जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. ३२/०४८/०४९ स.वि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

राजविराज दैनिक

वर्ष ३५ अंक १५ २०८२ साल साउन २० गते मंगलबार (5 Aug 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 : स्तनपान आमाको कर्तव्य ... ३ पृष्ठमा : मिडिया काउन्सिल ... ३ पृष्ठमा : यमनमा आप्रवासी बोकेको ...

कन्तलालको हत्यामा संलग्नसहित ९ जना आरोपित पक्राउ

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १९ साउन ।

सप्तरीको सुरुङ्गा नगरपालिका ८ मलहनमा टोलमा गत जेठ २३ गते भएको डकैती र घरधनी ६५ वर्षिय कन्तलाल चौधरीको हत्यामा संलग्न रहेको आरोपिसहित ९ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ ।

पक्राउ पर्नेहरुमा डाका गर्ने, खुकुरी र गोली हानेर हत्या गर्ने अनि लुटिएका गरगहना खरीद गर्ने र गलाएर नयाँ स्वरुप दिने ज्वेलरी पसलका संचालक समेत छन् ।

सोमबार मधेश प्रदेशका प्रहरी नायब महानिरिक्षक उमाप्रसाद चतुर्वेदीको विशेष उपस्थितिमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले पत्रकार सम्मेलन गर्दै पक्राउ परेकाहरुको बारे तथा घटना विवरण सार्वजनिक गरेको हो ।

प्रहरी उपरिक्षक गौतम कुमार केसीका अनुसार डाका र हत्या घटनामा सोही वडाका २७ वर्षिय राजेश कुमार मरिक, २८ वर्षिय संजय मरिक, बोदेबरसाइन नगरपालिका २ का २४ वर्षिय दिपेन मरिक, खडक नगरपालिका ११ का ३४ वर्षिय हरिकिसुन मरिक, शम्भुनाथ नगरपालिका ८ का २४ वर्षिय दिपक मरिक र उदयपुरको बेलका नगरपालिका १ चन्दन मरिक पक्राउ परेका छन् ।

उक्त अभियोगमा पक्राउ परेकाहरुमा सप्तरीको सुरुङ्गा नगरपालिका ७ का ३३ वर्षिय राजु विश्वकर्मा, सिरहाको लहान नगरपालिका ६ को ५२ वर्षिय महेन्द्र गोडसे र लहान नगरपालिका ८ का ३८ वर्षिय उमेश साह सोनार रहेका छन् । प्रहरीले उनीहरुको साथबाट बरामद भएको नगद, सरसामान र हत्यामा प्रयोग गरिएको हतियारसमेत सार्वजनिक गरेको छ ।

पक्राउ परेकाहरुको साथबाट चौधरीको हत्याका क्रममा प्रयोग गरिएको एक थान कटुवा पेस्तोल, त्यसमा प्रयोग हुने दुई राउण्ड गोली, एक थान खुकुरी, एक थान कटर, चाँदीका एक/एक थान बलिया र माठा, सिक्री दुई थान, सुनको तिलहरी एक थान, मोवाइल दुई थान, गरगहना गलाउने मेशिन तथा नगद ७५ हजार रुँपैया पनि बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

पत्रकार सम्मेलनमा उनले पक्राउ परेकाहरुले कसुर स्वीकारेको समेत जानकारी दिए । डाकाहरुको समूहले मध्यराती डकैतीको क्रममा प्रतिकारको प्रयास गर्दा चौधरीमाथी खुकुरी, घरेलु, अन्य हतियार तथा अन्त्यमा गोली हानेर हत्या गरेका थिए ।

पक्राउ परेकाहरुले चौधरीले आफूहरुलाई पहिचान गरिसकेपछी पोल खुल्ने डरले हत्या गरेको बयान दिएको प्रहरीको भनाई छ । प्रहरीले आरोपी मध्येका एक जना दिपेन मरिकलाई पक्रन खोज्दा भाग्ने प्रयास गर्दा एक राउण्ड हवाई फायर गरि अघिल्लो दिन राती तथा अन्यलाई घर र पसलबाट पक्राउ गरिएको जानकारी दिएको छ ।

घटना अनुसन्धान गर्न जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीबाट प्रहरी नायब उपरिक्षक बस्नेतको संयोजकत्वमा गठित टोलीका साथै मधेश प्रदेश प्रहरी कार्यालय, केन्द्रिय अनुसन्धान ब्यूरो (सिआइबी) लगायत प्रहरीको उच्चस्तरिय टोली परिचालन भएको थियो ।

मिडिया काउन्सीलद्वारा सुझाव संकलन

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १९ साउन ।

मधेश प्रदेश सरकारका मिडिया काउन्सिलका कार्यबाहक अध्यक्ष सुरेश कुमार यादबले पत्रकारिता पेशालाई मर्यादित र विश्वासिलो बनाउन पत्रकार आचारसंहिताको पूर्ण पालना गर्नु पर्नेमा जोड दिएका छन् ।

नेपाल पत्रकार महासंघ शाखा सप्तरीको सभाहलमा सोमबार जिल्लाका संचारकर्मीहरुसँग सुझाव संकलन गर्ने क्रममा उनले सो कुरामा जोड दिएका हन् ।

उनले पत्रकारको क्षमता अभिवृद्धी गराउँदै पत्रकारिता पेशामा टिकाउनका लागि गुणस्तरीय बनाउन मिडिया काउन्सिलले भुमिका खेल्ने बताए । संचारकर्मीहरुको प्राप्त सुझावलाई आत्मासात गर्दै मिडियामैत्री बजेट अनुसार बार्षिक कार्यक्रम बनाएर अगाडि बढने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दै उनले पत्रकारिताको धर्मलाई निभाउँदै पत्रकारिता गर्नुपर्नेमा जोड दिए ।

उनले जेष्ठ पत्रकारहरूको सम्मानको लागी पत्रकार कल्याण कोष स्थापना गरी यसै बर्ष संचालनमा ल्याउने योजना रहेको सुनाए ।

नेपाल पत्रकार महासंघ शाखा सप्तरी अध्यक्ष श्रवण कुमार देवको अध्यक्षतमा सम्पन्न कार्यक्रममा काउन्सिलका सदस्य मनु पासवान, गायत्री मिश्रा, आमसञ्चार प्राधिकरणका सदस्य तथा शाखा

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

जसपा नेपाल सप्तरीको नयाँ नेतृत्वका लागि निर्वाचन सम्पन्न

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, १९ साउन ।

जनता समाजवादी पार्टी नेपाल सप्तरीको नयाँ नेतृत्व चयनका लागि सोमबार शान्तिपूर्ण ढंगले मतदान सम्पन्न भएको छ ।

सात जना पदाधिकारीसहित कुल ५७ पदका लागि सम्पन्न निर्वाचनमा ५ सय १८ जना मतदाता मध्ये ५ सय ४ जनाले मतदान गरेको निर्वाचन समितिले जनाएको छ ।

अध्यक्ष पदमा केदार प्रसाद

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

मधेसमा स्वास्थ्य बिमा गराउने साढे सात लाख बढी

दैनिक समाचारदाता
धनुषाधाम, १९ साउन ।

मधेस प्रदेशमा स्वास्थ्य बिमा गराउनेको सङ्ख्या सात लाख ५० हजार नाघेको छ ।

सरकारले नागरिकलाई सहज र सुलभ रूपमा सरकारी स्वास्थ्य सेवामा पहुँच सुनिश्चित गराउन ल्याएको यस कार्यक्रमअन्तर्गत यही साउन १६ गतेसम्म प्रदेशका आठै जिल्लाबाट सात लाख ७९ हजार दुई सय ६५ जनाले स्वास्थ्य बिमामा आबद्ध भएको स्वास्थ्य बिमा बोर्डका मधेस प्रदेश संयोजक रामेन्द्रप्रसाद कुशवाहाले जानकारी दिएका छन् । यससँगै प्रदेशमा बिमा गराउनेको सङ्ख्या करिब १३ प्रतिशत पुगेको छ ।

मधेस प्रदेशमा राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को तथ्याङ्कअनुसार ६१ लाख १४ हजार छ सय कूल जनसङ्ख्या रहेको छ । उनले स्थानीय तह तथा प्रदेश सरकारसँग समन्वय गरी कार्यक्रमलाई अझ प्रभावकारी बनाउने प्रयास भइरहेको बताए ।

प्रदेश सरकारको आर्थिक सहयोगमा मधेसका सहिद परिवारलाई निःशुल्क बिमा गरिएको छ । गत आर्थिक वर्षमा प्रदेश सरकारले विनियोजन गरेको रु ४० लाखले केही सहिद परिवारलाई बिमामा आबद्ध गरिएको उनले बताए । सबै सहिद परिवारको पहिचान गर्न नसकिएर, ठेगाना यकिन गर्न नसकेर र कतिपय परिवार बसाइँसराइ गरेर गएकाले पूर्णरूपमा सहिद परिवारलाई बिमामा समावेश गर्न कठिन भएको उनको भनाइ छ ।

उनका अनुसार सरकारले सञ्चालनमा ल्याएका आधारभूत अस्पताललाई बिमा सेवाअन्तर्गत ल्याउने प्रयास भइरहेको छ । साथै, क्यान्सर, मुटु रोग, डायलासिस, हेड इन्जुरी, स्पाइनल इन्जुरी जस्ता जटिल रोगका बिरामीका लागि प्रमाणको आधारमा थप रु एक लाखको बिमा सीमा थप गरिएको छ ।

नियमित नवीकरण गरिएकामा भुक्तानी शुल्कमा सहुलियत व्यवस्था पनि गरिएको छ । मधेस प्रदेशमा स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रम २०७३ सालदेखि सुरु भएको हो भने २०७५ सालबाट आठ वटै जिल्लामा विस्तार गरिएको थियो ।

बिमा कार्यक्रमलाई थप प्रभावकारी बनाउन प्रत्येक वडामा रहेका दर्ता सहयोगीलाई घरदैलोमै पठाएर नागरिकलाई बिमामा सहभागी गराउने अभियानमा रहेको प्रदेश संयोजक कुशवाहाले जानकारी दिए ।

सम्पादकीय

कमाईको ठुलो हिस्सा सूर्तीजन्य पदार्थको खरीद र सेवनबाट

सूर्तीजन्य पदार्थको सेवनकर्ताको पहिलो रोजाईमा अहिले युवावर्ग रहेका छन् । त्यसबाहेक दोश्रोमा विद्यालयका कलिला छात्रहरु छन् । जुन चिन्ताको विषय पनि हो । युवा र बालबालिकालाई यस हानिकारक सूर्तीजन्य पदार्थको सेवनकर्ताको रुपमा बढीरहेकोमा यसप्रति सचेत हुनु आवश्यक छ । यसका लागि सरकारी तथा गैरसरकारी तवरबाट अनेकन प्रयासहरु नभएका होइनन् । तर, यसको प्रयोगमा कमी भने आउन सकेको छैन ।

सूर्तीजन्य पदार्थको प्रयोगकर्ताको उल्लेख्य संख्यामा बृद्धि भइरहेको छ । सूर्तीजन्य पदार्थ सेवनबाट विभिन्न खाले भयावह रोग लाग्ने र अन्तः मृत्युवरण गर्नुपर्ने बाध्यता रहे पनि यसको प्रयोगकर्ताहरुमा कमी भने आउन सकेको छैन । कतिपय विज्ञहरुले सूर्तीजन्य पदार्थमा धेरै मात्रामा कर वृद्धि गरियो भने यसको सेवनमा कमी आउँछ तर, समस्याको समाधान यसले मात्र गर्न भने सक्दैन । सरकारले कानून बनाए पनि हरेक उमेर समूहका व्यक्तिले सहज रुपमा सूर्तीजन्य पदार्थ किन्न सक्दछन् । सूर्तीजन्य पदार्थ, चुरोट, विडी, खैनी, गुटखा आदि रुपहरुमा बजारमा प्रसस्तै पाइन्छ । अहिले सूर्तीजन्य पदार्थ सेवन नसर्ने रोग अन्तर्गत गम्भीर रोगका रुपमा बिकासित हुँदै गएको छ ।

तसर्थ तीनै तहका सरकारहरुले सूर्तीजन्य पदार्थमा अत्यधिक कर लगाएर यसको बिक्री वितरणको समेत मापदण्ड बनाई कार्यान्वयनमा ल्याउन जरुरी छ । नेपाल जस्तो गरीब मुलुकका जनताको कमाईको ठुलो हिस्सा सूर्तीजन्य पदार्थको खरीद र सेवनमा रहेको यथार्थ रहेको छ ।

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

स्तनपान आमाको कर्तब्य तथा शिशुको अधिकार

डा प्रकाश बुढाथोकी

काठमाडौँ, १९ साउन (रासस) ।

विश्वमा प्रत्येक वर्ष अगष्ट १ देखि ७ सम्मलाई विश्व स्तनपान सप्ताहको रुपमा मनाउने गरिन्छ । नेपालमा पनि केही वर्षदेखि यसलाई विभिन्न जनचेतनामूलक कार्यक्रमको रुपमा मनाउन सुरु गरिएको छ । अहिले पनि हाम्रो समाजमा स्तनपान गराउँदा दुख्छ, स्तनको मुख ठूलो हुन्छ, स्तनपान गराउँदा कुनै औषधि सेवन गर्नु हुँदैन, स्तनपान गराउनुअघि सादा खाना खानुपर्छ, मसला भएको खाना बार्नुपर्छ, स्तनपान गराएपछि बच्चालाई कहिल्यै पाउडर दूध दिनु हुँदैन, बिरामी भएको बेला स्तनपान गराउन हुँदैन भन्ने जस्ता अनेक भ्रमहरू रहेको पाइन्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका विभिन्न अध्ययनहरूले राम्रोसँग आमाको दूध पाएका बच्चाहरूको तुलनामा दूध चुस्न नपाएका बच्चाहरूको आफ्नो पहिलो वार्षिक जन्मदिनअघि नै मृत्यु हुने जोखिम १४ गुणा बढी हुने जनाएको छ ।

विश्वभर हरेक वर्ष हुने बालमृत्यूको १६ प्रतिशत पर्याप्त स्तनपान नगराएका कारण हुने युनिसेफले जनाएको छ । पूर्ण स्तनपानले विश्वभर हरेक वर्ष छ वर्षमुनिको सम्भावित मृत्युलाई १३ प्रतिशतले, जन्मेको पहिलो घण्टाभित्र गराइने स्तनपानसँगै पूर्ण स्तनपानले नवजात शिशुको मृत्यूलाई २२ प्रतिशतले घटाउन सक्छ भन्ने अध्यननले देखाएको छ । हरेक वर्ष विश्वभर करिब एक करोड ५० लाख शिशुहरू समय नपुगी जन्मन्छन् भने नेपालजस्ता निम्न, मध्यम आय भएका देशमा झण्डै ८१ हजार बच्चा समय नपुगी जन्मन्छन् । स्वास्थ्य संस्थामा बच्चा जन्माउनेको प्रतिशत सन् २०१६ मा ६४ प्रतिशत रहेकामा सन् २०२२ मा ७९ प्रतिशत पुगेको छ । शल्यक्रियापश्चात् पनि आमा र बच्चालाई फरक राखे काउन्सिलमा आचारसंहिता मानेर उजुरी लाग्छ । वार्षिक २२ देखि २४ हजार गर्भवतीमध्ये ३५ प्रतिशतले शल्यक्रियाबाट बच्चा जन्माएका हुन्छन् ।

अस्ट्रेलियाका सिनेटर लरिसा वाटर्स संसदमा स्तनपान गराई चर्चामा आउने पहिलो राजनीतिज्ञ बनिन् । अमेरिकी मोडेल मारा मार्टिनले स्विमसुटका लागि पाँच महिने छोरी आरियालाई स्नपान गराउँदै रनवेमा ऱ्याम्प वाक गरिन् । क्यानाडामा एक महिला सांसदले संसद् बैठकमा कुर्सीमै बसेर स्तनपान गराएको, अष्ट्रेलियामा एक सांसदले संसद् बैठकमा बच्चालाई दूध चुसाउँदै उठेर भाषण गरेको, आइसल्याण्डमा महिला सांसदले स्तनपान गराउँदै रोष्ट्रममा गई सम्बोधन गरेको समाचारले निकै चर्चा पाए । स्पेनकी क्यारोलिना बेस्कान्स्का, अर्जेन्टिनाकी भिक्टोरिया डोना पेरेज, बेलायतकी एन्नेलिजडोडस तथा इटालीका लिसिया रोन्जुलीहरू यस्ता साहसिक नेतृ तथा जिम्मेवार आमा हुन्, जस्ले संसदमै स्तनपान गराएर एकसाथ मातृत्व र नेतृत्वको उदाहरण पेस गरेका छन् ।

बट्टाको दूधमा शिशुलाई आवश्यक पर्ने पौष्टिक तत्व नहुने र प्रोटिनको मात्रा असन्तुलित हुने भएकाले आमाको दूधभन्दा २३ गुणाले बढी हानिकारक हुने गर्दछ । गाईभैंसीमा तेब्बर प्रोटिन रहने भएकाले पचाउन नसक्ने, एलर्जी हुन्छन् । दुईदेखि छ महिनामा बट्टाको दूध खुवाउँदा मृत्युको जोखिम १६ गुणा बढी हुन्छ । नेपालले मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्यमा सन् २०१६ मा मातृ मृत्यूदरप्रति एक लाख जीवित जन्ममा २३९ बाट सन् २०२२ मा १५१ र सन् २००१ मा प्रति एक हजारमा ३९ रहेको नवजात शिशु मृत्युदर सन् २०२२ मा २१ मा घटेको छ । यसमा देशभर रहेका दुई हजार आठ सय ४८ प्रसूति केन्द्रहरूको भूमिका रहेको छ ।

मिल्क बैंकको अवधारणा

सन् १९०९ मा अष्ट्रियाको भियना शहरमा ह्युमन मिल्क बैंक अभियानको सुरुआत भएको हो । तत्पश्चात विभिन्न पश्चिमी देशमा यसको थालनी भएको देखिन्छ । सन् १९१९ मा अमेरिकाको बोस्टन सहरमा सन् १९४० मा बेलायत र सन् १९४७ मा ब्राजिलमा सुरु भयो । भारतमा भने सन् १९८९ मा थालनी भएको हो र हाल एक सय बढी मानव दूध बैंकहरू सञ्चालित छन् । हाल विश्वभर ५० भन्दा बढी देशमा छ सय बढी मानव दूध बैंकहरू सफल र दिगोरुपमा सञ्चालनमा छन् । नेपालमा २०७९ भदौ ३ परोपकार प्रसूति गृह थापाथलीमा मिल्क बैक स्थापना गरिएको छ । यस अस्पतालमा स्थापित पहिलो ह्युमन मिल्क बैंकलाई अमृत बैंकको रुपमा लिने गरिएको छ ।

मिल्क बैक दुई वटा लेभलको हुन्छ, कम्प्रेहेन्सिभ ल्याक्टेसन म्यानेजमेन्ट सेन्टर र ल्याक्टेसन म्यानेजमेन्ट सेन्टर । प्रसूति गृहको सिएलएमसी भएकाले सङ्कलनसहित प्रशोधन, परीक्षण, भण्डारण, पास्चराइजेसनको सुविधा छ । आमाबाट ब्रेष्ट मिल्क पम्प–इलेक्ट्रिक वा मानिस आफैँले आमाको दूध सङ्कलन गरिन्छ । सङ्कलित दूधमा कुनै रोगब्याधी नभएको परीक्षणबाट सुनिश्चित गरी कल्चर गरेर पास्चराइजेसन गरी एक सय मिलिलिटरको बोतलमा राखिन्छ । उक्त बोतल माइनस २० डिगी सेल्सियसको डिप फ्रिजरमा छ महिनासम्म राख्न सकिन्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार आमाको दूधलाई रेफ्रिजेरेटरमा १८ सेल्सियसमा कम्तिमा छदेखि १२ महिनासम्म, चार सेल्सियसमा चार दिनसम्म र सामान्यतया कोठाको तापक्रममा चारदेखि छ घण्टासम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

दूध दान गर्ने आमाहरूको मुख्यतया एचआइभी, भेनेरल डिजिज–भिडिआरएल, हेपाटाइटिस बी र ए सरफेस एन्टिजेन परीक्षण अनिवार्य छ । आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा नौ सय ३१ आमाबाट पाँच सय ९४ लिटर जम्मा भई एक हजार एक सय ७९ शिशुलाई प्रदान गरेको छ । प्रसुती गृहकै एनआइसीयुका नवजातलाई पुगे पनि अन्य अस्पताल तथा आवश्यक शिशुलाई यथेष्ट उपलब्ध गराउन सकेको छैन । यसका लागि 'कम्युनिटी डोनेसन'को रणनीति कार्यान्वयन गर्नु आवश्यक छ ।

आमाको दूध : शिशुको अधिकार

आमाको दूध शिशुको लागि पहिलो प्राकृतिक आहार हो, जसले शिशुलाई जीवनका सुरुका महिनाहरूमा चाहिने ऊर्जा र पोषण उपलब्ध गराई शिशुमा सिर्जनात्मक र ज्ञानेन्द्रीय क्षमता बढाउने, झाडापखाला, निमोनिया, कुपोषण जस्ता रोगबाट हुने शिशु मृत्युदर घटाउन प्रकृतिले सञ्चय गरिदिएको जीवन बुटी हो । आमाको शुरुको दूध १० दिनको बाक्लो, पहेलो र च्यापच्याप लाग्ने, वंशाणुगत, कोलोष्ट्रमसहितको बिगौती दूध हो । हानिकारक सङ्क्रामक जीवाणु र किटाणुलाई नष्ट पार्ने, सङ्क्रामक रोगसँग लड्न सक्ने तत्वहरू भएको, कार्बोहाइट्रेड, प्रोटिन, चिल्लो पदार्थको अलावा सबै पौष्टिक तत्वले भरिपूर्ण भएकाले बिगौती दूधलाई पहिलो खोप भनिन्छ ।

स्वस्थ आमाको स्तनबाट दैनिक निस्कने दूधमा बच्चाको शारीरिक आवश्यकतानुसार शारीरिक र मस्तिष्क विकास गर्न जरुरत पर्ने सबै तत्व तथा एमिनो एसीड पाइन्छन् । समय सीमा र मात्रा नभएका, स्वच्छ, सुपाच्य, हानिकारक किटाणुको प्रवेश हुन नपाउने, प्राकृतिक तत्वनिहीत खाद्यपदार्थ हो । बोतलबाट दूध चुस्ने बच्चाको दाँत दुई गुणा बढी टेडोमेडो भएर उम्रिने सम्भावना रहन्छ । जन्मेपछि पहिलोपटक दूध चुसाउन दुईदेखि २३ घण्टासम्म ढिलो गर्दा शिशुको मृत्यु हुने जोखिम ३३ प्रतिशतले बढ्छ, जन्मेको दुई दिनसम्म पनि दूध चुस्न नपाउने बच्चामा यस्तो जोखिम दोब्बर हुन्छ । स्तनपान नगराएका बच्चाहरूमा स्तनपान गरेका बच्चाहरूमा एक वर्षभित्रै ज्यान गुमाउने जोखिम करिब २१ प्रतिशत बढी हुन्छ । स्तनपानबाट बच्चाको हालको मृत्यु २० प्रतिशतले कम गर्न सकिन्छ । स्तनपानको अभ्यासको सुधार भए वार्षिक आठ लाख ८२ हजार शिशुको ज्यान जोगिने तथ्याङ्कले देखाएको छ । छ महिनासम्म स्तनपान पाएका शिशुको ज्यान जोगिने सम्भावना १४ प्रतिशतले बढ्छ ।

स्तनपानबाट फाइदा

आमाले गरेको भोजनबाट प्राप्त क्यालोरीमध्ये ६० प्रतिशत क्यालोरी मात्र दूधमा रुपान्तरण हुन्छ । त्यसैले दूध खुवाउने महिलाको भोजनमा दैनिक सात सयदेखि एक हजार मिलिग्राम क्याल्सियम अर्थात दुईदेखि आठ प्रतिशत बढी, सात सय क्यालोरी, २० ग्राम प्रोटिन अर्थात ७.२ ग्राम प्रोटिनका लागि १४.४ ग्राम, महिनावारी शुरु भएपछि थप लौहतत्व, भिटामीन ए, बी, सी, फोलिक एसिड पनि थप आवश्यक पर्छ ।

स्तनपानले पाठेघर खुम्चाउन उत्तेजित पार्छ, सालनाल निक्लन, रोग लाग्न, रक्तश्राव बन्द गर्न र आमाको तनाव कम गर्छ । डिम्बासय, स्तन क्यान्सर २८ प्रतिशतले, पाठेघरको क्यान्सर २१ प्रतिशतले, टाइप-२ मधुमेह १२ प्रतिशतले, छालामा निखार, मोटोपना, हाड खिइने, रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतामा वृद्धि, सुत्केरीपश्चात्को डिप्रेसन, मुटुरोग, जीनमै उच्च रक्तचाप र उच्च कोलेस्टेरोलको समस्या भएकामा राहत, हर्मोन प्रोल्याक्टिन निस्कदा आमालाई आनन्द र ध्यान केन्द्रित गर्न मद्दत गर्दछ । नियमित स्तनपानले सौन्दर्य वृद्धि हुने गर्दछ किनभने सुत्केरी आमाको शरीर पहिलेको अवस्थामा फर्काउछ । बोसो क्रमशः घटाउँछ । पूर्ण स्तनपान गराउँदा प्रोजेष्ट्रोन हर्मोनको वृद्धिले गर्भ निरोधकको काम गर्छ र गर्भधारण ढिलो हुन्छ ।

डब्बा तथा अन्य दूध खुवाउँदा हुने खर्चको आर्थिक भार तथा बिरामी भई उपचारमा लाग्ने खर्चको भार ५० प्रतिशत कम हुन्छ । स्तनपान नगराउँदा वार्षिक अनुमानित खर्च तीन सय खर्ब डलर छ । आमालाई स्तनपान गराउँदा आत्मियता, तनाव कम, भावनात्मक लगाव बढ्ने, सुखानुभूति, गौरब, मानसिक स्वस्थता र आत्मसन्तुष्टि प्रदान गर्दछ । तर स्तनपानलाई यौनिकतासँग जोड्नु गलत हो ।

शिशुलाई स्तनपान गराउन नपाउने एकथरि आमाहरू प्राकृतिक कारणले स्तनपान गराउन असमर्थ हुन्छन् । उनीहरूको स्तनमा दूध फुट्दैन, फुटे पनि तुरुन्तै बन्द हुन्छ वा विशेष रोगी हुन्छन् भने अर्को सामाजिक कारणले पर्दछन् । बिरामी आमा जस्तै रक्तअल्पता, हिस्टेरिया, हृदयरोग, क्षयरोग, छारेरोग, एचआइभी, स्तनको मुण्टा चिरिएर घाउ भएका, घाउ पाकेर सङ्क्रमित भएका तथा केही औषधि खाइरहेकामा दूधबाट रोग सर्ने भएकाले स्तनपान नगराउन सक्छन् । यद्यपि अहिले क्षयरोग र एड्स सङ्क्रमित आमाले पनि स्तनपान गराउन सक्ने वैज्ञानिक प्रमाण देखिन्छ । स्तनपान गराउने आमाहरू यदि लागुपदार्थ सेवन गर्छन् भने त्यो दूधको माध्यमले बच्चासम्म पुग्छ र बच्चा लागुऔषधको अम्मली समेत हुन सक्छन् । धुम्रपान गर्ने आमाको एक मिलिलिटर दूधमा दुईदेखि २४० न्यानोग्राम निकोटिन हुन्छ । एचआइभी भएका महिलाले शिशुलाई स्तनपान गराउँदा एचआइभी सङ्क्रमणको खतरा २५ प्रतिशतले बढछ । तर आमा र बच्चाले एआरटी उपचार लिदा सङ्क्रमण हुने समभावना एक/दुई प्रतिशत हुन्छ ।

नियम कानुन के छ त ?

नेपालमा स्तनपानका लागि विभिन्न नीति नियमहरू बने पनि स्तनपान गराउने क्रम घट्दै गएको देखिन्छ । नेपाल डेमोग्राफिक हेल्थ सर्भेअनुसार घटदो क्रममा छ । सन् २०११ मा ७० प्रतिशत, सन् २०१६ मा ६६ र सन् २०२२ मा ५६ प्रतिशतले मात्र पूर्ण स्तनपान गरेको गराएको देखिन्छ । दिगो विकास लक्ष्य प्राप्तिका लागि स्तनपानलाई सन् २०३० सम्ममा स्तनपान गराउने नेपाली आमा ९० प्रतिशत बढी पुऱ्याउने लक्ष्य राखिएको छ ।

विश्वमा धेरै देशले आमाको दूधलाई प्रतिस्थापन गर्ने अन्य आहारको अनैतिक व्यापारीकरण विरुद्धको अन्तर्राष्ट्रिय कानुनलाई मान्यता दिएका छन् । स्तनपानको संरक्षण र सम्बर्द्धन तथा आमाको दूधलाई प्रतिस्थापन गर्ने वस्तुलगायत बाल आहारको बिक्री वितरणलाई नियमित गरी बच्चाहरूका लागि सुरक्षित एवं पर्याप्त पोषणको व्यवस्था गर्ने उद्देश्यले नेपालमा आमाको दूधलाई प्रतिस्थापन गर्ने वस्तु नियन्त्रण ऐन २०४९ जारी भएको छ । ऐनको दफा २० अनुसार सरकारले आमाको दूधलाई प्रतिस्थापन गर्ने वस्तु बिक्री वितरण नियन्त्रण नियमावली २०५१ समेत जारी गरेको छ । २०६२ सालदेखि आमाको दूधलाई प्रतिस्थापन गर्ने वस्तुको बिक्री वितरणसम्बन्धी प्रचारप्रसार विद्युतीय सञ्चार माध्यममा रोक छ । प्रतिस्थापन वस्तुलाई प्रवर्द्धन गरे अपराध मानी शिशुलाई क्षति पुगे अदालतले २५ हजारदेखि एक लाख रुपैयाँसम्म क्षतिपूर्ति भराउन सक्छ । यसैगरी प्रसूति महिलालाई ९८ दिन तलबी बिदा, प्रसूति भएको छ महिनासम्म चाहेमा बेतलवी बिदा, ५० भन्दा बढी महिला कार्यरत संस्थामा नर्सिङ युनिट, स्तनपानमैत्री अस्पतालको घोषणालगायत विभिन्न व्यवस्था गरिएको छ । स्तनपान प्रवर्द्धन गर्न मातृ तथा शिशुमैत्री अस्पतालका रुपमा विकास गर्ने तथा हरेक स्थानीय तहमा स्तनपान कक्ष स्थापना अभियान विस्तारमा छ । स्तनपानलाई बढावा दिन सार्क देशमध्ये बङ्गलादेश र भारतमा महिलालाई स्तनपानका लागि छ महिना सुत्केरी बिदा दिइन्छ ।

(लेखक स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयका प्रवक्ता हुनुहुन्छ)

मिडिया काउन्सिल विधेयकलाई छिट्टै निष्कर्षमा पुर्‍याइने

नारायण न्यौपाने

काठमाडौँ, १९ साउन (रासस)।

सङ्घीय निजामतीलगायतका विधेयक जस्तो धेरै पेचिलो विषयबस्तु नरहेकाले मिडिया काउन्सिल विधेयक छोटो समयमै निष्कर्षमा पुर्‍याउन सकिने संसदीय समितिको दृढ विश्वास रहेको छ।

राष्ट्रियसभामा उत्पति भइ त्यस सभा र मातहतको संसदीय समितिमा पर्याप्त छलफल भएको उक्त विधेयकले गत असार ३१ गते प्रतिनिधिसभा शिक्षा, स्वास्थ्य तथा सूचना प्रविधि समितिमा प्रवेश पाएको थियो। स्वतन्त्र र स्वायत्त संस्थाका रुपमा रहने मिडिया काउन्सिलको गठन र यसका पदाधिकारी छनोट सिफारिस समिति सरकार मातहत नभइ स्वतन्त्र प्रकृतिको बनाइनुपर्ने विज्ञहरुको सुझाव छ।

विधेयकमा भने मन्त्रालयको सचिवको संयोजकत्वमा सरकारले तोकेको विज्ञ सदस्य एक जना र मन्त्रालयकै सहसचिव रहने गरी तीन सदस्यीय सिफारिस समिति रहने व्यवस्था प्रस्ताव गरिएको छ। जम्मा ३७ दफा रहेको विधेयकमा काउन्सिलका पदाधिकारी चयन सिफारिस कस्तो र कसको नेतृत्वमा गर्ने भन्नेबारेमा धेरैको चासो देखिन्छ।

विधेयकमाथि १८ समूहमा ३२ सदस्यले संशोधन दर्ता गराउनुभएको छ। विधेयकका संशोधनकर्ता सांसद होस् वा सरोकारवाला पक्ष अधिकांशले काउन्सिल र पदाधिकारी छनोट समिति सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय अर्थात सरकार मातहत रहनु हुन्न भन्ने तर्क छ। समितिले विधेयकका सम्बन्धमा अग्रज सञ्चारकर्मी, सञ्चार क्षेत्रका विभिन्न सङ्घसंस्थाका प्रतिनिधि, विज्ञ र सरोकारवालासँग केही दिनअघि मात्रै परामर्श गरेको थियो। उहाँहरुले मिडिया काउन्सिल स्वतन्त्र र स्वायत्त निकायकारुपमा स्थापित गर्न सरकार मातहत नराखी अलगै राखिनुपर्ने सुझाव दिनुभएको छ।

नागरिकलाई सही सूचना प्रवाह गर्ने सन्दर्भमा कुनै समाचार संस्थाबाट पनि कहीँकतै कमीकमजोरी भएको रहेछ भने त्यसलाई सच्याएर नागरिकलाई सूसूचित गर्ने अधिकार सुनिश्चित गर्ने दायित्व मिडिया काउन्सिलको हुनेछ। सञ्चार माध्यममा उठेको विवादको सुनुवाई गर्ने अधिकार रहने स्वतन्त्र संस्था सरकार मातहत भएमा निर्देशित पत्रकारिता हुने विज्ञहरुको धारणा छ।

विधेयकमा काउन्सिलको गठनमा सरकारले नियुक्त गरेको व्यक्ति अध्यक्ष, मन्त्रालयको प्रथम श्रेणीको अधिकृत, पत्रकार महासङ्घको अध्यक्ष, छापा पत्रकारिता, अनलाइन, रेडियो, टेलिभिजनका प्रकाशक, सम्पादक तथा श्रमजीवी पत्रकारको प्रतिनिधित्व हुने गरी प्रत्येक प्रदेशबाट एक जनाका दरले कम्तिमा तीन जना महिला रहने गरी सात जना तथा सञ्चारमाध्यमका पाठक, दर्शक, स्रोताको प्रतिनिधित्व हुने गरी एक रहने प्रस्ताव गरिएको छ।

सिफारिस समितिमा सार्वभौम सम्पन्न संसद्को प्रतिनिधित्व वा स्वतन्त्र निकायको नेतृत्व रहनुपर्छ भन्नेमा सरोकारवालको जोड रहेको छ। विधेयकमाथि सैद्धान्तिक छलफल सकेर संशोधनकर्ता सदस्यको धारणा र सुझाव प्राप्त गरेको समितिका सभापति अम्मरबहादुर थापाले जानकारी दिनुभयो।

उहाँले भन्नुभयो, "विधेयकमाथि संशोधनकर्ता, सरोकारवाला र विज्ञसँग छलफल गर्ने तथा उपसमिति गठन गर्ने काम सकियो। काउन्सिल गठन र पदाधिकारी सिफारिस समितिका विषयमा सरकारको होइन, संसद्को मातहत रहनुपर्छ भन्ने कोणबाट प्रश्न उठेको छ, स्वायत्त र स्वतन्त्र बनाइनुपर्छ भन्नेछ।"

सभापति थापाले काउन्सिललाई नियमन, अनुगमन र निर्देश गर्ने काम भने संसदीय समिति र सदनले गर्न उपयुक्त हुने आफ्नो निजी धारणा रहेको स्पष्ट पार्नुभयो। समितिले विधेयकलाई यथाशीघ्र निष्कर्षमा पुर्‍याउने सन्दर्भमा पूर्ण बैठकमा छलफल गरी टुङ्गोमा पुर्‍याउन र मन्त्रीको उपस्थिति समय व्यवस्थापनको चुनौती तथा कोरमको पक्षलाई मध्यनजर गर्दै सहजताका लागि उपसमितिमार्फत काम अघि बढाउने निष्कर्ष निकालेको छ।

सोही निष्कर्षका आधारमा समितिले दीपा शर्मा संयोजक तथा प्रभु हजारा, लीलादेवी बोखिम लिम्बू, ज्ञानु बस्नेत, तोसिमा कार्की, विनिताकुमारी सिंह र महेन्द्रकुमार राय सदस्य रहनुभएको उपसमिति गठन गरिसकेको छ। उपसमितिले कार्य प्रारम्भ गरेको मितिले १५ दिनभित्र समिति समक्ष प्रतिवेदन पेस गर्ने कार्यदेश छ।

केही दिनभित्रै बस्ने उपसमितिको बैठकमा सबैभन्दा पहिला विधेयकमाथि दफाबार छलफल हुनेछ। त्यसपछि उपसमितिले तयार पारी पेस गरेको प्रतिवेदनमाथि समितिमा फेरि छलफल हुने समिति सचिव दशरथ धमलाले जानकारी दिनुभयो। समितिले उपसमितिको प्रतिवेदनलाई जस्ताको त्यस्तै वा आवश्यकताका आधारमा सुझावसहित परिमार्जन गरी सभामा पेस गर्ने छ।

पत्रकारिता क्षेत्रमा पेसागत तथा व्यावसायिक आचार काम राख्न तथा स्वनियमनलाई प्रवर्द्धन गरी स्वच्छ, स्वतन्त्र र जवाफदेही पत्रकारिताको विकास तथा संरक्षणका लागि स्वायत्त नियामक निकायकारुपमा मिडिया काउन्सिलको स्थापना र सञ्चालन गर्न नयाँ कानुनको निर्माण गर्ने उद्देश्यका साथ सरकारले विधेयक प्रस्तुत गरेको हो।

पत्रकारिताको क्षेत्रमा आएका परिवर्तन एवं प्रविधिमा भएको विकासको प्रयोगलाई आत्मसात गरी प्रेस काउन्सिललाई रुपान्तरण गरी सक्षम निकायको रुपमा विकास गर्न काउन्सिलसम्बन्धी ऐन तर्जुमा गर्ने सरकारको ध्येय रहेको छ। सरकारले समय सापेक्ष विद्युतीय, अनलाइन र छापा पत्रकारिता पेसालाई मर्यादित, उत्तरदायी, जिम्मेवार एवं विश्वासनीय बनाइ स्वच्छ र स्वतन्त्ररुपमा पत्रकारिताको विकास, संरक्षण तथा नियमनलाई व्यवस्थित बनाउन यो विधेयक विसं २०८१ वैशाख ६ गते सदनमा पेस गरेको थियो।

यो विधेयक संसद्बाट पारित भई लागू भएसँगै हालको प्रेस काउन्सिल ऐन २०४८ खारेज हुनेछ। त्यसैगरी प्रेस काउन्सिलले गर्दै आएको पत्रकारिता क्षेत्रको आचारसंहिता उल्लङ्घनका उजुरीको सुनुवाइ स्वतन्त्र, स्वायत्त र सक्षम निकायका रुपमा मिडिया काउन्सिलले गर्नेछ।

नेपालको संविधानको धारा १९ मा सञ्चारको हकअन्तर्गत रेडियो, टेलिभिजन, अनलाइन वा अन्य कुनै किसिमको डिजिटल वा विद्युतीय उपकरण, छापाखाना वा अन्य सञ्चार माध्यमको व्यवस्थापन र नियमन गर्ने कानुन भन्ने व्यवस्था छ।

उक्त विधेयकमा काउन्सिलको स्थापना, काम, कर्तव्य र अधिकार, पत्रकार आचारसंहिता जारी, पालना, अनुगमन तथा कारबाही तथा प्रेस प्रतिनिधिसम्बन्धी व्यवस्थालगायतका विषयवस्तु समेटिएका छन्।

सदनमा सांसदको प्रश्न- बहुविवाहलाई मान्यता दिनेगरी कानुन बन्न लागेको हो ?

काठमाडौँ, १९ साउन (रासस)।

प्रतिनिधिसभाको सोमबारको बैठकमा सांसदहरूले बहुविवाहलाई मान्यता दिनेगरी कानुन बन्न लागेको विषयमा सरकारको जवाफ माग गरेका छन्।

बैठकको आकस्मिक समयमा सांसदहरूले बहुविवाहसम्बन्धी सम्भावित कानुनी मस्यौदालाई लिएर सरकारको जवाफ माग गर्नुभएको हो। कानुन, न्याय तथा संसदीय मामिला मन्त्रालयले बहुविवाहलाई कानुनी मान्यता दिनेगरी विधेयकको मस्यौदा तयार गरिरहेको भन्ने सार्वजनिक चर्चा र सञ्चारमाध्यममा आएका समाचारप्रति सांसदहरूले आपत्ति जनाउनुभएको हो।

सांसद सुनिता बरालले बहुविवाह गैरकानुनी भएको र यसलाई मान्यता दिने कुनै पनि प्रयासलाई अस्वीकार्य ठहर गर्दै संसद्मा सरकारको स्पष्ट जवाफ माग गर्नुभयो। "समाजमा महिलाहिंसाको दर उच्च छ। यस्तो संवेदनशील विषयमा कानुन निर्माणको प्रक्रिया गम्भीर र जिम्मेवार ढङ्गले हुनुपर्छ", उहाँले भन्नुभयो।

सांसद रुपा सो.शी (चौधरी)ले पनि यो विषयको सत्यताका बारेमा प्रश्न उठाउँदै भन्नुभयो, "महिलाहरू सोमबार पनि आफ्नो अधिकारका लागि सङ्घर्षरत छन्, त्यही बेला बहुविवाहलाई वैधानिकता दिने विषय आउनु गम्भीर विषय हो।"

सांसद रमा कोइराला पौड्यालले पनि बहुविवाहसम्बन्धी कानुनी मस्यौदा संसद्मा नआइपुग्दै सामाजिक सञ्जाल र सञ्चारमाध्यममा यसको चर्चा हुनु आफैँमा चिन्ताको विषय भएको बताउनुभयो। उहाँले विषयको संवेदनशीलतालाई ध्यानमा राख्दै मन्त्रालयले स्पष्ट धारणा सार्वजनिक गर्नुपर्ने आवश्यकता औँल्याउनुभयो।

बहुविवाहसम्बन्धी विवादसँगै सोमबारको बैठकमा किसानका समस्यालाई पनि प्रमुख रुपमा उठाइएको छ। सांसद रामप्रकाश चौधरीले तराई-मधेस क्षेत्रलाई विपद् सङ्कटग्रस्त घोषणा गरिए पनि किसानहरूले राहत महसुस नगरेको बताउनुभयो। "सिँचाइ अभाव, पुराना डिप ट्युबवेल बिग्रिएर काम नलाग्ने हुनु, सिँचाइका लागि पर्याप्त विद्युत् पूर्वाधार अभाव, मलखाद अभावजस्ता समस्याले किसान विचल्लीमा छन्", उहाँले संसद्मा भन्नुभयो।

सरकारले सहुलियतमा मल दिने भनिए पनि त्यो किसानको हातसम्म नपुगेको सांसद ईश्वरीदेवी न्यौपानेको भनाइ छ। सांसद रञ्जुकुमारी झाले तराईलाई सुक्खाग्रस्त क्षेत्र घोषणा गरिएको र यस वर्ष अन्न उत्पादनमा गिरावट आउने देखिएको बताउनुभयो। तराई क्षेत्रमा पानीको अभाव हुन नदिने दीर्घकालीन समाधानका लागि चुरे संरक्षण र प्रभावकारी सिँचाइ आयोजना निर्माण जरुरी रहेको उहाँले बताउनुभयो।

सांसद ज्वालाकुमारी साहले वीर अस्पतालमा चिकित्सकको सेवा सुविधा अपुग रहेको, लामो समयदेखि दरबन्दी नबढेको र चिकित्सकहरू न्यून सेवा सुविधाको भरमा सेवा दिइरहेको विषय सदनमा उठाउनुभयो।

सांसद रामकुमार राई र सांसद ज्ञानु बस्नेत सुवेदीले सवारी दुर्घटनाको सङ्ख्या बढ्दै गएको विषयमा चिन्ता व्यक्त गर्दै सवारीसाधनको प्राविधिक परीक्षण र सडक सुधारको माग गरे।

सांसद कृष्णकुमार श्रेष्ठले सिमरा क्षेत्रका उद्योगहरूबाट निस्कने रासायनिक फोहरले स्वास्थ्य, पशुचौपाया र बालीमा असर पारिरहेको बताउँदै तत्काल व्यवस्थापनको माग गर्नुभयो।

सांसद विजुला रायमाझीले अर्घाखाँचीमा बादर र बँदेलले बाली नष्ट गरिरहेको विषय उठाउँदै यसको स्थायी समाधान खोज्न सदनमार्फत सरकारको ध्यानाकर्षण गर्नुभयो।

बैठकमा राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) र राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी (राप्रपा) का सांसदहरूले भिजिट भिसा प्रकरणमा उच्चस्तरीय छानबिनको माग दोहोर्‍याउँदै विरोध जारी राखेका छन्।

रास्वपाका सांसद असिम शाह र राप्रपा सांसद ध्रुवबहादुर प्रधानले सरकारमा रहेका मन्त्रीहरू नै एकपछि अर्को गरी भ्रष्टाचार तथा आर्थिक अनियमिततामा मुछिनु गम्भीर विषय रहेको धारणा राख्नुभयो। तर रास्वपा र राप्रपाको विरोधको औचित्य नरहेको धारणा सोमबारको बैठकमा नेपाली कांग्रेसका सांसद श्यामकुमार घिमिरे राख्नुभयो। "सरकारले छानबिन समिति गठन गरिसकेको अवस्थामा संसद बहिष्कार गर्नु उचित होइन। आफ्ना कुरा राख्ने र बैठक बहिस्कार गर्ने प्रतिपक्षी दलको विरोध औचित्यहीन छ। यस्ता गतिविधिले संसद्को मर्यादा कायम हुन सक्दैन", घिमिरेले भन्नुभयो।

विश्व समाचार

यमनमा आप्रवासी बोकेको डुङ्गा डुब्दा ६८ जनाको मृत्यु

दुबई, १९ साउन (रासस/एएफपी)।

यमनमा आप्रवासी बोकेको डुङ्गा दुर्घटना हुँदा कम्तीमा ६८ जनाको मृत्यु भएको संयुक्त राष्ट्रसङ्घको आप्रवासनमामिला हेर्ने निकायले सोमबार जनाएको छ। राष्ट्रसङ्घीय निकायका अनुसार डुङ्गामा अधिकांश इथियोपियालीहरू थिए भने डुङ्गा डुबेपछि दर्जनौं अझै बेपत्ता छन्।

हालसम्म डुङ्गामा सवार १५७ मध्ये ६८ जनाको मृत्यु हुनुका साथै १२ जनालाई उद्धार गरिएको तथा बेपत्ताहरूको खोजीकार्य जारी रहेको अन्तराष्ट्रिय आप्रवासन सङ्गठन (आइओएम) अभियानका देशीय निर्देशक अब्दुसाट्टोर एसोभलाई उद्दृत गर्दै एएफपीले जनाएको छ।

यसअघि आइतवार दक्षिणी यमनको अब्यान प्रान्तको सुरक्षा स्रोतहरूले आप्रवासी बोकेको डुङ्गा दुर्घटना हुदाँ २७ जनाको मृत्यु भएको जनाएका थिए। सन् २०१४ देखि यमनमा चलिरहेको युद्धको कारण आप्रवासन समस्या बढेको जनाइएको छ। हजारौँले खाडी देशहरूमा पुग्ने आशामा जिबूटीबाट यमनसम्मको 'पूर्वी मार्ग' रेड सी पार गरेर जाने गर्छन्।

प्रान्तको सुरक्षा निर्देशनालयले समेत यमनको अब्यानको तटमा डुबेको डुङ्गामा अधिकांश इथियोपियाली आप्रवासीहरू रहेको पुष्टि गरेको छ। आइतवार सुरक्षा बलले शवहरू निकाल्ने र जिवितहरुको उद्धार गर्ने अभियान चलाइरहेको बताएको थियो।

गत महिना आप्रवासीहरूलाई बोकेको डुङ्गामा रेड सीमा तस्करहरूले आक्रमण गरेपछि कम्तिमा आठ जनाको मृत्यु भएको संयुक्त राष्ट्रसङ्घको आप्रवासन एजेन्सीले जनाएको छ। आप्रवासनका लागि अन्तर्राष्ट्रिय सङ्गठनका अनुसार दशौं हजार आप्रवासीहरू यमनमा फसेका छन् र उनीहरूको यात्राको क्रममा दुर्व्यवहार र शोषणको सामना गरिरहेका छन्।

गत वर्ष आइओएमले 'रेड सी' मार्गमा कम्तिमा ५५८ जनाको मृत्यु भएको रेकर्ड गरेको थियो, जसमा ४६२ जनाको मृत्यु डुङ्गा दुर्घटनाका कारण भएको मानिएको छ।

पाकिस्तानमा बाढीका कारण १ सय ४० बालबालिकासहित २ सय ९९ जनाको मृत्यु

इस्लामाबाद, १९ साउन (रासस/एएनआई)।

पाकिस्तानमा भारी वर्षा र बाढीका कारण १४० बालबालिकासहित कम्तीमा २९९ जनाको मृत्यु हुनुका साथै ७०० भन्दा बढी घाइते भएको राष्ट्रिय विपद् व्यवस्थापन प्राधिकरण (एनडिएमए) ले जनाएको छ।

एनडिएमएले जुन २६ मा सुरु भएको वर्षाले देशभरि विनाश निम्त्याएको जनाएको छ। मृतकमध्ये १०२ पुरुष, ५७ महिला र १४० बालबालिका रहेको तथा घाइतेहरुमा २३९ बालबालिका, २०४ महिला र २७२ पुरुष भएको पुष्टि गरेको छ।

पाकिस्तानी पत्रिका डनका अनुसार मौसमी वर्षाले एक हजार ६७६ घरहरू पनि क्षतिग्रस्त भएका छन्। बाढीका कारण ४२८ वटा गाईवस्तुको मृत्यु भएको छ भने प्रभावित समुदायका लागि थप कठिनाइ निम्त्याएको छ।

एनडिएमएले २२३ वटा उद्धार अभियान सञ्चालन गरेको र बाढी प्रभावित क्षेत्रबाट दुई हजार ८८० जनालाई सफलतापूर्वक उद्धार गरेको पुष्टि गरेको छ। राहतमार्फत आवश्यक सामाग्रीहरू वितरण गरिएको जनाइएको छ।

यसबाहेक, अधिकारीहरूले लाइफ ज्याकेट, जनस्वास्थ्य किट, पाल र पानी तान्ने पम्पहरू आपूर्ति गरेका छन्। ७१ वटा शिविर स्थापना गरी चिकित्सा सहायतासमेत प्रदान गरिएको जनाएको छ।

एनडिएमएले धेरै क्षेत्रहरू प्रभावित रहेको उल्लेख गरेको छ भने प्रान्तीय र सङ्घीय निकायहरूसँगै संयुक्त अभियानहरू सञ्चालन भइरहेको डनले जनाएको छ। पाकिस्तान मौसम विज्ञान विभाग (पिएमडी) ले अगस्ट ४ देखि अगस्ट ७ सम्म उत्तरी क्षेत्रहरूमा भारी वर्षा र चट्याङको पूर्वानुमान गरेको छ। यस अवधिमा खैबर पख्तुनख्वा, पञ्जाब र इस्लामाबादमा वर्षा हुने सम्भावना छ भने गिलगिट-बाल्टिस्तानमा अगस्ट ५ देखि वर्षा हुने अनुमान गरिएको छ। बलुचिस्तानले अगस्ट ६ मा उत्तरपूर्वी र दक्षिणी भागहरूमा वर्षाको पूर्वानुमान गरेको छ भने तटीय क्षेत्रहरूमा हल्का वर्षाको साथ सिन्धमा पनि आर्द्रता बढ्ने अपेक्षा गरिएको छ।

पन्जाबमा प्रान्तीय विपद् व्यवस्थापन प्राधिकरण (पिडिएमए) का महानिर्देशक इरफान अलि काठियाले आइतबार अगस्ट ५देखि सुरु हुने अनुमान गरिएको मनसुन वर्षाको छैटौं चरणको चेतावनी दिनुभएको छ। वर्षाले चेनाब र झेलम नदीमा बाढी आउदा जोखिम बढ्ने उहाँले बताउनुभएको छ।

लाहोर, मुरी, अटक, झेलम, गुजरानवाला, फैसलाबाद र डेरा गाजी खानलगायत दर्जनौं जिल्लाहरू प्रभावित हुने सम्भावना जनाउदै अगस्टमा जुलाईको तुलनामा वर्षा बढी हुने पिडिएमएले चेतावनी दिएको छ। डनले मुरी र गल्लियात दुवै लोकप्रिय पर्यटन क्षेत्रमा कमजोर भवन र माटोका घरहरूमा संरचनात्मक क्षति हुन सक्ने बताएको छ।

हलेसी दर्शन गरेर फर्कंदै गर्दा माइक्रोबस दुर्घटना, एकको मृत्यु

दैनिक समाचारदाता
खोटाङ, १९ साउन ।

हलेसी मन्दिर दर्शन गरेर सिरहातर्फ जाँदै गरेका यात्रु सवार माइक्रोबस दुर्घटना हुँदा एकजनाको मृत्यु भएको छ भने १४ जना घाइते भएका छन् ।

प्रदेश २-०-१-००१ ज ००५३ नम्बरको माइक्रोबस मध्यपहाडी लोकमार्गअन्तर्गत जयराम-हलेसी सडकखण्डको कदुवास्थित डौंठेखोला नजिकै सोमबार बिहान करिब ९ बजे दुर्घटना भएको हो ।

दुर्घटनाका मृतक र घाइतेको पहिचान खुलेको छैन । माइक्रोबस दुर्घटनाका घाइतेलाई उद्धार गरेर उपचारका लागि एम्बुलेन्समार्फत घुर्मीतर्फ पठाइएको हलेसी तुवाचुङ नगरपालिकाका प्रवक्ता एवं वडा नं ७ महादेवस्थानका वडाध्यक्ष कमल गिरीले जानकारी दिएका छन् ।

दुर्घटनाका घाइतेमध्ये ६ जनालाई अस्पतालको सघन उपचार कक्षमा राखेर उपचार गर्नुपर्ने भएकाले नगरपालिकाको एम्बुलेन्समार्फत काठमाडौँस्थित राष्ट्रिय ट्रमा सेन्टर पठाइएको प्रवक्ता गिरीले बताए । घुर्मीस्थित जनसेवा पोलिक्लिनिकमा उपचारत आठ जनाको अवस्था सामान्य बन्दै गएको स्वास्थ्यकर्मीले बताएका छन् ।

दुर्घटनाग्रस्त माइक्रोबसमा १६ जना यात्रु सवार रहेको खुलेको छ । दुर्घटनास्थलमा खटिएका प्रहरी र स्थानीयको सहयोगमा उद्धार भइरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय खोटाङका प्रहरी नायब उपरीक्षक प्रतीक विष्टले जानकारी दिए ।

दुर्घटनाग्रस्त माइक्रोबस सडकबाट करिब २०० मिटर तल खसेको प्रत्यक्षदर्शीले बताएका छन् । दुर्घटनास्थलमा बुट्यान र झाडी भएकाले ठूलो सङ्ख्यामा मानवीय क्षति हुनबाट जोगिएको प्रवक्ता गिरीले जानकारी दिए ।

दुर्घटनाको कारण खुल्न बाँकी रहेको र विवरण सङ्कलनको काम भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ । माइक्रोबस दुर्घटना हुँदा विश्वप्रसिद्ध त्रिधार्मिकस्थल हलेसीमा लागेको 'बोलबम' मेला भरेर फर्किएका दर्शनार्थी दुर्घटनामा परेको हो ।

हिन्दू, बौद्ध र किरात धर्मावलम्बीको सङ्गमस्थल हलेसीमा साउन महिनाभर बोलबम लाग्ने गर्दछ । महिना दिनसम्म लाग्ने बोलबम मेला भर्नका लागि दर्शनार्थीले निजी तथा भाडाका गाडी रिजर्भ गरेर ल्याउने गरेका छन् ।

मुख्यमन्त्री लामाले प्रमुख स्वकीय सचिवमार्फत राजीनामा पत्र बुझाए

बागमती, १९ साउन (रासस) ।

बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री बहादुरसिंह लामाले सोमबार पदबाट राजीनामा दिनुभएको छ । आफ्ना प्रमुख स्वकीय सचिव छत्रबहादुर लामामार्फत मुख्यमन्त्री लामाले प्रदेश प्रमुखको कार्यालयमा राजीनामा पत्र बुझाउनुभएको हो ।

प्रमुख स्वकीय सचिव लामाले सोमबार हेटौँडास्थित प्रदेश प्रमुखको कार्यालयमा पुगेर मुख्यमन्त्री लामाको राजीनामा पत्र बुझाउनुभएको प्रदेश प्रमुख कार्यालयका प्रवक्ता देवेन्द्र सापकोटाले जानकारी दिनुभयो । "मुख्यमन्त्री लामाको राजीनामा पत्र अहिले भर्खरै दिउँसो १ बजेरित हाम्रो कार्यालयमा आइपुग्यो", प्रवक्ता सापकोटाले भन्नुभयो, "प्रदेश प्रमुख दीपकप्रसाद देवकोटाले उपचार गराइ हेटौँडास्थित कार्यालय फर्किसक्नुभएको छ, अब छिट्टै नयाँ मुख्यमन्त्री चयनको प्रक्रिया सुरू हुन्छ ।"

सम्भवतः सोमबारै प्रदेश प्रमुख देवकोटाले नयाँ मुख्यमन्त्री चयनको प्रक्रिया सुरू गर्ने सम्भावना रहेको उहाँको भनाइ छ । मुख्यमन्त्री लामा पत्रकार सम्मेलन लगतै आइतबार साँझ राजीनामा बुझाउन हेटौँडास्थित प्रदेश प्रमुखको कार्यालयमा पुग्नुभएको थियो । तर प्रदेश प्रमुख देवकोटा त्यहाँ नरहेकाले त्यसै फर्किनुभएको थियो । त्यसपछि उहाँ राजीनामा पत्रमा हस्ताक्षर गरेर प्रमुख स्वकीय सचिव लामालाई राजीनामा पत्र जिम्मा लगाइ काठमाडौँ हिँड्नुभयो ।

यही साउन १४ गते भएको पार्टी संसदीय दलको नेतामा इन्द्रबहादुर बानियाँसँग पराजित भएपछि पार्टी सभापति शेरबहादुर देउवाको निर्देशनमा मुख्यमन्त्री लामाले राजीनामा दिनुभएको हो । मुख्यमन्त्री लामाले राजीनामा दिएपछि कांग्रेस संसदीय दलमा निर्वाचित बानियाँको नेतृत्वमा सरकार गठनको बाटो खुलेको छ ।

धार्मिक पर्यटन मधेस प्रदेशको समृद्धिको आधार हो : मुख्यमन्त्री सिंह

महोत्तरी, १९ साउन (रासस) ।

मधेस प्रदेशका मुख्यमन्त्री सतिशकुमार सिंहले धार्मिक पर्यटन मधेसको समृद्धिको मुख्य आधार भएको बताउनुभएको छ । सोमबार साउने सोमबारको अवसरमा महोत्तरीको बर्दिवास-५ टुटेश्वरस्थित टुटेश्वरनाथ महादेवको दर्शनपछि मुख्यमन्त्री सिंहले धार्मिक पर्यटन मधेसको कृषिपछिको आर्थिक समृद्धिको मुख्य आधार बन्ने उल्लेख गर्नुभयो ।

"मधेसका कोशीदेखि ठोरीसम्म प्रसिद्ध धार्मिकस्थल छन्, हामीले यहाँ पर्यटन प्रवर्द्धन केन्द्रित पूर्वाधार निर्माण र सम्पदाको संरक्षण गर्न पर्दछ", सिंहले भन्नुभयो, "मधेस प्रदेश सरकार यिनको विकास र सम्वर्द्धनप्रति प्रतिबद्ध छ ।" महोत्तरीका टुटेश्वरनाथ, पञ्चधुरा माईस्थान र राइमण्डलधाम क्षेत्रमा प्रदेश सरकारको चासो यसबीचमा थालिएका कामबाट देखिने उहाँले बताउनुभयो ।

महोत्तरीका टुटेश्वरनाथ, पञ्चधुरा माईस्थान र राइमण्डलधाम सघन वनक्षेत्रभित्र चुरे पर्वत श्रेणीका काखमा भएका हुँदा भौगोलिक र प्राकृतिक रूपले रमणीय ठाउँ भएको मुख्यमन्त्री सिंहको भनाइ छ । प्रदेश सरकारले आफ्नो भूगोल क्षेत्रका पर्यटकीय क्षेत्रको प्रवर्द्धनका लागि स्थानीय सरकारसँग हातेमालो गरेर अघि बढ्ने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो ।

सोमबार टुटेश्वरनाथ र पञ्चधुरा माईस्थानको दर्शनपछि मुख्यमन्त्री सिंहले त्यहाँ थालिएका पूर्वाधार निर्माणका कामको अवलोकन गर्नुभयो । त्यस अवसरमा बर्दिवास नगरपालिकाका जनप्रतिनिधि, नगरको संस्कृति तथा पर्यटन प्रवर्द्धन समिति र नेपाल होटल तथा पर्यटन व्यवसायी महासङ्घका पदाधिकारीले पर्यटन प्रवर्द्धनका क्षेत्रमा गरिन पर्ने कामबारे मुख्यमन्त्रीको ध्यानाकर्षण गराउनुभएको थियो ।

तराई-मधेशमा देखिएको सिँचाइको समस्यालाई 'द्रुत मार्ग' बाट समाधान निकाल्न सकिन्छ : महानिर्देशक बराल

काठमाडौँ, १९ साउन (रासस) ।

जलस्रोत तथा सिँचाइ विभागका नवनियुक्त महानिर्देशक मित्र बरालले राष्ट्रिय गौरबका आयोजनालाई सधैँभरी 'आयोजनामै मात्रै सीमित' नराखी यसको प्रतिफल उपभोग चाँडै गराउन समयमै कार्यसम्पादन पूरा गर्नुपर्नेमा जोडदिनुभएको छ ।

उहाँले भन्नुभयो, "राष्ट्रिय गौरबका आयोजना निर्धारित समयभित्र सम्पन्न भएमा गरिबी निवारण र आर्थिक समृद्धिमा टेवा मिल्छ । राष्ट्रिय ध्येय पूरा हुन्छ ।" विभागको ३०औँ महानिर्देशकका रुपमा आइतबार पद बहाली गर्दै उहाँले तराई-मधेशमा सिँचाइ अभावले खेतीयोग्य जमिन बाँझै रहेको उल्लेख गर्दै सिँचाइको समस्यालाई 'द्रुत मार्ग' र दीर्घकालीन गरी दुई चरणमा समाधान खोज्न सकिन्छ, यसका लागि विभाग तयार छ भन्नुभयो ।

नवनियुक्त महानिर्देशक बरालले विभाग मातहातका कर्मचारीलाई परिणाम देखिने गरी काम गर्न निर्देशन दिँदै भन्नुभयो "हामीसँग पर्याप्त पुँजी छ, दक्ष छौँ, सूचना प्रविधि छ, यातायातको सुविधा छ, यसैगरी योजनालाई छिटो सम्पन्न गर्ने हामीसँग आधुनिक नवीनतम प्रविधि छ । यस्तो अवस्थामा हामीले समयमै आयोजना सम्पन्न गर्नेबाहेक कुनै बाहनाबाजीमा छुट हुने छैन ।

'टिम इफोर्ट' बिना काम सफल नहुने जनाउँदै उहाँले 'टिमको स्प्रिट'मै रहेर सबैले अहोरात्र खटिनुपर्नेमा जोड दिनुभयो । आफ्नो कार्यकालमा देशभरका थुप्रै आयोजनामा गरेका अनुभव र जिम्मेवारीको महत्व प्रकाश पार्दै नवनियुक्त महानिर्देशक बरालले उपत्यका बाहिर जिम्मेवारी लिएर जाँदा आफू नौ वर्षमा काठमाडौँ आएर विभागमा पाइला टेकेको अनुभव सुनाउनुभयो ।

उहाँले भन्नुभयो, "हामी अहिले आर्थिक वर्षका सुरुआतमा भएकाले 'टिम स्प्रिट' मिलाएर काम गर्दा असम्भव केही हुँदैन । यसरी काम गर्दा विभागको उद्देश्य अनि लक्ष्य पनि पूरा हुने र परिणाम देखिने गरी काम गर्न मन्त्रालयको निर्देशन र अपेक्षालाई पूरा गर्न सकिन्छ ।"

आर्थिक वर्ष सुरुआती महिनाको आधा समय गुज्रदासमेत विभाग मातहतका आयोजनाका दुईवटा मात्रै बोलपत्र आएको जनाउँदै उहाँले सर्वसम्पन्न भइसकेपछि अड्कलेर काम नगर्न कर्मचारीहरुलाई आग्रह गर्नुभयो । हाल विभागमा ६०१ जनाको दरबन्दी रहेको छ । उहाँले भन्नुभयो,"एकीकृत जलस्रोत व्यवस्थापनको माध्यमवाट सन्तुलित, स्थिर तथा दीगो आर्थिक विकास हासिल गर्ने र दिगो एवं भरपर्दो संरचनागत तथा गैर संरचनागत प्रविधि र जनचेतना अभिवृद्धि लगायतका कार्य गरी जलाधार व्यवस्थापन तथा जल उत्पन्न प्रकोप न्युनीकरण एवं व्यवस्थापनबाट आर्थिक सामाजिक हानिनोक्सानी न्यूनीकरण गर्ने विभागको लक्ष्य हो ।

जलस्रोत तथा सिँचाइ संरचनाको उचित विकास, मर्मत सम्भार तथा व्यवस्थापन गरी कृषियोग्य भूमिमा वर्षैभरी दिगो एवं भरपर्दो सिँचाइ सुविधा उपलब्ध गराई कृषि उत्पादकत्व तथा उत्पादन वृद्धि गरी गरिबी निवारणमा टेवा पुऱ्याउने दायित्व हो ।"

नेपाल टेलिकमबाट विल्डिङ कन्स्ट्रक्सन इञ्जीनीयरका रुपमा आफ्नो सेवा सुरुआत गर्नुभएका बरालले जलस्रोत तथा सिँचाइ विभागमा २०५१ सालदेखि सेवा गर्दै आउनुभएको छ । विभाग मातहातका ठूला-ठूला सिँचाइ आयोजनामा कामको अनुभव बटुलिसकेको उहाँ जलस्रोत तथा सिँचाइ क्षेत्रका अनुभवी र विज्ञका रुपमा परिचित हुनुहुन्छ ।

कार्यक्रममा निवर्तमान महानिर्देशक सञ्जीव बरालले विभागले जलस्रोत तथा सिँचाइ विज्ञलाई नयाँ महानिर्देशक पाएकामा खुसी व्यक्त गर्दै उहाँको कार्यकालमा विभागले ऐतिहासिक काम गर्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । कार्यक्रममा विभागका उपमहानिर्देशक सन्तोष कैनी विभागका मुख्य प्रशासकीय अधिकृत रामप्रसाद पौडेल विभागका गतिविधि जानकारी गराउनुभएको थियो ।

प्रतिनिधिसभामा बहुविवाह कानुनी बनाउने तयारीमाथि तीव्र विरोध

काठमाडौँ, १९ साउन (रासस) ।

सङ्घीय संसद् प्रतिनिधिसभाको सोमबारको बैठकको विशेष समयमा सांसदहरूले कानुनमा बहुविवाहका सम्बन्धमा हुन लागेको नयाँ व्यवस्थाको विषय उठान गर्दै विरोध जनाउनुभएको छ ।

जनता समाजवादी पार्टीकी सांसद सुशीला श्रेष्ठले बहुविवाहलाई कानुनी मान्यता दिन लागेको भन्दै कडा आलोचना गर्नुभएको छ । उहाँले बहुविवाहको छुट पाउने विधेयकलाई महिला समानता र संविधानप्रदत्त अधिकारमाथिको कुठाराघात रहेको बताउनुभयो । "पहिलो पत्नीसँग मन मिलेन भने सम्बन्धविच्छेद गरेर अर्को बिहे गरे भइहल्यो, त्यो अधिकार छँदैछ । बहुविवाह गर्न पाउने कानुन संविधानको मर्म भावना र संयुक्त राष्ट्र सङ्घको महासन्धि सिडविरुद्ध ठूलो प्रहार हो", उहाँले भन्नुभयो ।

श्रेष्ठले प्रस्तावित विधेयकले सम्पूर्ण महिलालाई चुनौती दिने कार्य भएको र महिलाहरू त्यसको डटेर विरोध गर्ने बताउनुभयो । उहाँले प्रतिनिधिसभाभित्र गठन हुनुपर्ने महिला समन्वय समिति अझै गठन नहुनु दुःखद् भएको बताउँदै यो समितिको अभावले महिला मुद्दा प्रभावकारी ढङ्गले उठ्न नसकेको उल्लेख गर्नुभयो ।

नेपाल मजदुर किसान पार्टीका सांसद प्रेम सुवालले स्मार्ट लाइसेन्स, पासपोर्ट, राष्ट्रिय परिचयपत्र छपाइजस्ता विषयमा भ्रष्टाचार भएको दाबी गर्दै सम्बन्धित मन्त्रीहरूले स्पष्टीकरण दिनुपर्ने माग गर्नुभयो । उहाँले यी सबै नेपालमै छपाउनुपर्ने व्यवस्था गर्नुपर्ने बताउनुभयो ।

नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एमाले)का सांसद दयालबहादुर शाहीले मुलुकलाई उद्यमशीलता र विकासको युगमा लैजान सरकारको ध्यान केन्द्रित हुनुपर्ने बताउनुभयो ।

जसपा नेपाल...

यादव र उमेश प्रसाद यादवले आ-आफ्नो प्यानलसहित उम्मेदवारी दर्ता गराएका छन् । यसअघि दुई पटक तय गरेर स्थगित गरिएको निर्वाचन पछिल्लो पटक साउन १९ गते सोमबारका लागि तय गरिएपछी निर्वाचन सम्पन्न भएको हो ।

निर्वाचन सम्पन्न भएपछी सोमबार रातीदेखी नै मतगणना सुरु हुने निर्वाचन समितिले जनाएको छ ।

मिडिया काउन्सीलद्वारा ...

सप्तरीका कोषाध्यक्ष नवीन कुमार गुप्ता, नेपाल पत्रकार महासंघका केन्द्रिय सदस्य ललिता साह, महासंघका पूर्व अध्यक्ष बैजनाथ झा, धिरेन्द्र प्रसाद साह, बरिष्ठ पत्रकार गणेश लाल देव, महासंघका उपाध्यक्ष सुधा देव, संचारकर्मी चन्दन कुमार यादव, नर्मदेव यादब, अरूण तिवारी, दिनानाथ यादब, बिन्दु यादब लगायतले आफनो सुझाव राखेका थिए ।

लामखुट्टेबाट सर्ने रोगबाट बचौं।

- लामखुट्टेको टोकाईबाट औलो (मलेरिया), डेंगी, कालाजार, जापानीज इन्सेफलाइटिस जस्ता संक्रामक रोग लाग्न सक्दछ।

त्यसैले, लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्न:

- घर वरिपरी पानी जम्न नदिऔं,
- घर तथा गोठ बरिपरी सफा सुग्घर राखौं,
- गोठ तथा खोर घरभन्दा टाढा राखौं,
- पुरा बाहुला भएको कपडा लगाऔं,
- सुत्दा झुल लगाएर मात्र सुतौं,
- झ्याल तथा ढोकामा लामखुट्टे पस्न नदिन जाली लगाऔं ।

"लामखुट्टेको टोकाईबाट बचौं र बचाऔं।"

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

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