

माननीय व्यवस्थापिका सांसदज्यूहरुकोलागी

प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारीमूलक सामग्री
'क'

(Reproductive Health Information Kit)

२०६४

नेपाल सरकार

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मंत्रालय

राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा, सूचना तथा संचार केन्द्र

तथा

संयुक्त राष्ट्र जनसंख्या कोष (UNFPA)

यो सामग्रीको उद्देश्य (Objectives of the Kit):

- माननीय सांसदज्यूहरूलाई प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी वर्तमान अवस्थातबारे जानकारी गराउने
- माननीय सांसदज्यूहरूलाई प्रजनन स्वास्थ्यका विभिन्न पक्षहरूमा हालका नीतिहरूबारे जानकारी गराउने
- माननीय सांसदज्यूहरूलाई प्रजनन स्वास्थ्य कार्यक्रम तथा सेवाको स्थितिबारे जानकारी गराउने
- माननीय सांसदज्यूहरूलाई प्रजनन स्वास्थ्यको विषयमा नीतिगत तहमा हुने भूमिकाबारेका बहसका विषयहरू औल्याउने

जनसंख्या तथा प्रजनन स्वास्थ्य (Population and Reproductive Health)

प्रजनन स्वास्थ्य (Reproductive Health)

प्रजनन स्वास्थ्य भनेको प्रजनन प्रणाली, प्रजनन अङ्ग र यसका कार्य तथा प्रक्रियाहरूसँग सम्बन्धित सबै कुराहरूमा कुनै रोग वा कमजोरी नभएको अवस्था मात्र नभई पूर्ण रूपमा शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक सुखसुविधाको पूर्णता रहेका अवस्था हो। यसमा मानिसको यौन संतुष्टि र सुरक्षित यौन जीवन यापनगर्ने क्षमता, सन्तान उत्पादन गर्ने क्षमता र यस सम्बन्धमा निर्णय गर्ने स्वतन्त्रता, प्रजनन अधिकार समेत समाहित भएको हुन्छ।

प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी तत्वहरू (Components of Reproductive Health)

राष्ट्रिय प्रजनन स्वास्थ्य रणनीतिले अन्तर्राष्ट्रिय मान्यताको आधारमा (सन् १९९७) एकीकृत रूपमा प्रजनन स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउनका लागि विभिन्न तत्वहरू समावेश गरेको छ। ती तत्वहरू हुन् :

- परिवार नियोजन
- सुरक्षित मातृत्व
- नवजात शिशुको स्वास्थ्य
- गर्भपतनका जटिलताहरूको उपयुक्त व्यवस्थापन
- यौनरोग / यौनाङ्गको संक्रमण तथा एचआईभी/एड्स
- बाँझोपनको रोकथाम र व्यवस्थापन
- किशोरावस्थाको प्रजनन स्वास्थ्य
- उमेर ढल्केका महिलाहरूका समस्याहरू विशेषतः प्रजनन अङ्गहरूका समस्याहरू (पाठेघर खस्ने, क्यान्सर आदि) को रोकथाम तथा उपचार

हाल आएर लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा (gender based violence) लाई पनि प्रजनन स्वास्थ्य अन्तर्गत राख्ने कार्य भैरहेको छ।

प्रजनन स्वास्थ्यमा असर पार्ने तत्वहरू (Factors Influencing Reproductive Health)

- चिकित्सा सम्बन्धी कारणहरू (Medical factors)

जस्तै : मातृ मृत्यू, शिशुको मृत्यू

- सामाजिक तथा साँस्कृतिक कारणहरू (Socio-cultural factors)

जस्तै : गरिबी, शिक्षाको कमी, बाल विवाह, लाज र संकोच, लिंग, वर्ग, जातीय भेदभाव

- राजनीतिक कारण (Political factors)

जस्तै : राजनैतिक वकालत, सहभागिता, नीति तर्जुमा

- आर्थिक कारणहरू (Economic factors)

जस्तै : कुपोषण, आमदानीको कमी, यातायातको कठिनाई

- व्यवस्थापन सम्बन्धी कारणहरू (Managerial factors)

जस्तै : भौतिक संरचनाको कमी, दक्ष स्वास्थ्य कर्मीको अभाव, गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको कमी

प्रजनन स्वास्थ्य प्रवर्द्धनमा माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (The Steps, Parliamentarians can Take in Improvement of Reproductive Health Status)

- सबै राजनैतिक पार्टीले आ-आफ्नो पार्टीको घोषणा पत्रमा अनिवार्य रूपमा प्रजनन स्वास्थ्य तथा महिला अधिकारको कुरालाई महत्वका साथ समावेश गर्ने ।
- सरकारी संस्थाहरूद्वारा निशुल्क दिईरहेको प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको निरन्तरता दिने तथा गैर सरकारी र निजी संघ संस्थाबाट समेत निःशुल्क सेवा उपलब्ध गराउने व्यवस्था गर्ने ।
- विभिन्न गैह्र सरकारी तथा सरकारी तथा निजी संघ संस्थाको सहभागितामा स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने नितिगत व्यवस्था गर्न पहल गर्ने ।
- प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको पहुँचमा वृद्धि गर्न यातायात व्यवस्था, यातायातका साधनको व्यवस्था तथा आकस्मिक कोषको स्थापना गर्न तथा परिचालन गर्न स्थानिय तथा केन्द्रिय श्रोतको परिचालन गर्न पहल तथा अनुगमन गर्ने ।
- आ-आफ्नो जिल्लामा प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धित (मातृ तथा बाल मृत्युदर, परिवार नियोजन सेवाको पहुँच, लैंगिक हिंसाको स्थिति, प्रजनन स्वास्थ्य सेवा दिने संस्था तथा सेवाहरूको आवश्यक जानकारी तथा लगत राखी त्यसको विश्लेषण गरी कार्यक्रम संचालन गर्ने वातावरणकोलागि सहयोग गर्ने ।

वि.सं. २०५८ को जनगणना अनुसार नेपालको जनसंख्या स्थिति (Population Status of Nepal, 2001),

- नेपालको कूल जनसंख्या २,३१,५१,४२३
- महिलाको जनसंख्या - १,१५,८७,५०२ (५०.०५%)
- पुरुषको जनसंख्या - १,१५,६३,९२१ (४९.९५%)
- जनसंख्याको वार्षिक वृद्धिदर - २.२५%
- महिला पुरुषको अनुपात - हरेक सयजना महिलामा ९९.८ जना पुरुष
- प्रजनन दर प्रति महिला - ३.१
- औशत आयु (जन्मदाको) - ६३ वर्ष
- किशोरकिशोरी संख्या - २३.३%
- जेष्ठ नागरिक (६० वर्ष भन्दा माथि) - ६.५%
- सन २००७ को अनुमानित जनसंख्या २,६४,२७,३९९

जनसंख्या सम्बन्धी प्रमुख उद्देश्यहरू (Main Objectives of Population Program)

- सानो तथा गुणस्तरीय परिवारको विकासको माध्यमबाट जनसंख्यालाई विकासका क्रियाकलापहरूमा आवद्ध गर्ने ।
- बाँसाई सराइको प्रक्रियालाई व्यवस्थित गर्ने ।

जनसंख्या सम्बन्धि कार्यक्रममा माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (The Steps, Parliamentarians can Take in Population Program)

- जनसंख्या सम्बन्धी दिर्घकालीन नीति निर्माण तथा सोको आधारमा प्रजनन स्वास्थ्य सेवा प्रभावकारी रूपमा उपलब्ध गराउन योजना तर्जुमा गर्न पहल गर्ने ।
- विवाहको उमेर बढाउन तथा दुईमात्र सन्तान जन्माउन प्रोत्साहन गर्न विद्यमान कानूनहरूमा तत्काल संशोधन गर्न पहल गर्ने ।

अन्तराष्ट्रिय घोषणापत्र तथा सम्झौताहरू (International Conventions)

जनसंख्या र विकास सम्बन्धी अन्तराष्ट्रिय सम्मेलन, १९९४ कायरो (International Convention on Population and Development - ICPD) :

कायरो सम्मेलनको मुख्य उपलब्धीको रूपमा महिला सशक्तिकरणको आवश्यकता महशुस गरी यसलाई विशेष जोड दिनुका साथै महिला सशक्तिकरणबाट नै सबैको जीवनको गुणस्तर राम्रो हुन्छ भन्ने अवधारणालाई मान्यता दिनु लिएको छ । यसमा मुख्य मुद्दा महिला सशक्तिकरण गरी उनीहरूलाई शिक्षा, स्वास्थ्य, सीप विकास, रोजगारी आदि क्षेत्रमा बढि पहुँच दिलाउनु हो ।

महिलाहरुकोलागि संयुक्त राष्ट्र संघीय दशक, सन १९७६ देखि १९८५ (UN Women's Decade, 1976 - 1985)

सन १९४८ को १० डिसेम्बरका दिन संयुक्त राष्ट्र संघको महासभाले मानवको जन्मसिद्ध नैसर्गिक एवं आधारभूत अधिकारहरुलाई लिपीबद्धगरी मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्र जारीगरेको थियो । त्यसमा निर्दिष्ट मानव अधिकारहरु महिलाहरुले उपभोग गर्न नपाइरहेको अवस्थालाई हृदयंगमगरी संयुक्त राष्ट्र संघले महिलासम्बन्धी विकास, समानता, सशक्तिकरणकोलागि सन १९७६ देखि १९८५ सम्मको दशकलाई महिलाहरुकोलागि संयुक्त राष्ट्र संघीय दशकको रूपमा घोषणा गरियो । त्यसैबिच सन १९७९ मा महिला विरुद्धहुने सबै प्रकारको भेदभाव उन्मुला गर्ने महासन्धि (CEDAW) पारित भएको थियो ।

चौथो विश्व महिला सम्मेलन, १९९५ (Fourth World Women's Convention, Beijing)

सन् १९९५ मा वेइजिङ्गमा संयुक्त संघले चौथो विश्व महिला सम्मेलनको आयोजना गर्‍यो जसमा नेपाल लगायत १८९ देशहरूले भाग लिएका थिए । सम्मेलन महिला सशक्तीकरण र लैंगिक समानतामा केन्द्रित थियो । सो सम्मेलनले उल्लेखित १२ वटा सरोकारका क्षेत्रहरू उल्लेख गरियो ।

- महिला र गरिबी
- शिक्षा तथा तालीम
- महिला र स्वास्थ्य
- महिला विरुद्धको हिंसा
- महिला र सशस्त्र संघर्ष
- महिला र अर्थतन्त्र
- शक्ति संरचना र निर्णय पंक्रियामा महिला
- महिला विकासकालागी संस्थागत संरचना
- महिला र मानव अधिकार
- महिला र संचार
- महिला र वातावरण
- बालिका

सहस्राब्दि विकास लक्ष्य, २००० - २०१५ (Millenium Development Goal)

संयुक्तराष्ट्र संघीय विश्व सम्मेलनहरूले विश्वले विकास सम्बन्धी केही प्रमुख लक्ष्य तथा उद्देश्यहरू निर्धारण गरेका छन् तिनलाई सन् २००० को सेप्टेम्बरमा “सहस्राब्दी विकास लक्ष्यहरू” का रूपमा एकिकृत गरिएको छ ।

यी लक्ष्यहरूले समुन्नत यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य प्राप्तिमा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्षरूपले प्रभाव पार्दछ । केहि लक्षहरू :

- अति गरीबी र भोक उन्मूलन (सन् २०१५ सम्ममा प्रतिदिन एक डलर अर्थात ने. रु. ७०।०० भन्दा कम आय भएका व्यक्तिहरूको संख्या आधा गर्ने)
- लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तिकरण प्रवर्द्धन (प्राथमिक तथा माध्यामिक शिक्षामा सन् २००५ र शिक्षाका सबै तहमा सन् २०१५ अगावै लैङ्गिक विभेद उन्मूलन गर्ने)
- बालमृत्युदर न्यूनीकरण (सन् १९९० देखि २०१५ सम्ममा बालमृत्युदर दुई तिहाईले घटाउने)
- मातृस्वास्थ्य सुधार (सन् १९९० देखि २०१५ सम्ममा मातृ मृत्यु दर दुई तिहाईले घटाउने)
- एच.आइ.भी/एड्स, औलो तथा अन्य रोगहरू विरुद्ध सङ्घर्ष (सन् २०१५ सम्ममा एच.आइ.भी/एड्स, औलो तथा अन्य रोगहरूको रोकथाम गरी तिनीहरूको फैलने क्रमलाई घटाउने)

सुर्ती नियन्त्रण विषयक संरचना नीति महासन्धि, डिसेम्बर २००३ (FCTC)

गर्भवती अवस्थामा सुर्ती सेवन तथा धुम्रपानको सेवनबाट स्वास्थ्य एवं गर्भमा रहेको शिशुको विकासमा प्रतिकूल असर उत्पन्न गर्ने स्पष्ट बैज्ञानिक प्रमाण भएकोले महिला तथा युवती एवं किशोरकिशोरीहरूको सुर्ती उपभोग बारे सचेत गराउने नीति निर्माण तथा कार्यान्वयनका सबै तहमा महिला वर्गको पूर्ण सहभागिता एवं सुर्ती नियन्त्रण बारे लैङ्गिक विशेष रणनीति तयार गर्नुपर्ने उल्लेख छ ।

संयुक्त राष्ट्र संघ सुरक्षा परिषद १३२५ प्रतिज्ञापत्र (UN Security Council Resolution – UNSCR 1325)

प्रजनन् स्वास्थ्य प्रवर्धनमा संयुक्त राष्ट्र संघ सुरक्षा परिषद १३२५ प्रतिज्ञापत्र (UNSCR 1325) का प्रस्तावहरुको कार्यान्वयनको पनि प्रमुख भूमिका रहन्छ ।

प्रतिज्ञापत्र १३२५ का प्रतिवद्धताहरु:

- सशस्त्र द्वन्द्वमा महिलाको सुरक्षा
- सशस्त्र द्वन्द्व समाधान, प्रस्ताव र पुनः निर्माणमा महिला तथा नागरिक समाजको सहभागिता

प्रतिज्ञापत्रका मुख्य तत्वहरु:

- निर्णय गर्ने प्रक्रियामा **महिलाको सहभागिता** (द्वन्द्व समाधान र शान्ति प्रक्रिया)
 - महिलालाई शान्ति वहालि, शान्ति सम्झौता, कार्यान्वयनमा सहभागी गराउने र पुनःवास, पुनस्थापना तथा द्वन्द्व पछि पुनःनिर्माण कार्यलाई लैङ्गिक आधारमा अवलम्बन गर्ने
- शान्ति प्रक्रियामा **तालिम र लैङ्गिक सहभागिता**
 - सैनिक र आम नागरिकलाई लैङ्गिक र एच आइ भि एड्स बारे चेतना जगाउने तालिममा सहभागी गराउने तथा लैङ्गिक तालिमको अनुदान वृद्धि गर्ने
- द्वन्द्व प्रभावित क्षेत्र, क्यान्टनमेन्ट तथा शरणार्थी शिविरमा **महिला तथा बालिकालाई सुरक्षा** प्रदान गर्ने
 - महिला तथा बालबालिकाको सुरक्षा र महिला अधिकारको सुनिश्चत गर्नु (विशेषतः महिला सम्बन्धी कानून, चुनावी प्रक्रिया, राजनैतिक तथा न्यायीक हक र अधिकार तथा द्वन्द्वको अवस्थामा महिला र बालबालिकालाई यौन र लैङ्गिक हिंसाबाट सुरक्षा प्रदान गर्ने

अन्तराष्ट्रिय घोषणापत्र तथा सम्झौताहरु कार्यान्वयनमा माननीय सांसदज्यूहरुले खेल्न सक्ने भूमिका
(The Steps, Parliamentarians can Take in Execution of International Conventions and Treaties)

- जनसंख्या र विकास सम्बन्धी अन्तराष्ट्रिय सम्मेलन, बेईजिङ सम्मेलन आदिले पारीत घोषणापत्रमा उल्लेखित लक्ष्य प्राप्त तथा तत् सम्बन्धी कार्यक्रम निर्माण तथा विद्यमान व्यवस्थाको कार्यान्वयनकोलागि पहल गर्ने
- संयुक्त राष्ट्र संघ सुरक्षा परिषद १३२५ प्रतिज्ञापत्र कार्यान्वयनमा पहल तथा अनुगमन गर्ने
- सुर्ती तथा धुम्रपान नियन्त्रणको लागि आवश्यक नीति निर्माण, कार्यान्वयन एवं अनुगमनमा पहल गर्ने ।

प्रजनन स्वास्थ्यको अवस्था सुदृढिकरण (Improvement of Reproductive Health Situation)

१. परिवार नियोजन अवस्था सुदृढ गर्ने (Improve Family Planning Status):

नेपालसरकारले परिवार नियोजन सेवा अधिराज्यभर उपस्वास्थ्यचौकी, स्वास्थ्यचौकी तथा अस्पतालहरू मार्फत् पुऱ्याउँदै आएको छ । यसबाहेक घुम्तीसेवाको प्रावधान पनि छ जसले स्थायी बन्ध्याकरण तथा अस्थाई परिवार नियोजन सेवा पनि प्रदान गर्दछ । परिवार नियोजन सेवामा माग अनुसारको सेवा अबैपनि नपुग्दो देखिन्छ ।

२००६ को राष्ट्रिय जनसंख्या तथा स्वास्थ्य सर्भेक्षण अनुसार नेपालमा विवाहित १५ देखि ४९ वर्षका महिला मध्ये ४४ प्रतिशतले आधुनिक परिवार नियोजनका साधन प्रयोग गर्दछन् । जनसंख्या प्रतिस्थापनको हिसाबले यो प्रतिशत ६७ पुगनुपर्ने हुन्छ ।

नेपालमा उपलब्ध प्रमुख गर्भनिरोधका आधुनिक साधन तथा उपायहरू

- महिला - पिल्स, आई यु डी, डिपो, नरप्लाण्ट, मिनील्याप
- पुरुष - कण्डम, भ्यासेक्टोमि

परिवार नियोजनको अवस्था सुदृढ गर्न,

- परिवार नियोजन सेवा नियमित रूपमा उपलब्ध गराउने - जिल्लामा अस्पताल तथा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र सम्म स्थायी बन्ध्याकरण सेवा उपलब्ध गर्ने ।
- जिल्लामा दक्ष स्वास्थ्यकर्मी नियमित उपलब्ध गर्ने ।
- परिवार नियोजन सेवा उपलब्ध गर्न गैर सरकारी, नीजि संस्था संग आवश्यक समन्वय गरी उक्त संस्था बाटै सेवा उपलब्ध हुने सुनिश्चित गर्ने (जिम्मा लगाउने) ।

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- आ-आफ्नो जिल्लामा परिवार नियोजन सेवाको पहुँच तथा यो सेवा दिने संस्था तथा सेवाहरूको आवश्यक जानकारी तथा लगत राखी त्यसको विश्लेषण गरी कार्यक्रम संचालन गर्ने वातावरणकोलागि सहयोग गर्ने ।
- सरकारी संस्थाहरूद्वारा निशुल्क दिईरहेको परिवार नियोजन सेवाको निरन्तरता दिने तथा गैर सरकारी र निजी संघ संस्थाबाट समेत निःशुल्क सेवा उपलब्ध गराउने व्यवस्था गर्ने ।

२. सुरक्षित मातृत्वको अवस्था सुदृढ गर्ने (Improve Safe Motherhood Status)

२००६ को राष्ट्रिय जनसंख्या तथा स्वास्थ्य सर्भेक्षण अनुसार नेपालमा मातृ मृत्युको अनुपात प्रति एकलाख जीवित जन्ममा २८१ रहेको छ ।

दक्ष स्वास्थ्यकर्मीबाट गर्भवती जाँच गराउने ४४ प्रतिशत छ भने दक्ष प्रसूतिकर्मीबाट प्रसूती गराउनेहरु १९ प्रतिशत छन् र स्वास्थ्य संस्थामा गई प्रसूती गराउनेको संख्या विगत पाँच वर्ष देखि १८ प्रतिशत मात्र छ ।

नेपालमा प्रत्येक चार घण्टामा १ जना आमाको मृत्यु हुने गर्दछ जुन दक्षिण एशियामै सबै भन्दा बढि हो ।

मातृमृत्युका प्रमुख तीन कारणहरुमा तीन चरणका ढिलाईहरु छन्

- महिलालाई उपचार गराउने वा नगराउने भन्ने निर्णय गर्नमा ढिलाई (घर परिवारमा)
- महिलालाई स्वास्थ्य संस्थामा पुर्याउनेमा ढिलाई (बाटोमा)
- स्वास्थ्य संस्थामा सेवा प्राप्त गर्नमा ढिलाई (स्वास्थ्य संस्थामा)

सुरक्षित मातृत्वको अवस्था सुदृढ गर्न,

- गर्भवती महिलाको स्याहारमा परिवारको सहयोग सुनिश्चित गर्ने (पोषण, आराम गर्भवती अवस्थामा स्वास्थ्य कर्मीबाट परिक्षण गराउने, सहयोग गर्ने)
- आवश्यक भौतिक पूर्वाधार सहित दक्ष प्रसूति कर्मीको व्यवस्था (जिल्लामा आवश्यक पर्ने प्रसूति कक्ष, शल्लक्रिया गर्ने कक्ष, आवश्यक औजार तथा उपकरण, प्रसूति सेवाको लागि तालिम प्राप्त स्वास्थ्य कर्मी जस्तै अनमी, नर्स, हेल्थ असिस्टेन्ट, चिकित्सक, प्रसूति विशेषज्ञ सेवा तथा वेहोश गरी सेवादिने व्यवस्था (डाक्टर वा अन्य तालिम प्राप्त स्वास्थ्य कर्मी) मिलाउने)
- रक्त संचार सेवा २४ घण्टा उपलब्ध गराउने ।
- जन्म पश्चात आमा र शिशुको विशेष हेरचाह
- प्रभावकारी प्रेषण (रेफरल) प्रणाली
- परिवार नियोजन सम्बन्धी जानकारी तथा सेवा
- महिला तथा समुदायलाई सुरक्षित मातृत्व तथा नवजात शिशु स्याहारका लागि व्यवहार परिवर्तन सम्बन्धी जनचेतना
- स्थानीय, राष्ट्रिय तथा अन्तरराष्ट्रिय संघ संस्थाद्वारा आर्थिक तथा राजनैतिक प्रतिबद्धता
- सेवा लिनको लागि अनुकूल वातावरण सृजना गर्ने जस्तै: आकस्मिक कोष स्थापना, यातायात, सामाजिक परिचालन आदि ।

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- आ-आफ्नो जिल्लाका स्वास्थ्य केन्द्र तथा अस्पतालहरूमा २४ घण्टा सुरक्षित मातृत्व तथा नवजात शिशुको गुणस्तरीय स्याहार सेवाको लागि दक्ष स्वास्थ्य कर्मी, औषधी औजार तथा उपकरण र भौतिक पूर्वाधारको सुनिश्चित गर्न पहल गर्ने ।
- प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको पहुँचमा वृद्धि गर्न यातायात व्यवस्था, यातायातका साधनको व्यवस्था तथा आकस्मिक कोषको स्थापना गर्न तथा परिचालन गर्न स्थानिय तथा केन्द्रिय श्रोतको परिचालन गर्न पहल तथा अनुगमन गर्ने ।

३. नवजात शिशु स्वास्थ्यको अवस्था सुदृढ गर्ने (Improve Neonatal Health Status)

- गर्भवतीको उचित स्याहार तथा जाँच गर्ने
- दक्ष प्रसूतिकर्मीबाट सुरक्षित सुत्केरी गराउने
- नवजात शिशुलाई न्यानो पारि राख्ने, नवजात शिशुको स्याहार गर्ने
- नवजात शिशुको सरसफाई
- स्तनपान मात्र गराउने (Exclusive breast feeding)
- समयमै सबै खोप लगाउने
- थप आहार समय मै दिने
- बाल रोगको एकिकृत व्यवस्थापन गर्ने
(जुकाको औषधि र भिटामिन ए खुवाउने र स्वास प्रश्वास तथा भ्रूण पखाला रोगको घरेलु तथा स्वास्थ्य संस्थामा उपचार गर्ने तथा कुपोषण पक्ता लगाउने तथा आवश्यक व्यवस्थापन गर्ने)
- चोट पटकबाट बचाव गर्ने

नेपालमा स्वास प्रश्वास रोग, भ्रूणपखाला, कुपोषण बालबालिकाको प्रमुख समस्या हो ।

नेपालमा प्रत्येक एक घण्टामा ३ जना नवजात शिशुको मृत्यु हुने गर्दछ ।

दोश्रो दीर्घकालीन स्वास्थ्य योजनाले सन् २०१७ सम्ममा कम तौल भएका शिशुको जन्म दरलाई घटाएर १२ प्रतिशतमा ल्याउने लक्ष्य राखेको छ ।

२००६ को राष्ट्रिय जनसंख्या तथा स्वास्थ्य सर्भेक्षण अनुसार नेपालमा शिशु मृत्यु दर प्रति एकहजार जीवित जन्ममा ४८ र पाँच वर्ष मुनिका बालबालिकाको मृत्युदर ६१ प्रति एकहजार जीवित जन्म छ ।

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- जनसंख्याको आधारमा स्वास्थ्य सेवा प्रभावकारी तवरले उपलब्ध गराउन स्वास्थ्य संस्थानको स्तरोन्नति (जस्तै: उपस्वास्थ्य चौकिलाई स्वास्थ्य चौक बनाउने), दक्ष स्वास्थ्य कर्मी सहितको गुणस्तरिय मातृ तथा नवजात शिशु सेवा सबै तहसम्म सुनिश्चित गर्न पहल गर्ने ।

४. गर्भपतन तथा जटिलताको अवस्था सुदृढ गर्ने (Improve Abortion Care):

गर्भपतन सम्बन्धी व्यवस्था

नेपालमा वर्षेनी हजारौको सङ्ख्यामा गैरकानूनी एवं जोखिमपूर्ण गर्भपतन तालिम अप्राप्त व्यक्तिहरूद्वारा अवैज्ञानिक ढंगबाट गराउने गरिएको पाइन्छ। यसबाट वर्षेनी धेरै महिलाहरूको मृत्यु हुने गर्दछ।

वि. सं. २०५९ देखि नेपालमा गर्भपतनले कानूनी मान्यता पाएको छ र सुरक्षित रूपमा गर्भपतन गर्ने महिलाहरूको संख्या बढ्दै छ। तापनि गर्भपतन कानूनसम्मत ढंगबाट गर्न सकिन्छ भन्ने जानकारी सबै जनमानसमा पुग्न सकेको छैन र कतिपय अस्पतालहरूमा गर्भपतन सेवा उपलब्ध हुन सकिरहेको छैन।

कस्तो अवस्था गर्भपतन गराउन पाइन्छ ?

- १२ हप्ता (तीन महिना) भित्रको गर्भ,
- बलात्कार वा हाडनाता करणीबाट रहन गएको १८ हप्ता (पाँच महिना) सम्मको गर्भ ,
- गर्भपतन नगराएमा गर्भवती महिलाको ज्यानमा खतरा पर्ने भएमा वा शारीरिक वा मानसिक रूपले स्वास्थ्यमा असर पर्ने अवस्थामा वा अपाङ्ग बच्चाबच्ची जन्मन सक्ने अवस्थामा मान्यता प्राप्त चिकित्सकको रायले जुनसुकै अवधिको गर्भ।

नेपालमा गर्भपतन सम्बन्धि सेवाहरू सुरक्षित गर्भपतन सेवा (Comprehensive Abortion Care) कार्यक्रम तोकिएको मापदण्ड पुगेका केहि सरकारी तथा गैर सरकारी संस्थाहरूले सो सम्बन्धि तोकिएको तालीम प्राप्त व्यक्तिहरूबाट न्यूनतम शुल्कमा उपलब्ध रहेको छ।

गर्भपतन तथा जटिलताको अवस्था सुदृढ गर्न,

- परिवार नियोजनको साधनहरू पर्याप्त उपलब्ध गराउने (आकस्मिक गर्भ निरोधको उपायहरू)
- उपयुक्त गर्भपतन परामर्श तथा प्रेषणको व्यवस्था गर्ने
- प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र सम्म गर्भपतन सम्बन्धि सेवा उपलब्ध गराउने।
- गर्भपतन सम्बन्धी कानूनी व्यवस्था तथा गर्भपतन सेवा बारे उपयुक्त जानकारी समुदाय स्तर सम्म गराउने

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- आ-आफ्नो जिल्लाका स्वास्थ्य केन्द्रतह समेतमा सुरक्षित गर्भपतन सेवाको लागि दक्ष स्वास्थ्य कर्मी, औषधी औजार तथा उपकरणको सुनिश्चित गर्न पहल गर्ने।

५. यौनरोग तथा एच.आई.भि./एड्स अवस्था सुदृढ गर्ने (Improve STI, HIV/AIDS Prevention and Care Status) :

राष्ट्रिय एड्स तथा यौनरोग नियन्त्रण कार्यालयकौ नोभेम्बर २००७ सम्मको आंकडा अनुसार नेपालमा एच.आई.भि. पोजिटिभको संख्या १०३६९ र एड्सका विरामीको संख्या १५७८ छ । तर अन्य सर्वेक्षण अनुसार एच.आई.भि. पोजिटिभको संख्या ७०००० अनुमान गरिएको छ ।

एड्स तथा यौनरोग सम्बन्धी सेवा अस्पताल, प्राथमिक सेवा केन्द्र, स्वास्थ्य तथा उप स्वास्थ्य चौकीका अतिरिक्त नीजि एवं गैरसरकारी संस्था मार्फत जनचेतना तथा परामर्श सेवाहरु उपलब्ध गराईरहेका छन् साथै १६ वटा केन्द्रहरुबाट एन्टि रेट्रोभाइरल (ARV) उपचार सेवाको व्यवस्था गरिएको छ ।

यौनरोग तथा एच.आई.भि./एड्स अवस्था सुदृढ गर्न,

- सुरक्षित यौन व्यवहार परिवर्तन प्रवर्द्धनमा जोड दिने (सुरक्षित यौन सम्पर्क, विश्वासिलो साथीसंग यौन सम्पर्क, सुरक्षित सुइको प्रयोग गर्ने ।
- चेलि वेटि वेचविखन नियन्त्रण गर्ने ।
- युवा वर्गलाई लक्षित कार्यक्रमहरु संचालन गर्ने । - वैदेशिक रोजगारमा जाने व्यक्तिहरु, लागु पदार्थ दुर्वेशनी, यौन पेशामा लागेका व्यक्तिहरु तथा अन्य युवाहरु
- एच.आई.भि. एड्स तथा यौन रोग पिडित व्यक्तिलाई सोहिको आधारमा मात्र कुनै प्रकारको भेदभाव नगर्ने ।
- यौन रोग रोकथाम तथा आवश्यक उपचार गर्ने
- यौन रोग तथा एच.आई.भि. एड्सको उपचारको व्यवस्था तथा विस्तार (गर्भवति आमाबाट वच्चामा एच.आई.भि. एड्स सर्न रोकथाम गर्ने, स्वेक्षिक परामर्श तथा परिक्षण सेवा विस्तार गर्ने । (हाल १६ ठाँउमा मात्र उपलब्ध सेवालालाई विस्तार गर्ने ।)
- एच.आई.भि. एड्स लागि सकेको व्यक्तिलाई उपचार, स्थाहार, सहयोग तथा पुर्नस्थापन गर्ने ।

माननीय सांसदज्यूहरुले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरुबाट समन्वयात्मक रुपमा संचालित एच.आई.भि. /एड्सको कार्यक्रमहरुको अनुगमन, मूल्याङ्कन तथा निर्देशन गर्ने ।
- किशोर किशोरीहरुको प्रजनन स्वास्थ्यलाई सम्बोधन गर्ने कार्यक्रमहरुको विस्तार गर्न पहल गर्ने ।

६. वाँभोपनको रोकथाम र व्यवस्थापन सुदृढ गर्ने (Improve Infertility Care Status):

वाँभोपनको समस्या धेरै देखिएपनि यस सम्बन्धी कार्यक्रमले प्राथमिकता पाएको छैन । प्रसूती गृह र केहि नीजि संघसंस्थाहरुमा परामर्श तथा उपचार सेवा शुरु गरेतापनि पहुँच बढाउन यसको विस्तार आवश्यक छ ।

वाँभोपनको रोकथाम र व्यवस्थापन सुदृढ गर्न,

१. यौन रोगलाई समय मै पहिचान गरी उपचार र रोकथाम गर्ने ।
२. वाँभोपन गराउन सक्नेकारणहरु (जस्तै : कुपोषण, लागु पदार्थ तथा सुर्ती जन्य पदार्थको सेवन, हाँडे रोग, गलगाँड, मधुमेह तथा छारेरोग) को समयमै पहिचान, उपचार तथा रोकथाम गराउने ।
३. वाँभोपनको उपचार सेवा अञ्चल स्तरसम्म उपलब्ध गराउने ।
४. वाँभोपन सम्बन्धि दक्ष जन शक्ति तयार गर्ने र सम्बन्धित ठाउँमा उपलब्ध गराउने ।
५. वाँभोपन परामर्स सेवाको व्यवस्था तथा प्रेषणकोलागि उचित व्यवस्था मिलाउने र सोकोलागि स्वास्थ्य कर्मीलाई तालिम दिने ।

माननीय सांसदज्यूहरुले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- महिलाको वाँभोपन सम्बन्धि समस्याको समाधान गर्न दक्ष स्वास्थ्य कर्मी र सेवाको विस्तार गर्न स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय माफत पहल गर्ने ।

७. किशोर अवस्थाको प्रजनन स्वास्थ्य अवस्था सुदृढ गर्ने (Improve RH Status of Adolescent):

हालका वर्षहरूमा किशोर अवस्थाको प्रजनन स्वास्थ्य समस्यालाई पनि सरकारी तथा गैर सरकारी क्षेत्रबाट संबोधन गर्ने कार्यक्रमहरू विद्यालयमा यौन शिक्षा, किशोर किशोरी अन्तर्क्रिया, युवा सूचना केन्द्र, दौतरी शिक्षा, रेडिया कार्यक्रम आदि मार्फत संचालित छन्तापनि पहुँच र कार्यान्वयन अभै पुगेको छैन ।

किशोर अवस्थाको प्रजनन स्वास्थ्य अवस्था सुदृढ गर्न,

१. माध्यमिक, उच्च माध्यमिक विद्यालय स्तरमा किशोर किशोरीहरूको यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यका विषय समावेश गर्ने ।
२. युवा मैत्री स्वास्थ्य सेवा (Youth Friendly Health Services) विद्यालय स्तरबाट नै दिइने ।
३. यौन शोषित किशोरी, लागु पदार्थ दुर्व्यसनीको लागि मनोचिकित्सा उपचार गराउने ।
४. किशोर अवस्थामा आउने परिवर्तनहरू सँग सँगै देखा पर्ने समस्याहरूबाट किशोर किशोरीहरूलाई सुरक्षा प्रदान गर्ने ।
५. किशोर किशोरीहरूमा यौन प्रसारित रोगहरू एच.आई.भी. / एड्स र हेपाटाइटिस वी र सी बाट बच्न आवश्यक पर्ने ज्ञान, सीप र धारणाको विकास गर्ने ।
६. एच.आई.भी. संक्रमित किशोर किशोरीहरूको लागि परामर्श र उपचार सेवा
७. यौन अपराध सम्बन्धि कडा कानुनी व्यवस्था तथा कार्यान्वयन गर्ने ।
८. किशोर किशोरीहरूलाई जीवन उपयोगी सीपहरूको ज्ञान दिने -अभिव्यक्ति सीप, आत्मसचेत सीप, समवेग व्यवस्थापन, तनाव सामना, निर्णय गर्ने सीप, समस्या समाधान गर्ने सिप आदि ।

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- किशोर किशोरीहरूको प्रजनन स्वास्थ्यलाई सम्बोधन गर्ने कार्यक्रमहरूको विस्तार गर्न पहल गर्ने ।
- बाल विवाह रोक्न वा विवाहको उमेर बढाउन विद्यमान कानूनहरूमा तत्काल आवश्यक संशोधन र कार्यान्वयन गर्न पहल गर्ने ।

८. उमेर ढल्केका महिलाहरुका समस्याहरुको अवस्था सुद्धढ गर्ने (Improve Health Care Status of Elder Women) :

उमेर ढल्केका महिलाहरुको धेरै स्वास्थ्य समस्यामध्ये पाठेघर भर्ने समस्या, क्यान्सर आदि प्रमुख समस्याहरु हुन् ।

एक सर्वेक्षण अनुसार विहे भएका प्रजनन उमेरका १० प्रतिशत महिलामा यो समस्या छ । नेपालमा हाल ६ लाख भन्दा बढि महिलाहरुलाई यो समस्याबाट सताएको छ ।

विगत केहि वर्षदेखि नेपाल सरकारले विभिन्न संस्थाहरु मार्फत पाठेघर भरेको समस्याको निशुल्क अपरेसन गर्ने घुम्ति शिविरहरु चलाउदै आइरहेको छ । साथै अन्य केहि संस्थाहरुले पनि यसको उपचार शिविरहरु चलाउदै आइरहेको छ ।

उमेर ढल्केका महिलाहरुका समस्याहरुको अवस्था सुद्धढ गर्न,

१. उमेर ढल्केका महिलाहरुलाई समय समयमा परिक्षण गरि महिलालाई हुने समस्याको समयमै पहिचान गरी रोगको रोकथाम तथा उपचार गर्ने । पाठेघरको मुखको प्याप स्मेर परिक्षण, स्तन तथा पाठेघर क्यान्सर को लागि परिक्षण, पाठेघर भर्ने समस्याको उपचार, यौन जन्य रोग आदि)
२. स्वास्थ्य कर्मीलाई जेष्ठ नागरिक, विशेषत उमेर ढल्केका महिलाहरुको स्वास्थ्य सम्बन्धि विशेष तालिम सञ्चालन गर्ने ।
३. जेष्ठ नागरिकहरुको लागि सरकारी तथा गैर सरकारी क्षेत्रबाट संचालित अस्पतालहरुमा उनीहरुका लागि छुट्टै वार्ड तथा उपचार र स्याहारको छुट्टै संयन्त्रको व्यवस्था गर्ने ।
४. महिला तथा वृद्धवृद्धाको लागि लक्षित गरी सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्थाको संयुक्त पहलमा विशेष स्वास्थ्य सेवा वा कार्यक्रम समन्वयात्मक रुपमा संचालन गर्न नीतिगत व्यवस्था गर्ने ।

माननीय सांसदज्यूहरुले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- महिलाहरुको प्रमुख स्वास्थ्य समस्याको रुपमा रहेको पाठेघर खस्ने समस्या तथा क्यान्सर सम्बन्धि हालको समस्यालाई निराकरण गर्न आवश्यक निति निर्माण तथा योजना तर्जुमा गर्न पहल गर्ने ।
- जेष्ठ नागरिकको लागि केन्द्रिय, क्षेत्रीय तथा अञ्चल स्तरिय अस्पताल र विभिन्न संघ संस्थानबाट संचालित सेवा अस्पतालहरुमा वृद्ध अवस्थाको स्वास्थ्य समस्या केन्द्रित सेवालाई उपलब्ध गराउन संयन्त्र तयार गर्न पहल गर्ने ।

९. लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको अवस्था सुदृढ गर्ने (Improve Existing Gender Based Violence Situation):

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा एक विशिष्ट प्रकारको हिंसा हो जस्मा कुनै मानिस स्त्री वा पुरुष लिङ्गी भएर जन्मेकै कारणले मात्र हुने वा घट्ने गर्दछ। यस्तो हिंसा हाम्रो समाजमा विशेष गरेर महिलाहरूलाई हुने गरेको छ।

एक अध्ययन अनुसार नेपालमा घरेलु हिंसा व्यहोरिरहेका महिलाहरूमध्ये ५८ प्रतिशतले दिनहुँ हिंसा खेपेको पाइएको छ, जसमा ६६ प्रतिशत पीडकहरू परिवारकै सदस्यहरू हुने गरेका छन्।

त्यस्तै अर्को अध्ययन अनुसार ४३ प्रतिशत महिलाले कार्यस्थलमा यौन दुर्व्यवहार खेपेको पाइएको देखाएको छ।

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको अवस्था सुदृढ गर्न,

१. महिला सशक्तिकरणमा जोड दिने (लैङ्गिक सचेतना तथा मानव अधिकारको विषयबारे जानकारी, निति निर्माण तहमा महिलाको सहभागिता अभिवृद्धि, आर्थिक श्रोत र साधनमा महिलाको पहुँच तथा नियन्त्रणमा अभिवृद्धि)।
२. महिलालाई आवश्यक पर्ने व्यक्तिगत विकासको लागि तालिमहरू (आयमूलक तालिम, रोगजार, निशुल्क शिक्षा, जीवन उपयोगि सिप तालिमहरू) उपलब्ध गराउने।
३. हिंसाबाट आफुलाई सुरक्षित हुने अवस्था वा उपायहरू तथा प्रक्रियावारे सुसुचित हुनु पर्ने।
४. महिलालाई राजनैतिक अवसर तथा अन्य पेशागत सुरक्षित कोटाहरूको व्यवस्था गर्नु पर्ने।
५. समाजमा चलेका हिंसालाई प्रोत्साहन गर्न संकुचित विचारधारा तथा व्यवहारलाई परिवर्तन गर्न र यसलाई सामाजिक अपराधको रूपमा लिनु पर्ने।
६. स्थानिय सामाजिक संघ संस्थाले आवश्यकता अनुसार हिंसाको चपेटामा परेका महिलालाई शारिरीक तथा अन्य सुरक्षाको व्यवस्थागर्न पुनर्स्थापना तथा कानुनी, सामाजिक र मनोवैज्ञानिक सरसल्लाह सेवा उपलब्ध गराउने।
७. महिला विरुद्ध हिंसा सम्बन्धि ऐन कानूनहरू निर्माण तथा विधेयक पारित गरी त्यसलाई प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने।

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- लैङ्गिक विभेद तथा महिला हिंसा विरुद्धका ऐन कानून तथा नीति निर्माणको आवश्यक पहल गर्ने एवं वर्तमान ऐन नियमको कार्यान्वयनमा आवश्यक पहल गर्ने।
- प्रजनन स्वास्थ्य तथा महिलाका अन्य अधिकार सुनिश्चित गर्न वर्तमान ऐन कानूनको आवश्यकता अनुसार परिमार्जन तथा थप व्यवस्थागर्न पहल गर्ने।

प्रजनन स्वास्थ्यमा पुरुषको सहभागिता (Male Participation in Reproductive Health)

महिला स्वास्थ्यका विभिन्न पक्षहरूमध्ये प्रजनन स्वास्थ्य प्रत्यक्ष रूपमा पुरुषसंगको सम्बन्धबाट बढी प्रभावित भएको हुन्छ। महिलाको स्वास्थ्य स्थिति समाज तथा परिवारमा पुरुषको जिम्मेवारीपूर्ण सोच तथा व्यवहारसित प्रत्यक्ष सम्बन्ध राख्ने भएकोले प्रजनन स्वास्थ्य सुदृढीकरणमा पुरुषको सहभागिता धेरै महत्वपूर्ण हुन्छ।

प्रजनन स्वास्थ्यमा पुरुषको सहभागिता भनेको महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य स्थितिको सुधारमा सहयोगि बन्दै पुरुषको संलग्नतालाई बढी जिम्मेवारीपूर्ण बनाउनु हो। हाम्रो समाज पुरुष प्रधान समाज भएकोले धेरै परिवारहरूमा कति सन्तान जन्माउने र कहिले जन्माउने वा परिवार नियोजनका साधन प्रयोग गर्ने नगर्ने, गर्भवतीलाई जँचाउने तथा प्रसूती कहाँ गराउने, महिलाको अन्य स्वास्थ्य समस्याको उपचार गराउने आदि कुराको निर्णय प्रायः पुरुषले गर्दछ। त्यसैले पनि महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य सुदृढीकरणमा पुरुषको सक्रिय सहभागिता अति आवश्यक हुन्छ।

- महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य सुदृढ गर्न पुरुषले विभिन्न पक्षहरूमा सहभागि बन्न सक्दछ। जस्तै:
- महिलालाई हानी पुर्याउन सक्ने सामाजिक संस्कार र व्यवहारमा सुधार गरेर (जस्तै: बालविवाह रोक्ने, छोरा र छोरीलाई समान व्यवहार तथा अवसर दिएर, महिलामाथि हुने हिंसा वा शोषण आदि नियन्त्रण)
- परिवारमा कति सन्तान जन्माउने तथा परिवार नियोजनका साधन प्रयोग वारेमा श्रीमतीसित सरसल्लाह गरेर
- गर्भवती महिलाको स्याहार, जाँच तथा प्रसूती सेवाकोलागि उचित व्यवस्था गरेर तथा महिलाको काममा सहयोग गरेर
- महिलाको स्वास्थ्य आवश्यकता वारे चासो राखी आवश्यकता अनुसार समयमै जाँच तथा उपचार गराएर

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

महिलालाई हानी पुर्याउन सक्ने सामाजिक संस्कार र व्यवहारमा सुधार ल्याउन आवश्यक कानून निर्माण तथा सुधार गर्न र विद्यमान कानूनलाई कार्यान्वयनमा ल्याउन पहल गर्ने।

लैङ्गिक र विकास (Gender and Development)

न्याय र समानता विवेकशिलताको उपच हो भने अन्याय र असमानता अस्वभाविक र अप्राकृतिक हो । विकासको फल सम्पूर्ण जनताको लागि हुनुपर्छ। समाजको कुनै एक वर्ग समुदाय तह वा पत्काले मात्र विकासको फल उपभोग गर्ने होइन । व्यक्ति, परिवार र समाजको सर्वांगीण विकासको लागि महिला र पुरुष दुवैको समान सहभागिता सक्रियता र समतामुलक समानता आवश्यक पर्दछ ।

तीन वर्षीय अन्तरिम योजना (२०६४/०६५-२०६६/६७) को आधार पत्रमा लैङ्गिक समानताको क्षेत्रमा उल्लेखित केहि विषयहरु

समाजमा विद्यमान विभेदपूर्ण स्थिति र राज्यव्यवस्थाको संरचनागत कमजोरीले गर्दा पछाडिपरेका वा पारिएका वर्ग, आदिवासी जनजाति, दलित, मधेशी/तराई वासी, महिला, असहाय, अपाङ्ग, अति गरिब व्यक्ति तथा समूह एवं विकट भौगोलिक क्षेत्र समेतलाई केन्द्रित गरी स्पष्ट नीति, संस्थागत संरचना तथा कार्यक्रम कार्यान्वयन गरिनेछ । समावेशी विकास प्रक्रिया अपनाउँदा भौगोलिक, आर्थिक, सामाजिक र लैङ्गिक आधारमा ऐक्यवद्धता तथा पुनः एकीकरण, विकास निवेश र प्रतिफलबाट वन्चित समूहहरुको सहभागिता बढाउने ।

अन्तरिम संविधान २०६३ मा उल्लेखित केहि बुँदाहरु

- प्रत्येक नागरिकलाई कानूनमा व्यवस्था भए बमोजिम रोजगारीको हक
- महिला, श्रमिक, वृद्ध, अपाङ्ग तथा अशक्त र असहाय नागरिकलाई कानूनमा व्यवस्था भए बमोजिम सामाजिक सुरक्षाको हक हुनेछ ।
- महिला वर्गको शिक्षा, स्वास्थ्य र रोजगारीको विशेष व्यवस्था गरी राष्ट्रिय विकासमा अधिकाधिक सहभागी बनाउने नीति राज्यले अवलम्बन गर्नेछ ।
- राज्यले एकल महिला, अनाथ, बालबालिको संरक्षण र उन्नतिका लागि सामाजिक सुरक्षाको विशेष व्यवस्था गर्ने नीति अवलम्बन

हालका नेपालमा लैङ्गिक सम्वन्धि तथ्यांकहरु

विवरण	पुरुष	महिला
साक्षरता (१५ वर्ष माथिको)	६५ %	४२%
औसत स्कुल जाने वर्ष	३.६ वर्ष	१.९ वर्ष
मन्त्री परिषदमा	९४%	६%
निति निर्माण तह		१% भन्दा कम
वोकालत गर्ने	९५%	५%

श्रोत: लैङ्गिक समानता सशक्तिकरण अभिवृद्धि (UNDP) वार्षिक प्रतिवेदन २००६

लैङ्गिक समानताको क्षेत्रमा हालसम्म भएका केहि राष्ट्रिय प्रयासहरु :

- बेइजिङ सम्मेलनबाट पारित कार्ययोजनाको लैङ्गिक समानता तथा महिला सशक्तिकरण राष्ट्रिय कार्ययोजना तयार तथा मन्त्री परिषदबाट पारित ।
- राष्ट्रिय महिला आयोग स्थापना गर्न विधेयक तजुमा भै अध्यादेश आउने क्रममा रहेको ।
- नेपाल सरकारका विभिन्न मन्त्रालयहरुमा Gender Focal Person को व्यवस्था गरेको। निजको सहजकार्य (Facilitation) बाट नेपाल सरकार योजना र कार्यक्रमलाई लैङ्गिक सम्बेदनशील तथा लैङ्गिक सम्बेदनशील तथा लैङ्गिक सन्तुलित गराउने प्रयासको थालनी गरेको ।

लैङ्गिक समानतामा सुदृढ गर्न चालिनु पर्ने पाइलाहरु

१. महिलालाई विकासका कार्यक्षेत्रमा सहभागिता गर्ने
 - समुहगत कार्यक्रम र आयमुलक कार्यहरुको विस्तार विविधिकरण
 - निजामति सेवामा आरक्षण
 - क्षमता विकास सम्बन्धि कार्यक्रमहरुको संचालन
 - शिक्षा तथा रोजगारीमा विशेष सहूलियत
 - प्रविधिक शिक्षा र रोजगार मुलक कार्यक्रमहरु
२. महिला विरुद्ध हुने सबै प्रकारका घरेलु हिंसाको अन्त्य
३. लैङ्गिक विषेश सचेतना कार्यक्रमहरु संचालन गर्ने
 - चुनावबाट चुनिएका राजनितिज्ञहरुलाई लैङ्गिक सचेतना कार्यक्रम
 - सरकारी नितिनिर्माण गर्ने उच्च पदाधिकारीहरुलाई लैङ्गिक सचेतना कार्यक्रम
 - प्रहरीहरुलाई लैङ्गिक सचेतना कार्यक्रम
 - संस्थागत सयन्त्रको विकास र विस्तार गर्न महिला तथा बाल बालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालयलाई सुधृढ गर्ने
४. लैङ्गिक समानतालाई राजनैतिक वर्गबाट सहभागितामा प्रेरणा दिने
 - राजनितिक प्रतिबद्धता
 - सरकारले अनुमोदन गरेको सबै प्रकारका महासन्धी हरुको इमान्दारीपुर्वक अनुमोदन
 - आर्थिक राजनितिक र सामाजिक क्षेत्रमा सहभागीता बृद्धि

प्रजनन स्वास्थ्य प्रवर्द्धनका लागि सुनिश्चित हुनुपर्ने केहि प्रजनन तथा महिला अधिकार (Some Reproductive and Women's Rights to Secure Improved Reproductive Health Status)

महिलाको अधिकार सम्बन्धी विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय घोषणा पत्रहरूमा नेपालले हस्ताक्षर गरेतापनि त्यसको कार्यान्वयन पक्षमा धेरै कमजोरी भैराखेको छ भने कति ठाउँमा त्यसको कानूनीरूपले संबोधन गर्न सकिराखेको छैन र कतिपय भएका कानूनहरू पनि कार्यान्वयन भैरहेको छैन । महिला तथा बालबालिकालाई सुनिश्चित गर्नुपर्ने केहि अधिकारहरू :

- सुरक्षित यौनजीवन यापन गर्नपाउने अधिकार ।
- विवाह गर्ने वा नगर्ने र कस्तो परिवार बनाउने भन्ने व्यवस्था गर्न पाउने अधिकार ।
- महिलालाई कहिले र कति जना छोराछोरी जन्माउने भन्ने कुराको आफैले स्वतन्त्रतापूर्वक निर्णय गर्ने अधिकार ।
- गर्भ निरोधका साधनहरूबारे पूर्ण जानकारी प्राप्त गर्ने तथा आफ्नो खर्चले धान्नसक्ने, प्रभावकारी गर्भ निरोधका साधन स्वतन्त्र रूपले छनौट गरी प्रयोग गर्ने अधिकार ।
- गर्भवती, प्रसूती तथा सुत्केरी पछिको उपयुक्त स्वास्थ्य सेवा पाउने अधिकार ।
- महिलालाई प्रचलित कानून विपरीत नहुने गरी आफ्नो मासिकचक्र अथवा प्रजननलाई नियमित गराउन सक्ने अधिकार ।
- पारिवारिक पैतृक सम्पत्तिमा महिला तथा पुरुषको समान अधिकार ।
- यौन याताना र अमानवीय व्यवहारबाट स्वतन्त्रता पाउने अधिकार ।
- चेलीवेटी वेचविखन विरुद्धको अधिकार ।
- व्यक्तिगत स्वतन्त्रता र सुरक्षाको अधिकार ।
- समानता र सबै किसिमको कुरितीहरूबाट मुक्त हुन पाउने अधिकार तथा छुवा छुत जस्ता परम्परागत (वादी, वोक्सी) प्रथाबाट मुक्तहुने अधिकार ।
- स्वास्थ्य उपचार तथा स्वास्थ्य संरक्षण गर्न पाउने अधिकार ।
- सभा, गोष्ठी, न्याली तथा राजनैतिक कार्यक्रममा भाग लिन पाउने अधिकार ।
- विकास गतिविधि तथा निति निर्माण र प्रक्रियामा सहभागिता र विकासको प्रतिफल, श्रोत तथा सेवामा पहुँचको अधिकार ।

माननीय सांसदज्यूहरूले खेल्न सक्ने भूमिका (Role of Parliamentarians)

- प्रजनन स्वास्थ्य तथा महिलाका अन्य अधिकार सुनिश्चित गर्न वर्तमान ऐन कानूनको आवश्यकता अनुसार परिमार्जन तथा थप व्यवस्थागर्न पहल गर्ने ।