ICSSR Sponsored
ISSN: 2319-9997
Journal of Nehru Gram Bharati University, 2025; Vol. 14 (II):423-441

महिलाओं के स्वास्थ्य समस्याओं के प्रति जागरूकता में मीडिया की भूमिका: एक अध्ययन

विजयता पाण्डेय एवं पंकज कुमार यादव

पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग
नेहरू ग्राम भारती (मानित विश्वविद्यालय), प्रयागराज

Received: 28.10.2025 *Revised: 08.12.2025* *Accepted: 26.12.2025*

सार

यह शोध पत्र महिलाओं के स्वास्थ्य समस्याओं के प्रति जागरूकता में मीडिया की भूमिका का विश्लेषण करता है। मीडिया, विशेष रूप से टेलीविजन, फिल्म, सोशल मीडिया और डिजिटल प्लेटफॉर्म्स, ने स्वास्थ्य संबंधी सही जानकारी को व्यापक जनसंख्या तक पहुँचाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। विभिन्न स्वास्थ्य अभियानों जैसे 'पिंक अक्टूबर' तथा मातृत्व स्वास्थ्य कार्यक्रमों ने महिलाओं में स्वयं जांच, स्वास्थ्य सेवाओं के उपयोग और सामाजिक बाधाओं को पार करने में सहायक भूमिका निभाई है। इस अध्ययन में मीडिया के सकारात्मक प्रभावों के साथ-साथ नकारात्मक पहलुओं जैसे गलत सूचना और मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभावों का उल्लेख किया गया है। सुधार के लिए मीडिया में सटीकता, सांस्कृतिक संवेदनशीलता का समावेश, डिजिटल साक्षरता का प्रसार, और संवादात्मक स्वास्थ्य संदेशों की निरंतरता जरूरी है। मीडिया महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता में एक शक्तिशाली माध्यम है, जिसका जिम्मेदारीपूर्ण और प्रभावी उपयोग समाज के स्वास्थ्य स्तर और महिला सशक्तिकरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

मुख्य शब्द: *मीडिया, महिला स्वास्थ्य, स्वास्थ्य जागरूकता, डिजिटल मीडिया, सोशल मीडिया*

1. परिचय (Introduction)

मीडिया समाज में सूचना और शिक्षा के प्रसार का एक महत्वपूर्ण आधार है। खासकर महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता के क्षेत्र में मीडिया का योगदान अमूल्य है क्योंकि यह स्वास्थ्य संबंधित ज्ञान को व्यापक जनसंख्या तक पहुँचाने में सहायता करता है, जो महिलाओं के जीवन मानक को सुधारने तथा सामाजिक सशक्तिकरण में सहायक होता है। भारत जैसे विकासशील देश में जहाँ

महिलाओं को स्वास्थ्य सूचना प्राप्ति में अक्सर बाधाएं आती हैं, मीडिया विभिन्न माध्यमों जैसे कि टेलीविजन, समाचार पत्र, रेडियो, और सोशल मीडिया के जरिए स्वास्थ्य जागरूकता बढ़ाने का कार्य करता है। यह स्वास्थ्य संबंधी मिथकों को दूर करने, सही जानकारी प्रदान करने, और समाज में स्वास्थ्य के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने में मदद करता है।[1]

“डिजिटल युग में सोशल मीडिया महिला स्वास्थ्य जागरूकता के लिए एक क्रांतिकारी माध्यम बन चुका है। ‘पिंक अक्टूबर’ जैसे कैंपेन स्तन कैंसर के प्रति जागरूकता फैलाने में प्रभावी साबित हुए हैं, जो महिलाओं को स्वास्थ्य जांच और निदान के प्रति प्रोत्साहित करते हैं।“[2]

मीडिया न केवल स्वास्थ्य से जुड़ी शारीरिक बीमारियों पर प्रकाश डालता है, बल्कि यह मानसिक स्वास्थ्य, पोषण, स्वच्छता, और स्वास्थ्य सुरक्षा जैसे व्यापक सामाजिक मुद्दों पर भी जनसंपर्क करता है। मीडिया आज के समाज में स्वास्थ्य संवाद का एक अत्यंत प्रभावशाली माध्यम बन चुका है। यह महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता बढ़ाने में केंद्रीय भूमिका निभाता है, विशेषकर भारत जैसे विकासशील देश में जहाँ स्वास्थ्य संबंधी जानकारी और संसाधनों की पहुँच में असमानता विद्यमान है। महिलाओं के स्वास्थ्य से जुड़ी जानकारी फैलाने, मिथकों को दूर करने, और सकारात्मक स्वास्थ्य व्यवहारों को प्रोत्साहित करने के लिए मीडिया अनेक माध्यमों से काम करता है, जिनमें रेडियो, टेलीविजन, प्रिंट मीडिया, और डिजिटल सोशल मीडिया शामिल हैं।[3]

मीडिया न केवल स्वास्थ्य संबधी जानकारियाँ प्रदान करता है, बल्कि यह सामाजिक और सांस्कृतिक बाधाओं को तोड़ने में भी सहायक है। मीडिया के माध्यम से स्वास्थ्य जागरूकता फैलाने से ग्रामीण और दूरदराज के इलाकों की महिलाएं भी अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग होती जा रही हैं। हालांकि, गलत सूचना का प्रसार और डिजिटल साक्षरता में असमानता जैसी चुनौतियाँ मीडिया के समक्ष प्रमुख हैं, जिन्हें जिम्मेदारीपूर्ण संचार के माध्यम से दूर किया जाना चाहिए।[4]

मीडिया ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य संबंधित सूचनाओं के वितरण का भी एक पुल का कार्य करता है। ग्रामीण क्षेत्रों में जहाँ स्वास्थ्य सुविधाओं की कमी होता है, मीडिया के माध्यम से स्वास्थ्य शिक्षा से स्वास्थ्य सेवाओं का बेहतर उपयोग सुनिश्चित किया जा सकता है। शोधों से पता चला है कि मीडिया एक्सपोजर से मातृ स्वास्थ्य सेवाओं का उपयोग भी बढ़ता है, जैसे एंटीनेटल केयर और सुरक्षित प्रसव।[5] अतः, मीडिया महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता को व्यापक स्तर पर फैलाने, सामाजिक मान्यताओं में बदलाव लाने, और सकारात्मक स्वास्थ्य व्यवहार को प्रोत्साहित करने में एक केंद्रीय भूमिका निभाता है।

2. साहित्य समीक्षा (Literature Review)

निभा, एस., और अलका, एस. (2023)[6] हाल के दिनों में, सोशल मीडिया स्तन कैंसर जागरूकता सहित स्वास्थ्य जागरूकता फैलाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। स्तन कैंसर भारतीय महिलाओं में कैंसर का सबसे आम रूप है। इसके जोखिम कारकों, लक्षणों, जांच के तरीकों और जांच और प्रथाओं के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण के बारे में जागरूकता उन्नत चरण के निदान को कम करने और इसकी मृत्यु दर को कम करने के लिए आवश्यक है। इस अध्ययन का उद्देश्य भारत के मेट्रो शहर दिल्ली में महिलाओं में सोशल मीडिया उपयोगकर्ताओं के स्तन कैंसर के बारे में ज्ञान, दृष्टिकोण और अभ्यास का मूल्यांकन करना है। हमने जून से दिसंबर 2019 तक एक क्रॉस-सेक्शनल अध्ययन किया, जिसमें एक संरचित प्रश्नावली का उपयोग करके 397 महिलाओं से डेटा प्राप्त किया गया। इसमें चार खंड थे जिनमें सामाजिक-जनसांख्यिकीय प्रोफ़ाइल, स्तन कैंसर के जोखिम कारकों का ज्ञान, लक्षण और जांच, जांच के तरीकों के प्रति दृष्टिकोण और बीमारी को रोकने के लिए इसका अभ्यास शामिल था विवाहित, शिक्षित और कामकाजी प्रतिभागियों ने उल्लेखनीय रूप से उच्च ज्ञान स्कोर ($p \leq 0.001$) की सूचना दी। इनमें से लगभग तीन-चौथाई महिलाओं का स्तन स्व-परीक्षण और नैदानिक परीक्षण के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण था, और उनमें से 58% मासिक आधार पर स्तन स्व-परीक्षण का अभ्यास कर रही थीं। हमारे अध्ययन के निष्कर्षों से पता चला कि सोशल मीडिया का उपयोग करने वाली महिलाओं को जोखिम कारकों, लक्षणों और जाँच विधियों के बारे में अच्छी जानकारी थी। स्तन कैंसर की जाँच विधियों के प्रति भी उनका दृष्टिकोण सकारात्मक था। यह प्रारंभिक जाँच व्यवहार को अपनाने के लिए जागरूकता पैदा करने की आवश्यकता को दर्शाता है।

सुल्ताना, डी. टी. एन. (2025)[7] मासिक धर्म एक जैविक प्रक्रिया है जो आमतौर पर 11 से 15 वर्ष की आयु के बाद प्रत्येक महिला के शरीर में होती है। विशेष रूप से यह उम्र एक महिला के प्रजनन जीवन की शुरुआत होती है। मासिक धर्म के समय स्वच्छता संबंधी प्रथाओं को बनाए रखना बहुत महत्वपूर्ण है। मीडिया विशिष्ट ब्रांड के उत्पादों में विश्वास स्थापित करता है, मासिक धर्म के दौरान स्वच्छ उत्पादों के उपयोग को प्रोत्साहित करता है, और शहरी और ग्रामीण दोनों क्षेत्रों में शौचालयों और प्रासंगिक स्वास्थ्य सेवाओं में स्वच्छता बनाए रखता है। चयनित समस्या का विश्लेषण करने के लिए खोजपूर्ण शोध डिजाइन का उपयोग किया गया है। ग्रामीण और शहरी लड़कियों से डेटा एकत्र करने के लिए एक संरचित प्रश्नावली तैयार की गई थी। नमूना एक बहुस्तरीय नमूनाकरण विधि का उपयोग करके चुना गया था। विशेष रूप से, उत्तरदाताओं को जिले के भीतर तेरह तालुकों से चुना गया था: विजयपुरा, बसवन बागेवाड़ी, सिंदगी, इंडी, मुद्देबिहाल, निदागुंडी, तालीकोट आंकड़ों का विश्लेषण करने के लिए उपयुक्त सांख्यिकीय तकनीकों, जैसे: प्रतिशत, काई-स्क्वायर, का उपयोग किया गया। अध्ययन के परिणाम दर्शाते हैं कि जहाँ समाचार पत्र और टेलीविजन जैसे पारंपरिक मीडिया अभी भी अपनी भूमिका निभा रहे

हैं, वहीं मासिक धर्म स्वच्छता संबंधी जानकारी प्रसारित करने में सोशल मीडिया सबसे शक्तिशाली और विश्वसनीय माध्यम के रूप में उभरा है। अधिकांश उत्तरदाता जानकारी के लिए सोशल मीडिया पर निर्भर हैं; यह आधुनिक संचार में डिजिटल प्लेटफॉर्म की ओर बदलाव को दर्शाता है।

सिन्हा, एन., और शर्मा, ए., (2021)[8] स्तन कैंसर दुनिया भर में और भारत में भी एक बड़ी चिंता का विषय है। जागरूकता की कमी भारत में मृत्यु दर में वृद्धि के कारणों में से एक है। स्तन कैंसर की जानकारी सहित स्वास्थ्य संचार में सोशल मीडिया एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। भारत में, बड़ी संख्या में महिलाएं सोशल मीडिया का उपयोग कर रही हैं। भारत की महिलाओं में स्तन कैंसर की रोकथाम के लिए ज्ञान और प्रथाओं को बढ़ाने में सोशल मीडिया के उपयोग और जुड़ाव के प्रभाव का पता लगाने के लिए। भारत के दिल्ली-राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में 649 महिलाओं (प्रतिक्रिया दर 83.51%) के नमूने के साथ एक क्रॉस-सेक्शनल अध्ययन किया गया था। प्रश्नावली में तीन खंड शामिल थे। पहले खंड में, सामाजिक-जनसांख्यिकीय विवरण (चार आइटम) एकत्र किए गए थे, दूसरे खंड में सोशल मीडिया के उपयोग और जुड़ाव पर पाँच आइटम थे और तीसरे भाग में जोखिम कारकों (सात आइटम), लक्षण (आठ आइटम), लगभग 80% (431/542) महिलाओं का सोशल मीडिया से जुड़ाव मध्यम स्तर का है और 20% अत्यधिक जुड़ी हुई हैं। सोशल मीडिया जुड़ाव और ज्ञान के बीच संबंध का ढलान गुणांक 0.805 है और ज्ञान और व्यवहार के बीच 0.309 है, काई-स्क्वायर मान क्रमशः 52.053 और 29.624 है, और क्रैमर-V आँकड़े क्रमशः 0.310 और 0.165 हैं, जो महत्वपूर्ण संबंध दर्शाते हैं। अध्ययन के परिणाम ने स्तन कैंसर की रोकथाम के लिए महिलाओं के ज्ञान और व्यवहार पर सोशल मीडिया जुड़ाव के महत्वपूर्ण प्रभाव को उचित ठहराया।

वुड, ए., और मोहम्मद नोर शाहिज़ान अली, (2022)[9] इंडोनेशिया में प्रजनन आयु वर्ग की महिलाओं में स्वास्थ्य साक्षरता की बुनियादी अवधारणा के साथ-साथ मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता की समझ पिछले कई दशकों से बढ़ रही है। आधुनिक समाज में तकनीक के उपयोग और शिक्षा के स्तर के आधार पर मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता आगे बढ़ रही है और एक मज़बूत अवधारणा बन रही है। इंडोनेशिया में महिलाओं में मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता का परिप्रेक्ष्य उनकी शैक्षिक पृष्ठभूमि की गहराई से पहचाना जाता है, जो निवारक व्यवहारों से संबंधित उनके स्वास्थ्य संबंधी निर्णयों को प्रभावित करती है। मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता का स्वास्थ्य व्यवहार से गहरा संबंध रहा है। इसके विपरीत, इस प्रकार की अंतःक्रिया स्वास्थ्य साक्षरता के संदर्भ में मीडिया का एक नया अर्थ गढ़ती है, जो मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता की नई परिभाषा को मूर्त रूप देती है। इस बीच, स्वास्थ्य व्यवहार स्वास्थ्य साक्षरता के स्तर पर निर्भर करते हैं, जो मीडिया द्वारा जुड़ा होता है और जिसका जनमत और नैदानिक प्रक्रिया पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। परिणामस्वरूप, इसमें निवारक स्वास्थ्य व्यवहारों को सुदृढ़ या बाधित करने की असीम क्षमता होती है। इस अध्ययन में

विभिन्न शैक्षिक पृष्ठभूमि वाली 12 इंडोनेशियाई महिलाओं को शामिल किया गया, जिससे पता चला कि गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर पर परिप्रेक्ष्य और निवारक स्वास्थ्य व्यवहार मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता से जुड़े हैं। अध्ययन में मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता पिरामिड का भी सुझाव दिया गया है, जिसमें कहा गया है कि उत्तरदाताओं की शैक्षिक पृष्ठभूमि सूचित स्वास्थ्य निर्णय लेने के लिए निवारक स्वास्थ्य व्यवहार को प्रभावित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

पार्कवी, के. (2016)[10] स्वास्थ्य संचार, संचार के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण क्षेत्र है जिसका उद्देश्य जन-जन तक स्वास्थ्य संदेश पहुँचाना है। इस अध्ययन में महिलाओं को स्वास्थ्य संबंधी जानकारी प्रदान करने में मीडिया की भूमिका का विश्लेषण किया गया है। मीडिया में महिलाओं का चित्रण, शहरी और ग्रामीण, दोनों पृष्ठभूमि की महिलाओं के मन पर पड़ने वाले प्रभाव का अलग-अलग विश्लेषण किया गया है। ग्रामीण महिलाओं के स्वास्थ्य में मीडिया की भूमिका का गहन अध्ययन किया गया है और शहरी महिलाओं के मन में शारीरिक छवि को आदर्श बनाने में मीडिया की भूमिका का भी विश्लेषण किया गया है।

3. मीडिया की भूमिका (Role of Media)

मीडिया महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता बढ़ाने में एक महत्वपूर्ण और प्रभावशाली भूमिका निभाता है। यह न केवल स्वास्थ्य संबंधी सूचनाओं का प्रसार करता है, बल्कि महिलाओं को स्वास्थ्य से जुड़ी गलतफहमियों से बचाने, स्वास्थ्य सेवा तक पहुँच बढ़ाने, और स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित भी करता है। सोशल मीडिया जैसे प्लेटफार्मों पर नियमित स्वास्थ्य जांच, पोषण, मानसिक स्वास्थ्य, मासिक धर्म स्वच्छता, गर्भनिरोधक विधियाँ, और कैंसर जागरूकता जैसे निवारक स्वास्थ्य उपायों की जानकारी व्यापक रूप से उपलब्ध कराई जाती है, जिससे महिलाओं में स्वस्थ रहन-सहन के प्रति जागरूकता बढ़ती है

3.1 मीडिया के प्रकार

3.1.1 पारंपरिक मीडिया (टीवी, रेडियो, समाचार पत्र)

पारंपरिक मीडिया जैसे टेलीविजन, रेडियो और समाचार पत्र भारत में महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता बढ़ाने के लिए एक महत्वपूर्ण माध्यम हैं। विशेषकर ग्रामीण और अल्पविकसित क्षेत्रों में जहां डिजिटल मीडिया की पहुँच सीमित है, ये माध्यम स्वास्थ्य संदेशों के प्रसार में प्रभावशाली भूमिका निभाते हैं। उदाहरण के तौर पर, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय द्वारा संचालित "स्वस्थ नारी, सशक्त परिवार अभियान" में दूरदर्शन और ऑल इंडिया रेडियो (एआईआर) जैसे प्लेटफार्मों का उपयोग कर मासिक धर्म स्वच्छता, पोषण, और महिलाओं के समग्र कल्याण से जुड़े संदेश पूरे देश में पहुँचाए जाते हैं। इसके अतिरिक्त, अखबारों व मैगज़ीनों के माध्यम से महिलाओं के स्वास्थ्य, मातृत्व देखभाल, टीकाकरण और अन्य स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी

नियमित रूप से उपलब्ध कराई जाती है। इस प्रकार, पारंपरिक मीडिया स्थानीय समुदायों में व्यवहार परिवर्तन और स्वास्थ्य पर जागरूकता लाने में सहायक है।[11]

3.1.2 डिजिटल और सोशल मीडिया (वेबसाइट्स, ब्लॉग्स, सोशल प्लेटफॉर्म्स)

डिजिटल और सोशल मीडिया ने महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता में क्रांतिकारी बदलाव लाए हैं। फेसबुक, इंस्टाग्राम, ट्विटर, यूट्यूब जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म महिलाओं को स्वास्थ्य संबंधी जानकारी, विशेषज्ञों से संवाद, और अनुभव साझा करने के लिए मंच प्रदान करते हैं। डिजिटल मीडिया के माध्यम से 'पिंक अक्टूबर' जैसे कैंपेन ने स्तन कैंसर जागरूकता को नई ऊँचाइयों तक पहुँचाया है, जिससे व्यापक जनसंख्या में स्वास्थ्य जांच और समय पर उपचार के प्रति जागरूकता बढ़ी है, इसके अलावा, स्वास्थ्य वेबसाइट्स, ब्लॉग्स, और मोबाइल एप्लीकेशंस स्वास्थ्य विशेषज्ञों के टूल्स, वीडियो, और लेखों के माध्यम से महिलाओं को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने में मार्गदर्शन करते हैं।[12] डिजिटल मीडिया की विशेषता इसकी इंटरएक्टिविटी और पहुंच की व्यापकता है, जिससे महिलाएं अपनी स्वास्थ्य समस्याओं को खुले और सुरक्षित तरीके से साझा कर पाती हैं। सोशल मीडिया के जरिये मानसिक स्वास्थ्य, पोषण, गर्भ निरोधक उपायों, और स्वच्छता जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर जागरूकता बढ़ रही है, विशेषकर युवाओं और शहरी महिलाओं में। डिजिटल मीडिया ग्रामीण इलाकों में भी तेजी से फैल रहा है, जिससे स्वास्थ्य संदेशों की पहुँच बढ़ी है, हालांकि डिजिटल साक्षरता और इंटरनेट पहुँच की चुनौतियाँ अभी बनी हुई.[13] पारंपरिक मीडिया जहां स्थानीय भाषा और सांस्कृतिक संदर्भ में विवरण प्रदान करता है, वहीं डिजिटल और सोशल मीडिया अधिक त्वरित, प्रभावशाली और सहभागात्मक स्वास्थ्य संवाद का अवसर प्रस्तुत करता है। दोनों मीडिया प्रकारों का संयोजन महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता को व्यापक और सशक्त बनाने के लिए आवश्यक है।

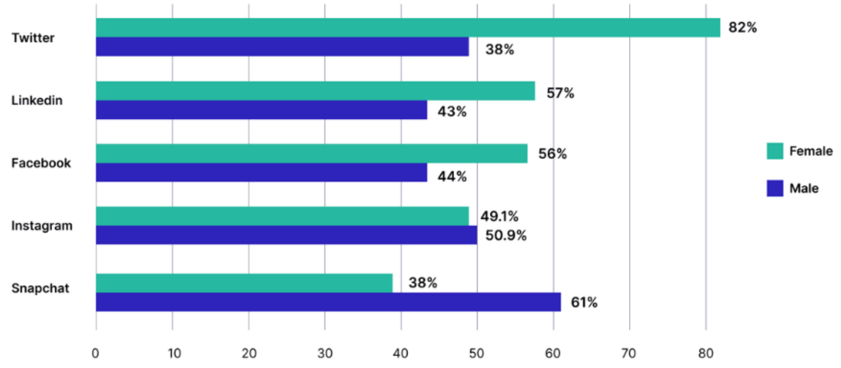

Figure1: मेल/फीमेलऑन सोशल मीडिया

Source: https://www-mhfaindia-com

3.2 स्वास्थ्य मुद्दों के बारे में मीडिया का संदेश

मीडिया महिलाओं के स्वास्थ्य से जुड़ी महत्वपूर्ण जानकारी के प्रसार में एक केंद्रीय भूमिका निभाता है। यह न केवल स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता बढ़ाता है, बल्कि स्वस्थ जीवनशैली अपनाने, रोकथाम के उपायों और समय पर चिकित्सा सहायता लेने के लिए प्रेरित करता है।

टेलीविजन, रेडियो, समाचार पत्र और सबसे अधिक प्रभावशाली डिजिटल और सोशल मीडिया प्लेटफार्मों के माध्यम से महिलाओं को मासिक धर्म स्वच्छता, पोषण, गर्भनिरोधक उपाय, मानसिक स्वास्थ्य, मातृत्व देखभाल, और कैंसर जैसे स्तन कैंसर के विषय में नियमित स्वास्थ्य संदेश उपलब्ध कराए जाते हैं। सोशल मीडिया अभियान जैसे 'पिंक अक्टूबर' स्तन कैंसर जागरूकता को व्यापक जन-समूह तक पहुँचाने में सफल रहे हैं, जिनसे महिलाओं में समय-समय पर जांच और उपचार की महत्ता को समझने में मदद मिलती है।

मीडिया के स्वास्थ्य संदेश महिलाओं के समाज में व्याप्त भ्रांतियों और कलंक को तोड़ने में भी कारगर हैं। मासिक धर्म को लेकर सामाजिक तिरस्कार, मानसिक स्वास्थ्य के प्रति मंद समझ, तथा पोषण के अभाव से जुड़ी गलतफहमियाँ मीडिया एजेंसियों के माध्यम से चुनौती दी जाती हैं। इन संदेशों का उद्देश्य महिलाओं को उनके स्वास्थ्य के प्रति जागरूक, सशक्त और सुरक्षित बनाना होता है।

इसके अलावा, राष्ट्रीय महिला स्वास्थ्य सप्ताह जैसे आयोजन सोशल मीडिया के जरिये स्वास्थ्य संदेशों को तेजी से फैलाते हैं और महिलाएं अपने स्वास्थ्य को प्राथमिकता देने के लिए प्रेरित होती हैं। यह संदेश नौजवानों से लेकर बुजुर्ग महिलाओं तक विभिन्न आयु वर्गों में प्रसारित होते हैं, जिससे स्वास्थ्य के प्रति सकारात्मक सोच का विकास होता है।[14]

मीडिया न केवल जानकारी देता है, बल्कि महिलाओं को अपने स्वास्थ्य से जुड़े फैसले लेने में सहायता करता है। विशेषज्ञ सलाह, स्वास्थ्य टिप्स, जीवनशैली में सुधार के उपाय, और महिलाओं द्वारा साझा किए गए अनुभव सामाजिक मीडिया पर उपलब्ध होते हैं, जो समुदायिक शिक्षा को बढ़ावा देते हैं। यद्यपि चुनौतियाँ जैसे गलत सूचना, सूचना की अधिकता, और डिजिटल साक्षरता की कमी भी हैं, पर सही दिशानिर्देशन और नियमित स्वास्थ्य संदेशों द्वारा यह प्रभावी रूप से महिलाओं के स्वास्थ्य में सुधार का कारक बन रहा है।

3.3 मीडिया अभियान और उनकी सफलता

मीडिया अभियान महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता के क्षेत्र में अत्यंत प्रभावशाली साबित हुए हैं, जिनमें से सबसे प्रसिद्ध उदाहरण है 'पिंक अक्टूबर' अभियान, जो स्तन कैंसर जागरूकता के लिए हर साल अक्टूबर में विश्व भर में मनाया जाता है। यह अभियान शुरुआती पहचान, समय पर जांच, रोकथाम और इलाज के महत्त्व को प्रचारित करता है। 1985 में अमेरिकन

कैंसर सोसाइटी द्वारा शुरू किया गया यह राष्ट्रीय स्तन कैंसर जागरूकता माह स्तन कैंसर के प्रति व्यापक सामाजिक जागरूकता और समर्थन का प्रतीक बन चुका है। इस अभियान के तहत गुलाबी रंग और रिबन का उपयोग कर लोगों में जागरूकता फैलाने के साथ-साथ निधि संग्रहित कर अनुसंधान एवं सहायता कार्यों को भी बढ़ावा दिया जाता है।

'पिंक अक्टूबर' जैसे अभियान ने तकनीकी माध्यमों—टीवी, रेडियो, सोशल मीडिया, वेबसाइट्स—का कुशल उपयोग कर स्तन कैंसर के बारे में मिथकों को तोड़ने, बीमारी की प्रारंभिक पहचान के लिए स्व-निरीक्षण को प्रोत्साहित करने, और उपचार के लिए प्रेरित करने में सफलता हासिल की है। सोशल मीडिया पर गंभीर संवाद, विशेषज्ञों द्वारा लाइव सेशन, और कैंसर से जूझ रही महिलाओं की सफलता कहानियाँ इस अभियान की मजबूती को दर्शाती हैं।[15]

इसी तरह मातृत्व स्वास्थ्य के क्षेत्र में भी कई प्रभावी मीडिया अभियान चलाए गए हैं, जैसे राष्ट्रीय स्वास्थ्य कार्यक्रमों के तहत सुरक्षित मातृत्व, एंटीनेटल केयर, पोषण और टीकाकरण की जानकारी समाज के प्रत्येक वर्ग तक पहुंचाना। खासकर ग्रामीण और पिछड़े इलाकों में स्थानीय भाषा और सांस्कृतिक संदर्भों में संदेश देने वाले रेडियो और टेलीविजन कार्यक्रमों ने मातृ मृत्यु दर में कमी लाने में मदद की है।[16]

मीडिया अभियानों की सफलता के कारण उनमें निरंतरता, लक्षित जनसंख्या के अनुरूप सामग्री, और डिजिटल तकनीक के प्रभावी उपयोग को माना जाता है। ये अभियान न केवल जागरूकता बढ़ाते हैं, बल्कि स्वास्थ्य सेवाओं के उपयोग को भी प्रोत्साहित करते हैं, जिससे महिलाओं के जीवन स्तर में सुधार होता है।

4. विधि (Methodology)

इस शोध में द्वितीयक डेटा का उपयोग किया गया है, जिसमें पहले से प्रकाशित रिपोर्ट्स, अध्ययन, और मीडिया सामग्री का विश्लेषण किया गया है। डेटा संग्रह के लिए, विभिन्न सरकारी रिपोर्ट्स, स्वास्थ्य संबंधित संस्थाओं के अध्ययन (जैसे WHO, UNICEF, भारतीय स्वास्थ्य मंत्रालय), और मीडिया सामग्री (टीवी प्रोग्राम्स, सोशल मीडिया अभियानों, फिल्मी अभियानों) का विश्लेषण किया गया। इसके अतिरिक्त, स्वास्थ्य के मुद्दों पर आधारित मीडिया अभियानों जैसे ब्रेस्ट कैंसर अवेयरनेस, मातृत्व स्वास्थ्य आदि को लेकर पहले से प्रकाशित जानकारी का उपयोग किया गया है। इस शोध में डेटा का गुणात्मक विश्लेषण किया गया है, जिससे यह समझने का प्रयास किया गया कि मीडिया कैसे महिलाओं के स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता फैलाने में योगदान दे रहा है। इस विश्लेषण में, मीडिया के संदेशों और अभियानों की सफलता और प्रभाव का मूल्यांकन किया गया। साथ ही, उपलब्ध सांख्यिकीय डेटा का उपयोग भी किया गया है, यदि कहीं भी प्रासंगिक जानकारी प्राप्त हुई हो, ताकि मीडिया के प्रभाव को अधिक स्पष्टता से मापा जा सके। इस शोध में नैतिक दृष्टिकोण का पालन किया गया है, जहां सभी स्रोतों का उचित संदर्भ

और उद्धरण किया गया है, जिससे किसी भी प्रकार की सूचना का दुरुपयोग नहीं हुआ है और अध्ययन निष्पक्ष और सटीक बना है।

5. महिलाओं के स्वास्थ्य के प्रमुख मुद्दे (Key Health Issues for Women)

भारत में महिलाओं के स्वास्थ्य के क्षेत्र में कई प्रमुख मुद्दे हैं जिनपर ध्यान केंद्रित किया जाना आवश्यक है। सरकार और स्वास्थ्य संस्थान निरंतर प्रयासरत हैं कि इन समस्याओं का समाधान और महिलाओं के लिए बेहतर स्वास्थ्य सेवाएँ उपलब्ध कराई जाएं।

5.1 गर्भावस्था और प्रसव संबंधित समस्याएँ

गर्भावस्था और प्रसव समय महिलाओं के स्वास्थ्य के अत्यंत संवेदनशील और महत्वपूर्ण चरण होते हैं, जिनका भारत में व्यापक प्रभाव देखा जाता है। गर्भावस्था के दौरान महिलाओं को विभिन्न स्वास्थ्य मुद्दों का सामना करना पड़ता है, जिनमें उच्च रक्तचाप, गर्भकालीन मधुमेह, प्रीक्लेम्पसिया, और एनीमिया प्रमुख हैं। साथ ही, प्रसव से पहले और दौरान मृत जन्म की घटनाएं भी चिंताजनक हैं, खासकर उत्तर और मध्य भारत के कुछ क्षेत्रों में। हाल के शोधों के अनुसार, 2020 में भारत में शिशु मृत जन्म दर 6.54 प्रति हजार रही, जिसमें शहरी महिलाएं अधिक प्रभावित पाई गई। उच्च एनीमिया और कुपोषण की समस्या वाले क्षेत्रों में यह दर और अधिक पाई गई है। [17]

जिनमें कई तरह की स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। भारत में गर्भावस्था संबंधी समस्याएँ अभी भी व्यापक स्तर पर देखी जाती हैं, विशेषकर आर्थिक और सामाजिक रूप से कमजोर वर्गों में। मातृत्व मृत्यु दर को कम करने के लिए कई सरकारी योजनाएं चल रही हैं, जिनमें प्रसव पूर्व और प्रसवोत्तर देखभाल, पोषण पर सलाह, सुरक्षित और संस्थागत प्रसव, तथा नवजात शिशु की देखभाल को प्राथमिकता दी गई है। हाल के राष्ट्रीय स्वास्थ्य सर्वेक्षणों (NFHS-5) के अनुसार, अब अधिक महिलाओं को प्रसव पूर्व देखभाल मिल रही है, और संस्थागत प्रसव की संख्या भी बढ़ी है, जिससे मातृत्व स्वास्थ्य में सुधार हो रहा है।

गर्भावस्था से जुड़ी प्रमुख समस्याओं में उच्च रक्तचाप, गर्भकालीन मधुमेह, प्रीक्लेम्पसिया, और इंफर्टिलिटी जैसी जटिलताएं शामिल हैं। इन समस्याओं का सही समय पर निदान और उपचार गर्भवती महिला और भ्रूण दोनों के लिए आवश्यक है। इसके अलावा, महिलाओं में बढ़ रहा पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (PCOS), थायरॉयड विकार, और मोटापे के कारण भी गर्भधारण और स्वस्थ गर्भावस्था में बाधाएं आ रही हैं। पर्यावरणीय कारक जैसे प्रदूषण और अस्वास्थ्यकर जीवनशैली भी इन स्वास्थ्य समस्याओं को बढ़ावा देते हैं।

सरकार के मातृत्व सुरक्षा कार्यक्रमों जैसे जननी सुरक्षा योजना (JSY) के माध्यम से गर्भवती महिलाओं को वित्तीय सहायता और स्वास्थ्य सेवा का प्रावधान किया जाता है, विशेषकर

ग्रामीण और पिछड़े इलाकों में। प्रसव के दौरान और बाद के समय में महिलाओं की देखभाल के लिए आशा कार्यकर्ता महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।[18]

5.2 महिला मानसिक स्वास्थ्य

महिला मानसिक स्वास्थ्य भारत में एक महत्वपूर्ण और तेजी से उभरता हुआ स्वास्थ्य क्षेत्र है, जो महिलाओं के सामाजिक, आर्थिक, और शारीरिक स्वास्थ्य के साथ गहराई से जुड़ा हुआ है। महिलाओं को पुरुषों की तुलना में मानसिक स्वास्थ्य विकारों का अधिक खतरा होता है, जिनमें प्रमुख रूप से डिप्रेशन, चिंता विकार, पोस्ट-ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसॉर्डर (PTSD), और भोजन विकार शामिल हैं। हार्मोनल बदलाव, जैसे मासिक धर्म, गर्भावस्था, प्रसवोत्तर और मेनोपॉज, महिलाओं को मानसिक रूप से अधिक संवेदनशील बनाते हैं, साथ ही घरेलू हिंसा, यौन उत्पीड़न, और सामाजिक अपेक्षाओं के दबाव के कारण भी उनका मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित होता है। कोविड-19 महामारी ने महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य को और अधिक चुनौतीपूर्ण बना दिया, जिससे डिप्रेशन और चिंता के मामले बढ़े हैं ।[19]

भारत में मानसिक स्वास्थ्य के प्रति सामाजिक कलंक के कारण कई महिलाएं आवश्यक सहायता लेने से हिचकती हैं, जिसके कारण उनकी समस्याएं बढ़ जाती हैं। हालांकि, महिलाओं के लिए जेंडर-सेंसिटिव मानसिक स्वास्थ्य नीतियाँ, प्रेगनेंसी और पोस्टपार्टम केयर सुधार, तथा घरेलू हिंसा पीड़ितों के लिए समर्थन सेवाएं विकसित की जा रही हैं ताकि मानसिक स्वास्थ्य में सुधार हो सके। रिपोर्टों के अनुसार, महिलाओं में डिप्रेशन के मामले पुरुषों की तुलना में लगभग 1.5 गुना अधिक हैं, और 20 से 24 वर्ष की महिलाओं में चिंता विकार अत्यधिक पाया जाता है।

मानसिक स्वास्थ्य की बेहतर देखभाल के लिए सामाजिक समर्थन, कलंक तोड़ना, तनाव प्रबंधन, और मानसिक स्वास्थ्य शिक्षा आवश्यक हैं। मीडिया इस दिशा में जागरूकता फैलाने, सहायता संसाधनों की जानकारी देने और महिलाओं को स्वस्थ मानसिक जीवन के लिए प्रेरित करने में सक्रिय भूमिका निभा रहा है। महिला मानसिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता देकर न केवल व्यक्तिगत जीवन बल्कि पूरे समाज की समृद्धि सुनिश्चित होती है।

5.3 स्त्री रोग और पीसीओएस

पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (पीसीओएस) महिलाओं में प्रजनन आयु के दौरान पाया जाने वाला एक आम हार्मोनल विकार है, जिसमें हार्मोन का असंतुलन हो जाता है। पीसीओएस के कारण महिलाओं के अंडाशय में कई छोटी-छोटी सिस्ट बन जाती हैं, जो ओव्यूलेशन की प्रक्रिया को बाधित करती हैं और गर्भधारण में कठिनाई उत्पन्न करती हैं। इस स्थिति में फीमेल हार्मोन की बजाय मेल हार्मोन (एंड्रोजन) का स्तर बढ़ जाता है, जिससे अनियमित मासिक धर्म, चेहरे और शरीर पर अनचाहे बालों का बढ़ना, मुंहासे, वजन बढ़ना, सिरदर्द, व्यवहार में बदलाव, और

अनिद्रा जैसी समस्याएं सामने आती हैं। पीसीओएस से पीड़ित महिलाओं में टाइप-2 डायबिटीज़ और हार्ट डिजीज़ का जोखिम भी अधिक होता है।

पीसीओएस का पूर्ण इलाज संभव नहीं है, लेकिन जीवनशैली में बदलाव और सही चिकित्सा के माध्यम से इसके लक्षणों को नियंत्रित किया जा सकता है। वजन कम करना, नियमित व्यायाम, और पौष्टिक भोजन पीसीओएस के लक्षणों में सुधार लाने में मददगार होते हैं। उपचार में गर्भ निरोधक गोलियों का उपयोग, ओव्यूलेशन प्रेरित करने वाली दवाएं और हार्मोनल थेरेपी शामिल हैं। सही समय पर निदान और उपचार से पीसीओएस से प्रभावित महिलाएं भी गर्भधारण कर सकती हैं और सामान्य जीवन जी सकती हैं।

5.4 कैंसर (ब्रेस्ट कैंसर, सर्विक्स कैंसर)

भारत में महिलाओं में ब्रेस्ट कैंसर और सर्विक्स कैंसर दोनों ही प्रमुख स्वास्थ्य समस्याओं में शामिल हैं। हाल के वर्षों में ब्रेस्ट कैंसर के मामलों में तेज़ी से वृद्धि देखी गई है और यह अब महिलाओं में सबसे आम कैंसर बन चुका है। 2021 से 2025 के बीच ब्रेस्ट कैंसर के मरीजों में लगभग 39.1% की वृद्धि हुई है। कुल कैंसर के मामलों में से 13.5% ब्रेस्ट कैंसर के मरीज हैं, और इस कैंसर की मृत्यु दर 10.6% तक पहुंच चुकी है। महिलाओं में ब्रेस्ट कैंसर के कारणों में पोषण की कमी, जीवनशैली में परिवर्तन, मोटापा, देर से गर्भधारण और गर्भनिरोधक गोलियों का ज्यादा सेवन आदि शामिल हैं। जल्द पहचान और उपचार की कमी के चलते अधिकांश मामलों में रोग घातक स्तर पर पहुंच जाता है, जिससे मृत्यु दर बढ़ जाती है। भारत में स्क्रीनिंग की दर अभी भी बहुत कम है, जिसके कारण कैंसर का पता अक्सर देर से चलता है।[20]

सर्विक्स कैंसर भी महिलाओं के लिए गंभीर खतरा है, खासकर ग्रामीण और पिछड़े इलाकों में जहाँ नियमित स्क्रीनिंग और टीकाकरण की पहुँच सीमित है। गर्भाशय ग्रीवा कैंसर के लिए मानव पैपिलोमा वायरस (HPV) एक मुख्य कारण है, जिसे रोकने के लिए HPV वैक्सीन के प्रचार-प्रसार और जागरूकता की आवश्यकता है। भारत सरकार ने कई स्वास्थ्य अभियानों के तहत महिलाओं में इस कैंसर से बचाव के लिए टीकाकरण कार्यक्रम और स्क्रीनिंग सुविधाएं शुरू की हैं ताकि इसकी रोकथाम की जा सके।[21]

इन दोनों कैंसरों के प्रति जागरूकता बढ़ाने, नियमित स्क्रीनिंग कराए जाने, और उपचार के लिए तत्परता बढ़ाने के प्रयास जारी हैं। मीडिया, स्वास्थ्य संस्थान और सरकारी कार्यक्रम मिलकर इस दिशा में काम कर रहे हैं ताकि महिलाओं के जीवन को बेहतर और स्वस्थ बनाया जा सके।

5.5 लिंग आधारित स्वास्थ्य असमानताएँ

भारत में महिलाओं और पुरुषों के बीच स्वास्थ्य के क्षेत्र में असमानताएँ एक गंभीर सामाजिक चुनौती हैं। महिलाओं को स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँच में कई बाधाओं का सामना करना पड़ता है,

जिसमें आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक कारण शामिल हैं। महिलाओं की स्वास्थ्य देखभाल में निवेश पुरुषों की तुलना में कम होता है, जिससे महिलाओं की मातृ मृत्यु दर, कुपोषण, और संक्रामक बीमारियों का जोखिम अधिक रहता है। राष्ट्रीय सर्वेक्षणों और वैश्विक रिपोर्टों के अनुसार, भारत में महिलाओं की साक्षरता और आर्थिक स्वतंत्रता में सुधार के बावजूद स्वास्थ्य और प्रजनन अधिकारों में असमानता बनी हुई है। महिलाओं के लिए पोषण, प्रसव पूर्व स्वास्थ्य सेवा, मानसिक स्वास्थ्य सेवा, और रोग निवारक जांच की उपलब्धता पुरुषों की तुलना में कम है।

स्वास्थ्य क्षेत्र में लिंग असमानता के कारणों में पितृसत्तात्मक सामाजिक मान्यताएँ, बाल देखभाल सहायता की कमी, असुरक्षित कार्यस्थल, और स्वास्थ्य संबंधी निर्णयों में महिलाओं की भागीदारी का अभाव प्रमुख हैं। राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन (NHM) और प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना जैसी सरकारी पहलों ने मातृ स्वास्थ्य में सुधार किया है, लेकिन ग्रामीण और हाशिये पर रहने वाली महिलाओं तक प्रभावी रूप से पहुंचाने में चुनौतियाँ हैं। इसके अतिरिक्त, वैश्विक लैंगिक अंतराल रिपोर्ट 2025 में भारत 131वें स्थान पर है, जो स्वास्थ्य, शिक्षा, और आर्थिक क्षेत्रों में महिलाओं और पुरुषों के बीच असमानताओं को दर्शाता है।

लिंग आधारित स्वास्थ्य असमानताओं को कम करने के लिए जरूरी है कि नीति निर्माताओं द्वारा महिलाओं के लिए समर्पित स्वास्थ्य सुविधाओं, जागरूकता कार्यक्रमों, और सामाजिक सुरक्षा उपायों को बढ़ावा दिया जाए। इसके साथ ही, मीडिया की भूमिका भी महत्वपूर्ण है जो स्वस्थ आचरण और महिला स्वास्थ्य अधिकारों के प्रति जागरूकता फैलाने में सहायक हो सकती है।

Table 1: महिलाओं के प्रमुख स्वास्थ्य मुद्दे और मीडिया की भूमिका

स्वास्थ्य मुद्दा	**मुख्य समस्याएँ**	**मीडिया द्वारा योगदान**
गर्भावस्था व प्रसव	एनीमिया, उच्च BP, मधुमेह, प्रसव जटिलताएँ	मातृत्व स्वास्थ्य अभियान, प्रसव पूर्व देखभाल संदेश, संस्थागत प्रसव का प्रचार
मानसिक स्वास्थ्य	डिप्रेशन, चिंता, PTSD	सोशल मीडिया जागरूकता, हेल्पलाइन जानकारी, कलंक कम करने वाले अभियान
PCOS	हार्मोनल असंतुलन, अनियमित पीरियड्स, वजन बढ़ना	विशेषज्ञ वीडियो, स्वास्थ्य ब्लॉग, जीवनशैली सुधार जानकारी
ब्रेस्ट कैंसर	देर से पहचान, कम स्क्रीनिंग	पिंक अक्टूबर अभियान, स्व-परीक्षण वीडियो, जागरूकता विज्ञापन
सर्विक्स कैंसर	HPV संक्रमण, कम टीकाकरण	HPV वैक्सीन जागरूकता, स्क्रीनिंग संदेश, सरकारी अभियान

6. मीडिया द्वारा जागरूकता फैलाने के उदाहरण (Examples of Media Awareness Campaigns)

6.1 टीवी और फिल्मी अभियानों का प्रभाव

टेलीविजन और फिल्मी अभियानों ने महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता बढ़ाने में महत्वपूर्ण प्रभाव डाला है, खासतौर पर स्तन कैंसर जागरूकता के क्षेत्र में। 'पिंक अक्टूबर' अभियान इसका एक प्रमुख उदाहरण है, जो हर साल अक्टूबर महीने में स्तन कैंसर के प्रति जागरूकता फैलाने के लिए आयोजित किया जाता है। इस अभियान के माध्यम से टीवी, रेडियो, सोशल मीडिया और डिजिटल प्लेटफार्मों पर स्तन कैंसर की शुरुआती पहचान, स्व-निरीक्षण और समय पर उपचार की जानकारी व्यापक स्तर पर पहुंचाई जाती है। इस अभियान ने महिलाओं को अपने स्वास्थ्य की जांच कराने और कैंसर से जुड़ी भ्रांतियों को दूर करने में सहायता की है। भारत में 'पिंक अक्टूबर' अभियान के माध्यम से लाखों महिलाओं तक स्वस्थ्य संबंधी संदेश पहुंचाए गए हैं, जिससे स्तन कैंसर की जानलेवा बीमारी को कम करने में मदद मिली है। इसके अतिरिक्त, कई फिल्मी कार्यक्रमों और विज्ञापनों ने भी महिलाओं के स्वास्थ्य, माहवारी स्वच्छता, मानसिक स्वास्थ्य, पोषण, और सुरक्षित मातृत्व जैसी महत्वपूर्ण विषयों पर जागरूकता फैलाने में प्रभावशाली भूमिका निभाई है। ये अभियान न केवल स्वास्थ्य जांच और उपचार के प्रति जागरूक करते हैं, बल्कि महिलाओं को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने और स्वास्थ्य सेवा तक पहुंच बढ़ाने के लिए प्रेरित करते हैं। इस प्रकार, टीवी और फिल्मी अभियानों ने भारत में महिलाओं के स्वास्थ्य सुधार में एक क्रांतिकारी बदलाव लाने में योगदान दिया है।

6.2 सोशल मीडिया और डिजिटल अभियानों का प्रभाव

सोशल मीडिया और डिजिटल अभियानों ने महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता के क्षेत्र में एक क्रांतिकारी प्रभाव डाला है। #SelfCheck और #MothersHealth जैसे हैशटैग अभियानों ने फेसबुक, इंस्टाग्राम, ट्विटर जैसे प्लेटफार्मों के माध्यम से महिलाओं को मानसिक स्वास्थ्य, पोषण, मासिक धर्म स्वच्छता, गर्भनिरोधक उपाय, और मातृत्व देखभाल के बारे में जागरूक किया है। ये डिजिटल अभियान न केवल जानकारी पहुंचाते हैं, बल्कि महिलाओं को अपने स्वास्थ्य की देखभाल स्वयं करने एवं विशेषज्ञों से जोड़ने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। सोशल मीडिया पर सपोर्ट ग्रुप्स भी बढ़े हैं जहां महिलाएं अपनी स्वास्थ्य समस्याओं को साझा कर समाधान ढूंढ़ती हैं और मानसिक स्वास्थ्य के कलंक को दूर करती हैं। इसके अलावा, डिजिटल प्लेटफार्मों के माध्यम से लाइव सत्र, विशेषज्ञ इंटरव्यू, और मोबाइल एप्लिकेशन द्वारा स्वास्थ्य सेवा शिक्षा को अधिक सुलभ बनाया गया है। इन पहलों ने विशेषकर युवा और शहरी महिलाओं के स्वास्थ्य व्यवहारों में सकारात्मक बदलाव लाने में मदद की है। डिजिटल मीडिया की पहुंच ग्रामीण क्षेत्रों में बढ़ रही है, जिससे स्वास्थ्य संदेशों का व्यापक प्रसार संभव हो पा रहा है,

हालांकि डिजिटल साक्षरता और इंटरनेट उपलब्धता अभी भी चुनौतियां हैं। इस प्रकार, सोशल मीडिया और डिजिटल अभियानों ने महिलाओं के स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता को बढ़ावा देने में एक शक्तिशाली और त्वरित माध्यम के रूप में काम किया है।

6.3 प्रसिद्ध स्वास्थ्य अभियान

ब्रेस्ट कैंसर अवेयरनेस

'पिंक अक्टूबर' भारत सहित विश्व भर में स्तन कैंसर जागरूकता के लिए हर साल अक्टूबर माह में मनाया जाने वाला प्रमुख अभियान है। यह अभियान महिलाओं को स्तन कैंसर के प्रारंभिक लक्षणों की पहचान, नियमित स्व-निरीक्षण और समय पर जांच कराने के लिए जागरूक करता है। मीडिया के विभिन्न माध्यमों जैसे टेलीविजन, रेडियो, सोशल मीडिया और डिजिटल प्लेटफॉर्म का उपयोग करके इस अभियान ने इस गंभीर बीमारी के प्रति भ्रांतियों को तोड़ा और आशंकाओं को दूर किया। भारत में स्तन कैंसर के मामलों में वृद्धि के बावजूद, 'पिंक अक्टूबर' ने महिलाओं को स्वयं की देखभाल के प्रति जागरूक करके जानलेवा परिणामों को कम करने में मदद की है। इस अभियान के तहत निःशुल्क जांच शिविर भी लगाये जाते हैं, जिससे कई महिलाओं में शुरुआती चरणों में ही बीमारी का पता चल पाया है।

मातृत्व स्वास्थ्य अभियान

मातृत्व स्वास्थ्य अभियानों का उद्देश्य गर्भवती महिलाओं और नवजात शिशुओं की देखभाल सुनिश्चित करना है। इन अभियानों के माध्यम से सुरक्षित प्रसव, प्रसव पूर्व और प्रसवोत्तर देखभाल, पोषण और टीकाकरण को बढ़ावा दिया जाता है। विशेषकर ग्रामीण एवं पिछड़े इलाकों में, जहां महिलाओं को स्वास्थ्य सेवा सुविधा नहीं मिल पाती, वहां स्थानीय भाषा और सांस्कृतिक संदर्भ में रेडियो, टेलीविजन, और सोशल मीडिया अभियानों के ज़रिए जागरूकता फैलाई जाती है। यह अभियान मातृ मृत्यु दर को घटाने तथा स्वस्थ मातृत्व को प्रोत्साहित करने में प्रभावी साबित हुए हैं। सरकार की योजनाएं जैसे जननी सुरक्षा योजना इन स्वास्थ्य अभियानों के तहत वित्तीय एवं चिकित्सकीय सहायता प्रदान करती हैं। इसके अतिरिक्त, आशा और आंगनवाड़ी कार्यकर्ता मातृत्व स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए ग्रामीण महिलाओं तक सेवाएं पहुंचाने में अहम भूमिका निभाते हैं।

7. मीडिया के सकारात्मक और नकारात्मक प्रभाव (Positive and Negative Effects of Media)

मीडिया के स्वास्थ्य जागरूकता पर सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह के प्रभाव होते हैं। सकारात्मक प्रभावों में मीडिया स्वास्थ्य संबंधी जानकारी, रोगों की रोकथाम, उपचार के विकल्प और नवीनतम शोध को व्यापक जनसंख्या तक पहुंचाने में सक्रिय भूमिका निभाता है। यह

महिलाओं को सही स्वास्थ्य ज्ञान प्रदान करके स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंच में सुधार करता है और सामाजिक कलंक को कम करने में मदद करता है। खासतौर पर सोशल मीडिया जैसे प्लेटफार्म महिलाओं में मानसिक स्वास्थ्य, पोषण, मातृत्व देखभाल और रोकथाम जैसे विषयों पर जागरूकता फैलाने में प्रभावी हैं। ये डिजिटल माध्यम भावनात्मक सहारा और समुदायिक समर्थन भी प्रदान करते हैं, जिससे महिलाएं अपने स्वास्थ्य के प्रति अधिक संज्ञानशील और सशक्त बनती हैं।

दूसरी ओर, मीडिया के नकारात्मक प्रभाव भी हैं। कई बार अव्यवस्थित और गलत चिकित्सा जानकारी फैलती है, जिससे भ्रम और गलतफहमी बढ़ती हैं। सोशल मीडिया पर अत्यधिक समय बिताने से मानसिक स्वास्थ्य पर विपरीत असर पड़ सकता है, जैसे अवसाद, चिंता, नींद संबंधी समस्याएं और सामाजिक तुलना से आत्म-सम्मान में कमी। इसके अलावा, साइबरबुलिंग और गलत सूचना फैलाने वाले मिथकों का भी खतरा रहता है, जो महिलाओं के मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य के लिए नुकसानदेह हो सकता है। अतः मीडिया का प्रभाव संतुलित, जिम्मेदारीपूर्ण और जागरूक उपयोग पर निर्भर करता है, जिससे इसके सकारात्मक पहलू अधिक प्रभावी बने रहेंगे और नकारात्मक प्रभाव कम होंगे।

8. मीडिया के लिए सुधार की दिशा (Recommendations for Improvement in Media)

मीडिया के लिए सुधार की दिशा में कई महत्वपूर्ण सिफारिशें दी जा सकती हैं। सबसे पहले, मीडिया को स्वास्थ्य जानकारी में सटीकता और विश्वसनीयता सुनिश्चित करनी चाहिए ताकि गलत सूचना और भ्रांतियों का प्रसार रोका जा सके। इसके लिए विशेषज्ञों और विश्वसनीय संस्थानों के साथ सहयोग बढ़ाना आवश्यक है। मीडिया सामग्री को स्थानीय भाषा और सांस्कृतिक संदर्भों के अनुरूप बनाना चाहिए ताकि ग्रामीण और कम साक्षर जनसमूह तक स्वास्थ्य जागरूकता प्रभावी ढंग से पहुंच सके।

दूसरा, सोशल मीडिया और डिजिटल प्लेटफार्मों का जिम्मेदारीपूर्ण और नियंत्रित उपयोग बढ़ाना चाहिए, जिसमें स्वास्थ्य से जुड़ी जानकारी के साथ-साथ फेक न्यूज के खिलाफ जागरूकता अभियान भी शामिल हों। मीडिया को महिलाओं के स्वास्थ्य से जुड़े सामाजिक और मानसिक पहलुओं पर संवेदनशीलता के साथ संवाद करना चाहिए ताकि कलंक और सामाजिक बाधाओं को तोड़ा जा सके।

तीसरा, स्वास्थ्य जागरूकता अभियानों में निरंतरता और संवादात्मक प्रयासों की आवश्यकता होती है, इसलिए मीडिया को दीर्घकालिक योजना बनाकर नियमित कार्यक्रम और इंटरैक्टिव सेशनों के माध्यम से महिलाओं को स्वास्थ्य संबधी जानकारी प्रदान करनी चाहिए।

अंततः, मीडिया प्रशिक्षण और नैतिकता पर अधिक ध्यान देना चाहिए ताकि पत्रकार और कंटेंट

निर्माता स्वास्थ्य के प्रति जिम्मेदार और प्रभावी रूप से कार्य कर सकें। इस प्रकार, सुधारात्मक कदम मीडिया की भूमिका को और सुदृढ़ बना कर महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता को व्यापक और गुणवत्तापूर्ण बनाने में मदद करेंगे।

9. निष्कर्ष (Conclusion)

मीडिया महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता में एक महत्वपूर्ण और प्रभावशाली माध्यम साबित हुआ है। इसने स्वास्थ्य संबंधी जानकारी को व्यापक जनसमूह तक पहुंचाकर महिलाओं के जीवन स्तर को बेहतर बनाने में योगदान दिया है। मीडिया न केवल स्वास्थ्य से जुड़े मिथकों को तोड़ने और सही जानकारी प्रदान करने में सहायक है, बल्कि यह महिलाओं को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने, नियमित जांच कराने, और स्वास्थ्य सेवाओं तक सहज पहुंच बनाने के लिए प्रेरित भी करता है। सामाजिक और सांस्कृतिक बाधाओं को पार करते हुए मीडिया ने विशेषकर ग्रामीण और पिछड़े इलाकों की महिलाओं तक स्वास्थ्य जागरूकता पहुंचाई है।

हालांकि, मीडिया के नकारात्मक पहलू भी हैं, जैसे गलत और अधूरी जानकारी का प्रसार, जिससे भ्रम की स्थिति बन सकती है। सोशल मीडिया पर अत्यधिक समय व्यतीत करने से मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है। इसलिए, मीडिया के उपयोग में सावधानी, सत्यापन और नैतिकता का पालन आवश्यक है।

मीडिया को स्वास्थ्य जागरूकता के क्षेत्र में और अधिक प्रभावी बनाने के लिए सामग्री की सटीकता, स्थानीय भाषा में संवाद, सामाजिक और सांस्कृतिक संवेदनशीलता, और डिजिटल साक्षरता बढ़ाने पर विशेष ध्यान देना होगा। साथ ही, मीडिया अभियानों में निरंतरता और संवादात्मकता को सुनिश्चित करना आवश्यक है ताकि महिलाओं तक स्वास्थ्य की सही जानकारी लगातार पहुंच सके और वे सशक्त बन सकें। मीडिया महिलाओं के स्वास्थ्य जागरूकता में एक शक्तिशाली उपकरण है, जिसका सही और जिम्मेदारीपूर्ण उपयोग समाज की समग्र भलाई के लिए अत्यंत आवश्यक है।

Reference

1 मृदुलता सोनकर,"(2024),"मीडिया में महिलाओं की छवि और महिला सशक्तिकरण पर प्रभावः लखनऊ जिले के विशेष संदर्भ में",IOSR जर्नल ऑफ रिसर्च एंड मेथड इन एजुकेशन 14(6), पेज 85-91

2 एस्सा व्हिब, आर., और आदिल जाफ़र, ई., (2024), "सोशल मीडिया पर महिलाओं का स्वास्थ्य: पिंक अक्टूबर कैंपेन का एक कॉर्पस स्टाइलिस्टिक स्टडी", कॉजेंट आर्ट्स एंड ह्यूमैनिटीज़, 11(1). https://doi.org/10.1080/23311983.2024.2341498

3 के. परकावी, (2016), "मीडिया एंड वूमेन हेल्थ इन इंडिया",इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ रिसर्च - ग्रंथालय,4(4),पेज 41-44

4 लेविन-ज़मीर, डी., और बर्ट्स्की, आई., (2018), "मीडिया हेल्थ लिटरेसी, ईहेल्थ लिटरेसी, और संदर्भ में सामाजिक पर्यावरण की भूमिका", इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ एनवायर्नमेंटल रिसर्च एंड पब्लिक हेल्थ, 15(8), पेज 1643. https://doi.org/10.3390/ijerph15081643

5 फ़ातेमा, के., और लैरिसी, जे. टी., (2020), "साउथ एशिया में मास मीडिया एक्सपोज़र और मैटरनल हेल्थकेयर यूटिलाइज़ेशन", SSM - पॉपुलेशन हेल्थ, 11, पेज 100614. https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100614

6 निभा, एस., और अलका, एस. (2023), सोशल मीडिया का उपयोग करने वाली भारत की मेट्रो महिलाओं में स्तन कैंसर का ज्ञान, दृष्टिकोण और अभ्यास: एक क्रॉस-सेक्शनल अध्ययन, वर्तमान महिला स्वास्थ्य समीक्षा, 20(1) https://doi.org/10.2174/1573404819666221230143445

7 सुल्ताना, डी. टी. एन. (2025), मासिक धर्म स्वच्छता जागरूकता पैदा करने में मीडिया की विश्वसनीयता के प्रति महिलाओं की धारणा: विजयपुरा जिले में एक केस स्टडी, इंडियन जर्नल ऑफ मास कम्युनिकेशन एंड जर्नलिज्म, 4(3), पेज 30-33.

8 सिन्हा, एन., और शर्मा, ए., (2021), "स्तन कैंसर के बारे में जानकारी और रोकथाम के तरीकों को बताने के लिए महिलाओं में सोशल मीडिया के उपयोग और जुड़ाव को समझना: भारत के दिल्ली-राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में क्रॉस-सेक्शनल अध्ययन", इंडियन जर्नल ऑफ कम्युनिटी मेडिसिन, https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM_429_20

9 वुड, ए., और मोहम्मद नोर शाहिज़ान अली, (2022), इंडोनेशियाई महिलाओं में निवारक स्वास्थ्य व्यवहार पर मीडिया स्वास्थ्य साक्षरता, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ मीडिया एंड कम्युनिकेशन रिसर्च, 3(1), पेज 44-52.

10 पार्कवी, के. (2016), "भारत में मीडिया और महिला स्वास्थ्य", इंटरनेशनल जर्नल ऑफ रिसर्च - ग्रंथालय, 4(4एसई), पेज 41-44.

11 डीडी न्यूज़, (2025), "स्वस्थ नारी सशक्त परिवार अभियान: विकसित भारत 2047 की नींव", डीडी न्यूज़, पेज 1-5

12 आर्य एम., (2022), "केरल में महिलाओं के बीच स्वास्थ्य संचार के लिए डिजिटल मीडिया का प्रभाव और उपयोग", ए क्वार्टरली बाइलिंगुअल पीयर-रिव्यूड जर्नल फॉर सोशल साइंसेज एंड ह्यूमैनिटीज,4(1), पेज 37-44

13 ओशेन, डी., बौसलाह, एच., और ज़ियाने, के., (2024), "हेल्थ अवेयरनेस में मीडिया की भूमिका", इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ हेल्थ साइंसेज", 8(S1), पेज 477–482. https://doi.org/10.53730/ijhs.v8nS1.14808

14 किम सिम्पसन, (2024), "राष्ट्रीय महिला स्वास्थ्य सप्ताह के सम्मान में ग्राहकों के साथ साझा करने के लिए तीन प्रमुख संदेश", एनएएसडब्ल्यू फाउंडेशन, पेज, 1–6. उपलब्ध है: https://naswfoundation-org.translate.goog/

15 एस्सा व्हिब, आर., और आदिल जाफ़र, ई., (2024), "सोशल मीडिया पर महिलाओं का स्वास्थ्य: पिंक अक्टूबर कैंपेन का एक कॉर्पस स्टाइलिस्टिक स्टडी", कॉजेंट आर्ट्स एंड ह्यूमैनिटीज़, 11(1). https://doi.org/10.1080/23311983.2024.2341498

16 डीडी न्यूज़, (2025), "स्वस्थ नारी सशक्त परिवार अभियान: विकसित भारत 2047 की नींव", डीडी न्यूज़, पेज 1-5

17 शुभम कुमार, (2024), "अध्ययन में खुलासा: उत्तर और मध्य भारत में गर्भ में शिशु मृत्यु दर सबसे अधिक, शहरी माताएं ज्यादा प्रभावित", अमर उजाला, पेज 1-13 यहां उपलब्ध हैं: https://www.amarujala.com/india-news/north-and-central-india-have-the-highest-infant-mortality-rate-in-the-womb-urban-mothers-are-more-effects-2025-08-14

18 डॉ. विद्यालता अटलुरी, (2025), "प्रजनन एवं महिला स्वास्थ्य: 2025 में #कर्रवाई में तेजी से बढ़ना",कॉन्टिनेंटल हॉस्पिटल्स, पेज 1-5, यहां उपलब्ध हैं:https://continentalhospitals.com/hi/blog/fertility-and-womens-health-accelerateaction-in-2025/

19 सुश्री दिव्या गुप्ता, (2025), "महिला दिवस 2025: बेहतर मानसिक स्वास्थ्य के लिए कदम उठाना",कॉन्टिनेंटल हॉस्पिटल्स, पेज 1-5, यहां उपलब्ध हैं: https://continentalhospitals.com/hi/blog/womens-day-2025-taking-action-for-better-mental-health/

20 ओमप्रकाश शर्मा, (2025), "अहमदाबाद: सभी तरह के कैंसर में से 13.5 प्रतिशत रोगियों को<extra_id_1> ब्रेस्ट कैंसर, मौतदर भी बढ़ रही है, पत्रिका, पेज 1-7, यहां उपलब्ध है: https://continentalhospitals.com/hi/blog/womens-day-2025-taking-action-for-better-mental-health/

21 दीक्षा सिंह, (2025), "भारत का कैंसर रिपोर्ट कार्ड- बढ़ रहे केस, बढ़ता जोखिम और बड़ी चुनौतियाँ, एक्सपोर्ट्स ने जो बताया वो हैरान कर देगा", एन डीटीवी, पेज 1-8, उपलब्ध है: https://ndtv.in/health/india-cancer-cases-doctor-chandi-tells-this-how-is-dangerous-for-health-cancer-cases-in-india-increases-day-by-day-breast-cancer-9658529

Links

- https://www.drishtiias.com/hindi/daily-updates/daily-news-analysis/impact-of-social-media-on-young-people
- https://www-asterhospitals-in.translate.goog/blogs-events-news/aster-mims-calicut/aster-mims-launches-pink-october-campaign-increase-breast-cancer-awareness?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=hi&_x_tr_hl=hi&_x_tr_pto=tc
- https://vshospitals-com.translate.goog/pink-october-2024/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=hi&_x_tr_hl=hi&_x_tr_pto=tc
- https://www-womentech-net.translate.goog/how-to/what-role-does-social-media-play-in-womens-health-education?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=hi&_x_tr_hl=hi&_x_tr_pto=tc
- https://vshospitals.com/pink-october-2024/
- https://www.1mg.com/articles/pcos-ke-lakshan-aur-upaay/
- https://www.medanta.org/patient-education-blog/%E0%A4%AA%E0%A4%B2%E0%A4%B8%E0%A4%B8%E0%A4%9

F%E0%A4%95-%E0%A4%93%E0%A4%B5%E0%A4%B0-%E0%A4%B8%E0%A4%A1%E0%A4%B0

- https://www.financialexpress.com/business/brandwagon-wacoal-india-launches-campaign-wacoalknowsbreast-3287063/

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.