पंजीयन क्र . 26996

संस्था आरोग्य

शुरूआत

अक्टूबर 1995 में संस्था की शुरूआत सामाजिक उत्थान के विभिन्न क्षेत्रों में कार्य करने के उद्देश्य से हुई। जीवन में खासतौर पर समाज के गरीब और कमजोर तबके के लोगों के बीच उनके हितों के लिए काम करने के उद्देश्य से विशेषकर ग्रामीण विकास, महिलाओं और बच्चों के हित में उनके जीवन, स्वास्थ्य, शिक्षा आदि आधारभूत आवयश्कतों से संबंधित विषयों को लेकर। आज भी संस्था अपने इसी लक्ष्य को लेकर आगे बढ़ रही है।

संस्था की पहुंच

संस्था प्रमुखतः म.प्र. एवं छत्तीसगढ़ के विभिन्न जिलों में कार्यरत है और उसका पंजीकृत कार्यालय भोपाल एवं मुख्यालय दिल्ली में स्थित है।

लक्ष्य

राज्य और राष्ट्र स्तर पर कमजोर वर्गों, विशेषकर महिलाओं और बच्चों के हित में कार्य ही संस्था का लक्ष्य है। विशेषकर स्वास्थ्य, शिक्षा और रोजगार उन्मूलक क्षेत्रों में। संस्था ऐसा अनुभव करती है कि लोगों में अगर जानकारी है तो वह एक दिन जरूर उनका जीवन बदल देगी इसी विचार को लेकर संस्था शिक्षा, स्वास्थ्य और जीवन विकास के क्षेत्रों में कार्यरत है। प्रजनन एवं शिशु स्वास्थ्य जैसे आज की जरूरत के क्षेत्र में भारत सरकार के सहयोग से भोपाल जिले में कार्यरत है।

हमारी विचारधारा

मौजूदा प्रयासों को और सफल बनाना यही हमारी विचारधारा का मुख्य लक्ष्य है। समाज के विभिन्न वर्गों, कमजोर तबकों, महिलाओं और बच्चों के हित में विशेषज्ञों की देख-रेख में शासन और समाजसेवी संस्थाओं द्वारा चलाया जा रहा है। विभिन्न कार्यक्रमों से जुड़ने के लिए संस्था सदैव तत्पर रही है।

सूचना, शिक्षा, संचार

संस्था का अदम्य विश्वास है जानकारी लोगों का जीवन बदल सकती है। इसी विश्वास और विचारधारा के साथ हम पिछले लगभग 12 वर्षों से समाज के कमजोर तबकों के बीच कार्यरत है। विशेषकर ग्रामीण विकास, शिक्षा और स्वास्थ्य के क्षेत्र में। बात चाहे बच्चों के पोषण की हो या उनके सही विकास की। बात चाहे लिंगभेद की हो या बालिका शिक्षा की। हमारा विश्वास है समाज सही जानकारी से सही दिशा में अग्रसर हो सकता है और इसी को लेकर हम कार्यरत है। समाज में बदलाव के उद्देश्य को लेकर आम आदमी तक इसकी जानकारी पहुंच सके इस हेतु सूचना, शिक्षा, संचार माध्यमों को बढ़ावा देना एवं उनको आम जनों तक पहुंचाना है।

मातृ एवं शिशु जीवन के लिए समर्पित

मातृ शिशु जीवन के लिए विशेष रूप से कार्यरत हैं। यह बात अजीब लग सकती है पर जब बात मृत्युदर एवं शिशु मृत्युदर की आती है तब बहुत पिछड़ा हुआ लगता है। हमें विश्वास है कि बालिका शिक्षा पर अगर प्रदेश में ध्यान देंगे तो मातृ मृत्युदर एवं शिशु मृत्युदर पर निश्चित इसका प्रभाव धनात्मक होगा। संस्था के इसके लिए अपने स्तर पर प्रयासरत है।

बच्चों तक पहुंच

हमारा विश्वास है कि बच्चे बहुत तेजी से सीखते हैं और जो उन्हें बताया जायेगा उसे अमल में लाने में देरी नहीं करते इसलिए हम आंगबाड़ियों और स्कूलों के माध्यम से बच्चों तक पहुंचकर उनके बीच शिक्षा और स्वास्थ्य के क्षेत्र में कार्यरत हैं।

शिक्षा और स्वास्थ्य

यही हमारी सामाजिक प्राथमिकता है और अंतिम क्षण तक संस्था इसके लिए कार्य करती रहेगी। हम सोचते हैं शिक्षा एवं स्वच्छता स्वास्थ्य की कुंजी है।

ग्रामीण विकास

आज भी भारत का ज्यादातर हिस्सा गांवों में बसता है ओर उनके सामाजिक एवं आर्थिक विकास के प्रयासों में संस्था निरंतर प्रयासरत है। संस्था ग्रामीण विकास के सभी जरूरी पहलुओं जैसे रोजगार गांरटी योजना, जलाभिषेक अभियान, समग्र स्वच्छता अभियान, जलग्रहण क्षेत्र प्रबंधन मिशन, स्वर्ण जयंती ग्राम स्वरोजगार योजना, मध्यान्ह भोजन कार्यक्रम, स्कूल चलें हम, नंदन वन आदि योजनाओं के कार्ययोजना निर्माण, प्रचार-प्रसार एवं प्रशिक्षण के क्षेत्र में कार्यरत है।

आरोग्य जन कल्याण संस्था

वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन

2003—04

वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन

पोषण आहार

संस्कार-शिक्षा-समिति एवं आरोग्य के संयुक्त प्रयासों से चलाई जा रही प्रजनन एवं शिशु स्वास्थ्य परियोजना के अन्तर्गत समस्त 100 ग्रामों में पोषण आहार सप्ताह मनाया गया। चूंकि प्रजनन एवं शिशु स्वास्थ्य के साथ उचित पोषण आहार भी इसका एक महत्वपूर्ण हिस्सा या अंग है। संस्था के सदस्यों द्वारा इस सप्ताह में मुख्य रूप में गर्भवती एवं शिशुवती माताओं का आहार तथा शिशु पोषण इत्यादि पर विस्तत रूप से जानकारी दी उन्होंने बताया कि गर्भवती माता को गर्भावस्था के दौरान उचित मात्रा में आहार लेना चाहिए क्योंकि अब यह उसका मामला ना होकर उसकी कोख में पल रहे शिशु का भी है। चूंकि उसके विकास का तथा व्यवस्था का सारा संबंध माँ के पोषण एवं स्वास्थ्य से है। यदि मॉ स्वस्थ होगी तो बच्चा भी और यदि मॉ सुपोषित होती तो बच्चा भी सुपोषित होगा तथा स्वस्थ होगा गर्भावस्था में या उसके दौरान माता या शिशु की मृत्य उचित पोषण आहार की कमी के कारण होती है। इसी प्रकार जब प्रसव सफलता पूर्वक सम्पन्न हो जाये तो भी माता को संपूर्ण आहार प्रदान करते रहना चाहिए, जिससे उसके दूध से पल रहा बच्चा स्वस्थ रहे तथा उसके उचित मात्रा में स्तनपान करा सके तथा बच्चा भूखा न रहे। इसी प्रकार बच्चे को भी 4 माह तक माता के दूध के अलावा किसी अन्य आहार की आवश्यकता नहीं है यदि उसके तथा उसकी वृद्धि के लिए संपूर्ण आहार है चार माह पश्चात बच्चे के कोई दूसरा पूरक आहार प्रदान करना चाहिए बच्चा बीमार ही क्यों न हो उसे स्तनपान कराते रहना चाहिए स्तनपान से उसके अंदर रोग से लड़ने की क्षमता उत्पन्न होती ही तथा वह जल्दी ही स्वस्थ होता है साथ ही गर्भवती माता को दिन में विश्राम करना काफी आवश्यक है सारे सप्ताह समस्त 100 ग्रामेां में इन बातों का प्रचार-प्रसार किया गया।

स्त्री जागरूकता

आरोग्य संस्था द्वारा स्त्री जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें मुख्य रूप से संस्था की अध्यक्षा तथा सचिव उपस्थित थे। कार्यक्रम का संपूर्ण आयोजन महिला मंडल द्वारा किया गया। संस्था के सदस्यों द्वारा इस दिवस के अवसर पर महिलाएँ के लिए चलायी जा रही विभिन्न योजना की जानकारी विस्तार से देते हुए उन्होंने कहा कि शासन द्वारा गर्भवती महिला को 4 माह तथा पोषण आहार देने की व्यवस्था की गई है तथा गर्भावस्था में प्रसव के दौरान 150 रू. अतिरिक्त का प्रावधान भी किया गया है तथा कामकाजी महिलाओं का गर्भावस्था अवकाश में 2 माह से बढ़ाकर 4 माह कर दिया गया है तथा महिला एवं बाल विकास पंचायत के सहयोग से इन योजनाओं का संचालन किया जा रहा है। इन्होंने बताया कि शासन द्वारा एक नई योजना का भी शुभारंभ किया है, जिसमें कोई महिला यदि सालाना 180 रू. की बचत करती है तो शासन उसे 150 रू. अतिरिक्त प्रदान करेगा, परन्तु इन समस्त योजनाओं की जानकारी के लिए महिला को साक्षर तथा सबल बनाना पड़ेगा तभी इनका लाभ उन तक

पहुंच पायेगा। तत्पश्चात् संस्था समन्वयक द्वारा महिला शिक्षा पर प्रकाश डाला उन्होंने बताया कि शासन द्वारा बालिका शिशु के जन्म पर 500 रू. की वार्षिक सहायता का प्रावधान किया गया है, साथ ही बालिका को उच्च्च शिक्षा के स्तर में भी छूट का प्रावधान किया गया है तथा हाई स्कूल स्तर तक की शिक्षा बिना किसी पैसे के निःशुल्क का प्रावधान भी है। इसके पश्चात् सचिव द्वारा उपस्थित समुदाय का आभार प्रकट कर कार्यक्रम का समापन किया।

सम्पूर्ण साक्षारता अभियान

संस्था द्वारा प्रदेश में चल रहे सम्पूर्ण साक्षरता अभियान कार्यक्रम के अंर्तगत भोपाल जिले के गांवों में जागरूकता अभियान का शुभारम्भ किया कार्यक्रम के आरंभ में संस्था के समन्वयक द्वारा उपस्थित समुदाय को साक्षर होने के लाभों के बारे में विस्तार से बताया तथा शासन द्वारा चलाये जा रहे राजीव गांधी शिक्षा मिशन एवं प्रौढ़ शिक्षा मिशन के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने बताया कि हमें अपने छोटे बच्चों को आज ही साक्षरता अभियान के तहत् पंजीकृत करवा कर उन्हें विद्यालय भेजा जाये साथ ही जो व्यक्ति बड़ी उम्र के हैं, वे रात्रि में थोड़ा समय निकाल कर प्रौढ़ शिक्षा केन्द्रों में अध्ययन कर अपना ज्ञानवर्धक करें। तत्पश्चात् सचिव द्वारा बताया गया कि यदि आज आप हमारे प्रदेश के लोग पूर्ण साक्षर होते तो हमारा कोई भी शोषण नहीं कर सकता तथा शासन द्वारा चलाये जा रहे कार्यक्रमों का लाभ हमें पूर्ण रूप से प्राप्त होता। आज अज्ञानवश शासन की नीतियों को समझ नहीं पाते तथा उनका लाभ प्रापत नहीं कर सकते। असाक्षरता के कारण हम अपने तथा अपने बच्चां को स्वास्थ्य भी पूर्ण रूप से हम संरक्षित नहीं कर पाने तथा अज्ञानवश नीम हकीमों के चक्कन में पड़कर हम अपनी सारी जिंदगी दाव पर लगा देते हैं। यदि हम साक्षर होंगे तो स्वस्थ भी होंगे और स्वस्थ होंगे तो ही स्वस्थ समाज का निर्माण कर पायेंगे। तत्पश्चात् समन्वयक द्वारा आभार व्यक्त कर कार्यक्रम का समापन किया।

स्वास्थ्य शिविर

संस्था द्वारा गर्भवती माताओं एवं नवजात शिशुओं के लिए स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में संस्था के चिकित्सा मंडल द्वारा बताया गया कि प्रत्येक शिशु का प्रथम अधिकार उसके माता के दूध पर है, उसे जन्म के तुरंत बाद स्तनपान कराना काफी आवश्यक है। यह कई रोगों से बच्चे का बचाव करता है तथा इसके पश्चात् उसे सभी टीके लगवाये जाये, जिससे उसे 6 जानलेवा बीमारियों से बचाव हो सके जैसे काली खांसी, गलघोंटू, खसरा, टिटनेस, तपेदिक, पोलियो साथ ही 6 माह तक उसे अन्य अतिरिक्त आहार के स्थान पर माता का दूध ही दें, यह संपूर्ण पोषण प्रदान करता है। 6 माह पश्चात् बच्चे को पूरक आहार प्रदान किया जाये, जैसे- मसला केला, चावल, दाल का पानी तथा जूस इत्यादि तथा गर्भवती माता को गर्भावस्था में संपूर्ण आहार तथा टी.टी. के टीके के साथ ही प्रतिदिन एक घंटा आराम आवश्यक है साथ ही स्वास्थ्य केन्द्र या स्वास्थ्य कार्यकर्ता द्वारा

तीन बार स्वास्थ्य जांच आवश्यक है तत्पश्चात् उपस्थित समुदाय के लोगों को स्वास्थ्य जांच आवश्यक है तत्पश्चात् उपस्थित समुदाय के लोगों को स्वास्थ्य परीक्षण कर दवाईयों का वितरण किया इसके पश्चात् कार्यक्रम का आभार व्यक्त कर कार्यक्रम का समापन किया।

पल्स पोलियो अभियान

संस्कार-शिक्षा-समिति एंव आरोग्य के संयुक्त तत्वावधान में चलाई जा रही प्रजनन एवं शिशु स्वास्थ्य परियोजना के अन्तर्गत चलाए गए विशेष पल्स पोलियो अभियान का संचालन संस्था एवं उसके सदस्यों द्वारा किया गया। इस प्रचार अभियान में बताया गया यह बीमारी न ही कोई दैविक प्रकोप है न ही कोई पूर्व जन्म में किये गये कार्यों का परिणाम यह तो सिर्फ जन्म के समय टीका लगवाने में की गई भूल का परिणाम है। जिसके फलस्वरूप सारा जीवन नष्ट हो गया, हमें इस गलती को दोहराना नहीं चाहिए, हमें आज इस चीज की शपथ लेनी चाहिए कि आज के बाद हमारा ग्राम तथा समाज पोलियो मुक्त हो तथा सरकार द्वारा चलाये जा रहे राष्ट्रीय कार्यक्रम को सफल बनाना हमारा ध्येय होना चाहिए, इसी के चलते संस्था द्वारा बनाये गये मंडलों को यह निर्देश दिये गये कि वे अपने ग्राम के समस्त बच्चों की सूची तैयार कर, उन्हें उक्त प्रस्तावित दिवसों पर अवश्य रूप से टीका पिलवाएँ तथा उन्हें यह भी बताया कि बच्चा अस्वस्थ हो तो भी कुछ फर्क नहीं पड़ता यह एक दवा की खुराक है इसका बच्चे पर कोई विपरीत असर नहीं पड़ता, अपितु बुखार के समय भी इसकी खुराक दी जा सकती है साथ ही स्वयं समन्वयक तथा संस्था के स्वयं सेवियों द्वारा कई स्थानों पर जाकर अभियान में सहयोग का आव्हान किया। इस प्रकार इन समस्त चरणों का सफलतापूर्वक संचालन किया।

स्तनपान सप्ताह

संस्कार-शिक्षा समिति एवं आरोग्य के संयुक्त तत्वाधान में चलाई जा रही प्रजनन एवं शिशु स्वास्थ्य परियोजना के अन्तर्गत समस्त ग्रामों में स्तनपान सप्ताह का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बताया गया कि जन्म के तुरंत बाद नवजात शिशु को माता का स्तनपान कराना काफी आवश्यक है इसके कराने से बच्चे के अंदर कई रोगों से लड़ने की क्षमता उत्पन्न हो जाती है। माता के प्रथम दूध में 'कोलस्ट्रम' नामक पदार्थ पाया जाता है, जिससे बच्चे के अंदर रोग से लड़ने की क्षमता उत्पन्न होती है तथा बच्चा स्वस्थ रहता है, परंतु बच्चे को माता का दूध 4 माह तक बिना किसी अवरोध के पिलाना आवश्यक है, इस दौरान किसी अन्य पूरक आहार की आवश्यकता नहीं होती क्योंकि माता का दूध 4 माह तक बच्चे के लिए सर्वोत्तम आहार है। 4 माह उपरांत बच्चे को अन्य अतिरिक्त या पूरक आहार प्रदान कर सकते हैं। 4 माह उपरांत यदि बच्चा बीमार भी होता है तो बच्चे को दवाओं के अतिरिक्त माता का दूध अवश्य पिलाते रहना चाहिए। माता का दूध बंद नहीं करना चाहिए, जिससे बच्चे के अंदर जल तथा

आहार की मात्रा उचित मात्रा में रहती है तथा स्वस्थ होने में विलंब नहीं होता। यदि उस समय स्तनपान बंद कर दिया जाये तो बच्चे की स्थिति सुधार में विलंब होता है तथा वृद्धि तथा विकास में बाधा उत्पन्न होती तथा उपस्थित तत्वों की क्षतिपूर्ति में काफी विलंब होता है। 4 माह का स्तनपान बच्चे को सारी उम्र की मजबूती प्रदान करना है। ग्रामेां में अत्यधिक जगह प्रचलन नही है अतः इस आदत को निरंतरता प्रचलन में लाना काफी आवश्यक है साथ ही माता को उचित आहार लेना आवश्यक जिससे बच्चे को स्तनपान में बाधा न आए, अत्यधिक स्थानों पर माताएँ बच्चों को बोतल में दुग्धपान कराती है यह काफी घातक है। जब तक आवश्यकता न हो बोतल इस्तेमाल न करें यदि करें भी तो प्रत्येक दुग्धपान के बाद बोतल तथा निप्पल को गर्म पानी से साफ करें तथा रखा दूध न पिलाऐं एवं दूध को गर्म कर पिलाऐं इस तरह की बातों का प्रचार-प्रसार समस्त सप्ताह किया।