: ऐरावती गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

बरौंला,प्युठान

लुम्बिनी प्रदेश,नेपाल

प.सं.२०८३/०८४

च.नं:

ऐरावती गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय बरौंला, प्युठान लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

मितिः२०८३/०६/१५

मानसिक रोग सम्बन्धी निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरको अत्यन्त जरुरी सूचना!

(सूचना नं:१६/२०८३/८४)

ऐरावती गाउँपालिकाको आयोजना तथा क्यालिका विकास केन्द्र नेपाल,विजुवार प्युठान र स्टोम फाउण्डेसनको सहयोगमा धुवाँङ्ग स्वास्थ्य चौकी, कैरनमा **निःशुल्क मानसिक स्वास्थ्य शिविर** सञ्चालन हुन गइरहेको छ। उक्त शिविरमा **मानसिक रोग विशेषज्ञ डाक्टरबाट** बिरामीहरूको निःशुल्क जाँच, परामर्श तथा उपचार हुने भएकाले तल उल्लेखित लक्षण वा समस्या भएका सम्पूर्ण नागरिकहरूले समयमै सम्पर्क राखी यस सुनौलो मौकाको फाइदा उठाउनुहुन हार्दिक अनुरोध गरिन्छ।

- **मितिः** २०८३ असोज १८ गते, आइतबार
- **समयः** बिहान ९:०० बजेदेखि
- **स्थानः** धुवाँड स्वास्थ्य चौकी, कैरन (ऐरावती गाउँपालिका)
- **उपलब्ध सेवाः** मानसिक रोग विशेषज्ञद्वारा निःशुल्क जाँच, परामर्श तथा उपचार

निम्न समस्या वा लक्षण भएका व्यक्तिहरूले शिविरमा सम्पर्क राख्नुहोलाः

- **चिन्ता र डरः** धेरै सोच्ने, अत्यधिक चिन्ता लिने, छटपटी हुने, डर लाग्ने, झस्किने, मुटुको ढुकढुकी बढ्ने, आत्तिने, वा मर्छु कि जस्तो लाग्ने।
- **मुड र व्यवहारमा परिवर्तनः** विनाकारण धेरै रिसाउने, झर्किने, नरमाइलो लाग्ने (उदास रहने), र एक्लै बस्न मन पराउने।
- **निन्द्रा र खानपानः** निन्द्रा नलाग्ने वा भोक नलाग्ने समस्या।
- **गम्भीर मानसिक लक्षणः** बेहोस हुने, बेसुरका कुरा गर्ने, बिर्सिने समस्या, र कानमा अनेक कुरा/आवाजहरू सुनिने।
- **शारीरिक लक्षणः** शरीर काम्ने तथा हातखुट्टा झमझम हुने।
- **यौन स्वास्थ्यः** शीघ्रपतन तथा यौन दुर्बलता।
- **दुर्व्यसनः** मदिरा (मापसे) तथा लागूपदार्थ (लापसे) को अत्यधिक सेवन गर्ने।
- **आपतकालीन अवस्थाः** डिप्रेसन वा मानसिक तनावका कारण आत्महत्याको प्रयास गर्ने वा त्यस्तो सोच आउने।

बालगोपाल श्रेष्ठ

स्वास्थ्य शाखा प्रमुख