Journal of Advances and Scholarly Researches in Allied Education

Vol. IV, Issue No. VIII, October-2012, ISSN 2230-7540

उदयपुर में मानव स्वास्थ्य पर पोषण स्तर का प्रभाव

AN INTERNATIONALLY INDEXED PEER REVIEWED & REFEREED JOURNAL

www.ignited.in

Journal of Advances and Scholarly Researches in Allied Education
Vol. IV, Issue No. VIII, October-2012, ISSN 2230-7540

उदयपुर में मानव स्वास्थ्य पर पोषण स्तर का प्रभाव

Anita Mathur*

Lecturer, Department of Geography, Babu Shobha Ram Government Arts College, Alwar, Rajasthan

शोध पत्र सारांश:- *इस शोध पत्र में उदयपुर में पोषण स्तर के मानव स्वास्थ्य प्रभाव का अध्ययन किया गया है । पौष्टिक भोजन स्वास्थ्य की एक महत्वपूर्ण आधारशिला है। इसलिए, शरीर की जरूरतों को पूरा करने के लिए भोजन में आवश्यक पोषक तत्वों की उचित मात्रा होनी चाहिए। पोषक तत्वों की अधिकता और कमी - दोनों समान रूप से हानिकारक हैं और व्यक्तिगत, पारिवारिक और सामुदायिक स्वास्थ्य पर लंबे समय तक चलने वाले प्रतिकूल प्रभाव हैं। इस प्रकार, इस मुद्दे को प्रभावी ढंग से संबंधित करना और समुदाय को अच्छे स्वास्थ्य और इष्टतम पोषण के महत्व से अवगत कराना महत्वपूर्ण है। अच्छा पोषण, नियमित शारीरिक गतिविधि और पर्याप्त नींद स्वस्थ जीवन के आवश्यक नियम हैं। पूरे देश में इष्टतम पोषण की अवधारणा को बढ़ावा देने के लिए एक समग्र दृष्टिकोण की आवश्यकता है। कुपोषण, सूक्ष्म पोषक तत्वों की कमी, मोटापे और आहार से संबंधित गैर-संक्रामक रोगों की समस्याएं दुनिया भर में लगातार बढ़ रही हैं। ऊर्जा / पोषण असंतुलन के परिणामस्वरूप शारीरिक और संज्ञानात्मक विकास हो सकता है, रुग्णता मृत्यु दर पर दुष्प्रभाव और साथ ही मानव क्षमता का बहुपक्षीय नुकसान और इस प्रकार सामाजिक / आर्थिक विकास को प्रभावित करता है।*

मुख्य शब्दः - उदयपुर में कुपोषण, मानव स्वास्थ्य पर पोषण स्तर का प्रभाव, पोषण और कुपोषण।

----------X----------

परिचय:-

भोजन करना हर व्यक्ति के दैनिक जीवन का एक अनिवार्य हिस्सा है। भोजन के बिना, एक व्यक्ति कुछ दिनों तक रह सकता है और इस दौरान शरीर में मौजूद खाद्य तत्व खर्च होते रहते हैं और अंत तक व्यक्ति सिर्फ कंकाल ही रह जाता है। इसलिए, यदि शरीर को पूरी तरह से स्वस्थ और सक्रिय होना है, तो प्रति दिन के अनुसार भोजन लेना अनिवार्य होगा। भूख प्राकृतिक के अपरिवर्तनीय कानूनों में से एक है। भूख मिटाने के लिए हम खाना खाते हैं। खाना न खाने से हमारा शरीर कमजोर हो जाता है और हम कई तरह की बीमारियों की चपेट में आ जाते हैं। इस तरह भोजन न केवल हमारी भूख को खाता है, बल्कि हमारे शरीर को भी बनाता है, शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है और हमारे शरीर के विभिन्न कार्यों को नियंत्रित करता है। शरीर के सामान्य विकास के लिए संतुलित भोजन की आवश्यकता होती है। इसके लिए, भोजन की मात्रा और गुणवत्ता दोनों महत्वपूर्ण हैं। भोजन की उचित मात्रा और गुणवत्ता की कमी के कारण कुपोषण की स्थिति उत्पन्न होती है। खराब पोषण के कारण, शरीर अपने स्वयं के ऊतकों को विघटित करके जैविक कार्यों का संचालन करने के लिए ऊर्जा प्राप्त करता है। इस स्थिति को प्रोटीन कैलोरी कुपोषण कहा जाता है। इसका असर 1 से 4 साल के बच्चों में सबसे ज्यादा होता है। प्रोटीन 'कैलोरी कुपोषण' के कारण, बच्चों को क्वैश्चरकोर और मेरैसमस नामक रोग हो जाते हैं। संतुलित आहारः - वह भोजन जिसमें शरीर की आवश्यकताओं को पूरा करने वाले तत्व होते हैं, अर्थात, प्रोटीन, वसा, कार्बोहाइड्रेट, खनिज लवण और विटामिन उपयुक्त होते हैं, इसे 'संतुलित भोजन' कहा जाता है। मानव भोजन की मात्रा लिंग, अणुओं और जलवायु से प्रभावित होती है। 16 से 18 वर्ष की आयु के व्यक्ति को प्रतिदिन लगभग 3000 कैलोरी ऊर्जा पैदा करने वाले भोजन की आवश्यकता होती है।

अध्ययन क्षेत्र:-

उदयपुर को झीलों के शहर के रूप में जाना जाता है। उदयपुर समुद्र तल से 577 मीटर की ऊँचाई पर अरावली पर्वत की घाटियों में स्थित है। उदयपुर 24 डिग्री 58 मिनट उत्तरी अक्षांश और 73 डिग्री 68 मिनट पूर्वी देशांतर पर स्थित है। इसकी औसत ऊंचाई 598 मीटर (1961 फीट) है। अध्ययन क्षेत्र का कुल क्षेत्रफल 17279 वर्ग किलोमीटर है। 2011 तक उदयपुर जिले की कुल जनसंख्या 30, 67, 549 है। पिछोला झील के पूर्वी किनारे पर स्थित है। रेलवे स्टेशन और बस स्टेशन दोनों शहर की दीवार के बाहर हैं। अरावली पर्वतमाला की तलहटी में स्थित,

www.ignited.in

उदयपुर गुजरात और मध्य प्रदेश की सीमाओं के पास दक्षिणी राजस्थान में स्थित है।

उदयपुर एक शाही शहर है जो सदियों तक मेवाड़ शासकों की राजधानी था। रोमांटिक शहर उदयपुर की उत्पत्ति के पीछे एक किंवदंती है और यह एक ऐसी चीज है। एक बार, महाराणा उदय सिंह अरावली पहाड़ियों में अपने शिकार अभियान पर थे, जब वह एक पवित्र ऋषि से मिले। ऋषि ने राजा को उपजाऊ घाटी में एक राज्य स्थापित करने की सलाह दी, जो कि उन्नत अरावली पहाड़ियों द्वारा अच्छी तरह से संरक्षित किया जाएगा। इसके बाद, महाराणा उदय सिंह ने 1557 में उदयपुर की आधारशिला रखी।

1818 में ब्रिटिश भारत की रियासत बनने तक उदयपुर मेवाड़ की राजधानी बना रहा। 1947 में जब भारत स्वतंत्र हुआ, तो उदयपुर के महाराजा ने भारत सरकार को यह स्थान दिया। उस समय मेवाड़ का राजस्थान राज्य में विलय हो गया था। वर्तमान तिथि में, उदयपुर राजस्थान के मानचित्र पर एक अनुकूल स्थान रखता है। उदयपुर अपने सुरम्य परिवेश और शाही अतीत के लिए जाना जाता है। विभिन्न प्राचीन स्मारकों, विशाल महलों, वास्तु मंदिरों और सुंदर झीलों ने लोगों को रॉयल्टी की प्राचीन भूमि की यात्रा के लिए आकर्षित किया।

अध्ययन के उद्देश्यः

1. उदयपुर जिले में पोषण स्तर का मूल्यांकन किया गया है।
2. उदयपुर जिले में सेवा कार्यों की स्थिति देखी गई।
3. उधिपुर जिले में कुपोषण और स्वास्थ्य का आकलन किया गया।
4. उदयपुर में खाद्य, पोषण और उपचार का अध्ययन किया गया है।

परिकल्पनाः

1. पोषण स्तर का मानव स्वास्थ्य पर प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष प्रभाव पड़ता है।
2. उदयपुर में कुपोषण के कारण बीमारियाँ अधिक फैलती हैं।

अध्ययन विधिः

अध्ययन पद्धति के रूप में प्राथमिक डेटा का संग्रह चिकित्सा स्वास्थ्य विभाग, समाज कल्याण विभाग, मौसम विभाग और राज्य और निजी चिकित्सा सेवा केंद्रों के माध्यम से उदयपुर में किया गया है। माध्यमिक डेटा जैसे जर्नल, समाचार पत्र, सरकारी रिकॉर्ड, मीडिया और टेलीविजन समाचार चैनल साक्षात्कार आदि का उपयोग किया गया है।

उदयपुर में कुपोषणः

कुपोषण न केवल राजस्थान के लिए बल्कि पूरे देश के लिए एक गंभीर समस्या है। इस मामले में राजस्थान असम और बिहार के

बाद तीसरे स्थान पर है। राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण -4 के अनुसार, राज्य में 38.4þ बच्चे कम वजन के हैं। 23.4 प्रतिशत बच्चे शारीरिक रूप से कमजोर हैं, 8.7 प्रतिशत बच्चे बहुत कमजोर हैं और 40.8 प्रतिशत बच्चे अविकसित हैं। 2011 की जनगणना के अनुसार, राज्य में एक करोड़ से अधिक बच्चे 0-6 वर्ष की आयु के हैं। राजस्थान में, पोषण की कमी से पीड़ित हजारों बच्चों के इस दर्द को केवल आंकड़ों से महसूस नहीं किया जा सकता है। यह दर्द और एक दुष्चक्र है जिसमें वे पीढ़ियों से पीड़ित हैं। भारत सरकार ने कुपोषण से पीड़ित लाखों शिशुओं के इलाज के लिए 2011 में जिला अस्पताल और मेडिकल कॉलेज स्तर पर कुपोषण निवारण केंद्र (MTCs) की स्थापना की। इन MTC को बाद में CHC (सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र) स्तर तक बढ़ाया गया। आशा और आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को गांवों से ऐसे बच्चों को सीएचसी में लाने की जिम्मेदारी दी गई थी, लेकिन इस काम में ये कार्यकर्ता उम्मीद के मुताबिक प्रदर्शन नहीं कर सके। परिणामस्वरूप, छोटे गाँवों के कुपोषित बच्चे इन MTCs तक पहुँचने में असमर्थ हैं। इसके अलावा, एक समस्या यह सामने आई कि जो बच्चे अपने इलाज के लिए वापस आते हैं, उन्हें अपने घरों में संतुलित आहार नहीं मिल सकता है। यही कारण है कि वे कुपोषण की चपेट में हैं। इस तरह, गरीबी और कुपोषण के कारण गरीबी का चक्र जारी है।

राजस्थान में कुपोषण निवारण केंद्र (MTCs) अपने लक्ष्यों को पूरा करने में असमर्थ हैं। साथ ही आंगनवाड़ी और आशा कार्यकर्ता भी अपनी जिम्मेदारी नहीं निभा पा रही हैं। किसी अन्य बीमारी के लिए जिला अस्पताल या सीएचसी में आने वाले बच्चे चिकित्सा परीक्षणों के दौरान पोषण की कमी के लक्षण दिखाते हैं। इसके बाद, डॉक्टर पहले ऐसे बच्चों के कुपोषण का इलाज करते हैं ताकि जिस बीमारी के लिए उन्हें भर्ती किया जाता है उसे ठीक किया जा सके। जबकि मुख्य समस्या बच्चे के कुपोषित होने की है। “

राजस्थान के उदयपुर में लगभग 5000 कुपोषित बच्चे हैं, जिनमें से अधिकांश आदिवासी समुदाय के हैं। एनएफएचएस -4 के अनुसार उदयपुर जिला कुपोषण के मामले में देश में 480 वें स्थान पर है।

उदयपुर में बिलवन ग्राम पंचायत के 3 वर्षीय राज उन बच्चों में से एक हैं जिनका कुपोषण का इलाज किया गया है। रामू की मां बिजनी देवी उन परिवारों में से एक हैं, जिनके घर का पोषण उद्यान विकसित किया गया है। वह बताती हैं, 'राज कमजोरी के कारण पहले नहीं चल सका। वह हमेशा बैठा रहता था। फिर उसने कोटरा के एक शिविर में डॉक्टरों को दिखाया। उन्होंने एनीमिया की सूचना दी और इलाज शुरू किया। मेरा बेटा इलाज के बाद चलने में सक्षम है। अब सरकार ने यह बाड़ी (बाग) लगाई है जिसमें सब्जी और फलदार पौधे भी लगाए गए हैं। इससे हमें कुछ दिनों के बाद हरी सब्जियां मिलेंगी।'

कुछ ऐसा ही कहना है गोगरुद गांव की काली बाई का। वह कहती है कि उसकी ढाई साल की बच्ची शशि हमेशा बीमार रहती थी। हाथ और पैर बहुत पतले थे। पेट और सिर अत्यधिक भारी लग रहे थे। कुछ महीने पहले, गाँव में एक शिविर था। मैंने 15 दिनों तक लड़की के साथ डेरा डाला और उसका इलाज किया। शशि अब ठीक है और चलने के लिए मिलता है। सरकार ने पोषण के लिए मेरे घर में सब्जी और फल के पौधे लगाए हैं। यह हमारे लिए फायदेमंद होगा क्योंकि इस बारी से परिवार को ताज़ी और हरी सब्जियाँ मिलेंगी। बच्चों का स्वास्थ्य भी अच्छा रहेगा।

देश में 62% बच्चे एनीमिया से पीड़ित हैं, जबकि 40% कुपोषण के कारण, 36% कम वजन के हैं। उदयपुर के आंकड़े बताते हैं कि ग्रामीण क्षेत्रों में गरीब परिवार बच्चों को जिला स्तर पर एमटीसी में खुद नहीं ले जाते हैं। दरअसल, कुपोषण ग्रामीण इलाकों के लिए कोई बीमारी नहीं है।

उदयपुर जिले में आदिवासी विकास मंच संस्था चलाने वाले सामाजिक कार्यकर्ता सरफराज शेख गाँव कनेक्शन से कहते हैं, “आदिवासी क्षेत्रों में काम करना बहुत चुनौतीपूर्ण है। आदिवासी शहरी समाज के प्रति अविश्वास रखते हैं। उनकी आर्थिक स्थिति

भी ऐसी नहीं है कि वे एक हों।" उपचार के लगातार 15 दिनों तक जिला अस्पताल में रह सकते हैं। इसके अलावा, कुपोषण के मुद्दे पर प्रशासन का रवैया भी सकारात्मक नहीं है। इस बार हमें और अन्य संस्थानों को प्रशासन का समर्थन मिला है, इसलिए वह काम किया गया है सकारात्मक परिणाम मिल रहा है।

"कोई भी अकेला विभाग कुपोषण से नहीं लड़ सकता है। कुपोषण निवारण अभियान, जिला प्रशासन, कृषि विभाग, ICDS और कई सामाजिक संगठनों ने मिलकर काम किया है। इस कारण 2123 बच्चों को कुपोषण से निकाला जा सकता है। अब उन्हें पूरे साल भर में पौष्टिक आहार दिया जा रहा है।" इसके लिए पोषण उद्यान की स्थापना की गई है, हालांकि परिणाम अभी तक पूरी तरह से पूरा नहीं हो पाए हैं, लेकिन अब तक की योजना के अनुसार, अच्छे परिणाम प्राप्त हुए हैं। इस आधार पर, मैं कह सकता हूं कि यह मॉडल सबसे पहले पूरे देश में लागू किया गया है। राजस्थान और बाद में देश में। ऐसा इसलिए किया जाना चाहिए ताकि कुपोषण से जूझ रहे देश को इसके खात्मे के लिए एक स्थायी समाधान मिल सके।

मानव स्वास्थ्य पर पोषण स्तर का प्रभावः

भोजन आहार है, हम आहार को मुख्य रूप से दो भागों में बांटते हैं - (ए) अपर्याप्त आहार और (बी) पर्याप्त या संतुलित आहार।

अपर्याप्त आहार वह आहार है जिसका उपयोग भूख को शांत करने के लिए किया जाता है। इस प्रकार के भोजन से हमारी भूख मिट जाती है और शरीर सक्रिय रहता है, लेकिन ऐसे भोजन में पौष्टिक तत्वों की कमी के कारण शरीर में निवारक क्षमता नहीं होती है।

दूसरे, संतुलित आहार और भोजन है जिसमें सभी पौष्टिक तत्व उचित मात्रा में होते हैं। दूसरे शब्दों में, यह कहा जा सकता है कि संतुलित आहार वह है जिसमें शरीर की सभी पोषण संबंधी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए सभी पोषक तत्व उचित मात्रा में उपलब्ध हों। इसलिए, पौष्टिक भोजन हमारे लिए बहुत महत्वपूर्ण है, पोषण उन प्रतिक्रियाओं का संयोजन है जिनके द्वारा जीवित जीव अपने कामकाज को बनाए रखने और अपने अंगों को विकसित करने और बनाने के लिए आवश्यक पदार्थों का उपभोग करता है। विविधता पोषण शरीर में भोजन के विभिन्न कार्यों की समूह प्रतिक्रियाओं का नाम है।

अपर्याप्त भोजन या कुपोषण के निम्न लक्षण इस प्रकार हैं

शरीर कमजोर होने लगता है क्योंकि शरीर को पर्याप्त ऊर्जा प्रदान करने वाले खाद्य तत्वों की कमी के कारण अन्य शक्ति नहीं मिलती है।

- शरीर में खून की कमी होती है।
- शरीर का वजन उत्तरोत्तर कम होने लगता है।
- त्वचा शुष्क, खुरदरी और झुर्रीदार हो जाती है।
- मांसपेशियां ढीली और ढीली हो जाती हैं।
- हड्डियों की वृद्धि और विकास में बाधा होती है, जिसका शारीरिक विकास पर बुरा प्रभाव पड़ता है।
- आंखों की रोशनी कम हो जाती है और बच्चे रतौंधी के शिकार हो जाते हैं।
- शरीर की रोग-विरोधी क्षमता गिर जाती है जिसके कारण बच्चे बार-बार बीमार पड़ते हैं।
- थकान का अनुभव बहुत जल्दी होता है।

इस तरह, यह कहा जा सकता है कि भोजन में कई रासायनिक पदार्थ मौजूद हैं। ये खाद्य तत्व हमारे शरीर को स्वस्थ और क्रियाशील रखने के लिए जिम्मेदार होते हैं। ये तत्व कार्बोहाइड्रेट, वसा, प्रोटीन, खनिज, विटामिन और पानी हैं, जो भोजन में अलग-अलग अनुपात में मौजूद हैं। ये तत्व शरीर को कार्यशील

रखने के लिए ऊर्जा देते हैं और शरीर को गर्म रखने के लिए ऊर्जा प्रदान करते हैं। निरंतर परिवर्तन जीवित चीजों का एक विशेष गुण है। लगातार बदलाव हो रहे हैं। जीवन के प्रारंभिक वर्षों में, शरीर में समान विकास और विकास होता है और विभिन्न अंगों के कामकाज के कारण, यह उनकी कोशिकाओं से समान टूटने में मदद करता है। इसके अलावा, भोजन के तत्व हमारे शरीर। शरीर में होने वाली विभिन्न जटिल प्रतिक्रियाओं को नियंत्रित करता है, जो हमारे स्वास्थ्य को अच्छा रखता है और हमें बीमारी से बचाता है।

पोषण और कुपोषणः

पोषण राष्ट्रीय विकास का एक मूल घटक है। कुपोषण पर ध्यान केंद्रित करना एक नैतिक आवश्यकता है। पोषण समाज में अस्वीकार्य है क्योंकि यह किसी व्यक्ति के उचित पोषण के अधिकार का उल्लंघन करता है। यह पोषण मानव संसाधनों की गुणवत्ता पर आधारित होता है जिसकी देखभाल जनसंख्या के स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति द्वारा की जाती है। संसाधनों की पहचान के साथ-साथ समुदायों को सशक्त बनाना और गरीब वर्गों के लिए सहायक योजनाओं की आवश्यकता है।

कुपोषण और कुपोषण, कम श्रम, काम के परिणामों और गुणात्मक उत्पादकता के मामले में कम श्रम उत्पादकता का कारण बनते हैं। इससे बच्चों में सबसे कम शैक्षिक प्राप्ति, स्कूलों में कम नामांकन और उपस्थिति और बच्चों में स्वास्थ्य होता है। और मृत्यु दर बढ़ जाती है। जिस तरह बेहतर उत्पादकता अधिक मुनाफा देती है, उसी तरह बेहतर पोषण से उत्पादकता बढ़ेगी और साथ ही श्रम आय भी बढ़ेगी। इस प्रकार उन्नत पोषण दो महत्वपूर्ण तथ्यों को प्राप्त करने में मदद करता है - उत्पादकता में वृद्धि और इससे होने वाले लाभों का वितरण।

कुपोषण नियंत्रण नीतियां मूल रूप से दो विचारधाराओं की हैं। पहले सिद्धांत के अनुसार, कुपोषण मूल रूप से गरीबी का परिणाम है। इस प्रकार इसे समाप्त करना गरीबों की उत्पादकता बढ़ाने, आय के स्तर को बढ़ाने और खाद्य प्रणाली के वितरण पर निर्भर करता है। दूसरा सिद्धांत यह है कि अवधारणा इस तथ्य पर आधारित है कि लोग कुपोषित हैं क्योंकि वे उचित पोषण स्तर और स्वस्थ वातावरण सुनिश्चित करने वाले संसाधनों का उचित उपयोग करने में असमर्थ हैं। इसलिए, कुपोषण का सामना करना घरेलू संसाधनों का उपयोग है, निरक्षरता का पोषण, पोषण संबंधी जानकारी यह केवल सही आदर्शों की वृद्धि और विकास पर निर्भर करता है।

नया विकास प्रतिमान गरीबों द्वारा पोषण संबंधी समस्याओं के समाधान पर जोर देता है। सामना करने के लिए रणनीतियों की पहचान करके उन्हें सशक्त बनाया जा रहा है। सभी की भागीदारी मुख्य रूप से महिलाओं की भागीदारी सशक्तीकरण की ओर ले जाएगी, जिससे स्थानीय संसाधनों को खाड़ी में रखा जा सके और ज्ञान और सूचना को व्यवस्थित किया जा सके, जो कि सशक्तिकरण का मुख्य घटक है, संसाधनों द्वारा समस्याओं की जड़ों और उपरोक्त क्रियाओं का विश्लेषण करने में मदद करता है।

6 वर्ष से कम आयु के बच्चों में शारीरिक विकास में कमी देखी गई है, जो कुपोषण के कारण पूरे देश में प्रचलित है। नवजात शिशुओं और बच्चों में मृत्यु का कारण यह है कि लगभग 30 प्रतिशत बच्चे 2.3 किलोग्राम से कम हैं। प्री-स्कूल उम्र में लगभग 69 प्रतिशत कम वजन के बच्चे, 9 प्रतिशत गंभीर कुपोषण से पीड़ित हैं और 65 प्रतिशत अविकसित हैं और 20 प्रतिशत बेहद कमजोर हैं। 6 महीने की उम्र एक नाजुक समय होता है जब बच्चा होता है और 24 महीने की उम्र तक रहता है। 6 महीने से लेकर 2 साल की उम्र के बच्चों में कॉपरेशन ज्यादा असर देता है।

प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण वृद्धि को रोकता है, शरीर के वजन में कमी और अन्य कमजोरियों, विशेष रूप से छोटे बच्चों में मृत्यु का खतरा बढ़ जाता है।

यह साबित हो चुका है कि कुपोषण से पीड़ित बच्चों में भविष्य में उच्च रक्तचाप और मधुमेह जैसी अपक्षयी बीमारियां विकसित होने की संभावना है। ये बच्चों की वृद्धि को बनाए रखने में परिवारों की अक्षमता का कारण हो सकते हैं।

- गलत भोजन करने की आदत।
- माँ से अनजानी रुकावटें
- आवर्तक संक्रमण
- कभी-कभी शरीर की ऊर्जा की जरूरतों को पूरा करने के लिए क्रय शक्ति की कमी
- अपर्याप्त भोजन का सेवन, जिन घरों में भोजन की कमी नहीं है,
- बच्चों के विकास और देखभाल से संबंधित ज्ञान और कौशल की कमी।

www.ignited.in

बच्चों के जीवन को एक अच्छी शुरुआत को बढ़ावा देने के लिए, 6 से 24 महीने के बच्चों को कुपोषित बनने से रोकना होगा।

निष्कर्षः

उदयपुर जिले में कुपोषण को कम करने के लिए, इसके कारणों का ध्यान रखना होगा, जैसे कि अपर्याप्त उपकरण और संक्रमण / बीमारी और तेजी से खाने और पीने की आदतें। कुपोषण की स्थिति में सुधार एक चुनौती है। यह परिवार के सदस्यों, समुदायों और इस क्षेत्र में काम करने वालों पर निर्भर करता है। कुपोषण को रोकने या इसे नियंत्रण में लाने के लिए उन्हें जागृत करना होगा।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची:-

1. भारत में गंदी बस्तीयॉ एवं विकास, श्रीवास्तव नीरज 1994, जीवन पब्लिकेशन, आगरा
2. गंदी बस्तीयों की समस्याएं, दुबे संजय 2007, विकास प्रकाशन, नई दिल्ली
3. सामाजिक शोध एवं सांख्यिकी, रविन्द्रनाथ मुखर्जी 2000
4. आर. जोशी, नगरीय भूगोल, राजस्थान हिन्दी ग्रन्थ अकादमी , जयपुर 2010
5. आर. जोशी, पर्यावरण भूगोल, साहित्य ग्रन्थ अकादमी , आगरा 2010
6. राजस्थान का भूगोल, प्रोफेसर एच एस शर्मा एवम प्रोफेसर आर एन मिश्रा, पंचशील प्रकाशन, जयपुर, 2010।
7. प्रतियोगिता दर्पण पत्रिका नवम्बर 2010
8. लिन्थ्रेन, एच.सी. (1973) कक्षा अध्यापन में शिक्षा मनोविज्ञान, भोपालः मध्यप्रदेश हिन्दी ग्रन्थ अकादमी।
9. माथूर, ओ. पी. (2000) ए न्यू फॉर दी अर्बन पु अर स्लम्स फ्री सिटीज, नई दिल्ली: नेशनल इंस्टिट्युट ऑफ पबिलक फायनेंस एण्ड पालिसी।
10. मंगल एस. के. (2009) जनरल सायकोलोजी, नई दिल्लीः स्टलिंग पब्लिशर्स प्राईवेट लिमिटेड।
11. नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर 2011
12. परिवार कल्याण विभाग, उदयपुर राजस्थान।
13. सामाजिक न्याय एवं अधिकारिकता विभाग, राजस्थान।
14. जिला कलेक्टर कार्यालय, उदयपुर।
15. आंगनवाड़ी केन्द्र, उदयपुर।

Corresponding Author

Anita Mathur*

Lecturer, Department of Geography, Babu Shobha Ram Government Arts College, Alwar, Rajasthan