યુનિટ 2

સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓ (Health Problems of Women)

1. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓનો અર્થ
2. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓ
3. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓના કારણો
4. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાની અસરો

1. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓનો અર્થ

સ્ત્રીઓની આરોગ્ય વિષયક સમસ્યાઓ એટલે પુરુષોની સરખામણીમાં સ્ત્રીઓ નીચા આરોગ્ય સ્તરને સૂચિત કરતી સમસ્યાઓ. આરોગ્ય એટલે રોગો અ ખોડખાંપણનો અભાવ તેમજ શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક રીતે સંતોષજ સ્થિતિ. સંતોષકારક આરોગ્ય વિના સ્ત્રીઓ આવશ્યક શારીરિક, માનસિક શક્તિ ધરા શકે નહીં અને પોતાની ભૂમિકા યોગ્ય રીતે ભજવી શકે નહીં.

ભારતમાં પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓનું અને બાળકોનું આરોગ્ય સ્તર નીચું છે બાળમરણ અને માતૃમરણનું ઊંચું પ્રમાણ, પોષણની ખામી, ચેપી અને બિનચે રોગોનું ઊંચું પ્રમાણ, ખોરાકજન્ય અને પાણીજન્ય રોગોનું ઊંચું પ્રમાણ, વ્યા ગંદકી, વગેરે નીચા આરોગ્યસ્તરના સૂચક છે. ભારતમાં સ્ત્રીઓ અને બાળકો ખાસ કરીને ગરીબ ઘરોમાં કુપોષણ અને અલ્પપોષણનો પ્રશ્ન વ્યાપક છે.

સ્ત્રીઓ અને બાળકોના નીચા આરોગ્યસ્તરની સમસ્યા સ્વાસ્થ્ય સંભાળ અ ખોરાક તથા પોષણની બાબતમાં **સ્ત્રી-પુરુષ ભેદભાવની સમસ્યાને સૂચિત કરે છે.** સ્ત્રી અને બાળકોના સ્વાસ્થ્યની સંભાળ એટલે તેમનું આરોગ્ય બગડે કે રોગનો ભોગ બને અકસ્માતનો ભોગ બને ત્યારે તેના ઉપચાર અને સારવાર માટેની તબીબી સુવિધાઓ અ સેવાઓ પૂરી પાડવી તેમજ સ્વાસ્થ્યની જાળવણી થાય તેવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કર જેમાં પીવાનું શુદ્ધ પાણી, પોષણયુક્ત આહાર, ગંદકી નાબૂદી અને સ્વચ્છતા પ્રબંધ ત બિનચેપી અને ચેપી રોગો સામે રક્ષણનો સમાવેશ થાય છે.

ભારતમાં સરેરાશ વ્યક્તિને પર્યાપ્ત પૌષ્ટિક આહાર અને પીવાનું શુદ્ધ પા મળતું નથી. આરોગ્યની જાળવણી માટે પર્યાપ્ત અને સમતોલ ખોરાક મળવો જરૂ છે. સમતોલ ખોરાક એટલે દૈનિક 2300 થી 2400 કેલરી મળી રહે એટલો અ એવો ખોરાક, ખોરાકની વસ્તુઓ દ્વારા પ્રોટીન, કેલ્શિયમ, વિટામિનો, ખની

Scanned with OKEN Scanner

તત્ત્વો, ચરબી, કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ વગેરે યોગ્ય પ્રમાણમાં મળી રહે તો તે પૂરતું પોષણ મળ્યું કહેવાય. ભારતમાં અપૂરતું પોષણ મળતું હોય તેવી સ્ત્રીઓની અને બાળકોની સંખ્યા વિશાળ છે. અલ્પપોષણ અને અપપોષણને લીધે તથા પીવાના શુદ્ધ પાણીના અભાવે ઘણી સ્ત્રીઓ અને બાળકો રોગનો ભોગ બને છે. વળી, સ્ત્રીની તાબેદારીની પ્રથાને લીધે સ્ત્રીઓને પ્રમાણમાં ઓછો ખોરાક મળે છે. સ્ત્રીઓની કેટલીક આરોગ્ય વિષયક સમસ્યાઓ સ્ત્રીના નીચા દરજ્જાને કારણે કે સ્ત્રી-પુરુષ ભેદભાવને કારણે ઉદ્‌ભવે છે. ગ્રામીણ અને દુર્ગમ આદિવાસી વિસ્તારોમાં રોગોની સારવાર અને આરોગ્ય જાળવણી માટે અલ્પ સુવિધાઓ સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓ સાથે સંકળાયેલી છે.

2. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓ

સ્ત્રીઓની **આરોગ્ય સંબંધી મુખ્ય સમસ્યાઓ** નીચે મુજબ છે :

(1) સ્ત્રીઓનું પુરુષો કરતાં ઓછું પ્રમાણ : ભારતની વસ્તીમાં પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓનું પ્રમાણ એક હજાર પુરુષે આજે પણ 60 જેટલું ઓછું છે. વસ્તીમાં સ્ત્રી-પુરુષ પ્રમાણમાં આવી વિષમતા પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓમાં ઊંચો મૃત્યુદર તથા પુરુષ બાળકો કરતાં સ્ત્રી બાળકોના નીચા જન્મદર સાથે સંબંધ ધરાવે છે. સ્ત્રીઓમાં ઊંચો મૃત્યુદર સ્વાસ્થ્ય સંભાળ અને પોષણમાં સ્ત્રી-પુરુષ ભેદભાવ સાથે સંબંધ ધરાવે છે. સ્ત્રી બાળકોનો નીચો જન્મદર સ્ત્રીભ્રૂણ હત્યા અને બાલિકા હત્યા સાથે સંબંધ ધરાવે છે.

સામાન્ય રીતે કુદરતી રીતે છોકરા અને છોકરીના જન્મ પ્રમાણમાં વિષમતા હોતી નથી. જન્મપ્રમાણ લગભગ બંનેનું કુદરતી રીતે સમાન રહેતું હોય છે. પરંતુ વિષમતા પેદા કરવા માટે કન્યા જન્મ અને ઉછેરની અવગણના અને પુત્ર જન્મ અને ઉછેર આવકારદાયક અને ખુશાલીનો પ્રસંગ બની રહે છે અને તે રીતે જેન્ડર બાયસ જોવા મળે છે. કન્યા જન્મ અને ઉછેરની અવગણનાને લીધે બાળકીઓમાં મૃત્યુદર ઊંચો રહે છે. કન્યા જન્મ બિનઆવકારદાયક ગણાતો હોવાથી કેટલાંક યુગલો તબીબી ગર્ભપાત કાનૂનનો દુરુપયોગ કરી સ્ત્રીભ્રૂણ હત્યા કરતા હોય છે અને કેટલાંક જૂથોમાં બાલિકા હત્યા થતી હોય છે. આથી વસ્તીમાં સ્ત્રી-પુરુષ પ્રમાણમાં વિષમતા પેદા થાય છે.

નાની વયે લગ્ન અને પ્રસૂતિ તથા વારંવારની પ્રસૂતિ, અપૂરતો ખોરાક અને પોષણ વગેરેને લીધે સ્ત્રીઓનું આરોગ્યસ્તર નીચું રહેવા પામે છે અને માતૃ મરણ પ્રમાણમાં ઊંચું રહેવા પામે છે. ઘરેલું હિંસા, સ્ત્રીઓના અપહરણ અને બળાત્કાર તથા ખૂનના બનાવો સ્ત્રીઓના આરોગ્યસ્તર પર વિપરીત અસર કરે છે અને વસ્તીમાં સ્ત્રી-મરણનું પ્રમાણ ઊંચું રહેવા પામે છે. આથી વસ્તીમાં સ્ત્રી-પુરુષ પ્રમાણમાં વિષમતા ઊભી થાય છે.

Scanned with OKEN Scanner

(2) સ્ત્રી-બાળમરણનું ઊંચું પ્રમાણ : ઉપર આપણે સ્ત્રી-બાળમરણના ઊંચા પ્રમાણને વસ્તીમાં પુરુષ અને સ્ત્રીના વિષમ-પ્રમાણના કારણ તરીકે જોઈ ગયા છીએ. અહીં આપણે સ્ત્રી-બાળમરણને સ્ત્રીઓની એક આરોગ્યવિષયક સમસ્યા તરીકે ગણીને તેનો વિચાર કરીએ છીએ.

ભારતમાં છોકરાઓ કરતાં છોકરીઓનાં નાની ઉંમરે થતાં મરણનું પ્રમાણ ઊંચું છે. એટલે કે, જે છોકરીઓ જન્મે છે તેમાંથી જીવતી રહેતી છોકરીઓ છોકરાઓ કરતાં ઓછી હોય છે. વિશ્વના અન્ય દેશોની સરખામણીમાં ભારતમાં સ્ત્રી-બાળમરણનું ઊંચું પ્રમાણ જોવા મળ્યું છે. વિશ્વમાં સરેરાશ એક વર્ષ કરતાં ઓછી ઉંમરે મૃત્યુ પામતાં પુરુષ-બાળકોની સંખ્યા દર 1000 જન્મોએ 92 અને સ્ત્રી-બાળકોના મરણની સંખ્યા 103 છે. વિકસતા દેશોમાં આ સંખ્યા અનુક્રમે 104 અને 116 છે. જ્યારે ભારતમાં આ સંખ્યા તેના કરતાં વધુ છે.

ભારતમાં સ્ત્રી-બાળમરણનું પ્રમાણ ઊંચું છે. આ બાબતને સ્ત્રીઓની આરોગ્ય વિષયક સમસ્યા તરીકે ગણી શકાય. બાળકીઓનું ઊંચું મૃત્યુપ્રમાણ તેમનાં નબળાં આરોગ્ય અને રોગિષ્ઠ પરિસ્થિતિ સૂચવે છે. અગાઉ કહ્યું તેમ પુત્રીના જન્મ વિરુદ્ધની લાગણી તેના ઉછેર પ્રત્યેની ગંભીર બેદરકારીમાં પરિણમે છે. ઘણી વખત નવજાત બાળકીઓને ત્યજી દેવામાં આવે છે. બાળકીઓને યોગ્ય પોષક આહાર આપવામાં આવતો નથી, તેમના નબળા આરોગ્ય તરફ માબાપ બેદરકાર રહેતાં હોય છે.

(3) સ્ત્રીઓને થતા કેટલાક રોગો : વિશ્વમાં સર્વત્ર પુરુષની સરખામણીમાં સ્ત્રીઓને કેટલાંક જૈવિક કારણોસર આંતરિક ગેરલાભોનો ભોગ બનવું પડે છે. જેમ કે, માસિક ધર્મ, સગર્ભાવસ્થા, પ્રસૂતિ, ધાવણકાળ, બાળઉછેર, રજોનિવૃત્તિ (મે'નપોઝ) વગેરે અને તેમાંથી ઉદ્ભવતી કેટલીક અસરોને કારણે સ્ત્રીઓ પુરુષથી જુદા જ પ્રકારના રોગોના ભોગ બને છે. ઘણી સ્ત્રીઓને અને તેમાંયે અપરિણીત સ્ત્રીઓને માસિક ધર્મ વખતે પેટનો સખત દુઃખાવો થતો હોય છે. આ ઉપરાંત ચક્કર, લોહીવા, સ્તન અને ગર્ભાશયનું કેન્સર, હિમોગ્લોબિનની ખામી જેવા રોગો થતા હોય છે. સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન કસૂવાવડ, ઊબકા અને ઊલટી, હાંફ, સોજા, ખંજવાળ, યોનિસ્રાવ, માથાનો દુઃખાવો વગેરે શારીરિક તકલીફોનો ભોગ સ્ત્રીઓ બનતી હોય છે. પ્રસૂતિ પછીની નિર્બળતા અને તેમાં યોગ્ય સંભાળના અભાવે થતા રોગો, પ્રસૂતિ પછી નાના બાળકને સાચવવાની અને જાળવવાની ચિંતા અને તંગદિલી વગેરે સ્ત્રીઓના આરોગ્ય માટે ખતરારૂપ નીવડે છે. વળી સ્ત્રીઓને જાતીય આક્રમણ અને જાતીય સતામણીનો ભોગ બનવાનો ડર રહેતો હોય છે અને કેટલીક સ્ત્રીઓ તેનો ભોગ બને છે પણ ખરી. આની સ્ત્રીઓના શારીરિક-માનસિક આરોગ્ય પર વિપરીત અસર પડે છે. બેવડી ભૂમિકા ભજવતી કેટલીક સ્ત્રીઓ શારીરિક થાક

Scanned with OKEN Scanner

અને માનસિક તંગદિલીના કારણે લોહીનું ઊંચું દબાણ, ડાયાબિટીસ, હૃદયના રોગો, લોહીમાં જરૂરી તત્ત્વોનો અભાવ વગેરે રોગોનો ભોગ બને છે.

(4) સ્ત્રીઓનું નબળું આરોગ્ય : ભારતીય સ્ત્રીઓનું આરોગ્યસ્તર એકંદરે નબળું છે. ભારતમાં વ્યાપક ગરીબી છે. ગરીબીને કારણે સ્ત્રીઓને પૂરતી કેલરી મળે તેવો પોષણયુક્ત આહાર મળી શકતો નથી. નિરક્ષરતાને લીધે પોષણયુક્ત આહારનું મૂલ્ય લોકો સમજતા નથી. નીચી લગ્નવયને લીધે વારંવારની પ્રસૂતિથી સ્ત્રીનું આરોગ્ય નબળું રહે છે. હજી ઘણી જ્ઞાતિઓમાં પુત્ર અને પુત્રીના ખોરાકમાં અને પોષણમાં ભેદભાવ રખાય છે. પુત્ર કરતાં પુત્રીના આરોગ્યની ઓછી સંભાળ રાખવામાં આવે છે. હજી ઘણી જ્ઞાતિઓમાં પુરુષ જમી લે તે પછી સ્ત્રીઓ જમે છે. તેમાં સ્ત્રીએ જે વધ્યું હોય તેનાથી ચલાવી લેવું પડે છે. પુરુષને પોષણયુક્ત આહાર જેમ કે, દૂધ, ઘી, શાકભાજી, ફળફળાદિ, ગોળ વગેરે આપવા પર વિશેષ ભાર મૂકવામાં આવે છે.

વ્યવસાય કરતી સ્ત્રીઓએ બેવડી ભૂમિકા ભજવવી પડે છે. એક બાજુ તેમણે ઘરમાં બધાં કામ કરવાનાં હોય છે અને બીજી બાજુ નોકરી કે વ્યવસાયના સ્થળે પૂરા સમય માટે કામ કરવાનું હોય છે. આમ, પુરુષની સરખામણીમાં સ્ત્રીએ બેવડું કામ કરવું પડે છે, જેની સ્ત્રીના આરોગ્ય પર ઘણી વિપરીત અસર પડે છે. ગૃહિણી તરીકેનું કામ થકવી નાખનારું છે. તેમાં વળી નોકરીના કામનો થાક ઉમેરાય છે. નોકરી કરતી સ્ત્રીએ સરેરાશ 14-15 કલાક કામ કરવું પડે છે. લાંબા સમય સુધી વધુ પડતો શારીરિક શ્રમ અને થાકનો અનુભવ યુવાનીમાં દેખાતો નથી પણ 40-42 વર્ષની ઉંમર પછી આરોગ્ય કથળવા માંડે છે અથવા કોઈ ને કોઈ બીમારીનો ભોગ બનવાનો સંભવ રહે છે.

આ ઉપરાંત બેવડી ભૂમિકાની સ્ત્રીના માનસિક આરોગ્ય પર પણ વિપરિત અસર પડે છે. ઘરકામની ચિંતા, બાળકોની સંભાળ લેવાની ચિંતા અને નોકરીના સ્થળે સમયસર પહોંચવાની ચિંતા સ્ત્રીને સતત માનસિક દબાણ અને તનાવની પરિસ્થિતિમાં રાખે છે. માનસિક તાણની અસર સ્ત્રીના શારીરિક આરોગ્ય ઉપર પણ પડે છે. આધુનિક ચિકિત્સાવિજ્ઞાનમાં એમ સ્વીકારાયું છે કે સતત માનસિક ટેન્શનમાં રહેનાર વ્યક્તિ ઊંચું લોહીનું દબાણ, ડાયાબિટીસ અને હૃદયરોગનો ભોગ બને છે. આમ, એકંદરે ભારતમાં પુરુષ કરતાં સ્ત્રીનું આરોગ્ય નબળું જોવા મળે છે.

3. સ્ત્રીની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓનાં કારણો

સ્ત્રીઓની આરોગ્ય વિષયક સમસ્યાઓ પેદા કરવામાં વિવિધ કારણો જવાબદાર છે. આ કારણો નીચે મુજબ છે :

(1) છોકરીઓની નીચી લગ્નવય : છોકરીઓની નીચી લગ્નવય તેમના

આરોગ્ય પર વિપરીત અસર કરે છે. 24-25 વર્ષ જેટલી મોટી ઉંમરે લગ્ન કરનાર સ્ત્રી ઓછાં બાળકોને જન્મ આપે છે, જ્યારે 16-17 વર્ષની ઉંમરે લગ્ન કરનાર સ્ત્રી વધુ બાળકોને જન્મ આપે છે. ભારતમાં સ્ત્રીઓની લગ્નવય નીચી છે. મધ્યયુગમાં ભારતીય સમાજમાં બાળલગ્નની વ્યાપક પ્રથા પ્રચલિત હતી. હાલની કાનૂની જોગવાઈ મુજબ છોકરીના લગ્ન 18 વર્ષ પૂરા થયાં પછી કરી શકાય છે, પરંતુ ભારતનાં ગામડાંમાં અને કેટલાંક જ્ઞાતિસમૂહોમાં હજી જૂની બાળલગ્ન-પ્રથા ટકી રહી છે. અત્યારે પણ ભારતમાં સ્ત્રીની સરેરાશ લગ્નવય 17-18 વર્ષની હોવાનું માનવામાં આવે છે. પરંતુ ગામડાંમાં 15-16 વર્ષની ઉંમરે ઘણી છોકરીઓને પરણાવી દેવામાં આવે છે.

નાની ઉંમરે થતાં લગ્ન સ્ત્રીના શારીરિક-માનસિક આરોગ્ય પર વિપરીત અસર કરે છે. તે કાચી ઉંમરે બાળકને જન્મ આપે છે. શ્વસુરગૃહે તેના આરોગ્ય તરફ ઉદાસીનતા દાખવવામાં આવે છે. શ્વસુરપક્ષનું કુટુંબ જો સંયુક્ત હોય તો નાની ઉંમરની પરિણીત છોકરીએ ઘરકામનો ભારે બોજો વહન કરવો પડે છે. વળી નાની ઉંમરે થતું લગ્ન છોકરીને શિક્ષણથી પણ વંચિત રાખે છે. શિક્ષણ અને આરોગ્ય-જાળવણી વચ્ચે નિકટનો સંબંધ છે. અશિક્ષિત નાની ઉંમરની પરિણીત સ્ત્રી પોતાના આરોગ્ય તરફ ઉદાસીન રહે છે. આમ, છોકરીનું નાની ઉંમરે થતું લગ્ન શારીરિક-માનસિક આરોગ્ય માટે વિઘાતક નીવડે છે.

(2) વારંવારની પ્રસૂતિઓ : નાની ઉંમરે લગ્ન કરનાર છોકરીનો પ્રજનનકાળ લાંબો ચાલે છે. દા.ત. 16 વર્ષની ઉંમરે લગ્ન કરનાર છોકરીનો પ્રજનનકાળ લગભગ 28-30 વરસ સુધી ચાલે છે, જ્યારે 22-23 વરસની ઉંમરે લગ્ન કરનાર છોકરીનો પ્રજનનકાળ 22-23 વર્ષ ચાલે છે. નાની ઉંમરે લગ્ન કરતી લાંબો પ્રજનનકાળ ધરાવતી સ્ત્રીઓ વધુ બાળકોને જન્મ આપે છે. ઉપર જોયું કે ભારતમાં છોકરીનાં લગ્ન નાની ઉંમરે કરી નાખવાની પરંપરા કેટલાક જ્ઞાતિ-સમૂહોમાં અને ગ્રામ વિસ્તારોમાં હજી વ્યાપક છે. આમ, નાની ઉંમરે પરણાવી દેવાતી છોકરીઓને વધુ બાળકો જન્મે છે, એટલે કે, તેમને વારંવાર પ્રસૂતિ થાય છે. દરેક પ્રસૂતિ સ્ત્રીને શારીરિક રીતે નિર્બળ કે અશક્ત બનાવે છે. વધારે બાળકોને જન્મ આપનારી સ્ત્રીઓનું આરોગ્ય નબળું રહે છે. વારંવારની પ્રસૂતિ સાથે ગરીબીની પરિસ્થિતિ જોડાતાં તેની ખતરનાક અસર સ્ત્રીની શારીરિક-માનસિક તંદુરસ્તી પર પડે છે. આમ, છોકરીના નાની ઉંમરના લગ્ન સાથે સંકળાયેલી વારંવારની પ્રસૂતિ સ્ત્રીના આરોગ્યની સમસ્યા પેદા કરે છે. આ ઉપરાંત પુત્ર સંતાનને વધુ પસંદગી આપવામાં આવે છે. આથી સ્ત્રી પુત્ર પ્રાપ્તિ થાય ત્યાં સુધી સગર્ભા બનતી રહે છે, જે તેના આરોગ્ય પર વિપરીત અસર કરે છે. પ્રજોત્પાદન અને સ્ત્રીના આરોગ્ય વચ્ચે ગાઢ

સંબંધ છે. વધુ પડતી પ્રસૂતિઓ સ્ત્રીના આરોગ્યને નુકસાન પહોંચાડે છે.

(3) નિરક્ષરતા : નિરક્ષરતાનો રોગો સાથે નિકટનો સંબંધ છે. ભારતમાં સ્ત્રીઓમાં નિરક્ષરતાનું પ્રમાણ વધુ છે. નિરક્ષર સ્ત્રીઓ પોતાના સામાન્ય આરોગ્ય વિશે ઓછી જાગૃતિ ધરાવતી હોય છે. રોગોથી બચવા અને સારી તંદુરસ્તી જાળવી રાખવા માટે કેટલાક આરોગ્યના પાયાના નિયમો જેવા કે સફાઈ, પીવાનું ચોખ્ખું પાણી, જરૂરી ખોરાક, આરામની જરૂરિયાતો વગેરે વિશે સાચી સમજ હોવી જરૂરી છે. નિરક્ષર સ્ત્રીઓ આરોગ્ય-જાળવણીના આ પાયાના નિયમોથી અજ્ઞાત અને બેદરકાર હોય છે. ખોરાકનાં પોષક તત્ત્વો વિશે તેઓ જરૂરી જાણકારી ધરાવતી નથી. ખોરાકમાં પેદા થતા બૅક્ટેરિયા, રોગનાં જંતુઓ, પાણીજન્ય રોગો વગેરે વિશેનું તેમને જ્ઞાન હોતું નથી અને આ વિશે પ્રગટ થતી પ્રચારલક્ષી માહિતી તેઓ વાંચી-સમજી શકતી નથી. વળી નિરક્ષરતાને કારણે રોગો વિશે તેઓ કેટલીક અંધશ્રદ્ધાઓ અને વહેમો ધરાવતી હોય છે. આ બાબત એટલે કે નિરક્ષરતા સ્ત્રીઓની આરોગ્યવિષયક સમસ્યાઓ પેદા કરતું સહાયક પરિબળ છે.

(4) ગરીબી : ગરીબીને રોગોની જનની કહેવામાં આવે છે. ભારતમાં હજી આશરે 40 ટકા જેટલા લોકો ગરીબીરેખા હેઠળ જીવે છે. આ ગરીબવર્ગના લોકોને પોષણદાયક ખોરાક, માંદગી વખતે જરૂરી સારવાર અને દવાઓ, ફળફળાદિ વગેરે મળી શકતાં નથી. તેઓને માંડ માંડ બે વખતનો રોટલો મળે છે. વળી, ગરીબીને કારણે જીવનનિર્વાહ માટે તેઓને સખત શારીરિક મહેનતનાં કામો કરવાં પડે છે, જેની વિપરીત અસરો તેમના તન અને મન પર પડે છે. ભારતના ગરીબવર્ગના લોકોનું આરોગ્યસ્તર નીચું છે અને તેઓ અનેક રોગોનો ભોગ બને છે. ગરીબવર્ગમાં સ્ત્રીઓની પરિસ્થિતિ પુરુષો કરતાં ખરાબ છે. સ્ત્રીના નીચા દરજ્જાને કારણે ગરીબવર્ગની સ્ત્રીઓને ખોરાક ઓછો અને ઊતરતી ગુણવત્તાવાળો મળે છે. આ સ્ત્રીઓના ખોરાકમાં પૂરતા પોષક તત્ત્વો હોતાં નથી. આથી ગરીબ કુટુંબની સ્ત્રીઓ વિશાળ સંખ્યામાં વારંવાર રોગોનો ભોગ બને છે. આને કારણે તેઓને સમયસર પૂરતી મેડિકલ સારવાર મળી શકતી નથી. ગરીબીને લીધે રહેઠાણ બિનઆરોગ્યપ્રદ હોય છે, જે સ્ત્રીના સ્વાસ્થ્ય પર વિપરીત અસર કરે છે.

(5) અલ્પ પોષણ : પોષક તત્ત્વોના અભાવને કારણે વિવિધ રોગો થાય છે. ભારતીય લોકોના ખોરાકમાં સરેરાશ પોષક તત્ત્વોની ખામી જોવા મળે છે. શરીરને સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત રાખવા માટે પ્રોટીન, વિટામિનો, ખનીજ તત્ત્વો, શર્કરા, કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ વગેરે મળવાં જોઈએ. આ તત્ત્વોના અભાવવાળા ખોરાકથી રોગો થાય છે. ભારતમાં સ્ત્રીઓના ખોરાકમાં શરીરની સામાન્ય તંદુરસ્તી માટે જરૂરી પોષક તત્ત્વોનો અભાવ જોવા મળે છે. આથી સ્ત્રીઓ વિવિધ રોગો જેવા કે શરીરની

Scanned with OKEN Scanner

ફીકાશ, લોહીનું પૂરતાપણું, ટી.બી., નાની ઉંમરે આંખે ઓછું દેખાવું, તા બીમારી, અલ્સર, આંતરડાની બીમારી વગેરેનો ભોગ બને છે. વળી ખોરા પુરુષને જેટલાં પોષક તત્ત્વો મળે છે એના કરતાં સ્ત્રીઓને ઓછાં તત્ત્વો મળે કારણ કે સ્ત્રીઓ બધા પુરુષ-સભ્યો જમી લે તે પછી જે કાંઈ વધ્યું હોય એ ચલાવી લે છે. ગરીબોને મોંઘાં શાકભાજી, ફળફળાદિ, ઘી-દૂધ વગેરે આર્થિક પોષાતાં નથી, જેના કારણે વધારે સહન કરવાનું સ્ત્રીને ભાગે આવે છે. અ અલ્પપોષણથી થતા રોગોનો ભોગ સ્ત્રીઓ વધુ બને છે.

(6) છોકરીના ઉછેર તરફ અવગણના અને ઉદાસીનતા : ભાર સમાજમાં પરંપરાગત રીતે પુત્રના જન્મ કરતાં પુત્રીનો જન્મ ઓછો આવકારદ ગણવામાં આવ્યો છે. આ પરંપરાનું સાતત્ય હજી પણ ટકી રહ્યું છે. છોકર જન્મ થાય તો માબાપ તેના તરફ ઉદાસીનતા સેવે છે, તેના ઉછેર પ્રત્યે પૂ કાળજી લેવામાં આવતી નથી. સામાન્ય શારીરિક તકલીફ માટે છોકરીને ભાગ્યે મેડિકલ સારવાર આપવામાં આવે છે, જ્યારે છોકરા પ્રત્યે જુદું જ વર્તન દાખવવા આવે છે. છોકરીના ખોરાક તરફ પણ પૂરતું ધ્યાન આપવામાં આવતું નથી. છોકર સારો પોષણદાયક ખોરાક આપવા માટે થતું ખર્ચ કરવા માટે હજી ઘણાં માબ તૈયાર હોતાં નથી. આથી બાળપણથી છોકરીનું આરોગ્ય નબળું રહેવા પામે અને આગળ જતાં એ છોકરીઓ વિવિધ રોગોનો ભોગ બને છે.

(7) સ્ત્રીઓના આરોગ્ય તરફ સમાજની ઉદાસીનતા : ભારતીય સમાજ પરંપરાગત રીતે સ્ત્રીના નીચા દરજ્જાને કારણે એની જરૂરિયાતો તરફ ઉદાસીન દાખવવામાં આવે છે. આ જ બાબત સ્ત્રીના આરોગ્યને પણ લાગુ પડે છે. એટ કે, ભારતમાં ખાસ કરીને ગ્રામીણ સમાજમાં, આદિવાસી સમૂહોમાં તથા શહે ગંદા વિસ્તારોમાં રહેતા લોકો સ્ત્રીઓના આરોગ્ય પ્રત્યે બેદરકારી દાખવતા જોવ મળે છે. સ્ત્રીની સામાન્ય શારીરિક તકલીફો તરફ ધ્યાન આપવામાં આવતું નથી પણ જ્યારે કોઈ ગંભીર બીમારીનો ભોગ બને ત્યારે જ તેને મેડિકલ સારવાર આપવામાં આવતી હોય છે. વળી ગામડાંમાં હજી વસ્તીના પ્રમાણમાં પૂરતી આરોગ્ય સુવિધાઓ પણ વિકસાવવામાં આવી નથી. ગામડાંમાં સ્ત્રી-ડૉક્ટરોની ઘણી તંગી છે. સ્ત્રી-ડૉક્ટરો ગામડાંમાં નોકરી કે પ્રૅક્ટિસ કરવાનું પસંદ કરતી નથી. ગ્રામીણ સ્ત્રીઓ જ્યારે કોઈ રોગ કે શરીરની તકલીફ ઊભી થાય ત્યારે પુરુષ-ડૉક્ટરને શરીર બતાવવાની અનિચ્છા ધરાવે છે, જ્યારે ગામડાંમાં સ્ત્રી-ડૉક્ટર ભાગ્યે જ હોય છે. આથી ગ્રામીણ સ્ત્રીઓનું રોગનિદાન અને સારવાર કરવામાં વિલંબ થાય છે. શહેરની હૉસ્પિટલમાં દાખલ કરવા માટે કે સારવાર લેવા માટે ઘણું ખર્ચ થતું હોય છે. સ્ત્રીની સારવાર પાછળ ખર્ચ કરવાનું વલણ સમાજમાં હજી પૂરતું વિકસ્યું નથી.

Scanned with OKEN Scanner

ઘરગથ્થુ ઓસડિયાંથી રોગ મટે ત્યાં સુધી આધુનિક મેડિકલ સારવાર લેવાનું ટાળવામાં આવે છે. આવું સ્ત્રીઓ માટે ખાસ બને છે. એટલે કે, સમાજમાં હજી સ્ત્રીઓના આરોગ્ય માટે ઉદાસીનતા અને બેકાળજી દાખવવામાં આવે છે. આ કારણથી સ્ત્રીઓ પુરુષની સરખામણીમાં રોગનો ભોગ બને તેવી શક્યતા વધી જાય છે.

(8) સ્ત્રીની પોતાની પોતાના આરોગ્ય તરફ ઉદાસીનતા : સ્ત્રીઓના આરોગ્ય તરફ સમાજમાં ઉદાસીનતા પ્રવર્તે છે, એટલું જ નહીં પણ સ્ત્રીઓ પોતે પણ પોતાના આરોગ્ય તરફ ઉદાસીન અને અજાગૃત રહે છે. સમાજમાં સ્ત્રીનો દરજ્જો પુરુષથી ઊતરતો ગણાતો આવ્યો છે અને આ બાબત સ્ત્રીઓ પણ સ્વીકારી લેતી હોય છે. એટલે કે, સ્ત્રીઓ પોતે પણ પોતાની જાતને પુરુષથી ઊતરતી હોવાનું સ્વીકારી લે છે. ભારતીય સમાજની આ મધ્યયુગીન પરંપરાનું સાતત્ય હજી ટકી રહ્યું છે. આનું પરિણામ એ આવે છે કે સ્ત્રીઓ પોતે પોતાના આરોગ્ય માટે પૂરતી તકેદારી અને સંભાળ લેતી નથી. સારું આરોગ્ય જાળવવા માટે પોષણદાયક ખોરાક લેવો જરૂરી છે, પરંતુ સ્ત્રીઓ પોતાના ખોરાક વિશે બેદરકારી દાખવે છે. તેઓ એમ માનતી હોય છે કે પોતે સ્ત્રી છે, એટલે ગમે તે ખાવાનું હોય તો પણ ચાલે. આમ, ઘરના પુરુષોને તે ખોરાકની બાબતમાં સાચવતી હોય છે, પણ પોતાની જાત તરફ ઉપેક્ષા દાખવતી હોય છે. સામાન્ય શારીરિક તકલીફ હોય ત્યાં સુધી તેની જાણ સુદ્ધાં પણ પુરુષવર્ગને કરવામાં આવતી નથી. જ્યારે રોગ બહુ આગળ વધી જાય ત્યારે જ તેની જાણ કરે છે. સારવારના ખર્ચનો ભય એના મનમાં રહેતો હોય છે, તેથી નાછૂટકે જ રોગની પતિને જાણ કરે છે. પ્રસૂતિ પછી અમુક પોષક તત્ત્વો મળવાં જ જોઈએ અને તો જ ગુમાવેલી શક્તિ પાછી મળી શકે, પરંતુ પ્રસૂતા સ્ત્રીઓ તે પરત્વે ઓછી દરકાર રાખતી હોય છે. આમ, સ્ત્રીની પોતાની પોતાના આરોગ્યની ઉદાસીનતા તેને માટે અનેક આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાઓ પેદા કરે છે.

કૃષિકામ વખતે કામને લીધે સ્ત્રીઓ સમયસર ખોરાક લેવાનું ટાળતી હોય છે અને જ્યારે ખોરાક મળે ત્યારે ખોરાક તેની પોષણક્ષમતા ગુમાવી બેઠો હોય છે. કેટલાંક સાંસ્કૃતિક આચરણોને લીધે પણ પર્યાપ્ત ખોરાક મળતો નથી અને અપપોષણ અને કુપોષણ પેદા થાય છે. ઘણી સ્ત્રીઓ કુટુંબના બધા સભ્યો અને મહેમાનો જમી લે પછી જમે છે. આથી કેટલીકવાર સ્ત્રીએ બાકી વધેલી રસોઈથી ચલાવી લેવું પડે છે. તેમાં પર્યાપ્ત ખોરાક મળતો નથી. સ્ત્રીઓ ભાગ્યે જ કુટુંબના સભ્યો સાથે બેસીને પૂર્ણ આહાર મેળવતી હોય છે. આ બાબત સ્ત્રીના આરોગ્ય પર વિપરીત અસર કરે છે.

Scanned with OKEN Scanner

(9) કામના સ્થળે બિન આરોગ્યપ્રદ પરિસ્થિતિ : કારખાના, ઉદ્યો બાંધકામ ક્ષેત્રોમાં ઓછા વેતનવાળી પ્રવૃત્તિ કરતી સ્ત્રીઓને કામના બિનઆરોગ્યપ્રદ અને પ્રદૂષિત પરિસ્થિતિમાં કામ કરવાનું હોય છે, જે સ્ત્રીઓ આરોગ્ય માટે જોખમરૂપ નીવડે છે. આવી સ્ત્રીઓ વિવિધ રોગોનો ભોગ બને

(10) ધાર્મિક માન્યતાઓ : કેટલીક ધાર્મિક માન્યતાઓ અને રિવાજ ઉપવાસ અને એકટાણાથી અલ્પપોષણ અને અપપોષણમાં વધારો થાય છે, શરીરમાં જુદા જુદા પ્રકારની પોષણ - ખામીઓ પેદા કરે છે અને ખામી રોગો પેદા કરે છે.

(11) પુરવઠા વિતરણમાં ખામી અને સ્થળાંતર : ભારતમાં ખોરાકનો પુ પુરવઠો હોય છતાં જરૂરિયાતમંદો સુધી તે સમયસર ભાગ્યે જ પહોંચતો હોય આથી રોજગારી પર અને હંગામી મજૂરી પર નભતી ઘણી સ્ત્રી મજૂરો પર્યાપ્ત ખો મેળવી શકતી નથી. તેઓની ખરીદશક્તિ નબળી હોય છે. આવા સંજોગોમાં સ્ત્રી પરનો બોજો વધી જાય છે. કારણ કે કુટુંબ અને બાળકોને ખવરાવવું તે સ્ત્રીએ જવાબદારી ગણાય છે. દુષ્કાળ જેવા વિપરીત સંજોગોમાં પુરુષોએ રોજગારી સ્થળાંતર કરવું પડે છે ત્યારે સ્ત્રીઓ અને બાળકો માટે ખોરાકનો પ્રશ્ન વધુ વિ બને છે. આ ઘટના અલ્પપોષણ અને અપપોષણનો પ્રશ્ન ઊભો કરી સ્ત્રી અ બાળકોના આરોગ્ય પર વિપરીત અસર કરે છે.

(12) નિઃસંતાનપણુ અને અપુત્રપણું : નિઃસંતાનપણું સ્ત્રીનો દરજ્જો ની લાવે છે અને તેનું અંગતજીવન દુઃખમય બની રહે છે. આવી સ્ત્રીઓનો તેમ પતિ અને કુટુંબ દ્વારા અનાદર થતો હોય છે. કેટલીક વાર આવી સ્ત્રીનો તેના પ દ્વારા ત્યાગ કરવામાં આવે છે. સ્ત્રીને માત્ર પુત્રીઓ જ જન્મતી હોય તેવા કિસ્સા પણ આવાં જ પરિણામો આવતાં હોય છે. નિઃસંતાનપણા માટે અને માત્ર પુત્રી જ જન્મતી હોય તે માટે સમાજમાં સ્ત્રીને દોષિત ગણવામાં આવે છે. વાસ્તવ સંતાનની લિંગ જૈવિક રીતે પુરુષ દ્વારા થાય છે અને નિઃસંતાનપણા માટે પુરુષ સ્ત્રી અથવા બંને જવાબદાર હોય છે તે વાસ્તવિક તથ્યો લોકો સુધી પહોંચાડવા આવશ્યકતા રહેલી છે અને કુટુંબકલ્યાણના ધ્યેયની બાબતમાં પુરુષોને પણ આવશ્ય શિક્ષણ આપવાની જરૂરિયાત રહેલી છે. આમ, નિઃસંતાનપણું અને અપુત્રપણું સ્ત્રીની શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક સ્થિતિ ઉપર વિપરીત અસર કરે છે અને તે સ્ત્રીના આરોગ્યનું સ્તર નીચું લાવે છે.

(13) ખોરાક અને પોષણ તથા આરોગ્ય સંભાળમાં ભેદભાવ : સ્ત્રી-પુરુષ ભેદભાવની વિચારસરણીએ સ્ત્રી અને પુરુષના ખોરાક અને પોષણ તથા આરોગ્ય સંભાળમાં પણ ભેદભાવ પેદા કર્યા છે. ઘણાં જૂથોમાં છોકરીઓને દૂધ પીવા અપાતું

Scanned with OKEN Scanner

નથી. દૂધ પીવું તે છોકરાનો વિશેષાધિકાર ગણાય છે. છોકરીના વૃદ્ધિ-વિકાસને નિયંત્રિત કરવા ઓછો ખોરાક અને ઓછું પોષણ અપાય છે. આર્થિક સ્થિતિ નબળી હોય તેવા કુટુંબોમાં આવો ભેદભાવ વધુ હોય છે. સ્ત્રીને પોષણયુક્ત અને શક્તિદાયક ખોરાકની આવશ્યકતા નથી તેવી માન્યતા પ્રવર્તે છે. છોકરી યુવાન થતાં આવો ભેદભાવ ઓછો થાય છે. પરંતુ તેમાં નોંધપાત્ર સુધારો થયો નાથી. આવો ભેદભાવ સ્ત્રીના આરોગ્ય-સ્તરને નીચું રાખવામાં મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે.

આવી જ રીતે કેટલાંક જૂથોમાં આરોગ્ય-સંભાળમાં ભેદભાવ રહેલો છે. **અમર્ત્યકુમાર સેને** નોંધ્યું છે તેમ પુરુષની તુલનામાં સ્ત્રીને તબીબી સારવાર ઓછી મળે છે. સ્ત્રીઓ માટે દવાખાનાનો ઉપયોગ ઓછો થાય છે. પુત્ર બીમાર પડે તો તરત જ તબીબી સારવાર અપાય છે, જ્યારે પુત્રી બીમાર પડે તો તે પ્રત્યે દુર્લક્ષ સેવવામાં આવે છે. અનિવાર્ય સંજોગોમાં જ કે અસાધ્ય રોગના કિસ્સામાં જ પુત્રીઓને તબીબી સારવાર આપવામાં આવતી હોય છે.

ખોરાક અને પોષણમાં ભેદભાવ તથા આરોગ્ય સંભાળમાં ભેદભાવને લીધે પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓમાં મૃત્યુપ્રમાણ વધુ છે. પુરુષ-બાળમરણ કરતાં સ્ત્રી-બાળમરણનું પ્રમાણ વધુ રહેવા પામે છે. મૃત્યુપ્રમાણના તફાવતો સ્ત્રીના નીચા આરોગ્યસ્તરનું પ્રતિબિંબ પાડે છે.

(14) પર્યાવરણ અને સ્વચ્છતાનો પ્રશ્ન : પર્યાવરણ અને સ્વચ્છતાનો પ્રશ્ન સ્ત્રીઓના આરોગ્ય પર વિભિન્ન રીતે વિપરીત અસર ઉપજાવે છે. આ પ્રશ્ન રહેઠાણ, પાણી અને બળતણની તંગી સાથે સંકળાયેલ છે. ગામના છેવાડે અને શહેરોની ઝૂંપડપટ્ટીમાં રહેતાં કુટુંબો પ્રદૂષિત પર્યાવરણમાં અને ગંદકીવાળા વાતાવરણમાં સુવિધાના અભાવવાળાં રહેઠાણોમાં રહેતાં હોય છે. આવી પરિસ્થિતિ સ્ત્રી અને બાળકોના આરોગ્ય ઉપર વિપરીત અસર કરે છે. આ પ્રશ્ન ગરીબી સાથે સંકળાયેલ છે. ગરીબીની સંસ્કૃતિમાં જીવન જીવતી સ્ત્રીઓનું અને બાળકોનું આરોગ્યસ્તર નીચું રહેવા પામે છે. રોજિંદી જરૂરિયાત તરીકે પાણી અને બળતણનો પ્રશ્ન સ્ત્રી માટે બોજારૂપ બને છે અને તેમાં સ્ત્રીનો સમય અને શક્તિ વપરાઈ જાય છે તેમજ તે સ્ત્રીના આરોગ્ય ઉપર વિપરીત અસર કરે છે. પાણીનો પ્રશ્ન આરોગ્યના પ્રશ્નો ઊભા કરે છે, પાણીજન્ય રોગો પેદા કરે છે અને પાણીની તંગી સ્વચ્છતાના પ્રશ્નો ઊભા કરે છે. ટોઈલેટ અને બાથરૂમની સુવિધાનો અભાવ હોય ત્યાં સ્વચ્છતાનો પ્રશ્ન ઊભો કરે છે અને તે રોગજન્ય ચેપની શક્યતા વધારે છે. પરંતુ હવે આરોગ્ય અને કુટુંબકલ્યાણ મંત્રાલય તથા પેયજળ અને સ્વચ્છતા મંત્રાલયના સંયુક્ત પ્રયાસથી **સ્વચ્છ સ્વચ્છ સર્વત્ર** યોજના એટલે દરેક ઘરમાં ટોઈલેટની સુવિધા ઊભી કરવામાં આવે છે.

4. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય સંબંધી સમસ્યાની અસરો

દેશની વસ્તીનું સંતોષકારક આરોગ્યસ્તર વ્યક્તિ, કુટુંબ અને રાષ્ટ્રની સંપ છે. દેશની વસ્તીમાં લગભગ અર્ધી વસ્તી સ્ત્રીઓની છે એટલે સ્ત્રીઓ દેશનું અર્ધું અ છે. આથી સ્ત્રીઓનું આરોગ્યસ્તર સંતોષકારક હોવું આવશ્યક છે. સ્ત્રીઓ ઘરબહાર આર્થિક પ્રવૃત્તિ કરતી હોય કે ન હોય પરંતુ રાષ્ટ્રની કુલ સંપત્તિ-સર્જનમાં સ્ત્રીઓ ફાળો પુરુષો જેટલો જ ગણાય છે. આથી સ્ત્રીઓનું સંતોષકારક આરોગ્ય સ્તર રાષ્ટ્ર સંપત્તિ-સર્જનનું મહત્ત્વનું સાધન છે. સ્ત્રીઓની ગૃહિણી તરીકેની ભૂમિકાને લીધે પુરુષો આર્થિક પ્રવૃત્તિ કરી શકે છે અને સંપત્તિ-સર્જનમાં પોતાનું પ્રદાન આપી શ છે. આથી જ સ્વાસ્થ્ય એ જ સંપત્તિ છે એમ કહેવાયું છે. સ્ત્રીઓની આરોગ્ય વિષય સમસ્યાઓ સ્ત્રી, કુટુંબ અને રાષ્ટ્ર ઉપર **વિપરીત અસરો** ઉપજાવે છે, જે નીચે મુજ દર્શાવી શકાય :

(1) સ્ત્રીઓનું અનારોગ્ય કે બીમારી કે રોગિષ્ઠપણું સ્ત્રીના તન, મન અને વ્યક્તિત્વ પ વિપરીત અસર ઉપજાવે છે અને કામ કરવાની શક્તિ ગુમાવી બેસે છે, તેન ઉત્પાદકતા નીચી રહેવા પામે છે. પરિણામે રાષ્ટ્રનો આર્થિક વિકાસ રૂંધાય છે.

(2) સ્ત્રીઓનું અનારોગ્ય કે નીચું આરોગ્યસ્તર ગ્રામીણ અને નગર વિકાસન પ્રક્રિયામાં અવરોધક બને છે તેમજ સમાજ માટેનાં આવશ્યક કાર્યોમાં અવરોધ પેદા થાય છે.

(3) બાળકોનું અનારોગ્ય તેમની શૈક્ષણિક સિદ્ધિને મંદ પાડે છે. બાળક તેના નીચા આરોગ્યસ્તરને લીધે પર્યાપ્ત જીવનધોરણ પ્રાપ્ત કરવા અક્ષમ બને છે. પોતાની આગવી સામાજિક ઓળખ ઊભી કરવામાં અવરોધ અનુભવે છે અને પોતાનો વિકાસ સાધવાના અધિકારથી વંચિત રહેવા પામે છે. તેનામાં આવશ્યક કૌશલ્યો વિકસતા નથી અને પોતાની જાત અંગેનો ખ્યાલ તંદુરસ્ત બાળકની તુલનામાં અપરિપક્વ રહેવા પામે છે. નીચા આરોગ્યસ્તરને લીધે બાળક લઘુતાગ્રંથિથી પીડાવા લાગે છે અને રમતગમત, સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓ વગેરેમાં સહભાગી બની શકતું નથી પરિણામે તેનો સર્વાંગી વ્યક્તિત્વ વિકાસ શક્ય બનતો નથી.

(4) સ્ત્રીનું અનારોગ્ય સમગ્ર કુટુંબની જીવન પરિસ્થિતિ ઉપર વિપરીત અસર કરે છે કારણ કે સ્ત્રી કુટુંબજીવનની ધરી છે. બાળકોનું અનારોગ્ય સ્ત્રીને તેની વિભિન્ન ભૂમિકા ભજવવામાં અવરોધક બને છે. સ્ત્રીનું અનારોગ્ય દાંપત્ય જીવનમાં અવરોધક બને છે તેમજ તે માતા અને પત્ની તરીકેની ભૂમિકા ભજવવામાં અવરોધક બને છે.

***

Scanned with OKEN Scanner