जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. २२/०४८/०४९,
स.जि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

राजविराज दैनिक

वर्ष ३५ अंक २९९ २०८३ साल असार ३० गते मंगलबार (14 July 2026 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 : आरोग्य जीवन राष्ट्रिय... ३ पृष्ठमा : प्रधानमन्त्रीद्वारा 'बर्न' उपचार ... ३ पृष्ठमा :भारतको फोहोर प्रशोधन...

वर्षाका कारण राजविराजका विभिन्न वडा जलमग्न

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २९ असार ।

आइतबार रातीदेखी परेको अविरल वर्षाका कारण राजविराज नगरपालिकाका विभिन्न वडा जलमग्न भएको छ ।

पानी उचित निकास नहुँदा वडा नं. २, ५, ६ र ७ का वासिन्दाहरुको घरभित्रै पानी पसेको हो । घरभित्रै वर्षाको पानी पसेपछी स्थानीयहरुले निकासका लागि स्थानीय सरकारलाई गुहार लगाएका छन् ।

यति मात्र नभएर हालै हालै वडा नं. ७ स्थित नाला निर्माणसँगै पिच गरिएको सडक समेत डुवानमा परेको छ । यस्तै सोही वडाको वन कार्यालय पश्चिम सडक पूर्ण रुपमा डुवानमा परेको छ । त्यहा वासिहरु घरबाट निस्कन समेत पाएका छैनन् । आवत जावतमा निकै कठिनाई भइरहेको छ ।

यस्तै वडा नं. ६ स्थित छिन्नमस्ता एजुकेशनल जाने बाटो समेत डुवानमा परेको छ । सो सडक छेउमा नाला निर्माण पनि भएको छ । तर सो नालाबाटै पानी सडकमा निस्कदा बाटो पूर्ण रुपले डुवानमा परेकोछ ।

यता वडा नं. ५ स्थित लंका टोलको दक्षिणपट्टीको बस्ति समेत डुवानमा परेको छ । सामान्य पानी पर्दा समेत डुवानमा पर्ने गरेको यी बस्तीका वासिन्दाहरु अहिले बाढीको त्रासमा बस्न बाध्य छन् ।

यसैगरि वडा नं. २ तेतरीगाछीको उत्तरपट्टीको बस्ति समेत डुवानमा परेको छ । सामान्य वर्षामा यो बस्ति बारम्बार डुवानमा पर्ने गरेको छ । स्थानीयहरुको घर घरमा पानी छिरेको छ । उनीहरुको कोठासहित भान्सा घरमा पानी छिर्दा खाना पकाउन समेत बञ्चित हुनु परेको छ ।

डुवानका कारण घरभित्र रहेका खाद्यान्न, लत्ताकपडा तथा अन्य सरसामान भिजेर क्षति पुगेको पीडितहरूले बताएका छन् । डुबानका कारण दैनिक जनजीवनसमेत कष्टकर बनेको उनीहरूको भनाइ छ ।

स्थानीयवासीका अनुसार यो समस्या हरेक वर्ष दोहोरिने भए पनि नगरपालिकाले यसको दीर्घकालीन समाधानतर्फ ध्यान नदिएको गुनासो छ । नाला सफाइ तथा पानी निकासको उचित व्यवस्थापनका लागि सम्बन्धित निकायलाई पटक-पटक आग्रह गर्दा पनि समयमै आवश्यक पहल नगरिएको उनीहरूको भनाइ छ ।

खाल्डोमा डुबेर एकैपरिवारका तीन बालबालिकाको मृत्यु

दैनिक समाचारदाता
सिरहा, २९ असार ।

सिरहाको गोलबजारमा खाल्डोमा डुबेर एकै परिवारका तीन बालबालिकाको मृत्यु भएको छ ।

गोलबजार-७ स्थित पुरानो चोक चोहर्वामा रहेको पशु हाटवजार परिसरमा पशुचौपायालाई पानी खुवाउन खनेको खाल्डोमा जमेको पानीमा डुबेर उनीहरुको मृत्यु भएको हो ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय सिरहाका अनुसार मृत्यु हुनेमा १२ वर्षीया सबनम खातुन, १० वर्षीया रुबिना खातुन र ७ वर्षीय साइफुल शेख रहेका छन् ।

रौतहट जिल्लाको जिगरवा स्थायी घर भएका उनीहरु गोलबजार ७ मा डेरा गरी बस्दैआएका थिए । कवाडी सङ्कलन गरी जीविकोपार्जन गर्दै आएका तीनै जना सोमबार दिउँसो घरबाट खेल्न निस्किएका थिए ।

घटनापछि स्थानीयवासी तथा सुरक्षाकर्मीले उद्धार गरी उपचारका लागि अस्पताल पुऱ्याए पनि चिकित्सकले उनीहरूलाई मृत घोषणा गरेका थिए । घटनाबारे प्रहरीले थप अनुसन्धान गरिरहेको छ ।

चन्द्र नहरमा नुहाउने क्रममा डुबेर बेपत्ता भएका बालकको शव फेला

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २९ असार ।

चन्द्र नहरमा नुहाउने क्रममा डुबेर बेपत्ता भएका १० वर्षीय बालक पंकज प्रमाणी मृत अवस्थामा फेला परेका छन् ।

सप्तरीको कञ्चनरूप नगरपालिका ८ कञ्चनपुरस्थित चन्द्र नहरमा स्थानीय रबिन्द्र प्रमाणीका छोरा पंकज गत आइतबार साँझ करिब ५ बजे साथीहरूसँग नहरमा नुहाउन गएको प्रहरीको भनाई छ ।

प्रहरीका अनुसार उनी नुहाएको स्थानभन्दा करिब ७५ मिटर दक्षिणतर्फ (तल) शव फेला परेको हो ।

विपद् व्यवस्थापन वेस भारदहबाट सशस्त्र प्रहरी निरीक्षक महेश कुमार कार्कीको नेतृत्वमा ९ सदस्यीय उद्धार टोली तथा इलाका प्रहरी कार्यालय कञ्चनपुरबाट खटेको टोलीले आइतबार रातिदेखि नै निरन्तर रूपमा खोज तथा उद्धार कार्य

बाँकी तीन पृष्ठमा

पति-पत्नीलाई गोली हानी कडैती गर्ने तीन जना पक्राउ

महोत्तरी, २९ असार (रासस) ।

स्थानीय सोनमा गाउँपालिका-३ खखना गाउँमा गत जेठ २० गते पतिपत्नीलाई गोली हानी डकैती गरेको अभियोगमा तीन जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेमा सम्सी गाउँपालिका-६ का २१ वर्षीय अपरोज शेष, २४ वर्षीय शेष बारिक र गौशाला नगरपालिका-५ का किशकुमार मेस्तर रहेको प्रहरी नायब उपरीक्षक पञ्चलाल गोलेले बताउनुभयो ।

पक्राउ परेका तीन जनासहितको डाँका समूहले स्थानीय रामविश्वास यादवको घरमा सुतिरहेका उनकी छोरी किरण यादवलाइ खुट्टामा दुई गोली र ज्वाइँ ईश्वरनारायण यादवलाई दाहिने हातमा एक गोली हानी घाइते बनाएको थियो । घाइते यादव दम्पतीको स्वास्थ्य अवस्था अहिले समान्य छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालयले अभियुक्तहरुलाई सोमबार पत्रकार सम्मेलन गरी सार्वजनिक गरेको छ । यस घटनामा संलग्न अन्य फरार अभियुक्तको खोजतलास भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

मधुमेह (डायबिटिज) रोगबाट बचौं

शरीरमा चिनीको मात्रा बढी हुँदा मधुमेह हुन सक्छ,

मधुमेहले,

- विभिन्न अंगमा क्षति पुऱ्याउन सक्छ,
- मुटु र मिर्गौलामा क्षति पुऱ्याउन सक्छ,
- अन्धोपन, पक्षघातलगायतका जोखिम बढाउन सक्छ ।

मधुमेहबाट बचन,

- शरीरको तौल सन्तुलित राखौं,
- चिल्लो तथा चिनीजन्य पदार्थको सेवन कम गरौं,
- जङ्कफुड तथा तारेका, भुटेका र प्रशोधित खानाहरु नखाऔं,
- धुम्रपान, मद्यपान नगरौं, नियमित व्यायाम गरौं,
- रेशायुक्त तथा प्राकृतिक खानेकुरा खाऔं,

नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गरौं, मधुमेहबाट बचौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

आरोग्य जीवन राष्ट्रिय अभियानको सान्दर्भिकता

डिल्लीराज पौडेल

काठमाडौं, २९ असार (रासस)।

रोग लागेपछि उपचार गर्नु मात्र पर्याप्त हो वा रोगको जोखिम न्यूनीकरण गर्ने स्वस्थ जीवनशैली निर्माण गर्नु अझ ठूलो राष्ट्रिय जिम्मेवारी हो ? आजको सार्वजनिक स्वास्थ्य बहसको केन्द्रमा यही प्रश्न रहेको छ। स्वास्थ्य प्रणालीको सफलतालाई अब केवल अस्पताल, औषधि, उपचार सेवा वा स्वास्थ्य पूर्वाधारको विस्तारबाट मात्र मापन गर्न सकिँदैन। नागरिकले कति स्वस्थ, सचेत, जिम्मेवार तथा उत्पादनशील जीवन बिताइरहेका छन् भन्ने पक्ष पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण भएको छ। त्यसैले विश्वव्यापी रूपमा स्वास्थ्यको केन्द्रविन्दु उपचारमुखी सोचबाट क्रमशः रोकथाम, स्वास्थ्य प्रवर्द्धन तथा समग्र आरोग्यतर्फ रूपान्तरण हुँदै गएको छ।

यस परिवर्तित सन्दर्भमा नेपालका लागि पनि आरोग्यलाई राष्ट्रिय विकासको आधारका रूपमा पुनःस्थापित गर्ने महत्वपूर्ण अवसर सृजना भएको छ। स्वस्थ नागरिक नै समृद्ध राष्ट्रको आधार हुन् भन्ने तथ्य विश्वव्यापी रूपमा स्वीकार गरिएको छ। त्यसैले स्वास्थ्यलाई केवल रोगको उपचारसँग सीमित नराखी नागरिकको जीवनशैली, मानसिक सन्तुलन, पोषण, सामाजिक व्यवहार, वातावरण तथा जीवनपद्धतिसँग जोडेर हेर्ने दृष्टिकोण सुदृढ हुँदै गएको छ। यही सोचलाई व्यवहारमा रूपान्तरण गर्ने उद्देश्यका साथ आरोग्य जीवन राष्ट्रिय अभियान २०२७ लाई राष्ट्रिय जनचेतना, स्वस्थ जीवनशैली तथा रोकथाममुखी सार्वजनिक स्वास्थ्यको साझा अभियानका रूपमा अघि बढाउनुपर्ने आवश्यकता देखिएको छ। यसले नेपालका लागि अर्को महत्वपूर्ण अवसर पनि सृजना भएको छ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महासभाले अप्रिल १५ लाई अन्तरराष्ट्रिय आरोग्य दिवसका रूपमा घोषणा गरेको छ। यस घोषणाले आरोग्यलाई व्यक्तिगत जीवनशैलीको विषय मात्र नभई रोकथाममुखी सार्वजनिक स्वास्थ्य, मानसिक सुदृढता, सामाजिक कल्याण तथा दिगो विकाससँग जोडिएको विश्वव्यापी प्राथमिकताका रूपमा स्थापित गरेको छ। नेपालका लागि यो अन्तरराष्ट्रिय मान्यता केवल कूटनीतिक उपलब्धि मात्र होइन, आरोग्यमुखी जीवनशैली, सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धन, आरोग्य कूटनीति, वेलनेस पर्यटन, आध्यात्मिक पर्यटन तथा मानव केन्द्रित विकासलाई राष्ट्रिय नीतिसँग एकीकृत गर्ने ऐतिहासिक अवसर पनि हो।

आधुनिक चिकित्सा विज्ञान मानव सभ्यताको सबैभन्दा महत्वपूर्ण उपलब्धिमध्ये एक हो। रोग पहिचान, निदान, शल्यक्रिया, औषधि, खोप, सघन उपचार तथा स्वास्थ्य प्रविधिमा भएको उल्लेखनीय प्रगतिले करोडौं मानिसको जीवन बचाएको छ, औसत आयु बढाएको छ तथा जटिल रोगहरूको प्रभावकारी उपचार सम्भव बनाएको छ।

त्यसैले आधुनिक चिकित्सा विज्ञानको योगदान निर्विवाद छ तर उपचार क्षमतामा निरन्तर सुधार भइरहेका बेला पनि गैरसङ्क्रामक रोग, मानसिक स्वास्थ्य समस्या तथा अस्वस्थ जीवनशैलीसँग सम्बन्धित चुनौतीहरू तीव्र रूपमा बढिरहेका छन्। यसले स्पष्ट रूपमा देखाउँछ कि दीर्घकालीन स्वास्थ्य सुनिश्चित गर्न उपचारसँगै रोकथाम र स्वास्थ्य प्रवर्द्धनलाई समान प्राथमिकता दिनुपर्दछ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार सन् २०२१ मा विश्वभर गैरसङ्क्रामक रोगका कारण करिब चार करोड ३० लाख मानिसको मृत्यु भएको थियो, जुन कूल मृत्युको करिब ७५ प्रतिशत हो। नेपालमा पनि कूल मृत्युको करिब ७१ प्रतिशत यिनै रोगका कारण हुने गरेको छ। असन्तुलित आहार, शारीरिक निष्क्रियता, सुर्ती तथा मदिराको हानिकारक प्रयोग, वायु प्रदूषण, दीर्घकालीन तनाव तथा अस्वस्थ जीवनशैली यस्ता रोगका प्रमुख जोखिम कारक हुन्। यी तथ्याङ्कहरूले सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रणालीलाई उपचारमुखी मात्र नभई रोकथाममुखी बनाउनुपर्ने आवश्यकता स्पष्ट रूपमा औंल्याउँछन्।

मानसिक स्वास्थ्यको अवस्था झन गम्भीर बन्दै गएको छ। नेपाल प्रहरीका अनुसार आर्थिक वर्ष २०२४/२५ मा छ हजार ८६६ जनाले आत्महत्या गरेका थिए, अर्थात् औसतमा प्रत्येक दिन १८ देखि २० जनाले आफ्नो जीवन गुमाएका थिए। उदासी, चिन्ता, सामाजिक एक्लोपन, डिजिटल निर्भरता, बेरोजगारी, आर्थिक दबाब तथा पारिवारिक विखण्डनले मानसिक स्वास्थ्यका चुनौतीलाई थप जटिल बनाइरहेका छन्।

विशेषगरी बालबालिका र युवामा बढ्दो स्क्रिन समय तथा डिजिटल निर्भरताले शारीरिक गतिविधि, सामाजिक सम्बन्ध र मानसिक सन्तुलनमा प्रतिकूल प्रभाव पारिरहेको छ। त्यसैले मानसिक स्वास्थ्यसँगै डिजिटल सन्तुलनलाई पनि आरोग्यमुखी जीवनशैलीको अभिन्न अङ्गका रूपमा समेटिनुपर्दछ।

वैदेशिक रोजगारीमा रहेका नेपाली श्रमिकहरूको अवस्था पनि उत्तिकै संवेदनशील छ। श्रमशोषण, मानसिक तनाव, स्वास्थ्य सेवामा सीमित पहुँच, कार्यस्थल दुर्घटना, पारिवारिक दूरी तथा स्वदेश फर्केपछिका पुनःस्थापनाका चुनौतीहरूले उनीहरूको शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक आरोग्यमा प्रतिकूल प्रभाव पारिरहेका छन्। त्यसैले आरोग्यको अवधारणाले देशभित्रका नागरिक मात्र होइन, विदेशमा रहेका नेपाली श्रमिक तथा उनीहरूको परिवारको समग्र कल्याणलाई पनि समान प्राथमिकतामा समेट्नुपर्दछ।

यी सबै यथार्थहरूले स्वास्थ्यलाई केवल उपचार प्रणालीका रूपमा हेर्ने परम्परागत दृष्टिकोण परिवर्तन गर्नुपर्ने आवश्यकता औंल्याएका छन्। स्वास्थ्य व्यक्ति, परिवार, शिक्षा, पोषण, मानसिक सन्तुलन, सामाजिक सम्बन्ध, कार्यस्थल, वातावरण तथा जीवनशैलीसँग अभिन्न रूपमा जोडिएको समग्र विकासको आधार हो। त्यसैले स्वस्थ समाज निर्माणका लागि केवल स्वास्थ्य मन्त्रालयको प्रयास पर्याप्त हुँदैन। शिक्षा, कृषि, श्रम, युवा तथा खेलकुद, सञ्चार, स्थानीय सरकार, निजी क्षेत्र, नागरिक समाज, धार्मिक तथा सामुदायिक संस्था तथा प्रत्येक नागरिकको सक्रिय सहभागिता आवश्यक पर्दछ। सबै पक्षको संयुक्त प्रयासबाट मात्र आरोग्यमुखी समाज निर्माण सम्भव हुन्छ। यही कारण सार्वजनिक स्वास्थ्यलाई आज बहुक्षेत्रीय, बहुपक्षीय तथा साझा राष्ट्रिय दायित्वका रूपमा परिभाषित गरिएको छ।

नेपालका सन्दर्भमा जलवायु परिवर्तन पनि सार्वजनिक स्वास्थ्यको उदीयमान चुनौती बनेको छ। बढ्दो तापक्रम, वायु प्रदूषण, बाढी, पहिरो तथा अन्य जलवायुजन्य विपद्ले शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष असर पुर्‍याइरहेका छन्। त्यसैले आरोग्यमुखी जीवनशैली, स्वस्थ वातावरण तथा जलवायु अनुकूल विकासलाई परस्पर पूरक नीतिका रूपमा अघि बढाउन आवश्यक छ। विश्वव्यापी रूपमा पनि आरोग्यमुखी सोच तीव्र रूपमा विस्तार भइरहेको छ। ग्लोबल वेलनेस इन्स्टिच्युटका अनुसार सन् २०२३ मा विश्वको वेलनेस अर्थतन्त्र करिब ६.३ ट्रिलियन अमेरिकी डलर पुगेको थियो र आगामी केही वर्षमा करिब नौ ट्रिलियन अमेरिकी डलरसम्म पुग्ने अनुमान गरिएको छ। यसले विश्व समुदाय उपचारभन्दा अघि स्वस्थ जीवनशैली, पोषण, योग, ध्यान, मानसिक सन्तुलन तथा तनाव व्यवस्थापनतर्फ उन्मुख भइरहेको स्पष्ट देखाउँछ। नेपालले पनि यस परिवर्तनलाई सार्वजनिक स्वास्थ्य नीति, मानव पुँजी विकास तथा दिगो आर्थिक रूपान्तरणसँग जोड्न सक्नुपर्दछ।

नेपाल प्राकृतिक, सांस्कृतिक तथा आध्यात्मिक दृष्टिले आरोग्यमुखी विकासका लागि विशिष्ट सम्भावना बोकेको राष्ट्र हो। हिमालय, जैविक विविधता, स्थानीय खाद्य प्रणाली, औषधीय जडीबुटी, योग, ध्यान, आयुर्वेद, बौद्ध तथा वैदिक दर्शन, लुम्बिनी, पशुपतिनाथ, जनकपुर, मुक्तिनाथ तथा अन्य आध्यात्मिक केन्द्रहरूले नेपाललाई विश्वस्तरीय आरोग्य तथा आध्यात्मिक पर्यटनको गन्तव्यका रूपमा विकास गर्ने बलियो आधार प्रदान गर्दछन्। साथै, नेपाली समाजका परम्परागत खानपान, पैदल हिँड्ने संस्कृति, सामुदायिक सहकार्य तथा प्रकृतिसँगको निकट सम्बन्ध आफैंमा आरोग्यमुखी जीवनशैलीका महत्वपूर्ण आधार हुन्। यिनलाई वैज्ञानिक अनुसन्धान, गुणस्तरीय सेवा तथा अन्तरराष्ट्रिय मापदण्डसँग जोड्न सकियो भने सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धनसँगै रोजगारी, स्थानीय अर्थतन्त्र तथा हरित विकासमा महत्वपूर्ण योगदान पुग्न सक्दछ।

आरोग्य भनेको रोगको अनुपस्थिति मात्र होइन। यो शरीर, मन, भावना, परिवार, सामाजिक सम्बन्ध, कार्यसंस्कृति, वातावरण तथा जीवनशैलीबीचको सन्तुलित अवस्था हो। त्यसैले आरोग्य आधुनिक चिकित्साको विकल्प होइन; बरु आधुनिक चिकित्सा, सार्वजनिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य तथा स्वस्थ जीवनशैलीलाई एकीकृत गर्ने समग्र दृष्टिकोण हो। उपचारले रोग व्यवस्थापन गर्दछ र जीवन बचाउँछ भने आरोग्यमुखी जीवनशैलीले रोगको जोखिम घटाउँछ, जीवनको गुणस्तर अभिवृद्धि गर्दछ तथा दीर्घकालीन स्वास्थ्य सुनिश्चित गर्दछ। भविष्यको प्रभावकारी स्वास्थ्य प्रणाली उपचार र रोकथाम दुवैलाई समान महत्व दिने सन्तुलित अवधारणामा आधारित हुनुपर्दछ।

नेपालको संविधानले प्रत्येक नागरिकलाई स्वास्थ्यसम्बन्धी मौलिक हक सुनिश्चित गरेको छ। यस संवैधानिक प्रतिबद्धतालाई व्यवहारमा रूपान्तरण गर्न उपचार सेवाको विस्तारसँगै स्वास्थ्य प्रवर्द्धन र रोगको रोकथामलाई पनि समान प्राथमिकतामा राख्न आवश्यक छ। यही दृष्टिकोणलाई विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले स्वास्थ्य प्रवर्द्धन तथा सबै नीतिमा स्वास्थ्यको अवधारणामार्फत जोड दिएको छ। यसको सार के हो भने स्वास्थ्य मन्त्रालयले मात्र होइन, शिक्षा, कृषि, वातावरण, खाद्य प्रणाली, सहरी विकास, यातायात, श्रम, सञ्चार, खेलकुद, पर्यटन तथा स्थानीय सरकारले पनि आफ्ना नीति र कार्यक्रममार्फत नागरिकको आरोग्य प्रवर्द्धन गर्ने साझा दायित्व वहन गर्नुपर्दछ भन्ने हो। नेपालमा यही बहुक्षेत्रीय दृष्टिकोणलाई व्यवहारमा उतार्न सकियो भने स्वस्थ, सक्षम, प्रतिस्पर्धी तथा समृद्ध समाज निर्माणको बलियो आधार तयार हुनेछ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले स्वस्थ बुढौलीलाई सार्वजनिक स्वास्थ्यको प्रमुख प्राथमिकतामध्ये एकका रूपमा जोड दिएको छ। नेपाल पनि क्रमशः वृद्धजनको सङ्ख्या बढ्दै गएको समाजतर्फ उन्मुख भइरहेका कारण स्वस्थ बुढौलीलाई राष्ट्रिय स्वास्थ्य नीतिको अभिन्न अङ्ग बनाउनु आवश्यक छ। नियमित शारीरिक गतिविधि, सन्तुलित पोषण, मानसिक सक्रियता र सामाजिक सहभागिताले वृद्धावस्थामा पनि स्वस्थ, सक्रिय र सम्मानजनक जीवन सुनिश्चित गर्न महत्वपूर्ण योगदान पुर्‍याउँछन्।

परिवार; आरोग्यमुखी समाजको पहिलो विद्यालय हो। स्वस्थ आहार, नियमित व्यायाम, पर्याप्त निद्रा, डिजिटल उपकरणको सन्तुलित प्रयोग, पारिवारिक संवाद, भावनात्मक सहयोग तथा अनुशासित जीवनशैलीको संस्कार परिवारबाटै विकास हुन्छ। सञ्चारमाध्यम, शैक्षिक संस्था, धार्मिक तथा सांस्कृतिक सङ्गठन, नागरिक समाज र निजी क्षेत्रले पनि वैज्ञानिक प्रमाणमा आधारित स्वास्थ्य साक्षरता अभिवृद्धि गर्दै स्वस्थ जीवनशैलीलाई सामाजिक आन्दोलनका रूपमा स्थापित गर्न सक्दछन्। विशेषगरी सामाजिक सञ्जालको बढ्दो प्रभावका बीच गलत सूचना तथा छद्मवैज्ञानिक स्वास्थ्य दावीबाट नागरिकलाई जोगाउनु आजको महत्वपूर्ण दायित्व हो।

आरोग्य जीवन राष्ट्रिय अभियान २०२७ लाई संयुक्त राष्ट्रसङ्घका दिगो विकास लक्ष्य, नेपालको सार्वभौमिक स्वास्थ्य पहुँच, मानव पुँजी विकास, सामाजिक समावेशिता, जलवायु अनुकूल विकास तथा दिगो आर्थिक समृद्धिसँग एकीकृत गरी कार्यान्वयन गर्नुपर्दछ। स्वस्थ जनशक्ति कुनै पनि राष्ट्रको सबैभन्दा महत्वपूर्ण उत्पादनशील पुँजी हो। रोकथाममुखी सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रणालीले उपचार खर्च घटाउँछ, श्रम उत्पादकत्व बढाउँछ, परिवारको आर्थिक भार कम गर्छ तथा राष्ट्रिय अर्थतन्त्रलाई थप सुदृढ बनाउँछ। यस अर्थमा आरोग्यमुखी जीवनशैलीमा गरिने लगानी खर्च होइन, राष्ट्रको भविष्य, मानव पुँजी र दिगो समृद्धिमा गरिने रणनीतिक लगानी हो।

नेपालले अब उपचारमुखी सोचसँगै आरोग्यमुखी विकासको राष्ट्रिय यात्रा आत्मविश्वासका साथ प्रारम्भ गर्नुपर्दछ। 'औषधिभन्दा अघि चेतना, रोगभन्दा अघि रोकथाम' भन्ने सन्देश अस्पतालभित्र मात्र सीमित नरही विद्यालय, परिवार, कार्यस्थल, सञ्चारमाध्यम, स्थानीय सरकार, निजी क्षेत्र तथा प्रत्येक नागरिकको दैनिक व्यवहारमा रूपान्तरण हुनुपर्दछ। जब आरोग्य व्यक्तिगत अभ्यासबाट सामाजिक संस्कृतिमा र सामाजिक संस्कृतिबाट राष्ट्रिय चरित्रमा रूपान्तरण हुन्छ, तब मात्र स्वस्थ नागरिक, सुदृढ परिवार, सक्षम मानव पुँजी, प्रतिस्पर्धी अर्थतन्त्र र समृद्ध नेपालको आधार निर्माण हुनेछ।

अन्ततः कुनै पनि राष्ट्रको वास्तविक शक्ति अस्पतालको सङ्ख्या वा उपचार सेवाको विस्तारबाट मात्र मापन हुँदैन। त्यसको वास्तविक मापन स्वस्थ, सचेत, नैतिक, अनुशासित, उत्पादनशील तथा सिर्जनशील नागरिकबाट हुन्छ। उपचार सधैं अपरिहार्य रहनेछ, तर उपचारलाई मात्र स्वास्थ्यको पर्याय मान्ने सोच अब पर्याप्त छैन। भविष्यको समृद्ध नेपाल निर्माणका लागि उपचार र आरोग्यबीच सन्तुलित समन्वय स्थापित गर्दै रोकथाममुखी, मानव केन्द्रित तथा दिगो सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रणाली निर्माण गर्नु समयको अपरिहार्य आवश्यकता हो। यही दृष्टिले आरोग्य जीवन राष्ट्रिय अभियान २०२७ केवल स्वास्थ्य क्षेत्रको कार्यक्रम होइन; यो स्वस्थ नागरिक, सुदृढ परिवार, सक्षम मानव पुँजी, उत्पादनशील अर्थतन्त्र र समृद्ध नेपालको साझा राष्ट्रिय अभियान हो। उपचार र रोकथामबीचको सन्तुलित समन्वयमार्फत आरोग्यमुखी संस्कृतिको विकास गर्न सकियो भने नेपालले स्वास्थ्यलाई विकासको केन्द्रमा स्थापित गर्दै समावेशी, दिगो र समुन्नत राष्ट्र निर्माणतर्फ ऐतिहासिक फड्को मार्न सक्नेछ।

डा. भगवती यादव
Dr. Bhagwati Yadav
MBBS, MD Paediatrics (USC)
NMC Reg. No. : 11389
नवजात शिशु तथा 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

प्रधानमन्त्रीद्वारा 'बर्न' उपचार केन्द्र विस्तार गर्ने निर्देशन

काठमाडौं, २९ असार (रासस)।
प्रधानमन्त्री बालेन्द्र शाहले सातै प्रदेशमा सुविधासम्पन्न 'बर्न' उपचार केन्द्र स्थापनाको योजना तत्काल अघि बढाउन निर्देशन दिनुभएको छ।
प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयमा सोमबार स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका उपकुलपतिसँगको छलफलका क्रममा उहाँले प्रमुख सरकारी अस्पतालमा बर्न वार्ड सुदृढीकरणका लागि पनि आवश्यक योजना अघि बढाउन निर्देशन दिनुभएको हो।
प्रधानमन्त्री शाहले गम्भीर प्रकृतिका जलनका बिरामीले समयमै गुणस्तरीय उपचार पाउने व्यवस्था सुनिश्चित गर्न सङ्घ, प्रदेश र सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्थाबीच आवश्यक प्रभावकारी समन्वय गर्न सुझाव दिनुभयो।
उहाँले गुणस्तरीय, प्रभावकारी तथा नागरिकमैत्री स्वास्थ्य सेवा सरकारको उच्च प्राथमिकतामा रहेको उल्लेख गर्दै अस्पतालमा सरसफाइ, सेवा प्रवाहमा सुधार, 'डिजिटल' प्रविधिको प्रयोग र सुशासनको प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्न पनि ध्यानाकर्षण गराउनुभयो।
प्रधानमन्त्री शाहले विपन्न, असहाय तथा आर्थिक रूपमा कमजोर नागरिकको स्वास्थ्य सेवामा पहुँच विस्तार गर्न निजी अस्पतालले बहिरङ्ग (ओपिडी) सेवाको कम्तीमा १० प्रतिशत सेवा सहुलियतपूर्ण रूपमा उपलब्ध गराउने व्यवस्थाको प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्न निर्देशन दिनुभयो।
एउटा स्वास्थ्य संस्थाले विकास गरेका उत्कृष्ट र असल अभ्यासलाई अन्य संस्थाले पनि साझेदारी र सिकाइका माध्यम बनाउन सुझाव दिँदै उहाँले प्रतिष्ठानका नाममा रहेको जग्गा अतिक्रमणको विषय सम्बन्धित निकायसँग समन्वय गरी कानुनबमोजिम समाधानका लागि पहल गरिने बताउनुभयो।
छलफलका क्रममा उपकुलपतिहरूले चिकित्सा शिक्षाको गुणस्तर अभिवृद्धि, स्वास्थ्य सेवा प्रवाहमा सुधार, अस्पतालको सरसफाइ, विशेषज्ञ स्वास्थ्य सेवा विस्तार, दक्ष स्वास्थ्य जनशक्ति व्यवस्थापन, अनुसन्धान प्रवर्द्धन र पूर्वाधार विकाससम्बन्धी सुझाव प्रस्तुत गर्नुभयो।
उहाँहरुले स्वास्थ्य सेवामा 'डिजिटल' रूपान्तरण, अस्पताल सूचना व्यवस्थापन प्रणालीको प्रभावकारी कार्यान्वयन तथा केही प्रतिष्ठानका नाममा रहेको जग्गा अतिक्रमणका कारण संस्थागत विकासमा परेको प्रभावबारे प्रधानमन्त्रीसमक्ष जानकारी गराउनुभयो।
त्यस अवसरमा पाटन स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका उपकुलपति प्राडा नवीसमान सिंह प्रधान, राप्ती स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका उपकुलपति प्राडा अजयकुमार मिश्र, पोखरा स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानका उपकुलपति प्राडा नारायणसिंह गुरुङ, बिपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान, धरानका उपकुलपति डा स्मृति काफ्ले तथा चिकित्सा विज्ञान राष्ट्रिय प्रतिष्ठानका उपकुलपति विवेक आचार्य सहभागी हुनुहुन्थ्यो।

सञ्चार क्षेत्रको अवस्था, चुनौती र आगामी दिशाबारे डिजिटल मिडिया 'सोसाइटी' सँग छलफल

काठमाडौं, २९ असार (रासस)।
सूचना तथा सञ्चारमन्त्री डा विक्रम तिमिल्सिनाले डिजिटल मिडिया सञ्चालकहरूको छाता संस्था 'डिजिटल मिडिया सोसाइटी' सँग सञ्चार क्षेत्रको वर्तमान अवस्था, चुनौती तथा आगामी नीतिगत सुधारका विषयमा छलफल गर्नुभएको छ।
सोमबार मन्त्रालयमा भएको छलफलमा सञ्चारमन्त्री डा तिमिल्सिनाले सञ्चार जगत बलियो नभई लोकतन्त्र बलियो हुन नसक्ने उल्लेख गर्दै यस क्षेत्रका विद्यमान समस्याहरुको समाधानका लागि सरकार तयार रहेको बताउनुभयो।
पत्रकारिता क्षेत्रलाई अझ बलियो, संस्थागत, विश्वसनीय र व्यावसायिक बनाउन सञ्चार मन्त्रालय प्रतिबद्ध रहेको स्पष्ट गर्नुहुँदै सञ्चारमन्त्रीले मिडिया क्षेत्रसँग सम्बन्धित सबै सरोकारवाला पक्षबाट यसमा सहयोग प्राप्त हुने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो। उहाँले पत्रकारिता जगतले आफ्नो गरिमा, विश्वसनीयता र सामाजिक दायित्व कायम राख्न सक्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो।
उहाँले सञ्चार क्षेत्रलाई कसरी सुदृढ र मर्यादित बनाउने भन्ने विषयमा सरकारले आवश्यक नीतिगत, कानुनी तथा संस्थागत सुधारका काम अघि बढाइरहेको जानकारी दिनुभयो। गलत, भ्रामक तथा नियोजित रूपमा फैलाइने गलत सूचना, कृत्रिम बुद्धिमत्तामार्फत तयार गरिने नक्कली सामग्री (डिपफेक) तथा झुटा र सनसनीपूर्ण समाचारको प्रकासन एवं प्रसारण बढिरहेकामा चिन्ता व्यक्त गर्नुहुँदै सञ्चारमन्त्री डा तिमिल्सिनाले सञ्चार क्षेत्रमा देखिएको यसकिसिमको गम्भीर चुनौतीको समाधानका लागि सहकार्य हुन आवश्यक छ भन्नुभयो।
सञ्चारमन्त्रीले विद्यमान नीति तथा कानुनमा सुधार गरी संस्थागत व्यवस्थालाई प्रभावकारी कार्यान्वयन गरी सूचना तथा प्रविधिको क्षेत्रमा देखिएका चुनौतीको समाधान गरिने स्पष्ट गर्नुभयो। प्रभावकारी नभएका कानुनी व्यवस्थाको पहिचान गरी आवश्यक संशोधन तथा परिमार्जन गर्ने काम सुरु भएको बताउँदै उहाँले भन्नुभयो, "आमसञ्चार विधेयक र मिडिया काउन्सिल विधेयकको मस्यौदामाथि छलफल सुरु भइसकेको छ। सरोकार भएका सबै पक्षबाट प्राप्त हुने रायसुझावका आधारमा ती विधेयकलाई समयानुकुल र व्यावहारिक बनाइने छ। त्यस प्रक्रियामा मिडिया जगतबाट सहयोग प्राप्त हुने विश्वास लिएको छु।"
छलफलका क्रममा डिजिटल मिडिया सोसाइटीका पदाधिकारीहरूले प्रेस काउन्सिलको भूमिका पछिल्लो समय कमजोर बन्दै गएको टिप्पणी गर्दै सञ्चार क्षेत्रको प्रभावकारी नियमन, आत्मअनुशासन र आचारसंहिताको कार्यान्वयनलाई सुदृढ बनाउन काउन्सिललाई थप प्रभावकारी बनाउनुपर्ने धारणा राख्नुभएको थियो।
प्रेस काउन्सिलको कमजोर भूमिकाका कारण पत्रकार तथा सञ्चारमाध्यमको संरक्षण, नियमन र व्यावसायिक अभ्यासमा समस्या देखिएको तथा त्यसले सञ्चार माध्यमप्रतिको सार्वजनिक विश्वाससमेत कमजोर बनाएको उहाँहरुको भनाइ थियो। डिजिटल मिडिया सोसाइटीले पत्रकारिता आचारसंहिताको प्रभावकारी पालना गराउनुपर्ने, सञ्चार माध्यमहरूले जिम्मेवार पत्रकारितालाई प्राथमिकता दिनुपर्ने तथा विज्ञापन बजारमा देखिएको अस्वस्थ प्रतिस्पर्धालाई नियन्त्रण गर्न नीतिगत हस्तक्षेप आवश्यक रहेको सुझावसमेत दिएको थियो।
छलफलमा सञ्चार क्षेत्रको विश्वसनीयता अभिवृद्धि, डिजिटल पत्रकारिताको संस्थागत विकास, सञ्चार माध्यमको दिगोपना तथा बदलिँदो सूचना प्रविधिसँग मेल खाने कानुनी र नीतिगत संरचना निर्माणका विषयमा समेत छलफल भएको थियो।

महिलाको चरित्र हत्या गरेको आरोपमा दुई पक्राउ

काठमाडौं, २९ असार (रासस)।
नेपाल प्रहरीको साइबर ब्यूरोले सामाजिक सञ्जालमार्फत महिलाको चरित्रहत्या अश्लील सामग्री दुरुपयोग तथा मानसिक तनाव दिएको आरोपमा एक नेपाली र एक भारतीय नागरिकलाई पक्राउ गरेको छ।
पक्राउ पर्नेमा भारतको आसाम राज्य, गुहाटी मदनपुरका २६ वर्षीय जावरुल हक र ओखलढुङ्गाको चम्पादेवी गाउँपालिका-६ स्थायी घर भई हाल काठमाडौं बस्दै आएका २४ वर्षीय सरोज कार्की छन्।
साइबर ब्यूरोका प्रवक्ता प्रहरी उपरीक्षक दिलीपकुमार गिरीका अनुसार जावरुल हकले पीडित महिलाको अश्लील भिडियो र तस्बिर दुरुपयोग गर्दै अनुचित लाभ लिन बारम्बार दबाब दिएका थिए। उद्देश्य पूरा नभएपछि उनले ती सामग्री टिकटकमा सार्वजनिक गरी महिलाको चरित्रहत्या गर्ने प्रयास गरेको प्रारम्भिक अनुसन्धानबाट खुलेको प्रहरीले जनाएको छ।
त्यस्तै, सरोज कार्कीले अध्ययनका क्रममा चिनजान भएकी प्रेमिकासँग सम्बन्ध विच्छेद भएपछि पीडितकै फेसबुक खाताबाट अश्लील सामग्री पोस्ट गरी चरित्रहत्या गर्ने, दुःख-हैरानी दिने र मानसिक तनाव सिर्जना गरेको उजुरीका आधारमा पक्राउ गरिएको प्रहरीले जनाएको छ।
दुवै जनाविरुद्ध विद्युतीय कारोबार ऐन, २०६३ अन्तर्गतको कसुरमा काठमाडौं जिल्ला अदालतबाट पाँच दिनको म्याद थप अनुमति लिएर थप अनुसन्धान भइरहेको साइबर ब्यूरोले जनाएको छ।
प्रहरीले सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग गरी कसैको गोपनीयता, प्रतिष्ठा वा चरित्रमा आघात पुर्‍याउने कार्य कानुनबमोजिम दण्डनीय अपराध भएकाले यस्ता गतिविधिमा संलग्न नहुन सबैलाई आग्रह गरेको छ।

चन्द्र नहरमा ...

सञ्चालन गरिरहेको थियो।
रातभरको प्रयासपछि चन्द्र नहरको पानी बन्द गरेर पुनः खोजी गर्दा सोमबार बिहान करिब पौने १० बजे बालकको शव फेला परेको हो।
मृतक बालकको शवलाई पोस्टमार्टमका लागि राजविराजस्थित गजेन्द्रनारायण सिंह अस्पताल पठाइएको प्रहरीले जनाएको छ।

विश्व समाचार

भारतको फोहोर प्रशोधन केन्द्रमा फोहोरको थुप्रो खस्दा नौ जनाको मृत्यु

नयाँदिल्ली, २९ असार (रासस/एएफपी)।
भारतको पश्चिमी क्षेत्रमा रहेको फोहोरबाट ऊर्जा उत्पादन गर्ने केन्द्रमा भारी वर्षापछि फोहोरको थुप्रो खस्दा नौ जना कामदारको मृत्यु भएको छ। केन्द्रका सञ्चालकले सोमबार जारी गरेको विज्ञप्तिमार्फत घटनाबारे जानकारी दिएका हुन्।
भारतमा जुनदेखि सेप्टेम्बरसम्म रहने मनसुन अवधिमा भारी वर्षाका कारण भवन तथा पूर्वाधारसम्बन्धी दुर्घटनाहरू हुने गरेका छन्। लामो समयको वर्षाले कमजोर संरचना भत्किने वा पहिरो जाने जोखिम बढाउने गर्छ।
गत बुधबार पुणे सहरको बाहिरी क्षेत्रमा रहेको 'एन्टोनी वेस्ट' फोहोर प्रशोधन केन्द्रमा दुर्घटना भएको हो। नजिकै रहेको ल्यान्डफिल (फोहोर विसर्जन स्थल) बाट हजारौं टन फोहोर खस्दा प्रशासनिक भवनमा रहेका २३ जना व्यक्ति पुरिएका थिए।
कम्पनीले जारी गरेको विज्ञप्तिमा निरन्तरको वर्षाका कारण ल्यान्डफिल अस्थिर बनेपछि फोहोर खसेर भवनमा क्षति पुगेको उल्लेख गरिएको छ। घटनामा नौ जनाको मृत्यु भएको र १४ जनालाई जीवितै उद्धार गरिएको कम्पनीले जनाएको छ।
उद्धार टोलीले वर्षाका कारण कठिन परिस्थितिमा काम गर्नुपरेको र भग्नावशेषमुनि फसेकाहरूको उद्धारमा चुनौती भएको अधिकारीले बताएका छन्। संरचनागत तथा सुरक्षासम्बन्धी जाँच पूरा नभएसम्मका लागि केन्द्रको सञ्चालन अस्थायी रूपमा रोकिएको छ।
वैज्ञानिकहरूका अनुसार जलवायु परिवर्तनका कारण भारतमा अतिवृष्टि, गर्मी तथा अन्य चरम मौसमी घटनाको आवृत्ति र तीव्रता बढ्दै गएको छ। मौसमविद्हरूले यस वर्ष सम्भावित शक्तिशाली 'एल निनो' मौसमी प्रभावले भारतको सामान्य मौसमी चक्रमा समेत असर पार्न सक्ने बताएका छन्।

बैङ्कक पबमा भीषण आगलागी, २७ जनाको मृत्यु

बैङ्कक, २९ असार (रासस/एपी)।
थाइल्यान्डको राजधानी बैङ्ककस्थित एक पबमा सोमबार मध्यरातपछि भएको भीषण आगलागीमा कम्तीमा २७ जनाको मृत्यु भएको छ भने ६३ जना घाइते भएका छन्। घाइतेमध्ये २२ जनाको अवस्था गम्भीर रहेकाले मृतकको सङ्ख्या अझ बढ्न सक्ने आशङ्का गरिएको छ।
आगलागी बैङ्ककको उत्तरी क्षेत्रमा रहेको ना लाडपराव पबमा भएको हो। प्रारम्भिक जानकारीअनुसार स्टेज नजिकै रहेको सर्किट ब्रेकरबाट धुवाँ निस्किएपछि विस्फोट भएको र केही क्षणमै बाक्लो धुवाँ तथा आगो पबभर फैलिएको थियो। त्यसपछि मानिसहरू बाहिर निस्कन खोज्दा भागदौड मच्चिएको थियो।
थाइल्यान्डका प्रधानमन्त्री अनुतिन चार्नविराकुलले घटनास्थलमै पुगेर २७ जनाको मृत्यु भएको पुष्टि गर्दै आगलागीको कारणबारे विस्तृत अनुसन्धान भइरहेको जानकारी दिनुभयो। उहाँका अनुसार धेरै शव पबको पछाडितर्फ रहेको शौचालय क्षेत्रमा फेला परेका छन्। त्यहाँ मानिसहरू ज्यान जोगाउन आश्रय लिन पुगेका थिए।
प्रारम्भिक उद्धार टोलीले सार्वजनिक गरेको दृश्यमा पबको मुख्य प्रवेशद्वारबाट ठूलो आगो र बाक्लो कालो धुवाँ निस्किरहेको तथा मानिसहरू ज्यान जोगाउन भागिरहेको देखिएको थियो। आगलागी नियन्त्रणमा लिन दमकलकर्मीलाई करिब आधा घण्टा लागेको थियो।
बैङ्ककका गभर्नर चाडचार्ट सिटिपुन्टका अनुसार घाइतेलाई विभिन्न अस्पतालमा उपचारका लागि लगिएको छ। धेरै पीडितसँग परिचय खुल्ने कागजात नभएको वा उनीहरू बेहोस रहेकाले पहिचान गर्ने काम जारी छ।
घटनापछि आफ्ना आफन्तको खोजीमा पुगेका परिवारजनका लागि घटनास्थल नजिकै दर्ता तथा सूचना केन्द्र स्थापना गरिएको छ।
नजिकै अर्को कार्यक्रममा प्रस्तुति दिइरहेकी गायिका सुकन्या वोङवोङवाईले आगलागीको खबर पाएपछि घटनास्थल पुगेको बताउँदै आफ्ना ब्यान्डका एक सदस्यको मृत्यु भएको, तीन जना अस्पतालमा उपचाररत रहेको र एक जना अझै सम्पर्कविहीन रहेको जानकारी दिनुभयो। उहाँका अनुसार आगलागी भएपछि तत्काल विद्युत् आपूर्ति बन्द हुँदा पब अन्धकारमय बनेको र बाक्लो धुवाँका कारण मानिसहरूले एकअर्कालाई देख्न नसकेकाले बाहिर निस्कन कठिन भएको थियो।
थाइल्यान्डमा यसअघि पनि यस्ता दुःखद् आगलागी भएका छन्। सन् २०२२ मा देशको पूर्वी क्षेत्रमा रहेको एक म्युजिक पबमा आगलागी हुँदा १४ जनाको मृत्यु भएको थियो। त्यसअघि सन् २००९ को नयाँ वर्षको पूर्वसन्ध्यामा बैङ्ककको सान्टिका नाइटक्लबमा भएको आगलागीमा ६६ जनाले ज्यान गुमाएका थिए भने २०० भन्दा बढी घाइते भएका थिए। उक्त आगलागी भित्री आतशबाजी प्रदर्शनका कारण भएको निष्कर्ष निकालिएको थियो।

मिटरब्याज पीडितहरूको 'न्याय मार्च'

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २९ असार ।

गत असार २५ गते जनकपुरबाट सुरु भएको मिटरब्याज पीडितहरूको 'न्याय मार्च' सोमबार पाँचौं दिनमा प्रवेश गरेको छ ।

न्यायको खोजीमा निस्किएका उनीहरूले हातमा 'चुपचाप तमसुक फाड' र 'अधिकार माग्न काठमाडौं जान पर्दैन' जस्ता नारा लेखिएका प्लेकार्ड बोकेका छन् ।

राज्यलाई ब्युँझाउन र आफ्ना हकअधिकार स्थापित गर्न पैदलै काठमाडौं हिँडेका उनीहरूले सरकारसमक्ष विभिन्न माग अघि सारेका छन् । सयौंको सङ्ख्यामा रहेका मिटरब्याज पीडितहरू हरेक दिन करिब २० देखि २६ किलोमिटरसम्म हिँडिरहेका छन् ।

आफ्ना माग पूरा नभएसम्म यो यात्रा काठमाडौं नपुगी नरोकिने आयोजकले बताएका छन् । सरकारसँग उनीहरूले मुख्य गरी फर्जी लिखत खारेज गर्न र शक्तिशाली विशेष ऐन निर्माण गर्न माग गरेका छन् ।

मन्त्रिपरिषद्बाट निर्णय गराएर तमसुक, दृष्टिबन्धक, छिन्नुवा पास र फर्जी चेकजस्ता सम्पूर्ण अवैध लिखत खारेज गर्नुपर्ने उनीहरूको भनाइ छ ।

यसैगरी, मिटरब्याज अपराध उन्मुलनको प्रतिबद्धतासहित राजनीतिक घोषणा गरेर शक्तिशाली ऐन ल्याउन उनीहरूले जोड दिएका छन् ।

फर्जी लिखतका आधारमा अदालतमा दर्ता भएका मुद्दा र अदालती प्रक्रियालाई पीडितमैत्री बनाउनुपर्ने उनीहरूको माग छ । साहुमहाजनले हालेका मुद्दा, पक्राउ पुर्जी स्थगन गर्ने र फैसला भइसकेका मुद्दाको पुनरावलोकन गर्नुपर्ने उनीहरूले बताएका छन् ।

साथै, पक्राउ परेका पीडितलाई क्षतिपूर्तिसहित स-सम्मान रिहा गर्न र गृह मन्त्रालयअन्तर्गत अन्तरनिकाय निगरानी एकाइ गठन गर्न माग गरिएको छ ।

मिटरब्याजका कारण भएका हत्या, दुर्व्यवहार, महिलामाथि हुने ज्यादती र यौन हिंसाको गम्भीर छानबिन गरी दोषीलाई कारबाही र पीडितलाई क्षतिपूर्ति दिन उनीहरूले माग गरेका छन् । न्यायपूर्ण आर्थिक कारोबार सुनिश्चित गर्नुपर्ने उनीहरूको अन्तिम माग छ ।

कोशी प्रदेश सरकारको निर्णय : प्रदेश सञ्चार प्रतिष्ठान गठन

विराटनगर, २९ असार (रासस) ।

कोशी प्रदेश सरकारको सोमबार बसेको मन्त्रिपरिषद् बैठकले 'प्रदेश सञ्चार प्रतिष्ठान' गठन गर्ने निर्णय गरेको छ । प्रदेश सरकारका आन्तरिक मामिला तथा कानुनमन्त्री एवं सरकारका प्रवक्ता इन्द्रमणि पराजुलीका अनुसार बैठकले प्रतिष्ठानको अध्यक्ष, रजिस्ट्रार र सदस्यसमेत नियुक्त गरिएको हो ।

नवगठित प्रतिष्ठानका अध्यक्षमा मोरङका पत्रकार दीपक दाहाल, रजिष्ट्रारमा सुनसरीका पत्रकार लिलाराज भट्टराई, सदस्यहरूमा पत्रकार शान्ति दाहाल (मोरङ), रमेशचन्द्र अधिकारी (धनकुटा), माला पालुङ्वा (ताप्लेजुङ), रेणु पराजुली (उदयपुर), विष्णुप्रसाद पोखरेल(झापा), अर्जुन राजवंशी (झापा) र ध्रुव ढकाल (सुनसरी) रहेका सरकारका प्रवक्ता पराजुलीले जानकारी दिनुभयो ।

उहाँका अनुसार 'कोशी प्रदेश आमसञ्चार सम्बन्धमा व्यवस्था गर्न बनेको ऐन, २०८२' अनुसार नेपाल पत्रकार महासङ्घ कोशी प्रदेश समितिका अध्यक्ष पदेन सदस्य रहने व्यवस्था गरिएको छ । राजपत्रमा उल्लेखित प्रस्तावनाअनुसार प्रदेशभित्र स्थापना हुने वा स्थापना भई सञ्चालनमा रहेका आमसञ्चार माध्यमको दर्ता, नवीकरण, नियमन, अनुगमन तथा अभिलेखीकरणको व्यवस्था गर्न यो ऐन ल्याइएको उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

बाढी/पहिरोबाट सतर्क रहौं ।

- गाउँघरका माथिल्लो भागमा कुलो बनाई पानीको उचित निकास दिऔं ।
- जमिन चिरा परेको देखिएकामा पानी नछिर्ने गरी टालौं ।
- घरभित्र वा वरिपरिको जमिन चिरा परेको भए सुरक्षित स्थानमा बसौं ।
- नदी वा खोलामा बाढी आएमा तल्लो भागमा बस्ने जनसमुदायलाई सूचना दिऔं ।
- भुकम्पले चिरा पारेको छ भने त्यस्तो स्थानलाई टालौं र सजगता अपनाऔं ।
- भौगोलिक अवस्था बिचार गरेर मात्र बाटो, कुलो वा नहर जस्ता संरचना बनाऔं । भु-क्षयबाट बचौं र बचाऔं ।

चट्याङको समयमा सतर्क रहौं ।

- बिजुली चम्केको बेला सतर्क रहने ।
- बिद्युतीय तरंग टिप्न सक्ने फलाम, चिसो बस्तु नछुने ।
- बिजुली चम्केको केही समयसम्म पानी परेको क्षेत्रमा ननिस्कने ।
- सकेसम्म घरभित्रै झ्यालढोका बन्द गरेर सुख्खा ठाउँमा बस्ने ।
- खुला ठाउँमा भए कुनै घर अथवा भवनमा छिर्ने ।
- सकभर अग्लो स्थानमा बस्ने ।
- धातुको ह्याण्डल, चेन भएका ब्याग वा अन्य सामान प्रयोग नगर्ने ।

जनहीतका लागि : राजविराज दैनिक

मधेश प्रदेशसभाको बजेट लगायतका समस्या समाधान गर्न कार्यदल गठन

दैनिक समाचारदाता
जनकपुरधाम, २९ असार ।

मधेश प्रदेश सरकारको आगामी आर्थिक बर्ष २०८३/८४ को बजेट लगायतका विषयमा देखिएका समस्या समाधान गर्न कार्यदल गठन गरिएको छ ।

मधेश प्रदेशसभाको सोमबार बसेको बैठकमा सभामुख रामअशिष यादवले आजै देखि कार्य प्रारम्भ गर्ने गरी प्रदेशसभा सदस्यहरु उपेन्द्र महतो, हरिनारायण महतो, जंगीलाल राय, प्रमोद कुमार यादव, सञ्जयकुमार यादव, बिमला अन्सारी तरुन्म र सरिताकुमारी ठाकुर रहने गरी कार्यदल गठन गरिएको घोषणा गरे ।

कार्यदलको व्यवस्थालाई व्यविस्थत गर्न कार्यदलले कार्यविधि आफै निर्माण गर्ने घोषणा सभामुख यादवले गरे । यस्तै आजको प्रदेशसभा बैठकमा प्रदेश सरकारका अर्थमन्त्री युवराज भट्टराईले प्रदेश सरकारको विनियोजन विद्येयक २०८३ प्रस्तुत गरे । यस्तै बैठकमा प्रदेशसभा सदस्य रविन्द्र श्रेष्ठले पेश गर्नुभएको मधेश प्रदेशसभा नियमवलीको नियम १३५ को उपनियम (२) र (३) निलम्बन गर्ने प्रस्ताव बहुमतले स्वीकृत भएको सभामुख यादवले घोषणा गरे । सो दुबै उपनियम निलम्ब भएसँगै सभामुख यादवले आजको कार्यसूचीमा रहेका अन्य विषयहरु हटाउनुभयो । प्रदेशसभाको अर्को बैठक यही असार ३० गते मंगलवार दिउँसो १ बजे बस्ने गरी स्थगित भएको छ ।

यही असार १ गते प्रदेश सरकारले प्रस्तुत गरेको विनियोजन विद्येयकमाथिको छलफल गर्न असार १७ गते आह्वान गरेको प्रदेशसभाको बैठकमा प्रतिपक्ष दल जनता समाजवादी पार्टी नेपाल, जनमत पार्टी र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीले बजेट संशोधनको माग सहित बैठक अवरुद्ध गरेपछि सभामुख यादवले बैठक अर्को सूचना नहुञ्जेलसम्मका लागि बैठक स्थगित गरेका थिए ।

मधेश प्रदेश सरकारका अर्थमन्त्री युवराज भट्टराईले प्रदेशसभाको बैठकमा आगामी आर्थिक बर्ष २०८३/८४ मा कृषि नवप्रर्तन, उद्यमशीलता प्रबर्द्धन, शिक्षा, स्वास्थ्यलाई प्राथमिकतामा राख्दै ४१ अर्ब १३ करोड ८६ लाखको बजेट प्रस्तुत गरेका थिए ।

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

इम्प्याक्ट नेपाल प्राथमिक कान उपचार केन्द्र, राजविराजले सम्पूर्ण उपचार सेवाहरू यही मिति २०८२।१०।१२ (26-01-2026) गतेदेखि गीता पेट्रोल पम्प अगाडीको आफ्नै नयाँ भवन इम्प्याक्ट नेपाल ठाको देवी जोगेन्द्र भगत कान उपचार केन्द्र राजविराजबाट अति अत्याधुनिक प्रविधिबाट सुविधा सहित सम्पूर्ण सेवाहरू उपलब्ध गराउने भएको सहर्ष जानकारी गराउँदछौं ।

हाम्रो सेवाहरू:
१. दैनिक कान जाँच तथा उपचार
२. विभिन्न आधुनिक मेसिनबाट कानको परिक्षण (PTA, Tympanogram, EUM)
३. कानको सुन्ने मेसिन (Hearing Aid)
४. इन्डोस्कोपी (Endoscopy)
५. कानको शल्यक्रिया (Operation)
६. फार्मेसी सेवा

सम्पर्क : ०३१-५९०००५
९८०४७४२२८०, ९८४२२७०७२४

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