



**SWATI**

Society for Women's  
Action and Training Initiative

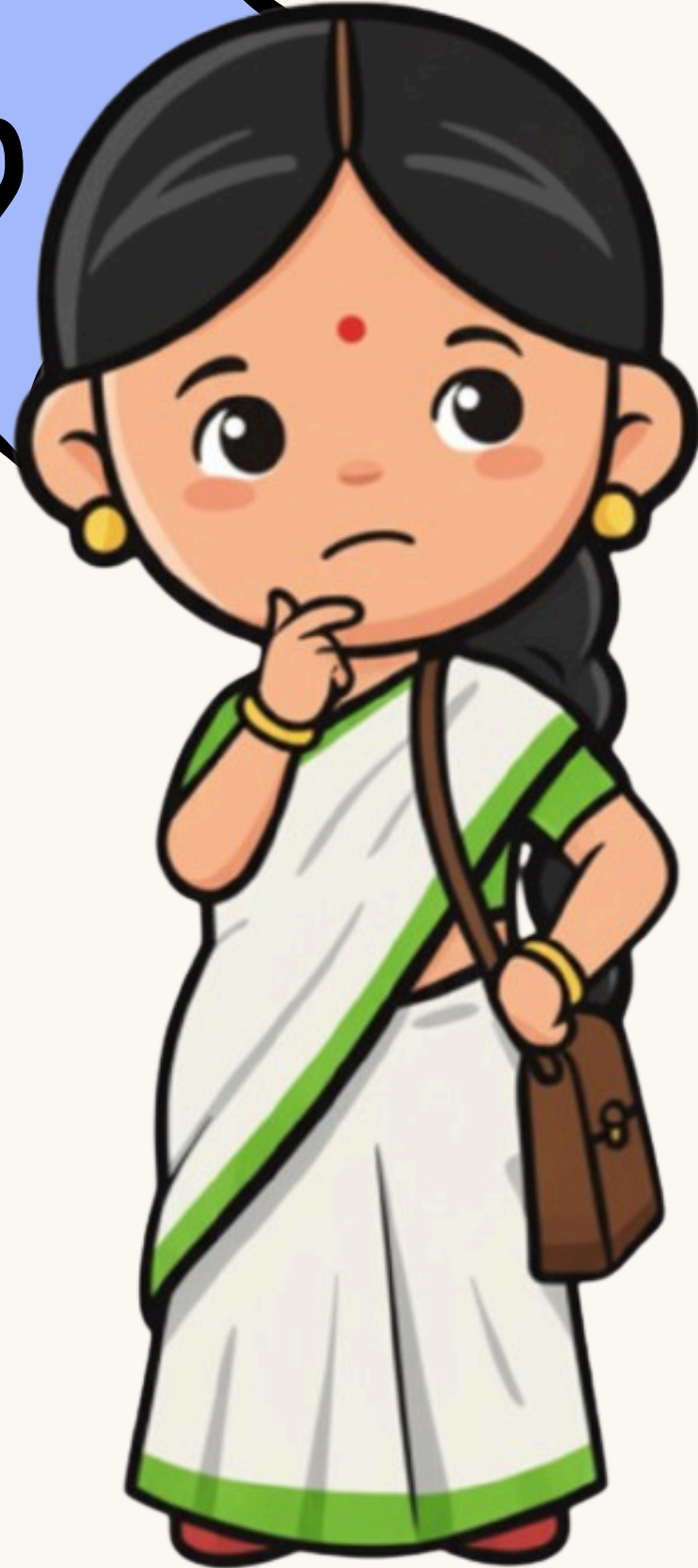
**રોગનું કારણ હિંસા પણ હોઈ શકે**

**હિંસા ઓળખવામાં સ્વાસ્થ્ય કર્મીઓની  
મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા**

## આ પુસ્તિકામાં આવરી લેવાયેલા વિષયો

- A. મહિલાઓ સામેની હિંસા અને તેના પ્રકારો
- B. મહિલાઓ સામેની હિંસામાં સ્વાસ્થ્ય સેવાઓનું મહત્વ
- C. હિંસા ની સ્વાસ્થ્ય પર અસરો
- D. પીડિત મહિલાને રેફરલ સેવાઓ સુધી પહોંચાડવું
- E. પીડિત મહિલા સાથે વાત કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાના સિદ્ધાંતો

હિંસા કોને  
કહીશું?



”કોઈપણ વ્યક્તિને શારીરિક,  
માનસિક, જાતીય કે આર્થિક  
રીતે નુકસાન પહોંચાડવું કે  
નુકસાન પહોંચાડવાની ધમકી  
આપવી એ હિંસા છે.”

# હિંસાના પ્રકારો

## શારીરિક હિંસા

- લાફો મારવો, લાત મારવી, ઘક્કા મારવા
- હાડકાં તોડી નાખવા, શરીર ઉપર કાપા મારવા
- હથિયાર સાથે/ વગર ઈજા કરવી
- બાળવું, ઝેર આપવું
- તેજાબ ફેંકવો
- ગળું દબાવવું
- મારને લીધે ગર્ભપાત થઈ જવો

## આર્થિક હિંસા

- વારંવાર ખર્ચનો હિસાબ માંગવો
- મહિલાને નોકરી ન કરવા દેવી
- પૈસા ન આપવા
- જરૂરિયાતો ન પૂરી કરવી (ખોરાક, કપડા, આરોગ્ય, શિક્ષણ)
- દહેજની માંગ
- વારસાગત મિલકતનો હક્ક ન આપવો
- મિલકતના કાગળો પર જબરદસ્તી સહી કરાવવી



## જાતીય હિંસા

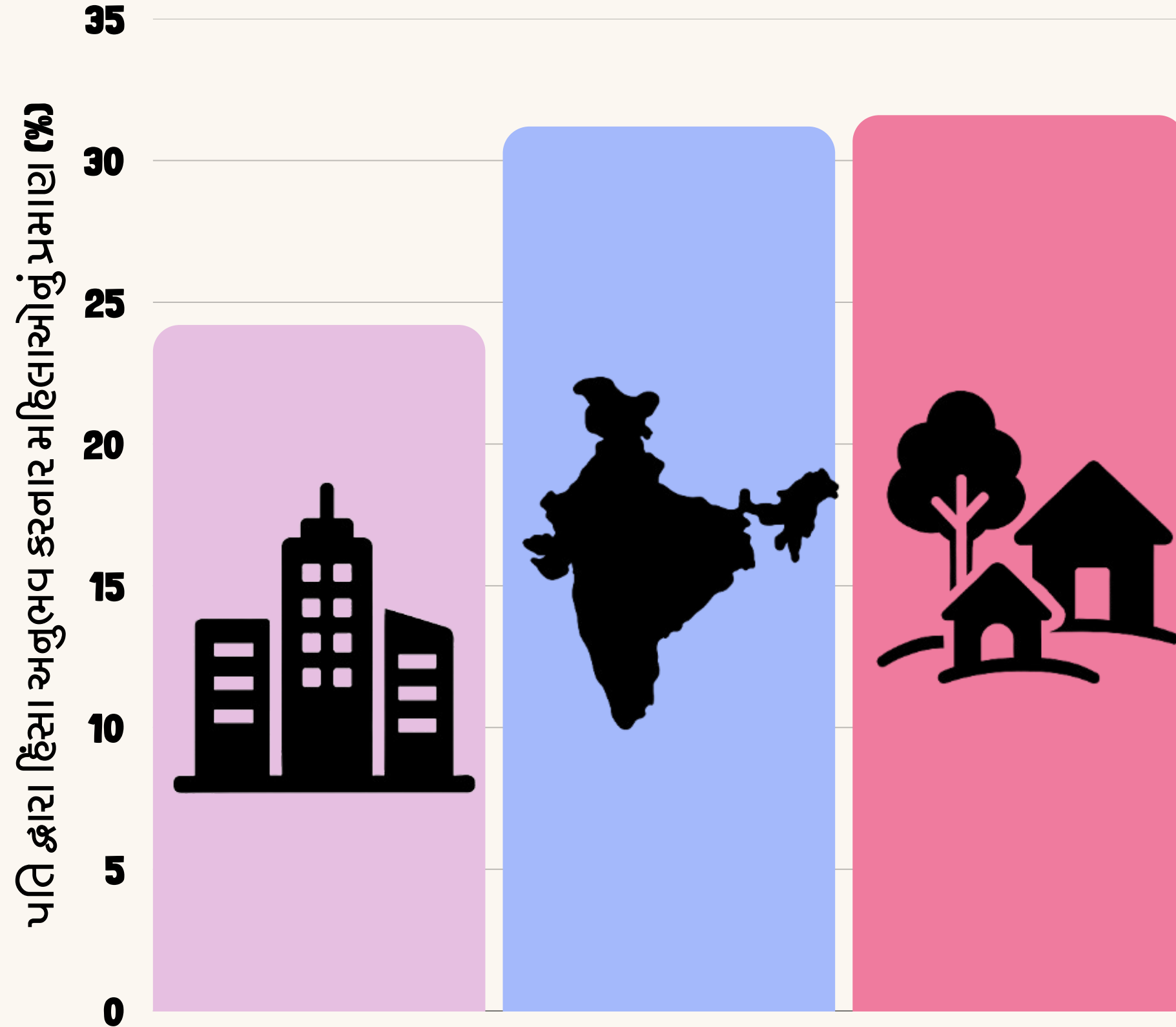
- અભદ્ર ફિલ્મો બતાવવી
- છેડતી કરવી, પીછો કરવો
- કુટુંબના સભ્ય તરફથી દુર્વ્યવહાર
- દેહ વેચાણ કે પરાણે બાળલગ્ન કરાવવું
- પતિ દ્વારા બળાત્કાર / જબરદસ્તી સંબંધ બાંધવો
- ગર્ભનિરોધક ન વાપરવું / વાપરવા ન દેવું
- ગર્ભ રાખતા પહેલા અને ગર્ભ દરમિયાન લિંગ નિર્ધારણ કરાવવું
- પરાણે ગર્ભપાત કરાવવું / બળજબરીથી ગર્ભધારણ કરાવવું

## ભાવનાત્મક હિંસા

- શંકા કરવી, દરેક બાબતમાં ભૂલ કાઢવી
- શાબ્દિક આઘાત, અપમાન કરવું
- એકલા પાડી દેવું
- બાળકનો પિતા હોવાનો ઈનકાર કરવો
- માનસિક ત્રાસ આપવો
- મારી નાખવાની ધમકી આપવી

# મહિલાઓ પર થતી હિંસાના આંકડા

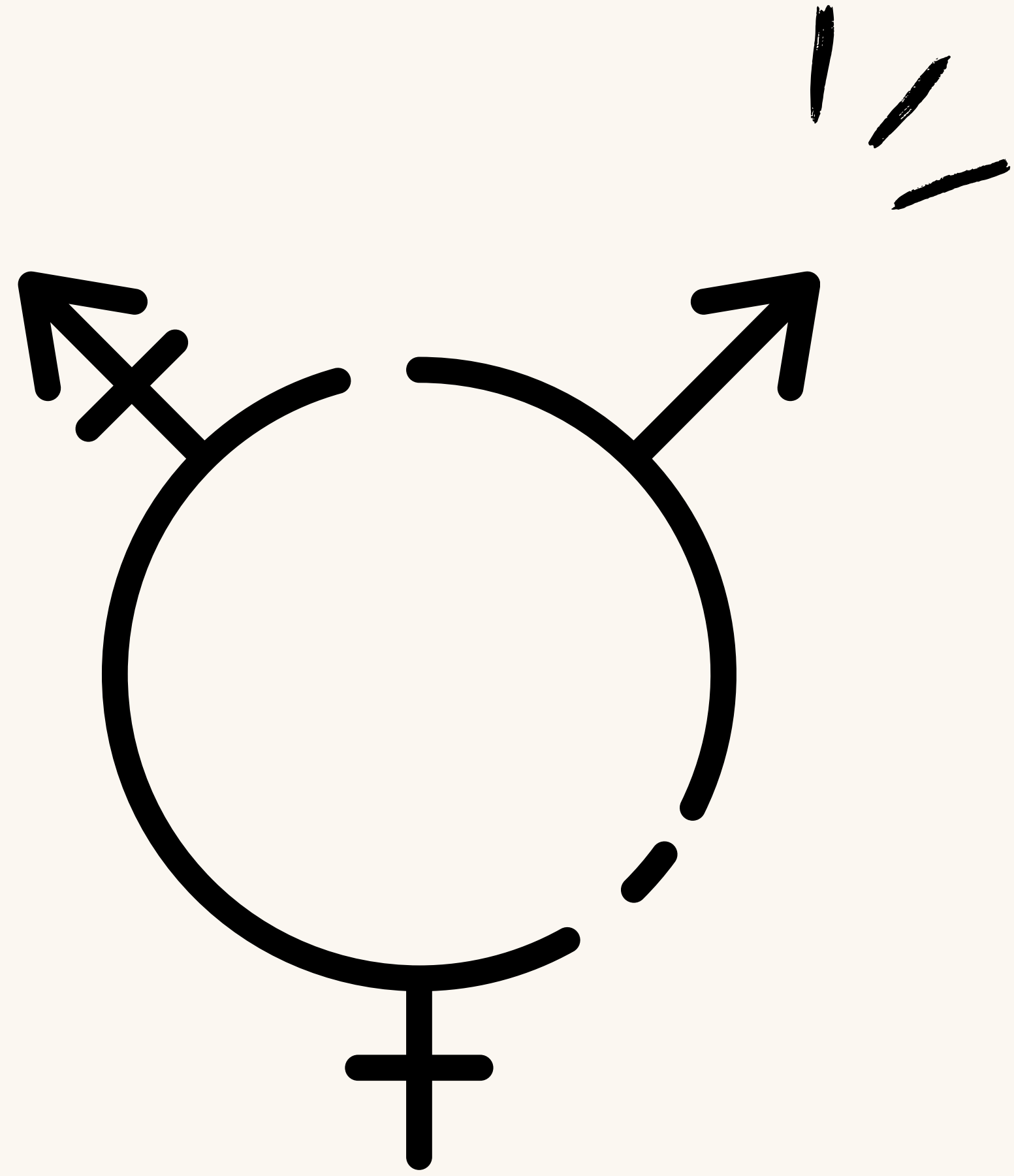
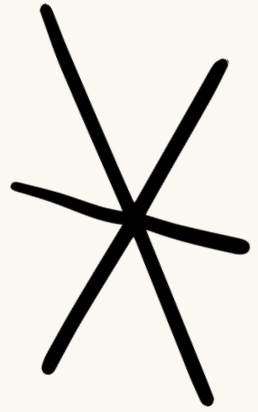
● શહેરી વિસ્તાર ● ભારત ● ગ્રામીણ વિસ્તાર



- ભારતમાં ૧૮-૪૯ વર્ષની ૩૨ % પરણિત મહિલાઓએ પતિ દ્વારા હિંસાનો અનુભવ કર્યો છે.
- શહેરી વિસ્તારોમાં આ આંકડો ૨૪ % છે, જ્યારે ગ્રામીણ વિસ્તારોમાં તે ૩૨ % છે.

સ્ત્રોત: રાષ્ટ્રીય પરિવાર સ્વાસ્થ્ય સર્વેક્ષણ (NFHS) – ૫

સામાજિક રીતી-  
રીવાજો સાથે  
સંકળાયેલી જાતીય  
અસમાનતા હિંસાનું  
મૂળ કારણ છે.



# મહિલાઓ સામેની હિંસામાં સ્વાસ્થ્ય સેવાઓનું મહત્વ

- આશા સ્વાસ્થ્ય તંત્રના ગ્રામ્ય સ્તરની કડી છે
- દર ૧૦૦૦ વસ્તી દીઠ એક આશા હોય છે
- ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં જ્યાં સેવાઓ દૂર અને વિખરાયેલી હોય છે, ત્યાં આશા મહિલાઓ માટે જીવનદોરી સમાન બની શકે

આપણે સ્વાસ્થ્ય કર્મી તરીકે હિંસા પીડિત મહિલાને મદદ કરવામાં અગત્યની ભૂમિકા ભજવી શકીએ, કારણ કે આપણે તેમના પ્રથમ સંપર્ક છીએ અને તેમને મદદ મેળવવા માટે માર્ગદર્શન આપી શકીએ



**Mobilizing for  
Action on  
Violence Against Women**  
**A Hand Book for ASHA**

આ સમજણને ધ્યાનમાં  
રાખીને રાષ્ટ્રીય સ્વાસ્થ્ય  
મિશન (NHM) એ 2014 માં  
આશાના અભ્યાસક્રમમાં  
મહિલાઓ સામેની હિંસાને  
સામેલ કર્યું

# હિંસા ની સ્વાસ્થ્ય પર અસરો



# હિંસાની સ્વાસ્થ્ય પર પડતી અસરોના ઉદાહરણ



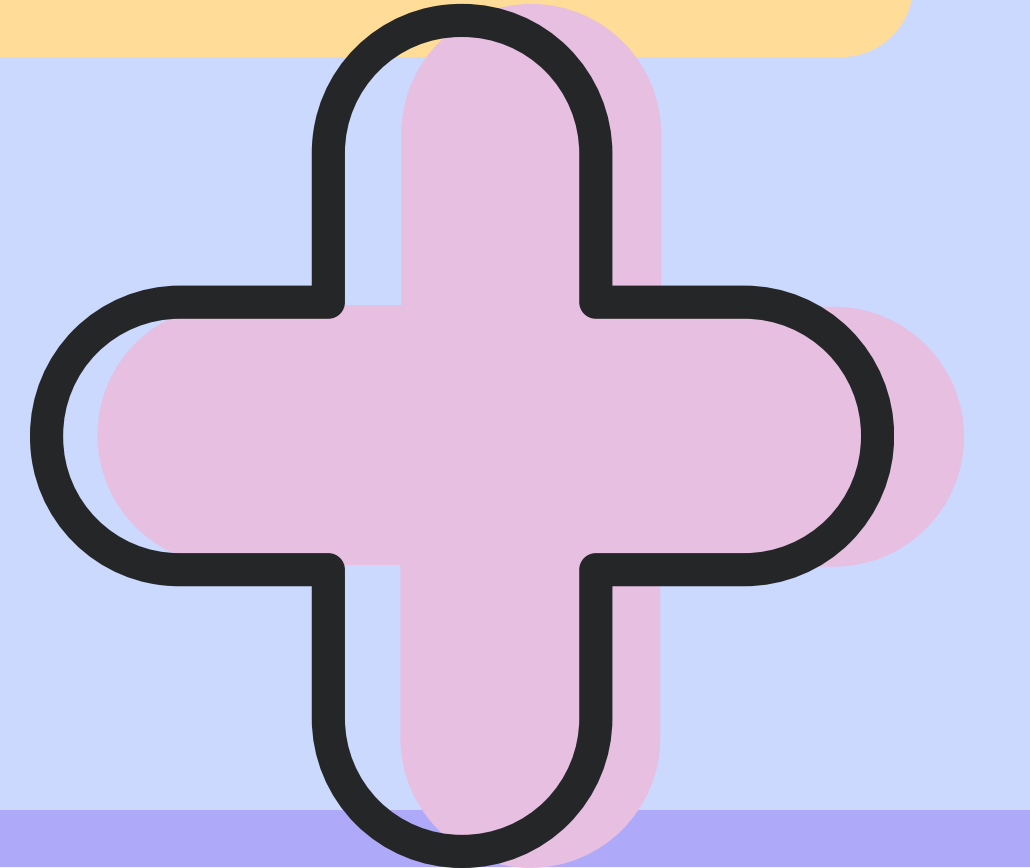
## દેખાતી ઈજાઓ

- આંખમાં લાલ ઝાકળ / લાલાશ
- નાકમાંથી લોહી વહેવું
- દાંત હલવા/તૂટવા, જબડામાં દુખાવો
- કાનમાં ઈજા, લોહી આવવું કે સાંભળવામાં મુશ્કેલી
- કાપા, ઉઝરડા કે દાઝવું
- ફેફસર, સ્નાયુમાં ઈજા
- મળમાર્ગ કે પ્રજનન અંગો માંથી લોહી આવવું

## ન દેખાતી/અંદરની તકલીફો

- માથાનો દુખાવો, ચક્કર આવવા, ગરદનનો દુઃખાવો, છાતીમાં દુખાવો
- લોહીની ઉણપ અને અશક્તિ
- માસિકની તકલીફો → ન આવવું, લાંબા સમય સુધી આવવું, ભારે પ્રમાણમાં આવવું, અનિયમિત આવવું
- કારણ વગર ગર્ભપાત થઈ જવો અથવા વારંવાર ગર્ભપાત કરાવવાની જરૂર પડવી
- વારંવાર ગર્ભધારણ, ગર્ભો વચ્ચે ઓછો સમય
- વારંવાર પ્રજનન કે મૂત્ર માર્ગમાં ચેપ
- HIV/AIDS જેવા જાતીય રોગો

**હિંસા પીડિત મહિલાની મદદમાં સ્વાસ્થ્ય  
કર્મીની ભૂમિકા**



આપડે કયા સ્વાસ્થ્ય  
પરિણામો પર કામ  
કરી રહ્યા છીએ ?



# આશાની મુખ્ય જવાબદારી સ્ત્રીઓમાં આરોગ્ય સંબંધિત તકલીફોનું વહેલું નિદાન કરવું છે, જેમ કે:

- સગર્ભા અવસ્થા (ANC)
- પ્રસૂતિ બાદની કાળજી (PNC)
- આર.ટી.આઈ. / એસ.ટી.ડી. (પ્રજનન માર્ગના ચેપ)
- એનિમિયા
- કુપોષણ
- ટીબી
- ગર્ભનિરોધન



તે જ સ્વાસ્થ્ય લક્ષણો મહિલાઓમાં હિંસાના શરૂઆતની ચેતવણીના સંકેત પણ હોઈ શકે છે

# આશા દ્વારા હિંસાની વહેલી ઓળખના લાભો

## 1. સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓની અટકાવ

- અનીમિયા, કુપોષણ, **TB, RTI/STD** જેવી સમસ્યાઓ ગંભીર બનતા પહેલા ઓળખાઈ જાય છે .

## 2. ગર્ભાવસ્થાના ઉત્તમ પરિણામો

- તણાવ અને હિંસા ઘટવાથી માતા અને બાળક બંનેનું સ્વાસ્થ્ય સુધરે છે.
- ઓછું જન્મવજન, સમયપહેલા પ્રસૂતિ જેવા જોખમોમાં ઘટાડો.

## 3. લાંબા ગાળાના નુકસાનમાં ઘટાડો

- ગંભીર ઈજા અથવા માનસિક આઘાત અટકાવવામાં મદદ.

## 4. સુરક્ષિત હસ્તક્ષેપની તક

- આશા મહિલાને યોગ્ય સારવાર, કાઉન્સેલિંગ અને સુરક્ષા સેવાઓ સાથે તરત જોડે છે.
- જોખમ વધે તે પહેલા સહાય મળી જાય છે.

# રેફરલ પ્રક્રિયા

## મહિલા સાથે પ્રથમ સંપર્ક

લક્ષણોના આધારે ઘરેલુ હિંસાની શંકા જાય તો

- જરૂરી સારવાર આપવી
- સાવચેતી અને સંવેદનશીલતા સાથે હિંસા વિશે પૂછવું

## મહિલા દ્વારા હિંસાનો સ્વીકાર

હા

- તાત્કાલિક સલામતી અંગે ચર્ચા કરવી.
- મહિલાને હિંસા અટકાવવા માટે સહાયક માળખા ની ભલામણ કરવી.
- મહિલા સહાયતા કેન્દ્રના કાઉન્સેલર સાથે સંકલન કરીને મહિલાને સબસેન્ટર પર રેફર કરવી.

ના

- મદદ અને સેવા આપનાર સહાયક માળખાઓ, સંસાધનો અને હેલ્પલાઇન નંબર અંગે માહિતી આપવી.
- જરૂર પડે ત્યારે સંપર્ક કરવા કહેવું.

મહિલા સહાયતા કેન્દ્ર ના કાઉન્સેલર સાથે સંપર્કમાં રહેવું અને મહિલાની પરિસ્થિતિની દેખરેખ રાખવી



હિંસા થી પીડિત  
મહિલા સાથે વાત  
કરતી વખતે ધ્યાન  
રાખો આ સિદ્ધાંતો



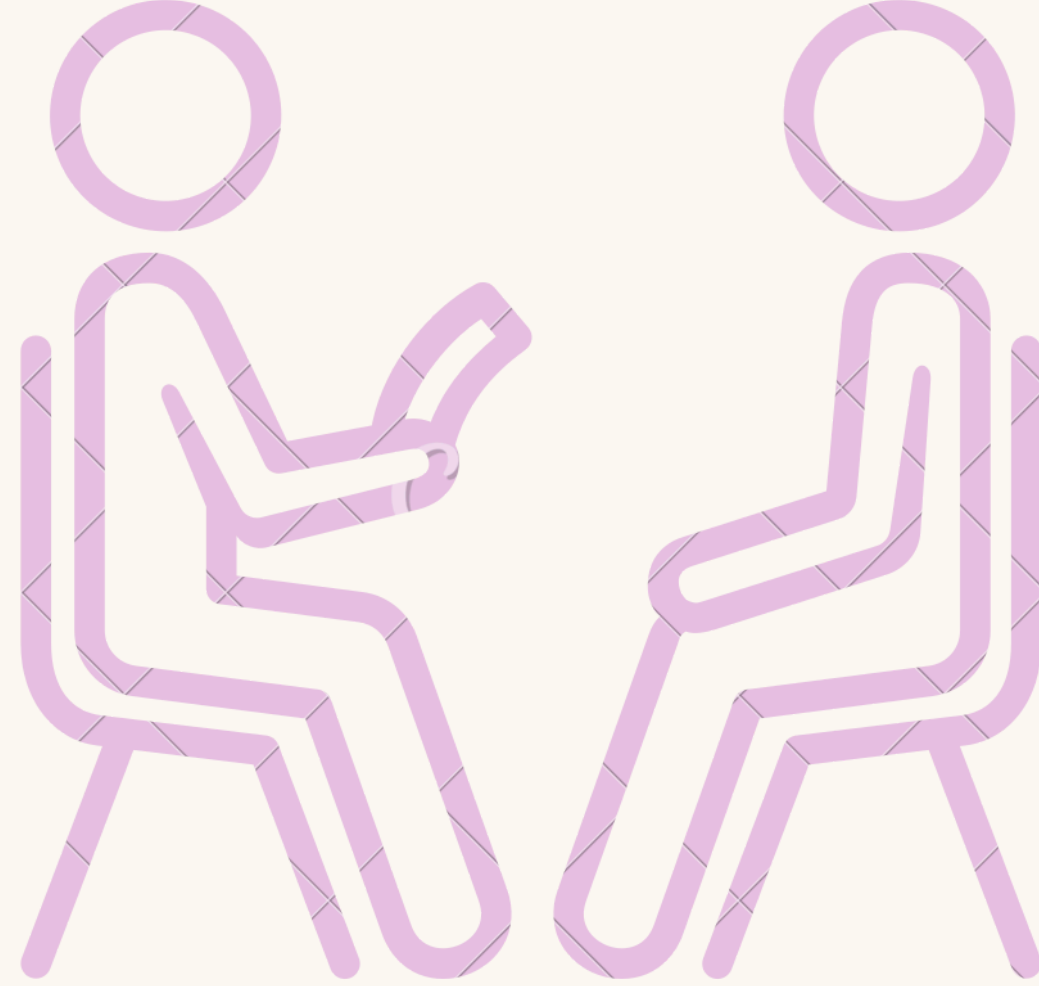
## સન્માન આપવું

- દરેક મહિલાની પરિસ્થિતિને સમાન માન આપવું.
- તેઓ મોટા પગલાં લઈ રહી છે તેનો સન્માન કરવો.
- તેના અનુભવને માન્યતા આપવી.

## વ્યાવસાયિક મર્યાદા જાળવો

- વ્યક્તિગત લાગણીઓ ન બતાવવી, અનાવશ્યક સ્પર્શ ન કરવો, ચર્ચાનો સમય યોગ્ય રાખવો.
- સમાજના ભેદભાવથી થતા પ્રભાવ અંગે સમજણ રાખવી.
- મહિલાને દયા બતાવવાની જગ્યાએ સમજદારી અને લાગણીથી વાત કરો.

## નૈતિક સિદ્ધાંતો



## અભિપ્રાય ન બાંધવો

- પોતાની માન્યતાઓ કે મૂલ્યોના આધાર પર મહિલાને ન આંકવી.
- દરેક વ્યક્તિની સંસ્કૃતિ, મૂલ્યો અને વર્તણુક જુદા હોઈ શકે છે તે સ્વીકારવું.
- હિંસા માટે મહિલાને જવાબદાર ન ઠેરવવી.

## સાવચેતી રાખવી

- કેવળ ત્યારે જ મહિલાને પ્રશ્નો પૂછો, જ્યારે તે એકલી હોય અથવા તેના કોઈ વિશ્વાસપાત્ર વ્યક્તિ સાથે હોય.
- મહિલા દ્વારા આપવામાં આવેલી માહિતી ને ગોપનીય રાખો.



હિંસાની ઓળખ એ જ પ્રાથમિક ઉપચાર છે

મહિલાઓને "મહિલા સહાયતા કેન્દ્ર" સુધી  
પહોંચાડવાનું તમારું એક નાનું પગલું,  
તેમના જીવનમાં એક મોટો બદલાવ લાવી  
શકે છે

## વન સ્ટોપ ક્રાઈસિસ સેન્ટર (OSCC)

સંપર્ક વિગતો

ફોન: 02766-265510

મોબાઇલ: 9023981320

સરનામું: F-28/29, પ્રથમ માળ,

GMERS મેડિકલ કોલેજ /

હોસ્પિટલ, ધારપુર - પાટણ, ગુજરાત



## મહિલાઓ માટેના હેલ્પલાઇન નંબરો

- **181** - મહિલા હેલ્પલાઇન (24x7, સમગ્ર ભારત માટે)
- **112** - તાત્કાલિક સેવા નંબર (પોલીસ + એમ્બ્યુલન્સ + આગ)
- **1091** - મુશ્કેલીમાં આવેલી મહિલાઓ માટે પોલીસ હેલ્પલાઇન
- **1930** - સાયબર ક્રાઈમ હેલ્પલાઇન (ઓનલાઇન હેરાનગતિ, સાયબર સ્ટોકિંગ)



# SWATI

Society for Women's  
Action and Training Initiative

**સરનામું:**

બંગલો નં. 2, ત્રિમૂર્તિ સોસાયટી,  
નેશનલ પાર્ક સોસાયટી પાસે,  
ગવર્નમેન્ટ પોલિટેકનિક પાછળ,  
ગુલબાઈ ટેકરા,  
અમદાવાદ - 380015

**ફોન નં.: 079 - 26300409**

