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

जनस्वास्थ्य बुलेटिन

वर्षः ४ अंकः ३२ महिनाः ३२ असोज २०८३

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वत द्वारा आश्विन महिनामा सम्पादित कार्यक्रमहरु

जिल्ला स्तरीय समिक्षा तथा योजना तर्जुमा गोष्ठी कार्यक्रम

मिति २०८३/०६/०९ र १० गते प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको एकिकृत स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको जिल्ला स्तरीय समिक्षा तथा योजना तर्जुमा गोष्ठी कार्यक्रम प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका कार्यालय प्रमुख श्री बद्रीराज आचार्य ज्युको अध्यक्षतामा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयको सभाहलमा सम्पन्न भएको छ। जिल्ला भित्रका स्थानीय तहहरूबाट सञ्चालित स्वास्थ्य कार्यक्रमहरू तथा अस्पताल एवं आयुर्वेद चिकित्सालयहरूको प्रगति, उपलब्धि तथा कार्यसम्पादनको तुलनात्मक समीक्षा तथा विश्लेषण गर्ने, संचालित कार्यक्रमहरूको कार्यान्वयनमा देखिएका समस्या, चुनौती तथा कमजोरीहरूको पहिचान गरी आवश्यक सुधारात्मक उपायहरू निर्धारण गर्ने साथै संचालित कार्यक्रमले सम्बन्धित क्षेत्रका बासिन्दा र विशेष गरी महिला तथा बञ्चितीमा परेका समुदायहरूलाई उपलब्ध स्वास्थ्य सेवाको उपभोगको अवस्था, उनीहरूले सेवा उपभोग गर्दा भोग्नु परेका बाधा अवरोधहरू पत्ता लगाई सम्बोधनका लागि सम्बन्धित निकायलाई सुझाव दिने उद्धेश्य लागि समीक्षा कार्यक्रम सचालन गरिएको थियो। कार्यक्रमको संचालन प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका पब्लिक हेल्थ नर्सिङ निरीक्षक सुमन शर्मा गर्नुभएको थियो भने स्वागत मन्तब्य तथ्याङ्क सहायक रामचन्द्र सुवेदीले राख्नुभएको थियो।कार्यक्रमका प्रमुख आतिथ जिल्ला समन्वय समिति पर्वतका प्रमुख श्रीमान् विष्णुराम वि.क ज्युले शुभकामना व्यक्त गर्नुभएको थियो। पर्वतका सहायक प्र.जि.अ. श्रीमान् गणेश प्रसाद पौडेल ज्यु ले स्वास्थ्य क्षेत्र सुधारका विषयमा आवश्यक सुझाव सहित शुभकामना मन्तब्य राख्नु भएको थियो।यसैगरी जिल्ला समन्वय अधिकारी श्री बद्री प्रसाद तिवारी तथा प्रदेश अस्पताल पर्वतका मे.सु डा. ढुण्डीराज पौडेल ज्युले शुभकामना मन्तव्यका क्रममा स्वास्थ्य क्षेत्र सुधार गर्नका लागि आवश्यक सुझावहरु दिनु भएको थियो। समिक्षामा पर्वत जिल्लाका सातवटै स्थानिय तहवाट स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, तथ्याङ्क व्यवस्थापनमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मी, प्रदेश अस्पतालका MCH शाखा प्रमुख, मेडिकल रेकर्डर निरिक्षकको साथै ईमर्जेन्सी शाखा प्रमुख को सहभागिता रहेको थियो ।

समिक्षा कार्यक्रममा पर्वत जिल्लाका ७ वटै स्थानीय तह, प्रदेश अस्पताल वाट बर्ष भरी गरेका कार्यक्रमको प्रगति तथा कार्यक्रम संचालनका क्रममा आईपरेका समस्या तथा समाधानका उपाएका बारेमा प्रस्तुतिकरण गरिएको थियो। कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका तर्फबाट जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री सन्देश पोखलले जिल्ला को समग्र प्रस्तुतीकरण गर्नु भएको थियो।साथै कार्यक्रममा बालस्वास्थ्य तथा पोषण, तथ्याङ्क व्यवस्थापन,रोग नियन्त्रण /नसर्ने रोग र मानसिक स्वास्थ्य तथा स्वास्थ्य शिक्षा विषयमा समुहगत छलफल गरी प्रस्तुतिकरण गरिएको थियो| उक्त समीक्षा वाट आगामि दिनमा स्वास्थ्य क्षेत्रमा सुधारका लागि कार्ययोजना निर्माण गरी कार्यान्वयन गर्नका लागि प्रतिबद्धता जाहेर गरिएको छ।



जिल्ला पूर्ण खोप समन्वय समितीको बैठक

मिति २०८३/०६/०२ गते जिल्ला पूर्ण खोप समन्वय समितीको बैठक सम्पन्न भएको छ | जिल्ला पूर्ण खोप समन्वय समितीका संयोजक तथा जिल्ला समन्वय प्रमुख श्री बिष्णुराम वि.क को अधक्षतामा बसेको उक्त बैठकमा पर्वत जिल्लामा संचालित समग्र खोप कार्यक्रमको अवस्था तथा असोज महिनामा संचालन हुने HPV (पाठेघर को मुखको क्यान्सर विरुद्ध) खोप सम्बन्धी लक्ष, रणनीति र तयारी तथा जिल्लाको लागि प्राप्त HPV खोपको बिषयमा छलफल गरिएको थियो

जिल्ला स्तरिय कावा (CABA) कार्यान्वयन समितिको बैठक सम्पन्न

मिति २०८३/०६/०८ गते जिल्ला स्तरिय कावा कार्यन्वय समितीका संयोजक तथा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख श्री बद्रिराज आचार्य ज्यूको अधक्षतामा बैठक सम्पन्न भएको छ | उक्त बैठकमा पर्वत जिल्लामा हाल रहेका ८ जना कावा (HIV संक्रमित बालबालिका) बालबालिकाहरुको अवस्थाको बारेमा छलफल गर्नुका साथै उनीहरुले मासिक रुपमा प्राप्त गर्ने पोषण तथा स्वास्थ्यको लागि आर्थिक सहयोगार्थ प्रादेशिक जनस्वास्थ्य केन्द्र, पोखरामा विवरण सहित सिफारीस गर्ने निर्णय गरिएको थियो |

नियमित एच.पि.भी खोप कार्यक्रम

मिति २०८३/०६/०५-०७ गते सम्म पर्वत जिल्ला भरी नियमित एच.पि.भी खोप कार्यक्रम संचालन भएको छ | कार्यक्रममा तपसिल वमोजिमका ८५७ लक्षित बालिकाहरुले खोप लगाई ९९ प्रतिशत प्रगति हासिल प्राप्त भएको छ |

क्र.सं.	स्थानिय तहको नाम	लक्षित संख्या आ.व२०८२।०८३ नियमित एच.पि.भी खोप			खोप केन्द्र संख्या				खोप लगाएको प्रगति संख्या र कभरेज नियमित एच.पि.भी खोप				ए.ई.एफ.आई. विरामीको संख्या			खोपको विवरण			
		विद्यालयमा अध्ययन गर्ने कक्षा ६ का छात्राहरू	विद्यालय नजाने १० वर्षका किशोरीहरू	जम्मा (नियमित)	विद्यालय	बाह्य	स्वास्थ्य संस्था	जम्मा	विद्यालयमा अध्ययन गर्ने कक्षा ६ का छात्राहरू	विद्यालय नजाने १० वर्षका किशोरीहरू	जम्मा प्रगति संख्या	जम्मा प्रगति प्रतिशत	कडा	सामान्य	जम्मा	प्राप्त	खर्च	फिर्ता	खोप खेर दर
1	मोदी	128	0	128	21	0	8	29	126	0	126	98	0	0	0	128	126	2	0
2	जलजला	123	4	127	15	0	9	24	123	5	128	101	0	0	0	129	128	1	0
3	कुश्मा	274	5	279	25	0	14	39	277	5	282	101	0	0	0	286	282	4	0
4	फलेवास	128	3	131	22	0	11	33	125	3	128	98	0	0	0	131	128	3	0
5	महाशिला	41	0	41	12	0	6	18	41	0	41	100	0	0	0	41	41	0	0
6	विहादी	70	0	70	15	0	6	21	70	1	71	103	0	0	0	71	71	0	0
7	पैयू	85	2	87	11	0	7	18	81	0	81	93	0	0	0	81	81	0	0
जम्मा		**849**	**14**	**863**	**121**	**0**	**61**	**182**	**843**	**14**	**857**	**99**	**0**	**0**	**0**	**867**	**857**	**10**	**0**








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

स्क्रब टाइफस रोगको रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि समन्वय र सहजीकरण

पर्वत जिल्लाको महाशिला गाउँपालिका र पैयुँ गाउँपालिकामा स्क्रब टाइफसका बिरामीहरू देखिएकाले सम्बन्धित स्थानीय तहसँग समन्वय तथा सहकार्य गरिएको छ। साथै, प्रभावित स्थानीय तहहरूमा रोगको रोकथाम तथा नियन्त्रणका आवश्यक उपायहरू अवलम्बन गर्न स्क्रब टाइफससम्बन्धी राष्ट्रिय निर्देशिका, सूचना, शिक्षा तथा सञ्चार (IEC) सामग्री एवं आवश्यक सामग्रीहरू उपलब्ध गराई प्रतिकार्यका लागि सहजीकरण गरिएको छ।

स्क्रब टाइफस
(Scrub Typhus)

स्क्रब टाइफस के हो?

स्क्रब टाइफस एक किसिमको सरूवा रोग हो । यो रोग मुसामा लाग्ने किर्ना जस्तो देखिने किरा (माइट) को टोकाईबाट मानिसमा सर्दछ । यो रोग माइटमा पाइने ओरेन्सिया सुसुगामुसी (Orentia Tsutsugamushi) भन्ने जिवाणुबाट लाग्दछ । माइट प्रायः जसो झाडी, खेतबारी, वनजङ्गल, घर वरिपरिको झाडी वा घुरान हुने ठाउँमा देखिने गर्दछ ।





स्क्रब टाइफस कसरी सर्छ?

मुसामा लाग्ने किर्ना जस्तो देखिने किरा (माइट) को टोकाईबाट मानिसमा सर्दछ । यो रोग मानिसबाट मानिसमा सर्दैन ।

स्क्रब टाइफसका लक्षणहरू के के हुन्?

- धेरै ज्वरो आउनु (१०४ डीग्री फ.भन्दा बढी) । काम ज्वरो समेत आउन सक्छ
- धेरै टाउको दुख्नु
- पसिना धेरै आउनु
- आँखा रातो हुनु
- झाडापखाला लाग्नु
- बिस्तारै शरीरका मुख्य अङ्गहरूले काम गर्न छाड्नु
- समयमै उपचार नभएमा कडा खालको श्वास प्रश्वास समस्या जस्तै दम बढ्नु, सास फेर्न गाह्रो भई बिरामी सिकिस्त समेत हुन सक्छ ।

- किराले (माइट) टोकेको ठाउँमा रातो डाबर जस्तो दाग देखिन सक्छ । टोकेको ठाउँमा पछि गएर कालो दाग बस्न सक्छ ।





स्क्रब टाइफसबाट बच्ने उपायहरू के के हुन्?

- खेतबारीमा काम गर्दा, वनजङ्गल/झाडीमा जाँदा वा घाँस काट्न जाँदा पुरा शरीर ढाकिने कपडा लगाउने साथै सम्भव भएसम्म बुट लगाउने
- घाँसबारी वा चउरमा बस्दा गुन्द्री वा दरी ओछ्याएर बस्ने
- सम्भव भएसम्म भुईमा नबस्ने । खाटमा वा अग्लो स्थानमा सुत्ने/बस्ने
- सकेसम्म घाँसबारी र चउरमा नबस्ने
- चउर, बारी, झाडी, घाँस तथा धुरान बढ्न नदिने
- मुसा नियन्त्रणको लागि उपयुक्त किसिमले अन्न भण्डार गर्ने तथा मुसाको वृद्धि विकास नहुने वातावरणको सृजना गर्ने ।

स्क्रब टाइफस लागेको शंका लागेमा उपचारको लागि तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा लैजानुपर्छ ।
औषधी सेवनपछि यो रोग निको हुन्छ ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा सूचना तथा सञ्चार केन्द्र
टेकु, काठमाडौं

स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको पालिका स्तरीय वार्षिक समीक्षामा सहजीकरण

आ.व. २०८२/०८३ मा पालिका स्तरमा संचालित स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुको वार्षिक प्रगति समीक्षा कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतबाट सहजीकरण भएको थियो। समीक्षा कार्यक्रममा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतबाट कार्यक्रम फोकल पर्सनहरु सहभागी भई प्रमुख सूचकहरूको प्रगति, उपलब्धि तथा कार्यसम्पादनको समीक्षा गर्न सहजीकरण गरिएको थियो। साथै, कार्यक्रम कार्यान्वयनका क्रममा देखिएका समस्या तथा चुनौतीहरूको पहिचान गरी आगामी वर्ष स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर तथा कार्यक्रमको प्रभावकारिता अभिवृद्धिका लागि आवश्यक पृष्ठपोषण समेत प्रदान गरिएको थियो।

.



निजी स्वास्थ्य संस्था अनुगमन

पैयुँ गाउँपालिका क्षेत्रभित्र संचालित निजी स्वास्थ्य संस्था तथा दन्त क्लिनिकहरूको सेवा सञ्चालन अवस्था, सेवा प्रवाहको गुणस्तर, आवश्यक भौतिक पूर्वाधार तथा प्रचलित मापदण्डको पालना भए/नभएको सम्बन्धमा स्थलगत अनुगमन तथा निरीक्षण गरिएको थियो। अनुगमनका क्रममा संस्थाहरूलाई सेवा सञ्चालन तथा व्यवस्थापन सम्बन्धमा आवश्यक सुझाव तथा निर्देशन प्रदान गरिएको थियो। अनुगमनका क्रममा संचालन स्वीकृत नलिई संचालन गरिएका स्वास्थ्य संस्थाहरूलाई नियम अनुसार प्रक्रिया पुरा गरी संचालन स्वीकृत लिएर मात्र संचालन गर्न निर्देशन दिईएको थियो।

बाढीबाट प्रभावित क्षेत्रमा द्रुत प्रतिकार्य तथा स्वास्थ्य सेवा प्रवाह

मिति २०८३/०६/१३ गते कालिगण्डकी नदीमा आएको बाढीबाट प्रभावित पर्वत जिल्लाको जलजला गाउँपालिका ७, फर्से लगाएत क्षेत्रहरुमा विस्थापित नागरिकहरूको स्वास्थ्य अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै जलजला गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा संगको समन्वय तथा सहकार्यमा द्रुत प्रतिकार्य तथा स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गरिएको छ।

टेन्टमा रहेका प्रभावित मध्ये विशेषगरी दीर्घरोगीहरूको विवरण संकलन गरी उनीहरूको स्वास्थ्य अवस्था तथा औषधि आवश्यकताको पहिचान, प्रभावित नागरिकहरूको स्वास्थ्य परीक्षण, अत्यावश्यक औषधि सुनिश्चित गरी स्थानीय स्वास्थ्य संस्था मार्फत व्यवस्थापन गर्न समन्वय गरिएको थियो। सो अवसरमा स्वास्थ्य तथा मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी परामर्श प्रदान गर्नुका साथै बाढी पछि फैलन सक्ने झाडापखाला लगाएत अन्य महामारी व्यवस्थापनका लागि पानी सुद्धिकरण गर्ने औषधी (CHLORINE TABLET) ,पुनर्जलीय झोल लगाएतका औषधीहरु तथा सुत्केरी महिला तथा बालबालिकालाई लक्षित गरी Iron, Tab. Calcium तथा RUTF उपलब्ध गराईएको थियो। साथै पानीको नमुना संकलन गरी परीक्षणका लागि पठाइएको थियो।



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

खाद्य विषाक्तताको प्रकोप अनुसन्धान तथा अनुगमन

मिति २०८३/०६/१९ गते पर्वत जिल्लाको कुश्मा नगरपालिका -१, पाङ न्वारमा आयोजित पितृ कार्यमा सहभागी १० जनामध्ये ८ जनामा झाडापखाला, वान्ता, ज्वरो तथा पेट दुखे जस्ता लक्षण देखिएका थिए। तीमध्ये ५ जनालाई उपचारका लागि पर्वत अस्पतालमा भर्ना गरिएको थियो। प्रारम्भिक जानकारीअनुसार कार्यक्रममा विभिन्न खाद्य परिकार सेवन गर्नुका साथै मुहानको पानी नउमाली पिउने गरेको पाइएको थियो। घटनाबारे जानकारी प्राप्त भएपछि सम्भावित स्रोत तथा जोखिम कारक पहिचान गर्न खाद्य पदार्थ, खानेपानीको स्रोत, खाना पकाउने तथा भण्डारण गर्ने तरिका र सरसफाइको अवस्थाबारे अनुसन्धान गरिएको छ। घटनाको सम्भावित कारण दूषित खाद्य पदार्थ वा पानी हुन सक्ने भएकाले थप सतर्कता तथा सुरक्षित खानेपानी र खाद्य स्वच्छतासम्बन्धी सावधानी अपनाउन आवश्यक देखिएको छ।

हाल उपचाररत सबै बिरामी अस्पतालबाट डिस्चार्ज भई स्वास्थ्य अवस्था राम्रो रहेको छ। यस्ता घटना पुनः हुन नदिन खानेपानी उमालेर वा उचित शुद्धीकरण गरेर मात्र पिउने, खाद्य पदार्थको स्वच्छता कायम गर्ने तथा व्यक्तिगत सरसफाइमा विशेष ध्यान दिन आग्रह गरिएको छ।

कार्यालय बिशेष सरसफाई कार्यक्रम

मिति २०८३ असोज २२ देखि २८ गते सम्म "कार्यालय सरसफाई सप्ताह संचालन मार्गदर्शन, २०८३" बमोजिम कार्यालयका जनस्वास्थ्य अधिकृत इशिका खड्काको अगुवाईमा कार्यालय परिसर भित्र र बाहिर बिशेष सरसफाई अभियान संचालन गरिएको थियो |









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

जिल्ला प्रजनन स्वास्थ्य समन्वय समितिको पहिलो चौमासिक बैठक

मिति २०८३।०६।२६ गते प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा जिल्ला प्रजनन स्वास्थ्य समन्वय समितिको पहिलो चौमासिक बैठक प्रजनन स्वास्थ्य समन्वय समितिको अध्यक्षय एवम जिल्ला समन्वय समितीका प्रमुख श्री विष्णुराम बि.क ज्यूको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको छ। बैठकमा समितिको सम्पुर्ण सदस्यहरुको उपस्थिति रहेको थियो जसमा प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख, प्रदेश अस्पताल कुश्माका मे.सु ,नेपाल रेडक्रस सोसाइटी प्रमुख, प्रदेश अस्पताल कुश्माका स्त्री रोग विशेषज्ञ, नर्सिङ प्रमुख र प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको कर्मचारीहरु हुनुहुन्थ्यो । यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको सर्वव्यापी पहुँचको लागि प्राविधिक सहयोग दिने उदेश्यले बैठक संचालन गरिएको थियो । बैठकमा प्रजनन स्वास्थ्य समन्वय समिति गठन तथा संचालन प्रक्रिया, पर्वत जिल्लाको प्रजनन स्वास्थ्य अवस्था, जिल्लास्तरमा (जनस्वास्थ्य कार्यालयमा) MPDSR समिति गठन, आ.व २०८३।८४मा संचालन हुन लागेको कार्यक्रमको वारेमा जानकारी, सामुदायिक/ विद्यालय नर्स कार्यक्रम संचालन जस्ता महत्वपुर्ण विषयमा छलफल गरिएको थियो। प्रदेश अस्पताल कुश्माले प्रजनन स्वास्थ्य सन्चालनमा भोगेको चुनौतीहरु वारेमा प्रस्तुतीकरण गर्नु भएको थियो ।बैठकमा १२ जना सहभागिहरुको उपस्थिति रहेको थियो।









प्रसूति सेवा प्रदायकहरुको लागि मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धी On-site Coaching मेन्टोरिङ कार्यक्रम

मिती २०८३-०६-२७ गते देखि ०६/२९ सम्म प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतको आयोजनामा र फलेवास नगरपालिकाको समन्वयमा प्रसूति सेवा प्रदायकहरुको लागि मातृ तथा नवशिशु स्वास्थ्य सम्बन्धी on-site coaching मेन्टोरिङ कार्यक्रम लिमिठाना स्वास्थ्य चौकीमा स्वास्थ्य चौकी व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष श्री केशर पन्त ज्यूको अध्यक्षतामा , प्रदेश जनस्वास्थ्य पर्वतका कार्यालय प्रमुख श्री बद्रीराज आचार्य र स्वास्थ्य शाखाको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको छ । On-site coaching mentoring मा सहभागी २ जना सेवा प्रदायकहरुलाई पर्वत अस्पतालका अस्पताल नर्सिङ निरीक्षक शोभा श्रेष्ठ र फलेवास नगर अस्पतालका नर्सिङ विमश पौडेलले मेन्टरिङ गर्नु भएको थियो भने सहजीकरण जनस्वास्थ्य कार्यालय पर्वतका पब्लिक 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 ज्ञान 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। न्युनतम सेवा मापदन्डको लागि सहजिकरण फलेवास नगरपालिका स्वास्थ्य शाखामा कार्यरत सि.अ.हे.व रुद्र शर्मा सापकोटा र हे. अ तिलकराम प्रोखेलले गर्नुभएको थियो ।



स्वागत कार्यक्रम

मिति २०८३/०६/३० गते नव–नियुक्त मेडिकल अधिकृत डा. अनिष पौडेल ज्यूलाई स्वागत तथा सफल कार्यकालको शुभकामना। यहाँको ज्ञान, सीप, अनुभव र सेवा भावले अस्पतालको स्वास्थ्य सेवा थप प्रभावकारी, गुणस्तरीय र जनमुखी बनाउन महत्वपूर्ण योगदान पुग्ने विश्वास लिएका छौं।









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

चेतनामूलक सामग्रीहरु









स्क्रब टाइफस (Scrub Typhus)

स्क्रब टाइफस एक किसिमको सरुवा रोग हो । यो रोग लाग्ने किर्ना जस्तो देखिने किरा (माइट) को टोकाइबाट मानिसमा सर्दछ । यो रोग माइटमा पाइने ओरेन्टिसिया सुसुगामुसी (Orentia Tutsugamushi) भन्ने जिवाणुबाट लाग्दछ । माइट प्राय : जसो झाडी, खेतवारी, वनजंगल, घर वरिपरिको झाडी वा घुरान हुने ठाँउमा देखिने गर्दछ ।



स्क्रब टाइफस कसरी सर्छ ?

मुसामा लाग्ने किर्ना जस्तो देखिने किरा (माइट)को टोकाइबाट मानिसमा सर्दछ । यो रोग मानिसबाट मानिसमा सर्दैन ।

स्क्रब टाइफसका लक्षणहरु

- घेरै जवरो आउनु (काम ज्वरो समेत आउन सक्छ)
- घेरै टाउको दुख्नु
- पसिना घेरै आउनु
- आँखा रातो हुनु
- झाडापखाला लाग्नु
- किराले (माईट) टोकेको ठाउँमा रातो डाबर जस्तो दाग देखिनु र पछि गाढर कालो दाग बस्नु



स्क्रब टाइफसबाट बच्ने उपायहरु के-के हुन् ?

- खेतवारीमा काम गर्दा वनजंगल /झाडीमा जाँदा वा घाँस काट्न जाँदा पुरा शरीर ढाकिने कपडा लगाउने साथै सम्भव भुई सम्म बुट लगाउने
- घाँसवारी वा चउरमा बस्दा गुन्द्री वा दरी ओछ्याएर बस्ने
- सम्भव भएसम्म भुईंमा नबस्ने । खाटमा वा अग्लो स्थानमा सुत्ने/बस्ने
- सकेसम्म घाँसवारी र चउरमा नबस्ने
- चउरमा,वारी ,झाडी,घाँस तथा घुरान बढ्न नदिने
- मुसा नियन्त्रणको लागि उपयुक्त किसिमले अन्न भण्डार गर्ने तथा मुसाको वृद्धि विकास नहुने वातावरणको सृजना गर्ने ।

स्क्रब टाइफस लागेको शंका लागेमा उपचारको लागि तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा लैजानु पर्छ । औषधी सेवनपछि यो रोग निको हुन्छ ।

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

रेबिज घातक छ,
तर रोकथाम सम्भव छ ।

बेवास्ता गरे मृत्यु, सचेत भए सुरक्षित ।



- रेबिजको लक्षण देखिएपछि लगभग १००% घातक हुन्छ ।
- तर समयमै खोप र उपचार पाएमा रेबिजबाट १००% बच्न सकिन्छ।
- मानिसमा हुने रेबिजको ९९% सम्म संक्रमण कुकुरबाट सर्ने गर्छन् ।

जनावरले टोके वा चिथोरेमा के गर्ने ?

- धाउलाई तुरुन्तै साबुन पानीले कम्तीमा १५ मिनेट राम्ररी धोऔं ।
- सकेसम्म छिटो स्वास्थ्य संस्थामा गई उपचार गरौं । रेबिजविरुद्धको खोप लगाऔं ।
- घरपालुवा कुकुरलाई नियमित रूपमा रेबिजविरुद्धको खोप लगाऔं ।

विश्व रेबिज दिवस | २८ सेप्टेम्बर २०२६
एकतामा शक्ति, रेबिजबाट मुक्ति

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा खाद्य स्वच्छता मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

भारी वर्षाको पूर्वानुमान

बाढी र पहिरोको जोखिमबाट सतर्क रहौं ।



जल तथा मौसम विज्ञान विभाग तथा विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणबाट प्राप्त जानकारीअनुसार **असोज ९ देखि ११ गतेसम्म** देशका विभिन्न स्थानमा **भारीदेखि अति भारी वर्षा हुने** पूर्वानुमान गरिएको छ ।

निरन्तर वर्षाका कारण **बाढी, पहिरो तथा डुबानको जोखिम** बढ्न सक्ने भएकाले **आवश्यक सतर्कता अपनाऔं** ।

के गर्ने ?

१. नदी, खोला तथा बाढी आउन सक्ने क्षेत्र आसपास अनावश्यक रूपमा नजाऔं ।
२. पहिरोको जोखिम भएका स्थानमा विशेष सतर्कता अपनाऔं ।
३. जोखिम देखिएमा समयमै सुरक्षित स्थानमा जाऔं ।
४. बालबालिका, गर्भवती, सुत्केरी, ज्येष्ठ नागरिक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिको सुरक्षामा विशेष ध्यान दिऔं ।
५. आवश्यक औषधि, खानेकुरा तथा अत्यावश्यक सामग्री तयारी अवस्थामा राखौं ।
६. सम्बन्धित निकायबाट जारी हुने आधिकारिक सूचना र पूर्वसूचना नियमित रूपमा सुनौं ।

सतर्क रहौं, सुरक्षित बसौं ।

स्वास्थ्यसम्बन्धी जानकारी तथा सहयोगका लागि पैसा नलाग्ने नम्बर **११११५** मा फोन गरौं ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा खाद्य स्वच्छता मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

धुम्रपान रहित सास फेरौं
फोक्सोको क्यान्सर हुनबाट बचौं



धुम्रपान गर्नु भनेको फोक्सोको क्यान्सर निम्त्याउने सम्भावना २२ गुणा ले बढाउनु हो ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा खाद्य स्वच्छता मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय, पर्वत तथा जिल्लाका सम्पूर्ण स्थानीय तह र स्वास्थ्य संस्थाको सहकार्यमा संचालन भईरहेको "हरेक महिना एक स्वास्थ्यकर्मी एक स्वास्थ्य शिक्षा" अभियान अन्तर्गत २०८३ असोज महिनाको लागि बिषय नसर्ने रोगहरु, मानसिक स्वास्थ्य र बालविवाह संग सम्बन्धित रहेर तयार गरिएको स्वास्थ्य शिक्षा सामाग्री।



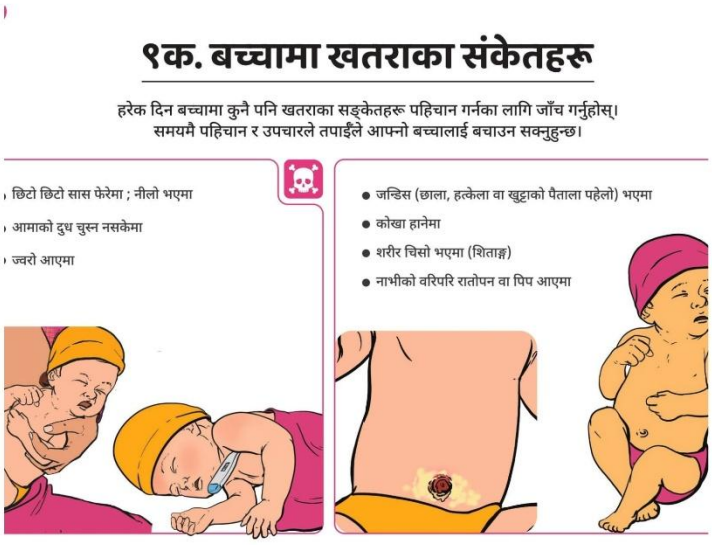














dhoparbat44@gmail.com
phoparbat.gandaki.gov.np
067-420119

पर्वत जिल्ला स्थित विभिन्न स्थानीय तहद्वारा आश्विन महिनामा सम्पादित कार्यक्रम

कुश्मा नगरपालिका

- आर्थिक बर्ष २०८२/२०८३ मा सम्पन्न भएका स्वास्थ्य कार्यक्रमहरूको बार्षिक समीक्षा सम्पन्न गरिएको।
- ग्रामिण अल्ट्रासमउन्ड कार्यक्रम अन्तरगत ५ वटा संस्थामै गएर परिक्षण गरि सेवा प्रदान गरिएको।
- HPV खोप अभियान संचालन गरि कक्षा ६ मा अध्ययनरत सम्पुर्ण किशोरीहरू लाई खोप दिईएको।
- डेङ्गी रोगको संक्रमण दर उच्चनै रहेकोले खोज तथा नष्टगर अभियान निरन्तर चलि रहेको।
- विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सबै विद्यालयहरूमा संचालन भएको।

पैयुँ गाउँपालिका

- स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा शाखामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूको मासिक बैठक सम्पन्न।
- गर्भवतीसंग USG कार्यक्रमको निरन्तरता।
- क्षयरोग कार्यक्रमको कोहर्ट विश्लेषण तथा वार्षिक समिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न।
- स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागी २ दिने PAMS V२ सम्बन्धि तालिम सम्पन्न।
- डेङ्गी सार्ने लामखुट्टेको वास स्थान खोजौ र नष्ट गरौ तथा बृहत सरसफाई अभियान सम्पन्न।

मोदी गाउँपालिका

- स्वास्थ्य चौकी प्रमुख तथा स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या उपशाखामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूबीच मासिक बैठक सम्पन्न ।
- स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि PAMS V२ सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरिएको छ।
- क्षयरोग कार्यक्रमको कोहर्ट विश्लेषण तथा वार्षिक समीक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।
- ANC to PNC Continuum of care कार्यक्रम सम्बन्धी वार्षिक समीक्षा तथा अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।।
- मोदी गाउँपालिका भित्र रहेका सम्पूर्ण स्वास्थ्य चौकीहरूमा सिसिटिभी जडान कार्य सम्पन्न भएको छ।
- मोदी गाउँपालिका भित्र रहेका सम्पूर्ण स्वास्थ्य संस्थाका मर्मत गर्नुपर्ने ल्यापटप डेस्कटप लगायतका सामग्रीहरूको मर्मत कार्य सम्पन्न भएको छ।
- बजार तथा तथा पसलहरूको अनुगमन कार्य सम्पन्न गरिएको छ ।
- मिति २०८३ साल असोज महिनाको ३१ गते दुर्लुङकोट म्याराथन समाजद्वारा आयोजना हुँदै गरेको प्रथम दुर्लुङकोट हाफ म्याराथन प्रतियोगिता

विहादी गाउँपालिका

- स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा शाखामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूको मासिक समिक्षा बैठक तथा डाटा verification सम्पन्न।
- गर्भवतीसंग USG कार्यक्रमको निरन्तरता ।
- क्षयरोग कार्यक्रमको कोहर्ट विश्लेषण तथा वार्षिक समिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न।
- डेङ्गी सार्ने लामखुट्टेको वास स्थान खोजौ र नष्ट गरौ कार्यक्रम यस महिनामा पनि निरन्तरता ।
- कक्षा ६ मा अध्ययनरत छात्राहरु तथा विद्यालय बाहिर रहेका १० वर्षका किशोरीहरुलाई विद्यालय केन्द्रित HPV खोप कार्यक्रम/अभियान सम्पन्न जसमा ७० जना किशोरीलाई खोप प्रदान ।
- स्वास्थ्य संस्थामा क्षयरोग, MCH तथा औषधि आपूर्ति व्यवस्थापन सम्वन्धी छलफल र सहजीकरण कार्यक्रम ।



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

आवश्यक पर्नसक्ने स्वास्थ्य सेवाको लागि एम्बुलेन्स तथा स्वास्थ्यकर्मीहरूको व्यवस्थापन गरिएको ।

महाशिला गाउँपालिका

- स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा शाखामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूको मासिक बैठक सम्पन्न तथा उत्कृष्ट संस्था पुरस्कृत कार्यक्रम सम्पन्न।
- ग्रामीण भिडियो एक्सरे गर्भवतीसंग USG कार्यक्रमको निरन्तरता।
- स्वास्थ्यकर्मी १ स्वास्थ्य शिक्षा अन्तर्गत विभिन्न विषयमा School Health Program सम्पन्न।
- सुक्रबारिय संस्था सरसफाई कार्यक्रम लाई निरन्तरता।
- डेङ्गी सार्ने लामखुट्टेको वास स्थान खोजौ र नष्ट गरौ तथा बृहत सरसफाई अभियान सम्पन्न।





जलजला गाउँपालिका

- पाठेघरको मुखको क्यान्सर विरुद्धको HPV खोप अभियानः मिति २०८३/०६/०५ देखि ०७ गतेसम्म १२८ जना किशोरीहरूलाई HPV खोप प्रदान गरिएको र प्रगति १००.७८ प्रतिशत रहेको।
- विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमः विद्यालयमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन गरी विद्यार्थीहरूको स्वास्थ्यसम्बन्धी ज्ञान तथा जनचेतना अभिवृद्धि गरिएको।
- विपन्न नागरिक औषधि उपचार सहायताः विपन्न नागरिकको औषधि उपचार सहुलियत अन्तर्गत रु. ५,००० भुक्तानी गरिएको।
- मल्लाज स्वास्थ्य चौकी भवन स्थानान्तरणः जलजला गाउँपालिका वडा नं. ३ स्थित मल्लाज स्वास्थ्य चौकीको नवनिर्मित भवनमा विधिवत् पूजा—आराधना गरी स्वास्थ्य सेवा स्थानान्तरण तथा शुभारम्भ गरिएको ।
- विपद् प्रभावित क्षेत्रमा स्वास्थ्य सेवाः मिति २०८३/०६/०८ देखि १० गतेसम्मको अविरल वर्षाबाट प्रभावित क्षेत्रमा स्वास्थ्यकर्मी परिचालन गरी स्वास्थ्य सेवा, औषधि वितरण, निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर, खानेपानी परीक्षण तथा क्लोरिनेसन, स्वास्थ्य संस्था सरसफाइ, मातृ तथा बाल स्वास्थ्य सेवा, मनोसामाजिक परामर्श र राहत तथा उद्धार कार्यमा सहजीकरण गरिएको

फलेवास नगरपालिका

- स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा शाखामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूको मासिक समिक्षा बैठक तथा डाटा verification सम्पन्न गरेको ।
- प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयको सहयोगमा लिमिठाना स्वास्थ्य चौकीमा आमा तथा नवजात शिशु

- गर्भवतीसंग USG कार्यक्रमको निरन्तरता दिएको ।
- क्षयरोग कार्यक्रमको कोहर्ट विश्लेषण तथा वार्षिक समिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न गरेको ।
- डेङ्गी सार्ने लामखुट्टेको वास स्थान खोजौ र नष्ट गरौ कार्यक्रम यस महिनामा पनि निरन्तरता दिएको ।
- कक्षा ६ मा अध्ययनरत छात्राहरु तथा विद्यालय बाहिर रहेका १० वर्षका किशोरीहरुलाई विद्यालय केन्द्रित HPV खोप कार्यक्रम/अभियान सम्पन्न गरेको ।
- नेपाल सरकार, प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय, सिंहदरबारको निर्णयानुसार मिति २०८३ असोज २२ गते देखि २८ गतेसम्म विशेष सरसफाई कार्यक्रम (राष्ट्रिय सरसफाई सप्ताह) सबै स्वास्थ्य संस्थामा सरसफाई सम्पर्क व्यक्ति (Focal Person) तोकी कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुका साथै उक्त कार्यलाई निरन्तरता दिईएको।

प्रकाशित मितिः २०८३ कार्तिक १ गते

कर्यक्रमको अनुगमन,मुल्याङ्कन तथा Onsite Coaching कार्यक्रम सम्पन्न गरेको।

- फलेवास नगरपालिका र प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयको उपस्थितिमा लिमिठाना स्वास्थ्य चौकीको न्यूनतम सेवा मापदण्ड (MSS) कार्यक्रम सम्पन्न गरेको।

