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

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत

जनस्वास्थ्य बुलेटिन

वर्षः ३ | अंकः २५ | महिनाः २५ | फाल्गुण २०८२

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

HMIS/e-HMIS/DHIS-2 सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम

मिति २०८२ फाल्गुण ४ गते देखि ६ गते सम्म प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा जिल्लाका स्थानिय तहका स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत नयाँ नियुक्त भएका तथा यस अघि तालिम नलिएका स्वास्थ्यकर्मिहरुका लागि HMIS/e-HMIS/DHIS-2 सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यालय प्रमुख बद्रीराज आचार्य ज्युको अध्यक्षतामा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयको सभाहलमा सम्पन्न भएको छ।स्वास्थ्य संस्थामा रेकर्डिङ र रिपोर्टिङ कार्यमा संलग्न स्वास्थ्यकर्मिहरुलाई परिमार्जित HMIS, Recording/Reporting Tools भर्ने सीप विकास गराई HMIS डिजिटाईजेसन गर्ने र प्रतिवेदनमा एकरुपता ल्याउने,डाटा त्रुटीलाई सच्याउने,एकिकृत स्वास्थ्य ब्यवस्थापन सुचना प्रणाली(IHMIS),DHIS-2 सम्बन्धि ज्ञान प्रदान गर्ने तथा तथ्याङ्कको विश्लेक्षण गर्ने सीपको विकास गर्ने उद्धेश्यले यो कार्यक्रम संचालन गरिएको छ। कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका तथ्याङ्क सहायक रामचन्द्र सुवेदीले गर्नुभएको थियो भने कार्यक्रममा सहजिकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय मुस्ताङका सहायक तथ्याङ्क अधिकृत राजन पहाडी, प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका तथ्याङ्क सहायक रामचन्द्र सुवेदीको सहजिकरण रहेको थियो। कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यक्रम फोकल पर्सन तथा जिल्लाका सातवटै स्थानीय तहवाट स्वास्थ्य चौकीमा कार्यरत स्वास्थ्य चौकी प्रमुख तथा स्वास्थ्यकर्मिहरु तथा प्रदेश अस्पताल पर्वतका स्वास्थ्यकर्मी गरी जम्मा १९ जनाको सहभागिता रहेको थियो।

s

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मासिक भर्चुअल सेसन भाग १७

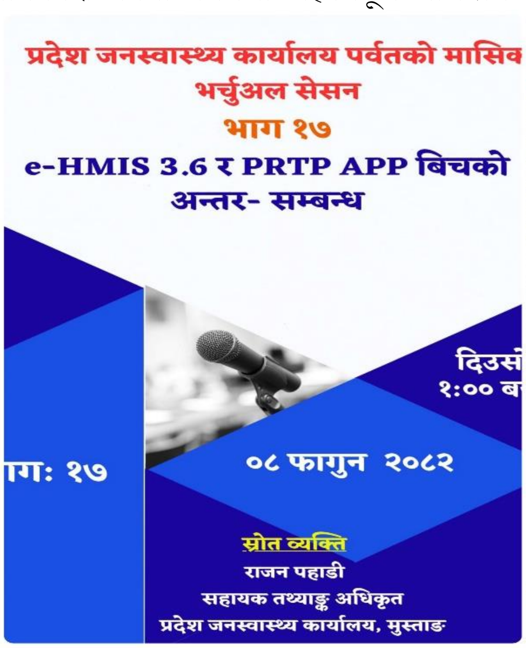
मिति २०८२ फाल्गुण ८ गते प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतद्वारा नियमित रूपमा सञ्चालन गरिँदै आएको मासिक भर्चुअल सेसनको भाग १७ अन्तर्गत **e-HMIS 3.6 र Pregnancy Registration and Tracking (PRTP) App सम्बन्धी अभिमुखीकरण** तथा सहजीकरण कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो। उक्त भर्चुअल सेसनको मुख्य उद्देश्य स्वास्थ्य संस्थाहरूमा प्रयोग भइरहेका डिजिटल तथ्याङ्क प्रणालीहरूको प्रयोगलाई थप प्रभावकारी बनाउनुका साथै गर्भवती माहिला लाई दिइने सेवा प्रवाहसँग सम्बन्धित रेकर्ड तथा रिपोर्टिङलाई व्यवस्थित बनाउनु थियो।

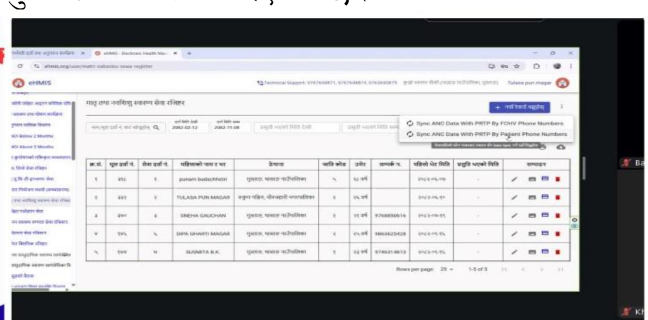
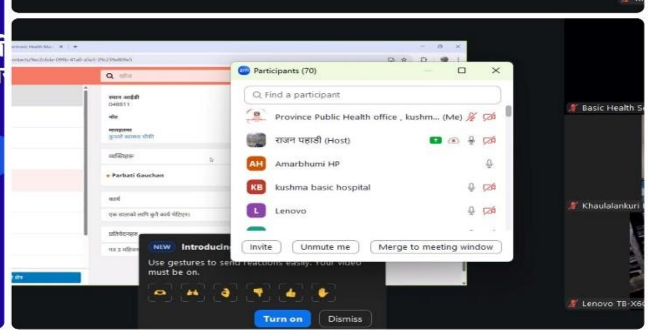
कार्यक्रमको सञ्चालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका प.हे.न.नि सुमन शर्माले गर्नुभएको थियो। उहाँले सेसनको सुरुवातमा कार्यक्रमको उद्देश्य, एजेण्डा तथा अपेक्षित उपलब्धिबारे सहभागीहरूलाई जानकारी गराउनुभएको थियो। त्यसपछि सेसनको प्राविधिक सहजीकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय मुस्ताङका सहायक तथ्याङ्क अधिकृत राजन पहाडी र Medic Mobile का प्रोग्राम अफिसर नारायण रिजालले गर्नुभएको थियो। सहजीकरणको क्रममा उहाँहरूले e-HMIS 3.6 प्रणालीमा तथ्याङ्क प्रविष्टि गर्ने प्रक्रिया, रिपोर्ट निकाल्ने तरिका, तथा प्रणाली प्रयोग गर्दा देखिने सम्भावित समस्या र समाधानका उपायहरूबारे विस्तृत रूपमा जानकारी प्रदान गर्नुभएको थियो।

यसैगरी, Pregnancy Registration and Tracking (PRTP) App को प्रयोग, यसको महत्व, गर्भवती महिलाको दर्ता तथा अनुगमन प्रक्रियालाई कसरी प्रभावकारी बनाउन सकिन्छ भन्ने विषयमा पनि प्रस्तुतीकरण गरिएको थियो। PRTP App मार्फत गर्भवती महिलाहरूको समयमै दर्ता, नियमित फलोअप, तथा मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य सेवाको अनुगमनलाई सहज बनाउने विषयमा सहभागीहरूलाई व्यावहारिक जानकारी प्रदान गरिएको थियो।

करीब १ घण्टा ३० मिनेट अवधिको उक्त भर्चुअल सेसनमा जिल्लाका विभिन्न स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट Zoom ID मार्फत करिब ७३ जना भन्दा बढी स्वास्थ्यकर्मीहरूको सक्रिय सहभागिता रहेको थियो। सेसनको अन्त्यमा सहभागीहरूले आफ्नो जिज्ञासा तथा अनुभवहरू प्रस्तुत गरेका थिए भने सहजीकर्ताहरूले ती प्रश्नहरूको उत्तर दिँदै प्रणालीको प्रभावकारी प्रयोगका लागि आवश्यक सुझाव तथा मार्गदर्शन प्रदान गर्नुभएको थियो।

यस प्रकारका मासिक भर्चुअल सेसनहरूले स्वास्थ्यकर्मीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्नुका साथै डिजिटल स्वास्थ्य सूचना प्रणालीको प्रभावकारी कार्यान्वयनमा महत्वपूर्ण योगदान पुर्‍याउने अपेक्षा गरिएको छ।



प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविका का लागि आधारभूत तालिम कार्यक्रम

मिति २०८२ फाल्गुण ०४—१३ (विहादी, जलजला, पैंयू र महाशिला गाउँपालिका) तथा फाल्गुण ०५—१४ (कुश्मा र फलेवास नगरपालिका) मा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा र सम्बन्धित स्थानीय तहहरूको समन्वयमा महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरू (FCHVs) का लागि आधारभूत तालिम कार्यक्रsम पाँच ब्याचमा सफलतापूर्वक सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रम प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यालय प्रमुख बद्रिराज आचार्यज्यूको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको थियो। २०८२ फाल्गुण ०५—१४ गतेसम्म लिमिठाना स्वास्थ्य चौकी, होटल फ्रेन्डली कुश्मा, वनौ स्वास्थ्य चौकी, वहाकीठाटी स्वास्थ्य चौकी र महाशिला आधारभूत अस्पतालमा सञ्चालन गरिएको उक्त तालिममा कुल ४१ जना महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको सहभागिता रहेको थियो। सहभागीहरूमध्ये फलेवास नगरपालिकाबाट ७ जना, कुश्मा नगरपालिकाबाट ८ जना, विहादी गाउँपालिकाबाट १० जना, महाशिला गाउँपालिकाबाट ९ जना, पैंयू गाउँपालिकाबाट २ जना तथा वनौ स्वास्थ्य चौकीबाट ५ जना सहभागी भएका थिए। कुश्मामा आयोजित कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत किरण पौडेलज्यू तथा लिमिठानामा आयोजित कार्यक्रममा फलेवास नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत जीवन ज्ञवालीज्यू र वडा अध्यक्ष केशर पन्तज्यूको विशेष उपस्थिति रहेको थियो। यस तालिमले समुदायस्तरमा मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य, रोग रोकथाम, स्वास्थ्य प्रवर्द्धन तथा आधारभूत स्वास्थ्य सेवा सञ्चालनमा महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्न महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको छ। कार्यक्रम सफल बनाउन सहयोग गर्ने सम्पूर्ण प्रशिक्षक, स्थानीय तह तथा स्वास्थ्यकर्मीहरूप्रति हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछौं।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

प्रसूति सेवा प्रदायकहरुको लागि मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धी स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम

मिती २०८२-११-१५ गते देखि ११-१७ सम्म प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा र महाशिला गाउँपालिकाको समन्वयमा प्रसूति सेवा प्रदायकहरुको लागि मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धि onsite coaching मेन्टोरिङ कार्यक्रम महाशिला आधारभुत अस्पतालको मेडिकल अधिकृत डा सनम ढकाल ज्यू को अध्यक्षतामा, गण्डकी प्रदेश स्वास्थ्य मन्त्रालयको वरिष्ठ कम्युनिटी नर्सिङ अधिकृत मन कुमारी ओझा ज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा र महाशिला गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखा प्रमुख नर वहादुर वराल ज्यूको उपस्थितिमा महाशिला आधारभुत अस्पतालमा सम्पन्न भएको छ । On-site coaching mentoring मा सहभागी ४ जना सेवा प्रदायकहरुलाई पर्वत अस्पताल कुश्माका वरिष्ठ अस्पताल नर्सिङ निरीक्षक सरस्वती बराल , गहैं प्राथमिक अस्पतालको अस्पताल नर्सिङ निरीक्षक भोज कुमारी शर्मा र महाशिला आधारभुत अस्पतालको अस्पताल नर्सिङ निरीक्षक सुरक्षा शर्माले मेन्टरिङ गर्नु भएको थियो भने सहजीकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका पव्लिक हेल्थ नर्सिङ निरिक्षक सुमन शर्माले गर्नु भएको थियो । यस कार्यक्रममा Respectful Maternity care, Labour care guide, Non pneumatic Antishock garments,सामान्य प्रसूति , प्रसूती पछिको अत्याधिक रक्तस्राव व्यवस्थापन , Pre eclampsia / Eclampsia को व्यवस्थापन , Condom tamponade, Kangaroo mother care, निशासिएको नवशिशुको व्यवस्थापन, recording reporting , infection prevention जस्ता विषयमा ज्ञान् सिपको बिकास गरिएको थियो । Onsite coaching को तेश्रो दिन गुणस्तर सुधार अनुगमन (QIP) र न्युनतम सेवा मापदन्डको जाचँ गरी सुधारको लागि व्यवस्थापन समिति सगं बैठक बसी सुधार गर्नुपर्ने विषयहरुमा कार्ययोजना पनि बनाइएको थियो । यस सगै यस आर्थिक वर्षमा ५ वटा प्रसूति केन्द्रमा अनसाईट कोचिङ मेन्टोरिङ सकिएको छ । क्लिनिकल कोचिङ तथा मेन्टरिङ कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्न सहयोग गर्नुहुने स्थानीय तह, स्वास्थ्य शाखा तथा सम्पूर्ण सहजकर्ताज्यूहरू प्रति हार्दिक धन्यवाद तथा आभार व्यक्त गर्दछौं ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मातृ तथा पेरिनेटल मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्य कार्यक्रम निरन्तरता तथा विस्तार कार्यक्रको अभिमुखिकरण

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा मिति २०८२/११/२७ गते समुदाय स्तरमा मातृ तथा पेरिनेटल मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्य कार्यक्रम निरन्तरता तथा विस्तार कार्यक्रको अभिमुखिकरण MPDSR समितिको सदस्य तथा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका कर्मचारीहरुलाई १ दिने अभिमुखिकरण MPDSR समितिको अध्यक्ष श्री विष्णुराम वि.क ज्यूको अध्यक्षतामा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको सभाहलमा सम्पन्न भएको थियो । अभिमुखिकरणमा प्रदेश अस्पताल कुश्माका मे,सू डा ढुन्डीराज पौडेल , प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको कार्यालय प्रमुख बद्रीराज आचार्य, प्रदेश अस्पताल कुश्माका एम.डि.जि.पी डा मिलन अवाले सहित १२ जनाको उपस्थिति रहेको थियो ।
कार्यक्रमको सहजीकरण जलजला गाउँपालिकाका जनस्वास्थ्य अधिकृत अन्जली पि.सि गर्नुभएको थियो। कार्यक्रममा MPDSR को परिचय, महत्व, विभिन्न तहका समितिको काम,कर्तव्य र अधिकार, नोटिफिकेसन, स्कृनिङ र भर्बल अटप्सी गर्ने तरिका बारे अभिमुखिकरण गरिएको थियो। यो कार्यक्रम मातृ तथा नवजात शिशुको मृत्युका कारण पहिचान गर्न, मृत्यु भएका घटनाको समयमै जानकारी संकलन र रिपोर्टिङ गर्न,स्वास्थ्य संस्थामा मृत्यु समीक्षा (death review) गर्ने प्रक्रिया बुझाउन, भविष्यमा यस्ता मृत्यु रोक्न सुधारात्मक कार्ययोजना बनाउन, स्वास्थ्यकर्मी, स्थानीय तह र सरोकारवालाबीच समन्वय बढाउन,राष्ट्रिय नीति तथा निर्देशनअनुसार MPDSR प्रणाली प्रभावकारी रूपमा लागू गर्न, मातृ तथा नवजात स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर सुधार गर्ने उदेश्यले संचालन गरिदैछ ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

मातृ तथा पेरिनेटल मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्य कार्यक्रम निरन्तरता तथा विस्तार कार्यक्रको अभिमुखिकरण

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा मिति २०८२ फाल्गुण २८-२९ गते समुदाय स्तरमा मातृ तथा पेरिनेटल मृत्यु निगरानी तथा प्रतिकार्य कार्यक्रम निरन्तरता तथा विस्तार कार्यक्रको अभिमुखिकरण स्वास्थ्य शाखा प्रमुख , मेडिकल अधिकृत र नर्सिङ कर्मचारीहरुलाइ २ दिने अभिमुखिकरण प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको कार्यालय प्रमुख बद्रीराज आचार्य ज्यूको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको थियो ।

कार्यक्रमको सहजीकरण प्रदेश अस्पताल कुश्माका एम.डि.जि.पी डा मिलन अवाले, जलजला गाउँपालिकाका जनस्वास्थ्य अधिकृत अन्जली पि.सि, प्रदेश अस्पताल कुश्माका अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक सरस्वति वराल, शोभा श्रेष्ठ र महाशिला आधारभुत अस्पतालका अस्पताल नर्सिङ निरिक्षक सुरक्षा शर्माले गर्नुभएको थियो। कार्यक्रममा MPDSR को परिचय, महत्व, विभिन्न तहका समितिको काम,कर्तव्य र अधिकार, नोटिफिकेसन, स्कृनिङ र भर्बल अटप्सी गर्ने तरिका बारे अभिमुखिकरण गरिएको थियो। यो कार्यक्रम मातृ तथा नवजात शिशुको मृत्युका कारण पहिचान गर्न, मृत्यु भएका घटनाको समयमै जानकारी संकलन र रिपोर्टिङ गर्न,स्वास्थ्य संस्थामा मृत्यु समीक्षा (death review) गर्ने प्रक्रिया बुझाउन,भविष्यमा यस्ता मृत्यु रोक्न सुधारात्मक कार्ययोजना बनाउन, स्वास्थ्यकर्मी, स्थानीय तह र सरोकारवालाबीच समन्वय बढाउन,राष्ट्रिय नीति तथा निर्देशनअनुसार MPDSR प्रणाली प्रभावकारी रूपमा लागू गर्न, मातृ तथा नवजात स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर सुधार गर्ने उदेश्यले संचालन गरिदैछ । पर्वत जिल्लाका सम्पुर्ण स्थानिय तहहरु वाट १८ जना र प्रदेश अस्पताल कुश्मावाट ६ जना गरि जम्मा २६ जनाको सहभागिता रहेको थियो ।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

स्वास्थ्य सेवामा संलग्न स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि क्षयरोग सम्बन्धी पुनर्ताजगी तालिम

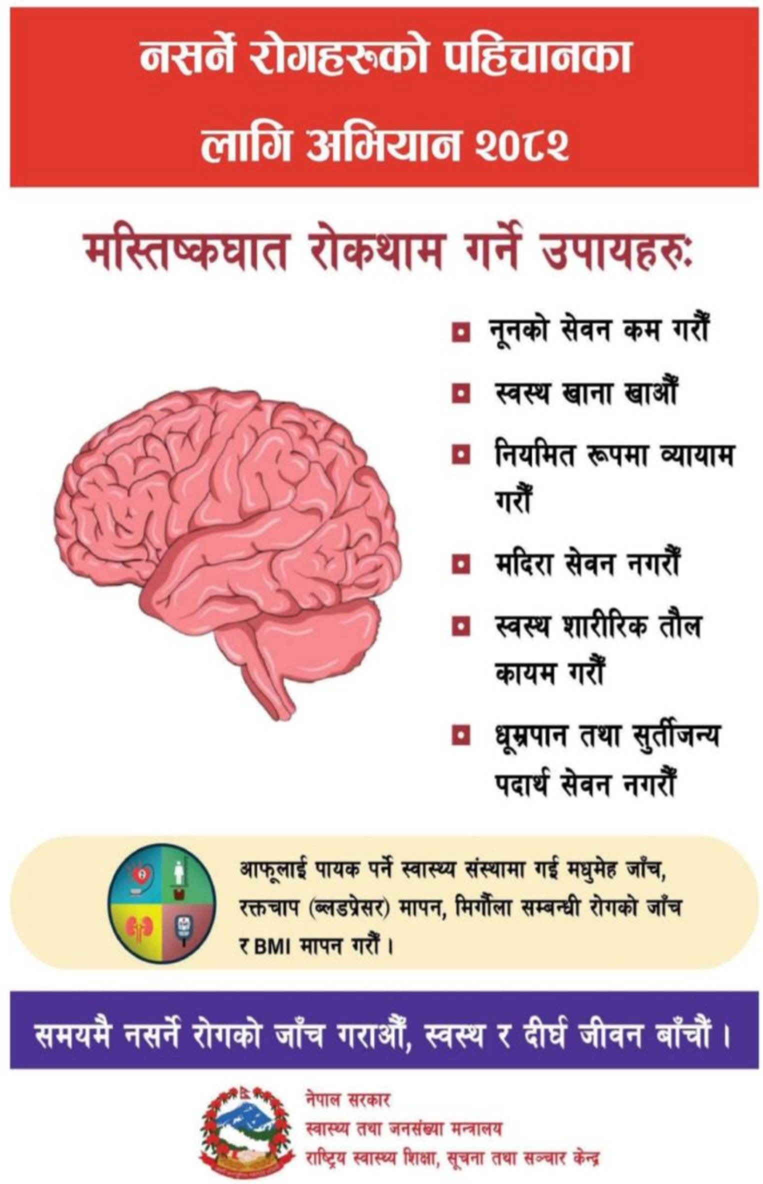
प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा मिति २०८२ फाल्गुण २८ गतेदेखि २९ गतेसम्म प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको सभाहलमा क्षयरोग नियन्त्रण कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्य सेवामा संलग्न स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि क्षयरोग सम्बन्धी पुनर्ताजगी तालिम सम्पन्न भएको छ। उक्त तालिममा पर्वत जिल्लाका सात वटा स्थानीय तहबाट १७ जना, प्रदेश अस्पताल पर्वतबाट ३ जना तथा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतबाट ५ जना स्वास्थ्यकर्मी गरी जम्मा २५ जनाको सहभागिता रहेको थियो। तालिमको अध्यक्षता प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यालय प्रमुख श्री बद्री राज आचार्यले गर्नुभएको थियो भने कार्यक्रम सञ्चालन प.नि.सु.नि. श्री नारायण प्रसाद रेग्मीले गर्नुभएको थियो। तालिममा प्रादेशिक जनस्वास्थ्य केन्द्र गण्डकी प्रदेशका क्षय कुष्ठ अधिकृत श्री लक्ष्मण बसौला तथा क्षयरोग कार्यक्रम फोकल पर्सन श्री नारायण प्रसाद रेग्मीले सहजीकरण गर्नुभएको थियो। तालिममार्फत क्षयरोगको पहिचान, उपचार, रिपोर्टिङ तथा कार्यक्रम कार्यान्वयनलाई थप प्रभावकारी बनाउने विषयमा सहभागी स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई जानकारी तथा अनुभव आदानप्रदान गराइएको थियो।

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

जिल्ला स्तरीय द्रुत प्रतिकार्य समिति एवं जिल्लास्तरीय एम्बुलेन्स समितिको बैठक सम्पन्न

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यालय प्रमुख तथा जिल्ला स्तरीय द्रुत प्रतिकार्य समिति संयोजक श्री बद्रीराज आचार्यज्यूको अध्यक्षतामा मिति २०८२ फाल्गुण १५ गते जिल्ला स्तरीय द्रुत प्रतिकार्य समितिको बैठक सम्पन्न भएको छ। उक्त बैठकमा समितिका जम्मा ९ जना सदस्यहरूको सहभागिता रहेको थियो। बैठकमा स्वास्थ्यसम्बन्धी आकस्मिक अवस्था, सम्भावित प्रकोप तथा विपद् परिस्थितिमा आवश्यक समन्वय र प्रभावकारी प्रतिकार्यका विषयमा छलफल गरिएको थियो।

यसैगरी मिति २०८२ फाल्गुण १७ गते प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्री लक्ष्मी प्रसाद पौडेल को संयोजकत्वमा जिल्लास्तरीय एम्बुलेन्स समितिको बैठक सम्पन्न भएको छ। उक्त बैठकमा सदस्य सचिवका रूपमा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका कार्यालय प्रमुख एवं सदस्यहरु जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय पर्वतका प्रमुख, कुश्मा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा पर्वतका सभापति लगायतका सदस्यहरूको उपस्थिति रहेको थियो। बैठकमा जिल्लामा सञ्चालनमा रहेका एम्बुलेन्स सेवाको व्यवस्थापन, समन्वय तथा प्रभावकारी सञ्चालनका विषयमा छलफल भएको थियो। उक्त बैठकमा समेत जम्मा ९ जना सदस्यहरूको सहभागिता रहेको थियो।



दादुराका चिन्ह वा लक्षणहरु

- उच्च ज्वरो आउनु
- खोकी लाग्नु
- आँखा रातो हुनु
- नाकबाट पानी बग्नु
- शरीरमा राता मसिना बिमिराहरु देखिनु

यो रोग लागेमा झाडापखाला लाग्ने, कुपोषण हुने, कान पाक्ने, श्वासप्रश्वासको कडा संक्रमण (निमोनिया) हुने, आँखामा समस्या भई अन्धोपन हुने, मस्तिष्कमा कडा खालको सुजन हुने वा मस्तिष्क ज्वरो आउने, कम्पन हुने, जस्ता जटिलताको कारण मृत्यु पनि हुन सक्ने सम्भावना हुन्छ । त्यसैले दादुराका चिन्ह वा लक्षणहरु देखिएमा तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुपर्दछ।

समुदायमा दादुरा रोगको संक्रमण देखिएकाले सबैलाई सतर्क रहन अनुरोध छ

- दादुरा अत्यन्तै छिटो सर्ने रोग हो। एक जना दादुरा संक्रमित व्यक्तिले १८ जना व्यक्तिलाई संक्रमण सार्न सक्छ ।
- उच्च ज्वरो आउने, रुघाखोकी लाग्ने, आँखा रातो हुने, नाकबाट पानी बग्ने र शरीरमा रातो दाना देखिने जस्ता लक्षण देखिएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा गई उपचार गराउनुहोस् ।
- संक्रमण फैलिन नदिन शंकास्पद बिरामीलाई घरमा छुट्टै कोठामा राख्नुहोस्।
- खोक्दा वा हाछ्युँ गर्दा नाक-मुख छोप्नुहोस्, मास्क प्रयोग गर्नुहोस् र बेला-बेला साबुनपानीले हात धुनुहोस्।
- हाल धेरै मानिसहरु यात्रा गर्ने सम्भावना भएकाले लक्षण भएका व्यक्तिहरुले यात्रा नगर्नुहोस्।
- आवश्यक कामका लागि बाहिर जाँदा मास्क प्रयोग गर्नुहोस् र भीडभाडबाट टाढा रहनुहोस्।

दादुराबाट बच्न अपनाउन पर्ने रोकथामका उपायहरु

- ९ महिना र १५ महिनाका बालबालिकालाई दादुरा-रुबेला मिश्रित २ मात्रा खोप अनिवार्य लगाउने ।
- ५ वर्ष मुनि बालबालिका दादुरा-रुबेला खोप लगाउन छुट भएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा खोप लगाउने ।
- दादुरा-रुबेला भएको विरामीको सम्पर्कबाट टाढा रहने ।
- ६ महिना देखि ५ वर्ष सम्मका बालबालिकालाई वर्षको २ पटक वैशाख र कार्तिक महिनामा भिटामिन ए क्याप्सुल खुवाउने ।
- बालबालिकालाई कुपोषण हुनबाट बचाउन पोषिलो खानेकुराहरु खुवाउने र सरसफाईमा ध्यान दिने ।

दादुराको विरामी पत्ता लागेमा गरिने उपचार तथा व्यवस्थापन

- शंकास्पद विरामीहरुमा दादुराको लक्षण देखापरेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने ।
- महामारी फैलन नदिन शंकास्पद विरामीहरुलाई आइसोलेसनमा राख्ने ।
- हाच्छिउँ गर्दा, खोक्दा नाक र मुख सफा रुमालले छोप्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईमा बिशेष ध्यान दिने । बेला बेलामा साबुन पानीले मिचिमिची हात धुने ।
- संक्रमित व्यक्तिलाई भिडभाड भएका सार्वजनिक ठाउँहरु नलैजाने र नपठाउने। घर भित्र हावा ओहोरदोहोर हुने, सफा र घाम लाग्ने कोठामा राख्ने ।
- संक्रमित बालबालिकालाई स्याहार गर्ने व्यक्तिले मास्क लगाइरहने ।

दादुरा संक्रमित बालबालिकालाई साविक भन्दा बढी पोषिलो खानेकुरा खुवाउने गरौं । दादुरा भएका प्रत्येक बालबालिकालाई स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह अनुसार भिटामिन ए खुवाउनु पर्दछ।

पर्वत जिल्लास्थित विभिन्न स्थानीय तहद्वारा फाल्गुण महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

कुश्मा नगरपालिका

- मासिक बैठक संचालन गरि विभिन्न रेकडिंग तथा रिपोटिङमा भएका समस्याहरूमा छलफल एव सम्पन्न ;
- नियमीत रूपमा विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान ।

पैयुँ गाउँपालिका

- नियमित मासिक बैठक सम्पन्न ;
- नियमित ग्रामिण USG सेवा संचालन ;
- टोल टोलमा तथा स्वास्थ्य संस्थामा ३० वर्ष माथिका नागरिकहरूलाई नसर्ने रोगको स्क्रिनिङ सञ्चालन ;
- उपाध्यक्षसंग गर्भवती तथा सुत्केरी भेटघाट कार्यक्रम अन्तर्गत नगद ५००० पोषण भत्ता वितरण कार्यक्रमको निरन्तरता ।

मोदी गाउँपालिका

- नियमित मासिक बैठक सम्मन्न ; आ.व.२०८२।०८३ माघ महिनामा सम्पन्न भएका स्वास्थ्यका कार्यक्रमहरुको मासिक समीक्षा लगाएत स्वास्थ्य आगामी दिनहरुमा स्वास्थ्य सम्बन्धी गर्नुपर्ने कामहरुको बारेमा छलफल साथै कार्यक्रमहरुको प्राथमिकता, योजना, कार्यक्रम तथा बजेटको बारेमा छलफल भएको ;
- विद्यालय मुख स्वास्थ्य संयोजकहरु का लागी पुनर्ताजगी कार्यक्रम सम्पन्न ;
- विध्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमको निरन्तरता;
- नियमित खोप सेवा कार्यक्रमको निरन्तरता ।

जलजला गाउँपालिका

- जलजला गाउँपालिका अन्तर्गतका विद्यालय तथा समुदाय स्तरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन;
- बनौ स्वास्थ्य चौकीका ५ जना नयाँ महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूलाई १० दिने आधारभूत तालिम सफलतापूर्वक सम्पन्न ;
- जलजला गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखाको आयोजनामा, प्रादेशिक स्वास्थ्य तालिम केन्द्र गण्डकी प्रदेशको समन्वय तथा नेपाल परिवार नियोजन संघ बुटवलको प्राविधिक सहयोगमा जलजला गाउँपालिका अन्तर्गतका स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि बुटवलमा ८ दिने इम्प्लान्ट (Implant) तालिम सम्पन्न ;
- सबै वडाहरूमा नियमित रूपमा ग्रामीण अल्ट्रासाउन्ड (भिडियो एक्सरे) सेवा सञ्चालन गरी गर्भवती महिलाहरूको स्वास्थ्य जाँच ;
- स्वास्थ्य संस्थाहरूमा VIA स्क्रिनिङ कार्यक्रम सञ्चालन गरी पाठेघरको मुखको क्यान्सरको प्रारम्भिक परीक्षण सेवा प्रदान ।

महाशिला गाउँपालिका

- मासिक समिक्षा बैठक तथा उत्कृष्ट संस्था पुरस्कृत;
- ज्येष्ठ नागिकहरूलाई घरघरमा गएर स्वास्थ्य परीक्षण ;
- सबै वडाहरुमा गई गर्भवती महिलाहरूलाई ग्रामिण भिडियो एक्सरे सञ्चालन;
- शुक्रबारीय संस्था सरसफाई कार्यक्रमलाई निरन्तरता ;
- विभिन्न बिषयमा विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन;
- अन्य नियमित कार्यक्रमहरू नियमित रुपमा सञ्चालन।

विहादी गाउँपालिका

- स्वास्थ्य कार्यक्रमको नियमित मासिक प्रगति समिक्षा बैठक सञ्चालन ;
- ६ वटै वार्डमा रहेका स्वास्थ्य चौकीहरुमा ३० वर्ष माथिका नागरिकहरूको मोटोपना (BMI), उच्च रक्तचाप, मधुमेह र मृगौला रोगको स्क्रिनिङ तथा परामर्श सेवा प्रदान ;
- यस पालिका अन्तर्गतका १० र पैंयू गाउँपालिकाबाट २ जना गरी जम्मा १२ जना नयाँ महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका हरुलाई १० दिने आधारभूत तालिम सम्पन्न ;
- बाच्छा, बराचौर र बिहादी स्वास्थ्य चौकीमा ग्रामीण अल्ट्रसाउन्ड सेवा प्रदान ;
- विद्यालय तथा समुदाय स्तरमा परिवार नियोजन तथा सुरक्षित मातृत्व सम्वन्धी स्वास्थ्य शिक्षा सञ्चालन ।

फलेवास नगरपालिका

- नियमित मासिक बैठक सम्पन्न ;
- नियमित RUSG सेवा संचालन ;
- विध्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमको निरन्तरता;
- नियमित खोप सेवा कार्यक्रमको निरन्तरता ।

प्रकाशित मितिः २०८२ चैत्र १