नेपाल सरकार
सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय
(वातावरण तथा विपद् समन्वय शाखा)
सिंहदरबार, काठमाण्डौ

फोन नं. ४२००३१६
www.mofaga.gov.np
Email:cdms.mofaga@gmail.com

प.सं.:-२०८२/८३
च.नं.:- वा.त.वि.व्य./ ५१

मिति:२०८२/०८/०५
नेपाल संवत् ११४६ थिंल्लाथ्व

श्री स्थानीय तह, (सबै)

विषय: शीत लहर तथा चिसोबाट हुने क्षती न्यूनीकरण सम्बन्धमा ।

जाडो यामको समयमा खास गरी तराईका जिल्लामा चिसो तथा शीतलहर, हिमाली जिल्लामा हिमपात र अन्य जिल्लामा चिसोबाट मानिसको असाबधानीको कारणबाट स्वाँस प्रस्वास, रुघाखोकी, निमोनिया जस्ता स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याबाट धेरै मानिस विरामीहुने र केहीको मृत्युसमेत हुनेगरेको छ। यस वर्ष पनि जाडोयाममा विगत वर्षमा जस्तै मौसमको प्रतिकुलता र वातावरणमा आउने परिवर्तनबाट शीतलहर चल्न सक्ने तथा चिसोका कारण मानव स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्नसक्ने हुँदा देहाय बमोजिम व्यवस्था मिलाउनहुन मिति २०८२/०८/०५ को निर्णयानुसार अनुरोध छ ।

१. जाडोयाममा हुनसक्ने स्वस्थ्य समबन्धी समस्यालाई न्यूनीकरण गर्न जनचेतनामूलक कार्यक्रम स्वास्थ्य विषयगत महाशाखा/शाखाले तत्काल सञ्चालन गर्ने र स्वास्थ्यकर्मी तथा औषधि तयारी अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाउने,

२. शीतलहरबाट सुरक्षित रहन तपसिल बमोजिम सचेतनात्मक सन्देश सहित आवश्यक व्यवस्था मिलाउने:

सचेतनात्मक सन्देश:

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौ,
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नविताऔ,
- घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु पर्नेभएमा न्यानो कपडा लगाऔ, रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र घरभित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔ,
- शीतलहर चलेको समयमा शीतनपर्ने सुरक्षित ठाउँमा तातोको व्यवस्था गरेर शरीरलाई न्यानोराख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेषगरेर चिसोबाट जोगाऔ,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्यासमात्रामा तातो र झोलिलो खानेकुरा खाने,

फोन नं. ४२००३१६
www.mofaga.gov.np
Email:cdms.mofaga@gmail.com

नेपाल सरकार
सङ्घीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय
(वातावरण तथा विपद् समन्वय शाखा)
सिंहदरबार, काठमाण्डौ

प.सं.:-२०८२/८३
च.नं.:- वा.त.वि.व्य./ ४९

- बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवतीमहिला तथा बिरामीको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकालाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुला स्थानमा चराउन नलैजाने, घर टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस पराल र दाना दिने,
- चिसोका कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने,
- कोठाभित्र आगो, मकल, हिटर लगाएतबाट तातोपार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशन (हावा आवतजावत) को व्यवस्था मिलाउने,
- शीतलहरबाट हुन सक्ने कृषिवाली र पशुपंक्षीको क्षतीलाई न्यून गर्न सेड, छाप्रो, छानो, पाल्टिक लगाएतका संरचनाद्वारा सुरक्षित गर्ने,

आवश्यक व्यवस्था मिलाउनेः

- शीतलहरको प्रभाव न्यूनपार्न नगरपालिका तथा गाउँपालकाहरुले जोखिममा रहेका विपन्न तथा गरीब परिवारको पहिचान गरी स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिको समन्वयमा पर्याप्त मात्रामा ईन्धन, दाउरा, कम्वल तथा खद्यन्न वितरणको लागि आवश्यक व्यवस्था मिलाउने,
- नगरपालिका तथा गाउँपालकामा रहेका सुरक्षा निकाय तथा कृयाशिल संघ संस्थाको समन्वयमा शीतलहरको प्रभावबाट बचाउन पूर्वतयारी तथा अन्य आवश्यक प्रबन्ध मिलाउने ।

(जय राम उप्रेती)
शाखा अधिकृत

बोधार्थः
श्री गृह मन्त्रालय, सिंहदरवार, काठमाडौं,
श्री गाउँपालिका राष्ट्रिय महासंघ नेपाल, (समन्वयका लागि अनुरोध छ)
श्री नेपाल नगरपालिका संघ, (समन्वयका लागि अनुरोध छ)
श्री सूचना तथा प्रविधि शाखा, संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय, (आवश्यक समन्वय गरिदिनहुन)।