कहानी

स्वच्छ पानी की महिमा

द्वारा

हेडकॉन, जयपुर

प्रकाशन : जनवरी 2001

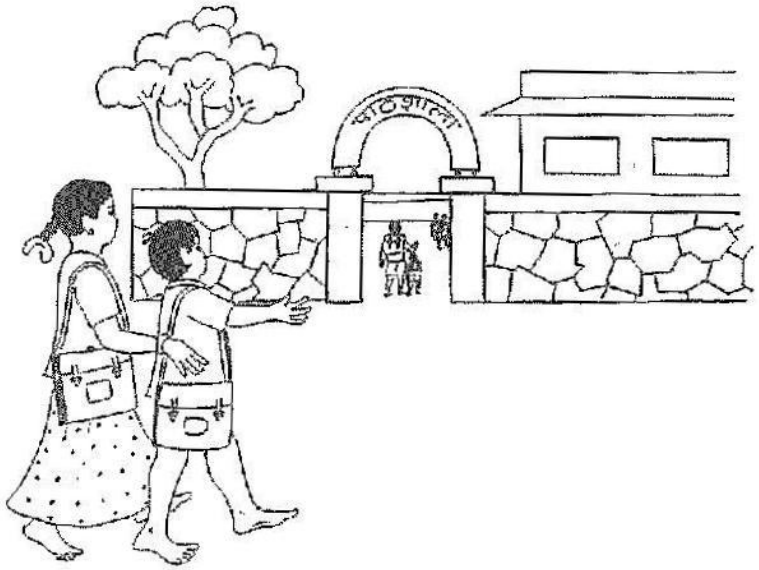
लेखन : डॉ. आभा त्यागी मलिक
चित्रांकन : अनिल पालक
संकलन : दीपक मलिक

मूल्य : 10/- रूपये (दश रूपये)

मुद्रक : जी.पी. प्रिन्ट्स
566, मनिहारों का रास्ता
त्रिपोलिया बाजार, जयपुर

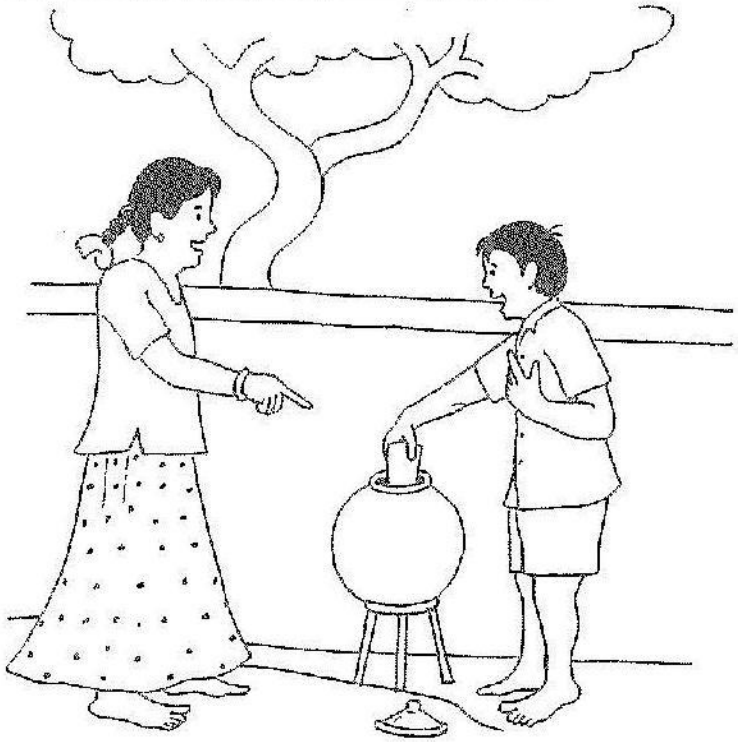
प्रतियों के लिए लिखें :-
हैडकॉन
हैल्थ एनवायरमेन्ट एण्ड डवलपमेंट कन्सोर्टियम
61/38, प्रताप नगर, सांगानेर,
जयपुर, राजस्थान
फोन : 0141-581994
E-mail : hedcon@datainfosys.net

एक गाँव में लाली और राजू अपने माता पिता के साथ हँसी–खुशी रहते थे। उनके पिता किसान थे व माता घर का काम करती थी। दोनो भाई बहिन आपस में बहुत प्यार करते थे।

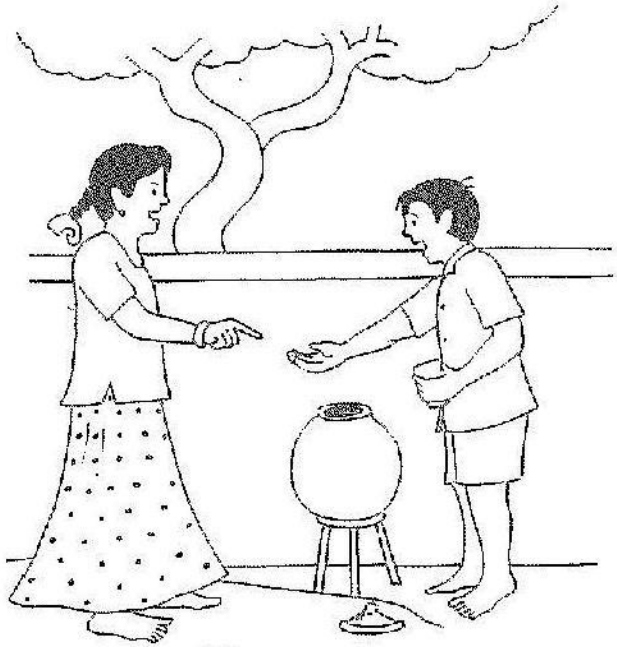


रोज दोनों साथ–साथ पाठशाला जाते थे। लाली पाँचवी कक्षा में तथा राजू तीसरी कक्षा में पढ़ता था। परन्तु राजू का मन खेलने कूदने में ज्यादा तथा पढ़ाई में कम लगता था।

पाठशाला से लौटते समय राजू मिट्टी में खेलता हुआ घर आता था

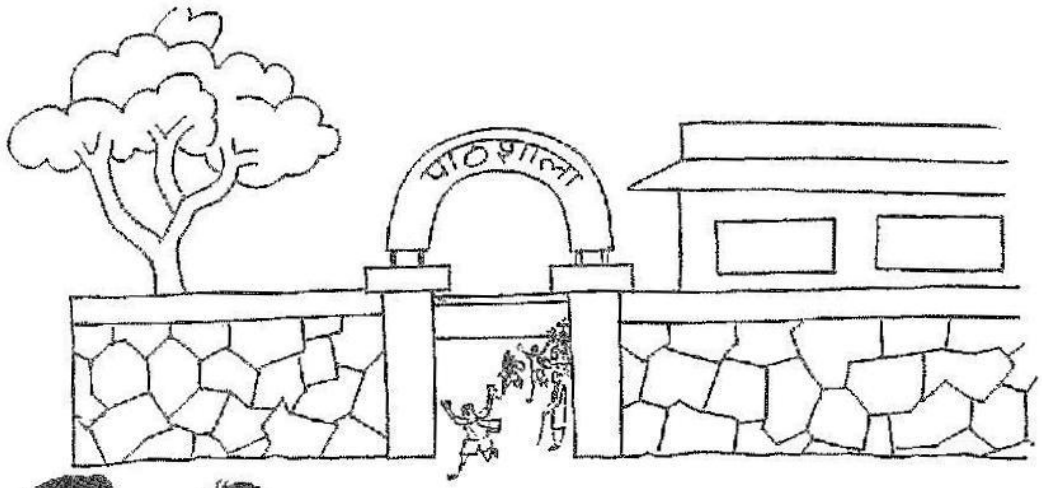


राजू बिना हाथ मुँह धोए गटके से पानी निकालकर पी लेता था और खाना खाने बैठ जाता था। लाली रोज़ राजू को टोकती थी।

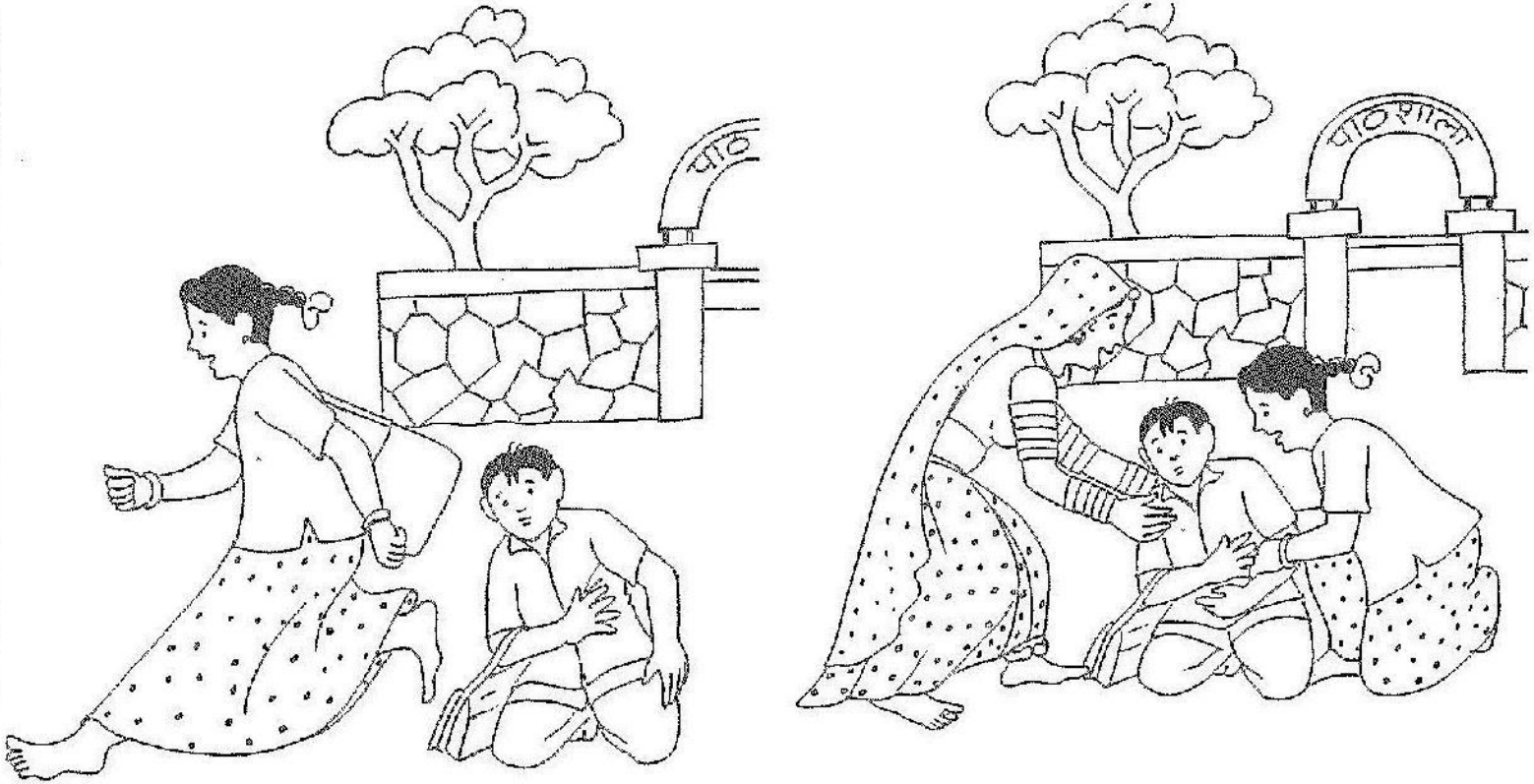


लाली कहती थी राजू तुम्हें स्कूल से लौटकर सबसे पहले अपने हाथ अच्छी तरह धो करके ही पानी पीना चाहिए। इस पर राजू कहता था 'ये देखो मेरे हाथ साफ ही हैं और उनमें कोई गन्दगी नहीं दिखाई देती'।

इस तरह राजू रोज लाली की बात अनसुनी कर बिना हाथ धोए पानी पीने लगा।



एक दिन जब लाली और राजू पाठशाला से घर लौट रहे थे तो रास्ते में अचानक राजू के पेट में तेज दर्द होने लगा और वह वहीं बैठ गया।



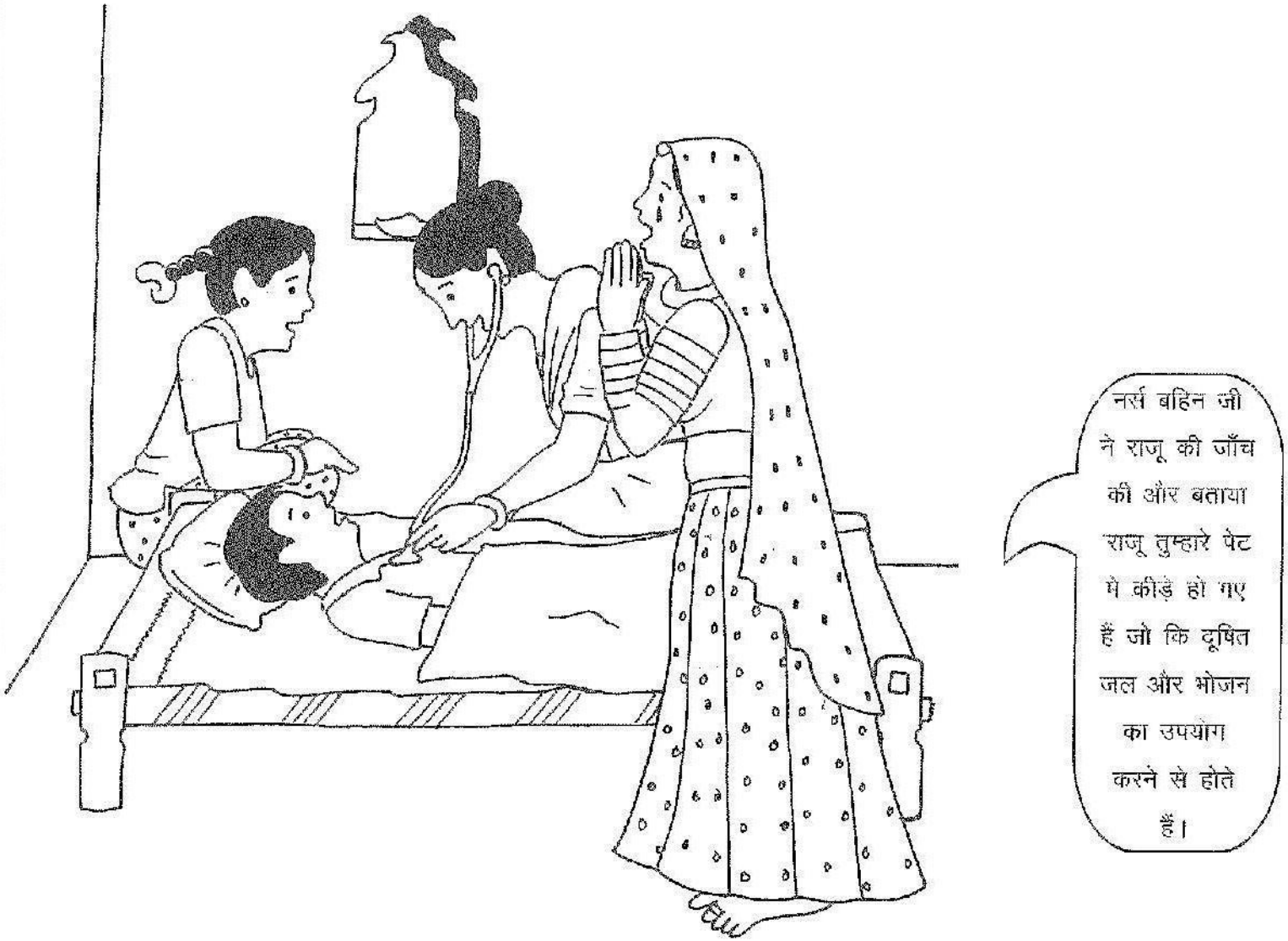
राजू की तबीयत खराब देखकर लाली दौड़कर माँ को बुला लाई और वह उस को घर ले गए।

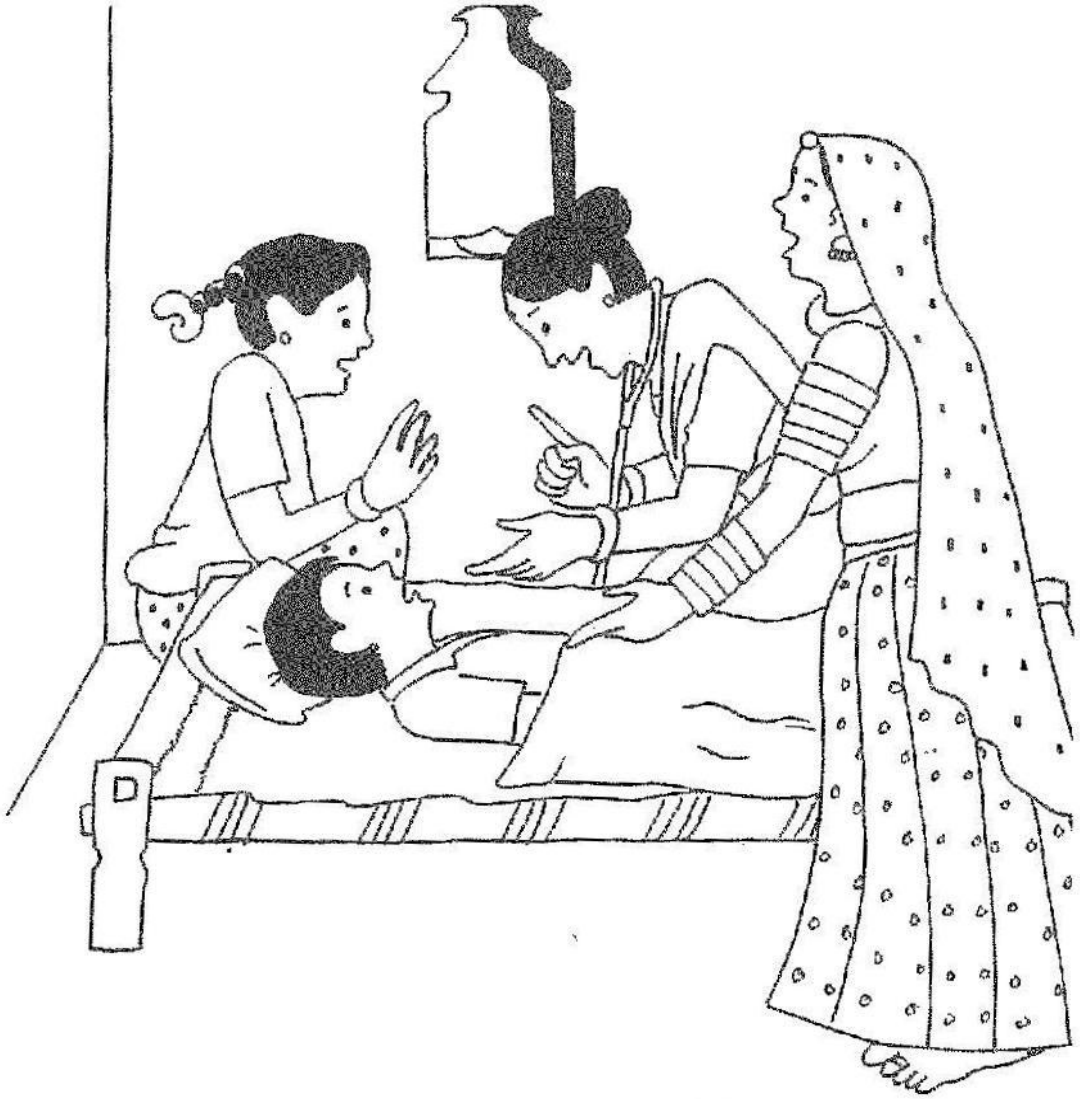
घर पहुँचते ही राजू को दस्त शुरू हो गए। राजू को दिन में सात-आठ बार पानी जैसे पतले दस्त हुए तथा उल्टियाँ शुरू हो गई।

राजू की हालत खराब देखकर उसकी माँ ने लाली से कहा 'लाली जल्दी से उप स्वास्थ्य केन्द्र से नर्स बहिन जी को बुला लाओ'।

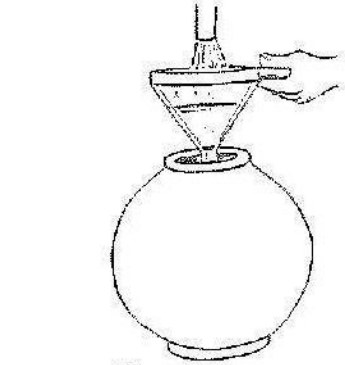
लाली उप स्वास्थ्य केन्द्र से नर्स बहिन जी को लाने के लिए दौड कर गई

लाली ने नर्स बहिन जी को राजू की बीमारी के बारे मे बताया और घर चलने को कहा।

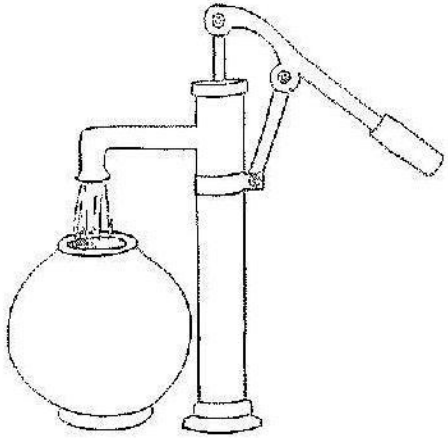

नर्स बहिन जी ने राजू की जाँच की और बताया राजू तुम्हारे पेट मे कीड़े हो गए हैं जो कि दूषित जल और भोजन का उपयोग करने से होते हैं।



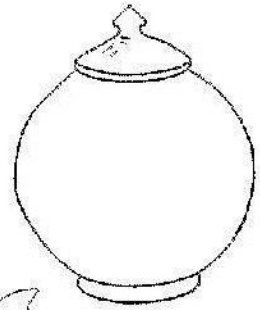
वातावरण में कई प्रकार के जीवाणु और कृमि होते हैं जो कि दूषित जल, भोजन द्वारा एवं मिट्टी में खेलने से हमारे शरीर में प्रवेश करते हैं जो कि कई बीमारियों को जन्म देते हैं जैसे अतिसार, हैजा, कृमि, पेचिश, मोतिझरा, पीलिया, नारू एव अन्य पेट के रोग। दैनिक जीवन में सफाई रखने से इन सभी बीमारियों से बचा जा सकता है।



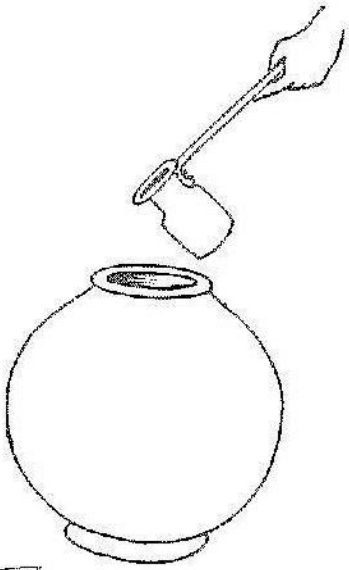
पीने का पानी हमेशा छान कर घड़े में भरना चाहिए।



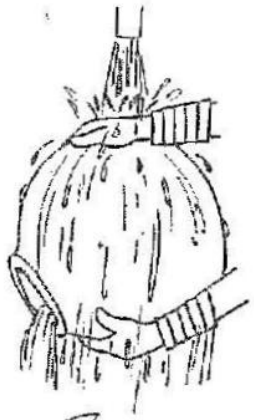
पानी हमेशा स्वच्छ जल स्त्रोतों से लाना चाहिए।



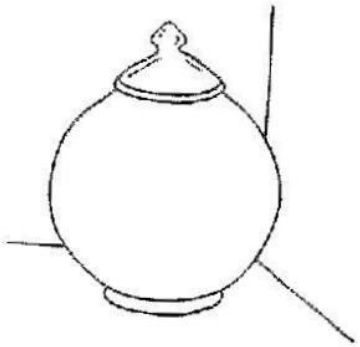
घड़े को ढककर रखना चाहिए।



घड़े में से पानी निकालने के लिए डंडी वाले लोटे का प्रयोग करना चाहिए।



घड़े को रोज साफ कर ताजा पानी भरना चाहिए।



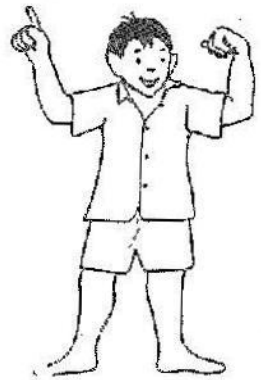
घर में पानी रखने का स्थान हमेशा साफ सुथरा होना चाहिए।

मिट्टी में खेलने व शौच जाने के पश्चात हाथों को अच्छी तरह साबुन से धोना चाहिए।

इन सभी बातों को अपनी दिनचर्या में अपनाकर हम व हमारा परिवार कई प्रकार की बीमारियों से बच सकता है। फिर बहिनजी ने राजू को दवाई दी।

पानी जनित पेट की बीमारियों से बचने के लिए निम्न बातों का हमेशा ध्यान रखना चाहिए-

- पीने का पानी हमेशा छान कर घड़े में भरना चाहिए।
- पानी हमेशा स्वच्छ जल स्त्रोतों से लाना चाहिए।
- घड़े को ढककर रखना चाहिए।
- घड़े में से पानी निकालने के लिए डंडी वाले लोटे का प्रयोग करना चाहिए।
- घड़े को रोज साफ कर ताजा पानी भरना चाहिए।
- घर में पानी रखने का स्थान हमेशा साफ सुथरा होना चाहिए।
- मिट्टी में खेलने व शौच जाने के पश्चात हाथों को अच्छी तरह साबुन से धोना चाहिए।



तीन दिन में राजू स्वस्थ हो गया और उसने बहिनजी को बताई सावधानियों का पालन करना शुरू कर दिया। साथ ही उसे महसूस हुआ कि इन सावधानियों का पालन करना बिलकुल भी मुश्किल नहीं है।