

कर्नाटक की मासिक धर्म अवकाश नीति: प्रगतिशील कदम या प्रतीकात्मक इशारा?

यूपीएससी के लिए प्रासंगिकता: सामान्य
अध्ययन पेपर 1 (समाज)

खबरों में क्यों

IAS-PCS

कर्नाटक भारत का पहला राज्य बन गया है जिसने सभी महिला कर्मचारियों के लिए प्रति माह एक दिन का सवेतन मासिक धर्म अवकाश (paid menstrual leave) स्वीकृत किया है, जिसमें सरकारी और निजी दोनों क्षेत्र शामिल हैं। यह पहल मासिक धर्म स्वास्थ्य को कार्यस्थल की चिंता के रूप में मान्यता देती है, लेकिन इसने इस बात पर बहस छेड़ दी है कि क्या एक दिन का अवकाश पर्याप्त है और क्या यह वास्तव में अपने इच्छित उद्देश्य को प्राप्त करेगा।



पृष्ठभूमि

- इससे पहले, बिहार (1992) और ओडिशा (2019) ने सरकारी महिला कर्मचारियों के लिए मासिक धर्म अवकाश शुरू किया था, जबकि केरल ने इसे विश्वविद्यालयों में लागू किया।
- कर्नाटक की नीति, जिसे हाल ही में राज्य मंत्रिमंडल ने मंजूरी दी है, को डॉक्टरों, शिक्षाविदों, गैर सरकारी संगठनों (NGOs) और श्रम प्रतिनिधियों सहित 18 सदस्यीय समिति द्वारा तैयार किया गया था।
- यह नीति सरकारी, शिक्षा, फैक्ट्री और निजी क्षेत्रों में कार्यरत महिलाओं को सालाना 12 सवेतन अवकाश प्रदान करती है।

तर्क और वैश्विक संदर्भ

- यह कदम कार्यस्थल में लिंग न्याय और सकारात्मक कार्रवाई के संवैधानिक सिद्धांतों के अनुरूप, मासिक धर्म स्वास्थ्य को कार्यस्थल की समानता का एक अभिन्न अंग मानता है।
- विश्व स्तर पर, जापान, इंडोनेशिया, दक्षिण कोरिया और ज़ाम्बिया जैसे देशों में ऐसी ही नीतियां हैं जो मासिक धर्म की असुविधा को एक स्वास्थ्य समस्या के रूप में पहचानती हैं।
- चिकित्सा अनुसंधान से पता चलता है कि मासिक धर्म की ऐंठन (डिसमेनोरिया) दिल के दौर जितना दर्द पैदा कर सकती है, जो सहानुभूतिपूर्ण नीतियों की आवश्यकता को उजागर करता है।

प्रमुख शब्दों को समझना

कुछ चिकित्सीय स्थितियाँ मासिक धर्म को विशेष रूप से दर्दनाक और दुर्बल बना देती हैं:

- **एंडोमेट्रियोसिस (Endometriosis):** गर्भाशय के अस्तर के समान ऊतक गर्भाशय के बाहर बढ़ने लगते हैं, जिससे गंभीर पेल्विक दर्द और थकान होती है।
- **एडेनोमायोसिस (Adenomyosis):** गर्भाशय का अस्तर गर्भाशय की दीवार में विकसित होने लगता है, जिससे भारी, दर्दनाक माहवारी होती है।
- **फाइब्रॉइड (Fibroids):** गर्भाशय में गैर-कैंसरकारी वृद्धि जो ऐंठन, पीठ दर्द और भारी रक्तस्राव का कारण बनती है।
- **पीसीओएस (पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम - PCOS):** एक हार्मोनल विकार जिसके कारण अनियमित चक्र, दर्द और अत्यधिक थकावट होती है।

जिन महिलाओं को ऐसी स्थितियाँ होती हैं, उनके लिए एक दिन का आराम स्वास्थ्य और उत्पादकता में काफी सुधार कर सकता है, जिससे मासिक धर्म अवकाश केवल एक प्रतीकात्मक इशारा नहीं रहता।

विशेषज्ञों के विचार

समर्थक मत:

- ड्राफ्टिंग समिति की अध्यक्ष डॉ. सपना एस. ने इसे लैंगिक समानता और समावेशी कार्यस्थलों की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम बताया।
- विशेषज्ञों का तर्क है कि मासिक धर्म अवकाश से अनुपस्थिति कम हो सकती है और कल्याण में



- सुधार हो सकता है, जिससे दीर्घकालिक उत्पादकता को बढ़ावा मिलता है।
- यह मासिक धर्म स्वास्थ्य के बारे में जागरूकता और कलंक को दूर करने को प्रोत्साहित करता है।

आलोचनात्मक मत:

- कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि एक दिन का अवकाश मासिक धर्म विकारों की गंभीरता को पूरी तरह से संबोधित नहीं कर सकता है।
- नियोक्ताओं में भर्ती या पदोन्नति में लिंग-आधारित पूर्वाग्रह विकसित हो सकता है, जिससे महिलाओं को कम भरोसेमंद माना जा सकता है।
- डॉ. हेमा दिवाकर और अन्य लोग केवल प्रतीकात्मक नीतियों के बजाय वेलनेस चेकअप, निदान और निवारक स्वास्थ्य देखभाल की ओर बदलाव का सुझाव देते हैं।

चुनौतियाँ

- **कार्यान्वयन में स्पष्टता:** निष्पक्षता सुनिश्चित करने और दुरुपयोग को रोकने के लिए विस्तृत दिशानिर्देशों की आवश्यकता है।
- **कार्यस्थल का कलंक:** महिलाएँ निर्णय या पूर्वाग्रह के डर से छुट्टी लेने में झिझक सकती हैं।
- **समान नीति की सीमा:** मासिक धर्म के अनुभव अलग-अलग होते हैं; लचीलापन और संवेदनशीलता महत्वपूर्ण है।

IAS-PCS Institute

आगे की राह (Way Forward)

- मासिक धर्म अवकाश के **स्वैच्छिक और कलंक-मुक्त कार्यान्वयन** को सुनिश्चित करें।
- कार्यस्थलों पर दोनों लिंगों के लिए **जागरूकता और संवेदीकरण कार्यक्रम** आयोजित करें।
- मासिक धर्म स्वास्थ्य और स्वच्छता को **राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन और पोषण 2.0** में एकीकृत करें।
- समावेशी एचआर (HR) प्रथाओं को प्रोत्साहित करें, यह सुनिश्चित करें कि मासिक धर्म अवकाश करियर की प्रगति को प्रभावित न करे।
- मासिक धर्म विकारों के लिए **चिकित्सीय स्क्रीनिंग** को बढ़ावा दें और कार्यस्थलों पर कल्याण सुविधाएँ प्रदान करें।

निष्कर्ष

कर्नाटक की मासिक धर्म अवकाश नीति महिला स्वास्थ्य अधिकारों की प्रगतिशील पहचान है, लेकिन इसका प्रभाव कार्यान्वयन, जागरूकता और कार्यस्थल की संस्कृति पर निर्भर करेगा। सच्ची लैंगिक समानता के लिए, ध्यान अवकाश से परे व्यापक मासिक धर्म स्वास्थ्य प्रबंधन, शिक्षा और समावेशी कार्यस्थल सुधारों तक फैलना चाहिए। प्रतीकवाद को प्रणालीगत संवेदनशीलता में बदलना चाहिए – जहाँ महिलाओं की जैविक आवश्यकताओं का सम्मान उनके पेशेवर अवसरों से समझौता किए बिना किया जाए।

यूपीएससी मुख्य परीक्षा अभ्यास प्रश्न

प्रश्न: “कार्यस्थल नीतियों में मासिक धर्म स्वास्थ्य को मान्यता देना न केवल एक कल्याणकारी उपाय है, बल्कि लैंगिक न्याय और समावेशी शासन की दिशा में एक कदम है।” भारत में लैंगिक समानता और समावेशी विकास को बढ़ावा देने में मासिक धर्म अवकाश नीतियों के महत्व पर चर्चा कीजिए। (250 शब्द)

