L.N. MITHILA UNIVERSity. Dr. PRAMOD KUMAR SAHU
DARBHANGA (BIHAR) ASSIT- PROFESSOR
B.A PART- I GUEST- TEacher,
PAPER- II sub- PSYCHOLOGY
B.A (PSYCHOLOGY) HONOURS V.S.J. college RAJNAGAR MADHUBANI
pramod kumar dbg 2018 @ gmail.com

The various challenges to the health of Women and children.

यहाँ लोगों के लिए जो सुविधाएँ होनी चाहिए वह जनसंख्या विस्फोट के कारण उपलब्ध नहीं है। भारतवर्ष एक विकासशील देश है। और पाश्चात्य देशों की अपेक्षा एक गरीब देश भी है। स्वास्थ्य संबंधी सुविधाएँ जनसंख्या को देखते हुए अपेक्षाकृत बहुत कम है। इनमें भी स्त्रियों और बच्चों के लिए स्वास्थ्य संबंधी जो सुविधाएँ उपलब्ध है। वह बहुत ही कम है। अतः गरीब देश में स्त्रियों और बच्चों के स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियाँ अनेक है। इन चुनौतियों का समय से निपटारा आवश्यक है।

स्त्रियाँ और बच्चों स्वास्थ्य के प्रति अपेक्षाकृत कम जागरूक होते है। उन्हें स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ, रोगों और उपचार आदि का ज्ञान आवश्यक है। भारतवर्ष की इतनी बड़ी जनसंख्या में स्त्रियों और बच्चों की संख्या करोड़ों में है। उनको इस प्रकार का ज्ञान देने के लिए सर्वप्रथम आवश्यक है। कि इस दिशा में स्वास्थ्य जागरूकता अभियान चलाकर उनको विभिन्न प्रकार के रोगों और उसकी भयावहता की जानकारी दी जाये। स्वास्थ्य के संबंधी में एक कहावत है कि निवारण से रोकथाम अधिक अच्छी होती है। स्वास्थ्य जागरूकता अभियान में स्त्रियों और बच्चों को जागरूक बनाये जाने के संबंध में यह भी बताया जाना आवश्यक है कि विभिन्न प्रकार के रोगों से बचाव किया जाता है। ध्यान न दिया जाने तो रोग किस भयानक स्तर तक पहुँच सकता है। आजकल सरकार और विभिन्न समाज सेवी संस्थान द्वारा पोलियो और

Ajanta Oxford
Scanned with CamScanner

डायबिटीज जैसी गम्भीर बीमारियों के लिए भी जागरूकता अभियान चलाये जा रहे हैं। इनका संबंधित लोगों पर अच्छा और धनात्मक प्रभाव पड़ा है। इन बीमारियों के संबंध में अब लोगों को काफी कुछ जानकारी हो गयी है। इन अभियानों में जनसंचार के जो माध्यम हैं। उनकी बहुत अधिक महत्वपूर्ण भूमिका है।

स्वास्थ्य अनुरक्षण अभियान चलाये जाने के साथ-साथ स्त्रियों और बच्चों के स्वास्थ्य संबंधी महत्वपूर्ण उपजाऊ है।

(i) पोषण की समस्या :- अधिकांश स्त्रियों और बच्चों को पोषण संबंधी ज्ञान बहुत कम होता है। अधिकांश लोग यह समझते हैं कि कम पोषण से लोग दुबले हो जाते हैं या निर्बल हो जाते हैं। लेकिन उचित पोषण है। कितना और क्या भोजन किया जाये। जिससे कि उचित स्वास्थ्य बना रहे। बहुधा यह देखा गया है कि अधिकांश लोग यह समझते हैं कि जितना ज्यादा भोजन किया जायेगा उससे उनका स्वास्थ्य उतना ही अधिक अच्छा होगा, आवश्यकता से अधिक भोजन लेने पर यह विकार लोगों में सामान्यतः देखा गया है कि अधिक खाने से लोग मोटे हो जाते हैं। कई बार अधिक भोजन लेने से थुलथुल शरीर वाले और बड़े पेट वाले बहुत से लोग समाज में देखे जा सकते हैं।

गर्भवती स्त्रियों को इस बात की बहुत कम जानकारी होती है। कि गर्भकालीन अवस्था में उन्हें किस प्रकार का भोजन लेना चाहिए। यदि गर्भवती स्त्रियां गर्भकालीन अवस्था में उपयुक्त आहार नहीं लेती हैं। तो वह स्वयं और उनके उत्पन्न होने वाले बच्चे रोगग्रस्त हो सकते हैं। भारतवर्ष के समाज की पढ़ी-लिखी स्त्रियों में एक नया फैशन यह चला है कि वह अपने नवजात शिशु को एक दो महीने तो स्तनपान कराती हैं। लेकिन उसके बाद वह अपनी स्तनपान यह सोचकर नहीं कराती है। कि उनके स्तन ढीले हो जायेंगे जबकि वास्तविक स्थिति यह है कि जो स्त्रियां लगभग एक वर्ष या अधिक समय तक अपने बच्चों को पूरा-पूरा स्तनपान कराती हैं। वह स्थिति में

Scanned with CamScan

बच्चों का सही ढंग से पोषण होता है। बल्कि स्त्रियों के स्तन और जननांग पूर्ण स्वस्थ हो जाते हैं। इस दिशा में हुए अध्ययनों में यह देखा गया कि जो स्त्रियाँ अपने नवजात शिशु को प्रारंभिक समय तक स्तनपान नहीं कराती हैं। तो उनको जननांग संबंधी रोग अपेक्षाकृत अधिक मात्रा में होते हैं

(ii) कुपोषण की समस्या :— भारतवर्ष जैसे गरीब और विकासशील देशों में जहाँ बहुत बड़ी जनसंख्या है। वहाँ कुपोषण की एक समस्या गम्भीर रूप से व्याप्त है। सरकार द्वारा प्रति वर्ष कई वर्षों से विभिन्न प्रयास पर आज भी स्थिति यह है कि बहुत से लोगों को एक समय की रोटी भी उपलब्ध नहीं हो पाती है। ऐसे लोगों में कुपोषण की जीती-जागती तस्वीर गांव और शहरों में कहीं भी देखी जा सकती है। गरीबी के कारण और उपयुक्त शिक्षा के अभाव के कारण आज भारतवर्ष के अधिकांश स्त्रियों और बच्चों में प्रोटीन न्यूनता की समस्या बहुत अधिक है। स्त्रियों और बच्चों में कुपोषण के कारण रक्तअल्पता या खून की कमी भी पनप रही है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के सर्वेक्षण के अनुसार भारतवर्ष के बच्चों में आँखों की बीमारियाँ विटामिन ए की कमी के कारण बहुत अधिक है। इसके अतिरिक्त स्त्रियों और बच्चों में आयोडीन की भी कमी देखी गयी है

(iii) प्रोटीन न्यूनता संबंधी चुनौती !— नवजात शिशुओं से लेकर 6 वर्ष तक की आयु के बच्चों में प्रोटीन की न्यूनता अधिक पायी जाती है इसके अतिरिक्त बच्चों को दुग्धपान कराने वाली माताओं में प्रोटीन न्यूनता की समस्या होती है जिससे शरीर में प्रोटीन की मात्रा घट जाती है तथा शरीर में वसा की मात्रा घट जाती है

(iv) रक्तअल्पता संबंधी चुनौती !— भारतवर्ष की अधिकांश स्त्रियों और बच्चों में रक्त अल्पता पायी जाती है यह रक्त-अल्पता विशेष रूप से गरीब महिलाओं और बच्चों में देखने को मिलती है। भारतवर्ष में जो स्त्रियाँ और बच्चे गरीबी रेखा से नीचे हैं। उनमें तो रक्तअल्पता पायी ही जाती है साथ-साथ मलेरिया सामाजिक-आर्थिक स्तर और

Scanned with CamScanner

उच्च आर्थिक सामाजिक स्तर वाली स्त्रियों और बच्चों में अज्ञानता के कारण रक्तक्षीणता की कमी पायी जाती है। रक्तक्षीणता की कमी उन स्त्रियों में भी पायी जाती है जो उपवास या व्रत अधिक रखती हैं। । 6 साल तक के बच्चों में रक्तक्षीणता अधिक देखी जाती है।

(vi) विटामिन ए न्यूनता संबंधी :– भारतवर्ष की स्त्रियों और बच्चों में कुपोषण के कारण Vitamine (A) की न्यूनता बहुत अधिक पाया जाता है। Vitamin (A) की कमी के कारण स्त्रियों और बच्चों की आँख की रोशनी कम हो जाती है। यदि Vitamin (A) की अधिक कमी हो जाती है। तब रतौंधी या रात में न दिखायी देने का रोग उत्पन्न हो जाता है।

(vii) आयोडीन न्यूनता संबंधी :– भारतवर्ष की स्त्रियों और बच्चों में आयोडीन की कमी संबंधी विकृतियाँ भी पायी जाती है। आयोडीन की कमी से बच्चों का शारीरिक और मानसिक विकास बाधित हो जाता है। तथा अनेक बीमारियाँ आयोडीन की कमी से हो जाती है। आयोडीन न्यूनता को दूर करने के लिए उचित प्रबंध होना चाहिए। स्वास्थ्य केन्द्रों पर दवाइयों की उचित व निःशुल्क व्यवस्था होनी चाहिए। स्वास्थ्य केन्द्रों पर आयरन की या फोलिक एसिड दवाइयों के वितरण की निःशुल्क या अल्प दर पैसे में वितरण की व्यवस्था होनी चाहिए। पोषण न्यूनता, अज्ञानता असन्तुलित आहार और कुपोषण के कारण बढ़ती हुई पोषण न्यूनता की चुनौती के रूप में स्वीकार करके इस दिशा में ठोस कदम उठाने चाहिए।

स्त्रियों और बच्चों में आयोडीन की भी कमी देखी जाती है। विवाह की आयु, जनसंख्या और शिक्षा, जनसंख्या में सामाजिक आर्थिक स्तर, जनसंख्या और धर्म, जनसंख्या और अन्धविश्वास, पुत्र प्राप्ति की इच्छा, जनसंख्या और परिवार नियोजन में रुचि की कमी,

Dr. Pramod Kumar Sahu,

Date - 16/04/2020.