

## ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ

ಲೋಕೇಶ ಟಿ.ಬಿ

ಸಂಶೋಧನಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಧ್ಯಯನ ವಿಭಾಗ, ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಹಂಪಿ

## Abstract:

ದಾವಣಗೆರೆ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹರಿಹರ ತಾಲೂಕಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ ಕುರಿತು ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯ ಮಾನವನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಜೀವನದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮೂಲಭೂತ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಆದರೆ ಬಡವರು, ದಲಿತರು ಮತ್ತು ಹಿಂದುಳಿದ ವರ್ಗಗಳಿಗೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಳು ತಲುಪುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲವಾಗಿವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಸಾಮಾಜಿಕ ಶ್ರೇಣೀಕರಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಸಾಕ್ಷರತೆ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಆರೋಗ್ಯ, ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಸುಭದ್ರತೆ ಮುಂತಾದ ಸಂಗತಿಗಳು ಉತ್ತಮ ಬದುಕಿನ ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿವೆ ಎಂದು ಮಾನವ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ವರದಿಗಳ ರೂಪಾಂತರ ಮಹಬೂಬ್ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಮಾನವನ ಬದುಕು ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ವರಮಾನದ ಜೊತೆಗೆ ಜನರ ಆರೋಗ್ಯ, ಅವರ ಆಯುಷ್ಯ, ಶಿಶುಮರಣ ಪ್ರಮಾಣ, ಸಾಕ್ಷರತೆ ಪ್ರಮಾಣ, ಶಿಕ್ಷಣದ ಮಟ್ಟ ಮುಂತಾದ ಸೂಚ್ಯಂಕಗಳನ್ನು ಗಣನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಮರ್ತ್ಯಸೇನ್ ಅವರ ಸಿದ್ಧಾಂತ. ಸಮಗ್ರ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಜನರ ಆರೋಗ್ಯ ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ ಕುರಿತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

**Keywords:** ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿ, ದುಡಿಮೆ, ಮಹಿಳಾ ಕಾರ್ಮಿಕರು, ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯ, ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ

## ಪೀಠಿಕೆ

ಬಿಸಿಲು ಗಾಳಿ ಧೂಳು ಮಳೆಯನ್ನದೆ ದುಡಿಯುವ ವಲಸೆ ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಸುಸ್ತು, ಆಯಾಸ, ಕೆಮ್ಮು, ಕಫ, ಮೈಕೈ ನೋವಿಗೂ ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕೈಗೆ ದೊರಕಿದ ಯಾವುದೋ ಔಷಧಿ ತಿಂದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಕ್ರಮೇಣ ಅವರ ಕಾಯಿಲೆ ಉಲ್ಬಣಗೊಂಡು ರೋಗದ ಮುದ್ದೆಯಾದರೂ ತಾವು

ಮಾಡುವ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗೆಗಿನ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಕಾರಣ ಎಂದು ಅರಿವಾಗದಿರುವುದು ದುರಂತವೆಂದರೆ ತಪ್ಪಾಗಲಾರದು.

## ಕೆಲಸಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ

ಮಹಿಳೆಯರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ನೇರವಾದ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಇದು ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಕೆಳಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರಲು ಅವರ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಇಡೀ ದಿನ

Please cite this article as: ಲೋಕೇಶ, ಟಿ.ಬಿ (2024). ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ. ಸೃಜನಿ: ಇಂಡಿಯನ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಇನ್‌ನೋವೇಟಿವ್ ರಿಸರ್ಚ್ ಅಂಡ್ ಡೆವಲಪ್‌ಮೆಂಟ್, 3(4), 93-100

ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಮೈ-ಕೈ ನೋವು, ತಲೆನೋವು, ಮಂಡಿ ನೋವು, ಅಸ್ತಮಾ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, ಅಶಕ್ತರಾಗುವುದು, ಭಾರದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಹೆಡಕ ಹೊಡೆಯುವುದು, ಹಿಮ್ಮಡಿ ನೋವಾಗುವುದು, ಬೆನ್ನಿನ ನೋವು, ಥಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ನರ ಹಿಡಿಯುವುದು, ಕಬ್ಬಿನ ಪೆಂಡಿ ಹೊತ್ತು ನೆತ್ತಿ ಉರಿಯುವುದು, ಕಾಲು ನೋವಾಗುವುದು, ಚಕ್ರ ಬರುವುದು (ತಲೆಸುತ್ತು ಬರುವುದು), ಕಣ್ಣು ಉರಿ ಮತ್ತು ಮಂಜಾಗುವುದು, ಗರ್ಭಪಾತವಾಗುವುದು, ಹೆರಿಗೆಯಾಗಿ ಮಗು ಸತ್ತು ಹೋಗುವುದು, ಇಟ್ಟಿಗೆ ಬಡಿದು ಬಡಿದು ರೊಟ್ಟಿ ಮಾಡಲು ಆಗದಿರುವುದು. ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ತೊಳಲಾಟಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಇಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸದಿಂದ ಮಣ್ಣು-ಧೂಳಿನ ಕಣಗಳು ದೇಹ ಸೇರಿ ಅಸ್ತಮಾ ಬರುತ್ತದೆ. ಕುಳಿತು ಇಟ್ಟಿಗೆ ತಯಾರಿಸುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಕೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಬೂದಿ, ಗಾಜು, ಗೊಬ್ಬರ, ಸೊಪ್ಪೆ ಧೂಳು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರ ಚರ್ಮ, ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಗರ್ಭಕೋಶಕ್ಕೂ ಹಾನಿವುಂಟಾಗುವುದು. ಕಬ್ಬಿನ ಸಿಬಿರಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡ ಅವರಿಗೆ ಕಾಯಿಲೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಬಗ್ಗಿಕೊಂಡು ಕಬ್ಬಿನ ಪೆಂಡಿ ಕಟ್ಟುವ ಕಬ್ಬಿನ ತೋಡಿ ಕೆಲಸದ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಈ ಕೆಲಸದಿಂದ ಚರ್ಮದ ತುರಿಕೆ ಅಲರ್ಜಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಸೋಂಕು, ಕೊಳಕು ಪರಿಸರ, ಅವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಒಳಚರಂಡಿ, ನೀರಿನ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಸೋಂಕು, ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ವಲಸೆ ಹೋದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ವಾತಾವರಣ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮೂಲಭೂತ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಕಾರ್ಮಿಕರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜ್ವರ ಮೈಕೈನೋವುಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವರು ಮಲೇರಿಯಾ ರೋಗಕ್ಕೂ ಒಳಗಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಕಾರ್ಮಿಕರೂ ತಾವು ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಪಾತ್ರೆ

ತೊಳೆಯುವುದು, ಬಟ್ಟೆ ಒಗೆಯುವುದು, ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರದೇಶದ ಸುತ್ತ ಸೊಳ್ಳೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಇವರು ಮಲೇರಿಯಾ, ಚಿಕುನ್‌ಗುನ್ಯ ರೋಗಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೀರು ಬದಲಾಗಿ ಜ್ವರ-ನೆಗಡಿ ಬರುವುದು, ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಊಟ, ನಿದ್ರೆಯಿಲ್ಲದೆ, ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಪದೇಪದೇ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ.

### ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ : ಗರ್ಭಧರಿಸುವಾಗ, ಮತ್ತು ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ನಂತರದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಜನನ ಆರೋಗ್ಯವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಬಾಲ ಕೂಲಿಕಾರರಾಗಿ ಅಸಂಘಟಿತ ವಲಸೆ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಪರಿಚಯವಾಗುವ ಪುಟ್ಟ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಹದಿಹರೆಯಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಡುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಶ್ರಮದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. 40 ವರ್ಷಗಳ ತನಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಇರುತ್ತದೆ. ಇದೇ ವಯೋಮಾನದ ಮಹಿಳೆಯರು ದುಡಿತಕ್ಕೂ ಶಕ್ತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇವೆರಡನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ, ವಲಸೆ ಮಹಿಳೆಯರು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ? ಬಸಿರು, ಬಾಣಂತನದ ಹೊರತು ಇನ್ನಿತರ ಗರ್ಭಕೋಶದ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುವಷ್ಟು ಅರಿವು ಅವರಿಗಿಲ್ಲ.

“ನಮಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲದ್ದರಿಂದ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆರ್ಥಿಕ ಅಂತಸ್ತು ಕೆಳಗಿರುವುದರಿಂದ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವು ಸರಿಯಾಗಿ ದೊರಕದ್ದರಿಂದ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶದ ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಬಳಲುತ್ತೇನೆ. ಇದರಿಂದ ಗರ್ಭಧರಿಸಿದಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅನೀಮಿಯಾ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಡಾಕ್ಟರಮ್ಮನವರು ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಡಲು ಇದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಕಾರಣವೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಮಹಿಳೆ, ವಯಸ್ಸು 38, ಕಟ್ಟಡ ನಿರ್ಮಾಣ ಸ್ಥಳ ಗರ್ಭಧರಿಸಿದಾಗ ಸಮಂಜಸವಾದ ಸೇವೆಗಳು ದೊರಕದಿದ್ದರಿಂದ ಹೆರಿಗೆ

ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸೇವೆಗಳ ಕೊರತೆಯಿಂದ, ತೊಡಕುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ತಾಯಂದಿರ ಸಾವುಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ತೊಡಕುಗಳಿಂದಲೇ ಸುಮಾರು ಐವತ್ತು ಲಕ್ಷ ಮಹಿಳೆಯರು ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನದ ಪ್ರಕಾರ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 37ರಷ್ಟು ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ಮಹಿಳೆಯರು ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮುಂಚೆ ಅವಶ್ಯವಿರುವ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ<sup>1</sup>

ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುವ ಮಹಿಳೆಯರು ಶ್ರಮ ಜೀವಿಗಳು, ಇವರು ತಾನು ಗರ್ಭವತಿಯಾದೇ ಎಂದು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಗಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಜೀವನ ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ದುಡಿಯಬೇಕು. ಕೆಲಸ ಇಲ್ಲದೆ ಇದ್ದಾಗಲೇ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವಂತಾಗಿದೆ ಇವರ ಬದುಕು. ಕಟ್ಟಡ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುವ ಮಹಿಳೆ ಗರ್ಭಧರಿಸಿದರೆ ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ 3 ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಭಾರದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಎತ್ತಬಾರದು, ಒಂದು ವೇಳೆ ಬಾರದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿದರೆ ಗರ್ಭಪಾತವಾಗುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ. ಕಟ್ಟಡ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುವ ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ಅಸಂಘಟಿತ ವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುವ ಮಹಿಳಾ ಕಾರ್ಮಿಕರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳೇನೂ ಭಿನ್ನವಾಗಿಲ್ಲ.

### ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ನಂತರ ಬೇಕಾಗುವ ಪ್ರಮುಖ ಆರೈಕೆಗಳು

ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ನಂತರ ಬೇಕಾಗುವ ಪ್ರಮುಖ ಆರೈಕೆಗಳೆಂದರೆ ಉತ್ತಮ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ವಿಶ್ರಾಂತಿ, ಹಣ್ಣು, ಹಂಪಲುಗಳ ಸೇವನೆ (ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ), ಶುದ್ಧಗಾಳಿ, ನೀರು, ಶೌಚಾಲಯ ಹಾಗೂ ವಾತಾವರಣ, ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳು ಮಹಿಳೆಗೆ ಗರ್ಭಧರಿಸಿದಾಗ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಹೊತ್ತಿನ ಊಟಕ್ಕೆ ಪರದಾಡುವ ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಬಡಕುಟುಂಬದ

ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದವಳು ತನಗೆ ಬೇಕಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ತಾಯಿ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ತಾನೂ ಅಸುನೀಗುವ ಅದೆಷ್ಟೋ ಪ್ರಕರಣಗಳು ನಮ್ಮ ಮುಂದಿವೆ.

ಇಲ್ಲದಿದ್ದರಲ್ಲಿ ಬಸಿರು ಹಾಗೂ ಹೆರಿಗೆಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಸಾಯುವ ಬಡ ಕೂಲಿ ಕಾರ್ಮಿಕರ ತಾಯಂದಿರ ಸಾವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಲಾಗಿದೆ.

### ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆ

ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಅತಿಯಾದ ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯಿರುವವರು ಶೇ.11.2 ರಷ್ಟು ಇದ್ದರೆ, ಅನಿಯಮಿತ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯಿರುವವರು ಶೇ.20.3 ರಷ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಶೇ.12.7 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಬಿಳಿ ಸೆರಗು ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವವರು ಇದ್ದಾರೆ. ತಿಂಗಳ ಋತುಚಕ್ರ ಅಥವಾ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ದಿನ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತಿಂಗಳ ಋತು ಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವಂತಹ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ಗಾಳಿ ಬೆಳಕಿಲ್ಲದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ, ಪುರುಷರಿಗೆ ಕಾಣದಂತೆ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ, ಮುಟ್ಟಿನ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಒಣಗಲು ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಮರುದಿನ ಒದ್ದೆಯಾಗಿರುವ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನೇ ದಿನವಿಡಿ ಬಳಸಿ ಗದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರ ತೊಡೆ ಸೆಳೆತು ಉರಿಯುತ್ತದೆ. 'ಸಡವು (ಸಮಯ) ಸಿಕ್ಕಾಗ ಬದಲಾಯಿಸಿವಿ. ಇಲ್ಲ ಅಂದ್ರೆ ಇಲ್ಲ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಹೊಲಸು ಧೂಳಿನ್ನದೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು, ಚನ್ನದಾಸರು ಸಮುದಾಯದ ವಲಸೆ ಮಹಿಳೆಯರು ಮುಟ್ಟಾದಾಗ 4-5 ದಿನ ಹೊರಗೆ ಕೂರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಬಟ್ಟೆ, ಚಾಪೆ, ಹೊದಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅವರು ಮನೆ ಹೊರಗೆ ಇರುತ್ತಾರೆ.

<sup>1</sup> ವಕ್ತು- ಮಹಿಳಾ ವೈದ್ಯರು, ವಯಸ್ಸು 30

ಅವರನ್ನು ಯಾರೂ ಮುಟ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಐದು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಕುಟುಂಬದವರಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬರು ಊಟ ತಂದು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲವೆಂದರೆ ಗಂಡನೇ ಅಡುಗೆ ತಯಾರಿಸಿ ಊಟವನ್ನು ದೂರದಿಂದ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಪಕ್ಕದ ಮನೆಯ ಮಹಿಳೆಯರು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಐದು ದಿನಗಳು ಕಳೆದ ನಂತರ ಮನೆ ಸಾರಿಸಿಕೊಂಡು, ತಲೆಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಮನೆಯೊಳಗಡೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ.

ಮುಟ್ಟಿನ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಸೆರಗು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿದೆ. ಬಿಳಿಸೆರಗು ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ನಿಶ್ಯಕ್ತಿ, ಯೋನಿ ವಾಸನೆ, ಸೊಂಟನೋವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಕುರಿತು ವಲಸೆ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಬಹುಸೂಕ್ಷ್ಮ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಆಪ್ತರ ಬಳಿ ಇಲ್ಲವೆ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾರೆ. 'ಬಿಳಿಸೆರಗಿನ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರು ಯೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ? ಅದರಷ್ಟಕ್ಕೆ ಅದೇ ಒಂದು ದಿನ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತೆ' ಎನ್ನುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಂಖ್ಯೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು. ಇದರಿಂದ ನರಳುವ ಮಹಿಳೆಯರು ಬಹಳ ನಿಶ್ಯಕ್ತರಾಗುವ ಜೊತೆಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಶೋಭೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.

#### ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಕುರಿತು

ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದ ದಿನದಿಂದ ಹೆರಿಗೆಯಾಗುವವರೆಗೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿರುವವರ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಸಂಜೆ ತನಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ರಾತ್ರಿ ಹೆರಿಗೆಯಾಗಿರುವ ಅನೇಕ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ಹೆರಿಗೆ ಆದ ನಂತರ ಒಂದು ತಿಂಗಳು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮಾಡಿ ಮತ್ತೆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹಾಜರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಊರು ಬಿಟ್ಟು ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ನೀಡುವ ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶಯುಕ್ತ ಮಾತ್ರೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಹಾಕುವ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಇಂತಹ ಅವಶ್ಯಕ ಉಪಚಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಯಶಸ್ವಿನಿ,

ಮಡಿಲು ಕಿಟ್ಟು, ಜನನಿ ಸುರಕ್ಷಾ ಯೋಜನೆಯಂತಹ ಯಾವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನೂ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

#### ಗರ್ಭಪಾತ

ಶೇ.15.8 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುವವರಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಪಾತವಾಗಿದೆ. ಗರ್ಭಪಾತಕ್ಕೆ ಇರುವ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಕಬ್ಬಿನ ಪೆಂಡಿ ಭಾರ ಎತ್ತಿ ಗರ್ಭಪಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಮಹಿಳೆಯರು ಶೇ.8.1 ರಷ್ಟು, ಮಣ್ಣಿನ ಬುಟ್ಟಿ ಎತ್ತಿ ಇಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಗರ್ಭಪಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದವರು ಶೇ.5.4 ರಷ್ಟು ಕಬ್ಬಿಣ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಕಾವಾಗಿ ಈ ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾದವರು ಶೇ.2.3 ರಷ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಅಂಕಿ-ಅಂಶಗಳಿಂದ ಕಂಡುಬಂದ ಗಮನಾರ್ಹ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಕಬ್ಬಿನ ಪೆಂಡಿ ಭಾರ ಎತ್ತಿ ಗರ್ಭಪಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದವರು ಹೆಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಗರ್ಭಪಾತ, ಗರ್ಭ ಜಾರುವಿಕೆ ಇವೆಲ್ಲಾ ಪಾಣಾಂತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿವೆ. ಗರ್ಭಕೋಶದ ಸಮಸ್ಯೆ ಶೇ.36.1 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದೆ. ಗರ್ಭಕೋಶದ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಇರುವ ಕಾರಣ ಕೇಳಿದರೆ, ಗರ್ಭಕೋಶ ಊದಿಕೊಂಡಿರುವುದು, ಗರ್ಭಕೋಶದಲ್ಲಿ ಗಂಟು, ಅನಿಯಮಿತ ಮುಟ್ಟು ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇದನ್ನು ವಲಸೆ ಮಹಿಳೆಯರು "ಮೈಮೇಲೆಂದು ಹೋಗ್ತದೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಶೇ.8.1 ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಇಂಡಿ ತಾಲೂಕಿನ 45 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಸುನಂದ ದೇಶವಂತ ಅವರು "ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಸಿಮೆಂಟ್ ರಾಡಿಯಿಂದಾಗಿ ಕಾಲಿಗೆ ತೂತು ಬಿದ್ದು ರಕ್ತ ಸೋರುತ್ತಿತ್ತು, ಬುಟ್ಟಿ ಹೊತ್ತು ಹೊತ್ತು ಏಳಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಗರ್ಭಕೋಶದ ತೊಂದರೆಯಾಯಿತು. ಅದರ ಸಂಗಟ ಮೈ ಮೇಲಿಂದ ಹೋಗಲಕತ್ತು. 20,000 ರೂಪಾಯಿ ಕೊಟ್ಟು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಆಪರೇಶನ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

**ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು**

ನಾನು ನಾಲ್ಕು ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಡೆದಿರುವುದರಿಂದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದವರು ನನಗೆ ಕಡಿಮೆ ಆಹಾರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲದ ಮಹಿಳೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ<sup>2</sup>

ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರದ ಸೇವನೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ಆರೋಗ್ಯವೆಂದರೆ ದೈಹಿಕ ಒತ್ತಡ, ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಒತ್ತಡ ಜೊತೆಗೆ “ಔದ್ಯೋಗಿಕ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುವುದಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಡತನವಿದ್ದಾಗ ಉತ್ತಮವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಶೈಕ್ಷಣಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಔದ್ಯೋಗಿಕ ವಿಷಯಗಳು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಪ್ರಕಾರ 15 ರಿಂದ 49 ವಯೋಮಾನದ ಭಾರತೀಯ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಮೂವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರದ ಸೇವನೆಯು ಮಹಿಳೆ ಅಥವಾ ಪುರುಷ ತಾನು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಹಣದ ಮೊತ್ತ ಹಾಗೂ ತಾವು ದುಡಿಯುವ ವೃತ್ತಿಯ ಸ್ಥಾನಮಾನಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಧರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ನನಗೆ ಸರ್ಕಾರದ ನೀತಿಗಳು ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ ನಾನು ಇಂದು ಆಹಾರ ಹೊಂಚಿಕೊಂಡು ಬರದಿದ್ದರೆ ನನ್ನ ಇಬ್ಬರು ಕಾಯಿಲೆ ಬಿದ್ದಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಸಾಯುತ್ತಾರೆ.<sup>3</sup> ಮಹಿಳೆಯರ ತೊಂದರೆಗಳು ಅವರು ಹುಡುಗಿಯರಾಗಿದ್ದಾಗಿನಿಂದಲೇ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಉಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಎದೆಹಾಲು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

<sup>2</sup> ವಕ್ತೃ: ಕೂಲಿ ಕಾರ್ಮಿಕ ಮಹಿಳೆ, ವಯಸ್ಸು 40.

<sup>3</sup> ವಕ್ತೃ: ಕೂಲಿ ಕಾರ್ಮಿಕ ಮಹಿಳೆ, ವಯಸ್ಸು 35.

ಆದರೆ, ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಇದು ಹೀಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರವನ್ನು ಸಹ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೀಡುವ ಆಹಾರದ ಗುಣಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೀಡುವ ಆಹಾರದ ಗುಣಮಟ್ಟವು ಕಳಪೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಬಡಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಚಿಂತಾಜನಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು ಆಹಾರವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅನ್ಯಾಯವಾಗುವುದು ಖಂಡಿತ.

ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುವ ಸ್ತ್ರೀ ಮತ್ತು ಪುರುಷ ಬಡವರಾಗಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಇಂತಹ ಕೂಲಿಕಾರ್ಮಿಕರು ಶ್ರಮದಾಯಕ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾರೆ. ಕಡು ಬಡ ಕೂಲಿಕಾರ್ಮಿಕ ತಾನು ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದಿಂದ ತನ್ನ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದರೆ ಸಾಕು ಎನ್ನುವಾಗ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯು ಇವರ ಪಾಲಿಗೆ ಕನಸಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಕಾರ್ಮಿಕರ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರದ ಸೇವನೆಯು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ.

**ರಕ್ತ ಹೀನತೆ**

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಡತನ, ಅನಕ್ಷರತೆ, ಉದ್ಯೋಗಾವಕಾಶಗಳ ಕೊರತೆಯು ಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು ಕಾಡುತ್ತದೆ. ರಕ್ತಹೀನತೆ ಎಂದ ತಕ್ಷಣ ನಮಗೆ ಜ್ಞಾಪಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದು ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ ಇದರಲ್ಲಿ 2 ಗುಂಪುಗಳಿವೆ ಒಂದು ಆಹಾರ ಇದ್ದು ತಿನ್ನದಿರುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ಆಹಾರ ಅಭಾವದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಸರ್ಕಾರ 2000ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ದೊರೆಯಬೇಕು ಎಂದು ‘ಆರೋಗ್ಯ ಪೋಷಣೆ’ಯ ವರ್ಷ 2000 ಎಂಬ ಘೋಷಣೆ ಮಾಡಿ ಇಂದಿಗೂ ಈ ಘೋಷಣೆ ಘೋಷಣೆಯಾಗಿಯೇ ಉಳಿದಿದೆ. ರಕ್ತಹೀನತೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿ ಇಂದಿಗೂ ಉಳಿದಿದೆ. ಇದರ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಹಲವು ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರಗಳ ಸೇವನೆಯು



ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬಡವರು ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿ ರಕ್ತಹೀನತೆಯಿಂದ ಸಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆ ವರದಿಮಾಡಿದೆ. ರಕ್ತಹೀನತೆ, ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಕೊರತೆಯ ಹೊರತು ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲ ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 90ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ರಕ್ತಹೀನತೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

### ಋತುಚಕ್ರ

ಋತುಚಕ್ರ ಎಂಬುದು ಮಹಿಳಾ ಸಮುದಾಯದ ಫಲವಂತಿಕೆಯ ಸಂಕೇತ. ಇದು ಇವರ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಸೂಚಕವಾಗಿದೆ. ರಕ್ತಹೀನತೆಯ ಏರುಪೇರಿನಿಂದಾಗಿ ಋತುಚಕ್ರ ಏರುಪೇರಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ನಿಂತು ಹೋಗಬಹುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಋತುಚಕ್ರವೆಂಬುದು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಘಟ್ಟ ಶ್ರಮದಾಯಕ ದುಡಿಮೆ, ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರದ ಕೊರತೆ, ಸೌಂದರ್ಯ ಪ್ರಚ್ಛೇದ ರಕ್ತಹೀನತೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಅಂಶಗಳು ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಋತುಚಕ್ರ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೂ ಸಂತಾನಫಲ ಇಲ್ಲದಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಋತುಚಕ್ರ ಮಹಿಳಾ ಕಾರ್ಮಿಕರಿಗಲ್ಲದೇ ಇಡೀ ಮಹಿಳಾ ಕುಲಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖವಾದಂತಹುದು. ಇಂತಹ ಏರುಪೇರು, ಬಡಕೂಲಿ ಕಾರ್ಮಿಕರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಇವರ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾಗುತ್ತದೆ. ಸುಸ್ತು, ಮೈ ಕೈ ನೋವು, ಖಿನ್ನತೆ, ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಋತುಚಕ್ರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಕೆಲವೊಂದು ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಋತುಚಕ್ರ ಮೊದಲಬಾರಿ ಆದಾಗ, ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಆದಾಗ ಅಥವಾ ಋತುಚಕ್ರ ನಿಂತು ಹೋಗುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ಅಪವಿತ್ರ ಅಥವಾ ಮೈಲಿಗೆಯ ಸಂಕೇತಗಳೆಂಬಂತೆ ತಿಳಿದು ಅಂತಹ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಂದು ನೀತಿನಿಯಮಗಳನ್ನು ವಿಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಆ ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತಷ್ಟು ನೋವು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಗೊಲ್ಲರಲ್ಲಿ ಈಗಲು ಮುಟ್ಟು,

ಪ್ರಜನನ ಹೆಣ್ಣಾಗುವ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಊರ ಹೊರಗೆ ಒಂದು ಗುಡಿಸಲು ನಿರ್ಮಿಸಿ ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮುಗಿಯುವವರೆಗೂ ಅವರನ್ನು ಊರಿಂದ, ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗಿಡುವ ಪದ್ಧತಿಯಿದೆ. ಇದೊಂದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯಾಗಿದ್ದು ಮಹಿಳೆಯರ ಪಾಲಿಗೆ ಮಾರಕವೆಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು.

### ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಅಧಿಕೃತ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ, ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಮಾನವ ಹಕ್ಕು ಎಂದು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿದರು. ಎಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳು ಇರಬೇಕು ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳ ಜನನದ ಮಧ್ಯೆ ಎಷ್ಟು ಅಂತರ ಇರಬೇಕು ಎಂಬುವುದನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಮೂಲಭೂತ ಮಾನವ ಹಕ್ಕು ಪ್ರತಿ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು, ಆದರೆ ಇದರ ಅರಿವು ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟ ದುಡಿಮೆಗಾರರಿಗೆ ಇಲ್ಲ. ಕೇಂದ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಚಿವಾಲಯದ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮಿಷನ್ ಅಡಿ ನಡೆಸಲಾದ ಕಾಮನ್ ರಿವ್ಯೂ ಮಿಷನ್ 11ನೇ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ, ಶೇ.93 ರಷ್ಟು ಸಂತಾನಶಕ್ತಿಹರಣ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವವರು ಮಹಿಳೆಯರು. ಅದೇ ರೀತಿ ವಲಸೆ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಶೇ.100 ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಪುರುಷ ಸಂತಾನಶಕ್ತಿಹರಣ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ ಹಾಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿದ್ದರೂ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸ್ಪಂದನೆ ಇಲ್ಲ ಎಂಬುವುದು ವಿಷಾದನೀಯ ಸಂಗತಿ. ದುಡಿಯುವ ಗಂಡಸರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾದರೆ ಕುಟುಂಬದ ನಿರ್ವಹಣೆ ಹೇಗೆ ಎನ್ನುವುದು ಮಹಿಳಾ ಕಾರ್ಮಿಕ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿದೆ. ಮಹಿಳಾ ಚಳುವಳಿ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಮಹಿಳಾ ವಿಮೋಚನೆಯ ಒಂದು ಸಾಧನೆ ಎಂದು ಬಣ್ಣಿಸಿತು. ಮಕ್ಕಳಾಗದಂತೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಎರಡು ಮಕ್ಕಳ ನಡುವೆ ಅಂತರವಿರಲು ಗರ್ಭ ನಿರೋಧಕ ಮಾತ್ರಗಳು ಹಾಗೂ ಕಾಂಡೋಮ್‌ಗಳ

ಬಳಕೆ ಕೂಡಾ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲ ಮಹಿಳೆಯರು ಶಾಶ್ವತ ವಿಧಾನ ಬಳಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಗರ್ಭನಿರೋಧಕ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಮಗ ಸಡುವ ಇರಲ್ಲ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಮಹಿಳೆಗೆ ತನ್ನ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಅಧಿಕಾರ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು ಈಗಲೂ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಆಂದೋಲನದ ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಮಹಿಳೆಯ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಹಕ್ಕು ಎಂದರೆ ಅದು ನಾಗರಿಕ, ರಾಜಕೀಯ, ಆರ್ಥಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಕ್ಕುಗಳ ಸಂಯೋಜನೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕಿದೆ. ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಹಾಗೂ ಮಹಿಳೆ ಇಬ್ಬರೂ ಸಮಾನ ಹೊಣೆ ಹೊರಬೇಕು, ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಪುರುಷರ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಗೆ ಒತ್ತು ಸಿಗಬೇಕಿದೆ.

### ಶುಚಿತ್ವ

ಮಹಿಳೆಯರ ಉಡುವ ಸೀರೆ ಧೂಳಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ನೀರಿನ ಸೌಲಭ್ಯ ಇಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಕಡೆ ವಾರಗಟ್ಟಲೇ ಸ್ನಾನಕ್ಕೂ ನೀರು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಮಹಿಳೆಯರು ಅಧ್ಯಯನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಶುಚಿತ್ವಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸೌಲಭ್ಯ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು ಸರ್ಕಾರದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿದೆ.

### ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ

ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿ ಮಹಿಳೆಯರು ದೈಹಿಕ ಶ್ರಮದಿಂದಾಗಿ ಬಹುಬೇಗ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಗುರಿ ಆಗುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಸಿಡಿಮಿಡಿಗೊಂಡು ಜಗಳವಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಗಂಡಸರ ಕಿರಿಕಿರಿ, ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲನೆ, ಜೊತೆಗೆ ಶ್ರಮದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಪ್ರತಿದಿನ ನಸುಕಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಇವರಿಗೆ

ಮಾಲೀಕರ ನಿಂದನೆ, ಮಹಾದಮರ ಕಿರುಕುಳದಿಂದಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

### ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ

ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಯಶಸ್ವಿಗೆ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಕೆಲವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಜಾರಿಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳ 6 ಮಾರಕ ರೋಗಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹಾಕುವ ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದು ಕ್ಷಯ, ಪೋಲಿಯೋ, ಗಂಟಲುಬೇನೆ, ಧನುರ್ವಾಯುಗಳನ್ನು ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವಲಸೆ ಹೋದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಇವು ತಲುಪುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಪ್ರದಾಯದಂತೆ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ ಅಥವಾ ಜೀವಜಲ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಮಗುವಿನ ಉಳಿಯುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಅತಿಸಾರ, ಬೇಧಿ - ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಮಗುವಿನ ಸಮಗ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೂ ಇದೆ, ಪಲ್ಸ್ ಪೋಲಿಯೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೂ ಇದೆ.

### ಉಪಸಂಹಾರ

ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿ ಮಹಿಳಾ ಕೂಲಿ ಕಾರ್ಮಿಕರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಕಂಡು ಬರುವ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳೆಂದರೆ. ಇಟ್ಟಿಗೆ ಭಟ್ಟಿ ಮಹಿಳಾ ಕೆಲಸಗಾರರು ಹೊಟ್ಟೆ ಪಾಡಿಗಾಗಿ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ 6 ತಿಂಗಳುಗಳ ಕಾಲ ಕೆಲವರು 6 ತಿಂಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ತಮ್ಮ ಮೂಲ ಸ್ಥಳ ಬಿಟ್ಟು ದೂರ ಇರುತ್ತಾರೆ. ವಲಸೆ ಕೆಲಸಗಾರರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಊರಿಗೆ ಬರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳೆಂದರೆ ಕುಟುಂಬದ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆ ಮತ್ತು ಶುಭ ಕಾರ್ಯಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಅವಘಡಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ, ಊರ ಜಾತ್ರೆ ಅಥವಾ ಮನೆ ದೇವರ

ಜಾತ್ರೆಗಳಿದ್ದಾಗ, ಊರಲ್ಲಿ ಪಂಚಾಯತಿ ಚುನಾವಣೆ ಇದ್ದಾಗ, ಬಂದರೂ 4 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಉಳಿದು ಮತ್ತೆ ವಾಪಸ್ಸು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ದುಡಿದು ಕುಟುಂಬವನ್ನು ತೊರೆದರೂ ದೈಹಿಕ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡು ನಲುಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕನಿಷ್ಠ ಘನತೆಯ ಬದುಕು ಇವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ. ಯಾವ ಕಾಯ್ದೆಯನ್ನೂ ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಅನ್ಯಾಯವಾಗಿ ದುಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬದುಕುವ ವೇತನವನ್ನು ನೀಡಿದ ಮಾಲೀಕರು, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ದುಡಿದು ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಸಲುಹಿದರೂ ಯಾವ ಗೌರವವನ್ನು ನೀಡದ ಕುಟುಂಬ ಈ ಮಹಿಳೆಯರ ಬದುಕನ್ನು ದುಸ್ತರಗೊಳಿಸಿದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಆದಾಯ ಮತ್ತು ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿನ ಲೈಂಗಿಕ ವರ್ಗ ಆಧಾರಿತ ಅಸಮಾನತೆಗಳು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಮತ್ತು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರು ದುರ್ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಶೋಷಣೆಯ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿತ ರೂಪಗಳು, ಮಾನವ ಕಳ್ಳಸಾಗಣೆ, ಅನಗತ್ಯ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗಳು, ಗರ್ಭಪಾತಗಳು, ಖಿನ್ನತೆ, ಆತಂಕ ಮತ್ತು ತಿನ್ನುವ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳಂತಹ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರ ಕ್ರಮ ವಹಿಸಬೇಕಿದೆ.

#### ಪರಾಮರ್ಶನ ಗ್ರಂಥಗಳು

- ಅನಂತರಾಮು, ಕೆ. (1982). ಸಕ್ಕರೆಯ ಸೀಮೆ. ಅನಂತ ಪ್ರಕಾಶನ.
- ಅನ್ನಪೂರ್ಣೇಶ್ವರಿ, ಎನ್ ಮತ್ತು ಒಡೆಯರ್ ಡಿ. ಹೆಗ್ಗಡೆ. (2007). ಕುಟುಂಬ ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕತೆ. ಚೇತನ ಬುಕ್ ಹೌಸ್.
- ಅಮಿನ್ ಎಸ್. (1988). ಟ್ರಾನ್ಸಿಷನ್ ಟು ಅಡಲ್ಟವುಡ್ ಆಫ್ ಫೀಮೆಲ್ ಗಾರ್ಮೆಂಟ್ ಫ್ಯಾಕ್ಟರಿ ವರ್ಕರ್ ಇನ್ ಬಾಂಗ್ಲಾದೇಶ್.

ಸ್ವಡೀಸ್ ಇನ್ ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಪ್ಲಾನಿಂಗ್. 29(2), 185-200

- ಅಂಜು ಅಗರ್ವಾಲ ಡಿ.ಆರ್. (1989). ಅರೋರ ವುಮೆನ್ ಇನ್ ರೂರಲ್ ಸೊಸೈಟಿ. ವೊಹರ ಪಬ್ಲಿಷರ್ ಅಂಡ್ ಡಿಸ್ಟ್ರಿಬ್ಯೂಟರ್.
- ಅನ್ನಪೂರ್ಣೇಶ್ವರಿ, ಎನ್. (2002). ಮಹಿಳಾ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ. ಮಾನವ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ.
- ಅಪರ್ಣಾ ಬಸು, ಭಾರತಿ ರೈ, ಮನೋಹರ್. (2003). ವುಮೆನ್ಸ್ ಸ್ಪಗಲ್ (ಎ ಹಿಸ್ಟರಿ ಆಫ್ ದ ಆಲ್ ಇಂಡಿಯಾ ವುಮೆನ್ಸ್ ಕಾನ್ಫರೆನ್ಸ್ 1927-2002), ಲಾರ್ಡ್ ಪಬ್ಲಿಷರ್ ಪ್ರೈ.ಲಿ.,
- ಅರ್ಜುನಪುರಿ ಅಪ್ಪಾಜಿಗೌಡ, “ಮದ್ದೂರು ತಾಲ್ಲೂಕು ದರ್ಶನ”, ಜಿಲ್ಲಾ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು, ಮಂಡ್ಯ, 1999,
- ಅಶೆನ್ಫೆಲ್ಡರ್ ಅಂಡ್ ಒ-ಎಕ್ಸಾಕ್ ಆರ್.ಎಲ್. (1991). ಲೇಬರ್ ಮಾರ್ಕೆಟ್ ಡಿಸ್ಕ್ರಿಮಿನೇಷನ್ ಅಂಡ್ ಎಕನಾಮಿಕ್ ಡೆವಲಪ್‌ಮೆಂಟ್, ಅನ್‌ಫೇರ್ ಅಡ್ವಾಂಟೇಜ್ ಕಂಟೀಸ್. ನ್ಯಾನ್ಸಿ ಜರ್ನಲ್ ಅಂಡ್ ರಿಚಾರ್ಡ್ಸ್ ಸ್ಯಾಬೋಟೆ.