ARYAVART SHODH VIKAS PATRIKA
RNI TITLED NO. UPBIL04292
RNI REG. NO. UPBIL/2014/66218
PP. No.- 250-251
ISSN NO.-2347-2944 (Print)
e-ISSN NO.-2582-2454 (Online)
Vol.-16, No.- II, Issues-28, YEAR- April-June-2023

बुनियादी जरूरतों की कमी से आदिवासी समाज की महिलाओं में स्वास्थ्य पर पड़ता प्रतिकुल प्रभाव

ज्ञान्ती
शोध अध्येत्री– हिन्दी विभाग, दक्षिण बिहार केन्द्रीय विश्वविद्यालय, गया (बिहार) भारत

Received-15.06.2023, Revised-21.06.2023, Accepted-26.06.2023 E-mail: gyantee@cusb.ac.in

***सारांशः** जीवन जीने के लिए मनुष्य की मौलिक वस्तु खाद्य, वस्त्र, वासगृह महत्त्वपूर्ण है। समय परिवर्तित होने के साथ उसमें परिवर्तन दिखाई देता है। पहले मनुष्य जंगल, पहाड़ों पर रहता था। समय बदलने के साथ–साथ समाज में भी परिवर्तित होते गया। वर्तमान समय में मानव जीवन से जुड़ी मुख्य जरूरतों में पौष्टिक आहार, वस्त्र, आवास, शिक्षा और स्वास्थ्य को सम्मिलित किया जाता है। यदि इसमें से किसी एक की कमी करने पर मानवीय जीवन मुख्य रूप से प्रभावित होगी। यदि हम ऐसा कहें तो इसमें कोई अतिशयोक्ति नहीं है।*

कुंजीभूत शब्द– मौलिक वस्तु , खाद्य, वस्त्र, वासगृह, समाज परिवर्तित, वर्तमान समय, मानव जीवन, पौष्टिक आहार, आवास, शिक्षा।

जंगलों की अंधाधुन कटाई, औद्योगिकरण और विस्थापन के कारण आदिवासी समुदाय को आजीविका के लिए सीमित विकल्प बच गए हैं जिसके लिए आदिवासी पुरुषों को आजीविका के लिए पलायन करना मजबूरी होना पड़ता है और महिलाएं घरेलू जिम्मेदारियां निभाती हैं। घर चलाने हेतु पुरुष को घर छोड़ना पड़ता है। इस कारण घर के तमाम काम जैसे – घर की जरूरतों के लिए पानी भरना, जंगल से लकड़ी लाना और इसके अलावा पहाड़ी इलाकों में खेती करना आदि महिलाओं की दायित्व बन जाता है। यह कार्य इतनी आसानी नहीं होती। कठिन परिश्रम करने के कारण महिलाओं की शिक्षा, स्वास्थ्य जैसे अनेक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। उन समस्याओं में स्वास्थ की समस्या प्रमुख है।

आदिवासी समाज की अद्वितीय सांस्कृतिक विरासत एवं इतिहास होने के बावजूद भी यह समाज हाशिए पर है। कई आदिवासी क्षेत्रों में आवागमन के लिए उभर–खाबड़ पहाड़ों और सीमित सड़कों के कारण संपर्क में असुविधा होती है। जिसके कारण विकास में बाधाप्राप्त होती है। आदिवासी महिलाओं को घर की दैनिक जरूरत का प्रबंध करना पड़ता है और बहुत सारी भूमिकाएं निभानी पड़ती है। खेतों में काम करने के अलावा परिवार के लिए पानी लाना और जलाऊ लकड़ी की जुगाड़ करना बहुत मुश्किल भरी होती है। कठिन दिनचर्या के कारण स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं महिलाओं में देखी जाती है। आदिवासी महिलाएं अपने परिवार के लिए प्रतिदिन लगभग 9 से 14 घंटे तक काम करती है जिसमें सबसे ज्यादा समय खेतों में काम करने के लिए लगता है। यह कार्य परिवार की जरूरत, जनसंख्या और मौसम विविधता पर निर्भर करता है। यह सभी कार्य शारीरिक रूप से कठिन है। महिलाओं को यह काम प्रतिदिन करना पड़ता है। पहले आमतौर पर पानी के लिए कुएं पर निर्भर रहते थे हालांकि अभी कुछ हैंड पंप लगाए गए हैं लेकिन गर्मी के दिनों में पानी प्राप्त करना बहुत ही कठिन होता है। बरसात के मौसम में कीचड़ और ऊबड़–खाबड़ सड़कों से पानी लाना मुश्किल होता है और इस मौसम में जलाऊ लकड़ी लाना भी कठिन है। इन सभी कार्यों में आदिवासी महिलाओं को अधिक झुकना, सर पर बोझ उठाना और लगातार काम करना शामिल है। इन सभी कार्यों से उनके स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ने की संभावना बनी रहती है। जैसे पीठ के निचले हिस्सों में दर्द, घुटनों में दर्द और स्त्री संबंधी समस्याओं में योनि का बाहर आ जाना सामिल है। वह अपने दर्द से निवारण के लिए अपने पास मौजूद प्राकृतिक संसाधनों का उपयोग या घरेलू उपचार करती हैं तथा जब दर्द असहनीय हो जाता है तो ज्यादातर महिलाएं बिना प्रिस्क्रिप्शन के पी.एच.सी. नर्स के पास जाकर दर्द की दवा या इंजेक्शन लगवा लेती हैं और जल्द ही काम करना शुरू कर देते हैं।

आदिवासी महिलाओं में पाए जाने वाली इन समस्याओं में से सबसे बड़ी समस्याओं में से एक रक्तहीनता और एनीमिया है तथा बच्चो में कुपोषण की समस्या है। इन सभी का तात्पर्य जरूरत खाद्य, मिनरल,पौष्टिक आहार से है। जिसके बिना शारीरिक वृद्धि सही रूप से नहीं हो पाती है। कुपोषण के विविध कारण है। जिसमें मुख्य कारण है आर्थिक और बुनियादी सुविधाओं का अभाव। जैसे अति दुर्गम भागों में जंगलों पहाड़ों में काफी दूरी पर खेतों मे होने वाला वास्तव्य और रोटी, कपड़ा, मकान की समस्या। रोजमर्रा के इन बुनियादी चीजों का अभाव एक मुख्य कारण है जिसमें सेहतमंद भोजन के बिना समाज में पैदा होने वाले बच्चे कुछ जगहों पर कुपोषण से ग्रस्त होते हैं। इसका सबसे मुख्य कारण है रोजगार की कमी और आर्थिक आभाव हेतु बीमारियों को नजरअंदाज किया जाता है। जो आगे चलकर कुपोषण का कारण बनता है।

महिलाओं में मासिक धर्म एक सामान्य जैविक प्रक्रिया है। जिससे प्रत्येक महिलाएं गुजरती हैं। फिर भी यह कई समाजों में गोपनीयता और वर्जनाओं से घिरा हुआ है। एक रिपोर्ट के अनुसार जम्मू और कश्मीर में गुज्जर और खनाबदोस जनजातियों की महिलाएं मासिक धर्म और स्वच्छता को लेकर उतनी जागरूक नहीं हैं। यहां मासिक धर्म से संबंधी कुछ मिथक और चिंता भी दिखाई देती है। यहां कि महिलाओं का मानना है कि "अगर वह मासिक धर्म के दौरान दर्पण में अपना चेहरा देखती हैं तो उन्हें गंभीर त्वचा रोग हो सकता है।" (18 नवंबर, 2020, NIKKEI ASIA) महिलाओं को मासिक धर्म के दौरान स्नान करने की अनुमति नहीं दी जाती है। मासिक धर्म खत्म होने के बाद ही स्नान करने की अनुमति दी जाती है। स्वास्थ्य केंद्रों के अभाव से या बहुत दूरी पर होने से अच्छे स्वास्थ्य से उन्हें वंचित होना पड़ता है। शिक्षा और अज्ञानता तो कारण है ही मगर अंधविश्वास एक महत्वपूर्ण कारण है। 90% से भी अधिक महिलाएं मासिक धर्म के दौरान सैनेटरी पैड की जगह पर पुराने कपड़ों को अवशोषक के रूप में इस्तेमाल करती हैं और उस इस्तेमाल लिए गए कपड़े की धुलाई और अपर्याप्त सूखने की वजह से गंभीर संक्रमण हो सकता है। जो गर्भाशय में फैलोपियन ट्यूब को अवरोध कर सकता है। कुछ मामलों में बांझपन का कारण भी बन सकता है। इसका मुख्य वजह मासिक धर्म के दौरान स्वच्छता संबंधी सैनेटरी पैड का

अनुरूपी लेखक/संयुक्त लेखक

ISSN NO.- 2347-2944 (Print)
e-ISSN NO.- 2582-2454 (Online)
Vol.-16, No.- II, Issues-28, YEAR- April-June-2023

खर्च बहन नही कर पाना। महिलाएं उसकी प्राथमिकता अपने बच्चो को खान – पान में लगा देती हैं। वित्तीय प्रबंधन का पर्याप्त अभाव है साथ ही इसका मुख्य कारण गरीबी और ज्ञान की कमी भी है। इसलिए मासिक धर्म स्वच्छता प्रथाओं के सबसे संवेदनशील मुद्दे पर एक अंतर्दृष्टि प्रदान करना है।

स्वास्थ्य का आयाम केवल शारीरिक संदर्भ तक ही सीमित नहीं है बल्कि सामाजिक, मानसिक, आर्थिक, व्यावसायिक आदि से संबंधित है। जिसके लिए स्वास्थ्य से जुड़े विभिन्न नीतियां, योजनाएं और कार्यक्रमों को राज्य और राष्ट्रीय स्तरों पर प्राथमिकताओं में रखकर निर्मित की जाती है वर्तमान समय में केंद्रीय और राज्य स्तर पर स्वास्थ्य संबंधी हेतु विभिन्न परियोजनाएं बनाई जा रही हैं। लेकिन दु:ख की बात यह है कि आदिवासी क्षेत्रों में स्वास्थ्य संबंधी देखभाल पहुंचाने में एक बड़ी समस्या जनशक्ति की कमी है। सामान्य आबादी के डॉक्टर और पैरामेडिकल कर्मचारियों आदिवासी क्षेत्रों में काम करने के लिए इच्छा जाहिर नहीं करते हैं। जिससे आदिवासी क्षेत्रों में चिकित्सा की कमी है।

स्वास्थ्य रहने के लिए मनुष्य को शुद्ध हवा, शुद्ध पानी, पौष्टिक आहार, साफ सफाई, स्स्वास्थ्य परिवेश और स्वस्थ मनोरंजन से ही प्राप्त होता है। इसलिए लोगों को अपने आसपास और स्वयं की साफ सफाई का विशेष ख्याल रखना चाहिए। हमेशा पानी को ढंक कर रखना चाहिए। शुद्ध जल ही पीना चाहिए। खान–पान में ताजा और पौष्टिक भोजन से न सिर्फ व्यक्ति स्वस्थ होता है बल्कि उसका आचार–विचार व्यवहार में भी परिवर्तन आता है। खाद्य सुरक्षा कानून पूरे देश में लागू किया गया है। इसका मुख्य उद्देश्य देश का कोई भी व्यक्ति भूखा न सोए। इसके तहत देश के 75 प्रतिशत ग्रामीण 50 प्रतिशत शहरी कुल 67 प्रतिशत लोगों को सरकार सस्ते दर पर अनाज मुहैया करा रही है ताकि सभी को संतुलित आहार मिल सके। परंतु आदिवासियों के लिए यह एक प्रहसन जैसे है। आदिवासी समाज आज भी उससे वंचित है।

भोजन की कमी से कोई समस्या पैदा हो जाती है। बच्चों का वजन कम हो जाता है। वर्तमान समय में रोटी, कपड़ा, मकान, सेहत और शिक्षा मनुष्य की पांच मूलभूत तत्व आवश्यक है। जिसमें भोजन और सेहत महत्वपूर्ण स्थान रखती है। इसके न मिल पाने से गरीबी, कुपोषण, भुखमरी जैसी गंभीर समस्याएं उत्पन्न होती है। पौष्टिक आहार की कमी से बच्चों का कम वजन और गर्भवती महिला को भारी समस्या का सामना करना पड़ता है। यह समस्या काफी चिंताजनक है।

*****