Unit 07. जनसांख्यिकी एवं परिवार कल्याण

(Demography and Family Welfare)

Q. जनसांख्यिकी क्या है? जनसांख्यिकी के तत्व, अवस्थाएं व स्रोत क्या हैं? What is demography? What are the components, stages and sources of demography?

उत्तर- जनसांख्यिकी (Demography)

जनसंख्या का सांख्यिकीय अध्ययन (statistical study) ही जनसांख्यिकी (demography) कहलाता है।

इसके अन्तर्गत मुख्य रुप से जनसंख्या संबंधित निम्न तीन तत्वों का अध्ययन किया जाता है।

1. जनसंख्या के आकार में होने वाला परिवर्तन जैसे जनसंख्या में होने वाली वृद्धि अथवा कमी तथा उसी अनुसार वृद्धि दर अथवा कमी दर आदि।

2. जनसंख्या की संरचना जैसे जनसंख्या में पुरुषों एवं महिलाओं की संख्या, शिशुओं, बच्चों, किशोरों, वयस्कों एवं वृद्धों की संख्या व शिक्षित एवं अशिक्षित लोगों की संख्या आदि।

3. जनसंख्या का क्षेत्र के आधार पर अध्ययन जैसे राज्यवर जनसंख्या, शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्रों की जनसंख्या आदि। जनसांख्यिकीय अवस्थाएँ (Demographic Stages)- जनसांख्यिकीय अवस्थाएँ निम्नलिखित हैं-

1. प्रथम अवस्था (First Stage)

सन् 1920 में यह अवस्था भारत में थी, इसके अंतर्गत उच्च जन्मदर एवं उच्च मृत्यु दर की अवस्था आती है।

यह अवस्था जनसंख्या स्थिर बनाती है, यह एक-दूसरे को संतुलन में बनाकर रखती है।

2. द्वितीय अवस्था (Second Stage)

इस अवस्था में जन्मदर स्थिर रहती है और मृत्यु दर में कमी आ जाती है जिससे जनसंख्या में वृद्धि होती है। अफ्रीका तथा दक्षिणी एशिया महाद्वीप के देश इसी अवस्था में है।

3. तृतीय अवस्था (Third Stage)-

इस अवस्था के अंतर्गत जन्मदर में कमी शुरु हो जाती है और मृत्यु दर में भी कमी होती है, जिससे जनसंख्या में वृद्धि हो जाती है। इसी अवस्था में आज भारत है।

4. चतुर्थ अवस्था (Fourth Stage)

इस अवस्था के अंतर्गत जन्मदर एवं मृत्युदर दोनों कम हो जाते हैं, जिनसे जनसंख्या वृद्धि दर शून्य हो जाती है। इस अवस्था में आने वाला देश Transition अवस्था में माना जाता है। सन् 1980-1985 में आस्ट्रेलिया की ये अवस्था हो गई थी।

5. पंचम अवस्था (Fifth Stage)

इस अवस्था के अंतर्गत मृत्युदर अधिक होती है तथा जन्म दर कम होती है। हंगरी और जर्मनी की यही अवस्था है।

जनसांख्यिकीय स्त्रोत (Sources of Demography) -

जनसांख्यिकी आंकड़े प्राप्त करने के निम्न स्त्रोत हैं-

• जनगणना

• जन्मदर तथा मृत्युदर का पंजीकरण

• स्वास्थ्य सर्वेक्षण

• नमूना सर्वेक्षण

Answer- Demography:

The statistical study of population is called demography. Under this, mainly the following three elements related to population are studied.

1. Changes in the size of population such as increase or decrease in population and corresponding growth rate or decrease rate etc.

2. Structure of population like number of men and women in the population, number of infants, children, teenagers, adults and elderly and number of educated and uneducated people etc.

3. Study of population on the basis of area like state wise population, population of urban and rural areas etc. Demographic Stages- Demographic stages are as follows-

1. First Stage: This stage existed in India in 1920, under this comes the stage of high birth rate and high death rate. This condition makes the population stable, it keeps each other in balance.

2. Second Stage: In this stage the birth rate remains stable and the death rate decreases due to which the population increases. The countries of Africa and South Asia are in the same situation.

3. Third Stage - Under this stage, the birth rate starts decreasing and the death rate also decreases, due to which the population increases. India is in this condition today.

4. Fourth Stage: Under this stage, both the birth rate and death rate decrease, due to which the population growth rate becomes zero. The country in this stage is considered to be in transition stage. This was the situation in Australia in 1980-1985.

5. Fifth Stage: Under this stage the death rate is high and the birth rate is low. This is the situation in Hungary and Germany.

Sources of Demography – There are following sources for obtaining demographic data-

• Census

• Registration of birth rate and death rate

• health survey

• sample survey

Q. छोटे परिवार के प्रतिमान को समझाइए।

Describe small family norm.

उत्तर- छोटा परिवार प्रतिमान (Small Family Norm) तीव्र गति से बढ़ती हुई जनसंख्या हमारे देश की एक प्रमुख समस्या है। बढ़ती हुई जनसंख्या महँगाई, गरीबी, जीवन स्तर में गिरावट, बेरोजगारी, निरक्षरता, आवासीय समस्या, स्वास्थ्य सेवाओं पर दबाव, पारिवारिक विघटन अपराधों में बढ़ोत्तरी आदि समस्याओं के लिए प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से जिम्मेदार है।

जनसंख्या में तीव्र गति से हो रही वृद्धि तथा इसके कारण उत्पन्न समस्याओं की रोकथाम हेतु छोटे परिवार के प्रतिमान को प्रोत्साहन देने का लक्ष्य रखा गया है। छोटे परिवार के प्रतिमान (small family norm) का मतलब है।

"हम दो हमारे दो" के प्रतिमान को अपनाना। इसके अंतर्गत दम्पत्तियों को अपने परिवारों में बच्चों की संख्या दो ही रखने के लिए प्रेरित किया जाता है।

परिवार का आकार न केवल व्यक्ति विशेष तथा समुदाय के कल्याण में अपितु सम्पूर्ण देश के विकास को दिशा प्रदान करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

परिवार का आकार निम्न कारकों को प्रभावित करता है-

• मानव की आधारभूत आवश्यकता

• पोषण स्तर

• शहरी सार्वजनिक तंत्र

• स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता

• शिक्षा का स्तर

• प्रति व्यक्ति आय तथा देश की अर्थव्यवस्था

• रोजगार के अवसर

• देश की कानून व्यवस्था आदि।

1970 में परिवार में बच्चों की संख्या 2 या 3 रखने का नारा दिया गया जिसे 1980 में 2 कर दिया गया तथा 'हम दो हमारे दो' का नारा दिया गया। वर्तमान में दंपत्तियों को परिवार में बच्चों की संख्या दो रखने के साथ-साथ दोनों बच्चों के मध्य कम से कम तीन साल का अंतर रखने के लिए प्रेरित किया जाता है।

Answer- Small Family Norm.

Rapidly increasing population is a major problem of our country.

The increasing population is directly or indirectly responsible for the problems like inflation, poverty, decline in the standard of living, unemployment, illiteracy, housing problem, pressure on health services, family disintegration, increase in crimes etc.

To prevent the rapid increase in population and the problems arising due to it, the aim has been to promote the small family model.

Meaning of small family norm. Adopting the paradigm of “Hum Do Hamare Do”.

Under this, couples are encouraged to keep the number of children in their families to only two.

The size of the family plays an important role not only in the

welfare of the individual and the community but also in providing direction to the development of the entire country.

Family size affects the following factors-

• basic human needs

• nutritional status

• urban public system

• quality of health services

• level of education

• Per capita income and country's economy

• employment opportunities

• Law and order of the country etc.

In 1970, the slogan was given to keep the number of children in the family 2 or 3, which was reduced to 2 in 1980 and the slogan was given 'Hum Do Hamare Do'.

Presently, couples are encouraged to limit the number of children in the family to two and maintain a gap of at least three years between the two children.

परिवार कल्याण कार्यक्रम क्या है? परिवार कल्याण कार्यक्रम में सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स की क्या भूमिका है?

What is family welfare programme? What are the roles of community health nurse in family welfare programme?

उत्तर- परिवार कल्याण कार्यक्रम (Family Welfare Programme)

भारत सरकार ने बढ़ती जनसंख्या पर रोकथाम लगाने हेतु 1953 में राष्ट्रीय परिवार नियोजन कार्यक्रम (National Family Planning Programme) की शुरुआत की थी।

परिवार नियोजन से तात्पर्य उन विधियों से हैं जो एक दम्पत्ति को उसके परिवार का आकार छोटा रखने में सहायता करें।

इसके अंतर्गत व्यक्तियों एवं दंपत्तियों को अनचाहे गर्भ से मुक्ति दिलाने तथा दो बच्चों के मध्य पर्याप्त अंतर रखने के लक्ष्य को प्राप्त करने हेतु आवश्यक जानकारियाँ एवं साधन उपलब्ध करवाने का लक्ष्य रखा गया।

इस कार्यक्रम को प्रभावी ढंग से लागू करने के लिए परिवार क्लीनिकों (Family Planning Clinics) की स्थापना की गई।

स्वास्थ्य शिक्षा (Health Education) के द्वारा लोगों में जागरुकता उत्पन्न करना भी इस कार्यक्रम का एक प्रमुख तत्त्व था।

स्वास्थ्य शिक्षा के द्वारा लोगों को छोटे परिवार के फायदे एवं बड़े परिवार की सामाजिक-आर्थिक हानियों से अवगत करवाकर उन्हें परिवार का आकार छोटा रखने के लिए प्रेरित करना, उन्हें दो बच्चों के मध्य कम से कम तीन साल का अंतर रखने के लिए प्रेरित करना तथा ये सब करने के लिए आवश्यक साधनों की उपलब्धता सुनिश्चित करना, इस कार्यक्रम के मुख्य पहलू थे।

परिवार कल्याण कार्यक्रम में सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स की भूमिका (Community Health Nurse's Role in Family Welfare Programme) -

परिवार कल्याण कार्यक्रम में सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स के मुख्य कार्य निम्न हैं-

1. परिवार के बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त करना सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स के द्वारा

परिवार की विस्तृत जानकारी प्राप्त की जाती है. जैसे- परिवार के सदस्यों की संख्या, उम्र, लिंग, शैक्षणिक योग्यता, आर्थिक स्तर, परिवार के सदस्यों की स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं, मासिक आय, टीकाकरण, आदि की जानकारी।

2. परिवार की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का पता लगाना सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स परिवार के सदस्यों से वार्तालाप कर उनके स्वास्थ्य से जुड़ी हुई समस्याओं का पता लगाती है और परिवार के सदस्यों को उनकी आवश्यकतानुसार स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराती है।

3. स्वास्थ्य योजनाओं के बारे में जानकारी देना सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स परिवार के सदस्यों को सरकार द्वारा चलाई जा रही योजनाओं तथा उनके लाभ के बारे में जानकारी प्रदान करती है तथा उनका लाभ उठाने के लिए प्रोत्साहित करती है।

जैसे- मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाएँ, परिवार नियोजन सेवाएँ, टीकाकरण आदि।

4. निरीक्षण करना सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स अधीनस्थ स्वास्थ्य कार्यकर्ता, स्वास्थ्य सहायकों आदि के कार्यों की देखभाल करती है व परिवार के सदस्यों द्वारा प्रदत्त देखभाल का निरीक्षण करती है।

5. स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करना सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स के द्वारा व्यक्तिगत एवं सामूहिक शिक्षण प्रदान किया जाता है।

वह स्कूल स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमों में भाग लेती है, रोगी की विधिवत देखभाल का व्यवहारिक प्रशिक्षण देती है आदि।

6. रिकॉर्डिंग एवं रिपोर्टिंग करना सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स अनुसंधान हेतु सर्वेक्षण,

जनांकिकी आंकड़े एकत्रित करती है।

क्लीनिक सेवा, टीकाकरण, परिवार नियोजन आदि सेवाओं की कार्य रिपोर्ट अपने उच्च अधिकारियों एवं स्वास्थ्य एजेन्सी को भेजती है।

7. विभिन्न प्रकार के शिविरों का आयोजन परिवार कल्याण सेवाओं के अंतर्गत विभिन्न प्रकार के स्वास्थ्य शिविरों (health camps) का आयोजन किया जाता है जिनके नियोजन (planning) एवं इनके अंतर्गत प्रदान की जाने वाली स्वास्थ्य सेवाओं के क्रियान्वयन की मुख्य जिम्मेदारी सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स की होती है।

8. मूल्यांकन -

सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स परिवार कल्याण, कार्यक्रम के अंतर्गत प्रदान की गई स्वास्थ्य सेवाओं का मूल्यांकन करती है तथा इन स्वास्थ्य सेवाओं के क्रियान्वयन के पश्चात परिवार के सदस्यों के स्वास्थ्य स्तर में आये परिवर्तनों को भी नोट करती है।

मूल्यांकन के दौरान वह परिवार कल्याण सेवाओं के नियोजन एवं क्रियान्वयन में रही खामियों एवं उनके उपकरणों का पता करने का प्रयास करती है।

Answer- Family Welfare Programme:

The Government of India started the National Family Planning Program in 1953 to control the increasing population. Family planning refers to those methods that help a couple keep the size of their family small.

Under this, the aim was to provide necessary information and resources to individuals and couples to achieve the goal of freeing them from unwanted pregnancy and keeping adequate

gap between two children.

To effectively implement this program, Family Planning Clinics were established.

Creating awareness among people through health education was also a major element of this program.

Through health education, by making people aware of the advantages of small family and socio-economic disadvantages of large family, motivating them to keep the family size small, motivating them to keep a gap of at least three years between two children and Ensuring availability of the necessary resources to do all this was a key aspect of the programme.

Community Health Nurse's Role in Family Welfare Program -

The main functions of Community Health Nurse in Family Welfare Program are as follows-

1. To obtain detailed information about the family:

Detailed information about the family is obtained by the community health nurse. Such as information about number of family members, age, gender, educational qualification, economic level, health related problems of family members, monthly income, vaccination, etc.

2. To find out the health related problems of the family.

The community health nurse talks to the family members to find out their health related problems and provides health services to the family members as per their needs.

3. Community health nurses to provide information about health schemes run by the government to family members.

Provides information about the schemes and their benefits and encourages them to take advantage of them.

Such as maternal and child health services, family planning services, vaccination etc.

4. To supervise:

The community health nurse looks after the work of subordinate health workers, health assistants etc. and supervises the care provided by the family members.

5. Providing health education:

Individual and group education is provided by the community health nurse.

She participates in school health education programs, provides practical training in proper patient care, etc.

6. Recording and reporting:

Community health nurses collect surveys and demographic data for research. It sends work reports of services like clinic service, vaccination, family planning etc. to its higher officials and health agencies.

7. Organization of different types of camps:

Various types of health camps are organized under family welfare services, the main responsibility of planning and implementation of the health services provided under them rests with the community health nurse. it occurs.

8. Evaluation –

The community health nurse evaluates the health services provided under the family welfare program and also notes the changes in the health status of the family members after the implementation of these health services. During evaluation, it tries to find out the shortcomings in the planning and implementation of family welfare services and their tools.

Q. परिवार नियोजन सेवाएं क्या है? इसके उद्देश्य भी लिखिए।

What is family planning services? Write its objectives also.

उत्तर- परिवार नियोजन सेवाएं परिवार कल्याण सेवाओं का एक महत्वपूर्ण घटक हैं। परिवार नियोजन सेवाओं का मुख्य उद्देश्य जनसंख्या वृद्धि को रोकना है।

इन सेवाओं के अन्तर्गत लोगों को परिवार का आकार सीमित रखने हेतु विभिन्न

गर्भनिरोधक साधनों की उपलब्धता सुनिश्चित की जाती है।

परिवार नियोजन सेवाओं के उद्देश्य -

1. परिवार का आकार सीमित कर जनसंख्या वृद्धि को रोकना।

2. अनचाहे गर्भ से मुक्ति पाना तथा वांछित संतान को जन्म देना।

3. गर्भधारण के बीच के अन्तराल को नियंत्रित करना तथा दो बच्चों में कम से कम तीन साल का अन्तर सुनिश्चित करना।

3. योग्य दम्पत्तियों को उनकी आवश्यकतानुसार गर्भनिरोधन के साधनों की उपलब्धता सुनिश्चित करना।

Answer- Family planning services are an important component of family welfare services.

The main objective of family planning services is to prevent population growth.

Under these services, availability of various contraceptive means is ensured to the people to limit the family size.

Objectives of family planning services -

1. To stop population growth by limiting family size.

2. To get freedom from unwanted pregnancy and to give birth to the desired child.

3. Controlling the interval between pregnancies and ensuring a

gap of at least three years between two children.

3. To ensure availability of contraceptive means to eligible couples as per their requirement.

Q. परिवार नियोजन से आप क्या समझते हैं? परिवार नियोजन की विभिन्न विधियों के नाम लिखिए।

What do you understand with family planning? Write down the name of different methods of family planning.

उत्तर- परिवार नियोजन (Family Planning)

गर्भनिरोधक साधन को उपयोग में लाकर अनचाही गर्भावस्था से बचना ही परिवार नियोजन कहलाता है। परिवार नियोजन का अर्थ अनचाहे गर्भ से मुक्ति पाना भी है।

परिवार नियोजन की विधियां (Methods of Family Planning) परिवार नियोजन की दो विधियां होती हैं-

A. अस्थायी विधियाँ (Temporary Methods)

B. स्थायी विधियाँ (Permanent Methods)

A. अस्थायी विधियाँ ये परिवार नियोजन की अस्थायी तथा सामान्य विधियाँ है, जिनका उपयोग अवांछित गर्भ की रोकथाम एवं शिशु जन्म में अन्तराल देने के लिए किया जाता है इनमें निम्न विधियाँ सम्मिलित की जाती हैं-

1. अवरोधक साधन (Barrier Methods)

(a) मेल कंडोम या निरोध

(b) फीमेल कंडोम

(c) वेजाइनल क्रीम

(d) वेजाइनल डायफ्राम

(e) फोम टेबलट्स

(f) जैली

2. अंतर्गभाशयी गर्भनिरोधक साधन [(Intra Uterine Devices (IUD)]-

(a) साधारण IUD या औषधिविहीन IUD

(b) हार्मोनयुक्त IUD

3. हार्मोनल विधियां (Hormonal Methods)

(a) Combined Oral Contraceptive Pills

(b) प्रोजेस्ट्रोन पिल्स

(c) Emergency contraception pills

4. प्राकृतिक विधियां (Natural Method)

(a) Rhythm

(b) Coitus Interrupts

(c) Breast Feeding

2. गर्भनिरोधक की स्थायी विधियाँ यह गर्भनिरोधक की स्थायी विधियाँ हैं, इन्हें sterilization method भी कहा जाता है। यह पुरुष एवं स्त्री दोनों के लिए होती हैं।

(a) नसबंदी (Vasectomy)

(b) डिम्बवाही-छेदन (Tubectomy)

Answer: Family Planning:

Avoiding unwanted pregnancy by using contraceptive means is called family planning. Family planning also means getting rid of unwanted pregnancy.

Methods of Family Planning: There are two methods of family planning-

A. Temporary Methods

B. Permanent Methods

A. Temporary methods:

These are temporary and general methods of family planning, which are used to prevent unwanted pregnancy and to delay child birth.

The following methods are included in these -

1. Barrier Methods

(a) Male condom or condom

(b) Female condom

(c) Vaginal cream

(d) Vaginal diaphragm

(e) Foam tablets

(f) jelly

2. Intrauterine Contraceptive Devices [(Intra Uterine Devices (IUD)]
-

(a) Simple IUD or drug-free IUD

(b) Hormonal IUD

3. Hormonal Methods

(a) Combined Oral Contraceptive Pills

(b) Progesterone pills

(c) Emergency contraception pills

4. Natural Methods

(a) Rhythm

(b) Coitus Interrupts

(c) Breast Feeding

2. Permanent methods of contraception:

These are permanent methods of contraception, they are also called sterilization methods. This is for both men and women.

(a) Vasectomy

(b) Tubectomy

Q. परिवार नियोजन में नर्स की क्या भूमिका है?

What is the role of nurse in family planning?

उत्तर- नर्स का परिवार नियोजन में निम्न रूप में प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष योगदान रहता है

1. Eligible couples को परिवार नियोजन हेतु counselling करना।

2. महिला को प्रसव पूर्व ही उसकी आवश्यकता के अनुसार परिवार नियोजन की विधि अपनाने के लिए प्रेरित करना।

3. परिवार नियोजन को सरकार द्वारा दिए जा रहे प्रोत्साहन के बारे में समुदाय को बताना।

4. परिवार नियोजन कैम्प में चिकित्सक की सर्जरी के दौरान सहायता करना।

5. लिखित सहमति लेकर IUD लगाना।

6. स्थायी बंध्यकरण (sterilization) हेतु उचित कपल का चयन करना एवं tubectomy (डिम्बवाही-छेदन) और vasectomy (नसबंदी) हेतु रैफर करना।

7. गर्भनिरोधक साधनों का उपयोग करने वाले couples से नियमित सम्पर्क बनाए रखना।

8. परिवार नियोजन पर मुक्त चर्चा हेतु उचित वातावरण तैयार करना।

9. Tubectomy एवं vasectomy के पश्चात् couples को follow up सेवाएं

प्रदान करना।

10. समुदाय के लोगों को छोटे परिवार के लाभ बताना।

11. परिवार नियोजन कैम्प के दौरान अधिक से अधिक लोगों को गर्भनिरोधक साधनों के उपयोग के लिए प्रोत्साहित करना।

12. Home-visit के दौरान समाज के लोगों को परिवार नियोजन के लिए प्रोत्साहित करना।

Answer- Nurse has direct and indirect contribution in family planning in the following ways:

1. Counseling eligible couples for family planning.

2. To motivate the woman to adopt the method of family planning as per her need before delivery.

3. To inform the community about the encouragement given by the government to family planning.

4. To assist the doctor during surgery in the family planning camp.

5. Insertion of IUD with written consent.

6. Selecting suitable couple for permanent sterilization and referring for tubectomy and vasectomy.

7. Maintaining regular contact with couples using contraceptive means.

8. To create a suitable environment for free discussion on family planning.

9. To provide follow up services to couples after tubectomy and vasectomy.

10. To tell the people of the community about the benefits of small family.

11. To encourage more and more people to use contraceptive means during family planning camps.

12. To encourage people of the society for family planning during home-visit.