

# तपाईं के सोचनुहुन्छ हामीलाई भन्नुहोस्

## मधुमेह आँखा रोग बारे तपाईं के प्रश्नहरूको जवाफ चाहनुहुन्छ?

विश्वव्यापी प्राथमिकता सेटिङ साझेदारी



James  
Lind  
Alliance

Priority Setting Partnerships



The Fred  
Hollows  
Foundation

# हाम्रो लक्ष्य

मधुमेहबाट दृष्टि गुम्ने  
जोखिममा रहेका  
व्यक्तिहरूको कल्याण  
सुधार गर्नी।

हामी तपाईंलाई मधुमेह भएका व्यक्तिहरूको आँखाको स्वास्थ्यको बारेमा यस्ता प्रश्नहरू सोध्न खोजिरहेका छौं जसले मधुमेहबाट आफ्नो दृष्टि गुमाउन सक्ने मानिसहरूलाई वास्तवमै फरक पार्नेछ।

हामी तेस्ता ब्यक्ति हरूका लक्षण, दैनिक जीवन, स्वास्थ्य हेरचाह, र उपचारहरू बारे प्रश्नहरू खोजिरहेका छौं।

## के तपाईंलाई थाहा छ?

- विश्वभर मधुमेह भएका तीन व्यक्ति मध्ये एक जनालाई मधुमेहका कारण आँखाको समस्या हुन्छ।
- मधुमेहबाट दृष्टि गुम्ने खतरा रोक्न वा कम्तीमा व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ।

# तिमी किन?

- तपाईं किन मधुमेह रोगले ग्रसित व्यक्ति हुनुहुन्छ ? वा
- तपाईं किन मधुमेह भएको व्यक्तिको हेरचाह गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ ? वा
- तपाईं किन एक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने व्यक्ति हुनुहुन्छ जसले मधुमेह भएका मानिसहरूसँग काम गर्नुहुन्छ।

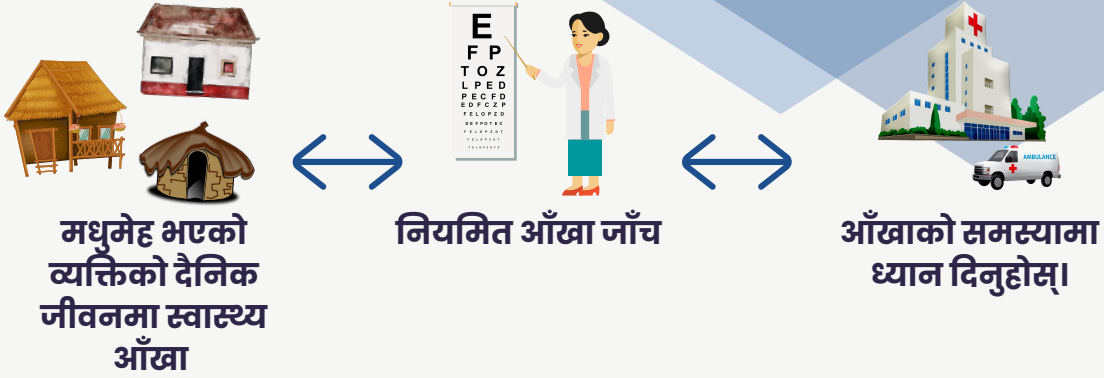
## हामी तपाईंका प्रश्नहरू के गर्नेछौं?

- हामी तपाईं र संसारभर बाट आयका महत्त्वपूर्ण प्रश्नहरूको लामो सूची तयार पार्ने छौं।
- त्यसपछि हामी तपाईंलाई र मधुमेह भएका अन्य व्यक्तिहरू, तिनीहरूका हेरचाहकर्ताहरू, र स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने व्यक्तिहरूमाझ यी प्रश्नहरूलाई सबैभन्दा महत्त्वपूर्णदेखि न्यूनतम महत्त्वपूर्णसम्म राख्न अनुरोध गर्नेछु ।
- त्यसपछि हामीसँग आँखा स्वास्थ्यको बारेमा महत्त्वपूर्ण 10 प्रश्नहरूको अन्तिम सूची हुनेछ जुन तपाईं जस्तै मानिसहरूका लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण हुनेछ ।

## हामी को हौं ?

हाम्रो कार्यको पहिल अन्धोपन रोकथामको लागि कार्य गर्ने अन्तर्राष्ट्रिय एजेन्सी, र जेम्स लिन्ड गठबन्धन , र फ्रेड होलोज फाउन्डेसनको समूह बीचको सहकार्य हो। हामी इथियोपिया, फिजी, केन्या, नेपाल, र पाकिस्तान साझेदारहरूसँग नजिकबाट काम गरिरहेका छौं र हामी विश्वव्यापी रूपमा कम र मध्यम आय भएका देशहरूलाई सहभागी हुन निमन्त्रणा प्रदान गर्दैछौं।

# आँखाको स्वास्थ्यको बारेमा तपाईंसँग कस्ता प्रश्नहरू हुन सक्छन् भनेर सोच्नुहोस्



।मधुमेह भएका मानिसहरूको दैनिक जीवनमा आँखाको स्वास्थ्यको बारेमा के कस्ता प्रश्नहरू छन् भन्ने बारे सोच्नु उपयोगी हुन सक्छ, उदाहरणका लागि जब तिनीहरू आफ्नो घरमा हुन्छन।

तपाईंसँग नियमित आँखा परीक्षणको बारेमा पनि प्रश्नहरू हुन सक्छ। हामि मधुमेह भएका व्यक्तिहरूलाई आँखामा कुनै समस्या छ कि छैन भनी हेर्न यी परीक्षणहरू गराउन सिफारिस गर्दछौ ।

अन्तमा, तपाईंसँग मधुमेह भएका कसैको आँखामा समस्या हुँदा हेरचाह गर्ने बारे प्रश्नहरू हुन सक्छन, यसमा धेरै किसिमका चिकित्सकहरू र नेत्र सहायक पनि समावेश हुन सक्छन।

तर याद गर्नुहोस्, यदि तपाईंसँग यी सबै चीजहरूको बारेमा प्रश्नहरू छैनन् वा यदि तपाईंसँग आँखा स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित अन्य चीजहरूको बारेमा प्रश्नहरू छन् भने, त्यो पनि यो कार्यक्रममा समावेश गर्न सकिने छ।

# मधुमेह भएको व्यक्तिको दैनिक जीवनमा स्वास्थ्य आँखा



के तपाईं मधुमेह भएको व्यक्तिको आँखाको स्वास्थ्य र दैनिक जीवनको सन्दर्भमा अनिश्चित हुनुहुन्छ?

तपाईंले सोध्न चाहनुहुने प्रश्नहरूको प्रकारका केही उदाहरणहरू यहाँ छन्। हामीले टाउको दुखाइलाई आँखाको स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित नभएर उदाहरणका रूपमा प्रयोग गरिरहेका छौं।

- "तनाबले टाउको दुख्छ भनेर मैले सुनेको छु, के यो सत्य हो?"
- "टाउको दुख्नेबाट बच्न म के गर्न सक्छु?"
- "मेरो बिरामीलाई टाउको दुख्ने सबैभन्दा ठूलो जोखिम के हुन सक्छ ?"
- "म कसरी विश्वास गर्न सक्छु कि मेरो बिरामीहरूलाई टाउको दुखेमा घरमै व्यवस्थापन गर्न सक्छन्?"

कृपया तपाईंलाई मनपरे जति वा थोरै लेख्नु वा यदि तपाईंलाई यहाँ केलै भन्ने थाहा छैन भने अर्को प्रश्नमा जानुहोस्।

# नियमित आँखा जाँच



## नियमित आँखा जाँच गर्ने कुरामा के तपाईं अनिश्चित हुनुहुन्छ?

तपाईंले सोध्न चाहनुहुने प्रश्नहरूको प्रकारका केही उदाहरणहरू यहाँ छन्। हामीले टाउको दुखाइलाई आँखाको स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित नभएर उदाहरणका रूपमा प्रयोग गरिरहेका छौं।

- "यदि टाउको दुखेको छैन भने, के म जाँचको लागि रेफरल अस्पताल जानु पर्छ?"
- "मेरो टाउको दुखेको छैन, के मैले जाँच गर्न आवश्यक छ?"

कृपया तपाईंलाई मनपरे जति वा थोरै लेख्नुहोस् वा यदि तपाईंलाई यहाँ के लेख्ने भन्ने थाहा छैन भने अर्को श्वमा जानुहोस्।

# आँखाको समस्यामा ध्यान दिनुहोस्।



## के तपाईं आँखाको समस्याको हेरचाह गर्ने बारे अनिश्चित हुनुहुन्छ?

तपाईंले सोध्न चाहनुहुने प्रश्नहरूको प्रकारका केही उदाहरणहरू यहाँ छन्। हामीले टाउको दुखाइलाई आँखाको स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित नभएर उदाहरणका रूपमा प्रयोग गरिरहेका छौं।

- "मलाई टाउको दुख्यो भने मैले कस्तो प्रकारको परीक्षण गर्नुपर्छ?"
- "मेरो टाउको दुखाइको लागि सिफारिस गरिएका सबै औषधिहरू खरिद गर्न सकिने, मैले आधा मात्र खाएमा मेरो टाउको दुखाइ हट्छ?"
- "मेरो क्लिनिकका अन्य कर्मचारीहरूलाई टाउको दुख्ने मानिसहरूलाई प्रतिक्रिया गर्न सुरक्षित छ?"
- "मसँग मेरो अभ्यासमा टाउको दुखाइको निदान गर्न सिफारिस गरिएका उपकरणहरू छैनन्। के त्यहाँ प्रभावकारी अन्य विकल्पहरू छन्?"
- "के त्यहाँ निदान गर्न एमआरआई भन्दा सस्तो र धेरै भरपर्दो परीक्षणहरू छन्?"

कृपया तपाईंलाई मनपरे जति वा थोरै लेख्नुहोस् वा यदि तपाईंलाई यहाँ के लेख्ने भन्ने थाहा छैन भने अर्को श्ममा जानुहोस्।

# अरु केही ?



## तपाईंलाई आँखा स्वास्थ्य समस्याहरू संग सम्बन्धित अन्य केहि अनिश्चितता छ कि?

तपाईंले सोध्न चाहनुहुने प्रश्नहरूको प्रकारका केही उदाहरणहरू यहाँ छन्। हामीले टाउको दुखाइलाई आँखाको स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित नभएर उदाहरणका रूपमा प्रयोग गरिरहेका छौं।

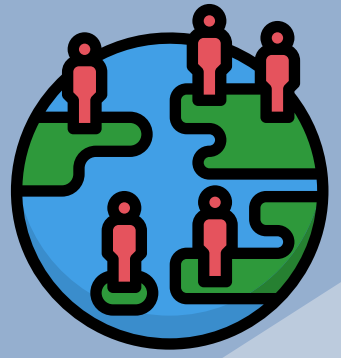
- "मलाई किन टाउको दुख्छ, तर मेरा भाइबहिनीहरूलाई दुख्दैन किन?"
- "मेरो टाउको दुखाइलाई चिकित्सकिय ध्यान चाहिन्छभन्ने केहि संकेतहरू छन्?"

कृपया तपाईंलाई मनपरे जति वा थोरै लेख्नुहोस् वा यदि तपाईंलाई यहाँ कौ लेख्ने भन्ने थाहा छैन भने अर्को श्ममा जानुहोस्।



# तपाईंको बारेमा थोरै:

- हामी मानिसहरूका विभिन्न समूहहरूले सोधेका प्रश्नहरू बुझ्न चाहन्छौं।
- त्यसैले हामी तपाईंको बारेमा अलि बढी जान्न चाहन्छौं। यदि तपाईं यी प्रश्नहरूको जवाफ दिन सक्नुहुन्छ भने हामी आभारी हुनेछौं:



## निम्न मध्ये कुन वर्गले तपाइलाइ वर्णन गर्न सकिन्छ:

मधुमेह संग जिउने एक व्यक्ति

परिवारको सदस्य वा मधुमेह व्यक्तिको हेरचाह गर्ने व्यक्ति

एक स्वास्थ्यकर्मी

## यदि तपाईं एक स्वास्थ्यकर्मी हुनुहुन्छ भने, कुनले तपाईंलाई राम्रोसँग वर्णन गर्छ?

नर्स

सामान्य चिकित्सक

मधुमेह विशेषज्ञ / इन्डोक्राइनोलॉजिस्ट

आहारविद्

नेत्र सहायक

नेत्र रोग विशेषज्ञ

अन्य (कृपया निर्दिष्ट गर्नुहोस्): \_\_\_\_\_

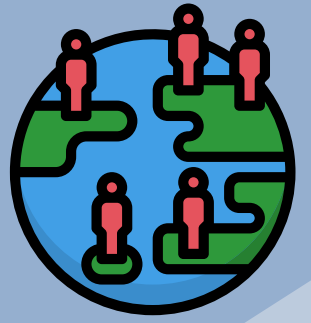
## यदि तपाईं एक स्वास्थ्यकर्मी हुनुहुन्छ भने, तपाईं प्रदान गर्नुहुन्छ:

मधुमेह हेरचाह

आँखा हेरचाह

दुबै

## यदि तपाइँ मधुमेह छ भने, तपाइँलाई कहिले निदान गरिएको थियो?



एक वर्ष भन्दा कम समय अघि।  
एकदेखि पाँच वर्षअघिको कुरा हो ।  
पाँच दश वर्षअघिको कुरा हो ।  
दश वर्षभन्दा अघिको कुरा हो ।  
मलाई मधुमेह छैन।

## यदि तपाइँलाई मधुमेह छ भने , तपाइँलाई निदान भएको बेला देखि तपाइँको आँखा जाँच गरिएको छ?

छ ।  
छैन।  
मलाई मधुमेह छैन।

## यदि कुनै व्यक्ति मधुमेह रोगी हुनुहुन्छ भने, के तपाइँलाई आँखाको स्वास्थ्य समस्या छ?

छ , तर मधुमेहको कारणले होइन (जस्तै, मैले चस्मा लगाएको छु तर मलाई  
मधुमेह हुनु अघिदेखि होइन)  
हो, मधुमेहको कारणले - यसको मतलब यो हो कि चिकित्सकले तपाइँलाई  
डायबेटीज रेटिनोप्याथी रोग छ भन्नुभयो।  
छैन , मेरा आँखा ठिक छन्।  
मलाई था छैन।  
मलाई मधुमेह छैन।



तपाईंको लिङ्ग के हो?

पुरुष

महिला

अन्य (कृपया निर्दिष्ट गर्नुहोस्) \_\_\_\_\_

भन्न नरुचाउनु

तिम्रो उमेर कती हो:

20 मुनि

20-29

30-49

50-69

70-89

90+

तपाईंको शिक्षाको उच्चतम स्तर के हो?

औपचारिक शिक्षा छैन

प्राथमिक विद्यालय पूरा

माध्यमिक विद्यालय पूरा

स्नातक डिग्री वा उच्च पूरा

तपाईं कुन देशमा बस्नुहुन्छ ?

\_\_\_\_\_

तपाईं शहरी वा ग्रामीण क्षेत्रमा  
बस्नुहुन्छ?

शहरी

ग्रामीण

तपाईंको सांस्कृतिक पहिचान के हो ?

\_\_\_\_\_



यस पहलमा भाग लिएर, तपाईं सहमत हुनुहुन्छ र तपाईंका केही प्रश्नहरू प्रकाशित गर्न सक्छौं। तर यी प्रश्नहरू सोध्ने तपाईं नै हुनुहुन्छ भनी कसैलाई थाहा हुँदैन।

## अब के?

# के तपाईं हामीलाई अर्को चरणमा शीर्ष 10 प्रश्नहरू निर्णय गर्न मद्दत गर्न चाहनुहुन्छ?

- यदि हो भने, कृपया यस पृष्ठमा आफ्नो इमेल ठेगाना प्रदान गर्नुहोस्।
- हामी तपाईंको इमेल ठेगाना अरु कसैसँग साझा गर्दैनौं र हामी यस कार्यको बारेमा तपाईंलाई सम्पर्क गर्नको लागि मात्र तपाईंको इमेल ठेगाना प्रयोग गर्नेछौं।
- हामी तपाईंको ठेगानालाई तपाईंका जवाफहरूबाट अलग राख्नेछौं ताकि यो सर्वेक्षण तपाईंसँग लिङ्क गरिने छैन।

तपाईंको ई - मेल ठेगाना: