

ग्रामीण क्षेत्र की महिला स्वास्थ्य पर लिंग-भेद के प्रभाव का अध्ययन

सारांश

प्रत्येक व्यक्ति चाहे वह पुरुष हो या महिला हो, सुखमय जीवन जीने के लिए स्वास्थ्य जीवन का सबसे महत्वपूर्ण तथ्य है। यदि व्यक्ति का स्वास्थ्य ठीक नहीं होगा तो उसकी कार्यक्षमता प्रभावित होगी। सामान्यतः यह देखा जाता है कि ग्रामीण परिवेश में आहार व पोषण तत्व के प्रति परम्परागत सोच है। साथ ही साथ स्वास्थ्य से संबंधित पौष्टिक, संतुलित आहार की अज्ञानता भी है। ग्रामीण क्षेत्र में कुछ लिंग पूर्वाग्रह है जैसे-महिलाओं के पुरुषों के भोजन ग्रहण करने के पश्चात् भोजन लेना चाहिए। गर्भवती महिला को अधिक पोषक तत्व की आवश्यकता होती है, जिससे गर्भस्थ शिशु का विकास हो सके। स्वस्थ माँ स्वस्थ संतान को जन्म देगी। कुपोषण दोनों के लिए हानिकारक होगा। उनकी सोच बस इतनी है कि गर्भस्थ महिला के लिए भर पेट भोजन पर्याप्त है। ग्रामीण क्षेत्र के लोग सम्पूर्ण पोषक तत्वों को प्रधानता नहीं देते हैं। वह नहीं जानते हैं कि कालांतर में इसका प्रभाव माँ व बच्चे के स्वास्थ्य पर पड़ेगा। इसके अतिरिक्त दूध, घी, मांस-मछली, फल आदि पौष्टिक एवं प्रोटीन युक्त व्यंजनों के प्रति लिंग-भेद दृष्टिगत होता है, जो महिलाओं में रक्त-अल्पता उदर रोगों को बढ़ावा देकर अप्रत्यक्ष रूप से महिलाओं की कार्यक्षमता को प्रभावित कर रही है तथा महिला मृत्युदर को बढ़ा रही है।

मुख्य शब्द : कार्यक्षमता, गर्भस्थ रक्तअल्पता, निर्विघ्न, स्वामित्व, दासत्व, जेंडर पौष्टिकता, कुपोषण, दुर्बल, निर्योग्यताएं ।

प्रस्तावना

सृष्टि निर्माता ने मानव की उत्पत्ति शायद यह सोचकर की होगी कि वह संसार में मानवता का समावेश करेगा। प्रेम, स्नेह, दया, त्याग, संयम एवं समर्पण मानवीय गुणों के मोती पीरोकर सहयोगात्मक भावनाओं की एक माला बनाएगा। मानव-मानव का सम्मान करेगा। सृष्टि की निरन्तरता निर्विघ्न चलती रहेगी। मगर सृष्टि नियति ने शायद यह कल्पना नहीं की होगी कि तर्क व बुद्धि के आधार पर स्वयं को वर्गी एवं स्त्री-पुरुष में बांट लेगा। मानव को मानवता का एहसास कम दिखने लगेगा। समाज में रहने वाले लोग लोभ, मोह एवं अहंकार में डूबकर एक नई तस्वीर बना लेंगे। स्वामित्व, दासत्व एवं मालिक गुलाम की भावना दिन-प्रतिदिन नये-नये रूपों में सामने आएगी ऐसी कल्पना शायद सृष्टि निर्माता ने नहीं की होगी।

शक्ति व सत्ता के आधार पर पुरुष, पुरुष में, पुरुष स्त्री में और स्त्री स्त्री में विभाजन किया जाएगा, जो वर्ग विभाजन, जाति-प्रजाति विभाजन लिंग-भेदभाव के या जेंडर शब्दों का प्रयोग किया जा रहा है। यह वास्तव में क्या है? इसको जानना आवश्यक है। यह हमारे समाज की पुरातन अवधारणा है। जिसको सामान्य रूप में लिंग (Sex) तथा जेंडर (Gender) दोनों शब्दों को एक ही माना जाता है परन्तु लिंग और जेंडर में अन्तर है लिंग अर्थात् सेक्स शिशु को जन्म से प्राप्त होता है कोई बालक तो कोई बालिका के रूप में जन्म लेता है जिसकी पहचान जननांगों द्वारा की जाती है। यह पूर्णतः जैविकी रूप से प्राप्त होती है परन्तु जेंडर एक सामाजिक अवधारणा है जिसमें समाज द्वारा निश्चित किया जाता है कि बालक या बालिका के साथ किस प्रकार का व्यवहार किया जाना है।

भारतीय संविधान में धर्म, जाति, रंग व लिंग के आधार पर लिंग भाव को समाप्त करने की बात कही गई है परन्तु स्त्रियों में लिंगीय भाव सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक व राजनैतिक तथा अनेक क्षेत्रों में दिखाई देती है।

कपूर (1987) ने अपने अध्ययन में पाया कि जन्म लेते समय लड़कियां लड़कों की अपेक्षा अधिक शक्तिवान होती हैं परन्तु एक वर्ष के अन्तराल के बाद

ऋचा यादव

विभागाध्यक्ष,
समाजशास्त्र विभाग,
डॉ.सी.वी.रामन् विश्वविद्यालय,
कोटा, बिलासपुर (छ.ग.) भारत



सुनील यादव

शोध छात्र,
समाजशास्त्र विभाग,
डॉ.सी.वी.रामन् विश्वविद्यालय,
कोटा, बिलासपुर (छ.ग.) भारत

लड़कियों के स्वास्थ्य में जानबूझकर विभेद होने के कारण पूर्णतः विकसित नहीं हो पाती है जिसके कारण वह सम्पूर्ण विकास तक नहीं पहुंच पाती है। पटनायक (1994) ने अपने अध्ययन में पाया कि “बच्चों के पौष्टिकता स्तर का सीधा एवं सार्थक प्रभाव पर्यावरण तत्वों से होता है तथा शैशवावस्था तथा बाल्यावस्था के काल में कुपोषण बच्चों की बौद्धिक तथा शारीरिक वृद्धि को लम्बे समय तक प्रभावित करता है।” यदि बचपन से लड़कियों के स्वास्थ्य पर ध्यान नहीं दिया गया तो कालान्तर में उसकी कार्यक्षमता पर असर पड़ता है।

अध्ययन की आवश्यकता

किसी भी व्यक्ति को पूर्ण रूप से स्वस्थ बनाए रखने के लिए सन्तुलित भोजन की आवश्यकता होती है। जिसमें प्रोटीन, वसा, विटामिन, कार्बोहाइड्रेट व खनिज पदार्थों की आवश्यकता होती है। भोजन में इसकी कमी से कुपोषण व बिमारी से ग्रसित होने की सम्भावनाएं बढ़ जाती है। व्यक्ति की कार्यक्षमता प्रभावित होती है। चाहे महिला हो या पुरुष दोनों को समान पौष्टिक आहार लेने की आवश्यकता होती है परन्तु हमारे देश में अनेक सकारात्मक प्रयासों के पश्चात् भी स्त्रियों के आहार व स्वास्थ्य के प्रति कुछ अलग मापदण्ड है। बाल्यकाल से ही बालिकाओं के आहार पोषण पर ध्यान नहीं दिया जाता है। जिससे लड़कों की अपेक्षा लड़कियां शारीरिक रूप से कमजोर हो जाती है।

स्वास्थ्य का तात्पर्य केवल रोग से मुक्त होना नहीं है वरन् इसका अर्थ है कि व्यक्ति का पूर्ण शारीरिक, मानसिक व सामाजिक स्वास्थ्य में सन्तुलन हो, परन्तु आज इक्कीसवीं सदी में भी भारतीय समाज में बालिका से महिला तक के सफर में महिला-पुरुष के पौष्टिक आहार के प्रति असंतुलन की स्थिति उत्पन्न हो जाती है। इस लैंगिक असमानता को दृष्टिगत करते हुए महिलाओं के स्वास्थ्य व लिंग-भेद पर अध्ययन करने की है।

अध्ययन का उद्देश्य

परिवार की जननी महिलाएं होती हैं। यदि महिलाओं को पौष्टिक आहार नहीं मिला तो उसका प्रभाव उसकी संतान पर पड़ता है। दुर्बल संतान परिवार व समाज के लिए अनेकों समस्या से उत्पन्न करती है जिसका प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष प्रभाव परिवार व समाज पर पड़ता है। यदि जन्म से बालक-बालिका का ध्यान दिया जाए उनके आहार में भेदभाव न किया जाए तो महिला स्वस्थ परिवार का निर्माण कर सकती है परन्तु आज ग्रामीण समाज में भोजन के प्रति कुछ निर्योग्यताएं हैं जिसका प्रभाव बालिका या महिला पर पड़ता है। प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य यह है कि प्रतिदिन के भोजन में पुरुष एवं महिला, बचा-बचा भोजन ग्रहण करते हैं। साथ ही यह भी जानने का प्रयास किया गया है कि स्त्री एवं पुरुष के प्रतिदिन के भोजन में सभी प्रमुख पौष्टिक तत्व मिल रहे हैं या नहीं। यदि नहीं पहुंच रहे हैं तो इसका कारण क्या है? इन तत्वों की कमी से उनके स्वास्थ्य पर बड़ा प्रभाव पड़ सकता है। इसके अतिरिक्त सन्तुलित भोजन के प्रति महिलाओं में जन जागरूकता है या नहीं यह भी जानने का प्रयास इस अध्ययन में किया गया है। इस अध्ययन में उत्तर प्रदेश के वाराणसी जिले के ग्रामीण क्षेत्रों का चुनाव किया गया है।

महिला व पुरुष के प्रतिदिन के भोजन

प्रस्तुत अध्ययन में उक्त सारणी के द्वारा यह बताने का प्रयास किया गया है कि प्रतिदिन के भोजन में पुरुष व महिला क्या-क्या भोज्य पदार्थ ग्रहण करते हैं। उत्तर प्रदेश में गेहूं, चावल की उपज के साथ-साथ हरी साग सब्जी की भी पैदावार होती है इसलिए भोजन में इन तत्वों को प्राथमिकता देना आवश्यक है मगर स्वस्थ रहने के लिए सन्तुलित भोजन का होना भी आवश्यक है। कुछ तत्वों की कमी से महिलाओं एवं पुरुषों में कुपोषण के शिकार होने की सम्भावना बढ़ जाती है। इसलिए स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से शरीर में वसा, कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, विटामिन व खनिज पदार्थों का पर्याप्त मात्रा में पहुंचना आवश्यक है।

प्रतिदिन के भोजन के सारणी-विवरण

सं.क्र.	प्रतिदिन का भोजन		आवृत्ति				प्रतिशत			
			हाँ	नहीं	कभी-कभी	योग	हाँ	नहीं	कभी-कभी	योग
1	दूध	महिला	28	188	34	250	11.2%	72.2%	13.6	100.00
		पुरुष	110	90	50	250	44%	36%	20	100.00
2	घी	महिला	27	168	55	250	10.8%	67.2%	22.	100.00
		पुरुष	60	127	63	250	24%	50.8%	25.2	100.00
3	दाल	महिला	250	—	—	250	100%	—	—	100.00
		पुरुष	250	—	—	250	100%	—	—	100.00
4	सब्जी	महिला	250	—	—	250	100%	—	—	100.00
		पुरुष	250	—	—	250	100%	—	—	100.00
5	रोटी	महिला	230	—	20	250	92%	—	8	100.00
		पुरुष	240	—	10	250	96%	—	4	100.00
6	फल	महिला	20	170	60	250	8%	68%	24	100.00
		पुरुष	35	150	65	250	14%	60%	26	100.00
7	मांस/ मछली	महिला	—	215	35	250	—	86%	14	100.00
		पुरुष	—	196	54	250	—	78.4%	21.6	100.00

8	चावल	महिला	250	—	—	250	100%	%		100.00
		पुरुष	235	5	10	250	94%	2%	4	100.00

प्रस्तुत सारणी में कि आकड़ों के परिणामस्वरूप ज्ञात होता है तो महिला व पुरुष दोनों का भोजन सन्तुलित आहार नहीं हैं ग्रामीण क्षेत्रों में निवास करने के कारण वसा, प्रोटीन, विटामिन, कार्बोहाइड्रेट एवं खनिज पदार्थों की उपयोगिता का ज्ञान नहीं है। उपरोक्त सारणी के आधार पर देखा गया कि असन्तुलित आहार में भी महिला-पुरुष के भोजन में काफी अन्तर है। सम्पूर्ण पौष्टिक तत्व रखने वाले दूध से अधिकांश महिलाएं वंचित हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में सब्जी, दाल, चावल एवं खेती गेहूं लगभग सभी घरों में उपलब्ध होते हैं। इस कारण लगभग सभी लोग दाल, सब्जी, चावल एवं रोटी को भोजन के रूप में ग्रहण करते हैं। घी अर्थात् वसा पदार्थ का महिला व पुरुषों के भोजन में काफी अन्तर दिखाई देता है। इसके पीछे कारण यह पाया गया कि पुरुष शारीरिक श्रम अधिक करते हैं इस कारण पुरुषों को यह अधिक मात्रा में प्राप्त होना चाहिए, जबकि गाँव में महिलाएं भी कृषि काम करती हैं। घी एवं दूध की उपलब्धता ग्रामीण क्षेत्रों में है परन्तु घी एवं दूध को शहरों में बेचकर आय का साधन बनाया गया है। इस कारण स्वयं के स्वास्थ्य व परिवार के स्वास्थ्य की आवश्यकता को जाने अंजाने में समझ नहीं पा रहे हैं।

ग्रामीण क्षेत्रों में अधिकतर लोगों की आर्थिक स्थिति कमजोर होने के कारण महंगे फलों का उपयोग कम करते हैं। मौसमी फलों का उपयोग कुछ लोगों द्वारा किया जा रहा है। पुरुष महिलाओं की अपेक्षा अधिक फलों का सेवन करते हैं। प्रतिदिन मांस-मछली खाने वालों की संख्या नहीं पाई गई। कभी-कभी मांस-मछली का उपयोग किया जाता है। सहपरिवार इसके व्यंजनों का प्रयोग करते हैं। इन परिवारों में भी कुछ महिलाएं शाकाहारी पाई गई, जो परिवार के लिए बनाती अवश्य है परन्तु वे मांस-मछली का सेवन नहीं करती हैं। इस पौष्टिक आहार में भी महिला पुरुष विभेद दुष्टिगत होता है। अध्ययन करने से यह ज्ञात होता है कि महिलाओं में विशेष व पौष्टिक आहार में अन्तर नहीं मालूम है। उनके प्रतिदिन के भोजन में कोई खास अन्तर नहीं होता।

निष्कर्ष

प्रकृति ने स्त्रियों को जैविकी प्रमुखता की विशिष्टता प्रदान की है बावजूद इसके बालपन में बालिकाओं की मृत्युदर ज्यादा है ऐसा इसलिए होता है कि बालिका को शिशु के रूप में ही कुपोषण अल्पपोषण के कारण बिमारियों का शिकार हो जाना पड़ता है। ऐसे में इनका शारीरिक विकास भी अवरुद्ध हो जाता है। प्रकृति द्वारा बालक या बालिका की बनायी गई शारीरिक संरचना या बनावट को लिंग कहते हैं। यह भेद प्रत्येक परिवार, समाज व देश में एक सा होता है परन्तु शारीरिक भेद के अलावा जो भेद समाज द्वारा बालक व बालिकाओं के लिए बनाए जाते हैं उसे जेण्डर या लिंग भेद कहते हैं। समाज अपेक्षित गुणों के आधार पर बालक/पुरुष, बालिका/महिला से व्यवहार की अपेक्षा करता है। इस प्रकार की विभिन्नता की मानसिकता सम्पूर्ण समाज में

व्याप्त है। या वास्तव में जेण्डर दो लिंग की लड़ाई नहीं है और पुरुष विरोधी भी नहीं है। इसकी सोंच सिर्फ महिला व पुरुष को समानता का अस्तित्व प्रदान करना है चाहे वह स्वस्थ आहार व पोषण के क्षेत्र में हो या फिर शिक्षा, धार्मिक व राजनैतिक क्षेत्र में हो।

स्वस्थ व्यक्ति चाहे वह पुरुष हो या महिला हो के जीवन का महत्वपूर्ण तथ्य है। यदि महिला या पुरुष का स्वास्थ्य ठीक नहीं होगा तो उसकी कार्यक्षमता काफी हद तक प्रभावित होगी। प्रस्तुत अध्ययन में पाया गया है कि ग्रामीण क्षेत्रों में आहार व पोषण तत्व के प्रति परम्परागत सोच हैं साथ ही साथ स्वास्थ्य से संबंधित पौष्टिक, संतुलित आहार की अज्ञानता भी है। ग्रामीण क्षेत्रों में कुछ लिंग पूर्वाग्रह है जैसे महिलाओं को पुरुषों के भोजन ग्रहण करने के पश्चात् भोजन लेना चाहिए। गर्भवती महिला को अधिक पोषक तत्व की आवश्यकता होती है जिससे गर्भस्थ शिशु का अच्छे से विकास हो सके। स्वस्थ माँ स्वस्थ सन्तान को जन्म देगी। कुपोषण दोनों के लिए हानिकारक होगा। उनकी सोच इतनी है कि गर्भवती महिला के लिए पेटभर भोजन ही पर्याप्त है। सम्पूर्ण पोषक तत्व को प्रधानता नहीं देते हैं। वह नहीं जानते हैं कि आगे चलकर इसका प्रभाव माँ व बच्चे दोनों के स्वास्थ्य पर पड़ेगा। इसके अतिरिक्त दूध, घी, मांस-मछली आदि व्यंजनों के प्रति लिंग-भेद दृष्टिगत होता है पुरुष शारीरिक कार्य अधिक करता है। इस कारण उसे अधिक ऊर्जा की आवश्यकता है। मांसाहारी भोजन से पुरुषोचित गुणों का विकास होता है। महिलाओं को इस प्रकार के भोजन से दूर रहना चाहिए।

अंततः देखा जाए तो स्वास्थ्य के प्रति लिंग-भेद की मानसिकता महिलाओं में रक्त-अल्पता अनेको प्रकार के शारीरिक बीमारियों तथा उदर रोगों को बढ़ावा दे रही है जो अप्रत्यक्ष रूप से उनकी कार्य क्षमता को प्रभावित कर रही है तथा महिला मृत्युदर को बढ़ा रही है।

संदर्भ ग्रंथ सूची

- गोविन्दा, आर (2005) सबके लिए बुनियादी शिक्षा-प्रगति और चुनौतियां योजना सितम्बर 2005।
- शर्मा, कुमद (2002) नारी शिक्षा की चुनौतियां, जनवरी 2002।
- कान्ता, एन.बी. (1992) एजुकेशन ऑफ ए गर्ल चाइल्ड राष्ट्रीय संगोष्ठी 'भारत में बालिका के स्तर' में प्रस्तुत। इण्डियन एकेडमी ऑफ पेडियाट्रिक्स।
- भसीन, कमला (2000) भला यह जेण्डर क्या है, सिस्टम विजन नई दिल्ली।
- पाठक, विरेन्द्र (2001) समाज कल्याण, लिंगीय पक्षपात ग्रामीण विकास में बाधक, मानव संसाधन विकास मंत्रालय भारत सरकार की पत्रिका, दिसम्बर 2001।
- भार्गव, प्रमोद (2002) समाज कल्याण, अनुपात में घटती औसत, मानव संसाधन विकास मंत्रालय भारत सरकार की पत्रिका, दिसम्बर 2002।