शीत लहर सम्बन्धमा

जाडो यामको समयमा खास गरी तराईका जिल्लाहरुमा चिसो तथा शीत-लहरबाट मानिसहरुको असावधानीको कारणबाट हरेक वर्ष स्वास प्रस्वास, रुघाखोकी, निमोनियाजस्ता स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याबाट धेरै मानिसहरु विरामी पर्ने र केही व्यक्तिको मृत्युसमेत हुने गरेको छ । पशु पञ्छी, अन्नवालीमा समेत प्रतिकुल प्रभाव परी धेरै मात्रामा नोक्सान हुने गरेको छ । यस वर्ष पनि जाडोयामको समय शुरु हुन लागेको छ । विगत वर्षमा जस्तै मौसमको प्रतिकुलता र वातावरणमा आउने परिवर्तनबाट शीत-लहर (Cold Wave) चल्न सक्ने र यसबाट विशेष गरी तराईको जनजीवन तथा भूकम्प प्रभावित जिल्लाहरुमा अस्थायी आवासमा रहेका परिवारहरुलाई प्रत्यक्ष प्रभाव पर्न सक्ने हुँदा उक्त जोखिमलाई न्यूनिकरण गर्न आवश्यक श्रोत साधनको पूर्व प्रवन्ध गर्न, सचेतना अभिवृद्धि गर्न, शीत-लहर प्रभावित परिवारलाई पुर्याउने उद्धार तथा राहतको कार्यलाई व्यवस्थित र प्रभावकारी बनाउनका लागि सम्बन्धित मन्त्रालय, विभागहरु, जिल्ला दैवी प्रकोप उद्धार समितिहरु जिल्ला प्रशासन कार्यालयहरु, स्थानीय निकायहरु, मानवीय संस्थाहरु तथा विभिन्न गैर सरकारी संघ संस्थाहरु समेतले देहाय बमोजिमको व्यवस्था मिलाउने ।

निर्णयहरु

१. शीत-लहरको प्रभावबाट सुरक्षीत राख्ने उपायहरुको सम्बन्धमा जिल्ला दैवी प्रकोप उद्धार समितिले जिल्लास्थित विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी कार्य गर्ने सबै सरकारी तथा गैरसरकारी संघ-संस्थाहरु समेतलाई आमन्त्रण गरी पूर्वतयारी र पूर्व प्रवन्ध सम्बन्धी बैठक तुरुन्तै राख्ने । यस कार्यमा अगुवा सहयोगी संस्था (DLSA) बाट समन्वय गराई विभिन्न निकाय तथा संघ-संस्थाहरुलाई पूर्व तयारी तथा पूर्व प्रवन्धको आँकलन गर्ने कार्यमा सरिक गराउने ।

२. शीत-लहरबाट प्रभावित हुन सक्ने क्षेत्र/गाउँ/टोल/परिवारहरुको पहिचान गरी राहत तथा उद्धारको लागि अगुवा सहयोगी संस्था (DLSA) को समन्वयमा सबै सरोकारवालाहरुलाई विशेष गरेर दाउरा, कम्वल जस्ता सामग्रीहरुको पूर्व प्रवन्ध गरी तयारी अवस्थामा रहन लेखि पठाउने ।

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय

३. जाडोयाममा हुन सक्ने स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्यालाई न्यूनिकरण गर्न जनचेतनामूलक कार्यक्रम स्वास्थ्य विषयगत क्षेत्रले तत्काल सञ्चालन गर्ने र स्वास्थ्यकर्मी तथा औषधिहरु तयारी अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाउने।

४. जाडोयामको समयमा भूकम्प प्रभावित जिल्लाहरुमा पर्न सक्ने असरलाई न्यूनिकरण गर्न राष्ट्रिय पुनर्निमाण प्राधिकरणले समेत विशेष ध्यान दिने ।

५. शीत-लहरबाट सुरक्षित रहनका लागि तपसिल बमोजिमका सचेतनात्मक सन्देशमूलक सूचना एवं जानकारी राष्ट्रिय संचार माध्यम मार्फत प्रशारण गर्ने व्यवस्था मिलाउन सूचना तथा संचार मन्त्रालयलाई अनुरोध गर्ने । जिल्लास्तरमा स्थानीय भाषामा समेत उक्त सन्देशमूलक सामग्रीहरु तयार गरी आम सञ्चारका माध्यम मार्फत प्रचार प्रसार गर्नुका साथै अन्य वैकल्पिक व्यवस्था समेत गर्ने व्यवस्था मिलाउन सम्बन्धित जिल्लाहरुमा लेखि पठाउने ।

<u>तपसिल</u>

शीत-लहरको समयमा चिसोका कारण मानिसको ज्यानै पनि जानसक्छ त्यसैले

- जाडो यामको लागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौं,
- शीत-लहरको समयमा घर वाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नविताऔं, घर वाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं,
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओड्ने प्रयोग गर्ने र घरभित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाउने,
- शीत-लहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने,
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्तमात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने,
- बालबालिका, वृद्ध-वृद्धा, गर्भवती महिला तथा विरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने,

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय

- शीत-लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने,
- चिसोको कारण विरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्त उपचारको लागि जाने,
- चिसोका कारण पशुपंक्षी विरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने ।
- कोठा भित्र आगोवाली तातो पार्दा पर्याप्त भेण्टिलेशनको व्यवस्था मिलाउने ।
- यसका अतिरिक्त सम्बन्धित क्षेत्रगत अगुवा निकायले प्रचार प्रसारका लागि उपयुक्त सामग्रीहरु तयार गरी मातहतका निकायहरुलाई परिपत्र गर्ने ।

६. शीत-लहरबाट हुन सक्ने कृषिबाली र पशुपंक्षीको क्षतिलाई न्यून गर्न आवश्यक औषधोपचार तथा यसबाट बच्ने र बचाउने उपायहरुका सम्बन्धमा सन्देशमूलक सूचना प्रशारण गराउने व्यवस्था मिलाउन र शीत-लहरहरुको कारणबाट अन्नबाली/पशुपंक्षीको क्षति भएमा कृषकहरुलाई मल बीउ तथा प्राविधिक सहयोग जस्ता राहत तत्काल उपलब्ध गराउने व्यवस्था मिलाउन कृषि विकास मन्त्रालय र पशुपंक्षी विकास मन्त्रालयललाई अनुरोध गर्ने ।

७. शीत-लहरबाट हुन सक्ने स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्याहरुका विषय र अपनाउनु पर्ने निरोधात्मक उपायहरुका बारेमा सर्वसाधारणलाई जानकारी दिने सन्देशहरु तयार गरी प्रशारण गर्ने गराउने व्यवस्था मिलाउने तथा शीत-लहरबाट उत्पन्न हुन सक्ने स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्याहरुको उपचारका लागि आवश्यक औषधि तथा चिकित्सकहरु समेत जिल्ला स्थित स्वास्थ्य चौकी, स्वास्थ्य कार्यालयहरु र अस्पतालहरुलाई तयारी अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाउन स्वास्थ्य मन्त्रालयलाई अनुरोध गर्ने ।

८. शीत-लहरको प्रभाव न्यून गर्न जिल्ला विकास समिति, नगरपालिका तथा गाउँ विकास समितिहरुले जोखिममा रहेका विपन्न तथा गरीब परिवारहरुको पहिचान गरी जिल्ला दैवी प्रकोप उद्धार समितिको समन्वयमा पर्याप्त मात्रामा ईन्धन, दाउरा तथा कम्बलहरु वितरणको लागि पूर्व प्रवन्ध गर्ने व्यवस्थाको लागि सङ्घीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालयलाई अनुराध गर्ने ।

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय

९. शीत-लहरको समयमा प्रभावित जिल्लाहरुमा आवश्यक दाउराको प्रबन्ध सहुलियत दरमा उपलब्ध गराउने व्यवस्थाको लागि वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालयलाई अनुरोध गर्ने ।

१०. DP–Net Nepal, को समन्वयमा नेपाल रेडक्रस सोसाईटी, AINTGDM ले Cluster Members र सम्बन्धित मानवीय सहयोगी संस्थाहरुलाई तत्काल बैठक बोलाई शीत-लहरको प्रभावबाट बचाउन पूर्वतयारी तथा पूर्व प्रबन्धको लागि तेइस (झापा, मोरङ्ग, सुनसरी, सिरहा, सप्तरी, रौतहट, धनुषा, महोत्तरी, सर्लाही, बारा, पर्सा, चितवन, नवलपरासी, रुपन्देही, कपिलवस्तु, दाङ्ग, बाँके, बर्दिया, कैलाली, कञ्चनपुर, सुर्खेत, उदयपुर र मकवानपुर) र भूकम्प प्रभावित जिल्लाहरुलाई समेट्ने गरी कुन-कुन जिल्लामा कुन-कुन संस्थाहरुले कस्ता कार्यक्रम संचालन गर्ने हो, यकिन गरी सोको विवरण सम्बन्धित जिल्ला दैवी प्रकोप उद्धार समितिलाई र गृह मन्त्रालय विपद् व्यवस्थापन महाशाखा, NEOC लाई १५ दिनभित्र उपलब्ध गराउने ।

११. जल तथा मौसम विज्ञान विभागले शीत-लहरका विषयमा क्षेत्रगत एवं जिल्लागत विशिष्टीकृत मौसमको भविष्यवाणी सम्बन्धी पूर्वसूचनाको जानकारी विभिन्न संचार माध्यमबाट र राष्ट्रिय आपत्कालीन कार्यसंचालन केन्द्र (NEOC) मा समेत दिने व्यवस्थाका लागि जल तथा मौसम विज्ञान विभागलाई अनुरोध गर्ने । राष्ट्रिय आपत्कालीन कार्यसंचालन केन्द्र (NEOC) ले क्षेत्र र जिल्लाहरुमा तत्काल प्राप्त हुन आएको सूचना प्रवाह गरी सजग गराउने ।

Krishna २०७२।८।४

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय