

सबके लिए स्वास्थ्य : दूर के ख्वाब

डॉ. वाई.पी. गुप्ता

भले ही स्वास्थ्य का अधिकार संविधान के 21वें अनुच्छेद के अनुसार हमारा मौलिक अधिकार है लेकिन जानलेवा बीमारियों से पीड़ितों की तेज़ी से बढ़ती संख्या और नित नई पनप रही बीमारियों को देखते हुए सबके लिए स्वास्थ्य का लक्ष्य दूर का ख्वाब नजर आता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन ने अनुमानित किया है कि वर्ष 1999 में 560 लाख मौतें हुई। (जिनके मुख्य कारक तपेदिक, डायरिया, एड्स और मलेरिया रहे।) इनमें से 105 लाख मौतें पांच वर्ष से कम उम्र के बच्चों की थीं। बच्चों की इन मौतों में से 98 प्रतिशत विकासशील देशों में हुई थीं। विकसित देशों में दो तिहाई मौतें 70 वर्ष की उम्र के बाद होती हैं। रिपोर्ट में यह भी कहा गया है कि जीवन की प्रत्याशा बढ़कर 66 वर्ष हो गई है। भारत में यह 53.2 वर्ष है और पहले स्थान पर खड़े जापान में 74.3 वर्ष है। वि.स्वा.सं. के पूर्वानुमान के अनुसार 21 वीं सदी में सभी के लिए औसत उम्र 73 वर्ष हो जाएगी।

सूचित किया गया है कि पिछले पचास वर्षों में विश्व में 40 करोड़ लोग भूख और खराब सफाई व्यवस्था के कारण मरे हैं। विश्व बैंक की एक रिपोर्ट के अनुसार गरीब देशों के 80 करोड़ लोग हर दिन भूखे सो जाते हैं। इनमें से एक तिहाई भारत

में रहते हैं। यहां कुपोषण से ग्रसित बच्चों की संख्या 3.7 करोड़ आंकी गई है। हमारे देश में स्कूल जाने से पहले ही 49.2 प्रतिशत बच्चे कुपोषण का शिकार होते हैं। रोम में आयोजित विश्व स्वास्थ्य सम्मेलन में कहा गया था कि सभी देशों से कुपोषण समाप्त होना चाहिए और वर्ष 2015 तक अल्प पोषितों की संख्या घटाकर आधी कर देना चाहिए। जबकि वस्तुस्थिति यह है कि अपर्याप्त भोजन और खराब स्वास्थ्य परिस्थितियों के कारण 50 प्रतिशत बच्चे अविकसित हैं।

शिशुओं की मृत्युदर (प्रति 1000 पैदा हुए बच्चों में एक वर्ष से कम उम्र में मारे बच्चे) सामान्यतः देश के स्वास्थ्य और आर्थिक दशा को परिलक्षित करती है। स्वीडन में यह दर सबसे कम 6.7 है और भारत में 79 है। देश में पांच वर्ष से कम उम्र में मृत्युदर प्रति 1000 जीवित

जन्मों पर 111 है। केरल में यह दर सबसे कम 17 है और उड़ीसा में सर्वाधिक 114 है। भारत में इस ऊंची दर का कारण जनन काल में महिलाओं का कुपोषित होना व दूषित वातावरण में रहना है।

विश्व में 3 करोड़ लोग दृष्टिहीन हैं और लगभग 4 करोड़ बच्चे विटामिन ए की कमी से पीड़ित हैं। कुपोषण और अज्ञानता के कारण विकासशील देशों में हर वर्ष पांच लाख बच्चे अपनी नेत्र ज्योति खो देते हैं। भारत में दृष्टिहीनों की संख्या 1.2 करोड़ है जो विश्व में सर्वाधिक है। बिहार में अंधेपन की घटनाएं सर्वाधिक होती हैं। ट्रेकोमा, कंजक्टिवाइटिस और कुपोषण बच्चों में जबकि मोतियाबिन्द, मधुमेह और ग्लूकोमा मध्यम उम्र के लोगों में अंधेपन के मुख्य कारण हैं। दुर्घटनाएं और चोटें भी अंधेपन का कारण बनती हैं।

अल्पपोषित बच्चों का प्रतिशत

	लड़के	लड़कियां
ग्रामीण	27.0%	52.0%
शहरी	36.6%	48.3%
शहरी मध्यम वर्ग	09.8%	15.0%
शहरी उच्च वर्ग	03.2%	04.8%

स्रोत : भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद की एक कार्यशाला की रिपोर्ट, 1991

सन 1989 में किए गए एक अध्ययन के मुताबिक लड़कों व लड़कियों के बीच पोषण का अन्तर बरकरार था। यह बात उपरोक्त तालिका से जाहिर है।

तीसरी दुनिया में खाद्य सामग्री की अपर्याप्त उपलब्धता के कारण पोषण और स्वास्थ्य की समस्या और अधिक चुनौतीपूर्ण होती जा रही है। वि.स्वा.सं. के अनुसार 1976 में विकासशील देशों में अल्पपोषितों की संख्या 45 करोड़ थी। एक अनुमान के अनुसार वर्ष 2001 में अल्पपोषितों की संख्या 60-65 करोड़ होगी और भारत भी कुपोषण की प्रबल समस्या झेलेगा।

भारत में 25 करोड़ लोग आवश्यक कैलोरी का तीन चौथाई भाग कैलोरी ही लेते हैं। राष्ट्रीय पोषण मॉनीटरिंग ब्यूरो ने बताया है कि अंतर्राष्ट्रीय पोषण मानकों के अनुसार दस में से केवल एक ही बच्चे को पर्याप्त भोजन मिल पाता है।

पीने का साफ पानी विश्व की 75 प्रतिशत ग्रामीण आबादी और 15 करोड़ शहरी आबादी की अहम जरूरत है। वैज्ञानिकों ने चेतावनी दी है कि आने वाले 30 वर्षों में पानी के साधनों की भारी कमी हो जाएगी। आज तीसरी दुनिया के 25 करोड़

लोगों को पीने का साफ पानी नहीं मिलता। परिणामस्वरूप प्रतिदिन कई हज़ार लोग साफ और सुरक्षित पानी न मिलने के कारण मरते हैं। भारत में पीने के साफ पानी का अभाव झेलने वाले गांवों की संख्या 13 लाख से अधिक है।

पीने के पानी में फ्लोराइड की अधिक मात्रा के कारण फ्लोरोसिस नामक बीमारी हो जाती है। राजस्थान, पंजाब, महाराष्ट्र, तमिलनाडु, केरल और आंध्रप्रदेश में इसका व्यापक प्रकोप है। इस बीमारी ने जयपुर, जोधपुर, भीलवाड़ा, बीकानेर और राजस्थान के कई ज़िलों के तीन लाख से अधिक लोगों को अपंग बना दिया है।

आयोडीन की कमी के कारण गले की थाइरॉइड ग्रंथि बढ़ जाती है जिससे घेंघा रोग होता है। यह बीमारी भारत, पाकिस्तान, चीन, बर्मा, और इण्डोनेशिया में व्यापक रूप से व्याप्त है। चीन इससे सर्वाधिक ग्रसित है। दक्षिण पूर्व एशिया में लगभग 32.9 करोड़ लोग इस रोग से पीड़ित हैं।

यह सम्पूर्ण उप-हिमालयी क्षेत्र में कश्मीर से नागालैण्ड तक 2400 कि.मी. क्षेत्र में फैला है। देश के 222 ज़िलों में 16.7 करोड़ लोग घेंघा के शिकार हैं। दिल्ली में भी स्कूल जाने वाले बच्चों में से लगभग 20 प्रतिशत आयोडीन की अल्पता से ग्रसित हैं। आयोडीन की कमी से मानसिक विकास अवरुद्ध भी हो सकता है। यूनीसेफ की एक रिपोर्ट के अनुसार विश्व में 2.6 करोड़ लोग आयोडीन की कमी से पैदा हुई दिमागी क्षति से पीड़ित हैं। भारत में 66 लाख बच्चे आयोडीन की कमी से क्षतिग्रस्त दिमाग वाले हैं।

भारत में गर्भवती और बच्चों को दूध पिलाती गरीब तबके की माताओं में खून की कमी काफी ज़्यादा है। यहां एक लाख से अधिक महिलाएं रक्त की कमी से मर जाती हैं। विश्व में लगभग 20 करोड़ लोग लौह तत्वों की कमी से पीड़ित हैं। विकासशील देशों में गर्भावस्था के दौरान हर साल 5 लाख मौतें खून की कमी के कारण हो जाती हैं।

बच्चे के लिंग और मौत का सम्बन्ध

लड़कियों और लड़कों की शिशु मृत्यु दर में भी काफी फर्क होता है। यह असमानता देहाती बच्चों में और भी ज़्यादा होती है।

लड़कों और लड़कियों की शिशु मृत्यु दर में अन्तर

वर्ष	ग्रामीण		शहरी		कुल	
	लड़के	लड़कियां	लड़के	लड़कियां	लड़के	लड़कियां
1976	133	146	78	82	124	134
1980	123	125	65	65	113	115
1985	106	107	56	62	96	98

स्रोत : फेमिली वेलफेयर प्रोग्राम इन इण्डिया, भारत सरकार, 1990



सामान्यतः देखने पर गरीबी, अशिक्षा, खराब सफाई व्यवस्था, कुपोषण, सुरक्षित व साफ पीने के पानी की कमी और बढ़ती हुई आबादी स्वास्थ्य के परिदृश्य को कठिन बना रहे हैं। जीवन की गुणवत्ता और देश की तरक्की के लिए बेहतर स्वास्थ्य बहुत महत्वपूर्ण है। गरीबी उन्मूलन और रहन-सहन के स्तर को ऊंचा करने को प्राथमिकता मिलनी चाहिए ताकि 'सभी के लिए स्वास्थ्य' का लक्ष्य पूरा हो सके। बहुत हद तक यह इस बात पर निर्भर करेगा कि गरीब विकासशील देशों की भुखमरी और कुपोषण निवारण में धनी विकसित देश कितना योगदान देते हैं।



विटामिन की कमी?
प्रोटीन की कमी?
जानकारी की कमी?



ग्रामीण बच्चों की कैलोरी व प्रोटीन की दैनिक खुराक

उम्र	कैलोरी (आमतौर पर मिलती)	प्रोटीन (आमतौर पर मिलती)	कैलोरी की जरूरत	प्रोटीन की जरूरत
2-3 साल	860	20 ग्रा.	1200	18 ग्रा.
4-5 साल	900	20 ग्रा.	1200	22 ग्रा.

उपरोक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि बच्चों की खुराक में कैलोरी तो जरूरत की तीन चौथाई ही होती है परन्तु प्रोटीन की मात्रा पर्याप्त या थोड़ी ही कम होती है।

(स्रोत फीचर्स)

वर्ष 1999 व 2000 के **स्रोत** सजिल्द

150 रुपए में उपलब्ध हैं।

डाक से मंगवाने पर 25 रुपए अतिरिक्त।

सम्पर्क : एकलव्य, ई-7/एच.आई.जी. 453,

अरेरा कॉलोनी, भोपाल 462 016 (म.प्र.)