Janak: A Journal of Humanities
"An International, Open-Access, Peer-Reviewed, Refereed Journal"
(I S S N : 3 1 1 7 - 3 4 6 2) Volume: 02, Issue: 01, March, 2026
Available on https://janakajournal.in/index.php/1/about

जनपद रामपुर में पोषण एवं स्वास्थ्य का भौगोलिक विश्लेषण

डॉ० सुखदेव
प्रभारी, भूगोल विभाग
स्वामी शुकदेवानंद कॉलेज, शाहजहाँपुर
Email: sukhdevhaireducation@gmail.com

सारांश

मानव को स्वस्थ्य रहने के लिए पर्याप्त एवं उचित मात्रा में आहार लेना आवश्यक है। भारत में आज जी.डी.पी. का महज 1.3 प्रतिशत स्वास्थ्य सेवाओं पर खर्च होता है, जो काफी कम है। विश्व की जनसंख्या में 17.5 प्रतिशत भागीदारी निभाने वाला विश्व की बीमारियों में 20 प्रतिशत का योगदान करता है। जनपद रामपुर का अंक्षाशीय विस्तार 28° 25 से 29° 10 उत्तरी अक्षांश एवं देशान्तरीय विस्तार 78° 51 से 79° 28 पूर्वी देशान्तर तक है तथा क्षेत्रफल 2367 वर्ग किलोमीटर है। रामगंगा-कोसी मैदान में स्थित इस क्षेत्र का ढाल उत्तर-पश्चिम से दक्षिण-पूर्व को है। यहाँ पर पोषण प्राप्ति के तीन स्रोत हैं: 1. कृषि 2. दुग्ध एवं दुग्ध उत्पाद 3. मांस व कुक्कुट। सकल बोया गया क्षेत्रफल 338.88 हजार हेक्टेयर एवं कुल पशुधन 4.46 लाख है। जनपद रामपुर में स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं की रोकथाम एवं उपचार हेतु चिकित्सा की सुविधा उपलब्ध है। यहाँ पर सन्तुलित आहार की कमी के कारण कुपोषण की समस्या है। पोषण के दोषपूर्ण तरीकों को दूर करना आवश्यक है। साफ-सफाई पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है।

Keywords::- कुपोषण, संतुलित आहार, स्वास्थ्य सेवाएँ, पोषण स्रोत, स्वच्छता एवं स्वास्थ्य

प्रस्तावना

भूगोल एक मानव केन्द्रित विषय है जिसमें पृथ्वी की सतह को मानव का आवास्य समझकर अध्ययन किया जाता है। मानव के समस्त प्रयासों का अन्तिम लक्ष्य स्वास्थ्य एवं सुख–समृद्धि युक्त जीवन ही है। मानव को स्वस्थ्य रहने के लिए पर्याप्त एवं उचित मात्रामें आहार लेना आवश्यक है। उचित आहार का आशय सन्तुलित भोजन से है। सन्तुलित भोजन में प्रोटीन, वसा, कार्बोज खनिज एवं विटामिन्स की पर्याप्त मात्रा होनी आवश्यक है। उत्तम पोषण आहार का एक बुनियादी अंग है। पोषण से स्वास्थ्य में वृद्धि और विकास, विशिष्ट प्रकार की कमी से छुटकारा, संक्रमण का प्रतिरोध एवं मृत्युदर तथा प्रणता दर में कमी आती है। शरीर का प्रत्येक अंग प्रत्यंग सुचारू रूप से संचालित होने के लिए ऊर्जा पर आश्रित होता है तथा ऊर्जा पोषक तत्वों से प्राप्त होती है। पोषक तत्व हमें कार्यशीलता एवं क्षमता प्रदान करते है जिससे शरीर की रक्षा पंक्ति सुदृढ़ बनती है तथा शरीर निरोग या रोग रहित रहता है।

Author:- sukhdev
Email:- rathorerekha483@gmail.com
Received:- 02 January , 2026
Accepted:- 18 March, 2026.
Available online:- 30 March, 2026
Published by JSSCES, Bareilly
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License

भारत में आज जी.डी.पी. का महज 1.3 प्रतिशत स्वास्थ्य सेवाओं पर खर्च होता है, जो काफी कम है। हालांकि स्वास्थ्य मन्त्रालय ने 12वीं पंचवर्षीय योजना (2012-2017) के लिए योजना आयोग के स्वास्थ्य सम्बन्धी मसौदे पर एतराज जताया है। इस मसौदे में स्वास्थ्य सेवाओं में निजी क्षेत्र की भागीदारी बढ़ाने का प्रस्ताव रखा गया है। यह भी वास्तविकता है कि शहरों के

Janak: A Journal of Humanities
"An International, Open-Access, Peer-Reviewed, Refereed Journal"
(I S S N : 3 1 1 7 - 3 4 6 2) Volume: 02, Issue: 01, March, 2026
Available on https://janakajournal.in/index.php/1/about

सरकारी अस्पतालों में स्वास्थ्य की इस खस्ता हालत की वजह से इस क्षेत्र में निजी क्षेत्र को फलने-फूलने का पर्याप्त अवसर मिला है। इस मामले के ग्रामीण क्षेत्रों में स्वास्थ्य की स्थिति और चिन्ताजनक बनी हुई है। इलाज पर बढते खर्च की वजह से प्रत्येक साल करीब 4 करोड़ लोग गरीबी के दायरे में आ जाते है। दूसरे शब्दों में कहें तो तकरीबन 25 फीसदी भारतीय सिर्फ अस्पताली खर्चे के कारण गरीबी रेखा से नीचे है। आर्थिक प्रगति के बल पर अगले कुछ सालों के भीतर विकसित देशों की कतार में शामिल होने का व्यग्र भारत का विकास तब तक अधूरा ही कहलायेगा जब तक यहाँ हर नागरिक स्वस्थ न हो। विश्व जनसंख्या में 17.5 प्रतिशत भागीदारी निभाने वाला विश्व की बीमारियों में 20 प्रतिशत का योगदान करता है।

अध्ययन क्षेत्रः

प्रस्तुत शोध-पत्र का अध्ययन क्षेत्र जनपद रामपुर है जो गंगा-रामगंगा के भू-भाग का एक महत्वपूर्ण अंग है। इसका अंक्षाशीय विस्तार 28° 25' उत्तरी अक्षांश से 29° 10'उत्तरी अक्षांश एवं देशान्तरीय विस्तार 78° 51' पूर्वी देशान्तर से 79° 28' पूर्वी देशान्तर तक है। अध्ययन क्षेत्र का क्षेत्रफल 2367 वर्ग किलोमीटर है। जनपद रामपुर की उत्तरी सीमा जनपद ऊधम सिंह नगर (उत्तराखण्ड) एवं दक्षिणी सीमा पर बदायूँ जनपद का विस्तार है। इसके पूर्व में जनपद बरेली एवं पश्चिम में मुरादाबाद जनपद स्थित है।

प्रशासनिक दृष्टि से जनपद रामपुर में 01 जनपद मुख्यालय (रामपुर), 06 तहसील मुख्यालय, 07 विकासखण्ड मुख्यालय, 75 न्यायपंचायत, 580 ग्राम पंचायत एवं 1153 कुल राजस्व ग्राम सम्मिलित है। स्थानीय निकाय एवं प्रशासन की दृष्टि से 05 नगर पालिका परिपद एवं 03 नगर पंचायत स्थित है। वर्ष 2011 की जनगणना के अनुसार कुल जनसंख्या 23.35 लाख व्यक्ति है एवं जनघनत्व 987 व्यक्ति प्रति वर्ग किलोमीटर है।

अध्ययन के उद्देश्यः

प्रस्तुत शोध-पत्र का उद्देश्य पोषण एवं स्वास्थ्य का अध्ययन करना है। मानवीय क्रिया-कलापों को सम्पादित करने के लिए उत्तम स्वास्थ्य का होना आवश्यक है। उपयुक्त जलवायु, समतल भूमि, उर्वर मिट्टी व प्राकृतिक वनस्पति की उपलब्धता के साथ-साथ पर्याप्त कृषि भूमि के कारण यहाँ पर कृषि कार्य सघनता के आधार पर किया जाता है। खाद्यान्न एवं व्यापारिक फसलों से उत्तम पोषण की प्राप्ति होती है किन्तु पोषण के तत्वों की खपत सर्वत्र समान नहीं है। इसी आधार पर स्वास्थ्य एवं पोषण सम्बन्धी विभिन्न प्रकार की समस्याओं की व्याख्या कर नियोजन प्रारूप तैयार किया गया है।

विधि तन्त्रः

प्रस्तुत शोध-पत्र को पूरा करने के लिए प्राथमिक एवं द्वितीयक आंकड़ों का प्रयोग गया है। प्राथमिक आंकड़ों में पोषण प्राप्ति के स्त्रोत के सन्दर्भ में व्यक्तिगत साक्षात्कार, क्षेत्रीय अवलोकन एवं स्वयं सर्वेक्षण को आधार माना है। जबकि द्वितीयक आंकड़ों में विभिन्न विभागों से प्राप्त पुस्तिकाओं, रिर्पोट्स एवं पत्र-पत्रिकाओं को सम्मिलित किया है।

प्राकृतिक दशायें :

जनपद रामपुर गंगा की ऊपरी घाटी में स्थित एक लघु भू-भाग है। इसकी औसत ऊँचाई 178-180 मीटर है। रामगंगा एवं कोसी यहाँ की मुख्य नदियाँ है। स्वार एवं शाहबाद तहसीलों में वर्षा ऋतु में बाढ़ का प्रकोप बना रहता है। यहाँ पर परतदार अवसादी चट्टानों का विस्तार है

Janak: A Journal of Humanities
"An International, Open-Access, Peer-Reviewed, Refereed Journal"
(I S S N : 3 1 1 7 - 3 4 6 2) Volume: 02, Issue: 01, March, 2026
Available on https://janakajournal.in/index.php/1/about

जिनकी गहराई 1000-1500 मीटर है। यहाँ की जलवायु उष्णतर मानसूनी है। यहाँ का वार्षिक औसत तापमान 25.00 डिग्री सेल्सियस, वार्षिक वर्षा का औसत 115 सेन्टीमीटर, सापेक्षिक आर्द्रता 65.70 प्रतिशत एवं वायु की औसत गति 4. 50-5.00 किलोमीटर है। मानसूनी पतझड़ी प्राकृतिक वनस्पति, वनों के अन्तर्गत क्षेत्रफल 6611 हेक्टेयर, सामाजिक व कृषि वानिकी में सड़कों नहरों, मेढ़ों पर वृक्षारोपण अन्य प्रमुख विशेषतायें है। उपजाऊ जलोढ़ मिट्टी की उपलब्धता के कारण यह क्षेत्र कृषि प्रधान के अन्तर्गत है। उत्तरी-दक्षिणी भागों में चिकनी, मध्य भागों में जलोढ़ एवं दोमट तथा दक्षिणी क्षेत्र में कटेहर उदला व भूड़ मिट्टी की उपलब्धता है।

आर्थिक दशायें :

जनपद रामपुर आर्थिक दृष्टि से विकासशील अवस्था में है। वर्तमान में यहाँ की मुख्य आर्थिक क्रिया कृषि एवं पशुपालन है क्योंकि कुल कार्यशील जनसंख्या का 55 प्रतिशत भाग कृषि व पशुपालन क्षेत्र में संलग्न है। सकल प्रतिवेदित क्षेत्र के लगभग 80 प्रतिशत भाग पर कृषि कार्य किया जाता है। इसके साथ ही दो फसली क्षेत्र 65 प्रतिशत तथा कृषि गहनता 170 प्रतिशत कृषि क्षेत्र की उत्तम स्थिति का घोतक है। औद्योगिक दृष्टि से चीनी विनिर्माण, मेन्थाघास से ऑयल आसवन व बोल्ड वनस्पति घी, हथकरघा उद्योग जैसे कुटीर व वृहद उद्योगों की इकाईयां स्थित है, जो मुख्यतः कृषि क्षेत्र पर ही निर्भर है। स्वार, बिलासपुर, शाहबाद, मिलक एवं रामपुर मुख्य औद्योगिक व व्यापारिक केन्द्र है। हावड़ा-अमृतसर, रामपुर-काठगोदाम दो मुख्य रेलमार्ग, दिल्ली-लखनऊ राष्ट्रीय राजमार्ग-24, रामपुर नैनीताल प्रादेशिक राजमार्ग, मुरादाबाद हवाई पट्टी इस क्षेत्र की परिवहन व्यवस्था की उत्तम परिचायक है।

पोषण प्राप्ति के स्रोतः

भोजन, वस्त्र व मकान मनुष्य की तीन मूलभूत आवश्यकताएं है। इनमें भी वरीयता के अनुसार भोजन को प्रथम स्थान दिया गया है। भोजन सभी प्रकार के जीवन की एक आधारभूत नितान्त आवश्यकता है। मनुष्य अपने भोजन के लिए धरातल पर उत्पन्न वनस्पति अथवा इस वनस्पति पर निर्भर पशुओं पर आश्रित है। इस प्रकार हमें शारीरिक विकास के लिए लगभग सभी पोषण तत्व प्रत्यक्ष अथवा परोक्ष रूप से वनस्पति एवं कृषि फसलों से प्राप्त होते है। पोषण प्राप्ति के तीन स्रोत है: 1. कृषि 2. दुग्ध एवं दुग्ध उत्पाद 3. मांस व कुक्कुट ।

जनपद रामपुर में सकल प्रतिवेदित क्षेत्रफल 235726 हेक्टेयर है जिसमें कृषि के अन्तर्गत शुद्ध बोया गया क्षेत्रफल 80.95 प्रतिशत हैं। कृषि योग्य बंजर एवं कृषि अयोग्य भूमि 5324 हेक्टेयर है। परती भूमि 1.05 प्रतिशत है। वन, चारागाह, उद्यानों, वृक्षों एवं झाडियों का क्षेत्रफल 8224 हेक्टेयर है। जबकि कृषि के अतिरिक्त अन्य उपयोग में लाई गई भूमि 12.25 प्रतिशत है। जैसा कि तालिका से स्पष्ट है।

Janak: A Journal of Humanities
"An International, Open-Access, Peer-Reviewed, Refereed Journal"
(I S S N : 3 1 1 7 - 3 4 6 2) Volume: 02, Issue: 01, March, 2026
Available on https://janakajournal.in/index.php/1/about

तालिका संख्या – 01

जनपद रामपुर में भूमि उपयोग का स्वरूप, 2023-2024

क्र० सं०	भूमि उपयोग के वर्ग	क्षेत्रफल (हेक्टेयर में)	प्रतिशत
1.	वन, चारागाह, उद्यानों, वृक्षों एवं झाडियों का क्षेत्र	8224	3.48
2.	कृष्य बेकार एवं कृषि अयोग्य भूमि	5324	2.26
3.	परती भूमि	2493	1.5
4.	कृषि के अतिरिक्त अन्य उपयोग की भूमि	28863	12.25
5.	शुद्ध बोया गया क्षेत्रफल	190822	80.95
	योग जनपद	235726	100

स्रोतः जिला सांख्यिकीय पत्रिका, अर्थ एवं संख्या प्रभाग जनपद रामपुर 2024 ।

जनपद रामपुर में सकल बोया गया क्षेत्रफल 338887 हेक्टेयर है जिसमें गेहूँ की फसल 138807 हेक्टेयर, चावल की फसल 129669 हेक्टेयर, ज्वार 429 हेक्टेयर, बाजरा 2499 हेक्टेयर, एवं मक्का 48 हेक्टेयर पर उगाई जाती है अर्थात् धान्य फसलों के अन्तर्गत क्षेत्रफल 271452 हेक्टेयर है। दलहन के अन्तर्गत क्षेत्रफल 6558 हेक्टेयर एवं तिलहन के अन्तर्गत क्षेत्रफल 3202 हेक्टेयर, गन्ना 23580 हेक्टेयर, आलू 5450 हेक्टेयर एवं फल–सब्जियों के अन्तर्गत क्षेत्रफल 5650 हेक्टेयर सम्मिलित है।

पोषण प्राप्ति में दुग्ध एवं दुग्ध से निर्मित पदार्थो का विशेष स्थान है। इसमें वसा, प्रोटीन, शर्करा, खनिज लवण, विटामिन्स पर्याप्त मात्रा में उपस्थित रहते है जो शरीर की वृद्धि और स्वास्थ्य को ठीक बनाये रखने के लिए अत्यन्त आवश्यक है। कुल पशुधन की संख्या 4.46 लाख है जिसमें दुधारू पशु गाय, भैंस एवं बकरी सम्मिलित है। कुल दुग्ध उत्पादन 120850 मीटरी टन है जिसमें गाय से प्राप्त दुग्ध उत्पादन 17050 मीटरी टन, भैस से प्राप्त दुग्ध उत्पादन 95770 मीटरी टन एवं बकरी से प्राप्त दुग्ध उत्पादन 8030 मीटरी टन शामिल है इसके अतिरिक्त मांस प्राप्ति के लिए कुक्कुट पालन किया जाता है जिनसे मांस एवं अंडों की प्राप्ति होती है जिनकी संख्या 7.35 लाख है।

रोगों का वर्गीकरणः

जनपद रामपुर में मनुष्यों के आहार स्वभाव के अध्ययन से स्पष्ट होता है कि इनके भोजन में प्रोटीन, वसा, कैल्शियम, थायमीन व राइबोफ्लोविन की मात्रा आवश्यकता से कम होती है। इसी कारण अध्ययन क्षेत्र में सरकारी चिकित्सालय के अनुसार हीनताजन्य रोग अधिक देखने को मिलते है। जनपद रामपुर में क्वाशिआरकार रोग मुख्य है जो कैलोरी और प्रोटीन की कमी के कारण होता है जिसके रोगियों की संख्या 15110 है। सूखा रोग कुपोषण के कारण पनपता है जो बच्चों में अधिक देखने को मिलता है। जिसकी संख्या 18170 है। विटामिन 'ए' की कमी के कारण रतौंधी रोग उत्पन्न होता है। इस रोग के कारण आँख के कार्य में बाधा उत्पन्न होती है। ऐसे रोगियों की संख्या 7750 है। नेत्र शुष्कता का अर्थ सूखी आँख से है। यह आँख की एक खतरनाक बीमारी है। इसमें आँख में लालिमा उत्पन्न होती है। ऐसे रोगियों की संख्या 5410 है। विटामिन सी की कमी से उत्पन्न रोगों

Janak: A Journal of Humanities
"An International, Open-Access, Peer-Reviewed, Refereed Journal"
(I S S N : 3 1 1 7 - 3 4 6 2) Volume: 02, Issue: 01, March, 2026
Available on https://janakajournal.in/index.php/1/about

मे दांतों एवं मसूड़ों के रोग विशेष उल्लेखनीय है जिनकी संख्या 7105 है।

अध्ययन क्षेत्र में विटामिन डी की कमी से आस्टिमेलशिया रोग पनपता हैं। यह रोग गन्दी नालियों में रहने वाले निम्न सामाजिक स्तर के वृहद् व्यक्तियों तथा गर्भवती व दूध पिलाने वाली माताओं में अधिकतर पाया जाता है जिनकी संख्या 6145 है। आयरन की कमी के कारण रक्ताल्पता रोग उत्पन्न होता है। पोषण सम्बन्धी ज्ञान के अभाव में प्रायः गर्भवती महिलाओं को उनकी आवश्यकता के अनुरूप आयरन की प्राप्ति नहीं हो पाती है। इससे पीड़ित रोगियों की संख्या 6230 गयी है। गर्मी के मौसम के कारण अतिसार रोग से अधिकांश व्यक्ति ग्रसित होते है जिनकी संख्या 5210 है। कार्बोहाइट्रेट की कमी से पथरी होती है। यहाँ पर मनुष्यों के भोजन में कार्बोहाइट्रेट की कमी कम दिखाई पडती है। यहाँ पर पथरी के रोगियों की संख्या काफी कम है किन्तु फिर भी पथरी रोग से पीड़ित व्यक्तियों की संख्या 3140 है। मधुमेह का वसा से गहरा सम्बन्ध है क्योंकि अत्यधिक वसा होने पर शरीर में स्थूलता आ जाती है। आमतौर पर 90 प्रतिशत मधुमेह के केस अधिक खाने से होते है तथा शेष 10 प्रतिशत केवल वसाविहीन भोजन के खाने से होते है। इनके रोगियो की संख्या तेजी से बढ़ रही है। स्पष्ट है कि पोषण की कमी के फलस्वरूप रोग पनप रहे है तथा रोगियों की संख्या में निरन्तर वृद्धि हो रही है। चिकित्सा के फलस्वरूप रोगों के प्रति जागरूकता आई है जिससे स्वास्थ्य की दिशा में गुणात्मक सुधार दिखाई पड़ रहे है।

स्वास्थ्य सेवायें एवं उनका स्थानिक वितरणः

जनपद रामपुर में स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं की रोकथाम एवं उपचार हेतु चिकित्सा की सुविधाएँ उपलब्ध है। रामपुर में 01 सरकारी अस्पताल है जहाँ पर समस्त रोगों का उपचार किया जाता है। 05 सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र स्वार, बिलासपुर, शाहबाद, मिलक एवं टांडा में स्थित है। प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों की संख्या 25 है जिसमें 15 प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र ग्रामीण क्षेत्र में एवं 10 प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र नगरीय क्षेत्र में कार्यरत है। इसके अतिरिक्त 110 निजी स्तरीय अस्पताल कार्यरत है जो मुख्यत नगरीय क्षेत्र में स्थित है। अध्ययन क्षेत्र में स्वास्थ्य केन्द्रों में बीमारियों की रोकथाम के लिए मलेरिया उन्मूलन कार्यक्रम, इम्यूनाइजेशन कार्यक्रम (जिसमें चेचक, बी०सी०जी०, डी०पी०टी०, टिटनेस, पोलियों, हैजा, टाइफाइड) राष्ट्रीय कुष्ठ रोग नियन्त्रण, राष्ट्रीय तपेदिक नियन्त्रण, राष्ट्रीयजनसंख्या नियन्त्रण एवं बीमारियों की रोकथाम के लिए अनेक स्वास्थ्य सम्बन्धी कार्यक्रम आयोजित किये जा रहे है।

अध्ययन से स्पष्ट होता है कि अधिकांश रोगी अपना उपचार ऐलोपैथिक दवाओं के माध्यम से सरकारी एवं निजी स्तरीय अस्पतालों में कराते है। जबकि आयुर्वेद पद्दति पर अधिक विश्वास नहीं करते है। इसके साथ ही रोग से सम्बन्धित जाँच कराते है। सरकारी अस्पतालों में भी आधुनिक मशीनों की सुविधा है। चिकित्सक जाँच के उपरान्त ही दवाई देते है। अधिकांश रोगों पर नियन्त्रण कर लिया गया है। मौसमी बीमारियां अधिक परेशान करती है किन्तु अब इनकी रोकथाम सम्बन्धी उपचार की पूर्ण व्यवस्था है। ऐलोपैथिक दवाइयों का अत्यधिक मात्रा में प्रचलन भी इसका मुख्य कारण है। क्योंकि ये दवाईयां सभी लोगों को आसानी से उपलब्ध हो जाती है।

पोषण एवं स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्यायें :

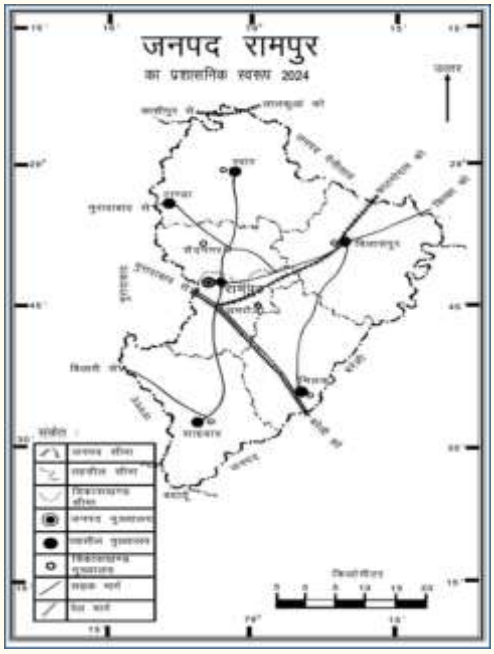
जनपद रामपुर में पोषण एवं स्वास्थ्य सम्बन्धी अध्ययन करने से स्पष्ट होता है कि सन्तुलित आहार की कमी के कारण कुपोषण की

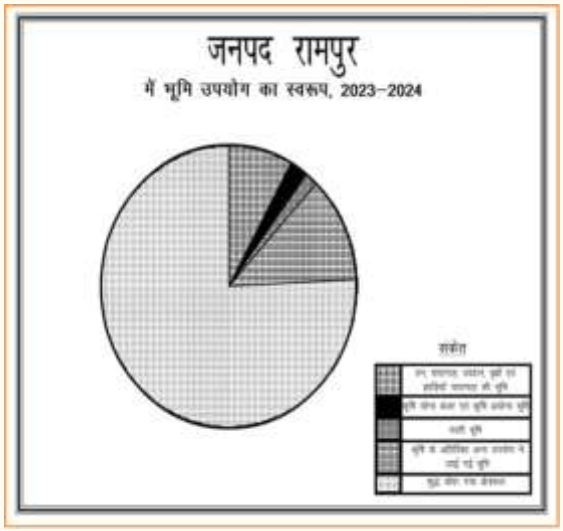
Janak: A Journal of Humanities
"An International, Open-Access, Peer-Reviewed, Refereed Journal"
(I S S N : 3 1 1 7 - 3 4 6 2) Volume: 02, Issue: 01, March, 2026
Available on https://janakajournal.in/index.php/1/about

समस्या है। साफ–सफाई एवं उचित देखभाल की कमी के चलते रोग उत्पन्न होते रहते है। इसी व्यवस्था के कारण हैजा, टाइफाइड, पेचिश आदि रोग विकराल रूप से फैलते रहते है। चिकित्सकों की कमी के चलते अस्पतालों में रोगियों को सही उपचार नहीं मिल पाता है। बहुत से रोगों की सही जॉच भी नहीं हो पाती है। ग्रामीण क्षेत्र में स्वास्थ्य सेवाओं की कमी है। यहाँ पर मौसमी रोग अधिक फैलते है। स्वास्थ्य की दृष्टि से घरों में शौचालयों की उचित व्यवस्था न होना मुख्य समस्या है। गर्भवती महिलाओं को उचित पोषण प्राप्त नहीं हो पाता है तथा डिलीवरी के समय उचित चिकित्सा प्राप्त नहीं हो पाती है जिससे बहुत सी महिलाओं की असमय मृत्यु हो जाती है। वर्तमान मे बहुत से रोग पोषण की कमी के फलस्वरूप ही पनप रहे है। सही जॉच एवं समय से उपचार की कमी के कारण रोगियों की संख्या तेजी से बढ़ रही है।

पोषण एवं स्वास्थ्य सम्बन्धी सुझावः

जनपद रामपुर में पोषण एवं स्वास्थ्य के सन्दर्भ में अनेक समस्यायें व्याप्त है। सार्वजनिक हितों को ध्यान में रखते हुए स्वास्थ्य के नियमों का प्रचार–प्रसार अनिवार्य है। पोषण के दोषपूर्ण तरीकों को दूर करना आवश्यक है। भोजन पौष्टिक तत्वों के साथ सुपाच्य भी होना आवश्यक है। साफ–सफाई पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। घरों में शौचालय की व्यवस्था की जानी चाहिए। गर्भवती स्त्रियों और भावी सन्तान का स्वास्थ्य ठीक रखने के लिए ग्रामीण क्षेत्र में प्रसूति केन्द्र खोले जाने चाहिए। स्वास्थ्य नियमों का प्रचार–प्रसार सरकारी स्वास्थ्य विभाग के माध्यम से किया जाना चाहिए। पत्र–पत्रिकाओं में समय–समय पर लेख एवं विज्ञापन देकर स्वास्थ्य विभाग द्वारा स्वास्थ्य सम्बन्धी प्रदर्शनियों का आयोजन करके यह कार्य सम्पन्न किया जा सकता है। चिकित्सालयों में चिकित्सकों की उपस्थिति आवश्यक है। सरकारी अस्पतालों में रोगियों की नियमित जाँच एवं उचित दवाइयों का प्रबन्ध किया जाना चाहिए। सार्वजनिक रूप से सुविधायें उपलब्ध कराने, जनसम्पर्क तथा हर व्यक्ति तक सेवाओं को पहुँचाने के दृष्टिकोण से प्रत्येक छोटी इकाई क्षेत्र में प्रत्येक ग्राम में जन स्वास्थ्य रक्षक नियुक्त किया जाना आवश्यक है।





Janak: A Journal of Humanities
"An International, Open-Access, Peer-Reviewed, Refereed Journal"
(I S S N : 3 1 1 7 - 3 4 6 2) Volume: 02, Issue: 01, March, 2026
Available on https://janakajournal.in/index.php/1/about

सन्दर्भ

1. एम० जे० : मेडिकल ज्योग्राफी - इटस मैथ्ड एण्ड आब्जेक्टिव दि ज्योग्राफी रिव्यू जनवरी 1950, पृष्ठ-10
2. हन्टर ज्ञान : दि चैलेन्ज ऑफ मेडिकल ज्योग्राफी नार्थन कोरिलना पृष्ठ -1
3. पार्क जे०ई० : सामुदायिक स्वास्थ्य विज्ञान वनारसी दास मनोत (1985) नेपियर टाउन जबलपुर पृष्ठ -56
4. शर्मा कमल : मानव स्वास्थ्य पर वातावरणीय प्रभाव शोध संगोष्ठी महाराजा कालिज छतरपुर एक परिचय 1996 पृष्ठ -02
5. भूषण भारत : स्वास्थ्य, पोषण एवं आयुर्वेद योजना मासिक पत्रिका अक्टूबर अंक 2012 पृष्ठ -27
6. शंकर रवि : स्वास्थ्य मोर्चे पर असफल क्यों योजना मासिक पत्रिका फरवरी अंक 2017, पृष्ठ-38
7. जैन संतोष एवं जैन आंकाक्षा : सार्वजनिक समुचित पोषण: वर्तमान स्थिति एवं आगामी दृष्टिकोण कुरूक्षेत्र मासिक पत्रिका जुलाई अंक 2017 पृष्ठ-32
8. डिस्ट्रिक्ट गजेटियर ऑफ रामपुर उत्तर-प्रदेश 1980 पृष्ठ-2
9. जिला विकास पुस्तिका अर्थ एवं संख्या प्रभाग जनपद रामपुर 2024 पृष्ठ-10
10. जिला सांख्यिकीय पत्रिका अर्थ एवं संख्या प्रभाग जनपद रामपुर 2024