

“महिलाओं में कुपोषण : एक समाजशास्त्रीय अध्ययन  
(उत्तर प्रदेश राज्य के जालौन जिले के विशेष संदर्भ में)”

**MALNUTRITION IN WOMEN : A SOCIOLOGICAL STUDY**  
(WITH SPECIAL REFERENCE TO JALAUN DISTRICT OF UTTAR PRADESH STATE)



**P.K.UNIVERSITY**

SHIVPURI (M.P.)

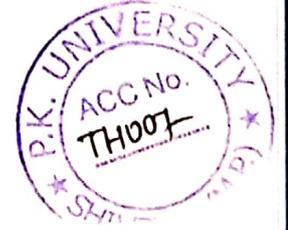
से

पीएच. डी. ( समाजशास्त्र )

विषय में उपाधि हेतु प्रस्तुत

**शोध प्रबंध**

सत्र 2022



शोधार्थी

**मिथलेश कुमारी**

[Registration No.PHIGART00250]; [Enrollment No. 161590504528]

शोध निर्देशिका

**प्रो. डॉ. महालक्ष्मी जोहरी**

समाजशास्त्र विभाग

पी.के. विश्वविद्यालय, शिवपुरी (मध्यप्रदेश)



“महिलाओं में कुपोषण : एक समाजशास्त्रीय अध्ययन  
(उत्तर प्रदेश राज्य के जालौन जिले के विशेष संदर्भ में)”

**MALNUTRITION IN WOMEN : A SOCIOLOGICAL STUDY**  
(WITH SPECIAL REFERENCE TO JALAUN DISTRICT OF UTTAR PRADESH STATE)



**P.K.UNIVERSITY**  
SHIVPURI (M.P.)

से

**पीएच. डी. ( समाजशास्त्र )**

विषय में उपाधि हेतु प्रस्तुत

**शोध प्रबंध**  
सत्र 2022

शोध निर्देशिका

प्रो. डॉ. महालक्ष्मी जोहरी

समाजशास्त्र विभाग

पी.के. विश्वविद्यालय, शिवपुरी (मध्यप्रदेश)

Department of Art  
P.K. University  
Shivpuri (M.P.)

Mithlesh Kumar

शोधार्थी

**मिथलेश कुमारी**

[Registration No.PH16ART00250];

[Enrollment No. 161590504528]





## प्रमाण-पत्र

यह प्रमाणित किया जाता है कि मिथलेश कुमारी ने “महिलाओं में कुपोषण : एक समाजशास्त्रीय अध्ययन (उत्तर प्रदेश राज्य के जालौन जिले के विशेष संदर्भ में)” शीर्षक पर मेरे निर्देशन में शोध प्रबन्ध पूर्ण किया गया।

प्रस्तुत शोध प्रबंध की सामग्री मौलिक है। यह सम्पूर्ण या आंशिक रूप से किसी परीक्षा के लिये प्रयोग नहीं की गयी है। यू.जी.सी. विनियम 2018 के अनुसार शोधार्थिनी का शोध कार्य किसी अन्य शोध प्रबन्ध की अनुकृति नहीं है।

इन्होंने मेरे निर्देशन में 240 दिन से अधिक उपस्थित होकर शोध कार्य पूर्ण किया है।

मैं संस्तुति करती हूँ कि यह शोध प्रबन्ध इस योग्य है कि मूल्यांकन हेतु विश्वविद्यालय को प्रस्तुत किया जाये।

  
(डॉ. महालक्ष्मी जौहरी)

प्रोफेसर, समाजशास्त्र  
समाजशास्त्र विभाग,  
पी.के. विश्वविद्यालय, शिवपुरी (म.प्र.)

**HOD**  
Department of Art  
P.K. University  
Shivpuri (M.P.)



## घोषणा पत्र

मैं घोषणा करती हूँ, कि प्रस्तुत शोध-ग्रन्थ मेरे स्वयं के द्वारा किया गया वास्तविक कार्य है यह कार्य मैंने डॉ. महालक्ष्मी जौहरी के मार्ग निर्देशन में सम्पन्न किया है। यह शोध ग्रन्थ ..... 2016..... से 2022..... अवधि तक शोध निर्देशक डॉ. महालक्ष्मी जौहरी के निर्देशन में शोधार्थिनी द्वारा लिखा गया है। मैंने शोध केन्द्र पर शोध निर्देशिका के पास 240 दिवसों से अधिक की उपस्थिति दर्ज कराई है।

मैं यह भी घोषणा करती हूँ कि मेरी पूर्ण जानकारी के अनुसार शोध प्रबंध में कोई ऐसा भाग नहीं है जो इस विश्वविद्यालय या किसी अन्य विश्वविद्यालय में बिना उचित दृष्टान्त प्रस्तुत किया गया हो।

दिनांक :  
स्थान : थनरा शिवपुरी (म.प्र.)

Mithlesh Kumari  
( मिथलेश कुमारी )  
शोधार्थिनी (पीएच.डी.)  
पी.के. विश्वविद्यालय, थनरा-शिवपुरी

## FORWARDING LETTER OF HEAD OF INSTITUTION

The Ph.D. thesis entitled, “महिलाओं में कुपोषण : एक समाजशास्त्रीय अध्ययन (उत्तर प्रदेश राज्य के जालौन जिले के विशेष संदर्भ में )” submitted by **Smt. Mithlesh Kumari** is forwarded to the university in six copies. The candidate has paid the necessary fees and there are no dues outstanding against her.

Name .....

Seal .....

Date: .....

Place: .....

(Signature of Head of Institution where the Candidate was registered for Ph.D degree )

Signature of the Supervisor

Date:

Place: .....

Address: .....

.....

## आभार

सर्वप्रथम मैं ज्ञान की देवी माँ सरस्वती एवं देवों में प्रथम श्री गणेश जी का वंदन करती हूँ, जीवन में किसी भी बड़े कार्य को क्रियान्वित करने में व्यक्ति को मेहनत एवं मजबूत इच्छाशक्ति के अतिरिक्त अन्य लोगों की आशाएँ प्रेम व सहायता की भी आवश्यकता होती है, इससे लक्ष्य प्राप्ति करने में आसान हो जाती है।

प्रस्तुत शोध प्रबंध को पूर्ण करने में जिन महानुभावों तथा विद्वानों ने अपना बहुमूल्य योगदान तथा सुझाव दिया, उन सभी के प्रति मैं अपनी कृतज्ञता ज्ञापित करना नैतिक कर्तव्य समझती हूँ, शोध प्रबंध की पूर्णता के अवसर पर मैं उनका आभार प्रकट करती हूँ, जिनके सानिध्य, मार्गदर्शन एवं सहयोग से प्रस्तुत शोध कार्य संभव हो सका।

सर्वप्रथम मैं पी.के. विश्वविद्यालय के माननीय कुलाधिपति श्री जगदीश शर्मा जी, एवं सम्माननीय कुलपति डॉ. रंजीत सिंह जी, सम्माननीय कुलसचिव श्री हिमांशु पालीवाल, सम्माननीय श्री जितेन्द्र मिश्रा जी, सम्माननीय डॉ. दिनेश बाबू जी, प्रोफेसर, शोध संकायध्यक्ष, सम्माननीय डॉ. विक्रान्त शर्मा जी के प्रति हार्दिक आभार प्रकट करती हूँ जिनके सहयोग से मेरा शोध कार्य पूर्ण हुआ।

शोध प्रबंध की पूर्णता में बड़ी महत्वपूर्ण भूमिका शोध निर्देशक की होती है, मेरी शोध निर्देशिका डॉ. महालक्ष्मी जौहरी जी का मार्गदर्शन एवं आशीर्वाद पल-पल मुझे मिलता रहा। उन्हीं के कुशल निर्देशन में प्रस्तुत शोध कार्य अंतिम रूप ले पाया है। इनके अमूल्य सुझावों, सहयोग आदि की मैं सदैव ऋणी रहूँगी आपके उच्च विचारों की यथार्थ जीवन शैली ने मुझे सदैव प्रेरित किया है। इसी कारण मैं अपनी शोध निर्देशिका डॉ. महालक्ष्मी जौहरी के प्रति नतमस्तक हो नमन करती हूँ। मैं प्रो. एन. एन. अवस्थी जी के मार्गदर्शन के लिए जीवनभर ऋणी रहूँगी व इनका हृदय से आभार व्यक्त करती हूँ।

आदरणीय डॉ. दिवाकर सिंह राजपूत, प्रोफेसर समाजशास्त्र विभाग, डॉ. हरि सिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर, डॉ. जय श्री चौहान, प्रोफेसर, समाजशास्त्र विभाग, के.आर.जी. कॉलेज ग्वालियर व डॉ. किशन यादव, एसोसिएट प्रोफेसर एवं

विभागाध्यक्ष, राजनीति विज्ञान विभाग, बी.के.डी. कॉलेज, झाँसी के प्रति में हृदय से आभार व्यक्त करती हूँ, जिनके अमूल्य सुझावों से प्रस्तुत शोध कार्य पूर्णता को प्राप्त हुआ है।

परमपिता परमेश्वर एवं गुरुजनों के अतिरिक्त मैं अपने पूजनीय पिताजी एवं माता जी की आजीवन ऋणी रहूँगी, जिन्होंने आर्थिक अभावों व सामाजिक विषमताओं के बावजूद बिना साहस खोए सदैव मेरी शिक्षा जारी रखी। उन्होंने शिक्षा के महत्व को जाना व मुझमें बालपन से ही उच्च आदर्शों व संस्कारों का बीजारोपण किया। ईश्वर तुल्य माता-पिता के संरक्षण के बिना यह कार्य असंभव था, मैं उनकी रोम-रोम से आभारी हूँ। मेरा प्रिय बेटा अहान व मेरी बहन प्रियंका गौतम भाई पियूष गौतम की मैं हृदय से आभार व्यक्त करती हूँ।

मेरे प्रिय मित्रगण आराधना यादव, तालिब मंसूरी जी का हृदय से आभार प्रकट करती हूँ, जिन्होंने शोध कार्य हेतु किए गए सर्वेक्षण के दौरान एवं कठिन समय में मेरा सहयोग किया, मेरा मनोबल बढ़ाया और मेरी यथा सम्भव सहायता की। अन्त में अक्षर संयोजन का टंकण हेतु भी आभारी हूँ, जिन्होंने मेरे शोधकार्य को मूर्तरूप देने में अमूल्य सहयोग दिया।

इस शोध ग्रन्थ की कम्प्यूटर टंकण के कार्य के लिए श्री मनोज कुमार (टीकमढ़), श्री राम कुमार व सैटिंग/प्रिंटिंग के लिये श्री सुमित कुमार (सुमि कम्प्यूटर) की भी आभारी हूँ जिन्होंने पूरी तन्मयता और कड़ी मेहनत से इस शोध प्रबन्ध को पूर्ण किया।

मैं सभी लेखकों, उत्तरदाताओं तथा ज्ञात-अज्ञात सहयोगियों का भी आभार व्यक्त करना चाहती हूँ, जिनके सहयोग से यह शोध कार्य संभव हो सका।

शोधार्थिनी

Mithlesh Kumari  
( मिथलेश कुमारी )  
समाजशास्त्र

## प्राक्कथन

मैं मिथलेश कुमारी मूल रूप से जालौन जिले की निवासी हूँ मैंने स्नातक एवं परास्नातक बुन्देलखण्ड विश्वविद्यालय, झाँसी से समाजशास्त्र में किया है। बुन्देलखण्ड की निवासी होते हुये मैंने यहाँ की स्थानीय संस्कृति का निकट से अध्ययन करने का यह पहला अवसर बेहद ही अविस्मरणीय है।

मुझे यह स्वीकारने में तनिक भी संकोच नहीं कि प्रस्तुत शोध-ग्रन्थ के लेखन के दौरान एक युवा महिला शोधार्थी होने के नाते मुझे अपने आपको देखने का अवसर मिला, एक गहरी अनुराग भरी ललक के साथ समानताओं का जश्न मनाने के लिये नहीं, बल्कि एक तीखी ललकार के साथ उन सब द्वन्दो और दुर्बलताओ के साक्षात्कार का अवसर जिन्हें कुलीनता और शालीनतावश में हमेशा देखने और मानने से इन्कार करती रही। शताब्दी के दशक में पढ़ी और शहरी परिक्षेत्र को महसूस करने के अलावा जिन संस्कारों, शिक्षा, दायित्व, सपनो और आत्म-विश्वास के साथ जीवन के जंग को जीतने का जज्बा जो मेरे भीतर कहीं न कहीं मौजूद था वो ही प्रतिरूप बनकर प्रेरित करता रहा “महिलाओं के बीच कुपोषण एक समाजशास्त्रीय अध्ययन उत्तरप्रदेश राज्य जालौन जिले विशेष संदर्भ में” के सम्बन्ध में और भी गहराई से अध्ययन करने और लिखने के लिये।

चूँकि बुन्देलखण्ड क्षेत्र प्रारम्भ से ही अत्यन्त पिछड़ा और अविकसित क्षेत्र रहा और जहाँ आज भी महिलाओं की स्थिति बेहद ही निराशाजनक है इन सब के बावजूद भी मेरी रूचि इस क्षेत्र की महिलाओं के सम्बन्ध में शोध के लिये विकसित हुयी और जब मैंने इस सम्बन्ध में समाजशास्त्र, विषय के प्रकाण्ड विद्वानो में से एक परमश्रद्धेय मेरे मार्ग निर्देशिका डॉ० महालक्ष्मी जौहरी, विभागाध्यक्ष, समाजशास्त्र विभाग, पी.के. विश्वविद्यालय, शिवपुरी (म.प्र.) से समाजशास्त्र विषय में चर्चा की एवं अपने शोध विषय में मार्गदर्शन प्राप्त किया, कि मैं इस शीर्षक पर कार्य करना चाहती हूँ, जो विषय अभी तक बुन्देलखण्ड विशेषकर जालौन जनपद के सन्दर्भ में अभी तक अनछुआ रह गया, “महिलाओं के बीच कुपोषण एक समाजशास्त्रीय अध्ययन उत्तरप्रदेश राज्य जालौन जिले विशेष संदर्भ में” के सम्बन्ध में हालांकि पूरे भारतवर्ष में अनेकोनेक शोध किये

गये परन्तु बुन्देलखण्ड सम्भाग एवम् जालौन के सन्दर्भ में महिलाओ की स्थिति विशेषकर सामाजिक स्तर पर अभी तक कोई कार्य नहीं किया गया। समाजशास्त्र विषय की शोधार्थिनी होने के नाते एवं स्वयं एक युवा शोधार्थी होने के नाते महिलाओ के सशक्तिकरण पर कार्य करने से अच्छा विषय कोई नहीं हो सकता।

तब मेरी रूचि को ध्यान में रखकर मेरे परम आदरणीय गुरुवर ने मुझे उक्त विषय पर शोध कार्य करने हेतु उत्साहित किया एवं सदैव मार्गदर्शन और आशीर्वाद दिया। इसके उपरान्त शोध समिति ने मेरे शोध विषय व रूपरेखा पर कार्य करने हेतु आदेशित किया, आदेश प्राप्त होने के उपरान्त मैने आदरणीय डॉ० महालक्ष्मी जौहरी के मार्गदर्शन में अपना शोध कार्य प्रारम्भ किया।

कुपोषण का सीधा संबंध हमारे समाज में व्याप्त रूढ़िवादी परम्पराओं और रीति रिवाजों से है। सदियों से चली आ रही यह परम्परा मां और बच्चों को स्वस्थ रखने में बाधा बन रही है। कुपोषण का सीधा सम्बन्ध कुछ हद तक कुपोषित माँ से भी है। उन्होंने बताया कि आम तौर पर हमारे समाज में देखा गया है कि परिवार के सभी सदस्यों को खिलाने के बाद महिला स्वयं खाना खाती है। पहले उसका पति और बच्चे, फिर कहीं जाकर उसकी बारी आती है। आखिरी में उसे जो भोजन मिलता है वह उसके लिए पर्याप्त है या नहीं, यह कभी कोई जानने की कोशिश नहीं करता।

अक्सर देखा गया है कि जैसे-जैसे लड़की बड़ी होती है तो कई शारीरिक और सामाजिक बदलाव उसे माँ की तरफ आकर्षित करते हैं। अब लड़की भी अपनी माँ के साथ भोजन करने लगती है यानी कितना पोषण मिला मालूम नहीं। अब माँ के साथ बेटी भी कुपोषण का शिकार होने लगती है और यह चक्र इसी तरह चलता रहता है। आमतौर पर हमारे समाज में माँ के पोषण का ध्यान गर्भावस्था में ही दिया जाता है। कुपोषित माँ की संख्या बढ़ने का कारण केवल गरीबी ही नहीं बल्कि समाज की रूढ़िवादी परम्पराएं भी हैं। इसके अलावा उन्होंने बातया कि किशोरियों में हर माह मासिक धर्म के दौरान रक्तस्राव होना भी कुपोषित होने का मुख्य कारण होता है, जबकि लड़कों में इस प्रकार की कोई समस्या नहीं होती है। बेटियों के स्वास्थ्य की उपेक्षा एक परम्परा है कि बेटियों के बजाय बेटों के स्वास्थ्य पर ज्यादा ध्यान दिया

जाता है। भोजन वितरण में लड़कों और लड़कियों के बीच असमानता और लड़कियों के स्वास्थ्य की उपेक्षा भी कुपोषण को बढ़ावा देती है। बेटी अगर स्वस्थ है तो वहीं आगे जाकर स्वस्थ माँ बनेगी।

कुपोषण का एक मुख्य कारण लड़की की कम उम्र में शादी और एक से अधिक बार गर्भधारण करना है। आंकड़ों के अनुसार जिले में 22 प्रतिशत महिलाओं की शादी 18 वर्ष से कम उम्र में हो जाती है। कम उम्र में शादी होने से लड़की पर यह दबाव बनाया जाता है कि वह शादी के एक साल भीतर ही गर्भ धारण कर ले। चाहे वो गर्भ के लिए शारीरिक और मानसिक तौर पर तैयार हो या नहीं। राष्ट्रीय फेमिली हेल्थ सर्वे 4 के अनुसार जिले में 19 से पहले लगभग 4.9 प्रतिशत महिलायें जल्दी गर्भधारण कर लेती हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि 19 वर्ष से कम उम्र में गर्भावस्था प्रायः अविकसित बच्चों को जन्म देती है। ऐसे में ज्यादातर बच्चों या तो समय से पहले जन्म लेते हैं या कुपोषित होते हैं।

अतः इन्हीं कारणों के अन्त तक जाकर उनके कारणों का पता लगाने हेतु उपरोक्त विषय में छः (6) अध्यायों का समायोजन किया गया है—

सर्वप्रथम प्रस्तावना वर्णित है।

- अध्याय-1 शोध पद्धति, उपयोगिता उद्देश्य एवं अध्ययनों की समीक्षा
  - अध्याय-2 सामाजिक आर्थिक जनांकिकीय की विशेषताएँ
  - अध्याय-3 कुपोषण के कारण
  - अध्याय-4 कुपोषण से संबंधित जागरूकता
  - अध्याय-5 कुपोषण के पर्यावरणीय कारक
  - अध्याय-6 निष्कर्ष एवं सुझाव
- संदर्भ ग्रंथ सूची  
साक्षात्कार अनुसूची

मेरा यह शोध प्रबंध आप विद्वजनों के समक्ष प्रस्तुत है।

शोधार्थिनी  
Mishlesh Kumari  
( मिथलेश कुमारी )



## तालिकाओं की सूची

तालिका क्रमांक	विवरण	पेज नं०
3.1	उत्तरदाताओं का आयु समूह (वर्षों में)	62
3.2	उत्तरदाताओं का लिंग	63
3.3	उत्तरदाताओं की जाति वर्ग	65
3.4	उत्तरदाताओं का धर्म	67
3.5	उत्तरदाताओं की मातृभाषा	69
3.6	उत्तरदाताओं की वैवाहिक स्थिति	71
3.7	उत्तरदाताओं की शैक्षणिक स्थिति	72
3.8	उत्तरदाताओं का व्यवसाय	74
3.9	उत्तरदाताओं की मासिक आय	76
3.10	उत्तरदाताओं के परिवार का आकार	79
3.11	उत्तरदाताओं के परिवार का प्रकार	81
3.12	उत्तरदाताओं के परिवार के सदस्यों का लिंग	82
3.13	परिवार के सदस्यों की आयु (वर्षों में)	84
3.14	परिवार के सदस्यों में शिक्षा का स्तर	85
3.15	परिवार के सदस्यों का व्यवसाय	87
3.16	उत्तरदाताओं की मासिक आय	89
3.17	उत्तरदाताओं का स्वयं का मकान	91
3.18	उत्तरदाताओं के मकान का स्वरूप	92
3.19	मकान प्राप्ति का जरिया	94
3.20	बस्ती में रहने के कारण	95
3.21	बस्ती में निवास की अवधि	96
3.22	सामग्री की प्राप्ति	98
3.23	सामग्री की पूर्ति का जरिया	99
3.24	बस्ती में रहने से संतुष्टि	101
3.25	संतुष्टि के कारण	102
3.26	संतुष्टि नहीं होने का कारण	103

3.27	दैनिक उपयोग के भौतिक सामग्री की उपलब्धता	104
5.1	महिलाओं एवं बालिकाओं की शिक्षा के सम्बन्ध में जागरूकता	152
5.2	महिलाओं की सामाजिक आर्थिक स्थिति के सम्बन्ध में राय	153
5.3	परिवार नियोजन के सम्बन्ध में जागरूकता	154
5.4	बार-बार गर्भ धारण से स्वास्थ्य खराब होने की स्थिति से सम्बन्धित जागरूकता	155
5.5	कुपोषण के प्रति जागरूकता	156
5.6	उत्तरदाताओं के प्रसव के समय मिलने वाली सहायता के सम्बन्ध में राय	157
5.7	उत्तरदाताओं के प्रसव के पूर्व मिलने वाली सुविधा का विवरण	158
5.8	दाइयों से प्रसव कराने का विवरण	159
5.9	आयरन फोलिक एसिड देने की स्थिति	160
6.1	उत्तर दाताओं में कुपोषण एवं उनकी स्वास्थ्य स्थिति सम्बंधित राय	190
6.2	महिलाओं के प्रति भेदभाव अनेक स्वास्थ्य एवं पोषण प्रभाव विवरण	191
6.3	पत्तेदार सब्जियों के उपयोग का विवरण	192
6.4	परिवार में दूध से बने उत्पादों का उपयोग	193
6.5	बच्चों में कुपोषण की स्थिति से कम वजन से सम्बन्धित राय	194
6.6	कुपोषण के कारण खून की कमी होने के सम्बन्ध में राय	195
6.7	उत्तरदाताओं द्वारा महिलाओं की सामाजिक स्थिति में परिवर्तन की राय की स्थिति	196
6.8	कुपोषण के कारण प्रसूति मृत्यु दर अधिक से सम्बन्धित होने की राय	197
6.9	कुपोषण को दूर करने के उपाय	198
6.10	महिलाओं का अनुपात पुरुषों के मुकाबले घटने के सम्बन्ध में उत्तरदाताओं की राय	199
6.11	शिक्षा व स्वास्थ्य में आपसी सम्बन्ध	200
6.12	निरक्षर महिलाओं की कुपोषण की स्थिति क्या निरक्षर महिलायें अधिक कुपोषित होती हैं।	201

## चित्रों/ग्राफों की सूची

चित्र क्रमांक	विवरण	पेज नं०
2.1	जालौन जनपद मे महिलाओं की कुपोषण की स्थिति।	55
2.2	कालपी मे महिलाओं की कुपोषण की स्थिति।	56
2.3	कोंच मे महिलाओं की कुपोषण की स्थिति।	57
2.4	माधौगढ़ मे महिलाओं की कुपोषण की स्थिति।	58
2.5	उरई मे महिलाओं की कुपोषण की स्थिति।	59
3.1	उत्तरदाताओं का आयु समूह (वर्षों में)	62
3.2	उत्तरदाताओं का लिंग	64
3.3	उत्तरदाताओं की जाति वर्ग	66
3.4	उत्तरदाताओं का धर्म	68
3.5	उत्तरदाताओं की मातृभाषा	69
3.6	उत्तरदाताओं की वैवाहिक स्थिति	71
3.7	उत्तरदाताओं की शैक्षणिक स्थिति	73
3.8	उत्तरदाताओं का व्यवसाय	75
3.9	उत्तरदाताओं की मासिक आय	76
3.10	उत्तरदाताओं के परिवार का आकार	80
3.11	उत्तरदाताओं के परिवार का प्रकार	82
3.12	उत्तरदाताओं के परिवार के सदस्यों का लिंग	83
3.13	परिवार के सदस्यों की आयु (वर्षों में)	84
3.14	परिवार के सदस्यों में शिक्षा का स्तर	86
3.15	परिवार के सदस्यों का व्यवसाय	88
3.16	उत्तरदाताओं की मासिक आय	89
3.17	उत्तरदाताओं का स्वयं का मकान	91
3.18	उत्तरदाताओं के मकान का स्वरूप	93
3.19	मकान प्राप्ति का जरिया	94
3.20	बस्ती में रहने के कारण	96
3.21	बस्ती में निवास की अवधि	97

3.22	सामाग्री की प्राप्ति	98
3.23	सामग्री की पूर्ति का जरिया	100
3.24	बस्ती में रहने से संतुष्टि	101
3.25	संतुष्टि के कारण	102
3.26	संतुष्ट नहीं होने का कारण	103
3.27	दैनिक उपयोग के भौतिक सामग्री की उपलब्धता	105
5.1	महिलाओ एवं बालिकाओ की शिक्षा के सम्बन्ध में जागरुकता	153
5.2	महिलाओं की सामाजिक आर्थिक स्थिति के सम्बन्ध में राय	154
5.3	परिवार नियोजन के सम्बन्ध में जागरुकता	155
5.4	बार-बार गर्भ धारण से स्वास्थ्य खराब होने की स्थिति से सम्बन्धित जागरुकता	156
5.5	कुपोषण के प्रति जागरुकता	157
5.6	उत्तरदाताओ के प्रसव के समय मिलने वाली सहायता के सम्बन्ध में राय	158
5.7	उत्तरदाताओ के प्रसव के पूर्व मिलने वाली सुविधा का विवरण	159
5.8	दाइयों से प्रसव कराने का विवरण	160
5.9	आयरन फोलिक एसिड देने की स्थिति	161
6.1	उत्तर दाताओं मे कुपोषण एवं उनकी स्वास्थ्य स्थिति सम्बंधित राय	190
6.2	महिलाओं के प्रति भेदभाव अनेक स्वास्थ्य एवं पोषण प्रभाव विवरण	191
6.3	पत्तेदार सब्जियों के उपयोग का विवरण	192
6.4	परिवार में दूध से बने उत्पादों का उपयोग	193
6.5	बच्चों में कुपोषण की स्थिति से कम वजन से सम्बन्धित राय	194
6.6	कुपोषण के कारण खून की कमी होने के सम्बन्ध में राय	195
6.7	उत्तरदाताओं द्वारा महिलाओं की सामाजिक स्थिति में परिवर्तन की राय की स्थिति	196
6.8	कुपोषण के कारण प्रसूति मृत्यु दर अधिक से सम्बन्धित होने की राय	197
6.9	कुपोषण को दूर करने के उपाय	198
6.10	महिलाओं का अनुपात पुरुषों के मुकाबले घटने के सम्बन्ध में उत्तरदाताओं की राय	199
6.11	शिक्षा व स्वास्थ्य में आपसी सम्बन्ध	200
6.12	निरक्षर महिलाओं की कुपोषण की स्थिति क्या निरक्षर महिलायें अधिक कुपोषित होती हैं।	201



Ref. No. PKU/2017/06/30/RO-STUD/001

Dated..30/06/17..

To,

**MITHLESH KUMARI**

## Course Work Certificate

Dear Student,

This is to certify that **MITHLESH KUMARI**, (Reg.No.PH16ART002SO) son/daughter of Mr. /Ms. **SANTOSH BABU** student of Ph.D. (Sociology) has successfully passed the course work examination with 'A' grade from P.K.University, Karera, Shivpuri.

  
Registrar



**CENTRAL LIBRARY**

Ref No. PKU/LIB/2022/Plag. Report/069

Date: 06.04.2022

**CERTIFICATE OF PLAGIARISM REPORT**

1. Name of the Research Scholar : Mithlesh Kumari
2. Course of Study : Doctor of Philosophy (Ph.D)
3. Title of the Thesis : "महिलाओ में कुपोषण एक समाजशास्त्रीय अध्ययन उत्तर प्रदेश राज्य जालौन जिले के विशेष सन्दर्भ में"
4. Name of the Supervisor : Dr. Mahalaxmi Johri
5. Department : Department of Social Science
6. Subject : Sociology
7. Acceptable Maximum Limit : 10% (As per UGC Norms)
8. Percentage of Similarity of Contents Identified : 8%
9. Software Used : Ouriginal ( Formerly URKUND)
10. Date of Verification : 24.12.2021

  
Signature of Ouriginal Coordinator  
(Librarian, Central Library)  
P.K. University, Shivpuri (M.P.)

ADD: VIL: THANRA, TEHSIL: KARERA, NH-27, DIST: SHIVPURI (M.P.) -473665  
MOB: 7241115902, Email: library.pku@gmail.com

## COPYRIGHT TRANSFER CERTIFICATE

Title of the Thesis: "महिलाओं में कुपोषण : एक समाजशास्त्रीय अध्ययन (उत्तर प्रदेश राज्य के जालौन जिले के विशेष संदर्भ में)".

Candidate's Name: मिथलेश कुमारी

### COPYRIGHT TRANSFER

The undersigned hereby assigns to the Bundelkhand University, Jhansi all copyrights that exists in and for the above thesis submitted for the award of the Ph.D. degree.

Date: 18.7.2022

Place: Jhansi.

Mithlesh Kumar  
मिथलेश कुमारी



# P. K. UNIVERSITY

SHIVPURI (M.P.)

University Established Under section 2(F) of UGC ACT 1956 Vide MP Government Act No 17 of 2015

Ref. No. RC/PKU/22/18/STU-PSDC

Date. 22-03-2022

## Certificate of Pre- Ph.D. Submission

*This is to certify that Ms. Mithlesh Kumari is a Research Scholar, in P.K. University. The title of her Research Work "महिलाओं में कुपोषण एक समाजशास्त्रीय अध्ययन: उत्तर प्रदेश राज्य जालौन जिले के विशेष सन्दर्भ में". Her Pre Submission Defense Committee (PSDC) was held on 29-01-2022. She has successfully cleared the PSDC.*

  
22/3/22  
Dean Research  
Research Cell  
P.K. University

Dean Reserch  
P.K. University  
Shivpuri (M.P.)

CAMPUS : VILLAGE - THANRA, TEHSIL - KARERA, NH-27, DIST. - SHIVPURI (M.P.) -473665  
Mob.: 7241115088, Email: registrar.pkuniversity@gmail.com



# अनुक्रमणिका

क्रम सं०	विवरण	पेज नं०
प्रमाण पत्र एवं आभार		i-xiii
अध्याय-एक	प्रस्तावना	1-28
अध्याय- दो	शोध प्रविधि	29-59
अध्याय-तीन	सामाजिक, आर्थिक, जनांकिकीय स्थिति	60-105
अध्याय-चार	कुपोषण के कारण	106-141
अध्याय-पांच	कुपोषण से संबंधित जागरूकता की स्थिति	142-176
अध्याय-छह	कुपोषण के पर्यावरणीय कारक	177-201
अध्याय-सात	निष्कर्ष एवं सुझाव	202-212
परिशिष्ट-	<ul style="list-style-type: none"> <li>• संदर्भ ग्रंथ सूची</li> <li>• प्रकाशित शोध पत्र</li> <li>• राष्ट्रीय एवं अन्तर्राष्ट्रीय संगोष्ठियों में सहभागिता प्रमाण पत्र</li> <li>• साक्षात्कार अनुसूची</li> </ul>	213-219 1-23 24-38 39-46

# प्रथम अध्याय

## प्रस्तावना

- 1.1 कुपोषण क्या है
- 1.2 कुपोषण का प्रभाव
- 1.3 भारत में कुपोषण की स्थिति
- 1.4 कुपोषण पर जागरूकता
- 1.5 साहित्य का पुनरावलोकन
- 1.6 सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के उद्देश्य
- 1.7 सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण से लाभ
- 1.8 सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के कार्य
- 1.9 शोध साहित्य का पुनरावलोकन

## प्रस्तावना

भारत में कुपोषण एक अत्यंत जटिल मुद्दा है, आँकड़ों के अनुसार भारत की तकरीबन एक तिहाई जनसंख्या कुपोषण का सामना कर रही है, वहीं लगभग 40 प्रतिशत बच्चों को पर्याप्त मात्रा में भोजन भी प्राप्त नहीं हो पाता। भारत सरकार ने इस समस्या को दूर करने के लिए अब तक कई प्रयास किये हैं, लेकिन तेजी से बढ़ती जनसंख्या और शहरी क्षेत्रों में रहने वाली आबादी के बढ़ते अनुपात के कारण निरंतर समस्याएँ पैदा हो रही हैं।

वर्ष 2017 की वैश्विक पोषण रिपोर्ट बताती है कि भारत में 15 से 49 वर्ष की आयु वर्ग की 51 प्रतिशत महिलाएँ एनीमिया से पीड़ित हैं।

### 1.1 कुपोषण क्या है :

- कुपोषण वह अवस्था है जिसमें पौष्टिक पदार्थ और भोजन, अव्यवस्थित रूप से लेने के कारण शरीर को पूरा पोषण नहीं मिल पाता है और जिसके कारण गंभीर स्थिति पैदा हो जाती है।
- कुपोषण तब भी होता है जब किसी व्यक्ति के आहार में पोषक तत्व की सही मात्रा नहीं होती है।
- दरअसल, हम स्वस्थ रहने के लिए भोजन के जरिए ऊर्जा और पोषक तत्व प्राप्त करते हैं, लेकिन यदि भोजन में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन और खनिजों सहित पर्याप्त पोषक तत्व नहीं मिलते हैं तो हम कुपोषण का शिकार हो सकते हैं।

### 1.2 कुपोषण का प्रभाव :

- शरीर को आवश्यक संतुलित आहार लम्बे समय तक नहीं मिलने से बच्चों और महिलाओं की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है, जिससे वे आसानी से कई तरह की बीमारियों के शिकार हो जाते हैं।

- बच्चों और स्त्रियों के अधिकांश रोगों की जड़ कुपोषण ही है। स्त्रियों में रक्ताल्पता या घेंघा रोग अथवा बच्चों में सूखा रोग या रतौंधी और यहाँ तक कि अंधापन भी कुपोषण का ही दुष्परिणाम है।
- कुपोषण बच्चों को सबसे अधिक प्रभावित करता है। यह जन्म के बाद या उससे भी पहले शुरू हो जाता है और 6 महीने से 3 वर्ष की आयु वाले बच्चों में तीव्रता से बढ़ता है।
- सबसे भयंकर परिणाम इसके द्वारा होने वाले आर्थिक नुकसान है। कुपोषण के कारण मानव उत्पादकता 10–15 प्रतिशत तक कम हो जाती है जो सकल घरेलू उत्पाद को 5–10 प्रतिशत तक कम कर सकता है।

### 1.3 भारत में कुपोषण की स्थिति :

- अपनी एक हालिया रिपोर्ट में विश्व बैंक ने कहा था कि वर्ष 2010 से वर्ष 2018 के बीच भारत ने गरीबी से लड़ने के लिए अतुलनीय कार्य किया है और इससे देश में गरीबी दर में काफी गिरावट दर्ज की गई है।
- इस अवधि में देश की गरीबी दर तकरीबन आधी रह गई है।
- आँकड़ों के अनुसार वर्ष 2006 से वर्ष 2016 के दौरान भारत सबसे तेजी से गरीबी हटाने का कार्य किया है और इन वर्षों में लगभग 27 करोड़ लोग गरीबी रेखा के ऊपर आए हैं।
- गरीबी सूचकांक रिपोर्ट 2019 के मुताबिक, देश के कुल गरीबों का लगभग 50 प्रतिशत हिस्सा देश के मात्र चार राज्यों झारखण्ड, बिहार, उत्तरप्रदेश और मध्यप्रदेश में है।
- यद्यपि देश में गरीबी दर में गिरावट आ रही है, परन्तु कुपोषण और भूख की समस्या आज भी देश में बरकरार है।
- हाल ही में जारी हुए शोध के अनुसार, विश्व में 5 वर्ष से कम उम्र के प्रत्येक बच्चों में से एक बच्चा कुपोषण अथवा अल्प वजन की समस्या से

ग्रस्त है। पूरे विश्व में लगभग 200 मिलियन तथा भारत में प्रत्येक दूसरा बच्चा कुपोषण के किसी न किसी रूप से ग्रस्त है।

- रिपोर्ट में यह भी सामने आया था कि भारत में कुपोषण के कारण 5 वर्ष से कम उम्र लगभग 8.8 लाख बच्चों की मृत्यु हुई जो कि नाइजीरिया (8.6), पाकिस्तान (4.09 लाख) और कांगो गणराज्य (2.96 लाख) से भी अधिक है।
- इसी महीने वैश्विक भूखमरी सूचकांक 2019 जारी किया गया जिसमें भारत 117 देशों में से 102 वें स्थान पर रहा, जबकि भारत 2018 में भारत 103 वें स्थान पर था।
- भारत में 6 से 23 महीने के कुल बच्चों में से मात्र 9.6 प्रतिशत बच्चों को न्यूनतम स्वीकार्य आहार मिल पाता है।
- अर्थशास्त्र में नोबेल पुरस्कार विजेता अमर्त्य सेन का कहना है कि देश में कुपोषण और भूख से पीड़ित बच्चों की स्थिति काफी खतरनाक है इससे निपटने के लिये जल्द से जल्द नए विकल्पों को खोजा जाना चाहिए।
- जन्म के बाद बच्चों को जिन पोषक तत्वों की आवश्यकता होती है, वह बच्चों को मिल नहीं पाता है। देश में स्थिति यह है कि न तो बच्चों का सही ढंग से टीकाकरण हो पाता है और न ही उनके इलाज की उचित व्यवस्था हो पाती है।
- विगत 20 वर्षों में भारत में कुल खाद्यान्न उत्पादन 198 मिलियन टन से बढ़कर 269 मिलियन टन हो गया है, परंतु खाद्य उत्पादन में वृद्धि के बावजूद भारत में कुपोषण की दर बहुत अधिक है।
- कुपोषण एक गंभीर स्थिति है। कुपोषण तब होता है जब व्यक्ति के आहार में पोषक तत्वों की सही मात्रा नहीं होती है। कुपोषण का सबसे ज्यादा असर गर्भवती माँ और उसके होने वाले बच्चे पर दिखाई पड़ता है। राष्ट्रीय फ़ैमिली हेल्थ सर्वे (साल 2015-16) के अनुसार जिले के 15 से 49 आयु वर्ग की लगभग 24 प्रतिशत वयस्क महिलायें कम वजन वाली हैं जबकि 16

प्रतिशत वयस्क महिलायें अधिक वजन वाली हैं। 5 वर्ष से कम उम्र के लगभग 36 प्रतिशत बच्चे छोटे कद वाले या बौने हैं तथा लगभग 39.5 प्रतिशत बच्चे कम वजन के हैं। महिलाओं और बच्चों में होने वाले कुपोषण के तीन मुख्य कारण हैं।

कुपोषण का सीधा संबंध हमारे समाज में व्याप्त रूढ़िवादी परम्पराओं और रीति रिवाजों से है। सदियों से चली आ रही यह परम्परा मां और बच्चों को स्वस्थ रखने में बाधा बन रही है। कुपोषण का सीधा सम्बन्ध कुछ हद तक कुपोषित मां से भी है। उन्होंने बताया कि आम तौर पर हमारे समाज में देखा गया है कि परिवार के सभी सदस्यों को खिलाने के बाद महिला स्वयं खाना खाती है। पहले उसका पति और बच्चे, फिर कहीं जाकर उसकी बारी आती है। आखिरी में उसे जो भोजन मिलता है वह उसके लिए पर्याप्त है या नहीं, यह कभी कोई जानने की कोशिश नहीं करता।

अक्सर देखा गया है कि जैसे-जैसे लड़की बड़ी होती है तो कई शारीरिक और सामाजिक बदलाव उसे मां की तरफ आकर्षित करते हैं। अब लड़की भी अपनी मां के साथ भोजन करने लगती है यानी कितना पोषण मिला मालूम नहीं। अब मां के साथ बेटा भी कुपोषण का शिकार होने लगती है और यह चक्र इसी तरह चलता रहता है। आमतौर पर हमारे समाज में मां के पोषण का ध्यान गर्भावस्था में ही दिया जाता है। कुपोषित मां की संख्या बढ़ने का कारण केवल गरीबी ही नहीं बल्कि समाज की रूढ़िवादी परम्पराएं भी हैं। इसके अलावा उन्होंने बातया कि किशोरियों में हर माह मासिक धर्म के दौरान रक्तस्राव होना भी कुपोषित होने का मुख्य कारण होता है, जबकि लड़कों में इस प्रकार की कोई समस्या नहीं होती है। बेटियों के स्वास्थ्य की उपेक्षा एक परम्परा है कि बेटियों के बजाय बेटों के स्वास्थ्य पर ज्यादा ध्यान दिया जाता है। भोजन वितरण में लड़कों और लड़कियों के बीच असमानता और लड़कियों के स्वास्थ्य की उपेक्षा भी कुपोषण को बढ़ावा देती है। बेटा अगर स्वस्थ है तो वहीं आगे जाकर स्वस्थ माँ बनेगी।

कुपोषण का एक मुख्य कारण लड़की की कम उम्र में शादी और एक से अधिक बार गर्भधारण करना है। आंकड़ों के अनुसार जिले में 22 प्रतिशत महिलाओं की शादी 18 वर्ष से कम उम्र में हो जाती है। कम उम्र में शादी होने से लड़की पर यह दबाव बनाया जाता है कि वह शादी के एक साल भीतर ही गर्भ धारण कर ले। चाहे वो गर्भ के लिए शारीरिक और मानसिक तौर पर तैयार हो या नहीं। राष्ट्रीय फैमिली हेल्थ सर्वे 4 के अनुसार जिले में 19 से पहले लगभग 4.9 प्रतिशत महिलायें जल्दी गर्भधारण कर लेती हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि 19 वर्ष से कम उम्र में गर्भावस्था प्रायः अविकसित बच्चों को जन्म देती है। ऐसे में ज्यादातर बच्चें या तो समय से पहले जन्म लेते हैं या कुपोषित होते हैं।

ज्यादातर मामलों में पुत्र की चाहत में मां को बार-बार प्रसव पीड़ा से गुजरना पड़ता है। कई बार महिलाओं के पास यह निर्णय लेने का अधिकार नहीं होता कि वह कब गर्भवती हो। यह फैसला या तो उनका पति लेता है या सास। इसमें दो बच्चों के बीच में अंतर का भी ध्यान नहीं रखा जाता। जिसकी वजन से जन्म लेने वाले बच्चों के साथ-साथ मां भी कुपोषण का शिकार हो जाती है।

अगर पोषण और कुपोषण के बारे में लोगों में जागरूकता आ जाए और परम्पराओं और रूढ़िवादिता का चक्र टूट जाए तो काफी हद तक कुपोषण को रोका जा सकता है। समुदाय में लड़का, लड़की में होने वाले भेदभाव के प्रति हर व्यक्ति के सोच में बदलाव लाने पर ही कुपोषण को हराया जा सकता है।

- एक शोध रिपोर्ट में पाया कि जुलाई 2016 में राज्य और केंद्रशासित प्रदेश की सरकारों ने उन्हें आवंटित धन का केवल 16 प्रतिशत ही उपयोग किया था।
- वास्तविक समय पर डेटा की निगरानी, स्थिरता और जवाबदेही का अभाव राष्ट्रीय पोषण मिशन को भी प्रभावित करता है।
- आँगनवाड़ी केन्द्र, माताओं और बच्चों के लिए सेवाओं के वितरण हेतु काफी महत्वपूर्ण है। परन्तु बिहार और ओडीशा सहित कई राज्य कामकाजी आँगनवाड़ी केन्द्र स्थापित करने और कर्मचारियों की भर्ती के लिए संघर्ष कर रहे हैं।

## 1.4 कुपोषण पर जागरूकता :

- कई जानकार मानते हैं कि देश में भूख और कुपोषण से निपटने के लिए विकास दर को बढ़ाने की आवश्यकता है।
- देश में प्रति व्यक्ति आय बढ़ाने के लिए अर्थव्यवस्था के तीनों क्षेत्रों कृषि, उद्योग और सेवा में ऊँचे लक्ष्य निर्धारित कर उन्हें प्राप्त करने की आवश्यकता है।
- गरीबी से निपटने और देश में कुपोषण की दर को कम करने के लिए सर्वप्रथम कृषि क्षेत्र पर ध्यान देने की आवश्यकता है। देश में आज भी कृषि क्षेत्र काफी हद तक प्रकृति मुख्यतः बारिश पर निर्भर करता है।
- हालाँकि वर्तमान में कृषि क्षेत्र भारत की कुल आय में मात्र 17 प्रतिशत का योगदान देता है, परन्तु कृषि पर देश की 50 प्रतिशत से अधिक आबादी निर्भर करती है और इसी कारण इसे नजर अंदाज नहीं किया जा सकता।
- नई स्वास्थ्य नीति के तहत सरकार ने अब स्वास्थ्य पर जीडीपी का कुल 2.5 फीसदी खर्च करने का लक्ष्य निर्धारित किया है, जो कि सरहानीय प्रयास है। गौरतलब है कि सरकार अब तक इस कार्य हेतु जीडीपी का मात्र 1.04 प्रतिशत ही खर्च करती थी।
- शैक्षणिक दृष्टि से पिछड़े युवाओं को रोजगारोन्मुखी पाठ्यक्रमों के माध्यम से प्रशिक्षित करना होगा।
- सार्वजनिक वितरण प्रणाली में सुधार जैसे महत्वपूर्ण कदम भी उठाए जाने चाहिए।
- नवीन पशुगणना में सामने आया है कि देश में दूध का उत्पादन तेजी से बढ़ रहा है इसलिये बच्चों तक दूध और दुग्ध उत्पादों की उपयुक्त आपूर्ति सुनिश्चित करनी भी आवश्यक है।

## 1.5 साहित्य का पुनरावलोकन

वस्तुतः सम्बन्धित साहित्य के अध्ययन के बिना अनुसंधानकर्ता का कार्य अन्धे के तीर के समान होगा। इसके अभाव में उचित दिशा में वह एक पग भी आगे नहीं बढ़ सकता। जब तक उसे ज्ञात न हो कि उस क्षेत्र में कितना कार्य हो चुका है, किस विधि से कार्य किया गया है तथा उसके निष्कर्ष क्या आये हैं, तब तक वह न तो समस्या का निर्धारण कर सकता है और न उसकी रूपरेखा तैयार कर कार्य को सम्पन्न ही कर सकता है। इसके महत्व को स्पष्ट करते हुए गुड बार तथा स्केट्स कहते हैं : "एक कुशल चिकित्सक के लिए यह आवश्यक है कि वह अपने क्षेत्र में हो रही औषधि सम्बन्धी आधुनिकतम खोजों से परिचित होता रहे, उसी प्रकार शिक्षा के जिज्ञासु छात्र, अनुसंधान के क्षेत्र में कार्य करने वाले तथा अनुसंधानकर्ता के लिए भी उस क्षेत्र से संबंधित सूचनाओं एवं खोजों से परिचित होना आवश्यक है।"<sup>1</sup>

बेस्ट के अनुसार "व्यावहारिक दृष्टि से सारा मानव ज्ञान पुस्तकों एवं पुस्तकालयों में प्राप्त किया जा सकता है। अन्य जीवों के अतिरिक्त, जो प्रत्येक पीढ़ी में नये सिरे से प्रारम्भ करते हैं, मानव समाज अपने प्राचीन अनुभवों को संगृहीत एवं सुरक्षित रखता है। ज्ञान के अथाह भण्डार में मानव का निरंतर योग सभी क्षेत्रों में उसके विकास का आधार है।

डब्ल्यू. आर. बोर्ग के अनुसार, "किसी भी क्षेत्र का साहित्य उस आधारशिला के समान है जिस पर सम्पूर्ण भावी कार्य आधारित होता है। यदि सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण द्वारा इस नींव को दृढ़ नहं कर लेते तो हमारे कार्य की प्रभावहीन एवं महत्वहीन होने की सम्भावना है अथवा यह पुनरावृत्त भी हो सकता है।

चार्टर वी. गुड के अनुसार, "मुद्रित साहित्य के अपार भण्डार की कुंजी अर्थपूर्ण समस्या और विश्लेषणीय परिकल्पना के स्रोत का द्वार खोल देती है तथा समस्या के पारिभाषीकरण, अध्ययन की विधि के चुनाव तथा प्राप्त सामग्री के तुलनात्मक विश्लेषण में सहायता करती है। वास्तव में रचनात्मकता, मौलिकता, तथा चिंतन के विकास हेतु विस्तृत एवं गम्भीर अध्ययन आवश्यक है।

1. गणेश पाण्डेय—शोध प्रविधि, पृ. 142.

इस प्रकार सभी लेखकों ने एकमत से अनुसंधान कार्य की सफलता के लिए सम्बन्धित साहित्य का अध्ययन अपरिहार्य माना है।

### 1.6 सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के उद्देश्य :

गुड, बार तथा स्केट्स ने साहित्य के सर्वेक्षण के उद्देश्य की चर्चा करते हुए लिखा है कि यह निम्नांकित तथ्यों को स्पष्ट करता है :

1. क्या उपलब्ध प्रमाण समस्या का समुचित समाधान प्रस्तुत करते हैं?
2. यह सर्वेक्षण उन सिद्धांतों, व्याख्याओं तथा परिकल्पनाओं को विचार प्रदान करता है जो अपने अध्ययन की समस्या के निर्माण के लिए महत्वपूर्ण होते हैं।
3. यह समस्या के समाधान हेतु अनुसंधान की समुचित विधि का सुझाव देता है।
4. तुलनात्मक आँकड़ों को प्राप्त करने व उनके विश्लेषण में सहायक होता है।
5. सम्बन्धित साहित्य का गम्भीर अध्ययन अनुसंधानकर्ता के ज्ञान कोष की वृद्धि करता है।

### 1.7 सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण से लाभ :

वास्तव में सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण से अनुसंधानकर्ता को निम्नलिखित लाभ हैं :

- यह अनावश्यक पुनरावृत्ति से बचाता है।
- शोध प्रबंध के एक महत्वपूर्ण अंग के रूप में अनुसंधानकर्ता के ज्ञान, उसकी स्पष्टता तथा कुशलता को स्पष्ट करता है।
- सभी प्रकार के विज्ञानों तथा शास्त्रों में अनुसंधानकर्ता कार्य का आधार होता है। इसके अभाव में एक इंच भी आगे नहीं बढ़ सकते।
- अब तक उस क्षेत्र में हो चुके कार्य की सूचना देता है।

- पहले किये गये कार्य के आँकड़े वर्तमान अध्ययन में सहायक होते हैं।
- यह समस्या के चुनाव, विश्लेषण एवं कथन में सहायक होता है।
- यह समस्या के अध्ययन में सूझ पैदा करता है।
- अनुसंधानकर्ता के समय की बचत करता है।
- समस्या के सीमांकन में सहायक होता है।
- इससे अध्ययन की रूपरेखा तैयार करने में सहायता मिलती है।
- अनुसंधानकर्ता को त्रुटियों से बचाता एवं सावधान रखता है।
- अध्ययन की विधि में सुधार कर श्रम की बचत करता है तथा अनुसंधानकर्ता में आत्मविश्वास उत्पन्न करता है।

### 1.8 सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के कार्य :

सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के मुख्य रूप में निम्नलिखित पाँच कार्य हैं :

1. यह अनुसंधान कार्य के लिए आवश्यक सैद्धांतिक पृष्ठभूमि प्रदान करता है। प्रत्येक प्रत्यय और धारणा को स्पष्ट करता है।
2. इसके द्वारा यह स्पष्ट हो जाता है कि इस समस्या क्षेत्र में अनुसंधान की स्थिति क्या है? क्या कब, कहाँ, किसने और कैसे अनुसंधान कार्य किया है? इसके ज्ञान द्वारा अपने अध्ययन की योजना बनाना सुविधाजनक हो जाता है।
3. सम्बन्धित साहित्य का सर्वेक्षण, अनुसंधान के लिए अपनायी जाने वाली विधि, प्रयोग में लाये जाने योग्य उपकरण तथा आँकड़ों के विश्लेषण के लिए प्रयोग में आने वाली उपयुक्त विधियों को स्पष्ट करता है।
4. यह इस तथ्य का भी आभास देता है कि लिया गया अनुसंधान कार्य किस सीमा तक सफल हो सकेगा और प्राप्त निष्कर्षों की उपयोगिता क्या होगी?

5. इसका यह महत्वपूर्ण कार्य समस्या के परिभाषीकरण, अवधारणा बनाने, समस्या के सीमांकन और परिकल्पना के निर्माण में सहायता करना है।

### 1.9 शोध साहित्य का पुनरावलोकन :

जैसा कि ज्ञात हुआ है कि कुपोषण आज भारत में ही नहीं पूरे विश्व में एक गंभीर समस्या बन गयी है, कुपोषण की समस्या और कुपोषितों की रहन सहन, सामाजिक, आर्थिक स्थिति को ज्ञात करने के लिए एवं उनका समाधान ढूढने के प्रयास करने के लिए समय-समय पर कई शोधार्थियों ने शोध कार्य किया है, समाजवैज्ञानिक, मनोवैज्ञानिक, जीववैज्ञानिक एवं मानवशास्त्रीय के द्वारा कई शोध अध्ययन किये गये हैं, प्रस्तुत शोध अध्ययन में पूर्व में किये गये प्रमुख शोध साहित्यों का पुनरावलोकन करने का प्रयास किया गया जो इस प्रकार है—

मिश्रा, विनोद के. और लहिरी, सुब्रता (1999)<sup>1</sup> ने भारत में कुपोषण का अध्ययन किया तथा उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि भारत में कुपोषण का प्रमुख कारण घर की स्थिति एवं महिलाओं में अशिक्षा तथा उनमें पोषण आहार की कमी है, तथा उन्होंने निष्कर्ष के रूप में यह सुझाव दिया कि लोगों को अपनी घर की स्थिति को ऊँचा उठाने का प्रयास करना चाहिए।

स्मिथ, लिसा सी. और हैडेड, लवरेन्स (2000)<sup>2</sup> ने वाशिंगटन में एक्सप्लेनिंग चाइल्ड मैलन्यूट्रीशन इन डेवलॉपिंग कन्ट्री का अध्ययन किया है तथा उन्होंने अध्ययन में पाया कि विकासशील देशों को वहाँ कि स्वास्थ्य, शिक्षा तथा खाद्य पदार्थों की आपूर्ति बहुत प्रभावित करती है, तथा इसका प्रभाव बच्चों में कुपोषण की स्थिति पर भी दिखलाई पड़ता है।

<sup>1</sup> Mishra, v.k., s.lahiri and n.y.luther.(1999); child malnutrition i v In india; national family health survey report. international institute for population science, Mumbai, india, East- west center, population health studies, Honolulu, Hawali, USA.pp.34-35.

<sup>2</sup> Smith, L.C. and L.hadded. (2000) ; Explaining child malnutrition in developing countries : A cross analysis. research paper. food consumption and nutrition division, international food policy , research institute, Washington.pp.94-100.

नेमोपेयर, प्रीस्का एन. (2000)<sup>1</sup> ने ग्रामीण महिलाओं की स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति का अध्ययन किया और उन्होंने बताया कि भविष्य में देश की उन्नति के लिए बच्चों का स्वास्थ्य होना अति आवश्यक है तथा इसके लिए माता-पिता को पोषण का ध्यान रखना चाहिए एवं उनके कल्याण के लिए समाज तथा राज्य को भी अपना उत्तरदायित्व निभाना चाहिए तथा जो महिला गरीबी के कारण रोगग्रस्त व कुपोषित हो रहे हैं उनको एक अच्छी स्थिति प्रदान करने का प्रयास करना चाहिए।

मोरिस, साल सूटकोवर (2000)<sup>2</sup> ने वाशिंगटन में टारगेटीन अर्बन मैलन्यूट्रीशन : ए मल्टीसिटी एनालिसिस ऑफ द स्पारटियल डिस्ट्रीब्यूशन ऑफ चाइल्ड हूड न्यूट्रीशन स्टेट्स का अध्ययन किया और उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि कुपोषण का मुख्य कारण गरीबी, भीड़-भाड़ और घटिया आवास, पीने योग्य पानी की कमी हैं, और इसी कारणों से ही अधिक बाल मृत्यु-दर एवं अन्य स्वास्थ्य व पोषण संबंधी रोग उत्पन्न होते हैं।

यूसाफजाई, आईसा के. (2003)<sup>3</sup> ने लंदन में फीडिंग डिफिकल्टीज इन डिसएबल चिल्ड्रन टू मैलन्यूट्रीशन : एक्सप्रेसन इन इंडियन स्लम का अध्ययन किया है तथा उन्होंने अपने अध्ययन में यह दिखाने का प्रयास किया कि भारत के झुग्गी बस्ती में रहने वाले महिलायें कुपोषण व विकलांगता के कारण क्या हैं? उन्होंने पाया कि गंदी बस्ती में रहने वाले बच्चों में को अतिरिक्त स्वास्थ्य

<sup>1</sup>Nemapore.prisca N.(2000) ; Health and nutrition status of rural children. article. USA.pp.7-10.

<sup>2</sup>Soul sutkover morris.(2000) ; Targeting urban malnutrition : A multicity analysis of the spatial distribution of child hood nutritional status. Research paper. food consumption and nutrition division, intenational food policy research institute, Washington. DC.USA.pp.75-85.

<sup>3</sup>Yousafzai.A.k, Filteau S. and wirz, D.(2003) ; Feeding difficulties in disabled childrens leads to malnutrition : experience in an Indian slum. Center for international institute of child health university college London. UK. British Journals of nutritio. pp.1097-1106.

सुविधा एवं पोषक आहार की आवश्यकता है तथा इनको प्रभावित करने वाले कारकों की और बारीकी से जाँच की आवश्यकता है।

भंडारी, लवेश और जैदी, लहर (2004)<sup>1</sup> ने कुपोषण की लागत की समीक्षा का अध्ययन किया है, अध्ययन में उन्होंने पाया है कि कुपोषण तथा अन्य पोषक तत्व संबंधी समस्या से निपटाने के लिए बड़े पैमाने पर निवेश किया गया है लेकिन इसका लाभ सभी लोगों को प्राप्त नहीं हो रहा है इन लागत का मूल्यांकन करने के लिए कठोर नियम बनाने की आवश्यकता है जिसका लाभ सही तरीके से सबको मिल सके।

शेखर मीरा, और गुप्ता मोनिका दास (2005)<sup>2</sup> ने भारत के कुपोषित बच्चों व महिलाओं के सुधार और कार्यवाही का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने आई.सी.डी.एस. के कार्यक्रमों के प्रभावों की जाँच की है, जिसमें उन्होंने पाया कि आई.सी.डी.एस. की जो कार्यवाही है, और नीतियाँ हैं, वो बहुत धीमी गति से कार्य कर रही हैं, अगर आई. सी.डी.एस. को अपने कार्यक्रम को सफल बनाना है, तो नीतियों को अच्छे से क्रियान्वयन की आवश्यकता है।

टैरोजी, एल्सैन्डों और महाजन, अपराजित (2006)<sup>3</sup> ने 1990 में भारत में बाल कुपोषण का अध्ययन किया जिसमें देखा कि बच्चों में कुपोषण का कारण लिंग भेद एवं भौगोलिक क्षेत्रों के कारणों से होता है और साथ ही अन्य प्रकार की समस्याएं भी उत्पन्न होती हैं, तथा पाया कि शहरी क्षेत्रों में लिंग भेद के कारण होने वाली स्वास्थ्यगत समस्याएं कम हो गई है तथा भारत की आर्थिक स्थिति में भी परिवर्तन दिखाई दे रहा है।

<sup>1</sup> Bhandari, L. Zaidi, L.(2004) ; Reviewing the costs of Malnutrition in India. Indicus analytics, University of North Carolina, PP.22.

<sup>2</sup> Shekar Meera, Monica Das Gupta.(2005) ; India's undernourished children: A call for reform and Action. The international Bank for reconstruction and development. The world bank 1818, Street. NW, Washington, DC20433. pp.28-30.

<sup>3</sup> Tarozzi, a. and mahajan.a.(2006) ; Child Malnutrition in India in the nineties. Duke University and standforduniversity. research paper. pp.25-27.

कुमार,संजीव (2006)<sup>1</sup> ने मैलन्यूट्रीशन इन चिल्ड्रन ऑफ दी बेकवर्ड स्टेटस ऑफ इंडीया एन्ड दी आई.सी.डी.एस. प्रोग्राम्स का अध्ययन किया इस अध्ययन में उन्होंने अनुसूचित जाति और जनजाति लोगों में कुपोषण एवं पोषण से सम्बन्धित अन्य स्वास्थ्य की समस्या के मुद्दे पर आई.सी.डी.एस. कार्यकर्ताओं द्वारा टीकाकरण एवं स्वास्थ्य शिविर तथा अन्य जागरूकता शिविर का आयोजन करता है, लेकिन इसका लाभ कुछ लोगों को मिलता है इन्हें कुपोषण की हालात को सुधारने के लिए अधिक से अधिक कार्यक्रम करने की तथा उनकी सेहत को सुधारने की जरूरत है।

स्वेजबर्ग, पीटर (2008)<sup>2</sup> ने वाय मैलन्यूट्रीशन इन साइनिंग इंडिया पैररिस्ट नामक विषय का अध्ययन किया इस शोध पत्र का प्रमुख उद्देश्य कुपोषण को कम करने के लिए आर्थिक नीतियाँ नाकाम रही हैं क्यों? जानने का प्रयास किया गया तथा इनके शोध पत्र का निष्कर्ष निकला कि भारत में कृषि क्षेत्र में उत्पादकता कम होने से आय में कम वृद्धि होती है, महिलाएँ अशिक्षित होती हैं तथा भारत की गरीबी में मामूली कमी आई है, इन्हीं कारणों से कुपोषण को बढ़ावा मिल रहा है।

रिसर्च डी. सेम्बा, साशाकिया डी. पी. और सोन्ज वार्थ रेस (2008)<sup>3</sup> ने इन्डोनेशिया में 1-3 वर्ष के बच्चों के परिवार में आयोडीन नमक के उपयोग न होने से बाल-कुपोषण मृत्युदर का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने यह पाया कि इन्डोनेशिया में आयोडीन नमक का भरपूर प्रयोग न करने से नवजात शिशुओं में बाल कुपोषण से अधिक मृत्युदर पाया जाता है, बच्चों की आयु वर्ग को बढ़ाने के लिए इन्डोनेशिया में आयोडीन नमक के उपयोग को और अधिक बढ़ाना चाहिए।

<sup>1</sup> Kumar,sanjeev.(2006) ; Malnutrition in children of the backward status in india and the ICDS programme.research paper.pp.10-11.

<sup>2</sup> Svedberg,p.(2008) ; Why malnutrition in shining india persists, National Family Health survey. Stockholm University. Research paper.pp.30-38.

<sup>3</sup> . D.Semba Richard, Saskia De Pee.(2008); Child malnutrition and mortality among families not utilizing adequately iodized salt in Indonesia. The American journal of clinical nutrition. printed in USA.pp.438-494.

स्वेजबर्ग, पीटर (2009)<sup>1</sup> ने भारत और चीन में कुपोषण – एक तुलना का अध्ययन किया जिसमें उन्होंने पाया कि चीन और भारत कुपोषण के खिलाफ कार्यवाही कर रहे हैं जिसमें हद तक चीन ने सफलता प्राप्त की है, लेकिन भारत में इसकी कमी नाम मात्र है इसका कारण यहाँ की बढ़ती गरीबी और ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले लोगों में अशिक्षा आदि है चीन और भारत की तुलना से यह स्पष्ट है कि कुपोषण को रोकने के लिए भारत को अभी और अधिक प्रयास की जरूरत है।

सूद, नीलम (2010)<sup>2</sup> ने भारत के बच्चों के बीच कुपोषण : संज्ञानात्मक विकास और स्कूल की भागीदारी के साथ संबंध का अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने पाया कि भारत में गरीबी और अशिक्षा ही कुपोषण का प्रमुख कारण है। बच्चों के कल्याण के लिए तथा कुपोषण से लड़ने के लिए अधिक से अधिक अनुसंधान तथा समीक्षा की आवश्यकता है।

लैंग, जोहना क्रिस्टिना डी. (2010)<sup>3</sup> ने साउथ आफ्रीका में फैक्टर कन्ट्रीब्यूटींग टू मैलन्यूट्रीशन इन चिल्ड्रन 0-6 मंथ एडमिटेड इन नॉरथन कैम्प का अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि बच्चों को अपनी उम्र के अनुसार पर्याप्त दूध नहीं मिलता पीने योग्य पानी तथा पोषक खाद्य पदार्थ भी नहीं मिलता है इन्हीं कारणों से उनमें की समस्या अधिक पायी जाती है।

काटून्डु मंगानी (2011)<sup>4</sup> ने जूम्बा में गेप एनालिसिस फॉर दी नेशनल हेल्थ रिसर्च एजेंडा ऑफ मलावी : रिसर्च प्रायोरिटिस फॉर द थीम ऑफ न्यूट्रीशन का

<sup>1</sup> Svedberg, p.(2009) ; child malnutrition in india and china : a comparision, National Family Health survey. Stockholm University. Research paper.pp.97.

<sup>2</sup> . Sood. Neelam.(2010) ; malnourishment among children in india : Linkages with connitive development and school participation. National university of education planning and administration NUEPA UK. pp.78-112.

<sup>3</sup> De Lange, JC.(2010) ; factors Contributing to malnutrition in children 0-60 month admitted to hospital in the Northern Cape. Faculty of Health Science Department of nutrition and dietetics University of the free state Blomfontein south Africa.pp. 194-198.

<sup>4</sup> Katundu, M and Geresomo, N.(2010) ; Gap Analysis for the national health Research Agenda of Malawi : Research priorities for the theme of nutrition. National commission for

अध्ययन किया और उन्होंने अपने अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया कि लड़के और लड़कियों के बीच पोषक तत्वों की कमी का कारण क्या है? अध्ययन में पाया कि कारण पोषक तत्वों के बारे जानकारी का आभाव है।

फकीर एम.एस. अदनन (2011)<sup>1</sup> ने मैलन्यूट्रीशमेंट एन्ड सेक्स बेस इन मल्टीडाइमेंसनल चाइल्ड पावर्टी : ए स्टडी इन कोरेल सैटलमेंट विषय के अध्ययन पर लिंग आधारित कुपोषण की स्थिति का अध्ययन किया उन्होंने अपने अध्ययन में बताया कि पुरुषों की तुलना में महिलाओं में अधिक कुपोषण पाया जाता है तथा इसका प्रमुख कारण गरीबी हैं।

मैथ्यु एल. जोसफ, पटवारी अशोक और गुप्ता पीयुष (2011)<sup>2</sup> ने एम्यूट रिसपीरेटरी इनफेक्शन एंड निमोनिया इन इंडिया: सिस्टमेटिक रिव्यू ऑफ लिटरेचर फॉर एडबोकेसी एंड एक्शन : यूनिसेफ-पी.एच.एफ.आई.-सिरिज ऑन न्यू बर्न एंड चाइल्ड हेल्थ, इंडिया का अध्ययन किया जिसमें उन्होंने पाया कि भारत में अधिकांश बच्चें निमोनिया और कुपोषण के कारण मृत्यु को प्राप्त होते हैं, और अधिकांश बच्चें बचपन से पूर्ण पोषक आहार न मिलने से हमेशा बीमार रहते हैं, इनमें सुधार करने के लिए बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम को क्रियान्वित व सुचारू रूप से लोगों को जागरूक करने की आवश्यकता हैं।

मन्गेशकर, एम. जैमर्थ (2012)<sup>3</sup> ने भारत में पोषण की स्थिति: सामाजिक-आर्थिक स्थिति विषय पर अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने भारत के

---

science and technology(NCST). Health Research capacity strengthwning Initiative (HRCISI). P/B b303, Capital City, Lilongwe 3.pp.34-39.

<sup>1</sup> Fakir,m.s.a.(2012); malnourishment and sex bais in multidimensional child poverty : A study in korail settlement. Department of economics and social science (ESS). BRAK University U.K. inderpended research. pp. 50-56.

<sup>2</sup> Mathew L joseph, Ashok K Patwari.(2011) ; Acute Respirator Imfection and Pneumonia in India : A systematic Review of liatrature for advocacy and action UNICEF-PHFI series on Newborn and child Health India. INDIAN PEDIATRICS. vol.48.pp.191-193.

<sup>3</sup> Mangeshkar Jaibhart. M. (2012) ; Nutritional status of children in india : An overview of socio-economic condition. Indian journal of research vol: 1. issue: 12. ISSN-2250-1991.pp.49-50.

प्रमुख राज्यों में बाल कुपोषण की सामाजिक- आर्थिक स्थिति की असमानता को ज्ञात किया एवं बच्चों के पोषण की स्थिति एवं पोषक तत्वों से संबंधित तथ्यों को एकत्रित किया और उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि कम आय वर्ग वाले बच्चों की तुलना में उच्च आय वर्ग के बच्चों में पोषण की स्थिति बेहतर है।

पीकोट, जे.(2012)<sup>1</sup> ने दी इफेक्टिवनेस ऑफ इन्टरवेंशन इन यंग चिल्ड्रन : ए सिस्टमैटिक रिव्यू का अध्ययन किया एवं उन्होंने यह जानने का प्रयास किया कि 5 साल के बच्चों के उपचार को प्रभावित करने वाले कारक क्या हैं? तथा अध्ययन में पाया कि 5 साल के बच्चों में आनेवाली पोषक तत्व संबंधी स्वास्थ्य की समस्या से निपटने के लिए उच्च प्रबंधन की आवश्यकता है तथा अन्य औपचारिक दवाओं का प्रचार-प्रसार किया जाना चाहिए।

मोहीददीन लिली, फेल्स लौरा और वाल्टर तमसीन (2012)<sup>2</sup> ने अर्बन मैलन्यूट्रीशन : ए रिव्यू ऑफ फूड सेक्यूरिटी एंड न्यूट्रीशन एमोन्ग दी अर्बन पूअर विषय पर अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने शहरी क्षेत्रों में रहने वाले गरीब परिवार में खाद्य आपूर्ति तथा अल्प पोषकता की जानकारी तथा कुपोषण की स्थिति से संबंधित समस्या को देखा और यह पाया कि गंदी बस्ती में रहने वालों बच्चों में खाद्य आहार में पोषक तत्वों की कमी होती है, एवं यहाँ पीने योग्य पानी की कमी होने के कारण कुपोषण की अधिकता पाई जाती है।

जगदीश, भगवती और पनागरिया, अरविन्द (2012)<sup>3</sup> ने इंडीया ट्रस्ट वीथ डसेटीनी : डिबकिंग मिथ दैट अंडरमाईन प्रोग्रेस एंड एडरेशिंग न्यू चैलेन्जेश हरपर

<sup>1</sup> Picot.j. D. Hartwell, P Harros.(2012) ; The effectiveness of interventions to treat severe acute malnutrition in young children : A systematic review HealthTechnology Assesment 2012 ; vol. 16: No. 19. ISSN 1366-5278.pp.99-101.

<sup>2</sup> Lili Mohiddin and Laura Phelps.(2012) ; Urban Malnutrition : A review of food security and nutrition among the urban poor. Nutrition work. International public nutrition resource group.pp.47-49.

<sup>3</sup> panagariya.A.(2012) ; The myth of child malnutrition in india. program on Indian economic policies. colimbia university. pp.23-26.

कुलिंग इंडिया फोर्थ कर्मिंग इन नवंबर विषय से संबंधित अध्ययन किया तथा पाया कि भारतीय जनसंख्या में आधे से अधिक जनसंख्या गरीब और भूखी है, जिसके कारण पोषक तत्व संबंधी संक्रमण बीमारियाँ फैल रही है, जिसमें कुपोषण की समस्या भी प्रमुख हैं।

डेस्टेव, बाइक (2013)<sup>1</sup> ने इथोपिया में प्रिवलेन्स ऑफ मैलन्यूट्रीशन एंड एसोसियेटेड फैक्टर अमोन्ग चिल्ड्रन एज 0-59 मंथ एट हिडाबु एबोटे डिस्ट्रीक नॉर्थ शेवा, आरोमिया रिजनल स्टेट के अध्ययन में पाया कि कुपोषण 0-59 वर्ष के बच्चों में एक बड़ी समस्या है, तथा इस समस्या को दूर करने के लिए सरकार को विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है।

मारटारेल, रेनाल्डो (2013)<sup>2</sup> ने द नेचर ऑफ चाइल्ड मैलन्यूट्रीशन एंड इट्स लान्ग-टर्म इम्प्लीकेशन विषय के अध्ययन पर पाया कि गरीब देशों में पोषण की समस्या बहुत आम है, बच्चों के पोषण में सुधार लाने के लिए तथा भविष्य में आर्थिक संकट से निपटने के लिए सरकार को अधिक प्रयास करना जरूरी है।

बंदोपाध्याय अबीर और अग्रवाल वंदना (2013)<sup>3</sup> ने भारत में मलिन बस्तियाँ : विगत से वर्तमान तक का अध्ययन किया जिसमें उन्होंने पाया कि गंदी बस्तियों में निवास करने वाले लोगों को शहरी क्षेत्रों की तुलना में कम सुख-सुविधाएं

<sup>1</sup> Destaw Bike.(2013) ; prevalence of malnutrition and associated factors among children aged 6-59 months at Hidabu abote district north shewa aromia regional state. Research paper published by JND an open access journals. ISSN.2161- 0506.pp.6-10. <http://dx. doi.org/10.4172/2161-0509.Ti.001>.

<sup>2</sup> Mortorell, Reynaldo.(2013) ; The nature of child malnutrition and it's long terms implications. Research paper. published by food and nutrition bulletien . Vol.20. No.3. The united nations university, U.K.pp.290-292.

<sup>3</sup> Bandyopadhyay Abir, vandana Agrawal.(2013); Slum in India- from past to present. International Refereed Journal of Engineering and science. ISSN(online)2319-1839. print 2319-1821.vol.2,issue 2013,pp.55-59.

मिलती हैं, जैसे –उन्हें पानी, विजली, सड़क एवं स्वास्थ्य की समस्याएं होती हैं, अगर इन गंदी बस्तियों में इन सुविधाओं व इनकी स्वास्थ्य संबंधी सुरक्षा के लिए योजनाएं बनाई जाये तो इनकी समस्याओं का निदान हो सकता है, और इन बस्तियों में स्वास्थ्य और कुपोषण की समस्या भी कम हो सकती हैं।

पद्मा के. (2013)<sup>1</sup> ने मैलन्यूट्रीशन-इनसीडेन्स एंड इम्पैक्ट (ए कम्परेटीव स्टडी ऑफ फोर्थ साउथन स्टेट्स इन इंडिया) का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने पाया कि कुपोषण को नियंत्रित करने के लिए पोषण कार्यक्रमों को अधिक प्रभावशाली बनाने की आवश्यकता है, और कई वैकल्पिक सुझावों की आवश्यकता है।

चेतन एन. पोपट और मजुमदार बी.एस. (2014)<sup>2</sup> ने वड़ोदरा शहर के ए क्रास सेशनल स्टडी टु मिसर द प्रीवलेन्स ऑफ मैल्यूट्रीशन एन्ड फैक्टर एसोसियेटेड वीथ मैल्यूट्रीशन एमोन्ग अन्डर फाइव ईयर चिल्ड्रन ऑफ एन अरबन स्लम आफ वडोदरा सिटी का अध्ययन किया और पाया कि इस क्षेत्र में कुपोषण की बीमारी अधिक प्रचलित है, और इसका कारण मातृ आसाक्षरता थी, यहां के क्षेत्रों में पोषण की स्थिति को सुधारने के लिए इस क्षेत्र में मातृ साक्षरता को सुधारने का प्रयास किया गया है, जिसमें वह सफल हुए, लेकिन उसमें कमी पाई गयी, और इस कमी को पूरा करने के लिए अधिक प्रयास की जरूरत है।

दास गुप्ता अपराजिता, नैइया सौरव और राय सौम्लया (2014)<sup>3</sup> ने कोलकत्ता में असिसमेंट ऑफ इन्फैक्ट एंड यंग चाइल्ड फीडिंग प्रैक्टिस एमोन्ग द

<sup>1</sup> Padma. K,(2013) ; Malnutrition Incidence and Impact ( A comparative study of four southern states in India). International journal of Humanities and social science invention. Issn( online) : 2319-1772, issn(print) : 2319-7714, vol.2, pp.06-15.

<sup>2</sup> . Popat N. chetan.(2014) ; A cross sectional study to measure the prevalence of malnutrition and factors associated with malnutrition among under five children of an urban slum of varodara city , Journal of research in medical and dental science , voi.02.issue 3, pp.59-

<sup>3</sup> Dasgupta Aparajita, Sourav Naiya. (2014); Assessment of infant and young child feeding practices among the mother's in a slum area's of Kolkata: A cross sectional study .

मदर इन ए स्लम एरिया ऑफ कोलकाता :ए कास सेक्शनल स्टडी का अध्ययन किया और पाया कि मलिन बस्तियों में समस्या अधिक होती हैं, जिसके कारण वहाँ बच्चों में स्वास्थ्य की समस्या अधिक देखने का मिलती हैं, अगर इन बस्तियों में जो भी समस्याएं हैं, उन समस्याओं को सरकार को पता लगाकर उन्हें दूर करने के प्रयास करने चाहिए, तथा उन्हें स्वास्थ्य केंद्र, रोजगार, पानी की व्यवस्था आदि का लाभ देना चाहिए, तथा उन्हें इन लाभों को प्राप्त करने के लिए प्रेरित भी करना चाहिए।

सिंह सुनील (2014)<sup>1</sup> ने हैदराबाद में भारत में प्राथमिक स्कूल के बच्चों में कुपोषण का अध्ययन किया और उन्होंने बताया कि हैदराबाद में सबसे अधिक कुपोषित बच्चों का वजन कम होता है, इसका कारण उन्होंने अकुशल कामगार पिता और बेरोजगार माताओं को बताया जो अपनी आर्थिक स्थिति ठीक न होने के कारण बच्चों को सही पोषण नहीं दे पाते।

डाउन आनंदिता और बसु रंजन (2014)<sup>2</sup> ने पश्चिम बंगाल में बाल कुपोषण की स्थिति चुनौती पश्चिम बंगाल के कोलकाता नगर-निगम के विशेष संदर्भ का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने पाया कि कोलकाता में सरकार कुपोषण को रोकने के लिए सराहनीय कार्य कर रही है, लेकिन इसके बाद भी यहाँ के कई क्षेत्रों में कुपोषण की समस्या कम नहीं हो रही है, इसका कारण उस क्षेत्र में रहने वाली माताओं को सरकारी योजना के बारे में पता ही नहीं है, जिसके

---

International journal of biological and medical research. Direct publication IJBMR-Issn :0976-6685,pp.3851-3861.

<sup>1</sup> Singh Sunil .(2014) ; Malnutrition Among primary school children in Hyderabad, Andhra Pradesh, India. International journal of technical Research and application e-issn : 2328-8163, vol.2, issue.1 ,pp.36-39.

<sup>2</sup> Dawn Anandita, Rajan Basu. (2014) ; Status and challenges of child malnutrition in west Bengal with special references to area under Kolkata municipal corporation . International journal of Humanities and social science invention, ISSN (online) : 2319-7722, ISSN(print) :2319-7714, vol.3, issue.4,pp.56-63. 38. Singh Sunil.(2014) ; Prevalence of malnutrition Anemia in primary school children in urban slums areas of Hyderabad , Andhra Pradesh , india. British Biomedical Bulletin , Issn : 2347-5447, vol.2, pp.147-154.

परिणाम स्वरूप वे इन कल्याणकारी कार्यक्रमों से वंचित हो जाते हैं, सरकार को इन कार्यक्रमों के प्रचार प्रसार के लिए नये नये तरिके अपनाने चाहिए।

सिंह सुनील (2014)<sup>1</sup> ने मैलन्यूट्रीशन अमोन्ग प्राइमरी स्कूल चिल्ड्रन इन हैदराबाद, आंध्र प्रदेश, इंडिया का अध्ययन किया और अध्ययन में पाया कि गंदी बस्तियों के बच्चों में एनीमिया की शिकायत अधिक पाई जाती है, जिसके कारण उनका वजन बढ़ता है, और वे कुपोषित ही रहते हैं, और एनीमिया का प्रमुख कारण उनकी आर्थिक स्थिति का खराब होना है।

आर्थर सैमुलिना एस. (2015)<sup>2</sup> ने टैकलिंग मैलन्यूट्रीशन : ए सिस्टमैटिक रिव्यू ऑफ 15 ईयर रिसर्च इविडेंस फॉर्म इन्डेफथ हेल्थ एंड डेमोग्राफीक्स सर्वेइलेन्स सिस्टम का अध्ययन किया और बताया कि बच्चों में पोषण की स्थिति को सुधारने के लिए और नीतियों की जरूरत है, और इन नीतियों को क्रियान्वित करने के लिए अनुसंधान की आवश्यकता है, जिससे इन नीतियों को और अधिक सुचारू रूप से चलाया जा सके।

काले अर्पणा बी. (2015)<sup>3</sup> ने ए स्टडी टू एक्सेस द इफीकटीवनेस ऑफ प्लान हेल्थ टिचिंग प्रोग्राम ऑन नॉलेज रिगार्डिंग एनर्जी मैलन्यूट्रीशन एमोन्ग मदर ऑफ 5 ईयर चिल्ड्रन इन सिलेक्टेड एरिया इन सान्गलीबाड़ी का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने पाया कि कुपोषण को कम करने के लिए प्रोटीन ऊर्जा को बढ़ाने की

<sup>1</sup> Singh Sunil.(2014) ; Prevalence of malnutrition Anemia in primary school children in urban slums areas of Hyderabad , Andhra Pradesh , india. British Biomedical Bulletin , Issn : 2347-5447, vol.2, pp.147-154.

<sup>2</sup> Arthur Samuelina S., Bongiwe Nuide.(2015); Tackling malnutrition : A Systematic Review of 15-year Research evidence from INDEPTH Health and Demographic Surveillance system. Global health action. Ghana. B 28296-VB, pp.5-12.

<sup>3</sup> Kale B.Aparana.(2015); A study to access the effectiveness of planned health teaching programme on knowledge regarding protein-energy malnutrition among mother's of under five children in selected area of sangliwadi. innovational journal of nursing and health care, vol.1(2). pp.162-166.

आवश्यकता हैं, जिसके लिए माताओं को ज्ञान बढ़ाने की आवश्यकता हैं, और सुनियोजित शिक्षण को अधिक प्रभावी बनाने की आवश्यकता हैं।

कविता एम.(2015)<sup>1</sup> ने एक्सेस द नॉलेज आन मैलन्यूट्रीशन एमोन्ग मदर इन विनायका मिशन हॉस्पिटल, सालेम का अध्ययन किया और इस अध्ययन में यह सामने आया कि भारत में कुपोषण का सबसे अधिक प्रभाव जनसंख्या के कारण होता हैं, तो जनसंख्या को कम करने के लिए नीतियां तो बनाई गई, लेकिन इन नीतियों को और अधिक सुचारु रूप से बनाने की आवश्यकता हैं।

जॉस मैनुअल, मुखोपाध्याय आलोक और दास रंजन (2015)<sup>2</sup> चाइल्ड मैलन्यूट्रीशन एंड रिकरेन्ट फूडिंग इन रूरल इसटन इंडिया : ए कम्यूनिटी बेसड सर्वे का अध्ययन किया गया जिसमें पाया गया कि उड़ीसा लम्बे समय से कुपोषण जैसे रोगों से ग्रस्त हैं, इसका कारण वहाँ आने वाली लगातार प्राकृतिक विपदा हैं, और इन विपदाओं का प्रभाव यहाँ रहने वाले लोगों के स्वास्थ्य पर भी पड़ता हैं, यहाँ स्वास्थ्य संबंधी रोगों से जागरूक करने के लिए कार्यक्रम का आयोजन किया जाना चाहिए।

दास सुबल और बोस कौशिक (2015)<sup>3</sup> ने भारत में व्यस्क आदिवासी कुपोषण : एक मानवशास्त्री और सामाजिक जनसांख्यिकीय समीक्षा का अध्ययन किया और उन्होंने अध्ययन में पाया कि जनजातियों के सामाजिक और आर्थिक स्थिति का प्रभाव उनके स्वास्थ्य पर भी पड़ता हैं, जनजातियों के

<sup>1</sup> M. Kavitha.(2015); Assess the knowledge on malnutrition among mothers in vinayaka mission hospital, salem.( IQSR JHNS) journal of nursing and health science. e-ISSN : 2320-1950. p-ISSN : 2320-1940. vol.4, issue.4ver-vi.pp.27-35.

<sup>2</sup> . Jose Manual Rodrigue, Liances.(2015) ; Child malnutrition and recurrent flooding in rural eastern india : A community based survey. BMJ open ;1 e 00019,pp.1-10.

<sup>3</sup> Das Subal , Kaushik Basu. (2015) ; Adult tribal malnutrition in India : An anthropometric and socio-demographic review. Anthropological review. vol.78(1),pp.47-65.

पोषण स्तर को बढ़ाने की आवश्यकता हैं, जिससे उनके स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ेगा।

अदनान एम.एस. फकीर और खान रहमान (2015)<sup>1</sup> ने डिटरमिनेन्ट्स ऑफ मैलन्यूट्रीशन एमोन्ग अरबन स्लम चिल्ड्रन इन बंगलादेश का अध्ययन किया तथा उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि बच्चों तथा महिलाओं के स्वास्थ्य में शिक्षा का एक महत्वपूर्ण योगदान होता है, तथा बच्चों के पोषण की स्थिति में सुधार करने के लिए स्वास्थ्य सुधार कार्यक्रमों को बढ़ावा देना चाहिए।

याशमिन एस. (2016)<sup>2</sup> ने बंगलादेश के ढाका शहर में स्कूली बच्चों और मलिन बस्ती के बच्चों में अल्पपोषण की असमानता का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने पाया कि ढाका शहर में स्कूल जाने वाले बच्चों की संख्या की अपेक्षा मलिन बस्ती में रहने वाले बच्चों में पोषण कम पाया जाता है, उनका माहौल तथा व्यवहार में भी असमानता पाया जाता है, जो बच्चों मलिन बस्ती में रहते हैं, उनका वजन कम होता है, इसका कारण मलिन बस्ती में स्वच्छता की कमी पाई जाती है, जिसका प्रभाव इनके स्वास्थ्य पर पड़ता है।

गुडेट सोफी एम., डब्ल्यू. एलिजाबेथ और वनजोही मिलका (2016)<sup>3</sup> ने मलिन बस्ती के गरीब बच्चों में पोषण कुपोषण की स्थिति को प्रभावित करना एक गुणात्मक अध्ययन का अध्ययन किया इन्होंने अपने अध्ययन में बताया कि मलिन बस्ती में रहने वाले बच्चों को कुपोषण से बचाने के लिए माताओं को अपने स्वास्थ्य तथा बच्चों के पोषण में सुधार करना चाहिए, साफ-सफाई एवं स्वच्छता पूर्ण ध्यान रखना चाहिए, तथा स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता

<sup>1</sup> Adnan Fakir MS, M Wasiquir Rahman Khan. (2015) ; Determinants of malnutrition among urban slum children in Bangladesh . Health Review a stringer open journal. pp.5-11.

<sup>2</sup> Yeasmin S. , K.Isslam.(2016); Prevalence and determinants of of undernutrition among school age slum children in Dhaka city, Bangladesh. journal of nutrition and health sciences. vol.3.issue.2, ISSN : 2395-9060.pp-1-7.

<sup>3</sup> Sophie Goudet M., Elizabeth W Kimani-Murage . (2016); How does poverty affect children's nutritional status in Nairobi slum? A qualitative study of the root causes of undernutrition. Published by combridge university press. pp.1-12.

का भी पता लगाना चाहिए, इस तरह कुपोषण की समस्या को कम किया जा सकता है।

मित्तल अंशु, कुमार रणधीर और सिंह जगजीत (2016)<sup>1</sup> ने हरियाणा में सामाजिककारकों का बाल स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन किया जिसमें उन्होंने पाया कि इस क्षेत्र पर बालिकाओं में कुपोषण का स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक है, इसका कारण वहाँ का सामाजिक परिवेश है, यहाँ बालिकाओं को अपना दायित्व व बोझ समझा जाता है, जबकि बालकों को अपनी सम्पत्ति व चिराग समझा जाता है, इस रुढ़िवादी सोच का प्रभाव इनके पोषण व विकास पर भी पड़ता है, जिससे बालिकाओं में कुपोषण की समस्या अधिक दिखाई देती है।

क्वानसा एल इम्मानुएल, लिलियन अकोरफा ओहेन (2016)<sup>2</sup> ने घाना में सोशल फैक्टरस् इनफ्लुन्सींग, चाइल्ड हेल्थ इन घाना का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने पाया कि बच्चों के स्वास्थ्य पर वहाँ के सामाजिक परिवेश का प्रभाव दिखाई देता है, वहाँ आर्थिक स्थिति व सामाजिक स्थिति से सपन्न लोगों को स्वास्थ्य सेवाएं सरलता से प्राप्त हो जाती हैं, और अन्य लोगों को ये सेवाएं प्रदान नहीं की जाती जिससे कि वहाँ स्वास्थ्य समस्याएं अधिक देखने को मिलती हैं, इन समस्याओं से निपटने के लिए समाजिक स्तर के भेदभाव को समाप्त करना होना और निःशुल्क शिक्षा को बढ़ावा देना होगा, एवं माताओं के स्वास्थ्य पर भी ध्यान देना होगा।

रहमान एम.एस. हावलेडर टी. एवं मसुद सई मोहम्मद (2016)<sup>3</sup> ने एसोसियेट ऑफ लो बर्थ वेट वीथ मैलन्यूट्रीशन इन चिल्ड्रन अन्डर फाइव ईयर इन

<sup>1</sup>. Mittal Ansu, Kumar Randhir, Singh Jagjeet(2016); An Epidemiological study of malnutrition among under five year children of rural and urban Haryana. Journal of clinical and diagnostic research. vol.10(2). ISSN : 1007-LC10.pp.7-9.

<sup>2</sup> Quansah Emmanuel, Lilian Akora. (2016) ; Social factors Influencing child health in Ghana.PLOS ONE/Dol:10. 1371/Journal.pone.0145401. pp.02-20.

<sup>3</sup>. Rahman M. Shafiqur , Tamanna Howloder . (2016) ; Association of Low-Birth weight with malnutrition in children under five year in Bangladesh : Do mother's education socio-

बंगलादेश : टू मदर एजुकेशन सोशियों इकोनोमिक स्टेट्स एंड बर्थ इन्टरवेल मेटर का अध्ययन किया और उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि अगर हमें कुपोषण को दूर करना है, तो सबसे पहले महिलाओं की शिक्षा को बेहतर बनाना चाहिए, एवं घर की सामाजिक और आर्थिक स्थिति को सुदृढ़ करने का प्रयास करना चाहिए।

अग्रवाल मोनिका, गुप्ता किर्ति और चौधरी श्रेया (2016)<sup>1</sup> ने मल्लपुरम् में आंगनबाड़ी के कुपोषण का विश्लेषण का अध्ययन किया और इस अध्ययन में इन्होंने पाया कि आंगनबाड़ी में राष्ट्रीय सर्वेक्षण किया गया तो पाया गया कि कुपोषण की दर लगातार बढ़ रही है, और इसका कारण बच्चों की परिवार की आर्थिक और सामाजिक स्थिति में लगातार होने वाली गिरावट है, आंगनबाड़ी में कार्यों की लापरवाही भी सामने आई है, और आंगनबाड़ी की विश्वसनीयता पर भी सवाल उठा दिया है, सरकार को इसके लिए अथक प्रयास की जरूरत है।

**भारत में कुपोषण का शिकार हैं 50 फीसदी बच्चे— यूनिसेफ रिपोर्ट**

दुनिया में पांच साल से कम उम्र का हर तीसरा बच्चा या दूसरे शब्दों में 70 करोड़ बच्चे कुपोषण का शिकार है। वहीं भारत में हालात और भी बदतर हैं जहां 50 फीसदी बच्चे कुपोषित हैं, दुनिया में 20 साल पहले जब कुपोषण की बात की जाती थी तो सबसे पहले एक दुबले पतले कमजोर बच्चे की छवि दिमाग में आती थी, जिसे खाने के लिए भरपेट भोजन नहीं मिलता था, पर आज कुपोषित होने के मायने बदल रहे हैं। आज भी करोड़ों बच्चे कुपोषित हैं पर तस्वीर कुछ और ही है, यदि अफ्रीका को छोड़ दें तो आज सारी दुनिया में ऐसे बच्चों की संख्या कम हो रही है जिनकी वृद्धि अपनी आयु के मुकाबले कम है, जबकि आज ऐसे कुपोषित

---

economic status and birth internal matter?. PLOS ONE / Dot:10. 1371/journal.pone.0157814.pp.1-16.

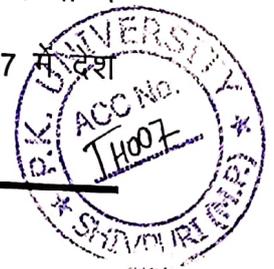
<sup>1</sup> Aggarwal Monica, Ranjan Kumar .(2016); Malnutrition Analysis of Anganwadis. Do journals of undergraduate Research and Innovation. vol.2 , issue : 2. pp.72-79.

बच्चों की संख्या बढ़ रही है जिनका वजन बढ़ गया है और जो मोटापे की समस्या से ग्रस्त हैं। यूनिसेफ द्वारा जारी नई रिपोर्ट द स्टेट ऑफ द वर्ल्डस चिल्ड्रन 2019, के अनुसार, दुनिया में पांच साल से कम उम्र का हर तीसरा बच्चा या दूसरे शब्दों में 70 करोड़ बच्चे कुपोषण का शिकार है ।

संयुक्त राष्ट्र द्वारा जारी इस रिपोर्ट में चेतावनी दी है कि दुनिया के करोड़ों बच्चे को या तो जरूरत से बहुत कम खाना और पोषण मिल रहा है या फिर जितनी जरूरत है वो उससे अधिक मात्रा में भोजन ले रहे हैं, जो कि स्पष्ट रूप से आर्थिक असमानता को दर्शाता है। यूनिसेफ के अनुसार बच्चों में पोषण की कमी का सीधा प्रभाव उनके शारीरिक और मानसिक विकास पर पड़ता है। जिसमें दिमाग का पूर्ण विकास न हो पाना, कमजोर याददाश्त, रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी और संक्रमण एवं बीमारियों का खतरा मुख्य है। आंकड़ों के अनुसार वैश्विक रूप से वर्ष 2018 में पांच साल से कम आयु के 14.9 करोड़ बच्चे अविकसित पाए गए। जबकि लगभग पांच करोड़ बच्चे शारीरिक रूप से कमजोर थे। अनुमान के विपरीत इनकी सबसे अधिक संख्या एशिया में देखने को मिली। इसके अलावा, पांच साल से कम आयु के 34 करोड़ बच्चों में जरूरी विटमिनों और खनिज पदार्थों की कमी पायी गयी । जबकि करीब चार करोड़ बच्चे मोटापे या ज्यादा वजन से पीड़ित पाए गए। बच्चे में अधिक वजन के चलते टाइप -2 डायबिटीज, अवसाद जैसी समस्याएं आम बात होती जा रही है वहीं आगे चलकर यह मोटापे में बदल सकती है जिससे रक्तचाप, डायबिटीज, शुगर, ब्लड प्रेशर जैसी बीमारियां हो सकती है।

**कुपोषण, भारत के लिए भी है एक बड़ी समस्या**

भारत में हालात और भी बदतर हैं जहां करीब 50 फीसदी बच्चे कुपोषण का शिकार हैं । जिसका परिणाम ने केवल उनके बचपन पर पड़ रहा है बल्कि उनका भविष्य भी अंधकारमय हो रहा है। हाल ही में पब्लिक हेल्थ फाउंडेशन ऑफ इंडिया, आईसीएमआर और नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ न्यूट्रेशन द्वारा भारत के सभी राज्यों में कुपोषण की स्थिति पर एक रिपोर्ट जारी की थी। जिसके अनुसार वर्ष 2017 में देश



में कम वजन वाले बच्चों के जन्म की दर 21.4 फीसदी रही। जबकि जिन बच्चों का विकास नहीं हो रहा है, उनकी संख्या 39.3 फीसदी, जल्दी थक जाने वाले बच्चों की संख्या 15.7 फीसदी, कम वजनी बच्चों की संख्या 32.7 फीसदी, अनीमिया पीड़ित बच्चों की संख्या 59.7 फीसदी और अपनी आयु से अधिक वजनी बच्चों की संख्या 11.5 फीसदी पाई गई थी। हालांकि पांच साल से कम उम्र के बच्चों की मौत के कुल मामलों में 1990 के मुकाबले 2017 में कमी आई है। 1990 में यह दर 2336 प्रति एक लाख थी, जो 2017 में 801 पर पहुंच गई है, लेकिन कुपोषण से होने वाली मौतों के मामले में मामूली सा अंतर आया है। 1990 में यह दर 70.4 फीसदी थी, 2017 में जो 68.2 फीसदी ही पहुंच पाई। यह एक प्रमुख चिंता का विषय है, क्योंकि इससे पता चलता है कि कुपोषण का खतरा कम नहीं हुआ है। स्पष्ट है कि हम इस समस्या को जितना समझ रहे हैं, यह उससे कई गुना बड़ी है। आज हमारी वरीयता सिर्फ बच्चों का पेट भरना न होकर उन्हें एक संतुलित और पोषित आहार देने की होनी चाहिए। जो न केवल राष्ट्र की जिम्मेदारी है, बल्कि परिवार को भी इसमें अपनी भूमिका समझनी होगी।

**कमजोर बच्चों के मामले में भारत सबसे ऊपर— ग्लोबल हंगर इंडेक्स, 2019**

ग्लोबल हंगर इंडेक्स के अनुसार, भारत में 6 से 23 माह के 90.4 फीसदी बच्चों को जितने खाने की जरूरत है, उतना भी नहीं मिल पा रहा है

वैश्विक भूख सूचकांक (ग्लोबल हंगर इंडेक्स) 2019 में भारत के लिए सबसे चिंताजनक स्थिति बच्चों की कमजोरी को लेकर जताई गई है। सूचकांक में कहा गया है कि भारत के बच्चों में कमजोरी की दर बड़ी तेजी से बढ़ रही है और यह सभी देशों से ऊपर है।

ग्लोबल हंगर इंडेक्स के अनुसार, भारत में 2010 के बाद से लगातार बच्चों में कमजोरी (वेस्टिंग) बढ़ रही है। 2010 में पांच साल तक के बच्चों में कमजोरी की दर 16.5 प्रतिशत थी, लेकिन अब 2019 में यह बढ़ कर 20.8 फीसदी हो गई है।

यूनिसेफ के मुताबिक, बच्चों का कम वजन के साथ कद में भी कमी आने को वेस्टिंग की श्रेणी में रखा गया है। यूनिसेफ का कहना है कि ऐसे बच्चों की मृत्यु होने की आशंका अधिक होती है। बच्चों के कमजोर होने का मुख्य कारण भोजन की कमी और बीमारियां हैं। रिपोर्ट में कहा गया है कि जिन देशों में वेस्टिंग रेट 10 प्रतिशत से अधिक है, वे बेहद गंभीर स्थिति हैं और उस पर तत्काल ध्यान देने की जरूरत है। ग्लोबल हंगर इंडेक्स के अनुसार, 6 से 23 माह के 90.4 फीसदी बच्चों को जितने खाने की जरूरत है, उतना नहीं मिल पा रहा है।

ग्लोबल हंगर इंडेक्स, दुनिया भर में भूख के स्तर और असंतुलन की गणना करता है। इस सूचकांक के लिए चार संकेतकों पर विचार किया जाता है, जिनमें अल्पपोषण, बच्चों में कमजोरी, बाल मृत्यु दर और बच्चों का विकास रुकना शामिल है। ग्लोबल हंगर इंडेक्स में भारत का स्थान 102 पर है, जबकि इसमें केवल 117 देशों को ही शामिल किया गया है। इस रिपोर्ट में भारत में भूख का स्तर 30.3 अंक है, जो काफी गंभीर है। यहां तक कि उत्तर कोरिया, नाइजीरिया, कैमरून जैसे देश भारत से बेहतर स्थिति में हैं। पड़ोसी देश जैसे श्रीलंका (66 वां), नेपाल (73 वां), पाकिस्तान (94 वां), बांग्लादेश (88 वां) स्थान पर हैं और भारत से आगे हैं। ग्लोबल हंगर इंडेक्स का कहना है कि भारत की बड़ी आबादी के कारण, इसके भूख संकेतक का क्षेत्र के कुल संकेतकों पर बहुत प्रभाव पड़ता है। इंडेक्स में भारत में उच्च स्टंटिंग (बच्चों का विकास रुकना) दर के बारे में भी चिंता जताई गई है। हालांकि पिछले सालों के मुकाबले इसमें सुधार हुआ है। रिपोर्ट के मुताबिक 2010 में, भारत में पांच वर्ष से कम आयु वर्ग के बच्चों में स्टंटिंग की दर 42 प्रतिशत थी, जो 2019 में 37.9 प्रतिशत है। रिपोर्ट में कहा गया है कि सार्वजनिक स्वास्थ्य महत्व के मामले में दर भी बहुत अधिक है। रिपोर्ट में खुले में शौच की प्रथा पर भी टिप्पणी की गई है। कहा गया है कि हालांकि भारत के प्रधानमंत्री ने भारत को खुले में शौच मुक्त बनाने के लिए 2014 में स्वच्छ भारत अभियान शुरू किया था, लेकिन अभी भी भारत में खुले में शौच किया जा रहा है, जो लोगों के स्वास्थ्य के लिए ठीक नहीं है। खासकर, इससे बच्चों का विकास प्रभावित होता है।

उपर्युक्त पूर्व अध्ययनों के विवेचन से यह स्पष्ट होता है कि कुपोषित बच्चों के विकास के लिए जो भी शासकीय विकास कार्यक्रम का अध्ययन एवं मूल्यांकन अभी तक नहीं हुआ है, उसे क्रियान्वित करने की आवश्यकता है कुपोषित बच्चों के विकास हेतु निर्धारित कार्यक्रमों एवं योजनाओं को इनकी मूलभूत समस्याओं के संदर्भ में समझने की आवश्यकता है, तथा कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए कई और शोध और संगोष्ठी करने की आवश्यकता है।

## अध्याय द्वितीय

# शोध प्रविधि

- 2.1 अध्ययन का उद्देश्य
- 2.2 अध्ययन का महत्व
- 2.3 अनुसंधान की प्रकृति
- 2.4 अनुसंधान चरण
- 2.5 अनुसंधान की योजना
- 2.6 शोध के प्रकार
- 2.7 शोध प्रविधि
- 2.8 अध्ययन की कठिनाइयाँ एवं निराकरण
- 2.9 शोध क्षेत्र का परिचय

## अध्याय-1

### शोध पद्धति, उपयोगिता, उद्देश्य एवं अध्ययनों की समीक्षा

---

अनुसंधान शब्द का प्रयोग अब ज्ञान की प्रत्येक शाखा के गहन अध्ययन के नमित्त होने लगा है। शिक्षा तथा मनोवैज्ञान के क्षेत्र में भी 'अनुसंधान' शब्द लोगों के लिए अब अपरिचित नहीं है। अनुसंधान की प्रकृति के संबंध में विचार करने के पूर्व इसी अर्थ में प्रयुक्त होने वाले दो अन्य शब्दों को भी देख लेना उचित होगा। वे शब्द हैं 'शोध' और 'गवेषणा'। 'शोध' शब्द एक प्रकार की शुद्धि, संस्कार या संशोधन का अर्थ देता है। इस संदर्भ में यह कहा जा सकता है कि प्रदत्तों के विश्लेषण, सारणीयन और कुछ-कुछ स्पष्टीकरण के लिए 'शोध' शब्द का प्रयोग कर सकते हैं किन्तु इससे व्यापक नष्टियों तक पहुँचने की प्रक्रिया का आभास नहीं मिलता है।

गवेषणा शब्द भी विचारणीय है। प्रारंभ में भारत में संस्कृति वनों और पर्वतों की उपत्यकाओं में फलफूल रही थी। पशु पालन आर्यों का एक मुख्य व्यवसाय था। गोचारण बालकों और प्रौढ़ों की एक प्रमुख क्रिया थी। वन में गायें बहुत दूर दूर तक चरने चली जाती थीं और सन्ध्या समय उन गायों को घर लाने के लिए उनकी व्यापक खोज होती थी। इस क्रिया को प्राचीन साहित्य में 'गवेषणा' नाम से पुकारा गया। गोधूली बेला, गोपाल, गवेषणा आदि हिन्दी के शब्दों में यही गो शब्द प्रधान है। वर्तमान संदर्भ में, हम 'गवेषणा' शब्द का प्रयोग किसी

वस्तु, पदार्थ या किसी नतिांत नवीन तथ्य की खोज के लिए कर तो सकते हैं कन्तु वचिारों के क्पेत्र में नयी उद्भावनायें, नयी कल्पनायें एवं सामान्यीकरण की नयी प्रक्रियाएँ गवेषणा शब्द से ठीक से प्रकट नहीं हो पातीं। यही कारण है कि प्रस्तुत शोध में अनुसंधान शब्द का ही प्रयोग किया गया है।

“अनुसंधान’ शब्द का प्रयोग किसी संशोधन या वस्तु की खोज के लिए नहीं किया जा रहा है।” यह उस क्रिया तथा प्रक्रिया का द्योतक है जसिमें अनेक प्रकार के तथ्यों का एकत्रीकरण और अनेक आधारों पर व्यापक नषिर्कष नकालना सम्मलिति है। इस प्रक्रिया में गवेषणा और शोध की उप प्रक्रियायें भी सम्मलिति हैं। इस शब्द में प्रकृति के अनुसार पूछताछ, जाँच, गहन नरिर्कषण, व्यापक नरिर्कषण, योजनाबद्ध अध्ययन, सोद्देश्य एवं तत्परता युक्त सामान्य निर्धारण आदि की प्रक्रियायें महत्वपूर्ण हैं।

अनुसंधान कोई ऐसी प्रक्रिया नहीं है जो केवल धरातल पर ही खोजबीन करे। इसमें गहन नरिर्कषण मुख्य प्रत्यय है। दूसरा मुख्य वचिार समस्या का वशिष्टीकरण है। इस प्रकार से यह कहा जा सकता है कि अनुसंधान एक सुसीमति क्पेत्र में किसी समस्या का सर्वांगीण वश्लेषण है। समस्या का प्रारम्भ जज्जासा से होता है। जज्जासा व्यक्ति ही अनुसंधान कार्य सफलता से कर सकता है। जज्जासा के अभाव में यह क्रिया किसी भी रूप में सम्भव नहीं है। अतः मन में जज्जासा का उत्पन्न होना ही अनुसंधान का मूल आधार है।

दर्शन, धर्म, वज्जान आदि सभी चतिनात्मक क्पेत्रों में सन्देह, जज्जासा या अशांति की भावना नहीं आयेगी तब तक दर्शन की समस्याओं पर व्यक्ति का

ध्यान नहीं जायेगा। जसि जगत में हम रहते हैं, इसको देखकर सभी के मन में कौतूहल नहीं उत्पन्न होता। ऐसे व्यक्तियों को चिन्तनशील नहीं कहा जा सकता। गोस्वामी तुलसीदास ने इसी प्रकार के व्यक्तियों के वषिय में कहा है :

**“सबसे भले वे मूढ़, जिन्हें न व्यापइ जगत गती”**

उपर्युक्त पंक्ति में कवि ने मूढ़ता की प्रशंसा की है, या उस पर व्यंग्य किया है ? महाकवि ने यहाँ पर शब्द की उच्चतम ‘शक्ति व्यंजना’ का प्रयोग किया है। जो व्यक्ति जगत की गति से पूर्णरूपेण संतुष्ट है एवं जगत की गति का जनि पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है उन्हें अभिधारथ में भी कवि ने मूढ़ कहा है- यह ध्यान देने की बात है।

उपर्युक्त उद्धरण से यह निष्कर्ष सरलता से निकाला जा सकता है कि केवल दर्शन ही नहीं, ज्ञान वज्ज्ञान की अन्य शाखाओं में भी आश्चर्य, जज्ज्ञासा एवं अशांति उस क्षेत्र में व्याप्त समस्याओं की खोज के लिए आवश्यक है।

“अनुसंधान को अंग्रेजी में रिसर्च कहा जाता है। रिसर्च में “रि” शब्दांश आवृत्ति और गहनता का द्योतक है जबकि “सर्च” शब्दांश खोज का समानार्थी है। इस प्रकार “रिसर्च” का अर्थ हुआ प्रदत्तों की आवृत्यात्मक और गहन खोज। दूसरे शब्दों में, प्रदत्तों की तह में बैठकर कुछ निष्कर्ष निकालना, नये सिद्धांतों की खोज करना और उन प्रदत्तों का स्पष्टीकरण करना “रिसर्च” की प्रक्रिया के अन्तर्गत है।”

“अनुसंधान में किसी समस्या का वैज्ञानिकी अन्वेषण सम्मलित है। अन्वेषण की क्रिया इस बात का द्योतक है कि समस्या को अति निकट से देखा जाए। उसकी जाँच पड़ताल की जाए और उसका ज्ञान प्राप्त किया जाये।”

अनुसंधान की प्रक्रिया में वैज्ञानिकी नरीक्षण अन्य प्रमुख तत्व है। सामान्य रूप से नरीक्षण अनुसंधान की परधि से बाहर है। वैज्ञानिकी नरीक्षण सदा क्रमबद्ध, सोद्देश्य एवं सुनयोजित होता है। अनुसंधान की परधि में ऐसा ही नरीक्षण आता है। केवल नरीक्षण तक ही अनुसंधान सीमित नहीं है। इसमें अगला तत्व है समस्या का समाधान खोजना। यह समाधान अनुमानित न होकर अन्वेषण का परिणाम होगा। अनुसंधान की समूची प्रक्रिया एक तार्किकी प्रक्रिया है। तार्किकी प्रक्रिया होने के नाते अनुसंधान की प्रक्रिया में वशिष्टता और गहनता है। कन्तिु यह तार्किकी प्रक्रिया कोरे शब्दिकी तर्कों पर आधारित न होकर प्रदत्तों की ठोस भूमि पर आधारित है।

अनुसंधान के क्षेत्र में अग्रणी विश्वविद्यालयों एवं वशिष्ट संस्थानों के अनुसंधान सम्बन्धी नियमों से अनुसंधान की सीमा का एक प्रकार से अनुमान लगाया जा सकता है। इन सभी नियमों का वहिंगावलोकन करने पर यह ज्ञात होता है कि अनुसंधान में सफल व्यक्ति वह कहा जा सकता है जसिने-

1. किसी नये सत्य की खोज की हो,
2. पुराने सत्यों को नये ढंग से प्रस्तुत किया हो, अथवा
3. प्रदत्तों में व्याप्त नये संबंधों का स्पष्टीकरण किया हो।

इस दृष्टि से अनुसंधान क्षेत्र के अन्तर्गत केवल नये सत्यों एवं नये सिद्धांतों की खोज ही नहीं है, वरन् पुराने सत्यों एवं पुराने सिद्धांतों को नया कलेवर देना, पुराने नियमों को युगानुरूप नवीनता प्रदान करना, प्रदत्तों एवं तथ्यों का नये सरि से स्पष्टीकरण करते हुए उनमें व्याप्त अन्तर्सम्बन्धों का विश्लेषण करना भी सम्मलिति है।

**अनुसंधान के उद्देश्य :**

अनुसंधान के निम्नलिखित चार उद्देश्य हैं :

1. भूत तथा वर्तमान की घटनाओं की स्थिति ज्ञात करना
2. चुनी गयी घटनाओं की प्रकृति, गठन तथा प्रक्रिया की विशेषताओं को ज्ञात करना
3. कुछ घटनाओं के विकास का इतिहास, होने वाले परिवर्तन तथा वर्तमान स्थिति को ज्ञात करना
4. कुछ घटनाओं अथवा चरों में कार्य-कारण सम्बन्ध को ज्ञात करना।

इस प्रकार 'अनुसंधान' शब्द की एक निश्चित परिभाषा निकालने के लिए कुछ अन्य विद्वानों द्वारा दी गयी परिभाषाओं पर विचार कर लेना होगा।”

**सामाजिक विज्ञानों के ज्ञान कोष के अनुसार-** “अनुसंधान वस्तुओं, प्रत्यायों तथा संकेतों आदि को कुशलतापूर्वक व्यवस्थित करता है, जिसका उद्देश्य सामान्यीकरण द्वारा विज्ञान का विकास, परिमार्जन अथवा सत्यापन होता है, चाहे वह ज्ञान व्यवहार में सहायक हो अथवा कला में।”

एल.बी. रेडमैन तथा अन्य ने रोमांस ऑफ रसिर्च में परभाषा देते हुए लिखा है कि “अनुसंधान नवीन ज्ञान प्राप्त करने के लिए एक व्यवस्थित प्रयास है।

पी.एम. कुक के अनुसार, “किसी समस्या के संदर्भ में रूढ़िमानदारी, वसितार तथा बुद्धिमानी से तथ्यों उनके अर्थ तथा उपयोगिता की खोज करना ही अनुसंधान है।

एम.एस. ट्रेवर्स के अनुसार, “शैक्षिक अनुसंधान वह प्रक्रिया है जो शैक्षिक परिस्थितियों में एक व्यवहार सम्बन्धी विज्ञान के विकास की ओर अग्रसर होती है।

डब्ल्यू. एस. मनरो के अनुसार, “अनुसंधान उन समस्याओं के अध्ययन की एक विधि है जिसका अपूर्ण अथवा पूर्ण समाधान तथ्यों के आधार पर ढूँढना है। अनुसंधान के लिए तथ्य, लोगों के मतों के कथन, ऐतिहासिक तथ्य, लेख अथवा अभिलिख, परखों से प्राप्त फल, प्रश्नावली के उत्तर अथवा प्रयोगों से प्राप्त सामग्री हो सकती है।

सी.सी. क्रॉफोर्ड के अनुसार, “अनुसंधान किसी समस्या के अच्छे समाधान के लिए क्रमबद्ध तथा विशुद्ध चिन्तन एवं विशिष्ट उपकरणों के प्रयोग की एक विधि है।

डॉ. एम. वर्मा के अनुसार, “अनुसंधान एक बौद्धिक प्रक्रिया है जो नये ज्ञान को प्रकाश में लाती है अथवा पुरानी त्रुटियों एवं भ्रान्त धारणाओं का परिमार्जन करती है तथा व्यवस्थित रूपा में वर्तमान ज्ञान कोष में वृद्धि करती है।

अनुसंधान की प्रकृति के सम्बन्ध में इस अध्याय में शुरू में किये गये विश्लेषण एवं अन्य विद्वानों की परिभाषाओं के अध्ययन के आधार पर कहा जा सकता है कि अनुसंधान वह क्रमबद्ध वैज्ञानिक प्रक्रिया है” जिसमें वैज्ञानिक उपकरणों के प्रयोग द्वारा वर्तमान ज्ञान का परिमार्जन, उसका विकास अथवा किसी नये तथ्य की खोज द्वारा ज्ञान कोष में वृद्धि की जाती है।

इन परिभाषाओं से अनुसंधान की प्रकृति स्पष्ट हो जाती है। अनुसंधान का मुख्य उद्देश्य वैज्ञानिक विधियों द्वारा विशिष्ट प्रश्नों का उत्तर अथवा विशिष्ट समस्याओं का समाधान प्राप्त करना है। इन उत्तरों की प्राप्ति के लिए विशेष विधियों का विकास किया जाता है जिनसे इस बात की सम्भावना अधिक बढ़ जाती है कि प्राप्त जानकारी ने केवल पूछे गये प्रश्नों से सम्बन्धित है अपितु यह विश्वसनीय भी है। इस कारण वैज्ञानिक विधियों तथा प्राविधियों का विकास किया जाता है।

वैज्ञानिक अनुसंधान की एक अन्य विशेषता यह है कि वह सदा ही किसी प्रश्न अथवा समस्या के रूपा उत्पन्न होता है। उदाहरणार्थ, सौर मण्डल के यह पृथ्वी के चक्कर क्यों काटते हैं, अथवा रेडियो द्वारा प्रचार करने से किसी वस्तु विशेष की बिक्री क्यों अधिक हो जाती है, आदि। यद्यपि ऐसे प्रश्नों की प्रकृति विभिन्न होती है, फिर भी वैज्ञानिक विधियों के अनुसंधान के लिए ऐसे प्रश्नों में एक लक्षण समान होता है, फिर भी वैज्ञानिक विधियों के अनुसंधान के लिए ऐसे प्रश्नों में एक लक्षण समान होता है। जहोदा के अनुसार ऐसे प्रश्नों का निरीक्षण अथवा प्रयोगात्मक विधि द्वारा इनके वास्तविक वातावरण में अध्ययन किया जाना

चाहिए जिससे आवश्यक जानकारी प्राप्त हो सके। इसका अर्थ यह नहीं है कि अनुसंधान किसी समस्या अथवा प्रश्न का उचित समाधान अथवा उत्तर प्रस्तुत कर देगा। अनुसंधान का उद्देश्य उत्तर प्राप्ति की ओर अग्रसर होता है। कभी-कभी अनुसंधान के बाद भी कोई उचित उत्तर प्राप्त नहीं हो पाता। यह बात विशेष रूपा से सामाजिक विज्ञानों में है। इसी कारण आधुनिक विज्ञान को असमाप्त प्रक्रिया कहा जाता है।

### अनुसंधान की प्रकृति :

1. अनुसंधान एक उद्देश्यपूर्ण सुव्यवस्थित बौद्धिक प्रक्रिया है। इसके द्वारा किसी सैद्धान्तिक अथवा व्यावहारिक समस्या के समाधान का प्रयास किया जाता है।
2. अनुसंधान के द्वारा या तो किसी नये तथ्य, सिद्धांत, विधि या वस्तु की खोज की जाती है अथवा प्राचीन तथ्य, सिद्धांत, विधि या वस्तु में परिवर्तन किया जाता है।
3. अनुसंधान एक तर्कपूर्ण तथा वस्तुनिष्ठ प्रक्रिया है। इसके द्वारा प्राप्त निष्कर्ष वास्तविक आँकड़ों पर आधारित एवं तर्कपूर्ण होते हैं तथा व्यक्तिगत पक्षपात से मुक्त होते हैं।
4. अनुसंधान चिन्तन की एक सुव्यवस्थित एवं परिष्कृत विधि है जिसके अन्तर्गत किसी समस्या के समाधान के लिए विशिष्ट उपकरणों एवं प्रक्रियाओं का प्रयोग होता है।
5. अनुसंधान की प्रक्रिया में प्राथमिक अथवा माध्यमिक स्रोतों से प्राप्त आँकड़ों से नये ज्ञान को प्राप्त किया जाता है।

6. इसके अन्तर्गत जटिल घटनाक्रम को समझने के लिए विश्लेषण वधि का प्रयोग किया जाता है। इस विश्लेषण के लिए परकिल्पनाओं का निर्माण एवं परीक्षण किया जाता है।”
7. जहाँ तक सम्भव हो, अनुसंधान की प्रक्रिया में आँकड़ों के विश्लेषण वधि का प्रयोग किया जाता है। इसका तात्पर्य यह है कि जहाँ तक संभव हो, आँकड़ों के विश्लेषण में सांख्यिकीय वधियों का प्रयोग किया जाता है।
8. अनुसंधान द्वारा प्राप्त ज्ञान सत्यापित किया जा सकता है क्योंकि इसके अन्तर्गत किया गया नरीक्षण नियंत्रित एवं वस्तुनिष्ठ होता है।
9. अनुसंधान एक अनौखी प्रक्रिया है जिसके द्वारा ज्ञान के प्रकाश एवं प्रसार के लिए सुव्यवस्थित प्रयास होता है।
10. आँकड़ों का प्राप्त करने के लिए विश्वसनीय एवं वैध उपकरणों का प्रयोग किया जाता है।
11. अनुसंधान कार्य के लिए वैज्ञानिक अभकिल्पों का प्रयोग किया जाता है।

#### **अनुसंधान पद :**

अनुसंधान एक क्रमिक प्रक्रिया है। प्रत्येक प्रकार के अनुसंधान को कुछ विशिष्ट पदों में अथवा क्रमानुसार किया जाता है। समस्त अनुसंधान प्रक्रिया कई क्रियाओं का मश्रण है। ये क्रियायें एक दूसरे से जुड़ी हुई होती हैं। परन्तु इन

क्रियाओं का क्रम कभी कभी बगिड़ भी जाता है। अनुसंधान प्रक्रिया में नहिति इन क्रियाओं को नमिनलखिति पदों के रूपा में पाया जाता है। जहोदा के अनुसार,

- समस्या के रूपा में अनुसंधानकर्ता द्वारा अध्ययन में उद्देश्य का वर्णन
- अनुसंधान के अध्ययन प्राकल्पना का वर्णन
- प्रदत्त संकलन की वधि का वर्णन
- अनुसंधान के परिणामों को प्रस्तुत करना तथा
- इन परिणामों को सार्थक करना एवं उच्चति नष्कर्ष निकालना

डेवडि जे. फॉक्स ने अनुसंधान की योजना के नमिनलखिति सत्रह पद दिये हैं जो अधिकि वसितृत एवं तर्कसंगत हैं :

**अनुसंधान की योजना :**

पद 1 प्रारम्भिकि वचिार अथवा आवश्यकता एवं समस्या का क्षेत्र।

पद 2 साहित्य का प्रारम्भिकि सर्वेक्षण।

पद 3 वशिष्ट अनुसंधान की समस्या का नश्चय।

पद 4 अनुसंधान कार्य की सफलता का पूर्वानुमान।

पद 5 सम्बन्धति साहित्य का द्वितीय सर्वेक्षण।

पद 6 अनुसंधान की प्रक्रिया का चयन।

पद 7 अनुसंधान की परकिल्पना का निर्माण।

पद 8 आँकड़े प्राप्त करने की वधियों का नश्चय।

पद 9 आँकड़े प्राप्त करने के लिए उपकरणों का चुनाव अथवा निर्माण।

पद 10 आँकड़ों के विश्लेषण की योजना तैयार करना।

पद 11 आँकड़ों को एकत्रित करने की योजना बनाना।

पद 12 जनसंख्या तथा न्यादर्श का निश्चय करना।

पद 13 एक छोटे समूह पर पूर्व अध्ययन एवं कठिनार्थियों का ज्ञान प्राप्त करना।

### **भाग-2 : अनुसंधान योजना का क्रियान्वयन**

पद 14 आँकड़ों का संग्रह करना।

पद 15 आँकड़ों का विश्लेषण करना।

पद 16 अनुसंधान का प्रतिवेदन तैयार करना।

### **भाग-3 : प्राप्त निष्कर्ष का उपयोग**

पद 17 प्राप्त निष्कर्षों का प्रचार तथा क्रियान्वृति करने पर बल देना।

वस्तुतः सभी अनुसंधानों में इन पदों का पालन होता है एवं समस्त अनुसंधान प्रक्रिया इन पदों द्वारा पूरी हो जाती है।

शोध चाहे वह राजनीति विज्ञान, समाजशास्त्र अथवा गाँधीय अध्ययनों से सम्बन्धित हो, उसकी कतपि अवस्थाएँ चरण या प्रक्रिया पद होते हैं। ये सभी शोध प्रक्रिया की पूरक तथा परस्पर, अत्मनिर्भर होती हैं : यथा

प्रथम, शोध समस्या का चयन तथा परिकल्पना का प्रस्तुतकरण।

द्वितीय, शोध की रूपरेखा, अभिकल्प या 'डजाइन' का निर्माण।

तृतीय, समकों तथ्यसामग्री का संकलन।

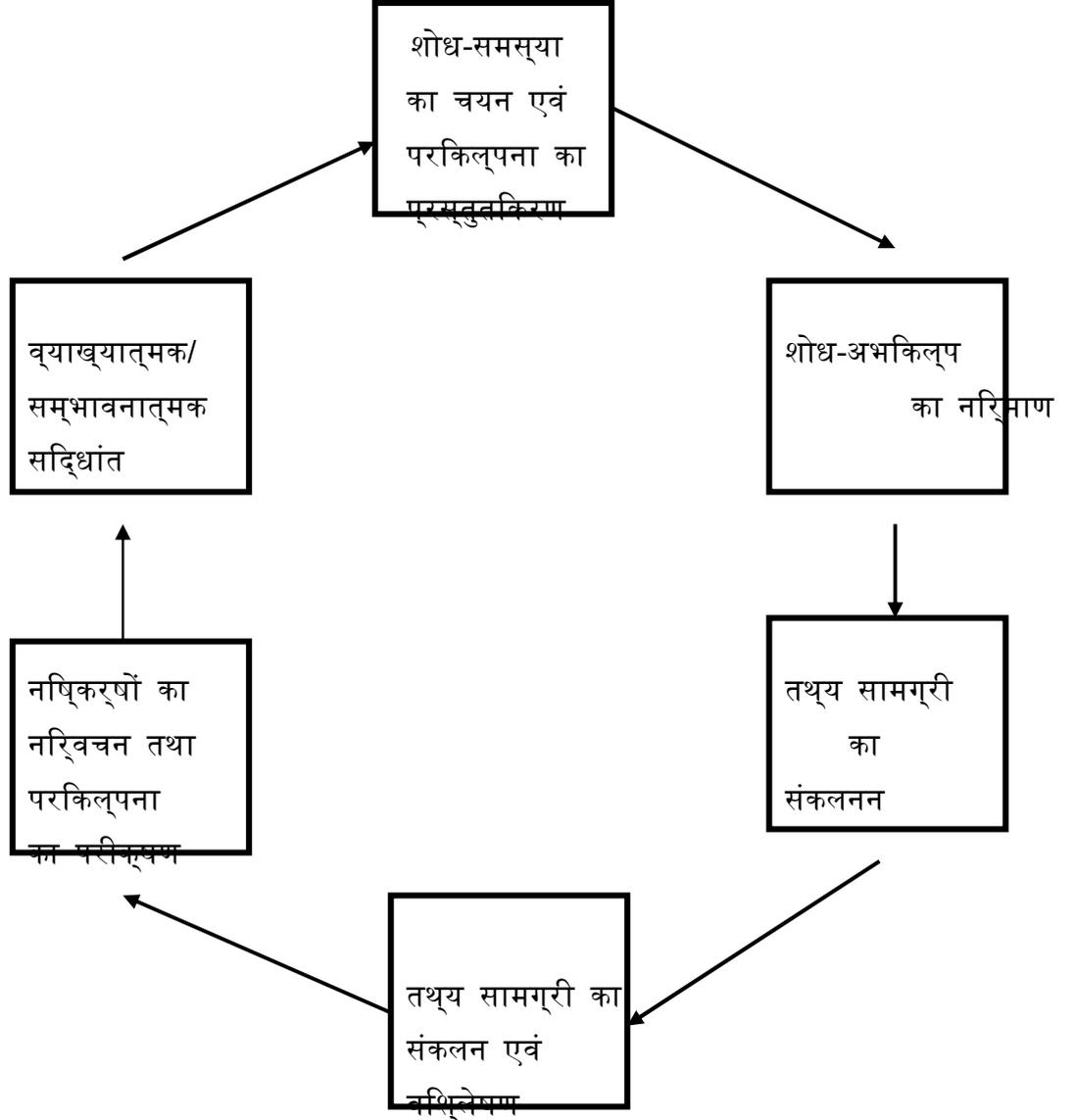
चतुर्थ, तथ्यसामग्री का संकेतन एवं विश्लेषण।

पंचम, प्राप्त नष्टिर्षों का निर्वचन ताकि परिकल्पना का परीक्षण किया जा सके।

षष्ठ, व्याख्यात्मक सिद्धांत या सम्भावनापरक नष्टिर्ष।

इसके पश्चात् समस्त शोध प्रक्रिया को प्रतविदन, लघु प्रबंध, या शोध प्रबंध के रूपा में लिखा एवं तैयार किया जाता है। शोध प्रक्रिया का एक वर्तुल के रूपा में बताया गया है।

## शोध प्रक्रिया के प्रमुख चरण



यह शोध प्रक्रिया वर्तुल में इसलिए दिखाई गयी है कि यह एक अन्तहीन निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है। राजनीति विज्ञान तथा समाजशास्त्र की विषय सामग्री एवं परिकल्पनाएँ अनवरत ढंग से बदलती रहती हैं। इसके नषिकर्षों को बार-बार प्रमाणित करने या दोहराने की आवश्यकता पड़ती है।

## शोध के प्रकार :

प्रत्यक्षवाद एवं घटना क्रिया विज्ञानवाद दोनों की समस्यायें समाधान एवं परिप्रेक्ष्य भिन्न हैं। इस कारण दोनों की गवेषणा पद्धतियाँ भी अलग-अलग हैं। प्रत्यक्षवाद उन 'तथ्यों' एवं कारकों को ढूँढता है, जिन्हें सर्वेक्षण, प्रश्नावलियों, जनसांख्यिकीय विश्लेषण आदि से जाना जाता है। ये मात्रात्मक आँकड़े या समंक प्रस्तुत कर सकते हैं। घटना क्रिया विज्ञानवादी सहभागी अवलोकन, मुक्त साक्षात्कार तथा वैयक्तिक लेखों जैसी गुणात्मक पद्धतियों के द्वारा बोध प्राप्त करना चाहते हैं। "आदर्शात्मक दर्शन एवं शोध तथा औपचारिक सिद्धांत अनुभवकृतावहीन होते हैं तथा वे केवल अप्रत्यक्ष रूपा से ही तथ्यों से सम्बन्ध रखते हैं। वे प्रायः राजनीति की प्रचलित मान्यताओं के अनुसार ही होते हैं। इस कारण वे कोई नई सूचना नहीं देते।" सिद्धांत उन्मुख तथा प्रत्यक्षवादी शोध राजनैतिक घटनाओं के 'क्या' और क्यों से सम्बन्ध रखती है। वह क्रियात्मक शोध की तरह अनुभावक होती है। उनकी दृष्टि या तो नये सिद्धांत विकसित करने अथवा पुराने सिद्धांतों को बदलने या पुष्ट करने की ओर रहती है, परन्तु वास्तविक व्यवहार में दोनों 'मश्रति' रहते हैं। प्रत्येक व्यक्ति शोध में तथ्यों के साथ-साथ दूसरे सिद्धांतों के साथ उनके तालमेल एवं संगति की ओर देखता है।

अनुसंधान की सभी पद्धतियों एवं प्रवृद्धियों को इन दो सम्प्रदायों में विभाजित नहीं किया जाता। इनमें से अनेक मश्रति स्वरूपा लिये हुए होती है।

अनुसंधानों को भी इस प्रकार वर्गीकृत करना कठिन होता है। उन्हें अनेक आधारों अथवा दृष्टियों के अनुसार देखा जा सकता है।

शोध को (1) तथ्यों की खोज, (2) पहले से ही उपलब्ध सूचनाओं के नरिवचन, तथा (3) सिद्धांत निर्माण के आधार पर भी विभाजित किया गया है। शकिली ने उन्हें दो आधारों पर विभक्त किया है यथा- (1) लक्ष्य, जिसकी प्राप्ति के लिए शोध का उपयोग किया जायेगा, तथा (2) विशिष्ट दृष्टि जिसके द्वारा वास्तविकता का अवलोकन किया जाता है। इन्हें वह (1) प्रयोगात्मक एवं (2) सृजनात्मक कहता है। इन दोनों का पुनः उपवर्गीकरण और किया जा सकता है। जैसे (1) अनुभव आधारित तथा (2) अनुभवातीत।

आदर्शात्मक दर्शन से सम्बन्धित शोध प्रयोगात्मक कन्ति अनुभवातीत हो सकती है, कन्ति अभियांत्रिकी शोध अनुभवात्मक तथा प्रयोगात्मक होती है। एक औपचारिक सिद्धांत सृजनात्मक कन्ति आनुभविकता विहीन होता है। कन्ति सिद्धांत उन्मुख शोध सृजनात्मक तथा आनुभविक दोनों ही होती है। आदर्शात्मक शोध चाहिए के इर्द गिर्द कार्य करती है। प्रयोगात्मक शोध समस्या समाधान की ओर झुकी हुई होती है। कन्ति राजविज्ञान में राजनैतिक अभियांत्रिकी बलिकुल नहीं सिखायी जाती। इसी से राजविज्ञान की उपयोगिता घट जाती है। वह केवल पुस्तकीय या शैक्षिक बन कर रह जाता है।

मोटे तौर पर प्रत्येक शोध अपने आप में एक प्रकार है। विभिन्न विषयों से सम्बद्ध अनुसंधानकर्ता शोध करते हैं। फरि भी शोध कार्य को पांच प्रकारों में बाँटा जा सकता है-

(1) मौलिक या विशुद्ध शोध

(2) प्रयोगात्मक शोध

(3) क्रियात्मक शोध

(4) अन्त अनुशासनात्मक शोध

(1) **मौलिक शोध** का उद्देश्य नवीन ज्ञान की प्राप्ति, शुद्धि एवं वृद्धि होती है। इसमें शोधक का ध्यान मौलिक सिद्धांतों व नियमों की प्राप्ति की ओर रहता है। वह नवीन घटनाओं एवं तथ्यों का अध्ययन करके, पुराने ज्ञान या सिद्धांत को चुनौती देता है। उसका उद्देश्य राजनैतिक जीवन, राजनैतिक बलों, गतियों तथा सम्बन्धों का अध्ययन करके ज्ञान के सिद्धांत में योगदान करना होता है। इससे राजनैतिक व्यवहार का सिद्धांत निर्माण करने में सहायता मिलती है। इसे आधारभूत शोध या सैद्धांतिक शोध भी कहा जाता है। ज्ञान के लिए ज्ञान प्राप्ति इसका लक्ष्य होता है। मौलिक अनुसंधान सम्बद्ध क्षेत्रों में दूरगामी क्रांतिकारी परिणाम लाने वाला होता है।”

(2) **प्रयोगात्मक शोध** राजनीति सम्बन्धी निर्णय लेने तथा उसकी सही मूल्यांकन करने में सहायता देता है। इससे राजनेताओं, प्रशासकों, अध्येताओं तथा नागरिकों को लाभ होता है इसमें विभिन्न सामाजिक, आर्थिक तथा राजनैतिक समस्याओं का अध्ययन किया जाता है तथा उनके समाधान हेतु सुझाव दिये जाते हैं। निर्दिष्ट मूल्यों, लक्ष्यों तथा आदर्शों के संदर्भ में ऐसे समाधान रखे जा सकते हैं। इसमें एक तरफ शासकों को अपनी शक्ति बनाये रखने या बढ़ाने की दिशा मिलती है तो दूसरी ओर यथास्थिति को बदलने की प्रेरणा मिलती है। ऐसे अनुसंधानों से तात्कालिक समस्याओं का समाधान करने में सहायता मिलती है, चाहे वे युद्ध,

अकाल या वधितन से सम्बन्धति हो, अथवा संवधिनान नरिमाण, संगठन बनाने या लोकतंत्रात्मक वकिन्द्रीकरण का प्रयोग करने से।”

कन्ति, दोनों ही प्रकार के शोध एक दूसरे से सर्वथा पृथक नहीं होते। सदिधांत और व्यवहार आगे चलकर एक दूसरे में मलि जाते हैं। वशिद्ध शोध से जो सदिधांत या नियम नकिलते हैं वे राजनीति के प्रयोग एवं व्यवहार को प्रभावति करते हैं। उसी प्रकार, प्रयोगात्मक शोध यद्यपि तात्कालिक समस्याओं के समाधान में सहायक होती है, फरि भी उससे जो नषिकर्ष या नियम नकिलते हैं वे सदिधांत के स्वरूपा को अवश्य प्रभावति करते हैं। प्रयोगात्मक शोध में शोध के उन्हीं उपकरणों का प्रयोग कया जाता है जनिका कि वशिद्ध शोध में। प्रयोगात्मक शोध राजनैतिक जीवन को समझने तथा उस पर नियंत्रण प्राप्त करने में सहायक होती है। वह वशि्वसनीय प्रमाणों एवं तथ्यों को प्रस्तुत करती है तथा उपयोगी प्रवधियों का वकिस करके मौलिक शोध को उपकरण प्रदान करती है।

**(3) क्रियात्मक शोध प्रयोगात्मक शोध से मलिता जुलता होता है।** इसका भी सम्बन्ध राजनैतिक जीवन की समस्याओं एवं घटनाओं से होता है। राजनैतिक शोध के नषिकर्षों को जब किसी तात्कालिक या भावी समस्या के समाधान में प्रयुक्त करने के लिए शोध कया जाता है तो उसे क्रियात्मक शोध कहा जाता है। गुड एवं हैट के अनुसार, क्रियात्मक शोध उस कार्यक्रम का भाग होती है जिसका लक्ष्य वर्तमान अवस्थाओं का बदलना होता है। प्रजातीय तनाव में कमी लाने या नरिवाचन प्रणाली में सुधार लाने के लिए शोध करना क्रियात्मक शोध कहलायेगी। इसमें घटना या समस्या के क्रिया पक्ष पर ध्यान दिया जाता है तथा अधिकाधिक

सहयोग लेने पर जोर दिया जाता है। वस्तुतः राजनीति विज्ञान के विकास, महत्व एवं उपयोगिता को बढ़ाने के लिए सहायक एवं पूरक होते हैं। यंग के शब्दों में, इन दो प्रकार की शोध के मध्य कठोर विभाजन रेखा नहीं खींची जा सकती। प्रत्येक का विकास और सत्यापन एक दूसरे पर निर्भर है।

**(4) अन्तः अनुशासनात्मक शोध व्यवहारवादी आन्दोलन तथा समाजविज्ञानों में परस्पर सहयोग एवं तालमेल का परिणाम है।** ऐसी शोध एक जलि, राजनैतिक दल, अगस्त क्रांति, सार्क आदि किसी एक इकाई का समग्र अध्ययन करती है। इसमें उसके सभी सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक, ऐतिहासिक, सांस्कृतिक, भौगोलिक एवं शैक्षणिक पक्ष आ जाते हैं। “प्रत्येक विषय स्वयं तक सीमित होने के कारण एकांकी होता है और उसके निष्कर्ष स्वीकार किए जाने योग्य नहीं होते। राजनेता, प्रशासक, सुधारक, नागरिक आदि अपने समक्ष उस विषय का समग्र रूपा चाहते हैं। वे उसके विषय में वस्तुपरक, सन्तुलित तथा सांगोपांग निष्कर्ष चाहते हैं। यह कार्य किसी एक शोधक या अनुशासन या विषय द्वारा नहीं किया जा सकता। इसके लिये अनेक विषय विशेषज्ञों का एक दल होना चाहिए। ऐसी शोध को इसी कारण समूह शोध या अन्तः अनुशासनात्मक समूह शोध भी कहा जाता है। ऐसे अनुसंधान में विभिन्न विषय विशेषज्ञों, अवधारणाओं एवं पद्धतियों, तथा प्रवृद्धियों का योगदान रहता है। शोध कार्य अनेक शोधकर्ताओं की उपस्थिति के कारण सरल, चर्चित, उत्साहवर्द्धक और प्रेरणापूर्ण लगता है। समस्त समूह में सहयोग एवं उत्तरदायित्व की भावना पायी जाती है। शोध के निष्कर्ष प्रमाणिक होते हैं। उन्हें स्वतंत्र, निष्पक्ष तथा सामूहिक विचार विमर्श के बाद प्रस्तुत किया जाता है।

परन्तु ऐसी अन्तःवैषयिक समूह शोध अनेक समस्याओं से ग्रस्त भी होती है। उनमें अनेक संगठनात्मक, शैक्षिक एवं व्यक्तिपरक समस्याएँ पायी जाती हैं। उसका निर्देशक कौन हो? किस विषय विशेषज्ञ की अवधारणाओं एवं पद्धतियों को प्राथमिकता दी जाये? उसका शोध अभिकल्प ही लम्बे समय तक नहीं बन पाता। उसमें नौकरशाही और लालफीताशाही का प्रवेश हो जाता है। अनेक बार उसकी क्रियान्वति के लिये पर्याप्त सहयोग एवं समय पर आर्थिक सहायता नहीं मिल पाती। कभी काम के बँटवारे की समस्या पैदा हो जाती है तो कभी किये गये कार्य के समन्वयन की कठिनाई उत्पन्न हो जाती है। यही कारण है कि ऐसे बड़े शोध कार्य स्वयं अपने ही शिकार हो जाते हैं। फिर भी इनमें से अनेक कठिनाइयों का समाधान किया जा सकता है। यदि इसमें संलग्न विशेषज्ञ अनेक अनुशासनों से जुड़े हुए हो तो अन्तः अनुशासनात्मक शोध कार्य को सम्पन्न करना सरल हो जाता है। पंचायतीराज, आरक्षण, पर्यावरण, निर्वाचन आदि विषयों पर समूह शोध की जाती है।

**(5) मूल्यांकन शोध** किसी न किसी रूपा में मूल्यांकन का सदा ही किया जाता रहा है। फिर भी इसे संयुक्त राज्य में महायुद्ध के बाद का विकास माना जाता है। लोकतंत्र व्यवस्थाओं में जनता तथा उनके प्रतिनिधि अपने धन एवं नीतियों के निवेश का परिणाम जानने को उत्सुक रहते हैं। उपयोगिता अथवा मूल्यांकन शोध की व्यापक आवश्यकता संयुक्त राज्य में महान मंदी एवं नवीन सुधारों में भारी धन लगाने के कारण पड़ी। संयुक्त राज्य 1957 में सोवियत रूस द्वारा स्फुटनिक छोड़े जाने के पश्चात् अपनी शिक्षा व्यवस्था का मूल्यांकन किया। महान समाज की घोषणा, वयितनाम, आदि समस्याओं ने मूल्यांकन शोध को व्यापक रूपा प्रदान

किया। धीरे धीरे इसे अन्यत्र सभी देशों में न्यूनाधिक रूपा से अपनाया गया। सामाजिक कार्यक्रमों में तुरंत सुधार लाने के लिए मूल्यांकन अनुसंधान किया जाता है। इस तरह की शोध मौलिक शोध से भिन्न होती है। इसमें कतपिय स्वतंत्र चरों के नियोजित किये जाने की भूमिका का अध्ययन किया जाता है। जिन कार्यक्रमों पर अनुसंधान किया जाता है उनके कतपिय गन्तव्य या लक्ष्य होते हैं। इस शोध में यह जानने का प्रयास किया जाता है कि उन लक्ष्यों को किस सीमा तक प्राप्त किया गया है। उसमें लाये गये परिवर्तन का सूक्ष्म आकलन किया जाता है। ऐसी शोध का कोर्ड ग्राहक, आयोजक अथवा माँगकर्ता होता है। वहीं शोधकर्ता के समक्ष शोध हेतु अपनी समस्याएँ और प्रश्न रखता है, जैसे सरकार शोधक से पूछ सकती है कि इतनी अधिक पाठशालायें खोलने पर भी शिक्षा का प्रसार क्यों नहीं हुआ? शोधक का सम्बन्ध क्या है से है। वह आयोजक या नियोजक के द्वारा प्रयुक्त कार्यक्रम के प्रकाश में अपना शोध कार्य करता है। मौलिक शोध में ऐसा कुछ नहीं होता। मौलिक शोध के साथ उसकी इतनी ही समस्याएँ हैं कि उनकी शोध प्रवृद्धियाँ, प्रामाणिकता एवं विश्वसनीयता की समस्याएँ लगभग समान होती हैं। ऐसी शोध का क्रियान्वयन भी सुगम नहीं होता। प्रायः शोधकर्ता तथा कार्यक्रम अधिकारियों के लक्ष्यों का वरिोध होता है। उसे न तो पूरी सूचनाएँ दी जाती हैं और न ही लक्ष्य सहयोग। शोधकर्ता एवं अधिकारियों का दृष्टिकोण, कार्यप्रणाली, हित एवं आचार भिन्न भिन्न होते हैं।

**सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के कार्य :**

सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के मुख्य रूप में निम्नलिखित पाँच कार्य हैं :

1. यह अनुसंधान कार्य के लिए आवश्यक सैद्धांतिक पृष्ठभूमि प्रदान करता है। प्रत्येक प्रत्यय और धारणा को स्पष्ट करता है।
2. इसके द्वारा यह स्पष्ट हो जाता है कि इस समस्या क्षेत्र में अनुसंधान की स्थिति क्या है? क्या कब, कहाँ, किसने और कैसे अनुसंधान कार्य किया है? इसके ज्ञान द्वारा अपने अध्ययन की योजना बनाना सुविधाजनक हो जाता है।
3. सम्बन्धित साहित्य का सर्वेक्षण, अनुसंधान के लिए अपनायी जाने वाली वधि, प्रयोग में लाये जाने योग्य उपकरण तथा आँकड़ों के विश्लेषण के लिए प्रयोग में आने वाली उपयुक्त वधियों को स्पष्ट करता है।
4. यह इस तथ्य का भी आभास देता है कि लिया गया अनुसंधान कार्य किस सीमा तक सफल हो सकेगा और प्राप्त नष्कर्षों की उपयोगिता क्या होगी?
5. इसका यह महत्वपूर्ण कार्य समस्या के परिभाषीकरण, अवधारणा बनाने, समस्या के सीमांकन और परिकल्पना के निर्माण में सहायता करना है।

#### **सम्बन्धित साहित्य के अध्ययन का महत्व :**

वस्तुतः सम्बन्धित साहित्य के अध्ययन के बिना अनुसंधानकर्ता का कार्य अन्धे के तीर के समान होगा। इसके अभाव में उचित दिशा में वह एक पग भी आगे नहीं बढ़ सकता। जब तक उसे ज्ञात न हो कि उस क्षेत्र में कतिना कार्य हो चुका है, किस वधि से कार्य किया गया है तथा उसके नष्कर्ष क्या आये हैं, तब तक वह न तो समस्या का निर्धारण कर सकता है और न उसकी रूपरेखा तैयार कर कार्य को सम्पन्न ही कर सकता है। इसके महत्व को स्पष्ट

करते हुए गुड बार तथा स्केट्स कहते हैं : “एक कुशल चकित्सक के लिए यह आवश्यक है कि वह अपने क्षेत्र में हो रही औषधि सम्बन्धी आधुनिकतम खोजों से परिचित होता रहे, उसी प्रकार शिक्षा के जज्जासु छात्र, अनुसंधान के क्षेत्र में कार्य करने वाले तथा अनुसंधानकर्ता के लिए भी उस क्षेत्र से संबंधित सूचनाओं एवं खोजों से परिचित होना आवश्यक है।

बेस्ट के अनुसार “व्यावहारिक दृष्टि से सारा मानव ज्ञान पुस्तकों एवं पुस्तकालयों में प्राप्त किया जा सकता है। अन्य जीवों के अतिरिक्त, जो प्रत्येक पीढ़ी में नये सरि से प्रारम्भ करते हैं, मानव समाज अपने प्राचीन अनुभवों को संगृहीत एवं सुरक्षित रखता है। ज्ञान के अथाह भण्डार में मानव का निरंतर योग सभी क्षेत्रों में उसके विकास का आधार है।

डब्ल्यू. आर. बोरग के अनुसार, “किसी भी क्षेत्र का साहित्य उस आधारशिला के समान है जिस पर सम्पूर्ण भावी कार्य आधारित होता है। यदि सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण द्वारा इस नींव को दृढ़ नहं कर लेते तो हमारे कार्य की प्रभावहीन एवं महत्वहीन होने की सम्भावना है अथवा यह पुनरावृत्त भी हो सकता है।

चार्ल्स वी. गुड के अनुसार, “मुद्रित साहित्य के अपार भण्डार की कुंजी अर्थपूर्ण समस्या और विश्लेषणीय परिकल्पना के स्रोत का द्वार खोल देती है तथा समस्या के पारिभाषीकरण, अध्ययन की वधि के चुनाव तथा प्राप्त सामग्री के तुलनात्मक विश्लेषण में सहायता करती है। वास्तव में रचनात्मकता, मौलिकता, तथा चित्त के विकास हेतु वसित एवं गम्भीर अध्ययन आवश्यक है।

इस प्रकार सभी लेखकों ने एकमत से अनुसंधान कार्य की सफलता के लिए सम्बन्धित साहित्य का अध्ययन अपरिहार्य माना है।

### सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण के उद्देश्य :

गुड, बार तथा स्केट्स ने साहित्य के सर्वेक्षण के उद्देश्य की चर्चा करते हुए लिखा है कि यह नमिनांकित तथ्यों को स्पष्ट करता है :

1. क्या उपलब्ध प्रमाण समस्या का समुचित समाधान प्रस्तुत करते हैं?
2. यह सर्वेक्षण उन सिद्धांतों, व्याख्याओं तथा परिकल्पनाओं को विचार प्रदान करता है जो अपने अध्ययन की समस्या के निर्माण के लिए महत्वपूर्ण होते हैं।
3. यह समस्या के समाधान हेतु अनुसंधान की समुचित वृद्धि का सुझाव देता है।
4. तुलनात्मक आँकड़ों को प्राप्त करने व उनके विश्लेषण में सहायक होता है।
5. सम्बन्धित साहित्य का गम्भीर अध्ययन अनुसंधानकर्ता के ज्ञान कोष की वृद्धि करता है।

### सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण से लाभ :

वास्तव में सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण से अनुसंधानकर्ता को नमिनलखित लाभ हैं :

- यह अनावश्यक पुनरावृत्ति से बचाता है।
- शोध प्रबंध के एक महत्वपूर्ण अंग के रूप में अनुसंधानकर्ता के ज्ञान, उसकी स्पष्टता तथा कुशलता को स्पष्ट करता है।

- सभी प्रकार के विज्ञानों तथा शास्त्रों में अनुसंधानकर्ता कार्य का आधार होता है। इसके अभाव में एक इंच भी आगे नहीं बढ़ सकते।
- अब तक उस क्षेत्र में हो चुके कार्य की सूचना देता है।
- पहले किये गये कार्य के अँकड़े वर्तमान अध्ययन में सहायक होते हैं।
- यह समस्या के चुनाव, विश्लेषण एवं कथन में सहायक होता है।
- यह समस्या के अध्ययन में सूझ पैदा करता है।
- अनुसंधानकर्ता के समय की बचत करता है।
- समस्या के सीमांकन में सहायक होता है।
- इससे अध्ययन की रूपरेखा तैयार करने में सहायता मिलती है।
- अनुसंधानकर्ता को त्रुटियों से बचाता एवं सावधान रखता है।
- अध्ययन की वृद्धि में सुधार कर श्रम की बचत करता है तथा अनुसंधानकर्ता में आत्मविश्वास उत्पन्न करता है।

#### शोध साहित्य का पुनरावलोकन :

जैसा कि ज्ञात हुआ है कि कुपोषण आज भारत में ही नहीं पूरे विश्व में एक गंभीर समस्या बन गयी है, कुपोषण की समस्या और कुपोषितों की रहन सहन, सामाजिक, आर्थिक स्थिति को ज्ञात करने के लिए एवं उनका समाधान ढूँढने के प्रयास करने के लिए समय-समय पर कई शोधार्थियों ने शोध कार्य किया है, समाजवैज्ञानिक, मनोवैज्ञानिक, जीववैज्ञानिक एवं मानवशास्त्रीय के द्वारा कई शोध अध्ययन किये गये हैं, प्रस्तुत शोध अध्ययन में पूर्व में किये गये प्रमुख शोध साहित्यों का पुनरावलोकन करने का प्रयास किया गया जो इस प्रकार है-

मशिरा, वनोद के. और लहरी, सुब्रता (1999) ने भारत में कुपोषण का अध्ययन किया तथा उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि भारत में कुपोषण का प्रमुख कारण घर की स्थिति एवं महिलाओं में अशिक्षा तथा उनमें पोषण आहार की कमी है, तथा उन्होंने नषिकर्ष के रूप में यह सुझाव दिया कि लोगों को अपनी घर की स्थिति को ऊँचा उठाने का प्रयास करना चाहिए।

स्मथि, लिसा सी. और हैडेड, लवरेन्स(2000) ने वाशिंगटन में एक्सप्लेनगि चाइल्ड मैलन्यूट्रीशन इन डेवलॉपिंग कन्ट्री का अध्ययन किया है तथा उन्होंने अध्ययन में पाया कि विकासशील देशों को वहाँ की स्वास्थ्य, शिक्षा तथा खाद्य पदार्थों की आपूर्ति बहुत प्रभावित करती है, तथा इसका प्रभाव बच्चों में कुपोषण की स्थिति पर भी दखिलार्इ पड़ता है।

नेमोपेयर, प्रीस्का एन. (2000) ने ग्रामीण महिलाओं की स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति का अध्ययन किया और उन्होंने बताया कि भवषिय में देश की उन्नति के लिए बच्चों का स्वास्थ्य होना अति आवश्यक है तथा इसके लिए माता-पति को पोषण का ध्यान रखना चाहिए एवं उनके कल्याण के लिए समाज तथा राज्य को भी अपना उत्तरदायित्व नभाना चाहिए तथा जो महिला गरीबी के कारण रोगग्रस्त व कुपोषित हो रहे हैं उनको एक अच्छी स्थिति प्रदान करने का प्रयास करना चाहिए।

मोरसि, साल सूटकोवर (2000) ने वाशिंगटन में टारगेटीन अर्बन मैलन्यूट्रीशन : ए मल्टीसर्टि एनालशिस ऑफ द स्पारटयिल डिसट्रीब्यूशन ऑफ चाइल्ड हूड न्यूट्रीशन स्टेट्स का अध्ययन किया और उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि कुपोषण का मुख्य कारण गरीबी, भीड़-भाड़ और घटिया आवास, पीने

योग्य पानी की कमी है, और इसी कारणों से ही अधिक बाल मृत्यु-दर एवं अन्य स्वास्थ्य व पोषण संबंधी रोग उत्पन्न होते हैं।

**यूसाफजार्ड, आर्इसा के.(2003)** ने लंदन में फडिंग डफिकिल्टीज इन डसिएबल चिल्ड्रन टू मैलन्यूट्रीशन : एक्सप्रेसन इन इंडियन स्लम का अध्ययन किया है तथा उन्होंने अपने अध्ययन में यह दिखाने का प्रयास किया कि भारत के झुग्गी बस्ती में रहने वाले महिलायें कुपोषण व विकलांगता के कारण क्या हैं? उन्होंने पाया कि गंदी बस्ती में रहने वाले बच्चों में को अतिरिक्त स्वास्थ्य सुविधा एवं पोषक आहार की आवश्यकता है तथा इनको प्रभावित करने वाले कारकों की और बारीकी से जाँच की आवश्यकता है।

**भंडारी, लवेश और जैदी, लहर(2004)** ने कुपोषण की लागत की समीक्षा का अध्ययन किया है, अध्ययन में उन्होंने पाया है कि कुपोषण तथा अन्य पोषक तत्व संबंधी समस्या से निपटाने के लिए बड़े पैमाने पर निवेश किया गया है लेकिन इसका लाभ सभी लोगों को प्राप्त नहीं हो रहा है इन लागत का मूल्यांकन करने के लिए कठोर नियम बनाने की आवश्यकता है जिसका लाभ सही तरीके से सबको मिल सके।

**शेखर मीरा, और गुप्ता मोनिका दास (2005)** ने भारत के कुपोषित बच्चों व महिलाओं के सुधार और कार्यवाही का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने आर्इ.सी.डी.एस. के कार्यक्रमों के प्रभावों की जाँच की है, जिसमें उन्होंने पाया कि आर्इ.सी.डी.एस. की जो कार्यवाही है, और नीतियाँ हैं, वो बहुत धीमी गति से कार्य कर रही हैं, अगर आर्इ. सी.डी.एस. को अपने कार्यक्रम को सफल बनाना है, तो नीतियों को अच्छे से क्रियान्वयन की आवश्यकता है।

टैरोजी, एल्सैन्डों और महाजन, अपराजति(2006) ने 1990 में भारत में बाल कुपोषण का अध्ययन किया जिसमें देखा कि बच्चों में कुपोषण का कारण लिंग भेद एवं भौगोलिक क्षेत्रों के कारणों से होता है और साथ ही अन्य प्रकार की समस्याएं भी उत्पन्न होती हैं, तथा पाया कि शहरी क्षेत्रों में लिंग भेद के कारण होने वाली स्वास्थ्यगत समस्याएं कम हो गई हैं तथा भारत की आर्थिक स्थिति में भी परिवर्तन दिखाई दे रहा है।

कुमार,संजीव(2006)ने मैलन्यूट्रीशन इन चिल्ड्रन ऑफ दी बेकवर्ड स्टेट्स ऑफ इंडिया एन्ड दी आर्इ.सी.डी.एस. प्रोग्राम्स का अध्ययन किया इस अध्ययन में उन्होंने अनुसूचित जाति और जनजाति लोगों में कुपोषण एवं पोषण से सम्बन्धित अन्य स्वास्थ्य की समस्या के मुद्दे पर आर्इ.सी.डी.एस. कार्यकर्ताओं द्वारा टीकाकरण एवं स्वास्थ्य शिविर तथा अन्य जागरूकता शिविर का आयोजन करता है, लेकिन इसका लाभ कुछ लोगों को मिला है इन्हें कुपोषण की हालात को सुधारने के लिए अधिक से अधिक कार्यक्रम करने की तथा उनकी सेहत को सुधारने की जरूरत है।

स्वेजबर्ग ,पीटर(2008) ने वाय मैलन्यूट्रीशन इन साइनगि इंडिया पैर सिस्ट नामक वषिय का अध्ययन किया इस शोध पत्र का प्रमुख उद्देश्य कुपोषण को कम करने के लिए आर्थिक नीतियाँ नाकाम रही हैं क्यों? जानने का प्रयास किया गया तथा इनके शोध पत्र का नषिर्ष नकिला कि भारत में कृषि क्षेत्र मे उत्पादकता कम होने से आय में कम वृद्धि होती है, महिलाएँ अशक्ति होती है तथा भारत की गरीबी में मामूली कमी आर्इ है, इन्ही कारणों से कुपोषण को बढ़ावा मलि रहा है।

रसिर्च डी. सेम्बा, साशाकिया डी. पी. और सोन्ज वार्थ रेस(2008) ने इन्डोनेशिया में 1-3 वर्ष के बच्चों के परिवार में आयोडीन नमक के उपयोग न होने से बाल-कुपोषण मृत्युदर का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने यह पाया कि इन्डोनेशिया में आयोडीन नमक का भरपूर प्रयोग न करने से नवजात शिशुओं में बाल कुपोषण से अधिक मृत्युदर पाया जाता है, बच्चों की आयु वर्ग को बढ़ाने के लिए इन्डोनेशिया में आयोडिन नमक के उपयोग को और अधिक बढ़ाना चाहिए।

स्वेजबर्ग, पीटर(2009) ने भारत और चीन में कुपोषण -एक तुलना का अध्ययन किया जिसमें उन्होंने पाया कि चीन और भारत कुपोषण के खिलाफ कार्यवाही कर रहे हैं जिसमें हद तक चीन ने सफलता प्राप्त की है, लेकिन भारत में इसकी कमी नाम मात्र है इसका कारण यहाँ की बढ़ती गरीबी और ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले लोगों में अशिक्षा आदि है चीन और भारत की तुलना से यह स्पष्ट है कि कुपोषण को रोकने के लिए भारत को अभी और अधिक प्रयास की जरूरत है।

सूद, नीलम (2010) ने भारत के बच्चों के बीच कुपोषण : संज्ञान्तरमक विकास और स्कूल की भागीदारी के साथ संबंध का अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने पाया कि भारत में गरीबी और अशिक्षा ही कुपोषण का प्रमुख कारण है। बच्चों के कल्याण के लिए तथा कुपोषण से लड़ने के लिए अधिक से अधिक अनुसंधान तथा समीक्षा की आवश्यकता है।

लैंग, जोहना क्रसिटिना डी.(2010) ने साउथ आफ्रीका में फैक्टर कन्ट्रीब्यूटीन टू मैलन्यूट्रीशन इन चिल्ड्रन 0-6 मंथ एडमिटेड इन नॉरथन कैम्प का अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि बच्चों को अपनी उम्र के

अनुसार पर्याप्त दूध नहीं मलिता पीने योग्य पानी तथा पोषक खाद्य पदार्थ भी नहीं मलिता है इन्हीं कारणों से उनमें की समस्या अधिक पायी जाती है।

**काटूनडु मंगानी (2011)** ने जूम्बा में गेप एनालसिसि फॉर दी नेशनल हेल्थ रसिर्च एजेंडा ऑफ मलावी : रसिर्च प्रायोरटिसि फॉर द थीम ऑफ न्यूट्रीशन का अध्ययन किया और उन्होंने अपने अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया कि लड़के और लड़कियों के बीच पोषक तत्वों की कमी का कारण क्या है? अध्ययन में पाया कि कारण पोषक तत्वों के बारे जानकारी का आभाव है।

**फकीर एम.एस. अदनन (2011)** ने मैलन्यूट्रीशमेंट एन्ड सेक्स बेस इन मल्टीडाइमेनसन चाइल्ड पावर्टी : ए स्टडी इन कोरेल सैटलमेंट वषिय के अध्ययन पर लिंग अधारित कुपोषण की स्थिति का अध्ययन किया उन्होंने अपने अध्ययन में बताया कि पुरुषों की तुलना में महिलाओं में अधिक कुपोषण पाया जाता है तथा इसका प्रमुख कारण गरीबी है।

**मैथ्यु एल. जोसफ, पटवारी अशोक और गुप्ता पीयुष (2011)** ने एम्यूट रसिपीरेटरी इनफेक्शन एंड नमिनिया इन इंडिया: ससिट्मेटिक रवियू ऑफ लटिरेचर फॉर एडबोकेसी एंड एक्शन : यूनसिफ-पी.एच.एफ.आर्इ.-सरिजि ऑन न्यू बर्न एंड चाइल्ड हेल्थ, इंडिया का अध्ययन किया जिसमें उन्होंने पाया कि भारत में अधिकांश बच्चें नमिनिया और कुपोषण के कारण मृत्यु को प्राप्त होते हैं, और अधिकांश बच्चें बचपन से पूर्ण पोषक आहार न मलिन से हमेशा बीमार रहते हैं, इनमें सुधार करने के लिए बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम को क्रियान्वति व सुचारू रूप से लोगों को जागरूक करने की आवश्यकता है।

मन्गेशकर, एम. जैमर्थ (2012) ने भारत में पोषण की स्थिति: सामाजिक-आर्थिक स्थिति वषिय पर अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने भारत के प्रमुख राज्यों में बाल कुपोषण की सामाजिक-आर्थिक स्थिति की असमानता को ज्ञात किया एवं बच्चों के पोषण की स्थिति एवं पोषक तत्वों से संबंधित तथ्यों को एकत्रित किया और उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि कम आय वर्ग वाले बच्चों की तुलना में उच्च आय वर्ग के बच्चों में पोषण की स्थिति बेहतर है।

पीकोट, जे.(2012) ने दी इफेक्टिवनेस ऑफ इन्टरवेंशन इन यंग चिल्ड्रन : ए सस्टेनेबल रिव्यू का अध्ययन किया एवं उन्होंने यह जानने का प्रयास किया कि 5 साल के बच्चों के उपचार को प्रभावित करने वाले कारक क्या हैं? तथा अध्ययन में पाया कि 5 साल के बच्चों में आनेवाली पोषक तत्व संबंधी स्वास्थ्य की समस्या से निपटने के लिए उच्च प्रबंधन की आवश्यकता है तथा अन्य औपचारिक दवाओं का प्रचार-प्रसार किया जाना चाहिए।

मोहीद्दीन लली, फेल्स लौरा और वाल्टर तमसीन (2012) ने अर्बन मैलन्यूट्रीशन : ए रिव्यू ऑफ फूड सेक्यूरिटी एंड न्यूट्रीशन एमोन्ग दी अर्बन पूअर वषिय पर अध्ययन किया है जिसमें उन्होंने शहरी क्षेत्रों में रहने वाले गरीब परिवार में खाद्य आपूर्ति तथा अल्प पोषकता की जानकारी तथा कुपोषण की स्थिति से संबंधित समस्या को देखा और यह पाया कि गंदी बस्ती में रहने वालों बच्चों में खाद्य आहार में पोषक तत्वों की कमी होती है, एवं यहाँ पीने योग्य पानी की कमी होने के कारण कुपोषण की अधिकता पाई जाती है।

जगदीश, भगवती और पनागरिया, अरविन्द (2012) ने इंडिया ट्रस्ट वीथ डसेटीनी : डब्लिंग मथि दैट अंडरमार्डन प्रोग्रेस एंड एडरेशिंग न्यू चैलेन्जेश हरपर

कुलुगि इंडिया फोरथ कमगि इन नवंबर वषिय से संबंधति अध्ययन कया तथा पाया कि भारतीय जनसंख्या में आधे से अधिक जनसंख्या गरीब और भूखी है, जिसके कारण पोषक तत्व संबंधी संक्रमण बीमारियाँ फैल रही है, जिसमें कुपोषण की समस्या भी प्रमुख है।

डेस्टेव, बाइक(2013)30 ने इथोपिया में प्रविलेन्स ऑफ मैलन्यूट्रीशन एंड एसोसियिटेड फैक्टर अमोन्ग चिल्ड्रन एज 0-59 मंथ एट हडिबु एबरोट डिस्ट्रीक नॉर्थ सेवा, आरुमिया रजिनल स्टेट के अध्ययन में पाया कि कुपोषण 0-59 वर्ष के बच्चों में एक बड़ी समस्या है, तथा इस समस्या को दूर करने के लिए सरकार को विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है।

मारटारेल, रेनाल्डो (2013) ने द नेचर ऑफ चाइल्ड मैलन्यूट्रीशन एंड इट्स लान्ग-टर्म इम्प्लीकेशन वषिय के अध्ययन पर पाया कि गरीब देशों में पोषण की समस्या बहुत आम है, बच्चों के पोषण में सुधार लाने के लिए तथा भवषिय में आर्थिक संकट से निपटने के लिए सरकार को अधिक प्रयास करना जरूरी है।

बंदोपाध्याय अबीर और अग्रवाल वंदना(2013) ने भारत में मलनि बस्तियाँ : वगित से वर्तमान तक का अध्ययन कया जिसमें उन्होंने पाया कि गंदी बस्तियों में निवास करने वाले लोगों को शहरी क्षेत्रों की तुलना में कम सुख-सुवधियां मिलती है, जैसे -उन्हें पानी, बजिली, सड़क एवं स्वास्थ्य की समस्याएं होती है, अगर इन गंदी बस्तियों में इन सुवधियों व इनकी स्वास्थ्य संबंधी सुरक्षा के लिए योजनाएं बनाई जाये तो इनकी समस्याओं का निदान हो सकता है, और इन बस्तियों में स्वास्थ्य और कुपोषण की समस्या भी कम हो सकती है।

पद्मा के.(2013) ने मैलन्यूट्रीशन-इनसीडेन्स एंड इम्पैक्ट(ए कम्परेटीव स्टडी ऑफ फोर्थ साउथन स्टेट्स इन इंडिया )का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने पाया कि कुपोषण को नियंत्रित करने के लिए पोषण कार्यक्रमों को अधिक प्रभावशाली बनाने की आवश्यकता है, और कई वैकल्पिक सुझावों की आवश्यकता है।

चेतन एन. पोपट और मजुमदार बी.एस.(2014) ने वडोदरा शहर के ए क्रास सेशनल स्टडी टु मसिर द प्रीवलेन्स ऑफ मैलन्यूट्रीशन एन्ड फैक्टर एसोसियेटेड विथ मैलन्यूट्रीशन एमोन्ग अन्डर फाइव रइयर चिल्ड्रन ऑफ एन अरबन स्लम आफ वडोदरा सिटी का अध्ययन किया और पाया कि इस क्षेत्र में कुपोषण की बीमारी अधिक प्रचलित है, और इसका कारण मातृ आसाक्षरता थी, यहां के क्षेत्रों में पोषण की स्थिति को सुधारने के लिए इस क्षेत्र में मातृ साक्षरता को सुधारने का प्रयास किया गया है, जिसमें वह सफल हुए, लेकिन उसमें कमी पार गई, और इस कमी को पूरा करने के लिए अधिक प्रयास की जरूरत है।

दास गुप्ता अपराजिता, नैइया सौरव और राय सौमल्या(2014) ने कोलकत्ता में अससिमेंट ऑफ इन्फैक्ट एंड यंग चाइल्ड फडिंग प्रैक्टिस एमोन्ग द मदर इन ए स्लम एरिया ऑफ कोलकाता :ए क्रास सेक्शनल स्टडी का अध्ययन किया और पाया कि मलिन बस्तियों में समस्या अधिक होती है, जिसके कारण वहाँ बच्चों में स्वास्थ्य की समस्या अधिक देखने का मिलती है, अगर इन बस्तियों में जो भी समस्याएं हैं, उन समस्याओं को सरकार को पता लगाकर उन्हें दूर करने के प्रयास करने चाहिए, तथा उन्हें स्वास्थ्य केंद्र, रोजगार ,पानी की

व्यवस्था आदि का लाभ देना चाहिए, तथा उन्हें इन लाभों को प्राप्त करने के लिए प्रेरित भी करना चाहिए।

**सहि सुनील (2014)** ने हैदराबाद में भारत में प्राथमिक स्कूल के बच्चों में कुपोषण का अध्ययन किया और उन्होंने बताया कि हैदराबाद में सबसे अधिक कुपोषित बच्चों का वजन कम होता है, इसका कारण उन्होंने अकुशल कामगार पति और बेरोजगार माताओं को बताया जो अपनी आर्थिक स्थिति ठीक न होने के कारण बच्चों को सही पोषण नहीं दे पाते।

**डाउन आनंदिता और बसु रंजन(2014)** ने पश्चिम बंगाल में बाल कुपोषण की स्थिति चुनौती पश्चिम बंगाल के कोलकाता नगर-नगिम के वशिष्ठ संदर्भ का अध्ययन किया, जिसमें उन्होंने पाया कि कोलकाता में सरकार कुपोषण को रोकने के लिए सराहनीय कार्य कर रही है, लेकिन इसके बाद भी यहाँ के कई क्षेत्रों में कुपोषण की समस्या कम नहीं हो रही है, इसका कारण उस क्षेत्र में रहने वाली माताओं को सरकारी योजना के बारे में पता ही नहीं है, जिसके परिणाम स्वरूप वे इन कल्याणकारी कार्यक्रमों से वंचित हो जाते हैं, सरकार को इन कार्यक्रमों के प्रचार प्रसार के लिए नये नये तरीके अपनाने चाहिए।

**सहि सुनील (2014)** ने मैलन्यूट्रीशन अमोन्ग प्राइमरी स्कूल चिल्ड्रन इन हैदराबाद, आंध्र प्रदेश, इंडिया का अध्ययन किया और अध्ययन में पाया कि गंदी बस्तियों के बच्चों में एनीमिया की शिकायत अधिक पाई जाती है, जिसके कारण उनका वजन बढ़ता है, और वे कुपोषित ही रहते हैं, और एनीमिया का प्रमुख कारण उनकी आर्थिक स्थिति का खराब होना है।

**आर्थर सैमुलना एस.(2015)** ने टैकलिंग मैलन्यूट्रीशन : ए ससिटमैटीक रवियू ऑफ 15 र्इयर रसिर्च इवडेंस फार्म इन्डेफथ हेल्थ एंड डेमोग्राफीक्स सर्वाइलेन्स ससिटम का अध्ययन किया और बताया कि बच्चों में पोषण की स्थिति को सुधारने के लिए और नीतियों की जरूरत हैं, और इन नीतियों को क्रियान्वति करने के लिए अनुसंधान की आवश्यकता हैं, जसिसे इन नतियों को और अधिक सुचारू रूप से चलाया जा सके।

**काले अरूपणा बी. (2015)** ने ए स्टडी टू एक्सेस द इफीकटीवनेस ऑफ प्लान हेल्थ टचिंग प्रोग्राम ऑन नॉलेज रगिारडिंग एनर्जी मैलन्यूट्रीशन एमोन्ग मदर ऑफ 5 र्इयर चिल्ड्रन इन सल्लिकटेड एरिया इन सान्गलीबाड़ी का अध्ययन किया, जसिमें उन्होंने पाया कि कुपोषण को कम करने के लिए प्रोटीन ऊर्जा को बढ़ाने की आवश्यकता हैं, जसिके लिए माताओं को ज्ञान बढ़ाने की आवश्यकता हैं, और सुनयोजित शिक्षण को अधिक प्रभावी बनाने की आवश्यकता हैं।

**कवतिता एम.(2015)** ने एक्सेस द नॉलेज आन मैलन्यूट्रीशन एमोन्ग मदर इन वनियका मशिन हॉस्पिटल, सालेम का अध्ययन किया और इस अध्ययन में यह सामने आया कि भारत में कुपोषण का सबसे अधिक प्रभाव जनसंख्या के कारण होता है, तो जनसंख्या को कम करने के लिए नीतियां तो बनारइ गर्इ, लेकिन इन नीतियों को और अधिक सुचारू रूप से बनाने की आवश्यकता हैं।

**जॉस मैनुअल, मुखोपाध्याय आलोक और दास रंजन (2015)** चाइल्ड मैलन्यूट्रीशन एंड रकिरेन्ट फूडिंग इन रूरल इसटन इंडिया : ए कम्पूनटी बेसड सर्वे का अध्ययन किया गया जसिमें पाया गया कि उड़ीसा लम्बे समय से कुपोषण जैसे रोगों से ग्रस्त हैं, इसका कारण वहाँ आने वाली लगातार प्राकृतिक वपिदा हैं,

और इन वपिदाओं का प्रभाव यहाँ रहने वाले लोगों के स्वास्थ्य पर भी पड़ता है, यहाँ स्वास्थ्य संबंधी रोगों से जागरूक करने के लिए कार्यक्रम का आयोजन किया जाना चाहिए।

**दास सुबल और बोस कौशिक(2015)** ने भारत में व्यस्क आदवासी कुपोषण : एक मानवशास्त्री और सामाजिक जनसांख्यिकीय समीक्षा का अध्ययन किया और उन्होंने अध्ययन में पाया कि जनजातियों के सामाजिक और आर्थिक स्थिति का प्रभाव उनके स्वास्थ्य पर भी पड़ता है, जनजातियों के पोषण स्तर को बढ़ाने की आवश्यकता है, जिससे उनके स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ेगा।

**अदनान एम.एस. फकीर और खान रहमान(2015)** ने डटिरमनिन्ट्स ऑफ मैलनयूट्रीशन एमोन्ग अरबन स्लम चिल्ड्रन इन बंग्लादेश का अध्ययन किया तथा उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि बच्चों तथा महिलाओं के स्वास्थ्य में शिक्षा का एक महत्वपूर्ण योगदान होता है, तथा बच्चों के पोषण की स्थिति में सुधार करने के लिए स्वास्थ्य सुधार कार्यक्रमों को बढ़ावा देना चाहिए।

**याशमनि एस.(2016)** ने बंग्लादेश के ढाका शहर में स्कूली बच्चों और मलनि बस्ती के बच्चों में अल्पपोषण की असमानता का अध्ययन किया, जिसमें उन्होने पाया कि ढाका शहर में स्कूल जाने वाले बच्चों की संख्या की अपेक्षा मलनि बस्ती में रहने वाले बच्चों में पोषण कम पाया जाता है, उनका माहौल तथा व्यवहार में भी असमानता पाया जाता है, जो बच्चें मलनि बस्ती में रहते हैं, उनका वजन कम होता है, इसका कारण मलनि बस्ती में स्वच्छता की कमी पार्इ जाती है, जिसका प्रभाव इनके स्वास्थ्य पर पड़ता है।

गुडेट सोफी एम.,डब्लु. एलजाबेथ और वनजोही मलिका(2016) ने मलनि बस्ती के गरीब बच्चों में पोषण कुपोषण की स्थिति को प्रभावित करना एक गुणात्मक अध्ययन का अध्ययन किया इन्होंने अपने अध्ययन में बताया कि मलनि बस्ती में रहने वाले बच्चों को कुपोषण से बचाने के लिए माताओं को अपने स्वास्थ्य तथा बच्चों के पोषण में सुधार करना चाहिए, साफ-सफाई एवं स्वच्छता पूर्ण ध्यान रखना चाहिए, तथा स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता का भी पता लगाना चाहिए, इस तरह कुपोषण की समस्या को कम किया जा सकता है।

मत्तिल अंशु, कुमार रणधरि और सहि जगजीत(2016) ने हरियाणा में सामाजिककारकों का बाल स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन किया जिसमें उन्होने पाया कि इस क्षेत्र पर बालिकाओं में कुपोषण का स्तर बालकों की अपेक्षा अधिक है, इसका कारण वहाँ का सामाजिक परविश है, यहाँ बालिकाओं को अपना दायित्व व बोक्ष समझा जाता है, जबकि बालकों को अपनी सम्पत्ति व चरिग समझा जाता है, इस रुढ़िवादी सोच का प्रभाव इनके पोषण व विकास पर भी पड़ता है, जिससे बालिकाओं में कुपोषण की समस्या अधिक दिखारइ देती है।

क्वानसा एल इम्मानुएल, ललियिन अकोरफा ओहेन (2016) ने घाना में सोशल फैक्टरस् इनफ्लुन्सींग, चाइल्ड हेल्थ इन घाना का अध्ययन किया, जिसमें उन्होने पाया कि बच्चों के स्वास्थ्य पर वहाँ के सामाजिक परविश का प्रभाव दिखारइ देता है, वहाँ आर्थिक स्थिति व सामाजिक स्थिति से सपन्न लोगों को स्वास्थ्य सेवाएं सरलता से प्राप्त हो जाती हैं, और अन्य लोगों को ये सेवाएं

प्रदान नहीं की जाती जिससे कि वहां स्वास्थ्य समस्याएं अधिक देखने को मिलती हैं, इन समस्याओं से निपटने के लिए समाजिक स्तर के भेदभाव को सामाप्त करना होना और निःशुल्क शिक्षा को बढ़ावा देना होगा, एवं माताओं के स्वास्थ्य पर भी ध्यान देना होगा।

रहमान एम.एस. , हावलेडर टी. एवं मसुद सरइ मोहम्मद (2016) ने एसोसियेटेड ऑफ लो बर्थ वेट वीथ मैलन्यूट्रीशन इन चिल्ड्रन अन्डर फाइव रइयर्स इन बंग्लादेश : टू मदर एजुकेशन सोशियल इकोनोमिक स्टेट्स एंड बर्थ इन्टरवेल मेटर का अध्ययन किया और उन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि अगर हमें कुपोषण को दूर करना है, तो सबसे पहले महिलाओं की शिक्षा को बेहतर बनाना चाहिए, एवं घर की सामाजिक और आर्थिक स्थिति को सुदृढ़ करने का प्रयास करना चाहिए।

अग्रवाल मोनिका, गुप्ता करिंति और चौधरी श्रेया (2016) ने मल्लपुरम् में आंगनबाड़ी के कुपोषण का विश्लेषण का अध्ययन किया और इस अध्ययन में उन्होंने पाया कि आंगनबाड़ी में राष्ट्रीय सर्वेक्षण किया गया तो पाया गया कि कुपोषण की दर लगातार बढ़ रही है, और इसका कारण बच्चों की परिवार की आर्थिक और सामाजिक स्थिति में लगातार होने वाली गिरावट है, आंगनबाड़ी में कार्यों की लापरवाही भी सामने आई है, और आंगनबाड़ी की विश्वसनीयता पर भी सवाल उठा दिया है, सरकार को इसके लिए अथक प्रयास की जरूरत है।

उपर्युक्त पूर्व अध्ययनों के विचन से यह स्पष्ट होता है कि कुपोषण बच्चों के विकास के लिए जो भी शासकीय विकास कार्यक्रम का अध्ययन एवं

मूल्यांकन अभी तक नहीं हुआ है, उसे क्रियान्वित करने की आवश्यकता है कुपोषित बच्चों के विकास हेतु निर्धारित कार्यक्रमों एवं योजनाओं को इनकी मूलभूत समस्याओं के संदर्भ में समझने की आवश्यकता है, तथा कुपोषण की समस्या से निपटने के लिए कर्इ और शोध और संगोष्ठी करने की आवश्यकता है।

**अध्ययन का उद्देश्य :**

प्रस्तुत शोध अध्ययन का निम्न उद्देश्य है :

1. अध्ययनगत उत्तरदाताओं की सामाजिक, सांस्कृतिक एवं आर्थिक स्थिति को ज्ञात करना।
2. उत्तरदाताओं के पारिवारिक सदस्यों में स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता को ज्ञात करना।
3. अध्ययनगत बच्चों में कुपोषण की स्थिति, कारण एवं समस्या को ज्ञात करना।
4. कुपोषण पर आधारित शासकीय योजनाएँ व संतुष्टि को ज्ञात करना।

**शोध अभिकल्प :**

प्रस्तावित अध्ययन में विवरणात्मक शोध अभिकल्प का प्रयोग किया गया है, जिससे अध्ययन अपने उद्देश्य को पुरा कर पाया है।

**तथ्यों का वगरीकरण एवं सारणीयन :**

प्राथमिक सत्रोत्तों से प्राप्त तथ्यों का व्यवस्थित क्रम में वर्गीकरण किया गया है, तत्पश्चात् सारणीयन के द्वारा उन आँकड़ों का विश्लेषण किया गया है। प्राप्त तथ्यों के विश्लेषण हेतु द्वितीयक सत्रोत्तों जैसे साहित्य, समाचार-पत्र, पत्रिकाओं का भी उपयोग किया गया है।

#### अध्ययन की कठिनाइयाँ एवं निराकरण :

कुपोषण एक गंभीर बीमारी है, जिसका प्रभाव आज सभी क्षेत्रों में देखने को मिलता है, उत्तरदाताओं को उनके व्यक्तिगत सवालों के कारण सही जवाब जानने के लिए अत्यधिक विश्वास में लिया जाना आवश्यक होता है, ताकि सही जानकारी प्राप्त हो सके। प्रस्तुत शोध कार्य में उत्तरदाताओं के अध्ययन विषय से संबंधित तथ्य संकलन करने में नमिनलखित कठिनाइयों का सामना करना पड़ा।

1. तथ्य संकलन के समय सर्वप्रथम उत्तरदाताओं के द्वारा समयाभाव की समस्या उत्पन्न हुई। लेकिन उनसे समय निश्चित करके तथ्यों का संकलन किया गया।
2. अपने बच्चों की स्वास्थ्य से संबंधित विभिन्न प्रकार की बातें उत्तरदाता नहीं बताना चाहते थे, किन्तु तथ्य गोपनीय रखने की बात जानकर सहयोग देने को तैयार हो गए।
3. कुपोषण से संबंधित आर्थिक, मानसिक एवं सामाजिक बातें बताने में उत्तरदाताओं को एकांत एवं विश्वास की अधिक आवश्यकता हुई जो शोधकर्ता के द्वारा पर्याप्त रूप से दिया गया।

4. उत्तरदाताओं में शिक्षा के अभाव के कारण बातों को समझने में थोड़ी कठिनाई हुई, और निर्धारित समयावधि भी अधिक लगी, लेकिन शोधार्थी ने संयमता से उन्हें अपनी बातों स्पष्ट किया और उनसे संतुष्टि पूर्ण जवाब प्राप्त हुए।
5. उत्तरदाताओं तक पहुंचने और उनसे वार्तालाप करने से पहले गंदी बस्ती में कुपोषितों के घरों का पता लगाने के लिए आंगनबाड़ी कार्यालय जाना पड़ा, जहां आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं का सहयोग मिला।

शोध कार्य करने में कई समस्याएं आईं लेकिन सभी समस्याओं का समाधान कर शोध कार्य को पूर्ण किया गया।

\*\*\*\*\*

## अध्याय-2

### सामाजिक, आर्थिक जनांकिकीय की विशेषताएँ

---

किसी भी व्यक्ति के बारे में वस्तुतः जानकारी प्राप्त करने के लिए उसके जीवन से संबंधित विभिन्न पक्षों एवं कारकों जैसे- शारीरिक, मानसिक, सांस्कृतिक व आर्थिक पृष्ठभूमि की जानकारी प्राप्त करना आवश्यक होता है, क्योंकि यह विभिन्न पक्ष ही उसके व्यवहार को जन्म से मृत्युपर्यन्त प्रभावित करते हैं।

इन्हीं तथ्यों को आधार मानकर हमने प्रस्तुत अध्ययन को तीन भागों में विभक्त कर ज्ञात करने का प्रयास किया है, जिसमें प्रथम भाग उत्तरदाताओं का सामान्य विवरण, दूसरे भाग में उत्तरदाताओं के पारिवारिक पृष्ठभूमि को और तीसरे अंतिम भाग में उत्तरदाताओं के आर्थिक पृष्ठभूमि को ज्ञात करने का प्रयास किया गया है-

#### (अ) सामान्य विवरण :

जन्म के पश्चात् बच्चों में बौद्धिक तथा सांस्कृतिक विकास के लिए समाज की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। समाज में रहकर ही व्यक्ति अपने भूख प्रयास पर नियंत्रण रखना सीखता है। जिस व्यवहार या कार्य को करने पर उसे पुरस्कार की प्राप्ति होती है, उसे दोहराता है, तथा जिस कार्य को करने पर उसे दण्ड मिलता है, वह उसकी पुनरावृत्ति नहीं करता है। अनुकरण की प्रकृति के फलस्वरूप ही

व्यक्ति अपने समाज व संस्कृति के मूल्यों के अनुरूप व्यवहार करना प्रारंभ करता है तथा व्यक्ति में क्रोध, घृणा, स्नेह, प्यार, वरिध, सहयोग आदि गुणों का विकास होता है। “हमारे जीवन में नहिति विभिन्न तत्व प्रथा, परम्परा, खान-पान , वेश-भूषा, विश्वास, भाषा, धर्म, कला, आदर्श आदि संस्कृति के अंग हैं।” ये सभी तत्व व्यक्ति के विकास के लिए आवश्यक होते हैं, जिन्हें व्यक्ति अपने परिवार तथा समाज में रहकर सिखता है।

**बोगार्डस(1923)** ने कहा है कि “समाजिकरण वह प्रक्रिया है, जिसके द्वारा बच्चा सांस्कृतिक विशेषताओं और व्यक्तित्व को प्राप्त करता है।” मनुष्य अपने मानसिक तथा बौद्धिक विकास के लिए समाज में रहता है, समाज हमारी संस्कृति को सुरक्षित रखता है तथा उसे अगली पीढ़ी तक पहुँचाता है, इस प्रकार व्यक्ति समाज पर तथा व्यक्ति पर अपने अस्तित्व हेतु निर्भर है। व्यक्ति तथा समाज के संबंध की व्याख्या करते हुए मैकाइवर एवं पेज(1922) ने कहा है कि “अपने सभी परम्पराओं के होते हुए भी समाज, सामाजिक जीवन की महान परिवर्तनशील व्यवस्था है, जो व्यक्ति की मानसिक तथा शारीरिक आवश्यकता पैदा होती है, यह वह व्यवस्था है, जिससे मनुष्य का जन्म होता है तथा उसकी सीमाओं के भीतर उसका विकास होते तथा वह भावी पीढ़ी हेतु जीवन के लिए आवश्यक बातें छोड़ देता है।

**उत्तरदाताओं की आयु :**

आयु शब्द का अर्थ व्यक्ति के जीवन से संबंधित होता है, कोई भी व्यक्ति जन्म से लेकर मृत्यु तक जितना वर्ष व्यतीत करता है, उसे उस आयु

द्वारा परभाषित किया जाता है। आयु एक परिवर्तनशील प्रक्रिया है, यद्यपि आयु का कोई नश्चिति भेद नहीं है, फिर भी उसे सामान्यतः शैशवावस्था, बाल्यावस्था, युवावस्था, पौढ़ावस्था, वृद्धावस्था आदि भागों में बांटा जा सकता है। इन सभी आयु समूह में विभिन्न प्रकार के कर्तव्य तथा उत्तरदायित्व व्यक्तियों को प्राप्त होते हैं यही कारण है कि समाजशास्त्रीय अध्ययनों में आयु को एक महत्वपूर्ण सामाजिक कारक के रूप में मान्यता प्राप्त है। राय (1999) ने अपने अध्ययन में लिखा है कि सामाजिक संरचना में जीवन शैली के निर्धारकों में व्यक्ति की आयु महत्वपूर्ण कारक है, जिससे विभिन्न संस्थापनाएं जुड़ी होती हैं। Rhodes (1983) ने अपने रिपोर्ट में कहा है कि आयु का कार्य के साथ घनिष्ठ संबंध है, व्यक्ति की नौकरी में आयु एक महत्वपूर्ण चर है, जो कार्य के प्रति व्यवहार को प्रदर्शित करता है। सुपर (1980) एवं अनरिद्ध पाण्डे (1992) ने अपने अध्ययन में नष्टिर्ष दिया कि आयु का व्यवसाय के साथ सकारात्मक संबंध है व्यवसाय के अलावा भी विभिन्न सामाजिक क्षेत्रों में भिन्न-भिन्न आयु वर्ग के सदस्यों को प्राथमिकता प्रदान की जाती है। प्रस्तुत अध्ययन में उत्तरदाताओं की आयु के संदर्भ में प्राप्त तथ्यों को निम्न तालिका में दर्शाया गया है :

तालिका क्रमांक 2.1

क्रमांक	आयु समूह (वर्षों में)	आवृत्ति	प्रतिशत
1	30 वर्ष तक	226	80.7
2	30-40 वर्ष तक	42	15.0
3	40 से अधिक	12	4.3
	योग	280	100.00

तालिका क्रमांक-2.1 से स्पष्ट है कि अधिकांश उत्तरदाता की आयु 30 वर्ष तक की है, जिनका प्रतिशत 80.7 है, उसके बाद 15.0 प्रतिशत उत्तरदाता की आयु 30-40 वर्ष के बीच की है, और 40 वर्ष से अधिक उत्तरदाता की आयु 4.3 प्रतिशत है।

अतः निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि 30 वर्ष तक के आयु वाले उत्तरदाता का प्रतिशत अधिक है, क्योंकि इस आयु वर्ग के व्यक्ति परिवार में मुखिया होते हैं, और उन्हें हर प्रकार की जानकारी सरलता से मलि जाती है।

#### उत्तरदाताओं का लिंग :

प्राचीन काल से लेकर आधुनिक समाज तक सदस्यों में लिंग के आधार पर वभिदीकरण पाया जाता है, स्त्री एवं पुरुष दोनों का परिवार में महत्वपूर्ण स्थान होता है, तथा दोनों से मलिकर ही परिवार का निर्माण होता है, भिन्न-भिन्न काल में स्त्री और पुरुष के आधार पर लिंग भेद समाज में सदैव ही वदियमान रहा है। वर्तमान समय में स्त्रियाँ भी अब वभिन्नि व्यवसायों तथा समाज के अन्य क्रिया- कलापों में रूप से भाग ले रही हैं।

व्यक्ति का “संपूर्ण जीवन लिंग के माध्यम से संचालति एवं आधारति होता है।” प्रस्तुत अध्याय में अध्ययन हेतु चयनति उत्तरदाता के लिंग संबंधी वभिजन को नमिन्न तालिका में दर्शाया गया है-

#### तालिका क्रमांक 2.2

#### उत्तरदाताओं का लिंग

क्रमांक	आयु समूह (वर्षों में)	आवृत्ति	प्रतिशत
---------	-----------------------	---------	---------

1.	महिला	207	73.9
2.	पुरुष	73	26.1
	योग	280	100.00

उपरोक्त तालिका से स्पष्ट है कि अध्ययनगत समूह में अधिकांश 73.9 प्रतिशत उत्तरदाता महिला हैं , और 26 प्रतिशत उत्तरदाता पुरुष हैं, इसका प्रमुख कारण पुरुषों का कार्य करने के लिए बाहर जाना है, क्योंकि गंदी बस्ती में रहने वालों में रूढ़िवादिता होती है कि महिलायें काम करने के लिए बाहर नहीं जाती हैं, और अधिकांश घरों में पुरुषवादिता रहती है, जिसके कारण घरों में पुरुष कम रहते हैं। जिसके अन्तर्गत हमारे अधिकांश उत्तरदाता महिलाएं हैं।

#### उत्तरदाताओं की जाति वर्ग :

“जाति सामाजिक स्तरीकरण की वह प्रक्रिया है, जो अपने सदस्यों पर खान-पान, व्यवसाय या विवाह संबंधी अनेक प्रतिबंध लगाती है। मजूमदार एवं मदान ने जाति को एक बंद वर्ग कहा है।” जाति का एक सामान्य नाम, काल्पनिक पूर्वज मानव या देवता के वंश की उत्पत्ति से माना जाता है। डूमन्त तथा पोकाक (1948) ने स्पष्ट किया है कि जाति मुख्यतः जन्म के आधार पर सामाजिक संस्तरण और खंड विभाजन की वह गतिशील व्यवस्था है, जो खाने-पीने, विवाह पेशा और सामाजिक सहवास के संबंध को अनेक या कुछ प्रतिबंधों की अपने सदस्यों पर लागू करती है। संस्कृति के तत्वों को समझने के लिए जाति प्रथा का अध्ययन करना नतिांत आवश्यक है।

सामाजिक जीवन में जाति के विश्लेषण एवं अध्ययन के बिना भारतीय समाज को समझना कठिन है। वर्तमान समय में जाति प्रथा प्रजातांत्रिक आधार पर स्थापित हो रही है।

आधुनिक औद्योगिकरण के युग में जाति प्रथा का आधार जन्म न होकर योग्यता, क्षमता, शिक्षा एवं रूचि हो गया है। जो सामाजिक परिवर्तन के कारण है। भारतीय समाज की विभिन्न जातियों को कुछ नश्चित जाति समूहों में वर्गीकृत किया गया है, जो प्रचलन में है तथा जनिके आधार पर शासकीय नीतियाँ भी निर्धारित की जाती है। उसी वर्गीकरण को ध्यान में रखते हुए उत्तरदाताओं की जाति से संबंधित एकत्र आंकड़ों को तालिका क्रमांक 2.3 में प्रदर्शित किया गया है।

### तालिका क्रमांक-2.3

#### उत्तरदाताओं की जाति वर्ग

क्रमांक	जाति वर्ग	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	सामान्य वर्ग	84	30.0
2.	पछिड़ा वर्ग	112	40.0
3.	अनु. जाति	39	13.9
4.	अनु. जनजाति	28	10.0
5	अल्पसंख्यक	17	6.1
	योग	280	100

अध्ययनगत उत्तरदाताओं के जाति संबंधित उपरोक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि उत्तरदाता में अधिकांश उत्तरदाता पछिड़ा वर्ग 40 प्रतिशत उत्तरदाता हैं, 30 प्रतिशत उत्तरदाता सामान्य वर्ग, 13.9 प्रतिशत उत्तरदाता अनुसूचित जाति के तथा 10 प्रतिशत उत्तरदाता अनुसूचित जनजाति के और शेष अन्य 6.1 प्रतिशत उत्तरदाता अल्पसंख्यक है। उत्तरदाताओं में सामान्यतः अधिकांश उत्तरदाता पछिड़ा वर्ग व सामान्य वर्ग के हैं, इनका अधिक होना इस बात को स्पष्ट करता है कि वे अन्य जाति वर्ग से अधिक शक्ति हैं।

अल्पसंख्यक वर्ग का कम होना इस बार की ओर इंगति करता है, कि हमारे समाज में भी अल्पसंख्यक और वर्गों की तरह स्थिर नहीं है।

### उत्तरदाताओं का धर्म :

आज धर्म एक सर्वभौमिक तथ्य है, इसका संबंध मानव की भावनाओं, श्रद्धा एवं भक्ति से है, धर्म मनुष्य के आन्तरिक जीवन को ही प्रभावित नहीं करता वरन् उसके सामाजिक, सांस्कृतिक तथा आर्थिक जीवन को भी प्रभावित करती है। “धर्म आध्यात्मिक शक्ति में विश्वास है।” इसका आधार भय, श्रद्धा, भक्ति और पवित्रता की धारणा है तथा जिसकी अभिव्यक्ति प्रार्थना, पूजा या आराधना आदि के द्वारा की जाती है। फ्रेजर(1955) ने अपने अध्ययन में कहा है कि “धर्म को मैं मनुष्य से श्रेष्ठ उन शक्तियों की सतुष्टि या आराधना समझता हूँ जिनके संबंध में यह विश्वास किया जाता है कि वे प्रकृति एवं मानव जीवन का मागदर्शन एवं नियंत्रण करती है।”

धर्म के क्षेत्र में भी सामाजिक परिवर्तनों के साथ नरंतर परिवर्तन होता जा रहा है। “व्यक्ति का धार्मिक दृष्टिकोण उसके बौद्धिक, भावात्मक एवं दैनिक जीवन के जीवन को प्रभावित करती है।” धर्म के बिना मानव समाज की कल्पना नहीं की जा सकती है, सही अर्थों में धर्म ही मनुष्य को सही-गलत का मार्ग दिखाता है। “आजीविका उन्मुख अर्थ व्यवस्था एवं सामाजिक परिवेश में जीवनयापन करने वालों के प्रत्येक क्रियाकलापों में धार्मिक विचारों एवं मान्यताओं का प्रभाव देखिलारइ पड़ता है। धर्म क्रिया का एक अंग है साथ ही विश्वासों की एक समाजशास्त्रीय घटना के साथ-साथ व्यक्तिगत अनुभव है।

प्रस्तुत अध्याय में अध्ययन हेतु चयनित उत्तरदाताओं की धार्मिक प्रवृत्ति को जानने का प्रयास किया गया है। उत्तरदाताओं के धर्म से संबंधित एकत्रित आंकड़ों को निम्न तालिका में दर्शाया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.4

##### उत्तरदाताओं का धर्म

क्रमांक	धर्म	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	हिन्दू	140	50.0
2.	मुसलमि	31	11.1
3.	सिख	109	38.9
	योग	280	100

तालिका क्रमांक 2.4 उत्तरदाताओं के धर्म से स्पष्ट है कि सबसे अधिक उत्तरदाता हिन्दू धर्म को मानते हैं, 38.9 प्रतिशत उत्तरदाता सिख धर्म को

मानते हैं, और शेष उत्तरदाता मुस्लिम धर्म को मानने वाले हैं। उपरोक्त तालिका में हिन्दू धर्म के उत्तरदाताओं की संख्या सर्वाधिक होना इस बात की ओर संकेत करती है कि भारत में धर्म को मानने वालों की संख्या अधिक है।

**उत्तरदाताओं की मातृभाषा :**

“हिन्दू मातृभाषा का शाब्दिक अर्थ है - माँ की भाषा। जैसी बालक माँ के सम्पर्क में सर्वप्रथम सीखता है। मनुष्य का मूल चित्त भी उसके मातृभाषा में ही वचिरते हैं। कल्पना शक्ति मातृभाषा से ही बढ़ती है। भाषा के माध्यम से ही मनुष्य अपने वचिर, संस्कृति, आदर्श, मूल्य ज्ञान, विज्ञान से लेकर अपना अनुभव भी एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को हस्तांतरित करता है।

भाषा तो अनेकों सीखी जा सकती है, मगर मातृभाषा का अपना अलग महत्व है। शर्मा (1983) ने अपने अध्ययन में उल्लेख किया है कि मातृभाषा का तात्पर्य माता की भाषा से लिया जाता है। भाषा सीखने का प्रारम्भ माता से ही होता है। जन्म के बाद शिशु माता के सम्पर्क में ही अधिक रहता है। जिस भाषा का परिचय माता के द्वारा कराया जाता है, वही मातृभाषा कहलाती है।

अध्ययनगत उत्तरदाताओं से उनकी मातृभाषा से संबंधित तथ्यों को ज्ञात करने से निम्न यह जानकारी प्राप्त हुई है जैसे तालिका के माध्यम से प्रस्तुत किया गया है।

**तालिका क्रमांक-2.5**  
**उत्तरदाताओं की मातृभाषा**

क्रमांक	धर्म	आवृत्ति	प्रतशित
1.	हन्दी	114	40.7
2.	उड़ीया	57	20.4
3.	पंजाबी	37	13.2
4	छत्तीसगढ़ी	72	25.7
	योग	280	100

उपरोक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि अधिकांश उत्तरदाता 40.7 प्रतशित उत्तरदाता हन्दी भाषा का प्रयोग करते हैं, 25.7 प्रतशित उत्तरदाता छत्तीसगढ़ी बोलते हैं, 20.4 प्रतशित उत्तरदाता उड़ीया भाषा का प्रयोग करते हैं, शेष बचे 13.2 प्रतशित उत्तरदाता पंजाबी भाषा का प्रयोग करते हैं। अतः स्पष्ट हो रहा है कि अधिकांश उत्तरदाता हन्दी भाषा का प्रयोग करते हैं, क्योंकि ये हमारी राष्ट्रभाषा है, परन्तु ये समाज अपनी क्षेत्रीय भाषा का भी प्रयोग करते हैं, जसिमें छत्तीसगढ़ी प्रमुख है।

#### उत्तरदाताओं की वैवाहिक स्थिति :

ववाह एक सर्वभौमिक संस्था है, तथा वह परिवार का आधार है। बोगार्डस के अनुसार “ववाह स्त्री-पुरुष के पारिवारिक जीवन में प्रवेश करने की संस्था है।” भारत में ववाह के क्षेत्र में अनेक वभिन्नताएं वदियमान हैं ववाह को एक धार्मिक संस्कार के रूप में स्वीकार किया गया है, कुछ समाजों में ववाह एक सामाजिक समझौता है, ववाह पारिवारिक जीवन में प्रवेश करने की सामाजिक, आर्थिक तथा कानूनी स्वीकृति है, जसिके द्वारा माता-पति और बच्चों के बीच

करइ अधिकारों एवं दायित्वों का जन्म होता है। कपाड़िया (1966) के शब्दों में ववाह स्त्री पुरुष का वह स्थायी अथवा अपेक्षाकृत संबंध है, जनिहें सामाजकि वैधता एवं नैतिक मान्यताएँ प्राप्त होती है, और जो परिवार के उद्भव एवं वस्तितार में सक्रिय भूमकि का नरिवाह करते है। लेवसि (1950) ने मान्यता प्राप्त युगल के स्थायी संबंधों, जनिमें बच्चों के जन्म एवं देखरेख का समझौता होता है, को ववाह की संज्ञा दी है। स्पष्टतः ववाह समाज द्वारा मान्यता प्राप्त स्त्री-पुरुष की यौन संबंधी आवश्यकता की पूर्ति के लिए एवं नियंत्रण के लिए एक सामाजकि एवं अनविार्य सस्था है। भारतीय समाज में ववाह अपनी ही जाति में करने का प्रचलन है। पौराणकि धर्मशास्त्रों में भी ववाह को एक संस्कार के रूप में स्वीकार किया गया है, जिसे तोड़ना सामाजकि नियमों के वरिद्ध कार्य समझा जाता है।

अध्ययनगत उत्तरदाताओं की वैवाहकि स्थिति को ज्ञात करने पर जो जानकारी मिली उसे निम्न तालकि द्वारा स्पष्ट किया गया है :-

#### तालकि क्रमांक-2.6

##### उत्तरदाताओं की वैवाहकि स्थिति

क्रमांक	वैवाहकि स्थिति	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	ववाहति	148	52.9

2.	अवविाहति	132	46.1
	योग	280	100

उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि अध्ययनगत समुह में अधिकांश 52.9 प्रतिशत उत्तरदाता विवाहित हैं, और शेष बचे 46.1 प्रतिशत उत्तरदाता अवविाहित हैं। हमारे उत्तरदाता नज्ी परिवार से हैं, जसके कारण अधिकांश उत्तरदाता विवाहित हैं।

#### उत्तरदाताओं की शैक्षणिक स्थिति :

शिक्षा से आशय ज्ञान की प्राप्ति है, प्राचीन काल से ही मानव समाज में शिक्षा का महत्व रहा है, शिक्षा न केवल हमारे जीवन के स्तर को ऊँचा उठाती है, बल्कि यह सम्पूर्ण समाज को एक नई दिशा भी देती है। शिक्षित मनुष्य समाज का सर्वश्रेष्ठ मनुष्य हो सकता है। वर्तमान समय में शिक्षा का महत्व और अधिक बढ़ गया है, शिक्षा के आभाव के कारण व्यक्ति नमिन् जीवन यापन करते हैं, तथा अपराध भावना से ग्रसति होते हैं। पैट्रीसिया (2004) के अध्ययन में एक शिक्षित व्यक्ति अपने अधिकार एवं कर्तव्यों को भली भांति समझ सकता है। नोवाक (1969) ने व्यक्ति की प्रस्थिति और उसके मूल्यों एवं व्यवहार प्रतमिानों के विश्लेषण हेतु शिक्षा को उपागम के रूप में चयनित किये जाने पर संतोष व्यक्त किया है, उनके अनुसार शिक्षा के माध्यम से सामाजिक व्यवस्था में व्यक्ति की प्रस्थिति को समझा जा सकता है।

प्रस्तुत अध्ययन में अध्ययनगत उत्तरदाताओं की शैक्षणिक योग्यता को निम्न तालिका में प्रदर्शित किया गया है :-

### तालिका क्रमांक-2.7

#### उत्तरदाताओं की शैक्षणिक स्थिति

क्रमांक	वैवाहिक स्थिति	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	प्राथमिक	140	50.0
2.	माध्यमिक	112	40.0
3.	उ.माध्यमिक	17	6.1
4.	नरिक्षर	11	3.9
	योग	280	100

उपरोक्त तालिका में अध्ययनगत उत्तरदाताओं की शैक्षणिक स्थिति का अध्ययन करने पर ज्ञात हुआ कि 50 प्रतिशत उत्तरदाता की शिक्षा का स्तर प्राथमिक और 40 प्रतिशत उत्तरदाता ने माध्यमिक तक की शिक्षा ग्रहण की है, 6.1 प्रतिशत उत्तरदाता ने उच्चतर माध्यमिक तक की शिक्षा प्राप्त की है, शेष 3.9 प्रतिशत उत्तरदाता नरिक्षर हैं। उपरोक्त आंकड़ों से स्पष्ट हो रहा है कि उत्तरदाताओं का शिक्षा का स्तर उच्च नहीं है किसी भी उत्तरदाता ने महाविद्यालयीन की शिक्षा ग्रहण नहीं की है, इसका कारण वे किसी न किसी तरह से सामाजिक या आर्थिक स्थिति से वविश थे, जिससे उन्होंने अपनी शिक्षा पूरी नहीं की।

उत्तरदाताओं का व्यवसाय :

प्रत्येक व्यक्ति को जीवकोपार्जन के लिए किसी न किसी व्यवसाय की आवश्यकता होती है। व्यक्ति की कार्यकुशलता उसके व्यवसाय के अनुभव से ही ज्ञात होती है। व्यवसाय एक जरूरत है, जो समाज के नश्वित उद्देश्यों को पूरण करने में सहायक है। व्यवसाय के द्वारा ही व्यक्ति की भूमिका एवं प्रस्थिति निर्धारित होती है। व्यक्ति का सम्पूर्ण जीवन में व्यवसाय की महत्ता सर्वोपरी है कुछ लोग अपने पारंपरिक व्यवसाय से जुड़े रहते हैं तो कुछ नए व्यवसाय से जुड़ जाते हैं। हैसटे , वॉरेज (1997) ने अपने अध्ययन में बताया है, कि व्यावसायिक स्थिति ही व्यक्ति की सामाजिक भूमिका को नश्वित करता है। व्यवसाय व्यक्ति ही आर्थिक परस्थिति का भी निर्धारण करता है। व्यवसायिक लोगों का भी अलग-अलग समूह होता है। एक ही व्यवसाय से जुड़े हुए लोगों का अन्य व्यवसाय से जुड़े लोगों से संपर्क अपेक्षाकृत कम होता है। एक व्यक्ति अपने समुदाय में सर्वोच्च परस्थिति प्राप्त है तो यह संकेत करता है कि व्यक्ति की व्यावसायिक स्थिति उसकी प्रकृति महत्व और भूमिका अन्य व्यवसायों की तुलना में कतिना महत्वपूर्ण है।

अतः व्यवसाय जीवन का वह कार्य है, जो व्यक्ति के आर्थिक, सामाजिक एवं पारिवारिक पृष्ठभूमि को नश्वित करने में महत्वपूर्ण कारक है। अध्ययनगत उत्तरदाताओं के व्यवसाय संबंधी आकड़ों को निम्न तालिका के द्वारा प्रदर्शित किया गया है :-

### तालिका क्रमांक-2.8

#### उत्तरदाताओं का व्यवसाय

क्रमांक	व्यवसाय	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	नौकरी	47	16.8

2.	मजदूरी	78	27.8
3.	स्वयं का व्यवसाय	30	10.7
4.	वाहन चालक (ट्रक, ऑटो, रक्शा)	77	27.5
5	घरेलू नौकरानी	26	9.3
6	कुछ नहीं	22	7.9
	योग	280	100

प्रस्तुत आकड़ों से स्पष्ट है कि अधिकांश 27.8 प्रतिशत उत्तरदाता मजदूरी, 27.5 प्रतिशत उत्तरदाता वाहन चालक (ट्रक,ऑटो,रक्शा), 16.8 प्रतिशत उत्तरदाता नौकरी व 10.7 प्रतिशत उत्तरदाता स्वयं का व्यवसाय, 9.3 प्रतिशत उत्तरदाता घरेलू नौकरानी का कार्य करते हैं, और 7.9 प्रतिशत उत्तरदाता कुछ कार्य नहीं करते हैं। स्पष्ट है कि कुल उत्तरदाताओं में मजदूरी से जुड़े उत्तरदाताओं की संख्या अधिक है।

#### उत्तरदाताओं की मासिक आय :

मानव जीवन की आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए उन्हें कार्य करना अनिवार्य है, जिसके माध्यम से उन्हें पैसे की प्राप्ति होती है एवं उसी पैसे के माध्यम से हम अपने जीवन की मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति करने में सक्षम होते हैं। आय परश्रम का प्रतफल होते हैं, आधुनिक समाजों में सामाजिक स्थिति सामान्यतः व्यक्ति के आय के पैमाने के द्वारा आंकी जाती है,

धन की प्राप्ति के लिए उसे किसी न किसी प्रकार का शारीरिक, मानसिक या बौद्धिक कार्य करना पड़ता है, व्यक्ति अपनी आय से ही समाज में प्रतिष्ठा प्राप्त करता है।

“आधुनिक समाज में सामाजिक स्थिति को आय के पैमाने द्वारा मापा जाता है। व्यक्ति अपनी आवश्यकता की पूर्ति के लिए कार्य करता है, इस कार्य के बदले वह कुछ प्रतिफल चाहता है, जिसे आय कहा जाता है। दवे(1996) ने अपने अध्ययन में बताया है कि शारीरिक, आर्थिक संवेगात्मक अपेक्षाओं में आय की महत्वपूर्ण भूमिका रहती है, और प्राप्त आय से व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति करता है।

अध्ययनगत उत्तरदाताओं की मासिक आय से संबंधित आंकड़ों को निम्न तालिका द्वारा दर्शाया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.9

##### उत्तरदाताओं की मासिक आय

क्रमांक	मासिक आय (रू.)	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	5000 रुपये तक	47	16.1
2.	5000-10000 तक	174	62.1
3.	10000 से अधिक	61	21.8
	योग	280	100

उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि अध्ययनगत समुह में 62.1 प्रतिशत उत्तरदाता की आय 5000-10000 रुपये तक है, 21.8 प्रतिशत उत्तरदाता की आय 10000 रु. से अधिक है, 5000 रुपये तक की मासिक आय 16.1 प्रतिशत उत्तरदाताओं की है। तालिका के मासिक आय से स्पष्ट हो रहा है कि अधिकांश उत्तरदाता मध्यम परिवार से संबंध रखते हैं।

**(ब) पारिवारिक विवरण :**

किसी भी व्यक्ति विशेष के बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त करने के लिए उसके परिवार के बारे में जानकारी लेना आवश्यक होता है। उसके जीवन से संबंधित पक्षों एवं कारकों की जानकारी व्यक्ति के पारिवारिक विवरण के द्वारा ज्ञात किया जा सकता है। व्यक्ति का परिवार ही उसके व्यक्तित्व का निर्माता होता है। परिवार से प्राप्त अनुभव एवं अनुकरण ही व्यक्ति को सही दिशा निर्देश देता है। सामाजिकरण की प्रथम सीढ़ी भी परिवार ही होते हैं।

डेविस (1948) ने अपने अध्ययन ह्यूमन सोसाइटी में लिखा है कि परिवार के सहयोग से ही व्यक्ति सामाजिक एवं सांस्कृतिक गुणों से अनुकूलन करने की क्षमता प्राप्त करता है।

परिवार के संबंध में एलवुड(1919) ने कहा कि परिवार वह स्थान है, जहां व्यक्ति मनोवैज्ञानिक शांति और सुरक्षा पाता है। प्रत्येक व्यक्ति का अपना एक परिवार होता है, प्रत्येक परिवार की अपनी अलग विशेषता होती है, जसमें भारतीय संस्कृतियों के दर्शन होते हैं।

प्रस्तुत अध्याय में उत्तरदाताओं के सामान्य एवं पारिवारिक विवरण का अध्ययन किया गया है, इसी तथ्य को ध्यान में रखते हुए अध्ययनगत उत्तरदाताओं की लिंग, आयु, शिक्षा, वैवाहिक स्थिति, धर्म, जाति, मातृभाषा, व्यवसाय तथा मासिक पारिवारिक आय आदि से संबंधित तथ्यों का संकलन किया गया है। इन सभी कारकों का उत्तरदाता के जीवन पर बहुत अधिक प्रभाव पड़ता है।

इस प्रकार प्रत्येक व्यक्ति का जीवन स्तर उसके आय के द्वारा ही निर्धारित होते हैं। कार्य का सतुष्टि के साथ सकारात्मक संबंध है। खान (1972) एवं वविर (1978) ने इस बात पर सहमति व्यक्त की है कि आय व्यक्ति के विचारों के साथ ही व्यवसायिक विशिष्टता व्यवसायिक जटिलता का कार्य के तथा सहयोगात्मक प्रवृत्ति को मजबूत बनाती है। आय व्यक्ति की शिक्षा, आयु एवं क्षमता से प्रभावित होता है, आय वार्षिक, मासिक, साप्ताहिक तथा दैनिक किसी भी प्रकार से प्राप्त हो सकती है।

यह व्यवसाय के ऊपर निर्भर करता है। प्रत्येक समाज में व्यक्ति के रहने का अत्यधिक महत्वपूर्ण केन्द्र परिवार है। सामाजिक संस्थाओं में परिवार का प्रमुख स्थान है। प्रारंभ में परिवार का निर्माण प्राणी शास्त्रीय आवश्यकता के कारण हुआ जो आगे चलकर मानव की अनेक सामाजिक, सांस्कृतिक आवश्यकताओं की पूर्ति का साधन बन गया। परिवार के कारण ही आज मानव जाति अमर बनी हुई है। मानव के उद्विकास के साथ-साथ परिवार के अनेक रूप प्रकट हुये, विभिन्न संस्कृतियों में भी परिवार के अनेक रूप देखने को मिलते हैं।

प्रत्येक मनुष्य किसी न किसी परिवार का सदस्य होता है। परिवार ही मानव शक्ति का उसके अस्तित्व का ज्ञान करता है, हमारा मूल परिचय देता है तथा परिवार ही मानवोच्चता गुणों की प्रथम पाठशाला है। परिवार में ही व्यक्ति अपनी विभिन्न आवश्यकताओं की पूर्ति करता है। परिवार नये प्राणियों को जन्म देकर मृत्यु से रक्षित होने वाले स्थानों को भरता है तथा समाज की नरंतरता को बनाये रखता है। देसाइ (1975) तथा नायक (1979) ने परिवार गठन उसकी प्रकृति और संरचनात्मक विशेषताओं पर महत्वपूर्ण अध्ययन किये हैं।

अतः परिवार मानव की आवश्यकता है यह नियमों पर आधारित एक संस्था है, जिसके नियमों को मानने के लिए मानव बाध्य होता है। परिवार मानव समाज का तत्व है, समाज की मूलभूत इकाई है, परिवार के अभाव में एक मूर्त समाज की कल्पना करना संभव नहीं है।

**परिवार का आकार :**

मानव समाज के विकास के साथ-साथ परिवार के भी अनेक रूप अस्तित्व में आये हैं, सदस्यों की संख्या के आधार पर ही परिवार को वर्गीकृत किया जाता है, प्राचीन काल में परिवार के सदस्यों की संख्या अधिक हुआ करती थी, क्योंकि तब संयुक्त परिवार प्रथा का प्रचलन था, परन्तु आधुनिकीकरण और जनसंख्या नियंत्रण तथा परिवार नियोजन के कारण परिवार में सदस्यों की संख्या कम होती जा रही है। चट्टापोध्याय (1961) द्वारा किये गये अध्ययन के अनुसार - बदलते हुये परिस्थितियों में पति-पत्नी और दो बच्चों का परिवार आदर्श समझा जाता है। सिसोदिया(2000) ने अपने अध्ययन में कहा है कि

लघु, मध्यम, वृहद् परिवार से संबंधित उत्तरदाताओं के प्रतिशत में मात्रात्मक अंतर है।

प्रस्तुत अध्ययन में परिवार के आकार को तीन भागों में विभक्त किया गया है, जिसे निम्न तालिका के द्वारा प्रदर्शित किया गया है :-

### तालिका क्रमांक-2.10

#### उत्तरदाताओं के परिवार का आकार

क्रमांक	परिवार का आकार	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	लघु परिवार (1-4 सदस्य)	65	23.2
2.	मध्यम परिवार (5-8 सदस्य)	154	55
3.	वृहद् परिवार (8 से अधिक सदस्य)	61	21.8
	योग	280	100

अध्ययनगत उत्तरदाताओं से प्राप्त तथ्यों की व्याख्या से स्पष्ट है कि सर्वाधिक 55 प्रतिशत उत्तरदाता मध्यम परिवार के हैं, तथा 23.2 प्रतिशत उत्तरदाता लघु परिवार 1-4 सदस्य संख्या वाले हैं, 8 से अधिक संख्या वाले परिवार यानि वृहद् परिवारों की संख्या 21.8 प्रतिशत है। उत्तरदाताओं के परिवार के आकार से संबंधित विश्लेषण से स्पष्ट होता है कि अधिकतर उत्तरदाता मध्यम परिवार से संबंधित हैं, औद्योगिकीकरण एवं शहरीकरण के कारण वृहद् परिवार के आकार के परिवारों की संख्या में कमी हो रही है।

परिवार के प्रकार :

व्यक्ति के जीवन में केवल सामाजिक एवं आर्थिक जीवन ही नहीं उनका परिवार भी महत्व रखता है, व्यक्ति विभिन्न परिस्थितियों में कार्य करने लगा है, जिसके फलस्वरूप संयुक्त परिवारों का विघटन एवं परिवर्तन हुआ है, तथा एकांकी परिवारों को विकास का अधिकाधिक अवसर मिला है। हम उस परिवार को संयुक्त परिवार कहते हैं, जिसमें एकांकी परिवार की अपेक्षा अधिक पीढ़ियाँ (3 या उससे अधिक) सम्मिलित होते हैं, जो दूसरों की सम्पत्ति, आय और परस्पर अधिकार तथा कर्तव्यों द्वारा बंधे रहते हैं। कपाड़िया (1959) का मत है कि औद्योगिकीकरण, नगरीकरण और पश्चिमीकरण के फलस्वरूप पारिवारिक संरचना तथा स्वरूप में तीव्र परिवर्तन हो रहा है। नगरीय एवं कसबाई जीवन की जटिलताओं ने केन्द्रीय परिवार की स्थापना में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। डिसूजा(1974) ने अपने अध्ययन में पाया कि संयुक्त परिवार आधुनिक नगरीय जीवन और आर्थिक परिस्थितियों के दबाव में महत्वहीन होते जा रहे हैं।

परिवार के प्रकार को सामान्यतः दो भागों में बांटा जा सकता है -

1. संयुक्त परिवार 2. एकांकी परिवार नरिंतर परिवार में सामंजस्य रखते हुये उसे नभिया पाना ही एक बड़ी चुनौती है। प्रस्तुत अध्ययन में परिवार के प्रकार को निम्न तालिका में दर्शाया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.10.1

#### उत्तरदाताओं के परिवार का प्रकार

क्रमांक	परिवार का आकार	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	एकांकी परिवार	196	70
2.	संयुक्त परिवार	84	30

	<b>योग</b>	<b>280</b>	<b>100</b>
--	------------	------------	------------

तालिका क्रमांक 2.10 के आंकड़ों से ज्ञात होता है कि अध्ययनगत समूह में 70 प्रतिशत उत्तरदाताओं का परिवार एकाकी परिवार है, तथा 30 प्रतिशत उत्तरदाता संयुक्त परिवार में निवास करते हैं। तालिका से स्पष्ट होता है कि अध्ययनगत क्षेत्र शहरी होने के कारण एकाकी परिवारों की संख्या अधिक है, आर्थिक स्थिति अच्छी न होने के कारण व्यक्ति संयुक्त परिवार से अलग हो रहे हैं।

#### परिवार के सदस्यों का लिंग :

परिवार तथा समाज में लिंग का अत्यधिक महत्व होता है, प्रति हजार पुरुषों के पीछे स्त्रियों की संख्या लिंग अनुपात कहलाती है, लिंग के आधार पर ही भारतीय समाज में कार्यों का विभाजन हुआ है, अध्ययनगत उत्तरदाताओं के पारिवारिक सदस्यों के लिंग से संबंधित संकलित आंकड़ों को निम्न तालिका में दर्शाया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.10.2

#### उत्तरदाताओं के सदस्यों का लिंग

क्रमांक	लिंग	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	महिला	455	54.2
2.	पुरुष	385	45.8
	<b>योग</b>	<b>840</b>	<b>100</b>

अध्ययनगत समूह में लिंग से संबंधित जानकारी से स्पष्ट होता है कि उत्तरदाताओं के परिवार के सदस्यों में 54.2 प्रतिशत महिला और 45.8 प्रतिशत पुरुष हैं।

#### परिवार के सदस्यों की आयु :

आयु सामाजिक संरचना का महत्वपूर्ण इकाई है। आयु संरचना के संदर्भ में डेविस एवं हीट (1956) ने लिखा है कि "आयु संरचना के अध्ययन में क्रियाशील जनसंख्या की औसत आयु नई प्रवृद्धि सीखने, नये परिवर्तनों को आत्मसात करने एवं परिश्रम की क्षमता का निर्धारण होता है। आयु शारीरिक क्षमता का निर्धारण करने वाली सर्वाधिक महत्वपूर्ण इकाई है, किसी भी व्यक्ति के शारीरिक व बौद्धिक क्षमता का आंकलन करने के लिए आयु का ज्ञान होना आवश्यक है, आयु एक गतिशील धारणा है, जिसमें निरंतर परिवर्तन होता रहता है, जैसे-जैसे व्यक्ति की आयु में वृद्धि होती है, वैसे-वैसे वह सर्वाधिक विकास करता जाता है। प्रस्तुत अध्ययन में अध्ययनगत समूह के उत्तरदाता से उनके परिवार के सदस्यों की आयु के संबंध में जानकारी एकत्र की गई जो निम्नलिखित है -

#### तालिका क्रमांक-2.10.3

#### परिवार के सदस्यों की आयु (वर्षों में)

क्रमांक	आयु (वर्षों में)	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	20 वर्ष तक	500	59.5
2.	20-30 वर्ष तक	196	23.3
3.	30-40 वर्ष तक	124	14.8

4.	40 वर्ष से अधिक	20	2.4
	योग	840	100

तालिका के आंकड़ों से स्पष्ट है कि अध्ययनगत समुह में 59.5 प्रतिशत उत्तरदाताओं के सदस्यों की आयु 20 वर्ष तक, 23.3 प्रतिशत उत्तरदाताओं के सदस्यों की आयु 20-30 वर्ष, 30-40 वर्ष तक के उत्तरदाता के परिवार के सदस्य 14.8 प्रतिशत है, व शेष बचे 2.4 प्रतिशत उत्तरदाता 40 वर्ष से अधिक के हैं। अध्ययन से स्पष्ट होता है कि अधिकांश उत्तरदाताओं के परिवार के सदस्यों की आयु 20 वर्ष तक है। अधिकांश परिवार के लोगों में संयुक्त परिवार का आभाव है, और संयुक्त परिवार के न होने के कारण केवल एक पीढ़ी ही साथ रहते हैं, जिसके कारण परिवार अधिक उम्र के लोगों की संख्या कम है।

#### परिवार के सदस्यों की शिक्षा :

मनुष्य जन्म से अज्ञानी होता है, शिक्षा के माध्यम से ही वह बुद्धिमान बनता है, शिक्षा व्यक्ति को सामाजिक आदर्शों के अनुकूल व्यवहार करने में सहायता करती है, तथा उसे जैविकीय प्राणी बनकर समाज में रहने योग्य बनाती है, शिक्षा के द्वारा मानव ने अपनी मानसिक, आध्यात्मिक सामाजिक प्रगति की है, तथा इसने मनुष्य को पशु स्तर से उठा कर श्रेष्ठ सांस्कृतिक प्राणी बनाया है। पैट्रीसिया (2004) के शब्दों में एक शिक्षित व्यक्ति अपने अधिकार व कर्तव्यों को भली भांति समझ सकता है। कॉम्टे (1985) के

अनुसार "शिक्षा व्यक्ति की उस पूर्णता का विकास करती है, जिस पर वह पहुंच सकता है।"

अध्ययनगत उत्तरदाताओं के परिवार के सदस्यों की शिक्षा से संबंधित तथ्यों को निम्न तालिका द्वारा स्पष्ट किया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.10.4

#### परिवार के सदस्यों में शिक्षा का स्तर

क्रमांक	शिक्षा स्तर	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	नरिक्षर	529	63.0
2.	प्राथमिक	100	12.0
3.	माध्यमिक	151	17.9
4.	उ. माध्यमिक	60	7.1
	योग	840	100

उपरोक्त तालिका से स्पष्ट है कि अध्ययनगत समूह में 59.5 प्रतिशत उत्तरदाता के सदस्य अविवाहित हैं, और 40.5 प्रतिशत उत्तरदाता विवाहित हैं। अधिकांश उत्तरदाता के सदस्य अविवाहित हैं। उत्तरदाता का परिवार नज्दी परिवार से संबंध रखते हैं, जिसके कारण अधिकांश उत्तरदाता के परिवार में सदस्य अविवाहित हैं, क्योंकि परिवार में माता-पिता और उनके बच्चों ही निवास करते हैं।

परिवार के सदस्यों का व्यवसाय :

प्रारम्भिक व आदिम अवस्था में मानव की आवश्यकताएं सीमिति थी, अपने जीविकोपार्जन के अलावा अन्य छोटी-मोटी आवश्यकताएं थी, जिनकी पूर्ति वे स्वयं कर लेते थे, कन्तु वर्तमान में यह युग औद्योगिक युग में बदल गया है और इस युग की विशेषता है यहां व्यक्ति भौतिकता पर अधिक ध्यान देता है।

आज वर्तमान में महँगारू ने कमर तोड़ दी है तथा नरू नरू आवश्यकताएं अपना मुंह खोले खड़ी रहती है, ऐसे स्थिति में परिवार के प्रत्येक सदस्य का जीविकोपार्जन में संलग्न होना अति आवश्यक है।

आधुनिक समाज में जीवन यापन एवं संस्तरणात्मक व्यवस्था में उच्च स्थिति प्राप्त करने के लिए व्यक्ति के रोजगार प्रस्थिति की भूमिका महत्वपूर्ण है। व्यक्ति के जीवन शैली में व्यवसाय का विशेष महत्व है। रोजगार के माध्यम से व्यक्ति की सामाजिक अंतः क्रिया, परिवारिक शक्ति संरचना एवं जीवन के आधार-भूत हितों में अपेक्षित सुधार लाया जा सकता है।

व्यवसाय ही जीवन का आधार होती है, और इसी आधार को ध्यान में रखते हुए उत्तरदाताओं के परिवार के सदस्यों के व्यवसाय को हमने स्पष्ट करने का प्रयास किया और जिसे निम्न तालिका द्वारा स्पष्ट किया गया है।

#### तालिका क्रमांक-2.10.4

##### परिवार के सदस्यों का व्यवसाय

क्रमांक	व्यवसाय	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	प्रारूवेदनौकरी	143	17.0
2.	मजदूरी	84	10.0

3.	वाहन चालक (ट्रक, ऑटो, रक्शा)	92	11.0
4.	घरेलू नौकरानी	17	2.0
5.	कोरूड व्वास नही	504	60.0
	योग	840	100

इस तालिका से वदिति है की अध्थयनगत समुह में 17 प्रतशित उत्तरदाता के सदस्य प्रारूडवेट नौकरी, 10 प्रतशित मजदूरी, 11 प्रतशित वाहन चालक (ट्रक, ऑटो, रक्शा), और शेष 2 प्रतशित उत्तरदाता के सदस्य घरेलू नौकरानी का कार्य करते हैं। प्रस्तुत तालिका से यह स्पष्ट है की अधिकांश उत्तरदाता के परिवार के सदस्य कोरूड व्यवसाय नहीं करते हं, क्योंकि अधिकांश सदस्य बच्चें और महिलाएं हैं।

#### परिवार की मासकि आय :

किसी कार्य के बदले दिया जाने वाला मूल्य आय कहलाता है, आय के आधार पर ही व्यक्ति व्यय एवं बचत करता है, पारिवारिक स्तर पर आय का प्रभाव अधिक होता है, आय बढ़ने पर जीवन स्तर भी ऊँचा हो जाता है। मानसी दास गुप्ता (1978) एवं तारा सधिल (2003) ने अपने अध्थयन में बताया की पारिवारिक आय में वृद्धि के लिए घर की महिलाओं का नौकरी करना आवश्यक है। इससे पारिवारिक आय में वृद्धि के साथ ही पारिवारिक वातावरण भी साकारात्मक रहता है।

आर्थिक कार्यक्रम व्यक्ति का मानवीय संबंध ही नहीं बल्कि सामाजिक संबंध भी अभिव्यक्त करता है। अध्ययन हेतु चयनित उत्तरदाताओं की पारिवारिक मासिक आय को निम्न तालिका के द्वारा दर्शाया गया है :

#### तालिका क्रमांक-2.10.5

#### उत्तरदाताओं की मासिक आय

क्रमांक	मासिक आय (रू.)	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	4000 रुपये तक	74	26.4
2.	4000-8000 तक	149	53.2
3.	8000 से अधिक	57	20.4
	योग	280	100

उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि अध्ययनगत समूह में 53.2 प्रतिशत उत्तरदाता के परिवार के सदस्यों की मासिक आय 4000-8000 रू. तक, 26.4 प्रतिशत उत्तरदाता के सदस्यों की आय 4000 रू. तक शेष 20 प्रतिशत सदस्यों की मासिक आय 8000रू. से अधिक है।

प्रस्तुत तालिका के प्रतिशत से स्पष्ट हो रहा है कि अधिकांश उत्तरदाता के परिवार के सदस्यों की मासिक आय 4000-8000 रू. तक है, जो मध्यम आय को इंगित करते हैं। हमारे देश व राज्य में अधिकांश परिवार मध्यम आय वाले परिवार से ही संबंधित है, जो प्रस्तुत तालिका से पूर्ण रूप से स्पष्ट हो रहा है।

**(स) आर्थिक वविरण :**

वर्तमान समय में व्यक्ति की आर्थिक स्थिति ही उसकी पहचान है, वर्तमान समय में किसी भी राष्ट्र या समाज को समझना हो तो उसके आर्थिक समृद्धि को देखा जायें तो उस समाज के विकास व सम्पन्नता को असानी से समझा जा सकता है, वर्तमान समय में जसि प्रकार उद्योगों के लिए कच्चा माल, परिवहन साधनों के लिए रूद्धन मानव के लिए ऑक्सीजन की आवश्यकता होती है, ठीक उसी प्रकार से परिवार को सुचारू रूप से चलाने के लिए मजबूत आर्थिक पक्ष का होना आवश्यक है, वर्तमान को देखते हुए यह कहना उचित होगा कि आज परिवार आर्थिक और सामाजिक रूपी अक्षों पर टिका हुआ है, जसिमें से एक का भी संतुलन बगिड़ता है, तो नश्चिति मानिए परिवार रूपी ग्लोब के वभिन्न नक्षों में परिवर्तन आ जाता है।

**उत्तरदाताओं के स्वयं का मकान :**

प्रत्येक व्यक्ति की तीन मूलभूत आवश्यकताएँ होती है - रोटी-कपड़ा तथा मकान इन तीनों आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए ही मनुष्य व्यवसाय को महत्व देता है। इन तीनों की आवश्यकता मनुष्य को हर काल में पड़ी है। सन्हा (2007) के अनुसार वभिन्न आवश्यकताओं की पूर्ति ही व्यक्ति के जीवन स्तर को ऊँचा उठाने में सहायक है। घर, बच्चें, वृद्ध एवं युवा सभी के आश्रय का एक मात्र साधन होता है। बच्चों के लिए प्रेम एवं खेल, युवाओं के लिए, अपने सपनों को साकार करने का उद्देश्य एवं स्त्रियों तथा बुजुर्गों के लिए शारीरिक, मानसिक सुरक्षा का पर्याय घर ही होता है।

किसी भी परिवार या व्यक्ति की आर्थिक स्थिति को उसके स्वयं के मकान से परखा जा सकता है, यदि वह स्वयं के मकान में नविस करता है, तो यह उसकी संपत्ति कहलाती है और वह समाज में मजबूत आर्थिक स्थिति वाला परिवार माना जाता है। उत्तरदाताओं के स्वयं के मकान होने की स्थिति को निम्न तालिका द्वारा स्पष्ट किया जा सकता है।

### तालिका क्रमांक-2.11.1

#### उत्तरदाताओं का स्वयं का मकान

क्रमांक	स्वयं का मकान	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	हाँ	181	64.6
2.	नहीं	99	35.4
	योग	280	100

प्रस्तुत तालिका से स्पष्ट है कि अधिकांश उत्तरदाता के पास स्वयं का मकान है, और 35.4 प्रतिशत उत्तरदाता के पास स्वयं का मकान नहीं है।

#### मकान का स्वरूप -

आदिकाल से लेकर अब तक मकान के स्वरूपों में समयानुसार परिवर्तन आया है। मकान का स्वरूप मकान मालिक के आय के माध्यम एवं आर्थिक स्थिति के अनुरूप निर्मित होते हैं, जैसे कच्चा मकान, अर्द्ध कच्चा मकान, पक्का मकान एवं अर्द्ध पक्का मकान आदी।

मकान के संबंध में अरवदि सहि (2001) ने लिखा है कि “मकान कठोर तत्वों से निर्मित होकर कोमल भावनाओं का विकास करता है।” मकान कच्चा हो या पक्का, परिवार के सदस्य उसे घर बनाते हैं और सदस्यों से मलिकर ही निर्जीव मकान में सजीवता पनपती है। प्रस्तुत अध्ययन में उत्तरदाताओं के मकान के स्वरूप संबंधी आंकड़ों को निम्न तालिका द्वारा स्पष्ट किया गया है :

### तालिका क्रमांक-2.11.2

#### उत्तरदाताओं के मकान का स्वरूप

क्रमांक	स्वरूप	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	पूर्ण कच्चा	94	51.9
2.	पूर्ण पक्का	30	16.6
3.	कच्चा-पक्का	57	31.5
	योग	181	100

उपरोक्त तालिका से स्पष्ट है कि जिन उत्तरदाताओं के पास स्वयं का मकान है, उन में से 50.9 प्रतिशत उत्तरदाता के मकान का स्वरूप पूर्ण कच्चा 31.5 प्रतिशत उत्तरदाता का मकान कच्चा-पक्का और शेष 16.6 प्रतिशत उत्तरदाता के मकान पूर्ण पक्का है।

तालिका से स्पष्ट हो रहा है कि अधिकांश उत्तरदाता के परिवार का मकान पूर्ण कच्चा है, जो उत्तरदाता के आर्थिक स्थिति की ओर संकेत करता है।

स्वयं का मकान नहीं होने पर कहाँ नवास करना -

मकान मूलभूत आवश्यकताओं की श्रेणी में गनिा जाता है। स्वयं का मकान न होने पर भी व्यक्ति मकान की आवश्यकता किसी अन्य तरीके से पूरण करता है। करियाे का मकान, रशितेदारों के मकान या सरकारी आवास की सुवधिया का लाभ उठायया जाता है। कभी-कभी मूल नवियास स्थान से कुछ नश्चिति अवधिया के लिए शहर में जाना हो तब भी व्यक्ति स्वयं का मकान न बना कर किसी अन्य उपायों को अपनाता है। शहरी जीवन में प्रत्येक वस्तु करियाे से प्राप्त हो जाती है।

प्रस्तुत अध्यायन में उत्तरदाताओं को उनके मकान की प्राप्ति के जरयिे को नमिन तालकिया द्वारा स्पष्ट कयिया जा सकता है :-

### तालकिया क्रमांक-2.11.3

#### मकान प्राप्ति का जरयिया

क्रमांक	स्वरूप	आवृत्ति	प्रतशित
1.	करियाे से	47	47.5
2.	पैतृक सम्पत्ति	36	36.4
3.	ससुराल पक्ष	16	16.1
	योग	99	100

प्रस्तुत आंकड़ों से स्पष्ट है कि 47.5 प्रतशित उत्तरदाता का मकान करियाे का है 36.4 प्रतशित उत्तरदाता का मकान पैतृक सम्पत्ति है, और 16.1 प्रतशित उत्तरदाताओं को मकान ससुराल पक्ष से मलिया है।

अधकियांश उत्तरदाताओं ने बताया कि वे मध्यम परिवार से संबंध रखते हैं, और अपने परिवार के पालन-पोषण के लिए शहर में बसे हैं, यही कारण है

की अधिकांश उत्तरदाता करियाे के मकान में रहते हैं, क्योंकि शहर में मंहगार्इ अधकि है, जससे वे स्वयं मकान नहीं बना सकते हैं, इसी कारण वे करियाे के मकान में नवास करते हैं।

**उत्तरदाताओं के बस्ती में रहने के कारण -**

आज प्रत्येक मनुष्य के लिए अपने परिवार की जीवीकोपार्जन चलाना आसान नहीं है, कई परिवार इसके कारण टुट भी रहे हैं, जहां मंहगार्इ इतनी बढ़ रही है, वहां सबका साथ रहना मुमकन नहीं है, जसकी वजह से व्यक्ति शहरों में आकर रहते हैं, और शहरों में मंहगार्इ अधकि होने से आमदनी कम होती है, जससे व्यक्तियों को कम पैसों में जहां पर रहने की व्यवस्था मिलती है, वह अपना नवास स्थान बना लेता है, इसी कारणों से वह छोटी-छोटी बस्ती में रहने के लिए वविश है, प्रस्तुत तालकिा में इस संबंध में जो आंकड़ें एकत्र किये गये हैं, वे नम्नानुसार हैं :-

**तालकिा क्रमांक-2.12.1**

**बस्ती में रहने के कारण**

क्रमांक	कारण	आवृत्ति	प्रतशित
1.	आर्थकि कारण	160	57.1
2.	पैतृक कारण	120	42.9
	योग	280	100

उपरोक्त तालकिा से स्पष्ट है कि समस्त उत्तरदाताओं में 57.1 प्रतशित उत्तरदाता आर्थकि कारण से गंदी बस्ती में रहने पर मजबुर हैं,

और शेष 42.9 प्रतशित उत्तरदाता की पैतृक सम्पत्ति होने के कारण यहां रहते हैं।

इस बात से स्पष्ट हो रहा है कि व्यक्ति अपनी परिवार की जीविका व भरण-पोषण के लिए कुछ भी कर सकते हैं, इसलिए वे गंदी बस्ती में रहने के लिए मजबूर रहते हैं। व्यक्तियों का गंदी बस्ती में रहने का कोर्ड न कोर्ड कारण होता है, इस तालिका से यह बात पूर्णतः स्पष्ट हो रहा है कि उत्तरदाता का जन्म ही इसी स्थान में हुआ है, तो वे इस स्थान को छोड़कर नहीं जा सकते हैं, और यही नव्वास करने लगते हैं, क्योंकि व्यक्ति को अपने जन्म स्थान से एक अलग प्रकार का लगाव होता है, और इसी लगाव के कारण वह उन कमीयों को अपना कर यहां पर नव्वास करता है।

#### उत्तरदाताओं के गंदी बस्ती में आवास की अवधि -

मनुष्य में यह आदत हमेशा से है कि वह अपनी सुवधानुसार कहीं भी अपना नव्वास स्थान बना कर रहता है, जिससे वह अपना जीवन यापन अपनी सुवधानुसार कर सके और स्थान के सामाजिक क्रियाओं को अपनाता है, और उसी के अनुरूप उसका अनुकरण करता है। उत्तरदाताओं से उनके नव्वास की अवधि जानने का प्रयास किया गया है, जिसने नमिन् तालिका द्वारा प्रस्तुत किया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.12.2

#### बस्ती में नव्वास की अवधि

क्रमांक	नव्वास की अवधि (वर्षों में)	आवृत्ति	प्रतशित
---------	-----------------------------	---------	---------

1.	जन्म से	125	44.6
2.	5-10 वर्ष से	47	16.6
3.	10-20 वर्ष से	70	25.0
4.	20 वर्ष से अधिक	38	13.6
	योग	280	100

प्रस्तुत तालिका से स्पष्ट है कि अधिकांश उत्तरदाता जन्म से इस बस्ती में रहते हैं, 25 प्रतिशत उत्तरदाता 10-20 वर्षों से रह रहे हैं, 16.8 प्रतिशत उत्तरदाता 05-10 वर्षों से रहते हैं, और शेष 13.6 प्रतिशत उत्तरदाता 20 वर्ष से अधिक वर्षों से रह रहे हैं।

#### सामाग्री की प्राप्ति होना -

प्रत्येक व्यक्ति की अपनी कुछ मूल-भूत आवश्यकताएं होती हैं, और उन आवश्यकताओं की पूर्ति करना भी अत्यन्त आवश्यक है, व्यक्ति इन आवश्यकताओं की पूर्ति करने के लिए पूरी कोशिश करते हैं, जिससे उसके परिवार के लोगों को उसके आभाव में किसी प्रकार की कोरड समस्या न हों, लेकिन कुछ वस्तुएं ऐसी होती हैं, जिनकी उपलब्धता प्रत्येक स्थान हो यह सम्भव नहीं है, ऐसा स्थिति में उन वस्तुओं की पूर्ति अन्य माध्यमों या स्थानों से करी जाती है। अध्ययनगत समुह में उत्तरदाताओं से यह जानने का प्रयास किया कि बस्ती के आस-पास उन्हें अपनी सारी आवश्यकता की सामाग्री की प्राप्ति होती है या नहीं, प्राप्ति जानकारी को निम्न तालिका द्वारा स्पष्ट किया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.12.3

## बस्ती में रहने के कारण

क्रमांक	सामाग्री की प्राप्ति	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	हाँ	224	80
2.	नहीं	56	20
	योग	280	100

प्रस्तुत आंकड़ों से स्पष्ट है कि अधिकांश उत्तरदाता को बस्ती में रहने से ही उनकी आवश्यकता सामाग्री मिल जाती है और 20 प्रतिशत उत्तरदाता को बस्ती में आवश्यकता की सामाग्री नहीं मिलती है।

अतः स्पष्ट है कि उत्तरदाताओं में से कम उत्तरदाताओं को बस्ती में उनकी आवश्यकता की सामाग्री बाहर से लेनी पड़ती है, जिससे उन्हें समस्याओं का सामना करना पड़ता है।

### सामाग्री प्राप्त न होने पर पूर्ति का माध्यम :-

आवश्यकता की सामाग्री सभी के लिए आवश्यक होता है, उसकी पूर्ति के लिए उन्हें कहीं न कहीं जाना होता है, प्रसिद्ध अर्थशास्त्री श्री मार्शल का कहना है कि आवश्यकता ही अवधिकार की जननी होती है, “जब मनुष्य की आवश्यकता पूर्ण नहीं होती, तो वह अपना जीवनयापन सुविधा व सरलता से नहीं कर पाता, और इसी वविशता वश आवश्यकताओं की पूर्ति करने के लिए अन्य रास्ता अपनाता है, जिससे उसकी समस्या हल हो सके, प्रस्तुत अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया गया कि जिन उत्तरदाता को आवश्यकता

की सामाग्री बस्ती में प्राप्त नहीं होती तो उन्हें सामाग्री कहां से प्राप्त होती है, उसे नमिन् तालिका द्वारा स्पष्ट किया गया है :-

#### तालिका क्रमांक-2.12.4

#### सामग्री की पूर्ति का जरिया

क्रमांक	जरिया	आवृत्ति	प्रतशित
1.	शहर जाकर लाना	28	50
2.	दूसरों से सहायता लेना	18	32.1
3.	कार्य सामग्री के बिना चलाना	10	17.9
	योग	56	100

प्रस्तुत तालिका से स्पष्ट है कि जिन उत्तरदाता को सामाग्री बस्ती में नहीं मिलती है उनमें 50 प्रतशित अर्थात् आधे उत्तरदाता शहर से सामाग्री लाते हैं, 32.1 प्रतशित उत्तरदाता सामाग्री दूसरे से सहायता लेकर अपना काम चलाते हैं, और शेष अन्य अपना कार्य सामाग्री के बिना चलाने का प्रयास करते हैं, जिससे उन्हें दिक्रतें और समस्याएं आती हैं। इससे स्पष्ट हो रहा है कि अधिकांश को अपनी आवश्यकताओं के लिए वविश हो कर उन्हें शहर में जाना पड़ता है जो बहुत कठिन है, इससे उनका धन और समय दोनों अधिक लगते हैं।

**बस्ती में उपलब्ध सुविधाओं से संतुष्टि :**

प्रत्येक व्यक्ति के लिए अपना परिवार व उसकी संतुष्टि महत्वपूर्ण व सर्वोपरि रहती है, परिवार को सुरक्षित रखने के लिए वह उनके लिए आवास की

व्यवस्था करता है, जिससे कि उसके परिवार को किसी प्रकार की कोरड समस्या न हों, और वह सुखी रहें, व्यक्ति अपनी आर्थिक स्थिति को ध्यान में रखते हुए अपने लिए नविस स्थान का चयन करता है, लेकिन प्रत्येक परिवार उस स्थान पर रहने से संतुष्ट हों, यह सम्भव नहीं है, क्योंकि सुविधाओं के आभाव में संतुष्टि नहीं हो सकती है, प्रस्तुत अध्ययन में उत्तरदाताओं से यह जानने का प्रयास किया गया कि इनका परिवार इस बस्ती में रहने से संतुष्ट है प्राप्त जानकारी को निम्न तालिका से जानने का प्रयास किया गया :-

#### तालिका क्रमांक-2.12.5

#### बस्ती में रहने से संतुष्टि

क्रमांक	जरिया	आवृत्ति	प्रतशित
1.	हाँ	210	75
2.	नहीं	70	25
	योग	56	100

प्रस्तुत तालिका से स्पष्ट है कि 75 प्रतशित उत्तरदाता इस बस्ती में रहने से संतुष्ट हैं, और शेष 25 प्रतशित उत्तरदाता संतुष्ट नहीं हैं। इससे स्पष्ट हो रहा है कि व्यक्ति हर परिस्थिति में अपने आप को ढाल लेता है, और संतुष्ट रहना सीख लेता है, लेकिन कुछ व्यक्ति परिस्थिति का सामना नहीं कर पाते हैं जिसकी वजह से वे असंतुष्ट रहते हैं, यह तथ्य अध्ययन से पूर्ण रूप से स्पष्ट है क्योंकि कम उत्तरदाता ही असंतुष्ट हैं।

**संतुष्टि के कारण :**

संतुष्ट रहना हर परस्थिति में संभव नहीं होता है, लेकिन कई ऐसे व्यक्ति भी होते हैं, जो परस्थिति का सामना कर अपने आप को उसमें ढाल कर संतुष्ट रहते हैं, प्रस्तुत अध्ययन में जो उत्तरदाता गंदी बस्ती में रहने के कारण संतुष्ट हैं उनकी संतुष्टि के कारणों को जानने का प्रयास किया गया है। अध्ययन से जो जानकारी प्राप्त हुई है उसे निम्न तालिका द्वारा स्पष्ट किया गया है :

**तालिका क्रमांक-2.12.6**

**संतुष्टि के कारण**

क्रमांक	संतुष्टि के कारण	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	आवश्यकता की सामग्री की उपलब्धता	115	54.8
2.	पारिवारिक वातावरण	59	28.1
3.	अनुकूलि पर्यावरण	36	17.1
	योग	210	100

प्रस्तुत तालिका से स्पष्ट है कि 54.8 प्रतिशत उत्तरदाता इसलिए संतुष्ट हैं कि उन्हें अपनी आवश्यकता की सारी सामग्री बस्ती में मिलती है, 28.6 प्रतिशत उत्तरदाता के सारे रक्षितेदार इसी बस्ती में रहते हैं जिससे उन्हें पारिवारिक वातावरण का अनुभव होता है, जिससे उन्हें संतुष्टि मिलती है, और शेष बचे 16.6 प्रतिशत उत्तरदाता को इस बस्ती का पर्यावरण पसंद है।

**संतुष्ट नहीं होने का कारण :-**

ऐसा कभी नहीं होता कि व्यक्ति हर परिस्थिति में संतुष्ट रहें कुछ ऐसी भी परिस्थिति भी आती हैं, जिससे वह प्रभावित हुए बिना नहीं रह पाता, और उनमें असंतुष्टि के भाव उत्पन्न हो जाते हैं, जिससे वह हमेशा असंतुष्ट रहता है, चाहे वह आवास को लेकर हो या अपने समाज को। प्रस्तुत अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया गया कि जो उत्तरदाता बस्ती में रहने से असंतुष्ट हैं उनकी असंतुष्टि का कारण क्या है?

अध्ययन से प्राप्त जानकारी को निम्न तालिका में स्पष्ट किया गया है-

**तालिका क्रमांक-2.12.7**

**संतुष्टि के कारण**

क्रमांक	असंतुष्टि के कारण	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	आवश्यकता की सामग्री न मिलना	38	54.3
2.	पड़ोसियों का व्यवहार	12	17.1
3.	गंदगी का वातावरण	20	28.6
	योग	70	100

उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि 54 प्रतिशत उत्तरदाता के असंतुष्टि का कारण बस्ती में आवश्यकता की सामग्री नहीं मिलती, 29 प्रतिशत

उत्तरदाता को यहां का वातावरण पसंद नहीं है और शेष अन्य 17 प्रतशित उत्तरदाता को अपने पड़ोसियों का व्यवहार पसंद नहीं है।

### दैनिक उपयोग के भौतिक सामग्री की उपलब्धता -

डेवडि (2010) के अनुसार इक्कीसवीं सदी में हर व्यक्ति सुबह से लेकर अगले दिन की सुबह तक अपना जीवन विभिन्न भौतिक सुविधाओं में ही गुजारता है। एक प्रकार से देखा जाये तो ये भौतिक सुविधाएँ व्यक्ति की जिन्दगी को आसान बनाने के साथ ही उसे पंगु भी बना रहा है। वर्तमान समय के साथ चलने के लिए यह आवश्यक हो जाता है कि हम इन भौतिक सुविधाओं का लाभ लें। गर्डन रॉबर्ट (2008) एवं बुटी फ्रैंक (2010) का मानना है कि सुविधाएँ प्रबंधन का एक उत्तम साधन है। घर हो या दफ्तर समय प्रबंध, आर्थिक प्रबंध एवं पारिवारिक सतुलन को बनाये रखने के लिए भौतिक सुविधाओं का प्रबंधन जरूरी है।

प्रस्तुत अध्ययन में उत्तरदाताओं से यह जानने का प्रयास किया गया कि उनके मकान में जीवन में उपयोग की जाने वाली कौन-कौन सी भौतिक सामग्री उपलब्ध है।

### तालिका क्रमांक-2.12.8

#### दैनिक उपयोग के भौतिक सामग्री की उपलब्धता

क्रमांक	भौतिक सामग्री	हाँ		नहीं		कुल योग	
		आवृत्ति	प्रतशित	आवृत्ति	प्रतशित	आवृत्ति	प्रतशित
1	गैस स्टोव	249	88.9	31	11.1	280	100

2	फ्रजि	140	50	140	50	280	100
3	टेलीवजिन	260	92.9	20	7.1	280	100
4	वाशगि मशीन	17	6.1	263	93.9	280	100
5.	दो पहिया वाहन	170	60.7	263	93.9	280	100

उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि अध्ययनगत समुह के उत्तरदाताओं में प्रतशित उत्तरदाता के पास टेलीवजिन, 88.9 प्रतशित उत्तरदाता के पास गैस स्टोव 92.9, 60.7 प्रतशित दो पहिया वाहन हैं, 50 प्रतशित उत्तरदाताओं के पास फ्रजि, 6.1 प्रतशित उत्तरदाता के पास वाशगि मशीन हैं।

आज का युग भौतिक वादी व दखावे का युग है, इसका प्रभाव व्यक्ति के दैनिक जीवन को भी प्रभावित करता है, इस तालिका के प्रतशित से स्पष्ट है कि उत्तरदाताओं के पास जतिने दैनिक जीवन की भौतिक वस्तुएं हैं, वह आवश्यकता से अधिक हैं इसके बिना भी वे अपना जीवन यापन कर सकते हैं।

### अध्याय-3

#### कुपोषण का कारण

---

वर्तमान समय में कुपोषण की समस्या पूरे विश्व में सबसे बड़ी समस्या के रूप में है। सम्पूर्ण विश्व में सबसे ज्यादा कुपोषित भारत में हैं, उसमें भी महिलाओं व बच्चों में यह समस्या अधिक है। भारत की अधिकांश गरीब जनता को प्रतिदिन सुबह-शाम भरपेट भोजन उपलब्ध नहीं होता है। जिससे वे कुपोषित हो जाते हैं। गरीब परिवारों के बालकों को भरपेट अनाज भी नहीं मिलता, जिसके कारण उनके शरीर में ऊर्जा उत्पादक भोज्य तत्वों की भी कमी हो जाती है तथा वे निर्बल, कमजोर, नशिकृत एवं थके-थके दिखाई देते हैं। गर्भवती तथा धात्री माता की दशा भी कम दयनीय नहीं है। यूनेस्को (2008) का कहना है कि आज विश्व का प्रमुख मुद्दा कुपोषण है जिसका सामना आज पूरी दुनिया को करना पड़ रहा है, यह समस्या विकासशील देशों में विशेषकर बच्चों में दिखाई देती है। दुनिया में कुल कुपोषित लोगों की आधे से अधिक आबादी भारत में है, अर्थात् 47 प्रतिशत भारत में सबसे अधिक कुपोषित व्यक्ति हैं, जो एक सर्वे द्वारा वदित है, जिसमें महिलाओं और बच्चों की संख्या अधिक है, भारत में सबसे अधिक कम वजनी बच्चे हैं।

यूनेस्को (1994) के रिपोर्ट के अनुसार कुपोषण का मुख्य कारण शहरी गरीबी, भीड़भाड़ और घटिया आवास के साथ-साथ गंदी बस्तियों का होना है। इन क्षेत्रों में अधिक बाल मृत्यु-दर व कुपोषण तथा अन्य संक्रामक बीमारियाँ अधिक दिखलाई पड़ती हैं। ओसन्ग (1992) ने कुपोषण

को बच्चों के मानवाधिकार का उल्लंघन माना है इन्होंने इसे शारीरिक और भावनात्मक पीड़ा का एक प्रमुख कारण भी बताया है।

देश में महिलाओं और बच्चों में बढ़ रहे कुपोषण के मामले में छत्तीसगढ़ दूसरे स्थान पर है, वगित एक साल में आरइ साढ़े तीन फीसदी कमी के बावजूद यह आँकड़ा चौकाने वाला है, कि वर्तमान में राज्य में 7.67 लाख से ज्यादा महिलाएं एवं बच्चें कुपोषण के शिकार हैं।

कृषि क्षेत्र में उत्पादकता की कमी होने से आय में कमी होती है, जिससे व्यक्तियों की आर्थिक स्थिति में कमी होती है, जिससे उनके खानपान, रहन सहन में गिरावट होती है जिससे उनकी सामाजिक स्थिति प्रभावित होती है, खानपान में गिरावट आने से उनके स्वास्थ्य में गिरावट आता है, जिससे कुपोषण को बढ़ावा मिलता है। कुपोषण हर क्षेत्र के लोगों को प्रभावित करता है, दुनिया भर में करीब 1.9 बिलियन एडल्ट कम वजन वाले होते हैं, जबकि 462 मिलियन एडल्ट अधिक वजन वाले हैं, अनुमानित 5 वर्ष से कम के 41 लाख बच्चों से अधिक छोटे कद वाले और 50 मिलियन कमजोर बच्चे हैं, आयरन की कमी के कारण दुनिया भर में 528 मिलियन या 29 प्रतिशत महिलाएं एनीमिया से प्रभावित हैं।

**कुपोषण क्या है ?**

यह पोषण की वह स्थिति है जिसके कारण व्यक्ति के स्वास्थ्य में गिरावट आने लगती है। यह एक या एक से अधिक तत्वों की कमी या अधिकता या असंतुलन के कारण होती है, जिसके कारण शरीर रोगग्रस्त हो जाता है। अधिकांश भारतीयों के भोजन में चाहे वह गरीब हो या अमीर, वृद्ध हो या युवा, स्त्री हो

या पुरुष, गर्भवती माता हो या धात्री, किसी न किसी पौष्टिक तत्वों की अधिकता या कमी रहती है। विशेषकर गरीब किसान, मजदूर तथा नमिन आर्थिक वर्ग के लोगों की भोजन गुणात्मक तथा परणात्मक दोनों ही दृष्टि से अपर्याप्त होता है। वारथनिगटन-रार्वट बी .(1989) ने माना है कि कुपोषण सबसे ज्यादा बच्चों में गर्भवती महिला द्वारा अपर्याप्त आहार व सेवन के द्वारा होता है तथा स्तनपान करने वाले बच्चों अपर्याप्त, असंतुलित व असुरक्षित आहार के द्वारा होता है।

कुपोषण तब होता है, जब शरीर को पर्याप्त पोषक तत्व नहीं मिलते, इसके कारणों में आहार की कमी, पाचन की अवस्थाएं या अन्य रोग शामिल हैं, कुपोषण शरीर में पर्याप्त पोषक तत्वों की कमी से अधिक होता है, सामान्यतः भारत में हर साल कुपोषण के 10 लाख से ज्यादा मामलें दखारइ देते हैं, कुपोषण का स्तर मध्यम अवधि में रहने से महति भर में ठीक हो जाता है, आमतौर पर इसका उपचार स्वयं किया जाता है, इसका पता भी लक्षणों को देखकर स्वयं लगाया जा सकता है।

### कुपोषण की स्थितियाँ :

कुपोषण की स्थिति मुख्यतः दो प्रकार की होती है

1. अति पोषण
2. अल्प पोषण

#### 1. अति पोषण (Over Nutrition)-

जब व्यक्ति के आहार में कुछ पौष्टिक तत्वों की अधिकता हो जाती है तथा यह अधिकता लम्बे समय तक चलती रहती है तो अति पोषण कहलाती है,

इसके कारण कई रोग हो जाते हैं, जैसे- मोटापा, हृदय रोग, उच्च रक्त चाप, हाइपर वटोमिनोसिस 'ए' तथा 'डी' आदी

## 2. अल्प पोषण (Under Nutrition) -

जब व्यक्ति के भोजन में किसी नकसी पौष्टिक तत्वों की नरंतर कमी बनी रहती है तो वैसा पोषण अल्प पोषण कहलाता है। इसके कारण कई बीमारियाँ हो जाती हैं, जैसे मैरास्मस, क्वाशियोरकार, अधंता, स्कर्वी, बेरी-बेरी, रक्त अल्पता आदी

### कुपोषण की स्थितियाँ

अति पोषण (Over Nutrition)	अल्प पोषण (Under Nutrition)
अतभार	स्कर्वी
मोटापा	बेरी-बेरी
हृदय रोग	गाँयटर
वटामिन ए की अधकृता	रक्त अल्पता
यकृत रोग	रकृट्स
गुरदें का रोग	मैरास्मस

## कुपोषण के लक्षण -

लक्षण वह होता है, जो मरीज स्वयं महसूस करता है, और उनके बारे में बताता है, संकेत वह होते हैं, जिनका डॉक्टर पता लगाते हैं। कुपोषण का प्रभाव न केवल व्यक्ति के शारीरिक विकास पर पड़ता है, बल्कि इसके मानसिक, सामाजिक तथा बौद्धिक विकास भी प्रभावित होता है। उसमें सीखने तथा याद करने की क्षमता का भी ह्रास होता है। बालक का मन पढ़ने-लिखने, खेलने-कूदने में नहीं लगता। वह चढ़िचढ़ा, क्रोधी, अशान्त एवं बेचैन रहने लगता है।

## कुपोषण का प्रभाव-

कुपोषण का प्रभाव कुपोषित रोगी के शरीर पर उनकी क्रियाओं पर तथा उनके व्यवहारों होने वाले परिवर्तन पर दिखाई देता है -

### 1. कुपोषित रोगी के शरीर पर दिखाई देने वाला प्रभाव -

कुपोषित व्यक्ति के शरीर पर कुपोषण का प्रभाव निम्न प्रकार से देखने को मिलता है- लंबाई -कम बौनापन, भार- कम या अधिक, चेहरा- नसितेज, चमकहीन, रंतौंधी, अंधापन, बाल-शुष्क, रूखे, बेजान, चमकहीन, कटे होंठ, होंठ के किनारे पर घांव, जीभ पर छालें, जीभ का रंग बैंगनी , त्वचा- पीली, झुर्रियां

पड़ना, नसितेज चमकहीन, रूखी-सूखी एवं बेजान, नाखुन-पीलापन लिए हुए चम्मच जैसा आकार, हाथ-पैर- सूजन एवं झुर्रियां, पेट-नकिला हुआ।

## 2. शारीरिक क्रियाओं में होने वाले परिवर्तन -

कुपोषित बच्चों के शारीरिक क्रियाओं में भी परिवर्तन दिखाई देता है जो नमिन है- नदिरा कम, बेचैनी अधिक, समय पर मल-मुत्र का निकासन नहीं होना, थकान अधिक लगना, भूख कम लगना, प्यास की कमी या अधिकता, एवं पाचन संबंधी गड़बड़ियां।

## 3. व्यवहार में परिवर्तन -

कुपोषित व्यक्ति के व्यवहार में भी परिवर्तन देखने को मिलता है, जिससे स्पष्ट किया जा सकता है, कि वह व्यक्ति कुपोषण का शिकार है , कुपोषित व्यक्ति के व्यवहार में होने वाले परिवर्तन नमिन होते हैं -बेचैनी,चड़िचड़ापन, क्रोध, आलस्य, भय, तनाव, काम में मन न लगना, आत्महत्या जैसे भाव उत्पन्न होना।

## कुपोषण के प्रकार -

कुपोषण कई प्रकार के होते हैं, जिनमें मुख्यतः नमिन प्रकार के कुपोषण का उल्लेख किया गया है-

## प्रोटीन कैलोरी कुपोषण -

प्रोटीन कैलोरी कुपोषण न केवल भारत की भोजन संबंधी समस्या है, बल्कि कई अवकिसति एवं विकासशील राष्ट्रों की एक प्रमुख

ज्वलंत समस्या है। यह रोग मुख्यतः बच्चों को होता है। लगभग 70 प्रतिशत शिशु जो माँ का दूध पीना छोड़ देते हैं, प्रोटीन-कैलोरी कुपोषण से ग्रसित हो जाते हैं। प्रोटीन कैलोरी कुपोषण पोषण की वह स्थिति है, जिसमें बच्चों के आहार में पोषण की कमी पाई जाती है। फ्रेन्कोव(1999) ने अपने अध्ययन में बताया कि प्रोटीन कैलोरी कुपोषण बच्चों को सबसे अधिक प्रभावित करती है, क्योंकि बच्चों के खान-पान की लापरवाही, उनके पोषण संबंधी आवश्यकता की पूर्ति न हो पाना और आहार के प्रति आज्ञानता भी प्रोटीन कैलोरी कुपोषण का कारण पाया जाता है।

ये मुख्यतः दो प्रकार के होते हैं-

**क्वाशियोरकॉर -**

क्वाशियोरकॉर एक अफ्रीकन शब्द है। यह रोग अधिकांशतः 1-4 साल के बच्चों को होता है। जब बालकों के आहार में केवल प्रोटीन की कमी होती है तथा उन्हें कार्बोज पर्याप्त मात्रा में खिलाया जाता है तब उन्हें क्वाशियोरकॉर हो जाता है। इस अवस्था में बच्चें मोटे-ताजे एवं तंदुरुस्त दिखते हैं, परंतु उनके शरीर में प्रोटीन की कमी के कारण कई जटिलताएँ उत्पन्न हो जाती हैं।

**मैरास्मस -**

मैरास्मस 'ग्रीक' भाषा का शब्द है, जिसका अर्थ होता है 'व्यर्थ होना'। जब बालकों के आहार में कैलोरी के साथ-साथ प्रोटीन की भी कमी हो जाती है, तो मैरास्मस रोग हो जाता है। यह 2-4 वर्ष के बच्चों में अधिक होता है।

कुपोषण के कारण -

कुपोषण के मुख्य कारण नमिन्लखिति है :

1. गरीबी :

आवादी के कुल्ल समूहों की सामाजकि-आर्थकि स्थति कि कम होने के कारण उनके आहार की गुणवत्ता और मात्रा दोनों में कमी होती है, जो महिलाएं कुपोषण से पीड़ति हैं, उनके शशुओं की स्वास्थ्य होने की संभावना नहीं होती है, गरीबी की वजह से हर रोज भोजन में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा आदि जैसे आवश्यक तत्वों की कमी होती है, इसलिए बच्चों में कुपोषण होना स्वाभावकि है। “भारत एक वशिल परन्तु नरिधन देश है। यहाँ की अधकिंश जनता गरीब है, जनिहें दो वक्त का भरपेट रोटी तक प्राप्त नहीं होती है, अतः उनके आहार में पर्याप्त मात्रा में कैलोरी तक उपलब्ध नहीं होती हैं, वशिषकर नमिन् आर्थकि वर्ग के लोग, मजदुर एवं नरिधन कसान तथा उनके बच्चें कुपोषण के अधकि शकिार होते है।”

गरीबों के पास इतने पैसे नहीं होते है कि वे उत्तम गुणवत्ता वाले भोज्य पदार्थ को खरीदकर खा सकें अथवा अपने परिवार के सदस्यों को खलिा सके, यदि वे क्रय भी करते है तो सस्ते दामों वाले नमिन् गुणवत्ता वाले भोज्य पदार्थ, जनिमें कई बार मलिावट भी होती है। ऐसे नमिन् कोटा के भोज्य पदार्थों में कई पोषक तत्वों की कमी होती है, यदि लम्बे समय तक उन्हें सभी पौष्टकि तत्वों से भरपूर भोजन नहीं मलिता है तो वे कुपोषण के शकिार हो जाते है।

## 2. भोजन की अपर्याप्त आपूर्ति :

जन समुदाय में भोजन की अपर्याप्त आपूर्ति से भी कुपोषण बढ़ता है। उत्पादन कम होता है, जिससे भोजन की कमी होती है, जिसके परिणाम स्वरूप कुपोषण की समस्या उत्पन्न होती है। गरीब विकासशील देशों में भोजन की कमी और भोजन का असमान वितरण मुख्य रूप से कुपोषण को जन्म देती है।

## 3. अज्ञानता :

गरीबी के साथ-साथ अज्ञानता भी कुपोषण का एक बहुत बड़ा कारण है। यह जरूरी नहीं कि महँगे फलों, सब्जियों, सूखे मेवों में ही सभी पौष्टिक तत्व वदियमान रहते हैं। सस्ते भोज्य पदार्थ, सस्ती सब्जियाँ एवं सस्ते फल भी पौष्टिक तत्वों से भरपूर होते हैं, जैसे-पालक, बथुआ, चना, सरसों साग, सहजन के पत्ते, गाजर आदि, परन्तु आवश्यकता इस बात की है कि उन खाद्य पदार्थों के बारे में जनता को जानकारी होनी चाहिए।

कच्चे भोज्य पदार्थों का परित्याग इसलिए किया जाता है कि उनका स्वरूप, रंग, आकृति, रचना आदि उनके वचिारों तथा मनोभावों से नहीं मलित-जुलता है, जैसे-चुकुन्दर का लाल रंग(रक्त जैसा), सोयाबीन का स्वाद मांस जैसा, कटहल का स्वाद मांस जैसा, पपीते को गर्मी देने वाला भोज्य पदार्थ समझना, पपीता गर्भवती माता के लिए हानिकारक है, तथा गर्भपात हो सकता है। 6 माह के शिशु को ऊपरी आहार देने से पेट नकिल जाता है आदि। “यदि गरीबी के साथ अज्ञानता भी मलित जाता है तो स्थिति गंभीर हो जाती है तथा कुपोषण के भयावह परिणाम देखने को मलिते है। अज्ञानता के कारण गरीब माताएँ अपने शिशु को

भरपूर पेट भोजन भी नहीं खलि पाती हैं, जो कि उनके शशु के उत्तम स्वास्थ्य के लिए बेहत जरूरी होते हैं।

#### 4. शक्ति का अभाव :

अशक्ति ही सभी बुराइयों की जड़ है। अशक्ति व्यक्ति में सोचने-समझने, वचिार करने, कल्पना करने का क्षमता की कमी होती है। अतः वे ये नहीं सोच पाते कि कनि-कनि भोज्य तत्वों में कौन-कौन से पौष्टिक तत्व वदियमान है तथा उनकी पूर्ति कनि साधनों से तथा कहाँ से की जायेगी? अतः वे सही भोजन का चुनाव नहीं कर पाते हैं। कई बार भोज्य पदार्थों की उपलब्धता तथा परिवार के उन भोज्य पदार्थों को खरीदने की क्षमता के बावजूद भी अशक्ति के कारण उनका उपयोग भोजन में नहीं होता है। परिणामतः कुपोषण की सम्भावनाएँ प्रबल हो जाती है।

#### 5. बेरोजगारी :

बेरोजगारी भी कुपोषण का एक बड़ा कारण है। जनसंख्या वृद्धि, स्वयं का धंधा न करने की चाह, सरकारी सेवाओं में नौकरी पाने का आभाव आदि कारणों से बेरोजगार युवक नौकरी की तलाश में दर-दर की ठोकरें खाते हैं उन्हें नौकरी नहीं मिलती, अतः आय नहीं हाते, परिणामतः गरीबी बढ़ती है। गरीबी के कारण कुपोषण बढ़ता है।

#### 6. जनसंख्या वृद्धि :

यदि गहन वचिार किया जाए तो पता चलता है कि कुपोषण की मुख्य जड़ जनसंख्या की दर में वृद्धि का होना है, जस अनुपात में भारत की जनसंख्या में वृ

दिधु हु रहुी है उस अनुडत डें डुडुतु ततुवुु डु उतुडतुन नहुी हु रहुा है, डरुणतडतः डुरतुतु वुतुतुतु डुडुतु डुडरुथुु डु उडडुडु डुड हुतुा है, डुतुडु डु डुड उतुडतुन डु डुडरुण डु डुहुुडु हुतुे है डुसतुडु हर डुडुडु वशुडडुडु नरुधुन डुनतुा खरुीदडुडु नहुी खुा सुडुतुे है। डुडरुतु डें डुडतु-शशुतु डुतुतु डुड डु डुधुडु है, डुडतुडुँ अशडुडुडुतु है, डु डुरडुनन डुर डुडु नहुी लडुतुी है। उनुहुें डुनसंखुतुा नडुतुडुण डुी वधुतुतुडुु डें डुी डुडुडु वशुडु डुनडुडुी नहुी है।

### 7. डुडुतु डुडरुथुु डें डुलतुवडु :

डुडुडुषण डु डुडरुण न डुवल डुडुन डु उतुडतुन, वतुडरुण, संडुडुरुण डु उडुलडुधतुा हुी है डुलडु डुडुतु डुडरुथुु डें डुलतुवडु से उनडुी डुणवतुतुा एवं डुडुषुडुडुतु डुड हु डुतुी है। डुडुी-डुडुी डु सुवसुथुतु डु लडुडु अतुतुनुत हुी हानडुडुडुतु हुतुे है। डुसे दूध डें डुनतुी डुलतुा डुने से दूध डुी डुडुषुडुडुतुा एवं डुणवतुतुा डें वुतुडुडु डुडुी आ डुतुी है। हलुदुी डें डुतुडुडु डुन डुलतुा डुने से डु सुवसुथुतु डु लडुडु हानडुडुडुतु एवं अहतुडुडु हु डुतुे है। वडुडुडुतुा डु वुतुडुडु वरुग अडुडु लडुडु डुडुन डु लडुडु डुडुतु डुडरुथुु डें डुलतुवडु डुरतुे है तथुा डुनतुा डु सुवसुथुतु डु सलथु खलुडुवडु डुरतुे है। अडुी हलु हुी डु वरुडुु डें दलुलुी डें सरसुु डु डुतुल डु डुलतुवडु से सुैडुडु लुगुु डुी डुन डु गरुडु थुी, तथुा हडुडुडु लुगु डुरडुडुसुी डुग डु शडुडुडु हु डुगुे थुे।

### 8. शहुरीडुरण :

नुीडुडुी, शुरुडु व डुडुगडुग डुी तलुश अडुडुडुशंतः डुरुडुडुडु डुवडु-डुवतुतुडुु गडुव डुुडुडुडुडु शहुर डें आडुडु डुस डुतुे है, डुसडुके डुडरुण शहुर डुी आडुडुडु डुडु रहुी

है। परंतु जसि अनुपात में शहर की अबादी में बढ़ोतरी होती है उस अनुपात में भोज्य तत्वों की वृद्धि नहीं हो पाती है, अतः बाजार में भोज्य पदार्थ उँचे दामों में बिकते हैं, भोजन में मलावट की संभावना बढ़ जाती है, नमिन गुणवत्ता वाले भोज्य पदार्थ भी बेच दिये जाते हैं, अतः उपभोक्ता का स्वास्थ्य प्रभावित होता है। शहरीकरण एवं फैशन के कारण माताएँ कई बार अपना दूध शिशु को नहीं पलाती है, तथा बालक को गाय के दूध या पावडर के दूध पर पालती है। उन्हें दूध तैयार करने तथा पलाने की समुचित वधि का ज्ञान नहीं होता है, जसिके कारण शिशु पोषण जनित रोगों का शिकार हो जाता है।

#### **9. फैशन :**

आज के वज्जापन के युग में तथा आधुनकता की होड़ में प्राकृतिक भोजन के स्थान पर कृत्रिम भोजन पर अधिक ध्यान दिया जा रहा है। इसका सबसे ज्यादा असर कशोरियों पर पड़ता है, वे दुबले-पतले होने की चाह में सुबह का नाश्ता छोड़ देती है। दिन के आहार तथा रात्रि के भोजन में भी कम मात्रा में भोजन ग्रहण करती है। लंच एवं डनिर के समय सैंडविच, बर्गर, आर्इसकीरम, पावभाजी आदि फास्ट-फूड ग्रहण करती है, जसिमें पौष्टिक तत्वों का काफी अभाव रहता है, परिणामस्वरूप वे कुपोषित हो जाती है।

#### **10. पाचन एवं अवशोषण एवं चयापचय में कमी :**

व्यक्ति द्वारा पर्याप्त मात्रा में संतुलित आहार ग्रहण करने पर भी कई बार आन्तरिक अंगों में दोष होने, ठीक प्रकार से क्रिया न कर पाने अथवा अन्य कारणों से भोज्य तत्वों का शरीर में पूर्णतः पाचन एवं अवशोषण एवं चयापचय

नहीं हो पाता है तो शरीर में पौष्टिक तत्वों की कमी हो जाती है तथा कुपोषण हो जाता है।

#### 11. लिंग भेदभाव :

भोजन के वितरण में लड़कों और लड़कियों के बीच असमानता और लड़की की सामान्य उपेक्षा कुपोषण में योगदान करती है, इसलिए प्रजनन आयु वर्ग में 60 प्रतिशत भारतीय महिलाओं में खून की कमी होती है, लैंगिक असमानता के चलते महिलाओं के भोजन की मात्रा और गुणवत्ता दोनों नमिन् हैं, परिणामस्वरूप उनके बच्चों कुपोषण के शिकार हैं।

#### 12. कम उम्र में मां बनना :

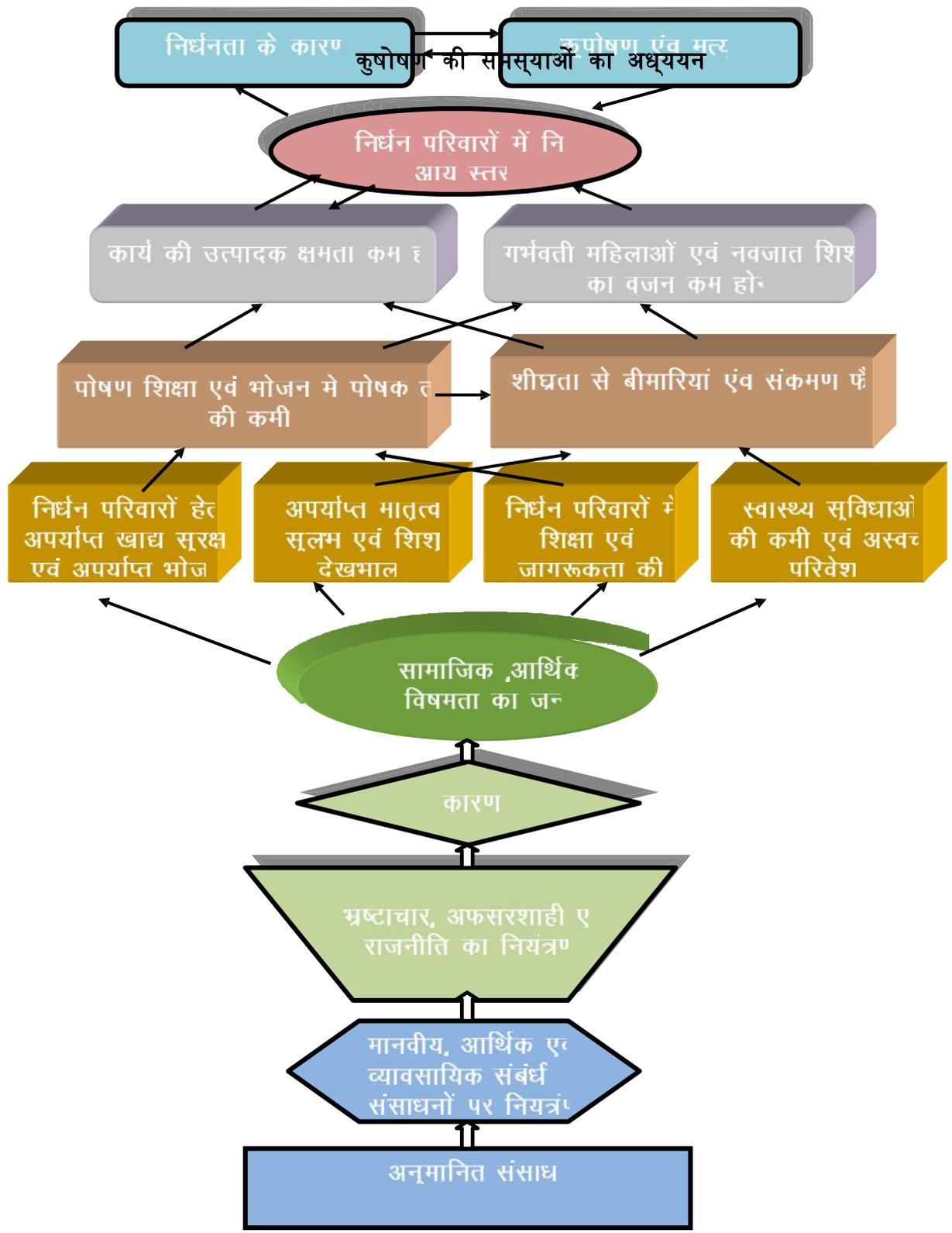
कशोरियों की खराब पोषण संबंधी स्थिति का कारण वयस्क बनने से पहले विवाह और एक से अधिक गर्भधारण हैं, एक और नरिशाजनक तथ्य यह है कि 30 प्रतिशत बच्चों जन्म कम वजन के साथ पैदा होते हैं।

#### 13. खराब स्वच्छता :

खराब स्वच्छता प्रथाएं और असुरक्षित पेयजल भारत में कुपोषण का एक महत्वपूर्ण कारण हैं, आबादी के कारण शौचालय की कमी के कारण शौच के लिए घर से बाहर निकलते हैं, जिसके कारण कर्इ और रोग होते हैं।

#### 14. धर्म :

कुछ धर्म विशेष रूप से भारत में मीट खाना व्यक्तियों को प्रतिबंधित है, इसके आलावा अन्य भारतीयों से शाकाहारी होते हैं, जिसका मतलब है, वे डेयरी और अंडे सहित किसी भी प्रकार के पशु उत्पाद का उपभोग नहीं करते , यह एक गंभीर समस्या है, जिससे अपर्याप्त प्रोटीन का सेवन किया जाता है, क्योंकि 56 प्रतिशत गरीब भारतीय परिवार प्रोटीन का उपभोग करने के लिए अनाज का सेवन करते हैं।



**कुपोषण दूर करने के लिए भोजन में सम्मिलित पोषक तत्वों की उपयोगिता :**

समुचित मात्रा में संतुलित पौष्टिक आहार हमें स्वस्थ रखता है। आहार में पोषक तत्वों की कमी के कारण शरीर में प्रतिरिधक कोशिकाओं की कमी हो जाती है, जिससे कमजारे और दोषपूर्ण कोशिकायें भी उत्पन्न होती हैं। प्रतिरिक्षा प्रणाली को उत्कृष्ट स्तर पर बनाये रखने के लिए हमें प्रोटीन, फैटी एसिड, विटामिन, मिनरिल्स तथा खनिज लवण पोषक तत्वों को पर्याप्त मात्रा में नियमित रूप से ग्रहण करना चाहिए। नवजात शिशु, कशोरी बालिकाएं, गर्भवती महिलायें कुपोषण के शिकार होती हैं उनकी प्रतिरिक्षा प्रणाली ठीक प्रकार से कार्य नहीं करती उन्हें आसानी से संक्रमण हो जाता है वे लम्बे समय तक अस्वस्थ बने रहते हैं, तलीभुनी खाद्य पदार्थों की अपेक्षा भोजन को हमें उस रूप में ग्रहण करना चाहिए जो शरीर में आसानी से आत्मसात हो सके। फलफूल, हरी पत्तेदार भाजियाँ, सब्जियाँ अत्यंत लाभदायक होती हैं।

**भोजन के पोषक तत्वों का वर्गीकरण :**

भोजन से प्राप्त पोषक तत्वों को कार्य के आधार पर तीन भागों में विभाजित किया जा सकता है :

1. शारीरिक विकास, वृद्धि एवं जैविक कार्यों के लिए ऊर्जा प्रदान करने वाले पोषक तत्व।
2. शरीर निर्माण करने वाले पोषक तत्व।

### 3. स्वास्थ्य की रक्षा करने वाले पोषक तत्व।

शरीर को ऊर्जा प्रदान करने वाले पोषक तत्व :

- **कार्बोहाइड्रेट्स** : शक्तवर्धक पदार्थों में कार्बोहाइड्रेट्स का प्रमुख स्थान है। कार्बोहाइड्रेट्स में कार्बन, आक्सीजन एवं हाइड्रोजन के यौगिक पाये जाते हैं। इनकी रासायनिक रचना में हाइड्रोजन के परमाणु की संख्या आक्सीजन के परमाणुओं की अपेक्षा प्रायः 02 गुनी होती है। ये दो प्रकार के होते हैं-
- **स्टार्च देने वाले पोषक तत्व-** यह पॉलीसेकराइड्स होते हैं जो गेहूँ, चावल, चना, जौ तथा विभिन्न साबूत दालों में पाये जाते हैं।
- **शर्करा देने वाले पोषक तत्व -** यह मोनो डायसेकेराइड हैं जो चीनी, गुड़, मीठे फल से उपलब्ध होते हैं, गन्ने में सुक्रोज, अंगूर में ग्लूकोज तथा अन्य फलों में फ्रक्टोज एवं सेलुकोज, दूध में लेक्टोज, सब्जियों में सेलुकोज पाये जाते हैं।
- **वसा -** वसा ऊर्जा का प्रमुख स्रोत है। वसा दलहन, तलहन में अधिक पाया जाता है, यद्यपि वसा की प्राप्ति दो प्रकार से होती है।
- **वनस्पति वसा-** सरसों का तेल, नारियल का तेल, तल का तेल, मूँगफली का तेल, सोयाबीन का तेल वनस्पति वसा है।
- **पशुओं से वसा-** मछली का तेल, अण्डे की जर्दी, दूध, घी, मक्खन इसके अन्तर्गत आते हैं।

- शरीर निर्माण करने वाले पोषक तत्व - भोजन से प्राप्त तत्वों की रचना अनेक प्रकार के रासायनिक यौगिकों से हुई है जिन्हें भोजन में पोषक तत्व कहते हैं।
- शरीर निर्माण करने वाले पदार्थ- प्रोटीन।
- शक्तवर्धक पदार्थ- कार्बोहाइड्रेट्स, जल, वसा।
- स्वास्थ्यवर्धक पदार्थ-खनिज, लवण, विटामिन।
- प्रोटीन्स : प्रोटीन का रासायनिक संगठन जटिल होता है। यह कार्बन, आक्सीजन, हाइड्रोजन, गंधक, नाइट्रोजन, फास्फोरस आदि 18 तत्व होते हैं जिन्हें एमिनोएसिड कहते हैं का सम्मिश्रण है। कुछ प्रोटीन को छोड़कर अधिकांश प्रोटीन घुलनशील होते हैं। उनके प्राप्ति का प्रमुख स्रोत इस प्रकार है-
- जन्तु प्रोटीन : दूध, अण्डा, मांस, मछली, पनीर में पाये जाने वाली प्रोटीन ए वर्ग की है।
- वनस्पति प्रोटीन : गेहूँ, चावल, चना, जौ, मटर, सेम, हरी पत्तेदार सब्जियों से प्राप्त प्रोटीन देर से पचने के कारण प्रोटीन बी वर्ग में आते हैं।
- खनिज लवण : हमारे शारीरिक अंगों को ठीक प्रकार से संचालन और स्वास्थ्य के लिए खनिज लवणों का अतिविशेष महत्व है। ये फास्फोरस, लौह तत्व, कैल्शियम, सोडियम, पोटेशियम, आयोडीन, मैग्नीशियम और

क्लोरीन का सम्मिश्रण है। खनजि लवणों में कैल्शियम, लौह तत्व और फास्फोरस सर्वाधिक महत्वपूर्ण है।

- **फास्फोरस** : फास्फोरस शरीर की हड्डियों और दांतों की मजबूती के लिए आवश्यक तत्व है। शरीर में जितने भी खनजि पदार्थ होते हैं उनका 1/4 भाग फास्फोरस होता है। इसकी प्राप्ति चोकर युक्त गेहूँ, मांस, कलेजी, अण्डे, मछली, दूध, दही, पनीर, जौ, मक्का, हरे पत्तेदार फूलगोभी, मुंगफली से प्राप्त होता है। इसके अतिरिक्त पालक, सेव, आलू, मूली, गाजर तथा सूखे मेवे के सेवन से भी फास्फोरस मिलता है।
- **लौह तत्व** : आहार में उपस्थिति अनेक प्रकार के पौषक तत्व शरीर के विकास के लिए महत्वपूर्ण होते हैं। उनमें से आयरन या लौह तत्व है। आयरन की उपस्थिति से ही शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है।
- **चुंकंदर** : चुंकंदर आयरन का अच्छा स्रोत है। चुंकंदर से प्राप्त आयरन से रक्त में हमोग्लोबिन का निर्माण होता है। यह लाल रक्तकणों की सक्रियता के लिए प्रभावशाली होते हैं चुंकंदर की पत्तियाँ आयरन से भरपूर होती हैं। खून की कमी को दूर करने में सहायता करता है।
- **पालक** : पालक में आयरन अधिक मात्रा में पाया जाता है। हमोग्लोबिन कमी होने पर पालक का सेवन करने से इसकी कमी पूरी होती है। पालक में कैल्शियम, सोडियम, क्लोरीन, फास्फोरस, खनजि लवण और प्रोटीन प्रचुर मात्रा में होती है।

- **अनार :** अनार खून में आयरन की कमी को दूर करता है, एनीमिया से मुक्त करता है। प्रतिदिन अनार का जूस पीने से शरीर में रक्त का संचालन अच्छी तरह से होता है।
- **तुलसी-** तुलसी की पत्तियों का नियमित सेवन करने से शरीर में हिमोग्लोबिन की मात्रा बढ़ती है।
- **अण्डा-** अण्डे के दोनों भाग पीला और सफेद में प्रोटीन, वसा, विटामिन, मिनरल्स, आयरन और कैल्शियम तत्व पाये जाते हैं। बहुत कम खाद्य पदार्थों में पाया जाने वाला विटामिन डी अंडे में पाया जाता है।
- **मांस-** मांस न केवल हड्डियों को मजबूती देता है यह शरीर को ऑक्सीजन प्रदान करता है। आयरन की कमी एनीमिया को दूर करने के लिए मांस का सेवन किया जाना चाहिए। इसमें विटामिन ए और डी, जिंक, आयरन तथा पोटेशियम भरपूर मात्रा में पाया जाता है। इय याददाश्त दुरुस्त रखने एवं प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में सहायक होता है।
- **अमरूद :** अधिक पका हुआ अमरूद पौष्टिक और आयरन से भरपूर होता है। यह महिलाओं के लिए अधिक लाभदायक होता है। यह शरीर में रक्त अधिक मात्रा में बनाकर एनीमिया में लाभकारी होता है।
- **सूखे मेवे :** खजूर, अखरोट, बादाम और कश्मिश सूखे मेवे में आयरन पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। शरीर में लाल रक्त कणों की संख्या में वृद्धि होती है, शारीरिक विकास में लाभदायक होती है।

- **हरी पत्तेदार सब्जियाँ एवं भाजियाँ :** शरीर में हमोग्लोबिन की मात्रा बढ़ाने के लिए अधिक से अधिक हरी सब्जियों तथा भाजियों का प्रयोग करना चाहिए। लौह रक्त की लाल कणिकाओं के लिए आवश्यक है। समस्त शरीर में 1/10 औंस लोहा पाया जाता है। दाल, मैथी, सलाद, पोदीना और टमाटर में अधिक मात्रा में पाया जाता है।
- **कैल्शियम :** कैल्शियम की मात्रा मजबूत दांतों की वृद्धि और उनकी देखभाल तथा हड्डियों, तंत्रिकीय क्रियाओं व मांसपेशियों के सक्रिय होने की प्रक्रिया में अधिक लाभदायक होती है। शरीर में हॉर्मोन्स और खनिज पदार्थ छोड़ने की क्रिया में भी कैल्शियम अत्यंत आवश्यक है। कैल्शियम की कमी से हाथों और पैरों में संवेदनशून्यता, मांसपेशियों में मरोड़ से उठा दर्द, शरीर अकड़ना, अधिक नींद आना, भूख न लगना और हृदय संबंधी समस्याएँ होती हैं। सामान्यतः शरीर में 1000 मलीग्राम कैल्शियम की मात्रा की आवश्यकता होती है। दूध, दही, पनीर, काला गुड़, बादाम, बंदगोभी, गाढ़ी हरी पत्तेदार सब्जियाँ, डबिबाबंद सालमन, सफेद बीन्स मुख्य स्रोत पाये गये हैं। जो कैल्शियम की कमी को पूरा करते हैं।
- **विटामिन्स :** विटामिन रासायनिक रूप से कार्बनिक यौगिक होते हैं। जैसी भोजन पदार्थों से सूक्ष्म मात्रा में लिया जा सकता है। विटामिन्स को सुरक्षात्मक तत्व कहते हैं, प्रत्येक विटामिन्स का शरीर में अलग कार्य एवं महत्व होता है। एक ही विटामिन शरीर के लिए बहुत कम उपयोगी होता है, इसलिए शरीर को अनेक प्रकार के विटामिन्स की आवश्यकता

होती है। जल में घुलनशीलता के आधार पर विटामिन्स को 02 वर्गों में रखा गया है-

1. जल में घुलनशील विटामिन्स- विटामिनि बी एवं सी

2. वसा में घुलनशील विटामिन्स- ए, डी, ई, के।

1. जल में घुलनशील विटामिन्स 'बी' :

विटामिनि बी में 06 विटामिन्स (बी<sub>1</sub>, बी<sub>2</sub>, बी<sub>3</sub>, बी<sub>6</sub>, बी<sub>10</sub>, बी<sub>12</sub>) होते हैं। इस विटामिन्स के समूह को "बी कॉम्प्लेक्स" के नाम से जाना जाता है। विटामिनि बी समूह के सभी विटामिनों में नाइट्रोजन एक मुख्य घटक होता है, जिसका प्राणियों पर अलग अलग प्रभाव पड़ता है।

**विटामिनि बी<sub>1</sub> :** विटामिनि बी<sub>1</sub> को थियासिनि हाइड्रोक्लोराइड के नाम से जाना जाता है, यह सफेद और क्रिस्टलीय होता है, और जल में घुलनशील है। जैविकि आहार, अनाज, हरी पत्तेदार सब्जियों तथा चावल में प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

**विटामिनि बी<sub>2</sub> :** विटामिनि बी<sub>2</sub> को राइबोफ्लोवनि कहा जाता है। ताजी हरी पत्तेदार सब्जियों, दूध, फल में प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। फलों में विटामिनि बी<sub>2</sub> को निकोटनकि अम्ल या नियासिनि कहा जाता है।

**विटामिनि बी<sub>3</sub> :** विटामिनि बी<sub>3</sub> को पेन्टोथेनकि एसडि कहा जाता है। यह विटामिनि विशेष रूप से नीबू, अंकुरति अनाज, घी, सब्जियों और मूंगफली में पाया जाता है।

**वटामनि बी<sub>6</sub>** : यह सफेद क्रिस्टलीय पदार्थ होता है जिसे अंकुरित अन्न, दूध, मेवे, ताजी सब्जियों और फलों से प्राप्त किया जा सकता है।

**वटामनि बी<sub>10</sub>** : इन वटामनि को फोलिक एसिड भी कहते हैं। यह अंकुरित अनाज, हरी सब्जियों तथा खमीर में प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

**वटामनि बी<sub>12</sub>** : वटामनि बी<sub>12</sub> लाल रंग का क्रिस्टलीय वटामनि होता है जिसे दूध या दूध से बने खाद्य पदार्थ, मांस और अण्डों से प्राप्त किया जा सकता है। इस प्रकार वटामनि बी कॉम्प्लेक्स के स्रोतों में टमाटर, चोकर युक्त गेहूँ आटा, अण्डे की जर्दी, हरी पत्तियों का साग, बादाम, अखरोट, बनिा पॉलसि कया चावल, सुपारी, नारंगी ताजे सेम, ताजे मटर, दाल, आलू, मछली में सम्मिलित है।

**वटामनि सी** : वटामनि सी को एस्कोर्बिक एसिड के नाम से जाना जाता है। यह शरीर की कोशिकाओं को बांध कर रखता है। यह शरीर के विभिन्न अंगों को आकार देने में सहायता करता है। यह शरीर के रक्त वाहिकाओं को मजबूत बनाता है। इसके Antihistamine गुणवत्ता के कारण सामान्य सर्दी जुकाम में दवा का कार्य करता है। पीले एवं नारंगी फल, खरबूज इसके प्रमुख स्रोत हैं।

## 2. वसा में घुलशील वटामनिस्- वटामनि ए, डी, ई, के, पीटर, एफ।

**वटामनि ए-** यह वटामनि स्वस्थ आंखों के साथ बालों, त्वचा, हड्डियों और दांतों के लिए आवश्यक है। यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ता है। वटामनि ए की कमी से रात में कम दखिना, सूखी त्वचा व कमजोर हड्डियों की

समस्यायें होती हैं। सोय मल्लिक, दूध से बने उत्पाद, गाजर, पालक, हरी मटर, टमाटर का रस, तरबूज तथा चुकंदर में प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

**विटामिन डी-** विटामिन डी2 या अर्गोकैल्सफिराल तथा विटामिन डी3 या कोलेकैल्सीफेरॉल भी कहा जाता है। कैल्शियम को सोखने में सहायक एवं शरीर में फास्फोरस के स्तर को बढ़ाता है। हड्डियां मजबूत व स्वस्थ रखता है। इसकी कमी से हड्डियाँ कमजोर होती हैं। दूध, सूर्य की करिण एवं साबूत अनाज, अंडे का पीला भाग, मछली का तेल में यह प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

**विटामिन रूइ -** यह शरीर में लाल रक्त कणिकाओं को बनाने में सहायता करता है। विटामिन रूइ की कमी से पेट संबंधी संक्रमण होते हैं। साबूत अनाजो, दालें और सूखे मेवे में यह अधिक मात्रा में पाया जाता है।

**विटामिन के-** खून के थक्के बनने से रोकने का कार्य इसी विटामिन का होता है। इसकी कमी से नाक से खून बहना एवं आंतरिक रक्तस्राव होता है। हरी पत्तेदार सब्जियों, भाजियों एवं सोयाबीन में पाया जाता है।

**भोजन में आयोडीन नमक की उपयोगिता :**

शरीर में कई ऐसे तत्वों की आवश्यकता होती है। जिसका शरीर में बहुत कम मात्रा में उपयोग होता है। तथापि उनकी कमी से शरीर में नुकसान होता है। ऐसा ही एक तत्व है-आयोडीन।

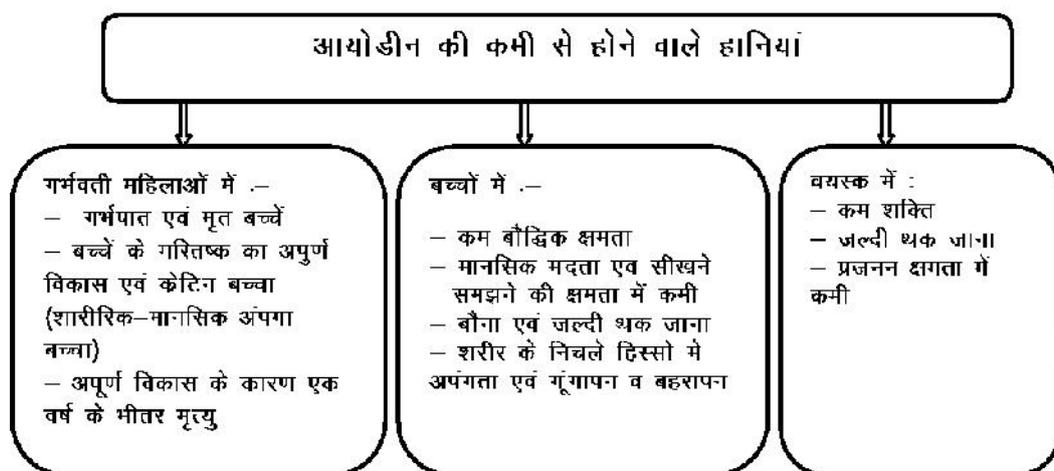
आयु	आयोडीन
01 वर्ष के छोटे बच्चे	40-50 माइक्रोग्राम

वयस्क	150 माइक्रोग्राम
गर्भवती महिला	+25 माइक्रोग्राम
धात्री मातायें	+50 माइक्रोग्राम

एक व्यक्ति को जीवनकाल में एक छोटे से चम्मच से भी कम आयोडीन चाहिए अर्थात् प्रतिदिन सूर्य की नोक के बराबर आयोडीन चाहिए। यह एक ऐसा कुदरती तत्व है जो शरीर में बहुत से कार्य करता है। आयोडीन की कमी का मुख्य कारण यह है कि यह तत्व समुद्र तट की मट्टी में पाया जाता है। वे सभी क्षेत्र जहाँ समुद्र नहीं है, उनकी मट्टी में यह तत्व नहीं पाया जाता है।



महिलायें सबसे अधिक प्रभावित होती हैं। बाल्यावास्था में शरीर में आयोडीन की कमी होने पर बालक की शारीरिक एवं मानसिक वृद्धि अवरूद्ध हो जाती है। वह बौना रह जाता है।



आयोडीन की कमी होने से शरीर में स्फूर्ति नहीं रहती है। कार्यक्षमता भी कम हो जाती है। थायरॉक्सीन कमी की पूर्ति के लिए थायरॉयड ग्रंथि को अधिक सक्रिय होना पड़ता है और गले में सूजन बढ़ कर गांठ का रूप में विकसित हो जाता है जिसे घेंघा रोग कहा जाता है। गर्भवती महिलाओं में आयोडीन की कमी का कुप्रभाव नवजात शिशु पर पड़ता है। जिससे उसका विकास अवरोद्ध हो जाता है। उसे चलने, फरिने और बोलने सोचने में कठिनार्इ होती है। वह गूंगापन और बहरापन से ग्रसति हो सकता है। मरा हुआ बच्चा भी पैदा हो सकता है। वयस्क व्यक्ति में इसकी कमी से मक्सिअडीमा नामक बीमारी होती है। जिससे वे बहुत सुस्त तथा मानसकि रूप से मूढ़ हो जाते हैं।

**भोजन में पोषक तत्वों की कमी से होने वाली हानियाँ :**

पोषक एवं स्वास्थ्य में प्रत्यक्ष संबंध हैं, स्वास्थ्य अच्छा रखने के लिए संतुलित और पौष्टिक आहार लेना आवश्यक होता है। पौष्टिक आहार से तात्पर्य ऐसा भोजन जिसमें सभी पोषक तत्वों की उपलब्धता उचित मात्रा में हो। व्यक्ति को उचित मात्रा में उपयुक्त आहार न मलिन के कारण शरीर में पोषक तत्वों की

कमी होती है। जिसे कुपोषण कहा जाता है। वास्तव में कुपोषण का प्रमुख कारक अपर्याप्त आहार है। तथापि शरीर स्थूल और बेडोल हो जाता है। यह भी कुपोषण का रूप है अतः कुपोषण से बचने के लिये सर्वोत्तम उपाय उचित एवं संतुलित आहार है। यदि कुपोषण का कारण पोषक पदार्थों की कमी है तो उसे पूरक पोषक आहार देकर बचाया जा सकता है।

- **प्रोटीन की कमी से होने वाली हानियाँ :** शारीरिक बिका सके लिए प्रोटीन का वशिष महत्व है। परिवारों में अत्यधिक नरिधनता, अशक्षा और नमिन् आय होने के कारण शशिओं, बालकों और महिलाओं को पर्याप्त प्रोटीन युक्त भेजन नहीं मलि पाता है, जिसके कारण वे नरिंतर रोग ग्रसति बने रहते हैं। उन्हें यकृत संबन्धी अनेक संक्रमण हो जाते हैं। प्रोटीन की कमी से बच्चों का स्वाभाविक और उचित बिकास नहीं हो पाता। वे पूरे जीवनकाल में अस्वथ्यता से पीड़ति रहते हैं।

शारीरिक बिकास और वृद्धि अवरूद्ध होता है। सरि के बाल भूरे तथा त्वचा पर चकत्ते होने लगते हैं। महिलाओं में शरीर में प्रोटीन की कमी से हमिोग्लोबनि कम हो जाता है। शरीर के भार में कमी होने लगती है। रक्त की कमी होने से महिलाओं के जच्चा-बच्चा के जीवन में खतरा होता है। तथा कमजोर नवजात को जन्म देती हैं जो अल्प बकिसति होता है।

- **वसा की कमी से होने वाली हानियाँ :** वसा ऊर्जा का मुख्य साधन है। यह शरीर को शक्ति प्रदान करता है। वसा की कमी शरीर में कार्बोहाइड्रेट की कमी के समय होता है। वसा से वटामनि 'ए' तथा वटामनि 'डी' मलिता है।

शारीरिक विकास कम होता है। प्रजनन शक्ति कमजोर होती है। त्वचा पर छोटे छोटे उभार आते हैं जिसे फाइनोइमा कहा जाता है।

- **कार्बोहाइड्रेट की कमी से होने वाली हानियाँ :** शक्तिवर्धक तत्वों में कार्बोहाइड्रेट का प्रमुख स्थान है इसमें स्टार्च देने वाले तथा शर्करा देने वाले तत्व पाये जाते हैं। इसकी कमी से शरीर को पर्याप्त मात्रा में ऊर्जा नहीं मिलती है। शरीर में थकान और कमजोरी आने लगती है। शरीर की वृद्धि एवं विकास पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है।
- **खनजि लवणों की कमी से होने वाली हानियाँ :** शारीरिक अंगों को पूर्ण रूप से संचालित करने के लिए खनजि लवणों का प्रमुख महत्व है। विभिन्न खनजि लवण शरीर के किसी न किसी अंग का निर्माण करने में सहायक सिद्ध होते हैं। इसकी कमी से दांतों की हड्डियों के निर्माण में बाधा उत्पन्न होती है। शारीरिक तंत्रिकायें कार्य नहीं कर पाती। व्यस्क महिलाओं में कूल्हों में सूजन और दर्द होने लगता है।
- **लौह तत्वों की कमी से होने वाली हानियाँ :** आहार में सभी पोषक तत्वों का समावेश होना आवश्यक होता है, इनसे शरीर का विकास होता है। शरीर में हेमोग्लोबिन की कमी लौह तत्वों की कमी से होता है। जिसे एनीमिया या खून की कमी कहा जाता है। श्वसन क्रिया को प्रभावित करता है। शरीर में अत्यधिक खून की कमी होती है। लाल रक्त कणों का निर्माण नहीं होता है। शरीर पीला पड़ने लगता है और आलस्य आने लगता है।

- **कैल्शियम की कमी से होने वाली हानियाँ-** आहार में कैल्शियम पोषक तत्व का होना आवश्यक है। इससे दांतों और हड्डियों को मजबूती मिलती है, कैल्शियम की कमी से मांसपेशियों में खिंचाव तथा हड्डियों में दर्द होता है। दांतों और मसूड़ों से रक्त बहने लगता है। हड्डी कमजोर होने लगती है। बच्चों में सूखा रोग हो जाता है। बच्चों की हड्डियाँ टेढ़ी-मेढ़ी होने लगती हैं। प्रसव के प्रश्चात् माताओं में दूध कम आने लगता है। रक्त का थक्का कम बनता है और चर्मरोग की संभावना होती है।
- **आयोडीन की कमी से होने वाली हानियाँ-** शरीर में स्फूर्ति नहीं होती है, अधिक थकान और कमजोरी होने लगती है। कार्यक्षमता में प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। शरीर में आयोडीन की कमी से थायराक्सीन कम बनता है। जिससे थायरायड ग्रंथि में प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। घेंघा रोग होता है। जिसके कारण गर्दन की ग्रंथि फूल जाती है और गांठ या ट्यूमर का रूप ले लेती है। शिशु विकास प्रभावित होता है। चहरे पर सूजन होती है, शिशु मंदबुद्धि हो जाते हैं और बाल झड़ने की समस्या से ग्रसित होते हैं।
- **सोडियम की कमी से होने वाली हानियाँ-** शरीर में सोडियम की कमी सेहत के लिए हानिकारक होती है। एक वयस्क में 135-148 म.ली. मोल सोडियम होना चाहिए। यह मात्रा 118 म.ली. के न्यून स्तर पर आ जाए तो इसे हाइपोनैट्रीमिया कहते हैं। सोडियम मांसपेशियों और दमाग के नसों को नियंत्रित करता है। सोडियम सभी काम करता है जब मैग्नेशियम और पोटेशियम की मात्रा इसी के समान हो इसका प्रमुख स्रोत नमक है। अधिक

उल्टी होने तथा डायरिया की समस्या होने से सोडियम का अभाव हो जाता है। शरीर की क्रियाशीलता मंद होने लगती है।

- **तांबा की कमी से होने वाली हानियाँ-** शरीर तांब की कमी से बहुत सारे रोग उत्पन्न होते हैं। शहरी के प्रवेश पानी में कई हानिकारक बैक्टीरिया होते हैं जिसे तांबा के माध्यम से शरीर से बाहर निकाला जाता है। चेहरे पर दाग धब्बे होने लगते हैं। खून की कमी होती है। शरीर में शक्तिहीनता आ जाती है। पाचन क्रिया मंद होती है। श्वास लेने में तकलीफ होती है। हेमिग्लोबिन बनने में रूकावट पैदा होती है।
- **विटामिन की कमी से होने वाली हानियाँ-** प्रत्येक व्यक्ति स्वस्थ रहने के लिए भोजन करता है। भोजन में आवश्यक पोषक तत्वों की कमी होने से विभिन्न बीमारियाँ होने की संभावना बढ़ जाती है। वैज्ञानिकों के अनुसार विभिन्न पोषक तत्वों का तब तक कोई उपयोग नहीं है उसमें कोई विटामिन ना हो। प्रत्येक विटामिन का शरीर में अलग-अलग कार्य होता है। भोजन में उचित मात्रा में विटामिन उपस्थित नहीं होते तो विटामिन हीनता जनित संक्रमण उत्पन्न होते हैं।

## अध्याय-4

### कुपोषण से संबंधित जागरूकता

---

नमिन साक्षरता दर और स्वास्थ्य व पोषण के प्रति जागरूकता का अभाव स्वास्थ्य की मौजूदा खराब स्थिति के दो मुख्य कारण है। 2001 के जनगणना आँकड़ों के अनुसार भारत की कुल 52.21 प्रतिशत जनसंख्या साक्षर इसमें भी महिलाओं का प्रतिशत 39.3 प्रतिशत है। कुल ग्रामीण साक्षर दर 44.7 प्रतिशत और महिलाओं का 30.6 है। केरल में महिला साक्षरता दर सबसे अधिक है और नरिक्षर महिलाओं की संख्या राजस्थान में सबसे ज्यादा है। साक्षरता और जागरूकता के बीच सीधा सम्बन्ध है। गरीबी और अज्ञानता के कारण भी गाँवों में महिलाएँ व बच्चे कुपोषण का शिकार होते हैं। कई बार ऐसा भी होता है कि ये दोनों पैसे व भोजन की कमी के कारण नहीं बल्कि किस अवस्था में क्या खाया जाना चाहिए इसकी जानकारी नहीं होने से भी कुपोषण का शिकार होते हैं। इसलिए पोषण व स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता फैलाना विशेषकर गाँवों में एक अति महत्वपूर्ण काम है। एकीकृत बाल विकास सेवाएँ (एटग्रेटेडिड चाइल्ड डबलपेमेन्ट सर्विस) 15-45 आयु समूह की महिलाओं को पोषण व स्वास्थ्य शिक्षा देने वाले कार्यक्रम है पर इसका सही ढंग से गाँवों में क्रियान्वयन कैसे हो यह आज भी एक बड़ा सवाल है।

स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता नहीं होने का एक विपरीत प्रभाव यह है कि कशिरावस्था में भी स्त्री गर्भवती हो जाती है।

“गांवों में तो कशिरावास्था में स्त्री अगर गर्भवती न हो तो वह चन्ता का वषिम हो जाता है। यही कारण है। 14-18 आयु वर्ग को लड़कियाँ जिसका अपना ही शरीर अभी विकास शील अवस्था में होता है। माँ बन जाती है। द नेशनल न्यूट्रिशन मॉनिटरिंग ब्यूरो (एन0एन0एम0बी0) के सर्वेक्षण के अनुसार महिला खासतौर से कशिर लड़कियाँ गर्भवती व स्तनपान कराती महलियायें आहार को प्रस्तावति मात्रा से काफी कम खाती है। 18 राज्यों के 187 जिलों में जिला पोषण सर्वेक्षण किया।

पर्वतीय राज्यों के अलावा बाकी ज्यादातर राज्यों में हरी पत्तेदार सब्जियों का सेवन काफी कम किया जाता है। उत्तरी क्षेत्र व गुजरात के जिलों को छोड़कर बाकी में दुग्ध व दुग्ध उत्पादों का प्रति उपयोग मात्रा इकार्ड के मुकाबले काफी कम उपयोग किया जा रहा है।

तेल को इस्तेमाल वैसे तो देश भर में ही कम था पर उत्तर पूर्वी और दक्षिण क्षेत्रों में यह खास तौर से कम था।

डब्ल्यू0 एच0 ओ0 परिभाषा के अनुसार पूर्ण स्वास्थ्य की परिभाषा का अभाव होने पर जीवन और मृत्यु दर ही किसी जनसंख्या के स्वास्थ्य का संकेतक है। भारत की महिलाओं के स्वास्थ्य की जानकारी देने वाले कुछ प्रमुख सूचक इस प्रकार हैं।

जीवन दर एक काल्पनिक माप है जो बताता है कि अगर मृत्यु की मौजूदा आयु की बनी रहे तो एक व्यक्ति के जन्म लेने के बाद किस उम्र तक जीने की

उम्मीद है। इससे जनसंख्या के स्वास्थ्य व मृत्यु सम्बन्धी हालात का पता चलता है।

महिलाओं की जन्म दर को उनके स्वास्थ्य के एक सूचक के रूप में देखा जा सकता है। महिलाओं की सामान्य जीवन दर में 1971 से 2001 के बीच वृद्धि हुई है। 1971 में यह 447 प्रतिशत भी 2001 में बढ़कर 64.0 हो गयी पछिली एक शताब्दी में स्त्री व पुरुष दोनों की सामान्य आयु में स्त्री व पुरुष दोनों की सामान्य आयु 23 साल से बढ़कर 2001 में 64 साल हो गई है। शताब्दी के पहले पचास वर्ष में सामान्य आयु में दस साल की बढ़ोत्तरी हुयी बाद के 20 साल में यह दुगने से भी ज्यादा हो गई इसके पीछे मुख्य कारण स्वास्थ्य संबंधी आधार भूत ढाँचे का वस्तितार चकित्सा व दवाओ की उपलब्धता इनसे सम्बन्धी ज्ञान का वस्तितार और पोषण पदार्थो के सेवन में बढ़ोत्तरी रहे है।

पछिले सौ साल में महिला व पुरुष की आयु तो बढी पर महिलाओं के स्वास्थ्य पर पोषण में कोई वशिष सुधार नहीं आया।

#### **जनसंख्या में लैगकि अनुपात:-**

लैगकि अनुपात किसी भी समाज में महिलाओं की स्थिति का एक अति संवेदनशील संकेतक है। 1901 में भारत में प्रति हजार पुरुष पर 972 महिलाएँ थी। जो 1991 में घटकर 929 रह गई 2001 में मामूली बढ़ोतरी के साथ आँकडा 933 पर आ गया महिलाओं की यह लगातार घटती जनसंख्या चिंता का एक बडा कारण है। इसके पीछे मुख्य रूप से सामाजिक व सांस्कृतिक कारण है। जो देश के अलग-अलग क्षेत्रो में अलग-अलग है। सबसे कम लैगि अनुपात हरियाणा में है।

## कम वजन और कम लम्बाई :-

समाज में आर्थिक व सामाजिक दृष्टि से कमजोर समूह की युवतियाँ अक्सर कुपोषित होती हैं। नेशनल न्यूट्रिशन मॉनिटरिंग ब्यूरो के 1991 के आँकड़ों के मुताबिक करीब 24 प्रतिशत महिलाओं का वजन उनके प्रजनन काल में 38 किलोग्राम में कम होता है। 16 प्रतिशत महिलाओं की ऊँचाई 145 से 150 सेंटीमीटर से कम होती है। कशिरावस्था में लड़कियों की पोषाहार सम्बन्धी जरूरतें क्योंकि पूरी नहीं हो पाती कुपोषण से शारीरिक विकास रूक जाता है। जिससे गर्भ (श्रेणी) पूर्ण विकसित होती है। उस समय तक भी करीब चार प्रतिशत लम्बाई अभी और बढ़नी बाकी रह जाती है। 12-18 प्रतिशत श्रेणी का विकास बाकी रहता है। छोटी उम्र में शादी और गर्भधान फिर उनके विकास को बाधित करते हैं। यही कारण है। कि ये महिलाएँ भारी खतरा की श्रेणी में आ गई हैं।

खून की कमी (एनीमिया) एनीमिया आवश्यक तत्वों की कमी से होने वाला महिलाओं को बहुत ही सामान्य रोग है। यह मुख्यतया शरीर में लौह तत्व जरूरत होमोग्लोबिन के निर्माण होती है। जो शरीर में ऑक्सीजन को रक्त में ले जाता है। मासिक धर्म कारण क्योंकि हर महिलाओं के शरीर से रक्त व लौह तत्व निकलता है। इसलिए उनके शरीर में रक्त की ज्यादा कमी रहती है। अगर वे अपने भोजन में लौह फोलिक एसिड की पर्याप्त मात्रा ले तो यह कमी पूरी हो सकती है।

## प्रसूति मृत्यु :

देश में एक साल में एक लाख से भी ज्यादा महिलाएँ गर्भधान और मृत बच्चे के जन्म संबंधी कारणों से मर जाती हैं। यह आँकड़ा दुनिया भर में साल भर

में होने वाली मातृ मृत्यु का एक चौथाई है। 2001 की जनगणना के आँकड़ों के अनुसार भारत में प्रसूति मृत्यु अनुपात प्रति एक लाख जीवित जन्म दर 407 है।

प्रसूति की उँची मृत्यु दर के पीछे मुख्य कारण अनियमित प्रजनन, प्रसव पूर्व आवश्यक देखभाल न हो पाना और प्रशिक्षित हाथों में प्रसव का न होना है। ये सभी प्रसूति की मृत्यु के प्रत्यक्ष कारण हैं। अप्रत्यक्ष कारणों में महिला का समाज में निम्न दर्जा और वे सामाजिक सांस्कृतिक रीति-रिवाज और अंधविश्वास हैं। जो महिलाओं के साथ भेदभाव करते हैं। प्रसूति मृत्यु का एक कारण गर्भपात भी है। 1971 में मेडिकल टर्मिनेशन ऑफ प्रेगनेंसी एक्ट चिकित्सकीय गर्भपात अधिनियम 1971 के जरिए गर्भपात को कानूनी बना दिया गया।

#### प्रसूति मृत्यु के कारण-

1. रक्त वषाकृता	8 प्रतिशत
2. गर्भपात	9 प्रतिशत
3. बाधित प्रसव पीड़ा	10 प्रतिशत
4. मवाद	16 प्रतिशत
5. एनीमिया	19 प्रतिशत
6. रक्त स्त्राव	29 प्रतिशत
7. अन्य	9 प्रतिशत

पोषण सम्बन्धी स्थिति को नापने को लिए वजन, ऊँचाई आदि संकेत सहायक हो सकते हैं।

इस अध्याय में कुपोषण से सम्बन्धित जागरूकता भी जानकारी महिला उत्तर दाताओं से की गई है। क्योंकि कुपोषण से सम्बन्धित जागरूकता ही कुपोषण से बचाव कर सकती है।

भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद (इंडियन कौंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च) और भारतीय समाज विज्ञान अनुसंधान परिषद (आरइ0एस0एस0आर0) की स्वास्थ्य संबंधी एक साझा समिति ने 1981 में अपनी रिपोर्ट दी थी उस रिपोर्ट की सफारिशों के आधार पर 1983 में राष्ट्रीय स्वास्थ्य नीति का निर्माण किया गया। समिति को सभी को स्वास्थ्य के लिए वैकल्पिक स्वास्थ्य योजनाओं पर अपनी सफारिशें देनी थी 1952 में परिवार नियोजन कार्यक्रम के शुरू किए जाने के साथ जो जनसंख्या नीति लागू की उसमें जो महिलाओं के प्रजनन नियंत्रण पर ही था। उसका परिणाम यह हुआ कि

- गर्भनरोध की सारी जम्मेदारी महिलाओं पर आ गई जिसमें उनके स्वास्थ्य पर इतने दुष्प्रभाव हुए ,
- परिवार नियोजन में पुरुष की भूमिका को पूरी तरह नजर अंदाज कर दिया गया था।
- महिलाओं की स्वास्थ्य संबंधी अन्य जरूरतों की भी अनदेखी कर दी गई थी।

भारत में महिलाओं की स्थिति पर 1974 में आरइ रिपोर्ट-

समानता की ओर में महिलाओ संबंधी अन्य कई महत्वपूर्ण व आश्चर्यजनक तथ्यों के साथ इस बात की भी रहस्योद्घाटन किया कि भारत में महिलाओ का जनसंख्या अनुपात पुरुषो के मुकाबले घट रहा है। तब पहली बार भारत सरकार का ही नहीं पूरे विश्व का भारत की महिला की ओर ध्यान गया। 1998 की शिक्षा नीति में महिलाओं व बच्चियों की शिक्षा संबंधी जरूरतों पर विशेष ध्यान दिया गया। 1988 में श्रम शक्ति रिपोर्ट आरू जसिमें असंगठित क्षेत्र की मजदूर महिला के कार्यस्थल पर स्वास्थ्य संबंधी जोखिम को सामने लाया गया यह रिपोर्ट-असंगठित क्षेत्र में महिला और स्वरोजगार महिला राष्ट्रीय आयोग ने तैयार की थी 1989 में राष्ट्रीय महिला परदृश्य (1989) में महिला विकास पर पूर्व दृष्टिकोण अपनाने पर जोर दिया गया।

इससे महिलाओ की सामाजिक व आर्थिक स्थिति में सुधार के लिए विभिन्न क्षेत्रो मे कार्य योजनाओ की जरूरत पड़ी 1993 में राष्ट्रीय पोषण नीति बनी जसिमें महिलाओ की पौषणिक स्थिति पर चर्चा जतारू गई।

संयुक्त राष्ट्र के 1995 में बीजिंग में हुए महिलाओं पर चतुर्थ विश्व सम्मेलन के लिए भारत की कंट्री रिपोर्ट में उन शोचनीय व महत्वपूर्ण मुद्दो को सामने लाया गया पर तुरन्त कार्यवाही की जरूरत थी विश्व सम्मेलन भारत सरकार ने राष्ट्रीय महिला नीति बनाने की प्रतिबद्धता जतारू 2001 में महिला हितो को उनमें शामिल करने पर जोर दिया गया साथ ही यह भी कहा गया कि जो विभागीय नीतियाँ अभी बनारू जा रही है। या बनारू जानी है। उनमें महिलाओ के

हतिो के सन्दर्भ में प्रावधानो को अनविर्य कया जाए वभिन्न क्षेत्रो में वकिसात्मक नीतयाँ महिलाओ के प्रती संवेदनशील नहीं है।

महलाओ के स्वास्थ्य के संबध में मुख्य रूप ये तीन वभाग है। मानव संसाधन वकिस मंत्रालय के तहत महिला एवं बाल वकिस वभाग स्वास्थ्य व परिवार कल्याण मंत्रालय के तहत स्वास्थ्य वभाग और परिवार कल्याण वभाग। इन तीनो ही वभागो परस्पर समन्वय जरूरी है। पर अभी तक उसका अभाव रहा है। इसके अलावा महिलाओं के स्वास्थ्य संबधी वभिन्न और फरि अन्य वभागो में संबद्ध मुद्दो पर जब तक परस्पर समन्वय नहीं होता तब तक महिलाओ के प्रती एक सम्पूर्ण दृष्टि कोण वाली नीति की बात एक भ्रम ही है।

#### तालका संख्या -4.1

##### महलाओ एवं बालकाओ की शक्षा के सम्बन्ध में जागरूकता

क्र.सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	142	47.33
2	नहीं	93	31
3	अनश्चिति	30	16.66
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

इस तालका में उत्तर दाताओं से महिलाओं तथा बालकाओं की शक्षा के सम्बन्ध में प्रश्न कये गये। जसिमें उत्तर दाता की नीति तथा बच्चियों की शक्षा में वशिष ध्यान देने का सर्वाधक 47.33 प्रतशित उत्तर दाताओं ने

सकारात्मक उत्तर दिया। क्योंकि वह चाहती थी कि महिलाओं की शिक्षा नीति एवं बच्चियों को शिक्षा पर जागरूकता के कार्यक्रम चलाये जाये। जब कि (3%) प्रतशित ने नकारात्मक उत्तर दिया तथा 16.66 प्रतशित उत्तर दाताओं ने इस सम्बन्ध में कोई राय नहीं दी। अतः स्पष्ट होता है कि महिलाओं में शिक्षा के प्रति जागरूकता थी।

#### तालिका संख्या -4.2

महिलाओं की सामाजिक आर्थिक स्थिति के सम्बन्ध में राय

क्र.सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	212	70.66
2	नहीं	31	10.34
3	अनश्चिति	57	15
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

तालिका में महिलाओं में सामाजिक आर्थिक स्थिति में सुधार में सर्वाधिक (70.66) प्रतशित उत्तर दाताओं ने सकारात्मक उत्तर दिया और 15 प्रतशित उत्तरदाताओं ने कोई राय नहीं दी। तथा 10.34 प्रतशित उत्तरदाताओं ने नकारात्मक उत्तर दिया। इस सम्बन्ध में ग्रामीण महिलाओं की राय अस्पष्ट थी।

परन्तु अधिकतर महिलाये अपनी सामाजिक तथा आर्थिक स्थिति को वृद्धि करने के पक्ष में थी।

### तालिका संख्या -4.3

#### परिवार नियोजन के सम्बन्ध में जागरूकता

क्र०सं०	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	136	45.34
2	नहीं	116	38.66
3	अनश्चिति	48	16
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

तालिका संख्या में परिवार नियोजन अपनाने का सर्वाधिक (45.34) प्रतशित उत्तर दाता ने हाँ दिया तथा 38.66 प्रतशित ने नहीं में उत्तर दिया।

उपरोक्त तालिका में परिवार नियोजन के सम्बन्ध में जागरूकता का बविरण दिया गया। जसिमें (45.34) प्रतशित उत्तरदाता परिवार नियोजक के सम्बन्ध में जागरूक थे। तथा (38.66) प्रतशित उत्तरदाता असहमत थे क्योंकि उनको इस सम्बन्ध में कोई जानकारी नहीं थी जबकि (16) प्रतशित उत्तर दाताओ ने कोई उत्तर नहीं दिया अर्थात महिलाओं को परिवार नियोजन के सम्बन्ध में किसी भी प्रकार की कोई जानकारी नहीं थी।

### तालिका संख्या -4.4

बार-बार गर्भ धारण से स्वास्थ्य खराब होने की स्थिति से सम्बन्धित जागरूकता

क्र.सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	179	59.66
2	नहीं	60	20.00
3	अनश्चिति	61	20.340
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

उपरोक्त तालिका में बार-बार गर्भधारण से स्वास्थ्य खराब होने के सम्बन्ध में राय ली गई। बार-बार गर्भधारण करने के कारण स्थिति से सर्वाधिक (59.66) प्रतशित उत्तरदाता सहमत थे जबकि 20 प्रतशित उत्तरदाता सहमत थे।

तात्पर्य इसको महिलायें इसको कोर्इ महत्व नहीं देती थी। तथा 20.34 प्रतशित उत्तरदाताओं ने इस सम्बन्ध में कोर्इ राय नहीं दी।

**तालिका संख्या -4.5**  
**कुपोषण के प्रति जागरूकता**

क्र.सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	186	62
2	नहीं	55	18.34
3	अनश्चिति	59	19.66
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

तालिका संख्या 30 में उत्तर दाताओ से प्रश्न किया गया कि उनकी राय में कुपोषण के सम्बन्ध में जागरूकता लाना आवश्यक है। (62) प्रतिशत उत्तरदाताओ ने इस सम्बन्ध में सहमति दी जबकि (18.34) प्रतिशत उत्तरदाता इसकी कोर्इ आवश्यकता नहीं समझती थी। तथा (19.66) प्रतिशत उत्तरदाता इस सम्बन्ध में कोर्इ राय नहीं रखते थे। इसका कारण स्वास्थ्य वभाग द्वारा जागरूकता उत्पन्न करने के प्रयास अधिक नहीं थे।

#### तालिका संख्या -4.6

उत्तरदाताओ के प्रसव के समय मिलने वाली सहायता के सम्बन्ध में राय

क्र.सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतिशत
1	हाँ	198	60
2	नहीं	62	20.66
3	अनश्चिति	40	13.34
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

तालिका संख्या में उत्तरदाता को प्रसव के समय मिलने वाली सहायता का विवरण दिया गया है। जो (60) प्रतिशत उत्तरदाताओ ने स्वीकार किया था कि उनको प्रसव के समय सहायता मिली थी तथा (20.66) प्रतिशत उत्तरदाता असहमत थे क्योंकि उनको प्रसव के समय कोर्इ सहायता नहीं मिली थी। जबकि (13.44) प्रतिशत उत्तरदाताओ को उत्तर नहीं दिया था क्योंकि प्रसव के समय मिलने वाली सहायता के बारे में जानकारी नहीं थी।

तालिका संख्या -4.7

उत्तरदाताओं के प्रसव के पूर्व मलिने वाली सुवधिया का वविरण

क्र.सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	121	40.33
2	नहीं	130	43.33
3	अनश्चिति	49	16.34
	कुलयोग	300	100

उपरोक्त तालकिया से स्पष्ट है क्कि (43.33) प्रतशित उत्तरदाताओं को प्रसव पूर्व सुवधिया नहीं मलिी थी। जबककि (40.33) प्रतशित उत्तरदाताओं को यह सुवधिया प्राप्त हुई थी। लगभग (16.34) प्रतशित की प्रसव पूर्व सुवधियाओ के बारे में कोरुड ज्ञान नहीं था।

तालकिया संख्या -4.8

दाइयो से प्रसव कराने का वविरण

क्र.सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	60	20

2	नहीं	210	70
3	अनश्चिति	30	10
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

उपरोक्त तालिका में न दाइयो से प्रसव कराने का बविरण दिया गया है जिसमें सर्वाधिक (70) प्रतशित उत्तरदाताओं ने दाइयो से प्रसव नहीं कराया था क्योंकि इन उत्तरदाताओं का प्रसव जिला अस्पताल या किसी आशा बहू के द्वारा हुआ था और कुछ (20) प्रतशित उत्तरदाता सहमत थी कि उनका प्रसव दाइयो द्वारा हुआ था और ऐसी (10) प्रतशित उत्तरदाता जो असहमत थी उनको प्रश्न के बारे में कुछ समझ नहीं आ रहा था। वह उसका उत्तर देना नहीं चाहती थी।

#### तालिका संख्या -4.9

#### आयरन फोलिक एसडि देने की स्थिति

क्र. सं.	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	214	71.33
2	नहीं	58	19.33
3	अनश्चिति	28	9.34
	<b>कुलयोग</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

उपरोक्त तालिका में उत्तरदाताओं को आयरन फोलिक एसडि देने की स्थिति का बविरण दिया गया है। जिसमें सर्वाधिक (71.33) प्रतशित उत्तरदाता सहमत थे कि उनको आयरन फोलिक एसडि दी गयी है तथा (19.33) प्रतशित उत्तरदाता असहमत थे उनको ये आयरन की गोलिया नहीं दी गयी है। जबकि (9.34) प्रतशित उत्तरदाताओं की कोई राय नहीं थी।

इलैक्ट्रॉनिक मीडिया से जागरूकता :

इंटरनेट :

इंटरनेट जनसंचार का सबसे नया तेजी से लोकप्रिय मीडिया, रेडियो, टेलीविजन किताब सनिमा यहाँ तक कि पुस्तकालय के सारे गुण मौजूद हैं। उसकी पहुँच दुनिया के कोने तक है। उसमें सारे माध्यमों का समागम है। इंटरनेट पर आप दुनियाँ के किसी भी कोने से छपने वाले अखबार या पत्रिका में छपी सामग्री पढ़ सकते हैं। रेडियो सुन सकते हैं सनिमा देख सकते हैं। किताब पढ़ सकते हैं और विश्वव्यापी जाल के भीतर जमा करोड़ों पन्नों में से पल भर में अपने मतलब की सामग्री खोज सकते हैं।

यह एक अंतर्क्रियात्मक माध्यम है। पानी को इसमें मूलदर्शक नहीं है आप सवाल जबाव मुवाहसियों में भाग लेते हैं आप चैट कर सकते हैं। और मन हो तो अपना ब्लाग बनाकर पत्रकारिता की किसी बहस के सूत्राधार बन सकते हैं। इंटरनेट ने हमें मीडिया समागम यानी कंवर्जेस के युग पहुँचा दिया है, और संचार की नर्इ संभावनाएँ जगा दी हर माध्यम में कुछ गुण और कुछ अवगुण होते हैं।

इंटरनेट ने जहाँ पढ़ने लिखने वालों के लिए तथा शोध कर्ताओं के लिए संभावनाओं के नए कपाट खोले हैं। हमें विश्वग्राम का सदस्य बना दिया है। वहीं इसमें कुछ खामियाँ भी हैं। पहली खामी तो यही है कि उसमें लाखों अश्लील पन्ने भर दिये गये हैं। जसिका बच्चों के कोमल मन पर बुरा असर पड़ सकता है। दूसरी खामी यह है कि इसका दुरूपयोग किया जा सकता है। हाल के वर्षों में इंटरनेट के दुरूपयोग की गर्इ घटनायें सामने आरइ हैं।

जनसंचार माध्यमों ने हमारे जीवन को और ज्यादा सरल हमारी क्षमताओं को और ज्यादा समर्थ हमारे सामाजिक जीवन को और अधिक सक्रिय बनाया है। हमारे राष्ट्रीय जीवन को गतिशील और पारदर्शी बनाने के साथ भ्रष्टाचार मानवाधिकार हनन और संप्रदायिकता जैसे मामलों को जनसंचार माध्यमों ने उठाया ही और लोगों को जागरूक बनाने की कोशिश की है।

### वीडियो और फिल्म शो :

फिल्म और वीडियो शो ग्रामीण संचार में अत्यधिक कारगर होते हैं। जागरूकता लाने के लिये क्योंकि इनमें दृश्य आकर्षण होता है। और लक्ष्य समूह अपने आँखों के सामने देखता है। जिसके बारे में आप बता रहे हैं। जैसे- किसी कृषि की तकनीकें स्वच्छता और स्वास्थ्य, स्थानीय स्तर पर उपलब्ध सामग्री का इस्तेमाल कर कम लागत में आवास का निर्माण टीकाकरण आदि वीडियो के माध्यम से टीवी के लिए फिल्म की अपेक्षा बहुत कम लागत विकास के कार्यक्रम बनाना अपेक्षाकृत आसान होता है। आप स्थानीय विवरणों वेशभूषा भाषा और बोलियों को लेकर वीडियो कार्यक्रम सकते हैं, और इसे किसी भी लक्ष्य समूह के प्रतिसंचार का अधिक प्रभावी साधन बना सकते हैं।

वभिन्न विकास कार्यक्रमों के विषय में विकास संदेशों की संक्षिप्त जानकारी देते दीवार लेख और प्रचार पटल अब अधिकांश गांवों में आम हो गए हैं। ये संदेश टीकाकरण, परिवार नियोजन जल और स्वच्छता अथवा एड्स के विषय में हो सकते हैं। ये संदेश आमतौर पर बहुत कारगर होते हैं क्योंकि इनमें लिखित शब्दों का और कुछ चित्रों का भी प्रयोग होता है। ये संदेश छोटे-छोटे और आसान जुमलों में नारों के रूप में प्रस्तुत किए जाते हैं। जिन्हें समझना और याद रखना आसान

होता है। इन्हें लम्बे समय तक मटिया अथवा हटाया नहीं जाता जिससे ये स्थानीय लोगों को लगातार दिखाई देते और प्रेरित करते रहते हैं।

### **रेडियो/टेलीवज़िन :**

जनसंचार माध्यमों से ग्रामीण समाज में पोषण के विभिन्न पहलुओं से संबंधित कार्यक्रमों को तैयार कर उसे प्रसारित करें। साफ-सफाई और स्वच्छता के प्रति जागरूकता फैलाये।

कृषि से उपलब्ध स्थानीय पोषक आहारों के बारे में जागरूकता फैलाये खाना बनाने की स्थानीय विधि, भोजन की कैलोरी में वृद्धि तथा पौष्टिक आहार पर कार्यक्रम आयोजित करें।

### **जनसंचार :**

जब हम/आप प्रौद्योगिकी के माध्यम से एक विशाल क्षेत्र में फैले बहुत सारे लोगों से एक साथ संचार कर सकते उन्हें एक साथ सूचना अथवा संदेश दे सकते हैं। प्रौद्योगिकी के माध्यम से कथ्य का वितरण एक साथ विभिन्न स्थानों अथवा देशों में फैले बहुत सारे लोगों अथवा विशाल श्रोता समूह को होता है। उपग्रह सुविधायें आ जाने से जनसंचार की प्रकृति भूमंडलीय हो गई है।

जहाँ अंतर वैयाक्तिक संचार में एक व्यक्ति स्रोत होता है। वहीं इस प्रकार के संचार में सूचना एकत्र करने कथ्य अथवा संदेश के प्रकमण प्रस्तुति और वितरण के लिये एक जटिल संस्थागत व्यवसा ही स्रोत होता है।

संदेश भी अनेक प्रकार तथ्यों अथवा संदेशों के जटिल मश्रण होते उद्देश्य वविधि श्रोता समूहों की वविधि अवस्थाओं को पूरा करना होता है। हम सब रेडियो, टेलीवजिन, समाचार पत्र, पत्रिका और इंटरनेट जैसे प्रमुख जन संचार माध्यमों से भलीभाँति परिचित हैं। टेलीफोन अंतर वैयाक्तिक संचार का माध्यम भी है, और जनसंचार का भी माध्यम है। समुदायक स्तर के मनोरंजन और जनसंचार का वाहक है। जनसंचार के माध्यम से लोगों की शक्ति करना सूचनाओं के जरिये हमें जागरूक बनाते हैं। लोकतंत्र में जन संचार माध्यमों का एक महत्वपूर्ण भूमिका जनता को शक्ति करने की है। यहाँ शक्ति करने से आशय उन्हें देश दुनियाँ के हाल परिचित कराने और उसके प्रति सजग बनाने से है।

#### **समाचार पत्र :**

समाचार पत्रों में प्रकाशित वजिापन भी संचार का अंग है। जो वभिन्न उत्पादों से सम्बंधित जानकारी देते हैं। सामाजिक वजिापन घातक रोगों से बचाव सामाजिक प्रदूषणों के परिहार और स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता का भी संदेश देते हैं।

जैसे-एडस से बचाव टीकाकरण और स्वच्छ पेयजल को अपनाने की प्रेरणा, धूम्रपान नशीली दवाइयों के सेवन त्यागने की मंत्रणा सामाजिक वजिापनों के उदाहरण हैं। जनमत की शक्ति, सांस्कृतिक चेतना, मूल्यों को स्थापित करने में समाचार पत्र

सहायक हुए हैं। देश के स्वतंत्रता संग्राम में समाचार पत्रों का विशेष योगदान स्मरणीय है। समाज सुधार का हर आन्दोलन समाचार पत्रों को अपन पूर्वक्ता बनाता है।

### जनसंचार माध्यमों का प्रभाव :

आज के संचार प्रधान समाज में जनसंचार माध्यमों के बिना हम जीवन की कल्पना नहीं कर सकते हमारी जीवन शैली पर संचार माध्यमों का जबरदस्त असर है। रोजमर्रा की खबरों के लिए रेडियो या टीवी पर निर्भर रहते हैं। समाचार पत्र पढ़े बिना सुबह नहीं होती है।

मीडिया के जरिये लोगों को एक खास तरह की जीवन शैली में भी ढालने की कोशिश की जाती है। जनसंचार माध्यमों ने जहाँ एक ओर लोगों को सचेत और जागरूक बनाने में अहम भूमिका निभाई है। वहीं उसके नकारात्मक प्रभावों से भी इनकार नहीं किया जा सकता है।

इसी तरह माना जाता है कि जनसंचार माध्यमों का प्रभाव तब और अधिक बढ़ जाता है। जब बार-बार उन्हीं संदेशों, छवियों वचारों को दोहराने लगते हैं। तब ही उनका गहरा प्रभाव पड़ता है।

### रेडियो :

रेडियो वास्तव में एक जनसंचार माध्यम है। आबादी के एक बड़े तबके तक रेडियो के माध्यम से पहुँचा जा सकता है। इसकी लाभकारी स्थिति यह है कि यह बहुत महँगा नहीं होता है। जसि कहीं भी ले जाया जा सकता है। यह सुवधायक भी होता है। ग्रामीण इलाकों में जहाँ बार-बार बजिली जाना आम बात है वहाँ

रेडियो रखने का बहुत लाभ होता है, क्योंकि आमतौर से यह बैटरी से चलता है। ऐसे कई रेडियो कार्यक्रम होते हैं जिनका ग्राम विकास के मुद्दों से सीधा असर पड़ता है। आप अपने इलाके में रेडियो प्रसारणों पर नजर रखे तो आपको इस बारे में ओर अच्छी जानकारी हो सकती है। कि इस समय रेडियो पर ग्राम विकास के कौन से कार्यक्रमों का प्रसारण हो रहा है जो स्थानीय श्रोताओं में लोकप्रिय है। रेडियो केवल नये प्रवृत्तियों अथवा व्यवहारों के प्रति जन साधारण में जागरूकता और रूचि पैदा करने में ही नहीं आपत्ति कार्यवाही को प्रेरित और प्रारंभ करने में भी अत्यधिक प्रभावी हो सकता है। अनुसंधान में यह बात सामने आई है कि एक निर्दृष्ट वषियवस्तु अथवा वषिय पर केन्द्रित वधिवित और धारावाहिक कार्यक्रम और संगठित सामूहिक त्रवण की आम रेडियो प्रसारणों की तुलना में बदलाव और विकास लाने में अधिक प्रभावी भूमिका होती है।

### टेलीवजन :

टेलीवजन एक अत्यधिक सशक्त और प्रभावी माध्यम है क्योंकि इसमें श्रव्य और दृश्य दोनों ही प्रकार के संकेतों का प्रयोग होता है। यह ग्रामीण इलाकों में भी अधिकाधिक लोकप्रिय होता जा रहा है। कन्ति बार-बार बजिली जाने के कारण देश के अधिकांश हिस्सों में इसका अधिक उपयोग नहीं हो पाता। इसके अतिरिक्त यह माध्यम मुख्य रूप से समाचार और मनोरंजन से जुड़ गया है।

भारत में टेलीवजन के निम्नलिखित उद्देश्य होना चाहिए।

- सामाजिक परिवर्तन
- राष्ट्रीय एकता

- वैज्ञानिक चेतना का विकास
- परिवार कल्याण को प्रोत्साहन
- कृषि विकास
- पर्यावरण संरक्षण
- सामाजिक विकास
- खेल संस्कृतिक धरोहर

उचित स्वास्थ्य नीतियों के साथ-साथ स्थानीय रूप से उपलब्ध संसाधनों नई तकनीकों का उपयोग करके जागरूकता बढ़ाना तथा अधिक सामुदायिक जुड़ाव पैदा करने के लिए प्रभावी संचार रणनीति अपनाना समय की आवश्यकता है। शोध द्वारा स्वास्थ्य संवर्धन और पोषण संबंधी जागरूकता देना आवश्यक है।

देश के लोगों में पोषण और स्वास्थ्य संबंधी व्यवहार को प्रभावित करने हेतु जागरूकता पैदा करने के लिए मीडिया का प्रभावित करना आवश्यक है। मीडिया/संचार के निम्नलिखित प्रकार होते जसिसे ग्रामीण समाज में पोषण एवं स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता लाई जा सकती है।

#### **दृश्य साधन :**

छोटे समूहों में अन्तर्व्यक्ति संचार को अधिक प्रभावी बनाने के लिए फ्लैश कार्ड, फिल्म चार्ट और फ्लालैन ग्राफ जैसे कुछ साधारण दृश्य साधनों का प्रयोग बांधनीय होता है। ये साधन दृश्यों के माध्यम से नए विचारों और अवधारणाओं को स्पष्ट करने में विशेष रूप से सहायक होते हैं।

#### **प्रदर्शन :**

देखने से ही विश्वास होता है कि इसप्रकार यदि जीता जागता प्रदर्शन किया जाए तो अक्सर वह संचार का अत्यधिक प्रभावी तरीका सिद्ध होता है। किसी काम को कैसे किया जाता है इसे समझने का एक अच्छा तरीका होता है उसे प्रदर्शित करना। यह श्रोता की सभी इंद्रियों को उद्दीप्त करता है।

लोग उस समय अच्छे ढंग से सीखते हैं। प्रदर्शन को और भी वास्तविक बनाने के लिये उसमें भूमिका अभिनय के भी शामिल किया जा सकता है। समूह का कोर्ड सदस्य किसी निर्दिष्ट विवरण के आधार पर वास्तविक जीवन की किसी स्थिति अथवा समस्या को अभिनय के माध्यम से प्रस्तुत कर सकता है। इसकी सहायता से समूह किसी निर्दिष्ट विवरण के आधार पर वास्तविक जीवन की किसी स्थिति अथवा समस्या को अभिनय के माध्यम से प्रस्तुत कर सकता है। इसकी सहायता से समूह किसी समस्या के कारण को अथवा किसी क्रिया के परिणाम को बेहतर ढंग से समझ सकता है। सभी स्वास्थ्य और पोषण हस्तक्षेपों को दीर्घकालिक स्थिरता के लिए बनाया जाना चाहिए लोगों के स्वस्थ/पोषक की स्थिति में एक प्रगतिशील सुधार लाने के यह आवश्यक है कि लोगों को स्वस्थ जीवन शैली अपनाने और अभ्यास करने के लिए शिक्षित किया जाय। जागरूकता की कमी और खराब स्वास्थ्य व्यवहार को गैर संचारित बीमारियों का प्रमुख अंतर्निहित कारण पाया गया है। विभिन्न अध्ययनों में स्पष्ट रूप से सुझाव दिया गया है। कि प्रारंभिक निदान और रोकथाम रूग्णता को कम करने और मृत्यु दर को रोकने पर महत्वपूर्ण रूप से सकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं। सकारात्मक स्वास्थ्य संकेतों और नीति निर्माताओं के साथ संलग्न और नियमित रूप से चल रहे हस्तक्षेप मूल्यांकन अति आवश्यक है। स्वास्थ्य प्रणाली, डाक्टरों/चिकित्सकों को

रोगी के व्यवहार में उचित बदलाव लाने हेतु रणनीतियों को लागू करने की आवश्यकता है।

प्रोग्राम के मुख्य घटकों में स्वास्थ्य (आरएमएन सीएचए) और संचारी और गैर संचारी रोग शामिल हैं। एन एच.एम. सर्वाभौमिक रूप से समान, सस्ती और गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं के पहुँचाने तथा लोगों को आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए जम्मेदार और उत्तरदार है।

नेशनल हेल्थ केयर इनोवेशन पोर्टल भारत के सार्वजनिक और नजीक स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र में नवीन कार्यक्रमों के डिजाइन प्रथाओं प्रौद्योगिकी समाधान और उत्पादों को पूल इन और भली प्रकार प्रदर्शित करने का एक अहम प्रयास है।

#### **आयुष्मान भारत :**

स्वास्थ्य और कल्याण केन्द्र एक रचनात्मक दृष्टिकोण से उच्चतम स्वास्थ्य देखभाल की ओर बढ़ने के साथ-साथ व्यापक सेवायें जैसे नविकारक, प्रोत्साहन, उपचार, पुनर्वास और उपशासक देखभाल आदि प्रदान करते हैं।

#### **रूट राइट इंडिया :**

आन्दोलन जन जागरूकता उत्पन्न करने के लिए सोशल मीडिया सहित बड़े पैमाने पर मीडिया को शामिल करता है। रूट राइट इंडिया का लोगों इष्टतम आहार के घटकों को दर्शाता है। फ्रंट लाइन हेल्थकेयर अधिकारियों के लिये प्रशिक्षण स्वस्थ आहार को बढ़ावा देने वाला एक ऑनलाइन रटिलर और उपयुक्त पोषण के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए ऑनलाइन क्विज करता है। इसके अलावा स्कूल/कॉलेज वातावरण में भोजन और पोषण सम्बन्धित शिक्षा बच्चों, कशिशोरों,

स्कूल स्टाफ और समुदायों को स्वस्थ पोषण खाने की आदतों और अन्य सकारात्मक स्वास्थ्य और इष्टतम पोषण से सम्बन्धित व्यवहारों को प्रोत्साहित करने के साथ-साथ सीखने के अनुभव को भी बेहतर करती है। शोध के अनुसार और व्यावहारिक रूप से भी, केन्द्रित शैक्षणिक रणनीतियों के संयोजन का उपयोग करना महत्वपूर्ण है।

### **पोषण अभियान- (राष्ट्रीय पोषण मशिन)**

भारत का प्रमुख कार्यक्रम है। जो कि मार्च 2018 में शुरू किया गया है। इसका उद्देश्य 6 वर्ष तक के बच्चों कशोरियों, गर्भवती महिलाओं और धात्री महिलाओं के पोषण की स्थिति में सुधार लाना है। ताकि कम वजन वाले शिशुओं, स्टंटिंग, अल्प पोषण एनीमिया आदि विशिष्ट लक्षणों को अगल तीन वर्षों में प्राप्त किया जा सके। पोषण अभियान एक जन आन्दोलन और भागीदारी है। पोषण अभियान को गति देने के लिए 24 जुलाई 2018 को नेशनल कौंसिल ऑफ इण्डिया के न्यूट्रिशन चैलेंजेज ने सितम्बर को राष्ट्रीय पोषण माह के रूप में मानने का निर्णय लिया। इस महीने के दौरान पोषण से जुड़ी जागरूकता सम्बंधी गतिविधियाँ सभी राज्यों/केन्द्रशासित प्रदेशों द्वारा जमीनी स्तर पर की जाती है। पोषण अभियान का उद्देश्य छोटे बच्चों कशोरियों, गर्भवती महिलाओं/धात्री माताओं, परिवार के सदस्यों, सामुदायिक सदस्यों, स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं के पोषण सम्बन्धी जागरूकता को बढ़ाना है।

**प्रमुख योजनाएँ :**

योजना की शुरुआत 203 में सस्ती एवं विश्वसनीय तृतीयक सेवाओं की उपलब्धता हेतु क्षेत्रीय असंतुलन में सुधार के साथ-साथ गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा/शिक्षा प्रदान करने के लिए की गई थी।

### राष्ट्रीय स्वास्थ्य मशिन :

एन.एच.एम. के अन्तर्गत दो उप-मशिन, राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मशिन और राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मशिन शामिल है। बचपन के कुपोषण-स्तर को कम करने के लिए आर्थिक विकास का बहुत प्रभाव पड़ता है। और इसलिये अच्छा स्वास्थ्य पोषण संबंधित शिक्षा, बच्चे को खलाने की प्रथाएं सहित, संतुलित आहार, उचित स्वास्थ्य, स्वच्छता आहार विविधीकरण माइक्रोन्यूट्रिएंट पूरकता, बायो फोर्टिफिकेशन जैसे हस्तक्षेप तथा रोगों की रोकनाथ को नियमित रूप से व्यवस्थित करने की आवश्यकता है। पोषण एक दोहरे धार तलवार है। अल्प पोषण और अति पोषण दोनों ही हानिकारक है। इसलिये नियमित शारीरिक, गतिविधि के साथ इष्टतम पोषण अच्छे स्वास्थ्य की आधारशिला है। विभिन्न शोध अध्ययन/सर्वेक्षण जसिमें खाद्य कृषि पोषण संक्रमण का विवरण करता रहा है।

हमार देश खाद्य एवं पोषण सुरक्षा में सुधार लोन के लिए कई पोषण हस्तक्षेप कार्यक्रमों में भी निवेश करता रहा है। जसिमें समाज के कमजोर वर्गों के पोषण स्तर में सुधार हो रहा है। भारत सरकार निरंतर पोषण संबंधी प्रयासों में सुधार लाने के लिए वचनबद्ध है। तथा मौजूदा कार्यक्रमों को समय-समय पर परिवर्तन करने और आवश्यकतानुसार नई योजनाएं शुरू करने के लिए सदैव तत्पर है।

कुपोषण से नपिटने तथा स्वास्थ्य/पोषण स्थिति में सुधार लाने के लिए एक महत्वपूर्ण तकनीक के रूप में मान्यता दी गई है। जो स्वास्थ्य/पोषण शिक्षा के लिए एकीकृत दृष्टिकोण के महत्व को मद्देनजर रखते हुए सरकार जमीनी स्तर के अधिकारियों के प्रशिक्षण का आयोजन ग्रामीण स्तर पर करती है। जो कि कृषि, स्वास्थ्य महिला और बल विकास शिक्षा ग्रामीण विकास आदि क्षेत्रों से संबंधित है। पौष्टिक भोजन स्वास्थ्य की एक महत्वपूर्ण आधारशिला है। इसलिए शरीर की जरूरतों को पूरा करने के लिए भोजन की उचित मात्रा में आवश्यक पोषक तत्वों की पूर्ति होनी चाहिए। पोषक तत्वों की अधिकता और कमी दोनों समान रूप से हानिकारक है। और व्यक्तिगत पारिवारिक और सामुदायिक स्वास्थ्य पर लम्बे समय तक चलने वाले प्रतिकूल प्रभाव है। इस प्रकार इस मुद्दे को प्रभावी ढंग से सम्बन्धित करना और समुदाय को अच्छे स्वास्थ्य और इष्टतम पोषण के महत्व के बारे में जागरूक करना अत्यन्त महत्वपूर्ण है।

अच्छा पोषण नियमति शारीरिक गतिविधि और पर्याप्त नींद स्वस्थ जीवन के आवश्यक नियम हैं। सम्पूर्ण राष्ट्र में इष्टतम पोषण की अवधारणा को बढ़ावा देने के लिए एक समग्र दृष्टिकोण की आवश्यकता है। भारत सहित विकासशील राष्ट्र वर्तमान में कुपोषण के दोहरे बोझ पोषण स्पेक्ट्रम के दोनों छोर पर गम्भीर स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का सामना कर रहे हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू एचओ) के अनुसार कुपोषण ऊर्जा और/या पोषक तत्वों के लिये एक व्यक्ति के सेवन में कमियों बढ़ोत्तरी या असंतुलन को दर्शाता है। एक ओर लाखों लोग अत्यधिक असंतुलन आहार के कारण गैर संचारी रोगों से पीड़ित हैं। वर्ष 2019 ग्लोबल हंगर इंडेक्स के मुताबिक भारत 117 योग्य देशों में से 102 वे स्थान पर है।

संवधान के अनुच्छेद 47 के अनुसार पोषण स्तर रहन सहन और सार्वजनिक स्वास्थ्य के सुधार में सुधार लाना राज्य का कर्तव्य है। सामाजिक/आर्थिक/औद्योगिक विकास के साथ जीवन शैली में बदलाव आया है इसके अलावा सामाजिक न्याय/एकटीवटी में असमानता मौजूदा चर्चाओं को बढ़ावा देती है।

वर्तमान स्थिति रोग निवारक दृष्टिकोण से उपचारात्मक दृष्टिकोण में बदलाव व्यक्ति स्तर के साथ-साथ जनसंख्या स्तर पर भी आवश्यक है। एन.सीडी. सम्बन्धी स्वास्थ्य निर्धारकों को सम्बोधित करने लिए सभी क्षेत्रों के लिये स्वास्थ्य आहार वातावरण बनाने की आवश्यकता है।

ग्रामीण समाज में जागरूकता लाने के लिए यह भी समझना आवश्यक है कि खाने से पहले हाथों को सही ढंग से धोने की आवश्यकता है ग्रामीण समाज के लोग सही ढंग से हाथों को नहीं धोते थे यद्यपि ग्रामीण क्षेत्रों में लोग खाने से पहले आदतन तो हाथ धोते थे परन्तु सही ढंग से नहीं धोते थे अक्सर तो उन्हें यह स्पष्ट ज्ञान नहीं होता कि अस्वच्छ हाथों से खाना खाने और उनके गंदे हाथों से भोजन में हुए प्रदूषण के कारण होने वाले अनेक बीमारियों के बीच कोई संबंध भी है। कोई संक्रमक बीमारियाँ हो जाती हैं। कुपोषण के साथ-साथ और भी संक्रमक रोग होते हैं। जैसे एड्स है अनेक लोगों को असुरक्षित यौन संबंध और एड्स अथवा एक ही सूर्य से अधिक रोगियों को लगाने के खतरे के बारे में पता नहीं होता है। व्यवहार परिवर्तन कार्यक्रम का पहला कदम होता है। जनसंचार माध्यमों और अंतर वैयक्तिक संचार दोनों प्रकार के विभिन्न माध्यमों से प्रासंगिक मुद्दों के प्रति लोगों को जागरूक करना आमतौर पर जनसाधारण के बीच विभिन्न मुद्दों और समस्याओं के प्रति जागरूकता पैदा करने में जनसंचार एक महत्वपूर्ण भूमिका

नभाते हैं। व्यक्ति जब जागरूक हो जाते हैं और उसका सरोकार जुड़ जाता है तो वे अधिक सूचना और ज्ञान पाने के उद्यत हो जाते हैं।

### सांस्कृतिक उन्नयन :

व्यक्ति के क्षमताओं को व्यापक करके उसकी कल्पना को जगाकर और उसकी सौन्दर्य संबंधी आवश्यकताओं और रचनात्मकता को प्रोत्साहित करके धरोहर के संरक्षण और संस्कृति के विकास के उद्देश्य और कलात्मक उत्पादों का प्रसार करना। मनोरंजन व्यक्तिगत और सामूहिक मनोरंजन और आमोद प्रमोद के लिए नाटक, नृत्यकला, साहित्य संगीत, हास्य खेलकूद आदि के रूप में चिन्हों अथवा प्रतीकों के माध्यम से ध्वनियों और चिन्हों का प्रसारण।

### एकीकरण :

एक दूसरे को जानने समझने और दूसरों की जीवन स्थितियों, दृष्टिकोणों और आकांक्षाओं को सराहने के लिए व्यक्तियों समूहों और राष्ट्रों द्वारा वाञ्छित विभिन्न संदेशों तक पहुँचने का प्रावधान है।

### मूलत :

व्यक्ति के दृष्टिकोण से देखा जाता है, जोर नरई बातों पर भी देना चाहिए कम से कम उस बात पर जिसका महत्व तेजी से बढ़ रहा है। संचार समूहों और समुदायों की अनविद्यता बन गया है।

आज विश्व के समाज यदि राजनीतिक मामलों अन्तर्राष्ट्रीय और स्थानीय घटना अथवा मौसम के हालात आदि सूचित जानकारी नहीं रखेंगे तो वे जीवित नहीं रह सकेंगे।

सरकारों को जनसंख्या वृद्धि फसलों जल आपूर्ति से संबंधित विधि जानकारी की जरूरत होती है। तभी वे भविष्य के लिए गत्यात्मक रूप में योजना बनाने में समर्थ हो सकते हैं। व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधि के रूप में भी तो किसी भी सामाजिक व्यवस्था में इसके मुख्य कार्य सूचना संबंधित हो सकते हैं। इसमें समाचार आकड़ों, चित्रों और तथ्यों का संकलन संग्रह प्रकमण और संवितरण भी शामिल और व्यक्तिगत पर्यावरणगत राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्थिति मुद्दों के प्रति सुवित् प्रतिक्रियाओं और इन मुद्दों से संबंधित सुझाव और निर्गमों का समावेश भी होता है।

#### संचार के प्रकार-

संचार के प्रकार की श्रेणी समाजीकरण ज्ञान की साझा नधि का प्रावधान जो लोगों को समाज के प्रभावी सदस्यों के रूप में कार्य करने की सामर्थ्य देता है। जसमें वे रहते हैं। और जो सामाजिक जागरूकता पैदा करके सार्वजनिक जीवन में उनकी सक्रिय संलपितता की गुंजाइश बनाता है।

#### अभिविरेण :

प्रत्येक समाज के तात्कालिक और दूरगामी लक्ष्यों को बढ़ावा देना और व्यक्तिगत वकिल्पों और आकांक्षाओं का उत्तेजन और सहमत लक्ष्यों को प्राप्त करने की दशा में तैयार व्यक्तिगत अथवा समुदायक गतिविधियों को आगे बढ़ाना।

#### **बाद-विवाद और वचिार वमिरुश :**

सहमति को सुगम बनाने के लिये आवश्यक तथ्यों का प्रावधान और आदान प्रदान सार्वजनिक मुद्दों पर अलग-अलग दृष्टिकोणों को स्पष्ट करना और साझा हित के सभी स्थानीय राष्ट्रीय मामलों में लोगों की रूचि और संलग्नता को आगे बढ़ाने के लिये आवश्यक प्रासंगिक साक्ष्य आपूर्ति करना।

#### **शक्तिषा :**

बौद्धिक विकास, चरित्र निर्माण कौशल क्षमताओं की प्राप्ति को जीवन के सभी चरणों में आगे बढ़ाने के लिए ज्ञान का संप्रेषण। जब आप प्रौद्योगिकी के माध्यम से एक विशाल क्षेत्र में फैले बहुत सारे लोगों से एक साथ संचार कर सकते, उन्हें एक साथ सूचना अथवा संदेश दे सकते हैं। तब आप जनसंचार में लपित होते हैं जहाँ अंतरव्यक्ति संचार में एक व्यक्ति स्रोत होता है। वहीं इस प्रकार के संचार में सूचना एकत्र करने कथ्य का विवरण एक साथ विभिन्न स्थानों अथवा देशों में फैले बहुत सारे लोगों अथवा विशाल स्रोत समूह को होता है। उपग्रह सुविधाएँ आ जाने से उन जनसंचार की प्रकृति भूमण्डलीय हो गयी है। ऐसे कई जनसंचार हैं जैसे रेडियो, टेलीविजन, समाचार पत्र, पत्रिका और इंटरनेट जैसे प्रमुख हैं। टेलीफोन अंतरव्यक्ति संचार का माध्यम भी है। और जनसंचार का भी पोस्टर प्रचार पटल, बलिवार्ड खोखे आदि वाहरी प्रचार और जनसंचार के अन्य

महत्वपूर्ण माध्यम है। जनसंचार में प्रतपिष्टि का कमजोर होते। प्रसार संख्या अथवा श्रोताओं अथवा दर्शकों की संख्या में गरिावट संबंधी सर्वेक्षण श्रोताओं का अपनी प्रतिक्रिया देने का अपनी प्रतिक्रिया देने का एक अप्रत्यक्ष तरीका होता है।

पारंपरिक संचार भारतीय समाज के वभिन्न हसिों में वशिषकर ग्रामीण और आदवासी क्षेत्ों में लोकप्रयि वभिन्न प्रदर्शन कलाओं के माध्यम से होने वाले समुदाय स्तर के मनोरंजन और जनसंचार का वाहक है। यह देखा गया है। कि कठपुतली प्रदर्शन जैसे कुछ पारंपरिक कलाओं का प्रयोग और आदवासी इलाकों के लोगों के आधुनिकि वचिारों के संप्रेषण और वकिस संबंधी संदेशों के सवतिरण के लिए प्रभावी ढंग से कया गया है। कर्इ चैनल संचार का माध्यम होता है। यह आपकी अपनी आवाज और हाव भाव हो सकते हैं। जैसा कि अंतरवैयक्ति संवाद में होता है। यह जनसंचार माध्यम के रूप में भी हो सकता है। जैसे रेडियो, टेलीवजिन समाचार पत्र इंटरनेट इत्यादी संदेश को एक उपर्युक्त चैनल अथवा माध्यम के अभाव में लक्ष्य समूह तक नहीं पहुँचाया जा सकता है। बदलाव और वकिस लाने के लयि यह देखा गया है कि मलि जुले चैनल का साथ प्रयोग अधकि कारगर होता है।

प्राप्तकर्ता अथवा श्रोता एक अकेला व्यक्ति अथवा व्यक्तियों का समूह अथवा एक वशिल क्षेत् में फैला वशिल जनसमूह हो सकता है। लक्ष्य श्रोता समूह को सही ढंग से समझना बहुत महत्वपूर्ण होता है। नहीं तो संदेश उन पर कोर्इ असर नहीं डाल पाता। यह याद रखना बहुत जरूरी है कि लक्ष्य श्रोता समूह की सक्रयिता से नरिणय करता है। कि श्रोत से प्राप्त किसी संदेश की प्रतिक्रिया से नरिणय करता है। कि श्रोत से प्राप्त किसी संदेश की प्रतिक्रिया है। संदेश को

स्वीकार किया जाये। अथवा नहीं उनमें प्रभावित हुआ जाए या नहीं। ग्राम विकास कार्यक्रमों के संदर्भ में विकास अभिकर्ता स्रोत होता है। वह किसानों के साथ जसि नर्इ सूचना कौशलों और वधियों को बाँटता है। वह संदेश होता है। किसान लक्ष्य श्रोता समूह अथवा प्राप्तकर्ता होते हैं। और संदेश को बाँटने का माध्यम होता है। ग्राम विकास को सुगम बनाने के लिये रेडियो पर विशेष प्रसारणों की व्यवस्था कर दी थी। खेती की उनके नर्इ पद्धतियों और प्रवधियों के बारे में जागरूकता पैदा करने की दशा में अनेक नर्इ पद्धतियों और प्रवधियों के बारे में जागरूकता पैदा करने की दशा में रेडियो ने एक महत्वपूर्ण भूमिका अदा की है। इस प्रकार देश के कर्इ हिस्सों में हरति क्रांति में योगदान किया है। यहाँ तक कि अनेक क्षेत्रों में बीजों की उच्च उत्पादन वाली नर्इ कस्म को रेडियो बीज और उर्वरकों को रेडियो खाद्य कहा जाने लगा था।

जब भारत में 1959 में पहली बार टेलीविजन आया तो उसका प्रस्तावित उद्देश्य या ग्रामीण क्षेत्रों में शिक्षा और विकास की प्रक्रिया को सुगम बनाना। फिर जब 1970 के दशक में रंगीन टेलीविजन आया तो उसके पीछे यह औचित्य रहा कि हमारे किसानों को यदि खेती के तरीकों को रंगीन तस्वीरों में दिखाया जाएगा तो वे ऐसे अधिक अच्छी तरह से देख सकेंगे साइट का प्रयोग भी प्राथमिक तौर पर ग्राम विकास के लिए ही था।

जनसंचार की शक्ति का प्रभावी ढंग से उपयोग करने के लिए सरकार ने प्रारंभिक चरणों में सामुदायिक रेडियो और टेलीविजन की व्यवस्था को ट्राजिस्टर सेट आने के बाद इनकी कीमतों में काफी कमी आ गई और इन्हें खरीदना आसान हो गया हाल के वर्षों में श्वेत श्याम टी.व्ही. सेट की कीमतें भी नीचे आ गई है। गांवों में टेलीविजन की तेजी से पैठ हो रही है। कर्इ इलाकों में तो टीवी दहेज का

एक आम हसिसा बन गया है। जससे गांवों में इसकी पहुँच और भी अधकल हो गई है। संचार और वकलस के बीच घनषुट संबध। संचार नरुई चीजों के प्रती जागरूकता और बदलाव के प्रती इच्छा पैदा करता है। जसके परणलम स्वरूप वकलस होता है। भारत में लोगों को नरुई सूचनाओं और कौशलों से युक्त करने तथा उन्हें वभिन्न वकलस कार्यक्रमों में उनकी ऐच्छकल भागीदारी के लयल लाभवेद करने की प्रकुरयल संचार के महत्व को बाखूबी पहचाना गया है।

सभी पंचवषुरीय योजनाओं में इन पर जोर भी दयल गया है जो देश की वकलसगत रणनीति का खाका है।

पहली पंचवषुरीय योजनाओं में ही लोगों द्वारा वशिषकर ग्रामीण कृषेत्रों में वभिन्न वकलस कार्यक्रमों को समझने और सराहने की आवश्यकता को स्पषुट रूप में रेखांकित कर दयल गया था बाद की योजनाओं में दूर-दराज के गांवों में भी लोगों तक पहुँचने की चति को अधकलधकल जोर देकर व्यक्त कयल गया है। परणलमस्वरूप इन वर्षों में संचार की सभी उपलब्ध पद्धतयल का कर्इ गुणा वकलस हुआ है। और वे कर्इ गुणा मजबूत हुए हैं।

## अध्याय-5

### कुपोषण के पर्यावरणीय कारक

---

मानव प्रारम्भ से ही पर्यावरण की उपज है। प्रत्येक मानव अपने चारों ओर की अनेक सामाजिक, सांस्कृतिक, भौगोलिक, आर्थिक, जैविकीय और जनसंख्यात्मक परिस्थितियों से प्रभावित होता रहता है। पर्यावरण उन सभी दशाओं का योग है जो मानव को प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता रहता है। पर्यावरण शब्द दो शब्दों मलिकर बना है। -परि-आवरण। पर्यावरण का अर्थ है- हमारे चारों ओर का घेरा। भौगोलिक दृष्टि से यदि विचार किया जाए तो मानव समाज के चारों ओर आकाश, हवा, जल, मट्टी, पेड़ पौधे शामिल हैं। इन सबसे हमारा अटूट सम्बन्ध है। प्रकृति के सभी उपादानों में पारस्परिक सम्बन्ध अद्भुत संतुलन के रूप में व्याप्त है। प्रकृति मानव के साथ नरिंतर संतुलन के रूप में बनाये रखना चाहती है पर मनुष्य इस दशा में बराबर संवेदनशून्य होता जा रहा है। आज स्थिति अत्यन्त भयावह हो चुकी है। विश्व का तीन चौथाई भाग वन्य वृक्षों से रहित हो चुका है। जंगलों के कट जाने से पशु-पक्षियों की सैकड़ों प्रजातियाँ लुप्त होने के करागर पर है। वैज्ञानिकों का यह दावा है कि विश्व की जनसंख्या को हथियारों से इतना खतरा नहीं है कि जितना पर्यावरण प्रदूषण से है।

इसमें कोरू दो राय नहीं कि पर्यावरण का सम्बन्ध व्यक्ति को प्रभावित करने वाली सभी दशाओं कसे है चाहे उनका प्रभाव प्रत्यक्ष हो अथवा अप्रत्यक्ष। पर्यावरण जन्म के बाद ही नहीं बल्कि जन्म लेने के पहले से ही प्राणी को प्रभावित करना आरम्भ कर देता है। मैकाइवर के शब्दों में कहा जाए तो पर्यावरण जीवन के आरम्भ से ही नहीं, यहाँ तक कि उत्पादक कोष्ठों में भी वद्यमान है। तात्पर्य यह है कि गर्भकाल में ही नवजात को एक पर्यावरण मलि जाता है। जो उसके भावी व्यक्तित्व के निर्माण में सहायक अथवा बाधक होता है। यह पर्यावरण माँ के कार्य करने की दशाओं, उचित भोजन, आराम, स्वच्छता, प्रकाश, स्वच्छन्दता तथा उसके प्रति दूसरे व्यक्तियों के व्यवहार आदि के रूप में होता है। पर्यावरण उन समस्त भौतिक और अभौतिक, प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष दशाओं की समग्रता है जो प्राणी के जीवन को चारों ओर से घेरे हुए है। इसी को हम प्राणी का सम्पूर्ण पर्यावरण कहते हैं।

मानव के जीवन को पर्यावरण दो तरह से प्रभावित करता है। एक को हम प्राकृतिक पर्यावरण कहते हैं, जबकि दूसरा पर्यावरण वह है जो मानवकृत होता है। मानवकृत पर्यावरण का दूसरा नाम ही सांस्कृतिक पर्यावरण है। मानव सभ्यता के आरम्भिक काल में मानव के पास न तो कोरू विकसित प्रौद्योगिकी थी और न ही मानव एक विकसित संस्कृति का निर्माण कर सका था। इस दशा में मनुष्य के जीवन को प्रभावित करने में प्राकृतिक पर्यावरण का प्रभाव बहुत अधिक था। जैसे-जैसे मानव ज्ञान में वृद्धि हुई, मनुष्य ने एक विकसित प्रौद्योगिकी का निर्माण करके प्राकृतिक दशाओं पर अपना नियंत्रण स्थापित करना शुरू कर दिया, मानव के जीवन पर प्राकृतिक पर्यावरण का प्रभाव कम होने लगा। आज मानव-संस्कृति इतनी विकसित हो चुकी है कि प्राकृतिक पर्यावरण का बहुत छोटा सा

भाग ही उसके जीवन को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित कर पाता है। यह सत्य है कि अधिकांश मानवीय व्यवहार, सामाजिक संस्थाएँ तथा समाज की सम्पूर्ण सामाजिक संरचना उन सांस्कृतिक विशेषताओं से प्रभावित होती है जो स्वयं मानव द्वारा निर्मित है।

वर्तमान में मानव जीवन को प्राकृतिक दशाएँ उतना प्रभावित नहीं करती जतिना कि उसके चारों ओर फैली इमारतें, परिवहन व संचार के साधन, मशीनें, उपकरण, राजनीतिक, व्यापारिक क्रियाएँ, कानून प्रथाएँ, परम्पराएँ, विश्वास, धर्म और व्यवहार प्रभावित करते हैं। प्राकृतिक पर्यावरण में साधारणतया हजारों वर्षों तक कोई परिवर्तन नहीं होता। इसके विपरीत, सांस्कृतिक पर्यावरण में अनुकूलन करने का गुण होता है। इसका तात्पर्य है कि समूह की आवश्यकताएँ बदलने के साथ ही सांस्कृतिक पर्यावरण में परिवर्तन भी होने लगता है। प्राकृतिक पर्यावरण का प्रभाव अधिक व्यापक है। यह मनुष्य, दूसरे जीवधारियों तथा वनस्पति जीवन तक को प्रभावित करता है। दूसरी ओर, सांस्कृतिक पर्यावरण का सम्बन्ध केवल मानव जीवन से ही है। पर्यावरण जहाँ प्राकृतिक पहलुओं से प्रभावित होता रहता है उसी प्रकार पर्यावरण का सांस्कृतिक पक्ष मानवीय जीवन पद्धति को व्यापक रूप से प्रभावित करता है। व्यक्तित्व का निर्माण करने में विचारों, मनोवृत्तियों व्यवहारों के ढंगों और नैतिकता का प्रमुख स्थान होता है। ये तत्त्व सांस्कृतिक पर्यावरण से प्रभावित होता है।

पर्यावरण को सामाजिकरण की प्रक्रिया भी प्रभावित करती है। व्यक्ति के जिन शारीरिक अथवा मानसिक गुणों को उसके वंशानुक्रम से सम्बन्धित मान लेते हैं, वे वास्तव में उसके सांस्कृतिक पर्यावरण की ही उपज होते हैं। वनियम के

तरीके और आर्थिक क्षेत्र में सम्पत्ति का रूप सांस्कृतिक पर्यावरण द्वारा ही प्रभावित होते हैं। प्रौद्योगिकी अथवा यांत्रिकी विकास का रूप भी संस्कृति से प्रभावित होता है। राजनीतिक व्यवस्था के सभी अंग जैसे सरकार के स्वरूप, न्यायिक व वैधानिक प्रक्रियाएँ भी पर्यावरण से प्रभावित होती हैं। धार्मिक जीवन पद्धति भी पर्यावरण से प्रभावित होता है। सांस्कृतिक पर्यावरण व्यक्तियों की शिक्षा, अनुशासन और नैतिकता की धारणा को भी प्रभावित करता है। यहाँ तक कि सम्पूर्ण समुदाय के ढाँचों का निर्माण ही समाज की सांस्कृतिक विशेषताओं के आधार पर होता है। सांस्कृतिक पर्यावरण को ही मनुष्य के जीवन को प्रभावित करने वाली सबसे महत्वपूर्ण शक्ति माना जाना चाहिए। विश्व में संतुलित पर्यावरण समस्या समाज के सभी वर्गों के लोगों को सोचने के लिए मजबूर कर रही है। यदि प्रभावी कदम न उठाये गये तो आने वाले समय में मानव के लिए जदिं रहना भी मुश्किल हो जायेगा। प्रकृति की वर्तमान दयनीय दुर्दशा आज मांग करती है कि अब समय आ गया है कि हम अपनी मूर्खता से बाहर निकले और निश्चिंति करें कि तीव्र विकास चाहिए अथवा पर्यावरण सुरक्षा। प्रकृति की दशाओं पर नियंत्रण रखने की प्रवृत्ति और असंतुलित दोहन का प्रभाव यह पड़ा है कि आज ऊर्जा के प्राकृतिक भंडार जवाब दे रहे हैं धरती बंजर होती जा रही है। पर्यावरण में भयंकर एवं विषमकारी परिवर्तन हो चुके हैं जो संतुलित जीवन के सर्वथा अनुपयुक्त हैं। प्रकृति से नरिंतर दूर होते जाना और जन्म ले रही तकनीकी संस्कृति अगली सदी में आदमी के बीच एक लम्बी विभाजन रेखा जरूर बना देगी। जिसके फलस्वरूप पर्यावरण का मानवीय पक्ष एवं सतत विकास का संदर्भ विश्व परदृश्य पर चिंतन का विषय रहेगा। धरती के सभी जीवों में मानव सबसे योग्य

और बुद्धिमान है, उसके पास बविक है उसे पर्यावरण को संरक्षण करने की चेष्टा करनी चाहिए।

आज पर्यावरण मानव जीवन के अस्तित्व के लिए एक गभीर अति प्रासंगिक एवं चुनौती का वषिय बन गया है। प्राकृतिक पर्यावरण में असंतुलित परिवर्तन, तापमान का बढ़ना, जल संकट, खाद्यान्न संकट आदि अनेक ऐसे सामाजिक आर्थिक एवं मानवीय पक्ष हैं जसि पर सार्थक पहल, बहस एवं गतिशील आन्दोलन की जरूरत है वर्तमान की आवश्यकता है कि प्राकृतिक संसाधनों को दोहन नश्चित रूप से उचित अनुपात में करने की जरूरत है। ऊर्जा संकट, पृथ्वी के तापमान में नरंतर वृद्धि, मानसून में असंतुलन, प्रकृति में असमय परिवर्तन कुछ ऐसे मौलिक प्रश्न हैं जसि पर सम्पूर्ण विश्व को व्यापक दृष्टिकोण एवं कार्य योजना बनाने की शक्ति के साथ जरूरत है।

बढ़ती गर्मी का संकेत प्रकृति लम्बे समय से दे रही है, फरि भी मानव चेत नहीं रहा है, हालांकि कुछ प्रसिद्ध वैज्ञानिक आधुनिक तकनीकों की सहायता से धुंध हटाने में जुटे हैं। तथ्य इतने जटिल हैं कि कोर्र भी नश्चित रूप से कुछ नहीं कर सकने की स्थिति में है। समस्याओं के अस्तित्व के प्रमाण तो वर्षों अनश्चित रहेंगे, उनका कुप्रभाव हो सकता है। शताब्दियों तक अस्पष्ट रहे, इस बात का आधार पर, खामोश नहीं बैठा जा सकता है, समस्याओं से निपटने हेतु अभी से तैयार रहना होगा।

ग्रीन हाउस पृथ्वी का तापमान नियंत्रित करने का प्राकृतिक यंत्र है, पृथ्वी सूर्य से उष्मा प्राप्त करती है, प्राप्त उष्मा का कुछ भाग अंतरिक्ष में जाकर वायुमंडल में बादलों और ग्रीन हाउस गैसों द्वारा रोक लिया जाता है।

प्राकृतिक ग्रीन हाउस गैसों द्वारा रोक लिया जाता है। प्राकृतिक ग्रीनहाउस प्रभाव के बिना पृथ्वी का तापमान बहुत ही कम होगा ऐसी स्थिति में जीवन संभव नहीं होगा। हमने यह नहीं देखा कि हमारी धरा पर जो कमियाँ हैं उन्हें पूरा किया जाय, बल्कि यह देखा कि मुरगी का पेट फाड़कर एक साथ सोने के सारे अंडे निकाल लिये जाएँ वह भी किसलिए? सिर्फ कृषिक लाभ के लिये या ऐसी आराम के लिये या ऐसी वस्तुओं के लिए जिनसे हम जल्दी उब जाते हैं वैसे ही जैसे बालक खिलौनों से उकता जाता है। लापरवाह हाथों द्वारा किसी अच्छे पेड़ को जिसको जसि बड़ा होने में एक अरसा लगा और जो पूरी शान से फैला खड़ा हुआ है, काटे जाते देखकर दुख होता है, इस जंगलीपन की रोकथाम के लिए हमारी जनता में तीव्र भावना होनी चाहिए, यदि ऐसा करना नतिांत अपरहिय हो जाए तो ऐसी प्रथा बन जानी चाहिए कि काटे गये पेड़ की जगह तुरंत दो नये पेड़ लगा दिये जाएँ।

वैश्विकि उष्मन के बारे में संशयवाद के बावजूद यदि मानव मात्र का जीव एवं वनस्पति जगत के साथ इस पृथ्वी पर आसूतत्व बनाये रखना है तो सभी वकिसति और वकिसशील देशों को, दोनों के बीच संतुलन बनाये रखने के लिये गम्भीर और र्इमानदार प्रयास करने होंगे अन्यथा आने वाले वर्षों में हम अपने अपने कदम धरती की पर्यावरण प्रणाली को गंभीर कृषति पहुँचाने की ओर बढ़ा रहे हैं।

वर्तमान समय में जनसामान्य की पर्यावरण संरक्षण में सहभागिता एवं उसके प्रति बोधगम्यता आवश्यक है। जब तक आम आदमी इसके प्रति सजग नहीं होगा तब तक मात्र सरकारी मशीनरी के द्वारा इस मशिन में सफलता प्राप्त नहीं की जा सकती है। प्रत्येक नागरिक यदि पर्यावरण को प्रदूषण से बचाने के लिये

जयि, अपने घर से ही प्रयास करे तो यह पर्यावरण संरक्षण की दृष्टि से सार्थक कदम होगा। औद्योगीकरण के इस युग में यद्यपि लोगों का आर्थिक विकास हो रहा है, कन्तु इसके कारण पर्यावरण बहुत दूषित हो रहा है। कई शहरों के अनेक कारखाने पर्यावरण नयित्रण के मानकों की अवहेलना कर पर्यावरण को नुकसान पहुँचा रहे हैं।

विकास के इस भौतिकवादी युग में यातायात के वभिन्न संसाधनों ने नकिलने वाला धुआँ भी जहर की भांति पर्यावरण को दूषित कर रहा है। यद्यपि इस समय सी.एन.जी, एल.पी.जी गैसों द्वारा वाहन का संचालन कर धुएँ के प्रदूष को कम करने का प्रयास किया जा रहा है। तीव्र ध्वनि, ध्वनि प्रदूषण के रूप में वातावरण को दूषित कर रही है। एक अध्ययन में यह पाया गया कि ध्वनि प्रदूषण धुन्ध के समान धीरे-धीरे फैलने वाला मीठा जहर है। जंगलों के वृक्षों का वनिश एवं अन्य प्राकृतिक संसाधनों का दुरूपयोग कर या उनका दोहन कर पर्यावरण के लिए गंभीर खतरा उत्पन्न किया जा रहा है।

मानव प्रगति एवं तात्कालिक लाभ के वशीभूत होकर जाने अनजाने में ऐसे कार्यों में लपित है जिनका खामियाजा वलिम्ब से ही सही लम्बे अरसे तक हमें भुगतना पड़ेगा। मनुष्य सुख सुवधियों अनुरूप बनाता है। मानव विकास करने के साथ ही प्रदूषण बढ़ाता है। ऐसे में मानव न तो पर्यावरण का वचिर करता है न मानव अधिकारों और मानवीय आवश्यकताओं का, जो कि हमारे साहित्य और संस्कृति की पहचान है।

**कुपोषण के पर्यावरणीय कारक :**

किसी भी समाज का विकास तब तक अधूरा है। जब तक कि उसमें उसके स्त्री व पुरुष दोनों का नजरिया समान रूप से स्थान न पाए और दोनों हर प्रकार के क्षेत्र समान रूप से आगे बढ़ते हुए उपलब्धियों के बराबर के भागीदार न हो सकें यही बात लोकतन्त्र के लिए भी सही उतरती है। जब प्रशासन और नीति निर्माण व विकास में जीवन के हर क्षेत्र में और निर्माण प्रक्रिया के हर स्तर पर महिला पुरुष की बराबर की भागीदारी नहीं होगी लोकतन्त्र को सच्चा लोकतन्त्र नहीं कहा जा सकता जब तक महिलाओं को विकास प्रक्रिया के साथ-साथ विकास के लक्ष्य निर्धारण व क्रियान्वयन प्रक्रिया में शामिल नहीं किया जाता तब तक उन लक्ष्यों को भी हम ठीक से प्राप्त नहीं कर सकते। सार्वजनिक जीवन में महिलाओं की भागीदारी से समाज भी अधिक उदार होते है। और धर्म निरपेक्षता को बल मिलता है उनकी भागीदारी से भारतीय समाज लैंगिक असमानताओं को चुनौती मिलती है।

महिलाएँ आज मानवीयता की दृष्टि से सर्वाधिक उपेक्षित है। उन्हें विकास के केन्द्र में लाने से समाज अधिक जम्मेदार बनेगा और सामाजिक व राजनीतिक विचारमंथन की दिशा बदलेगी महिलाओं के स्वास्थ्य पर पर्यावरणीय कारक बहुत अधिक प्रभाव डालते है। सामाजिक आर्थिक कारण और प्रचलित प्रथाओं और रवाजों के अतिरिक्त पर्यावरणीय कारक उनके स्वास्थ्य को अधिक प्रभावित करते। महिलाओं के स्वास्थ्य पर पर्यावरण के प्रभाव का प्रभावीय मूल्यांकन होना चाहिए। उसके उपरान्त ही ग्रह प्रबन्धन शहरीकरण जल पोषण से सम्बन्धित स्वास्थ्य समस्याओं के कारणों की जानकारी हो सकती है।

परिवारों में बाढ़ सूखा आदि समस्याएँ आती हैं। जो आर्थिक क्षति का प्रमुख कारक होती है। गरीबी भी महिलाओं के स्वास्थ्य पर प्रभाव डालती है। जलवायु परिवर्तन का असर अधिक पड़ता है। राष्ट्रीय स्तर पर पर्यावरणीय कारक इस प्रकार प्रभाव डालते हैं। इसका अध्ययन किया जाना चाहिये।

आज भारत के ग्रामीण इलाकों में गैर सूधित पेय जल को प्रयोग में लाया जाता है जिनका महिलाओं के स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। ग्रामीण क्षेत्रों में पाया जाने वाला पानी दूषित होता है। जिसमें तमाम प्रकार के केमिकल तथा फ्लोराइड मिले होती है। जो स्वास्थ्य के लिये गम्भीर समस्या उत्पन्न करती है। ग्रामों में पानी के स्रोत कुँआ, तालाब, नदियाँ तथा हैण्डपम्प आदि होते हैं। पाइप द्वारा जल पहुँचाना एक गम्भीर समस्या है। गाँव में कितने भी पानी के स्रोत पाये जाते हैं उनमें से प्रायः दूषित जल प्राप्त होता है। जो महिलाओं के पेट जनित रोगों का कारण होता है। घरेलू और बाहरी प्रदूषण के महिलाओं का स्वास्थ्य प्रभावित होता है तथा श्वास के रोगी तथा नमोनियाँ के रोगी घरेलू एवं बाहरी प्रदूषण के कारण होती है। अभी भी तमाम घरों में लकड़ी और कण्डों का रूधन के रूप से प्रयोग किये जाते हैं।

लेकिन सरकार क्षरा उज्ज्वला योजना को लागू करने से लगभग 6 करोड़ महिलाओं को धुये से मुक्त मली है। सरकार का ये सराहनीय कदम है लेकिन ये सुनिश्चित करना होगा कि महिलायें उज्ज्वला योजना को सही लाभ प्राप्त कर रही है।

वश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार वश्व में आठ लाख मौतें बाहरी वायु प्रदूषण के कारण होती है। उनमें 60 प्रतिशत मौतें ऐशिया में होती हैं। उनका

मुख्य कारण घरेलू इंधन का प्रयोग, डीजल चालक वाहन का उपयोग तथा कचरे को जलाने से होती है। जो दमा और फेफड़े कैंसर के रोगों को बढ़ावा देती है। पर्यावरण में परिवर्तन भी होता रहता है जो महिलाओं के स्वास्थ्य पर खराब असर डालता है।

पर्यावरण संचारी तथा असंचारी रोगों में वृद्धि करता है लगभग 25 प्रतिशत मौतें विकास शील देशों में पर्यावरणीय कारकों से होती है?

महिलाओं के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले नमिन कारण है।

1. असुरक्षित पेय जल
2. स्वच्छता की कमी
3. रसोई में प्रयोग किये जाने वाले रूधन से धुँआ।
4. वायु प्रदूषण
5. जलवायु परिवर्तन
6. पोषण की कमी
7. स्वास्थ्य सेवाओं की कमी आदि।

केवल भारत में लगभग 45 हजार मौते गन्दे पानी स्वच्छता की कमी के कारण होती है।

इसके अतिरिक्त महिलाओं के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले अन्य कारक भी है। जैसे औद्योगिकरण, शहरीकरण खेती, में कीट नाशक दवाओं का प्रयोग एवं जलवायु परिवर्तन आदि है।

इसलिये यह कहा जा सकता है। कि महिलाओं के स्वास्थ्य पर पर्यावरण का बहुत अधिक प्रभाव पड़ता है। इस अध्याय के अन्तर्गत कुपोषण के पर्यावरणीय कारकों को जानने का प्रयास किया गया है तथा ये भी प्रयास किया गया है कि उनकी स्वास्थ्य की स्थिति क्या है तथा पोषक पदार्थों का उपयोग की स्थिति में महिलाओं और बच्चों के स्वास्थ्य किस प्रकार प्रभावित होते हैं।

पर्यावरणीय कारक के अतिरिक्त अन्य कारक भी इसके लिये उत्तर दायी होते बहुत अधिक संख्या में महिलाओं की शादी 15 से 19 के बीच कर दी जाती है। और शीघ्र बच्चें होने के कारण बच्चों का शारीरिक विकास रूक जाता है इस उम्र में पोषक तत्व की कमी हो जाती है। बहुत से अध्ययनों में पाया गया है। कि वो मातायें 20 वर्ष से कम उम्र की है। या 30 वर्ष से ऊपर हैं। जिनके उसे अधिक बच्चें है उनमें मातृत्व मृत्यु दर अधिक पायी जाती है।

इस लिये पर्यावरणीय कारको के साथ-साथ परिवारिक पर्यावरण को सुधारने को सुधारने जरूरत है।

अध्ययन किये गये गाँव में ये पाया गया कि प्रसव पूर्व सेवाओं की कमी है प्रसव पूर्व अच्छी सेवाओं के लिये खून की कमी को दूर करने के प्रयास किये जाने चाहिये प्राया ये देखा जाता है कि ये सेवायें पहले 3 महीने में नहीं पहुँच पाती है।

जसिसे सुरक्षित प्रसव नहीं हो पाता है। वेसलार्इन सर्वे (80-85) ये पाया गया गर्भवती मातायें स्वास्थ्य केन्द्रों में स्वास्थ्य परिक्षण के लिये आती

तथा आयरन और फोलिक एसडि की टेबलेट अथवा टटिनसि का इंगजैक्शन नहीं लगवाती है।

यहाँ तक की वो महिलायें इस सम्बन्ध में जागरूक है। फरि भी वह इन सेवाओं को नहीं लेती है। अध्ययनरत गाँव में ये देखा गया की बालकायें एक बोझ समझी जाती है तथा माता पति पुत्री के जगह पुत्रों को अधिक पसन्द करते है।

सांस्कृतिक सामाजिक कारक अधिकतर पुत्रियों की ओर अधिक ध्यान नहीं देते पुत्रियों को स्वास्थ्य सेवाये प्राप्त करने के लिये माता पति उदासी में रहते है। जबकी पुत्रों के लिये ये सेवाये तुरन्त ली जाती है। शक्ति की कमी और जागरूकता की कमी के कारण महिलाओं के स्वास्थ्य का स्तर नमिन रहता है। गाँव में 18 प्रतिशत महिलायें शिक्षित पायी गयी इसलिये महिलाओं के पर्यावरणीय कारकों के अतिरिक्त सामाजिक आर्थिक कारकों पर ध्यान देना की जरूरी है। राष्ट्रीय पोषण नीति में यह स्वीकार किया गया है। की गरीबी कुपोषण का मुख्य कारक है। जिसकी वजय से बहुत से बच्चों की मौत हो जाती है। और माताओं को ज्यादा गर्भधारण करने पड़ते है जिससे जनसंख्या बढ़ती है। जो अततः गरीबी को और बढ़ाती है। राष्ट्रीय विकास के नतीजे प्राप्त करने के लिये भी राष्ट्रीय पोषण नीति की आवश्यकता महसूस की गयी। इसके लिए कृषि खाद्यान्न पोषण व्यवस्था और इनसे जुड़े अन्य, अन्य कारकों की आत्म निर्भरता को व्यापक परीक्ष्य में देखा गया है।

राष्ट्रीय पोषण नीति यह स्वीकार किया गया है की गरीबी कुपोषण का मुख्य कारण है। जिसकी वजह से बहुत से बच्चों की मौत हो जाती और माताओं

को ज्यादा गर्भधारण करने पड़ते हैं जिससे जनसंख्या बढ़ती जो अंततः गरीबी को और बढ़ाती है। राष्ट्रीय विकास के नतीजे प्राप्त करने के लिये भी राष्ट्रीय पोषण नीति की आवश्यकता महसूस की गयी इसके लिये कृषि खद्यान पोषण वविस्था और इनसे जुड़े अन्य कारकों की अन्त निर्भरता को व्यापक परिप्रेक्ष देखा जाना जरूरी है कि इन सभी क्षेत्रों के कार्य को प्रभावित करने के लिये नीतितगत दखल जरूरी है। ताकि समाज में पोषणकि स्थिति मे सुधार आये यह जरूरी नहीं है।

आर्थिक विकास और यहाँ तक की किसी परिवार में पर्याप्त मात्रा में आहार होने से भी उसकी पोषण स्थिति अच्छी होगी। यह नहीं कहा जा सकता। इसलिये केवल पोषण नीति बना लेने से ही काम खत्म नहीं हो जाता। जरूरी है कि इस नीति को विकास कार्यक्रम में समाहित कर नीचे तक ले जाया जाये विकासात्मक कार्यक्रमों को शामिल करने के साथ ही साथ पोषण को भी एक पूर्ण स्वतंत्र करने के मुद्दे के रूप में ही हमे देखना नेशनल सेप्ता सैम्पल सर्वे (ओर्गनाइजेशन ऐन एस एस ओ) और राष्ट्रीय पोषण निगरानी समूह (एन0एन0एम0वी0) की सर्वेक्षण रिपोर्टों के अनुसार 34 प्रतिशत परिवारों में प्रति परिवार प्रति माह खर्च 60 रुपये है। और 60 से 70 प्रतिशत परिवारों में प्रति परिवार प्रति माह भोजन पर खर्च 73 से 80 रू0 तक है। जाहरि है कि 34 प्रतिशत परिवारों की मासिक आय इतनी भी नहीं कि वे भोजन पर औसत खर्च कर सके।

स्वास्थ्य और सामाजिक-आर्थिक विकास के बीच संबंध का दशकों तक अध्ययन करने के बाद अर्थशास्त्री और समाजवैज्ञानी अब इस बात पर

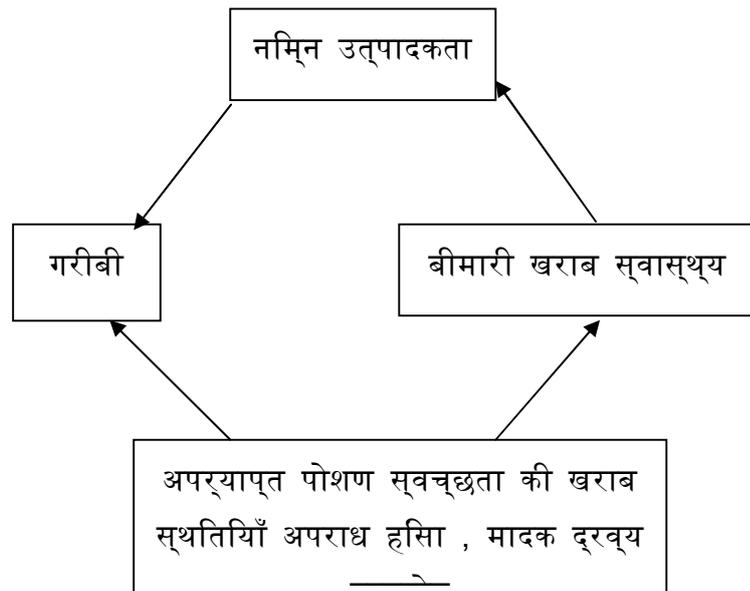
एकमत हो गए है की स्वास्थ्य मनुष्य के विकास और किसी समाज के विकास का एक महत्वपूर्ण सूचक होता है स्वास्थ्य को ऐसी स्थिति कह सकते है। जिसमें व्यक्ति पूरी तरह से शारीरिक मानसिक सामाजिक और आध्यात्मिक रूप स्वस्थ हो और यह केवल रोग और शारीरिक दुर्बलता के अभाव की स्थिति नहीं है। स्वास्थ्य जीवन के श्रेष्ठ स्तर में एक बहुत बड़ा योगदान सद्धि होता है। हम सभी इस बात पर सहमत है। की मानव विकास का मूल लक्ष्य जीवन स्तर को सुधारना है। “स्वस्थ जनता विकासीय कार्यों/गतविधियों को प्राप्त करने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। क्योंकि स्वास्थ्य मनुष्य के कलात्मक कार्यों में प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से सुधार करता है।

हमारे देश में स्वास्थ्य की संतोष जनक तस्वीर पाने में अभी दूर है। सभी के लिए 2000 तक स्वास्थ्य की कल्पना साकार नहीं हुई है। भारत के ग्रामीण क्षेत्रों में जहाँ हमारी जनसंख्या का 2/3 भाग रहता है। वहाँ और भी बुरी स्थिति है। वहाँ केवल प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाये ही आम आदमी के लिए उपलब्ध है। हाल ही में चिकित्सा विज्ञान तथा प्रौद्योगिकी में हुई उन्नति ग्रामीण भारत में अधिक संख्या में रह रहे। सुविधा वंचित लोगों तक नहीं पहुँच पाई है। खराब सामाजिक आर्थिक स्थिति (गरीबी ) और खराब स्वास्थ्य स्थिति मिलकर एक दुश्चक्र बनाते है।

जहाँ गरीबी जनित अपर्याप्त पोषण अस्वस्थ वातावरण बीमारी के कारण उत्पादकता कम होती है। और इस तरह गरीबी की स्थिति बनती है। भारत में व्यापक स्थानिक तथा जलवायु की स्थिति यहाँ पर विभिन्न प्रकार की प्राकृतिक आपदाओं की साक्षी है। वर्ष 2001 में 11 राज्य भारी वर्षा

तथा बाढ़ से एक चक्रवात से तथा तीन भू-स्खलन से प्रभावित हुए। इनमें से ज्यादातर संकटों ने ग्रामीण क्षेत्रों के लोगों को ही सर्वाधिक प्रभावित किया है।

स्वास्थ्य का एकांत आस्तित्व नहीं होता। यह अनेक आनुवंशिक पर्यावरणीय सामाजिक और आर्थिक कारकों से प्रभावित होता है। जो परस्पर संबंधित होते हैं। किसी समुदाय का स्वास्थ्य उसकी आर्थिक स्थिति और सामाजिक राजनीतिक संगठनों से संबंध रखता है। इसमें कोई संदेह नहीं कि अधिकांश विकसित देशों में बीमारी फैलने में कमी आयु संभावता और स्वास्थ्य स्तर में सुधार लाने में वहाँ की आर्थिक उन्नति का बहुत बड़ा हाथ है। यद्यपि गरीबी को परिभाषित करना कठिन है। फिर भी यह मात्र धन की कमी नहीं है। यह एक ऐसी स्थिति है। जिसमें व्यक्ति का पूरा जीवन उसका भोजन, कपड़े, घर , शिक्षा , स्वास्थ्य पारिवारिक जीवन और अभिलाषाएं नहीं होती है।



गरीबी व्यक्तियों को उनकी पर्याप्त पोषण और आश्रय संबंधी आवश्यकताओं से वंचित करके और उन्हें स्वच्छता की खराब स्थितियों में रखकर उन्हें बीमारी की ओर धकेल देती है। यह महामारी संबंधी एक स्थापित तथ्य है। कि सामाजिक-आर्थिक कारणों से ही रोग पनपते और फैलते हैं। गरीबी अपराध, हिसा , नशीली वस्तुओं का सेवन और कई प्रकार के गलत व्यवहार को भी बढ़ावा देता है ये सभी कारण नमिन उत्पादकता के लिए जम्मेदार हैं। जो गरीबी की ओर जाती है। ऐसा अनुमान किया जाता है। वकिसति देशों में 5 वर्ष से कम आयु में मरने वाले 70-75 प्रतिशत बच्चों की मृत्यु तीन प्रकार के रोगों से होती है। मानव मल-मूत्र जनित संक्रमण , वायु जनित संक्रमण और कुपोषण इन सभी कारणों को बड़ी आसानी से गरीबों की नमिन सामाजिक-आर्थिक स्थिति से जोड़कर देखा जा सकता है।

उत्तर दाताओं में कुपोषण एवं उनकी स्वास्थ्य स्थिति सम्बंधित राय

तालिका संख्या -5.1

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतिशत
1	हाँ	84	28%
2	नहीं	40	13.34%

3	कुछ कह नहीं सकते	176	58.66%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका में महिलाओं से उनके स्वास्थ्य तथा कुपोषण के सम्बन्ध में राय ली गई। उनमें (58.66% ) प्रतिशत असमंजस में थी कि कुपोषण क्या होता है। जब उनसे कहा गया कि काम करने में थकावट खून की कमी नाखूनों का पीला होना आँखों में पीलापन आदि कुपोषण के लक्षण होते हैं। तो उनमें लगभग 28 प्रतिशत ने बताया कि गाँव में इस प्रकार के लक्षण काफी महिलाओं में पाये जाते हैं। गाँव में स्वास्थ्य तथा कुपोषण एक गम्भीर समस्या बना हुआ है। जबकि 13.34 प्रतिशत लोगों को इस बारे में कोई जानकारी नहीं थी।

#### तालिका संख्या-5.2

महिलाओं के प्रति भेदभाव अनेक स्वास्थ्य एवं पोषण प्रभाव वविरण

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतिशत
1	हाँ	80	26.33%
2	नहीं	75	25.4%
3	कुछ कह नहीं सकते	145	48.63%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका में उत्तर दाताओं से प्रश्न किया गया है कि महिलाओं के प्रति भेदभाव का स्वास्थ्य पर पोषण का प्रभाव पड़ता है। जिसमें सर्वाधिक (48.63% ) प्रतिशत उत्तर दाताओं ने कोई उत्तर नहीं दिया क्योंकि वह इस प्रश्न के सम्बन्ध में कोई राय नहीं रखना चाहते थे। जबकि (26.33% ) प्रतिशत

उत्तर दाता सहमत थे कि महिलाओं के प्रति भेदभाव उनके स्वास्थ्य एवं पोषण पर प्रभाव डालते हैं। तथा (25.4%) प्रतिशत उत्तर दाताओं ने नकारात्मक उत्तर दिया क्योंकि वे इस प्रश्न से सहमत नहीं थे तथा इस सम्बन्ध में नकारात्मक राय रखते थे।

### तालिका संख्या-5.3

#### पत्तेदार सब्जियों के उपयोग का विवरण

क्या आप पत्तेदार सब्जियों का उपयोग करती हैं?

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतिशत
1	हाँ	229	76.33%
2	नहीं	40	13.33%
3	कुछ कह नहीं सकते	31	10.34%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका में उत्तर दाताओं से राय माँगी गई कि क्या वे अपने घर में पत्तेदार सब्जियों का उपयोग करती हैं। सर्वाधिक (76.33%) बताया कि सामान्य रूप से गाँव में पत्तेदार सब्जियों का प्रयोग नहीं होता है क्योंकि बहुत कम किसान पत्तियों वाली सब्जियों उगाते हैं। लेकिन (13.33%) प्रतिशत ने बताया कि वह उनका उपयोग करती हैं। परन्तु बुरजुग महिलाओं ने इस सम्बन्ध में कोई उत्तर नहीं दिया। गाँव में पाया गया कि अच्छी सामाजिक तथा आर्थिक स्थिति वाले परिवारों की महिलाओं हरी पत्तों वाली सब्जियों का प्रयोग कर रही थी परन्तु उनका प्रतिशत कम था।

#### तालिका संख्या-5.4

##### परिवार में दूध से बने उत्पादों का उपयोग

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	201	67%
2	नहीं	79	26.34%
3	अनश्चिति	20	6.66%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका में दूध और दूध से बने पदार्थों के सेवन उत्पादों की सेवन करने की स्थिति को दर्शाया गया है। जिसमें सर्वाधिक (67%) प्रतशित उत्तरदाता सहमत थे कि परिवार में दूध तथा दूध से बने उत्पादों का सेवन होता है। तथा (26.34%) प्रतशित उत्तरदाता असहमत थे क्योंकि उनके परिवार में दूध का सेवन कम होता था। जबकि (6.66%) प्रतशित उत्तरदाताओं ने कोई उत्तर नहीं दिया। इस संबंध में वह अनश्चिति थे।

#### तालिका संख्या-5.5

##### बच्चों में कुपोषण की स्थिति से कम वजन से सम्बन्धित राय

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	72	24%

2	नहीं	46	15.34%
3	अनश्चिति	182	60.66%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका 30 में दर्शाया गया है उत्तरदाताओं के बच्चे में कुपोषण की स्थिति उनका कम वजन कम ल0 में दिये गये सर्वाधिक 60.66 प्रतिशत थी जिससे उत्तरदाताओं ने कोर्इ राय नहीं दी। क्योंकि वो कुपोषण के प्रति कम जागरूक थे। और अधिक पूछने में पर (24 %) प्रतिशत उत्तरदाता इस से सहमत कि बच्चों में कुपोषण की स्थिति से वजन कम तथा लम्बाई कम होती है। तथा (15.34%) उत्तरदाता असहमत थे क्योंकि दिये गये कुपोषण के प्रति कम लोग जागरूक थे।

#### तालिका संख्या-5.6

कुपोषण के कारण खून की कमी होने के सम्बन्ध में राय

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतिशत
1	हाँ	90	30%
2	नहीं	45	15%
3	अनश्चिति	165	55%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका संख्या 5.6 में कुपोषण के कारण खून की कमी उत्तर सम्बन्ध में प्रश्न को किया गया है। जिसमें सर्वाधिक (55 %) प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कोर्इ राय नहीं दी। क्योंकि कुपोषण के सम्बन्ध में महिलायें कम जागरूक थी। तथा (30%) उत्तरदाता सहमत थे। कि कुपोषण के कारण खून की

कमी होती है। जबकि 15 प्रतिशत उत्तरदाता असहमत थी। उनका मानना था। कि खून की कमी किसी भी रोग के कारण हो सकती है।

#### तालिका संख्या-5.7

उत्तर दाताओं द्वारा महिलाओं की सामाजिक स्थिति में परिवर्तन की राय ली

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतिशत
1	हाँ	157	52.34%
2	नहीं	93	31%
3	अनश्चिति	50	16.66%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका संख्या 5.7 में महिलाओं के सामाजिक स्थिति में परिवर्तन को दर्शाया गया जिसमें सर्वाधिक 52.34 प्रतिशत उत्तरदाता सहमत थे कि महिलायें की सामाजिक स्थिति में परिवर्तन होना चाहिए। तथा कुछ (31% ) प्रतिशत उत्तर दाताओं ने नकारात्मक उत्तर दिया जबकि 16.66 प्रतिशत अनश्चिति थे उनकी इस सम्बन्ध में कोई राय नहीं थी।

#### तालिका संख्या-5.8

कुपोषण के कारण प्रसूति मृत्यु दर अधिक से सम्बन्धित होने की राय

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतिशत
1	हाँ	48	16%
2	नहीं	41	13.66%

3	अनश्चिति	211	70.34%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका संख्या 5.8 में कुपोषण के कारण प्रसूति दर अधिक होने के सम्बन्ध को दर्शाया गया है। जो सर्वाधिक (70.34) प्रतिशत कुपोषण से मृत्यु दर अधिक होने के विचार के सम्बन्ध में कोई राय नहीं रखते थे। जबकि 16 प्रतिशत उत्तर दाता इसको मुख्य कारण मानते थे जबकि 13.66 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने नकारात्मक उत्तर दिया।

#### तालिका संख्या-5.9

##### कुपोषण को दूर करने के उपाय

क्र०सं०	वकिलप	हाँ	नहीं	कुछ नहीं
1	ऐनमियो खून की कमी नियन्त्रण कार्यक्रम	60 (20%)	16 (30%)	150 (50%)
2	गर्भवती माँ के लिये टीका करण एवं मातृ	160 (53.34%)	78 (26%)	62 (20.66%)
3	शिशु कल्याण कार्यक्रम	-	-	-
4	उपरोक्त सभी	168 (56%)	60 (20%)	72 (24%)

उपरोक्त तालिका में कुपोषण को दूर करने के उपाय के सन्दर्भ में पूछा गया (56%) प्रतशित ने कुपोषण को दूर करने के उपाय के सम्बन्ध में तीन कारणों को आवश्यक माना गया है। ऐनमियों खून की कमी नियन्त्रण कार्यक्रम गर्भवती माँ के लिये टीकाकरण मातृ एवं शिशु कल्याण कार्यक्रम रोग निरोधक कार्यक्रम आदि जबकि (20%) प्रतशित ने नकारात्मक उत्तर दिया और (24%) प्रतशित इस सम्बन्ध में कोई राय देने में असमर्थ थे।

#### तालिका संख्या-5.10

महिलाओं का अनुपात पुरुषों के मुकाबले घटने के सम्बन्ध में उत्तरदाताओं की राय

क्र०सं०	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	95	31.66%
2	नहीं	40	13.34%
3	अनश्चिति	165	55%
	कुलयोग	300	100%

उपरोक्त तालिका संख्या 5.10 में दर्शाया गया है कि महिलाओं का अनुपात पुरुषों के मुकाबले घट रहा है। जिसमें सर्वाधिक (55%) प्रतशित उत्तरदाता महिलाओं का अनुपात को पुरुषों के मुकाबले घटने के सम्बन्ध में कोई राय नहीं रखती थी जबकि (31.66%) प्रतशित उत्तरदाता पुरुषों के मुकाबले महिलाओं का अनुपात घट रहा है। इससे सहमत थे तथा (13.34%) प्रतशित उत्तरदाताओं ने नकारात्मक उत्तर दिया। इस सम्बन्ध में उनकी कोई राय नहीं थी।

तालिका संख्या-5.11

शिक्षा व स्वास्थ्य में आपसी सम्बन्ध

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	161	53.66%
2	नहीं	46	15.34%
3	अनश्चिति/कोरुइ राय नहीं रखते	93	31%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका संख्या 5.11 में शिक्षा और स्वास्थ्य में आपसी सम्बन्ध को लेकर सर्वाधिक (53.66) प्रतशित है उत्तरदाता शिक्षा एवं स्वास्थ्य के सम्बन्ध को सही मानते थे। जबकि (15.34 % ) प्रतशित उत्तरदाताओं ने नकारात्मक उत्तर दिया तथा (31 % ) प्रतशित उत्तरदाताओं ने इस प्रश्न के सम्बन्ध में कोरुइ राय नहीं थी।

तालिका संख्या-5.12

नरिक्षर महिलाओं की कुपोषण की स्थिति

क्या नरिक्षर महिलायें अधिक कुपोषण होती है।

क्रमांक	वकिल्प	संख्या	प्रतशित
1	हाँ	145	48.34%
2	नहीं	45	15%
3	कुछ नहीं कह सकते	110	36.66%
	कुल योग	300	100%

उपरोक्त तालिका में उत्तरदाताओं की नरिक्षता एवं उनमें कुपोषण की स्थिति को दर्शाया गया है। जिसमें सर्वाधिक (48.34) प्रतशित उत्तरदाताओं नरिक्षर महिलाओं की कुपोषण की स्थिति सम्बन्धी प्रश्न से सहमत थे। तथा 36.66 प्रतशित उत्तरदाता इस प्रश्न को समझने असमर्थ थे और 15 प्रतशित उत्तरदाताओं ने नाकात्मक उत्तर दिया। क्योंकि इस सम्बन्ध उनकी कोरइ राय नहीं थी।

### उत्तरप्रदेश के जिला जालौन का समाजशास्त्रीय अध्ययन :

जालौन भारत के उत्तरप्रदेश राज्य में स्थिति जिला है, उत्तरप्रदेश के दक्षिण पश्चिमि भाग में आने वाला यह जिला झांसी प्रमंडल के अन्तर्गत आता है। उरइ जलि का प्रशासनिक मुख्यालय है, बुन्देलखण्ड क्षेत्र में स्थिति यह जिला अपने गौरवशाली इतहास, ऐतहासिक कलिों, पुरातात्विक दृष्टि से महत्वपूर्ण स्थलों और हस्तनिर्मित कागज के उत्पादन के लिए प्रसिद्ध है, जलि में कतिने तहसील हैं? कतिनी जनसंख्या है? आइये जानते हैं जालौन जलि की पूरी जानकारी।

आधिकारिक वेबसाइट के अनुसार जालौन जलि में 1151 गांव हैं, और यह उत्तरप्रदेश के दक्षिणी भाग में स्थिति एक जिला है इसकी उत्तरी सीमायें इटावा जलि और औरया जलि से मिलती हैं, उत्तरपूर्वी सीमायें कानपुर देहात जलि से मिलती हैं, पूर्वी सीमाएं हमीरपुर जलि से मिलती हैं, दक्षिण पूर्वी सीमाएं झांसी जलि से मिलती हैं, और पश्चिमि की तरफ मध्यप्रदेश राज्य है, इस प्रकार इसकी पश्चिमी सीमाएं मध्यप्रदेश के जलि भण्ड जलि को स्पर्श करती हैं, जालौन जलि में 5 तहसील हैं, उत्तरप्रदेश के जलि जालौन में तहसील के अनुसार अलग अलग

संख्या में ग्राम भी हैं, सबसे ज्यादा गांव कौच तहसील में हैं और सबसे कम ग्राम ओररूइ तहसील में हैं, कसि तहसील में कतिने ग्राम हैं ये नीचे की सारणी में दिया हुआ है। एक अन्य वेवसाइट के अनुसार जालौन जिला में कुल 1165 गांव हैं जालौन जलि में उत्तरप्रदेश के कुल गांव का लगभग 3.25 प्रतशित गांव है।

क्र.	तहसील	क्षेत्रफल कि.मी.	जनसंख्या	महिला पुरूष अनुपात	साक्षरता प्रतशित	ग्रामों की कुल संख्या
1	जालौन	682	283787	869	78	221
2	कालपी	1252	369860	856	79	242
3	कौच	876	301225	875	79.8	280
4	माधौगढ़	827	339320	856	80.5	259
5	उररूइ	927	396782	870	83.35	163

जालौन जलि में 9 ब्लाक हैं, जनिके नाम नीचे दिए गए हैं।

1. रामपुरा
2. कठौद
3. माधौगढ़
4. नदीगांव
5. जालौन
6. महेवा
7. कदौरा
8. डकोर
9. कौच

जालौन जिला का इतहास :

यमुना के तट पर स्थिति कालपी जिले का सबसे प्राचीन नगर है, प्राचीन काल में इस क्षेत्र पर सम्राट ययाति का राज हुआ करता था जनिका उल्लेख पुराणों और महाभारत में किया गया है, जिले के नामकरण के बारे में दो मान्यतायें हैं कहा जाता है कि प्राचीन काल में इस स्थान पर ऋषि जलवान रहा करते थे, उन्हीं के नाम पर इस स्थान का नाम जालौन पड़ा, कुछ स्थानीय लोगों का मानना है कि जिले का नाम जालमि नाम के एक सनाढ्य ब्राम्हण पर पड़ा जो इस शहर के संस्थापक थे।

#### **जालौन की भौगोलिक स्थिति :**

इस जिले की पश्चिमी सीमा मध्यप्रदेश से लगती है, यह जिला कुल 06 जिलों से घिरा हुआ है, उत्तर में इटावा जिला, औरैया जिला और कानपुर देहात जिला, दक्षिण में झांसी और हमीरपुर जिला, पूरब में कानपुर देहात जिला और हमीरपुर जिला, पश्चिम में मध्यप्रदेश के भण्ड जिला। इसकी समुद्र तल से ऊंचाई 131 मीटर की औसत ऊंचाई पर स्थिति है।

**क्षेत्रफल :** जालौन जिले का भौगोलिक क्षेत्रफल 4556 वर्ग कि.मी. है।

**प्रमुख नदियाँ :** यमुना नदी जिले के उत्तर पूर्वी सीमा का निर्माण करती है और जालौन जिले को औरैया और कानपुर देहात जिलों से अलग करती है, जिले के दक्षिणी सीमा पर बहने वाली बेतवा नदी जालौन जिले को झांसी से अलग करती है पहुज नदी जिले के पश्चिमी सीमा का निर्माण करती। जिले के प्रमुख नदियां यमुना, बेतवा, पहुज और धसान।

**अर्थव्यवस्था** - जल्लि की अर्थव्यवस्था कृषि, पशुपालन, मछली पालन, वन, उद्योग और व्यवसाय पर आधारित है।

**कृषि** - जालौन जल्लि की अर्थव्यवस्था मुख्य रूप से कृषि पर निर्भर है। जल्लि में उगाए जाने वाले प्रमुख फसल है- गेहूँ, ज्वार, बाजरा, धान, वार्ली, सोयाबीन, दलहन (चना, मटर, मसूर, उड़द और मूंग) तल्लिहन (तल्लि, सरसों) टमाटर, प्याज व अन्य सब्जियाँ।

**पशुपालन**- ग्रामीण क्षेत्रों में पशुपालन जल्लि के लोगों के लिए आय का एक महत्वपूर्ण जरिया है। जल्लि के प्रमुख पशु धन हैं। गाय, भैंस, सुअर, बकरी और पोल्ट्री

**मछली पालन**- जल्लि के नदियों और जलाशयों से मछली का उत्पादन किया जाता है।

**वन**- इस जल्लि में पाए जाने वाले प्रमुख वन संपदा है : नीम, आम, महुआ, बांस, साल, सागौन, बबूल, खैर और औषधि वनस्पति औषधीय वनस्पति।

**खनजि**-जालौन जल्लि खनजि से समृद्ध नहीं है, जल्लि में पाए जाने वाले प्रमुख खनजि है, कंकर, वालू, मौरंग, और ब्रकि अर्था।

**उद्योग**- जल्लि में स्थिति प्रमुख उद्योग है हनिदुस्तान लीवर लमिटिड उररुड, मां शरी पेसरस, कृषि आधारित उद्योग और फर्नीचर उद्योग

**व्यवसाय**-जालौन जल्लि कृषि उत्पादों, अनाज, घी और कपास का व्यापार केन्द्र है। जल्लि से हस्तनिर्मित कागज का निर्यात किया जाता है।

**प्रशासनिक सेटअप**

## प्रमंडल-झांसी

प्रशासनिक सहूलियत के लिए जालौन जिले को 5 तहसीलों और 9 विकासखण्डों में बांटा गया है-

तहसील-जालौन, माधवगढ़, कौंच, उररूइ और कालपी

विकासखण्ड- जालौन, महेवा, कुठौद, रामपुरा, माधवपुर, नदीगांव, कौंच, डकोर और कदौरा।

## जालौन जिले की जनसंख्या -

2011 की आधिकारिक जनगणना के अनुसार, जालौन, जिले की जनसांख्यिकीय इस प्रकार है-कुल जनसंख्या 16.90 लाख, पुरुष-9.06 लाख, महिला-7.83 लाख, जनसंख्या वृद्धि : 16.19 प्रतिशत जनसंख्या घनत्व प्रति व्यक्ति 370, उत्तर प्रदेश की जनसंख्या में अनुपात-0.85 प्रतिशत, लिंगानुपात महिलायें प्रति पुरुष 865, औसत साक्षरता का प्रतिशत 73.75 है। पुरुष साक्षरता 83.48 प्रतिशत, महिला साक्षरता 62.46 प्रतिशत। शहरी और ग्रामीण जनसंख्या-शहरी-24.79 प्रतिशत एवं ग्रामीण जनसंख्या-75.21 प्रतिशत।

## धार्मिक जनसंख्या-

2011 के अनुसार जालौन एक हिन्दू बहुसंख्यक जिला है जिले में हिन्दुओं की जनसंख्या 89.33 प्रतिशत है, जबकि मुस्लिम आबादी 10.15 प्रतिशत है। अन्य धर्मों में ईसाई 0.07 प्रतिशत, सिख 0.03 प्रतिशत, बौद्ध 0.17 प्रतिशत, जैन 0.02 प्रतिशत और अन्य 0.01 प्रतिशत हैं।

**भाषायें-** इस जल्लि में बोली जाने वाली भाषायें हन्दि और उरदू हैं।

**जालौन जल्लि में पर्यटन स्थल-**

जालौन जल्लि में पौराणिक, धार्मिक, पुरातात्विक और ऐतहिसक दृष्टि से महत्वपूर्ण कई दर्शनीय स्थल हैं। जल्लि में स्थिति प्रमुख दर्शनीय स्थल नम्नानुसार हैं-

**लंका मीनार-**लंका के राजा रावण और उनके परिवार को समर्पित 210 फीट ऊंचा यह मीनार जालौन जल्लि के कालपी में स्थिति है। इसका निर्माण मथुरा प्रसाद ने करवाया था जो रामलीला में रावण की भूमिका नभिया करते थे, मीनार का निर्माण कार्य 1875 में आरंभ किया गया था और इसे पूरा बनने में 20 वर्ष लग गए।

**चौरासी गुंबद-** ऐतहिसक और पुरातात्विक दृष्टि से महत्वपूर्ण स्थल जालौन जल्लि के कालपी में स्थिति है। लोधी शाह बादशाह से संबंधित इस ऐतहिसक इमारत में 84 मेहराब हैं, इसके मुख्य गुंबद के नीचे दो कब्र हैं, मध्यकालीन इस्लामिक वास्तुकला का उत्कृष्ट नमूना चौरासी गुंबद लोधी सुल्तानों का मकबरा माना जाता है।

**रामपुरा का कलिा-** लगभग 600 साल पुराना यह ऐतहिसक कलिा उररुइ रेलवे स्टेशन से लगभग 55 कि.मी. की दूरी पर स्थिति है।

**जालौन जनपद में वर्ष 2019-20 में कुपोषण की स्थिति**

(विकास भवन झाँसी से प्राप्त)

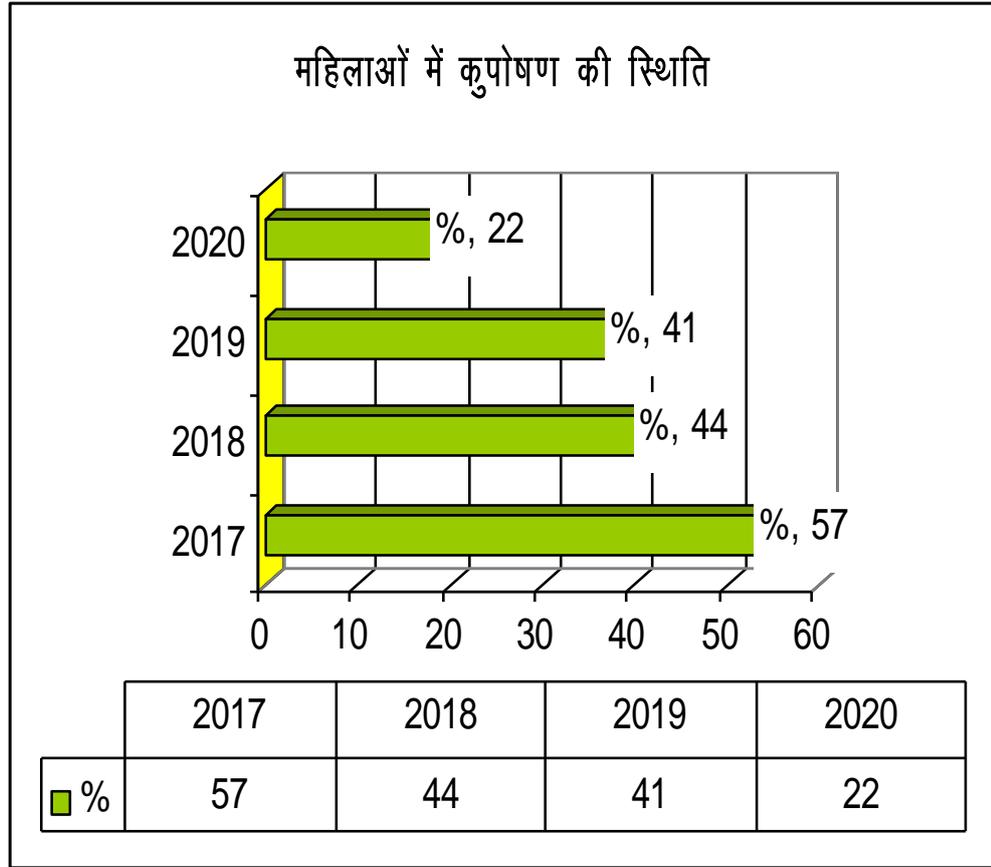
जालौन-

कुल जनसंख्या

महिला-पुरूष अनुपात

283787

869

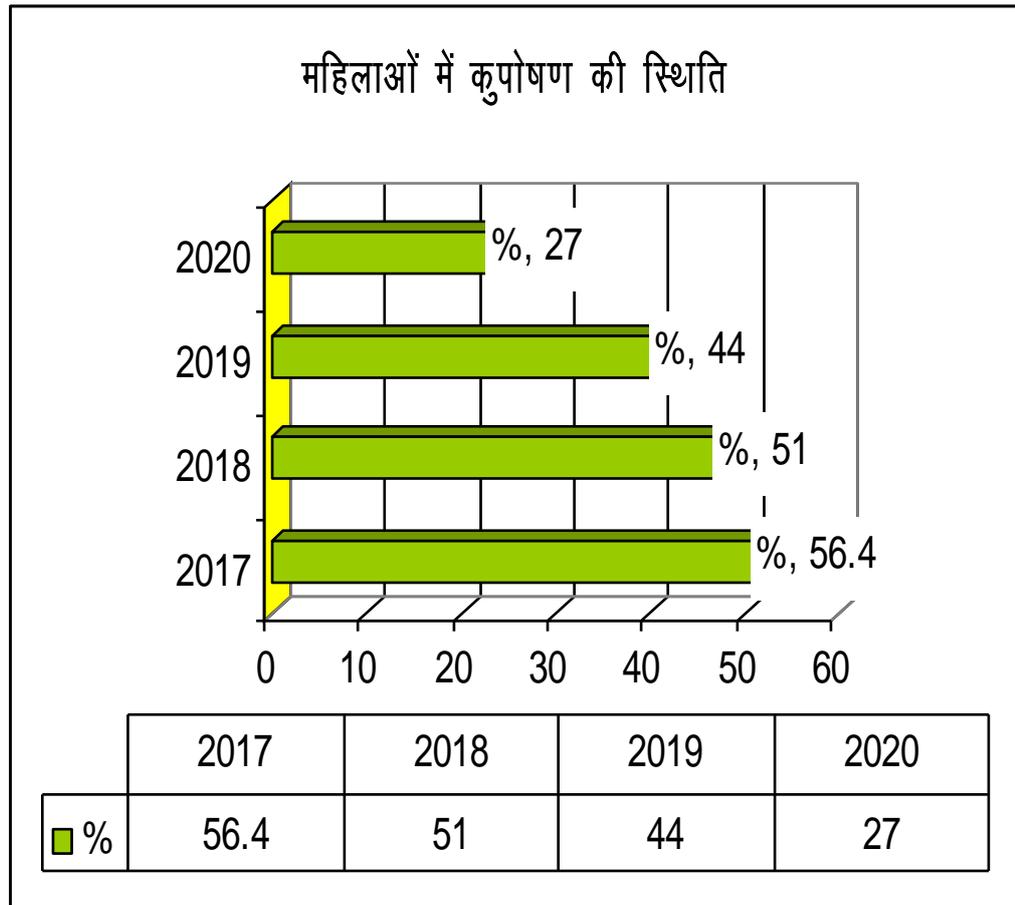


स्रोत : विकास भवन झाँसी से प्राप्त आँकड़े अनुसार

उपरोक्त ग्राफ से स्पष्ट होता है कि जालौन क्षेत्र में वर्ष 2017 में महिलाओं के कुपोषण की स्थिति 57 प्रतिशत थी। वर्ष 2018 में यह घटकर 44 प्रतिशत हो गई। इसी प्रकार वर्ष 2019 में यह घटकर 41 प्रतिशत पर पहुँच

गर्इ। वर्ष 2020 घटकर 22 प्रतशित रह गयी है। जो महिलाओं की कुपोषण के प्रति जागरूकता को दर्शाता है।

कालपी-	कुल जनसंख्या	महिला-पुरुष अनुपात
	369860	856



स्रोत : विकास भवन झाँसी से प्राप्त आँकड़े अनुसार

उपरोक्त ग्राफ से स्पष्ट होता है कि कालपी में वर्ष 2017 में महिलाओं के कुपोषण की स्थिति 56.4 प्रतिशत थी। वर्ष 2018 में यह घटकर 51 प्रतिशत हो गई। इसी प्रकार वर्ष 2019 में यह घटकर 44 प्रतिशत पर पहुँच गई। वर्ष

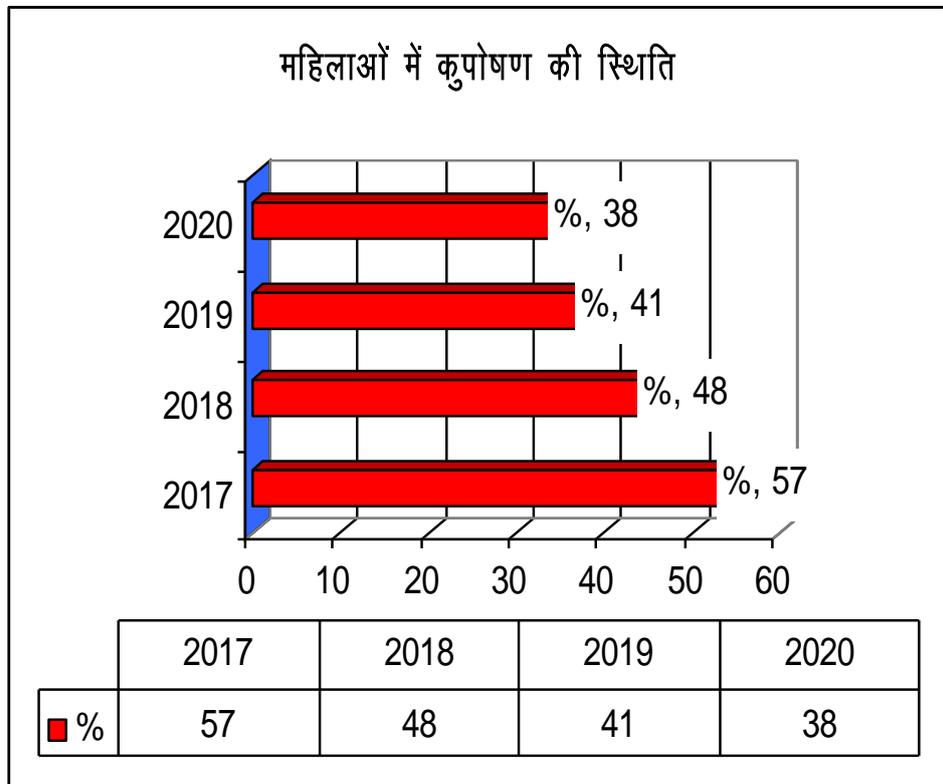
2020 घटकर 27 प्रतिशत रह गयी है। जो महिलाओं की कुपोषण के प्रति जागरूकता को दर्शाता है।

कौच- कुल जनसंख्या

महिला-पुरुष अनुपात

301225

856

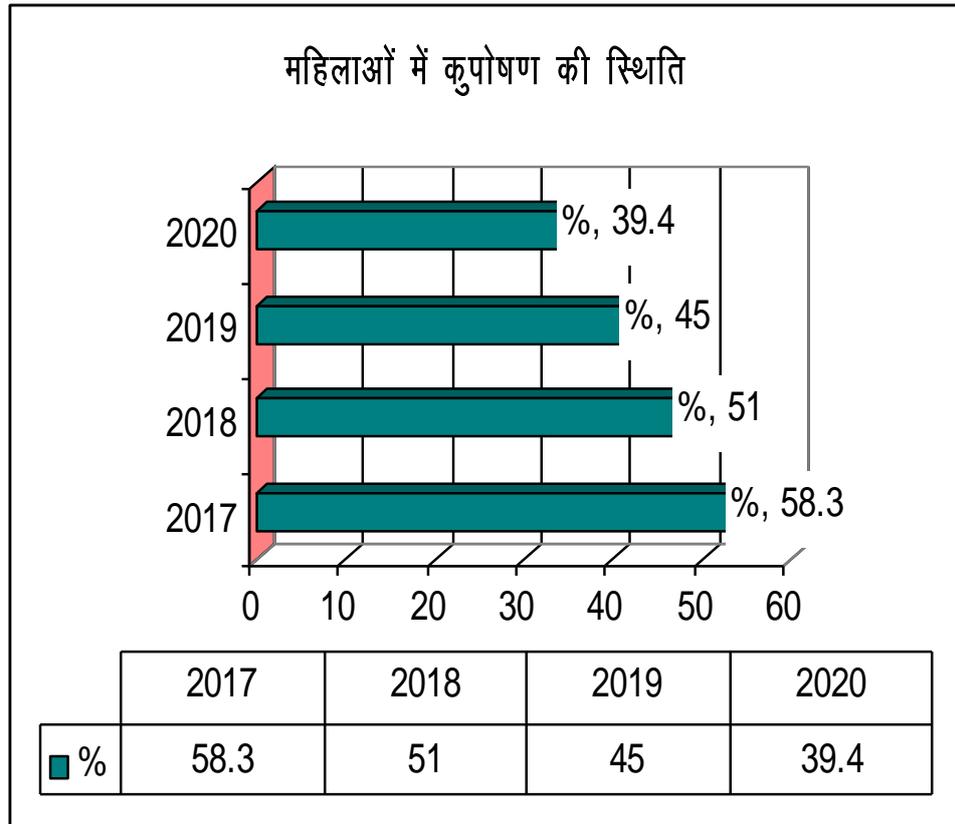


स्रोत : विकास भवन झाँसी से प्राप्त आँकड़े अनुसार

उपरोक्त ग्राफ से स्पष्ट होता है कि कौच में वर्ष 2017 में महिलाओं के कुपोषण की स्थिति 57 प्रतिशत थी। वर्ष 2018 में यह घटकर 48 प्रतिशत हो गई। इसी प्रकार वर्ष 2019 में यह घटकर 41 प्रतिशत पर पहुँच गई। वर्ष

2020 घटकर 38 प्रतिशत रह गयी है। जो महिलाओं की कुपोषण के प्रति जागरूकता के कारण यह ग्राफ तेजी से घट रहा है।

माधौगढ़- कुल जनसंख्या महिला-पुरुष अनुपात  
 339320 856



स्रोत : विकास भवन झाँसी से प्राप्त आँकड़े अनुसार

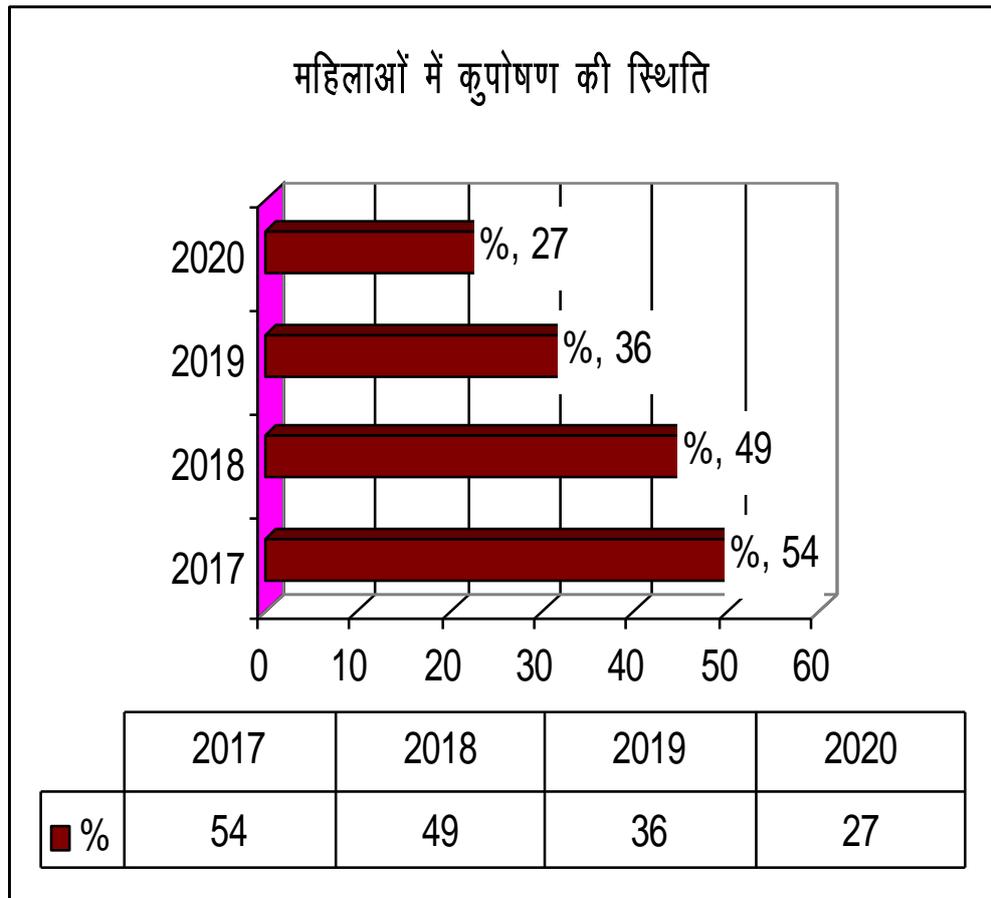
उपरोक्त ग्राफ से स्पष्ट होता है कि माधौगढ़ में वर्ष 2017 में महिलाओं के कुपोषण की स्थिति 58.3 प्रतिशत थी। वर्ष 2018 में यह घटकर 51 प्रतिशत हो गई। इसी प्रकार वर्ष 2019 में यह घटकर 45 प्रतिशत पर पहुँच गई। वर्ष 2020 घटकर 39.4 प्रतिशत रह गयी है। जो महिलाओं की कुपोषण के प्रति जागरूकता के कारण यह ग्राफ तेजी से घट रहा है। यह दर्शाता है कि क्षेत्र की महिलाओं में कुपोषण एवं अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बढ़ रही है। जो एक अच्छा संकेत है।

उररइ- कुल जनसंख्या

महिला-पुरुष अनुपात

396787

870



स्रोत : विकास भवन झाँसी से प्राप्त आँकड़े अनुसार

उपरोक्त ग्राफ से स्पष्ट होता है कि उररइ में वर्ष 2017 में महिलाओं के कुपोषण की स्थिति 54 प्रतिशत थी। वर्ष 2018 में यह घटकर 49 प्रतिशत हो गई। इसी प्रकार वर्ष 2019 में यह घटकर 36 प्रतिशत पर पहुँच गई। वर्ष 2020 घटकर 27 प्रतिशत रह गयी है। जो महिलाओं की कुपोषण के प्रति जागरूकता के कारण यह ग्राफ तेजी से घट रहा है। यह दर्शाता है कि क्षेत्र की महिलाओं में कुपोषण एवं अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बढ़ रही है। जो एक अच्छा संकेत है।

## नषिकर्ष एवं सुज्ञाव

पोषण मानव जीवन की प्राथमिक आवश्यकता है। पोषण के बिना मानव जीवित नहीं रह सकता है। व्यक्ति किसी भी धर्म से सम्बन्धित हो, उसका सामाजिक एवं आर्थिक स्तर किसी भी कोटी का हो, भोजन उसके स्वास्थ्य का आधार होता है। इसलिये प्रत्येक प्राणी सर्वप्रथम अपनी इसी आवश्यकता की पूर्ति हेतु प्रयास करता है। पौष्टिक भोजन मानव जीवन की नींव है। वह मनुष्य के शारीरिक, मानसिक, मनोवैज्ञानिक तथा नैतिक बल का वर्धक होता है। शारीरिक वृद्धि, विकास तथा स्वास्थ्य की दृष्टि से पोषण विज्ञान का अत्यधिक महत्व है।

स्वास्थ्य व भोजन का गहरा सम्बन्ध है। स्वस्थ रहने के लिए जो चीजें आवश्यक हैं उनमें सबसे प्रमुख भोजन ही है उचित भोजन से व्यक्ति का उचित पोषण होता है व पोषण का स्तर उत्तम होने पर ही व्यक्ति पूर्ण रूप से स्वस्थ बन सकता है। उचित पोषण से ही उत्तम स्वास्थ्य प्राप्त किया जा सकता है। उचित भोजन के अभाव में पोषण के स्तर में गिरावट आती है, और पोषणहीनता जनित बीमारियाँ देखी जाती हैं।

कुपोषण के अनेक सामाजिक-आर्थिक कारण हैं। सामाजिक कारणों में लिंग भेद, सामाजिक विषमता, रीति-रिवाज, रहन-सहन और खानपान की निम्न स्तरीय जीवन-शैली को सम्मिलित किया जाता है, वहीं आर्थिक कारण में निर्धनता प्रमुख है। गर्भावस्था के दौरान कुपोषण बच्चे के भविष्य को बीमारी, शारीरिक अविकास की ओर धकेल देता है जिससे भावी क्षमताएँ गौण होने की संभावना उत्पन्न हो जाती है और प्रति दो सेकेण्ड में एक बच्चे की बीमारी से मृत्यु होती है।

आज बचपन पर तमाम तरह के हमले हो रहे हैं, बच्चे तरह-तरह के अभावों से गुजर रहे हैं, जनिका उन पर गहरा प्रभाव पड़ता है। पोषण और स्वास्थ्य संबंधी मूलभूत अधिकारों और सुविधाओं का लाभ सुलभ नहीं होने के कारण उनका विकास उचित ढंग से नहीं हो पाता, वे कुपोषित रह जाते हैं। दुर्भाग्य की बात तो यह है कि अनेक सरकारी योजनाओं के बावजूद भारत में कुपोषण, गरीबी एवं भुखमरी जैसी गंभीर समस्याएँ बढ़ती चली आ रही हैं। अभी भी लगभग एक तिहाई जनसंख्या तक भोजन की पहुँच नहीं है। यदि जनसंख्या इसी गति से बढ़ती रही तो भविष्य में क्या खाद्यान्न संकट की स्थिति उत्पन्न होगी? भावी जनसंख्या को हम भोजन उपलब्ध कराने में समक्ष होंगे? क्या भविष्य में हम जनसंख्या को कुपोषण का शिकार होने से खाद्यान्न उपलब्धता एवं भावी संकट से बचा पायेंगे? ये कुछ प्रश्न चिंता का कारण बने हुए हैं।

ग्रामीण जनसंख्या प्रवाह जसिमें प्रतिदिन लाखों लोग, गाँव से शहरों को आ रहे हैं और मलिन बस्तियों का निर्माण कर रहे हैं, क्योंकि भारत में किसी को कहीं भी निवास की स्वतंत्रता है। मलिन बस्तियों का घर अस्थायी, साधारण झोपड़ी, एवं सुसंरचित से बिल्कुल भिन्न होते हैं। ज्यादातर मलिन बस्तियों में स्वच्छ पेयजल, बिजली, शौच सुविधा एवं अन्य आधारभूत सुविधाओं का अभाव रहता है। मलिन बस्तियाँ शहरी निर्धनता का वास्तविक रूप प्रदर्शित करती हैं। यहाँ अत्यधिक भीड़भाड़, अधिक प्रदूषण, शौचालय, सुविधाओं का अभाव रहता है, उनमें से ज्यादातर अनौपचारिक कामों में लगे रहते हैं, जहाँ उन्हें काम से हटाए जाने का डर, सामान के सर्वस्व हरण एवं सामाजिक सुरक्षा का डर बना रहता है। सामान्यतः मलिन बस्तियों को शहरी क्षीणता, निर्धनता की उच्च दर, निर्क्षरता एवं बेरोजगार की वृद्धि के रूप में चिह्नित किया जाता है। वे

सामान्यतः सामाजिक समस्याओं से घरि रहते हैं। जैसे मद्यपान, अपराध, नशा, अत्यधिक मानसिक बीमारी की दर एवं आत्महत्या आदी बहुत से गरीब देशों में इनमें अत्यधिक बीमारी पायी जाती है जिसका कारण शौचालय सुविधाओं का अभाव, कुपोषण एवं स्वास्थ्य सुविधाओं का अभाव है।

शहरी क्षेत्रों की झोपडपट्टियों एवं मलनि बस्तियों की इकाइयों में पीने योग्य पानी, वदियुत तथा शौचालय जैसी अनविार्य सुविधाएं उपलब्ध नहीं है। इन बस्तियों के घरों में हवा का आवागमन पूरणतः अवरूद्ध होता है। कुल मलाकर, समूचा पर्यावरण बीमारियों तथा रूगणता के खतरों से जूझ रहा होता है। इन क्षेत्रों में रहने वाले गरीब लोगों के पीले और नस्तेज चेहरे, वशिष रूप से बच्चों एवं औरतों के चेहरे सब कुछ बयान कर रहे होते हैं कि उन्हें स्वस्थ आवास एवं बेहतर पर्यावरण नहीं मलि रहा है। इन खतरों के साथ-साथ इस क्षेत्र के गरीब लोगों में एच.आर.डी.बी./एडस का फैलाव, नशीली दवाओं की लत, अशिक्षा एवं युवाओं की बेरोजगारी सबसे बड़ी समस्या होती है।

मलनि बस्तियों में रहने वाले लोगों में अल्प पोषण के प्रती अत्यन्त संवेदनशीलता पार्इ गर्इ है। उन्हें पारिवारिक जीवन संबंधी शक्तिषा के साथ-साथ पर्याप्त पोषण पर पर्याप्त जानकारी नहीं होती। हैदराबाद शहर की मलनि बस्ती में एक अध्ययन में पाया गया कि अधिकांश बच्चों को खाद्य पदार्थों के कार्य, संतुलति आहार और लौह अल्पता, अल्परकृता एवं कोडगि अल्पता वकारि जैसे सूक्ष्म पोषक तत्वों की अल्पता संबंधी वकारिों के वषिय में कोर्इ जानकारी नहीं है।

यद्यपि सरकार द्वारा बच्चों के स्वास्थ्य एवं पोषण स्तर में सुधार लाने के लिए अनेक योजनाएं चलाई जा रही हैं, इन योजनाओं के सकारात्मक प्रभावों की पुष्टि भी हुई है, परन्तु इन योजनाओं से बच्चों के स्वास्थ्य एवं पोषण स्तर में उतना सुधार नहीं हुआ है, जितने की आशा की गई थी, यह स्थिति असुवधाग्रस्त एवं वंचित परिवारों के बच्चों में और भी गंभीर है। वास्तव में यह एक व्यापक अध्ययन की वषिय वस्तु है।

कुपोषण बहुत सी स्वास्थ्य समस्याओं की जन्म देता है। कुपोषण होने के बाद महिलायें बीमारियों से ग्रसति होती हैं क्योंकि उसकी प्रतिरोध क्षमता कम हो जाती है। महिला शुरू के दो साल तक कुपोषित रहती हैं तो उसका शरीर और दमिग का विकास बहुत धीरे हो सकता है। स्कूल की पढ़ाई में वे अच्छे नहीं होते हैं। उनकी सीखने की योग्यता कम होती है। सामाजिक और भावनात्मक विकास में बाधा पैदा होती है। वे जल्दी बीमार होते हैं। वे बड़े होकर भी अवकसति रह जाती हैं।

कुपोषण से बचने के लिए ठीक मात्रा में संतुलित आहार जरूरी है। चार माह तक शिशु हेतु माँ का दुध सर्वोत्तम आहार है। अगर स्तनपान न करा सके तो गाय का दूध बना पानी मिलाये पलायें। चार माह के उपरांत माँ का दूध शिशु हेतु पर्याप्त नहीं है। उसे दूध के साथ ही दूसरे आहार देना शुरू कर दें और धीरे-धीरे उसकी मात्रा बढ़ाएँ। उसे दाल का पानी, मसली हुई दाल, दूध में डाली हुई रोटी, अनाजों का दलिया, मसला हुआ केला, उबला हुआ अण्डा, खचिड़ी इत्यादि खाने के लिए दिया जा सकता है, परन्तु उसके आहार में दूध अवश्य होना चाहिए।

विकास की आरंभिक अवस्थाओं में, यानि कि स्कूल के जाने से पहले की अवस्था के बच्चों को प्रोटीन एवं अन्य पोषक तत्वों की आवश्यकता अधिक होती है और इनकी कमी से स्थायी रूप से शारीरिक एवं मानसिक क्षति पहुँच सकती है। कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, खनिज एवं विटामिन आवश्यक पोषक तत्व हैं जिनका आहार में समुचित मात्रा में समावेश अत्यावश्यक है। हमारे भोजन में इनमें से किसी एक पोषक तत्व की आवश्यकता से कम या अधिक मात्रा कई प्रकार के रोगों को जन्म दे सकती है। माँ के भोजन एवं जन्मोपरांत बच्चे के आहार में प्रोटीन की कमी, बच्चों में बुद्धिमत्ता कमी होने का प्रमुख कारण पाया गया है।

कुपोषण का एक कारण खाद्य पदार्थों का गलत चयन भी है, जिससे पोषक तत्वों की आपूर्ति कम हो सकती है। आम धारणा है कि मंहे सेब या अंगूर अधिक पौष्टिक हैं, जबकि इनसे कहीं सस्ता पालक या केला, वस्तुतः अधिक मात्रा में पोषक तत्वा प्रदान करता है। खाद्य पदार्थों के प्रसंस्करण की आधुनिक विधियाँ भी पोषक तत्वों के ह्रास का एक कारण है। चावल, गेहूँ आदि अनाजों की ऊपरी परत में स्थित बहुमूल्य विटामिन एवं खनिज को पॉलिश करने अथवा बारकीकी से छानने से व्यर्थ चले जाते हैं। खाद्य पदार्थों को पानी में भगोकर रखने और लम्बे समय तक धोने से भी पोषक तत्वों का ह्रास होता है। खाना पकाने की गलत विधियों, कटे फल एवं सब्जियों को हवा में देर तक रखना, मोटा छलिका उतारना आदि भी पोषक तत्वों का नुकसान करते हैं। इसके अतिरिक्त स्थान विशेष से जुड़े कुछ कारक भी कुपोषण के लिए उत्तरदायी हो सकते हैं। जैसे पर्वतीय क्षेत्रों की जमीन में आयोडीन की कमी होना आदि स्थानीय कारणों से गॉयटर एवं बेरी-बेरी जैसे रोग हो सकते हैं। ये सारी बीमारियाँ संक्रामक हैं तथा कुपोषण के कारण बच्चे की प्रतिरोधक क्षमता के कमजारे हो जाने की वजह से आसानी से अपना असर

रकती है। इस वजह से अपरोक्ष तौर पर बच्चे की मौत की ओर धकेलती है। भले ही हमें ऐसे बच्चों की मौत के पीछे इन बीमारियों को वजह बताया जाए, पर असल वजह तो कुपोषण ही है।

कुपोषण, भारत में बाल मृत्यु का एक और बड़ा कारण है। भारत के लगभग आधे लड़की कुपोषण का शिकार रहती हैं या उसके कारण मरती हैं। आवश्यकता से अधिक अनाज पैदा करने और अनाज निर्यातक देश भारत में कुपोषण की समस्या का समाधान हो सकता है और होना ही चाहिए। कुपोषण का कारण ढांचागत उपेक्षा और व्यवस्था की असफलता है। इससे मुक्ति पाने के लिए सरकार के दृढ़ संकल्प और वैकल्पिक उपायों की आवश्यकता है।

प्रजनन व बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम के तहत पूरे देश में आंगनबाड़ियों का जाल बछिया गया है तथा गर्भवती माताओं और बच्चों के लिए पूरक आहार, टीकाकरण तथा स्वास्थ्य निगरानी का तंत्र बनाया गया है। जननी सुरक्षा योजना के तहत अस्पताल में ही प्रसव कराने पर बहुत जोर दिया जा रहा है और इसके कलए प्रोत्साहन राशि भी बांटी जा रही है। एकीकृत बाल विकास सेवायें भी चल रही हैं। वर्ष 2005 से विश्व बैंक की मदद से “राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मशिन” शुरू किया गया है। आशा कार्यकर्ताओं की नियुक्ति इसी के तहत की जा रही है। राष्ट्रीय मातृत्व सहायता योजना, राष्ट्रीय एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम आदि भी चल रहे हैं। इनके अतिरिक्त प्रदेश सरकार ने गरीबों तथा कुपोषण से प्रभावित बच्चों व महिलाओं के लिए अनेकों योजनाएं शुरू की हैं, लेकिन प्रदेश की जो हालत बयां की गई है, वह इन तमाम सरकारी योजनाओं और कार्यक्रमों पर एक तमाचा है। न केवल ये अपने लक्ष्य में असफल रही हैं, बल्कि इससे यह भी

जाहरि हो गया कि वैश्वीकरण की नीतियों के दुष्प्रभावों को कुछ योजनाओं से दूर नहीं किया जा सकता। दूसरा कि साधारण जनता के स्वास्थ्य की जम्मेदारी सरकार को ही लेनी होगी, इसका कोई विकल्प नहीं है। तीसरा, विकास एवं प्रगति की गाड़ी में बहुसंख्यक जनता पीछे छूटती गिरती जा रही है।

कुपोषण को पूरी व्यवस्था से अलग करके नहीं देखा जा सकता। एक बच्चे का कुपोषित होना पूरे तंत्र की वफिलता है। यह अपने आप में एक राजनीतिक प्रक्रिया है। रोजगार के अवसरों में कमी, प्राकृतिक संसाधनों से दूर होते/करते जाना, खानपान का बदलता तंत्र, कृषि का बदलता तरीका, नगदी फसलों की ओर उन्मुख होना/करते जाना, सरकार द्वारा खाद्य सुरक्षा कार्यक्रमों से नरितर हाथ खींचना, स्वास्थ्य सेवाओं की अनुपलब्धता तथा पूरक पोषणाहार जैसे कार्यक्रमों की वफिलता या उचित क्रियान्वयन का अभाव एक बच्चे के कुपोषित होने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। समेकित बाल विकास सेवाओं के तहत महिलाओं को गर्भावस्था के दौरान पोषणाहार वितरण की व्यवस्था है, जिसमें गर्भावस्था के दौरान उन्हें पर्याप्त पोषक तत्व मिलते रहे और बच्चा स्वस्थ पैदा हो। उनका नियमित स्वास्थ्य चेकअप हो तथा उन्हें स्वास्थ्य व पोषण संबंधित जानकारी मिलती रहें।

उत्तरप्रदेश में कहीं कहीं बड़ी स्थिति दयनीय देखने को मिलती है खासतौर पर उ.प्र. के जालौन जिले के साथ आसपास के क्षेत्र में कुपोषण की गंभीर स्थिति है। निर्धनता व अशिक्षा के कारण महिलाओं में कुपोषण ज्यादा बना है।

- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (23) क्या बार-बार बीमार होना कुपोषण का लक्षण है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (24) क्या बीमार होने पर वशिष्ट आहार लेना आवश्यक है?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (25) क्या उत्तम स्वास्थ्य के लिए व्यक्तिगत स्वच्छता व स्वच्छ वातावरण होना चाहिए?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (26) क्या आप जानती हैं कि हरी पत्तेदार सब्जियाँ न खाने से खून की कमी होती है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (27) क्या रक्ताल्पता खून की कमी से होने वाली बीमारी है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )

(स) स्पष्ट नहीं ( )

(28) क्या भूख का रक्ताल्पता से सम्बन्ध है ?

(अ) हाँ ( )

(ब) नहीं ( )

(स) स्पष्ट नहीं ( )

(29) क्या खून की जाँच करवाना जरूरी है ?

(अ) हाँ ( )

(ब) नहीं ( )

(स) स्पष्ट नहीं ( )

(स) भोजन का स्वास्थ्य से संबंध पर आधारित प्रश्न-

(30) क्या पोषक तत्वों की कमी युक्त भोजन लेने से पोषण हीनता जनित रोग हो जाते हैं ?

(अ) हाँ ( )

(ब) नहीं ( )

(स) स्पष्ट नहीं ( )

(31) क्या पोषक तत्वों एवं स्वादषिटता में से पोषक तत्वों का महत्व अधिक है?

(अ) हाँ ( )

(ब) नहीं ( )

(स) स्पष्ट नहीं ( )

(32) क्या अंकुरित भोजन लाभदायक होता है ?

(अ) हाँ ( )

- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (33) क्या कच्ची सब्जियों का प्रयोग स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (34) क्या आँखों के लिए घी की तुलना में मक्खन अधिक लाभदायक है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (35) क्या आयोडीन युक्त नमक का प्रयोग स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (36) क्या खमीरीकरण से भोज्य पदार्थ के पोषक मूल्य में वृद्धि हो जाती है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (37) क्या दाल का समावेश भोजन में प्रतिदिन होना चाहिये ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )

- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (38) क्या हरी पत्तेदार सब्जियों का प्रयोग सप्ताह में कम से कम तीन दिन करना चाहिए ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (39) क्या आपको शरीर की वृद्धि व विकास के लिए आवश्यक पोषक तत्वों का ज्ञान है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (40) क्या रक्ताल्पता का कारण भोजन में पोषक तत्वों की कमी का होना है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )
- (41) क्या कुछ विशिष्ट भोज्य पदार्थों को भोजन के रूप में ग्रहण कर रक्ताल्पता का उपचार किया जा सकता है ?
- (अ) हाँ ( )
- (ब) नहीं ( )
- (स) स्पष्ट नहीं ( )