

# वार्षिक प्रगति पुस्तिका

आ.व. २०८०/८१



बागमती प्रदेश सरकार  
स्वास्थ्य 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

डा. रुद्रमणि भण्डारी, मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट

### सम्पादक

केशव प्रसाद अधिकारी, प्रशासन सहायक  
अञ्जना सुवेदी, वायोमेडिकल टेक्निसियन/ मेडिकल रेकर्डर

### सम्पादन सहयोगी

खडान्द घिमिरे, लेखा अधिकृत  
पुरुसोत्तम कुमार दास, अ.हे.व.

प्रकाशन मिति : २०८१ असोज

सर्वाधिकार : चौतारा अस्पताल



# बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय

माननीय मन्त्री  
किरण थापा मगर

हेटौडा, नेपाल

## मन्तव्य

चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकले विगत वर्षहरूमा जस्तै आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ वर्ष पनि विविध गतिविधि, तथा अस्पतालले उपलब्ध गराएको सेवाहरू समावेश गरी अस्पतालको वार्षिक प्रगति पुस्तिका प्रकाशन हुन लागेकोमा आभारसहित शुभकामना व्यक्त गर्न चाहन्छु।

अनेकौं अभाव र अप्ठ्याराहरूसँग अविराम सङ्घर्ष गर्दै अस्पताल ५० शैयामा स्तरोन्ती भई गुणस्तरिय सेवा उपलब्ध गराउन सफल भएको छ। यस सफलताका लागि अस्पताल परिवारलाई हार्दिक बधाई दिन चाहन्छु। यस अस्पतालले सिन्धुपाल्चोक वासीलाई गुणस्तरिय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरेको छ। केही वर्ष अघि सम्म रिफर सेन्टरको रूपमा परिचित चौतारा अस्पताल प्रिफ्यावको भवनवाट सिमित स्रोत साधनको उचित प्रयोग गर्दै गुणस्तरिय स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउँदै न्यूनतम सेवा मापदण्डमा १५ सैयाको अस्पतालहरू मध्ये उत्कृष्ट हुन सफल भएको छ। हाल चौतारा अस्पताल सुविधा सम्पन्न भवनवाट सेवा संचालन भइरहेको छ। चौतारा अस्पतालले सेवा विस्तारको क्रममा विभिन्न निकायहरूसंग समन्वय सहकार्य गर्दै डायलाइसिस सेवा, फिजियोथेरापी सेवा, विशेषज्ञ चिकित्सक सेवा प्रदान गर्दै स्वास्थ्य सेवामा फड्को मारेको छ। अस्पतालले गुणस्तरिय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नको लागि आवश्यक स्वास्थ्य सामग्रीको व्यवस्थापन भएको छ। समुदायमा सरकारी अस्पतालहरूको बिचमा आफ्नो पहिचान स्थापित गरेको छ। अस्पतालले प्रदान गरेको स्वास्थ्य सेवालाई अझै प्रभावकारी रूपमा समय अनुकूल बिस्तार गर्नु पर्ने देखिन्छ।

अन्त्यमा यो प्रतिबेदन नीति निर्माता, व्यवस्थापक, अनुसन्धानकर्ता, बिद्यार्थी एवं सरोकारवालाहरूका लागि महत्वपूर्ण दस्तावेदको रूपमा हुने अपेक्षा समेत गर्दछु। आगामी दिनमा थप परिमाणमुखी कार्य गर्न चौतारा अस्पताललाई शुभकामना समेत प्रकट गर्दछु।

२०८१ आश्विन १० गते

किरण थापा मगर  
मन्त्री





बागमती प्रदेश सरकार  
स्वास्थ्य मन्त्रालय  
स्वास्थ्य निर्देशनालय

☎ ०११-६२०४६१  
Email : chautarahospital@gmail.com

# चौतारा अस्पताल

सिन्धुपाल्चोक, नेपाल

## शुभकामना

चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकको आर्थिक वर्ष २०८०/८१ को वार्षिक प्रतिवेदन प्रकाशन गर्न पाउँदा म खुसी छु । चौतारा अस्पतालबाट उपलब्ध हुने सेवा, सुविधा तथा प्रगति प्रतिवेदन सरोकारवाला तथा आम नागरिकहरूलाई जानकारी गराउने उद्देश्यले प्रकाशन गर्न लागेको सहर्स जानकारी गराउन चाहन्छु । यो प्रतिवेदन अस्पतालका सबै विभागको कार्यसम्पादनको सारांश हो । यस प्रतिवेदनमा अस्पतालले सम्पादन गरेका उपचारात्मक तथा प्रतिकारात्मक कार्यहरूलाई लेखाजोखा गरि के कस्तो अवस्थामा छ भन्ने कुरालाई स्पष्ट रूपमा केलाएर सरोकारवाला तथा आम नागरिक समक्ष पुऱ्याउन खोजिएको छ । यो प्रतिवेदनले उपलब्ध गराइने स्वास्थ्य सेवाको हालको तथ्याङ्क प्रस्तुत गर्दछ । अस्पतालद्वारा र प्रमाणमा आधारित स्वास्थ्य सेवा र योजना अभ्यासलाई समर्थन गर्दछ जसले अन्ततः न्यूनतम सेवा मापदण्डहरू प्राप्त गर्दछ, यस प्रतिवेदनमा अस्पतालका सबै पक्षहरू, विद्यमान जनशक्ति, स्वास्थ्य सेवा तथ्याङ्कहरू, समस्याहरू, अवरोधहरू र नयाँ पहलहरू समावेश गरिएको छ ।



प्रत्येक नागरिकले आधारभुत स्वास्थ्य सेवा पाउने नैसर्गिक अधिकार भएको हुनाले यस अस्पतालले गुणात्मक स्वास्थ्य सेवाको माध्यमबाट सबै वर्ग,जाती, लिंग, क्षेत्र तथा विषेश गरी स्वास्थ्य सेवाबाट विमुख भएका समुदायसम्म स्वास्थ्य सेवाको पहुँच पुऱ्याउदै आएको छ । यसमा तालुक निकाय बागमती प्रदेश सरकार, स्वास्थ्य मन्त्रालय, स्वास्थ्य निर्देशनालय, अस्पताल संचालन तथा विकास समितका पदाधिकारीहरू, डाक्टर, नर्सिङ्ग स्टाफ, पारामेडिक्स, अस्पताल प्रशासन तथा आर्थिक प्रशासन लगायत सम्पूर्ण सरोकारवाला तथा नागरिक समाजको अहम् भुमिका छ । यसका लागि अस्पतालका सम्पूर्ण स्वास्थ्यकर्मी तथा कर्मचारीहरूलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

अन्तमा यस अस्पतालमा आ.व. २०८०/०८१ को वार्षिक प्रतिवेदन प्रकाशनको लागि दिन रात मेहनत गरेर तयार पार्न सघाउनु हुने सम्पूर्ण कर्मचारी तथा सरोकारवालाहरूलाई हृदयदेखि धन्यवाद दिन चाहन्छु । साथै अस्पतालको सुधारमा सहयोग पुऱ्याउनुहुने सबै राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय निकायहरू, राजनीतिक नेताहरू, नागरिक समाज र पत्रकारहरूप्रति हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दै सल्लाह सुझावको पनि अपेक्षा राख्दै आगामी दिनमा यस चौतारा अस्पतालबाट प्रदान हुने सेवा सुविधामा अझै सुदृढ तथा गुणस्तरिययुक्त रूपमा प्रदान गर्न प्रतिवद्धता जाहेर गर्दछु । आगामी दिनमा यस्ता कार्यले निरन्तरता पाउने छ भन्ने विश्वास दिलाउन चाहन्छु ।

धन्यवाद !

डा. रूद्रमणि 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 सुमन्त्री 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 सधैंभरि तातोपानी आइरहने तातोपानी धारा यहाँ रहेका छन् । बज्जीजम्प 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 । त्यसैगरी 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, गुरुङ, लिम्बु, बाहुन, क्षेत्री, नेवार आदी समुदायका मानिसहरूको बसोबास रहेको छ। यी समुदायका मानिसहरूले विभिन्न धर्म मान्दै आएका छन्, जसमा बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको बाहुल्यता छ । यहाँ बौद्ध, हिन्दू, क्रिश्चियन धर्म मान्ने मानिसहरू बसोबास गर्दछन्। लिस्तीकोट, उग्रचण्डी, त्रिपुरा सुन्दरी, पाल्चोक भगवती, कोटमौलो, गौरती भीमेश्वर मन्दिर तथा लार्के घ्याङ गुम्बा यहाँका प्रमुख 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 लिसङ्गापाखर 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 यहीँका 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 पच्यो 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 रणवीरसिंह 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 व्यापारिक नाका तातोपानी यसै जिल्लामा पर्दछ ।



काठमाडौंबाट 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 धादिङ्गले रामेछाप, दोलखा र सिन्धुपाल्चोक जिल्लालाई जोड्छ। भोटेकोशीमा रहेको विश्वमा नै साहसिक खेल मानिने १६० मिटर अग्लो बञ्जीजम्प यसै जिल्लामा पर्दछ। सिन्धुपाल्चोकका प्रमुख 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 :-** समुद्र सतहबाट करिब ६७१ मिटर देखि ७०८६ मिटर उचाईमा रहेको यस जिल्लाको सदरमुकाम चौतारा सुमन्द्र सतहबाट १४१८ मिटरको उचाईमा र यहाको अधिकतम तापक्रम ३२.५ डिग्रि सेल्सियस देखि न्यूनतम ५ डिग्रि सेल्सियस रहेको र औषत २६१.५ मिलि मिटर वर्षा हुने गर्दछ।

**जिल्लाको प्राकृतिक अवस्था :-** सिन्धुपाल्चोक जिल्ला प्राकृतिक सम्पदा र सुन्दरताका दृष्टिले राष्ट्रको उत्कृष्ट जिल्लाहरूको दाँजोमा आउँदछ। यस जिल्लाको प्रमुख प्राकृतिक सम्पदाहरूमा जलस्रोत, जङ्गल, र हिमाली टाकुराहरू प्रमुख हुन्। भोटेकोशी, सुनकोशी, इन्द्रावति, ब्रम्हायणी र मेलम्ची जस्ता प्रमुख नदीहरू तथा पाँचपोखरी, भैरवकुण्ड र सूर्यकुण्ड नामक तीन प्रसिद्ध कुण्ड र सधैँभरी तातोपानी आईरहने तातोपानी धारा, बञ्जीजम्प स्थल, हेलम्बु तथा जिल्लाको उत्तरी भागमा १,१५,००० हेक्टर क्षेत्रफल ओगटेको लाम्टाङ्ग बन्जजन्तु आरक्ष, उत्तरी भागमा ६,५३५ मिटर उचाईको जुगल हिमाल र अन्य हिमाल रहेको छन् भने इन्द्रावति नदीको फाँट, जलबिरे खोलाको फाँट 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 गौरव गर्ने विषय हो।

**जिल्लाको धार्मिक अवस्था :** यस जिल्लामा तामाङ, गुरुङ, लिम्बु, बाहुन, क्षेत्री, नेवार आदी समुदायका मानिसहरूको बसोबास रहेको छ। यी समुदायका मानिसहरूले विभिन्न धर्महरू अवलम्बन गरेको पाईन्छ जसमा बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको वाहुल्यता रहेको छ। यसका साथै हिन्दु, क्रिस्चियन धर्म मान्ने वर्गहरूको पनि बसोबास रहेको पाईन्छ। लिस्तिकोट, उग्रचण्ड, 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 अस्पताल प्रदेश सरकार मातहत रहन गयो । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको मिति २०७५/०४/०६ को मन्त्र 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 वि.सं. २०७५ कार्तिक ३० गते बागमती प्रदेश सरकार मन्त्रपरिषदको निर्णय अनुसार “प्रदेश भित्रका अस्पतालको संचालन र व्यवस्थापन आदेश २०७५” स्वीकृत भई कार्यान्वयनमा आएको 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	

**अस्पतालको परिचय :**

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोक चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वार्ड नं. ५ स्थित चौतारामा रहेको छ । वि.स.२०३१ सालमा स्थापना भएको यस अस्पतालको नाममा १३ रोपनी २ आना १ दाम क्षेत्रफल जग्गा रहेको छ । तत्कालिन जिल्ला अस्पतालको रूपमा संचालनमा रहेको १५ शैयाको अस्पताल स्थानिय तहको गठन भए पश्चात चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका अर्न्तगत संचालन भएको थियो । २०७५ सालमा बागमती प्रदेश सरकार सामाजिक विकास मन्त्रालयले यस अस्पताललाई सिन्धुपाल्चोक जिल्ला स्तरिय चौतारा अस्पतालको नामाकरण गरी प्रदेश स्तरिय अस्पतालको रूपमा राखी प्रदेश सरकारबाट संचालन हुँदै आइरहेको छ । २०७२ सालको विनाशकारी भूकम्पबाट पूर्ण क्षति भएको अस्पतालको भवन निर्माणको लागि नेपाल सरकार र चीन सरकार विच भएको सम्झौता बमोजिम चीनिया ठेकेदार कम्पनीबाट विभिन्न विभागहरू सहित ३९ वटा सुविधा सम्पन्न कोठाहरू निर्माण गरी अस्पताललाई हस्तान्तरण भएको र हाल हामी नयाँ भवनबाट सबै सेवाहरू प्रदान भइरहेको छ । यस अस्पतालले सिमित स्रोत साधनको उचित प्रयोग गर्दै गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउँदै आएको छ । बागमती प्रदेश सरकार, मन्त्रपरिषद्को मिति २०८०/०९/०३ गतेको निर्णय बमोजिम यस अस्पताललाई ५० शैयामा स्तरोन्ती गरी संगठन संरचना र दरवन्दी तेरिज स्वीकृत सँगै अस्पतालमा कूल ६३ जनाको दरवन्दी कायम रहेको छ ।

यस अस्पतालले अघिल्लो आर्थिक वर्षमा १५ शैयाको भौतिक पूर्वाधारमानै ३० शैयाको सेवा संचालन गर्नुपर्ने बाध्यतासंगै दरवन्दी अनुसारको विषेषज्ञ चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीको पदपुर्ती हुन नसक्दा सेवा सेवाग्राहीले अपेक्षागरे अनुरूपको सेवा सुविधा उपलब्ध गराउन कठिनाइ रहेको तितो यर्थाथताको वावजुत न्यूनतम सेवा मापदण्डमा (MSS) १५ शैयाको अस्पतालहरू मध्ये उत्कृष्ट हुन सफल भएको छ । अस्पतालमा दरवन्दी अनुसार पदपुर्ती नहुनु साथै दरवन्दी

अनुसारको स्वास्थ्यकर्मी तथा कर्मचारी मात्रले अस्पताल संचालन गर्न नसकिने भएकोले अस्पताल विकास समिति लगाएतको अन्य कार्यक्रमको स्रोतबाट स्वास्थ्यकर्मी तथा अन्य कर्मचारीहरु करार सेवामा लिई सेवा सुचारु गर्दै आएको छ ।

### प्रदेश सरकार गठन पश्चातका कार्यालय प्रमुखहरुको विवरण

सि. नं.	पद	नाम, थर	ठेगाना	देखि	सम्म
१	बरिष्ठ कन्सल्टेन्ट मेडिकल जनरलिष्ट	डा. पोमावती थापा	काठमाडौं	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. करुणा बज्राचार्य	ललितपुर	२०७८/०१/१२	२०७८/१२/२०
४	बरिष्ठ कन्सल्टेन्ट मेडिकल जर्नलिष्ट	डा. त्रिभुवन चन्द्र भा	काठमाडौं	२०७८/१२/२०	२०८०/०५/३१
५	मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	डा. गगन अधिकारी	काठमाडौं	२०८०/०६/२१	२०८०/१२/०१
६	निमित्त मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	डा. रूद्रमणि भण्डारी	गुल्मी	२०८०/१२/०१	

### अस्पतालमा बाट प्रदान गरिने सेवाहरू

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

#### १. बहिरंग सेवा

- सामान्य चिकित्सा सेवा
- जनरल सर्जरी सेवा (विशेषज्ञ सेवा)
- हाडजोर्नी तथा नशा रोग विशेषज्ञ सेवा
- मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी विशेषज्ञ सेवा (महिनाको दुई एकपटक)
- नाक, कान, घाँटी विशेषज्ञ सेवा (महिनाको एकपटक)
- डेन्टल सेवा

#### २. अन्तरंग सेवा

#### ३. रेडियोलोजी सेवा (एक्सरे, भिडियो एक्सरे )

#### ४. फिजियोथेरापी सेवा

५. आकस्मिक सेवा
६. प्रसुती सेवा
७. शल्यक्रिया सेवा
८. प्रयोगशाला सेवा
९. फार्मसी सेवा
१०. हेमोडायलाइसिस सेवा

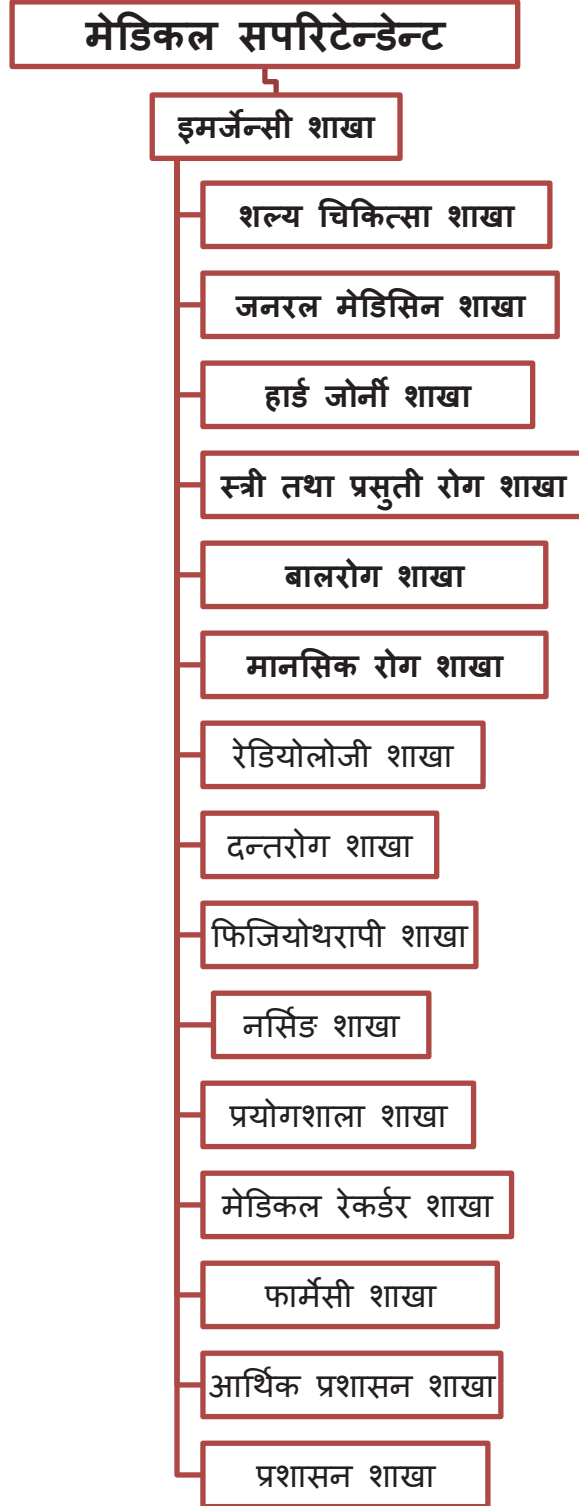
### अस्पतालमा थप कार्यक्रमहरू

१. आमा सुरक्षा कार्यक्रम (CEONC) २४ सै घण्टा
२. २४ सै घण्टा एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र (OCMC),
३. शिशु कुपोषण पुनस्थापना कार्यक्रम
४. एच.आई.भि परामर्श तथा उपचार कार्यक्रम (ए.आर.टी सेवा)
५. स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रम
६. सामाजिक सेवा इकाई
७. मुख्यमन्त्री जनता स्वास्थ्य परिक्षण
८. MCH Clinic, Family Planning, Safe Abortion Service
९. Neonatal Screening Programme

### शैया विवरण

स्वीकृत संख्या	: ५०
हाल संचालनमा रहेको जम्मा शैया	: ६२
अन्तरगं विभाग	: २०
इमरजेन्सी विभाग	: ७
प्रशुति वार्ड कक्ष	: ११
कुपोषण पुनस्थापना केन्द्र	: ५
SNCU/NICU	: ५
ओटी वेड	: २
<b>POST OP Bed</b>	: २
बिपन्न नागरिकका लागि बेड संख्या	: ५
हेमोडायलाइसिस	: ५ (थप वेड)
अस्पतालवाट संचालित एम्बुलेन्स/शव बहान संख्या	
एम्बुलेन्स	: १ वटा
शव बाहन	: १ वटा

# Chautara Hospital Organogram



टेबुल नं. १ : ५० शैया अस्पतालको लागि बागमती प्रदेश सरकारद्वारा स्वीकृत स्थायी कर्मचारीको दरवन्दी विवरण

सि. नं.	पद	तह	सेवा	समूह	दरवन्दी संख्या	कार्यरत		रिक्त
						स्थायी	करार	
१	मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट	९९०/	स्वास्थ्य		१			१
२	क.ज.फिजिसियन	९९०/	स्वास्थ्य	मेडिसिन	१			१
३	क. अब्स्ट्रेटिसियन तथा गाइनेकोलोजिष्ट	९९०/	स्वास्थ्य	अब्स.गाइने	१			१
४	क. पेडियाट्रिसियन	९९०/	स्वास्थ्य	पेडियाट्रीक्स	१			१
५	क. अर्थोपेडिक्स सर्जन	९९०/	स्वास्थ्य	सर्जरी/अर्थो	१		१	
६	क. जनरल सर्जन	९९०/	स्वास्थ्य	सर्जरी	१		१	
७	मेडिकल अधिकृत	८	स्वास्थ्य	ज.हे.स.	६	२	४	
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	एनेस्थेतिक सहायक	५	स्वास्थ्य	विविध	१	१		
१२	फार्मसी सहायक	५	स्वास्थ्य	फार्मसी	१		१	
१३	वायोमेडिकल टेक्निसियन	५	स्वास्थ्य	विविध	१		१	
१४	स्टाफ नर्स	५७/ ६/	स्वास्थ्य	जनरल नर्सिङ	१४	५	९	
१५	ल्याव टेक्निसियन	५७/ ६/	स्वास्थ्य	मे.ल्या.टे	३		३	
१६	हेल्थ असिस्टेन्ट	५७/ ६/	स्वास्थ्य	हे.इ.	३	१	२	
१७	रेडियोग्राफर	५७/ ६/	स्वास्थ्य	रेडियोग्राफी	२	१	१	
१८	मेडिकल रेकर्डस सुपरभाइजर	५७/ ६/	स्वास्थ्य	विविध	१			१
१९	सहायक/अधिकृत	५६/	प्रशासन	सा.प्र.	१			१
२०	सहायक/अधिकृत	५६/	प्रशासन	लेखा	१	१		
२१	डार्करूम स./रेडियोग्राफर	५६/	स्वास्थ्य	रेडियोग्राफी	१	१		
२२	डेन्टल हाइजेनिस्ट	४६/ ५/	स्वास्थ्य	डेन्ट्रिस्टी	१		१	
२३	सहायक कम्प्युटर अपरेटर	४	प्रशासन	विविध	१		१	
२४	सहायक	४५/	प्रशासन	सा.प्र.	१			१
२५	अ.न.मी/प.हे.नर्स	४६/ ५/	स्वास्थ्य	क.न.	२	२		
२६	अ.हे.व./हे.अ	४६/ ५/	स्वास्थ्य	हे.इ.	२	१	१	
२७	ल्या.अ./ल्या.टे.	४६/ ५/	स्वास्थ्य	मे.ल्या.टे.	१		१	
२८	स्वीपर (का.सहयोगी)	श्रेणी विहिन	प्रशासन	सा.प्र.	११	२	९	
					६३	१७	३९	७

**कैफियत :**

स्थायी - १७ जना

स्वीकृत स्थायी दरवन्दी करार : ४० जना

रिक्त पद : ७ जना

टेबुल नं. २ : चौतारा अस्पताल संचालन तथा व्यवस्थापन समिति तथा अन्य करार तर्फ का कर्मचारी हरुको दरवन्दी विवरण

सि. नं.	पद	तह	सेवा	समूह	कार्यरत	कार्यक्रम
१	मेडिकल अधिकृत (ASBA)	आठौ	स्वास्थ्य	ज.हे.स.	१	CEONC
२	मेडिकल अधिकृत	आठौ	स्वास्थ्य	ज.हे.स.	७	छात्रवृत्ति करार
३	डेन्टल सर्जन	आठौ	स्वास्थ्य	डेन्ट्रीस	१	छात्रवृत्ति करार
४	नर्सिङ अधिकृत	सातौ	स्वास्थ्य	ज.न.	५	छात्रवृत्ति करार
५	कम्प्युटर स/अपरेटर	चौथो/पाँचौ	प्रशासन	विविध	१	विकास समिति
६	स्टाफ नर्स	पाँचौ	स्वास्थ्य	ज.न.	२	OCMC, MNH कार्यक्रम
७	हेल्थ असिष्टेण्ट	पाँचौ	स्वास्थ्य	हे.ई.	१	ए.आर.टी.
८	फिजियोथेरापी सहायक	पाँचौ	स्वास्थ्य		१	नगरपालिका सहयोग
९	ल्याब असिष्टेण्ट	चौथो	स्वास्थ्य	प्याथोलोजी	२	MNH कार्यक्रम
१०	फार्मसी सहायक	पाँचौ	स्वास्थ्य	फार्मसी	२	विकास समिति
११	कार्यालय सहायक	चौथो	प्रशासन	सामान्य प्रशासन	३	विकास समिति
१२	SSU सहजकर्ता	चौथो	स्वास्थ्य		२	सामाजिक सेवा इकाई संचालन
१३	कार्यालय सहयोगी	श्रेणी विहिन	प्रशासन		८	स्वीकृत अस्थायी दरवन्दी ,न्युट्रेशन, MNH कार्यक्रम
१४	हलुका सवारी चालक	श्रेणी विहिन	"	सामान्य प्रशासन	२	स्वीकृत अस्थायी दरवन्दी ,विकास समिति
१५	सुरक्षा गार्ड	श्रेणी विहिन			२	विकास समिति
<b>जम्मा</b>					<b>४०</b>	

**कैफियत**

छात्रवृत्ति करार : १३ जना (मेडिकल अधिकृत ७, डेन्टल सर्जन १, नर्सिङ अधिकृत ५)

कार्यक्रमहरू : १२ जना (विभिन्न कार्यक्रमहरू)

स्वीकृत अस्थायी दरवन्दी : ५ जना (१ जना हलुका सवारी चालक, ४ जना कार्यालय सहयोगी)



## अस्पताल विकास समिति तर्फको खर्च विवरण

<b>Description</b>	
Number of meeting held in 2080/81	6
<b>Financial Information</b>	
2.1 Balance @ end of Asar 2080	22,56,896
2.2 Income ( service fees, rent, donation etc)	2,84,08,258.56
2.3 Expenses	2,99,52,694
2.4 Balance @ end of Asar 2081	7,12,460.56
2.5 Detail of any donation, received gift in kind	88,000

## वित्तिय विवरण (संघिय शसर्त तर्फ )

Budget	Budget Allocated	Budget Released	Budget Expence	Irregularities		
				Amount	Clarence	
चालु						
पुजिगत	17300500	12549411	12549411			
जम्मा	17300500	12549411	12549411			

**% of Financial achievement: 72.53%**

## वित्तिय विवरण ( प्रदेश स्रोत तर्फ )

Budget	Budget Allocated	Budget Released	Budget Expenditure	Irregularities		
				Amount	Clearance	
चालु	7750000	7750000	7063000			
पुजिगत	65915000	65915000	53814000			
जम्मा	73665000	73665000	60877000			

% of financial achievement: 82.64%

## वित्तिय विवरण (अस्पताल विकास समिति तर्फ )

Budget	Budget Allocated	Budget Released	Budget Expenditure	Irregularities		
				Amount	Clearance	
चालु	1075000	1075000	537850			
पुजिगत	26459475	26459475	29414844			
जम्मा	28534475	28534475	29952694			

% of Financial achievement: 100%

% of Physical achievement: 100%

## कार्यक्रम अनुसार प्रगति विवरण (अनुसूची २ बाट )

कार्यक्रम	विनियोजित बजेट रु.	खर्च रु.	वित्तीय प्रगति प्रतिशत	भौतिक प्रगति प्रतिशत
प्रदेश कार्यक्रम	७३६६५०००	६०९९५४५६	८३	१००
परिवार कल्याण कार्यक्रम खर्च	९८९८०००	५६५२७२५	५७	१००
एड्स तथा यौन रोग नियन्त्रण कार्यक्रम	६२२५००	६२२४९०	१००	१००
महामारी रोग नियन्त्रण कार्यक्रम खर्च	४८००००	४९२९४८	८६	१००
नर्सिङ तथा सामाजिक सुरक्षा सेवा कार्यक्रम	२७०००००	२४९४२५०	८९	१००
उपचारात्मक सेवा कार्यक्रम	३६०००००	३४४७७९८	९८	१००

टेबुल नं. ३ : अस्पतालको विभिन्न शाखामा रहेका स्वास्थ्य उपकरणहरू

Department	Name of Equipment	Quantities	
		Functional	Non-Functional
Operation Theatre	Cautery Machine	1	
	Pt.monitor	2	
	Oxygen Concentrator	1	
	Anesthesia machine	1	
	OT Table	3	
	OT Light	4	
	Radiant Warmer	1	
	AED machine	1	
	Suction Machine	2	
Laboratory	Fully Automatic Biochemistry Analyzer	1	
	Semiauto Analyzer	2	
	Finicare	1	
	Electrolyte Machine	2	
	3 part hematology	2	
	5 Hematology analyzer	1	1
	Microscope	2	

	Centrifuge	2	
	Hot Air Oven	2	
	Freeze	3	
<b>Radiology</b>	Xray Machine	2	
	CR System	1	1
	USG machine	1	
	Portable Machine	3	2
<b>Emergency</b>	O2 Concentration	3	
	Pt.monitor	4	
	ECG	1	
	Nebulizer	1	
	Suction Machine	1	
	Syringe Pump	1	
	Infusion Pump	1	
	Defibrillator	1	
	Ventilator	1	
<b>General Ward</b>	Pt.monitor	4	
	Nebulizer	1	
	O2 Concentration	6	
	Syringe Pump/Infusion Pump	1/1 each	
<b>Dental</b>	Dental Chair	1	
	Dental xray	1	1
	Compressor	1	
	Dental Scaler	1	
<b>NICU</b>	Ventilator	1	
	ECG	1	
	Baby Warmer	3	2
	O2 Concentrator	1	
	Phototherapy	3	
	Pt.monitor	3	
	Nebulizer	1	
	Syringe Pump	2	
	Infusion pump	2	
	Incubator	1	
<b>Recovery Room</b>	Infusion Pump	1	
	Pt.monitor	4	

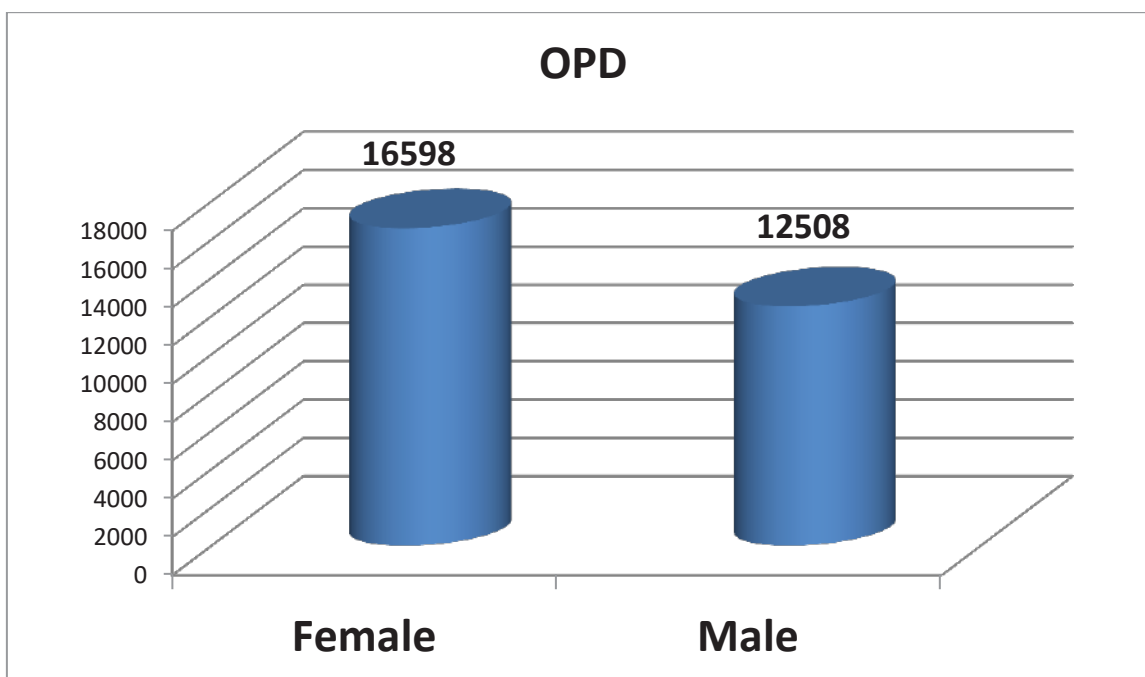
	O2 concentrator	1	
<b>Dialysis</b>	Dialysis Machine	5	
	RO plant	1	
	Patient Monitor	1	
	ECG Machine	1	
	Syringe Pump/Infusion Pump	1/1 each	
	AED	1	
<b>Labor Room</b>	Baby Warmer	1	
	CTG machine	1	1
	O2 concentrator	1	
	Delivery Bed	2	
	Freeze	1	
	Patient Monitor	1	
	Suction Machine	1	
<b>ANC Ward</b>	Oxygen Concentration	2	
	Maternal and Fetal MOnitor	1	
<b>Liquid Waste Management</b>	Liquid Waste Managemant System	1	
<b>Oxygen Plant</b>	Oxygen plant		1

## चौतारा अस्पतालबाट प्रदान गरिने सेवाहरु

### क. बहिरंग सेवा (OPD)

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकबाट प्रदान गरिने बहिरंग सेवा शनिवार तथा सार्वजनिक बिदाका दिनहरू बाहेक प्रत्येक दिन बिहान १०:०० 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, जहाँ विशेषज्ञ चिकित्सक तथा मेडिकल अधिकृतहरूले नियमित रूपमा गुणस्तरीय सेवा प्रदान गर्दै आईरहनु भएको छ । बहिरंग सेवा अन्तर्गत चौतारा अस्पतालले दन्तरोग, सर्जरी, जनरल ओ.पी.डी., स्त्री तथा प्रसुती रोग, फिजियोथेरापी, मनोचिकित्सा र नसर्ने रोग सम्बन्धी सेवा प्रवाह गर्दै आएको छ । अस्पताल संचालन समितिको निर्णय बमोजिम यस सेवाको सेवा शुल्क रू.२० र विस्तारित स्वास्थ्य सेवाको रू. २०० निर्धारण गरिएको छ । स्थानिय समुदायलाई अस्पतालमा उपलब्ध स्रोत तथा साधनको उचित रूपमा प्रयोग गरी भरपर्दो सेवा प्रदान गर्नुका साथै उचित परामर्श सेवा नै यस अस्पतालको मुख्य विशेषता हुन् ।

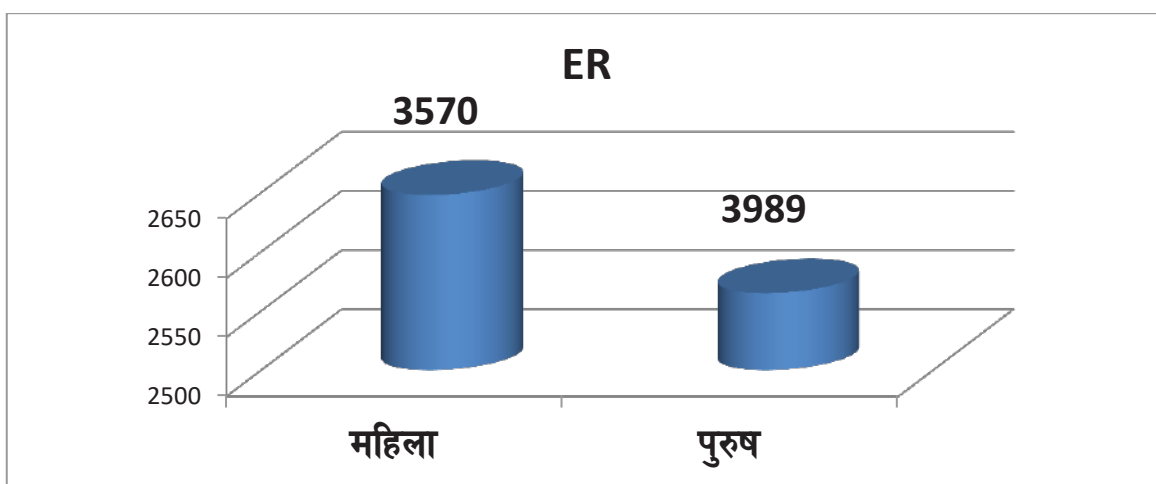
चित्र नं.१ : यस आ.व. २०८०/८१ मा यस अस्पतालको विभिन्न ओपिडिमा आएका लिङ्ग अनुसार विरामीहरूको विवरण



### ख. आकस्मिक सेवा

अस्पतालबाट प्रदान गरिने यो सेवामा हरेक दिन तिन सिफ्ट ड्युटि अनुसार खटाईएका स्वास्थ्यकर्मी तथा मेडिकल अधिकृत र अनकलमा रहेका विशेषज्ञ चिकित्सकहरूले प्रत्येक दिन चौबिसै घण्टा सेवा प्रदान गर्ने गर्दछन । यो सेवा प्रवाहको लागि चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकले ७ वटा बेडको व्यवस्था गरेको छ । यो सेवा लिनका लागि अस्पताल व्यवस्थापन समितिले प्रतिव्यक्ति रू.१०० सेवा शुल्क निर्धारण गरेको छ तर नेपाल सरकारले निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा पाउने भनि तोकिएका लक्षित वर्गहरूलाई यो सेवा निःशुल्क प्रदान गर्ने गरिन्छ । गत आ.व. को तुलनामा यस आ.व.मा इमरजेन्सी मा सेवा लिन आउने बिरामीहरूको चाँप बढिरहेको छ ।

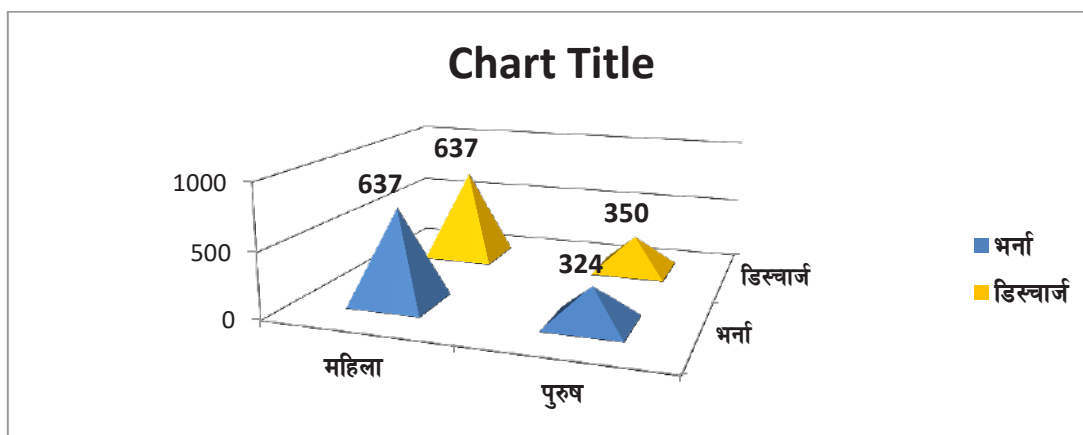
चित्र नं. २ : आकस्मिक सेवा लिने बिरामीहरूको विवरण



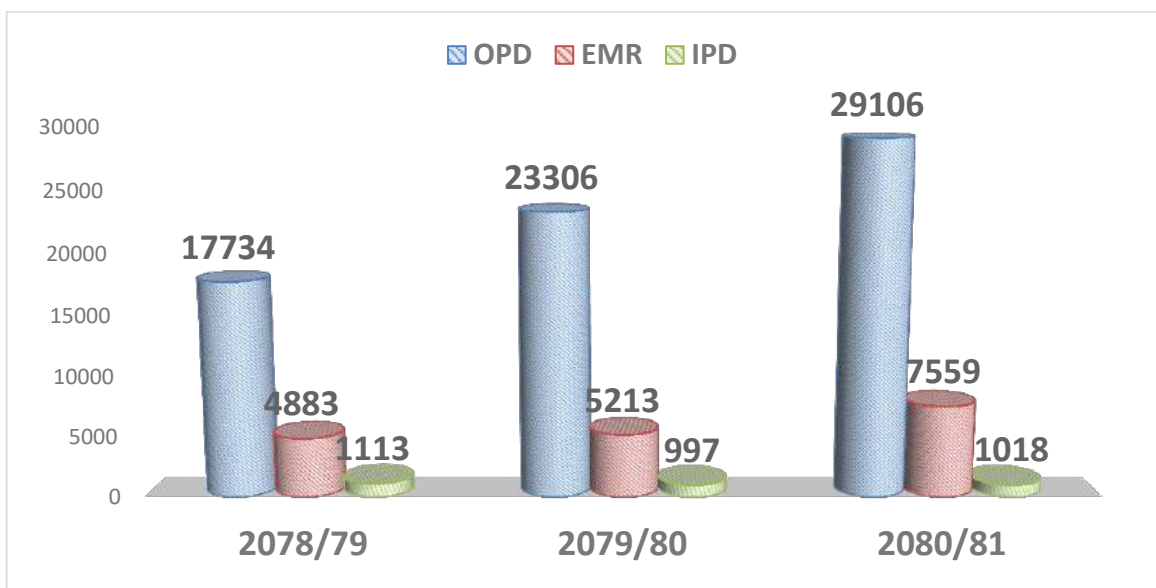
### ग. अन्तरंग सेवा

यस अस्पतालमा आकस्मिक तथा ओपिडि सेवामा आउने बिरामीहरू लाई नियमित रूपमा चिकित्सकको निगरानीमा राखेर औषधी उपचार गराउन पर्ने आवश्यक भएकाहरूलाई अन्तरंग विभागमा भर्ना गरि चिकित्सक मार्फत सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको छ । यस अस्पतालमा अन्तरंग सेवा अन्तरगत प्रशुति सेवा, सर्जरी सेवा पनि संचालनमा आइरहेको छ ।

चित्र नं. ३ : यस आ.व. २०८०/८१ मा अन्तरंग विभाग बाट सेवा लिएका बिरामीहरूको विवरण



चित्र नं. ४ : विभिन्न आ.व. २०८०/०८१ मा ओपिडि, आकस्मिक र अन्तरंग सेवा लिने बिरामीहरुको विवरण



## आमा सुरक्षा कार्यक्रम

### १. प्रशुती सेवा

यस अस्पताल मा प्रशुति सेवा का लागि आउने सम्पूर्ण सेवाग्राहीका लागि २४ सै घण्टा प्रशुति सेवा निः शुल्क रुपमा उपलब्ध गराइएको छ । यसमा सामान्य प्रशुति , जटिल प्रकृतिका ( भ्याकुम, फोरसेप ) तथा शल्यक्रिया मार्फत गराइने प्रशुतिहरु पर्दछन । नेपाल सरकारबाट संचालित आमा सुरक्षा कार्यक्रमबाट प्रशुति सेवा लिने सेवाग्राहीहरुलाई यातायात खर्च बापत रु. ३०००/- र प्रोटोकल अनुसार ( ४,६,८ र ९ महिना ) पूर्व प्रसुति जाँच गराएका महिलाहरुलाई प्रोत्साहन स्वरुप रु. ८००/- उपलब्ध गराइएको छ । आ.व. २०८०/०८१ मा जम्मा १४४ जनाले माथि उल्लेखित सुविधा प्राप्त गरेका छन् ।

टेबुल नं. ११ : यस आ.व.२०८०/०८१ मा प्रशुति वार्डमा भएका मृत्युहरुको विवरणहरु :

Still Birth	Fresh	2
	Macerated	1
Neonatal death		0
Maternal death		0

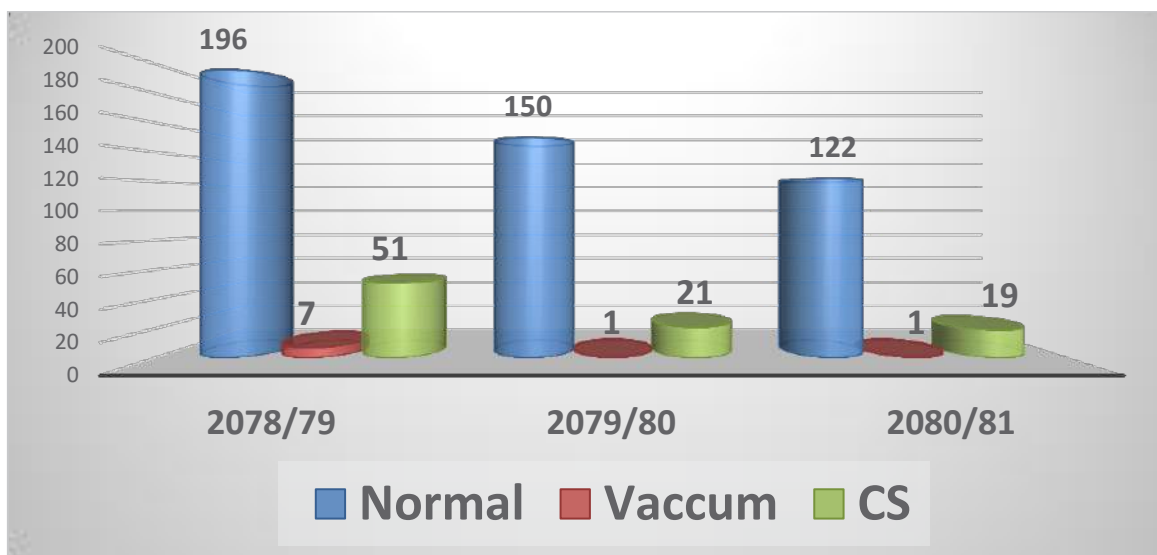
### २.सि.इ.ओ.एन.सि.

दुर्गम क्षेत्रका महिला तथा नवजात शिशु मृत्युदर घटाउनको लागि २४ सै घण्टा प्रशुति शल्यक्रिया सेवा दिन यो कार्यक्रमम नेपाल सरकारले संचालन गरिरहेको छ । गर्भवती तथा



सुत्केरी अवस्थामा आउन सक्ने खतराबाट गर्भवती महिलाले अकालमा ज्यान गुमाउन नपरोस भन्नका लागि नेपाल सरकारले ल्याएको यो कार्यक्रम मार्फत गर्भवती तथा सुत्केरी अवस्थामा देखा पर्ने जोखिमपूर्ण अवस्थाहरु विशेष प्रकृयाद्वारा व्यवस्थापन गरी सेवा दिने काम यस कार्यक्रम अन्तर्गत पर्दछ ।

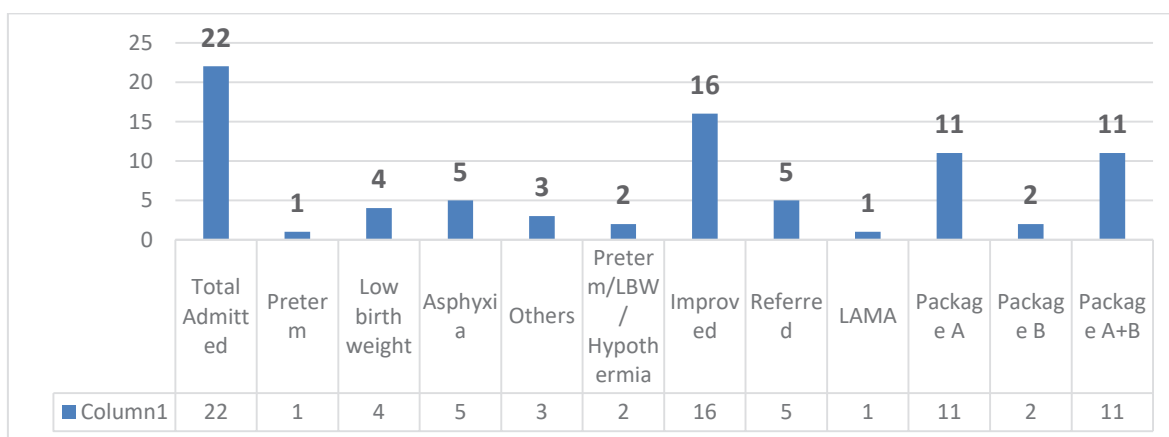
चित्र नं. ५ : विभिन्न आ.व.२०८०/०८१ मा यस अस्पताल बाट प्रशुति सेवा प्राप्त गरेका सेवाग्राहीहरुको विवरण



### नवजात शिशु सुरक्षा कार्यक्रम ( SNCU/NICU )

नवजात शिशु मृत्युदरलाई कम गर्ने उद्देश्यको साथ चौतारा अस्पतालमा आ.व. २०७९/८० बाट संचालनमा आएको यो कार्यक्रममा महिलाको प्रसुति पश्चात नवजात शिशु ( जन्मे देखि २८ दिन सम्मको ) भर्ना भई उपचार गर्दा उपचाररत रहदा सम्मको लागि ( डिस्चार्ज / प्रेषण नभएसम्म ) सम्पूर्ण उपचार सेवा निःशुल्क तथा महिलालाई अस्पताल परिसरमै बस्ने व्यवस्था उपलब्ध गराइन्छ । एकपटक डिस्चार्ज भई सकेको नवजात शिशु पुनः जन्मेको २८ दिनभित्रै भर्ना हुन आएको खण्डमा उक्त नवजात शिशुलाई फेरि पनि निशुल्क उपचार सेवा प्रदान गरिन्छ । नवजात शिशुको आमा वा अभिभावकले क्याविन कोठा / प्राइभेट वार्ड उपयोग गरेको खण्डमा भने नवजात शिशुले निशुल्क उपचार प्राप्त गर्ने छैन ।

चित्र नं. ६ : यस आ.व. २०८०/८१ मा यस अस्पतालबाट SNCU/NICU बाट उपचार पाएका नवजात शिशुको विवरण



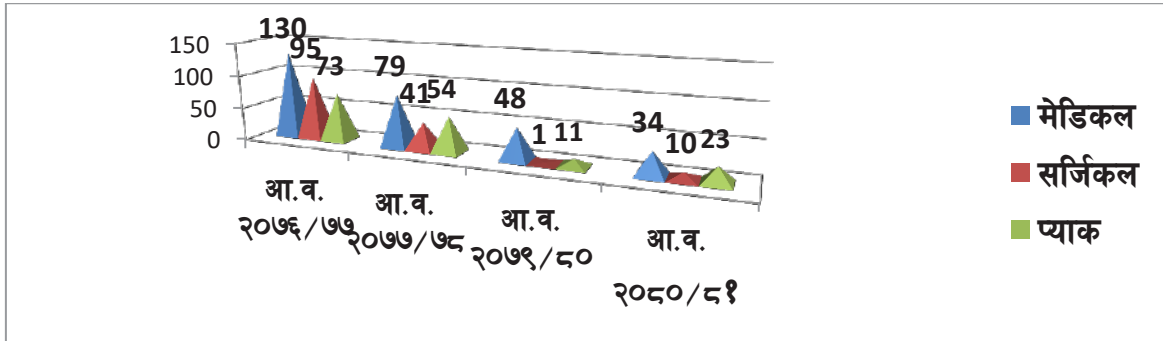
## नवजात शिशु स्वास्थ्य स्क्रिनिङ तथा उपचार व्यवस्थापन कार्यक्रम

अस्पतालमा जन्मेका वा उपचारका क्रममा आएका नवशिशुहरुमा जन्मजात रूपमा हुनसक्ने Congenital Hypothyroidism को समस्या निदानका लागि नवशिशुहरुको पूर्ण परीक्षण (Head to Toe Examination ) निशुल्क रूपमा प्रदान गर्ने हेतुले यस आ.व. २०७९/८० देखि चौतारा अस्पतालमा यो कार्यक्रम लागु भएको छ । यस आ.व. २०८०/८१ मा यो कार्यक्रम अन्तर्गत बाट जम्मा १३५ जना नवशिशुहरुले सेवा लिएका छन ।

### सुरक्षित गर्भपतन सेवा

सुरक्षित गर्भपतन सेवालार्ई कानुनी मान्यता दिए पश्चात यस अस्पतालमा पनि गर्भवती महिलाको पूर्व स्वीकृतिमा ९ हप्ता भित्र औषधी द्वारा गरिने मेडिकल गर्भपतन सेवा तथा १२ हप्ता भित्र औजारद्वारा गरिने सर्जिकल गर्भपतन सेवा हरेक दिन निः शुल्क उपलब्ध छ ।

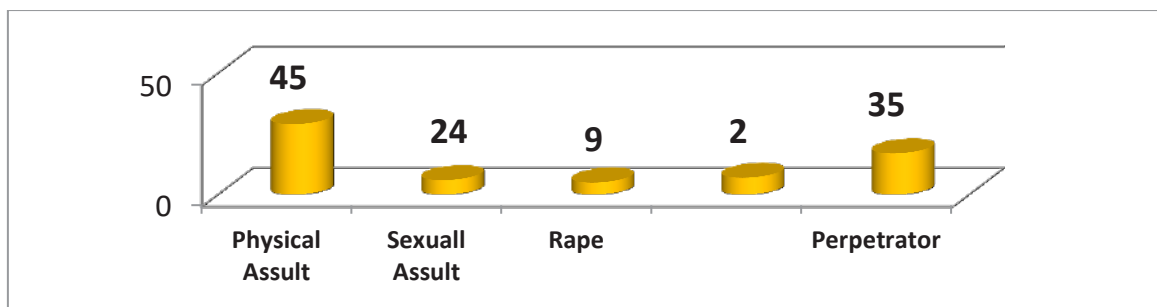
चित्र नं. ७ : विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालबाट सुरक्षित मातृत्व सेवा प्राप्त गरेका महिलाहरुको विवरण



### एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र (OCMC)

यस अस्पतालमा लैगिंक हिंसा सँग सम्बन्धित तथा स्वास्थ्य क्षेत्रमा सामाजिक समावेशिकरण एवम् लैगिंक समानतालाई सुदृढ गर्नका लागि एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्रको वि.सं. २०७४ चैत्र १ गते स्थापना गरिएको हो । लैगिंक हिंसाबाट पिडित समूहलाई जुनसुकै अवस्थामा पनि यो सेवा प्रदान गर्ने गरिन्छ । अस्पतालले यो सेवाको लागि आवश्यक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न मेडिकल अधिकृत र मनोसामाजिक परामर्शकर्ताका रूपमा एकजना स्टाफ नर्सको व्यवस्था गरेको छ । यस केन्द्रमा आएका सेवाग्राहीको स्वास्थ्य जाँच अस्पतालका चिकित्सकले दिँदै आइरहनु भएको छ । लैगिंक हिंसा पिडित महिला तथा बालबालिकाहरुलाई एकिकृत रूपमा स्वास्थ्य सेवा, मनोसामाजिक विमर्श, चिकित्साजन्य प्रभाव संकलन र संरक्षण, अल्पकालीन आश्रय, कानुनी उपचार आदि प्रदान गरि सबै किसिका लैगिंक हिंसा नियन्त्रण गर्नु नै एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्रको उद्देश्य रहेको छ । अस्पतालमा आधारित लैगिंक हिंसा सम्बन्धी एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र स्थापना गरि सबै किसिमका पीडित वा व्यक्तिहरुलाई स्वास्थ्य उपचारका साथै अन्य आवश्यक सेवाहरु एकद्वारबाट उपलब्ध गराई सबै किसिमका हिंसा नियन्त्रण गर्ने नै यसको मुख्य कार्य रहेको छ । यस आर्थिक वर्षमा यस अस्पतालबाट एकद्वार संकट व्यवस्थापन सेन्टरबाट जम्मा ११५ जनाले सेवा पाएका छन ।

चित्र नं. ८ : यस आ.व. २०८०/८१ मा यस अस्पतालबाट OCMC माध्यमबाट उपचार पाएका सेवाग्राहीहरूको विवरण



टेबुल नं. ५ : विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालको OCMC बाट सेवा लिएका सेवाग्राहीहरूको विवरण

Type of Crime	Total number of cases (New)		
	2078/79	2079/80	2080/81
Sexual Assault	18	6	24
Physical Assault	23	29	45
Harmful Traditional Practice	0	7	2
Rape	0	5	9
Other	3	0	35
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>47</b>	<b>115</b>

### सामाजिक सेवा एकाई तथा निशुल्क स्वास्थ्य सेवा

चौतारा अस्पतालले सामाजिक सेवा प्राप्त गर्न तय गरिएका लक्षित समूहको स्वास्थ्य सेवामा उचित, सर्वसुलभ निःशुल्क र समतामूलक पहुँच सुनिश्चित गर्ने अपेक्षा बमोजिम सामाजिक सेवा एकाई अन्तर्गत लक्षित वर्गका लागि निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गरिरहेको छ ।

सामाजिक सेवा एकाई अन्तर्गत निःशुल्क स्वास्थ्य सेवाका उद्देश्यहरू निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ ।

- लक्षित समूहका बिरामीको स्वास्थ्य सेवामा समतामूलक पहुँच एवम् उपयोग बृद्धि गर्ने ।
- लक्षित समूहसम्म निःशुल्क तथा आशिक छुटमा विशेषज्ञ सेवाहरू उपलब्ध गराउने ।
- स्वास्थ्य सम्बन्धी विमा लगायत सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रमहरूको संयोजन एवम् सहजीकरण गर्ने ।
- व्यवस्थित पारदर्शी र प्रभावकारीरूपले लक्षित समूहले स्वास्थ्य सेवा लिन सक्ने वातावरण तयार गर्ने ।
- सामाजिक सेवा एकाईले निःशुल्क वा सहूलियत रूपमा स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने ।

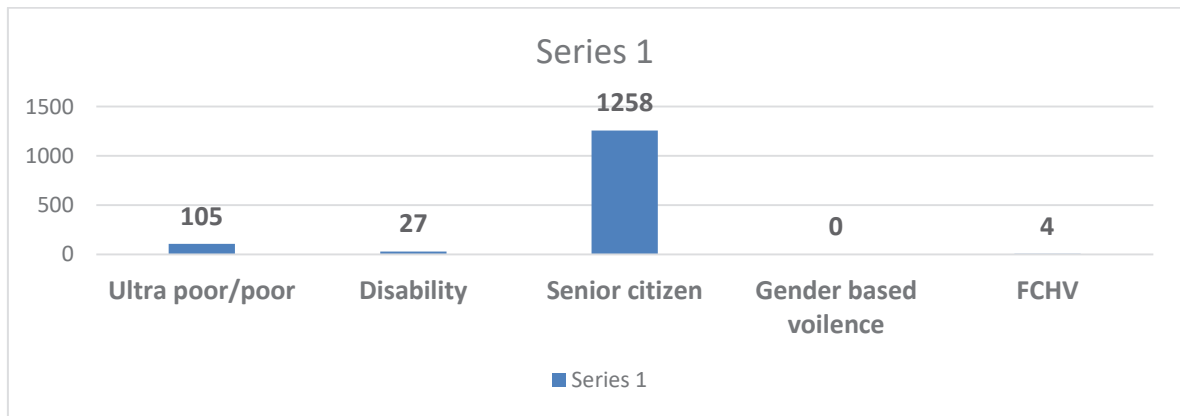
लक्षित समूह निम्नानुसार रहेका छन्:

- गरिव
- असहाय
- अपांगता भएका व्यक्ति
- जेष्ठ नागरिक
- लैंगिक हिंसापीडित (बालबालिका समेत)
- महिला स्वास्थ्य स्वयंम सेविका
- प्राकृतिक प्रकोप (भुकम्प, बाढि, पहिरो, आगलागि आदि) बाट पिडित ।
- प्रहरीले ल्याएका थुनुवा ।
- अन्य (अस्पतालले स्थानीयताको आधारमा लक्षित समूह निर्धारण गर्न सक्नेछन् ।

अस्पतालले माथि उल्लेखित लक्षित वर्गहरूले आ.व.२०८०।०८१ मा अस्पतालको विभिन्न शाखाबाट प्राप्त गरेको सेवा संख्याको विवरणलाई निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ ।

सि.नं.	लक्षित वर्गहरू	सेवाग्राहि संख्या		जम्मा
		महिला	पुरुष	
१	विपन्न/अति विपन्न	६७	३८	१०५
२	असहाय			
३	अपांगता भएका व्यक्ति	१०	१७	२७
४	जेष्ठ नागरिक	६२६	६३२	१२५८
५	लैंगिक हिंसाबाट पिडित			
६	महिला स्वास्थ्य स्वयंम सेविका	४		४
७	अन्य			
	अन्य			

चित्र नं.: ९: यस आ.व. २०८०/०८१ मा यस अस्पतालको सामाजिक सेवा इकाईबाट स्वास्थ्य सेवा लिएका लक्षित वर्गका विरामीहरूको विवरण



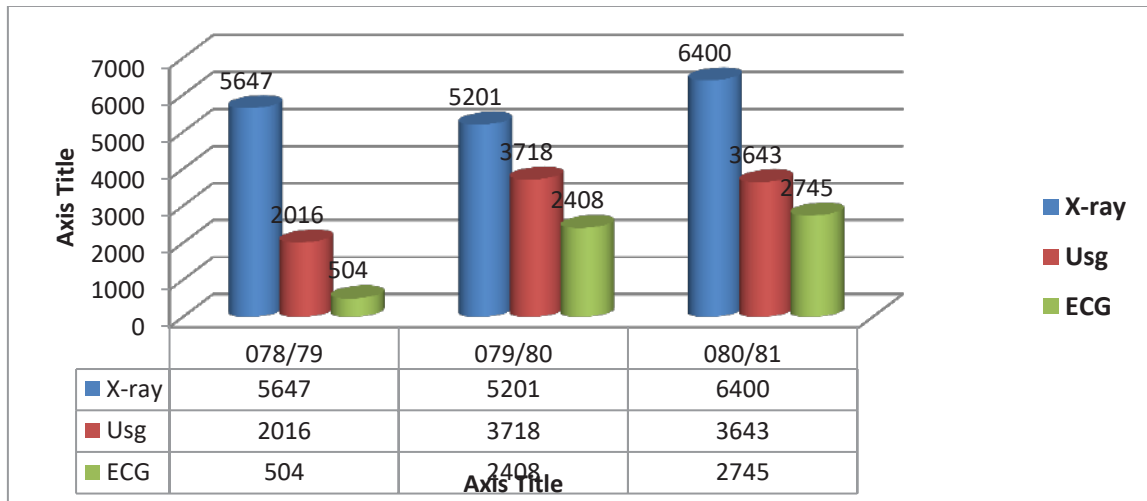
## स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रम

स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रम स्वास्थ्य सेवा उपयोगको क्रममा हुने अनियोजित खर्चको जोखिमलाई अग्रिम व्यवस्थापन गर्दै बित्तिय संरक्षण प्रदान गर्ने अवधारणा अन्तर्गत सरकारले ल्याएको सामाजिक सुरक्षाको एक महत्वपूर्ण कार्यक्रम हो । समस्त नेपाली नागरिकलाई सर्वसुलभ रूपमा गुणस्तरिय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न र स्वास्थ्य सेवा उपयोगमा सुधार ल्याउनका लागि सामाजिक स्वास्थ्य बीमाको आधारमा सबैका लागि स्वास्थ्य सेवा सुनिश्चित गर्ने उद्देश्यका साथ २०७२ सालमा सामाजिक स्वास्थ्य सुरक्षाका रूपमा शुरूवात भएको यो कार्यक्रम हाल स्वास्थ्य बीमा बोर्डले संचालन गर्दै आएको छ । गत आ.व मा यस चौतारा अस्पताल बाट स्वास्थ्य बीमा अन्तर्गतबाट कुल ८,०७७ जनाले सेवा लिएका छन ।

## अन्य सेवाहरु

यस चौतारा अस्पतालमा गत ३ वर्ष मा एक्सरे, भिडियो एक्सरे, तथा ई.सि.जि. सेवा लिएका विरामीहरुको विवरण ।

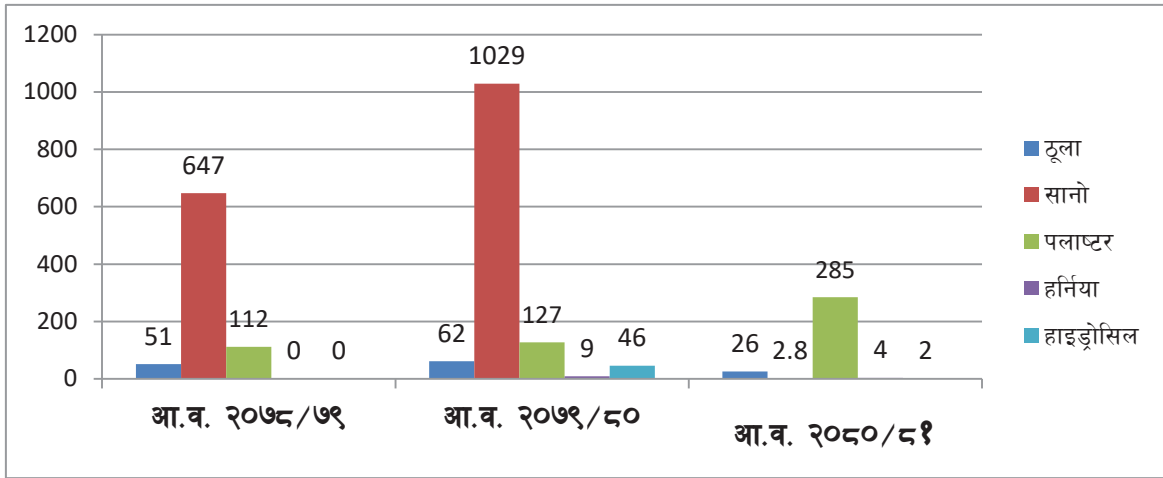
चित्र नं. १० : यस अस्पतालमा विभिन्न आ.व. मा विभिन्न सेवा लिने सेवाग्राही हरुको विवरण



## ठूला तथा साना अप्रेशन

यस अस्पतालमा प्रसुति सम्बन्धि जटिल समस्या देखा परेमा विशेषज्ञहरु मार्फत अपरेशन सेवा प्रदान गरिन्छ । साथै जनरल सर्जरी अन्तर्गत हाइड्रोसिल, हर्निया लगायत साना अपरेशन पनि संचालनमा आएको छ । जसले गर्दा सेवाग्राहीहरुले सहज अपरेशन सेवा पाइरहेका छन । घाउ चोटपटक लागेर आएका तथा साना तिना घाउहरु तथा समस्याहरु लाई समाधान गर्नको लागि साना अपरेशन गर्ने सुविधा पनि चौतारा अस्पतालमा रहेको छ । Fracture भएर आएका विरामीहरुलाई पनि सामान्य पलाष्टर गर्ने व्यवस्था पनि रहेको छ । जसले गर्दा सेवाग्राहीहरुलाई ठूलो टेवा पुगिरहेको छ ।

चित्र नं. ११ : विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालबाट भएका ठूला तथा साना अप्रेसन तथा पलाष्टरहरु



**प्रयोगशाला सेवा**

कोभिडको जोखिम बढेको बेलामा यस अस्पतालमा २४ सै घण्टा ल्याब ( पि.सि.आर. ल्याब र रुटिन ल्याब ) सेवा उपलब्ध रहेको थियो । अस्पतालले निश्चित वर्गका सेवाग्राहीहरुलाई पूर्ण तथा आंशिक निः शुल्क सेवा पनि प्रदान गर्दै आइरहेको छ । यहाँ एच.आई.भि. टेष्ट, खकार परीक्षण जस्ता परीक्षणहरु पूर्ण निःशुल्क गराउँदै आएको छ । यस आ.व. मा यस अस्पतालको प्रयोगशालामा विभिन्न टेष्टहरु - Kalazar, H Pylory, Gram Stain, Retics, KOH, Semen analysis) थपिएका छन । यस आ.व. मा यस अस्पतालबाट कुल १०,८२९० जना सेवाग्राहीले प्रयोगशालामा सेवा लिएका छन । यस अस्पतालमा थाइराइड जाँच गर्ने मेशिन पनि थप गरि सेवाग्राहीलाई सर्वसुलभ रुपमा उक्त सेवा प्रदान गर्दै आइरहेका छौ ।

**टेबुल नं. ६ : विभिन्न आ.व. मा यस अस्पताल बाट गरिएको ल्याब नमूनाहरु**

आ.व.	Hematology	Immunology	Biochemistry	Bacteriology	Viorology	Parasitology	Hormone
२०७८/७९	28882	5622	10093	136	1641	3316	48
२०७९/८०	29831	3461	21666	356	2532	5533	836
२०८०/८१	70396	6277	39370	497	2020	8812	1456

**ए.आर.टि. सेवा**

एच.आई.भि. हाम्रो शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक प्रणालीलाई कमजोर पार्ने एक जिवाणु हो । मानिसको रगत वा शारीरिक तरल पदार्थ सँग कुनै माध्यम द्वारा सर्न सक्ने एक सरुवा रोग हो । एच.आई.भि. रोगको प्रत्यक्ष जोखिममा रहेका समूह अन्तर्गत यौनकर्मी , तिनिहरुका ग्राहक, नशाद्वारा लागू औषधी सेवन गर्ने समुह तथा युवा युवतीहरु पर्दछन ।सार्वजनिक बिदाका दिन बाहेक दैनिक बिहान १०:०० बजे देखि दिउँसो :०० बजे सम्म ओपिडि समय मा दक्ष स्वास्थ्यकर्मीको प्रत्यक्ष निगरानीमा सेवा प्रदान गर्दै आएको छ ।

टेबुल नं. ७ : आ.व. २०८०/८१ सम्म यो सेन्टरबाट ए.आर.टि. सेवा प्राप्त गर्दै आएका विरामीहरुको विवरण

1	<b>Total Enrolled client</b>	94
-	<b>LFU</b>	3
-	<b>Death</b>	2
-	<b>Transfer out</b>	2
-	<b>MIS</b>	0
2	<b>Total on ART</b>	86

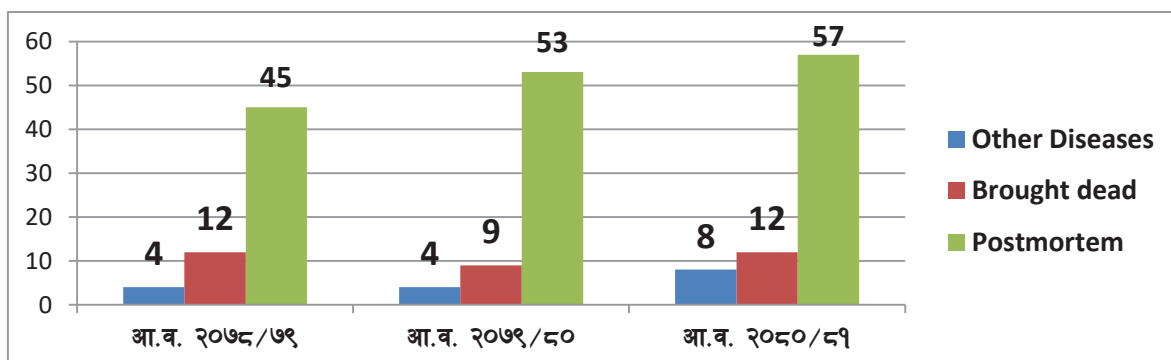
**फार्मसी सेवा**

यस चौतारा अस्पतालमा उपचार गर्न आएका विरामीहरुको लागि २४ सै घण्टा फार्मसी सेवा उपलब्ध रहेको छ । जसमा स्वास्थ्य बिमा अन्तर्गतका औषधीहरु, नेपाल सरकारद्वारा वितरण गरिएका निः शुल्क औषधीहरु पनि पाइन्छ । साथै सबै विरामीहरुलाई सबै प्रकारका औषधी किन्दा ८% छुट पनि दिइएको छ ।

टेबुल नं. ८ : आ.व. २०८०/८१ को अस्पताल फार्मसी विवरण

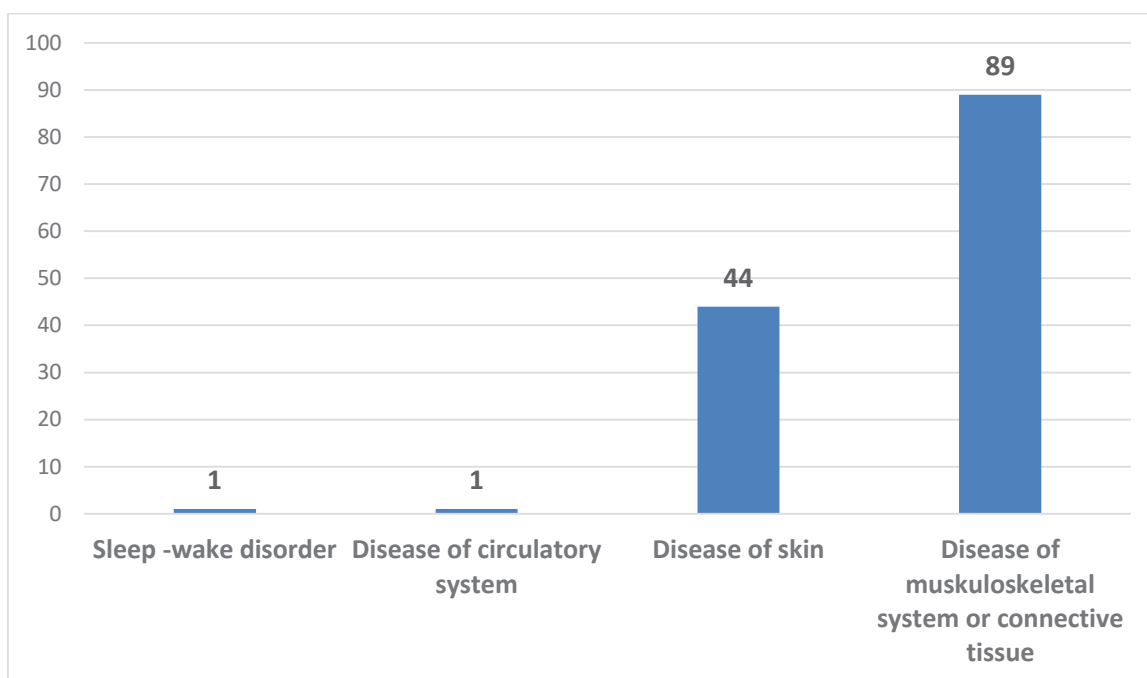
क.सं.	विवरण	
१	फार्मसी संचालन गरेको मिति	२०७३२४/०९/
२	फार्मसीमा उपलब्ध औषधीहरुको संख्या	Item wise १०३५
३	फार्मसीमा कार्यरत जनशक्ती संख्या ( जना )	३ जना करार
४	सफ्टवेयरको अवस्था ( उपलब्धता, अवस्था )	Dcode Software Available
५	बार्षिक आम्दानी (रु.)	फार्मसीको नगद रु३७ .,९१,२४५।०० फार्मसी र समिति विमा सोध भर्ना रु . ९२,४०,८९५।००
६	बार्षिक खर्च ( औषधी खरिद, कर्मचारी तथा अन्य) रु	रु९७ .,७९,४१२।०० (कर्मचारी तलव भत्ता वाहेक)
७	अस्पतालको औषधी खरिद गर्ने विधि/प्रक्रिया	Tender

चित्र नं. १०: विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालमा मृत्यु भएका विरामीहरूको विवरणहरू



### फिजियोथेरापी सेवा

चौतारा अस्पताल, सिन्धुपाल्चोकबाट प्रदान गरिने बहिरंग सेवा मध्ये फिजियोथेरापी सेवा पनि एक हो । शनिवार तथा सार्वजनिक बिदाका दिनहरू बाहेक प्रत्येक दिन बिहान १०:०० बजेदेखि साँझ ५:०० बजेसम्म नियमित रूपमा साथै सार्वजनिक बिदाका दिन र उल्लेखित समय बाहेक आएका विरामीहरूलाई विस्तारित स्वास्थ्य सेवा मार्फत ओ.पि.डी सेवा सञ्चालन गर्ने गरिन्छ, जहाँ चिकित्सक तथा फिजियोथेरापीष्टहरूले नियमित रूपमा गुणस्तरीय सेवा प्रदान गर्दै आईरहनु भएको छ । आ.व. २०७८/७९ मा यस अस्पतालबाट जम्मा १३५ जनाले फिजियोथेरापी सेवा लिएका छन ।





## पोषण पुनस्थापन केन्द्र

नेपालमा कुपोषणका कारण हुने बालमृत्युदर घटाउनको लागि गम्भीर कुपोषित बालबालिकाको स्वास्थ्य पुनर्स्थापना गर्न र आमाबाबु/ हेरचाहकर्ताहरूलाई पोषण शिक्षा प्रदान गर्न आवासिय सुविधा सहित नेपाल सरकारले पोषण पुनर्स्थापना केन्द्र संचालनमा ल्याएको हो । पोषण पुनर्स्थापना केन्द्रमा भर्ना हुनका लागि गम्भीर कुपोषित बालबालिका प्राथमिकता र लक्षित समूह भएतापनि शिक्षा र रोकथामका लागि हल्का र मध्यम कुपोषित बालबालिकाहरूलाई पनि भर्ना गरिन्छ । यस्ता हल्का र मध्यम कुपोषित केशहरूमा आमाबाबु वा हेरचाहकर्ताहरूलाई उनीहरूको परिवारको खाने बानी सुधार गर्न परामर्श र शिक्षामा बढी जोड दिइन्छ । यस केन्द्रमा दक्ष चिकित्सक द्वारा भर्ना भएका बच्चाहरूको स्वास्थ्य जाँच गरिन्छ भने नर्सिङ स्टाफद्वारा बच्चाहरू र हेरचाहकर्ताहरूलाई नर्सिङ सेवा प्रदान गरिन्छ । बालबालिका र हेरचाहकर्ता यस केन्द्रमा बसोबास गरि पाएका सबै सेवाहरू निः शुल्क उपलब्ध गराइन्छ । चौतारा अस्पतालमा यो केन्द्र वि.सं २०७३ साल देखि निरन्तर रूपमा संचालनमा आइरहेको छ ।

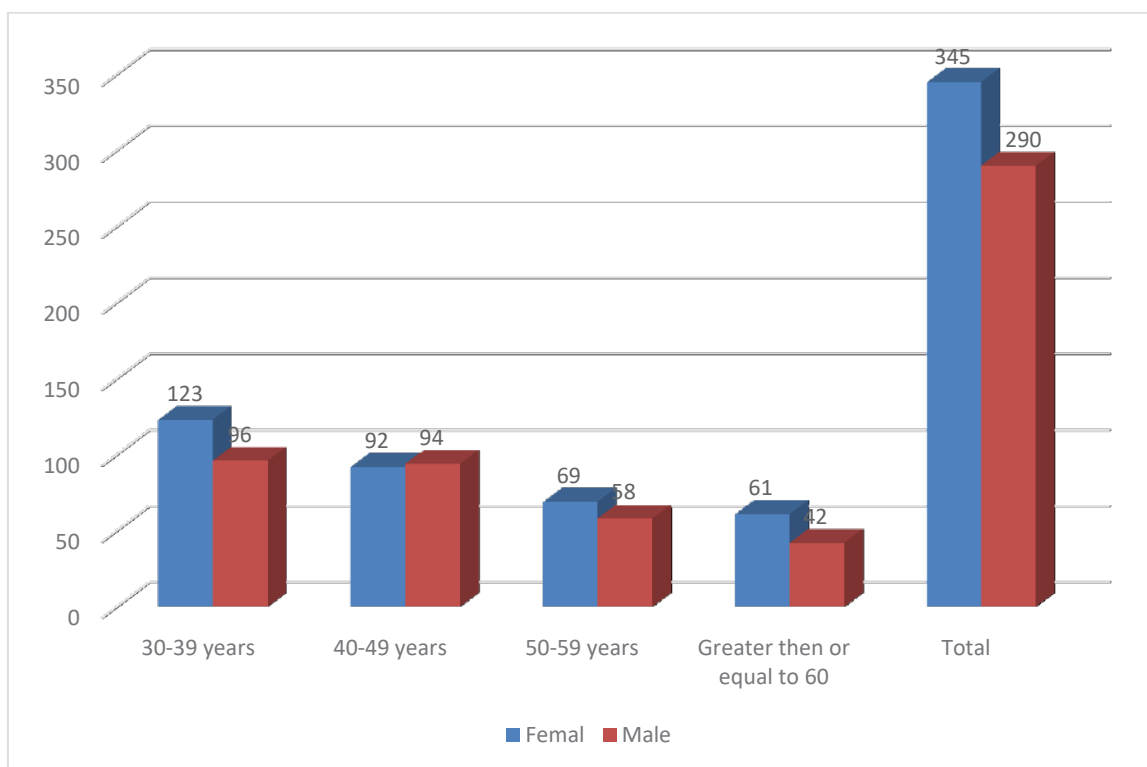
टेबुल नं. ९ : विभिन्न आ.व. मा यस अस्पतालको पोषण पुनर्स्थापना केन्द्रबाट सेवा लिएका बच्चाहरूको विवरणहरू

विवरण	आ.व. २०७८/७९	आ.व. २०७९/८०	आ.व. २०८०/८१
Admission	30	29	12
Discharge	24	22	13
LAMA	0	7	0
Refer	3	1	2

## मूख्यमन्त्री जनता स्वास्थ्य कार्यक्रम

नेपालमा नसर्ने रोग खासगरी मुटु तथा रक्तनली, दम, मधुमेह, क्यान्सर र सो बाट हुने मृत्युदर दुई तिहाइ भन्दा बढी रहेको, बागमती प्रदेशका स्वस्थ व्यक्तिमा नसर्ने रोगहरू र तिनका जोखिमहरू समयमा नै पहिचान गरी उचित परामर्श, स्वस्थ व्यवहार, परीक्षण, निदान र उपचार गरी नसर्ने रोग जटिल हुन नदिन तथा हृदयघात, मस्तिष्कघात, अब्सटेक्टिक लगायत नसर्ने रोगको रोकथाम, नियन्त्रण, न्युनिकरण, निदान र उपचारमा आर्थिक सहायता तथा सहुतिलय दिने र सहजीकरण गर्ने कार्यलाई व्यवस्थित गर्न महत्वपूर्ण भएकोले बागमती प्रदेश सरकारले यो कार्यविधि बनाएको हो । बागमती प्रदेश भित्र स्थायी बसोबास भएका ३० वर्ष वा सो भन्दा माथि उमेर समूहका सम्पूर्ण नागरिकहरू लक्षित समूह अन्तर्गत पर्दछन । चौतारा अस्पताल मा यो कार्यक्रम यहि आ.व. २०८०/८१ बाट संचालनमा आएको हो । जसमा कुल ६३५ जना सेवाग्राही हरू ले यो कार्यक्रम अन्तर्गतबाट आफ्नो स्वास्थ्य परीक्षण गरी सेवा लिएका छन ।

चित्र नं. ११ यस आ.व. २०८०/८१ मा यस कार्यकमबाट सेवा लिएका सेवाग्राहीको विवरण

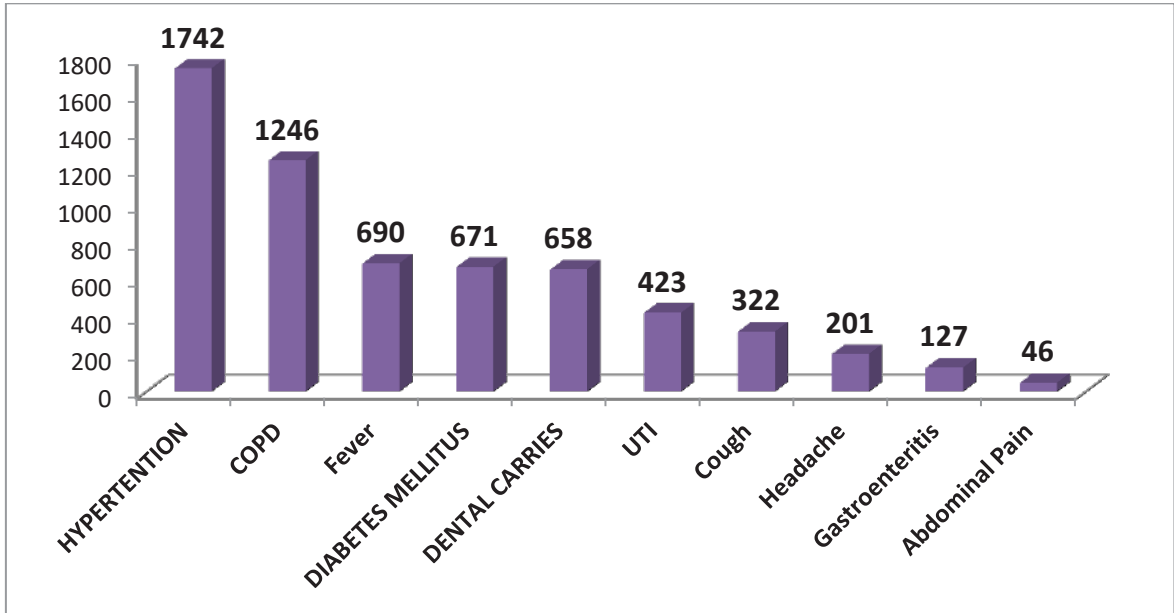


टेबुल नं. : १० : महत्वपूर्ण सुचांकहरु

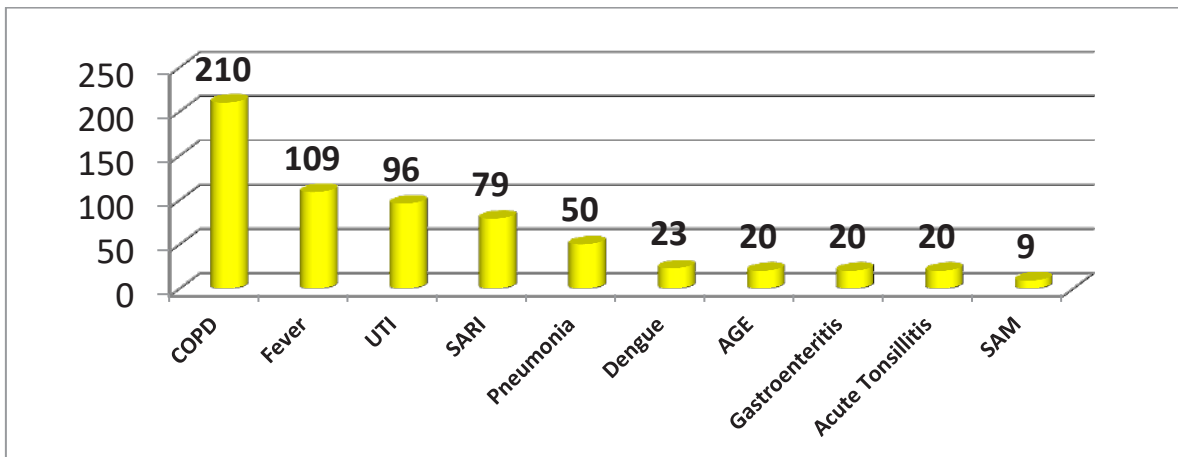
Indicators	2078/79	2079/80	2080/81	Trend
% of monthly report entered	100	100	100	=
% of report entered with in time	100	100	100	=
Bed occupancy rete	39.14	39.29	39.42	=
Average length of stay	3.9	3.5	2.7	-
Throughput	31.8	42	40.25	-
Bed turnover interval	7.58	5.3	8.36	+
% of surgery among inpatients	6.19	6.46		
Infection rate among major surgical cases	3.92	0	0	-
Surgery related death rate	0	0	0	=
Out patient sex ratio	0.73	0.75	0.75	=
Inpatient sex ratio	0.50	0.38	0.50	+
Doctor: Out patient Ratio ( 6 Doctors ) ( per day )	1:10	1:14	1:10	
Nurse: In-patient Ratio( yearly )	1:159( 7 SN )	1:71 ( 14 SN )	1:70	

Death within 48 hours of admission	1	2	1	
Death after 48 hours of admission	2	0	2	
Average number of radiographic image per day	21	20	17	
Average number of laboratory tests per day	136.26	176	352	
Average number of opd patients per day	54	89	79	
Referral cases ( out)	603	626	524	

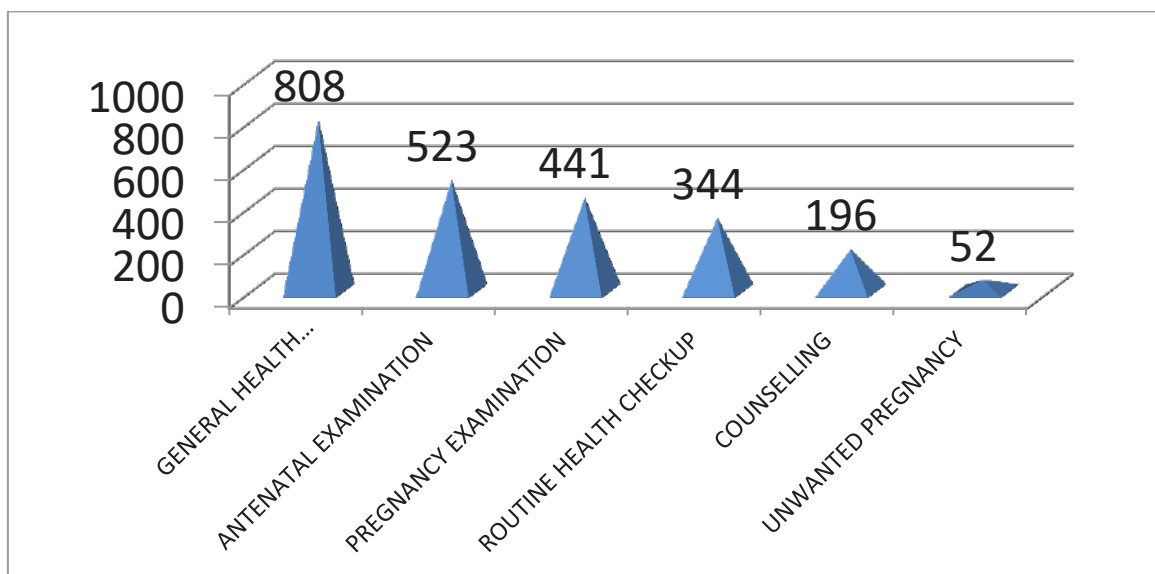
चित्र नं. १२ : आ.व. २०८०/८१ मा ओपिडि विभागमा देखिएका मुख्य १० रोगहरु ( Top 10 morbidity in OPD Department )



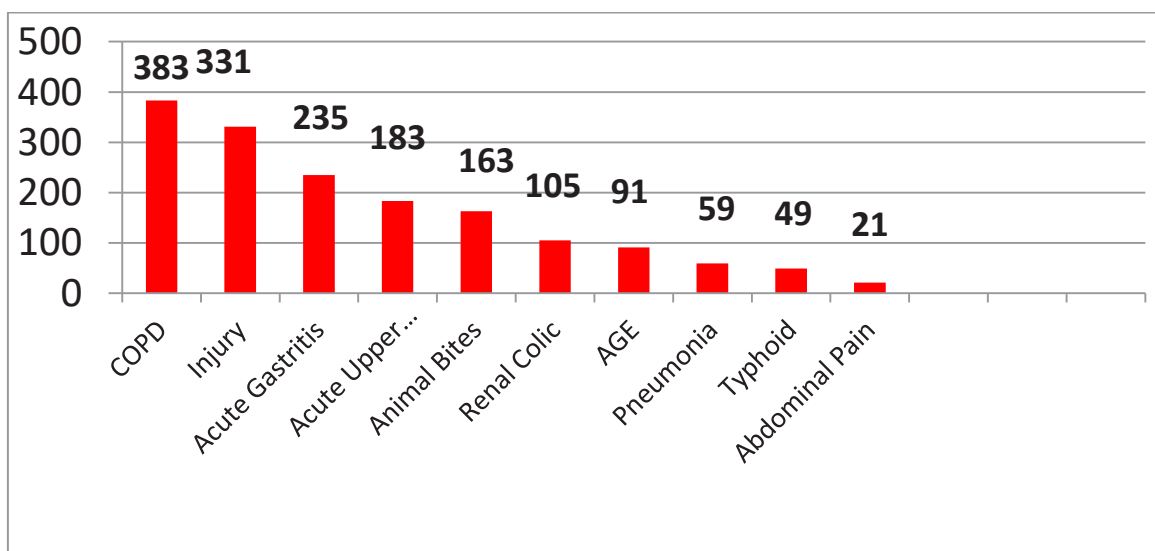
चित्र नं. १३ : आ.व. २०८०/८१ मा अन्तरंग विभागमा देखिएका मुख्य १० रोगहरु ( Top 10 morbidity in Inpatient Department )



चित्र नं. १४ : आ.व. २०८०/८१ मा ओ पि डि मा स्वास्थ्य सेवा लिएका विरामीहरु REASON FOR CONTACT HEALTH SERVICES ( FY 2080/81)



चित्र नं. १५ : आ.व. २०८०/८१ मा आकस्मिक विभागमा देखिएका मुख्य १० रोगहरु ( Top 10 morbidity in Emergency Department )



टेबुल नं. ११ : आ.व. २०८०/८१ मा यस अस्पतालमा उपचारका क्रममा मृत्यु भएका विरामीहरूको विवरण ( Death cases by cause )

Causes/ Diseases	Number		
	Female	Male	Total
Hypovolaemic shock WITH AKI	1		1
Acute myocardial infarction		1	1
Cardiogenic shock Acute ST elevation myocardial infarction		1	1
Sepsis with septic shock b/l pneumonia with PTB DEATH		1	1
Acute kidney injury Thrombocytopenia with multiple organ failure with abnormal liver with chest infection (DEATH)		1	1
<b>Total</b>	1	4	5

टेबुल नं. १२ : Out break response in FY 2080/81

Disease	Tested case	Positive cases	Death cases
Dengue	1238	69	0
Japanese Encephalitis	0	0	0
Scrub Typhus	509	26	0
Malaria	164	1	0
AGE	135	0	0
SARI	49	0	0
Covid 19	128	28	0

टेबुल नं. १३ : यस आ.व. २०८०/८१ मा मानसिक स्वास्थ्य सेवा लिएका सेवाग्राहीहरूको विवरण

Disease	New visit	Male	Female	Referred out
Depression	68	24	44	0
Suicide Attempt	10	3	7	10
Epilepsy	25	17	8	3
Psychosis	51	22	29	0
Anxiety	101	22	79	1
Dementia	1		1	0
Conversion	38	3	35	0
Bipolar Disorder	6	4	2	0
Alcohol use Disorder	23	17	6	1
Other Mental Disorder	59	26	33	0

## यस आ.व.मा अस्पतालमा भएका मुख्य उपलब्धीहरू (Hospital Major Achivements)

१. नयाँ भवनवाट अस्पतालका सम्पूर्ण सेवाहरू संचालनमा ल्याएको ।
२. अस्पतालको लागि छुट्टै ५०० के.भी.को ट्रान्सफर्म जडान गरी प्रयोगमा ल्याएको ।
३. फिजियोथेरापी सेवा संचालनमा ल्याएको ।
४. मासिक रूपमा विशेषज्ञ सेवाहरू संचालनमा रहेको (मानसिक स्वास्थ्य, नाक कान घाँटी)
५. क्षयरोगको विरामीहरूको लागि औषधी क्लिनिक र अस्पतालमा खोप सेवा संचालनमा ल्याएको ।
६. मासिक रूपमा PPT सहित विभिन्न विभागहरूको डाटा भेरिफिकेशन हुने गरेको ।
७. अस्पतालमा आफ्नो डिउटी समयमा उत्कृष्ट कार्य सम्पादन गर्न कर्मचारीहरू लाई मासिक रूपमा सम्मान गरिएको ।
८. विपद व्यवस्थापनको गाइडलाइन निर्माण र प्रयोगमा ल्याएको ।
९. अस्पतालको आवश्यक पर्ने विभिन्न गाइडलाइन निर्माण र प्रयोग ल्याएको ।
१०. अस्पतालमा आएका विरामीहरूको तथ्याङ्क व्यवस्थापन चुस्त रहेको । (मेडिकल रेकडिड)
११. QI कमिटी गठन गरि नियमित बैठक बस्ने गरेको ।
१२. नियमित CMC र मणिङ कन्फरेन्स हुने गरेको ।
१३. कर्मचारीहरूको लागि पोषाक र परिचय पत्र अनिवार्य भएको ।
१४. SNCU स्थापन र संचालन
१५. फार्मसीको सुधार सहित व्यवस्थापन
१६. अस्पताल क्यान्टीन स्थापना र संचालन
१७. अस्पतालको सामाजिक परिक्षण
१८. विरामीहरूले पाएको सेवा सुविधाको वारेमा जानकारी राख्ने गरेको ।
१९. अस्पतालमा संचालिन सम्पूर्ण कार्यक्रमहरूको लागि जिम्मेवारी वाँडफाँड सहित सवैमा जानकारी गराइएको ।
२०. अस्पतालमा EHS सेवालाइ थप व्यवस्थित रूपमा संचालनमा ल्याएको
२१. ल्याव सेवा थप विस्तार गरिएको ।
२२. विरामीहरूको सहजताको लागि टोकन सिस्टम लागु गरिएको ।
२३. अस्पतालमा वायोग्याँस ।
२४. अस्पतालमा आएका विरामीहरूको सुरक्षा अनुभुतीको लागि सि.सि.टिभी. जडान ।
२५. सेवाग्राहीको व्यक्तिगत विद्युतिय अभिलेख चुस्त तथा दुरुस्त राख्ने विभागलाई पुरस्कृत गरिएको ।

## अस्पतालबाट भएका नविनतम कार्यहरू

- १५ शैयाको अस्पताललाई बागमती प्रदेश सरकारबाट ५० शैया स्वीकृतसंगै सोही अनुसार संचालनमा ल्याइएको ।
- नेपाल सरकार र चीन सरकार विच भएको सम्झौता अनुसार चीन सरकारको सहयोगमा बनेको अस्पताल भवन तत्कालीन प्रधानमन्त्री सम्माननीय पुष्पकमल दाहाल ज्यूबाट समुद्घाटन भएको र अस्पतालको सम्पूर्णसेवाहरू नयाँ भवनबाट संचालनमा ल्याइएको ।
- अस्पतालमा विगत २ वर्ष देखि वन्द रहेका फिजियोथेरापी सेवा पुन संचालनमा ल्याएको ।
- अस्पतालको लागि छुट्टै ५०० के.भी.को ट्रान्सफर्म जडान गरी प्रयोगमा ल्याएको ।
- मुख्यमन्त्री जनता स्वास्थ्य परिक्षण कार्यक्रमलाई प्रभावकारी रूपमा संचालनगरी ६३५ जना सेवाग्राहीको निशुल्क स्वास्थ्य परिक्षण गरिएको ।
- सामाजिक सेवा इकाइलाई थप प्रभावकारी रूपमा संचालनको लागि संस्थासंग सम्झौता गरी २ जना जनशक्तिको व्यवस्थागरी सामाजिक सेवा इकाइ बाट ११७३ जना लक्षित वर्गले सेवा लिएको ।
- सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा मानसिक समस्या भएका धेरै विरामीहरू रहेको हुदाँ मानसिक रोग अस्पतालका विशेषज्ञ चिकित्सकसंग समन्वय गरी महिनाको २ पटक मानसिक रोग विशेषज्ञ सेवा संचालनमा ल्याएको
- नाक, कान, घाँटी सम्बन्धी विशेषज्ञ सेवा महिनाको १ पटक संचालनमा ल्याएको ।
- अर्थोपेडिक ओ.पि.डी स्थापना र संचालनमा ल्याएको ।
- अस्पतालमा आएका विरामीहरूको सुरक्षा व्यवस्था र आवश्यक सहयोगको लागि सुरक्षा गार्डको व्यवस्था गरिएको ।
- अस्पतालको सामाजिक परिक्षण गरिएको ।

## Major priorities for hospital strengthen (Game changer)

- यसै आ.व. मा भएको MSS मा चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकले ९२ अंक प्राप्त गरी १५ वेडको अस्पताल मध्ये देशकै प्रथम हुन सफल भएको ।
- सबै ओ.पि.डि. मा कम्प्युटर राखि चिकित्सकद्वारा नै EMR System मा विरामीहरूको Diagnosis Entry गर्ने गरेको ।
- अस्पतालमा प्रत्येक महिनाको पहिलो बिहिवार विशेषज्ञ मानसिक स्वास्थ्य सेवा संचालन भएको ।
- सर्पले टोकेर उपचारका लागि आउने विरामीहरू 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 ।
- अस्पतालमा खोप सेवा संचालनमा ल्याएको ।

## आ. व. २०८१/०८२ को लागि विशेष योजना

- डाइलासिस सेवा संचालनमा ल्याउने ।
- अस्पतालको नयाँ भवनमा अक्सिजन पाइपलाइन सिस्टम जडान गर्ने ।
- अस्पतालमा C-Arm मेसिन व्यवस्था गरी सेवा संचालनमा ल्याउने ।
- ५०० एम. ए. को एक्स रे मेसिन व्यवस्था गर्ने ।
- अस्पतालमा आइ.सि.यु.संचालनमा ल्याउने ।
- अनलाईन ओ.पि.डी. टिकट लागू गर्ने ।
- अस्पतालको Annual Day मनाउने ।
- अस्पतालको social audit गर्ने ।

## अस्पतालको मुख्य समस्याहरू

- अस्पतालमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मी/कर्मचारीहरूलाई कटारको व्यवस्था नहुनु ।
- अस्पतालको नयाँ भवन पछाडी पहिरोको कारण अस्पताल र नजिकै रहेको वस्तीलाई समेत असर पर्ने भएकोले तत्काल रिटेशनल वाल लगाउनु पर्ने ।
- विशेषज्ञ चिकित्सक नहुदाँ गुणस्तरी सेवामा समस्या ।
- नयाँ भवनमा अक्सिजन पाइपलाइन सिस्टम नहुदाँ अक्सिजन सिलिन्डर वोक्नुपर्ने बाध्यता ।

## 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 Infrastructure.
- 3 R-Recrutement, Retainment, Retirement

### 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 devices 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 वर्ष माथिका ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई दन्त सेवा शुल्कमा २०% छुट प्रदान गरिएको छ।

S.N	Procedure	Price rate	20% Discount
1	lopar 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 aces 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 requiring 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 catheterization 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	Epigastric 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
<b>MAJOR OPERATION CHARGE</b>		
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	४००१-	४०	चौतारा-नवलपुर	२९००१-
२	चौतारा-छाप-मेलचौर	५००१-	४१	चौतारा-ऐसेलुखर्क	३२००१-
३	चौतारा-ईशु भञ्ज्याङ-पोखरे	८००१-	४२	चौतारा-नवलपुर-ज्यामिरे	२५००१-
४	चौतारा-बाजविसेना	१०००१-	४३	चौतारा-कुञ्चोक खुतुमेडाँडा	२२५०१-
५	चौतारा-जल्केनि-हरेँ डाँडा	१२५०१-	४४	चौतारा-देउराली	८००१-
६	चौतारा-साँगाचोक-पानीचौर	१६००१-	४५	चौतारा-कुविण्डे-गोल्मा	१०००१-
७	चौतारा-दोलालघाट	२०००१-	४६	चौतारा-कुविण्डे-सिमपानी	१४००१-
८	चौतारा-लामीडाँडा	२५००१-	४७	चौतारा-बागवजार-छाप भिरकुना	७००१-
९	चौतारा-धुलीखेल	३५००१-	४८	चौतारा-कदमबास-गोर्सु	१७००१-
१०	चौतारा-भक्तपुर	४०००१-	४९	चौतारा-कदमबास-सिरानचौर	२०००१-
११	चौतारा-काठमाण्डौ	४५००१-	५०	चौतारा-कार्कीटार	२१५०१-
१२	चौतारा-तातोपानी-काठमाण्डौ	१००००१-	५१	चौतारा-साँगाचोक-कार्कीछाप	२२००१-
१३	चौतारा-तातोपानी	७०००१-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी	७००१-
१४	चौतारा-बाह्रविसे	३५००१-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी-मगुवा-पौवा	८००१-
१५	चौतारा-लामोसाँघु-खाडीचौर-काठमाण्डौ	५५००१-	५४	चौतारा-सानोसिरुवारी-नेपाने-खानीगाँउ	१३००१-
१६	चौतारा-खाडीचौर	३४००१-	५५	चौतारा-भोटसिपा-इयाडी	१८००१-
१७	चौतारा-बलेफी	३२००१-	५६	चौतारा-भिमटार	२५००१-
१८	चौतारा-जलाविरे-काठमाण्डौ	६५००१-	५७	चौतारा-सिपा-छापडाँडा	२८००१-
१९	चौतारा-जलाविरे	२७००१-	५८	चौतारा-ठूलोसिरुवारी	१२००१-
२०	चौतारा-मेलम्ची-काठमाण्डौ	७०००१-	५९	चौतारा-सिपाघाट	३५००१-

२१	चौतारा-मेलम्ची	४५००१-	६०	चौतारा-बाहुनेपाटी	४०००१-
२२	चौतारा-गौरती-लामाटोल-खत्रीटोल	८००१-	६१	चौतारा-इर्खु-नुनडाँडा	८००१-
२३	चौतारा-स्याउले-धाउखानी	८००१-	६२	चौतारा-इर्खु-चिलाउने	१४००१-
२४	चौतारा-स्याउले-कातर्चे	१२५०१-	६३	चौतारा-पल्लोगिदाने	९००१-
२५	चौतारा-कातर्चे-सुर्के	१५००१-	६४	चौतारा-वल्लोगिदाने	७००१-
२६	चौतारा-स्याउले-भाद्रगाउँ	१२५०१-	६५	चौतारा-हुन्दुङ,छत्रेडाँडा	५००१-
२७	चौतारा-सानोओखरेनी	१८५०१-	६६	चौतारा-बाजोखेत-कर्मीटोल	५००१-
२८	चौतारा-ठूलोओखरेनी	३०००१-	६७	चौतारा-माथिल्लो भोगाँउ-भालुवन	११५०१-
२९	चौतारा-सिम्पाल-मोनेडाँडा	२४००१-	६८	चौतारा-कामीखेत	८००१-
३०	चौतारा-सिम्पाल	२४००१-	६९	चौतारा-भेडावारी	९५०१-
३१	चौतारा-गौरती	९००१-	७०	चौतारा-भिमटार-साँगाचोक-डुँवा	२०००१-
३२	चौतारा-स्याउले	११००१-	७१	चौतारा- नर्सिडाँडा -डौठे-अर्चले	१५००१-
३३	चौतारा-पिपलडाँडा स्कुल	५००१-	७२	चौतारा-बासखर्क-लामीडाँडा	२३००१-
३४	चौतारा-डाँडावारी वानिया मेड	६००१-	७३	चौतारा-जलबिरे-चनौटे-काठमाण्डौ	८०००१-
३५	चौतारा-पिपलडाँडा-लल्लोगाँउ	१०००१-	७४	चौतारा-सिपाघाट-काठमाण्डौ	६७००१-
३६	चौतारा-पिपलडाँडा-झ्याडी	१६००१-	७५	चौतारा-सेलाड	३१५०१-
३७	चौतारा-कुञ्चोक-पोखरे	१८००१-	७६	चौतारा-आरुवोटे	७००१-
३८	चौतारा-कुञ्चोक-कोटडाँडा मावि	२०००१-	७७	चौतारा-इर्खु-लामिडाँडा-दिप-मुलखर्क	१०००१-
३९	चौतारा-भेडिचौर-पाडाँडामरुवा-पाटीगाँउ	२४००१-	७८	चौतारा-किटिने-ढुङ्गानाडाँडा	२२००१-

जटिल प्रकारको विरामीको लागि स्वास्थ्यकर्मी सहित जानुपरेमा थप ५००१- भाडा लाग्नेछ ।

### चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकबाट संचालित शव बाहान सेवाको भाडा दर

क्र.सं.	स्थान	सेवा शुल्क रु.	क्र.सं.	स्थान	सेवा शुल्क रु.
१	चौतारा-बजार हाता भित्र	८००१-	४०	चौतारा-नवलपुर	७०००१-
२	चौतारा-छाप-मेलचौर	१०००१-	४१	चौतारा-ऐसेलुखर्क	६५००१-
३	चौतारा-ईर्खु भञ्ज्याङ-पोखरे	१५००१-	४२	चौतारा-नवलपुर-ज्यामिरे	७५००१-
४	चौतारा-बाजविसेना	२०००१-	४३	चौतारा-कुञ्चोक खुतुमेडाँडा	६५००१-
५	चौतारा-जल्केनी-हर्रेडाँडा	२५००१-	४४	चौतारा-देउराली	१५००१-
६	चौतारा-साँगाचोक-पानीचौर	३५००१-	४५	चौतारा-कृविण्डे-गोल्मा	२५००१-
७	चौतारा-दोलालघाट	४०००१-	४६	चौतारा-कृविण्डे-सिमपानी	३५००१-
८	चौतारा-लामीडाँडा	५०००१-	४७	चौतारा-बागवजार-छाप भिरकुना	२०००१-
९	चौतारा-धुलीखेल	६०००१-	४८	चौतारा-कदमबास-गोसुं	४०००१-
१०	चौतारा-भक्तपुर	७०००१-	४९	चौतारा-कदमबास-सिरानचौर	५०००१-
११	चौतारा-काठमाण्डौ	८०००१-	५०	चौतारा-कार्कीटार	५०००१-
१२	चौतारा-तातोपानी-काठमाण्डौ	१८०००१-	५१	चौतारा-साँगाचोक-कार्कीछाप	५०००१-
१३	चौतारा-तातोपानी	१३०००१-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी	१५००१-
१४	चौतारा-बाह्रविसे	८०००१-	५२	चौतारा-सानोसिरुवारी-मगुवा-पौवा	२५००१-
१५	चौतारा-लामोसाँघु-खाडीचौर-काठमाण्डौ	१००००१-	५४	चौतारा-सानोसिरुवारी-नेपाने-खानीगाँउ	३०००१-
१६	चौतारा-खाडीचौर	६५००१-	५५	चौतारा-भोटसिपा-झ्याडी	५५००१-
१७	चौतारा-बलेफी	६०००१-	५६	चौतारा-भिमटार	६०००१-
१८	चौतारा-जलबिरे-काठमाण्डौ	१२०००१-	५७	चौतारा-सिपा-छापडाँडा	६५००१-
१९	चौतारा-जलबिरे	४५००१-	५८	चौतारा-ठूलोसिरुवारी	३०००१-
२०	चौतारा-मेलम्ची-काठमाण्डौ	१५०००१-	५९	चौतारा-सिपाघाट	८०००१-
२१	चौतारा-मेलम्ची	८०००१-	६०	चौतारा-बाहुनेपाटी	८५००१-

२२	चौतारा-गौरती-लामाटोल-खत्रीटोल	१५००१-	६१	चौतारा-इर्खु-नुनडाँडा	२०००१-
२३	चौतारा-स्याउले-धाउखानी	२५००१-	६२	चौतारा-इर्खु-चिलाउने	३०००१-
२४	चौतारा-स्याउले-कातर्चे	३०००१-	६३	चौतारा-पल्लोगिदाने	२५००१-
२५	चौतारा-कातर्चे-सुर्के	३२००१-	६४	चौतारा-बल्लोगिदाने	२०००१-
२६	चौतारा-स्याउले-भाद्गाउँ	२५००१-	६५	चौतारा-हुन्दुङ, छत्रेडाँडा	१५००१-
२७	चौतारा-सानोओखरेनी	४५००१-	६६	चौतारा-बाजोखेत-कर्मीटोल	२०००१-
२८	चौतारा-ठूलोओखरेनी	६०००१-	६७	चौतारा-माथिल्लो भोगाँउ-भालुवन	२५००१-
२९	चौतारा-सिम्पाल-मोनेडाँडा	६५००१-	६८	चौतारा-कामीखेत	२०००१-
३०	चौतारा-सिम्पाल	६०००१-	६९	चौतारा-भेडावारी	२०००१-
३१	चौतारा-गौरती	१८००१-	७०	चौतारा-भिमटार-साँगाचोक-डुहुँवा	४५००१-
३२	चौतारा-स्याउले	२५००१-	७१	चौतारा- नसिँडाडाँडा -डौठे-अचले	३५००१-
३३	चौतारा-पिपलडाँडा स्कूल	१५००१-	७२	चौतारा-बासखर्क-लामीडाँडा	४५००१-
३४	चौतारा-डाँडावारी वानिया मेड	१४००१-	७३	चौतारा-जलबिरे-चनौटे-काठमाण्डौ	१७०००१-
३५	चौतारा-पिपलडाँडा-लल्लोगाँउ	२०००१-	७४	चौतारा-सिपाघाट-काठमाण्डौ	१७०००१-
३६	चौतारा-पिपलडाँडा-झ्याडी	३५००१-	७५	चौतारा-सेलाड	६५००१-
३७	चौतारा-कुञ्चोक-पोखरे	४५००१-	७६	चौतारा-आरुवोटे	१५००१-
३८	चौतारा-कुञ्चोक-कोटडाँडा मा.वि.	४५००१-	७७	चौतारा-इर्खु-लामिडाँडा-दिप-मुलखर्क	२५००१-
३९	चौतारा-भेडिचौर-पाडाँमरुवा-पाटीगाँउ	५०००१-	७८	चौतारा-किटिने-ढुङ्गानाडाँडा	५०००१-

सम्पर्क नम्बर : 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.

## स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न लेखहरु

स्वास्थ्यनै धन हो

अञ्जना

गुरूङ

फिजियोथेरापी सहायक

घुँडाको समयमा के हो ? कसरी ब्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ?

करिब २० प्रतिशत जनतामा कुनै न कुनै खालको जोर्नीको समस्या हुन सक्ने अध्ययनहरूले देखाएका छन् । संसारभरी विभिन्न अस्पतालमा गरिएका अनुसन्धानका आधारमा हरेकवर्ष जस्तो घुँडा र अन्य जोर्नीको समस्या लिएर आउने बिरामीको चाप बढ्दो छ । जोर्नी र घुँडा दुख्ने अनेकौं कारणमध्ये घुँडाको हड्डी खिइनु मुख्य कारण हो । जसलाई ओस्टियोआर्थराइटिस भनिन्छ । यसले दुखाइ, सुन्निने र कठोरता निम्त्याउँछ, जसले व्यक्तिको स्वतन्त्र रूपमा हिड्ने क्षमता, मानसिक शारीरिक समस्यामा पनि असर गर्दछ । ओस्टियोआर्थराइटिसले यसको वरपरका तन्तुहरू सहित असर गर्छ र प्रायः बुढ्यौलीको रोग पनि भनिन्छ जुन महिलामा र अधिक वजनका मानिसमा बढी देखिन्छ । सामान्यतया यो समस्या ५०-६० वर्ष काटेकाहरूमा बढी देखिन्छ । जाडो बढ्दैछ - यतिबेला जोर्नी तथा घुँडा दुख्ने समस्या बढ्न सक्छ ।

जाडोमा हाडजोर्नी सञ्चालन हुनका लागि तरल पदार्थको आवश्यकता पर्छ । चिसो मौसममा तरल पदार्थ जम्ने गर्छ । त्यसले गर्दा जोर्नीमा जाम हुन्छ । जोर्नीमा अरारोपना आउँछ । गर्मीभन्दा चिसोमा जोर्नीहरूमा अरारोपन बढी हुन्छ । यसैगरी चिसोले गर्दा रगतका नलीहरू साँघुरिने गर्छन् । त्यसरी रगतका नसाहरू साँघुरिँदा शरीरमा राम्रोसँग रगत सञ्चालन हुन नपाउँदा बाथरोग हुने गर्छ । चिसोमा जोर्नीहरू कट्कटती खाने र दुख्ने हुन्छ । त्यस क्रममा पहिला हातका पञ्जाको जोर्नी सुनिन्छ । त्यसैले जाडोमा बाथको समस्या बढ्ने गर्छ ।

घुँडा कस्तो जोर्नी हो ?

घुँडा भनेको तिनवोटा हड्डीले बनेको मिश्रित साइनोविअल जोर्नी हो, जुन फिमर, पटेला, टिबिया मिलेर बनेको हुन्छ । घुँडा सबैभन्दा ठुलो जोर्नी भएकोले मुख्य काम शरीरको भार लिएर एक पाइलाबाट अर्को पाइला सार्नमा महत्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ । मान्छेको ठाडो शारीरिक बनावटले गर्दा हिँड्ने बेलामा शरीरको भार एक खुट्टाबाट अर्को खुट्टामा हुँदै भुइँमा जाने भएकोले शारीरिक तौल बढी भएको मान्छेमा घुँडाको हड्डी चाँडै खिएर घुँडा दुख्ने समस्या धेरै देखिन्छ ।

घुँडा दुखेको कसरी थाहा पाउने ?

हिड्दा गाह्रो हुने वा घुँडामा दुख्ने ।

बसेर उभिँदा घुँडामा असजिलो हुने ।

एकछिन हिँडेपछि घुँडामा पोल्ने वा दुखेर हिँड्न गाह्रो हुने ॥

उकालो चढ्दा, ओरालो भर्दा, भर्याङ चढ्दा वा भर्दा घुँडा दुखेमा ।

घुँडामा जाम भएको अनुभव हुने ।

निरन्तर घुँडाको दुखाइ बढ्यो, घुँडा कडा हुँदै गयो र दैनिक कार्यमा बाधा आउन सुरु भयो भने जँचाएर उपचार सुरु गरिहाल्नुपर्छ ।

### घुँडा दुख्ने कारणहरू के के हुन् ?

ओस्टियोआर्थराइटिस धेरै कारणहरूले हुन सक्छ अधिक मात्रामा उभिएर काम गर्ने खेतीपातीको काम गर्ने व्यक्ति शरीरमा क्याल्सियमको कमि उमेर र अधिक तौल उकालो ओरालो बढी गर्ने जस्तै चोटपटक लिगामेन्ट च्यात्तिको कारण मास्पेसिको समस्या इत्यादी धेरै कारणले घुँडा दुखाइ हुन सक्छ । जस्का कारणहरू तपशिल अनुसार रहेको छ ।

उमेर समूह :- उमेर ढल्कदै जाँदा जोर्नी खिइने समस्या पुरुषमा भन्दा महिलामा १५ देखि २० वर्ष पहिलानै सुरु हुन्छ । त्यसमा दुई तिनवटा कारणहरू छन् । महिलाहरू घरायसी काम धेरै सक्रिय हुन्छन् । सँगसँगै महिलाहरूको शरीरमा हुने एक किसिमको हर्मन (एस्ट्रोजन) हुन्छ ।

महिनावारी रोकिने बेलामा त्यो हर्मनको मात्रा घट्छ । महिनावारी रोकिए पछि त्यसको मात्रा एकदमै घट्ने भएको हुँदा प्रत्यक्ष असर हड्डी तथा जोर्नीमा पर्छ र खिइने समस्या हुन्छ । त्यसैले महिलाहरूमा जोर्नी खिइने समस्या पुरुषमा भन्दा पहिला सुरु हुन्छ र धेरै मात्रामा छ ।

बाथ :- घुँडा दुख्ने कारणहरू मध्ये धेरै जसो विभिन्न प्रकारका बाथ रोगले गर्दा दुखेको पाइन्छ जसलाई आर्थराइटिस पनि भनिन्छ ।

हड्डी खिइएर :- बृद्धा अवस्थामा हड्डीमा क्याल्सियम वा अन्य पदार्थ र चिल्लो पदार्थको मात्रा कमीले गर्दा हड्डी खिइएर घुँडा दुख्ने समस्या उत्पन्न हुन्छ जस्तै- ओस्टियोआर्थराइटिस ।

नशा च्यापिएर :- कहिले काही ढाडमा नशा च्यापिएको कारणले पनि घुँडा दुख्ने समस्या देखिन्छ ।

मांशपेशी वा लिगामेन्ट च्यात्तिने :- घुँडा वरिपरिका मांसपेशीहरू वा लिगामेन्टहरू च्यात्तिने भएर पनि घुँडा दुख्ने हुन्छ । विशेषगरी खेलाडीहरूमा सामान्य हुन्छ जस्तै एन्टेरिअरक्रूसीएट(एसीएल) लिगामेन्ट टिअर भएको देखिन्छ ।

मांशपेशी कमजोर वा कडा भएर :- चोटपटक लागेर वा नशामा कुनै समस्या भएर घुँडा चलाउन सहयोग गर्ने मांशपेशीहरू कमजोर भएकोले गर्दा पनि घुँडा दुख्ने हुन्छ । घुँडा चलाउन सघाउने गर्ने मांशपेशीहरूको जाम वा कडा भएमा पनि घुँडा दुख्ने समस्या देखिन्छ । खासगरी जाडोमा चिसोले गर्दा मांशपेशीको कडापन बढी देखिन्छ ।

संक्रमण :- घुँडाको जोर्नीमा संक्रमणहरू जस्तै साइनोबाइटिस, इफ्युजन, पटेलर टेन्डनाइटिस इत्यादी भएकोले गर्दा पनि घुँडा दुखेको पाइन्छ ।

अन्य कारणहरू :- हड्डीको घनत्व कम भएर हुने समस्या जसलाई ओस्टोपोरोसिस भनिन्छ चोटपटक लागेर, दुर्घटना भएर, खुट्टाको हड्डी भाँचिएर प्लास्टर लगाउनु परेमा त्यसपश्चात घुँडाको जोर्नी जाम भएर पनि घुँडा दुख्ने हुन्छ । विभिन्न कारणले चौतारा अस्पताल फिजियोथेरापी गर्न आउने संख्या को ८० % व्यक्ति घुँडाको समस्याको कारणनै उपचार गर्न आएका छन् ।

## समस्याबाट मुक्त हुन के गर्ने सकिन्छ ?

उपचार बिधिहरू: उपचारको उद्देश्य रोग निको गर्नु, शरीरको क्षमता सुधार गर्नु र बिरामीको क्रियाशीलता बढाउनु हुन्छ । उपचारमा निम्न मध्येका एक वा धेरै तरिकाको आवश्यकता पर्न सक्दछ ।

औषधि: बिरामीको र रोगको अवस्था बुझेर उपयुक्त औषधिको उचित मात्रामा प्रयोग गर्नु पर्दछ । दुखाइ कम गर्ने औषधिको मात्र प्रयोग गरेर रोग निको हुँदैन । शरीरमा हानी नहोस् र रोग निको होस् भन्नका लागि चिकित्सकको सल्लाह बमोजिम उपयुक्त तोकिएका औषधि मात्र प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

पञ्चतत्त्व थेरापी : रोग र बिरामीको अवस्था बमोजिम चिकित्सकको सल्लाह अनुसारको उपयुक्त उपचार गर्नु पर्दछ जसले गर्दा रोगबाट चाँडै मुक्ति पाउन सकिन्छ । यस्ता विधिमा उपयुक्त जडिबुटी वा औषधिको प्रयोग गर्ने, सेक्ने, उपयुक्त किसिमले मालिस गर्ने तथा चलाउने गर्ने गरिन्छ । सामान्यतया यस्ता समस्याहरूमा अस्पतालहरूमा उपलब्ध प्रचलित पञ्चतत्त्व थेरापीहरूमा जल, आप, तेज, वायु, आकाश आदिको विशेष प्रयोगद्वारा उपचार गरिन्छ ।

आधुनिक हाइड्रोथेरापी : शरीर शुद्धिकरणको लागि कुन्जल, एनिम, वास्प स्नान, प्याक, आदिको प्रयोग हुन्छ। चिकित्सकको सल्लाहमा रोग अनुसार उपयुक्त किसिमको पन्च थेरापी गरेर शरीरको क्षमता वृद्धि गर्न र रोग निवारण गर्न सकिन्छ । साथै मोटोपनको समस्या भए तौल नियन्त्रण, साथै फिजियोथेरापी, अकुपञ्चर, खानपान, जीवनशैली अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ ।

योग आसन: उपयुक्त किसिमको योग गर्ने, नियमित मध्यम खालको उपयुक्त आसन, प्राणायाम र ध्यानलाई सन्तुलित ढंगले गरेर, तोकिए बमोजिम प्रयोग गरेर सम्बन्धित भागलाई बलियो पार्न, सामान्य किसिमले सञ्चालन गर्न र रोगबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ । यस्तो योगहरू गर्दा जोर्नी तथा नशामा हानी नहुने किसिमले चिकित्सक वा सम्बन्धित शिक्षक (थेरापिस्ट) ले बताए बमोजिम सम्यकपूर्वक गर्नु पर्दछ ।

खानपान र सप्लिमेन्ट: सन्तुलित उपयुक्त आहार सेवन गर्नु पर्दछ । रोग लागेको छ भने चिकित्सकको सल्लाह अनुसार हानी गर्न सक्ने खाने कुराहरूबाट बच्नु पर्दछ । भान्छा नै औषधालय हो - हाम्रो किचेनमा भएका औषधीय गुण भएको यी खानेकुरालाई प्रयोग गरि स्वास्थ बन्न सकिन्छ ।

अदुवा: अदुवा यस्तो औषधि हो जसले घुँडाको दुखाईमा रामवाणको काम गर्छ । यसलाई चियासँग सेवन गर्न सकिन्छ । अथवा यसको रस पिउँदा पनि हुन्छ । साथै महसँग पनि यसको सेवन गर्न सकिन्छ ।

कागती: कागतीको सेवनले पनि घुँडाको दुखाई पनि शान्त गर्छ । यसलाई घुँडामा दल्दा पनि राहत मिल्छ ।

तोरीको तेल: तोरीको तेलमा लसुन मिसाएर हल्का तताउने । नियमितरूपमा यसो गर्दा घुँडाको दुखाई पक्कै कम हुन्छ ।

सिधे नुन: घुँडाको दुखाईमा सिधे नुन एकदमै असरदार हुन्छ । यसलाई पानीमा हालेर दुखेको ठाउँमा लगाउँदा आराम मिल्छ । यो एउटा घरेलु उपचार हो ।

बेसार: घुँडाको दुखाई भगाउनका लागि बेसार एक प्रभावकारी प्राकृतिक उपचार हो । बेसारमा मौजुद रहने कुरक्यूमिनले एन्टिअक्सिडेन्टको रूपमा काम गर्छ र दुखाई कम गर्न सहयोग गर्छ ।

मेवाको बिज: मेवाको बिज अत्यन्तै उपयोगी हुन्छ । यसलाई पिसेर तेलमा लगाएर आफ्नो घुँडामा दलनुपर्छ दुखाईबाट उन्मुक्ति पाइन्छ ।

गाजर: गाजरले हाम्रो शरीरलाई पौष्टिक तत्व प्रदान गर्छ । यदि घुँडाको दुखाईबाट पिडित हुनुहुन्छ भने बढिभन्दा बढि गाजर खानुपर्छ । यसले शरीरलाई शक्ति प्रदान गर्नुका साथै घुँडाको दुखाईबाट छुटकारा दिलाउँछ ।

मेथीको बिज: घुँडाको दुखाई छ भने मेथीको बिउलाई पिसेर तेलमा मिलाएर हल्का हातले लगाउनुपर्छ । यसबाट घुँडाको दुखाई शान्त हुन्छ ।

प्याज: प्याजले पनि घुँडाको दुखाईबाट छुटकारा दिलाउन सक्छ । सोभै प्याज खाएर वा पिसेर घुँडामा लगाउनाले यसबाट लाभ हासिल गर्न सकिन्छ ।

नरिवलको तेल: खुट्टा मर्किएको बेला नरिवलको तेल लगाएर मालिस गर्दा आराम मिल्छ । साथै घुँडाको दुखाईमा पनि यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

रातो खुर्सानी: रातो खुर्सानीको प्रयोगले घुँडाको दुखाईमा राहत प्राप्त हुन्छ । यसमा रहेको केपसाइसिनले पेनकिलरको जस्तै काम गर्छ ।

ओमेगा ३ फ्याटी एसिड: यी फ्याटी एसिडले शरीरलाई शक्ति प्रदान गर्नुका साथै विभिन्न रोगहरूसँग लड्न क्षमता प्रदान गर्छ । यसका लागि बदाम, दुध जस्ता चिजहरू सेवन गर्नुपर्छ ।

दैनिकरूपमा यी वस्तुहरू सेवन गर्दा घुँडाको दुखाई समाप्त हुन्छ ।

क्याल्सियमयुक्त खाना: क्याल्सियमयुक्त खानाले शरीरलाई स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ । शरीरमा क्याल्सियमको कमिले गर्दा नै हड्डीको दुखाई उत्पन्न हुने हो । त्यसैले क्याल्सियम भएका खानेकुराहरू भरपुर सेवन गर्नुपर्छ ।

## रोकथाम

जीवनशैली: शरीरलाई असन्तुलित हुने किसिमले बस्ने, सुत्ने, कामधन्दा गर्ने र व्यायाम गर्ने गर्नु हुँदैन । नियमित हल्का ढंगले शरीर संचालन गर्नु पर्दछ । समस्या भएकाले तोकिएका अभ्यास/थेरापी/कर्म/आसन गर्नु पर्दछ । निको नहुन्जेल गाढो काम गर्न तर्फ लाग्नु हुँदैन । ( जस्तै: घुँडा खिइएकाहरूले थचक्क वा पलेटी कसेर बस्नु हुँदैन, उकालो ओरालोमा धेरै भारी बोकेर हिडडुल गर्नु हुँदैन, कुर्सीमा बस्नु राम्रो हुन्छ, चर्पी पनि कमोड प्रकारको भएमा बिरामीलाई सहज हुन्छ । त्यस्तै ढाड दुख्ने हरूले धेरै निहुरिने गर्नु हुँदैन, अग्लो शिरानी राख्ने गर्नु हुँदैन आदि ।)

तौल नियन्त्रण: अधिक तौल भएका व्यक्तिले तौल कम गर्ने उपाय अबलम्बन गर्नु पर्दछ ।

## यसरी बच्ने ?

### ● फिजियोथेरापी

फिजियोथेरापिबाट पनि घुँडा दुखाई कम गर्न मद्दत गर्न सक्छ आवश्यकता र प्राथमिकताहरू अनुरूप पुर्नस्थापना रणनीति (फिजियोथेरापि) योजना बनाउने जोडिन्,तन्तु बलियो बनाउने कसरत /व्यायाम नियमित गर्ने शरीरको तौल घटाउने स्वस्थ आहारको प्रयोग गर्ने घोडाको लागी सहयोग गर्ने ।

- 'नी क्याप' को प्रयोग गर्ने - बिहान १५-२० मिनेट घाममा बस्ने। जाडोमा आफूलाई न्यानो बनाउने।
- भिटामिन डी र क्याल्सियमको मात्रा बढाउने खानेकुरा सेवन गर्ने।
- कोक र पेप्सीजस्ता सफ्ट ड्रिंक्स, आटामा आधारित उत्पादन नखाने।
- हड्डी खिङ्न कम गर्ने औषधि प्रयोग गर्ने।
- समयमै उपचार गर्ने।
- न्यानो भएर नियमित व्यायाम गर्ने। योग बिधि आसन, प्राणायाम गर्ने।
- रोग अनुसारका बिरामीले खानपानमा ध्यान दिने। आफूलाई असर गर्ने खानेकुरा नखाने।
- युरिक एसिडका बिरामीले रातो मासु, गेडागुडीको कम प्रयोग गर्ने।
- पर्याप्त पानी खाने।- हाडजोर्नीसम्बन्धी कुनै समस्या भए अस्पताल जाने, चिकित्सकको सल्लाह अनुसार उपचार गर्ने।

# गुणस्तरिय स्वास्थ्य उपकरण प्रयोग आजको आवश्यकता

अञ्जना सुवेदी

## बायोमेडिकल टेक्निसियन

आजको प्राविधिक युगमा चिकित्सा विज्ञानमा उपकरण बिनाको उपचार सम्भव नै छैन । कतिपय रोग निदानमा उपकरण बाधक बन्दछन् । तत्काल तिनको मर्मत तथा चलाउने ज्ञान/सीप नहुदाँ बिरामीको मृत्यु भएका धेरै घटना छन् । यसका लागी दक्ष जनशक्तिको विकल्प छैन । विश्वको उदाहरणलाई हेर्ने हो भने प्रत्येक अस्पतालमा बायोमेडिकल इन्जिनियरिङ विभागको व्यवस्था गरिएको हुन्छ । जो उपकरण सम्बन्धी हरेक काममा जिम्मेवार रहन्छ । उसको संलग्नता खरिद प्रक्रियादेखी उपकरणको डिस्पोज सम्म रहेको हुन्छ । नेपालमा पनि बिस्तारै यसको आवश्यकतालाई मनन गर्न थालिएको छ । केही सुधार हुँदै गएको पनि छ, यो सुखद पक्ष हो ।

नेपाल सरकारले स्वास्थ्य क्षेत्रका लागि भनेर छुट्याइएको बजेटको धेरै अंश उपकरण खरिदमा जाने गरेको छ । यसैबाट सम्भव भएसम्म देशभरका सरकारी स्वास्थ्य संस्थामा सरकारले उपकरण पुर्याउने गरेको छ । लामो समयसम्म कतिपय उपकरण स्टोरमै थन्किरहँदा वा बिग्रेर काम नलाग्ने स्थितिमा रहेको समेत बेलाबेलामा समाचारहरू आइरहेका छन् । यो अवस्था हेर्दा स्वास्थ्यमा प्रयोग हुने बायोमेडिकल उपकरण व्यवस्थापनमा हामी गम्भीर नभएको देखिन्छ । उपकरण व्यवस्थापन स्वास्थ्य क्षेत्रमा चुनौती कै रूपमा देखिएको छ ।

यसरी एकातर्फ क्लिनिकल स्वास्थ्य सेवा उपकरणमा आधारित भइरहेको छ भने अर्कातर्फ कतै उपकरण नभएर प्रभावकारी स्वास्थ्य सेवा दिन नसकिएको अवस्था छ । त्यसैगरी कतै उपकरण भएर पनि विभिन्न कारण सञ्चालन नभई थन्किएका छन् । थन्किनाको एक कारण सञ्चालन गर्न सक्ने जनशक्ति नहुनु हो भने अन्य कारणमा केमिकल्स/रिएजेन्टस् नहुनु, मर्मत/सम्भार हुन नसक्नु । कतैकतै अस्पतालमै काम गर्ने कर्मचारीको बेइमानीका कारण सरकारी स्वास्थ्य संस्थाका उपकरण बिगार्ने वा नचलाउने अनि निजी क्षेत्रका उपकरण चल्ने मेसो मिलाएर फाइदा लिने, कतिपय अवस्थामा निजी क्षेत्रका ल्याबमा प्राप्त कफ, खकार, रगत आदि सरकारीमा परीक्षण गरी निजीको शुल्क लिने गरेको नमीठो खबर बेलाबेला सुन्न/पढ्न परिरहन्छ । क्लिनिकल स्वास्थ्य सेवाको आधार उपकरण रहेको तथ्य विचार गर्दा यसलाई गुणस्तरीय, मितव्ययी तथा प्रभावकारी बनाउन यसको व्यवस्थापनमा सुधार गर्न जति आवश्यक छ, त्यति हुन नसकेको विडम्बनायुक्त अवस्था छ ।

उपकरणको प्रयोग बढ्नाका सकारात्मक तथा नकारात्मक असर हुन्छन् । मुख्य सकारात्मक असर भनेको स्वास्थ्य सेवा प्रभावकारी अर्थात् रोग पहिचान तथा उपचार सजिलो र सही किसिमले हुनु । नकारात्मक असर भनेको स्वास्थ्य सेवाको लागत बढ्नु हो । यसो हुनाको कारण हो- स्वास्थ्य उपकरण महँगो हुनु, यसको मर्मत/सम्भार तथा उपयोग गर्दा चाहिने केमिकल्स/रिएजेन्टस् तथा सामग्री महँगो हुनु । सरकारले निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा दिइरहेको छ भने राज्यकोषमा महँगो

हुनुको भार पर्छ, त्यसैगरी निजी क्षेत्रबाट स्वास्थ्य सेवा लिनेले चर्को शुल्क तिर्नुपर्ने हुन्छ । कारण प्रस्टै छ - उपकरण लागतै बढी हुनु । उपकरण पत्ता लगाउन, उत्पादन गर्ने धेरै खर्च लागेको हुन्छ र ती प्रायः धनी मुलुकमा हुन्छन्, जहाँको लागत नै बढी हुन्छ ।

हामी अनुसन्धानमा खर्च गर्दैनौं, प्रविधि हस्तान्तरण तथा विदेशी लगानीका रूपमा नयाँ प्रविधि देशमा भित्र्याउन सक्दैनौं भने यसबाट हुस्सूदण्ड हामीले तिर्नेपर्छ । हुस्सूदण्ड अझ चर्को त्यसबेला तिर्नुपर्छ, जतिबेला हामी सानो कुरा पनि जान्दैनौं । पछिल्लो अवस्था भनेको १० रूपैयाँ व्यक्तिगत लाभ खोज्दा हजारौं रूपैयाँ राज्यकोषबाट गुमाउनु हो ।

स्वास्थ्यसम्बन्धी उपकरण महँगा हुन्छन्, एकखाले उपकरण अर्कोसँग मिल्दैनन्, त्यसैगरी एकखाले उपकरणका लागि लाग्ने केमिकल्स/रिएजेन्टस् तथा प्रयोगमा आउने सामग्री अर्का उपकरणसँग प्रायः मिल्दैन । त्यसको असर एकपटक कुनै उपकरण किन्ने हो भने त्यसैका केमिकल्स/रिएजेन्टस् तथा प्रयोगमा आउने सामग्री त्यो उपकरण प्रयोगमा आउँदासम्म किनिरहनुपर्ने हुन्छ, साथै त्यसको स्पेयर पार्टस् नै किन्नुपर्ने हुन्छ । कतिपय अवस्थामा सम्बन्धित कम्पनीबाटै मर्मत/सम्भार गराउनुपर्ने हुन्छ । यसको अर्थ एकपटक कुनै कम्पनीले कसैलाई उपकरण बेच्न सक्थो भने क्रेतासँग उपकरण किनेपश्चात् छनोटका विकल्प हुँदैनन्, किनकि त्यही उपकरणसँग मिल्दो नै सामग्री किन्नुपर्ने तथा उसैबाट मर्मत/सम्भार गराउनुपर्ने हुन सक्छ ।

यसकारण उपकरण किन्ने बेलामा जति विचार पु-याउन सकियो, सम्भव हुनेजति हित खरिदको सर्तमा राख्न सकियो, त्यति नै संस्थागत हित हुन सक्छ । यसो गर्न सकिएन भने निल्नु न ओकल्नुको अवस्थामा पुगिन्छ । यसबाट बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने स्वास्थ्य उपकरण किन्दा त्यो उपकरणसम्बन्धी समग्र पक्षमा विचार पु-याउनुपर्छ । उपकरण किन्ने बेलामा संस्थागत हितमा कति राम्रा सर्त राख्न सकिन्छ, बिक्रेतालाई यसमा कति मनाउन सकिन्छ भन्ने कुरा यी तीन पक्षमा निर्भर हुन्छ : पहिलो- उपकरण खरिद गर्दा विचार गर्नुपर्ने, अवलम्बन गर्नुपर्ने स्पष्ट विधि र आधार बनेका छन् कि छैनन् ? दोस्रो- बनेका विधि र आधार अवलम्बन गर्न सक्ने जनशक्ति तयार छ कि छैन र तेस्रो- जनशक्ति कति सदाचारी छ र सदाचारबाट च्युत हुनेलाई कारबाही गर्ने प्रभावकारी व्यवस्था छ कि छैन ? नेपालमा उपकरण खरिद अभ्यास हेर्दा यी तीन कुरामै कमजोरी भएको भेटिन्छ । कुन खालको स्वास्थ्य संस्थामा कम्तीमा कुन किसिमको उपकरण हुनुपर्छ भनी स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर मापन गर्न सकिने आधार स्वास्थ्य मन्त्रालयले बनाएको छ र प्राविधिक स्पेसिफिकेसन बैंकको व्यवस्था पनि गरेको छ, जसअनुसारै उपकरण खरिद गर्नुपर्ने हो, तर यसमा ख्याल गरिँदैन । बजेट छ भने धान्न नसकिने र प्राथमिकताका आधारमा भन्दा हचुवामा उपकरण खरिद गर्ने अभ्यास जारी छ ।

फलस्वरूप जनशक्ति, मर्मत/सम्भार तथा केमिकल्स/रिएजेन्टस् एवं आवश्यक सामग्री अभावमा उपकरण सञ्चालन हुन नसकेका अनेकौं दृष्टान्त छन् । स्पेसिफिकेसन बैंकमा रहेको स्पेसिफिकेसनअनुसार उपकरण किन्न नखोज्नु, बरू कुनै बिक्रेताले दिएको स्पेसिफिकेसनअनुसार उपकरण किन्न खोज्नु । यसो किन हुन्छ भने संस्थासँग स्वास्थ्यसम्बन्धी जटिल उपकरण किन्न सक्ने प्राविधिक क्षमता हुँदैन र सानो परिमाणमा किन्नेले परिमाणात्मक लाभ लिन सक्दैन ।



यसबाहेक सदाचार खस्किनु पनि एउटा कारण हो । उपकरणसम्बन्धी उल्लिखित समस्या सबै स्वास्थ्य संस्थाहरूमा रहेको छ ।

स्वास्थ्य उपकरण भएर पनि ती नचलेर थन्किनाका कारण जिम्मेवार व्यक्तिहरूबाट हुने विभिन्न त्रुटि हुन् । ती त्रुटि देखाएर उम्किन मिल्दैन, सम्बन्धित व्यक्तिहरूले त्रुटि रोक्न र सच्याउन सकिन्छ । स्वास्थ्य उपकरणमा लाग्ने सुरुको खर्च मात्र होइन, सञ्चालन खर्च पनि महँगो हुन्छ । जानेर किनियो भने सस्तो हुन्छ, नत्र सञ्चालन गर्न नसकिने हुन्छ । साना स्वास्थ्यसंस्थाले आफ्नै बलबुतामा उपकरण किन्न खोज्नु, सञ्चालन गर्न खोज्नु, प्राविधिक तथा खरिदसम्बन्धी क्षमता एवं सानो परिमाणका कारण दक्ष र प्रभावकारी हुन सक्दैन । समाधानका लागि संरचनात्मक (फ्रेमवर्क) करारको व्यवस्था हुने र त्यसअन्तर्गत कायम सर्त, दररेट र गुणस्तर पालना हुने गरी स्वास्थ्य संस्थाले खरिद आदेश जारी गर्ने व्यवस्था भएमा उल्लिखित खालका समस्या समाधान हुने देखिन्छ । माथि उल्लेख भइसकेको छ र सर्त खुलाउनुपर्ने गरी प्रतिस्पर्धात्मक रूपमा बोलपत्र आह्वान गर्ने र सारभूत रूपमा प्रभावकारी तथा कम लागत उल्लेख गर्नेको बोलपत्र स्वीकृत गरी संरचनात्मक करार गरिनुपर्छ । यसका लागि बोलपत्रमा समावेश हुनुपर्ने अर्को सर्त हो- मर्मत/सम्भारसम्बन्धी ज्ञान, सीप र पासवर्ड (धेरैजसो उपकरण डिजिटल प्रविधिका हुने हुँदा पासवर्ड चाहिने) अनिवार्य रूपमा क्रेता पक्षलाई दिनुपर्ने । यसो भएमा आपूर्तिकर्ताले मर्मत/सम्भारको एकलौटी अधिकार आफूले राखी क्रेतालाई दुहुनो गाई बनाउन पाउँदैनन् । स्पेयर पार्ट्स, केमिकल्स/रिएजेन्टस्को मूल्य प्रतिस्पर्धात्मक रूपमा लिइने हुँदा यसमा पनि मनलाग्दी रकम लिन पाउँदैन । यसरी मर्मत/सम्भारको अधिकार आपूर्तिकर्ताबाट लिने, तर आफूसँग त्यो काम गर्न सक्ने जनशक्ति भएन भने काम लाग्दैन । त्यो अवस्थाका लागि आफूसँग बायोमेडिकल इन्जिनियर हुनुपर्ने हुन्छ । प्रत्येक स्थानीय निकाय वा सानो स्वास्थ्य संस्थाका लागि एक बायोमेडिकल इन्जिनियर राख्नु खर्चालु हुन्छ नै, बजारमा रहेको जनशक्तिले पुग्दैन र काम अभावमा सीपदारी जनशक्ति टिक्दा पनि टिक्दैन । तसर्थ बायोमेडिकल इन्जिनियरको समूह रहेको एक निकाय प्रदेशस्तरमा राख्नु उपयुक्त हुन्छ यो समूहलाई मर्मत/सम्भारको जिम्मेवारी दिइनुपर्छ ।

# डेङ्गु रोग र यसबाट वच्ने उपाय ।

चन्दीका श्रेष्ठ  
नर्सिङ अधिकृत



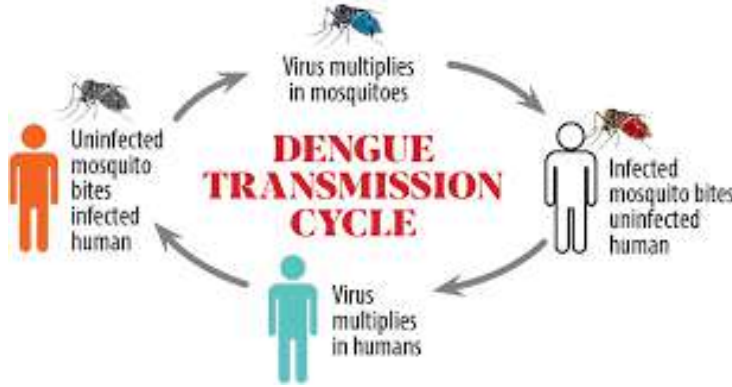
- सरुवा रोग हो जुन भाइरसबाट लाग्छ
- यो रोग संक्रमित लामखुट्टेको टोकाईबाट मानिसमा सर्छ र अन्य मौसमी ज्वरो जस्तै हुन्छ
- साधारणतया यसको लक्षण सामान्य हुन्छ तर कहिलेकाही यसले गम्भीर समस्या निम्त्याउन सक्छ
- WHOका अनुसार संसारका आदि जनसंख्या डेङ्गुको जोखिमयुक्त स्थानमा बसोबास गर्छन ।
- यो रोग उष्ण गर्मी तथा सम) उष्ण गर्मी-tropical and subtropical ) भूभाग भएका राष्ट्रहरूमा बढी देखिएको छ
- नेपालमा २०२३को तथ्यांक अनुसार ५४२१३ मानिसहरूमा यस रोग को सङ्क्रमण देखिएको थियो

## डेङ्गुका कारण (Causes)

**Virologyडेङ्गु भाइरस : (Dengue virus)**

**सर्ने विधी )Transmission):** डेङ्गु एडीज )Aedes Aegypti) प्रजातीको संक्रमित लामखुट्टेको टोकाई बाट सर्छ ।

- यस लामखुट्टेले प्राय जसो दिनमा टोक्छ, यधपी घाम उदाएको २ घण्टा पछाडी र घाम अस्ताउनु भन्दा २ घण्टा अगाडी यो लामखुट्टे बढी सक्रिय हुने हुनाले सो समयमा थप सचेत हुनुपर्छ ।
- डेंगीको सङ्क्रमण चक्र ( transmission cycle) is man –mosquito- man i.e. Vector borne



#### Environmental factor:

- एडीज (Aedes Aegypti) प्रजातीका लामखुट्टेहरु को संख्या बर्षा र पानि संकलनहुने स्थानमा बढी हुन्छ ।
- life span influenced by temperature and humidity, survives best between 16° c- 30°c and a relative humidity of 60 to 80 %.
- लामखुट्टेको वृद्धिविकास पानि पर्ने मौसममा धेरै हुन्छ । यस्तै डेंगी रोग पनि यो मौसममा फैलिने सम्भावना धेरै हुन्छ ।
- can be acquired via a single bite of this mosquito.
- Standing clean water in things like discarded tires, domestic water storage containers, old flower pots, coconut shells are the breeding source of Aedes mosquito.

#### सङ्क्रमण अवधि (Incubation Period)

- सामान्य तथा डेंगीका लक्षणहरु ४ दिन भित्र देखा पर्छ ७-।
- यो अवधि सङ्क्रमित लामखुट्टेको टोकाई पछि ३ दिन भित्र पनि देखिन सक्छ १४-।

#### लक्षणहरु

- डेंगीको मुख्य लक्षण एक्कासी उच्च ज्वरो आउनु हो, यो ज्वरो ५दिन ७-सम्म रहन सक्छ, ज्वरोसंगे निम्न लक्षणहरु देखा पर्छन ।
  - Sudden onset of high fever (103<sup>0</sup>-105<sup>0</sup>F)

#### Other symptoms

- Severe Headache
- Periorbital Pain
- Severe muscle, bone and joint pain
- Generalized body pain
- Vomiting
- Skin rashes (red spots do not disappear when skin is pressed) usually last for 2 to 7 days

- Running nose , Sore throat and cough
- Flushed skin
- Mild bleeding from nose and mouth

## Warning Signs of Severe Dengue Fever



यसका साथै लगातार वान्ता हुने, वान्तामा रगत देखा पर्ने, धेरै पेट दुखने, स्वास प्रस्वासमा समस्या आउने, नाक वा गिजाबाट रगत बग्ने, रक्ताश्राव हुने, बेहोस हुने आदि लक्षणहरु देखापर्नु डेंगीको जटिल अवस्था हो जसको उपचारको लागि डाक्टरको सल्लाह लिनुपर्छ ।

### डेंगीबाट बच्ने उपाय (PREVENTION)

- There is **no specific treatment** for dengue and vaccine for dengue is not available in Nepal. So, Prevention and control of dengue depend on vector control. (डेंगीबाट बच्न लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्नुपर्छ ।)
- लामखुट्टेको टोकाइ नियन्त्रण गर्ने सबैभन्दा राम्रो उपाय भनेको लामखुट्टेको बासस्थान नष्ट गर्नु हो ।

#### Prevent from mosquito bites

- शरीरका खुल्ला भागमा लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्न मलम लगाउने) odomos(
- सुत्दा झुलको प्रयोग गर्ने
- लामो बहुला र पुरा ढाकेको लुगा लगाउने
- घर भित्र लामखुट्टे छिर्न नदिन झ्याल ढोकामा जाली लगाउने

#### Inhibiting breeding of mosquitoes (लामखुट्टेको वृद्धि विकास नियन्त्रण गर्ने)

- घर वरपर जमेको पानी र फोहोर हटाउने र सफा राखने
- सकेसम्म मनसुनको मौसममा घर र वरपरको क्षेत्रमा खुला पानीको निकास, जमेको पानी, झाडीबाट मुक्त भएको सुनिश्चित गर्ने ।
- दैनिक प्रयोजनको लागि राखेको पानी लामखुट्टे प्रवेश गर्न नदिन ढाकेर राखने
- घरमा रहेका पानी राख्ने भाँडाकुँडा राम्ररी ढाकेर राख्ने
- यदि बाल्टी र साना कन्टेनरहरु बाहिर भण्डारण गरिएको छ भने, उल्टो हुनुपर्छ ।
- प्रयोग भैसकेको पानी र घरेलु फोहोरको सहि व्यवस्थापन गर्ने
- घर आगन वरिपरीका झाडीहरु हटाउने र समय मयमास-सफा गर्ने

- पानी जम्मा हुन सक्ने वस्तुहरू जस्तै प्रयोगमा नभएका घरायसी भाँडाकुँडा, बोटल , टायर, नरिवलको खोल, फूलदानी, आदि फ्याँक्नुहोस्।
- खुला पानीमा कीटनाशकहरू प्रयोग गरेर लामखुटेलाई पानीमा वा नजिकै अण्डा पार्नबाट रोक्न सकिन्छ ।




## लामखुटेको टोकाईबाट बच्नुहोस् ।

डेङ्गु संक्रमणबाट आफू र आफ्नो परिवारलाई बचाउनका लागि साबधानी अपनाउनुहोस् ।

		
सुत्दा भुलको प्रयोग गर्नुहोस्	लामखुटेको टोकाईबाट बचाउने धुप तथा भोलको (रिपेलेन्ट) प्रयोग गर्नुहोस्	पुरै बाहुला भएका अथवा लामो बाहुला भएका कपडा लगाउनुहोस्
		
टयाङ्की र कुलरहरू हप्तामा एकचोटी सफा गर्नुहोस्	वरपर पानी जम्न नदिनुहोस्	डेङ्गुका कुनै पनि लक्षण देखिएमा उपचारका लागि स्वास्थ्य संस्था जानुहोस्

### उपचार (Treatment)

- ❑ डेंगी १० दिनसम्म रहन सक्छ, तर कोहीकोही लाई एक महिना वा त्योभन्दा बढी - समयसम्म थकान महसुस हुन सक्छ।
- ❑ डेंगीको कुनै निश्चित उपचार छैन तर पर्याप्त आराम, प्रशस्त तरल खाद्य पदार्थ, दुखाइ र ज्वरो कम गर्नको लागि पारासिटामोल प्रयोग गर्नु पर्छ ।
- ❑ तर ब्रुफेन र एस्पिरिन जस्ता औषधिहरू प्रयोग गर्नु हुदैन । साथै गम्भीरजटिल / लक्षणहरू देखा परेमा आवश्यकता अनुसार स्वास्थ्य केन्द्रमा जान पर्छ ।

## अस्पतालमा रगत परीक्षणको बारेमा बिरामीको केही जिज्ञासा

अदित्या वस्नेत  
ल्याब टेक्नोलोजिष्ट

१. रगत भनेको के हो, रगतमा के हुन्छ र ?  
रगत हाम्रो शरीरमा रातो तरल पदार्थ हो जसले हामीलाई जीवित राख्न मद्दत गर्दछ। यसमा धेरै महत्त्वपूर्ण भागहरू छन् ।

- रातो रक्त कोशिकाहरू: यसले हाम्रो फोक्सोबाट शरीरका सबै भागहरूमा अक्सिजन पुऱ्याउँछ र कार्बन डाइअक्साइडलाई सास फेर्न फिर्ता ल्याउँछ ।
- सेतो रक्त कोशिकाहरू: यी शरीरका सिपाहीहरू जस्तै हुन्, कीटाणुहरू र सङ्क्रमणहरूसँग लड्ने ।
- प्लेटलेट्स: यसले हाम्रो रगतलाई काट्दा रगत जम्न मद्दत गर्छ, हामीलाई धेरै रगत बग्नुबाट रोक्छ ।
- प्लाज्मा: यो पहेँलो रंगको तरल पदार्थ हो जसले रगतमा पोषक तत्व र हर्मोन जस्ता सबै कुरा बोक्छ ।

समग्रमा, रगतले अक्सिजन र पोषक तत्वहरू प्रदान गर्न, संक्रमणसँग लड्न र चोटपटकहरू निको पार्न मद्दत गर्छ

औसत वयस्क शरीरमा ४ देखि ६ लिटर रगत हुन्छ। यो शरीरको आकार र तौल जस्ता कारकहरूमा निर्भर हुन सक्छ । सामान्यतया, एक व्यक्तिको कुल शरीरको वजनको लगभग ७-८% रगत हुन्छ ।

२. जे मा नि रगत नै जाच गर किन भन्छन् डाक्टरहरू अस्पतालमा सिदै औषधि दिद भैहालो नि । किन रगत जाच गर्नु परो रगत र ।

- स्वास्थ्य समस्याहरू पत्ता लगाउन: रगत परीक्षणले देखाउन सक्छ कि त्यहाँ कुनै स्वास्थ्य समस्याहरू छन् जुन पहिले सम्बोधन गर्न आवश्यक छ ।
- सही खुराक थाहा पाउन: सबैको शरीर फरक छ । रगत परीक्षणले तपाईंलाई कति औषधि चाहिन्छ भनेर निर्णय गर्न डाक्टरहरूलाई मद्दत गर्दछ ।
- खराब प्रतिक्रियाहरूबाट बच्न: केही औषधिहरूले साइड इफेक्टहरू निम्त्याउन सक्छ। तपाईंको रगत परीक्षणले डाक्टरहरूलाई तपाईंलाई सुरक्षित नहुन सक्ने कुराहरू दिनबाट जोगिन मद्दत गर्छ ।
- स्वास्थ्य निगरानी गर्न: यदि तपाईंसँग दीर्घकालीन अवस्था छ भने, रगत परीक्षणले डाक्टरहरूलाई तपाईंको उपचार कतिको राम्रोसँग काम गरिरहेको छ र कुनै परिवर्तन आवश्यक छ भने हेर्न मद्दत गर्दछ ।

३. ३-४ ML रगत तन्दै गर्दा बिरामीले भन्ने गर्ने- रगत तानेर साकिदिये मेरो । साचिकै कति मात्रमा रगत हुन्छ र ?

औसत वयस्क शरीरमा ४ देखि ६ लिटर रगत हुन्छ । यो शरीरको आकार र तौल जस्ता कारकहरूमा निर्भर हुन सक्छ । सामान्यतया, एक व्यक्तिको कुल शरीरको वजनको लगभग ७-८% रगत हुन्छ ।

४. किन ल्याब स्टाफले रगत परीक्षण गर्दछ ?

- स्वास्थ्य अवस्थाहरूको निदान गर्न: रक्त परीक्षणले रोगहरू वा स्वास्थ्य समस्याहरू, जस्तै संक्रमण, मधुमेह, वा एनीमिया पहिचान गर्न मद्दत गर्न सक्छ ।

- स्वास्थ्य निगरानी गर्न: तिनीहरूले कलेजो र मृगौला जस्ता तपाईंको अंगहरूले कत्तिको राम्ररी काम गरिरहेका छन् र उपचारहरू प्रभावकारी छन् भने जाँच गर्नु ।
- पोषक तत्वको स्तर जाँच गर्न: यदि तपाईंसँग पर्याप्त भिटामिन र खनिजहरू छन् भने रगत परीक्षणले पत्ता लगाउन सक्छ, जस्तै फलाम वा क्याल्सियम ।
- जोखिम कारकहरू मूल्याङ्कन गर्न: तिनीहरूले उच्च कोलेस्ट्रॉल वा मधुमेह जस्ता निश्चित अवस्थाहरूको लागि जोखिम कारकहरू पहिचान गर्न मद्दत गर्नु, त्यसैले तपाईंले कारबाही गर्न सक्नुहुन्छ ।

## म स्वास्थ्यकर्मी

अप्सरा अर्याल  
ल्याव टेक्सिसियन

म स्वास्थ्यकर्मी सेवा नै मेरो धर्म ।  
मैले रोजेको यो पेशा बुझन बिरामीको मर्म ।

अस्पताल मेरो घर बिरामीको आसा ।  
सेवा गर्दा हुन्न म कहिल्यै पनि निरासा ।

रोग सन्चो भई बिरामीको अनुहारमा आउछ चमक ।  
त्यसैले दिन्छ मलाई सुखी र गमक्क ॥

सेवा गर्दा मैले जाच्छु बिरामीको रगत दिशा ,पिशाब ।  
आफ्नो पेशामा सधै छु खुसी कहिले छैन निराश ॥

सेवालाई कर्तव्य भन्दा नि अधिकार सोच्नुपर्छ ।  
सेवा गर्दा सधैभरी जिम्मेवार वन्नुपर्छ ॥

भनेको समयमा विदा नपाइन सकछ गर्नुपर्छ सेवा मिलेर ।  
नजानेको कुरा खोज्नुपर्छ सोध्नुपर्छ सन्कोच नमानेर ॥

समूहमा काम गर्दा धेरै कुरा सिक्किन्छ अनी बुझिन्छ ।  
म जतीको जान्ने छैन केहि भने एकलै परिन्छ ॥



## कठै मेरो देश

डा. शोभित पन्त  
मेडिकल अधिकृत

कानुनको आँखा अन्धो, कान पनि बहिरो यो,  
गुनासो कति पोखियो तर म्याद मात्रै थपियो,  
निर्दोषको हत्या कति यो, दोशीलाई नै भगाइयो,  
राजनियम ध्वशं गरियो जनचेतना पनि स्वाहा भो ।

युवा शक्ति बाहिरियो र योग्यता नै रित्तियो,  
देशभक्तिलाई जलाइयो र मानवता नै सिद्धियो,  
अशान्ति मात्र फैलियो, निमुखालाई नै पिटियो,  
क्रान्ति मात्र ल्याइयो तर सव्यता नै भिकियो ।

बिकाशको लागि छुट्याइएको पैशा सवै गायब भो,  
रोजगार भन्दा बढी वेरोजगारलाई दवाव भो,  
योजनाको कमि भाको विचार मात्र भार भो,  
भ्रष्ट नेता चिल्लो गाडी, हिड्नलाई हतार भो ।

शैक्षिक क्षेत्र यत्रतत्र तर प्रतिभाको हार भो,  
व्यवस्थापन अलपत्र, अस्तव्यस्त सरकार भो,  
हिंशा आतंक वर पर, विनाशको अपार भो,  
भ्रष्टचार सवै तिर, इमान्दार लाचार भो ।

## अस्पताल फार्मेसी र स्वास्थ्य क्षेत्रमा यसको महत्त्व

सुदिना गौतम  
फार्मेसी सहायक

अस्पतालको मातहतमा रहि अस्पतालले आफैले संचालन गरेको फार्मेसीलाई सामान्यतया अस्पताल फार्मेसी भनिन्छ। अस्पतालको आफ्नै फार्मेसी हुनुपर्ने कुरा पहिलेदेखि नआएको पनि होईन, तर उचित नियम र कानून नबन्दा यो राम्रो संग कार्यान्वयन हुन सकेको थिएन। विभिन्न सरोकारवाल निकायहरूको पहलपछि अस्पताल फार्मेसी फेरि चासोको विषय बन्यो र सरोकारवाला निकायहरूको पहलमा अस्पताल फार्मेसी निर्देशिका २०७२ जारी भयो। यस लगत्तै देशका थुप्रै सरकारी अस्पतालले अस्पतालमा संचालनमा रहेका निजि तथा संस्थागत फार्मेसी हटाई आफ्नै अस्पताल फार्मेसी शुरु गरे।

हाल संचालनमा रहेका र संचालन प्रकृत्यामा रहेका अस्पताल फार्मेसीले के कसरी अस्पताल र विरामीलाई फाइदा पुग्छ भन्ने कुरा पहिले बुझ्न जरुरी छ। अस्पताल फार्मेसी अस्पतालको राम्रो आम्दानीको स्रोत हो। फार्मेसीबाट हुने आम्दानीलाई अस्पतालले राम्रो प्रयोजन गर्ने हो भने अस्पतालको भौतिक विकास र कर्मचारी भर्नामा पनि टेवा पुग्छ। सेवाको दृष्टिकोणबाट हेर्दा अस्पतालले निर्देशिका बमोजिम टेन्डर प्रकृत्याबाट सस्तोमा गुणस्तरिय औषधि खरिद गर्छ र विशेष छुट सहित कम मुल्यमानै विरामीले औषधि प्राप्त गर्न सक्छन्। अस्पताल फार्मेसीमा औषधि सम्बन्धी राम्रो ज्ञान भएका फार्मासिष्ट र असिस्टेन्ट फार्मासिष्ट कार्यरत हुन्छन् र औषधीको खरिद, त्यसको व्यवस्थापन, विक्रि वितरणलाई राम्ररी समाल्दछन्। विरामीको रोग ठिक हुनकालागि जति औषधीको भुमिका छ, त्यो भन्दा धेरै काउन्सिलिङ्गको पनि जरुरत पर्दछ। डाक्टरको प्रेसक्रिप्सनलाई अध्ययन गरि फार्मासिस्टले विरामीलाई कुन औषधी कसरी खाने, कति समयमा खाने, औषधीले गर्ने सकारात्मक तथा नकारात्मक असर, खानपिनमा ध्यानदिनुपर्ने कुरा लगायतका परामर्स दिन्छन्। सही औषधीको प्रयोगले रोग निको पार्छ भने गलत औषधीले विरामीको ज्यान जान पनि सक्छ। औषधी एउटा संवेदनशिल विषय भएकोले विरामीले कुन रोगकालागि कस्तो औषधी प्रयोग गरिरहेका छन् भन्ने ध्यान दिनु जरुरी छ। नेपालमा अभैपनि सामान्य रोगकालागि छिटो निकोहुने आशमा विरामीले आफैले औषधी माग्ने, जथाभावि एन्टिबायोटिक्स प्रयोग गर्ने र लामो समयसम्म रोग लुकाएर बस्ने चलन छ। अस्पताल फार्मेसीमा रहेका फार्मासिस्टले विरामीलाई डाक्टरलाई जँचाउन र औषधीको सही प्रयोग गर्न सल्लाहा दिने गर्छन्। यसो गर्दा एन्टिबायोटिक रेसिप्टेन्टलाई नियन्त्रण गर्न सकिन्छ भने औषधीको दुरुपयोग पनि कमहुन्छ।

अस्पताल फार्मेसीलाई राम्रोसंग नियम र कानूनको दायरामा राख्दै यसलाई व्यवस्थित ढंगले संचालन गर्नकालागि ड्रग एण्ड थेरापेटिक कमिटीको आवश्यकता रहन्छ। यस कमिटीमा स्वास्थ्य संग आवद्ध चिकित्सक, नर्स, फार्मासिष्ट साथै लेखा र प्रशासन पनि क्रियाशिल सदस्य हुन्छन्। सबैजनाको ध्यान र स्वास्थ्य सम्बन्धी ज्ञान मिलाएर नै औषधीको व्यवस्थापन गरिन्छ। अस्पताल फार्मेसी संचालन अस्पतालको गुणस्तरिय स्वास्थ्य अन्तरगत पर्ने र विरामीले आर्थिक र स्वास्थ्यका हिसावले राम्रो सेवा पाउने हुनाले नै धेरै महत्त्वपूर्ण भुमिका छ।

# “*CANDIDA ALBICANS* CARRIER IN ORAL CAVITY OF PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS”

## Abstract

**Introduction:** It is acknowledged that the link between Diabetes mellitus and the carriage of *Candida albicans* are more susceptible to fungal infection to Diabetic patients as compared to healthy group. It may occur due to poor glycemic control, poor hygiene, immune suppression, etc.

**Aim:** The main aim of my study was to determine the *Candida albicans* carrier in oral cavity of diabetes patients.

**Materials and Methods:** This study included 72 patients, of which there were 36 patients with diabetic mellitus and 36 patients without diabetic mellitus in Kathmandu valley in 2019. A total 10ml of sterile normal saline was used to collect oral rinse sample and centrifuged at 3000 rpm for five minutes. This sample was plated onto SDA with chloramphenicol medium plates and incubated at room temperature for 3-4 days. The plates were visualized daily at 24 hours, 72 hours and followed up to seven days to check for growth. *Candida albicans* was found by performing germ tube test. Yeats corrected Chi-square test and students t- test were used.

**RESULTS:** The growth of *C.albicans* was found to be statistically significant difference between medicated and non-medicated of diabetic patients. Where, patients with medication were highly significant in comparison to non-medicated patients ( $\chi^2_{(2)} = 10.7462$ ;  $P = 0.004$ ). *C.albicans* was found only in DM patients (6.9%). The mean *Candida albicans* was found higher in female (5.52%) than male (1.38%).

**CONCLUSION:** My finding indicates that the frequencies of *Candida albicans* were seen as a risk in DM patients having a diverse duration of control diabetes. A statistically significant difference was found in growth of candida in medicated and non-medicated patients of DM.

**Key Word:** diabetic mellitus (DM), *Candida albicans*

**Research Thesis**  
**By:** Adityaa Basnet  
Medical Lab  
Technologist



## चौतारा अस्पताल भवन हस्तान्तरण कार्यक्रमको केही भलकहरू









## स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धि अभिमुखीकरण कार्यक्रम







अस्पतालमा भएको EME/CNE कार्यक्रमका केही भलकहरु





**अस्पतालमा संचालित सामाजिक सेवा एकाईको अभिमुखिकरण कार्यक्रम**





**अस्पताल परिसर सरसफाइ कार्यक्रम**





## पोषण पुनस्थापना केन्द्र, चौतारा अस्पताल





**बहुक्षेत्रिय पोषण योजना कार्यक्रम**

**पोषण नाङ्गलौ प्रदर्शनी**

**पोषण कर्नर**

**हरैक धार खाना चार**

अन्न	दारीलारु दुधि वरिे खाना	लेकण्ठी	दारीलारु दुधि वरिे खाना
दारीलारु दुधि वरिे खाना	दारीलारु दुधि वरिे खाना	दारीलारु दुधि वरिे खाना	दारीलारु दुधि वरिे खाना
दारीलारु दुधि वरिे खाना	दारीलारु दुधि वरिे खाना	दारीलारु दुधि वरिे खाना	दारीलारु दुधि वरिे खाना

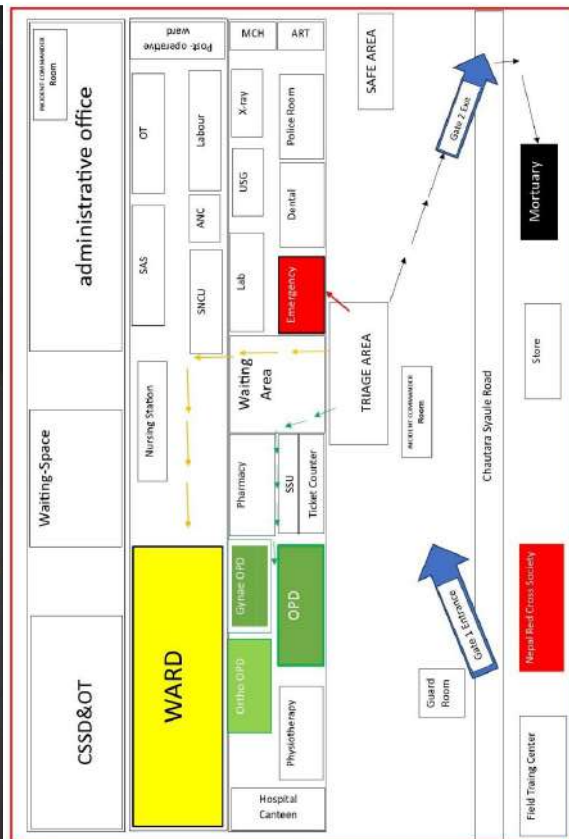
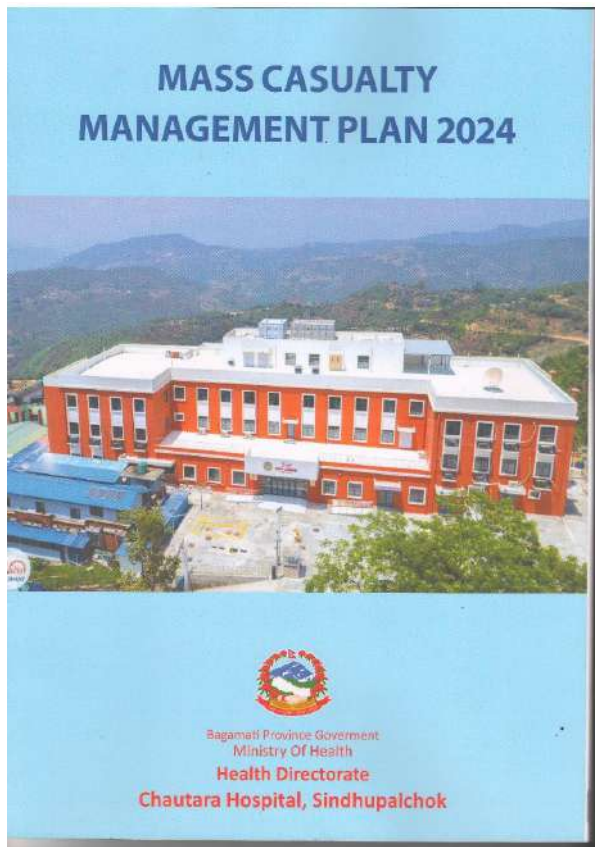
[ ठानीले दिनेद्वै चार समुहका खानेकुसहळ  
मिलाएर सन्तुलित खाना खाणुपछ । ]

**चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका  
चौतारा, सिन्धुपाल्चोक**

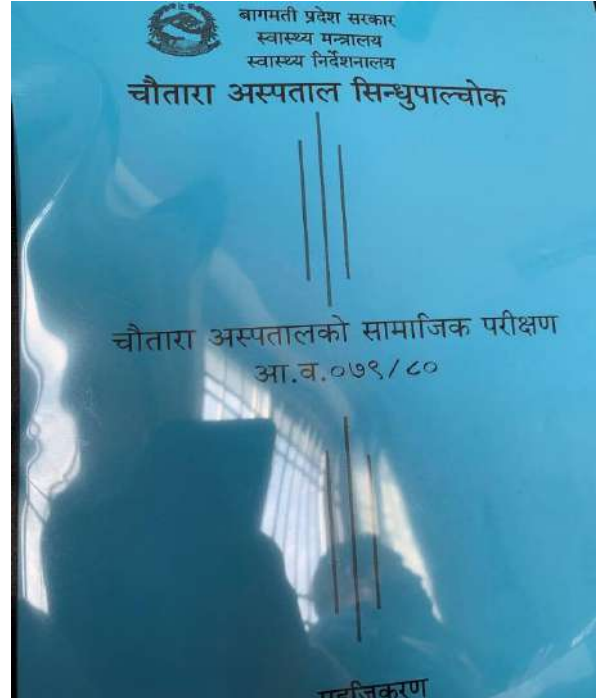
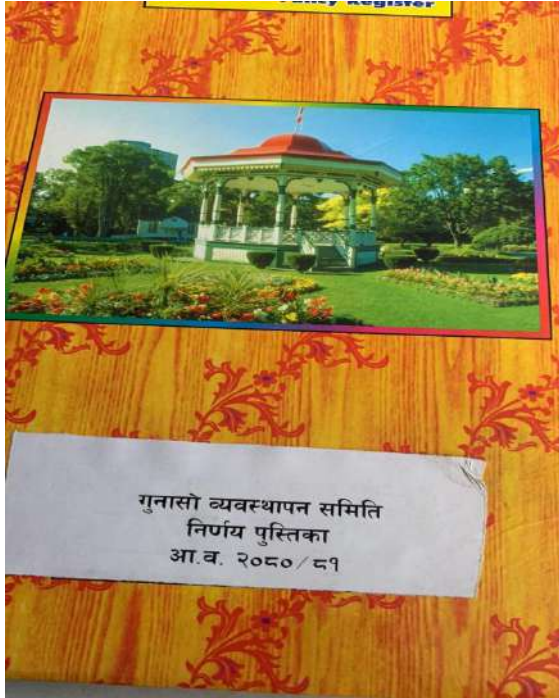




## Hospital Disaster Preparedness and Response Plan (HDPR)



## Social Audit and Grievance handling



## House Keeping and Dressing Room

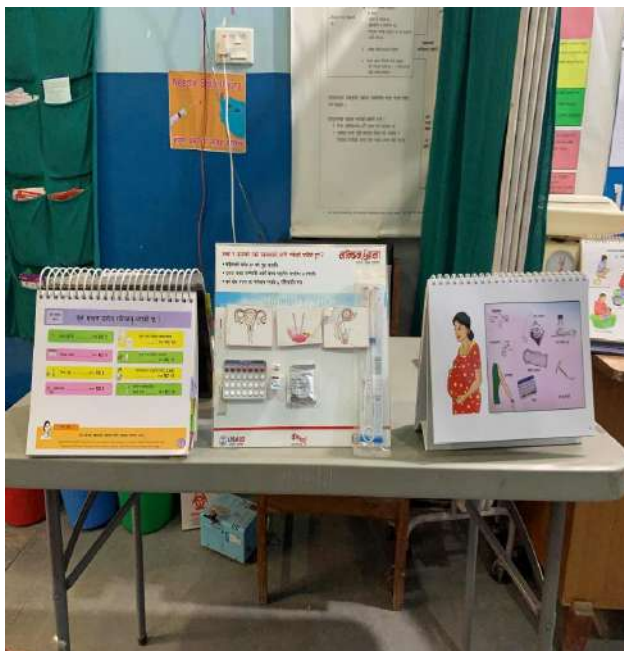




## CSSD Department



## Family Planning and 1166 calling for suicide



# चौतारा अस्पतालको वारेमा छापिएका केही समाचारहरू

जि.प्र.का., सि

## अन्तिम

सिन्धुज्वैला

### सेवा थप गर्दै चौतारा अस्पताल, सेवा लिने बढ्न थाले

निर्मल बस्नेत

चौतारा । सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको चौतारा अस्पतालले आफ्नो सेवामा विस्तार गर्ने भएको छ । १५ सैयाको अस्पताल अब ५० सैयाको हुने भएको छ । आ.व. २०७८/०७९ मा २३ हजार ६ सय ९० जनाले सेवा लिएको थिए भने आ.व. ७०७९/०८० मा २९ हजार ५ सय १६ जनाले सेवा लिएका छन् ।

चौतारा अस्पतालले बुधबार गरेको सामाजिक परिषद्वारा कार्यक्रममा उक्त कुरा सार्वजनिक गरिएको हो ।

ओपिडी सेवामा बिगतको भन्दा थप सेवाहरू थाईडाइड, बालरोग र दन्तरोगको उपचार हुँदै आईरहेको अस्पताल व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष टंक कार्कीले जानकारी गराए । उनले भने "हामीले डाईलसिसको सेवा दिनको लागि तयारीमा रहेका छौं अब छिट्टै नै सेवा प्रवाह थाल्नेछौं र आईसियु सेवा पनि विस्तार गर्न लागिरहेका छौं" ।

जिल्ला सदरमुकाममा रहेको जिल्लाकै सबैभन्दा पुरानो अस्पतालमा डाक्टर, नर्स सहितको तीन गुणा सेवा र कार्यक्षेत्र विस्तार हुनेगरी बागमती प्रदेश सरकार मन्त्री परिषदको यस अघि बैठकले



चौतारा अस्पताललाई विस्तार गर्ने भित्र निर्णय पनि गरेको छ ।

यत अस्पतालमा भने कतिपय बृद्धबृद्धा बिमारीहरूका आफन्तले भर्ना गरि बिचैमा छाडेर हिडने गरेकोले नर्सिङ स्टाफको लागि व्यवस्थापनको थप समस्या रहेको गुनासो रहेको थियो ।

यसअघि चौतारा अस्पताल १५ सैयाको मात्रै रहेको थियो । १५ सैयाको भएपनि ३६ बेडको सेवा प्रवाह गर्दै आएको थियो । छिमेकी राष्ट्र चीनको सहयोगमा प्रविधियुक्त अत्याधुनिक अस्पताल भवन निर्माणधिन अवस्थामा रहेको छ । पुरानो प्रविधि र उपकरण र जनशक्तिको अभावका अस्पतालले प्रायाप्त सेवा प्रवाह गर्न सकेको थिएन । यस बिचमा अस्पतालमा सेवा लिन गएका बिमारीहरू भनेजति सेवा नपाएपछि

घुलिखेल र काठमाण्डौ सम्म गएर सेवा लिन बाध्य थिए ।

अब बागमती प्रदेश सरकारले जनशक्ति सहित अस्पताललाई ५० सैयाको बनाएसँगै विरामीको लागि सबै सेवामुविधाहरू चौताराबाटै हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

यस्तै बागमती प्रदेश स्वास्थ्य मन्त्रालयको १ हजार ६ सय ६९ जना (प्राविधिक सहित ) कर्मचारीहरूको संगठन संरचना स्विकृत गर्दै हाल संचालनमा रहेका प्रदेश अस्पतालहरूको स्तरउन्ती गर्ने निर्णयसमेत गरिसकेको छ ।

चौतारा अस्पतालमा बागमती प्रदेश सरकारको मुख्य मन्त्री जनता स्वास्थ्य कार्यक्रममार्फत पनि होलवडी चोकजाँच हुँदै आईरहेको छ ।

## चौतारा अस्पतालमा आकस्मिक प्रसूति सेवा पुनः सञ्चालनमा

■ साप्ताहिक समाचार/ चौतारा

जनशक्ति अभावमा केही समय रोकिएको शल्यक्रियामार्फत सुल्केरी गराउने सेवा चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकले पुनः सञ्चालनमा ल्याएको छ ।

दश जनशक्ति नभएको जनाउँदै अस्पतालले सो सेवा बन्द गरेको थियो । बाँह माप २५ गते डा. रोशन चौधरीलाई अस्पतालले नियुक्त गरेसँगै सेवा शुरू गरिएको हो । अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा.गगन अधिकारीको सन्निधता, बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय, स्वास्थ्य निर्देशनालय र स्वास्थ्य मन्त्रालय अन्तर्गतको परिचार कन्याण महाशाखाको सहयोगमा अस्पतालले शल्यक्रियामार्फत सुल्केरी सेवा प्रवाह गरेको हो । सेवा शुरू गर्दासँगै जिल्लावासीलाई अन्वय ज्ञानुपार्ने वाध्यता हट्नुको साथै बाहिर लानुपर्दा हुने लाखौं खर्च र ज्यानको जोखिम हुदै कम भएको छ ।

अस्पतालका विशेषज्ञ चिकित्सक डा. रोशन चौधरीले भन्नुभयो, "बच्चा उल्टो बसेको, बच्चा



खोल्ने पानी सुकेको, सुल्केरी हुन तोकिएको म्याद नापेर पनि सुल्केरी हुन नसको, बच्चाको मुटुको घड्कन कम भएको, बच्चाले दिशा खाएकोलागत्त जटिल प्रकारका शल्यक्रिया पनि सफलरूपमा हुन थालेको छ ।" शल्यक्रियामार्फत सुल्केरी गराउने सेवा शुरू गरेसँगै ६

जनाको सफल शल्यक्रिया भएको छ । उनले भने, "अत्यधिक रगत चाँहिने अवस्था र आइसिपुमै भर्ना गर्नुपर्ने अवस्थाबाहेक अन्य सबै प्रकृतिका गर्भवतीको सेवामा हामी २४ सै घण्टा सेवा दिन सक्छौं ।" अस्पतालबाट करारमा विशेषज्ञ»» बाँकी पृष्ठ २ मा

न्यूनतम सेवा मापदण्डमा ९२ प्रतिशत सहित

# चौतारा अस्पताल नेपालकै उत्कृष्ट

लोकप्रिय समाचार/ चौतारा

चौतारा अस्पताल गुणस्तर सुधारका लागि न्यूनतम मापदण्डमा ९२ अंक प्राप्त गरि नेपाल कै उत्कृष्ट हुन सफल भएको छ ।

बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालयले अस्पतालको अनुगमन पश्चात ९२ अंक दिए सँगै नेपालकै प्रथम हुन सफल भएको हो । अनुगमन पछि फलोअप समिक्षामा विभिन्न सुचाङ्कको आधारमा अनुगमन गरिएको र १०० अंक ल्याउन ८ अंक नपुग्नुका कारणहरू बारेमा समेत समिक्षा गरिएको थियो । बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालयबाट २०८० फागुन १ र २ गते भएको न्यूनतम सेवा मापदण्ड अनुगमनमा चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकले ९२% प्राप्त गरी नेपालकै १५ बेड अस्पताल समूह अन्तर्गत प्रथम भएको हो ।

निर्देशनालयका न्यूनतम सेवा मापदण्ड अनुगमन टोली प्रमुख बरिष्ठ मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट नविन दर्नाल सहितको ५ सदस्यीय टोलीले अनुगमन गर्दा अस्पतालको सेवामा जम्मा १०० प्रतिशत मध्ये ९२ प्रतिशत ल्याइ नेपालमै १५ शैया स्वाडेगोरीमा प्रथम भएको समीक्षा कार्यक्रममा बताउनुभयो । यसअघि



भएको फलोअप समिक्षामा ८९ प्रतिशत प्राप्त गरेको थियो ।

समिक्षा कार्यक्रममा संयोजक दर्नालले बागमती प्रदेश सरकारले चौतारा अस्पताललाई ५० शैयामा स्तरोन्नति गरिएको र चिन सरकारको सहयोगमा बन्दै गरेको नयाँ भवनमा सो शैयाहरू संचालन प्रश्चात देशको उत्कृष्ट अस्पतालको रूपमा विनाउन सकिने तर त्यस कार्यको लागि तिमी तहका सरकारले सहयोग

गर्नुपर्ने बताउनुभयो । त्यसैगरी फलोअप कार्यक्रमका अनुगमन कर्ता विर अस्पताल काठमाडौंका जनरल सर्जन डा. उमेश प्रधानले यस अस्पतालमा भएका राम्रा पक्षहरूलाई प्रादेशिक अस्पतालहरूले अनुसरण गर्नुपर्ने बताउनुभयो ।

चौतारा अस्पतालको रेकर्डिङ रिपोर्टिङ, निर्धारित मण्डि कन्फरेन्स, डाटा भेरीफिकेशन लगाएतका कार्यहरू उत्कृष्ट रहेकोले अन्य अस्पतालहरूले

अनुसरण गर्नुपर्ने बताउनुभयो । अस्पताल सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष टंकबहादुर कार्कीले विज्ञानमार्फत दिएको निर्देशन तथा सुझाव अस्पतालको नियमित सेवासँग सम्बन्धित भएकाले त्यसको पनि सुधार गरेर अर्को चर्च शतप्रतिशत हासिल गर्ने लक्ष्य लिइ अगाडि बढ्ने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो भने अस्पताललाई यो अवस्थामा ल्याउन अस्पतालमा कार्यरत >>> बाँकी पृष्ठ २ मा

## चौतारा अस्पताल न्यूनतम सेवा मापदण्डमा ९२ प्रतिशतसहित उत्कृष्ट

सर्वपक्ष सन्वाददाता । चौतारा

चौतारा अस्पताल गुणस्तर सुधारका लागि न्यूनतम मापदण्डमा ९२ अंक प्राप्त गरि नेपाल कै उत्कृष्ट हुन सफल भएको छ ।

बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालयले अस्पतालको अनुगमन पश्चात ९२ अंक दिए सँगै नेपालकै प्रथम हुन सफल भएको हो । अनुगमन पछि फलोअप समिक्षामा विभिन्न सुचाङ्कको आधारमा अनुगमन गरिएको र १०० अंक ल्याउन ८ अंक नपुग्नुका कारणहरू बारेमा समेत समिक्षा गरिएको थियो ।

बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय स्वास्थ्य निर्देशनालयबाट २०८० फागुन १ र २ गते भएको न्यूनतम सेवा



मापदण्ड अनुगमनमा चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकले ९२% प्राप्त गरी नेपालकै १५ बेड अस्पताल समूह अन्तर्गत प्रथम भएको हो । निर्देशनालयका न्यूनतम सेवा मापदण्ड अनुगमन

टोली प्रमुख बरिष्ठ मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट नविन दर्नाल सहितको ५ सदस्यीय टोलीले अनुगमन गर्दा अस्पतालको सेवामा जम्मा १०० प्रतिशत मध्ये >>> बाँकी पृष्ठ ३ मा

# चौतारा अस्पतालमा आकस्मिक प्रसूति सेवा पुनः सञ्चालनमा

■ लोकप्रिय समाचार/ चौतारा

जनशक्ति अभावमा केही समय रोकिएको शल्यक्रियामार्फत सुत्केरी गराउने सेवा चौतारा अस्पताल सिन्धुपाल्चोकले पुनः सञ्चालनमा ल्याएको छ ।

दश जनशक्ति नभएको बनाउँदै अस्पतालले सो सेवा बन्द गरेको थियो । बाह्र माघ २५ गते डा. रोशन चौधरीलाई अस्पतालले नियुक्त गरेसँगै सेवा शुरू गरिएको हो । अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा.गगन अधिकारीको सक्रियता, बागमती प्रदेश सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालय, स्वास्थ्य निर्देशनालय र स्वास्थ्य मन्त्रालय अन्तर्गतको परित्वा कल्याण महाशाखाको सहयोगमा अस्पतालले शल्यक्रियामार्फत सुत्केरी सेवा प्रवाह गरेको हो । सेवा शुरू गरिएसँगै जिल्लावासीलाई अन्वय जानुपर्ने बाध्यता हट्नुको साथै बाहिर लानुपर्दा हुने लाखौं खर्च र ज्यानको जोखिम दुवै कम भएको छ ।

अस्पतालका विशेषज्ञ चिकित्सक डा. रोशन चौधरीले भन्नुभयो, "बच्चा उल्टो बसेको, बच्चा



खेल्ले पानी सुकेको, सुत्केरी हुन तोकिएको म्याद नापेर पनि सुत्केरी हुन नसको, बच्चाको मुटुको घड्कन कम भएको, बच्चाले दिशा ह्याएकोलगायत जटिल प्रकारका शल्यक्रिया पनि सफलरूपमा हुन थालेको छ ।" शल्यक्रियामार्फत सुत्केरी गराउने सेवा शुरू गरेसँगै ६

जनाको सफल शल्यक्रिया भएको छ । उनले भने, "अत्यधिक रगत चाँहिने अवस्था र आइसोसुमि भर्ना गर्नुपर्ने अवस्थाबाहेक अन्य सबै प्रकृतिका गर्भवतीको सेवामा हामी २४ सै घण्टा सेवा दिन सक्छौं ।" अस्पतालबाट करारमा विशेषज्ञ» बाँकी पृष्ठ २ मा

## अस्पतालमा संचालित विभिन्न कार्यक्रमहरूका झलकहरू





## ABBREVIATIONS

ANC	:	Ante-Natal Care
CS	:	Caesarian Section
ART	:	Ante Retroviral Therapy
ARV	:	Ante- Retro Viral
OT	:	Operation Theatre
ECG	:	Electrocardiogram
EHS	:	Extended Health Service
MA	:	Medical Abortion
MVA	:	Manual Vacuum 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 वर्ष