राजस्थान खेती प्रताप

वर्ष : तेरह अंक : पांच नवम्बर 2016 मूल्य : 25/- पृष्ठ : 32

कृषि प्रौद्योगिकी सूचना केन्द्र
प्रसार शिक्षा निदेशालय
महाराणा प्रताप कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, उदयपुर (राज.)

सम्पादकीय

प्रिय पाठकगण,

सभी पाठक बंधुओं को दिपावली पर्व की हार्दिक शुभकामनाएं। आशा करता हूँ कि आपके घरों में आर्थिक समृद्धि आये। जिन किसान भाइयों ने बारानी क्षेत्र में चना, सरसों, तारामीरा व अन्य फसलों की बुवाई कर दी है उसमें खरपतवार नियंत्रण पर विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है। इसी को ध्यान में रखते हुए रबी फसलों में खरपतवारों से होने वाले नुकसान को कम करने हेतु इसके उचित नियंत्रण की सम्पूर्ण जानकारी दी जा रही है सिंचित क्षेत्र में गेहूं, जौ व अन्य फसलों की बुवाई का उपयुक्त समय है जिन किसान भाइयों ने बुवाई कर रहे है उन्हें उन्नत किस्मों के बीजों का ही उपयोग करें जिससे अधिक आमदनी प्राप्त की जा सके। इसकी सम्पूर्ण जानकारी इस अंक में प्रस्तुत की जा रही है। मेथी कम समय की फसल होने के कारण सभी जगह लगाई जाती हैं। इसकी पत्तियों में बहुत पोषक तत्व होते हैं। इसकी जानकारी इस अंक में दी जा रही है। अरहर पर लाख की खेती सरल व आसानी से अपनायी जा सकने वाली तकनीक है। जिसको अपनाकर यहाँ के कृषक/ आदिवासी व उद्यमी द्वारा लाख की खेती की जा सकती है। कृषिकार्य करते समय महिलाओं के लिए होने वाली स्वास्थ्य सम्बन्धित समस्याओं को ध्यान में रखते हुए कुछ सुरक्षात्मक वस्त्र तैयार किए गए हैं। ये वस्त्र उनके लिए सुरक्षात्मक सिद्ध हुए हैं। उच्च रक्तचाप (हाइपरटेंशन) जिसे सामान्य भाषा में, हाई बी.पी. या ब्लड प्रेशर भी कहते हैं, एक आम स्वास्थ्य समस्या है। उक्त रक्तचाप के लक्षण सामान्यतया दिखाई नहीं देते परन्तु कई गंभीर समस्याएं उत्पन्न हो सकती है। आहार और जीवन शैली में परिवर्तन द्वारा इसे नियंत्रित किया जा सकता है। आशा है यह अंक उपयोगी साबित होगा।

सम्पादक

इस अंक में

आलेख	*लेखक*	पृ. स
गेहूँ की उन्नत किस्में उगाये– अधिक उपज पाये	डॉ. हेमलता शर्मा, डॉ. जगदीश चौधरी उर्मिला	5
रबी मक्का की उत्पादन तकनीकी	डॉ. हरगिलास डॉ.जी.एस.आमेटा	8
मेथी की गुणकारी खेती	डॉ. निरंजन कुमार बरोड़ डॉ. रामगोपाल सरफराज अहमद	12
अरहर पर लाख उत्पादन की तकनीक	डॉ. हेमन्त स्वामी डॉ. लेरवा डॉ. विरेन्द्र सिंह	14
रबी की प्रमुख फसलों में खरपतवार प्रबन्धन	डॉ. अरविन्द वर्मा डॉ.रोशन चौधरी डॉ. आर.एस.चौधरी	19
उद्यानिकी पोषण वाटिका–महत्व एवं विशेषताऐं	डॉ. एम. के. यादव श्री ऐस. ऐन. मीना	22
किसानों के लिए सुरक्षात्मक वस्त्र	डॉ सुधा बाबेल लतिका सॉचिहर	24
उच्च रक्तचापः कारण तथा निवारण	डॉ. रेणु मोगरा डॉ. सरला लखावत डॉ. लतिका यादव	26
सफलता की कहानी अजोला का छत पर प्रयोग कर पायी नई मिसाल	कृषि विज्ञान केन्द, प्रतापगढ़	28
विश्वविद्यालय समाचार		29

किसानों के लिए सुरक्षात्मक वस्त्र

डॉ सुधा बाबेल एवं लतिका सॉचिहर
वस्त्र एवं परिधान अभिकल्पन विभाग, गृह विज्ञान महाविघालय, उदयपुर

भारत एक कृषिप्रधान देश है क्योकिं इसकी लगभग 62 प्रतिशत जनसंख्या कृषिपर निर्भर हैं। कृषिउत्पादन हेतु किसान खेत व बिंज तैयार करने से लेकर फसल की कटाई तक कई कार्यो का निष्पादन करता हैं। और उस दौरान धूप, धूल, मिट्टी भूसी आदि के सम्पर्क में आता हैं कृषिकार्यो में शुरू से ही महिलाओं की भागीदारी पुरूषों के बराबरी की रही हैं। जैसे बींज तैयार करना, खेत खोदना, फसल काटना, एवं एकत्रित करना, भंडारण करना, थ्रेसिंग, पशु पालन इत्यादि उक्त सभी कार्यो को करते दौरान किसान कहीं ना कहीं परोक्ष या अपरोक्ष रूप से दुषित वातावरण के प्रभाव में आता हैं जिसका सीधा असर उसके स्वास्थ्य पर पडता हैं। तथा कई कठिनाइया जैसे आखों में जलन, पानी आना, नाक में खुजली व छींके, जुकाम, धूप का त्वचा पा प्रभाव इत्यादी स्वास्थ्य सम्बन्धित समस्याओं का सामना करना पडता हैं।

कृषिकार्य करते समय होने वाली स्वास्थ्य सम्बन्धित समस्याओं को ध्यान में रखते हुए अखिल भारतीय समन्वित अनुसंधान परियोजना के अंतर्गत वस्त्र एवं परिधान अभिकल्पन विभाग, गृह विज्ञान महाविघालय, महाराणा प्रताप कृषिएवं प्रोघोगिकी विश्वविघालय, उदयपुर के वैज्ञानिकों द्वारा कुछ सुरक्षात्मक वस्त्र तैयार किए गए हैं एवं उन्हे थ्रेसिंग या कृषिकार्यो में लगे श्रमिकों को पहनाकर देखा गया हैं। ये वस्त्र उनके लिए सुरक्षात्मक सिद्ध हुए हैं।

धूप, धूल, मिट्टी भूसी से परेशानी :

- ❖ सिर दर्द
- ❖ चक्कर आना
- ❖ लू लगना
- ❖ एलर्जी
- ❖ सास सम्बन्धित कठिनाइया
- ❖ आखों में जलन व पानी आना
- ❖ बालों में भुसा चिपकने के कारण बालों का रूखा होना तथा जडना

धूप, धूल, मिट्टी भूसी से बचने के लिए किसान अपने सिर और मुँह को साफे से ढकते हैं व महिलाए साडी या ओढने का प्रयोग करती हैं। परन्तु कार्य के दौरान यह वस्त्र बार बार खुल जाते हैं या पुरी तरह से शरीर को ढकंकर नहीं रख पाते हैं। धूप, धूल, मिट्टी भूसी के कणों से मुह व गर्दन आदि को बचाने के लिए निम्नलिखित प्रकार के मास्क तैयार किए गये हैं।

स्कार्फ मास्क :

यह मास्क पतले कपडें का बना हुआ हैं। यह देखने में बांधे हुए दुपट्टे की तरह लगता हैं जिसे बहुत

आसानी से पहना व उतारा जा सकता हैं। पतले सूती कपडे का बना होने के कारण इसे पहनकर ना तो अधिक गर्मी लगती और ना ही सास लेने में कठिनाई होती हैं अतः इसे लंबे समय तक पहना जा सकता हैं । इसका आकार इस तरह बनाया गया हैं जिससे नाक व मुह पुरी तरह ठंक जाए व धूल व भूसा अंदर प्रवेश न करें। स्कार्फ के माथे व नाक के भाग पर इलास्टिक होने के कारण यह बार बार खिसकता नहीं हैं। व इसे पानी आदि पीने के लिए नीचे भी किया जा सकता हैं अतः इसे उतारने का आवश्यकता नहीं पडती।

हुड मास्कः

सिर मुह नाक व गर्दन को ठकने के लिए टोपीनुमा हुड मास्क तैयार किया गया हैं। यह हौजरी कपडे से बनाया गया हैं जिसमें पर्याप्त लचक होने के कारण इसे आसानी से पहना व उतारा जा सकता हैं। इससे सिर गर्दन व चेहरे को सम्पूर्ण सुरक्षा मिलती हैं। इसमें भी नाक के

उपरी भाग में इलास्टिक लगी हुई हैं जिस कारण इसे आसानी से नीचे करके पानी आदि पीया जा सकता हैं।

कैपरान मास्क:

यह भी हुड मास्क की तरह सिर, मुँह, नाक व गर्दन को पूरी तरह से ढंक लेता हैं। यह सूती कपडे का बना हुआ हैं। इसमें आगे की ओर बटन पट्टी बनाई गई हैं जिससे इसे बहुत ही आसानी से उतारा व पहना जा सकता हैं। मुँह व नाक को ढकनें के लिए लगाए गए मलमल के कपडें को आवश्यकतानुसार आसानी से हटाया जा सकता हैं।

एप्रेन:

धूप धुल व भूसे इत्यादि से बचाने के लिए एप्रेन तैयार किया गया हैं परन्तु गर्दन व सिर के लिए एप्रेन में हुड लगाया गया हैं। हुड के अगले सिरे पर इलास्टिक लगाया गया हैं ताकि उनका सिर ठका रहे एवं हुड बार बार न उतरे। बाजू को धूल व मिट्टी से बचाने के लिए एप्रेन की आस्तीन पर कफ की जगह इलास्टिक लगाया गया हैं। इसकी कमर पर भी इलास्टिक लगाया गया हैं ताकि झुककर कार्य करते समय कोई रूकावट न हो। एप्रेन में दो जैब लगाई गई हैं जिनमें किसान अपने जरूरत का सामान डाल सकते हैं। जेबों पर ढक्कन लगाए गए हैं जिससे उनमें भूसा इकट्ठा नहीं होता।

मास्क:

उडते हुए भूसे व धूल के कण सांस लेते समय किसानों के नाक में प्रवेश कर जाते हैं जिससे उनके नो में खुजली होने लगती है व पानी बहने लगता है। ये कण सांस के द्वारा व्यक्ति के फेफडों में प्रवेश कर जाते हैं जिस कारण उनकी सांस फूलने लगती हैं। कई लोग दमे के शिकार भी हो जाते हैं। इन समस्याओं से बचने के लिए दो तरह के मास्क चोंच जैसा मास्क व पटलीदार मास्क तैयार किए गए हैं जिनके दोनों सिरों पर इलास्टिक लगा हैं ताकि ये आसानी से पहने व उतारे जा सकें। इनका आकार इस तरह का बनाया गया हैं जिससे नाक व मुँह पूरी तरह ढकं जाए व धूल अन्दर प्रवेश ना करे। ये मास्क पतले सूती कपडे के बने हैं जिन्हे पहनकर न अधिक गर्मी लगती है और ना ही सांस लेने में कठिनाई होती हैं। अतः इन्हे लंबे समय तक पहना जा सकता हैं। किसान भाई अपनी पसन्द के अनुसार किसी भी मास्क का चयन कर सकते हैं।

पटलीदार मास्क

हाथों में जख्म व खुजली होना :

थ्रेसिंग के दौरान लम्बे समय तक कार्य करने वाले किसानों के हाथो में जख्म हो जाते हैं जिनसें बचने के लिए दस्ताने का प्रयोग करें।

पांव में जख्म होना :

थ्रेसर पर काम करते समय किसानो के पांव लगातार गेहुं की बालियों के सम्पर्क में आते हैं जिस कारण उनके पांव पर जख्म होजाते हैं। गर्मी से बचाव के लिए जूतों का प्रयोग करें।

ये सभी सुरक्षात्मक वस्त्र एवं सहायक वस्तुएं सुरक्षा प्रदान करने के साथ साथ किसानों की कार्य क्षमता को भी बढातें हैं।