



स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

स्वास्थ्य संस्थालाई मोबाइल सेट र सिम वितरण

जलजला गाउँपालिका अन्तर्गतका १६ वटा सम्पूर्ण स्वास्थ्य संस्थालाई मोबाइल सेट तथा सिम कार्ड वितरण गरिएको छ। आपतकालीन अवस्थामा छिटो सम्पर्क स्थापना गर्न, सेवा समन्वयलाई प्रभावकारी बनाउन, प्रतिवेदन तथा सूचना आदान-प्रदानलाई सहज र द्रुत बनाउन तथा सेवाप्रवाहको गुणस्तर बढाई स्वास्थ्य सेवाको पहुँच विस्तार गर्ने उद्देश्यले उक्त मोबाइल सेट तथा सिम कार्ड वितरण गरिएको हो। यस पहलबाट स्वास्थ्य सेवाको प्रभावकारिता र समग्र गुणस्तर थप सुदृढ हुने अपेक्षा गरिएको छ।



जलजला गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय लामाखेत, पर्वत					
सूचना सूचना सूचना					
जलजला गा.पा. अन्तर्गतका सबै स्वास्थ्य संस्थाको अधिकारिक सम्पर्क न. तपशिल बमोजिम रहेको सूचना सबैलाई जानकारी गराइन्छ।					
क्र.स	वार्ड न	संस्थाको नाम	संस्थाको किसिम	फोन न	कैफियत
१	४	स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका	स्वास्थ्य शाखा	९८५७६६१२०९	
२	१	बासखर्क स्वास्थ्य चौकी	स्वास्थ्य चौकी	९८५७६६१२१०	
३	२	आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र -२	आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र	९८५७६६१२११	
४	२	ओखरबोट सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	९८५७६६१२१२	
५	३	मल्लाज स्वास्थ्य चौकी	स्वास्थ्य चौकी	९८५७६६१२१३	
६	४	आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र -४	आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र	९८५७६६१२१४	
७	५	लेखाफाट स्वास्थ्य चौकी	स्वास्थ्य चौकी	९८५७६६१२१५	
८	५	बहुमती सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	९८५७६६१२१६	
९	५	लेखफाट सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	९८५७६६१२१७	
१०	६	शालिजा स्वास्थ्य चौकी	स्वास्थ्य चौकी	९८५७६६१२०९	
११	६	भोटेडाडा सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	९८५७६६१२०८	
१२	७	धाईरिड स्वास्थ्य चौकी	स्वास्थ्य चौकी	९८५७६६१२०७	
१३	७	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई धाईरिड	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	९८५७६६१२०६	
१४	८	नाग्लिवाड स्वास्थ्य चौकी	स्वास्थ्य चौकी	९८५७६६१२०३	
१५	८	फर्से सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	९८५७६६१२०५	
१६	९	बनौ स्वास्थ्य चौकी	स्वास्थ्य चौकी	९८५७६६१२०४	
१७	९	डाडाखोर सा.स्वा.इ.	सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई	९८५७६६१२०२	

प्रमुख प्रशासकीय अधिकारी
खगराज गौतम
प्रमुख प्रशासकीय अधिकारी



स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको PAN कार्ड (स्थायी लेखा नम्बर) अद्यावधिक

जलजला गाउँपालिका अन्तर्गतका सबै महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको PAN कार्ड (स्थायी लेखा नम्बर) अद्यावधिक गरिएको छ। आर्थिक पारदर्शिता कायम गर्न, सरकारी भुक्तानी तथा सुविधा प्राप्तिलाई सहज बनाउन, करसम्बन्धी विवरण व्यवस्थित गर्न तथा आगामी दिनमा डिजिटल प्रणालीमार्फत सेवा र प्रोत्साहन भत्ता प्रदान गर्न सक्ने उद्देश्यले PAN कार्ड अद्यावधिक गरिएको हो। यस कार्यमा सहयोग पुऱ्याउने सबै स्वास्थ्य संस्था तथा सम्बन्धित स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछौ।





जलजला गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

लामाखेत, पर्वत

पत्रसंख्या :- ०८२/०८३ स्वास्थ्य
चलानी नं. :- ८८४

श्री राष्ट्रिय महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविका ज्यूहरू,
जलजला गाउँपालिका अन्तर्गतका सबै

मिति: २०८२/०९/१३

विषय: जानकारी सम्बन्धमा।

प्रस्तुत विषयमा राष्ट्रिय महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविका कार्यक्रम निर्देशिका, २०६७ (पहिलो संसोधन २०७६) मा उल्लेखित तपसिल बमोजिमका राष्ट्रिय महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको काम कर्तव्य, जिम्मेवारी तथा आचारसंहिता पूर्ण रूपमा पालना नगरेको पाइएमा पालिकाबाट प्रदान गरिने कुनै पनि सेवा-सुविधा तथा आर्थिक भुक्तानी नहुने व्यवस्था रहेको सम्बन्धित सबैलाई जानकारी गराइन्छ।

तपसिल:

- पालिका साथै स्वास्थ्य संस्थाले दिएको जिम्मेवारी पुरा नगरेमा
- राष्ट्रिय तथा नियमित स्वास्थ्य कार्यक्रम (खोप, पोषण, आमा सुरक्षा र अन्य कार्यक्रम) मा बिना जानकारी अनुपस्थित भएमा
- आमा समूहको नियमित बैठक संचालन नगरेमा
- नियमित मासिक रिपोर्ट नगरेमा र बैठकमा बिना जानकारी अनुपस्थित भएमा
- आधिकारिक रूपमा राजनैतिक पदमा बहाल रहेमा
- राष्ट्रिय महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविका बाहेक अन्य सेवा-सुविधा लिएमा
- सम्बन्धित वडामा नियमित रूपमा नबस्ने तथा वडा बाहिर बसोबास गरी सेवा प्रवाह गरेको दाबी गरेको पाइएमा।


 खगराज रौतम
 प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

बोधार्थः
श्री स्वास्थ्य संस्था सबै, जलजला गा पा



स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

नियमित मासिक बैठक - पौष २०८२

मिति २०८२/०९/०७ -स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिकाको नियमित बैठक जलजला गा पा का प्रशासकीय अधिकृत हरिकृष्ण आचार्यको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको छ। बैठकमा मङ्सिर महिनाका प्रगति समीक्षा, data error verification and validation, साथै आधारभूत स्वास्थ्य सेवा कार्यन्वयन कार्यविधि (BHS SOP) तथा आधारभूत स्वास्थ्य सेवाको अनुगमन दिग्दर्शन (BHS Monitoring Framework) सम्बन्धि अभिमुखीकरण कार्यक्रमको अभिमुखिकरण गरिएको थियो साथै सेवाप्रवाह र MSS आवश्यक सामग्री अंतर्गत सम्पूर्ण स्वास्थ्य चौकीलाई मोबाइल सेट र सिम वितरण र आवश्यक सूचीहरु (नसर्ने रोग सूची, MSS flex) वितरण गरिएको थियो।





स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

ग्रामीण अल्ट्रा साउण्ड कार्यक्रम

महीना - पौष जलजला गा पा स्वास्थ्य शाखाको आयोजनामा ग्रामीण अल्ट्रा साउण्ड कार्यक्रम बिभिन्न स्वास्थ्य चौकीमा सम्पन्न भएको छ जसमा जम्मा १४ जना गर्भवती महिलाहरुलाई भिडियो एक्सरे सेवा दिइएको छ । तालिम प्राप्त सेवाप्रदायक मल्लाज स्वास्थ्य चौकीमा कार्यरत सि.अ.न.मी सगुन जि.सि र बनौ स्वास्थ्य चौकी मा कार्यरत सि.अ.न.मी मैना कुमारी फकामीद्वारा उक्त भिडियो एक्सरे सेवा हरेक महिनाको १५ देखि २० गते सम्म पालिकाका बिभिन्न स्वास्थ्य संस्थामा संचालन हुनेछ र सम्पूर्णलाई लाभ लिनु हुन अनुरोध गर्दछौं ।



प्रजनन उमेर समूहका महिलाहरुको लागि स्तन क्यानसर र पाठेघरको मुखको क्यानसरको नियमित स्क्रीनिंग

महीना - पौष जलजला गा पा स्वास्थ्य शाखाको आयोजनामा प्रजनन उमेर समूहका महिलाहरुको लागि पाठेघरको मुखको क्यानसरको नियमित स्क्रीनिंग कार्यक्रम बिभिन्न स्वास्थ्य चौकीमा सम्पन्न भएको छ जसमा जम्मा १२ जना प्रजनन उमेर समूहका महिलाहरुलाई सेवा दिइएको छ । तालिम प्राप्त सेवाप्रदायक मल्लाज स्वास्थ्य चौकीमा कार्यरत सि.अ.न.मी सगुन जि.सि , बनौ स्वास्थ्य चौकी मा कार्यरत सि.अ.न.मी मैना कुमारी फकामी, नाग्लिवाड स्वास्थ्य चौकीमा कार्यरत सि.अ.न.मी डिल कुमारी शर्मा द्वारा उक्त सेवा मल्लाज स्वास्थ्य चौकी र नाग्लिवाड स्वास्थ्य चौकीमा प्रत्येक महिनाको १५ गते र बनौ स्वास्थ्य चौकी प्रत्येक महिनाको २५ गते संचालन हुनेछ र सम्पूर्णलाई लाभ लिनु हुन अनुरोध गर्दछौं । प्रजनन उमेर समूहका महिलाहरुको लागि स्तन क्यानसरको स्क्रीनिंग प्रत्येक दिन सबै स्वास्थ्य संस्थामा संचालन हुने छ।



स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२



जलजला गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
लामाखेत, पर्वत



गण्डकी प्रदेश, नेपाल

सूचना सूचना सूचना

गर्भवती महिलाहरूको लागि ग्रामिण video X-ray सेवा र प्रजनन उमेर समूहका महिलाहरूको लागि स्तन क्यान्सर र पाठेघरको मुखको क्यान्सरको नियमित स्क्रिनिंग सम्बन्धि सूचना

स्वास्थ्य शाखा जलजला स्वास्थ्य शाखाको आयोजनामा गर्भवती महिलाहरूका लागि ग्रामिण Video X-Ray सेवा (RUSG) तथा प्रजनन उमेर समूहका महिलाहरूका लागि स्तन क्यान्सर (Breast cancer screening) र पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङ (VIA screening) सेवा प्रत्येक महिना तपशिल बमोजिमको मिति, समय र स्थानमा तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीहरूद्वारा नियमित रूपमा सञ्चालन हुने सूचना सबैलाई जानकारी गराइन्छ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङ (VIA screening)

स्थान	मिति	समय	सम्पर्क व्यक्ति	सम्पर्क	कैफियत
मल्लाज स्वास्थ्य चौकी	प्रत्येक महिनाको २५ गते	१०:०० बजे देखि ५ बजे सम्म	सगुन जि.सी	९८५७६६१३१३	
बनौ स्वास्थ्य चौकी	प्रत्येक महिनाको १५ गते	१०:०० बजे देखि ५ बजे सम्म	मैना कुमारी फकामी	९८५७६६१२०४	
नाग्लिवाड स्वास्थ्य चौकी	प्रत्येक महिनाको २५ गते	१०:०० बजे देखि ५ बजे सम्म	डिल कुमारी शर्मा	९८५७६६१२०३	

गर्भवती महिलाहरूका लागि Video X-Ray सेवा(RUSG)

स्थान	मिति	समय	सम्पर्क व्यक्ति	सम्पर्क	कैफियत
वार्ड न. १, २, ३, ४, ५, ६	प्रत्येक महिनाको १५ देखि २० गते सम्म	१०:०० बजे देखि ५ बजे सम्म	सगुन जि.सी	मल्लाज स्वास्थ्य चौकी	सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्थाबाट सूचना प्रकाशन हुने छ
वार्ड न. ७, ८, ९	प्रत्येक महिनाको १५ देखि २० गते सम्म	१०:०० बजे देखि ५ बजे सम्म	मैना कुमारी फकामी	बनौ स्वास्थ्य चौकी	सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्थाबाट सूचना प्रकाशन हुने छ

स्तन क्यान्सर (Breast cancer screening)

स्थान	मिति	समय	सम्पर्क व्यक्ति	कैफियत
सबै वार्ड	प्रत्येक दिन	१०:०० बजे देखि ५ बजे सम्म	सम्बन्धित वार्डका NURSING कर्मचारीहरु	

नोट - सम्बन्धित आवश्यक सूचना स्वास्थ्य संस्थाको अधिकारिक Facebook बाट प्रकाशन हुने छ भने सम्पर्कको लागि नजिकका राष्ट्रिय महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूलाई सम्पर्क गर्नुहुन अनुरोध छ।

खगराज गौतम
प्रमुख प्रशासकिक अधिकृत
खगराज गौतम
प्रमुख प्रशासकिक अधिकृत



स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

संस्थागत सुत्केरी

महीना - पौष जलजला गा पा स्वास्थ्य शाखा अन्तर्गतका मल्लाज स्वास्थ्य चौकीमा ३ संस्थागत सुत्केरी र लेखफाट स्वास्थ्य चौकी मा १ गरि जम्मा ४ संस्थागत सुत्केरी भएको छ जससंग यो आ.बमा ९ वटा संस्थागत सुत्केरी भएको छ। उक्त सेवा मल्लाज स्वास्थ्य चौकी ,लेखफाट स्वास्थ्य चौकी , सलिजा स्वास्थ्य चौकीमा २४सै घण्टा उपलब्ध भएको जानकारी गरिदछौ।



वायु प्रदूषण कम गर्न के के गर्नुपर्छ ?

- सार्वजनिक यातायातको उचित व्यवस्थापन
- घरहरूमा ऊर्जाको प्रभावकारी व्यवस्थापन
- बिजुलीको उपयुक्त प्रयोग
- उद्योग र फोहोरको उपयुक्त व्यवस्थापन
- पुरानो गाडीहरूको व्यवस्थापन
- जनस्तरमा प्रदूषणको चेतनामा अभिवृद्धि



वायु प्रदूषणका प्रमुख स्रोतहरू के के हुन् ?



सवारी साधनबाट
निस्कने प्रदूषण



उद्योगबाट निस्कने
प्रदूषण



फोहोरको अनुपयुक्त
व्यवस्थापनबाट निस्कने प्रदूषण



घरेलु उर्जाबाट
निस्कने प्रदूषण



स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका



मासिक अपडेट

वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

गर्भवती र सुत्केरी आमाको लागि निःशुल्क एम्बुलेन्स सेवा

"गर्भवती र सुत्केरी आमाको सुरक्षा नै स्वस्थ समाजको आधार हो" जलजला गाउँपालिका द्वारा सञ्चालित लक्षित वर्गका नागरिकहरुलाई निःशुल्क एम्बुलेन्स सेवा अन्तर्गत जलजला गाउँपालिका बिभिन्न वार्ड निवासी गर्भवती र सुत्केरी आमा म्याग्दी बेनी अस्पताल, प्रादेशिक अस्पताल बाग्लुङ, पर्वत र पोखराका बिभिन्न अस्पताल सम्म निःशुल्क एम्बुलेन्स सेवा लिनुभैरहेको छ र उक्त सेवा निरन्तर रुपमा संचालन भएको जानकारी गरौदछौ साथै उहाँको स्वास्थ्य लाभको कामना पनि गर्दछौ ।



"समतामूलक समाज जलजलाको सार ; कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य, पर्यटन र पूर्वाधार"

जलजला गाउँपालिकाद्वारा सञ्चालित एम्बुलेन्स सेवा



टोल फ्रि नम्बर
९८९०५०००९६८

अन्य सम्पर्क नम्बरहरु

- ९७६५६०९७९० (सचिवालय)
- ९७६५६०९७९१ (घ १ भ ३७)
- ९७६५६०९७९२ (ज १ भ ६९६)
- ०६९-५२२९८७ (पालिका कार्यालय)



२४ सै घण्टा सेवा उपलब्ध गराइने छ ।

<http://www.gps.jaljalamun.com>



स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

राष्ट्रिय महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविका कार्यक्रम



नियमित खोप सेवा कार्यक्रम





स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

स्वस्थ मन, स्वस्थ जीवन: मानसिक स्वास्थ्य सचेतना अभियान २०८२



मनको कुरा गरौं



नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

"हरेक महिना एक स्वास्थ्यकर्मी, एक स्वास्थ्य शिक्षा" अभियान अन्तर्गत स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम





स्वास्थ्य शाखा जलजला गाउँपालिका

मासिक अपडेट



वर्ष: १ अंक: ३ महिना: ३ पौष २०८२

तनाव व्यवस्थापनमा परिवारको भूमिका

घरपरिवार तथा समाजसँगको नियमित सम्पर्क वा कुराकानीले मानसिक स्वास्थ्य सुदृढ बनाउँछ ।



घरमा परिवारका सदस्यसँग दिनचर्या र अनुभवबारे नियमित कुराकानी गरौं ।

जीवनका स-साना प्रयास वा उपलब्धिहरुमा खुसी मनाऔं ।



साथी तथा इष्टमित्रसँग भेटघाट गर्ने बानी बसालौं ।

चाडपर्व, बिहे, जात्रा, वनभोज जस्ता सामाजिक जमघटमा सहभागी होऔं ।



नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र



तनाव व्यवस्थापनमा परिवारको भूमिका

घरपरिवार तथा समाजको सहयोगले तनावको सामना गर्न ठूलो मद्दत पुग्छ ।

परिवारले निम्न कुरामा सहयोग गर्न सक्छ :

- बिना कुनै पूर्वाग्रह, दयाभावका साथ आफ्ना परिवारका सदस्यको कुरा ध्यानपूर्वक सुनौं ।
- “तपाईं एक्लो हुनुहुन्न, म तपाईंको साथमा छु, म तपाईंको कुरा बुझ्छु” भन्ने जस्ता समानुभूतिपूर्ण व्यवहार गरौं ।
- स्वस्थ जीवनशैली अपनाउन प्रोत्साहन गरौं ।
- सामाजिक रूपमा सक्रिय रहन सहयोग गरौं ।

यति प्रयासहरुका बावजूद पनि तनाव व्यवस्थापनमा कठिनाई भइरहेमा मनीपरामर्शकर्ताको सहयोग लिन वा नि:शुल्क हेल्पलाईन ९९६६ मा फोन गरी परामर्श सेवा लिन प्रोत्साहित गरौं ।



नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा सञ्चार केन्द्र

 एमपक्स (Mpox)	लक्षणहरु • नव्रो आउनु, टाउको, दाढा र मांसपेशी दुख्नु, लिम्फ नोड्स (ग्रन्थिहरु) सुनिनु। • सामान्यतया नव्रो सुरु भएको १ देखि ३ दिन भित्रमा छाला, अनुहार, हड्केला र फेसलामा बिमिा देखा पर्नु। • बिमिा परिकर्त भई फोका हुँदै शय्य लान्नु।	रोकथामका उपायहरु • एम्पक्सको शंका वा पुष्टी भएको व्यक्तिगत असुरक्षित यौन सम्पर्क गर्ने। • सङ्क्रमित व्यक्तिलाई घरमा वा अस्पतालमा आइसोलेसनमा राख्ने। • नियमित रूपमा साबुनपानीले बिर्वाभिचो हात धुने वा स्प्रिटलाईनको प्रयोग गर्ने। • सङ्क्रमित व्यक्तिले प्रयोग गरेका लुगा, तौलिया, ओठ्कान र भौडाहरु तातो पानी, साबुन वा डिजिटले धुने। • सङ्क्रमितको सम्पर्कमा आएको सतह, स्थान वा कोठा सिसुङ्कन गर्ने। • बिरामीबाट सिर्जित फोहलाई सुरक्षित रूपमा व्यवस्थापन गर्ने। • एम्पक्सको संक्रमण पुष्टी भई बिरामी भएका वा मरेका जनावरको सम्पर्कमा नबार्ने। • मासुजन्य खानेकुरा राम्ररी पकाएर मात्र खाने।
परीचय एमपक्स भाइसबाट हुने संक्रमण हो । जुन मुखद्वारा नजिकको सम्पर्कबाट एक व्यक्तिलाई अर्को व्यक्तिलाई सरेर सकिन्छ ।	यस्ता लक्षणहरु देखा परेमा नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुहोस् ।	जानकारी निम्नो, पालना गर्नुहोस्, घबस्त्र हुनुहोस्
कसरी सार्छ • एम्पक्स भएको व्यक्तिसँगको असुरक्षित यौन सम्पर्क, चुम्बन वा प्रत्यक्ष सम्पर्कबाट। • बिरामीको घाउ-खटिरा-बिमिाको सम्पर्कबाट। • शरीरबाट निस्किएको ताल पदार्थ जस्तै थुक्र, न्यालको सम्पर्कबाट। • संक्रमित व्यक्तिको आठ्कान, लुगा र सरसामानको सम्पर्कबाट। • सङ्क्रमित बोर, मुसा, लोखे लगायतका जनावरहरुबाट।	सम्भावित जटिलता • आँखामा सङ्क्रमण भई दृष्टि गुम्ने • निमोनिया हुने • यस्तैक नव्रो आउने • गर्भ खेर जाने • मृत्यु हुने	एमपक्स सम्बन्धी जानकारीको लागि नि:शुल्क हटलाइन नम्बर १९९५ मा सम्पर्क गर्नुहोस् ।

प्रदेश अस्पताल, कुशमा दैनिक रूपमा विशेषज्ञ डाक्टर मार्फत उपचार सेवा

 डा. दुण्डीराज पौडेल हाडजोर्नी तथा टुमा सर्जन MBBS वीर अस्पताल, टुमा सेन्टर काठमाडौं	 डा. प्रकाश गौतम बालरोग विशेषज्ञ (TU)	 डा. प्रियसा अधिकारी स्त्री तथा प्रसूती रोग विशेषज्ञ MD. NAIHS, TU
 डा. बालकृष्ण श्रेष्ठ MD. Anaesthesiology NAIHS, TU	 डा. मिलन अवाले कन्सल्टेन्ट मेडिकल जर्नलिस्ट	

गण्डकी प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय
प्रदेश अस्पताल
कुशमा, पर्वत

☎ ०६७-२२४१४ / १८३०-५०-००१४१ 🌐 www.parbathospital.gandaki.gov.np ✉ parbathospital@gmail.com

सम्पादक/सम्पर्क - अञ्जली पि.सी (जनस्वास्थ्य अधिकृत anjaleephogovnp@gmail.com)