

**कोरोना भाईरस रोग (कोभिड-१५)
विश्व महामारीको समयमा प्रजनन, मातृ,
नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य सेवाकोलागि**

अन्तरिम मार्गनिर्देशन



नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग
परिवार कल्याण महाशाखा

वैशाख २०७७

विषयवस्तु

विषयवस्तु	पेज न.
परिचय	१
खण्ड १: प्रजनन, मातृ, नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य सेवा व्यवस्थापकहरूको लागि मार्गदर्शन	२
खण्ड २ : स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा सेवाप्रदायकहरूको लागि मार्गदर्शन	६
महिला तथा नवजात शिशुको लागि टेलि स्वास्थ्य सेवा (टेली ए एन सी र टेली पि ऐन सी सेवा)	८
स्वास्थ्य संस्था, प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केन्द्र र अस्पतालहरूबाट दिइने गर्भवति जाँच सेवा	१३
सुत्केरी अवस्थामा गरिने घरभेट	१५
कोभिड-१९का लक्षण भएका सुत्केरी महिलाहरूको लागि स्वास्थ्य सेवा सम्वन्धि मार्गदर्शन	१६
प्रसूति सेवा	१८
बाल स्वास्थ्य तथा खोप सेवा	२०
कोभिड-१९ संक्रमण भएका बालबालिकाहरूमा आउने क्लिनिकल लक्षणहरू	२०
कोभिड-१९ को महामारीको समयमा नियमित तथा अन्य खोप सेवा संचालनको लागि मार्गदर्शन	२१
परिवार योजना सेवा	२३
सुरक्षित गर्भपतन सेवा	२४
अनुसुचिहरू	२६

परिचय

यो निर्देशिका नेपाल सरकार स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय अन्तर्गत रहेको हेल्थ क्लस्टरको समन्वय तथा सहजिकरणमा रहि प्रजनन् स्वास्थ्य सव-क्लष्टरले तयार पारेको हो । कोरोना भाईरस रोग (कोभिड-१९) सम्बन्धि नयाँ प्रमाणहरू उपलब्ध भएसँगै यस निर्देशिकालाई अद्यावधिक गर्दै लगिने छ ।

प्रजनन्, मातृ, नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य सेवासम्बन्धी निर्देशनात्मक सिद्धान्तहरू

- १) नेपाल सरकार तथा विश्व स्वास्थ्य संगठनको मापदण्ड अनुसार भौतिक दूरी तथा व्यक्तिगत स्वास्थ्य सुरक्षाका उपायहरू अवलम्बन गर्दै प्रजनन्, मातृ, नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य सेवामा सबैको पहुँचको सुनिश्चितता गर्ने ।
- २) जटिल स्वास्थ्य समस्या भएका महिला तथा नवजात शिशुको शिघ्र स्वास्थ्यपरिक्षण तथा व्यवस्थापन गर्न आपत्कालीन स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने ।
- ३) स्वास्थ्य सेवा प्रदायक तथा गर्भवती महिला र नवजात शिशुलाई कोभिड-१९ को संक्रमण बाट जोगाउने तथा सकेसम्म व्यक्तिगत सम्पर्क बाट टाढा रहने ।
- ४) यौन, प्रजनन्, मातृ, नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न अत्यावश्यक उपकरण, व्यक्तिगत सुरक्षाका सामग्रीहरू, औषधि तथा अन्य सरसामानहरूको उपलब्धता सुनिश्चित गर्ने ।
- ५) सेवाप्रदायकहरूलाई उनीहरूको आवागमन तथा गर्भवती महिला र अन्यग्राहकलाई फोनमार्फत् प्रदान गरिने स्वास्थ्य सेवा तथा परामर्शकोलागि सहयोग गर्ने ।
- ६) स्वास्थ्य सेवा लिनको लागि गर्भवती महिला, अन्य ग्राहक तथा नवजात शिशुहरूलाई सुरक्षित आवागमनको सुनिश्चितता गर्ने ।

प्रजनन् स्वास्थ्यसम्बन्धी अत्यावश्यक सेवाको निरन्तरताको लागि जारी गरिएको यो अन्तरिम निर्देशिका अन्तर्गत कार्यक्रम व्यवस्थापकहरूको लागि खण्ड १ मा तथा विशिष्टकृत स्वास्थ्य सेवाको लागि खण्ड २ आवश्यक सम्पूर्ण जानकारीहरू समावेश गरिएको छ ।

खण्ड १

प्रजनन, मातृ, नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य सेवा व्यवस्थापकहरूको लागि मार्गदर्शन

सबै सेवाका लागि:

- गर्भावस्था तथा प्रसूति सम्बन्धि समस्या परेमा तथा मातृतथानवजात शिशु, बाल स्वास्थ्य, परिवार नियोजन र सुरक्षित गर्भपतन सेवासम्बन्धी परामर्श सेवा चाहिएमा सम्बन्धित महिलाहरूको लागि हेल्पलाइन सेवा उपलब्ध छ ।
- स्वास्थ्य संस्थाहरूले प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी सेवाहरूको लागि आउने महिलाहरूलाई तत्काल सेवा प्रदान गर्न स्क्रीनिङ तथा ट्राएज (Screening and Triage) को प्रणाली स्थापना गरिएको सुनिश्चित गर्ने ।
- अनुसूची १ मा उल्लेख भए अनुसार सबै स्वास्थ्य संस्थामा पिपिई उपलब्ध भएको सुनिश्चित गर्ने ।
- गर्भवती र स्तनपान गराइरहेका महिला सेवा प्रदायकहरूलाई कोभिड-१९का बिरामीहरूलाई प्रत्यक्ष सेवा प्रदान गरिने ठाउँहरू (जस्तै ओ.पि.डि. वा वार्ड, नमूना संकलन कक्ष, ईमरजेन्सि कक्ष, आइसियू, ज्वरो क्लिनिक) मा ड्युटीमा नखटाउने र निजहरूलाई टेलि परामर्श, स्वास्थ्य शिक्षा तथा क्षमता अभिवृद्धि जस्ता गतिविधिहरूमा संलग्न गराउने ।
- सबै स्वास्थ्य चौकी, प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केन्द्र, अस्पताल तथा गैर-सरकारी संस्था मार्फत संचालित स्वास्थ्य सेवा केन्द्रहरूले गर्भवती जाँच सेवा, प्रसूति सेवा, उत्तर प्रसूति सेवा (PNC), सुरक्षित गर्भपतन सेवा, परिवार योजना सेवा, बाल स्वास्थ्य तथा नवजात शिशु तथा बाल रोगको एकीकृत व्यवस्थापन (IMNCI), खोप तथा पोषणसम्बन्धी सेवाहरू प्रदान गर्ने ।
- मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवाप्रदायकहरूले टेलिस्वास्थ्य सेवामार्फत् आमा तथा नवजातशिशुकोलागि गर्भवती तथा उत्तर प्रसूति सेवा तथा परामर्श प्रदान

गर्भे । आवश्यकता अनुसार गर्भवती महिलाहरूलाई स्वास्थ्य संस्थामा आउन सुभाब दिने र सुत्केरी आमा तथा नवजात शिशुको लागि घर भेट गरि स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने ।

- स्वास्थ्य संस्थाहरूले पहिलो, तेस्रो, सातौँ र २८ औँ दिनमा फोनमार्फत सुत्केरी आमा तथा नवजात शिशुहरूको स्वास्थ्य अवस्थाको फलो अप गर्ने र आवश्यक परेमा घर भेट गर्ने ।
- सबै Birthing Center, BEONC र CEONC केन्द्रहरूले कोभिड-१९को लक्षण नदेखिएका महिलाहरूलाई नियमित रूपमा प्रसूति सेवा (सि-सेक्सन, जटिलता व्यवस्थापन आदि) प्रदान गर्ने । कोभिड-१९को लक्षण देखिएकाहरूलाई समेत प्रेषण गर्न सम्भव नभएमा सम्बन्धित Birthing Center, BEONC र CEONC केन्द्रहरूले नै नियमित रूपमा प्रसूति सेवा प्रदान गर्न तयारी अवस्थामा रहने ।
- स्वास्थ्य चौकी, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, अस्पताल तथा गैर-सरकारी संस्था द्वारा संचालित क्लिनिक र औषधि पसलहरूबाट परिवार नियोजनका अस्थाई साधनहरू, विशेष गरि छोटो समय काम गर्ने साधनहरू (short-term methods) प्रदान गर्ने ।
- स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयको मार्गनिर्देशनअनुरूप शल्यक्रियाबाट गरिने गर्भनिरोध सेवालाई अर्को व्यवस्था नहुन्जेलसम्म स्थगित गर्ने स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयको मार्गनिर्देशन अनुरूप शल्यक्रियाबाट गरिने गर्भनिरोध सेवालाई अर्को व्यवस्था नहुन्जेलसम्म स्थगित गर्ने र सि-सेक्सन (CS) गरिएका महिलाहरूको सुसुचित छनौट अनुसार BTL वा PPT गर्ने । क्वारेन्टाईन केन्द्रको कुनै उपयुक्त स्थान (उदाहरणकोलागि बाहिर निस्कने ठाँउमा) परिवार नियोजनका अस्थाई साधनहरू कण्डम र आकस्मिक गर्भ निरोधक को व्यवस्था गर्ने ।
- समुदायमा उपयुक्त स्थानहरू (Strategic Locations) पहिचान गरि कण्डम बाकस मार्फत कण्डमको नियमित रूपमा आपूर्ति भईरहेको कुरा सुनिश्चित गर्ने ।

- परिवार नियोजनको अस्थाई साधन कण्डमको सहज आपूर्तिको लागि किराना पसल तथा होटलहरूसंग सहकार्य गरि निःशुल्क रुपमा कण्डम उपलब्ध गराउने र यसको अभिलेख राख्ने । यस्ता ठाउँहरूमा कण्डम उपलब्ध भए नभएको एकिन गर्न नियमित रुपमा अनुगमन गर्ने ।
- परिवार नियोजनका ग्राहकहरूको लागि टेलि हेल्थ सेवाको व्यवस्था गर्ने र स्थानीय स्तर (catchment area) मा सार्वजनिक सञ्चार वा समाजिक संजालको माध्यमबाट टेलि हेल्थ सेवाको वारेमा ससुचना आदान प्रदान गर्ने ।
- सुरक्षित गर्भपतन सम्बन्धि सबै सेवाहरू (Medical abortion, MVA, second trimester abortion, Post abortion care) तथा गर्भपतन पछिको परिवार नियोजन सेवा नियमित रुपमा सूचीकृत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र तथा इजाजत प्राप्त (Certified) सेवाप्रदायकहरूबाट प्रदान गर्ने ।
- स्थानिय तहमा स्वास्थ्य सेवाको व्यवस्थापकीय जिम्मेवारीमा रहेका व्यक्तिहरूले पर्याप्त मात्रामा पिपिई, औषधि, परिवार नियोजनका साधनहरू, सुरक्षित गर्भपतन सेवा, औषधिबाट गरिने गर्भपतन सेवा, मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवा, बाल स्वास्थ्य सेवा तथा मातृ सुरक्षा चक्कीसहित खोपसंग सम्बन्धित सामग्रीहरू, र नवजात शिशु नाभि मलम (Chlorhexidine) जस्ता अत्यावश्यक सामग्रीहरू नियमित रुपमा उपलब्ध भएको सुनिश्चित गर्ने । औषधिबाट गरिने गर्भपतनको लागि सूचीकृत स्वास्थ्य संस्थाहरूमा परिवार नियोजनका साधनहरूको उपलब्धता पनि सुनिश्चित गर्ने ।
- सबै प्रदेश तथा पालिका र सम्बन्धित कार्यकारी प्रमुखहरूले संघिय सरकारको मार्गनिर्देशन अनुसार यौन, प्रजनन स्वास्थ्य, मातृ तथा नवजात स्वास्थ्य, परिवार नियोजन तथा सुरक्षित गर्भपतन सेवा सुचारु गर्न मातहतका निकायहरूलाई आवश्यक निर्देशन तथा सल्लाह प्रदान गर्ने ।
- औषधि व्यवस्था विभागबाट स्वीकृत औषधिबाट गरिने गर्भपतनका औषधिहरूको भण्डारण तथा वितरण गर्नका लागि सूचीकृत औषधालयहरू तथा तालिम प्राप्त औषधि विक्रेताहरूलाई इजाजत दिने ।

- प्रेषण सेवाका लागि यातायातको व्यवस्था तथा सहयोग र निःशुल्क एम्बुलेन्स सेवाको सुनिश्चितता गर्ने । यसकोलागि सवारी चालकलाई लागि निशुल्क पिपिई र नियमित रूपमा एम्बुलेन्सको सरसफाइको व्यवस्था गर्ने ।
- स्वास्थ्य संस्थासम्म बिरामी तथा अन्य सेवाग्राहीहरुको नियमित आवागमनको लागि स्थानीय तहसँग समन्वय तथा सहजीकरण गर्ने ।

खण्ड २

स्वास्थ्य संस्था प्रमुख तथा सेवाप्रदायकहरूको लागि मार्गदर्शन

१) सामान्य तयारी तथा योजना

स्थानीय तथा प्रदेश स्तरमा कोभिड-१९ जाँच गर्नकोलागि स्थापित प्रयोगशाला तथा सम्बन्धित सेवाग्राहीहरूको उपचार तथा व्यवस्थापनकोलागि तोकिएका अस्पतालहरूको वारेमा थाहा पाउने। यसको लागि अनुसूची २ हेर्ने ।

- एम्बुलेन्सहरूको सम्पर्क नम्बर सहित प्रेषण योजना तयार गर्ने ।
- संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रणको व्यवस्था तथा पिपिई उपलब्ध भएको सुनिश्चित गर्ने ।
- स्वास्थ्य संस्थामा screening र triage को व्यवस्था भएको सुनिश्चित गर्ने ।
- कोभिड-१९ संक्रमणको शङ्का लागेका वा संक्रमण पुष्टि भएका ब्यक्तिहरूको लागि विशेष कोठा को व्यवस्था गर्ने ।

पुनश्चः

- स्वास्थ्य सेवाको लागि स्वास्थ्य संस्थामा आउने हरेक व्यक्ति (विशेष गरि महिला तथा बालबालिका) लाई कोभिड-१९का लक्षण देखिएको वा नदेखिएको दुवै अवस्थामा प्रदान गरिने प्रत्येक सेवाका लागि संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रणका उपायहरू नियमित रूपमा सावधानी पूर्वक अविलम्बन गर्ने ।
- सबै महिलाहरूलाई मर्यादित मातृ स्वास्थ्य सेवा (Respectful Maternity Care) प्रदान गर्ने ।

२) स्वास्थ्य संस्थाप्रवेश स्थलमा स्वास्थ्य संस्थामा आउने सबै विरामि वा सेवाग्राही तथा उनीहरूसाग आउने सबै व्यक्तिहरूको स्वास्थ्य परीक्षण गर्न जा'च कक्षको स्थापना गर्ने ।

- स्वास्थ्य संस्थामा प्रवेश गर्ने सेवाग्राहीहरूको लागि एक मात्र प्रवेश द्वारको व्यवस्था मिलाउने ।
- प्रतीक्षा स्थलमा दुई जना सेवाग्राही बीच कम्तीमा १ मिटरको भौतिक दूरी रहने गरी व्यवस्था मिलाउने ।
- गर्भवती महिलाहरूको स्वास्थ्य परीक्षण गर्नछुट्टै कोठा तथा उपकरणको प्रयोग गर्ने ।
- संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रण र पिपिईका लागि अनुसूची १ मा दिईएको मार्गदर्शन अनुसार गर्ने ।
- सबै अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्थाजन्य फोहोरमैलालाई सम्भावित संक्रमणजन्य फोहोरमैलाको रूपमा व्यवस्थापन गर्ने । यसकोलागि स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको स्वास्थ्य सेवा जन्यफोहोरमैला व्यवस्थापन निर्देशिका, २०७१ र को भिड-१९को संक्रमणको शङ्का लागेको अवस्थामा नेपाल मेडिकल काउन्सिलले तयार गरेकोसंक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रणको लागि अन्तरिम निर्देशिका (चैत २०७६) को पालना गर्नु पर्दछ ।
- सेवाग्राहीको लागि मास्क र स्यानिटाईजर को व्यवस्था मिलाउने ।
- मास्क लगाउने तथा निकाल्ने सिपकोलागि पोष्टरको व्यवस्था गर्ने ।
- साबुन पानीले हात धुने वा अल्कोहलयुक्त सेनिटाइजरले हात सफा गर्ने व्यवस्था मिलाउने ।
- सम्भव भएसम्म सेवाग्राहीको प्रतीक्षाको समय घटाउने र आवश्यकता अनुसार मात्र आगन्तुकलाई स्वास्थ्य संस्था भित्र बोलाउने वा निजहरूको सङ्ख्या सकेसम्म कम गर्ने ।

३) बहिरङ्ग सेवा, गर्भवति जाँच सेवा, परिवार नियोजन सेवा तथा सुरक्षित गर्भपतन सेवाको क्लिनिक

- साबुन पानीले हात धुने वा अल्कोहलयुक्त सेनिटाइजरले हात सफा गर्ने व्यवस्था भएको कोठा ।
- सेवा प्रदायकहरूले नियमित रूपमा प्रत्येक सेवाग्राहीलाई छुनुभन्दा अघि र छोएपछि साबुन पानीले हात धुने र हातको सरसफाइसम्बन्धी अभ्यासको पूर्ण पालना गर्ने ।
- सेवाग्राही स्वास्थ्य संस्थामा प्रवेश गर्दा र निस्कदा अनिवार्य रूपमा साबुन पानीले हात धुने वा अल्कोहलयुक्त सेनिटाइजरको प्रयोग गर्नका लागि अनुरोध गर्ने ।
- सेवाग्राही वा कर्मचारीका लागि नियमित रूपमा प्रयोग हुने स्थान, फर्निचर वा उपकरणलाई सफा वा निर्मलीकरण गर्ने ।

मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवा (गर्भवति जाँच, प्रसूति र उत्तर प्रसूति सेवा सहित)

क) महिला तथा नवजात शिशुको लागि टेलि स्वास्थ्य सेवा (टेली एएनसी र टेली पिएनसी सेवा)

१) गर्भवती तथा सुत्केरी महिलाहरूको टेलिफोन नम्बर प्राप्त गर्ने:

- मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवारेजिष्टरबाट विगतका केही महिनामा गर्भवति जाँच गराउन आएका गर्भवती महिलाहरूको टेलिफोन नम्बर संकलन गर्ने ।
- यदि टेलिफोन नम्बर उपलब्ध नभएमा, गर्भवती महिलाको वडाको महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरूलाई सम्पर्क गरी गर्भवती महिला वा महिलाको परिवार का सदस्यहरूको सम्पर्क नम्बर लिने ।
- मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूबाट गर्भवती, प्रसूति र उत्तर प्रसूतिसेवा नलिएका वा हालसालै घरैमा प्रसूति गराईएका महिला का बारेमा जानकारी लिन सम्बन्धित महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरूलाई सम्पर्क गर्ने ।

२) टेलि-एनसी सेवाहरू

मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवाप्रदायकहरूले सबै गर्भवती महिलाहरूलाई टेलिफोन मार्फत सम्पर्क गरी निम्न प्रश्नहरू सोध्ने र सल्लाह दिने :

प्रश्नहरू	सल्लाह	ANC गर्न आउने वा CEONC केन्द्रमा जाने सल्लाह
<ul style="list-style-type: none"> सामान्य स्वास्थ्य अवस्था कोभिड-१९का लक्षणहरू – ज्वरो, सुख्खा खोकी, सास लिँदा कठिनाई हुने आदि भए नभएको गर्भावस्थामा कुनै जटिलता भए नभएको । यस्ता जटिलामा टाउको दुख्ने, पैताला / हात/अनुहार सुन्निने, ज्वरो आउने, पेट दुख्ने, योनीबाट रक्तश्राव (spotting and bleeding) हुने, गन्हाउने पानी बग्ने, पाठेघरभित्रको शिशुको हलचल कम भएको आदि पर्दछन् । 	<p>गर्भवति महिलार आवश्यकता अनुसारपरिवार का सदस्यलाई निम्न विषयमा सल्लाह दिने:</p> <ul style="list-style-type: none"> सरसफाई तथा स्वस्थ खानेकुरा खाने बानी (गर्भावस्थामा साविकको भन्दा एकपटक बढी खाने) सहित गर्भावस्थामा गरिनुपर्ने हेरचाह कोभिड-१९ सँग सम्बन्धित भौतिक दूरी तथा हातको सरसफाइ, खोकी/हाछ्यु गर्दा अपनाउनु पर्ने सावधानीका विषयमा सल्लाह दिने निज महिला वा उनका परिवारका सदस्यलाई कोभिड-१९को लक्षण देखा परेमा कहाँ सम्पर्क गर्ने भन्ने विषयमा जानकारी 	<p><u>नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा आउनु पर्ने अवस्थाहरू:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> यदि महिलालाई आइरन चक्की र जुकाको औषधिआवश्यक भएमा) यदि महिलालाई Td injection आवश्यक भएमा यदि महिलालाई कुनै स्वास्थ्य जाँच वा परीक्षण गराउनु परेमा ३६ हप्ताको गर्भवति जाँच र स्वास्थ्य सल्लाह पछि स्वास्थ्य संस्थामा आउने नसक्ने महिलालाई misoprostol (600mg)CHX र क्लिन डेलिभरी किट दिई प्रयोग गर्ने तरीका बताई दिने । Misoprostol को प्रयोगको लागि अनुसूची ३ हेर्ने ।

प्रश्नहरू	सल्लाह	ANC गर्न आउने वा CEONC केन्द्रमा जाने सल्लाह
<ul style="list-style-type: none"> ● आवश्यक मात्रामा supplement लिए नलिएको 	<ul style="list-style-type: none"> ● कोभिड-१९को लक्षण भएमा स्तनपान कसरी गराउने भन्ने विषयमा जानकारी ● प्रसूति को लागि गर्नुपर्ने तयारी र स्वास्थ्य संस्थामा नै प्रसूति गराउनु पर्ने आवश्यकताका विषयमा सल्लाह 	<p>नजिकको <u>CEONC</u>केन्द्रमा आउने</p> <ul style="list-style-type: none"> ● खतराका चिन्हहरू जस्तै रक्तश्राव, एकदमै टाउको दुख्ने, धमिलो देख्नु, गम्भीर दुखाइआदि देखा परि आपतकालीन प्रेषण आवश्यक परेमा न – CEONC केन्द्रमा तुरुन्तै प्रेषण गर्नको लागि एम्बुलेन्सको व्यवस्था गर्ने । <p><u>कोभिड-१९ क्लिनिक/अस्पतालमा जाने</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● यदि महिलामा कोभिड-१९को लक्षण देखिएमा ● निज महिलालाई आफ्नो स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा नबोलाई कोभिड-१९ क्लिनिक वा अस्पतालमा पठाउने । पठाउन सम्भव नभएको अवस्थामा पिपिईको निर्देशिकाको पालना गर्दै त्यही बाट सेवा दिने व्यवस्था मिलाउने ।
<ul style="list-style-type: none"> ● सेवाग्राहीलाई प्रश्न सोध्न समय दिने ● विस्तारै बोल्ने र आवश्यकता अनुसार तपाईंका प्रश्नहरूसरसल्लाह सुभावाहरूलाई दोहोर्‍याउने । ● फोनवाट कुरा गर्ने समय – गर्भवती जाँचको तालिकाको आधारमा र आवश्यकता अनुसार बढी पटकसमेत । ● आपतकालीन अवस्थाको लागि महिलाहरूलाई तपाईंको सम्पर्क नम्बर र/वा हेल्पलाइनको सम्पर्क नम्बर उलपब्ध गराउने 		

३) टेली पिण्णसी सेवाहरू

क.मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवाप्रदायकहरूले सुत्केरी महिलाहरूसँग टेलिफोन सम्पर्क गरी निम्न प्रश्नहरू सोध्ने र सल्लाह दिने:

प्रश्नहरू	सल्लाह	PNC गर्न आउने वा CEONC केन्द्रमा जाने सल्लाह
<p>आमा:</p> <ul style="list-style-type: none"> सामान्य स्वास्थ्य अवस्था को बारेमा सुत्केरी भएपछि टाउको दुख्ने, पैताला / हात/अनुहार सुन्निने, ज्वरो आउने, पेट दुख्ने, योनीबाट रक्तश्राव (spotting and bleeding) हुने, गन्हाउने पानी बग्ने, स्तनपान र स्तनसम्बन्धी समस्याहरू जस्ता कुनै जटिलता भए नभएको । 	<p>सुत्केरी महिला र आवश्यकता अनुसार परिवारका सदस्यलाई निम्न विषयमा सल्लाह दिने :</p> <ul style="list-style-type: none"> सुत्केरी अवस्थाको विषयमा सामान्य जानकारी: स्तनको स्याहार, योनी र मलद्वार बीचको भाग (perineum) कोसरसफाइ, पोषण, परिवार नियोजन आदि । कोभिड-१९को लक्षण देखा परेमा स्तनपान गराउदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू (के र कसरी) । 	<p>यदि महिलालाई पूरक पौष्टिक तत्वहरू आइरन चक्की र भिटामिन ए-<u>supplements</u> तथा शिशुलाई खोप आवश्यक परेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा आउन परिवारका सदस्यलाई अनुरोध गर्ने ।</p> <p>यदि आमा वा बच्चामा कुनै खतराको चिन्ह देखा परेमा वा कुनै जाँच वा परीक्षण आवश्यक परेमा, घर भेट गर्ने ।</p> <p>कुनै खतराका चिन्हहरू, मनोसामाजिक जोखिमहरू, शल्यक्रियाबाट गएाइएको सुत्केरी समय अगावै जन्मिएका र जन्मदा कम तौल भएका बच्चाहरू तथा आमा र बच्चा सम्बन्धि अन्य जटिलताहरू भएको अवस्थामा स्वास्थ्य संस्था मा बोलाएर वा आफु घरमै गएर भए पनि महिला तथा बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्ने ।</p> <p>सुत्केरी महिलाहरूलाई निम्न विषयमा परामर्श दिने :</p> <ul style="list-style-type: none"> कोभिड-१९को संक्रमण रोकथाम गर्ने अभ्यासहरूका बारेमा, कोभिड-१९को लक्षण देखिएमा स्तनपान सुचारु गर्ने बारेमा सुत्केरी अवस्थामा देखा पर्ने खतराका चिन्हहरू र कोभिड-१९ सम्बन्धि चिन्हहरूर कहाँ सम्पर्क गर्ने भन्ने विषयमा ।

प्रश्नहरू	सल्लाह	PNC गर्न आउने वा CEONC केन्द्रमा जाने सल्लाह
<ul style="list-style-type: none"> आवश्यक मात्रामा supplement लिए नलिएको नवजात शिशु सामान्य स्वास्थ्य अवस्थाहरू <ul style="list-style-type: none"> दुध/खाना सम्बन्धि, निन्द्रा वा सुताइ, पिसाब, दिसा आदि । खतराका चिन्हहरू: ज्वरो, हाइपोथर्मिया (सामान्य अवस्थाभन्दा बच्चा चिसो हुने), नखाने/कम खाने, कम सक्रियता, Convulsion आदि । 	<p>कोभिड-१९ सँग सम्बन्धित भौतिक दूरी तथा हातको सरसफाइ, खोकी/हाछ्यु गर्दा अपनाउनु पर्ने सावधानी।</p>	<ul style="list-style-type: none"> ‘हेल्पलाइन’ सम्पर्क नम्बर कसरी र कतिवेला प्रयोग गर्ने र हेल्पलाइनको नम्बर र तपाईंको सम्पर्क नम्बर उपलब्ध गराउने नजिकैको एम्बुलेन्सको सम्पर्क नम्बर उपलब्ध गराउने सुत्केरी स्वास्थ्य जाँच बाहेक सुत्केरी महिलालाई ४५ दिनसम्मका लागि आइरन चक्की र भिटामिन ए तथा शिशुलाई नियमित खोप सेवा प्रदान गर्ने । <p>निम्न अवस्थामा तुरुन्त प्रेषण गर्ने :</p> <ul style="list-style-type: none"> यदि महिलामा खतराका चिन्हहरू जस्तै रक्तश्राव, कडा टाउको दुख्ने, धमिलो देख्नु, गम्भीर दुखाइ आदि देखिएमा – CEONC केन्द्रमा तुरुन्त प्रेषण गर्नको लागि एम्बुलेन्सको व्यवस्था गर्ने । नवजात शिशुमा खतराका चिन्हहरू देखापरेमा तुरुन्त अस्पतालमा प्रेषण गर्ने । <p><u>कोभिड-१९ क्लिनिक/अस्पतालमा जाने</u></p> <ul style="list-style-type: none"> यदि महिला वा शिशुमा कोभिड-१९ का लक्षण देखिएमा, तोकिएको क्लिनिक वा अस्पतालमा अनुसूची २ अनुसार प्रेषण गर्ने । निज महिला तथा शिशुलाई आफ्नो स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा नबोलाउने र घर भेट सेवामा पनि नजाने ।
<ul style="list-style-type: none"> प्रश्न सोध्न समय दिने विस्तारै बोल्ने र आवश्यक भएमा तपाईंका प्रश्नहरूरसल्लाह सुन्नु फोन गर्ने समय – सुत्केरी आमा तथा नवजात शिशु(पहिलो, तेस्रो, सातौं तथा २८औं दिनमा) आपतकालीन अवस्थाका लागि महिलाहरूलाई तपाईंको सम्पर्क नम्बर र/वा हेल्पलाइनको सम्पर्क नम्बर उपलब्ध गराउने । 		

ख) स्वास्थ्य संस्था, प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केन्द्र र अस्पतालहरूबाट दिइने गर्भवति जाँच सेवा

सबै स्वास्थ्य चौकिहरू, प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केन्द्रहरू र अस्पतालहरूबाट नियमित रूपमा गर्भवति जाँच सेवाप्रदान

१) कोभिड-१९को लक्षण नभएका महिलाहरूको लागि गर्भावस्थामा प्रदान गरिने स्वास्थ्य सेवाको लागि मार्गदर्शन :

- आवश्यकताअनुसार स्वास्थ्य जाँच र सल्लाह, पूरक खाना तथा औषधिहरू (Supplements), अन्य औषधिहरू,प्रेषण भईरहेको सुनिश्चित गर्ने ।
- हिस्ट्री ट्रेकिड र शारीरिक जाँच: नियमितरूपमा शारीरिक जाँच गर्ने र स्वास्थ्य जाँच गर्दा महिलालाई तपाईंको विपरीत दिशामा फर्कन आग्रह गर्ने । गर्भावस्थामा आउने जटिलता तथा कोभिड-१९का चिन्ह र लक्षणहरूको बारेमा सोध्ने र जाँच गर्ने ।
- गर्भवती महिलालाई निम्न विषयमा परामर्श दिने (टेलिफोन मार्फत यी विषयहरूको बारेमा बताएको भएता पनि दोहोर्याउने):
 - कोभिड-१९ संक्रमण रोकथामका अभ्यासहरूका विषयमा
 - कोभिड-१९को लक्षण भएमा स्तनपान गराउँदा अपनाउनु पर्ने सावधानीका विषयमा
 - सुरक्षित प्रसूतिकोलागितयारी तथा स्वास्थ्य संस्थामा सुत्केरी गराउने विषयमा
 - खतराका चिन्हहरूको बारेमा (गर्भावस्थाका सामान्य खतराका चिन्हहरू तथा कोभिड-१९का चिन्ह तथा लक्षणहरूको बारेमा)
 - “हेल्पलाइन” सम्पर्क नम्बर कसरी र कतिबेला प्रयोग गर्ने र हेल्पलाइनको नम्बर र तपाईंको सम्पर्क नम्बर उपलब्ध गराउने बारे
 - नजिकैको एम्बुलेन्सको सम्पर्क नम्बर उपलब्ध गराउने
- गर्भावस्थामा गरिने सामान्य स्वास्थ्य जाँच र पूरक औषधि (जुकाको औषधि, Td, आदि) का अतिरिक्त गर्भवती महिलाहरूलाई निम्न कुराहरू प्रदान गर्ने :
 - तीन महिनासम्मका लागि आइरन फोलिक एसिड चक्की

- यदि महिलालाई प्रसुति गराउनका लागि स्वास्थ्य संस्था/अस्पतालसम्म आउन गाह्रो हुने भएमा गर्भ बसेको आठौँ महिनामा वा सोभन्दा अघि Misoprostol (३ वटा चक्कीहरु) रनाभि मलम (Chlorhexidine) र सफा/सुरक्षित सुत्केरी किट (clean/safe delivery kit) उपलब्ध गराउने । सकेसम्म प्रसुति गराउनको लागि स्वास्थ्य संस्थामा नै आउनु पर्ने कुराको जानकारी दिने ।

ग) कोभिड-१९का लक्षण भएका महिलाहरुको लागि नियमित गर्भवति जाँच सेवा प्रदान गर्न मार्गदर्शन :

- कोभिड-१९को क्लिनिक नभएको अवस्थामा स्वास्थ्य संस्था/प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र/अस्पतालमा कोभिड-१९ भएका महिलाहरुलाई नबोलाउने ।
- कोभिड-१९का लक्षणहरु (ज्वरो, खोकी, सास फेर्न गाह्रो हुने) भएका महिलाहरुलाई सुभाइएका सावधानी अपनाउन र आवश्यक परीक्षणहरु गर्न सल्लाह दिने र अनुसूची २ अनुसार आइसोलेशनको लागि कोभिड-१९को क्लिनिकमा प्रेषण गर्ने ।
- कोभिड-१९ भए नभएको एकिन भएपछि गर्भवति जाँच सेवा आइसोलेशन मा रहेको अवस्थामा नै प्रदान गर्ने ।
- यदि कोभिड-१९को लक्षण भएका महिलाहरु फोनबाट पूर्व सूचना नगरी तपाईंको स्वास्थ्य संस्थामा आएमा, जरुरी रुपमा निम्न कार्यहरु गरी आवश्यक जानकारी तथा परामर्श सेवा प्रदान गर्ने :
 - गर्भवति जाँच सेवामा संलग्न सेवाप्रदायकले स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयको प्रोटोकल (पिपिई टेबल) अनुसार पिपिई लगाउने र संक्रमण रोक्न तथा नियन्त्रण (IPC) निर्देशिकाको प्रयोग गर्ने ।
 - कोभिड-१९को लक्षण भएका महिलाहरुले स्वास्थ्य संस्थामा आउँदा सर्जिकल मास्क लगाउने ।
 - गर्भवती महिलालाई हात सफा गर्न सेनिटाइजर प्रदान गर्ने ।
 - स्वास्थ्य परामर्श/जानकारी प्रदान गर्नेवेला सेवाप्रदायकले आफू र सेवाग्राहीबीच कम्तिमा २ हातको भौतिक दूरी कायम राख्ने ।
 - सेवाग्राही र सेवाप्रदायकले छोएका स्थानहरुलाई रसायन (०.५% क्लोरिनको

भोल वा ५% सोडियल हाईपोक्लोराइट (sodium hypochlorite or bleach) को प्रयोग गरी सफा गर्ने र एउटा सेवाग्राही आएपछि अर्को सेवाग्राही आउनुभन्दा पहिले पनि पेपर टावेल वा सफा कपडाले सफा गर्ने । प्रयोग भएको टावेललाई साबुन पानी भएको भाडामा राख्ने ।

कोभिड-१९का लक्षण र निम्नानुसार लक्षण भएका महिलाहरूले सिधै नजिकैको कोभिड-१९को लागि तोकिएकादोस्रो वा तेस्रो तह (Level 2 or 3) को अस्पतालहरूमा सम्पर्क राख्ने :

- खान र पिउन नसक्नु
- सास फेर्नकठिनाई (भर्खरै शुरु भएको वा बढ्दोक्रममा रहेको)
- छाती दुख्ने वा मुटुको धड्कन धेरै बढ्नुवा घट्नु
- २४ हप्ता भन्दा बढीको गर्भमा शिशुको हलचलमा कमी हुनु
- गर्भावस्थासम्बन्धी अन्य कुनै जटिलता
- प्रसव व्यथा लागेका महिलाहरु
- कोभिड-१९को संक्रमणको आशङ्का गरिएका/पुष्टि भएका व्यक्तिहरुको लागि स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयकोनिर्देशिका अनुरूप स्वास्थ्य संस्थाले यातायातको व्यवस्था मिलाउनु पर्दछ ।

घ) सुत्केरी अवस्थामा गरिने घरभेट (PNC Home Visit) सम्बन्धि मार्गदर्शन (कोभिड-१९का लक्षण नभएका महिलाहरुको लागि)

- आवश्यकताअनुसार स्वास्थ्य जाँच र सल्लाह, पूरक खाना र औषधि पार्इरहेको सुनिश्चित गर्ने वाआवश्यक भएमा प्रेषण गर्ने ।
- पिएनसीको लागि गरिने स्वास्थ्य जाँच र सल्लाह साविकको पिएनसी निर्देशिका अनुरूप गर्ने ।
- कोभिड-१९का लक्षणहरुको बारेमा सोध्ने र कोभिड-१९सँग सम्बन्धित आवश्यक सल्लाहहरु अनिवार्य रुपमा दिने ।
- यदि महिला वा परिवारका सदस्यहरुमा कोभिड-१९को लक्षण भएमा वा क्वारेन्टाइनमा राखिएको भएमा पिएनसी घर भेटमा नजाने ।

- मातृ स्वास्थ्य सेवाप्रदायकहरूले स्तनपानलाई प्रोत्साहन गर्ने र आवश्यक सहयोग गर्ने ।
- फेरि गर्भ रहन सक्ने अवस्था तथा सुत्केरी भएपछि गरिनुपर्ने परिवार नियोजनका उपायहरूको बारेमा छलफल गर्ने ।
- सुत्केरी भए पछि आमाहरूमा र कतिपय नयाँ बाबुहरूमा समेत चिन्ता र निराशा (anxiety and depression) हुनु सामान्य भएकोले फोन वा उपलब्ध भएसम्म अन्य इन्टरनेट/अनलाइनको माध्यमबाट निजहरूलाई अन्य आमाबाबु, परिवार का सदस्यहरू तथा साथीभाईहरूसँग अन्तर्क्रिया वा सम्पर्क गर्न प्रोत्साहित गर्ने ।
- प्रसूति भएपछि गरिने साविकको स्वास्थ्य जाँचभन्दा बाहेक, सुत्केरी आमा तथा शिशुहरूलाई निम्न कुराहरू प्रदान गर्ने :
 - सुत्केरी महिलालाई भिटामिन ए तथा ४५ दिनसम्मका लागि आइरन चक्की
 - शिशुहरूलाई नियमित खोप
- यदि आमा वा बच्चामा कुनै खतराको चिन्ह देखा परेमा प्रेषणको व्यवस्था गर्ने ।

ड) कोभिड-१९का लक्षण भएका सुत्केरी महिलाहरूको लागि स्वास्थ्य सेवा सम्बन्धि मार्गदर्शन (यो कोभिड-१९को लागि तोकिएका अस्पतालहरूका लागि)

- कोभिड-१९को लक्षणहरू पुष्टिभएका सुत्केरी महिला र सशिशुलाई अलग्गै राख्नु पर्ने प्रमाण हालसम्म नभेटिएको हुदा तलको अनुसार गर्ने :
 - नवजात शिशुलाई आमाको छातिमा टाँसेर (Skin to skin contact) राख्ने
 - जन्मिने वित्तिकै स्तनपान शुरु गराउने (बच्चा जन्मिएको एक घण्टा भित्रमा)
 - समय अगावै जन्मिएका वा जन्मदा कम तौल भएका बच्चाहरूका लागि कंगारु मदर केयर (KMC) कोअभ्यास गर्न लगाउने ।
- कोभिड-१९ संक्रमणको आशङ्का लागेका, सम्भावित वा पुष्टि भएका आमाहरूबाट जन्मिएका बच्चाहरूलाई तोकिएको मापदण्ड र निर्देशिकाअनुसार खाना/दुध खुवाउने र संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रणका उपायहरू अपनाउने ।

- यदि कोभिड-१९ संक्रमण पुष्टि भएका महिला स्तनपान गराउन नसक्ने भएमा, उनको बच्चालाई सुरक्षित तरीकाले आमाबाट निकालिएको दूध खुवाउनका लागि सहयोग गर्ने ।
- कोभिड-१९को संक्रमण पुष्टि भएका महिलाहरूले अन्य आमा तथा बच्चाहरूसँग सम्पर्क नराख्ने, बच्चालाई छुनुअघि र छोएपछि साबुन पानीले हात धुने र स्तनपान गराउँदा वा खुवाउँदा, छातिमा टासेर राख्दा वा कंगारु मदर केयर गर्दा अनिवार्य रूपमा मास्क लगाउने ।
- बच्चाजन्मिना साथस्तनपान गराउनको लागि आमाहरूलाई सहयोग गर्ने । यदि महिला अस्वस्थ भएमा, स्तनबाट दूध निकाल्न र बच्चालाई खुवाउनका लागि सहयोग गर्ने ।
- निर्धारित समय अगावै जन्मिएका वा अस्वस्थ नवजात शिशुहरूलाई स्वास्थ्य संस्था/अस्पतालमा अतिरिक्त स्वास्थ्य सेवा चाहिने हुदा आवश्यकता अनुसार कार्य गर्ने ।
- हालको निर्देशिका अनुसार कोभिड-१९ संक्रमण भएका आमाबाट जन्मिएका सामान्य अवस्थाकाबच्चाहरू अस्वस्थ भएमा मात्र कोभिड-१९को परीक्षण गर्ने ।

पुनश्च: यदि प्रेषण गर्न सम्भव नभएमा महिलाहरूले कोभिड-१९को लागि नतोकिएका बर्थिङ्ग सेन्टर/BEONC/CEONC केन्द्रमा बच्चा जन्माउन सक्दछन् । यस्तो अवस्थामा संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रण र पिपिईसम्बन्धी सबै सावधानीहरू पालना गरिनुपर्दछ ।

ग) प्रसूति सेवा

प्रसव कक्षको संरचना

संक्रमण रोकथामका लागि उच्च सतर्कता अपनाउने :

- कुनै पनि सेवाग्राही वा सेवा प्रदायक /कर्मचारीको सम्पर्कमा आएका सबै स्थानहरूलाई राम्ररी सफा गर्ने ।
- हातको सरसफाइसम्बन्धि अभ्यासहरू सबै कर्मचारीहरूले पालना गर्ने ।
- महिलाहरूले साबुन पानीले हात धुन वा अल्कोहल भएको सेनिटाइजर प्रयोग गर्न सक्ने प्रबन्ध मिलाउने ।
- कोभिड-१९ संक्रमणको शङ्का लागेका वा पुष्टि भएकाहरूका लागि छुट्टै प्रसूति कक्षको व्यवस्था मिलाउने ।
- यदि छुट्टै प्रसूति कक्ष उपलब्ध नभएमा, प्रसवको पहिलो चरणको लागि कम्तीमा एक मिटरका दूरीमा शैय्याहरू राख्ने र दोस्रो चरणको प्रसवका लागि कम्तीमा दुई मिटरको दूरीमा पर्दाले छेकेर शैय्याहरूको व्यवस्था मिलाउने ।
- प्रसव कक्षमा पर्याप्त मात्रामा पिपिईसम्बन्धी सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने ।
- भिन्न भिन्न सेवाग्राहीका लागि एउटै पिपिईको प्रयोग नगर्ने ।

महिलालाई प्रसव कक्षमा भर्ना गर्दा

- महिलालाई कोभिड-१९ संक्रमणको आशङ्का गरिएका वा पुष्टि भएका कुनै व्यक्तिसँग हालसालै सम्पर्क कायम भएको छ वा उनीमा त्यस्तो कुनै लक्षण छ, छैन सोध्ने ।
- सामान्य लक्षणमा ज्वरो, सुख्खा खोकी र थकान तथा
- अन्य लक्षणहरूमाकेही कुरा निल्दा घाटी दुख्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने वा सास रोकिएजस्तो हुने, दुखाइ तथा पीडा पर्दछन् भन्ने कुराको जानकारी राख्ने ।
- यदि यस्ता कुनै पनि लक्षण भएमा, कोभिड-१९को आशङ्का लागेका वा संक्रमण पुष्टि भएकाहरूको लागि तोकिएको कक्षमा लाने ।

कोभिड-१९को आशक्ता वा पुष्टि भएकाहरूको व्यवस्थाको लागि

- स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयको निर्देशिका अनुसार दोस्रो वर्गीकरणको पिपिई (Category II PPE) को प्रयोग गर्ने ।
- आवश्यक नपर्ने कर्मचारी र आगन्तुकसँग सेवाग्राही/महिलाहरूको अन्तर्क्रिया घटाउने ।
- मास्क उपलब्ध गराउने र श्वासप्रश्वास सम्बन्धी सरसफाइ र हात धुने विषयमा जानकारी उपलब्ध गराउने ।
- साबुन पानी वा अल्कोहलयुक्त सेनिटाइजर उपलब्ध गराउने ।
- प्रसृतिको बेला गरिने स्याहार साविकको जस्तै गर्ने तर ऋइछ्म्जढको Acute respiratory distress syndrome, Moderate-severe symptoms भएका महिलाहरूको हकमा शरिरमा fluid overload हुन नदिन hourly fluid input-output charts मार्फत नियमित अनुगमन र fluid balance गर्न आवश्यक सबै प्रयत्नहरू गर्ने ।
- श्वासप्रश्वाससम्बन्धी गम्भीर लक्षण भएका र सास फेर्नका लागि उपकरणको सहयोग आवश्यक पर्ने महिलाहरूलाई स्थिर (stabilized) बनाइ राख्ने र जतिसक्दो छिटो कोभिड-१९कोलागि तोकिएका अस्पतालहरूका प्रेषण गर्ने ।
- कोभिड-१९ को लक्षणहरू भएका महिलाहरूको हकमा आवश्यकता अनुसार सि-सेक्सन (Caesarean section) गर्ने ।
- यदि कुनै संक्रमित महिलालाई सि-सेक्सन (Caesarean section) आवश्यक भएमा, शल्यक्रिया कक्षका सबै कर्मचारीहरूले पिपिई लगाउने ।
- आवश्यकता अनुसार Fetal lung maturation को लागि Steroids दिने ।

यदि कुनै लक्षण नभएमा, नियमित/साविकको प्रक्रिया अनुरूप नै प्रसव कक्ष/वार्डमा भर्ना गर्ने ।

२) बाल स्वास्थ्य तथा खोप सेवा

- नियमित रूपमा स्तनपान जारी राख्ने ।
- कोभिड-१९ वा निमोनिया वा भ्रूडापखालाको लक्षण भएका वा कोभिड-१९को लक्षण भएका व्यक्तिको सम्पर्कमा आएका वा हालसालै कोभिड-१९ को महामारी फैलिएका ठाउहरुमा भ्रमण गरेका बालबालिकाहरुलाई नजिकैको कोभिड-१९को लागि तोकिएको क्लिनिक वा अस्पतालमा प्रेषण गर्ने ।
- निमोनिया वा भ्रूडापखालाका लक्षण भएका तर कोभिड-१९ को महामारी भएका क्षेत्रमा हालसालै भ्रमण गरेका व्यक्तिहरुको सम्पर्कमा नआएका बालबालिकाहरुलाई स्वास्थ्य संस्थामा नवजात शिशु तथा बालरोगको एकीकृत व्यवस्थापन (IMNCI) को प्रोटोकलअनुसार सेवा प्रदान गर्ने ।
- खतराका चिन्ह भएका बालबालिकाहरुलाई आपतकालीन सेवा सम्भी तुरुन्त उपचार गर्ने ।
- गम्भीर खालको कुपोषण भएका तर कुनै पनि क्लिनिकल चिन्हहरु नभएका बालबालिकाहरुलाई पोषण पुनर्स्थापना केन्द्रमा प्रेषण गर्ने । कोभिड-१९ संक्रमण पुष्टि भएका आमाहरुबाट जन्मिएका बच्चाहरु अस्वस्थ भएमा मात्रै उनीहरुको परीक्षण गर्ने ।
- कोभिड-१९ संक्रमणको आशङ्का गरिएका वा संक्रमण पुष्टि भएका आमाहरुबाट जन्मिएका नवजात शिशुहरुलाई अत्यावश्यकनवजात शिशु स्याहार प्रदान गर्ने र अस्वस्थ भएमा कोभिड-१९को लागि तोकिएका अस्पतालमा प्रेषण गर्ने ।

कोभिड-१९ संक्रमण भएका बालबालिकाहरुमा आउने क्लिनिकल लक्षणहरु (श्वासप्रश्वास सम्बन्धी गम्भीर संक्रमणको व्यवस्थापनको लागि विश्व स्वास्थ्य संगठनको अन्तरिम निर्देशिका):

निमोनिया: खोकी लागेका वा सास फेर्न गाह्रो हुने + छिटो गतिमा सास फेर्ने गम्भिर निमोनिया नभएको बच्चा :छिटो छिटोसास फेर्ने (in breaths/min) : २ महिनाभन्दा कम उमेरका: ≥ 60 पटक, २-११ महिना: ≥ 50 , १-५ वर्ष ≥ 40 , र गम्भीर निमोनियाको लक्षण नभएको

गम्भीर निमोनिया: खोकी लागेको वा सास फेर्न गाह्नो भएको बच्चा र निम्न लक्षणहरु मध्ये कुनै एउटा लक्षण भएको: central cyanosis or SpO₂ < 90%; severe respiratory distress (e.g. grunting, very severe chest indrawing); signs of pneumonia with a general danger sign: inability to breastfeed or drink, lethargy or unconsciousness, or convulsion. (Convulsion).

कोभिड-१९ को महामारीको समयमा नियमित तथा अन्य खोप सेवा संचालनको लागि मार्गदर्शन

१. खोप सेवा संचालन गर्दा सामाजिक दुरी कायम गर्ने

- समुदाय/खोप सेसनमा कम्तिमा ३ देखि ६ फिट दुरी कायमहुने गरि लाईनमा बसाई पालैपालो खोपसेवा दिने व्यवस्था गर्ने
- सो को लागी जनप्रतिनिधि, स्वयंसेविकाहरु माफत सकेसम्म टोल बस्तिबाट खोप केन्द्रमा आउने समय निर्धारण गरी सोही अनुसार आउन जानकारी गराउने
- खोपसेवामा आएका सेवाग्राहीलाई खोप केन्द्रमा जनप्रतिनिधि, स्थानिय युवा, स्वयंसेविकाहरुको सहयोगमा भिड नियन्त्रण तथा सामाजिक दुरी कायम गर्न सहयोग जुटाई व्यवस्था गर्ने

२. बच्चालाई खोप दिन हुने नहुने अवस्थाको पहिचान गर्ने

- खोप सेवा लिन आएका बालबालिकाहरुलाई तत् समयमा ज्वरो, सुख्खा खोकी (कोभिडका शंकास्पद लक्षण चिन्हहरु) भएमा खोप नदिने । सो पहिचानको लागि स्वयंसेविका तथा जनप्रतिनिधिहरु बाट समेत सहयोग लिने
- बच्चा निको भए पछि खोप दिन र लिन परामर्श र व्यवस्था गर्ने
- कोभिड १९ को शंकास्पद बच्चा तथा अभिभावकहरु लाई आवश्यक परिक्षणको लागि ज्वरो जांच (Fever Clinic) गर्ने अस्पताल तथा स्वास्थ्य संस्थामा पठाउने ।

३. खोप दिने स्वास्थ्यकर्मीको व्यक्तिगत सुरक्षाको व्यवस्था (कोभिड -१९ को सम्बन्धमा ब्यक्तिगत सुरक्षा सामाग्रीको प्रयोग सम्बन्धी निर्देशिकाको वर्ग ३ अनुसार)

- खोप दिने स्वास्थ्यकर्मीले अनिवार्य रूपमा शुरुमा सावुनपानीले हात धुने, सेवा दिंदा बेलाबेलामा सावुन पानीले हात धुने वा हेन्ड सेनिटाइजरको प्रयोग गर्ने, सर्जिकल मास्क र डिस्पोजेबल ग्लोब्सको प्रयोग गर्ने
- खोप दिंदा अभिभावक र वच्चा स्वास्थ्यकर्मीको प्रत्यक्ष आमुन्ने सामुन्ने नहुने गरि सेवा प्रदायक र सेवाग्राही विच एल आकारको बसाई व्यवस्थापन गर्ने
- व्यक्तिगत सुरक्षाको सामाग्रीहरु स्वास्थ्य कार्यालय र स्थानिय तह, स्वास्थ्य संस्थाहरु बाट समन्वय गरी व्यवस्थापन गर्ने

४. लक्षित सबै बालबालिकालाई खोप लगाउने व्यवस्था गर्ने

- लक्षित बालबालिका (नियमित खोपको लागि १५ महिना भित्र र अन्य खोप सेवाको लागि तोकिएको लक्षित समुहका) हरु सबै खोप सेवामा आएको सुनिश्चित गर्ने
- समुदाय तथा टोलबाट सबै बालबालिकाहरुलाई खोप लगाउन ल्याउन जनप्रतिनिधि, स्वयमसेविका र सरोकारवालाहरुको सहयोग र परिचालनको व्यवस्था गर्ने

५. विशेष खोप, खोप अभियानहरु संचालन गर्न सरोकारवाला निकाय (स्थानिय प्रशासन, स्थानिय तहहरु) मा समन्वय र जानकारी गर्ने

६. विशेष खोप र अभियानहरु संचालन गर्न कोभिड नियन्त्रण तथा रोकथामको लागि सामाजिक दुरी कायम गर्न र सबै बालबालिकाहरु लाई खोप दिएको सुनिश्चित गर्न पालिका तथा वडा स्तरमा सरोकारवालाहरुको अभिमुखिकरण र जिम्मेवारी वांडफांड गरि ब्यवस्थापन गर्ने ।

नोट :

१. खोप सेवा संचालन गर्दा खोप कोल्डचेन व्यवस्थापन र गुणस्तर कायम, अभिलेख प्रतिवेदन आदि साबिकको निर्देशिका र मापदण्ड अनुसार गर्ने

२. यदि भ्याक्सिन क्यारियर, कोल्डबक्सहरुमा शंकास्पद संक्रमित ब्यक्तिहरुको प्रयोगशाला नमुनाहरु संकलन, ओसार पसार गरेको भएमा त्यस्ता उपकरणहरु ०.५ प्रतिशतको क्लोरिन भोलबाट निसंक्रमण (disinfection) गरेर मात्र खोप सेवाको लागि पुन प्रयोग गर्ने ।
३. हालको अवस्थामा खोप कोल्डचेन वितरण तथा ढुवानी स्वास्थ्य कार्यालय र स्थानिय तहको समन्वयमा गर्ने
४. रुघाखोकी तथा ज्वरो आएका स्वास्थ्यकर्मी तत् समयमा खोप सेवामा संलग्न नहुने
५. खोप सेवा संचालन सँगै खोप सेवामा आएका सेवाग्राहीहरु मार्फत कोभिड १९ को रोकथाम तथा नियन्त्रणका उपायहरुको बारेमा परामर्श गर्ने

३) परिवार योजना सेवा

परिवार योजना सेवाप्रदायकहरुले सेवा रेजिष्टरबाट सबै सेवा ग्राहीहरुको नामहरु टिपेर सूची बनाउने र टेलिफोन वा महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकामार्फत गोपनीयता कायम राख्दै सेवाको निरन्तरताकोलागि फलो अप तथा सहजीकरण गर्ने ।

परिवार नियोजनका साधन	नियमित सेवाग्राही	नयाँ सेवाग्राही
कण्डम	कण्डमको प्रयोग जारी राख्ने, कम्तीमा ३ महिनालाई पुग्ने गरी कण्डम दिने	नियमित प्रयोगको सुनिश्चितता गर्ने, कम्तीमा ३ महिनालाई पुग्ने गरी कण्डम दिने
खाने चक्की (पिल्स)	खाने चक्कीको प्रयोग जारी राख्ने, ३ महिनालाई पुग्ने गरी साधन दिने	प्रारम्भिक परीक्षण तथा परामर्श पछि खाने चक्की दिने र उनीहरुलाई महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकासँग सम्पर्क गराउने, ३ महिनालाई पुग्ने गरी साधन दिने
डिपो सुई	संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रण र पिपिईको निर्देशिकाको पालना गर्दै डिपो सुईसेवालाई जारी राख्ने र सेवाग्राहीसँग सम्पर्क हुने समयलाई घटाउने	प्रारम्भिक परीक्षण तथा परामर्श पछिसंक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रण र पिपिईको निर्देशिका अनुसरण गर्दै डिपो सेवा दिने, परिवार नियोजनसम्बन्धी परामर्श फोनबाट पनि दिन सकिन्छ ।

परिवार नियोजनका साधन	नियमित सेवाग्राही	नयाँ सेवाग्राही
आयूसिडी / इम्प्लान्ट	संक्रमण रोकथामका लागि तोकिएको उपायहरू तथा पिपिईको निर्देशिकाको पालना गर्दै आयूसिडी र इम्प्लान्टको प्रोटोकल अनुसार सेवा दिने । कडा असर र जटिलता नभएसम्म फलो अपनगर्ने। सम्पर्क गर्नुपर्ने सेवाग्राहीलाई परामर्श गर्नका लागि हटलाइन/टेलिफोन परामर्शको प्रयोग गर्ने । साधन निकाल्नको लागि ढिलाइ हुन सक्ने अवस्थामा, सेवाग्राहीलाई सुसूचित गरि प्रोटोकल अनुसार दोहोरो सुरक्षावा आवश्यक भएमा आकस्मिक गर्भनिरोधकको प्रयोग गर्न सुझाउने ।	प्रारम्भिक परीक्षण तथा परामर्श पछि संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रण र पिपिईको निर्देशिकाको पालना गर्दै आयूसिडी, इम्प्लान्ट र उत्तर प्रसुति परिवार नियोजन सेवाकोलागि प्रोटोकल अनुसार सेवा प्रदान गर्ने ।
स्थायी साधन	Semen analysis लाई प्राथमिकता नराख्ने । गर्भ रहने सम्भावना भएमा कण्डम, पिल्स, डिपो र आकस्मिक गर्भनिरोधकको प्रयोग गर्ने ।	सि-सेक्सन (CS) गरिएका महिलाहरूको सुसूचित छनौट अनुसार BTL वा PPT गर्ने ।
		अर्को सुचना नहुदा सम्म भ्यासे क्टोमी र मिनिल्याप नगर्ने । गर्भ रहने सम्भावना भएमा कण्डम र आपतकालीन गर्भनिरोधकको प्रयोग गर्ने ।

पुनश्च: स्वास्थ्यकर्मी तथा महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरूले महिला तथा किशोरीहरूलाई आवश्यकताअनुसार आपतकालीन गर्भनिरोधक प्रयोगको बारेमा आवश्यकता अनुसार जानकारी प्रदान गर्ने ।

४) सुरक्षित गर्भपतन सेवा

- सुरक्षित गर्भपतन सेवाहरू (MA, MVA, second trimester abortion and PAC services) तथा गर्भपतनपछिको परिवार नियोजनसेवालाई राष्ट्रिय प्रोटोकल र अनिवार्य रूपमा संक्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रण र पिपिई निर्देशिकाको पालना गर्दै प्रदान गर्ने ।

- सूचना तथा जानकारी प्रदान गर्न तथा औषधिबाट गरिने गर्भपतनसहितका सुरक्षित गर्भपतन सेवाहरूको लागि प्रेषण सेवा दिन लागि महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकाहरूलाई परिचालन गर्ने ।
- मान्यता प्राप्त गैरसरकारी वा निजी क्षेत्रका तालिम प्राप्त दक्ष सेवाप्रदायकहरू (राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय गैर सरकारी सस्थाहरूमा कार्यरत औषधिबाट गर्भपतन गराउन तालिम लिएका स्वयंसेवकहरूसहित) बाट औषधिबाट गरिने गर्भपतन सम्बन्धि घरदैलो सेवा दिने ।

सुरक्षित गर्भपतन सेवाको बारेमा जानकारी, सेवाको उपलब्धता, विकल्पहरू, खानुपर्ने औषधिको विवरण, र जटिलताका लक्षणहरूको बारेमा सूचना तथा जानकारी दिनका लागि डिजिटल तथा कल च्यानल (टेलिफोन) मार्फत् दूर स्वास्थ्य शिक्षा दिने ।

सेवा प्रदायक/परामर्शकताले आवश्यकता अनुसार सुरक्षित गर्भपतनसम्बन्धी देशको कानूनी व्यवस्थाकोआधारमा सेवाको उपलब्धताको जानकारी दिने ।

ग्राहकको आवश्यकता अनुसार सेवाग्राहीलाई गुणस्तरीय सेवा लिन सम्बन्धित सार्वजनिक वा निजी सेवा केन्द्रहरूमा जानका लागि प्रोत्साहन गर्ने ।

अनुसूचिहरू (Annexes)

अनुसूचि १: Guidelines for use of personal protective equipment

(adapted from Nepal Medical Council Interim Guidance for Infection Prevention and Control When COVID-19 Is Suspected, developed by the Expert Team of NMC and Government of Nepal with reference from WHO, published on March 26, 2020)

SN	Health Care Setting	Disposable Gloves	Disposable Plastic Apron	Water resistant or standard disposable gowns	Surgical mask	N-95 mask	Cap - disposable	Eye/face protection
A	General							
1	For Aerosol Generating procedures* in Covid-19 suspected or confirmed cases	X single use**		X single use**		X single use**	X single use**	X single use**
2	For Non aerosol generating covid-19 suspected or confirmed patients	X		X	X (seal the top edge with tape)		X	X
3	For Physician/Staff running the fever/screening clinics	X		X	X (seal the top edge with tape)		X	X
4	For escorts or drivers	X			X			
5	For escorts or drivers, if physical contact is expected	X		X	X			X
6	Patient, COVID 19 suspected or confirmed				X			
7	For Laboratory staff	X		X	X		biological hood (BSL-2)	X (if risk of splash)

***For Aerosol Generating procedures:** Dental procedures, bronchoscopy, Upper GI Endoscopy, ENT procedures, Nebulization, Intubation of a patient, CPR, Non-invasive ventilation, endotracheal suctioning, when obtaining nasopharyngeal or oropharyngeal swab, etc. **in Covid-19 suspected or confirmed cases health personnel need to use the following protective equipment:**

****Clients**-the guideline for client undergoing safe abortion service (MVA and D&E) need to follow the standard national guideline.

Single use refers to disposal of PPE or decontamination of reusable items e.g. eye protection or respirator, after each patient and/or following completion of a procedure, task, or session; dispose or decontaminate reusable items after each patient contact as per Standard Infection Control Precautions.

A session refers to a period of time where a healthcare worker is undertaking duties in a specific care setting/exposure environment e.g. on a ward round; providing ongoing care for inpatients. A session ends when the healthcare worker leaves the care setting/exposure environment. Sessional use should always be risk assessed and considered where there are high rates of hospital cases. PPE should be disposed of after each session or earlier if damaged, or soiled.

Mandatory hand-hygiene after each use of PPE and between patients.

Mandatory surface cleaning of bed or furniture with 0.5% Chlorine disinfectant (Virex* or similar) between each patient in OPD or in an inpatient setting.

For all staff, including health care workers involved in any activity that does not involve contact with COVID-19 patients and working in other areas of patient transit (e.g. wards, corridors). **No PPE required.** o ***Maintain 3-6 feet distance while visiting patients, if no need to touch the patient.***

अनुसुचि २

List of designated COVID clinic and hospital.

Hospitals to run the COVID clinics

SN	Province	Hospital
Hub Hospitals(25)		
1	Province 1	B.P Koirala Institute of Health Sciences
2	Province 1	Koshi Hospital
3	Province 1	Mechi Hospital
4	Province 2	Gajendra Narayan Singh Sagarmatha Hospital
5	Province 2	Janakpur Hospital
6	Province 2	Narayani Hospital
7	Bagmati	TU Teaching Hospital
8	Bagmati	Bir Hospital
9	Bagmati	Bhaktapur Hospital
10	Bagmati	Civil Service Hospital
11	Bagmati	Patan Academy of Health Sciences
12	Bagmati	Shree Birendra Hospital
13	Bagmati	Bharatpur Hospital
14	Bagmati	Dhulikhel Hospital
15	Gandaki	Pokhara Health Science Academy Hospital
16	Gandaki	Dhaulagiri Hospital
17	Province 5	Bheri Hospital
18	Province 5	Lumbini Hospital
19	Province 5	Rapti Academy of Health Sciences
20	Province 5	Rapti Provincial Hospital
21	Karnali	Karnali Academy of Health Sciences
22	Karnali	Provincial Hospital, Surkhet
23	Sudurpaschim	Dadeldhura Hospital
24	Sudurpaschim	Mahakali Hospital
25	Sudurpaschim	Seti Hospital

Provincial Hospitals (64)		
26	Province 1 (13)	Inaruwa Hospital
27	Province 1	Dhankuta Hospital
28	Province 1	Sankhuwasabha Hospital
29	Province 1	Bhojpur Hospital
30	Province 1	Terhathum Hospital
31	Province 1	Mechi Hospital
32	Province 1	Taplejung Hospital
33	Province 1	Panchthar Hospital
34	Province 1	Ilam Hospital
35	Province 1	Okhaldhunga Hospital
36	Province 1	Solukhumbu Hospital
37	Province 1	Khotang Hospital
38	Province 1	Udaypur Hospital
39	Province 2 (6)	Siraha Hospital
40	Province 2	Jaleshowr Hospital
41	Province 2	Sarlahi Hospital
42	Province 2	Kalaiya Hospital
43	Province 2	Rautahat Hospital
44	Province 2	Janakpur Hospital
45	Bagmati (9)	Sindhupalchowk Hospital
46	Bagmati	Charikot Hospital, Dolakha
47	Bagmati	Ramechhap Hospital
48	Bagmati	Sindhuli Hospital
49	Bagmati	Hetauda Pradeshik Hospital
50	Bagmati	Dhading Hospital
51	Bagmati	Bhaktapur Hospital
52	Bagmati	Trisuli Hospital
53	Bagmati	Rasuwa Hospital
54	Gandaki (10)	Baglung Hospital
55	Gandaki	Gorkha Hospital
56	Gandaki	Lamjung Hospital
57	Gandaki	Manang Hospital

58	Gandaki	Myagdi Hospital
59	Gandaki	Mustang Hospital
60	Gandaki	Nawalpur Hospital
61	Gandaki	Prabat Hospital
62	Gandaki	Syangja Hospital
63	Gandaki	Tanahu Hospital
64	Province 5 (10)	Kapilbastu
65	Province 5	Nawalparasi
66	Province 5	Arghakhanchi Hospital
67	Province 5	Gulmi Hospital
68	Province 5	Palpa Hospital
69	Province 5	Rapti Provincial Hospital
70	Province 5	Pyuthan Hospital
71	Province 5	Rolpa Hospital
72	Province 5	Bardiya Hospital
73	Province 5	Rukum East Hospital
74	Karnali (8)	Dailekh Hospital
75	Karnali	Dolpa Hospital
76	Karnali	Humla Hospital
77	Karnali	Jajarkot Hospital
78	Karnali	Kalikot Hospital
79	Karnali	Mugu Hospital
80	Karnali	Rukum West Hospital
81	Karnali	Salyan Hospital
82	Sudurpaschim (8)	Achham Hospital
83	Sudurpaschim	Baitadi Hospital
84	Sudurpaschim	Bajhang Hospital
85	Sudurpaschim	Bajura Hospital
86	Sudurpaschim	Darchula Hospital
87	Sudurpaschim	Doti Hospital
88	Sudurpaschim	Tikapur Hospital
89	Sudurpaschim	Bayalpata hospital, Achham

Medical Colleges (22)		
90	Province 1	B.P Koirala Institute of Health Sciences, Dharan
91	Province 1	Birat Medical College, Biratnagar
92	Province 1	Nobel Medical College, Biratnagar
93	Province 2	Janaki Medical College, Janakpur
94	Province 2	National Medical College, Birgunj
95	Bagmati	Chitwan Medical College, Chitwan
96	Bagmati	College of Medical Science, Chitwan
97	Bagmati	Kathmandu Medical College, Kathmandu
98	Bagmati	Nepal Medical College, Kathmandu
99	Bagmati	Kist Medical College, Lalitpur
100	Bagmati	KU Dhulikhel Hospital, Kavre
101	Bagmati	Patan Academy of Health Science, Lalitpur
102	Bagmati	TU Teaching Hospital, Kathmandu
103	Gandaki	Gandaki Medical College, Pokhara
104	Gandaki	Manipal Medical College, Pokhara
105	Gandaki	Pokhara Academy of Health Science, Pokhara
106	Province 5	Lumbini Medical College, Palpa
107	Province 5	Nepalgunj Medical College, Banke
108	Province 5	Rapti Academy of Health Science, Dang
109	Province 5	Universal College of Medical Science, Bhairahawa
110	Province 5	Devdaha Medical College, Rupendhei
111	Karnali	Karnali Academy of Health Science, Jumla
Private Hospitals (16)		
1121	Bagmati	Alka Hospital,
1132	Bagmati	B&B Hospital
1143	Bagmati	Blue Cross Hospital
1154	Bagmati	Chirayu Hospital
1165	Bagmati	Dr Upendra Devkota Memorial Institute
117	Bagmati	Ganesh Maan Hospital
118	Bagmati	Grande International Hospital
119	Bagmati	HAMS Hospital
120	Bagmati	Mediciti Hospital

121	Bagmati	Nidan Hospital
122	Bagmati	Norvic International Hospital
123	Bagmati	Sahid Memorial Hospital
124	Bagmati	Star Hospital
125	Bagmati	Sumeru Hospital
126	Bagmati	Vayodha Hospital
127	Bagmati	Vinayak Hospital
Note: this list will be changed/updated as per need		

List of COVID hospital (with CEONC services)

Level 2 COVID Hospitals			
SN	Province	Hospital	CEONC services
1	Bagmati	Patan Hospital	yes
2	Bagmati	Nepal Armed Police Force Hospital	yes
3	Bagmati	Bharatpur Hospital	yes
4	Province 1	Koshi Hospital	yes
5	Province 2	Narayani Hospital	yes
6	Province 2	Janakpur Hospital	yes
7	Gandaki	Pokhara Health Science Academy Hospital	yes
8	Province 5	Lumbini Hospital, Butwal	yes
9	Karnali	Karnali Academy of Health Sciences	yes
10	Karnali	Surkhet Hospital	yes
11	Sudurpaschim	Seti Hospital	yes
Level 3 COVID Hospitals			
SN	Hospitals		CEONC services
1	BPKIHS, Dharan		yes
2	TU Teaching Hospital, Maharajgunj, Kathmandu		yes
3	Nepalgunj Medical College, Kohalpur		yes

अनुसूचि ३

Guidelines for use of Misoprostol

मातृ सुरक्षा चक्की

- मातृ सुरक्षा चक्कीले पाठेघर खुम्चाएर रक्तश्राव रोकथाम गर्न तथा साल भर्न मद्दत गर्दछ। यो गर्भवती भएको ८ महिना लागेपछि मात्र महिला स्वास्थ्य स्वयंसे विकामार्फत उपलब्ध हुन्छ।
- मातृ सुरक्षा चक्की आफैले सेवन गर्न सकिने, सजिलो, जीवन रक्षा गर्ने औषधी हो।
- बजारमा २०० माइक्रोग्रामको एक चक्की पाईने भएकोले ३ चक्की बराबर ६०० माइक्रोग्राम हुन्छ, जुन वयस्कहरूको लागि एक मात्रा हो।
- बच्चा जन्मिने वित्तिकै तर साल नभर्दै ३ वटा मातृ सुरक्षा चक्की बच्चा जन्माएकी महिलाले खानुपर्दछ। यो औषधि खानुअघि पेटमा अर्को बच्चा भए नभएको यकिन गर्नुपर्दछ। यदि अर्को बच्चा भएमा अर्को बच्चा जन्मेपछि मात्र मातृ सुरक्षा चक्की खानुपर्छ।
- यदि औषधि नखादै साल भरेमा पनि तुरुन्तै ३ वटा मातृ सुरक्षा चक्की खानुपर्छ।
- तीनवटा चक्की एकैपटक खानुपर्छ।

औषधि देखाएर राम्रोसित परामर्श गरी महिलाले स्पष्टसित बुझेको एकिकन गरेर मात्र मातृ सुरक्षा चक्की महिलालाई दिनु पर्छ। महिलाले मातृ सुरक्षा चक्की प्रयोग गर्नेबारे राम्रो सित नबुझेमा उनका परिवारका सदस्यहरूलाई राखेर राम्रोसित बुझाएर मात्र यो औषधि दिनुपर्छ। बिना परामर्श वा महिलालाई जानकारी नै नदिईकन यो औषधि प्रयोग गर्नको लागि वितरण गर्नु हुदैन।

सावधान

- बच्चा जन्मनुअघि मातृ सुरक्षा चक्की कदापि प्रयोग गर्नु हुँदैन किनभने यसले गर्भवती महिला र गर्भको शिशुलाई हानि गर्छ ।
- एकभन्दा बढी बच्चा गर्भमा रहेको अवस्थामा, सबै बच्चा नजन्मिकन यो औषधि खानु हुँदैन ।

अनुसूचि ४

Helpline for SRMNH services



कोरोना भाइरस महामारीको अवस्थामा सुरक्षित मातृत्व तथा नवजात शिशु स्याहार, परिवार नियोजन, सुरक्षित गर्भपतनलगायत प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी तथा जानकारीका लागि निम्न फोन नम्बरमा सम्पर्क गरौं



१६६००११८७५६ (एनटिसी प्रयोगकर्ताका लागि)



८८०१११८७५६ (एनसेल प्रयोगकर्ताका लागि)

बिहान ७ देखि राती १२ बजेसम्म (मेरी स्टोप्स)



१६६००१८५००० (एनटिसी प्रयोगकर्ताका लागि)



०१५०१०१८८ (एनसेल प्रयोगकर्ताका लागि)

बिहान ९ देखि बेलुका ५ बजेसम्म (परिवार नियोजन संघ)



१६६००१०००८६

चौबिसै घण्टा (परोपकार प्रसूती तथा स्त्रीरोग अस्पताल)



नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा संचार केन्द्र