ISSN 2231-1629
Knowledge Resonance

● *Vol-9 No. 2* ● *July-December 2020*

वृध्दाश्रमों में रहने वाले वृध्दों की शारीरिक स्वास्थ्य स्थिती

डॉ. राजेंद्र बगाटे,
आयसीएसएसआर, पोस्ट डॉक्टोरल फेलो,
समाजशास्त्र विभाग, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर
मराठवाडा विश्वविद्यालय, औरंगाबाद.
और सहाय्यक प्राध्यापक, समाजशास्त्र विभाग,
सावित्रीबाई फुले पुणे विश्वविद्यालय, पुणे

संक्षेप Abstract) :

बुढापा यह मनुष्य के जीवन की अंतिम अटल और सर्वाभौम स्वरूप की घटना है। निरंतर बढती हुई वृद्धों की जनसंख्या यह वैश्विक जनसंख्या का लक्षण है। घटता हुआ जन्मदर और मृत्यूदर से वृद्धों का प्रमाण बढ रहा है। वृद्ध वे हैं, जो 60 वर्ष की उम्र पूरी कर चुके हैं और काम कर पाने में उतने सक्रिय नहीं हैं, जितना होना चाहिए। "21 वी शताब्दी का सबसे बडा लक्षण यह है की यह शतक वयोवर्धन का है।" "संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा कीए गए सर्वेक्षण के अनुसार भारत में इ. स. 2025 तक वृद्धों की जनसंख्या 17 कोटी 74 लाख होने का अनुमान है। यह जनसंख्या विश्व के वृद्ध लोगो की तुलना में 15 प्रतिशत होगी। अब विश्व के 60 प्रतिशत वृद्ध विकसनशील राष्ट्रों में रहते है।" जनसंख्या संक्रमण से राष्ट्र को जैसा जनसांख्यिकी लाभांश का फायदा होता है, वैसे ही कालांत से नई चुनौतीयों का भी सामना करना पडता है। इन अनेक चुनौतीयो मे से ही जनसंख्या में बढता वृद्धों का प्रमाण एक बडी चुनौती है। भारत में बदली हुई परिस्थितियों में सब से अधिक समस्याएँ वृद्धों के सामने उपस्थित हुई है। वृद्धों के प्रति धीरे धीरे परम्परावादी दृष्टिकोण बदल रहा है। एकल परिवार ने सबसे अधिक वृद्धों को प्रभावित किया हैं। जिस का परिणाम वृद्धाश्रम के रूप में हमारे सामने आया है। वृद्ध परिवार के साथ रहें तो भी अकेलेपन का शिकार रहें और वृद्धाश्रम में रहे तो भी अकेलापन उनका पीछा नही छोडता। वृद्ध शारीरिक, मानसिक और आर्थिक समस्याओं से जूंझते रहते हैं। वर्तमान समय में चिकित्सा विज्ञान के क्षेत्र में हो रहे नए प्रयोगों और आधुनिक उपचार तकनिकी के चलते औसत आयू बढी हैं। इसका एक दुःखद पहलू यह है कि वृद्धों के लिए सम्मानजनक परिस्थितियॉ घटी हैं और समाज उन्हे एक तरह का बोझ समझने लगा है। चाहे घर हो या बाहर सभी जगहों पर वृद्धों को असुविधा और असहजता झेलनी पड रही है। प्रस्तुत शोघ का उद्देश वृद्धाश्रमों में रहने वाले वृद्धों की शारीरिक स्वास्थ्य स्थिती और समस्याओं का अध्ययन करना हैं। प्रस्तुत शोध का अध्ययन क्षेत्र महाराष्ट्र राज्य का मराठवाडा विभाग हैं। मराठवाडा विभाग में से कुल 10 वृद्धाश्रमों में रहने वाले कुल 400 वृद्धों में से 200 याने 50 प्रतिशत वृद्धों को अध्ययन के लिए चुना गया हैं। प्रस्तुत शोध के लिए प्राथमिक और दुय्यम स्त्रोतों का उपयोग किया गया हैं।

सूचक शब्द (Keywords) : वृद्ध, वृद्धाश्रम, स्वास्थ्य

प्रस्तावना :

21 वी शताब्दी मे सबसे बडा लक्षन यह है कि यह शतक वयोवर्धन का है।[1] यानी इस शतक मे वृध्दों की जनसंख्या बडे पैमाने मे बढ गई है अब विश्व के 60 प्रतिशत वृद्ध विकसनशील राष्ट्रोंमें रहते है।[2] "जनसंख्या संक्रमण से राष्ट्र को जैसा जन सांख्यिकी लाभांश का फायदा होता है, वैसे ही कालांत से नई चुनौतीयो का भी सामना करना पडता है। इन अनेक चुनौतीयो मे से ही जनसंख्या में बढता वृद्धों का प्रमाण एक बडी चुनौती है।

"आज विश्व मे कुल 58 करोड वृद्ध लोग रहते है, इन मे से 38 करोड वृद्ध विकसनशील राष्ट्रों के है। इस का अर्थ यह है की आज वृद्धों की जनसंख्या 10 प्रतिशत है। इ. स. 2020 तक विश्व में 100 करोड वृध्द होंगे, इन मे से 70 करोड विकसनशील राष्ट्रो में होंगे।"[3] याने विकसनशील राष्ट्रों मे वृद्धों का प्रमाण जादा रहने वाला है। "2011 के जनगणना अनुसार भारत मे 10 करोड वृद्ध (60 वर्ष के उपर) जनसंख्या है, आज के समय देश मे 12 करोड वृद्ध रहते है और आगे के 15 वर्षो मे याने 2030 मे यह जनसंख्या 30 करोड होने का अनुमान है।"[4] 2011 के जनगणना अनुसार भारत के नागरी क्षेत्र मे लगभग 30 प्रतिशत वृद्ध है।

आज स्वास्थ्य की दृष्टी से चिकित्सा विज्ञान और आधुनिक उपचार तकनीकि ने अनेक रोगो पर मात की है, इसके परिणामस्वरूप आज मनुष्य का अयुर्मान बढा है, एक तरफ यह अच्छी बात होते हुए भी इसका एक दुःखद पहलू यह है कि बुजुर्गो के लिए सम्मानजनक परिस्थितियां घटी हैं और समाज

उन्हें एक तरह का बोझ समझने लगा हैं। चाहे घर हो या बाहर सभी जगहों पर वृद्धों को असुविधा व असहजता झेलनी पड रही है। परिणाम स्वरुप आज वृद्धत्व यह समस्या निर्माण हुई है। कारण वृद्ध काल मे इन वृद्धों की सेवा कौन करेगा? यह बडा प्रश्न आज परिवार के सामने निर्माण हुआ है। इसलिए परिवार मे सतत वाद–विवाद हो रहे है और वृद्धों को बुरे अनुभवों का सामना करना पड रहा है। इसलिए उनको अकेले जीवन बीताना पड रहा है तथा घर–परिवार छोडकर वृद्धाश्रमों मे रहना पड रहा है।" इ. स. 1950 मे भारत में मनुष्य का आयुर्मान 41 वर्ष था, 1990 मे यह 62 तक बढा और 2020 तक 70 वर्षोतक बढेगा। आज विश्व के 20 राष्ट्र के मनुष्यों का आयुर्मान 72 वर्ष है, आज ही कुछ प्रगत राष्ट्रो मे वृद्धों की जनसंख्या यह कुल जनसंख्या के 20 प्रतिशत बढी है।[5] "इसलिए वृद्धोंकी समस्यांएं गंभीर हो रही है। उनको सुलझाने के लिए ध्यान दिया जाए और वृद्धों का जीवन आनंदमय, चैतन्यमय रहे इसलिए प्रत्येक राष्ट्रने उन दिशा मे कार्य करने की जरूरत है।

बुढापा (Aging) एक प्रा.तिक प्रक्रिया है, पैदा होने वाला हर व्यक्ति जन्म से बुढापे की ओर बढ़ रहा है। लेकिन "जब विश्व की जनसंख्या में वृद्धो का प्रतिशत बढ रहा था तब शासन ने विशेष रूप से नियोजन बोर्ड और सामाजिक कार्यकर्ताओंने, इस मुद्दे पर विशेष ध्यान दिया। बुढापा (।हपदह) यह एक मात्र सामाजिक प्रश्न नहीं है, बल्की आज के राज्यकर्ताओं के लिए यह एक बड़ी चुनौती है।"[6] इसलिय आज वृद्धों की तरफ ध्यान देना जरुरी है। ऐसा लगता है कि, "यदि किसी वरिष्ठ व्यक्ति के पास वित्तीय संरक्षण नहीं है या यदि वह समाज में शामिल किया नहीं जाता है, तो ऐसे वरिष्ठ व्यक्तीअकेले ही रहेंगे और उनका जीवन याने एक प्रकार का सामाजिक मृत्यू ही है, और इस समय वरिष्ठ व्यक्ति खुद को परिवार और समाज पर बोझ समजणे लागते है।[7]

आधुनिक भारत में 'वृद्धों' की समस्या एक ज्वलंत समस्या है। "भारतीय समाज के संयुक्त परिवार के क्षरण और अर्थव्यवस्था के परिवर्तन से यह एक नई समस्या पैदा हुई है। इस समस्या की तीव्रता की अनुभूती भारत के साथ साथ चीन जैसे देश को भी हो रही है। 19वीं शताब्दी तक भारत में वृद्धों के बारे में कोई भी प्रश्न नहीं था, लेकिन 21 वीं सदी में, अखबारों, पत्रिकाओं आदि में वृद्धावस्था की समस्याएं उजागर की जा रही हैं। अब वृद्धों की समस्या सिर्फ एक देश की नहीं है, यह एक वैश्विक समस्या है।[8] इसी कारण इस मुद्दे पर ध्यान देने की जरूरत है.

बुजुर्गों की समस्या की वैश्विक प्र.ति को ध्यान में रखते हुए, संयुक्त राष्ट्र संघ ने 1999 को अंतर्राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिकों के वर्ष के रूप में घोषित किया था। क्योकी लोगों को इस समस्या पर ध्यान देना चाहिए और इस संबंध में योजनाबद्ध योजनाओं को लागू करने का उद्देश इस के पिछे था। "भारत में वृद्ध लोगों की समस्या शहर, महानगरों में जादा दिखाई पडती है। लेकीन ग्रामीण समाज में भी यह समस्या बढ रही है. ग्रामीण समुदाय की तुलना में शहरी समुदाय में अकेले वृद्धो का प्रश्न जटील हुआ है।"[9] इसलिय वृद्धो को कई समस्याओं का सामना करना पड रहा है।

प्राचीन भारतीय समाज में संयुक्त परिवार प्रणाली अस्तित्व में थी। युवा व्यक्ति को प्रासंगिक सलाह और मार्गदर्शन वृद्ध व्यक्ति को ही करना पडता था। लेकिन आज वैश्वीकरण, आधुनिकीकरण, औद्योगिकीकरण और शहरीकरण के कारण, संयुक्त परिवार प्रणाली में भारी बदलाव हुए, आज बदलते वक्त के दौर में संयुक्त परिवारों में टूटन शुरु हो गयी और एकल परिवार व्यवस्था अस्तित्व में आई। एकल परिवार में पति–पत्नी और उनके अविवाहित बच्चों के रहने के कारण वृद्ध लोगोकी उनको कठिनाई लग रही है। इस कारण, वृद्ध लोगों का महत्व कम हो के उनपर वृद्धाश्रमो में रहने का समय आ रहा है।

विकासशील देशों में वृद्धों के स्वास्थ्य की स्थिति :

1. ऐसा अनुमान है की 2020 तक विकासशील देशों में तीन–चौथाई मौतें वृद्धावस्था से संबंधित होगी। इनमें भी सबसे आधिक मौतें रक्तवाही तंत्र के रोगों, कैंसरों तथा मधुमेह जैसे असंक्रामक रोगों से होगी।

2. एशिया के कुछ भागों में होने वाली मौतों के दो बड़े कारण रक्तवाही तंत्र के रोग व कैंसर हैं। भारत, इंडोनेशिया और थाईलैंड में कुल वयस्क आबादी का 15 प्रतिशत हिस्सा उच्च रक्तचाप से प्रभावित पाया गया है शहरी आबादी में मधुमेह से प्रभावित लोगों की संख्या औद्योगिकशत देशों के बराबर है।

3. फिलहाल अफ्रीका, एशिया और (लातिन) अमेरिका में वृद्धावस्था में होने वाली विमूढ़ता (डिमेंशिया) से करीब 2 करोड़ 90 लाख लोग प्रभावित हैं। आकलन के अनुसार, 2020 तक इनकी संख्या 5 करोड़ 50 लाख से भी अधिक हो सकती है।

4. उम्र के साथ .ष्टि–दुर्बलता और .ष्टिहीनता तेजी से बढ़ते हैं। इसका एक उल्लेखनीय उदाहरण मोतियाबिंद है। हालाँकि

ISSN 2231-1629
Knowledge Resonance
● Vol-9 No. 2 ● July-December 2020

मोतियाबिंद कई कारणों से हो सकता है, लेकिन ज्यादातर मामलों में वह उम्र के बढ़ने की प्रक्रिया से जूडा होता है।

5. वर्तमान में संसार में 4 करोड़ 50 लाख लोग अंधे हैं और 13 करोड़ 50 लाख लोग .ष्टि–दुर्बलता का शिकार हैं। दुनिया भर में मोतियाबिंद के कारण 1 करोड़ 90 लाख लोग .ष्टिहीन हैं। एशिया और अफ्रीका के अधिकांश देशों में 40 प्रतिशत से भी अधिक लोग मोतियाबिंद के कारण द्रष्टिहीन है।

भारत में बुजुर्गों के स्वास्थ्य की स्थितिः

1. जनगणना के आंकड़ों के अनुसार, 1995 में ग्रामीण भारत में वृद्धों की मृत्यु के तीन सबसे बड़े कारण श्वासनली–शोथ /दमा (25.8 प्रतिशत), दिल का दौरा (13.2 प्रतिशत) और लकवा (8.5 प्रतिशत) रहे हैं।
2. भारत के कुछ अस्पतालों में वृद्धों के स्वास्थ्य की देखभाल के लिए वृद्ध चिकित्सालय है।
3. भारत में 10 प्रतिशत से अधिक वृद्ध विशादग्रस्त हैं और इस आयुवर्ग के 40–50 प्रतिशत लोगों को अपने जीवन की संध्या में कभी न कभी मनोचिकित्सीय या मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप की आवश्यकता होती है।

वृध्दाश्रम किसे कहते है?

"वृद्धाश्रम ऐसे आवासीय केन्द्र हैं जिसमें 60 वर्ष से अधिक उम्र के कम से कम 25 लोगों के रहने की व्यवस्था की जाती हैं।[11]

शोध के उद्देश –

1. वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धों की शारीरिक स्वास्थ्य स्थिती जानना।
2. वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धों को उपलब्ध स्वास्थ्य सुविध ाओं का अध्ययन करना।

परिकल्पना–

1. वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धों की शारीरिक स्वास्थ्य स्थिती बुरी है।
2. वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धों को स्वास्थ्य विषयक सुविधाएं नही दी जाती है।

शोध विधि–

प्रस्तुत शोध का अध्ययन क्षेत्र महाराष्ट्र राज्य का मराठवाडा विभाग है, मराठवाडा विभाग के कुल 8 जिल्हा क्षेत्र के 10 वृद्धाश्रमो में रहने वाले कुल 400 वृद्धों में से 200 याने 50 प्रतिशत वृद्धो को सोद्देश्य (Purposive) नमूना चयन पद्धति के अनुसार नमुना के रूप में चुना गया है। प्रस्तुत शोध के लीए प्राथमिक तथा द्वितियक स्त्रोतो का उपयोग किया गाय है, प्राथमिक स्त्रोतो में साक्षात्कार सूची का उपयोग किया गया है और यह साक्षात्कार अक्टूबर से दिसंबर 2014 में लीए गए है।

प्रस्तुत शोध में वृद्धाश्रमों में रहने वाले वृद्धो की शारीरिक स्वास्थ्य की स्थिती कैसी है, यह खोजने का प्रयास किया गया है, यह आगे की जानकारी से अधिक स्पष्ट होगा।

उत्तरदाताओं की व्यक्तिगत जानकारी

सारणी संख्या			वृद्धों की संख्या	प्रतिशत
१	आयु समुह	६०—६९	५१	२५.५०
		७०—७९	७९	३९.५०
		८०—८९	५८	२९.००
		९० वर्ष से उपर	१२	०६.००
२	लिंग	स्त्री	१११	५५.५०
		पुरुष	८९	४४.५०
३	धर्म	हिंदु	१६९	८४.५०
		बौद्ध	१३	०६.५०
		जैन	०९	०४.५०
		सिख	०८	०४.००
		इसाई	०१	०.५०
४	जति वर्ग	खुला	११९	५९.५०
		अनुसूचित जाति	२१	१०.५०
		अन्य मागास वर्ग	५८	२९.००
		विशेष मागास वर्ग	०२	०१.००
५	शिक्षा	अशिक्षित	९४	४७.००
		प्राथमिक	५१	२५.५०
		माध्यमिक	३७	१८.५०
		उच्च माध्यमिक	०६	०३.००
		स्नातक	०६	०३.००
		स्नातकोत्तर	०४	०२.००
		प्रौढ़ शिक्षा प्राप्त	०२	०१.००
६	वैवाहिक स्थिति	'अविवाहित'	०८	०४.००
		विवाहित	५०	२५.००
		'विधवाए'	९४	४७.००
		विधुर	४७	२३.५०
		तलाकशुदा	०१	००.५०
		कुल	**२००**	**१००.००**

ISSN 2231-1629
Knowledge Resonance
● Vol-9 No. 2 ● July-December 2020

सारणी संख्या 1. के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि 60 से 69 वर्ष इस 'जवान वृद्ध' (ल्वनदह व्सक) आयु समुह के 25. 50 प्रतिशत वृद्ध वृद्धाश्रमो में रहते है, तथा 70 से 79 वर्ष इस मध्यम वृद्ध (Middle Old) आयु समूह के 39.50 प्रतिशत वृद्ध रहते है, तथा 80 से 89 वर्ष इस वृद्ध–वृद्ध (Old-Old) आयु समूह के 29 प्रतिशत वृद्ध रहते है, तथा 90 वर्ष से उपर इस अति वृद्ध (Oldest Old) आयु समूह के 6.00 प्रतिशत वृद्ध रहते हुए दिखाई देते है। इससे हम यह कह सकते हैं कि, विज्ञान और चिकित्सा के क्षेत्र में हो रहे नए प्रयोग और आधुनिक उपचार तकनिकी के चलते औसत आयु बढती हुई दिखाई दे रही है और आगे भी बढती हि रहेगी यह हमे ऊपर की सारणी से दिखता है। सारणी संख्या 2. के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धो में 55.50 प्रतिशत वृद्ध महिलाएं है, तथा 44.50 प्रतिशत वृद्ध पुरुष दिखाई देते है, याने वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धो में पुरुषो से जादा महिलाओं का प्रमाण है। सारणी संख्या 3. के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धो में हिंदु धर्म के सर्वाधिक याने 84.50 प्रतिशत वृद्ध हैं, यह प्रमाण 'बौद्ध' 6.50 प्रतिशत, जैन 4.50 प्रतिशत, सिख प्रत्येकी 4.00 प्रतिशत और इसाई 0.50 प्रतिशत इन सब धर्मो के उत्तरदाताओं के प्रमाण से सर्वाधिक है, यह प्रमाण सबसे अधिक होने का कारण याने महाराष्ट्र और मराठवाडा विभाग में हिंदु धर्मियोंकी जनसंख्या सर्वाधिक होणे के कारण वृद्धाश्रामो में रहनेवाले वृद्धों में भी सर्वाधिक हिंदु धर्मीय होना स्वाभाविक है। सारणी संख्या ४. के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि वृद्धाश्रमो में रहने वाले वृद्धो में खुले वर्ग के 59.50 प्रतिशत वृद्ध है, यह प्रमाण अनुसूचित जाति 10.50 प्रतिशत अन्य मागास वर्ग 29.00 प्रतिशत और विशेष मागास वर्ग 1.00 प्रतिशत इन वर्गो से अधिक है, इन वृद्धाश्रामोमें अनुसूचित जनजाती वर्ग का एक भी वृद्ध वृध्दाश्रामोमें रहते हुआ नही दिखाई दिया है।

सारणी संख्या 5. के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि वृद्धाश्रमोमें रहने वाले वृद्धो में अशिक्षित 47.00 प्रतिशत वृद्ध है यह प्रमाण प्राथमिक 25.50 प्रतिशत, माध्यमिक 18.50 प्रतिशत, उच्च माध यमिक और स्नातक अनुक्रमे 3.00 प्रतिशत, स्नातकोत्तर 2.00 प्रतिशत और प्रौढ़ शिक्षा प्राप्त 1.00 प्रतिशत वृद्धों के प्रमाण से सर्वाधिक है, इससे हम यह कह सकते हैं कि, जैसे जैसे शिक्षा का स्तर बढता जाता है, वैसे वृद्धो में शिक्षा का प्रमाण कम दिखाई देता है। सारणी संख्या ६. के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि वृद्धाश्रमोमें रहने वाले वृद्धों में 'अविवाहित' वृद्धों का प्रमाण 4.00 प्रतिशत है, तथा विवाहित वृद्धों का प्रमाण 25.00 प्रतिशत है, तथा 70.50 प्रतिशत वृद्ध के साथीदारों का मृत्यू हुआ है, इनमें 47.00 प्रतिशत 'विधवाएं' है, और 23.50 प्रतिशत विधुर है, तथा 0.50 प्रतिशत वृद्धों ने अपने साथीदार से तलाक ली है, उपरोक्त तालिका से ऐसा दिखता है की, 'विवाहित वृद्ध' 96.00 प्रतिशत है यह प्रमाण 'अविवाहित' 4.00 प्रतिशत वृद्धो से अधिक है, इस से हमे ऐसा दिखता है की, भारतीय समाज में विवाह अनिवार्य माना गया है, इससे हमे विवाह की अनिवार्यता यह भारतीय समाज का लक्षण स्पष्ट होता है।

उत्तरदाताओंकी शारिरीक स्थिती

सारणी संख्या			वृद्धों की संख्या	प्रतिशत
७	**शारीरिक स्थिती अच्छी रहने के लिए क्या करते है**	व्यायाम	६६	३३.००
		योग	७३	३६.५०
		खेल खेलना	०१	००.५०
		व्यायाम और योग	१२	०६.००
		भगवान का नामस्मरण	०२	०१.००
		कुछ भी नही करते है	४६	२३.००
८	**गिर कर कहा फ्रैक्चर हुआ है**	हात मे	३२	१६.००
		पैर मे	३७	१८.५०
		कमर मे	८	०४.००
		हात और पैर मे	२	०१.००
		कोई फ्रैक्चर नही हुआ है	१२१	६०.५०
९	**कौन कौनसी शारीरिक समस्याएँ है**	बाल सफेद और कम होना	७९	३९.५०
		त्वचा पर सिलवट होणा	३६	१८.००
		शरीर झुकना	२४	१२.००
		तेजी से चल नही सकते	२२	११.००
		आखों से कम दिखाई देना	१२	०६.००
		कमर में झुकना	०६	०३.००
		बहरापण	०५	०२.५०
		हात पैर का कांपना	०५	०२.५०
		स्पष्ट रुप से बोल नही सकते	०४	०२.००
		कंधे झुकना	०३	०१.५०
		दांत गिर जाना	०२	०१.००
		हात पैरो के जोडो में दर्द	०२	०१.००

ISSN 2231-1629
Knowledge Resonance
● Vol-9 No. 2 ● July-December 2020

सारणी संख्या			वृद्धों की संख्या	प्रतिशत
७	**शारीरिक स्थिती अच्छी रहने के लिए क्या करते है**	व्यायाम	६६	३३.००
		योग	७३	३६.५०
		खेल खेलना	०१	००.५०
		व्यायाम और योग	१२	०६.००
		भगवान का नामस्मरण	०२	०१.००
		कुछ भी नही करते है	४६	२३.००
८	**गिर कर कहा फ्रैक्चर हुआ है**	हात मे	३२	१६.००
		पैर मे	३७	१८.५०
		कमर मे	८	०४.००
		हात और पैर मे	२	०१.००
		कोई फ्रैक्चर नही हुआ है	१२१	६०.५०
९	**कौन कौनसी शारीरिक समस्याएँ है**	बाल सफेद और कम होना	७९	३९.५०
		त्वचा पर सिलवट होणा	३६	१८.००
		शरीर झुकना	२४	१२.००
		तेजी से चल नही सकते	२२	११.००
		आखों से कम दिखाई देना	१२	०६.००
		कमर में झुकना	०६	०३.००
		बहरापण	०५	०२.५०
		हात पैर का कांपना	०५	०२.५०
		स्पष्ट रुप से बोल नही सकते	०४	०२.००
		कंधे झुकना	०३	०१.५०
		दांत गिर जाना	०२	०१.००
		हात पैरो के जोडो में दर्द	०२	०१.००
१०	**उत्तरदाताओं की कोई सर्जरी हुई है?**	कानों की	०५	०२.५०
		आंखों की	१३७	६८.५०
		स्तन कैंसर की	०१	००.५०
		कान और आंखों की	०९	०४.५०
		आंखें और पैरो की	४	०२.००
		गर्दन की	१	००.५०
		हर्निया की	१	००.५०
		कोई सर्जरी नही हुई है	४२	२१.००
११	**उत्तरदाताओं के दात है**	ळां	१४८	७४.००
		न्ही	५२	२६.००
१२	**उत्तरदाताओं को किस दैनिक गतिविधियों के लिए दूसरे व्यक्ति की मदद की आवश्यकता होती है**	जब उठना /बैठना हो	७७	३८.५०
		दवा /गोलियॉ लेने के लिए	२४	१२.००
		कपडे धाने के लिए	२४	१२.००
		चलते समय	६	०३.००
		बाथरुम जाने के लिए	३	०१.५०
		नहाते समय	२	०१.००
		खाना खाने में	१	००.५०
		कपडे पहनने के लिए	१	००.५०
		मदद की आवश्यकता नही लगती	६२	३१.००
१३	**उत्तरदाताओं को दैनिक गतिविधियों के लिए वृध्दाश्रम मे कौन मदद करता है**	वृध्दाश्रम में के दोस्त	९५	४७.५०
		जिवन साथी	१८	०९.००
		रुम पार्टनर	१६	०८.००
		वृध्दाश्रम में के कर्मचारी	६	०३.००
		वृध्दाश्रम में के कर्मचारी, वृध्दाश्रम में के दोस्त और रुम पार्टनर	२	०१.००
		लडकी	१	००.५०
		मदद की आवश्यकता नही लगती	६२	३१.००
		कुल	**२००**	**१००.००**

सारणी संख्या 7 के अवलोकन से यह स्पष्ट होता है कि 36.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना है कि हम अपनी शारीरिक स्थिति को बनाए रखने के लिए 'योग' करते हैं, यह अनुपात 33 प्रतिशत हम 'व्यायाम' करते है, 0.50 प्रतिशत लोग खेल खेलते

हैं, 6 प्रतिशत 'व्यायाम और योग' करते हैं।, 01 प्रतिशत जो' भगवान का नाम 'और 23 प्रतिशत लोग जो' कुछ नहीं करते ' ऐसा कहते हैं के प्रमाण से अधिक है। सारणी संख्या 8, के अवलोकन से यह प्रतीत होता है कि 60.50 प्रतिशत उत्तरदाता जिनका गिर कर कोई फ्रैक्चर नहीं हुआ है, यह अनुपात हमारा गिर कर कही ना कही फैक्चर हुआ है ऐसा जवाब देणे वाले 39.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं से अधिक है, जिन 39.50 प्रतिशत लोगो का फैक्चर हुआ है, इसमे 18.50 प्रतिशत लोगो ने हमारे पैर मे फैक्चर हुआ है ऐसा जवाब दिया है, और यह प्रमाण शरीर के अन्य भागो में फैक्चर हुआ है ऐसा जवाब देणे वाले उत्तरदाताओं से सर्वाधिक है। तालिका संख्या 9. यह दर्शाता है कि 39.50 प्रतिशत उत्तरदाता कहते हैं कि उम्र बढ़ने के कारण हमारे बाल सफेद और कम हो गए हैं, और यह अनुपात हमारी त्वचा में सिलवट पड रही है, ऐसा जबाब देणे वाले 18 प्रतिशत, 12 प्रतिशत कहते हैं कि हमारा शरीर झुक रहा है, तथा हम तेजी से आगे नहीं बढ़ सकते हैं ऐसा जवाब देणे वाले 11 प्रतिशत, तथा हमारी आँखो से कम दिखई देता हैं ऐसा 6 प्रतिशत कहते हैं, तथा हमारी कमर झुक रही है ऐसा कहने वाले 3 प्रतिशत है, तथा हमे कान से कम सुनाई देता है ऐसा कहने वाले और हमारे हात पैर कांपते है ऐसा कहने वाले प्रत्येकी 2.50 फीसदी, उत्तरदाते है तथा 2 प्रतिशत का कहना है की हम बात नहीं कर सकते, तथा 1.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं के कंधे झुक गये है, तथा हमारे दांत गिर रहे हैं, और हमारे हात पैर के जोड़ों में दर्द है ऐसे कहने वाले प्रत्येकी 1 टक्के उत्तरदाताओ से सर्वाधिक है इससे यह कहा जा सकता है कि ज्यादातर बुजुर्ग लोगों को बालों के झड़ने और सफेद होने की शारीरिक समस्याओं से जूझना पड़ता है।

तालिका संख्या 10 से यह स्पष्ट होता है कि 79 टक्के उत्तरदाताओं की कोन सी ना कोनसी अंगों की सर्जरी हुई है, जबकि टक्के उत्तरदाताओं के कोई भी अंग की सर्जरी नही हुई है। जीन 79 प्रतिशत उत्तरदाताओ की सर्जरी हुई है उनमे आंखों की सर्जरी कराने वाले लगभग 75 प्रतिशत उत्तरदाता है और यह प्रमाण, 2.50 प्रतिशत ने कहा कि उन्होंने हमारे कान की सर्जरी की, स्तन कैंसर की, गर्दन की और हर्निया की सर्जरी हुई है ऐसा जवाब देणे वाले प्रत्येकी 0.50 प्रतिशत की तुलना मे सर्वाधिक है। सारणी संख्या 11 से यह स्पष्ट है कि 74 प्रतिशत उत्तरदाताओं के दांत हैं और 26 प्रतिशत को दांत नही है। सारणी संख्या 12, से, यह स्पष्ट होता है कि 38. 50 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना है कि जब वे उठते और बैठते हैं तो उन्हें किसी अन्य व्यक्ति से सहायता की आवश्यकता होती है, यह प्रमाण हमे दवा /गोलियां और कपड़े धोने के लिए किसी अन्य व्यक्ति की आवश्यकता लगती है, ऐसा कहने वाले प्रत्येकी 12 प्रतिशत, हमे चलते समय मदद की जरूरत है, ऐसा कहने वाले 3 प्रतिशत, बाथरूम में जाने के लिए मदद लगती है ऐसा कहने वाले 1.50 प्रतिशत हैं और खाने और कपड़े पहनने में मदद लगती है, ऐसा कहने वाले प्रत्येकी 1 प्रतिशत और हमे मदद नही लगती ऐसा कहने वाले 31 प्रतिशत उत्तरदाताओं के प्रमाण से सर्वाधिक है। सारणी संख्या 13 से यह स्पष्ट होता है कि 47.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं को दैनिक लेनदेन के लिए वृध्दाश्रम मे रहने वाले दोस्त मदद करते हैं, यह अनुपात वृध्दाश्रम के कर्मचारी 3.50 प्रतिशत, जीवन साथी 9 प्रतिशत, रूम पार्टनर 8 प्रतिशत, 'वृध्दाश्रम के कर्मचारी, वृध्दश्रम मे के दोस्त और वृध्दाश्रम में के रूम पार्टनर' मदत करते है ऐसा कहने वाले 1 प्रतिशत और लड़की मदद करती है ऐसा कहने वाले 0.50 टक्के उत्तरदाताओं से अधिक है। इससे हम कह सकते हैं कि वृध्दाश्रम मे आज भी बुजुर्ग अपनी दोस्ती निभा रहे हैं।

वृद्धश्रमो में उत्तरदाताओ को उपलब्ध स्वास्थ्य सुविधाऐं

सारणी संख्या			वृद्धों की संख्या	प्रतिशत
१४	सेहत की देखभाल कौन करता है।	साथी	१९	०९.५०
		कर्मचारी	२०	१०.००
		दोस्त	६३	३१.५०
		लडकी	01	००.५०
		कोई भी नही	९७	४८.५०
१५	वृद्धाश्रमो में उपलब्ध स्वास्थ्य सुविधाऐं	प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र	०२	०१.००
		कोई भी नही	१९८	९९.००
१६	भोजन से संतुष्ट है क्या?	हां	२०	१०.००
		नही	१८०	९०.००
		कुल	**२००**	**१००.००**

सारणी संख्या 14, के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि वृद्धाश्रमों में हमारी सेहत की देखभाल कोई भी नही रखता ऐसा जवाब देने वाले 48.50 प्रतिशत वृद्ध है, यह प्रमाण वृद्धाश्रमों में हमारी सेहत की देखभाल हमारा साथी करता है, ऐसा जवाब देने वाले 9.50 प्रतिशत, हमारी सेहत की देखभाल वृद्धाश्रम के कर्मचारी रखते है ऐसा जवाब देने वाले 10.00 प्रतिशत, वृद्ध है, हमारी सेहत की देखभाल वृद्धाश्रम में के दोस्त रखते है ऐसा जवाब देने वाले 31.50 प्रतिशत वृद्धों कें प्रमाण से अधिक है। सारणी संख्या 15, के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि, हम रहते है इस वृद्धाश्रम में कोई भी स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध नहीं है ऐसा जवाब देने वाले 99.00 प्रतिशत वृद्ध है, यह प्रमाण हम रहते है इस वृद्धाश्रम में स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध है ऐसा जवाब देने वाले 01.00 प्रतिशत वृद्धों के प्रमाण से अधिक है। इससे हम यह कह सकते है, की वृद्धाश्रमो में वृद्धों के लीए स्वास्थ्य सुविधाओं की कमी दिखाई देती है। सारणी संख्या 16, के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि, हम वृद्धाश्रम में दिए जाने वाले भोजन से संतुष्ट नहीं हैं ऐसा जवाब देणे वाले अधिक याने 90.00 प्रतिशत वृद्ध है और केवल 10.00 प्रतिशत वृद्धों ने हम भोजन से संतुष है ऐसा जवाब दिया है, इसिलिए अधिक वृद्धों ने हम भोजन से असंतुष्ट हैं ऐसा जवाब दिया है। साथ ही, हमारे स्वास्थ्य को स्वस्थ रखने के लिए हमारे वृद्धाश्रममें उचित देखभाल नहीं करते हैं ऐसा उत्तर देणे वाले 80.00 प्रतिशत वृद्ध है, यह प्रमाण हमारे स्वास्थ्य को स्वस्थ रखने के लिए हमारे वृद्धाश्रममें उचित देखभाल करते हैं ऐसा उत्तर देणे वाले 20.00 प्रतिशत वृद्धों से अधिक है, इससे हम यह कह सकते है की वृद्धाश्रमों में वृद्धों के स्वास्थ्य की उचित देखभाल नहीं करते हैं। साथ हि, वृद्धाश्रम के कर्मचारियों द्वारा वृद्धाश्रम का परिसर साफ नहीं रखा जाता है ऐसा उत्तर देणे वाले 83.50 प्रतिशत वृद्ध है, यह प्रमाण परिसर साफ रखा जाता है ऐसा उत्तर देणे वाले 16.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं के प्रमाण से अधिक है।

निष्कर्ष –

1. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में 70 से 79 वर्ष इस मध्यम वृद्ध (Middle Old Age) आयु समूह के उत्तरदाते सबसे ज्यादा अर्थात् 39.50 प्रतिशत हैं।
2. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में महिला वृद्ध उत्तरदाताओं का प्रमाण सबसे ज्यादा अर्थात् 55.50 प्रतिशत इतना हैं।
3. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में अशिक्षित वृद्धों का प्रमाण सबसे ज्यादा हैं।
४. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में 'विवाहित वृद्ध' 96.00 प्रतिशत है, इन में विधवाओं का प्रमाण (47.00 प्रतिशत) सबसे ज्यादा हैं।
5. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में हिंदु धर्मियों और खुले वर्ग के उत्तरदाताओं की संख्या अधिक है।
6. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों मे सर्वाधिक 36.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना है कि हम अपनी शारीरिक स्थिति को बनाए रखने के लिए 'योग' करते हैं,
7. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों मे सर्वाधिक 60.50 प्रतिशत उत्तरदाता है जिनका गिर कर कोई फ्रैक्चर नहीं हुआ है, और जिन 39.50 प्रतिशत लोगो का फ्रैक्चर हुआ है, इसमे 18.50 प्रतिशत लोगो ने हमारे पैर मे फ्रैक्चर हुआ है ऐसा जवाब दिया है, और यह प्रमाण शरीर के अन्य भागो में फ्रैक्चर हुआ है ऐसा जवाब देणे वाले उत्तरदाताओं से सर्वाधिक है.
8. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों मे सर्वाधिक 39.50 प्रतिशत उत्तरदाता कहते हैं कि उम्र बढ़ने के कारण हमारे बाल सफेद और कम हो गए हैं,
9. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों मे सर्वाधिक 75 टक्के उत्तरदाताओं की आखों की सर्जरी हुई है,
10. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों मे सर्वाधिक 74 प्रतिशत उत्तरदाताओं के दांत है
11. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों मे सर्वाधिक 38.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं का कहना है कि जब वे उठते और बैठते हैं तो उन्हें किसी अन्य व्यक्ति से सहायता की आवश्यकता होती है,
12. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों मे सर्वाधिक 47.50 प्रतिशत उत्तरदाताओं को दैनिक लेनदेन के लिए वृध्दाश्रम मे रहने वाले दोस्त मदद करते हैं,
13. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में हमारी सेहत की देखभाल कोई भी नही रखता ऐसा उत्तर देने वाले वृद्धों का प्रमाण अधिक है।
14. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में से हम रहते है इस

वृद्धाश्रम में कोई भी स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध नहीं है ऐसा जवाब देने वाले वृद्धों का प्रमाण अधिक है।

15. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में से हम वृद्धाश्रम में दिए जाने वाले भोजन से संतुष्ट नहीं हैं ऐसा उत्तर देने वाले वृद्धों का प्रमाण (90.00 प्रतिशत) अधिक है।

16. वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों में से हमारे स्वास्थ्य को स्वस्थ रखने के लिए हमारे वृद्धाश्रममें उचित देखभाल नहीं करते हैं ऐसा उत्तर देने वाले वृद्धों का प्रमाण (80.00 प्रतिशत) अधिक है।

17. वृद्धाश्रम के कर्मचारियों द्वारा वृद्धाश्रम का परिसर साफ नहीं रखा जाता है ऐसा उत्तर देनेवाले अधिक 83.50 प्रतिशत वृद्ध है।

इस तरह, प्रस्तुत शोध पत्र से वृद्धाश्रमों में रहने वाले वृद्धो की शारीरिक स्वास्थ्य स्थिति का पता लगाने का प्रयास किया है।

संदर्भ ग्रंथ सूची –

1. *गोखले शरच्चंद्र, (2012), वार्धक्य, जराविज्ञान और जीवन शैली, पुणे, उत्कर्ष प्रकाशन, पृ. सं. 45.*
2. *खडसे भा. कि., (2004), भारतीय समाज और सामाजिक समस्याऐं, मुंबई, हिमालया पब्लिशिंग हाउस, पृ. सं. 146.*
3. *लिमकर सुधाकर, (2004), स्वास्थ्य संवाद, औरंगाबाद, संवाद प्रकाशन, पृ. सं. 61.*
4. *महाराष्ट्राइम्स, औरंगाबाद, सोमवार, दिनांक, 13 जुलाई 2015, पृ. सं. 5.*
5. *लिमकर सुधाकर, (2004), स्वास्थ्य संवाद, औरंगाबाद, संवाद प्रकाशन, पृ. सं. 61.*
6. *गोखले शरच्चंद्र, (2012), संतोशजनक वार्धक्य, पुणे, उत्कर्श प्रकाशन, पृ. सं. 5.*
7. *गोखले शरच्चंद्र, (2012), वार्धक्य, जराविज्ञान और जीवन शैली, पुणे, उत्कर्ष प्रकाशन, पृ. सं. 4–5.*
8. *गंदेवार एस. एन., (2003), भारतीय समाजः विवादास्पद विषय और समस्याएं, लातूर, विद्याभारती प्रकाशन, पृ. सं. 133.*
9. *खडसे भा. कि., (2004), भारतीय समाज और सामाजिक समस्याऐं, मुंबई, हिमालया पब्लिशिंग हाउस, पृ. सं. 14*
10. *संगोलकर दत्ता, (2014), मानवाधिकार, पुणे, जिज्ञासा प्रकाशन, पृ. सं. 157.*
11. *Elderly in India 2016, Central Statistics office, Govt. of India.*