



स्वास्थ्य शिक्षा और पर्यावरण

1. रेनु पाण्डेय 2. आशुतोष त्रिपाठी

1. असिस्टेन्ट प्रोफेसर (बी0एड0 विभाग), ज्योत्सना बी0एड0 कॉलेज ऑफ एजुकेशन, सीधी (म0प्र0), भारत
2. प्राचार्य- शीवा कॉलेज ऑफ एजुकेशन, शीवा (म0प्र0), भारत

सारांश : वैदिक कालीन ऋषियों का कहना है कि मनुष्य का शरीर पाँच तत्वों से मिलकर बना है—(1) वायु, (2) जल, (3) अग्नि, (4) पृथ्वी, (5) आकाश।

इसी कारण इन सभी तत्वों को पहले से ही विशेष स्थान दिया जाता रहा है। इन सभी तत्वों की पूजा का विधान है ऋग्वेद में जल की पूजा का विधान है क्योंकि जल से हृदय तथा शरीर शुद्ध होता है। जल स्वयं में औषधि है। सरस्वती नदी को देवी रूप दिया गया है। वायु आत्मा तथा प्रभाव की शक्ति है जो सदैव ही चलायमान है। वायु जीवन का एक अंश है इसका सम्बन्ध प्राण से है। यदि साँस बन्द हो जाये तो शरीर में प्राण नहीं रहेगा।

कुंजीभूत शब्द— वैदिक कालीन, मनुष्य, शरीर, तत्वों, पूजा, विधान, हृदय, औषधि, आत्मा, प्रभाव, शक्ति।

पर्यावरण का स्वास्थ्य पर प्रभाव— पर्यावरण के नैसर्गिक गुणों का प्रभाव मानव स्वास्थ्य पर अधिक पड़ता है, लेकिन आज पर्यावरण में उसके नैसर्गिक गुण नहीं रह गये हैं। ऐसी दशा में मानव स्वास्थ्य पर इसका उल्टा प्रभाव पड़ रहा है। यह सर्वविदित है कि मानव ने प्रकृति का दोहन बहुत बड़े पैमाने पर किया है। पहले दक्षिण से आने वाली मलय पर्वत की हवा, जिसे कि मलयानिल कहते हैं अब नहीं आती, आती भी है, तो उसमें वह बात नहीं जो शरीर को ताजगी देती थी।

फलों और फूलों में, जो स्वाद और पौष्टिकता पहले थी, अब वह नहीं रह गयी है। सभी अपना नैसर्गिक गुण खाते जा रहे हैं। सभी ज्यादातर फलों और सब्जियों को दवाइयों के माध्यम से तैयार किया जा रहा है, जो कि हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत ही घातक है और इसका बहुत बुरा प्रभाव हमारे स्वास्थ्य पर पड़ा है। मनुष्य को कुछ ऐसे रचनात्मक कार्य करने चाहिए, जिससे वह पुनः अपने नैसर्गिक गुणों को प्राप्त कर सके।

नाना प्रकार के प्रदूषण— अनेक प्रकार के प्रदूषण हमारे पर्यावरण को दूषित कर रहे हैं, जिससे हमारे स्वास्थ्य पर बहुत ही बुरा प्रभाव पड़ रहा है।

1— वायु प्रदूषण, 2—जल प्रदूषण

1. वायु प्रदूषण— वायु प्रदूषण के मुख्य प्रदूषक गैस, धूल, धुआँ, जैविक और अजैविक पदार्थ के ठोस व तरल अंश होते हैं। वायु द्वारा कार्बन पदार्थ, सल्फर पदार्थ, नाइट्रोजन ऑक्साइड ओजोन गैस, लोरो कार्बन, हाइड्रोकार्बन छोड़े जाते हैं। अनेक गैसों से सिर दर्द, बेहोशी, दुर्गन्ध, भूख को समाप्त कर देती है। साँस संस्थान खराब हो जाता है।

जल प्रदूषण पर स्वास्थ्य का प्रभाव— जल प्रदूषण का प्रभाव हमारे स्वास्थ्य पर बहुत अधिक पड़ता है। अनियोजित औद्योगीकरण सीवेज जल निकास आदि जल प्रदूषण के लिए उत्तरदायी है।

निष्कर्ष— हमें अपने पर्यावरण के साथ तालमेल में रहना होगा। हम इसमें जो डालेंगे वह हमारे पास वापस आ जायेगा। जब तक हम कुछ नहीं करेंगे, पृथ्वी बहुत जल्द एक रहने के लिए योग्य हो जायेगी। प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से एक स्वस्थ वातावरण का मतलब स्वस्थ लोगों से है। यह कहना नहीं है कि बीमारी और कुपोषण को पूरे तरह से समाप्त कर दिया जायेगा, लेकिन इन घटनाओं की घटनाओं में कमी आयेगी और हर साल लाखों मानव जीवन नहीं खोयेंगे।
