काँक्रेविहार

कर्णाली प्रदेशको पहिलो दैनिक

राष्ट्रिय दैनिक

www .kankrebihar .com



❐ वर्ष : २६ ❐ अंक : ४० ❐ बुधवार, १८ कात्तिक, २०८३ ❐ Wednesday, 4 Nov 2026 ❐ नेपाल संवत ११४६ ❐ पृष्ठ : ४ ❐ मूल्य : रू. १०

कारागारबाट भागेका मध्ये २ कैदी पक्राउ



❐ काँक्रेविहार संवाददाता

सुर्खेत, १७ कात्तिक

डोल्पा जिल्ला कारागारबाट फरार भएका आठ कैदीबन्दीमध्ये दुई जनालाई प्रहरीले रुकुम पश्चिमबाट पक्राउ गरेको छ। गत कात्तिक १४ गते बिहान ६ बजे ठूलीभेरी नगरपालिका-३ स्थित जिल्ला कारागारबाट सुरुङ खनेर फरार भएका कैदीमध्ये दुई जनालाई मंगलबार पक्राउ गरिएको हो।

पक्राउ पर्नेमा रुकुम पश्चिमको आठबिसकोट नगरपालिका-१० का ३२ वर्षीय रामबहादुर विक र सल्यानको कुमाख गाउँपालिका-५ का २८ वर्षीय रेशम राना रहेका छन्। दुवै जना जबर्जस्ती करणी मुद्दामा कैद भुक्तान गरिरहेका कैदी हुन्।

प्रदेश प्रहरी कार्यालयका प्रवक्ता प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक (एसएसपी) सन्तोषसिंह राठौरका अनुसार मंगलबार बिहान करिब साढे १० बजे उनीहरुलाई आठबिसकोट नगरपालिका-६ दामाचौरस्थित खोली बगरबाट पक्राउ गरिएको हो।

आठबिसकोट नगरपालिका-९ राडीतर्फ आउँदै गरेको कर्णाली प्रदेश ०२-००१ च ०८३१ नम्बरको डबल क्याब बोलेरो जिप जाँच गर्ने क्रममा उनीहरू भाग्न खोजेका थिए। शङ्का लागेर नियन्त्रणमा लिई सोधपुछ गर्दा फरार कैदी भएको खुलेको राठौरले बताए। उनीहरूलाई प्रहरी चौकी गोतामकोटमा राखिएको छ।

चौरजहारी बेस क्याम्प रुकुम पश्चिम तथा प्रहरी चौकी गोतामकोटबाट प्रहरी सहायक निरीक्षक बुद्धिराम वलीको कमान्डमा खटिएको पाँच सदस्यीय टोलीले उनीहरुलाई पक्राउ गरेको हो।

यसैबीच, डोल्पा कारागारमा सुरुङ खनेर कैदीबन्दी फरार भएको घटनाको छानबिन गर्न प्रहरी प्रधान कार्यालय र प्रदेश प्रहरीको टोली डोल्पा पुगेको छ। नेपाल प्रहरी प्रदेश कार्यालय सुर्खेत (हाल नेपालगञ्ज) का प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक राजीवबहादुर बस्नेतको नेतृत्वमा पाँच सदस्यीय टोली घटनाको अनुसन्धानका लागि डोल्पा पुगेको हो।

प्रहरी नायव उपरीक्षक अनिलराज गिरीका अनुसार टोलीमा प्रहरी प्रधान कार्यालयका तीन जना र कर्णाली प्रदेश प्रहरी कार्यालयका एक जना सदस्य छन्। टोलीको नेतृत्व एसएसपी बस्नेतले गरेका छन्।

गत शुक्रबार राति कारागारमा रहेका पाँच जना जबर्जस्ती करणी र तीन जना चोरी मुद्दाका कैदीले करिब चार मिटर लामो सुरुङ खनेर फरार भएका थिए। फरार भएकामध्ये दुई जना पक्राउ परे पनि बाँकी छ जनाको खोजी कार्य जारी रहेको प्रहरीले जनाएको छ।

कर्णालीमा शिशु मृत्युको बढ्दो ग्राफः

१२ वर्षमा २ हजार बढी शिशुको मृत्यु

❐ चाँदनी कठायत

सुर्खेत, १७ कात्तिक

गत साउनमा मुगुको मुड्केचुला गाउँपालिकाकी १९ वर्षिया सुनिता कार्कीले डेढ किलोको छोरा जन्माइन्। तर उनले आफ्नो छोरालाई जिवितै देख्न भने पाइनन्। जन्मिएको आधा घण्टामै उसको मृत्यु भयो। दुई वर्षअघि विवाह गरेकी सुनिता सानै उमेरमा गर्भवती मात्र भइनन्, उनले राम्रो स्याहार सुसार नै पाइनन्। सुत्केरी हुँदा पनि दुई दिनसम्म लामो व्यथा लाग्दा पनि हस्पिटल नगएपछि उनले आफ्नो पहिलो सन्तान नै गुमाइन्।

गर्भावस्थादेखि नै पर्याप्त स्याहार नपाएकी सुनितालाई प्रसव व्यथा लाग्दा पनि समयमै अस्पताल पुऱ्याइएन। त्यतिबेला उनका श्रीमान् पनि घरमा थिएनन्। 'मेरो ख्याल गर्ने पनि कोही भएन,' उनले भनिन्, 'श्रीमान घर नभएकाले पनि समयमै अस्पताल जान सकिएन, घरमै जन्मिएला भनेर कुरेर बसियो।'

सुनिताले जन्माएको शिशु जन्मिएको आधा घण्टामै बित्यो। स्वास्थ्य सेवा निर्देशनालय कर्णाली प्रदेशको तथ्यांकले पनि शिशु मृत्युको जोखिम रहेको देखाउँछ। निर्देशनालयका अनुसार आर्थिक वर्ष ०७१/७२ देखि ०८२/८३ सम्म प्रदेशमा २ हजार २०५ शिशुको मृत्यु भएको छ। आव ०७१/७२ मा २९२ शिशुको मृत्यु भएकोमा आव ०८१/८२ मा घटेर ९९ पुगेको थियो। तर आव ०८२/८३ मा पुनः बढेर १७६ पुगेको छ।

शिशु मृत्युको जोखिम जन्मिएपछि मात्र नभइ गर्भवतीको उमेर, पोषण, महिनावारी विभेद, स्वास्थ्य परीक्षण र प्रसूति सेवा पाउने अवस्थाले पनि त्यसमा प्रभाव पार्छ। गत वर्ष हुम्लाको



चंखेली गाउँपालिका-६ मेल्छामकी १७ वर्षीया सीता बुढाले मृत अवस्थामा जुम्ल्याहा शिशु जन्माइन्। स्थानीय बुढा हिमालय माध्यमिक विद्यालय मेल्छाममा कक्षा १० मा अध्ययनरत बुढालाई दुई दिनअघि प्रसव व्यथा लागेपछि परिवारका सदस्यले मेल्छाम स्वास्थ्य चौकी पुऱ्याएका थिए।

स्वास्थ्य चौकीमा सुत्केरी गराउन स्वास्थ्यकर्मीले प्रयास गरे पनि आवश्यक उपकरणको अभावमा सम्भव भएन। त्यसपछि जिल्ला अस्पतालसँग समन्वय गरेर उनलाई गाउँपालिका केन्द्रमा रहेको पिप्लाङ स्वास्थ्य चौकी लगियो। त्यहाँ पनि सुत्केरी गराउन नसकिए हेलिकोप्टरबाट सुर्खेत वा गाडीमा जिल्ला अस्पताल लैजाने तयारी गरिएको थियो। तर स्वास्थ्यकर्मीले पिप्लाङ स्वास्थ्य चौकीमै सुत्केरी गराउन सफल भए पनि उनले मृत अवस्थामा जुम्ल्याहा शिशु जन्माइन्।

सीताको घटना किशोरावस्थामै गर्भवती हुने जोखिम र दुर्गम क्षेत्रमा प्रसूति सेवाको उपलब्धतासँग जोडिन्छ। नेपाल जनसांख्यिक तथा स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०२२ अनुसार कर्णालीमा एक हजार जीवित जन्ममध्ये ३६ शिशुको एक वर्ष नपुग्दै मृत्यु हुने गरेको छ। पाँच वर्षमुनिका बालबालिकाको मृत्युदर प्रतिहजार जीवित जन्ममा ४६ छ। त्यस्तै नवजात शिशु मृत्युदर प्रतिहजार जीवित जन्ममा २५ रहेको सर्वेक्षणले देखाएको छ।

नेपाल बहुसूचक सर्वेक्षण ०८१/८२ ले भने कर्णालीको एक वर्षमुनिको शिशु मृत्युदर प्रतिहजार जीवित जन्ममा २९ देखाएको छ। सर्वेक्षणअनुसार पाँच वर्षमुनिका बालबालिकाको मृत्युदर ३८ छ। स्वास्थ्य संस्थामा पुग्नु मात्रै पर्याप्त नहुने अर्को उदाहरण जुम्लाको तातोपानी गाउँपालिका-१ की मुगा शाहीको घटना हो। दुई वर्षअघि ३० वर्षीया शाहीको नवजात शिशुको अस्पताल पुऱ्याउँदा नै मृत्यु भइसकेको थियो। माघ २ गते राति प्रसव व्यथा लागे पनि परिवारले उनलाई तत्काल अस्पताल पुऱ्याएन। धामीझाँक्रीको भर पर्दा उपचारमा ढिलाइ भएको परिवारले जनाएको थियो। माघ ३ गते अस्पताल पुऱ्याउँदा शिशुको मृत्यु भइसकेको थियो। आमाको अवस्था पनि गम्भीर भएपछि उपचारका क्रममा उनको समेत मृत्यु भयो।

नेपाल जनसांख्यिक तथा स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०२२ अनुसार कर्णालीका पाँच वर्षमुनिका ३६ प्रतिशत बालबालिकामा पुड्कोपन, १८ प्रतिशतमा उमेरअनुसार कम तौल र ४ प्रतिशतमा ख्याउटेपन देखिएको छ। सोही सर्वेक्षणअनुसार ६ महिनामुनिका ७४ प्रतिशत शिशु पूर्ण स्तनपानमा छन् भने जन्मिएको एक घण्टाभित्र स्तनपान गराउने दर ६३ प्रतिशत छ। ६ देखि २३ महिनाका ३८ प्रतिशत बालबालिकाले मात्रै न्यूनतम स्वीकार्य आहार पाएको सर्वेक्षणले देखाएको छ।

सुर्खेतको पञ्चपुरी नगरपालिकामा ६ देखि ५९ महिनाका बालबालिकाको पोषण अवस्था र खानेपानी, सरसफाइ तथा स्वच्छतासम्बन्धी अभ्यासबारे गरिएको एक अध्ययनले पनि पोषण र सरसफाइबीचको सम्बन्ध देखाएको छ। सन् २०२५ मा नेपाल जर्नल अफ पब्लिक हेल्थमा प्रकाशित उक्त अध्ययनमा १६८

बाँकी पृष्ठ ४

विज्ञापन कारोबार व्यवस्थित गरौं

- विज्ञापन सम्बन्धी कारोबार गर्ने सञ्चारमाध्यम तथा विज्ञापन एजेन्सीहरु प्रचलित कानून बमोजिम विज्ञापन बोर्डमा सूचीकरण गराऔं,
- सूचीकरण भएका सञ्चारमाध्यम तथा विज्ञापन एजेन्सीहरु प्रत्येक वर्ष तोकिएको समयभित्र नवीकरण गराऔं,
- सूचीकरण तथा नवीकरणका लागि आवश्यक विवरण र कागजात अद्यावधिक गरौं,
- विज्ञापन कारोबारलाई व्यवस्थित, पारदर्शी, मर्यादित र जवाफदेही बनाऔं,
- विज्ञापन प्रकाशन तथा प्रसारण गर्दा प्रचलित नियम, कानून तथा मापदण्डको पालना गरौं,
- भ्रामक, झुठा, अतिरञ्जित तथा उपभोक्ताको हितविपरीतका विज्ञापनको प्रचार-प्रसार नगरौं,
- विज्ञापनदाता, सञ्चारमाध्यम र विज्ञापन एजेन्सीबीचको कारोबारलाई पारदर्शी र अभिलेखयोग्य बनाऔं,
- सूचीकरण र नवीकरण केवल कानूनी प्रक्रिया मात्र होइन, जिम्मेवार विज्ञापन कारोबारको आधार हो भन्ने कुरा आत्मसाथ गरौं ।

जिम्मेवार विज्ञापन बजार निर्माणमा सहयोग गरौं ।

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

डोल्पामा गम्भीर अवस्थाकी सुत्केरीको उद्धार

❐ काँक्रेविहार संवाददाता

डोल्पा, १७ कात्तिक

सुत्केरी भएपछि पाठेघरमा समस्या देखिएर गम्भीर बनेकी डोल्पाकी एक महिलाको नेपाली सेनाको हेलिकप्टरमार्फत उद्धार गरिएको छ।

छार्काताङसोङ गाउँपालिका-कागकोटकी २६ वर्षीया जुनु बुढालाई थप उपचारका लागि मंगलबार हेलिकप्टरमार्फत सुर्खेतस्थित कर्णाली प्रदेश अस्पताल पठाइएको हो।

सुत्केरी व्यथाले च्यापेपछि उनलाई जिल्ला अस्पताल पुऱ्याइएको थियो। अस्पतालमा सुत्केरी गराएपछि पाठेघरमा समस्या देखिएको र उपचारका क्रममा स्वास्थ्य अवस्था थप जटिल बनेको जिल्ला प्रशासन कार्यालय डोल्पाले जनाएको छ।

जिल्ला अस्पतालमा उपचार सम्भव नभएपछि थप उपचारका लागि सुर्खेत पठाउनुपरेको प्रमुख जिल्ला अधिकारी जुनु हमाल ढकालले जानकारी दिइन्।

कर्णाली प्रदेशसभा सचिव खड्काविरुद्ध भ्रष्टाचार मुद्दा

❐ काँक्रेविहार संवाददाता

सुर्खेत, १७ कात्तिक

कर्णाली प्रदेशसभा सचिव डाक्टर अर्जुनकुमार खड्काविरुद्ध भ्रष्टाचार मुद्दा दायर भएको छ।

अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले रिजाल क्यानिङ एन्ड कम्पनी प्रालिसँग सम्बन्धित जग्गा सट्टापट्टा तथा बिक्री प्रकरणमा खड्कालाई प्रतिवादी बनाउँदै मंगलबार विशेष अदालत काठमाडौंमा मुद्दा दर्ता गरेको हो।

खड्का तत्कालीन कानुन तथा न्याय मन्त्रालयका उपसचिवका रुपमा कार्यरत रहँदा भएको निर्णय प्रक्रियामा संलग्न रहेको आरोपमा प्रतिवादी



बनाइएको अख्तियारले जनाएको छ। यस प्रकरणमा अख्तियारले तत्कालीन प्रधानमन्त्री माधवकुमार नेपाल, तत्कालीन मन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को सामाजिक समितिका संयोजक डाक्टर मिनेन्द्रप्रसाद रिजालसहित ९७ जनाविरुद्ध भ्रष्टाचार मुद्दा दायर गरेको छ। उनीहरूविरुद्ध भ्रष्टाचार निवारण ऐन, २०५९ को दफा १७ बमोजिम कारबाहीको माग गरिएको छ।

अख्तियारका प्रवक्ता सुरेश न्यौपानेका अनुसार खड्कासँगै उद्योग मन्त्रालयका तत्कालीन उपसचिवहरू नुरप्रताप कडेर र ध्रुवप्रसाद सापकोटा, कृषि तथा सहकारी मन्त्रालयका तत्कालीन उपसचिव हरिहर पन्त, शाखा अधिकृत बलराम निरौला र अर्थ मन्त्रालयका तत्कालीन उपसचिव लक्ष्मण थापा क्षेत्रीलाई पनि एउटै समूहमा प्रतिवादी बनाइएको छ।

सम्पादकीय

माथिल्लो कर्णाली : तीनै तहको सक्रियता आवश्यक

कर्णालीको समृद्धिसँग जोडिएको माथिल्लो कर्णाली जलविद्युत् आयोजना झन्डै दुई दशकदेखि चर्चामा छ । ९ सय मेगावाट विद्युत् उत्पादन गर्ने लक्ष्यसहित अघि बढाइएको आयोजना लगानीको अभाव, कानुनी विवाद र प्रशासनिक प्रक्रियाका कारण लामो समयदेखि अल्झिँदै आएको छ । पछिल्लो समय लगानी संरचना अघि बढाउने सहमति बनेसँगै आयोजना निर्माणको आशा पलाएको छ । तर निर्णय हुनु र निर्माण सुरू हुनु फरक विषय हुन् । अब यसलाई कार्यान्वयनमा लैजान तीनै तहका सरकारको सक्रिय भूमिका आवश्यक छ । आयोजना विकासकर्ता भारतीय कम्पनी जीएमआरले निर्धारित समयमा वित्तीय व्यवस्थापन गर्न नसकेपछि पटकपटक म्याद थपिएको छ । लगानी संरचना परिवर्तनको विषयसमेत विवादमा पर्दा आयोजना लामो समय अनिश्चित रह्यो । यस्तो महत्त्वपूर्ण आयोजना वर्षौंसम्म प्रक्रियामै सीमित रहनु राज्यको कमजोर अनुगमन र जवाफदेहिताको प्रश्न पनि हो । अब सरकारले लगानीकर्तालाई सहजीकरण गर्ने नाममा अनिश्चित समयसम्म पर्खिने होइन, स्पष्ट समयसीमा र जिम्मेवारी तोकेर काम अघि बढाउनुपर्छ ।

आयोजना निर्माणमा संघीय सरकारको भूमिका सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण हुन्छ । लगानी स्वीकृति, अन्तरसरकारी तथा अन्तरदेशीय समन्वय, विद्युत् व्यापार, प्रसारण लाइन र आवश्यक नीतिगत निर्णय समयमै गर्नुपर्छ । प्रदेश सरकारले आयोजनासँग सम्बन्धित स्थानीय आवश्यकता पहिचान गर्ने, पूर्वाधार विकासमा समन्वय गर्ने र प्रभावित समुदायका समस्या समाधानमा सहजीकरण गर्नुपर्छ । त्यस्तै, स्थानीय सरकारले प्रभावित बस्तीका नागरिकको सहभागिता सुनिश्चित गर्ने, मुआब्जा, पुनःस्थापना, स्थानीय रोजगारी र आधारभूत सेवासम्बन्धी समस्या समाधानमा भूमिका खेल्नुपर्छ ।

आयोजनाबाट उत्पादित विद्युत्को १२ प्रतिशत अर्थात् १०८ मेगावाट नेपालले निःशुल्क पाउने र नेपाल विद्युत् प्राधिकरणको २७ प्रतिशत सेयर रहने व्यवस्था सकारात्मक छ । तर यी लाभसँगै स्थानीय नागरिकले पाउने अवसर र आयोजनाले पार्ने सामाजिक तथा वातावरणीय प्रभावलाई पनि उत्तिकै प्राथमिकता दिनुपर्छ । कर्णाली प्राकृतिक स्रोतमा धनी भए पनि विकासका दृष्टिले पछाडि परेको प्रदेश हो । यस्तो अवस्थामा माथिल्लो कर्णालीजस्तो आयोजना अनिश्चितातामा रहनु दुर्भाग्यपूर्ण छ । तीनै तहका सरकारले एकअर्कालाई दोष देखाउने होइन, अधिकार र जिम्मेवारीअनुसार समन्वय गर्नुपर्छ । अब सम्झौता, निर्णय र आश्वासनभन्दा निर्माणको प्रगति देखिनुपर्छ । कर्णालीवासीलाई आयोजनाको नाममात्र नभएर वर्षौंदेखिको अल्झन सल्टिएर काम अगाडी बढेको हेर्ने चाहना छ ।

भाइटीकाको शुभ साइत सार्वजनिक



❐ काँक्रेविहार संवाददाता
काठमाडौं, १७, कात्तिक

यस वर्षको भाइटीकाको शुभसाइत सार्वजनिक भएको छ । नेपाल पञ्चाङ्ग निर्णायक विकास समितिले २०८३ सालको भाइटीकाको उत्तम साइत कात्तिक २५ गते बिहान ११ बजेर ७ मिनेट निर्धारण गरेको हो ।

समितिका सदस्य लक्ष्मण पन्थीका अनुसार यस वर्ष यमपञ्चकका पर्वहरू कात्तिक २० गतेदेखि सुरु हुनेछन् ।

निर्धारित तिथिअनुसार कात्तिक २० गते शुक्रबार धनत्रयोदशी (धन्तेरस) र यमदीपदान गरिनेछ । कात्तिक २१ गते शनिबार काग तिहार तथा धन्वन्तरि जयन्ती मनाइनेछ ।

त्यस्तै, कात्तिक २२ गते आइतबार नरक चतुर्दशी, कुकुर तिहार र लक्ष्मीपूजा परेको छ । कात्तिक २३ गते सोमबार गाईपूजा गरिनेछ ।यसैगरी कात्तिक २४ गते मंगलबार गोवर्धन पूजा, गोरुपूजा, बलिपूजा, हलितिहार तथा म्हपूजा मनाइनेछ । सोही दिनदेखि नेपाल संवत् ११४७ पनि प्रारम्भ हुनेछ ।

हाम्रो शरीरमा डेरा जमाएर बस्ने भाइरस र जोडिएका क्यान्सरको कथा



✍ प्रवेश खतिवडा

हामी धेरैलाई लाग्छ- क्यान्सर चुरोट, रक्सी, खानामा मिसिएको विषादी वा वंशाणुगत रूपमा सरेका डीएनएका गल्तीहरूबाट हुने रोग हो । यी सबै क्यान्सरका कारण हुन् । तर, क्यान्सरका कारण यति मात्रै होइनन् ।

एउटा अर्को पनि कारण छ, जसबारे हामी धेरैलाई थाहा नहुन सक्छ । त्यो हो, भाइरसको संक्रमण । सुन्दा अचम्म लाग्न सक्छ, संसारका हरेक आठमध्ये करिब एक नयाँ क्यान्सरको पछाडि कुनै न कुनै संक्रमणको कारणले हुन्छ ।

रुघाखोकी गराउने धेरैजसो भाइरस हाम्रो शरीरमा स्थायी रूपमा बस्दैनन् । संक्रमण हुन्छ, भाइरसले आफ्नो संख्या बढाउँछ, हाम्रो प्रतिरक्षा प्रणालीले त्यसलाई नियन्त्रण गर्छ र केही समयपछि हामी निको हुन्छौं । तर, सबै भाइरसको कथा यस्तो हुँदैन । केही भाइरस यस्ता पनि हुन्छन्, जसले हाम्रो शरीरमा एकपटक संक्रमण गरेपछि लुकेर वर्षौंसम्म र कतिपय अवस्थामा जीवनभर डेरा जमाएर बस्न सक्छन् ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सर, कलेजोको क्यान्सर, आमाशयको क्यान्सर र अरु केही क्यान्सर यसका उदाहरण हुन् । केही क्यान्सर भाइरसका कारण हुन्छन् र केही ब्याक्टेरियाका कारण । तर, शरीरमा भाइरस हुनु र क्यान्सर हुनु एउटै कुरा होइन ।

आखिर, शरीरमा लुकेर बसेको सामान्य भाइरसले क्यान्सरजस्तो गम्भीर रोग कसरी निम्त्याउँछ ? यसको उत्तर बुझ्नभन्दा पहिले हाम्रो शरीरभित्र क्यान्सर कसरी हुन्छ, त्यो बुझ्न जरुरी हुन्छ ।

क्यान्सर के हो ?

हाम्रो शरीर खर्बौं कोष मिलेर बनेको हुन्छ । हरेक कोषभित्र एउटा निर्देशन पुस्तिका हुन्छ, जसलाई डीएनए भनिन्छ । कोष कहिले बढ्ने, कहिले विभाजित हुने, कहिले आफ्नो काम गर्ने र कहिले नष्ट हुने; नियमन डीएनएमा भएका जिनहरूले गरिरहेका हुन्छन् ।

जस्तै; हात काटियो भने घाउवरिपरिका कोष विभाजित हुन्छन् । घाउवरिपरि नयाँ कोष बनेर घाउ पुर्छन् । घाउ पुरिएपछि कोष विभाजन पनि रोकिन्छ । यसरी शरीरले कोष बनाउने र हटाउने प्रक्रियाबीच सन्तुलन कायम राखेको हुन्छ । आवश्यक पर्दा कोषहरू विभाजित हुन्छन् र काम सकिएपछि रोकिन्छन् । कतिबेला के गर्ने भन्ने निर्देशन कोषभित्रकै डीएनएले गरिरहेको हुन्छ ।

कुनै कारणले डीएनएमा परिवर्तन आयो भने कोष विभाजन बढाउने र त्यसलाई नियन्त्रण गर्ने प्रणालीमा गडबडी हुन सक्छ । सामान्य अवस्थामा कोष विभाजन रोक्नुपर्ने संकेतले काम गर्न छोड्छ वा निरन्तर विभाजित हुन उक्साउने संकेत सक्रिय हुन सक्छन् । डीएनएको क्षति मर्मत गर्ने प्रणालीसमेत बिग्रियो भने यस्ता परिवर्तन अझै थपिँदै जान्छन् ।

यसरी डीएनएका गल्तीहरू थपिँदै जाँदा कोषहरू मनमोजी बन्छन् । निरन्तर विभाजित भइरहेर ट्युमर (गाँठो) बनाउँछन् र शरीरका अरु भागमा पनि फैलिन सुरु गर्छन् । क्यान्सर भनेको नै यही हो- कोषहरूको मनमोजी विभाजन ।

चुरोटको धुवाँ, घामको परावैजनी किरण र केही रासायनिक पदार्थले डीएनएमा यस्तो क्षति गर्न सक्छन् । क्यान्सरको जोखिम बढाउने यी बाहिरी तत्त्वलाई क्यान्सरका कारक तत्त्व वा 'कार्सिनोजिन' भनिन्छ । तर, डीएनएमा परिवर्तन ल्याउने सबै कारण बाहिरबाट आउनु पर्दैन ।

कोष विभाजन हुँदा डीएनएको प्रतिलिपि बनाउने क्रममा पनि गल्ती हुन सक्छ । हाम्रो शरीरले हरेक दिन अर्बौं नयाँ कोष बनाउँछ र प्रत्येकपटक पूरै डीएनएको नयाँ प्रतिलिपि बनाउनुपर्छ । हाम्रा कोषहरू यो काममा निकै सिपालु छन्, तर हजारौं पानाको किताब अनगिन्तीपटक सार्दा कतै न कतै अक्षर छुटिहाल्छ नै ।

त्यसैगरी, केही भाइरसले कोषको विभाजन गर्ने प्रणालीलाई नै अपहरण गर्न सक्छन्: केहीले विशेष जिनका गतिविधि बदल्छन्, केहीले डीएनएमा आफ्नै डीएनए घुसाउँछन् । अनि केही भाइरस डीएनएभित्र छिर्न नसके पनि शरीरका विभिन्न कोषहरूमा जीवनभर लुकेर बस्न सक्छन् । केहीले लुकेका कोषहरूमा निरन्तर सूजन (इनफ्लाममेसन) गराउँछन् र क्यान्सरका लागि अनुकूल वातावरण बनाइदिन्छन् । केही जीवनभर निदाएर बसेका हुन्छन् र शरीरको प्रतिरक्षा प्रणाली तलमाथि भयो भने मात्रै बिउँझन्छन् र आफू लुकेर बसेको कोषको मनमोजी विभाजन सुरु गरिदिन्छन् ।

हाम्रो शरीरमा क्यान्सर गराउन सक्ने क्षमता भएका यस्ता भाइरसलाई अंकोभाइरस भनिन्छ । यिनले गर्ने काम एउटै हुँदैन, तर यिनीहरू सक्रिय भए भने कोषको नियमन बिग्रिन्छ र क्यान्सर बन्न सक्छ ।

भाइरसले क्यान्सर गराउँछ भनेर हामीले थाहा पाएको मान्छेमा होइन, क्यान्सरजन्य भाइरसको खोज एउटा कुखुराबाट सुरु भएको थियो ।

कुखुराको गाँठोमा भेटाइएको क्यान्सरजन्य भाइरस

सन् १९०९ मा एक अमेरिकी किसान छातीमा ट्युमर पलाएको आफ्नो कुखुरा लिएर न्यु योर्कका डाक्टर पेटन राउसकहाँ पुगेका थिए । उनले त्यो ट्युमर निकालेर पिसे । ब्याक्टेरियासम्म छिर्न नसक्ने चाल्नीबाट छाने र छानिएको सफा झोल अर्को स्वस्थ कुखुरामा सुईबाट हाले ।

केही हप्तापछि स्वस्थ कुखुरामा पनि उस्तै ट्युमर पलायो ।

यो साधारण प्रयोग थिएन । ट्युमर पिसेर बनाइएको झोलमा ट्युमरका कोष थिएनन् । ब्याक्टेरिया पनि चाल्नीबाट छानिइसकेका थिए । तैपनि रोग सरेको थियो । त्यसैले राउसले ट्युमर गराउने कारक आफूले देख्न नसकेको, चाल्नीबाट छिर्न सक्ने अत्यन्त सानो कण हुन सक्ने निष्कर्ष निकाले ।

क्यान्सरबाट भाइरसलाई कुनै फाइदा हुँदैन । क्यान्सर आफैं भाइरस फैलाउने उपाय होइन, क्यान्सरले भाइरसलाई अर्को मान्छेसम्म पुऱ्याउँदैन । भाइरसका लागि क्यान्सर एउटा दुर्घटना मात्र हो ।

पछि त्यो कारक भाइरस भएको पुष्टि भयो । त्यसलाई राउस सार्कोमा भाइरस भनियो । तर, त्यस समयका वैज्ञानिकले कुखुरामा भएको यो प्रयोगलाई मानिसको क्यान्सरसँग जोडेर हेर्न सजिलै मानेनन् । भाइरसले पनि क्यान्सर गराउन सक्छ भन्ने विचार स्थापित हुन धेरै समय लाग्यो । भाइरसले क्यान्सर गराउँछ भनेर सन् १९११ मै देखाएका राउसले नोबेल पुरस्कार पाउन अर्को ५५ वर्ष कुर्नुपरेको थियो ।

उसो त भाइरस आफैं पत्ता लागेको इतिहास पनि यस्तै छ । उन्नाइसौं शताब्दीको अन्त्यतिर युरोपका सुर्ती किसानलाई पातमा छिर्केमिर्के दाग देखिने टोबाको मोजाइक रोगले सताएको थियो । रोग लागेको पात पिसेर अर्को स्वस्थ बिरुवामा लगाउँदा रोग सर्थ्यो । तर, माइक्रोस्कोपमा हेर्दा त्यसको कारण हुन सक्ने कुनै ब्याक्टेरिया भेटिँदैनथ्यो ।

सन् १८९२ मा रुसी वैज्ञानिक दिमित्री इभानोभ्स्कीले रोग लागेको पातको रस ब्याक्टेरिया छिर्न नसक्ने चाल्नीबाट छाने । छानिएको रसले पनि रोग सारेपछि उनले रोगको कारक सामान्य ब्याक्टेरियाभन्दा सानो हुन सक्ने सम्भावना देखाए । सन् १८९८ मा डच वैज्ञानिक मार्टिनस बेइजेरिङ्कले उही प्रयोग दोहोऱ्याएर यो ब्याक्टेरियाभन्दा फरक, नयाँ किसिमको रोग सार्ने चीज हो भन्ने निष्कर्ष निकाले र त्यसलाई 'भाइरस' भने ।

भाइरस ल्याटिन शब्द हो र यसको अर्थ विषाणु हुन्छ । राउसले पछि कुखुराको ट्युमरमा पनि यही तरिका प्रयोग गरेका थिए । भाइरसलाई मान्छेले पहिलोपटक आँखाले देख्न भने सन् १९३९ मा इलेक्ट्रोन माइक्रोस्कोपबाट टोबाको मोजाइक भाइरसको तस्वीर नखिचिएसम्म कुर्नुपऱ्यो ।

मान्छेमा भेटिएको पहिलो क्यान्सर भाइरस

सन् १९५० को दशकमा युगान्डामा काम गरिरहेका चिकित्सक डेनिस बर्किटले बालबालिकाको बङ्गारा असामान्य रूपमा सुन्निने एउटा आक्रामक क्यान्सर देखेका थिए । अफ्रिकाका विभिन्न क्षेत्रमा यो रोग कहाँ बढी देखिन्छ भनेर नक्सामा उतार्दा उनले एउटा भौगोलिक ढाँचा भेटे । गर्मी र धेरै वर्षा हुने, लामखुट्टे धेरै हुने र औलो व्यापक रूपमा फैलिने क्षेत्रमा यो क्यान्सर बढी देखिन्थ्यो ।

बर्किटले लामखुट्टेले सार्ने कुनै संक्रमण यस रोगसँग सम्बन्धित हुन सक्ने अनुमान गरे । उनले देखेको बङ्गाराको क्यान्सरलाई अहिले 'बर्किट लिम्फोमा' भनिन्छ । यसको कारण भने लामखुट्टेले सिधै क्यान्सर गराउने भाइरस सार्ने कुरा नभई औलो र अर्को भाइरसबीचको जटिल सम्बन्ध रहेको केही वर्षपछि मात्रै थाहा भयो ।

सन् १९६१ मा लन्डनमा बर्किटले आफ्नो खोजबारे प्रस्तुत गर्दा दर्शकदीर्घामा रोगको कारण खोजिरहेका एन्थोनी एप्स्टेन पनि थिए । उनले बर्किटबाट क्यान्सरका नमुना मगाएर अनुसन्धान सुरु गरे ।

सन् १९६४ मा उनी र उनका सहकर्मी बर्ट अचोङ र इभोन बारले इलेक्ट्रोन माइक्रोस्कोपमा हेर्दा क्यान्सर कोषभित्र एकखाले भाइरस भेटाए । मान्छेमा क्यान्सरसँग जोडिएको पहिलो भाइरसलाई आज हामी एप्स्टेन-बार भाइरस वा छोटकरीमा 'ईबीभी' भन्छौं ।

आज ईबीभीले मानिसको शरीरमा कस्तो भूमिका खेल्छ भन्ने धेरै कुरा बुझिसकिएको छ । तर, यसको कथाभन्दा पहिले एउटा महत्त्वपूर्ण कुरा विचार गर्नुपर्छः शरीरमा भाइरसले संक्रमण गर्नु, कोषहरूमा डेरा जमाएर बस्नु र त्यसबाट क्यान्सर बन्नु तीन फरक-फरक घटना हुन् ।

अंकोभाइरस अरु भाइरसभन्दा के फरक छन् ?

क्यान्सर गराउन सक्ने ईबीभीजस्ता भाइरसहरूलाई अंकोभाइरस भनिन्छ । ग्रीक शब्द 'ओन्कोस'को अर्थ ट्युमर वा गाँठो हो, अर्थात् ट्युमर बनाउन सक्ने भाइरस । अहिलेसम्म मान्छेमा क्यान्सरसँग पक्का जोडिएका सात भाइरस भेटिएका छन् । तर, यिनलाई बुझ्नभन्दा पहिले अरु भाइरसहरू कस्ता हुन्छन्, त्यो बुझ्नुपर्छ ।

भाइरस आफैंमा निर्जीव कण हो, आफै बाँच्न र आफ्नो संख्या बढाउन सक्दैन । त्यसका लागि यसलाई जीवित कोष चाहिन्छ । यसले कुनै जीवित कोषभित्र पसेर त्यही कोषको यन्त्र प्रयोग गरेर मात्रै आफ्ना प्रतिलिपि बनाउन सक्छ ।

रुघाखोकी, इन्फ्लुएन्जा वा कोभिडका भाइरस छोटो बसाइका पाहुना हुन् । कोषमा पस्छन्, धेरै प्रतिलिपि बनाउँछन्, कोषलाई फुटाएर मार्छन् र अर्को मान्छे खोज्दै निस्किहाल्छन् । त्यसपछि शरीरको प्रतिरक्षा प्रणालीले तिनलाई नियन्त्रण गर्छ र केही दिनमै धपाइहाल्छ । प्रतिरक्षा प्रणालीमा संक्रमणको प्रभाव र स्मरण भने लामो समयसम्म बसिरहेको हुन्छ ।

तर, हर्पिस परिवारका ईबीभीजस्ता केही भाइरसले भने संक्रमणपछि आफ्नो आनुवंशिक सामग्री (डीएनए) शरीरका कोषमा निष्क्रिय अवस्थामा कायम राख्न सक्छन् । तिनले कोष तुरुन्तै मार्दैनन्, बरु त्यसैभित्र डेरा जमाएर वर्षौंसम्म बस्छन् । यस अवस्थालाई सुषुप्त संक्रमण भनिन्छ । यस्तो भाइरस समय-समयमा पुनः सक्रिय हुन सक्छ, यद्यपि त्यसले सधैं लक्षण देखाउँछ भन्ने हुँदैन । यस्ता भाइरसका लागि जति धेरै कोष, उति धेरै घर । त्यसैले त तिनले कोषलाई विभाजित हुन उक्साउँछन्- गाडीको ब्रेक खुकुलो पारेर एक्सिलेरेटर थिचेजस्तै । हेपाटाइटिसका भाइरसजस्तै केहीले भने त्यसो गर्दैनन्, बरु कलेजोलगायतका अंगहरूमा वर्षौंसम्म घाउ र सुजन (इनफ्लामेसन) गराइराखेर क्यान्सरको बाटो सजिलो बनाउँछन् । सबै क्यान्सरजन्य भाइरसले एउटै तरिकाले काम गर्दैनन् ।

तर, शरीरमा भाइरसले डेरा जमाएर बसेको छ भन्दैमा मात्रै क्यान्सर हुँदैन । हाम्रो शरीरको प्रतिरक्षा प्रणालीमा 'टी-सेल' नामका कोषहरू हुन्छन्, जसले शरीरको पहरेदारको काम गर्छन् । यिनीहरू अस्वाभाविक व्यवहार गर्ने कोषहरूलाई खोज्दै बसेका हुन्छन् र थाहा पाउनेबित्तिकै मारिदिन्छन् ।

त्यसैले त हामी धेरैमा अंकोभाइरस भए पनि धेरैजसोलाई कहिल्यै क्यान्सर हुँदैन । भाइरसले उक्साइरहेको कोषमा अरु गल्ती पनि थपिँदै जाँदा र प्रतिरक्षा प्रणालीले बिग्रिएका कोषहरूलाई समात्न नसक्दा मात्रै क्यान्सर हुन्छ । त्यसैले भाइरसजन्य क्यान्सर प्रायः संक्रमण भएको दशकौंपछि, धेरैजसो बुढेसकालमा देखा पर्छ, जब शरीरका पहरेदारहरू थाकिसकेका हुन्छन् । रोचक कुरा त के छ भने, क्यान्सरबाट भाइरसलाई कुनै फाइदा हुँदैन । क्यान्सर आफैं भाइरस फैलाउने उपाय होइन, क्यान्सरले भाइरसलाई अर्को मान्छेसम्म पुऱ्याउँदैन । भाइरसका लागि क्यान्सर एउटा दुर्घटना मात्र हो ।

संसारका अधिकांश मानिसमा ईबीभी भाइरस छ, तर थोरैलाई मात्रै क्यान्सर हुन्छ । हामीले थाहा पाएको ईबीभीबाहेक अरु ६ वटा भाइरस र एउटा ब्याक्टेरियाले क्यान्सर गराउन सक्छन् । हामी प्रायः सबैको शरीरमा डेरा जमाएर बस्ने यिनै क्यान्सरजन्य भाइरस, तिनले गराउने क्यान्सर र बाँच्ने उपायका बारेमा म अर्को भागमा लेख्नेछु ।

लक्ष्मण पौडेलको प्रेरणादायी यात्राः

बाल समूहदेखि सरकारी सेवासम्म

काँक्रेविहार संवाददाता
सुर्खेत, १७ कात्तिक

परिचयः पञ्चपुरी नगरपालिका-३, तोक्मा निवासी २६ वर्षीय लक्ष्मण पौडेलको जीवनयात्रा बाल तथा युवा सहभागिता, सामाजिक सचेतना, सीप विकास र सरकारी सेवा प्रवेशसंग जोडिएको एक प्रेरणादायी उदाहरण हो। कमजोर आर्थिक अवस्था भएको परिवारबाट आएका पौडेलले आवाज संस्था सुर्खेतद्वारा सञ्चालित परियोजना मार्फत प्राप्त अवसर, सीप र प्रोत्साहनलाई आफ्नो निरन्तर मेहनतसंग जोड्दै आज पशु स्वास्थ्य प्राविधिकका रूपमा सार्वजनिक सेवामा कार्यरत छन्।





बाल समूहबाट युवा नेतृत्वसम्मः लक्ष्मण पौडेल आवाजले सञ्चालन गरेको (पञ्चपुरी नगपालिका) कार्यक्रम अन्तर्गत गठित बाल समूहमार्फत सामाजिक गतिविधिमा आबद्ध भएका थिए। पछि उनी युवा समूहमा आबद्ध भए र २०७५ सालमा 'महिला तथा बालबालिकालाई न्यांयमा पहुंच परियोजना' अन्तर्गत गठन भएको २० सदस्यीय त्रिवेणी युवा समूहको अध्यक्षको जिम्मेवारी सम्हाले। विभिन्न विषयमा क्षमता विकास तालिम प्राप्त गरेका उनले युवा समूह तथा सञ्जालको नेतृत्व गर्दै समुदायमा सकारात्मक परिवर्तनका लागि सक्रिय भूमिका निर्वाह गरे। समुदायमा सचेतनाका अभियानः अध्यक्षका रूपमा पौडेलले बाल तथा महिला अधिकारको संरक्षण, बालविवाह, घरेलु हिंसा, बाल यौन शोषण, लागुपदार्थ दुर्व्यवहार, दुर्व्यसन र मानव बेचबिखन, अन्य हानिकारक प्रथाहरूविरुद्ध आवाज उठाए। साथै लैङ्गिक समानता, मानवअधिकार, दिगो विकास लक्ष्य र वातावरण संरक्षणका क्षेत्रमा पनि समुदायलाई सचेत गराउने काम गरे। उनले युवा दिवसजस्ता कार्यक्रमको आयोजना गरि वृक्षारोपण अभियान गरे, समुदायमा घरदैलो अभियान सञ्चालन गर्नुका साथै विद्यालय, वडा र नगरपालिकाले आयोजना गर्ने विभिन्न कार्यक्रममा सक्रिय सहभागिता जनाए।

सीपसंगै आयआर्जनको बाटोः आवाज संस्थाले युवालाई सामाजिक अभियानसंगै आर्थिक रूपमा सक्षम बनाउन उद्यमशीलतामा पनि जोड दिएको थियो। सोही क्रममा पौडेल युवा उद्यमीका रूपमा छनोट भए र संस्थाको रु. १०,००० लगानीमा बोकालाई खसी पार्न आवश्यक भेटेरिनरी सामग्री र सीप प्राप्त गरे। ती सामग्रीको प्रयोग गर्दै उनले किसानको घरदैलोमै पुगेर सेवा दिन थाले, जसबाट आयआर्जनसंगै पशु स्वास्थ्यसम्बन्धी व्यावहारिक ज्ञान र अनुभव पनि हासिल गरे। घरको जेठो छोरा भएकाले पारिवारिक जिम्मेवारी पनि उनकै काँधमा थियो। तीन वर्षअघि बुबाको निधन भइसकेको र परिवारमा आमा, बहिनी र आफू गरी तीन जना मात्र रहेको अवस्थामा संस्थाबाट प्राप्त सहयोगले उनलाई ठूलो राहत मिल्यो। कठिन परिस्थितिका बाबजुद उनले पढाइलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखे।वक्तृत्वकलाबाट आत्मविश्वासः पौडेलको क्षमता नेतृत्व र रोजगारीमा मात्र सीमित रहेन। सन् २०१९ मा त्रिवेणी युवा समूहको प्रतिनिधित्व गर्दै राष्ट्रिय युवा सम्मेलनमा सहभागी भएका उनले भक्तपुरको बोडेमा आयोजित 'मेरो सपनाको देश नेपाल' शीर्षकको वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा कर्णाली प्रदेशबाट प्रतिनिधित्व गर्दै प्रथम हुन सफल भए। यी उपलब्धिले उनको आत्मविश्वास अझ बलियो बनायो र युवाको आवाजलाई राष्ट्रिय मञ्चमा पुर्याउने अवसर दियो।

मेहनतको परिणामः सरकारी सेवामा प्रवेशः यही आत्मविश्वासका साथ उनले लोकसेवा आयोगको तयारी गरे। युवा समूहबाट सिकेको सामाजिक ज्ञान, उद्यमशीलताको व्यावहारिक अनुभव र अध्ययनप्रतिको निरन्तरताले उनलाई सफलतातर्फ डोर्यायो। उनी पशु स्वास्थ्य क्षेत्रमा लोकसेवा आयोगबाट सिफारिस भई सहायक पांचौ तहको सेवामा प्रवेश गर्न सफल भए। २०८० साल जेठ १ गते कर्णाली प्रदेश लोकसेवा आयोगबाट सिफारिस भएपछि जेठ २ गते मुगुको सोरु गाउंपालिकामा नियुक्त भई सेवा सुरु गरे। त्यसपछि २०८१ साल माघ २७ गते आफ्नै पञ्चपुरी नगरपालिकामा सरुवा भई हाल पशु स्वास्थ्य प्राविधिकका रूपमा कार्यरत छन्।

अरूलाई सीप सिकाउने भूमिकामाः एक समय संस्थाको सहयोगबाट सीप र सामग्री पाएका पौडेल आज आफैं अरूलाई सीप हस्तान्तरण गर्ने अवस्थामा पुगेका छन्। आवाज संस्था र तम्जः क्षक्भ्च्भ्इच्रप्ज्भ को आर्थिक सहयोगमा सञ्चालित कार्यक्रमअन्तर्गत आयोजित तीन दिने 'बाख्रा पालन व्यवसायीक सीप विकास तालिम' मा उनी पशु स्वास्थ्य प्राविधिक तथा प्रशिक्षकका रूपमा सहभागी भए। आफ्नो अनुभव र प्राविधिक ज्ञान अरू युवासंग बांड्न पाउंदा आफूलाई खुसी लागेको उनले बताएका छन्।

सहजीकरण र समग्र प्रभावः यस यात्रामा आवाज संस्थाका कर्मचारीहरुको समन्वय, सहकार्य, उत्प्रेरण र सहजीकरणले युवा समूहका गतिविधि, क्षमता विकास र नेतृत्व विकासमा निरन्तर हौसला प्रदान गर्यो। पञ्चपुरी नगरपालिकामा सञ्चालित यस परियोजनाले बालबालिकाको क्षमता विकास, भविष्यको योजना निर्माण र लक्ष्य निर्धारण सम्बन्धी तालिम उपलब्ध गराएको परिणामस्वरूप आज पौडेलजस्तै बाल समूहका २४ जना बालबालिका सरकारी सेवामा प्रवेश गरिसकेका छन्।

लक्ष्मण पौडेलको सन्देशः "युवा अवस्थामा सही अवसर र मार्गदर्शन पायो भने आफ्नो जीवन परिवर्तन गर्न सकिन्छ। आवाज संस्थासंग जोडिएपछि मैले सामाजिक विषयमा बोल्ने, नेतृत्व गर्ने, सीप सिक्ने र आयआर्जन गर्ने अवसर पाए। संस्थाको सहयोग र आफ्नै मेहनतले आज सरकारी सेवामा पुग सफल भएको छु। अहिले आफूले सिकेको ज्ञान र सीप अरू युवालाई बाँड्न पाउंदा अझ खुसी लाग्छ।" लक्ष्मण पौडेलको कथाले उचित अवसर, आवश्यक सीप, निरन्तर मेहनत र आत्मविश्वास पाए बालबालिका तथा युवाले आफ्नो जीवनसंगै परिवार र समुदायमा समेत सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन सक्छन् भन्ने सन्देश दिन्छ।

६ वर्षदेखि विद्यालय भवन अलपत्र

काँक्रेविहार संवाददाता
दैलेख, १७ कात्तिक

दैलेखको ठाँटीकाँध गाउँपालिका-२, प्याडुलीस्थित दशरथ माध्यमिक विद्यालयको निर्माणाधीन भवन छ वर्ष बितिसक्दा पनि सम्पन्न हुन सकेको छैन। ठेकेदार कम्पनीको लापर्बाहीका कारण विद्यालय भवन अलपत्र परेको हो।

ठेकेदारले काम अलपत्र छाडेपछि विद्यालयको आठकोठे भवन निर्माणका लागि छ वर्षअघि भवन निर्माणका लागि २०७६ मा विजय कन्स्ट्रक्सन, सुर्खेतसँग सम्झौता भए पनि हालसम्म निर्माणले पूर्णता पाउन सकेको छैन। कर्णाली प्रदेश सरकारबाट ७५ लाख रुपियाँ र गाउँपालिकाबाट आठ लाख रुपियाँ बजेट विनियोजन भएको विद्यालयका प्रधानाध्यापक अमरबहादुर शाहीले बताए।

उनले पर्याप्त बजेट विनियोजन भए पनि ठेकेदार कम्पनीले समयमै काम सम्पन्न नगर्दा विद्यालय भवन प्रयोगविहीन अवस्थामा पुगेको बताए। उनले ठेकेदार कम्पनीकै लापर्बाहीले निर्माणमा ढिलाइ भएको जनाए।

भवन निर्माणमा भइरहेको ढिलाइबारे पटक पटक सम्बन्धित निकायको ध्यानाकर्षण गराउँदा पनि सुनुवाइ नभएको प्रधानाध्यापक शाहीले बताए। उनले २०८१ भदौमा यस विषयमा अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगमा उजुरी परेपछि आयोगको टोली मङ्सिरमा विद्यालयमा पुगेको बताए। उनले भवन निर्माण आगामी पुस मसान्तसम्म सम्पन्न गर्ने सहमति भएको भए पनि तोकिएको समयसीमाभित्र काम पूरा हुने बताए। "विद्यालयका पुराना भवनसमेत जीर्ण अवस्थामा छन्। विद्यार्थी त्यस्ता कोठामा बसेर पढ्न डराउँछन्। नयाँ भवन पनि निर्माण सम्पन्न नहुँदा कक्षा १ देखि १० सम्मका विद्यार्थीलाई जम्मा नौ वटा कोठामा कोचाकोच गरेर पढाउनुपर्ने बाध्यता छ," प्रधानाध्यापक शाहीले भने।

६८ रोपनीमा गाँजा नष्ट

काँक्रेविहार संवाददाता
हुम्ला, १७, कात्तिक

जिल्ला प्रहरी कार्यालय र मताहतका प्रहरी चौकीले नयाँ आर्थिक वर्षको साउन महिनादेखि कात्तिक १० गतेसम्म ६८ रोपनी बाँझो जग्गामा उम्रिएको गाँजा नष्ट गरेको छ।

लागु औषध दुर्व्यसनभित्र गाँजा पर्ने भएको कारण जिल्ला प्रहरी कार्यालय र मताहतका प्रहरी चौकीहरुले उक्त गाँजा नष्ट गरेको हो।

अभियानका रुपमा सञ्चालन गरिएको कार्यक्रमबाट ६८ रोपनी बाँझो जग्गामा आफै उम्रिएको गाँजा नष्ट गर्न प्रहरी सफल भएको प्रहरी नायब उपरीक्षक शंकर खड्काले बताए। यो कार्य जिल्ला प्रहरी कार्यालय र जिल्लाका अन्य सोह्र वटा प्रहरी चौकीले गरेको उनले बताए। जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरीहरुले साउन महिनायता दैनिकजसो बाहिर निस्केर गाँजा नष्ट गर्ने कार्य गर्दै आएको छ। यो अभियानबाट हालसम्म ७३ हजार ९१० बोट गाँजा नष्ट गरिएको छ। यो गाँजा नष्ट गर्ने अभियानमा सात सयभन्दा बढी प्रहरी जनशक्ति खटिए थिए। युवा तथा बालबालिका गाँजाको लतमा नफसुन भनेर यसलाई नष्ट गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयले बताएको छ। प्रहरीले गाँजा नष्ट गर्ने अभियान सञ्चालन गरेको र अब स्थानीयस्तरबाट पनि यसलाई सहयोग गर्नुपर्ने उनको भनाइ छ।

जनहितमा जारी सन्देश

चिसो मौसममा विशेषगरी बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक, गर्भवती महिला तथा दीर्घरोगीहरू बढी प्रभावित हुन सक्ने भएकाले आफ्नो स्वास्थ्य र सुरक्षामा विशेष ध्यान दिनुहुन अनुरोध छ ।

चिसोबाट जोगिन अपनाउनुपर्ने सावधानीहरू :

१. न्यानो तथा बाक्लो कपडा लगाउने र शरीरलाई न्यानो राख्ने।
२. बिहान-बेलुका अनावश्यक रूपमा घरबाहिर ननिस्कने।
३. बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिकलाई चिसोबाट विशेष सुरक्षा गर्ने।
४. तातो तथा पोषिलो खानेकुरा र झोलिलो पदार्थ पर्याप्त सेवन गर्ने।
५. चिसोबाट बच्न आगो ताप्दा हावा आवतजावत हुने व्यवस्था मिलाउने। बन्द कोठामा आगो नबाल्ने।
६. तातो पानीले हातखुट्टा धुने तथा व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने।
७. चिसोका कारण स्वास्थ्य समस्या देखिएमा नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने।
८. विपन्न, असहाय तथा जोखिममा रहेका व्यक्तिहरूको सहयोग र संरक्षणमा ध्यान दिने।

चिसोबाट आफू पनि बचौं, परिवार र समुदायलाई पनि सुरक्षित राखौं।

शे -फोक्सुण्डो गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
साल्दाङ, डोल्पा, कर्णाली प्रदेश, नेपाल

डिजिटल युगको विश्वसनीय आवाज
www.kankrebihar.com

खेलकुद रिपोर्टिङ सम्बन्धी अभिमुखीकरण

काँक्रेविहार संवाददाता

सुर्खेत, १७ कात्तिक

कर्णाली प्रदेशमा आगामी मंसिर १६ देखि २७ गतेसम्म आयोजना हुने १०औँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको प्रचारप्रसार तथा खेलकुदसम्बन्धी समाचार सम्प्रेषणलाई सहज बनाउन पत्रकारका लागि अभिमुखीकरण कार्यक्रम आयोजना गरिएको छ। नेपाल पत्रकार महासंघ सुर्खेत शाखाको समन्वय र राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् प्रचारप्रसार उपसमितिको आयोजनामा मंगलबार खेलकुद रिपोर्टिङसम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम गरिएको हो। कार्यक्रममा ३५ भन्दा बढी पत्रकार सहभागी थिए। कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै कर्णाली प्रदेशका सामाजिक विकासमन्त्री जितबहादुर मल्लले प्रतियोगिता सफलतापूर्वक सञ्चालन गर्न सबै पक्षले हातेमालो गरेर अघि बढ्नुपर्ने बताए।



राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता कर्णालीको प्रतिष्ठासँग जोडिएको विषय भएकाले यसको सफल आयोजनाका लागि सबैको सहयोग आवश्यक रहेको उनको भनाइ थियो। कर्णाली खेलकुद परिषद्का उपाध्यक्ष प्रमोद हमालले प्रतियोगिताको ३० दिने काउन्टडाउन सुरु गरेर तयारीलाई व्यापक बनाइएको बताए। प्रतियोगिता नजिकिँदै गर्दा आवश्यक तयारी र प्रचारप्रसारका गतिविधिलाई तीव्रता दिइएको उनको भनाइ थियो। यस्तै, १०औँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता प्रचारप्रसार उपसमितिका संयोजक मोनालिसा खुम्बुले प्रतियोगितालाई भव्य र सभ्य बनाउन सञ्चारकर्मीको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुने बताइन्।

प्रतियोगिताको तयारी तीव्र भइरहेको उल्लेख गर्दै उनले प्रचारप्रसारलाई प्रभावकारी बनाउन सञ्चारकर्मीलाई अभिमुखीकरण गरिएको जानकारी दिइन्। १०औँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको मुख्य आयोजक संघीय सरकार र सहआयोजक कर्णाली प्रदेश सरकार रहेका छन्। प्रतियोगिता आगामी मंसिर १६ देखि २७ गतेसम्म कर्णालीमा सञ्चालन हुँदैछ। अभिमुखीकरणमा कोसराज दाहाल, यलु जोसी र पवन आचार्यले प्रशिक्षण दिएका थिए। खेलकुदसम्बन्धी समाचार संकलन, लेखन तथा सम्प्रेषणमा पत्रकारलाई सहज बनाउनु कार्यक्रमको उद्देश्य रहेको आयोजकले जनाएको छ।

१२ वर्षमा...

घरपरिवारका बालबालिका समेटिएका थिए। अध्ययनमा १२ दशमलव ५ प्रतिशत बालबालिकामा पुड्कोपन, ६ प्रतिशतमा उमेरअनुसार कम तौल र ४ दशमलव ८ प्रतिशतमा ख्याउटेपन पाइएको थियो। अध्ययनमा सहभागी ६२ दशमलव ५ प्रतिशत घरपरिवारले पिउने पानी शुद्धीकरण नगर्ने गरेको पनि उल्लेख छ।

कुपोषण न्यूनीकरणका लागि कर्णालीमा सरकारी कार्यक्रम र लगानी पनि हुँदै आएका छन्। २०७६ असारदेखि २०८१ असारसम्म प्रदेश र संघीय सरकारले बालबालिकाको पोषण सुधारका लागि १ अर्ब ३ करोड रुपैयाँ खर्च गरेको जनाएको छ। तर सोही पाँच वर्षमा कालीकोट, जुम्ला, हुम्ला, मुगु र डोल्पामा ५२ हजार ४४० बालबालिका कुपोषित भेटिएका थिए। सुर्खेत, सल्यान, रुकुम, दैलेख र जाजरकोटमा पनि २६ हजार ४४२ बालबालिकामा कुपोषण देखिएको थियो।

सरकारले ६ देखि २३ महिनाका बालबालिकालाई पोषणयुक्त लिटो खुवाउने बालभिटा कार्यक्रम, पाँच जिल्लाका १४८ स्वास्थ्य संस्थामार्फत गर्भवती र बालबालिकालाई पोषणयुक्त पिठो वितरण गर्ने आमा तथा बाल स्वास्थ्य र पोषण कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ। बहुक्षेत्रीय पोषण कार्यक्रमका लागि संघीय सरकारले आर्थिक वर्ष २०७७/७८ देखि २०८०/८१ सम्म ५९ करोड ३४ लाख ६४ हजार रुपैयाँ खर्च गरेको छ।

कर्णाली प्रदेशको दोस्रो पञ्चवर्षीय योजनाले २०८०/८१ देखि २०८४/८५ सम्म तेस्रो बहुक्षेत्रीय पोषण योजना कार्यान्वयन गर्ने, पोषणयुक्त प्रदेश कार्यक्रम, शीघ्र कुपोषणको एकीकृत व्यवस्थापन र पोषणमैत्री स्वास्थ्य संस्था विस्तार गर्ने लक्ष्य राखेको छ। तर लगानी र कार्यक्रमका बाबजुद कुपोषणको अवस्था अपेक्षित रूपमा सुधार हुन नसकेको देखिन्छ। प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालयकै तथ्यांकअनुसार कुपोषित बालबालिकाको संख्या आर्थिक वर्ष २०७६/७७ मा ९ हजार ५८४ रहेकामा २०८०/८१ मा ९ हजार ४६९ थियो। बालरोग विशेषज्ञ डा. नवराज केसी बालविवाह, किशोरावस्थामै गर्भधारण, गरिबी, महिनावारी विभेद र पोषणयुक्त खानामा पहुँचको कमीलाई सम्बोधन नगरी पोसिलो पिठो वितरणले मात्रै कुपोषण घटाउन नसकिने बताउँछन्। 'जबसम्म आमाको पोषणको ख्याल गरिँदैन तबसम्म बच्चा स्वस्थ जन्मिँदैन,' उनी भन्छन्, 'बच्चा कुपोषित भयो भनिरहँदा कर्णालीमा कति आमा कुपोषित छन् र किन भइरहेका छन् भन्ने कुराको अध्ययन गरेर योजना बनाउन आवश्यक छ।'

मतदाता नामावली अद्यावधिक : बाँकेमा तीन हजार ५० को नाम हट्यो

काँक्रेविहार संवाददाता

बाँके, १७ कात्तिक

मतदाता नामावली अद्यावधिक गर्दा कूल तीन हजार पचास मतदाताको नाम मतदाता सूचीबाट हटाइएको छ।



बाँकेमा मृत्यु भएका र दोहोरो मतदाता नामावलीमा नाम रहेका व्यक्तिको विवरण अद्यावधिक गर्नेक्रममा तीन हजार ५० जनाको नाम मतदाता नामावलीबाट हटाइएको जिल्ला निर्वाचन कार्यालयका प्रमुख टेकबहादुर शाहीले जानकारी दिए।

उनका अनुसार मतदाता नामावली अद्यावधिक कार्यविधि, २०८१ ले निर्दिष्ट गरेको प्रक्रियाअनुसार २०८३ भदौ १५ गतेसम्म सङ्कलन तथा अद्यावधिकका लागि प्राप्त विवरण समावेश गरी उक्त नाम हटाइएको हो।

"मृत्यु भएको भनेर स्थानीय तहले प्रमाणित गरेर पठाएपछि मृत्यु भएका र दुई जिल्ला वा दुई स्थानमा दोहोरो नामावली फेला परेका मतदाताको नाम हटाइएको छ", प्रमुख शाहीले भने।

मतदाता नामावली अद्यावधिक गर्दा सबैभन्दा धेरै नेपालगञ्ज उपमहानगरपालिकाबाट मात्रै ८२० जनाको नाम हटाइएको छ।

त्यस्तै, कोहलपुर नगरपालिकाबाट ७६६ जना, राप्तीसोनारी ३७१, डुडुवा, १७७, खजुरा ३२०, बैजनाथ २८९, जानकी १८६ र नरैनापुर गाउँपालिकाबाट १२१ जनाको नाम मतदाता नामावलीबाट हटाइएको छ।

जिल्ला निर्वाचन कार्यालय, बाँकेका अनुसार विसं २०८२ चैत २२ देखि २०८३ असोज २२ सम्म अनलाइन आवेदनबाट तीन हजार ४९६ र राष्ट्रिय परिचयपत्रमार्फत १० हजार ४०१ गरी कूल १३ हजार ८९७ जनाले मतदाता परिचयपत्रका लागि नाम दर्ता गरेका थिए। यसमध्ये छ हजार ७१३ महिला र सात हजार १८४ पुरुष छन्।

अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोगको कार्यालय सुर्खेतको अनुरोध

कुनै सार्वजनिक निकायबाट सेवा लिने क्रममा तपाईसँग कुनै कर्मचारी वा बिचौलियाले बहाना बनाई गैर कानूनी रूपमा घुस/रिसवत मागेको वा सार्वजनिक निकायहरूमा भ्रष्टाचारजन्य कसूर भएको सूचना/जानकारी भएमा निम्न माध्यमबाट सम्पर्क गर्नुहुन वा उजुरी दिनुहुन अनुरोध गर्दछौं।

कार्यालय प्रमुख	चौबिसै घण्टा उपलब्ध हुने मोवाइल नं.	सूचना अधिकारी
९८५८०५२६६६	९८५८०५३४२२	९८५८०७३६६६

इमेल : ciaasurkhet@gmail.com / ciaa.surkhet@ciaa.gov.np

भ्रष्टाचार नियन्त्रण र सुशासन प्रवर्द्धनमा अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोगको कार्यालय सुर्खेत र काँक्रेविहार राष्ट्रिय दैनिक बिचको समझदारीमा।

सूचना, समाचार तथा विज्ञापनको लागि ९८५१३४४७५४ मा सम्पर्क गर्नुहोला।

वीरेन्द्रनगर डेन्टल केयर होम
वीरेन्द्रनगर ६, हटियाचोक सुर्खेत
मा उपलब्ध अत्याधुनिक दन्त उपचार सेवाहरू:→
विश्वस्तरीय प्रविधि र अनुभवी दन्त चिकित्सकद्वारा सेवा
१. पूर्ण दन्त परीक्षण: मुख र दाँतको विस्तृत जाँच।
२. दाँत सफाई: अत्याधुनिक प्रविधिद्वारा दाँत र गिजाको सफाई।
३. दाँत भर्ने र जरादेखि उपचार (RCT): किराले खाएको दाँतको सुरक्षित उपचार।
४. दाँत रोप्ने (Dental Implant): हराएको दाँतको स्थायी र प्राकृतिक समाधान।
५. दाँत बाँध्ने (Braces): टेढोमेढो दाँतलाई सिधा र आकर्षक बनाउने।
६. नक्कली दाँत राख्ने (Crown/Bridge/Denture): हराएको दाँतको सट्टा नक्कली दाँत राख्ने।
७. दाँत निकाल्ने: सामान्य र जटिल प्रकारका दाँत निकाल्ने सेवा।
८. लेजर र कस्मेटिक उपचार: आधुनिक प्रविधिबाट दाँत र मुस्कानलाई सुन्दर बनाउने।
९. बाल दन्त चिकित्सा: बालबालिकाहरूको दन्त स्वास्थ्यको विशेष हेरचाह।
तपाईंको दन्त स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित जुनसुकै समस्याको लागि हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
आधुनिक प्रविधि | सुरक्षित उपचार | उत्कृष्ट सेवा
सम्पर्क : स्थान: वीरेन्द्रनगर ६, हटिया चोक, सुर्खेत फोन नम्बरहरू: ९८५८०५११६४, ९८५८०६१७६९, ९७१२०५५५६५

सम्पूर्ण छपाईका काम एकै ठाउँमा
GLOBAL OFFSET PRESS
लेबल स्टिकर, ब्रोसर पम्पलेट, क्यालेडर, पोस्टर
सरकारी फारम, भौचर, चलानी, बिलबुक
पुस्तक, नोटबुक, डायरी, रसीद, क्यागोजिन, पत्रिका
आईडी कार्ड, बिजिटिङ कार्ड, निमन्त्रणा पत्र, फ्लेक्स, ब्यानर
offsetpressg@gmail.com
वीरेन्द्रनगर-३ सुर्खेत
४८५८०५४४८११, ४८५८०५५५६२६
गुणस्तर हाम्रो प्रतिबद्धता, सन्तुष्टि हाम्रो लक्ष्य।
समयमै गुणस्तरीय सेवा | उच्च गुणस्तरको छपाई | अनुभवी टोली | ग्राहक सन्तुष्टि हाम्रो प्राथमिकता

काँक्रेविहार प्रकाशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, प्रधान कार्यालय : वीरेन्द्रनगर-६, सुर्खेत, फोनः ०८३-५९०१११/९८५१३४४७५४/९८६४८८०६००,
Email : ekankrebihardaily@gmail.com, web : kankrebihar.com सम्पादक : सुशीलराज शर्मा, कार्यकारी सम्पादक : नविन सुवेदी, मुद्रण : मिसन अफसेट प्रेस (बाँके), ग्लोबल अफसेट प्रेस (सुर्खेत)