"स्वच्छ, शान्त, समृद्ध, पर्यटकीय नगर बूढानीलकण्ठ"
टोल फ्रि नं. १६६००१०००३२
फोन नं. ०१-४३७२७२५

बूढानीलकण्ठ नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
हात्तीगौडा,काठमाडौं
बागमती प्रदेश, नेपाल

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
हात्तीगौडा, काठमाडौं
बागमती प्रदेश, नेपाल

प्रेश विज्ञप्ती

विश्वका केही देशहरु तथा छिमेकी मित्रराष्ट्र भारतका विभिन्न प्रान्तहरुमा समेत नयाँ भेरियन्ट सहित **Covid-19** को महामारी देखा परेको छ। हालै नेपालमा समेत संक्रमण दिनहुँ बढ्दै गएको सन्दर्भमा यस नगरपालिकामा स्थायी वा अस्थायी रुपमा वसोबास गर्नु भएका महानुँभावहरुको स्वास्थ्य अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै उक्त रोगको प्रकोप रोगथाम तथा नियन्त्रण कार्यलाई अगाडि बढाउने कुराको सन्र्दभमा बूढानीलकण्ठ नगरपालिकाको ध्यानाकर्षण भएको छ। यस कार्यलाई पूर्ण रुप दिनका लागि आमनगरबासिको सहयोगको अपेक्षा गरेका छौ। साथै सम्पूर्ण नागरीकहरुलाई सचेत, सजक तथा सहयोगको भावनले निम्न जनस्वास्थ्यका मापदण्ड पालन गर्न गराउन समेत आव्हान गर्दछौ।

निम्न :

- वाहिरी जिल्ला तथा संक्रमित देशबाट संकास्पद व्यक्ति यस बूढानीलकण्ठ नगरपालिका अन्तर्गतका वडाहरुमा प्रवेश गर्दा स्वास्थ्य परिक्षण गरिएको वा **Self Home Quarantine** मा उक्त जिल्ला वा देशमा पूर्ण अवधि सम्म **Quarantine** मा वसी आएको भन्ने उल्लेख भएको पत्र सम्वन्धित वडा समक्ष आवश्यक बिवरण पेश गरी दर्ता गर्नुपर्ने छ।
- दर्ता भएपछि संकास्पद व्यक्तिलाई नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा पठाउनु पर्ने छ र सम्वन्धित स्वास्थ्यकर्मीहरुले **COVID-19 Surveillance System** मा पुन: दर्ता गरी निजको **Detail** बिवरण भरी रेकर्ड राख्ने छन्। सकास्पद व्यक्तिलाई आवश्यक पर्ने कागजात जस्तै: १४ दिनको लागि ज्वरो नाप्ने फारम, **Self Home Quarantine** मा पालना गर्नु पर्ने विधि सम्वन्धी निर्देशिका र **COVID-19** सम्वन्धी सूचना मूलक सन्देश सामाग्री उपलव्ध गराउने छन्। सम्वन्धित व्यक्तिले प्रत्येक दिन आफ्नो ज्वरो नाप्ने र **Self Home Quarantine** मा स्वास्थ्यकर्मीले दिइएको निर्देशन अनुसार व्यक्तिले नियम पालना गर्नुपर्ने छ।
- **COVID-19 Surveillance** गरिने क्रममा निजलाई **COVID-19** लक्षण तथा संकेत (ज्वरो १००.४ **F** फरनहाईट, खोकी/घाँटी दु:खेमा तथा स्वास् प्रश्वास्मा कठीनाई) भएमा तुरुन्त सम्वन्धित स्वास्थ्य संस्था मार्फत जनस्वास्थ्य महाशाखा, बूढानीलकण्ठमा जानकारी गराउनु पर्ने छ। सोही अनुसार महाशाखाले **COVID-19** का लक्षण तथा संकेत देखिएका संकास्पद व्यक्तिहरुलाई नेपाल

टोल फ्रि नं. १६६००१०००३२
फोन नं. ०१-४३७२७२५

सरकारले तोकिएको **Isolation Center** वा **COVID Hospital** मा थप उपचारका लागि नगरपालिकाको एम्वुलेन्स मार्फत पठाउने व्यवस्था मिलाइएको छ ।

- धेरै जसोले परिक्षण पश्चात: पोजेटिभ नतिजा प्राप्त भएपछि सम्वन्धीत निकायलाई जानकारी नगराइकन घरैमा बस्ने प्रवृतिले गर्दा संक्रमित व्यक्तिहरुसंगको नजिकैको सम्पर्कमा रहेका व्यक्तिहरुको खोजपड्ताल गर्ने कार्यमा समस्या भएको हुँदा यसरी लुकिछिपि बस्ने प्रकृयाले संक्रमण फैलिन सक्ने भएकोले संक्रमित व्यक्तिले संक्रमण भएको जानकारी यथासिध्र जनस्वास्थ्य महाशाखा, बू.न.पा.मा मेडिकल अधिकृत डा. अंकित पौडेल सम्पर्क नं. ९८४९६४९६४४ र जनस्वास्थ्य अधिकृत श्री उपमा दहाल सम्पर्क नं. ९८४३६३१२२७ मा सम्पर्क गरी आवश्यक परामर्श सेवा प्राप्त गर्न सक्नु हुने छ ।

<u>बूढानीलकण्ठ नगरवासीहरु तथा यस नगरमा प्रवेश गर्ने व्यक्तिहरुलाई निम्न स्वास्थ्य सम्वन्धि सूरक्षित व्यवहार गर्न गराउन हुन नगरपालिका हार्दिक अपिल गर्दछ :</u>

- कुनै पनि भिड्भाड हुने सामाजिक कार्यहरु: भोज, उत्सव, जात्रा, विभिन्न चाड पर्व तथा सभा सम्मेलनमा नेपाल सरकारले तोकिएको २५ जना भन्दा बढी व्यक्तिहरुको सहभागिता नगराउने सो कार्यको अनुगमन स्थानीय तहले गर्ने ।

- हप्तामा १ पटक मात्र पालोपालो गरि घरका परिवारका स्वास्थ्य व्यक्ति मध्येबाट आवश्यक सामाग्रीहरु खरिद गर्ने ।

- १२ वर्ष मूनिका बालबालिका र ६० वर्ष माथिका उमेर समूहका व्यक्तिहरु, गर्भवती, सुत्केरी, दीर्घरोगी. जस्तौ: मुटु तथा रक्तनलि सम्वन्धी रोगीहरु, मधुमेह, दीर्घ स्वास् प्रश्वास तथा दमका रोगीहरु, एड्स तथा क्षयरोगका विरामीहरु, क्यान्सर उपचार गराइ रहेका विरामीहरु, मृगौलाका विरामीहरुले अनावश्यक रुपमा भिडभाड हुने सार्वजनिक स्थान, यातायात, भेटघाट कार्यक्रममा सहभागी नहुने ।

उद्धव प्रसाद खरेल
प्रमुख

○ विहान तथा बेलुकी समूह वनाई हिडडुल गरी चिया पसलमा भेला हुने अनावश्यक रुपमा घर भन्दा बाहिर जाने कार्य विशेष गरी ६० वर्ष मुनिका उमेर समूहका व्यक्तिहरुले गर्ने गरेकोले उक्त कार्य नगर्न हुन आग्रह गर्दछौं ।

○ सामान्य रोगको उपचारका लागि नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा गई उपचर लिने बानी बसालौं । अति आवश्यक नभएसम्म ठूला अस्पतालहरुमा नजाऔं । किनकी अस्पतालबाट हुने संक्रमण दर बढ्दो अवस्थामा रहेको छ । चिकित्सक संग फलोअप गर्नु पर्ने विरामीहरुले टेलिफोन / मोबाईल मार्फत परामर्श सेवा लिने गरौं ।

○ कोभिड १९ रोगको संक्रमण भएका व्यक्तिहरु र संकास्पद परिवारका सदस्यहरु समेत १० दिन सम्म **Self home Isolation** मा बस्नु पर्ने छ । साथै, संक्रमित व्यक्तिसंग नजिकैको सम्पर्कमा भएका व्यक्तिहरुको **Case Investigation and Contact identification (CICI)** टोलीद्धारा आवश्यक विबरण संकलन गर्ने छन् । नजिकैको सम्पर्कमा भएका व्यक्तिहरुको **Antigen Kit** द्धारा परिक्षण समेत गरिने छ ।

○ नगरभित्र संचालन रहेका विभिन्न किसिमका व्यवसायहरु संचालन गर्दा नेपाल सरकारले तोकिएको न्यूनतम मापदण्द पुरा गरेर मात्रै व्यवसाय संचालन गर्न गराउनुको साथै सार्वजनिक यातायातहरु संचालन गर्दा समेत न्यूनतम मापदण्द पुरा गरेर मात्रै सार्वजनिक यातायात लगायत अन्य सवै व्यवसायहरु संचालन गर्ने ।

○ जुनसुकै कार्यालयहरुमा कामको सिलसिलामा जाँदा कार्यालयले उपलव्ध गराएको जनस्वास्थ्य सम्वन्धी मापदण्ड जस्तै: सावुन पानीले हात मिचिमिचि धोई भौतिक दरी कायमको साथै मास्कको प्रयोग गरी पालो पालो सेवा लिने सिपको विकास गर्दै सेवा प्रवाहमा राष्ट्रय सेवक कर्मचारीहरुलाई सहयोग गर्ने गरौं ।

○ सार्वजनिक समारोह, आमसभा, जुलुस, मेला, महोत्सव, जात्रा, पर्व, विबाह, न्वारन, पास्नी , ब्रतबन्ध, मलामी लगायतका अत्यावश्यक परम्परागत धार्मिक तथा सांस्कृतिक

"स्वच्छ, शान्त, समृद्ध, पर्यटकीय नगर बूढानीलकण्ठ"

टोल फ्रि नं. १६६००१०००३२
फोन नं. ०१-४३७२७२५

बूढानीलकण्ठ नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
हात्तीगौडा, काठमाडौं
बागमती, प्रदेश, नेपाल

क्रियाकलापहरु संचालन गर्दा पच्चीस जना भन्दा बढी नहुने र जनस्वास्थ्यका मापदण्डको पालना हुने गरी मात्र संचालन गर्ने ।

स्वास्थ्य सम्वन्धी थप निम्न सुरक्षित व्यवहारहरु गर्ने र गराउने कार्यमा सहयोग पुर्‍याउन हुन अनुरोध छ ।

- खोक्दा, हाच्छिउँ गर्दा नाक, मुख छोप्ने (सफा रुमाल, कपडा, मास्क वा पाखुराले)
- साबुन पानीले हात धुने (बारम्बार र सही तरिकाले)
- भौतिक दूरी कायम गर्ने (अन्य व्यक्तिसँग कम्तीमा २ मिटर वा ४ हात टाढा रहने)
- संकास्पद व्यक्तिबाट सकभर टाढै बस्ने र बेग्लै राख्ने ।
- आँखा, नाक तथा मुखमा अनावश्यक रुपमा हात नलगौं ।
- घर तथा सार्वजानिक स्थानमा जथाभावी नथुक्ने र प्रयोग गरेको मास्क जथाभावि नफाल्ने ।
- रोगी व्यक्तिलाई पौष्टिक खाना र प्रशस्त मात्रामा झोलिलो खानेकुरा (भातको माड, दालको रस, तरकारीको रस, गेडागुडीको रस आदि) र पानी पिउने ।
- दुध चुस्ने उमेरका बच्चालाई साविक बमोजिम नियमित स्तनपान गराउने ।
- चिकित्सक तथा स्वास्थ्य कर्मीहरुको सल्लाह बिना कुनै पनि औषधि नखुवाउने ।

अत: बूढानीलकण्ठ नगरबासीज्यूहरु माथि उल्लेखित विधिद्धारा सुरक्षित निगरानीमा राख्ने व्यवस्थाको लागि सम्वन्धित वडा कार्यालय, नजिकैको स्वास्थ्य संस्था र जनस्वास्थ्य महाशाखा **Pro-active** भएर लागिरहेकोले यहाँहरुको पनि उत्तिकै जिम्मेवारी रहने हुँदा नियम पालना गर्न गराउन हुन अनुरोध गरिन्छ । वडा कार्यालयहरुले संक्रमित जिल्ला वा देशबाट आएका व्यक्तिहरुको बिवरण अध्यावधिक गरी प्रत्येक दिन जनस्वास्थ्य महाशाखामा जानकारी गराउने व्यवस्था मिलाइएको छ । साथै सम्पूर्ण घरधनीज्यूहरु सजक र सचेत भई संक्रमित जिल्ला वा देशबाट आएका संकास्पद व्यक्तिहरुलाई पहिचान गरी स्थानीय तहमा जानकारी गराउने कार्यमा सहयोग पुर्‍याउनका लागि यस नगरपालिका हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

बूढानीलकण्ठ नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

जनस्वास्थ्य महाशाखा

बागमती प्रदेश, काठमाण्डौं

मिति: २०७८।०१।०८

उद्धव प्रसाद खरेल

प्रमुख