



ICSSR Sponsored  
ISSN: 2319-9997

*Journal of Nehru Gram Bharati University, 2025; Vol. 14 (II):259-263*

## कोविड-19 महामारी और सामाजिक जीवन पर इसके प्रभाव का समाजशास्त्रीय अध्ययन हरिश्याम एवं पूजा तिवारी

समाजशास्त्र विभाग नेहरू ग्राम भारती (मानित विश्वविद्यालय)  
जमुनीपुर, कोटवाँ, प्रयागराज 20300

*Received: 18.08.2025      Revised: 24.09.2025      Accepted: 01.10.2025*

### सारांश

यह शोध-पत्र कोविड-19 महामारी वायरस के संक्रमण के फैलने तथा इससे सामाजिक जीवन पर पड़ने वाले प्रभाव पर प्रकाश डालना है। महामारी का संक्रमण पूरे विश्व में फैला, जिसके कारण लोगों को इस महामारी के संक्रमण से खुद को बचाए रखना एक बहुत चुनौती बन गई। इस बीच लोगों ने बहुत से तरीके अपने जीवन में प्रयोग किये, जिसके कारण इस संक्रमण के फैलने की गति को रोकने में बहुत मदद मिली। आज लोगों ने बहुत से ऐसे कार्य करने छोड़ दिये, जिससे उनको स्वस्थ जीवन जीने में मदद मिल रही है। कोविड-19 महामारी आने से पहले और इस महामारी के आने के बाद, दोनों समय में लोगों की जीवन जीने के तरीके में बहुत परिवर्तन हुआ है।

**मुख्य शब्द:** कोविड-19, महामारी का संक्रमण, सामाजिक दूरी (Social Distancing),

**परिचय:** नोबल कोरोना वायरस, वायरस समूह का बहुत बड़ा परिवार होता है, जिसमें कोविड-19 वायरस रोज एक नये प्रकार के वायरस से होता है, इस वायरस के संक्रमण में आने से लोगों को सामान्य सर्दी से लेकर कई गम्भीर रोगों जैसे मिडिल ईस्ट रेस्पिरेटरी सिंड्रोम कोरोना वायरस और सिवियर एक्यूट रेस्पिरेटरी सिंड्रोम जैसी बीमारियों का कारण बनता है। कोविड-19 वायरस की पहचान चीन में किया गया, जिसका संक्रमण दिसम्बर 2019 में चीन के बुहान शहर से शुरू हुए। कोरोना वायरस की पहचान इससे पहले मनुष्यों में नहीं की गई थी विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ने इस नई कोरोना वायरस से होने वाले रोग का नाम Corona Virus Disease 2019 रखा। अर्थात् (COVID-19)।

ऐसा माना जाता है कि कोरोना वायरस (2019-Nov) का संक्रमण बुहान शहर के मांस मछली बाजार से लोगों में फैलना शुरू हुआ। लोग कहते हैं कि इस मांस-मछली बाजार में चमगादड़ों के मांस खाने और बेचने से ही यह वायरस (2019-

**Nov)** चमगादड़ों से मनुष्यों में गया है और चीन से ही पूरे विश्व में यह वायरस फैला है।

मुख्य स्थान	—	चीना का वुहान शहर से (17 नवम्बर 2019)
मुख्य स्रोत	—	चमगादड़ से वायरस आया
भारत में	—	केरल राज्य में सर्वप्रथम संक्रमण
पुष्टि केस	—	638,873,303
मृत्यु	—	6,62,3082

देश	संक्रमण	कुल मृत्यु
ब्राजील	7874539	199043
भारत	10395938	150372
यू.एस.ए.	21853509	3700889

#### कोविड-19 के लक्षण:

1. हल्का बुखार या ठंड लगना।
2. गले में खसरा, हल्की सी जलन।
3. नाक बंद होना या फिर नाक का बहना दोनों जैसे जुखाम में होता है।
4. सूखी खासी का कभी-कभी आना।
5. सिर दर्द होना तथा थकान का लगना।
6. साँस लेने में परेशानी होना।
7. सीने में भारी पन का लगना, बैचैनी होना।
8. स्वाद एवं गंध का न मिलना।
9. पाचन सम्बन्धी लक्षण जैसे- पेट रखाव होना, उल्टी, पतली दस्त होना।
10. कभी-कभी कुछ संक्रमितों को किसी प्रकार का लक्षण नहीं मिलता है फिर भी वे सभी को संक्रमित कर सकते हैं।

#### खुद को और दूसरों को कैसे बचाए:

कोविड-19 का संक्रमण अभी भी फैल रहा है क्योंकि यह वायरस अपनी संरचना को समय के साथ-साथ बदलता रहता है, इसीलिए इसका संक्रमण और नये वेरिएन्ट फैलते और बनते रहत हैं। यदि आप चाहते हैं कि यह संक्रमण किसी अन्य तक न फैले तो सर्वप्रथम आप स्वयं को इस संक्रमण से बचाए क्योंकि यदि आप बचे रहेंगे तो आप दूसरों को संक्रमित भी नहीं करेंगे। सरकार द्वारा दिये गये दिशा-निर्देशों को ध्यान पूर्वक पालन करें।

यदि लगता है कि आपको यह संक्रमण हुआ है तो इसकी पुष्टि के लिए आप सर्वप्रथम अपने घर पर रहे तथा रैपिड एंटीजन टेस्ट (RAT) (Rapid Antigen Test) कराएं तथा इस वायरस से होने वाले प्रभाव को लक्षण के रूप में पहचानने की कोशिश करें। यदि Rapid Antigen Test करने के बाद परिणाम सकारात्मक आता है तो आपको अगले कुछ दिनों व हफ्तों तक अन्य लोगों से दूर रहना होगा तथा कुछ दिनों तक आप अपना (RAT) जाँच करते रहे जब तक कि परिणाम नकारात्मक न हो जाए।

(दूसरे को बचाए, अपने आप से तथा अन्य से बचाये, अपने आपको)

अपने स्वास्थ्य पर ध्यान दे (क्या करें? और क्या न करें?)

यदि कोविड-19 की जाँच का परिणाम सकारात्मक निकलता है या कि कोविड-19 का सिर्फ लक्षण मिलता है परन्तु RAT जाँच नकारात्मक आता है या फिर आप को किसी भी प्रकार का संक्रमण नहीं हुआ है इस परिस्थिति में आपको क्या करना चाहिए? और क्या नहीं करना चाहिए उसे आपको जरूर जानना चाहिए जो इस प्रकार है:-

1. अपने हाथों को समय-समय पर सेनेटाइज करते रहें तथा जितना हो सके हाथों से चेहरे, नाक को छूने से बचे।
2. जितना हो सके घर पर रहे, घर की उन जगहों को सेनेटाइजर स्प्रे से या कीटनाशकों से साफ करते रहे, जिन्हें बार-बार छुआ जाता है। जैसे सिटकनी, डोर लाक करने वाला।
3. घर के दरवाजे खोल कर रखे ताकि साफ हवाएँ अन्दर आती रहे अर्थात् बन्द जगहों पर नहीं रहना चाहिए।
4. लोगों के आमने-सामने बैठने से बचे।
5. N-95 मास्क का प्रयोग करें, हो सके तो घर पर ही कॉटन कपड़ों से कई मास्क बनवा ले तथा समय-समय पर उसे साफ भी करते रहे।
6. आपात स्थिति में ही घर से बाहर जाएँ और मास्क को जरूर लगाएँ।
7. बाहर की वस्तुएँ खाने से बचे।
8. स्कूल-कालेज व कार्यस्थलों पर जाने से बचना चाहिए।
9. बाहरी लोगों से हाथ मिलाने या गले लगाने से बचे, दूर से ही नमस्कार करें।
10. बाहर की वस्तुएँ, सामान, खाद्य पदार्थ या जरूरत के सामान जब खरीद कर लाये तो उसे अच्छे से साफ कर लेना चाहिए।
11. जब कभी बाहर से घर वापस आए तो साबुन से नहाएँ तथा कपड़ों को अच्छी तरह जरूर धोएँ।
12. सामाजिक दूरी (Social Distancing) बनाकर रखें। घर वापस आने के बाद स्वयं को 5-7 दिनों तक घर के अन्य सदस्यों तक दूरी बना ले, एवं खुद को कोरीटाइन कर ले।

13. हमेशा दूसरो से 2-3 मीटर की दूरी बना कर रखे।
14. ट्रेन, बस तथा अन्य सार्वजनिक परिवहनों से यात्रा करने से बचे।
15. बाहरी लोगो, रिश्तेदारों को घर पर आने से रोकें
16. मॉस्क न पहनने वाले से अपने आपको बचाए।
17. घर पर हो सके तो रोज नियमित रूप से व्यायाम तथा योग करते रहें।
18. सार्वजनिक जगहों पर न थूके तथा सार्वजनिक स्थानों या वस्तुओं को न छुएं।
19. मोबाइल फोन को सेनेटाइजर से साफ करते रहे। दूसरों को अपना मोबाइल न दे और न ही दूसरो का मोबाइल यूज करे।
20. समस्या आने पर सर्वप्रथम किसी डाक्टर से जाकर परामर्श ले।
21. जितना हो सके इस संक्रमण के बारे में लोगों को जागरूक करते रहे।
22. कोविड-19 संक्रमित या पीड़ित लोगो को अनदेखा न करे, उनकी मदद करे। उनके साथ बुरे व्यवहार न करें।

#### कोविड-19 और लॉकडाउन से समाज पर पड़ने वाला प्रभाव संक्रमण:

कोरोना के संक्रमण ने समाज के आम जन जीवन के बहुत प्रभावित किया। जहां एक ओर इस संक्रमण से लोगो को स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याएँ उत्पन्न किया वही दूसरे ओर सरकार द्वारा लगाये गये लॉकडाउन से समाज के आम नागरिकों के जीवन चर्या को बहुत बुरी तरह से प्रभावित किया। इस लॉकडाउन ने आम नागरिकों के सामने आर्थिक संकट को उत्पन्न किया साथ ही साथ शिक्षा व्यवस्था को बुरी तरह नुकसान किया। इस महामारी से लोगों के यातायात को पूरी तरह खत्म कर दिया, जिसके कारण लोगों को बहुत सारी समस्याएँ का सामना करना पड़ा। यह महामारी समाज के लिए एक अभिशाप की तरह है जिसने मानव के जीवन के सभी पक्षों को बुरी रहा से नुकसान पहुंचाया है। कोरोना महामारी का प्रभाव:

1. नवजात बच्चों के प्रति, माता-पिता में भय।
2. प्राइवेट नौकरी करने वाले लोगो के नौकरी जाने का भय।
3. यातायात से जुड़े रोजगार का बन्द होना।
4. बच्चों की शिक्षा-व्यवस्था सुचारू रूप से ना चलना।
5. संक्रमण के भय से आपसी सम्बन्धों में विश्वास की कमी।
6. परिवार के सदस्यों में मानसिक स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ना।
7. प्राथमिक चिकित्सीय उपचार न मिलने से, लोगो के स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव।

#### निष्कर्ष:

उपरोक्त विवरण से यह कहा जा सकता है कि कोरोना वायरस एक गम्भीर बिमारी है, जिसके संक्रमण से बहुत लोगों की जान चली गई। इसके संक्रमण से बचने के लिए सरकार द्वारा पूरे भारत में लॉकडाउन लगाया गया तथा इससे समाज पर

कितना प्रभाव पड़ा, उसे स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है। इस महामारी ने मानव के जीवन पद्धति को पूरी तरह से ही बदल दिया है जैसे—

1. पहले की अपेक्षा लोग अब अधिक साफ-सफाई पर ध्यान दे रहे हैं।
2. पहले की अपेक्षा लोग अब शिक्षा के नये तकनीकी संसाधनों से शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं जैसे— मोबाइल व इंटरनेट का उपयोग।
3. मोबाइल और इंटरनेट के माध्यम से नये रोजगार के रास्ते खोज रहे हैं।
4. खाद्य पदार्थों तथा पौष्टिक भोजन पर विशेष ध्यान देना।
5. भविष्य के लिए धन की बचत करना, ताकि आर्थिक संकट के समसय कम परेशानी हो।
6. व्यायाम, नियमित रूप से करना ताकि शरीर स्वस्थ रहे।

#### सुझाव:

अध्ययन से प्राप्त निष्कर्ष के आधार पर यह कहा जा सकता है कि लोगों के सामाजिक, आर्थिक, शैक्षिक, व राजनीतिक इत्यादि जीवन में जो परिवर्तन व बदलाव आया है वह हमारे समाज के लिए सकारात्मक तथा नकारात्मक दोनों हैं। अतः हमें समाज पर पड़ने वाले नकारात्मक प्रभाव को ध्यान में रखते हुए ज्यादा से ज्यादा सावधानी रखनी चाहिए और सकारात्मक प्रभाव को और अधिक बढ़ाना चाहिए।

#### सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. कोरोना वायरस (एलिजाबेथ जेनर, जेट विल्सन और निया रॉबर्ट्स कृत) (चित्रण : एक्सल शेफलर) ([harpercollinx.co.in](http://harpercollinx.co.in))
2. कोरोना: संक्रमण से बचाव हेतु चावल हित धारकों के लिए परामर्श (icar-nrri.in) NRRI- Extension Bulletin.No.10
3. हिन्दुस्तान समाचार पत्र प्रयागराज, दिसम्बर 07 जून 2021 पृ 10
4. ई-दृष्टि वार्षिकी पत्रिका, दिसम्बर 2019 से जनवरी 2021, पृ 22
5. कोविड-19 वैश्विक महामारी— डॉ० शीलवंत सिंह, डॉ० कृति रस्तोगी
6. कोरोना वायरस (कोविड-19) के बारे में जानिए, महेश शर्मा

#### Disclaimer/Publisher's Note:

The statements, opinions and data contained in all publications are solely those of the individual author(s) and contributor(s) and not of JNGBU and/or the editor(s). JNGBU and/or the editor(s) disclaim responsibility for any injury to people or property resulting from any ideas, methods, instructions or products referred to in the content.