



नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



रिलिज भिनि हेरघरे भएसँगै हटाइएको पुरानो टेलरमा केही नयाँ छलिनैजस्तै थापे फिल्म केटी हयाको सृजनको नयाँ टेलर सार्वजनिक भएको छ । लोकप्रिय कलाकार बुद्धि तामाङको न्यारेसन राखेर तयार गरिएको यस टेलरले फिल्मको कथा र परिवेशलाई जीवन्त रूपमा प्रस्तुत गर को छ । बुद्धिको गवाइसओभरले टेलरलाई रोचक बनाउनुका साथै निर्देशकको परिचय सहित सन्पूर्ण फिल्मको आउलाई ज्ञान रूपमा प्याख्या गरेको छ । जो रेली नेपाली फिल्म उद्योगमा पहिलो पटक अपनाइएको हो जसले टेलरमा नयाँपन र प्रभावशालिता थोकेको छ ।

आजको विचार...
राजनीति...
(दुई रेखा)
डा.शान्तिष्वा अधिकारी

अल्लु अर्जुन अश्विनीत फिल्म "पुष्पा २ : द रुल" ले भारतीय सिनेमाको इतिहासमा नयाँ अहंकार र चट्टे सर्वकालीन धेरै कमाउने भारतीय फिल्मको उपाधि हात पारेको छ । सुकुमार बावडेडीको निर्देशनमा बनेको यो फिल्मले विश्वव्यापी रूपमा २१०० करोड माउको शानदार कमाई गर्दै एस.एस. राजामौलीको ब्लकबस्टर 'बाहुबली २' को १३४० करोड माउको रेकर्ड तोकेको छ । ऐतिहासिक उपलब्धि 'पुष्पा २'ले भारतभर १२२४ करोड माउ को कमाई गर्दै बलिउड र दक्षिण भारतीय फिल्म उद्योगमा सबै ठूला ब्लकबस्टरलाई पछि पारेको छ ।



□ वर्ष ३० □ अंक १६८ □ २०८१ □ पौष २६ गते शुक्रवार 10 January 2025, Friday □ पृष्ठ संख्या ८ मूल्य रु ५/-

संक्षिप्त समाचार

भइपमा ३७ जनाको मृत्यु

(रासव/एएफपी)
रमासम्भ, पौष २५/सिरियाको उत्तरी मानबिज क्षेत्रमा विहीवार टर्की समर्थित समूह र कुर्द नेतृत्वको सेनाबीच भएको भिडन्तमा ३७ जनाको मृत्यु भएको छ । संयुक्त राज्य अमेरिकाले बुधवार सिरियामा कुर्दिश लडाकूहरू विरुद्ध आक्रमण बढाउनबाट रोक्न नेटो सहयोगी राष्ट्र टर्कीको चिन्तालाई सम्बोधन गर्न काम गरिरहेको बताएको छ । सिरियाली युद्ध अनुगमन संस्था (सिरियन अब्जरभेटरी फर ह्युमन राइट्स बार मोनिटर) ले कुर्दिश नेतृत्वको सिरियन डेमोक्याटिक फोर्स र टर्की समर्थित नेसनल आर्मीबीच पछिल्लो केही घण्टापछि मानबिजको ग्रामीण इलाकामा भीषण लडाईं भएको जनाएको छ । उक्त क्षेत्रमा टर्कीएएले हवाई आक्रमणसमेत सिरियाली युद्ध अनुगमनकारी संस्थाले जनाएको छ । 'योहोरो भइपमा परी ३७ जनाको मृत्यु भएको छ,' बेलायतस्थित अब्जरभेटरीले जनाएको छ । टर्कीएए समर्थित लडाकूमध्ये छ जना एसडीएफ लडाकू र पाँच जना सर्वसाधारणको पनि मृत्यु भएको छ । मानबिजको ग्रामीण इलाकामा गत महिनादेखि जारी भइपमा परी कम्तीमा ३२२ जनाको मृत्यु भएको उक्त संस्थाले जनाएको छ । बुधवार अमेरिका समर्थित एसडीएफका प्रमुख मजदूम अब्दीले आफ्नो समूहले सिरियाली भूमिको एकता र अखण्डतालाई समर्थन गरेको बताएका थिए । एएफपीलाई दिएको लिखित रिपोर्टमा उनले सिरियाका नयाँ अधिकारीहरूलाई 'सिरियामा युद्धविरामका लागि हस्तक्षेप गर्न' आग्रह गरे । गत महिनाको अन्त्यति कुर्दिश नेता र दमास्कसका अधिकारीहरूबीच भएको 'सकारात्मक' बैठकपछि अर्धकालीन टिप्पणी आएको हो । इस्लामवादी नेतृत्वको विद्रोहीहरूले नोभेम्बर २७ मा सिरियाली राष्ट्रपति बशार अल असदलाई अपहृत्य गर्ने आक्रमण सुरु गरेपछि उत्तरी सिरियामा टर्कीएए समर्थित समूहहरूले एसडीएफसँग आफ्नो लडाईं फेरि सुरु गरेका थिए ।

तानसेन नगर सभाको १६ औं अधिवेशन संशोधित विनियोजन ऐन र न्यायिक प्रतिवेदन पारित

रामचन्द्र रायनाथी
पाप्सा, पौष २५/जिल्लाको तानसेन नगरपालिका नगर सभाको १६ औं अधिवेशन विभिन्न ऐन संशोधन तथा प्रतिवेदनहरू पारित गर्दै सकिएको छ । नेपालको संविधानमा व्यवस्था भए अनुसार संसदीय अध्यासका साथ विहीवार नगरसभाको अधिवेशन सकिएको हो । हिउँदे अधिवेशनको रूपमा हेरिएको नगरसभाले विनियोजन ऐन, २०८१ (संशोधन विधेयक) र न्यायिक समितिको प्रतिवेदन सर्वसहमत रूपमा पारित गरेको छ । सभामा नगर उपप्रमुख प्रतिष्ठा सिंजालीले छलफलका लागि प्रस्तुत गरेका संशोधन विधेयक र न्यायिक समितिको प्रतिवेदन सर्वसहमत रूपमा पारित भएको सभाका अध्यक्ष एवं नगर प्रमुख सन्तोषलाल श्रेष्ठले घोषणा गरे । पारित भएको संशोधन विधेयकमा आर्थिक वर्ष २०८१/०८२ को लागि नगर कार्यपालिका, वडा कार्यलय, विषयगत शाखाले गर्ने सेवा र कार्यका निमित्त अनुसूची -१ म उल्लेखित चालु खर्च, पूँजीगत खर्च र विविध व्यवस्थापनको रकम समेत गरी एक अरब ५३ करोड ६० लाख ७८ हजार ६ सय २४ सैयामा नबढाई निर्दिष्ट गरिए बमोजिम सन्चित कोषबाट खर्च गर्न सकिने उल्लेख गरिएको छ । त्यस्तै नगरसभामा न्यायिक समितिका संयोजक समेत रहेकी सिंजालीले ६ महिनाको अवधिमा न्यायिक समितिले गरेका काम, कर्तव्य र गतिविधिका विषय न्यायिक समितिको प्रतिवेदन समेटेकी छन् । उक्त



प्रस्ताव पनि सर्वसमत रूपमा पारित भएको हो । सभामा नगर सभा सदस्य माधव बस्न्याले संशोधन विधेयक र न्यायिक समितिको प्रतिवेदन माथि टिकाटिप्पणी गरेका थिए । उनले संशोधन विधेयक भित्र आफ्ना वडाका कुनै पनि कार्यक्रम गपरेको गुनासो गरे । बस्न्याले न्यायिक समितिको प्रतिवेदनमाथि टिप्पणी गर्दै प्रतिवेदन उत्कृष्ट भएको तर सडक दुर्घटना कारण आम जनताले पाएको अन्यायमा न्याय नपाएको बताए । सभामा नगर सभा सदस्य धन कुमारी विष्टले तानसेन-१० मा गणेशको मूर्ति बेवारिसे अवस्थामा राखिएको प्रति गुनासो गरिन् । उनले मूर्तिको व्यवस्थापन गर्नुपर्नेमा जानु आर्थिक वर्षमा

विनियोजन गरिएको बजेट समेत कटौती गर्नु राम्रो नभएको बताईन् । विष्टले भनिन् 'मूर्ति व्यवस्थापन गर्न भए किन छुट्याइएको बजेट कटौती गरियो ? , स्थानीयबाट पैसा उठाउन लगाइयो ? ,

तानसेनमा राखिएको मूर्ति किन तेषुमा लगियो ? , व्यवस्थापन गर्ने हो भने किन छुट्याइएको बजेट कटौती गरियो ? , जनतालाई अब हामीले के भन्ने ? ' नगर

सभा सदस्य माधव बस्न्याले तानसेन पर्यटकीयस्थल भनिएको छ तर यहाँ अहिलेसम्म कुनै पनि क्षेत्रमा डिजिटल गेट बनाउन नसकिएको बताए । उनले माधव्य सरोवारको उचित प्रयोग गरी आर्थिक विकास गर्ने दिशामा ध्यान दिन नगर सभालाई आग्रह गरे ।

नगर सभा सदस्यहरूले राखेका विज्ञासाहसको जवाफ दिँदै सभाका अध्यक्ष एवं नगर प्रमुख सन्तोषलाल श्रेष्ठले गणेशमूर्ति व्यवस्थापनमा कानुनी जटिलता र आर्थिक अस्पष्टता रहेकाले थप अनुसन्धान गरेर मात्र मूर्ति व्यवस्थापन गर्न गरी बजेट कटौती गरिएको बताए । नगर प्रमुख श्रेष्ठले पहिले जनताका अत्यावश्यक आवश्यकता परिपूर्ति गरेर मात्र डिजिटल गेट बनाउने कुरामा लाग्ने उल्लेख गरे । सभा नगरप्रमुख श्रेष्ठको अध्यक्षता र अधिवेशन भरत आचार्यको सञ्चालनमा भएको थियो ।

चिकित्सक अभावले उपचार प्रभावित

गबकोट (बागलुङ), पौष २५/जिल्लाको धौलागिरि अस्पतालमा चार महिनादेखि मनोचिकित्सकको अभाव हुँदा मनोरोग विभागको सेवा प्रभावित भएको छ । तीन वर्षदेखि सक्रिय मनोरोग विभाग चार महिनायता ठग्नजस्तै बनेको अस्पतालले जनाएको छ ।



पछिल्लो समय मनोरोगका विरामी बढ्दो क्रममा रहेका भन्दै मनोरोगको समयमा उपचार नहुँदा आत्महत्याको दर बढ्दै जाने चिकित्सक बताउँछन् । केही राम्रगर अस्पताल व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष रहँदा मनोरोग विभाग स्थापना गरी उपचार तथा मनोपारामर्श सेवा सञ्चालन गरिएको थियो । मनोरोगको उपचार थालेपछि पोखरा र काठमाडौं जानुपर्ने भएकाले अन्त भएको थियो । पछिल्लो १२ महिनादेखि विभाग सञ्चालन गरिरहेका मनोचिकित्सक डा.मानकाजी थापा भदौमा संघीय सरकारअन्तर्गतको विभागमा फिर्तासमेत भएपछि अस्पतालमा मनोचिकित्सकको पद खाली छ । अस्पतालले विशिष्ट सेवाका रूपमा दिइरहेको मनोरोग विभागमा अहिले एक जना मनोपारामर्शदाता मात्रै कार्यरत

रहेका अस्पतालका मेडिकल रेकर्डर नवराज शर्मांले जानकारी दिए । उनका अनुसार मनोचिकित्सक राजेन्द्र धिमिरे गएपछि एक महिना खाली भएको विभाग थापाको नेतृत्वमा सञ्चालनमा आएको थियो । गत भदौमा थापा पनि अन्त्य फिर्तासमेत भएपछि उक्त विभागमा चिकित्सकको अभाव भएको हो । गरिबी, सामाजिक, सांस्कृतिक वैज्ञिक विभेद, विवाशी जीवनशैली, आवश्यकता, वैदेशिक रोजगारीको प्रभाव, सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग, बेरोजगारी, पढाइको दबाव, दुर्यसन, एबोपन, अभिभावकले छोराछोरीलाई समय नदिनु, मानसिक तनाव, महत्वाकांक्षी, मोबाइलको बढ्दो प्रयोगलगायत कारणले पछिल्लो समय मनोरोगका विरामीको संख्या बढेको जिल्लास्थित जनस्वास्थ्य कार्यालयको तथ्याङ्कले देखाउँछ । मनोरोगको

परिणाम आत्महत्यासम्मको जोखिम बढ्ने स्वास्थ्यकर्मी बताउँछन् । अस्पतालमा मनोचिकित्सकको दरबन्दी नभएकाले समस्या भएको अस्पतालका मेडिकल रेकर्डर शर्मांले बताए । उनले मनोचिकित्सकको दरबन्दी कायम गर्न स्वास्थ्य मन्त्रालय गण्डकी प्रदेशमा समन्वय भइरहेको उनले उल्लेख गरे । अस्पतालको मनोरोग विभागमा अहिले मनोपारामर्शदाताका रूपमा आशा थापा कार्यरत रहेकी छन् । चिकित्सक नहुँदा औषधि दिनुपर्ने मनो रोगी, एन्जाइटीलगायत विरामीलाई पोखरा पठाउनुपर्ने बाध्यता रहेको थापाले बताइन् । बागलुङ नगर स्वास्थ्य शाखा प्रमुख रामप्रसाद खनालले पछिल्लो समय जिल्लामा मनोरोगका कारण अहिलेसम्मको दर बढेको बताए । ...**बाकी भनिने पृष्ठमा**

SARA TRAVELS
Tansen, Palpa. 975-990012 987087979 saratravels.nepal@gmail.com

तानसेन-पोखरा
A/C सुविधायुक्त वातावरण मैत्री EV

मोबाइल : ९८४७०८३७०७
हालको : ९८४७०८३७०७

तानसेन देखि विहान ७:०० | दिउसो ७:००
पोखरा देखि विहान ७:०० | दिउसो ७:००

YOU CAN GET 5% DISCOUNT ON PRE-BOOKING AND ONLINE PAYMENT

पा.वि.ह.स.नं. ०५१/०५२

पा.वि.प्र.का.स.नं. ११/०५१/०५२



सम्पादकीय

भूकम्पको धक्का : ख्याल गरौं

केही दिन यता नेपालमा भूकम्पका साना-ठूला पराक्रमहरू गइरहेका छन् । पटक-पटक गएको भूकम्पको धक्काले नेपालमा २०७२ वैशाखको गोरखा भूकम्प र २०८० कात्तिकको जाजरकोट भूकम्पको त्रासदी सम्झाइएको छ । मंगलबार बिहान सबैरे नेपालको पूर्वी तथा मध्य भागमा गएको भूकम्पको धक्काले एक पटक फेरी सबैलाई भस्कायो । चीनको तिब्बत अर्थात् हालै चीनले दिएको नयाँ नाम सिञ्जाङ स्वायत्त क्षेत्रको सिगात्से सहरको डिङ्गुथी काउन्टी केन्द्रविन्दु भएर ७ म्याग्निट्युडको भूकम्प गयो । यसलाई शक्तिशाली भूकम्प भनिएको छ । सो भूकम्पले तिब्बततर्फ ठूलो क्षति गरेको छ । कम्तीमा १२६ जनाको मृत्यु भएको छ भने १८८ जना घाइते भएका छन् । धेरै घर भत्किएका छन् । नेपालमा पनि केही भौतिक क्षति भएको छ । पछिल्लो एक दशकभित्र नेपालमा गएका दुई शक्तिशाली भूकम्पले समाजलाई निकै ठूलो घाउ लगाएका छन् । कैयौँ साना-ठूला पराक्रमले पनि त्रसित बनाउने गरेका छन् । तिब्बत भूकम्पको प्रभावले अबका केही दिन भूकम्पसँग जोडिएर बहस र चेतनाका कार्यक्रमहरू हुने छन् । यद्यपि, समय क्रममा यो प्रसंग ओभरलेफ्ट गर्ने विगतमा भैं भूकम्पप्रतिको जागरण निष्क्रिय हुनेछ किनकि हाम्रो राज्य र समाज यसैमा अभ्यस्त छ । तर पनि नेपाली नागरिक र राज्यले बिस्मिद गएको मापदण्डलाई तिब्बत भूकम्पले पुनः सम्झाएको छ । पाठ सिक्न यो ठूलो अवसर हो । भूकम्प एक भौगर्भिक प्रक्रिया भए पनि यसलाई न रोक्न सकिन्छ न त अध्ययन अनुसन्धानबाट यसको समय तालिका अनुसार भविष्यवाणी नै गर्न सकिन्छ । टेक्टोनिक प्लेटहरूबिचको अन्तरसंघर्षका कारण भूकम्प जान सक्ने कुरा भने विगतको भूकम्प अध्ययन गरेर पनि आकलन गरिने प्रवृत्ति देखिन्छ । भूकम्प आफैले मानिस र धनसम्पत्तिको भयानक क्षति गर्दैन । मानिसले जीवन चलाउन तथा भौतिक सुखसुविधाका निम्ति बनाएका संरचनालाई भूकम्पले क्षति गर्छ । यस्तो यथाथरैलाई ख्याल गर्नुपर्छ । तिब्बत भूकम्पले क्षति न्यूनीकरणका लागि गर्नुपर्ने पूर्वतयारी र भूकम्पका निरन्तर सम्भावनालाई पुनः ताजा बहस बनाएको छ । यसलाई समसामयिक चर्चाको सीमित राख्नु हुँदैन, जीवनशैलीमा परिवर्तन गर्नुपर्छ । देशभित्र रूखला भूकम्प पटक-पटक गइरहेका सरकारले पाठ सिक्न नसक्नु र पूर्वतयारीमा ध्यान नदिनु दुःख हो । सरकारको गैरजिम्मेवारीपन, घटनाको अतार्किक निष्कर्ष र सही सूचना प्रवाह गर्ने प्रभावकारी वैज्ञानिक संयन्त्रको अभावका कारण क्षतिको उही प्रकृति बारम्बार दोहोरिँदै जानु राम्रो होइन । यसर्थ भूकम्पबाट हुने क्षतिबाट जोगिन अब बेलाैमा ख्याल गरौं ।

Opinion @ Social Network

गुन र उन लगाउनेबल मात्र नान्यो हुन्छ, छोडे पछि चिसा हुन्छन् मान्छे हर
मिसा बरालको फेसबुक स्टारबग www.facebook.com/Nishakharal

यो सम्भामा सामाजिक संजालमा पोस्ट गरिएका धारावाहक राखेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shillapati मा लगनजन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजन्मचेतना दैनिकको रचना तार्कान्दुला आर्देरेकेले छ । यो प्रक्रिया अंक स्तरीय अलि पठनीय बनाउनको लागि तार्कान्दुले अत्युत्सुक सुभाषकरको प्रवृत्तिलाई अच्युते जसको छ । पाठकहरूक टाप्पिन्छ सुभाषकरलाई हामीले हाम्रो जसको हामी अनुभूति गर्छौं ।

नवजन्मचेतना दैनिक
 भावनीटील ताननेन, पाया

प्रहरी कार्यालय	२४०१०१
दुधेश्वर	०७१-२४०१०१
स.प्र.बामनाथ	०७१-२४०१०१
भैरहवा	०७१-२४०१०१
भैरहवा रामपुर	०७१-२४०१०१
भैरहवा	०७१-२४०१०१
अर्घाखाँडा	०७३-२४०१०१
मुसुमी	०७३-२४०१०१
पारसी	०७३-२४०१०१
तीर्थहन्डा	०७३-२४०१०१
पाया	०७३-२४०१०१
धारावाहक	०७३-२४०१०१
अपराध कार्यालय	
लुम्बिनी	०७१-२४०१०१
लुम्बिनी	०७१-२४०१०१
लुम्बिनी	०७१-२४०१०१

राजनीतिमा नकारात्मकता



डा.शान्तिकृष्ण अधिकारी

राम्रा कुरा गर्दा पनि त्यसका नकारात्मक पक्षहरू खोजेर नेतालाई उडाउनुमा नै आफ्नो सफलता ठान्नेहरूको जमात बढ्दै गएको छ । नेताहरूको मनस्थिति गिराउन सकेमा नै नेपालको विकास हुन्छ भनी ठान्नेहरूको संख्या नेपालमा बढ्दै गएको छ । नेता भनेका सबै खराबै हुन् र नेताहरूलाई टाउको उठाउने अवसर दिनु हुन्न भन्नेहरूले पनि एउटा खाले गठजोड गरेर बसेको पाइन्छ । भ्रष्टाचारलाई माध्यमहरूमा उपस्थित हुने यस्ता व्यक्तिहरू साइबर सेनाका रूपले परिचित छन् । नेतामा पनि अभ्रम तीन दलका नेताहरूलाई व्यापक रूपमा खेदने गरिन्छ । तीन दलमा पनि नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमालेका नेता बढी आक्रमणमा पर्ने गरेका छन् भने नेकपा माओवादीका नेताहरू अलि कम आक्रमणमा पर्दछन् । कांग्रेसका सभापति शेरबहादुर देउवा र महामन्त्री गगन थापाको त कुरै गर्न पर्दैन । एमालेका चाहिँ अध्यक्ष केपी ओली नै बढी बोल्ने भएकाले होला उनैलाई तारो बनाइने गरिएको छ ।

नेपाली कांग्रेसका महामन्त्री गगन थापाले कीर्तिपुर नगरपालिकाको उपनिर्वाचनका क्रममा कीर्तिपुरको डोडामा बसेर मासिक चार लाख रूपैयाँ कमाउन सकिने अभिव्यक्ति दिए । ने पालका युवाहरूले वैदेशिक रोजगारीका निमित्त मरिहते गर्नुको साटो स्वदेशमै बसेर आयोजना गर्न बाटाहरू खुलेका छन् र त्यसका लागि नेपाली कांग्रेसले मार्ग प्रशस्त गर्ने प्रयास गर्छ भन्ने उनको आशय थियो । उनले कीर्तिपुरका डोडामा उभिएर यो भाषण गर्दागर्दै यो भनाइलाई उडाउँदै अनगिन्ती टिकटकहरू बने । गगन थापाको भाषण सकिँकै थिएन, उनलाई उडाउँदै सामाजिक सञ्जालहरू रंगायन युवाहरू तल्लीन भए । आजसम्म पनि छिट्टैपुट यसका विषयमा धारणाहरू सार्वजनिक भइरहेका छन् । मेरो एकनामा भन्तिन भारतको बैंगलोरबाट कम्प्युटर इन्जिनियरिङ पढेर नेपाल आएका थिए । नेपाल आएको केही दिनमै अमेरिकाको काम गर्ने नेपालमा खुलेको एउटा कम्पनीमा जागिर पाए ।

काम क्यापटपमै गर्ने थियो । काम घरबाटै गरे हुने थियो । लगन देखाए, मिहिनेत गरे । छ महिनामै कम्पनीले तलब बढाई दियो । एक वर्ष काम गरेपछि दुई महिनाका लागि अमेरिका घुम्न र त्यहाँको कार्यालय हेर्न पनि पठायो । उसकै जस्तो सुटवेयर सम्बन्धी काम जानेका साथै युवाहरू अहिले पनि नेपालमै बसेर अमेरिका, युरोपतिरका काम गरिरहेका छन् । गगन हनुवामा बोल्दै गर्दा । उनीसँग पढे-लेखेका युवाहरूको एउटा गतिबिहीन समूह छ । देश विदेशका गतिविधि अध्ययन गरेरमात्रै उनी योजना पिकन्छन् । उनका कुनै योजना महत्वाकांक्षी देखिएनन् भने कुनै सामान्य तर असम्भव चाहिँ हुँदैनन् । आजसम्म कसैले नगरेको काम उनले भनेका पनि होइनन् । यही देशका सक्षम युवाहरूले अहिले पनि धेरैमा बसेर कम्प्युटर चलाउँदै लाठी कमाई रहेका छन् । कोरोनाकायामा त नेपालकै शिक्षकहरूले घरमै बसी विद्यार्थी पढाएर तलब कमाएको हामी सबैले देखेका छौं । विकासको देशका त कति कर्मचारी कार्यालय जानै पर्दैन । घरबाटै काम गर्नुपर्ने र कामको रिपोर्ट कार्यालयमा बुझाउने गर्दछन् ।

मात्र यति हो कि गगनले बोले अनुसारको काम गर्ने सबै युवा सक्षम हुने र त्यसका लागि अनुकूल वातावरण सरकारले सिर्जना गर्न सक्ने हुन्छ । वास्तवमा गगनलाई उडाउनुको साटो सत्ताधारी पार्टीको महामन्त्री भएका हुनाले उनीसँग त्यस्तो अवसर दिलाउनका लागि युवाहरूले माग गर्न सक्नुपर्दथ्यो । सपना नदेखेले योजना बुझ्न सक्दैन । योजना नबुझेले प्रगतिको बाटो समात्न सक्दैन । गगनले बुनेको यो योजनालाई हौस्याउनतिर लागेको भए केही प्रतिक्रिया प्राप्त हुन सक्थ्यो कि तर त्यो सम्भावनालाई बीचमा कुटिउने काम भएको छ । हुनगर्दा उडाउनुको सट्टा डाढस दिएको भए अवसरहरू सिर्जना हुन्थे कि भनेर नै नपाइने अवस्था

सिर्जना गरियो । कीर्तिपुरको डोडामाबाट मात्रै होइन, इन्टरनेटको दुनियाँमा हुनसक्ने बसेर पनि र सोभामा रहे पनि उस्तै काम गर्न सकिन्छ । काठमाडौँको केन्द्रमा बसेर हुने काम र अति दुर्गम ठाउँबाट आधुनिक प्रविधिमाफत फते गरिने कामको पारिश्रमिक उति नै हुन्छ । वास्तविकता के हो भने त्यस्ता काम सिक्नका लागि युवाहरूलाई पर्याप्त अवसर नेपालमा छैन ।

नेपालको अनुपसुके कुनामा पनि हाइस्पीडको इन्टरनेट सुविधा छैन । सताइद दल नेपाली कांग्रेसका महामन्त्रीले त्यति बोलिसकेपछि युवाहरूले यो अवस्थामा कसरी भनेर प्रश्न गर्नुपर्ने हो तर आवश्यक तवरले उडाउने काम गरियो । विदेशीले नेपाललाई कस्ता कामको जिम्मा दिन्छन् ? त्यस्ता काम आफैका जनशक्ति

नेपालमा कति छन् ? सरकारले प्रयत्न गर्नुपर्ने भने बर्षमा कति युवालाई त्यस्ता कामको तालिम दिन सक्छ ? अनगिन्ती कामहरू छन्, यो गर्नाका लागि इन्जिनियर नै हुनुपर्ने, त्यसका लागि तालिम केन्द्रहरू खोल्न सरकारले किन सक्दैन ? जेठो का युवाहरूलाई सहजै तालिम प्राप्त हुन सक्थ्यो कि तर त्यो सम्भावनालाई बीचमा कुटिउने काम भएको छ । हुनगर्दा उडाउनुको सट्टा डाढस दिएको भए अवसरहरू सिर्जना हुन्थे कि भनेर नै नपाइने अवस्था

थापाको मात्रै होइन, आजभोलि नेताले बोल्ने बित्तिकै त्यसको विषयमा धारावाहक राख्ने क्रम अति नै बढेको छ । राम्रा कुरा गर्दा पनि त्यसका नकारात्मक पक्षहरू खोजेर उडाउनुमा नै आफ्नो सफलता ठान्नेहरूको जमात बढ्दै गएको छ । नेताहरूको मनस्थिति गिराउन सकेमा नै नेपालको विकास हुन्छ भनी ठान्नेहरूको संख्या नेपालमा बढ्दै गएको छ । नेता भनेका सबै खराबै हुन् र नेताहरूलाई टाउको उठाउने अवसर दिनु हुन्न भन्नेहरूले पनि एउटा खाले गठजोड गरेर बसेको पाइन्छ । भ्रष्टाचारलाई माध्यमहरूमा उपस्थित हुने यस्ता व्यक्तिहरू साइबर सेनाका रूपले परिचित छन् । नेतामा पनि अभ्रम तीन दलका नेताहरूलाई व्यापक रूपमा खेदने गरिन्छ ।

तीन दलमा पनि नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमालेका नेता बढी आक्रमणमा पर्ने गरेका छन् भने नेकपा माओवादीका नेताहरू अलि कम आक्रमणमा पर्दछन् । कांग्रेसका सभापति शेरबहादुर देउवा र महामन्त्री गगन थापाको त कुरै गर्न पर्दैन । एमालेका चाहिँ अध्यक्ष केपी ओली नै बढी बोल्ने भएकाले होला उनैलाई तारो बनाइने गरिएको छ । माओवादीका प्रचण्ड र माओवादी छाडेका बाब्राम भट्टाहरू सामाजिक सञ्जालमा प्रसार

गरिने हास्य, क्रोध र नाटकका पात्रका रूपमा अभिज्ञ छान्नेमा पर्दछन् । सत्य के हो भने सबै नेताहरूले भ्रष्टाचार गरेका छैनन् । वास्तविकता के हो भने पुराना राजनीतिक दलहरूका केही नेताहरूले पचाउने नसक्ने गरी भ्रष्टाचार गरे । यथाथरै के हुन पुग्यो भने यिनै केही भ्रष्ट नेताहरूका कारण पुराना दलहरूका सबै नेताहरूलाई भ्रष्टाचारीको उपमा दिइयो । सबै राजनीतिक दलहरूलाई एउटै डालोमा हालियो र सबै नेताहरूलाई उही नजरले हेरियो । नेता भन्ने पदवीलाई नै हेयका ढुंगिले हेर्नुपर्ने बनयो । मकै पिस्ता घुन पनि पिस्तास्यो तर नेपालमा युवाहरूकै उठ्ठो हुनपुग्यो-घुन फाल्दा मकै पनि फाल्न थालियो । अर्थशास्त्रको सामन्य नियम नै छ-मानिसका चाहना असीमित हुन्छन् र भित्तको पूर्ति गर्ने साधन र स्रोत सीमित हुन्छ । नेपालमा साक्षरता बढेसँगै मान्छेका चाहनामा वृद्धि हुँदै गएको छ । माध्यमिक शिक्षा र उच्चशिक्षा लिनेहरूको संख्या बढ्दै गएपछि देश विदेशका विकासका बारेमा जानकारी पनि बढ्दै गए र नेपाली जनताको आवश्यकता पनि बढ्दै गयो ।

देशको साधन र स्रोतमा कति पनि दोहन नगरिएको भए जनताले चित्त बुझाउँदै होला तर एकातिर आवश्यकता बढ्दै जानु र अर्कोतिर सीमित वर्गले अधिकांश स्रोतमा रजाई गरेको देखिनु भनेर मानिसको विचार नकारात्मकता तर्फ बढेको छ । यही क्रम बढ्दै गयो भने न नेताहरूले जनताका बीचमा जाने हिम्मत गर्न सक्दछन् न नेपाली जनताले विकासका फल चाहेदैन सन्तोषको श्वास फेर्ने दिन नै आउँछ । नेपालमा बहुदलीय लोकतन्त्र छ । अफ भनी नेपाल गणतन्त्रात्मक मूलक हो । लोकतन्त्र भने पनि र गणतन्त्र भने पनि शासन चलाउने भनेको राजनीतिक दलहरूले नै हो । संसदीय चुनावमा बहुमत ल्याएर जुन दल सत्तामा पुग्दछ, त्यही दलका नेताहरूले नै सरकार चलाउने हो । त्यसैले दलहरूलाई विगत दिन हुँदा, त्यो सत्य हो तर राजनीतिक दलहरूलाई सुधार्ने नाममा अहोरात्र सत्तोसराप गरेरमात्रै बढ्दा मूलकले प्रगति गर्न सक्छ भने सोचाइ छ भने त्यो नितान्त गलत सोचाइ हो । सुने उपायहरूका बारेमा पनि बताउनुपर्दछ । जनता सार्वभौम छन् । जनताको सार्वभौमिकता विशेषगरी चुनावमा प्रयोग हुने गर्दछ । चामलबाट ढुंगो फिकेर मिलाएर भैं चुनावमा भएर नेतालाई पछ्याउँदा नै जनताको बुद्धिमानि हुन्छ । जिताउने बेलामा नापीमै भ्रष्टाचारको घाणो बाँधेको नेतालाई जिताउने र पछि पछ्याउनुले कुनै अर्थ राख्दैन । दलको विचार, सिद्धान्त र योजना पनि हेर्न सक्नुपर्दछ । दलको सिद्धान्तमै सेवक होइन, शासन गर्ने लक्ष्य राखिएको छ र त्यसैलाई बारम्बार चर्चन गर्न भनीलाई पनि त्यागन सक्नुपर्दछ । बाघले आउनेलाई शिकारगारी पछि भनेर भनेको कुरालाई पनि सट्टै पर्याउने बानी नेपालीले छुट्टाउनु पर्दछ । अन्धमा भगवान् भरोसा । -**श्रीपालराज राय**

नेकपा	समाजमा मान सम्मान बढ्नेछ । राजकीय मामिलाहरू सुनिन्छन् ।
सुभ	कार्य क्षेत्रमा प्रतिकूल प्रभाव पर्ने सक्छ । स्वामी साधनामा धन खर्च होला ।
मिथुन	रौंकिणको कार्य सजिलै पूरा हुनेछ । कायमा आहारको बाधा पर्नेछैन ।
कर्कट	पुराना समस्याहरू समाधान हुनेछ । करिबमा राम्रो सफलता मिलिन्छ ।
सिंह	नयाँ योजनाहरू बन्नेछन् । मनोरञ्जनात्मक माहौलमा भर प्रदान हुनेछ ।
कन्या	सामाजिक जीवनमा प्रतिकूल बढ्नेछ । धन मिल्ने संभावना छ ।

रजस	उच्च अधिकारीको सहयोग मिलिन्छ । सकेको अनगिन्ती आगि बढ्नेछ ।
वृश्चिक	सकारात्मक परिणाम मिलिन्छ । विवादास्पद मामिलाहरू टाढा रहनेछ ।
मिथुन	आकान्तहरूको सहयोग मिलिन्छ । रोगाणुको नयाँ अवसर मिलिन्छ ।
मकर	समस्याबाट मुक्ति मिलिन्छ । करिबमा राम्रो सफलता मिलिन्छ ।
कुम्भ	विशेष विजयोदारी मिल्न सक्छ । मेहनतले नयाँ उपलब्धि दिनेछ ।
मिथुन	रजसको नयाँ अवसर मिलिन्छ । वैदेशिक अवसरको बाटोहरू खुलेछ ।

स्वास्थ्य चर्चा

प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउन के गर्ने ?

शरीरका विभिन्न अंगहरूको फरक-फरक जिम्मेवारी हुन्छ । शरीरलाई सुचारु रूपमा चलायमान राख्न मात्र हैन, यी अंगहरूमा कुनै समस्या आएमा त्यसलाई समाधान गर्न पनि शरीरमा केही तत्वले काम गर्दछन् । सरल शब्दमा त्यो योद्धालाई प्रतिरक्षा प्रणाली भनिन्छ । यसले हामीलाई सानोतिनो समस्याबाट बचाउँछ । तर जब प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हुन्छ, तब कुनै पनि व्यक्ति धेरै चाँडै बिरामी पर्न थाल्छ । कोही बारम्बार बिरामी हुने वा हल्का मीसम परिवर्तन हुनेबित्तिकै सानो समस्याले पनि गम्भीर रूपमा थला पर्छ भन्ने तयसको कारण प्रतिरोध शक्ति कम भएको बुझिन्छ । यस्तोमा केही उपाय अपनाउन सकिन्छ, जसले प्रतिरोध क्षमतालाई बलियो बनाएर रोगबाट जोगाउन मद्दत पार्छ ।



सन्तुलित खानाभनिन्छ, हामी जे खान्छौ त्यसले नै शरीर बन्छ । प्रतिरोध क्षमता कमजोर बनाउन के खाइरहेका छौ त्यसले पनि भूमिका खेल्छ । प्रतिरोध क्षमता बलियो पार्न स्वस्थ खाना आवश्यक छ । तर ती खाना सन्तुलित मात्रामा खानुपर्छ । हार्दई स्कुल अफ पब्लिक हेल्थमा प्रकाशित रिपोर्टअनुसार शरीरको प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउन खानामा भरपूर मात्रामा भिटामिन, खनिज, प्रोटीन र फाइबर आवश्यक छ । विशेषगरी भिटामिन सी प्राप्त गर्न सुन्तला, कागती र अमला, भिटामिन ईका लागि बदाम, ओखर जस्ता डुइफ्रुट्स, चिकंदा लागि सूर्यमुखीको बीउ र फर्सीको बीउ र आइरनका लागि पालुङ्गो, बोकाउडी जस्ता खानेकुरा दैनिक सीमित मात्रामा खाँदा प्रतिरोधात्मक क्षमता बढ्छ ।

पर्याप्त निद्रा : निद्राको प्रत्यक्ष प्रभाव प्रतिरोध क्षमतामा पर्छ । पर्याप्त निद्राले शरीरमा भएको विषाक्त पदार्थ निकाल्न र कोष भरतका लागि सहयोग गर्छ । सात वा नौ घण्टा सुत्नु आवश्यक छ ।

निर्बमित व्यायाम : व्यायामले शारीरिक स्वास्थ्यलाई बलियो बनाउँछ । समग्र शरीर बलियो हुनु

भनेको नै प्रतिरोध क्षमता बलियो हुनु हो । एक प्रतिवेदनका अनुसार तीव्र हिङ्गने, योग, पौडी खेल र साइकल चलाउने जस्ता नियमित हल्का व्यायामले शरीरमा रक्तसञ्चार बढाउँछ, जसकारण हाम्रो प्रतिरक्षा प्रणाली बलियो हुन्छ ।

तनाव व्यवस्थापन : दैनिक मानसिक तनावले प्रतिरक्षा प्रणालीलाई पनि कमजोर बनाउन सक्छ । तनावमा शरीरले छिट्टै कोर्टिसोल उत्पादन गर्न थाल्छ र यसले प्रतिरक्षा प्रणालीलाई हानि पुऱ्याउँछ । तसर्थ, तनाव व्यवस्थापन गर्ने तरिका खोज्नु राम्रो हुन्छ । तनावलाई ध्यान, योग र पर्याप्त निद्राबाट व्यवस्थापन गर्न सकेमा प्रतिरक्षा प्रणाली स्वस्थ रहन्छ ।

पर्याप्त पानी पिउने : पानीले शरीरको हरेक अंगलाई आवश्यक पोषक तत्व प्रदान गर्छ । अति पानी खाँयो त्यति शरीरमा भएको विषाक्त हटेर जान्छ । शरीरमा पर्याप्त मात्रामा पानी नपुगेमा प्रतिरक्षा प्रणालीमा नकारात्मक असर पर्छ । त्यसैले दिनमा कम्तीमा आठदेखि १० गिलास पानी पिउने बानी बसाल्नुपर्छ ।

प्रोबायोटिक्सलाई चाँडो वाधारको हिस्सा बनाउने : दही, गुन्द्रुक, सुकाएको आरुमा प्रोबायोटिक्स भरपूर मात्रामा पाइन्छ । प्रतिरोध क्षमता यथावत् राख्न प्रोबायोटिक्स पनि जरुरी हुन्छ । प्रोबायोटिक्सले आन्द्रामा स्वस्थ ब्याक्टेरिया उत्पन्न गर्छ । पाचन प्रक्रिया सहज रूपमा जारी रहन्छ । प्रतिरक्षा प्रणालीले ठीकसँग काम गर्न नगर्ने भन्ने कुरा लगभग ७० प्रतिशत आन्द्राका सक्रियतामा निर्भर रहन्छ ।

दुग्धपान र रक्ती नखाने : दुग्धपान र मरिदा सेवन गर्ने बानी भएकोमा प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हुन्छ । यी दुई तत्वमा हुने रसायनले प्रतिरोधात्मक कोषिकाहरूलाई मार्ने काम गर्छ । त्यसैले शारीरिक रूपमा बलियो बन्न दुग्धपान र रक्ती सेवन गर्नु हुँदैन ।

घाममा बस्ने : सूर्यको किरणबाट भिटामिन डी प्राप्त हुन्छ । भिटामिन डीले शरीरलाई संक्रमणसँग लड्ने शक्ति दिन्छ । त्यसैले विहान र अपराह्नको घाममा बस्नु स्वास्थ्यका लागि फाइदाजनक हुन्छ ।

सरसफाइ : सरसफाइको कमीले पनि बाह्य हानिकारक क्रीटाण शरीरमा प्रवेश गरी आक्रमण गर्न सक्छ । फलस्वरूप विभिन्न स्वास्थ्य समस्या देखा पर्छ । जर्नल अफ इन्फेक्सनमा प्रकाशित एक रिपोर्टअनुसार विश्वभर हुने आधा संक्रमण र रोगहरूमा सरसफाइले ठूलो भूमिका खेल्छ । त्यसैले सरसफाइमा ध्यान दिनु आवश्यक छ । फलफूल र तरकारीलाई राम्रोसँग फ्यालेर खाने, हातकुट्टामा फोहोर लागे सफासँग धुने, सफा कपडा लगाउने, सुत्दा सफा कपडा ओढ्नुपर्ने, धुनुछुलोमा हिँड्दा मास्क लगाउने बानी बसाल्नुपर्छ ।

भिटामिन र सल्फेन्स टिने : यदि खाएको खानाबाट पर्याप्त पोषण नपाइरहेको अनुभव हुने, थकान, शरीर कमजोर भइरहेको अनुभव आएमा शरीरलाई आवश्यक भिटामिन नपुगेको हुनपर्छ । यस्तोमा चिकित्सकसँग परामर्श लिनुपर्छ । चिकित्सकले लक्षणअनुसार आवश्यक परीक्षण र भिटामिन सप्लिमेन्ट सिफारिस गर्न सक्छन् ।

-बन्नासाइन खबर डटकम

हल्लाको पछि नलाग्नु मन्त्रालयको आग्रह

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले चीनमा देखिएको भनिएको 'नयाँ मेटापन्थोमो भाइरस(एचएमपीभी) को सञ्चारण भाइरस भएको जनाएको छ । मन्त्रालयले बुधबार एक विज्ञापित जारी गरी यसबारे विभिन्न सञ्चारमाध्यम र सामाजिक सञ्जालमा गरिएका भ्रमक प्रसारप्रति ध्यानाकर्षण भएको जनाउँदै त्यस्ता हल्लाको पछि नलाग्नु आग्रह गरेको छ । 'जाडो महिनामा श्वाशप्रदायकजन्य सङ्क्रमणको दर बढ्नु स्वाभाविक मानिन्छ, मानव मेटापन्थोमो भाइरस नयाँ भाइरस होइन, जुन नेपालमा विगतमा पनि देखिएको सञ्चारण शक्तिको उत्पन्न गराउने भाइरस हो, जसको परीक्षण, निगरानी र प्रतिकारका लागि आवश्यक क्षमता र तयारी नेपालले गरिसकेको छ', विज्ञापितमा भनिएको छ । मन्त्रालयले यस भाइरसबाट गम्भीर समस्या देखिने जोखिम कम रहेको र यसको सङ्क्रमण सामान्यतः कमजोर प्रतिरक्षा क्षमता भएका व्यक्तिहरू, साना बालबालिका र वृद्ध व्यक्तिहरूमा मात्र हुने सम्भावना रहेको जानकारीसमेत गराएको छ ।

बढाइएको मन्त्रालयले जनाएको छ । एचएमपीभी, एम्प्लसनागत सङ्क्रामक रोगहरूमा जनस्वास्थ्यका मापदण्ड पालना गर्नु उचित हुने भएकाले व्यक्तिगत सुरक्षाका उपाय (मास्क लगाउने, भीडभाडमा नजान्ने) अपनाउन मन्त्रालयले सबैमा अनुरोध गरेको छ । यस्तै, बिरामीको नजिक-सम्पर्कमा नजान्ने, सानुन पानीले हात धुनु र स्वास्थ्यमा समस्या आइपरेमा अस्पताल गई चिकित्सकको उपचार लिनु र मन्त्रालयको हेल्थो स्वास्थ्य कल सेन्टर १११५ मा सम्पर्क गरी परामर्श लिनु पनि मन्त्रालयले अनुरोध गरेको छ । यद्यपि चीनबाट फैलिन थालेको नयाँ भाइरस सरकारीले भने जस्तो सामान्य भने होइन ।

चीनको केम्पिङ-१९ को उद्घाटन भएको पाँच वर्षपछि अर्को रहस्यमयी भाइरसले मानिसलाई त्रसित बनाएको छ । चिनियाँ अधिकारीहरूले देशका धेरै भागहरूमा यसको प्रकोपको सामना गरिरहेको बताएका छन् । यता यो भाइरस भारतमा पनि देखिएको छ । भारतमा सेन्सुस र रिसर्चमा सुरु हुनु जनामा यो संक्रमण भएको छ । पछिल्लो समय तीव्र गतिमा फैलिँदै गएको हो । कर्नाटक र ओडिसाबाट २-२ जना तथा बंगाल र गुजरातमा १-१ जना बच्चा संक्रमित पाइएको छ । अहिलेसम्म २ महिनादेखि

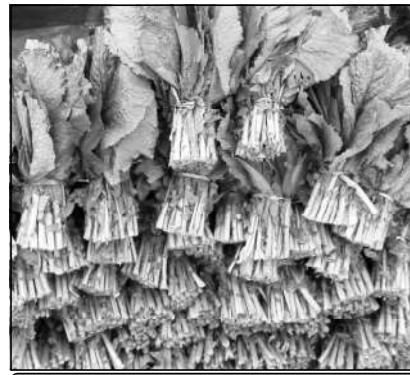
आठ महिने बच्चाको संक्रमण भएको पाइएको छ । यता भारत सरकारले आतंककाल घोषणा गर्ने विषयमा शिवालय संयुक्त बैठक डाकेको भए पनि चीनमा जसै असामान्य स्थिति नभएको भन्दै मीसमी फूलका रूपमा हिँदै यसको समाधान गर्ने बताएको थियो । यता नेपाल सरकारले पनि एचएमपीभीलाई सामान्य रूपमा लिएको छ । तर फलु भन्दा भन्दा यो तीव्र गतिमा फैलिइरहेको छ ।

भारत र चीनमा फैलिएको भाइरस जुनसुकै बेला नेपालमा फैलन सक्छ । अहिले चिकित्सकको भन्दा आएको मीसमी रक्षा अर्थात् सिस्नलु नु ति को हुनसमेत र हप्ता भन्दा बढी समय लाग्ने गरेकाले रोगको प्रकृति मिले पनि त्यो फलुमात्र नहुने आशंका भइरहेको छ । यो भाइरस पहिलो पटक सन् २००१ मा डच अनुसन्धानकर्ताहरूले श्वाशप्रदायकको संक्रमण भएका बच्चाहरूको नमुनाहरू अध्ययन गर्दा पत्ता लगाएका थिए । यो अध्ययनले देखाएको छ कि यो भाइरस कम्तीमा ६ दशकको लागि रहन्छ । यो एक सार्का जीवाणु रूपमा संसारभर फैलिसकेको छ । यो भाइरस मुख्यतया खोब्रा र हल्लुई गर्दा फैलन्छ । संक्रमित व्यक्तिबाट नजिकको सम्पर्क र दूषित वातावरणको सम्पर्कबाट पनि संक्रमण हुन सक्छ ।

-भाइरस डटकम

सागमा अत्यधिक विषादी, जोगिन के गर्ने ?

पछिल्लो समय सागजन्य तरकारीमा समेत विषादीको प्रयोग अत्यधिक हुन थालेको छ । काठमाडौँ, भक्तपुर र ललितपुर क्षेत्रमा उत्पादित सागजन्य तरकारीमा विषादीको प्रयोग बढी भेटिएको छ । कालीमाटी तरकारी बजार विकास समितिले दैनिकरूपमा परीक्षण गर्ने रिपोर्टमा रायो, भाजी, जिरी, मार्फा, पाकुजा लगायत सागमा विषादी भेटिएको हो । केन्द्रीय कृषि प्रयोगशाला अन्तर्गतको विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषण प्रयोगशाला एकाइ कालीमाटीले बुधबार (पुस २४ गते) १४ वटा नमुना परीक्षण गर्दा ४ वटा सागजन्य तरकारीको नमुनामा विषादी भेटिएको छ । भक्तपुर क्षेत्रमा उत्पादन गरिएका जिरी र पाकुजा सागमा क्रमशः ८८.८४० प्रतिशत र ५४.८६४ प्रतिशत अर्गानोफस्फेट नामक विषादी पाइएको छ । यस्तै, काठमाडौँ क्षेत्रमा उत्पादन भएका मार्फा सागमा ८३.६६३ प्रतिशत र भाजी तथा रायोको सागमा ९९.२३३ प्रतिशत अर्गानोफस्फेट विषादी पाइएको छ । समितिले पुस २३ गते ती सागहरूमा कार्बामेट र अर्गानोफस्फेटको मात्रा धेरै भेटिएको जनाएको छ ।



उक्त सागमा ५४.६९६ प्रतिशत कार्बामेट र ७५.५५१ प्रतिशत अर्गानोफस्फेट नामक विषादीको मात्रा भेटिएको थियो । यसअघि पुस २२ गते पनि भक्तपुरबाट कालीमाटी तरकारी बजार पुगेको रायोको सागमा ९९.३८० प्रतिशत अर्गानोफस्फेट नामक विषादी भेटिएको थियो । बजारमा कार्बामेट र अर्गानोफस्फेट समूह कीटनाशक विषादीको मात्रा परीक्षण गरिँदै आएको छ । यस्तो प्रकारको विषादी ३२ प्रतिशतभन्दा कम भए उपभोगयोग्य ३५ देखि ४५ प्रतिशतसम्म भए केही दिन राखेर खान मिल्ने र ४५ प्रतिशतभन्दा बढी भए खान योग्य मानिन्छ । तरकारीमा देखिएको विषादीबारे छलफल भइरहेको समितिले दावी गरेको छ । किसान र प्रयोगशालासँग समन्वय गरी उत्पादकलाई सचेत गराउने समितिका कार्यकारी निर्देशक डा. महादेवप्रसाद पौडेलले बताए । 'हामीले केन्द्रीय प्रयोगशालासँग समन्वय गरेका छौं', उनले भने, 'स्थानीयस्तरमा रहेका कृषि ज्ञान केन्द्रसँग समन्वय गरेर किसानलाई सचेत गराउँछौं ।'

पाँच वर्षमा विषादी बचाव ४६ प्रतिशतको बृद्धि : महल्लेखा परीक्षक कार्यालयको ६१ औँ वार्षिक प्रतिवेदन, २०८१ ले नेपालमा पाँच वर्षमा विषादी बचाव र पञ्जीकरण बढेको देखाएको छ । पछिल्लो पाँच वर्षमा विषादी पञ्जीकरणको संख्या ८६.८३ र श्यातको परिणाम ४६.३ प्रतिशतले बढेको छ ।

यसरी विषादी अघायत र पञ्जीकरणमा वृद्धि हुनु भनेको विषादीको प्रयोग बढ्नु नै हो । आर्थिक वर्ष २०७५/७६ मा ८ लाख ९ हजार ९३ केजी विषादीको अघायतबाट ९५ करोड १९ लाख ४९ हजार ४१ बार्हिएएको थियो । २०७६/७७ मा ६ लाख ८१ हजार ६२७ केजीको विषादी अघायत भयो । जसमा ७९ करोड ३८ लाख ३ हजार ४१६ केजी खर्च भएको छ । यस्तै, आर्थिक वर्ष २०७७/७८ मा ७ लाख ८३ हजार ३४३ केजी विषादी अघायत हुँदा १ अर्ब ६ करोड १८ लाख २३ हजार ४१६ बार्हिएएको सरकारी तथ्याङ्क छ । आठ २०७८/७९ मा ११ लाख ३५ हजार ५०४ केजी विषादी मुलुक भित्रिएको छ । जसको लागि १ अर्ब ६२ करोड ३८ लाख ९५ हजार ४१६ खर्च भएको छ । त्यस्तै आठ २०७९/८० मा ११ लाख ८३ हजार ७५५ केजी विषादी भित्रिँदा १ अर्ब ६९ करोड ६३ लाख ६१ हजार ४१६

असर पर्ने, तर 'फुड पोइजनिङ' हुँदा तत्काल असर देखिने बताए । 'कुनै विषादीको असर लामो समयपछि देखिन्छ । विषादी प्रयोग भएको खाद्यपदार्थ लामो समयसम्म सेवन गरियो भने असर बिल्टारै देखिन सक्छ', उनले भने, 'यस कारण हामीले विषादीबारे सतर्कता अपनाउनुपर्छ, तुरुन्तै असर देखिने भए हामीले सतर्कता अपनाउने थियौं होला । विषादीका कारणले ब्यान्स र, रगत सम्बन्धी रोग हुन सक्ने जनस्वास्थ्यविद् डा. शरद वन्तले बताए । जसका साथै नशा, छान्ना र श्वाशप्रदायकसँग सम्बन्धित रोग समेत हुन सक्ने उल्लेख गरे । विषादीका बहुआयामिक असर छन्', उनी भन्छन्, 'विषादीको असर लामो समय पर्दा वंशानुगत रोग बन्ने खतरा बढ्छ अर्थात् अर्को पुस्तालाई समेत प्रभाव पार्ने हुन्छ ।'

सतर्कता कसरी अपनाउने ? विषादीबाट जोगिनका लागि उत्पादककै उपायकर्ता सबै सतर्कता हुनुपर्ने जानकारीहरू बताउँछन् । उत्पादकले सकेसम्म विषादी प्रयोग गर्न नहुने यदि प्रयोग गर्नपर्ने भएमा हरियो र नीलो लेबल भएको विषादी प्रयोग गर्नुपर्ने नेपाल कृषि अनुसन्धान परिषद (नाक) अन्तर्गतको राष्ट्रिय कृषि वातावरण अनुसन्धान केन्द्रले जनाएको छ ।

नाकले विषादी प्रयोगपछि प्रयोग गर्न मिल्ने समयसम्म कुरेर मात्रै बजारमा लैजाने वा उपभोग गर्न सकिने विषादी छ । उपभोक्ताले विषादी प्रयोग भएको शंका लागेको मनतातो पानीले पखलेर वा नुनपानीमा केही समय तरकारी भिजाएर प्रयोग गर्नुपर्ने नाकको सुझाव छ । नेपालले विषादीको असरबारे आफैले अध्ययन गर्न सकेको पनि बार्हिए मुलुकका भइरहेको अध्ययनका आधारमा सतर्कता अपनाउनु पर्ने डा. वन्तले बताए । उनले भने, 'बढ्दो विषादीको प्रयोगबाट जोगिन सबै तहका सरकार, उत्पादक, उपभोक्ता सबै सतर्क रहनुपर्ने देखिएको छ ।'

-रातोपाटी डटकम

