



‘तथापि’चा जिल्हाळा

प्रिय साथी,

पुढचे तीन महिने म्हणजे सणांची आणि उत्सवांची नुसती रेलचेल. दही हंडी, चौका, गणेशोत्सवापासून जे सण सुरू झालेत ते दसरा, दिवाळी, रमजान ईद, ख्रिसमसबरोबरच संपतील. या सगळ्या सणांसाठी तुम्हाला हार्दिक शुभेच्छा! त्यातही स्वतःसाठी तुम्हाला थोडा तरी वेळ मिळेल अशी आशा करू या.

या सगळ्या धामधुमीत आपले चकवळीचे, आंदोलनांचे काही खास दिवसही आहेत. त्यासाठी वेळ काढायला विस्मर नका. २५ नोव्हेंबर ते १० डिसेंबर हे ख्रियांवरील हिंस्रतेच्या विरोधातलं १६ दिवसांचं अभियान तर फारच महत्वाचं आहे. हिंस्रतेबांधी, आपल्या आयुष्याच्या या वैदनादायक वास्तवाबांधी काही तरी पाऊल उचलण्याची चांगली संधी या अभियानाने आपल्याला दिली आहे. या अंकात या अभियानाची आणि कौटुंबिक हिंसा प्रतिबंधक कायद्याविषयी हस्ताक्षर अभियानाची माहिती दिली आहे. ती नक्की वाचा.

जिल्हाळ्याच्या या अंकात अपंगत्व आणि स्त्रिया हा तरा काहीसा अंधारात असणारा विषय मागोवामध्ये हाताळला आहे. तुमच्या भागातल्या अपंग स्त्रियांच्या कहाण्या, त्यांना येणाऱ्या अडचणी, त्यांनी जिद्दीने त्यावर केलेली मात किंवा या विषयात काम करणाऱ्यांचे अनुभव आम्हाला जरूर लिहून पाठवा.

हा अंक तुमच्या हातात पडेल तेव्हा विधानसभा निवडणुका अगदी जवळ येऊन ठेपल्या असतील. रोजच्या वर्तमानपत्रातले जागावाटपाचे वाद, तिकिट मिळवण्यासाठी चाललेली झट्टुक उमेदवारांची धडपड आणि प्रचाराच्या घोषणा बघताना एकच विचार मनात येतो, या सगळ्यात स्त्रियांचे प्रश्न कुठे आहेत? कुठलाही पक्ष घ्या, स्त्रियांचे प्रश्न, त्यांच्या गरजा कधीच राजकीय मुद्दे बनत नाहीत. स्त्रियांच्या आरोग्यासाठी, सर्वांना आरोग्य अधिकार मिळण्यासाठी काय पावलं उचलायला हवीत हे या निवडणुकीच्या निमित्ताने पुढे आणलं आहे.

स्त्रियांच्या हक्कांची लढाई ही नेहमीच गरिबी आणि विषमतेच्याही विरोधातली लढाई आहे. या लढ्यात स्त्रिया जेव्हा स्वतः पुढे येऊन आपले हक्क मिळवतील तेव्हाच या मुद्द्यांकडे स्वर लक्ष जाईल. यासाठी स्त्रियांचे स्वतःचे मुद्दे चार भिंतीतून बाहेर आणणं, समानतेच्या लढ्यात त्यांच्याबाबत होणाऱ्या भेदभावाची दखल घेणं आणि मुख्य म्हणजे लोक आणि स्त्रिया हे समानार्थी शब्द नाहीत, स्त्रियांचे काही विशेष प्रश्न आहेत हे लक्षात घेणं फार महत्वाचं आहे. तेव्हाच लोकांनी, लोकांसाठी चालवलेलं लोकांचं राज्य अशा लोकशाहीची आपली स्वप्नं साकार होतील.

आपली, तथापि टीम

अंतरंग

◆ संपादकीय ... १	◆ अभियान वार्ता... जनतेचा जाहीरनामा ... ७
◆ मागोवा - अनंत अमुची ध्येयासक्ती ... २	◆ गर्भनिरोधकांची औळख... स्त्री नसबंदी ... ८
◆ आरोग्यवार्ता - जनसुनवाई, भोपाळ ... ४	◆ हे तुम्हाला माहित आहे... अपंगांसाठी योजना ... १०
◆ नेहमीचे आजार ... चिंच ... ५	◆ माहितीच्या जगात... जनार्थ, औसंगाबाद ... ११
◆ चालू घडामोडी ... ६	◆ अस्ली मर्द म्हणजे नक्की काय? ... १२

अनंत अमुचीं ध्येयासक्तीं...

उपचारांच्या खर्चाने त्रस्त बापाकडून पोरीचा खून

इचलकरंजी, १० सप्टेंबर /वार्ताहर

मुलीच्या औषधोपचारावर पैसा खर्च करुन वैतागलेल्या बापाने आपल्या तेरा वर्षांच्या मुलीचा पायाने तुडवून खून केल्याचा प्रकार येथील दत्तनगर भागात बुधवारी घडला. ती बरी होण्यासाठी तिचे वडील सदाशिव नामदेवकर यांनी आतापर्यंत बराच पैसा खर्च केला होता. (११-९-०४ लोकसत्ता)

ही बातमी वाचत असतानाच गेल्या वर्षभरात घडलेल्या इतर काही घटनांच्या आठवणी ताज्या झाल्या. आश्रम शाळेतील अंध मुलांचं अधीक्षकाने केलेलं लैंगिक शोषण, मुंबईत लोकलमध्ये मानसिक विकलांग मुलीवर झालेला बलात्कार, राखीव पद असूनही नोकरीवर घेत नसल्याने अपंग तरुणाने केलेला आत्महत्येचा प्रयत्न आणि इतरही अनेक. या घटनांमधली अपंग व्यक्तींच्या असहाय्यतेचा गैरफायदा घेण्याची विकृत वृत्ती आपल्याला हादरवून टाकते. लहान मुलांसाठी, स्त्रियांसाठी घरातलं आणि घराबाहेरचं वातावरण सुरक्षित नसताना शारीरिक आणि मानसिक अपंगत्व असणाऱ्या व्यक्तींसाठी ही परिस्थिती अजूनच बिकट बनते.

राज्यात अपंग व्यक्ती किती?

२००१ साली केलेल्या जनगणनेनुसार महाराष्ट्रात एकूण १५ लाख ७० हजार अपंग व्यक्ती आहेत. त्यामध्ये ९ लाख ३४ हजार पुरुष आणि ६ लाख ३६ हजार स्त्रियांचा समावेश आहे. जनगणना सुरु झाल्यानंतर तब्बल चाळीस वर्षांनी प्रथमच शारीरिक आणि मानसिक अपंगत्वासंबंधी माहितीचा यात समावेश करण्यात आला आहे.

दुहेरी भेदभाव

गरिबीमुळे अपंगत्व येण्याच्या शक्यता वाढतात पण त्यातही स्त्रिया याला जास्त बळी पडतात. पुरेसं पोषण, आवश्यक लसीकरण व औषधोपचार न मिळाल्याने लहानपणात मुलींमध्ये अपंगत्व येण्याच्या व वाढण्याच्या शक्यता जास्त असतात. विकासाच्या सर्वच संधींपासून अपंग मुलींना जास्त दूर ठेवलं जातं. मुलगी म्हणून आणि त्यासोबत शारीरिक किंवा मानसिक अक्षमता आहेत म्हणून त्यांना समान दर्जा आणि अधिकार दिले जात नाहीत.

अपंग स्त्रियांबाबत होणारा भेदभाव कधी उघड तर कधी अगदी सूक्ष्म पातळीवर घडत असतो. पाकिस्तानात काम करणाऱ्या एका संस्थेच्या संचालिकेने तिथल्या मुलींच्या शिक्षणाबद्दल काही अनुभव मांडले आहेत. जिथे अनेक मुलींना शाळा असूनही शिक्षण घेता येत नाही तिथे अपंग मुलींसाठी विशेष शाळा किंवा प्रशिक्षण ही गोष्ट फार अवघड आहे. शाळासुद्धा जर गावात असली, तिथे जाण्यासाठी रस्ता असला, वाहन आणि इतर सोयी अपंग विद्यार्थ्यांच्या गरजा लक्षात घेऊन केल्या असल्या तरच मुलींना शिक्षण मिळण्याची शक्यता आहे. अनेकदा अपंग मुलींना फक्त व्यवसायाभिमुख शिक्षण दिलं जातं. त्यांना इतर विषयांतही रस असतो. पण हे कुणाच्या लक्षातही येत नाही. अपंग स्त्रिया व्यक्ती म्हणून इतरांसारख्याच आहेत ही गोष्ट समाज कधी मान्य करणार आहे, असा सवाल त्या विचारतात.

मी सुंदर नाही का?... शरीर आणि स्वप्रतिमा

प्रत्येक स्त्रीची स्वप्रतिमा काही अंशी समाजाने ठरवलेल्या सौंदर्याच्या कल्पनांनुसार ठरत असते. सौंदर्याची व्याख्या जेव्हा कसलीही कमतरता नसणारं, सुंदर आणि परिपूर्ण शरीर अशी केली जाते, तेव्हा खरं तर बहुतेक स्त्रिया या व्याख्येत बसत नाहीत. स्त्रियांकडे पाहण्याची वृत्ती आणि त्याचा त्यांच्या स्वतःच्या प्रतिमेवर होणारा परिणाम ही भेदभावाची पहिली पायरी आहे. सौंदर्याच्या या प्रतिमांचा अपंग स्त्रियांच्या स्वप्रतिमेवर फारच खोल परिणाम होत असतो. आणि आपण दुसऱ्यांना आवडू शकतो आणि आपणही कोणासोबत नातं जोडू शकतो असा विश्वास निर्माण होणं अवघड बनतं.

स्त्रियांच्या मानल्या जाणाऱ्या भूमिका आणि अपंग स्त्रियांकडे पाहण्याचा दृष्टीकोन यातही फारकत केली जाते. लग्न करणं आणि मुलं जन्माला घालणं ही स्त्रीची कामं मानली गेली आहेत. पण अपंग स्त्रियांनी मात्र लग्न आणि स्वतःचं कुटुंब ह्या गोष्टींचा विचार करू नये असं मानलं जातं. त्यामुळे त्यांचा लग्न करण्याचा, मुलं वाढवण्याचा हक्क हिरावून घेतला जातो. आरोग्यसेवा यंत्रणेतही अपंग स्त्रियांना सर्व आरोग्य सेवा, गर्भनिरोधक, मातृत्वाच्या सेवा कशा मिळतील याचा विचार केला जात नाही. परिणामी या सेवांपर्यंत त्या पोचू शकत नाहीत.

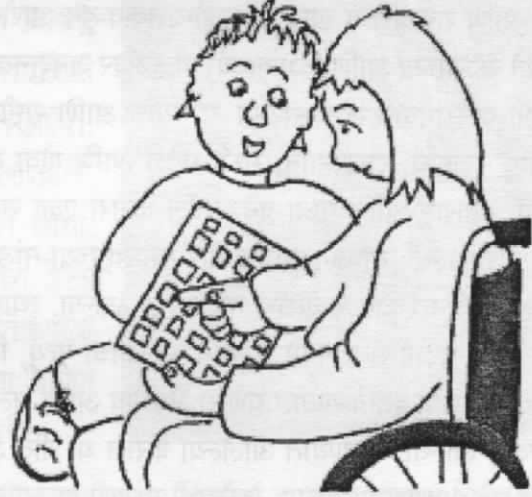
भेदभावाचा अजून एक महत्त्वाचा मुद्दा म्हणजे स्त्रियांची लैंगिकता. इतर स्त्रियांप्रमाणेच अपंग स्त्रियांनाही लैंगिक भावना असतात हे जवळजवळ नाकारलं जातं. त्यांनाही कोणाच्या सहवासाची, प्रेम करण्याची इच्छा, गरज आहे हे समाज मान्यच करत नाही. त्यामुळे त्यांच्या लैंगिक भावना नाकारल्या तरी जातात किंवा त्या नियंत्रित करण्याचा प्रयत्न केला जातो.

त्यांच्या शरीराचा केला जाणारा वापर, त्यांना न विचारता केलं जाणारं छायाचित्रण, फिल्म्स तयार करणं, डॉक्टरकी शिकणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी मॉडेल म्हणून केला जाणार वापर या सर्व गोष्टी त्यांच्या प्रतिष्ठेचं उल्लंघन करतात. आणि ही एक प्रकारची हिंसाच आहे.

याहूनही हीन दर्जाची वागणूक मानसिक अपंगत्व असणाऱ्या स्त्रियांच्या वाट्याला येऊ शकते. त्यांचं माणूस म्हणून अस्तित्व मान्य केलं जात नाही. त्यांच्या शरीरावरही इतर जण हक्क प्रस्थापित करून त्याबाबतचे निर्णय घेतात. काही वर्षांपूर्वी पुण्याजवळ शिरूर इथे शासकीय संस्थेतील मतिमंद मुलींवर गर्भाशय काढण्याच्या शस्त्रक्रिया करण्यात आल्या. मतिमंद मुलींवर होणारे लैंगिक अत्याचार, त्यातून त्यांना दिवस जाणं, त्यांचे गर्भपात करावे लागणं हे त्यांच्या मूलभूत अधिकारांचं उल्लंघन आहे. हे थांबवणं, त्यांच्यासाठी सुरक्षित वातावरण निर्माण करणं हे सरकारचं कर्तव्य आहे. पण हे न करता त्यांची गर्भाशयं काढून टाकणं हा सोपा उपाय सरकारनी अवलंबला होता. कारण मत मांडण्याची, प्रतिकार करण्याची पुरेशी क्षमता या मुलींमध्ये नाही आणि त्यांना समान पातळीवर वागवलं जातच नाही.

अपंगांची समाजातली प्रतिमाही दुर्बळ, परावलंबी, अक्षम अशीच बनवली जाते. त्यातही स्त्रियांबाबत होणाऱ्या दुहेरी भेदभावाचा पीळ सोडवणं हे फार मोठं आव्हान आपल्या सर्वासमोर आहे. त्यांचे मूलभूत हक्क मिळवण्यात साह्य करणं आणि एक स्वतंत्र व्यक्ती म्हणून त्यांना स्वीकारणं ही पहिली पायरी ठरू शकेल. विकासाच्या सर्वच क्षेत्रात अपंग व्यक्ती, खासकरून स्त्रिया सहभागी होतील आणि त्यांचे लाभही त्यांना समान पातळीवर मिळतील यावर भर द्यायला हवा. शिक्षण, रोजगार, कला, साहित्य, राजकारण आणि एकमेकांमधल्या नातेसंबंधातही अपंग व्यक्ती सहभागी असतील यावर भर द्यायला हवा. हा सहभाग वाढवण्यासाठी अपंग व्यक्तींना त्यांचे

पूर्ण हक्क मिळणं आणि त्यांच्या विकासासाठी विशेष प्रयत्न होणं गरजेचं आहे. हे प्रयत्न करत असताना त्यात असणारी उपकाराची भावना दूर करून हक्काची पूर्तता करत आहोत ही भावना रुजणं आवश्यक आहे.



दोन्ही हात काम करत नसतानाही दात, डोकं आणि इतर शरीराच्या मदतीने स्वतःच्या मुलांची उत्तम काळजी घेणाऱ्या स्त्रियांची उदाहरणं कमी नाहीत. मानसिक अपंगत्व असणाऱ्या, आपल्या जवळच्यांवर नितांत माया करणाऱ्या स्त्रिया आपल्या सर्वांच्याच परिचयाच्या आहेत. अतिशय विषम परिस्थितीत जगत असतानाही शिकण्याची, गाणी म्हणण्याची, उत्तम चित्रं काढण्याची ऊर्मी असणारी अनेक अपंग मुलंमुली आपल्या आजूबाजूला आहेत. आपल्यामधल्या कौशल्यांच्या आधारावर स्वतःच्या पायावर उभं असणाऱ्या आणि देशाच्या आर्थिक विकासात महत्त्वाचं योगदान असणाऱ्या या सर्वांना अपंग का म्हणायचं हाच प्रश्न मनात येतो.

त्यांना अपंग न म्हणता त्यांच्यामध्ये असणाऱ्या काही अक्षमता सोडून त्यांच्या इतर सर्व क्षमता आणि गुणांचा आदर राखणारा, संवेदनशील असा पर्यायी शब्द आपल्याला रुढ करता येईल का? येत्या ३ डिसेंबरला **अपंगत्व असणाऱ्या व्यक्तींचा जागतिक दिवस** साजरा करताना आपण याचा नक्कीच विचार करू या.

संदर्भ: इलेसिआस व इतर, व्हायलन्स अगोस्ट डिसेबल्ड विमेन, युरोपियन युनियन, दाफ्ने इनिशिएटिव्ह, १९९८.

ड्रेजर डिआन (संक.), डिसेबल्ड पीपल इन इंटरनॅशनल डेव्हलपमेंट, COPOH, कॅनडा, १९९१.



आरोग्य सेवा - आमचा हक्क

जनसुनवाई : दिनांक २९ जुलै २००४, भोपाळ

‘आरोग्याचा अधिकार हा मूलभूत मानवी अधिकार आहे’ या संकल्पनेतून लोकांना या विषयावर बोलतं करणं, संघटित करणं आणि सरकारी व खाजगी आरोग्यसेवांकडून आरोग्यसेवा नाकारल्या जाण्याच्या घटना सगळ्यांच्या समोर मांडणं या उद्देशाने राज्याच्या आणि विभागाच्या पातळीवर जनसुनवाया आयोजित करण्यात आल्या होत्या. २९ जुलै रोजी भोपाळ इथे झालेली जनसुनवाई जन आरोग्य अभियान आणि राष्ट्रीय मानवी हक्क आयोग यांनी एकत्र मिळून आयोजित केली होती. महाराष्ट्र, गुजराथ, राजस्थान, मध्य प्रदेश आणि गोवा या राज्यांमधील आरोग्यसेवा नाकारल्याच्या घटना इथे मांडण्यात आल्या. महाराष्ट्र आणि मध्य प्रदेशातील केसेस एका सत्रात आणि गुजरात आणि राजस्थानमधील केसेस समांतर सत्रात मांडण्यात आल्या. या जनसुनवाईतील महाराष्ट्राच्या मांडणीचा हा थोडक्यात वृत्तांत.

महाराष्ट्रातून एकूण ९ केसेस मांडण्यात आल्या. त्यामध्ये साथीला प्रतिबंध करण्यासाठी अपुरे प्रयत्न, बाळंतपणासाठी सेवा नसणं, पुरेशी सेवा न मिळाल्याने बालकाचा मृत्यू, किशोरवयीन जळित मुलीवर बलात्काराची घटना, एच. आय. व्ही./ एड्सच्या रुग्णांबाबत करण्यात येणारा भेदभाव आणि भूल उतरल्यानंतरही करण्यात आलेल्या नसबंदी शस्त्रक्रिया या केसेस मांडण्यात आल्या. मांडण्यात आलेल्या केसेस या नीट अभ्यास करून मांडलेल्या आणि त्यातील अधिकारांच्या उल्लंघनाचं गांभीर्य पुढे आणणाऱ्या होत्या. केसेसची मांडणी झाल्यानंतर जन आरोग्य अभियानातर्फे करण्यात आलेली १४४ प्राथमिक आरोग्य केंद्रं आणि १९ ग्रामीण रुग्णालयांची पाहणी आणि हक्कांचं उल्लंघन झालेल्या ६३ केसेसची मांडणी करण्यात आली.

या पाहणीतील काही ठळक गोष्टी -

- ◆ दर तीनातील एका केसमध्ये रुग्णाला आपले प्राण गमवावे लागल्याचं दिसतं.
- ◆ एकूण केसेसपैकी ३०% केसेस स्त्रियांच्या आरोग्यासंबंधी आहेत, आणि
- ◆ निम्म्या घटनांमध्ये रुग्णाला कोणतीही सेवा मिळालेली नाही किंवा वेळेत उपचारही मिळाले नाहीत.

केसेस मांडत असताना सरकारतर्फे आरोग्य सेवा महासंचालक डॉ. साळुंखे यांनी काही मुद्दे खोडून काढण्याचा प्रयत्न केला. अभियानाच्या सदस्यांनी त्याचा जोरदार विरोध केल्यानंतर त्यांनी नंतरची मांडणी जरा नरमाईने केली.

वेळेअभावी नंदुरबारमधील कुपोषण, लोकसंख्या नियंत्रण आणि नसबंदी शिबिरे, मानसिक आरोग्य व व्यवसायजन्य आजार या विषयांवरिल मांडणी करता आली नाही. त्याबाबतची आकडेवारी डॉ. साळुंखे यांना देण्यात आली.

मांडलेल्या केसेसची चौकशी करताना जन आरोग्य अभियानाचा/ची प्रतिनिधी त्या चौकशीत असायला पाहिजे, तसंच चौकशीही संयुक्तरीत्या व्हावी अशी मागणी करण्यात आली. ती त्यांनी मान्य केली.

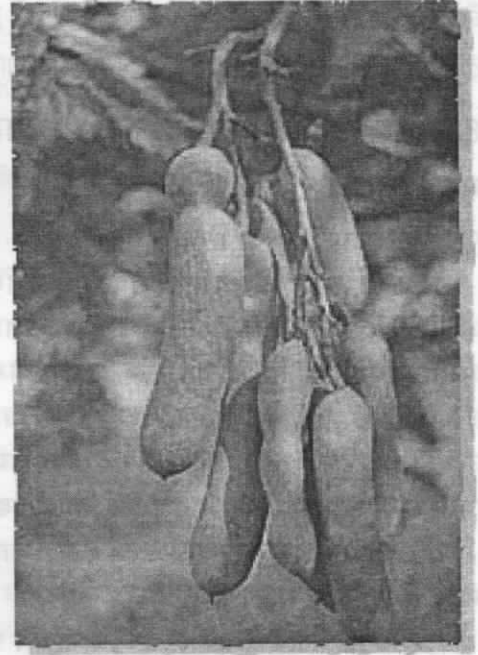
महाराष्ट्राचे सत्र संपल्यानंतर मानवी हक्क आयोगाचे जस्टिस भास्कर राव यांनी आपलं मत मांडताना सांगितलं की स्वयंसेवी संस्था चांगलं काम करत आहेत, त्यांनी लोकांची खरी परिस्थिती समोर आणण्याचा प्रयत्न केला आहे. सामान्य जनतेला आरोग्यसेवा उपलब्ध करून देणं ही सरकारची जबाबदारी आहे. ती टाळता येणार नाही. मानवी हक्क आयोगाचे वाय. एस. आर. मूर्ती अधिकाऱ्यांना लिखित स्वरूपात शिफारशी देतील अशी अपेक्षा आहे. बाधित व्यक्तींच्या केसेसची चौकशी निष्पक्ष आणि कोणताही दबाव न टाकता होईल यासाठी आता प्रयत्न करणं गरजेचं आहे.

आरोग्यसेवा मिळवणं आणि या संपूर्ण यंत्रणेवर देखरेख ठेवणं ही आरोग्याचा हक्क मिळवण्याची पहिली पायरी आहे. आरोग्य सेवांचा हक्क डावलला जाऊ नये म्हणून चांगल्या दर्जाच्या, मोफत आणि सुलभ सेवा मिळवण्यासाठी आपापल्या पातळीवर आरोग्याचे प्रश्न लावून धरणं आणि या प्रश्नाभोवती लोकांना संघटित करणं हे आपल्या हातात आहे. भोपाळच्या जनसुनवाईने लोकांची ताकद परत एकदा दाखवून दिली आहे.

चिंच

हिंदी: इमली इंग्रजी: tamarind

माळरानावरून, रस्त्याच्या कडेन जाताना चिंचेची सावली आणि झाडाला लागलेले आकडे हे अगदी सवयीचं चित्र आहे. चिंचेचं झाड उंच, साधारणपणे ४० फुटांपर्यंत वाढतं. त्याचा पाला संयुक्त पानांचा असतो आणि फुलांना किंवा मोहोराला पिवळी लालसर झाक असते. गडद तपकिरी रंगाचे चिंचोके आणि गाभुकलेल्या चिंचा आपल्या सर्वांना माहित आहेत. आपल्या देशात बऱ्याच भागात जैवणात चिंचेचा नियमित वापर केला जातो. चिंचेचे औषधी उपयोग काय आहेत ते आज आपण पाहणार आहोत. चिंचा, मोहोर, पाला, साल आणि मुकं या सगळ्यांचा औषधात उपयोग केला जातो. चिंचेत 'क' जीवनसत्व भरपूर असतं. त्याच्यामुळे रोगप्रतिकारक शक्ती मिळते. आजारापासत 'क' जीवनसत्वाची गरज असताना आपण मात्र चिंच खाऊ नये असं मानतो. हा समज दूर करता येईल का?



उपयोग

१. त्वचा रोगावर पाल्याचा रस लावतात.
२. पोटदुखी/उलटी - चिंचेचे पाणी (कोळ काढून) आलं व कांद्याच्या रसासोबत एक चमचा घ्यावे.
३. पानांचा, फळांचा काढा तसंच चिंचोक्याची पेस्ट शरीराच्या दुखण्या भागावर लावल्यास वेदना, सूज कमी होते.
४. कोवळा पाला आणि मोहोर भाजीत वापरतात. त्याने छातीतली जळजळ थांबते.
५. घसा सुजला असल्यास पानांचं चूर्ण गरम पाण्यात टाकून गुळण्या करतात. चिंचेच्या रसाने गुळण्या केल्यासही आराम पडतो.
६. बॅड आलं असल्यास चिंचोक्याचं पोटीस करून बांधल्यास निचरा होतो.

सर्दीसाठी उपयोगी द्रव्य

चिंचेचा थोडा कोळ पाण्यात मिसळावा. चव खूप आंबट होणार नाही या अंदाजाने पाणी घालावं. पाण्यात अर्धा चमचा काळ्या मिरीची पूड आणि थोडं मीठ घालावं. अर्धा चमचा तेलाची किंवा तुपाची फोडणी करून हे मिश्रण थोडा वेळ उकळावं.

गरम रसम प्यायल्याने नाक सुटतं व आराम पडतो.

७. चिंचू चावल्यावर चिंचोका दगडावर टरफल निघेपर्यंत उगाळावा. घासून पांढरा झालेला चिंचोका डंख झालेल्या जागी लावावा. चिकटून बसतो. (दामजी वळवी, नागसर)
८. बारीक ताप - अर्धा कप चिंचेचा पाला दोन कप पाण्यात अर्धा कप मिश्रण होईपर्यंत उकळावा. दररोज सकाळी अर्धा कप मिश्रण घ्यावे. पाला आंघोळीच्या पाण्यात टाकून आंघोळ करावी/घालावी (आर्युवेद कॉलेज, नडियाद)
९. तोंडाला खाज सुटत असल्यास चिंचेच्या पाण्याने चुळा भरव्यात, गुळण्या कराव्यात.
१०. पाळीच्या वेळी दुखत असल्यास पिंपळ आणि चिंचेची साल कुटून एक चमचा ७ दिवसांपर्यंत घेणे किंवा पाल्याचं चूर्ण एक चमचा मधाबरोबर ५ दिवस सकाळ-संध्याकाळ घ्यावं.

संदर्भ-

१. आरोग्य मार्गदर्शिका - आपले स्वास्थ्य, जीवन आशा चॅरिटेबल ट्रस्ट, नाशिक, २००३.
२. आदिवासी दवादारु, सोशल सेंटर, अहमदनगर १९९८.
३. बृहन्निघंटू, भारतीय संस्कृतीकोश मंडळ, पुणे २००३.
४. औषधाविना उपचार, खडीवाले वैद्यक संशोधन संस्था, पुणे
५. महिलाओं के बेहतर स्वास्थ्य की ओर, सम्भावना ट्रस्ट क्लिनिक, भोपाल.
६. हर्ब्स डॉट हील, एच के बाखरु, ओरिएन्ट, दिल्ली, १९९७

गेल्या तीन महिन्यांत आपल्या आरोग्यासंबंधी आणि आरोग्य सेवांविषयी महत्वाच्या बातम्या वाचायला मिळाल्या. या बातम्या वाचताना आपल्या भागात काय काय घडतंय यावर लक्ष ठेवाच आणि अशा चालू घडामोडी आम्हालाही कळवा.

क्षयरुग्णांना नवीन प्रकारची महागडी औषधे मोफत देणार

पुणे, १ सप्टेंबर / सागर शिंगटे

अपुन्या आणि अनियमित औषधोपचारामुळे प्रचलित औषधांना प्रभावहीन करणारे क्षयरोगाचे जंतू निर्माण होत असल्याने अशा क्षयरोग्यांचं प्रमाण निश्चित करून त्यांना येत्या वर्षभरात नवीन प्रकारची महागडी औषधेही मोफत देण्यात येणार आहेत. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या सहकार्याने केंद्रीय क्षयरोग नियंत्रण विभागाने अशा रुग्णांचं प्रमाण किती आहे हे निश्चित करण्यासाठी महाराष्ट्र आणि गुजरात राज्यात एक प्रकल्प (डी. आर. एस. पी.) राबवण्याचा निर्णय घेतला आहे.

राज्यात क्षयरोगाचे निदान केलेल्या रुग्णांमध्ये ५ % रुग्ण ह्या प्रकाराचे आढळून आले आहेत. या रोग्यांमध्ये मृत्यूचे प्रमाणही अधिक असल्याने त्याविषयी या प्रकल्पात अभ्यास करण्यात येणार असल्याची माहिती पुणे जिल्हा क्षयरोग नियंत्रण अधिकारी डॉ. कराड यांनी दिली. प्रकल्पाअंतर्गत नवीन औषधे देण्यासाठी केंद्रीय आरोग्य मंत्रालयाच्या क्षयरोग नियंत्रण विभागाकडून वित्तपुरवठा करण्यात येणार आहे.

(२ सप्टेंबर, लोकसत्ता)

मुंबईत आत्महत्यांच्या प्रमाणात वाढ

मुंबई, १६ ऑगस्ट/प्रतिनिधी

शहराच्या विविध भागात गेल्या चोवीस तासात तीन आत्महत्येच्या घटना घडल्या. गेल्या पंधरा दिवसात दहा जणांनी आत्महत्या केल्याचं पोलिसांनी सांगितलं. चेंबूरच्या २५ वर्षांच्या एका तरुणीने गरिबीला कंटाळून स्वतःला जाळून घेतले. चेंबूरच्याच

१६ वर्षांच्या मुलीने गळफास लावून घेतला. ती क्षयरोगाने आजारी होती. परीक्षेत कमी मार्क मिळाल्याने तिने जीव दिला असं पोलिसांनी सांगितलं.

नायगावला राहणाऱ्या ४५ वर्षीय गृहस्थाने आजारपणाला कंटाळून स्वतःला पेटवून घेतले. त्यांची प्रकृती चिंताजनक आहे.

(१७ ऑगस्ट, लोकसत्ता)



कुष्ठरोगावरील बहुविध औषधोपचार पद्धती प्रायोगिक तत्त्वावर पुणे जिल्ह्यात सुरु

पुणे, १७ ऑगस्ट

कुष्ठरुग्णांवर दीर्घकालीन औषधोपचाराऐवजी कमी कालावधीत उपचार करण्याची सार्वत्रिक बहुविध औषधोपचार पद्धती योजना पुणे जिल्ह्यात प्रायोगिक तत्त्वावर राबवण्यात येणार आहे. राष्ट्रीय कुष्ठरोग निर्मूलन कार्यक्रमांतर्गत राज्यात २००५ सालापर्यंत कुष्ठरोगाचे प्रमाण दहा हजार लोकसंख्येमागे एकपेक्षा कमी करण्याचा निश्चय करण्यात आला आहे. नोव्हेंबर महिन्यापासून ही योजना सुरु होत असून १५ ते ५५ वर्षे वयोगटातील स्थानिक रुग्णांची निवड करण्यात आली आहे.

(१८ ऑगस्ट, लोकसत्ता)

स्त्रियांना मनोरुग्ण ठरवणाऱ्या डॉक्टरचा भ्रष्टाचार उघडकीस

नवी दिल्ली, १ जुलै / खास प्रतिनिधी

पाच-दहा हजार रुपयांच्या मोबदल्यात घटस्फोट हवा अहणाऱ्या पुरुषांना पत्नी मानसिक रुग्ण असल्याचे बनावट प्रमाणपत्र देणाऱ्या आग्रा येथील एका मानसोपचार तज्ज्ञ डॉक्टरच्या कारस्थानांचे पितळ आज तहलकाने एका व्हिडिओ टेपद्वारे उघडे पाडले.

डॉ एस के गुप्ता आग्रा येथील शासकीय मनोरुग्णातील वैद्यकीय अधिकारी असून त्याने आतापर्यंत दहा महिलांना वेडं ठरवलं आहे. विशेष म्हणजे यातील कुणालाही तो प्रत्यक्ष भेटलेला नाही. तहलकाच्या एका वार्ताहराने दहा हजार रुपये देऊन बनावट प्रमाणपत्र मिळवले. डॉ. गुप्ताने अशाच प्रकारची प्रमाणपत्र दिल्याचे काही नवऱ्यांनी तहलकाने तयार केलेल्या २२ मिनिटांच्या फिल्ममध्ये मान्य केले आहे. संबंधित महिलांची भेट घेतली असता कुणीही मानसिक रुग्ण असल्याचं आढळलं नाही असा दावा तहलकाने केला आहे.

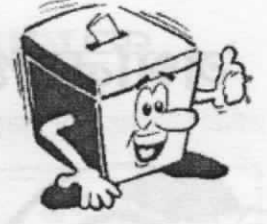
(२ जुलै, लोकसत्ता)

आरोग्यसेवा यंत्रणा नवनवीन प्रकल्प सुरू करत असते. त्यासाठी मोठा निधीही खर्च होतो.

मग आज्ञापणाला कंटाळून आत्महत्या करण्याची पाळी लौकांवर का येत आहे???

तुमचे विचार आम्हाला जबर कळवा.

जनतेचा जाहीरनामा



विधानसभा निवडणुका अगदी तोंडावर आल्यात. आरोग्यासंबंधीच्या आपल्या मागण्या पूर्ण करणाऱ्या उमेदवारा, पक्ष निवडून आणणं आणि आरोग्याचा मुद्दा राजकीय अजेंड्यावर आणणं हे आपल्यासमोरचं आव्हान आहे. निवडणुकीच्या निमित्ताने जन आरोग्य अभियानाने या मागण्या पुढे आणल्या आहेत...

अ. कायदेशीर बाबी

१. महाराष्ट्र सार्वजनिक आरोग्य अधिनियम लागू करा. यामुळे सर्व लोकांना काही मूलभूत आरोग्य सेवा द्याव्याच लागतील.
२. खाजगी डॉक्टरांवर नियंत्रण.

ब. अर्थसंकल्पीय बाबी

१. राष्ट्रीय स्वास्थ्य धोरण २००० आणि केंद्र सरकारच्या किमान समान कार्यक्रमानुसार आरोग्यावरील खर्च २-३% पर्यंत वाढविण्यात येणार आहे. हयाचा आधार घेऊन महाराष्ट्र राज्याचा आरोग्यावरचा ०.६% पर्यंत घसरलेला खर्च पुढील पाच वर्षात दुप्पट करा.
२. व्यवस्थापनावरचा वाढीव खर्च कमी करून इतर मूलभूत गोष्टींसाठी निधीची तरतूद.
३. ग्रामीण भागातला आरोग्यावरचा दरडोई खर्च वाढवून शहरी भागाइतका करावा.
४. प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील औषधांच्या निधीत दुपटीने वाढ.
५. उपलब्ध नसणाऱ्या औषधांच्या खर्चाचा परतावा मिळावा.

क. आरोग्यसेवा कार्यक्षम करा

१. शहरी भागासाठी प्राथमिक आरोग्य सेवांचं धोरण तयार करा.
२. सरकारी आरोग्य सेवांमध्ये उपचार घेणाऱ्या रुग्णांसाठी तरी सर्व उपचार हक्क म्हणून उपलब्ध करावेत. (हे शक्य नसल्यास संबंधित रुग्णाला जवळच्या खाजगी डॉक्टरांकडे पाठवावे. त्यासाठी लागणारा खर्च शासनाने देऊन रुग्णांसाठी मोफत सेवा मिळवून द्यावी.)
३. जवळजवळ ८०% गावांमध्ये निवासी डॉक्टर उपलब्ध नाहीत. सरकारी आरोग्य सेवेक १५ दिवसातून एकदाच गावामध्ये येतात. याचा विचार करता प्रत्येक गावासाठी 'स्थानिक आरोग्य कार्यकर्ते' ही नवीन योजना सुरु करावी.
४. आरोग्य सेवा यंत्रणेतील सर्व रिकामी पदं तातडीने भरावी व त्याबाबत योग्य धोरण ठरवून घ्यावे. पैशाअभावी जिथे उपकेंद्र बांधली गेली नाहीत, त्यांची कामं त्वरित सुरु व्हावीत.
५. आरोग्याच्या विशेष गरजा असणाऱ्या गटांबद्दल आरोग्यसेवेची संवेदनशीलता वाढवण्यासाठी सर्व पातळ्यांवर प्रशिक्षण मिळावं.

उदा.- स्त्रिया, मुलं, वृद्ध, मानसिक व शारीरिक अपंगत्व असणाऱ्या व्यक्ती यांच्या गरजा लक्षात घेणं गरजेचं आहे.

६. स्त्रियांना आरोग्य सेवांचा लाभ मिळावा यासाठी सर्व सरकारी आरोग्य सेवांमध्ये संवेदनशील पद्धतीने पुढील सेवा मिळाव्यात. स्त्री डॉक्टरची उपलब्धता, गरोदर बायकांसह ज्यांना रक्तपांढरी आहे अशा सर्वच बायकांना लोह-फोलिक अॅसिडच्या गोळ्या मिळाव्यात, २४ तास बाळंतपणाची सोय, प्रजननमार्गाचे विकार आणि मूल न होण्यासंबंधी निदान व उपचाराची सोय, संवेदनशील, चांगल्या दर्जाची गर्भपाताची सुविधा, हिंसा झालेल्या स्त्रियांसाठी आरोग्यसेवा आणि स्त्रियांच्या आरोग्याशी संबंधित इतर सर्व सेवा.

७. कुटुंबाचा आकार सक्तीने लहान ठेवण्यासाठी देण्यात येणारे लाभ आणि शासन हे दोन्ही मानवी हक्कांचं उल्लंघन करतात आणि म्हणून लोकसंख्या धोरण तात्काळ मागे घ्यावे.

८. नसबंदी शिबिरातील सेवांच्या दर्जासंबंधीचे सर्व नियम पाळले गेले पाहिजेत. नियमांचं उल्लंघन होत असल्यास जबाबदार व्यक्तीला योग्य शिक्षा व्हायला हवी. नसबंदी शिबिर पद्धतीत आरोग्यसेवा सुमार दर्जाची असते व तिथे स्त्रियांच्या हक्कांचं घोर उल्लंघन होतं. त्यामुळे या पद्धतीचा फेरविचार करावा.

९. शहरातली झोपडपट्ट्यांमधून राहणारी वाढती लोकसंख्या पाहता शहरी आरोग्य सेवांच्या मुलभूत सुविधा वाढवल्या पाहिजेत. शहर आणि उपनगरांसाठी वस्तीपातळीवर प्रत्यक्ष सेवा मिळायला हव्यात.

१०. मानसिक आरोग्य- मानसिक रुग्णालयातील रुग्णांकडे पाहण्याचा दृष्टीकोन संवेदनशील बनायला हवा. योग्य समुपदेशन, कायदेविषयक सल्ला, कुटुंबाशी नियमित संपर्क व दूरगामी पुनर्वसनासाठी योग्य पावलं उचलली जावीत.

ड. लोकांची स्वतंत्र देखरेखीची व्यवस्था

१. आरोग्य सेवा यंत्रणेचं काम कसं चालतं यावर नियमित देखरेख ठेवण्यासाठी सर्व पातळ्यांवर लोकांची स्वतंत्र यंत्रणा उभारावी.
२. ज्यांना आरोग्यसेवा नाकारली गेली आहे, अशांसाठी पारदर्शक आणि स्वतंत्र तक्रार निवारण यंत्रणा असायला हवी.

संदर्भ: अन्न आरोग्य अधिकार अभियान - मागणी सनद

गर्भनिरोधकांची ओळख - भाग ३ : स्त्री नसबंदी



मी झुनंदा. आता माझं वय ३६ आहे. मी २५ वर्षांची असताना तीन मुलांवर मी नसबंदी शिबिरात माझं नाव दिलं. शिबिरात अजून २५ बायका होत्या आणि बरीच डॉक्टर मंडळी पण होती. आतल्या बायका वैदनेने विव्हेकत, रडत होत्या. तरी आम्ही ऑपरेशन करून घ्यायचं ठरवलं. नंतर आम्हाला सगळ्यांना व्हायच्या दाटीवाटीनं झोपवलं होतं. जनावरांना पण आम्हाला बवं वागवतं असतील. नंतर जीवनी आम्हाला गावच्या डोंगरापर्यंत खोचलं. तिथून झायव्हेर माघारी गेला. ठणकणारं पौट हातानं दाबत आम्ही कशाबशा आपायल्या घरी पोचलो. या करू अनुभवानंतर मी गावातल्या बायकांना शिबिराला चुकूनही जाऊ नका असं बजावून सांगितलं. अशी वेळ कुणावरही येऊ नये.

अशी अमानुष वागणूक देण्याचं कारण काय असतं?

शिबिराची स्थिती इतकी वाईट का असतं?

महाराष्ट्रात सुमारे ७ लाख स्त्रियांची नसबंदी झाली आहे. त्यातल्या बहुतेक जणींना अशा अनुभवांमधून जायला लागलं नसेल तर नवल. (महाराष्ट्र शासन आकडेवारी)

स्त्री नसबंदी ही जगातली सर्वात जास्त वापरली जाणारी गर्भनिरोधक पद्धत आहे. गर्भनिरोधन करणाऱ्या दर चारातलं एक जोडपं ही पद्धत वापरतं. भारतात आणि चीनमध्ये विवाहित महिलांपैकी जवळ जवळ एक-तृतीयांश जणींची नसबंदी झाली आहे. प्रगत देशात हे प्रमाण ११% इतकं आहे.

नसबंदी ही कायमस्वरूपी पद्धत आहे. ती अयशस्वी ठरण्याचं प्रमाण एक टक्क्याहून कमी आहे.

नसबंदी शस्त्रक्रिया कशी करतात?

नसबंदी शस्त्रक्रियेचा उद्देश म्हणजे पुरुष बीज स्त्री बीजापर्यंत पोचू न देणे व त्यांचे मिलन रोखणे. यासाठी अंडनलिका मध्येच बांधतात किंवा कापलेली टोकं बांधून टाकतात.

ह्या शस्त्रक्रियेच्या दोन पद्धती आहेत. पोटावर छेद देऊन (लॅप्रोटमी) किंवा पोटातून लॅप्रोस्कोप नावाचं दुर्बिणीसारखं बारीक यंत्र घालून (लॅप्रोस्कोपी) शस्त्रक्रिया करतात.

शस्त्रक्रियेच्या पद्धती

१. बिनटाक्याची शस्त्रक्रिया (लॅप्रोस्कोपी) - ही शस्त्रक्रिया स्थानिक भूल देऊन करतात. बेंबीच्या खाली एक लहान छेद देतात. त्यातून आत गॅस (वायू) सोडला जातो.



नलिका बांधली असल्याने पुरुष बीज आणि अंडं एकत्र येऊ शकत नाहीत.

चित्र: कॅरन हेडॉक

यामुळे अंडनलिका नीट दिसायला मदत होते. या छेदातून लॅप्रोस्कोप आत घालून नलिका नीट पाहतात. त्यानंतर लॅप्रोस्कोपमधून लांब चिमट्याच्या सहाय्याने अंडनलिका चिमटीत पकडून त्यावर चित्रात दाखवल्याप्रमाणे रिंग घट्ट बसवतात. काही वेळा विजेच्या उष्णतेचा वापर करून अंडनली मध्येच बंद करतात. नंतर पोटावर केलेल्या छेदावर पट्टी बांधतात. टाका घालत नसल्याने या पद्धतीला बिनटाक्याची शस्त्रक्रिया म्हणतात. शस्त्रक्रियेनंतर काही तासातच बाई घरी जाऊ शकते.

२. मिनी-लॅप्रोटमी - ओटीपोटामध्ये २-३ सें.मी चा छेद देतात. त्यातून हाताने अंड नलिका वर चिमटीत पकडून टोकं बांधून नलिका मध्ये कापतात. नंतर छेद दिलेल्या जागी टाका घालतात. शस्त्रक्रियेनंतर काही दिवस रुग्णालयात रहावे लागते.

शस्त्रक्रियेनंतर

० २ - ३ दिवसात नेहमीची कामं सुरु करता येत असली तरी एक आठवडा जड वस्तू उचलू नयेत.

० पहिले काही दिवस वेदनाशामक औषधे आणि प्रतिजैविके दिली जातात. खूप ताप, छेदाच्या जागेतून रक्तस्राव किंवा न थांबणारी पोटदुखी असल्यास डॉक्टरचा सल्ला घ्यावा.

० पहिल्या पाळीत जास्त रक्तस्राव किंवा वेदना होऊ शकतात.

मी हीना. काही वर्षापूर्वीची गोष्ट आहे. तेव्हा मी एक तरुण विधवा होतो. माझी दौलत लहान मुलं होती. एक दिवस अचानक माझ्या पौटात दुखायला लागलं. माझी शैजाशीण आरोग्यकेंद्रात काम करायची. ती माझ्याबरोबर दवाखान्यात आली. डॉक्टरांनी मला एक इंजेक्शन दिलं. शुद्धीवर आल्यावर मी पाहिलं तर पौटावर डावीकडे ड्रेसिंगची पट्टी लावली होती. शैजाशीण म्हणाली की कदाचित पौटदुखीवर इलाज करताना त्यांनी नसबंदी करून टाकली असेल. अर्धवट गुंगीत मी बसकत होतो, मी विधवा आहे... मला ऑपरेशनची काय गरज आहे? पण ती म्हणाली, तूच विचार कर. चुकून पाऊल वाकडं पडलं तर.... बसच आहे की! मी पूर्ण शुद्धीवर आले तेव्हा मात्र मी खूपच संतापले. मला न विचारता त्यांनी असं केलंच कसं?

हीनाचा नवरा जिवंत असता तर त्यांनी असं केलं असतं? एखाद्या विधुवर पुरुषाबाबत असं कधी घडू शकतं का?

अशा पद्धतीने स्त्रियांच्या मर्जीविरुद्ध नसबंदीचा वापर करण्यात येत असल्याची बरीच उदाहरणे आपल्याला पहायला मिळतात. कुटुंब कल्याणाच्या नावाखाली सरकारने दिलेली लक्ष्यं पूर्ण करण्यासाठी नसबंदीचे नियम, बाईची इच्छा, तिचं आरोग्य या कशाचाही विचार न करता स्त्रियांच्या नसबंदी शस्त्रक्रिया केल्या जातात. महाराष्ट्र सरकारच्या नवीन लोकसंख्या धोरणामुळे दोनहून जास्त मुलं असणाऱ्या स्त्री पुरुषांना स्थानिक स्वराज्या संस्थांमधील पदांवरून काढून टाकण्यात आलं आहे व कोणतीही निवडणूक लढायला अपात्र ठरवण्यात आलं आहे. हे खासकरून गरीब, दलित, आदिवासी गटांच्या आणि स्त्रियांच्या राजकीय हक्कांचं उल्लंघन आहे. गावाच्या संपूर्ण विकास प्रक्रियेशी स्त्री पुरुष नसबंदीच्या आकड्यांचा संबंध जोडला गेला आहे.

नसबंदी म्हणजे काय हे जाणून घेतानाच त्यामागचं राजकारण, विविध परिस्थितीत स्त्रियांच्या आणि वंचित घटकांच्या विरोधात केलेला नसबंदीचा वापरही समजून घेणं फार महत्त्वाचं आहे.

नसबंदी शस्त्रक्रियेतील समस्या

गर्भाशयाला ईजा, छिद्र आणि जंतुलागण या समस्या निर्माण होऊ शकतात. तसंच पाळीचा रक्तस्राव आणि वेदना वाढल्यास गर्भाशय काढण्याची शस्त्रक्रिया केली जाऊ शकते.

दर ५०० पैकी एका स्त्रीच्या अंडनलिकांची टोकं उघडली जाऊन गर्भधारणा होऊ शकते. फलित अंडं अरुंद नलिकांमुळे गर्भाशयापर्यंत पोचू न शकल्याने अंडनलिकेत गर्भ रुजण्याचा धोका वाढू शकतो.

अंडनलिका परत जोडण्याची शस्त्रक्रिया अवघड आणि खर्चिक असून फक्त २५ % केसेसमध्ये यशस्वी ठरते. पुरुष नसबंदी तुलनेने जास्त सोपी व साधी शस्त्रक्रिया आहे.

गर्भनिरोधकांची ओळख या सदरातून प्रचलित गर्भनिरोधन पद्धतींची सारासार माहिती मिळावी व त्या वापरण्याचा निर्णय घेण्याआधी आपल्याला त्याचे लाभ व दुष्परिणाम माहित असावेत असा आमचा प्रयत्न आहे. आपले विचार आम्हाला जरूर कळवा.

खालील परिस्थितीत नसबंदी करू नये, किंवा पूर्ण विचार करूनच हा निर्णय घ्या.

- ◆ तुम्हाला लिंगसांसर्गिक लागण होण्याची शक्यता असल्यास. नसबंदी केल्यामुळे लिंगसांसर्गिक आजारांपासून संरक्षण मिळत नाही. निरोधकाचा वापर किंवा अशी लागण होण्याचा धोका वाढवणारे शरीरसंबंध टाळणे हाच उत्तम उपाय आहे.
- ◆ तुम्ही तरुण आहात आणि कदाचित भविष्यात तुम्हाला मूल व्हावंसं वाटे.
- ◆ तुमच्यावर कोणी तरी दबाव टाकत असल्यास.
- ◆ तुम्ही खूप तणावाखाली आहात. तुमच्या लग्नासंबंधीच्या, आर्थिक अशा सर्व समस्या नसबंदी केल्याने सुटतील असं तुम्हाला वाटतंय.

- ◆ नसबंदीबद्दल तुमच्या मनात शंका, भीती आहे, तुम्हाला पुरेशी माहिती नाही अशी तुमची भावना आहे.
- ◆ तुम्हाला खालीलपैकी कोणताही आजार किंवा समस्या आहे- हृदयविकार, मधुमेह, रक्तपांढरी, याआधीचं बाळंतपण किंवा गर्भपात अवघड किंवा गुंतागुंतीचा झाला असल्यास... शस्त्रक्रियेआधी योग्य उपचार होणं आवश्यक आहे.

खालील परिस्थितीत नसबंदी पुढे ढकला.

- ◆ तुम्ही गरोदर आहात किंवा तशी शंका आहे.
- ◆ तुम्हाला योनिमार्गाला, गर्भाशयाच्या मुखाला किंवा ओटीपोटाला दाह किंवा सूज आहे.

संदर्भ: www.engenderhealth.org/wh/fp/cfem1.html

अपंग व्यक्तींसाठी शासकीय योजना

३ डिसेंबर हा दिवस अपंगत्व असणाऱ्या व्यक्तींचा आंतरराष्ट्रीय दिवस म्हणून साजरा केला जातो. या दिनाचं निमित्त साधून अपंग व्यक्तींसाठी असणाऱ्या काही शासकीय योजनांची माहिती देत आहोत. पुण्यामधील अपंग आयुक्तालयात या व इतर योजनांची सविस्तर माहिती मिळू शकेल. या योजनांचा लाभ वंचित घटकांमधील अपंग व्यक्तींपर्यंत पोचणं महत्वाचं आहे. त्यासाठी आपण आपल्या पातळीवर या योजनांची माहिती देऊन त्या प्रत्यक्षात येतात की नाही यावर देखरेख ठेवू शकता. आपल्या भागात अपंग व्यक्तींसाठी काही विशेष कार्यक्रम राबवले जात असल्यास त्याची माहिती सर्वांपर्यंत पोचवून हा दिवस साजरा करता येईल. या सर्व योजनांचा लाभ खासकरून विव्यांपर्यांत पोचवा यासाठी आपण सतर्क राहायला हवं.

केंद्र शासन पुरस्कृत अपंग एकात्म शिक्षण योजना

या योजनेअंतर्गत मूकबधिर, अंध, विकलांग व शिक्षणक्षम विकलांग मुलांना सामान्य शाळांमधून शिकण्याची तरतूद आहे. शहरी भागातील शाळेमध्ये एकाच प्रकारची आठ अपंग मुलं असतील तर त्या शाळेला एक विशेष प्रशिक्षित शिक्षक नेमायची परवागनी मिळते.

ग्रामीण भागात ४-५ गावं मिळून एका प्रकारची आठ अपंग मुलं असतील तर एक फिरता विशेष प्रशिक्षित शिक्षक नेमला जातो. सरकार अशा शाळेला विशेष साहित्य, साधन, खोली तसंच गरजू विद्यार्थ्यांसाठी पैसे उपलब्ध करून देते. त्या सोबतच युनिटमधल्या प्रत्येक मुलाला शालेय साहित्यासाठी दर वर्षी रु. ४०० देण्यात येतात व ५ वर्षांत एकदा प्रत्येक अपंग मुलाला आवश्यक यंत्र किंवा उपकरण घेण्यास रु. २००० पर्यंत प्रत्यक्ष खर्च मिळू शकतो.

शासन निर्णय क्र. २२/६५/६३५४, १० जानेवारी १९८३
संपर्क: महाराष्ट्र राज्य शैक्षणिक प्रशिक्षण परिषद, पुणे ३०.

राष्ट्रीय न्यासाची स्थापना

मतिमंदत्व, बहुविकलांगता, सेरेब्रल पाल्सी व ऑटिझमने ग्रस्त व्यक्तींना इतरांवर अवलंबून रहावे लागते. याचा विचार करून सरकारने राष्ट्रीय न्यासाची स्थापना केली आहे. कायमस्वरूपी अपंग व्यक्तींचे पालकत्व स्वीकारण्याची जबाबदारी हा न्यास पार पाडतो. ज्या अपंग व्यक्तीला पालकांचा आधार नाही अशा व्यक्तींच्या समस्या सोडवण्यासाठी राष्ट्रीय न्यास काम करतो.

शासन निर्णय क्र-६३९. ई-ऑक्ट-१९९९, २६ जुलै ००
संपर्क: अपंग व्यक्ती आयुक्तालय, नवी दिल्ली

आर्थिक मदतीसाठी बीजभांडवल योजना

अपंग सुशिक्षित, तसंच अशिक्षित बेरोजगार युवकांना स्वयंरोजगार उपलब्ध करून देण्यासाठी बीज भांडवल योजना सुरु केली आहे. या योजनेअंतर्गत एकूण रु. २५,००० रकमेपैकी रु. ५००० पर्यंत अनुदान व रु. २०, ००० राष्ट्रीयीकृत बँकांमार्फत परतफेडीच्या कर्जाच्या स्वरूपात समाजकल्याण विभागामार्फत देण्यात येतात.

नियम व अटी

१. अर्जदाराचे अपंगत्व किमान ४०% किंवा त्यापेक्षा जास्त असणे आवश्यक आहे.

२. अर्जदाराचे वय १८ ते ५० वर्षे दरम्यान असावे.

३. महाराष्ट्राचा रहिवासी असावा.

शासन निर्णय क्र-इ. डी. डी. -१०९०/८१९६/के.न.
१५४/सुधार-२, २५ फेब्रुवारी १९९१

संपर्क: जिल्हा समाज कल्याण अधिकारी

सरकारी नोकऱ्यांमध्ये राखीव जागा

शारीरिकदृष्ट्या अपंग, अंध, मूक बधिर व अस्थिव्यंग असणाऱ्यांसाठी त्यांच्या पात्रतेनुसार शासकीय व निमशासकीय सेवेत वर्ग ३ व वर्ग ४ मध्ये प्रत्येकी १ % प्रमाणे एकूण ३% विहित पदे राखून ठेवण्यात आलेली आहेत.

शासन निर्णय क्र - आर. पी. एच. -१०९२/२८३०/
के.नं.२६४/सुधार - ४, २४ डिसेंबर १९९२

संपर्क: उपप्रादेशिक सेवायोजन अधिकारी/सेवायोजन
अधिकारी/जिल्हा समाज कल्याण अधिकारी

संदर्भ: अपंग व्यक्तींसाठी शासकीय योजना,

जनार्थ, १९ समाधान कॉलनी, औरंगाबाद - ४३१००१

जनार्थ- अपंग सबलीकरण विभाग

गेली अनेक वर्षे 'जनार्थ' ही स्वयंसेवी संस्था विकासाचे विविध प्रकल्प राबवत आहे. जनार्थचे सध्या चालू असलेले विविध उपक्रम पुढीलप्रमाणे:

१. महिला सबलीकरण प्रकल्प
२. अपंग व्यक्ती समाज-स्थित पुनर्वसन प्रकल्प
३. ऊसतोडणी कामगारांच्या मुलांसाठी साखरशाळा
४. एकात्मिक ग्रामीण विकास प्रकल्प, शहादा
५. आर्थिक विकास कार्यक्रम - कृषी सेवा केंद्र, शेती मालासाठी आडत, डाळ-मिल

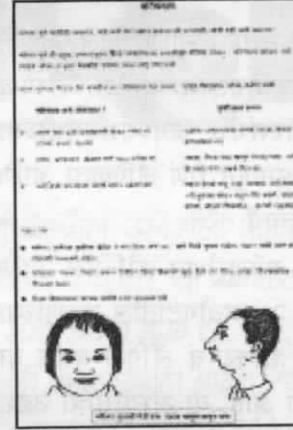
अपंग केवळ अवयवाने पंगू असतात, व्यक्ती म्हणून नाही...

हा कामाचा गाभा ठेऊन जनार्थचा अपंग सबलीकरण विभाग अपंगांचं समाजामध्येच कसं पुनर्वसन करता येईल याबाबतचा कार्यक्रम गेली अनेक वर्षे राबवत आहे. या अंतर्गत कार्यकर्त्यांना अपंगत्व ओळखण्याची, त्यांच्यासोबत काम करण्याची कौशल्यं शिकवली जातात. याच कामाचा भाग म्हणून जनार्थने अपंगत्वाबाबत काही सोप्या व छोट्या पुस्तिका प्रकाशित केल्या आहेत. वेगवेगळ्या प्रकारच्या अपंगत्वाची कारणं, निदान, उपचार व पुनर्वसन आणि प्रतिबंधक उपाय अशी सर्व माहिती या पुस्तिकांमधून देण्यात आली आहे. अंधत्व, बहिरेपणा, सेरेब्रल पाल्सी आणि मतिमंदत्व या प्रकारांच्या माहितीसोबतच अपंग व्यक्तींचा कायदा (१९९५) आणि अपंगांसाठी शासकीय योजना ह्या दोन पुस्तिका मिळून हा सहा पुस्तिकांचा संच आहे.

या पुस्तिकांच्या संचासोबत शाळेतील मुलांना अपंगत्व म्हणजे काय हे समजण्यासाठी काही पोस्टरस तयार केली आहेत. शिक्षकांना अपंग मुलं ओळखण्यासाठी मदत व्हावी म्हणून काही फॉर्मस देण्यात येतात.

जनार्थ - १९, समाधान कॉलनी, औरंगाबाद - ४३१००१

दूरध्वनी - (०२४०)२३३५०६५२, २३३७४७९, ईमेल - janarth@janarth.org



घर न सोडण्याचा हक्क
स्त्रीला मिळायलाच पाहिजे



कौटुंबिक हिंसेपासून संरक्षण
कायद्याची मागणी मजबूत करायला
१० लाख सहा आवाश्यक आहेत.
या अभियानात सामिल व्हा.
अंजान इंदिया, नवी दिल्ली

स्त्रियांवरील हिंसेविरुद्ध अभियान

जगभरातल्या स्त्री संघटना २५ नोव्हेंबर (आंतरराष्ट्रीय महिला हिंसा कृती दिन) ते १० डिसेंबर (मानवी हक्क दिवस) हे १६ दिवस स्त्रियांवरील हिंसेबाबत लोकांमध्ये जागृती करण्यासाठी आंदोलन करतात. गेल्या काही महिन्यांपासून देशाच्या आणि वेगवेगळ्या भागात विविध स्त्री संघटना कौटुंबिक हिंसा प्रतिबंधक कायद्याविषयी जाणीव जागृतीचं काम करत आहेत. या अभियानांतर्गत विविध भागातून सहा गौका करण्यात येत आहेत. आपणही आपल्या भागात स्त्रियांवरील हिंसेबाबत कार्यक्रम घेऊन 'घरेलू हिंसा शौकथाम सिविल कानून की मांग हस्ताक्षर अभियान' हे नाव देऊन सहा गौका करून तथापिकडे १५ नोव्हेंबरपर्यंत पाठवू शकता.

अस्ली मर्द म्हणजे नव्वडी काय?

पुरुषत्व आणि जोखमीचं लैंगिक वर्तन: मुंबईमधील वस्तीतील तरुणांचा अभ्यास - कोरो आणि डॉ.प्युलेशन कौन्सिल

भारतामध्ये एच. आय. व्ही. ची नव्याने लागण झालेल्यापैकी निम्मं जण १५ ते २४ या वयोगटात आहेत. लैंगिक आरोग्याविषयी, संभोग, शरीरसंबंध जमण्याविषयीच्या मनातल्या शंका आणि दडपण समजून घेणं लैंगिकता आणि पुरुषत्वामधले दुवे शोधताना महत्वाचं ठरतं.

या पार्श्वभूमीवर कोरो संस्थेने पॉप्युलेशन कौन्सिल आणि होरायझन्स यांच्या सह १६ ते २४ वयोगटातील तरुणांच्या पुरुषत्वाची जडणघडण आणि धोक्याचं लैंगिक वर्तन या विषयावर एक अभ्यास पूर्ण केला आहे. या अभ्यासाचा उद्देश होता - एच. आय. व्ही. ची बाधा होण्याचे तरुणांमधले धोके ओळखणे. हे दोन प्रकारे करण्यात आलं:

१. संस्कृतीतून आलेल्या पुरुषत्वाच्या संकल्पना आणि त्याचा जोखमीच्या वर्तनाशी असणारा संबंध तपासणे, आणि

२. धोक्याच्या वर्तनाचे प्रकार आणि विविध संदर्भ ओळखणे.

या अभ्यासातून काही मुद्दे व शक्यते पुढे आले

◆ पुरुषत्वाची जडणघडण - मर्दानगी किंवा अस्ली मर्द म्हणजे सत्ताधारी, आक्रमक, लैंगिकदृष्ट्या सक्षम, मुलं जन्माला घालू शकणारा आणि स्त्रियांवर नियंत्रण ठेवणारा. स्त्रियांप्रमाणे वागणारा, मुलगा जन्माला न घालू शकणारा आणि चिथवलं तरी प्रतिकार न करणारा म्हणजे नामर्द अशी प्रतिमा आहे.

◆ पुरुषत्व, लैंगिक वर्तन आणि शंका/भीती- लैंगिक स्वास्थ्य, जबरदस्तीचे लैंगिक संबंध, स्त्रियांच्या लैंगिकतेविषयीच्या कल्पना

आणि पुरुष पुरुषांमधले लैंगिक संबंध यातून पुरुषत्व आणि लैंगिकतेचे दुवे समोर येतात. पुरुषी वागण्याच्या संकल्पना हिंसक, आक्रमक, लिंगभेदावर आधारित आहेत.

◆ शीघ्रपतन, लिंगाचा आकार असे पुरुषत्वाचे घटक आणि त्याविषयीचे मनातले गोंधळ लैंगिक स्वास्थ्यावर परिणाम करतात. बळजबरीचं लैंगिक वर्तन, तसंच लैंगिक नियंत्रण मर्दानगीचं लक्षण आहे. असं वर्तन स्त्रिया आणि नाजूक/बायकी पुरुषांबरोबर केलं जातं. यात शाब्दिक छेडछाडीपासून ते जबरदस्तीने संभोग करणं अशा लैंगिक वर्तनाचा समावेश आहे.

◆ लैंगिकतेबद्दल माहिती कुठून मिळते? दोस्त मंडळी, ब्लू फिल्म आणि इतरांचे संबंध पाहण्यातून ही माहिती गोळा होते. एच. आय. व्ही. बदलचे समज म्हणजे तरुण पुरुष, स्त्रिया, वेश्या, अनेक जोडीदारांशी लैंगिक संबंध असणाऱ्यांकडून लागण पसरते.

निष्कर्ष

◆ पुरुषत्वाची फक्त एक व्याख्या नसून अनेक व्याख्या आहेत. समलिंगी आणि भिन्नलिंगी अशी फारकत करणं अवघड आहे.

◆ स्त्रियांकडे लैंगिक उपभोगाची वस्तू म्हणून पाहण्याची वृत्ती. जबरदस्तीच्या लैंगिक संबंधांना अत्याचार किंवा बलात्कार मानलं जात नाही.

◆ समान, लिंगभाव संवेदनशील आणि सुरक्षित लैंगिक वर्तन रुढ करण्यासाठी समवयीन तरुणांबरोबर काम गरजेचं आहे.

साभार - कोरो साक्षरता समिती, मुंबई

RNI.MAHMAR25017/13/1/2003-TC No. PHM/SR/242/V III 2003

PRINTED MATTER

बुक पोस्ट



परत पाठवायचा पत्ता

तथापि ट्रस्ट,

४२५ डी पी- ७७, टि म वि कॉलनी,

मुकुंद नगर, पुणे ४११०३७

दूरध्वनी : ०२० - २४२७०६५९

- Email: tathapi@vsnl.com

अंकातील प्रत्येक मताशी तथापि संस्था सहमत असेलच असे नाही. अंकाचा व संस्थेचा उल्लेख करून कोणालाही या अंकातील माहितीचा वापर करता येईल. डॉ. मीरा सद्गोपाल ह्या अंकाच्या मालक संपादक व प्रकाशक असून ते रेणूप्रकाश अ, ८१७ सदाशिव पेठ पुणे -३०, महाराष्ट्र येथे प्रसिध्द झाले असून त्याचे मुद्रण प्रभात प्रिंटिंग प्रेस, ४२७, गुलटेकडी पुणे ३७ येथे झाले आहे.

आभार - रोहिणी लेले

खाजगी वितरणासाठी

जिव्हाळा वर्गणी: वार्षिक - रु. ३५ व तीन वर्षासाठी - रु. १०० फक्त