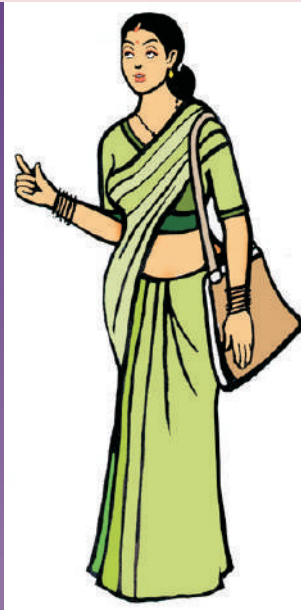




आशा



स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग उत्तराखण्ड सरकार, मातृ स्वयं सेवी संस्था एवं ग्राम्य विकास संस्थान, हिमालयन इन्स्टीट्यूट हास्पिटल ट्रस्ट के सौजन्य से



जून २००८, अंक १

1

सम्पादक की कलम से



प्रिय पाठकों,

उत्तराखण्ड की विषम भौगोलिक परिस्थितियों के कारण दुर्गम क्षेत्र में आज भी सरकार को स्वास्थ्य के क्षेत्र में कार्य करने में काफी कठिनाईयों का सामना करना पड़ रहा है। ऐसे में राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन में आशाओं की भूमिका काफी महत्वपूर्ण मानी जा रही है। आशाओं को मजबूती प्रदान करने के लिए सरकार ने राज्य स्तरीय आशा संसाधन केन्द्र की जिम्मेदारी ग्रामीण विकास संस्थान हिमालयन इन्स्टीट्यूट ट्रस्ट को प्रदान की है। ग्रामीण विकास संसाधन इसके साथ ही जिला स्तर पर आशा संसाधन केन्द्र की जिम्मेदारी मातृस्वयं सेवी संस्था को प्रदान करने जा रही है। इससे ग्रामीण स्तर पर आशा को कार्य करने में आने वाली परेशानी को हल किया जा सकेगा। जिसके तहत पत्रिका का प्रथम अंक प्रकाशित किया जा रहा है।

आइये आपके और हमारे विचार के साथ पत्रिका का शुभारम्भ करें।

शुभकामनाओं सहित

एस.ए.आर.सी. टीम, आर.डी.आई, एच.आई.एच.टी



स्वस्थ रहने के गुर

विगत तीन चार दशकों में जहाँ संक्रामक रोगों से मरने वाले लोगों की संख्या में दुनिया भर में कमी आयी है वहीं दूसरी ओर करोड़ों लोग सही जीवन शैली न अपनाने के कारण अकाल मृत्यु के शिकार हो रहे हैं। विश्व भर में स्वास्थ्य विशेषज्ञ इस बात को लेकर ज्यादा चिन्तित है कि इस तरह के रोगों का ईलाज न तो चिकित्सकों के पास है और न ही अस्पतालों में। विश्व स्वास्थ्य संगठनों द्वारा प्रकाशित नवीनतम अध्ययनों के अनुसार दुनिया में आज इस बात की ज्यादा जरूरत है कि लोग अपने कार्य करने के साथ-साथ अपनी दिनचर्या को भी सुव्यवस्थित करें यदि ऐसा नहीं किया गया तो आगामी दस पन्द्रह वर्षों में दुनिया में हृदय, शुगर एवं मानसिक रोगों की संख्या दस गुनी हो सकती है तथा इस पर आने वाला खर्च कुल विकास खर्च के आधे से ज्यादा होगा एवं मृत्यु दर में इन रोगों का प्रतिशत पचास प्रतिशत से ऊपर होगा। ऐसे में आज आवश्यकता इस बात की है कि प्रत्येक व्यक्ति, व्यक्तिगत स्तर पर अपने जीवन में अपनी दिनचर्या को व्यवस्थित करके दूसरी तरफ कार्य स्थलों पर सरकार एवं निजी संस्थानों को अपने कार्यबल को अच्छी जीवन शैली को अपनाने के लिए प्रोत्साहित करना होगा।

स्वास्थ्य की प्राचीनतम पद्धति आयुर्वेद की स्वस्थ वृत्त में भी दिनचर्या एवं अच्छी जीवन शैली के बारे में पर्याप्त विवरण मिलता है स्वस्थ वृत्त में बतायी गयी बातें आज के समय में भी उतनी ही उपयोगी हैं जितनी वे आज से हजारों वर्ष पूर्व थीं। आहार, निद्रा एवं ब्रह्मचर्य को आयुर्वेद में स्वास्थ्य के प्रमुख तीन स्तम्भ माने गये हैं तथा इन तीनों को ध्यान में रखकर दिनचर्या निर्धारित करने को कहा गया है यदि प्रत्येक व्यक्ति इन नियमों का पालन करें तो वह अपने अन्दर व्याधि से लड़ने की क्षमता को और प्रभावी बनाकर स्वस्थ रह सकता है। आयुर्वेद में निम्नलिखित विषयों को मुख्य रूप से दिनचर्या में सम्मिलित किया गया है।

१. आयुर्वेद में ब्रह्म मुहूर्त (सूर्य निकलने से २ घन्टे पहले) में उठने को स्वास्थ्य की दृष्टि से सबसे महत्वपूर्ण माना गया है। इस समय पर

उठने से व्यक्ति शुद्ध हवा का लाभ ले सकता है। ब्रह्म मुहूर्त का समय यौगिक क्रियायों एवं व्यायाम के लिए सबसे उपर्युक्त माना गया है। अब स्वास्थ्य विशेषज्ञ भी यह मानने लगे हैं कि योग और व्यायाम व्यक्ति में व्याधि रोधक क्षमता को सुदृढ़ करता है।

२. शौचकर्म, स्नान, दन्त धावन, मुखप्रच्छादन एवं गण्डूश धारण भी ऐसे नित्य कर्म हैं जो व्यक्ति की स्वास्थ्य में बढोत्तरी करते हैं ये क्रिया कलाप जहाँ एक ओर व्यक्ति को स्वच्छता प्रदान करते हैं तो दूसरी ओर मन को प्रसन्नता देते हैं, इन सभी के अलावा आयुर्वेद में सर्वांग अभ्यंग (मालिश) एवं सिर अभ्यंग को भी दिनचर्या में सम्मिलित करने को लिखा गया है ये दोनों प्रक्रियायें त्वचा एवं बालों के लिए लाभकारी हैं।

३. आहार, निद्रा, ब्रह्मचर्य को भी स्वास्थ्य वृत्त में विस्तृत वर्णन मिलता है। मनुष्य को सदैव ऋतु के अनुसार ताजे फल, सब्जियाँ एवं अन्न का सेवन करना चाहिए। रात्रि के समय भोजन सोने से पहले २ घण्टे पूर्व बताया गया है। भोजन के साथ निद्रा के बारे में पर्याप्त विवरण मिलता है व्यक्ति को प्रतिदिन ६ से ८ घण्टे तक सोना चाहिए। आयुर्वेद में दिन में सोने को स्वास्थ्य की दृष्टि से सही नहीं माना गया है किन्तु दिन के भोजन के बाद विश्राम करने को कहा गया है दिनचर्या बिना ब्रह्मचर्य के पालन के अधूरी मानी जाती है अतः स्त्री एवं पुरुष को संयमित होकर ब्रह्मचर्य का निर्वाहन करना चाहिए। आयुर्वेद में विवाह से पूर्व एवं विवाह के बाद ब्रह्मचर्य के पालन के अलग-अलग नियम बताये गये हैं।

गर्भवती महिला के लिये संतुलित भोजन अनिवार्य है



छः माह तक केवल स्तनपान करायें



सुरक्षित मातृत्व

सुरक्षित मातृत्व के लिए मुख्य बातें

- कम से कम तीन बार गर्भवती की जांच किसी डाक्टर, प्रशिक्षित स्वास्थ्य कार्यकर्ता या दाई द्वारा।
- दस से बारह किलो ग्राम तक वजन का बढ़ना- जिससे स्वस्थ व तीन किलो तक का बच्चा पैदा हो।
- दस ग्राम हिमोग्लोबिन (कम से कम)-बने रहना।
- टिटनेस के दो टीके लगवाये तथा १०० आयरन की गोलियाँ खिलायें।
- पर्याप्त विश्राम व नींद (८ घण्टे रात्रि और २ घण्टे दोपहर) जिससे बच्चे का विकास ठीक से हो सके और माँ भी स्वस्थ व निश्चित रहे।
- संस्थागत प्रसव करवायें तथा महिला को कम से कम दो दिन अस्पताल में अवश्य रहने दें
प्रसव का समय:- पहले बच्चे में ६-१२ घण्टे
अगले प्रसव में ५-६ घण्टे
- प्रसव के बाद परिवार नियोजन के बारे में बात करें।
- दस माह तक बच्चे के पूरे टीके (बी.सी.जी, डी.पी.टी व पोलियो के तीन टीके तथा खसरे का टीका और विटामिन ए) पिलाना चाहिए।
- प्रसव के तुरन्त बाद ही सबसे पहले बच्चे को माँ का दूध पिलायें। बच्चे को छः माह तक केवल स्तनपान करायें, उसके पश्चात् अर्ध ठोस आहार जैसे खिचड़ी, दलिया, खीर आदि दें।
- नवजात को छः माह तक घुट्टी, शहद, पानी आदि न दें क्योंकि माँ का दूध ही उसके लिए सम्पूर्ण आहार है।

आशाओं के लिए देय राशि

क्रमांक	कार्य	देय राशि	कब	कहां	उत्तरदाता कौन है
1	महिला नसबन्दी के लिए देय राशि	१५०	शिविर के दौरान	सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र/प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र	ए.एन.एम
2	पुरुष नसबन्दी	२००	शिविर के दौरान	सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र/प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र	ए.एन.एम
3	जननी सुरक्षा योजना (ग्रामीण क्षेत्र)	६००	संस्थागत प्रसव के उपरान्त	जहां प्रसव हुआ है	एक बार भुगतान/ए.एन.एम
4	जननी सुरक्षा योजना (शहरी क्षेत्र)	२००	संस्थागत प्रसव के उपरान्त	जहां प्रसव हुआ है	एक बार भुगतान/ए.एन.एम
5	टी०बी० चिकित्सा	२५०	इलाज खत्म होने के बाद	जिले में	जिला कार्यक्रम अधिकारी
6	सार्वजनिक शौचालय	५० रु०	शौचालय के पूर्ण निर्माण होने पर	टोटल सेनितेशन कैम्पेन	सम्बन्धित जिला/ब्लाक टी.एस.सी अधिकारी
7	सम्पूर्ण टीकाकरण	१५०	पूर्ण होने पर	प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र	ए.एन.एम

स्टेट आशा रिसोर्स सेन्टर(एस.ए.आर.सी.) की स्थापना

ग्रामीण विकास संस्थान, हिमालयन इन्स्टीट्यूट हास्पिटल ट्रस्ट को उत्तराखण्ड राज्य के लिए स्टेट आशा रिसोर्स सेन्टर (एस.ए.आर.सी.) बनाया गया है। यह जिला आशा संसाधन केन्द्र के माध्यम से आशाओं के कार्य को मार्गदर्शन/मदद करेगा।



आशा – कार्य एवं उत्तरदायित्व

आशा समुदाय में से चयनित एक ऐसी कार्यकर्ता है जो समुदाय तथा उसे प्रभावित करने वाले व्यक्तियों को साथ लेकर उन्हें मिल रही स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी दे कर उन्हें अपना के लिए प्रेरक के दायित्व का काम करती है। वह समुदाय में अच्छे स्वास्थ्य की अवधारणा को मजबूत करने का कार्य करती है। वह अपने स्तर के अनुसार कुछ स्वास्थ्य सेवायें प्रदान करने के साथ-साथ समय पर जरूरत मन्दो को रेफरल सेवा भी प्रदान करती है। उसके कार्य एवं दायित्व निम्नवत हैं :

➤ आशा समुदाय में स्वास्थ्य व स्वास्थ्य पर प्रभाव डालने वाले कारको व कारणों जैसे सामान्य स्वच्छता एवं व्यवहार, पोषण, स्वस्थ रहने के तरीके व रहन सहन, मिल रही सभी स्वास्थ्य सेवाओं की सूचना तथा उन सेवाओं को समय से लेने के लिए समुदाय के लोगों को जागरूक करेगी। ताकि लोग मिल रही परिवार कल्याण सेवाओं का अधिक से अधिक लाभ उठा सकें।

➤ आशा समुदाय को सभी स्तरों जैसे गाँव/उपकेन्द्र/प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र से मिल रही सभी स्वास्थ्य सेवाओं जैसे टीकाकरण, गर्भावस्था की जांचें, प्रसव पश्चात् की सेवायें, समेकित बाल विकास सेवायें, स्वच्छता व अन्य मिल रही सेवाओं की जानकारी देते हुए उन्हें लेने के लिए समुदाय को गतिशील करेगी।

➤ वह गाँव की पंचायत में गठित “स्वास्थ्य एवं स्वच्छता समिति” के साथ कार्य करते हुए एक बहुउद्देशीय ग्रामीण स्वास्थ्य परियोजना/कार्यक्रम बनाने में सहायता करेगी।

➤ वह गर्भवती एवं बच्चों के उपचार की आवश्यकता के समय उनके साथ जायेगी ताकि सबसे नजदीकी केन्द्र जैसे प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र/सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र प्रथम अग्र प्रेशण इकाई आदि में जरूरतमन्दों को समय पर पहुँच कर उपचार मिल सके। वह गर्भवती महिलाओं को संस्थागत प्रसव हेतु जननी सुरक्षा योजना का लाभ दिलवाने में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करेगी।

➤ आशा कार्यकर्ता सामान्य स्वास्थ्य सम्बन्धी तकलीफों में प्राथमिक उपचार देने में भी मदद करेगी। जैसे दस्त, बुखार एवं सामान्य घाव या चोट लगने पर प्राथमिक उपचार आदि। वह पुनःशिक्षित राष्ट्रीय टी.बी नियन्त्रण

कार्यक्रम के अन्तर्गत डाट्स उपचार भी लोगों को उपलब्ध करवायेगी।

➤ वह ग्रामीण स्तर पर बॉटी जाने वाली व स्वास्थ्य सामग्री के भण्डारण की व्यवस्था करेगी। जैसे जीवन रक्षक घोल, आयरन फोलिक एसिड की गोलियों, क्लोरोक्वीन की गोलियों, एक बार प्रयोग होने वाले प्रसव किट, गर्भनिरोधक गोलियों, एवं निरोध आदि। उन्हें सरकार के तकनीकी विशेषज्ञों द्वारा अनुमोदित एक स्वास्थ्य उपचार किट भी उपलब्ध कराया जायेगा।

➤ उनकी कार्य क्षमता को देखते हुए भविष्य में उनका कार्यक्षेत्र और बढ़ाया जा सकता है। इसमें राज्य उन्हें उच्च प्रशिक्षण देकर नवजात शिशु की देखभाल एवं बच्चों में होने वाले रोगों की रोकथाम में उनकी सेवायें ले सकते हैं।

➤ आशा अपने गाँव में जन्म व मृत्यु की सूचना के साथ गाँव में अचानक घटने वाली घटना या बीमारी के फैलाव की जानकारी उपकेन्द्र/प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र आदि में तुरन्त देगी।

➤ आशा प्रत्येक परिवार को “सम्पूर्ण स्वच्छता अभियान” के अन्तर्गत अपना शौचालय बनवाने के लिए प्रेरित करेगी।

➤ आशा द्वारा उपरोक्त शर्तों को पूरा करते हुए व अपने दायित्वों को साकार बनाने के लिए उसे दो साल या उससे अधिक समय लेते हुए प्रशिक्षित किया जायेगा तथा समय समय पर उसकी क्षमताओं को बढ़ाया जायेगा।

संस्थागत प्रसव में आशा की भागीदारी



स्टेट आशा रिसोर्स सेन्टर द्वारा डिस्ट्रिक्ट आशा रिसोर्स सेन्टर के लिए दो दिवसीय प्रपोजल डेवलपमेण्ट कार्यशाला

दीप प्रज्वलन



हिमालयन इन्स्टीट्यूट हास्पिटल ट्रस्ट को उत्तराखण्ड राज्य के लिए स्टेट आशा रिसोर्स सेन्टर (एस.ए.आर.सी.) बनाया गया है। यह जिला आशा संसाधन केन्द्र के माध्यम से आशाओं के कार्य को मार्गदर्शन/मदद करेगा। हिमालयन इन्स्टीट्यूट के ग्राम्य विकास संस्थान, स्वामी राम नगर, देहरादून ने दि० ७ व ८ अप्रैल को राज्य के चयनित मदर एनजी.ओ. को सहमति प्रपत्र (प्रस्ताव) तैयार करने के उद्देश्य से दो दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया। इसमें कुल ६ मदर एनजी.ओ. व २ फील्ड एन जी.ओ. से एक-एक प्रतिभागी ने भाग लिया।

कार्यशाला का उद्घाटन डा० आर.सी.आर्य (निदेशक, स्वास्थ्य संसाधन केन्द्र, उत्तराखण्ड राज्य) व डा० बी.सी.पाठक (वरीष्ठ तकनीकी स्वास्थ्य सलाहकार, उत्तराखण्ड राज्य ने किया)। डा. आर.सी.आर्य, डा० बी.सी.पाठक, सुश्री भारती डंगवाल (राज्य स्वयं सेवी संस्था समन्वयक उत्तराखण्ड राज्य) सुश्री वसुधा गुप्ता (राज्य कमेटी सुविधाकर्ता, एन.एच.एस.आर.सी), डा० वर्तिका सक्सेना, डा० वी.डी. सेमवाल व डा० रूचि जुयाल आये हुए अन्य प्रतिभागियों ने दीप प्रज्वलित कर कार्यशाला का शुभारम्भ किया।

इस अवसर पर डा० बी.सी. पाठक, (वरीष्ठ तकनीकी स्वास्थ्य सलाहकार, उत्तराखण्ड राज्य ने किया) ने राज्य में स्थापित हो रहे राज्य स्तरीय एवं जिला स्तरीय आशा संसाधन केन्द्रों को आशा कार्यकर्ता के संदर्भ में उनकी भूमिका के बारे में बताया। उन्होंने राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन कार्यक्रम से भी प्रतिभागियों को अवगत कराया।

डा० आर.सी.आर्य, निदेशक, स्वास्थ्य संसाधन केन्द्र उत्तराखण्ड राज्य, ने कार्यशाला को सम्बोधित करते हुए प्रतिभागियों द्वारा उठायी शंकाओं का समाधान किया। उन्होंने कहा कि “आशाओं” को स्वास्थ्य सेवाओं तथा परियोजनाओं के बारे में बार-बार जानकारी देने की आवश्यकता है।

सुश्री भारती डंगवाल, राज्य स्वयं सेवी संस्था समन्वयक ने प्रतिभागियों को जिला स्तरीय आशा संसाधन केन्द्रों की भूमिका एवं



उत्तरदाईत्वों के बारे में जानकारी दी। उन्होंने फिर याद दिलाया कि डी.ए.आर.सी “आशाओं” तथा राज्य आशा संसाधन केन्द्र के मध्य संयोजन का कार्य करेंगे ताकि “आशाओं” को कार्य करने में आ रही बाधाओं या गलतफहमियों को दूर किया जा सके। डी.ए.आर.सी उन कमियों की भी पहचान कर फीडबैक देगा जो सरकार द्वारा आशाओं को दिये गये प्रशिक्षणों में रह गयी हैं।

डा० वी.डी. सेमवाल परियोजना प्रबन्धक “राज्य आशा संसाधन केन्द्र” ने कार्यशाला में आये स्वम् सेवी संस्थाओं के प्रतिनिधियों को “जिला आशा संसाधन केन्द्र” स्थापना के सम्बन्ध में बनने वाले प्रस्ताव के रूपरेखा की विस्तार से जानकारी दी।

कार्यशाला के द्वितीय दिवस में मदर एन.जी.ओ. द्वारा प्रस्ताव को अन्तिम रूप दिया गया। जिसमें स्वम् उनके व सुविधाकर्ताओं के सुझावों को भी सम्मिलित किया गया।

डा० सुन्दरमन, कार्यकारी निदेशक, एन.एच.एस.आर.सी ने भी कार्यशाला का भ्रमण किया। उन्होंने सभी प्रतिनिधियों को सलाह दी कि आशाओं का अनुश्रवण या निर्देशन नहीं किया जाना चाहिए इसकी जगह उन्हें प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। जिला आशा संसाधन केन्द्र कार्यों के निस्पादन को सुगम बनाने में सहायक होंगे न कि कार्य क्षेत्र के अनुश्रवण करने में। उन्होंने सुझाव दिया कि जिला संसाधन केन्द्र उन क्षेत्रों में अपने कार्य करें जहाँ ए.एन.एम उपलब्ध है व उन्हें विकास खण्ड स्तर पर भी एक टीम सुविधाकर्ता की नियुक्ति करनी चाहिए जो विकास खण्ड में कार्यक्रम प्रबन्धक व हो रहे प्रशिक्षणों में सहायता कर सकें व समय-समय पर जिला नोडल अधिकारी को सूचना देता रहे।

कार्यशाला का परिणाम

सभी मदर एन.जी.ओ को जिला आशा संसाधन केन्द्रों को उनके कार्यों दाईत्वों एवं क्रिया कलाप की स्पष्ट जानकारी प्राप्त हुयी सभी प्रतिनिधि इस राय से एकमत थे कि किस प्रकार वे “राज्य आशा संसाधन केन्द्र” को अपनी आख्यायें प्रेषित करेंगे।

‘आशाओं’ की आशा है ‘राजवती’

घरेलू जिम्मेदारियां हो या फिर सामाजिक सरोकार, हर तरह की जिम्मेदारियों को बखूबी निभा रही है आशा कार्यकर्ती राजवती गढ़कोटी। आशा कार्यकर्ती के तौर पर वह स्वास्थ्य जागरूकता के तहत टीकाकरण, प्रसव, जननी सुरक्षा योजना सहित महिलाओं व बच्चों के बेहतर स्वास्थ्य के लिए किये जा रहे प्रयास हो या फिर आशा कार्यकर्ताओं के समस्याओं को आगे लाने की बात हो, वह हमेशा अग्रणी रही है। वर्तमान में वह चम्पावत जनपद के आशाओं की अध्यक्ष भी है। चंपावत जनपद के टनकपुर नगर को साफ सुथरे नगर के लिए चलाया जा रहा स्वच्छता अभियान हो या फिर सतत शिक्षा अभियान के तहत निरक्षरों को अक्षर ज्ञान देना हो, गरीबों के हितों की पैरवी हो, हर जगह राजवती ने अपनी एक खास पहचान बनाई है।

श्रीमति राजवती गढ़कोटी का जन्म २१ अप्रैल सन् १९६७ को टनकपुर के एक सभ्रांत परिवार में हुआ। इनके पिता का नाम स्व० श्री धर्मानन्द पंगरिया था और माता का नाम श्रीमति गोदावरी देवी था। ये बचपन से ही मेधावी रही। सामाजिक कार्यों में इनकी रुचि बचपन से ही रही, बाद में इन्होंने गरीब बच्चों तथा निरक्षर महिलाओं को पढ़ाने का कार्य शुरू किया। निरक्षर महिलाओं व बच्चों को पढ़ाने के साथ ही उनके मन में विचार आया कि अपने नगर को साफ सुथरा बनाया जाय, इसी अभियान के तहत वह टनकपुर नगरपालिका में वार्ड स्वच्छता समिति की अध्यक्ष बनी और उन्होंने साफ सुथरे नगर के लिए स्वच्छता अभियान चलाया। बाद में वह रीड्स संस्था से जुड़ीं। उन्होंने सतत शिक्षा कार्यक्रमों के माध्यम से निरक्षरों को अक्षर ज्ञान तो दिया ही, साथ ही वह महिलाओं को सिलाई, संगीत, खेलकूद भी सिखा कर उन्हें आत्मनिर्भरता का पाठ भी पढ़ा रही हैं।

एक आशा कार्यकर्ती के रूप में वह स्वास्थ्य जागरूकता को लेकर भी काफी मुखर हैं। टनकपुर नगर के पिछड़े व गरीब वर्ग की तरफ उन्होंने विशेष ध्यान दिया। टनकपुर नगर के अम्बेडकर नगर, बंगाली कॉलोनी, रेलवे झाले चर्च कॉलोनी, वर्मा लाइन में वह अपनी सेवा के लिए जरिए काफी लोकप्रियता बटोर रही है। इन गरीब बस्तियों में अशिक्षा

व्याप्त होने के चलते जहां लोग अन्ध विश्वास में जकड़े हुए थे, वहां उनके द्वारा स्वास्थ्य जागरूकता के जरिए लोगों का मन बदला जिससे इन बस्तियों के लोग स्वास्थ्य के प्रति सचेत हुए और उनका दृष्टिकोण बदला। पहले जहां लोग अस्पताल के नाम से घबराते थे तथा घर में ही प्रसव करवाते थे व बच्चों को दवा या टीकाकरण नहीं करवाते थे, वहां पर इन्होंने अपने मधुर स्वभाव के चलते स्वास्थ्य जानकारियां प्रदान कीं। जननी सुरक्षा योजना की जानकारी देकर लोगों को अस्पताल में प्रसव करने के लिए प्रेरित किया। वहीं घर-घर जाकर बच्चों का टीकाकरण, पोलियो की दवा, कीड़े की दवा का वितरण हो या फिर टी०बी० के रोगियों की जांच हो, हर जगह पर उनकी पहल सराहनीय रही है। यही नहीं एड्स जैसी भयंकर बीमारी के बारे में व उनसे बचने के उपायों के बारे में भी लोगों को इनके द्वारा जागरूक किया गया।

आशा कार्यकर्ती के रूप में इन्होंने पिछड़े वर्ग के लोगों को अस्पताल की ओर प्रेरित कर ५१ डिलीवरी, ३०० बच्चों का टीकाकरण, ३५ नसबन्दी, ६५ आखों के आपरेशन तथा १० लोगों को घर जाकर डाट्स की दवाई दी। अपनी उल्लेखनीय सेवाओं के लिए इन्हें सम्मानित किया गया है, जिले की अन्य आशा कार्यकर्तियों के लिए यह प्रेरणास्रोत बन गयी है। अपने उल्लेखनीय सेवाओं व व्यवहार कुशलता को देखते हुए समस्त आशाओं ने इन्हें निर्विरोध आशाओं का अध्यक्ष चुना है। इस बार इन्होंने नगर पालिका परिषद में वार्ड नम्बर-८ से सभासद के लिए अपने को नामांकित किया और भारी मतों से विजयी रही। अब इन्होंने अपने नये लक्ष्य निर्धारित किए हैं और एक नये जोश के साथ अपने कर्तव्य पथ की ओर चल पडी हैं। राजवती गढ़कोटी का कहना है कि वे हमेशा गरीबों, निरक्षर, बेसहारा व बीमार लोगों की सेवा में जीवन व्यतीत करना चाहती है।

आशा के स्तम्भ में आप भी आशाओं के कार्य में मदद करने के सदर्भ में हमसे प्रश्न पूछ सकते हैं, जिसका उत्तर आगामी अंक में प्रकाशित किया जायेगा। आशा का यह संस्करण आपको कैसा लगा? अपने सुझाव हमारे पते पर अवश्य लिखें।

आशाओं के कार्य से सम्बन्धित जानकारी के लिए ‘आओ जाने और समझे’, ‘दाई प्रशिक्षण मार्गदर्शिका’, ‘प्राथमिक चिकित्सा’ एवं ‘स्वास्थ्य शिक्षा गाईड’ हेतु निम्न पते पर सम्पर्क करें।



सम्पर्क करें



स्टेट आशा रिसोर्स सेन्टर(एस.ए.आर.सी.)
ग्राम्य विकास संस्थान
हिमालयन इन्स्टीट्यूट हास्पिटल ट्रस्ट
स्वामी राम नगर, पो.ओ. डोईवाला
देहरादून 248140

www.hihtindia.org

0135-2471426

Tele Fax: 0135-2471427

E-mail: hihtrdi@sancharnet.in