NEW ERA AGRICULTURE MAGAZINE

किशोरियों में प्रजनन स्वास्थ्य का ज्ञान

अंशिका शुक्ला[1], डॉ जया वर्मा[2], डॉ. अनी बाजपेई[3]

परिचय:

किशोरावस्था मानव जीवन की अत्यंत महत्वपूर्ण और संवेदनशील अवस्था है। 10 से 19 साल तक की अवस्था को किशोरावस्था माना जाता है। भारत में दुनिया की सबसे बड़ी किशोर आबादी है। लगभग 25.3 करोड़ किशोरों में किशोर लड़कियों की आबादी लगभग 47% है। इसलिये किशोरियों के लिए प्रजनन स्वास्थ्य का ज्ञान होना महत्वपूर्ण है क्योंकि यह जीवन का एक ऐसा चरण है जिसमें व्यक्ति यौन परिपक्वता को प्राप्त करता है। किशोरावस्था शारीरिक और भावनात्मक बदलावों के साथ-साथ तेजी से विकसित होने की अवधि है। इसके बावजूद यह पाया गया है कि किशोरियों में उनके शरीर, कामुकता और गर्भनिरोधक के बारे में जानकारी का अभाव होता है। हमारे देश में यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य को ऐतिहासिक रूप से नजरअंदाज किया गया है। हमारी शिक्षा प्रणाली का भी किशोरों को यह जान प्रदान कराने में बहुत कम योगदान है जिससे कि उनके मन में कई गलत विचार, धारणाएं एवं असुरक्षित यौन क्रियायें शामिल होने की संभावना रहती है। इस प्रकार किशोरियों में असुरक्षित गर्भपात, एस.टी.डी (यौन संचारित

[1]अंशिका शुक्ला, [2]डॉ जया वर्मा, [3]डॉ. अनी बाजपेई
[1]छात्रा (एमएससी प्रथम वर्ष सामुदायिक विज्ञान)
[2,3]अध्यापिका, प्रसार शिक्षा एवम संचार प्रबंधन विभाग
चंद्र शेखर आजाद कृषि एवम प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय

रोग), अनचाहा गर्भधारण, HIV महत्वपूर्ण समस्याएं हैं।

किशोरियों से तात्पर्य 10- 19 वर्ष की लड़कियों से है- 1. प्रारंभिक (10-14 वर्ष) व 2. द्वितीयक वर्ग (15-19 वर्ष)। प्रारंभिक समूह संवेदनशील जबकि द्वितीयक वर्ग अति संवेदनशील की श्रेणी में आते हैं। विश्व में सबसे ज्यादा किशोरियों की संख्या भारत में है। वयस्कता में एक दर्दनाक या हानिकारक संक्रमण जीवन भर का कष्ट दे सकता है। लड़कियों को मुख्यत्तः एच.आई.वी., यौन संचारित संक्रमण (एस.टी.डी.), यौन उत्पीड़न, शोषण और हिंसा के जोखिमों का सामना करना पड़ता है। सभी का किशोरियों के शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य के साथ ही परिवार एवं समुदाय पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। निम्न मुख्य चुनौतियां इस प्रकार हैं-

<u>गर्भावस्था, गर्भनिरोधक और गर्भपात-</u>

15 से 19 साल की लगभग 1.5 करोड़ लड़कियां हर साल मां बनती हैं जो कि पूरे विश्व का लगभग 11% है। जिसके परिणामस्वरुप जटिलता और मृत्यु का खतरा अधिक होता है। उदाहरण के तौर पर 16 वर्ष से कम उम्र की किशोरियों में मृत्यु का खतरा चार गुना अधिक है। जिन लड़कियों का पूरी तरह विकास नहीं हुआ है उनमें 86% को प्रसूति संबंधी फिस्टुला (अंगों का रूप बिगड़ना) पाया गया है। भारत में गर्भ निरोधक को उपयोग करने में बहुत कम प्रगति हुई है। भारत में अभी भी सामाजिक एवं सांस्कृतिक रूढ़ियां एक बड़ा कारण बनी हुई है जिससे किशोरियों को गर्भनिरोधक उपलब्ध कराने में समस्या का सामना करना पड़ता है।

<u>एच.आई.वी./एड्स और एस.टी.डी.-</u>

भारत में लगभग 6% लोग एस.टी.डी से ग्रसित हैं , किशोरियों में यह समस्या और भी विकराल है। सुजाक (गौनोरिया), सिफीलिस, क्लैमिडियता, ट्राइकोमोनेसता एवं एचआईवी आदि सामान्य संचारित रोग है। इस सब में एचआईवी ही सबसे संक्रामक व खतरनाक रोग है। एचआईवी एक संक्रमित व्यक्ति के द्वारा प्रयोग की गई सुई ,शल्य क्रिया के औजार एवं संदूषित रक्तदान (ब्लड ट्रांसफ्यूजन) या संक्रमित माता से गर्भरत शिशु को भी हो सकता है। यकृतशोध-बी एवं एचआईवी को छोड़कर बाकी सभी यौन रोग पूरी तरह से इलाज योग्य है। हालांकि इन्हें शुरुआती अवस्था में पहचाना एवं उचित ढंग से इलाज कराया जाए। इन सभी रोगों के शुरुआती लक्षण बहुत हल्के-फुल्के होते हैं जो कि गुप्तांग में खुजली, तरल स्राव, हल्का दर्द तथा सूजन आदि हैं। कभी-कभी संक्रमित लड़कियों में लक्षण दिखाई नहीं देते इसलिए लंबे समय तक उनका पता नहीं चल पाता। संक्रमण की प्रारंभिक अवस्था में लक्षणों का प्रकट न होना या उनका कम दिखाई देना तथा यौन संचारित

रोगों से जुड़े सामाजिक कलंक का डर संक्रमित बालिकाओं को समय पर जांच तथा उचित उपचार से रोकता है। इसके कारण आगे चलकर जटिलताएं पैदा होती है जो की श्रेणी-सूजन की बीमारी (पी.आई.डी.), गर्भपात, कम उम्र में मन बनना, बंध्यता या जन्म मार्ग का कैंसर हो सकता है। यौन संचारित रोगों के लिए सभी संवेदनशील है हालांकि 15 से 19 वर्ष की लड़कियों में इसकी संभावना ज्यादा है।

बांझपन अथवा बंध्यता- यह एक ऐसी अवस्था है जिसमें दंपति उन्मुक्त सहवास के बावजूद संतान प्राप्त करने में असमर्थ रहते हैं। इसके कारण कई हैं जैसे शारीरिक, जन्मजात रोग, औषधिक एवं मनोवैज्ञानिक भी हो सकते हैं। भारतवर्ष में प्रायः बच्चा पैदा न होने का दोष लड़कियों पर ही डाला जाता है जबकि समस्याएं पुरुषों में भी हो सकती हैं।

इसलिए प्रजनन स्वास्थ्य के प्रति किशोरियों के ज्ञान में सुधार करने से उन्हें बेहतर और सूचित प्रजनन स्वास्थ्य विकल्प चुनने में मदद मिल सकती है।

- प्रजनन स्वास्थ्य में सुधार के लिए हमें एक एकीकृत व्यवस्था अपनानी होगी जहां व्यक्ति, समाज और सरकार का बराबर योगदान होगा। किशोरियों के साथ काम करने के लिए प्रशिक्षित स्वास्थ्य कर्मियों द्वारा प्रदान की जाने वाली गुणवत्तापूर्ण सेवाओं तक पहुंच को आसान करना होगा।
- यौन शिक्षण कार्यक्रमों को बढ़ाया जाना चाहिए एवं यौन व्यवहार पर बातचीत के लिए विद्यालय स्तर पर अनुकूल वातावरण स्थापित करना चाहिए।
- स्वास्थ्य कर्मियों द्वारा सटीक, संतुलित यौन शिक्षा के लिए गांव, तहसील, शहर एवं राज्य स्तर पर कार्यक्रम किए जाने चाहिए।

भारत में लगभग 25000 किशोरियों की मृत्यु 2020 में प्रसव से जुड़ी समस्याओं से

हुई। स्वस्थ बालिका ही समाज का आधार है क्योंकि वह विभिन्न रूपों (माता, बहन, पत्नी) में समाज को गौरवान्वित करती है। एक स्वस्थ समाज की नींव तभी रखी जा सकती है जब वहां की बालिकायें पूरी तरह स्वस्थ हों। निश्चित ही प्रजनन स्वास्थ्य की जटिलताएं एक बड़ी चुनौती है लेकिन सभी के सहयोग से एवं रूढ़िवादी सोच को छोड़कर ज्ञान, जांच और उपचार की मदद से इसे हराया जा सकता है।