रजि. न. MPHIN / 2007 / 22179

बरली की दुनिया

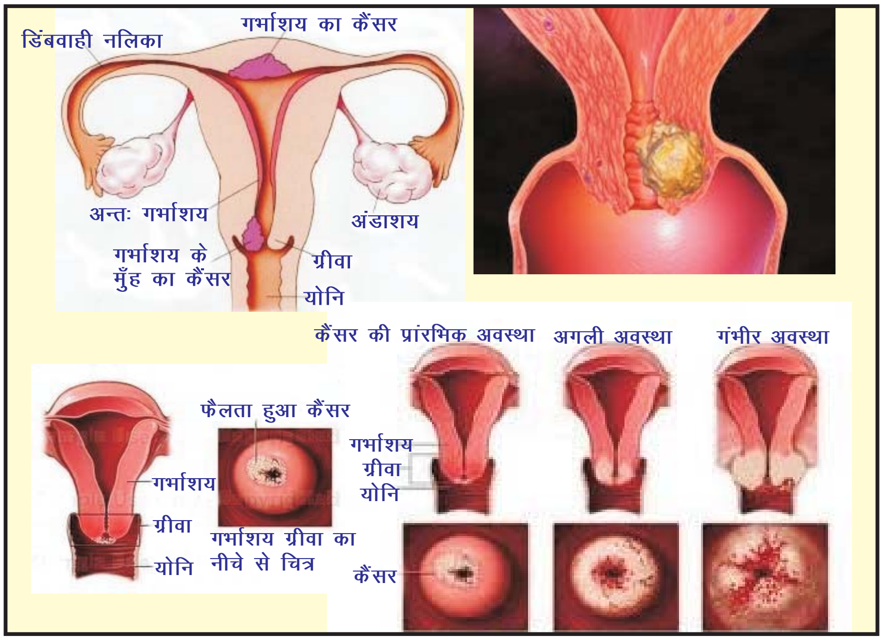
बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान इन्दौर की मासिक समाचार पत्रिका

"मानव जाति एक पक्षी के समान है, जिसके दो पंख हैं, एक पुरुष दूसरा स्त्री। जब तक दोनों पंख मजबूत न होंगे, एक सांझी शक्ति के द्वारा हिलाए न जाएंगे, तब तक पक्षी की आकाश में उड़ान असम्भव है।"

वर्ष—5 | अंक 54 | अगस्त 2011 | मूल्यः 5रू.

गर्भाशय और गर्भाशय के मुँह का कैंसर

कैंसर एक ऐसी बीमारी है जिसका नाम सुनते ही हम डर जाते हैं। जिस तरह सांप को देखकर हमारे पसीने छूटने लगते हैं, वैसे ही कैंसर का नाम सुनकर होता है क्योंकि कई लोग सोचते हैं कि कैंसर का कोई इलाज नहीं है और इससे इंसान मर जाता है। आजकल कैंसर कई लोगों को अपनी चपेट में ले रहा है। अगर इस बीमारी का पता जल्दी चल जाए तो कैंसर ठीक हो सकता है। लेकिन यह देखा गया है कि ज्यादातर लोगों को इस बीमारी का पता बहुत देर से चलता है। ऐसे में इलाज बहुत मुश्किल हो जाता है। इसका इलाज महंगा होता है और बहुत लंबा चलता है।



कैंसर आज के युग की बीमारी नहीं है। यह बात अलग है कि आजकल जीवन में ज्यादा तनाव होने के कारण यह बीमारी ज्यादा लोगों को हो रही है। कैंसर को रामायण में भी एक जानलेवा बीमारी के रूप में बताया गया है और 3000 ईसा पूर्व मिस्र के इतिहास में भी इस बीमारी के बारे में बताया गया है।

आमतौर पर यह देखा गया है कि जब कैंसर बढ़ जाता है तब लोगों को पता चलता है कि उन्हें कैंसर है। इसका एक खास कारण है कि इस बीमारी के लक्षण बहुत समय के बाद दिखना शुरू होते हैं। लेकिन जब इसके लक्षण दिखना शुरू होते हैं तब भी कई लोग इसकी पहचान नहीं कर पाते।

वैसे तो, कैंसर किसी को भी हो सकता है। पर कुछ खास तरह के कैंसर है जो, सिर्फ महिलाओं को ही होते हैं, जैसे स्तन (धाया), गर्भाशय (बच्चेदानी) और गर्भाशय के मुँह का कैंसर।

कैंसर के बारे में बहुत कम लोग जानते हैं। जानकारी की कमी, साधनों और सेवाओं तक पहुंच नहीं पाने और लापरवाही के कारण लोग इस बीमारी की जांच और इलाज में देर करते हैं।

कैंसर का परिचय

कैंसर की शुरूआत बिना दर्द वाली गठान से होती है। चूंकि इस गठान में कोई दर्द नहीं होता, इसलिए लोग इसे गंभीरता

से नहीं लेते। ज्यादा बढ़ जाने के बाद कैंसर का इलाज नहीं हो पाता है।

हमारे शरीर में करोड़ों कोशिकाएं हैं। ये कोशिकाएं लगातार बढ़ती और घटती रहती हैं। शरीर में कोशिकाओं की बढ़ने और घटने की प्रक्रिया एक नियंत्रित तरीके से चलती रहती है। कभी–कभी यह प्रक्रिया तनाव, खान–पान के तौर–तरीके, किसी कारण ज़हर चढ़ना, आदि कारणों से नियंत्रण में नहीं रह पाती। जब किसी के जीवन में ये कारण प्रभावी हो जाते हैं और कोशिकाएं बिना नियंत्रण के बढ़ती हैं तो गठान बन जाती है। साधारण गठान (ट्यूमर) ज्यादातर नुकसान नहीं पहुंचाती है और न ही ये ज्यादा बढ़ती हैं। लेकिन एक गठान फैलने वाली होती है जो बहुत तेजी से बढ़ती है और शरीर के दूसरे अंगों पर उसका प्रभाव पड़ता है। इसे गर्भाशय के मुँह का कैंसर कहते है। इसी को कैंसर कहते हैं। इसका तुरंत इलाज करवाना जरूरी होता है जिससे शरीर के दूसरे अंगों को नुकसान नहीं पहुंचे और कैंसर को बढ़ने और फैलने से रोका जा सके।

हमारी कुछ आदतों, जीवन जीने के तौर–तरीकों और खाने–पीने के तरीकों के कारण भी हमें कैंसर होने का खतरा रहता है। कैंसर, अचानक होने वाली बीमारी नहीं है। जब हमें छोटी तकलीफें जैसे शरीर में बिना दर्द वाली गठान, होती है तो हम उस पर ध्यान नहीं देते। हम यह सोचते नहीं हैं कि यह कैंसर की गठान भी हो सकती है।

अगर हम बार–बार बीमार होते हैं या हमें छोटी–मोटी तकलीफें होती हैं तो आमतौर पर हम उन पर ध्यान नहीं देते और सही तरह से इलाज नहीं करवाते, जिससे बीमारी बढ़ जाती है। ऐसे में हमारी हालत बहुत बिगड़ जाती है और कभी–कभी हमारी जान तक जाने की नौबत आ जाती है। इसलिए जब हमें छोटी–मोटी तकलीफें या बीमारियां हों तब ही इलाज करवा लेना चाहिए, जिससे बीमारी बढ़े नहीं और जानलेवा न बन पाए। इसलिए यह सुझाव दिया गया है :

''अस्वस्थता की घड़ियों में तुम सुयोग्य चिकित्सकों की शरण में जाओ।''

जब भी हमें कोई बीमारी हो तो हमें लापरवाही किए बिना तुरंत इलाज करवाने के लिए डाक्टर को दिखाना चाहिए।

गर्भाशय और गर्भाशय के मुँह के कैंसर का परिचय

यह कैंसर होता कैसे है यह जानने के लिए महिला के शरीर के अंदर के हिस्सों और बनावट को समझना बहुत जरूरी है।

योनि के आगे गर्भाशय का मुँह होता है। इसे ही गर्भाशय ग्रीवा अर्थात गर्भाशय का मुँह कहा जाता है। गर्भाशय ग्रीवा में कैंसर कोशिकाओं के बनने से ही गर्भाशय का मुँह का कैंसर होता है। गर्भाशय के मुँह के क्षेत्र में कोई संक्रमण हो या कैंसर कोशिकाएं बनने लगे तो महिला की प्रजनन क्षमता पर बुरा असर पड़ता है। बीमारी के प्रारंभिक लक्षणों और उपयुक्त चिकित्सा के बारे में समुचित ज्ञान न हो तो महिला को मातृत्व सुख से वंचित होना पड़ सकता है। ऐसा भी हो सकता है कि महिला कभी भी गर्भधारण न कर पाए। यही नहीं, गर्भाशय के मुँह के क्षेत्र में कैंसर कोशिकाओं को नियंत्रित न किया जाए तो कैंसर कोशिकाएं धीरे–धीरे गर्भाशय के क्षेत्र में भी बड़ी आसानी से फैल जाती हैं और महिला की मौत भी हो सकती है।

महिलाओं को होने वाले कैंसर में करीब 40 प्रतिशत गर्भाशय के मुँह के कैंसर के मामले होते हैं।

गर्भाशय कैंसर कैसे होता है? यह कैंसर वंशानुगत नहीं होता है। गर्भाशय का कैंसर एक विषाणु के संक्रमण से होता है। इस विषाणु का नाम है ह्यूमन पैपिलोमा वायरस (एचपीवी) यह विषाणु गर्भाशय के मुँह को संक्रमित करता है। यह सामान्य विषाणु है तथा जननांग के संपर्क से संचरित होता है। इस विषाणु संक्रमण की रोकथाम अब टीकाकरण द्वारा संभव है।

गर्भाशय और गर्भाशय के मुँह के कैंसर अलग–अलग हैं लेकिन इनमें कुछ समानताएं हैं। महिलाओं में ये दोनों तरह के कैंसर बहुत होते हैं।

गर्भाशय और गर्भाशय के मुँह के कैंसर की पहचान

दिल्ली स्थित धर्मशिला कैंसर अस्पताल में स्त्री रोग कैंसर विशेषज्ञ डॉ. कणिका गुप्ता ने गर्भाशय और गर्भाशय के मुँह के कैंसर की शुरुआत में प्रकट होने वाले लक्षणों को इस प्रकार बताया हैः–

⇒ कैंसर की पहली पहचान है योनि से खून आना। बीमारी के बढ़ने पर यह खून गाढ़ा और बदबूदार हो जाता है

⇒ योनि से किसी भी तरह का पदार्थ निकलना

⇒ कमर में दर्द शुरू होना

⇒ जांघों में दर्द होना

⇒ पेट के नीचे के भाग में दर्द होना

⇒ कमजोरी आना

⇒ महिला को शारीरिक सबंध के दौरान खून आए तो यह भी

गर्भाशय के मुंह के कैंसर का संकेत हो सकता है।

यदि किसी महिला को ये लक्षण दिखाई दे तो तुरंत किसी अनुभवी स्त्री रोग विशेषज्ञ को दिखाना चाहिए।

कम उम्र की महिलाओं में एचपीवी विषाणु संक्रमण के खतरे की अधिकतम संभावना होती है जो भविष्य में उन्हें गर्भाशय कैंसर की ओर ले जा सकती है। हालांकि, सभी महिलाओं में गर्भाशय के मुंह के कैंसर का खतरा किसी भी उम्र में हो सकता है। इसलिए, बेहतर यह है कि लड़कियों को समय रहते इससे बचाएं।

क्या है गर्भाशय और गर्भाशय के मुंह के कैंसर की वजह

गर्भाशय का मुंह के कैंसर के कारणों को समझना बेहद जरूरी है।

आवश्यक साफ–सफाई नहीं बरतने से इस कैंसर का खतरा सबसे अधिक होता है।

चूंकि महिला के प्रजनन तंत्र की संरचना बहुत जटिल और सूक्ष्म होती है। अगर महिलाएं अपनी व्यक्तिगत साफ–सफाई में जरा भी लापरवाही करें तो पुरुषों की अपेक्षा उनमें संक्रमण जल्दी हो जाता है।

डॉक्टरों का कहना है कि उनके पास गर्भाशय का मुंह के कैंसर के सभी मामलों में ज्यादातर गरीब और अशिक्षित महिलाएं ही होती हैं।

गर्भाशय का मुंह के कैंसर के साथ सबसे खतरनाक बात तो यह है कि इसके अधिकांश मामलों में कैंसर अंतिम अवस्था में पहुंच चुका होता है। जहां महिला का इलाज और उसकी जान बचा पाना चिकित्सक के लिए बहुत मुश्किल हो जाता है।

अध्ययन में पाया गया है कि कुछ महिलाओं में जल्दी ही कैंसरकारी कोशिकाएं पनपने लगती हैं और ऐसी महिलाओं को कैंसर होने का खतरा दूसरी महिलाओं की अपेक्षा कई गुणा बढ़ जाता है। 18 वर्ष से कम उम्र में विवाह, अधिक बच्चे होना, धूम्रपान करना और बिना डॉक्टर की सलाह के गर्भनिरोधक गोलियों का सेवन भी गर्भाशय के मुंह के कैंसर का कारण बन सकता है। यही नहीं, यौन संक्रामक रोग और खास तरह का एचपीवी (ह्यूमन पैपिलोमा वायरस) भी गर्भाशय का मुंह के आसपास के क्षेत्र की कोशिकाओं के अनियंत्रित गुणात्मक विखंडन की प्रक्रिया को उकसाता है। यह वायरस जांघों में मस्से बनाने में भी सक्रिय भूमिका निभाता है। यह वायरस बहुत खतरनाक प्रवृत्ति वाला होता है। ह्यूमन पैपिलोमा वायरस किसी पुरुष के शरीर में तो सुप्तावस्था में पड़ा रहता है लेकिन ऐसे पुरुष से संबंध बनाने वाली महिला के शरीर में यह वायरस गर्भाशय का मुंह के कैंसर का कारण बनता है।

भारत में अपने शरीर–रचना के प्रति अज्ञानता के कारण ही कई महिलाओं को अनजाने में ही यह बीमारी हो जाती हैं।

इन महिलाओं में कैंसर होने की ज्यादा सम्भावनाएँ

⇒ जो एक से ज्यादा पुरुषों के साथ शारीरिक संबंध रखती हैं

⇒ 20 साल से कम उम्र में गर्भवती होती हैं

⇒ चार बार से ज्यादा गर्भवती होती हैं

⇒ 30 साल की उम्र के बाद गर्भवती होती हैं

⇒ जिन्हें प्रसव के समय इन्फेकशन हो जाता है

कैसे की जाती है जांच

इस बीमारी का पता लगाने के लिए महिला को पेट का अल्ट्रासाउंड, एमआरआई, छाती का एक्सरे, खून की जांच कराने की आवश्यकता होती है। इस जांच से हीमोग्लोबिन से लेकर रक्त में श्वेत और लाल रक्त कणों की मौजूदगी आदि बातों का पता लगाया जाता है। लेकिन गर्भाशय के मुंह के कैंसर का पता लगाने वाली सबसे महत्वपूर्ण और निर्णायक जांच है–महिला की योनि से निकलने वाले द्रव की जाँच। इसे पेप्समीयर टेस्ट कहते है।

पेप्समीयर टेस्ट

इसके तहत महिला के योनि से निकलने वाले द्रव को चम्मचनुमा किसी चीज की सहायता से खुरच कर निकाल लिया जाता है। इस द्रव को कांच की परखनली में इकट्ठा करके सूक्ष्मदर्शी से इसकी जांच की जाती है। इस जांच से यह जानकारी मिल जाती है कि योनि से निकाले गए द्रव की कोशिकाएं खतरनाक प्रकृति की हैं या नहीं। पेप्समीयर के परिणामों को तीन भागों में बांटा जाता है–

नेगाटिव (नकारात्मक) इसके अंतर्गत माना जाता है कि पेप्समीयर टेस्ट में कैंसरकारी कोशिकाएं नहीं पाई गई हैं। फिर भी हर विवाहित महिला को हर तीन साल के अंतराल में पेप्समीयर टेस्ट करवाना चाहिए। जिन महिलाओं की उम्र 65 वर्ष के आसपास हो और पेप्समीयर की रिपोर्ट लगातार नेगाटिव आती रही हो तो उन्हें आगे यह जांच कराने की कोई जरूरत नहीं होती।

पॉज़िटिव (सकारात्मक) इसका अर्थ है कि पेप्समीयर जांच में

गंभीर कोशिका दोष है और गर्भाशय के मुँह के कैंसर के संकेत मिले हैं। इसलिए ऐसी स्थिति में बायोप्सी (जीवोति जांच) अति आवश्यक है।

पेप्समीयर टेस्ट के अंतर्गत यदि इस बात के ठोस प्रमाण नहीं मिले हैं, जिससे पता चले कि योनि से निकलने वाले द्रव में कैंसरकारी कोशिकाएं हैं ही तो अंतिम निर्णय पर पहुंचने से पहले फिर से यही जांच किए जाने की आवश्यकता है। संभव है, कि स्लाइड से प्राप्त कोशिकाओं में अत्यंत कम मात्रा में कोई दोष पाया गया हो, जो योनि में किन्हीं अन्य कारणों से हुई सूजन और संक्रमण आदि कारणों से भी हो सकता है। परंतु, इस स्थिति में इलाज और हर तीसरे और छठे महीने पेप्समीयर टेस्ट कराते रहना जरूरी है ताकि पेप्समीयर टेस्ट में थोड़ा भी पॉजिटिव संकेत मिलते ही उचित इलाज आरंभ किया जा सके। पेप्समीयर टेस्ट रिपोर्ट में अनिश्चय की स्थिति में यदि डॉक्टर को जरा भी संदेह होता है तो योनि से प्राप्त द्रव की बायोप्सी करना जरूरी होता है। यहां यदि यह पहले चरण का कैंसर पाया जाए तो सूक्ष्मदर्शी से जांच की जाती है।

बीमारी के प्रमुख चरण

गर्भाशय का मुँह के कैंसर की स्थिति में इलाज को भी कैंसरकारी कोशिकाओं की उग्रता को देखते हुए चार चरणों में बांटा जाता है–

पहली अवस्थाः–इसका अर्थ है कि कैंसर सिर्फ योनि प्रदेश तक ही सीमित है और सर्जरी द्वारा गर्भाश्य को निकाल देने से भविष्य में कैंसर होने की संभावना को पूरी तरह से खत्म कर दिया जाता है। लेकिन इसके बाद महिला गर्भधारण नहीं कर पाती। यदि डॉक्टर को स्थिति थोड़ी भी गंभीर नजर आती है तो सर्जरी द्वारा गर्भाशय निकाल दिए जाने के बाद भी रेडियोथेरेपी द्वारा कैंसर कोशिकाओं को जला दिया जाता है।

दूसरी अवस्थाः–इस स्थिति में पहुंचने का मतलब है कि कैंसर कोशिकाएं योनि के आसपास के हिस्सों में भी फैल गई हैं। कैंसर कोशिकाओं ने आसपास के अंगों को कितना अधिक जकड़ लिया है, इसी आधार पर यह तय किया जाता है कि मरीज को सिर्फ कीमोथेरेपी, रेडियोथेरेपी या दोनों की जरूरत है।

तीसरी अवस्थाः–इस अवस्था में कैंसर कोशिकाएं योनि दीवार तक पहुंच जाती हैं।

चौथी अवस्थाः–इस अवस्था में कैंसर कोशिकाएं मूत्राशय और मलाशय को भी अपने चंगुल में ले लेती हैं। यह गंभीरतम स्थिति होती है। तीसरी और चौथी अवस्था में रेडियोथेरेपी और कीमोथेरेपी साथ–साथ दी जाती है। इन दोनों ही अवस्थाओं में आपरेशन नहीं किया जा सकता। गर्भाशय के मुँह का कैंसर महिला के शरीर को पूरी तरह भीतर–भीतर तक खोखला बना देता है। यदि सही समय पर सही इलाज शुरू हो गया और अगले पांच वर्षो में उस महिला में दोबारा कैंसर के लक्षण प्रकट नहीं हुए तो पहली अवस्था के कैंसर के 80–90 प्रतिशत मामलों में माना जाता है कि महिला पूरी तरह ठीक हो गई है। लेकिन एक बार गर्भाशय का मुँह के कैंसर का इलाज पूरा होने के बाद भी प्रत्येक तीन माह पर आवश्यकतानुसार महिला को एक–दो वर्षो तक नियमित रूप से बुलाया जाता है और इस दौरान पेप्समीयर जांच में यह देखा जाता है कि कोशिकाएं सामान्य हैं या नहीं।

यदि पहली अवस्था का कैंसर है और महिला लगभग पूरे समय की गर्भवती है तो चिकित्सक बच्चे के जन्म की अनुमति दे देते हैं लेकिन प्रसव के तुरंत बाद आवश्यक चिकित्सा अनिवार्य हो जाती है।

गर्भाशय के मुँह के कैंसर से बचने के लिए टीकाकरण

सामान्यतया गर्भाशय के मुँह के कैंसर जब तक बहुत बढ़ नहीं जाता तब तक यह अपने लक्षण नहीं दिखाता। योनि से निकलने वाले द्रव की जाँच केवल गर्भाशय कैंसर के प्रारंभिक अवस्था का ही पता लगा सकती है। याद रखें, एचपीवी संक्रमण होने के बाद ही 'पैप स्मीयर' इसका पता लगा सकता है, यह इसे उत्पन्न होने से नहीं रोक सकता।

खुशी की बात यह है कि गर्भाशय के मुँह के कैंसर का अब इलाज संभव है।

उत्पन्न होने से काफी पहले अब टीकाकरण द्वारा गर्भाशय के मुँह के कैंसर से बचा जा सकता है।

टीकाकरण शरीर में मौजूद विषाणुओं के विपरीत प्रतिरोधक क्षमता का निर्माण कर अपना कार्य करता है। उनके प्रतिरोधक विषाणुओं से मुकाबला कर शरीर को एचपीवी संक्रमण से बचाता है।

टीका किसे लेना चाहिए?

किशोरियों को जितनी जल्द हो सके टीका लगवा देना सबसे अच्छा है क्योंकि यही वह समय है जब उनके शरीर में टीका से सबसे ज्यादा बीमारी से बचने की क्षमता बनेगी। क्योंकि

महिलाओं को गर्भाशय कैंसर का खतरा बना रहता है इसलिए आप अपने डॉक्टर से पूछ लें कि क्या आपके लिए भी टीकाकरण उपयुक्त है या नहीं।

टीका कैसे दिया जाता है?

क्या यह सुरक्षित है? टीका 6 माह में तीन बार इंजेक्शन के रूप में दिया जाता है। टीका लेना सुरक्षित है तथा यह सस्ता है। अन्य टीकों की ही तरह इस टीके को लेने के बाद हल्का बुखार या सूजन आ सकता है।

कुछ खास बातें

जननांगों की अच्छी तरह से सफाई का ध्यान रखकर गर्भाशय के मुँह के कैंसर से बचा जा सकता है। खासतौर से माहवारी के समय अंदर के कपड़ो की सफाई का विशेष ध्यान रखना चाहिए और जरूरत पड़ने पर उसे बदलते रहना चाहिए।

हमेशा सूती कपड़े का उपयोग करना चाहिए। कपड़े को गर्म पानी से धोना चाहिए। कपड़े को साबुन के साथ डेटाल से धोना चाहिए। गर्भाशय का मुँह के कैंसर से बचने के लिए यह जरूरी है कि आपके साथ आपके पति भी अपनी व्यक्तिगत सफाई का पूरा ध्यान रखें।

कुछेक शोधों में यह भी बात सामने आई है कि विटामिन ए की कमी से भी गर्भाशय के मुँह का कैंसर हो सकता है। इन शोधों में यह उल्लेख है कि विटामिन ए की कमी से कैंसर कोशिकाओं के गुणात्मक विखंडन की दर काफी बढ़ सकती है। इसलिए आप अपने रोजाना के भोजन में विटामिन ए युक्त खाद्य पदार्थों जैसे, गाजर, पालक, चुकंदर आदि को शामिल करें।

विकसित देशों में तो महिलाओं में पर्याप्त जागरूकता और स्वास्थ्य सुविधाओं के कारण यह कैंसर महिलाओं को होने वाले कैंसरों की सूची में छठे–सातवें स्थान पर चला गया है जबकि भारत की महिलाएं अब भी गर्भाशय के मुँह के कैंसर से बदहाल हैं क्योंकि भारतीय महिलाओं में अपने स्वास्थ्य के प्रति अपेक्षित जागरूकता का अभाव है। अतः इस गंभीर बीमारी से बचने का सबसे बेहतर तरीका है कि आप स्त्री रोग विशेषज्ञ से अपनी नियमित जांच कराती रहें।

बचाव के कुछ तरीके

⇒ सिर्फ अपने पति के साथ ही शारीरिक संबंध रखना चाहिए।

⇒ 20 साल से पहले किसी के भी साथ शारीरिक संबंध नहीं रखना चाहिए।

⇒ कम बच्चे पैदा करने चाहिए।

⇒ अगर शरीर के किसी बदलाव से आपको कैंसर होने का शक हो तो तुरंत डाक्टर को बताना चाहिए।

⇒ 40 साल के बाद हर साल महिला को अपने शरीर की जांच करवानी चाहिए।

संस्थान के समाचार

बरली संस्थान में स्वतंत्रता दिवस बहुत धूम धाम से बनाया गया

बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान में स्वतंत्रता दिवस बहुत धूम धाम से बनाया गया। इस आयोजन में मुख्य अतिथि थे फादर विन्सेंट कार्मल, निदेशक, यूनिवर्सल सोलिडेरिटी मूवमेंट आफ वेल्यू एडूकेशन फार पीस। संस्थान में प्रशिक्षण ले रही

खरगोन जिले से कु. मन्नु निंगवाल और आलीराजपुर जिले से कु. निर्मला ने मुख्य अतिथि फादर विन्सेंट, निदेशिका श्रीमती ताहेरा जाधव और मुख्य कार्यपालक अधिकारी श्री योगेश जाधव की उपस्थिति में झंडा फहराया।

इस अवसर पर निदेशिका श्रीमती ताहेरा जाधव ने अपने उद्‌बोधन में स्वतंत्रता दिवस के महत्व तथा राष्ट्रपिता महात्मा गाँधी और स्वतंत्र सेनानियों के बलिदान के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि जिस प्रकार स्वतंत्रता ने हमें अधिकार दिए है, उसी प्रकार हमें कुछ कर्तव्य और जिम्मेदारियाँ भी दी है। अतः देश के नियमों को जानना और उनका पालन करना जरूरी है। उन्होंने बताया कि बरली संस्थान की प्रशिक्षणार्थी पढ़ना–लिखना सीखकर अज्ञानता से आजाद होती है, स्वास्थ्य के बारे में जानकर बीमारी से आजाद होती है और सिलाई सीखकर आत्मनिर्भर बनती है। उन्होंने बहाई पवित्र लेखों से

उद्वघृत करते हुए मानव की सच्ची स्वतंत्रता का मतलब समझाया और बताया कि भौतिक सभ्यता शरीर की तरह है और आध्यात्मिक सभ्यता उसकी आत्मा है। इसलिए आध्यात्मिक सम्पन्नता के बिना कोई भी देश खुशहाल नहीं हो सकता।

मुख्य अतिथि फादर विन्सेंट ने सभी को स्वतंत्रता दिवस की हार्दिक बधाई देते हुए बरली संस्थान के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने आशा जताई कि यहाँ प्रशिक्षण ले रही हर लड़की बहुत आगे बढ़ेगी और अपने देश को गौरवान्वित करेगी।

सांस्कृतिक कार्यक्रम में प्रशिक्षणार्थियों ने ये देश है वीर जवानों

का, ऐ मेरे वतन के लोगों जैसे देश भक्ति गीत, भजन और लोक नृत्य प्रस्तुत किए। संस्थान में प्रशिक्षण ले रही 87 लड़कियों में से अधिकतर ने जीवन में पहली बार ध्वजारोहण में भाग लिया और राष्ट्र गान–''जन गण मन" याद कर गाया। यह उनके जीवन का यादगार क्षण था। कार्यक्रम का संचालन मुख्य कार्यपालक अधिकारी श्री योगेश जाधव ने किया।

कार्यक्रम में मध्यप्रदेश के धार, खरगोन, अलीराजपुर, बड़वानी, इंदौर जिले एवं महाराष्ट्र के 47 गाँवों की प्रशिक्षणार्थियों, स्टाफ और उनके परिवार ने भाग लिया।

मित्रता दिवस मनाया गया

बरली संस्थान की प्रशिक्षणार्थियों ने विदेश से संस्थान में सेवा देने आई बहनें सुश्री एना, बेथनी, ग्रेस, राकेल के साथ मिलकर 28 अगस्त को मित्रता दिवस मनाया। इस अवसर पर उन्होंने अपने हाथों से एक–दूसरे के लिए छोटे–छोटे कार्ड बनाए। एक–दूसरे को और अच्छे से जानने की कोशिश की

और मित्रता के सही मतलब को समझने की कोशिश की।

विस्तार केंद्र के समाचार

दीक्षांत समारोह

03 अगस्त 2011 को बरली ग्रामीण महिला विस्तार केन्द्र ग्राम कोरर गरड़ीयापारा व आवासपारा जिला कांकेर में दीक्षांत समारोह संपन्न हुआ। इस कार्यक्रम में 52 प्रतिभागियों ने भाग लिया। कार्यक्रम की शुरूआत प्रशिक्षणार्थियों द्वारा की गई प्रार्थना के माध्यम से हुई।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारी डॉ राजसिंग मण्डावी ने कहा "बरली ग्रामीण महिला विस्तार केन्द्र व्यक्तित्व विकास, स्वास्थ्य शिक्षा व सिलाई कटाई के प्रशिक्षण द्वारा ग्रामीण महिलाओं को सशक्त करने का जो प्रयास कर रहा है वह बहुत ही प्रशंसनीय है।" उन्होने संस्थान से जुड़े हुए सभी लोग की सेवा भावना को नमन करते हुए उन्होंने कहा "आज भी लोग अपने से ज्यादा दूसरों के विकास के लिए सोचते है। यह उदाहरणीय है। तीन माह के प्रशिक्षण में आपको जिंदगी जीने का सही रास्ता मिल गया है। मैं आपके उज्जल भविष्य की कामना करता हूँ।"

कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए श्री मोतीराम यादव ने कहा कि "ईश्वर ने चार स्तर की रचना की है जिसमें खनिज में जान नहीं होती और न ही चल सकता है। पैड़–पौधें जिसमें जान है लेकिन चल नहीं सकते है। जानवर जिसमें जान है चल सकता है लेकिन दिमाग नहीं है। सबसे उत्तम जो रचना की वह है मानवजाति जिसमें जान भी है चल भी सकते है और जो अनोखा है वह है ईश्वर ने इंसान को दिमाग दिया है जिससे सही और गलत में फर्क समझने की शक्ति है। हमें यह तय

करना है कि हम इंसान बन के जीना चाहते है या जानवर की जिंदगी जीना पसंद करेंगे? आपने जो कटाई–सिलाई सीखी उससे घर के खर्च चलाने में पति का सहयोग होगा और स्वास्थ्य के बारे में सीखा उससे परिवार में बीमारियों का बचाव होगा।"

कार्यक्रम के परिचय देते हुए केन्द्र प्रभारी श्रीमती मन्ना शर्मा ने कहा "आज हमें यह देखकर वहुत ही खुशी हो रही है की प्रशिक्षणार्थी बहनों में प्रशिक्षण से आत्मविश्वास आ रहा है। दीक्षांत का मतलव यह नही की हम आपको छोड़कर जा रहे है। आप सब बरली परिवार का सदस्य बन गए है। उन्होने प्रशिक्षणार्थियों को प्रोत्साहित करते हुए कहा कि प्रशिक्षण में जो सिलाई कटाई, स्वास्थ्य शिक्षा प्राप्त की उसे अपने घरों में उपयोग करना। तभी आपका लक्ष्य पूरा होगा।"

इस अवसर पर प्रशिक्षणार्थियों ने अपने अनुभव सुनाए जो इस प्रकार है– कु, सविता निशाद ने कहा कि मैंने कटाई–सिलाई सीख ली है। अब मैं टेलर बनूँगी। प्रशिक्षण में मैंने स्वास्थ्य और मेरा अपना और मेरे समुदाय का विकास के बारे में सीखा उसे अपने परिवार व समाज में बताऊँगी।

कु,संतोशी तेता ने बताया कि हमें अपने शरीर, घर तथा घर के आस–पास की साफ–सफाई रखना चाहिए। अगर हम साफ–साफाई से रहते है तो बीमारियाँ कम होती है। हमने प्रशिक्षण में पोषक आहार, आयोडीन का महत्व, घरेलू इलाज, प्राथमिक चिकित्सा, बालों व दाँतों की देखभाल, आँखों की बीमारियाँ आदि के बारे में सीखा है। इसे मैं अपने परिवार व आस–पास के लोगों को बताऊँगी।

श्रीमती रमशिला पटेल ने बताया कि प्रशिक्षण के बाद मेरे विचारों में बहुत बदलाव आया है। पहले मैं एक–दूसरे से छोटी–छोटी बातों पर लड़ाई करती थी। लेकिन अब "मेरा अपना और मेरे समुदाय का विकास "पढ़कर मैंने अपने जीवन के उद्देश्य के बारे में जाना। अब मैं अपने परिवार में मिलजुलकर एकता से रहूँगी।

कार्यक्रम में प्रशिक्षणार्थियों ने गर्भावस्था में क्या करे और क्या न करे पर एक नाटक प्रस्तुत किया।

कार्यक्रम का संचालन श्रीमती मन्ना शर्मा ने किया तथा श्रीमती ममता रावल ने आभार व्यक्त किया।

विस्तार केन्द्र में स्वास्थ्य शिविर लगाया

कोरर सामुदायिक स्वास्थ केन्द्र व बरली विस्तार केन्द्र दोनों के प्रयासों से कोरर गाँव की मुख्य समस्या जैसे मेलरिया बुखार, सर्दी–खाँसी, दस्त और अन्य बीमारियों से बचाव के लिए विस्तार केन्द्र ग्राम कोरर गरड़ीयापारा में एक निःशुल्क चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में डॉ. राजसिंग मण्डावी व उनके तीन सहयोगी तथा केन्द्र के स्टाफ के द्वारा शिविर में गाँव के 42 लोगों की मेलरिया की जांच करवाई और दवाई दी गई।

संस्थान में दी सेवा

- अमेरिका से आई सुश्री बेथानी यंग ने संस्थान में 3 महीनों के लिए सेवा दी। उन्होंने अपने उदगार इस प्रकार लिखे "मुझे यहाँ के प्रशिक्षणार्थियों, स्टाफ और बरली के मिशन से प्यार हैं। आपकी मेहमान नवाजी के लिए धन्यवाद। मैं भविष्य में बरली संस्थान फिर से आना चाहूँगी।"

- सुश्री ग्रेस काबेल अमेरिका के कोनेकटिकट विश्वविद्यालय की सामाजिक शास्त्र की विद्यार्थी है। उन्होंने संस्थान में 2 जून से 6 अगस्त तक सेवा दी। उन्होंने अपने अनुभव इस प्रकार बताए–"मुझे बरली में बहुत अच्छा लगा। सबको जानने में बहुत आनंद आया। काश मैं यहाँ फिर से आ सकूं। यह महान काम जारी रखना।"

- राकेल गोंजालेज अमेरिका के ला सिएरा विश्वविद्यालय से संस्थान में एक महीने की सेवा देने आई। राकेल ने अपने अनुभवों के बारे में लिखा "मुझे बरली संस्थान

के प्रशिक्षणार्थी और स्टाफ बहुत याद आएंगे। उन्होंने खुले दिल से हमारा स्वागत किया। मुझे उन सबकी बहुत याद आएगी और में उनकी सफलता के लिए प्रार्थन भी करूँगी। हो सका तो मैं भविष्य में उनसे फिर कभी कही मिलूँगी। सबको मेरा बहुत सारा प्रेम।"

- चेक रिपब्लिक से आई एवालिन क्रतिकोवा ने संस्थान में एक महीने की सेवा दी। उन्होंने कहा कि मुझे बरली में बहुत अच्छा लगा। मैंने यहाँ बाटिक और ब्लाक प्रिंटिंग भी सीखा। मैं यहाँ के स्टाफ के प्रति आभारी हूँ कि उन्होंने मुझे यहाँ सेवा देने का अवसर दिया।"

संस्थान को देखने आए मेहमान

- कस्तूरबा ग्राम से विद्यार्थियों का एक दल 3 अगस्त 2011 को

संस्थान देखने आया। श्री योगेश जाधव ने उन्हें संस्थान का भ्रमण कराया। उन्होंने संस्थान देखकर कहा "यह ग्रामीण क्षेत्र की महिलाओं के लिए बहुत ही अच्छी संस्था हैं तथा यहाँ बेकार चीजों से नई उपयोगी चीजे बहुत अच्छे से बनाई जाती है।"

- 11 अगस्त 2011 को यू. एस. एम से फादर विन्सेंट अक्कर, फादर संतोष तिग्गा, फादर स्टान्ली, सिस्टर अनिता और

सिस्टर करुणा संस्थान देखने आए। निदेशिका श्रीमती ताहेरा जाधव ने उनका स्वागत किया और मुख्य कार्यपालक अधिकारी श्री योगेश जाधव ने उन्हें संस्थान का भ्रमण कराया। संस्थान देखकर वे बहुत प्रभावित हुए। उन्होंने यह कहा "हम मनावता के लिए आपकी सेवा देखकर बहुत प्रेरित है। आपको बहुत बहुत शुभकामनाएं।"

बरली की दुनिया ऑनलाईन भी है। इसके पहले वाले अंक www.barli.org के our publications में देख सकते हैं।

प्रिंटेड मैटर–बुक पोस्ट

पता

____

____

____

____

इस पत्रिका के प्रकाशन में सहयोगी
श्रीमती ताहेरा जाधव, श्रीमती ढेडी बागदरे

हमें पत्र लिखें

"बरली की दुनिया" के पाठकों से विनम्र निवेदन है कि आप हमें नीचे लिखे पते पर पत्र लिखें कि आपको नियमित "बरली की दुनिया" मिल रही है या नहीं।

संपादक "बरली की दुनिया"
बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान
180 भमोरी, न्यू देवास रोड, इंदौर 452010 (म.प्र.) फोन न. 0731–2554066

रजि. न. MPHIN / 2007 / 22179
बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान की ओर से बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान, 180 भमोरी, न्यू देवास रोड़, इन्दौर – 452010 द्वारा मुद्रित एवं प्रकाशित
मुद्रण स्थल : राजा ऑफसेट, 863/9,नेहरूनगर, इन्दौर द्वारा मुद्रित **संपादक : डॉ. (श्रीमती) जनक पलटा मगिलिगन**