

Assessment of nutritional status in reproductive age in women

Dissertation for the Degree of Master of Science

Foods and Nutrition

By

Janvi Anilbhai Vaya

Under the Guidance of

Ms. Krishna D. Thakkar

Asst. Professor

Department of Home Science
Children's University, Gandhinagar

Year 2021-2022

Abstract:

ભારતમાં કિશોરીઓથી લઈને પુખ્ત વયની સ્ત્રીઓ કુપોષણના બેવડા બોજથી પીડાય છે. જેમકે પોષણ અને અતિપોષણ. એક સર્વે અનુસાર માત્ર 52% સ્ત્રીઓ જ તેમની ઊંચાઈ પ્રમાણે સામાન્ય વજન ધરાવે છે. સ્ત્રીઓમાં અયોગ્ય આહાર લેવાના કારણે જરૂરી પોષક તત્વની ઉણપ થઈ છે. સ્ત્રીઓ પર્યાપ્ત પોષણ લે અને યોગ્ય આહાર લે તો માતા અને બાળકના સ્વાસ્થ્ય માં સુધારો થઈ શકે છે. સ્ત્રીઓમાં એક સૌથી વધારે જોવા મળતો રોગ છે એનિમિયા. પ્રજનનક્ષમ વયની સ્ત્રીઓ માં એનિમિયા રોગ સૌપ્રથમ અસર કરે છે. એનિમિયા થવાને કારણે તેમના માં રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઓછી થઈ જાય છે, થાક વધારે લાગે છે,

ઉદ્દેશ્ય :

પ્રજનનની ઉંમરની મહિલાઓમાં લોહતત્વનું પ્રમાણ જાણવું

તેઓની ખાવાની ટેવો જાણવી.

તેઓ પૂરા દિવસ માં કેવો શ્રમ કરે છે તે જાણવું.

તેઓ દિવસ દરમિયાન ભોજનમાં શું લે છે તે જાણવું.

પદ્ધતિ :

આ અભ્યાસ કરવા માટે કુલ 60 નમનાઓ લેવામાં આવ્યા છે. અમક સ્તુ છરી ગ્રામ્ય વિસ્તાર અને શહેરી વિસ્તાર એમ બે રીતે લેવામાં આવી છે. આ અભ્યાસ ગાંધીનગર શહેરના સેક્ટર 3 A ન્યુ ના વિસ્તારમાં કરવામાં આવ્યો હતો. પ્રશ્નાવલિ કે જેમાં પ્રજનન વયની મહિલાઓની બેઝિક માહિતી, આહાર અંગેની ટેવોની માહિતી વિષેના પ્રશ્નોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો. મેળવેલ સંપૂર્ણ માહિતીના મૂલ્યાંકન માટેનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો.

પરિણામ :

શહરી વિસ્તારની પસંદ કરેલ પ્રજનન ક્ષમ વયની મહિલા દિવસ દરમિયાન બહાર કામ કરી થાક અનભવતા તેમને 15 થી 20 % બહાર જમવાનું થતું હતું. તે દરમિયાન ઘરમાં રસોઈ કરતા ન હતા 15 દિવસે બે થી ત્રણ વાર બહાર જમવાનું થતું હતું.