



## विद्यालय जाने वाले बच्चों में विटामिन 'ए' की कमी का प्रभाव एक अध्ययन ( पटना शहरी क्षेत्र )

• Shweta Kumari • Kumari Pratima Singh  
• Kumari Rupam

Received : November 2014  
Accepted : March 2015

Corresponding Author : Kumari Rupam

**Abstract :** बच्चों में विटामिन 'ए' आँखों तथा शारिरिक वृद्धि एवं विकास के लिए अत्यंत आवश्यक है। प्रस्तुत शोध का मुख्य उद्देश्य विद्यालय जाने वाले बच्चों में विटामिन 'ए' की कमी को लेकर माता-पिता कितने जागरूक हैं एवं बच्चों में विटामिन 'ए' की कमी से होने वाले रोगों के संदर्भ में अध्ययन के उद्देश्य पूर्ति के लिए यह परिकल्पना की गई कि अभिभावकों को विटामिन 'ए' की जानकारी नहीं होती है एवं हमारी दूसरी परिकल्पना विटामिन 'ए' युक्त आहार को दैनिक आहार में शामिल न करने से बच्चों में इसकी कमी से रोग हो सकता है। प्रस्तुत अध्ययन पटना जिला के अनीसाबाद क्षेत्र के स्कूल जाने वाले 50 बच्चों के अभिभावक पर आकस्मिक सह उद्देश्य पूर्ण तरीके से किया गया। आँकड़ा प्राप्ति हेतु *Personal Data Sheet* एवं साक्षात्कार

अनुसूची विधि का उपयोग चयनित उपभोक्ताओं पर किया गया एवं प्राप्त *Data* का विश्लेषण प्रतिशत गणना के आधार पर किया गया। प्राप्त परिणाम के आधार पर स्पष्ट हुआ की 88% अभिभावक विटामिन 'ए' के बारे में जानते हैं अतः पहली परिकल्पना सही साबित नहीं हुई। दूसरी पर 18% अभिभावक ने कहा कि उनके बच्चों को देखने में कठिनाई होती है जबकि 82% ने कहा कि उनके बच्चों को देखने में कठिनाई होती है। हमारी दूसरी परिकल्पना सही साबित हुई। उपयुक्त निष्कर्ष के आलोक में यह सुझाव दिया गया कि अभिभावक को बच्चों के आहार में सब्जी, सलाद एवं फलों को अवश्य ही शामिल करना चाहिए जिससे बच्चों को खनिज लवण और विटामिन पर्याप्त मात्रा में प्राप्त हो सके।

**Keywords:** *Retinal, Carotene, Follicular hyper koratosis, Tod skin, Karotomalesia.*

### Shweta Kumari

M.A. Final year, Home Science, Session: 2013-2015,  
Patna Women's College, Patna University, Patna,  
Bihar, India

### Kumari Pratima Singh

M.A. Final year, Home Science, Session: 2013-2015,  
Patna Women's College, Patna University, Patna,  
Bihar, India

### Kumari Rupam

Assistant Professor, Department of Home Science,  
Patna Women's College, Bailey Road,  
Patna – 800 001, Bihar, India  
E-mail : drkrupam191@gmail.com

### परिचय :

“भोजन में अनेक जटिल रासायनिक पदार्थ होते हैं जो शरीर की वृद्धि ऊतकों की टूट-फूट की मरम्मत, रोगों से रक्षा के लिए आवश्यक है। ये रासायनिक पदार्थ शरीर में होने वाली विभिन्न प्रकार की क्रियाओं को सम्पन्न करने के लिए और स्वस्थ बनाये रखने के लिए उचित मात्रा में आवश्यक होते हैं। पोषक तत्व कहलाते हैं जैसे-कार्बोज, वसा, प्रोटीन, खनिज-लवण, विटामिन और जल। विटामिन का शाब्दिक अर्थ होता है “जीवन देने वाला”। विटामिन शब्द वायटल अमीन (Vital Amine) से बना है बाद में 'ल' को छोड़कर “वाइटामिन” (Vitamin) शब्द ही लोकप्रिय होने लगा