

सिकल सेल रोगको दिर्घकालिन  
हेरचाह कसरी सुधार गर्न

सकिन्छ : परिवार, बिरामी र  
हेरचाह गर्नेहरूका लागि मार्ग  
निर्देशिका

सम्पादकहरू :

नन्द कुमार मेनन<sup>१</sup>, दिप्ती जैन<sup>२</sup>, सजिता चट्ट<sup>३</sup>, प्रियकर चन्द<sup>४</sup>, र स्मिता मोहनराज<sup>५</sup>

1. अश्विनी, गुडालूर आदिवासी अस्पताल, तमिलनाडु

2. शिशु रोग विभाग के पूर्व विभाग प्रमुख तथा प्रोफेसर, जी. एम. सी. अस्पताल,  
बेलायत नागपुर

3. योर्क विश्वविद्यालय, बेलायत

#### 4. सिकल सेल नेपाल, नेपाल

यस कागजातको विषयवस्तुले सम्पादकहरूको सामुहिक प्रयासहरू लाई प्रतिविम्बित गर्दछ र यसमा संलग्न कुनै पनि संस्थाहरूको विचारलाई अनिवार्य रूपमा प्रस्तुत गर्दैन ।

## हामीलाई सिकल सेल रोग कसरी लाग्दछ र यो यसले के गर्छ ?

सिकल सेल रोग धेरै जसो दिर्घकालिन अवस्था (जस्तै मूटुको रोग, मधुमेह) जस्तै हो जसलाई निको गर्न सकिदैन तर उपचार गर्न सकिन्छ । सिकल सेल रोग निदान भै सके पछि दुख वा पारिवारिक बोझको रूपमा लिन आवश्यक छैन । राम्रो सुचना, औषधि र दिर्घकालिन हेरचाहले बालबालिकाको यो अवस्था भए पनि पुरा जीवन जिउन सक्दछन् ।

जीवनमा पछि गएर हुने महत्वपूर्ण स्वास्थ्य समस्याहरूको रोकथाम र सुधारात्मक उपचारको प्रतिफलका लागि चिकित्सकहरूको सल्लाह, अटुट उपचार र फलोअप भेट एकदमै महत्वपूर्ण छ । यो निर्देशिका तपाईंहरूका लागि सिकल सेल रोगको हेरचाहमा धेरै अनुभवी चिकित्सक र सहयोगी कर्ताहरू द्वारा तयार पारिएको हो । हामीलाई आशा छ कि तपाईंहरूले उपयोगी जानकारी प्राप्त गर्नु हुनेछ । हामीले इच्छुक व्यक्तिहरूको थप सहायताका यसको अन्तमा केहि महत्वपूर्ण सम्पर्क नम्बरहरू राखेका छौं ।

सिकल सेल रोग एक अवस्था हो जुन शिशुले जन्मजात रूपमा आमा वुवा बाट प्राप्त गरेको हुन्छ । अतः आमा र वुवा दुवै तिरको परिवारमा सिकल सेल अनुवंश (जिन ) रहेको हुन्छ । अभिभावक आफै र तिनका अभिभावक केवल वाहक हुनसक्छ (ए. एस. र एस. एस. होइन) । सिकल सेल रोग सरुवा रोग होइन र यो शारीरिक वा सामाजिक सम्पर्क बाट 'सर्दैन' । बालबालिकाहरू यो रोग जन्मजात भएता पनि केहिहरूले शुरुवाती जीवनको पछि सम्म कुनै पनि लक्षण चिन्ह नदेखाउन सक्छ ।

सिकल सेल रोगमा, हाम्रो रक्तकोषिका अर्थ चन्द्रमा आकारमा परिवर्तन हुन्छ । तिनीहरू सजिलै संग टुक्रायाई

हेमोग्लोबिनको मात्रा कम गराउँछ र शरीरमा अक्सिजन आपूर्ति घटाउँछ । यस लाई रक्तअल्पता भनिन्छ जसले हामीलाई थकित, फुस्रो र सुस्त महसुस गराउँछ । यसले शरीरका विभिन्न भाग वा अंगहरूमा कडा दुखाई गराउन सक्छ, जसलाई क्राइसिस वा सिक्लिंगको घटना भन्दछौं ।

## सिकल सेल रोग कसरी निदान हुन्छ ?

सिकल सेल रोग निदान सामान्य रगत जाँच द्वारा

- जन्मिने वित्तिकै कुकुचाको रक्तनमुना जाँच
- वा गर्भावस्थामा
- वा पारिवारिक सदस्यहरूको जाँचका लागि चिकित्सकको सल्लाह
- वा गाउँ/ समुदाय/ बिद्यालय/ कलेज शिविरमा गर्न सकिन्छ ।

## बच्चाको रोगको निदानको बेलामा हामीले स्वास्थ्यकर्मीहरू सँग के-के कुराहरू थाहा पाउनु/ सोध्नु पर्दछ ?

- हामीहरू दुवै जना सामान्य भएको अवस्थामा हाम्रो बच्चालाई यो रोग किन लागेको छ ?

- के यो रोगको उपचार छ ?
- उपचारका लागि कति पैसा लाग्छ ?
- उपचारका विकल्पहरु के-के उपलब्ध छन्, के यो जीवन भरि गर्नुपर्छ ?
- के ति उपचारहरु हाम्रो घर नजिक उपलब्ध छन् ?
- के निकट भविष्यमा यसको रोकथामका लागि केहि उपायहरु छन् ?



फोटो : समुदायमा कुकुचाको रक्तनमुना संकलन गर्दै, अश्विनी

## ५ वर्ष मुनिका बच्चाहरुको हेरचाह

लक्षणहरु याद राख्नुहोस – के-के सावधानीहरु राख्नु पर्दछ

1. याद गर्न महत्वपूर्ण छ कि उमेर अनुसार दुखाइको ठाउँ परिवर्तन हुन्छ  
३ वर्ष मुनिका बच्चा आराम नगरी बिना कारण रोइरहन्छ । दुखाइ भैरहेको ठाउँ संगै खुट्टा र  
औंलाहरु सुनिएको हेर्नुहोस ।
2. अभिभावकहरुले दैनिक फियोको आकार नाप्न आवश्यक रहेको हुँदा, जांच गर्न सजिलै संग  
सिकनुहोस् – भिडियो हेर्नुहोस्
3. डिजिटल थर्मोमिटरले प्राय आफ्नो बच्चाको तापक्रम नाप्नुहोस (तलको चित्र हेर्नुहोस)
4. सिकल सेल बिरामी बच्चाहरुका लागि खोप महत्वपूर्ण छ किनकी उनीहरुलाई केहि रोगको  
संक्रमण हुने जोखिम बढी हुन्छ र यी संग लड्ने क्षमता हुँदैन, त्यसैले जन्मे देखि २ वर्ष सम्म  
र २ वर्ष पछि सम्म सबै खोप अनिवार्य लगाउनु पर्दछ ।
5. थप तथा पुरक खाने कुराहरु भात वाहेक स्थानिय रुपमा पाउने उपयुक्त खाने कुरा  
खुवाउनुहोस्

औषधि- पेनीसिलिन :- सबै सिकल सेल बिरामी बच्चाहरुलाई रोग निदान भएको वा कम्तिमा २  
महिनाको उमेर देखि गम्भीर संक्रमण रोकथामका लागि पेनीसिलिन औषधि दिन पर्दछ । यदी  
चिकित्सकले दिएको छैन भने, कृपया यसको बारेमा सोध्नुहोस् । (उहाँलाई मार्गनिर्देशिक/ उपचार  
कार्ड देखाउनुहोस् )

## बच्चाहरुको हेरचाह: ५ – १० वर्ष सम्म

1. दुखाइ हुने स्थान परिवर्तन भएर कुहिना, घुंडा, गोलिगाँठो र नाडी जस्ता ठुला जोर्नीहरु तिर  
सरेको छ
2. अक्सिजन आपूर्तिको कमीले गर्दा कजेलो र फियोमा रगत जम्मा हुनसक्छ । शुरुमा  
फियोको आकार बढ्छ, फुस्रो र बिरामी देखिन्छ वा बेहोश हुन्छ । त्यसैले  
आमा/अभिभावकले नियमित रुपमा फियोको आकारको जांच गर्नुपर्दछ । यदी बढ्यो भने  
नजिकको सलाइन पानी र रक्त संचारको सुबिधायुक्त स्वास्थ्य संस्था तुरुन्त औषधि  
उपचारका लागि जान महत्वपूर्ण हुन्छ । यदी रगत उपलब्ध छैन भने, सलाइन पानी दिन शुरु  
गरि ठुलो अस्पतालमा प्रेषण गर्नु पर्दछ ।
3. यदी बच्चालाई फियोको आकारमा वृद्धि भएर २ वटा गम्भीर घटना भएको छ भने  
चिकित्सकले फियोको अप्रेसनका लागि प्रेषण गर्न सक्नु हुन्छ । बारम्बार क्षति र फियो  
वृद्धिको जटिलताहरु अझ गम्भीर भै मृत्यु पनि हुन सक्ने भएकोले गर्दा यो महत्वपूर्ण छ ।  
अप्रेसन गरि सके पछि कति लामो समय सम्म एन्टीबायोटिक खानु पर्छ भन्ने बारे राम्रो संग  
चिकित्सक संग सोध्नुहोस ।
4. रक्तअल्पता सामान्यतया देखिने र रातो रक्तकोषिकाको नष्ट, पोषणजन्य रक्तअल्पता,  
जन्डिस, संक्रमण, औलो, पार्थो भाइरस इत्यादी कारणले हुनसक्छ ।
5. अनावश्यक रगत चढाउनले शरीरलाई विभिन्न तरिकाले हानि गर्न सक्छ (संक्रमणको  
जोखिम, प्रतिक्रिया, आइरनको अधिक मात्रा शरीर/अंगमा निर्माण हुन्छ) । याद गर्नुहोस् कि  
बच्चाको सामान्य हेमोग्लोबिन कति हुन्छ र हेमोग्लोबिन हरेक पटक ९ ग्राम/ डेसिलिटर  
भन्दा कम भएमा रगत चढाउन आवश्यक हुँदैन । रक्तअल्पताको प्रभावकारी उपचार  
गर्नका लागि रक्तअल्पताको हुनुको कारण थाहा पाउन महत्वपूर्ण हुन्छ ।
6. ५ देखि १८ वर्षको उमेर सम्म प्रत्येक वर्ष फलु र टाईफाइड खोप दिन सकिन्छ ।

## बच्चाहरुको हेरचाह : १० देखि १८ वर्ष सम्म

1. लामो जोर्नीको अतिरिक्त, दुखाई मेरुदण्ड र छाति (करंग) मा सर्न सक्छ ।
2. कम्मरमा हुने कुनै पनि दुखाईलाई गम्भीर रूपमा लिनु पर्दछ र चिकित्सकलाई जानकारी गराउनु पर्छ । यसको शुरुवाती उपचार गर्न र पछि आउन सक्ने गम्भीर जटिलताहरु बाट बच्न यो महत्वपूर्ण छ ।
3. यो उमेरमा छातिको दुखाईका साथै सांस फेर्न गाह्रो (एक्युट चेस्ट सिण्ड्रोम) हुने प्राय हुन्छ । चिकित्सकले स्वास प्रस्वास सुधारका लागि ५ वर्ष पुरा भए पछि प्रत्येक दिन स्पाइरोमिटर (तलको चित्र नं. २) प्रयोग गर्न सल्लाह सुझाव दिनु हुन्छ (भिडियो हेर्नुहोस्) ।
4. प्रत्येक वर्ष फलु र टाईफाइड खोप लिन सकिन्छ ।
5. बच्चाको बिद्यालयको पढाई र सीपमा कुनै परिवर्तन (जस्तै तार्किकता, स्मरण, विद्यालयको काममा हास नयाँ सिप सिक्न गाह्रो हुनु) भएको कुरा ध्यान राख्नुहोस् ।
6. किशोरावस्थामा परिवर्तनको समयमा धेरै बच्चाहरुलाई गाह्रो हुनसक्छ । विशेष गरि सिकल सेल बिरामी बच्चाहरुमा यौवनावस्था, शारीरिक र यौन विकासमा ढिलाई हुन सक्छ जसले गर्दा मनोवैज्ञानिक र भावनात्मक समस्याहरु देखा पर्न सक्छन् । जिकको आपूर्तिका लागि सल्लाह दिनु पर्दछ । हाम्रो बच्चाहरुलाई आस्वस्त पर्न एक दमै जरुरि छ कि यी ढिलाईहरु क्षणिक हुन् र यदि आवश्यक भएमा यी समस्याहरु समाधानका लागि औषधिहरुले सहयोग गर्दछन् ।
7. अप्ठ्यारा चरण, जहाँ बच्चाहरु बिद्यालय छाड्ने, उदास महसुस गर्ने, लागुपदार्थमा फस्ने र चिकित्सकको सल्लाह सुझाव नमान्ने गरे, उहाँहरुलाई भावनात्मक सहयोग र मदतका साथै व्यावसायिक तालिम र रोजगारीको सहयोग आवश्यक हुन्छ ।

## हाइड्रोक्सीयुरियाको प्रतिक्रिया

एच. यु. एक परिचित उपचार हो जुन नियमित रूपमा लिन आवश्यक छ । यो क्षणिक दुखाइ कम गर्ने औषधि होइन

- ❑ एच. यु. उपचारको असर देखाउन ३ देखि ६ महिना लाग्नेछ । यसलाई प्रत्येक दिन चिकित्सकले भने बमोजिम र मात्रामा घटबढ नगराई खान महत्वपूर्ण छ । सानो बच्चाहरुको मात्रा बनाउन भिडियो हेर्नुहोस् ।
- ❑ एच. यु. उपचारको प्रभाव र अन्य असर निगरानी गर्न नियमित रगत जांच (रातो रक्त कोष) र चिकित्सकिय जांच गराउन आवश्यक छ ।
- ❑ एच. यु. अस्पताल भर्ना भै अन्य जटिलता नहुँदा सम्म लगातार खानु पर्दछ ।
- ❑ प्रायः यस औषधिको प्रतिक्रिया/लाभको कमि अनियमित वा ठिक मात्रा नलिनुको कारण हो ।

## वयस्कको हेरचाह

वयस्कका लागि औषधि

1. दैनिक फोलिक एसिड ५ मि.ग्रा. – आइरन ट्याब्लेट (फेरस सल्फेट २०० मि.ग्रा.) दिनको १ पटक, यदि आइरनको कमि भएमा
2. पारासिटामोल ५०० मि.ग्रा. दिनको ३ पटक सम्म, वा आवश्यकता अनुसार खानुहोस्
3. गर्भवती, दुध चुसाई रहेकी र सके सम्म गर्भधारण पुर्व वाहेक बिरामी जो सुकैले हाइड्रोक्सीयुरिया खान मिल्छ

वयस्कको खोप

१९ वर्ष माथिको वयस्क, यदि तपाईंले पहिले नै निमोकोकल खोप लिनु भएको छैन भने, कृपया आफ्नो चिकित्सकलाई खोपको बारेमा सोध्नुहोस् ।

## नियमित जाँच र पटक

- जब तपाईंले राम्रो महसुस गर्दै हुनुहुन्छ भने यस समय आफ्नो हेमोग्लोबिनको स्तरको अभिलेख राख्नुपर्दछ जुन दिर्घकालिन व्यवस्थापनका लागि महत्वपूर्ण छ । यो तपाईंको हेमोग्लोबिनको सामान्य स्तर हो र यो स्तरको हेमोग्लोबिनको कायम राखी राख्न पर्याप्त छ र यो स्तर बढाउनका लागि अनावश्यक र हानिकारक रगत चढाउन आवश्यक छैन ।
- वर्षको १ पटक मिर्गौला र कलेजोको जाँच गर्नु पर्दछ ।



चित्र नं. १ डिजिटल थर्मोमिटर



चित्र नं. २ स्पाइरोमिटर

## सिकल सेल दुखाई व्यवस्थापन- बालबालिका र वयस्क

दुखाई (विशेष गरि जोर्नी, हात खुट्टा र पेट ) सिकल सेल रोगको विशेष लक्षण हो । बिरामी वा अभिभावकको रूपमा लक्षणहरूको पहिचान गर्न र दुखाई कम गर्ने उपायहरू पत्ता लगाउन महत्वपूर्ण छ । मेडिकल सेवा कन बेला लिने भन्ने थाहा पाउन महत्वपूर्ण छ । प्रभावित परेको अंगलाई आराम गर्न र मालिश गर्नाले मदत गर्न सक्छ । मुख द्वारा शरीरलाई पूर्ण रूपमा हाइड्रेटेड राख्न महत्वपूर्ण छ । आश्वस्त महसुस गर्नु होस् कि ९० % दुखाईका क्षणहरू घर वा प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहमा पारासिटामोल, डाइक्लोफेनिक ट्याब्लेट वा सपोजीटरिज र ट्रामाडोलको मार्फत व्यवस्थित गर्न सकिन्छ । यी माथिका औषधि लिँदा पनि दुखाई एकदमै कडा र भै रहने भएमा अस्पताल जानुहोस् । सधैँ आफु संगै आफ्नो स्वास्थ्य उपचार कागजात लैजानुहोस् । कम्मरको दुखाई चिकित्सकलाई जानकारी गराउनु पर्दछ ।

## सिकल सेल रोगको सामाजिक पक्षहरूको समाधान : नकारात्मक धारणालाई चुनौती दिनु

बिरामीको गम्भीरता, परिवारको आर्थिक अवस्था, चिकित्सय र सामाजिक सहयोगमा निर्भर गरि सिकल सेल रोगले बालबालिका, वयस्क, र तिनका परिवारलाई फरक- फरक तरिकाले असर गर्दछ । यो अन्य दिर्घकालिन अवस्था जस्तै हो, जसले अलग- अलग जनजाति, जाति/धर्म र भौगोलिक क्षेत्रको मानिसहरूलाई असर गर्न सक्छ । शताब्दीयौं देखि जटिल वातावरणिय र सामाजिक कारकहरूले गर्दा औलो महामारी भएको विशेष समुह/ सामाजिक समुहहरूमा सिकल सेल जिन बढी

देखिन्छ । यसले त्यो समुहमा कुनै पनि कमि वा कमजोरी देखाउँदैन । सिकल सेललाई जातजाति वा आदिबासीको विशेषता हो भन्ने बुझाईको नकारात्मक दृष्टिकोणलाई चुनौती दिनु हाम्रो सामुहिक जिम्मेवारी हो । यो विभिन्न अग्रतामा गर्न सकिन्छ:

- स्वास्थ्यकर्मीहरूले प्राय आमाबाबुलाई सिकल सेल रोग भएका बालबालिकाहरू २० वर्ष भन्दा बढी बाँच्दैनन् भनि बताउँछन् । सिकल सेल रोगलाई एक डर लाग्दो रोग र पारिवारिक बोझको रूपमा वर्णन गर्दा बच्चाको स्वास्थ्य आपेक्षा र भविष्यको आशामा दुष्प्रभाव पर्न सक्छ । आमाबुवा वा स्याहारकर्ताको रूपमा हामीले यस्ता धारणालाई चुनौती दिन र हेरचाह दिन सक्रिय रहनु पर्दछ र हेरचाहको दिगो प्रतिफलमा ध्यान केन्द्रित गर्न सक्रिय रहनु पर्दछ ।
- हामीले सिकल सेल भएका बालबालिकाहरूलाई पारिवारिक र समाजको बोझको रूपमा सोच्नु हुँदैन । यसले बच्चाको आत्मविश्वास र उनीहरूको आफ्नै वल र क्षमतालाई हानि पुर्याउन सक्छ ।
- परिवारहरूले प्राय सिकल सेल रोग भएका बच्चाहरू लाई, उनीहरूको जीवन छोटो हुने आपेक्षा राख्दै फरक तरिकाको व्यवहार गर्छन् । जबकी बच्चाहरूले आफु संग बिद्यालयमा अन्य बालबालिका, दाजु भाई, भाई बहिनी र साथीहरू लाई जस्तै व्यवहार गर्न मन पराउँछन् र यस्तो फरक तरिकाको व्यवहार बाट तिरस्कृत हुन्छन् ।  
सिकल सेल भएका बालबालिकाको विद्यालय वा परिक्षा छुटाउने सम्भावना बढी हुने भएकोले, तिनीहरूको शिक्षा र आत्मसम्मान कमि हुनसक्छ । आमाबाबु वा हजुरबुवा वा हजुरआमाको रूपमा, अनियमित छ भने हामीले उनीहरूलाई विधालय शिक्षा जारी राख्न प्रोत्साहित गर्नु पर्छ । प्रत्येक बच्चा फरक हुन्छ – बच्चालाई निर्णय गर्न दिनुहोस् कि उनीहरूले के गर्न सक्छन्/गर्न सक्दैनन् -उनीहरू आफ्नो सिमाहरू (खेलकुद, यात्रा, शारीरिक गतिविधिहरू) जान्दछन् । उनीहरूको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर नहुँदा सम्म काम गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- विधालयमा अन्य बालबालिकाहरू निर्दयी हुन् सक्छन् र बच्चालाई एकलै छोड्न सक्छन् । त्यसैले यो महत्वपूर्ण छ यस्ता नकारात्मक कुरालाई चुनौती दिन र आमाबाबुले बच्चाहरू यी चुनौतीहरूको सामना गरि विधालयमा सफल भएका सकारात्मक उदाहरणहरू प्रदान गर्नुहोस् ।
- विधालयका शिक्षकहरूलाई जानकारी र सहयोग गर्न आवश्यक छ जसले सहयोग गर्न सक्दछ । बच्चाहरूको उपयुक्त व्यावसायिक तालिम र रोजगारीका अवसरको विषयमा परामर्श दिनुपर्दछ ।
- स्वास्थ्य व्यवसायीहरू RPWD ACT र शिक्षा, रोजगारीको अधिकार र अपांगता र पेन्सन प्रमाणपत्र प्राप्त गर्ने प्रक्रिया बारे थाहा हुन आवश्यक छ ।
- यो याद गर्न महत्वपूर्ण छ कि सिकल सेल रोग एक परिवर्तनशिल अवस्था हो र जीवनयापनका लागि असक्षमता प्रमाण पत्र एउटा राम्रो विकल्प जस्तो लाग्छ तर प्रत्येक केशमा असक्षमताको स्तर भविष्यमा परिवर्तन हुन सक्छ । त्यसैले, पुनः निरिक्षणको विकल्पको वकालत गर्न योग्य छ ।

**गर्भवतीको हेरचाह**



## सिकल सेल रोग बाट प्रभावित गर्भवती महिलाको जाँच हेरचाह

1. यदि सम्भव भए सम्म, गर्भधारण हुनु पूर्व कम्तिमा ३ महिना अगाडी देखि हाईड्रोक्सीयुरिया बन्द गर्नु पर्दछ र स्तनपानको समाप्त पछि फेरी सुरुवात गर्न सकिन्छ । यदि आमालाई क्राइसिस बढेको छ भने स्तनपानको समय चिकित्सकको निगरानीमा हाईड्रोक्सीयुरिया सुचारु गर्न सकिन्छ ।
2. उच्च रक्तचापको औषधि खानुहुन्छ भने चिकित्सकलाई जानकारी गर्नुहोस् ।
3. प्रसुती पूर्वका नियमित परिक्षणहरु संगै नियमित गर्भ जाँचहरु महत्वपूर्ण छन् ।
4. प्रत्येक भेटमा रक्त जाँच र पिसाबको परिक्षण जाँच गर्नु पर्दछ ।
5. लगातारको वान्ताले जलवियोजन र क्राइसिस हुन सक्दछ ।

## प्रसुतीको प्रकार र समय

गर्भावास्थाको तेस्रो त्रैमासिकमा एनेस्थेसियाको मुल्यांकन हुनुपर्दछ ।

सिकल सेल रोगलाई यौनि प्रसवको लागि मतभेद मानिदैन ।

- सिकल सेल रोग भएको गर्भवती महिलाको पेट भित्र सामान्य अवस्थामा हुकिरहेको भ्रुण ३८ हप्ता पछि योनी प्रसवको मध्यम बाट सुरक्षित प्रसुती गर्न सकिन्छ ।
- सामान्यतया, महिलाको प्रसुती परिचित केन्द्रमा हुनु पर्दछ जाहाँ प्रसुती विशेषज्ञ, रक्त संचार बैंक र सिजेरियन सेक्सनको सुविधा उपलब्ध छ । सिकल सेल रोग भएको प्रसुती अवस्थामा धेरै रक्तश्राव हुने भएकोले रक्त संचारको सुबिधा आवश्यकता पर्दछ ।

## आभार :

हामी हाम्रा सल्लाहकार बोर्डका सदस्यहरु - कार्ल एटकिन, जोनी ओमेन, प्रिती शिन्दे, सरस्वति सी डी, सुनिल घनमोडे, करिम करासेरी, युजिन कुशमी, पंकज कबिकुमार र संघमित्रा दास – जसले टूलकिटको सामग्री र सफल प्रसारमा आफ्नो समय, अमूल्य सहयोग र अन्तरदृस्टी टिप्पणी र सुझाव दिनु भएकोमा धन्यवाद दिन चाहन्छौं । पुष्पनाथन जे, अजित जे एस, र सुनु जी नव आइ टि, बहुभाषी अनुवादका क्षेत्रमा उत्कृष्ट सहयोग, फिल्ड भेटघाट का साथै यो कार्यक्रम आयोजित गर्नु भएकोले विशेष धन्यवादका पत्र छन् । अरुहरुले पनि विभिन्न तरिकाले योगदान दिएका छन्, आफ्ना अनुभवहरुको बाँड्नु भएको छ ट वर्षो देखि यस कार्यशालाका विचारलाई वास्तविकतामा परिणत गर्न योगदान गर्नु भएको छ । अन्तमा, हाम्रो यौक विश्वविद्यालयमा इन्टर्न गरि रहनु भएका बिद्यार्थी ग्रेस कूपर लाई उहाँले दिनु भएका इनपुट र कागजातका उत्कृष्ट ढाँचाका लागि धन्यवाद दिन चाहन्छौं ।