आमने-सामने

अंतिम निषेध का सामना: मासिक धर्म

डॉ. क्रिस्टोफ़र डब्ल्यू विलियम्स

हर क्षेत्र में स्त्रियों की उपलब्धियों की राह की रुकावटें टूट रही हैं। स्त्रियां देश चला रही हैं, बड़े-बड़े व्यवसाय और घर-बार चला रही हैं। वैश्विक रूप से अब अधिक लड़कियां स्कूल-कॉलेज जा रही हैं, पारिवारिक आय कमा रही हैं और सार्वजनिक जीवन में भागीदारी निभा रही हैं। लेकिन आज भी उनकी सम्पूर्ण समानता की राह में एक बड़ा निषेध है— सुरक्षित, स्वच्छ और निजी मासिकधर्म।

अधिकतर धनाड्य देशों की स्त्रियों के लिए मासिक धर्म मात्र एक असुविधा है। उसे सरल बनाने के लिए उनके पास हर प्रकार की चीज़ें उपलब्ध हैं जैसे सेनेटरी पैड, टैम्पून आदि। किसी भी एक दिन में मासिकधर्म से गुज़र रही विश्व की 30 करोड़ (या उनके जीवन के औसतन 3500 दिन) स्त्रियों/लड़कियों में से अनेक के लिए इस प्राकृतिक, जीवनदायी प्रक्रिया का अर्थ होता है अस्वस्थता, शर्मिन्दगी, पढ़ाई/रोज़गार की हानि और हिंसा।

अनेक विकासशील देशों में लाखों लड़कियां/स्त्रियां मासिकधर्म के दिनों में गंदे चिथड़ों, अखबार आदि का इस्तेमाल करती हैं। उन्हें साफ़ पानी, साबुन और शौचालय की सुविधा तक मुहैया नहीं होती। इससे जुड़े मिथक भय, शर्म का अहसास उनके आत्मसम्मान और आत्मविश्वास को चोट पहुंचता है।

उदाहरण के लिए कुछ गांवों में महीने के इन तीन दिनों के लिए उन्हें परिवार से अलग किसी कमरे या औसारे में रहने के लिए मजबूर किया जाता है। उन्हें रसोई में जाने, स्नान करने या अन्य लोगों से बातचीत करने की भी इजाज़त नहीं होती। प्रायः स्कूल में भी मासिक धर्म वाली लड़कियों को चिढ़ाया अथवा ताने दिए जाते हैं। स्कूल और घरों में शौचालयों की कमी के चलते वे सारा-सारा दिन न अपने शरीर की सफ़ाई कर पाती हैं और न ही गंदे कपड़े को बदल पाती हैं। रात पड़े अंधेरे में बाहर जाना उनकी विवशता होती है जिसके परिणाम स्वरूप वे हिंसा व बलात्कार का खतरा भी उठाती हैं।

सुरक्षित, स्वच्छ और निजी मासिक धर्म उपलब्ध न होने के अनेक अहम सामाजिक परिणाम भी होते हैं। भारत में लगभग एक चौथाई लड़कियां किशोरावस्था के आरंभ के साथ स्कूल जाना छोड़ देती हैं। इसके लिए कुछ हद तक स्कूलों में लड़कियों के लिए अलग शौचालयों का अभाव भी ज़िम्मेदार है।

बहुत सी स्त्रियों को अपने काम, रोज़गार से छुट्टी लेकर कमाई का नुक़सान सहना पड़ता है क्योंकि वहां कपड़ा/पैड बदलने के लिए कोई सुरक्षित निजी स्थान नहीं होता। बंगलादेश में अधिकांश कामगार स्त्रियां महीने में छः दिन अपने काम से छुट्टी करती हैं जिसका अर्थ होता है उत्पादन और विकास में गिरावट। यदि सुरक्षित स्वच्छ और निजी मासिकधर्म स्त्रियों के जीवन और रोज़गार के लिए इतना अधिक महत्वपूर्ण है तो हमें इस विषय पर और अधिक चर्चाएं सुनाई क्यों नहीं देतीं? अन्तर्राष्ट्रीय विकास

या महिला अधिकारों के एजेन्डे पर इस मुद्दे को प्राथमिकता क्यों नहीं मिलती?

इसका उत्तर जुड़ा है हमारी मानसिकता से गहरी जड़ें जमाए रीति-रिवाजों, पूर्वाग्रहों, समाज में स्त्रियों के दर्जे से तथा एक स्वाभाविक परन्तु लिसलिसी शारीरिक प्रक्रिया पर बात करने में दिक्क़त से। परन्तु जैसा कि हमने एचआईवी/एड्स के ख़िलाफ़ अपनी लड़ाई के दौरान सीखा है कि प्रगति के लिए निषेधों को परे धकेलना ज़रूरी है। इन पर चुप्पी को तोड़कर हम ऐसी कार्रवाइयों के लिए दरवाज़े खोलेंगे जिनसे तमाम विश्व में लड़कियों/स्त्रियों का जीवन बदल सकता है।

सरकारों को चाहिए कि इस मुद्दे को आवश्यक प्राथमिकता देकर तुरन्त उचित नीतियां और वित्तीय सहायता उपलब्ध कराएं। सभी स्कूलों और कार्य स्थलों पर लड़कियों, स्त्रियों के लिए अलग शौचालयों की व्यवस्था हो और उन्हें कपड़ा, पैड जैसी अत्यन्त आवश्यक चीज़ें उपलब्ध हों।

उदाहरण के लिए आज भारत की मासिकधर्म आयु वर्ग की केवल 12% लड़कियों, स्त्रियों को बाज़ार में मिलने वाले (सेनेटरी) आरोग्य उत्पाद उपलब्ध हैं जबकि बाकी लड़कियों, स्त्रियों में से अधिकतर फटे-पुराने चिथड़े, अखबार या रुई का प्रयोग करती हैं और इससे संक्रमण व बीमारियों का शिकार बनती हैं।

इस बड़े अभाव की पूर्ति की दिशा में 'ऐफ्रीपैड' जैसे दोबारा इस्तेमाल किए जा सकने वाले सस्ते आरोग्य उत्पाद बनाने वाली संस्थाएं और कम्पनियां महत्वपूर्ण योगदान दे सकती हैं।

सबसे अहम परन्तु सबसे कठिन बात यह है कि सामुदायिक नेता मासिकधर्म वाली लड़कियों व औरतों को बंधनों में जकड़ने वाले रीति-रिवाजों और रवैयों के बारे में बोलें तथा मासिक धर्म संबंधी बुनियादी शिक्षा दें।

अनेक देशों में अच्छी प्रेरणास्पद परियोजनाएं चल रही हैं। भारत में एक ग़ैर मुनाफ़े की पहल 'उत्थान' स्त्रियों को अपने घरों में आरोग्यकारी व्यवस्था स्थापित करने में सहायता कर रही है जिससे उन्हें सुरक्षा और निजता प्राप्त होती है। अब और अधिक सरकारें भी इस पर कार्रवाई करने की अपनी ज़िम्मेदारी को समझ रही हैं। कीनिया की सरकार ने राष्ट्रीय आरोग्य नीति में बदलाव करके मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन को भी उसमें शामिल किया है। ये कार्यक्रम बताते हैं कि परिवर्तन संभव है हालांकि अभी प्रगति बहुत धीमी और छोटे स्तर पर है।

अब समय आ गया है कि सुरक्षित, स्वच्छ और निजी मासिकधर्म के मुद्दे को कटिबद्ध वकालत, वित्तीय सहायता और नीतियों की मदद से प्राथमिकता मिले। महिलाओं के अवसरों और अधिकारों की दिशा में इस अंतिम निषेध को हटाने का प्रभाव संभवतः अन्य किसी कोशिश से कहीं ज़्यादा हो।

साभारः द हिन्दू- मार्च 23, 2014