साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

स्वास्थ्य निर्देशनालय, गण्डकी प्रदेशको आयोजनामा मुस्ताङ्ग अस्पतालको क्लिनिकल अडिट कार्यक्रम संचालन भएको छ।

गोरखा अस्पतालमा मलद्वार भित्रको बोतल अप्रेसन गरेर निकालिएको छ। गोरखा नगरपालिका-३, नारेश्वरका ५७ वर्षीय पुरुषको मलद्वारमा बिगत १ महिनादेखि किटनाशक औषधिको बोतल अड्केको थियो। बोतल अड्किएर ठूलो आन्द्रा अवरुद्द भएर यसको संक्रमण शरीरमा फैलिएको अवस्थामा अस्पतालको इमर्जेन्सीमा आएका थिए। त्यहाँ एक्सरे गर्दा मलद्वारमा बोतल देखिएपछि तुरुन्तै अप्रेशन कक्षमा लागि दुरबिनबाट आन्द्राको अन्य भागमा संक्रमण नफैलिएको पत्ता लागेपछि अस्पतालका सर्जनद्वय डाक्टर जितेन्द्र कुमार सिंह र डाक्टर विश्वराज खड्का, एनेस्थेसियोलोजिष्ट डाक्टर शम्भु अधिकारी लगायतका टिमले करिब ३ घन्टाको शल्यक्रिया पश्चात् बिरामिको मलद्वारबाट १०×७.५ सेमीको डब्बा निकालेका थिए।

अस्पताल आउँदा बिरामीको अवस्था जटिल थियो शल्यक्रिया पश्चात् बिरामीको होस आइसकेको र बिरामीलाई ICU कक्षमा राखी उपचार भएको थियो।

योग किन गर्ने :

- मन र शरीर तथा विचार र कार्यको एकतालाई मूर्त रूप दिन।
- दैनिक जीवनमा सन्तुलित मनोवृत्ति कायम राख्न।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता सुधार गर्न।
- मुटुरोग, मधुमेह, क्यान्सर जस्ता नसर्ने रोगहरुको जोखिम कम गर्न।
- मानसिक तनाव कम गर्न।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

जिल्ला आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र, म्याग्दीको आयोजनामा सामुदायिक महिला स्वास्थ्य स्वयंमसेविकाहरुलाई आयुर्वेद सेवा सम्बन्धि अभिमुखीकरण कार्यक्रम संचालन भएको छ।

स्वास्थ्य कार्यालय, बागलुङको आयोजनाममा क्षयरोग मुक्त नेपाल अभियान अन्तरगत जिल्ला स्तरिय समिति गठन गरिएको छ। संयोजक जिल्ला समन्वय प्रमुख अमरबहादुर थापाको संयोजकत्वमा सदस्यहरु समन्वय अधिकारी, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, जिल्ला प्रहरी कार्यालय,गैर सरकारि संस्था महासंघ, धौलागिरि अस्पताल, औषधि व्यबसायि समितिका प्रतिनिधि रहने गरि ९ सदस्य रहने समिति गठन गरिएको छ। क्षयरोगको बारेमा स्वास्थ्य कार्यालयका क्षयकुष्ठ निरिक्षकले प्रस्तुतिकरण गर्नुभएको उक्त कार्यक्रममा स्वास्थ्य कार्यालय, बाग्लुङ्गका प्रमुख प्रमुख बाबुराम आचार्यले अभियानको बारेमा जानकारी गराउनु भएको थियोभने कार्यक्रमको सन्चालन घनश्याम सापकोटाले गर्नुभएको थियो।

मोदि गाउँपालिका-४ स्थित, क्याङ स्वास्थ्य चौकी, पर्वतका स्वास्थ्यकर्मीहरु द्वारा पुर्ण खोप सुनिश्चितता तथा MMDP कार्यक्रमको घरदैलो अभियान संचालन भएको छ।

निशुल्क एम्बुलेन्स सेवाका लागि १०२ मा फोन गर्नुहोस।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

"स्थानीय श्रोतको उपभोग, स्वामित्व र सहभागिता, पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता हाम्रो प्रतिबद्धता" भन्ने मूल नाराका साथ अन्नपूर्ण गाउँपालिकाको ८ नं. वडालाई पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता तथा दिगोपना घोषणा समारोह गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष, ८ नं. वडा अन्तर्गतका जनप्रतिनिधीहरु, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, स्वास्थ्य संस्था सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरु, वडा खोप समन्वय समितिका पदाधिकारीहरु, स्थानीय क्लवका प्रतिनिधिहरु, हिस्तान मंडली स्वस्थ्य चौकी स्वास्थ्यकर्मीहरु, आमा समूहका प्रतिनिधिहरु, स्थानीय विद्यालयका शिक्षकहरु, सामुदायिक महिला स्वास्थ्य स्वयंमसेविकाहरु, टोल सुधार समितिका पदाधिकारीहरु, एवं विभिन्न सरोकारवालाहरु लगायतको उपस्थितिमा सम्पन्न गरिएको छ। उक्त घोषणा समारोहमा चालु आ.व. को चैत्र महिना सम्ममा ८ नं. वडा अन्तर्गतका ०-१५ महिना सम्मका सम्पुर्ण बबालबालिकाहरूले राष्ट्रिय खोप तालिका बमोजिम खोप पाइरहेको र घरधुरी सर्वेक्षणमा १६-५९ महिनाका सबै बालबालिकाले पूर्णखोप प्राप्त गरेको सुनिश्चित गरिएको हुँदा उक्त कार्यको प्रशंसा गर्दै ८ नं. वडा कार्यालय र राम्चे स्वास्थ्य चौकीलाई प्रमाण-पत्र प्रदान गरिएको थियो भने आगामी दिनमा समेत पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता तथा दिगोपना वडा कायम राख्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरि उपस्थित सम्पूर्णले प्रतिबद्धता पत्रमा हस्ताक्षर गर्नुभएको थियो।

स्थानीय श्रोतको उपभोग, स्वामित्व र सहभागिता, पूर्णखोप पालिका सुनिश्चितता हाम्रो प्रतिबद्धता" भन्ने मूल नाराका साथ म्याग्दी जिल्लाको दोस्रो पालिका धवलागिरि गाउँपालिकाको पूर्णखोप पालिका सुनिश्चितता तथा दिगोपना घोषणा समारोहमा जिल्ला खोप समन्वय समिती म्याग्दी प्रमुख, पालिका खोप समन्वय समिती प्रमुख, उपप्रमुख, सामाजिक बिकास सम्योजक, जनप्रतिनिधीहरु, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, स्वास्थ्य संस्था सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरु, पालिका खोप समन्वय समितिका पदाधिकारीहरु, स्थानीय क्लवका प्रतिनिधिहरु, स्वास्थ्यकर्मीहरु, आमा समूहका प्रतिनिधिहरु, स्थानीय विद्यालयका शिक्षकहरु, सामुदायिक महिला स्वास्थ्य स्वयंमसेविकाहरु एवं विभिन्न सरोकारवालाहरु लगायतको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको छ।

"स्वास्थ्यको बजेट खर्च होइन लगानी हो"

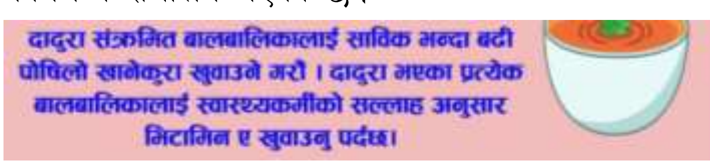
साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

मुदी स्वास्थ्य चौकी, म्याग्दीको आयोजनामा खोप संचालन तथा सरसफाई प्रर्वधन कार्यक्रम साथै वालभिटा सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम संचालन भएको छ।

विहादी गाँउपालिका, वार्ड नं २ बराचौरको आयोजनामा किशोरीहरुका लागि पोषण सम्वन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम संचालन भएको छ।



स्वास्थ्य कार्यालय, बागलुङको सहजिकरण तथा तमानखोला गाउँपालिकाको आयोजनामा न्युनतम सेवा मापदण्ड (MSS) मुल्यांकन कार्य तमानखोला ५ खुङखानी स्वास्थ्य चौकिमा सम्पन्न भएको छ । उक्त संस्थाले ६१% अंक प्राप्त गरेको छ। सो कार्यक्रममा स्वास्थ्य कार्यालय बागलुङका क्षयकुष्ठ निरिक्षक देव प्रकाश घिमिरे, खोप सुपरभाइजर राजु खत्री, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख तिल बहादुर छन्त्याल, स्वास्थ्य संस्था सन्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको छ। साथै उक्त वडामा रहेका ९ जना गर्भवतिहरुको भिडियो एक्सरे पनि गरिएको थियो जुन शाखामा कार्यरत इन्द्रा कुमारी बुढाले गर्नुभएको थियो।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

गण्डकी प्रदेश लोकसेवा आयोग, डाईलाईसिस करार, अस्पताल ब्यवस्थापन समिति लगायत अन्य करार तथा कार्यक्रम अन्तर्गत बेनी अस्पतालमा पदस्थापन तथा नियूक्त हुनुभएका सम्पूर्ण स्वास्थ्यकर्मीहरुको स्वागत कार्यक्रम संचालन भएको छ।

जलजला गाउँपालिका, पर्वतको आयोजना तथा लेखफाँट स्वास्थ चौकीको समन्वय र स्वास्थ्य कार्यलय, पर्वतको सहजीकरणमा नवजात शिशु तथा बालरोगको एकीकृत ब्यवस्थापन (IMNCI) कार्यक्रमको स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रमको अनुशिक्षण स्वास्थ्य कार्यालयमा कार्यरत IMNCI फोकल पर्सन तेज प्रसाद सुवेदी, स्वास्थ्य शाखामा कार्यरत जनस्वास्थ्य निरीक्षक गणेश मल्लले गर्नुभएको थियोभने स्वास्थ्य चौकी प्रमुख, स्वास्थ्य संस्थामा र २ वटा सामुदायिक स्वास्थ्य ईकाईहरूमा कार्यरत कर्मचारीहरुको उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रममा ५ बर्ष मुनिका बालबालिकामा देखिने रोगको ब्यबस्थापनका लागि आवश्यक ज्ञान सीप बारे क्षमता अभिबृद्धि तथा recording reporting को बारेमा छलफल गरिएको थियो।

सासाहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, गण्डकी प्रदेशको आयोजनामा मुख स्वास्थ्य सम्बन्धी आधारभूत तालिम सञ्चालन भएको छ। स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, गण्डकी प्रदेशका निमित्त महानिर्देशक हेमन्त शर्मा पौडेलको अध्यक्षतमा संचालित उक्त कार्यक्रममा मुख्य प्रशिक्षकको रूपमा पोखरा स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका डेन्टल सर्जन डाक्टर सुनिल पनेरु रहनुभएको छ। उद्धाटन कार्यक्रममा स्वास्थ्य तालिम केन्द्रका वरिष्ठ स्वास्थ्य शिक्षा अधिकृत प्रकाशराज शर्माले स्वागत मन्तव्य राख्नुभएको थियोभने जनस्वास्थ्य अधिकृत शैलेन्द्र कुमार सिंहले कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुभएको थियो। कार्यक्रममा गण्डकी प्रदेशका सबै जिल्लाका स्वास्थ्यकर्मीहरुको उपस्थिति रहेको छ।

"स्वास्थ्यको बजेट खर्च होइन लगानी हो"

सार्वजनिक बिदाको अबसरमा भच्चेक आधारभूत अस्पताल, गोरखाका कर्मचारीद्वारा अस्पताल परिसर सरसफाइ गरिदै।

जलजला सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई, बाग्लुङ्गको आयोअजनामा नैतुलमा नियमित गाँउघर क्लिनिक सञ्चालन भएको छ।

योग किन गर्ने :

- मन र शरीर तथा विचार र कार्यको एकतालाई मूर्त रूप दिन ।
- दैनिक जीवनमा सन्तुलित मनोवृत्ति कायम राख्न ।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता सुधार गर्न ।
- मुटुरोग, मधुमेह, क्यान्सर जस्ता नसर्ने रोगहरुको जोखिम कम गर्न ।
- मानसिक तनाव कम गर्न ।

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

पैयुँ आधारभूत अस्पताल, पर्वतको आयोजनामा अध्यक्ष सङ्ग जेष्ठ नागरिक स्वास्थ्य परिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

जिल्ला आयुर्बेद स्वास्थ्य केन्द्र, मुस्ताङ्गको आयोजना र वारागुङ मुक्तिक्षेत्र गाउँपालिकाको समन्वयमा झारकोटमा स्वास्थ्य प्रवर्द्धनका लागी जीवनशैली परिवर्तन तथा योग कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

राम्जा तिलाहार स्वास्थ्य चौकी, पर्वतको आयोजनामा दन्त सेवा हरेक महिनाको आइतबार संचालन भैरहेको छ।

स्वास्थ्य कार्यालय, म्याग्दीको आयोजनामा विभिन्न स्थानिय तहमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि BHSSTP सम्वन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। कार्यक्रममा बेनि अस्पतालका मेसु डाक्टर अन्जु थापा, थुम्सिकोट प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रमा कार्यरत डाक्टर बिनोद बराल र बेनि अस्पतालमा म्याग्दिमा कार्यरत मेअ रोशन आचार्य लगायतले सहजिकरण गर्नुभएको थियो।

योग किन गर्ने :

- मन र शरीर तथा विचार र कार्यको एकतालाई मूर्त रूप दिन।
- दैनिक जीवनमा सन्तुलित मनोवृत्ति कायम राख्न।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता सुधार गर्न।
- मुटुरोग, मधुमेह, क्यान्सर जस्ता नसर्ने रोगहरुको जोखिम कम गर्न।
- मानसिक तनाव कम गर्न।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

स्थानीय श्रोतको उपभोग, स्वामित्व र सहभागिता, पूर्णखोप पालिका सुनिश्चितता हाम्रो प्रतिबद्धता" भन्ने मूल नाराका साथ म्याग्दी जिल्लका तेस्रो स्थानीय तह मंगला गाउँपालिका पूर्णखोप पालिका सुनिश्चितता तथा दिगोपना घोषणा समारोहमा जिल्ला खोप समन्वय समिती, पालिका खोप समन्वय समिती प्रमुख, उपप्रमुख, सामाजिक बिकास सम्योजक, जनप्रतिनिधीहरु, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, स्वास्थ्य संस्था सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरु, पालिका खोप समन्वय समितिका पदाधिकारीहरु, स्थानीय क्लवका प्रतिनिधिहरु, स्वास्थ्यकर्मीहरु, आमा समूहका प्रतिनिधिहरु, स्थानीय विद्यालयका शिक्षकहरु, म.सा.स्वा.स्व.से.हरु एवं विभिन्न सरोकारवालाहरु लगायतको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको छ।

गोरखा अस्पतालमा पहिलो पटक ल्याप्रोस्कोपिक (दूरबीन शल्य चिकित्सा) विधिबाट पाठेघरको शल्यक्रिया गरिएको छ। भिमसेनथापा गाउँपालिका-१ की ३८ वर्षीया महिलाको ल्याप्रोस्कोपिक विधिबाट पाठेघरको सफल शल्यक्रिया गरिएको हो। बिरामी महिला करिब एक वर्षदेखि निरन्तर तल्लो पेट दुखिरहने समस्या लिएर गोर्खा अस्पताल आउनुभएको थियो। अस्पतालमा भिडियो एक्सरे गरि हेर्दा करिब १० सेन्टिमिटरको ट्युमर (fibroid) देखिएको थियो। चिकित्सकका अनुसार सामान्यतया दुरबीनको माध्यमबाट पेट नचिरी स-सानो प्वाल बनाएर गरिने शल्यक्रियालाई ल्याप्रोस्कोपिक विधि भनिन्छ। अस्पतालमा पहिलो पटक यो विधिबाट शल्यक्रिया गरि पाठेघर र ट्युमर दुवै निकाल्दा त्यो ट्युमरको तौल करिब एक किलोको रहेको थियो। शल्यक्रियामा अस्पतालका स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञद्वय डाक्टर राजन महत, डाक्टर विश्वराज खड्का, एनेस्थेसियोलोजिस्ट डाक्टर शम्भु अधिकारी लगायतको टोली खटिएको थियो।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

स्वास्थ्य कार्यालय, म्याग्दीको आयोजनामा विश्व औलो दिवशको अवसरमा पत्रकार तथा सरोकारवालाहरुसंग अन्तरकृया कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

'"औलो विरुद्धको लडाईलाई तिव्रता दिऔं, समतामुलक पहुँचको सिर्जना गरौं " नाराका साथ श्री त्रिभुवन नमूना मा.बि खर्बाङ, बाग्लुङ्गमा विश्व औलो रोग दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

योग किन गर्ने :

- मन र शरीर तथा विचार र कार्यको एकतालाई मूर्त रूप दिन ।
- दैनिक जीवनमा सन्तुलित मनोवृत्ति कायम राख्न ।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता सुधार गर्न ।
- मुटुरोग, मधुमेह, क्यान्सर जस्ता नसर्ने रोगहरुको जोखिम कम गर्न ।
- मानसिक तनाव कम गर्न ।

आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र खर्बाङ, बाग्लुङ्गको आयोजनामा "हरेक बिहिबार TB बार" भन्ने मूल नाराका साथ नियमित झै TB (क्षयरोग) बिरामीहरुको तौल अनुगमन तथा चेकजाच सम्पन्न भएको छ।यस संस्थामा दैनिक २३ जना बिरामीहरुलाई नियमित TB को औषधि उपचार हुने गर्छ।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

आयुर्वेद तथा वैकल्पिक चिकित्सा विभागका महानिर्देशक डाक्टर वासुदेव उपाध्यायले धौलागिरि आयुर्वेद औषधालय, बाग्लुङ्गको अनुगमन तथा निरीक्षण गर्नुभएको छ।

हिल स्वास्थ्य चौकि, बाग्लुङ्गको आयोजनामा "औलो विरुद्धको लडाईलाई तिव्रता दिऔं, समतामुलक पहुँचको सिर्जना गरौं " नाराका साथ हरि मा. बि. इदिमा विश्व औलो रोग दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

योग किन गर्ने :

- मन र शरीर तथा विचार र कार्यको एकतालाई मूर्त रूप दिन ।
- दैनिक जीवनमा सन्तुलित मनोवृत्ति कायम राख्न ।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता सुधार गर्न ।
- मुटुरोग, मधुमेह, क्यान्सर जस्ता नसर्ने रोगहरुको जोखिम कम गर्न ।
- मानसिक तनाव कम गर्न ।

फलेवास नगर अस्पताल, पर्वतको आयोजनामा "औलो विरुद्धको लडाईलाई तिव्रता दिऔं, समतामुलक पहुँचको सिर्जना गरौं " नाराका साथ हरि मा. बि. इदिमा विश्व औलो रोग दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

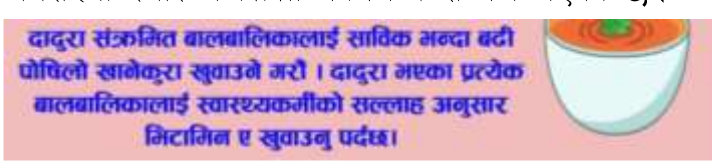
साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

कटुवा चौपारी स्वास्थ्य चौकी, पर्वतको आयोजनामा "औलो विरुद्धको लडाईलाई तिव्रता दिऔं, समतामुलक पहुँचको सिर्जना गरौं " नाराका साथ सार्वजनिक मा वि र आइबल एकेडेमीमा विश्व औलो रोग दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

भोक्सिङ्ग स्वास्थ्य चौकी, पर्वतको आयोजनामा "औलो विरुद्धको लडाईलाई तिव्रता दिऔं, समतामुलक पहुँचको सिर्जना गरौं " नाराका साथ विश्व औलो रोग दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।



विहादी गाउँपालिका, पर्वतको आयोजनामा "औलो विरुद्धको लडाईलाई तिव्रता दिऔं, समतामुलक पहुँचको सिर्जना गरौं" नाराका साथ विश्व औलो रोग दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

बागलुङ नगरपालिका, बाग्लुङ्गको आयोजनामा नारायणस्थानमा महिलाहरूमा हुने स्तन क्यान्सर, पाठेघरको क्यान्सर र आङ्ग खस्ने समस्याका विषयमा स्वास्थ्य आमा समूहहरूसँग अन्तरक्रिया तथा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमका साथै खकार परीक्षण कार्यक्रम समेत सम्पन्न भएको छ।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

भच्चेक आधारभूत अस्पताल, गोरखाको आयोजनामा नियमित खोप संगै सरसफाइ सेसन सम्पन्न भएको छ।

धवलागिरी गाउँपालिका, म्याग्दीको समुदाय स्वास्थ्य प्राप्ताङ्क वोर्ड कार्यक्रमको समिक्षा सम्पन्न गरिएको छ।

बिहादि गाउँपालिका, पर्बतको उरामपोखरा स्वास्थ्य चौकीको आयोजनामा "'औलो विरुद्धको लडाईलाई तिव्रता दिऔं, समतामुलक पहुँचको सिर्जना गरौं " नाराका साथ विश्व औलो रोग दिवसको अवसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

योग किन गर्ने :

- मन र शरीर तथा विचार र कार्यको एकतालाई मूर्त रूप दिन ।
- दैनिक जीवनमा सन्तुलित मनोवृत्ति कायम राख्न ।
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता सुधार गर्न ।
- मुटुरोग, मधुमेह, क्यान्सर जस्ता नसर्ने रोगहरुको जोखिम कम गर्न ।
- मानसिक तनाव कम गर्न ।

सााप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

सुत्केरी घरभेट जाँच कार्यक्रम @ कोट्दरबार स्वास्थ्य चौकि, तनहुँ

धौलागिरी अस्पताल बागलुङ व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष तथा सदस्यले पर्वत हस्पिटलको अवलोकन गर्नुभएको छ।

निशुल्क एम्बुलेन्स सेवाका लागि १०२ मा फोन गर्नुहोस।

मर्स्याङदी गाउँपालिका, स्वास्थ्य शाखा, लमजुङ्गको आयोजनामा समुदाय स्तरमा नसर्ने रोगको स्क्रिनिङ कार्यक्रम संचालन भएको छ।

प्रदेश स्वास्थ्य आपूर्ति ब्यवस्थापन केन्द्र, गण्डकी प्रदेशको आयोजनामा मेडिकल औजार उपकरणको लिस्टङ, मेन्टेनेन्स र सपोर्ट भिजिट स्वास्थ्य कार्यलय मुस्ताङ, मुस्ताङ अस्पताल, लेते प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, मुस्ताङ, बेनि अस्पताल र स्वास्थ्य कार्यलय, म्याग्दीमा सम्पन्न भएको छ।

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

गर्मी महिना लागेसँगै तातो हावा वा लु बढ्ने जोखिम धेरै रहेको पाइन्छ। गर्मीमा स्वास्थ्यको विशेष हेरचार गर्न आवश्यक छ। तातो हावा तथा लूका कारण विश्वमा बर्सेनि हजारौं मानिसको मृत्यु हुने गरेको पाइन्छ। गर्मी मौसममा तापमान बढ्दै जाँदा लू या हिटस्ट्रोकको खतरा पनि बढ्दै जान्छ। यस्तो अवस्थामा शरीरमा पानीको कमि हुने, तापमान बढ्ने, टाउको भारी हुने, आँखा पोल्ने, ज्वरो आउने, बेहोस हुने जस्ता समस्या देखिनसक्छन्।

लाग्दा देखिने लक्षण

- लागेमा उच्च ज्वरो आउने, हृदयको गति तीव्र हुने, श्वासप्रश्वास र रक्तचाप कम हुने, शरीरबाट पसिना ननिस्किने, टाउको अत्यधिक दुख्ने, चक्कर लाग्ने, अचेत हुने, शरीरको तापक्रम १०४ डिग्री फरेनहाइट भन्दा बढी हुने, छाला सुक्खा, रातो र तातो हुने, झाडावान्ता लगायतका समस्याले सताउँछ । 'लु'ले गर्भवती, कुपोषित बालबालिका र घरबाहिर कडा परिश्रम गर्नेहरु चाँडै गर्मीबाट प्रभावित हुने चिकित्सकहरु बताउँछन् ।

'लु' बाट जोगिने उपाय

तापक्रम बढी भएका स्थानमा तातो बतास चल्दा धेरै हिंड्ने, खेल्ने गर्दा शरीरको तापक्रमको असन्तुलन हुँदा स्वास्थ्यमा समस्या आउन सक्छ। स्वास्थ्य मन्त्रालयका अनुसार गर्मीमा तातो हावा वा 'लु' बाट जोगिने उपाय

–दिउँसो घरबाट बाहिर ननिस्कने ।

–चिसो पानीले नुहाउने ।

- मदिरा सेवन नगर्ने

- चिनीको मात्रा बढी भएको झोल पदार्थ बढी नपिउने

–क्याफिनले धेरै पिसाब गराउने हुँदा चिया, कफी सोडा जस्ता पेय पदार्थ नपिउने ।

–फलफूलको रस र पानी पिउने। सधैं पसिना आएमा कहिलेकाहीं जीवनजल पिउने ।

–खेतबारीमा कामकाज गर्दा सकभर बिहान वा बेलुका गर्ने।

यसका असरहरु

-- हृदयको गति तीव्र हुने, श्वासप्रश्वास र रक्तचाप कम हुने

-- शरीरबाट पसिना ननिस्कने

-- टाउको अत्यधिक दुख्ने, चक्कर लाग्ने, अचेत हुने

-- शरीरको तापक्रम १०४ डिग्री फरेनहाइटभन्दा बढी हुने

-- छाला सुक्खा, रातो र तातो हुने

सााप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

न्युनतम सेवा मापदण्ड कार्यक्रम संचालन सम्बन्धि सूचना ! नेपालभरिका सम्पूर्ण स्वास्थ्य संस्थाहरुमा न्युनतम सेवा मापदण्ड कार्यक्रम लागु भएको र बिमा कार्यक्रममा आबद्ध हुनका लागि अनिबार्य न्युनतम सेवा मापदण्ड (MSS) मुल्यांकन हुनुपर्ने भएकोले गण्डकी प्रदेश भित्र रहेका पालिका अन्तर्गत संचालन भएका नगर अस्पतालको तपशिल बमोजिमको विवरण भरि निबेदन सहित स्वास्थ्य निर्देशनालय, गण्डकी प्रदेशको ईमेल hd.gandaki@gmail.com मा यथासक्य छिट्टो पठाईदिनुहुन अनुरोध छ। समयमै निबेदन प्राप्त नभएमा यस आ.ब.मा कार्यक्रम संचालन गर्न नसकिने व्यहोरा समेत जानकारीका लागि अनुरोध छ।

राष्ट्रिय भिटामिन ए कार्यक्रममा सामुदायिक महिला स्वास्थ्य स्वयम सेविका भीमा पौडेल @ कास्की

सााप्ताहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

आँखा सुक्खा हुनेहरुका लागि आयुर्वेद उपचार पद्धति।

राखु भगवती स्वास्थ्य चौकी, म्याग्दीको आयोजनामा कृषी अध्यनरत बिद्यार्थीहरुलाई पोषण सम्बन्धी स्थलगत अनुशिक्षण कार्यक्रममा, पोषण कर्नर सम्बन्धी बिस्तृत अध्यन तथा अन्तर्कृया कार्यक्रम संचालन भएको छ।

राम्जा तिलाहार स्वास्थ्य चौकी, पर्बतको आयोजनामा नियमित खोप तथा तौल अनुगमन र स्वास्थ प्रबर्द्धन कार्यक्रम संचालन भएको छ।

मानसिक स्वास्थ्य : सबैको अधिकार

"स्वास्थ्यको बजेट खर्च होइन लगानी हो"

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतको शून्य लागतमा नयाँ वर्ष, नयाँ अभ्यासको शुरुवात अन्तर्गतको virtual session को पहिलो भाग "Data Error and Data Verification" बिषयमा स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई zoom meeting मार्फत अभिमुखिकरण सम्पन्न भएको छ। स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतका प्रमुख प्रविण शर्माको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको कार्यक्रम ९० जना भन्दा बढि स्वास्थ्यकर्मीको उपस्थितीमा ३ घन्टा सम्म संचालन भएको थियो। अभिमुखिकरणको सहजिकरण स्वास्थ्य निर्देशानलय, गण्डकी प्रदेशका तथ्याङ्क अधिकृत प्रविण भण्डारी तथा संचालन स्वास्थ्य कार्यालय, पर्वतका पब्लिक हेल्थ नर्स निरीक्षक सुमन शर्माले गर्नु भएको थियो। नया वर्ष २०८१ देखि नया कार्यको शुरुवात गर्ने उदेश्य साथै स्वास्थ्कर्मीहरुको ज्ञान तथा सिप अभिबृद्धि तथा पुनरावलोकन गर्न साथै स्वास्थ्य संस्थालाई प्रविधिमैत्री गराउने उद्देश्यका साथ शून्य लगानीमा जिल्लामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरुको लागि फरक फरक विषय तथा फरक फरक स्रोत व्यक्तिको सहजीकरणमा भर्चुअल सेसन प्रत्येक महिना सञ्चालन गर्न लागिएको हो।

"स्वास्थ्यको बजेट खर्च होइन लगानी हो"

आधारभूत स्वास्थय सेवाकेन्द्र दर्लिङ्ग, बाग्लुङ्गको आयोजनामा सुत्केरी, सासु, ससुरा, धामीझाँक्री र अपाङ्ग भएका व्यक्तिहरुसँग अन्तरक्रिया कार्यक्रम सञ्चालन भएको छ।

मर्स्याङदी गाउँपालिका, स्वास्थ्य शाखा, लमजुङ्गको आयोजनामा समुदाय स्तरमा नसर्ने रोगको स्क्रिनिङ कार्यक्रम संचालन भएको छ।

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

"स्थानीय श्रोतको उपभोग, स्वामित्व र सहभागिता, पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता हाम्रो प्रतिबद्धता" भन्ने मूल नाराका साथ पोखरा महा नगरपालिकाको २३ नं. वडालाई पूर्णखोप वडा सुनिश्चितता तथा दिगोपना घोषणा समारोहमा उपस्थित पोखरा महानगरपालिका २३ का वडा अध्यक्ष, वडा अन्तर्गतका जनप्रतिनिधीहरु, स्वास्थ्य संस्था सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरु, वडा खोप समन्वय समितिका पदाधिकारीहरु, विभिन्न दलका प्रतिनिधीहरू आमा समूहका प्रतिनिधिहरु, स्थानीय विद्यालयका शिक्षकहरु, म.सा.स्वा.स्व.से.हरु, टोल सुधार समितिका पदाधिकारीहरु, एवं विभिन्न सरोकारवालाहरु लगायतको उपस्थितिमा सम्पन्न भएको छ।

धौलागिरी अस्पताल, बाग्लुङ्गमा MLP (Mid-Level Practicum) तालिम सुरु भएको छ । स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, लुम्बिनी प्रदेशको आयोजना र धौलागिरी अस्पतालको व्यवस्थापनमा उक्त तालिम संचालन भएको छ। तालिममा लुम्बिनी प्रदेशका १० जना पारामेडिक्स सहभागी भएका छन। स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, लुम्बिनी प्रदेशका निर्देशक महेश्वर श्रेष्ठको प्रमुख आतिथ्यता र अस्पतालका प्रमुख मेडिकल सुपरिटेण्डेन्ट डाक्टर रवि रंजन प्रधानको अध्यक्षतामा सम्पन्न उद्घाटन कार्यक्रमको स्वागत कन्सल्टेन्ट एनेस्थेसियोलोजिष्ट डाक्टर अमित ढुंगानाले गर्नुभएको थियो। कार्यक्रमको संचालन गर्दै जनस्वास्थ्य अधिकृत राम प्रसाद खनालले MLP कार्यक्रम र छनौट विधिवारे वताउनु भएको थियो।

अमलाचौर स्वास्थ्य चौकी, बागलुङको आयोजनामा श्री पृथ्वी हिरन्य माध्यमिक बिधालय, अमलाचौरमा "औलो बिरुद्धको लडाइलाइ तिब्रता दिऔ, समतामुलक पहुचको सिर्जना गरौ" भन्ने मुलनाराका साथ बिश्व औलो दिवसका अबसरमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

"स्वास्थ्यको बजेट खर्च होइन लगानी हो"

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

स्वास्थ्य कार्यालय, बागलुङको आयोजना र ढोरपाटन नगरपालिकाको समन्वयमा ढोरपाटन नगरपालिका-६ गादीखोला आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्रको प्रसुती इकाइमा प्रसुति कर्मिहरुलाइ मातृ तथा नव शिशु स्वास्थ्य (MNH) onsite coaching तथा गुणस्तर सुधार कार्यक्रम समपन्न भएको छ। तहाँ कार्यरत प्रसुतिकर्मिहरुलाइ मातृ तथा नबजात शिशु स्वास्थ्यसंग सम्बन्धित बिषयमा knowledge assessment, decision making skill (partograph) assessment, normal delivery conduction, PPH, shock and eclampsia management infections prevention, newborn resuscitation आदि बिषयमा स्थलगत कोचिङ/ मेन्टरिङ गरिएको हो। संस्थाको Enabling Environment Assessment गरि प्राप्त स्कोर को आधारमा संस्थाको समस्या सम्बोधन हुने गरि कार्ययोजना बनाइ छलफल गरियो र कम्तिमा ६/६ महिनामा संस्थाको स्वमुल्याङ्कन गर्ने निर्णय गरियो। MNH MENTOR /अ.न.नि पार्वती अर्याल र प. हे. न. नि. सीमा कुँवरद्वारा कार्यक्रमको सहजीकरण भएको थियो।

स्वास्थ्य कार्यालय, मनाङ्गको आयोजनामा बिषादि रहित खाध्य शुरक्षा सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम ताल, मनाङ्गमा संचालन भएको छ।

खुशी र सुखी परिबार अन्तर्गत यो हप्ता स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, गण्डकी प्रदेशमा कार्यरत जनस्वास्थ्य अधिकृत शैलेन्द्र सिंहको स्वस्थ्य परिवार।

गण्डकी प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
पोखरा, नेपाल

साप्ताहिक समाचारपत्रिका

अंक १९०, वर्ष ६, २०८१ बैशाक १६, April 28, 2024 आइतबार

धौलागिरी आयुर्बेद औषधालय, बाग्लुङ्गमा नेत्ररोगको लागि अकुपन्चर सेवा संचालनमा रहेको छ।

स्वास्थ्य तालिम केन्द्र, गण्डकी प्रदेशको आयोजनामा लमजुङ अस्पताल, लमजुङमा संचालित MLP तालिम समापन भएको छ।

"स्वास्थ्यको बजेट खर्च होइन लगानी हो"

जिल्ला आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र, लमजुङको आयोजनामा क्व्होलासोथार गाउँपालिका, गाउँकार्यपालिकाको कार्यालय मालिङ अन्तर्गत कार्यरत कर्मचारीहरुलाइ संगठित रुपमा योग (corporate yoga) कार्यक्रम संचालन भएको छ।

निशुल्क एम्बुलेन्स सेवाका लागि १०२ मा फोन गर्नुहोस।

मानसिक स्वास्थ्य : सबैको अधिकार

सम्पादक

नवराज शर्मा

बरिष्ठ स्वास्थ्य शिक्षा अधिकृत/सूचना अधिकारी

स्वास्थ्य निर्देशनालय, गण्डकी प्रदेश

(गुनासो तथा सुझावका लागि)

https://hd.gandaki.gov.np/feedback

bhumari80@gmail.com