Journal Homepage: - www.journalijar.com

INTERNATIONAL JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH (IJAR)

Article DOI: 10.21474/IJAR01/18016
DOI URL: http://dx.doi.org/10.21474/IJAR01/18016

ISSN NO. 2320-5407

RESEARCH ARTICLE

भारतीय थल सेना के सेवानिवृत्त सैनिकों का शारीरिक स्वास्थ्य, रोग एवं उपचार: एक समाजशास्त्रीय अध्ययन

आकाश राठी*[1] डॉ० आलोक कुमार[2]

1. शोधार्थी, समाजशास्त्र विभाग, चौ० चरण सिंह विश्वविद्यालय, मेरठ, उत्तर प्रदेश
2. प्रोफेसर, विभागाध्यक्ष, समाजशास्त्र विभाग, चौ० चरण सिंह विश्वविद्यालय, मेरठ, उत्तर प्रदेश

Manuscript Info

Manuscript History
Received: 15 October 2023
Final Accepted: 18 November 2023
Published: December 2023

Key words:-
भारतीय थल सेना, सेवानिवृत्त सैनिक, भूतपूर्व फौजी, शारीरिक स्वास्थ्य और समस्याएं (रोग), चिकित्सा (उपचार)

Abstract

इस अध्ययन का मुख्य उद्देश्य भारतीय थल सेना के सेवानिवृत्त सैनिकों की शारीरिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं और इन समस्याओं के निराकरण के लिए उनके द्वारा प्रयोग की जाने वाली चिकित्सा पद्धतियों एवं इन पद्धतियों के उपयोग के लिए माध्यम का पता लगाना है। वर्तमान अध्ययन के लिए 100 सेवानिवृत्त सैनिकों का एक संरचित साक्षात्कार अनुसूची के माध्यम से साक्षात्कार करके प्राथमिक तथ्यों को एकत्रित किया गया है। सेवानिवृत्त सैनिकों का साक्षात्कार करने के लिए मुजफ्फरनगर (उत्तर प्रदेश) जिले की खतौली तहसील के गैर-कमीशन और जूनियर कमीशन श्रेणी / रैंक तक के अधिकारियों को व्यापक प्रतिचयन (स्नोबॉल सैंपलिंग) का प्रयोग करके चुना गया हैं। तथ्यों का विश्लेषण सांख्यिकीय तकनीक; जैसे- संकेतीकरण, समूहीकरण, वर्गीकरण, सारणीकरण आदि के माध्यम से किया गया है। इस अध्ययन में पाया गया है कि सेवानिवृत्त सैनिकों को सेवानिवृत्ति के बाद शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याएं अधिक देखने को मिलती है। शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं में सबसे अधिक गैर-संचारी रोगों (हृदय, रक्तचाप, आदि) की समस्याएं है। इन समस्याओं के लिए सेवानिवृत्त सैनिक पश्चिमी चिकित्सा पद्धति का प्रयोग चिकित्सकों की परामर्श के अनुसार करते है।

Copy Right, IJAR, 2023,. All rights reserved.

1. प्रस्तावना

भारत के सशस्त्र बल विश्व के सबसे बड़े सशस्त्र बलों में से एक हैं, जो विभिन्न संवर्गों में दस लाख से अधिक कर्मियों को सेवा (रोजगार) देते हैं। भारतीय सशस्त्र बलों को युवा बनाए रखने के लिए, भारतीय थल सेना, वायु सेना और नौ सेना प्रत्येक वर्ष लगभग 55,000 सैनिकों को अनिवार्य रूप से सेवानिवृत्त करती है। ऐसे सैनिक जिन्हें सशस्त्र बलों से सेवानिवृत्त कर दिया जाता है, वे सेवानिवृत्त या भूतपूर्व सैनिक कहलाते हैं (राव,1995)।

भारतीय थल सेना भारतीय सशस्त्र बल की भूमि आधारित शाखा है और भारतीय सशस्त्र बल का सबसे बड़ा घटक है। भारतीय थल सेना का प्राथमिक मिशन राष्ट्र की सुरक्षा और देश की एकता सुनिश्चित करना है। यह अपनी सीमाओं के भीतर शांति और सुरक्षा बनाए रखने के लिए बाहरी आक्रमण और आंतरिक खतरों से राष्ट्र की रक्षा करती है। इसके अलावा, भारतीय थल सेना प्राकृतिक आपदाओं और अन्य समस्याओं के दौरान मानवीय बचाव अभियान भी चलाती है (वर्मा, 2008:05)। वर्तमान अध्ययन में, सेवानिवृत्त सैनिकों का अर्थ एक ऐसे व्यक्ति को संदर्भित करता है, जिसने नियमित रूप से भारतीय थल सेना में एक

Corresponding Author:- Akash Rathi
Address:- Research Scholar, Department of Sociology, Chaudhary Charan Singh University, Campus, Meerut, Uttar Pradesh. rathisocio@gmail.com.

लड़ाकू या गैर-लड़ाकू के रूप में किसी भी श्रेणी/ रैंक/पद पर सेवा प्रदान की है और इस तरह की सेवा से उसे सेवानिवृत्ति/ राहत/छुट्टी दे दी गई है, चाहे वह उसके अपने अनुरोध पर हो या चिकित्सा आधार पर या उसकी सेवा शर्तों के वर्ष पूरा होने पर।

1.1. समस्या का स्पष्टीकरण

केन्द्रीय सैनिक बोर्ड (तुलनात्मक विश्लेषण, 2020) के अनुसार भारत देश में 22.56 लाख सेवानिवृत्त सैनिक हैं, जो एक अद्वितीय समूह हैं, और यह अच्छी तरह से प्रशिक्षित, अनुशासित और कर्तव्य के प्रति समर्पित होते हैं। पूरी सेवा अवधि के दौरान, भारतीय थल सेना के सैनिक एक संरक्षित संगठनात्मक प्रणाली में रहते हैं। साथियों के साथ उनके अंतर-व्यक्तिगत संबंध और आचरण अच्छी तरह से परिभाषित नियमों और मानदंडों द्वारा नियंत्रित होते हैं। भारतीय सेना में सेवा के दौरान इसके सैनिकों को अधिकांशतः नागरिक जीवन शैली की वास्तविकताओं से काट दिया जाता है। इसलिए नागरिक समाज में एकाएक प्रवेश से सेवानिवृत्त सैनिकों को पुन: स्थापित होने के लिए अपने दिन-प्रतिदिन के कार्यों में कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। जिनमें से एक समस्या स्वास्थ्य की है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (1948) ने स्वास्थ्य को "पूर्ण शारीरिक, मानसिक और सामाजिक कल्याण की स्थिति के रूप में परिभाषित किया है, न कि केवल बीमारी और दुर्बलता की अनुपस्थिति के रूप में" (अमज़त और रज़ूम,2014:21)। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने स्वास्थ्य को तीन आयामों (शारीरिक, मानसिक और सामाजिक) के रूप में परिभाषित किया है। लेकिन इस लेख के अंतर्गत भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिकों की शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं और इन समस्याओं के समाधान हेतु उनके द्वारा अपनाई गई चिकित्सा पद्धतियों का विश्लेषण किया गया है।

शोधकर्ता ने प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया सहित पिछले प्रासंगिक लेखों की विवेचना की है। जो कुछ इस प्रकार हैं- मोरिन रिच (2011) ने इस बात का पता लगाने के लिए एक अध्ययन किया है कि क्यों कुछ पूर्व सैनिकों को नागरिक जीवन के साथ तालमेल बिठाने में कठिनाई होती है, जबकि अन्य बिना किसी कठिनाई के नागरिक समाज में परिवर्तन कर लेते है? इस प्रश्न का उत्तर देने के लिए, प्यू रिसर्च सेंटर के 1853 सेवानिवृत्त सैनिकों के सर्वेक्षण के आधार पर प्यू शोधकर्ताओं ने सेवानिवृत्त सैनिकों के दृष्टिकोण, अनुभव और जनसांख्यिकीय विशेषताओं का विश्लेषण किया और चार प्रकार के कारक (श्रेणी / रैंक, शिक्षा का स्तर, सेना में भर्ती होने के कारण, और धर्म) बताए, जो सेवानिवृत्ति के बाद नागरिक समाज में समायोजित होने के लिए मदद करते है। अध्ययन के अनुसार, जो सेवानिवृत्त सैनिक कमीशन अधिकारी थे और जिन्होंने स्नातक की उपाधि प्राप्त की थी, उनके लिए, हाई स्कूल उत्तर्णी अन्य सेवानिवृत्त सैनिकों की तुलना में आसानी से नागरिक समाज में समायोजित होने की संभावना अधिक थी।

महाराजन और सुब्रमणि (2014) ने भारतीय वायु सेना के अधिकारिक रैंक से नीचे की श्रेणी के सेवानिवृत्त हुए सैनिकों की पुनर्वास समस्याओं जैसे; वित्तीय कठिनाई, नागरिक समाज के साथ समायोजन, परिवार या दोस्तों का समर्थन आदि पर ध्यान केंद्रित किया है। अध्ययन में तमिलनाडु राज्य के दो जिले, कोयंबटूर और नीलगिरी को शामिल किया गया। इन्होंने अपने अध्ययन में प्राथमिक तथ्यों को मात्रात्मक और गुणात्मक दोनों प्रतिक्रियाओं से युक्त एक मान्य प्रश्नावली के माध्यम से एकत्रित किया है। अपने इस अध्ययन में इन्होंने पाया कि सेवानिवृत्त सैनिकों के लिए पुनर्वास का स्थान और रोजगार के अवसरों का चुनाव एक दूसरे पर प्रभाव डालता है। कई सेवानिवृत्त सैनिक पुनर्वास की प्रक्रिया में अनिश्चितताओं के कारण स्थान और रोजगार के संबंध में सही निर्णय लेने में असमर्थ हैं। चूंकि इस निर्णय के साथ सेवानिवृत्त सैनिकों के बच्चों की शिक्षा से जुड़ी

समस्याएं भी हैं। इसलिए, एक सेवानिवृत्त सैनिक को अपने पुनर्वास के लिए उपलब्ध सीमित विकल्पों में से एक को चुनना अत्यंत कठिन निर्णय है।

नवीन, अशोक, आदि (2015) ने एक सर्वेक्षण के माध्यम से यह जानने का प्रयास किया है कि भारतीय सेना के भूतपूर्व सैनिकों ने जब पॉलीक्लिनिक द्वारा दी जाने वाली सेवा का प्रयोग किया, तो वे उसकी सेवाओं से कितने संतुष्ट थे। यह अध्ययन भारत के ई.सी.एच.एस. पॉलीक्लिनिक पर आधारित है, जिसमें एक संरचित अनुसूची का उपयोग करके तथ्यों को एकत्रित किया गया है। अध्ययन के लिए कुल 400 भूतपूर्व सैनिकों का साक्षात्कार लिया गया। इन्होंने अपने अध्ययन में पाया कि पॉलीक्लिनिक द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाएं अच्छी थीं। उत्तरदाताओं में से किसी ने भी पॉलीक्लिनिक द्वारा दी जा रही सेवाओं को खराब नहीं माना।

जेफरी पी., माइकल, आदि (2016) ने अपने अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया कि किसी व्यक्ति का सेना में भर्ती होते समय, सेना में पद पर रहते हुए एवं सेवानिवृत्ति के बाद किस प्रकार का स्वास्थ्य व्यवहार रहता है और साथ में इनकी तुलना नागरिक समाज के व्यक्तियों के साथ भी की है। इनका यह अध्ययन द्वितीयक तथ्यों पर आधारित है। जिसमें इन्होंने पाया कि सामान्य अमेरिकी आबादी की तुलना में सैन्य सेवा में प्रवेश करने पर व्यक्तियों का स्वास्थ्य व्यवहार अच्छा था। लेकिन लंबी सेवा अवधि के बाद सैनिकों का स्वास्थ्य व्यवहार सामान्य अमेरिकी आबादी के समकक्ष था और सेवानिवृत्ति के बाद सैनिकों का स्वास्थ्य व्यवहार विशेष रूप से शारीरिक गतिविधि, पोषण, तंबाकू और शराब आदि क्षेत्रों में खराब था।

ओस्टर कैंडिस (2017) ने अपने अध्ययन में सेवानिवृत्त सैनिकों के जीवन पर उनके व्यवसाय के कारण पड़ने वाले प्रभावों की चर्चा की है। कैंडिस ने बताया कि अधिकांश सेवारत सदस्यों के लिए, सेना का उनके जीवन पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। हालांकि, सेवा का प्रकार, तीव्रता, अवधि, और सैन्य से नागरिक जीवन में पुनर्वास, आदि के कारण सेवानिवृत्त सैनिकों के जीवन पर नकारात्मक प्रभाव भी पड़ सकता है। इस तरह के नकारात्मक परिणाम, बढ़ती सेवानिवृत्त आबादी के साथ, सेवानिवृत्त सैनिकों की शारीरिक, मानसिक और सामाजिक भलाई के अधिक अन्वेषण की आवश्यकता को इंगित करते हैं। और साथ में यह अध्ययन सेवानिवृत्त सैनिकों के मानसिक, शारीरिक और सामाजिक स्वास्थ्य के अंतर-संबंध को भी दर्शाता है।

विलियमसन विक्टोरिया, हन्ना हारवुड, आदि (2019) ने सेवानिवृत्त सैनिकों पर एक अध्ययन किया। इस अध्ययन का उद्देश्य सेवानिवृत्त सैनिकों के शारीरिक स्वास्थ्य पर उनके व्यवसाय के प्रभाव का पता लगाना था। इस अध्ययन में अर्ध-संरचित गुणात्मक साक्षात्कार की सहायता से प्राथमिक तथ्य यूनाइटेड किंगडम से एकत्रित किए गए है। इनके अनुसार सेवानिवृत्त सैनिकों को अकसर जीवन के अंत में शारीरिक स्वास्थ्य समस्याओं का अनुभव होता है; हालांकि, यह स्पष्ट नहीं है कि ये समस्याएं सैन्य सेवा के कारण हैं या आयु बढ़ने की प्रक्रिया की एक विशेषता के कारण हैं। अध्ययन के निष्कर्ष के अनुसार अधिकांश सेवानिवृत्त सैनिकों ने सेवानिवृत्ति के बाद के जीवन में अच्छे शारीरिक स्वास्थ्य की सूचना दी है, जिसका श्रेय उन्होंने सैन्य सेवा के दौरान विकसित की गई तंदुरुस्ती को दिया। हालांकि, कई सेवानिवृत्त सैनिकों ने सेवा छोड़ने पर नई प्रतिबद्धताओं और सीमित खेल सुविधाओं के कारण शारीरिक गतिविधि के अपने वांछित स्तर को बनाए रखने में चुनौतियों का वर्णन भी किया है।

इस प्रकार, सेवानिवृत्त सैनिकों पर कई अध्ययन हुए हैं जैसे- उनका पुनर्वास, जीवन शैली संबंधित बीमारियाँ, और उनके जीवन पर बदलते सामाजिक-आर्थिक मानदंडों और सैन्य सेवा का प्रभाव, आदि। लेकिन सेवानिवृत्त सैनिकों पर कुछ अध्ययनों के बावजूद, संभवतः ऐसा कोई समाजशास्त्रीय अध्ययन नहीं है, जो भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिकों की

स्वास्थ्य समस्याओं पर केंद्रित हो। इसलिए, इस प्रकार के अध्ययन को आयोजित करने की आवश्यकता है, जो भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिकों की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि एवं प्रदान की गई सेवा की रूपरेखा के साथ-साथ स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों की पड़ताल करता हो।

1.2. अध्ययन का उद्देश्य

उपर्युक्त चर्चा और पृष्ठभूमि के आलोक में यह शोध लेख निम्नलिखित उद्देश्यों पर आधारित है-

1. सेवानिवृत्त सैनिकों की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि का पता लगाना।
2. सेवानिवृत्त सैनिकों की भारतीय थल सेना में प्रदान की गई सेवा की रूपरेखा को जानना।
3. सेवानिवृत्त सैनिकों के समक्ष आ रही शारीरिक स्वास्थ्य समस्याओं की पहचान करना।
4. सेवानिवृत्त सैनिकों द्वारा उपयोग की जाने वाली चिकित्सा प्रणालियों एवं उनके माध्यम की जाँच करना।

इस अध्ययन का प्रथम उद्देश्य आयु, धर्म, जाति, शिक्षा का स्तर, परिवार की प्रकृति और कृषि योग्य भूमि के संदर्भ में सेवानिवृत्त सैनिकों की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि पर ध्यान केंद्रित करता है। दूसरे उद्देश्य के अंतर्गत भारतीय थल सेना में भर्ती तथा सेवानिवृत्त होने की आयु, सेवानिवृत्ति के समय श्रेणी / रैंक, सेवानिवृत्ति का वर्ष,आदि के संदर्भ में भारतीय थल सेना के सेवानिवृत्त सैनिकों की प्रदत्त की गई सेवा की रूपरेखा को जानना है। तीसरे उद्देश्य में भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिकों के समक्ष आ रही शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं (संचारी रोग और गैर-संचारी रोग) की पहचान करना है। तथा चौथे उद्देश्य के अंतर्गत शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं के समाधान करने के लिए सेवानिवृत्त सैनिक कौन-सी चिकित्सा प्रणाली (भारतीय, पश्चिम, आदि) का प्रयोग, किस माध्यम से करते है, इसकी जाँच करना है।

2. शोध पद्धति

शोध पद्धति समस्या को व्यवस्थित और वैज्ञानिक रूप से हल करने की एक विधि है (आहूजा, 2019:127)। अधिक विशेष रूप से, यह इस बारे में है कि कैसे एक शोधकर्ता व्यवस्थित रूप से वैध और विश्वसनीय परिणाम सुनिश्चित करने के लिए एक खाका तैयार करता है, जो शोध के उद्देश्यों को संबोधित करता है। यह शोध भारतीय थल सेना के सेवानिवृत्त सैनिकों के लिए काफी प्रासंगिक है। इसके अलावा, यह अध्ययन जूनियर कमीशन अधिकारियों (जे.सी.ओ.) तक की श्रेणी के उन सैनिकों पर केंद्रित है, जिन्हें भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त किया गया है।

प्रस्तुत अध्ययन में सेवानिवृत्त सैनिकों का चुनाव करने के लिए गैर-सम्भावित प्रतिदर्श (नॉन-प्रोबेबिलिटी प्रतिदर्श) के अंतर्गत व्यापक प्रतिचयन (स्नोबॉल सैंपलिंग) को चुना गया है। व्यापक प्रतिचयन (स्नोबॉल सैंपलिंग) के अंतर्गत अनुसंधानकर्ता कम उत्तरदाताओं, जो उसके परिचित होते है और उपलब्ध होते है, को लेकर अनुसंधान शुरू करता है। बाद में यही लोग कुछ नए उत्तरदाताओं के नाम देते है। यह प्रक्रिया तब तक चलती रहती है, जब तक पर्याप्त संख्या में साक्षात्कार न हो जाए या जब तक उत्तरदाता मिलने बंद न हो जाए (आहूजा, 2019:185)। वर्तमान अध्ययन में 100 सेवानिवृत्त सैनिकों से एक साक्षात्कार अनुसूची और अवलोकन तकनीक का उपयोग करके प्राथमिक तथ्यों को एकत्रित किया गया है। तथ्यों का संकलन करने के लिए मुजफ्फरनगर (उत्तर प्रदेश) जिले की तहसील खतौली का चुनाव किया गया है। आंकड़ों का विश्लेषण सांख्यिकीय तकनीक जैसे; संकेतीकरण, समूहीकरण, वर्गीकरण, सारणीकरण आदि के माध्यम से किया गया है।

3. विश्लेषण एवं व्याख्या

3.1. सेवानिवृत्त सैनिकों की सामाजिक आर्थिक पृष्ठभूमि-

एक सेवानिवृत्त सैनिक की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि उसके स्वास्थ्य को कैसे प्रभावित करती है? यह जानने के लिए और इस अध्ययन के आगे के परिणामों को समझने के लिए, सेवानिवृत्त सैनिकों की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि का विश्लेषण महत्वपूर्ण है, जो निम्न प्रकार से तालिका संख्या 1 में प्रस्तुत है-

तालिका -1 सेवानिवृत्त सैनिकों की सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि का विश्लेषण

चर विवरण	सेवानिवृत्त सैनिकों की संख्या (n=100)	कुल प्रतिशत %
आयु		
30 से 45 वर्ष	*10*	*10.0*
46 से 60 वर्ष	*36*	*36.0*
61 से 75 वर्ष	*35*	*35.0*
76 या इससे अधिक वर्ष	*19*	*19.0*
धर्म		
हिन्दू	*89*	*89.0*
मुस्लिम	*11*	*11.0*
जाति		
ब्राह्मण	*05*	*05.0*
जाट	*49*	*49.0*
गुर्जर	*30*	*30.0*
वाल्मीकि	*05*	*05.0*
मुस्लिम जाट	*11*	*11.0*
शिक्षा का स्तर		
प्राथमिक (01-05)	*14*	*14.0*
माध्यमिक (06-12)	*77*	*77.0*
तृतीयक (U.G/P.G)	*09*	*09.0*
परिवार का प्रकार		
संयुक्त	*71*	*71.0*
एकल	*29*	*29.0*
कृषि योग्य भूमि		
हाँ	*99*	*99.0*
नहीं	*01*	*01.0*

उपरोक्त तालिका के आँकड़ों का अवलोकन एवं विश्लेषण करने पर ज्ञात होता है कि कुल 100 सेवानिवृत्त सैनिकों में से 10.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक 30 से 45 आयु वर्ग के, सर्वाधिक 36 प्रतिशत 46 से 60 आयु वर्ग के, 35.0 प्रतिशत 61 से 75 आयु वर्ग के और 19.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक 76 वर्ष या इससे अधिक आयु के है। साथ ही तालिका से पता चलता है कि सर्वाधिक 89.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक हिन्दू धर्म को मानने वाले है तथा 11.0 प्रतिशत मुस्लिम धर्म से है। इसी क्रम में यदि तालिका में जाति के आँकड़ों को देखें, तो पता चलता है कि 49.0 प्रतिशत सर्वाधिक सेवानिवृत्त सैनिक जाट, 30.0 प्रतिशत

गुर्जर, 05.0 प्रतिशत वाल्मीकि और 11.0 प्रतिशत मुस्लिम जाट है। यदि शिक्षा के स्तर को देखें, तो 14.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिकों की शिक्षा का स्तर प्राथमिक, सर्वाधिक 77.0 प्रतिशत का माध्यमिक और 09.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिकों की शिक्षा का स्तर तृतीयक है। परिवार के प्रकार और कृषि योग्य भूमि के आकड़ों पर प्रकाश डाले, तो पाएंगे कि सर्वाधिक 71.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक संयुक्त परिवार से और 29.0 प्रतिशत एकल परिवार से है। सर्वाधिक 99.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिकों के पास कृषि योग्य भूमि है और 01.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिकों के पास कृषि योग्य भूमि नहीं है।

इस प्रकार उक्त आँकड़ों के आधार पर यह निष्कर्ष निकलता है कि सर्वाधिक सेवानिवृत्त सैनिक 46 से 60 वर्ष की आयु वर्ग के, हिन्दू धर्म को मानने वाले तथा जाट जाति से है। जिनकी शिक्षा का स्तर माध्यमिक है, संयुक्त परिवार में रहते है और उनके पास कृषि योग्य भूमि है।

3.2. सेवानिवृत्त सैनिकों द्वारा प्रदान सेवा की रूपरेखा

भारतीय सेना के सेवानिवृत्त सैनिकों द्वारा प्रदान की गई सेवा की रूपरेखा का आकलन करना बहुत ही महत्वपूर्ण है। क्योंकि जब कोई व्यक्ति सेना में शामिल होता है, तो वह युवा अवस्था में होता है। बचपन से युवा अवस्था तक किसी बच्चे का पालन पोषण एक समाज में होने पर वह उस समाज को जानने और समझने लगता है, लेकिन युवा अवस्था में सेना में शामिल होने के बाद, उसका समाज से बहुत कम संपर्क रहता है। लेकिन जब कोई व्यक्ति सेना से सैनिक के रूप में सेवानिवृत्त होता है, तो नागरिक समाज में पुनः स्थापित होने के लिए, उसे उस नागरिक समाज का बहुत कम ज्ञान होता है। इस प्रकार वह समाज और खुद के साथ कैसे तालमेल बिठाता है और खुद को कैसे स्वस्थ रखता है? यह जानने के लिए, हमें भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिकों द्वारा प्रदान की गई सेवा की रूपरेखा को जानने की आवश्यकता है। जो निम्न प्रकार से है-

तालिका -2 सेवानिवृत्त सैनिकों द्वारा प्रदान सेवा की रूपरेखा का विश्लेषण

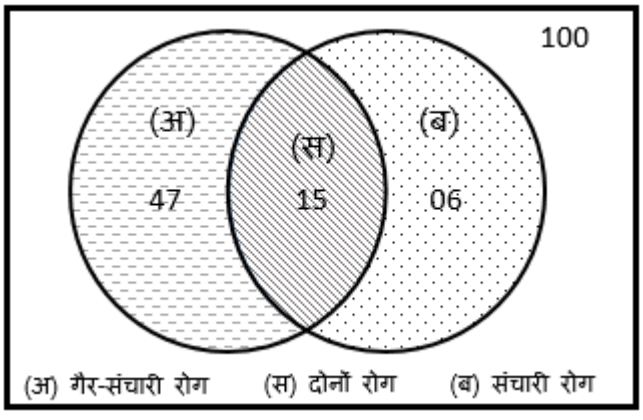
चर विवरण	सेवानिवृत्त सैनिकों की संख्या (n=100)	कुल प्रतिशत %
भर्ती की आयु		
20 वर्ष या इससे कम	*71*	*71.0*
21 से 25 वर्ष	*29*	*29.0*
सेवानिवृत्ति की आयु		
35 वर्ष या इससे कम	*20*	*20.0*
36 से 40 वर्ष	*47*	*47.0*
41 से 50 वर्ष	*15*	*15.0*
51 या इससे अधिक वर्ष	*18*	*18.0*
सेवानिवृत्ति के समय श्रेणी / रैंक		
जूनियर कमीशन अधिकारी	*18*	*18.0*
गैर-कमीशन अधिकारी	*82*	*82.0*
सेवानिवृत्ति का समय		
सन् 2000 से पहले	*53*	*53.0*
सन् 2001-2020 तक	*47*	*47.0*
सेवानिवृत्ति का कारण		
असामयिक	*41*	*41.0*
सेवा की शर्तों के पूरा होना	*59*	*59.0*

उक्त तालिका के विश्लेषणोपरान्त यह स्पष्ट होता है कि कुल 100 सेवानिवृत्त सैनिकों में से सर्वाधिक 71.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक 20 वर्ष या इससे कम आयु में भारतीय थल सेना में भर्ती हुए है तथा 29.0 प्रतिशत 21 से 25 वर्ष की आयु वर्ग में भर्ती हुए है। भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त होने की आयु को आधार मानते हुए, यदि हम अवलोकन करें, तो पता चलता है कि, 20.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक 35 वर्ष या इससे कम वर्ष की आयु में, सर्वाधिक 47.0 प्रतिशत 36 से 40 आयु वर्ग में, 15.0 प्रतिशत 41 से 50 वर्ष की आयु में तथा 18.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक 51 या इससे अधिक वर्ष की आयु में भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए है। साथ में उपरोक्त तालिका से यह भी स्पष्ट होता है कि सर्वाधिक 82.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक सेवानिवृत्ति के समय गैर-कमीशन अधिकारी पद पर और 18.0 प्रतिशत जूनियर कमीशन अधिकारी पद पर नियुक्त थे। सर्वाधिक 53.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिकों की सेवानिवृत्ति का समय सन् 2000 से पहले का और 47.0 प्रतिशत की सेवानिवृत्ति सन् 2001 से 2020 के मध्य हुई है। इसी प्रकार सर्वाधिक 59.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिकों की सेवानिवृत्ति का कारण सेवा की शर्तों का पूरा होना तथा 41.0 प्रतिशत की सेवानिवृत्ति का कारण असामयिक है।

इस प्रकार उपरोक्त तथ्यों के आधार पर यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि अधिकांश सेवानिवृत्त सैनिकों की भारतीय थल सेना में भर्ती की आयु 20 वर्ष या इससे कम और सेवानिवृत्ति की आयु 36 से 40 वर्ष के बीच है तथा अधिकतर सेवानिवृत्त सैनिक सेवा की शर्तों के पूरा होने पर गैर-कमीशन अधिकारी के पद से, सन् 2000 से पहले सेवानिवृत्त हुए है।

3.3. सेवानिवृत्त सैनिकों की शारीरिक स्वास्थ्य समस्याएं

रोग, चिकित्सा-शास्त्र की मूलभूत धारणा है। शरीर के किसी अंग और उपांग की संरचना के बदल जाने या शरीर के पूर्णरूपेण कार्य करने की क्षमता में कमी आने को रोग कहते है। रोग एक विशेष असामान्य स्थिति है, जो किसी जीव या उसके हिस्से की संरचना या कार्य को नकारात्मक रूप से प्रभावित करती है, और यह किसी तत्काल बाहरी चोट के कारण नहीं है। रोगों को अकसर चिकित्सकीय स्थितियों के रूप में जाना जाता है, जो विशिष्ट संकेतों और लक्षणों से जुड़ी होती हैं। रोग बाहरी कारकों जैसे- जीवाणु, विषाणु, प्रोटोजोआ, कवक इत्यादि या आंतरिक विकारों के कारण हो सकते हैं (नागला,2018:150)। भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिकों की शारीरिक स्वास्थ्य की समस्या को दो भागों में विभाजित करके देखा गया है- संचार और गैर-संचारी। सेवानिवृत्त सैनिकों में शारीरिक रोगों की तीव्रता का विश्लेषण निम्नलिखित वेन आरेख में प्रदर्शित किया गया है।



उपरोक्त वेन आरेख के विश्लेषणोपरान्त परिलक्षित होता है कि कुल 100 सेवानिवृत्त सैनिकों में से 68 सेवानिवृत्त सैनिक शारीरिक स्वास्थ्य की समस्या से ग्रस्त है, जिनमें से 47 सेवानिवृत्त सैनिक केवल गैर-संचारी रोग से और 06 सेवानिवृत्त सैनिक केवल संचारी रोग से पीड़ित है। साथ में 15 सेवानिवृत्त सैनिक ऐसे भी है, जो संचारी एवं गैर-संचारी दोनों रोगों से पीड़ित है।

जिस कारण कुल गैर-संचारी रोग (अ+स) से ग्रसित सेवानिवृत्त सैनिकों की संख्या 62 और कुल संचारी रोग (ब+स) से ग्रसित सेवानिवृत्त सैनिकों की संख्या 21 है।

उक्त तथ्यों के आधार पर यह निष्कर्ष निकलता है कि अधिकांश सेवानिवृत्त सैनिक गैर-संचारी रोगों से पीड़ित है।

3.3.1. सेवानिवृत्त सैनिकों में गैर संचारी रोग-

गैर-संचारी रोग ऐसी बीमारियां हैं, जो मुख्य रूप से लोगों की दिन-प्रतिदिन की आदतों पर आधारित होती हैं। आदतें जो लोगों की गतिविधियों से विचलित होती हैं और उन्हें एक गतिहीन दिनचर्या की ओर धकेलती हैं। गलत आदतें कई स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकती हैं (ताबिश, 2017)। भारतीय थल सेना सेवानिवृत्त सैनिकों में गैर-संचारी रोग का विश्लेषण निम्नलिखित तालिका में प्रस्तुत किया गया है-

तालिका -3. सेवानिवृत्त सैनिकों में गैर-संचारी रोगों का विश्लेषण

गैर-संचारी रोग	आवृत्ति (n= 62)	श्रेणी / रैंक
हृदय रोग	*34*	*01*
रक्त चाप	*23*	*02*
मधुमेह	*17*	*03*
दांत, मसूड़े और गले में परेशानी	*16*	*04*
कान और आंख की समस्या	*15*	*05*
गठिया	*13*	*06*
पेट की समस्या (गैस, तेजाब और लीवर, आदि)	*07*	*07*
दमा	*06*	*08*
अधिक वजन	*03*	*09*
नींद विकार (खर्राटे लेना, नींद में चलना, आदि)	*02*	*10*
कम वजन	*01*	*11*

* उत्तरदाताओं द्वारा एक से अधिक विकल्पों का चयन किया गया है।

तालिका संख्या 3 के तथ्यों का विश्लेषण करने पर ज्ञात होता है कि कुल 100 सेवानिवृत्त सैनिकों में से सर्वाधिक 62.0 प्रतिशत सेवानिवृत्त सैनिक गैर-संचारी रोगों से पीड़ित है। गैर-संचारी रोगों में से सर्वाधिक 34 सेवानिवृत्त सैनिक हृदय रोग से पीड़ित है तथा इसके बाद दूसरे स्थान पर 23 सेवानिवृत्त सैनिक रक्त चाप की समस्या से पीड़ित है। इसके बाद इसी क्रम में मधुमेह, दांत, गला इत्यादि ऐसे ही अन्य गैर-संचारी रोग सेवानिवृत्त सैनिकों में पाए गए है, जो उपरोक्त तालिका 3 में दर्शाये गए है।

उपरोक्त तालिका के आंकड़ों से यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिक गैर-संचारी रोगों में सर्वाधिक एक तिहाई हृदय रोग से और एक चौथाई रक्त-चाप रोग से पीड़ित है।

3.3.2. सेवानिवृत्त सैनिकों में संचारी रोग

संचारी रोग वे रोग हैं, जो एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकते हैं और बड़ी संख्या में लोगों को बीमार कर सकते हैं। ऐसे रोग बैक्टीरिया, वायरस, कवक, परजीवी, या विषाक्त पदार्थों जैसे कीटाणुओं के कारण होते हैं। सेवानिवृत्त सैनिकों में संचारी रोग के संदर्भ में संकलित तथ्यों का विश्लेषण निम्नलिखित तालिका में प्रस्तुत है-

तालिका -4. सेवानिवृत्त सैनिकों में संचारी रोगों का विश्लेषण

संचारी रोग	आवृत्ति (n= 21)	श्रेणी / रैंक
बार-बार खांसी / जुकाम होना	*14*	*01*
वायरल बुखार (डेंगू, मलेरिया, आदि)	*06*	*02*
त्वचा की समस्या	*05*	*03*
संक्रमण	*01*	*04*

* उत्तरदाताओं द्वारा एक से अधिक विकल्पों का चयन किया गया है।

उपरोक्त तालिका संख्या 4 के तथ्यों का विश्लेषण करने पर परिलक्षित होता है कि 100 सेवानिवृत्त सैनिकों में से 79 सेवानिवृत्त सैनिकों को किसी भी प्रकार का संचारी रोग नहीं है तथा शेष 21 सेवानिवृत्त सैनिक संचारी रोग से पीड़ित है। जिनमें से सबसे अधिक 14 सेवानिवृत्त सैनिकों को बार-बार खांसी होती रहती है और अन्यों को क्रमशः: वायरल बुखार, त्वचा की समस्या और संक्रमण जैसी समस्या है।

इस प्रकार उक्त आंकड़ों के आधार पर यह निष्कर्ष निकलता है कि सर्वाधिक सेवानिवृत्त सैनिक संचारी रोगों से पीड़ित नहीं है और शेष जो सेवानिवृत्त सैनिक संचारी रोगों से पीड़ित है उनमें सर्वाधिक को बार-बार खांसी और जुकाम की समस्या है।

3.4. सेवानिवृत्त सैनिकों के द्वारा प्रयोग की जाने वाली उपचार पद्धति एवं माध्यम

वास्तव में भारतीय लोगों ने ज्ञान, साधन, कार्य करने के तरीके और कौशल की एक विशाल विविधता हासिल की है। भारत में चिकित्सा उपचार एवं देखभाल में भी चिकित्सा प्रणालियों की बहुलता है, जिसका भारतीय लोग लंबे समय से उपयोग कर रहे हैं। इसी क्रम में ही इस अध्ययन में भारतीय थल सेना से सेवानिवृत्त हुए सैनिकों के द्वारा प्रयोग की जाने वाली उपचार पद्धतियों और उनके माध्यमों का विश्लेषण नीचे दी गई तालिकाओं में प्रस्तुत है-

तालिका -5 सेवानिवृत्त सैनिकों के द्वारा प्रयोग की जाने वाली उपचार पद्धति का विश्लेषण

उपचार पद्धति	आवृत्ति (n= 68)	श्रेणी /रैंक
भारतीय चिकित्सा पद्धति		
आयुर्वेद	*16*	*04*
योग	*29*	*02*
पश्चिमी चिकित्सा पद्धति		
होम्योपैथी	*06*	*05*
एलोपैथी	*61*	*01*
वैकल्पिक चिकित्सा पद्धति		
लोक (फोल्क) चिकित्सा	*25*	*03*
प्राकृतिक चिकित्सा	*03*	*06*

* उत्तरदाताओं द्वारा एक से अधिक विकल्पों का चयन किया गया है।

उपरोक्त तालिका संख्या 5 के तथ्यों का विश्लेषण करने पर ज्ञात होता है कि भारतीय चिकित्सा पद्धति के अंतर्गत अधिकतर 29 सेवानिवृत्त सैनिक योग को महत्व देते है तथा दूसरे स्थान पर 16 सेवानिवृत्त सैनिक आयुर्वेद चिकित्सा का लाभ लेते है। पश्चिमी चिकित्सा पद्धति के अंतर्गत अधिकतर 61 सेवानिवृत्त सैनिक एलोपैथी अर्थात् अंग्रेजी दवाइयों को अधिक महत्व देते है तथा दूसरे

स्थान पर 06 सेवानिवृत्त सैनिक होम्योपैथी चिकित्सा का लाभ लेते है। साथ में वैकल्पिक चिकित्सा पद्धति के अंतर्गत अधिकतर 25 सेवानिवृत्त सैनिक लोक चिकित्सा को अधिक महत्व देते है तथा 03 सेवानिवृत्त सैनिक प्राकृतिक चिकित्सा का लाभ लेते है।

उक्त तथ्यों के आधार पर यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि यदि सभी चिकित्सा पद्धतियों में तुलनात्मक रूप से देखा जाए, तो सर्वाधिक सेवानिवृत्त सैनिक प्रथम स्थान पर एलोपैथी अर्थात् पश्चिमी चिकित्सा पद्धति, द्वितीय स्थान पर योग एवं तृतीय स्थान पर लोक चिकित्सा को महत्व देते है।

तालिका -6 सेवानिवृत्त सैनिकों के द्वारा प्रयोग की जाने वाली उपचार पद्धति के माध्यम का विश्लेषण

उपरोक्त उपचार का माध्यम	आवृत्ति (n= 68)	श्रेणी / रैंक
स्वयं / बड़ों की सलाह पर	*06*	*03*
स्वास्थ्य चिकित्सकों द्वारा	*37*	*01*
उपरोक्त दोनों	*25*	*02*

यदि हम तालिका संख्या 6 को देखें, तो हमें पता चलेगा कि 68 सेवानिवृत्त सैनिकों में से सर्वाधिक 37 सेवानिवृत्त सैनिक स्वास्थ्य चिकित्सक के परामर्श के अनुसार ही उपचार एवं दवाइयों का सेवन करते है, 06 सेवानिवृत्त सैनिक स्वयं / बड़ों की सलाह पर उपचार एवं दवाइयों का सेवन करते है तथा 25 सेवानिवृत्त सैनिक दोनों (स्वयं / बड़ों की सलाह पर और स्वास्थ्य चिकित्सकों) के अनुसार उपचार या दवाइयों का सेवन करते है।

उपरोक्त तालिका में प्रस्तुत आंकड़ों के आधार पर यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि यदि हम तुलनात्मक रूप से देखे, तो सर्वाधिक सेवानिवृत्त सैनिक स्वास्थ्य चिकित्सकों के अनुसार ही उपचार या दवाइयों का सेवन करते है।

4. निष्कर्ष एवं उपसंहार

भारतीय थल सेना भारत की भूमि आधारित सेना है, जो सुरक्षा, शांति और एकता के लिए राष्ट्र की बाहरी एवं आंतरिक आक्रमणों से रक्षा करती है। इसके अलावा, भारतीय थल सेना प्राकृतिक आपदाओं और अन्य समस्याओं के दौरान मानवीय बचाव अभियान भी चलाती है। भारतीय थल सेना के अपने मूल्य, रीति-रिवाज, परंपराएं, व्यवहार के मानक, अनुशासन, टीम वर्क, वफादारी, निस्वार्थ कर्तव्य, श्रेणी / रैंक, पहचान आदि होती हैं। जब कोई व्यक्ति भारतीय थल सेना में भर्ती होता है, तो उसे इन सभी चीजों को ग्रहण कर इनका पालन करना होता है। सेवा के दौरान व्यक्ति इन सभी चीजों का पालन करते-करते नागरिक समाज से कटने लगता है और सैनिक समाज से पूर्णतः जुड़ता जाता है। लेकिन जब कोई व्यक्ति भारतीय सेना की सेवा से सेवानिवृत्त होकर अपने आप को नागरिक समाज में फिर से स्थापित करने की कोशिश करता है, तो उसे नागरिक समाज की नीतियों, नियमों, रीति-रिवाजों, परंपराओं आदि विभिन्न चीजों के न पता होने या बहुत कम पता होने के कारण कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। जिनमें से एक शारीरिक स्वास्थ्य की समस्या है।

इस अध्ययन में सेवानिवृत्त सैनिकों की शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं का अध्ययन किया गया है। जहां तक अनुभवजन्य निष्कर्षों का संबंध है, अधिकांश उत्तरदाता वर्तमान में 46 से 60 वर्ष की आयु, हिंदू धर्म को मानने वाले और जाट जाति से है। अधिकांश सेवानिवृत्त सैनिकों की शिक्षा का स्तर माध्यमिक है तथा उनके पास कृषि योग्य भूमि है। यदि हम सेवानिवृत्त सैनिकों द्वारा भारतीय थल सेना में प्रदान की गई सेवा की रूपरेखा को देखें, तो हमें पता चलेगा कि अधिकांश सेवानिवृत्त सैनिकों की भारतीय थल सेना में भर्ती की आयु 20 वर्ष या इससे कम तथा सेवानिवृत्ति की आयु 36 से 40 वर्ष के बीच

है। साथ में अधिकांशतः सेवानिवृत्त सैनिक सेवा की शर्तों के पूरा होने पर गैर-कमीशन अधिकारी के पद से, सन् 2000 से पहले सेवानिवृत्त हुए है।

सेवानिवृत्त सैनिकों की यदि शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं को देखा जाए, तो अधिकांशतः सेवानिवृत्त सैनिक गैर-संचारी रोग से पीड़ित है, जबकि संचारी रोग सेवानिवृत्त सैनिकों में बहुत कम मात्रा में है। यदि हम सेवानिवृत्त सैनिकों में गैर-संचारी रोगों की बात करें, तो सर्वाधिक सेवानिवृत्त सैनिक हृदय और रक्त-चाप संबंधी समस्याओं से पीड़ित है तथा संचारी रोग में सर्वाधिक बार-बार खांसी या जुकाम होने की समस्या सर्वाधिक है। सेवानिवृत्त सैनिक इन शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं के निराकरण के लिए अधिकांशतः एलोपैथी (अंग्रेजी) दवाइयों का प्रयोग करते है और इन दवाइयों का प्रयोग ये चिकित्सकों की परामर्श के अनुसार करते है।

सेवानिवृत्त सैनिकों की स्वास्थ्य समस्याओं पर पिछले अध्ययन, जैसे; विलियमसन विक्टोरिया आदि (2019) ने अपने अध्ययन में इस बात पर प्रकाश डाला है कि सेवानिवृत्ति के बाद अधिकांश सेवानिवृत्त सैनिकों का शारीरिक स्वास्थ्य अच्छा है, जिसका श्रेय उन्होंने सैन्य सेवा के दौरान विकसित की गई तंदुरुस्ती को दिया। जेफरी पी हैबैक, माइकल हैबैक, आदि (2016) ने अपने अध्ययन में पाया कि सामान्य अमेरिकी आबादी की तुलना में सैन्य सेवा में प्रवेश करने पर व्यक्तियों का स्वास्थ्य व्यवहार अच्छा था, लेकिन लंबी सेवा अवधि के बाद सैनिकों का स्वास्थ्य व्यवहार सामान्य अमेरिकी आबादी के समकक्ष था और सेवानिवृत्ति के बाद सैनिकों का स्वास्थ्य व्यवहार विशेष रूप से शारीरिक गतिविधि, पोषण, तंबाकू और शराब आदि क्षेत्रों में खराब था।

लेकिन वर्तमान अध्ययन में, जो दिलचस्प तथ्य सामने आए है, उनके अनुसार अधिकांशतः दो तिहाई सेवानिवृत्त सैनिक शारीरिक स्वास्थ्य की समस्याओं से ग्रस्त है, जिसमें से सर्वाधिक समस्या गैर-संचारी रोगों में हृदय रोग, रक्तचाप आदि की है। इस परिणाम को आधार मानते हुए कहा जा सकता है कि वर्तमान अध्ययन का निष्कर्ष विलियमसन विक्टोरिया आदि के द्वारा (2019) में किए गए अध्ययन के परिणामों से भिन्न तथा जेफरी पी हैबैक, माइकल हैबैक, आदि द्वारा (2016) में किए गए अध्ययन के परिणामों से थोड़ा मिलता-जुलता है।

संदर्भ

1) अकरम मोहम्मद (2017): **"सोशियोलॉजी ऑफ हेल्थ",** रावत प्रकाशन, जयपुर
2) अमज़त जिमोह और ओलिवर रज़ूम (2014)" :**मेडिकल सोशियोलॉजी इन अफ्रीका**", स्प्रिंगर चाम हीडलबर्ग न्यूयॉर्क डॉर्ड्रेक्ट लंदन
3) ओस्टर कैंडिस, आदि (2017): ''द हेल्थ एण्ड वेलबीइंग नीडस ऑफ वेटरन्स'': ए रैपिड रिव्यू, **बी.एम.सी. साइकेट्री**, वॉल्यूम 17, नम्बर 1, 434-414
4) आहूजा राम (2019): **''सामाजिक अनुसंधान'',** रावत प्रकाशन, जयपुर
5) कॉकरहैम सी विलियम (1998): **''रीडिंग इन मेडिकल सोशियोलॉजी'',** रूटलेज टेलर और फ्रांसिस ग्रुप
6) के महाराजन, बी सुब्रमणि (2014): "ए क्रिटिकल स्टडी ऑन द रीसेटलमेंट प्रॉब्लमस ऑफ एयर फोर्स एक्स-सर्विसमैन इन इण्डिया: इवॉल्विंग मैनेजमेंट स्ट्रेजेजी", **इंटरनेशनल जर्नल ऑफ रिसर्च इन मैनेजमेंट साइंस**, वॉल्यूम. 2, नंबर. 1,13-23
7) केंद्रीय सैनिक बोर्ड, भारत सरकार (2020): **कम्पैरेटिव एनालिसिस**, कंसेशन एण्ड बेनिफिट्स प्रोवाइडेड बाई स्टेट/ यूनियन टेरिटरीज

8) जेफरी पी हैबैक, माइकल हैबैक, आदि (2016): "मिलिट्री एंड वेटरन्स हेल्थ बिहेवियर रिसर्च एंड प्रैक्टिस: चैलेंज एंड अपॉर्च्युनिटि", जर्नल ऑफ बिहेवियरल मेडिसिन,

9) ताबिश एस ए (2017): **''लाईफस्टाइल डिजीज: कॉन्सिक्वेंस, कैरेक्टरिस्टिक, कॉज, एण्ड कंट्रोल''** जर्नल ऑफ कार्डियोलॉजी एंड करंट रिसर्च, वॉल्यूम 9, नम्बर 3, 01-04

10) नागला मधु (2018): **''सोशियोलॉजी ऑफ हेल्थ एंड मेडिसिन''**, रावत प्रकाशन, जयपुर

11) नवीन, अशोक, आदि (2015): "**क्लाइंट सैटिस्फेक्शन इन 'एक्स-सर्विसमैन कंट्रीब्यूटरी हेल्थ स्कीम (इ.सी.एच.एस) पॉलीक्लिनिक': एन एक्सपीरियंस फ्रॉम इण्डिया",** मेडिकल जर्नल ऑफ श्री बिरेंद्र हॉस्पिटल, वॉल्यूम.14, नम्बर.2,5-14

12) मोरिन रिच (2011): "द डिफिकल्ट ट्रांजिशन फॉर्म मिलिट्री टू सिविलियन लाइफ", **प्यू सोशियल ट्रेंड्स**, ई-जरनल

13) राव पी वी एन (1985) :**''रिपोर्ट ऑफ हाई लेवल कमैटी ऑन प्रॉब्लमस ऑफ एक्स सर्विसमैन''**, भारत रक्षा मंत्रालय

14) वर्मा भरत, जी एम हीरानंदी, आदि (2008): **"इण्डियन आर्मड फोर्स",** लेंसर प्रकाशन, नई दिल्ली

15) विलियमसन विक्टोरिया, हन्ना हारवुड, आदि (2019): "इम्पैक्ट ऑफ मिलिट्री सर्विस ऑन फिजिकल हेल्थ लेटर इन लाइफ: ए क्वालिटेटिव स्टडी ऑफ जेरिएट्रिक यूके वेटरन्स एंड नॉन-वेटरन्स", **बीएमजे ओपन** 2019;9:e028189