नेपाल सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग
मध्यमाञ्चल क्षेत्रीय स्वास्थ्य निर्देशनालय

जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय, नुवाकोट

स्वास्थ्य संस्थाबाट संचालन गरिने स्वास्थ्य सेवा, कार्यक्रम तथा क्रियाकलापहरू सम्बन्धी

जानकारी पुस्तिका

उपचार सेवा

- नियमित रूपमा १० बजेदेखि ५ बजेसम्म बहिरंग सेवा संचालन गर्ने ।
- उपचारका लागि आएका बिरामीको जाँच गरी औषधोपचार गर्ने र उपचार गर्न नसकिने रोगीलाई उपचार हुने उपयुक्त ठाउँमा प्रेषण गरी पठाउने ।
- ३५ वटा विभिन्न प्रकारका अत्यावश्यक औषधीहरू प्रिस्काइब गरे अनुसार निःशुल्क वितरण गर्ने ।

खोप सेवाहरू

- खोप दिनुपर्ने बच्चा तथा महिलाहरूको विवरण राख्ने ।
- खोप (भ्याक्शिन)को कोल्डचेन (निश्चित तापक्रम) कायम राखी खोप सेवा प्रदान गर्ने ।
- खोप सेवा संचालन गर्न आवश्यक सामग्रीको आपूर्ति गर्ने ।

खोपको विवरण

उमेर	खोपको नाम	रोकथाम हुने रोगहरू
जन्मने बित्तिकै	बि. सी. जी.	क्षयरोग
६ हप्तामा	डि.पी.टी.-हेप बी-हिब पोलियो पि.सि.भी. (पहिलो मात्रा)	भ्यागुते रोग, लहरे खोकी, धनुष्टंकार, हेपाटाइटिस-बी., इन्फ्लुईन्जा-बी., पोलियो, निमोनिया
१० हप्तामा	डि.पी.टी.-हेप बी-हिब पोलियो पि.सि.भी. (दोश्रो मात्रा)	भ्यागुते रोग, लहरे खोकी, धनुष्टंकार, हेपाटाइटिस-बी, इन्फ्लुईन्जा-बी., पोलियो र निमोनिया
१४ हप्तामा	डि.पी.टी.-हेप बी-हिब पोलियो (तेस्रो मात्रा) आइ.पी.भी.	भ्यागुते रोग, लहरे खोकी, धनुष्टंकार, हेपाटाइटिस-बी, इन्फ्लुईन्जा-बी. पोलियो
९ महिनामा	पि.सि.भी. (तेस्रो मात्रा) दादुरा-रुबेला (पहिलो मात्रा)	निमोनिया दादुरा र रुबेला
१२ महिनामा	जापनीज इन्सेफलाइटिस	जापनीज इन्सेफलाइटिस
१५ महिनामा	दादुरा-रुबेला (दोश्रो मात्रा)	दादुरा र रुबेला

नोटः पहिले टि. टि. खोप नलगाएको गर्भवती महिलाले कम्तिमा एक महिनाको अन्तरमा २ पटक खोप लगाउनै पर्दछ ।

पोषण

- मध्यम शिघ्र कुपोषित बच्चा तथा गर्भवती महिला र ६ महिनासम्मका सुत्केरी आमाको उपचार गर्ने ।
- शिशुको वृद्धि विकास अनुगमन (ग्रोथ मोनिटरिंग) कार्यक्रम संचालन गर्ने ।
- कडा खालको कुपोषित व्यक्तिलाई प्रेषण गरी पठाउने ।
- भिटाामिन ए तथा आइरनको कमी भई आएका बच्चा तथा गर्भवती महिलालाई भिटामिन ए तथा आइरन चक्की वितरण गर्ने ।
- आयोडिनयुक्त नूनको प्रयोगलाई प्रवर्द्धन गर्ने ।
- हरेक ६–६ महिनामा ६–५९ महिनाका बालबालिकाहरूलाई भिटाामिन ए र १२–५९ महिनासम्मका बालबालिकाहरूलाई जुकाको औषधी प्रदान गर्ने ।
- ४२ दिन भित्रका सुत्केरी आमाहरूलाई भिटाामिन ए क्याप्सुल वितरण गर्ने ।
- पाखुराको नापद्वारा ६–५९ महिनाका बालबालिका तथा गर्भवती र सुत्केरी आमाको पोषणको अवस्था पत्ता लगाउने ।

सुरक्षित मातृत्व

- गर्भवती महिलाहरूलाई कम्तिमा ४ पटक गर्भ परीक्षण गरी आवश्यक सेवा र सल्लाह प्रदान गर्ने ।
- स्वास्थ्य संस्थामा प्रसुति गर्ने ।
- सुत्केरीपछि आमा र शिशुलाई कुनै समस्या परे नपरेको जानकारी लिई आवश्यक सेवा प्रदान गर्ने ।
- सुरक्षित मातृत्व क्लिनिक संचालन गर्न आवश्यक पर्ने सामग्रीहरूको व्यवस्था गर्ने ।
- सुरक्षित मातृत्वको महत्वबारे स्वास्थ्य शिक्षा दिने र सुरक्षित मातृत्व सम्बन्धी उपलब्ध सेवाबारे बताउने ।
- महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका तथा स्वास्थ्य संस्थाबाट नाभी मलम उपलब्ध गराउने ।

यस कार्यक्रम अन्तर्गत नियमानुसार चार पटक (४, ६, ८ र ९ औं महिनामा) गर्भवती जाँच गराउनेलाई रु. ४०० तथा स्वास्थ्य संस्थामा प्रसुति गराउनेलाई रु. १००० यातायात खर्च प्रदान गरिन्छ ।

परिवार नियोजन

- परिवार नियोजनका साधनहरू जस्तैः आई.यू.सी.डी (कपर–टी), इम्प्लान्ट, पिल्स, तीन महिने सुइ, कण्डम प्रदान गर्ने ।
- परिवार नियोजन सम्बन्धी परामर्श सेवाहरू उपलब्ध गराउने ।
- परिवार नियोजन साधन अपनाउने व्यक्ति/दम्पतीहरूको अनुगमन गरी निरन्तरता कायम गर्ने ।
- परिवार नियोजनको आवश्यकता, महत्व र फाइदाबारे लक्षित समूहका दम्पतीहरूको विवरण तयार गरी अध्यावधिक गरिराख्ने ।
- आवश्यकता अनुसार बन्ध्याकरण शिविर माग गर्ने र संचालनमा सघाउ पुऱ्याउने ।

क्षयरोग नियन्त्रण

- क्षयरोग रोकथामको लागि स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम संचालन गर्ने ।
- शंकास्पद रोगीहरूको खकार नमूना संकलन गरी प्रयोगशालामा पठाउने ।
- प्रमाणित भएका रोगीको डट्स (DOTS) अनुसार उपचार गर्ने ।
- दर्ता भएका तर उपचारमा नआउने क्षयरोगीको खोजी गरी उपचार नियमित गराउने ।
- क्षयरोगको उपचारको लागि औषधीको कमी हुन नपाउने व्यवस्था मिलाउने ।

औलो तथा कालाजार

- औलो ग्रसित क्षेत्रमा औलोबाट बच्ने उपायबारे जनचेतना जगाउने ।
- औलो रोग तथा कालाजार नियन्त्रण तथा उपचार गर्न आवश्यक औषधीको नियमित आपूर्ति हुने व्यवस्था मिलाउने (माग गर्ने र वितरण गर्ने) ।
- ज्वरो आएको व्यक्तिको रगत नमूना संकलन गर्ने, जाँच गराउने र उपचार गर्ने ।
- रोग नियन्त्रण तथा उपचार गर्न नियमित औषधी आपूर्ति हुने व्यवस्था मिलाउने ।

कुष्ठरोग नियन्त्रण

- कुष्ठरोगी पुनर्स्थापनाबारे जनचेतना जगाउने ।
- कुष्ठरोगीहरूको लागि नियमित क्लिनिक संचालन गर्ने ।
- कुष्ठरोगको उपचार र औषधीको प्रतिक्रियाबारे परामर्श सेवा दिने ।
- नियमित उपचारमा नआउनेको खोजी गरी नियमित उपचार गराउने ।

एच. आई. भी. एड्स र एस. टी. आई (यौन रोग)

- एच.आई.भी. एड्स र एस.टी.आई. (यौन रोग) को रोकथाम सम्बन्धी स्वास्थ्य शिक्षा दिने ।
- एस.टी.आई. (यौन रोग) को उपचार, परामर्श गर्ने र शंकास्पद एच.आई.भी. संक्रमितलाई जाँच तथा उपचारका लागि प्रेषण गरी पठाउने ।

महामारी नियन्त्रण तथा दैवी प्रकोप

- आफ्नो क्षेत्र भित्र कुनै महामारी फैलिएमा तत्काल नियन्त्रण कार्य शुरू गर्ने र माथिल्लो निकायलाई खबर गर्ने ।
- दैवी प्रकोपको अवस्थामा तत्कालै घटनास्थलमा गई आवश्यक औषधी उपचार सेवा प्रदान गर्ने ।

झाडापखाला

- झाडापखाला सम्बन्धी स्वास्थ्य शिक्षा दिने ।
- पुनर्जलीय उपचार स्थान (ओ.आर.टि.) कर्नर स्थापना गरी संचालन गर्ने ।
- बिरामीको लेखाजोखा गरी जलवियोजनको स्थिति अनुसार उपचार गर्ने ।
- प्रेषण गर्नुपर्ने बिरामीलाई बाटोमा खुवाउनुपर्ने औषधी समेत व्यवस्था गरी प्रेषण गर्ने ।
- झाडापखाला बढी हुने मौसम आउनु अगाडि नै पुनर्जलीय झोल प्याकेट मौज्दात स्थिति अध्ययन गरी कमी नहुने चाँजोपाँजो मिलाउने ।

श्वासप्रश्वास

- श्वासप्रश्वास रोगबारे स्वास्थ्य शिक्षा दिने ।
- श्वासप्रश्वास रोगीको लेखाजोखा गरी तत्कालै मापदण्ड अनुसारको उपचार पद्दति (Standard Drug Treatment Schedule) अपनाई उपचार गर्ने ।
- उपचार हुन नसक्ने रोगीलाई तत्कालै प्रेषण गरी पठाउने र रोगी पठाउँदा बाटोमा लाग्ने समयको लागि आवश्यक औषधि बिरामीलाई उपलब्ध गराउने ।

नवजात शिशु/बालरोग

समुदायमा आधारित नवजात शिशु तथा बालरोगको एकीकृत व्यवस्थापन कार्यक्रम :

- जन्मदेखि ५ वर्षसम्मका बिरामी बच्चाहरूको उपचार र व्यवस्थापन गर्ने ।
- श्वासप्रश्वास र झाडापखाला रोगबारे स्वास्थ्य शिक्षा दिने ।
- श्वासप्रश्वास रोगीको लेखाजोखा गरी तत्कालै मापदण्ड अनुसारको उपचार पद्धति (CB-IMNCI Protocol) अनुसार उपचार गर्ने ।
- पुनर्जलीय उपचार स्थान (ओ.आर.टि) कर्नर स्थापना गरी संचालन गर्ने ।
- झाडापखाला बिरामीको लेखाजोखा गरी जलवियोजनको स्थिति अनुसार उपचार गर्ने ।
- झाडापखाला बढी हुने मौसम आउनु अगाडि नै पुनर्जलीय झोल प्याकेट मौज्दात स्थिति अध्ययन गरी कमी नहुने चाँजोपाँजो मिलाउने ।
- उपचार हुन नसक्ने रोगीलाई तत्कालै प्रेषण गरी पठाउने र रोगी पठाउँदा बाटोमा लाग्ने समयको लागि आवश्यक औषधि बिरामीलाई उपलब्ध गराउने ।

स्वास्थ्य शिक्षा

- स्थानीय मेला, चाडपर्व आदिमा स्वास्थ्य सम्बन्धी प्रदर्शनी, नाटक आदिको प्रदर्शन गर्ने ।
- शैक्षिक सामग्री उपलब्ध गराउने र उचित प्रयोग गर्ने ।
- पोषण, खोप, परिवार नियोजन, सुरक्षित मातृत्व, झाडापखाला, ए.आर.आइ. (श्वासप्रश्वास), औलो, क्षयरोग, कुष्ठरोग, कालाजार, एच.आई.भी., एस.टी.आई., प्रजनन् स्वास्थ्य, वातावरणीय तथा व्यक्तिगत सरसफाई, लैंगिक भेदभाव हटाउने आदि विषयहरूमा नियमित स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान गर्ने ।
- आफ्नो क्षेत्र भित्रका सबै विद्यालयहरूमा स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम संचालन गर्ने ।

प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा गाउँघर क्लिनिक कार्यक्रम

- प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा गाउँघर क्लिनिक संचालन गर्ने ।
- प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा गाउँघर क्लिनिक कार्यक्रम सम्बन्धी गा.वि.स. स्तरिय परिचयात्मक गोष्ठीहरू संचालन गर्ने ।
- गाउँघर क्लिनिक व्यवस्थापन समितिको गठन तथा संचालन गराउने ।
- क्लिनिक संचालन गर्न औषधि तथा आवश्यक सामग्रीहरूको आपूर्ति व्यवस्था मिलाउने ।
- गाउँघर क्लिनिकबाट सुरक्षित मातृत्व, परिवार नियोजन लगायत अन्य निर्धारित सेवाहरू प्रदान गर्ने ।
- योजना अनुसार गाउँघर क्लिनिक संचालन भएको छ, छैन पर्याप्त संख्यामा सेवा प्रदान गरिएको छ भन्ने कुरा यकीन गर्ने ।

महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका

- आमा समूह गठन गर्ने र महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाको छनोट गराउने ।
- लक्ष्य अनुसार आधारभूत तालिम संचालन गर्ने ।
- महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका कार्यक्रमको अर्धवार्षिक समीक्षा र पुनर्ताजगी (रिफ्रेसर) तालिम संचालन गर्ने ।
- महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूसँग नियमित भेटघाट गर्ने तथा आमा समूहको बैठकमा नियमित भाग लिने ।
- महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूलाई कण्डम, पिल्स, पुनर्जलीय झोल प्याकेट, प्राथमिक उपचार सामग्री, शैक्षिक सामग्री तथा अन्य सामानको आपूर्ति व्यवस्था मिलाउने ।

नोटः सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्थाले प्रदान गर्ने खोप तथा गाउँघर क्लिनिकको विवरण यसै पुस्तिकाका साथ संलग्न गरिएको छ ।

स्वास्थ्य संस्थाबाट प्राप्त हुने सेवाहरूको बारेमा थप जानकारी चाहिएमा नजिकैको स्वास्थ्य संस्था वा जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय, नुवाकोटको फोन नम्बर ०१०–५६०२५५ मा सम्पर्क राख्न सक्नुहुन्छ ।

सार्वजनिक बिदाको दिन स्वास्थ्य संस्था बन्द रहने छ ।

जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय, नुवाकोट र गुड नेवर्स इन्टरनेशनल नेपालले संयुक्त रूपमा कोरियन इन्टरनेशनल को–अपरेशन एजेन्सीको आर्थिक सहयोगमा “भुकम्पपछि स्वास्थ्य संरचनाको पुनर्स्थापना गरी समुदायको स्वास्थ्य स्थिति स्तरोन्नती गर्ने लक्ष्यसहित नुवाकोट जिल्लाका दशवटा गा.वि.स.हरूमा हेल्थ सिस्टम रिकभरी प्रोजेक्ट संचालन गरिरहेको छ ।

KOICA
Korea International Cooperation Agency

Good Neighbors International