



एग्री आर्टिकल्स

(कृषि लेखों के लिए ई-पत्रिका)

वर्ष: 05, अंक: 02 (मार्च-अप्रैल, 2025)

www.agriarticles.com पर ऑनलाइन उपलब्ध

© एग्री आर्टिकल्स, आई. एस. एस. एन.: 2582-9882

नई पीढ़ी में बढ़ता नशे का दुष्प्रभाव

(*शेर सिंह बोचल्या, बाबूलाल गढवाल एवं सुनीता कुमारी)

राजमाता विजयाराजे सिंधिया कृषि विश्वविद्यालय, ग्वालियर, मध्य प्रदेश, भारत

*संवादी लेखक का ईमेल पता: drshersinghbochalva@gmail.com

आजकल की नई पीढ़ी में नशे की आदत बढ़ रही है, जो उनकी सेहत और सामाजिक जीवन पर घातक प्रभाव डाल रही है। नशे की अलग-अलग प्रकृति की चीजें, जैसे शराब, गांजा, कोकीन, सिगरेट और अन्य ड्रग्स, इस नई पीढ़ी को अपने गिरे हुए असर से गृहित कर रही हैं। आज के समय में नशे की समस्या सिर्फ एक व्यक्ति तक सीमित नहीं रह रही है, बल्कि ये समाज के हर कोने में फैल हो गई है, जिसमें खुद नई पीढ़ी को सबसे ज्यादा नुकसान हो रहा है। ये लेख नई पीढ़ी में बढ़ रहे नशे के दुष्प्रभावों का विस्तार से वर्णन करता है।

नयी पीढ़ी में नशे का विस्तार

नए युग में नशे का इस्तमाल न केवल शहरों में, बल्कि गांव में भी बढ़ रहा है। समाज में बदलाव, पढ़ाई का दबाव, पारिवारिक चिंताएं, और साथियों का दबाव जैसे कारण बढ़ते हुए नशे को समर्थन दे रहे हैं। काफ़ी बच्चे और युवा अपने दोस्तों के साथ ग्रुप में रहने और किसी तरह का मज़ा लेने के लिए नशे का सहारा लेते हैं। इसका प्रभाव न केवल उनकी शारीरिक सेहत पर, बल्कि उनकी मानसिक और सामाजिक स्थिति पर भी पड़ता है।

नशे के दुष्प्रभाव

- 1. शारीरिक स्वास्थ्य पर असर:** नशे का सबसे पहला और सबसे बड़ा प्रभाव व्यक्ति के शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। नशे की वजह से चेहरे पर थकन, अंग का सुजान, भूख की कमी और शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता गिरना शामिल है। शराब और ड्रग्स से लीवर, किडनी और दिल की बीमारियाँ हो सकती हैं। इसके अलावा, ड्रग्स का व्यवहार एक व्यक्ति की शारीरिक समन्वय को भी प्रभावित करता है, जो दुर्घटनाएं और चोट का कारण बन सकता है।
- 2. मानसिक सेहत पर प्रभाव:** नयी पीढ़ी में नशे का एक और गहरा प्रभाव उनकी मानसिक सेहत पर पड़ रहा है। ड्रग्स और शराब का नुकसान इस प्रकार है अवसाद, चिंता, और तनाव जैसे मानसिक स्वास्थ्य विकारों को नुकसान पहुँचाता है। नशे की वजह से व्यक्तित्व का सोचना और समझने का तरीका भी बदल जाता है, जिसका शैक्षणिक और व्यावसायिक जीवन प्रभावित होता है। इसके अलावा, नशे की वजह से व्यक्ति अपने परिवार और दोस्तों से दूर हो जाता है, जो अकेलापन और अकेलेपन का कारण बनता है।
- 3. सामाजिक और वैभविक समस्याएं:** नशे का एक और प्रभाव सामाजिक और वैभव जीवन पर होता है। नशे की वजह से कई लोग अपने काम, पढ़ाई और सामाजिक जिम्मेदारियों में दिक्कत महसूस करते हैं। व्यक्तित्व का अपने सपने और लक्ष्य को पूरा करना मुश्किल हो जाता है। कई बार नशे के कारण युवा अपना

अकल और अपने घर का खास समय भी नशे में गुजर देते हैं, जिसका उनका सामाजिक जीवन प्रभावित होता है।

4. आर्थिक परिणाम: नशे का एक और दुष्प्रभाव व्यक्ति के साथ आर्थिक जीवन पर पड़ता है। काफ़ी बार, नशे की आदत व्यक्ति को अपनी बचत और आर्थिक स्थिति का नुकसान करने पर मजबूर करती है। कहीं लोग नशे के लिए पैसा कमाने के लिए अपनी अच्छी नौकरियां और करियर भी खोते हैं।

नये नशे के रूप

नई पीढ़ी में नशे के रूप भी बदल रहे हैं। जहां पहले शराब और सिगरेट ही सबसे प्रमुख नशे थे, वहां अब गांजा, कोकीन और सिंथेटिक ड्रग्स का बहुत ज्यादा नुकसान हो गया है। ये दवाएं आसान से उपलब्ध होती हैं, और इनका प्रभाव भी जल्दी होता है, जिसकी ये युवा पीढ़ी में ज्यादा लोकप्रिय हो गए हैं। सोशल मीडिया का भी एक बड़ा योगदान है, जो नशे को अपने तरीके से ग्लैमराइज करता है, और युवा पीढ़ी को यह तरफ आकर्षित करता है।

समाधान

नशे के बढ़ते प्रभाव को रोकने के लिए कुछ महत्वपूर्ण कदम उठाए जा सकते हैं:

- 1. शिक्षा और जागरूकता:** नशे के नुकसानों के बारे में जागरूकता बढ़ाने की आवश्यकता है। स्कूलों और कॉलेजों में, छात्रों को इसके खतरनाक परिणामों के बारे में सिखाया जाना चाहिए।
- 2. परिवार की भूमिका:** परिवार का योगदान नशे के प्रभाव को रोकने में काफ़ी महत्वपूर्ण हो सकता है। अगर परिवार के लोग अपने बच्चों की देखभाल करते हैं, और उन्हें भावनात्मक समर्थन देते हैं, तो उनमें नशे की आदत लगने का खतरा कम हो सकता है।
- 3. सरकारी योजनाएँ:** सरकार को ऐसे कार्यक्रमों और पहलों को अधिक प्रभावी बनाना चाहिए जो नशे से लड़ते हैं। नशा मुक्ति केंद्र और स्वास्थ्य जागरूकता अभियान के दौरान महत्वपूर्ण उपकरण हो सकते हैं।
- 4. मानसिक स्वास्थ्य सहायता:** मानसिक सेहत को लेकर जागरूकता और सपोर्ट सिस्टम को मजबूती देना, युवा पीढ़ी को मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों से जूझना मददगार हो सकता है।

अंतिम विचार

नशे के बढ़ते प्रभाव को रोकना हमारे सामाजिक और व्यक्तित्व जीवन के लिए अत्यंत अवसर है। यदि हम नई पीढ़ी को स्वस्थ और सफल जीवन जीने की दिशा में प्रेरित करना चाहते हैं, तो हमें नशे के खतरनाक प्रभाव से बचना होगा। इसके लिए हमें शिक्षा, समर्थन और सामाजिक जागरूकता पर ज्यादा ध्यान देना होगा।

संदर्भ

1. इंडियन जर्नल ऑफ साइकाइट्री (2022)। भारत में किशोरों में मादक द्रव्यों के सेवन की प्रवृत्ति। *इंडियन जर्नल ऑफ साइकेट्री*।
2. विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ)। (2021)। युवाओं में मादक द्रव्यों का सेवन और मानसिक स्वास्थ्य।