दैनिक गतिविधि

प्रदेश सरकार
सामाजिक विकास मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
गण्डकी प्रदेश, पोखरा, नेपाल

फ्याक्स: ०६१-५२०३३० PHEOC: ०६१-५२४०७४
टोल फ्री न. १०९२ फोन नं. ०६१-५२०३९०

जिल्ला प्रशासन कार्यालय, कास्कीको सभाकक्षमा सामाजिक विकास मन्त्रालयका माननीय मन्त्रीज्यू एवं कोरोना भाइरस रोग रोकथाम, नियन्त्रण तथा उपचार सम्बन्धी कोष संचालक समितिका संयोजक माननीय नरदेवि पुन मगरज्यूको अध्यक्षतामा कोष संचालक समितिको बैठक सम्पन्न भयो । उक्त बैठकमा प्रदेश निती तथा योजना आयोगका मा. उपाध्यक्ष डा. गिरिधारी शर्मा पौडेलज्यू, मुख्य न्यायाधिवक्ताको कार्यालयका मुख्य न्यायाधिवक्ता डा. राजेन्द्र घिमिरेज्यू, मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषदको कार्यालयका सचिव गणेश प्रसाद पाण्डेयज्यू, आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्रालयका सचिव रामेश्वर दङ्गालज्यू, आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालयका सचिव किरणराज शर्माज्यू, सामाजिक विकास मन्त्रालयका सचिव डिल्लीराम शर्माज्यू, स्वास्थ्य निर्देशनालयका निर्देशक डा. विनोद विन्दु शर्माज्यू, प्रदेश स्वास्थ्य आपुर्ति व्यवस्थापन केन्द्रका निर्देशक खिमबडादुर खड्काज्यू, सामाजिक विकास मन्त्रालयका बरिष्ठ स्वास्थ्य प्रशासक डा. राम बहादुर के.सी.ज्यू तथा मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषदका कार्यालय, पोखराका प्रमुख सचिव श्री हरिप्रसाद बस्यालज्यूको विशेष उपस्थिति रहेको थियो ।

मिति २०७७/०२/०८ गते बाट इपिडीमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखा द्वारा संचालन गरिएको केश अनुसन्धान, कन्ट्याक्ट ट्रेसिंग तथा सूचना व्यवस्थापन सम्बन्धि अनलाइन अभिमुखीकरण कार्यक्रमको आज समेत विश्व स्वास्थ्य संगठनको प्राविधिक सहयोगमा स्वास्थ्य निर्देशनालय, स्वास्थ्य आपतकालीन कार्यसंचालन केन्द्रमा सम्पन्न भएको छ ।

आज मिति २०७७/०२/०९ स्वास्थ्य कार्यालय म्यादीका कार्यालय प्रमुख एक नारायण लम्सालको अध्यक्षतामा तथा डा. सन्जिब मणि रेग्मी (कन्सल्टेन्ट माईक्रोबाईलोजिस्ट) को प्रमुख सहजिकरणमा बेनी जिल्ला अस्पताल, म्याग्दी लगायत जिल्लाका स्थानीय तहअन्तर्गत स्वास्थ्य संस्था तथा निजिक्षेत्रमा कार्यरत प्रयोशालाकर्मीहरुका लागि प्रयोगशाला क्षमता अभिबृद्धि सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम सम्पन्न भयो । साथै स्वास्थ्य कार्यालय, कुस्मा पर्वतका कार्यालय प्रमुख डा. भोज राज गौतमको अध्यक्षतामा तथा डा. सन्जिब मणि रेग्मी (कन्सल्टेन्ट माईक्रोबाईलोजिस्ट) को प्रमुख सहजिकरणमा पर्वत जिल्ला अस्पताल लगायत जिल्लाका स्थानीय तहअन्तर्गत स्वास्थ्य संस्था तथा निजिक्षेत्रमा कार्यरत प्रयोशालाकर्मीहरुका लागि प्रयोगशाला क्षमता अभिबृद्धि सम्बन्धि अभिमुखिकरण कार्यक्रम पनि सम्पन्न भयो ।

विदेशबाट घर फर्किएकाहरु अनिबार्य रुपमा घरमै होमरसेल्फ क्वारेन्टाईनुमा बसौं । होम क्वारेन्टाईनमा बस्दा निम्न कुराहरु अनिबार्य पालना गरौ ।

क) पर्याप्त भेन्टिलेसन भएको कोठामा एक्लै बस्ने र यो सम्भव नभएमा छुट्टै ओछ्यानमा सुतिरहेको अर्को व्यक्तिसंग कम्तिमा १ मिटर दुरी राख्ने ।

ख) आफु बस्ने कोठा आफै सफा गर्ने ।

ग) स्वास्थ्य संस्था जान बाहेक अन्य कामको लागि घर बाहिर नजाने ।

घ) नियमित रुपमा आफ्नो हात साबुन पानीले मिचिमिची धुने, वा हात सफा राख्न अल्कोहलयुक्त हेन्ड सेनिटाईजर प्रयोग गर्ने । हात नधोई आँखा, नाक र मुख छुन बाट जोगिने ।

ङ) अन्य व्यक्तिहरुसंग प्रत्यक्ष सम्पर्क नगर्ने । यदि अन्य व्यक्तिहरुसंगको सम्पर्कमा आउनु पर्दा, कम्तिमा १ मिटरको दुरी राख्ने र यदि अर्को व्यक्तिसंग एउटै कोठामा हुँदा र स्वास्थ्य संस्था जाँदा मास्क लगाउने । खोक्दा वा हाछ्यु गर्दा आफ्नो मुख र नाकलाई टिस्यु पेपर, रुमाल वा कुहिनोले छोप्ने ।

नबराज शर्मा
स्वास्थ्य शिक्षा प्रशिक्षक
स्वास्थ्य निर्देशानालय, पोखरा

घरमै बसौं, सुरक्षित रहौं