NSI
Nick Simons Institute

ENHANCING RURAL HEALTHCARE

स्वास्थ्यकर्मीको आवाज

VOLUME 1, ISSUE 2 / MARCH 2011 / LINKING HEALTHCARE WORKERS ACROSS RURAL NEPAL

यस अंकमा...

पेज१-२ कथाहरू

- डाक्टरबाट पनि छुट हुनसक्छ
- मेरो कर्तव्य र जिम्मेवारी

पेज२ सि.एम.इ. कर्नर
पोलेको घाउमा केराको पातबाट उपचार

पेज३ सूचना
दृढतापूर्वक लागेमा समस्याको समाधान निस्कन्छ ।

पेज४ स्वास्थ्य प्रतियोगिता
एकछिन हाँसौं न

डाक्टरबाट पनि छुट हुनसक्छ

सोने लाल यादव, सि.अ.हे.व., प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, सत्तरझोरा, सुनसरी

म सि. अहेव भएको नाताले प्रत्येक दिन विभिन्न किसिमका बिरामीहरुको उपचार गर्नुपर्दछ। यद्दपी उपकरण र सामानको अभाव भए तापनि गाउँलेहरुको विश्वास कायम राख्न मैले उनीहरुलाई सेवा दिनु पर्दछ।

बि.सं. २०६४ मा एकजना मर्न लागेको बिरामीको उपचार गर्दा मैले मेरो आत्मविश्वास बढेको र मैले आत्मसन्तुष्टि प्राप्त गरेको महशुस गरे । उसको नाम अनिल कुमार थियो । ऊ ४५ वर्षको र औद्योगिक क्षेत्रमा कार्यरत थिए ।

बिरामी अनिल कुमार छातीको संक्रमण भई बराबर जाडो भई ज्वरो आई रहेको कारणले उपचारार्थ फिजिसियनसँग सम्पर्क राखी, दिशा, पिशाब, रगत, एक्स-रे जाँच गराई एन्टीबायोटिकबाट उपचार गराई रहनु भएको थियो । १५ दिनको उपचार पश्चात् निजलाई ज्वरोले छोडेन । निज उपचारको लागि भारतको विहार को पूर्णियाँ पुगि डाक्टर बदलेर पुनः उपचार गराउनु भयो । पुनः १५ दिनको उपचार सम्पन्न गरेर पनि केही सुधार भएन । निजलाई कहिले UTI (पिशाबको संक्रमण) त कहिले Typhoid को उपचार गरिएको थियो ।

एक दिन मेरो छिमेकको साथीले अनिललाई एकपल्ट मसँग सम्पर्क राख्न सल्लाह दिनु भएछ। सोही साथीले ३/४ दिनको कोशिस पश्चात् सम्पूर्ण कागजात लिई म कहाँ सम्पर्क गराउन ल्याउनु भयो ।

बिरामीसँगको भेटमा मैले सोधे, "अनिलजी, तपाईलाई के समस्या छ ?"

वहाँले भन्नुभयो, "सर, म एक-डेढ महिना देखि बिरामी छु धेरै उपचार गराएर पनि सन्चो भएन, सरको नाम सुनेर उपचारको लागि आएको । मेरो ज्यान जोगाई दिनु होस् ।"

मैले सहानुभूतीपूर्वक भने, "नआत्तिनुस् म सक्दो सहयोग गर्नेछु। मलाई कागजहरु देखाउनुस् त, अनिलजी।" वहाँले क्लोरोभाईसीटीन, सिप्रोफ्लोक्सिन र अन्य औषधी खाईसक्नु भएको रहेछ। वहाँको सम्पूर्ण परिक्षणहरु गरेतापनि औंलोको परिक्षण गरेको थिएन ।

वहाँको परिक्षणमा तौल ४७ के.जी.; BP (रक्तचाप) ९०/७०, ज्वरो १००°F र जन्डीस समेत देखिसकेको थियो । त्यसपछि मैले भने, "अनिलजी, ठूला डाक्टरहरुबाट पनि कहिलेकाँही छुट हुन जान्छ । तपाईको जाँचमा एउटा छुटेको रहेछ । नआत्तिनुस, सस्तो र साधारण जाँच हो । तपाई यो जाँच गराएर मलाई देखाउनुस् र त्यसपछि उपचार हुन्छ । वहाँले भोलीपल्ट रगतको परिक्षण गराएर रिपोर्ट देखाउनु भयो । वहाँलाई औंलो लागेको पुष्टी भयो । सोही अनुसार मिलाई एक हप्ताको लागि cholroquin दिएर आराम गर्न सल्लाह दिए । सुधार भई निजबाट विभिन्न ठाउँमा मेरो प्रशंसा गर्नु भएछ । हाल वहाँको स्वास्थ्यको अवस्था राम्रो छ ।

मलाई खुशी थियो कि म अहेव भएर मैले यस बिरामीको उपचार गरे । ठूला डाक्टर साहेवहरु (फिजिसियन) बाट पनि सामान्य किसिमको जाँचमा भूल भई उपचार अधुरो हुँदोरहेछ भन्ने महशुस गरे । ल्याब रिपोर्टको आधारमा मात्र नभई बिरामीको लक्षण हेरी उपचार गरेमा राम्रो हुने रहेछ ।

TO: ______________________________

____

____

मेरो कर्तव्य र जिम्मेवारी

सोनी सुवेदी, स्टाफ नर्स, जनकपुर अञ्चल अस्पताल

यो घटना करिब १ वर्ष अगाडिको हो । मध्यान्हको समयमा केही गाँउलेहरुले एकजना बेहोस युवकलाई अस्पतालमा ल्याए । सोधपुछको क्रममा सो युवक २० वर्षका अनिल यादव भएको थाहा पाइयो । गाउँलेहरुका अनुसार उनलाई खेतमा बेहोस अवस्थामा भेटिएको थियो ।

जाँचको क्रममा उसको शरीर जलेको थियो । जसको कारणले उ वेहोस भएको रहेछ । क्रमश: बुझ्दै जाँदा उसको परिवारको आर्थिक स्थिति कमजोर भएकोले उसको उपचार गर्न नसक्ने थाहा पाइयो । त्यसकारण मैले हाम्रो अस्पतालका मे.सुलाई सहायता गर्नको लागि अनुरोध गरे । फलस्वरुप उसलाई हाम्रो अस्पतालको रिजर्भ फन्ड बाट निशुल्क उपचार गराइने निर्णय गरियो ।

दुई घण्टा पछि विरामीलाई होस आयो । आगो पहिला परालमा लागेको, त्यसपछि लुगामा समातेको अनि उसको शरीर र लुगा बलेको कुरा थाहा पाइयो । उसको सबै लुगा जलेको कारणले लगाउने कपडा र खानेकुराको बन्दोबस्त गरिदिएँ । उ करिब एक महिनासम्म अस्पतालमा भर्ना भएर बस्यो । त्यस अवधिमा उसलाई भेट्न कोही पनि आएनन् । उसलाई हिँडडुल गर्न, उभिन र बस्न गाह्रो हुन्थ्यो । मैले उसलाई औषधि खुवाउने, ड्रेसिङ्ग गर्ने र प्रत्येक दिन नुहाउन मद्दत गरे । उसको लागि बढी मात्रामा प्रोटिन भएका खानाहरुको व्यवस्था गरे र एक महिना पछि उसको घाउहरु निको हुँदै गयो ।

अन्तमा उ पूर्ण रुपमा निको भयो र डिस्चार्ज गरियो । घर जानु अघि उ मलाई भेट्नु आयो र भन्यो, "सिस्टर, यो संसारमा कसैले कसैको वास्ता गर्दैनन्, तर कुनै हिचकिचाहट बिना तपाईले मलाई स्याहार गर्नु भयो । मैले त म मर्छु होला भनेर सोचेको थिएँ तर तपाईले गर्नु भएको स्याहारले गर्दा आज म यहाँ छु, तपाई प्रति म आभारी छु । मैले भने, "मलाई तिमीले धन्यवाद भनी राख्नु पर्दैन यो त मेरो कर्तव्य र जिम्मेवारी हो ।"

हालसालै फलोअप जाँच गराउन अस्पताल आएको बेला उसले मलाई भेट्यो र फेरि पनि म प्रति कृतज्ञता जाहेर गऱ्यो । मैले उसलाई उदास नहुनु र खुशी रहनको लागि सुझाव दिएँ ।

CME CORNER

पोलेको घाउमा केराको पातबाट उपचार

नेपालको दुर्गम क्षेत्रमा शरीरको जलन/पोलाई सामान्यतया देखिने समस्या हो । यसरी पोलेर हुने घाउलाई जति छिटो र राम्रोसँग उपचार गऱ्यो त्यति नै छिटो निको हुन्छ । जलेको भाग सधैं राम्रोसँग छोप्नु पर्दछ ताकि घाउ सुख्खा नहोस् र उत्पन्न भएको नयाँ टिस्यु क्षति हुनबाट जोगियोस् । अस्पतालहरुमा पोलेको घाउमा प्राय: vaseline अथवा अन्य बिशेष ड्रेसिङको प्रयोग गरिन्छ । यस्ता बिशेष किसिमको ड्रेसिङ ग्रामिण क्षेत्रमा उपलब्ध नहुन सक्छ । त्यसैले ग्रामिण भेगमा पनि त्यहाँ उपलब्ध श्रोत र साधनको प्रयोगबाट स्तरिय अस्पतालमा जस्तै उपचार गर्न सकिन्छ कि सकिंदैन भन्ने प्रश्न उठ्न सक्दछ । पक्कै पनि गर्न सकिन्छ, कसरी भन्ने प्रश्नको उत्तरमा, केराको पातको प्रयोग ।

केराको पातले दुई थरिको समस्या समाधान गर्छ । यसले जलेको ठाउँलाई सुख्खा हुनबाट जोगाउन र साथसाथै नयाँ टिस्युलाई बिग्रनबाट बचाई ड्रेसिङलाई सजिलोसँग निकाल्न मद्दत गर्दछ । यसको प्रयोग चरणवद्ध रुपमा यसरी गरिन्छ:

१. केराको पातलाई जलेको भाग अनुसारको आकारमा काट्नुहोस् ।
२. सो केराको पातलाई सफा पानीले पखाल्नुहोस् ।
३. सो पातलाई ५ देखि १० मिनेट सम्म पानीमा उमाल्नुहोस् ।
४. त्यसपछि सेलाउन दिनुहोस् ।
५. जलेको ठाउँलाई पनि सफा पानीले सफा गर्नुहोस् ।
६. सिल्भर सल्फाडाएजिन (Silver Sulfadiazine) क्रिम अथवा अन्य जलेको ठाउँमा प्रयोग हुने औषधी लगाउनुहोस् ।
७. घाउलाई केराको पातले छोपिदिनुहोस् ।
८. त्यसपछि गज (gauze) माथिबाट लगाएर ब्यान्डेज र टेप लगाउनुहोस् ।
९. यस्तो किसिमको ड्रेसिङ हरेक दिन वा हरेक दुई दिनमा फेरिदिनुहोस् ।

केराको पातले ड्रेसिङ गर्नु अघि

केराको पातले ड्रेसिङ गरे पछि

नोट: चिसो ठाउँमा जहाँ केराको पात उपलब्ध हुँदैन, त्यहाँ आलुको बोक्रा छिल्का पनि प्रयोग गर्ने गरिन्छ । तर यी धेरै मसिना भएकाले यसले जलेको ठाउँ राम्रोसँग छोप्न मिल्दैन ।

Correction of First Issue

Managing Severe Pre-Eclampsia and Eclampsia with Magnesium Sulfate

LOADING DOSE: (For use in Health Posts PRIOR to referring to a hospital)

For IV Loading Dose: [$MgSO_4$ as a 20% solution]
1. Take one 20 ml syringe
2. Draw up 4 ampules of $MgSO_4$ **(a total of 8 ml in syringe)**
3. Draw up 12 ml of water for injection. (Total of 20 ml in the syringe)
4. Give IV over 5 minutes

For IM Loading Dose: [$MgSO_4$ as a 50% solution]
1. Take two 10 ml syringes
2. Draw up 5 ampules of $MgSO_4$ in each syringe (a total of 10 ml in both syringes)
3. Add 1 ml of 2% Lignocaine in each syringe **(total of 11 ml in each syringe)**
4. Give both injections deep IM in alternate buttocks

Note: if further fits occur, give further **2 gm (4ml)** *of $MgSO_4$ 50%* **IV over 5 minutes**

MAINTENANCE DOSE: (For use after admission to in-patient care)
1. Take one 10 ml syringe
2. Draw up 5 ampules of $MgSO_4$ **(a total of 10 ml in syringe)**
3. Add 1 ml of 2% Lignocaine (a total of 6 ml in syringe)
4. Give IM every 4 hrs. in alternate buttocks
5. Continue treatment for 24 hrs. after delivery or last convulsion, whichever is last.

सूचना
दक्ष प्रशुतीकर्मी अनुगमन तथा सुधारात्मक कार्यक्रम (SBA - FEP)

सबै तालिमहरूसंग जोडिएको अत्यावश्यक कुरा:

नेपालमा दक्ष प्रशुतीकर्मी सम्बन्धी SBA तालिमको शुरुवात सन् २००८ मा मातृत्व तथा नवशिशु सेवा तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीहरुको विकासको लागि भएको थियो । नेपाल सरकारले सन् २०१५ भित्रसम्ममा सो तालिम प्राप्त गर्ने स्वास्थ्यकर्मीको संख्या ५००० पुऱ्याउने लक्ष्य लिएको छ । हालसम्म १६ वटा तालिम केन्द्र बाट लगभग २२०० स्वास्थ्यकर्मीहरुले उक्त तालिम लिइसकेको छ । नेपालको यो SBA तालीममा ज्ञानको अद्यावधिक र क्लिनिकल सीप समावेश गरेको छ ।

यद्यपि, सो तालिमको मापदण्ड अनुसार काम गर्न केही बाधाका कारणहरु छन् जस्तै: अपर्याप्त भौतिक पूर्वाधार, प्रेरणाको कमी, काम गराईमा पृष्टपोषणको कमी, इत्यादि । यस्ता विषयहरुलाई सम्बोधन गर्नको लागि, Nick Simons Institute ले राष्ट्रिय तालिम केन्द्र (NHTC) संग आवद्ध भई SBA को परिक्षण अनुगमन तथा सुधारात्मक कार्यक्रमको शुरुवात गरेको छ । यो FEP मूल्यांकन मात्र नभई, कोचहरु SBA तालिमका प्रशिक्षकहरुद्वारा संचालन गरिन्छ । उहाँहरुले मुल्यांकन तथा रेकर्ड गर्नुको साथै प्रत्यक्ष सिपहरु पनि सिकाउनु हुन्छ ।

यस SBA-FEP को मुख्य उद्देश्य भनेको तालिम प्राप्त दक्ष स्वास्थ्यकर्मीहरुले आफ्नो कार्यक्षेत्रमा क्षमता र निपुणता कायम राख्न सक्नु भन्ने हो । यो FEP ले तालिम प्राप्त दक्ष स्वास्थ्यकर्मीहरु, तिनको सुपरभाइजर, जिल्ला अस्पताल र नेपाल सरकारका सम्वन्धित व्यक्तिहरुलाई नयाँ ढंगले SBA को गुणात्मक सुधार र सो लाई व्यवहारिक रुपमा कार्यान्वयन गर्न पृष्टपोषण गर्ने पद्धतिको पनि काम गर्दछ ।

शायद नेपाल सरकारको सबै तालिमहरुमा अनुगमन / सुधारात्मक कार्यक्रमलाई पनि समावेश गर्नुपर्दछ ।

On site skill assessment

पाइलट SBA-FEP: छानिएको जिल्ला र उपलब्ध श्रो

क्षेत्र	जिल्ला	No. of SBA	अस्पताल	PHCs	HPs
हिमाली	दोलखा	१५	२	२	७
पहाडि	धादिङ्ग	१७	१	२	८
तराई	कैलाली	२६	२	५	३
तराई	झापा	२५	१	६	३
पहाडि	इलाम	१८	१	३	६
	जम्मा	**१०१**	**७**	**१८**	**२७**

दृढतापूर्वक लागेमा समस्याको समाधान निस्कन्छ ।

जयनन्द जैसी, जनस्वास्थ्य निरीक्षक,
सुगरखाल स्वास्थ्य चौकी, कैलाली

वर्षौ देखि मैले स्वास्थ्य चौकीमा कर्मचारीहरु चाहिने र तिनको काम कर्तव्यहरुको बारेमा आवाज उठाईरहेको छु । विगत १५ वर्ष देखि व्यवस्थापन समिति, गा.वि.स. पदाधिकारी र जनमानसमा दोहोऱ्याइरहेको छु । हामीलाई दक्ष जनशक्तिको साथै भौत्तिक पूर्वाधार पनि आवश्यक छ भनेर बारम्बार भनी रहेको छु ।

मैले मेरो मेहनतको फल हालसालै प्राप्त गरे । समितिका सदस्यहरु, गा.वि.स र जन समूदाय सहयोग गर्न तयार भए । सबैजना मिलेर स्थानिय स्तरमा जनशक्ति राख्ने र त्यसको लागि आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराउने भए । २ जना हे.अ., १ जना अ.न.मी., १ जना ल्याब असिस्टेन्ट र १ जना महिला कार्यालय सहयोगी निजी श्रोतबाट भर्ना गरियो । साथै ती भर्ना गरिएका कर्मचारीहरुलाई तालिम प्रदान गरियो ।

यसै गरी भौत्तिक पूर्वाधारको लागि भवन तथा फर्निचरको निर्माण, खानेपानी तथा कम्पाउन्ड पर्खालको व्यवस्था पनि गरियो ।

हाल प्रत्येक वर्ष गा.वि.स. बाट रु. १००,०००/- (एक लाख) र हेल्थ पोष्टबाट रु.५०,०००/- गरी जम्मा रु. १५०,०००/- लागेको छ ।

मैले गा.वि.स.का सबै सदस्यहरुलाई दक्ष जनशक्ति भएकाहरु घरैमा बसेर समय खेर फाल्नु भन्दा स्वास्थ्य संस्थामा काम गर्न पठाई दिनु हुन अनुरोध गरे । यसको लागि दिउँसोको खाजा उपलब्ध गराउँदछौं ।

उहाँहरुले मेरो अनुरोधलाई मानेर सित्तैमा काम गर्न मञ्जुर हुनु भयो । तसर्थ हामीले नि:शुल्क रुपमा ल्यावको सेवालाई शुरु गऱ्यौं । अहिले पनि स्वास्थ्य चौकीमा विभिन्न किसिमका परिक्षणहरु जस्तै: औंलोको रगत जाँच, क्षयरोगको खकार, रगत परीक्षण, ERR, हामोग्लोबिनको मात्राको जाँच, दिसा पिसावको जाँच, VDRL र HIV को जाँच नि:शुल्क रुपमा गरिरहेको छ ।

समस्या नं. २

तपाईंले आफ्नो स्वास्थ्य संस्थाको सही व्यवस्थापनका लागि स्थानीय स्रोत साधनलाई कसरी परिचालन गर्नुहुन्छ ?

तपाईंको सुझावहरु अन्तिम पृष्ठमा दिइएको ठेगानामा पठाउनुहोला ।

स्वास्थ्य प्रतियोगिता

सही उत्तर छानेर पठाउनुहोस् ।

१. एकजना २३ वर्षिया गर्भवती महिला बढी रक्तचाप र पिशावमा प्रोटिन देखापरेको समस्या लिएर गर्भवती जाँच क्लीनिकमा आइन् । वहाँको Diagnosis:

क) प्रि एक्लाम्पसिया (pre-eclampsia)
ख) क्रोनिक हाइपरटेन्सन (chronic hypertension)
ग) पायलोनेफ्राइटिस (pyelonephritis)
घ) पिशावको संक्रमण

२. अत्याधिक प्रि एक्लाम्पसिया र एक्लाम्पसिया भई कम्प (convulsion) आउनुबाट बचावट र उपचारको लागि प्रयोग हुने मुख्य औषधि :

क) डायजापाम (Diazapam)
ख) हाइड्रालाजिन (Hydralizine)
ग) म्याग्नेसियम सल्फेट (MgSo4)
घ) लेबेटोलल (Labetolal)

३. तीन दिन अघि घरमा सुत्केरी भएकी ३० वर्षीया श्रीमती मनमाया स्तन टन्टन् दुख्ने समस्या लिएर हेल्थपोष्टमा आइन् वहाँको समस्या खासगरी :

क) स्तन पाकेको
ख) मासटाइटिस (Mastitis)
ग) स्तन गानिएको
घ) माथिका सबै

भाग १ को परिणाम

बिजेताहरू:

१.सुरेन्द्र चौहान, अहेब, बाँझकटेरी, उपस्वास्थ्य चौकी, गुल्मी
२.इन्द्र देव पौडेल, रुरु प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, गुल्मी

उत्तरहरू: **१. घ, २. घ, ३. घ**

एकछिन हाँसौं न

बिरामीः- डाक्टरसाप, जब म निन्द्रामा हुन्छु, सपनामा बाँदरहरु फुटबल खेल्छन् ।

डाक्टरः- आत्तिनु पर्दैन, यो औषधि सुत्नु अघि खानु ।

बिरामीः- भोली देखि खानुपर्ला, आज त झन फाइनल छ !!

समस्याको समाधान # १ का

बिजेता

श्री जयनन्द जैसी, जनस्वास्थ्य निरीक्षक, सुगरखाल स्वास्थ्य चौकी, कैलाली

(पृष्ठ ३ मा हेर्नुहोला)

कृपया यहाँहरुको सुझाव, प्रतिक्रिया तथा समस्याहरु तल लखिएको ठेगानामा पठाउनुहोला ।

इमेल: newsletter@nsi.edu.np
फ्याक्स: ०१-५०१३५६६
निक साइमन्स इन्ष्टिच्यूट
पो.ब.नं. ८९७५ ई पि सी १८१३
सानेपा, ललितपूर
फोन: ०१-५०१३५०२
www.nsi.edu.np

स्वास्थ्य प्रतियोगितामा भाग लिएका पहिलो पाँच सही उत्तर पठाउनेहरूले सातवटा NEPAL CME Module (CD) मध्ये कुनै एउटा प्राप्त गर्नुहुनेछ तथा पृष्ठ नं. ३ मा उल्लेखित समस्याको उत्कृष्ट समाधान पठाउने पहिलो पाँच जनालाई रु. १,०००/- का दरले सम्मानित गरिनेछ ।