सिद्धिचरण नगरपालिका, ओखलढुङ्गा
कोशी प्रदेश, नेपाल

स्थानीय राजपत्र

खण्ड ७) सङ्ख्या : ७ प्रकाशित मिति : २०८१/०४/०१

भाग–१

सिद्धिचरण नगरपालिका मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक नीति, २०८१

स्वीकृत मितिः २०८१/०३/२७

प्रमाणीकरण मितिः २०८१/०३/३०

सिद्धिचरण नगरपालिका, ओखलढुंगाको नगरसभाले बनाएको तल लेखिए बमोजिमको नीति स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ को दफा १०२ को उपदफा २ को अधिकारको प्रयोग गरी सोही ऐनको दफा ३ बमोजिम सर्वसाधारणको जानकारीको लागि प्रकाशन गरिएको छ ।

प्रस्तावना

नेपालको संविधानको धारा ३५ मा व्यवस्थित स्वास्थ्य सम्बन्धी हक अन्तर्गत प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क प्राप्त गर्ने र स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँच हुने हकको व्यवस्था गरेको छ । जनस्वास्थ्य सेवा ऐन, २०७५ को दफा ३ को उपदफा ४ (ङ) मा मानसिक स्वास्थ्य सेवालाई आधारभूत स्वास्थ्य सेवाको सूचीमा समावेश गरिएको छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिको अधिकार सम्बन्धी ऐन, २०७४ को परिच्छेद–७ मा

मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि स्वास्थ्य, पुनर्स्थापना, सामाजिक सुरक्षा तथा मनोरञ्जनको व्यवस्था गरिएको छ । उक्त ऐनको दफा ३५ र ३६ ले मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिका लागि थप सेवा सुविधाको समेत सुनिश्चितता गरेको छ। सयुंक्त राष्ट्र संघको दिगो विकास लक्ष्य (२०१६-२०३०) मा पनि मानसिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिकतामा राखी मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन गर्ने, नसर्ने रोगबाट हुने मृत्यु एक तिहाईले कम गर्ने र लागु पदार्थ दुर्व्यसनीको रोकथाम, उपचार र पुनर्स्थापना गर्ने लक्ष्य राखिएको छ । नेपालले हस्ताक्षर गरेका अन्तर्राष्ट्रिय 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 तथा कार्ययोजना, २०७७ मा आधारित भई यस सिद्धिचरण नगरपालिकाको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक नीति तयार गरिएको छ। यस सिद्धिचरण नगरपालिकाको जनसङ्ख्या २०७८ को राष्ट्रिय जनगणनाको प्रारम्भिक नतिजा अनुसार २७,३५१ (पु. १३,०९७ र म. १४,२५४) रहेको छ। यस नगरपालिकामा जम्मा १२ वटा वडाहरु रहेको छ। यस नगरपालिकामा १ वटा जिल्ला अस्पताल रुम्जाटारमा रहेको छ भने ओखलढुंगा सामुदायिक अस्पताल (मिशन) वडा नं. ११ मा रहेको छ। जिल्ला अस्पताल प्रदेश अन्तर्गत रहेको छ भने मिशन अस्पताल प्राइभेट अस्पताल हो । यी दुवै अस्पतालबाट यस नगरपालिका लगायत ओखलढुंगा जिल्लाभरिका जनताहरुलाई स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराइरहेको अवस्था छ । नगरपालिकाभित्र १० वटा स्वास्थ्य चौकी, ७ वटा शहरी स्वास्थ्य केन्द्र रहेको छ । स्वास्थ्य चौकीमा जम्मा ५ जना स्वास्थ्यकर्मीहरु हुन्छन् । जसमा हेल्थ असिस्टेन्ट/सि.अ.हे.ब.अधिकृत १, २ जना अ.हे.ब. र २ जना अ.न.मि.हरुको दरबन्दी हुन्छन् । साथै शहरी स्वास्थ्य केन्द्रमा १ जना हे.अ./अ.हे.ब.१ जना

र १ जना अ.न.मि.हुन्छन् । शहरी स्वास्थ्य केन्द्रमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरुको तलब, भत्त नगरपालिकाबाट उपलब्ध गराउँदछ भने स्वास्थ्य चौकीहरुमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरुको तलब, भत्ता स्वास्थ्य मन्त्रालयबाट प्राप्त हुन्छन । जिल्ला अस्पतालमा बहिरंग सेवा सहित अन्तरगं सेवा पनि उपलब्ध रहेको छ । यसका साथै फार्मेसि सेवा, गर्भ जाँच सेवा पनि यस स्वास्थ्य संस्थाहरुमा उपलब्ध छ । जिल्ला अस्पतालमा सरदर ३५ देखि ४० जना विरामीहरु बहिरंग सेवाका लागि आउने गरेका छन भने ४ जना डा.सहित ५५ जना स्वास्थ्यकर्मीहरु कार्यरत छन । स्वास्थ्य चौकीहरुमा दैनिक १० देखि २० जना व्यक्तिहरु स्वास्थ्य जाँचको लागि आउने गर्दछन । स्वास्थ्य संस्थाहरुमा शारीरिक स्वास्थ्य समस्याहरुसँगसँगै प्रायः चिन्ताजन्य समस्या (anxiety disorder), डिप्रेशन, छारेरोग, मादक पदार्थ तथा लागुपदार्थ दुर्व्यसनीका समस्या लिएर विरामीहरु उपचारका लागि आउने गर्दछन् । जिल्ला अस्पताल र अन्य ८ वटा स्वास्थ्य संस्थाहरुमा, स्वास्थ्य संस्थामा आधारभूत मानसिक स्वास्थ्य तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मी कार्यरत छन् । तर मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका ब्यक्तिहरुले नजिककै स्वास्थ्य संस्थाहरुमा स्वास्थ्य परीक्षण गराउने गरेको त्यति पाईदैन । यस नगरपालिकामा मानसिक रोगको उपचारका लागि आवश्यक औषधि आपूर्ती अझै सहज भएको छैन । स्वास्थ्यकर्मीहरुका अनुसार यस नगरपालिकामा हरेक वर्ष ८–१० जनासम्मले आत्महत्या गरेको देखिन्छ । जिल्ला प्रहरीको तथ्याङ्क अनुसार गत वर्ष यस नगरपालिकामा १४ जनाले आत्महत्या गरेका थिए भने यो आर्थिक वर्षको जेष्ठ महिना सम्म ७ जनाले आत्महत्या गरिसकेका छन् । झण्डै ९०% आत्महत्या मानसिक स्वास्थ्य समस्या कै कारणले हुने गरेको अनुसन्धानवाट देखिएको छ र मानसिक स्वास्थ्य समस्याबाट हुने आत्महत्यालाई रोक्न सकिन्छ ।

नेपालमा कुल नसर्ने रोगहरु मध्ये १८ प्रतिशत मानसिक रोगले ओगटेको छ । यसलाई सिचिरण नगरपालिकाको अहिलेको (२०७८ को जनगणना अनुसार) जनसंख्यामा दाँजेर हेर्दा ६००० भन्दा बढीमा कुनै कुनै मानसिक स्वास्थ्य

समस्या हुन सक्ने अनुमान गर्न सकिन्छ, तर यस्तो संख्या यो भन्दा बढी पनि हुनसक्दछ । राष्ट्रिय स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषद्ले सन् २०१८ मा सम्पन्न गरेको राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य सर्भेक्षण पाईलट अध्ययन प्रतिवेदनले किशोर किशोरीहरुमा आत्महत्याको जोखिम ८.७% र वयस्कमा १०.९% देखिएको छ भने मुख्य रुपमा देखिएका मानसिक समस्याहरुमा डिप्रेशन (३.४%), मादक पदार्थ दुर्व्यसनी (३.४%), तथा लागु पदार्थ दुर्व्यशनी (७.३%) पाईएको छ । स्वास्थ्यकर्मी, जनप्रतिनिधि, शिक्षकहरु लगायत मानसिक स्वास्थ्य स्वावलम्वन समूहसँग गरिएको छलफलमा पनि मादक पदार्थ तथा लागु पदार्थ दुर्व्यसनीको संख्या यस नगरपालिकामा बढ्दै गरेको पाइएको छ । स्वास्थ्य संस्थामा उपचारमा आएकाको तथ्याङ्क केलाउँदा यस नगरपालिकामा चिन्ताजन्य समस्या (Anxiety disorder), डिप्रेसनका समस्या बढी देखिएको छ भने मानसिक स्वास्थ्य तथा परामर्श केन्द्र-नेपालले यस नगरपालिकामा सञ्चालन गरेको सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सहयोग कार्यक्रम र लैङ्गिक हिंसा रोकथाम र प्रतिकार्य कार्यक्रम मार्फत सेवा उपलब्ध गराईएको तथ्याङ्क केलाउँदा पनि चिन्ताजन्य समस्या तथा डिप्रेसनको समस्या कुल पहिचान भएका मध्ये लगभग ६५% मा देखिएको छ भने लैङ्गिक हिंसा प्रभावित मध्ये लगभग ३५% मा कडा खालको दिक्दारीपन, आत्महत्याको सोच, चिन्ताजन्य समस्या र कन्र्भसन डिसअडरको समस्या पाईएको छ ।

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

त्यसैगरी समुदायतहमा महिला स्वास्थ्य स्वयंसेवक, शिक्षक, विद्यार्थी तथा समुदायका मानिसहरुसँगको अन्तरक्रियामा आएको जानकारीलाई हेर्दा यस नगरपालिकामा मानसिक स्वास्थ्य समस्याको वारेमा चेतनाको स्तर निक्कै

कमी देखिन्छ, जसका कारण सबै 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 रोगका रुपमा विकास हुने गरेको देखिन्छ ।

मानसिक रोग बालबालिका तथा किशोरकिशारीमा पनि हुन्छ भन्ने जानकारी निक्कै कम मानिसहरुलाई मात्र जानकारी भएको देखिन्छ । यसले गर्दा सानो उमेरमा हुने मानसिक स्वास्थ्य समस्याको समयमा पहिचान हुन सकेको देखिदैन । विश्व स्वास्थ्य संगठनको अनुसार अधिकांश 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 जटिलता तर्फ धकेल्दै लगेको हुन्छ भने दीर्घ रोगमा परिणत हुँदा उपचार महंगो तथा लामो समयसम्म उपचार गर्नुपर्दा सम्बन्धित व्यक्ति तथा उनको परिवारमा बोझ थपिंदै जाने हुन्छ भने यदि कमाएर परिवार पाल्ने व्यक्तिमा नै मानसिक रोग लागेमा गरिवीको अवस्था बढ्दै जाने हुन्छ ।

मानसिक स्वास्थ्य विषयमा थुप्रै भ्रम, अनगिन्ती अन्धविश्वास र गलत धारणा व्यापक रहेको छ । मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरुले लाञ्छना, विभेद, बहिस्करण र सामाजिक मिथ्याकथनको सामना गर्न परिरहेको अवस्था छ । मानसिक रोग निको हुदैन, यो रोग लागेपछि जिन्दगीभर रहिरहन्छ, यस्ता रोग लागेका व्यक्ति आक्रामक हुन्छन्, कुनै किसिमको निर्णय लिन

सक्दैनन् र खास दक्षता हुदैन भन्ने अन्धविश्वास यथावत नै छ । मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र उनीहरुका परिवारका सदस्यहरुप्रति गरिने विभेद कायम नै छ । प्राय 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 गर्‍यो भने रु. ४ बराबरको प्रतिफल दिन्छ भन्ने अध्ययनहरुले देखाएका छन् । त्यसैले मानसिक स्वास्थ्यका क्षेत्रमा बजेट वृद्धि गरी मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम, उपचार र पुनर्स्थापना 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, जनसँख्यामा जेष्ठ नागरिकको बढ्दो अनुपात, गरिबी, अव्यवस्थित सहरीकरण, घरेलु तथा लैंङ्गिक हिँसा, 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 नमिठा 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 नभएको, भयरहित वातावरणमा सम्मानपूर्वक सिक्ने वातावरण विद्यालय, घर र समाजमा नभएकोले, शारीरिक, मानसिक दण्ड दिने संस्कार एवं असुरक्षाको कारणले, जीवनपयोगी सीपको अभ्यास नहुनु, शिक्षकहरुमा बालबालिका देखिने भावनात्मक र ब्यवहारिक समस्याको पहिचान गर्न सक्ने र विद्यार्थीहरुको मनका दुख, पीडा, नरमाईलो अप्ठ्यारा कुराहरु सुन्ने र सम्वोधन गर्ने परिपाटीको विकास नभएकोले, अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरुको लागि समावेशी शिक्षा, पठनपाठन र हेरचाहको कमी, पहुँचयुक्त संरचना र वातावरणको अभाव, बालविवाह, घरायासी बातावरण आदि जस्ता कारणहरुबाट बालबालिका तथा किशोरकिशोरीमा पनि भावनात्मक समस्या, ब्यवहारिक समस्या र सिकाईजन्य समस्या विकास भएको पाईन्छ ।

मानसिक तथा मनोसामाजिक समस्यावाट बालबालिका, किशोर किशारी, प्रजनन उमेर समुहका महिला तथा गृहणी महिलाहरु लगायत जेष्ठ नागरिकहरु, 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 नीति, रणनीति सहितको कार्ययोजना बनाई कार्यन्वयन 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 परिमार्जन गर्दै राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति र कार्ययोजना २०७७ नेपाल सरकार स्वास्थ्य तथा जनसँख्या मन्त्रालयले जारी गरेको छ ।

नेपालमा गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गर्नका निमित्त नीतिगत तथा कानुनी व्यवस्था गरिनुका साथै निर्देशिकाहरुले निर्देश गरेता पनि यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन र व्यवस्थापनमा केही समस्या र चुनौतीहरु रहेको छन् । यी मध्ये केही प्रमुख समस्या र चुनौती निम्नानुसार छन् ।

- मानसिक रोगलाई अन्य जनस्वास्थ्यका सवालहरुको तुलनामा महत्व नदिनु ।
- मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोग भारको 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 (स्वास्थ्य चौकी, स्वास्थ्य ईकाई) 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 लैङ्गिक हिँसावाट प्रभावित ब्यक्तिमा ब्यापकरुपमा रहेको मानसिक स्वास्थ्य समस्या र आत्महत्याको अवस्थालाई सम्बोधन गर्न सकिएको छैन ।
- बालबालिका तथा किशोर किशारीको गुणस्तरीय शिक्षा, व्यक्तित्व निर्माण र जीवनको लक्ष्य छनौटमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने मानसिक स्वास्थ्यलाई महत्व र प्राथमिकता दिन सकिएको छैन । बालबालिका तथा किशोर किशोरीमा हुन सक्ने भावनात्मक, व्यवहारिक र सिकाईजन्य समस्यालाई समयमा नै चिनेर सम्बोधन गर्न सकिएको छैन ।
- बालबालिकाहरु कक्षा छाड्ने दर बढिरहेको छ । दलित समुदाय वा अति विपन्न गरीव समुदायमा बालबालिकाहरुलाई श्रमिकको रुपमा प्रयोग गरिएको छ ।
- बालबालिका, किशोर किशारी, प्रजनन उमेर समुहका महिला तथा गृहणी महिलाहरु लगायत जेष्ठ नागरिकहरु, लैङ्गिक हिंसा प्रभावित ब्यक्ति, घरेलु हिंसामा परेका व्यक्तिहरु, अपाङ्गता भएका ब्यक्ति, सिमान्तकृत व्यक्ति तथा समुदाय, प्राकृतिक विपदका कारण धनजनको क्षति भोगेका ब्यक्तिहरु मानसिक स्वास्थ्य समस्याको बढी जोखिममा भए पनि त्यस्ता ब्यक्ति तथा समुदायलाई लक्षित गरी पर्याप्त कार्यक्रम तथा सेवा सञ्चालन गर्न सकिएको छैन ।
- मदिरा र लागु पदार्थको दुर्व्यसनीलाई मानसिक स्वास्थ्यको कोणवाट बुझाउन सकिएको छैन । यसलाई रोकथामका लागि आवश्यक कार्यक्रम तर्जुमा गरी व्यापक रुपमा लागुगर्न सकिएको छैन । विशेषगरेर किशोर किशोरीहरुमा मादक पदार्थ तथा लागुपदार्थको

दुरुपयोगको बढ्दो जाखिमलाई सम्बोधन गर्ने खालका मानसिक स्वास्थ्यमा सचेतना बढाउने तथा समयमा मनोपरामर्श सेवा दिएर यस्तो जोखिमवाट बाहिर ल्याउनेखालका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्न सकिएको छैन ।

- स्थानीय तहमा विभिन्न विकास साझेदारसंस्थाहरुले सञ्चालन गर्ने मानसिक स्वास्थ्यका कार्यक्रमको सेवाको गुणस्तर तथा नियमन गर्न आवश्यक संयन्त्रको व्यवस्था गर्न सकिएको छैन । साथै यस्तो सेवा अत्यन्त आवश्यक हुँदाहुँदै पनि स्थानिय सरकारले मनोपरामर्शकर्ताको पद सिर्जना गरी सेवा विकास गर्न सकेको छैन ।

यस नीतिको आवश्यकता, निर्देशक सिद्धान्त तथा भावी सोच :

राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य रणनीति तथा कार्ययोजना, २०७७ र यस नगरपालिकाको स्वास्थ्य ऐनमा आधारित भएर स्थानीय सरकारका 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 पहूँच सुनिश्चित गरिनेछ ।
- मानसिक स्वास्थ्य सेवा तथा मनोसामासजिक परामर्श सेवा यस मोलुङ गाउँपालिकाले प्रदान गर्ने स्वास्थ्य सेवामा एकीकृत गरी सर्वसाधारण जनताको पहुँच हुने गरी सर्वसुलभ तवरले गुणस्तरीय सेवा प्रवाह गरिनेछ ।
- यस नगरपालिकामा भएका कडा खालका मानसिक रोगका कारण घर छाडेका व्यक्तिका लागि सुरक्षा, उपचार र पुनर्स्थापनाको सुनिश्चता गरिनेछ । साथै तीनै तहका सरकारद्वारा प्रदान गरिने मानसिक स्वास्थ्य सेवामा गरिव, सीमान्तकृत र जोखिममा रहेका

व्यक्ति तथा समुदाय (बालबालिका, महिला, अपाङ्गता भएका व्यक्ति, जेष्ठ नागरिक, लैङ्गिक अल्पसंख्यक) को पहुँच सुनिश्चित गर्न समतामूलक र सामाजिक न्यायको आधारमा कार्यक्रम तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गरिनेछ ।

- मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धन गर्न तथा मानसिक रोगका बारेमा विध्यमान अन्धविश्वास, भ्रम र मिथ्या कथन हटाउन र आत्महत्याको जोखिम कम गर्न जनचेतना अभिवृद्धि गरिनेछ ।
- मानसिक विरामीहरुको मानव अधिकारको संरक्षण र प्रवर्द्धनको लागि समुदायमा आधारित बहुआयामिक पद्दति अनुसारको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा अभिवृद्धि गरिनेछ । साथै स्थानीय सरकारका सबै सम्बन्धित शाखाहरु जस्तै महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक, शिक्षा, न्यायीक समिति 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 ।
- स्थानीय तहमा रहेका सरकारी, गैरसरकारी तथा निजी क्षेत्रसँग आवश्यक समन्वय र सहकार्य गर्दै मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, उपचार र पुनर्स्थापना कार्यलाई व्यापक, सशक्त र प्रभावकारी बनाउने ।
- यस नीति तथा कार्ययोजनाको प्रभावकारी कार्यान्वयन, अनुगमन र मुल्याङ्कनका लागि स्थानीय सरकारमा भरपर्दो संयन्त्रको विकास गरिनेछ ।
- मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम अन्तर्गत स्वास्थ्य सूचना प्रणाली र अध्ययन अनुसन्धानलाई प्रवर्द्धन तथा व्यवस्थित गरिनेछ ।

भावी सोच (Vision):

यस स्थानीय तहमा बसोवास गर्ने जनताहरुको मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सुस्वास्थ्यमा सुधार गरी उत्पादनशील र गुणस्तरीय जीवनयापन गर्न सक्षम बनाउने ।

ध्येय (Mission):

उपलब्ध साधन श्रोतको अधिकतम प्रयोग गरी सेवा प्रदायक, सेवाग्राही र अन्य 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 (Objective):

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 विशिष्टिकृत विशेषज्ञको सेवा कम्तिमा पनि

पालिकाको अस्पताल वा तोकिएको स्वास्थ्य संस्था मार्फत उपलब्ध गराउने ।

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

नीतिहरुः

१. मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका, जोखिममा रहेका बालबालिका तथा अन्य ब्यक्तिहरु र मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिको सम्मानपूर्वक बाँच्न पाउने अधिकार एवं गुणस्तरीय जीवनको संरक्षण गर्ने ।

२. यस सिद्धिचरण 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 विकास गर्ने ।

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

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

रणनीतिहरु

१. **मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका जोखिममा रहेका बालबालिका तथा अन्य ब्यक्तिहरु र मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिको सम्मानपूर्वक बाँच्न पाउने अधिकार एवं गुणस्तरीय जीवनको संरक्षण गर्ने सम्वन्धमा 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 नगरपालिकाले उपलब्ध श्रोत र साधनको आधारमा आवश्यक व्यवस्था गर्नेछ ।

१.२ यस नगरपीलकाले 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 संस्थामा 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 अस्पताल वा स्वास्थ्य चौकीमा उपचार गराउने व्यवस्था मिलाईनेछ । साथै जटिल खालको मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका ब्यक्तिलाई आवश्यकता अनुसार जिल्लामा उपलब्ध अस्पताल वा 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 संस्थाहरुसँगको समवन्य र सहकार्यमा न्यूनतम मापदण्ड बनाई पुनर्स्थापना केन्द्र सञ्चालन गरिनेछ । नगरपालिकाले यो समस्याको रोकथामकालागि आवश्यक कार्यक्रम तर्जुमा गरी समुदायको सहभागीतामा लागु गर्नेछ ।

१.५ स्वास्थ्य उपचार तथा हेरचाह, शिक्षा, रोजगारी, सरकारी सेवा प्राप्तीमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरु, अपाङ्गता भएका ब्यक्तिहरु,

अल्पसंख्यक, जोखिममा रहेका र उनीहरु 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 सिद्धिचरण नगरपालिकामा रहेका सुरक्षा निकाय, कारागार, बालगृह, जेष्ठ नागरिक आवास गृह, पुनर्स्थापना केन्द्र आदि सँग समन्वय गरी त्यहाँ कार्यरत कर्मचारीहरुको लागि अभिमुखीकरण तथा तालिम प्रदान गरिनेछ ।

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

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

१.९ अपाङ्गता भएका व्यक्ति, मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति, मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्ति र हिंसा प्रभावित व्यक्तिलाई नेपाल सरकारले अवलम्बन गरेको स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रममा क्रमशः समावेश गरि सेवा प्रवाहमा जोड दिइने छ ।

२. यस सिद्धिचरण नगरपालिकाका सवै नागरिकहरुको सहज पहुँचमा पुग्ने गरी आधारभूत गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सेवा सुनिश्चित गराउने सम्वन्धमा 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 विमामा समावेस गरि सहज उपचारको व्यवस्था गरिने छ ।

२.२ संघीय सरकार अर्न्तगत स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय मातहतको राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रबाट स्विकृत एम.एच.ग्याप (mhGAP) र मनोसामाजिक परामर्शमा स्वास्थ्यकर्मीहरुको क्षमता अभिबृद्धि गरी गाउँपालिकाका सवै स्वास्थ्य संस्थाहरुमा आधारभूत मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सेवाको विस्तार गरिनेछ । साथै संघ तथा प्रदेश मातहतका अस्पताल र मेडिकल कलेजसँग समन्वय गरी मनोचिकित्सक र मनोविद्हरुको प्रयोग मार्फत गुणस्तरीय सेवा प्रदान गरिनेछ ।

२.३ मानसिक स्वास्थ्यको प्रवर्द्धन, मानसिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम र स्वास्थ्य निकायहरुमा प्रेषण (Referral) बढाउनका लागि समुदायस्तरमा सामुदायिक मनोसामाजिक कार्यकर्ताको विकास गरी परिचालन गरिनेछ । महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरुलाई पनि मानसिक समस्या पहिचान र रिफर गर्न अभिमुखीकरण प्रदान गरी परिचालन गरिने छ ।

२.४ नगरपालिकामा कम्तिमा पनि दुईजना तालिम प्राप्त मनोसामाजिक परामर्शकर्तालाई मनोसामाजिक परामर्श सेवाका लागि गाउँपालिकाका सवै वडाहरुमा आवश्यकताको आधारमा परिचालन गरिने छ । त्यसै गरी मोलुङ गाउँपालिकाको प्रत्येक वडामा कम्तिमा पनि १ जना सामुदायिक मनोसामाजिक कार्यकर्ता नियुक्ति गरी सेवाको लागि

परिचालन गरिने छ । यस्तो जनशक्तिले सबै टोल र बस्तिमा गएर लैङ्गिक हिंसा प्रभावित ब्यक्ति पहिचान गर्ने, मानसिक तथा मनोसामाजिक समस्यालाई पहिचान गर्ने, मनोसामाजिक सहयोग पुरयाउने र आवश्यक सेवाका लागि रिफर गर्ने छन् । त्यसै गरी मानसिक रोग रोकथाम तथा स्वस्थ मानसिक अवस्थाको प्रर्बद्धन 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 ब्यक्तिहरुले पनि स्वास्थ्य सेवाबाट उपलब्ध गराईने सेवामा पहुँच बढाउनको लागि अपाङ्गतामैत्री संरचना लगायत पहुँच बढाउन खालको प्रविधि विकासमा जोड दिईनेछ ।

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

२.७ मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रदायक व्यक्ति तथा संस्थालाई व्यवसाय दर्ताको व्यवस्था मिलाई सेवालाई व्यवस्थित गरिनेछ ।

२.८ बाढी पहिरो, भूकम्प लगायतका प्राकृतिक बिपत्तिको कारणले उत्पन्न हुन सक्ने मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य समस्यालाई तत्काल सम्वोधन गर्नको लागि स्थानीय तहमा 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 परिचान गरिने छ ।

३. मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामजिक सेवा प्रवाह गर्नको लागि आवश्यक जनशक्ति विकास गर्ने सम्वन्धमा निम्न रणनीतिहरु लिईनेछ ।

३.१ राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको मानसिक स्वास्थ्यको तालिम (mhGAP) नगरपालिकाका सवै स्वास्थ्य चौकीका योग्यता पुगेका सवै 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 नगरपापालिकामा कम्तिमा पनि एकजना योग्यता पुगेका व्यक्तिहरुलाई मनोसामाजिक परामर्शकर्ताको रुपमा विकास गर्न राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको मनोसामाजिक परामर्शको तालिम प्रदान गरिने व्यवस्था मिलाइने छ ।

३.४ नगरपालिकाको प्रत्येक वडामा कम्तिमा पनि १ जना सामुदायिक मनोसामाजिक कार्यकर्ता नियुक्ति गरी सेवाको लागि परिचालन गरिने छ । यस्तो जनशक्तिलाई आवश्यक तालिम (राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रले विकास गरेको मनोसामाजिक परामर्श तालिम प्याकेजको पहिलो मोड्युल) प्रदान गर्ने व्यवस्था गरिने छ ।

३.५ प्राकृतिक विपद, महामारी लगायतका समयमा बालबालिका, शिक्षक तथा अभिभावकमा देखिने डर, त्रास लगायतको मनोसामाजिक समस्यालाई सम्वोधन गरी पूर्ववत अवस्थामा ल्याउनको लागि जनशक्तिको विकास र परिचालन गरिनेछ ।

३.६ मानव श्रोत तथा बिकास केन्द् सानोठिमीद्धारा तयार पारिएको विद्यालय मनोसामाजिक परामर्श र शिक्षकहरुको तनाव व्यवस्थापन सम्वन्धी

तालिम प्याकेजको कार्यान्वयन गरी विद्यालयस्तरमा शिक्षकहरुको क्षमता अभिबृद्धि गरी सवै विद्यालयहरूमा क्रमश कार्यान्वयन गरिनेछ ।

३.७ संघीय तथा प्रदेश सरकारका स्वास्थ्य निकायको समन्वय तथा सहकार्य गरि आवश्यक श्रोत साधन निश्चित गरिने छ ।

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

४.१ नगरपालिकाको स्वास्थ्य शाखाले शिक्षा तथा महिला बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक सुरक्षा शाखासँगको समन्वय र सहयोगमा जनचेतनाका सामाग्रीहरु विकास गरी कार्यक्रम 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 स्थानीय तहका 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 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, भम्र र मिथ्याकथन हटाउन विद्यालय र समुदायस्तरमा जनचेतना अभिबृद्धि गरिने छ ।

४.५ आत्महत्या रोकथाम, बालविवाह रोकथाम, लैङ्गिक हिंसा रोकथाम र लागु पदार्थको दुर्व्यसनी नियन्त्रण र न्युनिकरणका लागि समुदायस्तर र विद्यालयमा सचेतनामुलक कार्यक्रमहरु संचालन गरिने छ ।

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

४.७ बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको मानसिक स्वास्थ्यको बारेमा शिक्षक, अभिभावक, विद्यालय ब्यवस्थापन समिति र अभिभावक-शिक्षक संघका सदस्यलाई अभिमुखीकरणको ब्यवस्था मिलाईनेछ ।

४.८ प्रत्येक विद्यालयमा मनोपरामर्शका लागी व्यवस्था मिलाउन पहल गरिने छ र स्थानीय पाठ्यक्रममा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी विषय समावेश गरिने छ ।

४.९ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका ब्यक्तिहरूलाइ समाजले हेर्ने दृष्णिकोणमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन र निरन्तर उपचारमा सहयोग गर्नको लागि आयआर्जन गतिविधिहरुमा सहयोग गरिनेछ ।

४.१० मानसिक स्वास्थ्य सम्वन्धी जनचेतना अभिबृद्धिको लागि सुचना 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 ।

४.११ 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 धामीझाकी, झारफुके, गुभाजु, बढघरहरुलाई सचेतना कार्यक्रमहरुमा सहभागी गराइनेछ ।

४.१३ गर्भावस्था र सुत्केरी अवस्थाको मानसिक स्वास्थ्य, प्रभावकारी अभिभावकत्व लगायतका विषयहरुमा जनचेतना अभिबृद्धि गरिनेछ ।

४.१४ बैदेशिक रोजगारमा गएका व्यक्ति तथा उनीहरुको परिवारका सदस्यहरुमा देखापर्ने मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक समस्याको जोखीम न्यूनीकरण तथा ब्यवस्थापनको लागि कार्यक्रम सञ्चालन गरिनेछ ।

४.१५ कडा खालका मानसिक स्वास्थ्य समस्या भई उपचार पछि निको हुंदै गरेका ब्यक्तिहरुलाई आयआजर्नको काममा संलग्न गराईने छ । साथै स्थानीय स्तरमा रोजगार प्रदान गर्ने संस्थासँग समन्वय गरी मानसिक स्वास्थ्य समस्याको जोखिममा रहेका भएका ब्यक्तिलाई रोजगार प्रदान गर्न पहल गरिनेछ ।

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 मोलुङ गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखा र प्रहरी प्रशासनसँग सहकार्यमा आत्महत्याको तथ्यांक प्रणालीको विकास गरिनेछ ।

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

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

६. संस्थागत व्यवस्था

६.१ यस नीतिको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि स्थानीय तहद्वारा स्रोत तथा अधिकार सम्पन्न संयन्त्रको निर्माण गरिनेछ ।

६.२ मानसिक समस्या भएका व्यक्तिहरुको उपचारको विशेष व्यवस्था गर्न स्थानीय तहमा सामाजिक सेवा एकाई स्थापना एवं सञ्चालन गरिनेछ ।

६.३ मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिलाई उपचारमा सहजताका लगि गाउँपालिकाले सञ्चालन गरेको स्वास्थ्य विमा कार्यक्रममा समावेश गरिने छ ।

६.४ 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 र सेवाग्राहीमध्येबाट एक जना प्रतिनिधि रहने अनुगमन संयन्त्र निर्माण गरिनेछ ।

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

७. 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 ।

८. अनुगमन तथा मूल्याङ्कन

८.१ मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामकि परामर्श सेवाको गुणस्तर, मानसिक स्वास्थ्योपचारको 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 ।

८.२ स्वास्थ्य संस्थाहरुमा मानसिक एवं मनोसामाजिक समस्या भएका व्यक्तिलाई गुणस्तरीय सेवा सुनिश्चित गर्न स्थानीय तहको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख, गाउँ अस्पतालको प्रमुख, मानसिक/मनोसामाजिक कार्यकम 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 ।

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

९. जोखिम

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

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

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

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

९.५ यस नीतिलाई कार्यान्वयन गर्नको लागिसंघ तथा प्रदेशमा जस्तै स्थानीय तहमा पनि मानसिक स्वास्थ्यको छुट्टै सक्रिय संयन्त्र स्थापना नभएको हुँदा मानसिक स्वास्थ्यका कार्यक्रम तर्जुमा र कार्यन्वयन हुन चुनौती आउन सक्दछ ।

आज्ञाले

निलकण्ठ विश्वकर्मा

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत