जि.प्र.का. काठमाडौं, स्थायी द.नं.: १५१/०६३/०६४

सन्ध्याको सन्तान सुखको कथा | सन्तान नहुने कारण | सिटिजन्स बैकका सिईओको जीवनशैली

नेपालको नम्बर १ स्वास्थ्य पत्रिका मूल्य रु. ५०

वर्ष १० अंक १० March 2021

www.nepalhealthnews.com

जनस्वास्थ्य सरोकार

राष्ट्रिय मासिक

एसईई दिँदै पहिलो टेष्टट्यूब बेबी

नि:सन्तान उपचारमा दक्ष चिकित्सकको भूमिका

पहिलो जुम्ल्याहा टेष्ट ट्यूब बेबी कत्रा भए ?

नि:सन्तान पीडा र वर्तमान समस्या

आईभिएफ गराउने ठाउँ कस्तो हुनुपर्छ ?

नि:सन्तान उपचारको मापदण्ड बनाउँदै स्वास्थ्य मन्त्रालय

नि:सन्तान विशेष

Vardhan FERTILITY CENTRE

सन्तान सुख जतिको खुशी अरुले दिन सक्दैन

डा. सबिना सिंखडा

WE SPECIALIZE IN

women's health

WHILE SPECIALIZING IN *you.*

TESLA
DIAGNOSTIC CLINIC

WOMEN'S HEALTH OF TESLA DIAGNOSTIC CLINIC.

Services we offer:

- Digital Mammogram
- Breast MRI
- Pelvis MRI
- Obstetric and Gynecological USG
- Breast and Thyroid Elastography
- Thyroid Screening Package

women's healthplus

TESLA
DIAGNOSTIC CLINIC

Baluwatar, Kathmandu

+977-01-4446031

www.tesladiagnosticclinic.com

facebook.com/tesladiagnostic

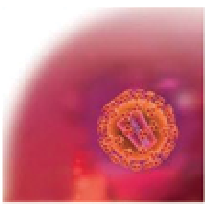
instagram.com/tesladiagnostic

Benesphera H33S
3 Part Hematology Analyzer

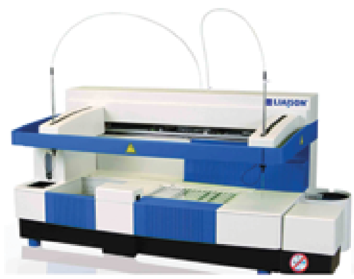
Liaison MDX
Molecular Diagnostics

Remember us for:

- All kinds of equipments, instruments and disposables.
- Immunoassay Reagents
- Biochemistry Reagents
- Hematology Reagents
- All kinds of Elisa
- Serology
- Blood Banking Reagents
- Calibrator and Controls
- Hospital Furniture
- Disinfection Equipments
- Dermatology Equipments
- Housekeeping Chemical
- Scrubbing Machine
- Laundry Chemicals
- Laundry Machines



Murex Elisa



Liaison

Liason XL

Fully automated chemiluminescence analyzer

BA 400 Fully Automated
Biochemistry Analyzer

BTS 350 Semi Automated
Biochemistry Analyzer

Reagents

i-Smart 30
Electrolyte Analyzer

i-Smart care 10
Blood Gas Analyzer

Diode/Co2/Nd Yag Laser

WEB TRADING CONCERN PVT. LTD.

Tripureshwor, Kathmandu, Nepal.
Tel : +977-1-4262654, 4219205,Fax: +977-1-4226508
Email :sales@dmsnepal.com, Website: www.dmsnepal.com
"Communication is the key to success"

HOSPITAL FOR ADVANCED MEDICINE AND SURGERY
SINCE 1997
HAMS

स्वास्थ्य क्षेत्रमा जनताको विश्वास जित्न सफल डाक्टरहरु ह्याम्स अस्पतालमा

24
24/7 Helicopter Emergency Medical Service

PRE-HOSPITAL EMERGENCY CARE & HELI RESCUE

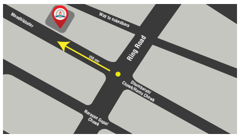
HOTLINE
9801904643

COMPREHENSIVE TERTIARY CARE CENTER

- Over 40 Specialized Departments
- 6 High Tech OTs
- 1.5 Tesla MRI, 512 Slice CT Scan

INTERNATIONAL MEDICAL INSURANCE

HOTLINE
9801904645



PROVIDING QUALITY & AFFORDABLE HEALTHCARE
SINCE 1997

www.hamshospital.com

Dhumbarahi, Kathmandu, Nepal
01-4377404
info@hamshospital.com
HAMShospitaldhumbarahi

OMSURGICALCONCERN
EXCLUSIVE DISTRIBUTOR in Nepal
YHLO
iFlash 1800
Chemiluminescence
Immunoassay Analyzer
Erba Mannheim
H560
Fully Automated 5 part
Hematology Analyzer
Erba Mannheim
H360
Fully Automated 3 part
Hematology Analyzer
Erba Mannheim
HB Vario
HPLC HbA1c Analyzer
Erba Mannheim
XL 200
Fully Auto Bio
chemistry Analyzer
Erba Mannheim
Abbott
SCALE UP COVID-19
ANTIGEN TESTING
PANBIO™ COVID-19 Ag
RAPID TEST DEVICE
SIEMENS Healthineers
DIAGNOVITAL
SARS-CoV-2
Multiplex
Real time PCR
Alere
Nyco Card
Reader II
HbA1c, uALB, CRP,
D Dimer
boditech
i Chroma II
Immuno Analyzer
OMSURGICAL
CONCERN PVT. LTD.
... because Life is Precious
Baba Krishna Plaza, Tripureshwor, Kathmandu. Tel. 4257848, 4260044
email: admin@omsurgicalconcern.com; info@omsurgicalconcern.com
omsupport
www.omsurgicalconcern.com

कोरोना महामारीको समयमा कोभिड-१९ को
उचित उपचार र व्यवस्थापनको निम्ति
FAVIR 200 Tablet (Favipiravir)*

देउराली-जनता फर्मास्यूटिकल्सले
पहिलो पटक नेपाल स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषद् सँगको सहकार्यमा
नेपालमै पहिलो Clinical Trial को इतिहास रच्न सफल भएको छ ।

कोभिड-१९ उपचारको लागि
FAVIR 200 Tablet (Favipiravir)*
Phase-III Clinical Trial
सुरुवात गर्ने नेपालकै पहिलो कम्पनी
भएकोमा गौरवान्वित भएका छौ ।

नेपालमै FAVIR 200 Tablet (Favipiravir)* औषधि उत्पादन
गरि महामारीको रूपमा फैलिरहेको कोभिड-१९ का बिरामीहरूको
उपचारमा योगदान पुऱ्याउने हाम्रो प्रयत्न अबिरल जारी छ ।
Clinical Trial को Interim Report चाडै सार्वजनिक हुदैछ ।

**Only to be used under the supervision of medical practitioner & only on prescription .*

देउराली-जनता फर्मास्यूटिकल्स प्रा. लि.
६७९, बुढानीलकण्ठ सडक, बाँसबारी, का. म. न. पा. , वडा नं. ०३
फोन नं: ४०१८७७७, पोस्ट बक्स: ४२३९,
E-mail: info@deuralijanta.com, Website: www.deuralijanta.com

Regd. No : 122357/071/72

MEDITECH & SURGITECH

NEPAL MEDITECH AND SURGITECH

Basundhara-3, Kathmandu

Authorize Dealer of BioMerieux Products in Nepal

Email :info@nepalmeditech.com.np Tel no: +977 9801156655

VITEK 2 SYSTEM

Vitek 2™ MICROBIOLOGY WITH CONFIDENCE

Automated ID/AST system with Yeast Susceptibility

Having a rapid, reliable solution helps to improve patient outcomes, and is the reason why the **VITEK® 2** is the most widely used ID/AST system globally.

New Plastic FANtastic media

Enhanced antimicrobial neutralization
Enhanced microorganism recovery
Optimized Time to Detection

USFDA Certified Single Culture Bottle for both Bacteria and Fungi culture

Bact/Alert 3D system

VITEK® MS
EXPANDED DATABASE
Now with Mycobacteria, *Nocardia* and Moulds*

We believe in safe, standard and quality supplies.

अंकका आकर्षण

www.nepalhealthnews.com

न्यूज अफ द मन्थ १४

रिपोर्ट विशेष

'बि एण्ड सी लाई सम्बन्धन दिन मिल्दैन भनेर तर्क गर्नु भ्रम १९

नि:सन्तान विशेष

नि:सन्तानलाई सन्तान सुख ! एसईई दिँदै पहिलो टेष्टट्युब बेबी २२

महिलामा नि:सन्तान गराउने पिसिओएस २६

सन्तान सुखबारे सुझाव ! ३४

नि:सन्तान उपचारमा दक्ष चिकित्सकको भूमिका ३६

मेडिकल अफिसरदेखि वरिष्ठ प्रजनन् विशेषज्ञसम्म ३८

सन्तान सुख जतिको खुशी अरुले दिन सक्दैन ४०

नि:सन्तान पीडा र वर्तमान समस्या ४४

विशिष्टिकृत गराउन नि:सन्तान उपचारको मापदण्ड बनाउँदै छौं ४६

एक टुक्रा जीवन

दृढ संकल्पले क्यान्सर जितेँ ५०

जीवनशैली

अब्बल स्वास्थ्यको राज ५२

विशिष्टिकृत गराउन नि:सन्तान उपचारको मापदण्ड बनाउँदै छौं

पेज ४६

दृढ संकल्पले क्यान्सर जितेँ

पेज ५०

अब्बल स्वास्थ्यको राज

पेज ५२

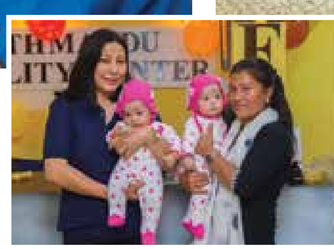
KATHMANDU FERTILITY CENTER

'Journey to parenthood'

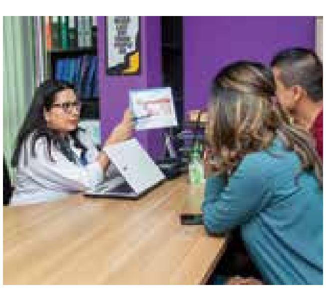
Sallaghari Marga, Chakrapath, Kathmandu, Nepal
Phone: 01-4370072 Mobile 9813605335
Email: kathmandufertilitycenter@gmail.com

Best Infertility Services Of Kathmandu

Trusted Experienced IVF expert doctor



Our Facilities:



Counselling
Fertility Tests
- Hormone Analysis
- Semen Analysis
- Ultrasound Scans
- Reproductive Immunology

Intra-Uterine Insemination (IUI)
Patient Preparation
- (Ovaries Stimulations and Cycle Monitoring)
- In-vitro Fertilization (IVF)
- Intra-Cytoplasmic Sperm Injection (ICSI)
- Oocyte/Embro Freezing (Vitrification)
- Semen Freezing
- Assisted Laser Hatching

Pregnancy Follow Up (ANC)

जनस्वास्थ्य सरोकार

जि.प्र.का. काठमाडौं,
स्थायी द.नं.: १५१/०६३/०६४
कोटेश्वर, काठमाडौं ।
फोन: ९८४१३७४३४५
E-mail: nepalhealthnews@gmail.com

शिष्ट मिडिया प्रा. लि. का लागि
पुरुषोत्तम घिमिरेद्धारा प्रकाशित

संरक्षक
धिरज थपलीया
सल्लाहकार
डा. भोला रिजाल
प्रबन्ध निर्देशक
सुशिला कोइराला
प्रकाशक/प्रधानसम्पादक
पुरुषोत्तम घिमिरे
सम्पादक
प्रवणराज भट्टराई
रिपोर्टर
सन्देश श्रेष्ठ
डिजाईन
बुद्धरुपा
मुद्रण
बिटि सप्लायर्स एण्ड प्रिन्टिङ्ग प्रेस प्रा. लि.
बुद्धनगर, नयाँ बानेश्वर, काठमाडौं
वितरक
काष्टमण्डप डिष्टिब्यूटर्स, काठमाडौं

सन्तान सुखमा महिला पुरुष दुवैको हात बराबरी

पुरुषोत्तम घिमिरे

बिवाहपछि हरेक दम्पतीले सन्तान सुखको चाहना राख्छन् । सन्तान सुख प्राप्त गर्नेहरु खुशी हुन्छन् । निःसन्तान हुनेहरु व्यक्तिगत र पारिवारिक खुशीबाट वञ्चित हुन्छन् । प्रायःदम्पतीले सामना गर्ने विभिन्न महत्वपूर्ण मेडिकल मुद्दाहरूमध्ये निःसन्तान प्रमुख समस्या हो । केही जोडीहरू सन्तान सुख प्राप्त गर्ने चाहनामा विभिन्न उपचारमा संघर्ष गरिरहेका हुन्छन् । ती मध्ये केहीले प्रजनन् उपचारपछि गर्भधारण गर्न सक्छन् भने केही उपचारको धेरै प्रयासपछि पनि असफल हुन्छन् । उनीहरुमा खाली काखको पीडा निकै जटिल समस्या बनेको छ ।

परिवार नियोजनका साधन प्रयोग नगरी दम्पत्तिबीच निरन्तर शारीरिक सम्बन्ध भएको एक वर्षसम्म पनि गर्भ रहन नसकेको अवस्थामा निःसन्तानको समस्या मानिन्छ । परिवार नियोजनको साधन प्रयोग नगरी यौन सम्बन्ध राखेको १ वर्षभित्र ८० प्रतिशत दम्पतीको बच्चा जन्मिसकेका हुन्छन् भने ९० प्रतिशतको विवाह गरेको दुई वर्षमा बच्चा जन्मिन्छन् । त्यसपछि पनि बच्चा नभएमा निःसन्तानको समस्या हो कि भन्ने शंका गर्नुपर्छ । जँचाएर कारण पत्ता लगाउनतिर लाग्नुपर्छ ।

आधुनिक चिकित्सा पद्धतिले सन्तान प्राप्तीका सन्दर्भमा आउने विभिन्न समस्याको समाधान सुल्झाएको छ । सन्तान सुखका लागि उपाय र उपचार धेरै छन् । तसर्थ सन्तान सुख पाउन तत्काल परामर्श लिएर उपचार गर्नु राम्रो हुन्छ । बेलैमा गरिएको उपचारले सन्तान प्राप्तीको आनन्द महसुस गर्न सकिन्छ । सन्तान नभएको समस्याका कारण परिवार र समाजको होच्याउने प्रवृत्तिले विवाहित दम्पत्तिहरुको मनमा ठूलो चोट पुऱ्याएको पाइन्छ । नेपाली समाजमा सन्तान जन्माउन नसक्नुमा धेरैजसो महिलालाई दोष लगाउने गरिन्छ । तर निःसन्तान हुनुमा पुरुषको पनि त्यत्तिकै ठूलो हात छ । यस अंकमा हामीले निःसन्तानहरुका लागि लाभ हुने मनसायले निःसन्तान विशेष अंक पाठकसमक्ष ल्याएका छौं ।

विशिष्ट दक्षता, उच्चस्तरीय पुर्वाधार, नविनतम प्रबिधियुक्त
अत्याधुनिक अन्तर्राष्ट्रिय अस्पताल

पूर्वाञ्चल क्यान्सर अस्पताल

LET'S BEAT CANCER TOGETHER

यो अभियान हो क्यान्सर बिरुद्धको

Mammogram

MRI Scan

Brain Neuronavigation system

CT Simulator - 128 slice

True Beam Accelerator - Varian

Modular OT

PET _CT

PURBANCHAL CANCER HOSPITAL

Birtamod, Jhapa, Nepal, E: info.pchbtm@gmail.com
P: 9801418662/9816081686,023-545942/546180

www.pch.edu.np

खोप प्रभावकारिता

महामारी तथा प्राकृतिक विपत्तिको बेला सरकारले जारी गरेका निर्देशन पालना गर्नु आम नागरिकको कर्तव्य हो भने जनताको जनधनको सुरक्षा गर्नु राज्यको दायित्व हो । कर्तव्य र दायित्व सबैले पालना गरेमा अप्रिय अवस्था उत्पन्न हुँदैन । खोप लगाएका व्यक्तिलाई कोरोना सर्न सक्छ । उक्त व्यक्तिले आफु क्यारियर बनेर अरुलाई संक्रमण सार्न पनि सक्दछ । फरक यत्ति हो कि खोप लगाएका व्यक्ति गम्भीर असर देखिदैन । खोप लगाएका व्यक्तिको शरीरभित्र रहेको एन्टिबडीले कोरोना भाइरसलाई शरीरभित्र नष्ट गर्दछ । त्यसकारण खोप लगाएका व्यक्तिलाई कोरोना पोजिटिभ हुनसक्छ ।

दोस्रो मात्रा खोप जुन कम्पनीले लगाएको हो त्यहि कम्पनीको लगाउनुपर्छ । कारणबस दोस्रो मात्रा खोप लगाउन नपाएपनि पहिलो खोपको प्रभाकरिता न्युनतम ६४.१ प्रतिशत हुने एस्ट्रेजेनेकाले बताएको छ । दोस्रो खोप लगाएपछि खोपको प्रभावकारिता ७०.४ हुन्छ । बेलायतमा खोप समितिले गरेको पछिल्लो अनुसन्धान अनुसार ९ - १२ हप्तामा दोस्रो मात्रा खोप लगाएमा यसले संक्रमणबाट हुने गम्भीर अवस्था ७० प्रतिशतले कम हुन्छ ।

– डा. रबीन्द्र पाण्डे
जनस्वास्थ्य विज्ञ

"Healing from the Heart"
Healthy Heart Clinic
& Multi Speciality Center
Gatthaghar, Bhaktapur, +977-01-5639374, 01-5639118
Email: info@hhcnepal.com, www.hhcnepal.com
हाम्रो विशेषताहरु
- अन्तर्राष्ट्रियस्तरको मुटु तथा अन्य रोगको सेवा
- नेपालकै पहिलो र एक मात्र Arrythmia Clinic (मुटुको चाल गडबडीसम्बन्धि क्लिनिक)
- उच्च रक्तचाप क्लिनिक
- पेसमेकर, CRT, ICD को विशेष क्लिनिक
- महिला तथा स्त्री रोग सेवा
- हाडजोर्नी तथा नसा रोग
- बाल रोग
- चर्म तथा छाला रोग
- दाँत तथा नाक, कान घाँटी
- अत्याधुनिक मेसिनबाट एक्सरे तथा अल्ट्रासाउन्ड

KAFXIM (Cefixime 100mg DT/200mg/400mg Tablets 50mg/5ml DS)
CEFOREX (Cefpodoxime Proxetil 200mg Tablets, 50mg/5ml DS)
CARDIL-L (Amlodipine 2.5/5mg + Losartan 25/50mg Tablets)
P-LOK (Pantoprazole 40mg Tablets)
CARDIL-AT (Amlodipine 5mg + Atenolol 50mgTablets)
CARDIL (Amlodipine 2.5/5 /10mg Tablets)
DIGEL-A (Anesthetic, Anti-flatulent Antacid)
ESDIP (Escitalopram 5/10mg Tablets)
NEOCET (Levocetrizine 50mg Tablets)
LOTUS (Losartan Potassium 25/50mg Tablets)
TRYPTIN (Amitriptyline 10/25/75mg Tablets)
IRONY (Iron Polymaltose Complex & Folic Acid Capsules)
MARK FORMULATIONS PVT. LTD.
Baneshwor height, Ward No.10, Tanka Prasad Marga
House No. 167, Kathmandu, Nepal
Tel: 00977-1-4489128,4489931

महत्वपूर्ण ☎ नम्बर

अल्का अस्पताल	५५५५५५, ५५३५१४७
बीर अस्पताल	४२२१९८८
बी.एण्ड बी. हस्पिटल	५५३१९३०/५५३१९३३
ब्लु क्रस हस्पिटल	४२६२०२७/४२१९२२७
बीराटनगर हस्पिटल	०२१–५२२१४४
सिभिल सर्भिस हस्पिटल	४१०७०००/४१०७००३
क्यापिटल हस्पिटल	४१६८२२२/४१६८२८४
चिरायू नेशनल हस्पिटल	४३८२३८२/४३८३८२१
दिर्घायु गुरु हस्पिटल	४४६९६९३, ४४६९९७९
डि स्किन हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर	४७२११५००
डा. इवामुरा मेमोरियल हस्पिटल	६६१४८१६
ग्लोबल हस्पिटल	५२००४४५/४४१९६७२
ह्याम्स हस्पिटल	४३७७४०४/४३७७७०४
इशान बाल तथा महिला हस्पिटल	४३५४५३७/४३८१९६२
फ्रेन्डस अफ शान्ताभवन	४४७०१८१
जनमैत्री हस्पिटल	४३६६३०१/४३६६३०५
काठमाडौं हस्पिटल	४२२२२९२/४२२९६५६
काठमाडौं मोडेल हस्पिटल	४२४०८०५/४२४०८०६
काठमाडौं डेन्टल हस्पिटल	४२५१३५२/४२५६७०९
कान्तिपुर हस्पिटल	४१११६२७/४१११८५८
कान्तिपुर डेन्टल हस्पिटल	४३८५९१०/४३८५९११
काठमाडौं मेडिकल कलेज	४४६९०६४/४४७६१५२
कान्ति बाल अस्पताल	४४१४७९८/४४२७४५२
किष्ट मेडिकल कलेज	५२०१४९६
लालिगुराँस हस्पिटल	५५३८२४५/५५४५८५५
ग्राण्डी अन्तराष्ट्रिय अस्पताल	४३८१०४७
मदरल्याण्ड हस्पिटल	४९९२७८८
मिडाट हस्पिटल	५५४७३७०/५५४७३८९
प्रशुति गृह थापाथली	४२६०२३१
मेडिकेयर नेशनल हस्पिटल	४२२७८९५
मितेरी हस्पिटल	६६३१७३६
मनमोहन मेमोरियल हस्पिटल	४४११६०५/४४२०८२२
शहिद मेमोरियल हस्पिटल	४६७२९३४
मेघा हस्पिटल प्रा. लि.	५५४६३९८
मध्यपुर हस्पिटल	६६३१६५८
मेट्रो काठमाडौं हस्पीटल	४७२१५१४/४७२१५१५
न्यूरो हस्पिटल	४३७९०१०/४३७३८५०
नेपाल मेडिसिटि हस्पिटल	४२१७७६६/४२१७७५५
नेपालगञ्ज मेडिकल कलेज	०८१-५२१५७२/५२२९३२
नोबेल हस्टिल	४११०८४२
नर्भिक इन्टरनेशनल हस्पिटल	४२५८५५४/४२१८२३०
नेशनल डेन्टल हस्पिटल	४४३३६९७/४४३६३११
नेपाल अर्थोपेडिक हस्पिटल	४९११७२५/४९११२७४
नेशनल क्यान्सर हस्पिटल	५५५१३७६/५५५३३७६
नागरिक सामुदायिक अस्पताल	६६३७७००
नेपाल मेडिकल कलेज शिक्षण अस्पताल	४९११००८
निदान हस्पिटल	५५३१३३३/५५३१८२२
ओजस आयुर्वेदा हस्पिटल	४३८६१२३/४३५२०७५
ओम्निकेयर हस्पिटल	४४६६५०२/४४७१९५८
ओम हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर	४४७६२२५
ओम समाज हस्पिटल	४३१३५९२
पाटन हस्पिटल	५५२१६१२/५५२२२९५
पिपुल्स डेन्टल कलेज एण्ड हस्पिटल	४३५९१८१/४३५८८६६
पुनर्जिवन हस्पिटल	५००६११५
सर्वाङ्ग स्वास्थ्य सदन हस्पिटल	५५२१८०८
शहिद गंगालाल राष्ट्रिय हृदय केन्द्र	४३७१३२२/४३७०६२२
स्टार हस्पिटल	५५५०१९७/५५४०४७८
स्पार्क हेल्थ होम	४२७३०९४/४६७२१२३
सुमेरु हस्पिटल	५२७५३७७
तिलंगागा आँखा प्रतिष्ठान	४४९३७७५/४४९३६८४
टेकु अस्पताल	४२५३३९६
वयोधा हस्पिटल्स	४२८६४२७/४२८६४२८
भेनस इन्टरनेशनल हस्पिटल	४४८९८८६/४४७५१२०
भ्याली म्याटरनिटी नर्सिङ होम पुतलीसडक	४४२०२२४/४४१३०९१
वेलकेयर हस्पिटल रातोपुल	४४२६१३५/४४२६१८४
यति रिसर्च हस्पिटल	४२७९१२७
नेचरकेयर हस्पिटल	४७८५७०८/४७८३४७७
शिव ज्योति हस्पिटल	४३०१८०८/४३०१८०९
एभरेष्ट हस्पिटल्स	४७८१२९४/४७८३०२४

True Derma

LUXURIOUS

- Formulated with all green ingredients.
- This sunscreen that protects the skin from external stressors leaving the skin with a soft matte finish.
- Effortlessly protects the skin from overexposure of sunlight and pollution.
- The weightless cream texture helps control sebum production.
- leaves the skin with a soft matte finish with no greasy residue.

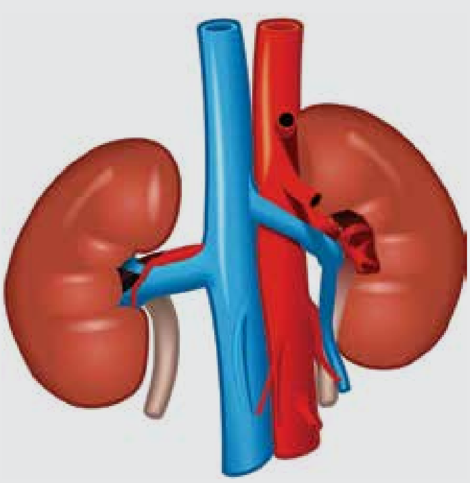
50
SPF
LUXURIOUS

Dermatologically Tested & Clinically Proven

चितवनमा सफल कलेजोको प्रत्यारोपण

जनस्वास्थ्य सरोकार, चितवन। काठमाण्डौँपछि पहिलो पटक चितवनस्थित चितवन मेडिकल कलेजमा सफल कलेजोको प्रत्यारोपण गरिएको छ। चितवन मेडिकल कलेजका डाक्टर सञ्जय यादब, डाक्टर उकानन्द सिंह लगाएतका १२ जनाको टोलीले यही चैत ८ गते भरतपुर महानगर पालिका १० स्थायी घर भई हाल काठमाण्डौं बस्दै आउनु भएकी बर्ष ५४ की धनकुमारी लामाको शल्यक्रिया गरी कलेजो प्रत्यारोपण गरिएको हो। धनकुमारी लामालाई उहाँकी छोरी उषा तामाङ्गले प्रत्यारोपणको लागि कलेजो प्रदान गर्नु भएको थियो। २ बर्ष अगाडि अनुमति लिएर चितवन मेडिकल कलेजले लामो समय आन्तरिक तयारी र आबश्यक उपकरण तथा दक्ष जनशक्ति तयार पारेर कलेजो प्रत्यारोपण गर्न सफल भएको अस्पतालका अध्यक्ष हरिश न्यौपानेले बताउनुभयो। यो सहित नेपालमा कलेजो प्रत्यारोपण आठ जनामा भएको छ। कलेजो प्रत्यारोपणको लागि अब बाहिर जानु नपर्ने र बिदेशको तुलनामा नेपालमा नै सस्तोमा कलेजो प्रत्यारोपण हुने चिकित्सकहरु बताउँछन्। भारतमा कलेजो प्रत्यारोपण गरेको ५० लाख भारु पर्ने गरेकोमा अब २५ लाख नेपाली रुपैँयामा गर्न सकिने अस्पतालले जनाएको छ। यो कलोजो प्रत्यारोपणको लागि १२ घण्टा लागेको थियो। कलेजो प्रत्यारोपण गरिएकी धनकुमारी र कलेजो प्रदान गर्ने उषा तामाङ्ग दुवैको स्वास्थ्यवस्था राम्रो रहेको छ।

विश्व मिर्गौला दिवस २०२१



जनस्वास्थ्य सरोकार, काठमाडौं। हरेक वर्ष मार्चको दोस्रो बिहीबार विश्व मिर्गौला दिवस मनाउने गरिन्छ। सन् २०२१ मा यो दिवस मार्च ११ तारेकमा परेको छ। यस वर्ष जताततै सबैका लागि मिर्गौला स्वास्थ्य–'मिर्गौला रोग लागेपनि राम्ररी जिऊ' भन्ने मुख्य नारा तय गरी विभिन्न जनचेतनामुलक कार्यक्रमहरुको आयोजना गरी सम्पन्न भएको छ।

सन् २००६ देखि मनाउन शुरु गरिएको विश्व मिर्गौला दिवसको मुख्य उद्देश्य व्यक्तिलाई मिर्गौला रोगबारे जागरुक गराउने र समस्याको निदान गर्ने नै हो। इन्टरनेशनल सोसाइटी अफ किड्नी डिजिज र इन्टरनेशनल सोसाइटी अफ नेफ्रोलोजीले लगातार बढिरहेको मिर्गौला रोगलाई मध्य नजर गरेर दिवसका रुपमा मनाउन शुरु गरेको हो। यो इन्टरनेशनल सोसाइटी फर नेफ्रोलोजी एवं द इन्टरनेशनल फेडरेसन अफ फाउन्डेसनको संयुक्त पहलमा भएको हो।

मिर्गौला रोग एक विश्वव्यापी स्वास्थ्य समस्या हो जसले मिर्गौला विफल गराएर समयभन्दा अगावै मृत्युको मुखमा पुऱ्याउनसक्छ। क्रोनिक किड्नी डिजिज (सिकेडी) बाट धेरै ग्रस्त छन्। विश्वमा क्रोनिक किड्नी डिजिजका कारण प्रत्येक वर्ष लगभग ६ लाख महिलाको मृत्यु हुने गरेको इन्टरनेशनल सोसाइटी अफ नेफ्रोलोजीले जनाएको छ। सिकेडीको जोखिम पुरुषहरुमा पनि उच्च छ। केही अध्ययनले पुरुषको तुलनामा महिलामा सिकेडीको समस्या बढी हुने देखाएका छन्। मिर्गौला विफल पुरुषको तुलनामा महिलाहरुमा धेरै हुने गरेको छ। महिलाहरुमा औसत १४ प्रतिशत मिर्गौला विफल हुन्छ भने पुरुषमा १२ प्रतिशत मात्र भएको जनाइएको छ।

एघार महिने बालकमा सफल कलेजो प्रत्यारोपण

जनस्वास्थ्य सरोकार, काठमाडौं। काठमाडौंको महाराजगञ्जस्थित त्रिभुवन विश्वविद्यालय शिक्षण अस्पतालमा ११ महिने बालकमा सफल कलेजो प्रत्यारोपण सम्पन्न भएको छ। उनलाई ३५ वर्षका आफ्नो बुबाले कलेजो दान गरेका हुन्। कलेजो प्रत्यारोपण सर्जन प्रा.डा रमेश सिंह भण्डारीको नेतृत्वमा प्रत्यारोपण भएको हो। अस्पतालले गरेको यो कलेजो प्रत्यारोपण पाँचौ हो। यो प्रत्यारोपणमा भारतको फोर्टिस हस्पिटलबाट ठूलो साथ सहयोग मिलेको प्रा.डा. भण्डारीले बताउनुभएको छ।

ह्याम्समा ९० वर्षकी आमाको हेमी आर्थोप्लाष्टी

जनस्वास्थ्य सरोकार, काठमाडौं । मंगलबार अपरान्ह ह्याम्स हस्पिटलको छैटौ तलाको पोष्ट अपरेटिभ वार्डमा पुग्दा ९० वर्षकी आमाको जन्मदिन परेकाले केक काटेर जन्मोत्सव मनाइँदै थियो । आमाको अगाडि ह्याप्पी वर्थ डे शशीदेवी रिमाल लेखिएको केक थियो । जसमा ९० वर्ष लेखिएको थियो । ति वृद्धआमा सकिनसकी वेडबाट उठेर आफ्नो वर्ड डेमा ताली बजाएर आफैंलाई वीस गर्दै हुनुहुन्थ्यो र उहाँलाई हस्पिटलका डाक्टर र नर्सले पनि ताली बजाएर वर्थ डे वीस गरिरहनुभएको थियो–'ह्याप्पी वर्ड डे आमा' ।

काठमाडौंको कालिकास्थान घर भएकी ९० वर्षकी ती आमाको लडेर हिपको जोर्नी भाँचिएको थियो । फागुन ९ गते अस्पतालमा सफल सिमेन्टेड हेमी आर्थोप्लाष्टी गरिएको थियो । हेमी आर्थोप्लाष्टी भनेको आधा जोर्नी मात्र फेर्ने भन्ने हो । सफल शल्यक्रिया भएको भोलिपल्ट आमाको जन्मदिन परेकाले वर्ड डे कार्यक्रम राखिएको रहेछ । आफ्नो दुई छोरा र एक छोरी भएको बताउने वृद्धा आमा शशीदेवी रिमालले भन्नुभयो– 'घरमा फलामको भऱ्याङ छ । जहिले पनि तलमाथि गरिरहन्थेँ । तर के भो के भो लडेछु । हिप भाँचिएछ । ह्याम्समा सफल उपचार भयो । अस्पतालका डाक्टर र नर्सलाई आशिर्वाद दिन चाहन्छु ।'

उहाँले अस्पताल आफ्नै घर जस्तो लागेको र डाक्टर, नर्सले असाध्यै राम्रो गरेको बताउनुभयो । अस्पतालका घुँडा तथा हिप रिप्लेसमेन्ट सर्जन डा. भाष्करराज पन्त, सन्दिप भण्डारी र डा. प्रशान्त अधिकारी, एनेस्थेटिकतर्फ डा. मुरारी उप्रेति र डा. सुरज लामिछानेलगायत नर्स र पारामेडिक्सहरुको टिमले सफल सल्यक्रिया सम्पन्न गरेको हो ।

९० वर्षको आमाको हिप रिप्लेसमेन्ट गर्न कतिको जोखिम हुने रहेछ भन्ने जिज्ञासामा डा. संन्दिप भण्डारी भन्नुहुन्छ–'उहाँको लडेर हिप जोर्नी भाँचिएको थियो । ४०–५० वर्षसम्मका व्यक्तिलाई जोड्न मिल्छ । तर ६५–७० वर्ष कटेका व्यक्तिमा हिप ज्वाइन्ट रिप्लेसमेन्ट गर्नुपर्छ । ९० वर्षको आमाको टोटल हिप रिप्लेसमेन्ट नगरी सफल सिमेन्टेड हेमी आर्थोप्लाष्टी गरेका छौं ।'

'उमेर धेरै भएकाहरुमा एनेस्थेसिया दिन जोखिम हुन्छ । मान्छेको ज्यान पनि जानसक्छ । जहाँ पायो त्यहाँ हुँदा पनि हुँदैन ।–डा. भण्डारीले भन्नुभयो–'बिरामी हस्पिटल आएकै दिन शल्यक्रिया गर्न सफल भयौं । बुढाबुढीलाई जति ढिला गऱ्यो, त्यति नै छाति बिग्रने, श्वासप्रश्वासमा समस्या, आईसियू लानुपर्नेलगायतका धेरै समस्या आउनसक्छ । दिउँसो आउनुभयो । बेलुका शल्यक्रिया गरियो । त्यसपछि पोष्टअप वार्डमा राखियो । भोलिपल्ट बिहान हिँडाइयो पनि । उहाँलाई खासै अक्सिजन त दिनु परेको थिएन । शल्यक्रियापछि आमालाई आईसियूमा एक घण्टा पनि राख्नुपरेन ।' आमाको आउँदाखेरि हेमोग्लोबिन कम भएकाले रगत चढाइयो । उहाँलाई ३ दिनमा नै डिस्चार्ज गर्न सकिने अवस्था रहेको डा. भण्डारीको भनाइ छ ।

'सर्जनले शल्यक्रिया गर्छु भनेर मात्र हुँदैन, त्यसमा एनेस्थेटिक टिम, नर्स सबैको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । सफल उपचारका लागि दक्ष जनशक्तिको टिम, टेक्नोलोजी र भौतिक संरचनाको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ ।'–डा. भण्डारीले भन्नुभयो–'सिमेन्टेड हेमी आर्थोप्लाष्टी गर्दा मुटु तुरुन्तै रोकिन पनि सक्छ । यी सबैलाई व्यवस्थापन गर्ने एनेस्थेटिकले हो । एनेस्थेटिक टिममा अर्थोपेटिक नर्सहरुको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । यो टिमवर्क हो । अस्पतालमा आवश्यक सम्पूर्ण जनशक्ति, भौतिक पूर्वाधार र अत्याधुनिक टेक्नोलाजीको सुविधा छ ।'

यसअघि ह्याम्समा ९७ वर्षको आमाको पनि हिप रिप्लेसमेन्ट भएको छ । ८०, ८७, ९० वर्षसम्मका धेरै बृद्धबृद्धाहरुको हिप र घुँडाको सफल जोर्नी प्रत्यारोपण भइरहेको छ । अहिलेसम्म सबैमा सफलता मिलेको डा. भण्डारीले जानकारी दिनुभयो । 'राम्रो टिममा असफल हुने सम्भावना कम हुन्छ । उपचार राम्रो भएर मात्र हुँदैन । उपचारपछिको उचित रिह्याविलिटेसनले सम्पूर्ण सफलला प्राप्त हुन्छ । शल्यक्रियापछि आउनसक्ने समस्या समाधान गर्न सक्नु महत्वपूर्ण मानिन्छ ।'–उहाँले भन्नुभयो ।

अस्पतालका एनेस्थेटिक डा. सुरज लामिछानेका अनुसार, एनेस्थेसियाको काम वेहोस गर्ने मात्र होइन, व्यक्तिको जीवन सुरक्षा गर्ने हो । सर्जनले शल्यक्रिया गर्दा प्रेसर कम वा बढी हुनसक्छ, मुटुको चाल गडबड हुनसक्छ, अक्सिजन तह तलमाथि हुनसक्छ । यसले व्यक्तिको ज्यान पनि जानसक्छ । यी सबै अनुगमन गरेर सम्भावित खतराबाट व्यक्तिलाई मुक्त गराउनु नै एनेस्थेटिकको कर्तव्य हुन्छ । बुढेसकालमा सबै कुरा जटिल नै हुन्छ । उमेर बढी भएका धेरैजसो व्यक्तिलाई एनेस्थेसिया दिन मिल्दैन भन्ने भ्रम छ । तर त्यो होइन । एनेस्थेसिया जसलाई पनि दिन मिल्छ । यसका लागि हरेक उपकरणको व्यवस्थापन, मोनिटर, औषधि आदिको जरुरत पर्छ । औषधिको डोजको मात्र सही हुनुपर्छ ।

स्टार हस्पिटलमा एनआईसियू सेवा

जनस्वास्थ्य सरोकार, काठमाडौं । ललितपुरको सानेपास्थित स्टार हस्पिटलले 'शिशु सघन उपचार कक्ष (एनआईसियू) शुरु गरेको छ। स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री हृदयेश त्रिपाठीले आज सो उपचार कक्षको उद्घाटन गर्नुभयो। मन्त्री त्रिपाठीले सम्पूर्ण स्टार हस्पिटल परिवारलाई शुभकामना दिँदै कोभिड–१९ उपचारमा हस्पिटलले गरेको योगदानको खुलेर प्रशंसा गर्नुभयो । उहाँले कोभिड–१९ खोप अभावमा खोप अभियान नरोकिने आश्वासन दिनुभयो । मुलुकमा कोभिड संक्रमण र मृत्यु दर घटेको तर जोखिम नघटेको चर्चा गर्दै मन्त्री त्रिपाठीले आफ्नो स्वास्थ्यको ख्याल राख्न सबैलाई आग्रह गर्नुभयो। मुलुकमा सरल र सहज तवरले खोप ल्याउने क्रम जारी रहेको जानकारी गराउँदै मन्त्री त्रिपाठीले अस्पतालमा कार्यरत नर्स र अन्य कर्मचारीहरुको तलब सरकारले तोकेको न्युनतम मापदण्ड पालना गरेर उपलब्ध गराउन आग्रह गर्नुभयो।

स्टार हस्पिटलको क्लिनिकल प्रयोगशाला 'ख' वर्गबाट स्तरोन्नति भएर 'क' वर्गमा स्तरोन्नति हुन सफल भएकोमा मन्त्री त्रिपाठीले खुशी व्यक्त गर्नुभयो।

अस्पतालका मेडिकल डाइरेक्टर एवं वरिष्ठ ग्याँष्ट्रोइन्टेस्टाइन सर्जन डा. शैल रुपाखेतीले हस्पिटल एनआईएसओ ९००१ः२०१५ सर्टिफाइड मल्टीस्पेशियालिटी हस्पिटलमा परिणत भएको जानकारी गराउँदै आगामी दिनमा हरेक विभागको स्तरोन्नति गर्दै आम सर्वसाधारणलाई अत्याधुनिक सुविधा उपलब्ध गराउँदै जाने उल्लेख गर्नुभयो।

ज्यापु समाज यालःका अध्यक्ष चन्द्र महर्जनले ज्यापु समाजमा भएका ४० हजारभन्दा सदस्यहरुको शेयर हस्पिटलमा भएको उल्लेख गर्दै हस्पिटलको स्तरोन्नतिको शुभकामना दिनुभयो।

हस्पिटलका अध्यक्ष किशोरकुमार महर्जनले हस्पिटलले आफ्नो सेटलाइट अस्पतालका रुपमा प्रदेश ३ को नुवाकोटमा स्टार नुवाकोट अस्पताल सञ्चालनमा ल्याइसकेको जानकारी दिँदै शिघ्र अन्य प्रदेशमा पनि विस्तार गर्दै जाने बताउनुभयो । हस्पिटलमा देशकै नमुना जिआई सेन्टर (पाचन प्रणाली, पेट, आन्द्रा रोग उपचार केन्द्र) का आवश्यक अत्याधुनिक उपकरण खरीदका लागि प्रक्रिया अघि बढाइसकेको र वरिष्ठ ग्याँष्ट्रोइन्टेष्टाइनल सर्जन प्रा.डा. सुनिलकुमार शर्मा ढकाल र वरिष्ठ पेट रोग विशेषज्ञ प्रा.डा. इश्वर लाल (आईएल) आचार्यको नेतृत्वमा अत्याधुनिक 'स्टार जिआई सेन्टर' सञ्चालन हुन लागेको जानकारी गराउनुभयो। विगत १४ वर्षदेखि सञ्चालनमा आएको स्टारले शसक्त हाडजोर्नी, नशा, छाला तथा सौन्दर्य, मुत्ररोग उपचारलाई विशेष प्राथमिकतामा राखेर अत्याधुनिक सेवा उपलब्ध गराउन सफल भएको छ।

काउन्सिलको अध्यक्षमा वरिष्ठ फार्मेसी विज्ञ पाण्डे

जनस्वास्थ्य सरोकार, काठमाडौं । सरकारले फार्मेसी काउन्सिलको अध्यक्षमा लोमस फर्मास्युटिकल्स प्रा.लि.का कार्यकारी निर्देशक एवं वरिष्ठ फार्मेसी विज्ञ प्रज्वलजंग पाण्डेलाई नियुक्त गरेको छ । मन्त्रिपरिषद् बैठकले काउन्सिलको अध्यक्षमा पाण्डेलाई नियुक्त गरेको हो। यसअघिका काउन्सिलका अध्यक्ष केशवध्वज जोशीको ४ वर्षे कार्यकाल १७ फागुनमा सकिएपछि पाण्डे ४ वर्षका लागि काउन्सिलको अध्यक्षमा नियुक्त हुनुभएको हो।

यस्तै, काउन्सिलका रिक्त सदस्यहरुमा अमृत थापा, निरज बर्तौला, निशान्तकुमार गुप्ता, महासागर ज्ञवाली नियुक्त हुनुभएको छ। स्वास्थ्यमन्त्री हृदयेश त्रिपाठीको सिफारिसमा क्याबिनेटको बैठकले उहाँहरु सबैलाई जिम्मेवारी प्रदान गरेको हो।

जनस्वास्थ्य मापदण्ड पालना गर्न विद्यालयहरुलाई निर्देशन

जनस्वास्थ्य सरोकार, काठमाडौं। शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले तय गरेका जनस्वास्थ्य र सुरक्षा सम्बन्धी मापदण्ड पालना गर्न शिक्षण संस्थाहरुलाई निर्देशन दिएको छ। कोभिड-१९ को संक्रमणबाट हुने जोखिम बढेर जाने सम्भावना देखिएकाले शिक्षक र विद्यार्थीको स्वास्थ्य र शिक्षण संस्थाका क्रियाकलापहरु सञ्चालनमा ध्यानाकर्षण गराएको छ। प्रदेश सरकार र स्थानीय तहबाट स्थान विशेषमा तय गरिएका थप मापदण्डको पालना गर्न र गराउन मन्त्रालयले अनुरोध गरेको छ। शिक्षण संस्थामा मास्क तथा स्यानिटाइजरको प्रयोग, साबुन पानीले हात धुने, ज्वारो नाप्ने र व्यक्तिमा संक्रमणको लक्षण देखिएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्न अनुरोध गरिएको छ। शिक्षण संस्थामा सभा, समारोह र वार्षिक उत्सवजस्ता भीडभाड हुने प्रकृतिका कार्यक्रमहरु तत्कालका लागि नगर्न र नगराउन समेत अनुरोध गरिएको छ।

क्रिटिकल केयर नर्सिङ ट्रेनिङ

जनस्वास्थ्य सरोकार। काठमाडौंको धुम्बराहीस्थित ह्याम्स हस्पिटलमा तीन महिने क्रिटिकल केयर नर्सिङ ट्रेनिङ कार्यक्रम सुरु भएको छ। १० औं ब्याच अन्तर्गतको यस ट्रेनिङ कार्यक्रममा अस्पतालमा कार्यरत तथा नर्सिङ पास गरेर बसेका अन्य नर्सिङ स्टाफहरु सहभागी भएका छन्। तालिम कार्यक्रममा ३१ जना नर्सहरुको सहभागिता रहेको छ। ह्याम्स हस्पिटलले क्रिटिकल केयर नर्सिङ एसोसिएसन अफ नेपाल (सिसिनान) सँगको सहकार्यमा क्रिटिकल केयर नर्सिङ सम्बन्धि विशेष पाठ्यक्रम तयार पारेको छ।

S-POWER®
ISO 9001:2015 Certified Company

FULLY DIGITAL UPS
500 VA - 4800 KVA
www.spowerbpe.com

Power Every Where

ON-LINE UPS
1. Parallel Redundancy System upto 4 unit
2. 50% Electricity Saving
3. Pure Sine Wave
4. Input Voltage 110V - 300Volt
5. Capacity : 500 VA - 4800 KVA

500 VA - 4800 KVA

WARRANTY 1 YEAR WARRANTY

ITALIAN TECHNOLOGY
MADE IN TURKEY

Our product is being Utilized world wide by:
SIEMENS AGFA TOSHIBA FUJIFILM PHILIPS GE Healthcare Konica Kodak Dräger mazda SAMSUNG

S-POWER ISO 9001:2015 Certified Company

Our products are:

TUBULAR BATTERY
65AH-210AH

IWB
Interactive Board
Education Equipment

WATER PUMP
CAP. 0.5HPTO 100HP

SERVO STABILIZER
AIR COOLED & OIL COOLED
Cap:1KVA- 2000 KVA

ON-LINE UPS
Cap:1KVA- 4800 KVA

SOILAR HYBRID INVERTER
CAP. 650 VA- 100 KVA

Sole Distributor For Nepal :
S-POWER B.P.E. PVT. LTD.
Kalanki, Kathmandu, Nepal, Tel : 5224157, 5224159, 5224160, 5224007, 5224062, 5224188
Web : www.spowerbpe.com, E-mail : spowerups@gmail.com

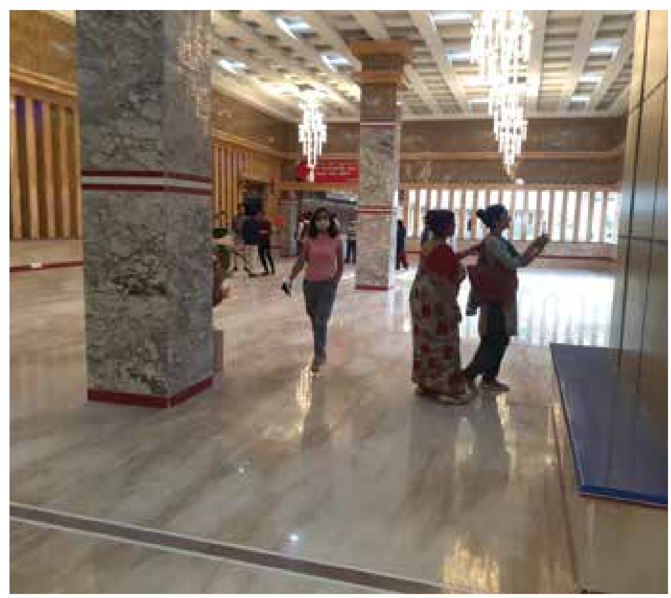
बिर्तामोडमा ६ अर्ब लगानीमा पूर्वाञ्चल क्यान्सर हस्पिटल

जनस्वास्थ्य सरोकार, बिर्तामाड । करिब ६ अर्ब लगानीमा अत्याधुनिक संरचना र मेडिकल उपकरणले सुसज्जित सुविधा सम्पन्न दक्षिण एसियाकै नमुना अस्पतालका रुपमा पूर्वाञ्चल क्यान्सर हस्पिटल सञ्चालनमा आएको छ । सो अस्पतालको प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले विधिवत रुपमा गत फागुन १८ गते उद्घाटन गर्नुभएको छ।

प्रधानमन्त्री ओलीले अस्पताल परिसरमा रहेको शिलालेख अनावरण गरी अस्पताल उद्घाटन गर्नुका साथै कक्षहरुको समेत अवलोकन गर्नुभएको थियो ।

बिर्तामोड निवासी व्यवसायी दुर्गाप्रसाद प्रसाईंले सो अस्पताल निर्माण गर्नुभएको हो जसमा तीन सय शय्या छन् । करिब एक वर्षअघि नै अस्पतालले सेवा शुरु गरेको थियो । यस अवधिमा करीब दुई हजार सात सय बिरामीले अस्पतालबाट सेवा लिएका छन् ।

नेपालबाट बर्षेनी १० अर्ब रुपियाँ भन्दा बढी रकम क्यान्सर उपचारका लागि भारत, सिंगापुर लगायतका तेस्रो मुलुकमा बाहिरिने गरेको विभिन्न तथ्यहरुले पुष्टी गरिसकेका छन् । मुलुकमा नै अन्तर्राष्ट्रियस्तरको सेवा उपलब्ध गराउने सोच बोकेका प्रसाईं स्वदेशमै बिरामी र उसका आफन्तलाई हुने विभिन्न झन्झट र दुःखकष्टबाट राहत दिन सकिने बताउनुहुन्छ । यसरी क्यान्सर उपचारमा विदेशीने ठूलो धनराशीलाई रोक्न सकिने अध्यक्ष प्रसाईंको भनाइ छ ।



अस्पतालले भारतदेखि अमेरिकासम्म पुगेर लिइने क्यान्सरको उपचार अब नेपालमा उपलब्ध रहेको दाबी गरेको छ । अमेरिका र जर्मनीमाब बनेका ब्रेथी थेरापी, पेट सिटी, गामा क्यामेरा, फोर डी पेटसिटी सिमुलेटर, म्यामोग्राम, ब्रेन ल्याब, न्युरो नेभिगेसन सिस्टम, क्याथ ल्याब, डेक्सा स्क्यानको सेवा बिरामीले पाइरहेका छन् । अस्पतालबाट वार्षिक ५ लाख नेपालीलाई स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउन सफल भएको ३ हजार जनाले प्रत्यक्ष रोजगारी पाइरहेको अध्यक्ष प्रसाईंको दावी छ ।

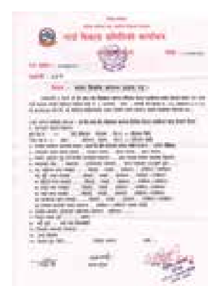
‘बि एण्ड सी लाई सम्बन्धन दिन मिल्दैन भनेर तर्क गर्नु भ्रम’

गत फागुन १२ गते भएको काठमाडौं विश्वविद्यालय सभाको ८९ औं बैठकले बी एण्ड सी मेडिकल कलेजको सम्बन्धन प्रक्रिया अघि बढाउने निर्णय गरिसकेको छ

गत फागुन १८ गते पूर्वाञ्चल क्यान्सर अस्पतालको उद्घाटन कार्यक्रममा प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले प्रस्तावित बि एण्ड सी मेडिकल कलेजलाई सम्बन्धन दिने घोषणा गरिसक्नुभएको छ।

मनशाय पत्र लिएर मेडिकल कलेजको सम्बन्धनको प्रक्रियामा रहेको झापाको बी एण्ड सी मेडिकल कलेजलाई सम्बन्धन दिन चिकित्सा शिक्षा ऐनको दफा १३ को उपदफा ६ को व्यवस्थाले बाटो खोलेको छ। चिकित्सा शिक्षा ऐनको उक्त दफामा लेखिएको छ–‘यस ऐनमा अन्यत्र जुनसुकै कुरा लेखिएको भएतापनि यो ऐन जारी भएपछि एक विश्व विद्यालयले पाँच भन्दाबढी शिक्षण संस्थालाई सम्बन्धन दिन सक्ने छैन। तर यो ऐन जारी हुनुभन्दा अघि सम्बन्धन दिइसकेका र मनसाय पत्र लिई मापदण्ड पूरा गरेका काठमाडौ उपत्यका बाहिरका शिक्षण संस्थाका हकमा यो प्रावधान लागू हुने छैन । काठमाडौं उपत्यका बाहिरका अन्य शिक्षण संस्थाको हकमा आयोगले निर्णय गरेबमोजिम हुनेछ। आयोगले निर्णय गर्दा यस ऐनको कुनै पनि कुराले बाधा पुग्ने छैन।’

गत फागुन १२ गते भएको काठमाडौं विश्वविद्यालय सभाको ८९ औं बैठकले बी एण्ड सी मेडिकल कलेजको सम्बन्धन प्रक्रिया अघि बढाउने निर्णय गरिसकेको छ र आवश्यक सिट संख्या तोक्ने लगायतका विविध क्रियाकलाप अघि बढाउन काठमाडौं विश्वविद्यालयले चिकित्सा शिक्षा आयोगमा पत्र पनि पठाइसकेको



छ। सरकारले २०७५ फागुन १० गते जारी गरेको चिकित्सा शिक्षा ऐनलाई देखाएर बिएण्डसीलाई सम्बन्धन दिन मिल्दैन भनेर तर्क गर्नु भ्रम भएको बी एण्डसी मेडिकल कलेजका प्रिन्सिपल डा. उमेश शर्माको भनाइ छ। ऐन जारी भएको दुईवर्ष बितिसक्दा पनि प्रस्तावित ‘बिएण्डसी मेडिकल कलेज टिचिङ हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर’ ले चिकित्साशास्त्रको स्नातक तह (एमबीबीएस) को पठन पाठन गराउन अहिलेसम्म सम्बन्धन तथा सिट समेत पाउन सकेको छैन। कलेजले कानुनी तथा संरचनागत प्रक्रिया पुरा गरी सम्बन्धनका लागि काठमाडौ विश्वविद्यालय समक्ष २०७३ फागुन १५ गते निवेदन दिएको थियो। ती दुवै प्रक्रिया पुरा गरेको सो कलेजलाई सम्बन्धन नदिँदा कलेजका शैक्षिक भवन खण्डहर बनेको छ ।

मेडिकल कलेज सञ्चालनका लागि भौतिक, शैक्षिक जनशक्ति तथा अस्पतालका सम्पूर्ण पूर्वाधार तयारी अवस्थामा छन । चिकित्सा शिक्षाका लागि बी एण्ड सीको पूर्वाधार काठमाडौँको भन्दा उच्च र विशिष्टिकृत देखिन्छ । मेडिकल कलेज सञ्चालनका लागि कम्तिमा १६ विगाहा जमिन, ३०० शैयाको अस्पताल, उपकरण, अस्पतालमा दैनिक बिरामीको परीक्षण, शल्यक्रिया, पुस्तकालय, विभागीय जनशक्ति आवश्यक हुन्छ । कलेजको २२ विगाहा जमीन, यसमा बनेका भौतिक संरचना, पूर्वाञ्चल क्यान्सर अस्पताल र बिएण्डसी अस्पताल गरी कूल ९०० शैयाको अस्पताल, अस्पतालमा दैनिक एक हजार ३०० भन्दा बढी बिरामीले अन्तरङ्ग तथा बहिरङ्ग सेवा, ३० देखि ४० शल्यक्रिया, ६०/७० सख्यामा सिटी स्क्यान तथा ४० भन्दा बढी एमआरआइ हुने गरेको छ।

मेडिकल कलेज सञ्चालनका लागि भौतिक, शैक्षिक जनशक्ति तथा अस्पतालका सम्पूर्ण पूर्वाधार तयारी अवस्थामा छन। चिकित्सा शिक्षाका लागि बी एण्ड सीको पूर्वाधार काठमाडौँको भन्दा उच्च र विशिष्टिकृत देखिन्छ।

पूर्वक्षेत्रबाट उपचारका लागि भारत तथा काठमाडौं जानुपर्ने अवस्था लगभग अन्त्य भएको छ। बत्तीस लाख जनसंख्या भएको साबिक मेची अञ्चलका लागि ती दुवै अस्पताल 'रिफरल हस्पिटल' बनेको छ। भारतीयहरु उपचारका लागि अस्पतालमा आउनेक्रम बढ्दो छ। अस्पतालले मुटु तथा मिर्गौला प्रत्यारोपणको तयारी गरिरहेको छ। यसका लागि आवश्यक उपकरण जडान भइरहेका छन्।

काठमाडौंमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै बी एण्डसी मेडिकल कलेजका सञ्चालक एवं कार्यकारी निर्देशक दुर्गाप्रसाद प्रसाईले भन्नुभयो–'शुरुका दिनमा मिडियाहरु मलाई मार्सी माफिया भनेर खनिए। शुरुको अनसनमा डा. गोबिन्द केसीले दूरदराजमा मेडिकल कलेज हुनुपर्छ भन्ने कुरा उठाउनुभएको थियो। राम्रो कुरा हो। तर जब मैले मेची अञ्चलकै पहिलो बी एण्ड सी मेडिकल कलेज सम्बन्धनका लागि कार्य अघि बढाइसकेपछि माफियाले सम्बन्धन पाउन हुँदैन भनेर मिडियाबाजी गर्नुभयो।' 'काम गर्ने मानिसलाई माफिया भनिन्छ। दिनरात अरुको खेदो र खैरो खनेर हिँड्ने व्यक्तिलाई के भनिन्छ?' –प्रसाइले पत्रकारहरुलाई प्रतिप्रश्न गर्नुभयो। उहाँले मिसन पत्रकारिता नगर्न पनि आग्रह गर्नुभयो।

चिकित्सा शिक्षा ऐन जारी भएपछि सबै मिडियाहरुले बी एण्ड सी मेडिकल कलेजको सम्बन्धनको बाटो खुल्यो भनेर समाचार लेखिसकेका छन्। तर आज ऐन छलेर सम्बन्धन लिन लागेको भन्ने पत्रकारहरुको मिथ्या आरोपप्रति दुःख व्यक्त गर्नुभयो।

मनसाय पत्र लिएपछि ३ तीन महिनापछि नविकरण गर्नुपर्नेमा त्यो भएको छैन नि भन्ने पत्रकारहरुको जिज्ञासामा प्रसाईले भन्नुभयो–'सर्बोच्च अदालतले बी एण्ड सी मेडिकल कलेजलाई खारेज नगर्न र नगराउन आन्तरिम आदेश दिइसकेको छ।'

'वर्षमा ६०–७० करोड रुपियाँ राज्यलाई कर बुझाएका छौं। १५ सय जनालाई रोजगार दिएका छौं। हरेक मेडिकल कलेजले १० जना जेहेन्दार बिद्यार्थीलाई राज्यको कोटामा निःशुल्क पढाइहेका छन्। हामीले पनि गर्नैपर्छ।'–सञ्चालक प्रसाईले भन्नुभयो–'मैले कहाँ ऐन मिचेर काम गरेको छु? ऐनले निर्धारण गरेका कुरालाई आधार मानेर काम अघि बढाएको छु'।

हिजोको तुलनामा आजको परिस्थिति धेरै फेरिएको छ। हामीलाई मेडिकल कलेज, विश्वविद्यालय लगायतका सम्पूर्ण सुविधा आवश्यक छ। बी एण्ड सी मेडिकल कलेजबाट जनताले पाउने सुविधा ठूलो छ।

तत्कालीन शिक्षा मन्त्रालयले झापाको अनारमुनी गाउँविकास समितिमा एमबीबीएस कार्यक्रम सञ्चालन गर्न कलेजलाई मनसाय पत्र (लेटर अफ इन्टेन्ट) २०६८ माघ २४ गते प्रदान गरेको थियो। उच्च प्राविधिक शिक्षा तथा अनुगमन समितिको सिफारिसको आधारमा प्रदान गरिएको सो पत्रमा एकवर्षभित्रमा ३०० श्ययाको अस्पतालको पूर्वाधार तथा महाविद्यालय सञ्चालन सम्बन्धमा वातावरणीय प्रभाव मूल्याङ्न गर्नुपर्ने लगायत शर्त राखिएको थियो।

स्वास्थ्य जनसंख्या मन्त्रालयले ३०० शैयाको बिएण्डसी अस्पताल सञ्चालनार्थ कलेजलाई २०७३ साउन ९ गते स्वीकृति दिएको थियो। यसपछि अस्पतालले मन्त्रालयको निर्देशन अनुसार असहाय, विपन्न तथा बेवारिसे बिरामीका लागि दश प्रतिशत, ज्येष्ठ नागरिकलाई विशेष सुविधाका शैया मार्फत सेवा प्रदान गरेको छ। पछिल्लो समय स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम कार्यान्वयनमा पनि अस्पतालले सरकारलाई सहयोग गर्दै आएको छ।

नेपाल मेडिकल काउन्सिलले बि.सं २०७३ मङ्सिर १७ गते एमबिबिएस कार्यक्रम सञ्चालन सम्बन्धि 'इन्पेक्सन' गरेको थियो। 'इन्पेक्सन' टोलीले तत्कालीन सयममा एमबीबीएस कार्यक्रम सञ्चालन सम्बन्धि सुक्ष्म अध्ययन गर्दा सो कार्यक्रम सञ्चालन गर्न पूर्वाधार पूरा भएको प्रतिवेदन दिइएको बताइएको छ। 'यसैका आधारमा हामीले काठमाडौँ विश्वविद्यालय समक्ष विसं २०७३ फागुन १५ गते सम्बन्धनका लागि निवेदन दिएका हौँ। बि एण्ड सि ले सम्बन्धन पाउनेमा म ढुक्क छु।' –कार्यकारी निर्देशक प्रसाईले भन्नुभयो।

'यद्यपी झापाको बी एण्ड सी मेडिकल कलेजलाई सम्बन्धन दिन के ले रोक्यो? शिक्षा र स्वास्थ्यमा व्यक्तिगत राजनीतिक इगो साँधेर यो मुलुकको विकास सम्भव छ? सम्पूर्ण कानुनी प्रक्रिया पूरा गरेर संरचना तयार गरिसकेको बी एण्ड सी मेडिकल कलेजलाई सम्बन्धन दिन ढिलाइ गर्नाले आखिर फाइदा कसलाई? जति धेरै प्रतिस्पर्धा भयो त्यति नै धेरै गुणस्तर बृद्धि हुन्छ भने शुल्क पनि घट्ने सम्भावना रहन्छ। यसबारे खै बुझेको? यो फाइदा भनेको सर्वसाधारण जनताको छोराछोरीलाई नै हो। शिक्षा र स्वास्थ्यमा यति र उत्ति भन्ने हुँदैन। मूल्य तोक्नुपर्ला जस्तो लाग्दैन। सबैलाई प्रतिस्पर्धामा उत्रिन मौका दिनुपर्छ। प्रतिस्पर्धामा गुणस्तर बृद्धि हुन्छ भने शुल्क आफैं घट्छ किनभने आफ्नो मेडिकल कलेजतिर हरेक बिद्यार्थीको आकर्षण बढोस् भन्ने चाहना सबैको हुन्छ। त्यसैले मेडिकल कलेज सञ्चालकहरुले गुणस्तरमा सम्झौता गर्न सक्दैनन्।'–प्रसाईले जनस्वास्थ्य सरोकारलाई बताउनुभयो।

> यद्यपी झापाको बी एण्ड सी मेडिकल कलेजलाई सम्बन्धन दिन के ले रोक्यो ? शिक्षा र स्वास्थ्यमा व्यक्तिगत राजनीतिक इगो साँधेर यो मुलुकको विकास सम्भव छ ?

निःसन्तानलाई सन्तान सुख !

एसईई दिँदै पहिलो टेष्टट्यूब बेबी

नेपालको पहिलो टेष्टट्युब बेबी ओममणि तमाङ २०७८ साल जेठ महिनामा हुन लागेको एसईई तयारीमा जुटेका छन् । ओममणि गत फागुन २० गतेबाट १७ वर्षमा टेकेका छन् । सेन्ट जेभियर्स स्कुलमा अध्ययन गर्ने ओममणि निकै मेहनती छन् । जेहेन्दार विद्यार्थीका रुपमा चिनिन्छन् । बोल्छन् कम, हाँस्छन् बढी । अन्य सहपाठीको तुलनामा भलाद्मी देखिन्छन् । गत फागुन २० गते जन्म दिनमा उनको छेवर (ब्रतबन्ध) पनि भयो ।

बोल्छन् कम, हाँस्छन् बढी । अन्य सहपाठीको तुलनामा भलाद्मी देखिन्छन् । गत फागुन २० गते जन्म दिनमा उनको छेवर (ब्रतबन्ध) पनि भयो ।

oooo

'बाबु अध्ययनमा निकै राम्रो छ । छेवरको दिन ओममणि जन्मेदेखि अहिलेसम्मको समाचारमा आएका कुराहरु जस्ताकोतस्तै किताबको रुपमा निकाल्यौं र बाबुलाई उपहार दियौं । अहिले म निकै खुशी छु । खुशीको बयान गर्न सकिँदैन ।'–सन्ध्या तामाङ

oooo

नेपालमा २०६१ साल फागुन २० गते ओम अस्पताल एण्ड रिसर्च सेन्टरको आईभीएफ सेन्टरबाट बाबु राजेन्द्र तामाङ र आमा सन्ध्याको कोखबाट पहिलो टेस्टट्युब बेबी ओममणि तमाङको जन्म भएको थियो ।

सन्ध्याको सन्तान सुखको कथा

'मनले सोचेजस्तो सुख र खुसीले कहाँ बस्न पाइँदो रहेछ ? जहाँ गए पनि छोराछोरी कतिवटा भए ? कत्रा भए ? किन भएनन्? विवाह भएको कति वर्ष भयो ? आदि-इत्यादि प्रश्नको ओइरो लाग्ने । सन्तान सुख नपाइने हो कि भनेर चिन्ता लाग्थ्यो । तर धेरै महिला निःसन्तान भएपनि खुसी र सुखी भएको देखेर धैर्य गर्थें । चित्त बुझाउथें । परिवार र आफन्तको करमा धामी झाँक्रीकहाँ जान पनि पछि परिनँ ।

हाम्रो २०५५ सालमा बिवाह भएको हो । २०५६ सालमा गर्भवती भएँ । पुष महिनामा पाटन हस्पिटलले डेलिभरि समय दिएको थियो । तर ९ महिनाको बच्चा खेर गयो । गर्भमा छोरी थियो । २०५७ सालमा गर्भ बसेन । २०५८ सालमा गर्भ बस्यो । तर ३ महिनामा खेर गयो । त्यसपछि गरिएको लगातारको बच्चाको योजना २०६० सालसम्म पनि सफल हुन सकेन । त्यसपछि जँचाउन गएँ । फेलोपियन ट्युबमा ब्लड क्लट अड्किएर समस्या भएको जानकारी भयो । क्युरेट गर्दा यस प्रकारको समस्या हुने रहेछ ।

अब मेरो लागि टेष्टट्युब बेबी नै एक विकल्प थियो । ओम हस्पिटलमा टेष्ट ट्युब बेबी प्रविधिमा बसें । पहिलो ब्याचमा हामी १७ जना थियौं । १७ जनामध्ये ७ जनाको गर्भ बसेको थियो । ७ जनामध्ये ४ जनाको २–३ महिनामा मिसक्यारेज भयो । हामी ३ जनाले मात्र बच्चा जन्माउन सफल भयौं । तीमध्ये २०६१ साल

फागुन २० गते मैले नेपालको पहिलो टेष्टट्युब बेबी जन्माउन सफल भएँ ।

टेस्टट्युबमार्फत गर्भधारण गरेपछि ९ महिना पूरै बेडरेस्टमा बसेँ । पहिले गर्भ गएका दुःखद अनुभवहरुले यसपटक बढी सतर्क भएँ । नौ महिनासम्म बहिनी ज्वाइँको घरमा गएर बसेँ । कान्छी बहिनी र ज्वाँइले धेरै सहयोग गर्नुभयो । यद्यपी निःसन्तान जोडीका लागि टेस्टट्युब बेबी वरदान साबित हुँदै आएको छ । आत्मविश्वास राखेर टेष्टट्युब उपचार गर्न शुरु गर्नुपर्छ । जीवनमा हरेश खान हुँदैन ।'

पहिलो जुम्ल्याहा टेष्टट्युब बेबी कत्रा भए ?

नेपालका पहिलो जुम्ल्याहा टेष्टट्युब बेबी युगोत्तम र युगेश्वर कोइराला फागुन २१ गतेदेखि १७ वर्षमा टेकेका छन् । उनीहरु २०७८ साल जेठमा हुन लागेको एसईई परीक्षामा सामेल हुँदैछन् । काठमाडौंको मण्डिखाटारस्थित काष्टमण्डप विद्यालयमा अध्ययन गर्ने उनीहरु अध्ययनमा निकै अव्वल छन् ।

२०६१ साल फागुन २१ गते वरिष्ठ दन्त विशेषज्ञ डा. सुशिल कोइराला र उहाँकी धर्मपत्नी कुमुदिनी कोइरालाको कोखबाट उनीहरुको जन्म भएको थियो । उनीहरुले टेष्टट्युब प्रविधिबाट नेपालको पहिलो जुम्ल्याहा टेष्टट्युब बेबीको रेकर्ड राखेका छन् ।

यसैगरी तेस्रो टेष्टट्युब बेबी निष्ट भट्टराई पनि २०७८ सालको एसईई परीक्षामा सामेल हुँदैछन् । उनी चैत महिनादेखि १६ वर्ष पूरा गरी १७ मा प्रवेश गरेका छन् । चलचित्र विकास वोर्डका निवर्तमान अध्यक्ष केशव भट्टराई र नीता भट्टराईको सुपुत्रका रुपमा उनको २०६१ साल चैतमा टेष्टट्युव प्रविधिबाट जन्म भएको थियो ।

००००

प्रा. रबर्ट एडवार्ईसले सन् १९५० देखि ७० सम्म अथक रुपमा गरेको अनुसन्धानको उपलब्धिस्वरुप सन् १९७८ मा पहिलोपटक टेस्टट्युब बेबीको जन्म सम्भव भएको थियो । विश्वकै पहिलो टेस्टट्युब बेबी बेलायतकी लुइस ब्राउन हुन् । उनको जन्म सन् १९७८ को जुलाई २५ मा भएको थियो । क्याम्ब्रिज विश्वविद्यालयका प्राध्यापक रबर्ट एडवार्ईसले टेस्टट्युब बेबी विधिको सुरुवात् गरेर निःसन्तान समस्या हटाउन सफल भए । फलस्वरुप, उनी नोबेल पुरस्कारबाट समेत सम्मानित भएका थिए ।

भारतमा पहिलोपटक डाक्टर सुभाष मुखोपाध्यायले यस प्रक्रियाको प्रयोग गरेका थिए । आज यो प्रविधि निःसन्तान दम्पतीहरूका लागि एक नयाँ आशाको किरण भएको छ । भारतमा

यो प्रविधिबाट जन्मेको शिशुको नाम दुर्गा राखिएको थियो । दुर्गा विश्वको दोश्रो टेष्ट ट्युब बेबी थिइन् । नेपालको पहिलो टेष्ट ट्युब बेबी ओममणि हो ।

००००

बिवाहपछि हरेक दम्पतीले सन्तान सुखको चाहना राख्छन् । सन्तान सुख प्राप्त गर्नेहरु खुशी हुन्छन् । निःसन्तान हुनेहरु व्यक्तिगत र पारिवारिक खुशीबाट वञ्चित हुन्छन् । प्रायःदम्पतीले सामना गर्ने विभिन्न महत्वपूर्ण मेडिकल मुद्दाहरूमध्ये निःसन्तान प्रमुख समस्या हो । केही जोडीहरू सन्तान सुख प्राप्त गर्ने चाहनामा विभिन्न उपचारमा संघर्ष गरिरहेका हुन्छन् । ती मध्ये केहीले प्रजनन् उपचारपछि गर्भधारण गर्न सक्छन् भने केही उपचारको धेरै प्रयासपछि पनि असफल हुन्छन् । उनीहरुमा खाली काखको पीडा निकै जटिल समस्या बनेको छ ।

परिवार नियोजनका साधन प्रयोग नगरी दम्पत्तिबीच निरन्तर शारीरिक सम्बन्ध भएको एक वर्षसम्म पनि गर्भ रहन नसकेको अवस्थामा निःसन्तानको समस्या मानिन्छ । परिवार नियोजनको साधन प्रयोग नगरी यौन सम्बन्ध राखेको १ वर्षभित्र ८० प्रतिशत दम्पतीको बच्चा जन्मिसकेका हुन्छन् भने ९० प्रतिशतको विवाह गरेको दुई वर्षमा बच्चा जन्मिन्छन् । त्यसपछि पनि बच्चा नभएमा निःसन्तानको समस्या हो कि भन्ने शंका गर्नुपर्छ । जँचाएर कारण पत्ता लगाउनतिर लाग्नुपर्छ ।

परिवार नियोजनको साधन प्रयोग नगरी यौन सम्बन्ध राखेको १ वर्षभित्र ८० प्रतिशत दम्पतीको बच्चा जन्मिसकेका हुन्छन् भने ९० प्रतिशतको विवाह गरेको दुई वर्षमा बच्चा जन्मिन्छन् ।

आधुनिक चिकित्सा पद्धतिले सन्तान प्राप्तीका सन्दर्भमा आउने विभिन्न समस्याको समाधान सुल्झाएको छ । सन्तान सुखका लागि उपाय र उपचार धेरै छन् । तसर्थ सन्तान सुख पाउन तत्काल परामर्श लिएर उपचार गर्नु राम्रो हुन्छ । बेलैमा गरिएको उपचारले सन्तान प्राप्तीको आनन्द महसुस गर्न सकिन्छ ।

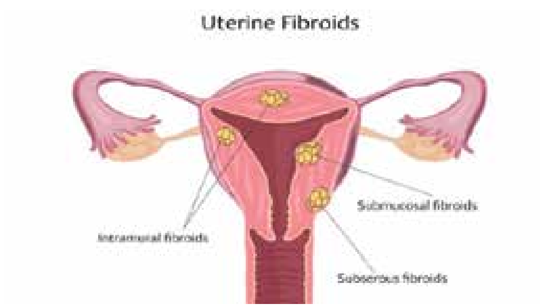
सन्तान नभएको समस्याका कारण परिवार र समाजको होच्याउने प्रवृत्तिले विवाहित दम्पत्तिहरुको मनमा ठूलो चोट

पुऱ्याएको पाइन्छ। नेपाली समाजमा सन्तान जन्माउन नसक्नुमा धेरैजसो महिलालाई दोष लगाउने गरिन्छ। तर निःसन्तान हुनुमा पुरुषको पनि त्यत्तिकै ठूलो हात छ।

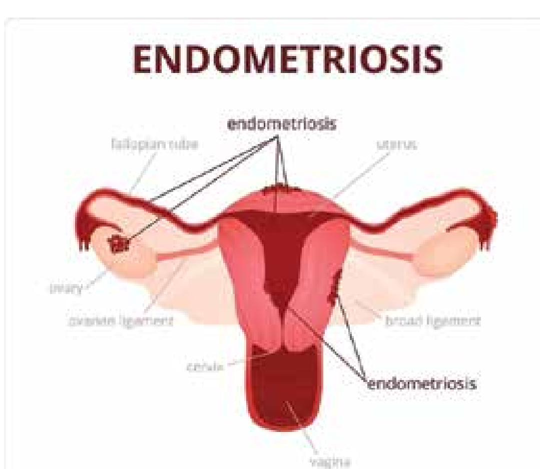
नेपाली समाजमा सन्तान जन्माउन नसक्नुमा धेरैजसो महिलालाई दोष लगाउने गरिन्छ। तर निःसन्तान हुनुमा पुरुषको पनि त्यत्तिकै ठूलो हात छ।

महिलामा निःसन्तानको कारण

महिलाहरुमा डिम्बबाहिनी नली बन्द भएका कारण बच्चा नहुने ठूलो समस्या छ। महिलाको डिम्बसँग पुरुषको शुक्रकीटको मिलन भएपछि मात्र डिम्बबाहिनी नलीमा बच्चा बन्छ। त्यसपछि सर्दै बच्चा पाठेघरमा आउँछ। तर यस्तो ट्यूब बन्द भएको अवस्थामा आक्कलझुक्कल डिम्बबाहिनी नलीमा बच्चा बनेपनि पाठेघरमा आउन सक्दैन।



- **गर्भाशयमा समस्याः** यदि महिलाको गर्भाशयमा पोलिप्स, नियोप्लासिया, दागहरू, प्लेसेंटल आदि भएमा गर्भावस्थामा बाधा पुऱ्याउन सक्छ। यसले गर्भपातको जोखिम बढाउँदछ। केहि अवस्थाहरूमा ग्रीवाले बलगम उत्पादन गर्दछ, शुक्राणु ग्रीवाको माध्यमबाट गर्भाशयमा यात्रा गर्दछ।
- **इन्ड्रोमेट्रियोसिस (पाठेघरमा संक्रमण):** एन्डोमेट्रियोसिस गर्भाशयमा हुने एक प्रकारको समस्या हो।



जसमा एन्डोमेट्रियल टिश्यूहरू असामान्य बढ्न थाल्छन् र गर्भाशयबाट बाहिर फैलिन्छन्। कहिलेकाँही एन्डोमेट्रियम लेयर डिम्बमा अर्थात् ओवरी, आन्द्रा र अन्य प्रजनन अंग जस्तै गर्भाशयको बाहिरी सतहमा पनि विस्तार हुन्छन्। एन्डोमेट्रियोसिसले फेलोपियन ट्यूब, अण्डाशय, लिम्फ नोड्स, र पेरिटोनियमलाई असर गर्न सक्छ। सामान्यतया गर्भाशयमा रहेको एन्डोमेट्रियल टिश्यू महिनावारीको समयमा उत्सर्जित हुन्छ, तर यो अर्को अंगमा हुँदा बाहिर आउँदैन। यदि तिनीहरू ठूला भएमा शरीरको कार्यप्रणालीमा प्रभावित गर्छ। यो समस्या कुनै संक्रमणको कारणले हुने होइन। यो त शरीरको आन्तरिक प्रणालीमा अभावको कारण हो। इन्डोमेन्ट्रियोसिस हुँदा महिनावारीको समयमा पेल्विसमा गम्भीर दुखाइ हुन्छ। यसमा महिलालाई मांसपेशीहरू तन्काउन गाह्रो हुन्छ। महिनावारीको अवधिमा सामान्य भन्दा बढी रक्तस्राव हुन्छ। अत्यधिक थकान, चक्कर, कब्जियतको समस्या देखिनसक्छ। यौन सम्पर्क राख्दा योनीमा अधिक दुखाइ हुन्छ। निःसन्तानको समस्या हुनसक्छ। महिनाबारी नहुँदा पनि पेल्विसमा दुखाइ हुनसक्छ। पिसाब फेर्दा दुखाइ महसुस हुन्छ। जमेको रगतका कारण पेल्विसमा एन्डोमेट्रियल सिस्ट बन्छ। इन्ड्रोमेट्रियोसिस निःसन्तानको कारण बन्नसक्छ। नेशनल सेन्टर फ बायोटेक्नोलोजी इन्फर्मेसन (एनसीबीआई) द्धारा गरिएको अनुसन्धानले गर्भाधारण गर्नमा समस्या आउने २५ देखि ५० प्रतिशत महिलाहरुमा यो रोग फेला परेको छ। यसले महिलाको धेरै तरिकाले गर्भाधारण गर्ने क्षमतलाई असर गर्छ।

- **ओभुलेशन डिसअर्डरः** ओभुलेशन डिसअर्डरका कारण अण्डाशयमा समस्या तथा प्रजनन हर्मोन उत्पादनमा कमी आउँछ। यसले महिलामा असामान्य ओव्युलेसन वा ओव्युलेसनको कमी हुनसक्छ।

- **पी.सी.ओ.एस.** (पोलिसिस्टिक ओवेरियन सिन्ड्रोम): पि.सि.ओ.एस. भन्नाले त्यो अवस्थालाई बुझाउँछ

जहाँ अण्डाशयले असंख्य फोलिकल्स बनाउँदछ वा प्रत्येकमा अपरिपक्व अण्डा हुन्छ। यस स्थितिमा अण्डा फर्टिलाइजेसनद्धारा पनि परिपक्व हुन पाउँदैन।

- **यौन संक्रमित रोग (एसटीडी)** : असुरक्षित यौन सम्पर्कबाट फैलिने रोगहरूलाई यौन संक्रमित रोग (एसटिडी) भनिन्छ। जस्तोः गोनोरियाले फेलोपियन ट्यूब सुन्निने वा दाग पैदा गराउनसक्छ। जसले शुक्राणु अण्डामा पुग्ने बाटो बन्द गरिदिन्छ र राम्रोसँग फर्टिलाईजेसन हुन पाउँदैन।
- **मोटोपनाः** अनियमित खानाले वजन बढ्ने र ओभुलेशन डिसअर्डरको समस्या देखिनसक्छ।

- **लागू पदार्थको सेवनः** अत्यधिक मात्रामा रक्सी वा लागू पदार्थको सेवन गर्नेहरुमा प्रजनन क्षमतामा कमी आउनसक्छ। साथै भ्रूण बन्नमा पनि असर गर्दछ।
- अण्डाशयमा अण्डा नबन्ने वा थुप्रै स–साना डिम्ब बनेपनि नबढ्ने
- पाठेघरको नली पूरा बन्द हुने
- पाठेघरमा पिप या पानी जम्ने
- पाठेघर सानो वा पाठेघरको मुख ज्यादै सानो
- अण्डादानीमा विभिन्न समस्या
- हर्मोनल गडबडी
- पाठेघरको ट्यूमर
- यौन संक्रमित रोग
- पाठेघरको मुखको समस्या
- डिम्बबाहिनी नली सुन्निने
- समयमा डिम्ब नबन्ने
- पाठेघर बाक्लो हुने
- पाठेघरमा क्षयरोग
- इडियोप्याथी (कारण नै पत्ता नलाग्ने) आदि।

कन्ट्रासेप्टिभ पिल्स र निःसन्तानको सम्बन्ध

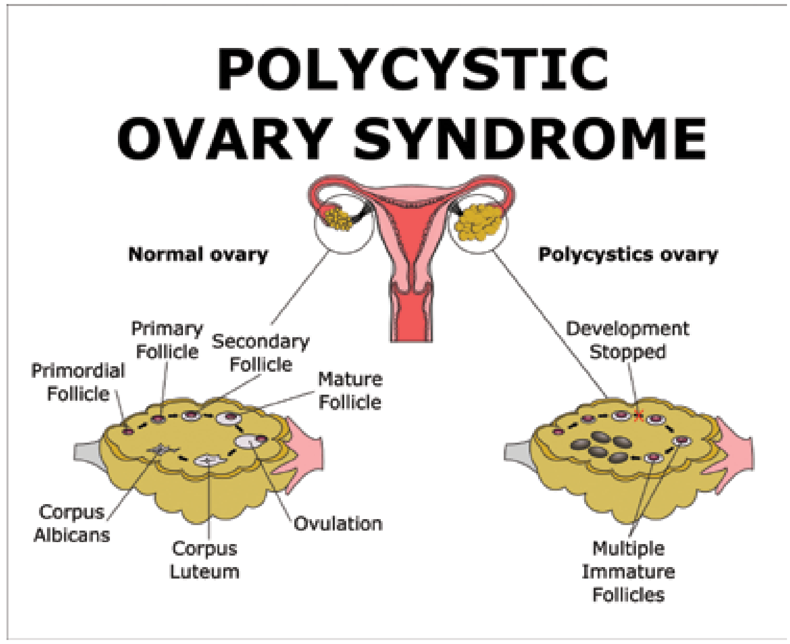
कन्ट्रासेप्टिभ पिल्स खाँदैमा भविष्यमा सन्तान नहुने भन्ने छैन। तर पछिल्लो समयमा धेरै कन्ट्रासेप्टिभ पिल्सको प्रयोगले महिलाहरुमा अण्डा उत्पादनमा संकुचन ल्याउन थालेको विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय अनुसन्धानहरुले देखाएका छन्। जहाँसम्म गर्भपतन गराइरहने कुरा छ यसमा दक्ष व्यक्तिबाट १–२ पटक गर्भपतन गराउँदैमा कुनै समस्या हुँदैन। तर पटक पटक गर्भपतन गराइरहने, राम्रो ठाउँमा गएर गर्भपतन नगराउने र विभिन्न जटिलता भएर फालोपियन ट्यूब बन्द भएमा निःसन्तानको समस्या आउनसक्छ। आफ्नो यौन साथीसँग नियमित गरिने यौन सम्बन्धले निःसन्तानमा कुनै समस्या पार्दैन। तर धेरै पुरुषसँग यौन सम्पर्क राख्नेहरुमा यौन संक्रमित रोगका कारण बच्चा नहुने समस्या आउनसक्छ।

धैरै पुरुषसँग यौन सम्पर्क राख्नेहरुमा यौन संक्रमित रोगका कारण बच्चा नहुने समस्या आउनसक्छ।

महिलामाथिको विकराल यातना

सन्तान नभएका महिलालाई समाजले नकारात्मक दृष्टिकोणले हेर्ने, श्रीमानले दोस्रो विवाह गर्ने, सामाजिक शुभ–समारोहमा सहभागी नगराइने, महिलाको दोष देखाउने, अपमानित हुनुपर्ने बाध्यता छ। यसले महिलामा मानसिक समस्या आउनसक्छ। तनाव, पीडा, निराशा बढ्न थालेपछि कतिपय महिलाले घर छाड्ने गरेको पाइन्छ। तनाव झेल्न नसकेर कतिपयले आत्महत्यासमेत गर्ने गरेका छन्। कयौं महिलाहरु निःसन्तानको समस्याले श्रीमान एवं परिवारका अन्य सदस्यबाट हुने हिंसा सहन बाध्य छन्। बास र गाँस खोसिने डरले दैनिक यातना सहन विवस छन्।

महिलामा नि:सन्तान गराउने पिसिओएस



> पोली भनेको धैरै हो अर्थात् अण्डकोषमा धैरै शिष्ट हुनुलाई पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोम भनिन्छ।

पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोम (पिसिओएस) एक हर्मोनल समस्या हो। यसले ओभरीमा सिस्ट गराउने र महिलाहरुमा प्रजनन क्षमतामा समस्या ल्याउनसक्छ। ३ जना नि:सन्तान मध्ये १ जनालाई पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रम हुनसक्छ। पोली भनेको धैरै हो अर्थात् अण्डकोषमा धैरै शिष्ट हुनुलाई पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोम भनिन्छ। यहाँ १०-१२ मिलिमिटरका स–साना शिष्ट हुन्छन्। हरेक महिना ८-१० वटा अण्डा बन्न तयार हुन्छन्। तर यी अण्डामध्ये एउटा मात्र ठूलो हुँदै जान्छ। अरु अण्डा सुक्छन्। एउटा अण्डा मात्र ठूलो हुने समस्यालाई डोमिनन फोलिकोल भनिन्छ। यसबाट फूटेर सानो अण्डा निस्कन्छ। यो सामान्य हो।

पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोममा ८-१० वटा अण्डा तयार हुन्छन्। तर हर्मोनको गडबडीले कुनैपनि ठूलो हुन पाउँदैनन् र यी अण्डा सुक्दा पनि सुक्दैनन्। शिष्ट जस्तो भएर बस्छन्। अर्को महिना फेरि चक्र दोहोरिन्छ। यसले गर्दा शिष्टै शिष्ट हुन्छ। अण्डा बन्न सक्दैन र बच्चा बस्न पनि सक्दैन।

यसरी समयमा अण्डा नबनेपछि नि: सन्तानको समस्या हुन्छ। शरीरमा केटा मानिसमा पाइने टेस्टेस्टोरोन हर्मोन बढी हुने, ल्युटिनाइजिङ (एलएच) हर्मोन बढी हुने, एफएसएच (फोलिकल स्टिमुलेटिङ हर्मोन) बढी हुने गर्छ। यसरी हर्मोनको गडबढीले गर्दा पोलिसिस्टिक ओभरिज सिन्ड्रोम भएका महिलाहरुमा मधुमेह, भविष्यमा मुटु रोग, पाठेघरको क्यान्सर जस्ता समस्या हुनसक्छ। त्यसैले यसलाई मेटावोलिक डिसअर्डर पनि भनिन्छ। मोटोपनाले इस्ट्रोजन हर्मोनमा परिवर्तन हुन्छ। यसले अण्डा नबन्ने, अण्डाकोषको भित्ता बाक्लो भएर अण्डा फुट्न नसक्ने आदि हुनसक्छ। इन्सुलिन हर्मोन सेन्सेटिभ नहुँदा खाएको कार्वोहाइड्रेट इनर्जीमा परिवर्तन हुन सक्दैन। पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोमले मोटोपन गराउँछ। अण्डा बन्न समस्या, मधुमेह र पाठेघरको क्यान्सरसमेत हुनसक्छ।

लक्षण के के देखिन्छ ?

- समयमा महिनावारी नहुने
- महिलाहरुको शरीरमा रौं धैरै आउने
- नाइटो र चिउडोमा रौं आउने
- कपाल झर्ने
- मोटाउने
- कसै कसैलाई महिनावारी हुँदा तल्लो पेट दुख्न सक्छ।

डायग्नोष्टिक

अल्ट्रासाउण्ड गर्दा शिष्ट मोतिको माला जस्तो देखिन्छ। रगतको जाँच गर्दा हाइपरएनड्रोजीन अर्थात् एन्ड्रोजन हर्मोनहरु (टेस्टेस्टेरोन हर्मोन, एलएसएच) बढी देखिन्छ। अल्ट्रासाउण्ड र हर्मोन दुवैलाई मिलाएर हेरेपछि पोलिसिस्टिक ओभरिज पत्ता लाग्छ।

Appharu

"COMMITTED FOR YOUR BETTER BUSINESS"

COMPLETE WEB AND APP SOLUTION

OUR SERVICES

- WEB DESIGN & DEVELOPMENT
- APPLICATION DEVELOPMENT
- WEB-HOSTING SERVICES

DIGITIZING **NEPAL**

Appharu

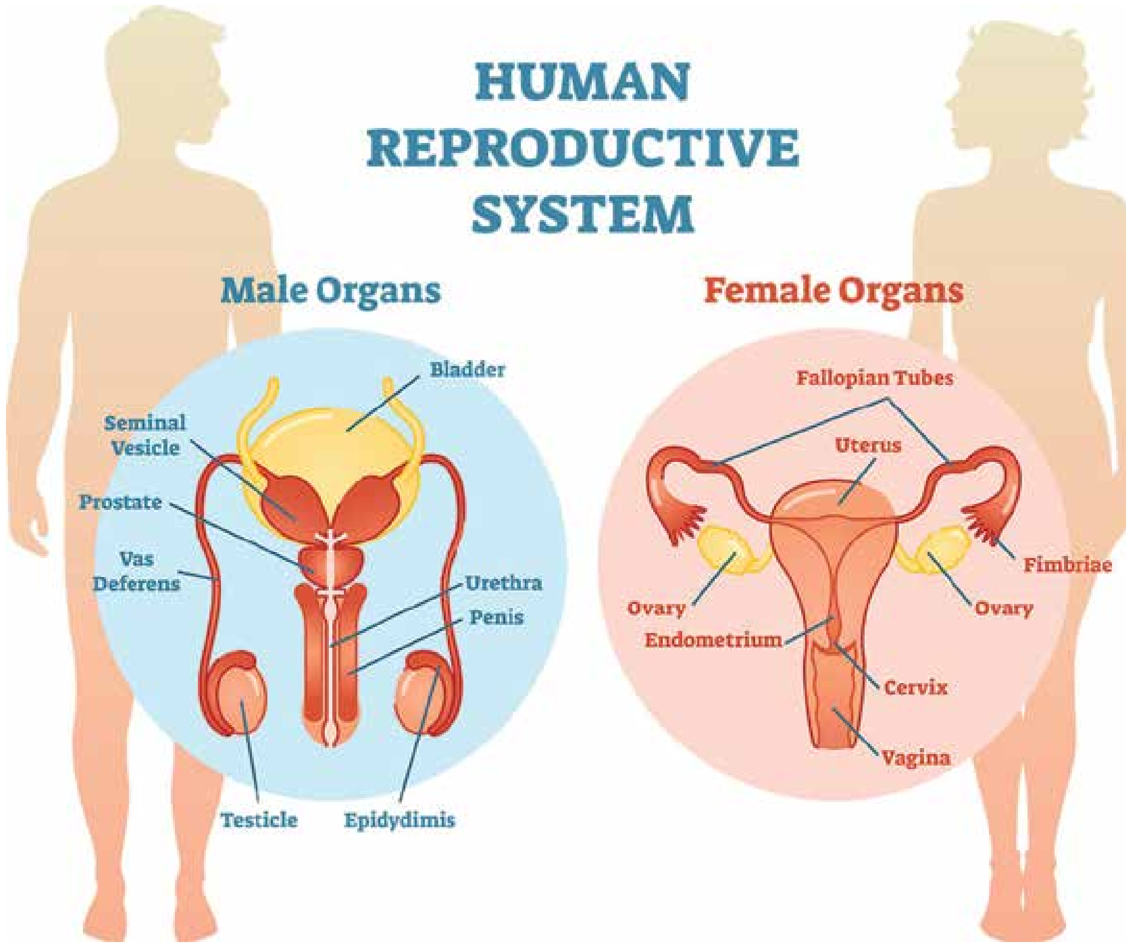
Contact Us

+977-1-4498540,
+977-9615599555
+977-9851218119

info@appharu.com

www.appharu.com

Mid-Baneshowr, Kathmandu
Bagmati 44600, Nepal



मोटो मानिसले आफ्नो तौलको ५ प्रतिशत मोटोपन घटाएमा अण्डा बन्न थाल्छ। यसले गर्भाधान हुने सम्भावना बढ्छ।

जीनशैलीली

जीवनशैलीमा सुधार ल्याउनुपर्छ। स्वस्थ खाना खाने, जंक फूड नखाने, शारीरिक अभ्यास गर्ने। कार्वोहाइड्रेट कम खाने। कतिपय अवस्थामा औषधि सेवन गर्नु पर्छ। मोटो मानिसले आफ्नो तौलको ५ प्रतिशत मोटोपन घटाएमा अण्डा बन्न थाल्छ। यसले गर्भाधान हुने सम्भावना बढ्छ।

महिलामा गर्नुपर्ने जाँच

- पाठेघरको भिल्लीमा क्षयरोग जाँच
- महिनावारी भएको दोस्रो वा तेस्रो दिनमा हर्मोनको जाँच
- रगतको सामान्य जाँच
- अल्ट्रासाउण्डबाट अण्डाको भित्री जाँच
- दूरबीन प्रविधिबाट पाठेघरको भित्री भाग र नलीको जाँच
- यौनसम्बन्ध पश्चात् शुक्रकीटको जाँच आदि।

निःसन्तान समस्यामा ल्याप्रोस्कोपिक सर्जरी

यो प्वाल पारेर दूरबीनको माध्यमबाट शल्यक्रिया गर्ने प्रविधि हो। साधारणतया महिलामा धेरै रगत जाने समस्या, डिम्बबाहिनी नली बन्द र क्यान्सरको समस्यामा ल्याप्रोस्कोपिक सर्जरी प्रभावकारी मानिएको छ। महिलामा निःसन्तान हुनमा डिम्बबाहिनी नलीमा पिप जम्ने, सुन्निने, पानी जम्ने जस्ता समस्याले हुने गरेको पायन्छ। यस्तो अवस्थामा ल्याप्रोस्कोपिक सर्जरीबाट यस्तो समस्या हटाइन्छ। यो सर्जरी सजिलो, धेरै अस्पताल बस्नु नपर्ने, इन्फेक्सनको संभावना कम, रगत टाँसिने संभावना कम, ब्लड लस कम, रिकभरी चाँडो हुन्छ। त्यसैले निःसन्तान महिलामा ल्याप्रोस्कोपिक सर्जरी राम्रो मानिन्छ। सर्जरी गर्दा डिम्बबाहिनी नलीमा भएका स–साना क्षयरोगका धब्बाहरु पनि देखिने भएकाले निःसन्तान समस्यामा ल्याप्रोस्कोपिक सर्जरी प्रभावकारी मानिएको छ।

मुलुकमा करिब १० लाख दम्पत्ति निःसन्तान !

नेपालको २०६८ सालको जनगणना अनुसार, मुलुकभर ६६ लाख ६९ हजार दुईसय ४८ विवाहित दम्पती छन् । यसमध्ये कतिजना निःसन्तान छन् ? भन्ने बारे नेपाल सरकारले इपिडिमियोलोजिकल सर्वे गरेको छैन । तर १ सय जना दम्पती मध्ये १५ प्रतिशतमा निःसन्तान हुनसक्ने अन्तर्राष्ट्रियस्तरको तथ्यांकलाई दृष्टिगत गर्दा नेपालमा पनि झण्डै १० लाख दम्पती निः सन्तानको समस्याबाट पीडित छन् । छिमेकी मुलुक भारतमा लगभग १८.५ प्रतिशत महिला निःसन्तानको समस्याबाट पीडित भएको जनाइएको छ । यहाँ ग्रामीण क्षेत्रको तुलनामा शहरी क्षेत्रमा निःसन्तानको समस्या धेरै छ । भारतमा शहरी क्षेत्रमा बस्ने करिब १६ प्रतिशत महिला निःसन्तानको समस्याबाट पीडित छन् ।

पुरुष पनि त्यत्तिकै दोषी

सन्तान नहुनमा महिला मात्र दोषी छैनन् । यसमा पुरुषको पनि त्यत्तिकै महत्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । काठमाडौंको दम्पतीहरु निःसन्तान हुनुमा ४०% कारण पुरुषमा र ४०% कारण महिलामा हुन्छ । १०% महिला पुरुष दुवैका कारण बच्चा हुँदैनन् भने बच्चा नहुनुको १०% कारण मेडिकल साइन्सले अहिलेसम्म पत्ता लगाउन सकेको छैन । विनाकारण हुने निःसन्तान समस्यामा विस्तृत जाँच पछि पनि कुनै कारण खुट्याउन सकिदैन । यस्तो महिलामा डिम्बवाहिनी नली खुल्ला छ/ छैन भनी गरिने सामान्य जाँच पश्चात प्राकृतिक यौनसम्पर्कबाट मात्र पनि गर्भ रहन सक्छ । कतिपय दम्पतीमा भने पुरुषको वीर्य सामान्य छ तथा महिलाको दुवै डिम्ब वाहिनीनलीहरु खुल्ला छ भन्ने प्रमाणित भएपछि डिम्ब बढी उत्पादन हुने औषधि सेवनपछि गर्भ रहन सक्छ । निःसन्तानको समस्या भएका दम्पतीमा उपचार गरेको दुई वर्ष अवधिमै ३०-४० प्रतिशतले गर्भाधान गर्न सक्छन् । यदि कृत्रिम गर्भाधानको सहायताले यो सफलता ६० प्रतिशतसम्म पुग्छ ।

पुरुषमा सन्तान नहुने कारण

- भेरिकोसिल (अण्डकोषका नशाहरु) सुन्निने
- दुईवटा अण्डकोषमध्ये एउटा अण्डकोष बाहिर ननिस्किने
- जन्मजात शुक्रकीट नबन्ने
- शुक्रकीट निस्कने ठाउँमा अवरोध
- विभिन्न यौनजन्य संक्रमित रोग
- शुक्राणुको वनावटमा खराबी
- शीघ्रपतन
- चुरोट, रक्सी धेरै सेवन गर्ने, लागू पदार्थको दुर्व्यसनी
- गर्मी ठाउँमा धेरै काम गर्ने पुरुषहरुमा निः सन्तानको समस्या देखिएको छ । विदेशमा काम गर्न जाने कामदारमा त्यहाँको उच्च तापक्रमले शुक्रकीट उत्पादनमा ५० प्रतिशतसम्म कमी भएको पाइन्छ । उनीहरुको शुक्रकीट सामान्य अवस्थामा फर्कन करिब ३–६ महिना लाग्ने गरेको चिकित्सकहरुको भनाइ छ । विशेषगरी खाडी मुलुकहरुमा काम गर्न जाने कामदारमा यस्तो देखिने गरेको छ ।

पुरुषमा गर्नुपर्ने जाँच

- सामान्य रगत जाँच
- वीर्यको विशेष जाँच
- आवश्यकअनुसार टेस्टिकुलर बायोप्सी
- हर्मोनको जाँच

स्वस्थ्य वीर्य सम्बन्धमा विश्व स्वास्थ्य संगठनको आधार

- वीर्यको मात्रा २ मिलिलिटर भन्दा बढी हुनुपर्छ ।
- शुक्रकीटको संख्या कम्तीमा २ करोड प्रति मिलिलिटर हुनुपर्छ ।
- शुक्रकीटको चाल ५० प्रतिशतभन्दा बढी सक्रिय प्रकारको हुनुपर्छ ।
- शुक्रकीटको बनावट ३० प्रतिशतभन्दा बढी सामान्य प्रकारको हुनुपर्छ ।
- कुनै पीप वा श्वेत रक्तकोष नभएको तथा अन्य कुनै संक्रमणको शंका नरहेको हुनुपर्छ ।

एउटै शुक्रकिटले डिम्ब छेड्छ

अण्डकोषले करोडौं शुक्रकीट पैदा गर्छ । एक मिलिलिटर वीर्यमा कम्तीमा ६ करोड शुक्रकीट हुन्छन् । यी मध्ये ५० प्रतिशत स्वस्थ, गतिशील र सक्षम हुनुपर्छ ।

सन्तान सुख कसरी दिन सकिन्छ ?

सबै जाँचपश्चात् श्रीमान् श्रीमतीको सामान्य उपचार गर्नुपर्छ । त्यसपछि पनि नभएमा आर्टीफिसियल इन्सेमिनेशन वीद पार्टनर्स स्पर्म, आर्टीफिसियल इन्सेमिनेशन वीद डोनर्स, टेष्टट्यूव वेवी, आइभिएफ वीद डोनर स्पर्म, डोनर ओभम, डोनर इम्ब्रियो ट्रान्सफर, इन्ट्रासाइटोप्लाज्मिक स्पर्म इन्जेक्शन आदिको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

सामान्य उपचार अन्तर्गत महिनावारी भएको तेस्रो दिनबाट अण्डा बन्ने औषधि दिइन्छ र महिनावारी भएको ९ दिनबाट "ट्रान्सभ्यागिनल सोनोग्राफी" बाट अण्डा बनेको गतिविधि हेरिन्छ । कसै कसैलाई हर्मोनको इन्जेक्सन पनि दिनुपर्ने हुन्छ । अण्डा झरेपछि प्राकृतिक सहवासको सल्लाह दिइन्छ । यसबाट गर्भधारण गर्ने अवसर मिल्छ । आईयूआई प्रविधिमा महिनावारी भएको दोस्रो

> कसै कसैलाई हर्मोनको इन्जेक्सन पनि दिनुपर्ने हुन्छ । अण्डा झरेपछि प्राकृतिकसहवासको सल्लाह दिइन्छ ।

दिनबाट अण्डा बन्ने औषधि दिइन्छ र ९ दिनबाट टिभिएसबाट अण्डा बनेको गतिविधि हेरिन्छ। कसैकसैलाई हर्मोनको इन्जेक्सन पनि दिनुपर्ने हुन्छ। महिनावारी भएको १४–१५ दिनमा जब अण्डा झर्छ तब श्रीमानको बीर्य संकलन गरी आईभिएफ मिडियामा हेरेर मसिनो नलीको माध्यमबाट श्रीमतीको पाठेघरमा राखिन्छ। यो प्रक्रिया पीडादायक हुँदैन। यसमा बिरामीलाई अस्पताल पनि भर्ना हुनुपर्ने आवश्यकता पर्दैन।

कृत्रिम गर्भाधारणबाट सन्तान सुख दिन सकिन्छ। मेडिकल भाषामा यसलाई एआरटी (आर्टिफिसियल रिप्रोडक्टिभ टेक्नोलोजी) भनिन्छ। पुरुषको शुक्रकीटमा समस्या भएमा आईयूआई प्रविधिबाट काम गर्ने शुक्रकीटहरु छानेर ट्यूबको माध्यमबाट पाठेघरमा राखिन्छ। यसका लागि महिलाको डिम्ब राम्रो हुनुपर्छ। डिम्बबाहिनी नलीमा कुनै समस्या हुन हुँदैन। महिलामा कुनै समस्या नभएको र पुरुषमा मात्र शुक्रकीटले काम नगरेको अवस्थामा आईयूआई (इन्ट्रा युटेराइन इन्सेमिनेसन) बाट हुन्छ। तर महिलामा डिम्बबाहिनी नली बन्द भएको अवस्थामा आईभिएफ गर्नुपर्छ। यसलाई इन्भिट्रोफर्टिलाईजेसन (आईभिएफ) भनिन्छ। यसका लागि महिलामा हर्मोनहरु प्रयोग गरी धेरै डिम्बहरु बनाएर शल्यक्रिया गरेर डिम्ब बाहिर निकाल्नुपर्छ। यसैगरी पुरुषहरुको राम्रो शुक्रकीटहरु छानेर ल्याब (प्रयोगशाला) मा फर्टिलाईजेसन (शुक्रकिट र डिम्ब मिलाउने) गरिन्छ। यसलाई निश्चित समयसम्म इक्युभेटरमा राखेपछि महिलाको पाठेघरभित्र पठाइन्छ। यसलाई इनभिट्रो फर्टिलाईजेसन भनिन्छ। टेष्टट्यूब बेबी उपचार छुट्टाछुट्टै गर्न निकै महँगो पर्ने भएकाले यो उपचार समूह समूहमा गर्नुपर्छ। यही समूहलाई आई.भी.एफ.व्याच भनिन्छ। निःसन्तान दम्पतीहरुका लागि विभिन्न जाँच र पहिचान पश्चात् सन्तान सुख पाउन सकिने संभावना धेरै रहेको हुन्छ। करिब ३–६ साइकलपछि आईभिएफका लागि सिफारिस गरिन्छ। आईयूआई गरेकाहरुमा ५–१० प्रतिशतसम्म बच्चा खेर जानसक्छ। आईयूआई गर्दा सम्बन्धित महिलालाई राम्रो केयर र प्रयाप्त वेड रेष्टको जरुरी पर्छ। यसका लागि पहिलो साइकलमा करिब १० हजार रुपियाँ जति खर्च लाग्छ। दोस्रो साइकलदेखि ५–६ हजार रुपियाँमा सम्पन्न हुने गर्छ। आईभिएफका लागि न्यूनतम १ लाख ५० हजारदेखि ३ लाख रुपियाँसम्म खर्च लाग्ने गरेको छ। एकपटक आईभिएफ गर्दा बच्चा तुहिएमा वा गर्भमा बच्चा नरहेमा दोस्रो पटकका लागि सम्बन्धित व्यक्तिले पूरै खर्च व्यहोर्नुपर्छ। नेपालमा आईभिएफ सफल दर २५ देखि ३५ प्रतिशतको हाराहारीमा छ।

> दम्पति स्वस्थ छन् भने पनि तालमेल नमिलेको खण्डमा बच्चा नहुन सक्छ। लिंग उत्तेजित नभएर अथवा राम्रोसँग यौनसम्पर्क नभएमा निःसन्तान हुन जान्छ।

लिंग उत्तेजित नहुँदा...

दम्पति स्वस्थ छन् भने पनि तालमेल नमिलेको खण्डमा बच्चा नहुन सक्छ। लिंग उत्तेजित नभएर अथवा राम्रोसँग यौनसम्पर्क नभएमा निःसन्तान हुन जान्छ। कहिलेकाँही मनोवैज्ञानिक कारणले पनि लिंग उत्तेजित नहुन सक्छ। यस्तो बेला श्रीमतीले माया गर्ने तथा उत्तेजित गराउनुपर्ने चिकित्सकहरु बताउँछन्।

चिन्ताले निःसन्तान

चिन्तित भएको बेलामा यौनसम्पर्क राखेमा पनि गर्भधारण हुँदैन। चिन्ता र यौन उत्तेजनाबीचको चक्रले डिम्ब बाहिनी नली र पाठेघरको मांशपेसीमा लेयर (तर) उत्पन्न हुन्छ। फलस्वरुप साधारणतया शुक्रकीट र डिम्बबीच मिलन नहुनसक्छ।

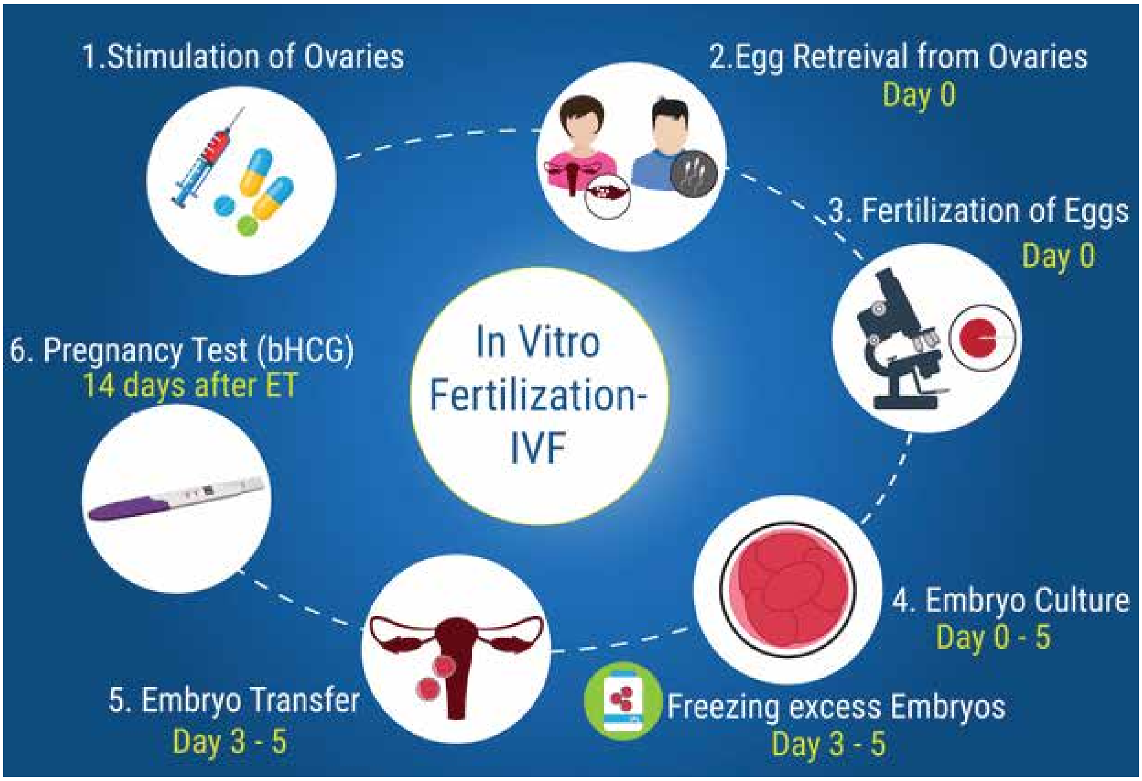
प्राकृतिक यौनसम्बन्ध र गर्भाधान

समयमा महिनावारी हुने महिलाहरुले महिनावारी भएको १०-१२ दिन देखि १८-२० दिन सम्म दिनदिनै वा एक दिन बिराएर यौनसम्पर्क गर्दा बच्चा हुने सम्भावना हुन्छ। महिलाको डिम्ब फुटेर बाहिर निस्किएको बेला संसर्ग भएमा गर्भधारण हुने संभावना बढी हुन्छ। सामान्यतया २१ दिनमा महिनावारी हुन्छ भने महिनावारी भएको ५ देखि १० दिनभित्र संसर्ग भएमा बच्चा हुन सक्छ। त्यस्तै २८-३० दिनभित्र महिनावारी हुने महिलाको महिनावारी भएको १०-१२ देखि १८-२० दिनसम्म यौनसम्पर्क भए सन्तान हुनसक्छ।

महिलाको डिम्ब परिपक्क भएर फुटेको बेला संसर्ग गर्नु उपयुक्त मानिन्छ। अरु बेला गरिएको संसर्गले सन्तान प्राप्ति नभएर केवल आनन्द प्राप्ती मात्र हुन्छ। सेना, प्रहरीलगायत अन्य कतिपय पेसाका व्यक्तिहरुको आफू स्वयम् र पत्नी स्वस्थ हुँदाहुँदै पनि सन्तान नहुनुको कारण संसर्गको बेला उचित तालमेल नमिल्नुलाई मानिएको छ।

आईभिएफ गराउने ठाउँ कस्तो हुनुपर्छ ?

आईभिएफ शुरु गर्दा निःसन्तान दम्पतीहरुका लागि गोपनीयता कायम गर्ने ठाउँको आवश्यकता पर्छ। काउन्सिलिङ कोठा, प्रयोगशाला, शल्यक्रिया कक्ष आदिको आवश्यकता पर्छ। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लुएचओ)को मान्यताअनुसार, आईभिएफ सेन्टरमा कम्तिमा पनि एउटा अल्ट्रासाउन्ड मेसिन आवश्यक हुन्छ। आईयुआई, आईभिएफका लागि चाहिने उपकरण, सम्बन्धित विषयमा विशेषज्ञता हाँसिल गरेको स्त्री तथा प्रजनन विशेषज्ञ, ल्याप्रोस्कोपिक सर्जन, हिस्टेरोस्कोपी सुविधा (पाठेघरभित्र दूरबीन राखेर मासु चलाएको छ छैन हेर्ने, वायोस्पी लिने,क्षयरोग जाँच गर्ने) इम्ब्रीयोलोजिस्ट, ल्याब विशेषज्ञ, आवश्यक कर्मचारी एवं काउन्सिलर, सिमेन प्रोसेस गर्ने मेसिन, सिमेन फ्रिजिङ ब्यांकिङ सुविधा अर्थात क्रायो ब्याङ्क हुनुपर्ने प्रावधान छ। यसका साथै अत्याधुनिक सुविधा दिनेहरुले इक्सी मेसिन, डोनर कार्यक्रम (शुक्रकीट र डिम्ब नबन्नेहरुका लागि अन्य व्यक्तिबाट शुक्रकीट र डिम्ब दान लिने, भ्रूण दानको व्यवस्था मिलाएका हुन्छन्।



बीर्यदान कस्तो व्यक्तिबाट लिइन्छ ?

स्वस्थ पुरुषबाट मात्र बीर्यदान लिनुपर्छ । वीर्यदानका लागि ठीक भए /नभएको निर्क्यौल गर्न एचआईभी, सिफिलिस, हेपाटाईटिसलगायतका आवश्यक परीक्षणहरु गर्नुपर्छ ।

बीर्यदानका लागि उमेर कति हुनुपर्छ ?

बीर्यदानका लागि युवा उमेरलाई सिफारिस गरिन्छ । यसमा व्यक्ति कुन वर्णको हो भन्ने कुरा ख्याल गर्नुपर्छ । यसमा व्यक्तिको नाम थाहा हुँदैन । आवश्यक परीक्षणपछि व्यक्तिको बीर्य सिधै बैंकमा लगेर फ्रिजिङ गर्न सकिन्छ । यो आवश्यक पर्ने व्यक्तिले लिन सक्छ वा विदेश गएको श्रीमान बच्चा जन्माउनका लागि घरमा आउन आवश्यक पर्दैन । श्रीमतीले उसको बीर्य प्रयोग गरेर बच्चा जन्माउन सक्छन् ।

व्यक्तिले आफूले चाहेको व्यक्तिको शुक्रक्रिट प्रयोग गर्न सक्छ ?

श्रीमान श्रीमती दुवैको सहमतिमा आफूले चाहेको व्यक्तिको शुक्रकीट प्रयोग गर्न सकिन्छ । खोज्न नसकेको अवस्थामा सम्बन्धित चिकित्सकले नै डोनरको वीर्य प्रयोग गर्न सक्छ ।

जीवनशैली र खानपानको प्रभाव

पोषिलो खाना खाने, शारीरिक तौल नियन्त्रणमा राख्ने, धूमपान–मद्यपान त्याग्नुको साथै यौनाङ्ग वरपर धेरै न्यानो वा तातो बनाउने कसिलो कपडा लगाउन हुँदैन । मासिक स्रावको उर्वरा समय ख्याल राखेर मात्र शारीरिक सम्पर्क राख्नुपर्छ । मासिक स्रावको उर्वरा समय थाहा पाउन आफ्नो कोठाको भित्ते पात्रोमा चिनो लगाउनुपर्छ । भिटामिन ई, सी तथा बी १२, फोलिक एसिड पाइने खानेकुराले शुक्रकीट बन्न मद्दत गर्छ ।

इक्सी

पुरुषको वीर्य जाँच गर्ने इक्सी (इन्ट्रा साइटोप्लाज्मिक स्पर्म इन्जेक्सन) प्रविधि अत्याधुनिक मानिन्छ । यसमा शुक्रकीटलाई चारसय गुणा म्याग्निफाई (ठूलो बनाएर हेर्ने) गरेर हेर्ने र यसलाई सुईको माध्यमबाट महिलाको डिम्बसँग मिलाइन्छ ।

इन्सी

पुरुषको वीर्य जाँच गर्ने इन्सी (इन्ट्रा साइटोप्लाज्मिक मफुलोजिकल्ली सेलेक्टेड स्पर्म इन्जेक्सन) निकै अत्याधुनिक प्रविधि हो । यसमा पुरुषको शुक्रकीटको टाउको, पुच्छर ठीक भए/नभएको छुट्याएर राम्रा राम्रा शुक्रकीटहरु इन्जेक्सनको

मासिक स्रावको उर्वरा समय थाहा पाउन आफ्नो कोठाको भित्ते पात्रोमा चिनो लगाउनुपर्छ । भिटामिन ई, सी तथा बी १२, फोलिक एसिड पाइने खानेकुराले शुक्रकीट बन्न मद्दत गर्छ ।

माध्यमबाट डिम्बसँग मिलाइन्छ । नेपालमा यस्तो सुविधा छैन । छिमेकी देश भारतमा पनि यस किसिमको सुविधा निश्चित ठाउँहरुमा मात्र छ ।

> डिम्ब र उसको श्रीमानको शुक्रकीट लिएर बाहिर फर्टिलाईज गरी अन्य कुनै महिलाको पाठेघरमा भ्रूण राखेर बच्चा जन्माउने अवस्थालाई सरोगेसी भनिन्छ ।

सरोगेसी

यदि कुनै महिलाको पाठेघरमा बच्चा बस्न नसक्ने अवस्था रहेको हुन्छ । यस खालको अवस्थामा डिम्ब र उसको श्रीमानको शुक्रकीट लिएर बाहिर फर्टिलाईज गरी अन्य कुनै महिलाको पाठेघरमा भ्रूण राखेर बच्चा जन्माउने अवस्थालाई सरोगेसी भनिन्छ । कतिपय महिलाहरुमा पाठेघरको मुख खुला हुने, घरिघरि बच्चा खेर जाने, उमेरका कारण पाठेघरमा बच्चा नबस्ने जस्ता समस्याका कारण ल्याबमा महिलाको अण्डा र पुरुषको शुक्रकीट लिएर बच्चा भइसकेका महिलाहरुको पाठेघरमा राख्ने प्रविधि यो । यसमा बच्चा वंशाणुगत रुपमा डिम्ब र शुक्रकीट दिने व्यक्तिकै हुन्छ । बच्चाको जीन उनीहरुकै हुन्छ । ९ महिनासम्म अरुको गर्भमा राखेर बच्चा जन्माउनु सरोगेसी हो– भेनस आईएसआईएस आईभिएफ सेन्टरकी स्त्री तथा प्रसूति/प्रजनन स्वास्थ्य विशेषज्ञ डा. स्वस्ती शर्मा भन्नुहुन्छ– तर नेपालमा यस किसिमको कानून बनेको छैन । प्राय यो आफ्नो पारिवारका सदस्यहरुबीच हुने गर्छ । जस्तो–दिदीको पाठेघरमा समस्या भएमा बहिनीको पाठेघर प्रयोग गरी बच्चा जन्माउने वा आमाको पाठेघर प्रयोग गरी बच्चा जन्माउने आदि । नेपालमा आर्टिफिजिसियल टेक्नोलोजीसम्बन्धि कुनै कानून नबेका कारण समस्या छ । भारतमा सेम सेक्स पार्टनर हरुका लागि सरोगेसी सेवा पूर्णरुपमा निषेध गरिएको छ । भारतको दिल्लीमा सरोगेट मदरलाई सम्पर्क गर्ने छुट्टै संस्था छ । सरोगेसी गर्नुपरेमा यो संस्थामा सम्पर्क गर्छन् उनीहरुले । सबै जाँच गरेर शारीरिक फिट भएको प्रमाणित भएपछि कुनै पनि महिला सरोगेट मदरका लागि योग्य हुन्छन् । सरोगेट मदर बनेवापत् उनीहरुले पैसा पाउँछन् । कतिपय महिला पैसाको लागि सेरोगेट मदर बन्ने गरेका छन् । दिल्लीमा प्रायः नेपाली महिलाहरु सरोगेट मदर भएको पाइएको छ । यहाँ सेरोगेट मदरहरुलाई राख्ने छुट्टै भिआईपी ठाउँ हुन्छ । नौ महिनासम्म बच्चा गर्भमा राखेर जन्माइदिन्छन उनीहरुले र यसवापत् ४–५ लाख आईसी पाउँछन् । यसका साथै कतिपय सरोगेट मदरहरुलाई यस्ता केन्द्रहरुमा जागिर पनि दिने गरिन्छ ।

टिसा (TESA)

पुरुषको बीर्यमा शुक्रकीट नदेखिएमा अण्डकोषबाट शुक्रकीटसहितको बीर्य निकालेर इक्सी गरी अण्डाभित्र बीर्य राख्ने प्रविधिलाई टिसा भनिन्छ ।

सिमेन फ्रिजिङ

विदेशतिर एकल महिलाले पनि बच्चा जन्माउन पाउँछन् । यसका लागि सिमेन डोनरको आवश्यकता पर्छ । यसरी बीर्य वा डिम्ब फ्रिजमा राख्ने प्रविधिलाई सिमेन फ्रिजिङ भनिन्छ । यसका साथै एकैपटकमा आईभिएफ सफल हुन्छ नै भन्ने ठोकुवा गर्न सकिदैन । विदेशतिर पटपटक जानुपर्ने अवस्था रहेका श्रीमानलाई घरिघरि आएर बीर्य दिन समय नहुन सक्छ । यसरी श्रीमानको वीर्यको नमूना लिएर फ्रिजिङ गरेर राख्ने र चाहिएको बेलामा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

इम्ब्रियो फ्रिजिङ

ल्याबमा बच्चा जन्माउँदा ४–५ वटा अण्डा निस्कियो वा चारपाँच वटा फर्टिलाईजेसन भएमा यी सबै पाठेघरमा राखिदैन । केही अंश राखेर बाँकी भएका इम्ब्रियोलाई फ्रिजमा राखिन्छ ।

CREATOR'S
IVF NEPAL
PVT. LTD.
ESTD 2015

Creator's IVF Nepal Pvt. Ltd.

CIVF Nepal
The first and only one
INDEPENDENT IVF CENTER
in the country
run by
A FULLY QUALIFIED
Nepalese IVF specialist
team.

Comprehensive Fertility Counseling

Take Home Baby

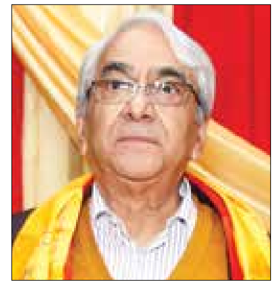
Diagnosis & Lab Analysis

Fertility Treatment and Overall Success Rate

TI	IUI	IVF
12.6%	11.30%	48.3%

Anu Books Store Building, Third Floor, Satdobato, Lalitpur - 15
Contact No: 01-5530202 (O), 9840187810 (M)
info@creatorsivf.com.np
www.creatorsivf.com.np

सन्तान सुखबारे सुझाव !



डा. भोला रिजाल
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञ

नेपालमा बिवाहित दम्पत्तिमध्ये १५ देखि २० प्रतिशतमा निःसन्तानको समस्या भएको विभिन्न अध्ययनहरुले देखएका छन् । १५ प्रतिशतमध्ये ८५ प्रतिशतको साधारण जाँच र उपचारबाट सन्तान लाभ हुन्छ । त्यसमा १५ प्रतिशत मात्र निःसन्तान हुने गर्छन् । नेपालमा पहिलो टेष्टट्युब बेबीको जन्म मेरै हातबाट भएको हो । उनको नाम ओम मणि तामाङ हो । उनी अहिले १७ वर्षको पुगिसके । यो मैले एक्लै भन्दा पनि टिमले गरेको थियो ।

अहिलेको अवस्थामा निःसन्तान उपचारका लागि नियम कानुन छैन । कहाँ दर्ता गर्ने भन्ने पनि समस्या छ ।

बि.सं.२०३९ सालमा बंगलादेशको राजधानी ढाकाबाट पोष्ट ग्राजुएट गरेर नेपाल फर्किएँ । त्यति बेलादेखि म एकचित्त भएर जनचेतना फैलाउने दृष्टिकोणले भिजिटिङ कार्डको अगाडिपट्टी नै निःसन्तान तथा क्यान्सर रोगीको उपचार व्यवस्थापन (सेन्टर फर सब फर्टिलिटी एण्ड क्यान्सर म्यानेज्मेन्ट) लेखेर काम शुरु गरेको थिएँ । यसरी लाग्नुको कारण मैले ढाकामा काम गर्दाको अनुभूति नै हो । बंगलादेशको अवस्था हामी भन्दा धेरै कमजोर थियो । जनसंख्या धेरै थियो । तर, राजनीतिक अस्थिरताले सबै क्षेत्रको सूचक नराम्रो थियो । कहिले बाढी त कहिले हुरीले जनजीवनलाई सँधै तहस नहस पारिरहन्थ्यो । यसले गर्दा उनीहरुको प्रतिव्यक्ति आय तल थियो । फर्टिलिटी दर उच्च थियो । त्यो अवस्थाको अनुभूति पछि नेपाल फर्किएर फर्टिलिटीको क्षेत्रमा काम गर्न थालेँ । चिकित्सकले विरामीको साइकोलोजिकल ढंगले विश्वास जित्नुपर्छ । बिवाह भएको ३२ वर्षसम्म सन्तान सुख नपाएको दम्पतिको बच्चा भएको छ । सन्तान सुख दिन सफल भएको छु । फादर अफ टेष्टट्यूव बेवी पनि भन्ने गरेको पाएको छुँ । अहिले मलाई कतिपयले सन्तानेश्वर महादेव पनि भन्छन् । अहिलेको अवस्थामा निःसन्तान उपचारका लागि नियम कानुन छैन । कहाँ दर्ता गर्ने भन्ने पनि समस्या छ ।

समस्या के हो ?

सन् १९८४ तिर लैनचौरमा भएको परिवार नियोजन संघको कार्यालयमा हप्ताको २ दिन मंगलबार र बिहीबार जान्थेँ । त्यो बेला परिवार नियोजन सम्बन्धमा गलत सोचाई थियो । परिवारको संख्यामा कम गर्ने र सन्तान नहुनेलाई पनि सन्तान दिने उपाय गरेनौं भने परिवार नियोजन सफल हुँदैन । त्यसैले यसलाई सन्तुलनमा राखेर अघि बढ्नु पर्छ भन्दा त्यो बेलाकी संघकी अध्यक्षले पनि सहमति जनाउनुभयो ।

त्यो बेलादेखि नै निःसन्तानहरुको पीडाहरुलाई सम्बोधन गर्नुपर्छ भन्ने सोंच थियो ।   पहिलो काम त्यहीँबाट शुरु गरेँ । बिस्तारै यो प्रसूतिगृह, त्रि.बि. शिक्षण अस्पताल महाराजगञ्जमा बिस्तार हुँदै गयो । आज आएर अन्तिम उपाय भनेको टेष्ट ट्युब बेबी, त्यसबाट नभए सरोगेसी, सरोगेसीबाट पनि नभए एडप्सनलगायतका उपायमा सेवा शुरु भयो । नेपालमा पहिलो पटक टिकामाया विश्वकर्मा रिजालको बन्ध्याकरण गरेको ट्युब जोडेर रिक्यानलाइजेसन भएको पनि मेरै पहिलो हो । यसबारे नेपाल टेलिभिजनमा अन्तर्वार्ता पनि आएको थियो ।

नेपालीहरु रोजगारी र अध्ययनका सिलसिलामा विभिन्न देशमा छरिएर गएका छन् । अहिले पनि ७०–८० लाख युवाहरु मुलुकबाहिर छन् । यो क्रम अझ बढ्दै छ । रोजगारीको अवसर खोज्न खाडी मुलुक, कोरिया, जापानलगायतका देशहरुमा गएका धेरैको अत्यधिक तापक्रमका कारण प्रजनन शक्ति कमजोर हुने गरेको छ। उनीहरुले ५० डिग्री सेन्टिग्रेडमा काम गर्नुपर्छ । अवैध यौन सम्पर्कका कारण यौन रोग बोकेर श्रीमतीलाई सार्नेहरुको पनि कमी छैन । नेपालमा क्षयरोगले पनि निःसन्तानको समस्या बढाइरहेको छ ।

हामीले सरोगेसी गरेका छैनौं । त्यो गर्दा पनि गर्दैनौं । गर्न पनि हुँदैन । सर्वोच्च अदालतले रोक लगाइसकेको छ । नेपालगञ्जको वादी समुदायमा अर्काको लागि बच्चा पाइदिने चलन पहिले पनि थियो । अहिले पनि प्रचलनमा छ । यदि पौराणिक काललाई स्मरण गर्ने हो भने कौरबहरु १ सय वटा घडाबाट नभई टेष्टट्युबबाट जन्मेको हुनुपर्छ ।

विगत जे जस्तो भए पनि नेपालीले नेपालीको लागि नेपालमै सरोगेसी सेवा पनि सञ्चालन हुनुपर्छ भनेर अनुरोध गरिरहेका छौं । बीचमा अपभ्रम्सहरु पनि भए । विदेशी दलालहरुले नेपालमा आईभिएफ सेन्टरहरु खोलेर सरोगेसीको बदनाम गरे । अनि हामीहरुले नै यो बन्द हुनुपर्छ भनेर कुरा उठायौं । सर्वोच्च अदालतको अन्तरिम आदेशबाट यो सेवा रोकिएको छ ।

फर्टिलिटी सोसाइटी अफ नेपाल (फेसोन) को अध्यक्षको नाताले आईभिएफ जस्तै सरोगेसीले पनि विधि विधान अपनाएर कानुनी मान्यता पाउनुपर्छ जस्तो लाग्छ । वास्तवमा यो सेवा नेपालीका लागि मात्र हुनुपर्छ । सन्तान सुख दिलाउन सामान्य उपचार, आईभिएफ, सरोगेसी, एडप्सनको उपाय अपनाउँदै आएको अवस्था छ। क्लोनिङ (अहिले ब्यान्ड) बाट पनि सन्तान हुनसक्छ । क्लोनिङ भनेको बच्चा जन्माउन सम्बन्धित व्यक्तिको छाला लिएर ल्याबमा लगेमा १ हजार व्यक्तिको जन्म हुन्छ ।

अहिले मुलुकमा १५ वटा आईभीएफ सेन्टर स्थापना भइसकेका छन् । पाँच वर्षमा मुलुकभर कम्तिमा ५० वटा जति बृद्धि हुने अपेक्षा गरिएको छ । सबैले आईभिएफ सेन्टर मात्र खोलेका छन् । निःसन्तानको सबै जाँच भनेर खोलिएका केन्द्र कम छन् । आईभिएफमा धेरै आकर्षण देखियो । सरकारले निःसन्तानका लागि ७ वटै प्रदेशमा निःसन्तानका लागि अस्पताल बनाइदिनुपर्छ । त्यहाँबाट सेवा पाउन नसकेका व्यक्ति मात्र केन्द्रमा आउने परिपाटीको विकास गर्न सकेमा यो वरदान सावित हुने थियो । सबैको पहुँच पनि पुग्थ्यो । अहिले साधारण जाँचका लागि काठमाडौं धाइरहनु पर्ने बाध्यता छ । मेरो क्लिनिकमा आउने ८५ प्रतिशत व्यक्ति साधारण जाँच गरेर औषधि मात्र दिएमा पनि गर्भवती हुन्छन् । त्यसमध्ये पनि शल्यक्रिया र टेष्टट्यूवबाट जन्माउनुपर्ने व्यक्ति त निकै कम छन् । अहिले मेरो स्पाइन सर्जरीले गर्दा आफैं डेढ वर्षदेखि बाहिर मुभमेन्ट गर्न सकेको छैन । त्यति हुँदा हुँदै पनि सेवा दिन म ह्याम्स हस्पिटल जान्छु । नेपाल मेडिकल कलेज पनि जान्छु ।

निःसन्तान हुनुमा भगवानको श्राप होइन । भगवानको श्रापले निसन्तान भएको महसुस गर्ने मानसिकताबाट मुक्त हुनुपर्छ ।

(डा. रिजाल ह्याम्स हस्पिटलमा कार्यरत हुनुहुन्छ ।)

> रोजगारीको अवसर खोज्न खाडी मुलुक, कोरिया, जापानलगायतका देशहरुमा गएका धेरैको अत्यधिक तापक्रमका कारण प्रजनन शक्ति कमजोर हुने गरेको छ ।

निःसन्तान उपचारमा
दक्ष चिकित्सकको भूमिका

oooo

'सन्तान नहुने दम्पत्तिले एकैचोटी टेष्टट्यूब बेबी गर्नुपर्दैन । यसको कारण हेरी साधारण उपचारबाट शुरु गर्नुपर्छ । केही नलागेपछि मात्र टेष्टट्यूब बेबीमा जानुपर्छ। तर यदि महिलाको दुवै डिम्बबाहिनी नली बन्द भएमा टेष्टट्यूब बेबी मात्र एक विकल्प हो । अहिलेसम्मको आईभिएफ गरेको नतिजा विश्लेषण गर्दा सबैभन्दा धेरै पाठेघरको डिम्बबाहिनी नली बन्द भएका महिलाहरु छन् । सरकारी तहबाट निःसन्तान उपचारको विकासका लागि सहयोग र सहजीकरण भएमा धेरै निःसन्तानलाई सन्तान सुख दिन सकिन्छ। हामीजस्ता सबै विशेषज्ञहरुलाई अघि बढ्न अझ हौसला मिल्ने देखिन्छ।'–डा.सानुमैया श्रेष्ठ भन्नुहुन्छ।

पहिला सन्तान नहुनुको कारण पत्ता लगाउनुपर्छ। त्यसपछि गर्भाधारणका लागि साधारण तरिकाबाट उपचार शुरु गर्नुपर्छ।

oooo

Australia Awards Scholarship (AUS AID) छात्राबृत्तिमा अस्ट्रेलियाको न्यू साउथ वोल्स विश्वविद्यालयमा स्त्री तथा प्रशुतिमा मास्टर्स डिग्री सकेर सिड्नीस्थित रोयल हस्पिटल फर ओमेनमा इनभिट्रो फर्टिलाईजेसन (आईभीएफ) सम्बन्धि तालिम लिँदा वरिष्ठ टेष्टट्युब बेवी विशेषज्ञ डा. सानुमैया श्रेष्ठ (प्रधान) लाई निःसन्तान नेपाली दम्पत्तिलाई सन्तान सुख दिने ठूलो चाहना थियो । नेपाल फर्किएपछि डा. श्रेष्ठले प्रशुति गृहको एकेडेमिक रजिष्टार हुँदै ओम हस्पिटलको ओम आईभिएफ सेन्टरसम्म काम गर्नुभएको थियो । पछि ग्वार्कोस्थित ग्लोवल हस्पिटलमा रहेको आईभिएफ नेपालबाट पनि धेरैलाई सन्तान सुख दिन सफल हुनुभयो। हाल आफ्नै क्रियटर्स आईभिएफ नेपाल प्रा.लि. स्थापना गरी सो संस्थाको सञ्चालकसमेत रहेकी वरिष्ठ प्रजनन् विशेषज्ञ डा. श्रेष्ठको भनाइ आफ्नै शव्दमा.... ।

दक्षता

निःसन्तान दम्पत्तिको उपचार गर्ने विज्ञ चिकित्सक सिपालु र दक्ष हुनुपर्छ । उनीहरुसँग महिला प्रजनन् प्रणालीसम्बन्धि सम्पूर्ण आधारभुत ज्ञान हुन जरुरी हुन्छ। महिलाको सेक्सुअल लाइफलगायतका सामान्य कुराकोसमेत ख्याल गर्नुपर्छ। निःसन्तान दम्पत्तिहरुलाई सामान्य जाँच नगरी आइभिएफतर्फ जाने सल्लाह दिन हुँदैन। कतिपयले सामान्य उपचार गरेमा सन्तान हुने अवस्थाका दम्पत्तिहरुलाई आईभिएफ गराइरहेका छन । कतिपय अस्पताल

डा.सानुमैया श्रेष्ठ (प्रधान)
वरिष्ठ प्रजनन एवं आईभिएफ विशेषज्ञ
क्रियटर्स आईभिएफ नेपाल प्रा.लि.

क्लिनिकहरुले इफर्टिलिटीको उपचार र डायग्नोसिसमको नाममा अनावश्यक प्रयोगशाला परीक्षणमा खर्च गराइरहेका हुन्छन्। बिना दक्ष जनशक्ति आइभिएफ उपचार सफल हुनसक्दैन। आइभिएफ उपचार क्षेत्रमा लागेका डाक्टरहरु एसिस्टेट रिप्रोडक्टिभ टेक्नोलोजी (ART) बारे अपडेट भइरहनुपर्छ। वास्तवमा आइभिएफ उपचार विधि कला (ART) हो। सिमित स्रोत साधनबाट राम्रो परिणाम देखाउन सक्नु एउटा दक्ष डाक्टरमा हुनुपर्ने गुण हो । त्यसर्थ निःसन्तानसम्बन्धि जनचेतनामुलक कार्यक्रमको पनि उत्तिकै जरुरत छ।

पहिला सन्तान नहुनुको कारण पत्ता लगाउनुपर्छ। त्यसपछि गर्भाधारणका लागि साधारण तरिकाबाट उपचार शुरु गर्नुपर्छ। नेपालमा पति पत्नीको सबै ठीक भएर पनि सन्तान नहुने समस्या धेरै छ। यस किसिमको समस्या लिएर मेरो क्लिनिक आउने दम्पत्तिको संख्या करिब ४० प्रतिशत छ। शुक्रकिट शुन्य हुने पुरुषहरुको संख्या करिब २५–३० प्रतिशतको हाराहारीमा छ। महिलाको पाठेघरको दुवै नली बन्द हुने संख्या पनि धेरै छ। यसका लागि आईभिएफको विकल्प छैन। योनीको सरसफाइमा ध्यान नदिँदा हुने संक्रमण, पटपटक गर्भपतन गराउँदा हुनसक्ने इन्फेक्सन,

पाठेघरको ट्यूमर निकाल्दा हुनसक्ने संक्रमण, पेल्भिक संक्रमण, इन्ड्रोमेट्रियोसिस, क्षयरोगलगायतका कारण पाठेघरको दुवै नली बन्द हुँदा यस किसिमको समस्या देखिनसक्छ । यद्यपी मेरो अनुभवमा पाठेघरको दुवै नली बन्द भएर आईभिएफ गराउनुपर्ने महिलाहरुको संख्या धेरै छ।

पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोम (पिसिओएस) का कारण २–३ महिनामा महिनावारी हुने कतिपय महिलाको ओभुलेसन कहिले हुन्छ भन्ने थाहा नै हुँदैन। कसैकसैको महिनावारी भएको २६ औं दिनमा बल्ल अण्डा बनेको हुन्छ। यो समयमा यौन सम्बन्ध राख्न सल्लाह दिँदा गर्भवती भएका धेरै उदाहरण छन् । पतिको शुक्रक्रिट राम्रो भएको अवस्थामा पत्नीको ओभुलेसन ढिला भएर केही हुँदैन। हामीले ट्र्याक गरेर यौन सम्बन्धमा बस्न सल्लाह दिने गर्दछौं । यसरी निःसन्तानको उपचारलाई सिम्प्लिफाइड तरिकाले लैजानुपर्छ । ठूलो इन्भेष्टिगेसन गर्नपूर्व अवस्था सामान्य भएमा पत्नीको ओभुलेसन भएको समय मिलाएर यौन सम्बन्ध राखेमा गर्भ बस्नसक्छ। निःसन्तानको उपचारका हरेक खुड्किलो चढ्दै जाँदा सन्तान सुख अवश्य प्राप्त हुन्छ।

तालमेल मिलाउनुपर्ने आवश्यकता

महिलाहरुमा ओभुलेसनको समय र यौन सम्बन्धको समय नमिल्दा गर्भ रहेको हुँदैन। यस्तो अवस्थाका महिलाहरुको अण्डा बनेको समय हेरेर अण्डा झर्ने औषधि दिनुपर्छ। यसलाई ट्रिगर इन्जेक्सन भनिन्छ। ओभुलेसन गराउने इन्जेक्सन दिएर दुई दिन सँगै बसेर इन्टरकोर्ष गर्ने सल्लाह दिएका करिब १२ प्रतिशत महिला गर्भवती हुने गरेका छन् । नियमित महिनावारी हुने महिलाहरुको फर्टायल टाइम व्यक्ति अनुसार कसैको १०, कसैको १२ र कसैको १४ दिन, कसैको २० दिनसम्म पनि हुनसक्छ।

पोलिस्टिक ओभरियन डिजिजमा यदि पुरुषको शुक्रक्रिटको अवस्था ठीक छ भने औषधिको माध्यमबाट महिलाको अण्डा विकास गरेर टाइमृड इन्टरकोर्ष गर्ने सल्लाह दिएका धेरै महिला गर्भवती भएको मेरो अनुभव छ।

करिब ६० प्रतिशतलाई आई.यु.आई. को सल्लाह दिइन्छ। उनीहरुमा आई.यु.आई. गर्दा प्रिग्नेन्सी (गर्भाधारण) दर १२ देखि २० प्रतिशत सम्म हुने गरेको छ। पुरुषको शुक्रक्रिटको क्वालिटी (गुणस्तर) र संख्या कम भएका व्यक्तिलाई आई.यु.आई. गरिन्छ। प्रति मिलिलिटर (एमएल) वीर्यमा शुक्रक्रिटको संख्या १५ सय मिलियन भन्दा बढी हुनुपर्छ। चल्ने शुक्रकिटको संख्या ५० प्रतिशत भन्दा कम भएमा पनि गर्भ बस्न सक्दैन। यस्तो अवस्थामा पुरुषको शुक्रक्रिटलाई सफा गरेर गुणस्तरीय बनाएर महिलाको पाठेघरमा राख्नुपर्छ। यो प्रविधिलाई आईयुआई भनिन्छ। आईयुआई ३–६ साइकलसम्म गरिन्छ । त्यो बेलासम्म प्रिग्नेन्सी हुन नसकेमा आईभिएफ गर्ने सल्लाह दिइन्छ।

इम्ब्रियोलोजिष्टको मुख्य भूमिका

आई.भि.एफ.गर्दा एन्ड्रोलोजी ल्याबमा पुरुषको शुक्रक्रिट प्रोसेस गरेर तयार पारिन्छ र इम्ब्रियोलोजी ल्याबमा पुरुषको प्रोसेस्ड शुक्रक्रिट र महिलाको अण्डा मिलाएर इम्ब्रियो बनाइन्छ। ४८ घण्टामा फोर सेल स्टेजको इम्ब्रियो भएपछि पाठेघरमा राख्ने काम गरिन्छ। यसरी आई.भि.एफ गरेको १५ दिनमा परीक्षण गर्दा गर्भ रहेनरहेको पत्ता लाग्छ। पत्नीको अण्डा र पतिको शुक्रक्रिट ल्याबभित्र एउटा ग्लासमा मिलाएर बनेको भ्रूण महिलाको पाठेघरमा राख्ने प्रविधि आईभिएफ हो। त्यसैले महिलाहरुको उमेर बढ्दै जाँदा अण्डाको भण्डार कम हुँदै जाने भएकाले ढिलो बच्चा जन्माउनेहरुले एकपटक सम्बन्धित चिकित्सकसँग सल्लाह लिन जरुरी हुन्छ।

मेरो अनुभवमा पाठेघरको दुवै नली बन्द भएर आईभिएफ गराउनुपर्ने महिलाहरुको संख्या धेरै छ।

आइभिएफको सफलता र खर्च

आइभिएफ उपचार शत्प्रतिसशत सफल हुने उपचार विधि होइन । यसको गर्भाधान सफलदर ४८ देखि ५२ प्रतिशतसम्म हुन्छ । त्यसमध्ये पनि कतिपयको विविध कारणले बच्चा खेर जानसक्छ । यसरी हेर्दा हाम्रो केन्द्रबाट हातमा बच्चा लिएर जाने दर करिब ३३ प्रतिशत रहेको छ। यो आईभिएफ उपचार सर्वसाधारणका लागि खर्चको दृष्टिले त्यति सस्तो छैन। एकपटक आइभिएफ गर्दा १ लाख ५० हजार रुपियाँ देखि ३ लाख ५० हजार रुपियाँ सम्म खर्च हुनसक्छ।

निःसन्तान र काउन्सिलिङ

सन्तान सुखको चाहना बोकेका दम्पत्तिहरुको शुरुदेखिको सम्पूर्ण हिस्ट्री बुझ्नुपर्छ। बिहे भएको कति समय भयो ? कहिले देखि बच्चाको कोसिस गर्दैहुनुहुन्छ ? पतिपत्नी बीच सम्बन्ध कस्तो छ ? लगायतका प्रश्नदेखि उनीहरुलाई धैर्य राख्न अनुरोध गरेर उपचार शुरु गर्नुपर्छ । निःसन्तान आफैं रोग होइन तर यो मनोसामाजिक रोग भने पक्कै हो।

गर्भपतन र निःसन्तानको सम्बन्ध

पटकपटक असुरक्षित गर्भपतन गराउनेहरुमा बाँझोपनको समस्या देखिनसक्छ। असुरक्षित गर्भपतनले पाठेघरमा संक्रमण भई ट्युव ब्लक हुनसक्छ र निःसन्तानको समस्या निम्त्याउनसक्छ । यस्तो अवस्थामा सिधै आइभिएफ गर्नुपर्ने पनि हुन्छ।

मेडिकल अफिसर देखि वरिष्ठ प्रजनन् विशेषज्ञसम्म

डा. सविना श्रेष्ठ (प्रधान)
वरिष्ठ प्रजनन एवं आईभिएफ विशेषज्ञ
काठमाडौं फर्टिलिटि सेन्टर

अर्को बिहे गर्दैमा बच्चा हुन्छ भन्ने हुँदैन । यसरी महिलालाई तनाव दिँदा बच्चा हुने सम्भावना झन् कम भएर जान्छ ।

००००

वरिष्ठ प्रजनन् एवं आईभिएफ स्पेशलिष्ट डा. सविना श्रेष्ठ प्रधान १९ वर्षदेखि प्रजनन एवं आईभिएफको क्षेत्रमा निरन्तर सेवारत हुनुहुन्छ । सन् २००३ मा रजिस्ट्रारको रुपमा चावहिलस्थित ओम अस्पतालबाट उहाँको प्रजनन विधामा करियर शुरु भएको हो । झण्डै १८ वर्ष अघि संरचना बनेपनि अस्पतालमा आईभिएफ सेवा सञ्चालनमा आएको थिएन । बरिष्ठ स्त्री रोग विशेषज्ञ डा. भोला रिजालको टेष्ट ट्यूव वेवी सेन्टर बनाउने ठूलो सपना थियो । तर त्यतिबेला डा. सबिनालाई प्रजनन क्षेत्र भन्दा स्त्री क्यान्सरतिर बढी रुचि थियो । त्यसैले डा. रिजालसँग काम गर्ने योजना एवं मनसाय थिएन । तर संयोग, डा. सबिना र डा. रिजालबीच सहकार्य हुन पुग्यो । निसन्तान दम्पत्तिको समस्याले मन छोयो । त्यसपछि उहाँको करियर मोडियो । निःसन्तानको क्षेत्रमा सेवा दिने अठोट बढ्यो । डा. रिजाल व्यस्त हुने भएकाले डा. सबिनाले टेस्टट्युव सम्बन्धि सबै जिम्मेवारी काँधमा आइपुग्यो । भारतीय चिकित्सकसँग परामर्श गर्ने, इन्टरनेटबाट पनि निसन्तानको समस्याबारे विभिन्न अध्ययन अनुसन्धान गर्न थाल्नु भयो । सन् २००४ को जुलाइमा उहाँमा सफलता सहित उत्साह जाग्यो । यस बेला अस्पतालमा आइभिएफ प्रविधिबाट सफल टेष्टट्युब बेबीको जन्म भयो । ती पहिलो टेष्टट्युब बेबीको नाम ओममणि तमाङ हो । हाल उनी १७ वर्षका लक्का जवान भइसकेका छन् । बिगतदेखि बिस्तारै आफूलाई अपडेट गर्दै कुशल टिममा बसेर डा. सबिनाले सामान्यदेखि आईयुआई र आईभिएफसम्म गरी धेरैलाई सन्तान सुख दिन सफल हुनुभएको छ । उहाँ नेपालको पहिलो इम्ब्रियोलोजिष्ट पनि हो । यसै सन्दर्भमा निःसन्तान उपचारसम्बन्धि जानकारी उहाँको आफ्नै शव्दमा..

००००

स्मरणीय घटना

एकजना दम्पत्तिको पटक पटक कोशिस गर्दा पनि गर्भ बसेन । बच्चा नबसेपछि परिवारले अन्तिम पटक टेस्ट्युब गरिदिने निर्णय गरेका रहेछन् । परिवारका सदस्यले टेस्ट्युब सफल भएपनि नभएपनि डिभोर्स पेपरमा साइन गर्न महिलालाइ दवाव दिएका रहेछन् । केटापक्षको परिवारले बिहे गर्न अर्की केटी खोजेर ठिक पारिसकेको रहेछ । यस्तो अवस्थामा ती महिलालाइ कति तनाव भएको होला भन्ने कल्पना पनि गर्न सकिनँ । उनको श्रीमान र सासुलाई सँगै राखेर परामर्श दिएको थिएँ । यद्यपी अर्को बिहे गर्दैमा बच्चा हुन्छ भन्ने हुँदैन । यसरी महिलालाई तनाव दिँदा बच्चा हुने सम्भावना झन् कम भएर जान्छ ।

निःसन्तान उपचार कथा

निःसन्तानका हातको पानी चल्दैन वा उनीहरूबाट पितृहरू पनि विमुख हुन्छन् भन्ने अन्धविश्वासी परम्परा हाम्रो समाजमा यदाकदा

विद्यमान छ। यद्यपि त्यो पूर्णतः गलत कुरा हो। निःसन्तान हुनुको विभिन्न कारण छ। यसको निर्क्योल गर्नु जरुरी हुन्छ। छोराछोरी नभए पनि मानिसले सुखमय जीवन बिताउन सक्छन्।

कतिपय अवस्थामा महिनावारी भएको समय र सहवासको समय नमिलेका कारण पनि सन्तान नहुन सक्छ। युवाहरू विवाह गर्नासाथ रोजगारीका लागि विदेशिएका हुन्छन्। विदेशमा उच्च तापक्रममा काम गर्नेहरुको शुक्रकीट उत्पादनमा ५० प्रतिशतसम्म कमी हुनसक्छ। उच्च तापक्रमका कारण दुई महिनाको बिदामा आएको समयमा घरपरिवारबाट बच्चा पाउने दबाब हुन्छ। छोटो समयमै सन्तानको इच्छाका कारण तनावमा परेर उनीहरूले सन्तान जन्माउन सकेका हुँदैनन्। शुक्रकिट सामान्य अवस्थामा आउन कम्तिमा पनि ३–४ महिना लाग्छ। श्रीमान् श्रीमती दुवैमा कुनै खरावी नभए पनि तनावका कारण समस्या उत्पन्न हुन्छ। कतिपयले उपचारका क्रममा भन्ने गरेको पाइन्छ-'विवाह गरेको ४-५ वर्ष भयो, सन्तान भएको छैन।'

मुलुकमा उपचारका विश्वस्तरीय प्रविधिहरु भित्रिएको छ। जसका कारण निःसन्तान उपचारले सफलता प्राप्त गरिरहेको छ। चिकित्सा विधामा हरेक पटक नयाँ जानकारी आइरहेको हुन्छ। त्यसैले आफूलाई नियमित अपडेट गराइरहनुपर्छ। शुरुका दिनहरुमा त आइभिएफ फेलियर हुँदा निःसन्तान दम्पत्तिसँग धेरैपटक रोएकी छु। सफलता प्राप्त गर्न थप अनुसन्धानहरु गर्दै जानुपर्छ।

कामको तनाव, अस्वस्थ्यकर खानपान, हर्मोनल परिवर्तन, मोटोपना, ढिला विवाह, करियरको चक्करमा ढिला सन्तान जन्माउने आदि कारणले शुक्रकिट र अण्डाको उत्पादनमा कमी आइरहेको छ। संसारभर नै शुक्रकिट काउन्टको मोर्टीलिटी घट्दै गइरहेको छ। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लुएचओ) ले २० मिलियन भन्दा कम शुक्रकिट भएको पुरुषमा निःसन्तानको समस्या हुने बताएको छ। नेपालमा अहिले पनि श्रीमानमा समस्या देखिएमा उपचार गराउने प्रचलन छैन। महिलालाई नै धेरै दोष दिने संस्कार छ। क्षयरोगले पाठेघर र फालोपियन ट्युवलाई सबैभन्दा बढी हानी पुर्‍याउँछ र महिलामा बाँझोपनको समस्या निम्त्याउनसक्छ। संसारमा टेष्ट ट्युवको आविष्कार पनि ट्युव ब्लककै कारण भएको हो। हामीले सही व्यक्तिलाई सही सल्लाह र परामर्श दिनुपर्छ। सन्तान नभएमा तनाव दिने पनि महिला नै धेरै हुन्छन्। आफ्नो छोराको प्रजनन् क्षमतामा कमी भएको बुझ्दैनन्।

कुन विधि प्रभावकारी हुन्छ ?

आइभिएफ विधि २० प्रतिशतलाई मात्र आवश्यक पर्छ। ८० प्रतिशत महिला अन्य उपचार विधिबाट गर्भवती भएका हुन्छन्। फालोपियन ट्युवमा जमेको सामान्य फोहोर सफा गरेकै महिना कतिपय महिला गर्भवती हुन्छन्। कतिपयलाई अण्डा निस्कने औषधि प्रयोग गर्नुपर्छ। कतिपय पुरुषलाई एन्टिअक्सिडेन्ट र भिटामिन दिएर पनि शुक्रकिटको गुणस्तर बढाउनुपर्ने हुनसक्छ। कतिपय व्यक्तिलाई सामान्य परामर्श दिएर यौनसम्बन्धको तालमेल मिलाउने सल्लाह दिँदा पनि गर्भ बसेको हुन्छ। महिलामा महिनावारी भएको १३ देखि १४ दिनमा अण्डा निष्कासन हुन्छ। यो बेलामा यौन सम्बन्ध राख्ने सल्लाह दिँदा पनि गर्भ रहने सम्भावना रहन्छ।

तनाव र गर्भाधानको सम्बन्ध

तनावले शुक्रकिट भित्रका क्रोमोजोम, डिएनएहरु फ्रयाग्मेन्टेड (टुक्रिएको) हुन्छन्। यसरी टुक्रिएका डिएनए अण्डा भित्र प्रवेश गर्दा राम्रोसँग फर्टिलाइजेसन हुनसक्दैन। एबनर्मल एम्ब्रियोज (असाधारण भ्रुण) का कारण बच्चा बसिसकेपछि पनि खेर जाने डर हुन्छ। तनावले अण्डा र शुक्रकिट दुवैलाई असर गर्छ।

उमेर र निःसन्तानमा सम्बन्ध

किशोरीहरुमा महिनावारी सुरु भएदेखि अण्डा निष्कासन शुरु हुन थाल्छ। निश्चित उमेर पुगिसकेपछि अण्डाको मात्रा घट्दै जान्छ। वातावरण, खाना, तनाव आदिले डिम्बको गुणस्तरमा कमी ल्याउँछ। उमेरले पुरुषको तुलनामा महिलाको प्रजनन क्षमता धेरै घट्दै जान्छ। पुरुषहरुमा ४० देखि ५० वर्षको उमेरसम्म पनि फर्टिलाइजेसनको सम्भाव्यता हुन्छ। शुक्रकिटको मात्रा घटेपनि महिलाको जति प्रभावित हुँदैन। महिलाहरु ३५ वर्ष नाघेपछि टेष्ट्युव वेवीको सफलदर पनि पचास प्रतिशतले घट्छ।

असुरक्षित गर्भपतन र निःसन्तान

हाइजिन मेन्टेन नभएको ठाउँमा असुरक्षित गर्भपतन गराउँदा संक्रमणका कारण फालोपियन ट्युब बन्द हुने सम्भावना रहन्छ। गर्भपतन गराउन राज्यले मान्यता दिइसकेको अवस्थामा सुरक्षित गर्भपतन गराएका कारण विगतको तुलनामा महिलामा असर कम हुने गरेको छ।

सफलदर

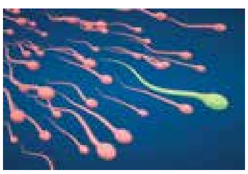
पहिलाको तुलना अहिले सफल दर राम्रो पाइएको छ। यो अत्याधुनिक उपकरण, राम्रो उपचार विधि, दक्ष चिकित्सकको उपज हो। हाम्रो केन्द्रमा सफलदर ५० प्रतिशतसम्म छ।

(डा. श्रेष्ठ काठमाडौं इन्फर्टिलिटी सेन्टर र ओम आईभिएफ सेन्टरमा कार्यरत हुनुहुन्छ।)

कामको तनाव, अस्वस्थ्यकर खानपान, हर्मोनल परिवर्तन, मोटोपना, ढिला विवाह, करियरको चक्करमा ढिला सन्तान जन्माउने आदि कारणले शुक्रकिट र अण्डाको उत्पादनमा कमी आइरहेको छ।

सन्तान सुख जतिको खुशी अरुले दिन सक्दैन

डा. सबिना सिंखडा
कन्सल्ट्यान्ट आईभिएफ स्पेशलिष्ट
वरदान इन्फर्टीलिटी सेन्टर



मैले धेरै निःसन्तान दम्पत्तिहरुको उपचार गर्ने मौका पाएँ । सँगसँगै मार्गदर्शनअनुसार अघि बढ्ने अवसर प्राप्त गरेँ । यसले सफल करियरमा धेरै मद्धत गर्‍यो ।

००००

मायालु स्वभाव, हरेक बिरामीलाई आफ्नै मान्छेजस्तो व्यवहार गर्ने । उहाँमा भेदभाव नगर्ने र सम्पूर्ण निःसन्तान दम्पत्तिहरुको दुःख, पीर, मर्का बुझ्ने स्वभाव छ । यो पेशा धेरै इमोसनसँग सम्बन्धित छ । निःसन्तान दम्पत्तिहरुलाई आफ्नो परिवारको सदस्यजस्तै मानेर उपचार गर्ने र थप निःसन्तानको खुशी बोकेर अघि बढ्दै गरेकी युवापुस्ताकी चिकित्सकका रुपमा चिनिन्छ डा. सबिना सिंखडालाई । नेपालगञ्ज मेडिकल कलेजबाट स्त्री तथा प्रशुति विधामा एमडी गरेपछि डा. सबिनाले ६ महिनाजति लेक्चररको रुपमा काम गर्नुभयो । त्यसपछि २०७१ सालतिर राजधानी सिफ्ट हुनुभयो र फर्टीलिटी स्पेशलिष्टको रुपमा ६ महिनाजति भेनस आईभिएफ सेन्टरमा काम गर्नुभयो । त्यसपछि सिनियर फर्टीलिटी स्पेशलिष्टको रुपमा वात्सल्यमा करिब साँडे ३ वर्षजति सेवा दिनुभयो । अरुको मातहतमा काम गर्दा कति कुरा आफूले भनेअनुरुप गर्न नपाइने, अरुको अनुमति लिनुपर्नेलगायतका समस्या हुनथालेपछि वरदान इन्फर्टीलिटी सेन्टर सञ्चालनमा ल्याउन सफल भएको बताउनुहुन्छ डा. सबिना । जनस्वास्थ्य सरोकारको यस अंकमा हामीले डा. सबिनालाई कभर पेजमा प्रस्तुत गरेका छौं । निः सन्तान उपचारको करियरबारे डा. सबिनासँग गरिएको भलाकुसारी ।

००००

निःसन्तान उपचारलाई नै किन छनौट गर्नुभयो ?

धेरै निःसन्तान दम्पत्तिहरुको रोदनलाई नजिकबाट नियाल्ने मौका पाएँ । यसले 'केही गरौं' भन्ने उत्साह जगायो र निःसन्तानहरुलाई सन्तान सुख दिने अभियानतर्फ समर्पित भएँ । हामीले चिकित्सा विज्ञान अध्ययन गरेको पनि सेवाकै लागि त हो । हामीजस्ता महिलाहरुका लागि परिवारको साथ र सहयोगको भूमिका पनि महत्वपूर्ण हुन्छ । घर परिवारको सपोर्ट नहुँदा करियरमा पछि धकेलिएका धेरै उदाहरण देख्न पाइन्छ । तर मलाई त्यस्तो भएन । श्रीमान् सकारात्मक सोच बोकेको अर्थोपेडिक सर्जन भएकाले करियरमा सफल छु । श्रीमान्को हौसलाका कारण सेवामा निरन्तर अगाडि बढ्न हिम्मत राखेँ । नत्र सबै नेपाली चेलीहरुको समस्या एउटै त हो नि । फर्टीलिटीमा करियर शुरु गर्दा टप १० भित्र थिएँ । अहिले पनि छु ।

सफलताको कडी केलाई ठान्नुहुन्छ ?

निःसन्तान दम्पत्तिहरुलाई जति नै सान्त्वना दिएपनि अन्ततः परिणाम महत्वपूर्ण हुन्छ । सम्बन्धित विधामा आफू निपूर्ण हुनुपर्छ । अन्यथा अगाडि बढ्न सक्ने अवस्था रहँदैन । इन्डियाका टिमसँग धेरै काम गर्ने र सिक्ने मौका पाएँ । जति धेरै बिरामीसँग एक्सपोजर भयो त्यति नै कौशल विकास हुँदै जाने कुरा हो । मैले धेरै निःसन्तान दम्पत्तिहरुको उपचार गर्ने मौका पाएँ । सँगसँगै

मार्गदर्शनअनुसार अघि बढ्ने अवसर प्राप्त गरेँ । यसले सफल करियरमा धेरै मद्धत गर्‍यो ।

कतिलाई सन्तान सुख दिन सफल हुनुभयो ?

गन्ति नै छैन । वरदानमा रेकर्ड राख्न थालेको छु । प्रति महिना १५ जनाको दरले ५ सय भन्दा बढीको आईभिएफमा सफलता प्राप्त गरिसकेको छु । वरदानमा मात्र ७० जनाको सफल आईभिएफ भइसकेको छ ।

सन्तान नहुँदाको पीडा कसरी सुनाउँछन् दम्पत्तिहरुले ?

सन्तान नहुँदा महिलाहरु आफैंबाट अपहेलित र हिनताबोध भएको पाएकी छु । अधिकांश महिलाहरुले आत्तिएको, घवराट, राति निद्रा नलाग्ने, श्रीमानसँग बोल्न मन नलाग्ने, झगडा मात्र गर्न मन लाग्ने समस्या सुनाउने गर्छन् । एकथरी महिला श्रीमानबाट अपहेलित छन् । सन्तान नभएमा श्रीमान्ले छोड्ने कारण जसरी पनि बच्चा चाहिएको कतिपयको गुनासो हुन्छ । सम्झेर महिलाहरु धुरुधुरु रुन्छन् । यस्ता महिलाका श्रीमान्हरुलाई ल्याएर शुक्रकिट संकलन गर्न धेरै गाह्रो हुन्छ । उनीहरु एकपटक आएपछि आउँदैनन् । एकपटक आउँदा झिकेको शुक्रकिट फ्रिजिङ गरेर राख्ने गरिन्छ र सफल नभएसम्म पटक पटक आईभिएफ गरिन्छ । अर्काथरी महिला सन्तान नहुँदा सासु ससुराबाट अपहेलित भएका छन् । उनीहरुलाई मानसिक यातना दिने गरेको पाइएको छ । कतिपय निःसन्तान दम्पत्तिले त दशैं नै नआओस् भन्ने गरेका छन् । आफन्तसँग टिका थाप्दा सन्तान होस् भन्नेबाहेक अन्य आशिर्वाद नै नहुने सुनाउँछन् । अरुको लागि दशैं तर हाम्रो लागि दशा भन्छन् । दशैं भनेसी रुन्छन् ।

अधिकांश निःसन्तान दम्पत्तिहरुमा बच्चा नहुनुको मुख्य कारण के पाउनुभयो ?

महिला र पुरुष दुवै जिम्मेवार छन् । महिलालाई जति दोष दिएपनि पुरुषले आफ्नो कमजोरीका कारण सन्तान भएको स्वीकार गर्न नै चाहँदैनन् । पुरुषको शुक्रकिटको कमीका कारण अधिकांश सन्तान नहुने समस्या छ । सन्तान नहुनमा मुख्य कारण ढिलो बिवाह नै हो । राजधानीका नेवार समुदायमा ढिलो बिवाह हुने प्रचलन धेरै देखेँ । उनीहरु ३५ देखि ४० वर्ष पुगेपछि मात्र सन्तानको योजना बनाउने गरेको पाएको छु । पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोमका कारण पनि धेरैको सन्तान भएको छैन । मेरो ओपिडीमा ४ जना निःसन्तान महिलामा २ जना त पोलिसिस्टिक ओभरियन सिन्ड्रोमको समस्या भएको पाएकी छु । यस्ता युवती धेरै छन् । उनीहरुलाई उपचार गर्न निकै गाह्रो हुन्छ । इन्फेक्सनका कारण कतिपय महिलाहरुको नली बन्द भएका कारण सन्तान नभएको पाएकी छु ।

यहाँको खुशीको क्षण कहिले हुन्छ ?

सामान्य तरिकाबाट महिला गर्भाधारण हुँदा जति खुशी लाग्छ त्यति नै आईभिएफ गरेर सफल परिणाम प्राप्त गर्दा परीक्षामा उत्कृष्ट अंक ल्याएर आफू पास भएको जस्तो खुशी लाग्छ । सफलता प्राप्त गरेको दिन क्लिनिकमै खुशीले चिच्याउँछौं ।

यहाँलाई कुन बेला दुःख लाग्छ ?

निकै प्रयास गर्दा पनि गर्भ नबस्दाको समयमा दुःख लाग्छ । आईभिएफ पनि शत्प्रतिशत उपचार होइन । यसमा सावधानी, इमान्दारिता, निपूर्णता र नियमित फलोअपमा रहेमा सफल दर ८० देखि ९० प्रतिशतसम्म रहन्छ । तर कहिलेकाँही सफलता दिन नसक्दा सारै पीडा हुन्छ ।

आईभिएफ गरेर सफल परिणाम प्राप्त गर्दा परीक्षामा उत्कृष्ट अंक ल्याएर आफू पास भएको जस्तो खुशी लाग्छ ।

ग्रामीण क्षेत्रसम्म नि:सन्तान उपचारको पहुँच पुऱ्याउन के गर्नुपर्ला ?

नि:सन्तान उपचारमा फलोअपको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । प्राकृतिक रुपमा गर्भाधारण गरेका महिलाहरु पनि हरेक दिन म कहाँ आउने गरेका हुन्छन् । ८–९ वर्षसम्म सन्तान नभएका दम्पत्ति पनि उपचार पद्धतिमा जानेबित्तिकै गर्भाधारण गर्न सफल हुन्छन् । गाउँमा क्षमता अभिवृद्धि तालिम दिएर दक्ष जनशक्तिको विकास गर्न सकेमा स्थानीय तहमा धेरैले सुविधा प्राप्त गर्न सक्छन् । सामान्य तरिका, आईयुआईमा गर्दा पनि नभएमा टेष्ट ट्यूव बेबीमा जानुपर्छ भन्ने जनचेतना जगाउन सकेमा धेरैलाई फाइदा पुग्छ । मेरो अनुभवमा बच्चा नभएमा प्रशुति तथा स्त्री रोग विशेषज्ञकहाँ जाने, उनीहरुले अण्डाको काउन्टिङ नै नहेरिदिने गरेको पाएको छु । प्रायः स्वास्नी मान्छेको अण्डा त उमेर अनुसार कम हुँदै जान्छ । एउटा बच्चा भएको महिलालाई फेरि हुने आश्वास दिएर रोकिरहने प्रचलन पनि राम्रो होइन । पहिलो बच्चा भइसकेका महिलाको पनि ट्युब ब्लक हुन सक्छ । उमेरले अण्डा उत्पादनमा कमी हुनसक्छ । त्यसैले यसतर्फ पनि ध्यान दिएर स्थानीय तहमा परीक्षण र उपचारको सुविधा हुन जरुरी छ ।

ट्यूब ब्लकको पहिचान कसरी गर्ने ?

एक्स–रे ले ७५ प्रतिशत सम्म ट्युब ब्लक भएको देखाउँछ । २५ प्रतिशत ल्याप्रोस्कोपिक गर्न सकिन्छ । आजकल ट्युब खोल्न शल्यक्रिया गर्नुपर्दैन । संसारमा यति धेरै अनुसन्धान भइसकेका छन् कि अब आईभिएफ आइसकेपछि 'डन्ट टच ट्युब्ज' । ट्युबको शल्यक्रिया गरेपछि डिम्बमा गएर बच्चा बसिदिने समस्या हामीले देखेका छौं । यसरी डिम्बमा बच्चा बसेको २४ घण्टाभित्र शल्यक्रिया नगरेमा व्यक्ति मर्नसक्छ । हामीले अनुसन्धानलाई आधार बनाएर उपचार गर्नुपर्छ ।

उपचारमा चाहर्ने प्रचलन प्रति के भन्नुहुन्छ ?

यो परामर्शको अभाव नै हो । डाक्टर इमान्दार र डाक्टरप्रति बिरामीको विश्वास भएमा राम्रो परिणाम आउँछ । विश्वास, फलोअप, परामर्श, बिरामीलाई स्थिर गराउनसक्ने क्षमता चिकित्सकमा पनि हुनुपर्छ ।

नि:सन्तान उपचारका कानुनी अड्चनहरु बारे बताइदिनुस् न ?

नि:सन्तान उपचार गर्ने कतिपय हस्पिटल र क्लिनिकहरुलाई रजिष्ट्रेसन नै दिइरहेको छैन । नेपालमा रजिष्ट्रेसनको मापदण्ड छैन । यसमा धेरै कानुनी मुद्धाहरु छन् । हामीले अन्तर्राष्ट्रियस्तरको सुपरस्पेशालिटी सेवा दिन सफल भएका छौं । आईभिएफमा टिमवर्क आवश्यक पर्छ । यसमा डाक्टर, इम्ब्रियोलोजिष्ट, उचित परामर्शदाताको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । कम्पनिमा दर्ता भएपछि कुनै एक निकायमा रजिष्ट्रेसन गर्ने प्रावधान हुनुपर्छ । आईभिएफ गर्न थुप्रै अड्चन छन् । शुक्रक्रिट नभएको पुरुषले बाबु बन्न नपाउने ? डोनरबाट बाबु बन्न पाउने कि नपाउने ? कुनै पनि महिलाको अण्डा काम नलाग्ने अवस्थामा डोनरको अण्डा लिन पाउने कि नपाउने ? यस्ता कुराहरुको सम्बोधन हुन जरुरी छ । अहिले सर्वोच्च अदालतले सरोगेसी रोकेको भएपनि परिवारका आवश्यक व्यक्तिहरुबीच हुने प्रावधान ल्याउनुपर्छ । देशका ठूला व्यक्तिहरुले जसरी पनि सरोगेसी गराउने गरेको पाइन्छ । खाँचो परेका मानिस जोसँग पैसा छैन उसले चाँही सरोगेसी गराउन नपाउने ? कुनै पनि छोरीको बच्चा आमाले बोकिदिन्छु भन्दा नपाउने ? निकै सोच र विचार गरेर यस सम्बन्धित नियम कानुन बनाउन आवश्यक छ । बच्चा नभएमा श्रीमान, परिवार र समाजसँगसमेत सम्बन्ध राम्रो हुँदैन । त्यसैले यस सम्बन्धि मापदण्ड बनाउनुपर्छ ।

> शुक्रक्रिट नभएको पुरुषले बाबु बन्न नपाउने ? डोनरबाट बाबु बन्न पाउने कि नपाउने ? कुनै पनि महिलाको अण्डा काम नलाग्ने अवस्थामा डोनरको अण्डा लिन पाउने कि नपाउने ? यस्ता कुराहरुको सम्बोधन हुन जरुरी छ ।

आईभिएफको खर्च र सफल दर कति छ ?

नेपालमा एकपटक आईभिएफ गर्न सबै खर्च जोडेर लगभग ३ लाख देखि ३ लाख ५० हजारसम्मको हाराहारीमा हुन्छ । तर आईभिएफमा उसको कतिवटा अण्डा आउँछ भन्ने कुरामा भर पर्छ । जति धेरै अण्डा आउँछ त्यति धेरै भ्रूण बन्छ । जस्तोः १२ भ्रूण बनेमा सबै पाठेघरमा हाल्न सकिदैन । नेपालको सन्दर्भमा हाल्ने २ वटा मात्र हो । १० वटा त फ्रिज गरेर राख्न सकिन्छ । पहिलो असफल भएमा दोस्रो पटकमा बनिरहेको भ्रूण हाल्न धेरै खर्च लाग्दैन । सबै बनिसकेको हुनाले दोस्रो पटकमा २५–३० हजार रुपियाँ जति मात्र खर्च हुन्छ । समयमा आईभिएफ गरेमा सफल दर धेरै राम्रो हुन्छ । सबै कुरा राम्रो भएमा ३ पटक आईभिएफ गर्दा ९० प्रतिशत सफल भइसक्छ ।

www.nepalhealthnews.com

National Electro-Tech Pvt. Ltd

New Baneshwor, P.O.Box 9970, Kathmandu, Nepal
Tel:977 1 4496907 Fax:977 1 4490413
E-mail:netpl@etpl.com.np

निःसन्तान पीडा र वर्तमान समस्या

डा. स्वस्ती शर्मा
प्रजनन स्वास्थ्य विशेषज्ञ
होप फर्टिलिटि एण्ड डायग्नोष्टिक प्रा. लि.

वास्तवमा महिलाको उमेर बढी भएपनि श्रीमान् श्रीमतिको सहमतिमा डोनर अण्डा लिएर श्रीमानको शुक्रकिट मिलन गराई भ्रुण बनाउन सकिन्छ। यसबारे बुझ्न जरुरी छ।

००००

डा. स्वस्ती शर्मा निःसन्तानको क्षेत्रमा काम गर्नुभएको करिब ८ वर्ष भएको छ । सन् २०११–१२ तिर नेपालगञ्ज मेडिकल कलेजमा स्त्री तथा प्रसूतिमा एमडी अध्ययनरत छँदा कर्णालीको हुम्ला जुम्लाजस्ता विकट हिमाली जिल्लाबाट दम्पतीहरु निसन्तानको समस्या लिएर उपचार गर्न आउँथे । उनीहरुको पीडा दयनीय थियो । बच्चा नजन्मेपछि सम्पूर्ण दोष महिलालाई थोपरिन्थ्यो । यसमा पुरुष पनि दोषी हुन्छन् भन्ने धेरैलाई चेतना थिएन । सन्तान नभएपछि पुरुषलाई अर्को विवाह गर्न लगाइन्थ्यो । तर उपचार गर्नतिर ध्यान दिइन्थ्यो । यस खालका घटनाले डा.शर्मालाई सोंचमग्न बनायो । उहाँलाई सस्तो र भरपर्दो शुल्कमा गुणस्तरीय सेवा मार्फत निःसन्तान दम्पत्तिको उपचार गरेर खाली काख भर्ने चासो बढ्यो । डा. शर्मा भन्नुहुन्छ– 'त्यसपछि निःसन्तानको खाली काख भर्ने अठोट लिएँ ।' विभिन्न ठाउँमा तालिम र अनुभव बटुलिसकेकी डा. शर्मा निःसन्तान र टेष्ट्यूब बेबी (आईभिएफ) उपचारमा सक्रिय हुनुहुन्छ । निःसन्तान उपचारबारे डा. शर्माले भनेका कुरा उहाँकै शव्दमा जानौं ।

००००

घटना नं १

कतिपय अवस्थामा निःसन्तान दम्पतीलाई चाहेर पनि सन्तानसुख दिन नसकिने रहेछ । एकजना महिलाको पहिले गर्भपतन भएको रहेछ। राम्रो ठाउँमा उपचार गर्न नजाँदा सालनाल अड्किएर पाठेघर पातलो भएको थियो । जति कोसिस गरेपनि पाठेघर बाक्लो बनाउन सकिरहेका छैनौं। हामीले जानेबुझेका सबै उपाय अपनाइसक्यौं । दुइपटक टेस्टट्युव बेबी पनि गरिसक्यौं । तर पाठेघरमा बच्चा ल्याउन सकेनौं। म यसलाई ठूलो असफलता मान्छु। कतिपय मानिस निःसन्तान उपचारबारे जानकार छैनन् । उमेर गइसक्यो, अब उपचार सम्भव छैन भनेर यत्तिकै बस्छन् । उनीहरुलाई टेष्ट ट्यूव वेवीबारे थाहा नै छैन। वास्तवमा महिलाको उमेर बढी भएपनि श्रीमान् श्रीमतिको सहमतिमा डोनर अण्डा लिएर श्रीमानको शुक्रकिट मिलन गराई भ्रुण बनाउन सकिन्छ। यसबारे बुझ्न जरुरी छ।

घटना नं २

केहि वर्षअघि ५० वर्ष कटिसकेका एक दम्पती निःसन्तान उपचारका लागि आउनुभयो । उहाँहरुको १८ वर्षिया छोरा मोटरसाइकल दुर्घटना परेर ज्यान गएको रहेछ । जवान छोरालाई गुमाउनुपर्दाको पीडा उहाँहरुको अनुहारमा प्रष्ट देखिन्थ्यो । बच्चाका लागि केही गर्न सकिन्छ भनेर सल्लाह लिनुआउनुभएको रहेछ। महिलाको उमेर ५० वर्ष कटिसकेको थियो। महिनावारी बन्द थियो। साथै मधुमेह रोगी पनि हुनुहुन्थ्यो। उहाँको श्रीमानले पनि पहिल्यै स्थायी बन्ध्याकरण (भ्यासेक्टोमी) गराउनुभएको रहेछ। यस्तो अवस्थामा दुवैबाट बच्चा सम्भव थिएन। उहाँहरुले भन्नुभयो–'हामी बाँच्न कसैको रगत, मिर्गौला लगायतका अंग प्रत्यारोपणका लागि दान लिन्छौं भने बच्चा पनि बाँच्ने आधार हो।' उहाँहरु आफ्नो जातसँग मिल्ने मेल डोनर र फिमेल डोनर खोजेर एम्ब्रियो (भ्रुण) बनाउन राजी हुनुभयो। अहिले उहाँहरुको दुइ वर्षको बच्चा छ।

वर्तमान अवस्था

परिवारले थाहा पाउने डरका कारण खुलेर भन्न नसक्ने, उपचार गर्न जान सल्लाह दिँदा रिसाउने, उपचारका लागि खुलेर अस्पताल आउन नसक्ने, बच्चा नभएको ४–५ वर्षपछि श्रीमानले अर्को बिवाह गर्ने, राम्रो उपचार गर्ने ठाउँ पहिचान नगर्ने, उपचारका लागि आर्थिक अभाव, विशेषज्ञता हाँसिल गरेका सीमित डाक्टर, विदेशबाट इम्ब्रियोलोजिष्ट ल्याउनुपर्ने बाद्यता आदि रहेका छन् । निःसन्तानका लागि आवश्यक पर्ने हर्मोन, ल्याब सामाग्री निकै महँगो छ । सामान्य औषधि खरीद गर्न पनि गाऱ्हो छ । यसले गरीब दम्पती उपचार गर्नबाट बञ्चित भएको देख्दा दिक्क लाग्छ । सन्तान नहुनमा महिला मात्र दोषी ठान्ने गरिन्छ । तर पुरुष जोगिन्छन् । यो मेल डोमिनेटेड सोसाइटीको उपज हो जस्तो लाग्छ । अहिले पनि महिला दोस्रो दर्जाको नागरिक भएर बस्नुपर्ने बाद्यता छ । सँगै नबसेका कारण सन्तान नहुने समस्या बढ्दो छ । यसबारे धेरैले खुलेर भनेको पाइँदैन । बैदेशिक रोजगारीको सिलसिलामा धेरैका श्रीमानहरु विदेश बसेका हुन्छन् । कतिपय दम्पतीमा सामान्य परामर्शबाट पनि गर्भ रहने गरेको छ । सामान्य औषधिबाट पनि कतिको बच्चा भइरहेका छन् । टेष्टट्युवबाट जन्माएको बच्चा र सामान्य बच्चामा कुनै भिन्नता हुँदैन । यस विधिबाट जन्माउन केहि संकोच मान्नुपर्दैन । खाली बच्चा बन्ने तरिका मात्र फरक हो । महिलाको पाठेघरमा बन्ने कुरा ल्याबमा बन्छ । विभिन्न अध्ययनले आइभिएफ गरेर जन्मिएको बच्चा र सामान्य बच्चामा केही फरक नभएको बताएको छ । उनीहरुको तौल, उचाइ, बौद्धिकतामा केहि फरक नहुने पुष्टि गरिसकेको छ ।

वर्तमान समस्या

नेपालमा हाल करिब १२ जति आइभिएफ सेन्टर सञ्चालनमा छन् । ति मध्ये ९ वटा काठमाडौं, एउटा बिराटनगर, एउटा हेटौंडा र एउटा पोखरामा रहेका छन् । नेपालमा अहिलेपनि एम्ब्रियोलोजिष्ट (ल्यावमा बच्चा बनाउने डाक्टर) को खाँचो छ । कतिपय आइभिएफ सेन्टरले अझैपनि भारतबाट ल्याउने गरेका छन् । राम्रो सिप र अनुभव भएको एम्ब्रियोलोजीष्टको माग बढ्दो छ । त्यस्तै आइभिएफको औषधि आयातमा समस्या छ । थर्ड पार्टी पोलिसी सिस्टमले गर्दा मिडिया (ल्याबमा प्रयोग हुने औषधि) खरिद गर्न गाह्रो छ । मिडियाहरु इन्डियाबाट सोझै आयात गर्न सकिँदैन । सिधै स्वीडेन, अमेरिकाबाट मगाउनुपर्छ । अनुमान गरेर १५/२० दिन अघि नै अर्डर दिनुपर्छ । कहिलेकाहीं मिडिया अभाव हुँदा काम गर्न अप्ठेरो पर्छ । सायद सरकारले आइभिएफ सेन्टरप्रति त्यति चासो दिएको जस्तो लाग्दैन । महिलाको स्वास्थ्य नीतिमा इफर्टीलिटीलाई समावेस गर्नसकेको छैन । यससम्बन्धि कुनै कार्यविधि बनेको छैन । आइभिएफ सफल नभएमा उपचारमा लागेको खर्च फिर्ता गर्न दवाव पनि आउने गर्छ । आइभिएफको सफलदर सत्प्रतिशत हुँदैन । भारतबाट ल्याइएका एम्ब्रियोलोजिष्टले एउटा उपचारको १० हजार देखि २५ हजार भा.रु. सम्म लिन्छन् । नेपालमा आइभिएफ सेन्टर हरुको नियमन र अनुगमन भइरहेको छैन । यसको जिम्मा स्वास्थ्य मन्त्रालयले लिनुपर्छ । कार्यविधि बनेमा काम गर्न सजिलो हुन्छ । यसप्रति सरकारको गम्भीर ध्यानाकर्षण हुन जरुरी छ ।

भारतमा कस्तो व्यवस्था छ ?

भारतमा आईभिएफ उपचार विधिबारे मेडिकल काउन्सिल अफ इन्डियाको आफ्नै कार्यविधि छ । उनीहरुले टेष्ट ट्युव वेवी सेन्टरलाई प्राइमरी, सेकेन्डरी र टर्सरी गरी तीन भागमा विभाजन गरेका छन् । प्राइमरी सेटअपमा निःसन्तानको सामान्य जाँच, कारण पत्ता लगाउने र आइयुआई पर्छन् । सेकेन्डरी सेटअपमा टेष्ट ट्युव वेबीको उपचार पर्छ । पाठेघरको मुखमा मासु पलाएमा, सिस्ट भएमा र ल्याप्रोस्कोपिक सर्जरी गर्नुपरेमा टर्सरी सेटअपमा गरिन्छ ।

> आइभिएफको औषधि आयातमा समस्या छ । थर्ड पार्टी पोलिसी सिस्टमले गर्दा मिडिया (ल्याबमा प्रयोग हुने औषधि) खरिद गर्न गाह्रो छ ।

महिलामा निःसन्तानको समस्या

निःसन्तानका अन्य धेरै कारण छन् । तर हाम्रो क्लिनिकमा आउने अधिकांश महिलाहरुमा पोलिसिस्टिक ओभरी सिन्ड्रोमका कारण निःसन्तानको समस्या देखिएको छ । यस्ता महिलाहरुमा समयमा महिनावारी नहुने, मोटोपना, शरीरमा धेरै रौँ, दाह्री, जुङ्गा आउने, कपाल झर्ने र मानसिक समस्या (एन्जाइटी) देखिएको पाइन्छ । यो समयमा अण्डा नबन्दाको उपज हो । यस्ता महिलाहरुलाई अण्डा बनाउने डाइट, औषधिहरु सेवन गराइन्छ । साथै खानपानमा ध्यान पुर्‍याउन, योगा, एक्सरसाइज गर्न सल्लाह दिइन्छ । पुरुषमा शुक्रकीट कमी भएर पनि बच्चा नभएका धेरै उदाहरणहरु भेटिन्छ । उनीहरुलाई शुक्रकीटको मात्रा बढाउने औषधि दिलाइन्छ । विवाह गरेको एकवर्ष सम्म गर्भनिरोधक साधन प्रयोग बिना यौन सम्बन्ध राख्दा पनि बच्चा नभएमा निःसन्तानको शंका गरेर उपचारका लागि आउनुपर्छ । ३५ वर्ष नाघेका महिलाको हकमा भने ६ महिना भित्रै उपचारका लागि आउनुपर्ने हुन्छ । ढिलाइ गरेमा सन्तान हुने सम्भावना टर्नसक्छ ।

किन बस्छ आकस्मिक गर्भ ?

हुन त कतिपयमा चाहना बिना नै गर्भ बस्ने गरेको पाइन्छ । उनीहरुमा सुरक्षित र असुरक्षित यौनसम्पर्कको विधिबारे ज्ञान नभएर हो । ओभुलेसन पिरियडमा यौनसम्बन्ध राख्दा गर्भ बस्ने गर्छ । आजकल कतिपयले ओभुलेसन पिरियडबारे जानकारी लिन मोबाइल एपहरु प्रयोग गर्छन् । ओभुलेसन महिनावारी साइकलमा निर्भर हुन्छ । त्यसकारण आफ्नो महिनावारी साइकल राम्रोसँग याद गर्नुपर्छ । ओभुलेसन भएको ठीक १४ दिनपछि महिनावारी हुन्छ । यसरी महिनावारी भएको १४ दिनपछिको समयमा असुरक्षित यौन सम्पर्क गर्दा गर्भ रहन्छ ।

(डा. शर्मा होप फर्टीलिटी सेन्टरमा कार्यरत हुनुहुन्छ ।)

अहिले जनस्वास्थ्य नियमावली,२०७७ आइसकेको छ। यस नियमावलीको अनुसूचि ७ मा टेष्टट्यूब बेबी सेन्टरको व्यवस्था गरिएको छ।

विशिष्टिकृत गराउन निःसन्तान उपचारको मापदण्ड बनाउँदै छौं

डा. विकास देवकोटा
प्रमुख
गुणस्तर मापन तथा नियमन महाशाखा
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले सन्तान प्राप्तिका लागि गरिने उपचारलाई विशिष्टिकृत सेवाका रुपमा लिँदै पहिलो पटक मापदण्ड तयार पार्दै छ। निःसन्तान उपचारमा संलग्न आईभीएफ सेन्टरहरुको दर्ता एवं नविकरण, गुणस्तरीयता, प्रभावकारिता तथा सेवा शुल्क लगायतका पक्षलाई व्यवस्थित बनाउने सन्दर्भमा काम भइरहेको छ। सोही पहलबारे स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, गुणस्तर मापन तथा नियमन महाशाखा प्रमुख डा. विकास देवकोटासँग जनस्वास्थ्य सरोकारले गरेको अन्तर्वार्ताको सार संक्षेप प्रस्तुत गरिएको छ।

सरकारले निःसन्तान समस्यालाई व्यवस्थित र प्रक्रियागत बनाउन के प्रयास गरिरहेको छ ?

निःसन्तान समस्याको उपचारलाई व्यवस्थित र प्रक्रियागत बनाउन धेरै अघिदेखि नै कुराहरु उठिरहेका छन्। यो समस्या हुनै नदिन सर्वप्रथम रोकथाम तिर जानुपर्छ। समस्याको छिटो पहिचान हुनुपर्ने खाँचो छ। गर्भ बस्छ कि भन्दै सात /आठ वर्षदेखि पर्खिरहेका दम्पत्ति पनि हुन सक्छन्। समस्याको शीघ्र पहिचान हुनुपर्ने आवश्यकता छ। त्यसपछि अति विशिष्ठकृत सेवा अन्तर्गत आईभीएफ सेवा (टेष्टट्युब बेबी) सम्म जाने महत्वपूर्ण पाटो छ।

सन्तान प्राप्तिका लागि गरिने प्रयास र यदि दुई वर्ष नाघिसकेपछि जँचाई समस्या पहिचान तथा निवारण गर्ने कार्यलाई आधारभूत स्वास्थ्य सेवा (बेसिक हेल्थ सर्भिस) मा राखिएको छ। आधारभूत स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत राखेर निःशुल्क उपचार हुन्छ। यो भन्दा माथिल्लो स्टेजमा जानु परेको अवस्थामा रोगको पहिचान गरिन्छ। के रोग छ ? सोहि रोग अनुसारको उपचार हुन्छ। आईभीएफ (टेष्ट ट्यूब बेबी) सम्मको व्यवस्था गरिएको छ।

आधारभूत स्वास्थ्य सेवा स्थानीय समुदायको तहसम्म हुन्छ। त्यसपछि विभिन्न अस्पतालमा रोगको उपचार हुन्छ। यदि टेष्टट्यूब बेबीसम्म पुग्नुपर्ने अवस्था हो भने इन्फर्टिलिटि सेन्टरसम्म रेफर गरिन्छ । धेरैजसो इन्फर्टिलिटी सेन्टरहरु काठमाडौं उपत्यकामा सीमित छन् । बाहिरी जिल्लामा क्रमशः बढ्दै गइरहेका छन्।

पहिले इन्फर्टिलिटी सेन्टरलाई सामान्य क्लिनिकका रुपमा रजिस्ट्रेसन गरिन्थ्यो । अहिले जनस्वास्थ्य नियमावली,२०७७ आइसकेको छ । यस नियमावलीको अनुसूचि ७ मा टेष्टट्युब बेबी सेन्टरको व्यवस्था गरिएको छ। त्यसको लागि बनाइएको मापदण्ड निर्माणाधिन चरणमा छन्। मापदण्ड बनाउने काम अन्तिम चरणमा पुगेको छ। यसलाई संघीय सरकारले हेर्छ। उच्च प्राथमिकता दिइएको छ। विज्ञता पनि हेरिन्छ। सामान्य क्लिनिकबाट गुणस्तरमा सुधार हुन्छ। हिजोका दिनमा रजिस्ट्रेसन मात्र भए पुग्थ्यो। अब चाहिं विशेषज्ञले हेर्नुपर्ने हुन्छ। गुणस्तरीयता कायम गर्नुपर्ने हुन्छ। इन्फर्टिलिटी सेन्टर सञ्चालकहरुले पनि अझ बढी गुणस्तरीय सेवा प्रदान गर्न चाहिरहेको बताउनु भएको छ। आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क भए पछि माथिल्लो तहमा पनि केहि सहुलियत मार्फत सामान्य जनताको पहुँचमा पुगोस् भन्ने उद्देश्य राखेर स्वास्थ्य मन्त्रालयले काम गरिरहेको छ।

आईभीएफ सेन्टरलाई कानूनसम्मत र गुणस्तरीय बनाउन कस्तो मापदण्ड बन्दैछ ?

आईभीएफ सेन्टरलाई विशिष्टकृत सेवाको रुपमा लिंदै छौं। त्यसैले यसलाई नियमित, व्यवस्थित, प्रभावकारी र गुणस्तरीय बनाउने दृष्टिकोणले काम अघि बढाइरहेका छौं।

सर्वप्रथम समस्या लिएर आएका दम्पत्तिलाई उचित र प्रभावकारी परामर्श दिनुपर्ने हुन्छ। दुई वर्ष सन्तान नहुने बित्तिकै आईभीएफ/आईओआई गरिहाल्ने कुरा आउँदैन । श्रीमान तथा श्रीमतिको समस्या एवं उपचार विधिबारे प्रष्टसँग बुझाउनुपर्छ । कतिपय ठाउँमा परामर्श प्रभावकारी नहुँदा घरमा झगडा भएका उदाहरणहरु पनि छन्। त्यसैले मुख्य कुरा परामर्श हो। परामर्शबाटै यात्राको शुरुवात् हुन्छ। आईभीएफ शत्प्रतिशत सफल हुन्छ भन्ने पनि छैन। पैसा नभई आईभीएफ हुँदैन। आईभीएफ सफल नहुँदा पैसा मात्र खेर गयो भन्ने पनि महसुस हुनसक्छ।

खण्ड ७०) संख्या २३ नेपाल राजपत्र भाग ३ मिति २०७७।०६।०५

२२. रेडियो इमेजिङ सेन्टर	
(क) श्रेणी	Pet Scan, CT Scan, MRI, Ultra sound सेवा उपलब्ध भएको ।
(ख) श्रेणी	एक्स रे, अल्ट्रासाउण्ड, CT Scan सेवामध्ये कम्तीमा कुनै एक सेवा सेवा दिने समयभर आकस्मिक उपचार सेवाको व्यवस्थापन हुनुपर्ने र आकस्मिक उपचार सेवाको लागि मापदण्ड तयार गर्नुपर्ने (प्राथमिक अस्पताल MSS सरहको)
२३. Hospice Center (कम्तीमा २५ शैया)	(क) Nursing care, (ख) Emergency Service, (ग) Pain management, (घ) Symptomatic management, (ङ) Palliative care, (च) Holistic Counselling service, (छ) Consultaive Service, (ज) Spritual service.
२४.टेस्ट ट्युब बेबी (IVF) सेन्टर	(क) स्त्री रोग सेवा, बहिरङ्ग सेवा, (ख) प्रयोगशाला: शुक्रकिट परिक्षण सहित, (ग) USG सेवा , (घ) Operation Theatre, (ङ) Embryology Lab, (च) आकस्मिक सेवाको लागि कम्तीमा कुनै एक प्रारम्भिक विशेषज्ञ अस्पताल सरहको अस्पतालसँग सम्झौता ।

६४

त्यसपछि दोस्रो चरणमा रोग र उपचारसँग सम्बन्धित हुन्छ। प्रयोगशाला कस्तो छ ? उपचार गर्ने उपकरण तथा प्रविधि कस्तो छ ?चिकित्सकको विज्ञता एवं अनुभव र जनशक्तिको दक्षता लगायतका कुराहरु हेर्छौं। सेवा प्रवाहको अवस्था र शुल्क पनि हेर्नुपर्ने हुन्छ। यी सबै पक्षहरु हेरेर मापदण्ड तयार पार्छौं। चेक लिस्ट बनाएर स्थलगत अध्ययन गर्छौं। त्यसपछि आईभीएफ सेन्टरलाई दर्ताको दायरामा ल्याउने गरी काम गर्ने प्रयास भइरहेको छ।

आईभीएफ सेन्टरलाई विशिष्टकृत सेवाको रुपमा लिंदै छौं। त्यसैले यसलाई नियमित, व्यवस्थित, प्रभावकारी र गुणस्तरीय बनाउने दृष्टिकोणले काम अघि बढाइरहेका छौं।

समाजमा विकृति पनि हुन हुँदैन। उपचार सेवा सबैको पहुँचमा पनि हुनुपर्छ। विशेषज्ञ सेवा हुनुपर्छ। विश्वमा भएका अत्याधुनिक प्रविधि अपनाउनु पर्छ। त्यसपछि बल्ल समस्याको पहिचान हुन्छ। समाधान हुन्छ। त्यसैले यो सेवा पनि विशिष्टिकृततर्फ उन्मुख पनि हुनुपर्छ।

यस सेवालाई स्थानीय, प्रदेश वा संघिय कुन तहले नियमन गर्छ ?

यसलाई विशिष्टिकृत सेवा अन्तर्गत राख्ने निर्णयपछि स्थानीय तहले चासो दिने कुरा भएन। दर्ता प्रक्रियालाई नविकरण गर्ने तर्फ स्थानीयले चासो दिनु पनि भएन। अहिले जनस्वास्थ्य नियमावली अनुसार काम भइरहेकाले केहि ग्याप भएको छ। ग्याप भएकै कारण आइभीएफ सेन्टरको सेवा (काम) बन्द गरेका छैनौं। उहाँहरुको काममा बाधा पुगेको छैन। छिटो भन्दा छिटो मापदण्ड बनाएर रजिस्ट्रेसन गरी नविकरणको दायराभित्र ल्याउँछौं।

स्वास्थ्य मन्त्रालयले नियन्त्रण गर्ने होइन। सहजिकरण गर्ने हो। तर, नियम विरुद्ध कार्य गर्ने सेन्टरलाई बन्द गर्छौं।

मापदण्ड बनाउँदा सम्बन्धित सरोकारवालासँग पनि परामर्श भइरहेको छ ? मापदण्ड कार्यान्वयनमा गर्न कति समय लाग्ला ?

नियमावलीमा भएको व्यवस्थाको आधारमा ड्राफ्ट बनाउँछौं। त्यसपछि विभिन्न स्त्री रोग विशेषज्ञ र काम गर्ने चिकित्सकको परामर्श लिन्छौं। त्यसपछि निजी सेन्टर सञ्चालन गरिरहेका चिकित्सकलाई बोलाएर परामर्श गर्छौं। बल्ल अन्तिम चरणमा मापदण्ड बनाउँछौं। उचित समयमा सहि परामर्शदेखि उपचारसम्म हेर्छौं। यथोचित परामर्श, गुणस्तरीय सेवा , आफूले नसके पनि रेफर गरिनुपर्छ। स्वास्थ्य मन्त्रालयले तोकेका मापदण्ड पुरा गर्नुपर्छ। नियमन गर्ने निकायसँग किप एण्ड टचमा रहनुपर्छ।

मापदण्डमा कुन पक्षलाई प्राथमिकता दिइन्छ ? के सेरोगेटसँग सम्बन्धित विषय पनि समावेश हुन्छन् ?

स्वास्थ्य मन्त्रालयले नियन्त्रण गर्ने होइन। सहजिकरण गर्ने हो। तर, नियम विरुद्ध कार्य गर्ने सेन्टरलाई बन्द गर्छौं। नियम संगत कार्य गर्नेलाई फलोस् फुलोस् भनेर विशिष्टकृत सेवा दिन सकोस्। अन्य मुलुकसँग पनि प्रतिष्पर्धा गर्न सकोस् भन्ने आधारमा अघि बढ्दै छौं।

सञ्चालकले पनि लगानी अनुसारको प्रतिफल पाउनुपर्छ। प्रतिफल देशको माटो सुहाउँदो हुनुपर्छ। यसको मापदण्ड छिटो बनाउँदै छौं। एक /दुई हप्ताभित्र टुंग्याईहाल्छौं। ढीलोमा एक महिनाभित्र मापदण्ड बनाएर कार्यान्वयनमा जान्छौं। कानूनले तोकेको कुरामा रहेर मापदण्ड बनाउनुपर्छ। तर सेरोगेटलाई अहिले मापदण्डमा राखिदैन।

मुलुकमा निसन्तानको समस्या बढ्दै गइरहेको हो ?

यो समस्या मेडिकल सँगसँगै व्यक्तिगत, भावनात्मक र सामाजिक समस्यासँग पनि जोडिएको छ। व्यक्तिको जीवनशैलीसँग पनि जोडिएको समस्या पनि हो। विहे गरेको केहि वर्षभित्र सन्तान नभए पछि नेपाली समाजमा केहि न केहि कुराहरु उठ्न शुरु गरिहाल्छ।

सुरक्षाका साधन प्रयोग नगरी दुई वर्ष नियमित रुपमा शारीरिक सम्बन्ध राख्दा पनि गर्भ नबसेमा जँचाउन जानुपर्छ। दम्पत्ति मध्ये एउटा वा दुवैलाई कुनै रोग वा अन्य कुनै कारणले गर्दा पनि गर्भ नबसेको हुनसक्छ। कतिपयलाई त सामान्य उपचार पछि नै गर्भ बस्ने हुन्छ। यसबारेमा नेपालमा धेरै अनुसन्धान भएको त छैन। तर एउटा अध्ययनले विवाह भएका मध्ये करीब १३ प्रतिशत दम्पत्तिले यो समस्या लिएर उपचारमा आउँछन भन्ने अनुमान छ। यो दृष्टिकोणले हेर्दा निःसन्तानको समस्या ठूलै समस्याको रुपमा रहेको छ। फलो अप बाहेक हरेक सेन्टरमा दैनिक ५ /६ जना नयाँ दम्पत्ति उपचार गर्न आउने गरेको पाइन्छ। दैनिक उपचारमा नयाँ व्यक्ति आउने गरेको अवस्थाले यो समस्या घट्दो होइन बरु बढ्दो छ।

के के कारणले यो समस्या बढिरहेको छ?

परिपक्क भइसके पछि विवाह गर्दा शरीरका अङ्ग र हर्मोनको पनि विकास भइसकेको हुन्छ। तर, उमेर नपुग्दै बिहे गर्ने पनि देखिन्छ। यस कारणले पनि निःसन्तान्नको समस्या बढ्दै गएको देखिन्छ। बिहे भइसकेपछि दम्पत्तिलाई तुरुन्तै बच्चा चाहिने प्रेसर (दबाव) हुन्छ। दबावका कारण झन् गर्भ नरहने समस्या हुन्छ। मानसिक तनाव, खानपिन, जीवनशैली, हर्मोनल असन्तुलनले गर्दा गर्भ नबस्ने हुन्छ।

विहे गरेको ६ महिना वा एक वर्षपछि युवाहरु विदेश जाने चलन छ। विहे गरेको ६ महिनामा नै गर्भ नबस्न पनि सक्छ। दुई वर्ष त कुर्नुपर्छ। विदेशबाट केहि महिनाको बिदा लिएर घर फर्केको युवाले तुरुन्तै गर्भ रहोस् भन्ने चाहना राखेको हुन्छ। तीन महिना बिदा लिएर आएको बेला तत्कालै गर्भ नबस्ने पनि हुन सक्छ। सन्तानको लागि धैर्य गर्ने कुरा पनि यसमा जोडिएर आउँछ।

HOPE FERTILITY AND DIAGNOSTIC PRIVATE LTD

निःसन्तान दम्पतीहरुलाई खुशीको खबर

यस होप फर्टिलिटी एण्ड डायग्नोष्टिक प्रा.लि.मा महिला र पुरुषमा हुने निःसन्तान रोगको उपचार गरिन्छ :

महिलामा हुने समस्याहरू जस्तै :

- महिनावारी गडबडी समस्या (Irregular Menstruation)
- अण्डा नबन्ने समस्या (polycystic ovarian disease)
- अण्डवाहिनी नली बन्द (fallopian tube block)
- हर्मोनको गडबढी (hormone disorder)
- पाठेघरको समस्या (पाठेघरमा मासु पलाएको, ट्र्युब व्लक भएको)
- स्त्री रोगसम्बन्धि (तल्लो पेट दुख्ने र पानी जाने समस्या)
- परिवार नियोजनको समस्या
- स्त्री रोगसम्बन्धि ओपिडी
- Female Health Package
- Test tube baby (blastocyst transfer)

पुरुषमा हुने समस्याहरू जस्तै :

- शुक्रकीट कमी, बन्दै नबन्ने र असामान्य शुक्रकीट
- Vasectomy खोल्ने
- अण्डकोषमा समस्या (Hydrocele, Varicocele, Orchitis)
- पुरुषको हर्मोन सम्बन्धि समस्या
- पुरुषको शुक्रकीट नबनेको खण्डमा TESA, PESA,MESA गरेर Test tube बाट बच्चा बनाइन्छ।

यहाँ Video-Xray (USG) गरिन्छ।
समय १०.००–४.०० बजेसम्म।

यहाँ वीर्य (Semen), महिलाको अण्डा (EGG) भ्रूण (Embryo) लाई संचित गरिन्छ।

Danfe Marga Babarmahal, Kathmandu -11, Phone : Tel :01-4782344
Email: hopefertilitycentre@gmail.com, Web: www.ivfnepal.com

दृढ संकल्पले क्यान्सर जितेँ

पुजा कुँवर

'अहिले मसँग समय नै छैन जस्तो महसुस हुन्छ। भोलिलाई काम किन बाँकी राख्ने? आजै सबै काम सकाऊँ जस्तो लाग्छ।'

पुजा कुँवर, नार्कोनन् नेपालकी अध्यक्ष हुनुहुन्छ। गत वर्ष उहाँलाई अप्रत्यासित देब्रे स्तनमा क्यान्सर देखियो। पुजाको परिवार (माइति) मा वंशाणुगत क्यान्सरको समस्या छ। क्यान्सरबाटै बुवा आमाको निधन भयो। दाइ, दिदी, भाउजु क्यान्सर सर्भाइभर हुनुहुन्छ। क्यान्सरपछि आफ्नो जीवनले खास मक्सद पाएको उहाँको अनुभूति छ। 'जीवनलाई अझै बढी बुझ्ने र आफ्ना लक्ष्य पूरा गर्ने मौका पाएकी छु।'–उहाँ भन्नुहुन्छ,–'अहिले मसँग समय नै छैन जस्तो महसुस हुन्छ। भोलिलाई काम किन बाँकी राख्ने? आजै सबै काम सकाऊँ जस्तो लाग्छ।' समाजसेवा गर्ने एउटा दृढ संकल्पले उहाँमा आत्मविश्वास बढाएको छ। जसले क्यान्सर जित्न पनि मद्धत गरेको छ। जनस्वास्थ्य सरोकारको यस अंकमा क्यान्सर सर्भाइभर पुजा कुँवरको क्यान्सर मुक्त हुँदाको यात्रा उहाँकै भाषामा प्रस्तुत गरेका छौं।

यसरी भयो क्यान्सर पहिचान

सन् २०१९ नोभेम्बर तिरको कुरा हो, अमेरिकामा नार्कोनन्को इडी (एक्जुकेटिभ डाइरेक्टर) सम्मेलन हुन लागिरहेको थियो। सम्मेलनमा भाग लिन र केहि समय छोराबुहारीसँग बस्ने योजना सहित एक महिने छुट्टी लिएर अमेरिका उडेँ। सम्मेलनकै क्रममा स्तनमा फेरि गाँठो आएको महसुस भयो। गाँठो पहिले जस्तै आफैं हराएर जाला भन्ने लागेर यसबारे छोरा बुहारीलाई केहि पनि भनिनँ। उनीहरुसँग तीन हप्तासँगै बसेर स्वदेश फर्किएँ। नेपाल आउनेवित्तिकै फेरि काउन्सिलिङ ट्रेनिङ तिर लागेँ। स्तनमा देखिएको गिर्खाबारे खासै ध्यान गएन। बेलाबेलामा हराउने गाँठा यस पटक लामो समयसम्म हराएनन्। एकदिन साथीलाई स्तनको गाँठाबारे अवगत गराएँ। उनकी छोरी पनि डाक्टरी अध्ययन गर्दै रहेकाले एकपटक छोरीलाई देखाउन आग्रह गरिन्। मैले साथीको छोरीलाई सबै यथार्थ बताएँ। छोरीले अत्तालिदैं तुरुन्त चेकअपका लागि जान आग्रह गरिन्। त्यसपछि तालिम सकाएर परीक्षणका लागि जाने योजना बनाएँ। छोरीले एक्कासी शिक्षण अस्पतालका क्यान्सर सर्जन डा. वाइबी सिंहसँग अपोइन्टमेन्ट मिलाइसकिछन्। तुरुन्त ट्रेनिङ छोडेर चेकअपको योजना बनाउन अनुरोध गरेपछि शिक्षण अस्पताल महाराजगञ्ज गएँ। डा. सिंहलाई भेटेर एफएनएसी टेस्ट गराएँ। त्यसपछि वायोप्सी टेष्टका लागि ह्याम्स अस्पताल पुगेँ। बायोप्सी रिजल्टमा दोस्रो स्टेजको स्तन क्यान्सर देखियो।

परिवारका सदस्यमा क्यान्सर देखिनथालेपछि मलाई निकै डर लाग्दथ्यो। त्यसैले हरेक वर्ष क्यान्सर स्क्रिनिङ गराइरहन्थेँ। क्यान्सर स्क्रिनिङको क्रममा मेरा दुईवटै स्तनमा क्यान्सर गराउन सक्ने सिस्टहरु भेटिएका थिए। डाक्टरले सिफारिस नगरेपनि आफैंले एमआरआई गरेर देखाउँथे। कामको सिलसिलामा बेलाबेलामा अमेरिका जाँदा त्यहाँको डाक्टरसँग परामर्श लिइरहन्थेँ। बिनाइन ट्युमर भएकाले सर्तक रहन सुझाव दिनुहुन्थ्यो। कामको सिलसिलामा विभिन्न मुलुक गएको बेला हरेकपटक स्तन परीक्षण गराउथेँ। यसरी जाँच गराउँदा क्यान्सर देखिएको थिएन। स्तनमा कहिलेकाहिँ गिर्खा आइरहन्थ्यो। सो गिर्खा केहिसमयपछि आफैं हराएर जान्थ्यो।

उपचारका लागि इन्डिया

क्यान्सर पहिचानपछि शल्यक्रिया गर्नुपर्ने अवस्था सृजना भयो। डा. सिंहले आफैले शल्यक्रिया गर्ने बताउनुभयो। त

उपचारका लागि भारत जाने निधो गरेँ । नेपालका डाक्टरहरु सक्षम हुनुहुन्छ । अपरेशन थिएटर पनि राम्रो छ । तर अस्पताल व्यवस्थापन भने राम्रो लागेन । शल्यक्रियापछि संक्रमण हुने हो कि भन्ने डर लाग्यो । उपचारका लागि सन् २०२० जनवरीमा भारतको म्याक्स अस्पताल भर्ना भएँ । शल्यक्रिया सफल भयो । शल्यक्रियापछि देब्रे स्तन काटेर निकालियो । अहिले स्वास्थ्य अवस्था ठिक छ ।

मर्छु भन्ने लागेन

क्यान्सर लागेपछि आत्मबल बलियो बनाएँ । बाँच्दिन की भन्ने डर मनमा आउन दिइनँ । मेडिकल क्षेत्रमा भएका नयाँ प्रविधि र उपचार विधिले मलाइ मर्न दिदैँनन् भन्ने विश्वास पनि थियो । मरिन्छ कि भनेर आँखाबाट एकथोपा आँशु पनि आएन । 'जसरी पनि ठिक हुनुपर्छ' भनेर दृढ संकल्प लिएँ किनकि मैले कुलतमा फसेका लाखौँ व्यक्तिलाई नयाँ जीवन दिनु छ । यदि मृत्युदेखि डराएको भए सायद क्यान्सरले जित्थ्यो होला ।

किमोथेरापी दिँदाको त्यो क्षण

उपचारको क्रममा ४ ओटा केमोथेरापी दिइयो । त्यतिबेला धेरै गाह्रो महसुस भयो । केमो दिएको ३/४ दिनसम्म बान्ता हुने, खान मन नलाग्ने, कमजोर महसुस भयो । शरीरमा ताकत थिएन । कहिलेकाँही राती सुतेपछि बिहान आँखा खुल्दैन कि जस्तो लाग्थ्यो । जब आँखा खुल्थ्यो तब नयाँ दिन सुरु हुन्थ्यो । फेरि परिवारलाई भेट्न पाउने भएँ जस्तो अनुभूति हुन्थ्यो । भगवानले मलाइ मर्न दिनुभएन । उहाँले समाजका लागि केहि गर्ने मौका दिनुभएको छ । यो मौकालाई यत्तिकै खेर जान दिन्नँ ।

क्यान्सरले समयको सदुपयोग गर्न सिकायो

क्यान्सरपछि मेरो जीवनमा ठूलो परिवर्तन आएको छ । जीवनलाई अझै बढी बुझ्ने र लक्ष्य पूरा गर्ने मौका पाएकी छुँ । पहिला समयको महत्व बुझ्न सकेको थिइनँ । धेरै समय घुमघाम मै बित्यो । 'आजको काम भोलि गर्छु' भनेरै खेर फालियो । तर, अहिले आफूसँग समय नै छैन जस्तो अनुभूति हुन्छ । भोलिलाई काम किन बाँकी राख्ने ? 'आजै सकाऊँ' जस्तो लाग्छ । 'समय यसै खेर फाल्न हुँदैन' भन्ने पाठ सिकेकी छु ।

समाजसेवाबाट मिल्यो आत्मसन्तुष्टि

बुवाआमाले मलाई कहिलेपनि अभाव र दुःख महसुस गर्न दिनुभएन । मेरो पारिवारिक पृष्ठभूमि राम्रै थियो । सानै उमेरदेखि समाजसेवा गर्ने चाहना थियो । मेरो प्रहरीसँग बिहे भयो । जीवन सुखमय थियो । तर मनमा समाजसेवा गर्ने रहर भने कता कता खड्किरहन्थ्यो । श्रीमान्को पोष्टिङ भएर विभिन्न जिल्लामा जानुपर्थ्यो । म पनि उहाँसँगै जान्थेँ । त्यतिबेला जेलमा प्रौढ शिक्षा पढाउथेँ । श्रीमानले पनि मलाई साथ दिनुभयो । उहाँपनि समाजसेवा असाध्यै मन पराउनुहुन्छ । त्यसपछि सुधारकेन्द्र खोलियो । तब जीवनले खोजेको कुरा पाएँ जस्तो अनुभव भयो । समाजसेवाबाट मात्रै आत्मसन्तुष्टि मिल्यो ।

समाजसेवा ८४ व्यञ्जन भन्दा मिठो

मानिसहरु समाजसेवा गर्ने भन्दै शहर रोज्छन । वास्तवमा शहर पीडित बस्ने ठाउँ होइन । यहाँ बस्ने सबै शिक्षित हुन्छन् । पाँच मिनेटको दुरीमा अस्पताल छ । गाउँघरमा बसोबास गर्ने मानिसहरु क्यान्सर रोगबारे अनभिज्ञ छन् । उनीहरु वास्तवमै पीडित छन् । आर्थिक रुपमा कमजोर हुन्छन् दुरदराजका गरिबलाई रोगको पहिचान गरेर सकेको उपचार सहयोग गर्ने चाहना छ । सरकारले पनि एकलाख रुपियाँ सहयोग गर्छ । मैले पनि सकेजति सहयोग गर्छु । भविष्यमा एउटा ट्रष्ट खोलेर सेवा गर्ने योजना बनाएकी छु ।

परिवारै क्यान्सर पीडित

मेरो माइती परिवारमा क्यान्सर रोग पहिलादेखि नै व्याप्त थियो । बुबा आमा र ठुलीआमा पनि क्यान्सरबाटै बित्नुभयो । त्यस्तै जेठो दाइलाई प्रोस्टेट क्यान्सर, माइलो दाइलाई पेटमा ट्युमर र माइली भाउजुलाई ग्ल्यान्ड क्यान्सर भएको थियो । यता मेरो श्रीमानलाई पनि मिर्गौलाको ट्युमर देखियो । उहाँहरुको शल्यक्रिया गरेर समाधान गरियो । मलाई स्तन क्यान्सर पहिचान हुँदा दोस्रो चरणमा पुगिसकेको थियो ।

दिनचर्या

बिहान सबेरै उठ्छु । केही समय शारीरिक व्यायाम गर्छु । घरको सबै कामधन्दा सिध्याएर अफिस जान्छु । दिनभर अफिसकै काममा व्यस्त हुन्छु । बेलुका घर फर्किन्छु । अहिले घरमा श्रीमान र म मात्र छौँ । छोरा, बुहारी र नातिनी अमेरिकामा बस्छन् ।

सुझाव

मृत्यु सत्य र स्वभाविक हो । जन्मिएकै दिनबाट मृत्यु सुरु हुन्छ । कुनै पनि समय मृत्यु हुनसक्छ । त्यसैले हामी मृत्युसँग डराउन हुँदैन । कतिपय मानिस बूढेसकाल लागेपछि धर्म गरौँला, ध्यान गरौँला भन्ने सोच्छन् । धर्मकर्म गर्न पनि स्वस्थ शरीर चाहिन्छ । त्यसकारण कुनैपनि काम पछि गर्छु भनेर बाँकी राख्नहुँदैन । यदि मैले मृत्य देखि डराएको भए सायद मलाई क्यान्सरले जित्न सक्थ्यो होला । सधैँ सकारात्मक सोचाइ राख्नुपर्छ । रोग जित्न सकिन्छ ।

यदि मैले मृत्य देखि डराएको भए सायद मलाई क्यान्सरले जित्न सक्थ्यो होला । सधैँ सकारात्मक सोचाइ राख्नुपर्छ । रोग जित्न सकिन्छ ।

अब्बल स्वास्थ्यको राज

गणेश राज पोखेल

सकारात्मक सोचका धनि पोखेलको मन मस्तिष्कलाई फराकिलो बनाएर अघि बढ्ने स्वभाव छ। साथै कर्पोरेट सिस्टमको विकास गर्नुभएको छ।

००००

गणेश राज पोखेल सिटिजन्स बैंकका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत (सिईओ) हुनुहुन्छ। उहाँ निकै उर्जावान देखिनुहुन्छ। सिटिजन्स बैंकको म्यानेजरबाट उहाँको बैंकिङ करियर शुरु गर्नुभएको हो। पोखेलको लगाव र कुशल व्यवस्थापनका कारण बैंक डिजिटल टेक्नोलोजीमा प्रवेश गरेको छ। डिपोजिट ६५ प्रतिशतले बृद्धि भएको छ। कर्जा प्रवाह ९२ अर्ब भन्दा माथि पुगेको छ। मोवाइल बैंकिङ कारोबार ३ गुणाले बृद्धि भएको छ। डेविट कार्डहरुको प्रयोग दोब्बरले बढेको छ। मुलुकभर बैंकका शाखा १८८ पुगिसकेको छ। शेयर मूल्य पनि राम्रै बृद्धि भएको छ। बैंकलाई लोकप्रीय बनाउन पोखेल कम्मर कसेर लागिपर्नुभएको छ। सकारात्मक सोचका धनि पोखेलको मन मस्तिष्कलाई फराकिलो बनाएर अघि बढ्ने स्वभाव छ। साथै कर्पोरेट सिस्टमको विकास गर्नुभएको छ। यसले लक्ष्यमा पुग्न मद्धत गरेको छ। आर्थिक कारोबारसँग खेल्ने बैंकर्सहरु स्वास्थ्यप्रति कातिको सचेत र सजग हुन्छन् ? उनीहरुको जीवनशैली कस्तो छ ? भन्नेबारे जानकारी दिन जनस्वास्थ्य सरोकारको यस अंकमा हामीले सिटिजन्स बैंकका उनै सिईओ पोखेललाई प्रस्तुत गरेका छौं उहाँको आफ्नै शब्दमा .....

००००

दैनिकी

हरेक दिन ४:५५ मा उठ्छु। बिहान रेडियो नेपालमा गुञ्जने पशुपतिनाथको आरती र शंखध्वनीले मानसिक रुपमा निकै आनन्द प्रदान गर्छ। आफ्नो विछ्यौनाको छेउमा ठूलो रेडियो राखेको छु। त्यसपछि स्टाफहरुको वर्थ डे वीस गर्छु। हरेक दिन ४–५ जनाको जन्मदिन परिरहन्छ। हरेक दिन हरिदास महाराजको प्रवचन र जीवन विज्ञान सुन्न छुटाउँदिन। हरेक दिन ५.२० बजेतिर अघिल्लो दिनको बैंकिङ गतिविधिबारे संचालक समितिलाई रिपोर्ट गर्ने तालिका बनाएको छु। ६ बजेको संस्कृत समाचारपछि अन्य समाचार सुन्दै छोरीलाई भैंसेपाटी चोकबाट कलेज बस चढाउँछु। त्यसपछि आधा घण्टा भैंसेपाटी चोक एक फन्को लगाएर घर पुग्छु। २ गिलास मनतातो पानी पिउँछु। दूधको चिया आनन्दले पिएपछि एक घण्टा बैंकिङ सम्बन्धित पुस्तक अध्ययन गर्छु। त्यसपछि शुरु हुन्छ व्याडमिन्टन खेल। ७.३० बजेतिर खलखल पसिना आउने गरी दुई गेम जति व्याडमिन्टन खेल्छु। घर पुगेर एक गिलास पुनः तातो पानी पिउँछु। आफैं कपडा आइरन गर्छु।

पानीको वाफ लिन्छु। त्यसपछि एक कप पुनः दूधको चिया पिउँछु र नुहाएर खाना खाएर बैंक प्रस्थान गर्छु।

उमेरः ५० वर्ष
पुख्यौंली घरः बर्दिया
हालः भैंसेपाटी ललितपुर
उचाईः ५ फिट १० इन्च
शारीरिक तौलः ७० के.जी.

शारीरिक व्यायाम

गत वर्ष कात्तिक ५ गते ठूलो सडक दुर्घटनाबाट बाँचे । अलिअलि घाँटी दुख्ने समस्या छ। त्यसैले कुरा गर्दागर्दै घाँटीको एक्सरसाइज गरिरहन्छु। प्रणायाम गर्न पनि भुल्दिन। मलाई कडा खेल नै मन पर्ने भएकाले व्याडमिन्टनले स्वस्थ्य रहन निकै मद्धत गरेको छ। व्याडमिन्टन खेल्दा दुवै हात चल्छन्। मर्निङ वाक मेरो दैनिकी नै हो।

कुनै रोग छ ?

खासै छैन।

चिसो लाग्छ ?

मलाई अत्यधिक चिसो लाग्ने भएकाले धेरै तातो चिजहरुको उपयोग गर्नुपर्छ। तातो कोठामा फ्रेस महसुस गर्छु।

खानपान र क्यालोरी

मलाई यो बारेमा त्यति ज्ञान त छैन । तर ठिक्क खाएपछि क्यालोरीमा ध्यान दिइरहनुपर्ला जस्तो लाग्दैन । ब्रेकफास्ट खाने बानी छैन । बिहान ९ बजे सामान्य दालभात खाएर कार्यालय आउँछु। खानामा मसुरीको दाल, टमाटरको अचार र घिउ राखेर खान निकै मन पर्छ। दिउँसोको खाजाका रुपमा कार्यालयमा दुई वटा गहुँको रोटी सेवन गर्छु । कार्यालयमा दिउँसो १२ बजेतिर फलफूलहरु प्रशस्त खाने गरिन्छ।

फास्टफूट

बैंकको सिईओ भइसकेपछि हरेक डिपार्टमेन्टका साथीहरुसँग कहिलेकाँही बसेर खाने छुट्टै कुरा हो। अन्यथा घरकै खाना खाना मन पर्छ।

उपवास

उपवास बस्ने कुनै नियमितता छैन। हरेक वर्ष कृष्ण जन्माष्टमीका दिन उपवास बसेर भगवान कृष्णको आराधना गर्छु।

ड्रिङ्स

साथीभाइहरुसँग बसेको बेलामा कहिलेकाँही ड्रिङ्स गरिन्छ। प्रायः ६० एमएल भन्दा बढी पिउँदिन। ड्रिङ्स गर्ने बानी पनि काठमाडौंमा आएर सिकेको हो।

धुम्रपान

गर्दिनँ र कहिल्यै पनि गरिएन।

हेल्थ चेक अफ

बैंकमा काम गर्न थालेपछि वर्षमा एकपटक होल वडी चेक अप गर्छु।

निन्द्रा

हरेक दिन बेलुका १० देखि १०.३० को बीचमा सुतिसक्छु। मलाई मस्त निन्द्रा लाग्छ। बिहान ४.५५ मा उठिसकेको हुन्छु।

तनाव व्यवस्थापन

'क्षण भंगुरता' भन्ने हरिदासजी महाराजले भन्ने गरेको शव्ददेखि निकै प्रभावित छु। क्षण भंगुरता भएको व्यक्ति कतिबेला मर्छ भन्ने थाहा नै नहुने रहेछ। राति सुतेपछि र बिहान उठ्ने बेलासम्म जीवन नरहन पनि सक्छ। घर पुगेपछि कार्यालयका सबै तनाव बिर्सनु नै राम्रो हुन्छ। यो मैले नेल्सन मन्डेलाबाट पनि सिकेको छु। मण्डेलाको फर्मुला भनेकै 'फर्गेट टाइम फर्गेटनेस' हो। उहाँले आफूलाई २७ वर्षसम्म जेल राख्ने डिकलर्क नामका व्यक्तिलाई माफ गरिदिनुभयो र उसलाई नै उपराष्ट्रपति बनाएर शासन चलाउनुभयो। आज उहाँ महान व्यक्तिका रुपमा नाम कमाउन सफल हुनुभयो। त्यसैले जीवनको कुनै भर हुँदैन। कुकर्म गर्न हुँदैन। सकभर कसैको चित्त दुखाउने प्रयास गर्न हुँदैन। राम्रोसँग आफ्नो कर्तव्यपथमा अघि बढ्नुपर्छ।

> सकभर कसैको चित्त दुखाउने प्रयास गर्न हुँदैन। राम्रोसँग आफ्नो कर्तव्यपथमा अघि बढ्नुपर्छ।

सकारात्मक सोच

हरेकले आफ्नो ध्यान सकारात्मक सोचतर्फ केन्द्रित गर्नुपर्छ। सकारात्मक सोचले अनुहारमा मुस्कान ल्याउँछ र सबैबाट माया र स्नेहको वर्षा शुरु हुन्छ।

सफलतामा स्वास्थ्य

सफलता प्राप्त गर्न स्वास्थ्यको ख्याल नगरिएमा दुःख पाइन्छ। त्यसैले सफलता प्राप्त गर्न स्वास्थ्यको ठूलो भूमिका हुन्छ।

स्वास्थ्य र सम्पत्ति

मेरो प्राथमिकतामा स्वास्थ्य नै पर्छ। स्वास्थ्य र सम्पत्तिको कुरा गर्दा स्वास्थ्यलाई नै रोज्छु। सम्पत्ति चाहिन्छ तर सम्पत्तिकै लागि मरिहत्ते गर्न हुँदैन।

> सफलता प्राप्त गर्न स्वास्थ्यको ख्याल नगरिएमा दुःख पाइन्छ। त्यसैले सफलता प्राप्त गर्न स्वास्थ्यको ठूलो भूमिका हुन्छ।

यहाँको सुझाव

'बैंकलाई राम्रो गर्नुस्, तपाईंको आवश्यकता यसैले पूरा गरिदिने कर्मचारी साथीहरुलाई विश्वस्त दिलाउन चाहन्छु। हामीले बैंकिङ प्रणालीलाई सपोर्ट गर्ने कर्मचारी राखेकाले तपाईंहरुको लगानी सुरक्षित छ। हरेक वर्ष डबल डिजिटको प्रतिफल दिन्छौं। अत्यन्तै हामी सुसासनमा र कर्पोरेट गभर्नेन्सको पाटोमा सम्झौता नगरी काम गरिरहेका छौं।

हेल्थ लगानीकर्ताहरुलाई के भन्नुहुन्छ ?

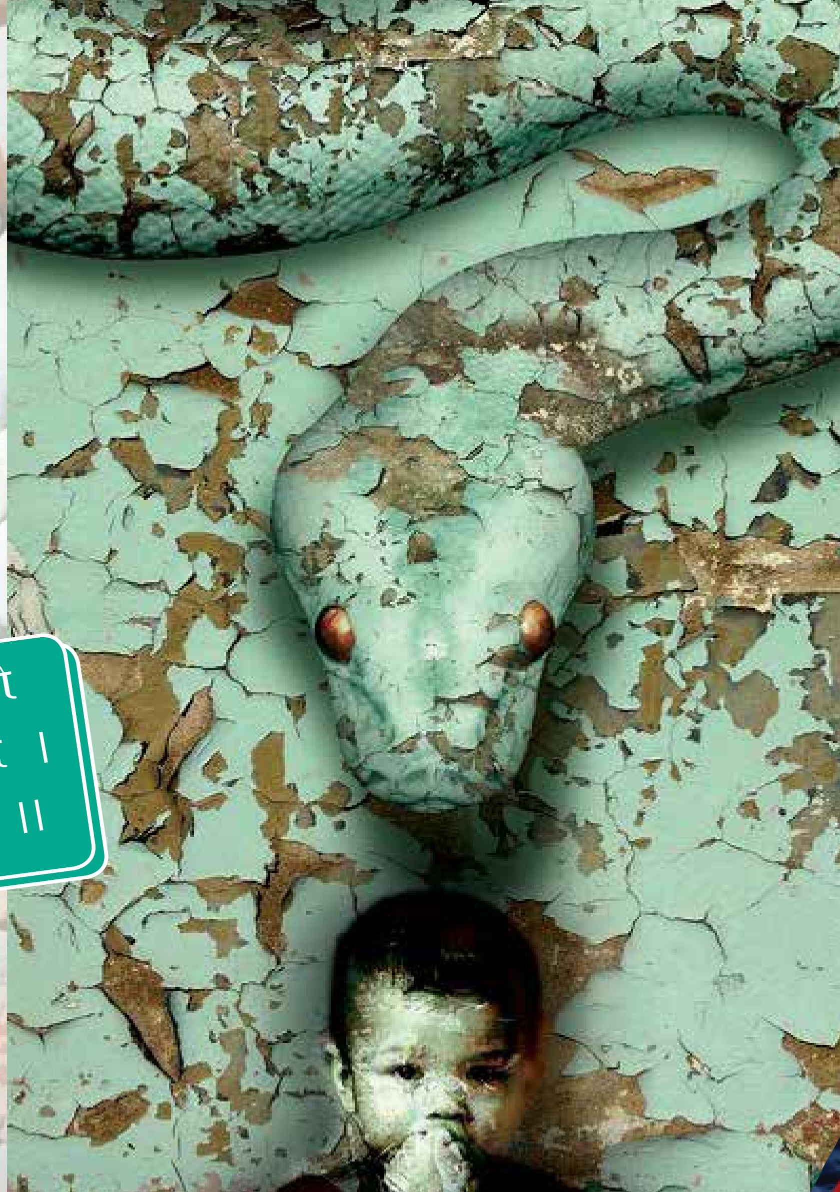
स्वास्थ्यमा लगानी गर्न रेड कार्ड बिछ्याएर यहाँहरुलाई स्वागत गर्न चाहन्छौं। बैंक उद्यमीहरु जन्माउने संस्था हो। जोश र जाँगर भएका उद्यमीहरुलाई लगानीमा सहयोग गर्ने र एकिकृत पैसालाई राष्ट्रको विकासको मूल बाटोमा दौडाउन हामी सँधै तयार छौं। स्वास्थ्यलाई प्रोमोट गर्ने खालका उद्योगहरुमा लगानी गर्न तयारी छौं। हस्पिटल र औषधि कम्पनिहरुमा हाम्रो राम्रो लगानी छ। मुलुकमा नै गुणस्तरीय औषधि कसरी उत्पादन गर्ने ? भन्नेतर्फ यहाँहरुको ध्यान केन्द्रित होस्। मुलुकमा नै अत्याधुनिक अस्पतालहरु निर्माण गरी विदेशिने ठूलो धनराशीलाई कसरी रोक्ने भन्ने कुरा पनि महत्वपूर्ण छ। यसमा खुला दिलले लगानी गर्न तयार छौं।

बैंकमा काम गर्ने कर्मचारीहरुलाई राज्यले पहिलो प्राथमिकतामा राखेर कोभिड–१९ खोप लगाउन पाउने मौका दिएर गरेको सम्मानप्रति निकै अभारी छु। मैले पनि लगाएँ। सिटिजन्स बैंक परिवारको तर्फबाट हार्दिक सम्मान गर्न चाहन्छ। कोभिडको समयमा बैंकका धेरैजना कोभिड संक्रमित हुनुभयो। एक करोड

बालबालिकामा देखिने असर

- बौद्धिक र शारिरीक विकासमा ढिलाई
- पठनपाठनमा समस्या
- कानसुन्नमा समस्या (श्रवणशक्तिमा समस्या)
- आई.क्यु (IQ) मा कमी
- व्यवहारमा समस्या
- रक्तअल्पता (रगतको कमी)
- मृगौला बिग्रने समस्या
- समन्वयमा कमी
- ध्यान दिएर बस्न नसक्ने/ध्यान दिएर बस्ने क्षमतामा ह्रास
- वयस्क बन्न ढिलाई

के तपाईले आफ्नो बालबालिकाहरूको रगतमा **लेड** को मात्रा जचाँउनु भयो ?



वयस्कहरुमा देखिने असर

मस्तिष्क र स्नायु
सोच्ने/जानेको कुरा गर्ने/ सम्झने क्षमतामा ह्रास आई.क्यु (IQ) घट्दै जाने सम्भावना

पेट/पाचन सम्बन्धी समस्या
कब्जियत/उल्टी आउने/ खान मन नलाग्ने

मृगौला
मृगौला बिग्रने सम्भावना, युरिक एसिड बढ्ने समस्या, पिसावमा चिनीको मात्रा बढ्ने समस्या

हाडजोर्नी
हड्डी कमजोर हुने/हड्डीको खनिजहरुमा कमी भिटामीन डी/क्याल्सीयमको कमी

मुटु
रक्तनलीहरु साँघुरीने, ब्लड प्रेसरको समस्या

रगत
रक्तअल्पताको समस्या

पुरुषहरुमा
यौनजीवनमा ह्रास, शुक्रकीटहरुको कमी

महिलाहरुमा
गर्भावस्थामा बच्चा खेरजाने समस्या

Design : www.colorpixel.com

आजै **लेड**को जाँच गराऔं ।
ढुक्क बनौं ॥

HOME COLLECTION
सम्पर्क: ९८५११७९६५७, ६२००४७७
*सर्तहरु लागु हुनेछ

सम्यक डाईग्नोष्टिक प्रा. लि.

(अर्न्तराष्ट्रिय ISO 15189:2012 मान्यता प्राप्त पहिलो प्याथोलोजी ल्याब)

केन्द्रिय कार्यालय
नोरस्याङ्ग कम्प्लेक्स, दोस्रो तल्ला
जावलाखेल, ललितपुर
पो.ब. नं.: २४३९९
फोन नं.: ९७७-१-५००९४७७, ५००९४८१
ईमेल: info@samyakdiagnostic.com
वेबसाईट: www.samyakdiagnostic.com

शाखा कार्यालय
- बी एण्ड बी कम्प्लेक्स
  मध्य बानेश्वर, काठमाडौ
  फोन नं. : ९७७-१-४४६५११७
- गठ्ठाघर, भक्तपुर
  फोन नं. : ९७७-१-६२००४७६

STAR HOSPITAL - Truly A Multi Speciality Hospital

STAR HOSPITAL

Compassionate care with comfort

www.starhospital.com.np

Our Services

24 HOURS RADIOLOGY SERVICES

Star Hospital's radiology lab is equipped with:

- **500mA X-Ray machine (microprocessor-controlled)**
- **Latest model Ultrasound machine**
- **Computerized Tomography (CT scan-32 Slice)**

24 HOURS PATHOLOGY SERVICES

Star Hospital features 24 hours pathology services. To provide accurate reports, our pathology lab is fully equipped with equipment such as:

- **Semi-automated analyzers**
- **Blood Gas Analyzer (ABG)**
- **Latest microscopes and all other necessary equipment.**

INTENSIVE CARE UNIT

Various ICUs at Star Hospital:

- **Intensive Care Unit (ICU)**
- **Neonatal Intensive Care Unit (NICU) Operating Soon**
- **Pediatric Intensive Care Unit (PICU) Operating Soon**

24 HOURS EMERGENCY SERVICES

24 HOURS PHARMACY

SPECIALIST SERVICES

100 - bedded multi speciality hospital:

- **Anesthesia & Critical Care**
- **Cardiology - Heart Care Centre**
- **Cardio Vascular & Thoracic Surgery**
- **Dermatology, Cosmetic & Veneral Disease**
- **Diabetes, Thyroid & Endocrine Centre**
- **ENT**
- **Family Physician & Emergency Medicine**
- **Gastroenterology**
- **Gyaenocology & Obstetrics**
- **General, GI, Laparoscopy & Onco Surgery**
- **Hepatology**
- **Internal Medicine**
- **Nephrology**
- **Neuro & Spine Surgery**
- **Orthopedics & Arthoplasty Surgery**
- **Orthopedics, Arthroscopy & Sports Medicine**
- **Oncology**
- **Opthalmology**
- **Oral & Maxillo Facial Surgery**
- **Pediatric (Gastroenterology, Neonatology & Pulmonology)**
- **Pediatric Nephrology**
- **Pulmonology**
- **Psychiatry**
- **Plastic & Reconstructive Surgery**
- **Physical Medicine & Rehabilitation**
- **Rheumatology**
- **Urology**
- **Modular Operation Theater**
- **Dental Services**

Sanepa Height-2, Ringroad, Lalitpur, Nepal, PO Box. 8975EPC 2708
Phone no: +977-1-5550197/198, 5540478, Fax: +977-1-5544283, Email: starhospital@gmail.com

A Baby is like the beginning of Wonder, Hope & Dream of possibilities

Allow Us To Be An Integral Part of Your Happiness

Folisurge 75
Recombinant Follitropin ALFA
A Promise of Consistency

Folisurge 150
Recombinant Follitropin ALFA
A Promise of Consistency

Folisurge 900
Recombinant Follitropin ALFA
A Promise of Consistency

Folisurge 1200
Recombinant Follitropin ALFA
A Promise of Consistency

Viva | INTAS nepal

EU-ME2

Dedicated ultrasound processor with versatile functions.

Introducing a new ERA
in premium endosonography

OLYMPUS

Your Vision, Our Future

EVIS Exera III Video Endoscopy System

Hospitec Enterprises Pvt. Ltd.

Corporate Office:
EMERALD House, 186 Milan Basti Marg, Subidha Nagar, Tinkune, Kathmandu, Nepal
Tel: 01-4111780, Fax: +977-1-4111717
E-mail: manoj@emerald.com.np, Website: www.emerald.com.np
CONTACT: MR. Manoj Acharya
Mobile No.: 9802007894

Emerald
GROUPS

PHOENIX

NEONATAL INTENSIVE CARE INCUBATOR - INC 200

OB/GYN DELIVERY TABLE DT 100

INFANT RADIANT WARMER NWS 101

COMPREHENSIVE INFANT CARE CENTRE - CIC 101

NASAL CPAP UNIT *n*CPAP 300

BIOMED INTERNATIONAL

127, Gairidhara, Kathmandu | Contact: +977-1-4436544 | Website: www.biomednepal.com

making a miracle with lots of
love and a little science

- IUI (INTRA UTERINE INSEMINATION)
- CONVENTIONAL IVF | ICSI
  (TEST TUBE BABY)
- TESA | PESA | TESE
- ULTRASOUND (GYNAE / OBS)
- SSG (SONO SALPINGO GRAPHY)
- OVARIAN CYST TREATMENT
- ENDOCRINOLOGY CONSULTATION
  (THYRIOD & DIABETES)
- SEMEN FREEZING | EGG FREEZING
  EMBRYO FREEZING

Vardhan
FERTILITY CENTRE

Old Baneshwor, Kathmandu, Nepal
T : 977-1- 4490243, 4489905, 4499616 E : vardhanfertilitycentre@gmail.com