चित्लाङमा नयाँ एम्बुलेन्स । पृष्ठ ५ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

खबरपत्रिका साप्ताहिक

www.bikaskhabar.com

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-८
मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७१५३३००
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

● मकवानपुर, वर्ष-१४, ● अंक-२९ ● २०७८ माघ १७ गते सोमबार, ● 31 Jan. 2022, ● नेपाल सम्वत्-११४२, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

विकास खबरपत्रिका पुन: 'क' वर्गमा वर्गिकृत

◆ विकास संवाददाता

प्रेस काउन्सिल नेपालले पत्रपत्रिका वितरण सम्परीक्षण नतिजा सार्वजनिक गरेको छ । आर्थिक वर्ष २०७५/०७६ र २०७६/०७७ को नतिजा अनुसार मकवानपुरको थाहा नगरपालिकाबाट प्रकाशित विकास खबरपत्रिका साप्ताहिक 'क' वर्गमा परेको हो ।

विकास खबरपत्रिकाको साथै हेटौंडाबाट प्रकाशन हुने हेटौंडा सन्देश दैनिक, साझाकुरा दैनिक र हाम्रो मातृभूमि त्रैमासिक साहित्यिक पत्रिका पनि 'क' वर्गमा परेको छ । वर्गिकरण नतिजा अनुसार मकवानपुरबाट प्रकाशित हुने साप्ताहिक पत्रिकाहरू मध्ये विकास खबरपत्रिका साप्ताहिक मात्र 'क' वर्गमा वर्गिकृत भएको हो ।

विकास खबरपत्रिका सदरमुकाम बाहिरको थाहानगरलाई मुख्य आधार बनाई प्रकाशन भैरहेको ग्रामिण विकास समाचारमुलक साप्ताहिक पत्रिका हो । दिगो विकास मल्टिमिडिया प्रा.लि. द्वारा प्रकाशित विकास खत्रपत्रिका १४ वर्षदेखि नियमित प्रकाशन हुँदै आएको छ । पत्रिकालाई 'क' वर्गमा पुऱ्याउन सहयोग गर्ने सम्पूर्ण पाठक, शुभचिन्तक तथा आम व्यक्तित्वहरूहरूप्रति सम्पादक कुमार नेगीले आभार व्यक्त गरेका छन् । उनले पत्रिकालाई विविध तवरबाट सँधै योगदान र सहयोग तथा र सुझाव दिन आग्रह समेत गरेका छन् ।

डिभिजन सडक काठमाण्डौंलाई

चित्लाङ-थानकोट सडकको जिम्मा

कुमार नेगी
थाहानगर

चित्लाङ-थानकोट सडक (गणेशमान सिंह मार्ग)लाई अब डिभिजन सडक काठमाडौंले हेर्ने भएको छ । सरकारले चित्लाङ-थानकोट सडक (गणेशमान सिंह मार्ग) को नियमन र व्यवस्थापन गर्न खडा गरेको चित्लाङ-थानकोट सडक आयोजना कार्यालय खारेज गरेपछि सो सडक सरकारी तवरबाट कसले हेर्छ भन्ने सर्वत्र चासो भइरहेको बेला यस्तो निर्णय बाहिरिएको हो ।

संविधान सभा सदस्य एवम् चन्द्रागिरी-थानकोट सरोकारका अगुवा सुभाषचन्द्र ठकुरीले चित्लाङ-थानकोट सडक(गणेशमान सिंह मार्ग) डिभिजन सडक काठमाडौं मातहत गएको बताए । सरकारले चित्लाङ-थानकोट सडक आयोजना कार्यालय खारेज गरेपछि अब चित्लाङ-थानकोट सडक नै नबन्ला की भन्ने चिन्ता भइरहेकोमा सो सडक डिभिजन सडक काठमाडौंले हेर्ने भएपछि अब प्राविधिक हिसाबले समस्या नपर्ने ठकुरीको भनाइ रहेको छ ।

सरकारले कलंकीमा रहेको चित्लाङ-थानकोट सडक आयोजना कार्यालय हटाएपछि सो सडक कसले हेर्ने भन्ने विषयमा थुप्रै छलफल भएको थियो । त्यसक्रममा सो सडक डिभिजन सडक काठमाडौं, कान्ति लोकपथ, नागढुंगा सुरूङ मार्ग, फास्ट ट्र्याक सहित कसले हेर्ने भन्ने विषयमा छलफल भएको थियो । कान्ति लोकपथले हेर्दा टाढा पर्ने निष्कर्ष निकालिएको थियो भने विषय र दातृ निकाय नमिलेको भन्दै सुरूङ आयोजना सो सडक हेर्ने विषयबाट पन्छिएको थियो ।

गणेशमान सिंह मार्गको ठेक्का डिभिजन सडक काठमाडौंले नै निकालेको र सो सडक काठमाडौंसँगै जोडिएकोले सडक विभागले डिभिजन सडक काठमाडौंलाई हस्तान्तरण गरेको हो । डिभिजनको कार्यालय बानेश्वरमा रहेको छ ।

यसअघि लगाइएको ठेक्काको अन्तिम म्याद आगामी चैत मसान्तमा सकिँदैछ । त्यसपछि संसोधित विस्तृत परियोजना प्रतिवेदन(डीपीआर)सहित नयाँ ठेक्का लगाउने सरकारको तयारी छ ।

थाहानगरको जनसंख्या ऋणात्मक

◆ विकास संवाददाता

राष्ट्रिय जनगणना–२०७८ ले सार्वजनिक गरेको तथ्याङ्क अनुसार थाहा नगरपालिकाको जनसंख्या ५.९१ प्रतिशतले घटेको छ ।

वि.सं. २०६८ को जनगणनाको तथ्याङ्क अनुसार थाहा नगरपालिकामा ४१ हजार ६२३ जनसंख्या रहेको थियो । २०७८ मा ३९ हजार १६३ जनसंख्या देखाएको छ । यो तथ्याङ्क अनुसार ५.९१ प्रतिशतले जनसंख्या घटेको हो । थाहानगरमा पछिल्लो जनगणनाको प्रारम्भिक नतिजा अनुसार १९ हजार ९२२ महिला र १९ हजार २४१ पुरूष रहेको देखिन्छ ।

२०६८ को जनगणनामा थाहानगरमा कुल घरधुरी ८ हजार ६४९ थियो भने यस पटक घरधुरी बढेर ८ हजार ९९५ पुगेको छ । परिवार संख्या भने ९ हजार ८४२ पुगेको देखिन्छ । यो तथ्याङ्क अनुसार घरबार बिहिन तथा एकै घरमा बसोबास गर्नेको संख्या ८४७ परिवार छ ।

तथ्याङ्क अनुसार देशभर कुल जनसंख्या २ करोड ९१ लाख ९२ हजार ४८० रहेको छभने जनसंख्या बृद्धिदर ०.९३ प्रतिशत रहेको छ ।

• सम्पादकीय •

विद्यालयमा कोभिड विरुद्ध खोप

अहिले देशब्यापीरुपमा विद्यालय तहमा कोभिड–१९ विरुद्धको खोप कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ । शिक्षा मन्त्रालयले माघ १५ देखि २० गतेसम्म विद्यालय सञ्चालन गरेर सबैलाई खोप दिन भनेको छ । यसअनुसार स्थानीय तहहरुसँगको समन्वयमा विद्यालयहरुमा खोप कार्यक्रम सञ्चालन भइरहेको छ । त्यसका लागि स्थानीय तहहरुले पनि पहल लिइरहेका छन् । पहिले १८ वर्षभन्दा माथिका नागरिकलाई खोप दिने गरिएकोमा पछिल्लो समय १२ देखि १७ वर्षसम्मका बालबालिकालाई पनि खोप दिन थालिएको छ । केहीले दोस्रो खोप लगाइरहेका छन् भने छुटेकाहरुले पहिलो चरणको खोप लगाइरहेका छन् । यसका साथै १२ वर्षभन्दा मुनिका बालबालिकाका लागि पनि खोपको व्यवस्था गर्न अब ढिला गर्नुहुँदैन । सरकारले ५ देखि ११ वर्षका बालबालिकाका लागि करिब दुई महिनापछि मात्रै खोप ल्याउने तयारी गरेको छ । यो उमेर समूहका बालबालिका अहिले सबैभन्दा बढी जोखिममा देखिएकाले उनीहरुका लागि पनि खोप लगाउने व्यवस्था जति सक्यो चाँडो गर्नुपर्छ । सरकारले धेरैअघि नै १२ देखि १७ वर्षसम्मका बालबालिकालाई लगाउन ६० लाख मात्रा खोपका लागि विश्व बैंकमार्फत फाइजर कम्पनीसँग सम्झौता गरेको थियो । तर कोभ्याक्स सुविधाको सहयोगअन्तर्गत मोडर्नाको खोप ३४ लाख मात्रा आयो । अलि ढिला गरेर थप ४० लाख मात्रा मोडर्ना पनि नेपाल भित्रिएकाले अहिले पुनः खोप लगाउन शुरु गरिएको छ ।

नेपालमा १८ वर्षभन्दा माथिका ठूलो हिस्साले खोप लगाइसकेका छन् । नेपालका बालबालिकाले खोप लगाउन थालेको धेरै समयपछि मात्रै भारतमा सोही उमेर समूहका बालबालिकाले खोप लगाउन थालेका छन् । यसबाट नेपाल सरकारले खोपमा प्राथमिकता दिइरहेको छ भन्ने नै देखिन्छ । यसमै सन्तुष्टि गर्नुभन्दा १२–१७ समूहका कोही पनि बालबालिकालाई छुट्न नदिएर खोप लगाउने र त्योभन्दा तल्लो उमेर समूहका लागि पनि चाँडोभन्दा चाँडो खोप भित्र्याउनुपर्छ । विद्यालय पढ्ने उमेरका सबै बालबालिकालाई खोप अनिवार्य गरिनु आवश्यक देखिएको छ किनकि अहिले कोरोना संकटका कारण सबैभन्दा प्रभावित भनेकै शिक्षा क्षेत्र हो । लकडाउन खुलेपछि सबै क्षेत्र सञ्चालनमा नै रहे पनि विद्यालय खोल्ने र बन्द गर्ने क्रम जारी छ । यो सावधानी आवश्यक पनि छ किनकि बालबालिकाको जीवन रक्षा सबैभन्दा ठूलो कुरा हो ।

आफ्ना बालबालिकालाई कोरोना प्रकोपबाट जोगाउन सके उनीहरुको पठनपाठनको क्रम पछाडि पनि जोड्न सकिने अधिकांश अभिभावकको मत छ । अरु क्षेत्रमा सावधानी अपनाउन सकिए पनि विद्यालयमा सयौं बालबालिका घण्टौं एकै ठाउँमा रहने भएकाले उनीहरुमा संक्रमणको दर बढी हुन्छ । त्यसो त पछिल्लो लहरमा ठूलो संख्यामा बालबालिका पनि संक्रमित भइरहेकाले उनीहरुलाई जोगाउन अनिवार्य दायित्व बन्न पुगेको छ । त्यसका लागि लामो समय विद्यालय बन्द गरेर मात्रै भन्दा पनि सबै बालबालिकालाई खोप दिएर शैक्षिक संस्था सञ्चालन गर्ने गरी कार्यक्रम बनाउनुपर्छ । अध्ययनले खोपले आफ्नो भूमिका एकदमै राम्रोसँग खेलिरहेको देखाएका छन् । एउटा अध्ययनले खोपले संयुक्त राज्य अमेरिकामा ११ लाख मृत्यु नियन्त्रण गरेको र एक करोड ३० लाख मानिसहरूलाई अस्पताल जानबाट रोकेको देखाएको थियो । त्यसो त खोपकै कारण युरोपमा ६० वर्ष भन्दा माथिका झण्डै पाँच लाख मानिसको ज्यान जोगिएको अर्को अध्ययनले देखाएको थियो । यता नेपालमा यसको खासै अध्ययन नभए पनि खोपका कारण मृत्युदर घटेको यथार्थ हो । हुन त जतिसक्दो चाँडो सबै नागरिकलाई खोप दिनैपर्छ तर पनि प्राथमिकताका क्षेत्र निर्धारण गरेर खोप कार्यक्रम प्रभावकारी बनाइनुपर्छ ।

थाहा नगरपालिकाको शिखरकोट काउण्टरबाट दिवा बस सेवा

विहान ६:१५	बजे काठमाण्डौ (हाइस)
विहान ६:१५	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान ७:१५	बजे काठमाण्डौ (बस)
विहान ८:00	बजे हेटौडा (बस)
विहान ८:१५	बजे सिमभन्ज्याङ हुँदै काडमाण्डौ (फोर्स)
विहान ९: 00	बजे काठमाण्डौ (मिनीबस)
विहान ९:00	बजे हेटौंडा जम्बो हाइस
विहान ९:४५	बजे काठमाण्डौ फोर्स
विहान १0:१५	बजे मार्खु, पालुङ हुँदै हेटौंडा (मिनीबर्स)
विहान १0:१५	बजे काठमाण्डौ(फोर्स)
विहान १0:३0	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान ११:१५	बजे काठमाण्डौ (मिनिबस)
विहान १२:३0	बजे हेटौंडा (बर्स)
मध्यान्ह १२:३0	बजे काठमाण्डौ (बस)
मध्यान्ह १:३0	बजे हेटौंडा (मिनीबस)
दिउँसो १:३0	बजे पालुङ गोगने पकने (मिनीबस)
दिउँसो १:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो २:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो ३:00	बजे पालुङबाट मार्खु (बस)
दिउँसो ३:३0	बजे पालुङबाट काठमाण्डौं (बस)

थप जानकारीको लागि नारायणी यातायात दिवा बस सेवा तथा टिकट काउण्टर दामन शिखरकोट इन्चार्ज अरुण लामा ९८५५०७२३२२ र नरेन्द्र अधिकारी ९८५५०७०५६१

महत्वपुर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

पालुङ एम्बुलेन्स (चालक)	९८१४२०७४०१
आग्रा एम्बुलेन्स (चालक)	९८६०२२३७५५
जनकल्याण उच्च मा.वि.	०५७-६२०३६४
थाहा नगरपालिका कार्यालय	०५७-४०००५६
मत्स्यनारायण मा.वि.	०५७-६२०५१२
ईप्रका पालुङ (प्रमुख)	९८५५०६९४९९
प्रहरी चौकी फाखेल	०५७-६९२५१८
जिल्ला प्रशासन मकवानपुर	०५७-५२०३८८
विद्युत प्राधिकरण पालुङ	०५७-४०००२९

क्यान्सर रोकथाममा स्थानीय सरकारको भूमिका

डा. माधव अधिकारी

संविधानले प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क प्राप्त गर्ने एवम् स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँच प्राप्त हुने विषयलाई मौलिक हकका रूपमा प्रत्याभूत गरेको पाइन्छ । नागरिकको स्वास्थ्यलाई गुणस्तरीय बनाउन राज्यले स्वास्थ्य क्षेत्रमा लगानी अभिवृद्धि गर्ने एवम् गुणस्तरीय, सहज, सुलभ स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँच सुनिश्चित गर्दै सबैको स्वस्थ जीवन प्रत्याभूत गरी दिगो विकास सुनिश्चित गर्नुपर्ने दायित्व पनि संविधानबाटै निर्देशित भएको पाइन्छ ।

स्वास्थ्य सेवामा कार्यान्वयन भएका विभिन्न कार्यक्रमको फलस्वरूप प्रतिहजार जीवित जन्ममा शिशु मृत्युदर ३२, नवजात शिशु मृत्युदर २१ र पाँच वर्षमुनिको बालमृत्युदर ३९ तथा मातृ मृत्युदर २ सय ३९ (प्रतिलाख जीवित जन्ममा) मा झरेको छ भने कुल प्रजनन दर २.३ प्रतिमहिला रहेको छ ।

त्यसैगरी पाँच वर्षमुनिका बालबालिकामा पुड्कोपना घटेर ३६ प्रतिशत रहेको छ । यस परिप्रेक्ष्यमा नेपालले विभिन्न समयमा गरेको अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धता, नेपाल सरकारका विद्यमान नीति एवम् स्वास्थ्य तथा पोषण क्षेत्रका प्रमुख समस्या, चुनौती तथा अवसरलाई समेत आधार बनाउँदै दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्ने राष्ट्रिय कार्यसूची रहेको छ । नागरिकलाई स्वस्थ बनाउन आधुनिक चिकित्सा, आयुर्वेदिक, प्राकृतिक, होमियोपेथिक चिकित्सा क्षेत्र, स्वास्थ्य सुशासन र अनुसन्धानमा लगानी बढाउन आवश्यक देखिएको छ । पन्ध्रौ योजनामा स्वास्थ्य सेवालाई जनताको घरदैलोमा पुऱ्याउन राज्यको नेतृत्वदायी र निजी तथा सहकारी क्षेत्रको परिपूरक भूमिका रहेको पाइन्छ ।

पन्धौँ योजनाको सफल कार्यान्वयनपछि, स्वस्थ, सबल र सक्रिय जीवनसहितको नेपालीको औसत आयु ७२ वर्ष पुग्नेछ । प्रतिलाख जीवित जन्ममा मृत्यु अनुपात ९९, प्रतिहजार जन्ममा नवजात शिशु मृत्युदर १४ र पाँच वर्षमुनिको बालमृत्युदर २४ मा झर्नेछ । पाँच वर्षमुनिका कम तौल भएका बालबालिका २७ बाट १५ प्रतिशतमा र पुड्कोपना भएका बालबालिका ३६ बाट २० प्रतिशतमा आउनेछ । नागरिकले आधार भूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क प्राप्त गर्नेछन् । स्वास्थ्य बिमामा आबद्ध भएको जनसंख्या ६० प्रतिशत, स्वास्थ्य उपचारमा व्यक्तिगत खर्च घटेर ४० प्रतिशत, स्वास्थ्यमा सरकारी लगानी ८ प्रतिशत र ३० मिनेटको दूरीमा स्वास्थ्य संस्थामा पहुँच भएका घरपरिवार ८० पुगेको हुनेछ ।

प्रोटोकलअनुसार कम्तीमा चार पटक गर्भवती जाँच गराउने महिला ८१ प्रतिशत, दक्ष स्वास्थ्यकर्मीको उपस्थितिमा जन्मिएका बालबालिका ७९ प्रतिशत र पूर्ण खोप पाउने बालबालिका ९५ प्रतिशत हुनेछन् । मलेरिया, कालाज्वर र हात्तीपाइले रोग निवारण हुने अपेक्षा राखिएको छ । नेपालको संविधान, २०७२ ले व्यवस्था गरेको सङ्घीय स्वरूप, भौगोलिक एवम् जनसंख्याको अनुपातअनुरूप स्वास्थ्य संस्थाहरूको न्यायोचित वितरण गर्नु, आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क वितरण गरिने र स्वास्थ्य बिमाअन्तर्गत वितरण गरिने औषधि आवश्यकताका आधारमा उपलब्ध गराउनुका साथै त्यसको गुणस्तर सुनिश्चित गर्नु, गुणस्तर स्वास्थ्य सेवा प्रवाहको नियमित नियमन र अनुगमन गर्नु, सबैका लागि स्वास्थ्य बिमा लागू गर्नु, वैदेशिक सहयोगको परिचालन तथा उपयोगलाई प्रभावकारी बनाउन समन्वय कायम गर्नु, भूकम्पबाट क्षतिग्रस्त स्वास्थ्य संरचनाहरूको पुनर्निर्माण गर्ने कार्यलाई तीव्रता दिई चाँडोभन्दा चाँडो स्वास्थ्य सेवालाई प्रभावकारी बनाउनु आजको आवश्यकता हो । विशेष गरी यस लेखमा अबुर्द रोग (क्यान्सर) बारे संक्षेपमा विश्लेषण गर्ने प्रयास गरिएको छ ।

क्यान्सर रोगको सामाधान नेपाललगायत विश्वभर एउटा ठूलो स्वास्थ्य चुनौतीका रूपमा रहेको छ ।

क्यान्सर रोगको न्यूनीकरणमा तीनै तह सरकार, गैरसरकारी संस्था, लक्षित समूहको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । क्यान्सर रोग रोकथामका लागि स्वास्थ्य संस्थामा आवश्यक दक्ष स्वास्थ्य जनशक्तिसहित आवश्यक साधन स्रोत हुनुपर्छ । आमनागरिकलाई प्रवर्द्धनात्मक, निरोधात्मक र उपचारात्मक कार्यक्रमहरु सञ्चालन गरी गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नुपर्छ ।

क्यान्सरको उपचार र स्याहार पाउनका लागि सबैको पहुँच पुगेको छैन् । सन् २०२२ को विश्व क्यान्सर दिवस 'उपचारको खाडललाई बन्द गराऊँ' भन्ने नारासाथ विश्वभर यस दिवस मनाउँदै छन् । प्रत्येक वर्ष लाखौँ मानिसको क्यान्सरको कारणले मृत्यु कम गर्दै धेरैलाई जागरण गरी उपचारका माध्यमबाट जोगाउने उद्देश्यले हरेक वर्ष फेब्रुअरी ४ मा क्यान्सर दिवस मानाइन्छ । यसवर्ष यो दिवस मनाइसकिएको छ । यो रोगको कारणले तपाईं–हाम्रो आफन्त, साथीभाइ र छिमेकी, इष्टमित्र धेरै गुमाइरहेको छौँ । यो रोग मानिसका लागि एउटा दुर्भाग्य साबित भएको छ । खर्च, पीडा र यससँगको चिन्ताले हामी सबैलाई ठूलो असर पारिरहेको छ । समयमै यसबारे पहिचान हुन सकेमा धेरै हदसम्म क्यान्सरको रोकथाम गरी मृत्युवरणमा न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ । क्यान्सरको उपचारका लागि विकिरण प्रयोग गरी क्यान्सर भएको ठाउँमा सेकी उपचार गरिन्छ ।

यो पद्धतिलाई केमोथेरापी भनिन्छ । हाम्रो देशका मानिसहरू स्वास्थ्य उपचारका लागि निरोधात्मक शैलीका जाँच नगराउने गरेकाले पनि क्यान्सर जोखिममा धेरै छौँ । बिरामी भएर मात्र उपचारका लागि जाने बानीलाई त्याग गर्दै समयमा नै उपचार गर्न जरूरी छ । नेपालमा स्वास्थ्य उपचार भन्नेबित्तिकै अत्यन्त झर्कोलाग्दो र खर्चिलो रूपमा हेरिन्छ । यसको नेपालभर रहेका सरकारी अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्थाहरूमा पनि सहजै रूपमा उपचार गरी जाँच गराउन सम्भव छ, जुन त्यति खर्चिलो पनि हुँदैन । यसका लागि स्थानीय सरकार अथवा घरदैलोको सरकारको महत्वपूर्ण भूमिका रहन्छ ।

यस रोगको नियन्त्रणका लागि मध्यमवर्गीय जनताका लागि अपेक्षा गरेअनुसार स्वास्थ्य सेवाको पहुँच र एकरूपता भएको देखिँदैन । क्यान्सर रोगको नियन्त्रणका लागि आधारभूत स्वास्थ्य सेवा स्थानीय तहबाट सर्वसुलभ रूपमा उपलब्ध भएको छैन । अति विपन्न र जोखिममा परेका नागरिकलाई उच्च प्राथमिकतामा राख्दै सोसम्बन्धी स्वास्थ्य सेवा अभाव भएको छ । नेपाल सरकारले नाफामूलक स्वास्थ्य क्षेत्रलाई क्रमशः सेवामूलक क्षेत्रमा रूपान्तर गरी स्वास्थ्य क्षेत्रलाई मानव स्वास्थ्यप्रति जिम्मेवार बनाउनु, स्वास्थ्य सेवा र सामाजिक उत्तर दायित्व वहन गर्ने, सीप मिश्रित दक्ष स्वास्थ्य जनशक्तिको सन्तुलित व्यवस्था गर्नु, औषधि उत्पादनमा आत्मनिर्भर बन्नु, औषधि तथा औषधिजन्य सामग्रीको प्रभावकारी व्यवस्थापन तथा नियमन गर्नु, स्वास्थ्य सूचना प्रणालीलाई प्रभावकारी गर्नु भन्ने नेपाल सरकारको नीति तथा कार्ययोजना भए पनि पूर्ण रूपमा लागू भएको छैन ।

समग्रमा माथि उल्लेख भएजस्तै नेपाली जनताले अपेक्षा गरेअनुसारको स्वास्थ्य सेवाको विस्तारित पहुँच र एकरूपता लक्षित समूहसम्म नपुग्नु, सेवामूलक तथा जनस्वास्थ्यप्रति उत्तरदायी सेवा, जनशक्ति तथा भौतिक संरचनाको अभाव भएका संरचना तथा जनशक्ति पनि आवश्यक मात्रामा प्रयोग गर्न नसक्नु, क्यान्सरजस्तो रोगसँग सम्बन्धित जनस्वास्थ्य उत्पादन र उपयोगबीच सामञ्जस्यता हुन नसक्नु, स्वास्थ्य सेवामा सरकारी तथा निजी क्षेत्रको सहभागिता यथोचित समन्वयको अभाव आदि कारणले पनि क्यान्सर रोगको न्यूनीकरणमा असर परेको पाइन्छ । माथि उल्लेख भएजस्तै पन्धौँ योजनाको सफल कार्यान्वयन पछि स्वास्थ्यको सफलतामा नै प्रश्नचिह्न खडा भएको छ ।

अतः क्यान्सर रोगको न्यूनीकरणमा तीनै तह सरकार, गैरसरकारी संस्था, लक्षित समूहको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । क्यान्सर रोग रोकथामका लागि स्वास्थ्य संस्थामा आवश्यक दक्ष स्वास्थ्य जनशक्तिसहित आवश्यक साधन स्रोत हुनुपर्छ । आमनागरिकलाई प्रवर्द्धनात्मक, निरोधात्मक र उपचारात्मक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरी गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नुपर्छ । स्वास्थ्य संस्थाहरूमा आधुनिक सूचना प्रविधिको विकास गरी सेवा प्रवाहलाई गुणस्तरीय बनाई स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई आफ्नो कार्यक्षेत्रमा उत्साहसाथ कार्य गर्ने वातावरण मिलाउन आवश्यक छ । यसो भएमा मात्र क्यान्सर रोगको न्यूनीकरण गरी लक्षित समूहको स्वास्थ्य सुरक्षा गर्न सकिनेछ । तबमात्र हरेक वर्ष फेब्रुअरी ४ मा मनाइने विश्व क्यान्सर दिवसले सार्थकता पाउनेछ ।

मुखको क्यान्सर : लक्षण, कारण र रोकथामका उपाय

मुखको क्यान्सरबाट बच्न सरकारले आग्रह गरेको छ। सुरूमै यसको पहिचान गरेर उपचार गरे ठूलो समस्याबाट बच्न सकिनेभन्दै स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले सचेत हुन आग्रह गरेको छ । मुखको क्यान्सरका लक्षण तथा चिन्हहरू यही नै हो भनेर यकिन गर्न नसकिए पनि साधारण लक्षणहरू भने हुने मन्त्रालयले स्पष्ट पारेको छ ।

मुखको क्यान्सरका लक्षण

फरक स्वाद, मुखमा दाग, धब्बा वा पत्र देखिनु, घाटीमा गिर्खाहरू देखा पर्नु, नदुख्ने वा दुख्ने घाउ आउनु, खटिरा देखिनु, अस्वभाविक रक्तस्राव हुनु, मसलादार खाना खाँदा पोल्नु, खान, निल्न, पिउन अप्ठ्यारो हुनु, घाउ तथा खटिराको आकार बढ्दै जानु, ऱ्याल बढी आउनु मुखको क्यान्सरको लक्षण भएको मन्त्रालयले जनाएको छ ।

मुखको क्यान्सरको कारण

मध्यपान, धुमपान, सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन मुखको क्यान्सरको कारण भएको मन्त्रालयले स्पष्ट पारेको छ । मुखको समस्या, सूर्यको किरण, संक्रमण पनि मुखको क्यान्सरको कारण हुनसक्ने मन्त्रालयले जनाएको छ । सुर्तीजन्य पदार्थले क्यान्सर बनाउने हजारौं रसायन बनाउने र ४५ तत्व सिर्जना गर्ने भएकाले मुखको क्यान्सर हुने सम्भावना हुन्छ । रक्सी पिउँदा क्यान्सर हुने सम्भावना १५ गुणा बढी हुने जनाएको मन्त्रालयले पोषणको कमी आइरन, भिटामिन ए, ई र सी को कमी पनि मुखको क्यान्सरको कारण रहेको जनाएको छ ।

दाँतको समस्या, फोहोर मुख, विभिन्न भाइरलको संक्रमण, ब्याक्टेरिया र फङ्गल संक्रमणले पनि मुखको क्यान्सर गराउन सक्छ। सूर्यको प्रकाशबाट आउने अल्ट्राभाइलेट विकिरण र एक्सरेले पनि मुखको क्यान्सर हुने उच्च सम्भावना हुने स्वास्थ्य मन्त्रालयले जनाएको छ ।

मुखको क्यान्सरका रोकथामका उपाय

समयमै उच्च सावधानी अपनाए मुखको क्यान्सरको रोकथाम पनि गर्न सकिन्छ। मुखमा भएका परिवर्तन, घाउ खटिरा, दाग सजिलैसँग निदान गर्न सकिने छ ।

थाहा नगरका जनप्रतिनिधिको सम्पर्क नम्बर

थाहा प्रमुख	लवशेर विष्ट	९८५५०६७६९२
थाहा उपप्रमुख	खड्ग बहादुर गोपाली	९८५५०६७०४५
१ नं. वडाध्यक्ष	हेरमान गोपाली	९८५५०८९३०१
२ नं. वडाध्यक्ष	गुप्तबहादुर कार्की	९८५५०८९३०२
३ नं. वडाध्यक्ष	राजेश के.सी.	९८५५०८९३०३
४ नं. वडाध्यक्ष	दिपक सिं लामा	९८५५०८९३०४
५ नं. वडाध्यक्ष	विष्णुबहादुर गुरुङ	९८५५०८९३०५
६ नं. वडाध्यक्ष	शशीधर सुवेदी	९८५५०८९३०६
७ नं. वडाध्यक्ष	सनमसिं मुक्तान	९८५५०८९३०७
८ नं. वडाध्यक्ष	टिकाराम रुम्बा	९८५५०८९३०८
९ नं. वडाध्यक्ष	परशुराम श्रेष्ठ	९८५५०८९३०९
१० नं. वडाध्यक्ष	हिराबहादुर गमाल	९८५५०८९३१०
११ नं. वडाध्यक्ष	किरणमान बल	९८५५०८९३११
१२ नं. वडाध्यक्ष	मानबहादुर स्याङ्तान	९८५५०८९३१२

'समयमै उपचार गरे क्यान्सर ९० प्रतिशत निको हुन्छ'

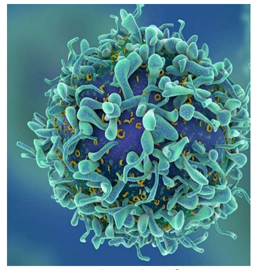
भनिन्छ, क्यान्सर लाग्दैमा मृत्यु हुन्छ भन्ने छैन । यदि समयमै उपचार गरियो भने त्यसको जोखिमबाट बच्न सकिन्छ । अझ क्यान्सरको लक्षण थाहा पाउनासाथ उपचार गरियो भने तुलनात्मक रूपमा धेरै खर्च पनि लाग्दैन । क्यान्सरसँग हामी किन भयभित छौं भने एक त यसको उपचार जटिल छ । कहिलेकाहीं असम्भव पनि, साथै खर्चिलो पनि ।

क्यान्सरको लक्षण देखा पर्नासाथ उपचार खोज्नुपर्छ । सही समयमा सही ढंगले उपचार भएमा क्यान्सरमुक्त भइन्छ । नेपालमा पनि क्यान्सरको उपचार हुने गरेको छ । यही विषयमा भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालको रेडियसन अंकोलोजी विभागका प्रमुख डा. उज्ज्वल चालिसेसँग प्रतिशतसम्म निको हुने खालका हुन्छन् । तर त्यसमा हामीले कति वास्ता र बेवास्ता गरिन्छ भन्नेमा आधारित हुन्छ । मान्छेमा क्यान्सर हुनुभन्दा केही समयअघिदेखि नै विभिन्न लक्षण देखिइरहेको हुन्छ । कतिपय क्यान्सर एकपटक निको भइसकेपछि पनि पुनः दोहोरिने खालको पनि हुन्छ । तर त्यो धेरै ढिला उपचार गर्दा निम्तिने समस्या पनि हो ।

सामान्यतया क्यान्सरलाई चार चरणमा विभाजन गर्ने गरिन्छ । दोस्रो चरणसम्म पुग्दा जुन अंगमा क्यान्सर भएको हो त्यसको वरिपरिसम्म यसले असर गरेको हुन्छ । चौथो चरणसम्म पुगेको क्यान्सर छ भने त्यसले शरीरको अन्य अंगमा आक्रमण गरिसकेको हुन्छ । त्यसैले पहिलो चरणमा यसबारे थाहा भयो भने निको हुने सम्भावना ९० प्रतिशतसम्म हुन्छ । बिस्तारै चरण बढ्दै जाँदा यसको सम्भावना कम हुँदै जान्छ । चौथो चरणसम्म पुगेको छ भने क्यान्सर निको हुने सम्भावना ३० प्रतिशत मात्रै हुन्छ ।

कस्तो कस्तो क्यान्सरलाई निको पार्न सकिन्छ ?

पहिलो चरणमा नै पत्ता लगाएर यसको उपचार सुरू गर्ने हो भने सबैजसो क्यान्सर धेरैहदसम्म निको पार्न सकिन्छ । जस्तो, आन्द्रा र छालाका क्यान्सरहरू समयमा थाहा हुने हो भने



९० प्रतिशतसम्मै निको गर्न सकिन्छ । यसबाहेक प्याङक्रियाज, लिभर र फोक्सोमा हुने क्यान्सर समयमा उपचार नहुँदा फेरि दोहोरिने सम्भावना हुन्छ । कतिपय अंगमा वंशाणुगत क्यान्सर पनि भएको हुन सक्छ । त्यस्तो क्यान्सर पनि दोहोरिने जोखिम बढी हुन्छ ।

नेपालमा क्यान्सरको उपचार कति भरपर्दा छ ?

नेपालमा क्यान्सरको उपचार सेवा भरपर्दा त छ, तर सर्वसुलभ छैन । हामीसँग सीमित संख्यामा क्यान्सर अस्पतालहरू छन् । केही आयुर्वेदिक उपचारलाई छाड्ने हो भने विश्वभर जुन प्रविधिबाट यसको उपचार हुन्छ, त्यसरी नै यहाँ पनि हुने गर्छ । त्यस्तो अवस्थामा यहाँको सेवालाई भरपर्दा छैन भन्न मिल्दैन। जस्तो क्यान्सरको उपचार तीन विधिबाट हुन्छ, जसमा अप्रेसन, केमोथेरापी र रेडियो थेरापी छन् । क्यान्सरको उपचार हुने अस्पतालहरूमा यसको विश्वासिलो सेवा छ ।

तर नेपालमा क्यान्सर अस्पताल नै कम छ । त्यसमा पनि सीमित जनशक्ति भएकाले क्यान्सरको उपचार सेवा देशभर दिन सकिएको छैन । साथै, एउटै डाक्टरको भागमा क्षमताभन्दा धेरै बिरामी हुँदा पनि समस्या भएको छ ।

नेपालका क्यान्सर अस्पतालहरू कति सुविधासम्पन्न छन् ?

नेपालमा क्यान्सर अस्पतालहरू अत्यन्त कम छन् । तर जति छन् ती सबै सुविधासम्पन्न छन् । अस्पतालको जति सुविधा दिने क्षमता छ, त्योभन्दा धेरैलाई सुविधा दिनुपर्ने अवस्था छ ।

संख्यालाई हेर्दा नेपालमा क्यान्सर पीडितको संख्या बढिरहेको देखिन्छ ।

यसको कारण के होला ? कुनै अध्ययन भएको छ ?

क्यान्सरको कारण सामान्यतया नेपाल र अन्य मुलुकमा पनि एउटै हो । नेपालको परिप्रेक्ष्यमा छुट्टै अध्ययन त भएको छैन । तर कारण सबैतिरको उस्तै हुने भएकोले हामीले अन्यत्र भएका केही अध्ययनलाई पनि आधार मान्न सक्छौं । विभिन्न कारणमध्ये सबैभन्दा धेरै त धुम्रपानको सेवनबाटै क्यान्सर हुने गर्छ । धुम्रपान तथा धुवाँधुलोका कारण मुख, जिब्रो, घाँटी, फोक्सोको क्यान्सर बढी हुने गरेको हुन्छ । दोस्रो कारण भनेको मान्छेको उमेर बढ्दै जानु पनि हो । बढ्दो औसत उमेरका कारण मान्छेको आयु बढ्दै छ । बुढाबुढी मान्छेमा यसको सम्भावना बढ्दै जाने हुन्छ । यसबाहेक अनुवांशिक समस्या लगायत कारणले पनि कहिलेकाहीं क्यान्सरको समस्या निम्तिन सक्छ ।

यो सहरी वा ग्रामीण क्षेत्रमध्ये कहाँ धेरै समस्या देखिन्छ ?

यही क्षेत्र र यही लिंगका मान्छेलाई धेरै समस्या भयो भनेर भन्न सक्ने आधार छैन । किनभने तथ्यांक नभएसम्म यसबारेमा बताउन सकिँदैन । क्यान्सर धुलो धुवाँ र धुम्रपानका कारणले हुने गर्छ । चुरोट सहरी भेगमा पनि धेरै खान्छन् भने गाउँमा पनि यसको अवस्था उस्तै छ । पुरूष र महिलाको कुरा पनि उस्तै हो तर तथ्यांक भने यसमा पनि निकालेको पाइँदैन ।

क्यान्सरको संकेत कसरी पत्ता लगाउन सकिन्छ र यसको निदान गर्न सकिन्छ ?

क्यान्सरमा ढिलागरी लक्षण बाहिर थाहा हुन्छ, तर थाहा पाउने बेलासम्म यसले ठूलै समस्या निम्त्याइसकेको हुन सक्छ । वर्षौं देखि धुम्रपान गर्दै आएको व्यक्तिलाई अस्वाभाविक खोकी लाग्न सक्छ । त्यो भयो भने क्यान्सरको संकेत मानेर उपचार विधि अपनाउनुपर्छ । छाती दुख्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने, खैनी खानेहरूको मुखमा घाउ हुने र लामो समयसम्म निको नहुने, स्वरमा परिवर्तन आउने जस्ता लक्षण क्यान्सरको संकेत हुन सक्छ । त्यस्तै, दिसामा रगत देखियो भने पनि उपचारको लागि जानुपर्छ ।

महिलाहरूको स्तनमा नयाँ गाँठागुँठी देखिनुलाई पनि क्यान्सरको संकेत मान्न सकिन्छ । यस्ता संकेत देखिनेबित्तिकै उपचार गराउँदा प्रारम्भिक स्तरको क्यान्सर छ भने अधिकांश निको हुन सक्छ । त्यही समस्या गम्भीर बन्दै गयो भने पूर्ण निको हुने सम्भावना कम हुने भएकोले पनि समयमा नै यसको उपचारतिर ध्यान दिनुपर्छ ।

निदानको लागि चुरोट, रक्सी नखाने र सामान्य लक्षण देखिनेबित्तिकै त्यसको परीक्षण गराइहाल्नुपर्छ । पित्तथैलीमा क्यान्सर भयो भने त्यहाँबाट सुरू भएर कलेजोसम्म पुग्छ । क्यान्सर स्वभावैले एउटा अंगमा लाग्छ र बिस्तारै अरू अंगमा पनि फैलिँदै जाने हुन्छ । त्यसैले यसको समयमा नै उपचार गर्नुपर्छ ।

(डाक्टर उज्जल चालिसेसंगको कुराकानीमा आधारित)

थाहा नगरपालिका
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

करार सेवा लिने सम्बन्धी सूचना

सूचना प्रकाशित मिति : २०७८/१०/१६

यस थाहा नगरपालिकामा रिक्त रहेको रोजगार संयोजक पदमा रोजगार संयोजकको पदपुर्ति र सेवा सुविधा सम्बन्धी मापदण्ड, २०७६ परिच्छेद–२ को ४ बमोजिम नियुक्ति गर्नुपर्ने भएकोले योग्यता पुगेका नेपाली नागरिकहरुले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिन भित्र कार्यालय समयमा दरखास्त दिन हुन सम्बन्धित सबैको लागि यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । यसको फारम तथा सूचना यस कार्यालयबाट वा वेवसाईट www.thahamun.gov.np बाट उपलब्ध हुनेछ ।

पद : रोजगार संयोजक (छैठौ तह)
संख्या : १ (एक)
आवेदन दस्तुर : १,०००/– (एक हजार रुपियाँ)

शैक्षिक योग्यता र अनुभव :
- नेपाल सरकारको मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट कम्तिमा स्नातक तह वा सो सरह उतीर्ण गरेको,
- दरखास्त दिने अन्तिम मितिमा २१ बर्ष पुरा भई ४५ वर्ष ननाघेका,
- भविष्यमा सरकारी सेवाका लागि अयोग्य ठहरिने गरी कुनै कारवाही नभएको,
- नैतिक पतन देखिने फौजदारी अभियोगमा अदालतबाट कसुरदार नठहरिएको,
- कम्प्युटर सम्बन्धी ज्ञान भएको,

दरखास्तमा संलग्न गर्नुपर्ने:
शैक्षिक योग्यताको प्रमाणित प्रतिलिपि, नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि, अनुभवको प्रमाणित प्रतिलिपि तथा प्रचलित नेपाल कानून बमोजिम विभिन्न काउन्सिल वा परिषद् वा अन्यमा दर्ता भएको प्रमाणित प्रतिलिपि संलग्न हुनुपर्नेछ । पेश गरिने सबै प्रतिलिपिको पछाडी उम्मेदवार स्वयंले हस्ताक्षर गरी प्रमाणित गर्नुपर्नछ ।
छनौट प्रक्रिया रोजगार संयोजकको पदपुर्ति र सेवा सुविधा सम्बन्धी मापदण्ड, २०७६ परिच्छेद–३ बमोजिम हुनेछ ।

छनोट प्रक्रिया:
दरखास्त दिने अन्तिम मिति : २०७८ फागुन १ गते कार्यालय समय भित्र मात्र
सर्ट लिस्ट प्रकाशन मिति : २०७८ फागुन ४ गते
परीक्षा मिति : सर्ट लिस्ट प्रकाशन गर्दा प्रकाशन गरिनेछ ।

थाहा नगरपालिका
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

करार सेवा लिने सम्बन्धी सूचना

सूचना प्रकाशित मिति : २०७८/१०/१६

यस थाहा नगरपालिकामा प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रममा रिक्त रहेको प्राविधिक सहायक (सब–इन्जिनियर) पदमा कामकाज गर्न देहायको संख्या र योग्यता भएका व्यक्ति करारमा राख्नु पर्ने भएकोले योग्यता पुगेका नेपाली नागरिकहरुले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५(पन्ध्र) दिन भित्र कार्यालय समयमा दरखास्त दिन हुन सम्बन्धित सबैको लागि यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । यसको kf/dtyf;'rgf o; sfof{nofaf6jf j];fO6 www.thahamun.gov.np बाट उपलब्ध हुनेछ ।

पद : प्राविधिक सहायक (पाचौ तह)
संख्या : १ (एक)
आवेदन दस्तुर : ८००/– (आठ सय रुपियाँ)

शैक्षिक योग्यता र अनुभव :
- नेपाल सरकारको मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट सिभिल इन्जिनियरमा सब(इन्जिनियर कोर्ष उतीर्ण गरेको,
- दरखास्त दिने अन्तिम मितिमा १८ बर्ष पुरा भई ४५ वर्ष ननाघेका,
- भविष्यमा सरकारी सेवाका लागि अयोग्य ठहरिने गरी कुनै कारवाही नभएको,
- नैतिक पतन देखिने फौजदारी अभियोगमा अदालतबाट कसुरदार नठहरिएको,
- कम्प्युटर सम्बन्धी ज्ञान भएको,

दरखास्तमा संलग्न गर्नुपर्ने:
शैक्षिक योग्यताको प्रमाणित प्रतिलिपि, नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि, अनुभवको प्रमाणित प्रतिलिपि तथा प्रचलित नेपाल कानून बमोजिम विभिन्न काउन्सिल वा परिषद् वा अन्यमा दर्ता भएको प्रमाणित प्रतिलिपि संलग्न हुनुपर्नेछ । पेश गरिने सबै प्रतिलिपिको पछाडी उम्मेदवार स्वयंले हस्ताक्षर गरी प्रमाणित गर्नुपर्नछ ।

छनोट प्रक्रिया:
दरखास्त दिने अन्तिम मिति : २०७८ फागुन १ गते कार्यालय समय भित्र मात्र
सर्ट लिस्ट प्रकाशन मिति : २०७८ फागुन ४ गते
परीक्षा मिति : सर्ट लिस्ट प्रकाशन गर्दा प्रकाशन गरिनेछ ।

हेटौंडामा दुई सातामा चार चित्तल मारिए

◆ विकास संवाददाता

सामुदायिक कुकुरको आक्रमणमा परी हेटौंडा उपमहानगरपालिका–१० मा रहेको वनविज्ञान अध्ययन संस्थानको जंगलमा चित्तलका ४ पाठापाठी मारिएका छन् । यी पाठापाठी पछिल्लो २ सातायता मारिएका हुन् । खुला रूपमा छाडिएका कुकुरको आक्रमणमा वनविज्ञान जंगलभित्र चित्तल र मृग मारिएका नौलो घटना भने होइन ।

फाइल फोटो

१० माघ बिहान करिब साढे ८ बजेतिर एउटा चित्तलको पाठालाई कुकुरले आक्रमण गरेको अवस्थामा विद्यार्थीले देखेर उद्धारको प्रयास गरेका थिए । तर, गम्भीर घाइते चित्तल मरेको विद्यार्थी सुजन खतिवडाले बताए । चितल र मृग मारिएको विषयलाई लिएर वनविज्ञानका विद्यार्थीले क्याम्पस प्रशासन र स्थानीय सरकारको ध्यानाकर्षण गराउँदै आएका छन् । तर त्यसप्रति कसैले ठोस कदम उठाएका छैनन् ।

आफूहरूले हेटौंडा उपमहानगरपालिका र जिल्ला वन कार्यालयका प्रमुखहरूलाई भेटेर चितल र मृगको संरक्षणका लागि पटक–पटक अनुरोध गरिसकेको खतिवडा बताउँछन् । घना जंगल, नदी, घाँसे मैदान भएका कारण चित्तलको सुरक्षित बासस्थानका रूपमा चिनिन्छ वनविज्ञान क्याम्पस क्षेत्र । अध्ययन संस्थानको जंगलबाट बाहिर चर्न निस्केको अवस्थामा सामुदायिक कुकुरहरूले खेदेर चित्तल र मृग मारिने गरेका हुन् । खुला रहेको यो क्षेत्रमा कुकुर नियन्त्रण नहुँदा यहाँ चित्तल र मृगको संख्यासमेत घट्दै गएको सरोकारवालाहरू बताउँछन् । कुकुरकै आक्रमणका कारण गत आवमा १५ वटा चित्तल र ६ वटा मृग मारिएका थिए ।

यसरी चित्तल र मृग मारिने कारणहरूमध्ये उपमहानगरको डम्पिङ साइट पनि एक हो । वनविज्ञानको जंगलछेउमै, राप्ती नदीको किनारमा छ उपमहानगरपालिकाको डम्पिङ साइट । पानी पिउन नदी आएका बेला डम्पिङ साइटमा जम्मा हुने कुकुरहरूको आक्रमणमा चित्तल र मृग पर्ने गरेका छन् । कतिपय अवस्थामा कुकुरबाट जोगिन भाग्ने क्रममा पनि चित्तल र मृग डम्पिङ साइटको काँडेतारमा अल्भिएर मर्ने गरेका छन् ।

१ सय ५८ बिघा क्षेत्रफलमा फैलिएको वनविज्ञान अध्ययन संस्थानमा विगतमा सयभन्दा धेरैको संख्यामा चित्तल थिए । 'अहिले १२–१४ वटाको एउटा भुन्डबाहेक चित्तल देखिँदैनन्,' क्याम्पस प्रमुख कृष्णप्रसाद दाहालले भने, 'संस्थानको कम्पाउन्ड भत्काइएकाले चित्तलहरू मासिँदै गएका हुन् ।' उनका अनुसार सडक विभागले राजमार्गसँग जोडिएको संस्थानको पर्खाल भत्काएपछि बाहिरका कुकुरहरू सहज ढंगले जंगल प्रवेश गर्न पाए । अर्कोतिर जंगलवरिपरि चारैतिर बाटो बनाएकाले पनि चित्तलहरू आक्रमणमा पर्ने गरेका छन् ।

चोरीसिकारीबाट भने चित्तलहरू नमारिएको उनको भनाइ छ । त्रिभुवन विश्वविद्यालय र कृषि तथा वन विज्ञान विश्वविद्यालयको विवादका कारणले भत्काइएका पर्खाल पुनर्निर्माण हुन सकेको छैन । उता, छाडा कुकुरहरूलाई मार्न खोज्दा पशुअधिकारकर्मीले मार्न हुँदैन भनेर दबाब दिएकाले समस्या समाधान गर्न नसकिएको उपमहानगर बताउँछ । चौकीटोल, पदमपोखरी र पिप्लेनजिकका जंगलबाट बाहिर निस्केका मृग र चित्तल पनि कुकुरको सिकार हुने गरेका छन् । तर यसतर्फ कसैको ध्यान पुगेको छैन ।

एकै वर्षमा तीन वडा कार्यालय निर्माण

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले एकै वर्ष तीन वटा वडा कार्यालयको भवन निर्माणको काम गरेको छ । आफ्ना वडा कार्यालयहरूको भवन निर्माण गर्ने अभियान अनुसार वडा कार्यालयहरूका भवन निर्माण गरिएको मेयर हरि बहादुर महतले बताए ।

विगतका वर्षहरूमा जस्तै यस आर्थिक वर्षमा पनि वडा कार्यालयहरू आफ्नै भवनमा राख्नका लागि निर्माण गरिएको हो । हेटौंडा–१२, १४ को वडा कार्यालय भवन निमाृण भइसकेको छ भने ७ नम्बर वडा कार्यालयको भवन निर्माण भइरहेको मेयर महतले बताए ।

सबै वडा कार्यालयहरूको आफ्नै भवन निर्माण गर्ने लक्ष्य अनुरूप वडा नं १४ मा वडा कार्यालय भवन निर्माण कार्य सम्पन्न भएको र १२ नं वडाको कार्यालय भवन निर्माण भएका हुन् । यसअघिका वर्षहरूमा हेटौंडाका बिभीन्न वडा कार्यालयका भवनहरू निर्माण भएका छन् ।

अब हाम्रै थाहानगरको ओखरबजारमै
छपाईको शुभारम्भ
फ्लेक्स प्रिन्ट

काठमाण्डौं, हेटौंडा धाउनै पर्दैन...
अत्याधुनिक नयाँ मेसीनद्वारा १ घण्टा भित्र बोर्ड,व्यानर तयार
AARAV creation
DESIGN•FLEX PRINT•PHOTOGRAPHY
Thaha-1, Okharbazar, 9855068340/9802068340
हाम्रा अन्य सेवाहरू
फ्लेक्स प्रिन्ट (व्यानर/साइनबोर्ड)
होर्डिङ बोर्ड/स्टिकर प्रिन्ट/
फ्लेक्स फोटो/मायाको चिनो तयारी
प्रमाण-पत्र/कदर-पत्र/प्रशंसा पत्र तयारी
कार्यक्रमको व्याच तयारी
विभिन्न डिजाइनका फ्रेमिङ
फोटो स्टुडियो/पि.भि.सी. कार्ड
9855068340/9802068340

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
www.bikaskhabar.com
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

चित्लाङमा नयाँ एम्बुलेन्स

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका अन्तर्गत रहेको चित्लाङ स्वास्थ्य चौकीका लागि एम्बुलेन्स खरिद गरिएको छ ।

आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ मा थाहा नगरपालिकाको आर्थिक सहयोगमा एम्बुलेन्स खरिद गरिएको हो । पालिकाले वडा नम्बर ९ का लागि छुट्याउने वार्षिक बजेट सिलिङबाट वडाले ९ लाख रूपियाँ बजेट विनियोजन गरी एम्बुलेन्स खरिदमा सहयोग गरिएको हो ।

थाहा नगरपालिका अन्तर्गत साविक चित्लाङ गाविसमा एम्बुलेन्स नहुँदा सुत्केरी महिला तथा अन्य आकस्मिक स्वास्थ्य सेवाका लागि एम्बुलेन्सको अभावमा समयमै उपचार पाउनबाट वञ्चित हुँदै आएका थिए ।

कृषि थोक बजारको अनुगमन

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर-११ थनाभऱ्याङमा निर्माण भइरहेको कृषि थोक बजारको अनुगमन गरिएको छ । हेटौंडा उपमहानगर पालिकाका उपमेयर मिना लामाको नेतृत्वमा प्राबिधिक सहितको टोलीले बन्दै गरेको थोक बजारको अनुगमन गरिएको हो ।

कुल २८ करोड ३६ लाख ५५ हजार रूपैयाँ लागतमा अन्तराष्ट्रिय स्तरको कृषि थोक बजार निर्माणको काम ३० प्रतिशत सकिएको उपमेयर लामाले बताउनुभयो । बागमती प्रदेशको कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय अन्तरगतको कृषि विकास निर्देशनालय र हेटौंडा उपमहानगर पालिकाको सहकार्यमा प्रादेशिक कृषि थोक बजार निर्माण भइरहेको हो ।

दुई बिगाहा ४ धुर क्षेत्रफलमा कृषि थोक बजार निर्माण भइरहेको छ । कृषि विकास निर्देशनालयको ७० र उपमहानगरपालिकाको ३० प्रतिशत लागत साझेदारीमा कृषि थोक बजार निर्माण सुरू भएको हो । थोक बजार स्थापना भईसकेपछि कृषि बजारहरूमा उपयुक्त भण्डारण, सित भण्डार, प्याकिङ, ग्रेडिङ, प्रशोधन लगायतको सुविधाहरूको अपर्याप्तता र अभाव जस्ता समस्याको अन्त्य हुने भएको छ ।

थोक बजारले कृषकहरूले न्यून मूल्य पाउने, उपभोक्ताले चाहे अनुसार गुणस्तरीय उपज नपाउने र उपभोक्ता र फार्म गेट मूल्यको अन्तर बढि हुने समस्याको समेत समाधान गर्ने अपेक्षा गरिएको छ । कृषि थोक बजार निर्माण भइसकेपछी हेटौंडा उपमहानगर पालिकालाई हस्तान्तरण गरिने भएको छ ।

कुनैपनि बहानामा कृषि थोक बजार निर्माणको काममा ढिलाइ नगर्नका लागि उपमेयर लामाले निर्माण कम्पनिलाई निर्देशन दिइन् । सरकार फेल हुने भनेको ठेकेदारले समयमानै काम नगर्दा हुने भएकाले छिटो काम सकेर पुरस्कार लिनका लागि निर्देशन दिइन् ।

चित्लाङमा प्रस्ताव, भरतपुरमा निर्णय

◆ विकास संवाददाता

शिक्षक अस्पताल चितवनको भरतपुरमा बनाउने सरकारले निर्णय गरेको छ । मन्त्रिपरिषद्रू बैठकले शिक्षक अस्पताल भरतपुर महानगरपालिकाको वडा नम्बर १५ को भगवानपुरमा अस्ताल बनाउन उपयुक्त देखेपछि शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयको प्रस्ताव स्वीकृत गरेको हो ।

शिक्षा विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्री देवेन्द्र पौडेलले शिक्षक अस्पताल चितवनको भरतपुर, मकवानपुरको चित्लाङ र भक्तपुरको सुर्यविनायकमध्ये एक ठाउँमा बनाउन उपयुक्त हुने प्रस्ताव मन्त्रिपरिषद्मा पेस गरेका थिए । सरकारी शिक्षकका लागि छुट्टै अस्पताल निर्माण गर्ने विषयमा पूर्वसम्भाव्यता अध्ययन एवम् जग्गा पहिचान समितिले अस्पताल बनाउन उपयुक्त हुने तीन ठाउँ रायसहित शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री पौडेललाई केहि दिन अघि प्रतिवेदन बुझाएको थियो ।

समितिले बुझाएको प्रतिवेदनमा भरतपुर महानगरपालिका-१५ भगवानपुर कित्ता नम्बर (५०, ५१, ५२, ६०, ६१, ६२ र ६३) प्रस्तावित शिक्षक अस्पतालका लागि २१ विद्या जग्गा उपुयक्त हुने भन्दै मन्त्रिपरिषद् बैठकले सैदान्तिक सहमति दिने निर्णय गरेको शिक्षा विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री पौडेलले जानकारी दिए । अध्ययन टोलीले शिक्षक अस्पताल कहाँ बनाउने भनेर भरतपुरको चितवन, मकवानपुरको चित्लाङ र भक्तपुरको सुर्यविनायकमा उपयुक्त हुन्छ भनेर सिफारिस गरेको थियो ।

मकवानपुरमा ६२ प्रतिशतले लगाए खोपको प्राथमिक मात्रा

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरमा कोरोनाविरूद्धको खोपको प्राथमिक मात्रा (कम्पनीअनुसार १ वा २ मात्रा) लगाउनेको संख्या २ लाख नाघेको छ । शुक्रबारसम्म खोपको प्राथमिक मात्रा लगाउनेको संख्या २ लाख १७ हजार २ सय १२ जना पुगेको स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख भीमसागर गुरागाईंले बताए । यो खोप लगाउन उपयुक्त मानिएको जनसंख्याको झन्डै ६२ प्रतिशत हुन आउँछ ।

जिल्लामा १२ वर्षमाथिका ३ लाख ५० हजार ४ सय जनालाई खोप लगाउन उपयुक्त जनसंख्या तोकिएको छ । खोपको पहिलो मात्रा लगाउनेको संख्या २ लाख ९० हजार ४ सय १२ जना अर्थात् ८३ प्रतिशत र बुस्टर डोज लगाउनेको संख्या ४ हजार ५ सय ३६ पुगेको गुरागाईंले जानकारी दिए । 'पछिल्लो समय सञ्चालित खोप अभियान प्रभावकारी रूपमा अगाडि बढिरहेको छ,' उनले भने, 'चेपाङ बाहुल्य क्षेत्रमा पनि खोपको पहिलो मात्रा लगाउनेको संख्या ७० प्रतिशतभन्दा बढी पुगेको छ ।'

मकवानपुरको चेपाङ बाहुल्य राक्सिराङ र कैलाश गाउँपालिकामा घर दैलो अभियान नै सञ्चालन गरी स्थानीयलाई खोप लगाइएको थियो । पछिल्लो समय कोरोना संक्रमण फैलन थालेपछि खोप लगाउनेको संख्या पनि बढ्दै गएको गुरागाईंले बताए । सरकार ले सार्वजनिक स्थल र कार्यालयहरूमा खोप कार्ड अनिवार्य गरेका कारण पनि खोप लगाउनेको संख्या बढेको उनको भनाइ छ ।

मकवानपुरगढी जेसीजले पालुङको मातृत्व पाउने

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरगढी गाउँपालिकामा जेसीज खुल्ने भएको छ । पालुङ जेसीजको मातृत्वमा मकवानपुरगढी जेसीज खुल्न लागेको हो ।

१५ माघमा सम्भावित मकवानपुर गढी जेसीजका सदस्यहरूलाई पालुङ जेसीजले प्रि-इन्डक्सन तालिम प्रदान गरिएको छ । पालुङ जेसीजका अध्यक्ष जयराम खत्रीको सभाध्यक्षतामा भएको तालिममा पालुङ जेसीजका पूर्व अध्यक्ष सुरेन्द्रमान प्रधानले सहजीकरण गरेका थिए । तालिमको उद्घाटन गर्दै प्रमुख अतिथि मकवानपुरगढी गाउँपालिकाका अध्यक्ष बिदुर हुमागाईले आफ्नो पालिकामा जेसीज स्थापना हुन लागेकोमा खुसी व्यक्त गर्दै बौद्धिक नेतृत्व विकासका लागि कोशे ढुङ्गा साबित हुने बताए ।

कार्यक्रममा मकवानपुरगढी गाउँपालिका ३ का वडाध्यक्ष भागवत घिमिरे, पालुङ जेसीजका संस्थापक अध्यक्ष पुरूषोत्तम ढकाल, पूर्व अध्यक्ष भरत गोपाली, मनोज रायमाझी र सम्भावित मकवानपुरगढी जेसीजका अध्यक्ष पुष्पराज पुडासैनीले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

विकास
प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक
२०७८ माघ १७ गते सोमबार, 31 Jan. 2022, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५५/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

www.bikaskhabar.com
bikaskhabar@gmail.com

विवाह गर्न नगरौं हतार, जरुरी छ शिक्षा र संस्कार ।
बीस वर्ष पुगेपछि मात्र विवाह गरौं र गराऔं ।
उमेर नपुगी गरेको विवाह सामाजिक र कानुनी अपराध हो ।
त्यस्तो अपराध गर्नेलाई जरिवाना र कैद सजाय दुवै हुने कानूनी व्यवस्था छ ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

उपभोग्य वस्तु खरिद गर्दा
उपभोग्य मिति
हेरेर मात्र खरिद गरौं ।

– विकास खबरपत्रिका

कण्डम

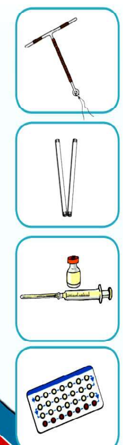
- कण्डम गर्भान्तरको लागि पुरुषले प्रयोग गर्ने परिवार नियोजनको एक मात्र अस्थायी साधन हो । यो प्रत्येक पटक यौन सम्पर्क गर्दा सहि तरिकाले प्रयोग गर्नुपछ ।
- घर भन्दा बाहिर कामकाज गर्ने व्यक्ति घर फर्कदा अनिच्छित गर्भ रहनबाट रोक्न कन्डम एक सरल उपाय हो ।
- यसले गर्भ निरोध र एच. आई.भी तथा यौन रोगको संक्रमणबाट पनि बचाउछ । कण्डमले दोहोरो सुरक्षा प्रदान गर्छ ।
- यो प्रयोग गरिसकेपछि उचित ठाउँमा ब्यवस्थापन गर्नुपर्छ ।
- नजिकको स्वास्थ्य संस्था साथै आफ्नो वडाको महिला स्वास्थ्य स्वयंमसेविकाबाट पनि निःशुल्क उपलब्ध हुन्छ ।
- यदि यौन सम्पर्कको बेला कण्डम फुटेमा चाडो भन्दा चाडो १२० घण्टाभित्र आकस्मिक गर्भ निरोधकको उपाय अपनाउनु पर्छ ।

थाहा नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

परिवार नियोजन

- पहिलो बच्चा ढिलो पाउन
- कम्तीमा ३ बर्ष जन्मान्तर राख्न (बच्चा पाएको ४५ दिन भित्र शुरुवात)
- लामो समय गर्भ रोक्न
- सन्तानको रहर पुगेपछि

१ . अस्थायी साधनहरु



१.१ आई.यू.सी.डि (कपर टि) :
- आई.यू.सी.डि महिलाले प्रयोग गर्ने लामो अबधिको अस्थायी साधन हो । यो पाठेघरमा राखिन्छ । एकपटक राखेपछि यसले १२ वर्षसम्म गर्भ रहन दिदैन ।

१.२ ईम्प्लाण्ट :
- ईम्प्लाण्ट महिलाको पाखुरामा राखिने परिवार नियोजनको अस्थायी साधन हो । यसले एक पटक लगाएपछि ५ बर्ष सम्म गर्भ रहन दिदैन ।

१.३ डिपो (३ महिने) सुई :
- यो सुई लगाएपछि ३ महिना सम्म गर्भ रहन दिदैन ।

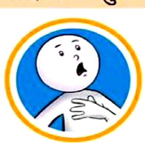
१.४ खान चक्का (पिल्स) :
- गर्भधारणबाट पूणरुपमा सुरक्षित रहनका लागि महिलाले प्रत्येक दिन नबिराई खाने चक्की (पिल्स) को सेवन गर्नुपर्छ ।

थाहा नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)
सर्वसाधारणका लागि जनचेतनामुलक संदेश

नोवेलकोरोनाभाइरसका मुख्य लक्षणहरू

ज्वरो
(१००.४ °F भन्दा माथि)

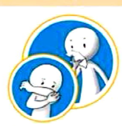

श्वास प्रश्वासमा अत्याधिक समस्या

रुघा र खोकी

"कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ता भित्र रुघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा आत्याधिक समस्या भएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने ।"

नोवेल कोरोनाभाइरसबाट कसरी आफू र अरूलाई बचाउने?

नियमित रूपमा साबुन-पानीले हात धुने

खोक्दा र हाछ्युं गर्दा नाक र मुख छोप्ने


यदि फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने

फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने

जंगली तथा घरेलु पशुपन्छी हरूसँग असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने

पशुजन्य मासु/अन्डा राम्रोसंग पाकेको मात्र खाने

नोवेल कोरोना भाइरस भनेको के हो ?
यो नयाँ प्रजातिको भाइरस हो जुन मानव जातिमा पहिले पहिचान भएको थिएन। यस भाइरसले मानिस र पशुहरूमा संक्रमण गर्दछ । यस भाइरसले सामान्य रुघा खोकी देखि गम्भीर प्रकारको तीव्र श्वासप्रश्वास Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) सम्म गराउन सक्दछ ।

के मानिसमा जनावरहरूबाट नोवेल कोरोना भाइरस संक्रमित हुन सक्दछ?
नोवेल कोरोना भाइरस जनावरबाट मानिसमा संक्रमित भएको कुनै बैज्ञानिक आधार हाल छैन।

के नोवेल कोरोना भाइरस र SARS एउटै हुन् ?
सन् २००३ मा देखिएको SARS र नोवेल कोरोना भाइरस एउटै प्रजातिका भाइरस हुन्। दुवै भाइरसले बिरामीलाई गम्भीर बनाउन सक्दछन्। सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा, नोवेल कोरोना भाइरस मानिसहरू बीच सजिलै सर्न सक्दछ भनेर अझै पुष्टी भएको छैन।

मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित हुन सक्छ ?
मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित भएका छन् भन्ने बारेमा आज सम्म बैज्ञानिक तवरले पुष्टी भएको छैन। हाल यस बिषयमा अनुसन्धान भइरहेको छ।

के यो एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्न सक्दछ ?
अहिले निश्चितताका साथ भन्न सकिने अवस्था छैन। एउटै परिवारका सदस्यहरू बिरामी भएको पाइएकोले, मानव-मानव बीचमा सिमित तवरले सर्ने सम्भावना रहेको अनुमान गरिएको छ। साथै, परिवारका सदस्यहरू एकै स्रोतबाट संक्रमण भएको हुन सक्ने सम्भावना पनि रहेको छ।

यस भाइरसको संक्रमणबाट कसरी बच्न सकिन्छ ?
सामान्यतः यस भाइरसको संक्रमण कसरी हुन्छ भन्ने बारेमा एकिन जानकारी छैन। तथापि रुघा, खोकी तथा श्वास प्रश्वासका बिरामीको नजिक नजाने तथा हातको सरसफाई नियमित गरेमा संक्रमणको सम्भावना कम रहन्छ।

के कोरोना भाइरसको लागि उपचार छ ?
नोवेल कोरोना भाइरसले गर्दा हुने रोगको लागि कुनै खास उपचार छैन। यद्यपि यो भाइरसले निम्त्याएका धेरै लक्षणहरूको उपचार गर्न सकिन्छ, त्यसैले बिरामीको उपचार लक्षणको आधारमा गरिन्छ। साथै यस भाइरसको विरुद्ध हाललाई कुनै खोप उपलब्ध छैन।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय, स्वास्थ्य शाखा, इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

● दिगो विकास मल्टिमिडिया (प्रा.) लि.द्वारा प्रकाशित ● मुद्रण : श्रीया अफसेट प्रेस हेटौडा ● कार्यालय : थाहा-४, मकवानपुर ● इमेलः bikaskhabar@gmail.com ● सम्पादक : कुमार नेगी