

خاندانی منصوبہ بندی کی اہمیت

خاندانی منصوبہ بندی کی اہمیت = اس وقت دنیا کی تقریباً تمام ترقی پذیر ممالک کو افراط آبادی کا سنگین مسئلہ درپیش ہے جس کے باعث ان کی معاشرتی و معاشی ترقی کی رفتار متاثر ہو رہی ہے۔ اس مسئلے پر قابو پانے کے لئے ان ممالک نے اپنے اپنے طور پر کوششیں شروع کر رکھی ہیں کچھ ممالک نے تو اس مسئلے پر کسی حد تک قابو بھی پایا ہے جب کہ کئی ممالک ابھی اس اہم مسئلے کے حل کے لئے کوشاں ہیں۔ پاکستان بھی ان ترقی پذیر ممالک کی صف میں شامل ہے جنہیں یہ مسئلہ درپیش ہے۔ پاکستان کی آبادی اس وقت 2.1 فیصد سالانہ کی شرح سے بڑھ رہی ہے

ملک میں سرمایہ کاری

سالانہ تین ملین کا اضافہ جو یقیناً ملکی ترقی کی رفتار کو متاثر کر رہی ہے۔ اضافہ آبادی کے باعث ملکی ذرائع کا زیادہ حصہ لوگوں کی بنیادی ضروریات کو پورا کرنے میں صرف ہوگا جو نتیجتاً ملک میں سرمایہ کاری کی شرح کو متاثر کرے گی۔ اس صورت حال کو مد نظر رکھتے ہوئے دنیا کے وہ تمام ممالک جنہیں بلند شرح افزائش کا مسلسل سامنا ہے انہوں نے اس مسئلے کو حل کرنے کے لئے خاندانی منصوبہ بندی کے پروگرام شروع کر رکھے ہیں جس کی وجہ سے شرح افزائش آبادی کو قابو رکھنے اور کم کرنے میں مدد ملتی ہے۔

خاندانی منصوبہ بندی کے معنی

خاندانی منصوبہ بندی کے معنی اس کے الفاظ سے ہی ظاہر ہوتے ہیں۔ یعنی

1. خاندان کے بارے میں منصوبہ بنانا
2. میاں بیوی کا یہ طے کرنا کہ ان کو کتنے بچے چاہئیں
3. یہ طے کرنا کہ ایک حمل کے بعد دوسرا حمل کب اور کتنے وقفے سے ہونا چاہیے
4. بغیر خواہش کے حمل سے بچاؤ کے طریقے اختیار کرنا

عام طور پر خاندانی منصوبہ بندی کا غلط مفہوم لیا جاتا ہے یعنی ایسے طریقے اختیار کرنا جس سے بچے پیدا نہ ہوں۔ یہ ایک غلط تشریح ہے اس لیے ایسے شادی شدہ جوڑے جن کے بچے نہیں ہوتے ان کو بھی مرکز صحت جانا چاہیے۔

خاندانی منصوبہ بندی اور صحت

خاندانی منصوبہ بندی کی اہمیت

صحت صرف کمزوری یا بیماری کی غیر موجودگی نہیں بلکہ صحت مکمل جسمانی زہینی اور سماجی تندرستی کی حالت کو کہتے ہیں۔

1. متوازن غذا مقرر اوقات پر کھائی جائے
2. کھانا تازہ ہو اور مکھیوں سے بچایا ہوا ہو
3. لباس اور جسم صاف ہو
4. مناسب نیند اور آرام کا خیال رکھنا چاہیے
5. گھر کا ماحول صاف ستھرا اور صحت مند ہو
6. ہر شخص کو طبی سہولیات میسر ہوں
7. وبائی امراض کی روک تھام ہو
8. بچوں کو حفاظتی ٹیکے لگوائے جائیں
9. بچوں میں وقفہ ہو

خاندانی منصوبہ بندی اور صحت کا آپس میں گہرا تعلق ہے یعنی خاندانی منصوبہ بندی پر عمل کر کے صحت کی حفاظت کی جاسکتی ہے خاندانی منصوبہ بندی پر عمل کر کے کسی ایک فرد کی صحت کی حفاظت نہیں ہوتی بلکہ پورے کنبے اور معاشرے کی صحت کی حفاظت کی جاسکتی ہے۔

ماں کی صحت

عورت کی بہتر صحت کے لیے ضروری ہے کہ دو بچوں کے درمیان 2-3 سال کا وقفہ ہو۔ بار بار حمل ٹھہرنے سے ماں کی صحت بتدریج خراب ہوتی چلی جاتی ہے اس طرح خود اس کی صحت کے ساتھ ساتھ دوسرے بچوں کی نگہداشت اور گھر کا ماحول متاثر ہوتا ہے۔ اس لیے خاندانی منصوبہ بندی کے طریقوں پر عمل کر کے ماں کی صحت کو برقرار رکھا جا سکتا ہے۔

بچے کی صحت

رحم کے اندر بچہ اپنی تمام ضروریات ماں کے جسم سے حاصل کرتا ہے۔ اگر ماں کی صحت بار بار حمل ٹھہرنے کی وجہ سے خراب ہوگئی تو رحم کے اندر بچے پر برا اثر پڑے گا۔ اسکے علاوہ اگر دودھ پلانے والی ماں کمزور ہو اور حاملہ ہو جائے تو بچے کا دودھ چھڑانا پڑے گا جو بچے کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے

باپ کی صحت

برہتے ہوئے کنبے کی ضروریات پوری کرنے کے لیے باپ کو زیادہ کام کرنا پڑے گا۔ جس سے اس کی جسمانی اور ذہنی صحت متاثر گی

ان خواتین کے لیے حمل خطرناک ہو سکتا ہے

1. جو 18 سال سے کم عمر ہوں
2. جو 35 سال سے زیادہ ہوں
3. جو زیادہ بچے پیدا کر چکی ہوں
4. جن کے حمل ضائع ہوتے ہوں
5. جن میں خون کی کمی ہو
6. جو کمزور ہوں
7. جن کا قد چھوٹا ہو (4 فٹ 8 انچ سے کم)
8. جو غذائی کمی کا شکار ہوں
9. جن عورتوں کا بلڈ پریشر زیادہ ہو
10. جن میں زچگی کی پیچیدگیاں ہوں
11. عورتیں شوگر جگر گردہ یا امراض قلب میں مبتلا ہوں
12. ایسی خواتین جن کے سب سے چھوٹے بچے کی عمر ایک سال سے کم ہو۔
13. ایسی خواتین جن کا پہلے بڑا آپریشن (سی سیکشن) ہوا ہو اور سب سے چھوٹے بچے کی عمر دو سال سے کم ہو۔
14. ان خطروں سے بچنے کے لیے حمل صرف اس وقت ہو جب تک بچے کی ضرورت ہو ا تفاق یہ نہ ہو

سماجی اور قومی بھلائی

خاندانی منصوبہ بندی کی اہمیت

خاندانی منصوبہ بندی کی ضرورت اور فوائد کا جائزہ ذیل میں پیش کیا جا رہا ہے

1. ماں اور بچے کی صحت کے لیے
2. خاندان کی بھلائی اور خوشگوار زندگی کے لیے
3. خاندان کی خوشحالی اور معاشی تحفظ کے لیے
4. سماجی اور قومی بھلائی کے لیے

بچے کی پیدائش

- بچے کی پیدائش کے بعد عورت کے جسم کو دو تین سال کے وقفے کی ضرورت ہوتی ہے
- تا کہ دو سرا بچہ پیدا کرنے سے پہلے وہ اپنی کھوئی ہوئی قوت بحال کرلے۔
- اگر یہ وقفہ نہ ملے تو عورت کی صحت خراب ہوتی ہے۔
- اگر عورت بار بار حمل کی وجہ سے بیمار رہنے لگے تو پورے خاندان کی دیکھ بھال کون کرے گا؟
- اگر وہ اپنی صحت اور خوبصورتی کھو بیٹھے
- اور وقت سے پہلے بوڑھی نظر آنے لگے تو اس نے کیا کھویا کیا پایا؟ اگر خدا نخواستہ اس کی وفات ہو جائے تو اس کے بچوں کی دیکھ بھال کون کرے گا؟
- دو حمل کے دوران 2-3 سال کا وقفہ بہتر ہے
- تا کہ صحت مند اور ذہین خاندان بن سکے۔

- خاندانی منصوبہ بندی کے طریقے اپنانے کے دوران ماؤں کو اور بھی طبی سہولیات میسر آجاتی ہیں۔

خاندانی منصوبہ بندی سے بچے زیادہ صحت مند اور طاقت ور ہوتے ہیں

بچوں کی دیکھ بھال کے لیے ماں کی دیکھ بھال مناسب غذا اور احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر ایک یا دو سال کے اندر دوسرا بچہ پیدا ہو جائے تو پہلا بچہ دودھ اور ماں باپ کی توجہ سے محروم ہو جاتا ہے۔ اگر زیادہ بچے ہوں تو ہر بچہ پوری خوراک مناسب لباس اچھی تعلیم اور بہتر علاج سے محروم رہے گا۔ خاندانی منصوبہ بندی کی سہولتوں کی وجہ سے ہمارے بچے زیادہ صحت مند رہتے ہیں اور ان کی عمر زیادہ ہوتی ہے۔

خاندان کی خوشحالی اور بہبود کے لئے

اگر بچے کم ہوں تو انہیں پوری توجہ دی جاسکتی ہے اور وہ پیار اور صحت کے ماحول میں پرورش پاتے ہیں۔ کم بچوں کی صورت میں والدین کو بچوں کے زیادہ قریب رہنے کے مواقع مل سکتے ہیں۔ کم بچوں کی صورت میں خاندان میں پریشانیاں اور اضطراب کم ہوتا ہے کیونکہ بچوں کی متوازن غذا طبی سہولتوں کی فراہمی اور تعلیم اور زندگی کی دوسری آسائشوں کا انتظام کیا جا سکتا ہے۔ خاندانی منصوبہ بندی سے باپ پر ذمہ داریوں کا بوجھ بھی کم ہوتا ہے اور ازدواجی زندگی پر سکون رہتی ہے۔ بے اولاد جوڑوں کو بھی اپنا معائنہ کروانے کا موقع ملتا ہے۔

اقتصادی تحفظ کے لئے

1. خاندانی منصوبہ بندی پر عمل کرنے سے مزید غربت کو روکا جاسکتا ہے۔
2. غربت ماؤں اور بچوں کی زندگی کے خطرات کو بڑھا دیتی ہے۔
3. خاندانی منصوبہ بندی کنیے کو زندگی کی آسائشیں مہیا کرتی ہے۔
4. خاندانی منصوبہ بندی جائیداد کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں تقسیم ہونے سے بچاتی ہے۔
5. خاندانی منصوبہ بندی پر عمل پیرا ہو کر والدین اپنے بڑھاپے کے لئے رقم پہنچا سکتے ہیں۔
6. اور اپنی اولاد اور انکی اولاد کے محتاج نہیں ہوتے۔
7. خاندانی منصوبہ بندی پر عمل کر کے خوراک، تعلیم کی کمی ہے روز گاری طبی سہولتوں کے فقدان پانی کی فراہمی اور ماحول کی آلودگی کے مسئلوں پر قابو پایا جا سکتا ہے۔

معاشرے اور قومی بہبود کے لیے

1. خاندانی منصوبہ بندی بھیڑ بھاڑ کو روکتی ہے۔
2. ملک پر معاشی بوجھ کم کرتی ہے۔
3. ملک کو خود کفیل بنانے میں مددگار ثابت ہوتی ہے اور اس کی مزید ترقی کی راہیں کھول دیتی ہے۔
4. ملک کی بڑھتی ہوئی ضروریات پوری کرنے کے بعد ملک میں بہت کچھ بچایا جا سکتا ہے۔

بڑے خاندان خوشحال نہیں رہ سکتے

بڑے خاندان کی وجہ سے پریشانیاں لاحق ہوتی ہیں مثلاً

1. نا کافی خوراک
2. نہ اچھا لباس
3. نہ اچھی تعلیم
4. نہ مناسب علاج
5. نہ گھریلو سکون
6. محدود آمدنی اور زیادہ بچے والے خاندان کے لئے خوشحالی ایک خواب ہو کر رہ جاتی ہے۔

