

নিয়মানের খাবার । হলের ছাত্র-ছাত্রীরা অপুষ্টির শিকার

মোড়ল নজরুল ইসলাম ও আনোয়ার আলদীন ॥ ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের আবাসিক হলসমূহে কম ক্যালরী সম্পন্ন নিয়মানের খাবার সরবরাহ করা হইতেছে। ফলে আবাসিক হলের ছাত্র-ছাত্রীরা চোখের সমস্যা, রক্ত শূন্যতা ও নিম্ন রক্তচাপসহ বিভিন্ন স্বাস্থ্য সমস্যায় ভুগিতেছে। ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের পুষ্টি ও খাদ্য বিজ্ঞান ইনস্টিটিউট পরিচালিত এক

গবেষণা জরিপে উল্লেখ করা হইয়াছে, ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের আবাসিক ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে শতকরা ৮০ ভাগ নিম্ন রক্তচাপ ও ১২ ভাগ রক্তশূন্যতায় ভুগিতেছে। গবেষণায় দেখা যায়, ছাত্র-ছাত্রীরা চোখের স্বাস্থ্য রক্ষার জন্য অত্যাবশ্যকীয় ভিটামিন 'এ' প্রয়োজনের মাত্র এক তৃতীয়াংশ পাইতেছে। সবচেয়ে অধিক স্বাস্থ্য (২য় পৃঃ ৫৪)

নিয়মানের খাবার

(১ম পৃঃ পর)

হানি ঘটিতেছে ছাত্রীদের। ছাত্রীদের বেশীর ভাগ ক্ষেত্রে ডিম, ভর্তা, ভাজি দিয়া খাবার পর্বটি সমাধা করিতে হয়। পুষ্টি ও খাদ্য বিজ্ঞান ইনস্টিটিউটের অধ্যাপক কাজী সালামতুল্লাহ'র তত্ত্বাবধানে ফজলুল হক হল, জগন্নাথ হল, শহীদুল্লাহ হল, মহসীন হল, জিয়া-উর রহমান হল ও রোকেয়া হলের ছাত্র-ছাত্রীদের উপর জরিপ চালাইয়া এই তথ্য পাওয়া যায়।

ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের আবাসিক হলগুলিতে প্রতিদিন দুপুর ও রাতে খাবার সরবরাহ করা হয়। বিভিন্ন সূত্রে জানা যায়, ১ টুকরা মাছ ও পাতলা ডাল দেওয়া হইলে ৮ হইতে ১০ টাকা এবং মাংস দেওয়া হইলে ১০ হইতে ১২ টাকা দিতে হয়। বেশীর ভাগ হলে পোয়ামাছ ও কম মূল্যের মছিরের মাংস দেওয়া হয়। তাহাও মাঝে মাঝে সরবরাহকৃত চালও অত্যন্ত নিয়মানের। তবে ক্যান্টিনে কিছুটা ভাল খারাপ পাওয়া যায়। কিন্তু প্রায়ই অধিকাংশ ক্যান্টিন বন্ধ থাকে। উল্লেখ্য, সরকারী হাসপাতালে রোগীদের জন্যও খাবার বাবদ দৈনিক ২০/২২ টাকা বরাদ্দ রহিয়াছে। অধ্যাপক সালামতুল্লাহ গবেষণা রিপোর্টে উল্লেখ করেন হলের বেশীর ভাগ ছাত্রী নিজেরাই রান্না করিয়া খায়। কাটা-কাটির ভয়ে মাছ-মাংস খায় না। প্রতিমাসে ১ জন ছাত্র-ছাত্রী গড়ে ১৪/১৫ শত টাকা খরচ করে। কিন্তু খাবারের জন্য মাসে ৫/৬ শত হইতে ৭/৮ শত টাকা পর্যন্ত ব্যয় করে। মেয়েদের বাজার করিতে হয় নিউ মার্কেটে।

বেশীর ভাগ ছাত্র-ছাত্রীর অভিযোগ হলে আসার পর তাহাদের ওজন হ্রাস পাইয়াছে। উল্লেখ্য, গবেষণায় দেখা যায়, হলে অবস্থারত ছাত্রদের উচ্চতা হিসাবে ওজন গড়ে ৫ কেজি কম। ছাত্রদের শতকরা ৮০ ভাগের গড় রক্তচাপ ১০৩/৬৭ মিঃ মিঃ অবমার্কারী। ছাত্রদের ওজন ও উচ্চতা অনুযায়ী কমপক্ষে প্রয়োজন ২১ শত ক্যালরী কিন্তু পাইতেছে ১ হাজার ৮৮৯ ক্যালরী। হলে অবস্থানকারী ছাত্রীদের ওজন জনপ্রতি গড়ে ২ কেজি কম। ছাত্রীদের শতকরা ৯০ ভাগের রক্তচাপের মাত্রা ৯৬/৬৩ মিঃ মিঃ অবমার্কারী। ওজন ও উচ্চতা অনুযায়ী প্রয়োজন ১৮ শত ক্যালরী। পাইতেছে ১ হাজার ৬৪০ ক্যালরী। ছাত্র-ছাত্রীদের রক্তে হিমোগ্লোবিন পরীক্ষায় দেখা যায় গড়ে শতকরা ১২ ভাগ রক্ত শূন্যতায় ভুগিতেছে। হলের ছাত্র-ছাত্রীদের অভিযোগ, তাহাদের প্রায় সব সময়ই মধ্য ঘুরায়। ছাত্রীদের শরীরে লোহের প্রয়োজন বেশী হইলেও খাবারে ইহার পরিমাণ খুবই কম। অপর এক গবেষণায় দেখা গিয়াছে। ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের আবাসিক হলগুলির ছাত্র-ছাত্রীদের মধ্যে শতকরা ৩৬ ভাগ আয়োডিনের অভাবজনিত কারণে গলগও রোগে ভুগিতেছে। পুষ্টি বিজ্ঞানীদের মতে ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় আবাসিক হলে ডিম, দুধ সরবরাহ করাসহ খাবারের মান উন্নত করা ও হলে আয়োডাইড লবণ ব্যবহার করা বাঞ্ছনীয়। তাহা না হইলে ছাত্র-ছাত্রীদের মেধার বিকাশ মারাত্মকভাবে ব্যাহত হইবে বলিয়া তাহার অভিমত প্রকাশ করেন।