

शहिद लखन गाउँपालिकाको मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य नीति, २०८०

गाउँ कार्यपालिका बाट स्वीकृत मिति २०८०/०२/२८ गते

शहिद लखन गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, घैरुङ्ग
गण्डकी प्रदेश, नेपाल

ईमेल: info@shahidlakhanmun.gov.np

वेबसाइट: shahidlakhanmun.gov.np

शहिद लखन गाउँपालिका, गोरखा

शहिद लखन गाउँपालिकाको मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य नीति, २०८०

१ पृष्ठभूमी

नेपालको संविधानले स्वास्थ्य सम्बन्धि हक अन्तर्गत प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क प्राप्त गर्ने र स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँच हुने हकको व्यवस्था गरेको छ। जनस्वास्थ्य सेवा ऐन, २०७५ को दफा ३ को उपदफा ४ (ड) मा मानसिक स्वास्थ्य सेवालाई आधारभूत स्वास्थ्य सेवाको सूचीमा समावेश गरिएको छ। अपाङ्गता भएका व्यक्तिको अधिकार सम्बन्धी ऐन, २०७४ को परिच्छेद-७ मा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि स्वास्थ्य, पुनर्स्थापना, सामाजिक सुरक्षा तथा मनोरन्जनको व्यवस्था गरिएको छ। उक्त ऐनको दफा ३५ र ३६ ले मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिका लागि थप सेवा सुविधाको समेत सुनिश्चितता गरेको छ।

संयुक्त राष्ट्र संघको दिगो विकास लक्ष्य (२०१६-२०३०) मा पनि मानसिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिकतामा राखी मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन गर्ने, नसर्ने रोगबाट हुने मृत्यु एक तिहाईले कम गर्ने र लागु पदार्थ दुर्व्यसनीको रोकथाम, उपचार र पुनर्स्थापना गर्ने लक्ष्य राखिएको छ। नेपालले हस्ताक्षर गरेका अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिहरू जस्तै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धि महासन्धी, यातना पिडितहरूको अधिकार सम्बन्धि महासन्धि, बालअधिकार सम्बन्धि महासन्धी लगायतमा उल्लेख भए बमोजिम मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, रोकथाम, उपचार र पुनर्स्थापनाको अधिकारको सुनिश्चितता गर्नु राज्यको दायित्व बनेको छ। नेपाल सरकारको १५ औँ पञ्च वर्षे योजना (२०७६।७७-२०८०।८१) मा पनि मानसिक स्वास्थ्य सेवाको पहुँच सबै तहमा विस्तार गर्दै लैजाने योजना समावेश गरिएको छ। नेपाल सरकारले नसर्ने रोगहरूको रोकथाम तथा उपचारका लागि बहुपक्षीय योजना कार्ययोजना (२०१४-२०२०) अनुसार मानसिक स्वास्थ्यका क्रियाकलाप सहितको कार्ययोजना लागू गरेको छ। यस कार्ययोजना अनुसार हालसम्मका उपलब्धि र अनुभवको समिक्षा गर्दै २०७७ मा नेपाल सरकार स्वास्थ्य मन्त्रालयबाट पारित राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीतिमा आधारित भएर यस शहिद लखन गाउँपालिकाको मानसिक स्वास्थ्यको ठोस रणनीति र कार्ययोजना तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गर्नु उपयुक्त देखिएको छ।

शहिद लखन गाउँपालिकाको समग्र मानसिक स्वास्थ्यको अवस्थामा सुधार ल्याउन सहयोग पुऱ्याउने उद्देश्यका साथ राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति, २०७७ मा आधारित भइ शहिद लखन गाउँपालिकाको मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य नीति तयार गरिएको छ। शहिद लखन गाउँपालिकामा जम्मा ९ वटा वडाहरू रहेका छन् भने गाउँपालिकाको जनसंख्या २०७८ को राष्ट्रिय जनगणनाको प्रारम्भिक नतिजा अनुसार २३,०७८ (१०,८०७ पुरुष र १२,२६९ महिला) रहेको छ। गाउँपालिकामा एउटा गाउँपालिका स्तरीय सरकारी अस्पताल निर्माणाधिन रहेको छ। एउटा आयुर्बेद अस्पताल र एउटा आयुर्बेद औषधालय सञ्चालनमा रहेको छ। ६ वटा स्वास्थ्य चौकी र ३ वटा आधारभूत स्वास्थ्य इकाइहरू रहेका छन्। गाउँपालिकाले सामी कार्यक्रम अन्तर्गत १ जना तालिम प्राप्त मनोसामाजिक परामर्शकर्ताहरूबाट सेवा प्रदान गरिराखेका छ। सो कार्यक्रमले वैदेशिक रोजगारमा गएकाहरूको परिवारलाई प्राथमिकतामा राखी मनोसामाजिक परामर्श सेवा प्रदान भइराखेको छ। परियोजनागत हिसावमा केही

गैर सरकारी संस्थाले समेत मानसिक स्वास्थ्यमा सेवा प्रदान आएका छन् भने उनीहरूले विस्तारै मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरूलाई सेवा दिन थालेका छन्।

स्वास्थ्य संस्थाहरूमा प्रायः चिन्ताजन्य समस्या anxiety disorder, डिप्रेसन, छारेरोग, मादक पदार्थ तथा लागुपदार्थ दुर्व्यसनीका समस्या लिएर विरामीहरू उपचारका लागि आउने गरेको देखिन्छ भने स्वास्थ्यकर्मी तथा मनोसामाजिक परामर्शको प्रतिवेदन अनुसार यस गाउँपालिकामा हरेक वर्ष १५-२० जना सम्मले आत्महत्या गरेको देखिन्छ। शहिद लखन गाउँपालिकाको स्वास्थ्य सम्बन्धी तथाक राष्ट्रिय जनगणना २०७८ बमोजिम गाउँपालिकामा कुल जनसंख्याको ४.६ प्रतिशत अपांगता भएका नागरिक छन्। जसमध्ये ४.७ प्रतिशत अर्थात ४९ जना मानसिक तथा मनोसामाजिक अपांगता भएको व्यक्ति पाइएको छ। यी मध्ये केहीले मात्र मानसिक रोगको औषधी सेवन गरिरहेका छन्। चालु आर्थिक वर्षको चैत मसान्त सम्ममा मात्रै यस गाउँपालिकामा आत्महत्या गर्नेको संख्या ७ जना छन् जुन कुल मृत्युको कारण मध्येको प्रमुख कारण भित्रमा रहेको छ। आत्महत्या गर्नु मुख्य मानसिक समस्या हो किन कि अधिकांश आत्महत्या (झण्डै ९०%) मानसिक स्वास्थ्य समस्या कै कारण हुने गरेको अनुसन्धानबाट देखिएको छ।

नेपालमा कुल नसर्ने रोगहरू मध्ये १८ प्रतिशत मानसिक रोगले ओगटेको छ। राष्ट्रिय स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषदले सन २०१८ मा सम्पन्न गरेको राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य सर्भेक्षण पाईलट अध्ययन प्रतिवेदनले किशोर किशोरीहरूमा आत्महत्याको जोखिम ८.७ % र बयस्कमा १०.९% देखिएको छ भने मुख्यरूपमा देखिएका मानसिक समस्याहरूमा डिप्रेसन (३.४%), मादक पदार्थ दुर्व्यसनी (३.४%), तथा लागु पदार्थ दुर्व्यसनी (७.३%) पाईएको छ।

सशस्त्र द्वन्दका क्रममा मारीएका तथा वेपत्ता पारीएकाका परिवारमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या अरुमा भन्दा बढी रहेको देखिन्छ। द्वन्द पीडितहरूका लागि मनोसामाजिक परामर्श सेवा कार्यक्रमको दुई वर्षको सेवा लिएका झण्डै २७५ द्वन्द पीडितहरूको तथ्याङ्कको आधारमा उनीहरूमा अझैपनि डिप्रेसन तथा एन्जाइटीका लक्षण बढीमा पाईएको छ। विशेष गरेर द्वन्द पीडितहरूले वारम्बार बताएका समस्याका लक्षणहरूमा मन तथा शरीर भारी भईरहने, शरीरका धेरै भागमा दुखाई तथा पीडा महसुस हुने, एकलोपनको महसुस बढी हुने, मन दिक्क लाग्ने, रिस उठ्ने, निन्द्रामा समस्या हुने, मनमा जतीखेर पनि वेपत्ता भएको सदस्य फर्केर आउँछ कि भन्ने लाग्ने, डर तथा शंकाको भावना आइरहने जसले गर्दा समाजमा सवैसँग खुलेर व्यवहार गर्न नसक्ने, काम गर्ने जाँगर कमी हुने, वेला वेलामा आफ्नो परिवारको सदस्य (मृत्यु तथा वेपत्ता भएका) लाई सम्झेर रुन मन लाग्ने, न्याय नपाएको महसुसहुने गरेको पाइएको छ।

त्यसैगरी समुदाय तहमा महिला स्वयं सेवक, शिक्षक तथा समुदायका मानिसहरूसँगको अन्तरक्रियामा आएको जानकारीलाई हेर्दा यस गाउँपालिकामा मानसिक स्वास्थ्य समस्याको वारेमा चेतनाको स्तरमा कमी देखिन्छ, जसका कारण सवै खाले मनका समस्यालाई कडाखालको मानसिक रोग (मानसिक असन्तुलन वा पागलपन) भनेर बुझ्ने गरिन्छ। घरपरिवार तथा समाजबाट एकल्याइने डरले समस्या भएपनि खुल्न नसक्ने तथा धेरै जस्तो अवस्थामा शरीरमा दर्द तथा पीडा भयो भनेर भन्ने गरिएको पाइएको छ। मानसिक रोगको उपचारमा पनि समाजमा व्याप्त गलत विश्वासका कारण अधिकांश अवस्थामा धामी झाँक्रीको उपचारमा भर पर्ने गरेको देखिन्छ। यसले समस्या

भएको व्यक्तिको मानसिक स्वास्थ्य अवस्थामा सुधार हुनु भन्दा पनि विस्तारै दीर्घ तथा कडाखालको मानसिक रोगको रूपमा विकास हुने गरेको देखिन्छ।

मानसिक रोग बालबालिका तथा किशोर किशारीमा पनि हुन्छ भन्ने कुरा निकै कम मानिसहरूलाई मात्र जानकारी भएको देखिन्छ। यसले गर्दा सानो उमेरमा हुने मानसिक स्वास्थ्य समस्याको समयमा पहिचान हुन सकेको देखिँदैन। विश्व स्वास्थ्य संगठनको अनुसार अधिकांस मानसिक रोगको सुरुवात १५ वर्ष देखि नै शुरु हुन थाल्दछ, अभिभावक तथा समाजमा मानसिक स्वास्थ्यको बारेमा ज्ञान नहुँदा किशोरावस्थामा नै देखिन सक्ने मानसिक स्वास्थ्य समस्याको सही पहिचान हुन सकेको छैन भने यसले समस्या भएको व्यक्तिको मानसिक अवस्था विस्तारै जटिलतातर्फ धकेल्दै लगेको हुन्छ भने दीर्घ रोगमा परिणत हुँदा उपचार महंगो तथा लामो समयसम्म उपचार गर्नुपर्दा सम्बन्धित व्यक्ति तथा उनको परिवारमा बोझ थपिँदै जाने हुन्छ। यदि कमाएर परिवार पाल्ने व्यक्तिमा नै मानसिक रोग लागेमा गरीबीको अवस्था बढ्दै जाने हुन्छ। त्यसै गरी प्रत्येक चार जना मध्ये एक जनालाई जीवनको कुनै पनि क्षणमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या हुन सक्ने जोखिम रहेको देखिन्छ।

मानसिक स्वास्थ्य विषयमा थुप्रै भ्रम, अनिगन्ति अन्धविश्वास र गलत धारणा व्यापक रहेको छ। मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरूले लाञ्छना, विभेद, बहिस्करण र सामाजिक मिथ्या कथनको सामना गर्न परिरहेको अवस्था छ। मानसिक रोग निको हुँदैन, यो रोग लागेपछि जिन्दगीभर रहिरहन्छ, यस्ता रोग लागेका व्यक्ति आक्रामक हुन्छन्, कुनै किसिमको निर्णय लिन सक्दैनन् र खास दक्षता हुँदैन भन्ने अन्धविश्वास यथावत नै छ। मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र उनीहरूका परिवारका सदस्यहरूप्रति गरिने विभेद कायम नै छ। प्रायः सबै खालका मानसिक स्वास्थ्य समस्याको उपचार र पुनर्स्थापना गर्न सकिने प्रमाणहरू यथेष्ट भएपनि यस रोगको राम्रो उपचार हुँदैन भन्ने गलत विश्वासले मानसिक स्वास्थ्य अझै पनि तीनै तहका सरकारको प्राथमिकतामा पर्न सकेको छैन।

मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, रोकथाम, उपचारमा कम लागत पर्ने, उपचार पछि व्यक्ति पहिलेकै अवस्थामा फर्की उत्पादनमूलक काममा संलग्न हुन सक्ने भएतापनि मानसिक स्वास्थ्य सबै जनताको लागि सर्वसुलभ र प्रभावकारी बनाउन सकिएको छैन। डिप्रेसन र चिन्ताजन्य समस्याको उपचारमा रु १ खर्च गर्नु भन्ने रु ४ बराबरको प्रतिफल दिन्छ भन्ने अध्ययनहरूले देखाएका छन्। त्यसैले मानसिक स्वास्थ्यका क्षेत्रमा बजेट वृद्धि गरी मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम, उपचार र पुनर्स्थापना कार्य गर्न सकीयो भने त्यसले निश्चित रूपमा व्यक्ति, परिवार र राष्ट्रको उत्पादकत्वमा वृद्धि हुनेछ।

दश वर्षे लामो द्वन्द्व, राजनैतिक र सामाजिक अस्थिरता, बेरोजगारी समस्या, रोजगारीको लागि विदेश पलायन हुनुपर्ने बाध्यता, जनसंख्यामा जेष्ठ नागरिकको बढ्दो अनुपात, गरिबी, अव्यवस्थित सहरीकरण, घरेलु तथा लैंगिक हिंसा, सामाजिक विभेदले सृजना गरेको डर त्रास, प्राकृतिक विपत्तिको कारण धनजनको क्षतिले निम्त्याएको पिडा आदि जस्ता कारणले नेपालमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या बढ्दै गएको अनुमान गरिएको छ। बढी जोखिममा रहेका व्यक्ति तथा समुदायलाई केन्द्रविन्दुमा राखी प्रवर्द्धनात्मक, प्रतिकारात्मक, निरोधात्मक कार्यक्रम संचालन गर्नु र

समस्या भएका व्यक्तिहरूलाई मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा उपलब्ध गराउन उपयुक्त रणनीति सहितको कार्ययोजना बनाई कार्यन्वयन गर्नु आवश्यक भईसकेको छ।

२ समस्या तथा चुनौतीहरू

वि.सं. २०५३ मा राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य नीति, एकीकृत प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य सेवा सञ्चालन निर्देशिका, २०६४ र नसर्ने रोगहरूको रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि राष्ट्रिय कार्ययोजना सन् २०१४—२०२० अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य पनि समावेश भएपछि केही सकारात्मक प्रयास मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा भएका छन्। यसैको फलस्वरूप पुरानो मानसिक स्वास्थ्य नीतिलाई परिमार्जन गर्दै राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति र कार्ययोजना २०७७ नेपाल सरकार स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले जारी गरेको छ।

नेपालमा गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गर्नका निमित्त नीतिगत तथा कानुनी व्यवस्था गरिनुका साथै निर्देशिकाहरूले निर्देश गरे तापनि यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन र संघीय व्यवस्था अनुसार व्यवस्थापनमा केही समस्या र चुनौतीहरू रहेको छन्। यी मध्ये केही प्रमुख समस्या र चुनौती निम्नानुसार छन्।

- 1 मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोगभारको अनुपातमा सञ्चालित कार्यक्रमहरूको बजेट विनियोजन ज्यादै न्यून भएकोले जोखिम समूहका व्यक्ति तथा समुदायलाई पूर्ण रूपमा समेट्न सकेको छैन। गाउँपालिकामा मानसिक स्वास्थ्यको बजेट तथा कार्यक्रम लगभग नभएको अवस्था छ।
- 2 मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र परिवारका सदस्य प्रतिको व्यापक लाञ्छना (stigma), अवहेलना, भेदभाव (discrimination) र मानवअधिकारको हननलाई रोक्न र कम गर्न कार्यक्रम बनाएर लागू गर्न सकिएको छैन।
- 3 मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा रहेको दक्ष जनशक्तिको अभावलाई आवश्यकता अनुसार पूरा गरी समुदायस्तर (प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र तथा स्वास्थ्य केन्द्र) सम्म सेवाको पहुँच स्थापित गर्न सकिएको छैन।
- 4 यस क्षेत्रमा व्याप्त रहेको अन्धविश्वास, भ्रम र गलत धारणामा परिवर्तन ल्याई मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, रोकथाम, उपचार तथा पुनर्स्थापना कार्यक्रम विकास गरी लागू गर्न सकिएको छैन।
- 5 प्रजनन उमेरका महिलाहरूमा मृत्युको पहिलो र युवाहरूमा दोस्रो कारण बनेको आत्महत्या वर्षेनी बढ्दै गएको देखिए तापनि यसलाई उपयुक्त कार्यक्रम बनाई सम्बोधन गर्न सकिएको छैन।
- 6 वैदेशिक रोजगारमा रहेका व्यक्तिहरू तथा लैगिँक हिँसाबाट प्रभावित व्यक्तिमा व्यापक रूपमा रहेको मानसिक स्वास्थ्य समस्या र आत्महत्याको अवस्थालाई सम्बोधन गर्न सकिएको छैन।
- 7 बालबालिका तथा किशोर किशारीको शिक्षा, व्यक्तित्व निर्माण र जीवनको लक्ष्य छनौटमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने मानसिक स्वास्थ्यलाई महत्व र प्राथमिकता दिन सकिएको छैन। बालबालिका तथा किशोर किशोरीमा हुन सक्ने भावनात्मक, व्यवहारिक र सिकाईजन्य तथा इन्टरनेटको लत जस्ता समस्यालाई समयमा नै चिनेर सम्बोधन गर्न सकिएको छैन।

- 8 बालबालिका, किशोर किशारी, प्रजनन उमेर समूहका महिला तथा गृहणी महिलाहरु लगायत ज्येष्ठ नागरिकहरु, द्वन्द्व प्रभावित ब्यक्ति, लैङ्गिक हिंसा प्रभावित ब्यक्ति, अपाङ्गता भएका ब्यक्ति, सिमान्तकृत ब्यक्ति तथा समुदाय, प्राकृतिक विपदका कारण धनजनको क्षति भोगेका ब्यक्तिहरु मानसिक स्वास्थ्य समस्याको बढी जोखिममा भए तापनि त्यस्ता ब्यक्ति तथा समुदायलाई लक्षित गरी कार्यक्रम तथा सेवा सञ्चालन गर्न सकिएको छैन।
- 9 मदिरा र लागु पदार्थको दुर्व्यसनीलाई मानसिक स्वास्थ्यको कोणवाट बुझाउन सकिएको छैन। यसलाई रोकथामका लागि आवश्यक कार्यक्रम तर्जुमा गरी व्यापक रुपमा लागु गर्न सकिएको छैन। विशेष गरेर किशोर किशोरीहरुमा मादक पदार्थ तथा लागू पदार्थको दुरुपयोगको बढ्दो जोखिमलाई सम्बोधन गर्ने खालका मानसिक स्वास्थ्यमा सचेतना बढाउने तथा समयमा मनोपरामर्श सेवा दिएर यस्तो जोखिमबाट बाहिर ल्याउने खालका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्न सकिएको छैन।
- 10 स्थानीय तहमा संलग्न मनोपरामर्शकर्ताहरुको सेवाको गुणस्तर तथा नियमन गर्न आवश्यक संयन्त्रको व्यवस्था गर्न सकिएको छैन। साथै यस्तो सेवा अत्यन्त आवश्यक हुँदाहुँदै पनि स्थानीय सरकारले आवश्यक पद सिर्जना गरी सेवा विकास गर्न सकिएको छैन।

३ नीतिको आवश्यकता, निर्देशक सिद्धान्त तथा भावी सोच:

राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीतिमा आधारित भएर शहिद लखन गाउँपालिकाका लागि निम्न सिद्धान्तमा आधारित नीतिहरु प्रस्ताव गरिएका छन्।

- 1 नेपालको संविधानले स्थापित गरेको मौलिक हकको रुपमा गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य सेवा तथा मनोसामाजिक परामर्शमा सबैको सहज, सुलभ र समान पहुँच सुनिश्चित गरिनेछ।
- 2 मानसिक स्वास्थ्य सेवा तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवा यस गाउँपालिकाले प्रदान गर्ने स्वास्थ्य सेवामा एकीकृत गरी सर्वसाधारण जनताको पहुँच हुने गरी सर्वसुलभ तवरले गुणस्तरीय सेवा प्रवाह गरिनेछ।
- 3 यस गाउँपालिकामा भएका कडा खालका मानसिक रोग लागी सडकमा जीवन व्यतित गरिरहेका व्यक्ति तथा जेलमा रहेका मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरुको लागि सुरक्षा, उपचार र पुनर्स्थापनाको सुनिश्चता गरिनेछ। साथै गाउँपालिकाले प्रदान गर्ने मानसिक स्वास्थ्य सेवामा गरिव, सीमान्तकृत र जोखिममा रहेका व्यक्ति तथा समुदाय (बालबालिका, महिला, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, जेष्ठ नागरिक, लैङ्गिक अल्पसंख्यक) को पहुँच सुनिश्चित गर्न समतामूलक र सामाजिक न्यायको आधारमा कार्यक्रम तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गरिनेछ।
- 4 मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्न तथा मानसिक रोगका बारेमा विद्यमान अन्धविश्वास, भ्रम र मिथ्या कथन हटाउन र आत्महत्याको जाखिम कम गर्न जनचेतना अभिवृद्धि गर्ने कार्यक्रम तर्जुमा गरि सञ्चालन गरिनेछ।
- 5 मानसिक विरामीहरुको मानव अधिकारको संरक्षण र प्रवर्द्धनको लागि समुदायमा आधारित बहुआयामिक पद्धति अनुसारको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा अभिवृद्धि गर्न गाउँपालिकाका सबै सम्बन्धित

- शाखाहरू जस्तै महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सुरक्षा, शिक्षा, न्यायीक समिती आदीसँग समन्वय र सहकार्य गर्दै मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, सुरक्षा, उपचार र पुनर्स्थापनालाई एकीकृत गरेर लगिनेछ।
- 6 मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवा प्रवाहका लागि आवश्यक साधन, श्रोत तथा जनशक्ति व्यवस्थापनमा जोड दिइनेछ।
 - 7 यस गाउँपालिकामा रहेका सरकारी, गैरसरकारी तथा निजी क्षेत्रसँग आवश्यक समन्वय र सहकार्य गर्दै मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, उपचार र पुनर्स्थापना कार्यलाई व्यापक, सशक्त र प्रभावकारी बनाइनेछ।
 - 8 यस नीति तथा कार्ययोजनाको प्रभावकारी कार्यान्वयन, अनुगमन र मुल्याङ्कनका लागि गाउँपालिकामा भरपर्दो संयन्त्रको विकास गरिनेछ।
 - 9 गाउँपालिकामा मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्य सूचना प्रणाली र अध्ययन अनुसन्धानलाई प्रवर्द्धन तथा व्यवस्थित गरिनेछ।

भावी सोच vision

यस शहिद लखन गाउँपालिकामा बसोवास गर्ने जनताहरूको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सुस्वास्थ्यमा सुधार गरी उत्पादनशील र गुणस्तरीय जीवनयापन गर्न सक्षम बनाउने।

ध्येय mission

उपलब्ध साधन श्रोतको अधिकतम प्रयोग गरी सेवा प्रदायक, सेवाग्राही र अन्य सरोकारवालाहरूबीच निरन्तर समन्वय तथा सहकार्य गरी गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य सेवाको सुनिश्चितता गर्ने।

लक्ष्य goal

मानसिक स्वास्थ्य सेवामा सबैको सहज, सुलभ, समावेशी र समान पहुँच सुनिश्चित गर्न मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवालाई बिस्तारै गरिनेछ। साथै मानसिक रोगका बिरामीको संख्यामा ५० प्रतिशतले कम गरी आत्महत्याको हालको दरमा ७० प्रतिशतले कमी ल्याउन विशिष्टिकृत मानसिक स्वास्थ्य सेवालाई व्यवस्थित गरी उपलब्ध गराउने।

उद्देश्यहरू objective

१. आधारभूत स्वास्थ्य सेवा अन्तरगत मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवालाई समावेश गरी आगामी ५ वर्ष भित्र गाउँपालिका भित्रका सबै अस्पताल तथा सबै स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा मानसिक स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने।
२. प्रत्येक स्वास्थ्य सेवा केन्द्रमा कार्यरत कर्मचारीहरू मध्ये कम्तिमा १ जना स्वास्थ्यकर्मीलाई मानसिक रोग तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवाको लागि तालिमको ब्यवस्था गर्ने।

३. यस गाउँपालिकामा रहेका मानसिक रोगीहरूको उपचारका लागि आवश्यक पर्ने परामर्श सेवा निःशुल्क उपलब्ध गराउन सबै वडा स्तरमा रहेका स्वास्थ्य संस्थाहरूमा मानसिक स्वास्थ्य सेवा परामर्श कक्ष स्थापना गर्ने।

४. मानसिक रोग उपचारमा आवश्यक विशिष्टीकृत विशेषज्ञको सेवा गाउँपालिकाको अस्पताल र तोकिएका स्वास्थ्य संस्था मार्फत मनसिक रोगको औषधी निशुल्क उपलब्ध गराउने।

५. मानसिक स्वास्थ्य सेवालाई प्रभावकारी बनाउन सरकारी, गैरसरकारी तथा निजी क्षेत्र बीच प्रभावकारी समन्वय र सहकार्य गर्ने।

४ रणनीतिहरू:

१. आधारभूत स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवालाई समावेश गरी आगामी ५ वर्ष भित्र गाउँपालिकाका सबै अस्पताल तथा सबै स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा मानसिक स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने सम्बन्धमा निम्न कार्यनीतिहरू लिईनेछ।

१.१ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरू तथा उनीहरूको परिवारका सदस्यहरूको हकहीतको संरक्षण, उपचार, सुरक्षा, पुनर्स्थापना र सामाजिक समावेशीकरणको लागि अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति २०७७ मा उल्लेख भए अनुसार यस गाउँपालिकाले उपलब्ध श्रोत र साधानको आधारमा आवश्यक व्यवस्था गरीनेछ।

१.२ यस गाउँपालिकाले मानसिक तथा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि आवश्यक सम्पूर्ण सेवा अत्यावश्यक स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत समावेश गरी प्रदान गर्नेछ। मानसिक रोगको उपचारका लागि आवश्यक औषधिहरूको स्वास्थ्य संस्थामा नियमित उपलब्धताको सुनिश्चितता गरिनेछ। यसका लागि संघ तथा प्रदेश स्वास्थ्य निकायसँग आवश्यक समन्वय गरि औषधि आपूर्ति व्यवस्था गरीनेछ।

१.३ मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई स्वास्थ्य संस्थामा राखी उपचार गराउने व्यवस्था मिलाइनेछ। साथै जटिल खालको मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिलाई आवश्यकता अनुसार विशिष्टीकृत सेवा पाईने अस्पतालमा रेफर गरी थप उपचारको प्रवन्ध गरिनेछ। यस किसिमका सेवा प्रदान गर्ने निजी तथा गैरसरकारी संस्थाहरूसँगको साझेदारीमा उपयुक्त कार्यक्रम सञ्चालन गरिनेछ।

१.४ लागुऔषध तथा मध्यपान दुर्व्यसनीहरूको आवश्यक उपचार र पुनर्स्थापनाको लागि निजी तथा गैरसरकारी संस्थाहरूसँगको समन्वय र सहकार्यमा न्यूनतम मापदण्ड बनाई पुनर्स्थापना केन्द्र सञ्चालन गरिनेछ। गाउँपालिकाले यो समस्याको रोकथामका लागि आवश्यक कार्यक्रम तर्जुमा गरी समुदायको सहभागीतामा लागू गर्नेछ।

१.५ स्वास्थ्य उपचार तथा हेरचाह, शिक्षा, रोजगारी, सरकारी सेवा प्राप्तिमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरू प्रति हुने विभेदको रोकथामका लागि आवश्यक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरिनेछ।

१.६ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरू प्रति हुने हिंसा कम गर्न र त्यस्ता व्यक्तिहरूको हेरचाह, सुरक्षा, उनीहरू प्रति गरिने व्यवहारमा सुधार ल्याउनको लागि यस गाउँपालिकामा रहेका सुरक्षा निकाय, कारागार, बालगृह, ज्येष्ठ नागरिक आवास गृह, पुनर्स्थापना केन्द्र आदि सँग समन्वय गरी त्यहाँ कार्यरत कर्मचारीहरूको लागि अभिमुखीकरण तथा तालिम प्रदान गरिनेछ।

१.७ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका ब्यक्तिलाई एकलै थुनेर, बाँधेर उपचार गर्न पाइने छैन। तर आफैले आफैलाई वा अन्य ब्यक्तिको धनजनको क्षति पुग्ने वा अन्य गम्भीर आघात पार्ने पुष्टि भएमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएको व्यक्तिको संरक्षकको सहमति र मानसिक स्वास्थ्यमा तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको सिफारिसमा मात्र सिमित अवधिको लागि यसो गर्न सकिनेछ र सो को जानकारी यथासक्य छिटो यस नीतिको अनुगमनको खण्ड ८.२ मा उल्लेख गरिएको समितिलाई गराउनुपर्नेछ।

१.८ जनस्वास्थ्य, शिक्षा, महिला बालबालिका तथा सामाजिक सुरक्षा लगायतका नियमित कार्यक्रम जस्तै सुरक्षित मातृत्व, प्रजनन स्वास्थ्य, बालस्वास्थ्य, विद्यालय स्वास्थ्य, लैङ्गिक हिंसा रोकथाम, किशोरकिशोरी शिक्षा, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका लक्षित कार्यक्रम आदिमा मानसिक स्वास्थ्यलाई एकीकृत गर्दै लगिनेछ।

२ प्रत्येक स्वास्थ्य सेवा केन्द्रमा कार्यरत कर्मचारीहरू मध्ये कम्तिमा १ जना स्वास्थ्यकर्मीलाई मानसिक रोग तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवाको लागि तालिमको ब्यवस्था गर्ने सम्वन्धमा निम्न कार्यनीतिहरू लिईनेछ।

२.१ राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको मानसिक स्वास्थ्यको तालिम गाउँपालिकाका सबै स्वास्थ्य केन्द्रका योग्यता पुगेका सबै स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई प्रदान गरिने व्यवस्था गरिनेछ।

२.२ माथि उल्लेखित तालिम लिएका स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई मानसिक रोग विशेषज्ञ चिकित्सक वा चिकित्सा मनोवीदद्वारा नियमित क्लिनिकल सुपरभिजन प्रदान गरी मानसिक स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर वृद्धि गरिनेछ।

२.३ गाउँपालिकामा कम्तिमा पनि दुई जना योग्यता पुगेका व्यक्तिहरूलाई मनोसामाजिक परामर्शकर्ताको रूपमा विकास गर्न राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको मनोसामाजिक परामर्शको तालिम प्रदान गरिने व्यवस्था मिलाइनेछ।

२.४ गाउँपालिकाको प्रत्येक वडामा कम्तिमा पनि १ जना सामुदायीक मनोसामाजिक कार्यकर्ता नियुक्ति गरी सेवाको लागि परिचान गरिनेछ। यस्तो जनशक्तिलाई आवश्यक तालिम (राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको मनोसामाजिक परामर्श तालिम प्याकेजको पहिलो मोडुल) प्रदान गर्ने व्यवस्था गरिनेछ।

२.५ संघीय तथा प्रदेश सरकारका स्वास्थ्य निकायको समन्वय तथा सहकार्य गरि आवश्यक श्रोत साधन निश्चित गरिनेछ।

३. यस गाउँपालिकामा रहेका मानसिक रोगीहरूको उपचारका लागि आवश्यक पर्ने परामर्श सेवा निःशुल्क उपलब्ध गराउन सबै वडा स्तरमा रहेका स्वास्थ्य संस्थाहरूमा मानसिक स्वास्थ्य सेवा परामर्श कक्ष स्थापना गरी सेवा प्रदान गर्ने लक्ष्य अनुरूप देहायको रणनीति अपनाइनेछ।

३.१ गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखाले शिक्षा तथा महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सुरक्षा शाखासँगको समन्वय र सहयोगमा जनचेतनाका सामाग्रीहरू विकास गरी कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने तथा मनोसामाजिक अपांगताको पहिचान गरी परिचयपत्र प्रदान गरिनेछ।

३.२ बालबालिकाको विकासक्रम, बाल मनोविज्ञान र बालबालिकामा हुने भावनात्मक तथा व्यवहारिक समस्याको पहिचान र त्यसको प्रारम्भिक व्यवस्थापनको लागि विद्यालयका शिक्षकहरूलाई आवश्यक तालिम प्रदान गरिनेछ। यस्तो तालिम गाउँपालिकाका साथै संघीय तथा प्रदेश सरकारको सहकार्यमा तथा सम्बन्धित संघ संस्थाको श्रोत परिचालन गरि प्रदान गरिनेछ।

३.३ मानसिक रोग सम्बन्धी अन्धविश्वास हटाउन, मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन र रोकथामका लागि महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूलाई परिचालन गरी महिला सहकारी, आमा समूह, समुदायमा आधारित संस्थाहरू, स्थानीयस्तरका राजनैतिक दलहरूको समन्वयमा जनचेतनाका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरिनेछ।

३.४ मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी जनचेतना अभिवृद्धिको लागि सूचना तथा संचार सम्बन्धी सरोकारवाला निकायहरूसँग समन्वय गरी मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रम ल्याइनेछ। मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा सामग्रीहरू तयार गरी प्रसारण गर्नको लागि सञ्चारकर्मीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गरिनेछ। मानसिक स्वास्थ्यमा जनचेतना बढाउन संघीय तथा प्रदेश सरकारसँग सहकार्य गरी विभिन्न दिवसहरू (विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस, विश्व आत्महत्या रोकथान दिवस, विर्सने रोग रोकथाम दिवस) समुदायतहमा कार्यक्रम गरी मनाइने व्यवस्था गरिनेछ।

३.५ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिको उपचार, हेरचाह र सामाजिक समावेशीकरण सुनिश्चिताको लागि मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र उनीहरूको परिवारको सदस्यहरूलाई संलग्न गराई मानसिक स्वास्थ्य स्वावलम्बन समूह गठन गरी त्यस्ता समूहको क्षमता अभिवृद्धि गरि जनचेतनाका लागि परिचालन गरिनेछ।

३.६ मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन र मानसिक रोगका विरामीहरूको रेफरल बढाउन धामीझाँक्री, झारफुकेहरूलाई सचेतना कार्यक्रमहरूमा सहभागी गराइनेछ।

३.७ आत्महत्याको रोकथाम, गर्भावस्था र सुत्केरी अवस्थाको मानसिक स्वास्थ्य, प्रभावकारी अभिभावकत्व लगायतका विषयहरूमा जनचेतना अभिवृद्धि गरिनेछ।

३.८ बैदेशिक रोजगारमा गएका व्यक्ति तथा उनीहरूको परिवारका सदस्यहरूमा देखापर्ने मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक समस्याको जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनको लागि कार्यक्रम सञ्चालन गरिनेछ।

३.९ कडा खालका मानसिक स्वास्थ्य समस्या भई उपचार पछि निको हुँदै गरेका व्यक्तिहरूलाई आयआजर्नको काममा संलग्न गराइनेछ। साथै स्थानीय स्तरमा रोजगार प्रदान गर्ने संस्थासँग समन्वय गरी मानसिक स्वास्थ्य समस्याको जोखिममा रहेका भएका व्यक्तिलाई रोजगार प्रदान गर्न पहल गरिनेछ।

४. मानसिक रोग उपचारमा आवश्यक विशिष्टीकृत विशेषज्ञ सेवा गाउँपालिकाको अस्पताल र तोकिएका स्वास्थ्य संस्था मार्फत मनसिक रोगको औषधी निःशुल्क उपलब्ध गराउने नीति अनुरूप निम्न रणनीति रहनेछ।

४.१ गाउँपालिकाको कम्तिमा मे.अ.दरवन्दी रहेको सरकारी वा सामुदायिक स्वास्थ्य संस्थामार्फत मानसिक रोगका बिरामीहरूलाई तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीबाट गुणस्तरिय सेवा प्रदान गरिनेछ।

४.२ त्यस्ता स्वास्थ्य संस्थामा मानसिक रोगको निःशुल्क औषधी उपलब्ध गराउन गाउँपालिकाले आवश्यक व्यवस्था गर्नेछ।

५. मानसिक स्वास्थ्य सेवालाई प्रभावकारी बनाउन सरकारी, गैरसरकारी तथा निजी क्षेत्र बीच प्रभावकारी समन्वय र सहकार्य गर्ने नीति अन्तर्गत देहायको रणनीति रहनेछ।

५.१ विद्यमान स्वास्थ्य व्यवस्थापन सूचना प्रणालीमा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी सूचनाहरू समावेश गरी सम्बन्धित निकायहरूमा नियमित पठाइने व्यवस्था गरिनेछ।

५.२ आत्महत्या सम्बन्धी तथ्यांक व्यवस्थित गर्नको लागि गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखा र प्रहरी प्रशासनसँग सहकार्यमा आत्महत्याको तथ्यांक प्रणालीको विकास गरिनेछ।

५.३ स्थानीयस्तरमा मानसिक स्वास्थ्यको अवस्था पत्ता लगाउन आवधिक अनुसन्धानका लागि कार्ययोजना निर्माण गरी लागू गरिनेछ।

५.४ मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धानको प्रवर्द्धन गर्न निजी, गैरसरकारी र प्राज्ञिक क्षेत्रहरूसँगको सहकार्यलाई प्रोत्साहन गरिनेछ। यसबाट आएको नतिजालाई स्थानीय, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा सार्वजनिकिकरण गर्दै नीति तथा कार्यक्रममा परिमार्जन गर्दै लगिनेछ।

६. संस्थागत व्यवस्था

६.१ यस नीतिको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि शहिद लखन गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखालाई आवश्यक स्रोत तथा अधिकार जिम्मेवारी दिइनेछ।

६.२ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिलाई उपचारमा सहजताका लागि गाउँपालिकाले सञ्चालन गरेको स्वास्थ्य विमा कार्यक्रममा समावेश गरिनेछ।

६.३ स्वास्थ्य संस्थाहरूमा मानसिक एवं मनोसामाजिक समस्या भएका व्यक्तिलाई गुणस्तरीय सेवा सुनिश्चित गर्न स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, मानसिक-मनोसामाजिक कार्यक्रम सम्पर्क व्यक्ति र यस क्षेत्रमा कार्य गरिरहेका स्थानीय गै.स.स. मध्येबाट एक र सेवाग्राहीमध्येबाट एक जना प्रतिनिधि रहने अनुगमन संयन्त्र निर्माण गरिनेछ।

६.४ यस मानसिक स्वास्थ्य नीतिका आधारमा गाउँपालिकाले कार्ययोजना तय गरी तुरुन्त कार्यान्वयनमा ल्याइनेछ।

७. वित्तीय श्रोत

गाउँपालिकाको स्रोत,संघ तथा प्रदेश सरकारबाट प्राप्त स्रोतहरू, संघ संस्थाबाट प्राप्त स्रोत तथा निजी क्षेत्रको सहयोग समग्रमा यस मानसिक स्वास्थ्य नीति कार्यान्वयनका स्रोत हुने छन्। मानसिक स्वास्थ्यलाई अन्य स्वास्थ्य सरह रोगको भारअनुसार समानुपातिक बजेटको व्यवस्था गरिँदै लगिनेछ। एनेक्समा अनुमानित नमुना बजेट संलग्न छ।

८. अनुगमन तथा मूल्याङ्कन

८.१ मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवाको गुणस्तर, मानसिक स्वास्थ्योपचारको ढाँचा, सेवाको प्रकृया र प्रभाव, उपलब्धी, र परिणामको आधारमा अनुगमन र मूल्याङ्कन गर्न शहिद लखन गाउँपालिकामा एउटा प्रभावकारी अनुगमन तथा मुल्यांकनको संयन्त्र बनाइनेछ। मानसिक स्वास्थ्य रणनीतिको कार्ययोजना तथा सूचकलाई आधार मानेर अनुगमन तथा मूल्याङ्कन गरिनेछ।

८.१.१ अनुगमन तथा मूल्याङ्कन समीति गाउँपालिकाको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको नेतृत्वमा स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, जिल्ला अस्पताल प्रमुख वा प्रतिनिधि, महिला वालवालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक शाखा प्रमुख, शिक्षा शाखा प्रमुख, मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा काम गर्ने गैरसरकारी संस्था र सेवाग्राहीमध्येबाट एक जना प्रतिनिधि रहने गरी गठन गरिनेछ।

८.२ विद्यमान प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा प्रणालीबाट प्रदान गरिने मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवाको सूचनालाई स्वास्थ्य व्यस्थापन सूचना प्रणालीमा समावेश भएको निश्चित गरिनेछ।

९. जोखिम

९.१ मानसिक स्वास्थ्य क्षेत्रमा समष्टिगत रूपमा स्रोत परिचालन रणनीतिको अभावमा स्रोत व्यवस्थापन तथा परिचालनमा कठिनाई हुनसक्ने सम्भावना रहन्छ।

९.२ तालिम प्राप्त जनशक्तिको अभाव तथा तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको सरुवाले गर्दा मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवाको निरन्तरतामा चुनौती हुन सक्दछ।

९.३ मानसिक रोगको उपचारमा प्रयोग हुने औषधिको स्वास्थ्य संस्थामा नि:शुल्क रूपमा निरन्तर उपलब्धताको संयन्त्र नहुँदा सेवाको निरन्तरता तथा प्रभावकारीतामा चुनौती आउन सक्दछ।

९.५ यस नीतिलाई कार्यान्वयन गर्नको लागि संघ तथा प्रदेशमा जस्तै गाउँपालिकामा पनि मानसिक स्वास्थ्यको छुट्टै सक्रिय संयन्त्र स्थापना नभएको हुँदा मानसिक स्वास्थ्यका कार्यक्रम तर्जुमा र कार्यान्वयन हुन चुनौती आउन सक्दछ।

अनुसूची १

शहद लखन गाउँपालिकाको मानसिक स्वास्थ्यको पाँच वर्षे कार्ययोजना:

कार्यक्षेत्र	मुख्य कार्यहरू	सञ्चालन गरिने क्रियाकलापहरू	सूचक	जिम्मेवार निकाय र अवधी
१. मानसिक स्वास्थ्य सेवामा सबैको सहज, सुलभ र समान पहुँच सुनिश्चित गर्ने				
आधारभूत मानसिक स्वास्थ्य सेवा	१.१ सामुदायीक मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने	१.१ गाउँपालिकाको स्वास्थ्य संस्थाका स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रको mhGAP मोडुल २ सञ्चालन गर्ने। १.२ तालिमका लागि विज्ञ मनोचिकित्सक, चिकित्सा मनोवीद तथा मनोवीदहरूको व्यवस्था गर्ने। १.३ मानसिक स्वास्थ्यको औषधिको आपूर्ती व्यवस्थापन गर्ने। १.४ मानसिक रोगको अत्यावश्यक औषधिको आवश्यकताको पहिचान गर्ने।	१.१ गाउँपालिकाको १ स्वास्थ्य संस्थामा कम्तीमा १ स्वास्थ्यकर्मी तालिम प्राप्त हुने १.२ कम्तीमा २ जना विज्ञवाट तालिम सञ्चालन गर्ने। १.३ गाउँपालिकाको स्वास्थ्य संस्थामा मानसिक रोगको औषधिको आपूर्ती १२ महिनासम्म निरन्तर हुने। १.४ मानसिक रोगका विभिन्न औषधिहरूको वर्ष दिनसम्म आवश्यक पर्ने परिमाण निश्चित गरेको डकुमेन्ट।	स्वास्थ्य शाखा, गाउँपालिका: २ वर्ष १.१ स्वास्थ्य शाखा, गाउँपालिकाले जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयसँग समन्वय गरी प्रदेश सा.वि.मं.वाट आपूर्ती निश्चित गर्ने १.२ गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखाले आर्थिक वर्ष २०८१।२०८२ सम्ममा निश्चित गर्नेछ।
	२. विशेषज्ञस्तरको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा	२.१ स्वास्थ्य बीमा तथा टेलिमेन्टल हेल्थको माध्यमवाट विशेषज्ञस्तरको सेवा स्वास्थ्य केन्द्र मार्फत समुदायमा पुऱ्याउन	१.१ स्वास्थ्य संस्थामा उपचारमा आएका मानसिक रोगीहरू मध्ये ८० प्रतिशतले स्वास्थ्य बीमामा संलग्न हुनेछन्। १.२ विशेषज्ञस्तरको सुपरभिजन तथा उपचार टेलिमेन्टल हेल्थ मार्फत वर्षमा ३ पटक उपलब्ध गराइने छ।	स्वास्थ्य शाखा, गाउँपालिका
	३. मानसिक स्वास्थ्यलाई जनस्वास्थ्यको नियमित कार्यक्रमहरूमा	३.१ गाउँपालिकाको जनस्वास्थ्य कार्यक्रममा मानसिक स्वास्थ्यलाई समावेश गरि कार्यक्रम गर्ने ३.२ महिला स्वास्थ्य स्वयंसेवीका, आमा सुरक्षा	३.१ कम्तीमा ४।५ वटा जनस्वास्थ्य कार्यक्रममा मानसिक स्वास्थ्य समावेश ३.२ स्वास्थ्य संस्थावाट वर्षमा ४०० गर्भवती तथा प्रसुती महिलामा डिप्रेसन	स्वास्थ्य शाखा, गाउँपालिका पहिलो, दोस्रो र तेस्रो वर्ष

	एकिकृत गरेर सञ्चालन गर्ने	कार्यक्रम, प्रसुती सेवा, बाल स्वास्थ्य कार्यक्रममा डिप्रेसन तथा आत्महत्याको स्क्रिनिङ गर्ने, भेटिएका समस्या भएका व्यक्तिलाई उपचारमा सम्प्रेषण गर्ने।	तथा आत्महत्याको स्क्रिनिङ गर्ने	
२. लक्षित वर्ग, जोखिममा परेको समूह तथा समुदायमा मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने				
लक्षित वर्ग, जोखिममा परेको समूह तथा समुदाय	१ बालबालिका तथा किशोर किशोरी	१.१ राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको बालबालिकाका लागि मानसिक स्वास्थ्य तालिम मोडुल ३ गाउँपालिकाको स्वास्थ्य संस्थाका स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई सञ्चालन गर्ने। १.२ समुदाय तथा विद्यालयमा बालबालिका तथा किशोर किशोरीको मनोसामाजिक सुस्वास्थ्यको प्रवर्द्धन गर्ने कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने। १.३ घर परिवार, विद्यालय, समाजीक वातावरणलाई बालबालिका तथा किशोर किशोरी मैत्री बनाउने	१.१ प्रा.स्वा.के. र स्वा.के.का कम्तिमा एक एक जना स्वास्थ्य कर्मी १.२ गाउँपालिकाका सबै विद्यालयमा नियमित सञ्चालन गर्ने १.३ समुदाय तथा विद्यालयमा नियमित सञ्चालन गर्ने	१.१ स्वास्थ्य शाखा, गाउँपालिका पहिलो, दाश्रो वर्ष १.२ स्वास्थ्य, शिक्षा तथा महिला बालबालिका शाखा। उपशाखा १.३ स्वास्थ्य, शिक्षा र महिला बालबालिका शाखा। उपशाखा
	२ वैदेशिक रोजगारी तथा अन्य कारणले विदेशमा रहेने व्यक्ति तथा तिनका परिवारलाई मानसिक स्वास्थ्य सेवा	२.१ विदेशमा रहेका कामदार, विद्यार्थी तथा अन्य नेपालीका लागि टेलिमेन्टल हेल्थ सेवाको सुनिश्चित गर्ने २.२ विदेशमा रहेका कामदार, विद्यार्थी तथा अन्य नेपालीका नेपालमा रहेका परिवारलाई समुदायमा मनोसामाजिक परामर्श सेवा प्रदान गर्ने	गोरखा अस्पताल तथा स्वा. के. वाट मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोपरामर्शमा तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीले हप्तामा दिन तोकेर नियमित सेवा प्रदान गर्ने	स्वास्थ्य शाखा दोस्रो वर्षबाट नै नियमित

ज्येष्ठ नागरिकको मानसिक स्वास्थ्य	अल्जाइमर्स, डिसअर्डर लगायत विस्मृति तथा अन्य मानसिक समस्यामा जनचेतना बढाउने तथा समयमा पहिचान गरि स्वास्थ्य संस्थामा रिफर गर्ने। जेष्ठ नागरिकहरूको सामाजिक सुरक्षामा पहुँच बढाउने	विश्व अल्जाइमर्स रोग रोकथाम दिवस सेप्टेम्बर २३ समुदायमा मनाएर, सञ्चार माध्यमबाट जनचेतनाका कार्यक्रम गर्ने	स्वास्थ्य शाखाले प्रदेश, संघ तथा गाउँपालिकाको श्रोत तथा साधन बाट हरेक वर्ष दिवस मनाउने। प्रत्येक वर्ष महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सुरक्षा शाखा
आत्महत्याको सोच भएका र जोखिममा भएका व्यक्तिका लागि मानसिक स्वास्थ्य	आत्महत्या रोकथाम कार्यक्रम तर्जुमा गरि कार्यान्वयन गर्ने आत्महत्या रोकथाम दिवस सेप्टेम्बर १० समुदायमा मनाउने आमसञ्चारको प्रयोग गर्दै आत्महत्या कम गर्ने सुचना तथा जानकारी प्रसारण गर्ने	हरेक वडातहमा कार्यक्रममा सहभागी (१२००) हरेक वर्ष	स्वास्थ्य शाखा प्रत्येक वर्ष
लैङ्गिक हिंसा प्रभावितहरूका मानसिक स्वास्थ्य	लैंगिक हिंसा विरुद्धको दिवस मनाउने तथा जनचेतनामुलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने	वर्षमा कम्तिमा ४।५ वटा वडामा कार्यक्रम सञ्चालन भएको हुने कार्यक्रममा सहभागिताको संख्या	सामाजिक विकास शाखा प्रत्येक वर्ष
अपांगता भएका व्यक्तिहरूका लागि मानसिक स्वास्थ्य	अपांगता भएका व्यक्तिहरूलाई गाउँपालिकाका स्वास्थ्य केन्द्रहरूबाट मानसिक स्वास्थ्य तथा समुदायमा परिचालित मनोपरामर्शकर्ताबाट सेवा प्रदान गर्ने।	स्वास्थ्य संस्थामा सेवामा सहभागी अपांगता भएका व्यक्तिको तथ्यांक	स्वास्थ्य शाखा निरन्तर
मदिरा तथा लागू औषधको लत भएका व्यक्तिका लागि मानसिक स्वास्थ्य	कुलतमा फसेकाहरूको समयमा नै पहिचान गरी स्वास्थ्य संस्था तथा परिवारमा नै गएर मनोपरामर्श सेवा तथा उपचारका लागि जानकारी	सेवा तथा प्रेषणको तथ्यांक	स्वास्थ्य शाखा तथा सामाजिक विकास शाखा प्रत्येक वर्ष

		प्रदान गर्ने, प्रेषण गर्ने र समन्वय गर्ने		
३. आकस्मिक तथा विपतको अवस्थामा प्रदान गरिने मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा स्वास्थ्य सेवामा एकिकृत गरेर प्रदान गर्ने				
आकस्मिक तथा विपतको अवस्थामा मानसिक स्वास्थ्य सेवा	आकस्मिक तथा विपतको अवस्थामा प्रदान गरिने अत्यावस्यकीय स्वास्थ्य सेवामा मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा प्रदान गर्ने	स्वास्थ्यकर्मी तथा मनोपरामर्शकर्तालाई मनोवैज्ञानिक प्राथमिक सहयोगको तालिम तथा प्रभावित समुदायलाई प्राथमिक मनोवैज्ञानिक सहयोग प्रदान गर्ने	तालिम प्रदान गरेको संख्या सेवा प्राप्त गरेकाको तथ्यांक	स्वास्थ्य शाखा प्रत्येक वर्ष
४. गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य सेवामा सबैको सहज, सुलभ र समान पहुँच सुनिश्चित गर्नका लागि आवश्यक पर्ने संयन्त्र, साधन, श्रोत तथा जनशक्तिको व्यवस्थापन गर्ने।				
गाउँपालिकाको संरचनामा मानसिक स्वास्थ्य	गाउँपालिकामा मानसिक स्वास्थ्य हेर्ने ईकाई वा व्यक्ति तोकिएको जिम्मेवारी किटान गर्ने	गाउँपालिकाको सांगठनिक तथा व्यवस्थापन सर्भेक्षण पुनर्संरचना गर्दा मानसिक स्वास्थ्य इकाई सहित मनोपरामर्शकर्ताहरूको पदहरू सृजना गरी पदपूर्ती गर्ने	मानसिक स्वास्थ्य संरचनाको स्थापना आवश्यक जनशक्तिको व्यवस्थापन तथा पदपूर्ती संख्या	गाउँपालिका

शहिद लखन गाउँपालिका, गोरखा