संचारकर्मी, स्वास्थ्यकर्मी तथा सरोकारवालाहरुसँग

स्वास्थ्य सेवा प्रवर्द्धन सम्बन्धी

पैरवी कार्यक्रम

मितिः २०८२/०३/२३

स्थानः कन्चनजङ्घा पार्टी प्यालेस, विराटनगर

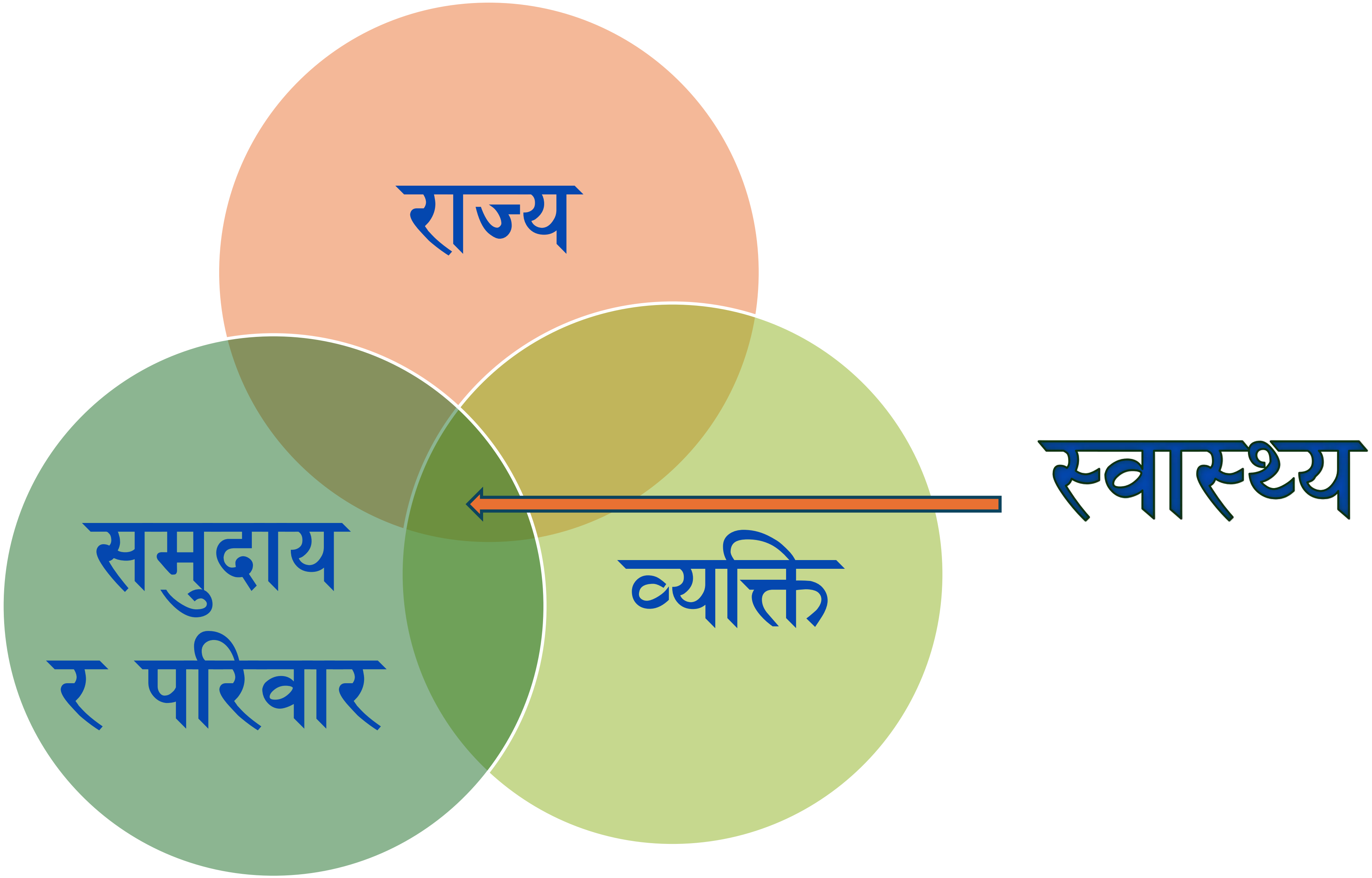
आयोजकः

प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य मन्त्रालय

कोशी प्रदेश, विराटनगर

स्वास्थ्यः एक साझा जिम्मेवारी



मेरो स्वास्थ्य, मेरो जिम्मेवारी
स्वास्थ्य प्रवर्द्धन अभियान

स्वास्थ्य प्रवर्द्धन: दिगो रोकथामको आधार

- स्वास्थ्य प्रवर्द्धन भनेको व्यक्तिलाई आफ्नो स्वास्थ्य माथि आफ्नै नियन्त्रण बढाउन र दैनिक स्वास्थ्य व्यवहारमा सुधार गर्न सक्षम बनाउने प्रक्रिया हो।
- यसले व्यवहार परिवर्तन, जीवनशैली सन्तुलन, रोगको रोकथाम र समुदाय सशक्तीकरणमा जोड दिन्छ।

स्वास्थ्य प्रवर्द्धनको सान्दर्भिकता

- तीन प्रकारका स्वास्थ्य समस्याहरुको भार सामना (सर्ने, नसर्ने रोग र दुर्घटना)
- दिगो विकास लक्ष्य -३ प्राप्तिका लागि आवश्यक

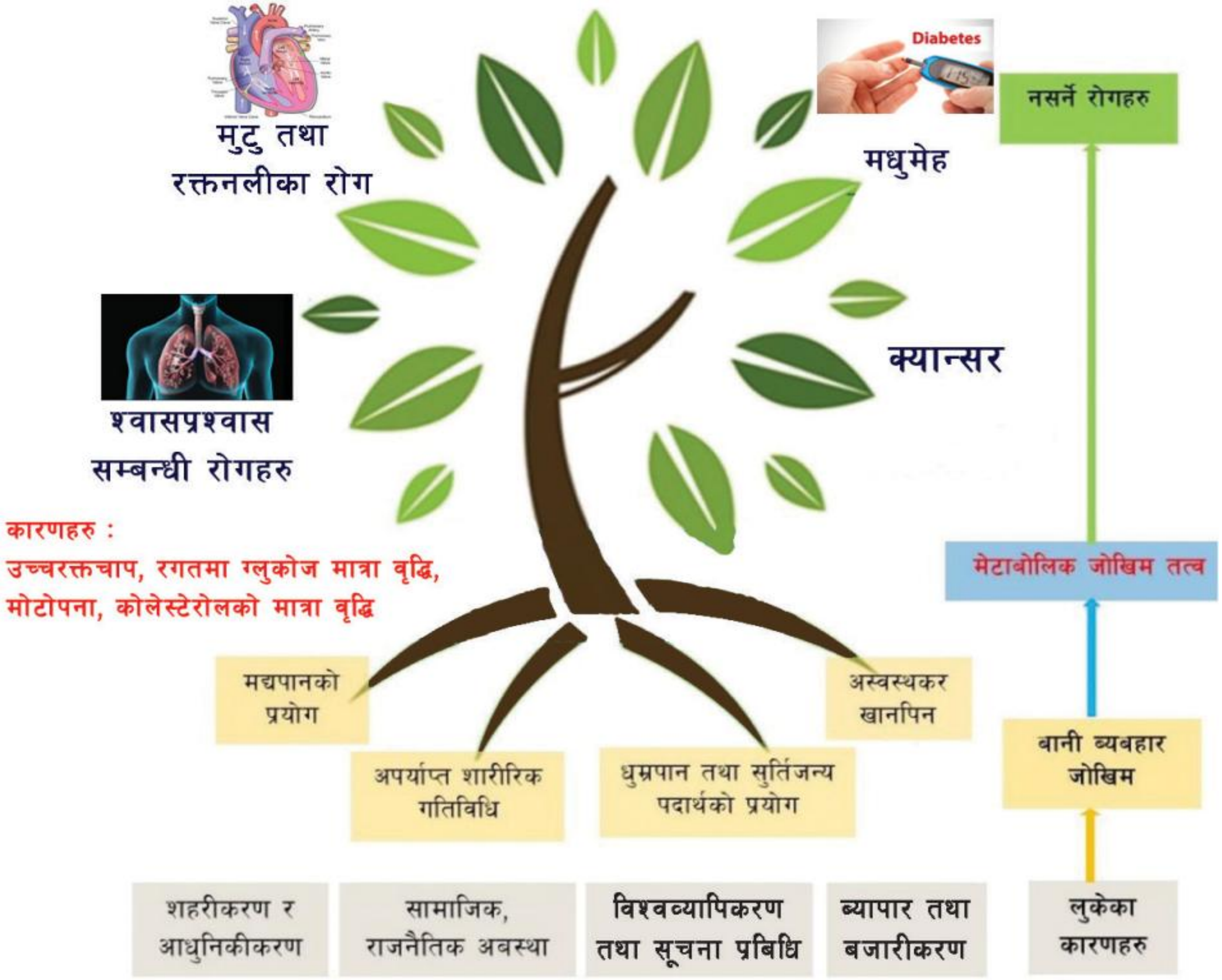
(स्वस्थ जीवनको सुनिश्चितता गर्दै समृद्ध जीवन स्तरको प्रवर्द्धन गर्ने)

- जनचेतनाको कमी र स्वास्थ्य साक्षरताको न्यून दर
- स्वास्थ्य सेवाको उपयोगमा वृद्धि
- स्वास्थ्य सेवा खर्च वृद्धि
- जीवनशैली जन्य रोगहरूको बढ्दो समस्या (NCDs)

नसर्ने रोगको कारक तत्वहरु

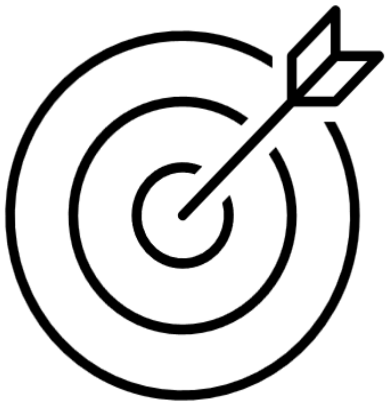
कारक तत्वहरु

- परिवर्तन गर्न नसकिने
  - उमेर
  - लिङ्ग
  - जाति
  - पारिवारिक अवस्था
- परिवर्तन गर्न सकिने
  - रोग संग सम्बन्धित
    - उच्च रक्तचाप
    - मधुमेह
    - कोलेस्ट्रोल
    - मोटोपना बढी तौल
  - जीवनशैली सम्बन्धित
    - सुर्तिजन्य पदार्थ
    - मद्यपान
    - अस्वस्थ्य खानपान
    - निष्क्रिय जीवनशैली



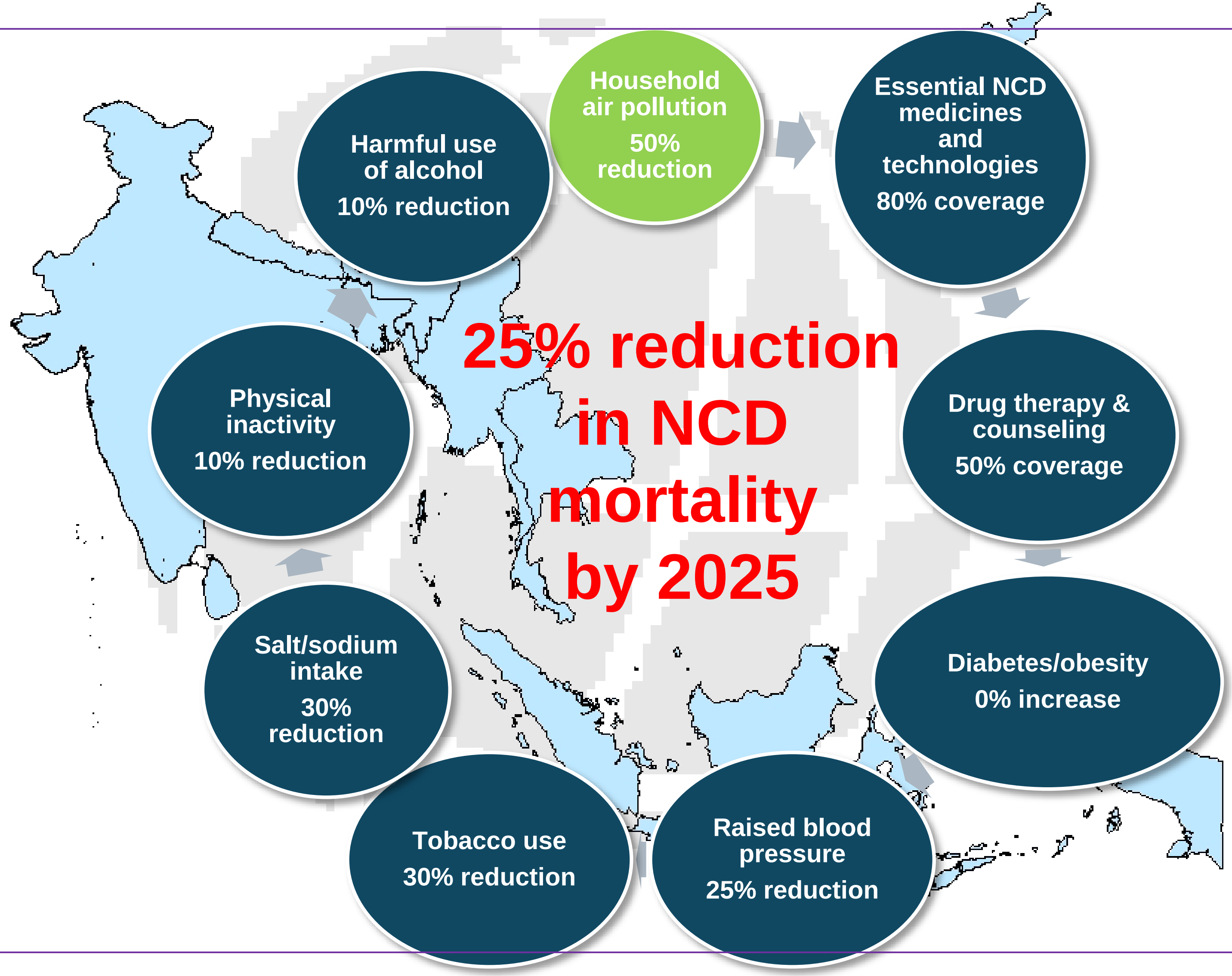
दिगो विकास लक्ष्यमा नसर्ने रोग

दिगो विकास लक्ष्य नं ३.४ ले सन् २०३० सम्म नसर्ने रोगबाट हुने असामयिक मृत्युदरलाई एक तिहाईले घटाउने लक्ष्य राखेको छ।



SDG 3.4 set target for countries to reduce premature mortality from NCDs by one third levels by 2030.

Regional and National Targets for NCD



नसर्ने रोगबाट नेपालमा मृत्यु

७१% मृत्युको कारण नसर्ने रोग

(हरेक १० जनामा ७ जनाको मृत्यु नसर्ने रोगबाट हुने गरेको)

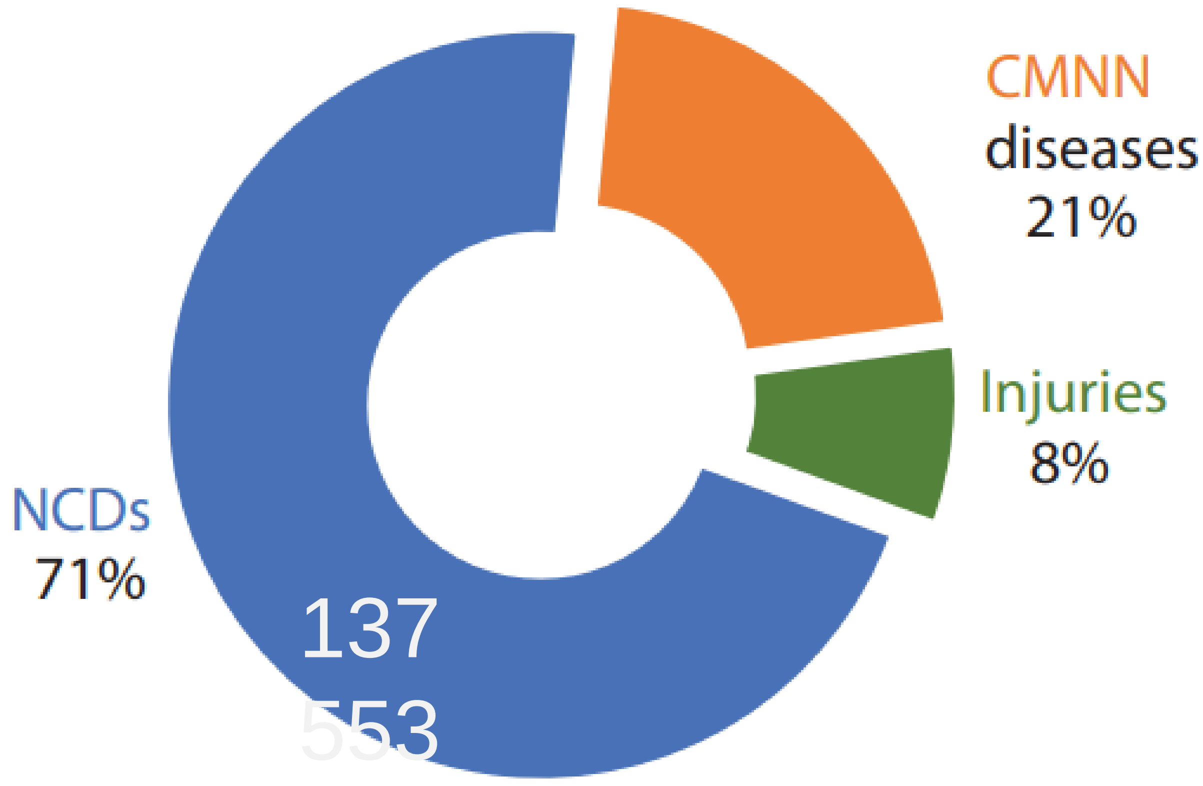
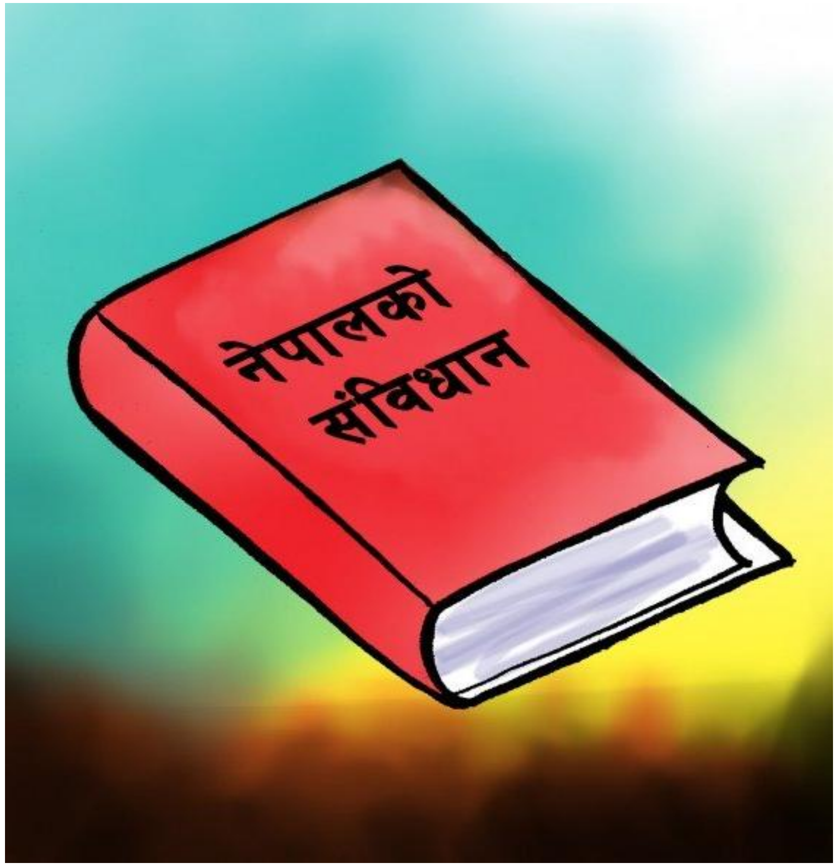


Figure 4: Proportion of deaths due to NCDs, CMNN diseases and injuries in 2019

नीतिगत व्यवस्था

- नेपालको संविधान २०७२ – आधारभूत स्वास्थ्य सेवा नागरिकको मौलिक हक
- नेपाल जनस्वास्थ्य सेवा ऐन २०७५, नियमावली २०७७ – नसर्ने रोग तथा मानसिक स्वास्थ्य सेवा आधारभूत स्वास्थ्य सेवाको अंग
- आधारभूत स्वास्थ्य सेवाका ९ वटा मूख्य अङ्गहरुमध्ये स्वास्थ्य प्रवर्द्धन एवं नसर्ने रोग तथा मानसिक स्वास्थ्य सेवा पर्दछन्।



नसर्ने रोगहरूको रोकथाम र नियन्त्रणका लागि बहुक्षेत्रीय कार्ययोजना

२०२१-२०२५

नेपाल सरकार मन्त्रिपरिषद्को मिति २०७८ साल माघ २४ गतेको निर्णयबाट स्विकृत

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
रामशाहपथ, काठमाडौं

नसर्ने रोगहरुको रोकथाम र नियन्त्रणका लागि बहुक्षेत्रीय कार्ययोजना सार्वजनिकिकरण कार्यक्रम

Launch of the Multisectoral Action Plan for the Prevention and Control of Non-Communicable Diseases(2021-2025)

मितिः चैत्र २४, २०७८

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय

नसर्ने रोगका जोखिम तत्वहरु

- सुर्तीजन्य पदार्थ सेवन गर्नेको प्रतिशत – २२.८
- मद्यपान सेवन गर्नेको प्रतिशत – २३.१
- १ दिनमा औशतमा ५ सर्भिङ भन्दा कम फलफूल र तरकारी खानेको प्रतिशत –९६.४
- औषत नुन प्रयोग प्रतिदिन –९.२ ग्राम
- केही वा धेरै मात्रामा काम, व्यवसायको तनाव लिनेको प्रतिशत – ५८.५
- अधिक वजन र मोटोपना हुनेको प्रतिशत – २२.९
- उच्च रक्तफ्चाप हुनेको प्रतिशत – २६.६
- रगतमा चिनिको मात्रा बढी भएको र वा औषधि प्रयोग गरिरहेको प्रतिशत – २८.८
- जम्मा कोलेस्टेरोलको मात्रा बढी भएको प्रतिशत – १४.८
- स्वास्थ्यकर्मीबाट रक्तचाप नाप्नेको प्रतिशत – ६८

(STEPS Survey, 2019)

नेपालमा सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोग

- सुर्तीजन्य पदार्थको वयस्क प्रयोगकर्ताहरुको संख्याः ३.८ मिलियन
- जम्मा जनसंख्याको २८% ले सूर्तीजन्य पदार्थ प्रयोग गर्छन् जसमा १६% ले चुरोट सेवन गर्छन्।
- सबै मृत्युको १४.९% कारणः सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन (२७१३७ जना प्रतिवर्ष)
- सुर्तीजन्य पदार्थले १४ विलियन रुपैयाँ राजस्व आम्दानी प्रदान गर्दछ भने जम्मा २३ विलियन रुपैयाँ बराबरको आर्थिक नोक्सानी गर्दछ।

(Tobacco Atlas, 2019)

जनस्वास्थ्य सेवा ऐन् २०७५, दफा ४५ मा मदिरा तथा सुर्तीजन्य पदार्थको प्रचार प्रसार सम्बन्धी व्यवस्था

४५. जनस्वास्थ्यलाई प्रभावित पार्ने विज्ञापन तथा प्रचार प्रसारः (१) मदिरा, चुरोट, सुर्ती तथा सुर्तीजन्य पदार्थ लगायतका मानव स्वास्थ्यलाई प्रतिकुल असर गर्ने कुनै पनि विज्ञापन सामग्रीको उत्पादन वितरण तथा प्रचार प्रसार गर्न पाइने छैन।

(२) मानसिक तथा शारीरिक स्वास्थ्यलाई असर गर्ने सामग्री तथा सेवा तर्फ आकर्षित गर्ने गरी गलत वा भ्रामक सूचना राखी विज्ञापनको उत्पादन, वितरण तथा प्रचार प्रसार गर्न पाइने छैन।

सूर्तिजन्य पदार्थ (नियन्त्रण र नियमन गर्ने) ऐन, २०६८

प्रमाणीकरण र प्रकाशन मिति

२०६८।१।२६

संशोधन गर्ने ऐन

केही नेपाल ऐनलाई संशोधन गर्न बनेको ऐन, २०७२ २०७२।११।१३

संवत २०६८ को ऐन नं. १

सूर्तिजन्य पदार्थको नियन्त्रण र नियमन गर्ने सम्बन्धमा व्यवस्था गर्न बनेको ऐन

प्रस्तावना : धूम्रपान तथा सूर्ति सेवन मानव स्वास्थ्यको लागि अत्यन्त हानिकारक भएको र धूम्रपान तथा सूर्ति सेवनले मानव जीवनको आर्थिक, सामाजिक र साँस्कृतिक क्रियाकलापमा समेत नकारात्मक असर पार्ने भएकोले सो कार्यलाई नियन्त्रण गरी सर्वसाधारण जनताको स्वास्थ्य, सुविधा र आर्थिक हितको अभिवृद्धि गर्न सूर्तिजन्य पदार्थको आयात, उत्पादन, बिक्री, वितरण तथा सेवन गर्ने कार्यलाई न्यूनीकरण, नियन्त्रण तथा नियमन गर्ने सम्बन्धमा कानूनी व्यवस्था गर्न वाञ्छनीय भएकोले,

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ८३ को उपधारा (१) बमोजिम संविधान सभाले यो ऐन बनाएको छ ।

११. **<u>बिक्री वितरण तथा प्रदर्शनमा बन्देज</u>** : (१) कसैले पनि अठार वर्ष नपुगेका व्यक्ति र गर्भवती महिलालाई सूर्तिजन्य पदार्थ बिक्री वितरण गर्न वा गर्न लगाउन वा निःशुल्क उपलब्ध गराउन पाउने छैन ।

(२) उपदफा (१) बमोजिमको प्रयोजनको लागि सूर्तिजन्य पदार्थको बिक्रेताले कुनै क्रेताको उमेरको बारेमा यकिन हुन चाहेमा निजसँग आवश्यक प्रमाण माग गर्न सक्नेछ र बिक्रेताले माग गरेको प्रमाण पेश गर्नु सम्बन्धित क्रेताको कर्तव्य हुनेछ ।

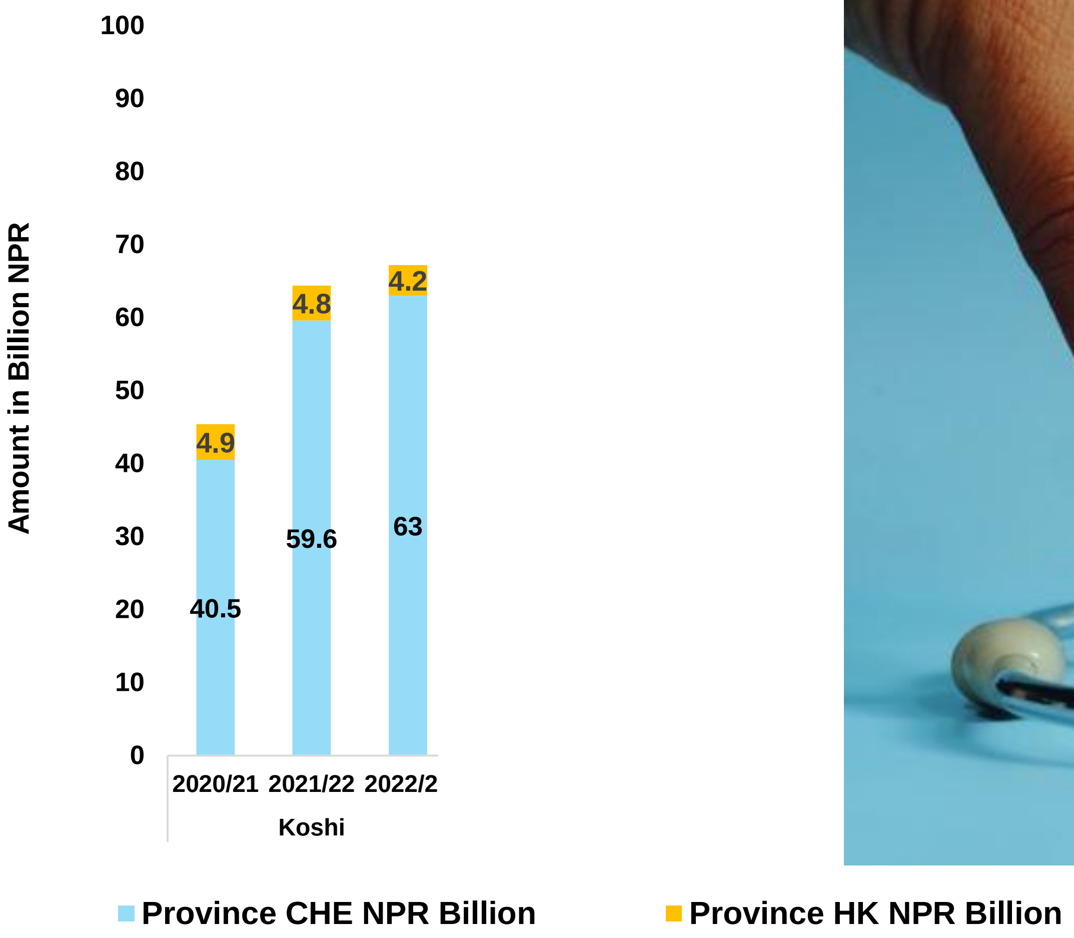
(३) कसैले पनि शिक्षण तथा स्वास्थ्य संस्था, बाल कल्याण गृह, शिशु स्याहार केन्द्र, वृद्धाश्रम, अनाथालय र नेपाल सरकारले नेपाल राजपत्रमा सूचना प्रकाशन गरी तोकिदिएको सार्वजनिक स्थलबाट कम्तीमा एक सय मिटरभित्रको घर, पसलबाट सूर्तिजन्य पदार्थ बिक्री वितरण गर्न गराउन पाउने छैन ।

(४) कसैले पनि फुटकर रुपमा चुरोट, बिंडी वा सिगारको खिल्ली बिक्री वितरण गर्न नपाउने गरी नेपाल सरकारले नेपाल राजपत्रमा सूचना प्रकाशन गरी व्यवस्था गर्न सक्नेछ ।

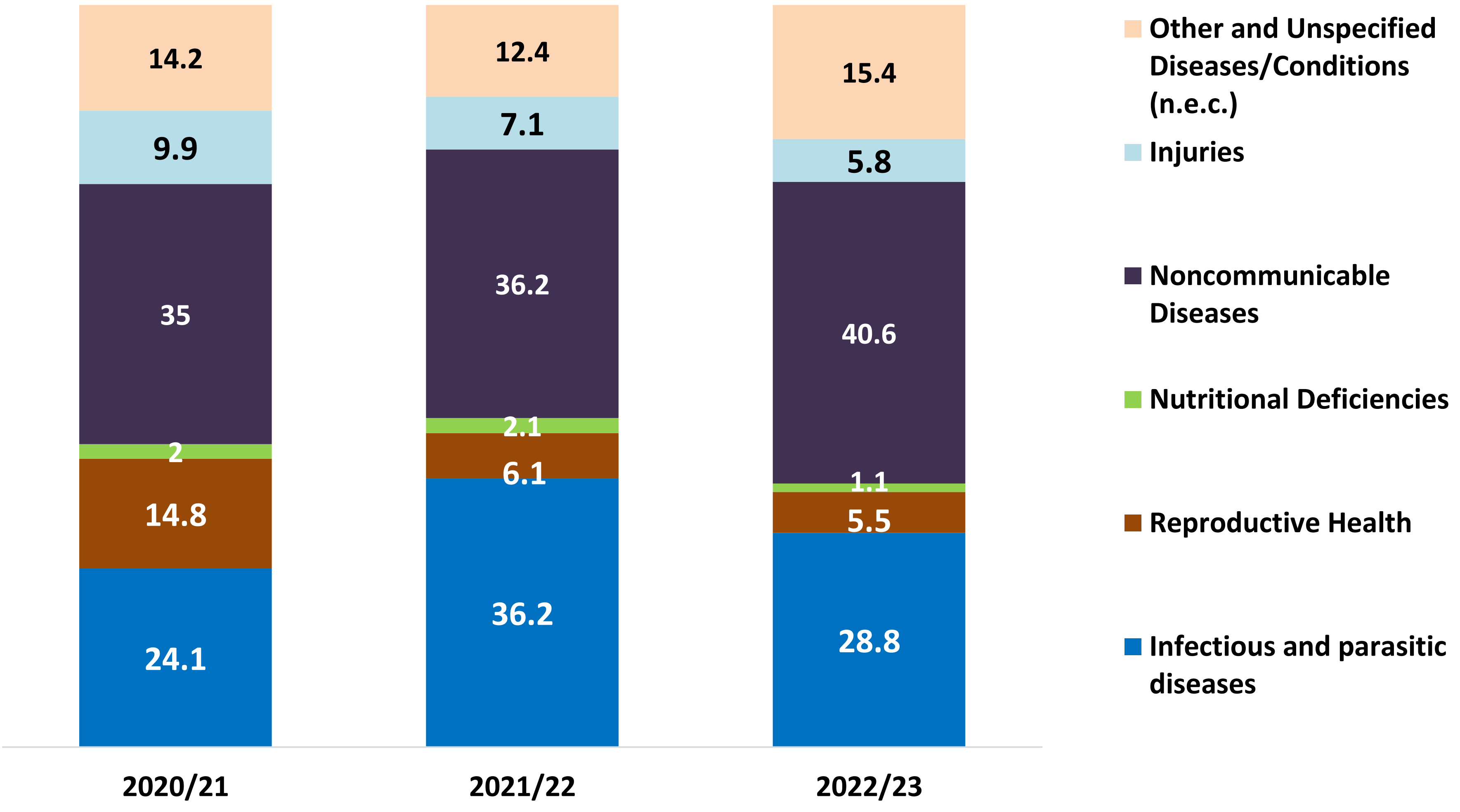
(५) कसैले पनि निःशुल्क रुपमा सूर्तिजन्य पदार्थ वितरण गर्न वा उपहार दिन पाउने छैन।

(६) नेपाल सरकारले चाहेमा सूर्तिजन्य पदार्थ बिक्री वितरण गर्न इजाजतपत्र लिनु पर्ने व्यवस्था गर्न सक्नेछ ।

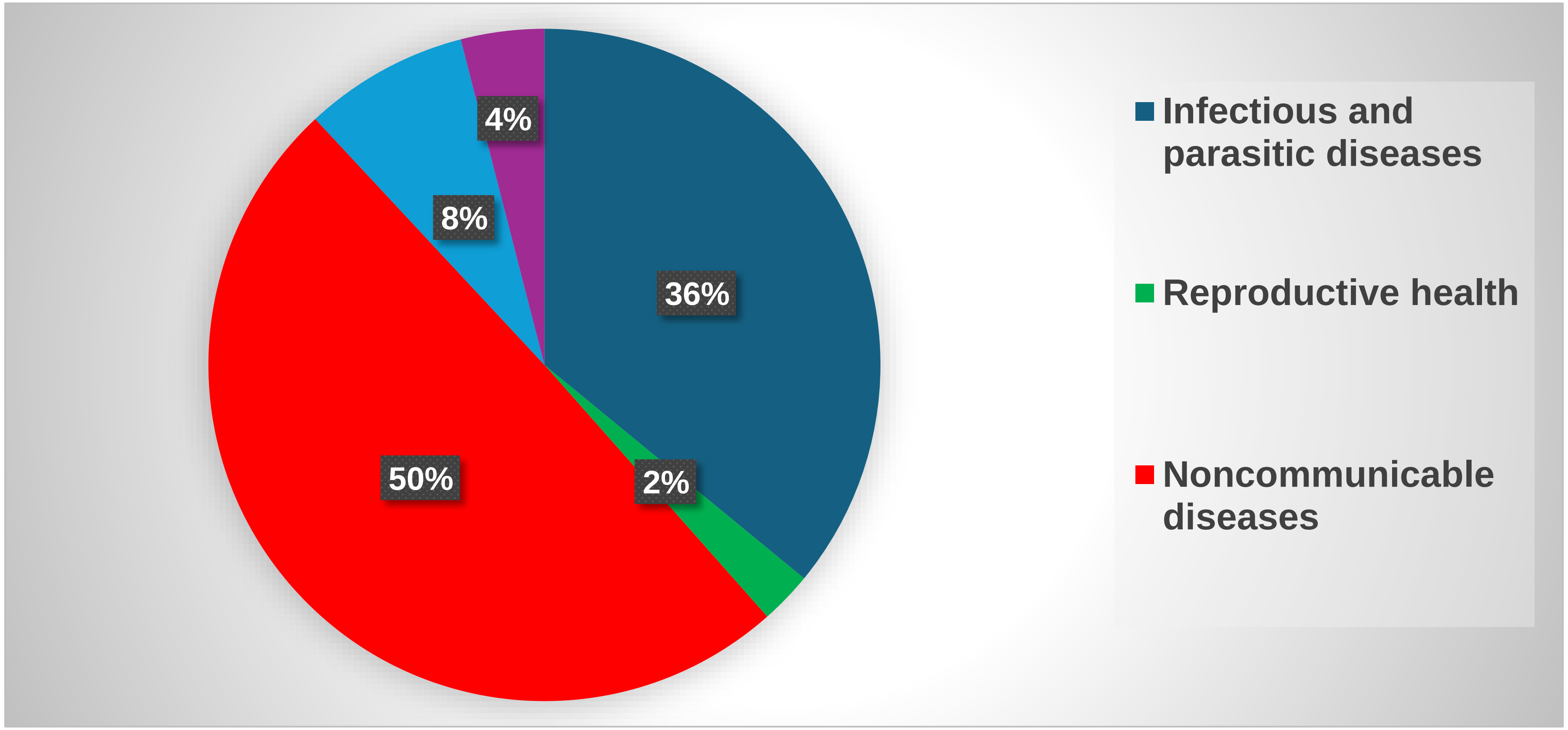
कोशी प्रदेशमा स्वास्थ्यमा खर्च



रोग अनुसार स्वास्थ्यमा खर्च



रोग र स्वास्थ्य समस्या अनुसार खल्तीबाट हुने स्वास्थ्यको खर्च



स्वास्थ्य प्रवर्द्धनका अभ्यासहरु

- स्वास्थ्य शिक्षा, सुचना संचार तथा व्यहार परिवर्तन
- स्वस्थ शहर/क्षेत्र/स्थलको विकास
- विद्यालय स्वास्थ्य प्रवर्द्धन (स्वास्थ्य प्रवर्द्धनात्मक विद्यालय)
- सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोग न्यूनीकरण
- सडक तथा यातायात सुरक्षा
- स्वस्थ भान्सा घर तथा घरेलु जडिबुटी उपयोग

स्वास्थ्य प्रवर्द्धनका अभ्यासहरु

- स्वास्थ्य साक्षरता अभिवृद्धि
- स्वस्थ र सक्रिय जीवनशैली
- सबै नीतिमा स्वास्थ्य
- सद्वृत र योग अभ्यास
- नियमित स्वास्थ्य परीक्षण
- सामुदायिक परिचालन तथा सहभागिता
- स्वस्थकर आहार विहार
- खोप
- वातावरणीय स्वास्थ्य प्रवर्द्धन
- स्क्रिनिङ्ग

आगामी आ.व. मा कोशी प्रदेशमा मेरो स्वास्थ्य मेरो जिम्मेवारी अन्तर्गतका क्रियाकलापहरु

- मेरो स्वास्थ्य मेरो जिम्मेवारी पैरवी र बहस कार्यक्रम
- नसर्ने रोग तथा मानसिक स्वास्थ्य समस्याको स्क्रिनिंग, रोकथाम र व्यवस्थापन
- मेरो स्वास्थ्य मेरो जिम्मेवारी प्रतिवद्धता प्रचार प्रसार अभियान तथा अन्तरक्रिया
- नागरिक आरोग्य कार्यक्रम
- स्वस्थ भान्सा घर तथा घरेलु जडिबुटी उपयोग
- स्वस्थ्य प्रवर्द्धनात्मक विद्यालय
- स्वस्थ शहर (healthy city) प्रवर्द्धन

आगामी आ.व. मा कोशी प्रदेशमा मेरो स्वास्थ्य मेरो जिम्मेवारी अन्तर्गतका क्रियाकलापहरु

- विद्यालय आयुर्वेद तथा योग शिक्षा कार्यक्रम
- स्वस्थ जीवन प्रवर्धनका लागि योग कार्यक्रम
- अस्पतालमा परिवार स्वास्थ्य हेरचाह कार्यक्रम
- धुम्रपान तथा मद्यपान रोकथाम तथा नियन्त्रण कार्यक्रम
- मिडिया परिचालन तथा सूचना सञ्चार गतिविधि
- स्वास्थ्य साक्षरता अभियान
- स्वास्थ्य पत्रकारलाई प्रोत्साहन

स्वास्थ्य प्रवर्धनका हाम्रो लागि आह्वान: राम्रो भविष्यका लागि स्वास्थ्य प्रवर्द्धन

नीति निर्माता:

- स्वास्थ्य प्रवर्द्धनलाई हरेक नीतिमा समावेश गरौं (बजेट सुनिश्चितता तथा रोकथाम प्राथमिकता)
- - जनमैत्री स्वास्थ्य नीति बनाउने
  - स्रोत परिचालन गर्ने
  - औपचारिक स्वास्थ्य शिक्षा संस्थागत गर्ने

पत्रकार र सञ्चारकर्मी:

- तथ्यमा आधारित र वैज्ञानिक स्वास्थ्य सन्देशहरू प्रचार प्रसार
- जनसमुदायमा स्वास्थ्य सन्देश फैलाउने
  -गलत सूचना नियन्त्रण गर्ने
  - जनमत र उत्तरदायित्वलाई सशक्त बनाउने

नागरिक समाज र समुदाय नेताहरू:

- समुदायलाई आफ्नै स्वास्थ्यको नेतृत्व गर्न सक्षम बनाउने — स्थानीय तहको सक्रियता

स्वास्थ्य प्रवर्धनका हाम्रो लागि आह्वानः राम्रो भविष्यका लागि स्वास्थ्य प्रवर्द्धन

विकास साझेदारहरुः

- आर्थिक तथा प्राविधिक सहयोग प्रदान गर्ने
- स्वास्थ्य प्रणाली मजबुत गर्न सहयोग गर्ने
- नवीन कार्यक्रमको परीक्षण गर्ने

सामुदायिक संस्था / स्थानीय NGOs

- समुदाय परिचालित गर्ने

शैक्षिक / अनुसन्धान संस्थाः

- कार्यक्रमको मूल्याङ्कन गर्ने
- प्राथमिकता प्राप्त स्वास्थ्य समस्याहरू पहिचान गर्ने
- कार्यक्रम कार्यान्वयन प्रभावकारिताको अध्ययन अनुसन्धान गर्ने

स्वास्थ्य प्रवर्धनका हाम्रो लागि आह्वान: राम्रो भविष्यका लागि स्वास्थ्य प्रवर्द्धन

निजी क्षेत्र:

- कार्यस्थलमा स्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्ने
- सामाजिक बजारीकरणमा लगानी गर्ने
- संस्थागत सामाजिक उत्तरदायित्व

धार्मिक / सांस्कृतिक अगुवाहरू

- धार्मिक मूल्य–मान्यताको माध्यमबाट व्यवहार परिवर्तन गर्ने
- परम्परागत समुदायमा स्वास्थ्यको पक्षमा वकालत गर्ने

सरकारी कार्यालय र संस्था

- स्वास्थ्यलाई दैनिक जीवनको अभिन्न हिस्सा बनाउने
- कार्यस्थल, र सार्वजनिक स्थानहरुमा स्वस्थ जीवनशैलीको प्रवर्द्धन गर्ने।

वास्तविकता

“हिजो खाना नभएर खान पाईएन, आज खान नभएर खान पाईएन”

धन्यवाद!