



सम्पादकीय

प्रदेशको विकास खर्च

आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा लुम्बिनी प्रदेशको बजेट ६६ प्रतिशत खर्च भएको छ । सरकारले ४० अर्ब ४७ करोड ९७ लाख रुपैयाँको बजेट ल्याएकोमा २६ अर्ब ७७ करोड ३५ लाख ११ हजार २ सय रुपैयाँ खर्च भएको छ ।

सरकारले बजेट खर्च नगर्दा त्यसको असर अर्थतन्त्रमा पर्दै आएको छ । सरकारी बजेट खर्च हुँदा अर्थतन्त्र चलायमान हुन बल पुग्छ । सरकारी कोषमा रहेको बजेट विनियोजनअनुसार खर्च नहुँदा मन्दीमा रहको अर्थतन्त्र भनै सुस्त बन्ने जोखिम बढेको छ । बजेट बेलैमा नआउने प्रवृत्तिले खर्च हुन सकेन भन्ने धारणा आएपछि सरकारले तहगत सरकारको बजेट ल्याउने मिति नै संविधानमा उल्लेख भयो । तोकिएको मितिमा बजेट आयो । तर बजेट खर्च गर्ने क्षमता बढेन् । चालु खर्च बढ्दै जाने तर पुँजीगत खर्च नबढ्ने प्रवृत्ति भनै मौलायो । पुँजीगत खर्च नबढ्दा योजना र कार्यक्रमअनुसार विकास निर्माणका काम तोकिएको समयसिमामा हुन सकेनन् । यसले विकासको प्रतिफल नागरिकले पाउन नसक्दा शासन प्रणालीप्रति नै नागरिकको विश्वास र भरोसा टुट्ने जोखिम बढेको छ ।

यद्यपि लुम्बिनी प्रदेशले स्थापनाका तीन वर्ष बजेट खर्चमा उल्लेख्य वृद्धि गरेको थियो । आर्थिक वर्ष २०७५/०७६ मा ६० प्रतिशत, २०७६/०७७ मा ६९ प्रतिशत र २०७७/०७८ मा ८१ प्रतिशत बजेट खर्च भएको थियो । क्रमशः बजेट खर्च बढ्दै गएकाले संस्थागत क्षमता बढ्दै गएको विश्वास गरिएको थियो, तर अहिले बजेट खर्च निरन्तर ओरालो लागिरहेको छ । गत आब २०७९/०८० मा ७० प्रतिशत बजेट खर्च भएको थियो । तीन वर्षयता खर्चको अवस्था निराशाजनक हुनुको कारण राजनैतिक स्थिरता प्रमुख कारक हो । प्रदेशमा छिटोछिटो सरकार फेरिंदै आएकाले कर्मचारी प्रशासन पनि अस्थिर भएको छ । सरकार फेरिने बित्तिकै कर्मचारी सरुवा गर्न थालिएको छ । कर्मचारी सरुवाको मापदण्डलाई धुतिसाल बनाइएको छ । राम्रा सबै हाम्रा भन्ने नीति बनाइ कार्यान्वयन गर्नुको साटो हाम्रा जति सबै राम्रा भन्ने नीतिलाई कार्यान्वयन गर्दा कर्मचारी निराश छन् । प्राविधिक जनशक्तिको अभाव पूरा गर्दा पुँजीगत खर्च बढाउन सकिन्छ, तर जनशक्ति पूर्तिका लागि विकल्प खोजिएको छैन ।

अहिले प्रदेशमा दरबन्दीको ५० प्रतिशत कर्मचारी छन् । ती कर्मचारीलाई कामको दबाब छ । संघमा अनावश्यक कर्मचारी छन्, तर प्रदेशले कर्मचारीको अभाव भेलिरहेका छन् । दरबन्दीअनुसार कर्मचारी पूर्ति गर्न प्राथमिकता दिँदै सरुवा, बढुवा र दरबन्दी मिलानमा भेदभाव नगर्ने दुरदर्शी राजनैतिक नेतृत्वले मात्रै बजेट खर्चलाई बढाउन सक्छ । पुँजीगत खर्च बढाउँदै चालु खर्च घटाउँदा मात्रै प्रदेशको औचित्य स्थापित गर्न सकिन्छ ।

नेप्से परिसूचक २३

दशमलव २५ अङ्कले बढ्यो



काठमाडौँ । नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचक बुधबार २३ दशमलव २५ अङ्कले बढेको छ । नेप्से परिसूचक एक दशमलव ०८ प्रतिशतले बढेर दुई हजार एक सय ७५ दशमलव ४० को बिन्दुमा कायम भएको हो ।

तीन सय २२ कम्पनीको एक करोड ५२ लाख ९६ हजार सात सय २९ किता शेयर ७२ हजार सात सय १४ पटक खरिदबिक्री हुँदा रु पाँच अर्ब ७४ करोड ४० लाख ८३ हजार बराबरको कारोबार भएको छ । विकास बैंक समूह शून्य दशमलव २९ प्रतिशतले घटेको छ भने अरु सबै समूहको उपसूचक बढेको छ । सबैभन्दा धेरै बैकिङ समूह एक दशमलव ६९

प्रतिशतले बढेको छ ।

कारोबारमा १० दशमलव २५ प्रतिशत एसाबिएल डिबेन्चर-२०८३ को शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ भने बुद्धभूमि नेपाल हाईड्रोपावर कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्यमा नकारात्मक सर्किट लागेको छ ।

कारोबार रकमका आधारमा सबैभन्दा धेरै हाथवे इन्भेस्टमेन्ट नेपाल लिमिटेडको रु १५ करोड आठ लाख ९९ हजार आठ सय ५९ बराबरको शेयर कारोबार भएको छ । कारोबार भएका शेयर संख्याका आधारमा भने लक्ष्मी उन्नती कोषको दश लाख सात हजार तीन सय ५० किता शेयर किनबेच भएको छ ।



विनोद परियार

विश्वमा आधुनिक प्रेसमा छपाइ सुरु भएको चार सय वर्षपछि १९०८ सालमा बेलायत भ्रमणबाट फर्कँदा तत्कालीन प्रधानमन्त्री जङ्गबहादुर राणाले नेपालमा प्रेस (मिद्दे प्रेस) भित्र्याएका थिए । जङ्गबहादुरले प्रेस त भित्र्याए तर त्यो प्रेसमा अखबर छापिएन । प्रेस स्थापना भएको ४७ वर्षपछि मात्रै नेपालबाट 'सुधासागर' मासिक प्रकाशन सुरु भयो । सुधासागर प्रकाशन सुरु भएको तीन वर्षपछि मात्र १९५८ सालमा 'गोरखापत्र' को जन्म भयो । स्थापनाको हिसाबले गोरखापत्र दोस्रो भए पनि नेपाली पत्रकारिता इतिहासमा यो नै जेठो अखबरका रूपमा स्थापित छ । नियमित रूपमा प्रकाशित गोरखापत्रलाई नै आधार मान्दा नेपाली पत्रकारिताले एक सय २४ वर्षको यात्रा तय गरेको छ । यस अवधिमा नेपाली मिडियामा दलित त्यसमा पनि दलित महिला पत्रकारहरूको अवस्था के छ भन्ने प्रश्न संवेदनशील र महत्वपूर्ण छ ।

नेपाली मिडियाको विकास राज्यको शासन प्रणालीसँग पनि जोडिन्छ । राणाकालमा पत्रकारिताको विकास नै भएको थिएन । २००७ सालमा प्रजातन्त्रको उदयसँगै पत्रकारिता वामे सर्नेको हो । रेडियो नेपालको स्थापना, निजी क्षेत्रबाट पत्रपत्रिकाहरू प्रकाशनले जबरजस्त नेपाली मिडियाको विकासक्रम सुरु भयो । तर २०१७ साल पुस १ गते तत्कालीन राजा महेन्द्रले शासन सत्ता हातमा लिएपछि मिडियाको स्वतन्त्रतामा अड्कन लाग्यो । निर्दलीय पञ्चायतकालमा पत्रकारिताको विकासका लागि तत्कालीन सरकारी तहबाट राएस, प्रेस काउन्सिल नेपाल, नेपाल टेलिभिजन खुले । ती सरकार नियन्त्रित भएकाले जनताको सवालमा केन्द्रीत थिएनन् ।

नेपाल अधिराज्यको संविधान २०४७ जारी भएपछि मात्रै नेपालमा सञ्चार क्षेत्र विस्तार भएको हो । जहाँनया राणा शासनबाट प्रजातन्त्र, पञ्चायत, बहुदल हुँदै अहिले सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रसमा आइपुग्दा मिडियाको अनुहारमा विविधता कति फरकियो ? मुलुकको शासन व्यवस्था र राज्यलाई समावेशी बनाउन खबरदारी गर्ने मिडिया कति समावेशी भए ? यो प्रश्न आजको दिनमा पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण छ । 'आवाजविहीनको आवाज' सञ्चारमाध्यमको मूलमन्त्र नै हो । के नेपाली सञ्चारमाध्यमले यो मन्त्रलाई आत्मसाथ गरेका छन् त ? यो प्रश्नको उत्तर खोज्न अब बहस र छलफलको खोजी छ । २०६२/६३ सालको जनआन्दोलनपछि जसरी राज्य पुनर्संरचना भयो, त्यसैगरी नेपाली मिडियामा पनि पुनर्संरचना हुनुपर्छ कि पर्दैन ? यिनै प्रश्नको सेरोपेमा नेपाली मिडियामा दलित महिलाको अवस्थाबारे चर्चा गर्ने प्रयत्न गरिएको छ ।

नेपाली मिडियामा दलित महिला पत्रकार

विसं १९५५ मा नेपालबाट प्रकाशित सुधासागरदेखि गोरखापत्र हुँदै आजको डिजिटल मिडियाको युगसम्म आइपुग्दा नेपाली मिडियामा समावेशिताको सवालमा अध्ययन अनुसन्धान र बहसहरू हुन थालेको छ । मिडियामा दलित त्यसमा पनि दलित महिला पत्रकारहरूको सहभागिताको विषय जटिल र संवेदनशील छ । नेपाली छापा पत्रकारिताको इतिहासमा पहिलो पत्रकार महिलाका रूपमा साधना प्रधान र कामधादेवी रहेको कुरा श्रीभबहादुर देवकोटाद्वारा लिखित 'नेपालको छापाखाना र पत्रपत्रिकाको इतिहास' पुस्तकमा उल्लेख छ । उहाँहरूले २००८ सालमा महिला मासिकको सम्पादक भएर काम गर्नुभएको थियो । यस्तै २०१३ सालमा टीआर विश्वकर्माको सम्पादनमा प्रकाशित समाजसेवा नामक बुलेटिन पहिलो दलित छापा पत्रिकाको रूपमा प्रकाशित भएको जेवि विश्वकर्माद्वारा लिखित 'नेपाली मिडियामा दलित सहभागिता र विषयवस्तु' नामक पुस्तकमा उल्लेख गर्नुभएको छ । त्यसपछि २०२० सालमा मुक्ति, २०२६ सालमा दलित आवाज, २०३० सालमा दलित बुलेटिन प्रकाशित भएको पाइन्छ ।

यी पत्रिकाहरूले जातीय भेदभाव, छुवाछूत र दलित अधिकारका विषयका सामग्री पस्किएको गर्दथ्यो । २०३५ सालमा टीआर विश्वकर्मा नै सम्पादक रहेर प्रकाशित सञ्जिवनी पत्रिकामापछि उहाँकै श्रीमती मिठाइदेवी विश्वकर्मा सम्पादक भएर काम गर्नुभएको थियो ।

२०४८ सालमा दर्ता भई विनोद पहाडी सम्पादकत्वमा रहेको नेपाली मञ्च लामो समयसम्म दलित समुदायको विषयलाई केन्द्रमा राखेर प्रकाशित हुने म्यगोजिन पत्रिका हो । यसैगरी २०५५ सालतिर जनउत्थान प्रतिष्ठानद्वारा संस्थापकका रूपमा डा. मानबहादुर विके (डीके सेवक) र डीबी सागर विश्वकर्मा रहेको जनउत्थान मासिक प्रकाशित भएको देखिन्छ ।

एक त पत्रकारितामा दलित समुदायको उपस्थिति नै चुनौतीपूर्ण रहेको अवस्थामा दलित महिला पत्रकारहरूको उपस्थिति हुने कुरा कल्पनाभन्दा बाहिरको थियो । पञ्चायतकालमा दलित समुदायबाटै पत्रकारितामा आउने कुरा अकल्पनीय विषय थियो । दलित आन्दोलनसँग जोडिएर लेख्ने कामहरू भए पनि सञ्चारमाध्यमसँग जोडिने अवस्था भने २०४६ सालको परिवर्तनपछि सम्भव भएको हो । नेपालमा रेडियो स्थापनाको लहर चले पनि दलित समुदायको विषयलाई केन्द्रमा राखेर रेडियोहरू खुलेका थिएन । २०६४ सालमा जागरण मिडिया सेन्टरले बुटवलमा रेडियो जागरण स्थापना गरेको छ । यो नै दलित सञ्चारकर्मीहरूको लगानी र सक्रियतामा खुलेको पहिलो एफएम रेडियो हो । त्यसपछि नेपालगञ्जमा प्रतिबोध एफएम खुलेको थियो । नेपाली पत्रकारहरूको साभ्मा छाता सङ्गठन नेपाल पत्रकार महासङ्घको सात दशक लामो इतिहासमा एक जना पनि दलित र महिला अध्यक्षमा निर्वाचित भएका छैनन् । २०५३ सालमा महासङ्घको रुपन्देही शाखाको अध्यक्षमा पहिलोपटक दलित समुदायबाट विनोद पहाडीले अध्यक्ष भएर नयाँ रेकर्ड बनाउनुभयो । महासङ्घमा २०१९ असोज १५ मा भएको सात सदस्यीय कार्यसमितिमा 'स्वास्नीमान्छे' पत्रिकाका सम्पादक शशिकला शर्मा सदस्य भएर पहिलो महिला सदस्य र २०६५ सालमा बल्ल दलित कोटामा खुल्ला प्रतिस्पर्धाबाट निशा विश्वकर्मा पहिलो पटक निर्वाचित हुनुभएको थियो । त्यसअघि २०५९-२०६१ को कार्यकालमा उपाध्यक्षमा उमिद बागचन्द निर्वाचित भएर दलित समुदायको उपस्थिति जनाउनुभएको थियो । २०६१-२०६४ मा केन्द्रीय सदस्यका रूपमा विनोद पहाडीको सहभागिता रह्यो । उहाँहरूको सहभागिताले महासङ्घलाई समावेशी बनाउने विषय नीतिगत रूपमा उठेको हो ।

नेपाली मिडियामा दलितको सवालमाथि संस्थागत हिसाबले बहस र छलफलको सुरुआत २०५७ सालमा जागरण मिडिया सेन्टर स्थापना भएपछि भएको देखिन्छ । शुभाष दर्नाल संस्थापक अध्यक्ष रहेको यस संस्थाले नेपाली मिडियामा दलितको विषयवस्तुमाथि मिडिया फैरवी सञ्चालन गर्ने काम गर्‍यो । त्यसो त २०५७ सालमा नेपाली मिडियामा दलित सहभागिताबारे मार्टिन चौतारीले देशपरिका ११४ वटा पत्रपत्रिकाको अध्ययन गरेको थियो । अन्य विभिन्न लेखकहरूले समेत दलित र मिडियाका विषयमा अध्ययन अनुसन्धान गरेको देखिन्छ । ती अध्ययनमा पनि मिडियामा दलितहरूको सहभागिता निकै न्यून नै देखिन्छ । नेपाल पत्रकार महासङ्घको २०७७ सालसम्मको तथ्याङ्कअनुसार १३ हजार ७७ जनामध्ये १० हजार ६९९ पुरुष, दुई हजार ४०८ महिला छन् । यसमध्ये करिब पाँच प्रतिशत दलित समुदायका पत्रकारहरूको संख्या छ । राष्ट्रिय दलित पत्रकार सङ्घ नेपालमा देशभर एक हजार चार सय दलित समुदायका पत्रकार अर्को बताइएको छ । यसमा चार सयको हाराहारीमा महिला पत्रकार छन् ।

समावेशितामा मिडिया कमजोर

'आमसञ्चार र समावेशी पत्रकारिता पुस्तक'का लेखक तारामणि सापकोटाले नेपाली मिडियामा समावेशिताको अवस्था निकै नाजुक रहेको तथ्याङ्क उल्लेख गर्नुभएको छ । सरकारी सञ्चारमाध्यम गोरखापत्र, नेपाल टेलिभिजन, रेडियो नेपालमा पत्रकारको संख्यामा खस आर्य समुदायको पत्रकारको वर्चस्व छ भने मधेशी, महिलाको तुलनामा मुस्लिम र दलितको संख्या न्यून छ । यस्तै गोरखापत्रमाको हालत पनि उस्तै छ । स्थायी, करारमा पनि दलितको सहभागिता छैन । गोरखापत्र र राईजड नेपालमा स्थायी, करार र रिटुन्जर गरी कुल १७७ जनामा रिटुन्जरमा दलित समुदायको ४ जनाको मात्रै प्रतिनिधित्व छ । सरकारी लगानीकै रेडियो नेपालमा पनि दलितको उपस्थिति निकै कमजोर छ । रेडियो नेपालमा २०७८ असारसम्म कार्यरत ज्यालादारी १३२ मध्ये तीन मधेशी दलितसहित जम्मा १३ जना कार्यरत छन् । हाल नेपाल टेलिभिजनबाट नियमित रूपमा 'दलित आवाज' कार्यक्रम सञ्चालन भइरहेको छ । २०७८ असारसम्मको तथ्याङ्क अनुसार राष्ट्रिय समाचार समितिमा २०८० असोजसम्मको तथ्याकमा रिटुन्जर र स्थायी अस्थायी गरी २८४ जनामध्ये दलित समुदायका पत्रकारहरू १२ जना रहेको तथ्याङ्क आमसञ्चार र समावेशी पत्रकारिता पुस्तकमा उल्लेख छ । निजी मिडियामा औलामा गन्न सकिने पत्रकारहरूको संख्या छ । मिडियासँग सम्बद्ध दलित समुदायका पत्रकारहरूको संस्थाको नेतृत्व गर्ने महिलाहरूमा जागरण मिडिया सेन्टरका अध्यक्ष कमला विश्वकर्मा, क्रियाशील दलित पत्रकार

संघको अध्यक्षका रूपमा पवित्रा सुनार हुनुहुन्छ ।

यी तथ्याङ्कहरूको आधारमा सरकारी सञ्चारमाध्यमदेखि निजी क्षेत्रका सञ्चारमाध्यममा खसआर्य त्यसमा पनि पुरुषकै बर्चस्व देखिन्छ । अब यसलाई रूपांतरण गर्दै समाजको पिँधमा पारिएको दलित समुदाय त्यसमा पनि महिला पत्रकारहरूको उपस्थिति बढाउनका लागि अब नयाँ शिराबाट बहस गर्न जरुरी छ । यतिसम्मकी नेपाली मिडियामा दलित महिला पत्रकारहरूको सन्दर्भमा यकिन तथ्याङ्क समेत छैन । यस विषयमा नेपाली पत्रकारहरूको साभ्मा संस्था नेपाल पत्रकार महासङ्घ, राष्ट्रिय दलित पत्रकार संघ नेपाल, सञ्चारिका समूह, क्रियाशील पत्रकार महिला, विभिन्न पार्टी निकटका पत्रकार सम्बद्ध संगठनहरूको ध्यान दिन जरुरी छ ।

अब के गर्ने ?

विश्वमा देखा परेको आर्थिक सङ्कटले समग्रमा पत्रकारिता क्षेत्र नै सङ्कटमा परेको छ । यस्तो अवस्थामा नेपाली मिडिया कुन हदसम्मको सङ्कटमा छन् भन्ने कुरा ठूला अखबारहरू दुब्लाउँदै जानुले पुष्टि गर्छ । अझै पनि जातीय, लैंगिक, क्षेत्रीय, भाषिकलगायतका विभेदहरूविरुद्ध जागरण पैदा गर्नुपर्ने अवस्था छ । सामाजिक न्यायको प्रश्न उत्तिकै जटिल बनेको छ । नेपाली समाजमा जातीय छुवाछूतका घटना कहालीलाग्दो अवस्थामा छ । यस्तो अवस्थामा मिडियाको भूमिका थप सशक्त हुनु पर्नेछ । नेपाली मिडियाले दलित तथा सिमान्तकृत समुदायको मुद्दा उठाइरहेका छन् तर, त्यो पर्याप्त छैन । दलित समुदायभित्र मधेशी दलित र दलित महिलाको अवस्थामा नेपाली मिडियाले मुद्दा उठान गर्न सकेका छैनन् । यसका लागि मिडियामा दलित महिला पत्रकारहरूको सहभागिता बढाउने पर्छ । सरकारी र निजी दुवै क्षेत्रका मिडियाले आफूलाई समावेशी चरित्रको बनाउन आदालत गर्नु हुँदैन । महिला पत्रकारहरूको विषयमा जति बहस छलफल हुन्छ, त्यस्ता ठाउँमा पनि दलित महिला पत्रकारहरूको सहभागिताबारे अब बहस हुन जरुरी छ । नेपालको संविधान २०७२ को धारा २८३ मा संवैधानिक अङ्ग, निकायमा नियुक्ति गर्दा समावेशी सिद्धान्तबमोजिम गरिनेछ भनिएको छ । यस अनुसार सञ्चारसँग सम्बन्धित निकायहरूको सञ्चालक समिति समावेशी गराउन सूचना तथा प्रविधि मन्त्रालयले तत्काल ध्यान दिनुपर्छ ।

अब सञ्चार नीति २०७३ का आधारमा नेपाली सञ्चारमाध्यमलाई समावेशी बनाउने, उर्पीछिड उपेक्षित समुदायलाई पत्रकारितामा प्रोत्साहनका लागि छात्रवृत्ति प्रदान गर्ने तथा समावेशी सिद्धान्तमा आधारित सञ्चार कानुन निर्माण गर्न दबाब दिन आवश्यक छ । सरकारी तथा निजी दुवै क्षेत्रका मित्चार कक्ष समावेशी बनाउनु पनि आवश्यक छ । नेपाल पत्रकार महासङ्घको विधानले समावेशिता नीति पालना गरेको भए पनि आरक्षित कोटाबाहेक अन्य पदमा दाबी गर्ने नदिने प्रवृत्ति बढ्दै गएको छ । अहिलेको वर्तमान प्रवृत्तिले दलित महिला पत्रकारहरू नेतृत्व तहमा पुग्न कठिन देखिन्छ । यसका लागि पेशागत र मुद्दाका हिसाबले पत्रकारिता गर्ने सङ्गठनहरूले अभियान चलाउन आवश्यक छ ।

निष्कर्ष :

नेपाली मिडियामा दलित त्यसमा पनि दलित महिला पत्रकारहरूको उपस्थिति न्यून नै देखिन्छ । यद्यपि मूलधारका मिडियामा दलित महिलाहरूको उपस्थिति छिट्टिट्ट रूपमा भएर पनि देखिन थालेको छ । अहिले मूलधारका मिडियामा उपस्थिति बिस्तारै बढ्दैछ, तर त्यस्ता पत्रकारहरूको उपस्थिति दिगो बनाउने चुनौती छ । मिडियामा दलित महिला पत्रकारको उपस्थिति आफैमा एउटा ठूलो उपलब्धि हो । वर्षौंदेखि भोद्वै आएको विभेद, सामाजिक रूपमा बहिष्करणमा परेका समुदायको आवाज सञ्चारमाध्यममार्फत् उजागर गर्दा मिडियाप्रति भरोसा र विश्वास बढाउने छ । मूलधारका मिडियामा दलित महिला पत्रकारहरूको अनुहार देखिएको त छ तर ती पत्रकारहरू पेशागत असुरक्षाका कारण पलायन भइरहेका छन् । समावेशिताको सवालमा नेपालका मिडियाहरूले प्रभावकारी भूमिका खेलेको विगतको उदाहरण हामीसँग छ । यसर्थ सरकारले समावेशी सिद्धान्तअनुसार सञ्चार क्षेत्रका कानुनहरू निर्माण गर्न ध्यान दिनुपर्छ ।

नेपाल पत्रकार महासङ्घलगायतका पेशागत सङ्गठनहरूले दलित महिला पत्रकारहरूको क्षमता विकाससँगै नेतृत्वमा स्थापित गर्नका लागि पहल गर्न भूमिका खेल्नुपर्छ । पत्रकारिता आफैमा चुनौतीपूर्ण पेशा हो तर, समाज रूपांतरण, समाजिक जागरणको ढुङ सङ्कल्प बोकेर पत्रकारिता गरेका दलित महिला पत्रकारहरूलाई पेशामा टिकाउन सरकारले 'विशेष प्रोत्साहन र संरक्षण' को नीति लिन आवश्यक छ । दलित महिला पत्रकारहरूको सहभागिता नेपाली मिडियामा बढाउन सक्दा सामाजिक न्याय, समावेशिताको मुद्दालाई समेत न्याय हुनेछ ।

(परियार नेपाल पत्रकार महासङ्घ रुपन्देहीका सचिव हुन्)

रासस

किन खिइन्छ जोर्नी ? कस्तो अवस्थामा

जोर्नी प्रत्यारोपण गर्नुपर्छ ?

डा.नविन गौडेल

(अर्थोपेडिक सर्जन)

जोर्नी खिड्ने समस्या उमेर ढल्कदै गएपछि देखिने समस्या हो । बुढ्यौलीमा देखिने समस्याको रूपमा पनि जोर्नी खिड्ने समस्यालाई लिइन्छ । जोर्नीभित्र कुरकुरे हड्डी रहेको हुन्छ, जसले जोर्नीलाई घर्षण हुनबाट बचाउँछ । जोर्नीभित्र रहेको तरल पदार्थले जोर्नीलाई दुरुस्त राख्न मद्दत पुर्‍याउँछ ।

उमेर बढ्दै जाँदा जोर्नी वरपर रहेका मांसपेशीहरू कमजोर हुँदै जाँदा जोर्नीको स्तुलन बिग्रन्छ । जसले गर्दा जोर्नीको कुरकुरे हड्डीमा असर गरेर कुरकुरे हड्डी पातल्लिँदै जान्छ । दुई जोर्नी बीचको दुईवटा हड्डीको घर्षण बढ्दै जान्छ । नयाँ प्रकारको हड्डी जोर्नीको वरपर पलाउन थाल्छ । जोर्नीको भित्र रहेको स्पेस पनि कम हुँदै जान्छ ।

जोर्नी खिड्ने प्रक्रिया पहिचानका लागि एक्सरे गर्नुपर्छ । एक्सरे गरेर हड्डीको अवस्था र जोर्नीको अवस्थाबारे जानकारी लिन सकिन्छ । जोर्नी खिड्ने समस्याको अवस्था अनुसार बर्गिकरण गरेर उपचार गरिन्छ । जोर्नी खिड्ने समस्याको अन्तिम विकल्पको उपचार भनेको जोर्नी प्रत्यारोपण



हो । सामान्य रूपमा जोर्नी प्रत्यारोपण भनेको प्राकृतिक रूपमा रहेको जोर्नीको ठाउँमा कृतिम धातुको जोर्नी राख्नु

हो । प्राकृतिक रूपमा गर्ने जोर्नीको कामलाई धातुको कृतिम जोर्नीको कामले प्रतिस्थापन गरिन्छ । स्वास्थ्यखबरबाट

