

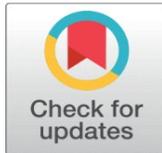
GLOBALIZATION AND AWARENESS TOWARDS WOMEN'S HEALTH

वैश्वीकरण और स्त्री स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता

Nisha¹, Dr. Vipin Kumar²

¹ Department of Sociology, Sunrise University, Alwar, Rajasthan, India

² Professor, Department of Sociology, Sunrise University, Alwar, Rajasthan, India



DOI

10.29121/shodhkosh.v5.i5.2024.6265

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Copyright: © 2024 The Author(s). This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](#).

With the license CC-BY, authors retain the copyright, allowing anyone to download, reuse, re-print, modify, distribute, and/or copy their contribution. The work must be properly attributed to its author.

ABSTRACT

English: Issues like women empowerment, women's discourse, women's freedom, women's identity, gender equality have started being discussed in many areas of Indian society. The process of globalization has brought women's issues to the center. Women's empowerment is necessary for social equality. This strengthens the civilized society. Due to the strong and good health of women, the family progresses and develops the society, the society progresses and develops the country. The presented research includes obtaining information about the health status of women, assessing the awareness towards women's health due to globalization, etc.

Hindi: भारतीय समाज के अनेक क्षेत्रों में महिला सशक्तीकरण, नारी विमर्श, नारी स्वातंत्र्य, नारी अस्मिता, लैंगिक समानता जैसे मुद्दे चर्चित होने लगे हैं। वैश्वीकरण की प्रक्रिया ने नारी विषयक बातचीत को केंद्र में ला दिया है। महिलाओं का सशक्तीकरण सामाजिक समानता के जरूरी है। इससे सभ्य समाज को मजबूती मिलती है। महिलाओं के सशक्त एवं अच्छे स्वास्थ्य के चलते परिवार, परिवार से समाज, समाज से देश की उन्नति एवं विकास होता है। प्रस्तुत शोध में स्त्रियों की स्वास्थ्य संबंधी स्थिति की जानकारी प्राप्त करना, वैश्वीकरण के कारण स्त्री स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता का आँकलन करना इत्यादि सम्मिलित है।

Keywords: Globalization and Women's Health, Women and Diet, Women and Mental Health, Women and Lifestyle, वैश्वीकरण और महिला स्वास्थ्य, स्त्रियाँ और आहार, स्त्रियाँ और मानसिक स्वास्थ्य, महिलायें और जीवन शैली



1. प्रस्तावना

वैश्वीकरण की प्रक्रिया ने तीसरी दुनिया के देशों को एक नए मुद्दे से अवगत कराया है, वह है स्त्री केंद्रित अध्ययन। इस कड़ी में स्त्री विषयक अनेक मुद्दों के साथ उनके स्वास्थ्य पर भी बातचीत होनी शुरू हो गई है। भारतीय संस्कृति में स्त्रियों का समाजीकरण अति संवेदनशील, शालीन, कम बोलने वाली, कम हंसने वाली और यहाँ तक कि कम खाने वाली जैसी छवि का आदर्श गढ़ा गया है। महिलाओं की जीवनशैली में स्वास्थ्य से पहले घरेलू काम-काज, धार्मिक कार्य, घरेलू जिम्मेदारियाँ इत्यादि आती हैं। आहार और खान-पान की आदतें तो नगण्य हैं। जो आदतें हमें परंपरा के डर से मिली होती हैं। उन्हें तोड़ना या छोड़ना अत्यधिक कठिन होता है। ऐसी परंपराओं को बदलने में समय लगता है। इसी के साथ यहाँ यह भी रेखांकित करने योग्य बात है कि भारतीय समाज में भी लैंगिक असमानता है।

2. विश्लेषण

भारत ही नहीं बल्कि विश्व स्तर पर लैंगिक असमानता को देखा जा सकता है। वैश्वीकरण ने सभी देशों का हाल दुनिया के सामने उजागर कर दिया है, इसलिए विश्व स्थिति की जानकारी से सभी परिचित हैं। लैंगिक असमानता ने वैश्विक खाद्य असुरक्षा एवं कुपोषण में योगदान किया है, और महिलाओं की स्थिति को और खराब किया है। ग्रामीण समुदाय में खाद्य और संसाधनों पर महिलाओं एवं पुरुषों दोनों पर उपलब्धता असर करती है। अफसोस

जनक बात है कि शहरी क्षेत्र की महिलाओं पर भी लैंगिक असमानता का असर देखने को मिलता है। जहां खान-पान की आदतों, खाद्य-पदार्थों की उपलब्धता, समय पर भोजन और बारंबारता पर नकारात्मक प्रभाव डालती है।

किसी भी राष्ट्र एवं समाज को अपने चौमुखी विकास को महत्व प्रदान करना चाहिए, क्योंकि जिस प्रकार शरीर के किसी अंग में कोई घाव या परेशानी होगी तो व्यक्ति के पूर्ण विकास में बाधा आएगी, ठीक उसी प्रकार से समाज रूपी शरीर के लिए यह आवश्यक है कि वह महिलाओं को भी पुरुषों के समान ही महत्व एवं अवसर प्रदान करे। स्वस्थ तन तभी स्वस्थ मन हो सकता है। इसका तात्पर्य यह है कि स्वास्थ्य का अर्थ शारीरिक, मानसिक और सामाजिक समृद्धि ही नहीं है बल्कि हमारे मस्तिष्क का स्वस्थ होना भी जरूरी है।

सन 2021 के ग्लोबल हंगर इंडेक्स के अनुसार विश्व के लगभग 82.8 करोड़ लोग भुखमरी का सामना किए। जिसमें से 29.3% लोगों ने सामान्य से गंभीर खाद्य असुरक्षा का सामना किया। अपने अलग-अलग रूपों में कुपोषण दुनियाभर में एक महत्वपूर्ण चुनौती बना हुआ है। विश्व के पैमाने पर सामान्य से लेकर गंभीर असुरक्षा का सामना करने वाली महिलाओं का प्रतिशत 2021 में 31.9 था। एनीमिया (खून की कमी) ने दुनियाभर में 15 से 49 साल के बीच की आधा अरब औरतें और लगभग 27 करोड़ बच्चों को प्रभावित किया।

प्राकृतिक तौर पर महिलाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं विभिन्न आयु वर्ग में आती रहती हैं। मासिक धर्म से शुरू होकर रजोनिवृत्ति तक अनेक प्रकार के शारीरिक बदलाव के उतार-चढ़ाव से स्त्री का शरीर, स्वास्थ्य एवं मनःस्थिति प्रभावित होती रहती है। जबकि हमारी-सामाजिक सांस्कृतिक संरचनाएं इसके प्रति असंवेदनशील हैं। इसकी जगह बहुतेरी वर्जनाएं लागू हैं। इसके परिणाम स्वरूप हमारे समाज की महिलायें विभिन्न प्रकार की स्वास्थ्य संबंधी एवं अन्य प्रकार की समस्याओं और कमियों से जूझ रही हैं।

महिलाओं की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं को निम्नलिखित आयामों से जांचा जा सकता है

- 1) **आहार :** भारतीय समाज में महिलाओं को सम्पूर्ण आहार नहीं मिल पाता है। महिलाओं को अपने बेहतर स्वास्थ्य के लिए संतुलित आहार लेना चाहिए जिसमें फल, सब्जियां, साबुत अनाज, प्रोटीन और दूध के उत्पाद सम्मिलित हों। आमतौर पर महिलायें 30 ग्राम फाइबर की जगह 17 ग्राम ही ले पाती हैं। और लगभग एक-चौथाई महिलायें ही हर दिन फल और सब्जियों में से कम से कम 5 खा पाती हैं। भारतीय महिलाओं की जीवनशैली और सांस्कृतिक परिवेश से प्रेरित उनके खाने की मात्रा और आहार तय होते हैं। परिवार के सभी सदस्यों को खिला लेने के बाद वह स्वयं भोजन करने बैठती हैं, और ज्यादातर बचे-खुचे खाने को खा कर संतुष्ट हो जाती हैं। एकाँकी परिवार की महिलायें फिर भी अपनी स्वतंत्रता एवं इच्छा से कुछ खास कर लेती हैं, लेकिन संयुक्त परिवार या साथ रहने वाले परिवारों की महिलायें असंतुलित आहार पर ही रहती हैं। इस तरह वह धीरे-धीरे एनीमिया की शिकार हो जाती हैं। जिसका खराब असर आने वाली पीढ़ी पर पड़ता है।
- 2) **निर्णय की स्वतंत्रता :** आमतौर पर भारतीय समाज में भोजन बनाने का निर्णय भी पुरुषों की इच्छा के अनुसार लिया जाता है। घर के मुखिया एवं पुरुष सदस्य जिस खाने को पसंद करते हैं, वही बनता है। इस तरह हो सकता है कि पौष्टिक एवं संतुलित आहार की पुनरावृत्ति नहीं हो पाती है। जबकि यह देखा गया है कि जहां खाना बनाने का निर्णय महिलायें लेती हैं वहाँ संतुलित आहार की पुनरावृत्ति अधिक होती है। और इसी के साथ मात्रा का भी संतुलन बराबर रहता है। जब संसाधनों और निर्णय लेने का अधिकार महिलाओं के नियंत्रण में होता है तो इस बात की अधिक संभावना है कि वो परिवार के लिए पौष्टिक आहार को प्राथमिकता दें। इस तरह से स्वास्थ्य से जुड़े आँकड़े अच्छे होंगे, खासतौर पर बच्चे, बूढ़े और महिलाओं से संबंधित।
- 3) **जीवन शैली :** परंपरागत समाज में महिलाओं के जीवनशैली की बात बहुत ही मुश्किल से हो पाती है। कामकाजी महिलाओं की जीवनशैली कमोबेश काम के साथ विकसित हो जाती है, जिससे उन्हें स्वास्थ्य लाभ मिल पाता है, लेकिन घरेलू महिलाओं के लिए उन्नत जीवनशैली का विचार ही मुश्किल होता है। भारतीय गृहणियाँ हमेशा अपने परिवार एवं उसके सदस्यों को प्राथमिकता प्रदान करती हैं, अपने और अपने स्वास्थ्य के प्रति अरुचिकर रहती हैं। पैदल चलना, योग करना, व्यायाम करना इत्यादि घरेलू महिलाओं की आदत में शामिल नहीं होता है। इसलिए हाई ब्लड प्रेशर, शुगर और हड्डियों से संबंधित कई रोगों से वह अपनी प्रौढ़ावस्था में ही ग्रस्त हो जाती हैं। कुछ प्रतिशत ही महिलायें रोग के बाद स्वस्थ जीवनशैली की दिनचर्या विकसित कर पाती हैं, जबकि ज्यादातर महिलायें बीमारियों के बावजूद भी व्यायाम युक्त दिनचर्या विकसित नहीं कर पाती हैं।
- 4) **मानसिक स्वास्थ्य :** यह हमेशा ही कहा जाता है कि स्वस्थ मन और मस्तिष्क से जीवन निरोगी रहता है। किसी भी परिवार की महिलायें उस परिवार की महत्वपूर्ण कड़ी होती हैं। भारतीय समाज में आमतौर पर मानसिक स्वास्थ्य पर बात करना असामान्य बात है, और महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य की बात करना तो असंभव बात है। लेकिन वैश्वीकरण के कारण विगत वर्षों में महिला स्वास्थ्य से संबंधित चर्चाएं आम होनी शुरू हो गई हैं। जिसमें मानसिक स्वास्थ्य भी सम्मिलित है। महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े आँकड़े चौंकाने वाले माने जा सकते हैं। पुरुषों की तुलना में महिलाओं में चिंता रोग होने की दोगुनी संभावना होती है। पाँच में से एक महिला मानसिक विकार से ग्रस्त होती है। भारत में महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य गिरने के कई कारण सामने आए हैं। जिसमें उनके प्रति होने वाली हिंसा, दुर्व्यवहार, सामाजिक आर्थिक स्थिति, लैंगिक भूमिकाओं का भेदभाव शामिल है। अधिकतर मानसिक रोग से ग्रस्त महिलायें इलाज के लिए डॉक्टर के पास नहीं पहुँच पाती हैं। जो महिलायें चिकित्सक के पास पहुँचती हैं, वह रोग के बढ़ जाने के बाद की स्थिति होती है।

3. शोध पद्धति

वर्णनात्मक विधि के द्वारा शोध पूर्ण किया गया है। जिसमें द्वितीयक स्रोत से जानकारी एकत्र की गई है। द्वितीयक शोध के अंतर्गत विषय से संबंधित किताबें, शोध पत्र, समाचार पत्र, पत्रिकाओं द्वारा संबंधित सूचनाएं एकत्र की गई हैं।

शोध के उद्देश्य

- वैश्वीकरण का महिलाओं पर सकारात्मक प्रभाव का जानना
- महिला स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता की स्थिति का जानना करना
- स्त्रियों के आहार एवं जीवनशैली में परिवर्तन का जानना
- परंपरागत समाज में स्त्रियों के मानसिक स्वास्थ्य के प्रति रूढ़िवादी विचार में बदलाव की स्थिति को जानना

4. निष्कर्ष

वैश्वीकरण की प्रक्रिया शुरू होने के बाद से भारतीय समाज में महिला रोगियों की अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बढ़ी है। पहले जहां 48% महिलायें इलाज कारवाई थीं वहीं 2024 में 49% महिलाओं ने इलाज करवाया (आयुष्मान भारत योजना के अनुसार)। नए परिवेश के रहन-सहन से प्रभावित होकर महिलाओं के बीच भी जीवनशैली में परिवर्तन दिखने लगे हैं। इसी के साथ स्वस्थ भोजन एवं कसरत के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण महिलाओं के बीच नजर आ रहे हैं। आज के समाज में महिला जिम छोटे कस्बों में खुलने लगे हैं जो परिवर्तन का संकेत हैं।

वैश्वीकरण की प्रक्रिया के साथ भारतीय समाज स्त्री स्वास्थ्य के प्रति उत्तरोत्तर परिवर्तित हो रहा है। लैंगिक असमानता की कमी को भरते हुए स्वास्थ्य आत्मसम्मान एवं स्वस्थ मानसिक दशा का लाभ प्रत्येक महिला हासिल कर लेगी।

संदर्भ

- आशारानी व्होरा - औरत कल, आज और कल कल्याणी शिक्षा परिषद, नई दिल्ली, 2006
एम. के. गांधी - वीमेन एण्ड सोशल इन जस्टिस, नवजीवन पब्लिशिंग हाउस, अहमदाबाद, 1954
प्रो. कसुमलता केडिया, प्रो. रामेश्वर प्रसाद मिश्र - स्त्रीत्व, धारणाएं एवं यथार्थ, विश्वविद्यालय प्रकाशन, वाराणसी 2004
नाटाणी, प्रकाश नारायण, गौतम ज्योति: लिंग एवं समाज, रिसर्च पब्लिकेशन 89, जयपुर, 2004
साधना आर्य, लता सिंह - भारत में महिला आंदोलन विमर्श और चुनौतियाँ, राधाकृष्ण पेपर बैक, 2003
अमित कुमार सिंह - भूमंडलीकरण और भारत, सामयिक प्रकाशन, 2009
सच्चिदानंद सिन्हा - भूमंडलीकरण की चुनौतियाँ, वाणी प्रकाशन, 2003
Jain Shruti; The Rising Fourth Wave : Feminist Activism on Digital Platforms in India; orfonline.org