको छ।शिविरमा जम्मा १०५० जना महिलाहरुको स्क्रिनिङ गराइएको थियो जसमध्ये २५ जनामा VIA Positive देखिएको, ३८ जनामा आङ खस्ने समस्या भइ Ring राखी उपचार गरिएको, ११ जनामा पाठेघरको मुखमा घाउ भएको, २८ जनामा पाठेघरको मुखमा मासु पलाएको, १२४ जनामा विभिन्न खालको संक्रमण देखिएको र ३१ जनामा स्तन सम्बन्धि समस्या देखिएको थियो जसको लागि आवश्यकता अनुसार उचित परामर्श सहित माथिल्लो तहको उपचार केन्द्रमा रेफर गरिएको थियो। उक्त कार्यक्रम सुसम्पन्नको लागि स्वास्थ्य कार्यालय पर्वत, फेलेबास नगरपालिका, सम्पूर्ण स्वास्थ्यकर्मी, माहिला स्वास्थ्य स्वंम सेविका प्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछौं।

कुश्मा नगरपलिका

- १७ वटा स्वास्थ्य संस्थाका १९ जना कार्यालय सहयोगीहरू का लागि संक्रमण रोकथाम सम्बन्धी २ दिने तालिम तथा नर्सिङ कर्मचारीहरू १७ जनाका लागि ३ दिने तालिम GNI को आर्थिक तथा प्राविधिक सहयोग NCCDC र कुश्मा नगरपालिकाको संयुत्त आयोजनामा सम्पन्न भएको।
- पर्ण खोप घोषणाका लागि घरधुरी सर्वेक्षण तथा भेरीफिकेशन गर्ने कार्य सम्पन्न भएको।
- विश्व स्वास्थ्य दिवशको अवसरमा विधालयहरूमा स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान गरिएको तथा पिपलटारी स्वास्थ्यचौकीमा र्यालि एव विभिन्न सचेतना मुलक कार्यक्रम गरिएको।
- कुश्मा नगरपालिका अन्तरगतका स्वास्थ्य संस्थाहरू बाट विश्व स्वास्थ्य दिवशको अवसरमा नसर्ने रोगको परिक्षण तथा स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान गरिएको, सचेतना मुलक कार्यक्रम गरेको।
- कुश्मा स्वास्थ्य चौकी पाङ, खुर्कोक स्वास्थ्य चौकी र दुर्लुङ स्वास्थ्य चौकीमा वास फिट परीयोजना अन्तरगतको विभिन्न संरचना तयार तथा हस्तान्तरण कार्यक्रम सम्पन्न।
- कटुवा चौपरी स्वास्थ्य चौकी, पकुवा स्वास्थ्य चौकी मा मुख स्वास्थ्य दिवशको अवसरमा विभिन्न सचेतना मुलक कार्यक्रम र्याली तथा अन्तरकृया कार्यक्रम सचालन गरिएको।
- सम्पुर्ण स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुख र प्रतिवेदन गर्ने गर्ने सम्पर्क ब्यक्ति सग मासिक समीक्षा बैठक सम्पन्न।

फेलेबास नगरपलिका

- महिलाहरुको लागि स्तन क्यान्सर, पाठेघरको मुखको क्यान्सर र आङ खस्ने समस्याको निशुल्क स्क्रीनिङ शिविर सम्पन्न।
- पाङराङ स्वास्थ चौकी, लिमिठाना स्वास्थ चौकी तथा फलेवस नगर अस्पतालमा MSS कार्यक्रम सम्पन्न।

मोदी गाउँपालिका

- मिति २०८०/१२/२७ गते मोदी गाउँपालिका, पातिचौर पर्वतको आयोजनामा वार्ड नं. ६, तिलाहारस्थित थमारजुङमा नसर्ने रोगसम्बन्धी परिक्षण शिविर सम्पन्न भएको छ। परिक्षण शिविरबाट कुल १०१ जना सेवाग्राहीहरु लाभान्वित हुनुभएको छ।
- मोदि गाउँपालिका वार्ड नं १ भुकताङ्ले स्वास्थ्य चौकिमा मिति २०८०/११/२७ देखि १२/ २ (10th march to 15th march 2024) गते सम्म निशुल्क दन्त शिविर सन्चालन भएको छ।उत्त शिविर मा जर्मन बाट आउनु भएका दन्त विशेषज्ञहरुको टिम द्वारा सेवा प्रदान गर्नु भएको थियो।बिध्यालय र स्वास्थ्य चौकिमा गरि जम्मा ६०० जनाले सेवा लिनु भएको थियो।

- मार्च २० मा बिद्यार्थी, जनप्रतिनिधि र सरोकारवालाहरुको सहभागितामा मुख स्वास्थ्य दिवस प्रभातफेरी कार्यक्रम गरि मनाईएको।
- २०८०/१२/३ गते Y SERVICE CLUB OF POKHARA को आयोजना ,हिमालयन आँखा हस्पिटलको प्राविधिक सहयोग तथा मोदि गाउँपालिका कार्यालय र मोदि वाड १ को कार्यालयको समन्वयमा यश भुकताङ्ले स्वास्थ्य चौकीमा निशुल्क आँखा शिविर संचालन भएको छ। जस्मा १८१ जनाले सेवा लिनु भएको छ।
- पूर्णखोप सुनिश्चित गाउँपालिका प्रमाणीकरणका बिभिन्न क्रियाकलापहरु जस्तै घरधुरी सर्वेक्षण, खोप समन्वय समितिको अभिमुखीकरणहरु संचालनमा रहेका।

जलजला गाउँपालिका

- क्षयरोग कार्यक्रम हरुको स्वास्थ्य संस्था स्तरिय कोहर्ट विस्लेषण तथा अर्धबार्षिक समिक्षा।
- Morbidity maping managment &disability prevention (mmdp)कार्यक्रम को स्वास्थ्य कर्मी हरुलाइ पालिका स्तरिय अभिमुखिकरण।
- विश्व क्षयरोग दिवस सरोकारवाला निकाय सङ अन्तरकृया कार्यक्रम (लेखफाट ,बासखर्क ,नाग्लिबाङ स्वास्थ्य चौकी)।
- आमा सुरक्षा प्रजनन स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको अनुगमन।
- पोषण कर्नर स्थापना (मल्लाज बासखर्क,नाग्लीबाङ)।

महाशिला गाउँपालिका

- महाशिलाको पारिवारिक स्वास्थ्य प्रोफाइल निर्माण प्रक्रिया शुरु भई तथ्यांक संकलन शुरु।
- पुर्ण खोप घोषणाको निम्ति धर धुरि सर्बेक्षण।
- ज्यस्ठ नागरिक स्वास्थ्य परिक्षण कार्यक्रम।

बिहादी गाउँपालिका

- ६ वटा (सबै स्वास्थ्य चौकीमा) MSS सम्पन्न।
- पुर्णखोप सुनिस्चितताका लागि पालिका र वडा स्तरिय अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न।
- स्थानीय स्तरमा नै विशेषज्ञ स्वास्थ्य सेवा पाउन भन्ने उद्देश्यका साथ बिहादी गाउपालिकाको आयोजना र काठमाडौं मेडिकल कलेज पब्लिक लिमिटेडको प्राविधिक सहयोगमा चैत्र २७ गते संचालन भएको निशुल्क विशेषज्ञ स्वास्थ्य शिविरमा करिव २४०० जनाले OPD सेवा पाएको साथै ६२ जनालाइ अपरेशन गर्नुपर्ने देखिएको।
- सुनौला १००० दिनका आमाहरुलाइ पोषण सम्बन्धी अभिमुखिकरण तथा गर्भवती र ४२ दिनका सुत्केरी महिला हरुलाइ अन्डा वितरण बिहादी २ मा।
- घर घरमा गइ २८५ जना जेस्ठ नागरिक हरुलाइ स्वास्थ्य परिक्षण बिहादी ३ रानिपानीमा।
- सबै स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट नियमित PNC Home Visit।

पैयु गाउँपालिका

- गर्भवतीहरूलाई USG सेवा सवै स्वास्थ्य संस्थाबाट उपलब्ध गरिएको।
- सवै स्वास्थ्य संस्थाले टोल टोलमा अध्यक्षसंग ज्येष्ठ नागरिक स्वास्थ्य परिक्षण सेवा सम्पन्न।
- .पुर्णखोपको लागी घर धुरी सर्भेक्षण सेवा सुरुवात।
- Family Health profile को Houehold servey को घर धुरी सर्भेक्षणको काम शुरु भएको।

भोलि के पर्छ-पर्छ: स्वास्थ्य विमा आजै गर्नुपर्छ

सदस्यता दर्ता	सेवा सुरुहुने मिति	सेवा समाप्त हुने मिति
बैशाख, जेठ, असार	भदौ १ गते	अर्को बर्षको साउन मसान्त सम्म
साउन, भदौ, असोज	मंसिर १ गते	अर्को बर्षको कार्तिक मसान्त सम्म
कार्तिक, मंसिर, पौष	फागुन १ गते	अर्को बर्षको माघ मसान्त सम्म
माघ, फागुन ,चैत्र	जेठ १ गते (अर्को बर्षको)	अर्को बर्षको बैशाख मसान्त सम्म

भावपूर्ण श्रादांजली

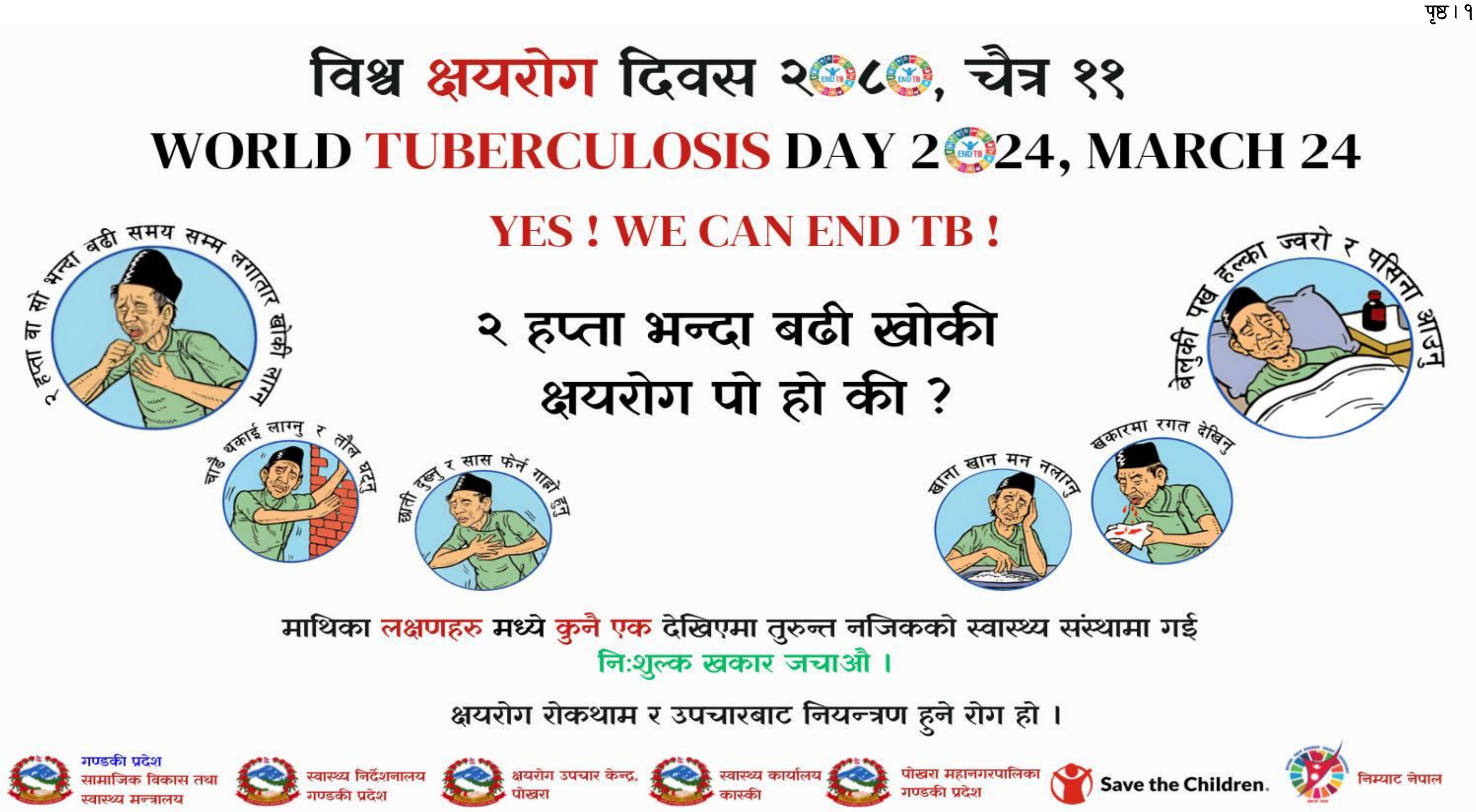
देबि प्रसाद उपाध्याय रेग्मी

यस स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतमा कार्यरत प.नि.सु **श्री नारायण प्रसाद रेग्मी**का पुजनिय पिता **देबि प्रसाद उपाध्याय रेग्मी**को मिति २०८० चैत्र ९ गते ८२ औं वर्षको उमेरमा असामयिक निधनको खबरले स्वास्थ्य कार्यालय परिवारलाइ अत्यन्तै दुखित र मर्माहत बनाएको छ। यस दुखद घडिमा दिवंगत आत्माको चिर शान्तीको कामना गर्दै भावपूर्ण श्रादांजली अर्पण गर्दछौ। साथै शोकाकुल परिवारजनमा ईश्वरले धैर्य धारण गर्ने शक्ति प्रदान गरुन भन्दै हार्दिक समवेदना व्यक्त गर्दछौ।

स्वास्थ्य कार्यालय पर्वत परिवार

स्वास्थ्य कार्यालयबाट संचालन हुने कार्यक्रमको वैशाख महिनाको सम्भावित कार्ययोजनाः

क्र.स	योजनामा रहेका कार्यक्रम	कार्यक्रम संयोजक
१	स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागी नसर्ने रोगको ब्यबस्थापन PEN सम्बन्धि तालिम	प्रकास गौतम
२	नर्सिङ कर्मचारीहरुका लागि अनसाइट कोचीङ	सुमन शर्मा
३	VIA Camp	सुमन शर्मा
४	महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयं सेविकाको तालिम तथा सम्मानजनक विदाई कार्यक्रम	सुमन शर्मा
५	खानेपानी सर्भिलेन्स तथा Water Safety Plan (WSP) सम्बन्धि अभिमुखीकरण	उज्वल तिवारी
६	खानेपानीको नमुना संकलन तथा परिक्षण	उज्वल तिवारी
७	स्वास्थ्यकर्मीका लागी HMIS/DHIS2 सम्बन्धि तालिम	रामचन्द्र सुवेदी
८	EHMIS सम्बन्धि तालिम	रामचन्द्र सुवेदी
९	तथ्यांक व्यबस्थापन समिति गठन तथा अभिमुखीकरण	रामचन्द्र सुवेदी
१०	IMNCI तालिम तथा समिक्षा	तेज प्रसाद सुवेदी
११	MMDP सम्बन्धि कार्यक्रम	तेज प्रसाद सुवेदी
१२	पोषण पैरवी बैठक	तेज प्रसाद सुवेदी
१३	खोप कार्यक्रमको माइक्रो प्लानिङ कार्यक्रम	नारायण प्रसाद रेग्मी



मुख स्वास्थ्य बारे केही तथ्य

- मुख सम्बन्धि रोगले विश्वव्यापी रूपमा ३ अर्ब ५० करोड मानिसलाई असर गर्छ, जसमध्ये ९० प्रतिशत रोग दाँत किराले खानेसँग सम्बन्धित हुन्छ ।
- मुखको स्वास्थ्य भनेको दाँत र मुखसँग मात्र सम्बन्धित छैन, यसले टाउको, अनुहार र ओरल क्याभिटीलाई पनि बुझाउँछ ।
- मुख स्वास्थ्यका लागि सबैभन्दा घातक पदार्थ सुर्ती र चिनी हुन् ।
- राम्रो मुख स्वास्थ्यकायम राख्न समग्रमा राम्रो स्वास्थ्य कायम राख्नु महत्वपूर्ण छ ।
- नेपाल सरकारले मानिसहरूलाई आफ्नो स्वास्थ्य, सामाजिक र मानसिक स्थितिलाई सुधार गर्न मुख स्वच्छता अभ्यासका लागि प्रोत्साहित गर्न अभियान सुरु गरेको छ ।

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
स्वास्थ्य कार्यालय पर्वत
कुश्मा, नेपाल

गण्डकी प्रदेश सरकार सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालय स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वत कुश्मा, नेपाल

मितिः २०८०।१२।१२

धन्यबाद ज्ञापन।

मिति २०८० फागुन १३ गते देखि ९ महिना देखि १५ वर्ष मुनिका बालबालिकालाई लक्षित गरि शुभारम्भ भएको दादुरा रुवेला खोप अभियान मिति २०८० चैत्र ७ गते सम्पन्न भएको छ । यस क्रममा प्रारम्भिक विवरण अनुसार पर्वत जिल्लामा ९ महिना देखि ५ वर्ष सम्मका जम्मा ७१३८ जना वालवालिकाहरुले दादुरा सवेला विरुद्धको खोप प्राप्त गरेका छन जुन कुल लक्षित जनसंख्या ६६३८ (जिल्लामा गरिएको सुक्ष्म योजना ८०/८१ अनुसार) को **१०७.५३ प्रतिशत** रहेको छ। यस अभियानलाई सफल बनाउन महत्वपूर्ण भुमिका निर्वाह गर्नुहुने पर्वत जिल्लाका सात वटा स्थानीय सरकार, नगर तथा वडा खोप समन्वय समिति, स्वास्थ्य शाखा, पर्वत अस्पताल , जिल्ला आयुर्वेद केन्द्र, स्थानीय तहका अस्पताल तथा स्वास्थ्य संस्थाहरु, विद्यालयहरु, सरोकारवाला संघ संस्था, खोप कार्यकर्ता तथा अन्य स्वास्थ्यकर्मीहरु, महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविका तथा अन्य स्वयं सेवकहरु, आमा समूह, शिक्षक- शिक्षिका, संचारकर्मीहरु तथा समस्त पर्वतवासीहरुमा हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछौ। खोप अभियान सन्चालनका लागि आवश्यक मार्गदर्शन र सहयोग प्रदान गर्नुहुने गण्डकी प्रदेश सरकार सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय, स्वास्थ्य निर्देशनालय, स्वास्थ्य आपूर्ति व्यवस्था केन्द्र ,स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, प्रादेशिक जनस्वास्थ्य प्रयोगशाला लगायत स्वास्थ्य सेवा विभाग अन्तर्गत परिवार कल्याण महाशाखाका र व्यवस्थापन महाशाखा प्रति हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्न चाहन्छौं। प्राविधिक सहयोगको लागि WHO/IPD, UNICEF, Water Aid लगायत सबै साझेदार संस्था र प्रतिनिधि प्रति हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्न चाहन्छौं। साथै अभियानको क्रममा विविध कारणले खोप लगाउन छुटेका बालवालिकालाई नजिकैको सरकारी स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरि चैत्र महिनाभरि नियमित खोप दिने समयमा दादुरा-रुवेलाको खोप लगाउन सकिने व्यहोरा समेत सबैमा जानकारी गराउन चाहन्छौ ।

जिल्ला खोप समन्वय समिति तथा
स्वास्थ्य कार्यालय पर्वत

सुरक्षित मातृत्वबारे जानकारी

महिलाले आफ्नो इच्छा अनुसार गर्भवती हुने वा नहुने वा कहिले हुने, गर्भवती अवस्थामा कसरी स्वस्थ रहने, तनाव र संक्रमणरहित तरिकाले दक्ष प्रसूतिकर्मीद्वारा प्रसूति गराई स्वस्थ शिशु जन्माउनुका साथै सुत्केरी अवस्थामा गुणस्तरीय सेवा उपलब्ध हुने व्यवस्था गरी आमा र शिशुलाई स्वस्थ राख्नु नै सुरक्षित मातृत्व हो ।

नेपालमा मातृ मृत्युका मुख्य कारणहरु

- शिशुको जन्मपछि अत्याधिक रक्तश्राव हुनु ।
- उच्च रक्तचाप तथा यसबाट हुने खतराहरु जस्तै हातखुट्टा अररो भई कम्पन छुट्नु, हातखुट्टा सुन्निनु, आँखा धमिलो देख्नु वा तिरमिराउनु, बेहोस् हुनु ।
- प्रसूति व्यथा जटिल तथा लामो लाग्नु ।
- बच्चा जन्मने क्रममा योनिमार्गमा अड्कनु ।
- **असुरक्षित गर्भपतन तथा सं**क्रमण ।

गर्भवती जाँच : महिलाले गर्भवती हुँदा कम्तीमा आठ पटक स्वास्थ्य संस्थामा गई स्वास्थ्य जाँच गराउनु पर्दछ ।

पहिलो पटक : गर्भवती भएको १२ हप्तासम्म ।
दोस्रो पटक : गर्भवती भएको १६ हप्तासम्म ।
तेस्रो पटक : गर्भवती भएको २० देखि २४ हप्तामा ।
चौथौं पटक : गर्भवती भएको २८ हप्तामा ।
पाँचौ पटक : गर्भवती भएको ३२ हप्तामा ।
छैठौं पटक : गर्भवती भएको ३४ हप्तामा ।
सातौ पटक : गर्भवती भएको ३६ हप्तामा ।
आठौं पटक : गर्भवती भएको ३८ देखि ४० हप्तामा ।

गर्भावस्थामा देखा पर्न सक्ने खतराका लक्षणहरु

- हात, खुट्टा वा अनुहार सुन्निनु ।
- अत्याधिक टाउको दुख्नु ।
- आँखा तिरमिराउनु र धमिलो देख्नु ।
- योनीबाट रगत बग्नु ।
- हातखुट्टा अररो भइ कम्पन छुट्नु वा मुर्छा पर्नु ।
- ज्वरो आउनु वा योनीबाट गन्हाउने पानी बग्नु ।

प्रसव अवस्था

प्रसव अवस्था जोखिमयुक्त अवस्था हो । त्यसैले शिशु सजिलैसँग जन्मिने आशामा घरमै बस्नुहुँदैन । व्यथा लाग्ने वित्तिकै तुरुन्त नजिकैको प्रसूति केन्द्रमा गई दक्ष प्रसूतिकर्मीको सहयोगमा सरसफाई र निर्मलीकरण गरिएका औजारहरुको प्रयोग गरी सजिलो, सुरक्षित र संक्रमणरहित किसिमले शिशु जन्माउनु पर्दछ ।

बच्चा जन्माउने बेलामा ज्यानै जान सक्ने खतराका लक्षणहरु

- ज्वरो आउनु वा योनीबाट गन्हाउने पानी बग्नु ।
- लामो व्यथा (८ देखि १२ घण्टा) लाग्नु ।
- प्रसूति अगाडि वा पछाडि ह्वाल-ह्वाल्ती रगत बग्नु ।
- शिशुको हात, खुट्टा वा साल पहिला निस्कनु ।
- शिशु जन्मेको आधा घण्टासम्म साल नझर्नु ।
- हात खुट्टा अररो भई कम्पन छुट्नु वा मुर्छा पर्नु ।
- बच्चा जन्माउनु अघि वा बच्चा जन्मिसकेपछि पनि धेरै रगत बग्नु ।

सुत्केरीको ज्यानै जान सक्ने खतराका लक्षणहरु

- सुत्केरी अवस्थामा योनीबाट ह्वाल-ह्वाल्ती वा चोक्टा चोक्टा रगत बग्नु (आधा घण्टाभित्र २ वटाभन्दा बढी टाला भिज्नु)
- एक हप्ताभन्दा बढी लगातार रगत बग्नु ।
- ज्वरो आउनु वा योनीबाट गन्हाउने पानी बग्नु ।
- कम्पन छुट्नु वा मुर्छा पर्नु ।

सुत्केरी तथा नवजात शिशुको स्वास्थ्य संस्थामा गई कम्तीमा ४ पटक जाँच गराउनु पर्दछ ।

- पहिलो पटक -शिशु जन्मेको २४ घण्टामा (डिस्चार्ज हुनु अगाडि)
- दोस्रो पटक -शिशु जन्मेको ३ दिनमा
- तेश्रो पटक -शिशु जन्मेको ७ देखि १४ दिनमा
- चौथौ पटक - ४२ दिनमा

गर्भवती तथा सुत्केरी महिलाले ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

- माथि उल्लेखित तालिका अनुसार गर्भवती, सुत्केरी महिला र नवजात शिशुलाई नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा जाँच गराउने ।
- माथि उल्लेखित कुनै पनि खतराका लक्षणहरु देखिएमा तुरुन्त नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा जाँच गराउने ।
- गर्भवती महिलाले धनुष्टङ्कार र भ्यागुते रोगबाट आमा तथा बच्चालाई जोगाउन टि.डी.को खोप लगाउने र जुकाको औषधि खाने ।
- रक्तअल्पत्ताबाट बच्न गर्भवती महिलाले ३ महिना पुरा भएदेखि दैनिक रुपमा १ चक्की आइरन सेवन गर्ने र बच्चा जन्मिएको ६ हप्तासम्म निरन्तर आइरन चक्की खाने, वा चिकित्सकको सल्लाह बमोजिम खाने ।
- बच्चा जन्मिएपछि अत्याधिक रगत बगेमा, गन्हाउने पानी बगेमा, टाउको दुखेमा, आँखा धमिलो भएमा वा तिरमिराएमा वा कम्पन छुटेमा वा मुर्छा परेमा तुरुन्त स्वास्थ्य संस्थामा लैजाने ।
- पोषिलो खानेकुरा खाने र आराम गर्ने ।

सुरक्षित मातृत्व कार्यक्रमका सुविधाहरु

स्वास्थ्य संस्थामा प्रसुती गराए वापत हिमाली जिल्लामा रु ३०००।-, पहाडी जिल्लामा रु २०००।-, तराईका जिल्लामा रु १०००।- यातायात खर्च पाइन्छ । त्यस्तै तोकिए बमोजिम ८ पटक गर्भवती जाँच स्वास्थ्य संस्थामा गराएमा रु ८००।- प्रोत्साहन रकम पाईन्छ । सरकारी स्वास्थ्य संस्थाहरु जस्तै साविकका जिल्ला अस्पताल, प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केन्द्र, हेल्थ पोष्ट र बर्थिङ्ग सेन्टरमा प्रसूति हुने सुत्केरी तथा नवजात शिशुहरुलाई न्यानो झोला प्रदान गरिन्छ ।

www.nheicc.gov.np
info@nheicc.gov.np
www.youtube.com/c/nheiccnepal
www.facebook.com/nheicc.nepal

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

यो वर्षको वैशाख महिनामा राष्ट्रिय भिटामिन ए कार्यक्रमसँगै खोप सेवा पनि

२०८१ वैशाख ६ र ७ गते सञ्चालन हुने राष्ट्रिय भिटामिन ए कार्यक्रममा ५ वर्ष मुनिका बालबालिकालाई छुट खोप पनि लगाईदैछ ।

खोप सेवा वैशाख ६ र ७ गते हरेक स्वास्थ्य संस्थाबाट उपलब्ध हुनेछ ।

याद गर्नुहोस्, खोपबाट बचाउन सकिने रोगहरूबाट सुरक्षित गराउन १५ महिना उमेरभित्र ९ वटा खोपहरूको सबै मात्रा पूरा गर्नुपर्दछ ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग