Naveen Shodh Sansar (An International Refereed / Peer Review Multidisciplinary Research Journal)
RNI No.- MPHIN/2013/60638, ISSN 2320-8767, E- ISSN 2394-3793, Scientific Journal Impact Factor (SJIF)- 8.054,
October to December 2024, E-Journal, Vol. I, Issue XLVIII, ISO 9001:2015 - E2024049304 (QMS)

ग्रामीण क्षेत्र में महिलाओं का स्वास्थ्य एवं पोषण का स्तर: छिंदवाड़ा जिले के विशेष संदर्भ में

संध्या गजभिये*

* सहायक अध्यापक (गृहविज्ञान) राजमाता सिंधिया शासकीय स्नातक कन्या महाविद्यालय छिंदवाड़ा(म.प्र.) भारत

शोध सारांश – ग्रामीण महिलाओं को शहरी महिलाओं की तुलना में खराब स्वास्थ्य परिणाम मिलते हैं और स्वास्थ्य सेवा तक उनकी पहुंच कम होती है। कई ग्रामीण क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं विशेष रूप से महिला स्वास्थ्य प्रदाताओं की संख्या सीमित है महिला और पुरुष एक सिक्के के दो पल है। ऐसे में अगर हम बात करें महिला स्वास्थ्य की तो ग्रामीण महिला किस प्रकार के स्वास्थ्य एवं पोषण जटिलताओं से जूझ रही है इसे यहां समझने में आसानी होगी कि स्वास्थ्य एवं पोषण को लेकर और क्या कुछ किए जाने की आवश्यकता है।

शब्द कुंजी – ग्रामीण महिलाओं, स्वास्थ्य, पोषण, ग्रामीण क्षेत्र।

प्रस्तावना – पिछले कुछ वर्षों में ग्रामीण क्षेत्र में महिलाओं का स्वास्थ्य एवं पोषण को लेकर व्यापक साक्षरत्मक बदलाव देखने को मिले हैं। फिर भी ऐसे कई संदर्भ बिंदु है जहां विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है तथा जिन ग्रामीण क्षेत्रों में भारत की लगभग दो तिहाई आबादी बसती है। वह कल स्वास्थ्य एवं पोषण अवसंरचना चिकित्सा अस्पताल व अन्य सुविधाओं की मात्रा एक तिहाई उपस्थित होती है जाहिर सी बात है कि यह संतुलन एक अस्वस्थ एवं कुपोषण की और इशारा करता है। लेकिन कुछ ऐसी स्वास्थ्य संस्थाएं भी है जो ग्रामीण महिलाओं में अधिक सघन है। इनमें डायरिया, टीवी ,टाइफाइड, खसरा और मलेरिया जैसे रोग शामिल है। जो अस्वच्छ पेयजल खराब रिहायशी स्थितियां तथा स्वास्थ्य एवं पोषण जागरूकता के अभाव में उत्पन्न होते हैं। संक्रामक रोगों के साथ-साथ कैंसर जैसी प्रतव घातक बीमारी और मधुमेह हाइपरटेंशन थायराइड मोटापा जैसी जीवन शैली से जुड़ी बीमारियां भी ग्रामीण महिलाओं में सघन होती जा रही है इसके अलावा ग्रामीण क्षेत्र में मासिक स्वास्थ्य से जुड़ा मुद्दा भी गौर करने लायक है। खाने का तात्पर्य है कि अब ग्रामीण क्षेत्र में स्वास्थ्य एवं पोषण संबंधी सेवाओं को भी इतना बहुआयामी होना होगा कि वह एकीकृत रूप से इन जटिलताओं को हल करने में सक्षम हो सके।

मानव जीवन के लिए ऑक्सीजन और पानी के साथ यदि कुछ और भी जरूरी है तो वह है भोजन। मानव ने प्रारंभिक काल से ही अपनी मूलभूत आवश्यकताओं भोजन, आवास एवं वस्त्र की ओर अपना ध्यान केंद्रित किया है। यद्यपि उसने प्रारंभिक काल में जीवन एक मांस भक्षी की तरह व्यतीत किया है। परंतु पाषाण काल के अंत तक उसने कृषि के विषय में जान लिया था तथा अपने आहार में मांस खाद्य पदार्थों के साथ-साथ वनस्पति खाद्य पदार्थ भी शामिल कर लिया था। मानव समाज के निर्माण में कृषि संबंधी ज्ञान ने अहम भूमिका निभाई और फिर मानव समुदाय कस्बे व शहरों का विकास प्रारंभ हुआ। जब खाद्य पदार्थों की उपलब्धता कृषि के द्वारा सुनिश्चित होने लगी तो निवास में भी स्थापितव आने लगा पौष्टिक भोजन लेना मनुष्य के शारीरिक का मानसिक विकास के लिए बहुत जरूरी है। पौष्टिक भोजन के अभाव से मानव शरीर कुपोषण रहित कई बीमारियों से ग्रसित हो जाता है। महिलाओं पर इसका प्रभाव ज्यादा होता है क्योंकि कुपोषित महिला यदि किसी बच्चे को जन्म देती है तो वह बच्चा भी जन्म से कमजोर होता है और अपनी जीवन संभवत कम होती है। इसलिए सही समय पर सही पोषण प्राप्त करना बहुत आवश्यक है अन्यथा कुपोषण का कभी ना खत्म होने वाला दुष्चक्र प्रारंभ हो सकता है।

राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण 5 पेज 2 (2019-2021) के अनुसार गृह क्षेत्र से जुड़े कुछ आंकड़े देखे तो 6 वर्ष या इससे अधिक उम्र वाली ग्रामीण महिला आबादी का मंत्र 66.8% हिस्सा ही ऐसा है। जो कभी स्कूल गया हो वहीं शहरी क्षेत्र के लिए यहां आंकड़ा 82.5% है इसके अलावा अगर उन्नत स्वच्छता सुविधाओं की बात करें तो मंत्र 66.9% ग्रामीण ग्रस्त जनसंख्या को यहां उपलब्ध है। जबकि शहरों में इसका प्रतिशत 81.5 है साथ ही भोजन के लिए स्वच्छ ईंधन के इस्तेमाल को देख तो यह शहरों में 89.7% ग्रह से जनसंख्या के पास यह उपलब्ध है। वहीं ग्रामीण आबादी में यहां लगभग घटकर 43.2% रह जाता है इसके अतिरिक्त अगर विवाह और प्रजनन दर को देख तो शहर के 1.6 की तुलना में ग्रामीण क्षेत्र में यहां 2.1 है इतना ही नहीं नवजात मृत्यु के आंकड़े देखे तो शहरी और ग्रामीण क्षेत्र के लिए यह क्रमश: 18% और 27.5% है तथा शिशु मृत्यु दर के संबंध में यहां आंकड़ा इसी क्रम में 26.6:% और 38.4% है। इन आंकड़ों को प्रस्तुत करने का उद्देश्य यही है कि ग्रामीण क्षेत्र में महिलाओं का स्वास्थ्य एवं पोषण की चुनौतियों का सही अनुमान होता है।

स्वास्थ्य एवं पोषण क्या है पोषण एक स्वस्थ संतुलित जीवन जीने के लिए मौलिक है यह बीमारी की अनुपस्थिति है और वह आधार है। जिस पर हम संपूर्ण शारीरिक मानसिक और सामाजिक कल्याण की स्थिति का निर्माण कर सकते हैं। यह व्यापक मार्गदर्शिका पोषण और स्वास्थ्य के बीच गहरे संबंधों की खोज करती है स्वास्थ्य को बनाए रखने और बीमारी को रोकने में पोषण की महत्वपूर्ण भूमिका पर प्रकाश डालते हैं।

ग्रामीण क्षेत्र में महिलाओं के पोषण के लिए सरकार की पहल पर कई

कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं :

1. पोषण अभियान
2. राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा मिशन
3. एकीकृत बाल विकास सेवा मध्यान भोजन योजन
4. पी एम एम वी वाई
5. एन आर एल एम
6. जे एस वाई
7. मिशन सक्षम आंगनबाड़ी एवं पोषण 2.0
8. पोषण ट्रैक्र ऐप
9. वृद्धि निगरानी उपकरण आदि

ग्रामीण महिलाओं के लिए स्वास्थ्य योजनाएं :

1. राष्ट्रीय निशुल्क औषधि पहल
2. निशुल्क निदान पहल (एफ डी आई)
3. राष्ट्रीय एंबुलेंस सेवा (एन ए एस)
4. मोबाइल मेडिकल यूनिटी (एम एम यू)
5. जननी सुरक्षा योजना
6. प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान
7. आउटरीच शिविर
8. वन स्टॉप सेंटर आदि

अध्ययन का उद्देश्य– ग्रामीण क्षेत्रों में महिलाओं के समग्र विकास को सुनिश्चित करना महिलाओं की स्वास्थ्य एवं पोषण की स्थिति में सुधार लाना तथा आहार एवं पोषण को बढ़ावा देना ग्रामीण महिलाओं को शहरी महिलाओं की तुलना में खराब स्वास्थ्य परिणाम मिलते हैं और स्वास्थ्य सेवाओं तक उनकी पहुंच कम होती है। इसलिए ग्रामीण क्षेत्रों में महिलाओं के स्वास्थ्य और पोषण के लिए विशेष योजना की जरूरत है।

अध्ययन का क्षेत्र

छिंदवाड़ा जिले का परिचय – छिंदवाड़ा भारतीय राज्य मध्यप्रदेश का एक जिला है इस क्षेत्र में छिंद (ताड़) की पेड़ बहुयात में है इसलिए इसका छिंदवाड़ा नाम पड़ा एक समय यह शेरों की बहुत आयात थी इसलिए इसे पहले सिहवाड़ा भी कहा जाता था। यह तथ्य तथा अधिक मनी नहीं कहा जा सकता किंतु देसी खजूर या ताड़ की बहुतायत तायत क्षेत्र के नाम ही सही व्याख्या कहीं जा सकती है।

रोहना कला गांव का परिचय– यह ग्रामीण क्षेत्र में स्थित है यह मध्य प्रदेश के छिंदवाड़ा जिले के छिंदवाड़ा ब्लॉक में स्थित है। इस गांव में कुल आबादी 3363 है और घरों की संख्या 562 है जिसके अंतर्गत आंगनबाड़ी केंद्र क्रमांक का भ्रमण मेरे द्धारा किया गया। जिसमें 12 गर्भवती महिलाओं पर 1 गर्भवती महिला में पोषण और स्वास्थ्य का स्तर कम पाया गया तथा 11 धात्री माता में 1 धात्री माता में पोषण और स्वास्थ्य का स्तर कम पाया गया।

तालिका

नाम	**पति का नाम**	
प्रियंका	सत्यम विश्वकर्मा	थायराइड
दुर्गावती	मोनो बिंदुवारी	हाईट क्रम

निष्कर्ष – किसी भी राष्ट्र के विकास के लिए महिलाओं का स्वास्थ्य एवं पोषण का स्तर उच्च होना नितांत आवश्यक है ग्रामीण क्षेत्रों में शहरी महिलाओं की तुलना में खराब परिणाम मिलते हैं। ग्रामीण क्षेत्र में महिलाओं का स्वास्थ्य स्तर ऊंचा उठने के लिए विभिन्न स्वास्थ्य से संबंधित योजनाएं एवं पोषण से संबंधित योजनाएं चलाई जा रही है साथी इन्हें शिक्षा के माध्यम से जागरूक करके एवं आहार के महत्व के बारे में आबादी को शिक्षित करने की जरूरत है। राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा मिशन एनएफएसएम चावल गेहूं डालो और मोटे अनाजों का उत्पादन बढ़ाकर भोजन की उपयोगिता बढ़ता है इससे महिलाओं और उनके परिवारों के लिए बेहतर पोषण में मदद मिलती है।

संदर्भ ग्रंथ सूची:–

1. http://www.weljii.com
2. सोनी कुमारी सिंह: ग्रामीण क्षेत्र में महिलाओं का शोधार्थी गृह विज्ञान स्वास्थ्य एवं पोषण विभाग, ल ना मि विश्वविद्यालय दरभंगा बिहार
3. https://hi.wikipedia.org

****