

# हिन्दुस्तान

## इयूटी के दौरान सेहत और सुरक्षा

दुनिया भर में लोगों को काम के दौरान अपनी सेहत और सुरक्षा के प्रति जागरूक बनाने के लिए अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन ने गत 28 अप्रैल को विशेष-दिवस के तौर पर मनाया। इस बाबत इस साल की थीम रही- 'काम के दौरान स्वस्थ और सुरक्षित रहना एक व्यक्ति का मूलभूत मानवाधिकार है।' कई लोग समझते हैं कि हमारे कार्य की प्रकृति हमें हर जोखिम से अलग रखती है, लेकिन ये सच नहीं है। कुछ कार्य ऐसे भी हैं, जिन्हें लगातार करते रहने से हमारे लिए गंभीर खतरें पैदा हो सकते हैं। खासकर नए जमाने के कई व्यवसाय तो हमें जीवनशैली से जुड़ी कई नई-नई मुसीबतों से रूबरू करा रहे हैं।

### सिवा नारायणन

क्या आप अंदाजा लगा सकते हैं कि दुनिया का सबसे खतरनाक जांब कौन सा है? न तो गहरे सागर में मीठा लगाने की नौकरी, और न ही आम बुझाने का काम। बल्कि दुनिया के तमाम मुल्कों के लेकर डिपार्टमेंट्स की मानें, तो लकड़हारे और मछुआरे इयूटी के दौरान सबसे ज्यादा जोखिम उठाते हैं। ये नौजा कई प्रकार के कामों में लगे लोगों की मीत के अंकड़ों के आधार पर निकला गया है। शारीरिक तौर पर अत्यंत कठिन इयूटी वाले इन कामों में निश्चित रूप से खतरा ज्यादा है। लेकिन ये न मूल कि घंटा डेल्फ पर बैठे रहने को मजबूर करने वाले हमारी पसंद के तथाकथित सफेदपेशा जॉब्स भी सेहत और सुरक्षा के लिए कम खतरा उत्पन्न नहीं करते।

### 'हॉट सीट' की खतरनाक आंच

अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन (आईएलओ) के मुताबिक - काम से जुड़े हादसे या बीमारी की वजह से हर पंद्रह सेकंड में दुनिया में एक व्यक्ति की मौत हो जाती है, और हर पंद्रह सेकंड में 160 व्यक्तियों को अपने काम के दौरान किसी न किसी हादसे का सामना करना पड़ता है। इसका मतलब ये हुआ कि हर रोज 10 लाख लोगों को कार्यस्थल पर हादसे की पीड़ा झेलनी पड़ती है। और गौर करने वाली बात ये है कि इस आंकड़े से जो लोग भी अलग नहीं हैं, जिनका काम आराम से कुर्सी पर बैठे-बैठे अपनी इयूटी को अंजाम देना है।

मैक्स बालाजी अस्पताल, दिल्ली के चस्करल सर्जन डॉ. सत्यनारायण का कहना है कि जिन कामों में कई-कई घंटे तक लगातार बैठे या खड़े रहने की दरकार होती है, उनसे ऐसी-ऐसी बीमारियां हो सकती हैं, जिनसे लोग विकलांग हो सकते हैं, या फिर उनकी जान भी जा सकती है। इनमें मांसपेशियों और हड्डियों से जुड़ी बीमारियां से लेकर दिल और श्वासर की बीमारियां तक शामिल हैं। ऐसा बैठे-बैठे मोटापे का शिकार होने या डीप वेन थ्रोम्बोसिस (डीवीटी) की वजह से होता है। ज्यादा देर तक बैठने से प्रोस्टेट कैन्सर होने का खतरा भी बढ़ जाता है। कई घंटे तक लगातार कंप्यूटर पर निगाह टिकार रखने से आपको नजर कमजोर हो सकती है। इनसे बचने के लिए आपको अपने काम के दौरान छोटे-छोटे ब्रेक लेने चाहिए और काम खत्म होने पर कम से कम एक घंटा शारीरिक मेहनत या कसरत को जरूर देना चाहिए।

### तनख्वाह की महंगी कीमत

मदिरम रोशन, बदहाल फ्लोरिंग (फटी पुरानी बाइनल सीट) और ऐसे ही दीगर हालात में काम करने वाले कामगार अपनी सुरक्षा के बड़े-बड़े खतरें उठाते हैं। अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन की व्यावसायिक सुरक्षा और स्वास्थ्य विशेषज्ञ इग्रिड क्रिस्टेन के अनुसार विशेष मानवीय जरूरतों



### किस में क्या है खतरा

यहां हम ऐसी सूची पेश कर रहे हैं, जिसमें बताया गया है कि किस पेशे के लोगों को कौनसी बीमारी होने का खतरा ज्यादा रहता है-

- डेंटिस्ट के यहां काम करने वाली महिलाओं को गर्भपात, क्योंकि वे एथलीन ऑक्सिड के संपर्क में आती रहती हैं।
- रिटेल सेक्टर में काम करने वालों को वेरीकोस वेन का खतरा, क्योंकि वे ज्यादा देर तक खड़े रहते हैं।
- कोल सेक्टर में काम करने वालों को एंजाइटी, नींद और श्रवण शक्ति से जुड़ी समस्याएं।
- टीचर्स को आवाज संबंधी बीमारी डिस्फोनिया, खांसी और गला खराब होने की शिकायत, क्योंकि उन्हें बहुत बोलना पड़ता है।
- स्वास्थ्य सेवाओं से जुड़े लोगों को (जिनकी संख्या भारत में करीब चालीस लाख से ज्यादा है) विकिरण और संक्रमण से जुड़ी बीमारियां, जैसे कि एचआईवी, हेपेटाइटिस-बी और हेपेटाइटिस-सी का खतरा, क्योंकि उन्हें तमाम दूषित बोर्ड्री फ्लूइड्स और इन्फेक्शन के माहौल में इयूटी देनी पड़ती है।



की महिला की रज-पाइजनिंग से मौत हो जाती है, क्योंकि उसे हर रोज थुक से सैकड़ों लिफाफे चिपकाने होते हैं। इस सीरियल की वजह से न केवल डाक विभाग के कर्मचारियों की स्वास्थ्य सुरक्षा, बल्कि रकूली बच्चों और शिक्षकों द्वारा रज के इस्तेमाल को लेकर भी तमाम तरह के सवाल उठाए जाने लगे हैं।

इसी कार्यक्रम की एक कड़ी में बताया गया है कि कैसे देर सारे क्रेडिट कार्ड से भरा बटुवा बैक-पैकिट में रख कर घुमने के कारण जॉर्ज साइटिका का तिकार हो गया। हालांकि ये कार्यक्रम अतिरिक्त से भरा हुआ है, लेकिन इसमें सच्चाई की जीजूदगी से साफ इनकार नहीं किया जा सकता। कई साल पहले ही न्यू इंग्लैंड जर्नल आफ मेडिसिन में प्रकाशित एक शोधपत्र में कहा गया था कि जो लोग सिकनों और कार्पनों से भरा मोटा-सा बटुवा बैक-पैकिट में रखते हैं, और उसी पर बैठते हैं, उन्हें पीठ दर्द और अन्य पराशिनियों का अपेक्षाकृत अधिक खतरा रहता है। बाद में कई दूसरे अध्ययनों से भी इसकी पुष्टि हुई। अमेरिका में वकीलों और सेल्समैनों में 'बैले-न्यूरोपैथी' की शिकायत आम है। मैक्स सुपर स्पेशलिटी अस्पताल, दिल्ली में स्थापन न्यूरो सर्जरी के हेड डॉ. विपिन वालिया का कहना है कि भारत में लंबी दूरी के ट्रक ड्राइवर्स को भी मोटे बटुवे वाली ये बीमारियां खूब शिकार बनाती हैं।

### नए जमाने और नए जॉब्स की समस्याएं

आजकल हर जॉब के अपने खास जोखिम हैं, लेकिन इनमें सबसे ऊपर है तनाव और दबाव की बीमारी। ये बीमारियों छोटे-बड़े हर कर्मचारी को ही रही हैं। इंडियन एसोसिएशन ऑफ ऑक्जुपेशनल हेल्थ-आईएओएच के अध्यक्ष श्याम पिगले कहते हैं कि आजकल ज्यादा से ज्यादा महिलाएं नौकरी के लिए निकलने लगी हैं, और उन पर टीहरा मार पड़ रही है। उन्हें अपने स्त्री होने और सुरक्षा संबंधी दोनों प्रकार के दबाव झेलने होते हैं। आईएलओ और आईएओएच दोनों ही, मौजूदा विषयव्यापी वित्तीय संकट को मानसिक दबाव और तनाव संबंधी बीमारियों में इजाफा को लेकर बेहद चिंतित हैं। इनका कहना है कि हालात अभी और बिगड़ सकते हैं। दोनों ही संगठन कंपनियों, कामगारों और सरकारों से राय माशविरा करके हालात संभालने के प्रयास कर रहे हैं। बड़े पैमाने पर छुट्टी, काम के लंबे घंटे, नौकरी पर लटकती ललवार और नए नरि से काम का वितरण, तनाव को बढ़ाने का काम कर रहे हैं।

### सेहत के लिए लॉबिंग करें

हर पेशे के सेहत संबंधी खतरों को जानने के बाद इनसे बचने के लिए समय रहते कदम उठाने की जरूरत समझ में आती है। कई सेक्टर तो इस पर ध्यान देकर समय-समय पर हेल्थ चेक-अप कराने भी लगे हैं। आईटी, ऑटो सेक्टर और कॉल सेंटर वाले, डायनोस्टिक सेंटर और अस्पतालों से लगातार संपर्क साध रहे हैं। गत फरवरी माह में केंद्रीय केबिनेट ने कार्यस्थल के माहौल, कामगारों की सेहत और सुरक्षा के बारे में राष्ट्रीय नीति मंजूर की है। पिगले ने प्राइवेट सेक्टर से अपील की है कि वो इस समस्या को गंभीरता से ले और कार्यस्थलों पर हेल्थ सेंटर खोलने के लिए फौरन कदम उठाए। इसके लिए सरकार के श्रम और स्वास्थ्य विभाग को भी मिलकर काम करना होगा।