किशोर गर्भावस्था– कुछ अहम मुद्दे

भारत में किशोर गर्भावस्था यानी टीनेज प्रेगनेंसी के आंकड़े बढ़ते चले जा रहे हैं। सन 2008 मे यूएनएफ़पीए द्वारा किए गए सर्वेक्षण से निम्न चार तथ्य सामने आए:

- भारत में हर हज़ार महिलाओं में से 62 महिलाएं किशोरावस्था में गर्भ धारण करती हैं।
- किशोर गर्भावस्था की समस्या ग्रामीण इलाकों में ज़्यादा व्यापक है।
- 15-19 वर्ष के बीच 4 प्रतिशत किशोरियां गर्भवती हो जाती हैं।
- 2005-16 के दौरान पाया गया कि किशोर गर्भावस्था दर जम्मू क्षेत्र में 0.8 प्रतिशत (सबसे कम) तथा पश्चिम बंगाल इलाके में 6 प्रतिशत (सबसे ज़्यादा) थी।

विश्व संगठन के अनुसार–

- विवाह के बाद गर्भवती होने वाली दुनिया की 16.4 महिलाओं में चार करोड़ भारतीय किशोरियां शामिल हैं।
- भारत की कुल सालाना जचगियों में 16 प्रतिशत मामले टीनेज प्रेगनेंसी के होते हैं।
- मातृ मृत्युदर आकड़ों में 9 प्रतिशत किशोरी माएं शामिल हैं।
- यूएनएफपीए के अनुसार– भारत में हर घंटे 15 से 24 आयु वर्ग की महिलाओं में 3-7 मौतें जचगी, असुरक्षित गर्भपात और गर्भ संबंधी जटिलताओं के कारण होती हैं।

आइए अब एक नज़र विश्व के आंकड़ों पर भी डालें–

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार–

- निम्न और ग़रीब देशों में हर वर्ष पंद्रह से कम उम्र वाली 16 करोड़ किशोरियां और 2 करोड़ युवतियां बच्चों को जन्म देती हैं।
- विश्व स्तर पर 18 वर्ष से कम पांच में से एक लड़की ने गर्भधारण किया है।
- विश्व के सात देशों में दुनिया की 50 प्रतिशत किशोरी माएं हैं। ये देश है– बंगलादेश, ब्राजील, कॉन्गो, इथोपिया, भारत, नाइजीरिया और अमरीका।
- करीब 95 प्रतिशत किशोरावस्था जचगियां निम्न व मध्यम आय वाले देशों में होती हैं।
- अनुमानित है कि 15-19 वर्ष की तीन करोड़ लड़कियां असुरक्षित गर्भपात कराती हैं।
- दुनिया भर की 13 प्रतिशत किशोरियां जचगी के दौरान मर जाती हैं।
- किशोरी माताओं को पैदा होने वाले बच्चों में से 50 प्रतिशत मृत पैदा होते हैं या कुछ समय बाद मर जाते हैं।
- विश्व स्तर पर 15-19 वर्ष की लड़कियों में होने वाली मृत्यु का कारण गर्भपात, जचगी या गर्भ संबंधी समस्याएं हैं।

क्या आप जानती हैं कि किशोरावस्था में गर्भधारण हमारे समाज की एक बहुत जटिल समस्या है। 12-14 वर्ष के किशोर-किशोरियां असुरक्षित यौन संबंधों के कारण इस समस्या के शिकार होते हैं।

किशोरावस्था उम्र का एक ऐसा पड़ाव है जहां एक लड़की या लड़के के शरीर में अनेक तरह के अंदरूनी बदलाव आते हैं। ये बदलाव हारमोन

संबंधी होते हैं और इस दौरान किशोर तरह-तरह के मानसिक दबावों से गुज़रते हैं। शरीर के अंदर होने वाले बदलावों को पूरी तरह न समझने के कारण उनमें भावनात्मक उतार-चढ़ाव भी होते हैं। इस दौरान उन्हें अपने हम उम्र साथियों का साथ ही सबसे अधिक अच्छा लगता है। इस दौरान माता-पिता को उन्हें समझदारी और प्यार से सहेजना पड़ता है। उनकी परेशानियों, मूड, सवालों सभी का शांति और सही जवाब देने से हम इस दौर में उनका विश्वास जीत सकते हैं।

शारीरिक और भावनात्मक बदलावों के साथ-साथ माहवारी, यौन संबंध और आकर्षण जैसे अनेक मुद्दे किशोरों के सामने आ खड़े होते हैं। ऐसे में अगर असुरक्षित यौन संबंध के कारण गर्भ ठहर जाए तो किशोर शरीर और मन इस ज़िम्मेदारी के लिए पूरी तरह तैयार नहीं होता।

भारत में बाल विवाह की सामाजिक समस्या भी बहुत हद तक किशोर गर्भावस्था की समस्या के लिए ज़िम्मेदार है। छोटी उम्र में शादी हो जाने पर बच्चियां अपनी तथा गर्भ में पलने वाले बच्चे की सही देखरेख करने में खुद को असक्षम पाती हैं। न तो उन्हें इस विषय में कोई जानकारी या मदद मिलती है और न ही वे शारीरिक तौर पर इसके लिए तैयार होती हैं। इसी तरह किशोर लड़के भी पिता संबंधी ज़िम्मेदारियों तथा सुरक्षित यौन संबंध बनाने के विषयों से अनजान होते हैं।

इस छोटी उम्र में माता-पिता बनने वाले किशोरों में मानसिक तनाव, खून की कमी, अवसाद, चिड़चिड़ापन और डर जैसी भावनाएं पैदा होती हैं। दूसरी ओर पैदा होने वाले बच्चे में कम वज़न, पोषण की कमी जैसी समस्याएं भी आम हैं।

भारत में मातृ मृत्यु दर की गंभीरता किशोर गर्भावस्था से काफ़ी हद तक संबंधित है। हर साल बच्चों को जन्म देते समय लगभग 78000 किशोरियों-लड़कियों की मृत्यु हो जाती है।

इस सामाजिक परिवेश में यह बहुत ज़रूरी हो जाता है कि हम किशोर गर्भावस्था से जुड़ी कुछ ज़रूरी जानकारी को ध्यानपूर्वक समझें।

सबसे पहले यह ध्यान रखें कि किशोरावस्था में यौन संबंध बनाने से पहले उसके बारे में पूरी व सही जानकारी हासिल कर लें। यौन संबंध सही समय यानी सही उम्र और सुरक्षित हों यह भी ज़रूरी है।

फिर भी अगर किसी कारण गर्भ ठहर जाए तो घबराएं या इसे छुपाएं नहीं। किसी बड़ी उम्र के व्यक्ति जैसे माता-पिता, नज़दीकी रिश्तेदार, शिक्षिका से इसके बारे में बात करें और मदद मांगे। हो सकता है कि आपको नाराज़गी, गुस्से या डांट का सामना करना पड़े। पर यह भी सही है कि डरने या इस बात को छिपाने से आपकी परेशानी कम नहीं होगी। आपके बड़े मदद आपकी ज़रूर करेंगे। ज़ल्दबाजी और डर में किसी भी तरह का गलत क़दम जैसे असुरक्षित गर्भपात आदि का खतरा न उठाएं। इससे आपको लम्बे दौर में स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। इसलिए हर क़दम सोच-विचार कर ही उठाएं।

अभिभावकों को भी चाहिए कि वे अपने बच्चों को सही समय पर सुरक्षित यौन संबंध, गर्भ निरोधक, अनचाहे गर्भधारण और गर्भपात जैसे स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों पर जानकारी दें जिससे किशोरों में एक आत्मविश्वास और ज़िम्मेदारी का अहसास पैदा हो और साथ मिलकर किसी भी छोटी या बड़ी समस्या का समाधान निकाला जा सके।