સરેરાશ આયુષ્યમાં આપણે ક્યાં છીએ?

પગરવ
★ પ્રશસ્ત પંડ્યા

ભારતમાં વર્તમાન સમયમાં એક વ્યક્તિનું સરેરાશ આયુષ્ય 70 વર્ષની આસપાસ પૂરું થાય છે. આ ઉંમરના હિસાબે જ જે-તે વ્યક્તિ આયોજન કરે છે અને પોતાના જીવનને ઢાળે છે. મતલબ કે ઉંમરના દરેક પડાવે જો પરિસ્થિતિ સામાન્ય હોય તો તે લગ્ન કરે છે, કારકિર્દી બનાવે છે અને પછી જે-તે કામમાં ઠરીઠામ થાય છે અને આ સાથે જીવનના બધા જ પ્રકલ્પ પૂર્ણ કરીને તે નિવૃત્ત થાય છે. આમ, વ્યક્તિની શરૂઆતથી લઈને તેની નિવૃત્તિ સુધીનું જીવન અત્યારે આપણે ત્યાં 60 વર્ષની આસપાસમાં ગોઠવાય છે અને જો તેમાં કશું આઘુંપાછું થાય તો તે વ્યક્તિ દુનિયાદારીની રીતે સ્થાયી થયો કહેવાતો નથી. જો કે એ અલગ મુદ્દો છે, મુખ્ય મુદ્દો અહીં માનવીએ લગાવેલા પોતાના જીવનનો એક હિસાબ છે, જે તેના ઉત્ક્રાંતિ સાથે બદલાતો રહ્યો છે. હાલમાં એક વ્યક્તિના જીવનનો કાળ અલગ-અલગ દેશો મુજબ મહદંશે 60થી 80 સુધીનો છે. એક વ્યક્તિની જીવવાની અપેક્ષા કેટલી છે, તેના આધારે 'લાઈફ એક્સ્પેક્ટન્સી'નો એક આંકડો મૂકવામાં આવે છે. આ આંકડાને અસર કરતાં અગણિત પરિબળો છે પણ દરેક દેશમાં આ કવાયત થાય છે અને તેને અનુલક્ષીને એક ઉંમર દર્શાવવામાં આવે છે કે આ દેશમાં એક વ્યક્તિની સરેરાશ જીવવાની અપેક્ષા કેટલી છે. 'સંયુક્ત રાષ્ટ્ર'ના અભ્યાસ મુજબ ભારતની 'લાઈફ એક્સ્પેક્ટન્સી' 70.42 વર્ષની છે. છેલ્લા દાયકામાં 'લાઈફ એક્સ્પેક્ટન્સી' સતત વધી રહી છે અને એક અભ્યાસ મુજબ નવી પેઢી ગત પેઢી કરતાં સરેરાશ 3 વર્ષ લાંબું આયુષ્ય ભોગવી શકશે! જો કે કોરોનાકાળ દરમિયાન ભારતની લાઈફ એક્સ્પેટન્સી 2 વર્ષ ઘટી હતી તેવું કેટલાક અભ્યાસમાં દર્શાવાયું હતું. 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી'નો હિસાબ આમ દર વર્ષે મંડાય છે અને તેના હિસાબમાં અનેક સ્તરોનો અભ્યાસ થાય છે. 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી'ના આ મસમોટાં ચિત્રનો એક ખ્યાલ મેળવીએ.

'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી'નો ગ્રાફ જ્યારે તટસ્થ ભાવે જોઈએ તો તેમાં સીધેસીધી માનવીની પ્રગતિ જ દેખા દે છે. પછી તે જાપાન જેવો મજબૂત વિકસેલો દેશ હોય કે અફઘાનિસ્તાન! જેમ કે અમેરિકા અને યુરોપમાં ઇ.સ. 1850ની આસપાસ જે 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી' જુદા જુદા અભ્યાસમાં દર્શાવવામાં આવે છે, તે મુજબ માત્ર 35 વર્ષની જ હતી! હવે આ 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી'નો આંક વિશ્વની સરેરાશની રીતે જોઈએ તો 70ની ઉંમરને વટાવી ચૂક્યો છે. 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી' વિશે અમેરિકાની સ્ટેનફોર્ડ યુનિવર્સિટીએ અભ્યાસ કર્યો હતો. આ અભ્યાસમાં છેલ્લાં 50 વર્ષ(1960-2010 સુધી)ના વર્ષોનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે. આ અભ્યાસમાં પણ એવું જ તારણ આવ્યું છે કે માનવીના લાંબું જીવવાની શક્યતા હજુ પણ વધી શકે છે.

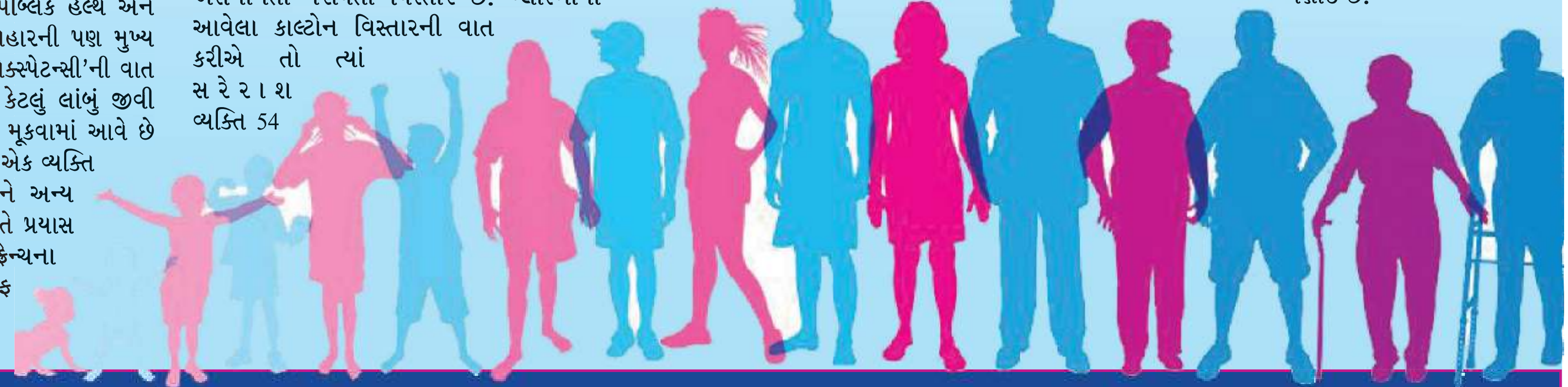
150 વર્ષના ગાળામાં માનવીની ઉંમરમાં આવેલા રેકોર્ડ વધારાના કારણો જ્યારે તપાસવામાં આવે છે ત્યારે તેમાં જાપાનનો દાખલો મહત્તમ આપવામાં આવે છે કારણ કે જાપાનની 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી' હાલમાં 84ની વર્ષની છે અને આ આંક સુધી પહોંચ્યા તે અર્થે સૌથી મહત્ત્વનું કારણ પબ્લિક હેલ્થ અને સમાન તક છે. ઉપરાંત તેમાં આહારની પણ મુખ્ય ભૂમિકા છે. હવે જ્યારે 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી'ની વાત આવે છે ત્યારે હંમેશાં માનવી કેટલું લાંબું જીવી શકે, તેનો પણ એક ખ્યાલ સાથે મૂકવામાં આવે છે કારણ કે અલ્ટિમેટલી જેટલું લાંબું એક વ્યક્તિ જીવી શકે, તેને આધાર માનીને અન્ય વ્યક્તિઓ પણ તેટલું જીવી શકે તે પ્રયાસ પણ થાય છે અને એટલે જ ફ્રેન્ચના જીએન્ને કાલ્મેન્ટનું નામ લાઈફ એક્સ્પેટન્સીની રજૂઆત થાય ત્યારે તુરંત મૂકવામાં આવે છે.

જીએન્ને કાલ્મેન્ટ અત્યાર સુધી પૃથ્વી પર જીવનારા માનવીઓમાં સૌથી લાંબું જીવનારી વ્યક્તિ હતા. તેઓ 122 વર્ષ અને 164 દિવસ સુધી જીવ્યા હતા! એક શક્યતા છે કે તેમનાથી પણ લાંબું લોકો જીવ્યા છે પણ જીએન્ને કાલ્મેન્ટના કિસ્સામાં તેમનું જીવનનું વર્ષ અને મૃત્યુના વર્ષના દસ્તાવેજ મોજૂદ છે. મતલબ કે તેઓ પુરાવા સહિત લાંબું જીવ્યા છે. જીએન્ને 1997માં અવસાન પામ્યા પણ તેમની હયાતીમાં જ તેઓ રેકોર્ડ ઉંમર તરફ જઈ રહ્યા છે તે કન્ફર્મ થઈ ચૂક્યું હતું અને તેથી તેમની સમયાંતરે મેડિકલ તપાસ થતી રહી અને તેમની મુલાકાતો પણ લેવાતી રહી, જેનાથી તેમનું લાંબું જીવવાનાં કારણોની તપાસ થઈ શકે.

હવે જ્યારે 'લાઈફ એક્સ્પેન્ટસી' વધી છે તેના સર્વસામાન્ય કારણની વાત કરીએ તો તેમાં મુખ્યત્વે પબ્લિક હેલ્થમાં આવેલો સુધારો છે, તે ઉપરાંત મેડિકલ કેર અને આહારમાં આવેલા બદલવાનો પણ છે. પરંતુ જ્યારે સૂક્ષ્મતાએ દરેક દેશને જોઈએ અથવા તો કોઈ નિશ્ચિત ક્ષેત્રનો અભ્યાસ કરીએ તો તેના કારણો અલગ દેખાશે. મૂળે વાત આર્થિક માપદંડ પર જ આવીને અટકે છે પણ તેના કારણો અલગ અલગ દેખાઈ શકે. જેમ કે, યુનાઈટેડ કિંગડમમાં ગ્લાસ્ગો ક્ષેત્રની વાત કરીએ તો તે વિશ્વનો સૌથી વધુ આર્થિક અસમાનતા ધરાવતો વિસ્તાર છે. ગ્લાસ્ગોમાં આવેલા કાલ્ટોન વિસ્તારની વાત કરીએ તો ત્યાં સરેરાશ વ્યક્તિ 54 વર્ષનું આયુષ્ય ભોગવે છે અને ત્યાંથી માત્ર 8 kmના અંતરે આવેલ લેન્ચીનું ઉદાહરણ લઈએ તો ત્યાં આયુષ્ય કાલ્ટન કરતાં 28 વર્ષ વધુ છે!! ગ્લાસ્ગોનો આ દાખલો 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી'માં આર્થિક પરિબળ કેવું અસર કરી શકે છે, તે દર્શાવે છે.

આર્થિક વિષમતાની જેમ એક અભ્યાસમાં એવું પણ તારણ આવ્યું છે કે જ્યારે તેજી હોય, વધુ કામ કરીને વધુ આવક રળનારા પણ લાંબું જીવી શકતા નથી, તેઓ વધુ કામ કરવાથી વધુ સ્ટ્રેસ ભોગવે છે અને પ્રદૂષણથી પણ અસર પામે છે. જો કે, દરેક અભ્યાસમાં અપવાદ જોવા મળશે, તેમ આ અભ્યાસનો પણ અપવાદ વ્યક્તિ પોતાના અનુભવે બની શકે છે, જેમ કે પહોંચ હોય ત્યાં સુધી જ કામનું ભારણ લેવું.

છેલ્લા દાયકામાં 'લાઇફ એક્સ્પેટન્સી' સતત વધી રહી છે અને એક અભ્યાસ મુજબ નવી પેઢી ગત પેઢી કરતાં સરેરાશ 3 વર્ષ લાંબું આયુષ્ય ભોગવી શકશે! 'સંયુક્ત રાષ્ટ્ર'ના અભ્યાસ મુજબ ભારતની 'લાઇફ એક્સ્પેટન્સી' 70.42 વર્ષની છે

લાંબું આયુષ્યનું સૌથી મહત્ત્વનું ફેક્ટર પ્રતિ વ્યક્તિ સ્વાસ્થ્ય પાછળ ખર્ચી રહ્યો છે. જાહેર સ્વાસ્થ્યમાં કેટલો ખર્ચ કરવામાં આવે છે તેનાથી આકલન કાઢી શકીએ કે સરકાર લોકોના સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે કેટલી દરકાર દાખવે છે. આ યાદીમાં જે ટોપ 35 દેશો છે, તેમાં ભારતનું નામ ક્યાંય આવતું નથી અને આ 35 દેશોની યાદીને 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી'ના ટોપ દેશો સાથે સરખાવીએ તો ખ્યાલ આવી શકે કે સરેરાશ જાહેર સ્વાસ્થ્ય પાછળ થતો ખર્ચ 'લાઈફ એક્સ્પેટન્સી' માટે કેટલો જરૂરી છે. આ યાદીમાં સૌથી ટોપ પર અમેરિકા આવે છે અને ત્યાર પછી સ્વિટ્ઝર્લેન્ડ, નોર્વે, જર્મની જેવા દેશોના નામ છે; મહદંશે યુરોપના અથવા તો અમેરિકા ખંડના. નિરાશા સાથે કહેવું પડે કે ભારતનો ક્રમ આ યાદીમાં ખૂબ નીચે આવે છે. આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે અફઘાનિસ્તાન કરતાં આપણે વધુ સારો રેકોર્ડ ધરાવતા નથી!!

આ મુદ્દે એક ચિત્ર ભારત કેન્દ્રી પણ જોવું જોઈએ. ભારતમાં છેલ્લા 2 દાયકામાં સરેરાશ આયુષ્યમાં 10 વર્ષનો વધારો થયો છે. જો કે હજુય બાળમૃત્યુદરમાં ભારતે ધારી પ્રગતિ કરી નથી. બલકે એવું કહી શકાય કે આ દર ભારતની વિશ્વસ્તરની બધી જ પ્રગતિને ધોઈ નાંખે એવો છે. જાહેર સ્વાસ્થ્ય ક્ષેત્રે ભારતમાં સ્થિતિ બદલાઈ રહી હોવા છતાં તેમાં હજુ જંગી કાર્ય બાકી છે, કારણ કે હજુ પણ 30થી 60 વર્ષની ઉંમરમાં જે મૃત્યુ થાય છે, તેમાં પાંચમા ભાગના મૃત્યુનું કારણ તમાકુ છે. ભારતમાં સૌથી વધુ લાઈફ એક્સ્પેટન્સી ધરાવનાર રાજ્યોમાં પ્રથમ કેરળ આવે છે. ત્યાર બાદ હિમાચલ પ્રદેશ, પંજાબ, જમ્મુ કાશ્મીર અને સૌથી વધુ પ્રદૂષિત રાજ્ય દિલ્હી પણ આવે છે. જ્યાં સરેરાશ આયુષ્ય 74-75 વર્ષ છે. ગુજરાતનું સરેરાશ આયુષ્ય 71 વર્ષનું છે. આસામ અને ઉત્તર પ્રદેશનો રેકોર્ડ આ યાદીમાં સૌથી નબળો છે. જેમ આ મુદ્દે દેશનો ક્યાસ કાઢવામાં આવ્યો છે, તેમ શહેર શહેર અને જિલ્લાનો પણ કાઢી શકીએ. યુનાઈટેડ કિંગ્ડમના ગ્લાસ્ગો જેવા ઉદાહરણ ભારતમાં તો અનેક મળી આવે કારણ કે ભારતના વિકાસની ઇમારત જ અસમાનતા પર ચણાઈ છે.