మహిళలపై ఆ ప్రభావం ఎక్కువే!

Andhra Jyothi 8-6-2020

కొవిడ్ మన దేశంలో నలుమూలలకు వ్యాపించి తీవ్రమైన ఆందోళన కలగజేస్తోంది. కొవిడ్ సోకిన వారికి చికిత్స అందించడం ఒక ఎత్తైతే... అది ఏ ఏ ప్రాంతాలకు వ్యాపిస్తోందనే విషయాన్ని తెలుసుకోవడం.. రోగనిరోధక శక్తిని పెంపొందించటానికి ఎలాంటి ఆహారాన్ని తినాలో సూచించడం లాంటి అంశాలలో నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్ (ఎన్ఐఎన్) కీలకమైన పాత్ర పోషిస్తోంది. ఈ సంస్థకు నేతృత్వం వహిస్తున్న డాక్టర్ హేమలత కొవిడ్ నేపథ్యంలో తన అనుభవాలను 'నవ్య'తో పంచుకున్నారు. ఈ విశేషాలివి..

"నేను వృత్తిరీత్యా డాక్టర్ని. వ్యాధులు, వాటికి చికిత్సలు నాకు కొత్త కాదు. అయితే కొవిడ్ లాంటి వ్యాధిని నా వృత్తిజీవితంలో ఎప్పుడూ చూడలేదు. కొన్ని కోట్ల మందిని ఈ వైరస్ అతలాకుతలం చేసింది. కొవిడ్‌పై ప్రభుత్వం నియమించిన నిపుణుల కమిటీలో నేను కూడా సభ్యురాలిని. అందువల్ల దేశంలో అనేక ప్రాంతాల్లో కొవిడ్ పరిస్థితిని వాస్తవికంగా అంచనా వేయడానికి తిరగాల్సి వచ్చింది. లేబర్ క్యాంపులు, కంటైన్‌మెంట్‌జోన్లు, ఆసుపత్రులు, వలస కార్మికుల కోసం ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసిన క్యాంపులు- ఇలా మేము అనేక ప్రాంతాలలో పర్యటించాం. అనేక మంది ప్రజలను కలుసుకున్నాం. నేను కలుసుకున్నవారిలో అనేక మంది మహిళలు ఉన్నారు. వీరందరూ వివిధ వయసుల వారు. ఎక్కువ మంది పేదవారే. వలస కార్మికులే! వీరిని చూసినప్పుడు మన దేశంలో మహిళలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు మరొక్కసారి కళ్ళకు కట్టాయి. మన దేశంలో ఎక్కువ మంది మహిళలలో పౌష్టికాహార లోపం ఉంటుంది. దీనికి కారణం వారు సరైన ఆహారం తినకపోవడం. ఇప్పటికీ అనేక కుటుంబాలలో మహిళలు తాము తినే ఆహారానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వరు. ముందు భర్త... తర్వాత పిల్లలు... ఆ తర్వాతే వారు తింటారు. దీని వల్ల చాలా మందికి పౌష్టికాహారం అందదు. ఈ పౌష్టికాహార లేమి వల్ల రోగనిరోధక శక్తి తక్కువ ఉంటుంది. సాంక్రమిక వ్యాధులు వచ్చినప్పుడు- మహిళలకు ఎక్కువ నష్టం జరుగుతుంది. అదృష్టవశాత్తు కొవిడ్ వల్ల మన దేశంలో మరణాల సంఖ్య తక్కువే ఉంది. అయినా

> మన దేశంలో ఎక్కువ మంది మహిళలలో పౌష్టికాహార లోపానికి కారణం వారు సరైన ఆహారం తినకపోవడం. ఇప్పటికీ అనేక కుటుంబాలలో మహిళలు ముందు భర్త, పిల్లలు తిన్న తర్వాతే తింటారు. దీని వల్ల చాలామందికి పౌష్టికాహారం అందదు.

మహిళల ఆరోగ్యంపై దీని ప్రభావం ఎక్కువగానే ఉంది. ఈ విషయం భవిష్యత్తులో అందరికీ తెలుస్తుంది. ఈ సమస్యను పరిష్కరించడానికి ఎన్ఐఎన్ తరఫున మేము అనేక అవగాహనా కార్యక్రమాలు ప్రారంభించాం. నా ఉద్దేశంలో ఒక మహిళకు అవగాహన కల్పిస్తే ఆ ప్రభావం మొత్తం కుటుంబం మీద ఉంటుంది. వారు తమ కుటుంబాన్నే కాదు.. తమ చుట్టుపక్కల ఉన్న వారిని కూడా ప్రభావితం చేయగలుగుతారు.

భయం లేదు..

డాక్టర్‌ను కావడం వల్ల నేను మొదట్లో ఎక్కువ సమయం పేషెంట్లతో గడిపేదాన్ని. నా టిక్కీ షెడ్యూల్ నా కుటుంబానికి అలవాటే. అందువల్ల నేను కొవిడ్ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనే సమయంలో వారు ఎక్కువగా భయపడలేదు. అయితే- నేను కొవిడ్ రోగులు ఉన్న ప్రాంతాల్లో పర్యటించినప్పుడు- అన్ని రకాల జాగ్రత్తలు తీసుకున్నాను. ఇక్కడ ఒక విషయాన్ని అందరికీ చెప్పాలి. అందరూ ముఖానికి మాస్క్ పెట్టుకుంటే- కొవిడ్ వ్యాప్తి సగానికి సగం తగ్గిపోతుంది. తాజాగా చేసిన అధ్యయనాల్లో కూడా- మాస్క్ పెట్టుకోవడం వల్ల బయటకు వెలువడే కొవిడ్ వైరస్ కౌంట్ తక్కువగా ఉంటుందనీ, అందువల్ల ఆ వైరస్ వ్యాప్తి చెందే అవకాశం సగానికి సగం తగ్గుతుందని తేలింది. అందువల్ల నేను ఏ కొవిడ్ సెంటర్‌కు వెళ్లినా- వారిని మాస్క్ పెట్టుకొమ్మని సలహా ఇచ్చేదాన్ని.

తక్కువే కానీ..

శాస్త్ర రంగంలో మహిళల సంఖ్య తక్కువనే ఒక వాదన ఉంది. ఇది నిజమే! కానీ నిజంగా కష్టపడి పనిచేసేవారిని ఎవరూ అడ్డుకోలేరు. ఉదాహరణకు ఇండియన్ కౌన్సిల్ ఫర్ మెడికల్ రీసెర్చ్ (ఐసీఎంఆర్)నే తీసుకుందాం. దీని నిర్వహణలో 28 పరిశోధనా సంస్థలున్నాయి. వీటికి పాలకత్వం వహించేవారిలో మహిళలు కూడా ఉన్నారు. వీరందరూ తమ స్వశక్తి మీద కష్టపడి పైకి వచ్చిన వారే! అయితే ఇంకా కొన్ని రంగాల్లో కొంత వివక్ష ఉందనే మాట వాస్తవం. అది అంత త్వరగా తొలగిపోయే అవకాశం కూడా లేదు. కానీ కష్టపడే మహిళలకు అవకాశాలు మాత్రం తప్పనిసరిగా వస్తాయి."