तान्नै कठिन छ । कुन विन्दुबाट एकको कार्य समाप्त भै अर्कोको कार्य शुरु हुन्छ भन्ने छुट्ट्याउनै सकिदैन । राज्य सञ्चालनको सिलसिलामा एकले अर्को अंगको कार्य गरिहेका हुन्छन् र गर्नु पर्छ पनि ।

सरकारका तीन अंगवीचको असन्तरसम्वन्धलाई निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ:

- नेपालको संसदीय प्रणालीमा व्यवस्थापिकाले नै कार्यपालिकाको निर्माण गर्दछ ।
- व्यवस्थापिकाले संसदको अवहेलनामा न्यायिक अधिकारको प्रयोग गर्दछ ।
- कार्यपालिकाले गरेका सन्धि, सम्झौताहरु, बजेट, सरकारको नीति तथा कार्यक्रम, अध्यादेशहरु संसदले स्वीकृति वा अनुमोदन नगरेसम्म मान्य हुँदैनन् ।
- न्यायधीशहरुको नियुक्तिका लागि व्यवस्थापिकाले संसदीय सुनुवाई गर्नैपर्छ ।
- कार्यपालिकाले संसदको अधिवेशन नभएको बेला अध्यादेश जारी गर्दछ ।
- संवैधानिक परिषद्मा तीनै अंगका व्यक्तिहरु रहेर अधिकारको संयुक्तरुपमा प्रयोग गर्दछन् ।
- व्यवस्थापिका र न्यायपालिकाको लागि आवश्यक बजेट कार्यपालिकाले नै तर्जुमा गर्नुपर्छ ।
- न्यायपालिकाले सरकारका कामकारवाहीहरुको न्यायिक पुनरावलोकन गर्ने तथा व्यवस्थापिकाले बनाएका कानूनहरु संविधानको कसीमा तौलने कार्य गर्दछ ।
- व्यवस्थापिकासँग समयाभाव हुने लगायतका कारण कार्यपालिकाले प्रत्यायोजित व्यवस्थापन अन्तर्गत नियमावली, विनीयमावली लगायतका कानूनहरु निर्माण गर्दछ ।

एक अंग आफैंले कुनै पनि कार्य पूर्ण रुपले गर्न नसक्ने र अर्को अंगको सहयोग लिनै पर्ने हुनाले सरकारका तीन अंगहरु एक अर्कासँग अन्तरनिर्भर र आपसमा अन्तरसम्बन्ध भएको पाइन्छ ।

**प्रश्न नं. १०: राज्यका प्रमुख तीन अंग (व्यवस्थापिका, कार्यपालिका, न्यायपालिका) ले गर्ने प्रमुख तीन तीन वटा कार्यको बारेमा तालिका बनाएर छोटो व्याख्या गर्नुहोस् । - लो.से.आ. २०६९ (समावेशी, खरिदार) अंक १०**

शक्ति पृथकीकरणको सिद्धान्त वमोजिम राज्य शक्ति वा अधिकारलाई प्रयोगका दृष्टिकोणले सरकारका तीन अंग व्यवस्थापिका, कार्यपालिका र न्यायपालिकाबीच बाँडफाँड गरिएको हुन्छ । यस सिद्धान्तले सरकारका तीन अंगबीच स्वायत्तता, अहस्तक्षेप र असंलग्नता हुनु पर्ने कुरालाई जोड दिएको छ ।

यसले राज्यको कानून बनाउने, कानूनको कार्यान्वयन गर्ने र न्याय सम्पादन गर्ने मुख्य कार्यलाई सरकारका तीन अंगबीच बाँडफाँड गर्दछ । यसका साथै राज्यका प्रमुख अंग व्यवस्थापिका, कार्यपालिका र न्यायपालिकाका कार्यहरुलाई निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ :



Question Bank Nepal

| व्यवस्थापिकाका काम | कार्यपालिकाका काम | न्यायपालिकाका काम |
|---|---|---|
| - देशका लागि आवश्यक कानूनहरु निर्माण गर्ने ।<br>- संसदीय समितिमार्फत सरकारका काम कारवाहीमाथि नियन्त्रण गर्ने ।<br>- जनताको आवाजको प्रतिनिधित्व गर्ने ।<br>- संसदीय प्रणालीमा सरकारको गठन गर्ने,<br>- संविधान संशोधन सम्वन्धी कार्य गर्ने ।<br>- व्यवस्थापिकाले संसदको अवहेलनामा न्यायिक अधिकारको प्रयोग गर्दछ ।<br>- कार्यपालिकाले गरेका सन्धि, सम्झौताहरु, बजेट, सरकारको नीति तथा कार्यक्रम, अध्यादेशहरु स्वीकृति, सम्मिलन, समर्थन, अनुमोदन गर्ने । | - कार्यकारिणी अधिकारको प्रयोग गरी दैनिक प्रशासन सञ्चालन गर्ने ।<br>- देशमा शान्ति सुरक्षा व्यवस्था, अमनचयन कायम गर्ने ।<br>- अन्य देश तथा अन्तर्राष्टिय संघ, संस्थासँग सन्धि, संझौता गर्ने ।<br>- तयार पारिएको वार्षिक बजेट संसदबाट स्वीकृती गराई कार्यान्वयन गर्ने ।<br>- संसदको अधिवेशन नभएको बेला अध्यादेश जारी गर्ने ।<br>- प्रत्यायोजित व्यवस्थापन अन्तर्गत नियमावली, विनीयमावली लगायतका कानूनहरु निर्माण गर्ने । | - संसदले बनाएका कानूनहरुको व्याख्या गरी न्याय सम्पादन गर्ने मुख्य काम हो ।<br>- सरकारका काम, कारवाहीमाथि न्यायिक पुनरावलोकन गर्ने ।<br>- कुनै खासन कानूनहरु निर्माण गर्न आदेश जारी गर्ने ।<br>- कुनै खास काम गर्न निर्देशन जारी गर्ने ।<br>- व्यवस्थापिकाले बनाएका कानूनहरु संविधानको कसीमा तौलने कार्य ।<br>- आफ्नो निकाय र मातहतका न्यायिक निकायहरुको प्रशासन सञ्चालन गर्ने । |

### प्रश्न नं. ११ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ वमोजिम राष्ट्र भनेको के हो ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ३ मा व्यवस्था भए बमोजिम बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुसाँस्कृतिक विशेषतायुक्त, समान आकाङ्क्षा र नेपालको राष्ट्रिय स्वतन्त्रता, अखण्डता, राष्ट्रिय हित तथा समृद्धिप्रति आस्थावान् रही एकताको सूत्रमा आबद्ध सबै नेपाली जनता समष्टि रूपमा राष्ट्र हो ।

### प्रश्न नं. १२ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा सरकारी कामकाजको भाषाका सम्बन्धमा कस्तो व्यवस्था गरेको छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ५ मा व्यवस्था भए वमोजिम देवनागरी लिपिमा नेपाली भाषालाई सरकारी कामकाजको भाषाको रुपमा मान्यता



Question Bank Nepal

दिएको छ साथै स्थानीय निकाय तथा कार्यालयमा मातृभाषाको प्रयोग भएको भए त्यसरी प्रयोग गरिएको भाषालाई राज्यले सरकारी कामकाजको भाषामा रूपान्तर गरी अभिलेख राख्नु पर्ने व्यवस्था गरेको छ ।

**प्रश्न नं. १३ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ ले कति प्रकारका नागरिकताको व्यवस्था गरेको छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ ले देहाय बमोजिमका ३ प्रकारका नागरिकताको व्यवस्था गरेको छ :

(क) वंशजको आधारमा प्राप्त हुने नागरिकता,

(ख) अंङ्गीकृत नागरिकता,

(ग) सम्मानार्थ नागरिकता ।

**प्रश्न नं. १४ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा स्वतन्त्रताको हक सम्बन्धमा कस्तो व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपाको अन्तरिम संधिवान, २०६३ को धारा १२ मा व्यवस्था स्वतन्त्रताको हक सम्वन्धी व्यवस्था भएको छ, जस अनुसार

- प्रत्येक व्यक्तिलाई सम्मानपूर्वक बाँच्न पाउने हक हुनेछ र मृत्यु दण्डको सजाय हुने गरी कुनै कानून बनाइने छैन ।
- कानून बमोजिम बाहेक कुनै पनि व्यक्तिको वैयक्तिक स्वतन्त्रता अपहरण हुने छैन ।
- प्रत्येक नागरिकलाई देहायका स्वतन्त्रता हुनेछ :

(क) विचार र अभिव्यक्तिको स्वतन्त्रता,

(ख) बिना हातहतियार शान्तिपूर्वक भेला हुने स्वतन्त्रता,

(ग) राजनैतिक दल खोल्ने स्वतन्त्रता,

(घ) संघ र संस्था खोल्ने स्वतन्त्रता,

(ङ) नेपालको कुनै पनि भागमा आवतजावत र बसोवास गर्ने स्वतन्त्रता,

(च) कुनै पेशा, रोजगार, उद्योग र व्यापार गर्ने स्वतन्त्रता ।

**प्रश्न नं. १५: वातावरण तथा स्वास्थ्य सम्बन्धी कस्तो हकको व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १६ मा व्यवस्था भए बमोजिम वातावरण र स्वास्थ्य हक सम्वन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ:

(१) प्रत्येक व्यक्तिलाई स्वच्छ वातावरणमा बाँच्ने हक हुनेछ ।

(२) प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट कानूनमा व्यवस्था भए बमोजिम आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क रूपमा पाउने हक हुनेछ ।

**प्रश्न नं. १६: रोजगारी तथा सामाजिक सुरक्षा सम्बन्धी कस्तो हकको व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १८ मा रोजगारी तथा सामाजिक सुरक्षाको हक सम्वन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ :

(१) प्रत्येक नागरिकलाई कानूनमा व्यवस्था भए बमोजिम रोजगारीको हक हुनेछ।

(२) महिला, श्रमिक, वृद्ध, अपाङ्ग तथा अशक्त र असहाय नागरिकलाई कानूनमा व्यवस्था भए बमोजिम सामाजिक सुरक्षाको हक हुनेछ।

(३) प्रत्येक नागरिकलाई कानूनमा व्यवस्था भए बमोजिम खाद्य सम्प्रभुत्ताको हक हुनेछ।

## प्रश्न नं. १७: सम्पत्तिको हक सम्वन्धी कस्तो व्यवस्था गरिएको छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १९ मा सम्पत्तिको हक सम्वन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ :

(१) प्रत्येक नागरिकलाई प्रचलित कानूनको अधीनमा रही सम्पत्ति आर्जन गर्ने, भोग गर्ने, वेचबिखन गर्ने र सम्पत्तिको अन्य कारोवार गर्ने हक हुनेछ।

(२) सार्वजनिक हितको लागि बाहेक राज्यले कुनै व्यक्तिको सम्पत्ति अधिग्रहण वा प्राप्त गर्ने वा त्यस्तो सम्पत्ति उपर अरु कुनै प्रकारले कुनै अधिकारको सिर्जना गर्ने छैन।

(३) वैज्ञानिक भूमिसुधार कार्यक्रम लागू गर्दा वा सार्वजनिक हितको लागि राज्यले कुनै व्यक्तिको सम्पत्ति अधिग्रहण वा प्राप्त गर्दा वा त्यस्तो सम्पत्ति उपर कुनै अधिकारको सिर्जना गर्दा कानून बमोजिम क्षतिपूर्ति दिइनेछ।

## प्रश्न नं. १८: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा व्यवस्था भएको निवारक नजरवन्दका सम्वन्धमा संक्षेपमा उल्लेख गर्नुहोस्।

नेपालको अन्तरिम संविधानको धारा २५ मा व्यवस्था भए बमोजिम कसैलाई पनि नेपाल राज्यको सार्वभौमसत्ता र अखण्डता वा सार्वजनिक शान्ति र व्यवस्थामा तत्काल खलल पर्ने पर्याप्त आधार नभई निवारक नजरबन्दमा राखिने छैन।

निवारक नजरबन्द राख्ने अधिकारीले कानून विपरित वा बदनियतपूर्वक कसैलाई नजरबन्द राखेमा नजरबन्द रहेको व्यक्तिले कानूनद्वारा तोकिए बमोजिम क्षतिपूर्ति पाउने व्यवस्था गरिएको छ।

## प्रश्न नं. १९: शोषण विरुद्धको हकबारे लेख्नुहोस्।

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा २९ मा शोषण विरुद्धको हक सम्वन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ :

(१) प्रत्येक व्यक्तिलाई शोषण विरुद्धको हक हुनेछ।

(२) प्रथा, परम्परा र प्रचलनको नाममा वा कुनै पनि किसिमले कसैलाई शोषण गर्न पाइने छैन।

(३) मानिसलाई बेच-बिखन गर्न, दास वा बाँधा बनाउन पाइने छैन।

(४) कसैलाई पनि निजको इच्छा विरुद्ध काममा लगाउन पाइने छैन।

तर सार्वजनिक प्रयोजनको लागि नागरिकलाई अनिवार्य सेवामा लगाउन सकिने कानून बनाउन रोक लगाएको मानिने छैन।



Question Bank Nepal

**प्रश्न नं. २०: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ ले व्यवस्था गरेका मौलिक हकहरु के के हुन् ?**

वा

**नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा उल्लेख भएका कुनै ८ वटा मौलिक हकहरुको सूचि बनाउनुहोस् र नागरिकका मुख्य कर्तव्यबारे छोटो बयान गर्नुहोस् । -लो.से.आ. २०६९ (खुल्ला, खरिदार) अंक ४+६**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १२ देखि ३२ सम्म व्यवस्था गरिएका हकहरु निम्नानुसार रहेका छन्:

धारा १२ - स्वतन्त्रताको हक
धारा १३ - समानताको हक
धारा १४ - छुवाछुत तथा जातिय भेदभाव विरुद्धको हक
धारा १५ - प्रकाशन, प्रसारण तथा छापाखाना सम्वन्धी हक
धारा १६ - वातावरण तथा स्वास्थ्य सम्वन्धी हक
धारा १७ - शिक्षा तथा संस्कृति सम्वन्धी हक
धारा १८ - रोजगारी तथा सामाजिक सुरक्षा सम्वन्धी हक
धारा १९ - सम्पत्तिको हक
धारा २० - महिलाको हक
धारा २१ - सामाजिक न्यायको हक
धारा २२ - बालबालिकाको हक
धारा २३ - धर्म सम्वन्धी हक
धारा २४ - न्याय सम्वन्धी हक
धारा २५ - निवारक नजरवन्द विरुद्धको हक
धारा २६ - यातना विरुद्धको हक
धारा २७ - सूचनाको हक
धारा २८ - गोपनीयताको हक
धारा २९ - शोषण विरुद्धको हक
धारा ३० - श्रम सम्वन्धी हक
धारा ३१ - देश निकाला विरुद्धको हक
धारा ३२ - संवैधानिक उपचारको हक

**नागरिकका मुख्य कर्तव्यहरु**

नागरिकलाई राज्यले अन्य वासिन्दाभन्दा पृथक हैसियत र अधिकार प्रदान गरेको हुँदा नागरिकले पनि राज्यप्रति निश्चित कर्तव्य पालना गर्नुपर्ने हुन्छ । नागरिकले वहन गर्नुपर्ने त्यस्ता केही कर्तव्यहरु निम्नानुसार छन्:

**१. कानूनी कर्तव्य**

कानूनद्वारा निर्धारित गरिएका कर्तव्यहरुलाई कानूनी कर्तव्य भनिन्छ । यसलाई मुख्यरुपमा निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ :

Question Bank Nepal

- संविधान, ऐन, कानूनको पालना गर्नु
- राज्यलाई कानून बमोजिम कर तिर्नु
- सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गर्नु
- आफ्नो अधिकारको उपयोग गर्दा अरुको अधिकारमा हनन् नपुऱ्याउनु
- आफ्नो मताधिकारको सदुपयोग गर्नु आदि ।

**२. नैतिक कर्तव्य**

नैतिकताको आधारमा गर्नुपर्ने कार्यहरुलाई नैतिक कर्तव्य भनिन्छ । यस्ता कार्यहरु नगरिएमा कानूनद्वारा सजाय नहुने तर सामाजिकरुपमा बहिष्कार हुन सक्दछ । यस्ता केही कर्तव्यहरु निम्नानुसार छन् :

(क) **राष्ट्रप्रतिको कर्तव्य** : राष्ट्र, राष्ट्रियता, सार्वभौमसत्ता, अखण्डता, राष्ट्रिय स्वाभिमान र स्वाधीनतालाई अक्षुण्ण राख्न हरेक नागरिकले आ-आफ्नो स्थानबाट निर्वाह गर्नुपर्ने कर्तव्यलाई यस प्रकारका कर्तव्यको रुपमा लिने गरिनछ ।

(ख) **समाजप्रतिको कर्तव्य** : समाजका अन्य सदस्यहरुलाई सहयोग पुऱ्याउनु, सामाजिक कार्यहरुमा भाग लिनु, समाजको प्रगतिका लागि अग्रसर हुनु जस्ता कर्तव्यहरु यस अन्तर्गत पर्दछन् ।

(ग) **परिवारप्रतिको कर्तव्य** : बाबुआमा, दाजुभाई, पतिपत्नी एवं परिवारका सदस्यप्रति वहन गर्नुपर्ने कर्तव्यहरुलाई यस अन्तर्गत लिने गरिन्छ ।

(घ) **आफूप्रतिको कर्तव्य** : सभ्य राष्ट्र निर्माणका लागि व्यक्तिले आफूलाई शिक्षित, सदाचारी, संयमी तथा स्वावलम्बी बनाउनुलाई उसको आफूप्रतिको कर्तव्यको रुपमा लिने गरिन्छ ।

**प्रश्न नं. २१: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ बमोजिम राज्यको प्रमुख उद्देश्य के हो ?**

नेपालको अन्तरिम संविधानको धारा ३४ मा व्यवस्था भए बमोजिम जनताको जीउ, धन, समानता र स्वतन्त्रताको संरक्षण गरी सामाजिक, आर्थिक एवं राजनैतिक क्षेत्र लगायत राष्ट्रिय जीवनका सबै क्षेत्रमा न्यायपूर्ण व्यवस्था कायम गरी खुला समाजमा आधारित लोककल्याणकारी व्यवस्थाको अभिवृद्धि गर्नु राज्यको प्रमुख उद्देश्य हुनेछ ।

**प्रश्न नं. २२: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा राष्ट्रपतिको पद कस्तो अवस्थामा मुक्त हुने व्यवस्था छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधानको धारा ३६ङ मा व्यवस्था भए बमोजिम देहायको अवस्थामा राष्ट्रपतिको पद मुक्त हुनेछ :

(क) निजले उपराष्ट्रपति समक्ष राजिनामा दिएमा,

(ख) निजले संविधानको गम्भीर उल्लंघन गरेको आरोपमा संविधान सभाका तत्काल कायम रहेका सम्पूर्ण सदस्यहरुको कम्तीमा दुई तिहाई बहुमतबाट निजको विरुद्ध महाभियोगको प्रस्ताव पारित भएमा, वा

(ग) निजको मृत्यु भएमा ।

Question Bank Nepal

## प्रश्न नं. २३: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा कार्यकारिणी अधिकार सम्बन्धी कस्तो व्यवस्था छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, ३०६३ को धारा ३७ मा कार्यकारिणी अधिकार सम्बन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ :

- नेपालको कार्यकारिणी अधिकार संविधान र अन्य कानून बमोजिम मन्त्रिपरिषद्मा निहित हुनेछ ।
- संविधान र अन्य कानूनको अधीनमा रही नेपालको शासन व्यवस्थाको सामान्य निर्देशन, नियन्त्रण र सञ्चालन गर्ने अभिभारा मन्त्रिपरिषद् उपर हुनेछ ।
- नेपालको कार्यकारिणी कामहरू नेपाल सरकारको नाममा हुनेछ ।
- नेपाल सरकारको नाममा हुने निर्णय वा आदेश र तत्सम्बन्धी अधिकारपत्रको प्रमाणीकरण कानूनद्वारा व्यवस्था भए बमोजिम हुनेछ ।

## प्रश्न नं. २४: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा मन्त्रिपरिषद्को गठन सम्बन्धी कस्तो व्यवस्था गरिएको छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ३८ मा व्यवस्था भए बमोजिम मन्त्रिपरिषद्को गठन सम्बन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ:

(१) राजनैतिक सहमतिका आधारमा प्रधानमन्त्री र निजको अध्यक्षतामा मन्त्रिपरिषद्को गठन हुनेछ,

(२) यसरी सहमति कायम हुन नसकेमा व्यवस्थापिका-संसदमा तत्काल कायम रहेका सम्पूर्ण सदस्य संख्याको बहुमतको आधारमा प्रधानमन्त्री निर्वाचित हुनेछ,

(३) अन्तरिम मन्त्रिपरिषद्को संरचना र कार्य विभाजन आपसी सहमतिबाट तय गरिनेछ,

(४) मन्त्रिपरिषद्मा आवश्यकतानुसार उप-प्रधानमन्त्री र अन्य मन्त्रिहरु रहनेछन्,

(५) प्रधानमन्त्रीले मन्त्रि नियुक्ति गर्दा सम्वन्धित दलको सिफारिसमा व्यवस्थापिका-संसदको सदस्यहरू मध्येबाट नियुक्ति गर्नु पर्नेछ ।

(६) प्रधानमन्त्री र अन्य मन्त्रिहरू व्यवस्थापिका-संसदप्रति सामूहिक रूपमा र मन्त्रिहरू आफ्ना मन्त्रालयको कामका लागि प्रधानमन्त्री र व्यवस्थापिका-संसदप्रति व्यक्तिगत रूपमा उत्तरदायी हुनेछन् ।

## प्रश्न नं.२५: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा प्रधानमन्त्रीको पद कस्तो अवस्थामा रिक्त हुने व्यवस्था छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधानको धारा ३८ (७) मा व्यवस्था भए बमोजिम देहायको अवस्थामा प्रधानमन्त्रीको पद रिक्त हुनेछ :

- निजले राष्ट्रपति समक्ष लिखित राजीनामा दिएमा,
- धारा ५५क.बमोजिम निजको विरुद्ध अविश्वासको प्रस्ताव पारित भएमा,
- निज व्यवस्थापिका-संसदको सदस्य नरहेमा, वा
- निजको मृत्यु भएमा ।

Question Bank Nepal

**प्रश्न नं. २६: नेपाल सरकारको कार्य संचालन कसरी हुने व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारालाई ४३ मा व्यवस्था भए वमोजिम देहाय वमोजिम नेपाल सरकारको कार्य संचालन हुने व्यवस्था गरिएको छः

(१) नेपाल सरकारको सञ्चालन संयुक्त जनआन्दोलनको भावना, राजनैतिक सहमति र सहकार्यको संस्कृति अनुरूप गरिनेछ।

(२) नेपाल सरकारको सञ्चालनको नीतिगत आधार आपसी सहमतिबाट तयार गरिएको न्यूनतम साझा कार्यक्रम हुनेछ।

(३) नेपाल सरकारबाट स्वीकृत नियमावली बमोजिम नेपाल सरकारको कार्य विभाजन र कार्य सम्पादन हुनेछ।

**प्रश्न नं. २७: प्रधानमन्त्री उपर विश्वासको मत सम्वन्धी कस्तो व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारालाई ५५क मा व्यवस्था भए वमोजिम प्रधानमन्त्री उपर व्यवस्थापिका-संसदको विश्वासको मत सम्वन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छः

(१) प्रधानमन्त्रीले कुनै पनि वखत आफूमाथि व्यवस्थापिका-संसदको विश्वास छ भन्ने कुरा स्पष्ट गर्न आवश्यक वा उपयुक्त ठानेमा विश्वासको मतको लागि व्यवस्थापिका-संसद समक्ष प्रस्ताव राख्न सक्ने,

(२) व्यवस्थापिका-संसदका सम्पूर्ण सदस्य संख्याको कम्तीमा एक चौथाई सदस्यले प्रधानमन्त्री उपर व्यवस्थापिका-संसदको विश्वास छैन भनी लिखित रुपमा अविश्वासको प्रस्ताव पेश गर्न सक्ने,

तर एउटै प्रधानमन्त्री उपर छ महिनामा एकपटकभन्दा वढी यस्तो प्रस्ताव पेश गर्न नपाइने,

(३) उपरोक्त बमोजिमको प्रस्तावको निर्णय व्यवस्थापिका-संसदमा तत्काल कायम रहेका सदस्य संख्याको बहुमतबाट हुने।

**प्रश्न नं. २८: व्यवस्थापिका भनेको के हो ? यसले गर्ने मुख्य चार कार्यहरु लेख्नुहोस।**

देशका लागि आवश्यक कानून निर्माण गर्न व्यवस्था गरिएको सरकारका तीन अंगमध्येको एक व्यवस्थापिका हो। जनप्रतिनिधिहरुले सार्वभौमसत्ताको अधिकार प्रयोग गर्ने थलो भएकाले यसलाई राज्यको सर्वोच्च निकायको रुपमा लिइन्छ। जनप्रतिनिधिहरुको सवैभन्दा माथिल्लो तहलाई प्रतिनिधिसभा, जनप्रतिनिधिसभा, विधायिका, संसद, व्यवस्थापिका जस्ता विभिन्न नामहरुले सम्वोधन गर्ने गरिन्छ।

नेपालमा यसलाई व्यवस्थापिका-संसदको नाम दिइएको छ।

**व्यवस्थापिकाले गर्ने मुख्य मुख्य कार्यहरु**

- विधिको निर्माण गर्ने।
- जनताको आवाजको प्रतिनिधित्व गर्ने।
- सरकारमाथि समुचित नियन्त्रण गर्ने,
- संसदीय प्रणालीमा सरकारको गठन गर्ने,
- संविधान संशोधन सम्वन्धी कार्य गर्ने

Question Bank Nepal

- राष्ट्रपति, उपराष्ट्रपति, सभामुख, उपसभामुख, प्रधानमन्त्री जस्ता व्यक्तिहरुको निर्वाचन गर्ने ।
- विशेषाधिकारको हनन जस्ता क्षेत्रमा न्यायिक भूमिका निर्वाह गर्ने । आदि ।

**प्रश्न नं. २९: संविधानसभाको गठन सम्वन्धी कस्तो व्यवस्था छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ६३ मा व्यवस्था भए अनुसार देहाय बमोजिम ६०१ सदस्यीय संविधानसभाको गठन हुनेछः

(क) प्रत्येक निर्वाचन क्षेत्रबाट एकजनाका दरले पहिलो हुने निर्वाचित हुने निर्वाचन प्रणाली अनुसार निर्वाचित हुने दुई सय चालिस जना सदस्य,

(ख) समानुपातिक निर्वाचन प्रणाली अनुसार निर्वाचित हुने तीन सय पैंतीस सदस्य,

(ग) राष्ट्रिय जीवनमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएका विशिष्ट व्यक्तिहरु र प्रत्यक्ष र समानुपातिक बमोजिमको निर्वाचनबाट प्रतिनिधित्व हुन नसकेका आदिवासी जनजातिमध्येबाट सहमतिका आधारमा मन्त्रिपरिषद्बाट मनोनयन हुने छब्बीसजना सदस्य ।

**प्रश्न नं. ३०: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा संविधानसभा सदस्य हुनका लागि के कस्तो योग्यताको व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपालको अनतिरम संविधान, २०६३ को धारा ६५ मा संविधानसभाको सदस्य हुनका लागि देहायको योग्यता हुनु पर्ने व्यवस्था गरिएको छ :

(क) नेपाली नागरिक,

(ख) कम्तीमा पच्चीस वर्ष उमेर पूरा गरेको,

(ग) नैतिक पतन देखिने फौजदारी कसूरमा सजाय नपाएको,

(घ) कुनै कानूनले अयोग्य नभएको,

(ङ) कुनै लाभको पद धारण नगरेको ।

**प्रश्न नं. ३१: संविधानसभाको अध्यक्ष र उपाध्यक्षको स्थान कस्तो अवस्थामा रिक्त हुने व्यवस्था छ ?**

*वा*

**व्यवस्थापिका-संसदको सभामुख र उपसभामुखको पद रिक्त हुने अवस्थाबारे उल्लेख गर्नुहोस् ।**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ७२ मा व्यवस्था भए अनुसार देहायको अवस्थामा संविधानसभाको अध्यक्ष तथा उपाध्यक्ष/व्यवस्थापिका-संसदको सभामुख र उपसभामुखको पद रिक्त हुने व्यवस्था छ :

(क) निजले लिखित राजीनामा दिएमा,

(ख) संविधान सभामा निजको सदस्यता नरहेमा,

(ग) निजले पद अनुकूलको आचरण गरेको छैन भन्ने प्रस्ताव संविधान सभाका सम्पूर्ण सदस्य संख्याको कम्तीमा दुई तिहाई सदस्यको बहुमतबाट पारित भएमा, वा

(घ) निजको मृत्यु भएमा ।

Question Bank Nepal

## प्रश्न नं. ३२: व्यवस्थापिका-संसदमा विधेयक प्रस्तुत गर्ने सम्बन्धी कस्तो व्यवस्था छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ८४ मा व्यवस्था भए अनुसार,

(१) व्यवस्थापिका-संसदको कुनै पनि सदस्यले सदनमा विधेयक प्रस्तुत गर्न सक्नेछ ।

(२) अर्थ विधेयक तथा नेपाली सेना, सशस्त्र प्रहरी, नेपाल प्रहरी लगायत सुरक्षा निकायसँग सम्बन्धित विधेयक सरकारी विधेयकको रूपमा मात्र प्रस्तुत गरिनेछ ।

## प्रश्न नं. ३३: अर्थ विधेयक भनेको के हो ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ८४ मा व्यवस्था भए बमोजिम अर्थ विधेयक भन्नाले,

(क) कर लगाउने, उठाउने, खारेज गर्ने, छूट दिने, परिवर्तन गर्ने वा कर प्रणालीलाई व्यवस्थित गर्ने विषय,

(ख) सञ्चित कोष वा अन्य कुनै सरकारी कोषको संरक्षण गर्ने, त्यस्तो कोषमा रकम जम्मा गर्ने वा त्यस्तो कोषबाट कुनै रकम विनियोजन वा खर्च गर्ने वा विनियोजन वा खर्च गर्न खोजिएको रकम घटाउने, बढाउने वा खारेज गर्ने विषय,

(ग) नेपाल सरकारले ऋण प्राप्त गर्ने वा जमानत दिने विषय व्यवस्थित गर्ने वा नेपाल सरकारले लिएको वा लिने आर्थिक दायित्व सम्बन्धी कानून संशोधन गर्ने विषय,

(घ) सरकारी कोषमा प्राप्त हुने सबै प्रकारको राजस्व, ऋण असुलीबाट प्राप्त रकम र अनुदानको रकम जिम्मा राख्ने, लगानी गर्ने वा नेपाल सरकारको लेखाको लेखा परीक्षण गर्ने विषय वा,

(ङ) खण्ड (क) देखि खण्ड (घ) सम्मका विषयहरूसँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध भएका प्रासङ्गिक विषयहरू ।

## प्रश्न नं. ३४: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ बमोजिम अध्यादेश भनेको के हो ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ८८ मा व्यवस्था भए बमोजिम व्यवस्थापिका-संसदको अधिवेशन वा बैठक चलिरहेको अवस्थामा बाहेक अन्य अवस्थामा तत्काल केही गर्न आवश्यक परेको छ भन्ने कुरामा राष्ट्रपति सन्तुष्ट भएमा संविधानमा लेखिएका कुराहरूको प्रतिकूल नहुने गरी मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा राष्ट्रपतिबाट जारी हुने ऐन सरह मान्य हुने कानूनलाई नै अध्यादेश भनिन्छ ।

## प्रश्न नं. ३५: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा अध्यादेशको खारेजी वा निष्क्रियता सम्बन्धी कस्तो व्यवस्था गरिएको छ :

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को ८८ मा मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा राष्ट्रपतिबाट जारी भएको अध्यादेश ऐन सरह मान्य हुने अध्यादेशको खारेजी वा निष्क्रियता सम्बन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ :

(क) अध्यादेश जारी भएपछि बसेको व्यवस्थापिका-संसदको बैठकमा पेश गरिनेछ र त्यस्तो बैठकले स्वीकार नगरेमा स्वतः निष्क्रिय हुनेछ,

(ख) राष्ट्रपतिबाट जुनसुकै बखत खारेज हुन सक्नेछ, र

(ग) खण्ड (क) वा (ख) बमोजिम निष्क्रिय वा खारेज नभएमा व्यवस्थापिका-संसदको बैठक बसेको साठी दिनपछि स्वतः निष्क्रिय हुनेछ ।

**प्रश्न नं. ३६: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा व्यवस्था भए वमोजिम सर्वोच्च अदालतका के कस्ता साधारण अधिकारहरु छन् ?**

नेपालको अन्तरिम संधिवान, २०६३ मा व्यवस्था भए वमोजिम सर्वोच्च अदालतलाई शुरु मुद्दा हेर्ने, पुनरावेदन सुन्ने, साधक जाँच्ने, मुद्दा दोहोऱ्याउने वा निवेदन सुन्ने तथा कानूनले तोकेको अवस्था र शर्तमा आफ्नो फैसल वा आदेशको पुनरावलोकन गर्ने जस्ता साधारण अधिकारहरु हुन्छन् ।

**प्रश्न नं. ३७: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा सर्वोच्च अदालतले असाधारण अधिकार अन्तर्गत कस्ता आदेशहरु जारी गर्न सक्ने व्यवस्था छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा व्यवस्था भए वमोजिम सर्वोच्च अदालतलाई संविधानद्वारा प्रदत्त मौलिक हक हनन भएमा वा अनुचित वन्देज लगाइएमा वा कानूनी हकको प्रचलनको लागि वा संवैधानिक वा कानूनी प्रश्नको निरुपणका लागि बन्दीप्रत्यक्षीकरण, परमादेश, उत्प्रेषण, प्रतिषेध, अधिकारपृच्छा जस्ता आदेशहरु जारी गर्न सक्ने असाधारण अधिकार हुन्छ ।

**प्रश्न नं. ३८: सर्वोच्च अदालतको न्यायाधीश हुन चाहिने योग्यता के हो ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १०३ (३) मा व्यवस्था भए वमोजिम सर्वोच्च अदालको न्यायाधीश हुन देहायको योग्यता पुगेको हुनु पर्दछ :

- पुनरावेदन अदालतको न्यायाधीश वा सो सरहको न्याय सेवाको कुनै पदमा सात वर्ष वा न्याय सेवाको राजपत्राङ्कित प्रथम श्रेणी वा सो भन्दा माथिल्लो पदमा कम्तीमा बाह्र वर्ष काम गरेको वा,
- कानूनमा स्नातक अधिवक्ता वा वरिष्ठ अधिवक्ताको हैसियतमा कम्तीमा पन्ध्र वर्ष वकालत गरेको वा,
- कम्तीमा पन्ध्र वर्षसम्म न्याय वा कानूनको क्षेत्रमा काम गरी विशिष्ट कानूनविद्का रूपमा ख्याति प्राप्त गरेको ।

सर्वोच्च अदालतको न्यायाधीशको पदमा कम्तीमा तीन वर्ष काम गरेको व्यक्ति सर्वोच्च अदालतको प्रधान न्यायाधीशको पदमा नियुक्त हुन योग्य मानिनेछ ।

**प्रश्न नं. ३९: कस्तो अवस्थामा सर्वोच्च अदालतको न्यायाधीशको पद रिक्त हुन्छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १०५ मा उल्लेख भए वमोजिम देहायको अवस्थामा सर्वोच्च अदालतको न्यायाधीशको पद रिक्त हुन्छः

(क) प्रधान न्यायाधीशले राष्ट्रपति समक्ष र न्यायाधीशले प्रधान न्यायाधीश समक्ष लिखित राजीनामा दिएमा,

(ख) निजको पैंसट्ठी वर्षको उमेर पूरा भएमा,

(ग) व्यवस्थापिका-संसदबाट महाभियोग प्रस्ताव पारित भएमा,

(घ) निजको मृत्यु भएमा ।

Question Bank Nepal

## प्रश्न नं. ४०: पुनरावेदन अदालतको न्यायाधीश हुन चाहिने योग्यता के हो ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १०९ मा व्यवस्था भए बमोजिम पुनरावेदन अदालतको न्यायाधीश हुन निम्नानुसारको योग्यता हुनु पर्दछः

- कानूनमा स्नातकोपाधि प्राप्त गरी जिल्ला न्यायाधीश वा न्याय सेवाको राजपत्राङ्कित प्रथम श्रेणीको पदमा कम्तीमा सात वर्ष काम गरेको, वा
- कानूनमा स्नातक वरिष्ठ अधिवक्ता वा अधिवक्ताको रूपमा कम्तीमा दस वर्ष वकालत गरेको, वा
- कम्तीमा दस वर्ष कानूनको अध्यापन, अन्वेषण वा कानून वा न्याय सम्वन्धी अन्य कुनै क्षेत्रमा काम गरेको, र
- नेपाली नागरिक भएको ।

## प्रश्न नं. ४१: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा जिल्ला न्यायाधीश हुन कस्तो योग्यता आवश्यक पर्दछ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १०९ को उपधारा (३) मा व्यवस्था भए वमोजिम कानूनमा स्नातकोपाधि प्राप्त गरी न्याय सेवाको राजपत्राङ्कित द्वितीय श्रेणीको पदमा कम्तीमा तीन वर्ष काम गरेको वा कानूनमा स्नातक अधिवक्ताको रूपमा कम्तीमा आठ वर्ष वकालत गरेको नेपाली नागरिक जिल्ला न्यायाधीशको पदमा नियुक्तिको लागि योग्य मानिनेछ ।

## प्रश्न नं. ४२: पुनरावेदन अदालत वा जिल्ला अदालतको न्यायाधीशको पद कस्तो अवस्थामा रिक्त हुन्छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १०९ मा व्यवस्था भए वमोजिम पुनरावेदन वा जिल्ला अदालतको न्यायाधीश निम्न अवस्थामा पद मुक्त हुन सक्छन्:

(क) निजले प्रधान न्यायाधीश समक्ष लिखित राजीनामा दिएमा,

(ख) निजको त्रिसट्ठी वर्षको उमेर पूरा भएमा,

(ग) कार्यक्षमताको अभाव, खराब आचरण, इमान्दारीपूर्वक आफ्नो पदीय कर्तव्यको पालन नगरेको, शारीरिक वा मानसिक कारणले कार्य सम्पादन गर्न असमर्थ भएको, न्यायमा विचलित भएको भन्ने आधारमा पदमुक्त गर्ने भनी न्याय परिषद्को निर्णय बमोजिम प्रधान न्यायाधीशबाट पदमुक्त भएमा,

(घ) निजको मृत्यु भएमा ।

## प्रश्न नं. ४३: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा न्याय परिषद्को गठन सम्बन्धी कस्तो व्यवस्था गरेको छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ११३ मा न्यायाधीशहरूको नियुक्ति, सरुवा, अनुशासन सम्बन्धी कारवाही, बर्खासी र न्याय प्रशासन सम्बन्धी अन्य कुराहरूको सिफारिस गर्न वा परामर्श दिन देहाय वमोजिम न्याय परिषद्को गठन सम्बन्धी व्यवस्था गरेको छ :

(क) प्रधान न्यायाधीश - अध्यक्ष

Question Bank Nepal

(ख) न्याय मन्त्री - सदस्य

(ग) सर्वोच्च अदालतका वरिष्ठतम न्यायाधीश एकजना - सदस्य

(घ) राष्ट्रपतिले प्रधानमन्त्रीको सिफारिसमा मनोनीत एकजना कानूनविद् - सदस्य

(ङ) नेपाल बार एशोसिएशनको सिफारिसमा प्रधान न्यायाधीशद्वारा नियुक्त वरिष्ठ अधिवक्ता वा कम्तीमा बीस वर्षको अनुभाव प्राप्त अधिवक्ता - सदस्य

## प्रश्न नं. ४४: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा न्याय सेवा आयोगको गठन सम्बन्धी कस्तो व्यवस्था छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ११४ मा न्याय सेवाको राजपत्राङ्कित पदमा नियुक्ति, सरुवा, बढुवा गर्दा वा त्यस्तो पदमा वहाल रहेको कुनै कर्मचारीलाई विभागीय सजायको लागि सिफारिस गर्न देहाय वमोजिमका सदस्यहरु रहेको एक न्याय सेवा आयोगको गठन गर्ने व्यवस्था गरेको छ :

(क) प्रधान न्यायाधीश - अध्यक्ष

(ख) न्याय मन्त्री - सदस्य

(ग) सर्वोच्च अदालतको वरिष्ठतम न्यायाधीश - सदस्य

(घ) लोक सेवा आयोगको अध्यक्ष - सदस्य

(ङ) महान्यायाधिवक्ता - सदस्य

## प्रश्न नं. ४५ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा लोक सेवा आयोगको गठन कसरी हुने व्यवस्था छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १२५ वमोजि निम्नानुसार एक जना अध्यक्ष र आवश्यकता अनुसार अन्य सदस्यहरू संवैधानिक परिषद्को सिफारिसमा राष्ट्रपतिवाट नियुक्त भै लोक सेवा आयोगको गठन हुने व्यवस्था छ :

लोक सेवा आयोगका सदस्यहरूमध्ये कम्तीमा पचास प्रतिशत सदस्यहरू बीस वर्ष वा सो भन्दा बढी अवधिसम्म कुनै सरकारी सेवामा रहेका व्यक्तिहरू मध्येबाट र बाँकी सदस्यहरू विज्ञान, प्रविधि, कला, साहित्य, कानून, जनप्रशासन, समाजशास्त्र वा राष्ट्रिय जीवनका अन्य क्षेत्रमा शोध, अनुसन्धान, अध्यापन वा अन्य कुनै महत्वपूर्ण कार्य गरी ख्यातिप्राप्त गरेका व्यक्तिहरू मध्येबाट नियुक्त हुनेछन् ।

## प्रश्न नं. ४६: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ ले लोक सेवा आयोगको सदस्यका लागि कस्तो योग्यता तोकेको छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १२५ को उपधार (६) मा व्यवस्था भए बमोजिम लोक सेवा अयोगको सदस्य हुन देहाय बमोजिमको योग्यत हुनु पर्दछ ?

(क) नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालयबाट स्नातकोत्तर उपाधि प्राप्त गरेको,

(ख) नियुक्ति हुँदाका बखत कुनै राजनैतिक दलको सदस्य नरहेको,

(ग) पैंतालीस वर्ष उमेर पूरा भएको, र

(घ) उच्च नैतिक चरित्र कायम भएको ।

## प्रश्न नं. ४७: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ वमोजिम कुन कुन विषयमा लोक सेवा आयोगको परामर्श लिनु पर्दछ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १२६ को उपधारा (३) मा व्यवस्था भए वमोजिम देहायका विषयमा लोक सेवा आयोगको परामर्श लिनु पर्दछ :

(क) निजामती सेवाको शर्त सम्वन्धी कानूनको विषयमा,

(ख) निजामती सेवा वा पदमा नियुक्ति, बढुवा र विभागीय कारबाही गर्दा अपनाउनु पर्ने सिद्धान्तको विषयमा,

(ग) निजामती पदमा छ महिनाभन्दा बढी समयको लागि नियुक्ति गर्दा उम्मेदवारको उपयुक्तताको विषयमा,

(घ) कुनै एक प्रकारको निजामती सेवाको पदबाट अर्को प्रकारको निजामती सेवाको पदमा वा अन्य सरकारी सेवाबाट निजामती सेवामा सरुवा वा बढुवा गर्दा उम्मेदवारको उपयुक्तताको विषयमा,

(ङ) लोक सेवा आयोगको परामर्श लिनु नपर्ने अवस्थाको पदमा बहाल रहेको कर्मचारीलाई लोक सेवा आयोगको परामर्श लिनु पर्ने अवस्थाको पदमा स्थायी सरुवा वा बढुवा गर्ने विषयमा, र

(च) कुनै पनि निजामती कर्मचारीलाई दिइने विभागीय सजायको विषयमा ।

## प्रश्न नं. ४८: लोक सेवा आयोगको काम, कर्तव्य र अधिकारबारे संक्षेपमा टिप्पणी गर्नुहोस् ।

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १२६ मा लोक सेवा आयोगको काम, कर्तव्य र अधिकारको व्यवस्था भएको छ, जस अनुसार

निजामती सेवाको पदमा नियुक्तिको निमित्त उपयुक्त उम्मेदवार छनौट गर्न परीक्षा सञ्चालन गर्नु लोक सेवा आयोगको कर्तव्य हुनेछ भने संविधानमा व्यवस्था भएका विभिन्न विषयहरुमा माग भएमा परामर्श उपलब्ध गराउनु तथा आफूले गरेका कार्यहरुको वार्षिक प्रतिवेदन राष्ट्रपति समक्ष पेश गर्नु लोक सेवा आयोगको कार्यक्षेत्रभित्र पर्ने विषय हुन् ।

## प्रश्न नं. ४९ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा संकटकालीन अधिकार सम्वन्धी कस्तो व्यवस्था छ ?

नेपालको अन्तरिम संविधान २०६३, को धारा १४३ मा संकटकालीन अधिकार सम्बन्धी निम्नानुसारको व्यवस्था गरिएको छ :

- नेपाल राज्यको सार्वभौमसत्ता, अखण्डता वा कुनै भागको सुरक्षामा युद्ध, बाह्य आक्रमण, सशस्त्र विद्रोह वा चरम आर्थिक विश्रृङ्खलताको कारणले गम्भीर सङ्कट उत्पन्न भएमा नेपाल सरकार, मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा राष्ट्रपतिले नेपाल राज्यभर वा कुनै खास क्षेत्रमा लागू हुने गरी सङ्कटकालीन अवस्थाको घोषणा गर्न वा आदेश जारी गर्न सक्नेछ।



Question Bank Nepal

- यसरी गरिएको घोषणा वा आदेश सो आदेश भएको मितिले एक महिनाभित्र अनुमोदनको लागि व्यवस्थापिका-संसदको बैठकमा पेश गरिनेछ।
- व्यवस्थापिका-संसदको बैठकमा पेश भएमा उपस्थित सदस्यहरूको दुई-तिहाइ बहुमतले अनुमोदन गरेमा घोषणा वा आदेश भएको मितिले तीन महिनासम्म लागू रहने र अनुमोदन नभएमा स्वतः निष्क्रिय हुनेछ।

**प्रश्न नं. ५० : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा संविधान संशोधन सम्वन्धी कस्तो व्यवस्था छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १४८ मा संविधानको कुनै धारालाई संशोधन वा खारेज गर्ने विधेयक व्यवस्थापिका-संसदमा प्रस्तुत गर्न सकिने र त्यसरी पेश भएको विधेयक व्यवस्थापिका-संसदमा तत्काल कायम रहेका सम्पूर्ण सदस्य संख्याको कम्तीमा दुई तिहाई सदस्यहरूको बहुमतबाट स्वीकृत भएमा विधेयक पारित भएको मानिने व्यवस्था छ।

**प्रश्न नं. ५१: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा संवैधानिक परिपद्को गठन सम्वन्धी कस्तो व्यवस्था छ ? - लो.से.आ., २०६९ समावेशी (ना.सु.)**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १४९ मा संविधान बमोजिम संवैधानिक निकायका पदाधिकारीहरूको नियुक्तिको सिफारिस गर्न देहाय बमोजिमका सदस्यहरु रहने गरी संवैधानिक परिषद्को गठन हुने व्यवस्था गरिएको छ :

(क) प्रधानमन्त्री - अध्यक्ष
(ख) प्रधान न्यायाधीश - सदस्य
(ग) व्यवस्थापिका-संसदको सभामुख - सदस्य
(घ) मन्त्रिपरिषद्मा रहेका राजनैतिक दलहरुमध्ये फरक-फरक दलको प्रतिनिधित्व हुने गरी प्रधानमन्त्रीले तोकेका तीनजना मन्त्री - सदस्य
(ङ) व्यवस्थापिका-संसदमा विपक्षी दलका नेता - सदस्य

मन्त्रिपरिषद्मा तीनभन्दा कम दलको प्रतिनिधित्व भएमा तीनभन्दा कम दलको प्रतिनिधित्व पनि हुन सक्नेछ।

प्रधान न्यायाधीशको पद रिक्त भएको अवस्थामा प्रधान न्यायाधीशको नियुक्तिको सिफारिस गर्दा संवैधानिक परिषद्मा न्याय मन्त्रि सदस्यको रूपमा रहनेछ।

**प्रश्न नं. ५२: नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा सन्धि वा सम्झौताको अनुमोदन, सम्मिलन, स्वीकृति वा समर्थन सम्वन्धी कस्तो व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १५६ मा व्यवस्था भए बमोजिम नेपाल राज्य वा नेपाल सरकार पक्ष हुने सन्धि वा सम्झौताको अनुमोदन, सम्मिलन, स्वीकृति वा समर्थन कानूनद्वारा निर्धारण भए बमोजिम हुने र त्यस्तो कानून निर्माण गर्दा अन्य कुराको अतिरिक्त देहायका विषयका सन्धि वा सम्झौताको अनुमोदन, सम्मिलन,

Question Bank Nepal

स्वीकृति वा समर्थन व्यवस्थापिका-संसदमा तत्काल कायम रहेका सम्पूर्ण सदस्यहरूको दुई तिहाई बहुमतले गर्नु पर्ने शर्त राखिनेछ भन्ने व्यवस्था गरिएको छः

(क) शान्ति र मैत्री,

(ख) सुरक्षा एवं सामरिक सम्बन्ध,

(ग) नेपाल राज्यको सिमाना, र

(घ) प्राकृतिक स्रोत तथा त्यसको उपयोगको बाँडफाँड ।

तर खण्ड (क) र (घ) मा उल्लिखित विषयका सन्धि वा सम्झौता मध्ये राष्ट्रलाई व्यापक, गम्भीर वा दीर्घकालीन असर नपर्ने साधारण प्रकृतिका भएमा व्यवस्थापिका-संसदको बैठकमा उपस्थित सदस्यहरूको साधारण बहुमतबाट अनुमोदन हुन सक्नेछ ।

**प्रश्न नं. ५३ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा बाधा अड्काउ फुकाउने अधिकार सम्बन्धी कस्तो व्यवस्था गरिएको छ ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा १५८ मा संविधानको कार्यान्वयन गर्न कुनै बाधा अड्काउ परेमा राष्ट्रपतिले मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा त्यस्तो बाधा अड्काउ फुकाउन आदेश जारी गर्न सक्ने र यस्तो आदेश व्यवस्थापिका-संसदबाट एक महिनाभित्र अनुमोदन गराउनु पर्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

यस्तो व्यवस्था सामान्यतया संविधानमा स्पष्ट नभएको विषयमा कुनै कुरा कार्यान्वयनमा आइ परेको बाधालाई फुकाउन संविधानको आशय र भावनाभन्दा फरक नपर्ने गरी यस्तो व्यवस्थाको अभ्यास गर्ने गरिन्छ ।

यसको अर्थ संविधानका प्रावधानहरु नै संशोधन गर्ने अधिकार सुम्पेको भने होइन ।

**प्रश्न नं. ५४ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा व्यवस्था गरिएका अनुसूचिहरु के के हुन् ?**

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ मा निम्नानुसार ४ वटा अनुसूचिहरुको व्यवस्था गरिएको छ :

अनुसूची १ - राष्ट्रिय झण्डा
अनुसूची-१क - राष्ट्रपति तथा उपराष्ट्रपतिले लिने पद तथा गोपनीयताको शपथको ढाँचा
अनुसूची-३ - संविधानको कार्यान्वयन सम्बन्धी व्यवस्था
अनुसूची-४ - नेपाल सरकार र नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (माओवादी) बीच भएको विस्तृत शान्ति सम्झौता

*नोटः (अनुसूची - २ पाँचौं संशोधनबाट खारेज भएको ।)*

**प्रश्न नं. ५५ : नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ हालसम्म के प्रयोजनका लागि कति पटक संशोधन भएको छ ? संशोधन मिति सहित उल्लेख गर्नुहोस् ।**

| संशोधन पटक | संशोधन मिति | संशोधनको प्रयोजन |
|---|---|---|
| पहिलो संशोधन | २०६३/११/३० | मधेश आन्दोलनको मागलाई संविधानमा व्यवस्था गर्न |
| दोस्रो संशोधन | २०६४/३/३० | विभिन्न विषयहरुलाई संशोधन गर्न |
| तेस्रो संशोधन | २०६४/९/१३ | विभिन्न विषयहरुलाई संशोधन गर्न |



Question Bank Nepal

| | | |
|---|---|---|
| चौथो संशोधन | २०६५/२/१६ | राजतन्त्र सम्बन्धी प्रावधानको सट्टा गणतन्त्र सम्बन्धी प्रवाधानहरुको व्यवस्था गर्न |
| पाँचौ संशोधन | २०६५/३/२९ | विभिन्न विषयहरुलाई संशोधन गर्न |
| छैटौं संशोधन | २०६५/८/२६ | विभिन्न विषयहरुलाई संशोधन गर्न |
| सातौं संशोधन | २०६६/१०/१७ | उपराष्ट्रपतिले हिन्दी भाषामा गरेको शपथलाई सँच्याउन |
| आठौं संशोधन | २०६७/०२/१४ | संविधानसभाको म्याद १ वर्ष थप गर्न |
| नवौं संशोधन | २०६८/०२/१४ | संविधानसभाका म्याद ३ महिना थप गर्न |
| दशौं संशोधन | २०६८/०५/१२ | संविधानसभाको म्याद ३ महिना थप गर्न |
| एघारौं संशोधन | २०६८/०८/१३ | संविधानसभाको म्याद ६ महिना थप गर्न |
| बाह्रौं संशोधन | २०६९/०२/७ | संविधान पारित गर्ने प्रकृया (धारा ७०) संशोधन गर्न |
| पहिलो बाधा | | |
| अडकाउ फुकाउ | २०६९/१२/१ | राष्ट्रपतिबाट बाधा अड्काउ फुकाउमार्फत मन्त्रिपरिषदको गठन, संवैधानिक अंगमा पदाधिकारीको नियुक्ति लगायतका प्रावधानहरुमा हेरफेर गर्न |
| दोस्रो बाधा | | |
| अडकाउ फुकाउ | २०७०/६/१ | पहिलो बाधा अड्काउमार्फत संशोधन गरिएको संविधानसभा सदस्य संख्यामा संशोधन गर्न । |
| तेस्रो बाधा | | |
| अडकाउ फुकाउ | २०७०/६/८ | संविधान सभाको निर्वाचन, २०७० मा शान्ति, सुरक्षा वहालीका लागि नेपाली सेना परिचालन गर्ने व्यवस्था राख्न । |

Question Bank Nepal

# खण्ड B

# स्वास्थ्य, जनसंख्या र वातावरण

------------------------------------ अंक – ३०

## २.१ रोग, पोषण, दुर्व्यसन र सामुदायिक स्वास्थ्य

### २.१.१ रोगको परिचय, सर्ने र नसर्ने रोग, सरुवा रोग सर्ने माध्यमहरु

**प्रश्न नं. १ : रोगको सामान्य परिचय दिनुहोस् ।**

शारीरिक तथा मानसिक अवस्थामा आउने गड्बडीलाई रोग भनिन्छ । रोग भन्नाले आराम नहुनु भन्ने अर्थ लाग्छ । शारीरिक तथा मानसिक तन्दुरुस्तीको अवस्थाको भन्दा विपरितको अवस्था नै रोग हो ।

- रोगलाई सर्ने र नसर्ने रोग गरी दुई भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ ।
- रोगको मुख्य कारण Infection नै हो । Infections भन्नाले बढी मात्रामा सर्ने रोग भन्ने बुझिन्छ । Infections शब्दले कीटाणुहरुद्वारा हुने सबै प्रकारका रोगलाई समेटेको हुन्छ ।

**प्रश्न नं. २: सर्ने रोग भनेको के हो ?**

- कुनै एक व्यक्तिमा लागेको रोग विभिन्न माध्यमबाट अर्को निरोगी व्यक्तिमा सर्छ भने त्यस्तो रोगलाई सरुवा रोग भनिन्छ ।
- सरुवा रोगहरु विभिन्न माध्यमबाट निरोगी व्यक्तिमा सर्न सक्छन् । रोगीसँगको सीधा सम्पर्क, रोगीले प्रयोग गरेका सामानहरु, खाना, हावा, पानी, धुलो माटो, जनावर तथा किरा एवं निर्मलीकरण नगरी प्रयोग गरिने सुई जस्ता विभिन्न माध्यमबाट यस प्रकारका रोगहरु सर्ने गर्दछन् ।

**प्रश्न नं. ३: सरुवा रोग सर्ने माध्यमहरु के के हुन् ?**

एक रोगी व्यक्तिबाट अर्को निरोगी व्यक्तिसम्म सर्ने रोगहरुलाई सरुवा रोग भनिन्छ भने त्यस्ता रोगहरु सार्ने माध्यमहरुलाई निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छः

(क) हावाको माध्यमबाट जस्तैः निमोनिया, दादुरा, क्षयरोग, रुघाखोकी आदि ।



Question Bank Nepal

(ख) प्रत्यक्ष जनसम्पर्कबाट जस्तै: लुतो, घाउ, खटिरा, आँखा पाक्ने आदि ।

(ग) जनावर वा किराहरुको टोकाईबाट जस्तै: रेबिज, प्लेग, औलो, कालाजार, जापानीज इन्सेफ्लाइटिस् आदि ।

(घ) दुषित हावा र पानीबाट जस्तै: Hepatitis E, हैजा, टाइफाइड, झाडापखाला आदि ।

(ङ) निर्मलीकरण नगरेका सामानबाट जस्तै: हेपाटाइटिस बी, एचआईभी, एड्स आदि ।

(च) यौनसम्पर्कबाट जस्तै: भिरङ्गी, गोनोरिया, एचआईभी, एड्स आदि ।

## प्रश्न नं. ४: सर्ने केही मुख्य रोगका नामहरु लेख्नुहोस् ।

सर्ने केही मुख्य रोगहरु निम्नानुसार छन् :

| | | | |
|---|---|---|---|
| क्षयरोग, | लहरे खोकी, | दाद, | आउँ, |
| हैजा, | दादुरा, | म्यादी ज्वरो, | ठेउला, |
| लुतो, | विफर, | औलो, | भिरंगी, |
| पोलियो, | रगतमासी, | रेबिज, | झाडापखाला, |
| कालाज्वर, | गोनोरिया, | हात्तिपाईले, | हेपाटाइटिस B, C आदि । |

## प्रश्न नं. ५: नसर्ने रोग भनेको के हो ?

- रोगी व्यक्तिसँगको सम्पर्क, लसपस वा हावा वा अन्य कुनै माध्यमबाट अर्को निरोगी मानिसमा उक्त रोग सर्दैन भने त्यस प्रकारको रोगलाई नसर्ने रोग भनिन्छ ।
- नसर्ने रोग एकबाट अर्कोमा सर्दैन र यो रोग रोगीको शरीर प्रणालीमा गडबडी हुनाले लाग्ने गर्दछ । यस रोगमा कीटाणु उपस्थिति पनि हुँदैन । कतिपय नसर्ने रोग लापरवाहीले त कतिपय रोगहरु थाहै नहुने किसिमबाट लाग्छन् ।
- नसर्ने रोगका कारण शरीरका प्रणाली या अंगले काम गर्दैनन्, कतिपय अवस्थामा शारीरिक अंग नै क्षीण भएर जान्छन् ।
- क्यान्सर, मधुमेह, दम, वाथ, रक्तचाप, पत्थरी आदि नसर्ने रोगका उदाहरणहरु हुन् ।

## प्रश्न नं. ६: केही नसर्ने रोगका नामहरु लेख्नुहोस् ।

नसर्ने केही मुख्य रोगहरु निम्नानुसार रहेका छन् :

| | |
|---|---|
| क्यान्सर, | मधुमेह, |
| बाथ, | दम |
| उच्च रक्तचाप, | पत्थरी, |
| मोटोपन, | अन्धोपन |
| मृगौला रोग आदि । | |

## प्रश्न नं. ७: मुख्य गरी बच्चाहरुमा बढी मात्रामा सर्ने रोगहरु के के हुन् ?

बच्चाहरुमा बढी मात्रामा देखिने केही मुखय रोगहरु निम्नानुसार रहेका छन्:

| | |
|---|---|
| न्यूमोनिया, | झाडापखाला, |
| क्षयरोग, | धनुष्टंकार, |
| लहरेखोकी, | भ्यागुते रोग |
| दादुरा, | पोलियो आदि । |



Question Bank Nepal

## प्रश्न नं. ७: केही प्रमुख रोगहरु सर्ने तरिकाहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।

केही प्रमुख रोगहरु सर्ने तरिकालाई निम्नानुसार तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छ :

| रोगहरु | सर्ने तरिकाहरु |
|---|---|
| लुतो, घाऊ, खटिरा, आँखा पाक्ने रोग | संसर्ग- रोगी व्यक्तिलाई छुँदा वा लसपस गर्दा । |
| गोनोरिया, भिरिङ्गी, एच.आई.भी.एड्स | यौन सम्पर्कबाट । |
| निमोनिया, दादुरा, क्षयरोग, रुघाखोकी | हावाबाट-रोगीले फेरेको सासको माध्यमबाट । |
| झाडापखाला, आउँ, हैजा, हेपाटाईटिस | दुषित हावा र पानीबाट । |
| मलेरिया, कालाजार, जापानीज इन्सेफलाईटिस | लामाखुट्टेको टोकाईवाट । |
| हेपाटाइटीस बी, एच.आई.भी. र एड्स | सुईवाट । |
| रेबिज | जनावरको टोकाईबाट । |

## प्रश्न नं. ८: कुपोषणबाट के कस्ता रोगहरु लाग्छन् ? ती रोगका लक्षण, कारण र बच्ने उपाय तालिका बनाई उल्लेख गर्नुहोस् ।

कुपोषणका कारण हुने रोगहरु, लक्षण, कारण र बच्ने उपायहरुलाई निम्नानुसारको तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छ :

| रोग | लक्षण | कारण | बच्ने उपाय |
|---|---|---|---|
| सुकेनास | शरिर दुब्लो र सुकेको देखिने । | शरिरलाई आवश्यक कार्वोहाइड्रेट्स र प्रोटिनको कमी । | कार्वोहाइड्रेट्स र प्रोटिनयुक्त खाना खाने । |
| फुकेनास | शरिरमा सुजन हुने वा सुन्निने । | प्रोटिनको कमी | प्रोटिनयुक्त खाना खाने । |
| रक्तअल्पता | अनुहार फुस्रो हुने, काम गर्ने जाँगर नहुने, रिङ्गटा लाग्ने आदि । | रगतमा हेमोग्लोविन तथा राता रक्तकोषको कमी । | • फलाम र भिटामिन सीयुक्त खाना खाने ।<br>• फलाम चक्कीको सेवन गर्ने । |
| रतन्धो | मिरमिरे उज्यालो वा साँझपख आँखा नदेख्ने । | भिटामिन 'ए' को कमी । | भिटामिन 'ए' युक्त खाना खाने । |
| स्कर्भी | गिंजा सुनिने, रगत आउने । | भिटामिन 'सी' को कमी । | भिटामिन 'सी' युक्त खाना खाने । |
| रिकेट्स | • गोडाका हाड बाङ्गा हुने, छातीको करङ बाहिर निस्कने ।<br>• हाड दाँतको राम्रो विकास नहुने । | भिटामिन 'डी' को कमी | भिटामिन 'डी' क्याल्सियम र फोस्फोरसयुक्त खाना खाने । |
| गलगाँड | घाँटी फुल्छ, थाईराइड् ग्रन्थी सुन्निन्छ । | आयोडिनको कमी । | आयोडिनयुक्त खाना खाने । |

Question Bank Nepal

**प्रश्न नं. ९: यौन प्रसारित रोगहरु के के हुन् ? संक्षेपमा उल्लेख गर्नुहोस् ।**

(१) **भिरिङ्गी** (Syphilis) – यो रोग ट्रेपोनेमा पालिडम नामक कीटाणुको संक्रमणवाट लाग्दछ । यसले मुटु, कलेजो र मस्तिष्कलाई असर गर्दछ ।

(२) **सुजाक** (Gonorrhoea) – यसलाई धातुको रोग पनि भनिन्छ । यो रोगले जननेन्द्रीय मूत्रनली, मलाशय, पाठेघरको भित्री मुख, आदिमा संक्रमण गर्छ । यो रोग गोनोकोकस नामक जीवाणुले गराउँछ ।

(३) एच.आई.भी.एड्स (HIV/AIDS) -एड्स रोग शरिरको रोग प्रतिरक्षा गर्ने प्राकृतिक क्षमता कमजोर हुने अवस्था हो । यो रोग सन् १९८१ मा मात्र पत्ता लागेको हो । यो रोग नामक विषाणुका कारणले गर्दा लाग्छ ।

**प्रश्न नं. १० : दूषित पानी र खानावाट सर्ने कुनै चार रोगहरुको नाम लेख्नुहोस् । दूषित पानी र खानाबाट सर्ने रोगहरुबाट बच्ने कुनै तीन उपायहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।- लो.से.आ. २०६८ (समावेशी, खरिदार)**

शरिर वा शरिरका कुनैपनि अङ्गहरुको कार्यमा आएको गडबडीका कारण असजिलो हुनु, दैनिक कामहरु गर्न गाह्रो हुनु वा कामहरु गर्न नै नसक्ने हुनुलाई 'रोग' भनिन्छ । सामान्यतया रोगहरु दुषित पानी र खानाबाट नै सर्ने गर्दछन् । दुषित पानी र खानाबाट सर्ने केही प्रमुख रोगहरु निम्नानुसार छन् :

(१) झाडापखाला (Diarrhoea)

(२) गोलो जुका (Ascaris Lumbricoides)

(३) आउँ (Dysentry)

क) एमोविक आउँ: यो रोग एन्टामिबा हिस्टोलाइटिका नामक प्रोटोजोवाका कारणबाट लाग्दछ ।

ख) बेसिलरी आउँ: यो रोग सिगेला सिगा र फ्लेक्सनरी नामक जीवाणुका कारणले लाग्छ । यस आउँलाई रगतमासीको नामले पनि चिनिन्छ ।

(४) हैजा (Cholera) : यो रोग भिब्रियो कलेरा जीवाणुको कारणले लाग्छ ।

**दुषित पानी र खानाबाट सर्ने रोगहरुबाट बच्ने उपाय**

- पानीका मुहानहरु सफा राख्ने ।
- खुल्ला स्थानमा दिसा गर्ने परम्परालाई अन्त गरी शौचालयमा दिसा पिशाब गर्ने बानी बसाल्ने ।
- वासी, झिंगा भन्केको खाना नखाने ।
- तयारी खानाहरु छोपेर राख्ने र तताएर मात्रै खाने ।
- फलफूल, सागपातहरु सफा पानीले २।३ पटक पखालेर खाने ।
- पानी फिल्टर गरी उमालेर मात्र पिउने ।

Question Bank Nepal

**प्रश्न नं. ११: सर्ने र नसर्ने रोग बीच, उदाहरण सहित फरक छुट्टयाउनुहोस् । नसर्ने रोगबाट बच्नको लागि कस्तो जीवनशैली अपनाउनु पर्छ ? छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् । - लो.से.आ. २०६९ (खुल्ला, खरिदार) अंक ४+६=१०**

सर्ने र नसर्ने रोगबीचको फरकलाई निम्नानुसार देखाउन सकिन्छः

| सर्ने रोग | नसर्ने रोग |
|---|---|
| कीटाणुहरु वा परजीविहरुका कारण एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्ने रोगलाई सरुवा रोग भनिन्छ । | व्यक्तिहरु स्वयं आफैंभित्र उत्पन्न हुने रोगलाई नसर्ने रोग भनिन्छ । |
| सरुवा रोग संसर्ग वा लसपस, हावा, दुषित पानी वा खाना, लामाखुट्टे तथा जनावरको टोकाई तथा सुईबाट सर्ने गर्दछ । | नसर्ने रोग अस्वस्थकर आहारा, शारीरिक, निष्क्रियता, सूर्ती र सूर्तीजन्य पदार्थ, लागू पदार्थको प्रयोग, मद्यपान, मानसिक चिन्ता, वंशाणुगत गुण आदिका कारण लाग्ने गर्दछ । |
| लुतो, गोनोरिया, भिरिङ्गी, एच.आई.भी. एड्स, दादुरा, क्षयरोग, रुघाखोकी, झाडापखाला, आउँ, हैजा, मलेरिया, कालाजार, जापानीज इन्सेफलाईटिस, हेपाटाइटीस बी, रेबिज, बर्डफ्लु, सार्स आदि सर्ने रोगका उदाहरण हुन् । | क्यान्सर, दम, मधुमेह, बाथ, हृदयघात, मस्तिष्कघात, उच्च रक्तचाप, पत्थरी, कुष्ठरोग आदि नसर्ने रोगका उदाहरण हुन् । |

**नसर्ने रोगबाट बच्न अपनाउनु पर्ने जीवनशैली**

नसर्ने रोगहरु मानिसको दैनिक जीवनशैलीमा निर्भर हुने गर्दछन् । आहारविहार, खानपान, व्यायाम जस्ता विषयवस्तुहरुले यस्ता रोगमाथि नियन्त्रण गर्न सकिन्छ । यसर्थ यस्ता रोगबाट बच्न निम्नानुसारको जीवनशैली अपनाउनु पर्दछ :

- सन्तुलित भोजन गर्ने,
- नियमति शारीरिक व्यायाम गर्ने,
- धुम्रपान, मद्यपान आदिको सेवन नगर्ने,
- मानसिक चिन्ता, तनाव र थकानमा नरहने,
- मनोरञ्जन, गीत संगीत, खेलमा समय छुट्टयाउने,
- एकान्तमा नबसी समूहमा घुलमिल भई बस्ने,
- योग, प्राणायाम, ध्यान आदिमा निश्चित समय खर्चने आदि ।

Question Bank Nepal

# २.१.२ पोषणको परिचय, सन्तुलित भोजनको परिचय र महत्व, कुपोषण र यसका कारणहरु

**प्रश्न नं. १: पोषण भनेको के हो ? अर्थ प्रष्ट पार्नुहोस् ।**

शरीरभित्र ग्रहण गरिएको खाद्य पदार्थहरुको उपयोग हुने प्रकृयालाई सामान्य अर्थमा पोषण भनिन्छ । कुनैपनि प्राणीले खानेकुरा खानु र त्यसलाई निल्नु, पचाउनु, शोषण गर्नु, निष्काशन गर्नुको समष्टि रुपलाई पोषण भनिन्छ ।

यसलाई खाद्यपदार्थ, पोषक तत्व र अन्य पदार्थहरु शरीरभित्रको काममा प्रयोग हुने गतिशिल प्रकृया पनि भनिन्छ, जसले स्वास्थ्य र रोगहरु बीचको सम्वन्धलाई सन्तुलनमा राख्ने कार्य गर्दछ ।

**प्रश्न नं. २: पोषक तत्व भनेको के हो ? यिनीहरु कति किसिमका हुन्छन् ?**

शरीरका लागि आवश्यक शक्ति प्राप्त गर्न, आवश्यकतानुसार शरिरका अंगहरुको विसका र वृद्धि गर्न तथा स्वस्थ रहन मद्दत गर्ने कच्चा खाद्य पदार्थमा हुने तत्वलाई पोषक तत्व भनिन्छ । शरिरलाई आवश्यक यस्ता पोषक तत्व खानेकुराबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

पोषक तत्वहरु वृहत र सुक्ष्म गरी दुई किसिमका हुन्छन् । वृहत अन्तर्गत कार्बोहाइड्रेट्स, चिल्लो पदार्थ र प्रोटिन पर्दछन् । कार्बोहाइड्रेट्स र चिल्लो पदार्थले शक्ति दिन्छन् भने प्रोटिनले शरिरको वृद्धि र विकास गर्न मद्धत गर्दछन् ।

त्यस्तै सुक्ष्म पोपक तत्व अन्तर्गत भिटामिन र खनिज पदार्थहरु पर्दछन् । यिनीहरुले शरिरलाई रोग लाग्नबाट बचाई स्वस्थ्य रहन मद्धत पुऱ्याउँछन् ।

**प्रश्न नं. ३: पोषणयुक्त खाना भन्नाले के बुझिन्छ ? शरिर स्वस्थ्य राख्न आवश्यक पर्ने कुनै तीन किसिमका खानाहरुको उदाहरण सहित नाम उल्लेख गर्नुहोस् ।**
**- लो.से.आ. २०६९ (समावेशी, खरिदार) अंक २+३ =५**

स्वस्थ्य रहन मानिसलाई आवश्यक पर्ने भिटामिन, खनिज पदार्थ, कार्वोहाईड्रेट्स, प्रोटिन, चिल्लो पदार्थ र आवश्यक पानीको मात्रा पूर्ति हुने गरी मिलाइएको ठीक परिणाम र अनुपातको खानालाई पोषणयुक्त खाना भनिन्छ । यस्तो खानाले शरिरलाई शक्ति प्रदान गर्नुका साथै स्वस्थ्य रहन मद्धत पुऱ्याउँछ ।

१. **कार्बोहाइड्रेट्स:** शरिरलाई शक्ति दिने पदार्थ । चामल, गहुँ, कोदो, जौ, फापर, आलु, पिंडालु, तरुल, मह इत्यादि बाट कार्बोहाइड्रेट्स प्राप्त हुन्छ ।

२. **प्रोटिन:** शरिर वृद्धि गर्ने र कोष तथा तन्तुहरु मर्मत गर्ने पदार्थ । माछा, मासु, अण्डा, दुध, गेडागुडी, इत्यादिबाट प्रोटिन प्राप्त हुन्छ ।

३. **भिटामिन:** यसले पनि शरिरको रक्षा र विभिन्न रोगहरुबाट बचाउने काम गर्दछ । फलफुल, सागपात, माछा, मासु, अण्डा आदिमा भिटामिन पाइन्छ ।

Question Bank Nepal

४. **पानीः** शरिरको तापक्रम सन्तुलनमा राख्न र खाएको पदार्थलाई शरिरमा शोषित गर्न पानी आवश्यक हुन्छ ।

५. **खनिजः** शरिरको रक्षा गर्ने र विभिन्न रोगहरुबाट बचाउने पदार्थ । फलफुल, सागपात, माछा, मासु, अण्डा, अन्न आदिमा खनिज पाइन्छ ।

६. **चिल्लो पदार्थः** शरिरलाई चिल्लो पदार्थबाट पनि शक्ति प्राप्त हुन्छ । घ्यू, तेल, मखन, बदाम, इत्यादिबाट चिल्लो पदार्थ पाइन्छ ।

**प्रश्न नं. ४: पोषणको कमीबाट हुने रोगहरु के के हुन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।**

सामान्यतयाः पोषणको कमीबाट निम्नानुसारका रोगहरु लाग्ने गर्दछन् :

| | | |
|---|---|---|
| कुपोषण, | रिकेट्स, | भिटामिन ए को कमी, |
| बेरीबेरी, | खस्रो छाला, | रक्तअल्पता, |
| स्कर्भी, | स्नायुहरु कमजोरी हुने आदि । | |

**प्रश्न नं. ५: सन्तुलित भोजन भनेको के हो ? लेख्नुहोस् ।**

सामान्य अर्थमा शरिरको वृद्धि, विकासका साथै स्वस्थ रहन आवश्यक पर्ने तत्व भएको खानालाई सन्तुलित भोजन भनिन्छ । मानिसलाई आवश्यक पर्ने भिटामिन, खनिज पदार्थ, कार्वोहाईड्रेट्स, प्रोटिन, चिल्लो पदार्थ र आवश्यक पानीको मात्रा पूर्ति हुने गरी विभिन्न खाद्य वस्तुहरुको ठीक परिणाम र अनुपातको खानालाई सन्तुलित भोजन भनिन्छ ।

व्यक्तिको आवश्यकता र खाना आपूर्तिबीच सन्तुलन भयो भने खाना सन्तुलित हुन्छ । अर्थात शरीरलाई शक्ति दिने, शरीरको वृद्धि गराउने र शरीरलाई रक्षा गर्ने खानाहरुको संयोजन भएको खानालाई सन्तुलित खाना भनिन्छ ।

शरिरको वृद्धि तथा विकास गर्न, शक्ति प्राप्त गर्न र स्वस्थ रहनका लागि सन्तुलित भोजनको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ ।

**प्रश्न नं. ६: कुपोषण भनेको के हो ? यो कति किसिमको हुन्छ ?**

सामान्यताः शरीरलाई आवश्यक पर्ने पोषण तत्वको कमीका कारण सिर्जना हुने खराब अवस्था नै कुपोषण हो । शरिरलाई चाहिने पोषणतत्वको कमी हुँदा शरिरमा रोगहरु विरुद्ध लड्न सक्ने प्रतिरोधात्मक क्षमता कम हुने, शरिरको वृद्धि र विकास आवश्यकतानुसार नहुने, आवश्यक शक्ति प्राप्त नहुने भै अस्वस्थ्यताको स्थिति सिर्जना हुन जान्छ, जसलाई कुपोषण भनिन्छ ।

यो मुख्यतः प्रोटिन, भिटामिन र कार्वोहाइड्रेट्को कमीले उत्पन्न हुन्छ । यो समस्या मुख्यतः बच्चाहरुमा देखिन्छ ।

सामान्यतयाः कुपोषण ३ किसिमको हुन्छः

(क) सामान्य कुपोषण : उचाई अनुसार तौल कम या ज्यादा हुनु,

(ख) मध्यम कुपोषण : रुन्चे लाग्नु,

(ग) जटिल या गम्भिर कुपोषण : फुकेनास, सुकेनास हुनु ।

**प्रश्न नं. ७: कुपोषण हुँदा कस्ता लक्षणहरु देखा पर्दछन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।**

कुपोषण हुँदा निम्न प्रकारका लक्षणहरु देखा पर्ने पर्छन् :

Question Bank Nepal

- बच्चा रुन्चे हुनु,
- शरिरमा शक्ति क्षीण हुनु अर्थात शरिर कमजोर हुनु,
- आवश्यकतानुसार शरिरका अंगहरु विकसित नहुनु,
- हाड र छाला मात्रको जिङ्ग्रिङ्ग परेको शरिर र प्याल्ट्याङ्ग पेट झुण्डिनु,
- बच्चाको उमेर अनुसारको तौल तथा उचाई नहुनु,
- बच्चाको शारीरिक तथा मानसिक विकास राम्रोसँग नहुनु,
- मांशपेशी कमजोरी हुनु,
- छालामा चाउरीपन देखिनु आदि ।

**प्रश्न नं. ८: कुपोषणका मुख्य कारणहरु के के हुन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।**

कुपोषणका मुख्य कारणहरुलाई निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ :

- कमजोर आर्थिक अवस्थाका कारण पोषणयुक्त खाना प्राप्त गर्न नसक्नु,
- कुन अवस्थामा कस्तो खाना खुवाउनुपर्छ भन्ने ज्ञानको कमी हुनु,
- बच्चाले आवश्यकतानुसार खाना नखानु,
- समयमा भोक नलाग्नु,
- सौन्दर्यताको नाममा स्तनपान नगराई बोतलको दुध खुवाउनु,
- उचित समयमा पास्नी नगराउनु,
- आमाले बच्चालाई स्तनपान गराउन नसक्नु,
- रुढीवाढीताका कारण सन्तुलित भोजन अर्थात पौष्टिकयुक्त खाना नखुवाउनु आदि ।

## २.१.३ धूमपान, मद्यपान र लागूपदार्थको परिचय, ती कुलतमा लाग्नुका कारण, असर र बच्ने उपायहरु

**प्रश्न नं. १: धुमपान भनेको के हो ? उल्लेख गर्नुहोस् । - लो.से.आ. २०६८ (खुल्ला, खरिदार)**

- सूर्ती वा सूर्तीजन्य पदार्थको सेवन अर्थात चुरोट, विंडी, तमाखु, कंकड, खैनी, सिगार आदिको सेवन गर्नुलाई धुमपान भनिन्छ ।
- सूर्तीमा पाइने रासायनिक पदार्थलाई निकोटिन भनिन्छ, जसले खासगरी स्नायु र मस्तिष्कमा असर गर्दछ भने कार्सिनोजेन्स् नामक पदार्थले क्यान्सर जस्तो प्राणघातक रोग निम्तयाउँछ ।
- धुमपान गर्दा धुवाँ सोझै फोक्सोसम्म पुग्ने र रक्तसञ्चार संगै तुरुन्तै मस्तिष्कमा पुगी असर गर्ने गर्छ ।
- यो साथीहरुको सँगत, परिवारका सदस्यहरुको सिको गरी विस्तारै तलमा परिणत हुने एक प्रकारको नशा हो, जसलाई Slow Poison पनि भन्ने गरिन्छ ।

- धुमपानबाट कुनै किसिमको भोक, प्यास मेट्ने वा शरिरका लागि आवश्यक तत्व प्राप्त हुने हुँदैन ।

**प्रश्न नं. २: धुमपानबाट देखा पर्ने लक्षणहरु के के हुन् ?**

*वा*

**धुमपानले स्वास्थ्यमा कस्तो असर पार्दछ ?**

*वा*

**धुमपान भनेको के हो ? यसबाट स्वास्थ्यमा पर्ने कुनै चार दीर्घकालिन असरहरु लेख्नुहोस । (1+4)=5 - लो.से.आ. २०६८ (खुल्ला, खरिदार)**

(धुम्रपानबारे प्रश्न नं. १ को उत्तर हेर्नुहोला । )

धुमपानबाट निम्नानुसारका तत्कालीन र दिर्घकालीन गरी दुई प्रकारका लक्षण/असरहरु देखा पर्छन्:

**तत्कालीन लक्षण/असर**

- खोकी लाग्नु,
- टाउको दुख्नु, पेट दुख्नु,
- श्वास गन्हाउनु,
- रिंगटा लाग्नु, वाकवाकी लाग्नु,
- मुटुको चाल तेज हुनु,

**दीर्घकालीन लक्षण/असर**

- गिजा तथा मुखमा घाउ आउने,
- फोक्सोमा क्यान्सर हुने,
- रक्तचाप बढी छिनछिनमा रिस उठ्ने,
- दाँत, छाला र औंलाहरुमा पहेँलापन देखा पर्ने
- शरीरका संवेदनशील अंगहरुमा निकोटिनको मात्रा जम्मा हुने,
- दमको रोग देखा पर्ने,
- महिलाहरुमा बाँझोपन देखा पर्ने,
- हृदयघात भै मृत्यु पनि हुने आदि ।

**प्रश्न नं. ३: मद्यपान भनेको के हो ? छोटकरीमा उल्लेख गर्नुहोस ।**

जाँड, रक्सी, ह्वीस्की, वाइन, बियर जस्ता अल्कोहलयुक्त तरल पदार्थको सेवनलाई मद्यपान भनिन्छ । संस्कारको रुपमा, धर्मको नाममा, भोजको बहानामा र साथीहरुको जमघटमा हुने रमझमका लागि मद्यपानको प्रयोग गर्ने गरिन्छ ।

अल्कोहलका विभिन्न प्रकार मध्ये मानिसले प्रयोग गर्ने अल्कोहल इथानोल हो । जति जति अल्कोहलको मात्रा बढी हुन्छ, त्यति त्यति शरिरलाई बढी हानी पुग्दछ । शुद्ध अल्कोहल एक ग्लास मात्रले मानिसको मृत्यु हुन सक्छ ।

मद्यपानका कारण कलेजो सुन्निने, उच्च रक्तचाप हुने, मस्तिष्कघात हुने, लत लागी दुर्व्यसनी बन्ने जस्ता अनेक स्वास्थ्य सम्वन्धी समस्याहरु सिर्जना हुनुका साथै दुर्घटना हुने, घरझगडा हुने, अनेक किसिमका अपराधहरु हुने गर्छन् ।

Question Bank Nepal

## प्रश्न नं. ४: मद्यपानका कारणहरु के के हुन् ?

मद्यपानका धेरै कारणहरु मध्ये मुख्य कारणहरु निम्नानुसार छन् :

- परिवारमा मद्यपानको संस्कार भएमा,
- साथीको लहैलहैमा लागेर,
- अज्ञानता तथा चेतनाको कमीको कारणले,
- जमघटमा रमाइलो गर्ने गरेर,
- मद्यपानलाई फेसनको रुपमा लिएर,
- अरुको देखासिकी,
- मद्यपान गर्दा ठूलो भइन्छ भन्ने मनोविज्ञान,
- मद्यपानले खाना पचाउने र तनाव हटाउछ भन्ने सोच,
- विज्ञापनको आकर्षण,
- साथीहरुको दबाव,
- जाडोबाट बच्न मद्यपान गर्नुपर्छ भन्ने गलत मान्यता आदि।

## प्रश्न नं. ५: मद्यपानबाट हुने असरहरु के के हुन् ? संक्षेपमा लेख्नुहोस् ।

मद्यपानका हुने असरहरुलाई निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ:

**तत्कालीन असर**

- आवाज लड्बराउने
- हिँड्दा नियन्त्रण गुमाउने,
- चाहिने, नचाहिने कुरा भन्ने र निहुँ खोज्ने,
- शरीर शिथिल हुने,
- शारीरिक सन्तुलन विग्रिने,
- व्यक्तिको सोच्ने र सम्झिने शक्तिमा कमी हुने,
- आफ्नो क्रियाकलापमा नियन्त्रण नहुने आदि ।

**दीर्घकालीन असर**

- प्रजनन् शक्तिमा कमी आउने,
- मुटु र मृगौलाको कार्य प्रणालीमा समस्या सिर्जना हुने,
- आमाशयमा असर परी ग्यास्ट्राईटिस हुने,
- व्यक्तिको सामाजिक प्रतिष्ठा घट्ने,
- पाँचनशक्ति क्षीण हुने,
- आमाशयको भित्री भागमा अल्सर भई क्यान्सर हुने,
- कलेजोमा नराम्रो असर परी कमलपित्त हुने,
- स्नायु र मस्तिष्कमा पनि नकरात्मक असर परी बेहोस भई मृत्यु पनि हुन सक्ने आदि।

## प्रश्न नं. ६: मद्यपानबाट कसरी बच्न सकिन्छ ? उपायहरु लेख्नुहोस् ।

मद्यपानको कुलतबाट बच्ने उपायहरु निम्नानुसार छन् :

- कुलत भएका साथीहरुको संगत नगर्ने, गर्न नदिने,
- घरमा मद्यपानको संस्कारलाई पूर्णतः निषेध गर्ने,

Question Bank Nepal

- मद्यपान सम्वन्धी विज्ञापनमा पूर्णत: रोक लगाउने,
- बच्चाहरुले देख्ने गरी मद्यपान नगर्ने
- मरिदाजन्य पदार्थ विक्री वितरया गर्ने र मद्यपान गर्ने स्थान तोकी सोको कडाईका साथ पालना गराउने,
- सार्वजनिक स्थलहरुमा मद्यपानको सेवनलाई पूर्णत: निषेध गर्ने,
- मद्यपानको खराबी सम्वन्धी शिक्षालाई व्यापक तुल्याउने आदि ।

**प्रश्न नं. ७: धुम्रपानमा लाग्नुका कारण, यसबाट स्वास्थ्यमा पर्ने असर र धुम्रपानको कुलतबाट बच्ने उपायहरु लेख्नुहोस् । - लो.से.आ.०६९ (समावेशी, खरिदार) अंक ३+३+४=१०**

**धुम्रपानको कुलतमा लाग्नुका कारण**

धुमपान स्वास्थ्यका लागि हानिकारक हुँदाहुँदै पनि यसको कुलत लाग्ने धेरै कारणहरु मध्ये मुख्य र साझा कारणहरु निम्नानुसार छन् :

- पारिवारिक वातावरण धुमपानमय भएमा,
- साथीको लहैलहैमा लागेर र दबावमा आएर,
- अज्ञानता तथा चेतनाको कमीको कारणले,
- धुमपानलाई फेसनको रुपमा अपनाएर,
- अरुको देखासिकी गरी अनुसरण गरेर,
- सिनेमाहरुको गलत प्रभाव,
- विज्ञापनहरुले चिन्तनशील र शक्तिशाली भइन्छ भन्ने गतल प्रचार प्रसार गरेकाले,
- धुमपान गर्दा ठूलो भइन्छ भन्ने मनोविज्ञानको कारणले आदि ।

**धुम्रपानबाट स्वास्थ्यमा पर्ने असर**

यसको उत्तर प्रश्न नं. २ मा हेर्नुहोला।

**धुम्रपानको कुलतबाट बच्ने उपाय**

स्वास्थ्यका लागि घातक मानिने धुम्रपानको कुलतबाट वच्नका लागि निम्नानुसारका उपायहरुको अवलम्बन गरिनु पर्दछ ।

- धुम्रपानमा लागका साथीहरुको संगत नगर्ने ।
- धुम्रपानको सट्टा फलफूल, स्वस्थकर खानेकुरा खाने ।
- धुम्रपानको असरलाई व्यापक प्रचारप्रसार गरी सचेतना अभिवृद्धि गर्ने ।
- धुमपान निषेधित क्षेत्र घोषणा गरिएका सार्वजनिक स्थलमा कडा निगरानी राख्ने ।
- धुमपान सम्वन्धी विज्ञापनमा पूर्णत: रोक लगाउने ।
- कुलत भएका साथीहरुको संगत नगर्ने, गर्न नदिने ।
- घरमा धुमपानको संस्कारलाई पूर्णत: निषेध गर्ने ।
- बच्चाहरुले देख्ने गरी धुमपान नगर्ने व्यक्ति, परिवार, समुदाय र राष्ट्र सवैले आ-आफ्नो तर्फबाट भूमिका निर्वाह गर्नुपर्दछ ।

Question Bank Nepal

**प्रश्न नं. ८: लागूपदार्थ भनेको के हो ? लागू पदार्थ सेवा गर्नाका कारण तथा यसका असर उल्लेख गर्दै लागू पदार्थको कुलतबाट कसरी जोगिन सकिन्छ ?**

सेवन वा प्रयोगबाट मानिसको स्नायु र मस्तिष्कलाई प्रत्यक्ष असर पारी शरीरका अंगहरु ज्यादै शिथिल वा उत्तेजित वनाई मानिसका क्रियाकलापमा परिवर्तन ल्याउने पदार्थलाई लागूपदार्थ भनिन्छ ।

**लागूपदार्थ सेवन गर्नाका कारणहरु**

- साथीको लहैलहैमा लागेर,
- अज्ञानता तथा चेतनाको कमीको कारणले,
- अरुको देखासिकी गरेर,
- साथीहरुको दबावमा परेर,
- अनावश्यक चिन्ताबाट मुक्त हुने मनोविज्ञान,
- दुर्व्यसनीको सँगतमा लागेर,
- धार्मिक मान्यताका कारण शिवभक्ति दर्शाउन (नेपाल र भारतमा शिववुटीको रुपमा भाँङ, गाँजाको प्रयोग)
- पश्चिमी शैलीको नक्कल,
- कार्यमा असफल, घरबाट अपहेलित, बेरोजगार जस्ता समस्याका कारण,
- लागूपदार्थ तस्कर गर्ने गिरोहको प्रलोभनमा फसेर आदि ।

**लागूपदार्थको सेवनबाट सिर्जना हुने असरहरु**

लागू पदार्थको सेवनबाट तत्कालीन र दीर्घकालीन प्रकारका अनेकौं असरहरु पर्न सक्छन् । यस्ता असरहरुलाई निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छः

- झुम्म हुने, वाकवाक लाग्ने र वान्ता हुने,
- लठ्ठिने र अनुहारको रङ्ग बदलिने,
- शरीर शिथिल हुने,
- व्यक्तिको सोच्ने र सम्झिने शक्तिमा क्षीण हुने,
- दैनिक क्रियाकलापमा परिवर्तन आउने,
- प्रजनन् शक्तिमा कमी आउने,
- मुटु र मृगौलाको कार्य प्रणालीमा समस्या सिर्जना हुने,
- आमाशयमा असर परी ग्याष्ट्राईटिस हुने,
- पाँचनशक्ति कमजोर हुने,
- सोचाई र काम गराईमा तालमेल नहुने,
- रक्तचाप बढ्ने,
- सुईबाट लागूपदार्थ सेवन गर्नेलाई हेपाटाईटिस B, C, HIV\AIDS रोग लाग्ने,
- अनावश्यक रुपमा निहुँ खोज्ने,
- व्यक्तिको सामाजिक प्रतिष्ठा घट्ने,
- अपराधिक प्रवृत्तिका हुने हुँदा सामाजिक विकृति र अपराध बढ्ने,



Question Bank Nepal

- स्नायु र मस्तिष्कमा पनि असर परी वेहोस भई मृत्यु पनि हुन सक्ने आदि ।

**लागूपदार्थको दुर्व्यसनीबाट बच्ने उपायहरु**

- कुलत भएका साथीहरुको संगत नगर्ने, गर्न नदिने,
- लागू पदार्थको खराबी सम्वन्धी शिक्षालाई पाठ्यक्रममा समावेश गर्ने,
- लागूपदार्थ वेचविखन र ओसारपसारमा कडा नियन्त्रण गर्ने,
- खेलकुद तथा मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रम मार्फत युवा पिंढीलाई व्यस्त बनाउने,
- अभिभावकले परिवारका सदस्यको विशेष निगरानी राख्ने,
- पारिवारीक सुसम्वन्धको विकास गर्ने,
- दुर्व्यसनीलाई सल्लाह तथा निर्देशन दिने संस्था खोली पुन:स्थापना कार्यक्रम चलाउने,
- लागूपदार्थ सम्वन्धी कानूनको कडाईकासाथ कार्यान्वयन गर्ने आदि ।

संक्षेपमा, मानिसको स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष रुपमा नकरात्मक असर पार्ने लागूपदार्थको दुर्व्यसनीका कारणहरु पहिचान सबैको सामूहिक प्रयत्नबाट यसलाई रोकथाम तथा नियन्त्रण गर्न सकिन्छ ।

## २.१.४ सामुदायिक स्वास्थ्यको अवधारणा, नेपालका प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरु र यसको समाधानमा व्यक्ति, परिवार र समुदायको भूमिका

**प्रश्न नं. १: सामुदायिक स्वास्थ्य भनेको के हो ?**

समुदायभित्रका स्वास्थ्य सम्वन्धी समस्याहरु समुदायकै व्यक्तिहरुको सामूहिक प्रयत्नबाट पहिचान गरी त्यसको सामूहिक पहलबाट समाधान गरी समुदायका प्रत्येक व्यक्ति तथा समाजको वातावरणीय स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउन गरिने सम्पूर्ण क्रियाकलापको सामूहिक स्वरुपलाई सामुदायिक स्वास्थ्य भनिन्छ ।

- यो विश्व स्वास्थ्य संघले अघि सारेको अवधारणा हो, जसले स्वास्थ्य सेवालाई जनताको घरदैलो सम्म पुर्‍याउन जोड दिन्छ ।
- यसलाई जनस्वास्थ्य, सामुदायिक चिकित्सा, सुरक्षात्मक स्वास्थ्य, सामाजिक चिकित्सा जस्ता विभिन्न नामले समेत चिनिन्छ ।
- विश्व स्वास्थ्य संगठनले यसलाई समुदायमा बस्ने मानिसहरुको स्वास्थ्य स्थिति, स्वास्थ्यलाई असर पुर्‍याउने समस्यामूलक स्थिति र समुदायमा स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने संस्था तथा व्यक्तिहरुको बारेमा अध्ययन गर्ने पक्ष हो भनेको छ ।

QuestionBank Nepal