मैत्री आरोग्याशी...

जून २०१० ■ वर्ष पहिले ■ अंक दुसरा

संपादकीय...

‘मैत्री आरोग्याशी’ या त्रैमासिकाचा दुसरा अंक आपल्या हाती देताना आम्हाला आनंद होत आहे. या अंकाच्या माध्यमातून सहयोगिनींना हवी असणारी आरोग्यविषयक आवश्यक माहिती देण्याचा आमचा प्रयत्न आहे. सहयोगिनींची या विषयातील तज्ञता वाढावी यादृष्टीने ही माहिती उपयुक्त ठरु शकेल. त्यांना आपल्या गटातील महिलांना आरोग्यासारख्या जिव्हाळ्याच्या विषयाची माहिती देण्यासाठी ‘सोबती‘ म्हणूनही हा अंक महत्वाचा आहे. प्रशिक्षित सहयोगिनींना पुढच्या महिन्यापासून आपल्या सोबतच्या इतर सहयोगिनी मैत्रिणींकरिता ङ्कआरोग्यङ्क या विषयावर प्रशिक्षणे आयोजित करावयाची आहेत. तेंव्हा या प्रशिक्षणाची पूर्वतयारी म्हणूनही आपण हा अंक वाचावा, त्यातील माहितीचा उपयोग करावा आणि काही शंका असतील तर प्रशिक्षणापूर्वी तज्ञ साधन व्यक्तींना विचारुन शंका निरसन करावे व प्रशिक्षणासाठी उत्तम प्रशिक्षक म्हणून तयार व्हावे. या अंकात गर्भधारणापूर्व व प्रसवपूर्व निदान तंत्र (लिंगनिवडीस प्रतिबंध) कायद्याची माहिती देत आहोत. सोबतच कर्करोग या आजाराची आणि जननी सुरक्षा योजनेची थोडक्यात माहिती देत आहोत. तुम्हाला ती नक्कीच उपयोगी पडेल असे वाटते. ही माहिती आपणाला आपल्या कार्यक्षेत्रातील महिलांना सांगून त्यांच्यात त्याविषयची जागरुकता निर्माण करता येईल. या अंकातच आवहन केल्या प्रमाणे जननी सुरक्षा योजना किंवा अशा आणखी काही सरकारी योजना यांची माहिती मिळवून, त्यांची अंमलबजावणी आपल्या गावांमध्ये होते की नाही, कशी होते, त्यातील अडचणी तुम्ही आम्हाला लिहून पाठवा. पुढील अंकात ती माहिती आम्ही देऊ आणि आपल्यामधील हा संवाद दुतर्फा होण्यास मदत होईल.
आपणांस या कामी हार्दिक शुभेच्छा..

श्री. अ. द. काळे, भाप्रसे
उपाध्यक्ष तथा व्यवस्थापकीय संचालक, माविम

या अंकात

■ संपादकीय १
■ गर्भधारणापूर्व व प्रसवपूर्व निदान तंत्र (लिंगनिवडीस प्रतिबंध) कायदा २००२ ....२
■ कर्करोगाबद्दल थोडक्यात ३
■ जननी सुरक्षा योजना ४
■ प्रिय सहयोगिनीताई.. ....४

एकजुटीतून अवतरेल समृध्दीची नवप्रभा
MAVIM
माविम

प्रकाशकः
श्री. अ. द. काळे, भाप्रसे
माविम, मुंबई

लेखन व संपादन :
तथापि ट्रस्ट, पुणे

आर्थिक सहाय्य :
संयुक्त राष्ट्र लोकसंख्या निधी, मुंबई

गर्भधारणापूर्व व प्रसवपूर्व निदान तंत्र (लिंगनिवडीस प्रतिबंध) कायदा १९९४, सुधारित २००२

(मित्र मैत्रिणिंनो, भारतातील मुला मुलींच्या विषम लिंग गुणोत्तराची चर्चा आज समाजात बऱ्याच ठिकाणी आपल्याला ऐकायला येते. त्या सोबतच मुलींच्या कमी होत चाललेल्या प्रमाणाचे पुरावे ही आपल्यासारख्या सजग नागरिकांच्या नजरेतून सुटत नाहीत. समाजातील स्त्रियांचं दुय्यम स्थान आणि पैशांच्या हव्यासासाठी सोनोग्राफीसारख्या आधुनिक तंत्रज्ञानाचा गैरवापर करणाऱ्या डॉक्टरांमुळे आज आपल्या देशात मुलींची संख्या झपाट्याने कमी होताना आढळते.)

गर्भलिंगनिदानाला आळा घालण्यासाठी भारत सरकारने १९९४ साली गर्भलिंगनिदान चिकित्सा विरोधी कायदा आणला. त्यानंतर त्यात २००२ मध्ये काही सुधारणा करण्यात आल्या. या कायद्यानुसार गर्भधारणेच्या आणि प्रसुतीच्या आधी पोटातील गर्भाचं लिंग जाणून घेणं आणि तशी तपासणी करणं हा गुन्हा मानण्यात आला. या कायद्याविषयी थोडक्यात माहिती येथे देत आहोत.

गर्भ लिंगनिदानाला आळा घालणाऱ्या या कायद्यातील काही तरतुदी खालीलप्रमाणे आहेत

- पोटातील गर्भ मुलगा आहे का मुलगी याची तपासणी करण्यास बंदी
- पोटातील गर्भाचे लिंग माहित करून गर्भपात करण्यास बंदी
- पोटातील गर्भाचे लिंग माहित करुन मिळेल अशा स्वरूपाची जाहिरात करण्यास बंदी
- कायद्यातील तरतुदी न पाळल्यास शिक्षा
- कायद्याच्या अंमलबजावणीसाठी समुचित प्राधिकरणाची नियुक्ती

हा कायदा सांगतो की जिथे सोनोग्राफी केली जाते ती जागा, सोनोग्राफी करण्याचे मशिन, आणि ते मशिन वापरणारी व्यक्ती या सर्वांची नोंदणी केलेली असली पाहिजे. तसंच मशिन हाताळणाऱ्या संबंधित व्यक्ती प्रशिक्षित आणि पात्र असायला हव्यात.

ज्या ठिकाणी सोनोग्राफीचं मशिन आहे त्या ठिकाणी संबंधित दवाखान्याने किंवा व्यवस्थापनाने काही गोष्टींची पूर्तता करणं बंधनकारक आहे.

१. वेटिंग रुम, ओपीडी, सोनोग्राफी मशिनच्या शेजारी ''येथे गर्भलिंगतपासणी केली जात नाही'' असा बोर्ड असायला हवा

२. डॉक्टरांकडे या कायद्याची प्रत असायला हवी.

३. सोनोग्राफी मशिन वापरण्यासंबंधीचे प्रशिक्षण घेतल्याचे प्रमाणपत्र उपलब्ध असावे.

४. सोनोग्राफी मशिन, केंद्राची जागा यांची नोंदणी केलेले प्रमाणपत्र दर्शनी भागात लावलेले असावे.

> आपल्या भागात सोनोग्राफी तपासणीतून कुणी गर्भाचे लिंग सांगत असेल तर
> - आपल्या जिल्ह्याच्या सिविल सर्जनकडे तक्रार द्या.
> - शहरी भागात नगरपालिका किंवा महानगरपालिकेच्या समुचित प्राधिकाऱ्याकडे तक्रार नोंदवा

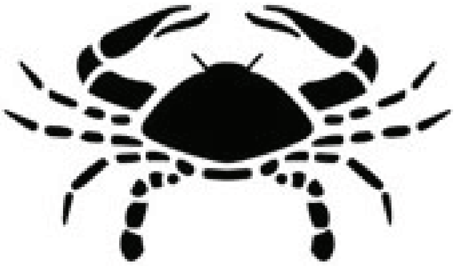
या कायद्याचा भंग केल्यास गुन्हा दाखल करता येतो. प्रत्येक गुन्हा दखलपात्र, अजामीनपात्र व तडजोड न होऊ शकणारा असतो.

या कायद्यानुसार शिक्षा खालीलप्रमाणे आहे.

- पहिल्या गुन्ह्यासाठी ३ वर्षांपर्यंत कैद, १०,००० रुपयांपर्यंत दंड, मेडिकल कौन्सिलमधील नोंदणी रद्द
- परत गुन्हा केल्यास ५ वर्षे कैद व ५०,००० रुपयांपर्यंत दंड, कायमस्वरुपी नोंदणी रद्द
- लिंगनिवडीसाठी दबाव आणणाऱ्या व्यक्तीस ३ वर्षांपर्यंत कैद, ५०,००० रुपयांपर्यंत दंड
- कोणत्याही परिस्थितीत गर्भलिंगनिदान करणाऱ्या स्त्रीला शिक्षा केली जाणार नाही

साभार : सेहत आणि मासूम

कर्करोगाबद्दल थोडक्यात...



कर्करोग किंवा कॅन्सर म्हणजे काय?

कर्क म्हणजे खेकडा. कर्करोगाचे आजारही खेकड्याप्रमाणे चिवट आणि सर्व दिशांना पसरणारे असतात. म्हणून त्याला कर्करोग म्हणतात. शरीराचा अगदी मूळ भाग म्हणजे पेशी. पेशींची वाढ झाल्याने अवयवाची वाढ होते. मात्र या सर्व पेशींची वाढ ठरलेल्या ठिकाणापुरती मर्यादित असते. उदा. जठराच्या पेशी फुफ्फुसात वाढणार नाहीत. कर्करोगामध्ये पेशींची संख्या गरजेपेक्षा जास्त वाढते आणि तिथून निघालेल्या पेशी शरीरात कुठेही रुजून वाढायला लागतात. ही कर्करोगाची मूळ घटना आहे. या पेशी ज्या अवयवात किंवा ग्रंथीत वाढतात तिथल्या साध्या पेशींची जागा या कर्कपेशी घेतात व एक गाठ तयार होते. मूळ आणि आजूबाजूच्या अवयवांत पेशींच्या बांडगुळाप्रमाणे वाढण्याच्या या अवस्थेला स्थानिक आक्रमणाची अवस्था म्हणतात. या अवस्थेत रोगट भाग काढून टाकणे शक्य असल्यास रोगापासून सुटका होऊ शकते. शरीरातील काही भाग काढून टाकता येऊ शकतात. पण यकृतासारखे महत्त्वाचे अवयव काढणं शक्य नसतं.

कर्करोगाची सामान्य लक्षणं

- ✲ गाठ किंवा सूज, बरी न होणारी जखम
- ✲ तीळ किंवा मस अशा गाठींमध्ये बदल होणे
- ✲ अचानक उद्भवणारा रक्तस्राव किंवा स्राव
- ✲ लघवी किंवा शौचाच्या सवयींमध्ये अचानक बदल
- ✲ सततचा खोकला,घशात खवखव, गिळण्यास त्रास
- ✲ स्तनात टणक गाठ, न भरणारा व्रण, त्वचेत बदल, स्राव
- ✲ बेडक्यातून रक्त पडणे
- ✲ तोंडात कोठेही बरा न होणारा चट्टा, व्रण अथवा गाठ
- ✲ पाळी गेल्यानंतरही रक्तस्राव
- ✲ आवाज बदलणे, बसणे

पुरुष आणि स्त्रियांमध्ये जास्त प्रमाणात आढळणाऱ्या कर्करोगाची माहिती

पुरुष		स्त्रिया	
१.	जीभ, तोंड, घसा	१.	गर्भाशयाचे तोंड/ग्रीवा
२.	स्वरयंत्र	२.	स्तन
३.	अन्ननलिका व जठर	३.	अन्ननलिका, जठर
४.	प्रॉस्टेट ग्रंथी	४.	स्त्री अंडाशय
५.	गुदाशय व मोठे आतडे	५.	तोंडाचा अंतर्भाग, जीभ
६.	श्वसनसंस्था, फुफ्फुसे	६.	गुदाशय
७.	यकृत	७.	फुफ्फुसे, श्वसनसंस्था

वरील लक्षणांपैकी काही लक्षणं इतर काही साध्या आजारांमध्येही आढळतात. तरी ही लक्षणं आढळल्यास लगेच तपासणी करून घेणं बरं ठरेल.

कर्करोगाच्या उपचारपद्धतीमध्ये शस्त्रक्रिया करून लागण झालेला भाग काढून टाकणे, किरणोत्सर्गी उपाययोजना (रेडियोथेरपी) आणि कर्करोगविरोधी औषधे (केमोथेरपी) या तीन पद्धतींचा समावेश होतो.

उपचार कुठे होतात?

खाली महाराष्ट्रातील कर्करोगाचं निदान आणि उपचार करणाऱ्या काही केंद्रांचे पत्ते आहेत.
तिथे आपण संपर्क करु शकता.

१. मराठवाडा कॅन्सर हॉस्पिटल ॲण्ड रिसर्च सेंटर
प्लॉट ए २, एमआयडीसी चिखलठाणा,
औरंगाबाद ४३१२१०

२. नर्गिस दत्त कॅन्सर हॉस्पिटल,
आगळगाव रोड, बार्शी ४१३४०१

३. वानलेस हॉस्पिटल,
मिरज मेडिकल सेंटर, मिरज ४१६४१०

४. टाटा मेमोरियल हॉस्पिटल
अर्नेस्ट बोर्ज मार्ग, परेल, मुंबई - १२

५. बॉम्बे हॉस्पि. ॲण्ड रिसर्च सेंटर, १२, मरीन लाइन्स, मुंबई

६. राष्ट्रसंत तुकडोजी कॅन्सर हॉस्पिटल,
मानेवाडा रोड, नागपूर ४४०००३

७. मॅलिग्नंट डिसिझ ट्रीटमेंट सेंटर,
कमांड हॉस्पिटल, पुणे ४११०४०

८. श्री सिद्धिविनायक गणपती कॅन्सर हॉस्पिटल,
सांगली रोड, मिरज ४१६४१०९

९. श्री सिद्धेश्वर कॅन्सर हॉस्पिटल ॲण्ड रिसर्च सेंटर,
होटगी रोड, सोलापूर ४१३००३

जननी सुरक्षा योजना

बाळंतपणातील स्त्रियांचे किंवा अर्भकांचे मृत्यू आपल्या देशातील आरोग्यव्यवस्था आणि सामाजिक परिस्थितीचे निदर्शक बनले आहेत. अत्यंतिक दारिद्र्य आणि सुरक्षित व सहज उपलब्धता असणाऱ्या बाळंतपणाच्या सरकारी सेवांचा अभाव ही दोन महत्वाची कारणं याला जबाबदार आहेत. जननी सुरक्षा योजना ही अशी एक योजना आहे जी सुरक्षित बाळंतपणाच्या सेवा स्त्रियांना मिळाव्यात म्हणून शासनाने सुरु केली आहे. राज्यातील ग्रामीण व शहरी भागातील मुख्यतः चाळी, झोपडपट्ट्या व गलिच्छ वस्त्यांमधील दारिद्र्यरेषेखाली असणाऱ्या आणि सर्व अनुसूचित जाती आणि जमातीच्या महिलांचे आरोग्यकेंद्रामध्ये किंवा रुग्णालयामध्ये प्रसूत होण्याचे प्रमाण वाढवणे व माता, अर्भक मृत्यूचे प्रमाण कमी करणे ही योजनेची प्रमुख उद्दिष्ट आहेत.

या योजनेचा लाभ कोणाला?

- दारिद्र्यरेषेखालील स्त्री जिच्याकडे बीपीएल कार्ड किंवा तसे प्रमाणपत्र आहे
- सर्व दलित व आदिवासी स्त्रिया
- गरोदरपणाच्या नोंदणीच्या वेळी जिचे वय किमान १९ आहे अशी स्त्री
- जिला दोनहून अधिक जिवंत अपत्य नाहीत

योजनेअंतर्गत काय लाभ मिळतात?

ग्रामीण भागात

- सरकारी आरोग्य केंद्रात आल्यावर लगेच ५०० रु रोख
- बाळंतपण झाल्यावर २०० रुपये

शहरी भागात

- सरकारी आरोग्य केंद्रात आल्यावर लगेच ५०० रु रोख
- बाळंतपण झाल्यावर १०० रुपये

जननी सुरक्षा योजनेअंतर्गत ज्या स्त्रीने आपली नाव नोंदणी केली असेल तिला बाळंतपणाच्या वेळेस सिझर करावे लागले तर १५०० रुपयांचे अनुदान मिळते. शिवाय प्रवासखर्चासाठी आरोग्य केंद्रकडे असलेला निधी वापरण्याची सोय ही या योजनेत केली गेली आहे. अनुदानाचे वाटप फक्त आरोग्यसेविका, अंगणवाडी सेविका किंवा तत्सम कार्यकर्त्यांकडून केलं जातं.

(सहयोगिनी ताईनो, तुम्ही आपल्या कामाच्या निमित्ताने कितीतरी गाव फिरता. तुम्ही या योजनेची माहिती आपल्या गावातील सर्व स्त्रियांना नक्कीच देऊ शकता. शिवाय आपल्या क्षेत्रात या योजनेची अंमलबजावणी होते का, कशी होते, कोणाला लाभ मिळतो, त्यात काही अडचणी आहेत का इ. माहिती मिळवू शकता. ती माहिती आणि आपले अनुभव आम्हाला नक्की पाठवा.)

प्रिय सहयोगिनीताई..

मागच्या अंकातील गोविंद आणि गोदावरी च्या गोष्टीवर तुमचा अभिप्राय....

गोविंद आणि गोदावरी यांना,

१. गोविंद आणि गोदावरी यांनी प्रथमतः एकमेकांसोबत बोलून फिक्स निर्णय घ्यावा मूल हवं की नको.

२. गोदावरीने नर्स सोबत नसबंदी शस्त्रक्रियेबाबत संपूर्णतः उलटसुलट चर्चा करावी व आजूबाजूच्या लोकांची मत मतांतरे व अनुभव यावर विसंबून न राहता नर्स समवेत बोलून सर्व समज गैरसमज दूर करावे.

३. व गोविंदला नसबंदीचे कोणतेच दुष्परिणाम नाहीत हे समजावून सांगावे व परस्पर दोघांच्या संम्मतीने ३ मुले अगोदरच असल्याने नसबंदीचा निर्णय घ्यावा.

प्रतिभा बोरे, माविम, बुलढाणा

अंकात व्यक्त झालेल्या मतांशी संपादक, संपादक मंडळ किंवा प्रकाशक सहमत असतीलच असे नाही.

महिला आर्थिक विकास महामंडळ
गृहनिर्माण भवन, पोटमाळा, बांद्रा पूर्व, मुंबई - ४०० ०५१
दूरध्वनी : (०२२) २६५९१६२९ / २६५९०५७४ / २६५९१८६६
mavim.ho@gmail.com, www.mavimindia.org

वाचकांसाठी संपर्काचा पत्ता : तथापि ट्रस्ट,
रेणूप्रकाश अ, तिसरा मजला, ८१७ सदाशिव पेठ, पुणे-३०
(०२०) २४४३११०६ /२४४३००५७
tathapi@tathapi.org, www.tathapi.org

मुद्रक : संस्कृती डिझायनर्स आणि प्रिंटर्स