IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

हाई/हायर स्तर के शहरी छात्राओं के मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी जागरूकता का अध्ययन

शोधकर्ता – डॉ.लता मिश्रा, श्रीमती योगेश्वरी महाडिक,
पता – शासकीय शिक्षक .शिक्षा महाविदयालय शंकरनगर रायपुर छत्तीसगढ
शोध कार्य सत्र 2021–22

सांराश –
यह शोध पत्र मेरे सर्वेक्षण शोध पर आधारित है इस शोध अध्ययन हेतु न्यादर्श के रूप में छत्तीसगढ राज्य गरियाबंद जिले हाई/हायर स्तर के शहरी छात्राओं को लिया गया है इसका उदेश्य छात्राओं के मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी जागरूकता का अध्ययन करना है मासिक स्वच्छता का उचित ज्ञान न होने के कारण अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जिससे बचाव हेतु उचित ज्ञान तथा स्वच्छ व सही आदतों को अम्यास में लाने हेतु शोध की संकल्पना रखी है । महावारी महिलाओं तथा लडकियों के स्वास्थ्य तथा उनके जीवन शक्ति का महत्वपूर्ण संकेतक हैं। इसका स्वच्छता पूर्वक प्रबंधन गरिमा के साथ किया जाना अच्छी स्वच्छता एंव सफाई का अभिन्न अंग है। मसिक स्वच्छता प्रबंधन की पहल, कई दशक पूर्व विश्व स्तर पर प्रारंभ हो चुकी है। अब यह प्रत्येक देश, प्रदेश तथा स्थानीय स्तर पर लागू की जा रही हैं, किंतु इन कवायदों में विकासशील तथा अविकसित राष्ट्रों की स्थिति चिंताजनक है इनमें भारत के अनेक क्षेत्र तथा छत्तीसगढ़ भी सम्मिलित है, क्योंकि भारत के 63: विद्यालयो में मासिक स्वच्छता प्रबंधन की चर्चा भी नहीं की जाती । स्वस्थ होने पर ही हम अनेक विकास अवसरों शिक्षा प्राप्ति के अवसर प्राप्त कर सकते हैं इस हेतु बालिकाओं के स्वास्थ्य की स्थिति अच्छी बनाए रखने के लिए उनका संपूर्ण पोषण आहार प्राप्त करना आवश्यक है जो कि भारतीय प्रांतों एवं स्थानों में मासिक रुढ़ीवादियों के चलते उन्हें इससे वंचित कर देता है, उचित मासिक शिक्षा उनके स्वास्थ्य को बनाए रखेगा।

प्रस्तावना– मासिक धर्म संबंधी अनेक भ्रांतियों, रूढ़ियों, वर्जनाओ तथा असंगत सूचनाओं के चलते हीन भावना से ग्रसित हो जाती है। तथा स्वयं को अशुद्ध, अपवित्र व अन्य से कमतर समझने लगती हैं। इससे उनका शारीरिक मानसिक तथा संवेगिक स्वास्थ्य नकारात्मक रूप से प्रभावित होता है, जो प्रत्यक्ष –अप्रत्यक्ष रूप से उनकी शैक्षिक उपलब्धि को व्यापक रूप से प्रभावित करती है। ग्रामीण व जनजातीय अंचलो की बालिकाएं रेडियो टेलीविजन से वंचित रह जाती हैं तथा उनमें जागरूकता प्रदान करने वाले संसाधन युक्त स्थानों की अनुपलब्धता/अल्पता का प्रभाव पाया जाता है । इस कारण उनकी जानकारियों का एकमात्र स्रोत घरेलू संसाधन ही होते हैं । जो कि अधिकतर रूढ़िवादिता तथा परंपरागत मान्यताओं, अंधविश्वासों से पूर्ण एवं युक्त होते हैं । इस प्रकार स्थानों में विद्यालयों की, शिक्षकों की एवं संसाधनों की भूमिका और भी अधिक बढ़ जाती है।

उददेश्य –

- शहरी क्षेत्र में स्थित शासकीय हाई/हायर स्तर की छात्राओं के मासिक धर्म एवं स्वच्छता की स्थिति का अध्ययन करना।

शोध प्रश्न –

- शहरी क्षेत्र मे स्थित शासकीय हाई /हायर स्तर की छात्राओं के मासिक धर्म एवं स्वच्छता की स्थिति कैसी है ?

परिसीमन

स्थान की दृष्टि से छत्तीसगढ़ के गरियाबंद जिले के पौड, कोपरा के शासकीय हाई/हायर स्तर विदयार्थियो का चयन किया गया।

- गरियाबंद जिले के कोपरा शहरी स्कूल एवं ग्राम पौंड के छात्राओ का चयन किया गया।
- गरियाबंद जिले के शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र के एक–एक शासकीय हाई/हायर सेकन्डरी स्कूल के छात्राओ का चयन किया गया है ।

न्यादर्श – गरियाबंद जिला के छुरा एवं फिगेश्वर विकासखंड ग्राम कोपरा में अध्ययनरत 100 छात्राये ।

प्रस्तुत लघुशोध में गरियाबंद जिले में निवासरत यादृच्छिक Simple Randam Sampling विधि से चयन किया गया है।

प्रक्रिया

- प्रश्नावली का निर्माण किया गया ।
- स्कूल के विदयार्थियो से मिलकर प्रश्नोत्तर सूची के माध्यम से डाटा एकत्र किया गया।

शोध उपकरण – शिक्षक निर्मित (प्रश्नोत्तर) वाय महाडिक , डॉ.लता मिश्रा

विधि – सर्वेक्षण विधि

आंकड़ों के विश्लेषण की तकनीकें –

डाटा एकत्र करने के पश्चात डाटा एन्ट्री टेबुलेशन, स्कोरिग एवं एनालिसिस का कार्य किया गया । डाटा का वर्गीकरण, सारणीयन, आरेखीय निरूपण किया गया ।

सारणी कमांक 1

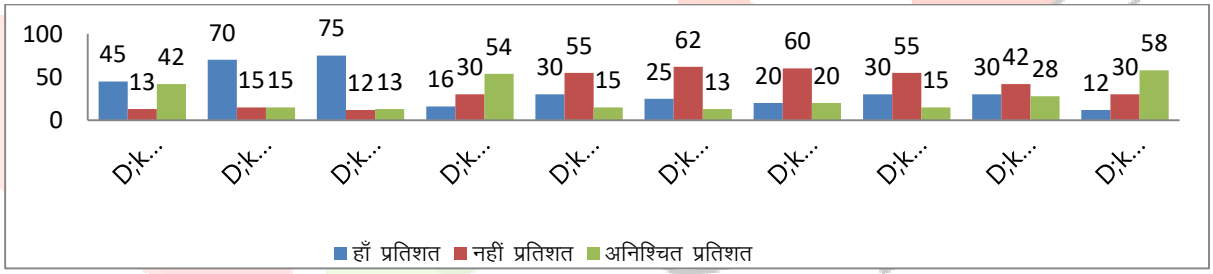
क्र.	जिला	विकासखंड	निवास के प्रकार	विद्यालय	न्यादर्श
1.	गरियाबंद	छुरा	ग्राम पौंड	01	100
2.		फिंगेश्वर	शहर कोपरा	01	100
कुल योग		02	ग्राम – 01 शहर – 01	02	200

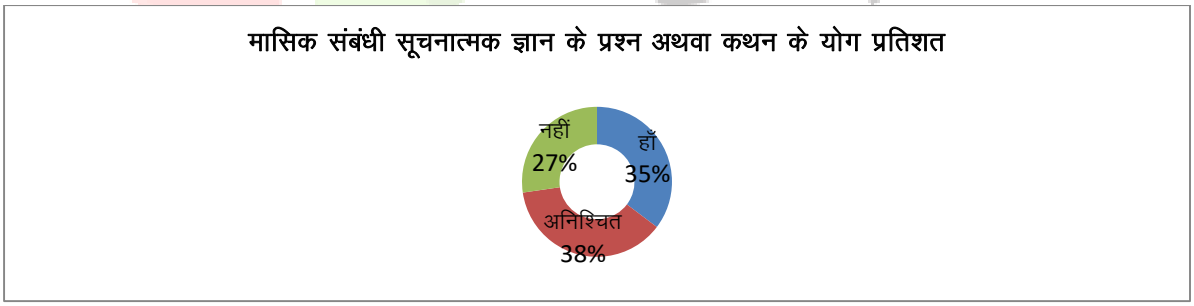
शोध प्रश्न – शहरी क्षेत्र मे स्थित शासकीय हाई /हायर स्तर की छात्राओं के मासिक धर्म एवं स्वच्छता की स्थिति क्या है ?

सारणी क्रमांक 2

क्र.	मासिक संबंधी सूचनात्मक ज्ञान के प्रश्न अथवा कथन	हाँ(%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
1	क्या आपने अक्षय कुमार की पैडमैन फिल्म देखी है?	45	13	42	100
2	क्या 12 वर्ष के पश्चात आपके शरीर में बदलाव आए है?	70	15	15	100
3	क्या आपको माहवारी के बारे में जानकारी है?	75	12	13	100
4	क्या एक गर्भवती स्त्री को भी माहवारी आती होगी?	16	30	54	100
5	क्या 50 वर्ष के पश्चात माहवारी बंद हो जाती है?	30	55	15	100
6	क्या माहवारी का रक्त हानिकारक होता है?	25	62	13	100
7	क्या माहवारी का रक्त पेट से आता है?	20	60	20	100
8	क्या कोई दवा खाने से माहवारी रूक या बंद हो सकती है?	30	55	15	100
9	क्या उन दिनों दौड़ना/नृत्य करना हानिकारक है?	30	42	28	100
10	क्या यह कोई बीमारी अथवा दैवीय प्रकोप है?	12	30	58	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	35.3	37.4	27.3	

ग्रॉफीय निरूपण क्रमांक 1





निष्कर्ष –

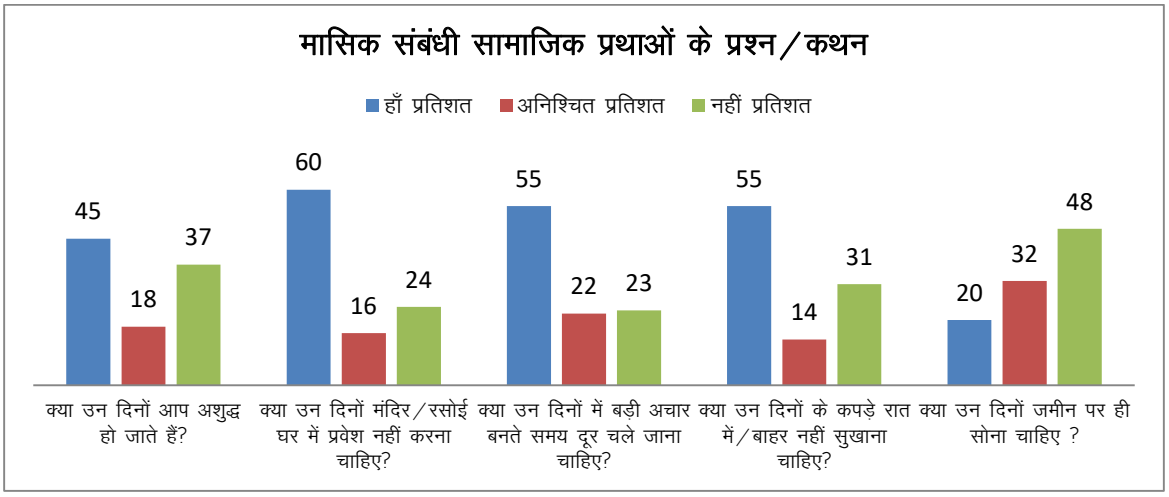
मासिक संबंधी सूचनात्मक ज्ञान के प्रश्न अथवा कथन

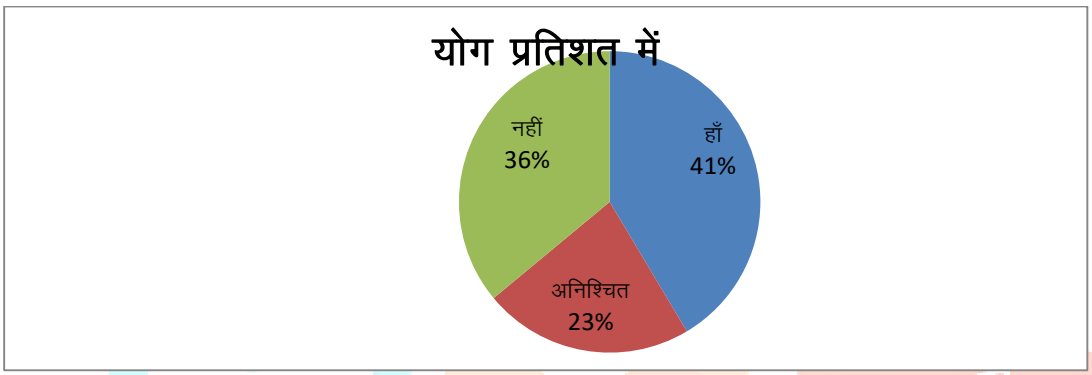
- 45 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने अक्षय कुमार की पैडमैन फिल्म देखी है।
- 70 प्रतिशत शहरी छात्राए 12 वर्ष के पश्चात शरीर में बदलाव मानते है।
- 75 प्रतिशत शहरी छात्राओ को माहवारी के बारे में जानकारी है।
- 54 प्रतिशत शहरी छात्राओ को नही मालूम कि एक गर्भवती स्त्री को भी माहवारी आती होगी।
- 55 प्रतिशत शहरी छात्राओ मे अनिश्चितता है कि 50 वर्ष के पश्चात माहवारी बंद हो जाती है।
- 62 प्रतिशत शहरी छात्राओ मे अनिश्चितता है कि माहवारी का रक्त हानिकारक होता है।
- 60 प्रतिशत शहरी छात्राओ मे अनिश्चितता है कि माहवारी का रक्त पेट से आता है।
- 55 प्रतिशत शहरी छात्राओ मे अनिश्चितता है कि कोई दवा खाने से माहवारी रूक या बंद हो सकती है।
- 42 प्रतिशत शहरी छात्राओ मे अनिश्चितता है कि उन दिनों दौड़ना/नृत्य करना हानिकारक है।
- 58 प्रतिशत शहरी छात्राए मानती है कि यह कोई बीमारी अथवा दैवीय प्रकोप नही है।

सारणी क्रमांक 3

क्र.	मासिक संबंधी सामाजिक प्रथाओं के प्रश्न/कथन	हाँ(%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
11	क्या उन दिनों आप अशुद्ध हो जाते हैं ?	45	18	37	100
12	क्या उन दिनों मंदिर/रसोई घर में प्रवेश नहीं करना चाहिए?	60	16	24	100
13	क्या उन दिनों में बड़ी अचार बनते समय दूर चले जाना चाहिए?	55	22	23	100
14	क्या उन दिनों के कपड़े रात में/बाहर नहीं सुखाना चाहिए?	55	14	31	100
15	क्या उन दिनों जमीन पर ही सोना चाहिए?	20	32	48	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	**47**	**20.4**	**32.6**	

ग्रॉफीय निरूपण क्रमांक 2





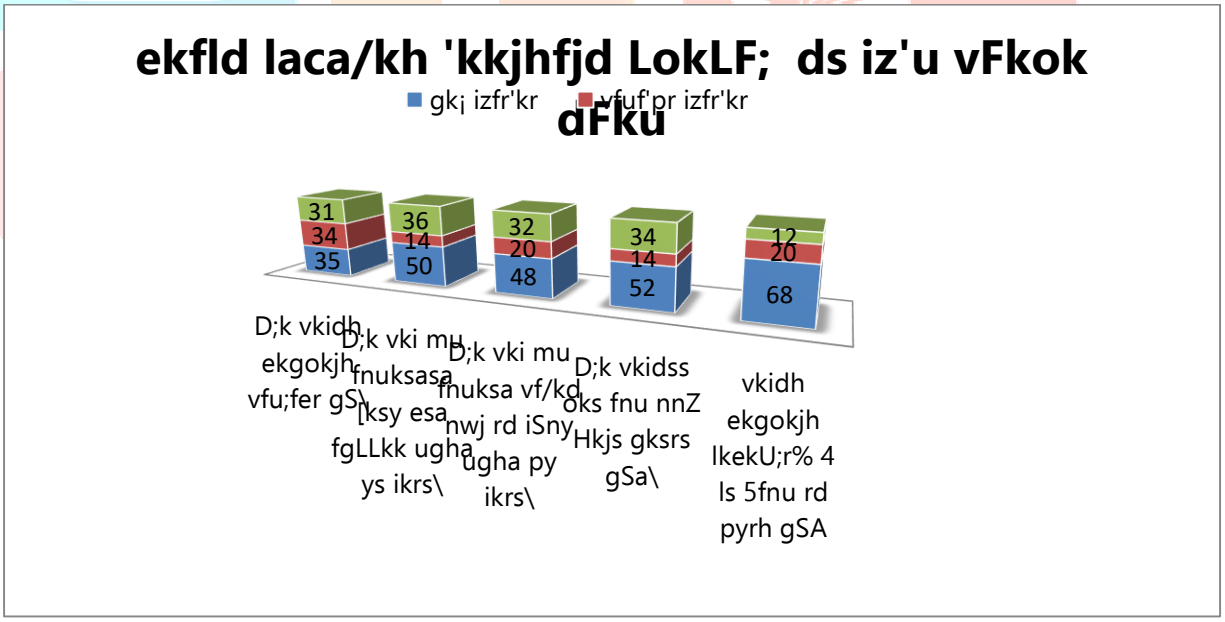
निष्कर्ष – मासिक संबंधी सामाजिक प्रथाओं के प्रश्न/कथन

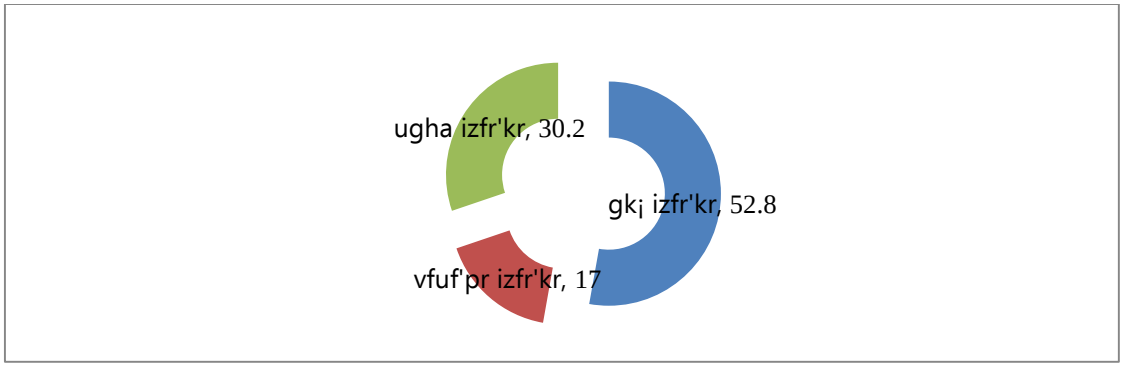
- 45 प्रतिशत शहरी छात्राओ का मानना है कि उन दिनों वे अशुद्ध हो जाती हैं।
- 60 प्रतिशत शहरी छात्राओ का मानना है कि उन दिनों मंदिर/रसोई घर में प्रवेश नहीं करना चाहिए।
- 55 प्रतिशत शहरी छात्राओ का कहना है कि उन दिनों में बड़ी अचार बनते समय दूर चले जाना चाहिए।
- 55 प्रतिशत शहरी छात्राओ का कहना है कि उन दिनों के कपड़े रात में/बाहर नहीं सुखाना चाहिए ।
- 20 प्रतिशत शहरी छात्राओ का कहना है कि उन दिनों जमीन पर ही सोना चाहिए 32 प्रतिशत अनिश्चित है 48 प्रतिशत छात्राओ का कहना है कि उन दिनों जमीन पर नही सोना चाहिए ।

सारणी क्रमांक 4

क्र.	मासिक संबंधी शारीरिक स्वास्थ्य के प्रश्न/कथन	हाँ(%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
16	क्या आप की माहवारी अनियमित है ?	45	30	25	100
17	क्या उन दिनों आप खेल में हिस्सा नहीं ले पाते?	52	12	36	100
18	क्या आप उन दिनों अधिक दूर तक पैदल नहीं चल पाते ?	45	15	40	100
19	क्या आपके वो दिन हमेशा दर्द भरे होते है ?	52	8	40	100
20	आपकी माहवारी सामान्यतः 4 से 5 दिन तक चलती है ?	70	20	10	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	52.8	17	30.2	

ग्रॉफीय निरूपण क्रमांक 3





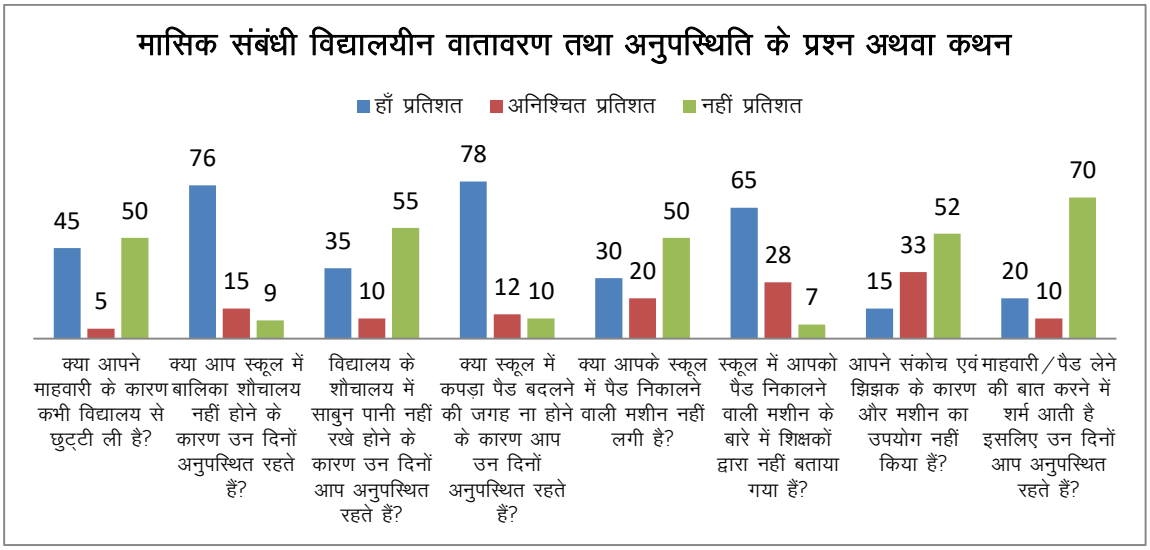
निष्कर्ष – मासिक संबंधी शारीरिक स्वास्थ्य के प्रश्न/कथन

- 35 प्रतिशत शहरी छात्राओ का मानना है कि माहवारी अनियमित है।
- 50 प्रतिशत शहरी छात्राओ का मानना है कि उन दिनों आप खेल में हिस्सा नहीं ले पाते।
- 48 प्रतिशत शहरी छात्राओ का मानना है कि उन दिनों अधिक दूर तक पैदल नहीं चल पाते।
- 52 प्रतिशत शहरी छात्राओ का मानना है कि वो दिन हमेशा दर्द भरे होते हैं।
- 68 प्रतिशत छात्राओ का मानना है कि माहवारी सामान्यतः 4 से 5 दिन तक चलती है।

सारणी क्रमांक 5

क्र.	मासिक संबंधी विद्यालयीन वातावरण तथा अनुपस्थिति के प्रश्न अथवा कथन	हाँ(%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
21	क्या आपने माहवारी के कारण कभी विद्यालय से छुट्टी ली है?	45	05	50	100
22	क्या आप स्कूल में बालिका शौचालय नहीं होने के कारण उन दिनों अनुपस्थित रहते हैं?	76	15	09	100
23	विद्यालय के शौचालय में साबुन पानी नहीं रखे होने के कारण उन दिनों आप अनुपस्थित रहते हैं?	35	10	55	100
24	क्या स्कूल में कपड़ा पैड बदलने की जगह ना होने के कारण आप उन दिनों अनुपस्थित रहते हैं?	78	12	10	100
25	क्या आपके स्कूल में पैड निकालने वाली मशीन नहीं लगी है?	30	20	50	100
26	स्कूल में आपको पैड निकालने वाली मशीन के बारे में शिक्षकों द्वारा नहीं बताया गया हैं?	65	28	07	100
27	आपने संकोच एवं झिझक के कारण और मशीन का उपयोग नहीं किया हैं ?	15	33	52	100
28	माहवारी/पैड लेने की बात करने में शर्म आती है इसलिए उन दिनों आप अनुपस्थित रहते हैं?	20	10	70	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	**53.75**	**15**	**31.25**	**100**

ग्रफीय निरूपण 4



निष्कर्ष –

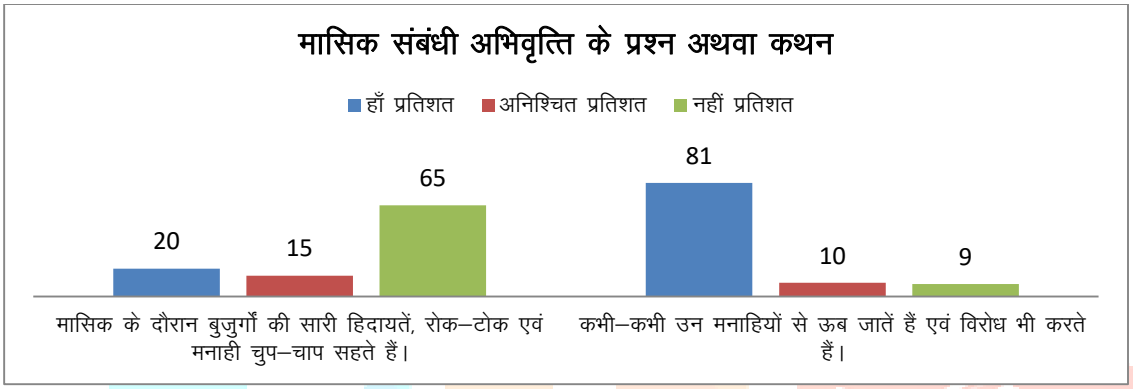
मासिक संबंधी विद्यालयीन वातावरण तथा अनुपस्थिति के प्रश्न अथवा कथन

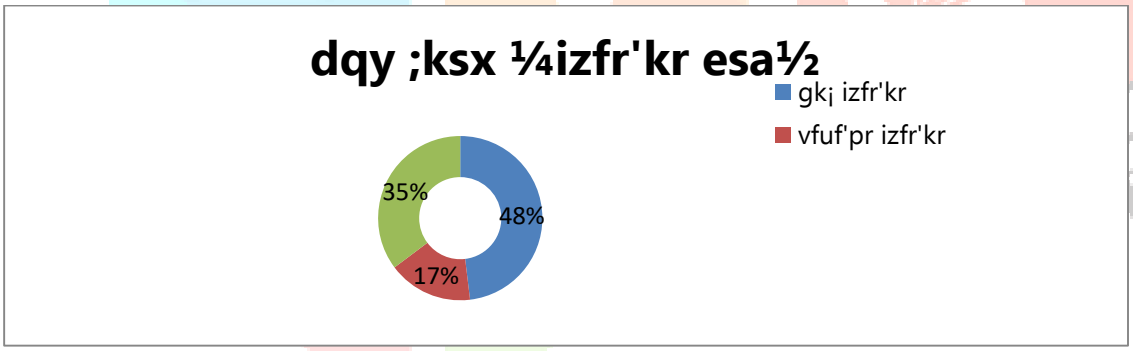
- 45 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने माहवारी के कारण कभी विद्यालय से छुट्टी ली है।
- 76 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने स्कूल में बालिका शौचालय नहीं होने के कारण उन दिनों अनुपस्थित रहते हैं।
- 35 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने विद्यालय के शौचालय में साबुन पानी नहीं रखे होने के कारण उन दिनों अनुपस्थित रहते हैं ।
- 78 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने माहवारी/पैड लेने की बात करने में शर्म आती है इसलिए उन दिनों आप अनुपस्थित रहते हैं।
- 50 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि स्कूल में पैड निकालने वाली मशीन नहीं लगी है।
- 65 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि स्कूल में आपको पैड निकालने वाली मशीन के बारे में शिक्षकों द्वारा नहीं बताया गया हैं।
- 52 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि संकोच एवं झिझक के कारण और मशीन का उपयोग नहीं किया हैं।
- 70 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि स्कूल में कपड़ा पैड बदलने की जगह ना होने के कारण आप उन दिनों अनुपस्थित रहते हैं।

सारणी क्रमांक 17

क्र.	मासिक संबंधी अभिवृत्ति के प्रश्न अथवा कथन	हाँ(%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
29	मासिक के दौरान बुजुर्गों की सारी हिदायतें, रोक–टोक एवं मनाही चुप–चाप सहते हैं।	20	15	65	100
30	कभी कभी उन मनाहियों से ऊब जाते है एवं विरोध भी करते है।	81	10	09	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	50.5	17.5	37	100

ग्रॉफीय निरूपण कमांक 4



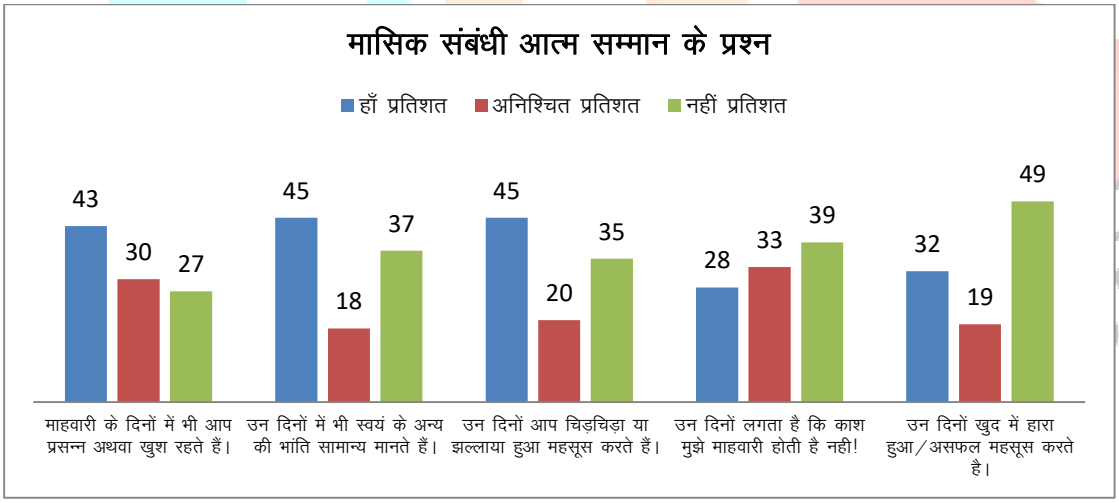


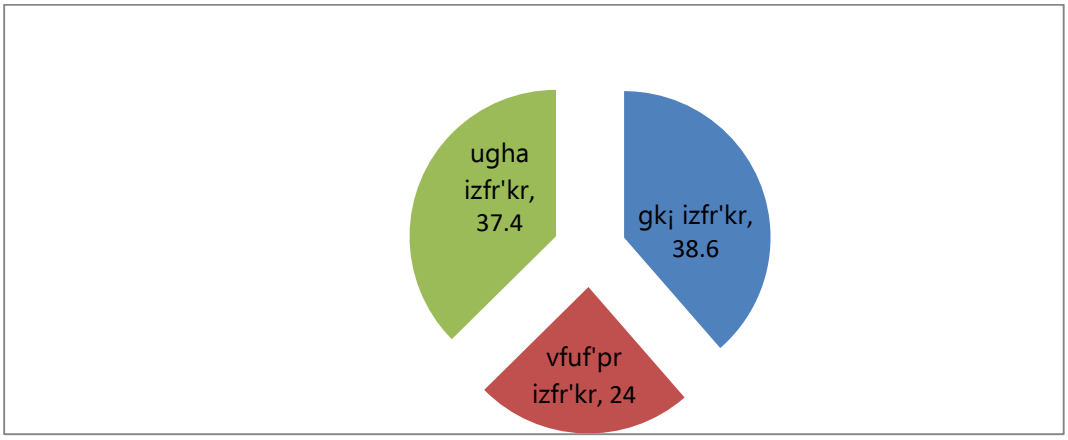
निष्कर्ष – मासिक संबंधी अभिवृत्ति के प्रश्न अथवा कथन

- 65 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि मासिक के दौरान बुजुर्गों की सारी हिदायतें, रोक–टोक एवं मनाही चुप–चाप नही सहते हैं।
- 81 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि कभी कभी उन मनाहियों से ऊब जाते है एवं विरोध भी करते है।

सारणी क्रमांक 6

क्र	मासिक संबंधी आत्म सम्मान के प्रश्न	हाँ (%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
31	माहवारी के दिनों में भी आप प्रसन्न अथवा खुश रहते हैं।	43	30	27	100
32	उन दिनों में भी स्वयं के अन्य की भांति सामान्य मानते हैं।	45	18	37	100
33	उन दिनों आप चिड़चिड़ा या झल्लाया हुआ महसूस करते हैं।	45	20	35	100
34	उन दिनों लगता है कि काश मुझे माहवारी होती है नही!	28	33	39	100
35	उन दिनों खुद में हारा हुआ/असफल महसूस करते है।	32	19	49	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	38.6	37.4	24	100



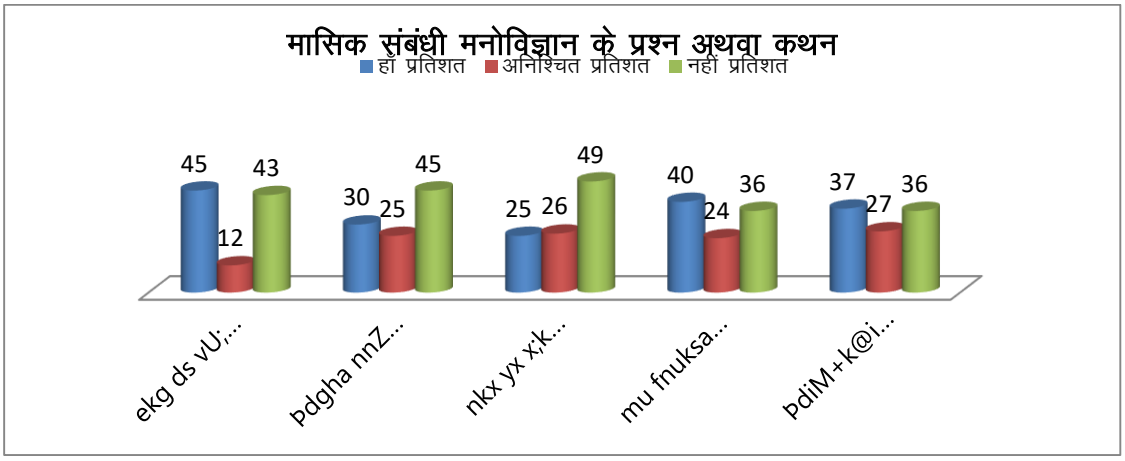


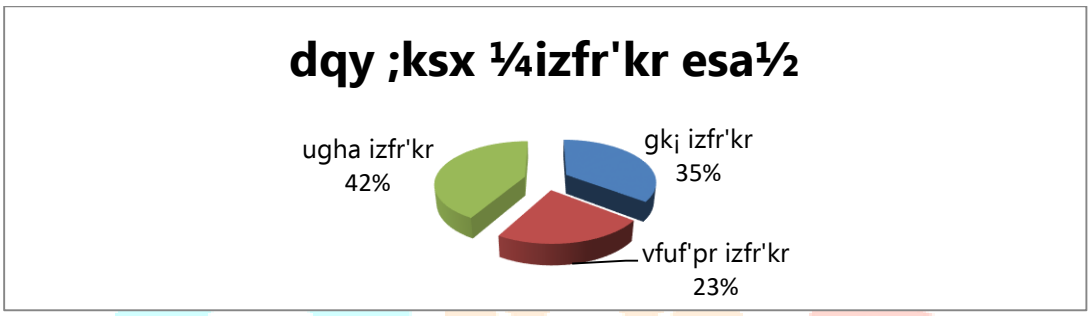
निष्कर्ष – मासिक संबंधी आत्म सम्मान के प्रश्न

- 27 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि माहवारी के दिनों में भी आप प्रसन्न अथवा खुश नही रहते हैं, 30 प्रतिशत छात्राओ को अनिश्चितता है।
- 45 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि उन दिनों में भी स्वयं के अन्य की भांति सामान्य नही मानते हैं ।
- 45 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि उन दिनों चिड़चिड़ा या झल्लाया हुआ महसूस करते हैं।
- 28 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि उन दिनों लगता है कि काश मुझे माहवारी होती ही नही ।
- 32 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि उन दिनों खुद में हारा हुआ/असफल महसूस करते है।

सारणी क्रमांक 7

क्र.	मासिक संबंधी मनोविज्ञान के प्रश्न अथवा कथन	हाँ(%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
36	माह के अन्य दिनों में भी दिनों की चिंता लगी रहती है।	45	12	43	100
37	"कहीं दर्द ना उठ जाए" इसी डर से उन दिनों कहीं बाहर नहीं जाते है।	30	25	45	100
38	दाग लग गया तो सब मजाक उड़ाएंगे ये सोचकर उन दिनों बाहर नहीं जाते	25	26	49	100
39	उन दिनों पूजा घर में जाने से आपको दैवीय श्राप लग जाने का डर रहता है।	40	24	36	100
40	"कपड़ा/पैड लगा है" ऐसा सोचकर ही दिनभर असहज रहती हूं।	37	27	36	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	**35**	**42**	**23**	**100**





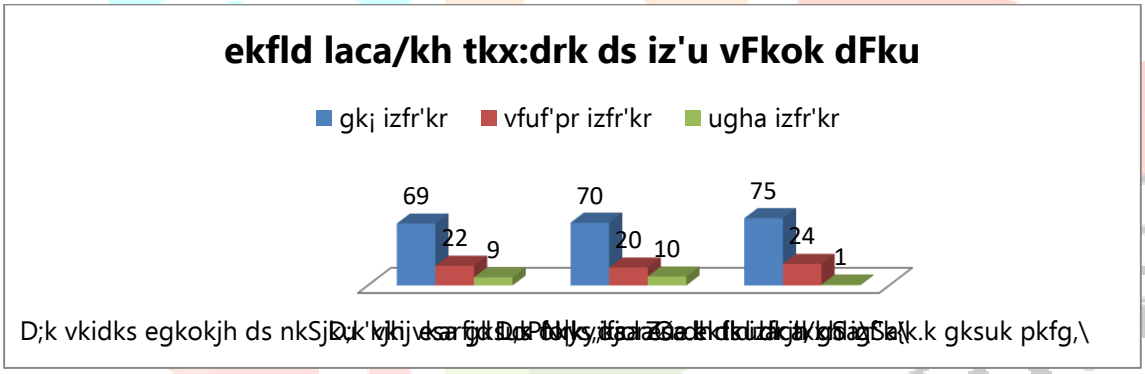
निष्कर्ष – मासिक संबंधी मनोविज्ञान के प्रश्न अथवा कथन

- 45 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि माह के अन्य दिनों में भी दिनों की चिंता लगी रहती है।
- 35 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि "कहीं दर्द ना उठ जाए" इसी डर से उन दिनों कहीं बाहर नहीं जाते है।
- 25 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि दाग लग गया तो सब मजाक उड़ाएंगे ये सोचकर उन दिनों बाहर नहीं जाते
- 40 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि उन दिनों पूजा घर में जाने से आपको दैवीय श्राप लग जाने का डर रहता है।
- 37 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि "कपड़ा/पैड लगा है" ऐसा सोचकर ही दिनभर असहज रहती हूं।

सारणी क्रमांक 8

क्र.	मासिक संबंधी जागरूकता के प्रश्न अथवा कथन	हाँ(%)	अनिश्चित(%)	नहीं(%)	योग(%)
41	क्या आपको महावारी के दौरान शरीर में होने वाले परिवर्तन की जानकारी हैं?	69	22	09	100
42	क्या आप आंतरिक स्वच्छता एवं संक्रमण के प्रति जागरूक हैं ?	70	20	10	100
43	क्या विद्यालयों में मासिक संबंधी प्रशिक्षण होना चाहिए ?	75	24	01	100
	कुल योग (प्रतिशत में)	**71.33**	**22**	**6.67**	**100**

ग्रॉफीय निरूपण क्रमांक 6



निष्कर्ष – मासिक संबंधी जागरूकता के प्रश्न अथवा कथन

- 69 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि महावारी के दौरान शरीर में होने वाले परिवर्तन की जानकारी हैं ।
- 70 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि आंतरिक स्वच्छता एवं संक्रमण के प्रति जागरूक हैं।
- 75 प्रतिशत शहरी छात्राओ ने कहा है कि विद्यालयों में मासिक संबंधी प्रशिक्षण होना चाहिए।

शोध का शैक्षिक महत्व :–

- छात्राओं को मासिक धर्म संबंधी स्वच्छता के लिए उचित दिशा प्रदान किया जा सकता है।
- छात्राओं को मासिक धर्म स्वच्छता के प्रति जागरूकता के माध्यम से सशक्त बनाना।
- मासिक धर्म संबंधी संकोच को समाप्त करने में सहायक।

सुझाव –शिक्षकों के लिए सुझाव–

- सेनेटरी पैड मशीन के संचालन हेतु शिक्षकों एवं छात्राओं को प्रशिक्षण दिलाना।
- छात्राओं के नियमित उपस्थिति पर सतत निरीक्षण करना एवं आवश्यक दिशा निर्देश प्रदान करना।
- विद्यालय में समय–समय पर मासिक धर्म स्वच्छता पर प्रशिक्षण का आयोजन करना।
- उपस्थिति के आधार पर पालको से संपर्क कर उन दिनों छात्राओं में आने वाली समस्या पर चर्चा करना।
- संस्था में मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी सेल का गठन करना।
- सेनेटरी पैड मशीन के उचित रखरखाव की व्यवस्था करना।
- मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी जानकारी शिक्षकों द्वारा छात्राओं दिया जाना चाहिए।
- शिक्षकों के द्वारा छात्राओं के पालको से इस संबंध में चर्चा करनी चाहिए।
- मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी प्रशिक्षण सभी स्कूलों के शिक्षकों को लेना चाहिए।
- शिक्षकों द्वारा छात्राओं की उपस्थिति के कारणों को जानना जैसे मासिक धर्म इसकी वजह तो नहीं है इस संबंध में बातचीत द्वारा उसका निराकरण करना चाहिए।

पालको के लिए सुझाव–

- मासिक धर्म प्रारंभ होते ही मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी चर्चा माताओं को अपने बच्चियों के साथ खुल कर करनी चाहिए।
- माताओं को चाहिए कि उन दिनों मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी अनुभव अपने बच्चियों के साथ साझा करना चाहिए।
- माताओं द्वारा उन दिनों होने वाली कठिनाइयों के बारे में अपने बच्चियों से चर्चा करना चाहिए।
- छोटी–छोटी समस्याओं का उपाय अपने स्तर पर चाहिए जैसे – दर्द होना ,अपचन होना आदि।

संदर्भ ग्रथ -

By - Shakuntala , Dr. Jitpure

Topic - Assessment of menstrual hygiene, menstrual practices and menstrual problems among adolescent girls living in urban slums of Bilaspur, Chhattisgarh.

- By - Neerja Agarwal, Nutan Soni, S.P. Singh , G.P. Soni.

Topic - Knowledge and practice regarding menstrual hygiene among adolescent girls rural field practice area of RIMS Raipur, Chhattisgarh, India
Studies and national level - India

- By Mamita Bora Thakkar, UNICEF Delhi.

Topic- Menstrual hygiene: manage it well. MHM virtual conference September 27 , 2012 .

- By Water supply and sanitation collaborative Council WSSC in co - operation with the Indian Institute of public administration.

topic - Menstrual hygiene management : Training of Master trainers Sep. 24-27 , 2013 New Delhi

- By Ramchandra, Dr. Karthik.

Topic- A study on knowledge and practices regarding menstrual hygiene among urban adolescent girls in Bangalore.