एक एक पाइला

स्वंयसेवकद्वारा दुर्गम क्षेत्रमा स्वास्थ्य सेवा

सेवामा समर्पित एक दशक

A DECADE OF HEALTH SERVICE

Born in the aftermath of the devastating earthquake of 2015, Ek Ek Paila has now completed a decade of selfless service with the arrival of 2025. Over these ten years, the organization has reached thousands of citizens across Nepal's most remote corners, delivering free and life-changing healthcare services.

Braving rugged terrains, extreme weather, and countless logistical, administrative, and financial challenges, Ek Ek Paila journeyed deep into the mountains and Himalayan villages-places long deprived of basic healthcare. With steadfast coordination and collaboration with local communities, the Social Welfare Council, stakeholders, local governments, and provincial health offices, the organization became a lifeline for underprivileged populations in the country's far-flung regions.

Throughout this journey, dozens of outreach programs were conducted, offering a wide range of medical services-eye care and cataract surgeries, ENT checkups and operations, dental treatments and extractions, pediatric services, gynecological and maternal health care, general medicine, dermatology, orthopedics, radiology, pathology, pharmacy and various specialized surgeries.

In addition to mobile health camps, Ek Ek Paila established a community health center in Thapathali, Kathmandu in 24th April, 2021 that provides services at very low costs. The organization has also helped establish a 15-bed primary hospital in Thokarpa, Sindhupalchok district in 17th September, 2021. The primary hospital was successfully operated for two years, which later was handed over to the local government for long term sustainability. The organization also engaged in education, training, and research activities to further strengthen Nepal's healthcare ecosystem.

The compassionate hands that rose in response to the devastating earthquake never wavered-not during the COVID-19 pandemic, nor amid floods, landslides, and other natural calamities. The volunteers of Ek Ek Paila remained relentless, reaching doorstep after doorstep of the deprived and the economically vulnerable people, bringing vital care and hope.

In these ten years, Ek Ek Paila has touched the lives of tens of thousands of people across dozens of districts, embodying a spirit of unwavering service and commitment to humanity. The achievements of Ek Ek Paila over the past decade would not have been possible without the trust our patients placed in our care. We extend our heartfelt thanks to our patients for giving us the opportunity to serve, and to our collaborators for their unwavering support.

स्वास्थ्य शिविर- गमगढी, मुगु २०७३

Ek Ek Paila

Volunteers bringing healthcare to the unreached

About us

Ek Ek Paila is a non-profit organization that provides healthcare to people residing in remote areas of Nepal.

How it began

Ek Ek Paila was founded after the 2015 earthquake by a group of volunteers to provide free health services in the affected areas. The 1st outreach program was held on June 6, 2015 in Sindhupalchowk.

Mission

Our mission is to deliver healthcare to remote and underserved communities of Nepal.

Vision

We aspire to establish sustainable health systems through local collaboration, where communities irrespective of its location or socioeconomic status have equitable access to healthcare.

Ek Ek Paila

- Community Health Center
  - OPD Service
  - Preventive / Awareness Program
  - Community Service Program
- Outreach Program
  - Outreach Comprehensive Health Service (OCHS)
  - Outreach Surgical Program (OSP)
- Education, Training & Research Program

Community Health Center

Community Health Center was established in 2021 in Kathmandu. It offers comprehensive medical service to the urban underprivileged and to the community.

Outreach Comprehensive Health Service (OCHS)

In very remote areas of Nepal where people have limited or no access to health care, OCHS are held by medical volunteers of Ek Ek Paila.

OCHS includes ophthalmology, ENT, dental, gynecology, dermatology, general medicine, surgery, pediatrics, orthopedics, radiology, pathology, and counseling.

Outreach Surgical Program (OSP)

OSP are surgical programs for Eye, ENT and Dental health. These are held annually depending on the need in places where OCHS were held.

Ek Ek Paila

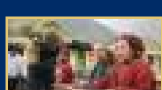
Health Service (2015-2025)

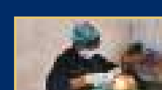
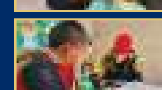
- **34** Outreach Health Service
- **38731** Patient Attended
- **84820** Cross Consultation

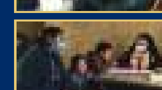
Chanaute, Sindhupalchok
Bhadrutar, Nuwakot
Sailung, Dolakha
Thulo Shyapru, Rasuwa
Humde and Chame, Manang
Dhola, Dhading
MainaPokhari, Dolakha
Sankhupati Charu, Kavre
Dudhekuna, Lamjung
Railey, Kavre
Braka Gumba, Halchowk

Ghyalchok, Gorkha
Upper Manang, Manang
Gamgadhi, Mugu
Simikot, Humla
Jumla, Karnali
Dunai, Dolpa
Khalanga, Jarjarkot
Dho, Upper Dolpa
Bagmati River, Thapathali
Bagmati River, Teku
Manaslu, Gorkha

Kuleshwor, Bagmati
Sankhamul, Bagmati
Chame, Manang
Rukumkot, East Rukum
Kolti, Bajura
Yalbang, Humla
Rukum, Sisne
Phaktanglung, Taplejung
Bhotkhola, Sankhuwasabha
Kumal Gaun, Kalikot





COLOR SYMBOLS

- Ek Ek Paila Community Health Center
- Outreach Comprehensive Health Service (OCHS)
- Outreach Surgical Program (OSP)

स्वास्थ्य शिविर- सिमिकोट, हुम्ला, २०७५

स्वास्थ्य शिविर- धो-ताराप, अपर डोल्पा, २०७६

एक एक पाइलाको
एक दशक

हाम्रो बारे

एक एक पाइला एक मुनाफा रहित जनहितकारी सामाजिक संस्था हो, जसले नेपालको दुर्गम क्षेत्रमा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरूलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दछ।

कसरी शुरु भयो?

एक एक पाइला बि.सं. २०७२ को भूकम्पपछि प्रभावित क्षेत्रहरूमा नि:शुल्क स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न स्वयंसेवकहरूको समूहद्वारा स्थापना गरिएको हो ।

पहिलो स्वास्थ्य कार्यक्रम बि.सं. २०७२ जेष्ठ २३ मा सिन्धुपाल्चोकमा आयोजना गरिएको थियो ।

ध्येय

हाम्रो ध्येय नेपालका दुर्गम र कम पहुँच भएका समुदायहरूलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नु हो ।

परिकल्पना

हामी स्थानीय सहकार्यमार्फत दीर्घकालीन स्वास्थ्य प्रणाली स्थापना गर्न चाहन्छौं, जसले गर्दा स्थान वा आर्थिक अवस्थाको फरक नराखी सबै समुदायहरूले समान रूपमा स्वास्थ्य सेवामा पहुचँ पाऊन् ।

स्वास्थ्य शिविर- गमगढी, मुगु, २०७३

सेवामा समर्पित
एक दशक

वि.सं. २०७२ सालमा आएको विनाशकारी भूकम्पका बेला जन्मिएको "एक एक पाइला" ले २०८२ सालको प्रारम्भसँगै आफ्नो स्थापनाको एक दशक पूरा गरेको छ । यस अवधिमा संस्थाले नेपालका विभिन्न दुर्गम गन्तव्यहरूमा पुगेर हजारौं नागरिकलाई नि:शुल्क स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न सफल भयो । संस्थाले विभिन्न आरोह-अवरोहका बीच पहाड एवम् हिमाली भेगका अति दुर्गम गाउँ बस्तीमा पुगी आधारभूत स्वास्थ्य सुविधाबाट बन्चित हजारौं नेपालीलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गऱ्यो । कठिन भूगोल र प्रतिकूल मौसमका बाबजुद पनि विभिन्न मानवीय, प्रशासनिक र आर्थिक चुनौतीहरूको पर्वाह नगरी स्थानीय बासिन्दा, समाज कल्याण परिषद्, स्थानीय सरोकारवाला, स्थानीय सरकार र प्रादेशिक स्वास्थ्य कार्यालयसँग समन्वय र सहकार्य गरेर दूरदराजका निम्नवर्गीय नागरिक माझ स्वास्थ्य सेवा पुऱ्याउने कार्य यस संस्थाको प्रमुख विशेषता बन्यो ।

यस दौरान दर्जनौं आउटरिच कार्यक्रमहरू आयोजना गरिए, जसमा आँखा रोग सेवा साथै मोतियाबिन्दु शल्यक्रिया, नाक, कान, घाँटी सम्बन्धी चेकजाँच र शल्यक्रिया, दन्त रोग सेवा, बाल रोग सेवा, स्त्री तथा प्रसुती रोग सेवा, जेनेरल मेडिसिन, छाला रोग सेवा, हाड जोर्नी सेवा र शल्यक्रियाका विशेषज्ञ कार्यक्रमहरू समावेश थिए । यसका अलावा "एक एक पाइला" ले वि.सं. २०७८ साल वैशाख ११ गते काठमाडौंको थापाथलीमा सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रको स्थापना गऱ्यो भने वि.सं. २०७८ साल असोज १ गते सिन्धुपाल्चोकमा १५ शैयाको ठोकर्पा आधारभूत अस्पतालको स्थापना गरेर, पछि त्यसको सञ्चालन र हस्तान्तरण समेत गरेको थियो । साथै, शिक्षा, तालिम र अनुसन्धानका विभिन्न गतिविधिहरूमा पनि संस्थाको संलग्नता रह्यो ।

भूकम्पको कम्पनसँगै जुर्मुराएका सेवा प्रदायक हातहरूले कोरोना महामारी र बाढी-पहिरो जस्ता प्राकृतिक प्रकोपहरूमा पनि अविचलित भई आफ्नो कर्तव्य पूरा गरिरहे । संस्थाका यी स्वयंसेवकहरू कहिल्यै थाकेनन्, बरु चुनौतीपूर्ण परिस्थितिहरूमा पनि यी दुर्गम क्षेत्र, सुकुम्बासी बस्ती र विपन्न नागरिकहरूको घरदैलोमा पुगेर उनीहरूलाई अत्यावश्यक सेवा पुऱ्याउन अग्रसर रहे । समग्रमा, यो दश वर्षमा दर्जनौं जिल्ला पुगेर दशौं हजार जनतालाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न एक एक पाइला सफल भयो ।

महाभूकम्प २०७२ बैशाख

स्वास्थ्य शिविर- भूकम्प अस्थाई टहरा, चनौटे, सिन्धुपाल्चोक, २०७२

स्वास्थ्य शिविर- चनौटे, सिन्धुपाल्चोक, २०७२

सेवामुलक सोचको
बीजारोपण र स्थापना

वि.सं. २०७२ साल बैशाख १२ गते नेपालको गोरखा जिल्लास्थित बारपाकलाई केन्द्रबिन्दु बनाएर शक्तिशाली भूकम्प गयो। म्यागिनच्युडमा ७.८ रेक्टर स्केल मापन गरिएको उक्त महाभूकम्पको कारण नेपालका धेरै पहाडी ग्रामीण क्षेत्रहरु नराम्ररी प्रभावित भए । भूकम्पका कारण ठूलो सङख्यामा जनधनको क्षति हुनुका साथै हजारौं मानिसहरू घाइते र स्वास्थ्य सेवाबाट वञ्चित रहन पुगे। यस्तो कहालीलाग्दो र कठिन परिस्थितिमा समान सोच भएका केही व्यक्तिहरुले भूकम्प प्रभावित क्षेत्रमा नि:शुल्क स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने अग्रसरता लिए।

एकजना चिकित्सकले भुकम्पले आक्रान्त ठाउँहरूमा सेवा गर्ने आफ्नो मनाशय फेसबुक च्याटमा उपलब्ध आफ्ना साथीहरूलाई सुनाए, जुन सोचलाई साथीहरुले पनि तत्काल अनुमोदन गरे। यसका लागि आवश्यक सामुहिक प्रयासका निम्ति फेसबुक पोस्टमै आव्हान गरेर अन्य चिकित्सक र स्वयमसेवीलाई पनि यस समूहमा जोडियो। यसरी, यस पुनित कार्यले प्रारम्भिक आकार पायो ।

शुरुमा एक वर्षका लागि काठमाडौं नजिकका पायक पर्ने ठाउँहरुमा गएर महिनामा एक दिन स्वास्थ्य शिविर गर्ने सोचसहित सामाजिक कार्यको थालनी गरियो। भूकम्पले ट्रमाको अवस्थामा पुऱ्याएका बालबालिकाका लागि विभिन्न रचनात्मक कार्यक्रम अघि बढाउँदै टोलीले सरसफाइका सामान, औषधिलगायत दैनिक आवश्यकताका सामग्री पनि वितरण गर्दै अघि बढिरहेको थियो। अवस्था सामान्य हुँदै जाँदा टोलीको सामाजिक कामलाई नजिकबाट नियाल्नेहरुले सहयोगी हात अघि बढाउँदै गए। ल्याबमा प्रयोग हुनेलगायत विभिन्न परीक्षणका लागि उपकरणहरु पनि जुट्न थाले ।

नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरहरू संचालन गर्दै जाँदा आफ्नो एक पाइलामा अर्को साथीको अर्को पाइला मिसिँदा समाज परिवर्तनको ठूलो यात्रा छिचोल्न सकिने रहेछ भन्ने स्वयमसेवी सबैलाई बोध भयो। यी स्वयमसेवीहरूलाई स्वास्थ्य उपचारको आधारभुत सुविधा समेतबाट बन्चित नेपालका दुर्गम ठाउँहरुको स्पष्ट अनुहार हेर्ने मौका यसै बखत जुऱ्यो। मानव सेवाको पवित्र धर्ममा तल्लिन यी साथीहरुको बन्धन यस्तो कसिलो बन्यो कि सामाज सेवा सबैजनाको आदत नै बन्न पुग्यो। त्यसपछि, वर्षको ६ महिना स्रोत जुटाउने र अर्को ६ महिना शिविर संचालन गर्ने कार्यले निरन्तरता पाउन थाल्यो ।

एक एक गरेर दुर्गम र स्वास्थ्य सुविधा अभाव भएका ठाउँहरुमा सेवामुलक पाइलाहरु चाल्दै जाँदा परिवर्तनको ठूलो फड्को मार्न सकिने रहेछ भन्ने बुझाईले समूहलाई अझै प्रतिबद्ध बनायो । समान सेवाभाव र संवेदना भएकाहरुको यो समूहले १२ वटा स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न गरिसकेपछि बल्ल टिमलाई मूर्तरुप दिने निर्णय गरे र नाम राखे, "एक एक पाइला"।

शुरुवाती चरणमै, एक एक पाइलाले बि.सं. २०७२ को जेष्ठ २३ गतेमा सिन्धुपाल्चोक जिल्लाबाट आफ्नो पहिलो स्वास्थ्य शिविर सञ्चालनको सुरुवात गऱ्यो । सिन्धुपाल्चोक भूकम्पबाट सबैभन्दा बढी प्रभावित जिल्लामध्ये एक थियो, जहाँका नागरिकहरुलाई आपतकालीन स्वास्थ्य सहयोग अत्यन्त आवश्यक थियो । पहिलो स्वास्थ्य शिविर सफलतापूर्वक सम्पन्न भएपछि एक एक पाइलाले अन्य दुर्गम स्थानहरुमा पनि स्वास्थ्य सेवा विस्तार गर्ने निर्णय गऱ्यो। यसका लागि बि.सं. २०७३ मा यो संस्था विधिवत रुपमा दर्ता भयो । बि.सं. २०७३ बाट नै यस संस्थाले आउटरिच क्लिनिकहरु सहित आँखा, कान, नाक, घाँटी र डेन्टल सर्जरी लगायतमा विस्तृत स्वास्थ्य सेवाहरु प्रदान गर्न शुरु गऱ्यो।

नेपालका केही उत्साही स्वयमसेवकहरुको पहलमा शुरु भएको "एक एक पाइला"को मुख्य उद्देश्य भौगोलिक बनावट, आर्थिक असमानता, स्वास्थ्य पूर्वाधारको कमी तथा जनचेतनाको अभावका कारण आधारभूत स्वास्थ्य सेवासमेत प्राप्त गर्नबाट बन्चित नागरिकहरुलाई नि:शुल्क स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नु हो । यो संस्था दुर्गम ग्रामिण समूदायका नागरिकहरुका निम्ति घरदैलोमै सहज एवम् पहुँचयोग्य स्वास्थ्य सेवा नि:शुल्क प्रदान गर्दै उनीहरुको स्वास्थ्य स्थिति सुधार गर्ने अभियानहरु संचालन गर्नप्रतिबद्ध छ। समुदायका प्रत्येक व्यक्तिले समयमै उचित उपचार पाउन्, रोकथाममुखी स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गरुन् र दीर्घकालीन रूपमा सबैले स्वस्थ जीवनशैली अपनाउन् भन्ने नै "एक एक पाइला" को मूल लक्ष्य हो ।

"एक एक पाइला" स्थानीय सहकार्यमार्फत दिगो स्वास्थ्य प्रणाली स्थापना गर्न चाहन्छ, जहाँ स्थान वा आर्थिक अवस्थाको पर्वाह नगरी सबै समुदायले समान रूपमा स्वास्थ्य सेवाको पहुँच प्राप्त

गर्न सकून् । नेपालका जुनसुकै भूगोल, जाति, धर्म, लिंग, वर्ग वा सम्प्रदायका सबै नागरिकहरूलाई समान अवसरका साथ गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्ने वातावरण सिर्जना गर्नु संस्थाको दृष्टिकोण रहेको छ। साथै "एक एक पाइला" नेपालको हरेक समुदायलाई समावेशी, समान र प्रभावकारी स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने वातावरण सिर्जना गर्ने दिगो स्वास्थ्य प्रणालीको स्थापना गर्न चाहन्छ । स्थानीय सरकार, स्वास्थ्य संस्था, स्वयमसेवी र सामुदायिक साझेदारहरूसँग सहकार्य गरी स्थायी स्वास्थ्य प्रणालीको विकास गर्न र समुदायको भौगोलिक अवस्थिति, आर्थिक स्थिति वा सामाजिक अवस्थाका कारण स्वास्थ्य सेवाबाट कसैले पनि वञ्चित हुनु नपरोस् भन्ने सुनिश्चितताका लागि संस्था सधैं क्रियाशील छ ।

जनचेतना वृद्धि गरी रोगको रोकथाम, स्वच्छता, पोषण, मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य जस्ता विषयमा समुदायलाई सशक्त बनाउन "एक एक पाइला" को लक्ष्य छ । साथै, प्रविधि, टेलिमेडिसिन, मोबाइल स्वास्थ्य शिविर जस्ता नवीनतम उपायहरू अपनाएर दुर्गम क्षेत्रमा प्रभावकारी स्वास्थ्य सेवा पुऱ्याउने र अस्थायी राहत मात्र नभई, दिगो प्रभाव पार्ने योजना लागू गरी समुदायको स्वास्थ्य अवस्था निरन्तर सुधार गर्दै जाने दृष्टिकोण सहित संस्था क्रियाशील छ ।

यिनै सङ्कल्पहरूलाई मुर्त रूप दिन तथा यसै दीर्घकालिन सोचलाई साकार पार्ने उद्देश्यका साथ "एक एक पाइला फाउन्डेसन" को जन्म भयो ।

स्वास्थ्य शिविर- बिरामी दर्ता गर्दै, सिमिकोट, हुम्ला, २०७५

स्वयंसेवकहरु दुनै, डोल्पा स्वास्थ्य शिविर तर्फ जान्दै, २०७६

एक एक पाइला फाउन्डेसन

एक एक पाइलाको विस्तारित रुप "एक एक पाइला फाउन्डेसन" मिति २०७७ साल मङ्सिर ०७ गते कम्पनी रजिस्ट्रारको कार्यालयमा दर्ता भई मिति २०७७ पुस १० गते समाज कल्याण परिषदबाट आबद्धता लिई एक मुनाफारहित जनहितकारी सामाजिक संस्थाको रुपमा स्थापना भएको हो ।

सुविधासम्पन्न सामुदायिक स्वास्थ्य क्लिनिक तथा अस्पताल संचालन गर्ने, देश विदेशमा रहेका विभिन्न विशेषज्ञहरुको सेवा समावेश गरी क्लिनिक तथा अस्पताल संचालन गर्ने, स्तरीय सेवा सुविधा उपलब्ध गराउन आवश्यक कर्मचारी तथा स्वयमसेवकहरु परिचालन गरी स्वास्थ्य सेवा संचालान गर्ने, सामाजिक सेवामा योगदान पुऱ्याउने, देशका विभिन्न स्थानमा विभिन्न संघ, संस्था र निकायसँगको समन्वयमा नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविर संचालन गर्ने, देशका विभिन्न स्कुल, कलेज, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रहरु तथा सम्बन्धीत निकायको स्वीकृति र समन्वयमा विभिन्न क्षेत्रमा स्वास्थ्यसेवा सम्बन्धी जनचेतनामुलक शिक्षाको कार्यक्रम संचालन गर्ने, गराउने एवम् दैविप्रकोप र मानवीय सङ्कट आईपरेका बखत त्यस्ता आपत-विपतमा परेका मानिसलाई आवश्यक स्वास्थ्य सेवा र सहयोग उपलब्ध गराउने लगायतका उद्देश्यहरु राखेर फाउन्डेसनको स्थापना गरिएको हो । फाउन्डेसनको अग्रसरतामा बि.सं. २०७७ मा आउटरिच क्लिनिक एवम् स्वास्थ्य केन्द्र संचालन गर्ने क्रमको शुरुवात भयो । यसपछि बि.सं. २०७८ मा फाउन्डेसनको सक्रियतामा सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा १५ शैय्याको आधारभुत अस्पताल "ठोकर्पा अस्पताल" स्थापना गरियो भने हाल काठमाडौंको थापाथलीमा "एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र" पनि संचालनमा आएको छ।

फाउन्डेशनले स्वास्थ्यको पहुँचबाट टाढा रहेको समुदायलाई लक्षित गरी निस्वार्थ भावले दूरदराजका जिल्ला, पिछडिएका बस्ती र आर्थिक स्तर कमजोर भएका समुदायमा विशेषज्ञ सेवा बिस्तार गर्ने अभिप्रायका साथ विभिन्न स्वास्थ्यका कार्यक्रमहरु संचालनमा ल्याइरहेको छ ।

"एक एक पाइला" पूर्ण रुपमा नेपालीहरुद्वारा सञ्चालित संस्था हो जसको सम्पूर्ण कोष नेपालमै संकलन गरिन्छ । यसको मुख्य विशेषता भनेको स्थानीय समुदायसँग सहकार्य गर्दै, स्थानीय स्रोत-साधनको प्रयोग गरेर स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नु हो । यो संस्था स्थानीय सरकार, साझेदार संस्था तथा समुदायका अन्य संघ-संगठनहरुसँग सहकार्य गर्दै अघि बढेको छ । यहि सहकार्यबाट प्राप्त सहयोगकै कारण यस संस्थाको अभियानले निरन्तरता पाइरहेको छ।

दुर्गम क्षेत्रका नागरिकहरुको स्वास्थ्य पहुँचलाई सुधार गर्ने प्रभावकारी पहलका रुपमा स्थापित "एक एक पाइला"ले आजसम्म विभिन्न स्थानमा पुगेर हजारौं नेपालीलाई नि:शुल्क स्वास्थ्य सेवा दिइरहेको छ, र यो क्रम निरन्तर जारी छ। ग्रामीण क्षेत्रमा गुणस्तरीय उपचार सेवा पुऱ्याउने संस्थाको प्रयासले स्थापनाको दश वर्षमै धेरै नेपाली नागरिकको जीवनलाई सकारात्मक रुपमा परिवर्तन गरेको छ ।

स्वास्थ्य शिविर- धो-ताराप, अपर डोल्पा, २०७६

निरन्तर चलिरहेका पाइलाहरू

१ पाइलाको शुरुवात सिन्धुपाल्चोक

“एक एक पाइला फाउन्डेसन” ले आफ्नो पहिलो स्वयंसेवी पाइला सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको चनौटेमा चालेको थियो । स्वस्फुर्त सहभागी भएका स्वयमसेवीबाट कुनै संस्थागत प्रयत्न र बैंक खाता बिना नै बि.सं. २०७२ को जेष्ठ महिनामा गरिएको यस स्वास्थ्य शिविर एउटा रिसोर्टमा संचालन गरिएको थियो । भूकम्पपछिको समयमा विभिन्न सरकारी, गैरसरकारी निकायबाट घरबार विहीन भएका पीडितलाई राहत वितरणका कार्यक्रमहरु धेरै भइरहेको समयमा यस संस्थाले भने विपत्तिको समयमा तत्काल आवश्यक पर्ने स्वास्थ्य उपचार, मनोपरामर्श एवम् पोषण सम्बन्धी सेवा प्रदान गर्ने अभिप्रायले यो शिविर संचलान गरेको थियो ।

यस क्रममा ४५१ जना बिरामीको कुल ६८६ वटा चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो जसमध्ये १६९ जनाको आँखाको जाँच गरिएको थियो भने ९७ वटा दन्त परीक्षण गरिएको थियो। ७० जनाको छाला रोग, ३६ जनाको कान, नाक र घाँटी एवम् ५८ जना महिलाहरूको स्त्रीरोग सम्बन्धी चेकजाँच गरिएको शिविरमा २५६ जनाको सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो ।

२ पाइला नुवाकोट पुग्यो

बि.सं. २०७२ को जेष्ठमा “एक एक पाइला फाउन्डेसन” ले आफ्नो दोस्रो स्वास्थ्य शिविर लिएर नुवाकोटको भुद्रटार गयो। भूकम्प पीडितहरूको सेवाका लागि ५० जना हाराहारीको ठूलो समूह सहित गएको टोलीमा पहिलो पटक मनोविद, पोषणविद, मनोपरामर्शदाता लगायतको पनि सहभागिता रहेको थियो । यस स्वास्थ्य शिविरमा ५६० जना बिरामीहरुले सेवा लिएका थिए जसमा ७८६ वटा चेकजाँच गरिएको थियो। आँखासम्बन्धी २३९, डेन्टलमा १५०, छाला रोगमा ९५, कान, नाक, घाँटीमा ६१, स्त्रीरोगमा ८२, सामान्य चिकित्सामा १२४ र हाडजोर्नीका ३५ चेकजाँचहरु सम्पन्न गरिएका थिए ।

३ पाइला दोलखामा

बि.सं. २०७२ को आषाढमा वर्षायामको समयमा कठीन यात्रा पार गरेर संस्थाले आफ्नो तेस्रो पाइला दोलखा जिल्लाको सैलुङ्गमा राख्यो। पहिलो पटक दुई रात र तीन दिनको लामो शिविरका लागि गएको सानो टोलीले कुल ६५६ जना बिरामीहरुको १०४७ वटा चेकजाँचहरु सम्पन्न गरेको थियो। यसमध्ये आँखा सम्बन्धी ३७५, छालारोगमा ९५, कान, नाक, घाँटीमा ९३, जेनेरल मेडिसिनमा ४०२ र रेडियोलोजीमा ८२ चेकजाँच गरिएका थिए ।

४ पाइला हिमाली जिल्ला रसुवामा

चौथो पाइला अन्तर्गतको शिविर रसुवा जिल्लाको श्यापु्रमा बि.सं. २०७२ श्रावणमा संचालन भएको थियो। भूकम्पबाट अति प्रभावित त्यस क्षेत्रमा पुग्न टोलीलाई नेपाली सेनाले सघाएको थियो । सेनाको हेलिकप्टर मार्फत पुगेको टोलीले अविरल परेको झरीका कारण फर्किने क्रममा भने निकै सास्ती बेहोर्नु परेको थियो।

चुनौतिपूर्ण मौसमी अवस्थामा पनि टोलीले २४० जना बिरामीहरुका लागि ४५५ चेकजाँचहरु सम्पन्न गरेको थियो । यस क्रममा आँखा सम्बन्धी १४०, कान, नाक, घाँटीको ६१, जेनेरल मेडिसिनको १७२ चेकजाँचका साथ ८२ वटा रेडियोलोजी गरिएको थियो। यस शिविरमा बिरामीहरुले नै टोलीलाई टिनको छानोले छाएको टहरोमा बस्ने गरी बासको प्रबन्ध गरेका थिए।

५ पाइला मनाङ

बि.सं. २०७२ भाद्रमा "एक एक पाइला फाउन्डेसन" ले आफ्नो सेवामुलक नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको पाँचौं पाइला अन्तर्गत मनाङ जिल्लामा शिविरको आयोजना गऱ्यो । काठमाडौंबाट प्रस्थान गर्नासाथ बाटोमा सवारी बिग्रिएकाले टोली करिब १३ घण्टाको यात्रापछि लमजुङको वेशीशहर पुगेको थियो। त्यहाँबाट पनि कठीन सडकमार्ग हुँदै मनाङ पुगेर चामे र हुम्दे भन्ने ठाउँमा टोलीले शिविर संचालन गऱ्यो ।

यस क्रममा ९५६ जना बिरामीलाई विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका २६२० चेकजाँच, परीक्षण र उपचार सेवा प्रदान गरिएको थियो। यसमध्ये ३६७ आँखा सम्बन्धी, ३०५ दन्तरोग सम्बन्धी, १७९ छालारोग सम्बन्धी, ३०२ स्त्रीरोग सम्बन्धी, ४६४ सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी, २८० हाडजोर्नी सम्बन्धी चेकजाँच र उपचारहरु सम्पन्न गरिएको थियो। यस अवधिमा १९४ वटा रेडियोलोजी र ५२९ वटा प्याथोलोजी सेवाहरु प्रदान गरिएको थियो ।

शिविर सकेर फर्किने क्रममा भाग्यवश नेपाली सेनाको हेलिकप्टर भेटिँदा पुन: सोही सडकमार्गको कठीन, लामो र चुनौतिपूर्ण यात्रा गर्नुपर्ने अवस्थाबाट टोलीले पार पाएको थियो ।

स्वास्थ्य शिविर- हुम्दे, मनाङ्, २०७२

स्वास्थ्य शिविर- धो-ताराप, अपर डोल्पा, २०७६

स्वास्थ्य शिविर- चामे, मनाङ्ग, २०७९

स्वास्थ्य शिविर- भोटखोला, संखुवासभा, २०८१

स्वास्थ्य शिविर- फक्ताङलुङ्ग, ताप्लेजुङ्ग, २०८०

६ पाइला धादिङ

बि.सं. २०७२ कार्तिकमा "एक एक पाइला फाउन्डेसन" ले आफ्नो सेवामुलक नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको छैठौं पाइला अन्तर्गत धादिङ्को सितेखोलामा ५६६ जना बिरामीलाई विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका ८०१ चेकजाँच, परीक्षण र उपचार सेवा प्रदान गर्न सफल भयो । यसमध्ये २३३ आँखा सम्बन्धी, ८५ दन्तरोग सम्बन्धी, ९४ छालारोग सम्बन्धी, ४१ स्त्रीरोग सम्बन्धी, १७२ सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी र १७६ हाडजोर्नी सम्बन्धी चेकजाँच र उपचारहरु सम्पन्न गरिएको थियो ।

७ पाइला दोलखा

बि.सं. २०७२ मंसिरमा "एक एक पाइला फाउन्डेसन" ले आफ्नो सेवामुलक नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको सातौं पाइला अन्तर्गत दोलखाको मैनापोखरीको एक स्वास्थ्य चौकीमा ६७४ जना बिरामीलाई विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका ११२७ चेकजाँच, परीक्षण र उपचार सेवा प्रदान गर्न सफल भयो। यसमध्ये २४५ आँखा सम्बन्धी, १०४ दन्तरोग सम्बन्धी, १०४ छालारोग सम्बन्धी, ९६ कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी, ६४ स्त्रीरोग सम्बन्धी, १८७ सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी र १७० हाडजोर्नी सम्बन्धी चेकजाँच र उपचारहरु गरिएका थिए। त्यसैगरी, यस अवधिमा ७४ जनाको सामान्य शल्यक्रिया र ८३ वटा प्याथोलोजी सेवाहरु प्रदान गरिएको थियो ।

यस शिविरका क्रममा उपचार सकेर फर्किएकी एकजना महिलाको गर्भमा मृत भ्रुण पाइएपछि उनलाई खोजेर ल्याई आकस्मिक उपचार गरिएको थियो।

८ पाइला काभ्रेमा

बि.सं. २०७२ पौषमा "एक एक पाइला फाउन्डेसन" ले आफ्नो सेवामुलक नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको आठौं पाइला अन्तर्गत काभ्रेको शंखुपाटीको एक विद्यालयमा शिविर संचालन गरेको थियो । यस क्रममा २४८ जना बिरामीका विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका ४८८ चेकजाँच, परीक्षण र उपचार गरिएको थियो ।

यसमध्ये १५५ आँखा सम्बन्धी, ५६ दन्तरोग सम्बन्धी, ३९ छालारोग सम्बन्धी, ३० स्त्रीरोग सम्बन्धी, ७१ सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी र ८२ हाडजोर्नी सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो। यस्तै, यस अवधिमा ३० वटा रेडियोलोजी र २५ वटा प्याथोलोजी सेवाहरु प्रदान गरिएको थियो ।

९ पाइला तनहुँमा

बि.सं. २०७२ माघमा "एक एक पाइला फाउन्डेसन" ले आफ्नो सेवामुलक नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको नवौं पाइला अन्तर्गत तनहुँ जिल्लाको दुधेकुना-गन्धर्वगाउँमा शिविरको आयोजना गर्‍यो । शिविर समाप्त भएपछि केहि मानिसहरुले आएर वादविवाद गरेपनि समग्रमा शान्तिपुर्ण तरिकाले सम्पन्न भएको शिविरमा ३६० जना बिरामीलाई विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका ७९८ चेकजाँच, परीक्षण र उपचार सेवा प्रदान गरिएको थियो ।

यसमध्ये १९५ आँखा सम्बन्धी, ७५ दन्तरोग सम्बन्धी, ७० छालारोग सम्बन्धी, ५० कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी, ५१ स्त्रीरोग सम्बन्धी, १६१ सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी र ८२ हाडजोर्नी सम्बन्धी चेकजाँच र उपचारहरु सम्पन्न गरिएका थिए । त्यसैगरी, यस अवधिमा २० वटा प्याथोलोजी सेवाहरु पनि प्रदान गरिएको थियो ।

१० पाइला काभ्रेमा

बि.सं. २०७२ फाल्गुणमा काभ्रे जिल्लाको राइलेमा सम्पन्न दशौं पाइला अन्तर्गतको नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा पहिलो पटक आर्ट वर्कशपको समेत आयोजना गरिएको थियो । यस शिविरमा २२१ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ४२५ वटा चेकजाँचहरु गरिएको थियो । शिविरमा ११४ जनाको आँखारोग, ७७ जनाको दन्त परीक्षण, २२ जनाको छालारोग, ३५ जनाको स्त्रीरोग, १०२ जनाको सामान्य चिकित्सा र ५५ जनाको हाडजोर्नी सम्बन्धी समस्याको चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो । शिविरमा २० जनाले रेडियोलोजीको सेवा लिएका थिए ।

११ पाइला हलचोकमा

काठमाडौं, हलचोकको ब्राका गुम्बामा बि.सं. २०७२ चैत्रमा सम्पन्न निशुल्क स्वास्थ्य शिविरमा ३१५ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य

समस्याका कुल १२७५ वटा चेकजाँचहरु गरिएको थियो। शिविरमा २२० जनाको आँखारोग, १३२ जनाको दन्त परीक्षण, ११० जनाको छालारोग, ७० जनाको कान, नाक, घाँटीको उपचार, १५८ जनाको स्त्रीरोग, १५५ जनाको सामान्य चिकित्सा, १४० जनाको हाडजोर्नी सम्बन्धी समस्याको चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो। शिविरमा १२० जनाले रेडियोलोजी र १७० जनाले प्याथोलोजीको सेवा लिएका थिए ।

१२ पाइला गोरखामा

बि.सं. २०७३ बैशाखमा "एक एक पाइला" को पहिलो वर्षगाठको अवसर पारेर गोर्खाको घ्याल्चोकमा नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविर संचालन गरिएको थियो । खराब अवस्थाको सडकमा आफैंले बाटो खोस्र्दै र खन्दै पुगेको टोलीलाई स्थानीय विद्यालयमा बासको प्रबन्ध गरिएको थियो। कक्षा सातमा टोलीका महिला सदस्य र कक्षा आठमा पुरुष सदस्यहरुले झरीको चिसो रात काटेका थिए । ओढ्ने ओछ्याउने कम भएको अवस्थामा स्थानीय आमाहरुले प्रेमपुर्वक दिएको सिरक, डसनाको न्यानोपन पाउँदा टोलीका सदस्यहरु भावुक बनेका थिए ।

यस शिविरमा ४३१ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ९९५ वटा चेकजाँचहरु गरिएको थियो। शिविरमा २०४ जनाको आँखारोग, ९४ जनाको दन्त परीक्षण, ४२ जनाको छालारोग, ८५ जनाको कान, नाक, घाँटीको उपचार, १२७ जनाको स्त्रीरोग, १४७ जनाको सामान्य चिकित्सा, १७६ जनाको हाडजोर्नी सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो। शिविरमा ५७ जनाले रेडियोलोजी र ५९ जनाले प्याथोलोजीको सेवा लिएका थिए

१३ पाइला माथिल्लो मनाङमा

बि.सं. २०७३ आश्विनमा "एक एक पाइला" को टोली उपल्लो मनाङ पुग्यो । यस अघिका शिविरहरुमा सहभागी भएको समूहमा यसपाली ८,९ जना नयाँ स्वयमसेवीहरु थपिएका थिए । काठमाडौंबाट निस्केको यो टोली साँझको पाँचबजे वेशीशहर पुगेको थियो । त्यहाँबाट एकोहोरो दर्किरहेको झरीसँगै हेडलाइट मधुरो हुँदै गरेको गाडीमा गरिएको भिरालो बाटोको यात्रा निकै त्रास र रोमान्चले भरिएको थियो। गाडीका हेल्परले दायाँ जाउँ र बायाँ काटौं भन्दै दिएको निर्देशन पछ्याउँदै चालकले गाडी चलाइरहेका थिए । साना केटाकेटी छोडेर आएका टोलीका महिला सदस्यहरुले आतिएर घर सम्झेका थिए। मुटु मुखमै आउने खालको यो अत्यासलाग्दो यात्रा पार गरेर यी स्वास्थ्यकर्मीहरु गन्तव्यमा सकुशल पुगे र तदारुकताका साथ आफ्नो कर्ममा जुटे ।

यस नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा ८७४ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल २९७९ वटा चेकजाँचहरु गरिएको थियो। यसै शिविरबाट फाउन्डेसनले कानको प्वाल परेको जाली टाल्ने शल्यक्रिया गर्न प्रारम्भ गरेको थियो । शिविरमा ४६५ जनाको आँखा सम्बन्धी, २८९ जनाको दन्त परीक्षण, १५० जनाको डेन्टल एक्सट्र्याक्सन, १८९ जनाको छालारोग, २५२ जनाको कान, नाक, घाँटीको उपचार, २०५ जनाको स्त्रीरोग, ५९१ जनाको सामान्य चिकित्सा, १७६ जनाको हाडजोर्नी सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो ।

३० जनाको मोतियाबिन्दु शल्यक्रिया र २३ जनाको कानको शल्यक्रिया गरिएको थियो शिविरमा आर्थिक रुपमा सम्पन्न र काठमाडौंमा पहुँच भएका केहि बिरामी भने शल्यक्रियाका लागि तयार भएनन्। शिविरमा १८५ जनाको रेडियोलोजी र ४२४ जनाको प्याथोलोजी गरिएको थियो। मनाङ महिला सशक्तिकरण समूहको समन्वयमा सम्पन्न यो शिविर नै "एक एक पाइला"को अन्य संघ संस्थाहरुसँगको पहिलो सहकार्य थियो।

१४ पाइला मुगु

"एक एक पाइला" को टोली बि.सं. २०७४ को चैत्र महिनामा आफ्नो चौधौं शिविर लिएर हिमाली जिल्ला मुगुको गमगढी पुग्यो । विकट क्षेत्र भएका कारण यस क्षेत्रमा सबैलाई पुग्ने बासको अभाव भयो। यस क्रममा टोलीका केहि सदस्यले खच्चरको गोठमा समेत रात काटेका थिए ।

यस नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा २३६५ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ६१०७ वटा चेकजाँचहरु गरिएको थियो । बिरामीहरुको संख्या बढ्दै जाँदा शिविरमा उपलब्ध औषधि, उपचार सामग्री र जनशक्ती समेतले धान्ने अवस्था भएन । प्रेस्क्रिप्सन सकिएर त्यसको फोटोकपि गरिएको थियो । फोटोकपि पनि सकिएपछि छाप लगाएको कुपन बाँडिएको थियो । कुपन समेत डुप्लिकेट गरेर आएका क्षमता भन्दा बढी संख्याका बिरामीलाई जाँच्न चुनौतिपूर्ण हुँदा केही अप्रिय घटनाक्रम पनि टोलीले बेहोर्नु परेको थियो।

मुगुमा भौगोलिक विकटताका कारण स्वास्थ्य उपचारको अभाव हुने गर्दछ। यसर्थ तत्काल भएका स्वास्थ्य समस्याका लागि मात्र हैन, भविष्यमा हुन सक्ने समस्याका लागि पनि औषधि जोहो गरिहालौं भन्ने अभिप्रायले ती स्थानीयहरु यसरी शिविरमा ओइरिएका थिए। कतिसम्म भने स्त्रीरोगको कक्षमा पुरुषहरु समेत लाइन लागेको अनौठो दृश्य त्यहा देखिएको थियो।

स्वास्थ्य शिविर- भोटखोला, संखुवासभा, २०८१

स्वास्थ्य शिविर- भोटखोला, संखुवासभा, २०८१

स्वास्थ्य शिविर- धो-ताराप, अपर डोल्पा, २०७६

शिविरमा ८२४ जनाको आँखा, ७२८ जनाको दन्त परीक्षण, ५२६ जनाको छाला, ५५० जनाको कान, नाक, घाँटी, ५३८ जनाको स्त्रीरोग, ९४८ जनाको सामान्य चिकित्सा, ७३० जनाको हाडजोर्नी र ४७० जनाको बालरोग सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो। शिविरमा २२१ जनाले रेडियोलोजी र ५७२ जनाले प्याथोलोजीको सेवा लिएका थिए।

यो शिविर “एक एक पाइला फाउन्डेसन” र माल्पी स्कुलका पुर्वविद्यार्थीहरूको अलुम्नाई संस्था लाइटेनिङ नेपालको संयुक्त आयोजनामा भएको थियो। यसै शिविरको चुनौतिपूर्ण व्यवस्थापकीय अनुभवले गर्दा संस्थाले यसपछिका शिविरहरूमा स्थानीय सरकार र प्रशासनसँग समन्वय गर्न थालनी गऱ्यो। सीमित संख्यामा हवाई उडान हुने मुगुबाट फर्कने क्रममा टोलीले निकै सास्ती बेहोर्नु परेको थियो। स्थानीय राजनीतिकर्मी र पहुँचवालाले प्राथमिकता पाउँदा स्वास्थ्यकर्मीको टोलीले भने बुकिङ गरेको उडानमा पनि सहजै पालो पाउन नसकेको नमिठो अनुभव लिनु परेको थियो ।

१५ पाइला हुम्ला

बि.सं. २०७४ को आश्विनमा हुम्ला जिल्लाको सिमिकोटमा “एक एक पाइला” ले आफ्नो १५ औं पाइला टेक्यो। कुल १७१० जना बिरामीहरूले विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ३६१३ चेकजाँचहरु मार्फत सेवा लिएको शिविरमा आँखा सम्बन्धी ७५०, दन्त परीक्षणमा १९७, छालारोगमा ३१०, स्त्रीरोगमा २५०, कान, नाक, घाँटीमा ३९५, सामान्य चिकित्सा ४०२, हाडजोर्नीका ३८९ र बालरोगका १३० चेकजाँचहरु गरिएका थिए।

यस्तै, ४३ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, १७३ जनाको दन्त एक्सट्र्याक्सन, १९ जनाको ईएनटी शल्यक्रिया, १३० जनाको साधारण र १५ जनाको विशेषज्ञ शल्यक्रियाका साथै १५८ वटा रेडियोलोजी र २५२ वटा प्याथोलोजी गरिएका थिए।

१६ पाइला कर्णालीमा

“एक एक पाइला” ले बि.सं. २०७४ को फाल्गुण महिनामा १६ औं निशुल्क स्वास्थ्य शिविर लिएर कर्णाली प्रदेशको जुम्ला जिल्लामा पाइला टेक्यो। शिविरका लागि आधा टोली सडक र आधा टोली हवाई मार्ग हुँदै पुगेको थियो। भर्खर शुरु भएको कर्णाली स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान परिसरको चौरमा गरिएको शिविरमा कुल २७९२ जना बिरामीहरूले विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ३९८७ चेकजाँचहरु मार्फत सेवा लिएका थिए।

यसमध्ये आँखा सम्बन्धी १३६९, दन्त परीक्षणमा ४४५, छालारोगमा ३७९, स्त्रीरोगमा २२६, कान, नाक, घाँटीमा ५९७, सामान्य चिकित्सा २८९, हाडजोर्नीका २५५ र बालरोगका ८६ चेकजाँचहरु गरिएका थिए।

त्यसैगरी, ८५ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, १७५ जनाको दन्त एक्सट्र्याक्सन, २ जनाको ईएनटी शल्यक्रिया, ६१ जनाको साधारण र १२ जनाको विशेषज्ञ शल्यक्रियाका साथै ८५ वटा रेडियोलोजी र २६२ वटा प्याथोलोजी गरिएका थिए। यो शिविरमा “एक एक पाइला” लाई नेपाल नेत्रज्योति संघ, पोखराले सघाएको थियो।

१७ पाइला डोल्पामा

डोल्पाको दुनैमा बि.सं. २०७५ को भाद्र महिनामा गरिएको नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा २००४ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ५२७० वटा चेकजाँचहरु गरिएको थियो।

एकदम कुशल व्यवस्थापन भएको यस शिविरमा ४३० जनाको आँखारोग, ४१७ जनाको दन्त परीक्षण, १५० जनाको डेन्टल एक्सट्र्याक्सन, ३६० जनाको छालारोग, ३४२ जनाको कान, नाक, घाँटीको उपचार, ४८९ जनाको स्त्रीरोग, ७८५ जनाको सामान्य चिकित्सा, ५५७ जनाको हाडजोर्नी र ३९२ जनाको बालरोग सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो।

शिविरमा २२ जनाको मोतियाबिन्दु शल्यक्रिया, ३० जनाको कानको शल्यक्रिया, ४१७ जनाको सामान्य शल्यक्रिया, २४ जनाको विशेषज्ञ शल्यक्रिया, ३५५ जनाको रेडियोलोजी र ५५२ जनाले प्याथोलोजीको सेवा लिएका थिए।

१८ पाइला जाजरकोटमा

२०७५ को फाल्गुण महिनामा जाजरकोटमा सम्पन्न नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा कुल २४५५ जना बिरामीहरु विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ७५८० वटा चेकजाँच र उपचार सेवाबाट लाभान्वित भए। यसमा आँखासम्बन्धी समस्यामा २०६५ चेकजाँच गरिएकोमा २०२ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया गरिएको थियो। यस्तै ८२६ जनाको दन्त परीक्षण गर्दा १६० जनाको डेन्टल एक्सट्र्याक्सन

गरिएको थियो। ४६२ जनाको छालारोगको उपचार, ५९८ जनाको कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी चेकजाँच गर्दा २० जनाको ईएनटी शल्यक्रिया गरिएको थियो।

५१० जना महिलाहरूको स्त्रीरोगको चेकजाँच गरिएको शिविरमा ८११ जनाको सामान्य चिकित्सा र १६२ जनाको सामान्य शल्यक्रिया गरिएको थियो। ७०८ जनाले हाडजोर्नी सम्बन्धी समस्याको चेकजाँच गराउँदा, २६८ जना बालबालिकाको बालरोग सम्बन्धी चेकजाँच गरिएको थियो। शिविरमा ४८६ वटा रेडियोलोजी र ३१२ वटा प्याथोलोजी गरिएको थियो ।

यसै शिविरबाट संस्थाले लाइभ ब्याण्डको प्रस्तुति सहितको "म्युजिक फर मेडिसिन" पनि सुरुवात गरेको थियो। शिविर सम्पन्न भएपछि साँझपख पारेर एउटा चौतारीको डिलमा गरिएको सांगितिक कार्यक्रममा टोलीका चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी, स्वयमसेवक र स्थानीयहरुले समेत दिनभरिको थकान र पीरमर्का भुलेर गीत सङ्गीतमा झुमेका थिए ।

१९ पाइला अप्पर डोल्पामा

"एक एक पाइला" ले समुन्द्र सतहबाट ३,९०० मिटरको उचाईमा रहेको अप्पर डोल्पाको धो भन्ने स्थानमा २०७६ को भाद्रमा नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको आयोजना गर्‍यो। त्यहाँको भौगोलिक अवस्थासँग अनुकुलन हुन टोली तीन दिन अगावै दुनैमा गएर बसेको थियो । शिविर स्थानीय प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रमा संचालन गरिएको थियो ।

उक्त नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा कुल ९३० जना बिरामीले २४१६ विभिन्न कन्सल्टेसनहरु मार्फत स्वास्थ्य लाभ लिएका थिए। यसमध्ये आँखा सम्बन्धी ३०८, मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया ४०, दन्त उपचार ३५९, एक्सट्र्याक्सन ५८, छाला सम्बन्धी १०१, कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी १३९, स्त्रीरोग २०७, सामान्य चिकित्सा ५१९, बालरोगमा १७३, रेडियोलोजी १६६ र प्याथोलोजी ३४६ रहेका थिए ।

शिविरमा गरिएको Oppertunistic Screening मा त्यस स्थानका धेरैजसो बिरामीमा हेपाटाइटिस बीको सङ्क्रमण पाइएको थियो। यौनजन्य सङ्क्रमणबाट सर्ने यस रोगका कारणहरूमा तिब्बतसँगको अन्तरदेशीय सम्बन्ध, बहुपति प्रथा आदिलाई मुख्य कारणको रूपमा अनुमान गरिएको छ ।

२० पाइला थापाथलीमा

"एक एक पाइला"ले भूकम्पपछिको सहायता स्वरुप काठमाडौं आसपासका प्रभावित क्षेत्रमा नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको आयोजना गरेको थियो। त्यसपछि फाउन्डेसनले दुर्गम क्षेत्रमा आफ्ना आउटरिच क्लिनिकहरु सम्पन्न गर्दै आएको थियो । तर बत्तिमुनीको अँध्यारो भनेझैं शहरकै नदिकिनारमा बसोबास गर्ने भूमिहीन सुकुम्बासीहरूको स्वास्थ्य उपचारतर्फ सम्बन्धित निकायको ध्यान नगएको हो कि भन्ने महशुस गरेर संस्थाले आर्थिक अवस्था कमजोर भएको यो वर्गको लागि नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरको आयोजना गरेको थियो ।

स्वास्थ्य शिविर- सुकुम्बासी बस्ती, थापाथली, २०७८

२०७८ को माघमा थापाथलीस्थित बागमती नदिकिनारमा सम्पन्न २० औं नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा ३६३ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ७४२ वटा चेकजाँचहरु गरिएको थियो। शिविरमा १४० जनाको आँखारोग, ७७ जनाको दन्त परीक्षण, ५० जनाको छालारोग, ६० जनाको कान, नाक, घाँटीको उपचार, ५० जनाको स्त्रीरोग सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो । शिविरमा १८६ जनाले सामान्य चिकित्सा, १८ जनाले बालरोग, ४६ जनाले हाडजोर्नी, ६३ जनाले रेडियोलोजी र ५२ जनाले प्याथोलोजीको सेवा लिएका थिए ।

२१ पाइला टेकुमा

"एक एक पाइला फाउन्डेसन" ले २०७९ को चैत्रमा आफ्नो २१ औं नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविर टेकुस्थित बागमती नदि किनारमा सम्पन्न गऱ्यो । कुल ५२५ जना बिरामीहरुले विभिन्न ११३२ चेकजाँचहरु मार्फत स्वास्थ्य सेवा लिएका थिए । यसमध्ये आँखा सम्बन्धी समस्यामा ११५, दन्तरोगमा १२४, छालारोगमा १००, कान, नाक, घाँटीमा ८३, स्त्रीरोगमा ७९, सामान्य चिकित्सामा २८६, सामान्य शल्यक्रियामा २६, हाडजोर्नीमा ११९, बालरोगमा ११९ जनाले सेवा लिएका थिए भने ५४ जनाले रेडियोलोजी र ६८ जनाले प्याथोलोजीको सेवा लिएका थिए ।

२२ पाइला मनास्लुमा

२०७९ बैशाख महिनामा मनास्लुमा गरिएको नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा कुल ९९८ जना बिरामीहरुको २१५१ वटा कन्सल्टेसनहरु गरिएको थियो । यसमा आँखा सम्बन्धी ५५२ वटा चेकजाँच गर्दा १८ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया गरिएको थियो । यस्तै, २४६ जनाको दन्त उपचार गर्दा ७८ जनाको एक्सट्र्याक्सन गरिएको थियो । १९६ जनाको छालारोग, २१३ जनाको ईएनटी, १८१ जनाको स्त्रीरोग, ५४९ जनाको सामान्य चिकित्सा, १३७ जनाको बालरोगको चेक जाँच गर्दा २३३ रेडियोलोजी र ३९६ प्याथोलोजी गरिएको थियो ।

२३ पाइला कुलेश्वरमा

२०७९ जेष्ठ महिनामा कुलेश्वरस्थित बागमती किनारमा संचालित नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा ६०० जना बिरामीहरुका लागि जम्मा १२३४ कन्सल्टेसनहरु गरिएको थियो । "बागमती रिभरसाइड स्क्वाटर्स हेल्थ आउटरिच परियोजना" अन्तर्गत गरिएको यस शिविरमा आँखा सम्बन्धी १२०, दाँत सम्बन्धी १४६, छाला सम्बन्धी ९७, कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी ८५, स्त्रीरोग सम्बन्धी ८६, सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी ३२६, हाडजोर्नी सम्बन्धी १२४ र बालरोग सम्बन्धी समस्यामा ९३ जनाले चेकजाँच र उपचार सेवा लिएका थिए। साथै, शिविरमा ३१ जनाको सामान्य शल्यक्रिया गरिएको थियो भने ५६ रेडियोलोजी र ७० प्याथोलोजी गरिएको थियो ।

स्वास्थ्य शिविर- फक्ताङलुङ, ताप्लेजुङ, २०८०

स्वास्थ्य शिविर- नाम्खा, हुम्ला, २०८०

स्वास्थ्य शिविर- फक्ताङलुङ्ग, ताप्लेजुङ्ग, २०८०

२४ पाइला शंखमूलमा

निशुल्क स्वास्थ्य शिविर अन्तर्गतको २४ औं र "बाग्मती रिभरसाइड स्क्वाटर्स हेल्थ आउटरिच परियोजना" अन्तर्गतको चौथो कार्यक्रम मिति २०७९ साउन २८ गते संचालन भएको थियो । उक्त शिविर काठमाडौं, शँखमूल, वडा. नं. १० स्थित बाग्मती किनारमा बसोबास गर्दै आइरहेका भूमिहीनहरुलाई विशेष ध्यानमा राखी सञ्चालन गरिएको थियो। उक्त एक दिवसीय शिविरमा कुल ३३१ जना विरामीहरुको दर्ता गरिएको थियो भने ६३१ जना विरामीहरुको स्वास्थ्य जाँच तथा उपचार गरिएको थियो ।

शिविरमा १५० जनाको आँखा सम्बन्धी, ७९ जनाको दन्त सम्बन्धी, ५३ जनाको छालारोग सम्बन्धी, ४० जनाको कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी, ४५ जनाको स्त्रीरोग सम्बन्धी, ५१ जनाको हाडजोर्नी सम्बन्धी र ४१ जनाको बालरोग सम्बन्धी समस्याको चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो। यस्तै ११४ जनाको सामान्य चिकित्सा, २ जनाको सामान्य शल्यक्रिया, २८ वटा रेडियोलोजी र २८ वटा प्याथोलोजी गरिएको थियो।

२५ पाइला मनाङमा

मिति २०७९ भाद्रमा बाढी, पहिरोको प्रकोपका बीच "एक एक पाइला" को सानो टोली मनाङमा शिविर लिएर गयो । यस नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा दर्ता गरिएका ३५४ जना बिरामीहरुको कुल ८२७ वटा कन्सल्टेसनहरु गरिएको थियो । यसमध्ये १३९ जनाको दन्त परीक्षण र उपचार, १४० जनाको छालारोग सम्बन्धी, १४० जनाको स्त्रीरोग सम्बन्धी, २४३ जनाको सामान्य चिकित्सा, ५८ जनाको हाडजोर्नी सम्बन्धी समस्याको चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो भने ८४ वटा रेडियोलोजी र ४१ वटा प्याथोलोजी गरिएको थियो ।

२६ पाइला रुकुममा

मिति २०७९ को मंसिरमा रुकुममा सम्पन्न शिविरमा १४०८ जना बिरामीको कुल ४००० कन्सल्टेसनहरु गरिएको थियो । यसमा ९८७ जनाको आँखाको चेकजाँच गर्दा १०१ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, २५४ जनाको दन्त परीक्षण र उपचार गर्दा १०० जनाको एक्सट्र्याक्सन र ३२४ जनाको कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी चेकजाँच गर्दा १६ जनाको ईएनटी शल्यक्रिया गरिएको थियो। साथै, २३० जनाको छाला सम्बन्धी, ३१० जनाको स्त्रीरोग सम्बन्धी, ५६७ जनाको सामान्य चिकित्सा, २१५ जनाको सामान्य शल्यक्रिया, ३३५ जनाको हाडजोर्नी सम्बन्धी र १८६ जनाको बालरोग सम्बन्धी समस्याको चेकजाँच र उपचार गर्दा १३० वटा रेडियोलोजी र १४२ वटा प्याथोलोजी गरिएको थियो ।

स्वास्थ्य शिविर- फक्ताङलुङ्ग, ताप्लेजुङ्ग, २०८०

स्वास्थ्य शिविर- फक्ताङलुङ्, ताप्लेजुङ्, २०८०

स्वास्थ्य शिविर- भोटखोला, संखुवासभा, २०८१

स्वास्थ्य शिविर- रुकुमकोट, सिस्ने, रुकुम पूर्व, २०७९

२७ पाइला बाजुरामा

मिति २०८० बैशाख महिनामा बाजुराको कोल्टीमा संचालित शिविरमा ४००० जना बिरामीहरुले कुल १०,००० कन्सल्टेसनहरु मार्फत सेवा लिएका थिए । दुईदेखि तीन हजार बिरामी जाच्ने अनुमान गरिएकोमा बिरामीहरुको संख्या अनुमान भन्दा ज्यादा भएकाले व्यवस्थापन गर्न केहि कठीन भएको थियो । "एक एक पाइला" ले गर्ने आउटरिच क्लिनिकहरुमा यसै शिविर मार्फत सरकारी निकायसँगको समन्वयको शुरुवात भयो । यसै शिविरको अनुभवबाट आगामी शिविरहरुका लागि मोतियाबिन्दु, कान, नाक, घाँटी र डेन्टल सेवाहरुका लागि "फोकस कार्यक्रम" को समेत जन्म भयो।

यस शिविरमा १२६४ जनाको आँखा परीक्षण र उपचार गर्दा १९० जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, ४०६ जनाको दन्त परीक्षण र उपचार गर्दा २०० जनाको एक्सट्र्याक्सन र ४७८ जनाको कान, नाक, घाँटीको चेकजाँच र उपचार गर्दा २७ जनाको शल्यक्रिया गरिएको थियो । यस्तै, शिविरमा ३६५ जनाले छालारोग, ७३९ जनाले स्त्रीरोग, १७८३ जनाले सामान्य चिकित्सा, ६५ जनाले सामान्य शल्यक्रिया र ९५४ जनाले हाडजोर्नीको उपचार सेवा लिँदा ३१९ वटा रेडियोलोजी र ३५६४ वटा प्याथोलोजी गरिएको थियो ।

२८ पाइला हुम्लामा

बि.सं. २०८० साल कार्तिक १९ र २० गते एक एक पाइलाको २८ औं पाइला अन्तर्गत कर्णाली प्रदेशको हुम्ला जिल्ला नाम्खा गाउँपालिका वडा नं ४ यलवाङमा बृहत नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न भयो। ४००० वटा चेकजाँच सम्पन्न गरिएको यस शिविरमा १४७५ जना बिरामीहरुले स्वास्थ्य सेवा लिएका थिए ।

यसमा आँखा सम्बन्धी ६५० चेकजाँच गर्दा ४९ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया गरिएको थियो। १६१ जनाको दन्त परीक्षण र ६५ जनाको डेन्टल एक्सट्र्याक्सन गरिएको शिविरमा १२३ जनाको छालारोग, २९२ जनाको कान, नाक, घाँटीका चेकजाँच र २२ जनाको ईएनटी शल्यक्रिया गरिएको थियो। यस्तै, स्त्रीरोगमा ३३०, जेनेरल मेडिसिनमा ५५५, हाडजोर्नीमा ३३८, बालरोगमा १४० जनाको चेकजाँच गरिएको थियो भने १५५ वटा रेडियोलोजी र ३३० वटा प्याथोलोजी परीक्षणहरु गरिएका थिए ।

यहि शिविरमा स्वास्थ्य चेकजाँचको क्रममा नाम्खा गाउँपालिका वडा नं २ च्यादुक निवासी आनी गुम्बामा रहँदै आएकी सुश्री पेमा छोइकी लामाको दाहिने हातको पाखुरामुनि मासु पलाएको पहिचान गरिएको थियो। पेमा लामाको उपचार हुम्ला जिल्लामा सम्भव थिएन । काठमाडौंसम्म ल्याएर उपचार गराउन पनि उनको परिवारको कमजोर आर्थिक स्रोतका कारण अप्ठ्यारो थियो। यस चुनौतीका बाबजुद उनको आवश्यक उपचारका लागि "म्युजिक फर मेडिसिन", नाम्खा गाउँपालिका लगायत अन्य दाताहरुको आर्थिक सहयोगले काठमाडौ-सम्म ल्याएर उपचार गर्न सम्भव भयो। शल्यक्रिया सफलतापुर्वक सम्पन्न भएकोमा सम्पुर्ण सहयोगी मनहरुलाई "एक एक पाइला" धन्यवाद व्यक्त गर्दछ ।

यसै शिविरका दौरान लिमी भन्ने स्थानमा रहेका केही दृष्टिविहिन बिरामीहरु शिविरसम्म आउन नसक्ने जानकारी प्राप्त भएपछि नेत्र चिकित्सकहरुको एउटा टोली त्यस स्थानसम्म गयो। मौसमको प्रतिकुलताका कारण वर्षको ६ महिना आउजाउ नै बन्द हुने त्यस स्थानमा पुगेका "एक एक पाइला" टोलीका चिकित्सकहरुले -१६ डिग्री सेल्सियसको चिसोमा डबल ग्लोभ्स लगाएरै भए पनि शल्यक्रिया सम्पन्न गरेका थिए। १०, १२ वर्षदेखि मोतियाबिन्दुका कारण आँखाको ज्योती गुमाएका १० जना बिरामीहरुको उनीहरुकै घर गाउँमा गएर शल्यक्रिया गरिएको थियो। त्यस ठाउँमा इतिहासमै पहिलोचोटी शल्यक्रिया गरिएको स्थानीयले बताएका थिए ।

प्रतिकुल मौसमका कारण लामो समयका लागि विमास्थल बन्द हुनै लागेको थियो। भाग्यवश, त्यसको अघिल्लो दिन नै "एक एक पाइला" को टोली शिविर सम्पन्न गरेर फर्किन सफल भएको थियो।

२९ पाइला रुकुमको सिस्नेमा

पाँच वर्षको लागि सम्झौता गरिए अनुसार "एक एक पाइला फाउन्डेसन" ले मिति २०८० मंसिरमा रुकुम जिल्लाको सिस्नेमा आफ्नो २९ औं पाइला र पहिलो "फोकस कार्यक्रम" अन्तर्गतको शिविर आयोजना गर्‍यो। शिविरमा आएका कुल ७९१ बिरामीहरुको १००० विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका चेकजाँच सम्पन्न गरिएको शिविरमा आँखा सम्बन्धी ५३८, दन्तरोगका १५१ र कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी रोगका ३०५ चेकजाँच र उपचार गरिएका थिए। यस्तै, ८४ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, १८६ जनाको दन्त एक्सट्र्याक्सन र १३ जनाको ईएनटी शल्यक्रिया पनि गरिएको थियो।

यस नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरका बखत आर्थिक अवस्था कमजोर भई उपचार गर्न नपाएका नाबालक बबित पुनको उपचारमा "एक एक पाइला" परिवारले सहयोग गरेको थियो। १६ वर्षीया आमाले दिनभरी हिँडेर शिविरमा ल्याएको नाबालकको आँखाको नानी अस्वाभाविक

रूपमा ठूलो देखिएको थियो। बालकको आँखामा क्यान्सर भएको पहिचान गरेपछि “म्युजिक फर मेडिसिन” मार्फत सहयोग जुटाएर ती बालकलाई उपचारका लागि काठमाडौ पठाइएको थियो। तिलगंगा आँखा अस्पताल र “एक एक पाइला” ले मिलेर केमोथेरापी सहितको उपचार र त्यस अवधिभर बस्ने, खाने प्रबन्ध गर्दा उक्त बालकको सफल उपचार सम्भव भएको थियो ।

३० पाइला ताप्लेजुङमा

बि.सं. २०८० साल चैत्र ७ गते “एक एक पाइला को आयोजनामा ताप्लेजुङ जिल्लाको फक्ताङ्लुङ गाउँपालिका तापेथोकस्थित सरस्वती माध्यमिक विद्यालयमा ३ दिने नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न भयो। “एक एक पाइला” र फक्ताङ्लुङगा गाउँपालिकाको समन्वयमा उक्त बृहत नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविर संचालन गरिएको थियो। उक्त नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरमा १६७२ जना बिरामीको विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल ४२०२ वटा चेकजाँचहरू गरिएको थियो ।

शविरमा १०३० जनाको आँखारोग, ४६० जनाको दन्त परीक्षण, १२२ जनाको डेन्टल एक्सट्र्याक्सन, २६० जनाको छालारोग, २२३ जनाको कान, नाक, घाँटीको उपचार, २५१ जनाको स्त्रीरोग, ७४० जनाको सामान्य चिकित्सा, ५५७ जनाको हाडजोर्नी र १८५ जनाको बालरोग सम्बन्धी चेकजाँच र उपचार गरिएको थियो ।

शिविरमा २९ जनाको मोतियाबिन्दु शल्यक्रिया, १२ जनाको कानको शल्यक्रिया, ८५ जनाको सामान्य शल्यक्रिया, १८ जनाको विशेषज्ञ शल्यक्रिया, २४० जनाको रेडियोलोजी र ४०३ जनाले प्याथोलोजीको सेवा लिएका थिए ।

कार्यक्रम समापन समारोहमा गाउँपालिका अध्यक्ष लगायतका पदाधिकारीले आफ्नो ठाउँमा यस्तो कार्यक्रम इतिहासमै पहिलो पटक भएको बताए। गाउँपालिका अध्यक्षले कार्यक्रमबाट धेरै नागरिक लाभान्वित भएको बताउँदै आगामी दिनमा पनि “एक एक पाइला” सँग सहकार्य जारी राख्ने बताए ।

स्वास्थ्य शिविर- फक्ताङलुङ्, ताप्लेजुङ्, २०८०

३१ पाइला फेरि बाजुराको कोल्टीमा

“एक एक पाइला” ले बाजुरा जिल्लामा पुगेर “फोकस कार्यक्रम र आफ्नो ३१ औं पाइलाको स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न गर्‍यो। बाजुराको कोल्टीमा संचालित शिविरमा फाउन्डेसनलाई बुढीनन्दा नगरपालिकाले सक्रिय रूपमा सघाएको थियो ।

जेठ १०-१२ गतेसम्म गरिएको शिविरबाट १ हजार ७ सय ११ जनाले विभिन्न २१२९ वटा स्वास्थ्य चेकजाँचका सेवाहरू लिएका थिए जसमध्ये आँखा रोगमा मात्र १ हजार १३६ जनाले उपचार सेवा लिएका थिए । त्यसमा पनि १ सय ६९ जनाको मोतियाबिन्दु शल्यक्रिया गरिएको थियो। शिविरमा दन्तरोग सम्बन्धी समस्यामा ३ सय ७२ जनाले सेवा लिएका थिए भने १ सय ८० जनाको दन्त एक्सट्र्याक्सन गरिएको थियो । कान, नाक, घाँटी रोगको उपचारका लागि आएका कुल ६ सय २१ जनामा १९ जनाको शल्यक्रिया समेत गरिएको थियो।

कोल्टी आधारभुत अस्पतालमा चलेको उक्त शिविरमा "एक एक पाइला फाउन्डेसन" का साथमा गेटा आँखा अस्पतालको आँखा उपचार टिमको समेत सहभागिता रहेको थियो । पालिकाले "एक एक पाइला फाउन्डेसन" सँग ५ वर्षका लागि विभिन्न स्वास्थ्य शिविरहरू सञ्चालन गर्ने सम्झौता गरे अनुसार शिविरको आयोजना गरिएको थियो । नि:शुल्क स्वास्थ्य सेवाको अतिरिक्त, शिविरको अन्तिम दिनमा "म्युजिक फर मेडिसिन"ले सांगीतिक कन्सर्ट समेत आयोजना गरेको थियो ।

३२ पाइला संखुवासभा जिल्लामा

कोशी प्रदेशको संखुवासभा जिल्लामा रहेको भोटखोला गाउँपालिका नेपाल-चीन सीमा नजिकैको दुर्गम र पहाडी क्षेत्र हो । यहाँको उबडखाबड भूभाग र यातायात पूर्वाधारको अभावले गर्दा यहाँका मानिसहरूको आवश्यक सेवाहरूमा पहुँच अत्यन्तै सीमित छ । गाउँलेहरू प्राय: आसपासका क्षेत्रहरूबाट आपूर्ति ढुवानी गर्न खच्चर र भरियाहरूमा भर पर्छन् जसले गर्दा सामान र सेवाहरूको लागतमा उल्लेखनीय वृद्धि हुन्छ ।

स्वास्थ्य सामग्री र दक्ष चिकित्सक एवम् स्वास्थ्यकर्मीको अभावका कारण भोटखोलामा स्वास्थ्य सेवाको अवस्था र उपलब्धता दयनीय रहेको छ । यहाँका बासिन्दाहरूले आधारभूत चिकित्सा सेवाका लागि पनि प्राय: लामो र कठिन यात्राहरू सहनु पर्छ । खाद्य असुरक्षा र पौष्टिक खानामा सीमित पहुँचले सामान्य स्वास्थ्य समस्याहरूलाई अझ बढाउँछ । बारम्बार आइपर्ने आपूर्ति अभावले गर्दा यी समस्याहरू झन् जटिल हुने गर्दछ । त्यस माथि तिब्बतसँगको सीमा नाका बन्द हुँदा त परिस्थिति झनै विकराल हुने गर्दछ । स्रोतसाधनको अभाव र कठोर वातावरणीय अवस्थाले गर्दा स्थानीय जनताको स्वास्थ्य उपचारमा ठूलो चुनौति छ ।

यस्तो ठाउँमा "एक एक पाइला" ले आफ्नो ३२ औं पाइला टेक्यो । पुल भत्केका कारण यातायात अवरुद्ध हुँदा पटक पटक सरेको शिविर अन्ततत्वगत्वा स्थानीयले खोलामा हेमपाइप राखेर शिविरकै लागि बाटो खोलेपछि सम्भव भएको थियो ।

कुल ७५३ जना बिरामीहरूले विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका कुल २६३५ चेकजाँचहरू मार्फत् सेवा लिएको यस शिविरमा आँखा सम्बन्धी ५५०, दन्त परीक्षणमा २२८, छालारोगमा १२७, स्त्रीरोगमा १५७, कान, नाक, घाँटीमा २५६, सामान्य चिकित्सा ४३८, हाडजोर्नीका २५५ र बालरोगका ८६ चेकजाँचहरू गरिएका थिए। यस्तै, ४० जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, ९७ जनाको दन्त एक्सट्र्याक्सन, ११ जनाको ईएनटी शल्यक्रिया, १०३ जनाको साधारण र ८ जनाको विशेषज्ञ शल्यक्रियाका साथै २४८ वटा रेडियोलोजी र ४६७ वटा प्याथोलोजी गरिएका थिए ।

३३ पाइला फेरि पनि रुकुममै

"फोकस कार्यक्रम" का रूपमा ३३ औं पाइला अन्तर्गत रुकुम पुर्वको सिस्नेमा दोस्रोपटक संचालन गरिएको शिविरमा १२७० जना बिरामीको कुल १४८८ वटा कन्सल्टेसनहरू गरिएको थियो। यस क्रममा ६४६ जनाको आँखा सम्बन्धी चेकजाच र उपचार गर्दा १२८ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, २८२ जनाको दन्त परीक्षण र उपचार गर्दा १९२ जनाको एक्सट्र्याक्सन र ३९० जनाको कान, नाक र घाँटीको चेकजाँच र उपचार गर्दा २० जनाको शल्यक्रिया गरिएको थियो ।

३४ पाइला कालिकोटमा

एक एक पाइलाले आफ्नो सेवाको १० औं वर्ष पुगेको अवसरमा कर्णाली प्रदेशको दुर्गम जिल्ला कालिकोटको नरहरिनाथ गाउँपालिकामा ३४ औं पाइला अन्तर्गतको स्वास्थ्य शिविर सफलतापूर्वक सम्पन्न गऱ्यो ।

वडा न. ३ स्थित श्री योगी नरहरिनाथ आधारभूत अस्पतालमा तीन दिनसम्म सञ्चालन भएको स्वास्थ्य शिविरमा जम्मा ३४३६ जना बिरामीहरूको स्वास्थ्य परीक्षण र उपचार गरिएको थियो। कार्यक्रममा सामान्य चिकित्सा, नेत्र रोग, दन्त सेवा, महिला स्वास्थ्य, छाला रोग, बालरोग, रेडियोलोजी, प्रयोगशाला लगायतका सेवाहरु प्रदान गरिएको थियो। साथै, मोतियाबिन्दु, टिम्प्यानोप्लास्टी लगायतका शल्यक्रियाहरू पनि सफलतापूर्वक सम्पन्न गरिएको थियो ।

सामान्य मेडिसिन विभागबाट ९४० जना बिरामीको जाँच गर्दा स्थानीय बासिन्दाहरूमा श्वासप्रश्वाससम्बन्धी समस्या अत्यधिक मात्रामा देखिएको थियो । त्यसैगरी, मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या, निजी सरसफाइको अभावमा देखिने मुखको स्वास्थ्य पनि निकै कमजोर रहेको पाइएको थियो। शिविरमा विभिन्न अंगहरूमा ट्युमर (हानिरहित र क्यान्सर दुवै प्रकार) भएका बिरामीहरू पनि भेटिए, जसले प्रारम्भिक जाँचको आवश्यकतालाई देखाएको छ । बालविवाह, चाँडो र धेरै सन्तान जन्माउने प्रवृत्ति अझै पनि व्यापक रहेको देखियो, जसले महिलाहरूको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल प्रभाव पारिरहेको छ ।

शिविरमा जाँच गरिएका बिरामीहरुमा हेपाटाइटिस बीको संक्रमण दर अपेक्षाकृत न्यून देखिएको थियो भने कलेजोसम्बन्धी रोगहरु, विशेषगरी दीर्घकालीन लिवर रोगका बिरामीहरुको संख्या पनि न्यून देखिएको थियो। मद्यपानजन्य स्वास्थ्य समस्या, फ्याटि्ट लिभरको समस्या, मधुमेह र उच्च रक्तचापका बिरामीहरू पनि तुलनात्मक रुपमा कम थिए, जसले समग्र जीवनशैली केही हदसम्म सन्तुलित भएको संकेत दिन्छ ।

एन्डोस्कोपी सेवाबाट १८ जना बिरामीको ग्याष्ट्रोस्कोपी गरिएको थियो । नेत्र सेवा अन्तर्गत ७९९ जना बिरामीको आँखाको परीक्षण गर्दा १११ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया गरिएको थियो। हाडजोर्नी विभागमा ७१९ जना बिरामीले सेवा लिएका थिए। कान, नाक, घाँटी सेवामा ५९५ जना बिरामीको जाँच गरिएको थियो। यसमध्ये २२ जनामा एन्डोस्कोपिक सर्जरी गरिएको थियो, जसमा १८ जना बिरामीमा टिम्प्यानोप्लास्टी (कानको पर्दा बनाउने सर्जरी) गरिएको थियो ।

छालासम्बन्धी सेवा अन्तर्गत ३९३ जना बिरामीको जाँच गरिएको थियो । विभिन्न प्रकारका न्यास, एलर्जी, संक्रमण लगायतका समस्याहरूको परीक्षण र उपचार गरिएको थियो। दन्त सेवामा ३८१ जना बिरामीले सेवा लिए । यसमध्ये २२१ जनाको दाFत झिक्ने र २६ जनाको दाँतको जगेर्ना गरिएको थियो । स्त्रीरोग विभागबाट ३६८ जना महिलाहरुलाई सेवा दिइयो । गर्भाशय मुखको क्यान्सर स्क्रिनिङ, थर्मोकोएगुलेसन, बायोप्सी, साना शल्यक्रिया, परामर्श र स्यानिटरी प्याड वितरणजस्ता कार्यक्रमहरू पनि सञ्चालन गरिएको थियो । सामान्य शल्यक्रिया विभागमा २६७ जना बिरामीको साना शल्यक्रिया र बायोप्सी गरिएको थियो भने रेडियोलोजी सेवाअन्तर्गत २७४ वटा अल्ट्रासाउन्ड गरिएको थियो। बाल रोग सेवामा २३७ जना बालबालिकाको परीक्षण गरिएको थियो जसमा कुपोषण प्रमुख समस्या पाइएको थियो भने वंशानुगत रोगहरु पनि धेरै परिवारमा देखिएका छन् ।

२०८१ चैत २४ देखि २६ गतेसम्म एक एक पाइला फाउन्डेसन र नरहरिनाथ गाउँपालिका बीचको समन्वय एवम् सहकार्य एवम् सुर्खेत आँखा अस्पतालको आँखा स्वास्थ्य कार्यक्रमका लागि प्राविधिक सहयोगमा आयोजना भएको स्वास्थ्य शिविर सम्पन्न भयो ।

समग्रमा, एक एक पाइला फाउन्डेसन आफ्नो स्थापनाको यस दश वर्षमा करिब तीसभन्दा बढी जिल्लाहरुमा पुग्यो। आफ्ना सेवामुलक नि:शुल्क स्वास्थ्य शिविरका ३४ पाइला मार्फत कुल ३८,७३१ जना बिरामीलाई विभिन्न स्वास्थ्य समस्याका ८४,८२० चेकजाँच, परीक्षण र उपचार सेवा प्रदान गर्न सफल भयो । यसमध्ये १७,५४४ आँखा सम्बन्धी, ७९४२ दन्तरोग सम्बन्धी, ५३८५ छालारोग सम्बन्धी, ७३८० कान, नाक, घाँटी सम्बन्धी, ६१०९ स्त्रीरोग सम्बन्धी, १३४८५ सामान्य चिकित्सा सम्बन्धी, ७३५४ हाडजोर्नी सम्बन्धी र २६३४ बालरोग सम्बन्धी चेकजाँच र उपचारहरु सम्पन्न गरिएका छन् ।

यस्तै, यस अवधिमा १३४१ जनाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया, २३०७ जनाको दन्त एक्सट्र्याक्सन, २५६ जनाको ईएनटी शल्यक्रिया, १६३८ जनाको सामान्य शल्यक्रिया, ६९ जनाको शल्यक्रिया प्रक्रिया गर्नुका साथै ४१२५ वटा रेडियोलोजी ९१६७ वटा प्याथोलोजी सेवाहरु प्रदान गरिएको थियो । शिविरका दौरान केहि जटिल समस्या भएका बिरामीहरुका लागि विभिन्न सहृदयी संघ, संस्था र व्यक्तिहरु मार्फत सहयोग संकलन गरी काठमाडौं ल्याएर विशेष उपचार पनि गरिएको थियो ।

स्वास्थ्य शिविर- फक्ताङलुङ्ग, ताप्लेजुङ्ग, २०८०

स्वास्थ्य शिविर- दुनै, डोल्पा,२०७५

स्वास्थ्य शिविर- सुकुम्बासी बस्ती, कुलेश्वर, २०७८

स्वास्थ्य शिविर- भोटखोला, संखुवासभा, २०८१

एक एक पाइला
सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र

"एक एक पाइला फाउन्डेशन" एक मुनाफारहित जनहितकारी सामाजिक संस्था हो। नेपालमा रहेका गरीब तथा विपन्न वर्गहरुको लागि गुणस्तरिय स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गरी स्वास्थ्यको पहुँचदेखि टाढा रहेका दुर्गम जिल्लाका जनतामा स्वास्थ्य सम्बन्धी जनचेतनामुलक कार्यक्रम गर्ने, स्वास्थ्य समस्याका कारणबाट कसैले पनि अकालमा मृत्युवरण गर्न नपरोस् भनि विभिन्न स्थान वा क्षेत्रमा स्वास्थ्य सम्बन्धी सेवा पुऱ्याउने यस संस्थाको मूल उद्देश्य हो ।

सुबिधासम्पन्न सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र तथा अस्पताल संचालन गरी स्तरीय सेवा उपलब्ध गराउने उद्देश्य अनुरुप "एक एक पाइला" ले संस्था स्थापनाको ६ वर्षपछि काठमाडौं महानगरपालिका वडा नं. ११ थापाथलीमा एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र (क्लिनिक) संचालनमा ल्याई विशेषज्ञ सेवासँगै आफ्ना नियमित गतिविधिहरु शुरु गऱ्यो। यसका लागि स्वर्गीय नारायण शमशेर थापा र श्रीमती प्रतिमा थापा दम्पत्तिले १० बर्षको लागि घरभाडा नलिने गरी नि:शुल्क भवन उपलब्ध गराउनु भएको थियो। यस योगदानका लागि "एक एक पाइला फाउन्डेसन" वहाँहरूप्रति सधैं कृतज्ञ रहने छ ।

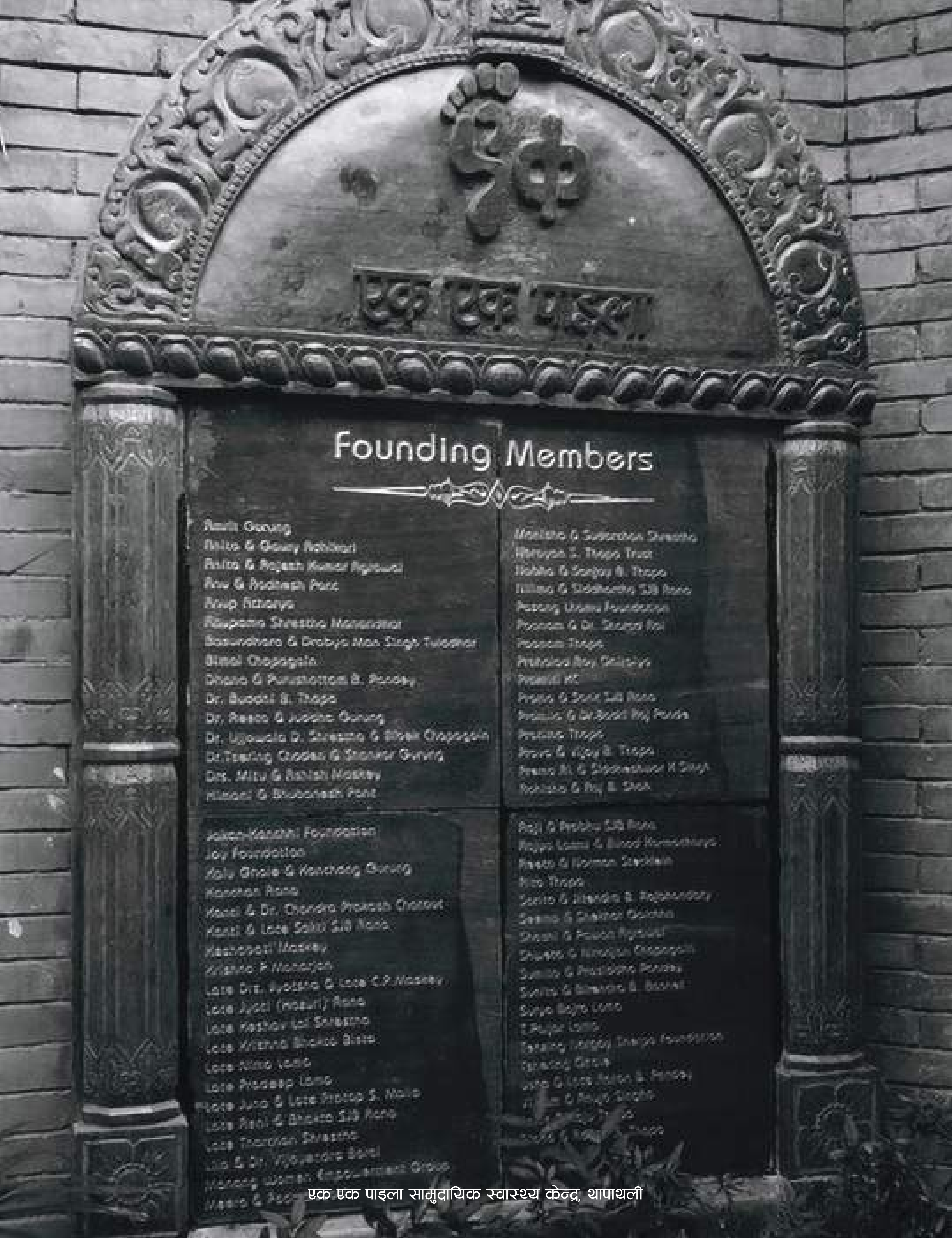
"एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र" ले व्यापक र समग्र स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दछ। यसमा नेत्ररोग, ईएनटी, दन्त चिकित्सा, स्त्रीरोग, छालारोग, इन्टरनल मेडिसिन, शल्यक्रिया, बालरोग, हाडजोर्नी तथा नशासम्बन्धी समस्या, रेडियोलोजी तथा प्याथोलोजी, मनोपरामर्श, फार्मेसी लगायतका चिकित्सा क्षेत्रहरु समावेश छन् ।

वि.सं. २०७८ साल वैशाख ११ गते शुभारम्भ गरिएको एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रको संचालनका निमित्त विभिन्न नेपाली दाताहरुको आर्थिक सहयोग प्राप्त भएको थियो। सोही सहयोगद्वारा नै आवश्यक पर्ने स्वास्थ्य सामाग्रीहरु खरिद गरी स्वास्थ्य केन्द्र संचालनमा आएको हो । यस क्लिनिकबाट न्यूनवर्गीय नागरिकले समेत सहज र सुलभ शुल्कमा विशेषज्ञ सेवा पाउँदै आएका छन्। क्लिनिकले सरकारी अस्पतालमा हुने बिरामीको चाप र आम नागरिकको आर्थिक अवस्थालाई हेरेर एकसय पचास रुपैयाँ ओपीडी शुल्कमा सेवा दिइरहेको छ। काठमाडौंका विभिन्न अस्पतालमा कार्यरत विशेषज्ञ डाक्टरहरुको सेवा यो क्लिनिकमा तीन गुणा कम शुल्कमा पाइन्छ। यहाँ ३ सय रुपैयाँमा विशेषज्ञ डाक्टरको सेवा पाइन्छ ।

क्लिनिकमा स्वयमवकको रुपमा सेवा दिने विशेषज्ञहरुले शल्यक्रिया, थप उपचार तथा भर्ना गर्नुपर्ने बिरामीलाई सरकारी स्वास्थ्य संस्थामा रिफर गर्ने गरेका छन्। यहाँका कुनैपनि विशेषज्ञ डाक्टरले बिरामी जाँचेको शुल्क लिँदैनन्। उनीहरुले बिना पैसा बिरामी जाँच्ने गरेका छन्। त्यो शुल्क क्लिनिक सञ्चालन र क्लिनिकमा राखिएका तीनजना फूल टाइम डाक्टर, नर्सहरु र अन्य कर्मचारीका लागि खर्च हुने गरेको छ। क्लिनिकमा तीन जना डाक्टर, केही नर्स र अन्य कर्मचारी तलबी छन् भने बाँकी सबै स्वयंसेवी रहेका छन्। क्लिनिकको सञ्चालन खर्च कटाएर बाँकी एक एक पाइलाको अक्षय कोषमा (गरिब तथा बिपन्न नागरिक कोष) जान्छ जसबाट कमजोर आर्थिक अवस्था भएका बिरामीलाई उपचार गर्न सहयोग गर्ने गरिएको छ।

एक एक पाइला फाउन्डेशन अन्तर्गत संचालित एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र थापाथलीले निम्नलिखित विभिन्न स्वास्थ्यका कार्यक्रम ल्याएको थियो:

- सिल्भर माउन्टेन स्कुलका विद्यार्थीहरुलाई स्वास्थ्य जाँच कार्यक्रम
- टेवा फाउन्डेशनमा आबद्ध कर्मचारीहरुका लागि स्वास्थ्य जाँच कार्यक्रम
- गोरखा जिल्ला अन्तर्गत सामागाँउका महिलाहरुलाई लक्षित स्वास्थ्य कार्यक्रम
- टेरेगार लर्निंग स्कुलका विद्यार्थीहरुलाई स्वास्थ्य जाँच कार्यक्रम
- आमा स्वास्थ्य जाँच कार्यक्रम
- स्तन तथा पाठेघरको मुखको क्यान्सर स्क्रिनिङ्
- सानो संसार नेपाल स्वास्थ्य कार्यक्रम
- खोप कार्यक्रम
- स्वास्थ्य जनचेतनामूलक कार्यक्रम
- सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यक्रम
- पुतली घर स्वास्थ्य कार्यक्रम
- पठाओ चालकहरुलाई स्वास्थ्य चेकजाँच कार्यक्रम
- द नेपाल इनिसियटिभ र लाईट हाउसबीचको सहकार्यमा स्वास्थ्य कार्यक्रम
- उपाय सिटी कार्गोमा आवद्ध चालकहरुलाई केन्द्रित स्वास्थ्य कार्यक्रम
- इन्फो डेभलपर प्रा.लि. मा आवद्ध कर्मचारीहरुलाई लक्षित स्वास्थ्य कार्यक्रम



एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र, थापाथली

एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र, थापाथली

एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र परिवार

कोरोना कहरमा सक्रियता

काठमाडौंको थापाथलीमा एक एक पाइला फाउन्डेसन अन्तर्गत स्वास्थ्य केन्द्र संचालनमा आउनु र विश्वभर फैलिएको कोरोना महामारीको दोस्रो लहर नेपालमा पनि शुरु हुनु एकै समयमा भयो। विश्वकै जनजीवन जटिल अवस्थामा पुगेको बेलामा कोरोना कहरको दोस्रो संक्रमणकालीन अवस्थाबाट नेपाल पनि अछुतो रहन सकेन। कोरोना महामारी चलिरहेकै बेला पनि "एक एक पाइला" को कार्यहरु ठप्प भने भएनन्। सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र संचालनको सुरुवातमै "एक एक पाइला फाउन्डेशन" ले एक एक पाइला सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र मार्फत कोरोना आउटरिच कार्यक्रम संचालन गर्‍यो। उक्त कार्यक्रम मार्फत कोरोनाबिरुद्ध उपयोगी हुने औषधीहरु लगायत विभिन्न स्वास्थ्य सामग्री र उपकरणहरु देशका विभिन्न स्थानमा नि:शुल्क रुपमा वितरण गर्‍यो।

कोरोना संक्रमणदर उच्च रही औषधी लगायत स्वास्थ्य सामग्रीहरु आवश्यक परेका देशका विभिन्न जिल्लाका जनस्वास्थ्य कार्यालय, स्वास्थ्य कार्यालय, जिल्ला अस्पताल, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, स्वास्थ्य चौकी, नगरपालिका, गाउँपालिका, स्थानीय जनप्रतिनिधि एवम् स्वास्थ्यकर्मीहरुसँग समन्वय गरी उक्त कार्यक्रम संचालन गरिएको थियो। यस क्रममा संस्थाले नेपालका झन्डै ४३ वटा जिल्लाहरुका ७० स्थानीय तहमा उक्त सेवा विस्तार गरी सेवा पुर्‍याएको थियो। महामारीमा अत्यावश्यक पर्ने औषधिहरु लिएर संस्था गाउँ-गाउँसम्म पुगेको थियो। यस्तो समयमा अति आवश्यक पर्ने औषधि र केही एन्टिबायोटिकहरु समेत राखेर संस्थाले प्राइमरी मेडिसिन बक्स बनाएर बाँडेको थियो।

त्यसैगरी, लकडाउनका कारण अस्पताल जान वा अस्पतालमा सम्पर्क गर्न समस्या भएको अवस्थामा एक एक पाइलामा आवद्ध चिकित्सकहरुलाई सम्पर्क गरी सेवा लिन सकिने व्यवस्था गरिएको थियो। स्वास्थ्य समस्या भएमा बिहान ७ देखि ९ र साँझ ५ देखि ७ बजेको समयमा फोन, भाइबर र ह्वाट्सएपबाट सम्पर्क गरी सेवा लिन सकिने व्यवस्था त्यस बखत गरिएको थियो।

त्यस बखत बिभिन्न स्वास्थ्य संस्था, स्थानीय सरकार र प्रदेश सरकार संगको समन्वयमा सेवा पुर्याएका जिल्लाहरु र पालिका/स्थानहरु:

जिल्ला	गाउँपालिका/ नगरपालिका /स्थान
दोलखा	दोलखा,जिरी
सिन्धुली	फिक्कल, गोलान्जोर, हरिहरपुरगढी
रामेछाप	मन्थली
नुवाकोट	बेल्कोटगढी
बाजुरा	मार्तडी जिल्ला अस्पताल, बुढीनन्दा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र
दार्चुला	दार्चुला
बैतडी	दशरथचन्द, शिवनाथ, पाटन,मेलौली प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र
प्युठान	झिमरुक, भिंग्री प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, प्युठान कोभिड केन्द्र
पाल्पा	तानसेन
खोटाङ्ग	साकेला, ऐंसेलुखर्क
काभ्रे	महाभारत
दाङ्ग	दंगिसरण
कपिलवस्तु	बुद्धभूमि, शिवराज
अछाम	तुर्माखाद, साँफेबगर
रोल्पा	त्रिवेणी, सुलिचौर, जिल्ला अस्पताल
उदयपुर	त्रियुगा
सिन्धुपाल्चोक	पाँच पोखरी,मेलम्ची, सुनकोशी, बलेफी
डोटी	बढिकेदार
गोरखा	सुलिकोट, भिमसेन थापा (बोर्लांग)
कैलाली	मोहन्याल
ताप्लेजुङ	फक्तयालुंग, ओलाङचुङगोला, घुम्सा
नवलपरासी	देबचुली

जिल्ला	गाउँपालिका/ नगरपालिका /स्थान
रुपन्देही	लुम्बिनी, सिद्धार्थनगर
नवलपरासी	सुस्ता
ओखलढुंगा	लिखु कोभिड अस्पताल
कालिकोट	सान्नी त्रिवेणी, नरहरिनाथ, जिल्ला अस्पताल मान्मा, रास्कोट
बाग्लुङ	तमनखोला, बुर्तिबांग प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र
हुम्ला	सिमिकोट
मुगु	खत्याड रातापानी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, जिल्ला अस्पताल गमगढी
गुल्मी	सत्यबती, कालीगण्डकी, मालिका, कोभिड अस्पताल
बझाङ	बित्तथडचिर, मस्टा, सुरमा, खप्तड छान्ना
अर्घाखाँची	चत्रदेव
काठमाडौं	गोकर्ण
जुम्ला	जुम्ला जिल्ला अस्पताल
धनकुटा	डाँडा बजार प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, जितपुर प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र
तेरथुम	फेडाद अस्पताल
उदयपुर	ताप्ली आधारभूत अस्पताल
रसुवा	जिल्ला अस्पताल
बर्दिया	कोभिड अस्पताल
पुर्व रुकुम	जिल्ला अस्पताल
ललितपुर	प्युटार
सप्तरी	कृति सामुदायिक अस्पताल
हुम्ला	हुम्ला जिल्ला अस्पातल

कोरोना कहर, जिल्ला अस्पताल, मार्तडी, बाजुरा, २०७८

कोरोना कहर, बोलङ्ङ, गोरखा, २०७८

अन्य गतिविधिहरु:

एक एक पाइला ठोकर्पा आधारभुत अस्पताल

दूर्गमका नागरिकलाई स्वास्थ्य सेवाको पहुँचमा जोड्ने उद्देश्यले संस्थाको पहलमा सिन्धुपाल्चोकको सुनकोसीस्थित ठोकर्पामा १५ शैयाको आधारभूत अस्पताल सुरु गरिएको थियो। स्विडेन नेपाल सोसाइटीको आर्थिक सहयोग तथा बिल्ड अफ नेपालको प्राविधिक सहयोगमा निर्माण भएको संरचना अन्तर्गत विदेशी दातृ निकायको सहयोग लागतमा ब्लक ए को पहिलो तल्लाको भौतिक निर्माण सम्पन्न भएको हो। यस अस्पताललाई सात वर्षसम्म आफ्नै स्रोत साधनबाट सञ्चालन गरी गाउँपालिकालाई हस्तान्तरण गर्ने सम्झौता भएता पनि एक एक पाइलाले यसलाई दुई वर्षको अवधिमै हस्तान्तरण गरेको थियो।

अस्पताल सञ्चालनको लागि वि. सं. २०७८ असोज १ गते एक एक पाइला फाउण्डेसनको सुनकोशी गाउँपालिकासँग ७ वर्षको लागि सम्झौता भएको थियो। सोही सम्झौताअनुरूप फाउण्डेसनले दुई करोड रुपैयाँ भन्दा बढी परिमाणको उपकरण र मेसिनहरु खरिद गरिदिएको थियो। एक एक पाइलाले एक एक पाइला ठोकर्पा आधारभूत अस्पतालबाट इमरजेन्सी, ओपिडी, दन्त, आँखा, मोतियाबिन्दु शल्यक्रिया, ल्याब सेवा, फार्मेसी, एक्स रे, भिडियो एक्से रे, चस्मा पसल, प्रत्येक महिना विशेषज्ञ सेवा, बर्थिङ सेन्टरजस्ता महत्वपूर्ण सेवाहरु संचालन गरी उक्त भेगका जनसंख्यालाई स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध गराएको थियो। उक्त अस्पताल एक एक पाइलाले पहिलो पटक संचालनमा ल्याई दुई वर्षसम्म संचालन गरेपश्चात् सुनकोशी गाउँपालिकालाई हस्तान्तरण गरेको थियो।

एक एक पाइला ठोकर्पा आधारभूत अस्पतालमा योगदान पुऱ्याउनु हुने विभिन्न व्यक्ति, संघ संस्थाहरुलाई वहाँहरुको योगदानको उच्च कदर गर्दै २०७९ साल भाद्र १८, गते "एक एक पाइला फाउन्डेशन" ले अस्पताल प्राङ्गणमै आयोजित कार्यक्रममा सम्मान तथा अभिनन्दन गरेको थियो। हाल अस्पतालको संचालन पूर्ण रूपमा गाउँपालिकाले गरिरहेको छ।

बागमती रिभरसाइड स्क्वाटर्स हेल्थ आउटरिच परियोजना

एक एक पाइलाले काठमाडौंमा बसोबास गर्दै आइरहेका भूमिहीन सुकुम्बासी समुदायलाई लक्षित गरी आर्थिक बर्ष २०७८/०७९ मा २ वर्ष कार्यक्रमको कार्ययोजना तयार गरेको थियो। "बागमती रिभरसाइड स्क्वाटर्स हेल्थ आउटरिच परियोजना" नामक उक्त परियोजना अनुरुप एक एक पाइला फाउन्डेसनले २ महिनाको अन्तरालमा २ बर्ष भित्रमा ११ वटा सुकुम्बासी बस्तीमा निशुल्क स्वास्थ्य शिविर संचालन गर्ने भनि कार्यक्रम संचालनमा ल्याएको थियो । यस अन्तर्गत निम्न सेवाहरु प्रदान गरियो:-

१. आँखा रोग सेवा,
२. बाल रोग सेवा,
३. सामान्य शल्यक्रिया सेवा,
४. छाला रोग सेवा,
५. छाती रोग सेवा,
६. प्याथोलोजी सेवा,
७. दाँत रोग सेवा,
८. नाक, कान, घाँटी सेवा,
९. कलेजो रोग सेवा,
१०. महिला तथा प्रसुती रोग सेवा,
११. भिडियो एक्स-रे सेवा,
१२. फार्मेसी सेवा

भरिया (श्रमिक) कार्यक्रम

पी रबिनहुड फाउन्डेसनको आर्थिक सहयोगमा एक एक पाइला फाउन्डेसनद्वारा श्रमिक (भरिया) वर्गलाई लक्षित गरि नि:शुल्क जेनेरल स्वास्थ्य जाँच कार्यक्रम सञ्चालन गरियो। यस कार्यक्रमले दैनिक भारी बोकी ज्याला-मजदुरी गर्ने श्रमिक वर्गलाई समेट्छ। कमजोर आर्थिक अवस्थाको कारण रोगको पहिचान र उपचार गर्न नपाएका काठमाडौं जिल्ला भित्रका दैनिक भारी बोकी ज्याला-मजदुरी गर्ने श्रमिक वर्गको लागि यो कार्यक्रम २०८० बैशाख ३ गतेबाट सुचारु भएको हो।

थप गतिविधिहरु

• एक एक पाइला फाउन्डेसनले वि.सं. २०७९ साल असोज महिनामा आएको बेमौसमी अविरल वर्षाले पुऱ्याएको क्षतिको कारण मुगु जिल्ला खत्याड गाउँपालिका रातापानी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रमा अत्यावश्यक स्वास्थ्य सामग्रीहरु उपलब्ध गराएको थियो। त्यस बखत खत्याडबासी र स्थानीयस्तरबाट संस्थाको कामलाई सराहाना गरिएको थियो।

• वि.सं. २०७९ साल मंसिर १७ गते एक एक पाइला फाउन्डेशन, राप्ति आँखा अस्पताल, नेपाल नेत्रज्योति संघ र ग्लाउकोमा सोसाइटी अफ नेपाल बीचको सहकार्यमा दाङको तुल्सीपुरमा जलबिन्दु तथा मोतियाबिन्दुबारे प्रशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न भयो।

• स्वास्थ्य प्राविधिक कर्मचारी सहयोग कार्यक्रम अन्तर्गत वि.सं. २०८० बैशाख १ गतेदेखि २०८३ चैत्र मसान्तसम्म हुम्ला जिल्ला, नाम्खा गाउँपालिकास्थित चाला स्वास्थ्य इकाईमा स्वास्थ्य प्राविधिक कर्मचारी उपलब्ध गराउने भनि "एक एक पाइला फाउण्डेशन" र नाम्खा गाउँपालिकाबीच सम्झौता भएको थियो। सो सम्झौता अनुरुप स्टाफ नर्स सोनाम डोल्मा तामाङ अहिले उक्त स्थानमा कार्यरत हुनुहुन्छ।

• नेपाल आँखा अस्पतालसँगको सहकार्यमा Retinopathy of Prematurity (ROP) कार्यक्रम संचालनमा ल्याएको थियो।

• एक एक पाइला शैक्षिक कार्यक्रम: आ.व. २०७९/०८० भित्र संस्थाले जम्मा ५ वटा कक्षाहरु संचालनमा ल्यायो। संचालनमा आएका कक्षा र शिक्षकहरु निम्न अनुसार छन्:-

- Optic Nerve Head in Glaucoma- Dr. Suman S. Thapa
- Visual Fields in Glaucoma- Dr. Suman S. Thapa
- Snoring and Obstructive Sleep Apnea- Dr. Subodh S. Dhakal
- USG in Emergency Setting- Dr. Amit Shrestha
- Melasma and Quality of Life- Dr. Sabeena Bhattarai

आगामी बाटो

"एक एक पाइला" ले आफ्नो दश वर्षको यात्रामा देशका विभिन्न पहाडी र हिमाली भेगका विकट भूभागमा गएर स्वास्थ्य शिविरहरु संचालन गऱ्यो। यस क्रममा संस्थाले कर्णाली र सुदुरपश्चिम प्रदेशका जिल्लाहरुमा स्वास्थ्य सम्बन्धी सूचकांकहरु एकदम न्युन पाइएका कारण आफ्ना कार्यक्रमहरु नेपाल सरकारका स्थानीय तहहरुसँगको सहकार्यमा ती स्थानहरुमा केन्द्रित गर्ने सोच बनाएको छ। यसका साथै, बाजुरा जिल्लामा पुन: वृहत स्वास्थ्य शिविरको आयोजना गर्ने तय गरिएको छ।

संस्थाले हिमाली जिल्ला हुम्लाको नाम्खा गाउँपालिकासँग स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रमहरु गर्ने गरी सम्झौता गरेको छ। सम्झौता अन्तर्गत संस्थाले यहाँका जनसंख्यालाई लक्षित गरी हेपाटाइटिस कार्यक्रम, शल्यक्रिया कार्यक्रम, शैक्षिक कार्यक्रम, तालिम, टेलिमेडिसिन आदि जस्ता कार्यक्रम गर्ने लक्ष्य राखेको छ।

त्यसैगरी, दश वर्षका दौरान संस्थाले नेपालका दुर्गम भूभागमा विशेषज्ञ सेवा प्रदान गर्दै गर्दा अनुभव गरेको विभिन्न स्थानहरुको स्वास्थ्य उपचार सेवाको अवस्था र उपलब्ध स्वास्थ्य सूचकाङ्कहरुलाई विश्लेषण गर्दै आफ्ना आउटरिच कार्यक्रमहरुलाई अझै दिगो एवम् प्रभावकारी बनाउन उपचार सेवामा केन्द्रित फोकस कार्यक्रमहरुलाई बढावा दिने दृष्टिकोण बनाएको छ।

स्वास्थ्य सेवाको क्षेत्रमा एक दशक पार गर्दै गर्दा संस्था अझै बलियो, गतिशील, जिम्मेवार एवम् विस्तारित हुँदै गएको छ। एक एक जना स्वयमसेवीहरुको अथक क्रियाशीलता, सेवाको भावना र तत्परताले नै यो कोसेढुङ्गा हासिल भएको हो। आफ्ना व्यवसायिक, पारिवारिक र निजि जिन्दगीको व्यस्ततालाई पन्छाएर समयको छोटो छोटो अन्तरालमै कुनै दुर्गम गन्तव्यको लागि तयार हुनु, बिरामीले पाएको आँखाको ज्योति, ओठको मुस्कान र रोगमुक्त भएपछिको सन्तुष्टि मार्फत आफ्ना तनाव, थकान ईत्यादीलाई भुलाउनु हाम्रा स्वयमसेवीहरुको जीवनशैली नै बनिसकेको छ। र यो यात्रामा होस्टेमा हैंसे प्रदान गर्नुहुने तमाम सहयोगी मनहरुप्रति संस्था सधैं कृतज्ञ छ ।

खोज तथा अनुसन्धान कार्यक्रमहरु

सिन्धुपाल्चोकको सुनकोशी गाउँपालिकामा "Knowledge, Attitude and Practice of Maternal Health Service Utilization and Awareness amount Reproductive Aged Women in Sunkoshi Rural Municipality, Nepal (2021-2022)" शिर्षकमा गरिएको खोज अनुसन्धान दोलखाको जिरीमा Jiri Eye Study (2025-2028) शिर्षकमा गरिएको खोज अनुसन्धान नेपाल आँखा अस्पतालमा Clinical validation of computer screen perimetry (2025) शिर्षकमा संचालित खोज अनुसन्धान

सहयोगी मनहरू प्रति
सदा कृतज्ञता

एक एक पाइलाको अभियान कुनै एक जनाको प्रयासले मात्र सम्भव भएको होइन। यसमा हजारौं सहयोगी हातहरूको आडभरोसा, टेको, होस्टे र हैंसेको ऊर्जा रहेको छ। हामीलाई विश्वास गरी स्वास्थ परीक्षण गर्नुहुने सम्पूर्ण बिरामीहरु प्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछौं । दश वर्षको हाम्रो यस यात्रालाई सघाउनु हुने सम्पूर्ण स्वयंसेवक, व्यक्ति, संस्था, सरकारी, गैरसरकारी निकाय, सेना, प्रहरी एवम् स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई हामी हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं। सार्वजनिक निजि साझेदारीको मोडेलबाट आफ्ना सेवाहरु संचालन गर्दै आएको एक एक पाइला अभियानलाई प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रुपमा साथ दिनुहुने सहयोगीहातहरु सम्झिँदै केहि विशेष नामहरुको यहाँ उल्लेख गर्दछौं।

समन्वय गरिएका स्थानीय सरकारहरू:

- बुढीनन्दा नगरपालिका, बाजुरा
- चुम नुब्री गाउँपालिका, गोरखा
- नाम्खा गाउँपालिका, हुम्ला
- फक्ताङ्लँ गाउँपालिका, ताप्लेजुङ
- सिस्ने गाउँपालिका, रुकुम पुर्व
- सुनकोशी गाउँपालिका, सिन्धुपाल्चोक
- नरहरीनाथ गाउँपालिका, कालिकोट
- भोटखोला गाउँपालिका, संखुवासभा
- काठमाडौं महानगरपालिका

सेवा साझेदारहरू:

गेटा आँखा अस्पताल
कोल्टी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, बाजुरा
मेची आँखा अस्पताल
फक्ताङ्लुङ स्वास्थ्य केन्द्र, ताप्लेजुङ
हुन्गुङ स्वास्थ्य केन्द्र, भोटखोला संखुवासभा
नेपाल आँखा अस्पताल
नेपाल नेत्र ज्योति संघ
जाजरकोट जिल्ला अस्पताल
सिमिकोट जिल्ला अस्पताल
कर्णाली स्वास्थ्य बिज्ञान प्रतिष्ठान
दुनै जिल्ला अस्पताल, डोल्पा
धो स्वास्थ्य केन्द्र, डोल्पा
राप्ति आँखा अस्पताल
रुकुमकोट अस्पताल
तिलगङ्गा आँखा अस्पताल
सुर्खेत आँखा अस्पताल
फतेहबल आँखा अस्पताल
मनांग जिल्ला अस्पताल
हिमालयन आँखा अस्पताल
नाम्खा स्वास्थ्य चौकी
लिमि स्वास्थ्य चौकी
योगी नरहरिनाथ आधारभूत अस्पताल, कालिकोट

आर्थिक साझेदारहरू:

- व्यक्तिगत दाताहरु
- बुद्ध एअरलाइस (Buddha Airlines)
- नेपाल लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनि लिमिटेड
- नेशनल लाइफ इन्स्योरेन्स कम्पनि लिमिटेड
- शिखर इन्स्योरेन्स कम्पनि लिमिटेड
- स्याकार कम्पनी प्रा.लि.
- हिमालयन बैंक लिमिटेड
- कुमारी बैंक लिमिटेड
- लक्ष्मी सनराइज बैंक लिमिटेड
- Manang Women Empowerment Group
- Janak–Kanchhi Foundation
- Joy Foundation
- Narayan S Thapa Trust
- Pasang Lhamu Foundation
- Tenzing Norgay Sherpa Foundation
- जावलाखेल ग्रुप अफ कम्पनी
- गोरखा ब्रुअरी प्रा.लि.
- NIMB क्यापिटल
- पठाओ नेपाल प्रा.लि.
- Daya foundation
- SALICO
- Rotary Club of Thamel
- FEEP -Friends of Ek Ek Paila- NEPAL
- Lighting Nepal
- ANMA
- अरुण बाँस्कोटा फाउन्डेसन (Arun Banskota Foundation)
- गतुर्बन नेपाल (Gatubarn I Nepal)
- फेज अस्ट्रिया (Phase Austria)
- टर्किश एअरलाइन्स (Turkish Airlines)
- ह्यान्ड्स इन आउटरिच (Hands In Outreach)
- EEP USA
- Dhana Yoga Foundation
- AKADEMISCHER ALPEN–CLUB ZURICH
- Sweden Nepal Society

हाम्रो लजिस्टिक टिम

एक एक पाइला फाउन्डेशनका हरेक कार्यक्रमहरुको सफलतामा लजिस्टिक टिमको भूमिका अत्यन्तै महत्वपूर्ण रहँदै आएको छ। दुर्गम र अफ्ठ्यारा भूभागमा हुने स्वास्थ्य कार्यक्रमहरुमा, टिमले अफ्नो सम्पूर्ण समर्पणसाथ संस्था र स्वास्थ्यकर्मी टोलीलाई सुरक्षित रुपमा गन्तव्यमा पुऱ्याउँदै आएको छ।

कार्यक्रमहरु सञ्चालनका लागि आवश्यक सबै मेडिकल सामग्रीहरुको सुरक्षित ढुवानी, सम्पूर्ण टोलीको यात्रा, आवास तथा खानपानको व्यवस्थापन, कार्यक्रमस्थलको पूर्व जानकारी (रेकी), सम्बन्धित पालिका, स्थानीय सरकार तथा अन्य सरोकारवाला निकायहरुसँग आवश्यक समन्वय र सहकार्य - यी सबै कार्यहरु लजिस्टिक टिमले अत्यन्त कुशलतापूर्वक निर्वाह गर्दै आएको छ।

यस टिमको निरन्तर क्रियाशीलता र समर्पणबिना संस्था आफ्नो लक्ष्यमा पुग्न असम्भवजस्तै हुने थियो। त्यसैले, लजिस्टिक टिम एक एक पाइलाको मेरुदण्डसरह रहँदै आएको छ, जसले संस्थाको दृष्टिकोण र उद्देश्यलाई व्यवहारमा उतार्न अमूल्य योगदान पुऱ्याइरहेको छ।

म्युजिक फर मेडिसिनलाई सम्झदा

स्वास्थ्य शिविर- सुकुम्बासी बस्ती, थापाथली, २०७८

एक दशकको यात्रामा, एक एक पाइलाका हरेक पाइलामा म्युजिक फर मेडिसिनको आत्मीय साथ र समर्पणको गहिरो छाप रहँदै आएको छ। दुर्गम तथा पहुँचविहीन जिल्लाहरूमा स्वास्थ्य शिविर सञ्चालनका क्रममा औषधि खरीदका लागि सांगीतिक कार्यक्रममार्फत आर्थिक सहयोग जुटाउनु, संस्था र यसको कार्यलाई प्रवर्द्धन गर्नु तथा समुदायमा संगीतको माध्यमबाट जनचेतना फैलाउनु जस्ता कार्यहरूमा म्युजिक फर मेडिसिनले अतुलनीय भूमिका निर्वाह गरेको छ।

एक एक पाइलाको सेवा र समर्पणको बाटोमा उनीहरू सधैं सँगै हिँडे, हर्षका साथ, धुनका साथ । यस पवित्र यात्रालाई अर्थ र ऊर्जा दिने सबै कलाकारहरूप्रति एक एक पाइला परिवार गहिरो सम्मान र हार्दिक आभार प्रकट गर्दछ।

एक एक पाइला

एक एक पाइलाको अभियानलाई सहयोग र समर्थन गर्नका लागि निम्न बैंक खातामा रकम जम्मा गरी सहयोग गर्न सक्नुहुनेछ । तपाईको सहयोगले दूरदराजका क्षेत्रहरु जहाँ स्वास्थ्य सेवाको पहुँचबाट वन्चित रहेका छन् उनीहरुको सहयोगमा ठूलो योगदान पुऱ्याउन सक्नुहुनेछ ।

EK EK PAILA FOUNDATION
NEPAL INVESTMENT MEGA BANK
A/C NO.: 03601040264976
SWIFT CODE: NIBLNPKT
BRANCH: LAZIMPAT
CITY: KATHMANDU

एक एक पाइला

EK EK PAILA FOUNDATION

Thapathali, Kathmandu | Tel.: 01-4101066

info@ekekpaila.org | facebook.com/ek.ek.paila | instagram.com/ekekpaila/ | www.ekekpaila.org

#ekekpaila