जि.का.सप्तरी द.नं. १(२०३९/०६/१८)-०३९/०४०
स.नि.हु.का.द.नं. ६/०५४/०६१

नवीन साप्ताहिक

वर्ष ४१ अंक २७ २०७९ साल फागुन ७ गते आइतवार (19 Feb 2023 Sunday) मूल्य रु. ७/-

यस अंक भित्र – **पृष्ठ २ मा :** ६७ जना फरार अभियुक्तहरु ... **पृष्ठ ३ मा :** के हो गाँजा ? **पृष्ठ ४ मा :** नेपालमा स्वास्थ्यको निजीकरण ... **पृष्ठ ५ मा :** पाँच सय युवा अफगान ...

शिवालयमा बोलबमको नारा गुञ्जियो

राजविराज/महाशिवरात्रीको अवसरमा शनिवार सप्तरी सदरमुकाम राजविराजस्थित हरिनन्देश्वर महादेव मन्दिरसहित जिल्लाका शिवालयहरु बोलबमको नारा गुञ्जिएको छ ॥

विहानै २२ किलोमिटर टाढा रहेको सप्तकोशी नदीबाट कावरमा पवित्र जल बोकेर पैदलै आएका हजारौं भक्तजनद्वारा लगाइएको बोलबमको नाराले शिवालयहरु गुञ्जयमान भएको हो ।

हरिनन्देश्वर महादेव मन्दिरका मुल पुजारी महेश्वर भारतीले सप्तकोशी नदीबाट जल ल्याएर करिब २ हजार भन्दा बढी भक्तजनले भगवान शिवलाई जल अर्पण गरेको जानकारी दिए ।

यस्तै जिल्लाको शम्भुनाथ, अंकुरी महादेव, लालेश्वरनाथ लगायतका शिवालयहरुमा पनि विहानै देखि दुध, जल, फलफुल चढाउने र पुजाका लागी आउने भक्तजनको घुईचो लागेको थियो । इच्छित मनोकामना पुरा भएपछी भाकल गरेका कतिपय श्रद्धालु भक्तजन सडकमा घिस्रिदै (दण्ड प्रणाम) त कतिपयले नाचगान गर्दै शिवालय पुगेका थिए ।

शिवरात्रीका दिन शिवालयमा दुघ, जल, वेलपत्र लगायतका समाग्री अर्पण गर्नू धार्मिक दृष्टिकोणले निकै महत्वर्पुण मानिएकाले प्रत्येक वर्ष कावँर लिएर आउने भक्तजनको संख्या बढदै गएको हरिनन्देश्वर महादेव मन्दिर व्यवस्थापन समितीका अध्यक्ष ध्रुव देवले बताए ।

भक्तजनका सुविधाका लागी आवश्यक सबै व्यवस्था मिलाइएको उनको भनाइ छ । उनले साँझ देखि मन्दिर परिसरमा प्रवचन, भजनसंध्या लगायतका धार्मिक कार्यक्रमको आयोजना गरिने जानकारी समेत दिए ।

मन्दिर परिसरमा सुरक्षा देखी अन्य आवश्यक बन्दोवस्तको व्यवस्था गरिएका कारण भक्तजनले सहजरुपमा पुजा गर्न पाएको निर्वमान वडा अध्यक्ष मागी लाल नाईले बताए ।

सप्तरीको प्रसिद्ध हरिनन्देश्वर महादेव मन्दिरमा दर्शनका लागी आउने दर्शनार्थीहरुका लागी मन्दिर व्यवस्थापन सिमतीका साथै विभिन्न संघ संस्था मिलेर सुविधा दिएका छन् । मारवाडी महिला मञ्च, राजविराज जेसिज, विश्वहिन्दु युवा संघ, नरसिह हिन्दु सेना नेपाल, युनाइटेड डेभलपमेन्ट लगायतका संघसंस्थाले पञ्चामृत, दुध, वेलपत्र, जल, औषधी, पुजा समाग्री लगायतका प्रबन्ध मिलाएकाले यस पल्ट पुजापठ सहज भएको भक्तजनहरुले बताएका छन् ।

ससुराली घरमा आत्महत्या

राजविराज/एक युवकले ससुराली घर आएको बेला विष सेवन गरी आत्महत्या गरेका छन् ।

सप्तरीको हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका ४ मधवापुर वस्ने २७ वर्षिय विशाल सदाले शुक्रवार आत्महत्या गरेका हुन् ।

ससुराली घर सोही नगरपालिका वडा नं ३ गिदखोरा पुगेका वेला भएको खटपटका कारण आवेश आएर उनले विष सेवन गरेको स्थानीयले बताएका छन् ।

सदाले "सेल्फस" नामक विषादी प्रयोग गरेको पाइएको प्रहरीले जनाएको छ । विष सेवनबाट वेहोस भएका उनलाई तत्कालै भारदह अस्पताल पुऱ्याइएको थियो तर त्यहाँ उपचार सम्भव नभएपछी धरान स्थित विपी कोईराला स्वास्थय विज्ञान प्रतिष्ठान पठाइएकोमा उपचार कै क्रममा उनको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

आँखा स्वास्थ्यको लागि उत्कृष्ट उपचार
तपाईकै सहर राजविराजमा

आँखा सम्बन्धि उत्कृष्ट सेवाका लागि सहज र सुलभ उपचारलाई मध्यनजर गरी नेपालकै दक्ष, अनुभवी तथा वरिष्ठ नेत्र विशेषज्ञहरुको सेवा अब उपरान्त **सगरमाथा आँखा अस्पताल प्रा.लि.**, रुपनी रोडमा उपलब्ध हुने सहर्ष जानकारी गराउँदछौं ।

हाम्रा विशेषताहरु

१. अनलाईन नाम दर्ताको सुविधा,
२. अत्याधुनिक फेको प्रविधिवाट मोतिया बिन्दुको शल्यक्रिया,
३. बिना सुई फेको प्रविधिबाट मोतिया बिन्दुको शल्यक्रिया,
४. एकै दिनमा शल्यक्रिया गराई डिस्चार्ज सेवाको व्यवस्था (Day Care)
५. सुख्खा आँखाको उपचार
६. कोर्निया अल्सर तथा आँखाको नानी प्रत्यारोपणको सम्बन्धि विशेषकृत सेवा
७. दृष्टिपर्दा उपचार तथा शल्यक्रियाको विशेषकृत सेवा
८. आँखाको बनावट तथा सौन्दर्यता कायम राख्नकालागि अकुलोप्लाष्टिको विशेषकृत सेवाहरु
९. जलबिन्दुको उपचार तथा शल्यक्रियाको विशेषकृत सेवा
१०. बच्चाको आँखा जाँचका सेवाहरु
११. वरिष्ठ दृष्टि विशेषज्ञद्वारा आँखाको पावर जाँच
१२. B-Scan/VisualField/OCT/Airpuff tonometer/Auto Refractometer लगायतका diagnostic सुविधाहरु

सगरमाथा आँखा अस्पताल प्रा.लि.
राजविराज-८, रुपनी रोड, सम्पर्क नं. :- ९८०५७११२२२
बिरामी जाँचको समय : बिहान ८:३० देखि ५:०० बजेसम्म

प्रजातन्त्र दिवस भव्यरुपमा मनाऔं

- प्रजातन्त्रको मूल मर्म मानवअधिकार र विधिको शासन हो।
- आवधिक निर्वाचन प्रजातन्त्रका लागि महत्वपूर्ण हुन्छ।
- शक्ति पृथकीकरण तथा नियन्त्रण र सन्तुलन प्रजातन्त्रको आधार हो।
- मेलमिलाप र शान्तिबाटै प्रजातन्त्र अघि बढाउन सकिन्छ।

त्यसैले,
प्रजातान्त्रिक आचरण, सँस्कार र व्यवहारको अवलम्बन गरौं।

७३ औं राष्ट्रिय प्रजातन्त्र दिवस भव्यरुपमा मनाऔं

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय

आत्महत्याका घटना बढ्दै, निरुत्साहितका लागि पहल जरुरी

सप्तरीमा आत्महत्याका एकपछि अर्को घटना ह्वातै बढ्न थालेका छन्। जिल्लामा यस्ता घटनाहरु बढ्नुमा विभिन्न पारिवारिक समस्या, व्यापारमा घाटा, ऋण कर्जालगायतले आत्महत्याका घटनाहरु बढ्दै गएको प्रहरी तथ्याङ्कले देखाएको छ। यस्तै वैदेशिक रोजगारी लगायतका अनेक उद्यम गर्दा पनि उल्टै ऋणमा डुबेर कतिपयले मृत्यु नै अन्तिम विकल्प ठान्ने गरेका छन् भने कतिपय शिक्षामा असफलता, प्रेम सम्बन्ध, बेरोजगारी लगायतका कारणले पनि यस्तो बाटो रोज्ने गरेको पाइएको छ।

चालु आर्थिक वर्ष २०७९/८० को हालसम्ममा भने विष सेवन, झुण्डिएर, पोखरी र नदीमा हामफालेर तथा आगो लगाएर आत्महत्या गर्नेको संख्या ६२ पुगेको छ। जिल्लामा जिल्लामा गत आ.व. २०७७/०७८ मा झुण्डिएर, विष सेवन गरेर र आगो लगाएर १ सय १५ जनाले ज्यान गुमाएका थिए भने २०७८/०७९ मा १ सय ३६ जनाले आत्महत्या गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीको तथ्याङ्कले देखाएको छ।

यसरी आत्महत्याका घटना बढ्दै जाँदै सम्पूर्ण सरोकारवाला निकाय, स्थानिय तथा प्रहरी प्रशासनको चासो बढेको छ। यस्ता घटनालाई निरुत्साहित गर्न सरोकारवाला निकायले जनचेतनाका साथै आत्मबल बढाउन प्रोत्साहित गर्नुपर्ने देखिन्छ। यसका लागि स्थानिय तथा परिवारका सदस्यहरुको समेत उत्तिकै जिम्मेवारी हुन आउछ भने स्थानिय पालिकाले यी घटनाहरुलाई न्युनिकरण वा निरुत्साहित गर्न कदम चाल्नु आवश्यक छ।

६७ जना फरार अभियुक्तहरु पक्राउ

राजविराज/सप्तरी प्रहरीले एक महिनाको अवधीमा फरार रहेका ६७ जना अभियुक्तहरुलाई पक्राउ गरेको छ।

अदालतबाट जरिवाना र कैद सजाय तोकिएपछी उनीहरु फरार थिए। बुधबार प्रहरीले परिक्षा सम्बन्धी मुद्दा शिर्षकमा जिल्लाको रुपनी गाउँपालिकाका अनिल कुमार ईसरलाई पक्राउ गरेको छ। ईसरमाथी ३० हजार जरिवानाको अदालतले तोकेको थियो।

यस्तै प्रहरीले दुई दिनमा तीन महिला सहित विभिन्न अभियोगका १६ जनालाई प्रहरीले पक्राउ समेत गरेको जनाएको छ।

पक्राउ पर्नेहरुमा सर्वाधिक कुटपीट र गाली बेइज्जत मुद्दाका अभियुक्त छन्। जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी नरेश कुमार सिंहका अनुसार लागु औषध मुद्दामा सप्तरी जिल्ला अदालतबाट कैद सजाय तोकिएका पनि २ जना पक्राउ परेका छन्।

उनका अनुसार लागु औषध मुद्दामा अदालतबाट १ वर्ष ४ महिना कैद सजाय तोकिएका सप्तरीको खडक नगरपालिका ३ का ज्योतिष कुमार चौधरी तथा ३ महिना ६ दिन कैद सजाय तोकिएका राजगढ गाउँपालिका १ का जितेन्द्र कुमार यादव गाउँघर मै लुकेको अवस्थामा पक्राउ परेका छन्।

यस्तै गाली बेइज्जत मुद्दाका फरार प्रतिवादी कंचनरुप नगरपालिकाका मो.कासिम मियाँ, डाक्नेश्वरी नगरपालिका जागेश्वर साह, राजगढ गाउँपालिकाका महेन्द्र मुखिया र कुश्मी देवी मुखिया पक्राउ परेका छन्।

कुटपिट मुद्दाका सडक नगरपालिकाका रामनाथ मण्डल, रामकुमार मण्डल, रामु मण्डल र इन्द्रजित मण्डल, शम्भुनाथ नगरपालिकाका महाविर साहु र डाक्नेश्वरी नगरपालिकाका अशोक साहु, लक्ष्मी प्रसाद साहु, जगतारणी देवी साह र रुकमणी देवी झा पनि पक्राउ परेका छन्।

विभिन्न ठाउँमा लुकेर बसेको अवस्थामा उनीहरुलाई पक्राउ गरिएको हो। उनीहरुबाट करिब ३५ हजार जरिवाना तथा १ वर्ष ७ महिना ६ दिन कैद असुल गरिने प्रहरीले जनाएको छ।

पक्राउ परेका सबैलाई सप्तरी जिल्ला अदालतमा उपस्थित गराई आदेशानुसार जरिवाना गरिएकाहरुबाट जरिवाना रमक असुली प्रकृया सुरु गरिएको तथा कैदा सजाय तोकिएकाहरुलाई कैद भुक्तानका लागी राजविराज कारागार चलान गरिएको प्रहरीले जनाएको छ।

यस्तै प्रहरीले राजविराज नगरपालिका वडा नं. १५ निवासी ५५ वर्षिय पशुराम शर्मा ज्यान मार्ने मुद्दा तथा ४० वर्षिय सुनिल कुमार यादव लागु औषध मुद्दामा पक्राउ परेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ।

प्रहरीका अनुसार ज्यान मार्ने उद्योग मुद्दाका शर्मालाई जरिवाना कैद नखुले पनि यादवलाई तीन महिना कैद तथा ५ हजार जरिवाना अदालतले तोकेको थियो। प्रहरीले दुबै जनालाई राजविराज २ तेतरिगाछिबाट पक्राउ गरि आवश्यक कारवाहीका लागि जिल्ला अदालत सप्तरीमा बुझाएको जनाईएको छ।

दुई महिला झुण्डिएको अवस्थामा मृत फेला

राजविराज/सप्तरीको खडक र कञ्चनरुप नगरपालिकामा गरि दुई महिला झुण्डिएको अवस्थामा मृत फेला परेकी छिन्।

खडक नगरपालिका ९ लालपट्टि बस्ने ४५ वर्षिया मिना कुमारी चौधरी आफ्नै घरको कोठामा झुण्डिएको अवस्थामा फेला परेको घटना सेलाउन नपाउँदै सोमवार बिहान सप्तरीको कञ्चनरुप नगरपालिका ९ स्थित आँप बगैचामा सोही वडा निवासी ५८ वर्षिया शान्ता भुजेल आँपको रुखमा झुण्डिएको अवस्थामा फेला परेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ।

मिनाका श्रीमान भोटे चौधरीले पनि श्रीमती सुत्ने कोठामा बाँसको बलोमा प्लास्टिकको डोरीमा झुण्डिएको अवस्थामा देखेपछि प्रहरीलाई खबर गरेका थिए। यस्तै शान्ताका पति भीम बहादुर भुजेलले श्रीमती आँपको रुखमा झुण्डिएको अवस्थामा फेला परेको थाहा पाए लगतै प्रहरीलाई खबर गरेका थिए।

दुवै शव प्रहरीले नियन्त्रण लिई पोष्टमार्टमका लागि राजविराजस्थित गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल पठाएको छ। सप्तरी प्रहरीका प्रवक्ता प्रहरी नायव उपरीक्षक नरेश कुमार सिंहले दुवै जनाले आत्महत्या गरेको प्रारम्भिक अनुसन्धानले देखाएको बताएका छन्। यसबारे थप अनुसन्धान भइरहेको उनले जानकारी दिए।

स्थानीयवासीले भने मिना ऋणको बोझ तथा शान्ता पारिवारिक समस्याले आत्महत्या गरेको बताइरहेका छन्। जिल्लामा तीन साता अघि मात्र छोराको विवाह गर्दा लागेको ऋण तिर्न नसक्दा सप्तरीको छिन्नमस्ता गाउँपालिका २ का ४५ वर्षिय रामदेव मरिक रुखमा झुण्डिएर आत्महत्या गरेका थिए। त्यसको सात दिनपछि सोही गाउँपालिकाका वडा ६ का २१ वर्षिय महेन्द्र मण्डलले पनि घरायसी तनावमा रुखमा झुण्डिएर आत्महत्या गरेका थिए।

गाउँपालिकाद्वारा अग्निपीडितलाई सहयोग

राजविराज/सप्तरीको रुपनी गाउँपालिका १ रायपुरका अग्नीपीडित परिवारलाई गाउँपालिकाले सहयोग स्वरुप राहत सामग्री वितरण गरेको छ।

गाउँपालिकाका अध्यक्ष दिनेश कुमार यादव, उपाध्यक्ष पुष्पा कुमारी लौगी श्रेष्ठ, प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत अरविन्द कुमार चौधरी लगायतको टोली पीडितसम्म पुगेर प्रति परिवार २५ केजी चामल, ३ केजी दाल, ३ केजी भुजा, १ लिटर खाने तेल, १ केजी नुन तथा १/१ थान त्रिपाल र ब्ल्याकेंट लगायतका सामग्री वितरण गरे।

स्थानीय अनिल नारायण यादवको गाईगोठमा लामखुट्टे धपाउन बालेका घुरबाट अचानक आगो सल्किदा आधा दर्जन घर जलेर नष्ट भएको थियो। उक्त आगलागिमा १५ लाख ५२ हजार मुल्य बराबरको सम्पत्ति नष्ट भएको थियो।

आगोले अनिल नारायण यादवका साथै छिमेकी मायाराम यादव, रोज नारायण यादव, गंगाराम यादव र नागेन्द्र यादव लगायतका ६ परिवारलाई बेघर बनाएको छ।

आगो नियन्त्रणमा राजविराज नगरपालिका, शम्भुनाथ नगरपालिका र मधेश प्रदेश तालिम केन्द्रको वारुणयन्त्र, स्थानियवासी, इलाका प्रहरी कार्यालय सप्तरी र जिल्ला प्रहरी कार्यालयको टोली सक्रिय थिए।

आफ्नै बाबुको हत्या गरि फरार छोरा पक्राउ

राजविराज/बाबुलाई कुटेर हत्या गरि फरार रहेका छोरा तीन वर्षपछि पक्राउ परेका छन्।

पक्राउ पर्नेमा सप्तरीको हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका १४ का ३४ वर्षिय देव कुमार राम छन्। गोप्य सुचनाका आधारमा उनी लुकिबसेको अवस्थामा घरबाटै पक्राउ गरिएको प्रहरीले जनाएको छ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी नरेश कुमार सिंहका अनुसार २०७६ साल बैशाख १ गते राती जग्गा जमिन अंशको विवादमा उनले आफ्नै बाबु ६५ वर्षिय जगदिश रामको हत्या गरेको अनुसन्धानको क्रममा खुलेको थियो।

सप्तरी जिल्ला अदालतबाट कर्तव्य ज्यान मुद्दामा म्याद थपी आवश्यक अनुसन्धान तथा कानुनी प्रक्रिया अघि बढाइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ।

मोटरसाइकल दुर्घटनामा दुईको मृत्यु

राजविराज/वैवाहिक कार्यक्रममा सहभागी भई घर फर्किदै गरेको अवस्थामा मोटरसाईकल दुर्घट्नामा परी एक जनाको ज्यान गएको छ।

शुक्रवार विहान भएको सो दुर्घट्नामा राजविराज नगरपालिका ११ निवासी बालेश्वर यादवका २४ वर्षिय छोर प्रदिप कुमार यादवको ज्यान गएको हो।

वैवाहिक कार्यक्रम सकेर मामाघर डिमनबाट फर्किदै गर्दा महदेवा गाउँपालिका सडकखण्डमा विजुलीको पोलमा उनी सवार को२८प ६५८६ नम्बरको मोटर साइकल ठोकिएको प्रहरीले जनाएको छ।

टाउको र छातीमा गम्भीर चोट लागेका उनलाई उपचारका लागी स्थानीय गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल पुऱ्याइएको थियो। उपचारकै क्रममा उनको मृत्यु भएको जनाइएको छ।

त्यस्तै सप्तरीको शम्भुनाथ नगरपालिका वडा नं. ७ मोहनपुरस्थित पूर्वपश्चिम राजमार्गमा मोटरसाइकल आफै अनियन्त्रित भई दुर्घटना हुँदा मोटरसाइकल चालकको मृत्यु भएको छ।

पश्चिमबाट पुर्वतर्फ जादै गरेको स.९प ८१९१ नम्बरको मोटरसाइकल आफै अनियन्त्रित हुँदा सोही नगरपालिका ११ निवासी २८ वर्षिय कपिल चौधरीको मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ।

प्रहरीका अनुसार दुर्घटना पश्चात् मोटरसाइकल सडको बायाँपट्टी खस्दा गम्भिर घाईते भएकाले मोटरसाइकल चालक चौधरीलाई तत्काल उपचारका लागि गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराजमा ल्याउदा गर्दा बाटोमै मृत्यु भएको हो।

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ

डा. सन्तोष प्रसाद शाह
Dr. Santosh Prasad Sah
MBBS (T.U.), MD Internal Medicine (NAMS, Bir Hospital Kathmandu)
NMC Reg. No. : 15019
कन्सलटेन्ट फिजिसियन

डा. यमेश यादव
Dr. Yamesh Yadav
MBBS (T.U), MS (Nobel Medical College, K.U.)
General and Laproscopic Surgeon
NMC Reg. No. : 16392
जेनरल सर्जन

डा. सरोज कुमार साह
Dr. Saroj Kumar Sah
MBBS, MS Orthopaedics (BPKIHS) Dharan
Fellowship in Hand Surgery (CMC Vellore)
NMC Reg. No. : 13288
हाड जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग विशेषज्ञ

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC Reg No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ

सम्पर्क :
कृताञ्जली मेडिकल हँल
राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

के हो गाँजा ?

वीरेन्द्र चौधरी

जब जब शिवरात्रि आउँछ, तब तब भगवान् शिवको महिमा झन् झनै बढ्दै जान्छ । भगवान् शिवको महिमा बढेसँगै शिवजीको प्रसादको माग पनि बढ्दै जान्छ । भक्तजनहरूलाई अनर्थ नलागोस्–प्रसादको माग बढ्नु भनेको गाँजा मिसाइएका परिकारहरूको माग बढ्नु हो ।

शिवरात्रिको भीडमा एकथरी जमात भगवान् शिवजीको आराधनामा व्यस्त रहन्छन् भने अर्को थरी जमात शिववुटी नामक प्रसाद चाख्दै रमाइलो गर्नमा व्यस्त रहन्छन् । यस्तो रमाइलो गर्ने प्राय युवायुवती वर्ग हुन्छन् । गाँजा भरिएको सुल्फा तान्दै “जय शम्भो !” भनेर महादेवलाई सम्झिन्छन् ।

भगवान् महादेवले समुन्द्र मन्थनका बेला अमृतलाई शुद्धीकरण गर्न आफ्नै शरीरमा गाँजा उमारेको र अमृतको एक थोपा जमिनमा परेपछि गाँजाको विरुवा उम्रेको धार्मिक कथा सुनेका एकथरी युवाहरू गाँजालाई अमृत नै मान्दछन् ।

अमृत मानेर नियमित गाँजा सेवन गर्ने जमातले स्वर्गीय आनन्दको अनुभूति सुनाउँछन् । मानसिक पीडा अनि शारीरिक थकान कम भएको अनुभव बताउँछन् । कोलाहल भिडभाडमा पनि जिन्दगी बिन्दास भएको सुनाउँछन्। पारिवारिक जिम्मेवारीले थिचिएको जिन्दगीलाई गाँजाको धुवाँसँग साट्दा हलुका भएको अनुभव गर्छन् ।

यस्ता अनुभव सँगाल्ने अहिलेका युवा मात्रै किन ? उहिलेका बुढापाकाहरूले पनि भजन कीर्तनको आनन्द लिन गाँजाकै प्रयोग गर्दथे । अनिन्द्रा, एक्लोपन र पट्यारलाग्दो दिन बिताउन गाँजाकै सहारा लिन्थे । घरेलु उपचारमा यसलाई प्रयोग गर्दथे ।

धार्मिक ग्रन्थ अथर्ववेदअनुसार पाँच पूज्य वनस्पतिमध्ये गाँजा पनि एक पूज्य वनस्पति भनिएको छ । उहिलेका पुर्खाहरू गाँजा औषधीको रूपमा पनि प्रयोग गर्दथे । अहिलेको आधुनिक विज्ञानले गाँजा औषधिजन्य विरुवा हो भनेर प्रमाणित गरिसकेको छ । परापूर्वकालदेखि आधुनिक युगसम्म प्रयोग हुँदै आएको गाँजा आखिर के हो त ?

उत्तर सबैलाई थाहा छ- तपाईं हाम्रो बारीमा बिना स्याहार सुसार उम्रिने क्यान्नाविस भनिने जातको वनस्पति नै गाँजा हो । यसलाई ह्यास, हेम्प, म्यारुजुवाना आदि नामले पनि चिनिन्छ । अधिकांश नेपालीहरू यसलाई भाङ पनि भन्ने गर्दछन् ।

क्यान्नाविसका विभिन्न प्रजातिहरुमध्ये सातिभा र इण्डिका नेपालमा सजिलै पाइने गाँजा हुन् । सजिलैसँग पाइने भएर यसको प्रयोगकर्ता पनि धेरै छन् ।

धार्मिक आस्थाबाट सुरुवात गरिएको गाँजा विस्तारै अम्मलको रूपमा पनि परिणत हुन सक्छ । फलस्वरुप मानिस लागू औषध दुरव्यसनीको दलदलमा फस्न पुग्छ ।

एकातिर गाँजासम्म आम मानिसको सजिलै पहुँच छ भने अर्कोतिर गाँजालाई लागू औषध नियन्त्रण ऐन २०३३, ले लागू औषधको रूपमा परिभाषित गरेको छ ।

यो ऐन आउनु अघि नेपालमा वैधानिक रूपमै गाँजा खेती गरिन्थ्यो । विदेशतिर निर्यात गरिन्थ्यो। आम नागरिकलाई आयस्रोतको सजिलो पेसा गाँजाखेती पनि थियो। देशलाई आर्थिक संकलनमा सहयोग पुग्थ्यो। विश्वका गाँजा पारखीहरूलाई नेपाल स्वर्गभूमि जस्तै थियो ।

हिप्पी युगको सुरुवातसँगै गाँजा सेवनकर्ताको घुइँचो काठमाडौँमा लाग्न थालेको थियो । पर्यटकहरूको सिको गर्दै नेपाली युवाहरू पनि लागूपदार्थ सेवन र कारोबार गर्न पोख्त भइसकेका थिए ।

यस्तो कारोबार सञ्जाल विश्वभरि फैलिँदै गयो । त्यसैले, यसलाई नियन्त्रण गर्न संयुक्त राष्ट्रसंघीय सम्मेलनले अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि “सिंगल कन्भेन्सन अन नार्कोटिक ड्रग १९६१” पारित गर्दा नेपालको पनि हस्ताक्षर गरेको थियो ।

यसपछि गाँजाको खेती, भण्डारण, सेवन र बिक्री वितरणलाई अवैधानिक र दण्डनीय अपराध मानियो । एक सर्को गाँजा सेवन वापत एक महिनासम्म कैद र दुई हजार रुपैयाँ जरिवाना तिर्नुपर्ने सबैभन्दा न्यूनतम सजाय तोकियो ।

त्यस्तै, पच्चीस बोटसम्म गाँजाको खेती गरेबापत तीन महिनासम्म कैद र पच्चीस भन्दा बढी बोट खेती गरेमा तीन वर्षसम्म कैद वा पाँच हजारदेखि पच्चीस हजार सम्मको जरिवाना तोकियो ।

अझ गाँजा वा गाँजाजन्य वस्तुको उत्पादन, खरिद बिक्री गर्नेलाई न्यूनतम ५० ग्राम सम्मलाई ३ महिनासम्म कैद वा ३ हजार जरिवाना तोकियो । अधिकतम १० किलोभन्दा बढीको कारोबारीलाई २ देखि १० वर्ष सम्मको कैद र पन्ध्र हजारदेखि एक लाख सम्मको जरिवाना तिर्नुपर्ने कानुन बन्यो ।

कानुन जस्तोसुकै बने पनि यसका सेवनकर्ता र कारोबारीहरू दिनदिनै बढ्दै गए । लागूऔषध नियन्त्रण व्यूरो (एन सी बी) को अनुसन्धानअनुसार नेपालमा करिब एक लाख पचास हजार भन्दा बढी लागूऔषध सेवनकर्ता रहेको अनुमान छ ।

राष्ट्रिय विधि विज्ञान प्रयोगशाला, धनगढी कैलालीको मात्रै तथ्याङ्क हेर्ने हो भने मासिक ७० भन्दा बढी लागू औषध मुद्दासम्बन्धी केसहरू परीक्षणका लागि दर्ता भएको देखिन्छ । चालु आर्थिक वर्षको माघ महिनासम्म ४५० भन्दा बढी लागू औषधसम्बन्धी केसहरूमध्ये १५ प्रतिशत मुद्दा गाँजा र चरेशसम्बन्धी छन् ।

अनुसन्धानको क्रममा भेटिएका भौतिक सबुतहरुको वैज्ञानिक तरिकाले परीक्षण र विश्लेषण गर्ने विधि विज्ञान प्रयोगशालाको मुख्य उद्देश्य हो । विधि विज्ञानको दृष्टिकोणबाट गाँजा र गाँजाजन्य पदार्थलाई परीक्षण गर्दा साइकोएक्टिक तत्व टेट्राहाईड्रोक्यानाविनोल (THC), एन्टिसाइकोटिक तत्व क्यान्नाविडाईओल (CBD) र सिडेटिभ तत्व क्यान्नाविनोल (CBN) छ, छैन भनी हेरिन्छ ।

यसका अलावा क्यान्नाविजेरोल (CBG), क्यान्नाविभ्यारिन (CBV), क्यानाविक्रोमिन (CBC) र टेट्राहाइड्रोक्यान्नाविनोलिक एसिड (THCA) पनि विधि विज्ञानको दृष्टिकोणले महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

गाँजामा पाइने सयौं तत्वहरुमध्ये टेट्राहाइड्रोक्यान्नाविनोल (THC) सबैभन्दा साइकोएक्टिभ तत्व हो । गाँजा धेरै खाँदा कोही हाँसेको हाँस्यै हुने, कोही रोएको रोयै हुने जस्ता ‘साइकी’ क्रियाकलाप देखाउने तत्व नै टिएचसी हो ।

तनाव र मानसिक पिडालाई शान्त पार्ने तत्व क्यान्नाविनोल हो । त्यसै गरी मनमा भएको डर भगाउने, शारीरिक पीडा कम गर्ने तत्व भने क्यान्नाविडाईओल हो ।

गाँजाको अनेकौं औषधिजन्य गुण भएरै होला, बेला-बेलामा यसलाई वैधानिक बनाउनुपर्‍यो भनेर चर्चा चल्छ । सडकदेखि सदनसम्मै यसको उपयोगिताको बारेमा बहस चल्छ । नेपालले गाँजालाई प्रतिबन्धित लागू औषधबाट फुकुवा गरिसक्यो भनेर हल्लासमेत फिँजाइन्छ ।

हल्लाको पछि नलाग्नु होला, गाँजा अझै पनि प्रतिबन्धित छ । शिवरात्रिको अवसरमा रमाइलोको लागि खाइने भाङयुक्त परिकार भविष्यमा लागूपदार्थ दुर्व्यसनको कारण पनि बन्न सक्छ । लेखक राष्ट्रिय विधिविज्ञान प्रयोगशाला, धनगढी शाखाका कार्यालय प्रमुख हुन् । रातोपाटीबाट

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीँ कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
छिन्नमस्ता गाउँपालिका, सप्तरी

खाद्य उद्योगी किराना पसल सञ्चालक एवं होटेल, मिठाई पसल रेष्टुरेन्ट सञ्चालकमा खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय राजविराजको अनुरोध

१. खाद्य पदार्थ एवं तैयारी खानेकुरालाई छोपेर राख्नुहोला एवं पूर्ण लेवल विवरण भएको पदार्थ प्रयोग गर्नु होला ।
२. बासी सडेगलेका एवं झिंगा भनकेका खानेकुराहरू नबेच्नु होला ।
३. पकाउनु पर्ने वा तारेर खाने कुनै पनि खानेकुरामा रंगको प्रयोग नगर्नुहोला ।
४. तेलको प्रयोगमा सावधानी अपनाउनु होला साथै एउटै तेललाई पटक-पटक प्रयोग नगर्नुहोला ।
५. मिठाईमा हाईड्रो जस्ता अखाद्य रंग प्रयोग नगर्नुहोला ।
६. पिउने पानीलाई स्वच्छ र सफा तरिकाले राख्नुहोला ।
७. खाद्य पदार्थ तैयार गर्ने र बाँड्ने व्यक्तिको आफ्नो व्यक्तिगत सर-सफाईमा ध्यान दिनु होला ।
८. किराना पसल सञ्चालकहरुले ब्याच नम्बर उल्लेख नभएको उत्पादन मिति, उपभोग्य मिति सकेको खाद्य पदार्थ बिक्री वितरण नगरौं ।
९. खाद्य उद्योगीले खाद्य अनुज्ञापत्र लिई मात्र उत्पादित खाद्य पदार्थ बिक्री वितरण गर्नुहोला ।
१०. मासु ब्यवसायीले अखाद्य रंगको प्रयोग नगर्नुहोला ।

गुनासोका लागि
खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय राजविराज, सप्तरी
०३१-५२२५२३

नेपालमा स्वास्थ्यको निजीकरण : प्रभाव र परिणाम

डा बामदेव सुवेदी

नेपालमा २०४६ सालको राजनैतिक परिवर्तन पश्चात स्वास्थ्यको निजिकरणको सुरु भएको हो । त्यो भन्दा अगाडि पञ्चायतकालमा राज्य उदार भैसकेको थिएन । त्यतिबेला निजी क्षेत्रलाई एक किसिमको प्रतिबन्ध जस्तै थियो । जति पनि स्वास्थ्य सेवा दिइन्थ्यो त्यो राज्यले नै दिन्थ्यो । र प्राय: निशूल्क दिन्थ्यो । तर राज्यले दिने सेवाहरु माग र आवश्यकताका हिंसावले अपर्याप्त थिए । राज्यले दिने सेवा र जनताको आवश्यकताका बीचमा ठूलो खाडल थियो । आवश्यकता अति धेरै र आपूति अति न्यून रहेको अवस्था थियो । बजारमा किन्नलाई सेवा थिएन । पैसा तिर्न सक्नेहरुका लागि पनि उपचार सेवा लिनका लागि देश बाहिर जानुपर्ने अवस्था थियो । बाहिर जाँदा स्वास्थ्योपचार सेवा महंगो पर्दथ्यो । त्यसैले एकातर्फ निजी क्षेत्रको खाँचो देखिएको थियो भने अर्को तर्फ राजनैतिक परिवर्तन पश्चात देशमा खुलापनको वातावरण बन्न गएको थियो । राज्यले निजी क्षेत्रलाई प्रोत्साहन गर्ने नीतिलिए पछि निजी क्षेत्र अगाडि बढ्न सहज भयो ।

राजनीतिक परिवर्तन संगसंगै त्यतिबेला कस्तो संयोग पर्‍यो भने खुला बजार र उदार अर्थतन्त्रको विश्वव्यापी लहर चलेको थियो । राज्यको भूमिकालाई कमजोर गराउनुपर्छ भन्ने उदारवादी सोंच बलियो थियो । नवउदारवादी एजेण्डा आक्रमक थियो । बहुदलीय प्रजान्तत्रको खुलापनमा स्थापना भएका गैरसरकारी संस्था तथा नागरिक समाजले पनि उदार अर्थतन्त्रलाई सहज लिएको अवस्था बन्यो । विश्व बैंकले नेपालीहरु स्वास्थ्य सेवा किन्नका लागि तयार पनि छन् र सक्षम पनि छन् भन्ने अध्ययनको निचोड निकाल्यो । इन्भेष्टिङ इन हेल्थ भन्ने विश्व बैंकको रिपोर्टले स्वास्थ्यलाई लगानीको क्षेत्र बनाउन जोड दियो । स्वास्थ्यलाई लगानी गर्ने र मूनाफा कमाउने क्षेत्रकोरुपमा विकास गरियो । जोखिम नभएको, नाफा सुनिश्चित भएको र लगानी सुरक्षित हुने भएकाले पनि स्वास्थ्य लगानीकालागि सवैभन्दा उत्तम क्षेत्र मानियो । नेपालमा लगानी गर्ने क्षमतामा पनि वृद्धि भयो । सन् १९९० पछिको आधा दशकमै मेडिकल कलेजहरुको संख्या ह्वात्रै बढेर गयो । निजी लगानी बढ्नुमा ग्लोबल मार्केटको पनि भूमिका छ । एउटा अचम्म लाग्दो अवस्था चाहीं के देखिएको छ भने बेलायत जहाँ औद्योगिक क्रान्ती भएको पूँजिवादी मूलुक हो त्यहाँ चाहीं सरकारले नै स्वास्थ्यमा निजीकरण गर्न खोज्दा चिकित्सकहरुबाटै विरोध हुन्छ । नेपालमा भने बहुदलिय प्रजातन्त्रमा बिजारोपण गरिएको निजीकरण संघीय गणतन्त्रमा आइपुग्दा झांगिएको छ ।

निजीकरणको प्रभाव

निजीकरणले गरेको मुख्य कुरा भनेको सेवाको उपलब्धता बढेको छ । हिजो देशमा नभएको सेवा आज हाम्रो दैलोमै उपलब्ध छ । हिजो सेवाको मूल्य चुकाउन सक्नेहरुहरुका लागि पनि सेवा लिन विदेश जानु पर्दथ्यो । उपचारका लागि विदेश जाँदा जुन मूल्य भार व्यहोर्नु पर्दथ्यो आज त्यो सेवा दैलोमा छ र त्यो मूल्यभार कैयौ गुणा घटेको छ । तर हिजो पनि सेवाका लागि बाहिर जान नसक्नेहरुले आज मूल्यभार जति नै घटेपनि र सेवा दैलोमा नै उपलब्ध भएपनि सेवा उपभोग गर्न पाएका छैनन् । त्यतीमात्र नभएर निजीले गर्दाखेरी सरकारीको पनि मूल्य वृद्धि भयो जसलेगर्दा हिंजोको भन्दा पनि मार चाहीं आज आम नागरिकले व्यहोर्नु परिरहेको छ ।

जनशक्ति संरचना हेर्दा आज जति पनि चिकित्सकहरु छन् करिब करिब ६८ प्रतिशत निजी क्षेत्रमा छन् । देशभरी रहेका जति पनि हस्पिटल बेडहरु छन् निजी मेडिकल कलेजहरुको समेत जोड्दा दुइतिहाइ बेड निजी क्षेत्रको स्वामित्वमा छन् । नर्सहरु पनि करिव ७० प्रतिशत निजी क्षेत्रमा छन् । डेन्टिस्टहरु त ८० देखि ९० प्रतिशत भन्दा बढी निजी क्षेत्रमै छन् । कतिपय यस्ता विशेषज्ञ चिकित्सक छन् जो निजी क्षेत्रमा मात्र छन्, सरकारी क्षेत्रमा छैनन् । प्रविधिको कुरा गर्दा सरकारी अस्पत्तालमा उपकरणले काम गर्दैनन् । बिग्रेका हुन्छन्। हरेक परीक्षण गर्न निजी क्षेत्रमै जानु पर्ने अवस्था छ । स्वास्थ्य जनशक्ति र प्रविधिमा निजी क्षेत्रले सरकारी क्षेत्रलाई उछिनीसकेको छ । अहिले सरकारी भन्दा निजी सेवा गुणस्तरीय छ भन्ने आम धारणा पनिबनेको छ ।

आज आएर सरकारी र निजी बीचको सिमारेखा मधुरो हुँदैछ । कुनै चिकित्सक कति घण्टाको लागि सरकारी हो र कति घण्टाको लागि निजी हो भनेर हेर्ने हो र सरकारी काम गर्नेहरुको निजीमा पनि शेयर छ कि छैन भनेर हेर्ने हो भने स्वार्थको द्वन्द पनि देखिन्छ । नेपालमा कुनै बेला चिकित्साशास्त्र अध्ययन संस्थानका चिकित्सकहरु कसैले पनि बाहिर निजी क्षेत्रमा काम गर्न पाउँदैनथे । आज त्यो कुरा इतिहास भै सकेको छ । आज राज्य यति धेरै उदार भएको छ कि जसले जहाँ काम गरे पनि हुन्छ, जसले जहाँ लगानी गरे पनि हुन्छ । निजी र सरकारी क्षेत्रबीचको सिमा अझ धमिलो हुँदैछ ।

निजीकरणको परिणाम

स्वास्थ्य सेवामा निजी क्षेत्र हाबी भएपछि उपचार खर्च महँगो भयो। महंगो हुनुको एउटा कारण मुनाफाको मार्जिन बढी राखेर हो । अर्को चाहीं प्रविधिको अनावश्यक प्रयोगले हो । अहिले होलबडी टेस्ट गर्ने कुरा फेसन जस्तो भएको छ। जहाँ प्रविधिको आवश्यकता पर्दैन त्यहाँ पनि प्रविधिको प्रयोग गर्दा सेवाको लागत बढ्न जान्छ । बिचौलीया र कमिशनको कारण पनि निजी स्वास्थ्य सेवा महंगो बन्न गएको छ । एम्बुलेन्स ड्राइभरहरुलाई समेत कमिशन दिन परे पछि त्यसको भार अन्तमा सेवाग्राहीलाई नै पर्दछ । मार्केट प्रमोशनको लागि फर्माश्यूटिकल कम्पनीहरुले बेलायतमा १३ प्रतिशत मात्र खर्च गर्छन् भने नेपालमा चाहीं ४० प्रतिशत सम्म पनि खर्च गर्छन् । यसको भार पनि सेवाग्राहीलाई नै पर्ने हो ।

संविधानले नै आधारभूत स्वास्थ्य सेवा नि:शूल्क पाइने व्यवस्था गरे निजी स्वास्थ्य संस्थामा मूल्य तिरेर लिनु पर्ने अवस्था छ । जोसंग सेवाको मूल्य चुकाउन सक्ने हैसियत हुदैन तिनीहरु सेवाबाट बंचित हुनु पर्ने अवस्था छ । स्वास्थ्यमा हुने खर्च आम्दानीले धान्न सक्ने भन्दा बढि भएको छ । करिव १०प्रतिशत भन्दा बढि मान्छेले आम्दानी भन्दा बढि स्वास्थ्यमा खर्च गर्ने गरेको तथ्याङ्क छ । औषधि उपचारकै कारण १० प्रतिशत भन्दा बढिले क्याटसट्रफिक एक्सपेण्डिचर व्यहोर्नु परेको र करिव चार प्रतिशत परिवार गरिबीको रेखामुनी पर्ने गरेको अवस्था छ ।

हुनेखानेहरु निजी क्षेत्रमा जाँदा आम नागरिकलाई अलि होलो खुकुलो हुन्थ्यो भिड कम हुन्थ्यो अनि गरिबहरुले त सजिलै सेवा पाउँथे भन्ने सोंच्छौं । तर त्यस्तो हुंदैन रहेछ । राज्यले पूर्णरुपमा जिम्मा लिएको भुटानमा मात्र हो । तर त्यहाँपनि हुनेखानेहरुले निजीकरणकालागि दवाव दिइरहेका छन् । बरु पैसा तिर्छौं, लाइनमा बस्दैनौं, निजी सेवा चाहिन्छ भन्नेहरु छन् । तर निजी अस्पत्ताल खोल्न स्वीकृति दियो भने त्यसको प्रभाव सरकारी क्षेत्रमा पर्छ, चिकित्सक, नर्स र प्रविधि पनि त्यतै तानिन्छन् भनेर स्वीकृतिदिइएको छैन ।

न्याय र समता

स्वास्थ्यमा न्याय र समता स्थापित गर्न देश धनि हुनै पर्छ भन्ने छैन । न्याय र समताको कुरा गर्दा क्युवाको उदाहरण दिने गरिन्छ । क्युवाले अप्ठेरो स्थितिमा भएको बेलामा पनि देशलाई चाहिने जनशक्ति उत्पादनमा जोड दियो । स्वास्थ्य सेवा सर्वसुलभ बनायो। अहिले क्युवाको स्वास्थ्य सूचक कुनै पनि विकसित देशको भन्दा कम छैन। त्यस्तै भारतको केरला राज्यको स्वास्थ्य सूचक हेर्दा युरोपेली देशहरुको जस्तो देखिन्छ । त्यहाँ पनि न्याय र समतालाई जोड दिइएको छ । लोक कल्याणकारी राज्यले स्वास्थ्यमा न्याय र समतालाई जोड दिन्छ । (सुवेदी चिकित्सा मानवशास्त्री हुन् । उनको यो लेख मार्टिन चौतारीमा भएको एक कार्यक्रममा प्रा. डा. शरद वन्तले व्यक्त गरेका विचारमा आधारित छ ।) स्वास्थ्य खबरबाट

निद्राबाट ब्यूँझने बित्तिकै यी समस्या देखिए मधुमेहका लागि हुनुहोस् सतर्क

टाइप-टु मधुमेह निकै खतरनाक रोग हो । साधारणतया यसको लक्षण त्यतिबेलासम्म देखिँदैन जबसम्म रगतमा चिनीको मात्रा उच्च स्तरमा हुँदैन । यो निकै चिन्ताजनक छ किनभने रगतमा चिनीको मात्रा लगातार बढिरहँदा मुटुरोगको खतरा बढ्न सक्छ । यद्यपि, शरीरमा साधारण केही परिवर्तनले टाइप टु मधेमेहको खतराको संकेत हुनसक्छ । बिहान निद्राबाट ब्यूँझिएको केही समयपछि तपाईंले यो लक्षण देख्न सक्नुहुन्छ ।

मधुमेह, लिपिड डिसअर्डर र एन्डोक्रिनोलोजीमा कन्सल्टेन्ट डा. राल्फ अब्राहमले एक्सप्रेस डट को डट यूकेसँगको कुराकानीमा मधुमेहका केही विशेष संकेतलाई उजार गरेका छन् । डा. अब्राहमका अनुसार मुख सुक्नु यसको बलियो लक्षण हुनसक्छ । उनी भन्छन्, 'यदि तपाईं राती बारम्बर पिसाब फेर्न उठ्नुहुन्छ वा अत्यधिक प्यास लागेको छ भने तपाईंको स्वास्थ्यमा केही गडबडी पक्कै छ ।'

उनले भने, 'मधुमेह हुँदा रगतमा ग्लूकोजको मात्रा अत्यधिक बढ्ने भएकोले असाध्यै प्यास लाग्छ र बारम्बार पिसाब लाग्छ ।' डा. अब्राहमले चेतावनी दिँदै भने, 'यदि बिहान उठ्दा तपाईंको मुख र घाँटी सुक्छ भने तपाईं उच्च मात्रामा सतर्क हुनुपर्छ । यो टाइप-टु डायबिटिजको एउटा संकेत हुनसक्छ ।'

डा. अब्राहमका अनुसार टाइप टु मधुमेहका अन्य थुप्रै सानातिना लक्षण पनि हुन्छन् जसका कारण यो रोगलाई 'साइलेन्ट किलर' भनिन्छ । यसमा थकान, आँखा धमिलो हुनु, यौनसम्बन्धि समस्या, सानो घाउ पनि ढिला गरी निको हुनु, फंगल इन्फेक्सन र शरीरमा दाना वा खटिरा निस्कने लक्षण समावेश छन् ।

नेशनल हेल्थ सर्भिसका अनुसार यदि तपाईंलाई टाइप-टु मधुमेहको लक्षण देखिएको छ र तपाईं यसका लागि चिन्तित हुनुहुन्छ भने तपाईंले तुरुन्त यसको परीक्षण गराउनुपर्छ ।

रोगको पत्ता लागेपछि तपाईंले रगतमा चिनीको स्तर कम गर्नका लागि जीवनशैलीमा परिवर्तन ल्याउनुपर्ने हुन्छ । ब्लड सुगर म्यानेजमेन्टमा खानाको एक विशेष भूमिका हुन्छ र यो रोग लागेपछि केही खानेकुरा यस्ता हुन्छन् जुन तपाईंले खानै हुँदैन । तपाईंले कार्बोहाइड्रेटको सेवनमाथि नियन्त्रण राख्नुपर्नेछ जसले ब्लड सुगरलाई बढाउने काम गर्छ ।

कार्बोहाइड्रेट शरीरमा चाँडै नै टुट्ने गर्छ त्यसैले ब्लड सुगर स्तर तीब्र रुपमा बढ्ने गर्छ । यसका लागि कम्प्लेक्स कार्ब्स एउटा राम्रो र सुरक्षित विकल्प हो । वास्तवमा कम्प्लेक्स कार्ब्स स्टार्च हो जुन कार्ब्सको तुलनामा अलि ढिला गरी टुट्छ र यसैकारण ब्लड सुगर नियन्त्रणमा रहन्छ । एजेन्सी

मत्स्य कृषकहरुका लागि जानकारी

पोखरीको तयारी

पोखरी सुकाउने वा पानी सुकाउन नसके वा पानीको स्रोत नभएको पोखरी भए त्यसमा पुराना र जंगली माछाहरु जाल तानेर निर्मूल पार्ने वा एमोनियम सल्फेट र चुनको मिश्रण १:५ को अनुपातमा एक कठ्ठा जलाशयको लागि एमोनियम सल्फेट ३.७५ के.जी र घर पोत्ने चुना १८.७५ के.जी.मिलाएर छरेर जंगली माछा मार्ने । पोखरीको डिल र साईडमा भएका झारपात हटाउने । आबश्यकता अनुसार मर्मत सम्भार गर्ने ।

घर पोतने चुना :१०-१५ के. जी. चुनाप्रति कठ्ठाका दरले चारै तिर छर्ने ।

मल: गोवर मल १०० के. जी. प्रति कठ्ठा शुरुमा र त्यसपछि हरेक हप्तामा १५ के. जी. प्रति कठ्ठाका दरले प्रयोग गर्ने तर नयाँ पोखरीको लागि १५० देखि ३०० के.जी. पाकेको गोबर मल प्रयोग गर्ने वा १.७ के.जी.डि. ए.पी. र १ के.जी. यूरियाप्रति कठ्ठा दरले प्रत्येक १५ दिनमा प्रयोग गर्ने । उपयुक्त डोज पानीको मलिलोपनमा भर पर्छ । कम्तिमा १.५ मि. पानी राखने (प्रवेशद्धारमा जाली राखेर) ।

माछा भुरा फिगंरलिङ्गलको स्टोकिंग ५_६ दिन पछि १००० देखि १५०० गोटा प्रति कठ्ठाको दरले स्टक गरिन्छ । तर पालन प्रविधि अनुसार स्टोकिङ्ग डेन्सिटी फरक पर्न सक्छ ।

स्टकिंग प्रतिशत

सि. नं.	माछाको नाम	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_१ प्रतिशत	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_२	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_३	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी_४
१	कमनकार्प	२५	२०	४०	२०
२	सिल्भर कार्प	३५	४०	२५	२०
३	बिगहेड कार्प	१०	२०	१५	४०
४	ग्रास कार्प	५	१०	१०	१०
५	रह	१५			१०
६	नैनि	१०	१०	१०	
७	भाकुर				

मछाको आहार विहार

माछाको नाम	आहाराको क्षेत्र	आहारा
भाकुर	पानीको माथिल्लो भाग देखीमध्य भाग	जुप्लाक्टन
रहु	पानीको मध्य भागदेखी पिंध सम्म	डेट्रिटस, दाना
नैनि	पानीको पिंधभागमा	सर्वाहारी दाना
सिल्भर कार्प	पानीको माथिल्लो भाग	फाईटोप्लांटन
बिगहेड कार्प	पानीको माथिल्लो भागदेखी मध्यभाग सम्म	जुप्लांक्टन
ग्रास कार्प	पानीको जुन सुकै भागमा	घाँस, दाना
कमनकार्प	पानीको पिंधभागमा	सर्वाहारी दाना

प्रयोग :

पेलेट दाना माछाको शारिरीक तौलको ५ प्रतिशतको दरले दिने (शुरुमा ५ देखी १० प्रतिशत शारिरीक तौलको र ठूलो माछाको हकमा १ देखी ३ प्रतिशत शारिरीक तौलको वा ग्रास कार्प ५० ग्रामभन्दा ठूला शारिरीक तौलको २० देखी ३० प्रतिशतसम्म घाँस खान्छ, त्यही अनुपातमा घाँस हाल्ने

वा

२५ प्रतिशत प्रोटिन भएको दाना बनाउनका लागि सामग्रीहरु

१. धानको ढुटो : १५% २. गहुँको पिठो : २०% ३. मकैको पिठो : ५% ४. गहको चोकर : १४.५% ५. माछाको सिद्रा : ७%, ६. भटमास : २३.५ % ७. पिना : १५% ८. मिनरल मिक्स २%

मत्स्य विकास केन्द्र, फत्तेपुर, सप्तरी
मोवाईल नं. ९८५२८२०९३५

शान्ति सुरक्षा प्राथमिकता

राजविराज/जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रमुख नरेन्द्र कुमार कार्कीले शान्ति सुरक्षा आफ्नो पहिलो प्राथमिकतामा रहेकोले यसको प्रत्याभूति दिलाउन चालिने हरेक पाइलामा सबैको सकारात्मक सहयोगको अपेक्षा गरेको बताएका छन् ।

प्रहरी प्रमुख भएर जिल्ला आएका उनले जिल्ला प्रहरी कार्यालयको सभाकक्षमा संचारकर्मीहरुसित परिचयात्मक तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रमको आयोजना गरि उनले यस्तो बताएका हुन् ।

उनले शान्ति सुरक्षाको प्रत्याभूति आफ्नो पहिलो प्रथमिकतामा रहेको बताउँदै खुला सिमानाका कारण हुने चोरी तस्करी नियन्त्रण आफ्नो दोश्रो प्राथमिकतामा राखेको बताए ।

भन्सार छलेर ल्याइएका अवैध सरसामान समात्ने प्रहरीलाई पुरस्कृत गरिने योजना समेत बनाइएको जानकारी दिए । जनता र प्रहरीबीच आपसी सम्बन्ध प्रगाढ बनाउन प्रहरीलाई व्यवहारिक ज्ञान समेत दिन लागिएको उनले बताए ।

उनले सुरक्षित समाज तथा अपराध नियन्त्रणका लागि प्रत्येक पालिकामा सिसि टिभि क्यामरा जडान तथा विद्युतको पहुँच आवश्यक रहेको तर्क दिँदै यसको व्यवस्थापनका लागि संचारकर्मीहरुले समेत सम्बन्धीत पालिका प्रमुखसँग पहल गरिदिन आग्रह गरे ।

संचारकर्मीहरुले सुचनामा पहुँच, पत्रकारहरुको सम्मान र सुरक्षा, चोरी तस्करी, लागु औषध ओसारपोसार, मिटर ब्याजी, विद्यालय आसपास खोलिएका मदिरा पसलमा रोक, ट्राफिक व्यवस्थापन तथा जिल्लामा शान्ति सुरक्षा सुदृढ बनाउने लगायतका विभिन्न विषयमा आ-आफ्ना गुनासा र सुझाव राखेका थिए ।

जवाफमा उनले सुरक्षा सुधार्ने, समयमा सूचना प्रवाह गर्ने तथा समाजमा ब्याप्त विभिन्न बिकृतीहरु बिरुद्ध प्रहरीले सबै सरोकारवालाको सहकार्यमा समुदायमा सचेतना दिने नीति बनाएको बताए । आफू पत्रकारहरुसँग दुरी होइन् निकटता राख्ने र सत्यतथ्य समाचारको स्वागत गर्ने पक्षमा रहेको दृढता व्यक्त गर्दै उनले सप्तरीका पत्रकारहरुबाट पनि त्यस्तै प्रकारको सहयोग पाउने विश्वास ब्यक्त गरे ।

विपद् सम्बन्धी शिक्षकहरुलाई तालिम

राजविराज/सप्तरीको तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिकाका १७ वटै सामुदायिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक तथा विपद् सम्पर्क शिक्षकहरुलाई विपद् सम्बन्धी दुई दिने तालिम दिइएको छ ।

सामुदायिक विद्यालयले बनाउने गरेको विद्यालय सुधार योजनामा विपद् व्यवस्थापनका सवालहरुलाई प्रभावकारी रुपमा समावेश गर्न उक्त तालिम दिइएको हो ।

तालिममा विद्यालय सुधार योजना निर्माण सम्बन्धी दक्षता अभिवृद्धि गर्ने, विपद्का सवालहरुको प्रभावकारी रुपमा सम्बोधन गरी समाधानका उपायहरु पहिल्याउने, विद्यालयमा रहेको विपद्को सम्भावित जोखिमहरुको पहिचान गर्ने तथा विद्यालयको शैक्षिक गुणस्तरमा सुधार ल्याउने गरी प्रभावकारी योजना निर्माण गर्ने उद्देश्यले तालिमको आयोजना गरिएको गाउँपालिकाका विपद् व्यवस्थापन अधिकृत राजेश कुमार झाले जानकारी दिएका छन् ।

युनिसेफको सहयोगमा गाउँपालिकाको वन, वातावरण तथा विपद् व्यवस्थापन शाखाद्वारा आयोजित तालिममा सामुदायिक विद्यालयहरुले पाँच बर्षको योजनासहित बनाउने गरेको विद्यालय सुधार योजनामा विपद् व्यवस्थापनका योजनाहरुलाई समेत समेट्नु पर्ने भएकोले प्रधानाध्यापक तथा विपद् सम्पर्क शिक्षकलाई तालिम दिइएको जनाइएको छ ।

तालिममा गाउँपालिकाका विपद् व्यवस्थापन अधिकृत राजेश कुमार झा, सुरुङ्गा नगरपालिकाका शिक्षा शाखाका भोगेन्द्र कुमार यादव, युनिसेफका नथुनी मोचीले सहजीकरण गरेका छन् । उक्त अवसरमा युनिसेफका मेघराज मगरले सामाजिक ब्यवहार परिवर्तन परिवर्तन सम्बन्धमा सहजीकरण गरेका थिए ।

लागु औषधसहित एक पक्राउ

राजविराज/भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेका एक युवकलाई प्रहरीले लागु औषधसहित पक्राउ गरेको छ ।

सप्तरीको बोदेबरसाईन नगरपालिका ९ सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल बोडर आउट पोष्ट स्वर्णपट्टी सप्तरीबाट खटिएको टोलीले भारतबाट नेपालतर्फ पैदल आउदै गरेका खडक नगरपालिका १० फुलबरीया वस्ने ३१ वर्षिय सुन्दर मण्डललाई लागु औषधसहित पक्राउ गरेको हो ।

प्रहरीलाई शंका लागि चेक जाँच गर्दा पक्राउ परेका मण्डलले लगाएको ज्याकेटको गोजिबाट लुकाई छिपाई राखेको लागु औषध डाइजेपाम ३४ प्रति, फेनारगन इन्जेक्शन ३५ प्रति र नोफिन इन्जेक्शन ३५ प्रति बरामद भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

लागू औषधसहित पक्राउ परेका मण्डललाई आवश्यक अनुसन्धानका लागि ईलाका प्रहरी कार्यालय कडरबोना सप्तरीमा राखिएको छ ।

डा. कालीप्रसाद यादव

MBBS, MD Internal Medicine (NAMS Bir Hospital, Kathmandu) NMC NO. 13203

कन्सलटेन्ट फिजिसियन

मधुमेह (चिनी रोग), प्रेशर, मुटु रोग, दम तथा श्वासप्रश्वास, कलेजो, मृगौला, छाती, पेट, थाईराईड तथा नशा रोग

हाल कार्यरत : गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल, राजविराज

डा. रिपला आचार्य

MBBS, MD (BPKIHS) NMC NO. 19992

छाला, यौन तथा कुष्ठरोग विशेषज्ञ

डण्डीफोर, कपाल झर्ने, एलर्जीदाद, ढुसीदाद, चायापोतो तथा दागहरु, सेतोदुबी

यहाँ हरेक किसिमका छाला, नङ्ग, कपाल, ओठ, मुख तथा यौन अंगमा भएका समस्याको सफल उपचार गरिन्छ ।

सम्पर्क स्थान : जय श्री कृष्ण फार्मेसी

हनुमाननगर रोड, राजविराज, ९८१९७२१५२६, ९८१७७८१९८७

लत्ताकपडा तथा किरानाका सामानहरु बरामद

राजविराज/सप्तरीको बोदेबरसाईन नगरपालिकाबाट प्रहरीले भन्सार छलेर ल्याउँदै गरेको लत्ताकपडा तथा किरानाका सामानहरु बरामद गरेको छ ।

सो नगरपालिका वडा नं. १० खडकपुरमा भारतबाट भन्सार छलेर चोरी निकासी गरी ल्याएको ३७ हजार मुल्य बराबरको लत्ताकपडा तथा किरानाका सामानहरु बरामद गरेको हो ।

बरामद गरिएकाउक्त सामानहरु ईलाका प्रहरी कार्यालय बोदेबरसाईन सप्तरीबाट खटेका प्रहरी टोलीले बरामद गरि आवश्यक कारवाहीको लागी राजविराज भन्सार कार्यालय तिलाठी पठाईएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ ।

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीं कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
रुपनी गाउँपालिका, सप्तरी

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

पाँच सय युवा अफगान राष्ट्रिय सेनामा

जलालाबाद/अफगानिस्तानले पाँच सय युवालाई आफ्नो राष्ट्रिय सेनामा भर्ती गरेको छ । तीन महिनाको प्रशिक्षणमा उत्तीर्ण भएका उनीहरुलाई पूर्वीनान्ग्रहार प्रान्तको सैन्य कार्यालयमा नियुक्त गरिएको रक्षा मन्त्रालयले जनाएको छ । गत साता पश्चिमी हेरत प्रान्तमा पनि पाँच सय युवालाई सैनिक प्रशिक्षण पछि नियुक्ति दिइको थियो ।

यसअघि राजधानी काबुल र पश्चिमी हेरात प्रान्तमा तीन महिनाको सैन्य तालिम पूरा गरेका आठ सय जनालाई राष्ट्रिय सेनामा भर्ना गरिएको थियो । उनीहरूमध्ये चार सय ८० जनाले हेरात प्रान्तको अल फारुक आर्मी कर्प्सबाट तीन महिनाको सैन्य तालिम पूरा गरेका थिएभने अन्य तीन सय २२ जनाले काबुल सैनिक प्रशिक्षण प्रतिष्ठानबाट प्रशिक्षण लिएका थिए ।

रक्षा मन्त्रालयका अनुसार अफगानिस्तानले आफ्नो सिमानाको रक्षा गर्न एक लाख ५० हजार जवानको सुदृढ फौज तयार गर्ने योजना बनाएको छ । नयाँ भर्ना भएका सैनिकलाई देशका विभिन्न भागमा तैनाथ गरिने छ । एजेन्सी

ट्रकमा १८ आप्रवासी मृत फेला

सोफिया/बुल्गेरियाको राजधानी सोफियानजिकै शुक्रबार कम्तिमा १८ जना आप्रवासीहरू एक परित्यक्त ट्रकमा मृत फेला परेको आन्तरिक मन्त्रालयले विज्ञप्तिमार्फत जनाएको छ ।

प्रारम्भिक जानकारी अनुसार ट्रकले अवैधरूपमा लगभग ४० जना आप्रवासीहरू बोकेको बताइएको छ । आप्रवासीहरू काठ बोकेको ट्रकमा लुकाएर यात्रा गराइएको पनि मन्त्रालयले जनाएको छ ।

मन्त्रालयका अनुसार तिनीहरूमध्ये १८ जनाको मृत्यु भइसकेको र केही बाँचेकालाई अस्पतालमा भर्ना गरिएको छ । यस विषयमा अनुसन्धान जारी छ । एजेन्सी

अष्ट्रेलिया भारतको जी-२० अध्यक्षताको सबैभन्दा बलियो समर्थक

सिड्नी/अष्ट्रेलियाका उद्योग, ऊर्जा र उत्सर्जन न्यूनीकरण मन्त्री क्रिस बोवेनले भारतको जी-२० अध्यक्षको अष्ट्रेलिया सबैभन्दा बलियो समर्थक रहेको बताएका छन् । उनले आफ्नो देशले भारतलाई हरसम्भव तरिकामा समर्थन गर्ने पनि उल्लेख गरेका छन् ।

"अष्ट्रेलिया जत्तिको भारतको जी-२० को अध्यक्षता को बलियो समर्थक अरु कुनै छैन । हामी तपाईंलाई हरसम्भव तरिकाले समर्थन गर्नेछौं," बोवेनले अस्ट्रेलियामा रायसिनाको वक्ताको हैसियतबाट सो धारणा राखेका हुन् ।

"भारतको लागि जी-२० को अध्यक्षता गर्न यो उत्कृष्ट वर्ष हो र मेरो विचारमा भारतले स्वच्छ ऊर्जा मन्त्रीस्तरीय पनि बैठकको पनि अध्यक्षता गरोस् ।" मन्त्रीले भन्नुभयो । एजेन्सी

थप बाह्र अफ्रिकी चितुवा भारतमा

नयाँ दिल्ली/दक्षिण अफ्रिकाबाट पाँच पोथी र सात भालेसहित १२ वटा चितुवा भारतको मध्य प्रदेश राज्यमा शनिबार ल्याइएको छ ।

भारतीय वायु सेनाको सी-१७ विमानले १२ वटा चितुवाको समूह लिएर जोहानेसबर्गबाट उडेको १० घण्टापछि मध्य प्रदेशको ग्वालियर शहरमा रहेको एयरफोर्स स्टेसनमा अवतरण गरेको सैनिक स्रोतले जनाएको छ । यसअघि, पाँच महिना पहिले नामिबियाबाट ल्याइएका आठ वटा चितुवालाई कुनो राष्ट्रिय निकुञ्जमा छाडिएको थियो ।

योसँगै भारतमा अफ्रिकी चितुवाको कूल सङ्ख्या २० पुगेको छ । सन् १९५२ मा चितुवालाई भारतबाट लोप भएको घोषणा गरिएको थियो । भारत सरकारको महत्वकाङ्क्षी स्थानान्तरण परियोजना 'प्रोजेक्ट चीता' अन्तर्गत भारतमा चितुवाको स्थानान्तर गर्न सुरुवात भएको हो । एजेन्सी

तीन जनाको जीवितै उद्धार, एकको अस्पताल लाँदै गर्दा मृत्यु

टर्की/विनाशकारी भूकम्पको १३ दिनपछि टर्कीका उद्धारकर्मीले शनिबार भग्नावशेषबाट एक बालकसहित तीन जनालाई जीवितै उद्धार गर्न सफल भएका छन् ।

एनटिभीले उद्धारकर्ताहरूले भग्नावशेषमा फसेको २९६ घण्टा बिताएपछि उद्धार गरिएका व्यक्तिहरूलाई स्ट्रेचरमा राखेको तस्बिरहरू प्रसारण गरेको छ । गत फेब्रुअरी ६ मा ७.८ म्याग्निच्युडको भूकम्पले दक्षिणपूर्वी टर्की र सिरियामा ४३ हजारभन्दा बढी मानिसको ज्यान लिएको छ भने लाखौं मानिस सुरक्षित आवासविहीन भएका छन् ।

चिसो मौसममा यति लामो समयसम्म भग्नावशेषमुनि अड्किए पनि टोलीहरूले हप्ताभरि नै जीवित व्यक्तिहरूको खोजी गरिरहेका छन्, तर पछिल्ला केही दिनहरूमा उनीहरूको सङ्ख्या थोरैमा झरेको छ । टर्कीका उद्धारकर्ताले शुक्रबार १४ वर्षीय बालक, ४५ वर्षीय एक व्यक्तिसहित अर्को एक जनालाई भग्नावशेषबाट बाहिर निकालेका प्रहरी र स्वास्थ्यकर्मीले पुष्टि गरेका छन् ।

उद्धार गरिएकामध्ये एक जनाको भने अस्पताल लाने क्रममा मृत्यु भएको स्थानीय सञ्चारमाध्यमहरूले जनाएका छन् । चिसो मौसम र लामो समय भग्नावशेष हटाउन नसक्दा बाँकी व्यक्तिलाई जीवितै उद्धार गर्ने सम्भावना क्षीण बनेपनि उद्धारकर्मीले आफ्नो अभियानलाई तीव्रता दिइरहेका टर्कीका अधिकारीहरूले बताएका छन् । एजेन्सी

विद्यालयमा सचेतनासंगै निःशुल्क उपचार

राजविराज/विद्यार्थीहरुलाई लच्छित गरी राजविराजस्थित नरेन्द्र मेमोरियल जनता माध्यमिक विद्यालयमा आयोजना गरिएको निःशुल्क दन्त परिक्षण तथा उपचार शिवीरमा २ सय ५० जना विद्यार्थीले स्वास्थ्य सेवा पाएका छन्।

नेपाल डेन्टल एशोसिशयन सप्तरीद्वारा शनिवार विद्यालय परिसरमा आयोजना गरीएको एक दिने दन्त परिक्षण र उपचार शिवीरमा २ सय ५० जना छात्रछात्राले उपचार सेवा प्राप्त गरेका हुन्।

शिवीरमा चेकचाँच, उपचार र औषधी संगै दात माझ्ने ब्रश र टुथपेस्ट समेत निशुल्क उपलब्ध गराइएको आयोजक नेपाल डेन्टल एशोसियशनकी माहासचिव डा.नेहा दासले जानकारी दिइन।

उनले शिवीरमा दन्त रोगमा केही जटिल विरामी देखिएको र त्यस्ता विरामीको क्लिनिक मै लगी निःशुल्क उपचार गरिदिने समेत बताईन। शिवीरमा दन्त रोगबाट हुने हानी र यसबाट बच्ने उपायबारे समेत विद्यार्थीहरुलाई सचेतना तालिम प्रदान गरिएको थियो।

महासचिव डा.नेहाको अगुवाईमा आयोजना गरिएको शिवीरमा डा.विशाल सिंह, डा.सुनिल कुमार सिह, डा.संजय साह, डा.जयप्रकाश यादव, डा.मो.अख्तर अली लगायतका चिकित्सकहरु सहभागि थिए।

कर्जाको तनावले आत्महत्या गरेकी शान्ताका परिवारलाई खाद्यान्न सहयोग

राजविराज/कर्जाको तनावले आत्महत्या गरेकी सप्तरीको कञ्चनरुप नगरपालिका ९ की ५८ वर्षीय शान्ता कुमारी भुजेलका परिवारलाई शनिबार दलित सरोकार मञ्च नेपालले खाद्यान्न सहयोग गरेको छ।

वित्तिय संस्थाहरु र स्थानीय व्यक्तिहरुसँग समेत अत्याधिक कर्जा लिएका भुजेल गत आईतबार रूखमा झुन्डिएको अवस्थामा मृत फेला परेकी थिइन।

शान्ताले आत्महत्या गरेपछि काजक्रिया गर्न समेत समस्या भएको जानकारी पाएपछि मञ्चका कार्यकारी निर्देशक भोलाकुमार पासवानले कञ्चनरुप नगरपालिकाका उपप्रमुख मुनाकुमारी पोखरेल, कञ्चनरुप ९ का वडाअध्यक्ष रामसुन्दर यादब, कार्यपालिका सदस्य शोपा पासवान समेतको उपस्थितीमा खाद्यान्य सहयोग गरिएको मञ्चले जनाएको छ।

मञ्चले मृतक परिवारलाई सय किलो चामल, ४० किलो गहुँको पिठो, ३ केजी दाल, २ केजी नून, तेल एक लिटर र ५ पिस साबुन सहयोग स्वरुप दिइएको मञ्चका जिल्ला संयोजक राजकुमार पासवाने जानकारी दिए।

सहयोग हस्तान्तरण कार्यक्रममा सहभागी वडाअध्यक्ष रामसुन्दर यादबले सम्पतिको नाममा रहेका १० धुर जग्गा समेत अर्कैको नाममा रहेकोले त्यसलाई फिर्ता गर्न सबैले सहयोग गर्नुपर्ने बताए।

मृतक भुजेल घर वाट आफन्त भेट्न धरमपुर बितेको आईतबार बिहान घरभन्दा करिब २ सय मिटर पश्चिममा रहेको आँपको रूखमा झुन्डिएको अवस्थामा मृत फेला परेकी थिइन्। परिवारका अनुसार ८ वटा लघुवित्तबाट गरी १३ लाख ३५ हजार रुपैयाँ ऋण लिएका उनी घरबाट सबै समान लघुवितले लिएर गएपछि तनावमा थिए। घरमा पैसाको अभाब भएपछि दुई एउटा लघुवितबाट कर्जा लिएको थियो पछि छोरीको बिहे गर्न चार वाट लघुवितवाट कर्जा लिएको थियो।

मञ्चले कञ्चनरुप नपाका विपन्न गरिब परिवारका छोरीको विवाह र संस्कारमा खाद्यान्न सहयोग गर्दै आएको छ। बितेको एक वर्षमा २ सय विपन्न परिवारको छोरीको विवाह र करिब ३ सय परिवार विपन्नलाई क्रियामा खाद्यान्य सहयोग गरेका जिल्ला संयोजक पासवानले बताए।

महिलाद्वारा शरीरमा आगो लगाई आत्महत्या

राजविराज/सप्तरीको तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका ४ मा एक महिलाले आफ्नो शरीरमा आगोलगाई शुक्रबार आत्महत्या गरेकी छिन्।

सो वडाका राजकुमार साहको ४० वर्षिया श्रीमती राजुदेवीले घरमा कोही नभएको अवस्थामा शौचालयभित्र आफ्नो जिऊमा आगो लगाई आत्महत्या गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ।

शौचालयभित्र पसि जिऊमा आगो लगाएको बारे स्थानियले खबर गरेपछि पुगेको प्रहरी टोलीले उनको जलेको अवस्थामा मृत शरीर शौचालय भित्रबाट बरामद गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी नरेश कुमार सिंहले जानकारी दिए।

मृतकको शव पोष्टमार्टमका लागि स्थानिय गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पतालमा पुऱ्याई घटना बारे थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ। आत्महत्याको कारण खुल्न नसकेपनि घरायसी विवाद र तनावका कारण ती महिलाले यस्तो बाटो रोजेको हुनसक्ने अनुमान गरिएको छ।

जिल्लामा आत्महत्याका घटनामा बृद्धि भइरहेका बेला शुक्रबार थप एक महिलाले आगो लगाई आत्महत्या गरेपछि एक महिनाको अवधीमा आत्महत्या गर्नेको संख्या ८ पुगेको छ।

दलित गरिबहरुको उन्नती हुदैन तबसम्म देशको विकास हुदैन : डा. राउत

राजविराज/राष्ट्रिय योजना आयोगका सदस्य डा. जयकान्त राउतले जब सम्म समुदायका दलित गरिबहरुको उन्नती हुदैन तबसम्म देशको विकास हुननसक्ने बताएका छन्।

दलित सरोकार मञ्चद्वारा सोमबार आयोजित दलित अधिकार कायान्वयनका लागि राष्ट्रिय योजना आयोगको भूमिका विषयक अन्तरक्रियामा डा. राउतले सो कुरा बताएका हुन।

उनले अहिले सम्म दलित, सिमान्तकृत समुदायको बिकास नहुनुको कारण राजनीतिक दल तथा संघसंस्थाले उनीहरुप्रति इमान्दारी नदेखाउनु हो। राजनीतिक दलहरुको प्रमुख एजेण्डा दलित अधिकार र दलित सशक्तिकरण भएपनि अहिले सम्म सो कार्यान्वयनमा नआएको उनले बताए।

सोही कार्यक्रममा दलित सरोकार मञ्च नेपालका कार्यकारी निर्देशक भोलाकुमार पासवान र संयुक्त दलित सर्घष समिति कञ्चनरुप नपाका संयोजक रामदेव शर्मा खत्वेले राष्ट्रिय योजना आयोगका सदस्य डा. राउतलाई ज्ञापन पत्र समेत बुझएका छन।

ज्ञापन पत्रमा दलित सशक्तिकरणका लागि अल्पकालिन र दिर्घकालिन योजना बनाउनका लागि सुझाव दिइएको छ। ज्ञापनमा दलित र सिमान्तकृत समुदायको शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारीमा दलितहरु प्राथमिकतामा राखेर नीति बनाउनुपर्नेमा जोड दिइएको छ। डा. राउतले आयोगले तयार गर्ने अगामी १६ औं योजनामा दलित, महिला र सिमान्तकृत समुदायको मुद्धालाई सम्बोधन गर्ने गरी योजना बनाउने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे।

कार्यक्रममा दलित सरोकार मञ्चका कार्यकारी निर्देशक भोलाकुमार पासवानले आयोगमा मधेशी, दलित, महिला र सिमान्तकृत समुदायबारे व्यहारमा कार्यान्वयन गर्ने गरि योजना बनाउनुपर्ने सुझाव पनि दिए।

जनज्योती कृषि सहकारीमा सदस्यता किन ...?

नीति, कार्यविधि र सुशासनमा चलेको संस्था
रणनीतिक योजना एवं लक्ष्य र उद्देश्यका आधारमा संचालित संस्था।
आर्थिक समृद्धिका विभिन्न अवसरहरु भएको संस्था।
विभिन्न घटना एवं दुर्घटनामा सुरक्षाको प्रत्याभुती गर्ने संस्था।
प्रभावकारी व्यवस्थापन र सुशासनका लागि राष्ट्रिय सहकारी बैंकको राष्ट्रिय स्तरको care कार्यक्रममा आवद्ध संस्था।
नेतृत्व विकासका लागि प्रसस्त अवसरहरु भएको संस्था।
उद्यमशिलता विकासका लागि विभिन्न कार्यक्रमहरु भएको संस्था।
सामाजिक उत्तरदायित्व वहन गर्ने संस्था।
सहकारी अभियानमा राष्ट्रिय तहको नेतृत्व गर्न सफल संस्था।
सदस्य मैत्री बचत र ऋण सेवा सहितको संस्था।
व्यवसायिक कार्यक्रम संचालन गरेको संस्था।
कृषि पेशालाई प्रात्साहन गर्ने संस्था।
सदस्यहरुको कृषि उत्पादनको उचित मुल्यमा आकर्षक बजारीकरण गर्ने संस्था।
त्यसैले आजै संस्थामा जुटौं, **"बचत गरौं समृद्ध वनौं"**

जनज्योति कृषि सहकारी संस्था लि.
राजविराज ९ मलेठ, सप्तरी
सम्पर्क नं. ०३१-५९०६०१, ०३१५९०६०२,
www.janajyoticoop.com.np

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्झनुहोस्।

हाम्रो सेवाहरु

नेपाल सहकारी संस्था लि.
राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५३१०९६

प्रकाशक : श्रीमती सुमित्रा गुप्ता, **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सह-सम्पादक** : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **लेआउट** : संजय शेखर,
मुद्रण : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, **फोन** : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : *saptahiknavin@gmail.com*, **वेवसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*