गण्डकी प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय
प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत
कुश्मा ,नेपाल

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको

जनस्वास्थ्य बुलेटिन

वर्ष :२ अंक :१२ महिना :१२ माघ २०८१

मासिक बुलेटिन प्रकाशनको १ बर्ष पुरा गरि दोस्रो बर्षमा प्रवेश गरेका छौ। बुलेटिन प्रकाशनमा सहयोग गर्नुहुने सम्पूर्ण स्थानीय तह , स्वास्थ्यकर्मी , स्वास्थ्य संस्था तथा सरोकारवालाहरुमा हार्दिक आभार प्रकट गर्दछौ।

प्रदेश लोक सेवा आयोग गण्डकी प्रदेशको प्रदेश स्वास्थ्य सेवा, हेल्थ इन्सपेक्सन समूह, नवौं तह, खुला तर्फ जनस्वास्थ्य प्रशासक पदमा छनौट हुन सफल हुनु भएकोमा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय कुश्मा पर्वतका कार्यालय प्रमुख श्री प्रविण शर्मा ज्यूलाई हार्दिक बधाई तथा शुभकामना व्यक्त गर्दछौ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय कुश्मा पर्वत परिवार

प्रसूति सेवा प्रदायकहरुको लागि मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि onsite coaching मेन्टोरिङ कार्यक्रम

मिती २०८१-१०-१६ गते देखि १८ सम्म प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय कुश्मा पर्वतको आयोजनामा र स्वास्थ्य शाखा विहादी गाउँपालिकाको समन्वयमा प्रसूति सेवा प्रदायकहरुको लागि मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि onsite coaching मेन्टोरिङ कार्यक्रम विहादी गाउँपालिकाका दुई स्वास्थ्य संस्था बिहादी स्वास्थ्य चौकी रानीपानी र वाहाकीठाँटी स्वास्थ्य चौकीमामा सम्पन्न भएको छ। जसमा सामान्य प्रसूति , प्रसूती पछिको अत्याधिक रक्तस्राव व्यवस्थापन , Pre-eclampsia / Eclampsia को व्यवस्थापन , Condom tamponade, Kangaroo mother care, निशासिएको नवशिशुको व्यवस्थापन, recording reporting , infection prevention र Non pneumatic Antishock Garment को प्रयोग जस्ता विषयमा ज्ञान् सिपको बिकास गरिएको थियो। On-site coaching मा रानीपानी स्वास्थ्य चौकीमा सहभागी ५ जना सेवा प्रदायकहरुलाई प्रतिभा कोइराला (ब. अ.न.नि , शिर्शुवा अस्पाताल) र भोज कुमारी शर्मा (अ.न.नि, गैहा प्राथामिक अस्पताल)ले मेन्टरिङ गर्नु भएको थियो भने वाहाकीठाँटी स्वास्थ्य चौकीमा सहभागि ५ जना सेवा प्रदायकहरुलाई दुर्गा सापकोटा (सि. अ. न मी.नि - कुश्मा नगपालिका) र सगुन जी सी (सि. अ. न. मी-जलजला गा.पा)ले मेन्टरिङ गर्नु भएको थियो भने सहजीकरण स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका जनस्वाथ्य अधिकृत अन्जली पि सी र विहादी गाउँपालिकाका स्टाफ नर्स सिर्जना आचार्यले गर्नु भएको थियो।Onsite coaching को तेस्रो दिन गुणस्तर सुधार अनुगमन (QIP)गरी सुधारको लागि ब्यबस्थापन समिती सँग बैठक बसी सुधार गर्नुपर्ने विषयहरुमा कार्ययोजना पनि बनाइएको थियो जसमा विहादी गा पा का प्र .प्र. अ हरि भुसाल ,वार्ड अधक्ष्यहरु , स्वास्थ्य संस्था प्रमुखहरु , संस्था कर्मचारीहरु समिती सदस्य हरुको उपस्थिति रहेको थियो। यस कार्यक्रमको समापन सँगै यो आ .वमा पर्वत जिल्लाका १० बर्थिङ सेन्टरमा on-site कोचिङ सम्पन्न भएको छ। यस आ.वमा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतवाट onsite coaching मेन्टोरिङ पछि वर्राचौर स्वास्थ्य चौकी र वहाकीठाटी स्वास्थ्य चौकीलाई १/१ थान Non pneumatic Antishock Garment वितरण गरिएको छ।

एच.पि.भी. खोप अभियान २०८१

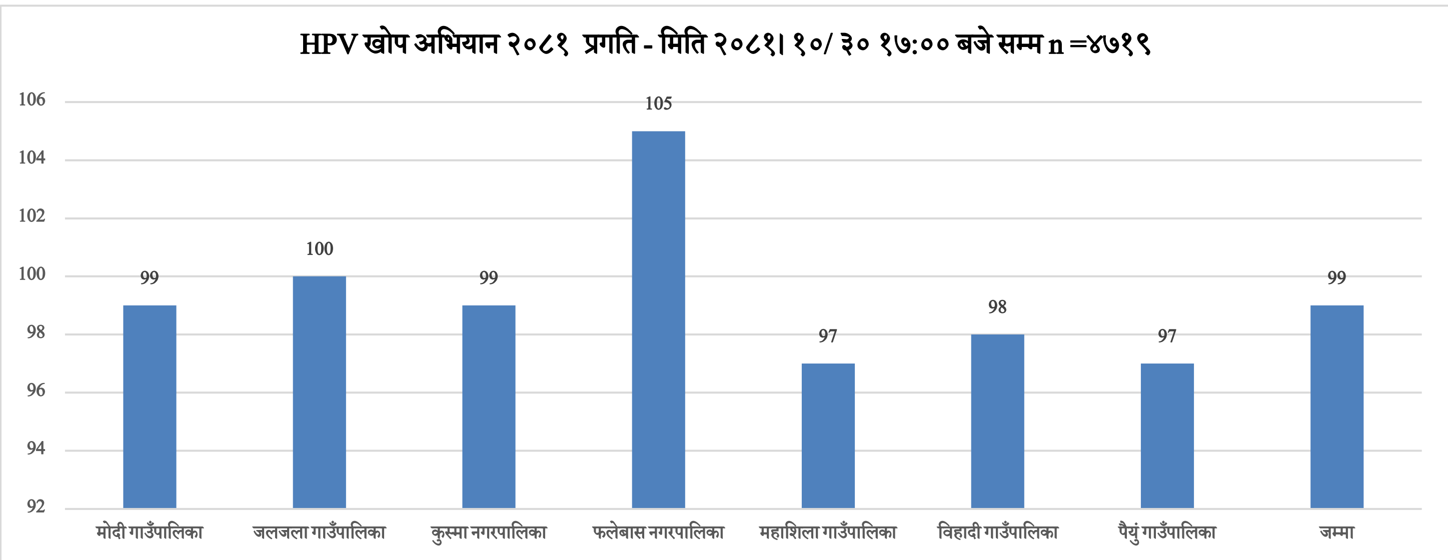
पर्वत जिल्लाका कुल ४ हजार ७ सय १९ जना किशोरीलाई पाठेघरको मुखमा हुने क्यान्सर विरुद्धको एचपीभी खोप लगाइने भएको छ। जिल्लाभरका कक्षा ६ देखि १० सम्म अध्ययन गर्ने बालिका र किशोरीलाई माघ २२ गतेदेखि फागुन २ गतेसम्म खोप अभियान संचालन गर्न लागिएको हो। जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका प्रमुख प्रविन शर्माका अनुसार जिल्लामा रहेका निजी तथा सामुदायिक विद्यालयमा १ सय ९५ वटा खोप केन्द्रमार्फत खोप अभियान संचालन गर्न लागिएको हो । अभियानको विषयमा जानकारी दिन मंगलबार प्रदेश स्वास्थ्य कार्यालयमा आयोजित कार्यक्रममा विद्यालयमा अध्ययनरत बालिका तथा किशोरी खोप अभियानमा सहाभागी भए पनि विद्यालय बाहिर रहेका ५२ जना बालिकालाई सो अवसरमा खोप लगाइने जानकारी दिइएको थियो। अभियानलाई कार्यालयले २ चरणमा सञ्चालन गर्दैछ। पहिलो चरण अन्तर्गत माघ २२ गते देखि २७ गतेसम्म कुश्मा नगरपालिका, मोदी गाउँपालिका, फलेवास नगरपालिका र जलजला गाउँपालिकामा सम्पन्न हुनेछ। दोस्रो चरण अन्तर्गत माघ २८ गते देखि फागुन २ गतेसम्म विहादी गाउँपालिका, महाशिला गाउँपालिका र पैयू गाउँपालिकामा सञ्चालन हुनेछाउक्त अभियानमा ६ कक्षा देखि १० कक्षा सम्म अध्ययन गर्ने छात्रा तथा विद्यालय नजाने १० देखि १४ बर्ष सम्मका सबै किशोरीहरुले आफूले अध्ययन गर्ने बिद्यालय वा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा गई खोप सेवा लिन सक्नुहुनेछ।

एचखोप अभियानको औपचारिक .भी.पि. शुभारम्भ

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा र कुश्मा नगरपालिका को संयुक्त आयोजनमा एच खोप .भी.पि.अभियानको पहिलो चरणको औपचारिक शुभारम्भ कार्यक्रम कुश्मा नगरपालीका प्रमुख रामचन्द्र जोशीको अध्यक्षतामा र जिल्ला समन्वय प्रमुख विष्णुराम विक . को प्रमुख आतिथ्यतामा कुश्मा नगरपालिका ४ नारायण नमूना मावि पर्वत. बाट शुभारम्भ भएको थियो भने मिति २०८१ माघ २८ गते प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, पर्वत र विहादी गाउँपालिकाको संयुक्त आयोजनामा एच.पि.भी खोप अभियानको दोश्रो चरणको शुभारम्भ कार्यक्रम विहादी २ बर्राचौरका वडा अध्यक्ष श्री गणेश प्रसाद शर्मा ज्यूको अध्यक्षता र जिल्ला समन्वय प्रमुख विष्णुराम वि.क ज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा आम्बरी माध्यमिक विद्यालयबाट बाट शुभारम्भ भएको थियो। एचखोप .भी.पि. सम्बन्धि थप जानकारीका लागि स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको पैसा नलाग्ने हेल्लो हेल्थ कल सेन्टर ११११५ वा नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुहोस्।

एच खोप अभियानको .भी.पि.अनुगमन

गण्डकी प्रदेशका माननीय स्वास्थ्य मन्त्री कृष्ण पठक सहति स्वास्थ्य मन्त्रालय, जिल्ला समन्वय प्रमुख एबम् जिल्ला खोप समन्वय समितिका संयोजक श्री बिष्णु राम बि क , पत्रकार महासंघ जिल्ला शाखा पर्वतका अध्यक्ष श्री लक्ष्मण सापकोटा र प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय कुश्मा पर्वतको जिल्ला स्थत बिभिन्न खोप केन्द्रहरुको अनुगमन गर्नुभएको थियो



स्थानिय तह विशेष

एक स्वास्थ्यकर्मी , एक स्वाथ्य शिक्षा हाम्रो अभियान" अन्तगर्तको विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम

यस माघ महिना पर्वत जिल्लाका स्थानिय तहका विद्यालयहरुमा“**क्यान्सर र यसको रोकथाम, आयोडिन महिना तथा कुष्ठरोग**“ गरि ३ विषयमा सम्बन्धित वडाको स्वास्थ्यकर्मीहरुले विद्यालयमा गई स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम संचालन गर्नुभएको थियो भने सन्दर्भ सामाग्रि स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतवाट तयार गरि पठाईएको थियो।

स्वास्थ्यकर्मी बिशेष

पोषण सम्बन्धि गित

पोषण मापन गर्नलाई आएको
बालाभिटा छ छैन खाएको ,
आमाको दुध ६ मैना खाएसी
थप् खाना ७ मैना लएसी
पोषण मापन प्रतेक मैनामा
सरसफाइको ब्याबहार छ ऐनामा ,
रातोहरियो देखिन्छ, पहेलो,

पाखुरामा नापेर लेखिन्छ
एल्बेन्डाजोल भिटामिन बोकेर
स्वयंसेविका आउनुभो लौ हेर ,
६मैना भिटामिन खानु है ६/
नियमित जाच २ वर्ष आउनु है ,
पाखुरा नाप रातोमा गएमा
बिचार गर्नु कुपोषित भएमा ,

नाम: फुलमाया बि क रामदाम
पद : सि अ न मि
क्याङ स्वास्थय चौकी मोदि ४लेस्पार पर्वत

कुश्मा नगरपलिका

१. नियमीत मासिक समीक्षा बैठक सम्पन्न।
२. HPV खोप अभियान का लागि पालिका स्तरिय एव १४ वटा वडाहरू वडा स्तरिय खोप सम्न्वय समितीका लागि अभिमुखिकरण सम्पन्न।
३. HPV खोप अभियान संचालनका लागि खोप कार्यक्रर्ताहरूको तालिम संचालन।
४. महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वय सेविका तथा स्वय सेवकहरूको अभिमुखिकरण सम्पन्न।
५. १४ वटै वडाको ४७ वटा खोप केन्द्र बाट १५०७ जनालाई HPV खोप सेवा दिई कार्यक्रम समपन्न।
६. सुनौला हजार दिनको अभिमुखिकरण ५ वटा स्वास्थ्य संस्थाहरूमा सम्पन्न।
७. नियमीत रूपमा नसर्ने रोग को स्कृनिङ कार्यक्रम सम्पन्न।
८. क्षयरोग मुक्त अभियानका लागि युवा परिचालन गर्न अभिमुखिकरण सम्पन्न।

फलेबास नगरपलिका

१. सामुदायिक सेवा केन्द्र एबं सामुदायिक प्रहरी सेवा पोखरा १२ माटेपानी को बिशेष आयोजनामा फलेवास नगरपालिका ४ मुडिकुवामा महिलाहरुको पाठेघरको परीक्षण तथा उपचार, आखा जाँच र सामान्य स्वास्थ्य जाँच साथै परामर्श सेवा सम्बन्धि १ दिने बृहत नि:शुल्क स्वास्थ्य सिविर संचालन भई करिब ५०० जना सेवाग्राहीहरुले सेवा पाएका छन्।
२. फलेवास ८ ठानामौला खाल्टेमा रहेको चारभञ्ज्याङ स्वास्थ्य केन्द्रमा निशुल्क आँखा शिविरमा २६७ जना आँखाका विरामीहरुले निशुल्क सेवा प्रदान गरिएको जस मध्य ४ जना आँखाका विरामीहरुलाई हिमालयन आँखा अस्पताल पोखरामा रिफर गरिएको ,१४ जनालाई अप्रेशनका लागि प्रदेश अस्पताल कुश्मामा पठाइएको ,८५ जना विरामीलाई निशुल्क चस्मा उपलब्ध गराईएको
३. पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोग विरुद्ध एच.पि.भी. खोप अभियान २०८१ अन्तर्गत ७४७ किशोरीहरुलाई खोप लगाउने काम सबै खोप केन्द्रहरुमा सम्पन्न भएको।
४. ७२ औं बिश्व कुष्टरोग दिवसको आवसरमा सम्पूर्ण वडाहरुमा विभिन्न कार्यक्रम गरि कुष्टरोग दिवस मनाइएको।
५. नियमित मासिक बैठक तथा स्वास्थ्य संस्थाहरुको मासिक प्रगति समिक्षा।

मोदी गाउँपालिका

१. मोदी गाउँपालिकामा रहेका ८ वटा स्वास्थ्य चौकीका स्वास्थ्य चौकी प्रमुख तथा स्वास्थ्य शाखामा कार्यरत कर्मचारीहरूबीच यही मिति २०८१ साल माघ ७ गते मासिक बैठक सम्पन्न। पौष महिनामा सम्पन्न भएका स्वास्थ्य कार्यक्रम हरूको प्रतिवेदन विद्युतीय माध्यमबाट प्रविष्ट गरिएको र प्रविष्टमा देखिएका समस्याहरूलाई समाधान गरिएको। माघ महिनाको २२ गतेदेखि २७ गतेसम्म सञ्चालन गरिने HPV भ्याक्सिनको बारेमा समेत कार्ययोजना निर्माण गरिएको थियो।
२. मिति २०८१ साल माघ महिना ८ गतेका दिन मोदी गाउँपालिकामा कार्य सम्पूर्ण स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई HPV खोपसम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न। मोदि गाउँपालिकामा कार्यरत सम्पूर्ण स्वास्थ्यकर्मीहरू उपस्थित। कार्यक्रम सहजीकरणको लागि प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको सहयोग प्राप्त।
३. मिति २०८१ साल माघ २३ गते मोदि गाउँ पालिकामा निशुल्क आँखा जाँच शिविर सम्पन्न भएको छ। रेज अफ होप फाउन्डेसन, युकेको आर्थिक सहयोग र हिमालय आँखा अस्पताल पोखरा , प्रदेश अस्पताल कुस्मा, पर्वतको प्राविधिक सहयोग तथा मोदी गाउँपालिकाको सहकार्यमा शिविर सम्पन्न। शिविरमा ४६९ जनाले सेवा लिनुभयेको थियो भने १४ जना मो मोतियाबिन्दु को शल्यकृया को लागि रिफर गरिएको।
४. कक्षा ६ देखि १० कक्षासम्म विद्यालय जाने तथा ११ देखि १४ बर्स सम्म विद्यालय नजाने किशोरीहरूका लागि HPV खोप कार्यक्रम सम्पन्न। मोदी गाउँपालिकाको ९८% कभरेज हासिल।
५. मिति २०८१ साल माघ २९ गते मोदी गाउँपालिकामा कार्यरत सम्पूर्ण ज्यालादारी तथा करारका कर्मचारीहरूबीच अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न। जसको अध्यक्षता मोदी गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत श्री बाबुराम पुरी ज्यूले गर्नुभएको थियो। उपस्थित सम्पूर्ण कर्मचारीहरूलाई गुणस्तरीय सेवा प्रवाहका लागि निर्देशन समेत दिनुभएको थियो।

जलजला गाउँपालिका

१. नियमित मासिक बैठक सम्पन्न।
२. पालिका तथा वडा स्तरिय खोप समन्वय समिती लाई एच पि भि खोप को अभिमुखिकरण र स्वास्थ्यकर्मी तथा सामुदायिक महिला स्वास्थ्य स्वयम सेविका हरूलाई एच पि भि खोपको अभिमुखिकरण समपन्न।
३. एच• पि•भी• खोप अभियान २०८१ सुसमपन्न
४. कडा रोग लागेका विपन्न नागिरिक लाई मासिक ५ हजारका दरले उपलब्ध हुने रकम दोस्रो त्रैमासिकको भुक्तान।
५. स्वास्थ्य समितिको बैठक बिभिन्न बिषयहरू मा छलफल गरि सम्पन्न।

महाशिला गाउँपालिका

१. स्वास्थ्य संस्था प्रमुखहरुको मासिक समिक्षा वैठक तथा उत्कृष्ठ स्वास्थ्य संस्था सम्मान
२. HPV खोप को जिल्ला,पालिका तथा वडा स्तरिय अभिमुखिकण कार्यक्रम सम्पन्न
३. ६ वटै वडाहरुमा HPV खोप कार्यक्रम संचालन
४. बिद्यालयका छात्राहरूलाई Iron वितरण तथा स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान
५. ग्रामिण भिडियो एक्सरे कार्यक्रम संचालन

बिहादी गाउँपालिका

१. नियमित बैठक तथा समिक्षा
२. एच पि भी खोप अभियान २०८१ सम्वन्धी पालिका स्तरीय खोप समन्वय समिति र स्वास्थ्यकर्मी, स्वंयमसेवकहरुलाई अभिमुखीकरण सम्पन्न
३. क्यान्सर दिवसका ् अवसरमा सबै स्वस्थ्य संस्थाहरुबाट विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान
४. आयोडिन महिनाका ् अवसरमा समुदाय र विद्यालयमा आयोडिन नुनको महत्त्वबारे सचेतना कार्यक्रम
५. जनस्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतको आयोजना र विहादी गाउँपालीकाका ् समन्वय दक्ष प्रसुतिकर्मीहरुलाई मातृ तथा नवशिशु सम्वन्धी onsite coaching विहादी र वहाकीठाँटी स्वास्थ्य चौकीमा सम्पन्न
६. एच पि भी खोप अभियान सबै खोप केन्द्रबाट शुभारंभ तथा सञ्चालन

पैयु गाउँपालिका

१. स्वास्थ्य संस्था प्रमुखहरूको नियमित मासिक बैठक गरी स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट महिनाभरि सम्पन्न भएका क्रियाकलापहरूको विषयमा समीक्षा सम्पन्न,
२. उपाध्यक्षसंग गर्भवती तथा सुत्केरी सञ्चो बिसञ्चो कार्यक्रमको निरन्तरता।
३. AI जडित X-ray मेशिन द्वारा छातीरोग सम्बन्धी शिविर संचालन।
४. पैयूँ ७ भोर्लेमा बृहत सेवा सहितको स्वास्थ्य शिविर संचालन।
५. गर्भवतीसंग USG सेवा संचालन।
६. HPV खोप अभियान तयारी तथा संचालन।

नसर्ने रोगहरुको पहिचानका लागि एक महिने अभियान : फागुन २०८१

नेपालमा मृत्यु र अपाङ्गताको मुख्य कारणका रूपमा रहेको नसर्ने रोगको बढ्दो जोखिमलाई ध्यानमा राखे यहि फागुन महिनाभर नसर्ने रोगहरूको रोकथाम, प्रारम्भिक पहिचान, र व्यवस्थापनका लागि देशव्यापी अभियान सञ्चालन हुँदैछ। यदि तपाईंको उमेर ३० वर्षभन्दा माथि छ भने नजिकैको वा आफूलाई पायक पर्ने स्वास्थ्य संस्थामा गई यी जाँचहरु गराई आफ्नो स्वास्थ्य अवस्था थाहा पाउनुहोस् र स्वास्थ्य प्रतिको आफ्नो जिम्मेवारी पुरा गर्नुहोस्।

- मधुमेह जाँच (रगतमा चिनीको मात्रा परीक्षण)
- रक्तचाप (ब्लडप्रेसर) मापन
- मिर्गौला सम्बन्धी रोगको जाँच
- उचाइ र तौलको आधारमा BMI मापन

यो अभियान देशभरका स्थानीय तह अन्तर्गतका सबै स्वास्थ्य संस्थाहरुमा सञ्चालन हुँदैछ। समयमै नसर्ने रोगको जाँच गराऔं, स्वस्थ र दीर्घ जीवन बाचौं।