जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. ११/०४८/०४९

राजविराज दैनिक

स.नि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

वर्ष ३४ अंक १६५ २०८१ साल माघ १५ गते मंगलबार (28 Jan. 2025 Tuesday) मूल्य रु. ५/-

लागु औषधको दुर्व्यसनबाट टाढा रहौं

लागूऔषध सेवनले मानिसको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पतिको वर्वाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पुग्ने हुँदा यस्ता पदार्थदेखी टाढा रहौं ।

Log in : *rajbirajdainik.com.np*

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : नुन र मुटु रोगको ... ३ पृष्ठमा : ट्रम्पको धम्कीपछि निर्वासित ... ३ पृष्ठमा : नासाका अन्तरिक्ष यात्रीले ...

दुबै मृगौला फेल भएकी श्रीमतीलाई डायलासिसका लागि साइकलमा बोकर अस्पताल धाउँदै पाचु

श्रीमतीलाई साइकलमै बोकेर सोमबार डायलासिसका लागि राजविराजस्थित गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल लैजादै पचु । *तस्बिर : राजविराज दैनिक*

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १४ माघ ।

दुबै मृगौला फेल भएकी श्रीमतीको ज्यान बचाउन श्रीमान अहिले हप्ताको तीन दिन साइकलमै बोकेर अस्पताल धाउन थालेका छन् ।

सप्तरीको राजविराज नगरपालिका ९ मलेठ की ३९ वर्षिया ललिता देवी सुतिहारलाई बचाउन ४५ वर्षिय श्रीमान पाचु सुतिहारको दिनचर्या अहिले यस्तो बेको हो । उनी विगत तीन वर्षदेखी मृगौला रोगले पीडित छिन् ।

साईकलमा श्रीमती बोकेर विगत दुई महिनादेखी घरबाट ३ किलोमिटर टाढा रहेको राजविराजस्थित गजेन्द्रनारायण सिंह अस्पतालमा हप्ताको ३ दिन डायलासिसका लागि पुग्ने गरेका छन् । सोमबार श्रीमतीलाई साइकलमै बोकेर डायलासिसका लागि अस्पताल पुगेका पाचुले आर्थिक अभावका कारण उपचारमा समस्या भएको बताएका छन ।

उनका अनुसार ललिताको तीन वर्ष पहिले पेट र मुटु दुखेको थियो । सुरुमा राजविराज, धरान र विराटनगरमा भएको उपचारले खासै सुधार हन सकेन । त्यसपछि काठमाण्डौ र भारतको दिल्ली सम्म लगी उपचार गराइएको थियो । त्यहाँ उपचारका त्रममा दुबै मृगौलाले काम नगरिरहेको पत्ता लागेको थियो ।

उनका अनुसार उपचारमा अहिलेसम्म ७ लाख रुपैया खर्च भइसकेको छ । चिकित्सकले तत्काल उनको मृगौला प्रत्यारोपण गराउन सुझाव दिएको श्रीमान पाचुको भनाई छ । ललिताका अनुसार ६४ वर्षिय बुवा लक्ष्मणले मृगौला दिन लागेका हुन । अहिले सम्मको स्वास्थ्य परिक्षण रिपोर्ट अनुसार बुआ लक्ष्मणले मृगौला दिन मिल्ने देखिएको चिकित्सकहरुको भनाई रहेको ललिताले सुनाईन ।

भक्तपुरस्थित शहिद धर्मभक्त राष्ट्रिय प्रत्यारोपण केन्द्रमा मृगौला प्रत्यारोपणका लागी नाम दर्ता गराएपनि रमक अभावमा लिएर जान नसकेको पाचुले बताएका छन । “चिकित्सकले मृगौला प्रत्यारोपणमा लाग्ने खर्च र तत्काल खाने औषधी समेत गरी करिब ११ लाख रुपैया लाग्ने, भनेका छन, पाचुले भने-डायलासिसका लागी अस्पताल सम्म पुऱ्याउन अटो भाडा सम्म नहुदाँ श्रीमतीलाई साइकलमा बोकेर लैजानु परेको बेला त्यत्रो ठूलो रकम जोहो गर्नू त कल्पनै गर्न सकिन्न ।”

उनी फर्निचर उधोगमा काम गर्ने मजदुर हुन । सामान्य आर्थिक अवस्थामा ऋण सापटी लिएर अहिले सम्म उपचार गराउन सकिएको उनको भनाई छ । श्रीमतीको यस्तो अवस्था भएपछि दुई सन्तानको पढाई पनि रोकियो, काममा पनि फर्किन सकिएन र अहिले घर व्यवहार पनि चलाउन समस्या छ, उनले भने- श्रीमती बचाउने अन्तिम प्रयासमा भए भरको घर र सबै सम्पती सकियो, अब कुनै उपाय रहेन ।”

आफ्नो पत्नीको जीवन रक्षाका लागी सबैसँग सहयोगको हात फैलाउदै उनले सहयोग गर्न चाहने इच्छुक व्यक्तीले पीडितको नाममा माछापुच्छ्रे बैंकमा रहेको खाता नं. ०५३०९८६२३२७०००१८ मा रकम जम्मा गरी सहयोग गर्न आग्रह समेत गरेका छन । त्यसै गरी मोबाईल नं ९८१९७४०८१८ मा पनि सर्म्पक गर्न उनले आग्रह गरेका छन ।

रामुपाद्वारा संयुक्त मोर्चा निर्माणका लागि कार्यदल गठन

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १४ माघ ।

राष्ट्रिय मुक्ति पार्टी नेपालले देशमा अग्रगामी परिवर्तनको लागि संघर्षरत शक्तिहरू तथा राजनीतिक मुद्दा र सिद्धान्त मिल्नेहरू बिच एक वृहत् संयुक्त मोर्चा निर्माण गर्ने भन्दै कार्यदल गठन गरेको छ । पार्टीले राम नरेश रायको संयोजकत्वमा ७ सदस्यीय कार्यदल गठन गरेको हो ।

कार्यदलका सदस्यहरूमा सुमन सायमी, केशव झा, सन्तोष कुमार मेहता, अनिल कुमार महासेठ, सिएन थारु र जुनतारा पुन मगर रहेका छन् ।

परिणाममुखी संघर्षको निमित्त मौजुदा संघर्षशील राजनीतिक शक्तिहरू बिच संवाद, सहकार्य, कार्यगत एकता तथा एकीकरण गरी बृहत् शक्ति निर्माण गर्नु आजको आवश्यकता रहेको पार्टीले ठहर गरेको छ ।

अध्यक्ष राजेन्द्र महतोले विज्ञप्ति जारी गर्दै पहिचान, समृद्धि, सुशासन र स्वाभिमानयुक्त नेपाल निर्माणका लागि सबै उत्पीडित समुदायहरूलाई गोलबन्द भई साझा संघर्षमा आउन अपिल समेत गरेका छन् ।

स्वास्थ्य बीमा रकम पाँच लाख पुऱ्याइने

दैनिक समाचारदाता
भक्तपुर, १४ माघ ।

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्यामन्त्री प्रदीप पौडेलले रु एक लाखको स्वास्थ्य बीमा रकम वृद्धि गरी पाँच लाख पुऱ्याइने बताएका छन् ।

सोमबार यहाँ आयोजित कार्यक्रममा मन्त्री पौडेलले भने, “स्वास्थ्य बीमामा रु पाँच लाखको व्यवस्था गर्नेछु, त्यसले बिरामीलाई सहयोग हुनेछ ।” उहाँले एकीकृत र एकद्धार प्रणालीबाट मात्रै बीमा सेवा सञ्चालन गर्नुपर्नेमा जोड दिए ।

बीमा रकम रु पाँच लाख पुऱ्याउने र यसलाई व्यवस्थित गर्ने लक्ष्य लिएर आफू अगाडि बढिरहेको उनको कथन थियो ।

भर्ना खुल्यो ! भर्ना खुल्यो !! भर्ना खुल्यो !!!

श्री पञ्चमी (सरस्वती पूजा) २०८१ को पावन अवसरमा

शैक्षिक सत्र २०८२ का लागि प्ले-ग्रुप देखि कक्षा ७ सम्म धमाधम भर्ना लिईदैछ।

डे बोडर्स र बोडर्सको समेत व्यवस्था भएको

श्री पञ्चमी को पावन अवसरमा सरस्वती पूजाको दिन निशुल्क भर्ना लिइदैछ ।

St. Xavier's School

राजविराज ८, मदननगर-पर्साही जाने बाटो

सर्म्पक नं. ९८०४७३८१९९, ९८१७७२६२२६, ९८१४७६५१२२, ९८१९९६९२६३, ९८१८०२५११६

सवैलाई शिक्षा प्राप्त गर्ने अवसर प्रदान गरौं

- शिक्षा प्रत्येक वालवालिकाको अधिकार हो यसलाई सुनिश्चित गरौं,
- सवै वालवालिकालाई विद्यालयमा पुर्याऔं,
- प्रौढ शिक्षा, अनौपचारिक शिक्षा मार्फत सवैलाई साक्षर वनाऔं,
- शिक्षामा आधुनिक प्रविधिको प्रयोग गरौं,
- शिक्षामा लैङ्गिक समानता सुनिश्चित गरौं,
- प्राविधिक र व्यवसायिक शिक्षालाई जोड दिऔं,
- शिक्षामा सवैको सहभागिता सुनिश्चित गरी सभ्य समाजको निर्माण गरौं,
- साक्षरता कार्यक्रम सञ्चालन गरौं, साक्षर नेपाल निर्माण गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय ....

भारु नोटको अभाव र त्यसले उत्पन्न गरेको तनावको समाधान जरुरी

केही दिनयता सप्तरीमा भारु (भारतीय रुँपैया) नोटको चरम अभाव देखिएको छ । यही मौका छोपेर केही अवैध कारोबारीले सयकडा ७ देखी ९ रुँपैयासम्म बट्टा लिएर भारु साट्ने गरेको जनगुनासो बढ्दो छ । नेपाली रुँपैया दिएर भारतीय रुँपैया लिँदा बट्टाको नाममा लिने महँगो अतिरिक्त शुल्कले सर्वसाधारण तनावमा परेका छन् ।

भारतको विभिन्न सहरमा उपचार, शिक्षा, किनमेल र तिर्थयात्रा प्रयोजनका लागि नेपालीहरु त्यसतर्फ जाने गरेका छन् । विशेष गरि अहिले भारतको प्रयागराजमा लागेको कुम्भ मेला भर्न जाने सर्वसाधारणको संख्या यहाँबाट दैनिक बढ्दो छ । तर, भारु नोटको अभाव र कालोबजारीले भारततर्फ जाने सर्वसाधारण मर्कामा परेका छन् । विगतमा राष्ट्रिय बाणिज्य बैंकले भारु नोट सहज र शुलभ ढंगले उपलब्ध गराउन सटही काउन्टर नै खोलेको थियो । तर, उक्त काउन्टर विगत ८ वर्षदेखी बन्द हुँदा सर्वसाधारणलाई यस्तो समस्या भोग्नु परेको हो ।

तसर्थ उक्त समस्या समाधानका लागि सरोकारवाला निकायले अविलम्ध आवश्यक पहल गर्नु जरुरी छ ।

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

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 स्वास्थ्य क्लिनिक, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

नुन र मुटु रोगको सम्बन्ध

डा राजेन्द्र कोजु

काठमाडौँ, १४ माघ (रासस) ।

नुन हाम्रो भान्छाको एक अपरिहार्य वस्तु हो । हामीले बिहानको नास्तादेखि खाना, दिउँसोको खाजा र साँझको खानामा नुनको प्रयोग गरेकै हुन्छौँ । अझ भनौँ नुन हाम्रो जिब्रोको स्वाद हो, जसको अभावमा हामीले खाने भोजन स्वादिष्ट हुँदैन । नुनको अभावमा शरीरमा आलस्यता आउने मात्र होइन, स्वास्थ्यमा अनेक समस्या हुने गर्दछ ।

नुन हाम्रो संस्कृतिसँग पनि जोडिएको छ । जुठो बार्दा नुन नखाने, कतिपय पूजाआजामा अनिवार्य प्रयोग गरिन्छ । यसरी हाम्रो शरीरका लागि अपरिहार्य नुन किन फेरि हानिकारक छ त भन्ने प्रश्न पनि उठ्ने गर्दछ । ठिक्क हुँदा ठीक, बेसी हुँदा हानिकारक हुने भएकाले नुनको प्रयोगमा ध्यान दिनुपर्छ । दैनिक कति नुन हाम्रो शरीरका लागि आवश्यक हो त भन्ने कुरा व्यक्तिको जीवनशैली, ठाउँ र स्वास्थ्य अवस्थाले पनि केही फरक पार्न सक्छ । सामान्यतः दैनिक दुईदेखि तीन ग्रामसम्म नुन (सोडियम) सेवन गर्नु उपयुक्त हुन्छ । बढीमा पाँच ग्राममा सीमित रहनेगरी खान सकिने भन्ने विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन (डब्लुएचओ) ले पनि भनेको छ ।

मुटुसँगको सम्बन्ध

नेपालमा नुन सेवन र मुटु रोगको सम्बन्ध गम्भीर चिन्ताको विषय बनेको छ । आयोडिनयुक्त नुनले थाइराइड जस्ता रोग नियन्त्रण गर्न सहयोग पुऱ्याए पनि यसको अत्यधिक सेवनले मुटु रोगलाई निम्त्याउन सक्छ । यहाँका मानिसको जीवनशैली, खानपान र स्वास्थ्य शिक्षाको अभावका कारण नुनको अत्यधिक सेवन र यसको कारणले हुने मुटु रोगका समस्या बढ्दो क्रममा छन् । हाम्रो स्वास्थ्यका लागि दुईदेखि तीन ग्राम उपयुक्त हुन्छ तर अधिकांश नेपालीले दैनिक पाँच ग्रामभन्दा धेरै नुन सेवन गर्ने गर्छन् । विशेषगरी अचार, तिख्खर खानेकुरा, तथा प्रशोधित खानेकुराहरू जस्तै, लेज, कुरकुरे, चाउचाउ आदिमा उच्च मात्रामा नुन हुन्छ । ग्रामीण क्षेत्रमा प्राकृतिक खानाको प्रयोग भए पनि, सहरी क्षेत्रमा प्रशोधित खाना र फास्ट फुडको लोकप्रियताले नुन सेवनको दर उच्च देखिएको छ ।

नुन र मुटुरोग बीचको सम्बन्ध धेरै अध्ययनहरूद्वारा पुष्टि भएको छ । नुनमा सोडियमको मात्रा धेरै हुन्छ । अत्यधिक सोडियमले शरीरमा पानी थुप्रिने (पानी धारण गर्ने) समस्या उत्पन्न गराउँछ, जसले गर्दा रक्तचाप बढ्छ । रक्तचापले मुटु र रक्तनलीहरूको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल प्रभाव पार्न सक्छ । उच्च रक्तचाप (हाइपरटेन्सन) मुटु रोगको प्रमुख जोखिम कारक हो । नेपालमा हृदय रोग मृत्युको प्रमुख कारणमध्ये एक हो । उच्च रक्तचाप र यसका कारण मुटु रोग हुने समस्या नेपालमा तीव्र रूपमा बढ्दै छ । डब्लुएचओका अनुसार, नेपालमा लगभग ३० प्रतिशत वयस्क जनसङ्ख्या उच्च रक्तचापको जोखिममा छ ।

लामो समयसम्म उच्च रक्तचाप रहिरहेमा मुटुको मांसपेशीमा अनावश्यक दबाब पर्छ । यसले मुटुको असमान्य कार्यक्षमता, हृदयाघात र स्ट्रोकजस्ता समस्या निम्त्याउन सक्छ । नुनको अत्यधिक सेवनले धमनीहरूलाई सख्त (अथेरोस्क्लेरोसिस) बनाउँछ । यो प्रक्रियाले रक्तप्रवाहलाई अवरुद्ध गर्नसक्छ, जसले मुटुमा अक्सिजनको अभाव गराउँछ । धेरै नुन सेवन गर्ने व्यक्तिहरूमा पानी र सोडियमको सन्तुलन बिग्रन सक्छ । यसले मुटुको काम गर्न कठिन बनाउँछ, जसले मुटुको विफलताको सम्भावना बढाउँछ । नेपालमा स्वास्थ्य मन्त्रालयः उच्च रक्तचाप र मुटु रोग नियन्त्रणका लागि केही कार्यक्रम र जनचेतनामूलक गतिविधि गर्दै आएको छ । नुनको उपभोग कम गर्ने रणनीति बनाउन डब्लुएचओले नेपाल सरकारसँग सहकार्य गरिरहेको छ ।

अन्य देशमा नुनको प्रयोग

सामान्यतः अधिकांश देशहरूमा औसत नुन सेवन डब्लुएचओको सिफारिस (पाँच ग्राम प्रतिदिन) भन्दा धेरै उच्च छ । विकसित देशहरूले यसबारे धेरै सुधार गरेका छन्, तर विकासशील देशहरूमा अझै जनचेतना र नीतिगत हस्तक्षेप आवश्यक छ । ती देशहरूमा नुनको प्रयोग जनसङ्ख्या, संस्कृति, खानपान र जीवनशैलीका आधारमा फरक छ । विकसित देशहरूमा नुन सेवनमा कमी ल्याउने प्रयास भइरहेको छभने धेरै विकासशील देशहरूमा अझै अत्यधिक नुन सेवन चुनौतीपूर्ण रहेको छ ।

विश्वका विकसित देशहरूमा नुनको प्रयोग कम गर्न राज्यस्तरबाटै पहलहरू भएको पाइन्छ । अमेरिकी सरकारले नुनको प्रयोग कम गर्न जनचेतना अभियान र खाद्य उद्योगमा नयाँ मापदण्ड लागू गरिरहेको छ । ल्याटिन अमेरिका मुलुकहरू ब्राजिल, मेक्सिको, अर्जेन्टिनाजस्ता देशहरूमा औसत नुन सेवन उच्च (८-११ ग्राम प्रतिदिन) छ । बेलायत, फिनल्यान्ड, डेनमार्कलगायत युरोपेली देशहरूमा नुन सेवन कम गर्न ठूला अभियान सञ्चालन गरिएको छ । बेलायतमा नुन सेवन कम गर्न पब्लिक हेल्थ इङ्ल्यान्डले फुड म्यान्युफ्याक्चरर्सलाई प्रशोधित खानामा नुन घटाउन निर्देशन दिएको छ । फिनल्यान्डः फिनल्यान्डले १९७० को दशकदेखि ‘लो-सोडियम खाना’ को प्रवर्द्धन गरेर नुन सेवनलाई ३० प्रतिशतले कम गरेको छ । सरकारले जनचेतना र ‘लो-सोडियम सोया सस’ को प्रवर्द्धन गरेर सुधार गर्ने प्रयास गरेको छ ।

छिमेकी मुलुक चीनमा औसत नुन सेवन १०-१२ ग्राम प्रतिदिन रहेकाले त्यसलाई घटाउन सरकारले जनचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ । भारतीयहरूको औसत दैनिक नुन सेवन ८-१० ग्राम गरिरहेका छन् । सरकारको ध्यान आयोडिनयुक्त नुन प्रवर्द्धनमा केन्द्रित रहेकाले, नुन कम गर्ने पहल भएको देखिँदैन । स्वास्थ्य शिक्षाको कमीले गर्दा अधिकांश अफ्रिकी देशहरूमा नुन सेवनको स्तर उच्च छ । भूटान, पाकिस्तान, अफगानिस्तान, श्रीलङ्काका ग्रामीण र सहरी क्षेत्रमा नुनको अत्यधिक प्रयोग देखिन्छ ।

कसरी स्वस्थ्य हुने त ?

नुन र मुटु रोगबीचको सम्बन्धबारे जनचेतना अभिवृद्धि गर्नु आवश्यक छ । प्रशोधित खाना, जस्तैः चिप्स, तयारी खाना (जङ्क फुड), डिब्बामा बन्द गरिएका खाना आदिमा सोडियम धेरै हुनेहुँदा यस्ता खानेकुराहरूबाट टाढै बस्नु उपयुक्त हुन्छ । नियमित व्यायाम, सन्तुलित आहार र तनाव व्यवस्थापनले मुटु रोगको जोखिम कम गर्न मद्दत गर्छ । यदि तपाईंमा मुटु रोग वा उच्च रक्तचापको इतिहास छभने चिकित्सकसँग परामर्श गरेर नुन सेवनको उचित सीमा निर्धारण गर्नु अत्यन्त महत्वपूर्ण छ ।

घरमा खाना पकाउँदा नुनको मात्रा नियन्त्रण गर्नु र बाहिरका प्रशोधित खानेकुरा कम गर्नुपर्छ । यसका लागि धेरै किसिमका तरकारीको सट्टा एक वा दुई किसिमका तरकारी वा दालको प्रयोग गर्ने, सागपातहरूमा नुनको प्रयोग नगर्ने, एउटा तरकारीमा नुन राखेमा अर्कोमा नराख्नेजस्ता तरिका पनि अपनाउन सकिन्छ ।

नियमित रूपमा रक्तचाप जाँच गर्न र मुटु रोगको प्रारम्भिक उपचार सुनिश्चित गर्ने गरिएमा मुटुजन्य स्वास्थ्य समस्या आउन पाउँदैन । स्थानीय, ताजा र सन्तुलित खाना खाने बानी बसाल्नु, व्यायाम गर्नु र धुम्रपान तथा मद्यपान त्याग्नु जरुरी छ ।

निष्कर्ष

नुन र मुटु रोगको समस्या समाधानका लागि व्यक्तिगत, सामाजिक, र सरकारी तहमा सुधारात्मक कदम उठाउन आवश्यक छ । अन्य देशहरूमा जस्तै नेपालमा पनि नुनको मात्रा घटाउन खाद्य उद्योगलाई मापदण्डअनुसार उत्पादन गर्न निर्देशन दिनुपर्ने देखिन्छ । कम नुन खाएर, स्वस्थ जीवनशैली अपनाएर र जनचेतना अभिवृद्धि गरेर यस समस्या नियन्त्रण गर्न सकिन्छ । बालबालिकाहरूलाई घरमा नुनको अधिक सेवनको बेफाइदाबारे जानकारी दिने र विद्यालयमा पनि तयारी खानालाई निषेध गर्ने तथा पाठ्यक्रमहरूमा यसबारेमा वियषयवस्तुहरू समावेश गर्न आवश्यक छ । (‘मुटुको कथा’ पुस्तकका लेखक वरिष्ठ मुटुरोग विशेषज्ञ डा कोजुसँग गरिएको कुराकानीमा आधारित)

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (ब्यवस्था) गरौं ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं ।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं ।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं ।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं ।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको ब्यवस्था मिलाऔं।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं ।

अनुरोधकर्ता
तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका, सप्तरी

ट्रम्पको धम्कीपछि निर्वासित नागरिकलाई स्वीकार गर्न कोलम्बिया सहमत

वासिङ्टन, १४ माघ (रासस/एएफपी) ।

राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले आफ्नो सामूहिक निर्वासन योजनाको अवज्ञालाई सजाय दिन पीडादायी शुल्क लगाउने धम्की दिएको केही घन्टापछि कोलम्बिया आइतबार अमेरिकी सैन्य विमानमा पठाइएको निर्वासित नागरिकहरूलाई स्वीकार गर्न सहमत भएको छ ।

कोलम्बियाका वामपन्थी राष्ट्रपति गुस्ताभो पेत्रोले यसअघि नागरिक विमान जस्ता 'सम्मानजनक' माध्यमबाट मात्र नागरिकहरूलाई फिर्ता लिने बताउनुभएको थियो र निर्वासित कोलम्बियालीहरू बोकेका दुई अमेरिकी सैन्य विमानहरूलाई फिर्ता पठाउनुभएको थियो ।

कार्यालयमा फर्केको एक हप्ता नबित्दै ट्रम्पले रिसाउँदै ल्याटिन अमेरिकाको चौथो ठूलो अर्थतन्त्र कोलम्बियाविरुद्ध २५ प्रतिशतको प्रतिबन्ध लगाउने र छिट्टै ५० प्रतिशतसम्म बढाउने धम्की दिनुभएको थियो ।

पेत्रोले सुरुमा प्रतिकार गर्न खोज्नुभयो र अमेरिकी उत्पादनहरूमा आफ्नै भन्सार महसुल लगाउने प्रयास गर्नुभयो तर अस्थिर आइतबारको अन्त्यसम्म उहाँ पछि हट्नुभयो ।

कोलम्बियाका विदेशमन्त्री लुइस गिल्बर्टो मुरिलोले मध्यरातको पत्रकार सम्मेलनमा आफ्नो देशले 'गतिरोध पार गरेको' र फर्केका नागरिकहरूलाई स्वीकार गर्ने बताउनुभयो ।

"कोलम्बिया संयुक्त राज्य अमेरिकाबाट फिर्ता गरिएका सबै गैरकानूनी कोलम्बियाली नागरिकहरूलाई अमेरिकी सैन्य विमानसहित कुनै सीमा वा ढिलाई बिना असीमित स्वीकृति दिन सहमत भएको छ", ह्वाइट हाउसको विज्ञप्तिमा भनिएको छ, "आजको घटनाले अमेरिकालाई फेरि सम्मान गरिएको छ भन्ने विश्वलाई स्पष्ट पार्छ, राष्ट्रपति ट्रम्पले हाम्रो राष्ट्रको सार्वभौमिकताको दृढतापूर्वक रक्षा गर्न जारी राख्नुहुनेछ र उहाँले विश्वका सबै राष्ट्रले संयुक्त राज्य अमेरिकामा गैरकानूनी रूपमा रहेका आफ्ना नागरिकहरूको निर्वासनमा पूर्ण सहयोग गर्ने अपेक्षा गर्नुहुन्छ ।"

ट्रम्पले आफूले करको कार्यान्वयन स्थगित गर्ने बताउनुभएको छ । संयुक्त राज्य अमेरिकासँग मुक्त व्यापार सम्झौता गरेको र ऐतिहासिक रूपमा ल्याटिन अमेरिकामा वासिङ्टनको सबैभन्दा नजिकको सहयोगी रहँदै आएको कोलम्बियामाथि ट्रम्पले कति छिटो भन्सार महसुल लगाउनु सक्नुहुन्छ भन्ने पहिले नै अस्पष्ट थियो ।

विदेशमन्त्री मार्को रुबियोले बोगोटामा रहेको अमेरिकी दूतावासमा भिसा जारी गर्न स्थगित गर्नुभयो र कोलम्बियाली सरकारी अधिकारीहरू र उनीहरूका नजिकका परिवारका सदस्यहरूको भिसा रद्द गरिने बताउनुभयो । विदेशमन्त्री रुबियोकी पत्नी कोलम्बियाली-अमेरिकी हुनुहुन्छ ।

ह्वाइट हाउसले भिसा सम्बन्धी उपायहरू निर्वासितहरूको पहिलो विमान फर्कुन्जेलसम्म जारी रहने बताएको छ । ट्रम्पले अमेरिकी विमानस्थलहरूमा कोलम्बियालीहरूलाई थप छानबिन गर्ने वाचासमेत गर्नुभएको छ ।

उपचारबारे चिन्ता

आफ्नो चुनावी अभियानका क्रममा आप्रवासीहरूले संयुक्त राज्य अमेरिकाको 'रगत विषाक्त' पारिरहेका छन् भन्नुभएका ट्रम्पले कागजातविहीन मानिसहरूलाई पक्राउ गर्ने र द्रुत रूपमा निर्वासित गर्ने वाचा गर्दै पदभार ग्रहण गर्नुभएको थियो ।

ग्वाटेमालासहित केही देशले सैन्य निर्वासन उडानहरू स्वीकार गरेका छन्, तर ट्रम्पले सन् २०२२ मा कोलम्बियाको पहिलो वामपन्थी नेताका रूपमा निर्वाचित पूर्व छापामार पेत्रोको प्रतिरोधको सामना गर्नुपरेको थियो ।

"संयुक्त राज्य अमेरिकाले कोलम्बियाका आप्रवासीहरूलाई अपराधीका रूपमा व्यवहार गर्न सक्दैन । म कोलम्बियाका आप्रवासीहरू बोकेको अमेरिकी विमानहरूलाई हाम्रो क्षेत्रमा प्रवेश गर्न निषेध गर्दछु", पेत्रोले पहिले एक्समा लेख्नुभएको थियो ।

कोलम्बिया सरकारले पहिले आप्रवासीहरूलाई 'सम्मानका साथ' यातायात गर्न संयुक्त राज्य अमेरिकामा आफ्नो राष्ट्रपतिको विमान पठाउन तयार रहेको बताएको थियो ।

पेत्रोले आफ्नो देशमा १५ हजार छ सय कागजात नभएका अमेरिकीहरू बसोबास गरिरहेको पनि बताउनुभयो र उनीहरूलाई 'आफ्नो स्थिति नियमित गर्न' आग्रह गर्नुभयो । साथै उहाँले उनीहरूलाई पक्राउ गर्न र निर्वासन गर्न छापा मार्ने कुरालाई अस्वीकार गर्नुभयो ।

पेत्रोको प्रारम्भिक कडा रणनीतिले ऐतिहासिक अमेरिकी सहयोगीमा रहेका उहाँका धेरै आलोचकहरूलाई क्रोधित बनायो ।

पूर्व दक्षिणपन्थी राष्ट्रपति इभान डुकले पेत्रोलाई गैरकानूनी आप्रवासीहरूलाई फिर्ता लिने कोलम्बियाको 'नैतिक कर्तव्य' भनेको कुरालाई अस्वीकार गरेकोमा 'अत्यन्त गैरजिम्मेवार कार्य' को आरोप लगाउनुभयो र अमेरिकी प्रतिबन्धले 'विशाल' क्षति पुर्‍याउने चेतावनी दिनुभयो ।

बाँधिएका हात र खुट्टा

ट्रम्पको निर्वासन धम्कीले उहाँलाई ल्याटिन अमेरिकाका सरकारहरूसँग सम्भावित टकरावको स्थितिमा पुर्‍याएको छ जुन संयुक्त राज्य अमेरिकाका अनुमानित एक करोड १० लाख कागजात नभएका आप्रवासीहरूको मूल थलो हो ।

वामपन्थी राष्ट्रपतिको नेतृत्वमा रहेको ब्राजिलले शुक्रबार दर्जनौं ब्राजिलियाली आप्रवासीलाई आफ्नो देशमा फिर्ता पठाएको ट्रम्प प्रशासनले गरेको व्यवहारप्रति आक्रोश व्यक्त गरेको छ ।

ट्रम्पको फिर्तीभन्दा पहिलेको द्विपक्षीय सम्झौताअन्तर्गत निर्वासन गरिएका आप्रवासीहरूलाई उडानमा हतकडी लगाइएको थियो । यसलाई ब्राजिलले उनीहरूको मौलिक अधिकारको 'स्पष्ट अवहेलना' भनेको छ ।

"विमानमा उनीहरूले हामीलाई पानी दिएनन्, हाम्रा हात र खुट्टा बाँधिएका थिए, शौचालय जान समेत दिएनन्", निर्वासित ८८ आप्रवासीमध्येका ३१ वर्षीय कम्प्युटर प्राविधिक एडगर डा सिल्भा मौराले भन्नुभयो, "धेरै गर्मी थियो, केही मानिसहरू बेहोस भए ।"

होन्डुरासका राष्ट्रपति सियोमारा कास्त्रोले पछिल्ला अमेरिकी कदमहरूपछि आप्रवासनबारे छलफल गर्न बिहीबार टेगुसिगल्पामा ल्याटिन अमेरिकी तथा क्यारेबियन राष्ट्रहरूको समुदाय (सेलाक) का नेताहरूको आकस्मिक बैठक बोलाउनुभएको छ ।

अघिल्लो अमेरिकी प्रशासनले पनि नियमित रूपमा निर्वासन गरेको भए पनि ट्रम्प प्रशासनले यस हप्ता ग्वाटेमालामा कम्तीमा एउटा अवतरण गरेर सैन्य विमान प्रयोग गर्न थालेको छ ।

बाढी पहिरो प्रभावितहरुका लागि इनड्राइभद्वारा घर निर्माण

दैनिक समाचारदाता
काठमाडौं, १४ माघ ।

ग्लोबल मोबिलिटी र अर्बन सर्भिस प्लेटफर्म इनड्राइभले नेपालका बाढी र पहिरोबाट पीडितहरूलाई अतिआवश्यक राहत उपलब्ध गराउन राष्ट्रिय विपद् व्यवस्थापन केन्द्रसँग सहकार्य गरेको छ ।

इनड्राइभले बाढी पहिरो प्रभावित परिवारहरूका लागि ५ वटा आवास (घर) निर्माण गर्न एवम् अन्य आवश्यक सामग्रीहरू वितरण गर्न ३३,५५,५०० (२५,००० अमेरिकन डलर) सहयोग गरेको हो ।

पीडितहरुको आवश्यकता पुरा होस् भनेर इनड्राइभले स्थानीय समुदायसँग मिलेर उक्त आवासहरु निर्माण गरीरहेको हो । नमोबुद्ध नगरपालिकाको वार्ड नं. १०

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (व्यवस्था) गरौं ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं ।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं ।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्काले नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं ।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं ।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको व्यवस्था मिलाऔं।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं ।

अनुरोधकर्ता
अग्निसाइर कृष्णासवरण गाउँपालिका, सप्तरी

विश्व समाचार

नासाका अन्तरिक्ष यात्रीले आइएसएसबाट २०२५ को महा कुम्भ मेलाका भव्य तस्विरहरू साझा गरे

प्रयागराज (उत्तर प्रदेश, भारत), १४ माघ (रासस/एएनआई) ।

नासाका अन्तरिक्ष यात्री डोनाल्ड पेटिटले हालै अन्तर्राष्ट्रिय अन्तरिक्ष स्टेसन (आइएसएस) बाट खिचिएका २०२५ को महा कुम्भ मेलाको मनमोहक तस्बिरहरू साझा गर्नुभएको छ ।

एक्स (पूर्व ट्विटर) मा गरिएको आफ्नो पोस्टमा पेटिटले टिप्पणी गर्नुभएको छ, "२०२५ महाकुम्भ मेला गङ्गा नदी तीर्थयात्रा आइएसएसबाट रातको समयमा । संसारको सबैभन्दा ठूलो मानव जमघट राम्रोसँग उज्यालो छ ।"

उहाँको दृष्टिकोणले यस कार्यक्रमको विशाल परिमाणलाई उजागर गर्छ, जसले विश्वभरका लाखौं भक्तजनलाई आकर्षित गरेको छ ।

प्रयागराजमा चलिरहेको महा कुम्भ मेलामा धार्मिक उत्सवको पहिलो १४ दिनमा नै ११ करोडभन्दा बढी मानिस सहभागी भइसकेका छन् । यसले महा कुम्भलाई विश्वको सबैभन्दा ठूलो आध्यात्मिक जमघटको रूपमा चिनाएको छ ।

प्रत्येक १२ वर्षमा हुने यस कार्यक्रमले सन् २०२५ फेब्रुअरी २६ मा यसको समापन नभएसम्म ठूलो भीडलाई आकर्षित गर्न जारी राख्ने अपेक्षा गरिएको छ । विश्वका सबै कुनाबाट लाखौं भक्तजन आइपुग्दा यो उत्सव आस्था र एकताको जीवन्त उत्सवको रूपमा रहेको छ ।

तीर्थयात्रीहरू गङ्गा, यमुना र सरस्वती (अहिले लोप भएको) नदीहरूको सङ्गमस्थलमा पापहरू पखाल्ने र मोक्ष (मुक्ति) को बाटो खोल्ने विश्वास गरिएको अनुष्ठानिक स्नानका लागि यात्रा गर्छन् ।

यो पवित्र डुबुल्की (स्नान) सनातन धर्ममा निहित पर्वको आध्यात्मिक महत्त्वको केन्द्रविन्दु हो । यो जमघट खगोलीय पङ्क्तिबद्धताको समयमा हुन्छ जसले आध्यात्मिक शुद्धीकरण र भक्तिका लागि दुर्लभ र शुभ अवसर सिर्जना गर्छ ।

महा कुम्भ मेलाले लाखौं धार्मिक भक्तजनलाई एकजुट गर्ने मात्र नभई गहन आध्यात्मिक र सांस्कृतिक अर्थ पनि बोकेको छ ।

चिसो मौसम भए पनि ठूलो सङ्ख्यामा भक्तजनहरूले सङ्गमको पवित्र जलमा स्नान गर्न चिसोको सामना गरेका छन् ।

यो कार्यक्रम भाषा, जीवनशैली र परम्पराका सीमाहरू पार गर्दै सामूहिक आध्यात्मिकताको एक महत्वपूर्ण प्रतीक हो ।

उत्सव जारी रहँदा अधिकारीहरूले जनवरी २९ को मौनी अमावस्याका लागि व्यापक तयारी गरिरहेका छन् । उक्त दिन अझै ठूलो भीडको अपेक्षा गरिएको छ ।

यस अवधिमा अनुमानित ४५ करोड आगन्तुकको अपेक्षित उपस्थितिले भारतका लागि एक ऐतिहासिक अवसर बनाउनेछ ।

महा कुम्भ मेला आगन्तुकहरूका लागि एक विस्मयकारी दृश्य बनिरहेको छ । त्यहाँ विभिन्न पृष्ठभूमि र जीवनका क्षेत्रका मानिसहरू साझा आध्यात्मिक उद्देश्यका लागि प्रयागराजमा एकजुट हुन्छन् ।

पाकिस्तानका पूर्वप्रधानमन्त्री खान र उहाँकी पत्नीद्वारा भ्रष्टाचारविरुद्धको फैसलामा पुनरावेदन

पाािकस्तान, १४ माघ (रासस/एएफपी) ।

पाकिस्तानका पूर्वप्रधानमन्त्री इमरान खान र उहाँकी पत्नी बुशरा बीबीले सोमबार भ्रष्टाचारको अभियोगमा दोषी ठहर गरी भएको सजायविरुद्ध अपिल गर्नुभएको छ ।

सन् २०२३ को अगष्टदेखि हिरासतमा राखिएका ७२ वर्षीय खानलाई करिब २०० वटा मुद्दामा उहाँविरूद्ध राजनीतिबाट प्रेरित भई षड्यन्त्र गरिएको दाबी गरिएको छ ।

पाकिस्तानी विशेष भ्रष्टाचार अदालतले 'अल-कादिर ट्रस्ट' नामक कल्याणकारी फाउन्डेसनमा 'भ्रष्टाचार र भ्रष्ट आचरण' को लागि दोषी ठहर गर्दै पूर्व क्रिकेट स्टारसमेत रहेका खानलाई १४ वर्ष र उहाँकी श्रीमतीलाई सात वर्षको जेल सजाय सुनाएको छ ।

खानका वकिल खालिद युसुफ चौधरीले इस्लामाबाद उच्च अदालतबाहिर एएफपीसँग भन्नुभयो, "हामीले आज अपील दायर गरेका छौं र आगामी केही दिनमा यो लिपिवद्ध गरिनेछ र त्यसपछि यसलाई सुनुवाइका लागि तय गरिनेछ ।"

खानलाई पक्राउ गरेयता चार पटक सम्म दोषी ठहर गरिएको छ, जसमा दुई दोषारोपण उल्टाइएको छ र अन्य दुई मुद्दामा सजाय निलम्बन गरिएको छ ।

अदालतको सुनुवाई तीन पटक स्थगित भएको थियो र उहाँको पाकिस्तान तेहरीक-ए-इन्साफ (पीटीआई) पार्टीले पहिले यो मुद्दालाई राजनीतिबाट पछि हट्न सरकारसँग सम्झौता तोड्न दबाब दिन प्रयोग गरिएको बताएको थियो।

खानले आफूलाई इस्लामाबादको बाहिरी इलाकामा रहेको आफ्नो विशाल घरमा नजरबन्दको सम्भावनाबारे अप्रत्यक्ष रूपमा सम्पर्क गरिएको आरोप लगाएका थिए ।

सन् २०१८ मा निर्वाचित हुनुभन्दा केही समयअघि खानसँग विवाह गरेकी बीबीलाई राजधानी इस्लामावाद नजिकैको रावलपिन्डी शहरमा उहाँका पतिलाई राखिएकै जेलमा राखिएको छ ।

ठाडी भन्सारमा 'प्लान्ट क्वारेन्टिन' नहुँदा राजस्व सङ्कलन प्रभावित

सिरहा, १४ माघ (रासस) ।

ठाडी भन्सारमा 'प्लान्ट क्वारेन्टिन' नहुँदा राजस्व सङ्कलन प्रभावित भएको छ । यद्यपि सिरहा क्षेत्र नं १ का प्रतिनिधिसभा सदस्य रामशङ्कर यादवले सिरहास्थित ठाडी भन्सार कार्यालयमा खाद्य तथा प्लान्ट क्वारेन्टिन स्थापनाको प्रयास जारी रहेको जनाउँदै सम्बन्धित निकायमा त्यसनिम्ति आवश्यक प्रयत्न गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्नुभएको छ ।

त्रिहत्तरौँ अन्तर्राष्ट्रिय भन्सार दिवसका अवसरमा ठाडी भन्सार कार्यालयले आइतबार यहाँ आयोजना गरेको कार्यक्रममा उहाँले सिरहाका तीनवटै भन्सार कार्यालयमा खाद्य तथा प्लान्ट क्वारेन्टिन नहुँदा राजस्व सङ्कलन प्रभावित भएको बताउनुभयो ।

मधेश प्रदेशसभा सदस्य राजकुमार गुप्ताले नेपाल-भारत सहज व्यापारका लागि उपयुक्त नीति कानुनको आवश्यक्ता रहेको बताउनुभयो ।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी वासुदेव दाहालले जिल्लामा प्लान्ट क्वारेन्टिनको सुविधा नहुँदा समस्या भएको बताउनुभयो ।

ठाडी भन्सार कार्यालयका प्रमुख मुकेशकुमार पाठकले खाद्य तथा प्लान्ट क्वारेन्टिन नहुँदा खाद्य सामग्रीको भन्सार जाँचपास ठप्पभई राजस्व सङ्कलन प्रभावित भएको गुनासो गर्नुभयो ।

ठाडी भन्सार कार्यालयले चालु आर्थिक वर्षमा रु चार करोड २३ लाख ४२ हजार राजस्व सङ्कलन गर्ने लक्ष्य लिएकामा पुस मसन्तसम्ममा लक्ष्यको ८४ प्रतिशत मात्र सङ्कलन भएको जनाएको छ । प्लान्ट क्वारेन्टिन नहुँदा व्यवसायीले विराटनगर र जलेश्वर भन्सारबाट मालसामान निर्यात गर्दै आएका छन् ।

बाढी पहिरो ...

स्थित दाप्चामा २ वटा, लास्कोट गाउँमा एउटा र पनौती नगरपालिकास्थित रोशी गाउँको वार्ड नं.१२ मा २ वटा र गरी ५ वटा आवासहरु निर्माण भईरहेका छन् ।

यी आवासहरु जाडो गर्मी बाहैं मास बस्न उपयुक्तहुने तवरले निर्माण गरिएका छन् । बाँस र माटोको प्रयोग गरेर बनाइएको हुनाले यी घरहरु टिकाउ र दिगो रहेका छन् ।

हिरासतबाट थुनुवा फरार

दैनिक समाचारदाता
बारा, १४ माघ ।

बारा प्रहरीको हिरासतबाट एक थुनुवा भागेको छन् । बाराको जितपुर सिमरा इलाका प्रहरी कार्यालयको हिरासतबाट थुनुवा भागेको बारा प्रहरीले पुष्टि गरेको छ । प्रहरीका अनुसार सिमरा- २ निवासी महेश चौधरी फरार भएका हुन् ।

उनीमाथि अभद्र व्यवहार मुद्दा दर्ता रहेको बारा प्रहरी प्रवक्ता प्रकाश सापकोटाले बताए ।

उनका अनुसार फोहोर फ्याल्न निकाल्दा उनी फरार भएका हुन् । फरार चौधरी गएको ९ गते पक्राउ परेको बारा प्रहरीले जानकारी दिएको छ । विशेष टोली परिचालन गरेर उनको खोजी कार्य भइरहेको प्रहरी दाबी छ ।

महोत्तरीमा बढे कुष्ठरोगी

महोत्तरी, १४ माघ (रासस) ।

सघन उपचार प्रबन्ध गर्दै आइए पनि महोत्तरीमा भने कुष्ठरोगीको सङ्ख्या बढ्दो छ । पछिल्लो एक वर्ष (२०८० माघदेखि २०८१ पुससम्म) मा सयजना नयाँ कुष्ठरोगी पहिचान भएका जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयले जनाएको छ । यसपालिको ७२औँ कुष्ठरोग दिवसका अवसरमा कार्यालयले सो जानकारी सार्वजनिक गरेको छ ।

नयाँ पहिचान भएका रोगीमा पुरुष र महिलाको सङ्ख्या झन्डै हाराहारीजस्तो छ । नयाँ रोगीमा पुरुष ५४ र महिला ४६ पुष्टि भएका जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख नवलकिशोर साहले जानकारी दिनुभयो । गत वर्ष २०८० को कुष्ठरोग दिवस मनाइँदा नयाँ कुष्ठरोगीको सङ्ख्या ८७ जना थियो ।

यसपालि पहिचान भएका नयाँ रोगीमा ७३ बाट अन्यमा सर्ने (एमबी) प्रकृतिको कुष्ठरोग पुष्टि भएको छ । यता बाँकी २७ जनामा नसर्ने (पिबी) प्रकृतिको रहेको कार्यालयले स्पष्ट पारेको छ । सन् २०१० मै कुष्ठरोगमुक्त नेपाल घोषणा गरिएको डेढ दशक (१५ वर्ष) भइसक्दा पनि नयाँ कुष्ठरोगी उल्लेख्य सङ्ख्यामा देखिनु समस्या बनेको स्वास्थ्य विज्ञ बताउँछन् ।

कुष्ठरोग निवारणमा विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले लिएको प्रति १० हजार मानिसमा एक जनाभन्दा कममा झार्ने लक्ष्यलाई नेपालले अनुसरण गर्दै आएको छ । यद्यपि पछिल्लो तथ्याङ्कले महोत्तरीमाप्रति दश हजारमा कुष्ठ रोगको प्रकोप दर (प्रिभिलेन्स रेट) एक दशमलव ३९ देखाएको छ ।

पछिल्लो पटक बस्तीबस्तीमा गरिएको जाँच परीक्षण (स्क्रिनिङ)मा नयाँ रोगी पहिचान भएका कार्यालयले जनाएको छ । कुष्ठरोगी बढेको देखिनु चिन्ताजनक भए पनि यसको पहिचान हुँदै जानु निवारण अभियानमा सहयोगी हुने कार्यालयका कुष्ठरोग तथा क्षयरोग निवारण शाखाका प्रमुख उमेश यादव बताउनुहुन्छ ।

जिल्लामा नयाँ पहिचान भएका रोगीमा सबैभन्दा बढी १७ जना एकडारा गाउँपालिकाका छन् । यसैगरी, दोस्रोमा मटिहानी नगरपालिकाका १४ जना छन् । यो सङ्ख्या क्रमशः पाँच दशमलव ४१ र तीन दशमलव ७६ प्रतिशत हो । यस्तै, नयाँ पहिचान भएका रोगीको सङ्ख्यामा बलवा नगरपालिकामा तीन दशमलव १६, सम्सी गाउँपालिकामा दुई दशमलव शून्य सात, सोनमा गाउँपालिकामा एक दशमलव १७, मनरासिसवा नगरपालिकामा एक दशमलव १२, महोत्तरी गाउँपालिकामा एक दशमलव ७४, पिपरा गाउँपालिकामा एक दशमलव २९ र लोहारपट्टी नगरपालिका क्षेत्रमा एक दशमलव शून्य छ प्रतिशत रहेका कार्यालयले पुष्टि गरेको छ ।

जिल्लामा पछिल्लो पटक रामगोपालपुर नगरपालिकामा कुष्ठरोगी भेटिएनन् । यस्तै, जलेश्वर, औरही, भङ्गाहा र गौशाला नगरपालिका क्षेत्रमा प्रतिदश हजारमा एकजना भन्दा कम अर्थात् शून्य दशमलव १५ देखि शून्य दशमलव ९४ प्रतिशतसम्म रहेका तथ्याङ्क छ ।

कांग्रेसको तराई-मधेस समन्वय विभागमा १० सदस्य मनोनयन

काठमाडौँ, १४ माघ (रासस) ।

नेपाली कांग्रेसका सभापति शेरबहादुर देउवाले पार्टीको तराई–मधेस समन्वय विभागको सदस्यमा १० जनालाई मनोनयन गर्नुभएको छ ।

पार्टीको विधान, २०१७ (संशोधन सहित) को धारा २५ (९) बमोजिम पार्टीका केन्द्रीय सदस्य किरण यादव प्रमुख रहनुभएको विभागमा सोमबार १० सदस्य मनोनय गर्नुभएको हो । मनोनयन हुनुभएका सदस्यमा बाराका कृष्णवर्त सिंह, कपिलवस्तुका सहसराम यादव, सप्तरीका प्रमोदकुमार झा, नवलपुरका मोहनलाल कलवार, सुनसरीका श्यामदेव मेहता, सिरहाका अरूणकुमार सिंह, रौतहटका रामकृपाल यादव, काठमाडौँका दिलमाया अधिकारी, कञ्चनपुरका लालबहादुर राउत राय र सर्लाहीका उमेश चौधरी रहनुभएको मुख्यसचिव कृष्णप्रसाद पौडेलले राससलाई जानकारी दिनुभयो ।

विभागले तराई–मधेस क्षेत्रका पार्टी नेता, कार्यकर्ताबीच समन्वय गरी सङ्गठन सुदृढीकरणमा सक्रिय हुने प्रमुख यादवले बताउनुभयो ।

बृहत्तर जनकपुर क्षेत्र विकास परिषद्को निर्देशकमा पासवान नियुक्त

जनकपुर, १४ माघ (रासस) ।

बृहत्तर जनकपुर क्षेत्र विकास परिषद्ले वैद्यनाथ पासवानलाई चार वर्षका लागि कार्यकारी निर्देशक पदमा नियुक्त गरेको छ ।

विगत दुई वर्षदेखि रिक्त रहेको कार्यकारी निर्देशक पदमा खुला प्रतिस्पर्धाबाट चारवर्षे कार्यकालका लागि पासवानलाई नियुक्त गरिएको परिषद्ले जनाएको हो । परिषद्को ऐनको दफा १७ (१) बमोजिम चार वर्षका लागि पासवानलाई कार्यकारी निर्देशक नियुक्त गरिएको अध्यक्ष शीतल साहले जानकारी दिनुभयो ।

पासवान महोत्तरी जिल्ला महोत्तरी गाउँपालिका-१ सनुखरा निवासी हुनुहुन्छ । जनकपुरधामसहित महोत्तरी र मिथिला माध्यमिकी परिक्रमा क्षेत्रभित्रका सीमावर्ती विभिन्न पालिकाका धार्मिक सम्पदा, धरोहरहरुको संरक्षण संवर्द्धनका लागि संस्थापक कांग्रेसका तत्कालीन नेता महेन्द्रनारायण निधिको नेतृत्वमा गठन भएको थियो ।

हरेक घरमा २ वटा बेड रुम, अगाडि पट्टी बार्दली र शौचालय र किचन, डाइनिङ रलिभिङको लागि एउटा कोठा रहेको छ । चिसोमा न्यानो र गर्मीमा शीतल हुने किसिमले व्यवस्था गरिएको छ । यी घरहरुमा जाडोमा तापक्रम ११ डिग्री सेल्सियस भन्दा तल नजाने र गर्मीमा ३० डिग्री भन्दा माथि नजाने जानकारी दिइएको छ ।

राजविराज नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
राजविराज, सप्तरी

नगरपालिका अन्तर्गत खाली रहेका सटरहरु भाडा लगाउने सिलबन्दि बोलपत्र आव्हानको सूचना ।

प्रथम पटक प्रकाशित मिति २०८१।१०।१५

यस नगरपालिका अन्तर्गत खाली रहेका देहाय बमोजिमका सटरहरु भाडा लगाउनु पर्ने भएको हुँदा बोलपत्र गर्न चाहने व्यक्ति/फर्म वा कम्पनीले यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मिती २०८१।१०।१५ देखी २०८१।११।१५ गते सम्म बोलपत्र खरिद गरी मिति २०८१।११।१६ गते दिनको १२:०० बजे सम्म शिलबन्दी बोलपत्र प्रस्ताव गर्न यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । अन्य शर्त तथा जानकारी यस कार्यालयको सूचना पाटी र website : www.rajbirajmun.gov.np तथा यस कार्यालयको राजश्व शाखाबाट उपलब्ध हुने व्यहोरा सम्बन्धित सबैमा जानकारी सहित सूचित गरिन्छ ।

देहाय

सटर कोठाको विवरण	भाडा दर रेट	धरौटी	कैफियत
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. १०	२,८०८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. ११	२,८०८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. १२	३,९००।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. १३	३,९००।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. १४	३,९००।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. १७	३,१९८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. १८	३,१९८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. १९	४,२९०।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पुर्व तर्फको कोठा नं. २१	८,९७०।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड दक्षिण तर्फको कोठा नं. १	५,९५२।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड दक्षिण तर्फको कोठा नं. ५	२,८८०।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड दक्षिण तर्फको कोठा नं. ६	६,२४०।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड दक्षिण तर्फको कोठा नं. ८	६,२४०।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड दक्षिण तर्फको कोठा नं. ९	६,२४०।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पश्चिम तर्फको कोठा नं. ३	८,००८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पश्चिम तर्फको कोठा नं. ५	८,००८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पश्चिम तर्फको कोठा नं. ६	८,००८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पश्चिम तर्फको कोठा नं. ८	८,००८।००	१,५१,०००।००	
न.पा. कम्पाउण्ड पश्चिम तर्फको कोठा नं. ९	८,००८।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन बाहिरको कोठा नं. ४	६,०००।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन भित्रको कोठा नं १२	५,०१६।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन भित्रको कोठा नं १३	५,०१६।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन भित्रको कोठा नं १४	५,०१६।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन भित्रको कोठा नं १८	५,०१६।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन भित्रको कोठा नं १९	५,०१६।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन भित्रको कोठा नं २५	५,०१६।००	१,५१,०००।००	
लेखनाथ पुस्तकालय भवन भित्रको कोठा नं २६	५,०१६।००	१,५१,०००।००	

राजविराज नगरपालिका
नगर कार्यपालिको कार्यालय
राजविराज.सप्तरी

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक :** अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक :** दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट :** संजय शेखर, **मुद्रण :** न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल :** *rajbirajdainik@gmail.com*, **वेबसाइट :** *rajbirajdainik.com.np*