रेडक्रस
नेरेसो
समाचारप्रधान मासिक पत्रिका
वर्ष ५५, अंक २ | २०८० असोज | Sept./Oct. 2023

जनतालाई नि:शुल्क रगत उपलब्ध गराउन सरकार प्रतिवद्ध

बागमती प्रदेशका बिरामीले काठमाडौंका पाँच अस्पतालबाट नि:शुल्क रगत पाउने

काठमाडौं, असोज ४ गते । वागमती प्रदेशका विपन्न वर्गलाई नि:शुल्क रगत तथा रक्ततत्व उपलब्ध गराउने विषयमा वागमती प्रदेश सरकार र नेपाल रेडक्रस सोसाइटी बीच सम्झौता भएको छ ।

बागमती प्रदेश स्वास्थ्य मन्त्रालयद्वारा बीर अस्पतालमा आयोजित सामाजिक स्वास्थ्य सुरक्षा कार्यक्रम सार्वजनिकिकरण तथा सम्झौता हस्तान्तरण कार्यक्रममा यस विषयमा सम्झौता भएको थियो । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री मोहनबहादुर बस्नेत र बागमती प्रदेशका स्वास्थ्य मन्त्री उत्तम जोशीले नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका

अध्यक्ष प्राध्यापक सुदर्शनप्रसाद नेपाललाई सम्झौता पत्र आदानप्रदान गर्नुभएको थियो ।

सम्झौता अनुसार विपन्न विरामी नागरिकहरूले बीर अस्पताल, कान्ति बालअस्पताल, परोपकार स्त्री रोगअस्पताल लगायत स्वास्थ्य मन्त्रालय बागमती प्रदेशबाट सूचीकृत भई सेवा विस्तार भएका अस्तापलहरूबाट नि:शुल्क रगत प्राप्त गर्न सक्नेछन् ।

कार्यक्रममा बोल्दै स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्री मोहनबहादुर बस्नेतले विपन्न र गरीबहरूको नि:शुल्क स्वास्थ्य उपचारका लागि सरकार प्रयासरत रहेको बताउनुभयो । मन्त्री बस्नेतले विरामीलाई आवश्यक रगत नि:शुल्क उपलब्ध गराउने वागमती प्रदेशको कार्य प्रशंसनीय रहेको बताउनुभयो ।

बागमती प्रदेशका स्वास्थ्य मन्त्री उत्तम जोशीले गरीब र विपन्न नागरिकलाई सहज स्वास्थ्य उपचार होस् भन्ने उद्देश्यले नीति तथा कार्यक्रम तयार गरेको र सोहीअनुसार नेपाल रेडक्रससँग नि:शुल्क रगतका लागि सम्झौता गरिएको बताउनुभयो । रगत नि:शुल्क हुने, तर रगत राख्ने व्याग, विभिन्न परीक्षणलगायतका शीर्षकमा लाग्ने खर्च मात्रै लिने गरिएको नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका अध्यक्ष प्राध्यापक सुदर्शन प्रसाद नेपालले बताउनुभयो । अध्यक्ष नेपालले विरामीलाई नि:शुल्क रगत उपलब्ध गराउन प्रदेश तथा स्थानीय पालिकाहरूले देखाएको तत्परताको प्रशंसा गर्नुभयो । उहाँले देशैभर विरामीका लागि नि:शुल्क रगत उपलब्ध गराउन सबै सरोकारवाला लाग्नुपर्ने बताउनुभयो ।

कार्यक्रममा बीर अस्पताल, त्रिबि शिक्षण अस्पताल, सहिद गंगालाल अस्पताल, मनमोहन कार्डियो अस्पतालका निर्देशकहरू, स्वास्थ मन्त्रालयका सचिव, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी बागमती प्रदेश, काठमाडौं र भक्तपुर जिल्ला शाखाका पदाधिकारीहरू, नेरेसोका निर्देशकहरू, युवा रेडक्रस सर्कलका प्रतिनिधिहरूलगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

महानगरबासीले नि:शुल्क रगत पाउने

काठमाडौं,असोज २२ गते । महानगरबासीलाई नि:शुल्क रगत र रक्त तत्व उपलब्ध गराउन काठमाडौं महानगरपालिकाले नेपाल रेडक्रस सोसाइटीसँग सम्झौता गरेको छ । महानगरका प्रमुख बालेन्द्र शाह(बालेन) र उपप्रमुख सुनिता डंगोलको रोहवरमा महानगरपालिकाका तर्फबाट स्वास्थ्य विभागका प्रमुख रामप्रसाद पौडेल र नेपाल रेडक्रस सोसाइटीकातर्फबाट उपमहामन्त्री मनोजकुमार थापाले सम्झौता पत्रमा हस्ताक्षर गर्नुभएको थियो । सम्झौता कात्तिक १ गतेदेखि लागु हुनेछ ।

सम्झौतापछि प्रतिक्रिया दिँदै महानगरपालिकाकी उपप्रमुख सुनिता डंगोलले, रगत प्राप्त गर्न कसैलाई फोन गराउनु वा सिफारिस गराउनु नपर्ने गरी काम गर्नुपर्ने बताउनुभयो । उहाँले महानगरबासीबाट थालिएको नि:शुल्क

रगत र रक्ततत्व उपलब्ध गराउने कार्यक्रमको प्रभाव हेरेर विस्तार गरिने बताउनुभयो ।

महानगरपालिका जनस्वास्थ्य विभागका प्रमुख पौडेलले महानगरबासीलाई उपलब्ध गराइने रगतको व्यवस्थापनका लागि रक्तसञ्चार सेवालाई रकम उपलब्ध गराइने र यसका लागि प्रति युनिट १ हजार १६० रूपैयाँ र क्रस म्याच गराउनु परे थप २ सय रूपैयाँ उपलब्ध गराइने बताउनुभयो ।

कार्यक्रममा बोल्दै नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका अध्यक्ष प्राध्यापक सुदर्शनप्रसाद नेपालले रक्त व्यवस्थापनमा महानगरपालिकाले लिएको नेतृत्वबाट ठूलो सघाउ पुगको बताउनुभयो ।

सम्झौताबमोजिम महानगरपालिकाले पहिलो चरणमा ३ लाख रूपैयाँ उपलब्ध गराउनेछ । केन्द्रीय रक्तसञ्चार सेवाले हरेक तीन महिनामा महानगर पालिकामा खर्च विवरण पठाउनेछ । निकासा गरिएको ८० प्रतिशत रकम सकिएपछि रक्तसञ्चारले प्रतिवेदन पेश गर्नेछ । यसका आधारमा महानगरपालिकाले थप निकासा दिनेछ ।

सेवा लिनका लागि महानगरपालिकाको स्थायी बासिन्दा भएको प्रमाण पेश गर्नुपर्नेछ । नागरिकता, मतदाता परिचय पत्र, बसाइँसराइ आएको प्रमाण पत्र, जन्म दर्ता, विवाह दर्ताका प्रमाणपत्रजस्ता काजगमध्ये कुनै एउटा पेश गरे हुनेछ । यस्ता कागजातलाई विरामी वा विरामीका आफन्तले प्रमाणित गर्नुपर्नेछ । आकस्मिक र आपतकालीन अवस्थामा प्रमाण दिएर सेवा लिन नसक्ने अवस्था भएमा तिरिएको शुल्क प्रमाणका आधारमा शोधभर्ना दिइनेछ ।

आपत्कालीन र अन्य समयमा रेडक्रसबाट सहयोग र सल्लाह पाउनका लागि सम्पर्क गर्नुहोस् : ११३०

सम्पादकीय

रक्त सञ्चार सेवाको विस्तारमा जुटौं

हालसालै नेपाल रेडक्रस सोसाइटी (नेरेसो) र काठमाडौं महानगरपालिका बीच महानगरवासीहरूलाई निःशुल्क रगत उपलब्ध गराउने सम्बन्धमा सम्झौता भएको छ । यस अघि बागमती प्रदेश सरकारले नेरेसोसँग समन्वय गरी काठमाडौंका बीर अस्पताल, ट्रमा सेन्टर, परोपकार प्रसुति गृह, निजामती कर्मचारी अस्पताल, टोखा चण्डेश्वरी अस्पताल, शुक्रराज ट्रोपिकल सरुवा रोग अस्पताल, कान्ति बाल अस्पताल, मनमोहन कार्डियोथोरासिक अस्पताल, त्रि.वि.शिक्षण अस्पताल, शहिद गंगालाल हृदयरोग केन्द्र र राजधानी सहरको काठमाडौं महानगरपालिका, कीर्तिपुर नगरपालिका, चन्द्रागिरी नगरपालिका, टोखा नगरपालिका, तारकेश्वर नगरपालिका, कागेश्वरी मनहरा नगरपालिकाका स्थानीय बासिन्दा बिरामीहरूलाई निःशुल्क रगत उपलब्ध गराउने यो निर्णय स्थानीय सरकारको जनताप्रतिको ठूलो उत्तरदायित्व हो । यसरी सरकारले जनताको जीवन र जीविकासँग प्रत्यक्ष सरोकार गर्ने विषयमा विशेष चासो राख्दै जनताप्रतिको आफ्नो उत्तरदायित्वको दायरा झनझन फराकिलो बनाउँदै लैजाने हो भने यसले आमजनमानसको हृदयमा बास गर्न सक्नेछ । सरकारका यस्ता क्रियाकलापले आवश्यकतामा परेका मानिसहरूले समयमै उपचार पाई अकालमै मृत्युवरण गर्नबाट बाँच्न सक्नेछन् ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले आफ्नो वृहत्त संस्थागत सञ्जालमार्फत् देशैभर तत्काल रक्त सेवा उपलब्ध गराउन प्रयत्नशील रहनु आवश्यक छ । देशका जुनसुकै स्थानमा जतिसुकै बेला पनि रगतको अभाव भएको खण्डमा रक्त सञ्चार सेवा उपलब्ध गराउन स्वयंसेवक परिचालन गर्नु पर्दछ । आवश्यकताका आधारमा स्वयंसेवी रक्तदाताहरूलाई रक्त सञ्चार केन्द्रसम्म बोलाई आवश्यक रगतको व्यवस्था गर्दै आएको नेरेसोले रक्तदाताहरूको सम्पर्क नम्वर, उपलब्धता र स्वास्थ्य अवस्था अद्यावधिक गर्दै सबैलाई समय समयमा उत्प्रेरणा गर्नुका साथै उनीहरुलाई उपयुक्त पहिचान दिन आवश्यक प्रयत्न गर्नु पर्दछ । यसकासाथै रक्तदाताहरूलाई विशेष सहुलियतका लागि रक्तदाता परिचय पत्र समेत उपलब्ध गराउन नेरेसो र सरकारी निकाय बीच वृहत्तर सम्झौता हुनु आवश्यक छ । यसका लागि संघीय सरकारबाट आवश्यक बजेट एवम् अन्य सहयोग उपलब्ध हुनुपर्दछ । हाल देशैभर आवश्यकतामा परेका मानिसहरूको रगतको पहिलो आशा नै नेपाल रेडक्रस सोसाइटी भएकाले यस आशालाई जीवन्त राख्न समेत नेरेसोको वर्तमान संरचनाले विशेष रणनीति बनाउनु आवश्यक छ । देशैभरिबाट जनप्रवाह सहरमा केन्द्रीकृत हुने भएकाले सहरी क्षेत्रमा रक्त आपूर्तिका लागि विशेष संयन्त्र स्थानपना गरी सेवामुखी कार्यमा अगाडि बढ्नु पर्ने आवश्यकता टड्कारो छ । देशैभरबाट रक्त संकलन गरी आवश्यक स्थानमा गुणस्तरसहित रगत उपलब्ध पुऱ्याउन नेरेसो सक्षम हुनु जरुरी छ ।

रगत र रक्त तत्वको आपूर्तिसँगै रगतको गुणस्तरमा समेत विशेष ख्याल पुऱ्याउनु आवश्यक छ । विशेषतः नेरेसोका रक्त सञ्चार केन्द्रबाट प्रदान गरिने रगतको गुणस्तर कायम राख्दै समयमै सेवा प्रदान गर्नका लागि उच्च गुणस्तरीय औजार तथा दक्ष जनशक्तिको आवश्यकता रहन्छ । अतः नेरेसोले रक्त सञ्चार केन्द्रको जनशक्ति व्यवस्थापन गर्दा विशेष मापदण्ड तोकी सोको पालना गर्नु अनिवार्य आवश्यक देखिन्छ । यो सबैको जीवनसँग प्रत्यक्ष जोडिएको विषय हो । यसैगरी मेशिनरी औजारहरूको खरिदका क्रममा विशेष सावधानीसहित गुणस्तरमा शून्य सहनशिलताको नीति अपनाउँदै उच्च गुणस्तरीय सामग्री आपूर्ति गराउनतिर सम्बन्धित सबैको ध्यान जानु उत्तिकै आवश्यक छ । यस कारण रक्त तत्वको गुणस्तर कायम गर्न र सहज उपलब्धतासहित सेवाग्राहीहरूलाई सन्तुष्ट बनाउन सकेमा मात्रै दीर्घकालीन रूपमा नेरेसोको रक्त सञ्चार सेवा प्रभावकारी हुनेछ । नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले रगत तथा रक्त तत्वका क्षेत्रमा विशेष पहिचान बनाएकाले विशेषगरी यस पहिचानलाई कायम राख्न हरसम्भव सदैव प्रयत्नरत हुन आवश्यक छ । यस कार्यमा देशैभरका निकायहरूको उत्तरदायित्व उत्तिकै छ । रेडक्रसका स्वयंसेवक, कर्मचारी र सदस्यहरूको मिहिनेतकासाथै रक्तदाता उत्प्रेरणाजस्ता गतिविधिले रगतको आपूर्तिमा सहज गराउन सक्नुकासाथै संस्थाको गरिमा समेत उच्च बनाउन महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्न हामी सबैको सहभागिता जरुरी छ । अतः रक्तदान जस्तो पवित्र कार्यमा सबैले हातेमालो गरौं आजैदेखि ।

प्रधान सम्पादक : भूपतिलाल श्रेष्ठ

कार्यकारी सम्पादक : बिपुल न्यौपाने

सहायक सम्पादक : नरेन्द्र श्रेष्ठ

चिनिया रेडक्रस टोलीद्वारा नेरेसोको भ्रमण

काठमाडौं, असोज ७ गते । चिनिया रेडक्रस सोसाइटीका उपाध्यक्ष झाङ जियोबिन (Zang Xiaobin), अन्तर्राष्ट्रिय विभागका उपमहानिर्देशक सोङ यी (Song Yi), अन्तर्राष्ट्रिय समन्वय एकाइका निर्देशक हाइ लिमन (Hai Liman) र मकाउ रेडक्रसका विपद् राहत अधिकृत पेगी यु (Peggy Wu) सम्मिलित एक प्रतिनिधिमण्डलले नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको भ्रमण गरेको छ ।

नेरेसो केन्द्रीय कार्यालयमा सोसाइटीका अध्यक्ष प्राध्यापक सुदर्शनप्रसाद नेपाल, उपाध्यक्षद्वय सुरेन्द्र सिंह ऐर र राधा नेपाली, महामन्त्री भूपतिलाल श्रेष्ठ लगायत केन्द्रीय कार्य समितिका सदस्यहरू र नेरेसोका उच्च पदस्थ कर्मचारीहरूसँग प्रतिनिधिमण्डलले औपचारिक भेट वार्ता गरेकोछ । सो कार्यक्रममा नेरेसोको तर्फबाट संस्थाले गर्दै आएका समग्र गतिविधि, संस्थागत रणनीति र आगामी कार्ययोजनाका बारेमा कार्यकारी निर्देशक उमेशप्रसाद ढकालले प्रस्तुति गर्नुभएको थियो ।

तीन दिने भ्रमणमा रहेको चिनिया रेडक्रसको प्रतिनिधिमण्डलका सदस्यहरूले चनिया रेडक्रसको सहयोगमा निर्माण भएको भक्तपुर स्थित नेपाल रेडक्रसको केन्द्रीय गोदामघरको अवलोकन गर्नुभएको थियो । नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको स्थापनाकालदेखि नै चिनिया रेडक्रस बीच आपसी सहयोग, सदभाव र साझेदारी रहँदै आएको छ ।

व्यवहार परिवर्तन सञ्चार प्रशिक्षक प्रशिक्षण सम्पन्न

महोत्तरी, भाद्र २८ गते । नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका स्वयंसेवक तथा कर्मचारीहरूले सेवा प्रदान गर्ने क्रममा आवश्यक पर्ने व्यवहार परिवर्तन सीप अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले चार दिने "व्यवहार परिवर्तन सञ्चार प्रशिक्षक प्रशिक्षण महोत्तरीको बर्दिबासमा सम्पन्न भएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको मानवीय मूल्य तथा सञ्चार विभाग अन्तर्गत सञ्चालित तेस्रो चरणको यो प्रशिक्षणमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको मधेश प्रदेश तथा यसअन्तर्गतका ८ वटा जिल्ला शाखाहरूका स्वयंसेवक तथा कर्मचारीहरूको सहभागिता रहेको थियो ।

यसअघि पहिलो चरण र दोस्रो चरणमा गरी सोही प्रकृतिका प्रशिक्षणहरू क्रमशः बागमती प्रदेश र सो अन्तर्गतका १३ जिल्ला शाखा र दोस्रो चरणमा कोशी प्रदेश र सो अन्तर्गतका ११ वटा जिल्ला शाखाका स्वयंसेवक तथा कर्मचारीहरूलाई प्रदान गरिसकिएको छ । प्रशिक्षक प्रशिक्षणहरूको संयोजन नेरेसोका सामुदायिक संलग्नता तथा जवाफदेहिता संयोजक सरिता ढुंगानाले गर्नुभएको थियो ।

● सन्तानप्रति पाँच बर्षसम्म माया, दश वर्षसम्म हप्कीदप्की र १६ वर्षपछि मित्रवत व्यवहार गर्नुपर्छ । - चाणक्य।

विभिन्न जिल्लाहरूमा डेंगु रोकथाम तथा नियन्त्रण गतिविधिहरू सम्पन्न

हाल देशका विभिन्न भागमा डेंगु ज्वरोका बिरामीहरू बढिरहकोले यसको रोकथाम र नियन्त्रणका लागि नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका निकायहरूबाट देशैभर विभिन्न गतिविहरू सञ्चालन भइरहेका छन् ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **कास्की** जिल्ला शाखाले पोखरा महानगरपालिकाका विभिन्न वडाहरूमा डेगु रोकथामसम्बन्धी सचेतनामूलक गतिविधिहरू सञ्चालन गरेको छ । यसै क्रममा शाखाले उद्योग वाणिज्य संघद्वारा सञ्चालित बाल श्रम न्यूनीकरण व्यवस्थापन समितिको सम्पूर्ण टिमका लागि डेंगु रोग नियन्त्रण सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ भने पोखरा महानगरपालिका भित्रका ४० जना स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूलाई अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ ।

शाखाले डेंगु रोगसँग सम्बन्धित सरोकारवाला निकायहरूका बीच समन्वय बैठक सञ्चालन गरेको छ। सो कार्यक्रममा कास्की जिल्ला स्थित सरकारी तथा गैरसरकारी संघ संस्थाका प्रतिनिधिहरू र शाखाका कर्मचारीहरूको सहभागिता रहेको थियो । कास्की जिल्ला शाखाद्वारा रेडक्रसको अन्तर्राष्ट्रिय महासंघको समन्वयमा डेंगु रोकथाम तथा प्रतिकार्य कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेको छ ।

यसैगरी नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **दार्चुला** जिल्ला शाखाले डेंगु न्यूनीकरणका लागि महाकाली नगरपालिकाका विभिन्न वडामा स्वयंसेवकहरू परिचालन गरी जनचेतनाका लागि माइकिङ गरेको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **धादिङ** जिल्ला शाखाद्वारा सञ्चालित डेंगु प्रतिकार्य कार्यक्रम अन्तर्गत जनचेतनामूलक पर्चा, पम्प्लेट बितरणका साथै जुनियर युवा रेडक्रसका सदस्य र अन्य विद्यार्थीहरूका लागि सचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **संखुवासभा** जिल्ला शाखाद्वारा डेंगुसम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ। कार्यक्रममा शाखाका साथै बिभिन्न सरोकारवाला निकायका गरी ४२ जना प्रतिनिधिहरूको उपस्थिति रहेको थियो । यस्तै शाखाद्वारा खाँदवारी नगरपालिका-३ मा डेंगु रोकथामका लागि लार्भा खोज र नष्ट अभियान रखाँदवारी नगरपालिका भित्रका स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूका लागि १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **बाग्लुङ** जिल्ला शाखाद्वारा सञ्चालित समुदायमा आधारित बृहत् स्वास्थ्य कार्यक्रम अन्तर्गत काठेखोला गाउँपालिका-८ लेखानीका सुनौलो हजार दिनका आमाहरूका साथै स्वस्थ्य आमा समूहलाई आँखा पाक्ने रोग र डेंगु ज्वरोका बारेमा सचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **सुनसरी** जिल्ला शाखाले डेंगुका कारण बालबालिकाहरू सधैं उच्च जोखिममा पर्ने भएकाले सामुदायिक विद्यालयमा अध्ययनरत बालबालिकाका लागि डेंगु लामखुट्टेबाट बच्न शरीरमा लगाइने ओडोमोस बितरण गरेको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **मोरङ** जिल्ला शाखाद्वारा स्वयंसेवकहरू परिचालन गरी बिराटनगर महानगरपालिका ३ र ४ मा डेंगु प्रतिकार्य कार्यक्रम अन्तर्गत खोज र नष्ट गर अभियान सञ्चालन गरिएको छ ।

लामखुट्टेको टोकाइबाट हुने डेंगुका बिरामी बढिरहेकोले,

- पुरा बाहुला भएका लुगा लगाउने ।
- झुलभित्र मात्र सुत्ने ।
- घरको झ्याल ढोकामा लामखुट्टे नछिर्ने गरी जाली हाल्ने ।
- घर, कार्यालय, विद्यालय वा सार्वजनिक क्षेत्रमा पानी जम्न नदिने ।
- खाल्डाखुल्डी पुर्ने र खानेपानी वा ढल चुहिएको छ भने तत्काल मर्मत गर्ने ।
- गमलाको प्लेट, फुलदानी, कुलर आदिको पानी कम्तीमा हप्ताको एक पटक सफा गर्ने ।
- पानी जम्मा गर्ने भाँडालाई लामखुट्टे छिर्न नसक्ने गरी छोपेर राख्ने ।
- साँझ र विहान करेसावारी, चोक, बजारतिर जाँदा वा घरबाहिर निस्कँदा सावधानी अपनाउने । ●

बझाङमा भूकम्प : प्रभावित परिवारलाई नेरेसोको राहत

बझाङ केन्द्रबिन्दु बनाई असोज १६ गते गएको भूकम्पबाट बझाङ, बाजुरा, अछाम, डोटी, बैतडी, दार्चुला र डडेल्धुरा गरी ७ जिल्लाहरू प्रभावित भएका छन् । भूकम्पमा परी बझाङमा एक जनाको मृत्यु भएको छ भने बझाङ, बाजुरा, अछाम र वैतडीमा गरी ३५ जना घाइते भएका छन् ।

प्राप्त तथ्याङ्कअनुसार भूकम्पबाट बझाङ र बाजुरमा गरी १६ हजार १० परिवार प्रभावित भएका छन् । यी दुई जिल्लामा गरी ४ हजार २ सय ९० परिवार विस्थापित भएका छन् भने पूर्ण रूपमा घर क्षति हुने परिवारको संख्या ३ हजार ९ सय २४ रहेको छ । यस्तै आंशिक रूपमा घर क्षति हुने परिवारको संख्या १२ हजार ४५ रहेको छ ।

भूकम्पपश्चात नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका जिल्ला शाखाहरूद्वारा खोज तथा उद्धार कार्यमा रेडक्रसका स्वयंसेवकहरू परिचालन, प्रारम्भिक द्रुत लेखाजोखा, गैह्र खाद्य सामग्री, त्रिपाल कम्मल वितरण, विस्तृत सर्वेक्षण कार्य र राहत वितरणका लागि स्वयंसेवक परिचालन गरिएको थियो ।

भूकम्प प्रभावितहरूका लागि नेपाल रेडक्रस सोसाइटीद्वारा हालसम्म ९ सय १४ थान त्रिपाल र ७ सय ९० थान कम्बल वितरण गरिएको छ । यस्तै हाइजिन कीट १०५ थान, म्यट्रेस १४७ थान, बाल्टिन २५० थान वितरण गरिएको छ । जिल्ला स्तरमा राहत वितरणका लागि ८५ जना स्वयंसेवकहरू परिचालन गरिएको छ भने केन्द्रीय कार्यालयमार्फत् आवास,

नगद वितरण, राहत वितरण तथा समन्वयका लागि आपत्कालीन टोलीका ६ जनालाई परिचालन गरिएको छ ।

भूकम्प प्रभावितहरूको सहयोगका लागि नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले बिपद् राहत आत्कालीन कोष (DREF) का लागि अन्तर्राष्ट्रिय महासंघ (फेडेरेशन) समक्ष गरेको अनुरोधलाई महासंघले स्वीकृत गरेको छ । थप गतिविधिहरू निरन्तर सञ्चालित छन् ।

(नोट : तथ्याङ्क स्थानीय स्तरमा प्रदान गरिएको वास्तविक सहयोगअनुसार फरक पर्न सक्छ ।)

विपद् प्रभावितलाई राहत वितरण, कार्यशाला र कृत्रिम घटना अभ्यासहरू सम्पन्न

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **बाजुरा** जिल्ला शाखाद्वारा पहिरो प्रभावित त्रिवेणी नगरपालिका-६ बाजुराका १३ परिवारलाई गैरखाद्य राहत सामग्री वितरण गरिएको शाखाले जनाएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **डोटी** जिल्ला

शाखाद्वारा सञ्चालन भइरहेको सुरक्षित नेपाल परियोजनाको आयोजनामा सामुदायिक विपद् व्यवस्थापन समिति र स्थानीय तह बीच सिकाई आदान प्रदान कार्यशाला सम्पन्न भएको छ। कार्यशाला डोटी जिल्लाको परियोजना सञ्चालित शिखर नगरपालिका र पूर्वीचौकी गाउँपालिकामा सम्पन्न भएको छ।

यसका साथै शाखाद्वारा विद्यालयको विपद् जोखिम व्यवस्थापनका लागि विद्यालय स्तरीय कृत्रिम घटना अभ्यासहरू सम्पन्न भएका छन् । यस्ता अभ्यासहरू परियोजना सञ्चालित शिखर नगरपालिकाका दुई वटा र पूर्वीचौकी गाउँपालिका ४ वटा विद्यालयहरूमा सम्पन्न भएका छन्।

कास्कीको अन्नपूर्ण गाउँपालिकाको विशेष सहयोगमा पालिका स्तरीय एक दिने बिपद् व्यवस्थापन प्रशिक्षण बिरेठाँटीमा सम्पन्न भएको छ । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी कास्की जिल्ला शाखाको आयोजना तथा दाङ्सिङ घान्द्रुक उपशाखाको व्यवस्थापनमा प्रशिक्षण सम्पन्न भएको थियो।

भूकम्पमा आधारित सो कृत्रिम घटना अभ्यासमार्फत् खोज तथा उद्धार टोलीलाई गरिने सञ्चार, घाइतेहरूलाई सुरक्षित स्थानमा लैजाने र प्राथमिक उपचार पश्चात घाइतेलाई स्वास्थ्य संस्थासम्म पुऱ्याउने विधि लगायतका विषयमा जानकारी गराइएको थियो ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रीय कार्यालयको समन्वय र डेनिस रेडक्रसको आर्थिक सहयोगमा बर्दिया, कैलाली र कञ्चनपुरमा सञ्चालित स्ट्रङ (STRONG in DRM) परियोजना अन्तर्गत महेन्द्रनगरमा भौगोलिक सूचना प्रणालीसम्बन्धी तीन दिने आधारभूत तालिम सम्पन्न भएको छ ।

उक्त तालिममा **कैलाली** र **कञ्चनपुर**का कार्यक्रम सञ्चालित स्थानीय तहका सूचना प्रविधि शाखाका कर्मचारी र विपद् व्यवस्थापन शाखा र परियोजनाका कर्मचारी एवं स्वयंसेवकहरूको सहभागिता रहेको थियो ।

असोज ९ गते **बझाङ** जिल्लाको तल्कोट गाउँपालिका ५ को तल्कोट बजारमा विद्युत सर्ट भई आगलागी हुँदा ६ घर जलेर नष्ट भएका छन् । सो घटनामा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी र प्रहरीको एक टोलीले तत्काल घटना स्थलमा पुगी उद्दार तथा राहत कार्यमा सहयोग पुऱ्याएको थियो । आगलागीबाट प्रभावित ६ परिवारका लागि नेपाल रेडक्रसबाट ६ थान गैरखाद्य राहत सामग्री वितरण गरिएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले ब्रिटिश रेडक्रससँगको साझेदारीमा सञ्चालन गर्न लागिएको प्रकृतिमा आधारित समाधान कार्यक्रमका लागि हालै सम्पन्न गरिएको परिस्कृत संकटासन्नता तथा क्षमता विश्लेषण तथा पर्यावरणीय पारिस्थितिक प्रणालीसम्बन्धी लेखाजोखाको परिणामहरूबारे छलफल कार्यक्रम **धनगढी** उपमहानगरपालिकामा सम्पन्न भएको छ ।

धनगढी उपमहानगरपालिकाकी उपमेयर कन्दकला कुमारी रानाको अध्यक्षतामा सञ्चालन भएको सो कार्यशाला गोष्ठीमा पुनर्वास नगरपालिका र धनगढी उपमहानगरपालिका, ब्रिटिस रेडक्रस, नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको केन्द्रीय कार्यालय र सुदुर पश्चिम प्रदेश शाखा, कैलाली जिल्ला शाखा, डिभिजन वन कार्यलय, भूमिगत जलस्रोत तथा सिचाई विकास डिभिजन कार्यालयका प्रतिनिधिहरू गरी २५ जनाको सहभागिता रहेको थियो ।

जलवायु परिवर्तनले समुदायमा पारेको विभिन्न प्रभाव, विपद् जोखिम तथा समाधानका उपायहरूको लागि हालै सम्पन्न गरिएको लेखाजोखाको परिणामको बारेमा जानकारी आदानप्रदानका लागि आयोजना गरिएको सो कार्यशालामा कार्यक्रमका तर्फबाट कार्यक्रम अधिकृत नरेन्द्र भट्टले प्रस्तुतीकरण गर्नु भएको थियो भने कार्यक्रम व्यवस्थापक उमेश ढुगांनाले कार्यक्रमको उद्देश्यमाथि प्रकाश पार्नुभएको थियो ।

सर्पदंश सक्सन मेसिन वितरण

झापास्थित नेपाल रेडक्रस सोसाइटी उर्लाबारी उपशाखालाई सर्पदंश उपचारमा आवश्यक पर्ने उपकरण सक्सन मेसिन वितरणका साथै हस्तान्तरण गरिएको छ । सुन्दरफुल साकोसको सहयोगमा उक्त मेसिनहरू उपलब्ध गराइएको उर्लाबारी उपशाखाले जनाएको छ ।

प्रविधिको युग, प्राथमिक उपचार र नेपाल रेडक्रस

(सन्दर्भ : विश्व प्राथमिक उपचार दिवस, २०२३)

– सूर्यप्रसाद ढकाल

२१ औं शताव्दी विज्ञान र प्रविधिको समय हो । हरेक क्षेत्रमा प्रविधिको प्रयोग बढेको छ । हरेक काम कार्यमा प्रविधिको प्रयोग बढ्दो छ । रेडक्रसले स्थापना कालदेखि नै प्राथमिक उपचार सेवालाई आफ्नो महत्वपूर्ण कामको रूपमा स्वीकार्दै र सेवा प्रदान गर्दै आएको छ । रेडक्रसका प्राथमिक उपचार स्वयंसेवकहरूले कुनै पनि दुर्घटना वा आकस्मिक अवस्थामा घाइते वा विरामीहरूको लागि तत्काल उनीहरूको स्वास्थ्य विग्रन नदिन, स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउन प्राथमिक उपचार सेवा दिने गरेका छन् । विरामी वा घाइतेलाई सेवा प्रदान गरेका छन्, स्याहार-सुसार पुऱ्याउने गरेका छन् । कुनै पनि मानिस कुन बेला, कस्तो स्थानमा, कुन प्रकारको घाइते वा विरामी हुन्छ, थाहा हुँदैन । त्यसैले कुनै पनि बेला कुनै पनि व्यक्तिलाई दक्ष चिकित्सा सेवा नपाइञ्जेलसम्म प्राथमिक उपचार सेवा आवश्यक पर्दछ । थाहा छैन, त्यो सेवा तपाईं हामीले नै लिनुपर्ने हो कि ! अनि प्राथमिक उपचार सेवा एउटा स्वयंसेवी कार्य हो । यस्तो सेवा वापत प्राथमिक उपचार कले केही लाभको आशा गर्दैन ।

प्राथमिक उपचार सेवा प्रदान गर्न कुनै पनि व्यक्तिलाई प्राथमिक उपचार सेवासम्बन्धी ज्ञान, सीप र अवधारणाको आवश्यकता पर्दछ । त्यस्तो ज्ञान, सीप नेपालमा विद्यालयको पाठ्यक्रममा पर्याप्त छैन, उसलाई थप ज्ञान, सीप प्रदान गरिनुपर्दछ । सके त हरेक व्यक्तिले प्राथमिक उपचार सेवासम्बन्धी आधारभुत ज्ञान, सीप र अवधारणाको न्यूनतम जानकारी हुनु आवश्यक हुन्छ । त्यस्तो ज्ञान, सीप र अवधारणाको न्यूनतम जानकारी हुनु आवश्यक हुन्छ, त्यस्तो ज्ञान, सीप हरेक घर-घरमा पुऱ्याउनु आवश्यक छ । हरेक विद्यालय, हरेक विद्यार्थी र शिक्षकसम्म पुऱ्याउनु आवश्यक छ । त्यस्तै खेलमैदानमा हरेक खेलाडी र खेल प्रशिक्षकसम्म पुऱ्याउनु आवश्यक छ । भान्छामा गृहणीदेखि उद्योगधन्दा र कल-कारखानाका हरेक मजदुर कर्मचारीसम्म पुऱ्याउनु आवश्यक छ । पदयात्रामा हिँड्ने यात्रीहरूदेखि सवारी चालकसम्म पनि पुऱ्याउनु आवश्यक छ । यसरी हेर्दा ठूला-साना विपद्, विभिन्न खालका दुर्घटनामा मात्र प्राथमिक उपचारको खाँचो नभई सबै क्षेत्र र सबै समयमा आवश्यक हुन सक्दछ ।

नेपाल रेडक्रसले न्यूनतम रूपमा प्राथमिक उपचार सेवासम्बन्धी विद्यालयका विद्यार्थीहरूको लागि दुई दिनको स्कूल प्राथमिक उपचार पाठ्यक्रम तयार गरी तालिम दिँदै आएको छ । समुदायका विभिन्न क्षेत्र र निकायमा आवश्यकता अनुसार ४ दिनको आधारभूत प्राथमिक उपचार पाठ्यक्रम तयार गरी तालिम दिँदै आएको छ । अन्य छोटो र क्षेत्रगत विषयमा चाहिनेहरूको लागि थप टेलर कोर्षका पाठ्यक्रमहरू पनि तयार गरी आधा दिन, एक दिन वा आवश्यकता अनुसार तालिम दिने गरेको छ, यस्तो तालिम प्रदान गर्न स्रोतको अभावमा समुदायको माग अनुसार पुऱ्याउन सकिरहेको छैन । नेपाल रेडक्रस र यसका प्रदेश, जिल्ला र उपशाखाहरूले पालिका सरकार, प्रदेश सरकार, संघीय सरकार र अन्य संघ, संस्था, निकाय र व्यक्तिसँग पनि साझेदारीको लागि अनुरोध गर्दै आएको छ । कम्तीमा, घर-घरमा प्राथमिक उपचारको अवधारणा अनुसार जनशक्ति तयार गरी परिचालनको आवश्यकता छ । अर्कोतिर त्यस्तो तालिम, ज्ञान, सीप दिन सक्दो प्रशिक्षकहरू पनि तयार गरी वृद्धि गर्दै लैजानु आवश्यक हुन्छ । तालिम प्राप्त जनशक्तिलाई समय समयमा पुनर्ताजकी तालिम पनि आवश्यक हुन्छ । यी सबै आवश्यकता परिपूर्तिको लागि बढ्दो प्रविधिको प्रयोग गर्नु आवश्यक छ ।

पछिल्लो समयमा हरेक व्यक्तिको हात-हातमा एन्ड्रइव फोन छन् । घर-घरमा ल्यापटवको व्यवस्था र प्रयोग बढ्दै छ । अब विभिन्न मोवाइल एपहरू मार्फत प्राथमिक उपचार सम्बन्धी ज्ञान, सीप र अवधारणा दिनु आवश्यक छ । बढ्दो प्रविधिको प्रयोगलाई पनि प्राथमिक उपचारको ज्ञान, सीप दिने अनि प्राथमिक उपचार सेवा प्रदान गर्ने कार्यमा जोड्नु आवश्यकता छ । त्यसैले यस वर्षको विश्व प्राथमिक उपचार दिवसको नारा पनि "प्रविधिको युगमा प्राथमिक उपचार (First Aid in the Digital World)" भन्ने तय गरिएको छ । प्राथमिक उपचारका गतिविधि र सेवाकार्यलाई व्यापक बनाउन हरेक वर्ष समसामयिक विषयवस्तुको नारा तय गर्ने गरिएको छ । जति अस्पतालहरू बढ्दै जान्छन्, एम्बुलेन्स सेवा विस्तार हुन्छ त्यति नै प्राथमिक उपचार सेवाको महत्व हुन्छ । अस्पतालको गेटमा पनि प्राथमिक उपचार सेवाको महत्व हुन्छ ।

नेपाल सरकारले पनि पछिल्लो समय प्राथमिक उपचारको महत्वलाई बुझी प्राथमिक उपचार तालिम पाठ्यक्रमहरू तयार गरिदै छ । अझै यस क्षेत्रमा राज्यको ध्यान अरु जानु पर्दछ । सबै तहबाट प्राथमिक उपचार तालिमको लागि वर्षेनी व्यवस्था गर्नु आवश्यक छ, बजेट छुट्याउनु पर्ने हुन्छ । पहिला तालिम लिएका व्यक्तिलाई पुनर्ताजकी तालिमको आवश्यकता हुन्छ । तिनीहरूलाई समय समयमा सिमुलेसन अभ्यास गराई अभ्यासलाई निरन्तरता दिनुपर्दछ । घाइते वा विरामीलाई उपलब्ध गराइने प्राथमिक उपचार सेवाले घाइते वा विरामी चाँडो सञ्चो हुने, उपचारको समय र खर्च कम लाग्ने हुन्छ । त्यस्तै घाइते वा विरामीले अस्पताल सेवा पूर्व नै हेर चाह र सहयोग पाउने हुँदा उसलाई सहज हुन्छ । प्राथमिक उपचार सेवा पाउनु घाइतेको अधिकार हो भने सेवा प्रदान गर्नु प्राथमिक उपचार स्वयंसेवकको कर्तव्य हो ।

त्यसैले प्राथमिक उपचार सेवालाई व्यापक बनाउन प्रविधि मैत्री प्राथमिक उपचार सेवालाई व्यापक बनाउनु पर्दछ । विश्व समुदायको कुनाकाप्चासम्म सहज सेवा पुऱ्याउने कार्यमा लागौं अनि विश्वका कुनै पनि क्षेत्रमा रहेका प्राथमिक उपचार सेवाका आधारभूत ज्ञान, सीप र अवधारणामा आएका परिमार्जनलाई पनि डिजिटल माध्यमबाटै विश्वभरि छिटो भन्दा छिटो प्रयोगमा ल्याउन सहज हुनेछ । त्यसैले आजको विश्व जसरी प्रविधिको व्यापकता बढ्दै गएको छ, त्यसरी नै प्रथमिक उपचार ज्ञान, सीप प्रदान गर्न र प्राथमिक उपचार सेवालाई व्यापक बनाउन प्रविधिको प्रयोग आवश्यकता रहेको छ ।

अर्कोतर्फ सरकारले नीतिगत व्यवस्थामा पनि प्राथमिक उपचार, तालिम र सेवाकार्यलाई जोड्नु आवश्यक छ । प्राथमिक उपचार सेवा एउटा मानवीय सेवा हो, मानिसको जीवनसँग सम्बन्धित पक्ष हो । समय मै कुनै पनि घाइते वा विरामीले सानो प्राथमिक उपचार सेवा पाउदा उसको जीवन बच्न सक्दछ । रक्तस्रावको अवस्था, श्वास-प्रश्वासको समस्या लगायतमा सामान्य सहयोगबाट हुन सक्ने खतरा टर्न सक्दछ । एउटा ठूलो रक्तस्रावको विरामीको रगत रोक्दा जीवन बच्न सक्दछ । त्यस्तै श्वास-प्रश्वास रोकिएको, मुटुमा अवरोध आएको व्यक्तिलाई सामान्य सिपीआर प्रदान गर्दा उसको जीवन बाँच्न सक्दछ । त्यस्तै मेरुदण्डको चोट लागेको व्यक्तिलाई सुरक्षित तरिकाले अस्पताल पुऱ्याउँदा जीवनभर अपाङ्गता हुनबाट जोगाउन सकिन्छ ।

त्यसैले यस्ता सबै खालका हेरचाह र सेवा गर्ने स्वयंसेवी प्राथमिक उपचार सेवा प्रदान गर्न आजको प्रविधिको प्रयोगलाई जोड गरौं । समयको मागअनुसार प्राथमिक उपचार सेवालाई पनि जोडौं, अनि मनैदेखि सेवा प्रदान गरौं ।

(लेखक : नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, गण्डकी प्रदेशका अध्यक्ष एवं प्राथमिक उपचारको राष्ट्रिय प्रशिक्षक हुनुहुन्छ)

रक्तदान कार्यक्रमहरू सम्पन्न

धादिङको गल्छी गाउँपालिका स्थित नेपाल रेडक्रस सोसाइटी युवा रेडक्रस सर्कल सक्सेज एकेडेमीमा सम्पन्न रक्तदान कार्यक्रममा ५५ जनाले रक्तदान गर्नुभएको छ । यस्तै धादिङकै श्रोत परिचालन साकोसद्वारा आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा २५ जनाले रक्तदान गर्नुभएको छ ।

यसैगरी हरितालिका तीजको उपलक्ष्यमा लायन्स कल्व अफ बागलुङ भैरवको आयोजना तथा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रक्तसञ्चार केन्द्र बागलुङको प्राविधिक सहयोगमा आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा २७ जनाले रक्तदान गर्नुभएको छ ।

यसै अवसरमा पशुपतिनाथ मन्दिर आउने दर्शनार्थीहरूलाई लक्षित गरी नेपाल रेडक्रस सोसाइटी **चाबहिल पशुपति बौद्ध** उपशाखाद्वारा निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरको आयोजना गरिएको छ । सो शिविरमा युवा रेडक्रस सर्कल नेपाल कमर्स क्याम्पस र त्रिचन्द्र क्याम्पसका युवाहरूले स्वयंसेवा गरेका छन् ।

कास्कीको ढिकुरपोखरीमा आयोजित हरितालिका तीज मेलामा नेपाल रेडक्रस सासाइटी **कास्की** जिल्ला शाखाका स्वयंसेवकहरूले प्राथमिक उपचार सेवा प्रदान गर्नुभएको छ ।

निःशुल्क रगत उपलब्ध गराउन सहयोग

भक्तपुर । इलाइट हेल्थ केयर एण्ड रिसर्च सेण्टरले नेपाल रेडक्रस सोसाइटी भक्तपुर रक्तसञ्चार सेवामा रगत तथा रक्ततत्व आवश्यक पर्ने न्यून आय भएका व्यक्तिहरूको लागि निःशुल्क रगत तथा रक्ततत्व उपलब्ध गराउन ५० हजार रूपैयाँ सहयोग गरेको छ ।

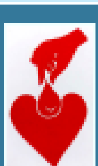
उक्त सहयोगबाट न्यून आय भएका र रक्ततत्वको आवश्यकता परेका बिरामीहरूको लागि ६१ युनिट रगत तथा रक्ततत्व निःशुल्क रूपमा वितरण गरिसकिएको भक्तपुर जिल्ला शाखाले जनाएको छ ।

युवा क्षमता विकास प्रशिक्षण सम्पन्न

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी गण्डकी प्रदेश कार्यसमितिको आयोजना तथा इटालियन रेडक्रसको आर्थिक सहयोगमा पाँच दिने युवा क्षमता विकास प्रशिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

युवा सहभागिता रणनीति अन्तर्गत सञ्चालित सो प्रशिक्षण कार्यक्रमको मूल उद्देश्य युवाहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्दै प्रशिक्षित युवाहरूमार्फत समुदायमा रेडक्रस अभियानको विकास र विस्तार गर्नु रहेको छ । कार्यक्रममा देशभरिबाट सातै प्रदेशलाई प्रतिनिधित्व गर्ने गरी ३० जना युवा स्वयंसेवकहरूको सहभागिता रहेको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, गण्डकी प्रदेश कार्यसमितिका अध्यक्ष सूर्यप्रसाद ढकालको अध्यक्षता, नेरेसो केन्द्रीय उपकोषाध्यक्ष डोलराज पाण्डे, केन्द्रीय सदस्य दिनेश अर्याल र कास्की जिल्ला सभापति डण्डराज शर्माको विशेष उपस्थितिमा सञ्चालित तालिमको शुभारम्भ कार्यक्रममा गण्डकी प्रदेश जुनियर/युवा समितिका संयोजक तीर्थराज तिवारीले स्वागत मन्तव्य राख्नुभएको थियो भने महासचिव रामदत्त पौडेलले कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुभएको थियो ।



रक्तदान गर्नुहोस् ताकि अन्य मानिसहरूलाई पनि त्यसो गर्न प्रोत्साहन मिलोस् ।

अपाङ्गता सम्बन्धी सवाललाई अझै सुदृढ बनाउने

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जानकी आँखा अस्पताल जनकपुरमा संरक्षण, लैङ्गिकता, समावेशीकरण र अपाङ्गतासमावेशी सम्बन्धी एक दिने अभिमुखीकरण सम्पन्न भएको छ ।

जानकी आँखा अस्पतालको सेवा र कार्यरत कर्मचारीहरूको क्षमतामा संरक्षण, लैङ्गिक, समावेशीकरण र अपाङ्गतासम्बन्धी सवाललाई अझै सुदृढ बनाउने उद्देश्यले अभिमुखीकरणको आयोजना गरिएको हो ।

जानकी आँखा अस्पतालका सभापति नरेश प्रसाद सिंहको सभापतित्वमा भएको अभिमुखीकरण कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रीय कार्यालयका निर्देशक पुजा कोइराला एवं शवनम पोखरेलले सहजीकरण गर्नुभएको थियो ।

प्राथमिक उपचार सेवाबाट २२८ जना लाभान्वित

कास्कीको अन्नपूर्ण गाउँपालिका २ स्थित माछापुच्छ्रे माध्यमिक विद्यालय परिसरमा आयोजित तीजमेलामा नेपाल रेडक्रस सासाइटी अन्नपूर्ण १,२,३ ढिकुरपोखरी उपशाखाका स्वयंसेवकहरूद्वारा मेला अवधिभर प्राथमिक उपचार सेवा प्रदान गरिएको छ ।

छ दिनसम्म सञ्चालित सो कार्यक्रमबाट २२८ जना लाभान्वित भएका छन् । यस्तै मेलामा डेंगु रोगसम्बन्धी सचेतनामूलक पर्चाहरू पनि वितरण गरिएको थियो ।

समयसमयमा पानीको गुणस्तर परीक्षण गर्नु अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ ।

किरण आचार्य, नेरेसो, वास इन्जिनियर

पानी शुद्धीकरणका लागि ध्यान दिनुपर्ने कुराहरूको बारेमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका वास इन्जिनियर किरण आचार्यासँग नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका सञ्चार अधिकृत कृष्ण नेपालले रेडक्रसको रेडियो कार्यक्रम र मासिक पत्रिका लागि गर्नु भएको कुराकानीको सार संक्षेप :

हामीले सुरक्षित पानीको कुरा गर्दा, पानी सफा देखिन्छ भने त्यस्तो पानी पिउन सुरक्षित हुन्छ कि हुदैन ?

कतिपय व्यक्तिहरूमा पानी सफा देखिएमा प्रयोग गर्न मिल्छ भन्ने गलत धारणा रहेको हुन्छ । तर हामीले के विचार गर्नुपर्छ भने पानीमा घुलित रूपमा पदार्थ, खनिज र सुक्ष्म जीवाणुहरू धेरै हुनसक्छन् जुन हाम्रो आँखाले देख्न सकिँदैन । पानी धमिलो भए पनि जीवाणुहरू नहुन सक्छ । तर सफा पानीमा जीवाणुहरू छ त्यसलाई आँखाले देख्न सकिदैन भने देख्दा सफा भएर मात्र भएन जीवाणुरहित र सुरक्षित पानी हामीले प्रयोग गर्नुपर्दछ । त्यसैले सफा देखिँदैमा प्रयोग गरिहाल्नु हुदैन, पानी शुद्धीकरणका विभिन्न घरेलु विधि अपनाएर सुरक्षित पानी प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

हामीले नियमित प्रयोग गरिहने पानीको स्रोतहरु जस्तो : कुवा, धारा, पधैंरोबाट पनि पानीजन्य रोगहरु लागिरेको अवस्था छ, समयसमयमा यस्तो पानीको स्रोतहरुको गुणस्तर परीक्षण गर्नु कतिको आवश्यक हुन्छ ?

निश्चय पनि हामीले प्रयोग गर्ने पानीको स्रोतहरू कति सुरक्षित छ ? भनेर समयसमयमा गुणस्तर परीक्षण गर्नु अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ । सुरक्षित पानीको पहुँच आधारभूत मानव अधिकारभित्र नै पर्दछ । अब शहरी क्षेत्रको कुरा गर्दा पानी उपलब्ध गराउने निकायले नै गुणस्तर परीक्षण गरेर वा शुद्धीकरण गरेर पठाउनुपर्दछ । तर नेपालको सन्दर्भमा अधिकांश समुदायहरूले मूलको पानी, कुवा र ट्युबेलको पानी प्रयोग गरिरहनुभएको छ । यी स्रोतहरूको पानी शुद्ध छ कि छैन भनेर ल्यावमा परीक्षण गर्न सकिन्छ, यो अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ । तर हामीसँग केही सीमितताहरू छन् सबै ठाउँमा प्रयोगशालाहरूको पहुँच छैन, आवश्यक परेको समयमा पानीको गुणस्तर सुनिश्चित गरी प्रयोग गर्न सक्ने अवस्था छैन । त्यसैले गर्दा यदि कसैले नयाँ कुवा वा ट्युवेलको पानी प्रयोग गर्दै हुनुहुन्छ भने पहिला पानीको गुणस्तर परीक्षण गरेर मात्र प्रयोग गर्नुपर्दछ । विशेषगरी मनसुनको समयमा चाहि सम्भव भएसम्म एक दुई महिनामा पानीको गुणस्तर परीक्षण गर्नु अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ। मनसुनका बेलामा बाहेक अरू समयमा यदि पानीमा दुर्गन्ध आयो वा धमिलो देखियो भने आवश्यकता अनुसार परीक्षण गर्न सकिन्छ ।

पानी स्वच्छ छ कि छैन वा पिउन योग्य छ कि छैन भनेर पत्ता लगाउन जिल्लाका स्थानीय समुदायहरुले पानी शुद्धीकरण गर्ने प्रयोगशालाहरुको बारेमा कसरी थाहा पाउन सकिन्छ ?

खानेपानी विभागसँग एउटा सरकारी मोबाईल प्रयोगशाला छ । अर्को विभिन्न प्राईभेट संस्थाहरू र काठमाडौं युनिभर्सिटीको ल्यावले पनि पानीको गुणस्तर परीक्षण गर्ने गर्छ । सरकारी र प्राईभेट गरी विभिन्न ल्यावहरूमा पानीको नमुना लिएर गई गुणस्तर परीक्षण गर्न सकिन्छ । विशेषगरी सरकारी प्रयोगशाला बढी विश्वसनीय हुने भएकोले नजिकैको जिल्ला खानेपानी कार्यालयका साथै प्राईभेट प्रयोगशाला र काठमाडौं युनिभर्सिटीको ल्यावबाट पनि पानीको गुणस्तर जाँच गर्नसकिन्छ ।

> हामीले प्रयोग गर्ने पानीको स्रोतहरु कति सुरक्षित छ ? भनेर समयसमयमा गुणस्तर परीक्षण गर्नु अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ । सुरक्षित पानीको पहुँच आधारभूत मानव अधिकारभित्र नै पर्दछ । शहरी क्षेत्रको कुरा गर्दा पानी उपलब्ध गराउने निकायले नै गुणस्तर परीक्षण गरेर वा शुद्धीकरण गरेर पठाउनुपर्छ । तर नेपालको सन्दर्भमा अधिकांश समुदायहरुले मूलको पानी, कुवा र ट्युबेलको पानी प्रयोग गरिर हनुभएको छ । यी स्रोतहरुको पानी शुद्ध छ कि छैन भनेर ल्यावमा परीक्षण गर्न सकिन्छ, यो अत्यन्तै आवश्यक हुन्छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले पनि परियोजना चलिरहेको ठाउँमा यस्ता गतिविधिहरु गरिरहेको हुन्छ हैन ?

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीसँग पनि फिल्ड लेवलको परीक्षण गर्ने कीटहरू हुन्छन । यदि यहाँहरूको समुदाय वरपर नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको खानेपानी सम्बन्धी परियोजनाहरू चलिरहेको छ भने पानीको नमुना लगेर परीक्षण गर्न सक्नुहुन्छ, त्यसमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले सहयोग गर्न सक्छ ।

हामीले पानीको परीक्षण गराएको छैन तर पनि पानी पिउनुपर्ने अवस्था आयो भने पानीलाई कसरी शुद्धीकरण गर्न सकिन्छ ?

यो एकदमै ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू मध्ये एक हो । अब कहिलेकाहिँ चाहेर पनि परीक्षण गर्न सकिदैन र आज परीक्षण गरेर भोलि फेरी त्यही पानी प्रदषित हुने सम्भावना धेरै हुन्छ । त्यसैले पानीलाई शुद्धीकरण गर्ने उपयुक्त विधि भनेको घरेलु विधि हो । घरेलु विधिद्वारा पानी शुद्धीकरण गरेर प्रयोग गरिएमा पानीजन्य रोगबाट बच्न सकिन्छ । घरेलु विधिमा एकदमै सजिलो विधिहरू छन्, जुन समुदायका अधिकांश मानिसहरूले अपनाई पनि रहेका छन् । उदाहरणका लागि पानीलाई उमाल्ने, सोडिस गर्ने (पानीलाई सिसा वा प्लाष्टिकको बोतलमा हालेर ७-८ घण्टासम्म घाममा राख्ने), क्लोरिन प्रयोग गर्ने र फिल्टरको प्रयोग गरेर पानी शुद्धीकरण गर्न सकिन्छ ।

हामी कुराकानीको अन्त्यमा छौ, हाम्रा आम पाठकहरुलाई तपाईको मूख्य सन्देश के छ ? के भन्न चहानुहुन्छ ?

वर्षात्को समय सुरू भएपछि यस्तो समयमा धेरै पानीजन्य रोगहरू देखिने भएकोले आफूले प्रयोग गर्ने पानी विभिन्न घरेलु विधि अपनाई शुद्ध बनाएर प्रयोग गर्नुपर्दछ । जसले गर्दा वर्षात्को समयमा पानीजन्य रोगहरूबाट सजिलै बच्न सकिन्छ । अर्को कुरा शहरी क्षेत्रमा विभिन्न पानीका जारहरू प्रयोग भैइरहेका छन् । यी पानीका जारहरूलाई पनि प्रयोग गर्नुभन्दा अगाडि शिल्ड छ कि छैन सुनिश्चित गरेर मात्र प्रयोग गर्न अनुरोध गर्दछु ।

पानी शुद्धीकरण गर्ने घरेलु उपाय

- पानी शुद्धीकरण गर्ने घरेलु उपायहरू छन् । तीमध्ये एक हो उमाल्ने : जीवाणु नष्ट गर्न पानीलाई कम्तिमा एक भुल्को उमाल्नुपर्छ ।
- धमिलो पानीलाई थिग्राएर छानेपछि मात्र पानी उमाल्नुपर्छ ।
- उमालिसकेको पानीलाई पुनः प्रदूषित हुन नदिन छोपिराख्नुपर्छ ।

#मनैदेखिसेवा #FromTheHeart

बडा दशैं, शुभ दीपावली, छठ पर्व २०८० तथा नेपाल सम्बत ११४४ को पावन अवसरमा हार्दिक मंगलमय शुभकामना ।

Wishing you a very Happy Bada Dashain, Deepawali, Chhath and Nepal Sambat Festivals, 2080 BS.

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

आईएफआरसी तथा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रीय कार्यालयको समन्वय तथा कास्की जिल्ला शाखाको आयोजनामा सञ्चालित डेंगु संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रण कार्यक्रमअन्तर्गत पोखरा महानगरपालिका भित्रका ४० जना स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूका लागि सञ्चालित अभिमुखीकरण कार्यक्रमको झलक ।