ग्रामीण पत्रकारिताको प्रयास

जनता टाइम्स साप्ताहिक

JANATA TIMES WEEKLY

❑ वर्ष-१० ❑ अङ्क-२२, २०७५ असोज १३ गते, शनिबार (Sept.29, 2018 Saturday) www.janatimes.com मुल्य रु. ५/- पृष्ठ संख्या ६

आफ्नो सुविधा छाढेर एम्बुलेन्स किन्ने यि गाउँपालिका प्रमुख

तीन पटकसम्म गर्भपतन गराउँछन् अविवाहित किशोरी

कल्पना पौडेल

फत्तेपुर / सीमा राना (नाम परिवर्तन) अहिले २० वर्षकी भइन्। उनी काठमाडौंकै एक कलेजमा स्नातक तेस्रो वर्षमा अध्ययनरत छिन्। थापाथलीस्थित प्रसूतिगृहमा केही समयअघि भेट हुँदा उनी गर्भपतनका लागि आएकी थिइन्। अविवाहित उनले केटा साथीले गर्भनिरोधक साधन प्रयोग गर्न नमानेकाले गर्भ रहेको बताइन्।

सीमा मात्र होइन, प्रसुति गृहमा दिनहुँजसो स्कुल-कलेजका किशोरी असुरक्षित सम्बन्धपछि रहेको गर्भ फाल्नका लागि आउँछन्।

उनले आफूले तेस्रोपटक गर्भपतन गर्न आएको बताएकी थिइन्। उनले भनिन,‘ तीनैपटक फरकफरक ठाउँमा गर्भपतन गराएँ, एकै ठाँउमा जान लाज लाग्यो।’

सरकारले अनिच्छित गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिएपछि विवाहित मात्र होइन, अविवाहित किशोरीले पनि गर्भपतन गर्ने सहजतालाई जथाभावी प्रयोग गरिरहेका छन्।

सिन्धुली घर बताउने दीपा (नाम परिवर्तन) कलेजकै ड्रेसमा अस्पताल पुगेकी थिइन्। केही समय कुराकानी भएपछि उनले मलाई सोधिन्। हजुर विवाहित हो र? मैले केही भन्न नपाउँदै उनले आफैं थपिन्, ‘हामी अनम्यारिड केटीहरुलाई कति गाह्रो है ?’

मैले उनको कुरा पहिला त बुझिनँ। उनले मलाई पनि गर्भपतनका लागि त्यहाँ आएको ठानिछन्। म काठमाडौंको एक क्लिनिकमा स्त्रीरोग विशेषज्ञलाई भेट्न गएको थिएँ, अन्तर्वार्ता लागि। उनी भने त्यहाँ गर्भपतनका लागि आएकी रहिछिन्।

मैले उनलाई यति सानै उमेरमा गर्भपतन गराउने हो त ? भनेर सोधें उनले भनिन, ‘आजकल केटा साथी सबैको भइहाल्छ, हरेक दिन भेट हुँदा यस्तो भयो, केटाहरु गर्भनिरोधक साधन प्रयोग गर्नै मान्दैनन्, अनि गर्भ रह्यो। विहे भएको छैन, कसरी जन्माउनु ?’

गर्भपतनसम्बन्धी पछिल्लो परिस्थिति डरलाग्दो बन्न थालेको छ। गर्भपतन गर्नेहरुमा सबैभन्दा बढी २० वर्षभन्दा मुनिका किशोरी छन्। आधुनिकता र सोचमा आउन थालेको उदारपनले किशोरीहरुलाई शारीरिक रुपमा कमजोर बनाउँदैछ। अहिले विवाहित मात्र होइन, गर्भपतन गराउने क्लिनिक, अस्पतालहरुमा अविवाहित किशोरीको भीड छ।

अविवाहित मात्र होइन, विवाहित महिलाले समेत चारपाँच पटकसम्म गर्भपतन गराएको भेटिन्छ। सन्तान भइसकेका महिलाले पनि अनिच्छित गर्भ रहेको भन्दै दुई/तीन पटकसम्म गर्भपतन गराएका छन्।

केही समयअघि प्रसूतिगृहमै भेटिएकी एक महिलाको छोराको आशामा पाँच छोरी जन्मिए। त्यसपछि शारीरिक समस्या देखिएपछि आफूले दुई पटक गर्भपतन गराएको बताएकी थिइन्।

धेरैले इच्छा नहुँदा पनि श्रीमान वा केटा साथीले सुरक्षाका साधन नअपनाउँदा पनि किशोरी तथा महिलाले गर्भपतन गराउनुपरेको छ। जनस्वास्थ्य कार्यालय काठमाडौंको आव २०७३र०७४ को तथ्यांकअनुसार गर्भपतन गराएका २० वर्षमुनिका तीन हजारभन्दा बढी किशोरी थिए।

सरकारले सुरक्षित गर्भपतनलाई २०५९ असोज १० मा कानुनी मान्यता दिएको थियो। अहिले यो विषयलाई सुरक्षित मातृत्व तथा प्रजनन् स्वास्थ्य अधिकार ऐनमा समावेश गरिएको छ। तर उक्त सुविधालाई गलत रुपमा प्रयोग भइरहेको सरोकारवालाहरु बताउँछन्।

जनस्वास्थ्य कार्यालय काठमाडौंका पूर्वप्रमुख भइसकेका स्वास्थ्य मन्त्रालयका सहसचिव महेन्द्रप्रसाद श्रेष्ठ अहिले स्कुल-कलेजका किशोरकिशोरी शारीरिक सम्बन्धलाई निकै सहज रुपमा लिने र सुरक्षा नअपनाउँदा यसको असर विकराल बन्दै गएको बताउँछन्।

उनले भने, ‘विहे गर्न २० वर्ष उमेर तोकिएकोले सोअघि शारीरिक सम्बन्ध पनि राख्न हुन्न भनिएको हो। तर अहिले यौन सम्बन्धलाई सहज रुपमा लिने र मनोरञ्जनको लागि मात्र प्रयोग गर्ने गरेका कारण धेरै गर्भ फाल्दा किशोरीको प्रजनन् क्षमतामा ह्रास आउने खतरा बढेको छ।’

वरिष्ठ स्त्रीरोग विशेषज्ञ प्राडा अचला वैद्य किशोर-किशोरीलाई स्कुलबाटै यौन शिक्षा दिनुपर्ने बताउँछिन्। उनले विपरीत लिङ्गी साथी बनाउने शारीरिक सम्बन्धलाई मनोरञ्जनको रुपमा लिने गलत प्रवृत्तिका कारण गर्भपतनले डरलाग्दो अवस्था सिर्जना गरिरहेको छ। यस्तो अवस्था आउन नदिन यौन शिक्षालाई सही तरिकाले बुझाउन आवश्यक रहेको उनको भनाइ छ।

स्वास्थ्य सेवा विभाग परिवार कल्याण माहाशाखाका अनुसार नेपालमा प्रतिवर्ष १ लाख ८६ हजार १४४ महिला तथा किशोरीले गर्भपतन गर्ने गरेको अनुमानित तथ्यांक छ। यस तथ्यांकलाई आधार मान्दा हरेक महिना १५ हजार ५१२, प्रतिदिन ५२० र प्रतिघण्टा २१ जना महिला तथा किशोरीले गर्भपतन गरिरहेका छन्।

गर्भपतनलाई परिवार नियोजनका रुपमा लिई गलत प्रयोग

गतवर्ष सार्वजनिक भएको नेपाल जनसांख्यिक तथा स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०१६ ले पनि गर्भपतन परिवार नियोजनको विकल्पको रुपमा विकास भइरहेको पुष्टि गरेको थियो।

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

गोवैजमा शुद्ध खानेपानीको व्यवस्था

फत्तेपुर / सप्तकोसी नगरपालिका वडा न २ स्थित रहेको गोबर्धन बैरागी जनता माविमा शुक्रवार एक कार्यक्रमका बिच शुद्ध खानेपानीको व्यवस्थापन गरिएको छ।

सप्तकोसी नगरपालिकाको आर्थिक बर्ष २०७४/०७५ को बजेटबाट रु २ लाख र २ नम्बर वडा कार्यालयको २ लाख सहयोगमा निर्मित उक्त शुद्ध खानेपानीको उद्घाटन नगरपालिकाका प्रमुख उत्तम गौतमले धारा खोलेर गरेका थिए। उद्घाटन पछि कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख गौतमले पहिले स्वास्थ्य अनि मात्र शिक्षा हुने भएकाले शुद्ध पानीले विद्याथी को स्वास्थ्यमा सहयोग पुग्ने बताए। कार्यक्रममा बोल्दै नगरपालिकाकी उप प्रमुख आशा चौधरीले बर्षा याममा आर्सानिक युक्त पानीले धेरै बालबालिका बिरामी परेकाले यो आधुनिक प्रबिधीबाट निर्मित शुद्ध खानेपानीले स्वास्थ्यमा टेवा पुग्ने बताइन। कार्यक्रममा बोल्दै बिद्यालयका अध्यक्ष चन्द्रशेखर चौधरीले स्थानीय निकायको उचित सहयोग भए यस बिद्यालयलाई जिल्लाको नमुना बिद्यालय बनाउने अठोट गरे।

कार्यक्रममा बिद्यालयका प्रअ नागेन्द्र श्रेष्ठ , वडा नं. २ का वडा अध्यक्ष सोनालाल चौधरी, विद्यार्थी मनोज साहलगाएतले बोलेका थिए।

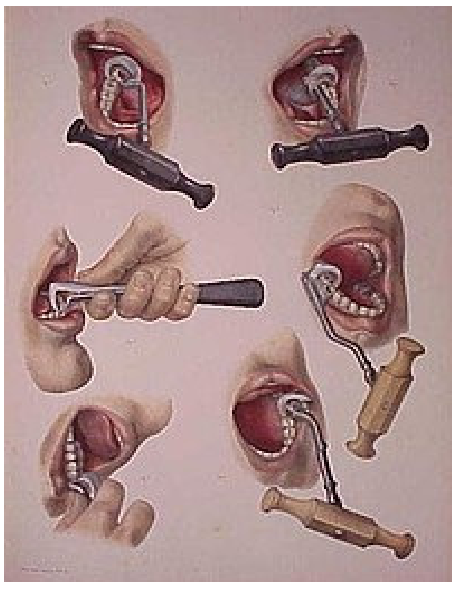
बिद्यालयका शिक्षक बाबुराजा थापाले स्वागत मन्त्व्य व्यक्त गरेको कार्यक्रम शिक्षक चेतप्रसाद भट्टराईले संचालन गरेका थिए। कार्यक्रम बिद्यालयका अध्यक्ष चन्द्रशेखर चौधरीको अध्यक्षतामा सप्पन्न भएको थियो।

अव धरान विराटनगर धाउनु पर्दैन

यदि तपाईंलाई दातको कुनै पनि समस्या भएमा सदैब हामीलाई सम्झनुहोस। हामी तपाईंको सेवामा तत्पर छौं।

हाम्रा सेवाहरु

दात सफा गर्ने, दातमा सिमेन्ट भर्ने, दातमा आर.सि.टि.गर्ने, नयाँ दात लगाउने, नमिलेको दात मिलाउने, दात फुकाल्ने, गिजा सुनिने, दातबाट रगत आउने, मुख गनाउने मुख भित्रका घाउ खटिराहरूजस्ता सम्पुर्ण समस्याको उपचार घोपा क्याम्प धरानका डाक्टरहरूद्वारा गरिनुका साथै दातको एक्स-रे साथै सल्यक्रियासमेत गरिन्छ।



प्रो.पपुलर चौधरी

सप्तकोसी डेन्टल क्लिनिक

सप्तकोसी नगरपालिका १ फत्तेपुर बजार लाइन

सम्पर्क: ९८४९१५१५८३ र ९८१७३०९४४७

publicnews8@gmail.com/ 9852047779/9852065409

LOG ON... www.janatimes.com

लोकप्रिय डिजिटल मिडिया jt janatimes

विचार, मनोरञ्जन, स्वास्थ्य, राजनीति, समाजबारे छिनछिनमा समाचार

तीन. . .

नेपालमा ७१ प्रतिशत गर्भपतन परिवार नियोजनको रुपमा प्रयोग हुँदैआएको तथ्यांकले देखाएको छ । नेपाल जनसांख्यिक तथा स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०१६ ले गएको पाँच वर्षभित्र गर्भपतन गराउनेमध्ये आधाभन्दा बढीले थप बच्चाको चाहना नभएकोले गर्भपतन गराएको तथ्यांक देखाएको थियो ।

गत पाँच वर्षको अवधिमा गर्भवती भएका ८१ प्रतिशतले जीवित बच्चा जन्माए पनि ९ प्रतिशतले गर्भपतन गराएका थिए।

सबैभन्दा बढी गर्भपतन गराउनेमा ३५ देखि ४९ वर्ष उमेरका २७ प्रतिशत महिला छन्। सम्पन्न परिवारका १६ प्रतिशत महिलाले गर्भपतन गराउने गर्छन् ।

एनले पाँच वा सोभन्दा बढी गर्भधारण गरेकामध्ये २१ प्रतिशतले गर्भपतन गराउने गरेको, पहिलो पटक गर्भधारण गरेकामध्ये २ प्रतिशतले गर्भपतन गराउने गरेको जानकारी दिए। महत्वपूर्ण कुरा त के भने, अझै पनि ३ प्रतिशत महिला गर्भमा छोरी भए गर्भपतन गर्न सकिन्छ भन्ने सोच्छन् भन्ने तथ्यांकले देखाएको थियो ।

केही समयपछि बच्चा जन्माउन भन्दै गर्भपतन गराउनेहरु १२ प्रतिशत, ९ प्रतिशत महिलाले ढिलोगरी बच्चा जन्माउन गर्भपतन गराएको सर्वेक्षणमा पाइएको छ।

यसले के देखाउँछ भने अझै पनि नेपालमा परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गरेर परिवार व्यवस्थापन प्रणाली स्थापित भएको छैन ।

उक्त सर्वेक्षणले आधुनिक परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गर्नेहरु ५३ प्रतिशत मात्र भएको देखाएको छ। नेपालले गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिएपछि गर्भपतनलाई परिवार नियोजनकै रुपमा लिने र अत्याधिक गर्भपतन गराउनेको संख्या बढेको वरिष्ठ स्त्रीरोग विशेषज्ञ वैद्यले बताइन्।

असुरक्षित गर्भपतन पनि अर्को चिन्ताको विषय

सरकारले निःशुल्क रुपमा सुरक्षित गर्भपतन गराउन सक्ने व्यवस्था गर्दागर्दै पनि प्रतिवर्ष ५८ प्रतिशत महिला तथा किशोरीले असुरक्षित गर्भपतन गराइरहेका छन् ।

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयबाट प्रकाशित गरेको वार्षिक प्रतिवेदनमा पनि समुदाय तहमा भएको मातृ मृत्युमध्ये १३ प्रतिशत मृत्यु असुरक्षित गर्भपतनको कारणले भएको उल्लेख छ ।

एन्डी एचएस २०१६ को तथ्यांकले नेपालमा प्रजनन् उमेरका ४१ प्रतिशत महिलालाई मात्र गर्भपतनले कानुनी मान्यता पाएको बारेमा ज्ञान भएको र १९ प्रतिशत महिलामा अनिच्छित गर्भ रहने गरेको उल्लेख छ । वरिष्ट कन्सल्टेन्ट गाइनोकोलोजिष्ट डा. पुण्य पौडेलका अनुसार असुरक्षित गर्भपतनको कारणले अधिक रक्तश्राव हुने, संक्रमण हुने, यौनांगको भित्री अङ्गमा चोटपटक लाग्ने जस्ता समस्या गराउँछ । विश्वमा प्रत्येक २ करोड ५० लाख महिलाले असुरक्षित गर्भपर्तन गराउँछन्। यसबाट प्रतिवर्ष ४४ हजार महिलाको मृत्यु हुन्छ भने ५० लाख महिलामा दीर्घकालीन समस्या हुन्छ । मातृ मृत्युको चारवटा प्रमुख कारणमध्ये असुरक्षित गर्भपतनलाई पनि एउटा मुख्य कारणको रुपमा लिइन्छ ।

सप्तकोशी नगरपालिकाका नगरवासीमा अनुरोध

एक हप्तादेखि छिमेकी नगरपालिका कञ्चनरूपमा बेमौसमी रूघाखोकी ,ज्वरो ,स्वाइन फ्लू र हङकङ फ्लु जस्ता भाइरलको प्रकोपका कारण बिरामीहरूको संख्या बढ्दै गएको खबर आएकोले उक्त भाइरलबाट वच्न निम्न उपायहरू अपनाउन हुन र यस्ता लक्षणहरू देखा परे तुरून्त नजिकैको स्वास्थ्य संस्था गै उपचार गराउनु हुन सम्पुर्ण सप्तकोसी नगरबासीहरूमा अनुरोध गरिन्छ ।

लक्षण

(१) लामो समय सम्म १०४ डिग्री फरेन्हाइट भन्दा बढी ज्वरो आउनु (२) टाउको दुख्नु तथा घाटी दुख्नु (३) रूघाखोकी स्वास फेर्न ग्राहो हुनु (४) बच्चाहरूलाई झाडा पखाला लाग्ने जस्ता लक्षण देखा परे तत्काल नजिकैको स्वास्थ्य सस्था मा सम्पर्क गर्नु हुन सबैमा अनुरोध गरिन्छ ।

बच्ने उपायहरूः

धेरै भिडभाडमा नबस्ने, अति आवश्यक काम बाहेक प्रकोप भएको क्षेत्र तिर नजाने, खोक्दा हाछिउ गर्दा सफा कपडा वा रूमाल प्रयोग गर्ने, साबुन पानीले राम्ररी हात सफा गर्ने ,पोसिलो झोलिलो खाने कुरा प्रशस्त खाने, प्रशस्त मात्रमा शुद्ध पानी पिउने, ज्वरो रूघाखोकी लागेको ब्यक्तिले नगुमसिएको शुद्ध हावा आउने कोठामै आराम गर्ने, भाइरल प्रभावित मानिसबाट टाढा बस्ने, आँखा, नाक, कान र मुखमा अनावश्यक रूपमा हात नलैजाने, सकभर अरू ब्यक्तिहरूसंग हात नमिलाउने, नमस्कार गर्ने बानी बसाउने, अरूले प्रयोग गरेको रूमाल कपडा आफुले प्रयोग नगर्ने, आफुले प्रयोग गरेको कपडा रूमाल राम्रोसंग सफा गरेर मात्र पुन प्रयोग गर्ने, पानी सदैब उमालेर मात्र पिउने भिडभाडमा जानू परे माक्सको प्रयोग गर्ने, सुगुरलगायतका पशुहरू नजिक जानू परे वा छुनु परे सदै माक्स र पन्जाको प्रयोग गरि साबधानिका उपाय अपनाउने । रोग लागेर उपचार गर्नु भन्दा रोग लाग्नै नदिनु हुन सम्पुर्ण सर्बसाधरणहरूमा अनुरोध गरिन्छ ।

जनहितका लागि जारी

सप्तकोसी नगरपालिका

स्वास्थ्य शाखा, फत्तेपुर, सप्तरी, प्रदेश नं. २

२०७५ साल भदौ १ बाट लागू भएको देवानी संहितामा रहेका मुख्य व्यवस्थाहरु

- चौध वर्ष उमेर नपुगेका नावालकले गरेको हानी नोक्सानी बापत निजको बाबु आमाले क्षतिपूर्ति व्यहोर्नु पर्ने,
- पशुले गरेको हानि नोक्सानी वापत पशु धनिले क्षतिपूर्ति व्यहोर्नु पर्ने,
- फोहोर मैला वा कुनै वस्तु फालेको कारणबाट कसैलाई हानि, नोक्सानी भएको हानि, नोक्सानी भएकोमा सम्बन्धित घर मुलीले दायित्व व्यहार्नु पर्ने,
- कसैको सम्पत्तिमा अनधिकृत प्रवेश (ट्रेसपास) गरेको कारणले भएको हानि, नोक्सानी वापत अनधिकृत प्रवेश गर्ने व्यक्तिले दायित्व व्यहोर्नु पर्ने,
- त्रुटिपूर्ण उत्पादन गरी कुनै वस्तु वा सेवा बिक्रि, वितरण गरेको कारण भएको क्षति वापत उत्पादकले दायित्व व्यहोर्नुपर्ने ।

नेपाल सरकार

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय

सूचना तथा प्रसारण विभाग

सप्तकोशी नगरपालिकाको अनुरोध

– सप्तकोशी नगरलाई शिक्षा ,स्वास्थ्य ,पर्यटन तथा व्यापारिक केन्द्रको रुपमा विकास गर्न आ–आफनो क्षेत्रवाट लागि परौ ।

– शहरलाई स्वच्छ , प्रदुषण रहित सफा शहर वनाउन आफनो घरवाट उत्पादन हुने फोहोर आफै तह लगाऔ , कुहिने फोहोरवाट कम्पोष्ट मल वनाउ ।

– आफनो घर अगाडि ,पछाडिको खाली जग्गामा फूलवारी वनाऔ साथै वोट विरुवा रोपौ ।

– शहरलाई प्लाष्टीक र प्दुष्णयुक्त वनाउन प्लाष्टीकको झोला प्रयोग नगरौ । कपडा तथा कागजका झोलाहरु वढीमात्रामा प्योग गरौ ।

– समूहमा मिलेर घरेलु फोहर तलगाउन चाहनुहुन्छ भने नगरपालिकामा सम्पर्क राखौ ।

– नगरपालिकालाई वुझाउनु पर्ने सवै किसिमका करहरु समयमै वुझाई नगरको विकासमा सहयोग पुऱ्याऔ ।

– नगरक्षेत्रमा कुनै पनि भौतिक निर्माण कार्य गर्दा नगरपालिकासँग अनुमति लिएर मात्र गर्ने गरौ ।

– आफना चौपायहरु जथाभावी छाडा नछाडौ ।

– सडक वत्ति समयमा वाल्ने र निभाउने गरौ ।

– अशुरक्षित खाद्य पदार्थ सेवन नगरौ साथै विकी वितरण समेत नगरौ ।

– सार्वजनिक सम्पत्तिहरुको सवै मिलेर संरक्षण गरौं ।

– सभ्य नागरिक वनौ , वन्न सिकाऔ र सभ्य नगरपालिका वनाऔं ।

सप्तकोशी नगरपालिकाको कार्यालय,

२ नं. प्रदेश, सप्तरी

बेलका नगरपालिकाको अनुरोध

– नगरलाई सदासर्वदा सफासुग्घर राखौं ।

– ब्यक्तिगत घट्ना दर्ता, जन्म, मृत्यु, विवहा रबसाई सराईजस्ता विषयको आफ्नो वडा कार्यलयमा गई दर्ता गरौं ।

-बेलका नगरलाई स्वच्छ , प्रदुषण रहित सफा शहर वनाउन आफनो घरवाट उत्पादन हुने फोहोर आफै तह लगाऔ , कुहिने फोहोरवाट कम्पोष्ट मल वनाउ ।

– आफनो घर अगाडि ,पछाडिको खाली जग्गामा फूलवारी वनाऔ साथै वोट विरूवा रोपौ ।

– घर नक्सा इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण गरौं ।

– नगरपालिकालाई वुझाउनु पर्ने सवै किसिमका करहरू समयमै वुझाई नगरको विकासमा सहयोग पुऱ्याऔ ।

– आफना चौपायहरू जथाभावी छाडा नछाडौ ।

– अशुरक्षित खाद्य पदार्थ सेवन नगरौ साथै विक्री वितरण समेत नगरौ ।

– सार्वजनिक सम्पत्तिहरूको सवै मिलेर संरक्षण गरौं ।

-धुमपान, मध्यपान नगरौ, रोगबाट बचौ ।

– सभ्य नागरिक वनौ , वन्न सिकाऔ र सभ्य नगरपालिका वनाऔं ।

बेलका नगरपालिकाको कार्यालय,

१ नं. प्रदेश, उदयपुर

प्रमुख सल्लाहकार: डा.महेन्द्र विष्ट, **सल्लाहकार:** प्रकास खतिवडा, **सम्पादक/ प्रकाशक** देवेन्द्र कार्की(९८४२१२५२७९), **प्रधान सम्पादक** विश्वराम कार्की, **प्रवन्ध सम्पादक** खगेन्द्र कार्की (९८४२०९२१०७), **समाचार सम्पादक** शिवप्रसाद आचार्य, **ले-आउट** निश्छल कार्की, *काठमाण्डौ प्रतिनिधि: मिलन केसी, सुनसरी प्रतिनिधि: कृष्ण कार्की, बेलटार प्रतिनिधि: शंकर केशी, रामपुर प्रतिनिधि: सरद कोईराला, कञ्चनपुर प्रतिनिधि: राजकुमार पासवान* *कार्यालय ठेगाना: सप्तकोशी नगरपालिका फत्तेपुर-१, सप्तरी, ९८०७७५३२०२, धरान सम्पर्क: ९८०३८१९७२१* Email:janatatimesweekly@gmail /com,publicnews8@gmail /com, Web site: www /janatimes /com, **मुद्रण:** शिवज्ञान अफसेट प्रेस, सप्तकोशी नपा -१, सप्तरी, ०३१-५५०२११

जनता टाइम्स
JANATA TIMES WEEKLY
साप्ताहिक

सम्पादकीय.....................

यातायात क्षेत्रको व्यवस्थापन जरूरी

सरकारले यातायात प्रणालीमा राम्रो शुरूवात गर्न शुरूवात गरे पनि त्यसलाई टुङ्गो लगाउन सकेन । थालनी गरेर विचमै छाडिदा यति बेला यातायात क्षेत्र लथालिङ्ग बनेको छ । सार्वजनिक सरोकारको विषयलाई राज्यले अलपत्र छाडि जनता मर्कामा पर्नु किमार्थ राम्रो मान्न सकिन्न ।

झट्ट हेर्दा सामान्यरुपमा चलिरहेको देखिए पनि देशको सार्वजनिक यातायात कुन बेला अस्तब्यस्त हुने हो भन्ने केही ठेगान छैन । सरकारले बिचक्याएर छाडेको यातायात ब्यवसायीहरु दसैंका लागि अग्रीम बुकिङ सुरु गर्न आनाकानी गरे । सवारी थप्न उनीहरूले ढिलाई गरिरहेका छन् । यता मुलुकी संहितामा भएको प्रावधान कामदारको हितविपरीत भएको भन्दै यातायात मजदुरहरु सडकमा उत्रेको अवस्था छ । ती मजदुरलाई नियन्त्रण र अगुवाई गर्ने संयन्त्रण नहुदा अराजक भीड बन्न पुगेको छ ।

दसैंमा बढ्ने आवागमनको चाप धान्न विशेष ब्यवस्था सरकारले गर्नु पर्दछ । लाखौ मानिस राजधानीबाट अन्यजिल्लामा जाने गरेका छन् । सहज यातायात सुविधा भएन भने उनीहरूको दशै खल्लो हुने छ । दुख पाउने मानिसले पहिलेकै यातायात ब्यवस्था ठिक भन्ने सोच्न बाध्य बनाउने काम राज्यले गर्नु हुदैन । थालनी गरेको काम टुङ्गाएर ब्यवस्थित यातायात गर्नु उचित हुने छ ।

यातायात क्षेत्रमा रहेको सिन्डिकेट हटाउन सरकारले गरेको प्रयासको सबैले समर्थन गरेका थिए । सिन्डिकेट हटाउने प्रयास केही नयाँ कम्पनीलाई रूट दिलाउनेमा सीमित भएको जस्तो देखिएको छ । ब्यवसायी र कामदार दुवै पक्षले सहयोग नगरे दसैंमा सार्वजनिक यातायात नराम्ररी प्रभावित हुनेछ । सरकारले समयमा ध्यान पुऱ्याएर यातायात क्षेत्र चाढो ब्यवस्थापन गर्नु पर्दछ ।

☎ जरूरी टेलिफोन ☎

⇩सप्तरी

जिल्ला प्रसासन कार्यालय, सप्तरी	०३१-५२०६२४
क्षेत्रीय प्रहरी कार्यालय,	५२००४५,
जिल्ला प्रहरी कार्यालय,	५२००५५
प्रहरी चौकी, फत्तेपुर,	५५०१००
सशस्त्र प्रहरी बल वेस क्याम्प फत्तेपुर,	९७४३०२३०२१
नेपाल रेडक्रस सोसाईटी,	५२०२५८
जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय,	५२१६०६
प्राथमिक स्वास्थ्य उपचार केन्द्र, कञ्चनपुर,	५६०००५
उपस्वास्थ्य चौकी, सप्तकोशी नपा,	५५०१६९
एम्बुलेन्स सेवा, सप्तकोशी नपा	५५०१६९
सप्तकोशी नगरपालिका, फत्तेपुर,	५५००१९
ॐ साई माता मनकामना आरोग्य सेन्टर, फत्तेपुर,	५५०११२
टेलिकम शाखा फत्तेपुर,	५५००६६

मुलुकी फौजदारी ऐनको संसोधनको सवाल

डा. प्रकाश बुढाथोकी

नेपाल सरकारले मुलुकी ऐन, मुलुकी अपराध (संहिता) ऐन २०७४ र मुलुकी फौजदारी कार्यविधि ऐन २०७४ लाई २०७५ साल भदौ १ गतेदेखि लागू गरिरहेको छ । बिरामी, उनीहरुका आफन्त तथा जीवनभर बिरामीको सेवामा समर्पित हुने लक्ष्य बनाएका डाक्टरका मनमा ठूलो त्रास र घाँटीमा तलवार झुण्डिरहेको महशुस गराएको छ। एक प्रतिशत मात्र आश रहंदा पनि निर्धक्क भएर जोखिम मोल्दै उपचार गर्ने र बिरामी बचाउने बातावरण बिग्रिएको छ। सामान्य बिरामी पनि रिफर भइरहेका छन्।

जसको ज्वलन्त उदाहरण गोली लागेका महेन्द्रनगरका घाइते काठमाडौं आएका छन् । चितवनमा तीन वर्षे बालकको मृत्यृ भएको छ। सक्ने बिदेश जान बाध्य छन् । पेशेवरलाई नै प्रोत्साहन गर्दै आएको यो ऐनले झनै त्रास मेचीदेखि महाकालीसम्म छ। स्वास्थ्यकर्मीलाई बिज्ञ समिती बिना लापरवाही र बदनीयतका नाममा ज्यानमारे सरहको जन्मकैद र सजाय, दण्ड तोक्दा स्वास्थ्यकर्मी र संस्था सुरक्षित बन्ने र ज्ञान विवेकको प्रयोग गर्नसक्ने हुनै सक्दैन। फौजदारी ऐन देखाई भिड र पेशेवरलाई मृत्यृ र लापरवाही भन्दै मोलमोलाई भने पक्कै बढाउँछ।

ऐनले बिरामीमा पार्ने समस्याहरु

- बिरामी रिफर हुँदा हुँदै बाटोमा तथा एम्बुलेन्समै मर्ने संभावना बढी रहन्छ ।
- स्वास्थ्यकर्मीको मनोबललाई घटाइएकोले, मनमा शंका राखी उपचार गर्नु पर्दा आफ्नो सीप र दक्षताको सही सदुपयोग हुनसक्दैन र बिरामीले उचित उपचार पाउन सक्दैनन् ।
- बिरामीलाई रिफर हुँदा एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा जानु पर्ने झमेलाका साथै आर्थिक र मानवीय क्षति ब्यापक हुन्छ। बिरामीहरु बिदेशिन बाध्य हुन्छन्।
- नेपालका अस्पताल रिफर गर्नेका रुपमा परिणत हुन्छन र मेडिकल हबका रुपमा विकसित गर्ने योजनामा तुषारापात हुन्छ ।
- सामान्य रोगमा पनि सीटी, एमआरआई जस्ता महंगा अनुसन्धान गरिंदा औषधोपचार खर्च ज्यादै महंगो बन्छ ।
- प्राकृतिक, सडक दुर्घटना, बेहोस र बेवारिसे बिरामीले औषधोउपचार नपाउने हुन्छन्।
- यसको प्रत्यक्ष असर उपचारका लागि विदेश जाने, धनाढ्य व्यक्तिहरु त्था नेताहरुलाई नभई गरिब, निमुखा, ग्रामिण तहका र आम सर्वसाधारण नागरिकहरुलाई पर्न जान्छ ।

किन संसोधन ?

परिच्छेद १९ मा उल्लेख भएका दफा तथा उपदफाहरुमा चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीहरुको मनोबल घटाएको छ। दफा नम्बर २३० को उपदफा २ नुसार काउन्सिलको इजाजतपत्र बिना लामो समयसम्म अनुभव प्राप्त व्यक्तिले सानोतिनो रोग, घाउ खटिराको नाममा चिरफार, औषधि र उपचार गर्न पाउने छुटले सर्वसाधारणको ज्यानमा जोखिम बढाएको छ। तसर्थ गुणस्तरीय र भरपर्दो स्वास्थ्य सेवाका लागि चिकित्सा शिक्षा पढेको र लाइसेन्स लिएकोले मात्र बिरामीको औषधोपचार गर्नुपर्छ ।

दफा नम्बर २३१ नुसार स्वास्थ्य सेवा जस्तो संवेदनशिल क्षेत्रमा हिपोक्रेटिक ओथ खाई विश्व स्वास्थ्य संगठनको मान्यता बमोजिम स्वास्थ्य सेवामा समर्पित व्यक्तिले आफ्नो विरामीको बदि्नयत गरी इलाज गर्ने कुरा कल्पना पनि गर्न सकिदैन । इलाजमा बदनियत रहँदैन । त्यस्तो बदनियत गर्ने व्यक्ति स्वास्थ्यकर्मी हुनै सक्दैन । यदि कसैले गर्छ भने त्यस्ता व्यक्तिलाई कारवाही गर्नका लागि इलाज सम्बन्धी महलमा नभई सामान्य नागरिक सरह अपराध सम्बन्धी महलमा समावेश गरिनु पर्दछ ।

चिकित्सकीय पेशाको दौरानमा हुन सक्ने भबितव्यलाई नै ज्यान मार्ने र अङ्गभङ्ग गर्ने अपराधसँगै जोड्दा एक प्रतिशत मात्रै बाँच्ने आश रहँदासम्म स्वास्थ्यकर्मी तथा चिकित्सकहरुले जोखिम मोली बिरामीको स्वास्थ्य सेवामा समर्पित हुँदै आएको बाटोलाई बन्द गरिदिएको छ। दफा २३२ र २३८ मा स्वास्थ्य सेवा प्राविधिक बिषय भएकोले लापरबाही वा हेलचक्र्याइँको निर्णय गर्न बिषयगत विज्ञ समिति बनाउनु पर्दछ र सजाय दिँदा कैद नभई विभागीय कारवाही वा र क्षतिपूर्ति दिलाइनुपर्दछ। दफा २३३ मा उपदफा थपी प्राकृतिक विपद र वेवारिसे बिरामीलाई उपचार गर्न मन्जुरीनामा जरुरत नरहेको लेखिनुपर्छ। दफा २४० मा उजुरीको हदम्याद उपचार गर्नेको स्वास्थ्यकर्मीको जीवनभर उजुरी दिनसकिने ब्यवस्थालाई १ बर्षसम्म गर्न भनेको छ। ईलाजको परिच्छेदलाई फौजदारी नभई देवानी कानुनमा राख्नुपर्दछ। डिउटीमा रहेका स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई हातपात गरेको खण्डमा विना धरौटी हिरासतमा राख्ने व्यवस्था गरिनुपर्दछ ।

भिडतन्त्रका कारण रोगका कारण सिकिस्त भएका वा घाइते भई जीवनमरणको दोसाँधमा बाच्ने केही आश भएकामा पनि गम्भीर बिरामीलाई तत्काल उपचार गर्नुपर्नेमा केही भइहाले आक्रमण होला, जनमकैद र क्षतिपूर्ति तिर्नुपर्ला भन्ने डरले आइसीयु, सीसीयु तथा वेड खाली छैन भन्दै बिरामीलाई अन्यत्रै पठाउने प्रवृत्ति बढेको छ। मुलुकी ऐन लागु भएपछि बाँच्ने संभावना कम भएकालाई मात्रै होइन शल्यक्रिया गर्न र औषधी लेख्न पनि जोखिम बोक्न सकिदैन। सामान्य बिरामीको उपचारमा पनि चिकित्सक, स्याहार गर्न नर्स, परीक्षण गर्न प्रयोगशाला र एक्सरे, औषधि दिने फार्मेसी र औजार, उपकरण र पुर्वाधार दिने अस्पताल सवैको भ…मिका उत्तिकै महत्वप…र्ण ह…न्छ, क…नै र कतै अदक्ष रहँदा नकारात्मक असर पार्दछ। हाम्रो समाजको स्तरभन्दा कानुन उपल्लोस्तरको भएकाले र दस्तावेजकर्ताहरु पूर्वाग्रहीरुपले लुकीछिपी गर्दै कानुन ल्याएकाले नै यति धेरै बिरोध भएको हो। स्मरण रहोस्, स्वास्थयकर्मी न त भगवान हो न त अपराधी, जनताका छोराछोरी हुन र सेवा सामाजिक सेवा हो। कानून, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्रालयबाट मिति २०७५ साउन ३१ गतेको पत्रसंख्या ०७५।०७६ को च.न. ६३ मार्फत जारी प्रेस विज्ञप्तीमा विवादित दफा तथा उपदफाहरु संशोधन गरी सम्बोधन गर्ने उल्लेख भएनुसार संघले सरकारलाई १५ दिनको समयावधि दियो। तर संसोधन प्रस्ताव संसदमा दर्ता गर्नुको साटो मलाई/हामीलाई बिश्वास गर्नुस् धोका दिँदैन/दिदैनौं मात्र भन्ने कार्य निरन्तर रहेपछि भदौ १७ गते सांकेतिक बन्द भयो। १८ गते नेपाल सरकार, स्वास्थ्य मन्त्रालय,नेपाल मेडिकल काउन्सिल र संघ बसी संसोधनको साझा सहमति गरे र क्याबिनेट मन्त्री बिदेश भएकाले स्वदेश फर्कन र क्याबिनेट भ्याउन भन्दै भदौ २५ सम्मलाई आम जनताप्रति संवेदनशील बन्दै एक हप्ता संसोधन दर्ता गराउन समय प्रदान गरियो ।

संसोधनका लागि छलफलका लागि कानुन मन्त्रालयको पत्रसहित भदौ १७ गते र त्यसपछि स्वास्थ्य मन्त्रालयको स्तम्भकार नै बिधायन समितीमा गई छलफल भईसेको छ। प्रक्रिया अघि बढिरहेको र केही दिनमै राष्ट्रिय सभामा संसोधन दर्ता हुने र त्यसलाई टुङ्गोमा पुर्याउने जिम्मा र प्रतिबद्धता स्वास्थ्यमन्त्री तथा मन्त्रालयले भदौ २५ गते लिएपछि मानवीय संवेदनालाई आत्मसात गर्दे आन्दोलनका कार्यक्रमहरु केहि दिन पर धकेलिएको छ। संविधान बनेको ३ बर्ष पुग्नै लाग्दा असोज २ सम्म ३३ वटा मौलिक हकसँग सम्बन्धीत ऐन नल्याइ संविधान धरापमा पर्ने भएकाले त्यसपछि तुरुन्तै प्रस्ताव दर्ता मात्र नभई संसदबाटै संसोधन पास हुने प्रतिबद्धता के सत्तापक्ष के प्रतिपक्ष के सभामुख के अध्यक्ष के सचेतक के दलका नेता सवैले दिएकाले असोज ३ गतेसम्म पर्ख र हेरको अवस्थामा संघ रहेको छ। बन्द बहिष्कार, सडक आन्दोलन तथा प्रर्दशन जस्ता कार्यक्रमहरु संविधान र देशकै हित खातिर केही समय पछि सारिएको छ ।

तथापी दैनिक भेटघाट, अन्तर्क्रिया र दवावका कार्यक्रमहरु भने यथावत छन्। रहर नभइ बाध्यताका रुपमा स्वास्थ्य सेवा आन्दोलित छ । स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई अपराधीको शैलीमा व्यवहार गर्नेतर्फ लक्षित भएको भन्दै नेपाल चिकित्सक संघको तर्फबाट सम्माननीय सभामुख,अध्यक्ष माननीय उपप्रधान, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री, माननीय कानून, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्री, नेपाल सरकारका महान्यायाधिकवक्ता तथा संसदीय दलका नेता तथा उपनेताहरु, प्रमुख सचेतकहरु, प्रमुख दलका अध्यक्षहरु, विभिन्न संसदीय समितीहरु, पेशागत संघ संगठनहरुसँग पटक-पटक छलफल र मुलुकी फौजदारी संहिता ऐन संसोधनका बारेमा अद्यावधिक अवस्थाका लागि पटक-पटक भेटघाट गरी ऐनका सम्बन्धमा हाम्रो गम्भिर चासो र ध्यानाकर्षण गराइरहेका छौं ।

सर्वोच्च अदालतको २०७५ असोज २८ गते बिहिवारको निर्णयले स्वास्थ्यकर्मीमा भ्रम पैदा गरेपनि आन्दोलनका बारेमा सरसल्लाह गरेर भ्याकेट गर्ने नगर्नेमा अग्रसरता संघले तथा सहमतिका बारेमा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले लिनेछ भने सहमतिको अर्थात् संसोधनको कार्यान्वयन सरकारले नभई संसद चलिरहेको बेला भएकाले सार्वभौमसम्पन्न संसद राष्ट्रिय सभा र प्रतिनिधी सभाले गर्ने नै छ भन्नेमा हामी ढुक्क छौं।

प्यारालाइसिसका समस्या र निदानको उपाय

डा जनकबहादुर बस्नेत

जीवनशैलीको परिवर्तनसँगै मुटुरोग मानव मृत्युको पहिलो कारणस्नायु आपूर्ति हुन नसकेर मांसपेशीमा आएको कमजोरी, शरीरको कुनै अंग वा भाग नचल्ने अवस्थालाई प्यारालाइसिस भनिन्छ। प्यारालाइसिस धेरै कारणले हुन्छ। त्यसमध्य मस्तिष्कघात (ब्रेनअट्याक) को कारणले हुने प्यारालाइसिस नै जनमानसमा परिचित छ। हृदयघात र क्यान्सरले हुने मृत्युको तेस्रो मुख्य कारण बनेको मस्तिष्कघात अस्पतालको सघन उपचारकक्षमा प्रवेशको प्रमुख कारण पनि हो। अप्रत्यासित रूपमा अपर्झट हुने तत्कालै ज्यान जान पनि सक्ने र बाँचिहाले पनि अधिकांश अपांगता, परनिर्भर र पराश्रित भएर बाँच्नुपर्ने यो समस्याको मुख्य कारण भने मस्तिष्कको रक्तसञ्चारसँग सम्बिन्धित छ। मस्तिष्कलाई रक्तआपूर्ति गर्ने धमिनीहरूले फुटेर रक्तश्राव भएर वा हुन नसक्दा मस्तिष्कका तन्तुहरू मर्न जाने समस्यालाई मस्तिष्कघात भनिन्छ। मस्तिष्क हाम्रो शरीरको केन्द्रीय नियन्त्रण कक्ष हो। सम्पूर्ण मानसिक र शारीरिक नियन्त्रण पनि यसैबाट हुन्छ। मस्तिष्कघात हुँदा नष्ट भएका स्नायु तन्तुहरूले गर्ने कार्य सुचारु हुन नसक्दा शरीर, मन र भावनासँग सम्बन्धित समस्याहरू देखा पर्छन्। जसमध्ये प्यारालाइसिस पनि एक हो।

लक्षण र निदान

अचानक सहनै नसक्ने गरी छुट्टै तरिकाले टाउको दुख्नु, रिँगटा लाग्नु, शारीरिक सन्तुलन बिग्रिएर ढल्नु, शरीरको एकपाटोमा झमझम गर्नु, निदाउनु वा कमजोरी देखापर्नु, होस हराउनु, एकाएक दृष्टि धूमिल हुनु, बन्द हुनु, बोली लटपटिनु वा बोल्न नसक्नु, पसिना छुट्नु, बान्ता हुनु मस्तिष्कघातका लक्षण हुन्।

मस्तिष्कघात आपतकालीन स्थिति भएकाले माथि उल्लिखित लक्षण देख्नेबित्तिकै बिरामीलाई जति सक्दो चाँडो अस्पताल पुर्‍याउन सकियो त्यति नै अपांगता कम गराउन सकिन्छ र बचाउन सकिन्छ। मस्तिष्कघातको आपतकालीन अवस्थालाई सम्हाल्न न्यूरोलोजिस्टहरूको टिम नै चाहिन्छ। यसमा रेडियोलोजिस्ट र प्याथोलोजिस्टहरूको पनि उत्तिकै भूमिका हुन्छ। घातको प्रकृति, प्रकार र क्षतिग्रस्त स्थान थाहा पाउन सिटी स्क्यान, एमआरआई, ट्रसकेनियल डोपलर, केरोटिटडोपलर जस्ता निदान पद्धति अपनाइन्छ। आपतकालीन व्यवस्थापनका लागि सघन उपचारकक्ष हुनु नितान्त आवश्यक छ। घातको प्रकृति र कारण थाहा पाएपछि खतराको स्थितिको आधारमा औषधि वा अप्रेसनद्वारा उपचार अगाडि बढाइन्छ।

मस्तिष्कघातका समस्याहरू

सघन वा आपतकालीन उपचारपश्चात् पनि १५ प्रतिशत बिरामीलाई बचाउन सकिएको छैन। बाँचेका मध्ये १० प्रतिशत पूर्ण रूपमा निको भएका छन् भने ७५ प्रतिशतमा सामान्य, मध्यम, परनिर्भर हुनुपर्ने, निरन्तर चिकित्सा सेवा लिनुपर्ने खालको समस्या देखापरेको छ। मस्तिष्कघातले आघात पुर्‍याएको स्नायुकेन्द्रको स्थिति र ब्रेन ड्यामेजको प्रकृतिको आधारमा विभिन्न शारीरिक तथा मानसिक विकृतिहरू देखापर्छन्। जसमध्ये आधा शरीर नचल्ने, बोल्न नसक्ने वा लडबडाउने मुख्य समस्याका रूपमा देखिएका छन्।

एकापट्टिको हातखुट्टा वा अनुहारमा झमझमाहट हुने, भारीपन वा कमजोरी देखिने, खाना चपाउन, निल्न र स्वाद पाउन गाह्रो हुने, स्पर्श, शारीरिक संवेदना थाहा नपाउने, मुड परिवर्तन भइरहने, स्मरणशक्ति, एकाग्रता वा चेतनाको स्तरमा परिवर्तन देखिने र भावनात्मक रूपमा कमजोर हुने जस्ता अन्य समस्यामा आउन सक्छन्।

कसलाई सम्भावना धैरै हुन्छ ?

५० वर्ष उमेर नाघेका, उच्च रक्तचाप, मधुमेह, उच्च कोलेस्टेरोलका समस्या भएका, ती रोगका औषधि सेवन कहिले गर्ने कहिले नगर्ने, अति व्यस्त जीवनशैली भएका, तनाव चिन्ता शोकमा परेकाहरू, मुटु तथा रक्तसञ्चारसम्बन्धी समस्या भएका, पुरानो माइग्रेन भएकाहरूलाई मस्तिष्कघात हुने जोखिम उच्च हुन्छ। यसबाहेक रक्तश्रावसम्बन्धी समस्या जस्तैः घाउ हुँदा रगत धेरै बग्ने वा नसाभित्रै रगत जम्ने रोग भएका, गर्भनिरोधक औषधि खाने महिला, परिवारमा मस्तिष्कघातका इतिहास भएका, पुरानो मस्तिष्क संक्रमणले ग्रस्त भएका रोगीमा मस्तिष्कघात धेरै देखिएको छ।

प्यारालाइसिस व्यवस्थापन

प्यारालाइसिसका बिरामीलाई पूर्ण व्यवस्थापनको लागि उपयुक्त उपचार, स्याहार, पुनर्स्थापनाको आवश्यकता पर्छ। यसका लागि कुनै एक चिकित्सक वा व्यक्ति नभएर विभिन्न क्षेत्रका विशेषज्ञ र व्यक्तिहरूको सामूहिक प्रयास चाहिन्छ। स्नायु रोग तथा मुटुरोग विशेषज्ञ, प्राकृतिक चिकित्सक, फिजियोथेरापिस्ट, अकुपंचर, स्पिचथेरापिस्ट, योगाथेरापिस्ट, नर्सिङ, मनोचिकित्सक आदिको सामूहिक प्रयासबाट मात्र प्यारालाइसिसको व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ।

उपचार

मस्तिष्कघात आपतकालीन अवस्थामा भएकाले यसको उपचार सघन उपचार कक्षबाटै सुरु हुन्छ। मस्तिष्कघातको लक्षण देखिनेबित्तिकै बिरामीलाई जतिसक्दो चाँडो सुविधासम्पन्न सघन उपचार केन्द्रमा लैजानुपर्छ। लापरबाही गरेमा वा ढिला भएमा मस्तिष्कघातबाट बिरामीको ज्यानै जान सक्छ वा दिमागका कोषहरू धेरै नष्ट हुन सक्छन्।

आपतकालीन अवस्थाबाट मुक्त भएपछि र आवश्यक औषधि दिएर जब बिरामीलाई अस्पतालबाट घर पठाइन्छ, तब कहिल्यै पनि प्यारालाइसिस निको नहुने रोग भनेर घरैमा राख्नु हुँदैन। त्यसपछि उसको अन्य उपचार र पुनर्स्थापनाका लागि उपयुक्त उपचार केन्द्रमा लैजानुपर्छ। प्यारालाइसिस बिरामीको लागि फिजियोथेरापी, प्राकृतिक चिकित्सा, योगा, अकुपंचर विधिहरू प्रभावकारी छन्। यी विधिहरूको छुट्टाछुट्टै प्रयोगभन्दा संयुक्त रूपमा प्रयोग गर्दा बढी प्रभावकारी हुने भएकाले सकेसम्म सबै सुविधा एकै ठाउँमा उपलब्ध भएको अस्पतालमा उपचार गर्दा राम्रो हुन्छ। आवश्यकता अनुसार स्पिचथेरापी र मनोपरामर्श सेवा पनि दिनुपर्ने हुन्छ।

प्यारालाइसिसको बिरामीलाई उपचार मात्र नभएर उचित हेरचाहको पनि आवश्यकता पर्छ। यसका लागि नर्सिङ स्टाफ र परिवारका सदस्यको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ। बिरामीलाई खानपानदेखि दिसापिसाब, कपडा लगाउने, हातमुख धुने, नुहाउनेसम्मका सबै काममा ख्याल गर्नुपर्ने हुन्छ। लामो समय सुत्नुपर्ने भएकाले शरीरको पछाडिको भागमा घाउ हुने सम्भावना हुन्छ। यसबाट बच्नका लागि बिरामीको शारीरिक अवस्था वा विशेष ख्याल राख्नुपर्ने हुन्छ। प्यारालाइसिसको बिरामीको मानसिक अवस्था पनि कमजोर हुने भएकाले भावनात्मक रूपमा पनि सहयोग र प्रेम गर्नुपर्ने हुन्छ।

पुनस्थापना

मस्तिष्कघातबाट प्यारालाइसिस भइसकेपछि केवल १० प्रतिशत बिरामीमात्र पूर्ण रूपमा निको भएर पहिलेको अवस्थामा फर्कन्छन्। १५ प्रतिशत मानिसको त मृत्यु नै हुन्छ भने ७५ प्रतिशतमा केही न केही असर बाँकी रहन्छ। ती बिरामीको आशिक वा पूर्ण रूपमा निर्भर हुने भएकाले उनीहरूलाई शारीरिक र मानसिक रूपमा पुनर्स्थापना गर्नुपर्ने हुन्छ। यसको मुख्य उद्देश्य परिनिर्भरता कम गरेर बिरामीको दैनिक कठिनाई हटाउँदै लगेर सहजता ल्याउनु नै हो।

तपाईंको यो साता

मेष (चु,चे,चो,ला,लि,लु,ले,लो,अ): आम्दानी बढ्ने छ। विशिष्ट व्यक्तिको सुख सहयोग प्राप्त होला। काम गर्ने जांगर र आत्मबल बढ्ला।

वृष (इ,उ,ए,ओ,वा,वि,वु,वे,वो): मनमा उत्साह र हिम्मत बढ्नेछ। भेटघाटमा मन रमाउनेछ। खर्च बढेपनि आम्दानीका प्रसस्त मार्ग खुल्नेछन्।

मिथुन (का,कि,कु,घ,ङ,छ,के,को,ह): आफ्नै प्रयासमा आम्दानीका नयाँ स्रोतहरु फेला पर्नेछन्। शैक्षिक क्षेत्रको माध्यमबाट विशेष स्थान प्राप्त होला।

कर्कट (हि,हु,हे,हो,डा,डि,डु,डे,डो): पठन पाठन तथा लेखन कार्यमा रुचि बढ्नेछ। यात्राको लागि उपयुक्त समय मान्न सकिन्छ। तपाईको पछाडी कुरा काट्नेहरु आफैं पाखा लाग्ने छन्।

सिंह (मा,मि,मु,मे,मो,टा,टि,टु,टे): मन प्रफुल्ल रहला। आफन्तजनबाट सहयोग मिल्न कठिन होला। एकाग्र भएर काम गर्न मुस्किल पर्ला।

कन्या (टो,प,पी,पू,ष,ण,ठ,पे,पो): मनमा चंचलता बढ्नेछ। समय राम्रो छैन। साथीभाईको ठूलो जमघट र खानपानमा सहभागी भइएला।

तुला (रा,रि,रु,रे,रो,ता,ती,तु,ते): प्रिय व्यक्तिलाई अतिथिको रुपमा स्वागत सत्कार गर्न पाइएला। समय राम्रै रहे पनि खर्च बढ्ने छ भने विवादको सामना गर्नुपर्ला।

वृश्चिक (तो,ना,नि,नू,ने,नो,या,यि,यू): स्वास्थ्य सम्बन्धि समस्या आउने छ। मन दोधार होला।आर्थिक कारोबारमा पूर्ण सफलता मिल्ला।

धनु (य,यो,भा,भी,भू,ध,फा,ढ,भे): शैक्षिक क्षेत्रभने मध्यम रहला। सांस्कृतिक तथा सांगितिक कार्यक्रममा सहभागी भइएला।समय मध्यम खालको छ।

मकर (भो,जा,जी,जू,जे,जो,खा,खि,खु,खे,खो,गा,गी): समय उत्तम खालको छैन। आर्थिक काम कारोबारबाट सोचे भन्दा राम्रो प्रगति नहोला।

कुम्भ (गु,गे,गो,सा,सी,सु,से,सो,द): नयाँ र रमाइलो ठाउँको भ्रमण होला। सांस्कृतिक तथा धार्मिक कार्यमा सहभागी भइएला।

मीन (दी,दू,थ,झ,ञ,दे,दो,च,ची):पुराना साथीभाईहरुसित भेटघाट होला। व्यापार व्यवसायमा प्रगति होला।तपाईले गरेका कामको चौतर्फि प्रशंसा होला। माया प्रेमको क्षेत्रमा पूर्ण सफलता मिल्नेछ।

आफ्नो सुविधा छाढेर एम्बुलेन्स किन्ने यि गाउँपालिका प्रमुख

धरान / धेरै गाउपालिका तथा नगरपालिकाहरुका प्रमुखहरुले आफुले कार्यभार सम्हाल्ने वितिकै आफ्नो लागि सवारी किन्ने निर्णय गरेका छन् । हिजोको दिनमा चप्पल लगाएर हिड्ने जनप्रतिनीधिहरुले कतिपय ठाउँमा महगो पजेरो किनेर जनताको नजरमा अलोप्रियसमेत भएका छन् ।

तर भोजपुरको विकट क्षेत्र आमचोक गाउँपालिकाका अध्यक्षले भने पहिलो निर्णय गाउँमा एम्बुलेन्स किन्ने गरे । मन्त्रालयदेखि भन्सारसम्म मिलाएर गएको असारमा टाटासुमोको एम्बुलेन्स गाउँमा भित्राएका छन् । उनले आफ्नो सुविधाका लागि भने होण्डा कम्पनिको बाईक किन्न गाउँ परिषद्बाट निर्णय गराए । उनी मुख्य मन्त्रि शेरधन राईको गृह गाउँका अध्यक्ष हुन् ।

उनी भन्छन् ('हिजो म कुनै सुविधा भोग गर्दै आएको मान्छे थिईन । त्यसैले अहिलले मलाई कुनै उच्च सुविधाको जरुरत छैन् । एम्बुलेन्स अभावमा गाउँका सुत्केरी महिलाको निकै ज्यान गएको मैले आखाँले देखेको छु । त्यही भएर मेरो पहिलो निर्णय एम्बुलेन्स किन्ने भयो ।' अन्य गाउँपालिका तथा नगरपालिकाका प्रमुखहरुले

अध्यक्ष
अशोक राई
आमचौक गाउँपालिका

सुविधा किन नलिएको भनेर भने तर पहिलो सुविधा जनताले पाउन भन्ने आफ्नो मान्यता रहेको उनी बताउछन् ।

उनले २०७४/२०७५ को बजेटमा अघिल्लो बर्षको भदौमा एम्बुलेन्स किन्ने भनेर गाउँ परिषद्मा प्रस्ताव लगेका थिए । विभिन्न प्रक्रिया मिलाउदा गत असारमा मात्र एम्बुलेन्स गाउँमा पुगेको छ । सोही परिषदबाट उनले आफ्नो लागि बाईक खरिद गर्न प्रस्ताव गरेका थिए । बाईक भने गत असोजमै खरिद गरे । थोरै श्रोतलाई सदुपयोग गर्ने उनको नीति अनुसार उनी आफ्नो गाउँपालिका होन्डाका को १ व १४०९ नं.को बाईकमा हिड्छन् । उनको यो निर्णयले व्यथा लागेका सुत्केरी, रोगीहरु शहरमा उपचारका लागि एम्बुलेन्समा जान पाएका छन् । उनले १५ लाखमा एम्बुलेन्स ल्याएका हुन । गाउँपालिकालाई भोजपुर सदरमुकाम, धनकुटा र उदयपुर र खोटाङको राष्ट्रिय सडक सञ्जालले छोएको छ । तर पनि उनले अझै आफुलाई गाडी किन्ने योजना बनाएका छैनन् । 'मेरो गाडी किन्ने योजना अझै छैन् । पाँच बर्षसम्ममा यहाँका १८ हजार ७ सय २० जनसंख्याका नागरिकलाई गाडी किन्ने हैसियतको बनाएर मात्र आफु गाडी चढ्छु ।'(गाउँपालिका प्रमुख राईले भने('मेरो ध्यान कृषी तथा पर्यटन विकासमा छ ।'

यहाँको समग्र विकासका लागि उनले एउटा जेसिवि र ट्याक्टर किन्नका लागि यस आर्थिक बर्ष २०७५/२०७६ बाट बजेट पारित गरिसकेका छन् । जेसिविका लागि ३५ लाख र ट्याक्टरका लागि १८ लाख बजेट विनियोजन गरेर टेण्डर प्रक्रिया शुरु गरिएको उनले बताए ।

ग्रामिण विकासमा स्नाकोत्तर गरेका राई आफ्नो पढाई अनुसार गाउँको विकासका लागि गुरु योजना नै बनाएर अघि बढेका छन् । तत्कालिन माओवादी केन्द्रबाट अध्यक्षको टिकट पाएका राई जिल्ला सचिवालय सदस्य छन् । राजनीतिमा राम्रो सम्भावना बोकेका राईले गाउँका नागरिकको हितमा महत्वपूर्ण कामहरु गरे पछि निकै लोकप्रिय समेत भएको स्थानीय इश्वारमान कार्की बताउछन् । गाउँपालिकाले राम्रो भिजन भएको प्रमुख पाएको उनको भनाई छ ।

पप्पु कन्सट्रक्सनको बदमासीले बनेन पुल

राजविराज / लागत स्टिमेट भन्दा कममा बोलकबोल गरेर ठेक्का हात पार्ने तर वर्षौंसम्म कामै नगर्ने 'पप्पु कन्सट्रक्सन' कम्पनीले सप्तरीमा पनि बद्मासी गरेको छ ।

उक्त कम्पनीले नै मृत सञ्जीविनी जेयू कम्पनीसँगको सहकार्यमा राजविराज-कुनौली सडकखण्ड अन्तर्गत तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका स्थित खाँडो नदीको पुल निर्माण कार्य थालेको ४ वितिसयो तर काम गरेको छैन् । ०७१ असार ३१ मा साढे ५ करोड रुपैयाँमा सम्झौता भएको उक्त पुल निर्माणको अन्तिम समयसिमा २०७३ असार ३० गते सम्म निर्धारण गरिएको थियो ।

अन्तिम म्याद गुज्रेको २ वर्ष बितिसक्दासमेत पुल निर्माणका लागि सुरु गरिएको ४ वटा वेल (पिलर) निर्माण समेत पूरा गर्न सकेको छैन । ठेकेदार कम्पनीले निधारित समयमा काम पुरा गर्न नसक्दा जिल्लाको दक्षिणी भेगका सर्वसाधारणलाई जोखिमपूर्ण यात्रा गर्दै आएका छन् ।

तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका-१ तिलाठीका दिपेन्द्र कर्णले निर्माण कम्पनीको बदमासीका कारण पुल निर्माण नहुँदा आफुहरुलाई आउजाउ गर्न ज्यादै नै समस्या हुने गरेको बताए । 'त्यसमा पनि नदीमा बाढी आएको वेला त आउजाउ गर्ने अवस्था नै हुदैन' उनले भने-'डाईभर्सनको पनि अवस्था जिर्ण नै रहेकोले पटक पटक दुर्घटना समेत भएकै हो ।'

'आफुहरुको चाहना नै हुन्छ सर्वसाधारणलाई गणतव्यसम्म पुऱ्याउने तर सडकमा पुल नहुँदा बीचबाटोमै अलपत्र छोड्नुपर्छ' राजविराज-१५ देउरी भरुवाका टेम्पो चालक कुशेश्वर यादवले भने-'जसका कारणले आफुहरुलाई भाडा समेत पुरा दिदैन् अनि गाली पनि खानुपर्छ ।'

दक्षिणी भेगका सर्वसाधारणलाई सदरमुकाम राजविराज तथा सिमावर्ती कुनौली बजार जानका लागि पनि एक मात्र सडकमा ठेकेदार कम्पनीले आवश्यक डाईभर्सन समेत नवनाईदिएको भन्दै उनले जसका कारण आफुहरुलाई सवारी पार गर्न कठिनाई हुने गरेको दुखेसो गरे ।

अर्को ठेम्पो चालक छिन्नमस्ता गाउँपालिका स्थित गोरगामाका कामेश्वर रायले ठकेदार कम्पनीहरूको लापरबाही तथा सडक विभागलगायत सरोकारवाला निकायको निरीहताका कारण निर्माणाधीन सडकमा आवागमन असहज तथा जोखिमपूर्ण बनेको आरोप समेत लगाए । उनले सडकमा थालिएको पुल निर्माण कार्यलाई तिव्रता दिन पहल गरिदिनुहुन् स्थानिय सरकार, सडक विभाग र सरोकारवालालाई आग्रह समेत गरे ।

दक्ष तथा अनुभवी चिकित्सकहरुबाट स्वास्थ्य सेवा फत्तेपुरमा

हाम्रा सेवाहरु:
यहाँ हरेक किसिमका बिरामीहरूको उपचार गर्नुकासाथै ल्याब टेष्ट, एक्स-रे, ओ. पि. डी., निवुलाईजर, फार्मेसी, गर्भवती महिला जाँच, प्रसुत्ती सेवा तथा एम्बुलेन्स सेवा चौबिस्सै घण्टा उपलब्ध छ ।

बिशेषज्ञ डाक्टर
डा. संदीप शर्मा, हाड-जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग
डा. दिलीप चौधरी, छाला-यौन तथा कुष्ट रोग
डा. बरुण देव, नाक-कान तथा घाटी रोग बिशेषज्ञ

जनसेवा पोलिक्लिनिक प्रा.लि
सप्तकोशी नपा-१,पारुहाङ्चौक,फत्तेपुर, फोन नं ०३१-५५००५०

२४सै घण्टा तपाईहरुको सेवामा

हाम्रा सेवाहरु:
छाला, यौन, पाईल्स, फिस्टुला, फिसर, मानसिक तथा परिवार स्वास्थ्य, जेनेरल, मेडिसियन, बालरोग, नाक, कान, घाटी, जेनेरल सर्जरी, स्त्रीरोग,लागु पदार्थ, दुर्व्यसनी, परामर्श

डा. सुवोधकुमार पोखरेल(सेक्सोलोजिष्ट तथा यौन
डा.अनिता बर्मा, जनरल फिजिसियन
डा. सत्यम घिमिरे (छाला तथा यौन रोग सम्बन्धि) -प्रत्येक महिनाको
डा. राजिव घिमिरे(पाईल्स, फिस्टुला रोग सम्बन्धि) -प्रत्येक महिनाको ४ गते
डा. विनोद मिश्र(बरिष्ठ छाला तथा यौन रोग विशेषज्ञ)प्रत्येक महिनाको २६
डा. नन्दकिशोर कुशवाह(सेक्सोलोजिष्ट तथा यौन रोग विशेषज्ञ)
डा. बद्रीप्रसाद भट्टराई . डा. समन

स्पोर्ट सेवाहरु:
इमेर्जेन्सी, ल्याव, अक्सीजन, फर्मेसी, एक्सरे, अल्ट्रा साउण्ड अब्जरभेसन तथा २४ सै घण्टा एम्बुलेन्स सेवा । साथै टेलिमेडिसिनद्वारा विशेषज्ञ डाक्टरबाट उपचार

एम्बुलेन्स सम्पर्क: ९८४२४०४८०४,
नोटः प्रत्येक दिन ओपिडी सेवामा डा.अनिता बर्मा(जनरल फिजिसियन)जनरल विमारीको जाच गरिन्छ र २४ सै घण्टा

माता मनकामना पोलिकिलनिक

सप्तकोशी नगरपालिका फत्तेपुर, नयाँ बजार, ०३१-५५०११२, ८०८०८०२८९, ९८०७७७१७००

सुलभ इलेक्ट्रोनिक्स सामन माता मनकामनामा

अब तपाई हाम्रो बजार फत्तेपुर मा सामसुङ ,हिमस्टार कम्पनी का टिभि, फ्रीज,LED, सिएफएल बल्बहरु होलसेल मूल्यमा पाउनुका साथै EXIDE कम्पनीका सम्पुर्ण ब्याट्री ,इन्भटर ,सोलार प्यानल,मोटरसाइकल,गाडी आदिका ब्याट्री तथा ब्याट्रीमा लगाउने पानी सुलभ मुल्यमा पाउने हुने छ । मौकाको फाईदा उठाउनु होला ।

प्रो.केदार श्रेष्ठ
माता मनकामना इन्टरप्राइजेज
सप्तकोसी नपा-१, फत्तेपुर
०३१-५५०१०६,
९८०७७७३८९१,
९८५२८२१२९१

IME सेवाः यहाँ विश्वको जुनसुकै देशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त पाउनुका साथै पठाइन्छ पनि ।

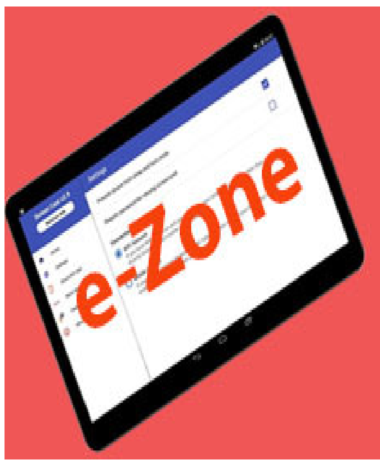
खुशीको खवर ! खुशीको खवर !!

अनुकुल पोलिक्लिनिक
तपाईको बजार फत्तेपुरमा अनुकुल पोलि क्लिनिकले विविन्न स्वास्थ्य उपचार सेवा प्रदान गर्दैआएको जानकारी गराईन्छ । विशिष्ट चिकित्सकहरूद्वारा स्वास्थ्य परिक्षण हुने । निम्न अनुसारको सेवा उपलब्द हुने भएकाले मौकाको फाईदा लिनु हुन सर्वसाधारणलाई जानकारी गराईन्छ ।

हाम्रो सेवाहरू
OPD, LAB, Ambulance, X-Ray, USG, Video X-Ray, Pharmacy, Oxygen & Neublizer सेवा २४ सैं घण्टा उपलब्द छ र

सम्पर्क स्थान
N/C/ Bose (बंगाली निज निवास) त्रियूगा पुल नजिक
सप्तकोशी नगरपालिका फोन नं. ०३१-५५०१६२, ९७४३०२५७१२, ९८०७७५५४५३

नोटः आर्युबेदिक डाक्टरद्वारा वबासीर, हाइड्रोसिलको अपरेसन विना चिरफारको ग्यारेन्टीका साथ गरिन्छ ।



Complete Mobile & Computer Concern

extra easy zone for excellent service in electrics, education & entertainment
Saptakoshi Nagarpalika 1, Fattepur, Saptari
031-550014, 3dezone@gmail.com