IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

कामकाजी महिलाओं के समक्ष स्वास्थ्य सम्बन्धी चुनौतियां: एक समाजशास्त्रीय अध्ययन

हेमन्त कुमार

पत्रव्यवहार का पता - कुमाऊ विहार कालोनी, गैस गोदाम रोड, प्रेमपुर लोश्यानी हल्द्वानी, नैनीताल उत्तराखण्ड (पिन - 263139)

शोधार्थी समाजशास्त्र विभाग, पी.एन.जी. राजकीय स्नात्कोत्तर महाविद्यालय रामनगर नैनीताल उत्तराखण्ड (244715)

शोध सारांश

कामकाजी महिलाओं को बाहरी कार्यों के साथ ही घरेलू जिम्मेदारियों को निभाने की दोहरी जिम्मेदारी निभानी पडती है। इन घरेलू कार्या के अन्तरर्गत उन्हे घर की साफ-सफाई, छोटे बच्चों की जिम्मेदारी, परिवार के बुजुर्ग सदस्यों की सेवा इत्यादि अतिरिक्त कार्य करने पडते हैं। कामकाजी महिलाएं यदि घर से बाहर सात से आठ घंटे कार्य करती हैं तो उन्हे घर आने के बाद इतना ही कार्य घरेलू सेवाओं में देना पडता है। वहीं दूसरी ओर पुरूषों को इस अतिरिक्त कार्य की जिम्मेदारी अधिकांशतः नहीं दी जाती है। महिलाएं अपने बाहरी कार्यों एवं घरेलू कार्यों के साथ तालमेल बनाने के लिए संघर्षरत रहती हैं जो उन्हे शारीरिक एवं मानसिक रूप से अस्वस्थ बना देता है।

प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य बेतालघाट ब्लॉक में उन महिलाओं की स्वास्थ्य स्थिति के समक्ष चुनौतियों को ज्ञात करना है जिनके ऊपर बाहरी एवं घरेलू कार्यों की दोहरी जिम्मेदारी है। तथ्य संकलन हेतु प्राथमिक एवं द्वितीयक आंकडों का प्रयोग किया गया है।

संकेत शब्द - कामकाजी महिलाएं, महिला स्वास्थ्य, स्वास्थ्य चुनौतियां।

कामकाजी महिलाओं से तात्पर्य उन महिलाओं से है जो घर से बाहर वेतनिक कार्यों में सन्लग्न हैं। कामकाजी महिलाएं घर से बाहर नियमित रूप से आर्थिक एवं व्यवसायिक गतिविधियों में व्यस्त रहती हैं। महिलाएं यदि कामकाजी होती हैं तब भी उन्हें घरेलू जिम्मेदारियों का बोझ पुरूषों की तुलना में अधिक उठाना पडता है। इसकी मुख्य वजह पितृसत्तात्मक समाज के साथ ही महिलाओं में पुराने पूर्वाग्रह की अधिकता को भी माना जाता है। डेलोइट्स की कार्यशील महिला रिपोर्ट 2023 के अनुसार कामकाजी महिलाओं पुराने पूर्वाग्रहों एवं निर्माणों से लडने के कारण संघर्ष करती हुई दिखाई दे रहीं हैं। इस रिपोर्ट के अनुसार 35 प्रतिशत से अधिक महिलाएं इस बात से सहमत हैं कि उनका मानसिक स्वास्थ्य खराब अथवा बहुत खराब है। मासिक धर्म एवं रजोनिवृत्ति के दौरान भी महिलाएं अक्सर खामोशी से संघर्ष करती हैं।

महिलाओं के सन्दर्भ में उनके अधिकारों, स्वास्थ्य, वित्तीय एवं व्यक्तिगत सुरक्षा में मामले में व्यापक चिन्ताएं हैं। इसी प्रकार मैकेन्से रिपोर्ट 2023 के अनुसार वर्तमान समय में बढती जागरूकता के बाद भी महिलाओं से कार्यस्थल पर लिंग आधारित भेदभाव, वेतन में अन्तर एवं यौन उत्पीडन जैसी गम्भीर समस्याएं जारी हैं। इस रिपोर्ट के अनुसार कामकाजी महिलाएं अपने कार्यस्थल में अधिक समय बितानें के बावजूद भी अपने पति या परिवार के अन्य पुरूष सदस्यों की तुलना में बच्चों की देखभाल एवं घर के कामों में अधिक समय दे रही हैं। द टाईम यूज सर्वे 2018-19 की रिपोर्ट के अनुसार भारत में 25 से 59 वर्ष आयु वर्ग की महिलाएं प्रतिदिन लगभग 7 घंटे या उससे अधिक अवैतनिक घरेलू कार्यों में सन्लग्न रहती हैं। कार्य के इस दोहरे बोझ के चलते महिलाएं शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के साथ ही आर्थिक व सामाजिक समस्याओं से भी संघर्ष करती हैं।

प्रस्तुत शोध अध्ययन में पर्वतीय क्षेत्र की महिलाओं में बाहरी एवं घरेलू कार्य की दोहरी जिम्मेदारी एवं कार्य की अधिकता के कारण उनकी स्वास्थ्य संबन्धी समस्याओं को जानने का प्रयास किया गया है।

1. प्रतिदिन कार्य की अवधि-

प्रतिदिन के कार्य का स्वास्थ्य के साथ गहरा सम्बन्ध होता है। कार्य की अधिकता की वजह से व्यक्ति स्वयं की तथा परिवार के स्वास्थ्य की देखभाल पर समुचित ध्यान नहीं दे पाता है। खराब स्वास्थ्य की स्थिति में भी कार्य की व्यस्तता के रहते महिलाओं को मजबूरीवश कार्य करना होता है। दैनिक जरूरतों की आपूर्ति के लिए विशेष रूप से महिलाएं अधिक संघर्षरत रहती हैं और इन जरूरतों की पूर्ति हेतु प्रतिदिन इन्ही कार्यों में व्यस्त रहती हैं। उपरोक्त तथ्यों को दृष्टिगत रखते हुए उत्तरदात्रियों से उनके कार्य की अवधि से सम्बन्धित आंकडे एकत्र किये गये हैं।

सारणी संख्या 1 - उत्तरदात्रियों के प्रतिदिन कार्य के घण्टे का विवरण।

क्र.सं.	कार्य के घण्टे	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	4-8 घंटे	6	12
2.	8-12 घंटे	33	66
3.	12 से अधिक	11	22
	योग	50	100

उपरोक्त सारणी के अवलोकन द्वारा स्पष्ट होता है कि सर्वाधिक 66 प्रतिशत महिलाएं 8 से 12 घण्टे के बीच कार्य करती हैं जबकि 24 प्रतिशत 12 घण्टे से अधिक कार्य करती हैं। 4 से 8 घण्टे के बीच कार्य करने वाली उत्तरदात्रियों का प्रतिशत 22 है।

अतः प्राप्त तथ्यों के आधार पर यह निष्कर्ष दिया जा सकता कि अधिकांश महिलाएं 12 घण्टे या उससे अधिक समय तक कार्य करती हैं जो प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से उनके स्वास्थ्य को प्रभावित करता है।

2. कार्य के दौरान थकान महसूस होने पर आराम करने सम्बन्धी विवरण-

कार्य की व्यस्तता के कारण थकान होना एक नैसर्गिक प्राक्रिया है। कार्य की अधिकता व्यक्ति के शरीर को थका देती है और इस थकान को दूर करने के लिए आराम अन्यन्त आवश्यक होता है। जिससे शरीर दोबारा ऊर्जावान होकर कार्य करने लायक बनता है। किन्तु यदि थकान में शरीर को उचित आराम न दिया जाए तो यह कार्य क्षमता पर प्रभाव डालने के

साथ ही स्वास्थ्य पर भी दुष्प्रभाव डालता है। इसी क्रम में महिलाओं में थकान महसूस होने के बाद आराम करने की प्रवृत्ति से सम्बन्धित आंकडे एकत्रित किये गये हैं।

सारणी संख्या 2- उत्तरदात्रियों में थकान के बाद आराम करने की प्रवृत्ति।

क्र.सं.	आराम करने की प्रवृत्ति	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	हां	14	28
2.	नहीं	36	72
	योग	50	100

प्रस्तुत सारणी के अवलोकन द्वारा ज्ञात होता है कि सर्वाधिक 73 प्रतिशत उत्तरदाता थकान महसूस होने के पश्चात् आराम नहीं कर पाती हैं तथा मात्र 27 प्रतिशत आराम करती हैं।

अतः निष्कर्ष के रूप में यह कहा जा सकता है कि अधिसंख्य महिलाएं कार्य की थकान के पश्चात भी आराम नहीं करती हैं जिसके कारण वे अपने स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान नहीं देती हैं।

3. बीमारी के दौरान देखभाल-

किसी भी व्यक्ति को बीमारी के दौरान देखभाल की आवश्यकता साधारण दिनों की अपेक्षा अधिक होती है। ऐसी स्थिति में बीमार होने के दौरान यदि उनकी उचित देखभाल न की जाए तो स्थिति और अधिक गम्भीर हो सकती है। इसलिए उनके परिवारों की यह जिम्मेदरी होनी चाहिए कि वे महिलाओं को तनावमुक्त एवं कार्य के बोझ से मुक्त रखे। इसी सन्दर्भ में उत्तरदात्रियों से उनकी बीमारी के दौरान होने वाली देखभाल से सम्बन्धित जानकारी एकत्रित की गई है।

सारणी संख्या 3- उत्तरदात्रियों में बीमारी के दौरान देखभाल।

क्र.सं.	बीमारी के दौरान देखभाल	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	अधिकतर देखभाल की जाती है	3	6
2.	कम देखभाल की जाती है	33	66
3.	ध्यान नहीं दिया जाता	14	28
	योग	50	100

प्रस्तुत सारणी में प्राप्त तथ्यों के विश्लेषण द्वारा स्पष्ट होता है कि अधिकांश 65 प्रतिशत उत्तरदात्रियों का मानना है कि बीमारी के दौरान परिवार के सदस्यांे द्वारा उनकी कम देखभाल की जाती है। 29 प्रतिशत उत्तरदाता मानती हैं कि उनकी ओर ध्यान नहीं दिया जाता है जबकि 6 प्रतिशत महिलांए यह मानती हैं कि बीमारी के दौरान उनकी अधिकतर देखभाल की जाती है।

अतः स्पष्ट होता है कि अधिकांश उत्तरदात्रियों की देखभाल या तो कम होती है या बीमारी के दौरान उन पर ध्यान नहीं दिया जाता है। जिस कारण से स्वास्थ्य संबन्धी चुनौतियां और अधिक होने की सम्भावना रहती है।

4. खराब स्वास्थ्य के दौरान आराम-

अच्छे स्वास्थ्य के दौरान व्यक्ति अपना कार्य पूर्ण मनोयोग के साथ करता है तथा अपना सम्पूर्ण योगदान कार्य के प्रति समर्पित हो कर दे सकता है किन्तु स्वास्थ्य खराब होने की स्थिति में व्यक्ति पूर्ण मनोयोग से कार्य नहीं कर पाता है। अतः इसी सन्दर्भ में उत्तरदात्रियों से उनके खराब स्वास्थ्य के दौरान आराम से सम्बन्धि जानकारी एकत्र की गई है।

सारणी संख्या 4 - उत्तरदात्रियों में खराब स्वास्थ्य के दौरान आराम की स्थिति।

क्र0सं0	**आराम की प्रवृत्ति**	**आवृत्ति**	**प्रतिशत**
1.	पूर्णतः आराम	7	14
2.	आंशिक आराम	30	60
3.	पूर्णतः नहीं	13	26
	योग	50	100

प्रस्तुत सारणी मे प्राप्त तथ्यों के अवलोकन से यह ज्ञात होता है कि अधिकांश 59 प्रतिशत उत्तरदात्रियों को खराब स्वास्थ्य के दौरान आंशिक रूप से आराम दिया जाता है। 27 प्रतिशत को पूर्णतः आराम नहीं दिया जाता है जबकि 14 प्रतिशत पूर्णतः आराम दिया जाता है।

अतः स्पष्ट होता है कि अधिकांश महिलाओं केा खराब स्वास्थ्य के दौरान आराम न मिल पाने के बाद भी कार्य में लगे रहना पडता है जो उनके स्वास्थ्य के लिए हानिकारक सिद्ध होता है।

5. स्वास्थ्य परिक्षण कराने की अवधि।

यदि एक निश्चित समयान्तराल में स्वास्थ्य की जांच अथवा परिक्षण कराया जाए तो यह फायदेमंद साबित होती है। किसी गम्भीर रोग का बीमारी के शुरूआती दौर में ही पता चलना इसका मुख्य फायदा है। इसके द्वारा समय रहते रोग का निराकरण किया जाना सम्भव हो पाता है जो शारिरिक एवं आर्थिक रूप से व्यक्ति पर बोझ नहीं बनता है। बदलते सामाजिक परिवेश एवं जलवायु परिवर्तनों से उत्पन्न स्वास्थ्य विकारों को नियन्त्रित करने के लिए निश्चित समयान्तराल पर स्वास्थ्य परिक्षण कराना अनिवार्य हो गया है।

उपरोक्त तथ्यों को ध्यान मे रखते हुए ग्रामीण महिलाओं से उनके स्वास्थ्य परिक्षण की अवधि के सम्बन्ध मे जानकारी एकत्रित की गई है। जिसे निम्न तालिका द्वारा प्रदर्शित किया गया है।

सारणी संख्या 5 - उत्तरदात्रियों मे स्वास्थ्य परीक्षण कराने की अवधि।

क्र.सं.	स्वास्थ्य परीक्षण कराने की अवधि	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	प्रति 6 माह में	1	2
2.	प्रत्येक वर्ष	3	6
3.	प्रत्येक 2 वर्ष	2	4
4.	केवल बीमारी के दौरान	44	88
	योग	50	100

प्रस्तुत सारणी के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि सर्वाधिक 89 प्रतिशत उत्तरदाता केवल बीमारी के दौरान ही अपना स्वास्थ्य परीक्षण कराती हैं। 5 प्रतिशत प्रत्येक वर्ष में, 4 प्रतिशत प्रत्येक 2 वर्ष में तथा 2 प्रतिशत महिलाएं प्रति 6 माह में अपने स्वास्थ्य का परिक्षण कराती हैं।

अतः स्पष्ट होता है कि अधिकांश महिलाएं केवल बीमार होने पर ही अपने स्वास्थ्य का परीक्षण कराती हैं। उत्तरदात्रियों के कथनानुसार कार्य की व्यस्तता एवं समयाभाव इसका मुख्य कारण है।

6. खराब स्वास्थ्य के कारण मानसिक तनाव-

यदि व्यक्ति स्वस्थ महसूस न कर रहा हो तो वह शारीरिक एवं मानसिक दोनो प्रकार से परेशान रहने लगता है। यदि व्यक्ति लम्बे समय से बीमार रहने लगे तो उसके परिवार के सदस्य भी परेशान रहने लगते हैं जिस कारण धीरे-धीरे बीमार व्यक्ति तनाव ग्रस्त होने लगता है। इस प्रकार के बदलते पारिवारिक परिवेश में मानसिक तनाव से पुरूषों की अपेक्षा महिलाएं अधिक प्रभावित होती हैं क्योंकि महिलाओं के ऊपर घरेलू कार्यों की अधिकता होती है। जहां घरेलू महिलाओं केा घर के माहौल से तनाव उत्पन्न होता है वहीं कामकाजी महिलाओं को घर एवं बाहरी दोनो प्रकार के माहौल से तनाव का सामना करना पडता है। उक्त तथ्यों को ध्यान में रखते हुए उत्तरदात्रियों से उनके खराब स्वास्थ्य के कारण होने वाले मानसिक तनाव सम्बन्धी आंकडे एकत्रित किये गये हैं।

सारणी संख्या 6 - उत्तरदात्रियों में खराब स्वास्थ्य के कारण होने वाला मानसिक तनाव।

क्र.सं.	खराब स्वास्थ्य के कारण मानसिक तनाव	आवृत्ति	प्रतिशत
1.	हां	36	72
2.	नहीं	14	28
	योग	50	100

उपरोक्त सारणी के विश्लेषण से स्पष्ट होता है कि ज्यादातर 72 प्रतिशत महिलाओं में उनके खराब स्वास्थ्य के कारण मानसिक तनाव होता है तथा 28 प्रतिशत महिलाएं खराब स्वास्थ्य को तनाव का कारण नहीं मानती हैं।

अतः स्पष्ट है कि अधिकांश महिलाएं स्वीकार करती हैं कि खराब स्वास्थ्य के कारण उन्हे मानसिक तनाव झेलना पडता है। कामकाजी महिलओं में दोहरी कार्य जिम्मेदारी के कारणवश खराब स्वास्थ्य एवं मानसिक तनाव उन्हे दोहरी पीडा प्रदान करते है। यह स्थिति उनके स्वास्थ्य लाभ को पुनः शीघ्र प्राप्त करने में बाधा उत्पन्न करती है।

निष्कर्ष-

उपरोक्त अध्ययन से स्पष्ट होता है कि कामकाजी महिलओं को कार्य की अधिकता के कारण विभिन्न स्वास्थ्य चुनौतियों का सामना करना पडता है। प्रतिदिन कार्य के घण्टे अधिक होने से उन्हे थकान के बावजूद भी आराम करने का समय नहीं मिल पाता और वे थकावट की स्थिति में भी लगातार कार्य करती रहती हैं। इस कारणवश उन्हे विभिन्न शारीरिक एवं मानसिक पीडा से गुजरना पडता है। अध्ययन से प्राप्त आंकडो से निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि अनेक महिलओं के परिवार के सदस्य खराब स्वास्थ्य के दौरान उनकी समुचित देखभाल नहीं कर पाते है। जिस कारण उन्हे और अधिक स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पडता है। उत्तरदात्रियों के कथनानुसार कार्यशील महिलाओं में कार्य की अधिकता के कारण वे समयाभाव में रहती हैं तथा अपने स्वास्थ्य का परिक्षण केवल अधिक बीमार होने की स्थिति में ही कराती हैं। इस कारण उनमें मानसिक तनाव भी पुरूषों की अपेक्षा अधिक देखने को मिलता है। अतः कामकाजी महिलाओं में स्वास्थ्य सम्बन्धी चुनौतियों को कम करने में उनका परिवार मुख्य भूमिका निभा सकता है। खराब स्वास्थ्य के दौरान समुचित देखभाव एवं भावनात्मक सुरक्षा कार्यशील महिलाओं को शीघ्र ही शारीरिक एवं मानसिक तनाव की स्थिति से बाहर ला सकती है।

सन्दर्भ सूची -

1. कपूर प्रमिला (1976) 'भारत में विवाह और कामकाजी महिलाएँ' राजकमल प्रकाशन, दिल्ली।

2. व्यास मिनाक्षी (2002) 'मिडिल एंड लोवर वर्किंग क्लास वूमेन, सोम्या पब्लिकेशन मुम्बई।

3. भट्ट, आर0 एवं माहेश्वारी, एस0 के0 (2004) 'स्वास्थ्य क्षेत्र के सुधारों के लिए मानव संसाधन मुद्दे और इसके निहितार्थ' द जनरल ऑफ हेल्थ मैनेजमेंट, वाल्यूम 7, अंक 1, पृं0सं0 1-39।

4. देसाई नीरा (2008) 'वूमेन इन माडर्न इण्डिया' बाम्बे, वारो एण्ड कम्पनी पब्लिशर्स प्राइवेट लि0।

5. बलंबल, वी (2011), 'भारत के विशेष सन्दर्भ में महिलाओं की स्वास्थ्य समस्याएं और संभावनाएं', जेंडर एवं बायोएथिक्स पर अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन के वर्किंग पेपर्स (21-22 नबम्बर 2011।

6. सारस्वत, डॉ0 ऋतु (2015) "ग्रामीण भारत में स्वास्थ्य योजनाएं: एक आंकलन" योजना पत्रिका जुलाई 2015 पृ0सं0 30-32।

7. सिंह, आशुतोष कुमार (2016) ' ढांचागत विकास से सुधर रहा है ग्रामीण स्वास्थ्य' योजना दिसंबर 2016 पृ.सं 21।

8. द टाईम यूज सर्वे 2018-19 रिपोर्ट।

9. डेलोइट्स की कार्यशील महिला रिपोर्ट 2023।

10. मैकेन्से रिपोर्ट 2023।