International Journal of Home Science 2022; 8(2): 97-98

International Journal of Home Science

ISSN: 2395-7476
IJHS 2022; 8(2): 97-98
© 2022 IJHS
www.homesciencejournal.com
Received: 18-03-2022
Accepted: 28-04-2022

रूपेन्द्रे कौर
शोधार्थी, स्नातकोत्तर गृह विज्ञान विभाग विनोबा भावे, विश्वविद्यालय, हजारीबाग, झारखण्ड, भारत

Corresponding Author:
रूपेन्द्रे कौर
शोधार्थी, स्नातकोत्तर गृह विज्ञान विभाग विनोबा भावे, विश्वविद्यालय, हजारीबाग, झारखण्ड, भारत

विद्यालय जाने से पूर्व बच्चों (1–3 वर्ष) में कुपोषण का प्रभाव

रूपेन्द्रे कौर

सारांस
किसी भी समाज की खुशहाली का अनुमान उसके बच्चों को देख कर लगाया जा सकता है। हमारे बच्चों के विकास और उनकी संमृद्धि में विशेष रूप से विद्यालय जाने से पूर्व की आयु से उपलब्ध कराए गए संपोषण से है। विद्यालय जाने से पूर्व की आयु 1–3 वर्ष तक का होता है। इस अवस्था में वृद्धि प्रथम वर्ष से होती है। इस समय शिशु शैशवावस्था को छोड़कर बाल्यावस्था में प्रवेश करता है। भोजन को हम दो भागों में रखते है। पहले वर्ग में सुपोषण एवं दूसरे वर्ग में कुपोषण । सुपोषण जिसे हम उचित पोषण भी कह सकते है। पोषण की स्थिति वह होती है जिसमें व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ्य रहता है। आहार एवं पोषण विज्ञान के प्रमुख कार्यकर्त्ता ''मेकासन'' ने कहा है कि ''भारत के विकास की राह में कुपोषण एक बड़ी बाधा है। विकासशील देशों में कुपोषण का कारण है बहुत कम भोजन उपलब्ध होना आहार में विटामिन की कमी, रक्तहीनता तथा रोगों की दर में वृद्धि है''। वर्त्तमान अध्ययन हजारीबाग जिले में बच्चों में हो रहे कुपोषण के कारणों एवं उनके प्रभाव को को जानना है। देश में बढ़ती मंहगाई, बेरोजगारी, और कोविड–19, जैसी महामारी के कारण कुपोषण का कहर चारों ओर दिखाई दे रहा है। इस लिए जिले में हजारीबाग में कुपोषण के प्रति लोगों को जागरूक करना आवष्यक है।। अतः इस अध्ययन का उद्देश्य हजारीबाग जिले में बच्चों में हो रहे कुपोषण के कारणों एवं उनके प्रभाव को को जानना है। जिसके लिए विभिन्न आय वर्ग के 240 बच्चो का अघ्ययन के लिए च्यनित करके, बच्चों के आहार एवं पोषण एवं में हो रहे कुपोषण के प्रभाव का अध्ययन किया गया। बच्चों के आहार एवं पोषण एवं में हो रहे कुपोषण के प्रभाव का अध्ययन के लिए संबंधित विषसो पे प्रष्नावली एवं अनुसूची बनाकर जानकारियां प्राप्त की गई।

कूट शब्दः कुपोषण का प्रभाव, समाज की खुशहाली, व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक रूप

1. प्रस्तावनाः–
किसी भी समाज की खुशहाली का अनुमान उसके बच्चों को देख कर लगाया जा सकता है। हमारे बच्चों के विकास और उनकी संमृद्धि में विशेष रूप से विद्यालय जाने से पूर्व की आयु से उपलब्ध कराए गए संपोषण से है। विद्यालय जाने से पूर्व की आयु 1–3 वर्ष तक का होता है। इस अवस्था में वृद्धि प्रथम वर्ष से होती है। इस समय शिशु शैशवावस्था को छोड़कर बाल्यावस्था में प्रवेश करता है। भोजन को हम दो भागों में रखते है। पहले वर्ग में सुपोषण एवं दूसरे वर्ग में कुपोषण । सुपोषण जिसे हम उचित पोषण भी कह सकते है। पोषण की स्थिति वह होती है जिसमें व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ्य रहता है। आहार एवं पोषण विज्ञान के प्रमुख कार्यकर्त्ता ''मेकासन'' ने कहा है कि ''भारत के विकास की राह में कुपोषण एक बड़ी बाधा है। विकासशील देशों में कुपोषण का कारण है बहुत कम भोजन उपलब्ध होना आहार में विटामिन की कमी, रक्तहीनता तथा रोगों की दर में वृद्धि है''। वर्त्तमान अध्ययन हजारीबाग जिले में बच्चों में हो रहे कुपोषण के कारणों एवं उनके प्रभाव को को जानना है। देश में बढ़ती मंहगाई, बेरोजगारी, और कोविड–19, जैसी महामारी के कारण कुपोषण का कहर चारों ओर दिखाई दे रहा है। इस लिए जिले में हजारीबाग में कुपोषण के प्रति लोगों को जागरूक करना आवष्यक है।।

2. साहित्य समीक्षा : कुपोषण की समस्या का समाधान यह है कि देश में आनाजों के उत्पादन में समुचित वृद्धि की जाये और उसे कम आमदनी वाले वगों में सस्ते मुल्य पर वितरित किये जाए। स्वामीनाथन, (2008)[4]
बच्चों के सर्वागीण विकास को ध्यान में रखते हुए उसके लिए पौष्टिक भोजन एवं उचित पोषण की व्यवस्था करना अभिभावको का प्रथम कर्तव्य है, साथ ही इसके प्रति सरकार का भी उचित दाखिल है, क्योंकि बच्चों के स्वास्थ्य से ही राष्ट्र का उत्थान जुड़ा है।

त्रिपाठी एवं त्रिपाठी, (2011)[5] वृद्धि (ळतवूजी) प्रत्येक बच्चे के जीवन का आवश्यक एवं मुख्य गुण है। वृद्धि होने की प्रक्रिया गर्माधान के समय से ही प्रारम्भ हो जाते है और बच्चे के पूर्ण व्यस्क होने तक निरन्तर चलती रहती है। इससे बच्चे के शरीर एवं शरीर के अंगो की लम्बाई, चौड़ाई एवं वजन आयु के अनुसार बढ़ता जाता है। सिंह, (2014)[3]

भारत के उच्चतर आय–वर्ग के बालकों का औसत वजन और औसत ऊँचाई अखिल भारतीय औसत से अधिक है इसका कारण यह है कि उच्च वर्ग के बालकों को अधिक पौष्टिक आहार मिलता है। स्वामीनाथन, (2008)[4]

विकास की राह में कुपोषण एक बड़ी बाधा है। विकासषील देषों में के कुपोषण कार कण हैं बहुत कम भोजन उपलब्ध होना, आहार में विटामिन की कमी, रक्तहिनता तथा रोगों की दर में वृद्धी है। पीलू, और गड्स (1957)[1]

3. षोध प्राविधिः– वर्त्तमान अध्ययन हजारीबाग जिले में बच्चों में हो रहे कुपोषण के कारणों एवं उनके प्रभाव को को जानना है। देश में बढ़ती मंहगाई, बेरोजगारी, और कोविड–19, जैसी महामारी के कारण कुपोषण का कहर चारों ओर दिखाई दे रहा है। इस लिए जिले में हजारीबाग में कुपोषण के प्रति लोगों को जागरूक करना आवष्यक है। अतः इस अध्ययन का उद्देश्य हजारीबाग जिले में बच्चों में हो रहे कुपोषण के कारणों एवं उनके प्रभाव को को जानना है। जिसके लिए विभिन्न आय वर्ग के 240 बच्चो का अध्ययन के लिए चयनित करके, बच्चों के आहार एवं पोषण एवं में हो रहे कुपोषण के प्रभाव का अध्ययन किया गया। बच्चों के आहार एवं पोषण एवं में हो रहे कुपोषण के प्रभाव का अध्ययन के लिए संबंधित विषसो पे प्रष्नावली एवं अनुसूची बनाकर जानकारियां प्राप्त की गई। आय वर्ग में तीन प्रकार के उच्च आय वर्ग,मध्यम आय वर्ग एवं निम्न आय वर्ग के परिवार के बच्चों को क्रमषः ष्षहरी एवं 40, 40 एवं 40 के संख्या में तथा ग्रामीण क्षेत्रों से भी 40, 40 एवं 40 के संख्याा में लिए गए हैं।

उद्देश्य और परिकल्पनाऐ है जिसके द्वारा बच्चों में हो रहे कुपोषण के बारे में अध्ययन है।

4. उद्धेष्य (Objective)

- सामान्य बच्चों एवं कुपोषण युक्त बच्चों के शारीरिक एवं क्रियात्मक विकास का अध्ययन।
- सामान्य बच्चों एवं कुपोषण बच्चों में पौष्टिक आहारीय संबंधी आदतों को जानना।
- कुपोषित बच्चों के माता–पिता का शैक्षिक स्तर आय तथा रोजगार का अध्ययन करना।
- बच्चों के अभिभावक कुपोषण के प्रति जागरूक है या नहीं इसको जानना।
- कुपोषण जनित रोगों का मूल्यांकन।

5. परिकल्पना (Hypothesis)

- सामान्य बच्चों की शारीरिक तथा क्रियात्मक विकास कुपोषित बच्चों से अधिक होता है।
- कुपोषित बच्चों ने आहारीय पौष्टिकता सामान्य बच्चों में रूचि में आभाव होता है।
- स्वस्थ एवं कुपोषित बच्चों की शारीरिक अवस्था में भिन्नता है।
- बच्चों एवं अभिभावकों को पोषण संबंधि जानकारी का अभाव है।
- कुपोषण बच्चों में कुपोषण जनित रोगों के लक्षण अधिक है।

झारखण्ड के मुख्यमंत्री श्री हेमंत सेरेन जी ने 21.03.2021 को अपनी एक प्रेस विज्ञप्ति में कुपोषण को एक बड़ा काला धब्बा कहा है। मुख्य मंत्री ने कहा कि राज्य के लिए कुपोषण एक बहुत बड़ा धब्बा है। और यह धब्बा महिलाओं में एनिमिया, बच्चों में कुपोषण का यह काला धब्बा सदियों से लगा हुआ हे। जब बच्चे ही कुपोषित होगें तो बेहतर भविष्य की सोच बेइमानी होगी। इसलिए सरकार ने एक हजार दिन में कुपोषण को दूर करने का लक्ष्य निधार्रित किया गया है। उनका मानना है कि राज्य में सर्वप्रथम बेरोजगारी की स्थिति किसी से छुपी हुई नहीं है। जिसकी वजह से पोषक आहार बच्चों को नहीं मिल पाने के कारण विशेष ऑर्गन का विकास नहीं होने के कारण होता है। अतः उनका कहना है कि जब वह सरकार के जिम्मेदार पद पर रहे तब व्यवस्था को आगे बढ़ाने के भरकस प्रयास किया जा रहा है।

इसके साथ–साथ हमारे हजारीबाग जिले के वार्ड कमिश्नर, मेयर, वार्ड परिषदों, आंगनबाड़ी सेविकाओं तथा स्वास्थ्य और स्वच्छता कर्मियों को मिल कर स्वच्छता, रोजगार तथा पोषक आहार के लिए लोगों को जागरूक कराना चाहिए ताकि सभी समुदाय मिल कर इस भयावह बिमारी को पूरी तरह से खत्म किया जा सके।

इस विषय को चुनने का मेरा कारण यही है कि मैं हजारीबाग जिले में बच्चों में हो रहे कुपोषण के कारणों को जान सकूँ। देश में बढ़ती मंहगाई, बेरोजगारी, और कोविड–19, जैसी महामारी के कारण कुपोषण का कहर चारों ओर दिखाई दे रहा है। इस लिए मैंने अपने जिले हजारीबाग में कुपोषण के प्रति लोगों को जागरूक करना चाहती हूँ। अतः मेरे कुछ उद्देश्य और परिकल्पनाऐ है जिसके द्वारा बच्चों में हो रहे कुपोषण के बारे में पता लगा सकूँ।

6. संदर्भ ग्रंथः

1. पीलू, आर0 एम0 और एम0 एल0 गड्स (1957) – न्यूट्रीषन इनटेक ऑफ ओमेन फैक्ट्री इमप्लाइज कमपरीजन ऑफ नन एण्ड हाई ऐबसेन्स ग्रूप्स– ग्येटजकोष, जे0 एम0 डायटेअक ऐषोसिएषन।
2. पार्क जे0 ई0 एंड पार्क के0 (1991) – ''एसेंषिएल–ऑफ कॉम्यूनिटी–हेल्थ नर्सिंग, जबलपुर , बनारसीदास भानोट पब्लिकेषन,, पृ0 61–62
3. सिंह, बृदा (2014): आहार विज्ञान, जयपुर, पंचशील प्रकाशन, पृ०सं०–6
4. स्वामीनाथन, एम (2008) आहार एवं पोषण, आठवां संशोधित संस्कारण, इन्दौर, एन० आर० ब्रदर्स, पृ० स– 160
5. त्रिपाठी, रेणु एवं त्रिपाठी, अपर्णा (2011), आहार विज्ञान, प्रथम संस्करण, नई दिल्ली, ओमेगा प्रकाशन, पृ० सं०–77