

# नियमित खोपमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोग विरुद्ध HPV खोप संचालन

## सम्बन्धी

## विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम



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



“HPV खोप आज,  
गर्भाशय मुख क्यान्सरबाट  
सुरक्षित भोलि”

“खोप डर होइन,  
सुरक्षा हो”

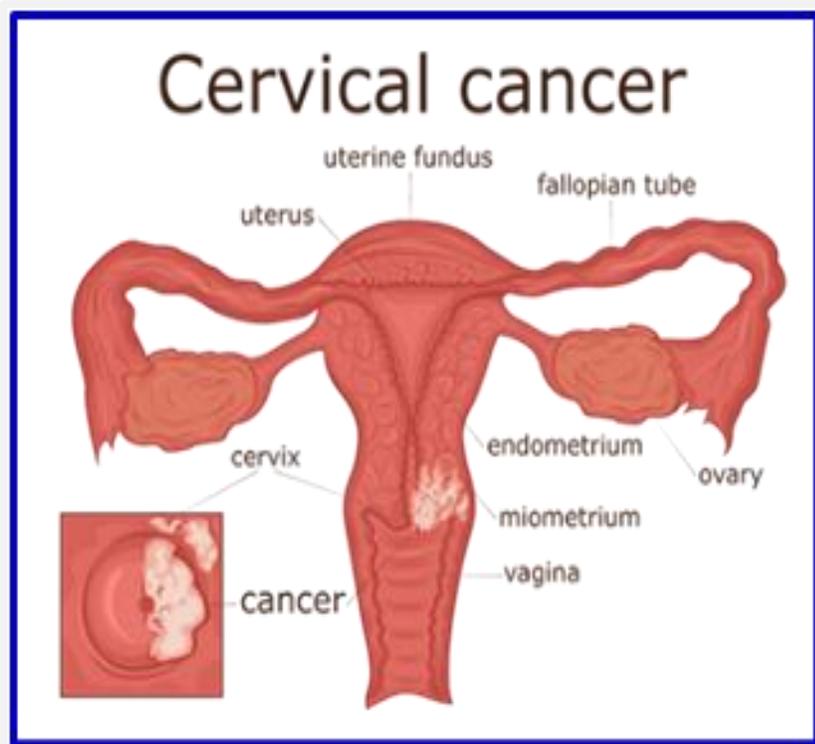
“क्यान्सर रोकथाम  
सम्भव छ—HPV  
खोपबाट सुरु गरौं”

# यस वर्षको लागि एच.पि.भी. खोप सञ्चालन मिति

- २०८२ माघ महिनाको अन्तिम हप्तामा

| वि. स. २०८२ माघ  |   |                    |  | Jan/Feb 2026  |   |                           |
|--|---|--------------------|--|---|---|---------------------------|
| Sunday<br>आइतवार                                       | Monday<br>सोमवार                                | Tuesday<br>मंगलवार | Wednesday<br>बुधवार                      | Thursday<br>बिहीवार   | Friday<br>शुक्रवार                                  | Saturday<br>शनिवार        |
|  |   |                    |  | माघ सक्रान्ति, माघा पर्व, च्यःराके सल्ले, राष्ट्रिय कृषि... | राष्ट्रिय भुक्रम सुरक्षा दिवस                       |                           |
|  |   |                    |  | १<br>द्वादशी 15   | २<br>त्रयोदशी 16                                    | ३<br>चतुर्दशी 17          |
| पशुपात क्षेत्रमा माधव नारायण मला, त्रिवेणी मला         | सानाम ल्हासार, तामाङ, ल्हाछार, श्रीवल्तभ जयन्ती |                    |  |   | वसन्तपञ्चमी, वसन्तश्रवण, श्रीपञ्चमी सरस्वती पूजा... |                           |
| ४<br>औंसी 18   | ५<br>प्रतिपदा 19                                | ६<br>द्वितीया 20   | ७<br>तृतीया 21                           | ८<br>चतुर्थी 22   | ९<br>पञ्चमी 23                                      | १०<br>षष्ठी 24            |
| रावे सप्तमी, अचला सप्तमी                               | अष्टमाव्रत, भिष्माष्टमी                         |                    | सम्पान्त शुद्धीकरण निवारण राष्ट्रिय दिवस | जया एकादशी  | साहदेव दिवस, चाँगुमा माधव नारायण मला                | श्री पशुपातनाथमा छाया दशन |
| ११<br>सप्तमी 25  | १२<br>अष्टमी 26                                 | १३<br>नवमी 27      | १४<br>दशमी 28                            | १५<br>एकदशी 29  | १६<br>द्वादशी 30                                    | १७<br>त्रयोदशी 31         |
| श्रीस्वस्थानाव्रत समाप्ति, सि पाह्ले, माघन्नान समाप्ति |   |                    |  |   |   |                           |
| १८<br>पूर्णिमा 1                                       | १९<br>प्रतिपदा 2                                | २०<br>द्वितीया 3   | २१<br>तृतीया 4                           | २२<br>चतुर्थी 5   | २३<br>पञ्चमी 6                                      | २४<br>षष्ठी 7             |
| भानु सप्तमी  | अष्टमाव्रत, गारखकाली पूजा                       |                    |  |   |   |                           |
| २५<br>सप्तमी 8   | २६<br>अष्टमी 9                                  | २७<br>अष्टमी 10    | २८<br>नवमी 11                            | २९<br>दशमी 12   |   |                           |

# पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोग



गर्भाशयको मुख (सर्भिक्स) मा हुने क्यान्सरलाई पाठेघरको मुखको क्यान्सर (Cervical Cancer) भनिन्छ।

यो क्यान्सर प्रायः ह्युमन प्यापिलोमा भाइरस (HPV) को दीर्घकालीन संक्रमणका कारण हुने गर्दछ र सुरुमा कोशिकामा हुने असामान्य परिवर्तनबाट बिस्तारै विकास हुन्छ।

## संसारमा पाठेघरको मुखको क्यान्सरको अवस्था

- पाठेघरको मुखको क्यान्सर (**Cervical Cancer**) महिलाहरूमा हुने क्यान्सरहरू मध्ये चौथो मुख्य क्यान्सरको रूपमा रहेको छ ।
- संसारमा हरेक वर्ष ५,७०,००० महिलालाई पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुन्छ र यो रोगबाट हरेक वर्ष ३,११,००० जना महिलाहरूको मृत्यु हुन्छ ।
- विश्व स्वास्थ्य संगठनको सन् २०२० को तथ्यांक अनुसार, पाठेघरको मुखको क्यान्सरका विरामीहरू त्यसबाट मृत्यु हुने जम्मा संख्या मध्ये ८८% **न्यून र मध्यम आय भएका देशहरूमा देखिएको छ ।**

## नेपालमा पाठेघरको मुखको क्यान्सरको अवस्था

- नेपालमा हरेक वर्ष २,१६९ जना महिलालाई पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुन्छ ।
- नेपालमा पाठेघरको मुखको क्यान्सरबाट हरेक वर्ष १,३१३ जना महिलाहरूको मृत्यु हुन्छ भन्ने अनुमान छ यो तथ्यांक अनुसार औसतमा प्रत्येक दिन ४ जना महिलाहरूको मृत्यु हुन्छ भन्ने अनुमान छ ।
- महिलाहरूमा हुने क्यान्सरहरू मध्ये नेपालमा **Cervical Cancer** दोस्रो मुख्य कारण रहेको छ भने क्यान्सरबाट महिलाको मृत्यु हुने पहिलो मुख्य कारण रहेको छ ।

## पाठेघरको मुखको क्यान्सर (Cervical Cancer) रोग

- पाठेघरको मुखको क्यान्सर (Cervical Cancer) को मुख्य कारण **H**uman **P**apilloma**V**irus (एच.पि.भी.)को संक्रमण हुनु हो
- एच.पि.भी. भाइरस
  - २०० भन्दा धेरै प्रजातिहरू (Serotypes) हुन्छन् ।
  - मानव शरीरमा क्यान्सर गराउने जोखिम १२ प्रकारका प्रजातिहरूबाट हुन्छन् । १२ प्रकारका प्रजातिहरू : १६, १८, ३१, ३३, ३५, ३९, ४५, ५१, ५२, ५६, ५८ र ५९ हुन ।
  - १२ प्रकारका प्रजातिहरूमध्ये सबैभन्दा बढी जोखिम प्रजातिहरू १६ र १८ रहेका छन् ।
  - नेपालमा ८०% पाठेघरको मुखको क्यान्सर एच.पि.भी.प्रजाति १६ र १८ बाट भएको देखिन्छ ।

# ह्यूमन प्यापिलोमा भाइरसको संक्रमण सर्ने माध्यम

- ह्यूमन प्यापिलोमा भाइरसबाट संक्रमित व्यक्तिको यौनाङ्गको छाला, म्युकस मेम्ब्रेन, यौनाङ्गबाट निस्कने तरल पदार्थसंगको सम्पर्कबाट यो रोग सर्छ ।
- त्यसैले यो रोग मुख्य गरेर **ह्यूमन प्यापिलोमा भाइरसबाट संक्रमित व्यक्तिसंग यौन सम्पर्कबाट** एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्छ ।

# पाठेघरको मुखको क्यान्सरका लक्षण तथा चिन्हहरू

- यौन क्रियाकलापमा सक्रिय अधिकांश महिलाको जीवनकालमा एच.पि.भी.बाट संक्रमित भएका हुन्छन् तर एच.पि.भी. संक्रमण भएको शुरुको अवस्थामा कुनै पनि लक्षण, चिन्हहरू देखिदैनन् ।
- मानव शरीरमा क्यान्सर गराउने उच्च जोखिम भएका एच.पि.भी. भाइरसको पटक पटक संक्रमण भएर २० वर्षसम्म संक्रमण रहीरह्यो भने पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुनसक्छ

# पाठेघरको मुखको क्यान्सरका लक्षण तथा चिन्हहरू

○ यौन सम्पर्कपछि योनीबाट रगत आउने

○ तल्लो पेट दुख्ने, योनीबाट गन्हाउने पानी बग्ने (foul smelling discharge)

○ अनियमित रूपमा रगत बग्ने, धेरै रगत बग्ने

○ रक्तअल्पता हुने, कमजोर महसुस हुने

पाठेघरको मुखको क्यान्सर भएमा निम्न लक्षण, चिन्हहरू देखिन्छन्



तल्लो पेट  
दुख्ने



योनीबाट गन्हाउने  
पानी बग्ने



अनियमित रूपमा  
रगत बग्ने



धेरै रगत  
बग्ने



कमजोर  
महसुस हुने



रक्तअल्पता  
हुने

# रोग रोकथामका उपायहरू

## प्राथमिक तहको रोकथाम

- पाठेघरको मुखको क्यान्सर विरुद्धको एच.पि.भी. खोप दिने
- यो खोप प्रारम्भिक किशोरावास्थामा दिनु बढी प्रभावकारी हुने भएकोले १० देखि १४

## तृतीय तहको रोकथाम

पाठेघरको मुखको क्यान्सरको निदान भएका महिलाहरूको उपचार गर्ने

तृतीय तहको रोकथाम  
(Tertiary prevention)

## रोकथामका उपायहरू

प्राथमिक तहको रोकथाम  
(Primary Prevention)

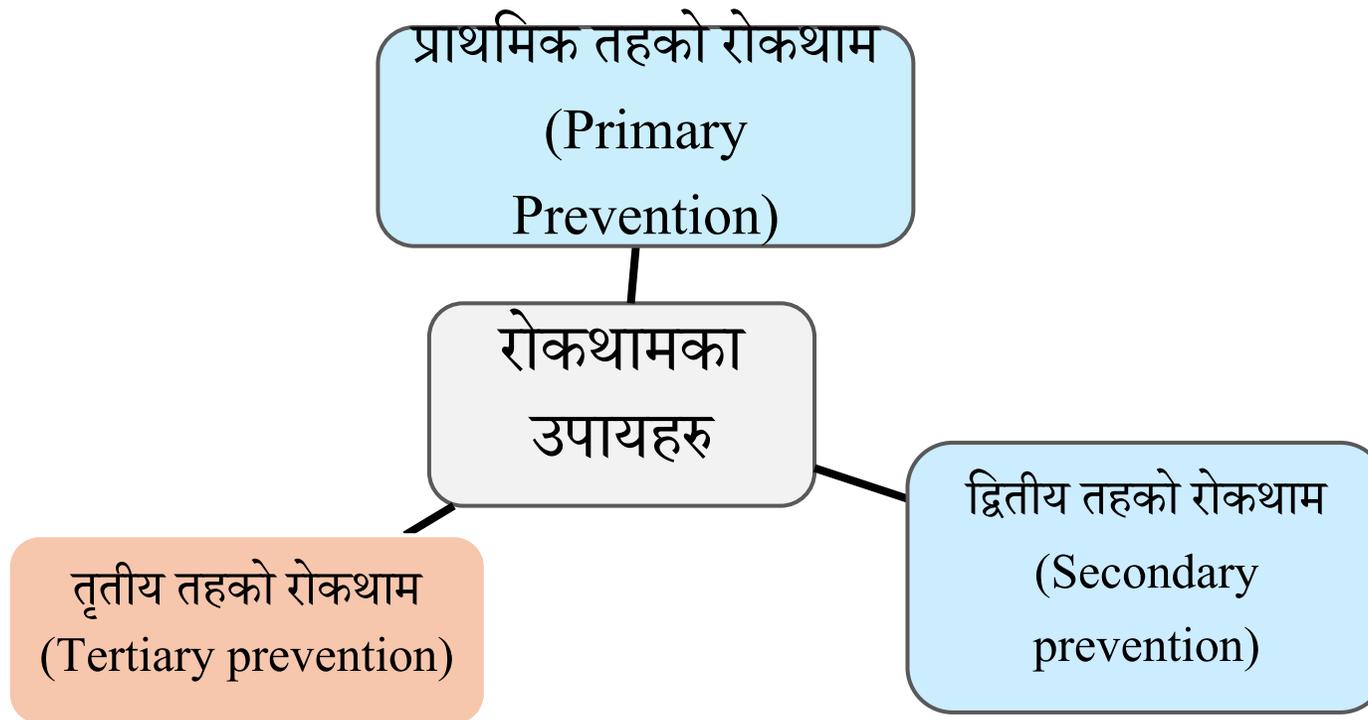
द्वितीय तहको रोकथाम  
(Secondary prevention)

## द्वितीय तहको रोकथाम

हरेक महिलाले पाठेघरको मुखको परीक्षण (स्क्रिनिङ्ग) देहाय बमोजिम गर्ने

| स्क्रिनिङ्ग गर्ने विधि |                           | VIA विधि               | HPV-DNA विधि        |
|------------------------|---------------------------|------------------------|---------------------|
| लक्षित वर्ग            | सामान्य अवस्थाको महिलाहरू | ३० देखि ४९ वर्ष उमेरका | ३० वर्ष उमेर माथिका |
|                        | HIV संक्रमित महिलाहरू     | २५ देखि ४९ वर्ष उमेरका | २५ वर्ष उमेर माथिका |
| स्क्रिनिङ्ग अन्तराल    | सामान्य अवस्थाको महिलाहरू | हरेक ३ वर्ष            | हरेक ५ वर्ष         |
|                        | HIV संक्रमित महिलाहरू     | हरेक १ वर्ष            | हरेक ३ वर्ष         |

# पाठेघरको मुखको क्यान्सर निवारण रणनीति



## नेपालमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोकथामको रणनीति

विश्व स्वास्थ्य संगठनले यो रोगलाई जनस्वास्थ्य समस्याको रूपमा नरहेको अवस्थामा पुर्याएर निवारण गर्ने लक्ष्य लिएको छ जसअनुसार यो रोगको नयाँ विरामी

प्रति एकलाख महिलाहरूमा प्रति वर्ष ४ भन्दा कम संख्यामा सिमित राख्नु हो

नेपाल सरकारले

तिनवटै सेवाको कभरेज कम्तिमा

९० % हासिल गर्ने लक्ष्य

लिएको छ

९०%

१० देखि १४ वर्ष उमेर भित्रका किशोरीहरूलाई पाठेघरको मुखको क्यान्सर विरुद्धको खोप दिने ।

९०%

३० देखि ४९ वर्ष उमेर समूहका महिलाहरूको पाठेघरको मुखको क्यान्सरको परीक्षण (स्क्रिनिङ) गर्ने ।

९०%

पाठेघरको मुखको क्यान्सर निदान भएका महिलाहरूको उपचार गर्ने ।

## नेपालमा एच.पि.भी. खोप सेवा सञ्चालनको पृष्ठभूमि

- आ.व. २०७२/०७३ र २०७३/७४ मा दुईवर्ष चितवन र कास्की जिल्लामा Demonstration कार्यक्रमको रूपमा एच.पि.भी. खोप सेवा सञ्चालन गरिएको थियो ।
  - कक्षा ६ का छात्राहरू र विद्यालय नजाने १० वर्षका किशोरीहरूलाई बाईभ्यालेण्ट एच.पि.भी. खोप (सर्भारिक्स) ६-६ महिनाको फरकमा २ मात्रा दिइएको थियो
  - विद्यालयमा खोप केन्द्र सञ्चालन गरेर लक्षित छात्रा/किशोरीहरूलाई खोप दिइएको थियो
  - पहिलो मात्राको कभरेज १००% र दोस्रो मात्राको कभरेज ९६.५% हासिल भएको थियो



राष्ट्रिय खोप तालिकामा एच.पि.भी. खोप समावेश गरेर देशभरी विस्तार गर्ने योजना रहेको तर विश्व बजारमा यो खोप पर्याप्त परिमाणमा उपलब्ध नभएको र कोभिड-१९ महामारीले गर्दा यो खोप सेवा विस्तार हुन ढिला भएको

## नेपालमा एच.पि.भी. खोप सेवा सञ्चालनको पृष्ठभूमि ...

- यो खोपको माग उच्च रहेको, विभिन्न निकाय र समुहबाट माग र दवाब भएको
- एच.पि.भी. खोप सेवा संचालनको लागि नेपाल सरकारको वार्षिक नीति तथा कार्यक्रममा उल्लेख

हुँदै आएको

- पहिलो पटक आ.व. २०७६/७७
- दोस्रो पटक आ.व. २०७९/८०
- तेश्रो पटक आ.व. २०८१/८२
- यस आ.व.मा पनि बजेट तथा कार्यक्रम रहेको ।



# नेपालमा एच.पि.भी. खोप सेवा सञ्चालनको पृष्ठभूमि ...

• आ.व. २०८०/८१ मा Demonstration कार्यक्रमको रूपमा सातै प्रदेशका १/१ वटा अस्पतालबाट एच.पि.भी. खोप सेवा प्रदान गरिएको थियो

- खोपको नाम : बाईभ्यालेण्ट एच.पि.भी. खोप (सिकोलिन)
- खोप खरिद मात्रा : २०,००० मात्रा
- लक्षित समूह : १४ वर्ष उमेरका किशोरीहरू
- खोप तालिका : ६ महिनाको फरकमा २ मात्रा
- उपलब्धि : करिब १० हजार किशोरीहरूले २ मात्रा खोप लिएका



लक्षित उमेर समूहका अधिकांश किशोरीहरू विद्यालयमा अध्ययन गर्ने भएकोले यो खोप सेवा विद्यालयमा आधारित खोप केन्द्रबाट

प्रदान गर्नु बढी प्रभावकारी हुने देखिएको छ

## एच.पि.भी.खोप सेवा संञ्चालन कार्यनीति

| नियमित एच.पि.भी. खोप सेवा लक्षित समूह  | छुट खोपको लागी  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>विद्यालयमा अध्ययन गर्ने कक्षा ६ का छात्राहरू</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>आ.व.२०८१/०८२ मा संचालन गरिएको एच.पि.भी.खोप अभियानमा खोप लगाउन छुट भएका कक्षा ७-१० सम्मका छात्राहरू</li> </ul>                |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>विद्यालय नजाने १० वर्षका किशोरीहरू</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>आ.व.२०८१/०८२ मा संचालन गरिएको एच.पि.भी.खोप अभियानमा खोप लगाउन छुट भएका विद्यालय नजाने ११-१४ वर्ष सम्मका किशोरीहरू</li> </ul> |

- एच.पि.भी.खोपवारे भएको पछिल्लो अध्ययन अनुसार यो खोप एक मात्रा लगाएपछि यसको पूर्णमात्रा हुन्छ ।
- राष्ट्रिय खोप सल्लाहाकार समितिको २०८१ अश्विन २३ को सिफारिस र नेपाल सरकार, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको २०८१ कार्तिक ०८ को निर्णयानुसार यो खोप एक मात्रा लगाउने खोप तालिका निश्चित गरिएको छ ।
- विगतमा एक मात्रा एच.पि.भी. खोप लगाएका किशोरीहरूले अर्को मात्रा लगाउन जरुरी छैन ।

## एच.पि.भी.खोप सेवा सञ्चालन कार्यनीति.....

- स्वास्थ्य संस्थाले कक्षा ६ अध्ययन-अध्ययापन हुने हरेक विद्यालयमा गएर ती कक्षामा अध्ययन गर्ने छात्राहरूको नामावली कक्षागत रूपमा संकलन गर्ने ।
- स्वास्थ्य संस्थाले स्थानीय तह र म.सा.स्वा.से.संग समन्वय गरी विद्यालय नजाने १० वर्ष किशोरीहरूको नामावली संकलन गर्ने वा जम्मा संख्या अनुमान गर्ने ।
- स्वास्थ्य संस्थाले विद्यालयसँग समन्वय गरेर एच.पि.भी. खोप सेवा सञ्चालनको सूक्ष्मयोजना तर्जुमा गर्ने ।
- स्वास्थ्य संस्थाले कक्षा ६ अध्ययन हुने हरेक विद्यालयमा खोप केन्द्र सञ्चालन गरेर ती कक्षाका सबै छात्राहरूलाई एच.पि.भी. खोप दिने । साथै गते साल संचालन भएको अभियानमा छुट छात्रालाई समेत खोप दिने ।

## एच.पि.भी.खोप सेवा संञ्चालन कार्यनीति.....

- विद्यालय नजाने १० वर्षका किशोरीहरू र गत साल संचालन भएको अभियानमा खोप लगाउन छुट भएका ११ वर्ष देखि १४ वर्षका किशोरीहरूलाई अन्तिम दिन स्वास्थ्य संस्थाबाट एच.पि.भी. खोप दिने ।
- विद्यालय नभएका गाउँ, टोल र पिछडिएका वर्ग/समुदायको पहुँचको लागि थप खोप केन्द्रबाट एच.पि.भी. खोप सेवा सञ्चालन हुने मितिमा एच.पि.भी. खोप दिने व्यवस्था गर्ने ।



पाठेघरको मुखको क्यान्सर विरुद्धको एच.पि.भी. खोप प्रारम्भिक किशोरावस्थामा दिँदा बढी प्रभावकारी हुन्छ ।

# एच.पि.भी. खोप सेवा सम्बन्धी मुख्य सन्देशहरू

- नेपालमा क्यान्सरको कारणबाट महिलाहरूको मृत्यु हुनुमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर नै पहिलो कारण देखिएको छ ।
- पाठेघरको मुखको क्यान्सर संसारभरीका महिलाहरूलाई नै हुन्छ। तर १०० जना पाठेघरको मुखको क्यान्सरका विरामीहरू मध्ये ८५ जना विरामीहरू युवा अवस्थाका महिलाहरूलाई हुने गरेको छ जो विकासोन्मुख देशमा रहेका छन् ।
- पाठेघरको मुखको क्यान्सरको कारणबाट मृत्यु हुने १० जना महिलाहरू मध्ये ९ जना गरीब देशका महिलाहरू रहेका छन् । नेपालमा हरेक वर्ष २,१६९ जना महिलाहरूलाई पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुन्छ र यसबाट हरेक वर्ष १,३१३ जना (औसतमा प्रत्येक दिन ४ जना महिलाहरूको मृत्यु हुन्छ भन्ने अनुमान छ ।
- एच.पि.भी. संक्रमण भएता पनि शुरुको अवस्थामा कुनै पनि लक्षण, चिन्हहरू देखिदैनन्। यो रोगको पटक पटक संक्रमण भएर १०-१५ वर्षसम्म यो रोगको संक्रमण रहीरह्यो भने पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुनसक्छ ।

# एच.पि.भी. खोप सेवा सम्बन्धी मुख्य सन्देशहरू

- पाठेघरको मुखको क्यान्सर भएमा तल्लो पेट दुख्ने, योनीबाट गन्हाउने पानी बग्ने, अनियमित रूपमा रगत बग्ने र धेरै रगत बग्ने, रक्तअल्पता हुने, कमजोर महसुस हुने जस्ता लक्षण, चिन्हहरू देखिन्छन् ।
- पाठेघरको मुखको क्यान्सर लाग्नबाट सुरक्षित हुनको लागि एच.पि भी खोप लगाउनु पर्दछ।
- एच.पि.भी. खोप लगाउने अधिकांश किशोरीहरू विद्यालयमा अध्ययन गर्ने भएकोले यो खोप विद्यालयमा खोप केन्द्र सञ्चालन गरेर प्रदान गरिन्छ ।
- विद्यालय नजाने किशोरीहरूलाई एच.पि.भी. खोप नियमित खोप सेवा सञ्चालन हुने स्वास्थ्य संस्था र बाह्य खोप केन्द्रबाट प्रदान गरिन्छ ।

# एच.पि.भी. खोप सेवा सम्बन्धी मुख्य सन्देशहरू

- नेपालमा यो वर्ष सञ्चालन गरिने एच.पि.भी. खोप सेवामा Cecolin (सिकोलिन खोप उपलब्ध हुनेछ। यो खोपले एच. पि.भी. प्रजाति १६ र १८ को कारणबाट संक्रमण हुने पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुनबाट सुरक्षित गर्दछ। एच.पि. भी को कारणले हुने पाठेघरको मुखको क्यान्सरका ८०% विरामीहरू यी दुई प्रजातिहरूको कारणले नै हुन्छ ।
- एच.पि. भी. खोप नियमित खोप सेवाको माध्यमबाट प्रदान गरिन्छ र नियमित खोपको रूपमा एच. पि. भी. खोप कक्षा ६ मा अध्ययन गर्ने छात्राहरूलाई दिइन्छ ।
- विद्यालय नजाने १० वर्ष उमेरका किशोरीहरूलाई एच.पि.भी. खोप नियमित खोप सेवा सञ्चालन हुने स्वास्थ्य संस्था र बाह्य खोप केन्द्रबाट दिइन्छ।

# एच.पि.भी. खोप सेवा सम्बन्धी मुख्य सन्देशहरू

- सुरुको अवस्थामा नै पाठेघरको मुखको क्यान्सर लागेको पहिचान भएमा र त्यसको पूर्णरूपमा उपचार गरैमा यो रोग निको हुनसक्छ ।
- तीस वर्षभन्दा माथि उमेरका हरेक महिलाले हरेक वर्ष ५/५ वर्षमा पाठेघरको मुखको परीक्षण गर्नुपर्छ। तर ती मध्ये एच आई. भी संक्रमित महिलाले २५ वर्षको उमेर देखि माथि हरेक २/३ वर्षमा पाठेघरको मुखको क्यान्सरको परीक्षण गर्नुपर्छ ।
- खोप लगाएपछि हुनसक्ने प्रतिकूल असरहरू: सुई लगाएको ठाउँमा दुख्ने, सुनिने, रातो हुने जस्ता सामान्य प्रकारका असरहरू जस्तै ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने, जिउ दुख्ने, रिंगाटा लाग्ने, मासपेशी दुख्ने, जोनीहरू दुख्ने, थकाई लाग्ने, पेट दुख्ने, वाकवाकी लाग्ने, वान्ता हुने जस्ता असरहरू ।
- खोप दिन नहने अवस्था: कक्षा ६ भन्दा मुनि अध्ययन गर्ने छात्राहरू, विद्यालय नजाने १० वर्ष भन्दा कम उमेरका किशोरीहरू, गर्भवती महिला, एच.पि.भी. खोपमा भएका कुनै तत्ववाट विगतमा गम्भीर एलर्जिक प्रतिक्रिया वा एनाफाइलेक्सिस प्रतिक्रिया भएको व्यक्ति ।

# १. स्वास्थ्यकर्मीको भूमिका

- खोपको व्यवस्थापन: खोपको पर्याप्त आपूर्ति सुनिश्चित गर्ने, उचित भण्डारण (कोल्ड चेन) को व्यवस्थापन गर्ने।
- खोप केन्द्रको व्यवस्थापन: खोप केन्द्रको स्थापना, खोप सेसनको योजना र व्यवस्थापन गर्ने।
- खोप दिने कार्य: सुरक्षित रूपमा खोप दिने, खोप दिने बेलामा आवश्यक परामर्श दिने।
- सुरक्षा र सावधानी: खोपपश्चात् हुनसक्ने सामान्य असरहरूको जानकारी दिने र आवश्यक व्यवस्थापन गर्ने।
- अभिलेख र प्रतिवेदन: खोप लगाएका किशोरीहरूको अभिलेख राख्ने र सम्बन्धित निकायमा प्रतिवेदन बुझाउने।
- समुदाय परिचालन: समुदायमा खोपको महत्वबारे जानकारी दिने र जनचेतना फैलाउने।
- तालिम: खोप अभियानमा संलग्न अन्य कर्मचारीहरूलाई आवश्यक तालिम प्रदान गर्ने।

## २. अभिभावकको भूमिका

- जानकारी लिने: HPV खोप र यसको महत्वबारे सही जानकारी लिने।
- छोरीलाई खोपको लागि उत्प्रेरित गर्ने: छोरीलाई खोपको महत्व बुझाउने र खोप लगाउन उत्प्रेरित गर्ने।
- खोप केन्द्रमा लैजाने: तोकिएको समयमा छोरीलाई खोप केन्द्रमा लैजाने।
- खोप कार्डको सुरक्षा: खोप लगाएको प्रमाणको रूपमा दिइएको खोप कार्डलाई सुरक्षित राख्ने।
- स्वास्थ्यकर्मीसँग समन्वय: खोपसम्बन्धी कुनै जिज्ञासा भएमा स्वास्थ्यकर्मीसँग सोध्ने।
- अरुलाई जानकारी दिने: आफ्नो समुदायका अन्य अभिभावकहरूलाई पनि खोपको महत्वबारे जानकारी दिने।

## ३. विद्यालय (शिक्षक/शिक्षिका) को भूमिका

- **जानकारी दिने:** विद्यालयमा HPV खोपबारे जानकारीमूलक कार्यक्रम आयोजना गर्ने।
- **अभिभावकलाई जानकारी गराउने:** अभिभावक भेला वा अन्य माध्यमबाट अभिभावकहरूलाई खोपको महत्वबारे जानकारी गराउने।
- **विद्यार्थीलाई उत्प्रेरित गर्ने:** विद्यार्थीहरूलाई खोप लगाउन उत्प्रेरित गर्ने र खोपसम्बन्धी भ्रमहरूलाई हटाउने।
- **खोप केन्द्रसँग समन्वय:** विद्यालय नजिकैको खोप केन्द्रसँग समन्वय गरी विद्यार्थीहरूको खोपको व्यवस्था मिलाउने।
- **वातावरण बनाउने:** विद्यालयमा खोपको लागि सकारात्मक वातावरण बनाउने।
- **सूचना प्रवाह:** खोप अभियान सम्बन्धी सूचनाहरू विद्यार्थी र अभिभावकहरूमाझ पुऱ्याउने।

## ४. विद्यार्थीहरूको भूमिका

- आफूले HPV खोप लगाई अरूलाई पनि खोप लगाउन प्रेरित गर्ने
- HPV र पाठेघरको क्यान्सरबारे सही जानकारी आदान-प्रदान गर्ने
- सहपाठी, अभिभावक र शिक्षकसँग प्रभावकारी संवाद गर्ने
- खोपसम्बन्धी डर र भ्रम हटाउन सहयोग गर्ने
- खोप कार्डको सुरक्षा: खोप लगाएको प्रमाणको रूपमा दिइएको खोप कार्डलाई सुरक्षित राख्ने।
- विद्यालय खोप कार्यक्रम सफल बनाउन सक्रिय सहभागिता जनाउने

# धन्यवाद