

लोक सेवा आयोग

नेपाल स्वास्थ्य सेवा, पब्लिक हेल्थ नर्सिङ्ग समुह, सहायक दोश्रो तह, मातृ शिशू कार्यकर्ता पदको खूला प्रतियोगितात्मक लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम

समय : ४५ मिनेट

प्रश्न संख्या ५०

पूर्णाङ्क : १००

परीक्षा प्रणाली : वस्तुगत बहुउत्तर (Multiple Choice)

यस पाठ्यक्रमलाई दुई भागमा विभाजन गरिएको छ ।

| भाग | परीक्षा | विषय | पूर्णाङ्क | प्रश्न संख्या | समय | परीक्षा प्रणाली | उत्तीर्णाङ्क |
|-----|--------------|---------------|-----------|---------------|----------|------------------|--------------|
| १ | लिखित | सेवा सम्बन्धी | १०० | ५० | ४५ मिनेट | वस्तुगत बहुउत्तर | ४० |
| २ | अन्तर्वार्ता | | २० | | | | |

द्रष्टव्य

१. पाठ्यक्रममा भएका यथासम्भव सबै पाठ्यांशहरूबाट प्रश्न सोधिने छ ।
२. गल्ती गरेको प्रश्नोत्तरका लागि २० प्रतिशत अंक कट्टा गरिने छ ।
३. पाठ्यक्रम लागू हुने मिति: २०५६/९/९

लोक सेवा आयोग

नेपाल स्वास्थ्य सेवा, पब्लिक हेल्थ नर्सिङ्ग समुह, सहायक दोश्रो तह, मातृ शिशू कार्यकर्ता पदको खूला प्रतियोगितात्मक लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम

- १ स्वास्थ्य कार्यक्रम सम्बन्धी जानकारी (**General Health Information**)
 - जिल्ला जनस्वास्थ्य शाखा, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, स्वास्थ्य चौकी, उपस्वास्थ्य चौकी
- २ सुरक्षित मातृत्व (**Safe Motherhood Programme**)
 - क गर्भावस्था (**Pregnancy**)
 - गर्भावस्थामा दिईने प्रसुति सेवा तथा उद्देश्यहरू, गर्भावस्था प्रसुति सेवा, सामान्य समस्या, सर सल्लाह र जोखिमपूर्ण गर्भ तथा खतरनाक अवस्थाहरू
 - ख. प्रसव (**Delivery**)
 - प्रसवको तयारी, प्रसव व्यथाका चरणहरू र लक्षणहरू, पहिलो चरण, दोस्रो चरण र तेस्रो चरणको व्यवस्थापन र सूत्केरी हूँदा देखा पर्न सक्ने खतराका अवस्थाहरू
 - ग. प्रसुति (**Post Delivery**)
 - सूत्केरी आमा र नवजात शिशूको स्याहार, प्रसुति आमाको दुध चूसाउने तरिका र आमालाई सल्लाह, खतरा र व्यवस्थापन
- ३ पोषण (**Nutrition**)
 - खाना सम्बन्धी अन्धविश्वास, पोषणको परिचय, शरीरलाई स्वस्थ राख्न कस्तो किसिमको खाना खानू पर्दछ, आमाको दुध, थप खानाको महत्व, कूपोषण, कूपोषणबाट हुने रोगहरू, कूपोषणबाट बच्ने उपायहरू र पोषणको स्थितिको लेखाजोखा
- ४ नवजात शिशू स्याहार र खोप (**New Born Care and Immunization**)
 - वच्चाको आधारभुत आवश्यकता, सुई, निर्मलीकरण (**Sterilization**), खोप र खोप लगाउनु पर्ने समुह
- ५ परिवार नियोजन (**Family Planning**)
 - परिचय, जन्मान्तर, लक्षित समुह, परिवार नियोजनका अस्थायी तथा स्थायी साधनहरू र परामर्श सेवा
- ६ सरुवा रोग (**Communicable Disease**)
 - ए.आर.आई (श्वास प्रश्वासका रोगहरू):
 - * निमोनिया:(रोग लाग्ने कारण तथा व्यवस्थापन,
 - * भाडा पखाला:(खतराहरू, जलवियोजन, कूपोषण, भाडापखाला लाग्ने कारण र सर्ने तरिका, रोकथामका उपायहरू, जीवनजल,
 - क्षयरोग (**Tuberculosis**)
 - * सर्ने तरिका, क्षयरोग लाग्ने अंगहरू, फोक्सोमा लाग्ने क्षयरोगका लक्षणहरू
 - कूष्ठरोग (**Leprosy**)

- * सर्ने तरिका, लक्षणहरू, उपचार विधि र रेफर, रोकथामका उपायहरू
 - चर्मरोग (**Skin Disease**)
 - * प्रकार (लूतो, दाद आदि), लक्षणहरू, उपचार विधि
 - औलोरोग (**Malaria**)
 - * लाग्ने कारण, लक्षण र चिन्ह, उपचार विधि, रोकथामका उपायहरू, रक्त नमुना संकलन गर्ने तरिका
 - कालाजार (**Kala-azar**)
 - * सर्ने तरिका, लक्षण, रोकथामका उपायहरू
 - एड्स/एच.आई.भि./यौन रोग (**AIDS/HIV/STD**)
 - * सर्ने तरिका, लक्षण, रोकथामका उपायहरू
 - टाइफाइड (**Typhoid Fever**)
 - * सर्ने तरिका, लक्षणहरू, उपचार, रोकथामका उपायहरू
 - कमलपित्त (**Jaundice**)
 - लक्षणहरू, सर्ने तरिका, उपचार, रोकथामका उपायहरू
 - परजीवी अतिक्रमण (**Worm Infestation**)
 - * प्रकार, प्रत्येक परजीवीको सर्ने तरिका, लक्षणहरू, परिणाम उपचार विधि, रेफर गर्नुपर्ने अवस्थाहरू, रोकथामका उपायहरू
७. व्यक्तिगत सरसफाई (**Personal Hygiene**)
- व्यक्तिगत सरसफाईको परिचय
 - व्यक्तिगत सरसफाई नहुँदा रोग लाग्न सक्ने अंगहरू
८. वातावरणीय सरसफाई (**Environmental Hygiene**)
- पानीका श्रोतहरू, दूषित पानीबाट हुने स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याहरू, पानी सफा गर्ने तरिका र मलमुत्रको उचित विसर्जन नहुँदा हुने समस्याहरू
९. स्वास्थ्य शिक्षा/संचार/जनसहभागिता(**Health Education/ Communication/Public Participation**)
- स्वास्थ्य शिक्षा परिचय, स्वास्थ्य शिक्षा दिने तरिकाहरू, स्वस्थ रहने आचरण (**Health Behaviour**)
 - संचार र जनसहभागिता :-परिभाषा र आवश्यकताहरू
१०. प्राथमिक उपचार (**First Aid**)
- परिचय र आवश्यकता
 - उपचार
 - ज्वरो (**Fever**) परिभाषा,
 - चोटपटक र घाउ खटिरा (**Wounds & Ulcer**)
 - पोलेको (**Burn**)
 - रक्तश्राव (**Bleeding**)
 - सर्प आदिले टोकेको (**Snake Bite etc.**)
 - विष सेवन (**Poisoning**)
 - दांत र आंखाका सामान्य समस्याहरू (**Common Eye & Dental Problems**)

नमुना प्रश्नहरू

१. मा.शि.का.को प्रमुख काम कुन होइन ?
(क) गाउँघर क्लिनिक सञ्चालन गर्ने
(ख) खोप क्लिनिक सञ्चालन गर्ने
(ग) सब हे.पो. को प्रतिवेदन तयार गर्ने
(घ) हे.पो. कर्मचारीको सुपरिवेक्षण गर्ने
२. सब हे.पो.को इञ्चार्ज को हुन्छ ?
(क) मा.शि.का.
(ख) ग्रा.स्वा.का.
(ग) अ.हे.व.
(घ) हेल्थ असिष्टेन्ट
३. भ्रष्टा पखाला हुने मुख्य कारण कुन चाहिँ होइन ?
(क) बासी खाना खानाले
(ख) फोहर पानी खाएर
(ग) किराले टोकेर
(घ) बट्टाको दूध खुवाएर
४. के कारणले अंकुसे जुका हुन सक्छ ?
(क) फोहर पानी खाएर
(ख) फोहर खाना खाएर
(ग) जुत्ता नलगाएर
(घ) भोकै बसेर
५. बि.सि.जी. खोपको मात्रा कति हो ?
(क) ०.०१ मि.ली.
(ख) ०.०५ मि.ली.
(ग) ०.५ मि.ली.
(घ) ०.१ मि.ली.