किशोरावस्था में गर्भधारणः 20 वर्ष से पहले किशोरी का शरीर पूरी तरह से गर्भधारण करने को तैयार नहीं रहता, इसलिए किशोरावस्था के दौरान गर्भधारण, गर्भवती किशोरी और गर्भ में पल रहे उसके बच्चे के लिए बहुत खतरनाक है, इसलिए इसको 'उच्च जोखिम' (ज्यादा खतरे) वाली परिस्थिति कही जाती है।

किशोरावस्था में गर्भधारण से खतरेः अगर किशोरियां 19 वर्ष से कम उम्र में गर्भधारण करती हैं तो इससे किशोरी और उसके शिशु को गंभीर समस्याएं हो सकती हैं और दोनों की जान भी जा सकती है। किशोरी माताओं से जन्में शिशुओं में मृत्यु की संभावनाएं 20–24 वर्ष में होने वाली गर्भवती महिलाओं से जन्मे शिशुओं से कई गुना ज्यादा होती है।

किशोरी और पेट में पल रहे बच्चे को खतरे

किशोरी माँ को खतरे	शिशु को खतरे
समय से पहले जन्म	समय से पहले जन्म
गर्भावस्था के दौरान रक्तचाप (बी.पी) बढ़ जाता है	कम वज़न के शिशु जिनमें इन्फेक्शन की ज्यादा संभावना होती है
गर्भपात की संभावनाएं बहुत बढ़ जाती है	मरे हुए बच्चे का जन्म
प्रसव के बाद इन्फेक्शन	जन्म के तुरंत बाद सांस लेने में तकलीफ
मानसिक अवसाद	जन्म के दौरान शिशु को चोट
ऑपरेशन से बच्चा कराने की संभावना बहुत ज्यादा होती है	

किशोरावस्था में परिवार नियोजनः किशोरावस्था के दौरान गर्भधारण/बच्चे न हों, इसके लिए परिवार नियोजन की सही जानकारी होना आवश्यक है जिससे किशोरावस्था में गर्भावस्था के दौरान होने वाली समस्याओं से बचा जा सकता है।

किशोर–किशोरियों के लिए गर्भनिरोध की अस्थायी विधियां

किशोर किशोरियों के लिए अस्थायी साधन	उपलब्धता
कंडोम	आशा, ए.एन.एम., अस्पताल
गर्भनिरोधक गोलियां (माला एन)	आशा, ए.एन.एम. के पास
आईयूसीडी	अस्पताल
इंजेक्शन अंतरा	अस्पताल
छाया गर्भनिरोधक गोलियां	आशा, ए.एन.एम. के पास
आपातकालीन गर्भनिरोधक गोलियां	आशा, ए.एन.एम., अस्पताल

आप भी कम उम्र में शादी रोक सकते हैं

- परिवार वालों को समझाएं, उन्हें कम उम्र में शादी के दुष्प्रभाव बताएं।
- उन्हें बताएं यह कानूनन अपराध है जिसके लिए जेल भी हो सकती है।
- समाज के प्रभावशाली लोग जैसे कि ग्राम प्रधान, टीचर, आशा, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, पीयर एजुकेटर आदि का सहयोग लें।
- यदि फिर भी बात न बने तो निकटतम पुलिस थाने में शिकायत करें या 100 नंबर पर फोन करें।
- आप 1098 चाईल्ड लाईन के नंबर पर या 181 महिला हेल्पलाइन नंबर पर भी शिकायत कर सकते हैं।

इस विषय में अगर मन में कोई सवाल हो तो आप अपने क्षेत्र में स्थापित किशोर स्वास्थ्य क्लिनिक की काउंसलर/आशा/ए.एन.एम. से भी बात कर सकते हैं या अपने फोन में साथिया ऐप भी डाउनलोड कर सकते हैं।

आप पुनः क्लिनिक जरूर आयें।

काउंसलर का नाम .... फोन नं ....

क्लिनिक खुलने का समय ....

कम उम्र में शादी से खुद को बचाएं,

बेहतर भविष्य के लिए शिक्षा और कौशल बढ़ाएं

राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम

कम उम्र में शादी क्या है

- कम उम्र में शादी का मतलब यह है कि लड़के की 21 वर्ष और लड़की की 18 वर्ष से पहले ही शादी कर देना।
- कम उम्र में शादी कानूनन दण्डनीय अपराध है। कम उम्र में शादी करने, इसको बढ़ावा देने या कम उम्र में शादी में शामिल होने पर दो वर्ष तक की जेल और/या एक लाख तक का जुर्माना हो सकता है।
- शादी एक बड़ी जिम्मेदारी होती है और कम उम्र के लड़के व लड़कियां इसके लिए न तो मानसिक रूप से और न ही शारीरिक रूप से तैयार होते हैं। शादी के कारण लड़की या लड़के की आगे की पढ़ाई प्रभावित होती है। लड़कियों की सेहत प्रभावित होती है, और दोनों पर बुरा भावनात्मक प्रभाव पड़ता है।

आओ एक नयी सोच अपनाएं

- कम उम्र में शादी को बढ़ावा देने वाले रीति–रिवाज पर सवाल करें कि शादी तब ही होनी चाहिए जब लड़का और लड़की दोनों शारीरिक, मानसिक और आर्थिक रुप से इस जिम्मेदारी के लिए तैयार हो।
- लड़के और लड़कियों दोनों के लिए घर और समाज में बराबरी के हक के लिए मांग करेंगे।
- कम उम्र में शादी निषेध के बारे में और जानेंगे और दूसरों को बताएंगे।
- अगर कभी कहीं कम उम्र में शादी होता सुनेंगे या देखेंगे तो तुरन्त आवाज़ उठाएंगे।
- संकल्प लें कि न दहेज देंगे, न लेंगे।

कम उम्र में शादी के कारण

- **समाज का दबाव:** ग्रामीण क्षेत्र के लोग समाज को ही ऊंचा मानते हैं। समाज के लोगों के ताने, हंसी उड़ाने, ऊंच–नीच की घटना होने आदि के डर से बच्चों की जल्दी शादी कराकर गर्व महसूस करते हैं।

- **दहेज का डर:** ग्रामीण क्षेत्र में आज भी लोगों का मानना है कि यदि लड़की की शादी छोटी उम्र में करा देंगे तो अधिक दहेज देने से परिवार बच जाएगा और यदि उम्र अधिक हो गई तो दहेज भी अधिक देना पड़ेगा।
- **लड़कियों को बोझ समझना:** लड़कियों को केवल बोझ समझना और शादी जल्दी करवा कर बोझ से मुक्त होने की सोच।

- **शिक्षा में भेदभाव:** इस मान्यता को बढ़ावा देना कि पढ़ाई करने के बाद लड़के नौकरी करके पैसे परिवार को देंगे किन्तु लड़की को पढ़ाने से क्या लाभ होगा, वे तो पराया धन है, शादी के बाद तो उसको ससुराल जाना है, इसलिए लड़की पढ़ाई पर ध्यान न देना।
- **पारंपरिक व सांस्कृतिक विश्वास:** कम उम्र में शादी को परंपरा मान कर समुदाय के सभी सदस्य अपने बच्चों की शादी छोटी उम्र में करा देते हैं, ताकि समाज में उनकी इज्जत बनी रहे और समय से पहले ही वे अपने कर्तव्य पूरे कर दें।
- **कानूनी अधिकारों का अल्प ज्ञान:** अधिकांषतः लोगों को शादी की सही उम्र का पता ही नहीं होता। वे तो समाज की केवल रीति अनुसार कम उम्र में शादी को सही मानकर परंपरा को निभाते रहते हैं।

कम उम्र में शादी के दुष्प्रभाव

- शरीर का विकास सही प्रकार से नहीं हो पाता है।
- व्यवहारिक ज्ञान की कमी होती है।
- रोग–प्रतिरोधक क्षमता घटने लगती है।
- जल्दी गर्भधारण हो जाता है।
- गर्भपात होने की संभावना बढ़ जाती है।
- कम वज़न के बच्चे का जन्म, फलस्वरूप मां–षिषु का स्वास्थ्य गिरने लगता है।
- नवजात षिषु को अपर्याप्त स्तनपान मिलता है।
- स्वस्थ जीवन व्यतीत नहीं कर पाते।
- घरेलू हिंसा पनपने लगती है।