वार्षिक प्रगति पुस्तिका

आ.व. २०८२/०८३



चौतारा अस्पताल

सिन्धुपाल्चोक, नेपाल

वार्षिक प्रगति पुस्तिका

आ.व. २०८२/०८३

बागमती प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय

स्वास्थ्य निर्देशनालय

चौतारा अस्पताल

सिन्धुपाल्चोक, नेपाल



राष्ट्रिय गान

सयौं थुगा फुलका हामी, एउटै माला नेपाली
सार्वभौम भई फैलिएका, मेची-महाकाली ।

प्रकृतिका कोटि-कोटि सम्पदाको आँचल
वीरहरूका रगतले स्वतन्त्र र अटल ।

ज्ञानभूमि, शान्तिभूमि, तराई, पहाड, हिमाल
अखण्ड यो प्यारो हाम्रो मातृभूमि नेपाल ।

बहुल जाति, भाषा, धर्म, संस्कृति छन् विशाल
अग्रगामी राष्ट्र हाम्रो, जय जय नेपाल ॥

प्रकाशक
चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोक

संरक्षक
केशव राज गिरी, अध्यक्ष, अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति
डा. विवेक भण्डारी, मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट

सम्पादक
रेशम सेन ठकुरी, मेडिकल रेकर्डर सुपरभाइजर
केशव प्रसाद अधिकारी, कम्प्युटर अपरेटर

सम्पादन सहयोगी
लिलाधर थापामगर, प्रशासन सहायक
उपेन्द्र प्रसाद रिजाल, लेखापाल
पुरुसोतम कुमार दास, अ.हे.व.

प्रकाशन मिति : २०८३ कार्तिक

सर्वाधिकार : चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोक

बागमती प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय

हेटौडा, नेपाल

मा. गिर बहादुर तामाङ

मन्त्री



शुभकामना मन्तव्य

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकद्वारा आर्थिक वर्ष २०८२/८३ को वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन प्रकाशन हुन लागेको यस सुखद अवसरमा म हार्दिक शुभकामना र आभार व्यक्त गर्न चाहन्छु।

अनेकौँ अभाव, चुनौती र अप्ठ्याराहरूसँग अविरल सङ्घर्ष गर्दै यो अस्पताल ५० शैयामा स्तरोन्नति भई गुणस्तरीय, समावेशी र जनमैत्री सेवा प्रवाहमा निरन्तर सफल हुँदै आएको छ। यो गौरवपूर्ण उपलब्धिको निरन्तरताका लागि सम्पूर्ण अस्पताल परिवारलाई हार्दिक बधाई अर्पण गर्दछु।

केही वर्षअघिसम्म रिफर सेन्टरका रूपमा सीमित स्रोत–साधनमा सञ्चालन हुँदै आएको चौतारा अस्पतालले प्रिफ्याब भवनबाट सुरु भएको यात्रालाई सुविधासम्पन्न स्थायी संरचनामा पुऱ्याउँदै, न्यूनतम सेवा मापदण्ड (Minimum Service Standards - MSS) मा उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्ने ५० शैयाका अस्पतालहरूमध्ये आफ्नो अग्रगण्य स्थानलाई अझ सुदृढ बनाउँदै लगेको छ।

आजको दिनमा अस्पतालबाट विशेषज्ञ चिकित्सक सेवा सहित विशिष्ट स्वास्थ्य सेवाहरू प्रभावकारी रूपमा प्रवाह हुँदै आएका छन्। यससँगै, अस्पतालले गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न आवश्यक भौतिक पूर्वाधार, अत्याधुनिक उपकरण र दक्ष मानव संसाधनको व्यवस्थापनमा पनि थप उल्लेखनीय प्रगति हासिल गरेको छ। चौतारा अस्पतालले जिल्लावासीबीच मात्र होइन, प्रदेशस्तरमै सरकारी स्वास्थ्य संस्थाहरूबीच आफ्नो विशिष्ट र भरपर्दो पहिचान स्थापित गर्न सफल भएको छ।

यस प्रतिवेदनले नीतिनिर्माता, व्यवस्थापक, अनुसन्धानकर्ता, विद्यार्थी तथा सरोकारवाला सबैका लागि आगामी दिनको रणनीतिक योजना निर्माण र कार्यन्वयनमा एक महत्वपूर्ण दस्तावेजको रूपमा मार्गदर्शन गर्ने अपेक्षा गरिएको छ।

अन्त्यमा, चौतारा अस्पतालको यो विकासयात्राले आगामी दिनमा अझ बढी प्रभावकारी, परिणाममुखी र उत्तरदायी सेवा प्रवाह गर्दै स्वास्थ्य सेवामा नयाँ उचाइहरू छुनेछ भन्ने पूर्ण विश्वास व्यक्त गर्दै, अस्पतालको उत्तरोत्तर प्रगति तथा सुखी र स्वस्थ नागरिकको निर्माणका लागि हार्दिक शुभकामना प्रकट गर्दछु।

२०८२ कार्तिक १२ गते

नेपाल संवत : ११४६ कौलागा चतुर्थी -१९

मा. गिर बहादुर तामाङ

मन्त्री

बागमती प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय

हेटौडा, नेपाल

पत्र संख्या : २०८३/०८४
चलानी नम्बर :



शुभकामना मन्तव्य

सङ्घर्षका थुप्रै मोडहरू पार गर्दै र समर्पणका अविरल धाराहरूमा बग्दै चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोक आजको यस गौरवमय विन्दुसम्म आइपुगेको छ, जहाँ उसले आफ्ना श्रम, पसिना र सफलताहरूलाई प्रतिवेदनको पानामा सजाउँदैछ । आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन प्रकाशनको यस ऐतिहासिक घडीमा म हर्ष, कृतज्ञता र गर्वका साथ हार्दिक शुभकामना अर्पण गर्दछु ।

यो केवल आँकडाहरूको सङ्ग्रह मात्र होइन, सीमित साधन–स्रोतको आँधीतुफान बिच पनि कर्तव्यपथमा अविचलित उभिएको एउटा जीवन्त यात्राको साक्षी हो । आज ५० शैयाको उचाइमा पुगेर गुणस्तरीय सेवाको दीप प्रज्वलित गरिरहेको चौतारा अस्पतालको यो सफलता केवल भौतिक पूर्वाधारमा मात्र होइन, सेवामा खटिने हातहरूमा, मुस्कान बाँड्ने मनहरूमा र उपचार पाएका आँखाहरूको चमकमा झल्किन्छ ।

कहिलेकाहीँ रिफर सेन्टरका रूपमा खुम्चिएको यो संस्था, आज अत्याधुनिक सुविधासहित विशेषज्ञ चिकित्सक सेवा सहित डायलाइसिस, फिजियोथेरापी, आँखा उपचारजस्ता जीवनदायिनी सेवाहरू प्रदान गर्ने भरोसायोग्य केन्द्र बनेको छ । यो परिवर्तन केवल भवन र औजारको होइन; यो सोच, प्रतिबद्धता र 'अस्पताल व्यवसाय होइन, सेवाको मन्दिर हो' भन्ने मूल्यको पुनर्जागरण हो ।

विभिन्न जात, वर्ग, भूगोल र परिस्थितिका नागरिकसम्म पुग्ने आँट र सामथ्र्य चौतारा अस्पतालले देखाएको छ । जब सरकारी स्वास्थ्य प्रणालीमाथि जनविश्वास टुट्दै थियो, तब यस अस्पतालले भरोसाको नयाँ आधार स्तम्भ खडा गरिदियो ।

यस वार्षिक प्रतिवेदनले नीति–निर्माताहरूलाई स्पष्ट दिशाबोध गराउनेछ, अनुसन्धाताहरूका लागि उपयोगी सामग्री जुटाउनेछ र भविष्यका लागि ऊर्जा भर्नेछ भन्नेमा दृढ विश्वास लिएको छु ।

चौतारा अस्पतालको उज्यालो भविष्यप्रति हार्दिक शुभकामना ! यो उज्यालो सधैँ यसरी नै फैलिरहोस्, समर्पणको यो भावना कहिल्यै नओइलाओस्, र जनसेवाको भावना सधैँ सर्वोपरि रहिरहोस् ।

मिति : २०८३ कार्तिक १२ गते
नेपाल संवत : ११४६ कौलागा चतुर्थी -१९

डा. सुमित्रा गौतम
प्रदेश सचिव
स्वास्थ्य मन्त्रालय बागमती प्रदेश

बागमती प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
हेटौंडा, नेपाल



शुभकामना सन्देश

स्वास्थ्य सेवा नागरिकको मौलिक हकको प्रत्याभूति, सामाजिक न्यायको प्रवर्द्धन तथा लोककल्याणकारी राज्यको आधारभूत दायित्व हो । सर्वसुलभ, गुणस्तरीय र प्रभावकारी स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउन स्वास्थ्य संस्थाको संस्थागत सुदृढीकरण, दक्ष जनशक्तिको व्यवस्थापन, स्रोत–साधनको प्रभावकारी उपयोग तथा सेवा प्रवाहमा पारदर्शिता र जवाफदेहिता सुनिश्चित गर्नु आवश्यक छ । यसै उद्देश्यअनुरूप बागमती प्रदेश सरकारले स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर अभिवृद्धि र नागरिकको सहज पहुँच विस्तारलाई प्राथमिकतामा राख्दै आएको छ ।

सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको सदरमुकाम चौतारामा अवस्थित चौतारा अस्पतालले विभिन्न चुनौतीका बीच आफ्नो सेवा विस्तार गर्दै ५० शय्याको प्रादेशिक अस्पतालका रूपमा स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दै आएको छ। विशेषज्ञ चिकित्सकीय सेवा, डायलाइसिस, फिजियोथेरापी लगायतका महत्त्वपूर्ण सेवाको विस्तारले जिल्लावासीले आफ्नै क्षेत्रमा उपचार पाउने अवसर बढाउनुका साथै सार्वजनिक स्वास्थ्य संस्थाप्रतिको जनविश्वास सुदृढ बनाएको छ। यो प्रगति संस्थागत क्षमता विकास र नागरिकको स्वास्थ्य आवश्यकतालाई प्राथमिकता दिने प्रतिबद्धताको प्रतिफल हो।

दिगो विकासका लागि सेवा विस्तारसँगै गुणस्तर सुधार, जनशक्तिको प्रभावकारी परिचालन, औषधि तथा उपकरणको नियमित उपलब्धता, वित्तीय अनुशासन र सुशासनमा विशेष ध्यान दिन आवश्यक छ । साथै, प्रमाणमा आधारित योजना निर्माण, नियमित अनुगमन तथा मूल्याङ्कन र सेवाग्राहीप्रतिको उत्तरदायित्वलाई संस्थागत गर्दै उपलब्ध स्रोत–साधनबाट अधिकतम प्रतिफल हासिल गर्नु आजको आवश्यकता हो। चौतारा अस्पतालले यी पक्षलाई प्राथमिकतामा राख्दै विरामी केन्द्रित सेवा प्रणालीलाई थप सुदृढ बनाउनेछ भन्ने विश्वास लिएको छु ।

आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन प्रकाशनको यस अवसरमा अस्पताल सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समिति, चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी, कर्मचारी तथा सम्पूर्ण सरोकारवालाप्रति हार्दिक बधाई तथा धन्यवाद व्यक्त गर्दछु। यस प्रतिवेदनले उपलब्धि र चुनौतीको समीक्षा गर्दै आगामी योजना तथा कार्यक्रमलाई थप व्यवस्थित, पारदर्शी र नतिजामुखी बनाउने आधार प्रदान गर्नेछ भन्ने अपेक्षा गरेको छु। प्रतिवेदनबाट प्राप्त सिकाइलाई आगामी योजनासँग आबद्ध गर्न सकिएमा सेवा प्रवाह अझ प्रभावकारी हुनेछ।

अन्त्यमा, "विरामी केन्द्रित गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा, सिन्धुवासीको स्वास्थ्य सुधारमा टेवा" भन्ने मूल भावनालाई आत्मसात् गर्दै चौतारा अस्पतालले गुणस्तरीय, विश्वसनीय र नागरिकमैत्री स्वास्थ्य सेवा प्रवाहमा थप सफलता हासिल गरोस् । अस्पतालको संस्थागत विकास तथा जनताको स्वास्थ्य सुधारमा निरन्तर प्रगतिको हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।
धन्यवाद!

.....
डा. नरेन्द्र कुमार झा
निर्देशक
स्वास्थ्य निर्देशनालय, बागमती प्रदेश
हेटौंडा, नेपाल

फोन नं.: ०५७-५२४५१०, ०५७-५२४५१५ र ०५७-५२४८६१, ईमेल:
hd.prov3@gmail.com// info.hd@bagamati.gov.np

बागमती प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय

चौतारा अस्पताल

सिन्धुपाल्चोक, नेपाल

☎ ०११-६२०४६१
Email: chautarahospital@gmail.com

अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समितिका अध्यक्षको मन्तव्य



जीवनका हजारौँ कथाहरुमध्येको एक अद्भूत र प्रेरणादायी अध्याय–यो चौतारा अस्पतालको रुपान्तरणको कथा हो । अभावका अँध्यारो गल्लीहरुबाट आशा र उज्यालोको यात्रा आरम्भ गरेको, सीमित साधन-स्रोत र पूर्वाधारका बिच असीम इच्छाशक्ति, समर्पण र कर्तव्यनिष्ठाले भरिएको एउटा यस्तो स्वर्णिम यात्रा, जसले आज चौतारा अस्पताललाई मात्र होइन, समग्र सिन्धुपाल्चोक जिल्लालाई नै गर्व र आत्मसम्मानको अनुभूति गराएको छ ।

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकद्वारा आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन प्रकाशन भइरहेको यस ऐतिहासिक तथा गौरवपूर्ण अवसरमा म सम्पूर्ण अस्पताल परिवार (अस्पताल सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरु, चिकित्सक, नर्स, स्वास्थ्यकर्मी, प्राविधिक, प्रशासनिक तथा सहयोगी कर्मचारी वर्ग) प्रति हृदयदेखि नै उच्च सम्मान प्रकट गर्दै हार्दिक बधाई तथा अनन्त शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

सामान्य भौतिक संरचनाबाट सुरू भई सेवाको पर्यायका रुपमा उदाएको यस संस्थाले निरन्तरको परिश्रम, दूरदृष्टि र निष्ठाका माध्यमबाट आज आफूलाई एक आधुनिक, समावेशी, जनमुखी र विश्वसनीय स्वास्थ्य प्रतिष्ठानका रुपमा स्थापित गर्न सफल भएको छ । हिजोको अस्थायी प्रिफ्याब संरचनाबाट सुरू भएको यो यात्रा आज सुव्यवस्थित, सुविधा सम्पन्न र स्तरीकृत स्थायी पूर्वाधारमा रुपान्तरित भएको छ । यो रुपान्तरण केवल इँटा र सिमेन्टको भौतिक निर्माण मात्र नभई सेवाभाव, दृढ प्रतिबद्धता र संस्थागत निरन्तरताको जीवन्त प्रतिफल हो ।

अस्पतालले आज हासिल गरेको यो उचाइ सहजै प्राप्त भएको उपहार थिएन । कहिले दक्ष जनशक्तिको अभाव, कहिले अत्यावश्यक प्रविधि तथा उपकरणहरुको न्यूनता त कहिले भौतिक पूर्वाधारको सीमा यी विविध कठिनाइहरुले अस्पतालको यात्रालाई सधैँ चुनौतीपूर्ण बनाएका थिए । तर, ती तमाम चुनौतीहरुलाई अवसरमा रुपान्तरण गर्दै चौतारा अस्पतालको समर्पित टोली कहिल्यै विचलित भएन । यस संस्थाका प्रत्येक सदस्यको अमूल्य योगदान, कर्तव्यपरायणता र अथक प्रयास वास्तवमै वन्दनीय छ ।

आज यस अस्पतालबाट मिर्गौला रोगीहरुका लागि निःशुल्क/सहज डायलाइसिस सेवा, शारीरिक पुनःस्थापनाका लागि फिजियोथेरापी, गुणस्तरीय आँखा उपचार सेवाका साथै विविध विशेषज्ञ सेवाहरु निरन्तर र सहज रुपमा प्रदान भइरहेका छन् । न्यूनतम सेवा मापदण्ड (Minimum Service Standards) मा अस्पतालले हासिल गरेको अभूतपूर्व सफलता र बागमती प्रदेशका ५० शैयाका अस्पतालहरुमध्ये अग्रणी स्थानमा उभिन सफल भएको तथ्यले हामी सम्पूर्ण सिन्धुपाल्चोकबासीलाई अत्यन्त हर्षित र गौरवान्वित बनाएको छ ।

यो सफलता आकस्मिक नभई अविराम साधना, समर्पण र सहकार्यको प्रतिफल हो । स्वास्थ्यकर्मीहरुको अनुशासित सेवा, व्यवस्थापनको दूरदर्शी नेतृत्व, सरकार तथा विकास साझेदारहरुको निरन्तर सहयोग र आम सेवाग्राहीहरुको अगाध विश्वासले नै चौतारा अस्पताललाई आज यो उचाइमा पुऱ्याएको हो ।

प्रकाशित वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन केवल तथ्याङ्कहरुको सङ्ग्रह मात्र नभई एक जीवन्त र प्रेरणादायी दस्तावेज हो । यो दस्तावेज नीति निर्माता, योजनाकार, अनुसन्धानकर्ता, विद्यार्थी तथा आम नागरिकका लागि एक मार्गदर्शक र आशाको बलियो स्रोत बन्नेछ भन्नेमा म पूर्ण विश्वस्त छु ।

हिजो आशाको बिउ रोपिएको थियो, आज विश्वासको फल बाँडिएको छ, र भोलिका दिनहरुमा अझ सशक्त, प्रभावकारी र उत्तरदायी सेवाका नयाँ दीपहरु प्रज्वलित हुँदै जानेछन् । यही दृढ सङ्कल्पका साथ म चौतारा अस्पतालको सम्पूर्ण यात्रा, उपलब्धि र योगदानप्रति गहिरो कृतज्ञता व्यक्त गर्दै अस्पतालको उज्ज्वल र उत्तरोत्तर प्रगतिशील भविष्यको कामना गर्दछु ।

अन्त्यमा, अस्पतालको स्तरोन्नति र सेवा सञ्चालनमा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपमा अमूल्य योगदान पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्ण समितिका पदाधिकारीहरू, स्वास्थ्यकर्मी, कर्मचारी, व्यवस्थापन टोली, जनप्रतिनिधि, पत्रकार, सरोकारवाला निकाय तथा सम्पूर्ण सेवाग्राहीहरुमा हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु ।

धन्यवाद ।

.....

केशव राज गिरी
अध्यक्ष, अस्पताल संचालन तथा
व्यवस्थापन समिति

बागमती प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय

चौतारा अस्पताल

सिन्धुपाल्चोक, नेपाल

☎ ०११-६२०४६१
Email: chautarahospital@gmail.com

मेडिकल सुपरिटेन्डेन्टको मन्तव्य



"स्वास्थ्य सेवा केवल रोगको उपचार होइन, यो मानव जीवनप्रतिको सम्मान, पीडाप्रतिको संवेदना र समाजप्रतिको उत्तरदायित्वको जीवन्त अभिव्यक्ति हो ।"

जीवनको सार्थकता स्वस्थ जीवनमा निहित छ र स्वस्थ समाजको आधार सुलभ, गुणस्तरीय, सुरक्षित तथा सेवाग्राहीमैत्री स्वास्थ्य सेवा हो । स्वास्थ्य सेवा केवल रोगको निदान र उपचारमा सीमित रहने विषय होइन; यो मानवीय संवेदना, करूणा, विश्वास, समर्पण र उत्तरदायित्वको समष्टिगत रुप हो । यही मानवीय मूल्य र सेवाभावलाई आफ्नो मार्गदर्शक सिद्धान्तका रुपमा आत्मसात् गर्दै चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकले आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा सम्पादन गरेका कार्यहरु, प्रदान गरेका स्वास्थ्य सेवाहरु, हासिल गरेका उपलब्धिहरु, सामना गरेका चुनौतीहरु तथा आगामी दिनका प्राथमिकता र योजनाहरु समेटिएको यस वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न पाउँदा मलाई अत्यन्त हर्ष, गौरव र आत्मसन्तुष्टिको अनुभूति भएको छ ।

यो वार्षिक प्रतिवेदन विगत एक वर्षको कार्यसम्पादनको औपचारिक अभिलेख मात्र होइन; यो हाम्रो सामूहिक प्रयास, संस्थागत प्रतिबद्धता, उपलब्धिको समीक्षा, चुनौतीको पहिचान र भविष्यको कार्यदिशा निर्धारण गर्ने महत्वपूर्ण दस्तावेज पनि हो । यसले अस्पतालबाट प्रवाह भएका सेवाहरुको अवस्था, उपलब्ध स्रोतसाधनको उपयोग, जनशक्ति व्यवस्थापन, विभागीय कार्यसम्पादन, सेवा प्रवाहमा देखिएका समस्या, सुधारका लागि गरिएका प्रयास तथा भावी कार्ययोजनाहरुलाई तथ्यपरक रुपमा अभिलेखीकरण गर्दै अस्पतालको समग्र संस्थागत अवस्थाको चित्र प्रस्तुत गर्ने विश्वास लिएको छु । साथै, यस प्रतिवेदनले सेवा प्रवाहमा पारदर्शिता, जवाफदेहिता र सुशासन अभिवृद्धि गर्दै नीति निर्माण, योजना तर्जुमा तथा स्वास्थ्य सेवाको निरन्तर गुणस्तर सुधारमा महत्वपूर्ण आधार प्रदान गर्ने अपेक्षा गरेको छु ।

अस्पतालको वास्तविक पहिचान यसको भौतिक संरचना, उपकरण वा पूर्वाधारमा मात्र सीमित हुँदैन; यसको वास्तविक पहिचान त यहाँ आउने सेवाग्राहीले प्राप्त गर्ने सेवा, अनुभूत गर्ने आत्मीयता र कायम हुने विश्वासमा प्रतिबिम्बित हुन्छ । उपचारको आशा बोकेर अस्पतालको ढोकासम्म आइपुग्ने प्रत्येक बिरामीको पीडा बुझ्नु, उसको स्वास्थ्य समस्यालाई संवेदनशीलतापूर्वक सम्बोधन गर्नु र उपचार प्रक्रियामा सम्मानजनक व्यवहार सुनिश्चित गर्नु हाम्रो व्यावसायिक कर्तव्य मात्र नभई मानवीय दायित्व पनि हो । यही विश्वासलाई केन्द्रमा राखेर चौतारा अस्पतालले उपलब्ध स्रोतसाधनको अधिकतम सदुपयोग गर्दै सेवाग्राहीलाई सहज, सुलभ, सुरक्षित र गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउन निरन्तर प्रयास गरिरहेको छ ।

स्वास्थ्य सेवा प्रत्येक नागरिकको आधारभूत अधिकार हो भन्ने मान्यतालाई आत्मसात् गर्दै अस्पतालले जातजाति, वर्ग, लिङ्ग, भूगोल, आर्थिक अवस्था वा सामाजिक हैसियतका आधारमा कुनै भेदभाव नगरी समानता, समावेशिता र मानवीय मर्यादामा आधारित सेवा प्रवाहलाई प्राथमिकता दिएको छ । विशेषतः दुर्गम भौगोलिक अवस्था, आर्थिक अभाव तथा अन्य सामाजिक कारणले स्वास्थ्य सेवाको पहुँचबाट वञ्चित हुन सक्ने नागरिकलाई आवश्यक स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउनु हाम्रो संस्थागत प्राथमिकता रहँदै आएको छ । उपचारात्मक सेवाका साथै रोगको रोकथाम, स्वास्थ्य प्रवर्द्धन, पुनर्स्थापनात्मक सेवा तथा जोखिममा रहेका समुदायको स्वास्थ्य आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्दै अस्पताललाई जनताको विश्वासिलो स्वास्थ्य संस्थाका रुपमा स्थापित गर्ने हाम्रो प्रयास निरन्तर जारी छ ।

सीमित स्रोतसाधन, जनशक्तिको आवश्यकता, विशेषज्ञ सेवाको विस्तार, उपकरण तथा पूर्वाधारको प्रभावकारी व्यवस्थापन र बढ्दो सेवाग्राहीको अपेक्षाबीच गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा सुनिश्चित गर्नु आफैंमा चुनौतीपूर्ण कार्य हो । तथापि, चुनौतीलाई कमजोरीका रुपमा मात्र नलिई सुधार र संस्थागत रुपान्तरणको अवसरका रुपमा ग्रहण गर्दै हामी अघि बढिरहेका छौं । उपलब्ध स्रोतसाधनको विवेकपूर्ण उपयोग, कार्यसम्पादनमा उत्तरदायित्व, सेवाग्राहीमैत्री व्यवहार, आन्तरिक समन्वय, सेवा प्रक्रियाको सरलीकरण तथा निरन्तर अनुगमन र मूल्याङ्कनमार्फत अस्पतालको सेवा प्रवाहलाई थप प्रभावकारी बनाउने हाम्रो प्रतिबद्धता रहेको छ । आगामी दिनमा विद्यमान चुनौतीहरुको यथार्थपरक विश्लेषण गर्दै प्राथमिकताका आधारमा समाधानका उपाय अवलम्बन गर्नुका साथै आवश्यक जनशक्ति, उपकरण, प्रविधि र पूर्वाधारको व्यवस्थापनका लागि सम्बन्धित निकायसँग समन्वय र सहकार्यलाई थप सुदृढ बनाइनेछ ।

यस यात्रामा बागमती प्रदेश सरकार, स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय, स्वास्थ्य निर्देशनालय, अस्पताल सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समिति तथा सम्बन्धित सरकारी निकायबाट प्राप्त मार्गदर्शन, सहयोग र सहकार्य महत्वपूर्ण रहँदै आएको छ । अस्पतालको संस्थागत विकास, सेवा विस्तार र गुणस्तर अभिवृद्धिमा निरन्तर सहयोग पुऱ्याउनुहुने सबै निकायप्रति म हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछु । त्यसैगरी, आफ्नो जिम्मेवारीलाई निष्ठापूर्वक निर्वाह गर्दै सेवाप्रवाहमा योगदान पुऱ्याउनुहुने चिकित्सक, नर्सिङ कर्मचारी, स्वास्थ्यकर्मी, प्रयोगशालाकर्मी, रेडियोग्राफी तथा अन्य प्राविधिक कर्मचारी, प्रशासनिक तथा आर्थिक शाखाका कर्मचारी,

सहयोगी कर्मचारी र सम्पूर्ण अस्पताल परिवारप्रति हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछु । तपाईंहरुको ज्ञान, सीप, परिश्रम, अनुशासन र सेवाभाव नै अस्पतालको कार्यसम्पादन र संस्थागत विश्वसनीयताका प्रमुख आधार हुन् ।

यसैगरी, अस्पतालको सेवा सुधार तथा विकासका लागि सहयोग, सुझाव र रचनात्मक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहुने स्थानीय तह, जनप्रतिनिधि, नागरिक समाज, सञ्चारकर्मी, सामाजिक संघसंस्था, विकास साझेदार तथा सम्पूर्ण सरोकारवालाप्रति आभार प्रकट गर्दछु । अस्पतालप्रति विश्वास राखी सेवा लिन आउनुहुने सम्पूर्ण सेवाग्राही तथा नागरिकप्रति पनि विशेष धन्यवाद व्यक्त गर्न चाहन्छु । तपाईंहरुको विश्वास, अपेक्षा, सुझाव र प्रतिक्रियाले हामीलाई आफ्ना कमजोरी पहिचान गर्न, सुधारका अवसर खोज्न र सेवाको गुणस्तर अझ उन्नत बनाउन निरन्तर प्रेरित गरिरहेका छन् ।

प्रस्तुत वार्षिक प्रतिवेदनलाई तथ्यपरक, व्यवस्थित र उपयोगी दस्तावेजका रुपमा तयार गर्न महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्ण कर्मचारी तथा प्रतिवेदन तयारीमा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपमा संलग्न सबैप्रति विशेष धन्यवाद व्यक्त गर्दछु । नियमित कार्यसम्पादनका अतिरिक्त विवरण सङ्कलन, अभिलेख व्यवस्थापन, तथ्याङ्क विश्लेषण तथा प्रतिवेदन लेखनमा देखाउनुभएको लगनशीलता, जिम्मेवारीबोध र समर्पण प्रशंसनीय छ । सामूहिक प्रयासबाट तयार भएको यस दस्तावेजले अस्पतालको उपलब्धिको यथार्थ चित्र प्रस्तुत गर्नुका साथै आगामी कार्यदिशा निर्धारण गर्न सहयोग पुऱ्याउने विश्वास लिएको छु ।

हामीले हासिल गरेका उपलब्धिप्रति गौरवान्वित हुँदै गर्दा सुधार गर्नुपर्ने पक्षहरुलाई पनि उत्तिकै इमानदारी र जिम्मेवारीका साथ स्वीकार गर्नु आवश्यक छ । संस्थागत उत्कृष्टता एकैपटक प्राप्त हुने उपलब्धि होइन, यो निरन्तर सिकाइ, सामूहिक प्रयास, प्रमाणमा आधारित निर्णय, पारदर्शी कार्यप्रणाली र सेवाग्राहीको आवश्यकतालाई केन्द्रमा राख्ने संस्कृतिबाट निर्माण हुने प्रक्रिया हो । त्यसैले चौतारा अस्पतालको आगामी यात्रा सेवा विस्तारमा मात्र सीमित नभई सेवाको गुणस्तर, सुरक्षा, प्रभावकारिता, पहुँच, निरन्तरता र नागरिक सन्तुष्टिमा समेत उल्लेखनीय सुधार ल्याउने दिशामा केन्द्रित रहनेछ । प्रविधिको उपयुक्त प्रयोग, जनशक्तिको क्षमता अभिवृद्धि, विभागीय समन्वय, प्रभावकारी स्रोत व्यवस्थापन र परिणाममुखी कार्यसम्पादनमार्फत अस्पताललाई थप विश्वसनीय, उत्तरदायी र सेवाग्राहीमैत्री संस्थाका रुपमा विकास गर्ने हाम्रो लक्ष्य रहेको छ ।

अन्ततः, अस्पतालप्रतिको हाम्रो दायित्व आजको आवश्यकता पूरा गर्नुमा मात्र सीमित छैन, भोलिको स्वस्थ, समुन्नत र समावेशी समाज निर्माणमा योगदान पुऱ्याउनु पनि हो । प्रत्येक नागरिकले आर्थिक कठिनाइ, भौगोलिक दूरी वा सामाजिक अवस्थाका कारण आधारभूत स्वास्थ्य सेवाबाट वञ्चित हुन नपरोस् प्रत्येक बिरामीले उपचारसँगै सम्मान, सहानुभूति र विश्वास प्राप्त गरोस् र चौतारा अस्पताल जनताको भरोसाको केन्द्रका रुपमा स्थापित होस् भन्ने हाम्रो साझा आकाङ्क्षा हो । यस आकाङ्क्षालाई व्यवहारमा रुपान्तरण गर्न अस्पताल परिवार सदैव प्रतिबद्ध रहनेछ ।

“सेवामा संवेदना, उपचारमा गुणस्तर, कार्यसम्पादनमा पारदर्शिता र उत्तरदायित्वमा दृढता” भन्ने मूल भावनाका साथ चौतारा अस्पताललाई अझ सक्षम, विश्वसनीय र उत्कृष्ट स्वास्थ्य संस्थाका रुपमा विकास गर्ने हाम्रो प्रतिबद्धता पुनः व्यक्त गर्दछु । गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको पहुँच विस्तार, सेवाग्राहीको विश्वास अभिवृद्धि र संस्थागत सुशासन सुदृढीकरणका लागि निरन्तर सुधारका प्रयासहरुलाई अझ प्रभावकारी बनाउँदै अघि बढ्ने विश्वास दिलाउन चाहन्छु ।

स्वस्थ नागरिक, समुन्नत समाज र गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको साझा लक्ष्य प्राप्तिका लागि हामी सबैको सहकार्य, समर्पण र प्रतिबद्धता निरन्तर रहिरहने अपेक्षासहित यस वार्षिक प्रतिवेदनप्रति रचनात्मक सुझाव, सहयोग र सद्भाव प्राप्त हुने विश्वास व्यक्त गर्दछु । धन्यवाद !

.....

डा. विवेक भण्डारी

मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोक

सिन्धुपाल्चोक जिल्ला : एक संक्षिप्त परिचय



सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको परिचय

यस जिल्लाको क्षेत्रफल २४४२ वर्ग किमि रहेको छ । यस जिल्लाको उत्तरमा चीनको स्वशासित क्षेत्र तिब्बत, पूर्वमा दोलखा, दक्षिणमा रामेछाप र काभ्रे, पश्चिममा काठमाडौं र नुवाकोट जिल्ला रहेका छन् । कुल २,६०,०२६ हेक्टर क्षेत्रफल भू-भागमा फैलिएको यस जिल्लाको कुल भू-भागमा ९६९३ हेक्टर हिउँले ढाकेको, २७,३३५ हेक्टर चट्टान, १५,००० हेक्टर बन अर्थात् जंगल क्षेत्र, १९,३०५ हेक्टर चरन क्षेत्र र ६६,७१६ हेक्टर अन्य जमिन छ । खेतीयोग्य जमिन ३२,९३३ हेक्टर रहेको छ । समुद्री सतहबाट करीब ६७१ मिटरदेखि ७०८६ मिटर उचाइमा रहेको यस जिल्लाको सदरमुकाम चौतारा सुमन्द्री सतहबाट १४१८ मिटरको उचाइमा छ । यहाँको अधिकतम तापक्रम ३२.५ डिग्री सेल्सियसदेखि न्यूनतम ५ डिग्री सेल्सियससम्म रहने गर्दछ । यहाँ औसत २६१.५ मिलिमिटर वर्षा हुने गर्दछ । सिन्धुपाल्चोक जिल्ला प्राकृतिक सम्पदा र सुन्दरताका दृष्टिले राष्ट्रको उत्कृष्ट जिल्लाहरूको दाँजोमा आउने हिमाली जिल्ला हो । यस जिल्लाको प्रमुख प्राकृतिक सम्पदाहरूमा जलस्रोत, जङ्गल, र हिमाली टाकुराहरू प्रमुख हुन् । यहाँ भोटेकोशी, सुनकोशी, इन्द्रावति, ब्रम्हायणि र मेलम्चीजस्ता प्रमुख नदीहरू छन् । पाँचपोखरी, भैरवकुण्ड र सूर्यकुण्ड नामक तीन प्रसिद्ध कुण्ड र सयौँभरि तातोपानी आइरहने तातोपानी धारा यहाँ रहेका छन् । बञ्जीजम्प स्थल, हेलम्बु तथा जिल्लाको उत्तरी भागमा १,१५,००० हेक्टर क्षेत्रफल ओगटेको लाम्टाङ बन्यजन्तु आरक्ष, उत्तरी भागमा ६,५३५ मिटर उचाइको

जुगल हिमाल र अन्य हिमाल रहेका छन् । त्यसैगरि इन्द्रावति नदीको फाँट, जलबिरे खोलाको फाँट र सुनकोशी नदीको वरीपरी जस्ता प्रख्यात पर्यटकीय स्थलहरू सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा पर्दछन् । कला, साहित्य र संस्कृतिका दृष्टिले समेत सिन्धुपाल्चोक अग्रणी जिल्लामा पर्दछ ।

उत्तरमा रहेको प्रमुख भन्सार विन्दु तातोपानी समेत यसै जिल्लामा पर्दछ । कोदारी लोकमार्ग चीनसँगको ब्यापारका लागि देशकै प्रमुख पारवहन मार्ग जिल्लाकै निम्ति गौरवको मार्ग हो । विनाशकारी भूकम्पपछि अवरूद्ध यो राजमार्ग हाल सञ्चालनमा आएको छ । धान, मकै, कोदो, गहुँ, जौ र फापर जिल्लाको मुख्य बाली हुन् । पर्यटकीय दृष्टिले सुकुटेमा जलयात्राका लागि दैनिक हजारौं पर्यटक आउने गर्दछन् । जलयात्राका दृष्टिले सुकुटेलाई उत्कृष्ट गन्तव्य मानिन्छ ।

यस जिल्लामा तामाङ, गुरूङ, लिम्बु, बाहुन, क्षेत्री, नेवार आदी समुदायका मानिसहरूको बसोबास रहेको छ। यी समुदायका मानिसहरूले विभिन्न धर्म मान्दै आएका छन्, जसमा बौद्ध धर्मावलम्वीहरूको बाहूल्यता छ । यहाँ वौद्ध, हिन्दू, क्रिश्चियन धर्म मान्ने मानिसहरू बसोबास गर्दछन् । लिस्तीकोट, उग्रचण्डी, त्रिपुरा सुन्दरी, पाल्चोक भगवती, कोटमौलो, गौरती भीमेश्वर मन्दिर तथा लार्के घ्याङ गुम्बा यहाँका प्रमूख धार्मिक स्थलहरू हुन् । सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा २ निर्वाचन क्षेत्र, ४ प्रदेश सभा क्षेत्र र १२ स्थानीय तहहरू रहेका छन् । १२ स्थानीय तहहरूमा चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका, बाह्रबीसे नगरपालिका, मेलम्ची नगरपालिका, त्रिपुरा सुन्दरी गाउँपालिका, हेलम्बु गाउँपालिका, भोटेकोशी गाउँपालिका, इन्द्रावती गाउँपालिका, जुगल गाउँपालिका, पाँचपोखरी थाङपाल गाउँपालिका, बलेफी गाउँपालिका, भोटेकोशी गाउँपालिका र लिसङ्खपाखर गाउँपालिका रहेका छन् ।

कसरी रह्यो सिन्धुपाल्चोक ?

नेपाललाई १४ अञ्चल र ७५ जिल्लामा विभाजन गर्नुअघि सिन्धुपाल्चोक जिल्ला 'पूर्व १ नम्बर' प्रशासनिक क्षेत्र अन्तर्गत पर्दथ्यो । काभ्रे र सिन्धुपाल्चोक दुवै इलाकाहरू समाहित 'पूर्व १ नम्बर' को मुख्य प्रशासनिक मुकाम चौतारा थियो, धुलिखेलमा चाहिँ छोटी मुकाम । जुन समयमा सिन्धुपाल्चोक 'पूर्व १ नम्बर' अन्तर्गत थियो, त्यसबेला प्रशासनिक सुविधाका लागि ४० वटा थुमहरू खडा गरिएका थिए । ती ४० थुमहरूभित्र 'सिन्धु' र 'पाल्चोक' नामका दुई वटा थुमहरू पनि थिए । तिनै दुई थुमहरूको योगबाट सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको नामाकरण भएको बुझिन्छ ।

सिन्धुपाल्चोकबारे केही किम्वदन्ती ऋषि विश्वामित्रको तपोवन पाँचपोखरीमा थियो । श्रृङ्ग ऋषि पनि हिमालका छेउमा तपस्या गरी बसेका थिए । एकपटक नारद उनलाई भेट्न गएछन् । ठण्डीले गर्दा नारदले चिसो पानीमा नुहाउन सकेनन् र श्रृङ्ग ऋषिले तातोपानीको धारा खोलिदिए ।

पर्वतराजकी छोरी पार्वती यहींका हिमचुलीहरूमा टेक्थिन् र खेल्थिन् । हिमवत खण्डमा जनाइए अनुसार उनी एक समय हिरण्यशेखर नामको पर्वतमा गइन् र त्यहाँ उनले सनातन नाम गरेका ऋषिलाई पूजा गरिन्, अनि दान दिइन् । त्यसबखत पार्वतीको ओठको छेउबाट पसिना खस्यो । अनि तुरून्तै पहेंलो रङ्गको भई नदी बनेर पहाडमा बग्यो, त्यही नदी सुनकोशी नदी हो । राजा इन्द्रले कुनै बेला स्वर्गको राजपाट सबै छोडेर नदीका तीरमा आई तपस्या गर्न लागे । उनी नहुँदा स्वर्गमा बाधा पऱ्यो र इन्द्राणी आई विलाप गर्न लागिन् । उनको विलाप सुनेर इन्द्रको मति फिरेछ । उनी फेरि स्वर्गमा गएर राजपाट सम्हाल्न थाले । इन्द्रको मति फिरेको हुनाले त्यस नदीको नाम इन्द्रावती नदी रह्यो ।

यसबाहेक इतिहासका विभिन्न नायक एवं पात्रहरूको नाम यस जिल्लाका देवस्थल, भूस्थल, युद्धस्थल र सीमास्थलसँग सन्दर्भित भएर आउँछन् । ती पात्रहरूमध्ये हेलम्बु निर्वासित भएकी राजराजेश्वरी (रणबहादुर शाहकी जेठी रानी) दुगुनागढी र बहादुर शाह, जनरल भीमसेन थापा र भोताङ, अभयानन्द स्वामीका नामले प्रख्यात जनरल रणवीरिसंह थापा, रणनैनेश्वर शिवालय र सिपा हवेली, तिब्बतसँग

सन्धि गरेर फर्केका काजी भीम मल्लस सुनकोशी एवं इन्द्रावती संगममा क्रुरतापूर्वक उनको हत्या र उनकी पत्नीको श्राप आदि शताब्दीयौंसम्म नर्बिसने महत्वपूर्ण घटनाहरू हुन् ।

सिन्धुपाल्चोकबारे केही तथ्यहरू

क्षेत्रफलको आधारमा यो जिल्ला प्रदेश नं.-३ का १३ जिल्लामध्ये सबैभन्दा ठूलो जिल्ला हो । चीनसँग सडकमार्ग भएर जोड्ने महत्वपूर्ण ब्यापारिक नाका तातोपानी यसै जिल्लामा पर्दछ । काठमाडौबाट सबैभन्दा नजीक मानिएको जुगल हिमाल यसै जिल्लामा पर्दछ । साँगाचोकगढी जिल्लाको एक ऐतिहासिक र सामरिक महत्वको ठाउँ मानिन्छ ।

मुलुकमा नै सबैभन्दा बढी सन्यासीहरूको बसोबास भएको जिल्ला पनि सिन्धुपाल्चोक हो । ठूलो धादिङले रामेछाप, दोलखा र सिन्धुपाल्चोक जिल्लालाई जोड्छ । भोटेकोशीमा रहेको विश्वमा नै साहसिक खेल मानिने १६० मिटर अग्लो बञ्जीजम्प यसै जिल्लामा पर्दछ । सिन्धुपाल्चोकका प्रमूख व्यापारिक केन्द्रहरूमा तातोपानी, बाह्रबिसे, स्याउले बजार, चौतारा, खाडीचौर, लामोसाँघु, जलबिरे, मेलम्ची, नवलपुर, चनौटे, तिपेनी, मुडे, बलेफी, सुकुटे, बाहुनेपाटी, सिक्रे, चेहेरे आदि, साँगाचोक आदि रहेका छन् । जिल्लाका प्रमुख नदीनालाहरू इन्द्रावती, भोटेकोशी, सुनकोशी नदीहरूदेखि बलेफी (ब्रम्हायणी), मेलम्ची, सिन्धुखोला, गोहोरेखोला, झ्याँडीखोला, हाँडिखोला, मादेवखोला, तौथलीखोला, वाफलखोला आदि हुन् । सिन्धुपाल्चोकमा पाँचपोखरी, सिपाखोला, भैरवकुण्ड, गुम्वा ताल, सूर्यकुण्ड, नौलिङ्ग कुण्ड, धुप कुण्ड, गुन्यु ताल आदी प्रमुख ताल तथा पोखरीहरू रहेका छन् । २०७२ मा आएको विनाशकारी भूकम्पले सबैभन्दा बढी धनजनको क्षति भएको सिन्धुपाल्चोक जिल्ला हाल तीव्र पुनर्निर्माणको प्रक्रियामा अघि बढिरहेको छ ।

जिल्लाको मौसमी अवस्था :- समुद्रि सतहबाट करिब ६७१ मिटर देखि ७०८६ मिटर उचाईमा रहेको यस जिल्लाको सदरमुकाम चौतारा सुमन्द्रि सतहबाट १४१८ मिटरको उचाइमा र यहाको अधिकतम तापक्रम ३२.५ डिग्रि सेल्सियस देखि न्युनतम ५ डिग्रि सेल्सियस रहेको र औषत २६१.५ मिलि मिटर बर्षा हुने गर्दछ ।

जिल्लाको प्राकृतिक अवस्था :- सिन्धुपाल्चोक जिल्ला प्राकृतिक सम्पदा र सुन्दरताका दृष्टिले राष्ट्रको उत्कृष्ट जिल्लाहरूको दांजोमा आउँदछ । यस जिल्लाको प्रमुख प्राकृतिक सम्पदाहरूमा जलस्रोत, जङ्गल, र हिमाली टाकुराहरू प्रमुख हुन् । भोटेकोशी, सुनकोशी, ईन्द्रावति, ब्रम्हायणि र मेलम्ची जस्ता प्रमुख नदी हरू तथा पांचपोखरी, भैरवकुण्ड र सुर्यकुण्ड नामक तीन प्रसिद्ध कुण्ड र संधैभरी तातोपानि आईरहने तातोपानी धारा, बञ्जीजम्प स्थल ,हेलम्बु तथा जिल्लाको उत्तरी भागमा १,१५,००० हेक्टर क्षेत्रफल ओगटेको लाम्टाङ बन्यजन्तु आरक्ष, उत्तरी भागमा ६,५३५ मिटर उचाईको जुगल हिमाल र अन्य हिमाल रहेको छन् भने ईन्द्रावति नदीको फाँट, जलबिरे खोलाको फांट र सुनकोशी नदीको वरीपरी जस्ता सुबिख्यात पर्यटकिय स्थलहरू, कला, साहित्य र संस्कृतिले जिल्लाको पहिचानलाई देशभित्र र बाहिर समेत स्थापित गरेको जसको कारणले गर्दा यस जिल्लालाई प्राकृतिक तथा पर्यटकीय दृष्टिकोणले उत्कृष्ट मानिन्छ ।

जिल्लाको व्यापारीक अवस्था : उत्तरमा रहेको प्रमुख भन्सार बिन्दु तातोपानी समेत यसै जिल्लामा पर्दछ । कोदारी लोकमार्ग चीनसंगको ब्यापारका लागि देशकै प्रमुख पारवहन मार्ग जिल्लाकै निम्ति गौरब गर्ने विषय हो ।

जिल्लाको धार्मिक अवस्था : यस जिल्लामा तामाङ, गुरूङ, लिम्बु, बाहुन, क्षेत्री, नेवार आदी समुदायका मानिसहरूको बसोबास रहेको छ । यी समुदायका मानिसहरूले विभिन्न धर्महरू अवलम्वन गरेको पाईन्छ जसमा बौद्ध धर्मावलम्वीहरूको वाहुल्यता रहेको छ । यसका साथै हिन्दु , क्रिस्चियन धर्म मान्ने वर्गहरूको पनि बसोबास रहेको पाईन्छ । लिस्तिकोट, उग्रचण्डि, त्रिपुरासुन्दरी, पाल्चोक भगवति,कोटमौलो, गौरति भिमेश्वर मन्दिर तथा लार्के घ्याङ गुम्बा सम्बन्धित समुदायका धार्मिक आस्थाको केन्द्रको रूपमा रहेका छन् ।

जिल्लाको राजनैतिक अवस्था : यस जिल्लामा संघीय निर्वाचन क्षेत्र २ वटा र प्रदेश निर्वाचन क्षेत्र - ४ वटा रहेका छन् । जिल्लाका १२ स्थानीय तहमध्ये ३ वटा नगरपालिका र ९ वटा गाउँपालिका छन् । चौतारासाँगाचोकगढी, बाह्रबिसे र मेलम्ची नगरपालिका हुन् भने ईन्द्रावती, जुगल, भोटेकोशी, सुनकोशी, लिसंखुपाखर, त्रिपुरासुन्दरी, पाँचपोखरी थाङ्पाल, हेलम्बु र बलेफी गाउँपालिका हुन् ।

चौतारा अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति : संक्षिप्त परिचय

अस्पतालको साधन श्रोत व्यवस्थापन र परिचालन गरि गुणस्तरिय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न, स्वास्थ्य सेवाको बिस्तार, विकास र प्रभावकारीता बढाई नागरिकलाई गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको प्रत्याभूति दिई अस्पताल संचालन गर्न विगतमा अस्पताल विकास तथा सहयोग समिति रहेकोमा वि.सं. २०६० फाल्गुन ६ गते देखि अस्पताल विकास समितिमा रूपान्तरण गरिएको पाइन्छ । संघीयता कार्यान्वयन भएपछि यो अस्पतल प्रदेश सरकार मातहत रहन गयो । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको मिति २०७५/०४/०६ को मन्त्रि परिषदको निर्णयानुसार श्रावण २०७५ देखि सम्पूर्ण विकास समितिहरू विघटन को साथै सामाजिक विकास मन्त्रालय, बागमती प्रदेश को मिति २०७५/०४/१० को निर्णयानुसार अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेण्डेण्ट को अध्यक्षतामा तदर्थ समिति गठन भई नियमित कार्य संचालन गर्दै आइरहेको र मिति २०७५ कार्त्तिक ३० गते बागमती प्रदेश सरकार मन्त्रिपरिषदको निर्णय अनुसार "प्रदेश भित्रका अस्पतालको संचालन र व्यवस्थापन आदेश २०७५" स्वीकृत भई कार्यान्वयनमा आएकोमा मिति २०८१/०८/२४ गते प्रदेश स्वास्थ्य संस्था संचालन तथा व्यवस्थापन समिति सम्बन्धी नियमावली २०८१ प्रकाशित भई नयाँ अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति गठनभई कार्य सम्पादन भईरहेको छ । विभिन्न कार्यकालमा अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समितिमा रहेका पदाधिकारीहरूको विवरण अनुसुची २ मा राखिएको छ भने समितिको काम, कर्तव्य र अधिकार निम्नानुसार रहेको छ :

१. अस्पतालको व्यवस्थापन र सञ्चालन गर्ने ।
२. अस्पतालको विकास आवश्यक सम्बन्धमा दीर्घकालीन तथा अल्पकालीन नीति, योजना तथा कार्यक्रम तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गर्ने वा गराउने ।
३. समितिको वार्षिक बजेट र कार्यक्रम स्वीकृत गर्ने ।
४. अस्पतालको भौतिक सम्पत्तिको रेखदेख, संरक्षण तथा मर्मत सम्भार गर्ने ।
५. अस्पतालबाट प्रदान गरिने सेवाको सञ्चालन, सुधार र विस्तारका लागि आवश्यक पर्ने स्रोत र साधनको पहिचान तथा खोजी गर्ने ।
६. वहिरङ्ग तथा अन्तरङ्ग चिकित्सा सेवा, प्रयोगशाला तथा अन्य सेवा उपलब्ध गराए वापत शुल्क निर्धारण गर्ने ।
७. अस्पतालमा गरेका कार्यको समिक्षा गर्ने र आवश्यक निर्णय लिने ।

८. जनशक्तिको वृत्ति विकासमा आवश्यक कार्य गर्ने ।
९. समितिको कार्य सञ्चालनको लागि आवश्यकता अनुसार उपसमिति वा कार्यटोली गठन गरी त्यस्तो उपसमिति वा कार्य टोलीको काम, कर्तव्य र अधिकार तथा कार्यविधि तोक्ने ।
१०. समितिको उद्देश्य प्राप्तिको लागि आवश्यक पर्ने अन्य कार्य मन्त्रालयको स्वीकृती लिई गर्ने, गराउने ।
११. अस्पतालको लागि आवश्यक स्रोत तथा साधन व्यवस्था गर्ने ।
१२. अस्पतालको सेवा शुल्क निर्धारण गर्ने ।
१३. आर्थिक रूपमा असहाय तथा असक्षम मानिने बिरामी सम्बन्धी मापदण्ड तयार गर्ने ।
१४. आर्थिक रूपमा असहाय तथा असक्षम मानिने बिरामी को लागि निः शुल्क उपचारको व्यवस्थापन गर्ने ।
१५. तोकिए बमोजिमको अन्य कार्यहरू गर्ने ।

प्रदेश सरकार गठन पश्चातका अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समितिका अध्यक्षहरूको विवरण

सि.नं.	नाम, थर	ठेगाना	देखि	सम्म
१	इश्वरी प्रसाद श्रेष्ठ	चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. ५ सिन्धुपाल्चोक	२०७५/०८/२८	२०७८/१०/२६
२	टंक बहादुर कार्की	चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. १ सिन्धुपाल्चोक	२०७८/१०/२८	२०८१/०९/०९
३	केशव राज गिरी	चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. ११ सिन्धुपाल्चोक	२०८१/०९/०९	हाल सम्म

हाल अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समितिमा रहेका पदाधीकारीहरू

१. अध्यक्ष - श्री केशव राज गिरी - अध्यक्ष, अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति
२. सदस्य - श्री रामप्रसाद गौतम, कार्यपालिका सदस्य, चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका
३. सदस्य - श्री ध्रुवलाल श्रेष्ठ - चौतरा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. ५
४. सदस्य - श्री निमेश श्रेष्ठ - चौतरा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. ५
५. सदस्य - श्री निरन्जन पाख्रिन - प्रशासकीय अधिकृत, जिल्ला प्रशासन कार्यालय
६. सदस्य - श्री महेश तिमल्सिना - कोष नियन्त्रक, कोष तथा लेखा नियन्त्रक कार्यालय
७. सदस्य - श्री दुर्गा बजगाई - प्रमख, जनस्वास्थ्य कार्यालय सिन्धुपाल्चोक
८. सदस्य - डा.धन बहादुर श्रेष्ठ - अस्पताल चिकित्सक, चौतारा अस्पताल
९. सदस्य - श्री सिता श्रेष्ठ - अस्पताल नर्सिङ प्रमुख, चौतारा अस्पताल
१०. सदस्य सचिव- डा. विवेक भण्डारी - मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट, चौतारा अस्पताल

चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोक

१. परिचय

नेपालको बागमती प्रदेशअन्तर्गत सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको प्रशासनिक केन्द्र चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका-५ मा अवस्थित चौतारा अस्पताल यस सम्पूर्ण भूभागको एक प्रमुख, भरपर्दो र जनआस्थाको केन्द्रको रुपमा स्थापित स्वास्थ्य संस्था हो । भौगोलिक रुपमा विषम र दुर्गम धरातलीय बनावटका साथै ठूलो जनसंख्या रहेको यस क्षेत्रका नागरिकहरूलाई आधारभूत तथा विशेषज्ञ स्वास्थ्य सेवा निरन्तर उपलब्ध गराउनु यस अस्पतालको प्रमुख दायित्व रहँदै आएको छ । स्थापनाकालदेखि नै अस्पतालले सामाजिक उत्तरदायित्वलाई आत्मसात् गर्दै सर्वसुलभ, समावेशी, समन्यायिक र उच्च गुणस्तरको स्वास्थ्य सेवा प्रवाहमा अहम् भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ ।

वि.सं. २०३१ मा जिल्लास्तरको प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गर्ने उद्देश्यका साथ १५ शैया (Bed) बाट सेवा शुभारम्भ गरेको यस अस्पतालले पाँच दशक लामो यात्रा तय गरिसकेको छ । समयको माग, बढ्दो जनसंख्याको चाप र प्रविधिको विकाससँगै अस्पतालले आफ्ना सेवा, संरचना र जनशक्तिमा व्यापक विस्तार तथा सुधार गर्दै लगेको छ ।

अस्पतालको नाममा हाल १३ रोपनी, २ आना, १ दाम क्षेत्रफलको आधिकारिक सरकारी जग्गा कायम रहेको छ । यो पर्याप्त जग्गा तथा भौतिक संरचनाले अस्पतालको दीर्घकालीन विकास, सेवा विस्तार र आधुनिक चिकित्सा प्रविधि भित्राउनको लागि बलियो आधारस्तम्भ खडा गरेको छ ।

सुरूवाती अवस्थाको सीमित साधन-स्रोतका बिच सञ्चालित यस अस्पतालले कालान्तरमा भौतिक पूर्वाधार निर्माण, आधुनिक चिकित्सकीय उपकरणको जडान, दक्ष तथा विशेषज्ञ जनशक्तिको व्यवस्थापन र सेवा सञ्चालन प्रकियामा उल्लेखनीय फड्को मारेको छ । आपत्कालीन सेवा, मातृ तथा बाल स्वास्थ्य सेवा, निदान सेवा लगायतका विभिन्न उपचारात्मक तथा निरोधात्मक सेवाहरूलाई अझ प्रभावकारी र प्रविधिमैत्री बनाउँदै लगिएको छ ।

विगतका सिकाइ र अनुभवहरूलाई जग मान्दै चौतारा अस्पतालले आगामी दिनमा आफ्ना सेवाहरूलाई अझ बढी प्रविधिमैत्री, जनमुखी र गुणस्तरीय बनाउँदै समग्र सिन्धुपाल्चोक तथा छिमेकी जिल्लाहरूका नागरिकका लागि समेत एक उत्कृष्ट र भरपर्दो प्रेषण केन्द्रका रुपमा विकास गर्ने दीर्घकालीन लक्ष्य लिएको छ ।

२. ऐतिहासिक पृष्ठभूमि र विकासक्रम

स्थापनाकालमा जिल्लास्तरीय स्वास्थ्य संस्थाका रुपमा सेवा प्रवाह गर्दै आएको चौतारा अस्पतालले देशको सङ्घीय संरचनासँगै महत्वपूर्ण प्रशासनिक मोडहरू पार गरेको छ । मुलुकमा स्थानीय तहको पुनःसंरचना भएसँगै सुरूवाती चरणमा यस अस्पतालको व्यवस्थापन तथा सञ्चालन चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका मातहत रहेको थियो । तत्पश्चात, स्वास्थ्य सेवाको दायरा विस्तार गर्ने र जिल्लाभरका नागरिकलाई एकीकृत सेवा प्रदान गर्ने उद्देश्यका साथ बागमती प्रदेश सरकार, सामाजिक विकास मन्त्रालयले वि.सं. २०७५ मा यस अस्पताललाई

सिन्धुपाल्चोक जिल्लास्तरीय चौतारा अस्पतालको रुपमा पुनः नामाकरण गर्दै प्रदेशस्तरीय अस्पतालको आधिकारिक मान्यता प्रदान गऱ्यो । यस निर्णयसँगै अस्पतालको प्रशासनिक हैसियत वृद्धि हुनुका साथै सेवा क्षेत्र, जनशक्ति र बजेट व्यवस्थापनमा समेत नयाँ आयाम थपियो ।

वि.सं. २०७२ वैशाख १२ गते गएको विनाशकारी भूकम्प र त्यसपछिका पराकम्पहरूका कारण चौतारा अस्पतालको साबिकको ऐतिहासिक तथा भौतिक संरचना पूर्ण रुपमा क्षतिग्रस्त भयो । आपत्कालीन अवस्थामा टेन्ट र अस्थायी संरचनाबाट सेवा प्रवाह गर्नुपर्ने कठिन परिस्थितिका बिच, अस्पतालको स्थायी पुनःनिर्माणका लागि नेपाल सरकार र चीन सरकारबिच विशेष द्विपक्षीय सम्झौता भयो । सोही सम्झौताबमोजिम चिनियाँ निर्माण कम्पनीको प्राविधिक तथा निर्माण विशेषज्ञतामा अस्पतालको भव्य, भूकम्पप्रतिरोधी र अत्याधुनिक नयाँ भौतिक संरचनाको निर्माण सम्पन्न गरिएको हो ।

चिनियाँ सहयोगमा निर्मित नवनिर्मित भवनमा कूल ३९ वटा सर्वसुविधासम्पन्न कक्षहरू (कोठाहरू) रहेका छन् । यो नयाँ भौतिक पूर्वाधार स्वास्थ्य सेवा प्रवाहका दृष्टिले अत्यन्तै सुरक्षित, अपाङ्गतामैत्री, प्रविधिमैत्री र व्यवस्थित रहेको छ । हाल अस्पतालका सम्पूर्ण उपचारात्मक, निरोधात्मक, प्रशासनिक तथा निदान सम्बन्धी सेवाहरू यसै नवनिर्मित अत्याधुनिक संरचनाबाट एकीकृत रुपमा सञ्चालन भइरहेका छन् । यस नयाँ पूर्वाधारले सिन्धुपाल्चोक तथा आसपासका सर्वसाधारणलाई सुरक्षित र उच्चस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न ठूलो योगदान पुऱ्याएको छ ।

३. संरचना र संगठनात्मक व्यवस्था

वि.सं. २०७५ पछि यस अस्पतालको सांगठनिक एवं भौतिक संरचनामा उल्लेखनीय विस्तार र सुदृढीकरण गरिएको छ। बागमती प्रदेश मन्त्रिपरिषद्को मिति २०८०/०९/०३ को निर्णयानुसार यस अस्पताललाई ५० शैयाको अस्पतालका रुपमा स्तरोन्नति गरिएको हो। नयाँ स्वीकृत संगठन संरचना तथा दरबन्दी बमोजिम हाल अस्पतालमा कुल ६३ जनाको स्थायी दरबन्दी कायम गरिएको छ ।

स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर अभिवृद्धिमा अस्पतालले निरन्तर जोड दिँदै आएको छ । सोही प्रयासस्वरुप सेकेन्डरी 'ए' लेभल अस्पतालअन्तर्गत सञ्चालित न्यूनतम सेवा मापदण्ड (MSS) को मूल्याङ्कनमा अस्पतालले ९६ प्रतिशत प्राप्ताङ्क हासिल गरी बागमती प्रदेशभित्रै प्रथम स्थान प्राप्त गर्न सफल भएको छ। यो सफलता अस्पतालको प्रभावकारी व्यवस्थापन, गुणस्तरीय सेवा प्रवाह र समर्पित जनशक्तिको सामूहिक प्रयासको परिणाम हो ।

यद्यपि, स्वीकृत दरबन्दी अनुसारका सबै पदहरू हालसम्म पूर्ण रुपमा पदपूर्ति हुन सकेका छैनन् । साथै, अस्पतालको बढ्दो कार्यचाप, आधुनिक प्रविधिको प्रयोग र विशिष्टीकृत सेवाको दायरा विस्तार भएसँगै स्वीकृत दरबन्दीको जनशक्ति मात्रले २४ सै घण्टा प्रभावकारी सेवा सञ्चालन गर्न कठिन देखिएको छ । तसर्थ, सेवा प्रवाहलाई निर्वाध, सर्वसुलभ र गुणस्तरीय बनाउन अस्पताल विकास समिति तथा विभिन्न कार्यक्रमिक स्रोतहरूबाट स्वास्थ्यकर्मी एवम् अन्य कर्मचारीहरूलाई करार सेवामा व्यवस्थापन गरी सेवा निरन्तर सञ्चालन गरिँदै आएको छ ।

आगामी दिनहरूमा अस्पताललले आफ्ना भौतिक पूर्वाधार, आधुनिक स्वास्थ्य उपकरण तथा दक्ष जनशक्तिको थप व्यवस्थापन गर्दै स्थानीय एवं प्रादेशिकस्तरमा अझ विश्वसनीय र स्तरीय उपचार सेवा प्रदान गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दछ ।

प्रदेश सरकार गठन पश्चातका कार्यालय प्रमुखहरूको विवरण

सि.नं.	पद	नाम, थर	ठेगाना	देखि	सम्म
१	बरिष्ठ कन्सल्टेन्ट मेडिकल जनरलिष्ट	डा. पोमावती थापा	काठमाडौ	२०७४/०७/१२	२०७६/०५/१२
२	निमित्त मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	डा. अमित प्रजापती	भक्तपुर	२०७६/०५/१६	२०७७/११/२९
३	निमित्त मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	डा. करूणा बज्राचार्य	ललितपुर	२०७८/०१/१२	२०७८/१२/२०
४	बरिष्ठ कन्सल्टेन्ट मेडिकल जर्नलिष्ट	डा. त्रिभुवन चन्द्र झा	काठमाडौ	२०७८/१२/२०	२०८०/०५/३१
५	मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	डा. गगन अधिकारी	काठमाडौ	२०८०/०६/२१	२०८०/१२/०१
६	निमित्त मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	डा. रूद्रमणि भण्डारी	गुल्मी	२०८०/१२/०१	२०८३/०१/०९
७	मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	डा. विवेक भण्डारी	गुल्मी	२०८३/०१/११	

अस्पतालमा बाट प्रदान गरिने सेवाहरू

चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको सदरमुकाम चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. ५ मा अवस्थित ५० शैयाको प्रादेशिक अस्पताल हो । यस अस्पतालवाट प्रदान गरिने सेवाहरू तपिशल अनुसार रहेको सम्पूर्ण सेवाग्राहीहरूमा जानकारी गराइन्छ ।

४. प्रमुख स्वास्थ्य सेवा क्षेत्रहरू

४.१. बहिरंग सेवा (OPD) : हप्ताको ५ दिन सञ्चालन हुने बहिरंग सेवामा विभिन्न विशेषज्ञ सेवाहरू उपलब्ध छन् । यहाँ सेवा प्रवाह भइरहेका प्रमुख सेवाहरू यस्ता छन् :

- सामान्य चिकित्सा सेवा
- जनरल सर्जरी विशेषज्ञ सेवा
- हाडजोर्नी तथा नशा रोग विशेषज्ञ सेवा
- मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ सेवा
- छाला रोग विशेषज्ञ सेवा
- जनरल फिजिसियन विशेषज्ञ सेवा
- मुटुरोग विशेषज्ञ सेवा (महिनामा एक पटक)
- नाक, कान, घाँटी (ENT) सेवा (महिनामा एक पटक)
- बाल रोग विशेषज्ञ सेवा (महिनामा एक पटक)
- दन्त (Dental) सेवा
- आँखा सेवा

४.२. **अन्तरंग सेवा (IPD)** : ५० शैयाको संरचनासँगै अन्तरंग सेवामा समेत व्यापक सुधार गरिएको छ । बिरामीलाई भर्ना गराई दीर्घकालीन सेवा, निगरानी तथा उपचार सेवा प्रदान गरिन्छ ।

४.३. **आकस्मिक सेवा** : २४ सै घण्टा सञ्चालनमा रहेको आकस्मिक सेवा (Emergency Service) मार्फत तुरून्त उपचार आवश्यक बिरामीलाई सेवा दिइन्छ । यसमा प्राथमिक उपचारदेखि विशेषज्ञ परामर्शसम्मका सेवा उपलब्ध छन् ।

४.४. **शल्यक्रिया सेवा (Surgical Service)** : सामान्यदेखि विशेष शल्यक्रिया सेवा उपलब्ध छ । दक्ष जनशक्ति र आवश्यक उपकरणको प्रयोग गर्दै समयमै शल्यक्रिया सेवा प्रदान गरिन्छ ।

४.५. **प्रसूति सेवा (Maternity Services)** : गर्भवती महिला तथा नवजात शिशुको सेवा लक्षित प्रसूति कक्ष सुसज्जित छ । सुरक्षित प्रसूति तथा नवजात स्याहारमा चौतारा अस्पताल एक प्रमुख केन्द्र हो ।

४.६. **रेडियोलोजी सेवा** :

- एक्स-रे
- भिडियो एक्स-रे (Ultrasound)
- इको (Echo) जस्ता रेडियोलोजिकल सेवाहरू सञ्चालित छन् ।

४.७. **प्रयोगशाला सेवा** : रक्त, मूत्र, मल तथा अन्य नमूनाको परीक्षणसम्बन्धी सेवा उपलब्ध गराइन्छ । रोगको यथार्थ पहिचानमा प्रयोगशाला सेवाको महत्वपूर्ण भूमिका रहँदै आएको छ ।

४.८. **फिजियोथेरापी सेवा** : आन्तरिक चोटपटक, नशा, हाड र स्नायु समस्यामा फिजियोथेरापी सेवाले राहत पुऱ्याउने कार्य गरिरहेको छ ।

४.९. **हेमोडायलाइसिस सेवा** : मृगौंला रोगीहरूका लागि हेमोडायलाइसिस सेवा उपलब्ध गराइएको छ, जुन यस क्षेत्रको लागि जीवनरक्षक सुविधा हो ।

४.१०. **२४ सै घण्टा फार्मेसी सेवा** : अस्पतालमा उपलब्ध औषधि फार्मेसी काउण्टरबाट सुलभ रुपमा उपलब्ध गराइन्छ । औषधिको गुणस्तर सुनिश्चित गर्न नियमित निगरानी गरिन्छ ।

५. सञ्चालनमा रहेका प्रमुख कार्यक्रमहरू

चौतारा अस्पतालमा विभिन्न सरकारी तथा साझेदार कार्यक्रमहरूको सफल कार्यान्वयन हुँदै आएको छ । तीमध्ये प्रमुख कार्यक्रमहरू निम्नानुसार छन् ।

५.१. **आमा सुरक्षा कार्यक्रम (CEONC)** : २४ सै घण्टा सञ्चालन हुने यो कार्यक्रम सुरक्षित प्रसूति तथा नवजात सेवा सुनिश्चित गर्न लक्षित छ ।

५.२. **एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र (OCMC)** : लैंगिक हिंसा तथा पारिवारिक हिंसा पीडितलाई तत्काल सेवा दिने केन्द्र २४ सै घण्टा संचालनमा रहेको छ ।

५.३. **शीघ्र कुपोषण पुनस्थापना कार्यक्रम** : कुपोषणको शिकार भएका बालबालिकालाई पोषण पुनर्स्थापना सेवा प्रदान गरिन्छ ।

५.४. **एचआईभी परामर्श तथा उपचार सेवा (ART)** : एचआईभी संक्रमितहरूलाई परामर्श, औषधि र स्वास्थ्य निगरानी प्रदान गरिन्छ ।

५.५. **क्षयरोग उपचार सेवा** : क्षयरोग Mycobacterium tuberculosis जीवाणुका कारण हुने संक्रामक रोग हो, जसले प्रायः फोक्सोलाई असर गर्छ । यसको लक्षणमा लगातार खोकी, रगतसहित कफ, तौल घट्नु र राति पसिना आउनु पर्दछन्। यसलाई ६-९ महिना निरन्तर औषधि सेवनद्वारा पूर्ण रुपमा निको पार्न सकिन्छ ।

५.६. **स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम** : स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम अन्तर्गत सेवा लिने बीमित नागरिकले कम खर्चमा सेवा प्राप्त गर्न सक्छन् ।

५.७. **सामाजिक सेवा इकाई** : आर्थिक अवस्था कमजोर भएका व्यक्तिहरूलाई निःशुल्क वा सहुलियत सेवा प्रदान गर्ने व्यवस्थापन गरिन्छ ।

५.८. **मुख्यमन्त्री जनता स्वास्थ्य परीक्षण कार्यक्रम** : नागरिकको नियमित स्वास्थ्य परीक्षण तथा जनचेतना अभिवृद्धिको उद्देश्यले यो कार्यक्रम संचालनमा छ ।

५.९. **मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य क्लिनिक (MCH)**: परिवार योजना र सुरक्षित गर्भपतन सेवा : मातृशिशु स्याहार, परिवार नियोजन तथा सुरक्षित गर्भपतन सम्बन्धी सेवाहरू नियमित सञ्चालनमा छन् ।

५.१०.**नवजात शिशु स्क्रिनिङ कार्यक्रम (Neonatal Screening Programme)**: नवजातमा हुने सम्भावित जन्मजात रोगहरूको पहिचानका लागि स्क्रिनिङ सेवा उपलब्ध छ ।

६. भविष्यको योजना र सम्भावना :

चौतारा अस्पताल भविष्यमा १०० शैयाको क्षेत्रीय अस्पताल बनाउने लक्ष्यमा अघि बढिरहेको छ । सेवा विस्तार, जनशक्ति वृद्धि, अत्याधुनिक प्रविधिको प्रयोग तथा ग्रामीण भेगसम्म सेवा पुऱ्याउने उद्देश्यका साथ अस्पतालले आफ्नो रणनीति बनाइरहेको छ ।

यद्यपि स्रोत र साधन अझै सीमित छन्, तथापि उपलब्ध स्रोतहरूको अधिकतम उपयोग गर्दै चौतारा अस्पतालले बागमती प्रदेशका अन्य अस्पतालहरूका लागि उदाहरणीय भूमिका निर्वाह गरिरहेको छ ।

७. निष्कर्ष

सिन्धुपाल्चोक जिल्ला, जुन भौगोलिक दृष्टिले विकट र आपतकालिन जोखिमहरूबाट प्रभावित क्षेत्र हो, त्यहाँ चौतारा अस्पताल स्थानीय जनताका लागि आशाको केन्द्र बनिरहेको छ । स्वास्थ्य सेवा पहुँच, गुणस्तर, समावेशिता र नवप्रवर्तनका दृष्टिले चौतारा अस्पतालले उल्लेखनीय प्रगति गरिसकेको छ ।

यस अस्पतालको सुदृढ भौतिक संरचना, निष्ठावान मानव संसाधन, विशेषज्ञ सेवा, र सरकारको नीति समर्थनसहित चौतारा अस्पताल प्रदेशमै उत्कृष्ट स्वास्थ्य सेवा केन्द्रका रुपमा स्थापित हुँदै गएको छ । आगामी दिनमा अझ विस्तार, नवप्रवर्तन र समुदाय केन्द्रित सेवा विस्तारका साथ चौतारा अस्पताल देशकै उत्कृष्ट प्रदेशस्तरीय अस्पताल बन्ने अपेक्षा गर्न सकिन्छ ।

अस्पतालले प्रदान गर्ने सेवा अनुसारको शैया विवरण

स्वीकृत संख्या : ५०

हाल संचालनमा रहेको जम्मा शैया : ६२

Description	Total		Description	Total
Sanctioned beds	50		Geriatric/Nutrition Rehabilitation centre	5
Total operational beds	62		Pediatric	6
In Patient Department	32		Dialysis	5
Medicine	8		CAC /PAC/ OCMC	4
Maternity	7		Surgical	6
ICU beds			OT beds	4
NICU beds			विपन्न नागरिकका लागि शैया संख्या	5
SNCU	5		**Grand Total**	62
Emergency	7			

अस्पतालवाट संचालित एम्वुलेन्स/शव बहान संख्या

एम्बुलेन्स : १ वटा

शव बाहन : १ वटा

Chautara Hospital Organogram



५० शैया अस्पतालको लागि बागमती प्रदेश सरकारद्धारा स्वीकृत स्थायी कर्मचारीको दरवन्दी विवरण

सि. नं.	पद	तह	सेवा	समूह	दरवन्दी संख्या	कार्यरत		रिक्त
						स्थायी	करार	
१	मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	९/१०	स्वास्थ्य	९/१०	१			१
२	क.ज.फिजिसियन	९/१०	स्वास्थ्य	मेडिसिन	१	१		
३	क. अब्स्ट्रेटिसियन तथा गाइनेकोलोजिष्ट	९/१०	स्वास्थ्य	अब्स.गाईने	१			१
४	क. पेडीयाट्रेसियन	९/१०	स्वास्थ्य	पेडियाट्रीक्स	१			१
५	क. अर्थोपेडिक्स सर्जन	९/१०	स्वास्थ्य	सर्जरी/अर्थो	१			१
६	क. जनरल सर्जन	९/१०	स्वास्थ्य	सर्जरी	१		१	
७	मेडिकल अधिकृत	८	स्वास्थ्य	ज.हे.स.	६	१	५	
८	डेन्टल सर्जन	८	स्वास्थ्य	डेन्ट्रिस्टी	१			१
९	नर्सिङ अधिकृत	७	स्वास्थ्य	जनरल नर्सिङ	१		१	
१०	मेडिकल ल्याव टेक्नोलोजिष्ट	७	स्वास्थ्य	मे.ल्या.टे	१	१		
११	एनेस्थेटिक सहायक	५	स्वास्थ्य	विविध	१	१		
१२	फार्मेसी सहायक	५	स्वास्थ्य	फार्मेसी	१	१		
१३	वायोमेडिकल टेक्निसियन	५	स्वास्थ्य	विविध	१	१		
१४	स्टाफ नर्स	५/६/७	स्वास्थ्य	जनरल नर्सिङ	१४	११	२	१ काज
१५	ल्याव टेक्निसियन	५/६/७	स्वास्थ्य	मे.ल्या.टे	३	३		
१६	हेल्थ असिस्टेन्ट	५/६/७	स्वास्थ्य	हे.इ.	३	३		
१७	रेडियोग्राफर	५/६/७	स्वास्थ्य	रेडियोग्राफी	२	२		
१८	मेडिकल रेकर्डस सुपरभाइजर	५/६/७	स्वास्थ्य	विविध	१	१		
१९	सहायक/अधिकृत	५/६	प्रशासन	सा.प्र.	१	१		
२०	सहायक/अधिकृत	५/६	प्रशासन	लेखा	१	१		
२१	डार्करूम स./रेडियोग्राफर	५/६	स्वास्थ्य	रेडियोग्राफी	१	१		
२२	डेन्टल हाइजेनिस्ट	४/५/६	स्वास्थ्य	डेन्ट्रिस्टी	१		१	
२३	सहायक कम्प्युटर अपरेटर	४	प्रशासन	विविध	१		१	
२४	सहायक	४/५	प्रशासन	सा.प्र.	१			१
२५	अ.न.मी/प.हे.नर्स	४/५/६	स्वास्थ्य	क.न.	२	१	१	
२६	अ.हे.व./हे.अ	४/५/६	स्वास्थ्य	हे.इ.	२	१	१	
२७	ल्या.अ./ल्या.टे.	४/५/६	स्वास्थ्य	मे.ल्या.टे.	१		१	
२८	स्वीपर (का.सहयोगी)	श्रेणी विहिन	प्रशासन	सा.प्र.	११	२	९	
					६३	**३३**	**२३**	**७**

कैफियत :

स्थायी : ३३ जना

स्वीकृत स्थायी दरवन्दी करार : २३ जना

रिक्त पद : ७ जना

चौतारा अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति तथा अन्य करार तर्फ का कर्मचारी हरूको दरवन्दी विवरण

सि.नं.	पद	तह	सेवा	समूह	कार्यरत	कार्यक्रम
१	मानसिक रोग विशेषज्ञ	नवौं	स्वास्थ्य	-	२	छात्रवृत्ति करार
२	क. अव्स तथा गाइनेकोलोजिष्ट	नवौं	स्वास्थ्य	गाईनेकोलोजी	१	छात्रवृत्ति करार
३	यौन तथा छालारोग विशेषज्ञ	नवौं	स्वास्थ्य	-	१	छात्रवृत्ति करार
४	मेडिकल अधिकृत	आठौ	स्वास्थ्य	ज.हे.स.	५	छात्रवृत्ति करार
५	नर्सिङ अधिकृत	सातौ	स्वास्थ्य	ज.न.	२४	छात्रवृत्ति करार
६	फार्मेसी अधिकृत	सातौ	स्वास्थ्य	फार्मेसी	३	छात्रवृत्ति करार
७	अप्टिसियन अधिकृत	सातौ	स्वास्थ्य	-	१	छात्रवृत्ति करार
८	ल्याव टेक्नोलोजिष्ट	सातौ	स्वास्थ्य	-	३	छात्रवृत्ति करार
९	सहायक कम्प्युटर अपरेटर	चौथो/पाँचौ	प्रशासन	विविध	१	विकास समिति
१०	स्टाफ नर्स	पाँचौ	स्वास्थ्य	ज.न.	१	OCMC कार्यक्रम
११	हेल्थ असिस्टेन्ट	पाँचौ	स्वास्थ्य	हे.ई.	१	ए.आर.टी.
१२	फिजियोथेरापी सहायक	पाँचौ	स्वास्थ्य	-	१	विकास समिति
१३	ल्याब असिस्टेन्ट	चौथो	स्वास्थ्य	प्याथोलोजी	२	MNH कार्यक्रम
१४	फार्मेसी सहायक	पाँचौ	स्वास्थ्य	फार्मेसी	१	विकास समिति
१५	कार्यालय सहायक	चौथो	प्रशासन	सामान्य प्रशासन	१	विकास समिति
१६	SSU सहजकर्ता	चौथो	स्वास्थ्य	-	२	सामाजिक सेवा इकाई
१७	कार्यालय सहयोगी र भान्छे	श्रेणी विहिन	प्रशासन	-	३	न्युट्रेशन
१८	कार्यालय सहयोगी	श्रेणी विहिन	प्रशासन	-	४	स्वीकृत अस्थायी दरवन्दी
१९	कार्यालय सहयोगी	श्रेणी विहिन	प्रशासन	-	२	MNH कार्यक्रम
२०	हलुका सवारी चालक	श्रेणी विहिन	"	सामान्य प्रशासन	१	स्वीकृत अस्थायी दरवन्दी
२१	हलुका सवारी चालक	श्रेणी विहिन	"	सामान्य प्रशासन	१	विकास समिति
२२	सरसफाई कर्मी	श्रेणी विहिन	"	सामान्य प्रशासन	२	सरसफाई कार्यक्रम
२३	सुरक्षा गार्ड	श्रेणी विहिन	-	-	२	विकास समिति
जम्मा					६५	

कैफियत

- छात्रवृती करार : ४० जना (स्त्री रोग विशेषज्ञ १, छाला रोग विशेषज्ञ १, मानसिक रोग विशेषज्ञ २, मेडिकल अधिकृत ५, नर्सिङ अधिकृत २४, फार्मेसी अधिकृत ३, अप्टिसियन अधिकृत १, ल्याव टेक्नोलोजिष्ट ३)
- कार्यक्रमहरू : १३ जना (हेल्थ असिस्टेन्ट १, स्टाफ नर्स १, ल्याव असिस्टेन्ट २, SSU सहजकर्ता २, कार्यालय/भान्छे सहयोगी ५, सरसफाई कर्मी, २)
- स्वीकृत अस्थायी दरवन्दी : ५ जना (१ जना हलुका सवारी चालक, ४ जना कार्यालय सहयोगी)
- अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति : ७ जना (फिजियोथेरापी सहायक १, कार्यालय सहायक १, सहायक कम्प्युटर अपरेटर १, फार्मेसी सहायक १, हलुका सवारी चालक १, सुरक्षा गार्ड २)

अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति तर्फको खर्च विवरण

Description	
Number of meeting held in 2082/83	3
Financial Information	
2.1 Balance @ end of Asar 2082	10,50,831.67
2.2 Income (service fees, rent, donation etc)	4,98,77,360
2.3 Expenses	3,99,38,418.99
2.4 Balance @ end of Asar 2083	1,09,89,772.68

वित्तिय विवरण (संघिय शसर्त तर्फ)

Budget	Budget Allocated	Budget Released	Budget Expence
चालु	15988000	15988000	7560274
पुजिगत	700000	700000	691334
जम्मा	16688000	16688000	8251608.2

% of Financial achievement: ... 49.44%

वित्तिय विवरण (प्रदेश स्रोत तर्फ)

Budget	Budget Allocated	Budget Released	Budget Expenses
चालु	53753357	53753357	45586147
पुँजिगत	3263000	3263000	25686374
जम्मा	86383357	86383357	71272521

% of financial achievement: .. 82.50%...

वित्तिय विवरण (अस्पताल विकास समिति तर्फ)

Budget	Budget Allocated	Budget Released	Budget Expenses
चालु	50928191.57	50928191.57	39938418.99
पुजिगत	-	-	-
जम्मा	50928191.57	50928191.57	39938418.99

% of Financial achievement: ...78.42%..

कार्यक्रम अनुसार प्रगति विवरण (अनुसुची ३ बाट)

कार्यक्रम		विनियोजित बजेट रु.	खर्च रु.	वित्तिय प्रगति प्रतिशत	भौतिक प्रगति प्रतिशत
प्रदेश कार्यक्रम	चालुगत	५,३७,५३,३५७	४,५५,८६,१४६७८.	८४८०.%	१००%
	पूजिगत	३,२६,३०,०००	२,५६,८६,३७४	७८७२.%	१००%
परिवार कल्याण कार्यक्रम खर्च		१,२९,८०,०००	५५०२८५८८५.	४२३९.%	१००%
एड्स तथा यौन रोग नियन्त्रण कार्यक्रम		५,२४,०००	४,६१,४९०	८०%	१००%
महामारी रोग नियन्त्रण कार्यक्रम खर्च		४,०९,०००	२,७४,५७६	६७१७.%	१००%
नर्सिङ तथा सामाजिक सुरक्षा सेवा कार्यक्रम		२७,००,०००	२०,१२,६८३४९.	७४५४.%	१००%
स्वास्थ्य मन्त्रालय, संघ विशेष अनुदान		७५,०००	७५,०००	१००%	१००%

अस्पतालको विभिन्न शाखामा रहेका स्वास्थ्य उपकरणहरू

Department	Name of equipments	No. of functional equipments	No. of non-functional equipments
OPERATION THEATER	Anaesthesia Machine	2	0
	C-Arm Machine	1	0
	Defibrillator	1	0
	Electro Surgical Unit (ESU)	3	0
	Infusion Pump	1	0
	Operating Table (OT Table)	4	0
	Operation Theater Light (OT light)	3	0
	Oxygen Concentrator	3	0
	Patient Monitor	8	0
	Radiant Warmer	1	0
	Suction Pump	1	0
	Ultra Sound Machine (USG)	1	0
Laboratory	Autoclave Machine	2	0
	Bio-Safety Cabinet Class II	1	0
	Centrifuge Machine	2	0
	Coagulation Analyzer	1	0
	Colorimeter	1	0
	Dry bath Incubator	1	0
	Electrolyte Analyzer	2	1
	Fully Automated Biochemistry Analyzer	1	0
	Haematology Analyzer	2	1
	Hot Air Oven	2	0
	Immuno Assay Analyzer (CLIA)	1	0
	Immuno Assay Analyzer (FIA)	1	0
	Microscope	2	0
	Semi Automated Biochemistry Analyzer	1	0
	lab Incubator	1	0
	Gene X-pert Machine	1	0
Dental	Dental X-Ray	1	0
	Dental unit complete	2	0

Department	Name of equipments	No. of functional equipments	No. of non-functional equipments
	Scaler	1	0
Emergency	AED	1	0
	Cardiotocography (CTG) Machine	1	0
	Electrocardiogram (ECG)	1	0
	Infusion Pump	2	0
	Lamp Examination	1	0
	Oxygen Concentrator	5	1
	Patient Monitor	3	0
	Ventilator	1	0
	Ultra Sound Machine (USG) Portable	1	0
Hemodialysis	Dialysis water treatment unit	2	0
	Electrocardiogram (ECG)	1	0
	Hemodialysis Machine	5	0
	Infusion Pump	1	0
	Patient Monitor	1	0
Labor Wards	Oxygen Concentrator	2	0
	Suction Pump	1	0
	Ultra Sound Machine (USG) Portable	1	0
Maternity	Radiant Warmer	1	0
Waste Management System	Solid Waste Management System	1	0
	LiquidWaste Management System	1	0
CSSD	Autoclave Machine	2	0
Radiology	CR Printer	1	0
	Computed Radiography System (CR)	1	0
	DR Printer	1	0
	Direct Radiography (DR) System	1	0
	Portable X-ray	1	1
	X-Ray Machine Stationary	2	0
USG	Ultra Sound Machine (USG)	1	0
General Ward	CPAP Machine	2	0

Department	Name of equipments	No. of functional equipments	No. of non-functional equipments
	Electrocardiogram (ECG)	1	0
	Infant Incubator	1	0
	Oxygen Concentrator	17	2
	Patient Monitor	2	0
	Phototherapy Unit	1	0
	Suction Pump	1	0
	Syringe Pump	2	0
SNCU/NICU	Infant Incubator	1	0
	Infusion Pump	3	0
	Patient Monitor	3	0
	Phototherapy Unit	2	0
	Radiant Warmer	3	0
	Syringe Pump	2	0
	Ventilator	1	0
HDU	Automated Blood Gas Analyzer (ABG)	1	0
	Patient Monitor	3	0
	Syringe Pump	3	0
Physiothraphy	Tread Mill Machine	1	0
	Tens	3	0
	Traction	1	0
	IFT	1	0
	Muscle Simulator	1	0
Oxygen Generation Plant	Oxygen Generation Plant	0	1
Biomedical	Electrolyte Analyzer	1	0
	Hot Air Oven	0	1
	Patient Monitor	3	1
	Syringe Pump	1	0
	Ventilator	1	0

अस्पतालको न्यूनतम सेवा मापदण्ड (MSS)

चौतारा अस्पतालले नेपाल सरकारद्वारा तोकिएको न्यूनतम सेवा मापदण्ड अनुसार सेवा सञ्चालन गर्दै आएको छ । अस्पतालको पूर्वाधारका दृष्टिले सुरक्षित, पहुँचयोग्य तथा अपांगमैत्री भवन संरचना, शुद्ध खानेपानी, सरसफाइ, फोहर व्यवस्थापन, निस्कासन प्रणाली, विद्युत आपूर्ति तथा वैकल्पिक ऊर्जाको व्यवस्था गरिएको छ । आकस्मिक कक्ष, प्रसूति कक्ष, शल्यक्रिया कक्ष (OT), पोस्ट-अपरेटिभ वार्ड,

भर्ना वार्ड, ल्याब, रेडियोलोजी (X–ray, Ultrasound) कक्ष, फार्मेसी र परामर्श कक्ष जस्ता आधारभूत सुविधा विद्यमान छन् ।

जनशक्तिका हिसाबले अन्तर चिकित्सा, बालरोग, स्त्रीरोग/प्रसूति तथा शल्यक्रिया विशेषज्ञसहित MBBS चिकित्सक, स्टाफ नर्स, एनेस्थेसिया असिस्टेन्ट, ल्याब टेक्निसियन, रेडियोग्राफर, फार्मासिस्ट, प्रशासनिक तथा सहायक कर्मचारी कार्यरत छन् । यससँगै फिजियोथेरापी तथा सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवामा आवश्यक प्राविधिक उपलब्ध गराइएको छ ।

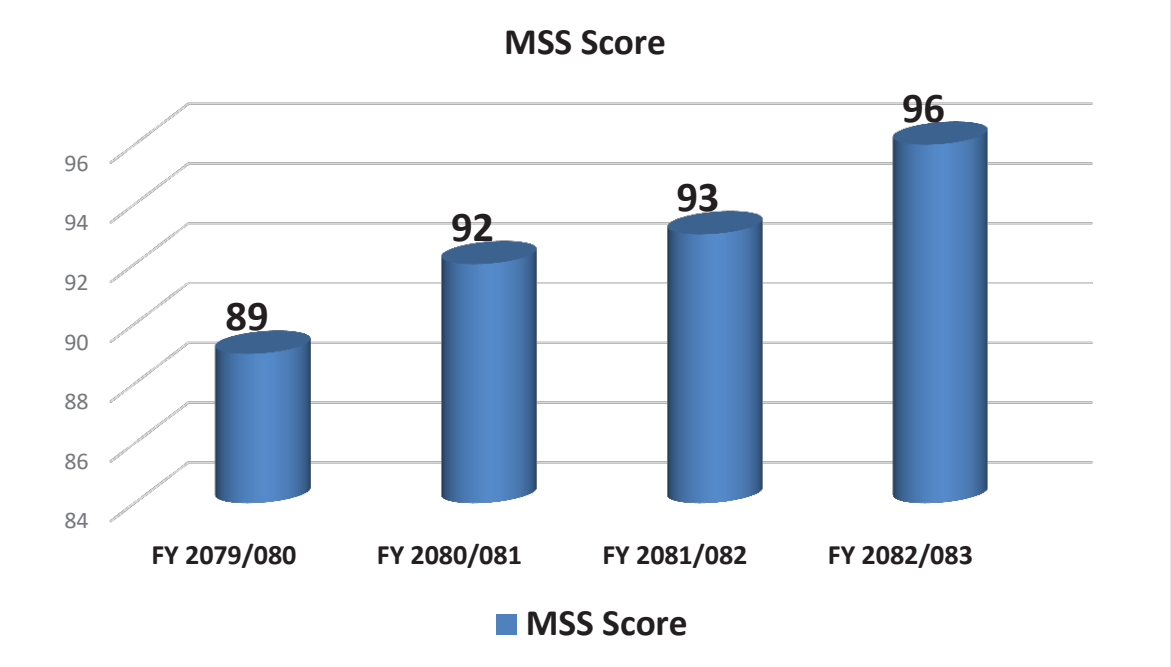
अस्पतालले बाहिरा बिरामी सेवा (OPD), भर्ना सेवा (IPD), २४ घण्टा आकस्मिक सेवा, प्रसूति तथा नवजात शिशु सेवा, सामान्य र आपतकालीन शल्यक्रिया, बाल स्वास्थ्य सेवा, प्रयोगशाला तथा रेडियोलोजी सेवा, र राष्ट्रिय औषधि सूची अनुसारको फार्मेसी सेवा प्रदान गरिरहेको छ ।

व्यवस्थापन पक्षमा रोगी दर्ता तथा अभिलेख संरक्षण प्रणाली, स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रमको कार्यान्वयन, संक्रमण नियन्त्रण प्रोटोकल, बिरामी सुरक्षा प्रोटोकल र गुणस्तर व्यवस्थापन प्रणाली लागु गरिएको छ । साथै उच्च स्तरीय उपचारका लागि रेफरल प्रणाली सञ्चालनमा रहेको छ ।

अस्पतालले सहायक सेवाका रूपमा रक्त सञ्चय तथा व्यवस्थापन, एम्बुलेन्स सेवा, स्वास्थ्य शिक्षा तथा जनचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ । यसका अतिरिक्त समुदायसँग सहकार्य, स्थानीय निकायसँग समन्वय, लैंगिक तथा सामाजिक समावेशीता, र अपांगमैत्री सेवामा प्राथमिकता दिइएको छ ।

यसरी चौतारा अस्पतालले न्यूनतम सेवा मापदण्ड अनुसार आधारभूतदेखि विशेषज्ञस्तरका स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दै आएको छ र आगामी दिनमा पूर्वाधार विस्तार, जनशक्ति थप र सेवा गुणस्तर सुधारमार्फत अझ प्रभावकारी स्वास्थ्य सेवा दिन प्रतिबद्ध रहेको छ ।

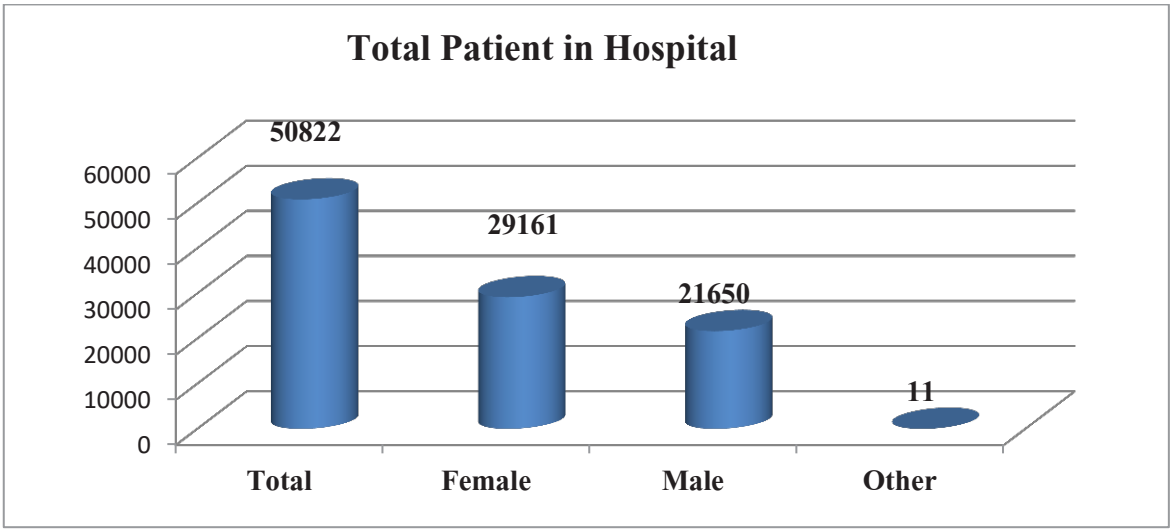
Trends of MSS Score in Last 3 Fiscal Years



चौतारा अस्पतालबाट प्रदान गरिने सेवाहरू

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकबाट प्रदान गरिने आकस्मिक सेवा २४ सै घण्टा, अन्तरंग सेवा पनि २४ सै घण्टा , बहिरंग सेवा शनिवार तथा सार्वजनिक बिदाका दिनहरू बाहेक प्रत्येक दिन बिहान ९ : ०० बजेदेखि साँझ ५:०० बजेसम्म नियमित रूपमा साथै सार्वजनिक बिदाका दिन र उल्लेखित समय बाहेक आएका बिरामीहरूलाई विस्तारित स्वास्थ्य सेवा मार्फत ओ.पि.डी सेवा सञ्चालन गर्ने गरिन्छ । यस आर्थिक वर्षमा विभिन्न विभागहरूबाट कुल ५०,८२२ सेवाग्राहीले विभिन्न स्वास्थ्य सेवा लिएका छन । स्थानिय समुदायलाई अस्पतालमा उपलब्ध स्रोत तथा साधनको उचित रूपमा प्रयोग गरी भरपर्दो सेवा प्रदान गर्नुका साथै उचित परामर्श सेवा नै यस अस्पतालको मुख्य विशेषता हुन ।

यस आ.व. २०८२/८३ मा यस अस्पतालमा आएका लिङ्ग अनुसार विरामीहरूको विवरण



क. चौतारा अस्पतालको बहिरंग (OPD) सेवा सम्बन्धी संक्षिप्त विवरण

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका-५, सिन्धुपाल्चोकमा अवस्थित चौतारा अस्पतालबाट बहिरंग (O.P.D) सेवा सप्ताहको प्रत्येक दिन (शनिवार तथा सार्वजनिक बिदाका दिनहरू बाहेक) बिहान ९:०० बजे देखि साँझ ५:०० बजेसम्म नियमित रुपमा सञ्चालन हुँदै आएको छ । यस्तै, आकस्मिक अवस्था वा सेवा समय बाहेक अस्पतालमा उपस्थित हुने सेवाग्राहीहरूलाई समेत 'विस्तारित स्वास्थ्य सेवा' कार्यक्रममार्फत सुलभ र गुणस्तरीय सेवा प्रदान गरिँदै आएको छ ।

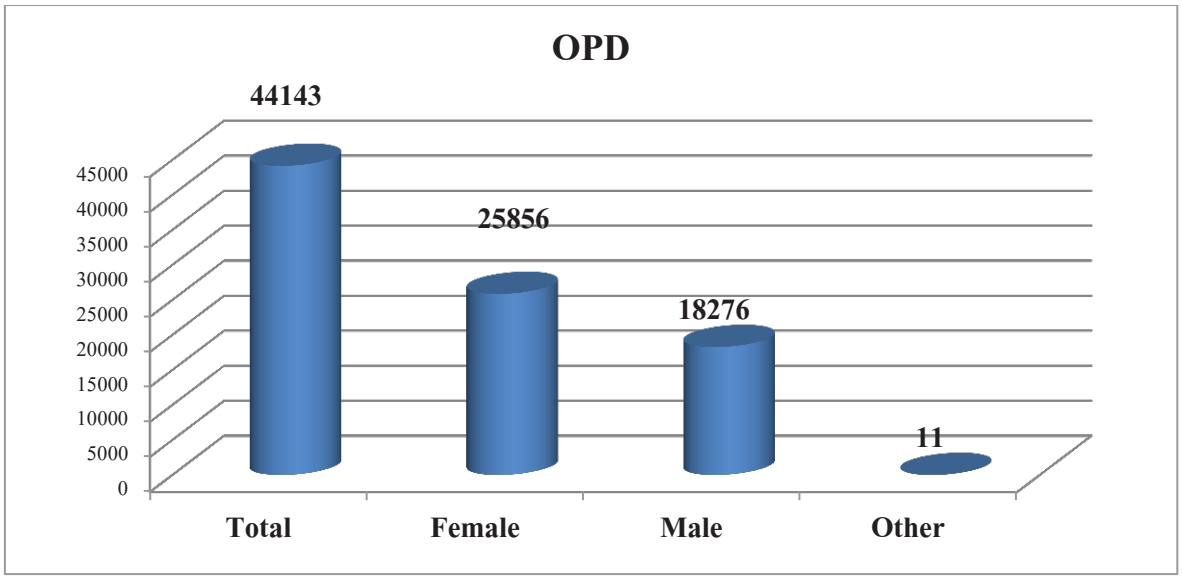
उपलब्ध चिकित्सक स्रोत र पूर्वाधारको समुचित व्यवस्थापनमार्फत, अस्पतालले विशेषज्ञ चिकित्सक तथा अनुभवी मेडिकल अधिकृतहरूको सहभागितामा ओ.पी.डी. सेवा सशक्त रुपमा सञ्चालन गर्दै आएको छ । बहिरंग सेवा अन्तर्गत हाल प्रदान गरिने प्रमुख सेवा क्षेत्रहरूमा सामान्य ओ.पी.डी.,हाडजोर्नि विशेषज्ञ, दन्तरोग, शल्यक्रिया (सर्जरी, स्त्री तथा प्रसूति रोग, आँखा, क्षयरोग तथा एच.आइ.भि.एड्स परामर्श सेवा, फिजियोथेरापी, मानसिक स्वास्थ्य (मनोचिकित्सा) तथा नसर्ने रोग सम्बन्धी परामर्श र उपचार सेवा समावेश छन् । स्वास्थ्य सेवा पहुँचलाई सहज तुल्याउने उद्देश्यले अस्पताल सञ्चालन समितिको निर्णय

अनुसार ओ.पी.डी. सेवाको सेवा शुल्क रू. २० कायम गरिएको छ भने 'विस्तारित स्वास्थ्य सेवा'को हकमा मेडिकल अधिकृतको लागि रू. २०० र विशेषज्ञ चिकित्सकको लागि रू. ४०० सेवा शुल्क निर्धारण गरिएको छ।

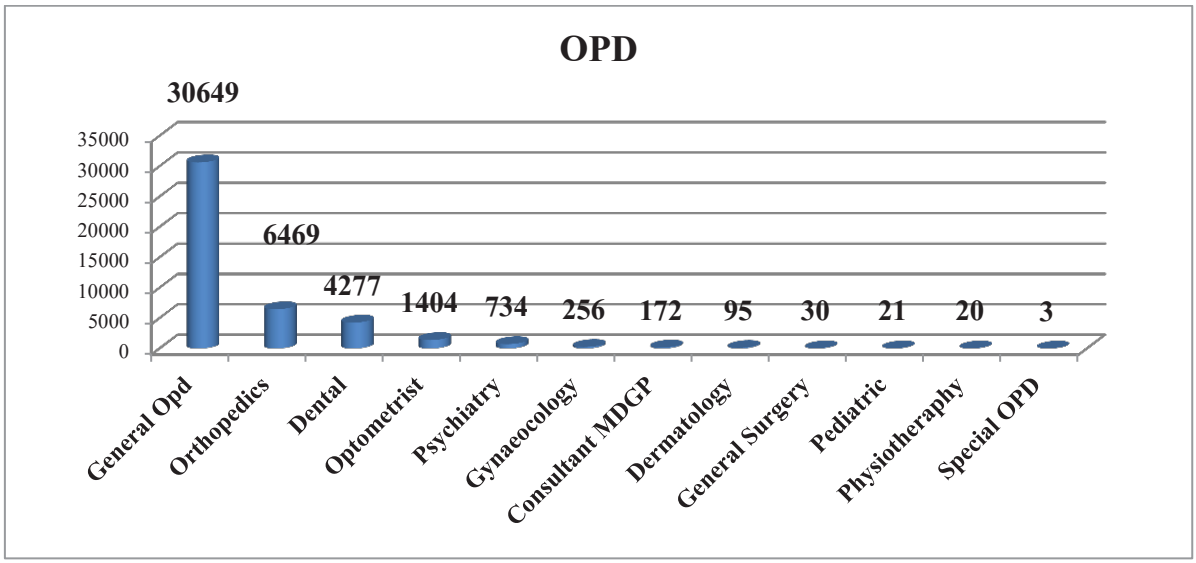
स्थानीय समुदायको स्वास्थ्य सुरक्षामा समर्पित रहँदै, अस्पतालले आफ्ना सीमित स्रोत र साधनको अधिकतम उपयोगमार्फत भरपर्दो सेवा प्रदान गर्दै आएको छ। बिरामीको स्वास्थ्यको अवस्थाबारे सूक्ष्म अवलोकनसहित यथोचित परामर्श सेवा उपलब्ध गराउनु यस अस्पतालको प्रमुख विशेषता हो।

अस्पतालप्रतिको आम जनविश्वास, सेवा गुणस्तरमा निरन्तर सुधार, र स्थानीय स्वास्थ्य आवश्यकताको यथार्थ बोधले चौतारा अस्पताललाई सिन्धुपाल्चोक जिल्लाभरिका नागरिकहरूका लागि आशालाग्दो उपचार केन्द्रको रुपमा स्थापित गरिरहेको छ।

यस आ.व. २०८२/८३ मा यस अस्पतालको विभिन्न ओपिडिमा आएका लिङ्ग अनुसार विरामीहरूको विवरण



आ.व. २०८२/८३ मा यस अस्पतालको शाखा अनुसारको विरामीहरूको विवरण (Ticket Counter Data)



विशेषज्ञ चिकित्सक सेवा

यस चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकमा विशेषज्ञ/विशिष्टकृत सेवा विस्तार गर्न मिति २०८१ साल पौष १ गते विशेषज्ञ चिकित्सकहरूसंग सम्झौता गरिएको जसमा हरेक महिनाको एक (१) दिन तपशिल बमोजिमको विशेषज्ञ चिकित्सक सहितको ओ.पि.डि.सेवा सञ्चालन हुने भएको जसमा मानसिक तथा नशा रोग विशेषज्ञ सेवाको मानसिक अस्पताल ललितपुरका मानसिक तथा स्नायू रोग विशेषज्ञ डा. सुरज तिवारी, नाँक, कान तथा घाँटी रोग विशेषज्ञ सेवाको लागि वीर अस्पताल, काठमाडौका नाँक, कान तथा घाँटी रोग विशेषज्ञ डा. सोनिका धरी श्रेष्ठ र छाला तथा यौन रोग विशेषज्ञ सेवाको लागि टेकु अस्पताल, काठमाडौका छाला तथा यौन रोग विशेषज्ञ डा. अमृता श्रेष्ठसंग करार सम्झौता गरी सेवा संचालन गरिएको ।

ख. चौतारा अस्पतालद्वारा सञ्चालित आकस्मिक (इमरजेन्सी) स्वास्थ्य सेवा

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा सञ्चालित आकस्मिक स्वास्थ्य सेवा चौबीसै घण्टा सञ्चालनमा रहँदै आएको एक अत्यन्तै महत्वपूर्ण तथा जनविश्वाससम्पन्न सेवा हो । यस सेवाको प्रभावकारी सञ्चालनका लागि अस्पतालले तीन सिफ्टअनुसार स्वास्थ्यकर्मी तथा मेडिकल अधिकृतहरूलाई नियमित रुपमा खटाएको छ भने विशेषज्ञ चिकित्सकहरू 'अनकल' सेवा मार्फत आवश्यकताअनुसार तत्परतापूर्वक उपलब्ध हुँदै आइरहेका छन् ।

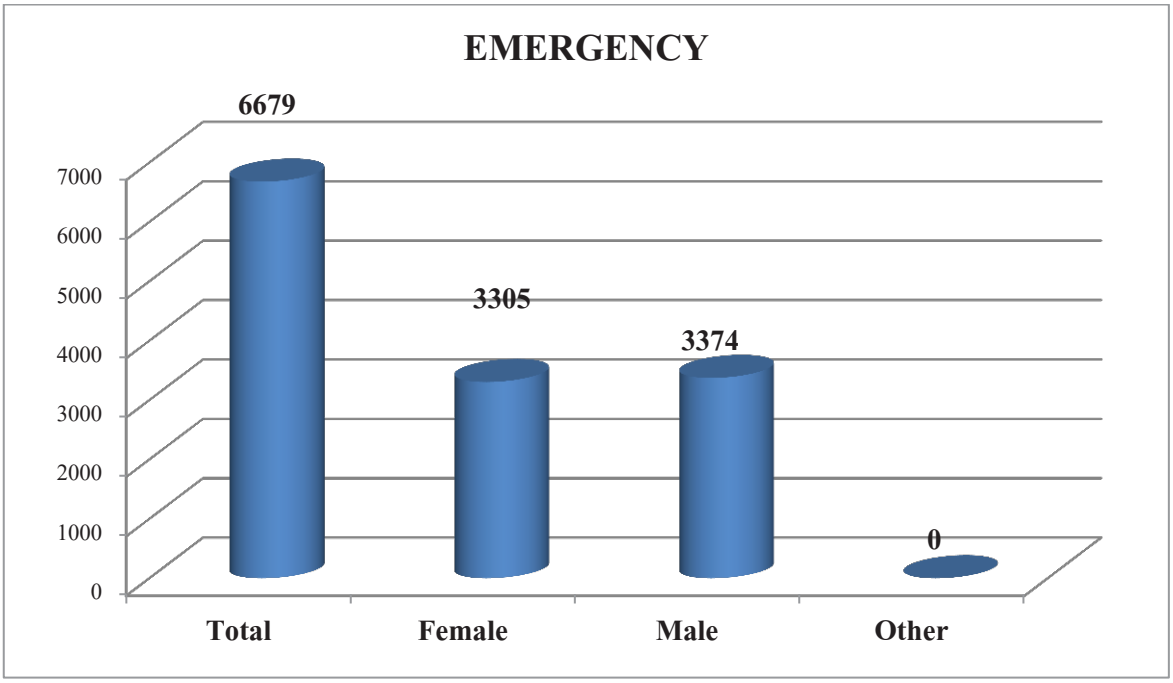
सेवाग्राहीको सहज उपचार व्यवस्थाका लागि अस्पतालले आकस्मिक कक्षमा ७ वटा बेडको व्यवस्था गरेको छ, जसले अल्पकालीन निगरानी र प्रारम्भिक उपचार प्रदान गर्न पर्याप्त आधार तयार गरेको छ ।

सेवा शुल्कको सन्दर्भमा, चौतारा अस्पताल व्यवस्थापन समितिको निर्णयअनुसार प्रति सेवाग्राही रु.१०० शुल्क तोकिएको छ । तथापि, नेपाल सरकारले तोकेको निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्ने लक्षित वर्गहरू (जस्तैः जेष्ठ नागरिक, महिला, अपाङ्ग, दलित, अशक्त, विपन्न, आदि) का लागि यो सेवा पूर्णरुपमा निःशुल्क उपलब्ध गराइन्छ, जसले समावेशी र मानव केन्द्रित स्वास्थ्य सेवा प्रवाहमा चौतारा अस्पतालको भूमिका झल्काउँछ ।

गत आर्थिक वर्षको तुलनामा वर्तमान आर्थिक वर्षमा आकस्मिक सेवामा आउने बिरामीहरूको चाप उल्लेख्यरुपमा वृद्धि भएको देखिन्छ । यो वृद्दि स्वास्थ्यप्रति जनचेतनाको वृद्धिसँगै अस्पतालप्रतिको जनआस्थाको पनि द्योतक हो । बिरामीलाई तत्काल सेवा दिन अस्पताल प्रशासन, चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी तथा सहायक जनशक्तिहरूले दिनरात नभनी सेवा दिँदै आइरहेका छन्, जुन प्रतिबद्धता यस संस्थाको गौरवपूर्ण विशेषता हो ।

यसरी, चौतारा अस्पतालले आकस्मिक स्वास्थ्य सेवा मार्फत जिल्लावासीलाई आपतकालीन अवस्थामा जीवनरक्षक उपचार प्रदान गर्दै आएको छ र भविष्यमा अझ प्रभावकारी र सुसंरचित सेवा प्रवाहका लागि निरन्तर प्रयत्नशील छ ।

आ.व. २०८२/८३ मा आकस्मिक सेवा लिने बिरामीहरूको विवरण



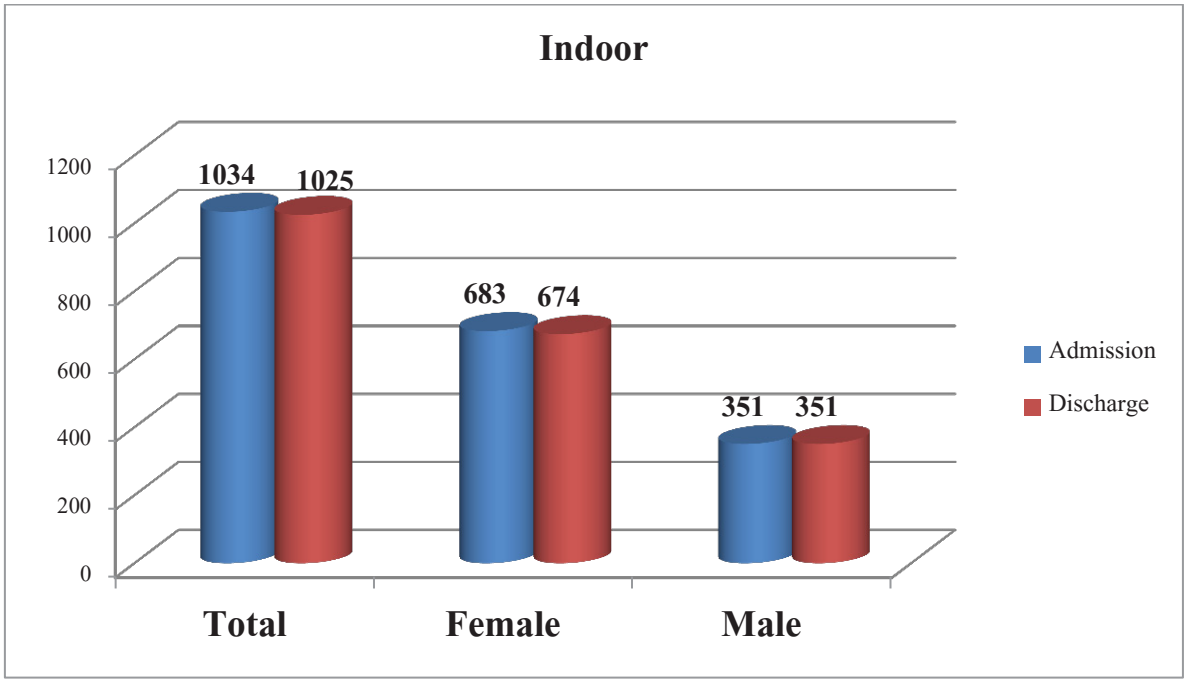
ग. अन्तरंग सेवा (Inpatient Service) सम्बन्धी विवरण

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा आकस्मिक तथा बहिरंग (OPD) सेवामा आउने बिरामीहरूमध्ये निरन्तर चिकित्सकीय निगरानी एवं औषधोपचार आवश्यक पर्ने अवस्थाहरूमा बिरामीलाई अन्तरंग विभागमा भर्ना गराई गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिँदै आएको छ । रोगको प्रकृति, जटिलता तथा बिरामीको समग्र स्वास्थ्य अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै विशेषज्ञ चिकित्सक तथा मेडिकल अधिकृतहरूको समन्वयमा सेवा प्रवाह निरन्तर रूपमा संचालनमा रहेको छ ।

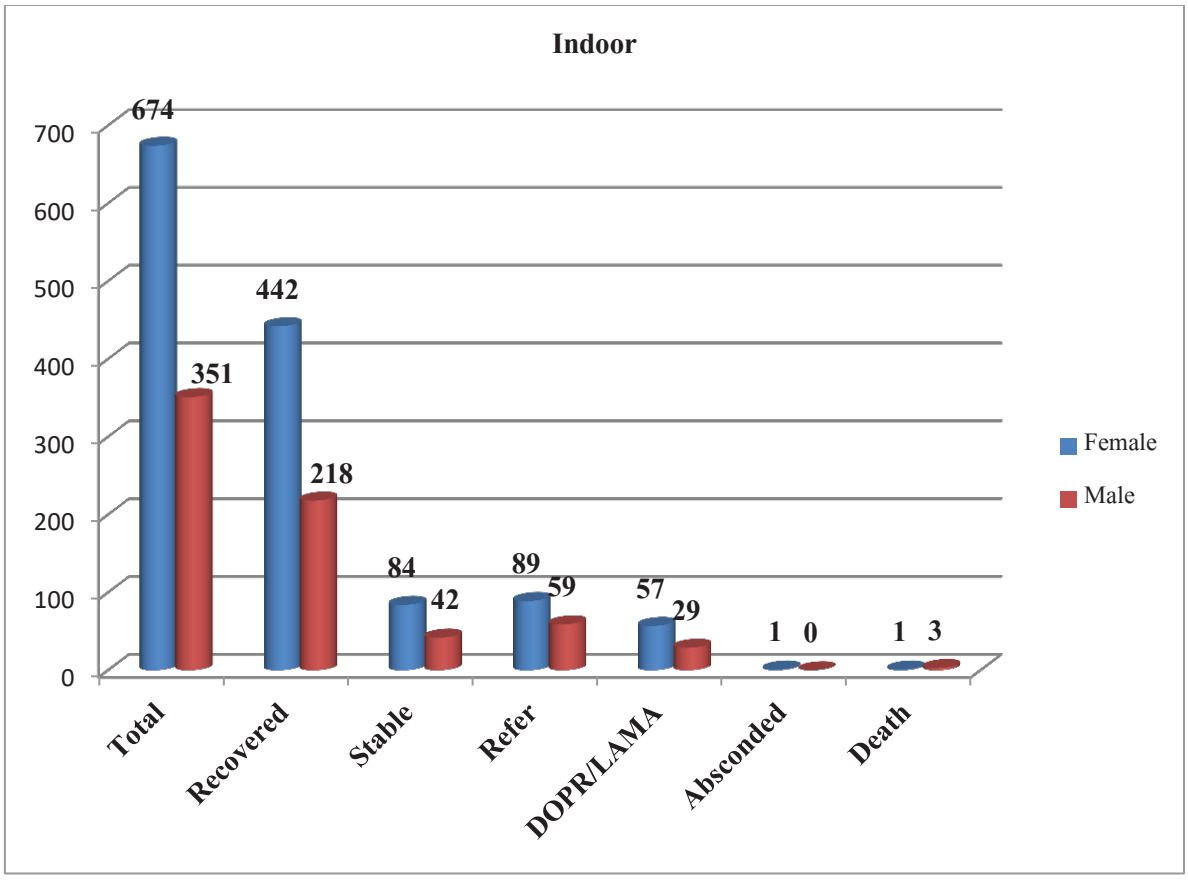
अस्पतालको अन्तरंग सेवामा विशेषगरी प्रसूति (Maternity) र शल्यक्रिया (Surgical) सेवाहरू प्रभावकारी रुपमा सञ्चालनमा रहेका छन् । प्रसूति सेवा अन्तर्गत गर्भवती महिलालाई सुरक्षित प्रसव तथा सुत्केरीपछिको समुचित हेरचाह उपलब्ध गराइँदै आएको छ, जसले मातृ तथा शिशु मृत्युदर घटाउने प्रयासमा सघाउ पुऱ्याउँदै आएको छ । यस्तै, सामान्य तथा विशेष प्रकारका शल्यक्रियात्मक अवस्थाहरूका लागि समेत अस्पतालमा आधारभूत पूर्वाधार र दक्ष जनशक्ति परिचालित गरिएको छ । आवश्यक उपकरण, सफा तथा व्यवस्थित वार्ड, र अनुभवी चिकित्सकको टोलीको सहकार्यमा अन्तरंग सेवा प्रति दिन गुणस्तरीय बनाउँदै लैजान अस्पताल निरन्तर प्रयत्नशील छ ।

यो सेवा चौतारा अस्पतालको एक महत्वपूर्ण पक्षको रुपमा स्थापित हुँदै गएको छ, जसले जिल्लाभरका नागरिकहरूलाई नजिकैबाट विश्वसनीय र सहज सेवा उपलब्ध गराउने उद्देश्य पूरा गरिरहेको छ ।

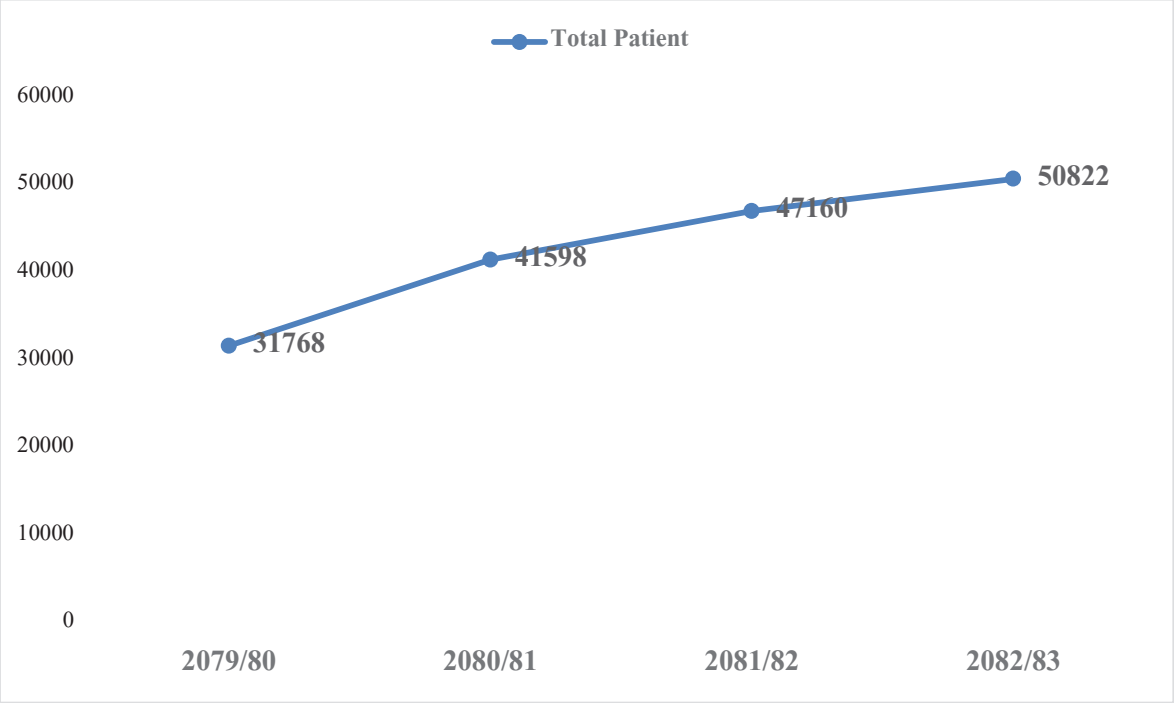
यस आ.व. २०८२/८३ मा अन्तरंग विभाग बाट सेवा लिएका बिरामीहरूको विवरण



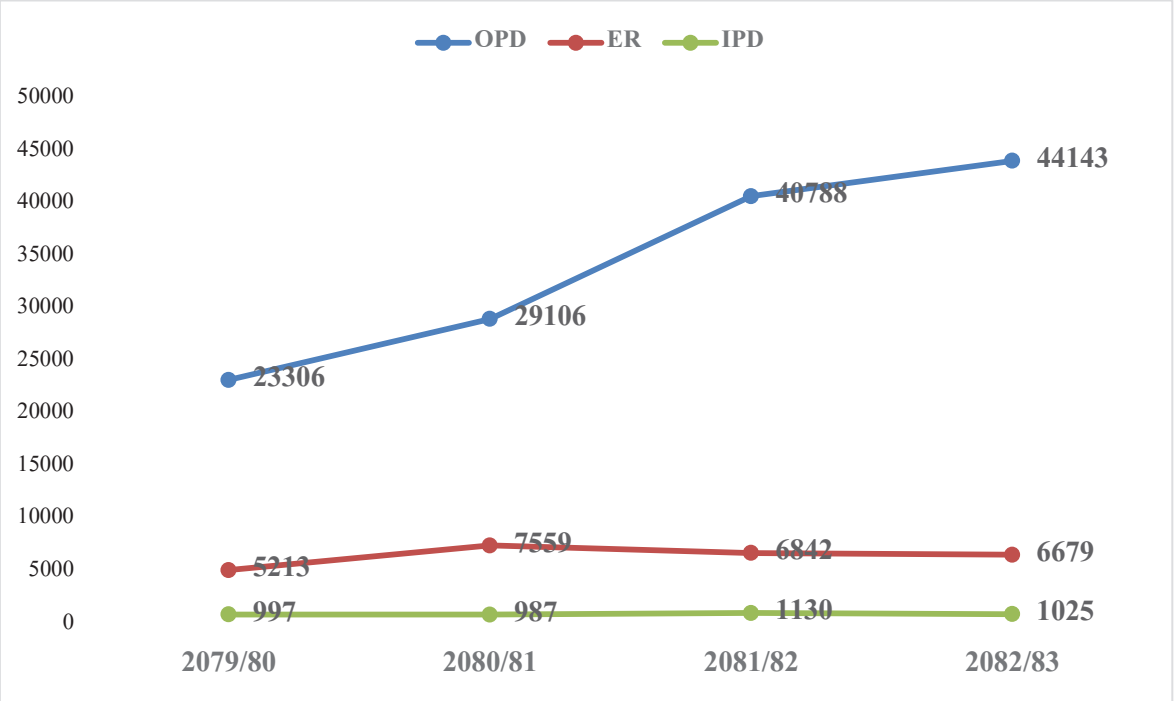
आ.व. २०८२/८३ मा चौतारा अस्पतालमा सेवा लिने बिरामीहरूको Inpatient Outcome



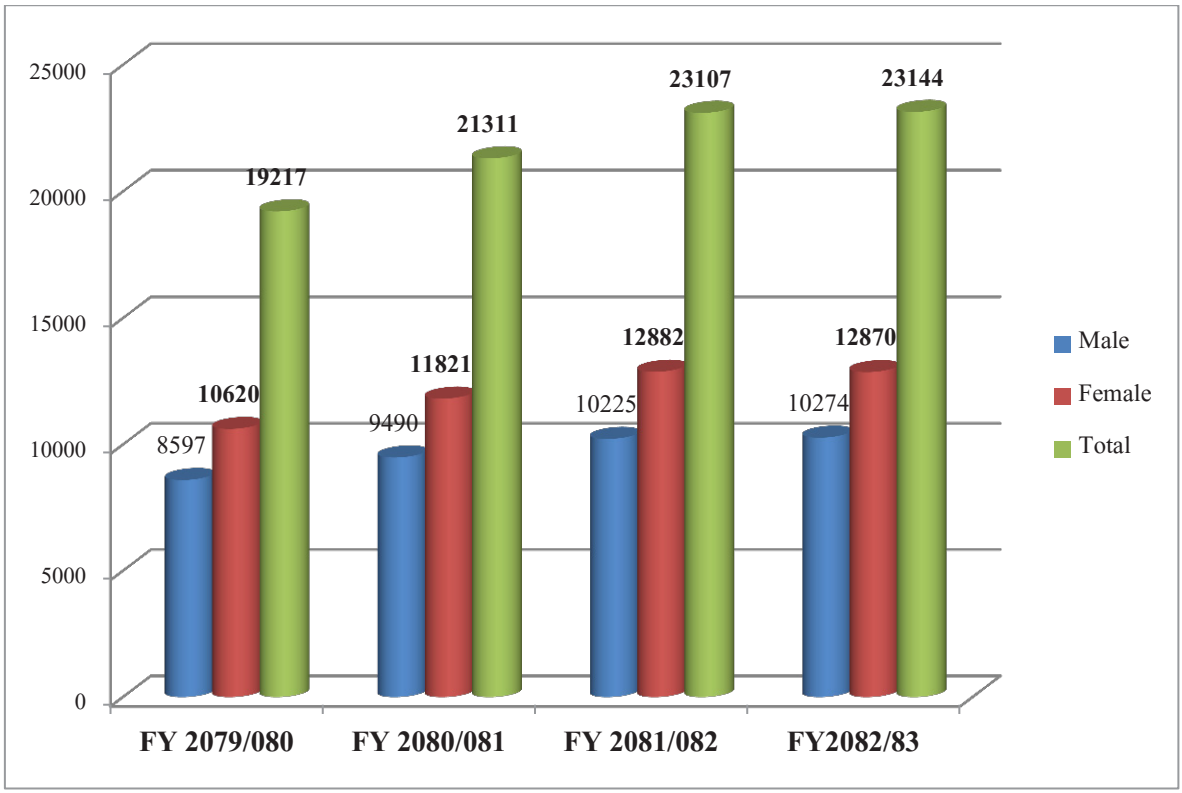
विभिन्न आ.व.मा चौतारा अस्पतालमा सेवा लिने बिरामीहरूको विवरण



विभिन्न आ.व. मा ओपिडि, आकस्मिक र अन्तरंग सेवा लिने बिरामीहरूको विवरण



Trends of New Patient Visited in Last 4 Fiscal Years



आमा सुरक्षा कार्यक्रम

१. चौतारा अस्पतालको निःशुल्क २४ घण्टा प्रसूति सेवा

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोक मातृ स्वास्थ्य सुरक्षामा समर्पित संस्थाका रुपमा चिनिँदै आएको छ, जसले गर्भवती महिलाहरूका लागि २४ सै घण्टा निःशुल्क प्रसूति सेवा उपलब्ध गराउँदै आएको छ । मातृत्वको संवेदनशील क्षणलाई सुरक्षित, सहज र सम्मानजनक बनाउने उद्देश्यका साथ, यस सेवामा सामान्य प्रशुति, जटिल अवस्था (जस्तैः भ्याकुम वा फोरसेपको प्रयोग) तथा शल्यक्रिया (Cesarean Section) मार्फत गरिने प्रशुतिहरू समावेश छन् । नेपाल सरकारद्वारा सञ्चालित "आमा सुरक्षा कार्यक्रम" अन्तर्गत, यस अस्पतालमा सेवा लिन आउने योग्य सेवाग्राहीहरूलाई राज्यले तोकेको आर्थिक सुविधाहरू समेत उपलब्ध गराइएको छ । उक्त सुविधा अन्तर्गतः प्रशुति सेवाका लागि अस्पतालमा आएका महिलाहरूलाई यातायात खर्च बापत रू. ३०००।- प्रदान गरिएको छ, जसले ग्रामीण तथा टाढाका भेगहरूबाट समेत सुरक्षित रूपमा अस्पतालसम्म पुग्न सहज बनाएको छ । त्यस्तै, पूर्वप्रसुति जाँच (ANC check-up) को प्रोटोकल अनुसार ४, ६, ८ र ९ महिनामा नियमित जाँच गराएका महिलाहरूलाई प्रोत्साहन स्वरुप रू. ८००।- उपलब्ध गराइएको छ । वित्तीय वर्ष २०८१/०८२ मा चौतारा अस्पतालमा जम्मा २३५ जना सेवाग्राहीहरूले माथि उल्लिखित निःशुल्क सुविधा प्राप्त गरेका छन्, जुन संख्या मातृ स्वास्थ्य सेवाप्रति जनविश्वास र पहुँच दुवैको संकेत हो । यस अस्पतालको यो सेवा विशेषगरी आर्थिक, भौगोलिक तथा सामाजिक दृष्टिले पिछडिएका महिलाहरूका लागि जीवनदायिनी साबित भइरहेको छ । सुरक्षित मातृत्वलाई संस्थागत बनाउँदै, मातृ तथा नवजात मृत्युदर घटाउने दिशामा चौतारा अस्पतालको योगदान अत्यन्तै महत्वपूर्ण रहँदै आएको छ ।

MCH CLINIC

यस अस्पतालमा जनस्वास्थ्य सेवा ऐन २०७५ ले निर्दिष्ट गरे अनुसार प्रत्येक नागरीकलाइ गुणस्तरिय स्वास्थ्य सेवा सहज र सर्वसुलभ रुपमा प्राप्त गर्ने र आधारभूत स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत का गर्भवती जाँच सेवा, परिवार नियोजन सेवा, पोषण सम्बन्धि सेवा, प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी सेवा, बालबालिकाको लागि खोप सेवा, गर्भवती महिला तथा प्रजनन उमेरका महिलाको लागि खोप सेवा पनि संचालनमा आइरहेका छन ।

ANC Visit

गर्भवती जाँच (पटक)	महिलाको संख्या	
	< २० वर्ष	≥ २० वर्ष
1	2	3
पहिलो (जुनसुकै समयको)	8	122
१२ हप्ता सम्म	6	118
४ पटक (१६ ,२०-२४, ३२ र ३६ हप्ता)		46
८ पटक (प्रोटोकल अनुसार)	4	55
पहिलो पटक ROUSG गरेका		

MPDSR

नेपाल सरकारले मातृ शिशु मृत्यूदर लाइ न्युन गर्ने उद्देश्यका साथ संचालित MPDSR कार्यक्रम यस अस्पतालमा पनि संचालन हुदै आइरहेको छ। सम्भावित आमा तथा शिशुको मृत्युको कारणहरू पहिचान गरि त्यस्ता कारणहरूको बारेमा सचेतना कार्यक्रमहरू मार्फत भविष्यमा दोहोरिनदिन यस कार्यक्रमले महत्वपुर्ण भुमिका खेलिरहेको छ । चौतारा अस्पतालमा संचालित उक्त कार्यक्रम सम्बन्धि तथ्याङ्क लाइ तल प्रस्तुत गरिएको छ ।

यस आ.व.२०८२/०८३ मा प्रशुति वार्डमा भएका मृत्युहरूको विवरणहरू :

Still Birth	Antepartum Stillbirths	0
	Intrapartum Stillbirth	1
Early Neonatal death		1
Maternal death		0

२. सि.इ.ओ.एन.सि. (CEONC) कार्यक्रम (Comprehensive Emergency Obstetric and Newborn Care)

सम्पूर्ण आकस्मिक प्रसूति तथा नवजात सेवा कार्यक्रम : नेपाल सरकारद्वारा सञ्चालित CEONC (Comprehensive Emergency Obstetric and Newborn Care) कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य दुर्गम तथा ग्रामीण क्षेत्रमा रहेका महिला र नवजात शिशुहरूको मृत्युदर

घटाउने हो । विशेषगरी गर्भावस्था, सुत्केरी तथा सुत्केरीपछिको अवस्थामा देखिने जटिलता र आकस्मिक अवस्थाहरूको समयमै व्यवस्थापन गरी आमाको ज्यान जोगाउने तथा नवजात शिशुको जीवन रक्षा गर्ने यस कार्यक्रमको केन्द्रीय लक्ष्य हो ।

कार्यक्रमको उद्देश्यः

- दुर्गम क्षेत्रका महिलालाई २४ सै घण्टा प्रशुति शल्यक्रिया (C–section) सेवा उपलब्ध गराउने,
- गर्भावस्थामा आउने जोखिमपूर्ण अवस्थाहरू (रक्तश्राव, उच्च रक्तचाप, भ्रुणको असामान्य स्थिति आदि) को विशेष विधिबाट तत्काल उपचार गर्ने व्यवस्था सुनिश्चित गर्नु,
- शल्यक्रिया तथा नवजात सेवाका लागि आवश्यक पूर्वाधार, उपकरण, जनशक्ति तथा विशेषज्ञ सेवाको उपलब्धता कायम राख्नु,
- मातृ तथा नवजात मृत्युदरमा उल्लेखनीय कमी ल्याउनु ।

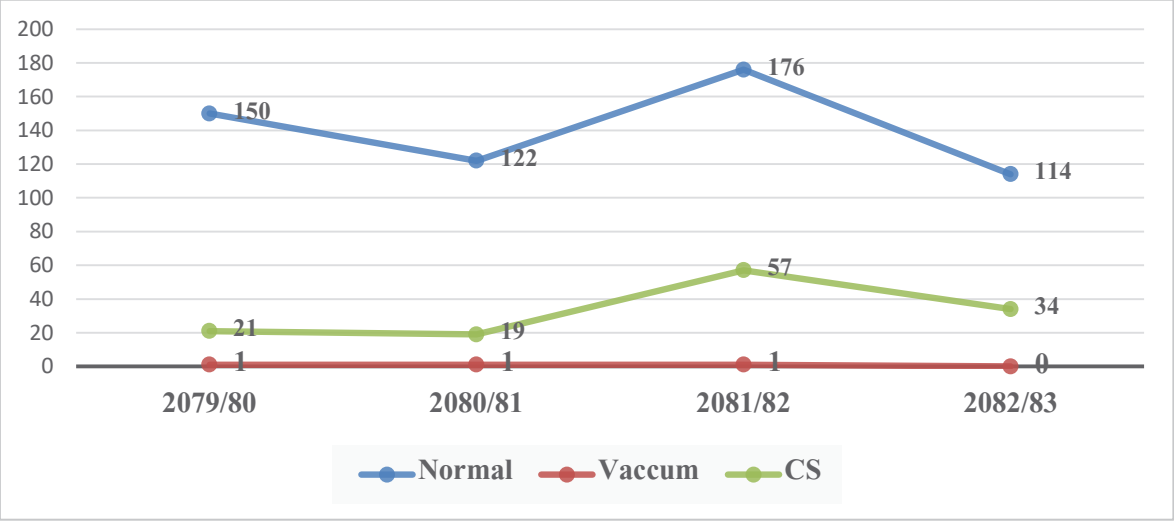
चौतारा अस्पतालमा CEONC सेवा

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा CEONC सेवा प्रभावकारी रुपमा सञ्चालनमा रहेको छ । दुर्गम भूगोल, सीमित स्रोतसाधन र पहुँचको चुनौतीबीच पनि यस सेवाले गर्भवती महिला तथा नवजात शिशुहरूको जीवनरक्षामा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ ।

यो सेवा अन्तर्गत, गर्भवती महिलाहरूलाई गम्भीर खतराबाट जोगाउने प्रयोजनका लागि तत्काल शल्यक्रिया सेवा, रक्त सञ्चार, नवजात शिशु पुनर्जीवन सेवा, र विशेष निगरानी उपलब्ध गराइन्छ । प्रशिक्षित विशेषज्ञ चिकित्सक, नर्सहरू तथा मेडिकल अधिकृतहरूद्वारा यो सेवा चौबीसै घण्टा उपलब्ध हुन्छ ।

नेपाल सरकारले यो कार्यक्रम दुर्गम तथा प्राथमिकताको क्षेत्रमा प्राथमिकता दिई लागू गरेको हो ताकि कुनै पनि महिला गर्भावस्थामा आवश्यक उपचार नपाएर ज्यान गुमाउन नपरोस् भन्ने मूल सोच कार्यान्वयनमा आउन सकोस् ।

विभिन्न आ.व. मा यस अस्पताल बाट प्रशुति सेवा प्राप्त गरेका सेवाग्राहीहरूको विवरण



नवजात शिशु सेवा कार्यक्रम (Newborn Care Program)

मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य सुरक्षाको अभिन्न अंगका रुपमा, चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा नवजात शिशु मृत्युदर न्यूनीकरण गर्ने उद्देश्यसहित आर्थिक वर्ष २०७९/०८० देखि नवजात शिशु सेवा कार्यक्रम संचालनमा ल्याइएको हो । यो कार्यक्रम अन्तर्गत जन्मेदेखि २८ दिनभित्र रहेका शिशुहरूलाई लक्षित गर्दै गुणस्तरीय तथा निःशुल्क उपचार सेवा प्रदान गरिँदै आएको छ ।

सेवाको स्वरुपः

प्रसूति पश्चात नवजात शिशुमा देखिने स्वास्थ्य समस्याहरूका लागि अस्पतालमा भर्ना भई उपचार लिने अवस्था आएमा, डिस्चार्ज वा अन्यत्र प्रेषण नभएसम्म सम्पूर्ण उपचार सेवा निःशुल्क रुपमा उपलब्ध गराइन्छ । नवजात शिशु डिस्चार्ज भई पुनः जन्मेको २८ दिनभित्रै दोस्रोपटक भर्ना हुन आएमा पनि सोही अनुसारको निःशुल्क सेवा निरन्तर प्रदान गरिन्छ । उपचार अवधिभर, नवजात शिशुको आमा वा अभिभावकलाई अस्पताल परिसरमै बस्न मिल्ने सुरक्षित स्थान (आवास व्यवस्था) समेत अस्पतालले उपलब्ध गराउँछ, जसले शिशुको हेरचाहमा सहुलियत पुऱ्याउँछ ।

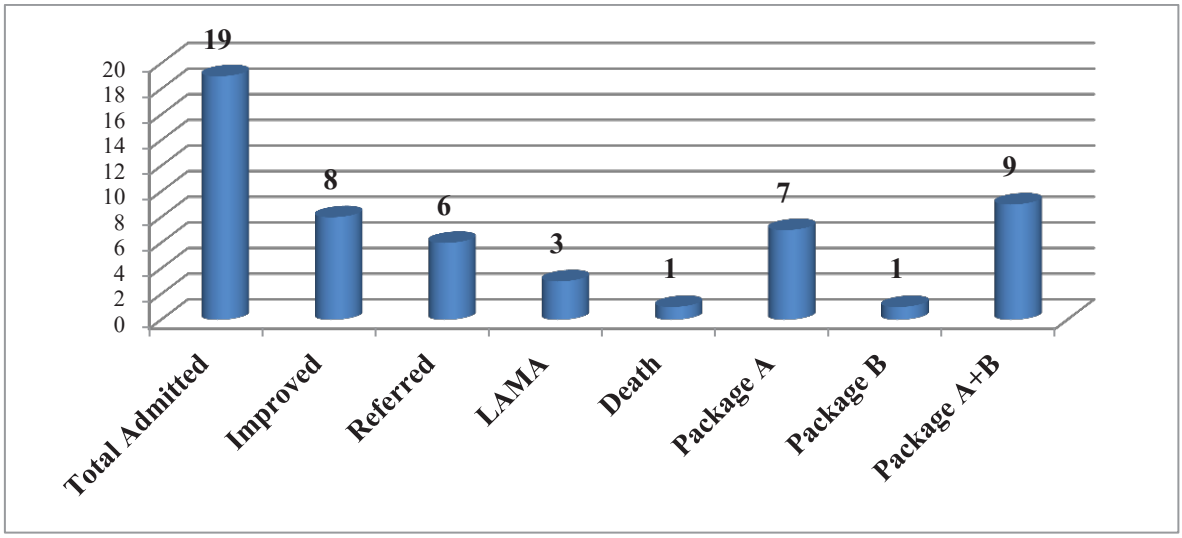
सेवामा लागु हुने सर्तहरूः

यदि नवजात शिशुका अभिभावक वा आमाले क्याबिन कोठा वा प्राइभेट वार्ड रोजेका छन् भने, सो अवस्थामा नवजात शिशुले यो निःशुल्क उपचार सुविधा प्राप्त गर्ने छैनन् । यसले सेवा व्यवस्थापनलाई पारदर्शी, वर्गीकृत र स्रोतअनुकूल बनाउने उद्देश्य राख्दछ । यस कार्यक्रममार्फत अस्पतालले नवजात शिशुको प्रारम्भिक जीवनमा देखा पर्ने रोग, संक्रमण, जन्मजात समस्या वा पोषणसम्बन्धी जटिलता जस्ता संवेदनशील अवस्थाहरूको यथासमय उपचार सुनिश्चित गरिरहेको छ ।

निष्कर्षः

नवजात शिशुको जीवन रक्षा र सुरक्षित प्रारम्भिक बाल्यकाल निर्माणमा चौतारा अस्पतालको यो पहल प्रभावकारी बन्दै गएको छ । मातृ र नवजात स्वास्थ्य सुधारका लागि सञ्चालित अन्य कार्यक्रमहरूसँग समन्वय गर्दै, यो सेवा अस्पतालको समर्पणपूर्ण र जनमुखी सेवा प्रवाहको सशक्त उदाहरण बनेको छ ।

यस आ.व. २०८१/८२ मा यस अस्पतालबाट SNCU/NICU बाट उपचार पाएका नवजात शिशुको विवरण



नवजात शिशु स्वास्थ्य स्क्रिनिङ तथा उपचार व्यवस्थापन कार्यक्रम (Newborn Screening and Management Program)

नवजात शिशुको प्रारम्भिक जीवनमा देखिने स्वास्थ्य समस्याको समयमै पहिचान र उपचार गरी शारीरिक तथा मानसिक अपाङ्गता न्यूनीकरण गर्ने उद्देश्यले, चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा "नवजात शिशु स्वास्थ्य स्क्रिनिङ तथा उपचार व्यवस्थापन कार्यक्रम" आर्थिक वर्ष २०७९/०८० देखि लागू गरिएको हो । विशेष गरी नवशिशुहरूमा जन्मजात रुपमा देखिन सक्ने Congenital Hypothyroidism जस्ता गम्भीर स्वास्थ्य समस्या समयमै निदान गर्न, निशुल्क (Head to Toe Examination) (सिरदेखि खुट्टासम्मको सम्पूर्ण परीक्षण) सेवा अस्पतालमा प्रदान गरिँदै आएको छ ।

कार्यक्रमको उद्देश्यः

- नवजात शिशुमा जन्मजात रोगहरूको प्रारम्भिक पहिचान गरी समयमै उपचारको व्यवस्था गर्नु,
- Congenital Hypothyroidism को जस्ता गम्भीर तर उपचारयोग्य अवस्थाहरूलाई जीवनको सुरूवातमै पत्ता लगाई भविष्यको अपाङ्गता रोकथाम गर्नु,
- नवजात शिशुहरूको सम्पूर्ण स्वास्थ्य परीक्षण प्रणालीलाई संस्थागत, व्यवस्थित र सर्वसुलभ बनाउनु ।

उपलब्धि (आ.व. २०८२/०८३):

यस कार्यक्रम अन्तर्गत आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ मा जम्मा १०८ जना नवजात शिशुहरूले स्क्रिनिङ सेवा प्राप्त गरेका छन् । यो संख्या सेवाको पहुँच र प्रभावशीलता दुबैको द्योतक हो । कार्यक्रम लागू भएपछि अस्पतालमा जन्मेका वा अन्य स्थानबाट सिफारिस भई आएका नवशिशुहरूलाई समेत समेटेर विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने अभ्यास प्रभावकारीरुपमा सञ्चालित हुँदै आएको छ ।

निष्कर्षः

नवजात शिशुहरूमा जीवनको प्रारम्भमै गम्भीर रोगहरू पहिचान गरी गुणस्तरीय उपचारको सुनिश्चितताका लागि नवजात शिशु स्वास्थ्य स्क्रिनिङ तथा उपचार व्यवस्थापन कार्यक्रम चौतारा अस्पतालको एक महत्वपूर्ण स्वास्थ्य पहलका रुपमा स्थापित भइरहेको छ । यसले मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य सुरक्षामा दीर्घकालीन सकारात्मक प्रभाव पार्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

सुरक्षित गर्भपतन सेवा (Safe Abortion Service)

नेपाल सरकारले सुरक्षित गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिएपछि महिला स्वास्थ्य अधिकारको सन्दर्भमा यो एक महत्वपूर्ण उपलब्धिका रुपमा स्थापित भएको छ । यही कानुनी र नैतिक आधारमा चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा समेत सुरक्षित गर्भपतन सेवा नियमित रुपमा निःशुल्क रुपमा प्रदान गरिँदै आएको छ ।

सेवा विवरणः

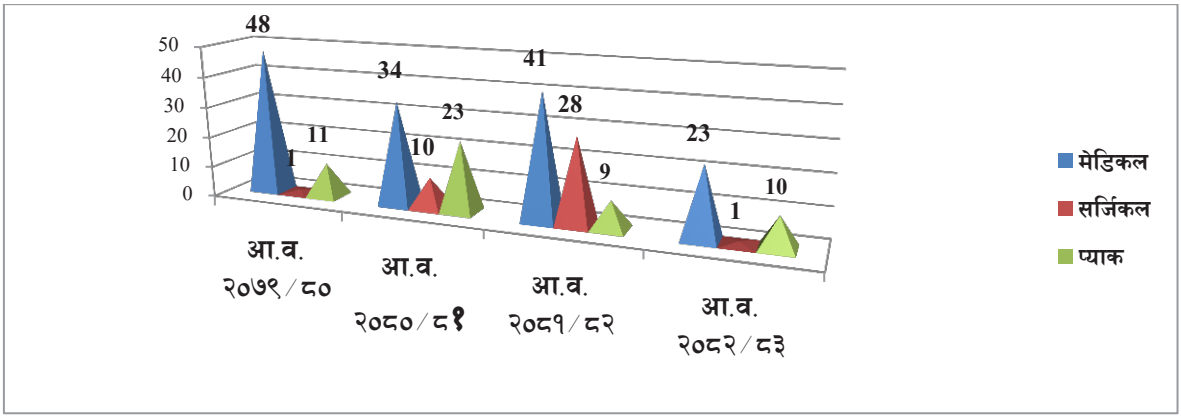
चौतारा अस्पतालमा प्रदान गरिने सुरक्षित गर्भपतन सेवामा निम्न दुई विधिहरू समावेश छन्:

मेडिकल गर्भपतन सेवा (Medical Abortion) : गर्भावस्थाको ९ हप्ताभित्र (Up to 9 weeks) महिला स्वयंको पूर्वस्वीकृतिमा, चिकित्सकीय औषधिको प्रयोगमार्फत गरिने सेवा हो । यो सेवा हर दिन उपलब्ध छ र पूर्णतः निःशुल्क प्रदान गरिन्छ ।

सर्जिकल गर्भपतन सेवा (Surgical Abortion) : गर्भावस्थाको १२ हप्ताभित्र (Up to 12 weeks) सुरक्षित विधि (जस्तै MVA – Manual Vacuum Aspiration) प्रयोग गरेर योग्य स्वास्थ्यकर्मी/चिकित्सकको प्रत्यक्ष निरीक्षणमा प्रदान गरिने सेवा हो । यस सेवा पनि नियमित रुपमा उपलब्ध छ र राज्यको नीति अनुसार पूर्ण रुपमा निःशुल्क प्रदान गरिन्छ ।

सेवा सन्देशः यो सेवाको मूल उद्देश्य महिलाहरूलाई असुरक्षित गर्भपतनबाट जोगाउनु, प्रजनन स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चित गर्नु तथा मातृ मृत्युदर घटाउनु हो । चौतारा अस्पतालमा उपलब्ध यो सेवा महिलाको गोपनीयता, सम्मान र सुरक्षा सुनिश्चित गर्ने गरी प्रदान गरिन्छ, जसले स्वास्थ्य प्रणालीप्रति महिलाहरूको भरोसा अभिवृद्धि गरिरहेको छ ।

विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालबाट सुरक्षित मातृत्व सेवा प्राप्त गरेका महिलाहरूको विवरण



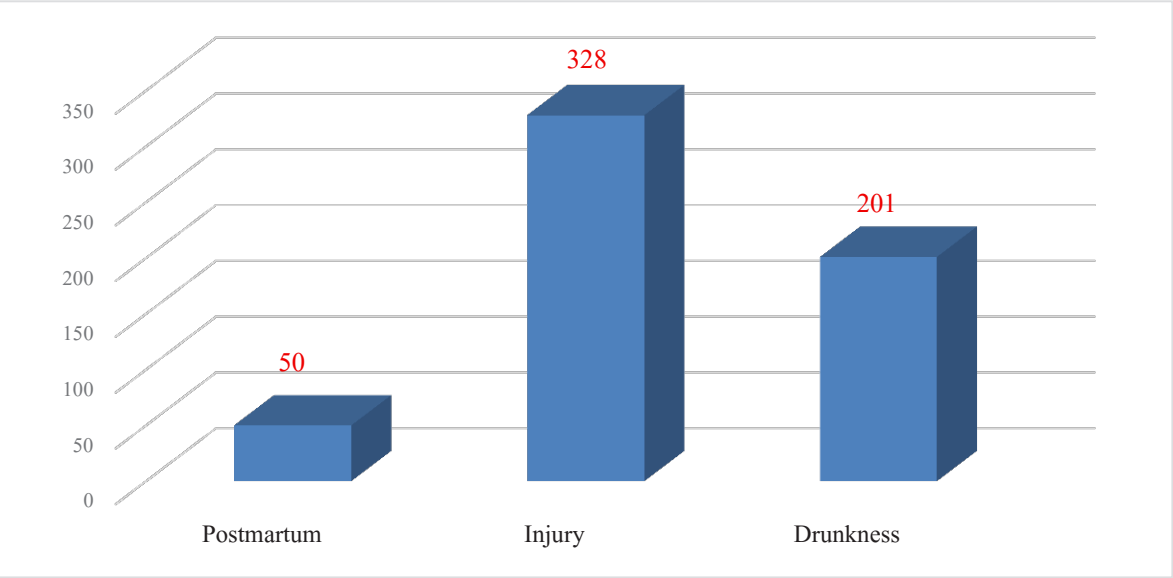
मेडिकोलिगल सेवा

चौतारा अस्पतालले स्वास्थ्य सेवा मात्र होइन, कानुनी दृष्टिले महत्वपूर्ण घटनाहरूमा पनि प्रत्यक्ष भूमिका निर्वाह गर्दै मेडिकोलिगल सेवा प्रदान गर्दै आएको छ। यस सेवाले अपराध, दुर्घटना, आत्महत्या, हिंसा, यौनजन्य अपराध, आकस्मिक मृत्यु तथा अन्य कानुनी संवेदनशील घटनामा आवश्यक प्रमाण संकलन, परीक्षण तथा प्रतिवेदन तयार गर्ने कार्य समेट्छ । मेडिकोलिगल सेवामा अस्पतालको चिकित्सक टोलीले प्रहरी प्रशासन, अदालत तथा सरकारी वकिलको कार्यालयसँग नजिकको सहकार्य गर्दै, घटनाको निष्पक्ष अनुसन्धानमा मद्दत पुग्ने गरी वैज्ञानिक आधारमा प्रमाण संकलन गर्छ । यसमा शारीरिक परीक्षण (Physical Examination), पोस्टमार्टम (Postmortem Examination), चोटपटकको मूल्याङ्कन, बायोलोजिकल नमूना संकलन, यौनजन्य हिंसा सम्बन्धी प्रमाण संकलन तथा आवश्यक प्रयोगशाला परीक्षण जस्ता कार्यहरू समावेश हुन्छन् ।

चौतारा अस्पतालको मेडिकोलिगल कार्यमा विशेष दक्षता प्राप्त चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीहरू संलग्न रहन्छन् । संवेदनशील घटनामा पीडितको गोपनीयता, मर्यादा र कानुनी प्रक्रिया दुवैको सुरक्षा गर्दै सेवा प्रदान गरिन्छ । प्रतिवेदन तयार गर्दा प्रचलित कानुन, स्वास्थ्य मन्त्रालयको निर्देशन, र नेपाल मेडिकल काउन्सिलको मापदण्डको पूर्ण पालना गरिन्छ ।

यो सेवाले जिल्ला भित्रै कानुनी प्रक्रिया सजिलो बनाउनुका साथै, प्रमाण संकलनमा गुणस्तर र विश्वसनीयता कायम राख्न मद्दत पुऱ्याएको छ । प्रहरी तथा अदालतका निकायहरूले समयमा आवश्यक प्रतिवेदन प्राप्त गर्न थालेपछि अनुसन्धानको गति र प्रभावकारिता दुवैमा सुधार आएको छ ।

मेडिकोलिगल सेवाको निरन्तर उपलब्धताले सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा स्वास्थ्य र न्यायको संगमलाई मजबुत बनाएको छ । यसले अपराध पीडितलाई न्यायको पहुँचमा ल्याउन, दोषीलाई कानुनी कारबाही गर्न, र समाजमा कानुनी सचेतना फैलाउन महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको छ ।



एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र (OCMC)

लैंगिक हिंसा पीडितहरूका लागि समन्वित सेवा केन्द्र

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा लैंगिक हिंसासँग सम्बन्धित सेवा प्रवाहलाई व्यवस्थित, प्रभावकारी र समन्वित बनाउन वि.सं. २०७४ सालको चैत्र १ गतेदेखि 'एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र' (One-Stop Crisis Management Center-OCMC) स्थापना गरिएको हो । यो केन्द्रले महिला, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक लगायत सबै प्रकारका लैंगिक हिंसाबाट पीडित व्यक्तिहरूलाई २४ सै घण्टा, जुनसुकै समयमा, निःशुल्क सेवा प्रदान गर्दै आएको छ ।

केन्द्रको उद्देश्य :

- लैंगिक हिंसाबाट पीडितहरूलाई शीघ्र, सुरक्षित र गोपनीय सेवा उपलब्ध गराउनु,
- सामाजिक समावेशीकरण, लैंगिक समानता र मानव अधिकारको प्रत्याभूति सुनिश्चित गर्नु,
- हिंसाको शारीरिक, मानसिक, कानुनी तथा सामाजिक पक्षको समग्र व्यवस्थापन गर्नु ।

सेवा समावेश : OCMC मार्फत प्रदान गरिने प्रमुख सेवा क्षेत्रहरू निम्नानुसार छन् ।

- स्वास्थ्य सेवाः हिंसाबाट पीडितको प्रारम्भिक स्वास्थ्य जाँच तथा उपचार अस्पतालका योग्य चिकित्सकहरूमार्फत ।

- मनोसामाजिक परामर्शः मानसिक आघातबाट गुज्रिरहेका पीडितहरूका लागि प्रशिक्षित स्टाफ नर्सद्वारा मनोसामाजिक परामर्श ।
- चिकित्सकीय प्रमाण संकलनः कानुनी प्रक्रिया सहजीकरणका लागि हिंसासम्बन्धी प्रमाणहरूको वैज्ञानिक ढंगले संकलन र अभिलेखीकरण ।
- अल्पकालीन आश्रयः तत्काल आवासीय सुरक्षाको आवश्यकता परेमा सुरक्षित बसोबासको व्यवस्था ।
- कानुनी सहयोग तथा सिफारिसः पीडितको अनुरोधमा कानुनी निकायहरूसँग सहकार्य गरी आवश्यक प्रक्रिया अगाडि बढाउने व्यवस्था ।

जनशक्ति तथा व्यवस्थापन : यो सेवा प्रवाहका लागि अस्पतालले एक जना मेडिकल अधिकृत र एक जना स्टाफ नर्स (मनोसामाजिक परामर्शदाता) लाई जिम्मेवारीका साथ खटाएको छ । चिकित्सकीय जाँच, परामर्श तथा समन्वयात्मक सेवा प्रवाह अस्पतालका चिकित्सकहरूमार्फत नियमित रुपमा संचालनमा रहेको छ ।

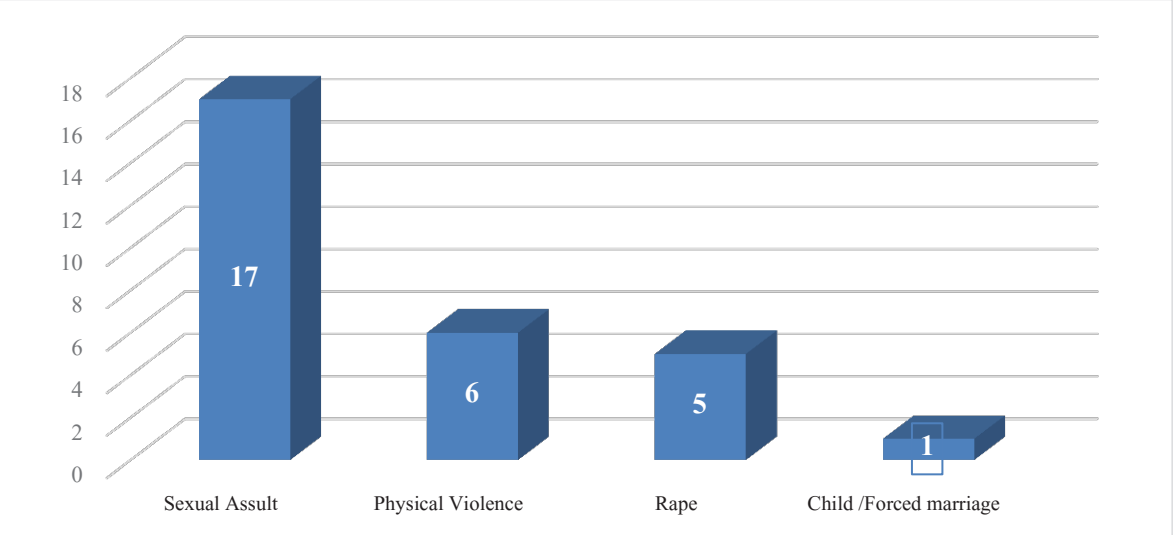
हालसम्मको उपलब्धिः

आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ मा जम्मा २९ जना नयाँ सेवाग्राहीहरूले एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्रमार्फत सेवा प्राप्त गरेका छन्, जसले यस कार्यक्रमप्रतिको सामाजिक आवश्यकता र प्रभावलाई स्पष्ट रुपमा दर्शाउँछ ।

निष्कर्षः

चौतारा अस्पतालमा आधारित OCMC सेवा पीडितहरूको पुनर्स्थापना, आत्मबल पुनःनिर्माण, न्याय प्राप्ति र समग्र सुरक्षाको दिशामा एक महत्वपूर्ण पहल हो । यो सेवा अस्पतालको मात्र नभई सम्पूर्ण सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको लैंगिक न्याय तथा सामाजिक सुरक्षा प्रवर्धनमा योगदान दिने एउटा संवेदनशील र आवश्यक संयन्त्रका रुपमा स्थापित भइसकेको छ ।

आ.व. २०८२/०८३ मा यस अस्पतालको OCMC बाट सेवा लिएका नयाँ सेवाग्राहीहरूको विवरण



Type of Crime	Total number of cases (New)		
	2080/81	2081/82	2082/83
Emotional	11	1	0
Denial of resources/opportunities/services	3	0	0
Harmful Traditional Practice	2	0	0
Physical Violence	45	14	6
Child/forced Marriage	2	6	1
Sexual Assault	24	48	17
Rape	9	5	5
Total	96	74	**29**

सामाजिक सेवा इकाई तथा निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा

(Social Service Unit and Free Healthcare Services)

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा स्थापित सामाजिक सेवा इकाई (Social Service Unit) को प्रमुख उद्देश्य समाजका सीमान्तकृत, कमजोर, जोखिममा रहेका तथा राज्यद्वारा पहिचान गरिएका लक्षित समूहका लागि निःशुल्क, सहज, समान र गरिमायुक्त स्वास्थ्य सेवा सुनिश्चित गर्नु हो । नेपाल सरकारको निर्देशिका र अस्पताल व्यवस्थापनको नीति अनुरुप सामाजिक सेवा इकाईमार्फत विभिन्न लक्षित समूहहरूलाई निःशुल्क वा सहुलियतपूर्ण दरमा स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिँदै आएको छ ।

१. सामाजिक सेवा इकाई अन्तर्गत निःशुल्क स्वास्थ्य सेवाका उद्देश्यहरू

- लक्षित वर्गका बिरामीहरूको स्वास्थ्य सेवामा समतामूलक पहुँच र सेवा उपयोग वृद्धि गर्नु ।
- लक्षित समूहमा विशेषज्ञ सेवा निःशुल्क वा आंशिक छुटमा सहज रुपमा उपलब्ध गराउनु ।
- स्वास्थ्य बीमा तथा सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रमहरू सँग समन्वय र सहजीकरण गर्नु ।
- पारदर्शी, व्यवस्थित र उत्तरदायी सेवा प्रणाली स्थापना गर्नु, जसले लक्षित समूहले सेवा सहज रुपमा लिन सक्ने वातावरण सुनिश्चित गर्छ ।

२. लक्षित समूह (Targeted Beneficiaries)

सामाजिक सेवा इकाई अन्तर्गत निःशुल्क वा सहुलियत दरमा सेवा पाउने समूहहरू निम्नानुसार छन्:

- गरिब तथा आर्थिक रुपमा असहाय व्यक्तिहरू
- अपांगता भएका व्यक्ति
- जेष्ठ नागरिक
- लैंगिक हिंसाबाट पीडित महिला, पुरूष तथा बालबालिका
- महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका
- प्राकृतिक प्रकोप (भूकम्प, पहिरो, बाढी, आगलागी आदि) बाट पीडित
- प्रहरीद्वारा ल्याइएका थुनुवा
- अन्य–(अस्पताल व्यवस्थापनको निर्णयानुसार स्थानीय सन्दर्भमा थप लक्षित समूह निर्धारण गर्न सकिने व्यवस्था)

३. उपलब्ध सेवा र सेवा लिनेको संख्या (आ.व. २०८२/०८३)

सामाजिक सेवा इकाईमार्फत लक्षित समूहहरूले चौतारा अस्पतालका विभिन्न शाखाहरू (OPD, Emergency, Inpatient, Maternity, Surgery आदि) बाट निःशुल्क वा सहुलियत सेवा प्राप्त गर्दै आएका छन् ।

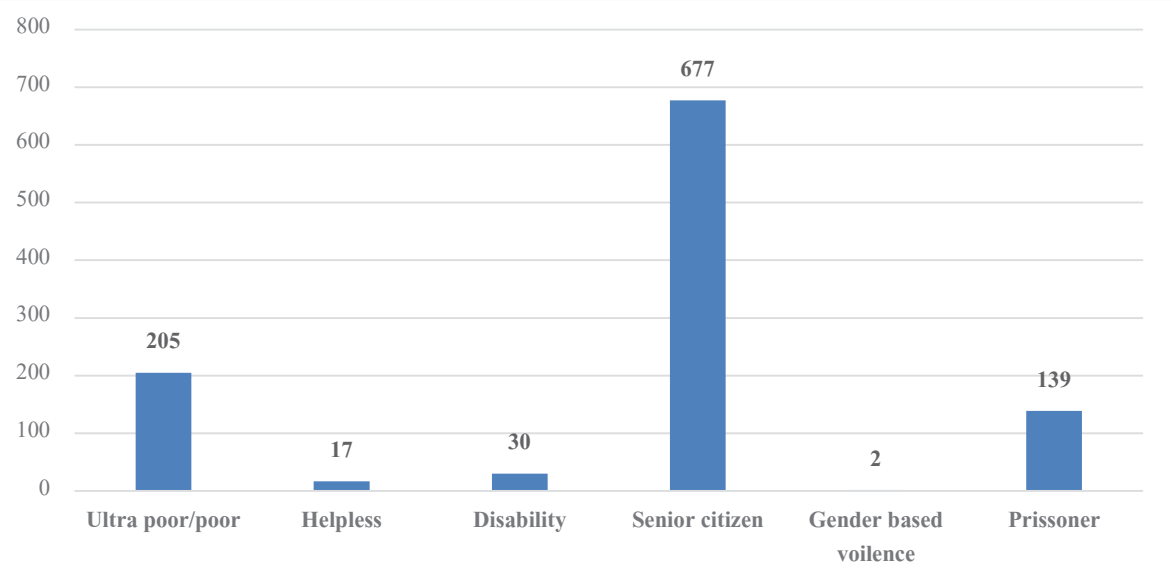
निष्कर्ष

सामाजिक सेवा इकाई चौतारा अस्पतालको समावेशी, मानवीय र न्यायपूर्ण स्वास्थ्य सेवा दर्शनको मूर्त प्रतिबिम्ब हो । यस इकाईको माध्यमबाट राज्यका लक्षित वर्गहरूलाई स्वास्थ्यमा समान पहुँच दिलाउने र "स्वास्थ्य सबैको हक हो" भन्ने अवधारणालाई व्यवहारमा उतार्ने कार्य निरन्तर रूपमा अगाडि बढिरहेको छ ।

आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ मा प्राप्त सेवा विवरण (संख्यात्मक रुपमा) निम्नानुसार उल्लेख गरिनेछ :

सि. नं.	लक्षित वर्गहरू	सेवाग्राहि संख्या		जम्मा
		महिला	पुरूष	
१	विपन्न/अति विपन्न	१३४	७१	२०५
२	असहाय	१६	१	१७
३	अपांगता भएका व्यक्ति	१३	१७	३०
४	जेष्ठ नागरिक	३५८	३१९	६७७
५	लैंगिक हिंसाबाट पिडित	२	०	२
६	महिला स्वास्थ्य स्वयंम सेविका	०	०	०
७	कैदी	७	१३२	१३९
जम्मा		**५३०**	**५४०**	**१०७०**

यस आ.व. २०८२/०८३ मा यस अस्पतालको सामाजिक सेवा इकाईबाट स्वास्थ्य सेवा लिएका लक्षित बर्गका विरामीहरूको विवरण



स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम – सर्वसुलभ स्वास्थ्य सेवातर्फको सुनिश्चित यात्रा

नेपाल सरकारद्वारा सञ्चालित सामाजिक स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम नागरिकहरूलाई गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा सुलभ गराउन तथा उपचारक्रममा उत्पन्न हुने अनियोजित आर्थिक बोझबाट जोगाउन सामाजिक सुरक्षाको आधारशिला स्वरुप २०७२ सालदेखि लागू गरिएको एक महत्वपूर्ण राष्ट्रिय कार्यक्रम हो ।

स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य भनेको :

- स्वास्थ्य उपचारमा लाग्ने अनपेक्षित खर्चको जोखिमलाई व्यवस्थापन गर्नु ।
- आर्थिक अवस्था कमजोर भएका नागरिकलाई स्वास्थ्य पहुँचमा समावेश गराउनु ।
- सबै नेपाली नागरिकका लागि न्यायोचित, गुणस्तरीय र सर्वसुलभ स्वास्थ्य सेवा सुनिश्चित गर्नु हो ।

कार्यान्वयन र सञ्चालन

यो कार्यक्रम हाल स्वास्थ्य बीमा बोर्डद्वारा संचालनमा छ । बीमा सदस्यहरूले तोकिएको वार्षिक शुल्क बुझाई विशिष्ट कोड नं. सहित अस्पतालमा सेवा उपयोग गर्न पाउँछन् । बीमा सदस्यलाई सधैं सेवाग्राहीको रुपमा समर्पित व्यवहारसाथ सेवा दिने व्यवस्था गरिएको छ ।

चौतारा अस्पतालमा बीमा कार्यक्रमको कार्यान्वयन

चौतारा अस्पतालमा पनि स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम प्रभावकारी रुपमा कार्यान्वयनमा रहेको छ । बीमित सेवाग्राहीले अस्पतालमा उपचार गराउँदा बीमा सुविधा अन्तर्गत आवश्यक सेवा तथा औषधी निशुल्क वा आंशिक शुल्कमा पाउँछन् । अस्पतालले बीमित बिरामीहरूलाई प्राथमिकता दिएर सेवा प्रदान गर्दै आएको छ ।

सेवाग्राही तथ्याङ्क (गत आ.व.)

आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ मा चौतारा अस्पतालमा स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम अन्तर्गत ३०६८२ जना सेवाग्राही लाभान्वित भएका छन् । यो संख्या बर्सेनि वृद्धिदरका साथ बढ्दो बीमाको पहुँच र विश्वासलाई देखाउँछ ।

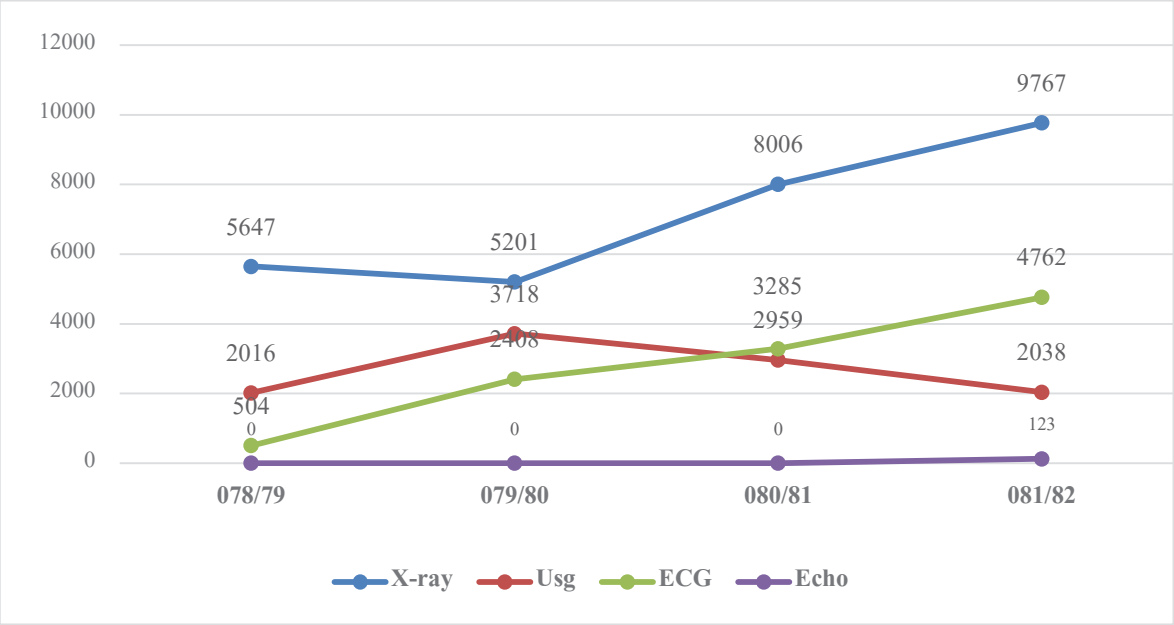
निष्कर्ष

स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम स्वास्थ्यमा पहुँच र समावेशीतालाई मूर्त रूप दिने, नागरिकको स्वास्थ्यमा लगानी बढाउने र समाजलाई आर्थिकरुपमा सुरक्षित बनाउने राष्ट्रव्यापी अभियान हो । चौतारा अस्पतालले यस कार्यक्रमलाई उत्तरदायित्वपूर्वक कार्यान्वयन गर्दै बीमित सेवाग्राहीको उपचार अधिकारलाई सशक्त बनाउँदै आएको छ ।

अन्य सेवाहरू

यस चौतारा अस्पतालमा गत ३ बर्ष मा एक्सरे, भिडियो एक्सरे,तथा ई.सि.जि.,इको सेवा लिएका विरामीहरूको विवरण

यस अस्पतालमा विभिन्न आ.व. मा विभिन्न सेवा लिने सेवाग्राही हरूको विवरण

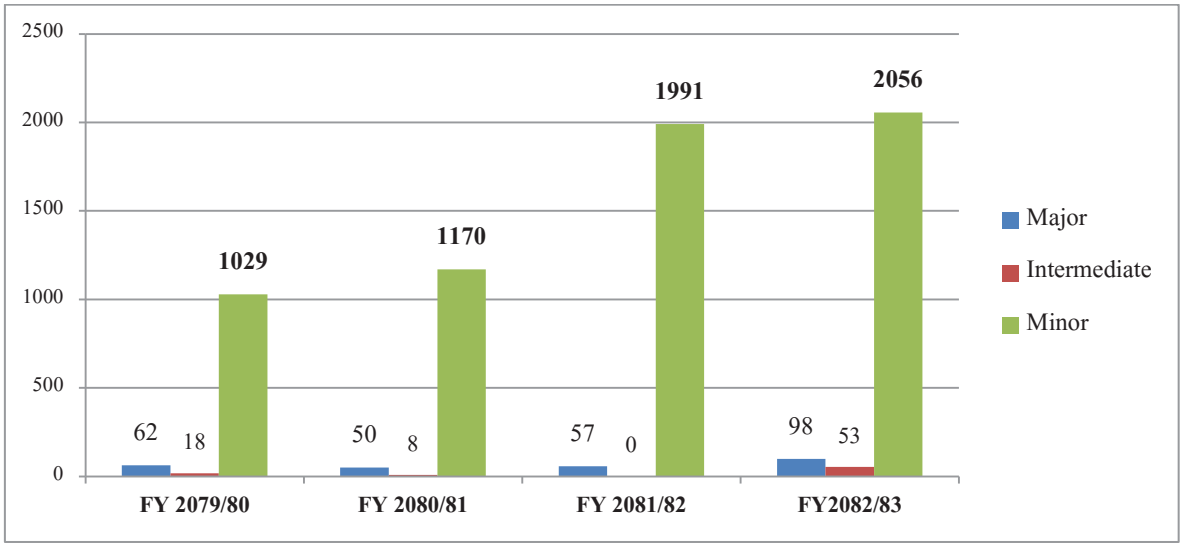


ठूला तथा साना अप्रशेन

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकले पछिल्लो समय आफ्नो सेवा विस्तारको क्रममा शल्यक्रिया सम्बन्धी सेवालाई पनि प्रभावकारी रुपमा सञ्चालन गर्दै आएको छ । प्रसूति सम्बन्धी जटिल अवस्था देखिएको खण्डमा योग्य तथा अनुभवी स्त्रीरोग विशेषज्ञहरूको टोलीद्वारा शल्यक्रिया (C-section) सेवा प्रदान गरिँदै आएको छ, जसले मातृ तथा नवजात शिशुको जीवनरक्षामा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ । त्यस्तै, जनरल सर्जरी सेवा अन्तर्गत हाइड्रोसिल, हर्निया जस्ता साना तर संवेदनशील अपरेशनहरू पनि नियमित रुपमा सञ्चालन भइरहेका छन्, जसले दुर्गम गाउँबाट आएका सेवाग्राहीहरूलाई राजधानी वा अन्यत्र जानुपर्ने झन्झटबाट मुक्त गराएको छ ।

यस अस्पतालमा चोटपटक लागेका बिरामीहरूका लागि घाउ उपचार र साना चिरफार (माइनर सर्जरी) सेवा सहज रुपमा उपलब्ध छ, जसमा संक्रमण भएको घाउ सफा गर्ने, सिउने, फोका वा अन्य सामान्य सर्जिकल समस्याहरूको उपचार गरिन्छ । साना बालबालिका, वृद्धवृद्धा तथा आकस्मिक अवस्थामा आएका बिरामीहरूलाई प्राथमिक उपचार अन्तर्गत सामान्य प्लास्टर गर्ने सेवा पनि अस्पतालमै उपलब्ध रहेको छ, जसले स्थानीय स्तरमै तात्कालिक राहत दिने व्यवस्था सुनिश्चित गरेको छ । यी सबै सेवाहरू दक्ष चिकित्सक र आवश्यक उपकरणमार्फत गरिने भएकाले चौतारा अस्पताल शल्यक्रिया सेवाको विश्वसनीय केन्द्रका रुपमा स्थापित हुँदै गएको छ ।

विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालबाट भएका ठूला तथा साना अप्रेशन तथा पलाष्टरहरू



प्रयोगशाला सेवा

कोभिडको जोखिम बढेको बेलामा यस अस्पतालमा २४ सै घण्टा ल्याब (पि.सि.आर. ल्याब र रूटिन ल्याब) सेवा उपलब्ध रहेको थियो । अस्पतालले निश्चित वर्गका सेवाग्राहीहरूलाई पूर्ण तथा आंशिक निः शुल्क सेवा पनि प्रदान गर्दै आइरहेको छ । यहाँ एच.आई.भि. टेष्ट, खकार परीक्षण जस्ता परीक्षणहरू पूर्ण निःशुल्क गराउँदै आएको छ । यस आ.व. मा यस अस्पतालको प्रयोगशालामा विभिन्न टेष्टहरू (Kalazar, H Pylori, Gram Stain, Retics, KOH, Semen analysis) थपिएका छन । यस आ.व. मा यस अस्पतालबाट कुल १८९६५ जना सेवाग्राहीले प्रयोगशालामा सेवा लिएका छन । यस अस्पतालमा थाइराइड जाँच गर्ने मेशिन पनि थप गरि सेवाग्राहीलाई सर्वसुलभ रूपमा उक्त सेवा प्रदान गर्दै आइरहेका छौ ।

विभिन्न आ.व. मा यस अस्पताल बाट गरिएको ल्याब नमूनाहरू

आ.व.	Hematology	Immunology	Biochemistry	Bacteriology	Viorology	Parasitology	Hormone
२०७९/८०	29831	3461	21666	356	2532	5533	836
२०८०/८१	70396	6277	39370	497	2020	8812	1456
२०८१/८२	83140	9567	45394	528	2445	10783	3634
२०८२/८३	83759	7733	52547	491	2516	10254	6121

ए.आर.टी. सेवा – एच.आई.भी. संक्रमितका लागि जीवनदायिनी उपचार

एच.आई.भी. (मानव प्रतिरक्षा ह्रास विषाणु) एक यस्तो संक्रामक रोग हो, जसले मानिसको शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक प्रणालीलाई क्रमशः कमजोर पार्दछ । यो रोग रगत, वीर्य, यौन स्राव, दुध वा संक्रमित सुईको प्रयोग जस्ता माध्यमबाट एक व्यक्तिबाट अर्कोमा सर्न सक्छ ।

एच.आई.भी. संक्रमणको उच्च जोखिममा पर्ने समूहहरूमा निम्न समुहहरू पर्दछन्:

- यौन व्यवसायमा संलग्न व्यक्तिहरू ।
- उनीहरूका ग्राहकहरू ।
- सुईद्वारा लागूऔषध प्रयोग गर्ने व्यक्ति ।
- जोखिमयुक्त यौन व्यवहारमा संलग्न युवा-युवतीहरू ।

चौतारा अस्पतालमा सञ्चालित ए.आर.टी. सेवा

चौतारा अस्पतालले एच.आई.भी. संक्रमित तथा जोखिममा रहेका व्यक्तिहरूका लागि ए.आर.टी. सेवा (Antiretroviral Therapy) प्रभावकारी रुपमा सञ्चालन गरिरहेको छ । यस सेवामार्फत बिरामीहरूलाई नियमित रुपमा औषधी सेवन गराउने, स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने, परामर्श प्रदान गर्ने, तथा मनो-सामाजिक सहयोगसमेत उपलब्ध गराइन्छ

सेवा समय र सुविधा

सेवा समयः प्रत्येक आइतबारदेखि शुक्रबारसम्म, सार्वजनिक बिदा बाहेक

समयः बिहान ९:०० बजे देखि दिउँसो ५:०० बजेसम्म

स्थानः चौतारा अस्पतालको ओ.पि.डी. सेवा अन्तर्गत छुट्टै कक्षमा

सेवा दिने जनशक्तिः प्रशिक्षित स्वास्थ्यकर्मीहरूको समर्पित टोली, जो गोपनीयता, मर्यादा र संवेदनशीलतासहित सेवा उपलब्ध गराउँछन् ।

सेवाका प्रमुख उद्देश्यहरू

- संक्रमित व्यक्तिमा भाइरल लोड घटाउने
- संक्रमण अन्यमा सर्न नदिने
- बिरामीको जीवन गुणस्तर सुधार गर्ने ।
- समाजमा जागरण र सहनशीलता अभिवृद्धि गर्ने ।

निष्कर्षः

चौतारा अस्पतालको ए.आर.टी. सेवा, एच.आई.भी./एड्स संक्रमित व्यक्तिहरूको स्वास्थ्य सुधार, आत्मबल अभिवृद्धि र सामाजिक पुनःस्थापनाको लागि अति महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउँदै आएको छ । यो सेवा अस्पतालको समावेशी, संवेदनशील र मानव-केन्द्रित उपचार दृष्टिकोणको उत्कृष्ट उदाहरण हो ।

आ.व. २०८२/८३ सम्म यो सेन्टरबाट ए.आर.टि. सेवा प्राप्त गर्दै आएका विरामीहरूको विवरण

1	**Total Enrolled client**	94
-	**LFU**	0
-	**Death**	2
-	**Transfer out**	2
-	**MIS**	0
2	**Total on ART**	88

क्षयरोग उपचार सेवा

चौतारा अस्पतालले सङ्क्रमणजन्य रोगहरूको नियन्त्रणमा विशेष ध्यान दिँदै क्षयरोग उपचार सेवा निरन्तर सञ्चालन गर्दै आएको छ। क्षयरोग (Tuberculosis-TB) नेपालमा अझै पनि सार्वजनिक स्वास्थ्यको चुनौतीका रुपमा रहँदै आएको छ, जसको रोकथाम र उपचारका लागि विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) को "End TB Strategy" अनुरुप अस्पतालले सेवा प्रवाह गरिरहेको छ।

यो सेवा अन्तर्गत बिरामीको प्रारम्भिक पहिचान, जाँच, उपचार र निगरानी कार्य प्रणालीबद्ध रुपमा गरिन्छ। सूत परीक्षण (Sputum Test), GeneXpert परीक्षण तथा आवश्यक भएमा Chest X-ray मार्फत क्षयरोगको पुष्टि गरिन्छ। रोगको प्रकार (Pulmonary वा Extra-pulmonary TB) पहिचान भएपछि राष्ट्रिय क्षयरोग नियन्त्रण कार्यक्रम (NTCP) अन्तर्गत निःशुल्क औषधि वितरण गरिन्छ।

उपचार अवधिभर बिरामीको औषधि सेवन, स्वास्थ्य अवस्था, र संभावित असरको निगरानी गर्न प्रशिक्षित स्वास्थ्यकर्मीको टोली खटाइन्छ। उपचार अनुपालन सुनिश्चित गर्न Directly Observed Treatment Short Course (DOTS) पद्धति अपनाइन्छ, जसअन्तर्गत बिरामीले स्वास्थ्यकर्मीको उपस्थितिमा औषधि सेवन गर्छन्। यसले उपचार बीचमै रोक्ने वा अधूरो सेवनका कारण औषधि प्रतिरोधी (Drug Resistant TB) समस्या कम गर्न मद्दत गर्दछ।

अस्पतालमा क्षयरोगबारे जनचेतना फैलाउन नियमित रुपमा परामर्श सत्र, पोस्टर, पम्पलेट र समुदायस्तरीय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम विभिन्न संचार माध्ययमवाट सञ्चालन गर्दै आएरहेको छ। साथै, क्षयरोग पहिचान र उपचारमा ढिलाइ नहोस् भन्नका लागि बिरामीलाई प्रारम्भिक लक्षण देखिनासाथ स्वास्थ्य संस्थामा आउन प्रेरित गरिन्छ।

यो सेवा स्वास्थ्य बीमा योजनामा पनि सूचीकृत छ, जसले बीमित बिरामीलाई थप परीक्षण तथा उपचार प्रक्रियामा आर्थिक सहयोग पुऱ्याउँछ। बीमाविहीन बिरामीलाई पनि राष्ट्रिय कार्यक्रम अन्तर्गत निःशुल्क औषधि उपलब्ध गराइन्छ। क्षयरोग उपचार सेवाको प्रभावका कारण जिल्लामा उपचार पूरा गर्ने बिरामीको दर उच्च भएको छ र नयाँ बिरामीको पहिचान तथा उपचारमा सहजता आएको छ। यसले सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा क्षयरोग नियन्त्रणका प्रयासलाई सबल बनाउँदै "क्षयरोगमुक्त समुदाय" को लक्ष्यतर्फ महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याइरहेको छ।

1	**Total Patient**	11
2	**Pulmonary TB**	11
3	**Extra pulmonary TB**	3

चौतारा अस्पतालको २४ घण्टा सञ्चालनमा रहेको फार्मेसी सेवा :

चौतारा अस्पतालको फार्मेसी सेवा स्वास्थ्य पहुँचको सशक्त सहयात्री स्वास्थ्य उपचारको मूल आधारमध्ये एक हो- समयमै उपलब्ध औषधी सेवा। चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकले यस आवश्यकता र संवेदनशीलतालाई आत्मसात गर्दै २४ सै घण्टा सञ्चालन हुने फार्मेसी सेवालाई संस्थागत ढंगले मजबुत बनाउँदै आएको छ।

- **सेवा सञ्चालनको स्वरुप**

चौतारा अस्पतालको फार्मेसी सेवा निरन्तर २४ घण्टा, सातै दिन खुला रहन्छ। यो सेवा अस्पतालकै भित्री परिसरमा सुव्यवस्थित तरिकाले सञ्चालनमा छ, जसले गर्दा आकस्मिक अवस्था वा रातको समयमा समेत बिरामीहरूले सहज पहुँच पाउने व्यवस्था गरिएको छ।

- **स्वास्थ्य बीमा अन्तर्गतको सेवा**

अस्पतालमा नेपाल सरकारको स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम अन्तर्गत फार्मेसी सेवा उपलब्ध गराइएको छ । बीमित बिरामीहरूलाई आवश्यक औषधी निःशुल्क वा न्यूनतम शुल्कमा उपलब्ध गराउने व्यवस्थाले जनस्वास्थ्यमा उल्लेखनीय सहजता पुऱ्याएको छ ।

- **निःशुल्क औषधी वितरण**

नेपाल सरकारद्वारा तोकिएको सूची अनुसारको निःशुल्क औषधी वितरण कार्यक्रमसमेत चौतारा अस्पतालको फार्मेसी मार्फत प्रभावकारी रुपमा कार्यान्वयनमा रहेको छ । यसले ग्रामीण तथा आर्थिक रुपमा कमजोर वर्गलाई प्रत्यक्ष लाभ पुऱ्याएको छ ।

- **छुट सुविधा**

बिरामीहरूका लागि औषधी खरिदमा ८ प्रतिशत छुट प्रदान गर्ने व्यवस्था गरिएको छ । यस छुट प्रणालीले खासगरी नियमित औषधी सेवन गर्नुपर्ने दीर्घरोगीहरूलाई आर्थिक रुपमा राहत प्रदान गर्दै आएको छ ।

- **गुणस्तर र पारदर्शिता**

फार्मेसीमा बिक्री गरिने सबै औषधीहरू नेपाल सरकारको औषधी व्यवस्था विभागबाट प्रमाणित तथा गुणस्तरीय कम्पनीहरूमार्फत आपूर्ति गरिन्छ । औषधी वितरण प्रक्रियामा पारदर्शिता र सुरक्षित भण्डारण प्रणाली अवलम्बन गरिएको छ ।

- **जनशक्ति र व्यवस्थापन**

फार्मेसीमा योग्य, अनुभवी र नेपाल फार्मेसी परिषद्बाट प्रमाणित फार्मेसी अधिकृत र सहायक कर्मचारी कार्यरत छन्, जसले सेवाको गुणस्तरमा कुनै सम्झौता हुन नदिन निरन्तर लागिरहेका छन् ।

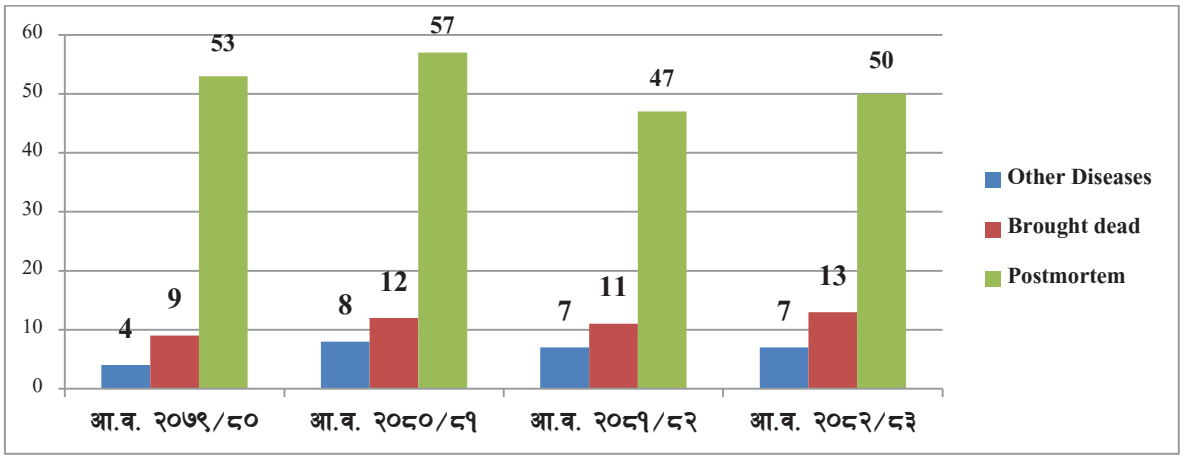
निष्कर्ष

चौतारा अस्पतालको फार्मेसी सेवा केवल औषधी वितरण केन्द्र मात्र नभई, स्वास्थ्य सेवाको एक अनिवार्य अङ्ग हो । यो सेवा आर्थिक सहुलियत, औषधीको सहज पहुँच र गुणस्तरीय आपूर्तिको दृष्टिकोणले अस्पतालको समग्र छविमा थप उज्यालो प्रदान गरिरहेको छ ।

आ.व. २०८२/८३ को अस्पताल फार्मेसी विवरण

क्र.सं.	विवरण	
१	फार्मेसी संचालन गरेको मिति	२०७३/०१/२४
२	निशुल्क उपलब्ध औषधीहरूको संख्या	Item wise ९८
३	फार्मेसीमा उपलब्ध औषधीहरूको संख्या	Item wise १०३५
४	फार्मेसीमा कार्यरत जनशक्ती संख्या (जना)	४ जना करार (फार्मेसी अधिकृत २ जना, फार्मेसी सहायक २ जना)
५	वार्षिक आम्दानी (रु.)	रू. ५४,०९,८२५
६	सफ्टवेयरको अवस्था (उपलब्धता, अवस्था)	Dcode Software Available
७	अस्पतालको औषधी खरिद गर्ने विधि/प्रक्रिया	Tender

विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालमा मृत्यु भएका विरामीहरूको विवरणहरू



फिजियोथेरापी सेवा

(Physiotherapy Services)

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा उपलब्ध बहिरंग सेवाहरू मध्ये फिजियोथेरापी सेवा पनि एक महत्वपूर्ण सेवा हो, जसले बिरामीको दैनन्दिन जीवनस्तर सुधार, अंगसञ्चालन क्षमता वृद्धि, दुखाइ न्यूनीकरण तथा पुनःस्थापना प्रक्रियामा सहयोग पुऱ्याउने उद्देश्य राख्दछ ।

सेवा समय र पहुँचः

फिजियोथेरापी सेवा प्रत्येक हप्ता आइतबार देखि शुक्रबार सम्म, बिहान ९:०० बजे देखि साझ ५:०० बजेसम्मनियमित रुपमा उपलब्ध गराइन्छ । शनिवार तथा सार्वजनिक बिदाका दिनहरूमा भने सेवा बन्द रहन्छ, तर अत्यावश्यक अवस्थामा विस्तारित ओ.पी.डी. सेवामार्फत सेवा प्रवाह गरिन्छ ।

सेवाको गुणस्तर र व्यवस्थापनः

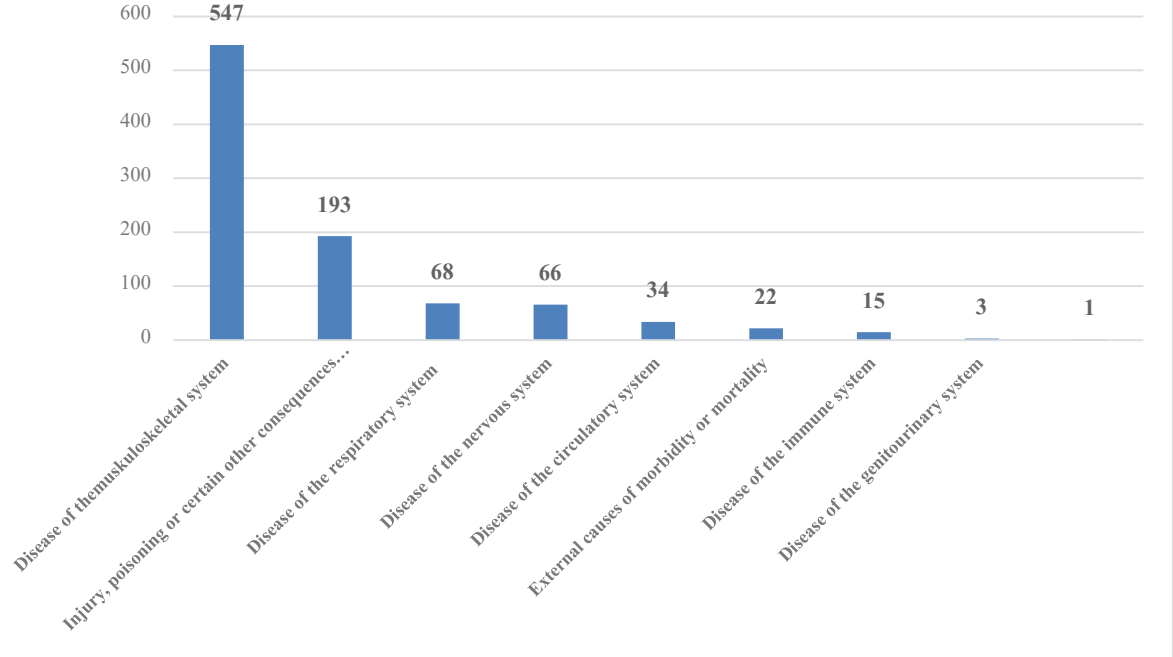
- सेवा प्रवाहमा अनुभवी चिकित्सक तथा फिजियोथेरापीष्टको नियमित उपस्थिति सुनिश्चित गरिएको छ ।
- बिरामीहरूको अवस्थाअनुसार आवश्यकता अनुरुप व्यक्तिगत पुनःस्थापना योजना तथा अभ्यास विधिहरू अपनाइन्छ ।
- सेवा गुणस्तरीय, रोगको प्रकृति अनुसार अनुकूलित, र बिरामीमैत्री ढाँचामा उपलब्ध गराइन्छ ।

सेवा लाभग्राही तथ्याङ्क (आ.व. २०८२/८३):

आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा चौतारा अस्पतालबाट जम्मा १०७० जना सेवाग्राहीहरूले फिजियोथेरापी सेवा प्राप्त गरेका छन् । यसले अस्पतालमा शारीरिक पुनःस्थापनासँग सम्बन्धित सेवा आवश्यकताको पुष्टि गर्नुका साथै, बिरामीहरूको विश्वास तथा अस्पतालको सेवा विस्तारको संकेत गर्दछ ।

निष्कर्षः फिजियोथेरापी सेवा चौतारा अस्पतालको बहुमूल्य सेवा मध्येको एक हो, जसले विशेषगरी हड्डी, स्नायु, जोर्नी तथा मांसपेशीसम्बन्धी समस्याका बिरामीहरूको उपचारमा सघाउ पुऱ्याउँदै आएको छ । फिजियोथेरापी सेवा शरीरको समग्र पुनःस्थापनामा सघाउने, रोग निदानपछि

जीवनशैली सुधार गर्ने तथा दीर्घकालीन स्वास्थ्य व्यवस्थापनमा सहयोग पुऱ्याउने प्रभावकारी सेवा हो । यो सेवा क्रमशः विस्तार हुँदै जानुका साथै आगामी दिनमा अझ प्रविधिमैत्री र पहुँचवृद्धिका उपायहरू समेट्ने अपेक्षा गरिएको छ । निरन्तरता, गुणस्तर र पहुँचको सन्तुलनका आधारमा यो सेवा जिल्ला स्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्रणालीमा थप प्रभावशाली बन्दै गइरहेको छ ।



हेमोडायलाइसिस सेवा

चौतारा अस्पतालले दीर्घ मिर्गौला रोग (Chronic Kidney Disease) का बिरामीहरूको उपचारका लागि जीवनरक्षक हेमोडायलाइसिस सेवा २०८१ साल असोज ६ गतेदेखि औपचारिक रुपमा सञ्चालन गरेको छ । यस सेवाको सुरूवातसँगै सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा पहिलो पटक स्थानीयस्तरमै यस्तो सुविधा उपलब्ध भएको हो, जसले बिरामीहरूलाई उपचारका लागि राजधानी वा अन्य टाढा अस्पताल जानुपर्ने बाध्यता अन्त्य गरेको छ ।

सेवा सुरू भएदेखि नै बिरामीहरूको पहुँचमा सहजता ल्याउँदै आएको यस कार्यक्रममा हालसम्म ६ जना बिरामीहरूले नियमित रुपमा निःशुल्क सेवा लिइरहेका छन् । उपचार प्रक्रिया विशेष दक्षता प्राप्त नेफ्रोलोजीसम्बन्धी तालिमप्राप्त नर्स तथा प्राविधिकहरूको टोलीद्वारा सञ्चालन हुन्छ, जसमा बिरामीको स्वास्थ्य अवस्था अनुसार व्यक्तिगत उपचार तालिका बनाई हप्तामा २-३ पटक सत्र सञ्चालन गरिन्छ । अस्पतालमा अत्याधुनिक हेमोडायलाइसिस मेसिन, उच्चस्तरीय पानी शुद्धीकरण प्रणाली (RO Plant), आरामदायी वार्ड, आपतकालीन औषधि, र उच्चतम निगरानीका लागि आवश्यक उपकरणको व्यवस्था गरिएको छ ।

हेमोडायलाइसिस सेवाको सञ्चालनले जिल्लाभित्रै जीवनरक्षक उपचारको पहुँच विस्तार मात्र होइन, मिर्गौला रोगी बिरामीहरूको जीवनस्तरमा सुधार, उपचारमा निरन्तरता र आर्थिक बोझको कमी ल्याएको छ । यस सेवाको प्रभावकारिताका कारण चौतारा अस्पताल अहिले मिर्गौला रोगका बिरामीहरूका लागि विश्वासिलो गन्तव्यको रुपमा स्थापित भएको छ ।

दन्त सेवा

चौतारा अस्पतालले मुख स्वास्थ्यलाई सर्वसुलभ, गुणस्तरीय र प्रभावकारी बनाउन दन्त सेवा सञ्चालन गर्दै आएको छ । मुख र दन्त सम्बन्धी रोगहरू केवल सौन्दर्यसँग मात्र नभई सम्पूर्ण स्वास्थ्यसँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित हुने भएकाले, अस्पतालले यो सेवालाई प्राथमिकता दिँदै नियमित उपचार सुविधा उपलब्ध गराएको छ । आ.व. २०८२/०८३ मा ४२७४ जनाले सेवा लिएका छन् ।

दन्त सेवामा दैनिक रुपमा अनुभवी दन्त चिकित्सकद्वारा बिरामीको परीक्षण र उपचार गरिन्छ । यस सेवामा दन्त परीक्षण, दाँत सफा गर्ने (Scaling), दाँत भर्ने (Filling), दाँत उखेल्ने (Extraction), मुढ भर्ने वा मुढ उपचार (Root Canal Treatment), कृत्रिम दाँत (Dentures) बनाउने, मुँहको घाउ तथा संक्रमणको उपचार, र मुख स्वास्थ्य परामर्श जस्ता सेवा उपलब्ध छन् । साथै, नियमित रुपमा विद्यालयहरूमा मुख स्वास्थ्य जाँच तथा सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गरी बालबालिकामा दन्त रोगको रोकथाममा विशेष ध्यान दिइएको छ ।

दन्त सेवामा बिरामीहरूको संख्या वर्षैभरि स्थिर मात्रामा रहेको छ र उपचारका क्रममा रोगको गम्भीरतालाई ध्यानमा राखी उचित उपचार विधि अपनाइन्छ । यस सेवामा आवश्यक उपकरण तथा सामाग्रीको पूर्ण व्यवस्था गरिएको छ, जसमा आधुनिक दन्त उपचार युनिट, एक्स-रे सुविधा, उच्चस्तरीय सफाइ (Sterilization) प्रणाली र आपतकालीन औषधिको उपलब्धता छ ।

यो सेवा स्वास्थ्य बीमा योजनामा समेत सूचीकृत भएकाले बीमित बिरामीहरूले तोकिएको उपचारहरू न्यूनतम शुल्कमा वा निःशुल्क पाउने सुविधा पाएका छन् । बीमा नभएका बिरामीहरूलाई पनि उचित दरमा उपचार उपलब्ध गराइन्छ ।

दन्त सेवाको निरन्तर उपलब्धताले जिल्लाभित्रै मुख स्वास्थ्यमा जनचेतना र उपचार पहुँच दुवैमा सुधार ल्याएको छ । यसले स्थानीय समुदायमा मुख स्वास्थ्यप्रतिको चासो बढाउँदै दीर्घकालीन रुपमा दन्त रोगको बोझ कम गर्ने अपेक्षा गरिएको छ

आँखा सेवा

चौतारा अस्पतालले दृष्टि स्वास्थ्यको महत्वलाई विशेष प्राथमिकता दिँदै नियमित आँखा सेवा सञ्चालन गर्दै आएको छ। दृष्टि सम्बन्धी रोग र समस्या समयमै उपचार नगरिए गम्भीर अवस्थासम्म पुग्न सक्ने भएकाले, अस्पतालले यो सेवालाई सजिलो पहुँच, गुणस्तर र दिगोपनामा आधारित बनाएर सञ्चालन गरिरहेको छ । आ.व. २०८२/०८३ मा ३०३६ जनाले सेवा लिएका छन् ।

यस सेवामा अनुभवी नेत्र विशेषज्ञवाट बिरामीको पूर्ण नेत्र परीक्षण (Comprehensive Eye Examination) गरिन्छ । उपचारमा दृष्टि परीक्षण, चस्मा निर्धारण, आँखाको संक्रमणको उपचार, आँखाको घाउ र चोटपटकको उपचार, मोतियाबिन्दा (Cataract) जाँच र शल्यक्रियाका लागि सिफारिस, आँखा सुन्निने (Conjunctivitis) उपचार, आँखा सुख्खा हुने समस्या (Dry Eye) व्यवस्थापन, तथा अन्य नेत्र रोगहरूको प्रारम्भिक पहिचान र उपचार समावेश छन् ।

आँखा सेवा बाहिरङ्ग (OPD) मार्फत नियमित रुपमा उपलब्ध छ, साथै आवश्यकता अनुसार स्वास्थ्य शिविरमार्फत गाउँगाउँमा पनि पुऱ्याइन्छ। शिविरहरूमा विशेष गरी दृष्टि परीक्षण, मोतियाबिन्दा पहिचान, र चस्मा वितरण जस्ता गतिविधिहरू सञ्चालन गरिन्छ।

यो सेवा स्वास्थ्य बीमा योजनामा समेत सूचीकृत भएकाले बीमित बिरामीहरूले तोकिएका सेवा न्यूनतम शुल्कमा वा निःशुल्क पाउने सुविधा पाइरहेका छन्। बीमा नभएका बिरामीहरूलाई पनि उचित दरमा उपचार उपलब्ध हुन्छ।

आँखा सेवाको निरन्तर उपलब्धताले दृष्टि सम्बन्धी रोगको प्रारम्भिक पहिचान, समयमै उपचार, र दृष्टि ह्रासबाट हुने दीर्घकालीन असरलाई कम गर्न महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको छ। यस सेवाले जिल्लाभित्र दृष्टि स्वास्थ्यमा जनचेतना अभिवृद्धि गर्दै समुदायलाई "समयमै जाँच, समयमै उपचार" को सन्देश फैलाउँदै आएको छ।

पोषण पुनःस्थापना केन्द्र
(Nutrition Rehabilitation Home – NRH)

नेपालमा कुपोषणका कारण बालमृत्युदर उल्लेखनीय रुपमा उच्च रहेको परिप्रेक्ष्यमा, गम्भीर कुपोषणग्रस्त बालबालिकाको स्वास्थ्य सुधार एवं पुनःस्थापना गर्न तथा अभिभावक/हेरचाहकर्तालाई पोषण सम्बन्धी शिक्षा प्रदान गर्ने उद्देश्यले नेपाल सरकारले पोषण पुनःस्थापना केन्द्र (NRH) स्थापना गरेको हो।

केन्द्रको उद्देश्यः

- गम्भीर कुपोषण पीडित बालबालिकाको उपचार र पोषण पुनःस्थापना सुनिश्चित गर्नु।
- आमाबुवा तथा हेरचाहकर्तालाई पोषण शिक्षा, परामर्श तथा व्यवहारिक प्रशिक्षण प्रदान गर्नु।
- कुपोषणको समस्या पहिचान गरी प्रारम्भिक चरणमै हस्तक्षेप गर्दै बालमृत्युदरमा उल्लेखनीय कमी ल्याउनु।

सेवाको दायराः

यद्यपि केन्द्रमा गम्भीर कुपोषित बालबालिकालाई प्राथमिकता दिइन्छ, तथापि हल्का र मध्यम कुपोषित बालबालिका पनि शिक्षा र रोकथामका उद्देश्यले केन्द्रमा भर्ना गर्न सकिन्छ। हल्का तथा मध्यम कुपोषण भएका केसहरूमा विशेषतः खानपान र हेरचाह सम्बन्धी व्यवहार परिवर्तनमा जोड दिइन्छ।

- दक्ष चिकित्सकद्वारा भर्ना गरिएका बालबालिकाको नियमित स्वास्थ्य परीक्षण।
- अनुभवी नर्सिङ स्टाफद्वारा बालबालिकासहित हेरचाहकर्तालाई आवश्यक सेवा प्रदान।
- आमाबुवा/हेरचाहकर्तालाई पोषण शिक्षा, खाना पकाउने अभ्यास, र स्वस्थकर आहारको अवधारणाबारे सशक्त जानकारी प्रदान गरिन्छ।

सेवाको विशेषताः

- बालबालिका र हेरचाहकर्ताले केन्द्रमै आवासीय रुपमा बसोबास गर्दै सम्पूर्ण सेवा निःशुल्क रुपमा प्राप्त गर्न सक्छन्।
- केन्द्रमा आवास, खानपान, औषधोपचार, पोषण परामर्श, स्वास्थ्य परीक्षण लगायतका सबै सेवा बिना कुनै शुल्क प्रदान गरिन्छ।

चौतारा अस्पतालमा कार्यक्रमको सञ्चालन (स्थापना र निरन्तरता) :

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा विक्रम संवत् २०७३ साल देखि पोषण पुनःस्थापना केन्द्र निरन्तर रुपमा संचालनमा रही जिल्लाका कुपोषित बालबालिकाहरूको स्वास्थ्य सुधारमा महत्त्वपूर्ण योगदान दिँदै आइरहेको छ । यो केन्द्रले विशेषगरी ग्रामीण भेगका कमजोर आर्थिक अवस्थाका परिवारहरूलाई लक्षित गरी पोषण सुधारमार्फत समग्र बाल स्वास्थ्य प्रवर्द्धनमा सघाउ पुऱ्याइरहेको छ ।

निष्कर्षः

बाल कुपोषण न्यूनीकरण तथा पोषण सम्बन्धी चेतना अभिवृद्धिमा पोषण पुनःस्थापना केन्द्र अत्यन्त प्रभावकारी हस्तक्षेप साबित भएको छ । चौतारा अस्पतालमा संचालित यो केन्द्रले समाजको आधारभूत स्वास्थ्य मापदण्ड सुदृढ गर्ने दिशामा एउटा गतिशील कदमको रुपमा भूमिका निर्वाह गरिरहेको छ ।

विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालको पोषण पुर्नस्थापना केन्द्रबाट सेवा लिएका बच्चाहरूको विवरणहरू

विवरण	आ.व. २०७९/८०	आ.व. २०८०/८१	आ.व. २०८१/८२	आ.व. २०८२/८३
Admission	29	12	6	7
Discharge	22	13	3	6
LAMA	7	0	0	0
Refer	1	2	3	1

मुख्यमन्त्री जनता स्वास्थ्य कार्यक्रम
(Chief Minister Public Health Program)

नसर्ने रोगहरूको जोखिम न्यूनीकरण तथा समयमै पहिचान, परीक्षण, परामर्श, उपचार र नियन्त्रण गर्ने उद्देश्यले बागमती प्रदेश सरकारले सञ्चालनमा ल्याएको मुख्यमन्त्री जनता स्वास्थ्य कार्यक्रम एक महत्त्वपूर्ण जनस्वास्थ्य पहल हो ।

नेपालमा हृदयघात, मस्तिष्कघात, दम, मधुमेह, क्यान्सरजस्ता नसर्ने रोगहरूबाट हुने मृत्युदर झण्डै दुई तिहाई रहेको वर्तमान अवस्थामा यस कार्यक्रमले रोगहरूको प्रारम्भिक अवस्थामै पहिचान गरी गम्भीरता हुन नदिन रोकथाम, नियन्त्रण तथा उपचारमा सहयोग पुऱ्याउने कार्य गर्दै आएको छ ।

कार्यक्रमको उद्देश्यः

- बागमती प्रदेशका नागरिकहरूमा विशेषतः ३० वर्ष वा सो भन्दा माथिको उमेर समूहमा देखिन सक्ने नसर्ने रोगहरू पहिचान गर्ने ।
- स्वस्थ जीवनशैली र व्यवहार अपनाउन परामर्श तथा स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान गर्ने ।
- उच्च जोखिममा रहेका व्यक्तिहरूमा समयमै परीक्षण, निदान र उपचार उपलब्ध गराउने ।
- दीर्घकालीन स्वास्थ्य समस्याबाट हुने आर्थिक बोझ कम गर्न सहयोग गर्ने ।
- हृदयघात, मस्तिष्कघात, मधुमेह र अन्य गम्भीर रोगहरूमा लाग्ने खर्चमा सहुलियत तथा सहजीकरण गर्ने व्यवस्था गर्नु ।

लक्षित समूहः

- बागमती प्रदेशभित्र स्थायी बसोबास गरेका
- ३० वर्ष वा सोभन्दा माथिका सम्पूर्ण नागरिकहरू

चौतारा अस्पतालमा कार्यक्रमको कार्यान्वयन (आ.व. २०८२/८३)

यो कार्यक्रम चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकमा आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ देखि औपचारिक रुपमा कार्यान्वयनमा आएको हो । कार्यक्रमअन्तर्गत, अस्पतालमा आगमन भएका सेवाग्राहीहरूलाई आवश्यक स्वास्थ्य परीक्षण तथा रोग पहिचान, परीक्षण र सल्लाह सेवा उपलब्ध गराइएको छ ।

☑ कुल सेवाग्राही संख्याः ११४ जना

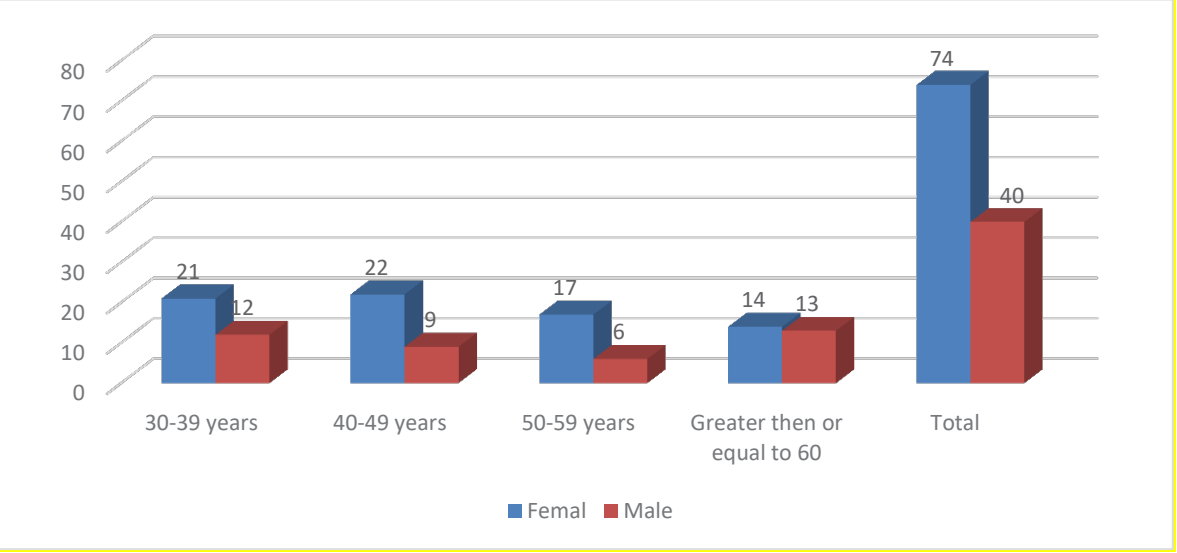
स्क्रिनिङ्ग गरिएको जम्मा सेवा ग्राहीहरुको संख्या				स्क्रिनिङ्ग गरिएका नसर्ने रोगहरुको अवस्था							
उमेर समुह	लिङ्ग			उच्च रक्तचाप	उच्च रक्तचापको लागि औषधि सेवन गर्ने	सम्भावित मधुमेह भएका	मधुमेहको औषधि सेवन गरेका	महिलाको पाठेघरको मुखको भि.आई. ए. गरेको		महिलाको मूत्र नलीबाट पिसाब वा दिसा वा दुबै चुहिने समस्या	
	महिला	पुरुष	अन्य					सामान्य	असामान्य	भएको	नभएको
३०-३९ बर्ष	21	12		17	8	5	2	21	0	0	21
४०-४९ बर्ष	22	9		7	3	7	1	22	1	0	22
५०-५९ बर्ष	17	6		13	5	10	6	17	2	0	17
६० बर्ष वा सो भन्दा माथि	14	13		11	4	20	13	14	4	0	14
जम्मा	**74**	**40**		**48**	**20**	**42**	**22**	**74**	**7**	**0**	**74**

यी सेवाग्राहीहरूले रक्तचाप, मधुमेह, श्वासप्रश्वास सम्बन्धी समस्या, हृदय तथा नसा सम्बन्धी रोगहरू लगायतका परीक्षणहरू गराएका छन् । रोगको अवस्थाअनुसार उचित सल्लाह, परामर्श र थप उपचारका लागि आवश्यक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिएको छ ।

निष्कर्षः

मुख्यमन्त्री जनता स्वास्थ्य कार्यक्रम चौतारा अस्पतालमा एक महत्वपूर्ण जनमुखी पहलका रुपमा स्थापित हुँदै गएको छ। नसर्ने रोगको रोकथाम, व्यवस्थापन र जनचेतनामूलक सेवाको विस्तारमार्फत यसले जिल्ला स्तरमा स्वस्थ जीवनशैली प्रवर्द्धन र दीर्घकालीन रोग न्यूनीकरणमा उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याइरहेको छ ।

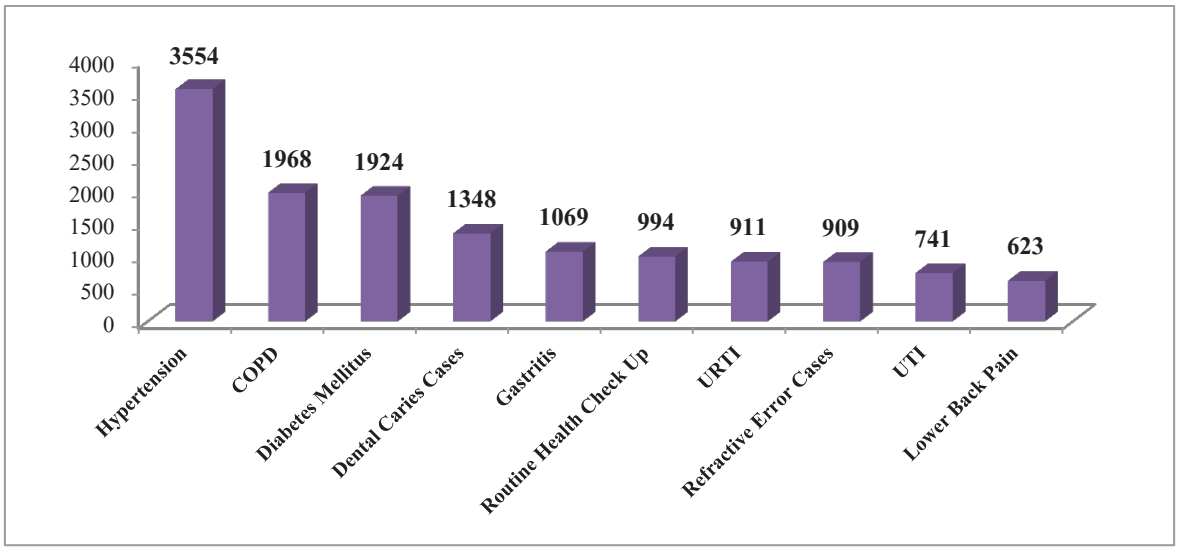
चित्र नं. ११ यस आ.व. २०८२/८३ मा यस कार्यक्रमबाट सेवा लिएका सेवाग्राहीको विवरण



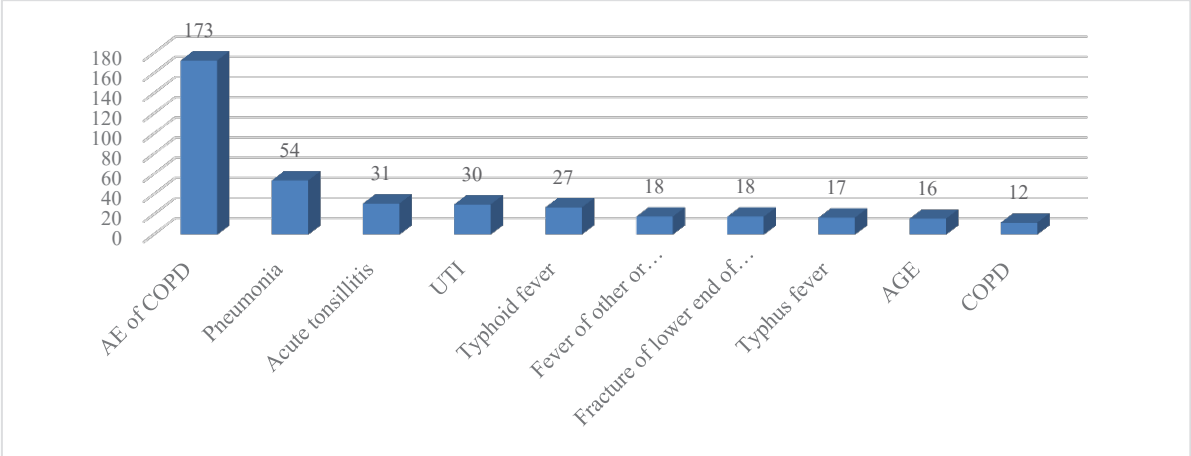
महत्वपूर्ण सुचाङ्कहरू

Indicators	2080/81	2081/82	2082/83	Trend
% of monthly report entered	100	100	100	=
% of report entered with in time	83.33	33.33	100	+
Bed occupancy rete	30.86	42.41	28.52	-
Average length of stay	2.95	3.51	3.2	-
Throughput	3.35	3.61	2.69	-
Bed turnover interval	3.14	3.62	2.67	-
% of surgery among inpatients	5.34	5.22	14.60	+
Infection rate among major surgical cases	0	0	0.09	+
Surgery related death rate	0	0	0	=
Out patient sex ratio	0.75	0.695	0.70	+
Inpatient sex ratio	0.50	0.42	0.52	+
Doctor: Out patient Ratio (6 Doctors) (per day)		1:18	1:23	+
Nurse: In-patient Ratio(yearly)		1:45	1:41	-
Death within 48 hours of admission	1	1	2	+
Death after 48 hours of admission	2	2	2	=
Average number of radiographic image per day	17	22	27	+
Average number of laboratory tests per day	352	435	490	+
Average number of laboratory tests per day(Person)	40	48	52	+
Average number of USG per day	11	8	6	-
Average number of ECG Per day	8	9	13	+
Average number of opd patients per day	79	141	167	+
Referral cases (out)	524	184	148	-

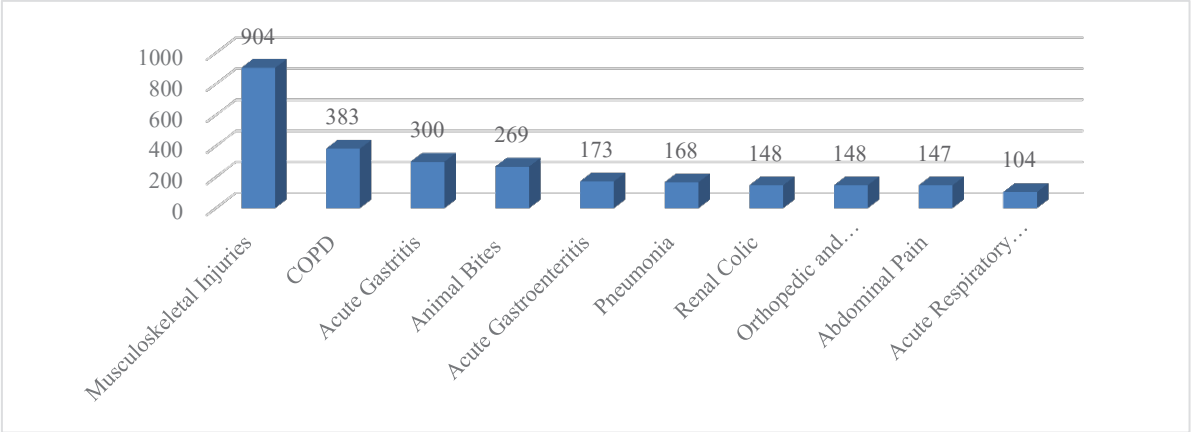
आ.व. २०८२/८३ मा ओपिडि विभागमा देखिएका मुख्य १० रोगहरू (Top 10 morbidity in OPD Department)



आ.व. २०८२/८३ मा अन्तरंग विभागमा देखिएका मुख्य १० रोगहरू (Top 10 morbidity in Inpatient Department)



आ.व. २०८२/८३ मा आकस्मिक विभागमा देखिएका मुख्य १० रोगहरू (Top 10 morbidity in Emergency Department)



आ.व. २०८२/८३ मा यस अस्पतालमा उपचारका क्रममा मृत्यु भएका विरामीहरूको विवरण
(Death cases by cause)

Brought Death : 13

Hospital Death :7 (4 from emergency Department)

CAUSES/DISEASES	Number		
	Female	Male	Total
Sepsis with septic shock	1	0	1
Respiratory failure	1	2	3
Respiratory distress of newborn	0	1	1
Hypovolaemic shock	0	1	1
Fracture of lumbar spine or pelvis	0	1	1

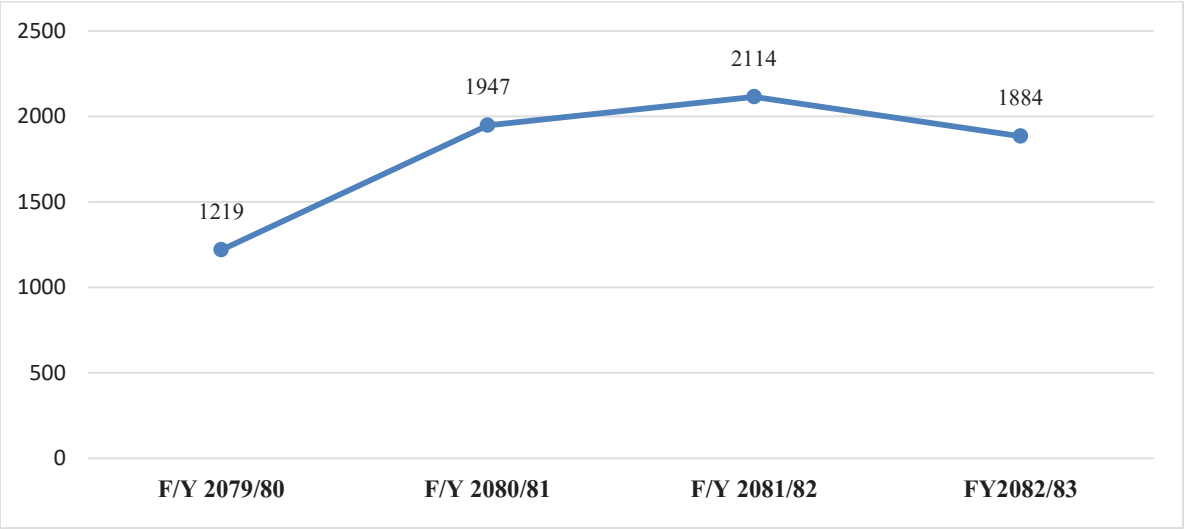
Out break response in FY 2082/83

Disease	Tested case	Positive cases	Death cases
Dengue	1687	129	0
Japanese Encephalitis	9	0	0
Scrub Typhus	1103	117	0
Malaria	128	0	0
Cholera	102	4	0
Covid 19	0	0	0

यस EWARS Reporting in F/Y 2081/82

Disease	Male	Female	Other	Total
Influenza Like Illness	598	660		1258
AGE	87	123		210
Dengue	11	19		30
Enteric Fever	38	61	1	121
Scrub Typhus	7	19		98
SARI	48	70		55
Suspected Measles like illness	0	1		1
Cholera	3	7		10
AFP	5	0		5
Fever with Rash	9	5		14
|Other	43	69	0	112
Total	**849**	**1034**		**1884**

Ewars Reporting Trend of Last 4 F/Y



अस्पतालमा भएका मुख्य उपलब्धीहरू (Hospital Major Achivements)

- यसै आ.व. मा भएको MSS मा चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकले ९६ अंक प्राप्त गरी ५० वेडको अस्पताल मध्ये देशकै प्रथम हुन सफल भएको ।
- सवै ओ.पि.डि. मा कम्प्युटर राखि चिकित्सकद्धारा नै EMR System मा विरामीहरूको Diagnosis Entry गर्ने गरेको ।
- चौतारा अस्पताल र टेकु अस्पतालबीच सम्झौता गरी महिनामा २ पटक विशेषज्ञ सेवा सञ्चालन (फिजिसियन, बालरोग, छाला तथा यौनरोग)
- धुलिखेल अस्पतालका मुटुरोग विशेषज्ञ डा. राजेन्द्र कोजूसंगको सम्झौता अनुसार महिनाको १ पटक मुटुरोग विशेषज्ञ सेवा संचालन गरिएको ।
- हार्डजोर्नी, मानसिक स्वास्थ्य (Psychiatry), MDGP लगायतका विशिष्टीकृत सेवाहरू नियमित सञ्चालन
- स्थानीय स्तरमा सहज र पहुँचयोग्य विशेषज्ञ सेवा उपलब्ध भई रेफरलको दवाब कम भएको ।
- सेवाको गुणस्तर वढ्दै र बिरामीहरूको सन्तुष्टि उच्च रहेको ।
- Biomedical Waste Management System / Cleaning & Hygiene Floor Cleaner खरिद गरी संचालनमा ल्याएको ।
- डायलाइसिस सेवा विस्तार गरी बिरामीलाई निरन्तर र सहज सेवा
- Microbiology Laboratory सुविधा थप, जसले रोग पहिचानमा वैज्ञानिक परीक्षणको पहुँच बढाइएको
- ल्याव, इमर्जेन्सी तथा IPD सेवामा प्रयोग हुने उपकरणहरूको सर्वेक्षण र अभाव सूची तयार ।
- USG With Echo Machine जडान भएको ।
- ल्याव आधुनिक प्रविधिका मेसिनहरूवाट सेवा संचालन ।
- Culture and sensitivity Test संचालनमा ल्याइएको ।

- अस्पतालमा सौर्य उर्जाको व्यवस्थाको लागि E–Tender भइ आवश्यक प्रकृया अगाडि वढीसकेको ।
- चौतारा गिदाने सडक खण्डमा रहेको सिन्धुपाल्चोक चौतारा अस्पतालको नयाँ भवन पछाडीको पहिरोमा रिटेन्सन वाल निर्माण कार्य सम्पन्न ।
- औषधी तथा औषधिजन्य सामग्री लगाएत मेसिनरी उपकरणहरू विद्युतीय खरिद (E–procurement) मार्फत गरिएको ।
- पूर्ण ई-हाजिरी प्रणाली लागू, कर्मचारीको समयमा उपस्थिति
- कर्मचारीका लागि अनिवार्य पोसाक र परिचय पत्र व्यवस्था
- अस्पतालको आन्तरिक कार्ययोजना र SOP (Standard Operating Procedure) निर्माण प्रक्रियाको थालनी ।
- अधिकतम रिक्त दरबन्दीहरूको पदपूर्ति भएको ।
- नयाँ कर्मचारीहरूको लागि अभिमुखिकरण तथा जिम्मेवारी प्रदान गरिएको ।
- विभागीय समन्वय र दायित्व विभाजन स्पष्ट पार्दै कार्यक्षमता वृद्धि ।
- मासिक डेटा प्रमाणीकरण (Monthly Data Verification) मा EWARS डेटा समावेश
- बिरामीहरूको तथ्याङ्क, मेडिकल रेकर्ड तथा कागजात व्यवस्थापन राम्रोसँग अभिलेखित
- OPD, IPD, ल्याव, फार्मेसी लगायत सबै सेवाको डिजिटल वा व्यवस्थित डाटा प्रणाली
- तथ्याङ्क विश्लेषणबाट निर्णय-निर्माणमा सहजता
- सर्पले टोकेर उपचारका लागि आउने बिरामीहरू लाई ASV भ्याक्सिन को व्यवस्था गरि उपचार गरिएको
- सर्जरी, अर्थोपेडिक, स्त्री रोग ओ.पि.डी तथा ओटी सुचारू गरि मेजर तथा माइनर अपरेशन सेवा संचालन गरिएको ।
- अस्पतालमा आफ्नो डिउटी समयमा उत्कृष्ट कार्य सम्पादन गर्न कर्मचारीहरू लाई मासिक रूपमा सम्मान गरिएको ।
- इमरजेन्सी र इन्डोरमा इलेक्ट्रोनिक मेडिकल रेकर्ड सिष्टम लागू भएको ।
- क्षयरोगको विरामीहरूको लागि औषधी क्लिनिक संचालनमा ल्याएको ।
- नियमित Morning Conference सञ्चालन, जसले क्लिनिकल निर्णय र समन्वयमा सुधार
- Infection Prevention and Control (IPC) मा सुधारका पहल
- बिरामीहरूका गुनासो व्यवस्थापन (Grievance Handling) प्रणाली बलियो बनाइएको ।
- विशेष स्वास्थ्य शिविर, जागरण तथा परामर्श कार्यक्रमहरू संचालन
- Quality Assurance प्रक्रिया (QA) अगाडि बढाउने पहल
- सहज र सुरक्षित सेवा प्रदान गर्न आवश्यक संरचनागत सुधार
- अस्पतालको स्वच्छता, सरसफाइ तथा वातावरणीय स्वास्थ्यमा सुधार
- बिरामीको चापअनुसार सेवा काउन्टर र व्यवस्थापन सहज बनाइएको
- अपांगता, जेष्ठनागरिक तथा विपन्न बिरामीलाई सहयोग सहज बनाईको

- बिरामीलाई उपचार लिएर घर फर्किंदा आवश्यक स्वास्थ्य शिक्षा/काउन्सेलिङ अनिवार्य गरिएको ।
- जनस्वास्थ्य कार्यक्रमसँग अस्पताल सेवाहरू समन्वय गर्दै मातृ-शिशु स्वास्थ्य सेवा प्रभावकारी बनाइएको ।
- डिजिटल टोकन प्रणाली तथा इएम् काउन्टर व्यवस्थापन सुधारको थालनी ।
- फार्मेसी सेवामा stock update system सञ्चालन, अभाव तथा म्याद समाप्त हुने औषधी नियन्त्रण ।
- अस्पतालको आन्तरिक संचार प्रणाली (inter departmental communication) SMART and paperless बनाउने पहल ।
- स्वास्थ्य शिक्षा, पोषण, मानसिक स्वास्थ्य तथा NCD (Non–Communicable Diseases) का विषयमा समुदाय स्तरमा नियमित जागरण कार्यक्रम ।
- आपतकालीन तयारी (Emergency Preparedness) सम्बन्धी जनचेतना कार्यक्रम ।
- चिकित्सक, नर्स र कर्मचारीहरूलाई निरन्तर capacity building training दिने व्यवस्था ।
- Quality Improvement, Record–keeping, Infection Control, Emergency Care लगायत विषयमा अद्यावधिक तालिम ।
- नयाँ स्टाफका लागि अभिमुखीकरण (Orientation) नियमित गरिएको ।
- सबै खर्च/आय प्रणाली व्यवस्थित ढंगले लेखाजोखा ।
- अस्पतालको सम्पत्ति तथा उपकरणको Asset Management Record अद्यावधिक ।
- वित्तीय कार्यसम्पादनमा नियमित आन्तरिक अनुगमन ।
- बिरामीको प्रतिक्रिया (patient feedback) संकलन र सुधारका कार्यहरू तत्काल लागू ।
- बिरामीको औसत प्रतीक्षा समय घटाउन सुधार योजना लागू ।
- मातृ-शिशु मृत्यु समीक्षा तथा सेवा-गुणस्तर सुधारका स्पष्ट कार्ययोजना ।
- अस्पतालमा खोप सेवा संचालनमा ल्याएको ।

चौतारा अस्पतालको सेवा प्रवाहमा देखिएका प्रमुख चुनौतीहरू

- स्वीकृत दरबन्दीअनुसार विशेषज्ञ चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीको अभाव ।
- विशेषज्ञ चिकित्सकहरूको नियमित उपलब्धता सुनिश्चित गर्न कठिनाइ ।
- दुर्गम जिल्लामा दक्ष जनशक्ति टिकाइराख्न चुनौती ।
- अस्पतालमा कार्यरत चिकित्सकहरूको लागि क्वाटरको अभाव ।
- कर्मचारीहरूको नियमित क्षमता विकास तथा तालिमको अभाव ।
- सबै विशेषज्ञ सेवा नियमित रुपमा सञ्चालन गर्न कठिनाइ ।
- जटिल रोगहरूको उपचारका लागि उच्चस्तरीय अस्पतालमा रिफर गर्नुपर्ने अवस्था ।
- ल्याव लगाएतका शाखाहरूमा उपकरणहरूको अभाव ।
- स्वास्थ्य बीमा अन्तर्गत आवश्यक औषधिको पर्याप्त उपलब्धता कायम राख्न चुनौती ।
- अस्पताल पछाडीको चौतारा गिदाने जाने मोटरबाटोमा पहिरोको कारण भौतिक संरचनामा जोखिम वढेको ।
- स्वास्थ्य बीमा दाबी (Claim) भुक्तानीमा ढिलाइ ।

- प्याकेज दर (Package Rate) र वास्तविक उपचार लागतबीच अन्तर ।
- बीमित सेवाग्राहीको संख्या बढेसँगै सेवा व्यवस्थापनमा दबाब ।
- सीमित बजेटका कारण सेवा विस्तारमा कठिनाइ ।
- उपकरण, मर्मतसम्भार तथा पूर्वाधार सुधारका लागि पर्याप्त स्रोतको अभाव ।
- ICU लगायतका विशिष्टीकृत सेवाको अभाव ।
- प्रतीक्षालय तथा कुरूवा सुविधामा सुधार आवश्यक ।
- दुर्गम क्षेत्रबाट बिरामी ल्याउन यातायात तथा भौगोलिक चुनौती ।
- भएका उपकरणहरूको नियमित मर्मतसम्भार तथा क्यालिब्रेसनमा कठिनाइ ।
- अत्यावश्यक औषधि तथा उपभोग्य सामग्रीको नियमित आपूर्तिमा समस्या ।
- Infection Prevention and Control (IPC) कार्यक्रमलाई थप प्रभावकारी बनाउन आवश्यकता ।
- स्वास्थ्यजन्य फोहोर व्यवस्थापनमा निरन्तर सुधार आवश्यक ।
- नयमित गुणस्तर मूल्याङ्कन तथा बिरामी सन्तुष्टि सर्वेक्षणलाई संस्थागत गर्नुपर्ने ।
- जिल्लाको विकट भौगोलिक अवस्थाका कारण स्वास्थ्य सेवामा पहुँच कठिन हुनु ।
- दुर्गम क्षेत्रका नागरिकको समयमै अस्पताल पहुँच सीमित हुनु ।
- विभिन्न तहका सरकार तथा सरोकारवाला निकायसँग थप प्रभावकारी समन्वय आवश्यक ।
- सेवा विस्तारका लागि दीर्घकालीन योजना तथा लगानी आवश्यक ।

अस्पतालको आ.व.२०८३/०८४ को मुख्य योजनाहरू

- HDU सेवा संचालन गर्ने ।
- अस्पतालमा अक्सिजन प्लान्ट भएको तर ब्युस्टर नभएको कारण अक्सिजन भर्न अन्यन्त्र जानु पर्ने भएको हुदाँ यस आवमा अक्सिजन ब्युस्टर राख्नको लागि पहल गर्ने ।
- अस्पतालको नयाँ भवनमा लिफ्ट जडानको लागि पहल गर्ने ।
- अस्पतालवाट संचालित डायलाइसिस सेवा र ल्याव सेवा थप सुदृढीकरण गर्ने ।
- अस्पतालमा सोलार सिष्टम जडान गर्ने ।
- अनलाईन ओ.पि.डी. टिकट लागु गर्ने ।
- अस्पतालको Annual Day मनाउने ।
- अस्पतालको social audit गर्ने ।

Major Issues for Province Health Policy Formulation

- Physical Infrastructure
- Specialized and well trained human resources
- Training for new health care worker
- Monitoring, supervision and Guideline
- Human resources permanent/or human resource according to organogram,ONM survey.
- Budgeting for Infrastucture.
- 3 R-Recrutement, Retainment, Retairement

विभिन्न सेवा प्रदान गर्न निर्धारण गरेको सेवा शुल्क

TICKETING & INPATIENT			PARASITOLOGY		
	EMERGENCY TICKET	100	1	URINE RME	75
	OPD TICKET	20	2	STOOL RME	75
	OPD FOLLOW UP	10	3	UPT	100
INPATIENT	ADMISSION CHARGE	75	4	STOOL OCCULT BLOOD	120
	BED CHARGE PER DAY	25	5	URINE ACETONE	110
HDU	HDU DEPOSIT	8000	6	SEMEN ANALYSIS	300
	HDU	1200	7	SPUTUM FOR AFB	0
	NEBULIZATION	25	8	K-39	0
OXYGEN	OXYGEN CHARGE /HR	10	**SEROLOGY**		
Laboratory servicesChargeHEMATOLOGY			1	HIV1/HIV2	0
1	CBC (TC,DC,PLT,RBC,HB,MCV,MCHC,MCH)	400	2	HBsAG	250
2	TC	75	3	ANTI-HCV	350
3	DC	75	4	VDRL	150
4	HB	75	5	RA FACTOR	130
5	PLATELET	100	6	CRP	130
6	PCV	50	7	WIDAL	150
7	RBC	100	8	ASO	150
8	ESR	75	9	MANTOUX	125
9	BLOOD GROUPING	100	**Procedure Charge**		
10	BT/CT	150	**S.N.**	**Procedure**	**Rate**
11	PT/INR	300	1	Minor Dressing	50
12	CROSS MATCH (COOMBS TEST)	400	2	Major Dressing	150
13	MALARIA PARASITOLOGY	0	3	Minor surgery	250
BIOCHEMISTRY			4	Minor surgery (complex)	500
1	BLOOD SUGAR (RANDOM)	60	5	Posterior slab (short)	200
2	BLOOD SUGAR (RANDOM)	60	6	Posterior slab (long)	400
3	GRBS	60	7	cast charge (short)	300
4	BLOOD SUGAR (FASTING)	60	8	cast charge (long)	600
5	BLOOD SUGAR (POSTPRANDIAL)	60	9	foreign body removal	150
6	OGTT	360	10	steroid injection single site	100
7	SERUM UREA	175	11	steroid injection multiple site	250
8	SERUM CREATININE	175	12	suture (major)> 5	300
9	SODIUM	125	13	suture (minor)< 5	150
10	POTASSIUM	125	14	CATHETERIZATION	150
11	SERUM URIC ACID	175	**Physiotherapy**		
12	LIPID PROFILE	650	**s.n.**	**package**	**rate**
13	TOTAL CHOLESTEROL	175	1	package A	100
14	TRIGLYCERIDE	175	2	Package B	150
15	HDL	175	3	package C	200/250
16	LDL	175	4	Physiotherapy (10 day Package)	790
17	VLDL	175	5	Assistive divices deposite	2000
18	LFT(TB/DB/SGPT/SGOT/ALP)	650	6	free for disabilities	0
19	BILIRUBIN (TOTAL/DIRECT)	140	**ECG/ USG/CTG**		
20	SGPT(AST)	230	1	ECG	350
21	SGOT(ALT)	230	2	CTG (NST)	300
22	ALP	230	3	USG ABDOMEN/PELVIS	600

23	TOTAL PROTEIN	275	4	USG OBSTERIC SCAN	600
24	SERUM ALBUMIN	275	5	USG ANOMALY SCAN	1200
25	TROPONIN I	650	6	USG NECK & THYROID	800
26	HBA1C	600	7	USG SCROTUM & INGUINAL	800
			8	USG TRANSVAGINAL	1200
			X-Ray		
			1	X-Ray LS spine	400
			2	X-Ray Chest	400
			3	X-Ray	400

• दन्त सेवा शुल्क

• ६० बर्ष माथिका ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई दन्त सेवा शुल्कमा २०% छुट प्रदान गरिएको छ।

S.N	Procedure	Price rate	20% Discount
1	Iopar per film	150	30
2	Adult extraction simple	150	30
3	Adult extraction difficult	250	50
4	Adult extraction complex	400	80
5	Adult extraction surgical	800	160
6	Impaction	1500	300
7	Mucocele /fibroma excision	800	160
8	Alveoplasty per quadrant	300	60
9	Arch bar per arch	1500	300
10	Dental suturing simple	400	80
11	Dental suturing complicated	600	120
12	Incision and drainage	300	60
13	Dental suture removal	50	10
14	Dental dressing /dry socket	200	40
15	Minor dental surgical procedure	1000	200
16	Pedo dental extraction topical	100	20
17	Pedo extraction injection	150	30
18	Removable space maintainer	1000	200
19	Pedo acess opening	400	80
20	Pedo bmp/cleaning	400	80
21	Pedo obturation	400	80
22	Pulpectomy	1200	240
23	Fluroide applications	120	24
24	Pedo prophylaxis	400	80
25	Pedo gic /dcm	350	70
26	Pit and fissure selant	400	80
27	Atraumatic restorative treatment	350	70
28	Full mouth supra-gingival scaling	500	100
29	Full mouth supra and sub gingival scaling	800	160
30	Root planning per tooth	200	40
31	Splinting per tooth	400	80
32	Splinting per sextant	1500	300
33	Tooth grinding per sextant	300	60

34	Tooth grinding per tooth	100	20
35	Coronoplasty per tooth	200	40
36	Adult RCT anterior	1500	300
37	Adult RCT posterior	2500	500
38	Adult close dressing	200	40
39	Cervical restoration per tooth	150	30
40	Cervical restoration whole mouth	1200	240
41	Adult gic restoration	400	80
42	Adult DCM	700	140
43	Composite class 1 restoration small	500	100
44	Composite class 1 restoration large	700	140
45	Class 2 requring matrix band	1000	200
46	Anterior esthetic restoration	1000	200
47	Temporary crown	700	140

OPERATION CHARGE		
MINOR		
SN	**PROCEDURE**	**CHARGE**
1	Excision of cysts, ganglion,lump , lymnode, lipoma, skin papilloma, corn under LA (single/ multiple)	500/1000
2	Excision of ingrowing toe underdigital block	500
3	wound debridement under LA (small/ large)	500/1000
4	Skin suturing multiple, large	1000
5	Foreign body removal	1000
6	Repair split ear	1000
7	True cut biopsy	1000
8	Chest tube insertion under LA	1000
9	Suprapubic catherization under LA	500
10	Minor A	500
11	Minor B	1000
12	Minor C	2000
INTERMEDIATE OPERATION CHARGE		
1	Circumcision under (LA/IVA)	6000
2	Mesh repair / Inguinal hernia (under LA/SA)	8000
3	Epigastrict hernia under LA/SA	6000
4	Hydrocele operation under GA/SA	6000
5	Hydrocele operation under LA	4000
6	Herniotomy under IVA	8000
7	Amputation	7000
8	Large wound dressing / debridement under IVA/ SA	4000
9	Fibroadenoma Excision (single/ multiple) (LA/IVA)	6000/8000
10	I & D under SA /IVA eg. Ferineal abscess , Breast abscess	4000
11	skin Graft under LA	4000
12	Minilap	2000
13	Release of tongue tie (Under GA)	4000
14	Fistulotomy	5000

15	Haemorrhoidectomy	6000
16	Vasectomy	2000
17	foreign body removal under IVA	3000
18	Intermediate A	5000
19	Intermediate B	8000
20	Intermediate C	10000
MAJOR OPERATION CHARGE		
1	Appendectomy	8000
2	Emergency Fasciotomy	8000
3	Exploration for obstructed hernia	12000
4	Exploratory Laparotomy	15000
5	Mesh repair incisional hernia	10000
6	Rhomberg flap	10000
7	Abdominal Hysterectomy	22000
8	Vaginal Hysterectomy	20000
9	Major A	12000
10	Major B	15000
11	Major C	18000

1	Procedure under Sedation	500
2	Procedure under Spinal	1500
3	Procedure under GA	2000

चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकबाट संचालित एम्बुलेन्स सेवाको भाडा दर

क्र. सं	स्थान	सेवा शुल्क रु.	क्र.सं	स्थान	सेवा शुल्क दर
१	चौतारा-बजार हाता भित्र	४००।-	४०	चौतारा-नवलपुर	२९००।-
२	चौतारा-छाप-मेलचौर	५००।-	४१	चौतारा-ऐसेलुखर्क	३२००।-
३	चौतारा-ईखु भञ्ज्याङ-पोखरे	८००।-	४२	चौतारा-नवलपुर-ज्यामिरे	२५००।-
४	चौतारा-बाजविसौना	१०००।-	४३	चौतारा-कुञ्चोक खुतुमेडाँडा	२२५०।-
५	चौतारा-जल्केनि-हर्रे डाँडा	१२५०।-	४४	चौतारा-देउराली	८००।-
६	चौतारा-साँगाचोक-पानीचौर	१६०० ।-	४५	चौतारा-कुविण्डे-गोल्मा	१०००।-
७	चौतारा-दोलालघाट	२०००।-	४६	चौतारा-कुविण्डे-सिमपानी	१४००।-
८	चौतारा-लामीडाँडा	२५००।-	४७	चौतारा-बागवजार-छाप भिरकुना	७००।-
९	चौतारा-धुलीखेल	३५००।-	४८	चौतारा-कदमबास-गोर्सु	१७००।-
१०	चौतारा-भक्तपुर	४०००।-	४९	चौतारा-कदमवास-सिरानचौर	२०००।-
११	चौतारा-काठमाण्डौं	४५००।-	५०	चौतारा-कार्कीटार	२१५०।-
१२	चौतारा-तातोपानी-काठमाण्डौं	१००००।-	५१	चौतारा-साँगाचोक-कार्कीछाप	२२००।-
१३	चौतारा-तातोपानी	७०००।-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी	७००।-
१४	चौतारा-बाह्रविसे	३५००।-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी-मगुवा-पौवा	८००।-
१५	चौतारा-लामोसाँघु-खाडीचौर-काठमाण्डौ	५५००।-	५४	चौतारा-सानोसिरुवारी-नेपाने-खानीगाँउ	१३००।-
१६	चौतारा-खाडीचौर	३४००।-	५५	चौतारा-भोटसिपा-झ्याडी	१८००।-
१७	चौतारा-बलेफी	३२००।-	५६	चौतारा-भिमटार	२५००।-
१८	चौतारा-जलविरे-काठमाण्डौं	६५००।-	५७	चौतारा-सिपा-छापडाँडा	२८००।-
१९	चौतारा-जलविरे	२७००।-	५८	चौतारा-ठूलोसिरुवारी	१२००।-

क्र. सं	स्थान	सेवा शुल्क रु.	क्र.सं	स्थान	सेवा शुल्क दर
२०	चौतारा-मेलम्ची-काठमाण्डौ	७०००।-	५९	चौतारा-सिपाघाट	३५००।-
२१	चौतारा-मेलम्ची	४५००।-	६०	चौतारा-बाहुनेपाटी	४०००।-
२२	चौतारा-गौरती-लामाटोल-खत्रीटोल	८००।-	६१	चौतारा-इर्खु-नुनडाँडा	८०० ।-
२३	चौतारा-स्याउले-धाउखानी	८००।-	६२	चौतारा-इर्खु-चिलाउने	१४००।-
२४	चौतारा-स्याउले-कातर्चे	१२५०।-	६३	चौतारा-पल्लोगिदाने	९००।-
२५	चौतारा-कातर्चे-सुर्के	१५००।-	६४	चौतारा-वल्लोगिदाने	७००।-
२६	चौतारा-स्याउले-भाद्गाउँ	१२५०।-	६५	चौतारा-हुन्द्रुङ,छत्रेडाँडा	५००।-
२७	चौतारा-सानोओखरेनी	१८५०।-	६६	चौतारा-बाजोखेत-कर्मीटोल	५००।-
२८	चौतारा-ठूलोओखरेनी	३०००।-	६७	चौतारा-माथिल्लो भोगाँउ-भालुवन	११५०।-
२९	चौतारा-सिम्पाल-मोनेडाँडा	२४००।-	६८	चौतारा-कामीखेत	८००।-
३०	चौतारा-सिम्पाल	२४००।-	६९	चौतारा-भेडावारी	९५०।-
३१	चौतारा-गौराती	९००।-	७०	चौतारा-भिमटार-साँगाचोक-डडुँवा	२०००।-
३२	चौतारा-स्याउले	११००।-	७१	चौतारा- नर्सिङडाँडा -डौठे-अर्चले	१५००।-
३३	चौतारा-पिपलडाँडा स्कुल	५००।-	७२	चौतारा-बासखर्क-लामीडाँडा	२३००।-
३४	चौतारा-डाँडावारी वानिया मेड	६००।-	७३	चौतारा-जलबिरे-चनौटे-काठमाण्डौं	८०००।-
३५	चौतारा-पिपलडाँडा-लल्लोगाँउ	१०००।-	७४	चौतारा-सिपाघाट-काठमाण्डौं	६७००।-
३६	चौतारा-पिपलडाँडा-झ्याडी	१६००।-	७५	चौतारा-सेलाङ	३१५०।-
३७	चौतारा-कुञ्चोक-पोखरे	१८००।-	७६	चौतारा-आरुवोटे	७००।-
३८	चौतारा-कुञ्चोक-कोटडाँडा मावि	२०००।-	७७	चौतारा-इर्खु-लामिडाँडा-दिप-मुलखर्क	१०००।-
३९	चौतारा-भेडिचौर-पाडाँमरुवा-पाटीगाँउ	२४००।-	७८	चौतारा-किटिने-ढुङ्गानाडाँडा	२२००।-
जटिल प्रकारको विरामीको लागि स्वास्थ्यकर्मी सहित जानुपरेमा थप ५००।- भाडा लाग्नेछ ।					

चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकबाट संचालित शव बाहान सेवाको भाडा दर

क्र.सं.	स्थान	सेवा शुल्क रू.	क्र.सं	स्थान	सेवा शुल्क दर
१	चौतारा-बजार हाता भित्र	८००।-	४०	चौतारा-नवलपुर	७०००।-
२	चौतारा-छाप-मेलचौर	१०००।-	४१	चौतारा-ऐसेलुखर्क	६५००।-
३	चौतारा-ईखु भञ्ज्याङ-पोखरे	१५००।-	४२	चौतारा-नवलपुर-ज्यामिरे	७५००।-
४	चौतारा-बाजविसौना	२०००।-	४३	चौतारा-कुञ्चोक खुतुमेडाँडा	६५००।-
५	चौतारा-जल्केनी-हर्रेडाँडा	२५००।-	४४	चौतारा-देउराली	१५००।-
६	चौतारा-साँगाचोक-पानीचौर	३५००।-	४५	चौतारा-कुविण्डे-गोल्मा	२५००।-
७	चौतारा-दोलालघाट	४०००।-	४६	चौतारा-कुविण्डे-सिमपानी	३५००।-
८	चौतारा-लामीडाँडा	५०००।-	४७	चौतारा-बागवजार-छाप भिरकुना	२०००।-
९	चौतारा-धुलीखेल	६०००।-	४८	चौतारा-कदमबास-गोर्सु	४०००।-
१०	चौतारा-भक्तपुर	७०००।-	४९	चौतारा-कदमवास-सिरानचौर	५०००।-
११	चौतारा-काठमाण्डौं	८०००।-	५०	चौतारा-कार्कीटार	५०००।-
१२	चौतारा-तातोपानी-काठमाण्डौं	१८०००।-	५१	चौतारा-साँगाचोक-कार्कीछाप	५०००।-
१३	चौतारा-तातोपानी	१३०००।-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी	१५००।-

क्र.सं.	स्थान	सेवा शुल्क रू.	क्र.सं	स्थान	सेवा शुल्क दर
१४	चौतारा-बाह्रविसे	८०००।-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी-मगुवा-पौवा	२५००।-
१५	चौतारा-लामोसाँघु-खाडीचौर-काठमाण्डौ	१००००।-	५४	चौतारा-सानोसिरुवारी-नेपाने-खानीगाँउ	३०००।-
१६	चौतारा-खाडीचौर	६५००।-	५५	चौतारा-भोटसिपा-झ्याडी	५५००।-
१७	चौतारा-बलेफी	६०००।-	५६	चौतारा-भिमटार	६०००।-
१८	चौतारा-जलविरे-काठमाण्डौं	१२०००।-	५७	चौतारा-सिपा-छापडाँडा	६५००।-
१९	चौतारा-जलविरे	४५००।-	५८	चौतारा-ठूलोसिरुवारी	३०००।-
२०	चौतारा-मेलम्ची-काठमाण्डौ	१५०००।-	५९	चौतारा-सिपाघाट	८०००।-
२१	चौतारा-मेलम्ची	८०००।-	६०	चौतारा-बाहुनेपाटी	८५००।-
२२	चौतारा-गौरती-लामाटोल-खत्रीटोल	१५००।-	६१	चौतारा-इर्खु-नुनडाँडा	२००० ।-
२३	चौतारा-स्याउले-धाउखानी	२५००।-	६२	चौतारा-इर्खु-चिलाउने	३०००।-
२४	चौतारा-स्याउले-कातर्चे	३०००।-	६३	चौतारा-पल्लोगिदाने	२५००।-
२५	चौतारा-कातर्चे-सुर्के	३२००।-	६४	चौतारा-वल्लोगिदाने	२०००।-
२६	चौतारा-स्याउले-भाद्गाउँ	२५००।-	६५	चौतारा-हुन्द्रुङ,छत्रेडाँडा	१५००।-
२७	चौतारा-सानोओखरेनी	४५००।-	६६	चौतारा-बाजोखेत-कर्मीटोल	२०००।-
२८	चौतारा-ठूलोओखरेनी	६०००।-	६७	चौतारा-माथिल्लो भोगाँउ-भालुवन	२५००।-
२९	चौतारा-सिम्पाल-मोनेडाँडा	६५००।-	६८	चौतारा-कामीखेत	२०००।-
३०	चौतारा-सिम्पाल	६०००।-	६९	चौतारा-भेडावारी	२०००।-
३१	चौतारा-गौराती	१८००।-	७०	चौतारा-भिमटार-साँगाचोक-डडुँवा	४५००।-
३२	चौतारा-स्याउले	२५००।-	७१	चौतारा- नर्सिङडाँडा -डौठे-अर्चले	३५००।-
३३	चौतारा-पिपलडाँडा स्कुल	१५००।-	७२	चौतारा-बासखर्क-लामीडाँडा	४५००।-
३४	चौतारा-डाँडावारी वानिया मेड	१४००।-	७३	चौतारा-जलबिरे-चनौटे-काठमाण्डौं	१७०००।-
३५	चौतारा-पिपलडाँडा-लल्लोगाँउ	२०००।-	७४	चौतारा-सिपाघाट-काठमाण्डौं	१७०००।-
३६	चौतारा-पिपलडाँडा-झ्याडी	३५००।-	७५	चौतारा-सेलाङ	६५००।-
३७	चौतारा-कुञ्चोक-पोखरे	४५००।-	७६	चौतारा-आरुवोटे	१५००।-
३८	चौतारा-कुञ्चोक-कोटडाँडा मा.वि.	४५००।-	७७	चौतारा-इर्खु-लामिडाँडा-दिप-मुलखर्क	२५००।-
३९	चौतारा-भेडिचौर-पाडाँमरुवा-पाटीगाँउ	५०००।-	७८	चौतारा-किटिने-ढुङ्गानाडाँडा	५०००।-
सम्पर्क नम्वर : ०११६२०१०३, ०११६२०४६१, ९८६३३२७८७३					

Chautara Hospital

Rules and Regulations for Staff

1. Professional Conduct and Attire:

a. All staff members must maintain a high standard of professional conduct, should follow their role and responsibility and their additional responsibilities if appropriate, treating patients, patient parties and colleagues with respect and empathy and smiles

b. Good clinical practice quality indicators should be followed by all Doctors, nurses and paramedics and supported by all other staff.

c. Staff should adhere to the government prescribed dress code with an identity card, while technical staff can wear white apron with an identity card over government dress, wearing clean and appropriate uniforms at all times is compulsory.

d. All staff should follow staff rules of the hospital development and management committee.

e. All staff should keep their quarter clean and adhere to the staff quarter rule and should follow it strictly. (Refer staff quarter rule)

2. Punctuality and Attendance:

a. Staff members must arrive on time for their scheduled shifts, and it is compulsory to do e- attendance with both check in and check out, ensuring the smooth functioning of the hospital.

b. Absences must be communicated in advance and appropriate leave procedures (leave form should be filled, signed by Incharge,forwarded by admin, approved by medical superintendent and informed before hand) followed.

3. Patient Care and Safety:

a. Providing quality patient care is paramount. Staff must follow established and hospital approved manuals, protocols and procedures for diagnosis, treatment, and patient interaction.

b. Ensuring patient safety through accurate record-keeping, EWARS reporting, medication administration, and infection control measures is mandatory.

c. Monthly data verification, morbidity, mortality, is the responsibility of all individuals and departments and they should attend it compulsory.

d. All staff should be versatile in using Electronic health record keeping systems. It is compulsory for all Doctors, nurses, paramedics and all other staff to use it.

4. Confidentiality and Privacy:

a. All patient information, medical records, and discussions must be kept strictly confidential.

b. Staff should refrain from discussing patient cases outside the hospital premises.

5. Communication and Teamwork:

a. Effective communication and collaboration among staff members are essential for delivering comprehensive care.

b. Interdisciplinary teamwork should be encouraged to improve patient outcomes.

6. Continuing Education:

a. Staff members are expected to stay updated with the latest medical advancements and attend regular training sessions.

b. Continuous professional development, CME, CNE, should be pursued to enhance skills and knowledge.

7. Ethical Practice:

a. Adherence to ethical standards in medical practice is non-negotiable. Staff must act in the best interest of patients and uphold integrity.

b. Conflict of interest situations should be disclosed promptly.

8. Equipment and Resource Usage:

a. Responsible and efficient utilization of hospital resources, equipment, and supplies is expected from all staff members.

b. Reporting any malfunctioning equipment or shortage of supplies is crucial for seamless operations it should be notified in daily morning conference.

9. Emergency Response:

a. Staff should be trained in emergency response protocols, including BLS, PTC, fire fighting, resuscitation and disaster preparedness plan &

management and should be familiar with blue code and orange code and handling of AED.

b. Immediate reporting of any emergency situations is necessary for timely intervention.

10. Feedback and Improvement:

a. Constructive feedback and suggestions for improvement should be welcomed by all staff members.

b. Regular staff meetings can be utilized as a platform for discussing hospital operations and addressing concerns.

11. Code of Conduct:

a. Discrimination, harassment, or any form of unethical behavior will not be tolerated.

b. All staff members should maintain a positive and respectful attitude towards colleagues, patients, and their families.

12. Social Responsibility:

a. Staff members are encouraged to participate in community health programs and initiatives.

b. Good communication and with locals and contributing to the well-being of the local community reflects the hospital's commitment to social responsibility.

13. Chautara hospital mother baby friendly hospital initiative and breastfeeding policy should be followed and encouraged. (Refer to the hospital policy)

14. Hospital fire safety policy should be followed and communicated.

Failure to adhere to these rules and regulations may result in disciplinary action, including warnings, suspension, or termination, based on the severity of the infraction. These guidelines are designed to ensure the highest standard of care, professionalism, and ethics within Chautara Hospital.

मिर्गौला स्वास्थ्य : स्वस्थ मिर्गौला, स्वस्थ जीवन



डा. विवेक भण्डारी

क. फिजिसियन (मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट)

परिचय

मिर्गौला (Kidney) हाम्रो शरीरको महत्वपूर्ण अंग हो । सामान्यतया मानिसमा दुईवटा मिर्गौला हुन्छन्, जसले रगत छान्ने, शरीरमा जम्मा भएका विषाक्त तथा अनावश्यक पदार्थ बाहिर निकाल्ने र आन्तरिक सन्तुलन कायम राख्ने काम गर्दछ ।

मिर्गौलाको कार्यक्षमता घट्दै जाँदा शरीरमा पानी, अम्लियपन र विषाक्त पदार्थ जम्मा हुन थाल्छन् । प्रारम्भिक अवस्थामा कुनै स्पष्ट लक्षण नदेखिन पनि सक्छ; यही कारण मिर्गौला रोगलाई 'साइलेन्ट डिजिज' अर्थात् मौन रोग पनि भनिन्छ ।

समयमै पहिचान र उपचार नभएमा मिर्गौला रोग दीर्घकालीन बन्दै अन्ततः मिर्गौला फेल हुने अवस्थामा पुग्न सक्छ । मधुमेह, उच्च रक्तचाप, मोटोपन, अस्वस्थ खानपान र निष्क्रिय जीवनशैली बढ्दै गएको वर्तमान समयमा मिर्गौला स्वास्थ्य प्रति सचेत हुनु अत्यन्त आवश्यक छ ।

मिर्गौलाका कामहरू

१. रगतलाई छानेर शरीरका फोहोर पदार्थ (यूरिया, क्रिएटिनिन) पिसाबमार्फत बाहिर निकाल्ने ।

२. शरीरमा पानी, सोडियम, पोटासियम र अन्य इलेक्ट्रोलाइटको सन्तुलन कायम गर्ने ।

३. रक्तचाप नियन्त्रणमा सहयोग गर्ने ।

४. Erythropoietin उत्पादन गरी रातो रक्तकोष निर्माणमा सहयोग गर्ने ।

५. भिटामिन D लाई सक्रिय रुपमा रुपान्तरण गरी हड्डीको स्वास्थ्य कायम राख्न सहयोग गर्ने ।

६. शरीरमा एसिड-बेस सन्तुलन कायम गर्ने ।

मिर्गौला रोग

मिर्गौला रोग (Kidney Disease) भन्नाले मिर्गौलाको संरचना (Structure) वा कार्य (Function) मा कुनै पनि प्रकारको असमान्यता उत्पन्न भई शरीरबाट फोहोर पदार्थ निष्कासन, पानी तथा इलेक्ट्रोलाइट सन्तुलन, अम्ल-क्षार सन्तुलन, रक्तचाप नियन्त्रण तथा अन्य शारीरिक कार्यहरूमा असर पर्ने अवस्था हो। रोगको अवधिको आधारमा सामान्यतया मिर्गौला रोगलाई दुई प्रकारमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छः

क) Acute Kidney Injury: मिर्गौलाको कार्य अचानक घट्ने अवस्था हो, जुन घण्टा वा दिनभित्र विकसित हुन सक्छ।

ख) Chronic Kidney Disease: तीन महिनासम्म कायम रहने मिर्गौलाको संरचना र कार्य सम्बन्धी असमान्यता हो।

मिर्गौला रोगका विभिन्न चरणहरू हुन्छन्, अन्तिम चरणमा मिर्गौला फेल हुन्छ र त्यस्तो अवस्थामा डायलाइसिस वा मिर्गौला प्रत्यारोपण आवश्यक पर्न सक्छ।

नेपालमा मिर्गौला रोगको अवस्था

नेपालमा मिर्गौला रोगको अवस्था बढ्दो क्रममा रहेको छ। AKI अस्पताल तथा ICU को महत्वपूर्ण समस्या हो। अस्पतालमा आधारित अध्ययनहरूमा AKI incidence करिब ६% देखि १४.२% सम्म रिपोर्ट गरिएको छ।

सन् २०१६ देखि २०१८ मा नेपालको सातै प्रदेशका २० वर्ष भन्दा माथिका १३,९०९ जनामा गरिएको परीक्षण (National population–based prevalence survey of selected NCDs) अनुसार ६% मा CKD रहेको पाइएको थियो। उमेर बढ्दै जाँदा CKD को जोखिम बढ्दै जाने हुन्छ।

मिर्गौला रोगका कारणहरू

१. मधुमेह (Diabetes Mellitus)

लामो समयसम्म मधुमेह नियन्त्रणमा नरहँदा मिर्गौलाका साना-साना रक्तनली र Glomerulus मा क्षति पुग्छ। यसलाई मधुमेहजन्य मिर्गौला रोग (Diabetic Kidney Disease) भनिन्छ। मधुमेह भएका व्यक्तिले नियमित रुपमा रक्तचाप, Serum Creatinine र पिसाबमा Albumin जाँच गराउनु पर्छ।

२. उच्च रक्तचाप (Hypertension)

लामो समयसम्म उच्च रक्तचाप रहँदा मिर्गौलाका रक्तनलीमा क्षति पुग्छ। अर्कोतर्फ, मिर्गौला रोगले पनि रक्तचाप बढाउन सक्छ। त्यसैले उच्च रक्तचाप र मिर्गौला रोग बीच दोहोरो सम्बन्ध हुन्छ।

३. ग्लोमेरूलोनेफ्राइटिस (Glomerulonephritis)

मिर्गौलाको Glomerulus मा हुने खराबीले मिर्गौलाको कार्यक्षमता घटाउने गर्दछ।

४. पथरी र पिसाबको अवरोध

बारम्बार हुने मिर्गौलाको पथरी, पिसाबको अवरोध, प्रोस्टेट बढ्नु तथा अन्य कारणले पिसाबको बहावमा समस्या हुँदा मिर्गौला क्षतिग्रस्त हुन सक्छ ।

५. सङ्क्रमण (Infection)

बारम्बार हुने पिसाबको सङ्क्रमण तथा Pyelonephritis ले केही व्यक्तिमा मिर्गौलामा स्थायी क्षति पुर्‍याउन सक्छ ।

६. औषधि तथा विषाक्त पदार्थ

केही औषधि विशेषगरी दुखाइ कम गर्ने औषधिको अनियन्त्रित वा लामो समयको प्रयोगले मिर्गौलालाई क्षति पुर्‍याउन सक्छ । चिकित्सकको सल्लाहविना नियमित औषधि सेवन गर्नु हुँदैन ।

७. वंशाणुगत मिर्गौला रोग (Hereditary Kidney Disease)

वंशाणुगत कारणले पनि मिर्गौला रोग लाग्न सक्छ ।

मिर्गौला रोगका लक्षणहरू

प्रारम्भिक दीर्घकालीन मिर्गौला रोगमा प्रायः कुनै लक्षणहरू हुँदैनन्। रोग बढ्दै जाँदा निम्न समस्याहरू देखिन सक्छन् ।

- खुट्टा वा अनुहार सुन्निनु
- पिसाबको मात्रा घट्नु वा असामान्य रुपमा बढ्नु
- पिसाबमा धेरै फिँज आउनु
- पिसाबमा रगत देखिनु
- राति पटक-पटक पिसाब लाग्नु
- उच्च रक्तचाप
- थकान र कमजोरी
- भोक कम हुनु
- वाकवाकी वा वान्ता
- छाला चिलाउनु
- मांसपेशीमा ऐठन हुनु
- सास फेर्न गाह्रो हुनु

मिर्गौला रोगको परीक्षण

१. **रगतको जाँचः** रगतमा Creatinine को मापन गरी मिर्गौलाको कार्यक्षमताको अनुमान गर्न सकिन्छ ।

२. **पिसाबको परीक्षणः** पिसाबमा जाँचबाट पिसाबमा Albumin, Protein, रगत, र पिपको कोष तथा अन्य असमान्यता पत्ता लगाउन सकिन्छ ।

३. **अल्ट्रासाउन्ड (USG):** मिर्गौलाको आकार, संरचना, पथरी, अवरोध तथा अन्य संरचनात्मक समस्या हेर्न अल्ट्रासाउन्ड गरिन्छ ।

४. **अन्य जाँचः** आवश्यकता अनुसार अन्य जाँचहरू जस्तै मिर्गौलाको Biopsy र थप रगतको जाँचहरू गर्नुपर्ने हुन्छ ।

विशेषगरी निम्न व्यक्तिले नियमित मिर्गौला परीक्षणबारे चिकित्सकसँग परामर्श गर्नुपर्छः

- मधुमेह भएका व्यक्ति
- उच्च रक्तचाप भएका व्यक्ति
- मुटु तथा रक्तनलीसम्बन्धी रोग भएका व्यक्ति
- मोटोपन भएका व्यक्ति
- लामो समयदेखि केही औषधि सेवन गरिरहेका व्यक्ति
- पहिले मिर्गौलामा समस्या भएको व्यक्ति

मिर्गौला स्वस्थ राख्ने उपायहरू

१. **रक्तचाप नियन्त्रणमा राखौँः** उच्च रक्तचाप मिर्गौला बिग्रने प्रमुख कारणमध्ये एक हो । नियमित रुपमा रक्तचाप जाँच गर्ने र चिकित्सकले दिएको औषधि नियमित सेवन गर्ने बानी बसाल्नुपर्छ ।

२. **मधुमेह नियन्त्रण गरौँः** लामो समयसम्म नियन्त्रण नभएको मधुमेहले मिर्गौलाका स-साना रक्तनलीमा क्षति पुर्‍याउन सक्छ । मधुमेह भएका व्यक्तिले नियमित रगतचिनि तथा मिर्गौलाको परीक्षण गराउनुपर्छ ।

३. **नुन कम खाऔँः** अत्यधिक नुन सेवनले रक्तचाप बढाउनुका साथै मिर्गौलामाथि अतिरिक्त भार पार्न सक्छ। प्याकेट तथा प्रशोधित खाद्य पदार्थ र नुनिलो खानेकुराको सेवन कम गर्नुपर्छ ।

४. **पर्याप्त शारीरिक गतिविधि गरौँः** नियमित हिँडडुल तथा व्यायामले तौल, रक्तचाप र मधुमेह नियन्त्रणमा सहयोग गर्छ । यसले अप्रत्यक्ष रुपमा मिर्गौलालाई पनि स्वस्थ राख्छ ।

५. पर्याप्त पानी पिऔँ ।

६. दुखाइ कम गर्ने औषधिको अनियन्त्रित प्रयोग नगरौँ ।

७. धुम्रपान तथा सुर्तीजन्य पदार्थ त्यागौँ ।

८. स्वस्थ तौल कायम राखौँ ।

नेपालमा मिर्गौला स्वास्थ्यका चुनौती

नेपालमा मधुमेह, उच्च रक्तचाप, मोटोपन र अस्वस्थ जीवनशैलीसँग सम्बन्धित नसर्ने रोगहरू बढ्दै जाँदा मिर्गौला रोगको भार पनि बढिरहेको छ । ग्रामीण तथा दुर्गम क्षेत्रमा नियमित Screening, विशेषज्ञ सेवा, Laboratory सुविधा र Renal Replacement Therapy (डायलाइसिस, मिर्गौला प्रत्यारोपण) मा पहुँच कम रहेको छ । मिर्गौला रोगको उपचारलाई मात्र नभई रोकथाम, प्रारम्भिक पहिचान र समयमै उपचारलाई प्राथमिकता दिनुपर्छ ।

निष्कर्ष

रक्तचाप र मधुमेह नियन्त्रणमा राख्ने, नुन कम गर्ने, धुम्रपान त्याग्ने, नियमित व्यायाम गर्ने, दुखाइ कम गर्ने औषधिको अनावश्यक प्रयोग नगर्ने र जोखिम भएका व्यक्तिले मिर्गौलाको नियमित परीक्षण गर्नुपर्दछ । "लक्षण पर्खेर होइन, जोखिम पहिचान गरेर मिर्गौला जोगाऔं ।"

मूल्यमान्यताको संकट र चिकित्सा क्षेत्रः एक सर्जनको दृष्टिकोण



डा.धन बहादुर श्रेष्ठ

क. जनरल सर्जन

(विभागः शल्यक्रिया/Surgery)

पृष्ठभूमि

मानव समाजको विकास र स्थिरता नैतिकता, न्याय र मानवीय संवेदनाको जगमा अडिएको हुन्छ । तर, आधुनिकतातर्फ लम्किँदै गर्दा आजको विश्व समाज एउटा गम्भीर सांस्कृतिक र नैतिक संकटबाट गुज्रिरहेको छ । यौनको अति-बजारीकरण (Commercialization of Sex), शक्तिको उन्माद (Abuse of Power), पैसाको अन्धधुन्ध दौड (Greed for Money) र संस्थागत बन्दै गएको भ्रष्टाचार यस संकटका मुख्य कारक हुन्। यी चार तत्वहरू एकअर्कासँग यसरी जेलिएका छन् कि यिनले समाजका हरेक अंगलाई दूषित बनाउँदै लगेका छन्। चिकित्सा क्षेत्र र विशेष गरी मानव जीवन रक्षाको अन्तिम मोर्चामा उभिने सर्जन (Surgeon) को भूमिका यस्तो चुनौतीपूर्ण परिवेशमा झनै विशिष्ट, संवेदनशील र अनुकरणीय हुन आउँछ । अपरेटिङ थियटर (Operating Theater) को चिसो भुइँमा उभिएर जीवन र मरणको दोसाँधमा रहेका बिरामीलाई नियाल्ने एक सर्जनले समाज निर्माणमा कस्तो योगदान दिन सक्छ भन्ने विषयमा यो आलेख केन्द्रित छ ।

१. यौन स्वास्थ्य, वंशाणुगत गहिराई र पारिवारिक शिक्षाको अपरिहार्यता

आज उपभोक्तावादी संस्कृतिले यौनलाई एउटा बजारको मनोरञ्जन र विकृत वस्तु जस्तो बनाएको छ, जसलाई सच्याउन वैज्ञानिक र पारिवारिक चेतनाको टड्कारो आवश्यकता छ । एक सर्जन र चिकित्सा विज्ञानको विद्यार्थीका रुपमा म यस विषयलाई जैविक र वंशाणुगत गहिराइसँग जोडेर हेर्दछुः

पारिवारिक शिक्षाको जगः यौन के हो? यो कहाँ, किन, कसरी, कति र को-को बीच हुनुपर्छ भन्ने आधारभूत, मर्यादित र सही ज्ञानको पहिलो पाठशाला परिवार नै हुनुपर्छ ।

बाहिरका भ्रामक विज्ञापन वा इन्टरनेटको विकृतिबाट बचाउन यो ज्ञान परिवारभित्रै आमाबाबु र अभिभावकबाट पाउनु आवश्यक छ ।

अभिभावकको अवस्था र बच्चाको भविष्यः जन्मिने बच्चा शारीरिक र मानसिक रुपमा स्वस्थ हुन्छ या अस्वस्थ हुन्छ भन्ने कुरा यौन सम्बन्ध राख्ने अभिभावक (Parents) को तत्कालीन उमेर, शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य अवस्था, र उनीहरूको जैविक गुणमा नै पूर्ण रुपमा निर्भर गर्दछ।

वंशाणुगत रोग र यौनिक उत्तराधिकार (Sexual & Genetic Inheritance): चिकित्सा विज्ञानले प्रमाणित गरिसकेको छ कि कतिपय क्यान्सर (Cancer), डाउन सिन्ड्रोम (Downs Syndrome), र अटिजम जस्ता मानसिक तथा शारीरिक विकारहरू (Autism Disorders) अभिभावकको वंशाणुगत गुण र गर्भाधानको समयको जैविक अवस्थासँग प्रत्यक्ष जोडिएका हुन्छन्। त्यसैले, भावी पुस्ताको पूर्ण स्वास्थ्य र स्वस्थ समाज निर्माणका लागि यौन स्वास्थ्यको सही ज्ञान (Sexual Health Knowledge) नै परिवारको मुख्य र प्राथमिक शिक्षा हुनुपर्दछ ।

२. शक्तिको अहंकार विरूद्धः टिमवर्क र सौहार्दताको सन्देश

शक्ति र पदलाई आजको समाजमा अरुमाथि हुकुम चलाउने वा शोषण गर्ने हतियार बनाइने गरिन्छ । तर, एक सर्जनका लागि शक्ति भनेको समाज र बिरामीको सेवा गर्ने जिम्मेवारी मात्र हो ।

सहकार्य र टिमवर्क (Teamwork): शल्यक्रिया कहिल्यै पनि एकजना व्यक्तिको प्रयासले सफल हुँदैन । अपरेटिङ टेबलमा एउटा जटिल शल्यक्रिया भइरहँदा सर्जन, एनेस्थेटिस्ट, नर्सिङ स्टाफ र सहयोगी हातहरूको भूमिका उत्तिकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ। त्यहाँ शक्तिको घमण्ड होइन, सहकार्यको खाँचो हुन्छ । जब हामी आफ्नो अहंकार त्यागेर सौहार्दपूर्ण वातावरणमा काम गर्छौं, तब मात्र ठूला-ठूला संकटहरू पार गर्न सकिन्छ ।

समानताको व्यवहारः कार्यस्थलमा आफूभन्दा जुनियर वा सहयोगी कर्मचारीहरूलाई समान आदर र आत्मीयता प्रदान गरेर मात्र हामीले समाजमा विद्यमान विभेदकारी शक्ति संरचनालाई चुनौती दिन सक्छौं ।

३. पैसाको दौड विरूद्धः बिरामीप्रतिको पूर्ण समर्पण

पैसा जीवनयापनका लागि एउटा माध्यम अवश्य हो, तर जब पैसा नै जीवन र पेशाको एकमात्र केन्द्रविन्दु बन्छ, तब मानवताको अन्त्य हुन्छ । पूँजीवादी बजारले सिधै मानव जीवनमाथि खेलबाड गर्दछ ।

बिरामीप्रतिको समर्पण (Dedication): एक सर्जनको वास्तविक सम्पत्ति बिरामीको सफल उपचार र ४. उहाँको अनुहारमा फर्किएको मुस्कान हो । उपचारका क्रममा आर्थिक पक्षलाई कहिल्यै पनि मानवीय संवेदना र कर्तव्यको अगाडि आउन दिनु हुँदैन ।

नियमित र अविचलित सेवा: विलासी जीवनको होडबाजी र व्यावसायिक प्रतिस्पर्धाबाट टाढा रहेर, आफ्नो सीप र क्षमतालाई नियमित सेवा (Regular Service) का माध्यमबाट समाजका असहाय, गरिब र पिछडिएका वर्गसम्म पुर्‍याउनु नै एक सच्चा चिकित्सकको पहिचान हो ।

४. भ्रष्टाचार-मुक्त चिकित्सा क्षेत्र र समतामूलक स्वास्थ्य सेवा

स्वास्थ्य क्षेत्रमा हुने भ्रष्टाचार, कमिसनतन्त्र र अनैतिक क्रियाकलापले सिधै मानव जीवनमाथि खेलबाड गर्दछ। यसको उन्मूलनका लागि चिकित्सक स्वयं उदाहरणीय बन्नुपर्छ ।

शून्य सहनशीलता (Zero Tolerance): औषधी कम्पनीहरू वा अन्य स्वास्थ्य संस्थाहरूसँग हुने कुनै पनि प्रकारको अनैतिक लेनदेन वा कमिसनतन्त्र विरूद्ध हामीले शून्य सहनशीलता अपनाउनुपर्छ ।

समानता (Equality) र आत्मीयता: धनी होस् या गरिब, पहुँचवाला होस् या सर्वसाधारण–हरेक बिरामीले समान र गुणस्तरीय उपचार पाउने अधिकार राख्छन् । बिरामीलाई केवल एउटा 'केस' वा 'ग्राहक' का रुपमा होइन, बरू एक आत्मीय मानिसका रुपमा हेर्नुपर्छ। शल्यक्रियाको प्राविधिक सीपसँगै हाम्रो बोली र व्यवहारमा हुने सहानुभूति (Empathy) ले बिरामीको आधा रोग त्यसै निको पारिदिन्छ ।

निष्कर्ष

यौन, शक्ति, पैसा र भ्रष्टाचारमुक्त समाजको निर्माण कुनै काल्पनिक नारा होइन, बरू यो हाम्रो दैनिक आचरण र निर्णयहरूको योगफल हो। एक सर्जनको रुपमा हाम्रो भूमिका शल्यक्रिया कक्ष (Operating Room) को बन्द ढोकाभित्र मात्र सीमित छैन, यसले समाजलाई नैतिक र वैज्ञानिक ऐना देखाउने सामर्थ्य पनि राख्छ। जब हामी आफ्नो हातमा लिने स्क्याल्पेल (Scalpel) सँगै आफ्नो मनमा नैतिकता, आत्मीयता, समर्पण र समानताको भावना बोकेर काम गर्छौं, तब मात्र यो पेशा र समाज दुवै मर्यादित बन्नेछन् । आउनुहोस्, हामी सबै स्वास्थ्यकर्मी मिलेर एउटा स्वस्थ, न्यायपूर्ण समाजको जग बसालौं ।

स्वस्थ नारी, सुखी परिवारः किशोरावस्थादेखि मेनोपजसम्म आफ्नो ख्याल कसरी राख्ने?



डा. मिलन थापा

स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञ

महिलाको शरीर जीवनका विभिन्न मोडहरूमा धेरै परिवर्तनहरूबाट गुज्रिन्छ । किशोरावस्थाको पहिलो महिनावारीदेखि लिएर आमा बन्ने सुखद क्षण, अनि उमेर ढल्किँदै जाँदा महिनावारी रोकिने (मेनोपज) अवस्थासम्म, प्रत्येक चरणमा शरीरलाई अलि बढी माया र हेरचाहको आवश्यकता पर्छ ।

धेरैजसो महिलाहरू परिवारको हेरचाहमा यति व्यस्त हुनुहुन्छ कि आफ्नो सानोभन्दा सानो स्वास्थ्य समस्यालाई पनि पछि पन्छाउनुहुन्छ । तर, समयमै ध्यान नदिँदा सामान्य लाग्ने समस्याले पछि जटिल रुप लिन सक्छ। एक स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञका रुपमा, म हजुरहरूसँग केही महत्त्वपूर्ण कुराहरू सेयर गर्न चाहन्छुः

१. आमा बन्ने सुन्दर यात्रा र सुरक्षित मातृत्व

गर्भावस्था केवल एउटा शारीरिक प्रक्रिया मात्र होइन, यो एउटा नयाँ जीवनलाई संसारमा ल्याउने सुन्दर यात्रा हो। यो समयमा आमा र बच्चा दुवै स्वस्थ रहन केही कुरामा विशेष ध्यान दिनुपर्छः

नियमित डाक्टरको परामर्शः गर्भ अवस्थामा कम्तीमा ४ देखि ८ पटक नियमित जाँच गराउनुहोस्। यसले गर्भभित्र रहेको शिशुको विकास सही रुपमा भइरहेको छ वा छैन भन्ने थाहा हुन्छ ।

खानपान र औषधिः डाक्टरको सल्लाह अनुसार पोषणयुक्त खानाका साथै फोलिक एसिड, क्यालिसयम र आइरन नियमित खानुहोस् ।

खतराका घण्टीहरूः अत्यधिक रगत बग्ने, हात-खुट्टा वा अनुहार असामान्य रुपमा सुन्निने, कडा टाउको दुखाई हुने वा पेटमा बच्चाको हलचल कम महसुस भएमा अलमल नगरी तुरून्तै अस्पताल पुग्नुहोस् ।

अस्पतालमै प्रसूतिः प्रसूति (Delivery) जहिले पनि दक्ष डाक्टर र नर्सहरू भएको सुरक्षित अस्पतालमै गराउनुहोस् ।

२. महिलाहरूले लुकाउन नहुने केही सामान्य समस्याहरू

लाज वा सङ्कोचका कारण धेरै महिलाहरू स्त्रीरोग सम्बन्धी समस्याहरू खुलेर भन्न सक्नुहुन्न । तर यी विषयमा बेलैमा सचेत हुनुपर्छः

महिनावारीको गडबडी र PMOSM महिनावारी धेरै ढिलो वा चाँडो हुने, अत्यधिक दुखाइ हुने वा धेरै रगत बग्ने समस्या छ भने हर्मोनको असन्तुलन (जस्तै PMOS - Polyendocrine Metabolic Ovarian Syndrome) वा पाठेघरमा गाँठो (Fibroid) भएको हुन सक्छ ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सरबाट बचौंः पाठेघरको मुखको क्यान्सर (Cervical Cancer) समयमै जाँच गरेमा पूर्ण रुपमा रोक्न सकिन्छ। ३० वर्ष नाघेका महिलाहरूले नियमित रुपमा Pap Smear वा HPV DNA परीक्षण गराउनुपर्छ ।

पाठेघर खस्ने समस्याः तल्लो पेट भारी हुने वा केही वस्तु बाहिर निस्किए जस्तो महसुस हुन्छ भने तुरून्त डाक्टरलाई देखाउनुहोस्। सानै उमेरमा धेरै बच्चा जन्माउनु वा सुत्केरीमा गह्रौं काम गर्नाले यो समस्या देखिन सक्छ ।

मेनोपज (महिनावारी सुक्ने समय)ः ४५ देखि ५५ वर्षको उमेरमा महिनावारी रोकिँदा अचानक गर्मी महसुस हुने, धेरै पसिना आउने, रिस उठ्ने वा मन अशान्त हुने जस्ता परिवर्तनहरू आउँछन् । यो एक स्वाभाविक प्रक्रिया हो; सही खानपान, व्यायाम र चिकित्सकको सल्लाहले यो समयलाई सहज बनाउन सकिन्छ ।

मेरो सानो अनुरोध

स्वास्थ्य नै हाम्रो सबैभन्दा ठूलो सम्पत्ति हो । परिवारका अरु सदस्यको ख्याल राख्दै गर्दा आफ्नो शरीरले दिइरहेका साना-साना संकेतहरूलाई वेवास्ता नगर्नुहोस् । कुनै पनि अप्ठ्यारो वा शंका लागेमा लाज र डरलाई छाडेर निसंकोच नजिकैको अस्पतालमा आई परामर्श लिनुहोस् ।

हजुरको स्वास्थ्य नै हाम्रो प्राथमिकता हो !

WHERE DOES A NORMAL REACTION ENDS AND A PATHOLOGY BEGIN ?



Dr.Akshata Bhattarai

Consultant Psychiatrist

Chautara Hospital

It has been two months since I was posted to Chautara Hospital in Sindhupalchowk. It is my first experience working outside Kathmandu.I trained in psychiatry at a government hospital in Kathmandu, where I encountered people from different socioeconomic backgrounds. Yet, in retrospect, I realise that I had been somewhat shielded from the realities of life in rural and semi-rural Nepal.

Two months here has been enough to make me deeply uncomfortable not because of the work itself, but because of how difficult it is to separate illness from suffering.As psychiatrists, we are trained to recognise where a normal reaction ends and psychopathology begins. We learn to distinguish grief from depression, fear from an anxiety disorder, distress from a disorder requiring treatment. We are taught to look for symptoms, duration, impairment and dysfunction.

But what happens when the distress is a perfectly understandable response to an unbearable life? I met a 70-year-old woman living alone while caring for her 35-year-old son, who has a severe intellectual disability. She has little emotional or financial support. Her own health is fragile, her responsibilities are constant, and there is no clear safety net waiting for her.She came with symptoms of anxiety and sleep difficulties. But she did not see them as a consequence of her circumstances or deterioration of her mental health.She believed that there was a *naag who* was responsible for the symptoms.

Where do I begin? Do I explain anxiety? Do I prescribe medication? Do I explore her beliefs? Do I challenge them? Do I refer her for psychological intervention? Or do I first ask who will look after her son when she can no longer do so?

She needs extend far beyond what a prescription can address. She needs social security. She needs someone to help care for her son. She needs emotional support and, if family support is unavailable, a community in which she feels that she belongs. She needs access to healthcare, adequate nutrition, safe housing, rest, meaningful activity and perhaps simply a few moments in which she does not have to be responsible for another human being.These are not psychiatric prescriptions. Yet they may be among the most important interventions for her mental health.

I tried to explain to her how chronic stress and years of adversity can affect the body and mind, and how her current circumstances could be contributing to her anxiety. I failed to make her see it that way.I prescribed medication, hoping that perhaps this could at least make her symptoms easier to bear.That attempt failed too.When she realised that I was a doctor who treated mental illness; she did not want the medication. She did not want to be labeled.

Perhaps we have been asking psychiatry to solve problems that psychiatry alone cannot solve.There is a tendency to speak about mental health as though it exists separately from the conditions in which people live. We encourage people to sleep well, eat well, exercise, develop hobbies, maintain social connections and seek professional help when distressed.But what if you are 70, living alone, responsible for a disabled adult child, financially insecure and uncertain about what tomorrow will bring? And where does pathology begin when the circumstances themselves are pathological?

Mental health cannot be strengthened in isolation from social welfare, disability services, elderly care, poverty reduction, community support and accessible healthcare. And stigma remains another barrier. For many people, accepting that they are “mentally ill” feels like accepting a label they fear will define them. A person may tolerate anxiety, insomnia or years of suffering rather than be seen as someone who needs psychiatric care.Sometimes the most important psychiatric intervention may not begin with a prescription. Sometimes, it may begin with building a society in which fewer people have to survive circumstances that make distress inevitable.

सेवाको २३ वर्षः अनुभव, समर्पण र स्वाभिमान

“नर्सिङ केवल एउटा पेसा मात्र होइन, यो त मानवताप्रतिको निःस्वार्थ समर्पण र साधना हो ।”



सिता श्रेष्ठ

सि.न.मी.निरिक्षक

चौतारा अस्पतालको प्राङ्गणमा नर्सको रुपमा प्रवेश गरेर बिरामीको सेवामा समर्पित भएको आज हेर्दाहेर्दै २३ वर्ष व्यतीत भइसकेछ । समय कसरी दोधारे पाइला चाल्दै बित्यो, पत्तै भएन । यी दुई दशकभन्दा लामो यात्रामा मैले अस्पतालको आँगनमा अनेकौँ तीता-मीठा अनुभव, चुनौती, खुसी र भावुक क्षणहरू सँगालेकी छु। आज पछाडि फर्केर हेर्दा, ती समस्त आरोह-अवरोहहरू मेरो जीवनका अमूल्य सम्पती बनेका छन् ।

स्वास्थ्य क्षेत्रमा कर्मशील हुनु आफैँमा एउटा संवेदनशील र चुनौतीपूर्ण जिम्मेवारी हो । त्यसमाथि सीमित स्रोत-साधनका बिच बिरामीको प्रभावकारी सेवा गर्नु झनै जटिल विषय थियो । मेरो सेवा अवधिमा आवश्यक स्वास्थ्य उपकरणको अभाव, चिकित्सक तथा नर्सिङ जनशक्तिको कमीजस्ता अनेक कठिनाइहरूको सामना गर्नुपर्यो । कतिपय परिस्थितिमा सीमित साधन र उपलब्ध जनशक्तिको भरमा नै बिरामीको उपचार तथा हेरचाहमा उत्कृष्टता दिनुपर्ने बाध्यता थियो। तर, यस्ता प्रतिकूलताका बिच पनि हामी आफ्नो पवित्र कर्तव्यबाट विचलित भएनौँ; ज्ञान, सिप, अनुभव र सेवाभावलाई नै मूलमन्त्र बनाएर निरन्तर बिरामीको सेवामा समर्पित रहयौँ ।

मेरो २३ वर्षे सेवा यात्राको सबैभन्दा सुखद र गर्व गर्न लायक पाटो सुत्केरी वार्ड (प्रसुती गृह) सँग जोडिएको छ। लामो समयसम्म प्रसुती वार्डमा कार्यरत रहँदा असङ्ख्य गर्भवती आमाहरूलाई सुरक्षित रुपमा प्रसव गराउने सौभाग्य प्राप्त भयो। मेरो यस सेवा अवधिभर हाम्रो अस्पतालमा उपचारका क्रममा एक जना पनि सुत्केरी आमाको ज्यान नगएको तथ्य मेरा लागि सम्भवतः जीवनकै सबैभन्दा ठुलो आत्मसन्तुष्टि र गर्वको विषय हो । एउटी आमालाई सुरक्षित रुपमा नयाँ जीवन दिन सहयोग गर्नु केवल चिकित्सकीय वा नर्सिङ दायित्व पूरा गर्नु मात्र होइन, एउटा सम्पूर्ण परिवारमा नयाँ खुसी र मुस्कान भित्र्याउनु हो ।

विभिन्न विभाग र वार्डहरूमा कार्य सम्पादन गर्ने क्रममा असङ्ख्य बिरामी, सहकर्मी, चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीहरूबाट धेरै व्यावहारिक ज्ञान सिक्ने अवसर मिलेन । अनुभव र जिम्मेवारीको दायरा फराकिलो हुँदै जाँदा आज म इन्चार्जको भूमिकामा रहेर संस्थाको नेतृत्व गरिरहेकी छु । यो भूमिका मेरा लागि केवल एउटा पद मात्र होइन, मेरो कर्मथलोप्रतिको २३ वर्षको निरन्तर निष्ठा, मेहनत र साधनाको प्रतिफल हो ।

नर्सिङ पेसाले मलाई एउटा शाश्वत सत्य सिकाएको छ– बिरामीको उपचार औषधि र प्रविधिले मात्र हुँदैन, त्यसमा स्नेही स्पर्श, सहानुभूति, धैर्य र आत्मीय व्यवहारको उत्तिकै ठुलो भूमिका हुन्छ । बिरामी पीडामा तड्पिरहँदा उनका कुरा धैर्यपूर्वक सुनिदिनु, अत्तालिएको बेला ढाडस दिनु र कठिन घडीमा दह्रो आड भरोसा बन्नु नै नर्सिङ सेवाको वास्तविक मर्म हो ।

आज स्वास्थ्य क्षेत्रमा नयाँ पुस्ताको आगमनसँगै प्रविधि, अध्ययन र कार्यशैलीमा नवीनता आएको छ । नयाँ पुस्तासँग अद्यावधिक ज्ञान र असीम सम्भावनाहरू छन् । मेरो चाहना छ– उनीहरूले अघिल्लो पुस्ताको अनुभव र सिपलाई आत्मसात गर्दै आफ्नो पेसामा अझ बढी अनुशासन, लगनशीलता, धैर्य र सेवाभावका साथ नर्सिङको गरिमालाई अझ उच्च बनाऊन् ।

म नयाँ पुस्ताका नर्सहरूलाई भन्न चाहन्छु "नर्सिङलाई केवल जीविकोपार्जन वा रोजगारीका रुपमा नहेर्नुहोस्, यसलाई मानव सेवाको पवित्र अवसरका रुपमा लिनुहोस्। तोकिएको ड्युटीको समय पूरा गर्नु मात्र हाम्रो जिम्मेवारी होइन, बिरामीले हामीबाट पाउने मानवीय व्यवहार, भरोसा र आत्मीय हेरचाह नै हाम्रो वास्तविक सफलता हो । कठिन परिस्थितिले कहिलेकाहीँ थकित बनाए पनि, तिनै चुनौतीले हामीलाई अझ दक्ष, परिपक्व र अनुभवी बनाउँछन् ।"

आज चौतारा अस्पतालमा बिताएका २३ वर्षहरूलाई स्मरण गर्दा छाती गर्वले ढक्क फुल्छ । यहाँ भावुक क्षणहरू थिए, स्रोत-साधन र जनशक्तिको घोर अभाव थियो, तर सेवाप्रतिको मेरो समर्पण र निष्ठामा कहिल्यै कमी आएन । जब बिरामी पूर्ण रुपमा निको भएर मुस्कुराउँदै घर फर्कन्छन्, अनि सुरक्षित प्रसवपछि आमाको अनुहारमा खुसीको ज्योति छाउँछ, तब मेरा जीवनका सम्पूर्ण थकान र कठिनाइहरू क्षणभरमै बिलाएर जान्छन् ।

मेरो यो यात्रा अझै रोकिएको छैन । आगामी दिनहरूमा पनि आफ्ना ज्ञान र अनुभवहरू नयाँ पुस्तासँग बाँड्दै, सहकर्मीहरूसँग काँधमा काँध मिलाएर बिरामीको सेवामा समर्पित रहने मेरो दृढ प्रतिबद्धता छ ।

अन्ततः, यो २३ वर्षको अवधि मेरा लागि केवल सेवाको तथ्याङ्क मात्र होइन, यो त भोगाइ, सङ्घर्ष, निरन्तर सिकाइ र परम आत्मसन्तुष्टिले भरिएको एउटा सुन्दर जीवन-यात्रा हो । चौतारा अस्पताल मेरो कार्यस्थल मात्र नभएर मेरो जीवनको सबैभन्दा सिर्जनशील र पवित्र अध्याय हो । यस संस्थाको सेवामा आफूलाई समर्पित गर्न पाएकोमा म सधैँ गौरवान्वित रहिरहनेछु ।

नेपालमा स्वास्थ्य अभिलेख व्यवस्थापनः कागजी प्रणालीदेखि EHR सम्म



रेशम सेन ठकुरी

मेडिकल रेकर्डर सुपरभाइजर

स्वास्थ्य सेवा प्रभावकारी, सुरक्षित, गुणस्तरीय र निरन्तर बनाउन बिरामीसम्बन्धी स्वास्थ्य सूचनाको व्यवस्थित अभिलेखीकरण अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ । बिरामीको नाम, उमेर, ठेगाना, रोगको इतिहास, चिकित्सकीय परीक्षण, निदान, औषधि, प्रयोगशाला प्रतिवेदन, उपचारको परिणाम, एलर्जी तथा अन्य स्वास्थ्यसम्बन्धी विवरण स्वास्थ्य सेवाका महत्वपूर्ण सूचना हुन् । यी सूचनालाई व्यवस्थित रुपमा संकलन, भण्डारण, संरक्षण, प्रयोग तथा आवश्यकताअनुसार आदानप्रदान गर्ने प्रक्रियालाई स्वास्थ्य अभिलेख व्यवस्थापन भनिन्छ । नेपालमा स्वास्थ्य अभिलेख व्यवस्थापनको विकास कागजी अभिलेखबाट डिजिटल अभिलेख, EMR हुँदै अन्तरसञ्चालित EHR प्रणालीतर्फ अघि बढेको छ ।

नेपालमा लामो समयसम्म स्वास्थ्य संस्थाहरूले बिरामीसम्बन्धी सूचना कागजी फाइल, रजिस्टर तथा ढड्डाका माध्यमबाट व्यवस्थापन गर्दै आएका थिए । बिरामी दर्ता, ओपीडी विवरण, चिकित्सकको पुर्जा, ल्याब रिपोर्ट, एक्स-रे, भर्ना तथा डिस्चार्ज विवरणलगायतका सूचना कागजी रुपमा सुरक्षित गरिन्थे । कागजी प्रणाली सरल हुनु र धेरै प्राविधिक पूर्वाधार आवश्यक नपर्नु यसको प्रमुख फाइदा थियो । तर धेरै फाइल व्यवस्थापन गर्न भौतिक स्थान चाहिने, पुरानो अभिलेख खोज्न समय लाग्ने, फाइल हराउने वा नष्ट हुने, हस्तलिखित विवरण अस्पष्ट हुने तथा विभिन्न स्वास्थ्य संस्थाबाट सेवा लिँदा बिरामीको पुरानो विवरण तत्काल उपलब्ध नहुने जस्ता समस्या देखिए । साथै कागजी अभिलेखबाट तथ्याङ्क पुनः कम्प्युटरमा प्रविष्ट गर्दा समय, श्रम र मानवीय त्रुटिको सम्भावना बढ्न सक्छ ।

सूचना प्रविधिको विकाससँगै स्वास्थ्य संस्थाहरूमा Electronic Medical Record (EMR) को प्रयोग बढ्न थाल्यो । EMR भन्नाले कुनै निश्चित स्वास्थ्य संस्था वा स्वास्थ्य सेवा प्रदायकको कार्यक्षेत्रभित्र बिरामीसम्बन्धी चिकित्सकीय सूचना डिजिटल रुपमा व्यवस्थापन गर्ने प्रणालीलाई बुझिन्छ । यसमा बिरामी दर्ता, चिकित्सकीय इतिहास, निदान, औषधि, ल्याब परीक्षण तथा उपचारसम्बन्धी विवरण राख्न सकिन्छ । EMR ले बिरामीको विवरण छिटो खोज्न, अभिलेख व्यवस्थित गर्न र दर्ता, ओपीडी, ल्याब, फार्मेसी तथा बिलिङजस्ता सेवाहरूलाई डिजिटल प्रणालीसँग

जोड्न सहयोग गर्छ। तर EMR को दायरा प्रायः सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्था वा संस्थागत प्रणालीमा सीमित हुन सक्छ। विभिन्न संस्थाका प्रणालीबीच सूचना आदानप्रदान नहुँदा Data Silo को अवस्था सिर्जना हुन सक्छ।

यसपछि स्वास्थ्य सूचनालाई अझ व्यापक रुपमा व्यवस्थापन गर्ने अवधारणाका रुपमा Electronic Health Record (EHR) विकसित भयो। EHR ले बिरामीको स्वास्थ्यसम्बन्धी आवश्यक सूचना विभिन्न स्वास्थ्य सेवा प्रदायक तथा प्रणालीबीच सुरक्षित र मानकीकृत रुपमा आदानप्रदान गर्न सक्ने वातावरण निर्माण गर्ने लक्ष्य राख्छ। यसमा बिरामीको मेडिकल इतिहास, निदान, औषधि, एलर्जी, प्रयोगशाला तथा रेडियोलोजी परीक्षण, उपचार प्रक्रिया र उपचारको परिणामलगायतका सूचना समावेश हुन सक्छन्। बिरामीले विभिन्न स्वास्थ्य संस्थाबाट सेवा लिँदा आवश्यक स्वास्थ्य विवरण उपलब्ध भए उपचारको निरन्तरता कायम गर्न, चिकित्सकीय निर्णयमा सहयोग गर्न तथा अनावश्यक परीक्षण दोहोरिन कम गर्न सकिन्छ। यसका लागि विभिन्न प्रणालीबीच interoperability अर्थात् निश्चित मापदण्डअनुसार सुरक्षित रुपमा सूचना आदानप्रदान गर्न सक्ने क्षमता आवश्यक हुन्छ।

नेपालमा डिजिटल स्वास्थ्य अभिलेखको विकासका लागि National e-Health Strategy २०१७, Digital Health पहल तथा Integrated Electronic Medical Record System Operation and Management Guidelines, २०८१ जस्ता नीतिगत प्रयासहरू भएका छन्। यी पहलहरूले स्वास्थ्य सूचना प्रणालीको मानकीकरण, interoperability, सूचना आदानप्रदान, नीति तथा कानुनी आधार र संस्थागत समन्वयलाई महत्व दिएका छन्। EHR को प्रभावकारी प्रयोगबाट उपचारको निरन्तरता, अनावश्यक परीक्षणमा कमी, समय तथा लागतको बचत, स्वास्थ्य सेवा समन्वय, स्वास्थ्य योजना तथा नीति निर्माणमा सहयोग र टेलिमेडिसिन सेवामा सहजता हुन सक्छ। यद्यपि नेपालमा EHR कार्यान्वयन गर्दा विभिन्न चुनौतीहरू रहेका छन्। विभिन्न स्वास्थ्य संस्थाले फरक-फरक सफ्टवेयर प्रयोग गर्दा सूचना आदानप्रदानमा कठिनाइ हुन सक्छ। दुर्गम क्षेत्रमा विद्युत्, इन्टरनेट, नेटवर्क उपकरण तथा hardware को उपलब्धता पनि चुनौतीपूर्ण हुन सक्छ। साथै चिकित्सक, नर्स, स्वास्थ्यकर्मी, अभिलेख व्यवस्थापक तथा IT कर्मचारीलाई पर्याप्त तालिम दिन आवश्यक हुन्छ। स्वास्थ्य विवरण व्यक्तिगत तथा संवेदनशील सूचना भएकाले डेटा गोपनीयता, साइबर सुरक्षा, अनधिकृत पहुँच नियन्त्रण तथा audit trail जस्ता पक्षमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। डिजिटल प्रणालीमा गलत वा अपूर्ण डेटा प्रविष्ट भएमा त्यसले प्रणालीको विश्वसनीयता घटाउन सक्छ। त्यसैले data quality assurance तथा नियमित monitoring पनि आवश्यक हुन्छ।

नेपालमा प्रभावकारी राष्ट्रिय EHR प्रणाली विकास गर्न राष्ट्रिय interoperability framework, Unique Patient Identification, डेटा गोपनीयता तथा साइबर सुरक्षा, दक्ष मानव संसाधन र स्वास्थ्य संस्थाको वास्तविक कार्यप्रवाहसँग मिल्ने डिजिटल प्रणाली आवश्यक हुन्छ। साथै सफ्टवेयर, hardware, server management, cybersecurity, user support तथा नियमित बजेटको दीर्घकालीन व्यवस्था गर्नुपर्छ। भविष्यमा EHR लाई प्रयोगशाला, फार्मेसी, रेडियोलोजी, अस्पताल व्यवस्थापन, टेलिमेडिसिन, स्वास्थ्य बीमा तथा सार्वजनिक स्वास्थ्य निगरानीजस्ता अन्य डिजिटल स्वास्थ्य सेवासँग जोड्न सकिने सम्भावना छ।

अन्ततः, नेपालमा स्वास्थ्य अभिलेख व्यवस्थापन कागजी फाइल र ढड्डाबाट सुरू भएर डिजिटल अभिलेख, EMR हुँदै अन्तरसञ्चालित EHR प्रणालीतर्फ अघि बढिरहेको छ। EMR ले स्वास्थ्य संस्थाको आन्तरिक कामलाई डिजिटल र व्यवस्थित बनाउन सहयोग गर्छ भने EHR ले विभिन्न

स्वास्थ्य संस्था तथा प्रणालीबीच बिरामीको आवश्यक स्वास्थ्य सूचना सुरक्षित र व्यवस्थित रुपमा आदानप्रदान गर्ने आधार तयार गर्छ । EHR को सफलता सफ्टवेयर वा कम्प्युटर खरिदमा मात्र निर्भर नभई भरपर्दो पूर्वाधार, interoperability, डेटा गुणस्तर, दक्ष जनशक्ति, साइबर सुरक्षा, गोपनीयता, कानुनी आधार र दीर्घकालीन सञ्चालन क्षमतामा निर्भर हुन्छ । यी पक्षलाई प्रभावकारी रुपमा व्यवस्थापन गर्न सके नेपालको स्वास्थ्य सेवा अझ व्यवस्थित, सुरक्षित, समन्वित, तथ्यमा आधारित र बिरामीकेन्द्रित बन्न सक्छ । यसरी, कागजी अभिलेखबाट EMR र EMR बाट EHR तर्फको यात्रा केवल प्रविधिको परिवर्तन होइन; यो नेपालको स्वास्थ्य सेवा प्रणालीलाई थप व्यवस्थित, सुरक्षित, प्रभावकारी र बिरामीकेन्द्रित बनाउने महत्वपूर्ण कदम हो ।

कम्प्युटर अपरेटरः आधुनिक डिजिटल युगको मेरूदण्ड



केशव प्रसाद अधिकारी

कम्प्युटर अपरेटर

परिवर्तन प्रकृतिको शाश्वत नियम हो । सभ्यताको विकासक्रमसँगै मानव समाजले अनेकौँ परिवर्तन र क्रान्तिहरू पार गर्दै आज सूचना तथा प्रविधिको आधुनिक युगमा प्रवेश गरेको छ। एकातिर कागज र मसीमा आधारित पुराना ढड्डा तथा फाइलहरू क्रमशः इतिहासका पानामा सीमित हुँदैछन् भने अर्कातिर सिलिकनका साना चिप्स, विद्युतीय प्रणाली र डिजिटल प्रविधिले सम्पूर्ण विश्वलाई एउटै विश्वव्यापी गाउँ (Global Village) मा रुपान्तरण गरिदिएका छन् ।

आधुनिकताको यो विशाल र तीव्र गतिशील संसारमा, जहाँ सूचना र तथ्याङ्कहरू क्षणभरमै एक स्थानबाट अर्को स्थानमा प्रवाह भइरहेका हुन्छन्, त्यहाँ एउटा यस्तो अदृश्य तर अत्यन्त महत्वपूर्ण पात्र छ, जसको सीप, दक्षता र जिम्मेवारीले आधुनिक कार्यालयको कार्यसम्पादनलाई निरन्तर गतिशील बनाइरहेको हुन्छ । त्यो पात्र हो– कम्प्युटर अपरेटर ।

कम्प्युटर अपरेटर केवल किबोर्डका बटनहरू थिच्ने कर्मचारी वा प्राविधिक व्यक्ति मात्र होइन । उनी डिजिटल युगका दक्ष शिल्पी हुन्, जसले अव्यवस्थित तथा छरिएका तथ्याङ्कहरूलाई व्यवस्थित, सुरक्षित र उपयोगी सूचनामा रुपान्तरण गर्छन् । कार्यालयको एक कुनामा कम्प्युटरको पर्दासामु एकाग्र भएर काम गरिरहेको देखिने कम्प्युटर अपरेटरले वास्तवमा संस्थाको प्रशासनिक तथा प्राविधिक कार्यप्रवाहलाई पर्दापछाडिबाट निरन्तर गतिशील बनाइरहेको हुन्छ ।

यसर्थ, आधुनिक समाज, सरकारी संयन्त्र तथा संस्थागत कार्यसम्पादनमा कम्प्युटर अपरेटरको भूमिका किन अपरिहार्य र महत्वपूर्ण छ भन्ने विषयमा गहिरो विमर्श गर्नु आजको आवश्यकता बनेको छ ।

आजको युगलाई सूचना र तथ्याङ्क को युग भनिन्छ । तर, परिष्कृत नगरिएको कच्चा तथ्याङ्क समुद्रको नुनिलो पानीजस्तै हो, जसलाई उचित प्रशोधनबिना प्रत्यक्ष रुपमा उपयोग गर्न सकिँदैन । तथ्याङ्कलाई व्यवस्थित रुपमा सङ्कलन, वर्गीकरण, प्रशोधन र विश्लेषण गर्न नसकिएमा सूचनाको विशाल भण्डार पनि उपयोगविहीन बन्न सक्छ ।

कम्प्युटर अपरेटर त्यही दक्ष जनशक्ति हुन्, जसले तथ्याङ्कको विशाल भण्डारलाई व्यवस्थित गर्दै आवश्यक सूचना समयमा उपलब्ध गराउने वातावरण तयार गर्छन् । उनीहरूले विभिन्न स्रोतबाट प्राप्त

तथ्याङ्कलाई प्रणालीबद्ध रुपमा प्रविष्ट गर्ने, सुरक्षित रुपमा भण्डारण गर्ने, आवश्यकताअनुसार अद्यावधिक गर्ने तथा माग भएका बेला छिटो र सहज रुपमा उपलब्ध गराउने कार्य गर्छन् ।

संस्थागत निर्णय प्रक्रियामा सही तथ्याङ्क सही समयमा उपलब्ध हुनु अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ । यस कार्यमा कम्प्युटर अपरेटरको भूमिका प्रत्यक्ष हुन्छ । उनीहरू संस्थाका महत्वपूर्ण अभिलेख तथा सूचनाका संरक्षकसमेत हुन्, जसले संस्थाको विगत, वर्तमान र कार्यसम्पादनसँग सम्बन्धित विवरणलाई डिजिटल अभिलेखका रुपमा सुरक्षित राख्न सहयोग गर्छन् ।

कागजी युगको सम्झना गरौं– एउटा सामान्य निवेदन, पत्र वा फाइल स्वीकृत हुन पनि धेरै समय लाग्ने अवस्था थियो । धुलोले ढाकिएका फाइलका थुप्रा, हराउने वा खोज्न कठिन हुने अभिलेख तथा लामो प्रशासनिक प्रक्रियाका कारण सेवाग्राहीले अनावश्यक झन्झट र ढिलाइ व्यहोर्नुपर्थ्यो ।

तर, सूचना प्रविधिको विकाससँगै यस अवस्थामा व्यापक परिवर्तन आएको छ । आधुनिक कार्यालयमा कम्प्युटर अपरेटरहरू प्रशासनिक गतिशीलताका महत्त्वपूर्ण संवाहक बनेका छन् । उनीहरूले परम्परागत कागजी प्रणालीलाई डिजिटल प्रणाली, विद्युतीय अभिलेख तथा ई-गभर्नेन्स सँग जोड्न महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका छन् ।

आज एउटा क्लिकको भरमा पत्र तयार गर्न सकिन्छ, विद्युतीय माध्यमबाट क्षणभरमै सूचना सम्प्रेषण गर्न सकिन्छ, डिजिटल अभिलेखबाट आवश्यक कागजात तत्काल खोज्न सकिन्छ र विभिन्न अनलाइन प्रणालीमार्फत सेवाग्राहीलाई छिटो सेवा प्रदान गर्न सकिन्छ ।

यसरी कम्प्युटर अपरेटरले समय र श्रमको बचत मात्र गरेका छैनन् उनीहरूले प्रशासनिक प्रक्रियालाई व्यवस्थित, पारदर्शी, छरितो र प्रभावकारी बनाउनसमेत महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएका छन् ।

“गल्ती गर्नु मानवीय स्वभाव हो” भनिन्छ । तर, प्रशासनिक, वित्तीय तथा व्यावसायिक क्षेत्रमा एउटा सानो तथ्याङ्कीय वा प्राविधिक त्रुटिले ठूलो आर्थिक क्षति, प्रशासनिक समस्या वा कानुनी जटिलता निम्त्याउन सक्छ ।

कम्प्युटर आफैंमा शक्तिशाली उपकरण भए पनि त्यसको प्रभावकारी प्रयोगका लागि दक्ष र जिम्मेवार जनशक्ति आवश्यक हुन्छ । यहीं कम्प्युटर अपरेटरको भूमिका अझ महत्वपूर्ण बन्न पुग्छ ।

कम्प्युटर अपरेटरले उच्च एकाग्रता र सावधानीका साथ काम गर्दै तथ्याङ्कको शुद्धता, पूर्णता र विश्वसनीयता कायम गर्न सहयोग गर्छन् । उनीहरूले सफ्टवेयर, डेटाबेस, नेटवर्क तथा डिजिटल प्रणालीसँग सम्बन्धित प्राविधिक प्रक्रियालाई व्यवहारमा लागू गर्दै व्यवस्थापक, कर्मचारी तथा निर्णयकर्तासमक्ष आवश्यक सूचना सहज रुपमा उपलब्ध गराउँछन् ।

यस अर्थमा, कम्प्युटर अपरेटर जटिल प्रविधि र मानवीय आवश्यकताबीचको महत्त्वपूर्ण सेतु हुन् । यो सेतु प्रभावकारी भएमा प्रविधिको अधिकतम उपयोग सम्भव हुन्छ यसको अभावमा अत्याधुनिक प्रणालीसमेत अपेक्षित रुपमा सञ्चालन हुन कठिन हुन सक्छ ।

डिजिटल युगले अवसरसँगै नयाँ चुनौतीहरू पनि ल्याएको छ । भौतिक संसारमा चोरी, आगलागी वा प्राकृतिक विपद्को जोखिम भएझैं डिजिटल संसारमा साइबर हमला, भाइरस, अनधिकृत पहुँच, डेटा चोरी तथा प्रणालीगत समस्या जस्ता जोखिमहरू पनि विद्यमान छन् ।

त्यसैगरी, विद्युत् अवरोध, हार्डवेयर बिग्रिनु, सफ्टवेयरमा समस्या आउनु वा प्राकृतिक विपद्का कारण महत्त्वपूर्ण डिजिटल तथ्याङ्क नष्ट हुने सम्भावना पनि रहन्छ ।

यस्तो अवस्थामा कम्प्युटर अपरेटरको जिम्मेवारी अझ बढ्छ । उनीहरूले संस्थाको प्रचलित सुरक्षा नीतिअनुसार नियमित रुपमा तथ्याङ्कको ब्याकअप राख्ने, प्रणाली तथा सफ्टवेयरलाई आवश्यकताअनुसार अद्यावधिक गर्ने, पासवर्ड तथा पहुँचसम्बन्धी सुरक्षा प्रोटोकलको पालना गर्ने र डिजिटल अभिलेखलाई सुरक्षित राख्ने कार्यमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छन् ।

प्रणालीमा प्राविधिक समस्या आएमा त्यसको पहिचान, प्रारम्भिक समाधान तथा सम्बन्धित प्राविधिक निकायसँग समन्वय गरी सेवा पुनः सञ्चालन गर्नसमेत उनीहरूको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ। यस अर्थमा कम्प्युटर अपरेटरहरू संस्थाको डिजिटल निरन्तरता र सूचना सुरक्षाका महत्त्वपूर्ण पहरेदार हुन् ।

आधुनिक कम्प्युटर अपरेटरको भूमिका अब पहिलेको जस्तो केवल "टाइपिस्ट" मा सीमित छैन । समय, प्रविधि र कार्यालय प्रणालीमा आएको परिवर्तनसँगै उनीहरूको जिम्मेवारी बहुआयामिक र व्यापक बन्दै गएको छ।

आजको कम्प्युटर अपरेटरले एकैसाथ विभिन्न भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने हुन्छ । उनीहरू तथ्याङ्क प्रविष्टकर्ता, डिजिटल अभिलेख व्यवस्थापक, सूचना व्यवस्थापन सहयोगी, अनलाइन प्रणाली सञ्चालक, कार्यालय स्वचालनका सहजीकर्ता तथा आवश्यक पर्दा सामान्य प्राविधिक समस्या समाधानका सहयोगीसमेत बन्नुपर्ने अवस्था छ ।

विभिन्न सरकारी अनलाइन प्रणाली, ई-अफिस, विद्युतीय हाजिरी, डिजिटल पत्राचार, वेबसाइट तथा सामाजिक सञ्जाल व्यवस्थापन, तथ्याङ्क प्रतिवेदन, प्रस्तुतीकरण, अभिलेख व्यवस्थापनलगायतका कार्यमा समेत कम्प्युटर अपरेटरको प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष संलग्नता बढ्दै गएको छ ।

यसले देखाउँछ कि आधुनिक कम्प्युटर अपरेटर केवल कम्प्युटर सञ्चालन गर्ने कर्मचारी होइनन् उनीहरू डिजिटल प्रशासनका कार्यान्वयनकर्ता र संस्थागत सूचना व्यवस्थापनका महत्वपूर्ण सहयात्री हुन् ।

समय परिवर्तनशील छ र प्रविधि त्यस परिवर्तनको प्रमुख संवाहक बनेको छ । आजको डिजिटल युगमा कुनै पनि सरकारी वा गैरसरकारी संस्था सूचना प्रविधिबाट अलग रहेर प्रभावकारी रुपमा सञ्चालन हुन कठिन छ । प्रविधि आफैँमा शक्तिशाली भए पनि त्यसको सही, सुरक्षित र प्रभावकारी प्रयोगका लागि दक्ष मानव स्रोतको आवश्यकता पर्दछ ।

त्यही आवश्यकताको केन्द्रमा कम्प्युटर अपरेटरको भूमिका रहेको छ । उनीहरूले तथ्याङ्कलाई व्यवस्थित गर्छन्, अभिलेखलाई सुरक्षित राख्छन्, प्रशासनिक कार्यलाई गति दिन्छन्, डिजिटल प्रणाली सञ्चालनमा सहयोग गर्छन् र सूचना प्रवाहलाई सहज बनाउँछन् ।

त्यसैले कम्प्युटर अपरेटरलाई केवल "कम्प्युटर चलाउने कर्मचारी" का रुपमा बुझ्नु उनीहरूको वास्तविक भूमिकालाई सीमित गर्नु हो । उनीहरू आधुनिक प्रशासनका डिजिटल सारथि, सूचनाका संरक्षक र प्रविधि तथा मानवबीचका सेतु हुन् ।

डिजिटल शासन, सुशासन र प्रभावकारी सेवा प्रवाहको यात्रामा दक्ष कम्प्युटर अपरेटरको भूमिका आगामी दिनमा अझ व्यापक र महत्वपूर्ण बन्दै जाने निश्चित छ । अतः कम्प्युटर अपरेटरको सीप विकास, क्षमता अभिवृद्धि, प्रविधिमैत्री कार्य वातावरण र जिम्मेवारीअनुसारको संस्थागत सम्मानलाई प्राथमिकता दिनु आधुनिक डिजिटल प्रशासनको अपरिहार्य आवश्यकता हो ।

“दाँत दुखेपछि मात्र दन्त चिकित्सककहाँ जाने होइन, दाँत दुख्न नदिन नियमित रुपमा यसको हेरचाह गरौँ ।”



डा. विश्व दंगाल

डेन्टल सर्जन

मानिसको स्वास्थ्यका बारेमा कुरा गर्दा हामी प्रायः मुटु, फोक्सो, मिर्गौला, कलेजो, रक्तचाप, मधुमेहजस्ता विषयमा बढी ध्यान दिन्छौँ । तर शरीरको महत्वपूर्ण अंगमध्ये एक रहेको मुख र दाँतको स्वास्थ्यलाई भने धेरैपटक सामान्य रुपमा लिने गरिन्छ। दाँत दुखेपछि, गिजाबाट रगत आएपछि वा दाँतमा ठूलो समस्या देखिएपछि मात्र उपचारका लागि स्वास्थ्य संस्थामा पुग्ने प्रवृत्ति अझै पनि धेरै मानिसमा देखिन्छ ।

वास्तवमा स्वस्थ मुख र स्वस्थ दाँत हाम्रो दैनिक जीवनसँग प्रत्यक्ष रुपमा जोडिएका छन् । हामीले खाने खाना राम्रोसँग चपाएर पचाउने प्रक्रियाको सुरूवात नै मुखबाट हुन्छ । स्पष्ट रुपमा बोल्न, मुस्कुराउन, आत्मविश्वासका साथ सामाजिक व्यवहार गर्न तथा समग्र जीवनको गुणस्तर कायम राख्न पनि दाँत र मुखको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ।

त्यसैले दाँतको स्वास्थ्यलाई केवल सौन्दर्यसँग जोडेर हेर्नु हुँदैन । दाँत र गिजाको स्वास्थ्य हाम्रो समग्र स्वास्थ्यको महत्वपूर्ण हिस्सा हो। दाँतमा समस्या भएपछि उपचार गर्नु आवश्यक त छँदैछ, तर त्यसभन्दा अझ महत्वपूर्ण कुरा भनेको समस्या आउनै नदिन नियमित सरसफाइ, स्वस्थ खानपान र समयमै दन्त परीक्षण गर्नु हो ।

दाँत दुखेपछि मात्र अस्पताल जाने बानी किन परिवर्तन गर्नुपर्छ?

हामीमध्ये धेरैले दाँतमा सामान्य दुखाइ सुरू हुँदा त्यसलाई बेवास्ता गर्ने गर्छौँ । “केही दिनमा आफैँ ठीक होला”, “तातो-चिसो नखाए ठीक हुन्छ”, “अहिले काम धेरै छ, पछि जाँच गरौँला” भन्ने सोचका कारण प्रारम्भिक समस्या गम्भीर बन्न सक्छ ।

दाँतमा देखिने सानो प्वाल वा सामान्य संवेदनशीलता समयमै परीक्षण नगर्दा समस्या दाँतको भित्री भागसम्म पुग्न सक्छ । त्यसपछि सामान्य उपचारले नपुगेर जटिल उपचार आवश्यक पर्न सक्छ । कतिपय अवस्थामा संक्रमण गिजा वा दाँत वरिपरिका भागमा फैलिन सक्ने सम्भावना पनि हुन्छ ।

त्यसैले दुखाइलाई रोगको सुरूवातको संकेतका रुपमा बुझ्नुपर्छ, उपचारको समय पर्खने संकेतका रुपमा होइन । दाँत दुखेपछि मात्र होइन, समस्या नदेखिँदै पनि नियमित रुपमा दन्त परीक्षण गराउने बानी बसाल्नु आवश्यक छ ।

दाँतमा समस्या कसरी सुरू हुन्छ?

हामीले खाने खाना र पेय पदार्थका केही अवशेष मुखमा बाँकी रहन्छन् । विशेषगरी चिनी तथा स्टार्चयुक्त खानेकुराका अवशेष दाँतमा टाँसिँदा मुखमा रहेका ब्याक्टेरियासँगको अन्तरक्रियाबाट अम्ल बन्न सक्छ । यसले दाँतको बाहिरी कडा तहलाई क्रमशः कमजोर बनाउन सक्छ ।

दाँतमा जम्मा हुने नरम तहलाई सामान्यतया प्लाक भनिन्छ । नियमित रुपमा राम्रोसँग सफा नगर्दा प्लाक कडा हुँदै टार्टर वा दन्तपत्थरमा परिणत हुन सक्छ । टार्टर बनेपछि सामान्य ब्रसले मात्र हटाउन कठिन हुन्छ र यसले गिजासम्बन्धी समस्याको जोखिम बढाउन सक्छ ।

त्यसैले दाँतमा समस्या देखिनु अघि नै नियमित ब्रस गर्ने, दाँतको बीचको भाग सफा गर्ने र आवश्यक परे दन्त चिकित्सकबाट सफाइ गराउने बानी महत्वपूर्ण हुन्छ ।

दिनमा दुई पटक दाँत माझौँ

दाँत स्वस्थ राख्ने सबैभन्दा सरल र प्रभावकारी बानीमध्ये एक हो–दिनमा कम्तीमा दुई पटक दाँत माझ्नु ।

बिहान र राति सुत्नुअघि फ्लोराइडयुक्त टूथपेस्ट प्रयोग गरेर करिब दुई मिनेटसम्म दाँत माझ्ने बानी बसाल्नु राम्रो हुन्छ। दाँत माझ्दा अगाडिको भाग मात्र होइन, पछाडिको भाग, चपाउने सतह र गिजासँग जोडिएको भाग पनि सफा गर्नुपर्छ।

धेरै बल प्रयोग गरेर दाँत माझ्नु पनि उचित हुँदैन। अत्यधिक दबाबले गिजा र दाँतको बाहिरी सतहमा क्षति पुग्न सक्छ। त्यसैले नरम ब्रस प्रयोग गरी सही तरिकाले ब्रस गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ ।

ब्रस पुरानो भएपछि त्यसको प्रभावकारिता घट्न सक्छ। ब्रसका रेसा फाटेका वा बाङ्गिएका छन् भने नयाँ ब्रस प्रयोग गर्नुपर्छ ।

दाँतको बीचको भाग सफा गर्न पनि उत्तिकै आवश्यक

ब्रसले दाँतको सबै भागमा पूर्ण रुपमा सफाइ गर्न नसक्ने अवस्था हुन सक्छ । विशेषगरी दुई दाँतको बीचमा खाना अड्किने र प्लाक जम्मा हुने सम्भावना हुन्छ ।

त्यसैले दन्त चिकित्सकको सल्लाहअनुसार डेन्टल फ्लस वा अन्तरदन्तीय सफाइका साधन प्रयोग गर्न सकिन्छ । दाँतको बीचमा अड्किएको खाना निकाल्न धारिलो वस्तु, पिन वा अन्य जोखिमपूर्ण सामग्री प्रयोग गर्नु हुँदैन । यसले गिजामा चोट पुऱ्याउन सक्छ ।

मुखको सम्पूर्ण सरसफाइमा दाँत मात्र होइन, गिजा, जिब्रो र दाँतको बीचको भाग पनि समावेश हुन्छ भन्ने कुरा बुझ्नुपर्छ ।

अत्यधिक गुलियो खानेकुराबाट सावधान

बालबालिकादेखि वयस्कसम्म धेरैलाई मिठाई, चकलेट, बिस्कुट, केक, चिसो पेय पदार्थ तथा अन्य गुलियो खानेकुरा मन पर्छ। यस्ता खानेकुरा पूर्ण रुपमा त्याग्नुपर्ने भन्ने होइन, तर अत्यधिक तथा बारम्बार सेवन गर्दा दाँतमा किरा लाग्ने जोखिम बढ्न सक्छ।

विशेषगरी दिनभरि पटक-पटक गुलियो खाने बानीले दाँतमा अम्लीय वातावरण सिर्जना भइरहने अवस्था हुन सक्छ। त्यसैले गुलियो खानेकुराको मात्रा र आवृत्ति कम गर्नु तथा सेवनपछि पानीले मुख कुल्ला गर्नु उपयोगी हुन्छ।

बालबालिकालाई सानैदेखि "मिठाई खाएपछि दाँत सफा गर्नुपर्छ" भन्ने बानी सिकाउनु अभिभावकको महत्वपूर्ण जिम्मेवारी हो।

गिजाबाट रगत आउनुलाई सामान्य नठानौं

दाँत माझ्दा गिजाबाट रगत आउनुलाई कतिपय मानिसले सामान्य कुरा ठान्छन्। तर बारम्बार गिजाबाट रगत आउनु, गिजा सुन्निनु, रातो हुनु वा दुख्नुजस्ता लक्षणलाई बेवास्ता गर्नु हुँदैन।

यी लक्षण गिजामा प्लाक वा अन्य समस्यासँग सम्बन्धित हुन सक्छन्। समयमै दन्त चिकित्सकसँग परामर्श लिएर कारण पहिचान गर्नु उचित हुन्छ।

गिजा स्वस्थ राख्न नियमित ब्रस, दाँतको बीचको सफाइ, उचित खानपान र आवश्यक पर्दा व्यावसायिक दन्त सफाइ महत्वपूर्ण हुन्छ।

मुखबाट दुर्गन्ध आउँछ भने कारण खोजौं

मुखबाट दुर्गन्ध आउने समस्या पनि धेरै मानिसले लुकाउने वा सामान्य रुपमा लिने गर्छन्। कहिलेकाहीं मुख सुक्खा हुनु, मुखको सरसफाइ कमजोर हुनु, जिब्रोमा प्लाक जम्नु वा दाँत तथा गिजाको समस्याका कारण यस्तो हुन सक्छ।

नियमित रुपमा दाँत र जिब्रो सफा गर्ने, पर्याप्त पानी पिउने र मुखको सरसफाइमा ध्यान दिने बानीले मद्दत गर्न सक्छ। तर दुर्गन्ध लगातार रहिरह्यो भने दन्त चिकित्सकसँग परामर्श गर्नु राम्रो हुन्छ।

दाँतले बोतल खोल्ने वा कडा वस्तु टोक्ने बानी त्यागौं

कहिलेकाहीं मानिसहरूले दाँतलाई औजारका रुपमा प्रयोग गर्ने गर्छन्। बोतलको ढकनी खोल्ने, प्याकेट च्यात्ने, कडा वस्तु टोक्ने वा अन्य कामका लागि दाँत प्रयोग गर्दा दाँत चर्किन वा फुट्न सक्छ।

दाँत खाना चपाउन र मुखको सामान्य कार्यका लागि हो, औजारका रुपमा प्रयोग गर्न होइन। सानो असावधानीले दाँतमा ठूलो क्षति पुऱ्याउन सक्छ।

बालबालिकाको दाँतको हेरचाह विशेष महत्वपूर्ण

बालबालिकाको दूध दाँत पछि स्थायी दाँत आउने भएकाले दूध दाँतको विशेष महत्व छैन भन्ने सोच गलत हो। दूध दाँतमा समस्या भए बालबालिकाको खाना खाने, बोल्ने र मुखको स्वास्थ्यमा असर पर्न सक्छ ।

अभिभावकले बालबालिकालाई सानैदेखि नियमित दाँत माझ्ने बानी सिकाउनुपर्छ । धेरै गुलियो खानेकुरा र चिनीजन्य पेय पदार्थको अत्यधिक सेवन कम गर्नुपर्छ ।

बालबालिकाले आफैँ ब्रस गर्न थालेपछि पनि अभिभावकले उनीहरूले सही तरिकाले ब्रस गरिरहेका छन् कि छैनन् भन्नेमा ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।

गर्भावस्था र मुखको स्वास्थ्य

गर्भावस्थामा शरीरमा विभिन्न शारीरिक तथा हर्मोनसम्बन्धी परिवर्तन हुन्छन् । यस समयमा गिजा संवेदनशील हुने वा गिजासम्बन्धी समस्या देखिन सक्ने अवस्था हुन सक्छ ।

त्यसैले गर्भवती महिलाले पनि मुख र दाँतको सरसफाइमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। दाँत वा गिजामा समस्या देखिएमा स्वास्थ्यकर्मी वा दन्त चिकित्सकसँग परामर्श गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

वृद्ध अवस्थामा पनि दाँतको हेरचाह आवश्यक

उमेर बढ्दै जाँदा दाँत कमजोर हुने, गिजा खुम्चिने, दाँत संवेदनशील हुने वा दाँत हराउने समस्या देखिन सक्छ । तर उमेर बढ्नु भनेको दाँतको स्वास्थ्यलाई बेवास्ता गर्ने कारण होइन ।

वृद्धवृद्धाले पनि नियमित रुपमा दाँत तथा गिजाको परीक्षण गराउनु आवश्यक हुन्छ। कृत्रिम दाँत प्रयोग गर्ने व्यक्तिले पनि चिकित्सकले सुझाएको तरिकाले त्यसको सफाइ र हेरचाह गर्नुपर्छ ।

धूम्रपान तथा सुर्तीजन्य पदार्थबाट टाढा रहौं

सुर्तीजन्य पदार्थको सेवनले मुखको स्वास्थ्यमा विभिन्न किसिमका नकारात्मक असर पार्न सक्छ। दाँतमा दाग बस्ने, मुखको दुर्गन्ध बढ्ने, गिजाको स्वास्थ्यमा असर पर्ने लगायतका समस्या हुन सक्छन् ।

त्यसैले दाँत र मुख मात्र होइन, समग्र स्वास्थ्यको दृष्टिले पनि धूम्रपान तथा सुर्तीजन्य पदार्थबाट टाढा रहनु महत्वपूर्ण छ ।

नियमित दन्त परीक्षण किन आवश्यक छ ?

हामीले आफूलाई कुनै समस्या नभएको महसुस गरे पनि दाँत र गिजामा प्रारम्भिक समस्या विकास भइरहेको हुन सक्छ। नियमित दन्त परीक्षणले यस्ता समस्या सुरूवाती अवस्थामै पहिचान गर्न सहयोग गर्न सक्छ ।

समस्या ठूलो भएपछि उपचार गर्नुको तुलनामा प्रारम्भिक अवस्थामा पहिचान र व्यवस्थापन गर्नु सामान्यतया सहज हुन सक्छ। त्यसैले "दुखेपछि मात्र जाँच" भन्दा "समय-समयमा परीक्षण" गर्ने संस्कार विकास गर्न आवश्यक छ ।

दाँत दुखेमा के गर्ने ?

दाँत दुखिरहेको अवस्थामा घरेलु उपायमा मात्र निर्भर भएर लामो समय बिताउनु हुँदैन । दुखाइको कारण पत्ता लगाउन दन्त चिकित्सकसँग परामर्श गर्नु आवश्यक हुन्छ ।

दाँत दुखेको अवस्थामा आफूखुसी औषधि सेवन गर्नु वा अरुले प्रयोग गरेको औषधि नक्कल गर्नु उचित हुँदैन । विशेषगरी संक्रमण वा अन्य जटिल समस्या भएमा चिकित्सकीय परीक्षण आवश्यक पर्न सक्छ ।

अनुहार वा गिजा अत्यधिक सुन्निने, ज्वरो आउने, निल्न वा सास फेर्न कठिन हुनेजस्ता गम्भीर लक्षण देखिएमा तत्काल स्वास्थ्य सेवा लिनुपर्छ ।

दाँतको स्वास्थ्य परिवारबाटै सुरू गरौं

स्वस्थ दाँतको बानी विद्यालय वा अस्पतालबाट मात्र सिकिने कुरा होइन । यसको सुरूवात घरबाटै हुन्छ ।

अभिभावकले आफू नियमित रुपमा दाँत माझ्ने, बालबालिकालाई पनि ब्रस गर्न प्रोत्साहित गर्ने, गुलियो खानेकुरा सीमित गर्ने र आवश्यक पर्दा दन्त चिकित्सककहाँ लैजाने गरेमा बालबालिकामा स्वस्थ बानी विकास हुन्छ ।

विद्यालयहरूले पनि विद्यार्थीलाई नियमित मुख स्वास्थ्य शिक्षा दिन सक्छन् । स्वास्थ्य संस्थाले दन्त स्वास्थ्यसम्बन्धी जनचेतनामूलक कार्यक्रम, परीक्षण तथा परामर्शलाई प्राथमिकता दिन सक्छन् ।

दाँत सफा राख्नु खर्चिलो काम होइन, बानीको कुरा हो

दाँत स्वस्थ राख्नका लागि ठूलो खर्च आवश्यक पर्दैन । नियमित ब्रस, सही तरिकाको सरसफाइ, स्वस्थ खानपान, पर्याप्त पानी, सुर्तीजन्य पदार्थबाट दूरी र समयमै दन्त परीक्षण–यी सरल उपायहरू नै मुख स्वास्थ्यका आधार हुन् ।

तर यी कुरालाई व्यवहारमा उतार्न नियमितता आवश्यक हुन्छ । कहिलेकाहीं मात्र दाँत माझ्ने वा समस्या आएपछि मात्र सरसफाइ गर्ने होइन, दैनिक जीवनको नियमित बानी बनाउनुपर्छ ।

अन्त्यमा

दाँत हाम्रो शरीरको एउटा महत्वपूर्ण अंग हो। यसले हामीलाई खाना चपाउन, स्पष्ट रुपमा बोल्न र आत्मविश्वासका साथ मुस्कुराउन सहयोग गर्छ । त्यसैले दाँतको स्वास्थ्यलाई बेवास्ता गर्नु हुँदैन । दाँत दुखेपछि उपचार खोज्नु आवश्यक छ, तर त्यसभन्दा महत्वपूर्ण कुरा दाँत दुख्न नदिने गरी समयमै हेरचाह गर्नु हो । आज हामीले केही मिनेट दाँतको सरसफाइमा खर्च गर्‍यौं भने भोलि हुन सक्ने धेरै समस्या कम गर्न मद्दत मिल्न सक्छ । बालबालिकादेखि वृद्धवृद्धासम्म सबैले आफ्नो मुख स्वास्थ्यलाई प्राथमिकतामा राखौं ।

चौतारा अस्पतालको शल्यक्रिया सेवा : एउटा यात्राको कथा

“OT उही थियो, शल्यक्रिया उही थियो, तर त्यसको अर्थ बिल्कुल फरक थियो ।”



दिपिका खड्का

नर्सिङ अधिकृत

काठमाडौँका ठूला अस्पतालहरूमा काम गर्दा Whipple surgery, CABG, घुँडा तथा नितम्ब प्रत्यारोपण, VATS जस्ता जटिल शल्यक्रियाहरू नजिकबाट देख्ने, सिक्ने र काम गर्ने अवसर पाएँ । शल्यकक्ष, उपकरण, प्रक्रिया र जिम्मेवारीहरू मेरा लागि नयाँ थिएनन् । तर सन् २०२४ मा चौतारा अस्पताल आएपछि एउटै शल्यक्रियाले फरक ठाउँमा कति फरक अर्थ बोकेको हुँदो रहेछ भन्ने कुरा मैले अझ गहिरोसँग बुझ्न थालेँ ।

यो चौतारा अस्पतालको सम्पूर्ण संस्थागत इतिहास होइन । यो एउटा स्वास्थ्यकर्मीका (OT भित्रका कथा) आँखाबाट देखिएको, केही हदसम्म सहभागी भएको र धेरै ठाउँमा साक्षी बनेको शल्यक्रिया सेवाको यात्राको कथा हो । यस यात्रामा कहिले मेरो भूमिका प्रत्यक्ष रह्यो, कहिले सानो सहयोगीको रुपमा, र कतिपय अवस्थामा केवल साक्षीका रुपमा । तर हरेक अवस्थामा केही न केही सिकाइ भने भइरह्यो ।

म चौतारा अस्पतालमा आउँदा अस्पताल ५० शैयाको भइसकेको थियो । १५ शैयाबाट ५० शैययासम्म आइपुग्दाको सम्पूर्ण यात्रा मैले प्रत्यक्ष देखेकी होइन । मभन्दा अगाडि यहाँ काम गर्ने धेरै मानिसका प्रयास, संघर्ष र योगदानले आजको आधार तयार भएको हो । त्यसैले आज हामीले देखिरहेको अवस्था कुनै एक दिन वा कुनै एक व्यक्तिको उपलब्धि होइन ।

चौतारा अस्पतालमा मेरो पहिलो OT प्रवेश नै Emergency LSCS बाट भयो । काठमाडौँका ठूला अस्पतालमा LSCS एउटा ठूलो प्रणालीको नियमित हिस्सा हुन सक्छ, जहाँ आवश्यक जनशक्ति, उपकरण, सहयोगी सेवा र अन्य विकल्पहरू सहज रुपमा उपलब्ध हुन्छन् । तर चौतारामा त्यही LSCS को अर्थ केही फरक थियो । यहाँ एउटा शल्यक्रिया हुनु भनेको बिरामी र परिवारलाई उपचारका लागि काठमाडौँ धाउनुपर्ने समय, खर्च र तनावबाट जोगाउनु पनि थियो । कहिलेकाहीँ आफ्नै ठाउँमा उपचार पाउनु आफैँमा एउटा ठूलो राहत हुँदो रहेछ ।

त्यसैले शल्यक्रियाको सफलता केवल चिकित्सकीय परिणाममा मात्र सीमित हुँदैन रहेछ । यात्रा खर्च बच्नु, उपचारका लागि परिवारले थप आर्थिक भार बोक्न नपर्नु, आफ्नै ठाउँमा उपचार पाउनु र स्थानीय अस्पतालप्रतिको विश्वास बढ्नु पनि त्यसैको हिस्सा रहेछ ।

म चौतारा अस्पतालमा आएपछि शल्यक्रिया सेवाको विस्तारमा एउटा महत्वपूर्ण चरण Orthopedic OT को स्थापनाबाट सुरू भयो । अर्थात्, Orthopedic OT को सुरूवातको म साक्षी भएँ । आवश्यक उपकरण, व्यवस्थापन, जनशक्ति, समन्वय र अन्य तयारीका धेरै पक्षलाई मिलाउँदै हामी सबैले OT लाई क्रमशः व्यवस्थित बनाउँदै लग्यौं । यो कुनै एक व्यक्तिको प्रयासले सम्भव भएको काम थिएन । हामी सबैले आ-आफ्नो ठाउँबाट जिम्मेवारी सम्हाल्दै, आवश्यकताअनुसार एकअर्कासँग समन्वय गर्दै त्यस यात्रालाई अघि बढायौं ।

कतिपय कुरा योजना गरेजस्तो सहज थिएनन्। स्रोत, उपकरण, जनशक्ति, समय र व्यवस्थापनका आफ्नै चुनौतीहरू थिए। तर ती चुनौतीका बीचमा सेवा सञ्चालन गर्न सकिने वातावरण तयार हुँदै गएको हामीले नजिकबाट देख्यौं ।

सुरूवाती K–wire का शल्यक्रियाबाट सुरू भएको Orthopedic सेवा क्रमशः plating, nailing र TENS सम्म आइपुग्नु आफैंमा एउटा महत्वपूर्ण प्रगति थियो । विशेषगरी skeletal traction मा राखिएको femoral fracture भएको बिरामीमा nailing गर्नुपरेको एउटा घटना मेरो लागि निकै फरक अनुभव रह्यो । यस्तो अवस्थामा शल्यक्रिया गर्नु मात्र चुनौती थिएन; बिरामीलाई आवश्यक बेडको व्यवस्था मिलाउने, सार्ने, शल्यक्रियाका लागि तयार पार्ने र उपलब्ध जनशक्ति तथा स्रोतसाधनअनुसार सबै पक्षको समन्वय गर्नु पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण थियो । काठमाडौंका ठूला अस्पतालमा यस्ता व्यवस्थापनका कामका लागि छुट्टै सहयोग र व्यवस्थित प्रणाली उपलब्ध हुने गर्थ्यो, तर चौतारामा सीमित स्रोतसाधनका बीच यी कामहरूमा समेत निकै मेहनत र समन्वय आवश्यक पर्थ्यो । बिरामीको अवस्थादेखि Orthopedic bed management, आवश्यक सामग्री, anaesthesia र OT सम्मका सबै पक्ष मिलाएर अघि बढ्नुपर्ने त्यो अनुभवले मलाई शल्यक्रिया सफल बनाउन शल्यचिकित्सकीय सीपसँगै पर्दापछाडि गरिने व्यवस्थापन र सामूहिक प्रयास कति महत्त्वपूर्ण हुन्छ भन्ने कुरा अझ गहिरोसँग बुझायो । त्यसले मलाई फेरि सम्झायो–एउटा शल्यक्रिया केवल शल्यचिकित्सकको सीपले मात्र पूरा हुँदैन, त्यसका पछाडि उभिएको सम्पूर्ण प्रणालीको तयारी पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छ ।

Orthopedic सेवाको विकाससँगै त्यसपछि General OT लाई पनि व्यवस्थित गर्दै लैजाने र General Surgery लाई पुनः सञ्चालनमा ल्याउने चरण आयो । General Surgery चौतारा अस्पतालमा यसअघि पनि विभिन्न समयमा हुँदै आएको थियो, तर त्यसमा निरन्तरता भने थिएन । त्यसैले सेवा पुनः सञ्चालन गर्नु भनेको केवल “सेवा सुरू भयो” भनेर पुग्ने कुरा थिएन; त्यसलाई निरन्तरता दिन सक्नु अझ ठूलो जिम्मेवारी थियो ।

यस यात्रामा General surgeon को बिरामीप्रतिको समर्पण पनि नजिकबाट देख्ने अवसर पाएँ । बिरामीलाई आवश्यक परेको समयमा, समयको सीमाभन्दा उपचारलाई प्राथमिकता दिएर काम गर्ने र बिरामीलाई निराश नफर्काउने उहाँको प्रयास उल्लेखनीय रह्यो । शल्यक्रियाको काम सधैं निर्धारित समय र सहज परिस्थितिमा मात्र हुँदैन। कहिलेकाहीं लामो समय दिनुपर्ने र अन्य जिम्मेवारीसँगै बिरामीको उपचारलाई अघि बढाउनुपर्ने अवस्था आउँछ । यस्ता परिस्थितिमा बिरामीको आवश्यकतालाई केन्द्रमा राखेर उहाँले देखाउनुभएको तत्परता र जिम्मेवारीले न्भलभचबर्भा क्गचनभचथ सेवाको निरन्तरतामा महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको छ ।

यस यात्रामा हामीले धेरै व्यस्त दिनहरू पनि देख्यौं । कहिलेकाहीं बिहान ८ बजे सुरू भएको स्वास्थ्य शिविर राति १२-१ बजेसम्म चल्थ्यो । त्यसपछि Emergency OT, अनि भोलिपल्ट फेरि नियमित ड्युटी । थकाइ त हुन्थ्यो, तर अगाडि बिरामीको आवश्यकता हुँदा आफ्नो थकाइभन्दा उसको आवश्यकता ठूलो लाग्थ्यो ।

यस्ता व्यस्त दिनहरूमा OT nursing staff को भूमिका पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण रहयो । शल्यक्रियाका लागि आवश्यक सामग्री र उपकरण तयार पार्नेदेखि बिरामीको तयारी, शल्यक्रियाका क्रममा आवश्यक सामग्री समयमै उपलब्ध गराउने, aseptic technique कायम राख्ने र शल्यक्रियापछि बिरामीको सुरक्षित हस्तान्तरणसम्म नर्सिङ टोलीको जिम्मेवारी फैलिएको हुन्छ । सीमित जनशक्ति र व्यस्त कार्यतालिकाबीच पनि आवश्यकताअनुसार समन्वय गर्दै काम गर्नु सहज थिएन । शल्यक्रियाको तयारीदेखि अन्त्यसम्म OT लगचकष्लन कतबाा ले निभाएको जिम्मेवारी र देखाएको व्यावसायिक दक्षताले सेवा सञ्चालनमा महत्त्वपूर्ण सहयोग पुऱ्यायो ।

त्यसैगरी, anaesthesia सेवामा संलग्न स्वास्थ्यकर्मीहरूको जिम्मेवारी पनि शल्यक्रियाको सुरक्षित सञ्चालनका लागि अनिवार्य रहयो। बिरामीको अवस्थाअनुसार शल्यक्रियाअघि आवश्यक मूल्याङ्कन र तयारी, शल्यक्रियाका क्रममा निगरानी तथा शल्यक्रियापछि आवश्यक हेरचाहमा समन्वय आवश्यक पर्थ्यो । उपलब्ध स्रोतसाधन र जनशक्तिका बीच आफ्नो जिम्मेवारी पूरा गर्दै OT team सँग सहकार्य गर्नु यस यात्राको महत्त्वपूर्ण पक्ष रहयो । शल्यक्रियाको सफलता कुनै एक व्यक्तिको काममा मात्र निर्भर नहुने कुरा यस्ता अनुभवले अझ स्पष्ट बनाउँछन् ।

General Surgery पुनः सञ्चालन भएपछि appendectomy, hernia, hydrocele लगायतका शल्यक्रियाहरू क्रमशः हुन थाले । २०८३/३/१२ देखि २०८३/६/१९ सम्म १३४ वटा General Surgery का शल्यक्रिया भएका छन् । एउटा संख्या हेर्दा यो केवल एउटा आँकडा हो। तर त्यो १३४ भित्र १३४ जना बिरामी, १३४ वटा परिवार र आ-आफ्नै कथा छन् ।

त्यसमध्ये एउटा Emergency appendectomy को घटना अझै सम्झनामा छ । करिब १५ वर्षको एक किशोरलाई Emergency मा ल्याइएको थियो । आवश्यक तयारीपछि शल्यक्रिया भयो र सफल भयो । शल्यक्रिया सकिएपछि उनकी आमाको अनुहारमा देखिएको राहत र आँखामा आएको आँसु आज पनि सम्झन्छु । उहाँले धन्यवाद दिनुभयो । चिकित्सकीय हिसाबले त्यो एउटा appendectomy थियो । तर उहाँका लागि त्यो आफ्नो छोरा सुरक्षित भएको क्षण थियो । त्यहींबाट फेरि महसुस भयो– हामीले अभिलेखमा हेर्ने एउटा “case” र परिवारले अनुभव गर्ने एउटा “मानिस” एउटै कुरा होइन रहेछ ।

कहिलेकाहीं यस्तै क्षणमा surgeon पनि भावुक हुनुहुन्छ । बिरामीका आफन्तको आँखामा आँसु देख्दा, कसैले आर्थिक कठिनाइका कुरा गर्दा वा उपचारको खर्च कसरी व्यवस्थापन गर्ने भन्ने चिन्ता व्यक्त गर्दा कहिलेकाहीं मनबाट निस्कन्छ–“अहिले बिरामी ठीक छ, शुल्ककको कुरा पछि गरौंला ।” आर्थिक र प्रशासनिक कुरा आफ्नो ठाउँमा महत्वपूर्ण छन्, तर बिरामीको अवस्था र परिवारको संवेदना त्यसभन्दा अगाडि आउँछन् । आवश्यक पर्दा प्रशासन र सम्बन्धित पक्षबाट पनि सहजीकरण हुने गरेका यस्ता मानवीय क्षणहरू कुनै तथ्यांकमा देखिँदैनन्, तर स्वास्थ्य सेवाको वास्तविक अर्थ यिनै क्षणहरूले पनि बोकेका हुन्छन् ।

OT सञ्चालनमा सरसफाइ र hygiene कायम राख्ने कर्मचारीहरूको योगदान पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ । शल्यकक्ष तथा सम्बन्धित क्षेत्रको सरसफाइ, संक्रमण नियन्त्रणका लागि आवश्यक वातावरण

कायम राख्ने र शल्यक्रियापछि पुनः प्रयोग गर्न मिल्ने स्थान तथा सामग्रीलाई आवश्यक प्रक्रियाअनुसार तयार पार्ने कामले सुरक्षित शल्यक्रिया सेवाको आधार तयार गर्छ। यी कामहरू प्रायः पर्दापछाडि हुन्छन्, तर यिनमा निरन्तरता र सावधानी नहुने हो भने शल्यक्रिया सेवा सुरक्षित रुपमा सञ्चालन गर्न कठिन हुन्छ। चिकित्सक, नर्सिङ staff र anaesthesia सेवासँगै सरसफाइ तथा hygiene मा संलग्न कर्मचारीहरूको नियमित सहयोगले पनि OT लाई सञ्चालनयोग्य र व्यवस्थित राख्न महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ।

अहिले २०८३/३/३१ मा भएको अन्तिम Orthopedic OT शल्यक्रियापछि Orthopedic सेवा केही समयका लागि विराममा रहेको अवस्था थियो । अस्पताल व्यवस्थापनको जोडतोड र सेवा पुनः सञ्चालनका लागि भइरहेका प्रयासपछि अहिले Orthopedic सेवा फेरि सञ्चालनमा आएको छ । कहिलेकाहीं सेवा विस्तारको यात्रामा केही समय व्यवस्थापन, तयारी र पुनर्संरचनाका लागि छुट्याउनुपर्ने हुन्छ। त्यसलाई पनि यात्राकै एउटा चरणका रुपमा बुझ्नुपर्छ ।

न्थलबभ सेवाको पनि आफ्नै यात्रा छ । पहिलेदेखि यहाँ ASBA र GP मार्फत न्थलबभ का बिरामीहरू व्यवस्थापन हुँदै आएका थिए। लामो समयको अन्तरालपछि अहिले Gynae consultant आउनुभएको छ। यसले आगामी दिनमा स्त्रीरोगसम्बन्धी शल्यक्रिया सेवामा पनि नयाँ सम्भावनाका ढोका खोल्ने आशा देखाएको छ । त्यसैगरी Dermatology का OT शल्यक्रियाहरू पनि केही महिनादेखि सञ्चालनमा छन्। यसरी हेर्दा चौतारा अस्पतालमा शल्यक्रिया सेवा एउटा मात्र विभागको विस्तार नभई क्रमशः विभिन्न विशेषज्ञता जोडिँदै जाने यात्राजस्तो देखिन्छ ।

तर OT भित्र शल्यक्रिया सुरू हुनु मात्र पर्याप्त हुँदैन । Emergency, ward, laboratory, radiology, anaesthesia, OT nursing, sterilization, pharmacy, housekeeping/administration यी सबै एउटै शृङ्खलाका हिस्सा हुन् । एउटा शल्यक्रिया इत मा सुरू भएको देखिए पनि त्यसको तयारी OT भन्दा धेरै अगाडिबाट सुरू भइसकेको हुन्छ ।

त्यसैले मेरो मनमा बसेको एउटा वाक्य छ–"एउटा incision surgeon ले गर्न सक्छ, तर एउटा शल्यक्रिया पूरा अस्पतालले गर्छ ।"

सरकारको लगानी, अस्पताल व्यवस्थापनको भूमिका, शल्यचिकित्सकको दक्षता, anaesthesia, OT team, सम्पूर्ण विभागका स्वास्थ्यकर्मी तथा अन्य सहयोगी कर्मचारी–सबैको साझा प्रयासबाट मात्र सेवा चल्छ। कुनै एक विभागले मात्र राम्रो गरेर अस्पतालको शल्यक्रिया सेवा बलियो हुँदैन । सबै पक्षबीचको समन्वय र साझा जिम्मेवारी आवश्यक हुन्छ ।

यस यात्रामा सहयोगी कर्मचारीहरूको भूमिका पनि छुटाउन मिल्दैन। इत को तयारी, सरसफाइ, आवश्यक सामग्री तथा उपकरणको व्यवस्थापन र दैनिक कामलाई सहज बनाउने अनेकौं जिम्मेवारीमा उहाँहरूको सहयोग आवश्यक पर्छ । कतिपय काम शल्यक्रियाको प्रत्यक्ष दृश्यमा देखिँदैनन्, तर तिनको अभावमा OT लाई नियमित रुपमा सञ्चालन गर्न कठिन हुन्छ । आज चौतारा अस्पतालको OT जसरी सञ्चालन भइरहेको छ, त्यसमा शल्यचिकित्सक, OT nursing staff, anaesthesia सेवामा संलग्न स्वास्थ्यकर्मी, hygiene तथा सरसफाइ कर्मचारी र अन्य सहयोगी कर्मचारीहरूको आ-आफ्नो जिम्मेवारी र समन्वय जोडिएको छ । सार्वजनिक अस्पतालमा शल्यक्रिया सेवा उपलब्ध हुनु आफैंमा महत्त्वपूर्ण कुरा हो । तर उपलब्धता मात्र पहुँच होइन । काठमाडौंमा निजी वा अन्य ठाउँमा उपचार गराउँदा लाग्ने खर्च धेरै परिवारका लागि ठूलो हुन सक्छ । त्यही रकम चौताराजस्तो ठाउँमा एउटा

परिवारले उपचार पाउन सक्ने वा नसक्ने निर्णय गर्ने अवस्था बन्न सक्छ । त्यसैले सुलभ स्वास्थ्य सेवा भन्नाले केवल शुल्क कम हुनु मात्र होइन; बिरामी र परिवारको आर्थिक अवस्थाप्रति संवेदनशील हुनु पनि हो ।

स्वास्थ्य कुनै विलासिता होइन, मौलिक अधिकार हा े। आफ्नो ठाउँमा गुणस्तरीय उपचार पाउने सम्भावना बढाउनु भनेको त्यही अधिकारलाई व्यवहारमा नजिक ल्याउनु हो । चौतारा अस्पतालमा शल्यक्रिया सेवाको विस्तारको अर्थ पनि मेरो लागि यही हो–मानिसहरूलाई उपचारका लागि आफ्नो ठाउँ छोडेर टाढा जानुपर्ने बाध्यता केही कम गर्नु, समय र खर्चको भार घटाउनु र स्थानीय अस्पतालप्रति विश्वास बढाउनु।

तर अस्पतालको विकासको वास्तविक परीक्षा सेवा सुरू भएको दिनबाट होइन, त्यसलाई नियमित, गुणस्तरीय र दिगो रुपमा निरन्तरता दिन सकिन्छ कि सकिँदैन भन्ने कुराबाट हुन्छ। आज एउटा सेवा छ, भोलि पनि हुन्छ कि हुँदैन ? कर्मचारी परिवर्तन हुँदा पनि सेवा चलिरहन्छ कि चल्दैन ? बिरामीले अर्को पटक आउँदा पनि यही भरोसा गर्न सक्छ कि यहाँ उपचार पाइन्छ ?

व्यक्तिहरू आउँछन्, जान्छन् संस्था रहिरहन्छ र रहिरहनु पर्छ । त्यसैले सेवा कुनै एक व्यक्ति वा केही व्यक्तिको उपस्थितिमा मात्र निर्भर हुनुहुँदैन । यसलाई प्रणालीमा संस्थागत गर्नुपर्छ । अहिले हामीले गरेको काम भोलिका दिनमा हामी नहुँदा पनि निरन्तर चलिरहन सक्यो भने मात्र त्यसको वास्तविक अर्थ हुन्छ ।

चौतारा अस्पताल आज जहाँ छ, त्यो एकै दिनमा बनेको होइन । हामीभन्दा अगाडि काम गर्नेहरूले आधार तयार गरे, हामीले आफ्नो समयमा त्यसमा केही थप्यौं, र भोलि आउने पुस्ताले त्यसलाई अझ अघि बढाउनेछ । यही निरन्तरता नै संस्थाको यात्रा हो ।

काठमाडौंले मलाई सीप, जटिल शल्यक्रियामा scrub गर्न सक्ने क्षमता र ठूलो प्रणालीमा काम गर्ने अनुभव दियो । चौतारालेे भने सीमित स्रोतमा समन्वय गर्न, उपलब्ध स्रोतको सही उपयोग गर्न, बिरामीको आर्थिक र सामाजिक अवस्थालाई बुझ्न र एउटै शल्यक्रियाको स्थानीय अस्पतालमा कति ठूलो अर्थ हुन सक्छ भन्ने सिकायो ।

कहिलेकाहीं मेरो भूमिका सानो थियो । कहिलेकाहीं म केवल साक्षी बनें । तर दुवै अवस्थामा मैले केही न केही सिकें । र विश्वास छ, मैले पनि आफ्नो ठाउँबाट यस यात्रामा केही योगदान दिन सकेकी छु ।

अन्ततः स्वास्थ्य सेवा भनेको केवल रोगको उपचार गर्ने विज्ञान मात्र होइन रहेछ । यो पहुँच, समय, खर्च, विश्वास, समन्वय र मानवीय संवेदनशीलताको पनि कुरा रहेछ ।

चौतारा अस्पतालको शल्यक्रिया सेवाको यो यात्रा पनि अन्ततः त्यही विश्वासको यात्रा हो–आफ्नै ठाउँमा, आफ्नै अस्पतालमा, सम्मानपूर्वक, सहज रुपमा र आफ्नो क्षमताभित्र उपचार पाउन सकिन्छ भन्ने नागरिकको विश्वासको यात्रा ।

“OT उही थियो, शल्यक्रिया उही थियो, तर त्यसको अर्थ बिल्कुल फरक थियो ।” सायद यही नै चौतारा अस्पतालमा शल्यक्रिया सेवासँग जोडिएर मैले बुझेको सबैभन्दा ठूलो कुरा हो ।

Behind the Emergency Door



Aashma Maharjan
Nursing officer

Behind these doors, the world runs fast,
No time to wonder, no time to ask.
A cry, a code, a sudden call,
We stand prepared to give our all.

We hold the hands that tremble in fear,
Wipe silent tears, stay ever near.
Through sleepless nights and endless strain,
We fight through hope, through fear, through pain.

Some leave smiling, some leave in tears,
Some moments stay with us for years.
We may go home exhausted and sore,
But tomorrow, we'll stand behind that door.

Because beneath the scrubs, beneath the name,
We carry compassion, courage, and flame.
In the emergency, where seconds matter,
We are the calm when everything shatters.

उपचारको सुरक्षित यात्रा र चौतारा अस्पताल फार्मेसी



सुस्मीता तामाङ

फार्मेसी अधिकृत

मानव जीवनको सबैभन्दा ठूलो सम्पति भनेकै स्वास्थ्य हो । बिरामी पर्दा मानिस शारीरिक रुपमा मात्र होइन, मानसिक र भावनात्मक रुपमा पनि कमजोर हुन्छ । यस्तो अवस्थामा उसलाई सही उपचार, आत्मीय हेरचाह र जीवनदायी औषधिको आवश्यकता पर्दछ । सामान्यतया अस्पताल भन्नेबित्तिकै मानिसको ध्यान डाक्टर, नर्स, शल्यक्रिया वा प्रयोगशाला (ल्याब) तर्फ जान्छ । तर, समग्र स्वास्थ्य सेवाको त्यो सम्पूर्ण प्रक्रियालाई सफलतामा बदल्ने र बिरामीलाई पूर्ण रुपमा निको बनाएर घर फर्काउने अन्तिम तथा अत्यन्तै संवेदनशील कडी भनेको अस्पताल फार्मेसी हो ।

सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको ऐतिहासिक तथा प्रशासनिक केन्द्रमा अवस्थित चौतारा अस्पतालले वर्षौंदेखि पहाडी तथा दुर्गम क्षेत्रका सर्वसाधारणलाई निरन्तर स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दै आएको छ । यस अस्पतालको सेवालाई गुणस्तरीय, भरपर्दो र जनमुखी बनाउन चौतारा अस्पताल फार्मेसीले एक बलियो मेरूदण्डका रुपमा काम गरिरहेको छ । डाक्टरको निदान, नर्सको सेवा र बिरामीको आरोग्य प्राप्तिको अभिलाषालाई जोड्ने जीवनदायी पुल नै चौतारा अस्पताल फार्मेसी हो ।

१. अस्पताल फार्मेसी भनेको के हो ?

सामान्य भाषामा फार्मेसी भन्नाले औषधि बिक्री गर्ने पसल मात्र बुझिने गरिन्छ । तर, अस्पतालभित्र सञ्चालित संस्थागत फार्मेसीको भूमिका सामान्य मेडिकल स्टोरभन्दा धेरै फरक, बृहत् र जिम्मेवार हुन्छ ।

अस्पताल फार्मेसी भनेको अस्पतालभित्रै गुणस्तरीय औषधिहरूको सुरक्षित भण्डारण, वैज्ञानिक व्यवस्थापन, सही परीक्षण र बिरामीलाई विशेषज्ञ फर्मासिस्टद्वारा परामर्शसहित औषधि वितरण गरिने आधिकारिक निकाय हो । यहाँ केवल औषधि बेचिने मात्र होइन, औषधिको प्रयोगबाट हुन सक्ने सम्भावित जोखिम, असर र यसको सही प्रयोगबारे नागरिकलाई सचेत गराउने कार्य पनि गरिन्छ ।

२. स्वास्थ्य सेवामा सचेतना र फार्मेसीको भूमिका :

औषधि भनेको 'दोहोरो धारीलो तरबार' जस्तै हो । सही तरिकाले, सही मात्रामा र सही समयमा खाएमा यसले अमूल्य जीवन बचाउँछ । तर, यसको गलत प्रयोग, अनियन्त्रित सेवन वा म्याद गुज्रिएको औषधिको प्रयोगले मानिसलाई थप रोगी बनाउने मात्र होइन, ज्यानै समेत लिन सक्छ । आजको समयमा समाजमा औषधिसम्बन्धी सचेतनाको ठूलो अभाव देखिन्छ । मानिसहरू सामान्य टाउको दुखाइ वा ज्वरो आउँदा पनि डाक्टरको सल्लाहविना आफूखुसी औषधि किनेर खाने गर्छन् । यसरी जथाभावी एन्टिबायोटिक र पेनकिलर (दुखाइ कम गर्ने औषधि) खाने बानीले गर्दा मानिसको शरीरमा औषधिको असर कम हुँदै जाने (Antibiotic Resistance) र मिर्गौला तथा कलेजोमा गम्भीर असर पर्ने जस्ता समस्याहरू तीव्र रुपमा बढिरहेका छन् ।

यस्तो अवस्थामा चौतारा अस्पताल फार्मेसीले केवल औषधि बेच्ने काम मात्र गर्दैन, प्रत्येक बिरामीलाई औषधिको सहि प्रयोगबारे शिक्षित र सचेत गराउने 'स्वास्थ्य सचेतक' को भूमिकासमेत निर्वाह गर्दै आएको छ ।

३. चौतारा अस्पताल फार्मेसीका मुख्य सेवा र विशेषताहरू

चौतारा अस्पताल फार्मेसीले स्थानीय बासिन्दाको आवश्यकतालाई मध्यनजर गर्दै आफ्ना सेवाहरूलाई निरन्तर परिमार्जन र सुदृढ बनाउँदै लगेको छ । यसका प्रमुख विशेषताहरू निम्न अनुसार छन्:

(क) सही र गुणस्तरीय औषधिको सुनिश्चितता

फार्मेसीमा उपलब्ध हुने प्रत्येक औषधि गुणस्तरहीन वा नक्कली नहोस् भन्नका लागि विशेष ध्यान दिइन्छ । नेपाल सरकारको औषधि व्यवस्था विभागमा दर्ता भएका र गुणस्तर प्रमाणित कम्पनीका औषधिहरू मात्र यहाँ भण्डारण र वितरण गरिन्छ ।

(ख) २४ सै घण्टा निरन्तर सेवा

स्वास्थ्य आपत्काल जुनसुकै समयमा पनि आउन सक्छ । रातको समयमा वा सार्वजनिक बिदाका दिनहरूमा औषधि नपाएर कसैले पनि ज्यान गुमाउनु नपरोस् भन्ने हेतुले चौतारा अस्पताल फार्मेसीले २४ सै घण्टा (दिन-रात) निरन्तर सेवा प्रदान गर्दै आएको छ ।

(ग) सामाजिक स्वास्थ्य बिमा र निःशुल्क औषधि वितरण

नेपाल सरकारले सञ्चालन गरेको स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रमलाई चौतारा अस्पतालले सफलतापूर्वक लागू गरेको छ । बिमामा आबद्ध नागरिकहरूले फार्मेसीबाट बिना कुनै झन्झट तोकिएका औषधिहरू निःशुल्क प्राप्त गर्छन् । यसका साथै, विपन्न, अपाङ्गता भएका, ज्येष्ठ नागरिक र असहाय बिरामीहरूका लागि सरकारले तोकेका अत्यावश्यक निःशुल्क औषधिहरू सजिलै उपलब्ध गराइन्छ ।

(घ) सहुलियत र पारदर्शी मूल्य

निजी मेडिकलहरूमा औषधि खरिद गर्दा लाग्ने चर्को शुल्कको तुलनामा चौतारा अस्पताल फार्मेसीमा सरकारी मापदण्ड अनुसार सहुलियत मूल्यमा औषधिहरू पाइन्छन् ।

यसले गर्दा दूरदराजबाट आउने गरीब तथा न्यून आय भएका बिरामीहरूलाई आर्थिक भारबाट ठूलो मुक्ति मिलेको छ ।

४. औषधि प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने महत्वपूर्ण सचेतना सन्देश

चौतारा अस्पताल फार्मेसीले बिरामी र तिनका आफन्तहरूलाई औषधि सेवन गर्दा सधैँ निम्न संवेदनशील कुराहरूमा ध्यान दिन अनुरोध गर्दछ :

- डाक्टरको प्रेस्क्रिप्सन अनिवार्य छः आफूखुसी वा अरु कसैको सल्लाहमा मेडिकलबाट औषधि किनेर नखानोस । डाक्टरले बिरामीको शारीरिक अवस्था जाँच गरेर मात्र उपयुक्त औषधि लेख्नुहुन्छ ।
- औषधिको मात्रा र समय (Dosage and Timing): औषधि दिनमा कति पटक खाने, कति मात्रामा खाने, र खानाअघि वा खानापछि खाने भन्ने कुरा फर्मासिस्टसँग राम्ररी बुझ्नुपर्छ । समय तालिका नमिलाई औषधि खाएमा त्यसको पूर्ण असर हुँदैन ।
- एन्टिबायोटिकको कोर्स पूरा गरौँः डाक्टरले तोकेको एन्टिबायोटिकको सम्पूर्ण कोर्स पूरा गर्नुपर्छ । दुई-तीन दिन खाएपछि सन्चो भयो भनेर बीचैमा औषधि छाड्नु अत्यन्तै खतरनाक हुन्छ । यसले गर्दा पछि त्यो औषधिले काम नगर्ने अवस्था आउँछ ।
- औषधिको सही भण्डारण (Storage): औषधिहरूलाई घामको सिधा प्रकाश नपर्ने, ओस नभएको र चिसो ठाउँमा राख्नुपर्छ । केही औषधिहरू (जस्तै इन्सुलिन, केही भ्याक्सिन वा झोल औषधि) फ्रिजमा मात्र राख्नुपर्ने हुन्छ । औषधिलाई बालबालिकाको पहुँचबाट टाढा राख्नुपर्छ ।
- म्याद गुज्रिएको (Expiry Date) जाँचौँः औषधि लिनुअघि र खानुअघि सधैँ त्यसको म्याद समाप्त हुने मिति (Expiry Date) ध्यानपूर्वक हेर्ने बानी बसाल्नुपर्छ ।
- साइड इफेक्ट (Side Effects) देखिएमाः कुनै औषधि खाएपछि शरीरमा डाबर आउने, चिलाउने, बान्ता हुने वा सास फेर्न गाह्रो हुने जस्ता समस्या देखिएमा तुरून्तै औषधि खान बन्द गरी नजिकैको अस्पताल वा फार्मेसीमा सम्पर्क गर्नुपर्छ ।

५. आधुनिक प्रविधि र पारदर्शी व्यवस्थापन

विगतका दिनहरूमा औषधि औँलाका भरमा गनेर वा ढड्डामा लेखेर राखिन्थ्यो, जसले गर्दा औषधिको मौज्दात र म्याद सिद्धिने मिति पत्ता लगाउन गाह्रो हुन्थ्यो । तर आज चौतारा अस्पताल फार्मेसी आधुनिक कम्प्युटर प्रणाली र प्रविधिसँग जोडिएको छ ।

डिजिटल सफ्टवेयरको प्रयोगले गर्दाः

कुन औषधि कति मात्रामा बाँकी छ भन्ने तुरून्तै थाहा हुन्छ, जसले गर्दा 'स्टक सकिने' (Stock-out) जोखिम हुँदैन । म्याद सकिन लागेका औषधिहरू समयमै चिन्न सकिन्छ र

तिनलाई प्रयोगबाट हटाइन्छ । बिरामीलाई स्पष्ट बिल (Invoicing) प्रदान गरी वित्तीय पारदर्शिता कायम गरिएको छ ।

६. बिरामी केन्द्रित फर्मास्युटिकल काउन्सेलिङ (परामर्श)

औषधि हातमा थमाईदिनु मात्र फर्मासिस्टको जिम्मेवारी सकिँदैन । चौतारा अस्पताल फार्मेसीका दक्ष र तालिमप्राप्त फर्मासिस्टहरूले बिरामीलाई औषधि दिने क्रममा 'फर्मास्युटिकल काउन्सेलिङ' (औषधि परामर्श) दिने गर्छन् । ग्रामीण क्षेत्रबाट आउने, पढ्न-लेख्न नजान्ने वा ज्येष्ठ नागरिकहरूका लागि औषधि खाने समय सम्झन सजिलो होस् भनेर औषधिको पोकामा विशेष सङ्केत गरेर वा लेखेर बुझाउने गरिन्छ । यो आत्मीय र स्पष्ट परामर्शले बिरामीमा औषधिको गलत प्रयोग हुने सम्भावनालाई शून्यमा झार्न मद्दत गरेको छ ।

७. भावी दिशा र प्रतिबद्धता

स्वास्थ्य सेवा निरन्तर सुधार र विकासको प्रक्रिया हो। चौतारा अस्पताल फार्मेसीले आगामी दिनहरूमा आफ्ना सेवाहरूलाई अझ बढी प्रविधिमैत्री, व्यवस्थित र बिरामीमैत्री बनाउने लक्ष्य राखेको छ ।

भविष्यमा बिरामीको क्लिनिकल डेटा व्यवस्थापन गर्ने, औषधिको अन्तरक्रिया (Drug Interaction) सम्बन्धी आधुनिक सफ्टवेयर प्रयोगमा ल्याउने, र समुदायस्तरमै पुगेर औषधिको सुरक्षित प्रयोगसम्बन्धी सचेतना अभियान सञ्चालन गर्ने योजना अस्पतालको रहेको छ। जिल्लावासीलाई आफ्नै आँगनमा गुणस्तरीय र भरपर्दो औषधि सेवा दिन चौतारा अस्पताल फार्मेसी सधैँ तत्पर र प्रतिबद्ध छ ।

निष्कर्ष

स्वास्थ्य सेवाको विशाल संसारमा फार्मेसी केवल एउटा विभाग मात्र होइन, यो बिरामीको जीवन बचाउने र उनीहरूलाई आरोग्य प्रदान गर्ने मुख्य आधारशिला हो। सही औषधि, सही सल्लाह र उच्च सतर्कता बिनाको उपचार अधुरो हुन्छ ।

चौतारा अस्पताल फार्मेसीले आफ्ना सम्पूर्ण फर्मासिस्ट र कर्मचारीहरूको समर्पण, दक्षता र अहोरात्रको मेहनतका माध्यमबाट नागरिकको विश्वास जित्न सफल भएको छ । डाक्टरको प्रेस्क्रिप्सनदेखि बिरामीको ओठमा आउने मुस्कानसम्मको यो संवेदनशील यात्रामा चौतारा अस्पताल फार्मेसी सधैँ जीवनलाई जोड्ने सुरक्षित, भरपर्दो र उत्कृष्ठ कडीका रुपमा निरन्तर सेवामा समर्पित रहिरहनेछ ।

अत्तालिएका मनहरूलाई सान्त्वना दिने चौताराको 'इमर्जेन्सी'



सुनिल कुमार यादव

इमर्जेन्सी इन्चार्ज

अस्पतालको ढोकाभित्र प्रवेश गर्दा जहाँ समयको प्रत्येक सेकेन्डले जीवन र मृत्युको सीमा तय गरिरहेको हुन्छ, त्यो ठाउँ हो– आकस्मिक (इमर्जेन्सी) विभाग । २४सै घण्टा निरन्तर खुला रहने यो विभाग अस्पतालको केवल एउटा नियमित सेवा केन्द्र मात्र नभएर आपत्कालीन अवस्थामा परेका नागरिकका लागि आशा, जीवन रक्षा र भरोसाको पहिलो चौतारी हो । जब मानिस अचानक कुनै दुर्घटना, कडा रोग वा स्वास्थ्य सङ्कटको सामना गर्छ, तब उसको आँखामा देखिने त्रास र परिवारको अनुहारमा छाउने अन्योललाई विश्वास र उपचारमा रुपान्तरण गर्ने पहिलो मोर्चा यही इमर्जेन्सी विभाग हो ।

भौगोलिक रुपमा चुनौतीपूर्ण, भिरालो जमिन र प्राकृतिक विपद्को दृष्टिले अत्यन्तै जोखिममा रहेको सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा चौतारा अस्पतालको इमर्जेन्सी विभागको भूमिका अझ विशेष, चुनौतीपूर्ण र संवेदनशील छ । यो जिल्ला बारम्बार पहिरो, बाढी, सडक दुर्घटना र भूकम्पजस्ता विपद्हरूबाट प्रभावित हुँदै आएको छ ।

अचानक हुने सडक दुर्घटना, प्राकृतिक प्रकोपका घाइते, महामारीको प्रकोप वा जटिल रोगका कारण अकस्मात् जीवन जोखिममा परेका बिरामीहरूलाई बिनाकुनै ढिलाइ उपचार उपलब्ध गराउनु हाम्रो प्रमुख कर्तव्य हो । चिकित्सा विज्ञानमा आपत्कालीन अवस्थाको पहिलो एक घण्टालाई 'गोल्डेन आवर' मानिन्छ । यसै स्वर्ण समयभित्र बिरामीले पाउने सही र द्रुत उपचारले उसको जीवन बचाउने सम्भावनालाई धेरै गुणा बढाउँछ । चौतारा अस्पतालको इमर्जेन्सी टोली यही 'गोल्डेन आवर' को महत्वलाई मनन गर्दै प्रत्येक सेकेन्डको सही उपयोग गरी जीवनरक्षक सेवा प्रदान गर्न सदैव तत्पर रहन्छ ।

विगतका दिनहरूमा सीमित साधन-स्रोत र भौतिक पूर्वाधारको अभावका बिच अगाडि बढेको यस अस्पतालको इमर्जेन्सी सेवा आज बागमती प्रदेशस्तरीय अस्पतालका रुपमा अझ सुदृढ, आधुनिक र जनमुखी बनेको छ । सन् २०१५ को विनाशकारी भूकम्पपछिको पुनःनिर्माणका क्रममा नेपाल सरकार र चीन सरकारको मैत्रीपूर्ण सहकार्यमा निर्मित सर्वसुविधासम्पन्न कक्षहरूसहितको अत्याधुनिक भौतिक संरचनाले चौतारा अस्पतालको मुहार नै फेरिदिएको छ ।

यो अत्याधुनिक भवन र प्रविधिमैत्री पूर्वाधारले हाम्रो इमर्जेन्सी सेवालाई अझ सुरक्षित, व्यवस्थित र प्रभावकारी बनाउन ठूलो योगदान पुऱ्याएको छ । फराकिलो कक्ष, बिरामीको सहजीकरणका लागि उपयुक्त बनाइएको भौतिक संरचना र आपत्कालीन अवस्थामा द्रुत सेवा दिन मिल्ने गरी तयार पारिएको वातावरणले आज चौतारा अस्पताललाई यस क्षेत्रकै एक भरपर्दो स्वास्थ्य केन्द्रका रुपमा स्थापित गरेको छ ।

हाल चौतारा अस्पतालको इमर्जेन्सी विभागले बिरामीको स्वास्थ्य स्थिति र गम्भीरताका आधारमा वैज्ञानिक ढङ्गले उपचार सेवा प्रवाह गर्दै आएको छ। हाम्रा मुख्य सेवा तथा विशेषताहरू निम्नानुसार छन् ।

ट्रियाज प्रणाली (Triage System)

बिरामी अस्पताल पुग्ने बित्तिकै उसको स्वास्थ्य गम्भीरताको तत्काल मूल्याङ्कन गरी उपचारको प्राथमिकता निर्धारण गर्न हामीले 'ट्रियाज प्रणाली' लागू गरेका छौं । यस प्रणालीअन्तर्गत :

- अत्यन्त गम्भीर (Red Zone): तत्काल जीवनरक्षक उपचार चाहिने बिरामीलाई बिनाकुनै ढिलाइ प्राथमिक उपचार कक्षमा लगिन्छ ।
- मध्यम गम्भीर (Yellow Zone): केही समयभित्र उपचार पाउनुपर्ने बिरामीको निगरानी गरिन्छ ।
- सामान्य (Green Zone): गम्भीर अवस्था नरहेका बिरामीहरूलाई क्रमशः क्रमानुसार सेवा दिइन्छ ।
- यस प्रणालीले गर्दा गम्भीर अवस्थाका बिरामीले समयमै जीवनरक्षक सेवा पाउन सफल भएका छन् ।

अत्याधुनिक जीवनरक्षक उपकरणहरू

हाम्रो इमर्जेन्सी विभाग आधुनिक र आधुनिक प्रविधियुक्त चिकित्सा उपकरणहरूले सुसज्जित छ, जसले बिरामीको अवस्थाको निरन्तर अनुगमन र आपत्कालीन उपचारमा मद्दत पुऱ्याउँछः

- कार्डियाक मोनिटर (Cardiac Monitor): मुटुको धड्कन, रक्तचाप र अक्सिजनको मात्रा निरन्तर मापन गर्न ।
- इसिजी (ECG Machine): मुटुसम्बन्धी आकस्मिक समस्याहरूको तत्काल पहिचान गर्न ।
- अक्सिजन आपूर्ति : श्वासप्रश्वासमा समस्या भएका बिरामीका लागि चौबीसै घण्टा निरन्तर अक्सिजनको व्यवस्था ।
- सक्सन मेसिन तथा उपकरणहरू: श्वासप्रश्वास मार्ग खुला राख्न र जटिल बिरामीलाई स्थिर (stabilize) बनाउन प्रयोग गरिने उपकरणहरू ।

चौबीसै घण्टा दक्ष र समर्पित जनशक्ति

कुनै पनि उपकरण र पूर्वाधार तब मात्र सफल हुन्छन्, जब तिनलाई सञ्चालन गर्ने हातहरू दक्ष र समर्पित हुन्छन्। चौतारा अस्पतालमा २४सै घण्टा तयारी अवस्थामा रहने अनुभवी चिकित्सक, नर्सिङ स्टाफ, प्यारामेडिक्स तथा सहयोगी कर्मचारीहरूको टोली खटिएको छ।

पेसागत जिम्मेवारीभन्दा माथिः मानवीय संवेदना र धैर्यताको परीक्षा

इमर्जेन्सी विभागमा काम गर्नु केवल एउटा पेसागत वा प्राविधिक जिम्मेवारी मात्र होइन; यो उच्च धैर्यता, तत्परता र मानवीय संवेदनाको पल-पलमा हुने कडा परीक्षा पनि हो।

अनिश्चित समयमा अचानक आउने बिरामीको चाप, आफन्तहरूको अकुलाहट र तनावपूर्ण वातावरणका बिच पनि संयमित रहेर सही निर्णय लिनु इमर्जेन्सी टोलीको मुख्य विशेषता हो। limited साधन-स्रोत र भौगोलिक कठिनाइको सीमाभित्र रहेर पनि हाम्रा चिकित्सक, नर्स, प्यारामेडिक्स र सहयोगी कर्मचारीहरूले आफ्नो व्यक्तिगत आराम र थकानलाई बिर्सेर अहोरात्र बिरामीको सेवामा आफूलाई समर्पित गर्दै आएका छन्। बिरामीको मुस्कान र तिनका आफन्तको आँखामा देखिने राहत नै हाम्रो टोलीका लागि सबैभन्दा ठूलो पुरस्कार र प्रेरणा हो।

कृतज्ञता र भावी प्रतिबद्धता

आकस्मिक सेवालाई अझ सुदृढ, जनमुखी, सुलभ र गुणस्तरीय बनाउन निरन्तर मार्गदर्शन र सहयोग गर्नुहुने अस्पताल विकास समिति, मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट, सम्पूर्ण सहकर्मी मित्रहरू र चौतारा अस्पतालप्रति अगाध विश्वास र भरोसा राख्नुहुने सम्पूर्ण सेवाग्राहीहरूमा हामी हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछौं।

नागरिकको स्वास्थ्य सुरक्षा हाम्रो सर्वोच्च प्राथमिकता हो। आगामी दिनहरूमा पनि चौतारा अस्पतालको इमर्जेन्सी विभागलाई अझ परिष्कृत, आधुनिक र प्रविधिमैत्री बनाउँदै, विपद् होस् या व्यक्तिगत स्वास्थ्य सङ्कट– नागरिकको जीवन रक्षाका लागि अग्रपङ्क्तिमा खटिन हामी सदैव दृढ र प्रतिबद्ध छौं।

The path unchoosed



Priya G.C.

Med Lab Technologist

I stood at the crossroads, torn & still
A path before me, the air grows chill.
One road is clear, the other veiled.
Both with promise, but never entailed.

The path unchoosed, it calls my name
A road less travelled, free of fame
It whispers softly "come, explore"
The world unknown, with so much more"

But fear clings close, its grips so tight
What if my choice isn't so right?
Yet in my heart prevails, a quiet voice
Urges me forward, to make my choice.

For the path unchoosed holds no regret
It's simply a road not taken yet
No map to guide, no myth to bind
Just freedom in my open mind.

So I took a step, uncertain & true
And with footsteps, I start a new
The path unchoosed no longer waits
It's for me to walk through open gates.

स्वास्थ्य सेवाको मेरूदण्डः प्रयोगशाला जनशक्तिको भूमिका र महत्व



प्रिया जि.सी

ल्याव टेक्नोलोजिष्ट

स्वास्थ्य सेवा प्रभावकारी बनाउन चिकित्सक, नर्स तथा अन्य स्वास्थ्यकर्मीहरूको जति महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ, त्यति नै महत्त्वपूर्ण भूमिका प्रयोगशाला जनशक्तिको पनि हुन्छ। रोगको सही पहिचान, उपचारको योजना तथा बिरामीको स्वास्थ्य अवस्थाको मूल्याङ्कनमा प्रयोगशालाको ठूलो योगदान रहेको हुन्छ।

१) **रोग निदानमा भूमिकाः**

धेरै रोगहरू केवल बिरामीका लक्षणका आधारमा मात्र निश्चित गर्न सकिँदैन। रगत, पिसाब तथा शरीरका अन्य तरल पदार्थ परीक्षणबाट रोग पहिचान गर्न सहयोग पुग्छ।

उदाहरणः मधुमेह पहिचानका लागि रगत ग्लुकोज परीक्षण, हेमोग्लोबिन परीक्षणका लागि प्रयोगशालाको निकै महत्त्वपूर्ण भूमिका छ।

२) **सही र गुणस्तरीय परीक्षणको महत्वः**

प्रयोगशाला परीक्षणको नतिजा सही हुनु बिरामीको उपचारका लागि अत्यन्त आवश्यक हुन्छ। नमुना सही तरिकाले सङ्कलन नगरेमा गलत नतिजा जान सक्छ।

३) **रोग पत्ता लगाउन र उपचार सम्मः**

ल्याबको निकै महत्त्वपूर्ण भूमिकामा रोग थाहा पाउन, टेस्ट, उपचार गरेपछि म्ब्नलयकष्क मा भूमिका रहेको छ। Cancer जस्तो जटिल रोग सही समयमा पत्ता लगाउन पनि मद्दत गर्दछ।

निष्कर्षः

चिकित्सा प्रयोगशाला स्वास्थ्य सेवाको एक अत्यन्त महत्वपूर्ण अङ्ग हो। रोगको सही पहिचान, उपचारको छनौट, रोगको निगरानी तथा रोकथाममा प्रयोगशाला परीक्षणको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ। दक्ष ल्याब टेक्निसियन, गुणस्तरीय उपकरण र सही परीक्षण प्रक्रियाले बिरामीलाई समयमै र उचित उपचार प्राप्त गर्न सहयोग गर्छ। त्यसैले प्रभावकारी र गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाका लागि सक्षम चिकित्सा प्रयोगशालाको विकास र सुदृढीकरण आवश्यक छ।

आधुनिक डिजिटल रेडियोलोजीः छिटो पहिचान, प्रभावकारी उपचार



सुनिल कुमार साह

रेडियोग्राफर

आधुनिक चिकित्सा विज्ञानको मेरूदण्डका रुपमा रेडियोलोजी विभागलाई लिइन्छ । रोगको सही पहिचान बिना उचित उपचार सम्भव हुँदैन, र सही पहिचानका लागि रेडियोलोजी विभागको भूमिका सर्वोपरी रहन्छ । विगतका वर्षहरूमा परम्परागत एनालग प्रविधिमा सीमित हाम्रो विभागले आज समयको माग र प्रविधिको विकाससँगै आफूलाई पूर्ण रुपमा रुपान्तरण गरेको छ। विगत १ वर्षदेखि हाम्रो अस्पतालले अत्याधुनिक डिजिटल रेडियोलोजी (Digital Radiology) सेवालाई थप सुदृढ बनाउँदै बिरामीको सेवामा समर्पित गर्दै आएको छ ।

डिजिटल एक्स-रेका मुख्य फाइदाहरूः

- तुरून्त रिपोर्टः यस प्रविधिबाट केही सेकेन्डमै उच्च गुणस्तरको डिजिटल इमेज प्राप्त हुन्छ। जसले गर्दा आकस्मिक कक्ष (Emergency) मा आएका जटिल बिरामीहरूको उपचार तुरून्तै सुरू गर्न सजिलो भएको छ ।
- कम विकिरण (Low Radiation Exposure): पुराना मेसिनहरूको तुलनामा नयाँ डिजिटल मेसिनहरूले निकै कम रेडिएसन उत्सर्जन गर्छन्। यो बिरामी र प्राविधिक दुवैको स्वास्थ्य सुरक्षाका लागि ठूलो उपलब्धि हो ।
- इको-फ्रेन्डली (Eco-Friendly): यसमा केमिकल र फिल्मको आवश्यकता पर्दैन । जसले गर्दा अस्पतालको फोहोर व्यवस्थापन सरल हुनुका साथै वातावरण संरक्षणमा समेत मद्दत पुगेको छ ।

एक्स-रेका मुख्य उपयोगिताहरू (Uses of X-Ray)

हाम्रो अस्पतालको रेडियोलोजी विभागले दैनिक रुपमा विभिन्न रोगहरूको पहिचानका लागि एक्स-रे सेवा प्रदान गर्दै आएको छ । यसका मुख्य उपयोगिताहरू यस प्रकार छन् :

- हड्डी र जोर्नीहरूको जाँच (Orthopedics): हड्डी भाँचिएको (Fracture), मर्किएको, जोर्नी खुस्किएको वा खिइएको (Arthritis) पत्ता लगाउन एक्स-रे अनिवार्य हुन्छ ।
- छाती र फोक्सोको परीक्षण (Chest X-Ray): निमोनिया, क्षयरोग-TB), फोक्सोको क्यान्सर, र मुटुको आकार बढे/नबढेको जाँच गर्न छातीको एक्स-रे गरिन्छ ।

- पेटको समस्या (Abdominal X-Ray): आन्द्रा ब्लक भएको (Intestinal Obstruction) वा दुर्घटनावश निलेका सिक्का, पिन जस्ता बाहिरी वस्तुहरू पत्ता लगाउन यसको प्रयोग हुन्छ ।
- दाँतको उपचार (Dental X-Ray): दाँतको जरामा आएको समस्या, कीराले खाएको वा गिँजाभित्र लुकेका दाँतहरूको अवस्था हेर्न डेन्टल एक्स-रे गरिन्छ ।
- बाह्य वस्तु पहिचान (Foreign Bodies): शरीरमा गोली वा अन्य धातुका टुक्राहरू पसेको खण्डमा तिनको सटीक स्थान पहिचान गर्न यसले मद्दत गर्छ ।

एक्स-रे सम्बन्धी भ्रम र यथार्थ (Misconceptions vs= Realities)

समाजमा रेडिएसन (विकिरण) भन्ने बित्तिकै मानिसहरू निकै डराउने गर्छन्। एक्स-रे विभागमा आउने बिरामीहरूका मनमा अक्सर निम्न भ्रमहरू हुने गरेका छन्

भ्रम १: एक्स-रे गर्दा क्यान्सर लाग्छ र यो निकै खतरनाक छ ।

यथार्थः एक पटक सामान्य एक्स-रे गर्दा निस्कने विकिरणको मात्रा अत्यन्तै न्यून हुन्छ । हामीले दैनिक वातावरण (सूर्यको प्रकाश, माटो) बाट प्राकृतिक रुपमा पाउने विकिरण (Background Radiation) को केही दिन वा हप्ताको मात्रा बराबर मात्र एउटा एक्स-रेबाट निस्कन्छ । त्यसैले, कहिलेकाहीं आवश्यक पर्दा गरिने एक्स-रेबाट क्यान्सर हुने सम्भावना शून्य जस्तै हुन्छ ।

भ्रम २: एक्स-रे गरिसकेपछि मेरो शरीरबाट पनि रेडिएसन निस्कन्छ र मैले परिवारबाट टाढा बस्नुपर्छ ।

यथार्थः एक्स-रेको किरण प्रकाश जस्तै हो । जब मेसिनको स्विच अन हुन्छ, किरण शरीर पार भएर जान्छ र स्विच अफ हुनासाथ बन्द हुन्छ । एक्स-रे गरिसकेपछि बिरामीको शरीरमा कुनै पनि रेडिएसन बाँकी रहँदैन। त्यसैले बिरामीबाट अरुलाई कुनै असर पर्दैन ।

भ्रम ३: गर्भवती महिलाले झुक्किएर पनि एक्स-रे गर्नुहुँदैन, बच्चा अपाङ्ग हुन्छ ।

यथार्थः सामान्यतया गर्भावस्थामा एक्स-रे नगर्न सल्लाह दिइन्छ। तर, आमाको ज्यान बचाउन अनिवार्य भएको खण्डमा पेटलाई विशेष सुरक्षा कवच (Lead Apron) ले ढाकेर सुरक्षित रुपमा एक्स-रे गर्न सकिन्छ । दाँत वा हातखुट्टाको एक्स-रे गर्दा गर्भमा रहेको बच्चालाई कुनै असर पर्दैन ।

भ्रम ४: डिजिटल एक्स-रे भन्दा पुरानो एनालग (फिल्म) एक्स-रे बढी भरपर्दो हुन्छ ।

यथार्थः यो पूर्णतः गलत हो । डिजिटल एक्स-रे आधुनिक प्रविधि हो । यसले पुराना मेसिनको तुलनामा निकै कम रेडिएसन प्रयोग गरेर पनि अत्यन्तै स्पष्ट र गुणस्तरीय तस्बिर दिन्छ, जसलाई कम्प्युटरमा 'जुम' गरेर स-साना समस्या पनि हेर्न मिल्छ ।

निष्कर्ष

एक्स-रे चिकित्सा क्षेत्रको एक बरदान हो। यससँग डराउनुपर्ने कुनै कारण छैन, तर सजग हुनु आवश्यक छ। हाम्रो अस्पतालको रेडियोलोजी विभाग अन्तर्राष्ट्रिय सुरक्षा मापदण्ड (ALARA – As Low As Reasonably Achievable) अनुसार न्यूनतम रेडिएसन प्रयोग गरी अधिकतम सही नतिजा दिन सधैँ तत्पर छ । प्रविधिको सही बुझाइले नै स्वास्थ्योपचारलाई सहज र सुरक्षित बनाउँछ ।

२४ सै घण्टा सेवामा खटिने हाम्रा दक्ष रेडियोग्राफर र सहयोगी कर्मचारीहरूको समूह बिरामीको मुस्कान र सुखद स्वास्थ्यका लागि सदैव प्रतिबद्ध छ ।

रातको ड्युटी



अर्चना कुमारी मण्डल
हेल्थ असिस्टेन्ट

सबैको घरमा निद्रा पस्दा,
हामी अस्पतालमा जागिरहेका हुन्छौं,
अरुका सपना सुरक्षित बनाउन,
आफ्नै सपना थाती राखिरहेका हुन्छौं ।
घडीले रातको बाह्र बजाउँदा,
आँखाले निद्रा खोजिरहेको हुन्छ,
तर Emergency को एउटा आवाजले
फेरि मनलाई duty सम्झाइदिन्छ ।
कसैको आमाको आँसु पुछ्दै,
कसैको बाबुको सास गन्दै,
कसैको बच्चाको धड्कन बचाउँदै,
हामी आफ्नै थकान लुकाउँदै हिँड्छौं ।

बाहिर चिसो रात हुन्छ,
भित्र पीडाले भरिएका आवाजहरू...
न त चाडपर्वको छुट्टी,
न त निद्राको पूरा रात–
केवल एउटा जिम्मेवारी,
"बिरामीलाई बचाउनुपर्छ ।"
बिहान अरुको दिन सुरू हुँदा,
हाम्रो रात सकिन्छ...
थाकेको शरीर लिएर घर फर्किन्छौं,
तर मनमा एउटै सन्तुष्टि हुन्छ–
आज पनि कसैको जीवन बचाउन
हाम्रो निद्रा काम आयो ।

फिजियोथेरापीको परिचय र उपचार पद्धती



अन्जना गुरूङ

फिजियोथेपि साहायक

आधुनिक स्वास्थ्य विज्ञानमा औषधि सेवन र विभिन्न खालका शल्यक्रियाबाट बिरामीलाई उपचार गरिएको अवस्थामा बिना औषधि सेवन र हाम्रो शरीरमा लागेका कतिपय रोग धेरै औषधि खाँदा पनि निको नहुने हुन्छन् । कुनै रोगलाई औषधि भन्दा पनि व्यायाम वा अन्य विधिबाट निको गराउन सकिन्छ। औषधि नखाई व्यायाम गरेर, प्रशिक्षित फिजियोथेरापिस्टहरूले व्यायामका माध्यमबाट शरीरका मांसपेशीहरूलाई सही अनुपातमा सक्रिय गराउँछन्। यसलाई भौतिक चिकित्सा विधि पनि भनिन्छ। इलेक्ट्रोथेरापी, म्याङनलथेरापी लगायत विधिबाट फिजियोथेरापी गराइन्छ। त्यस्तो विधि वा उपचार पद्धतिलाई फिजियोथेरापी भनिन्छ । फिजियोथेरापी भित्र नशारोग, अर्थोपेडिक, स्पोर्ट्स ,मेडिसिन, कम्युनिटी पेडियाक्ट्रीक, कार्डियो गरेर विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । फिजियोथेरापीले शरीरका अंगहरू मजबुत बनाउँछ। हृदयको चाल र फोक्सोको क्षमता अभिवृद्धि गर्छ। फिजियोथेरापीले नशा भित्रको रोग निको बनाउन मात्रै होइन रोग नै रोकथामको लागि फिजियोथेरापीले मद्दत गर्छ । हड्डी खिइएको, नसा च्यापिएको, मांसपेशीको दुखाइ, शरीर झमझमाउने, लुलो हुने, पोल्ने, प्यारालाइसिस, पक्षाघात जस्ता समस्याको लागि यो उपचारविधि औषधिभन्दा प्रभावकारी हुन्छ ।

फिजियोथेरापी कस्तो अवस्थामा गर्ने ?

बालबालिकादेखि वृद्धवृद्धा सबै समूहका व्यक्तिका लागि फिजियोथेरापी प्रभावकारी हुन्छ। ढाड, कम्मर, गर्दन दुख्दा, हाड जोर्नी तथा नसासम्बन्धी समस्या, प्यारालाइसिस सम्बन्धी समस्या, श्वासप्रश्वासको समस्या, मांसपेशीसम्बन्धी समस्या, आङ खसेको समस्या, जन्मजात देखिएका समस्या, प्रजनन तथा स्त्री रोगसम्बन्धी समस्या, कुनै दुर्घटनामा चोटपटक लागि भएका अपांगता सम्बन्धी समस्या, विभिन्न प्रकारका बाथ रोग लागेका बिरामी, ढाड मर्किने, सड्किने, घुँडा दुख्ने, हड्डी खिइएका बिरामीलाई पनि फिजियोथेरापी विधिबाट उपचार गर्न सकिन्छ ।

फिजियोथेरापी गर्दा के के फाइदा छन् ?

फिजियोथेरापी गर्दाका फाइदाहरू धेरै छन्। जसमा यस विधिबाट उपचारपछि शरीरमा कुनै पनि नकारात्मक असर वा साइड इफेक्ट हुँदैन। किनकी यो बिना औषधिको प्रयोगले नै स्वास्थ्य समस्याबाट मुक्ति मिल्छ।रोगसँग लड्ने क्षमता बढाइ सरूवा रोगको जोखिम घटाउनमा मद्दत गर्छ। फिजियोथेरापीले लामो समय अफिसमा एकै ठाउँमा बसेर काम गर्दा शरीरका विभिन्न भागको दुखाइ कम गर्न र शरीरका अंगहरू मजबुत बनाउँछ। फिजियोथेरापी गर्दा शरीरलाई स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य सुधार हुने र आत्मबल बढ्ने हुन्छ।

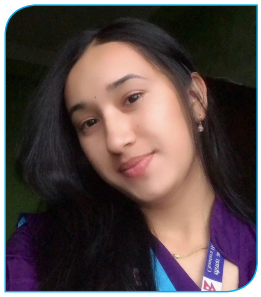
प्रजनन तथा स्त्रीरोगसम्बन्धी समस्या समाधान गर्न मद्दत गर्दछ। शारीरिक दुखाइ कम गरी सक्रिय जीवनशैलीमा फर्काउन मद्दत गर्छ। कसैलाई ब्रेन स्ट्रोक भएको छ भने केही समय मात्र फिजियोथेरापी गरेपछि रिकोभरी हुन्छ। सुगर र प्रेसर जस्ता दीर्घ रोग लाई बिग्रन नदिई सुधार गरी बिरामीको शारीरिक क्षमतामा वृद्धि गर्छ।

जन्मजात अपाङ्गता भएका वा अशक्तता कम गरी स्वतन्त्र जीवनशैली तथा कार्यशैलीमा फर्काउन महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। ढाड, कम्मर, गर्दन दुख्दा वा हाडजोर्नी तथा नसासम्बन्धी समस्या भएमा वा प्यारालाइसिस सम्बन्धी समस्यालाई पनि कम गर्न मद्दत गर्छ।

शरीरमा कुनै पनि समस्या आउन नदिन के के कुरामा ध्यान दिने त ?

यसको लागि कुनै पनि समस्या आउन नदिन नियमित व्यायाम गर्नु पर्छ दैनिक रूपमा बिहान आधा वा एक घन्टा हिँड्ने, शारिरीक व्यायम गर्ने, खानपानमा ध्यान दिने र औषधि खाँदा पनि निको नभएको कुनै रोग छ भने सं सम्बन्धित चिकित्सक वा फिजियोथेरापिस्टसँग एक पटक सल्लाह लिनुहोस।

सेतो भित्ता भित्र को आशु



जानुका पाठक

(स्टाफ नर्स)

रंग उडेको बेरंग सफेद भित्ताहरू
नव जीवन र अन्तिम सास तोकिरहेको
कतै मृत्युको निराश
कतै बाँच्ने आश बोकिरहेको

बेरंग कोठाको पलङमा ढल्किएको शरिर
जिवनको एक एक सैकेंड गन्दै छ
थकित शरिरमा मन्द मुस्कान ल्याउने 'नर्स'
अनगिन्ति कहानी अ'खैबाट भन्दै छन्

यही सेता भित्ताले
समयलाई घडीको सूई होइन
जिवनको सेकेन्डसँग नापीरहेको छ
यही सेता भित्ताले पर्खाईका कुर्सीमा बस्नेहरूलाई,
समयलाई पछ्याउदै प्रार्थनाको आशा बाँडिरहेकै छ

छेउमा बसकी आमा टाउको मुसार्दै
"तिमी आँखा बन्द नगर" म यही छु
तिमी निको भएर घर ल्याउँछु
तिमीले खनेको खेत अझै बाझो छ
तिमी बिना हाम्रो जिन्दगी काचो छ
घरका हरेक खम्बालाई तिम्रो खाँचो छ
आफू अघि कसरी जान दिउ तिमीलाई ?

यही सेता भित्ताका चार कुनाबाट
कोही नयाँ जीवनको हर्ष बोकेर निस्कन्छ

तर कोही

खाली हात, घरको एउटा सदस्यको कमी
टुटेको मन र कहिल्यै नफर्किने मान्छेको सम्झना .....

अस्पतालमा सामाजिक सेवा एकाई (SSU) को महत्व र प्रभावकारिता



पुरूसोतम कुमार दास

सामाजिक सेवा एकाई प्रमुख

अस्पताल भनेको केवल शारीरिक रोग वा घाउको उपचार गर्ने थलो मात्र होइन, यो त समाजका सबै वर्ग र तहका मानिसहरूले आफ्नो जीवन रक्षाका लागि आशा र भरोसा खोज्ने पवित्र केन्द्र हो । तर, आधुनिक स्वास्थ्य प्रणालीमा रोगको निदान र उपचार प्रक्रिया यति जटिल, प्रविधिमैत्री र खर्चिलो बन्दै गएको छ कि धेरैजसो मानिसका लागि अस्पतालको पहुँच केवल आर्थिक क्षमतामा निर्भर हुन पुगेको छ ।

यस्तो अवस्थामा आर्थिक रुपमा विपन्न, सामाजिक रुपमा सीमान्तकृत, असहाय, अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा ज्येष्ठ नागरिकहरूका लागि स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्नु एउटा ठूलो चुनौती बन्ने गर्छ । यही चुनौतीलाई सम्बोधन गर्न र स्वास्थ्य सेवालाई समतामूलक, मानवीय तथा समावेशी बनाउन अस्पतालहरूमा सामाजिक सेवा एकाई (Social Service Unit – SSU) को स्थापना गरिएको हुन्छ ।

सिन्धुपाल्चोकको जिल्ला सदरमुकाममा स्थित चौतारा अस्पतालको सन्दर्भमा यस एकाईको भूमिका झनै संवेदनशील र महत्वपूर्ण छ । विकट भौगोलिक बनावट, २०७२ को विनाशकारी भूकम्पको दीर्घकालीन प्रभाव, प्राकृतिक प्रकोप र ग्रामीण विपन्नताका बीच जुधिरहेका सिन्धुपाल्चोकवासीका लागि चौतारा अस्पतालको सामाजिक सेवा एकाई एउटा बलियो भरोसाको केन्द्र बनेको छ ।

१. सामाजिक सेवा एकाईको अवधारणा र पृष्ठभूमि

स्वास्थ्यको आधुनिक परिभाषाले केवल रोग वा शारीरिक दुर्बलता नहुनुलाई मात्र स्वास्थ्य मान्दैन, बरू पूर्ण शारीरिक, मानसिक र सामाजिक कल्याणको अवस्थालाई स्वास्थ्य मान्दछ । यसै अवधारणा अनुसार बिरामीको उपचार गर्दा उसको सामाजिक र आर्थिक पृष्ठभूमिलाई बेवास्ता गर्न सकिँदैन । नेपाल सरकार, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले अस्पतालहरूमा विपन्न, असहाय तथा लक्षित वर्गलाई निःशुल्क वा सहुलियतदरमा स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने उद्देश्यका साथ 'सामाजिक सेवा एकाई सञ्चालन निर्देशिका' जारी गरी चौतारा अस्पताल लगायत विभिन्न सरकारी तथा प्रादेशिक अस्पतालहरूमा यो एकाई स्थापना गरेको हो । यस

एकाईको मूल दर्शन भनेको "कोही पनि नागरिक आर्थिक अभाव वा सूचनाको पहुँच नभएकै कारण उपचारबाट वञ्चित हुनु नपरोस्" भन्ने हो ।

२. चौतारा अस्पतालमा सामाजिक सेवा एकाईको प्रमुख महत्व

भौगोलिक रुपमा विकट र प्राकृतिक विपद्को उच्च जोखिममा रहेको सिन्धुपाल्चोक जिल्लाका १२ वटै स्थानीय तहका ग्रामीण क्षेत्रबाट चौतारा अस्पताल पुग्ने बिरामीहरूका लागि क्क ले बहुआयामिक भूमिका निर्वाह गरिरहेको छः

(क) आर्थिक विपन्नता र स्वास्थ्य सेवाबीचको खाडल पुर्नु

गरिबी र अस्वस्थताको अन्योन्याश्रित सम्बन्ध हुन्छ । सिन्धुपाल्चोकका दुरदराज (जस्तैः तातोपानी, गुम्बा, हेलम्बु वा पाँचपोखरी) बाट अस्पताल पुग्दा बिरामीको यातयात र बसाइमै ठूलो रकम खर्च भइसकेको हुन्छ । अस्पताल पुगेपछि प्रयोगशाला परीक्षण, भर्ना वा औषधिको खर्च जुटाउन नसक्दा बिरामी उपचारै नगरी फर्कनुपर्ने बाध्यता रहन्छ । चौतारा अस्पतालको सामाजिक सेवा एकाईले यस्ता विपन्न बिरामीहरूको पहिचान गरीःनिःशुल्क वा आंशिक छुटमा बेड (Bed) उपलब्ध गराउने,आकस्मिक सेवा, आवश्यक शल्यक्रिया तथा प्रयोगशाला परीक्षणमा छुट दिलाउने,अस्पतालमा उपलब्ध निःशुल्क औषधिहरू सहज रुपमा दिलाउने काम गर्छ ।

(ख) लक्षित र सीमान्तकृत वर्गको अधिकार संरक्षण

सिन्धुपाल्चोकमा ठूलो जनसंख्या तामाङ, दलित, नेवार, माझी, शेर्पा तथा अन्य सीमान्तकृत समुदायको रहेको छ । सामाजिक सेवा एकाईले सरकारले तोकेका लक्षित वर्गहरू जस्तैःअति विपन्न र असहाय नागरिक,अनाथ तथा बेवारिसे व्यक्ति,ज्येष्ठ नागरिक (Senior Citizens), अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका (FCHVs), हिंसा पीडित महिला, बालबालिका तथा प्राकृतिक प्रकोप/दुर्घटनाका पीडितहरूउल्लेखित वर्गलाई कानुन र नीतिले दिएको निःशुल्क स्वास्थ्य सुविधा र अधिकारको पूर्ण उपभोग गर्न पाउने वातावरण सुनिश्चित गर्छ ।

(ग) मनोसामाजिक परामर्श (Psychosocial Counseling)

२०७२ को भूकम्प र पटक-पटक जाने बाढीपहिरोका कारण सिन्धुपाल्चोकका धेरै नागरिकमा मानसिक आघात को प्रभाव अझै देखिन्छ । गम्भीर रोग वा दुर्घटनामा परेर चौतारा अस्पताल पुग्ने बिरामी र तिनका परिवार गहिरो तनावमा हुन्छन् । एकतामा कार्यरत सामाजिक कार्यकर्ता (Medical Social Workers) हरूले बिरामी तथा आफन्तलाई मनोसामाजिक परामर्श प्रदान गर्छन् । उनीहरूले बिरामीलाई रोगसँग लड्ने आत्मबल र सकारात्मक सोच प्रदान गर्छन् ।

(घ) भाषा, चेतना र जटिल प्रशासनिक प्रक्रियामा सहजीकरण

ग्रामीण क्षेत्रबाट आउने, नेपाली भाषा सहज रुपमा बोल्न वा बुझ्न नसक्ने तथा अशिक्षित बिरामीहरूका लागि अस्पतालको प्रशासनिक प्रक्रिया ठूलो भुलभुलैया बन्छ । चौतारा अस्पतालको SSU ले बिरामीहरूका लागि सहयोगी मार्गदर्शक (Guide) को रुपमा काम

गर्दै पुर्जा काट्ने, टिकट लिने, स्वास्थ्य बीमा सुविधा जोड्ने र सम्बन्धित डाक्टरसम्म पुर्याउने काममा प्रत्यक्ष सहयोग गर्छ ।

(ङ) बेवारिसे बिरामीको व्यवस्थापन र पुनर्स्थापना

सडक दुर्घटनामा परेका वा पारिवारिक हेरचाह नपाएका बेवारिसे बिरामी चौतारा अस्पताल पुग्दा उनीहरूको उपचार, खानपिन र हेरचाहको सम्पूर्ण जिम्मेवारी SSU ले बहन गर्छ । उपचारपछि उनीहरूको परिवारको खोजतलास गर्ने वा स्थानीय पुनःस्थापना गृह, वृद्धाश्रम र मानव सेवा आश्रमहरूसँग समन्वय गरी सुरक्षित व्यवस्थापन गर्ने काम यसै एकाईले गर्छ ।

(च) सरकारी स्वास्थ्य नीति र नागरिकबीचको पुल

नेपाल सरकारको विपन्न नागरिक औषधी उपचार कोष (कडा रोगको उपचार), स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम, र आमा सुरक्षा कार्यक्रमलाई चौतारा अस्पतालमा प्रभावकारी रुपमा लागू गराउन यो एकाईले सेतुको काम गरेको छ ।

३. सामाजिक सेवा एकाईका प्रमुख कार्यहरू

चौतारा अस्पतालको सामाजिक सेवा एकाईले दैनिक रुपमा सम्पादन गर्ने मुख्य कार्यहरू

क. बिरामीको पहिचान र सिफारिस : विपन्न, असहाय, अपाङ्गता भएका तथा ज्येष्ठ नागरिकको पहिचान गरी नियमानुसार निःशुल्क वा छुट सुविधाका लागि सिफारिस गर्ने ।

ख. कागजी प्रक्रियामा सहयोग : वडा/स्थानीय तहको विपन्नता सिफारिस, नागरिकता, अपाङ्गता परिचयपत्र आदि कागजात सङ्कलन र प्रमाणीकरणमा सहयोग गर्ने ।

ग. परामर्श र सहजीकरणरोग, उपचार प्रक्रिया र स्वास्थ्य बीमा सम्बन्धी अन्योल दूर गर्न मनोसामाजिक परामर्श तथा अस्पताल मार्गदर्शन दिने ।

घ. विपन्न कोष सञ्चालन : सरकारबाट प्राप्त विपन्न नागरिक उपचार कोष तथा अस्पतालको आन्तरिक स्रोतबाट उपलब्ध छुट रकमको सही व्यवस्थापन गर्ने ।

ङ. अन्तर-निकाय समन्वय : रेडक्रस, गैरसरकारी संस्था, पुनःस्थापना गृह र स्थानीय सरकार (नगरपालिका/गाउँपालिका) सँग समन्वय गरी थप राहतको व्यवस्था गर्ने ।

४. चौतारा अस्पतालमा SSU सञ्चालनका विद्यमान चुनौतीहरू

- सीमित बजेट र स्रोतसाधनः सिन्धुपाल्चोकका दुर्गम गाउँहरूबाट आउने विपन्न बिरामीको सङ्ख्या उच्च छ, तर सोही अनुपातमा एकाईसँग छुट तथा सहयोगका लागि उपलब्ध हुने बजेट सीमित छ ।
- दक्ष मेडिकल सोसल वर्करको कमीः तालिमप्राप्त र पर्याप्त सङ्ख्यामा सामाजिक कार्यकर्ता (Medical Social Workers) को स्थायी दरबन्दी नहुँदा परामर्श सेवा सोचेजति विस्तार गर्न कठिन भएको छ ।

- भ्रामक सिफारिस र वास्तविक विपन्न छुट्ने जोखिमः स्थानीय तहबाट आउने विपन्नताको सिफारिस पारदर्शी नहुँदा कहिलेकाहीं वास्तविक गरिब छुट्ने र पहुँचवालाले सुविधा लिने जोखिम रहन्छ ।
- सञ्चार र जनचेतनाको अभावः चौतारा बजार बाहिरका विकट वडाका बासिन्दालाई अस्पतालमा यस्तो निःशुल्क वा सहुलियत दिने सामाजिक सेवा एकाई छ भन्ने जानकारी नै हुँदैन ।
- विज्ञ सेवाको लागि काठमाडौँ प्रेषण (Referral) को बाध्यताः चौतारा अस्पतालमा सीमित विशेषज्ञ सेवा भएका कारण कडा रोगका बिरामीलाई काठमाडौँका ठूला अस्पतालमा प्रेषण गर्दा SSU ले स्थानीय स्तरमा दिने सहयोगको दायरा सीमित बन्न पुग्छ ।

५. चौतारा अस्पतालको SSU लाई अझ प्रभावकारी बनाउने उपायहरू

- स्थानीय तहहरूसँगको एकीकृत समन्वयः सिन्धुपाल्चोकका १२ वटै स्थानीय तह (नगरपालिका/गाउँपालिका) सँग समन्वय गरी चौतारा अस्पतालको SSU मा एउटा एकीकृत 'विपन्न नागरिक उपचार कोष' स्थापना गर्न सकिन्छ ।
- अक्षय कोष (Endowment Fund) को स्थापनाः कर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व (CSR), परोपकारी संस्था, र रेडक्रसजस्ता निकायहरूसँग मिलेर चौतारा अस्पतालमा दिगो कोष खडा गरिनुपर्छ ।
- डिजिटल अभिलेख प्रणालीः बिरामीको विवरण र छुट सुविधालाई पारदर्शी बनाउन सफ्टवेयर/डिजिटल प्रणाली लागू गर्ने ।
- गाउँ-गाउँमा जनचेतनाः महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका (FCHV) र स्थानीय एफ.एम. रेडियोमार्फत अस्पतालको SSU ले दिने सुविधा र चाहिने कागजातबारे दूरदराजसम्म सूचना पुऱ्याउने ।
- दक्ष जनशक्तिको स्थायी व्यवस्थाः परामर्श र सामाजिक सेवामा तालिमप्राप्त जनशक्तिलाई एकाईमा प्राथमिकताका साथ खटाउने ।

निष्कर्ष

समग्रमा भन्नुपर्दा, चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकमा रहेको सामाजिक सेवा एकाई (SSU) केवल एउटा प्रशासनिक सहायता कक्ष मात्र नभएर भौगोलिक र आर्थिक विकटता झेलिरहेका स्थानीय नागरिकका लागि 'स्वास्थ्य अधिकारको संरक्षक' हो । औषधी र उपकरणले शरीरको रोग निको पार्छ, तर यो एकाईले बिरामीको आत्मसम्मान र आशालाई पुनर्जीवित गराउँछ ।"कोही पनि नागरिक धनको अभाव वा सूचनाको कमीले अकालमा मर्नु नपरोस्" भन्ने लोककल्याणकारी राज्यको अवधारणालाई सिन्धुपाल्चोकमा साकार पार्न चौतारा अस्पतालको सामाजिक सेवा एकाईलाई अझ सबल, साधनस्रोतसम्पन्न र प्रभावकारी बनाउनु अपरिहार्य देखिन्छ ।

चौतारा अस्पतालमा लैङ्गिक हिंसा सम्बन्धी एकद्वार प्रणाली सेवा केन्द्र (OCMC) को महत्व



ममता शर्मा

ओसीएमसी फोकल पर्सन

नेपाली समाजमा घरेलु तथा लैङ्गिक हिंसा एउटा गम्भीर सामाजिक र मानवअधिकार सम्बन्धी समस्याका रुपमा रहँदै आएको छ । शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य तथा आर्थिक शोषणका घटनाहरूले व्यक्ति, परिवार र सिङ्गो समाजलाई नै नकारात्मक रुपमा प्रभावित बनाइरहेका हुन्छन् । हिंसामा परेका पीडित तथा प्रभावितहरूलाई तत्कालीन राहत, उपचार, सुरक्षा र दीर्घकालीन न्याय सुनिश्चित गर्नका लागि स्वास्थ्य मन्त्रालयले देशका विभिन्न सरकारी अस्पतालहरूमा एकद्वार प्रणाली सेवा केन्द्र (OCMC) सञ्चालनमा ल्याएको छ । सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको सदरमुकाममा स्थित चौतारा अस्पतालमा सञ्चालित ओसिएमसी सेवाले यस पहाडी जिल्लाका दूरदराजका नागरिकहरूका लागि एउटा अभयदान र आशाको किरणका रुपमा कार्य गरिरहेको छ । भौगोलिक विकटता, चेतनाको अभाव र सामाजिक कुरीतिहरू व्याप्त रहेको सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा चौतारा अस्पतालको ओसिएमसीको महत्व, यसको सेवाको प्रकृति र यसले पारेको सकारात्मक प्रभाव अत्यन्तै उच्च र दूरगामी रहेको छ ।

सिन्धुपाल्चोक जिल्ला भौगोलिक दृष्टिले विषम र विकट भूगोलमा फैलिएको छ । यहाँका धेरैजसो गाउँहरूबाट सदरमुकाम चौतारासम्म आइपुग्न पनि घण्टौको समय, कठिन यात्रा र ठूलो आर्थिक खर्च लाग्छ । यस्तो अवस्थामा हिंसामा परेका महिला, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक वा सीमान्तकृत समुदायका व्यक्तिहरू न्याय र उपचारका लागि कहाँ जाने, कोसँग सहयोग माग्ने र कसरी आफ्नो सुरक्षा गर्ने भन्ने विषयमा अन्योलमा पर्ने गर्छन् । विगतमा ओसिएमसी जस्ता एकीकृत सेवा केन्द्र नहुँदा पीडित व्यक्तिहरूले स्वास्थ्य उपचारका लागि अस्पताल, कानुनी कारबाहीका लागि प्रहरी कार्यालय, मनोसामाजिक परामर्शका लागि सामाजिक संस्था र सुरक्षित बासस्थानका लागि अन्यत्र विभिन्न ठाउँमा धाउनुपर्ने बाध्यता थियो । एउटा निकायबाट अर्को निकायमा जाँदा पीडितले बारम्बार आफ्नो दुखद् घटना दोहोऱ्याएर भन्नुपर्ने, मानसिक तनाव झेल्नुपर्ने र समाजमा घटना सार्वजनिक भई पुनः हिंसा को जोखिम मोल्नुपर्ने अवस्था थियो । चौतारा अस्पतालमा स्थापित ओसिएमसीले यो सम्पूर्ण

जटिलतालाई अन्त्य गर्दै एउटै छानामुनिबाट सम्पूर्ण आवश्यक सेवाहरू उपलब्ध गराएर पीडितको दुःख र झन्झटलाई व्यापक रुपमा घटाएको छ ।

चौतारा अस्पतालको ओसिएमसी मार्फत प्रदान गरिने सेवाहरू बहुआयामिक, एकीकृत र पूर्णतः निःशुल्क छन् । कुनै पनि हिंसा पीडित व्यक्ति अस्पतालमा आउनेबित्तिकै ओसिएमसी टोलीले उसलाई प्राथमिकताका साथ संरक्षण र सेवा प्रदान गर्दछ । केन्द्रमा उपलब्ध गराइने प्राथमिक सेवा भनेको आकस्मिक स्वास्थ्य उपचार हो । हिंसाका कारण शारीरिक चोटपटक लागेका, यौनजन्य हिंसामा परेका वा गम्भीर स्वास्थ्य समस्या झेलिरहेका पीडितहरूलाई तत्काल प्रयोगशाला परीक्षण, औषधि उपचार, घाउचोटको मलमपट्टी तथा आवश्यक परेमा भर्ना सेवासमेत निःशुल्क उपलब्ध गराइन्छ । विशेष गरी यौन हिंसामा परेका महिला तथा किशोरीहरूका लागि अनपेक्षित गर्भधारण रोक्न आपतकालीन गर्भनिरोधक औषधि, यौनजन्य सङ्क्रमण बाट बचाउन दिइने औषधि र एचआईभी सङ्क्रमणको जोखिम न्यूनीकरण गर्नका लागि पोस्ट-एक्सपोजर प्रोफिलेक्सिस जस्ता संवेदनशील स्वास्थ्य सेवाहरू समयमै उपलब्ध गराइन्छ। ओसिएमसीको यो तत्काल स्वास्थ्य intervention ले पीडितको जीवन रक्षा गर्न र भविष्यमा हुन सक्ने दीर्घकालीन स्वास्थ्य समस्याहरूबाट बचाउन निर्णायक भूमिका खेल्छ ।

स्वास्थ्य उपचारबाहेक ओसिएमसीको अर्को अति महत्वपूर्ण आयाम भनेको मनोसामाजिक परामर्श हो । हिंसाको शिकार भएका व्यक्तिहरू केवल शारीरिक रुपमा मात्र घाइते हुँदैनन्, उनीहरू गम्भीर मानसिक आघात, डर, त्रास, निराशा र आत्मग्लानिबाट गुज्रिरहेका हुन्छन् । धेरैजसो पीडितहरू डिप्रेसनमा जाने वा आत्महत्याको सोचसम्म पुग्ने जोखिम हुन्छ । चौतारा अस्पतालको ओसिएमसीमा कार्यरत तालिमप्राप्त र दक्ष मनोसामाजिक परामर्शदाताहरूले पीडितसँग व्यक्तिगत, सुरक्षित र गोप्य वातावरणमा कुराकानी गर्छन् । परामर्शदाताले पीडितको भावनालाई ध्यानपूर्वक सुन्ने, उसमा आत्मबल र आत्मविश्वास जगाउने र आघात (Trauma) बाट बाहिर निस्कन मद्दत गर्छन् । यस प्रकारको परामर्शले पीडितलाई आफ्नो जीवनलाई पुनः सामान्य अवस्थामा फर्काउन र न्यायको लडाइँ लड्नका लागि मानसिक रुपमा तयार पार्न ठूलो सहयोग पुऱ्याउँछ ।

कानुनी न्याय र अनुसन्धानको प्रक्रियामा पनि चौतारा अस्पतालको ओसिएमसीले अग्रणी भूमिका खेल्दै आएको छ । हिंसाका घटनाहरूमा कानुनी कारबाही अघि बढाउनका लागि बलियो र वस्तुनिष्ठ प्रमाणको आवश्यकता पर्दछ । ओसिएमसीमा रहेका दक्ष स्वास्थ्यकर्मीहरूले यौन हिंसा वा शारीरिक कुटपिटका घटनाहरूमा आवश्यक पर्ने मेडिकल-लीगल (Medical–Legal) परीक्षण, फरेन्सिक जाँच र चोटपटकको विस्तृत विवरण वैज्ञानिक तरिकाले संकलन र सुरक्षित गर्छन् । यो फरेन्सिक प्रमाण अदालतमा अभियुक्तलाई सजाय दिलाउन र पीडितलाई न्याय दिलाउनका लागि सबैभन्दा महत्वपूर्ण आधार बन्छ । यसका साथै, ओसिएमसीले जिल्ला प्रहरी कार्यालय सिन्धुपाल्चोक, जिल्ला सरकारी वकील कार्यालय र जिल्ला कानुनी सहायता समितिसँग प्रत्यक्ष समन्वय गरी पीडितलाई प्रहरीमा उजुरी वा किटानी जाहेरी दर्ता गर्न, कानुनी सल्लाह लिन र निःशुल्क वैतनिक वकीलको सेवा प्राप्त गर्न पूर्ण सहयोग पुऱ्याउँछ ।

गोपनीयता र मर्यादाको रक्षा गर्नु ओसिएमसीको मूल दर्शन हो । सिन्धुपाल्चोक जस्तो परम्परागत र ग्रामीण समाजमा हिंसाको घटना सार्वजनिक हुँदा पीडितलाई नै दोषी देख्ने, उसलाई हेप्ने वा सामाजिक रुपमा बहिष्कृत गर्ने गलत सोच अझै पनि विद्यमान छ । यसै डरका कारण धेरै महिला र किशोरीहरू आफूमाथि भएको हिंसा चुपचाप सहन बाध्य हुन्छन् । चौतारा अस्पतालको ओसिएमसीले पीडितको पहिचान, नाम र घटनाको विवरण पूर्ण रुपमा गोप्य राख्ने ग्यारेन्टी गर्दछ । ओसिएमसी कक्षमा अन्य

सर्वसाधारणको सहज पहुँच हुँदैन, जसले गर्दा पीडितले कुनै संकोच र भयरहित वातावरणमा आफ्ना पीडा र समस्याहरू व्यक्त गर्न सक्छन् । यो सुरक्षित वातावरणले गर्दा नै अचेल सिन्धुपाल्चोकका ग्रामीण भेगबाट पनि हिंसामा परेका व्यक्तिहरू खुलेर अस्पतालसम्म सेवा लिन आउन थालेका छन् ।

सिन्धुपाल्चोक जिल्ला आर्थिक रुपमा विपन्न र सीमान्तकृत समुदायको ठूलो बसोबास भएको क्षेत्र हो । गरिबी, बेरोजगारी, अशिक्षा र चेतनाको कमीका कारण यहाँ घरेलु हिंसा, बालविवाह, बहुविवाह जस्ता समस्याहरू तुलनात्मक रुपमा बढी देखिन्छन् । यस्ता समुदायका पीडितहरूसँग कानुनी लडाइँ लड्न वा निजी अस्पतालमा उपचार गराउन आर्थिक स्रोत हुँदैन । चौतारा अस्पतालमा सञ्चालित ओसिएमसीले दर्ता शुल्क, परीक्षण, औषधि, खाना, यातायात खर्च र कानुनी प्रक्रियामा लाग्ने सम्पूर्ण खर्च सरकारी बजेट तथा कोषबाट व्यहोर्ने भएकाले आर्थिक रुपमा कमजोर र पहुँचविहीन व्यक्तिहरूका लागि यो केन्द्र वरदान साबित भएको छ । यसले समाजका सबैभन्दा तल्लो तहका नागरिकलाई पनि न्याय र स्वास्थ्यको संवैधानिक अधिकार उपभोग गर्न सक्षम बनाएको छ ।

स्थानीय तह र विभिन्न सरोकारवाला निकायहरूसँगको अन्तर-निकाय समन्वय ओसिएमसीको सफलताको मुख्य साँचो हो । चौतारा अस्पतालको ओसिएमसीले केवल अस्पतालको घेराभित्र मात्र सीमित नरहेर जिल्लाका १२ वटै स्थानीय तह (नगरपालिका र गाउँपालिकाहरू), महिला तथा बालबालिका शाखा, न्यायिक समिति, गैरसरकारी संस्था, नागरिक समाज र स्थानीय प्रहरी चौकीहरूसँग निरन्तर संवाद गरीरहेको छ ।

निष्कर्षमा भन्नुपर्दा, चौतारा अस्पतालमा सञ्चालित लैङ्गिक हिंसा सम्बन्धी एकद्वार प्रणाली सेवा केन्द्र (OCMC) केवल एउटा उपचार कक्ष मात्र नभएर मानवीय संवेदना, न्याय र अधिकारको एउटा बलियो चौतारी हो । यसले सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा हिंसा पीडितहरूको जीवन रक्षा गर्न, उनीहरूलाई मानसिक रुपमा सबल बनाउन, न्यायको ढोका घच्घच्याउन र समाजमा पुनः सम्मानजनक रुपमा स्थापित हुन अतुलनीय योगदान पुऱ्याएको छ । आगामी दिनहरूमा यस सेवालाई अझ व्यापक, प्रविधिमैत्री र प्रभावकारी बनाउनका लागि चौतारा अस्पतालको भौतिक पूर्वाधारको विकास, तालिमप्राप्त जनशक्तिको निरन्तरता, पर्याप्त बजेटको व्यवस्थापन र स्थानीय तहहरूसँगको सहकार्यलाई अझ मजबुत बनाउनु आवश्यक छ । तब मात्र जिल्लाका हरेक दुर्गम कुनाका हिंसा पीडितले बिना कुनै अवरोध ओसिएमसीको छत्रछायामा न्याय र स्वास्थ्यको अनुभूति गर्न सक्नेछन् ।

The Silent Heroes of Healthcare

Behind every accurate diagnosis, there is often a story that begins in the laboratory.



Priya GC
Medical Lab Technologist
Chautara Hospital

A medical laboratory technician may not always stand beside the patient, but their work stands behind every important medical decision. From collecting a sample to performing tests & reporting. results, every step requires knowledge, patience, accuracy & responsibility.

A tiny drop of blood can reveal what human eye cannot see. A simple test can help detect a disease, monitor treatment & sometimes save a life. This makes the laboratory more than just a room filled with machines, it is a place where science meets humanity.

Laboratory professionals work quietly, often away from public attention, yet their contribution is essential to modern healthcare. One accurate result can guide the doctor towards right treatment, while one careless mistake can affect patient life.

Therefore, being a medical laboratory professional is not simply a profession. It is a responsibility to science, to healthcare, and more importantly to every patient, where their hope depends on our report.

We may work behind the scenes, but our results help change lives.

अस्पतालमा सेवा लिन आएका सेवाग्राहीहरू









अस्पतालमा C-arm मेसिन जडान भएपछि निरन्तर रुपमा OT संचालन













अस्पतालमा विशेषज्ञ चिकित्सकवाट हर्निया हाइड्रोशीलको अप्रेशन सम्वन्धी शिविर










इको सहितको मुटुरोग विशेषज्ञ सेवा













अस्पतालको वारेमा प्रकाशित समाचारहरु

annapurnapost.com

अन्नपूर्ण पोस्ट

देशकै उत्कृष्ट बन्यो चौतारा अस्पताल



सुन्दर शिरीष | *सिन्धुपाल्चोक*

सिन्धुपाल्चोकको सदरमुकाममा रहेको चौतारा अस्पताल न्यूनतम सेवा मापदण्ड कार्यान्वयन तथा क्लिनिकल अडिट मापनमा नेपालकै उत्कृष्ट बनेको छ।

५० शय्याअन्तर्गतका अस्पतालमा गरिएको न्यूनतम सेवा मापदण्ड मापन 'ए' लेभलमा चौतारा अस्पतालले ९६ अंक प्राप्त गरी नेपालकै उत्कृष्ट हुन सफल भएको हो। बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालयले अस्पतालको अनुगमन प्रशासनिक व्यवस्थापनमा ९७ प्रतिशत, क्लिनिकल सेवा प्रवाहमा ९५ प्रतिशत र अस्पताल सर्पोट सर्भिसमा ९७ प्रतिशत गरी कुल १ सय प्रतिशतमध्ये ९६ प्रतिशत अंक ल्याएको हो। निर्देशनालले २०८२ चैत ८ र ९ गते अस्पतालमा न्यूनतम सेवा मापदण्डको अनुगमन गरेको थियो।

अनुगमनपछि समीक्षा कार्यक्रममा विभिन्न २६ सूचांकका आधारमा अनुगमन गरेको अनुगमन टोलीका सदस्य वरिष्ठ मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा.राजेन्द्र लामाले बताए।

तामाङसहितको पाँच सदस्यीय टोलीले अनुगमन गर्दा अस्पतालको सेवामा जम्मा १०० प्रतिशतमध्ये ९६ प्रतिशत ल्याई नेपालमै ५० शय्या समूहमा प्रथम भएको कार्यक्रममा घोषणा गरिएको थियो।

'चौतारा अस्पतालको रेकर्डिङ, नियमित मर्निङ कन्फरेन्स, डेटा भेरिफिकेसनलगायत कामहरू देशभरमै साँच्चिकै उत्कृष्ट देखिएका छन्', उनले भने, 'यसले सेवा गुणस्तरमा निरन्तर सुधारको संकेत गर्दछ।' कार्यक्रममा १०० अंक ल्याउन ४ अंक नपुग्नुका कारणहरू बारेसमेत समीक्षा गर्दै अगामी वर्ष शतप्रतिशत अंक ल्याउन काम गर्न अस्पतालले जनाएको छ।

'हामीले अस्पतालको सेवा र गुणस्तरमा अझ सुधार ल्याउने छौं, अस्पतालका मेडिमल सुपरिटेन्डेन्ट डा.रुद्रमणि भण्डारीले भने, 'हामीसँगै सबै कर्मचारीको प्रतिबद्धता र मेहनतले नै यस्तो उपलब्धि सम्भव भएको हो। हाम्रो मुख्य लक्ष्य सदैव बिरामीको सहज र गुणस्तरीय सेवा प्रदान गर्नु हो।'

अस्पतालले आगामी वर्ष शतप्रतिशत अंक ल्याउने लक्ष्यसहित सुधारात्मक योजना अघि बढाउने जनाएको छ। यसअघि अस्पताल बागमती प्रदेशको प्रथम, देशभरिको दोस्रो भएको थियो। समीक्षा कार्यक्रममा चौतारा अस्पताल सञ्चालन समितिका अध्यक्ष केशवराज गिरी, प्रमुख जिल्ला अधिकारी रामकृष्ण अधिकारी, प्रहरी प्रमुख काजीकुमार आचार्य, स्वास्थ्य निर्देशनालयका डा. माधव पौडेल, जनप्रतिनिधिहरूको सहभागिता रहेको थियो।



KANTIPUR

समाचार राजनीति सोल्टुङ अन्तर्राष्ट्रिय अर्थ भिडियो विचार खेलकुद / साहित्य अन्य

चौतारा अस्पताल नेपालकै उकृष्ट हुन सफल



सिन्धुपाल्चोक । सिन्धुपाल्चोकको प्रदेशिक चौतारा अस्पताल न्यूनतम सेवा मापदण्ड कार्यान्वयन तथा क्लिनिकल अडीट मापन 'ए' लेभलमा ९६ अंक प्राप्त गरी नेपालकै उकृष्ट हुन सफल भएको छ।

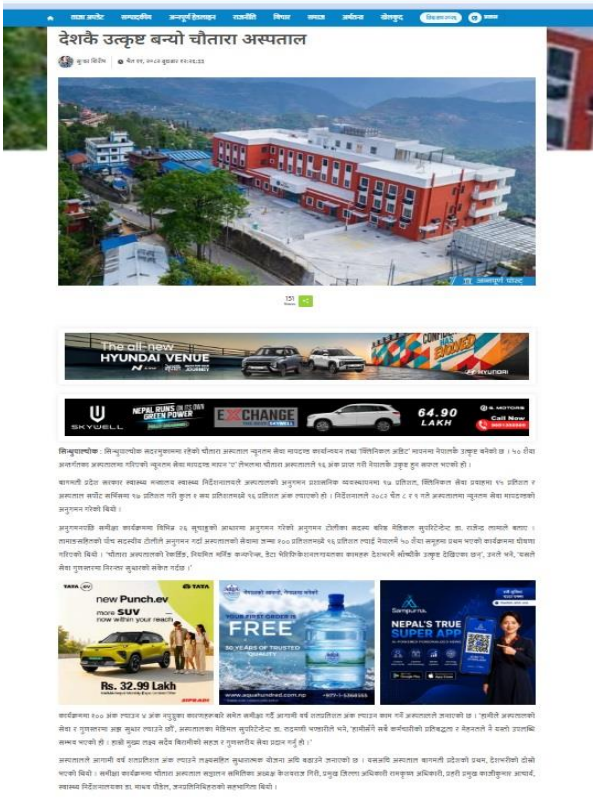
बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालयले अस्पतालको अनुगमन प्रशासनिक व्यवस्थापनमा ९७ प्रतिशत, क्लिनिकल सेवा प्रवाहमा ९५ प्रतिशत र अस्पताल सर्पोट सर्भिसमा ९७ प्रतिशत गरी कुल १ सय प्रतिशतमध्ये ९६ प्रतिशत अंक ल्याइ चौतारा अस्पताल ५० शैया वर्गको अस्पतालमा पहिलो भएको हो।

निर्देशनालले २०८२ चैत ८ र ९ गते अस्पतालमा न्यूनतम सेवा मापदण्डको अनुगमन गरेको थियो। अनुगमनपछि समिक्षा कार्यक्रममा विभिन्न २६ सूचाङ्को आधारमा अनुगमन गरिएको र १०० अंक ल्याउन ४ अंक नपुग्नुका कारणहरू बारेसमेत समिक्षा गर्दै अगामी वर्ष शतप्रतिशत अंक ल्याउन काम गर्न अस्पतालले जनाएको छ ।

निर्देशनालयका न्यूनतम सेवा मापदण्ड अनुगमन टोली प्रमुख वरिष्ठ मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट राजेन्द्र लामाङसहितको पाँच सदस्यीय टोलीले अनुगमन गर्दा अस्पतालको सेवामा जम्मा १०० प्रतिशत मध्ये ९६ प्रतिशत ल्याइ नेपालमै ५० शैया समूहमा प्रथम भएको कार्यक्रममा बताए। 'चौतारा अस्पतालको रेकर्डिङ रिपोर्टिङ, नियमित मर्निङ कन्फरेन्स, डाटा भेरिफिकेसनलगायतका कार्यहरू उत्कृष्ट देखिएको छ ।

यसअघि अस्पताल बागमती प्रदेशको प्रथम, देशभरीको दोस्रो भएको थियो।

कमला पाख्रिन
पाख्रिन वार्षिलिङ टोलीका लागि सिन्धुपाल्चोक संवाददाता हुन।



रेडियो नेपाल
Radio Nepal Online

चौतारा अस्पतालमा स्याटलाइट क्लिनिक सञ्चालन हुने

सिन्धुपाल्चोक। सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको मदनपुरमा चौतारास्थित चौतारा अस्पतालमा स्याटलाइट क्लिनिक सञ्चालन हुने भएको छ।

प्रादेशिक अस्पताल चौतारा र गुल्मराज दन्तिबाट तथा नरेश्वर तीन अस्पताल, टेकु काठमाडौंबीच स्याटलाइट क्लिनिक सञ्चालन सम्बन्धी सहमतिपत्रमा भएपछि चौतारा अस्पतालमा स्याटलाइट क्लिनिक सञ्चालन हुने भएको हो।



दुवै संस्थाबीच स्याटलाइट क्लिनिकमार्फत विशेषज्ञ तथा अत्यावश्यक सेवा उपलब्ध गराउने उद्देश्यले सम्झौतामा पक्ष हस्ताक्षर भइसकेको र नयाँ सेवा यही साउनको १ गतेबाट सञ्चालनमा आउने अस्पतालले जनाएको छ।

सम्झौतामा पक्ष गुल्मराज अस्पतालले सेवा प्रदान गर्ने जनशक्तिलाई प्रभावित बनाउन र स्वीकृत मापदण्डको अधीनमा रही पारामेडिक र खाजा खर्चको व्यवस्थापन गर्नुपर्ने र चौतारा अस्पतालले स्वास्थ्य संस्थासँग समन्वय गरी आवश्यकतामा क्लिनिक सञ्चालन गर्नुपर्ने उल्लेख गरिएको छ।

सम्झौतापछि पक्ष गुल्मराज अस्पतालसम्पर्कबाट निर्देशक डा. युवराज बस्नेत र चौतारा अस्पतालकोतर्फबाट मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. रामचन्द्र भण्डारीले हस्ताक्षर गर्नुभएको छ।

होला महिनामा टोली हप्ता र पाँचौं हप्तामा अङ्गताका गरी दुईदिन सञ्चालन हुने सो क्लिनिकमा बालरोग, जनरल मेडिसिन, छाला तथा दाँत रोग लगायत अन्य विशेषज्ञ सेवा प्रदान हुने चौतारा अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. भण्डारीले जानकारी दिनुभयो।

तपाईको आवाजका लागि
सर्वपक्ष
राष्ट्रिय दैनिक पत्रिका

ताजा खबरको साथी
जुगल खबर
www.jugalkhabar.com

राष्ट्रिय सम्पत्ति-पुनर्प्राप्ति अभियान किन नथाल्ने ? पृष्ठ ७

राज्यलाई कर किन तिर्ने ? पृष्ठ ८

कफी पकेट कार्यक्रम दोस्रो वर्षमा

चौतारा अस्पताल ५० शैयामा नेपालकै उत्कृष्ट अस्पतालको शीर्ष स्थानमा

लिदी पहिरोका मृतकको सम्झनामा छ्यार्तेन निर्माण हुने

पिनासका लक्षणहरू:

- शाक बन्द हुनु, नाकबाट श्वास फेर्न गाह्रो हुनु र टाउको दुख्नु,
- आँखाको अगाडी र तलको भाग दुख्नु,
- नाकको घेउझाउ र अनुहार छोएपछि दुख्नु,
- विशाको समभा टाउको बढी दुख्नु,
- पीजे शक्ति कमजोर हुनु,
- नाकबाट बाक्लो, पहेंलो सिंगाज बग्नु,
- बकाल महसुस हुनु, टाउको भारी र शरीर आलस्य हुनु आदी ।

लक्षण देखिएमा नजिकको स्वास्थ्य चौकिमा जाथ जराऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

जुगल खबर

चौतारा अस्पतालमा सामाजिक परीक्षण: सेवामा सुधार

ताजा समाचार

लोकप्रिय

जुगल खबर
www.jugalkhabar.com

चौतारा अस्पतालमा विशेषज्ञ सेवा दिने गरी स्याटेलाइट क्लिनिक सञ्चालनको सम्झौता

ताजा समाचार

लोकप्रिय

चौतारा अस्पतालको सामाजिक परिक्षण कार्यक्रम









चौतारा अस्पतालमा गरिएको फायर सम्वन्धी कृत्रिम घटना अभ्यास





RADIO SINDHU
105 MHz

मूलपृष्ठ | सिन्धुपाल्चोकमा आज | राष्ट्रिय | स्थानीय | अन्तर्राष्ट्रिय | निर्वाचन २०७९ | डोलखुर्द | आर्थिक | अन्य | भाडाकी

ताजेत

चौतारा अस्पतालमा आपतकालीन प्रतिकार्य क्षमताको परीक्षण गर्न कृत्रिम घटना अभ्यास

दिपक खत्री



सिन्धुपाल्चोक — चौतारा अस्पतालमा आपतकालीन अवस्थाको व्यवस्थापन क्षमता अभिवृद्धि गर्न उद्देश्यले कृत्रिम घटना अभ्यास सञ्चालन गरिएको छ। अस्पतालले ईन्द्रध्वज गण तथा जिल्ला प्रहरी कार्यालय सिन्धुपाल्चोकसँगको समन्वयमा काल्पनिक घटनामा आधारित आपतकालीन प्रतिकार्य अभ्यास प्रदर्शन गरेको हो।

अस्पताल परिसरमा सिर्जना गरिएको काल्पनिक घटनामा अस्पताल भवनमा आगलागी भएको परिदृश्य तयार गरी आगो नियन्त्रणका उपाय, फायर सेफ्टी म्यानेजमेन्ट, तथा आवश्यक सामग्रीहरुको लजिस्टिक व्यवस्थापन सम्बन्धी अभ्यास गरिएको थियो। अभ्यासका क्रममा फायर एक्स्टिङ्गुइसर प्रयोग गर्ने तरिका, सुरक्षित निकास तथा आपतकालीन अवस्थामा अपनाइने इन्सिडेन्ट कमाण्ड सिस्टम अनुसारको कार्यप्रणाली प्रदर्शन गरिएको थियो। यसैगरी एलपी ग्यास सिलिन्डर लिकेज भएर आगलागी हुन सक्ने सम्भावित जोखिमलाई ध्यानमा राखी त्यसको नियन्त्रण तथा न्यूनीकरणका उपायहरुबारे प्राविधिक जानकारी पनि प्रस्तुत गरिएको थियो।

अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. रुद्रमणी भण्डारीका अनुसार आपतकालीन अवस्थामा अस्पतालमा उपलब्ध मानव संसाधन, उपकरण तथा अन्य स्रोतसाधनको प्रभावकारी परिचालन कस्तरी गर्ने भन्ने विषयमा स्वास्थ्यकर्मीलाई व्यवहारिक रूपमा अभ्यास गराउने उद्देश्यले कार्यक्रम आयोजना गरिएको हो। साथै विभिन्न विभागका चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी तथा कर्मचारीको भूमिका र जिम्मेवारी स्मरण गराउने पनि अभ्यासको उद्देश्य रहेको उनले बताए।

अभ्यासमा स्वास्थ्यकर्मी, अस्पताल कर्मचारी, व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारी तथा सर्वसाधारणको सहभागिता रहेको थियो। अस्पताल व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष केशवराज गिरीले यस्ता अभ्यासले सम्भावित विपद्का समयमा समन्वय क्षमता अभिवृद्धि गर्न महत्वपूर्ण योगदान पुर्‍याउने विश्वास व्यक्त गरे।







चौतारा अस्पतालमा नियमित कार्यक्रम अन्तरगत डाटा भेरिफिकेशन र CME/CNE कार्यक्रम

















वार्षिक समिक्षा गोष्ठी, बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय, स्वास्थ्य निर्देशनालय, हेटौडा नेपाल, तेस्रो दिन

गणतन्त्र दिवसको अवसरमा चौतारा अस्पतालवाट गरिएको खुल्ला रक्तदान कार्यक्रम











गणतन्त्र दिवसको अवसरमा चौतारा अस्पतालवाट गरिएको विविध गतिविधिशहरु













चौतारा अस्पताल र शुक्रराज ट्रपिकल तथा सरुवा रोग अस्पताल विच स्याटलाइट क्लिनिक संचालन सम्वन्धी सम्झौताका केही झलकहरु















नियमित रुपमा हुने अस्पताल सरसफाइका केही झलकहरु










उत्कृष्ट कर्मचारीहरु सम्मान तथा स्वागत कार्यक्रमका केही झलकहरु















चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकको MSS को समिक्षाको केहि झलकहरु



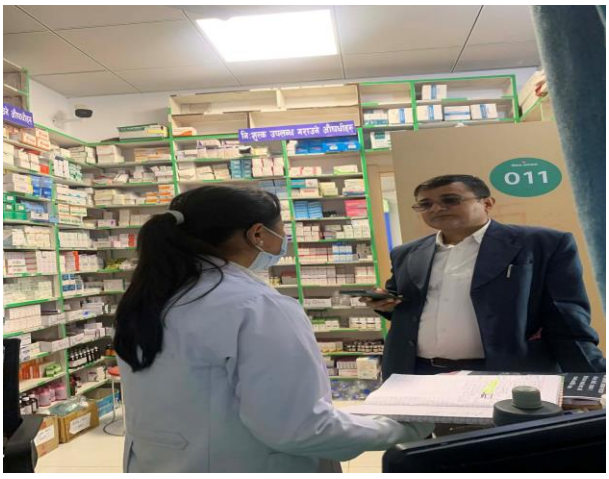












011


unv
unv



आर्थिक बर्ष २०८२/०८३ मा चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकबाट सेवा लिने सेवाग्राहीको संख्या

Annual Report of F/Y:2082/83

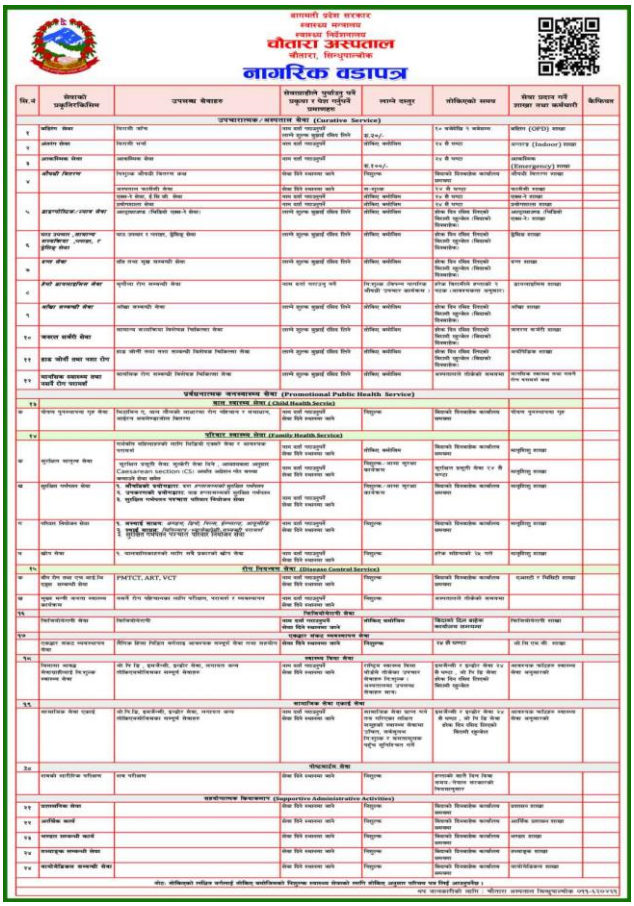
SN	Types of Service	Shrawan	Bhadra	Ashoj	Kartrik	Mangsir	Poush	Magh	Falgun	Chaitra	Baishakh	Jestha	Ashar	Total
1	Total Number of Patient	4553	4558	4576	3617	3803	3996	4146	3665	4164	4103	4593	5048	50822
2	OPD	4038	4086	3727	3094	3392	3596	3688	2945	3709	3558	3906	4404	44143
	Other		3	2	2	0	0	4	0	0	0	0	0	**11**
3	Ortho OPD	523	575	459	531	500	591	623	457	603	516	577	514	6469
4	Physiotherapy	92	86	56	51	96	92	85	89	123	118	61	121	1070
5	Eye	269	274	176	167	188	256	264	202	302	254	338	346	3036
6	Dental	468	393	384	361	337	346	312	281	394	349	312	337	4274
7	Emergency	515	472	849	523	411	400	458	720	455	545	687	644	6679
8	MCH	109	113	113	95	104	113	93	78	134	138	177	182	**1449**
	MCH ANC	53	52	52	42	42	41	40	44	59	62	68	91	**646**
9	Major Surgery	3	14	11	6	7	8	12	7	6	4	6	14	98
10	Intermediate Surgery	13	4	3	1	2	4	10	5	1	0	2	8	53
11	Minor Surgery OT	184	244	174	143	130	185	137	136	160	164	144	255	2056
12	Total Admission	110	112	105	53	82	75	79	88	52	56	100	123	1034
	General Ward(Admission)	89	88	87	47	61	56	58	72	38	48	89	97	829
	Maternity(Admission)	21	24	18	6	21	19	21	16	14	8	11	26	**205**
13	Total Discharge	106	110	112	54	78	74	74	92	54	52	97	122	1025
	General Discharge	87	85	92	49	58	57	53	75	40	45	86	98	825
	Maternity Discharge	19	25	20	5	20	17	21	17	14	7	11	24	200
14	Total Refer	51	54	110	61	54	41	46	55	64	52	66	45	699
	i). ward Refer	23	21	19	6	10	11	8	12	8	6	13	11	**148**
	ii).Emergency Refer	28	33	91	55	44	30	38	43	56	46	53	34	**551**
15	Total Delivery	16	14	12	5	14	17	15	14	8	5	7	21	148
	i). Normal Delivery	13	10	7	4	9	13	14	10	7	5	7	16	115
	ii). CS	3	4	5	1	5	4	1	4	1	0	0	5	33
	iii). Vacuum Delivery	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	Total Abortion	1	7	0	2	5	2	1	0	8	1	4	2	33
	i). CAC	1	5	0	2	4	2	0	0	6	1	2	0	**23**
	ii). PAC	0	2	0	0	1	0	1	0	2	0	2	2	**10**
17	X-ray	740	810	830	646	736	761	845	794	813	741	1055	996	**9767**
18	USG	209	222	134	138	219	198	169	93	138	105	182	231	**2038**
19	ECG	364	390	409	358	348	355	368	397	413	375	491	494	**4762**
20	Echo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	62	41	**123**
21	Laboratory(Person)	1711	1653	1634	1331	1513	1554	1536	1518	1485	1422	1684	1924	**18965**
22	Laboratory(Test)	15004	15948	13132	12022	13819	13869	14395	15640	14098	14854	16887	19113	**178781**
23	Dialysis (session)	26	26	34	34	33	34	31	32	36	39	38	40	**403**
24	SNCU	2	3	1	1	1	3	0	2	1	0	2	4	**20**
25	SSU	97	133	98	69	64	67	90	79	97	116	118	43	**1071**
26	DOTS	13	13	8	9	10	10	10	10	10	10	10	11	**124**
27	ART	85	85	85	88	88	88	88	88	88	88	88	89	**1048**
28	Brought Death	1	2	1	0	0	0	1	3	1	3	1	0	**13**
29	Emergency Death	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	**3**
30	Inpatient Death	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	1	**4**
31	OCMC	8	3	1	1	2	4	1	2	4	2	3	3	34
	New	8	3	1	0	2	4	1	2	4	1	3	2	**31**
	Follow Up	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	**3**
32	Total Medicolegal	60	44	91	40	13	51	49	2	69	38	68	54	579
	i). Postmartum	6	6	10	1	4	5	3	2	3	1	5	4	**50**
	ii). Injury	32	22	49	22	5	34	26	0	38	26	41	33	**328**
	iii). Drunkenness	22	16	32	17	4	12	20	0	28	11	22	17	**201**
33	Total inpatient Days	333	322	284	189	263	269	315	325	192	158	297	338	3285
34	Bed Occupancy Rate	34.69	33.54	29.58	19.69	27.4	28.02	32.81	33.85	20	16.46	30.94	35.21	28.82
35	Average length of stay	3.14	2.93	2.54	3.5	3.37	3.64	4.26	3.53	3.56	3.04	3.06	2.77	3.2
36	Throughput of inpatients	3.44	3.5	3.25	1.66	2.56	2.34	2.47	2.75	1.63	1.75	3.13	3.84	2.69
37	Inpatient sex Ratio	0.49	0.45	0.53	0.42	0.53	0.72	0.51	0.77	0.42	0.49	0.41	0.54	0.52
38	Hospital bed turnover rate	3.31	3.44	3.5	1.69	2.44	2.31	2.31	2.88	1.69	1.63	3.03	3.81	2.67

नागरिक वडापत्र

गुनासो/सुझाव दर्ता फारम

गुनासो, सुझाव वा प्रतिक्रिया पठाउन QR स्क्यान गरी फारम भर्नुहोस् ।

चौतारा अस्पातल, सिन्धुपाल्चोक



चौतारा अस्पताल
नागरिक वडापत्र

CCTV Coverage





चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोक
बार्षिक प्रगती प्रतिवेदन २०८१ ०८२/

ABBREVIATIONS

ANC	:	Ante-Natal Care
CS	:	Caesarian Section
ART	:	Ante Retrovial Therapy
ARV	:	Ante- Retro Viral
OT	:	Operation Theatre
ECG	:	Electrocardiogram
EHS	:	Extended Health Service
MA	:	Medical Abortion
MVA	:	Manual Vaccum Aspiration
OCMC	:	One door Crisis Management Centre
CEONC	:	Comprehensive Emergency Obstetric and Neonatal Care
OPD	:	Out Patient Department
IPD	:	In Patient Department
USG	:	Ultrasonography
RCT	:	Root Canal Treatment
ER	:	Emergency
HDU	:	High Dependency Unit
ICU	:	Intensive Care Unit
NICU	:	Neonatal Intensive Care Unit
PICU	:	Pediatric Intensive Care Unit
CME	:	Continuing Medical Education
CDC	:	Centre for Disease Control
CSSD	:	Central Sterile Supply Department
आ.व.	:	आर्थिक बर्ष

बागमती प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास मन्त्रालय

स्वास्थ्य निर्देशनालय

चौतारा अस्पताल

सिन्धुपाल्चोक, नेपाल