

मानव स्वास्थ्य एवं नगरी वातावरण

कृषि कुंभ (जुन, 2022), खण्ड 02 भाग 01,
पृष्ठ संख्या 51-52

मानव स्वास्थ्य एवं नगरी वातावरण

डॉ० सीमा सोनकर¹, कू० कौशिकी² एवं डॉ० अश्वनी कुमार वर्मा³¹सहायक प्राध्यापक, आहार विज्ञान एवं पोषक विभाग,²परास्नातक, आहार विज्ञान एवं पोषक विभाग,³गेस्ट फैंकल्टी, कृषि प्रसार विभाग,

चंद्र शेखर आजाद कृषि एवं प्राद्यौगिकी विश्वविद्यालय, कानपुर

E.mail : asgwabikumar761994@gmail.com

कूड़ा घरों के पास रहने वाले लोगों को कूड़े से विभिन्न प्रकार की बीमारियाँ उनको प्रभावित करती है जैसा कि हमने पाया उनमें मुख्यतः मच्छरों से व संचारी एवं गैर संचारी रोग ज्यादा पाये है। उनको अपने स्वास्थ्य को अलग बनाए रखने के लिए साफ-सफाई अति आवश्यक है वे अपने घरों एवं खुद को भी साफ-सुथरा रखें, वे मादक पदार्थों का सेवन कम करें, जैसे-तम्बाकू, शराब, गॉजा इत्यादि। ये उनके स्वास्थ्य को अत्यधिक प्रभावित करता है उनमें गुर्दा एवं उच्चतम ब्लड प्रेशर जैसी घातक बीमारियों का कारण बनता है।

कूड़ा घर के पास रहने वाले लोग 33 प्रतिशत सूखे एवं गीले कूड़े को अलग-अलग रखते थे। गीला कचरा के लिए मुख्यतः हरा रंग का कूड़ेदान होना चाहिए एवं सूखे कूड़े को रखने के लिए नीले रंग का कूड़ेदान का प्रयोग करना चाहिए न हो सके अगर हरा एवं नीले रंग का कूड़ेदान तो अलग-अलग कोई भी अक्षय वस्तु जैसे वहाँ के लोग 53 प्रतिशत टूटी-फूटी बाल्टी का उपयोग करते थे, 30 प्रतिशत लोग पुरानी बाल्टी का उपयोग करते थे, 8 प्रतिशत लोग प्लास्टिक बैग का प्रयोग करते थे, 9 प्रतिशत लोग टिन/कैन का प्रयोग कूड़ा रखने के लिए करते थे।

अपशिष्ट पृथक्करण से तात्पर्य सूखे एवं गीले कचरे के पृथक्करण से है, जो कचरे के प्रबन्धन, खाद और पुनचक्रण जैसे अन्य अवधारणाओं के मार्ग प्रशस्त करता है। इसका अन्तिम लक्ष्य कचरे को करना भूमि, जल और वायु प्रदूषण, बीमारियों को रोकना है।

1. **गीला/रसोई का अपशिष्ट** – रसोई घर से विभिन्न प्रकार के कूड़े का निष्काशन होता है जैसे – सब्जी के

छिलके, फल के छिलके, पका हुआ बचा भोजन, चायपत्ती इत्यादि। इस तरह के कचरे को इकट्ठा करके जैविक खाद में बदला जा सकता है जैसे वर्मीकम्पोस्टिंग, एरोबिक और एनारोबिक खाद शामिल है।

2. **सूखा कचरा**— सूखे कचरा जैसे पेपर, प्लास्टिक की बोतल, पॉलीथीन, ट्रेटा पैक, टायर, कार्डबोर्ड, टिन इत्यादि इनमें से कुछ को रिसाइकिल किया जा सकता है टिन, बोतले इत्यादि बाकी को नष्ट किया जा सकता है पेपर, लकड़ी इत्यादि का लेकिन पालीथीन को नष्ट नहीं किया जा सकता उनका प्रयोग रोड बनाने में किया जाता है।
3. **सेनेटरी अपशिष्ट** – डायपर, सिंथेटिक सेनेटरी, नैपकिन, चिकित्सा अपशिष्ट में लिनन, बिस्तर, रक्त या शरीर के तरल पदार्थों से दूषित वस्तुएँ गंदे प्लास्टिक के डिब्बे और अन्य प्रकार के कचरे शामिल है।
4. **ई-वेस्ट** – जैसे कि ट्यूबलाइट, प्रकाश बल्ब, टोनर, कारतूस, बैटरी, चार्जर, केबल इत्यादि।
5. **बायोमेडिकल वेस्ट** – सैनिटरी नैपकिन डिस्पोजल डायपर उन्हें अखबार में लपेट कर ही कूड़ेदान में डालना चाहिए इस कूड़े को एक लाल क्रॉस के साथ चिन्हित किया जाना चाहिए और कचरे वाली गाड़ी या नगर पालिका द्वारा रखे गए कचरा पात्रों में फेंका जाना चाहिए।
6. **विभिन्न प्रकार के डस्टबिन एवं उनका प्रयोग** – कौन से कूड़ेदान में कौन सा कूड़ा डालना चाहिए। जैसे—

(1) **हरे कूड़े दान का प्रयोग** –रसोई घर से निकलने वाले गीले कचरों के लिए उपयोग किया जाता है रसोई घर के, फल एवं सब्जी के छिलके, चायपत्ती, इत्यादि।

- (2) नीले कूड़ेदान का प्रयोग – प्लास्टिक, कवर, बोटल, चिप्स पैकेट के रैपर, दूध की थैली जार व अन्य सूखा कचरा।
- (3) लाल कूड़ेदान का उपयोग – ई अपशिष्ट (रेजर, ब्लेड, बैटरियाँ आदि) पुनः चक्रणकर्ता को बेचना।
- (4) पीला कूड़ेदान का प्रयोग – जैसे चिकित्सीय अपशिष्ट (खून युक्त पट्टियाँ एवं रूई आदि) जमीन में गहराई में दबा देना।
- (5) काला कूड़ेदान का प्रयोग– शौचालय अपशिष्ट बच्चों डायपर, सेनेट्री नेफ्किन्स आदि— हाउसकीपर द्वारा निस्तारण।

सर्वे के दौरान यह पाया गया कि कूड़ेघर के पास रहने वाले 33 प्रतिशत कूड़े को सूखा एवं गीला को अलग-अलग रखते थे। 67 प्रतिशत लोग मिला के कूड़ों को रखते थे। 28 प्रतिशत लोगों में विभिन्न प्रकार की बीमारियाँ जैसे जुखाम, बुखार पाया गया था। 28 प्रतिशत लोग बैक्टिरिया, वायरस, मच्छरों के फैलने के बारे में जानते थे। 35 प्रतिशत लोग पैक पॉलिथीन में कचरे को फेंकते थे। 53 प्रतिशत लोग कूड़ेदान को धुलते थे। 28 प्रतिशत लोग जानते थे कि हमारे स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। 16 प्रतिशत लोग कूड़े की रिसाइकल के बारे में जानते थे।

कूड़े को कूड़ा गाड़ी में एकत्रित करके डालना – 72 प्रतिशत लोग रोज कूड़े को गाड़ी में डालते थे। 12 प्रतिशत लोग दो दिन के अन्तराल पर कूड़ा गाड़ी में डालते थे, 9 प्रतिशत लोग सप्ताह में दो बार कूड़ा गाड़ी में डालते हैं। 7 प्रतिशत लोग एक सप्ताह में एक बार कूड़ा गाड़ी में डालते थे।

कचरा घरों के पास कूड़ा ले जाने वाली गाड़ी का आना 66 प्रतिशत गाड़ी रोज कूड़ा लेने आती थी, सप्ताह में एक बार 18 प्रतिशत गाड़ी आती थी, दो दिन के अन्तराल पर 10 प्रतिशत गाड़ी आती थी, सप्ताह में दो बार 6 प्रतिशत गाड़ी आती थी। इसमें से 6 प्रतिशत लोग ऐसे थे जो कूड़े को सड़क, गली इत्यादि में फेंकते थे।

कूड़े की वजह से 23 प्रतिशत संक्रामक रोग एवं 17 प्रतिशत गैर संक्रामक रोग पाया गया कुछ लोग ऐसे भी थे जिनमें संक्रामक एवं गैर संक्रामक दोनों 24 प्रतिशत पाया गया।

संक्रामक रोग – बुखार, जुखाम, मलेरिया, टायफाइड, गैर संचारी रोग— उच्च रक्त चाप, डायबिटीज, हृदय से सम्बन्धित बीमारियाँ।

हम कचरा का निपटान की समस्या को कुछ तरीकों से कर सकते हैं।

1. अजैव निम्नकरण पदार्थों का कम से कम उपयोग।
2. अजैव निम्नीकरणीय पदार्थों जैसे प्लास्टिक का पुनः चक्रण।
3. खाद का उत्पादन जैव निम्नीकरणीय कचरे से जैव गैस का उत्पादन।
4. कचरे की मात्रा भस्मक में जलाकर कम करना।
5. अजैव निम्नीकरण जैव निम्नीकरण पदार्थों को अलग-अलग कूड़ेदान में डालना।

कूड़े से बचाव –

- कूड़े को सड़क पर न फेंके।
- मास्क लगाकर घर से बाहर निकलें।
- अपने कपड़ों को प्रतिदिन धुले व स्नान करें।
- अपने घरों की नालियों को साफ रखें।
- अपने घर के आस-पास समय-समय पर कीटनाशक दवाओं का छिड़काव करें।

कूड़ों से सावधानियाँ—

- गीले व सूखे कूड़े को अलग-अलग रखें।
- कूड़े को अपने घर के आस-पास न एकत्रित होने दें।
- कटे फलों तथा खुले सामानों को लेने से बचें।
- फास्ट फूड का उपयोग कम करें, सम्पूर्ण पोषण युक्त आहार का प्रयोग करें।
- मादक पदार्थों का सेवन न करें जैसे तम्बाकू, शराब इत्यादि।
- कूड़े को कूड़ेदान में ही डालें, फलों के छिलके एवं सब्जियों के छिलके को पॉलीथीन में करके न डालें वो जानवरों के लिए हानिकारक है।

निष्कर्ष: –

शोध सर्वे से यह स्पष्ट है कि लोगों में अभी भी कूड़े को सही प्रकार से निस्तारण के जागरूकता की आवश्यकता है। यदि कूड़े का सही निस्तारण करते हैं तो संक्रामक रोगों पर भी नियंत्रण किया जा सकता है तथा वातावरण को भी स्वच्छ बनाया जा सकता है।