महिलाओं के ही कंधों पर न डालें परिवार नियोजन का भार

PUBLISHED ON MARCH 6, 2024

The article appeared in Rashtriya Sahara Hindi Dainik: http://rashtriyasahara.com/indexnext.php?pagedate=2024-3-6&edcode=71&subcode=71&mod=1&pgnum=1&type=a (Page-16)

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस पर विशेष

महिलाओं के ही कंधे पर न डालें परिवार नियोजन का भार

■ मुकेश कुमार शर्मा

महिलाओं के समान अधिकार एवं समग्र विकास के साथ ही यह नारी शक्ति के वंदन का ही परिणाम है कि महिलाएं आज हर क्षेत्र में अपना परचम फहरा रही है। परिवार से लेकर देश की सीमा की रक्षा तक में उनका अतुलनीय योगदान है। महिलाओं को हर क्षेत्र में समानता और स्वतंत्रता का अधिकार दिलाने के प्रति जागरूकता के लिए ही हर साल आठ मार्च को अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस मनाया जाता है। इसके बाद भी आज परिवार की असली खुशहाली से लेकर कई ऐसे मुकाम है, जहाँ पुरुषों को ज्यादा जिम्मेदारी निभानी होगी ताकि पूरी जिम्मेदारी महिलाओं के ही कंधे पर न आने पाए । हम बात कर रहे है परिवार नियोजन जैसी बड़ी जिम्मेदारी की, जिसमें सही मायने में खुद के साथ आने वाली पीढ़ी की खुशहाली का राज छिपा हुआ है तथा यह समाज एवं देश के विकास से भी संबद्ध है।

शादी के पवित्र बंधन में बंधने के साथ ही महिला व पुरुष पहली बार पति-पत्नी के रूप में होते है। यही वह समय होता है, जब दोनों को अच्छी तरह से विचार-विमर्श कर यह सुनिश्चित करना चाहिए कि वह कम से कम दो साल बाद ही पहली बार माता-पिता बनें। इस दौरान दोनों एक-दूसरे को भलीभांति समझ सकेंगे और बच्चे के बेहतर लालन-पालन के लिए जरूरी पूँजी भी जुटा सकेंगे। उनकी इस योजना को साकार करने के लिए ही सरकार द्वारा शादी के तुरंत बाद आशा दीदी के माध्यम से उन तक शगुन किट यानि पहल किट का उपहार पहुंचाया जाता है और नियोजित परिवार के बड़े फायदे भी बताये जाते है। इस किट में गर्भ निरोधक साधन जैसे- कंडोम, गर्भ निरोधक गोलियों के साथ ही सौन्दर्य प्रसाधन की सामग्री भी होती है। अब यहाँ पर जरूरी है कि पुरुष भी अपनी जिम्मेदारी का निर्वहन करते हुए गर्भनिरोधक साधन को अपनाएँ न कि केवल यह कहकर पल्ला झाड़ लें कि यह तो केवल महिलाओं की जिम्मेदारी है। इसके अलावा मातृ एवं शिशु के बेहतर स्वास्थ्य के लिहाज से भी दो बच्चों के जन्म के बीच कम से कम तीन साल का अंतर अवश्य रखना चाहिए। उससे पहले दूसरे गर्भ को धारण करने योग्य महिला का शरीर नहीं बन पाता और पहले बच्चे के उचित पोषण और स्वास्थ्य के लिहाज से भी यह बहुत जरूरी होता है। इसके लिए भी त्रैमासिक गर्भनिरोधक इंजेक्शन अंतरा के साथ ही प्रसव के तुरंत बाद अपनाई जाने वाली पोस्ट पार्टम इंट्रायूट्राइन कंट्रासेप्टिव डिवाइस (पीपीआईयूसीडी) की भी सुविधा उपलब्ध है, जो पाँच से लेकर दस साल तक अनचाहे गर्भ से छुटकारा दिला सकती है। पुरुष इसमें भी कंडोम जैसी आसान और सुलभ सुविधा को अपनाकर महिलाओं के सच्चे मददगार बन सकते है। परिवार नियोजन के इन तमाम अस्थायी साधनों की मौजूदगी के बाद भी अनचाहा गर्भधारण करना फिर गर्भपात का जोखिम भरा रास्ता अख्तियार करना न तो पुरुष और न ही महिला व परिवार की भलाई में है। इससे महिला के स्वास्थ्य को भी खतरा रहता है। ऐसे में पुरुष वर्ग भी परिवार नियोजन के साधनों को अपनाने में अपनी जिम्मेदारी का ईमानदारी से निर्वहन करते हुए महिलाओं को खुशहाल जीवन प्रदान करने में सहायक बन सकते है।

परिवार पूरा होने के बाद पुरुष नसबंदी जैसी आसान सुविधा को अपनाने में पुरुष वर्ग दशकों से निचले पायदान से ऊपर नहीं उठ सका है। राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वे -5 (एनएफएचएस) के आंकड़े बताते है कि परिवार पूरा होने के बाद नसबंदी की सेवा अपनाने वाले पुरुषों की तादाद करीब एक फीसद है, जबकि शारीरिक बनावट के मुताबिक़ महिला नसबंदी की अपेक्षा पुरु ष नसबंदी बेहद सरल और सुरक्षित है। इसमें महज कुछ मिनट लगते है। नसबंदी के दो-तीन दिन बाद पुरुष अपने काम पर आराम से जा सकते है, जबकि महिलाओं को कम से कम एक हफ्ते तक पूरी तरह से आराम की जरूरत होती है। इसलिए पुरुष यह न सोचें कि परिवार नियोजन या परिवार की सेहत का ख्याल रखना सिर्फऔर सिर्फमहिलाओं का काम है। इसमें वह बराबर की जिम्मेदारी निभाएं और परिवार को स्वस्थ व खुशहाल बनाने में भागीदार बनें। वास्तव में यह सिर्फपुरुषों की भागीदारी ही नहीं बल्कि सही मायने में नारी शक्ति के वंदन का प्रयास भी है ।

■ (लेखक पापुलेशन सर्विसेज इंटरनेशनल-इंडिया के एक्जेक्युटिव डायरेक्टर है)