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

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतको

जनस्वास्थ्य बुलेटिन

वर्षः २ | अंकः १३ | महिनाः १३ | फाल्गुन २०८१

स्वागत तथा शुभकामना कार्यक्रम

प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय, गण्डकी प्रदेश बाट सरुवा भई प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय कुश्मा पर्वतमा कार्यालय प्रमूखको जिम्मेवारीमा आउनु भएका जनस्वास्थ्य अधिकृत बद्रीराज आचर्य ज्यू लाई हार्दिक स्वागत साथै सफल कार्यालयको शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

dhoparbat44@gmail.com hoparbat.gandaki.gov.np 067-420119

फेरी भेटौँला कार्यक्रम

मिति ८१/११/२२ गते -प्रदेश लोक सेवा आयोग, गण्डकी प्रदेशको प्रदेश स्वास्थ्य सेवा, हेल्थ इन्सपेक्सन समूह, नवौं तह, जनस्वास्थ्य प्रशासक पदमा सिफारिस भई प्रादेशिक स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, गण्डकी प्रदेशमा पदस्थापना हुनुभएका यस कार्यालयका निवर्तमान प्रमुख श्री प्रविण शर्मा ज्यूलाई हार्दिक बधाई तथा सफल कार्यकालको शुभकामना। पर्वत जिल्लाको स्वास्थ्य क्षेत्रमा हजुरले पुर्याउनु भएको योगदानलाई उच्च कदर गर्दै हजुरका आगामी दिनहरू अझ धेरै सफल बनून् भन्ने शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।।

dhoparbat44@gmail.com hoparbat.gandaki.gov.np 067-420119

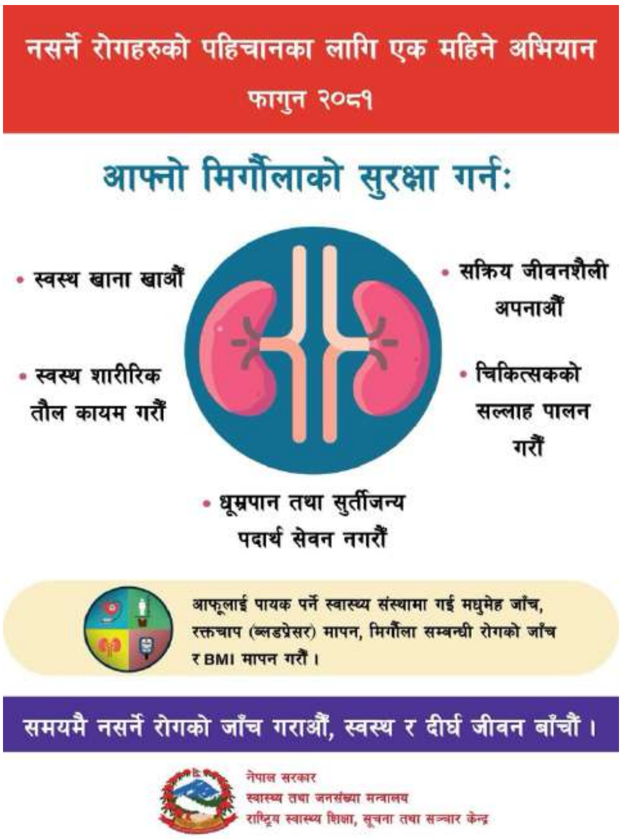
नि:शुल्क स्थायी बन्ध्याकरण शिविर

मिति २०८१ फल्गुन १७ गतेदेखि १९ गते सम्म -प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय कुश्मा,पर्वतको आयोजना तथा प्रदेश अस्पताल कुश्मा पर्वतको प्राविधिक सहयोग र पर्वत जिल्लाका सवै स्थानिय तहको समन्वयमा सन्तानको रहर पुगिसकेका ईच्छुक दम्पतिहरुको लागी निःशुल्क स्थायी बन्ध्याकरण(पुरुषहरुको लागी भ्यासेक्टोमी र महिलाहरुको लागी मिनिल्याप) तथा लामो अबधिको अस्थायी परिवार नियोजन(IUCD/Implant सेवा सहितको) शिविर म मिति २०८१ फल्गुन १७ गते जलजला गाउँपालिका लेखफाँट स्वास्थ्य चौकिमा र मिति २०८१ फल्गुन १८ गते र १९ प्रदेश अस्पताल कुशमा पर्वतमा सम्पन्न भएको छ। उक्त शिविरमा धौलागिरी प्रदेशिक अस्पातलका जेनेरल सर्जन डा. शंकरराज लामिछाने, स्त्री रोग विशेषज्ञ , नर्सिङ अधिकृत सहितको टोलि र प्रदेश अस्पताल कुशमबाट मे.सु डा.हेमन्त बस्तोला, डा.मिलन अवाले , ब. अ.न.नि सरस्वती बराल लगायत एनेस्थेसिया , हे. अ, स्टाफ नर्सको प्राविधिक सहजीकरण रहेको थियो भने प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतबाट नि. कार्यालय प्रमुख रघुनाथ रेग्मी ,प.नि.सु.नी.नारायण प्रसाद रेग्मी, सि.अ.हे.व. तेज प्रसाद सुबेदी, ज.स्वा.अ.अंजली पी. सी र जलजला गाउपालिका स्वास्थ शाखा प्रमुख गणेश मल्ल लगायतको टोलीको ब्यबस्थापन रहेको थियो। लेखफाँट स्वास्थ्य चौकिमा संचालन शिविरमा ५ जना पुरुष बन्ध्याकरणका सेवाग्राहीहरुले लाभ लिनुभएको थियो भने भएको मिति २०८१ फल्गुन १८ गते र १९ प्रदेश अस्पताल कुश्मा पर्वतमा संचालन शिविरमा १२ जना पुरुष बन्ध्याकरणका र ५ मिनिल्यब महिला बन्ध्याकरणका सेवाग्राहीहरुले लाभ लिनु भएको थियो र   प्रदेश अस्पताल पर्वतमा मिति २०८१/१०/१० मा ३ र मिति २०८१/०३२ मा ४ जना गरी ७ अन्यले अगावै पुरुष बन्ध्याकरणको सेवा लिनुभएको थियो। यसै गरी यस आ .ब ८१/८२मा पुरुष बन्ध्याकरण २४ र ५ महिला बन्ध्याकरणका सेवाग्राही संख्या रहेको छ। यस शिविर सञ्चालन सम्पन्नमा सहयोग गर्नु हुने सम्पूर्ण स्थानिय तह , स्वास्थ्य संस्था , महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका , स्वाथ्यकर्मी , पर्वत अस्पताल परिवार , धौलागिरी अस्पताल परिवार , सेवाग्राहि लगायत सम्पूर्णहरुमा हार्दिक धन्यवाद तथा आभार ब्यक्त गर्दछौ।

नसर्ने रोगहरुको पहिचानका लागि एक महिने अभियान : फागुन २०८१राष्ट्रिय प्रजातन्त्र दिवस- २०८१

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा र प्रादेशिक अस्पताल कुश्माको सहकार्यमा नसर्ने रोगहरुको पहिचानका लागि एक महिने अभियान : फागुन २०८१राष्ट्रिय प्रजातन्त्र दिवस- २०८१ को अवसरमा सरकारी कार्यालयका कर्मचारीको निम्ति नसर्ने रोगको स्क्रीनिङ तथा स्वास्थ्य परिक्षण कार्यक्रम जिल्ला समन्वय समितिको कार्यालय प्राङ्गणमा जिल्ला समन्वय प्रमुख श्री विष्णु राम वि.क.ज्यू , प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्री केदारनाथ शर्मा , समन्वय अधिकारी लगायत जिल्ला स्थित सम्पूर्ण कार्यलयका प्रमुख ज्यूहरु, कर्मचारीहरु , सुरक्षा सुरक्षाकर्मीहरु र संचारकर्मीहरूको उपस्थितीमा सम्पन्न भएको छ। उक्त कार्यक्रममा १०३ जनाको उचाई, तौल, उचाई तथा तौल अनुसार शरीरको मोटोपन(BMI), रक्तचाप, मधुमेह पिसाबमा प्रोटिन मात्रा, पिसाबमा गुल्कोजको मात्र स्क्रिनिङ गरीएको थियो जसमा पुरुष ७३% र महिला २६.२१% रहनु भएको थियो। उचाई, तौल, उचाई तथा तौल अनुसार शरीरको मोटोपन(BMI) सामन्य तौल४९.५% ,४२%उच्च तौल ४.८५%,मोटोपन मा देखिएको थियो भन उच्च रक्तचापको जोखिममा २६.२% र उच्च रक्तचाप १३.५% मा , मधुमेहको अवस्थामा (RBS)मधुमेहको जोखिममा ५.८% मा र मधुमेह १.९% मा देखिएको थियो , पिसाबमा प्रोटिनको मात्र भने कसैमा देखिएको थिएन। परीक्षण पश्चात् नियमित स्वास्थ्य जाँच , नियमित व्याम, खानपान शैलीमा व्यवस्थापन गर्ने जस्ता स्वास्थ्य चिकित्सक परामर्श दिएको थियो। कार्यक्रममा पर्वत अस्पतालका डाक्टर ,ल्याब टेक्निसियन सहित को टीम , प्यारामेडिक , नर्सिङ ,प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत टिम गरी १५ जनाले उक्त परीक्षण सहजीकरण गर्नु भएको थियो।

नसर्ने रोगहरुको पहिचानका लागि एक महिने अभियान
फागुन २०८१
नसर्ने रोग लाग्ने प्रमुख कारणहरु :
धूम्रपान र मद्यपानको सेवन
शारीरिक व्यायामको कमी
मानसिक तनाव
अस्वस्थकर खानपान
वायु प्रदूषण
त्यसैले स्वस्थकर र सन्तुलित भोजन गरौं, दैनिक शरीरिक व्यायाम गरौं, तनाव मुक्त रहौं, नियमित स्वास्थ्य जाँच गरौं । नसर्ने रोगहरूलाई आफूबाट टाढा राखौं ।
आफूलाई पायक पर्ने स्वास्थ्य संस्थामा गई मधुमेह जाँच, रक्तचाप (ब्लडप्रेसर) मापन, मिर्गौला सम्बन्धी रोगको जाँच र BMI मापन गरौं ।
समयमै नसर्ने रोगको जाँच गराऔं, स्वस्थ र दीर्घ जीवन बाँचौं ।
नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

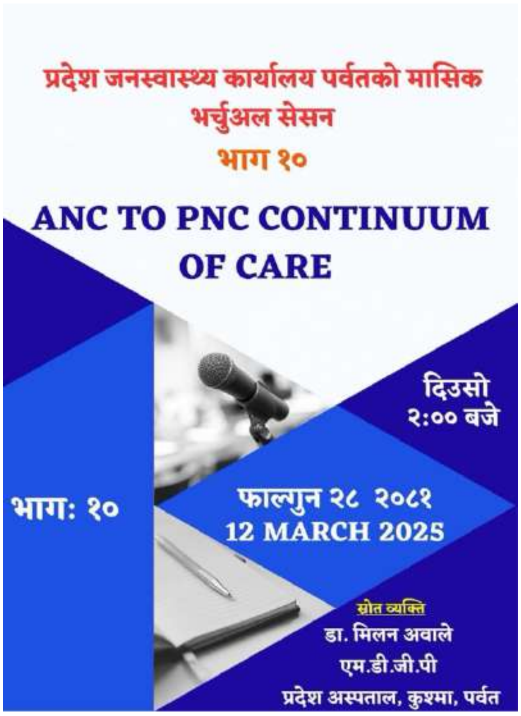

नसर्ने रोगहरुको पहिचानका लागि एक महिने अभियान
फागुन २०८१
आफ्नो मिर्गौलाको सुरक्षा गर्न:
स्वस्थ खाना खाऔं
सक्रिय जीवनशैली अपनाऔं
स्वस्थ शारीरिक तौल कायम गरौं
चिकित्सकको सल्लाह पालन गरौं
धूम्रपान तथा सुर्तीजन्य पदार्थ सेवन नगरौं
आफूलाई पायक पर्ने स्वास्थ्य संस्थामा गई मधुमेह जाँच, रक्तचाप (ब्लडप्रेसर) मापन, मिर्गौला सम्बन्धी रोगको जाँच र BMI मापन गरौं ।
समयमै नसर्ने रोगको जाँच गराऔं, स्वस्थ र दीर्घ जीवन बाँचौं ।
नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

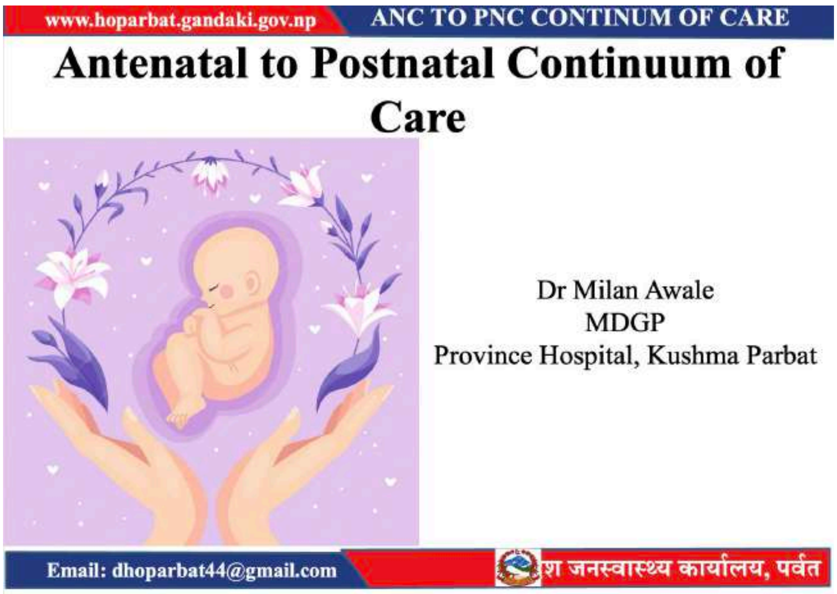
नसर्ने रोगहरूको स्क्रिनिङ शिविर

प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय, गण्डकी प्रदेश र महाशिला गाउँपालिका पर्वत को आयोजना तथा प्रादेशिक जन स्वास्थ्य प्रयोगशाला, प्रदेश स्वास्थ्य कार्यालय पर्वत र प्रदेश अस्पताल पर्वतको समन्वयमा संचालित नसर्ने रोगहरूको स्क्रिनिङ शिविरमा महाशिला गाउँपालिकाका ६५३ जना ४० वर्ष माथिका नागरिकहरुको स्वास्थ्य परिक्षण गरिएको छ। कार्यक्रम महाशिला ५ नम्मर वडाका कार्यवाहक वडाअध्यक्ष सूर्य बहादुर गुरङ ज्युको अध्यक्षता,गाउँपालिकाका अध्यक्ष श्री इश्वरी प्रसाद भुसाल ज्युको प्रमुख आतिथ्यता तथा पालिका उपाध्यक्ष धनसुबा वि. क. र प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय गण्डकी प्रदेशका महानिर्देशक खिम बहादुर खड्का ज्युको बिशिष्ट आतिथ्यतामा संचालन भएको थियो।

भर्चुअल सेसन भाग १० अन्तर्गत

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतद्वारा शुन्य लागतमा शुरु भएको मासिक भर्चुअल सेसन भाग १० अन्तर्गत २०८१ फाल्गुन महिनाको सेसन "ANC to PNC continuum of care " शिर्षकमा सम्पन्न भएको छ । उक्त सेसनको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका प. हे.नि.नि सुमन शर्माले गर्नु भएको थियो भने सहजीकरण प्रदेश अस्पताल, कुश्मा, पर्वतका MDGP डा. मिलन अवाले ले गर्नुभएको थियो । १ घन्टा भन्दा लामो सेसनमा जिल्लाका विभिन्न स्वास्थ्य संस्था बाट जुम आइडी मार्फत करिव ४० जना भन्दा बढी स्वाथ्यकर्मीहरुको सहभागिता रहेको थियो ।





स्थानिय तह विशेष

न्यूनतम् सेवा मापदण्ड कार्यक्रम

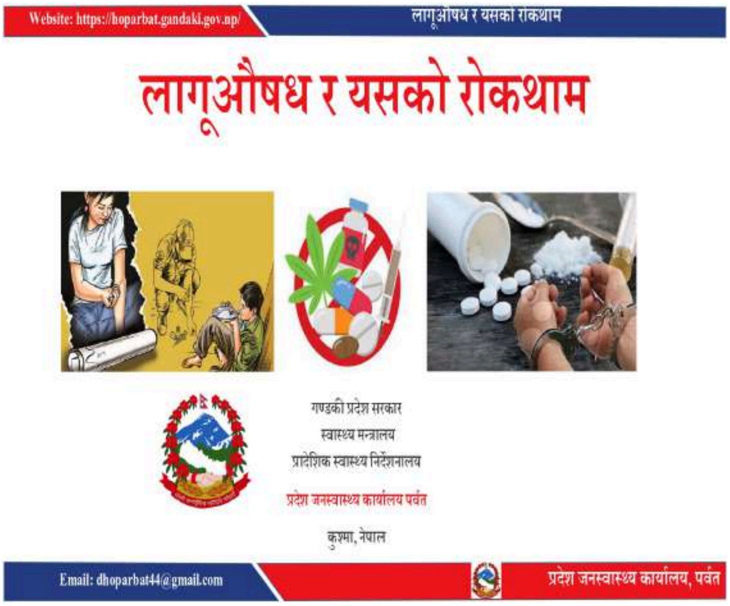
मिति २०८१/११/२३ -प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय कुश्मा पर्वत र जलजला गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखाको आयोजनामा बनौ स्वास्थ्य चौकीमा न्यूनतम् सेवा मापदण्ड कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । कार्यक्रमको सहजीकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका ज स्वा नि प्रकाश गौतम , जनस्वाथ्य अधिकृत अन्जली पि सी , शाखा प्रमुख गणेश मल्ल र प हे न पूर्णिमा भरतीले गर्नु भएको थिए। मूल्यांकन अंक ५५% रहेको थियो भने मूल्यांकन पश्चात् स्वास्थ्य संस्था व्यपस्थपान समितीका सदस्य को उपस्थितिमा सुधार विषयमा छलफल गरी कार्ययोजना बनाइएको थियो ।

आँखा उपचार केन्द्रको समुद्घाटन

मिति २०८१/११/२३ गते विहादी गाउँपालीकाको आयोजना र हिमालय आँखा अस्पतालको प्राविधिक सहयोगमा वहाकीठाँटी स्वास्थ्य चौकी मा आँखा उपचार केन्द्रको समुद्घाटन गाउँ पालिकाका अध्यक्ष श्री परविन गुरुङ ज्यूबाट सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रमको अध्यक्षता विहादी गा.पा वडा नं ४ का अध्यक्ष श्री विष्णु प्रसाद भुसाल ज्यूले गर्नु भएको थियो भने गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष श्री मिना शर्मा तिवारी, नेपाल नेत्र ज्योति संघ केन्द्रिय उपाध्यक्ष श्री प्रो डा.दिल बहादुर क्षेत्री, हिमालय आँखा अस्पतालका डा. सुबास नेपाल, निवर्तमान पालिका अध्यक्ष श्री कमल प्रसाद भुसाल, वडा अध्यक्ष, कार्यपालिका सदस्य ज्यूहरु तथा पालिका अन्तर्गतका सबै स्वास्थ्य चौकी प्रमुखहरू लगायतको उपस्थिति रहेको थियो । कार्यक्रममा शुभकामना मन्तव्य स्वास्थ्य शाखा प्रमुख जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री हरि प्रसाद भुसाल ज्यूले दिनु भएको थियो भने कार्यक्रम सञ्चालन जनस्वास्थ्य अधिकृत भुपेन्द्रनाथ पौडेल ज्यूले गर्नु भएको थियो।

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

यस फाल्गुन महिना पर्वत जिल्लाका स्थानिय तहका विद्यालयहरुमा" **लागूऔषध र यसको रोकथाम ,सुरक्षित मातृत्व आयोडिन** " विषयमा सम्बन्धित वडाको स्वास्थ्यकर्मीहरुले विद्यालय गई स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम संचालन गर्नुभएको थियो भने सन्दर्भ सामाग्रि स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतवाट तयार गरि पठाईएको थियो ।



कुश्मा नगरपलिका

- नियमित मासिक बैठक तथा स्वास्थ्य संस्थाहरुको मासिक प्रगति समिक्षा।
- प्रजनन रूग्णता सम्बन्धी एकीकृत स्वास्थ्य शिवीर कुश्मा नगरपालिका को सिल्मी तथा तत्तरकोटमा सम्पन्न, यश सिविरमा २२३ जनाको एकीकृत स्वास्थ्य परिक्षण गरियो।
- पर्ण खोप सुनिश्चितता का लागि घर धुरी सर्वेक्षण गर्ने कार्य सम्पन्न।
- नसर्ने रोगको स्कृनिङ गर्ने कार्य सबै वडाहरूमा सम्पन्न।

फलेबास नगरपलिका

- ११५ औँ अन्तराष्ट्रिय नारी दिवसको अवसरमा, फलेवास नगरपालिका वडा नं १ कार्कीनेटामा महिलाहरुमा हुने स्तन क्यान्सर, पाठेघरको मुखको क्यान्सर तथा आङ् खस्ने समस्याको नि:शुल्क स्क्रीनिङ शिविर संचालन गरी ८९ जना महिलाको स्वास्थ्य परिक्षण गरियो जस्मा २ जना VIA Positive, ५ जनामा आङ् खस्ने समस्या र १ जनामा स्तन सम्बन्धि समस्या देखिएको।
- औषधी खरिदको प्रक्रिया सम्पन्न गरि सम्पुर्ण स्वास्थ्य संस्थाहरुमा औषधी वितरण सम्पन्न गरियो।
- क्षयरोग कार्यक्रमको पालिका स्तरिय अर्धवार्षिक समीक्षा तथा कोहर्ट विष्लेषण कार्यक्रम सम्पन्न।
- क्षयरोग मुक्त अभियान अन्तरगत सूक्ष्मयोजना निर्माणको प्रगति विश्लेषण तथा पुन:योजना निर्माण बैठक कार्यक्रम फलेवास नगरपालिका वडा नं १ मा सम्पन्न।
- नियमित मासिक बैठक तथा स्वास्थ्य संस्थाहरुको मासिक प्रगति समिक्षा।
- प्रजनन रूग्णता सम्बन्धी एकीकृत स्वास्थ्य शिवीर कुश्मा नगरपालिका को

मोदी गाउँपालिका

- मिति २०८१ फागुन २ गते मोदी गाउँपालिका अन्तर्गत स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रमका दर्ता सहयोगीहरूका लागि लजिस्टिक वितरण कार्यक्रम सम्पन्न
- मिति २०८१ साल फाल्गुन ४ गतेका दिन मोदी गाउँपालिकामा रहेका आठवटा स्वास्थ्य चौकीका प्रमुख तथा स्वास्थ्य शाखामा कार्यरत कर्मचारीहरूबिच मासिक समिक्षा बैठक सम्पन्न
- मोदी गाउँपालिका वडा नं १ मा रहेको भुकताङ्ले स्वास्थ्य चौकीमा यहि मिति २०८१ फाल्गुन २१ गते देखी स्वास्थ्य शिबिर संन्चालन भएको छ ।FWHC-Nepal/FNH-Germany र मोदी गाउँपालिकाको सम्झौता अनुसार उक्त शिबिर संन्चालन गरिएको हो ।संन्चालन गरिएको उक्त शिबिरमा बालरोग बिशेषज्ञ तथा पोषण बिशेषज्ञ डाक्टरहरुको उपस्थितिमा वालरोग सम्बन्धी स्वास्थ्य परिक्षण शिबिर संन्चालन गरिएको छ । २०८१ फाल्गुन २१ देखि सुरुवात भएको उक्त शिबिर २०८१ चैत १५ गते सम्म संन्चालन हुने छ ।हाल सम्म १८० जना बालबलिकाहरुले स्वास्थ्य परिक्षण गरि लाभ लिनुभएको छ ।
- मोदि गाउपालिकामा रहेका ८ वटा स्वास्थ्य चौकिहरुमा प्रत्येक महिना Rural Ultrasound कार्यक्रम अन्तर्गत गर्भवति आमाहरुको भिडियो
- X-ray गरि आमा र बच्चाको स्वास्थ्य अबस्थाबारे जानकारी प्रदान गर्ने गरिन्छ ।२०८१ साल फाल्गुन महिनामा कुल ३४ जना गर्भवती महिलाहरु ग्रामिण अल्ट्रासाउण्ड कार्यक्रमबाट लाभावान्वित भएका छन ।

जलजला गाउँपालिका

- विभिन्न कार्यक्रमहरू गरि आयोडिन महिना मनाइएको ।
- पोषण कार्यक्रम अन्तर्गत सुनौला हजार दिन भित्रका आमाहरू लाई अभिमुखिकरण तथा पोषण स्तिथि लेखाजोखा कार्यक्रम ।
- न्युनतम सेवा मापदण्ड कार्यक्रम को फलोअप।
- ३०वर्ष माथिका नागरिक हरूलाई नसर्ने रोग को स्क्रिनिङ शिविर संचनलन गरिएको ।
- ग्रामिण अल्ट्रा साउण्ड बाट गर्भवती महिलाहरूको स्क्रिनिङ गरियको।

महाशिला गाउँपालिका

- स्वास्थ्य संस्था प्रमुखहरूको नियमित मासिक बैठक गरी स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट महिनाभरि सम्पन्न भएका क्रियाकलापहरूको विषयमा समीक्षा सम्पन्न, साथै उत्कृष्ट संस्था लाई पुरस्कार बितरण
- अध्यक्ष सुत्केरी भेटघाट कार्यक्रम अन्तर्गत सुत्केरी महिला हरुलाई रु.२५०० बराबरको भाले, अण्डा र घिउ बितरण।
- नसर्ने रोगहरुको बृहत स्क्रिनिङ शिविर सञ्चालन गरी ६५३ जना ४० वर्ष माथिका नागरिक हरुको स्वास्थ्य परिक्षण।
- ग्रामिण भिडियो एक्सरे सेवा संचालनमा निरन्तरता।
- नसर्ने रोग सम्बन्धि बिद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा तथा समुदाय स्वास्थ्य शिक्षा संचालन ।

बिहादी गाउँपालिका

- नियमित तथा मासिक समिक्षा बैठक सम्पन्न
- एच.पि.भी खोप अभियान २०८१ सफलतापुर्वक सम्पन्न, जसमा नियमित खोप लगाएका - ८० र अभियानको खोप लगाएका - ३५९ गरि जम्मा ४३९ जना किशोरीहरुले खोप सेवा पाएका छन्
- फाल्गुन महिना भर सम्पूर्ण स्वास्थ्य संस्थाहरुले समुदायमा गई नसर्ने रोगहरुको स्क्रीनिंग तथा स्वास्थ्य परिक्षण कार्यक्रम संचालन साथै February महिना आयोडिन महिना कार्यक्रम सञ्चालन
- गाउँपालिकाको आयोजना र हिमालय आँखा अस्पतालको प्राविधिक सहयोगमा आँखा उपचार केन्द्र वहाकीठाँटी स्वास्थ्य चौकीमा समुद्घाटन कार्यक्रम सम्पन्न उक्त दिन नि:शुल्क आँखा जाँच तथा चस्मा र औषधि वितरण
- गर्भवती महिलाहरुको लागि नियमित ग्रामिण अल्ट्रासाउण्ड सेवा सबै स्वास्थ्य संस्थामा संचालन गरिएको ।

पैयु गाउँपालिका

- स्वास्थ्य संस्था प्रमुखहरूको नियमित मासिक बैठक गरी स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट महिनाभरि सम्पन्न भएका क्रियाकलापहरूको विषयमा समीक्षा सम्पन्न,
- उपाध्यक्षसंग गर्भवती तथा सुत्केरी सञ्चो बिसञ्चो कार्यक्रमको निरन्तरता ।
- पैयूँ- ६ सरौंखोलामा स्तन क्यान्सर पाठेघरको मुखको क्यान्सर तथा आङ्ग खस्ने समस्या सम्बन्धि सेवा निशुल्क स्वास्थ्य शिविर संचालन ।
- गर्भवतीसंग USG सेवा संचालनमा निरन्तरता।
- HPV खोप अभियान संचालन ।