गणेशमान चारनाथ नगरपालिका स्तरीय

मानासिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक नीति, २०८१

मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक नीति, २०८१

गणेशमान चारनाथ नगरपालिका कार्यपालिकाको कार्यालय

धनुषा, मधेश प्रदेश

CamScanner

नगरपालिका स्तरीय मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक नीति

गणेशमान चारनाथ नगरपालिका

पृष्ठभूमि

नेपालको संविधानले स्वास्थ्य सम्बन्धी हक अन्तर्गत प्रत्येक नागरिकलाई राज्यवाट 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 (ङ) मा मानसिक स्वास्थ्य सेवालाई आधारभूत स्वास्थ्य सेवाको सूचीमा समावेश गरिएको छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिको अधिकार सम्बन्धि ऐन २०७४ को परिच्छेद–७ मा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको 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 सुनिश्चितता गरेको छ । सयुंक्त राष्ट्र संघको दिगो विकास लक्ष्य (२०१६–२०३०) मा पनि मानसिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिकतामा राखी मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन गर्ने, नसर्ने रोगवाट हुने मृत्यु एक तिहाईले कम गर्ने र लागु पदार्थ दुर्व्यसनीको रोकथाम, उपचार र पुनर्स्थापना गर्ने लक्ष्य राखिएको छ । नेपालले हस्ताक्षर गरेका अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिहरु जस्तै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको अधिकार सम्बन्धि महासन्धी, यातना पीडितहरुको अधिकार सम्बन्धि महासन्धि, बाल अधिकार सम्बन्धि महासन्धी लगायतमा उल्लेख भए बमोजिम मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, रोकथाम, उपचार र पुनर्स्थापनाको अधिकारको सुनिश्चितता गर्नु राज्यको दायित्व बनेको छ ।

राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति २०७७ मा आधारित भई यस स्थानीय तहको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक नीति तयार गरिएको छ। यस नगरपालिकाको २०७८ को जनगणना अनुसार कुल जनसँख्या ४४,०८२ रहेको छ । जसमा पुरुष २१,४२५ जना र महिला २२,६५७ जना रहेको छ । यस नगरपालिकाको क्षेत्रफल २४४.३१ बर्ग कि.मि. रहेको छ । यस नगरपालिकामा जम्मा ११ वटा वडाहरु रहेको छन् । यस नगरपालिकामा ५ वटा आधारभुत स्वास्थ्य केन्द, ५ वटा स्वास्थ्य चौकी गरी जम्मा १० वटा स्वास्थ्य संस्थाहरु रहेका छन् जसमा जम्मा ४६ जना स्वास्थ्यकर्मीहरु कार्यरत छन् । स्वास्थ्य संस्थाहरुमा दैनिक ११० देखि १७० जना व्यक्तिहरुले स्वास्थ्य जाँच गराउन आउने गर्दछन् ।

यस नगरपालिकाले नियुक्त गरेका एकजना मनोसामाजिक परामर्शकर्ता जुन राष्ट्रीय स्वास्थ्य तालिम केन्द्र काठमाण्डौबाट तालिम प्राप्त रहेकीले हाल वैदेशिक रोजगरमा गएका व्यक्ति, फर्केका कामदार तथा तिनका परिवार एवं सदस्यहरु तथा अन्य व्यक्तिहरुको लागि मनोसामाजिक परामर्श सेवा प्रदान गर्ने काममा सहयोग गरिरहेका छन् । स्वास्थ्य संस्थाहरुमा शारीरिक स्वास्थ्य समस्या सँगसँगै चिन्ताजन्य समस्या (anxiety problems), डिप्रेशन, छारेरोग, मादक पदार्थ तथा लागुपदार्थ दुर्व्यसनीका समस्या लिएर विरामीहरु उपचारका लागि आउने गर्दछन् तर ५ देखि ७ जना स्वास्थ्य चौकीमा मानसिक स्वास्थ्यमा

तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मी कार्यरत छन् । यस नगरपालिकामा मानसिक रोगको उपचारका लागि आवश्यक औषधि आपुर्ती अझै सहज भएको छैन ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, धनुषाको तथ्याङ्क अनुसार गत आ.व. २०७९/८० मा धनुषा जिल्लामा १४५ जनाले आत्महत्या गरेका थिए, आ.व. २०८०/८१ मा १२४ जनाले आत्महत्या गरिसकेका छन् भने यस नगरपालिकामा १४ जनाले आत्महत्या गरिसकेका छन् । झण्डै ९० % आत्महत्या मानसिक स्वास्थ्य समस्या कै कारण हुने गरेको अनुसन्धानबाट देखिएको छ र यदि उनीहरुलाई समयमा नै मनोसामाजिक सेवा प्रदान गर्न सकियो भन्ने मानसिक स्वास्थ्य समस्याबाट हुने आत्महत्यालाई धेरै हद सम्म रोक्न सकिन्छ ।

नेपालमा कुल नसर्ने रोगहरु मध्ये १८ प्रतिशत मानसिक रोगले ओगटेको छ। यसलाई गणेशमान चारनाथ नगरपालिकाको अहिलेको (२०७८ को जनगणना अनुसार) जनसँख्यामा दाँजेर हेर्दा लगभग ८००० भन्दा बढीमा कुनै कुनै खालको मानसिक स्वास्थ्य समस्या हुन सक्ने अनुमान गर्न सकिन्छ, तर यस्तो सँख्या यो भन्दा बढी पनि हुनसक्दछ। राष्ट्रिय स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषदले सन् २०१८ मा सम्पन्न गरेको राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य सर्भेक्षण पाईलट अध्ययन प्रतिवेदनले किशोर किशोरीहरुमा आत्महत्याको जोखिम ८.७ % र बयस्कमा १०.९ % देखिएको छ भने मुख्य रुपमा देखिएका मानसिक स्वास्थ्य समस्याहरुमा डिप्रेशन (३.४%), मादक पदार्थ दुर्व्यसनी (३.४%), तथा लागु पदार्थ दुर्व्यशनी (७.३ %) पाईएको छ। लागुपदार्थ दुर्व्यसनीको समस्या तराईका जिल्लामा बढी पाईएको अध्ययनले देखाएको छ । यस नगरपालिकाका समुदायका व्यक्तिहरुसँग गरिएको छलफलमा पनि मादक पादर्थ तथा लागु पदार्थ दुर्व्यसनी बढी भएको पाइएको छ । स्वास्थ्य संस्थामा उपचारमा आएकाको तथ्याङ्क केलाउँदा यस नगरपालिकामा चिन्ताजन्य समस्या (Anxiety disorder) तथा डिप्रेसनका समस्या बढी देखिएको छ भने मनोसामाजिक परामर्शकर्ताहरुले सेवा दिएको तथ्याङ्क केलाउँदा पनि चिन्ताजन्य समस्या तथा डिप्रेसनको समस्या धेरैमा देखिएको छ भने केही संख्यामा कडा खालको मानसिक समस्या भएर उपचारका लागि आउने गरेको देखिन्छ। साथै यस नगरपालिका भित्र बर्षेनी १४ जनाको हाराहारीमा आत्महत्या गर्ने गरेको पाईन्छ।

वैदेशिक रोजगारमा संलग्न घरपरिवारका सदस्यहरू लाई लक्षित सुरक्षित आप्रवासन (सामी) कार्यक्रम अर्न्तगत यस नगरपालिकामा ७३ जनाले मनोपरामर्श सेवा पाएका छन् । जसमा महिला ७२ जना रहेका छन भने १ जना पुरुष रहेका छन् । त्यसमा सबैभन्दा बढि पीर चीन्ता ५७, दिक्दारीपन (डिप्रेसन) ३ जना, आत्महत्या जोखिम तथा प्रयास ६ जना, परिवारको सदस्यको विदेशमा मृत्यु को कारणले गर्दा आघात जन्य समस्या ७ जनामा देखिएको थियो । यसरी मनोसामाजिक समस्या देखिनुको प्रमुख कारणहरूमा आप्रवासी कामदार हरूको दुर्घटना, एजेण्ट/मेनपावर/ईजाजतपत्र प्राप्त संघसंस्था तथा कामदिने कम्पनी बाट हुने ठगी, विदेशमा सम्पर्क बिहिन, विदेशमा काम गर्न गएको व्यक्तीमा देखिने स्वास्थ्य समस्या, भागेर काम गर्ने तथा जेलमा पर्नु, घरेलु हिंसा तथा लाञ्छना, कामको बोझ तथा ऋण आदि कारणहरू पाइन्छ ।

मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिका लक्षणहरुमा मन तथा शरीर भारी भईरहने, शरीरका धेरै भागमा दुखाई तथा पीडा महसुस हुने, एक्लोपनको महसुस बढी हुने, मनमा दिक्क लाग्ने, रिस उठ्ने, निन्द्रामा समस्या हुने, डर तथा शंकाको भावना आइरहने जसले गर्दा समाजमा सबैसँग खुलेर व्यवहार गर्न नसक्ने, काम गर्ने जाँगर कमी हुने जस्ता लक्षण पाइएको छ ।

त्यसैगरी समुदाय तहमा महिला स्वयंसेवक, शिक्षक तथा समुदायका मानिसहरुसँगको अन्तरक्रियामा आएको जानकारीलाई हेर्दा यस नगरपालिकामा मानसिक स्वास्थ्य समस्याको वारेमा चेतनाको स्तर निक्कै कमी देखिन्छ, जसका कारण सवै खाले मनका समस्यालाई कडाखालको मानसिक रोग (मानसिक असन्तुलन वा पागलपन) भनेर बुझ्ने गरिन्छ । घरपरिवार तथा समाजवाट एक्ल्याइने डरले समस्या भएपनि खुल्न नसक्ने, धेरैजस्तो अवस्थामा शरीरमा दर्द तथा पीडा भयो भनेर भन्ने गरिएको पाइएको छ । यसको उपचारमा पनि समाजमा व्याप्त गलत विश्वासका कारण अधिकांश अवस्थामा धामी झाँक्रीको उपचारमा भरपर्ने गरेको देखिन्छ । यसले समस्या भएको व्यक्तिको मानसिक स्वास्थ्य अवस्थामा सुधार हुनु भन्दापनि विस्तारै दीर्घ तथा कडाखालको मानसिक रोगको रुपमा विकास हुने गरेको देखिन्छ ।

मानसिक स्वास्थ्य समस्या वालवालिका तथा किशोकिशोरीमा पनि हुन्छ भन्ने जानकारी निकै कम मानिसहरुलाई मात्र भएको देखिन्छ । यसले गर्दा सानो उमेरमा हुने मानसिक स्वास्थ्य समस्याको समयमा पहिचान हुन सकेको देखिदैन । विश्व स्वास्थ्य संगठनको अनुसार अधिकांस मानसिक रोगको सुरुवात १४ वर्ष देखि नै शुरु हुन थाल्दछ । अभिभावक तथा समाजमा मानसिक स्वास्थ्यको वारेमा 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 भने यदि कमाएर परिवार पाल्ने व्यक्तिमा नै मानसिक रोग लागेमा गरीविको अवस्था बढ्दै जाने हुन्छ । त्यसै गरी प्रत्येक आठ जना मध्ये एक जनालाई जीवनको कुनै पनि क्षणमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या हुन सक्ने जोखिम रहेको देखिन्छ ।

मानसिक स्वास्थ्य विषयमा थुप्रै भ्रम, अनगिन्ती अन्धविश्वास र गलत धारणा व्यापक रहेको छ । मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरुले लाञ्छना, विभेद, बहिस्करण र सामाजिक मिथ्या कथनको सामना गर्न परिरहेको अवस्था छ । मानसिक रोग निको हुदैन, यो रोग लागेपछि जिन्दगीभर रहिरहन्छ, यस्ता रोग लागेका व्यक्ति आकमक हुन्छन्, कुनै किसिमको निर्णय लिन सक्दैनन् र खास दक्षता हुदैन भन्ने अन्धविश्वास यथावत नै छ । मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र उनीहरुका परिवारका सदस्यहरु प्रति गरिने विभेद कायम नै छ । प्रायः सवै खालका मानसिक स्वास्थ्य समस्याको उपचार र पुनर्स्थापना गर्न सकिने प्रमाणहरु 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 सवै जनताको लागि सर्वसुलभ र प्रभावकारी बनाउन

सकिएको छैन । डिप्रेसन र चिन्ताजन्य समस्याको उपचारमा रु १ खर्च गरयौं भने रु ४ बराबरको प्रतिफल दिन्छ भन्ने अध्ययनहरुले देखाएका छन् । त्यसैले मानसिक स्वास्थ्यका क्षेत्रमा बजेट वृद्धिगरी मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम, उपचार र पुर्नस्थापना कार्य गर्न सकियो भने त्यसले निश्चित रुपमा व्यक्ति, परिवार र राष्ट्रको उत्पादकत्वमा वृद्धि हुनेछ ।

राजनैतिक र सामाजिक अस्थिरता, बेरोजगारी, रोजगारीको लागि विदेश पलायन हुनुपर्ने बाध्यता, जनसंख्यामा जेष्ठ नागरिकको बढ्दो अनुपात, गरिबी, अव्यवस्थित शहरीकरण, घरेलु तथा लैङ्गिक हिंसा, सामाजिक विभेद, प्राकृतिक विपत्तिको कारण धनजनको क्षतिले निम्त्याएको पीडा आदि जस्ता कारणले नेपालमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या बढ्दै गएको अनुमान गरिएको छ र यसबाट यस नगरपालिकाका जनताहरु पनि अछुतो रहन सकेका छैनन् ।

बाल्यकालका दुःखदायी अनुभव, आघातजन्य घटना, लैङ्गिक तथा यौनजन्य हिंसा, सामाजिक विभेद, साथीहरुबाट खिसीट्यूरी, दौतरी दवाव, चरम गरिवी र अभावमा रहेको कारण, शिक्षक, अभिभावक, एवं समाजबाट समेत बालबालिकालाई आफ्नो ईज्जत र चाहनासँग जोडेर दिईने दबाब, क्षमता भन्दा बढी अपेक्षा गर्ने चलन, अरुसँग तुलना गर्ने परिपाटी, शारीरिक बृद्धिको आधारमा भूमिका खोज्ने परिपाटी, शैक्षिक सफलतालाई मात्रै बालबालिकाको समग्र विकासको आधार मान्ने परम्परा, विद्यालयमा बालबालिकालाई म सुरक्षित र सम्मानित छु भन्ने भावनाको विकास सँगसँगै उनीहरुमा सकारात्मक बानीको विकास गर्नुको साथै उनीहरुलाई मानसिक रुपमा स्वस्थ रहन विद्यालयले यथेष्ट सहयोग गर्ने परिपाटीको विकास नभएको, भयरहित वातावरणमा सम्मानपूर्वक सिक्ने वातावरण विद्यालय, घर र समाजमा नभएकोले, शारीरिक, मानसिक दण्ड दिने संस्कार एवं असुरक्षाको कारणले, जीवनपयोगी सीपको अभ्यास नहुनु, शिक्षकहरुमा बालबालिकामा देखिने भावनात्मक र व्यवहारिक समस्याको पहिचान गर्न सक्ने र विद्यार्थीहरुको मनका दुख, पीडा, नरमाईलो अप्ठ्यारा कुराहरु सुन्ने र सम्वोधन गर्ने शिपको अभाव तथा त्यस्तो खालको परिपाटीको विकास नभएको, अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरुको लागि समावेशी शिक्षा, पठनपाठन र हेरचाहको कमी, पहुँचयुक्त संरचना र वातावरणको अभाव, बालविवाह, घरायासी वातावरण आदि जस्ता कारणहरुबाट बालबालिका तथा किशोरकिशोरीमा पनि भावनात्मक समस्या, व्यवहारिक समस्या र सिकाईजन्य समस्या विकास भएको पाईन्छ ।

मानसिक तथा मनोसामाजिक समस्यावाट बालबालिका, किशोर किशोरी, प्रजनन उमेर समुहका महिला तथा गृहणी महिलाहरु लगायत जेष्ठ नागरिकहरु, पिछडा वर्ग तथा सिमान्तकृत व्यक्ति तथा समुदाय बढी जोखिममा रहेको हुनाले त्यस्ता व्यक्ति तथा समुदायलाई केन्द्रविन्दुमा राखी प्रवर्द्धनात्मक, प्रतिकारात्मक/ निरोधात्मक र पुर्नस्थापनामूलक कार्यक्रम संचालन गर्नु र समस्या भएका व्यक्तिहरुलाई मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा उपलब्ध गराउन उपयुक्त रणनीति सहितको कार्ययोजना बनाई कार्यान्वयन गर्नु परेको छ ।

समस्याहरु तथा चुनौतीहरु

वि.सं. २०५३ मा राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य नीति, एकीकृत प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य सेवा सञ्चालन निर्देशिका २०६४ र नसर्ने रोगहरुको रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि राष्ट्रिय कार्य योजना सन् २०१४-२०२० अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य पनि समावेश भएपछि केही सकारात्मक प्रयास मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा भएका छन् । यसैको फलस्वरुप पुरानो मानसिक स्वास्थ्य नीतिलाई विस्थापन 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 निर्देशिकाहरुले निर्देश गरेता पनि यसको प्रभावकारी कार्यान्वयनमा केही समस्या र चुनौतीहरु रहेका छन् । यी मध्ये केही प्रमुख समस्या र चुनौती निम्नानुसार छन् –

- मानसिक रोगलाई महत्व नदिनुका साथै समयमा उपचारमा महत्व नदिनु ।
- मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोगभारको अनुपातमा सञ्चालित कार्यक्रमहरुको बजेट विनियोजन नभएकोले जोखिम समुहका व्यक्ति तथा समुदायलाई समेट्न सकेको छैन । स्थानीय तहमा यस्तो बजेट तथा कार्यक्रम नभएको अवस्था छ ।
- मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र परिवारका सदस्य प्रतिको व्यापक लाञ्छना (Stigma), अवहेलना, भेदभाव (discrimination) र मानव अधिकारको हननलाई रोक्न र कम गर्न कार्यक्रम बनाएर लागू गर्न सकिएको छैन ।
- मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा रहेको दक्ष जनशक्तिको अभावलाई आवश्यकता अनुसार पूरा गरी समुदायस्तर (नगर अस्पताल तथा स्वास्थ्य केन्द्र) सम्म सेवाको पहूँच स्थापित गर्न सकिएको छैन।
- यस क्षेत्रमा व्याप्त रहेको अन्धविश्वास, भ्रम र गलत धारणामा परिवर्तन ल्याई मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, रोकथाम, उपचार तथा पुनर्स्थापना कार्यक्रम विकास गरी लागु गर्न सकिएको छैन ।
- प्रजनन उमेरका महिलाहरुमा मृत्युको पहिलो र युवाहरुमा दोस्रो कारण बनेको आत्महत्या बर्षेनी बढ्दै गएको देखिएता पनि यसलाई उपयुक्त कार्यक्रम बनाई सम्बोधन गर्न सकिएको छैन ।
- वैदेशिक रोजगारमा रहेका व्यक्तिहरु तथा परिवारका सदस्यहरुमा देखिएको मनोसामाजिक समस्या ,लाञ्छना र भेदभाव , घरेलु तथा लैगिंक हिँसावाट प्रभावित व्यक्तिमा व्यापक रुपमा रहेको मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य समस्या र आत्महत्याको अवस्थालाई सम्बोधन गर्न सकिएको छैन ।
- बालबालिका तथा किशोर किशारीको शिक्षा, व्यक्तित्व निर्माण र जीवनको लक्ष छनौटमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने मानसिक स्वास्थ्यलाई महत्व र प्राथमिकता दिन सकिएको छैन । बालबालिका तथा किशोर किशोरीमा हुन सक्ने भावनात्मक, व्यवहारीक र सिकाईजन्य समस्यालाई समयमा नै चिनेर सम्बोधन गर्न सकिएको छैन ।

CamScanner

- बालविवाह अझै पनि निर्मूल गर्न सकिएको छैन । बालबालिकाहरु कक्षा छाड्ने दर बढिरहेको छ। दलित समुदाय वा अति विपन्न गरीब समुदायमा बालबालिकाहरुलाई श्रमिकको रुपमा प्रयोग गरिएको छ ।

- बालबालिका, किशोर किशारी, प्रजनन उमेर समुहका महिला तथा गृहणी महिलाहरु लगायत जेष्ठ नागरिकहरु, द्वन्द्व प्रभावित व्यक्ति, लैङ्गिक हिंसा प्रभावित व्यक्ति, घरेलु हिंसामा परेका व्यक्तिहरु, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, सिमान्तकृत व्यक्ति तथा समुदाय, प्राकृतिक विपदका कारण धनजनको क्षति भोगेका व्यक्तिहरु मानसिक स्वास्थ्य समस्याको बढी जोखिममा भए पनि त्यस्ता व्यक्ति तथा समुदायलाई लक्षित गरी पर्याप्त कार्यक्रम तथा सेवा सञ्चालन गर्न सकिएको छैन ।

- खुला सिमानाको कारण लागु पदार्थको पहूँच सजिलो भएकोले लागु पदार्थको दुव्र्यसनीसमस्या बढिरहेको छ । मदिरा र लागु पदार्थको दुर्व्यसनीलाई मानसिक स्वास्थ्यको कोणवाट बुझाउन सकीएको छैन । यसलाई रोकथामका लागि आवश्यक कार्यकम तर्जुमा गरी व्यापक रुपमा लागुगर्न सकिएको छैन । विशेष गरेर किशोर किशोरीहरुमा मादक पदार्थ तथा लागुपदार्थको दुरुपयोगको बढ्दो जोखिमलाई सम्बोधन गर्ने खालका मानसिक स्वास्थ्यमा सचेतना बढाउने तथा समयमा मनोपरामर्श सेवा दिएर यस्तो जोखिमवाट बाहिर ल्याउने खालका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्न सकिएको छैन ।

- नगरपालिकामा विभिन्न विकास साझेदार संस्थाहरुले सञ्चालन गर्ने मानसिक स्वास्थ्यका कार्यक्रमको सेवाको गुणस्तर तथा नियमन गर्न आवश्यक संयन्त्रको व्यवस्था गर्न सकिएको छैन। साथै यस्तो सेवा अत्यन्त आवश्यक हुँदाहुँदै पनि नगरपालिकाले आवश्यकता अनुसार मनोपरामर्शकर्ताको पद सिर्जना गरी नियमित सेवा विस्तार गर्न सकेको छैन ।

यस नीतिको आवश्यकता, निर्देशक सिद्धान्त तथा भावी सोच :

राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति २०७७ मा आधारित भएर नगरपालिकाका लागि निम्न सिद्धान्तमा आधारित नीतिहरु प्रस्ताव गरिएका छन् ।

- नेपालको संविधानले स्थापित गरेको मौलिक हकको रुपमा गुणस्तरीय स्वास्थ्य तथा सेवा अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य सेवा तथा मनोसामाजिक परामर्शमा सबैको सहज, सुलभ र समान पहुँच सुनिश्चित गरिनेछ ।

- मानसिक स्वास्थ्य सेवा तथा मनोसामासजिक परामर्श सेवा यस नगरपालिकाले प्रदान गर्ने स्वास्थ्य सेवामा एकीकृत गरी सर्वसाधारण जनताको पहुँच हुने गरी सर्वसुलभ, निशुल्क तवरले गुणस्तरीय सेवा प्रवाह गरिनेछ ।

- यस नगरपालिकामा भएका कडा खालका मानसिक रोग लागी घर परिवारवाट निकालिएका, सडकमानै जीवन व्यतित गरिरहेका व्यक्तिको लागि सुरक्षा, उपचार र पुनर्स्थापनाको सुनिश्चता गरिनेछ । साथै प्रदेश र संघीय सरकारद्वारा प्रदान गरिने मानसिक स्वास्थ्य सेवामा गरिव, सीमान्तकृत र जोखिममा रहेका व्यक्ति तथा समुदाय (बालबालिका, महिला, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, जेष्ठ नागरिक, लैङ्गिक अल्पसंख्यक र वैदेशिक रोजगारमा गएका र फर्केर आएका व्यति

तथा परिवारका सदस्यहरु) को पहुँच सुनिश्चित गर्न समतामूलक र सामाजिक न्यायको आधारमा कार्यक्रम तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गरिनेछ ।

- मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्न तथा मानसिक रोगका बारेमा विद्यमान अन्धविश्वास, भ्रम र मिथ्या कथन हटाउन र आत्महत्याको जोखिम कम गर्न जनचेतना अभिवृद्धिका कार्यक्रम समुदाय तथा बिधालयमा सञ्चालन गरिनेछ ।
- मानसिक विरामीहरुको मानवअधिकारको संरक्षण र प्रवर्द्धनको लागि समुदायमा आधारित बहुआयामिक पद्दति अनुसारको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा अभिवृद्धि गरिनेछ । साथै नगरपालिकाका सबै सम्बन्धित शाखाहरु जस्तै महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक, शिक्षा, न्यायीक समिति , श्रम तथा रोजगार शाखा आदीसँग समन्वय र सहकार्य गर्दै मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, सुरक्षा, उपचार र पुनर्स्थापनालाई एकीकृत गरेर लगिनेछ ।
- मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवा प्रवाहका लागि आवश्यक साधन, श्रोत तथा जनशक्ति व्यवस्थापन गर्ने ,तथा न्यायिक समितिमा आएको घरेलु हिंसा र लाञ्छना तथा भेदभाव को केस हरुमा आवश्यता अनुसार मनोपरामर्श सेवा हरु प्रदान गरिनेछ तथा थप सेवाको लागि एकद्दवार संकट व्यवस्थापन केन्द्रमा रिफर तथा समन्वय गराईने छ ।
- नगरपालिकामा रहेका सरकारी, गैरसरकारी तथा निजी क्षेत्रसँग आवश्यक समन्वय र सहकार्य गर्दै मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, उपचार र पुनर्स्थापना कार्यलाई व्यापक, सशक्त र प्रभावकारी वनाउईने छ ।
- बिद्यालयले सञ्चालन गरिने अतिरिक्त कृयाकलाप लाई सहयोग गर्न शिक्षा शाखा संग समन्वय र सहकार्य गंदै मानसिक स्वास्थ्य समस्या को बारेमा अभिमुखिकरण कार्यक्रम मनोपरामर्श कर्ता मार्फत सञ्चालन गरिनेछ ।
- मानसिक स्वास्थ्य समस्या देखिएको व्यक्तिका परिवारका सदस्यहरुलाई आवश्यकता अनुसार मनोशिक्षा प्रदान गरिने छ ।
- यस नीति तथा कार्ययोजनाको प्रभावकारी कार्यान्वयन, अनुगमन र मुल्याङ्कनका लागि नगरपालिकामा भरपर्दो संयन्त्रको विकास गरिनेछ ।
- मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्य सूचना प्रणाली र अध्ययन अनुसन्धानलाई प्रवर्द्धन तथा व्यवस्थित गरिनेछ । जसकोलागि मनोसामाजिक परामर्श को साथसाथै सूचना कक्ष नगरपालिका भित्रै स्थापना गरिनेछ ।

भावी सोच (Vision):

यस नगरपालिकामा बसोवास गर्ने जनताहरुको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक स्वास्थ्यमा सुधार गरी उत्पादनसील र गुणस्तरीय जीवनयापन गर्न सक्षम बनाउने ।

CamScanner

ध्येय (Mission):

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

लक्ष्य (Goal):

नागरिकको मौलिक हकको रुपमा संबिधान प्रदत्त स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत मानसिक स्वास्थ्य सेवामा सबैको सहज, सुलभ, समावेशी र समान पहुँच सुनिश्चित गर्न न्यायसंगत एवं जवाफदेही ढंगले मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवालाई प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा प्रणालीमा एकिकृत गरी उपलब्ध गराउने ।

उद्देश्यहरु (Objectives):

१. नागरिकको मौलिक अधिकारको रुपमा रहेको आधारभूत स्वास्थ्य अर्न्तगत मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवालाई समावेश गरी स्वास्थ्य संस्थाहरुबाट गुणस्तरीय रुपमा उपलब्ध गराउने ।

२. मानसिक रोगको उपचारका लागि आवश्यक औषधी, उपचारको व्यवस्था निरन्तर र प्रभावकारी ढंगले गर्ने ।

३. मानसिक रोगको प्रभावकारी रोकथाम तथा मनोसामाजिक सुस्वास्थ्यको प्रवर्द्धन गर्नका लागि आवश्यक क्रियाकलापहरु तर्जुमा गरी लागु गर्ने ।

४. उपलब्ध साधन श्रोतको अधिकतम परिचालन गरी मानसिक रोग उपचारमा आवश्यक सेवा कम्तिमा नगरपालिकाले तोकिएको स्वास्थ्य संस्था मार्फत उपलब्ध गराउने ।

५. सरकारी, गैरसरकारी तथा निजी क्षेत्र बिच प्रभावकारी समन्वय र सहकार्य गर्ने ।

नीतिहरु:

१. मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका, जोखिममा रहेका बालबालिका, वैदेसिक रोजगारमा रहेका र फर्केर आएका व्यति तथा तिनका परिवार, मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका र अन्य ब्यक्तिहरुको सम्मानपूर्वक बाँच्न पाउने अधिकार एवं गुणस्तरीय जीवनको संरक्षण गर्ने ।

२. यस नगरपालिकाका सवै नागरिकहरुको सहज पहुँचमा पुग्ने गरी आधारभूत गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा सुनिश्चित गराउने ।

३. मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामजिक सेवा प्रवाह गर्नको लागि आवश्यक जनशक्ति, श्रोत साधन र संयन्त्रको विकास गर्ने तथा भएको जनशक्ती लाई व्यवस्थापन गर्ने ।

४. वैदेसिक रोजगार तथा अन्य कारण मानसिक स्वास्थ्य र मानसिक रोगले सृजना गरेको लाञ्छना र भेदभाव कम गर्न मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धनको लागि जनचेतना अभिबृद्धि गर्ने ।

५. स्वास्थ्य सूचना प्रणालीमा मानसिक स्वास्थ्यसेवालाई एकीकृत गर्ने तथा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धानलाई प्रवर्धन तथा बिस्तार गर्ने ।

६. मनोसामाजिक परामर्श सूचना कक्ष स्थापना गर्ने र मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी सेवा तथा सूचना प्रवाह गर्ने ।

रणनीतिहरु :

१. मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका, जोखिममा रहेका बालबालिका, वैदेसिक रोजगारमा रहेका र फर्केर आएका व्यक्ति तथा तिनका परिवार, मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका र अन्य व्यक्तिहरुको सम्मानपूर्वक बाँच्न पाउने अधिकार एवं गुणस्तरीय जीवनको संरक्षण गर्ने सम्बन्धमा निम्न रणनीतिहरु लिईनेछ ।

१.१ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरु तथा उनीहरुको परिवारका सदस्यहरुको हकहितको संरक्षण, उपचार, सुरक्षा, पुर्नस्थापना र सामाजिक समावेशीकरणको लागि राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति २०७७ मा उल्लेख भए अनुसार यस नगरपालिकापालिकाले उपलब्ध श्रोत र साधनको आधारमा आवश्यक व्यवस्था गर्नेछ ।

१.२ यस नगरपालिकाले मानसिक स्वास्थ्य समस्या तथा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि आवश्यक सम्पूर्ण सेवा अत्यावश्यक स्वास्थ्य सेवा अर्न्तगत समावेश गरी प्रदान गर्नेछ । मानसिक रोगको उपचारका लागि आवश्यक औषधीहरुको स्वास्थ्य सँस्थामा नियमित उपलब्धताको निश्चित गरिने छ । यसका लागि संघ तथा प्रदेश स्वास्थ्य निकायसँग आवश्यक समन्वय गरि नियमित औषधी आपूर्तीको व्यवस्था गरिने छ ।

१.३ मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई स्वास्थ्य चौकी वा सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रबाट उपचार गराउने व्यवस्था मिलाउनेछ । साथै जटिल खालको मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिलाई आवश्यकता अनुसार विशिष्टिकृत सेवा पाईने अस्पतालमा रेफर गरी थप उपचारको प्रवन्ध गरिनेछ । यस किसिमका सेवा प्रदान गर्ने निजी तथा गैरसरकारी संस्थाहरुसँगको साझेदारीमा उपयुक्त कार्यक्रम सञ्चालन गरिनेछ ।

१.४ लागुऔषध तथा मध्यपान दुर्व्सनीहरुको आवश्यक उपचार र पुनर्स्थापनाको लागि नीजि तथा गैरसरकारी संस्थाहरुसंगको समवन्य र सहकार्यमा न्यूनतम मापदण्ड बनाई पुनर्स्थापना केन्द्र सञ्चालन गरिनेछ । नगरपालिकाले यो समस्याको रोकथामकालागि आवश्यक कार्यक्रम तर्जुमा गरी समुदायको सहभागितामा लागु गर्नेछ ।

१.५ स्वास्थ्य उपचार तथा हेरचाह, शिक्षा, रोजगारी, सरकारी सेवा प्राप्तीमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरु, अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु, अल्पसंख्यक, जोखिममा रहेका र व्यक्तिहरु, प्रति हुने विभेदको रोकथाम गरिनेछ ।

१.६ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरु प्रति हुने हिंसा कम गर्न र त्यस्ता व्यक्तिहरुको हेरचाह, सुरक्षा, उनीहरु प्रति गरिने व्यवहारमा सुधार ल्याउनको लागि यस नगरपालिकामा रहेका सुरक्षा निकाय, सुरक्षित आवास गृह, पुर्नस्थापना केन्द्र आदिसँग समन्वय गरी त्यहाँ कार्यरत कर्मचारीहरुको लागि अभिमुखीकरण तथा क्षमता अभिबृद्धि तालिम प्रदान गरिनेछ ।

१.७ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिलाई एक्लै थुनेर, बाँधेर उपचार गर्न पाइने छैन । तर आफैले आफैलाई वा अन्य व्यक्तिको 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 नितीको अनुगमनको खण्ड ९.२ मा उल्लेख गरिएको समितिलाई गराउनु पर्नेछ।

१.८ जनस्वास्थ्य, शिक्षा, महिला बालबालिका तथा सामाजिक सुरक्षा लगायतका नियमित कार्यक्रम जस्तै सुरक्षित आप्रवासन कार्यक्रम, बैदेशिक रोजगारबाट फर्केका व्यक्तिहरुको पुन:एकीकरण कार्यक्रम, सुरक्षित मातृत्व, प्रजनन स्वास्थ्य, बालस्वास्थ्य, विद्यालय स्वास्थ्य, लैङ्गिक हिंसा रोकथाम, किशोरकिशोरी शिक्षा, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका, बेटी पढाउ, बेटी बचाउ जस्ता लक्षित कार्यक्रम आदिमा मानसिक स्वास्थ्यलाई एकीकृत गर्दै लगिनेछ ।

१.९ अपाङ्गता भएका व्यक्ति, मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति, मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र हिंसा प्रभावित व्यक्तिलाई नेपाल सरकारले अवलम्बन गरेको स्वास्थ्य विमा कार्यक्रममा क्रमश: समावेश गरि सेवा प्रवाहमा जोड दिइने छ । तथा मनोसामाजिक अपाङ्गता पहिचान गरि स्थानिय सरकारको नेतृत्वमा परिचयपत्र वितरण गरिनेछ ।

१.१० यस नगरपालिकाको उपप्रमुखको उपस्थितिमा माध्यामिक बिधालयहरुमा अध्यनरत कीशोरीहरुलाई लक्षित गरी मानसिक स्वास्थ्य सचेतना कार्यक्रम, छात्राहरु संग उपप्रमुख संवाद कार्यकममा मानसिक स्वास्थ्यलाई समावेस गरी बिधालयमा प्रत्येक बर्ष सञ्चालन गरिने छ ।

२. यस नगरपालिकाका सबै नागरिकहरुको सहज पहुँचमा हुने गरी आधारभूत गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा सुनिश्चित गराउने सम्बन्धमा निम्न रणनीतिहरु लिईनेछ ।

२.१ मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम, प्रवर्धन, उपचार र पुर्नस्थापनाका लागि उपलब्ध श्रोत साधनका आधारमा हरेक वर्ष आवश्यक बजेट विनियोजन गरिनेछ । मानसिक रोगको उपचारलाई स्वास्थ्य बिमामा समावेस गरि नि:शुल्क बिमा गराउने सहज व्यवस्था गरिने छ ।

२.२ संघीय सरकार अर्न्तगत स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय मातहतको राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रबाट स्विकृत एम.एच.ग्याप (mhGAP), बालबालिका तथा किशोरकिशोरी मानसिक स्वास्थ्य र आधारभूत मनोसामाजिक परामर्शमा स्वास्थ्यकर्मीहरुको क्षमता अभिबृद्धि गरी यस नगरपालिका तथा यस अन्तगर्तका सबै स्वास्थ्य संस्थाहरुमा आधारभूत मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवाको बिस्तार गरिनेछ । साथै संघ तथा प्रदेश मातहतका अस्पताल र मेडिकल कलेजसँग समन्वय गरी मनोचिकित्सक र मनोविद्हरुको प्रयोग मार्फत गुणस्तरीय सेवा प्रदान गर्न पहल गरिनेछ ।

२.३ मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम र स्वास्थ्य निकायहरुमा प्रेषण (Referral) बढाउनका लागि समुदायस्तरमा सामुदायिक मनोसामाजिक कार्यकर्ता (CPSW) को विकास गरी परिचालन गरिनेछ । महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरु (FCHV) लाई मानसिक समस्या

पहिचान र रिफर गर्न अभिमुखीकरण तथा मानसिक स्वास्थ्य प्याकेज चौथो मोडुल तालिम प्रदान गरी परिचालन गरिने छ ।

२.४ नगरपालिकामा कम्तिमा पनि एक जना तालिम प्राप्त मनोसामाजिक परामर्शकर्तालाई मनोसामाजिक परामर्श सेवाका लागि नगरपालिकाका सबै वडाहरुमा आवश्यकताको आधारमा परिचालन गरिने छ । त्यसै गरीं नगरपालिकाको प्रत्येक वडामा कम्तिमा पनि १ जना सामुदायिक मनोसामाजिक कार्यकर्ता (CPSW) नियुक्ति गरी सेवाको लागि परिचालन गरिने छ । यस्तो जनशक्तिले सबै टोल र बस्तिमा गएर मानसिक तथा मनोसामाजिक समस्या तथा लैङ्गिक हिंसाको घटनालाई पहिचान गरि आवश्यक सेवाका लागि रिफर गर्ने छन् । त्यसै गरी उनीहरुले मानसिक रोगको रोकथाम तथा प्रर्वद्धन गर्न आवश्यक कार्यक्रम समुदायमा सञ्चालन गर्नेछन् ।

२.५ मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिलाई आवश्यक पर्ने औषधी र मनोपरामर्श सेवा नगरपालिकाले निःशुल्क उपलब्ध गराउनेछ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुले पनि स्वास्थ्य सेवाबाट उपलब्ध गराईने सेवामा पहुँच बढाउनको लागि अपाङ्गतामैत्री संरचना लगायत पहुँच बढाउने खालको प्रविधि विकासमा जोड दिईनेछ ।

२.६ मानसिक स्वास्थ्य तथा लागुपदार्थ दुर्व्यसनीमा परेकालाई पुनर्स्थापना सेवामा सरकारी, गैरसरकारी तथा निजी क्षेत्र सँग साझेदारी मार्फत कार्यक्रम सञ्चालन गरिने छ ।

२.७ मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रदायक व्यक्ति तथा संस्था लाई व्यवसाय दर्ताको व्यवस्था मिलाई सेवालाई व्यवस्थित गरिनेछ ,साथै सेवा प्रवाह गर्न सूचिकृत हुन प्रोत्साहान गरिने छ, आबश्यता अनुसार स्थानिय सरकारले उनि हरु संग गरेर काम गर्ने छ ।

२.८ बाढी पहिरो, भूकम्प , आगलागि लगायतका प्राकृतिक बिपत्तिको कारणले उत्पन्न हुन सक्ने मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य समस्यालाई तत्काल सम्वोधन गर्नको लागि नगरपालिकामा आवश्यक संयन्त्र र अन्य सम्वन्धित निकायहरुसँग समन्वय गरी सहयोग तथा उपचारको ब्यवस्था गरिनेछ । स्वास्थ्यकर्मी, मनोसामाजिक परामर्शकर्ता, सामुदायिक मनोसामाजिक कार्यकर्ताहरुलाई मनोवैज्ञानिक प्राथमिक सहयोगको तालिम प्रदानगरि आवश्यकता अनुसार परिचालन गरिने छ ।

३. मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामजिक सेवा प्रवाह गर्नको लागि आवश्यक जनशक्ति, श्रोत साधन र संयन्त्रको विकास गर्ने सम्वन्धमा निम्न रणनीतिहरु लिईनेछ ।

३.१ राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको मानसिक स्वास्थ्यको तालिम (mhGAP) आधारभूत मनोसामाजिक परामर्श तालिम, बालबालिका तथा किशोरकिशोरी मानसिक स्वास्थ्य तालिम नगरपालिकाका सबै स्वास्थ्य केन्द्रका योग्यता पुगेका सबै स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई प्रदान गरिने व्यवस्था गरिने छ ।

३.२ माथि उल्लेखित तालिम लिएका स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई मानसिक रोग विशेषज्ञ चिकित्सक वा चिकित्सा मनोविदद्वारा नियमित क्लिनिकल सुपरभिजन प्रदान गरी मानसिक स्वास्थ्य सेवाको गुणस्तर वृद्धि गरिने छ ।

३.३ नगरपालिकामा सञ्चालित सामी कार्यक्रममा कार्यरत मनोसामाजिक परामर्शकर्ताले सेवा प्रदान गरिरहेकोले निजलाई नै मान्यता प्रदान गरिने छ ।

३.४ नगरपालिकाको प्रत्येक वडामा कम्तिमा पनि १ जना सामुदायिक मनोसामाजिक कार्यकर्ता (CPSW) नियुक्ति गरी सेवाको लागि परिचालन गरिने छ । यस्तो जनशक्तिलाई नगरपालिकाबाट तालिम प्रदान गर्ने व्यवस्था गरिने छ ।

३.५ बैदेशिक रोजगारीको कारण सृजना भएका सामाजिक लागत, प्राकृतिक विपद, महामारी, बालबालिका, शिक्षक तथा अभिभावकमा देखिने डर, त्रास लगायतको मनोसामाजिक समस्यालाई सम्बोधन गरी पूर्ववत अवस्थामा ल्याउनको लागि जनशक्तिको विकास र परिचालन गरिनेछ ।

३.६ संघीय तथा प्रदेश सरकारका स्वास्थ्य निकायको समन्वय तथा सहकार्य गरि आवश्यक श्रोत साधन विकास गरिने छ ।

४. मानसिक स्वास्थ्य, मानसिक रोगले सृजना गरेको लाञ्छना र भेदभाव कम गर्न र मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धनको लागि जनचेतना अभिबृद्धि गर्ने सम्बन्धमा निम्न रणनीतिहरु लिइनेछ ।

४.१ नगरपालिकाको स्वास्थ्य शाखाले श्रम तथा रोजगार शाखा, रोजगार सेवा केन्द्र, कृषि शाखा, शिक्षा तथा महिला बालबालिका, जेष्ठ नागरिक तथा सामाजिक सुरक्षा शाखा सँगको समन्वय र सहयोगमा जनचेतना अभिबृद्धिका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्ने तथा मनोसामाजिक अपाङ्गताको पहिचान गरी परिचय पत्र प्रदान गरिने छ ।

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

४.३ मानसिक रोग सम्वन्धी अन्धविश्वास हटाउन, मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्धन र रोकथामका लागि महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरुलाई परिचालन गरी महिला सहकारी, आमा समूह, समुदायमा आधारित संस्थाहरु, स्थानीयस्तरका राजनैतिक दलहरुको समन्वयमा जनचेतनाका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गरिनेछ ।

४.४ मनोसामाजिक सुस्वास्थ्यको प्रवर्धन गर्न तथा मानसिक रोग प्रतिको गलत धारणा, अन्धविश्वास, भ्रम र मिथ्या कथन हटाउन बित्तीय साक्षरता तथा मनोसामाजिक परामर्श कक्षा, विद्यालय र समुदायस्तरमा जनचेतना अभिबृद्धि गरिने छ ।

CamScanner

४.५ आत्महत्या रोकथाम, बालविवाह रोकथाम, लैङ्गिक हिंसा रोकथाम र लागु पदार्थको दुर्व्यसनी नियन्त्रण र न्युनिकरणका लागि बित्तीय साक्षरता तथा मनोसामाजिक परामर्श कक्षा, समुदायस्तर र हेल्पलाइन १९६६ नम्बर को पर्चा बनाई बितरण गरिने छ। साथै नगरपालिकाले मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न अलगै टोल फि नम्बर संचालन गर्ने छ।

४.६ आम सञ्चारका माध्यमबाट मानसिक स्वास्थ्य, मनोसामाजिक समस्या र मनोसामाजिक सहयोगको बारेमा उपयुक्त भाषा, शैलीमा सूचनाका सामग्रीहरु तयार गरी प्रसारण गरिनेछ।

४.७ प्रत्येक विद्यालयमा मनोपरामर्शका लागी सुचना तथा जानकारी गर्दै मनोपरामर्श सेवा नगरपालिकामा कार्यरत मनोपरामर्शकर्ता मार्फत दिने व्यवस्था मिलाउन पहल गरिने छ र स्थानीय पाठ्यक्रममा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी विषय समावेश गरिने छ।

४.८ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरूलाइ समाजले हेर्ने दृष्णिकोणमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन र निरन्तर उपचारमा सहयोग गर्नको लागि आयआर्जन गतिविधिहरुमा सहयोग गर्न जीविको पार्जन सम्बन्धी कार्यकम सञ्चालन गरिने छ ।

४.९ मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी जनचेतना अभिबृद्धिको लागि सूचना तथा संचार सम्बन्धी सरोकारवाला निकायहरुसँग समन्वय गरी मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रम ल्याइने छ। मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा सामग्रीहरु तयार गरी प्रसारण गर्नको लागि सञ्चारकर्मीहरुको क्षमता अभिबृद्धि गरिनेछ। मानसिक स्वास्थ्यमा जनचेतना बढाउन संघीय तथा प्रदेश सरकारसँग सहकार्य गरी विभिन्न दिवसहरु (विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस, विश्व आत्महत्या रोकथान दिवस, विर्सने रोग रोकथाम दिवस) समुदायतहमा कार्यक्रम गरी मनाइने व्यवस्था गरिने छ।

४.१० मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिको उपचार, हेरचाह र सामाजिक समावेशीकरण सुनिश्चितताको लागि मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र उनीहरुको परिवारको सदस्यहरुलाई संलग्न गराई मानसिक स्वास्थ्य स्वावलम्वन समूह गठन गरी त्यस्ता समूहको क्षमता अभिबृद्धि गरि जनचेतनाका लागि परिचालन गरिनेछ।

४.१२ मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्धन र मानसिक रोगका विरामीहरुको रेफरल बढाउन बैदेशिक रोजगारीमा व्यक्ति पठाउने स्थानीय एजेन्टहरु, धामीझाक्री, मोल्वी, झारफुके, पण्डितहरु र जातीय माइजनहरु तथा गुरुहरु लगायत लाई सचेतना कार्यक्रमहरुमा सहभागी गराइनेछ।

४.१३ गर्भावस्था र सुत्केरी अवस्थाको अभिभावकहरुलाई मानसिक स्वास्थ्य बारे जनचेतना अभिबृद्धि गरिनेछ। साथै गर्भावस्था र सुत्केरी अवस्थाका व्यतिहरु लाई नियमित परिक्षणको समयमा मानसिक स्वास्थय सम्बन्धी सोचाईको बारेमा छलफल गरिनेछ।

४.१४ बैदेशिक रोजगारमा गएका व्यक्ति तथा उनीहरुको परिवारका सदस्यहरुमा देखापर्ने मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक समस्याको जोखीम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनको लागि हाल काम गरि रहेको जनशक्ति परिचालन गर्न प्राथमिकता दिईने छ।

४.१५ कडा खालका मानसिक स्वास्थ्य समस्या भई उपचार पछि निको हुदै गरेका व्यक्तिहरुलाई आयआर्जनको काममा संलग्न गराईने छ । साथै स्थानीय स्तरमा रोजगार प्रदान गर्ने संस्थासँग समन्वय गरी मानसिक स्वास्थ्य समस्याको जोखिममा रहेका व्यक्तिलाई सीप प्रदान गर्दै रोजगारको अवसर प्रदान गर्न पहल गरिनेछ ।

४.१६ आप्रवासनमा रहेका व्यक्तिका श्रीमती हरुलाई समाजले लगाउने लाञ्छना र भेदभावले उत्पन्न हुने मनोसामाजिक समस्याको बारेमा नगरपालिका द्वारा अभिमुखिकरण गरिने छ ।

५. स्वास्थ्य सूचना प्रणालीमा मानसिक स्वास्थ्यलाई एकीकृत गर्ने तथा मानसिक स्वास्थ्य सम्वन्धी अध्ययन अनुसन्धानलाई प्रवर्धन तथा व्यवस्थित गर्ने ।

५.१ विद्यमान स्वास्थ्य व्यवस्थापन सूचना प्रणालीमा मानसिक स्वास्थ्य सम्वन्धी सूचनाहरु समावेश गरी सम्वन्धित निकायहरुमा नियमित पठाइने व्यवस्था गरिनेछ ।

५.२ आत्महत्या सम्वन्धी तथ्यांक व्यवस्थित गर्नको लागि नगरपालिकाको स्वास्थ्य शाखा र प्रहरी प्रशासनसँग सहकार्यमा आत्महत्याको तथ्यांक संकलन प्रणालीको विकास गरिनेछ ।

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

५.४ मानसिक स्वास्थ्य सम्वन्धी अध्ययन अनुसन्धानको प्रवर्धन गर्न नीजि, गैरसरकारी र प्राज्ञिक क्षेत्रहरुसँगको सहकार्यलाई प्रोत्साहन गरिनेछ । यसबाट आएको नतीजालाई स्थानीय, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा सार्वजनिकरण गर्दै नीति तथा कार्यक्रममा परिमार्जन गर्दै जानेछ ।

६. मनोसामाजिक परामर्श केन्द्र स्थापना गरि सेवा सुचारु गर्दै सूचना प्रवाह गर्न निम्न रणनिति लिईने छ ।

१. यस नगरपालिकाको हाता भित्र मनोसामाजिक परामर्श तथा मानसिक स्वास्थ्य सूचना दिने कोठा परामर्श कक्षको स्थापना गरिने छ ।

२. यस क्षेत्रमा कार्यरत कर्मचारीहरुलाई विभिन्न संघ, संस्थाहरुसंग समन्वय सहकार्य गरि तालिम उपलब्ध गराइने छ ।

३. यस कार्यलाई थप प्रभावकारी तथा कक्ष लाई आर्कषक बनाउन जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय, प्रदेश र संघमा स्वास्थ्य क्षेत्रसंग समन्वय र सहकार्य गर्ने पहलहरु गरिनेछ ।

४. मनोपरामर्श कर्ताले दैनिक रुपमा सेवा प्रदान गर्ने तथा सूचना कक्षमा आएका सेवाग्राहीहरुलाई आवश्यक सूचना तथा जानकारी दिने छ ।

५ सेवाग्राहीहरुको संख्या अनुसार मानसिक स्वास्थ्य सम्वन्धी विशेषज्ञ आवश्यक सेवा प्रदान गरिनेछ ।

६. मनोपरामर्श कर्ताको सीपमा निखारता ल्याउन समय समयमा सुपरभिजन गर्न मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रदायक परामर्श दिने संस्था संग समन्व्य तथा सहकार्य गरिने छ ।

७.संस्थागत व्यवस्था

७.१ यस नीतिको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि नगरपालिका द्वारा स्रोत तथा अधिकार सम्पन्न संयन्त्रको निर्माण गरिनेछ ।

७.२ मानसिक समस्या भएका व्यक्तिहरुको उपचारको विशेष व्यवस्था गर्न नगरपालिकामा सामाजिक सेवा एकाई स्थापना एवं सञ्चालन गरिनेछ ।

७.३ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिलाई उपचारमा सहजताकालगि नगरपालिकाले सञ्चालन गरेको स्वास्थ्य विमा कार्यक्रममा समावेश गरिने छ ।

७.४ स्वास्थ्य संस्थाहरुमा 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 जना प्रतिनिधी र सेवाग्राहीमध्येबाट एक जना प्रतिनिधि रहने अनुगमन ५ सदस्य संयन्त्र निर्माण गरिनेछ ।

७.५ यस मानसिक स्वास्थ्य नीतिका आधारमा नगरपालिकाले कार्ययोजना तय गरी तुरुन्त कार्यान्वनमा ल्याइनेछ ।

८. वित्तीय श्रोत

स्थानीय सरकारको स्रोत, संघ तथा प्रदेश सरकारवाट प्राप्त स्रोतहरु, संघ सँस्थावाट 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 गरिदै लगिनेछ ।

९. अनुगमन तथा मूल्याङ्कन

९.१ मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामकि परामर्श सेवाको गुणस्तर, मानसिक स्वास्थ्य उपचारको ढाँचा, सेवाको प्रकृया र प्रभाव, उपलब्धी, र परिणामको आधारमा अनुगमन र मूल्याङ्कन गर्न चुस्त र प्रभावकारी संयन्त्रको निर्माण गरी स्थानीय तहमा एउटा प्रभावकारी अनुगमन तथा मुल्यांकनको संयन्त्र बनाइनेछ । यसका लागि उपयुक्त अनुगमन तथा मूल्याङ्कन ढाँचाको विकास गरिने छ ।

९.२ स्वास्थ्य संस्थाहरुमा मानसिक एवं मनोसामाजिक समस्या भएका व्यक्तिलाई गुणस्तरीय सेवा सुनिश्चित गर्न नगरपालिकाको उप प्रमुख, प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, नगर अस्पतालको प्रमुख, मानसिक/मनोसामाजिक कार्यक्रम सम्पर्क व्यक्ति र यस क्षेत्रमा कार्य गरिरहेका स्थानीय गै.स.स. मध्येबाट एक र सेवाग्राहीमध्येबाट एक जना प्रतिनिधि रहने अनुगमन समिति संयन्त्र निर्माण गरि आवश्यक अनुगमन तथा मुल्याङ्कन गरिनेछ ।

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

१०. जोखिम

१०.१ मानसिक स्वास्थ्य क्षेत्रमा समष्टिगतरुपमा स्रोत परिचालन रणनीतिको अभावमा स्रोत व्यवस्थापन तथा परिचालनमा कठिनाई हुनसक्ने सम्भावना रहन्छ।

१०.२ तालिम प्राप्त जनशक्तिको अभाव तथा तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको सरुवालेगर्दा मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवाको निरन्तरतामा चुनौती हुन सक्दछ।

१०.३ मानसिक रोगको उपचारमा प्रयोग हुने औषधिको स्वास्थ्य संस्थामा निशुल्करुपमा निरन्तर उपलब्धताको संयन्त्र नहुँदा सेवाको निरन्तरता तथा प्रभावकारीतामा चुनौती आउन सक्दछ।

१०.४ मुलुक सङ्घीय संरचनामा परिणत हुँदा कार्यान्वयन गरिने स्वास्थ्य कार्यक्रमहरु केन्द्र र सङ्घको दायित्वभित्र पर्ने गरी छुट्याई मानसिक स्वास्थ्य नीतिको पुनर्समायोजन नहुँदा चुनौती हुन सक्दछ।

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

नगरपालिकाको मानसिक स्वास्थ्यको वार्षिक कार्ययोजना :

कार्यक्षेत्र	मुख्य कार्यहरु	सञ्चालन गरिने कृयाकलापहरु	सूचक	जिम्मेवार निकाय अवधि
१. मानसिक स्वास्थ्य सेवामा सबैको सहज, सुलभ र समान पहुँच सुनिश्चित गर्ने ।				
आधारभुत मानसिक स्वास्थ्य सेवा	१. मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।	१ स्थानीय तहमा स्वास्थ्य संस्थाका स्वास्थ्यकर्मीहरुको राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रको mhGAP मोडुल २ क र २ ख, मोडुल ३ सञ्चालन गर्ने । २. तालिमका लागि विज्ञ मनोचिकित्सक व्यवस्था गर्ने । ३. मानसिक स्वास्थ्य सेवा सञ्चालनको अतिआवश्यक औषधिको आपुर्ती व्यवस्थापन गर्ने ।	१. स्थानीय तहको १० बटा स्वास्थ्य संस्थावाट कम्तीमा एक एकजना स्वास्थ्यकर्मी २. दुई जना विज्ञवाट तालिम सञ्चालन गर्ने । ३. स्वास्थ्य शाखामा मानसिक रोगको औषधिको आपुर्ती गर्ने ।	१. स्वास्थ्य शाखा–१ वर्ष २. स्वास्थ्य शाखाले जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयसंग समन्वय गरी प्रदेश स्वास्थ्य मन्त्रालय बाट आपुर्ती निश्चित गर्ने । ३. स्वास्थ्य शाखाले प्रत्येक आर्थिक वर्ष औषधीको सुनिश्चित गरिने छ ।
	२. विशेषज्ञ सेवा संचालन	२.१ स्थानीय तहबाट समुदाय स्तरमा सेवा संचालन गर्ने ।	२.२ स्वास्थ्य संस्थामा उपचारमा आएका मानसिक रोगीहरु लाई स्वास्थ्य बिमामा संलग्न गर्ने ।	स्वास्थ्य शाखा
	३. मानसिक स्वास्थ्यलाई एकिकृत रुपमा सञ्चालन गर्ने	३.१ स्थानीय तहको जनस्वास्थ्य कार्यक्रममा मानसिक स्वास्थ्यलाई समावेश गरि कार्यकम गर्ने ३.२ महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका, रिटर्नी स्वयंम सेवक, आमा सुरक्षा कार्यकम, प्रसुती सेवा, वाल स्वास्थ्य कार्यकममा डिप्रेसन तथा आत्महत्याको स्किनिङ गर्ने, भेटिएका समस्या भएका व्यक्तिलाई उपचारमा सम्प्रेषन गर्ने ।	३.१ स्वास्थ्य सस्था बाट मानसिक स्वास्थ्य सेवा सञ्चालन गर्ने ३.२ स्वास्थ्य संस्थावाट वर्षमा गर्भवती तथा प्रसुती महिलामा डिप्रेसन तथा आत्महत्याको स्किन आवश्यता अनसुार गर्ने	स्वास्थ्य शाखा तथा स्वास्थ्य सस्थाहरु
२. लक्षीत वर्ग, जोखिममा परेको समुह तथा समुदायमा मानसिक कार्यकम सञ्चालन गर्ने तथा मानसिक स्वास्थ्य, मानसिक रोगले सृजना गरेको लाञ्छना र भेदभाव कम गर्न र मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धनको लागि जनचेतना अभिबृद्धि गर्ने				
लक्षीत वर्ग, जोखिममा परेको समुह तथा समुदायमा	वालवालिका तथा किशोर किशोरी	स्थानीय तहका मातहतमा रहेका स्वास्थ्य संस्थाका स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई तालिम सञ्चालन गर्ने ।	प्रत्येक स्वास्थ्य संस्थाका कम्तिमा एक एक जना स्वास्थ्यकर्मी	स्वास्थ्य शाखा

	वैदेशिक रोजगारीमा गएर फर्केका तथा तिनका परिवारलाई मानसिक स्वास्थ्य सेवा	वैदेशिक रोजगारमा गएर फर्केका र परिवारका सदस्यलाई समुदायमा नै मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवा प्रदान गर्ने	व्यक्तिगत ५० जना र सामुहिकलाई १००० जना	स्वास्थ्य शाखा
	मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न दिवसहरु	विभिन्न दिवसहरुमा जनचेतनामुलक कार्यक्रहरु सञ्चालन गर्ने	मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न दिवसहरु सञ्चालन भएको	स्वास्थ्य शाखाले संघ, प्रदेश तथा नगरपालिकाको श्रोत तथा साधनबाट हरेक वर्ष दिवस मनाउने ।
	आत्महत्याको सोच भएका र जोखिममा भएका व्यक्तिकालागि मानसिक स्वास्थ्य	आत्महत्या रोकथाम कार्यक्रम तर्जुमा गरि कार्यान्वयन गर्ने आमसञ्चारको प्रयोग गर्दै आत्महत्या कम गर्ने सूचना तथा जानकारी प्रदान गर्ने राष्ट्रिय हेल्पलाइन नम्बर ११६६ को प्रसारण गर्ने ।	वडातहहरुमा आत्महत्या रोकथाम सम्बन्धी कार्यक्रम (१०० जना)	स्वास्थ्य शाखा तथा सम्बन्धीत सरोकारवालाहरु
	लैङ्गिक हिंसा प्रभावितहरुका मानसिक स्वास्थ्य	लैङ्गिक हिंसा प्रभावित व्यक्तिलाई मनोसामाजिक परामर्श सेवा दिने OCMC मा पठाउने ।	वर्षमा १०-२० जना	स्वास्थ्य शाखा
	वैदेशिक रोजगारीका कारण ले भएका अपागंता व्यक्ति हरुका लागि मानसिक स्वास्थ्य	अपागंता भएका व्यक्तिहरुलाई नगरपालिकाका स्वास्थ्य केन्द्रहरुवाट मानसिक स्वास्थ्य तथा समुदायमा परिचालित मनोपरामर्शकर्तावाट सेवा प्रदान गर्ने तथा कार्ड वितरण गर्ने ।	वर्षमा १०-२० जना	स्वास्थ्य शाखा र महिला तथा वालवालिका शाखा
	मदिरा तथा लागु औषधिको लत भएका व्यक्तिकालागि मानसिक स्वास्थ्य	मदिरा तथा लागु औषधिकाको प्रयोग र त्यसले पार्ने असरहरुवारे समुदाय तथा विद्यालयमा सचेतना कार्यक्रम वडाहरुमा सञ्चालन गर्ने पूर्नःस्थापना केन्द्र स्थापना तथा सञ्चालन गर्ने	प्रतिवर्ष ५०० जना पूर्नःस्थापना केन्द्र स्थापना भएको	स्वास्थ्य शाखा
	मानसिक स्वास्थ्य निःशुल्क शिविर	मानसिक स्वास्थ्य समस्यामा रहेका विरामीलाइ नि शुल्क स्वास्थ्य जाच गरि रिफर गर्ने	सेवा तथा प्रेषणको तथ्याक	स्वास्थ्य शाखा
	मानसिक स्वास्थ्यको बारेमा उपयुक्त भाषा, शैलीमा सूचनाका सामग्रीहरु तयार	मानसिक स्वास्थ्यको बारेमा उपयुक्त भाषा, शैलीमा सूचनाका सामग्रीहरु तयार गरी प्रसारण गर्ने ।	प्रतिवर्ष ५००० जना	स्वास्थ्य शाखा
	मानसिक स्वास्थ्य समस्याको जोखिममा रहेका भएका व्यक्तिलाई सीप प्रदान	मानसिक स्वास्थ्य समस्याको जोखिममा रहेका भएका व्यक्तिलाई सीप प्रदान गर्दै रोजगारको अवसर प्रदान गर्न पहल गरिनेछ ।	वर्षमा १०-२० जना	स्वास्थ्य शाखा

	आप्रवासनमा रहेका व्यक्तिका श्रीमती हरुलाई समाजले लगाउने लाञ्छना र भेदभाव अभिमुखिकरण	आप्रवासनमा रहेका व्यक्तिका श्रीमती हरुलाई समाजले लगाउने लाञ्छना र भेदभावले उत्पन्न हुने मनोसामाजिक समस्याको बारेमा स्थानीय तहले अभिमुखिकरण गर्ने ।	प्रत्येक वडातहहरुमा ५० जनाको दरले वार्षिक ५५० जना	स्वास्थ्य शाखा तथा सम्बन्धीत सरोकारवालाहरु
	मानसिक स्वास्थ्य स्वावलम्बन समूह गठन, क्षमता अभिबृद्धि तथा परिचालन	मानसिक स्वास्थ्य स्वावलम्बन समूह गठन गरी त्यस्ता समूहको क्षमता अभिबृद्धि गरि जनचेतनाका लागि परिचालन गर्ने ।	प्रत्येक वडातहहरुमा २० जनाको एक समूह सबै ११ वडामा	स्वास्थ्य शाखा तथा सम्बन्धीत सरोकारवालाहरु
३. आकस्मिक तथा विपतको अवस्थामा प्रदान गरिने मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा स्वास्थ्य सेवामा एकिकृत गरेर प्रदान गर्ने				
आकस्मिक तथा विपतको अवस्था मा 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
४. स्वास्थ्य सूचना प्रणालीमा मानसिक स्वास्थ्यलाई एकीकृत गर्ने तथा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धानलाई प्रवर्धन तथा व्यवस्थित गर्ने ।				
मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धानलाई प्रवर्धन तथा व्यबस्थित	आत्महत्या सम्बन्धी तथ्यांक व्यवस्थित गर्नको लागि नगरपालिकाको स्वास्थ्य शाखा र प्रहरी प्रशासनसँग सहकार्यमा आत्महत्याको तथ्यांक संकलन प्रणालीको विकास गर्ने ।	नगरपालिकाको स्वास्थ्य शाखा र प्रहरी प्रशासन सँग मासिक बैठक ।	प्रत्येक महिना एक पटक	स्वास्थ्य शाखा
	मानसिकस्वास्थ्य सम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धान को लागी प्रोत्साहन गर्ने ।	नीजि, गैरसरकारी र प्राज्ञिक क्षेत्रहरुसँगको सहकार्य	आबश्यता अनुसार	स्वास्थ्य शाखा
५. मनोसामाजिक परामर्श केन्द्र स्थापना गरि सेवा सुचारु गर्ने ।				
मनोसामाजिक परामर्शकेन्द्र स्थापना गरि सेवा सुचारु तथा सूचना प्रवाह	मनोसामाजिक परामर्श तथा मानसिक स्वास्थ्य सूचना दिने परामर्श कक्षको स्थापना ।	सूचना दिने सामाग्रि तथा नियमित मनोपरामर्श सेवा दिने कोठा निमार्ण ।	नियमित सेवा मार्फत सूचना प्रवाह आबश्यता अनुसार	स्वास्थ्य शाखा
	मनोसामाजिक परामर्श तथा मानसिक स्वास्थ्य तालिम उपलब्ध ।	विभिन्न संघ, संस्थाहरुसंग समन्वय सहकार्य गरि तालिम सञ्चालन ।	आबश्यता अनुसार	स्वास्थ्य शाखा
	कक्ष लाई आर्कषक बनाउन समन्वय र सहकार्य ।	जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय, प्रदेश र संघमा स्वास्थ्य क्षेत्रसंग समन्वय र सहकाय गर्ने ।	आबश्यता अनुसार	स्वास्थ्य शाखा

	मनोपरामर्श कर्ताको सीपमा निखारता ल्याउन सुपरभिजन	मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रदायक परामर्श दिने संस्था संग समन्व्य तथा सहकार्य गर्ने ।	वर्षको दुई पटक	स्वास्थ्य शाखा

अनुसूचि: मानसिक स्वास्थ्य सेवाको विकासका लागि कार्यक्रमको ढाँचा :

क.स.	कार्यक्रमहरु	अनुमानित संख्या	अनुमानित बजेट
१	स्वास्थ्य संस्थाका चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीहरु लाई मानसिक स्वास्थ्य को (mhGAP) तालिम	१० जना स्वास्थ्यकर्मीको ५ दिनको तालिम (एक पटकको लागि), भत्ता, यातायात, प्रशिक्षकको खर्च, औषधि, तालिम समाग्री, स्टेशनरी, खाजा खर्च	२,००,०००
२	**mhGAP** तालिम पाएका प्यारामेडिक्सहरुको लागि बाल बालिका तथा किशोरकिशोरी मानसिक स्वास्थ्य तालिम	हरेक स्वास्थ्यबाट एक एक जना गरी जम्मा ५ जना	१,००,०००
३	मानसिक रोगको उपचारका लागि आवश्यक औषधिका लागि	औषधिको लिष्ट तालिममा प्रदान गरिने छ।	१,००,०००
४	मनोसामाजिक परामर्श सूचना कक्ष विकास	१ कोठा	१,००,०००
५	मानसिक स्वास्थ्यको जनचेतनाको कार्यक्रम (वैदेशिक रोजगारमा रहेका व्यक्तिहरुका परिवार तथा रिटर्नीहरु,कडा रोग लागेका व्यक्तिहरु, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका, स्वास्थ्य आमा समुह, महिला सहकारी समुह, लागु औषध दुर्व्यवसनी, वन उपभाक्ता समुह, बिद्यालय शिक्षक, रेडियो कार्यक्रम)	नगरपालिका भरि आवश्यताको आधारमा	२,५०,०००
६	तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीको शिप तथा उपचार दक्षता बढाउनका लागि अनुगमन, मुल्याइन तथा अभिलेख प्रतिवेदन	वर्षको चार पटक स्वास्थ्य शाखा तथा सम्बन्धीत निकायवाट वर्षको ५ दिनको	१,५०,०००
७	बिद्यालयहरुमा अध्यनरत कीशोरीहरुलाई लक्षित गरी मानसिक स्वास्थ्य सचेतना तथा अभिमुखिकरण कार्यक्रम, (छात्राहरु संग उपप्रमुख संवाद कार्यक्रम)	६ वटा मा.वि.हरुमा	१,५०,०००
८	मानसिक स्वास्थ्यको दिवस मनाउने कार्यक्रम	संघ तथा प्रदेशसँग समन्वय गरेर कार्यक्रम आयोजना गर्ने	१,००,०००
९	स्वास्थ्यकर्मीको ३ दिने पुनर्ताजगी तालिम	वर्षको एक पटक	१,५०,०००
१०	वैदेशिक रोजगार बाट फर्केका तथा अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएकाहरुको आकस्मिक उपचार खर्च सहयोग कार्यक्रम ।	प्रति व्यक्ति रु ५ देखि १० हजार सम्म आपतकालिन सहयोग यातायात तथा उपचार खर्च	१,००,०००

११.	नगरपालिकामा रहेका सुरक्षा निकाय, सुरक्षित आवास गृह, पुर्नस्थापना केन्द्र आदिसँग समन्वय गरी त्यहाँ कार्यरत कर्मचारीहरुको लागि अभिमुखीकरण तथा क्षमता अभिबृद्धि तालिम	बर्षमा एक पटक गर्ने	५०,०००
१२.	मानसिक स्वास्थ्य तथा लागुपदार्थ दुर्व्यसनीमा परेकालाई पुनर्स्थापना कार्यक्रम	नियमित	३,००,०००
१३.	बालबालिकाको विकासक्रम, बाल मनोविज्ञान र बालबालिकामा हुने भावनात्मक तथा व्यवहारिक समस्याको पहिचान र त्यसको प्रारम्भिक व्यवस्थापनको लागि विद्यालयका शिक्षकहरुलाई तालिम	नगरपालीका भरी सबै सरकारी बिधालय बाट दुई शिक्षक सहभागि	१,५०,०००
१४.	वैदेशीक रोजगारिको कारण मानसिक स्वास्थ्य समस्याको भोगेको ब्यक्ति को परिवार तथा वैदेशीक रोजगारीमा ज्यान गुमाएका ब्यतिको श्रीमती हरुका लागि तालिम	प्रति बर्ष २० जना	२,००,०००
१६.	कार्यक्रम अनुगमन खर्च		१,००,०००
	अनुमानित जम्मा बजेट		२२,००,०००