वेसीशहर नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
स्वास्थ्य शाखा
वेसीशहर, लमजुङ
गण्डकी प्रदेश, नेपाल

Website : besishaharmun.gov.np
Email: info@besishaharmun.gov.np
eo@besishaharmun.gov.np

फ्याक्स न. ०६६-५२०२०४
फोन न. ०६६-५२०१५०

प.सं. ०७७/७८

मिति : २०७७/०४/१६

च.नं. १८६

विषय : स्तनपान सप्ताह संचालन सम्बन्धमा ।

श्री पुरानकोट,वाफाखेत,चितिथला,नाल्मा,चण्डीस्थान,उदिपुर,गाउँशहर स्वास्थ्य चौकी ।
श्री वरवोट,भकुण्डे,धुरपुरे,राक्सेस्थान शहरी स्वास्थ्य केन्द्र ।
श्री आधारभुत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र ।

प्रस्तुत विषयमा संघिय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय,सिंहदरवार,काठमाण्डौंको प.सं. २०७७/७८,च.नं. १२ र मिती २०७७/०४/११ को प्राप्त पत्रानुसार विश्व स्तनपान (१-७ अगस्त,२०२० तदनुसार १७-२३ साउन,२०७७)"स्वास्थ्य र सुन्दर संसार,स्तनपान एकमात्र आधार" भन्ने नाराको साथ स्थानिय स्रोत साधनको उपयोग गरी मनाउनहुन अनुरोध छ । साथै विश्व स्तनपान सप्ताह सम्वन्धी संचालन निर्देशिका यसैसाथ संलग्न रहेको छ ।

....
मनोज सिंह बोहरा
स्वास्थ्य शाखा प्रमुख

स्वास्थ्य शाखा प्रमुख
बेसीशहर नगरपालिका

नेपाल सरकार
सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय
(स्थानीय तह समन्वय शाखा)

सिंहदरबार, काठमाण्डौं
फोन नं.-४२००५११/४२००३०४

पत्र संख्या: ०७७/७८
चलानी न.: १२

मिति:२०७७।०४/११

विषय: विश्व स्तनपान सप्ताह सम्बन्धमा ।

श्री स्थानीय तह (सबै)

प्रस्तुत विषयमा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको च.नं. ०७ (pcs) मिति २०७७/०४/११ को पत्र साथ प्राप्त स्वास्थ्य सेवा विभागको च.नं. ३१ मिति २०७७/०४/११ को विश्व स्तनपान सप्ताह सम्बन्धी पत्र र विश्व स्तनपान सप्ताह संचालन निर्देशिका संलग्न छ । विस्तृत व्यहोरा अवगत गरी यस वर्षको स्तनपान सप्ताह (१-७ अगस्त,२०२० तदनुसार १७-२३ साउन,२०७७) "स्वस्थ र सुन्दर संसार, स्तनपान एकमात्र आधार" भन्ने नाराका साथ देशव्यापी रुपमा मनाउने व्यवस्था हुन आदेशानुसार अनुरोध छ ।

४/११
चिरन्जीबी नेपाल
शाखा अधिकृत

बोधार्थ :
श्री स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय,रामशाहपथ,काठमाडौं ।
श्री सूचना तथा प्रविधि शाखा : website मा upload गरिदिनु हुन ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग
टेकु, काठमाडौं, नेपाल ।

प.सं. २०७७/०७८
च.नं. 39

श्री स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
रामशाहपथ, काठमाडौं ।

मिति: २०७७/०४/११

विषय : विश्व स्तनपान सप्ताह सम्बन्धमा सबै स्थानीय तहलाई पत्राचारका लागि सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयमा समन्वय गरिदिने बारे ।

प्रश्तुत विषयमा विगतका वर्षहरुमा जस्तै यस वर्षको विश्व स्तनपान सप्ताह (१–७ अगस्ट, २०२० तदनुसार १७–२३ साउन, २०७७) **"स्वस्थ र सुन्दर संसार, स्तनपान एकमात्र आधार"** भन्ने नाराका साथ देशव्यापि रुपमा मनाउने सन्दर्भमा सबै प्रदेश तथा स्थानीय तहहरुमा पोषण खण्डमा शसर्त कार्यक्रम अन्तरगत विभिन्न दिवस/सप्ताहहरु (स्तनपान सप्ताह, आयोडिन महिना, विद्यालय स्वास्थ्य तथा पोषण सप्ताह) मनाउनका लागि आवश्यक बजेट तर्जुमा गरिएको र सोही शिर्षकबाट खर्च गर्ने गरि यस वर्षको स्तनपान सप्ताह मनाउनका लागि सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय मार्फत सबै प्रदेश तथा स्थानीय तहहरुमा परिपत्र गरिदिन सो मन्त्रालयसँग आवश्यक समन्वय गरिदिनु हुन अनुरोध छ । साथै स्तनपान सप्ताह सञ्चालनसम्बन्धी निर्देशिका यसै साथ संलग्न गरि पठाइएको व्यहोरा पनि जानकारीका लागि अनुरोध छ ।

डा. भिम सिंह तिंकरी
निर्देशक
परिवार कल्याण महाशाखा

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग

विश्व स्तनपान सप्ताहसम्बन्धी सञ्चालन निर्देशिका

परिचय	स्तनपान शिशुका लागि अमृत समान हो । स्तनपानले आमा र बच्चाको स्वास्थ्यमा मात्र हैन समग्र परिवार, समुदाय र राष्ट्रको अर्थतन्त्रमा समेत टेवा पुऱ्याउदछ । नेपालमा ९९ प्रतिशत आमाहरुले कम्तीमा एक पटक आफ्ना शिशुहरुलाई स्तनपान गराउने गरेको नेपाल स्वास्थ्य तथा जनसांख्यिक सर्वेक्षण २०१६ ले देखाएको छ । तर स्तनपानसम्बन्धी सिफारिस गरिएका व्यवहारहरु (समय मै स्तनपानको सुरुवात, ६ महिनासम्म पुर्ण स्तनपान र कम्तिमा २ बर्षसम्म थप खानाका साथै स्तनपानलाई निरन्तरता दिने) को सख्या भने अझै पनि आशातित छैन । झाडापखाला तथा श्वासप्रश्वाससम्बन्धी रोग लागेर वर्षेनी धेरै बालबालिकाको मृत्यु हुने गर्दछ । आमाको दुध खुवाउनाले मात्र पनि धेरै बालबालिकालाई झाडापखाला तथा श्वासप्रश्वास सम्बन्धी रोगको कारण हुने अकाल मृत्युवाट जोगाउन सकिन्छ । बढ्दो शहरीकरण र आमाको दूधको सट्टामा पाइने खानेकुराको कारणले विशेषगरि शहरी समुदायका बच्चाहरुलाई प्रायजसो बट्टा-दूध खुवाउने प्रचलन बढेको पाइन्छ । स्तनपान नगराउनाले बच्चाहरुलाई रोग लाग्ने र मृत्युदर बढ्ने मात्र नभई उनिहरुको शाररीक, मानसिश बृद्धि विकासलाई पनि प्रतिकुल प्रभाव परिरहेको हुन्छ । बट्टाको दुध तथा अन्य खानाहरु खुवाउदा एकातिर खर्च बढ्न जान्छ भने बच्चाको स्वास्थ्यमा पनि नकारात्मक असर पर्दछ । नेपाल जनसांख्यीक स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०१६ को तथ्यांक अनुसार नेपालमा पूर्ण स्तनपान गराउनेको संख्या ६६ प्रतिशत र शिशु जन्मेको १ घण्टा भित्र स्तनपान गराउनेको संख्या ५५ प्रतिशत छ । यसैगरी जन्मनासाथ स्तनपान गराउनु अघि १० जना नवजात शिशुहरु मध्ये ३ जना नवजात शिशुहरुलाई घ्यू, मह, चिनि चटाउने (pre lacteal feed) गरेको पाइएको छ । नेपालमा शिशु जन्मे देखि १ महिना सम्म पूर्ण स्तनपान गराउने संख्या ८० प्रतिशत रहेको छ । तर यो तथ्यांक घट्दै शिशु २ देखि ३ महिना सम्मको हुँदा पुर्ण स्तनपान गराउने संख्या ७२ प्रतिशत मात्र रहेको छ र शिशु ४ देखि ५ महिनाको उमेर समुहमा स्तनपानको स्थिति हेर्ने हो भने ४१ प्रतिशतले मात्र पूर्णस्तनपान गराएको देखिन्छ । नेपालमा शिशुलाई कहिल्यै पनि स्तनपान नगराएको संख्या भने १ प्रतिशत मात्रै छ ।
उद्देश्य	स्तनपानको महत्वबारे आम जनसमुदाय तथा सरोकारवालाहरु माझ चेतना अभिवृद्धि गराउने
अपेक्षित प्रतिफल	• स्तनपान सम्बन्धी सिफारिश गरिएका व्यवहार अपनाउने आमा तथा बालबालिकाहरुको संख्यामा बृद्धि भएको हुनेछ । • स्तनपानलाई संरक्षण, प्रबर्द्धन र सहयोग गर्ने स्थानीय तहहरुमा स्तनपानमैत्री सेवाको विस्तार भएको हुनेछ ।
सञ्चालन प्रकृया	**स्तनपान सप्ताह मनाइने स्थानहरु:** सबै प्रदेश तथा स्थानीय तहहरु

निर्देशक

सबै स्वास्थ्य संस्थाहरु

स्थानीय संघ, संस्था, क्लब, आमा समूह, सहकारीहरु आदि ।

जिम्मेवार व्यक्ति:

प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालयका निर्देशक तथा कर्मचारीहरु

स्थानीय तहका स्वास्थ्य संयोजकहरु

श्रोत व्यक्ति:

जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख, पोषण सम्पर्क व्यक्ति, गाउँपलिका नगरपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, उप–प्रमुख, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र तथा स्वास्थ्य चौकीका सम्पुर्ण कर्मचारीहरु, महिला स्वास्थ्य स्वंय सेविकाहरु, पोषणमा काम गर्ने अन्य संघ संस्थाका व्यक्तिहरु

स्तनपान सप्ताहमा सप्ताहव्यापी रुपमा गर्नु पर्ने कार्यक्रमहरु:

यस वर्षको नारा: **"स्वस्थ र सुन्दर संसार, स्तनपान एकमात्र आधार"**

स्तनपान सप्ताहमा गर्न सकिने गतिविधिहरु:

- यस बर्षको स्तनपान सप्ताहको कार्यक्रमहरु तर्जुमा गर्दा कोभिड १९ को महामारीको अवस्थालाई समेत मध्यनजर गर्दै बढि भिडभाड नहुने खालका गतिविधिहरु गर्नु पर्नेछ ।
- सबै प्रदेश, स्थानीह तह, स्वास्थ्य संस्थाहरुले स्तनपान सप्ताहमा गरिने गतिविधिहरु स्तनपान सप्ताह अगावै तय गरि आवश्यक पुर्व तयारी गर्ने ।
- स्थानीय सञ्चार माध्यमहरुमार्फत स्तनपानको महत्वका बारेमा सुचना संप्रेषण गर्ने, रेडियो तथा टेलिभिजनहरु मार्फत अन्तरक्रिया तथा बहस कार्यक्रम गर्ने, गराउने ।
- सम्पुर्ण स्वास्थ्य संस्था, सार्वजनिक स्थलहरुमा स्तनपानको महत्व झल्किने खालका फलेक्सहरु राख्ने, स्तनपानको महत्वका बारेमा माइकिङ गर्ने आदि ।
- स्थानीय स्वास्थ्य संस्था, बढि मानिस भेला हुने सार्वजनिक स्थलहरु जस्तै बसपार्क, वडा/पालिका कार्यलयहरु आदिमा स्तनपानमैत्री वातावरण निमार्ण गर्न तथा स्तनपानलाई कसरी प्रवर्द्धन गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा जनप्रतिनिधि, पोषण तथा खाद्य सुरक्षा निर्देशक समितिका सदस्यहरु, स्वास्थ्यकर्मी, सञ्चारकर्मी, स्थानीय तहमा कार्यरत सरकारी तथा गैह्र सरकारी संघ संस्थाहरु माझ सामाजिक दुरी कायम गरि अन्तरक्रिया गर्न सकिनेछ । तर समुहमा गरिने गतिविधिहरु गर्दा कोभिड १९ को जोखिम कम गर्न स्वास्थ्य मन्त्रालयले तोकेको मापदण्ड अनिवार्य रुपमा पालना गरेको हुनु पर्दछ ।
- हरेक महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाले आफ्नो कार्यक्षेत्र भित्र रहेका बिशेष गरी गर्भवती महिला र ६ महिना भित्रका सुत्केरी आमा तथा निजका परिवारका सदस्यलाई स्तनपानको महत्व बुझाउने ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग

- स्तनपान गराइरहेका आमाहरु, गर्भवती महिलाहरुलाई स्तनपानको महत्वका बारेमा फोन परामर्श वा मोबाइलमा सन्देश पठाउने ।
- उल्लेखित गतिविधिहरु बाहेक अन्य कुनै सिर्जनात्मक कार्यक्रमहरु छन् भने स्थानीय आवश्यकता अनुसार त्यस्ता कार्यक्रमहरु पनि गर्न सकिनेछ ।

स्तनपान सम्बन्धी महत्वपुर्ण सन्देशहरु :

- आमाको बूध शिशुका लागि अमृत समान हो ।
- शिशु जन्मेको एक घण्टाभित्रै आमाको दूध चुसाउनु पर्दछ ।
- आमाको पहेंलो बिगौती दूध शिंशुका लागि पहिलो खोप हो । यसमा रोगसँग लड्न सक्ने तत्वहरु हुन्छन् ।
- शिशुलाई जन्मेदेखि ६ महिनासम्म आमाको दूध मात्रै खुवाउनु पर्दछ । शिशुलाई चाहिने पानीसमेत आमाको दूधमा नै हुने हुनाले ६ महिनासम्म आमाको दूध बाहेक पानी पनि खुवाउनु पर्दैन ।
- शिशु ६ महिना पुरा हुनासाथ आमाको दूधका साथसाथै पोपिलो थप आहार खुवाउन थाल्नु पर्दछ र कम्तिमा २ वर्षसम्म थपआहारका साथै स्तनपानलाई पनि निरन्तरता दिइरहनु पर्दछ ।
- स्तनपान गराउने आमाहरुको स्तन र पाठेघरमा क्यान्सर हुने सम्भावना पनि धेरै कम हुन्छ ।
- पुर्ण स्तनपान गराएका बच्चाहरुको दिमागि क्षमता पुर्ण स्तनपान नगराएकाकोभन्दा तीक्ष्ण हुने अध्ययनहरुले प्रमाणित गरेका छन् ।
- स्तनपान गर्न नपाएका शिशुहरु पछि गएर झगडालु स्वभावका हुने, अरुसँग घुलमिल गर्न नसक्ने र अपराधिक कार्यहरुमा लाग्ने संभावना बढि हुने कुरा पनि अनुसन्धानबाट पत्ता लागेको छ ।

कार्यक्रम अनुगमन तथा सुपरिबेक्षण

सङ्घ, प्रदेश तथा स्थानीय तहहरुले आवश्यकता अनुसार कार्यक्रमको अनुगमन गर्नु पर्नेछ ।

अभिलेख तथा प्रतिवेदन

देहाएबमोजिमका प्रतिवेदनहरु कार्यक्रम सम्पन्न भएपश्चात स्वास्थ्य संस्थाहरुले सम्बन्धित गाउँ/नगरपालिकाहरुमा, गाउँ/नगरपालिकाहरुले आफ्नो क्षेत्रभित्रको गतिविधिहरुका बारेमा

निर्देशक

	सम्बन्धित स्वास्थ्य कार्यालयहरुमा, स्वास्थ्य कार्यालयहरुले सम्बन्धित प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालयमा र प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालयहरुले आफ्नो प्रदेशभरि गरिएका गतिविधिहरुको प्रतिवेदन स्वास्थ्य सेवा विभाग, परिवार कल्याण महाशाखा, पोषण शाखामा बुझाउनु पर्नेछ : • सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्था तथा स्थानीय तहको कार्यक्रम सम्पन्नताको बिस्तृत प्रगति प्रतिवेदन • सम्बन्धित स्थानीय तहले चौमासिक र बार्षिक रुपमा एक प्रति आर्थिक तथा भौतिक प्रगति प्रतिबेदन सम्बन्धित निकायमा बुझाउने ।
बजेट बाँडफाँड	सबै प्रदश तथा स्थानीय तहहरुमा पोषण कार्यक्रम बजेट शिर्षकमा पोषण सम्बन्धी विभिन्न दिवस/सप्ताह मनाउन (स्तनपान सप्ताह, आयोडिन महिना, विद्यालय स्वास्थ्य तथा पोषण सप्ताह) का लागि बजेट तर्जुमा गरिएको छ । प्रचलित आर्थिक ऐन, कानुनको परिधि भित्र रहि आवश्यकता अनुसार उल्लेखित ३ वटा सप्ताह/महिनाका लागि बजेटको बाडफाड गर्न सकिने छ । विनियोजित बजेटले अपुग भएमा प्रदेश तथा स्थानीय तहको श्रोतबाट समेत खर्च गरि यी सप्ताह/महिनालाई प्रभावकारी रुपमा मनाउनु पर्नेछ ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग
टेकु, काठमाडौं

निर्देशक