बालबालिका र उनीहरूका अभिभावकहरूले वायु प्रदूषणबारेमा के सोच्छन्?

सन् २०२४ को जनवरीमा, फेस-अप परियोजना (शहरी कणहरूमा बाल्यकालिन एक्सपोजरलाई असर गर्ने कारकहरू) अन्तर्गत काठमाडौं, नेपालमा बालबालिका र उनीहरूका अभिभावकहरूसँग सर्वेक्षण गरिएको थियो।
बालबालिकाहरूसँग गरिएको सर्वेक्षणमा वायु प्रदूषणले उनीहरूको स्वास्थ्यमा पर्ने असर, उनीहरूको मास्क लगाउने बानी, र उनीहरूलाई मास्क लगाउन केले प्रभाव पार्छ भन्ने बारेमा प्रश्न सोधिएको थियो। अभिभावकहरूसँग गरिएको सर्वेक्षणमा विस्तृत सुरक्षात्मक व्यवहारको बारेमा समेटेको थियो। यसका नतिजाहरू बालबालिकाहरूलाई वायु प्रदूषणबाट कसरी जोगाउने भन्ने बारेमा अभिभावकहरूको लागि पुस्तिका लेख्न र बालबालिकाहरूको लागि भिडियो डिजाइन गर्न प्रयोग गरिएको छ।

सर्वेक्षणमा कसले भाग लिए?

काठमाडौं, नेपालका दुई विद्यालयका १८५ बालबालिकाहरू

७ देखि १२ वर्ष उमेर समूहका

९३ छात्रहरू, ९२ छात्राहरू

१५५ अभिभावकहरू

१८ देखि ५८ वर्ष उमेर समूह भएका

सर्वेक्षणबाट हामीले के पत्ता लगायौं?

बालबालिकाहरूसँग

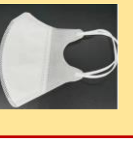
- ८९% बालबालिकाहरूलाई वायु प्रदूषणले आफ्नो स्वास्थ्यलाई हानि पुऱ्याउन सक्छ भन्ने सोचेका थिए।
- ७४% ले वायु प्रदूषणबाट आफूलाई जोगाउनु धेरै महत्त्वपूर्ण छ भन्ने सोचे।
- १% भन्दा कमले वायु प्रदूषणबाट बच्न मास्क कहिल्यै नलगाएको भने। ८४% ले धेरै पटक वा अत्यन्तै धेरै पटक लगाए।
- ३७% ले विगतमा KN95-शैलीको फेस मास्कहरू लगाएको हामीलाई बताए (तल देखाइएको छ)। तर सर्जिकल फेस मास्कहरू धेरैले लगाएका थिए (९४%)।
- ७३% ले मास्क धेरै नै सुरक्षित हुने ठाने। KN95 फेस मास्कहरू अन्य प्रकारका फेस मास्कहरू भन्दा बढी प्रभावकारी हुन्छन् भन्ने बुझेका थिए (तल देखाइएको छ)।
- बालबालिकाहरूले मास्क लगाउन छोड्नुका मुख्य कारणहरू सास फेर्न गाह्रो हुनु, मास्क लगाउँदा गर्मी लाग्नु, मुखमा पसिना आउनु र कुरा गर्न गाह्रो हुनु हो।
- ९०% भन्दा धेरै बालबालिकाले यदि आफ्ना अभिभावक वा डाक्टर/नर्सले मास्क लगाएको देखे, आफूले पनि मास्क लगाउने सम्भावना बढी हुने बताए।

अभिभावकहरूसँग

- ९७% अभिभावकहरूले वायु प्रदूषणले आफ्ना बालबालिकाको स्वास्थ्यलाई हानि पुऱ्याउन सक्छ भन्ने सोचेका थिए।
- ९०% ले बालबालिकाहरूलाई वायु प्रदुषणबाट जोगाउनु धेरै महत्त्वपूर्ण छ भन्ने ठाने।
- ९७% अभिभावकहरूले बाहिरी हावाको गुणस्तर खराब हुँदा, आफ्नो बालबालिकाहरूलाई मास्क लगाउन भने, ८२% ले बालबालिकाहरूलाई घरभित्रै राखे र ७६% ले घरमा झ्यालहरू बन्द गरेर राखे।
- ४४% ले आफ्नो बालबालिकाहरूलाई स्कूल जाँदा धेरै ट्राफिक भएका सडकहरूबाट बच्नको लागि फरक बाटो रोजेका थिए। तर धेरै अभिभावकहरूले वैकल्पिक/कम प्रदूषित मार्गहरू फेला पार्न सकेनन्।
- ४९% ले मास्कहरू धेरै सुरक्षित भएको ठाने। KN95 मास्कहरू अन्य मास्कहरू भन्दा बढी प्रभावकारी हुन्छन् भन्ने बुझेका थिए (तल देखाइएको छ)।
- ८९% ले वायु गुणस्तरको बारेमा घोषणा वा अलर्टहरू प्राप्त गर्न चाहेको बताए, जसमा धेरै जसोले स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय वा वातावरण विभागबाट सूचना पाउन रुचाउने बताए।

KN95-शैलीको मास्क

सर्जिकल मास्क



डकबिल मास्क

कपडको मास्क

के बालबालिकाहरूलाई राम्रोसँग फिट हुने तरिकाले फेसमास्क कसरी लगाउने भन्ने थाहा छ?

सन् २०२४ को जनवरीमा हामीले फेस-अप परियोजना (शहरी कणहरूमा बाल्यकालिन एक्सपोजरलाई असर गर्ने कारकहरू) अन्तर्गत काठमाडौं, नेपालमा बालबालिकाहरूसँग अध्ययन गरेका थियौ। यसको लक्ष्य भनेको बालबालिकाहरूले KN95-शैलीको फेसमास्क सही तरिकाले लगाउन सक्छन् कि सक्दैनन् भनेर बुझ्नु थियो। यस प्रकारको फेसमास्क राम्रोसँग फिट भएमा यसले बालबालिकाहरूलाई वायु प्रदूषणबाट जोगाउन मद्दत गर्न सक्छ। अध्ययनको नतिजाहरूका आधारमा बालबालिकाहरूलाई सही तरिकाले मास्क कसरी लगाउने ताकी यो र यो राम्रोसँग फिट हुन्छ भनेर देखाउन भिडियो बनाउन प्रयोग गरिएको थियो।

कसले भाग लिए?

काठमाडौँ, नेपालका दुई विद्यालयका १८५ बालबालिकाहरू

९३ केटाहरू छात्रहरू, ९२ केटीहरू , छात्राहरू
७ देखि १२ वर्ष उमेर समूहका

हामीले के गर्यौं?

तेर्सो-तह भएको

ठाडो-तह भएको

- प्रत्येक बालबालिकाले ठाडो-तह वा तेर्सो-तह भएको बालबालिकाहरूको लागि बनाइएको फेसमास्क लगाए (माथि देखाइएको)।
- यदि बालबालिकाहरूले पहिले प्रयोग गरेका भए कानको फितामा क्लिपलाई जोडेर टाउकोको पट्टीको रूपमा प्रयोग गर्न सक्थे।
- हामीले बालबालिकाहरूलाई कुनै निर्देशन नदिई आफैं मास्क लगाउन भन्यौं र फोटो खिच्दै, भिडियो पनि रेकर्ड गरेका थियौं।

हामीले के पत्ता लगायौं?

- धेरैजसो बालबालिकाहरूले फेसमास्क लगाउँदा कम्तीमा एउटा गल्ती गरे।
- ४२% ले नाक र गालाको नजिक फिट हुने गरी नाकको क्लिप मिलाएनन्, २०% ले फेसमास्क पूर्ण रूपमा खोलेर लगाएनन्, तथा १४% ले फेसमास्क उल्टो गरी लगाए।
- सानो उमेरका बालबालिकाहरूले नाकको क्लिप मिलाउने वा फेसमास्क पूर्ण रूपमा खोलेर लगाउने सम्भावना कम थियो र फेसमास्क उल्टो गरी लगाउने सम्भावना बढी देखियो ।
- केटाहरूले केटीहरूको तुलनामा फेसमास्क पूरा खोलेर लगाउने सम्भावना कम थियो र उल्टो लगाउने सम्भावना बढी पाइयो ।
- तेर्सो तह भएको फेसमास्क दिइएका बालबालिकाहरूको तुलनामा ठाडो तह भएको फेसमास्क दिइएका बालबालिकाहरूमा नाकको क्लिप मिलाउने सम्भावना कम भएको देखियो ।
- ठाडो तह भएको फेसमास्क दिइएकाको बालबालिकाहरू भन्दा तेर्सो तह भएको फेसमास्क दिइएका बालबालिकाहरूले फेसमास्क पूरै खोल्ने सम्भावना कम भएको देखियो ।
- यी गल्तीहरूको अर्थ मास्क धेरै राम्रोसँग फिट नभएको हुन सक्छ, जसले वायु प्रदूषण भित्र पस्नको लागि ठाउँ छोड्छ।