RESEARCH REVIEW JOURNALS
Volume-04
Issue-06
June-2019

ISSN: 2455-3085 (Online)
RESEARCH REVIEW International Journal of Multidisciplinary
www.rrjournals.com[UGC Listed Journal]

તંદુરસ્ત સમાજના નિમાણ માટે આરોગ્ય અને સ્વચ્છતા: એક સામાજિક દષ્ટિકોણ

Maheshkumar V. Chauhan

Ph.D. Research Scholar, Department of Sociology, Sardar Patel University, Vallabh Vidyanagar (India)

ARTICLE DETAILS

Article History
Published Online: 12 June 2019

Keywords
આરોગ્ય, સ્વચ્છતા, બદલાતી જીવનની તરાહો, સમાજિક સમસ્યા, જાગૃતિ, ગ્રામ્ય વિસ્તાર, પરીવતન.

*Corresponding Author
Email: maheshv18061991[at]gmail.com

ABSTRACT

સ્વસ્થ આરોગ્ય એ વ્યક્તિના પોતાના માટે જ નહીં પરંતુ તે તેના કુટુંબ સમાજ અને દેશ માટે પણ ખૂબ જ અગત્યની બાબત છે. સ્વચ્છતાના ખ્યાલો નબળા છે ત્યાંનું આરોગ્ય પણ નબળું હોય છે. કુટુંબ અને સમાજ આરોગ્યના મૂલ્યોના સિચનનું કામ જ ન કરે તો સમાજના આરોગ્ય ઉપર વિપરીત અસર થાય છે. સ્વચ્છતા અને તેમની વચ્ચેના પારસ્પરિક સંબંધો આરોગ્ય સાથે સંબંધ ધરાવે છે. સ્વચ્છતા અને આરોગ્ય એકબીજા સાથે સંકળાયેલા અવિભાજ્ય અંગો છે. જો આ બાબતોની વિશેષ કાળજી ન રાખવામા આવે તો આરોગ્યની અસર સ્વચ્છતા ઉપર અને સ્વચ્છતાની અસર આરોગ્ય ઉપર થયા વગર રહેતી નથી. પ્રાચીન સમયથી જ સ્વચ્છતા અને આરોગ્યની બાબત પ્રત્યે ધ્યાન આપવામાં આવે છે. પરંતુ બદલાતા સમયની સાથે સાથે માનવીના જીવનની તરાહોમાં પણ બદલાવ આવ્યો છે. એક તરફ વિજ્ઞાન અને ટેક્નોલૉજીના ક્ષેત્રમાં માનવીએ હરણફાળ ભરી છે પણ તેની સાથે જ બીજી ઘણી બાબતોની અવગણના કરીને સામાજિક સમસ્યાઓ ઊભી કરી છે. વિશ્વના દેશો અને સમાજો માટે પોતાના દેશની વસ્તીના આરોગ્ય અને સામાજિક સુખાકારી અત્યંત મહત્વની છે. સંયુક્ત રાષ્ટ્ર દ્વારા જાહેર કરવામાં આવેલા વિકાસના લક્ષ્યાંકોમાં પણ સ્વચ્છતા એક મહત્વનો મુદ્દો છે. ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં શૌચાલયોની સુવિધાઓના અભાવનું પ્રમાણ ઘણું વધારે છે. દેશમાં શૌચાલયો કરતાં મોબાઇલની સંખ્યા અનેકગણી હોવાનો ખુલાસો પણ યુનિસેફના અહેવાલના આધારે થયેલો છે. સ્વચ્છતાને કદાચ નાની અને ક્ષુલ્લક બાબત માનવામાં આવે પરંતુ આરોગ્યની દષ્ટિએ તે અતિ મૂલ્યવાન છે.

પ્રસ્તાવના

વૈશ્વિક દષ્ટિએ આરોગ્યનો પ્રશ્ન વ્યાપક અને વિશાળ છે. સામાજિક પરિપ્રેક્ષ્યથી જોઈએ તો દરેક વ્યક્તિના આરોગ્ય સાથે વિવિધ બાબતો સંકળાયેલી હોય છે. સ્વસ્થ આરોગ્ય એ વ્યક્તિના પોતાના માટે જ નહીં પરંતુ તે તેના કુટુંબ સમાજ અને દેશ માટે પણ ખૂબ જ અગત્યની બાબત છે. આરોગ્યની સમસ્યાઓએ વતમાન સમયમાં વ્યાપકતા ધારણ કરી છે અને જેને કારણે સરકારને આરોગ્ય પાછળ ઘણો બધો ખચ કરવો પડે છે. જો થોડી વૈયક્તિક જાગૃતિ રાખવામાં આવે અને દરેક વ્યક્તિ પોતાના આરોગ્ય પ્રત્યે જવાબદાર બને તો આરોગ્ય વિષયક સમસ્યાઓમાં મોટાપાયા પર ઘટાડો થવાની શક્યતાઓને અવકાશ છે. પરંતુ પરિસ્થિતિ આનાથી તદ્દન વિપરીત જણાય છે જેમ જેમ સમય જાય છે તેમ તેમ નવા નવા રોગો અસ્તિત્વમાં આવતા જાય છે અને આ રોગો સમગ્ર માનવજાતને પોતાના ભરડામાં લેતા જઇ રહ્યા છે. આ રોગોની સમયસર ઓળખ ન થતા તેમજ યોગ્ય આરોગ્ય સુવિધાઓ ન મળી રહેતા અને આરોગ્યની સુવિધાઓ માંઘી હોવાના કારણે ઘણા લોકોને પોતાનો જીવ પણ ગુમાવવો પડે છે. ખાસ કરીને ગ્રામીણ સમાજોમાં આવી સમસ્યાઓ વધારે જોવા મળે છે.

આરોગ્ય અને સ્વચ્છતા

આરોગ્યનો ખ્યાલ સીધે સીધો સ્વચ્છતા સાથે સંબંધ ધરાવે છે. જ્યાં સ્વચ્છતાના ખ્યાલો નબળા છે ત્યાંનું આરોગ્ય પણ નબળું હોય છે. માટે સ્વચ્છતાના ખ્યાલોનું શિક્ષણ બાળપણથી જ અને તે પણ કુટુંબ અને શાળામાં આપવામાં આવે તો તે ભવિષ્યના સમાજ નિમાણમાં મહત્વની અને પાયાની બાબત છે. કુટુંબના સભ્યોના સામાજીકરણમાં જ સ્વચ્છતાનું શિક્ષણ તેના લાભો વગેરે બાબતો બાળકોને શીખવાવમાં આવે તો આરોગ્યની સ્થિતિ વધુ સારી બનાવી શકાય. આવા આરોગ્યના ખ્યાલોનું બાળપણથી જ જો સિંચન કરવામાં આવે તો ભવિષ્યમાં એક સ્વસ્થ અને આરોગ્યપ્રદ સમાજનું નિમાણ કરી શકાય. પરંતુ કુટુંબ અને સમાજ આરોગ્યના મૂલ્યોના સિચનનું કામ જ ન કરે તો સમાજના આરોગ્ય ઉપર વિપરીત અસર થાય છે. સ્વચ્છતા અને તેમની વચ્ચેના પારસ્પરિક સંબંધો આરોગ્ય સાથે સંબંધ ધરાવે છે. આરોગ્ય અને સ્વચ્છતા વિષયક આ બધી જ બાબતો સામાજિક સમસ્યાઓના અભ્યાસ કરતાં શાસ્ત્રોમાં સમાજશાસ્ત્રની એક પેટાશાખા તરીકે આરોગ્યના સમાજશાસ્ત્ર અને સ્વચ્છતાના સમાજશાસ્ત્ર સાથે સંલગ્નતા ધરાવે છે.

આરોગ્યની સ્થિતિ કથળવાનું મુખ્ય કારણ ગંદકી અને સ્વચ્છતાનો અભાવ છે. જેને રોકવા માટે જાહેર આરોગ્યના ધારા ધોરણો સુધારી સ્વચ્છતા અને સફાઈના નિયમો સમજવાની જરૂર છે. જાહેરમાં કચરો ફકવો, શેરી, રસ્તાઓ તેમજ જાહેર જગ્યાઓને

RRIJM 2015, All Rights Reserved

અસ્વચ્છ કરવાનું વલણ બદલી લોકોએ પોતાની જાતે સ્વચ્છતાની ટેવો પાડવાની જરૂર છે અને જો એમ ન થાય તો તેના માટે કડક કાયદા બનાવી તેના અમલીકરણ થકી પણ સ્વચ્છતાને જાહેર જીવનમાં ફરજિયાત બનાવવી પડશે અને તેનું પાલન દરેક નાગરિકે કરવું પડશે તેમ જ અન્ય પાસે પણ સ્વચ્છતાનું પાલન કારાવવું પડશે. આમ કરવાથી જ જાહેર આરોગ્યની જાળવણી કરવી શક્ય બની શકે તેમ છે. સ્વચ્છતા અને આરોગ્ય એકબીજા સાથે સંકળાયેલા અવિભાજ્ય અંગો છે. જો આ બાબતોની વિશેષ કાળજી ન રાખવામા આવે તો આરોગ્યની અસર સ્વચ્છતા ઉપર અને સ્વચ્છતાની અસર આરોગ્ય ઉપર થયા વગર રહેતી નથી. દુનિયાના દરેક દેશની સરકારનો ધ્યેય પોતાના દેશના લોકોને સ્વાસ્થ્યમય જીવન પ્રાપ્ત થાય તે જ હોય છે. સ્વાસ્થ્યની જાળવણીની પ્રક્રિયાએ સતત ચાલતી પ્રક્રિયા છે તેની જાળવણી કરવા માટે આરોગ્યના ધોરણોને અનુસરવું એ આવશ્યક છે. સારા આરોગ્ય અને સારા સ્વાસ્થ્ય માટે સ્વચ્છતા એ ખૂબ અગત્યનું પરિબળ છે. પ્રાચીન સમયથી જ સ્વચ્છતા અને આરોગ્યની બાબત પ્રત્યે ધ્યાન આપવામાં આવે છે. પરંતુ બદલાતા સમયની સાથે સાથે માનવીના જીવનની તરાહોમાં પણ બદલાવ આવ્યો છે. એક તરફ વિજ્ઞાન અને ટેક્નોલૉજીના ક્ષેત્રમાં માનવીએ હરણફાળ ભરી છે પણ તેની સાથે જ બીજી ઘણી બાબતોની અવગણના કરીને સામાજિક સમસ્યાઓ ઊભી કરી છે. જેમાં વતમાન સમયમાં સ્વચ્છતાનો અભાવ એ ખૂબ જ મોટી સમસ્યા બનીને ઊભરી આવી છે જે માનવીના આરોગ્યને સીધે સીધી અને ખૂબ જ ઝડપથી અસર કરે છે. ગાંધીજી હંમેશા કહેતા કે મારે મન આઝાદીની લડાઈ અને સફાઈ કામની અગત્યતા બંને સમાન છે. હજાર હાથ ગંદકી કરે અને બે હાથ ગંદકી સાફ કરે તો દેશ ક્યાથી ચોખ્ખો થાય? આપણે બધા જાણીએ છીએ કે દુનિયામાં થતાં મહત્તમ રોગો અસ્વચ્છ પાણી, સ્વચ્છતાની આદતો અને સુવિધાઓના અભાવના કારણે થાય છે. ગાંધીજીને જણાવે છે કે 'આપણી બીમારીઓનું કારણ જ્યાં ત્યાં ખુલ્લામાં સંડાસ કરવાની ખરાબ આદત છે'. પ્રવતમાન સમયમાં "ઘરે ઘરે શૌચાલય" કાયક્રમ અંતગત દરેક ગામના દરેક ઘરે શૌચાલય બનાવવામાં આવી રહ્યા છે. જેના પરિણામે દેશના ગ્રામીણ ક્ષેત્રોમાં ખુલ્લામાં સંડાસ કરવાની સ્થિમાં ખૂબ મોટા પ્રમાણમા સુધારો આવ્યો છે. જે સ્વચ્છતા અને જાહેર આરોગ્ય માટે ખૂબ મહત્વનુ છે.

આરોગ્ય અને સ્વચ્છતાની સ્થિતિ

વિશ્વના દેશો અને સમાજો માટે પોતાના દેશની વસ્તીના આરોગ્ય અને સામાજિક સુખાકારી અત્યંત મહત્વની છે. પરંતુ કમનસીબે આપણે આરોગ્યને ખૂબ ઓછું મહત્વ આપીએ છીએ. આપણા દેશમાં છ લાખથી વધુ ગામડાઓ છે અને આ ગામડાઓ તદ્દન કંગાળ હાલતમાં પડ્યા છે. ત્યાં રસ્તા, ગટર, પાણી, વીજળી જેવી જીવન ઉપયોગી પ્રાથમિક જરૂરિયાતોનો હજુ આજે ૨૧મી સદીના સમયમાં પણ મોટેપાયે અભાવ જોવા મળે છે. આ ભૌતિક સુવિધાઓનો અભાવ પણ અદૃશ્યાત્મક રીતે આરોગ્યલક્ષી સમસ્યાઓના સહાયક પરિબળ તરીકે કામ કરે છે. દેશ વિવિધ ક્ષેત્રે પ્રગતિ કરી રહ્યો છે ત્યારે સમગ્ર વિશ્વને સ્પશતી અને માનવ જીવનને સૌથી વધુ અસર કરે છે તેવી સ્વચ્છતાની બાબતમાં આપણે સંકટની દિશામાં પ્રયાણ કરી રહ્યા છીએ. વિવિધ સ્વચ્છતાલક્ષી કાયક્રમો, સેમિનારો, શેરી નાટકો, જાહેરાતો, તેમજ અન્ય સ્વચ્છતા અંગેની જાગૃતિ ફેલાવવા માટેની અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓના અંતે પણ સ્વચ્છતાની બાબતમાં ઇચ્છિત સુધારાત્મક પરિણામોનું પ્રમાણ નહિવત્ત છે. જેનું મુખ્ય કારણ વ્યક્તિગત સ્વચ્છતાની જાગૃતિનો અભાવ અને "મારે શું?" એ ખ્યાલની સવત્ર વ્યાપકતા છે. વાયુ પ્રદૂષણ, જળ પ્રદૂષણ અને જમીન પ્રદૂષણનું કારણ વિવિધ ક્ષેત્રે સ્વચ્છતાનો અભાવ સૂચવે છે.

આધુનિક સમાજનું નિમાણ કરવા માટે રસ્તા, મકાન, જાહેર સ્થાનો, વાહન વ્યવહાર વગેરેના આયોજનમાં આરોગ્ય અને સ્વચ્છતાની જાળવણી માટે જે સૂઝ અને દૂરંદેશીપણું હોવું જોઈએ એનો અભાવ જોવા મળે છે. આ સંદભ ભારતના પ્રવતમાન વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદી દ્વારા શરૂ કરવામાં આવેલ સ્વચ્છતા અભિયાન એ એક પ્રસંશનીય પગલું છે. માળખાકીય વ્યવસ્થાના અભાવને કારણે કે પછી બેદરકારીને પરિણામે દેશ અને રાજ્યના પાટનગર જેવા શહેરોમાં પણ ગંદકી ફેલાય છે અને તેનો સમયસર યોગ્ય નિકાલ ન થાય તો તે પ્રજાના આરોગ્ય માટે ખતરારૂપ બને છે. આવી પરિસ્થિતિને કારણે ભારતના વિવિધ રાજ્યોમાં ભૂતકાળમાં રોગચાળો ફાટી નીકળવાના બનાવો બનેલા છે. વતમાનમાં પણ દેશની રાજધાની ગણાતા દિલ્લી શહેરમાં સ્વચ્છતાના અભાવે વારંવાર પ્રદૂષણની સમસ્યા રહે છે જે આ બાબતને સમથન પૂરું પાડે છે. જ્યાં સ્વચ્છતાની ગેરહાજરી છે ત્યાં નબળા સ્વાસ્થ્યની હાજરી જોવા મળે છે. સ્વચ્છતાના અભાવે સમગ્ર કુટુંબનું સ્વાસ્થ્ય જોખમમાં મુકાય છે અને આ નબળું સ્વાસ્થ્ય કુટુંબના સભ્યોની તંદુરસ્તીને જોખમમાં મૂકે છે. કુટુંબમાં આવું રોગીષ્ટ વાતાવરણ સતત આથિક મુશ્કેલીઓ સજ છે જે માનસિક સ્વાસ્થ્યને અસર કરે છે. આથી કુટુંબના દરેક સભ્યે સ્વચ્છતાના મૂલ્યો અન્યને માટે નહીં પરંતુ પોતાના સ્વાસ્થ્ય માટે અપનાવવા પડશે અને જો આમ થશે તો એક દિવસ દરેક કુટુંબ સ્વચ્છતાનું આગ્રહી બનશે અને તે જ રીતે દરેક સમાજ અને પછી સમગ્ર દેશ સ્વચ્છતાનો આગ્રહી બનશે. જો આમ થાય તો સમગ્ર દેશનું આરોગ્ય તંદુરસ્ત બને અને દેશની આરોગ્ય વિષયક સમસ્યાઓ મોટાપાયા પર દૂર થઈ શકે. પરંતુ નિરક્ષરતા, બેદરકારી અને કાળજીપૂવકની જીવનશૈલીના અભાવે

સ્વચ્છતાનો દરેક જગ્યાએ અભાવ જોવા મળે છે. જે જાણે-અજાણે એકમેકના સ્વાસ્થ્યને નુકસાન પહોંચાડે છે. કયારેક આવી બેદરકારી જ ગંભીર અને જીવલેણ બીમારીઓને આમંત્રણ આપી દેતી હોય છે. સ્વચ્છતાને કદાચ નાની અને ક્ષુલ્લક બાબત માનવામાં આવે પરંતુ આરોગ્યની દ્રષ્ટિએ તે અતિ મૂલ્યવાન છે.

સમાપન

વ્યક્તિ ત્યારે જ પોતાના જીવનનો આનંદ માની શકે છે જ્યારે તે શારીરિક અને માનસિક રૂપે સ્વસ્થ હોય. તંદુરસ્ત શરીરમાં જ તંદુરસ્ત માનસિકતા વસવાટ કરે છે. એટલા માટે માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે પણ શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ખુબજ અનિવાય છે. એક વિદેશી વિદ્વાન ડૉ. બેનેડિકટ જસ્ટ કહે છે કે-,ઉત્તમ સ્વાસ્થ્ય એ અણમોલ રત્ન છે, જેનું મૂલ્ય ત્યારે જણાય છે જ્યારે તે ગેરહાજર હોય છે. સંયુક્ત રાષ્ટ્ર દ્વારા જાહેર કરવામાં આવેલા વિકાસના લક્ષ્યાંકોમાં પણ સ્વચ્છતા એક મહત્વનો મુદ્દો છે. ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં શૌચાલયોની સુવિધાઓના અભાવનું પ્રમાણ ઘણું વધારે છે. દેશમાં શૌચાલયો કરતાં મોબાઇલની સંખ્યા અનેકગણી હોવાનો ખુલાસો પણ યુનિસેફના અહેવાલના આધારે થયેલો છે. આ બાબતમાં ગુજરાતની સ્થિતિ પ્રમાણમાં સારી છે. નિમળ ગુજરાત અભિયાન અંતગત રાજ્યના ઘણા બધા ગામો નિમળ ગામોનો પુરસ્કાર મેળવી ચૂક્યા છે. ઘણા ગામો આપમેળે સ્વચ્છતાના આગ્રહી બન્યા છે. છતાં આપણે હજુ પણ ઘણું કરવાનું બાકી છે. સફાઈનો સીધો સંબંધ આરોગ્ય સાથે છે તે બાબતની દરેક જણે ગંભીરતાથી લેવી જોઇયે. જે વ્યક્તિગત અને જાહેર આરોગ્યની દ્રષ્ટિએ આજના સમયની માંગ છે.

સંદભ

1. National Annual Rural Sanitation Survey-NARSS 2017-18
2. Gram Panchayato me swachchta, Panchayatiraj Mantralay, Bharat Sarkar
3. ડૉ.અનિલ વાઘેલા(2015) સ્વચ્છતાનું સમાજશાસ્ત્ર, કલ્યાણ પબ્લિકેશન,સરસ્વતી નગર,દિલ્લી.
4. યાસીન દલાલ, વિચારવિહાર, આરોગ્ય અને સ્વચ્છતાની બાબતમાં આપણે તદ્દન પછાત,ગુજરાત સમાચાર, ૭ ઓક્ટોબર,૨૦૧૮,પેજ-૪.
5. स्वच्छ सवक्षण, ग्रामीण,पेयजल एवं स्वच्छता मंत्रालय भारत सरकार, २०१६
6. कुरुक्षेत्र, ग्रामीण स्वास्थ्य,वष-61,अंक-09, जुलाई-2015
7. राष्ट्रिय स्वास्थ्य नीति 2017 का पृष्ठभूमि म स्थिति विंश्लेषण, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार
8. https://hi.wikipedia.org/wiki/स्वास्थ्य
9. https://gu.wikipedia.org/wik/સ્વચ્છતા
10. https://www.gharkavaidya.com/health-secrets/