

## हामी स्वस्थ मुस्कानको रक्षा गर्न चाहन्छौं र आशाले भरिएको भविष्य जडन चाहन्छौं।

"आशा"को काम स्थानीय संस्कृति र प्रथाहरूको महत्वाकांक्षी रूपमा सम्मान गर्दै, स्थानीय मानिसहरूसँग मिलेर समस्याहरूको समाधान गर्ने "व्यवस्थापन" हो। यस प्रक्रियामा, स्थानीय निवासीहरूलाई कामको साथीको रूपमा रोजगार गर्ने साथै, "आशा"को संगठन र चालनाको लागि धन आवश्यक छ। हामी नेपालको उज्ज्वल भविष्य खोल्नका लागि हाम्रा गतिविधिहरूमा तपाईंको सहयोगको आभारी हुनेछौं।



Affordable and Sustainable Healthcare Access

## उदाहरण को लागी, यो जस्तै चीजहरू को लागी प्रयोग गरिन्छ।

साइटमा कर्मचारीहरू पठाउन र गतिविधि लागतहरू कभर गर्न, सर्भर व्यवस्थापन, समाधानहरूको विकास सहित विभिन्न उद्देश्यका लागि प्रयोग गर्छौं।

### स्थानीय रोजगारी



निजी नागरिकहरूलाई "सामुदायिक स्वास्थ्य कर्मचारी" को रूपमा रोजगारी र तालिम दिन्छौं जसले समुदायमा स्वास्थ्य सेवाको आवश्यकता भएका मानिसहरूलाई भेट्न र अन्तर्वार्ता दिन्छ।

### स्वास्थ्य शिक्षा सामग्री



स्थानीय निवासीहरूलाई लागि स्वास्थ्य देखरेख, आपत्ति उपचार आदि सम्बन्धित शिक्षा कार्यक्रमहरूमा प्रयोग गर्ने पाठ्यपुस्तकहरू र प्राथमिक उपचारको सेटहरू तयार गरी, प्रदान गर्दछ।

### सोफ्टवेयर द्वारा प्रणाली निर्माण



स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारी प्रबन्धन एप, चिकित्सा जानकारी प्रबन्धन सफ्टवेयर, डेटाबेस इत्यादि को प्रयोग गर्दा उत्पन्न हुने व्यवस्थापन खर्चहरूको रूपमा प्रयोग गर्नेछ।

स्वस्थ बिहानको स्वागत गर्न पाउनु, यो संसारभरिका सबैको अधिकार हो।



## "आशा" बारेमा थप जानकारीको लागि कृपया यहाँ हेर्नुहोस्।

ASHA एक प्रो-बोनो समूह हो जसमा सदस्यहरू अलग-अलग कम्पनी वा संगठनमा काम गर्दछन्। प्रत्येक सदस्यले अर्जन गरेका ज्ञान र अनुभवहरू र यसले एक विशेष प्लेटफर्मको रूपमा समाजिक सेवा गर्न सकिने ठाउँ बनाउन लक्ष्य राख्छ। हामी आफ्नो सीपको पूर्ण उपयोग गर्दै साझा उद्देश्यमा आधारित कार्य जारी राखेर समाजमा योगदान गर्नेछौं। हामीलाई हाम्रो भावना र कार्यलाई समर्थन गर्ने सदस्यहरू चाहिन्छ।

संगठनको नाम	विशेष निशुल्क कार्यकारी संगठन आशा (विशेष प्रमाणित)
प्रतिनिधि	रेन शिक्षित, साख्या सन्दीप (प्रतिनिधि निदेशकहरू)
स्थापना	२०१५ अक्टोबर १, २०१५
कर्मचारी संख्या (२०२३ सेप्टेम्बर १६ गते)	पूर्ण सदस्य: २१ जना समर्थक: ३८ जना

# ASHA, सबैका लागि "मौलिक स्वास्थ्य अधिकार" को दिशामा। संसार जहाँ सबैले स्वस्थ जीवन जिउन सक्छन्।



## प्रतिनिधि निर्देशक शाक्य सन्दीप

नेपालकी उनी १८ वर्षको उमेरमा जापान आए। टोकियो मेडिकल एण्ड डेन्टल युनिभर्सिटी अफ मेडिसिनबाट स्नातक गरेपछि, २००८ मा जापानी मेडिकल इजाजतपत्र प्राप्त गरे र हृदय रोग विशेषज्ञको रूपमा काम गरे। नेपालमा ठूलो भूकम्पपछि सह-प्रतिनिधि निन संग आशा सुरु गरे र हाल हृदय रोगको निर्देशक र क्लिनिकल अनुसन्धान निर्देशकको रूपमा काम गर्दै आशाको गतिविधिहरू सञ्चालन गर्दै आएका छन्।



## प्रतिनिधि निर्देशक निन योसिफुमी

टोकियो विश्वविद्यालयको ग्रेजुएट स्कूल अफ पब्लिक हेल्थमा सार्वजनिक स्वास्थ्य अध्ययन गरे। नेपालको भूकम्पपछि उनी आफ्नो संकायका साथी शाक्यसँग ASHA को संचालन गर्न थाले। उनले प्रतिनिधि निर्देशकको पदमा नियुक्ति लिएका छन्। उनी विदेशी परामर्शदाता कम्पनीमा काम गरिसकेपछि उनी अकित्ता इन्टरनेशनल युनिभर्सिटीमा फ्रीलान्स कन्सल्टेन्ट र अनुसन्धानकर्ताको रूपमा काम गर्नेलागयत विभिन्न क्षेत्रमा सक्रिय छन्।

## मानिसहरूले आवश्यक पर्ने चिकित्सा हेरचाह प्राप्त गर्न सक्दैनन्। यो नेपालको यथार्थ हो।

२०२१मा जापानमा औसत आयु ८४ वर्ष थियो, तुलनामा नेपालमा औसत आयु ६८ वर्ष थियो। यसैगरी, प्रति हजार जनामध्ये २७ जना ५ वर्ष भन्दा कम उमेरमा मृत्यु भइरहेको छ\*१, मानिसहरू स्वस्थ जीवन बिताइरहेका छन् भन्न सकिँदैन। विशेष गरी, दूरस्थ गाउँमा बस्ने व्यक्तिहरूको सम्बन्धमा, ज्ञानको कमीले जीवन शैली रोग बढी देखिन्छ। त्यहाँ धेरै व्यक्तिहरू छन् जसले जानकारी प्राप्त गरेका छैनन्, वर्तमान चिकित्सा अवस्थालाई सही रूपमा बुझ्न र उपयुक्त हस्तक्षेपहरू प्रदान गर्न असमर्थ भएको छ, यसले प्रभावकारी सुधारका उपायहरू फेला पार्न गाह्रो बनाएको छ।

### केस १: मातृ तथा बाल स्वास्थ्य



- संस्थागत वितरणको दर: ५७%\*२
- ५ वर्ष भन्दा कम उमेरका बच्चाहरूमा पखाला: ३८.५%\*३

### केस २: जीवनशैली रोग



- मोटापा (वजन अतिरिक्त): २३.५%
- उच्च रक्तचापका बिरामीहरू: ३६.९%
- मधुमेह (डायबिटीज): ८.८%

उद्धरण: नेपाल सरकार तथ्यांक (२०१९)

### केस ३: संक्रमण रोग



- श्वासप्रश्वासको संक्रमण र क्षयरोगबाट मृत्यु: मृत्युको कारण ८.४%।
- सुरक्षित पिउने पानीको पहुँच भएका मानिसहरू: ३१%

उद्धरण: युएन जल (२०२२)

उद्धरण: \*१ विश्व बैंक तथ्याङ्क (२०२१) \*२ नेपाल बहुसूची सर्वेक्षण २०१९ \*३ नेपाल सरकार तथ्याङ्क (२०१८)

## चिकित्सा सेवा प्रदान गर्ने व्यक्ति र आवश्यकता भएका व्यक्ति, दुवैका लागि समस्याहरू थिए।

चिकित्सा संस्थानको गुणस्तर र मात्रा दुवैमा पर्याप्त भएकाले, थप गरी, रोगीहरूका ज्ञान अपर्याप्त भएको कारण उचित कुरा गर्न सक्दैन, जसले उनीहरूलाई प्राप्त गर्न सकिने स्वास्थ्य सेवा नपाउन सक्छ।

चिकित्सा संस्थानको पक्ष	रोगीको पक्ष
<ul style="list-style-type: none"> <li>• संख्या कम छ, टाढा छ</li> <li>• गर्न सक्ने कामहरू कम छन्,</li> <li>• नियमित उपचार गर्न कठिन छ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• अस्वस्थ जीवनशैली</li> <li>• कष्टको समयमा ठिक निर्णय गर्न कठिनी</li> </ul>

## समुदाय x प्रविधिको शक्ति ले, चिकित्सा प्रणाली निर्माण स्थानीय सँग।

हाम्रो लक्ष्य अस्थायी सहयोग प्रदान गर्नु होइन, भविष्यमा स्थानीय आफैं चलाउन सक्ने प्रणाली सिर्जना गर्नु हो। सफ्टवेयरको निर्माण र कार्यान्वयन, स्वास्थ्य शिक्षा फैलाउने र स्थानीय बासिन्दाहरूको स्वास्थ्य साक्षरतामा सुधार गर्दै, हामी "आशा" छोडे पछि पनि मध्यमदेखि दीर्घकालीन रूपमा काम गर्ने प्रणाली निर्माण गर्नेछौं।



## सामुदायिक X प्रविधि प्रयोग गरेर चिकित्सा हेरचाह वितरण प्रणाली सिर्जना गर्दै

हामीले मेडिकल अन्तर्वार्ता एपहरू र सूचना व्यवस्थापन सफ्टवेयरको विकास र परिचय, र तिनीहरूलाई प्रयोग गर्न मानव संसाधनको प्रशिक्षण मार्फत चिकित्सा प्रणाली निर्माण गर्दैछौं।

### स्थानीय स्वास्थ्य कर्मचारी x ASHA Connect



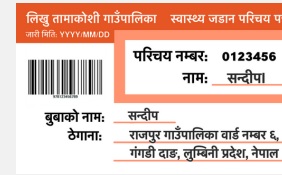
हामी समुदायबाट सामुदायिक स्वास्थ्य कर्मचारीहरू नियुक्त गर्छौं जसले हेरचाहको आवश्यकता भएका मानिसहरूलाई नियमित रूपमा भेट्छन्। एप, ASHA Connectको प्रयोग ले कर्मचारीहरूलाई चिकित्सा संस्थाहरूसँग सजिलै सहकार्य गर्न सक्छ ताकि स्थिर गुणस्तर सेवा प्रदान गर्न सक्नु।

### चिकित्सा जानकारीको उचित प्रबन्धन x नेपाल EHR



यो इलेक्ट्रोनिक मेडिकल रेकर्ड सफ्टवेयर हो जसले उपचार इतिहासलाई डेटाको रूपमा रूपान्तरण र भण्डार गर्दछ। इलेक्ट्रोनिक मेडिकल रेकर्डहरूमा आधारित प्रिस्क्रिप्शनहरू जारी गर्नुका साथै, कागजी मेडिकल रेकर्डहरू बाहेक अन्य जानकारी भण्डारण गर्ने संस्कृति सिर्जना गर्न सम्भव छ, जसद्वारा चिकित्सा कार्यहरू अझ प्रभावकारी बनाउँछ।

### साझा डेटाबेस x आवश्यकताहरूको दृश्यीकरण



केन्द्रीकृत सूचना व्यवस्थापनले क्षेत्रभरिको सहकारिता सम्भव बनाउँ चिकित्सा सेवाहरू प्रदान गर्न प्रणाली सिर्जना गर्नेछ। यसबाहेक, समग्र डेटाबाट चिकित्सा आवश्यकताहरू कल्पना गरे, चिकित्सा सेवाहरूको प्रावधान विस्तार र हेरचाहको गुणस्तर सुधार गर्न सक्छौं।

## स्वास्थ्य साक्षरता सुधार गर्न स्वास्थ्य शिक्षा

बासिन्दाहरूको स्वास्थ्य साक्षरतामा सुधार गर्न, हामीले माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरू लागि पारिवारिक औषधि र प्राथमिक उपचारमा तालिमका कार्यशाला गर्दै आएका छौं बासिन्दाहरूलाई प्राथमिक उपचार र घरेलु औषधिको ज्ञान जस्ता आधारभूत आत्म-हेरचाह सीपहरू प्रदान गरेर, हामीले एउटा समाज सिर्जना गर्ने लक्ष्य राखेका छौं जहाँ मानिसहरूले चिकित्सा हेरचाहमा सीमित पहुँच भएका क्षेत्रमा पनि आफ्नो स्वास्थ्यको सुरक्षा गर्न सक्छन्। हामी माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूलाई व्यावहारिक प्रशिक्षण प्रदान गर्दैछौं जुन उनीहरूले आफ्नो दैनिक जीवनमा तुरुन्तै प्रयोग गर्न सक्छन्, जस्तै चोटपटकको लागि प्राथमिक उपचार।

