

**CHAPTER
1.3****Concept of Health – Various Dimensions
and Health Indicators****LEARNING OBJECTIVES**

- (i) Definition
- (ii) *Concepts of Health*
- (iii) *Various Dimensions of Health*
- (iv) *Health Indicators*

Concept of Health**□ Definition:**

According to the **World Health Organization (WHO, 1948)**:

“Health is a state of complete physical, mental, and social well-being, and not merely the absence of disease or infirmity.”

This means health is **not only the absence of illness**, but a **positive state of well-being** in all aspects of life.

Concepts of Health

Health has been understood differently over time. The main **concepts (approaches)** are:

1. Biomedical Concept:

- Health means **absence of disease or disability**.
- Focuses only on the **biological aspect** of health.
- Limitation: ignores mental and social aspects.

2. Ecological (Environmental) Concept:

- Health is a **dynamic equilibrium** between man and his environment.
- Disease occurs due to imbalance between the individual and surroundings.

3. Psychosocial Concept:

- Health depends on **social, psychological, and cultural factors** as well as biological ones.

4. Holistic Concept:

- A **comprehensive view** that combines physical, mental, social, spiritual, and environmental factors.

- Promotes **total well-being**, not just absence of disease.

Various Dimensions of Health

Health is **multidimensional**. The major dimensions include:

Dimension	Description
1. Physical Health	Proper functioning of body organs, physical fitness, and ability to perform daily tasks.
2. Mental Health	Ability to think clearly, handle stress, and maintain emotional balance.
3. Social Health	Ability to form healthy relationships and adapt to social environments.
4. Spiritual Health	Inner peace, purpose of life, and connection with higher values or faith.
5. Emotional Health	Ability to express feelings appropriately and maintain self-control.
6. Environmental Health	Living in a clean, safe, and pollution-free environment.
7. Occupational Health	Work satisfaction, safety at workplace, and balance between work and personal life.

Remember: All these dimensions are **interconnected** — if one is disturbed, overall health suffers.

Health Indicators

Definition:

Health indicators are **measurable characteristics** that help assess the **health status of individuals or a population**.

They help in **planning, evaluating, and comparing** health programs.

1. Mortality Indicators (Death-related)

- **Crude Death Rate (CDR)** = (Total deaths / Total population) × 1,000
- **Infant Mortality Rate (IMR)** = (Infant deaths under 1 year / Live births) × 1,000
- **Maternal Mortality Rate (MMR)** = (Maternal deaths / Live births) × 100,000
- **Life Expectancy at Birth** – Average number of years a newborn is expected to live.

2. Morbidity Indicators (Illness-related)

- **Incidence Rate:** New cases of disease during a period.
 - **Prevalence Rate:** Total number of cases (old + new) in a population.
 - **Disability Rate:** Extent of disability in a population.
-

3. Nutritional Indicators

- Indicators of nutritional status such as **BMI, stunting, wasting, and underweight**.
 - **Mid-arm circumference** and **dietary surveys** are also used.
-

4. Socioeconomic Indicators

- **Literacy rate**
 - **Per capita income**
 - **Employment rate**
 - **Access to clean water and sanitation**
-

5. Health Service Indicators

- **Doctor–population ratio**
 - **Hospital bed–population ratio**
 - **Immunization coverage**
 - **Availability of primary healthcare services**
-

6. Environmental Indicators

- Quality of **air, water, and sanitation**
 - Levels of **pollution and waste management**
 - **Housing conditions**
-

Importance of Health Indicators

- To **assess** the overall health status of the population.
 - To **compare** health status between countries or regions.
 - To **evaluate** effectiveness of health programs.
 - To **plan and prioritize** healthcare resources.
-

Summary

Aspect	Key Points
Definition of Health	Complete physical, mental, and social well-being
Concepts of Health	Biomedical, Ecological, Psychosocial, Holistic
Dimensions of Health	Physical, Mental, Social, Spiritual, Emotional, Environmental, Occupational
Health Indicators	Mortality, Morbidity, Nutritional, Socioeconomic, Service, Environmental



Dr. Arvind Kumar Gupta
(M.Pharm, PDCR, PGDMM & Ph.D)
GATE 2003 Qualified with 97.2 percentile
Dr. S. N. Dev College of Pharmacy
Shamli (U.P.)

स्वास्थ्य की अवधारणा (Concept of Health)

□ परिभाषा (Definition):

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO, 1948) के अनुसार —

“स्वास्थ्य एक ऐसी अवस्था है जिसमें व्यक्ति का शारीरिक, मानसिक और सामाजिक कल्याण पूर्ण रूप से हो, और केवल रोग या दुर्बलता का अभाव ही स्वास्थ्य नहीं कहलाता।”

इसका अर्थ है कि स्वास्थ्य केवल रोग की अनुपस्थिति नहीं, बल्कि सम्पूर्ण कल्याण की अवस्था है।

स्वास्थ्य की अवधारणाएँ (Concepts of Health)

1. जैव-चिकित्सीय अवधारणा (Biomedical Concept):

- स्वास्थ्य = रोग का अभाव।
- केवल शरीर के कार्यों पर ध्यान देता है।
- सीमाएँ: मानसिक व सामाजिक पहलू की उपेक्षा।

2. पारिस्थितिक अवधारणा (Ecological Concept):

- स्वास्थ्य मनुष्य और पर्यावरण के बीच संतुलन पर निर्भर करता है।
- असंतुलन होने पर रोग उत्पन्न होता है।

3. मनो-सामाजिक अवधारणा (Psychosocial Concept):

- स्वास्थ्य जैविक, मानसिक, सामाजिक और सांस्कृतिक कारकों पर निर्भर करता है।

4. समग्र अवधारणा (Holistic Concept):

- स्वास्थ्य एक बहुआयामी (multidimensional) अवस्था है जिसमें शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, आध्यात्मिक और पर्यावरणीय पहलू सम्मिलित हैं।

स्वास्थ्य के विभिन्न आयाम (Various Dimensions of Health)

आयाम (Dimension)	विवरण (Description)
1. शारीरिक स्वास्थ्य (Physical Health)	शरीर के सभी अंगों का सही कार्य करना और शारीरिक रूप से सक्रिय रहना।
2. मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health)	स्पष्ट रूप से सोचने, तनाव को संभालने और संतुलित जीवन जीने की क्षमता।
3. सामाजिक स्वास्थ्य (Social Health)	दूसरों के साथ स्वस्थ संबंध बनाए रखने और समाज में समायोजन की क्षमता।

4. आध्यात्मिक स्वास्थ्य (Spiritual Health)	आत्मिक शांति, जीवन का उद्देश्य और ईश्वर या मूल्यों से जुड़ाव।
5. भावनात्मक स्वास्थ्य (Emotional Health)	अपनी भावनाओं को नियंत्रित करने और सही ढंग से व्यक्त करने की क्षमता।
6. पर्यावरणीय स्वास्थ्य (Environmental Health)	स्वच्छ, सुरक्षित और प्रदूषण रहित वातावरण में रहना।
7. व्यावसायिक स्वास्थ्य (Occupational Health)	कार्य में संतुष्टि, सुरक्षा और कार्य-जीवन में संतुलन बनाए रखना।

नोट: सभी आयाम परस्पर जुड़े हैं — एक भी आयाम प्रभावित होने पर स्वास्थ्य बिगड़ता है।

स्वास्थ्य सूचकांक (Health Indicators)

परिभाषा:

स्वास्थ्य सूचकांक वे मापनीय संकेतक (Measurable Indicators) हैं जिनके द्वारा किसी व्यक्ति या जनसंख्या के स्वास्थ्य की स्थिति का आकलन किया जा सकता है।

1. मृत्यु सूचकांक (Mortality Indicators):

- सामान्य मृत्यु दर (Crude Death Rate):
(कुल मृत्यु / कुल जनसंख्या) × 1000
- शिशु मृत्यु दर (Infant Mortality Rate):
(1 वर्ष से कम उम्र के मृत शिशु / जीवित जन्म) × 1000
- मातृ मृत्यु दर (Maternal Mortality Rate):
(मातृ मृत्यु / जीवित जन्म) × 100,000
- आयु प्रत्याशा (Life Expectancy):
एक नवजात शिशु के जीवित रहने की औसत अपेक्षित आयु।

2. रोग सूचकांक (Morbidity Indicators):

- घटना दर (Incidence Rate): नए रोग मामलों की संख्या।
- प्रसार दर (Prevalence Rate): पुराने + नए रोग मामलों की कुल संख्या।
- विकलांगता दर (Disability Rate): विकलांग व्यक्तियों का अनुपात।

3. पोषण सूचकांक (Nutritional Indicators):

- BMI (Body Mass Index)
- कुपोषण, बौनापन (Stunting), पतलापन (Wasting)
- मध्य भुजा परिधि (Mid-arm Circumference)

4. सामाजिक-आर्थिक सूचकांक (Socioeconomic Indicators):

- साक्षरता दर
- प्रति व्यक्ति आय (Per Capita Income)
- रोजगार दर

- स्वच्छ जल और स्वच्छता की उपलब्धता

5. स्वास्थ्य सेवा सूचकांक (Health Service Indicators):

- डॉक्टर-जनसंख्या अनुपात
- अस्पताल बेड-जनसंख्या अनुपात
- टीकाकरण कवरेज
- प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाओं की उपलब्धता

6. पर्यावरणीय सूचकांक (Environmental Indicators):

- वायु और जल की गुणवत्ता
- प्रदूषण और अपशिष्ट प्रबंधन की स्थिति
- आवास की स्थिति

स्वास्थ्य सूचकांकों का महत्व (Importance of Health Indicators):

- जनसंख्या की स्वास्थ्य स्थिति का आकलन करने हेतु।
- देशों या क्षेत्रों के बीच स्वास्थ्य की तुलना करने हेतु।
- स्वास्थ्य कार्यक्रमों की प्रभावशीलता का मूल्यांकन करने हेतु।
- नीतियाँ और संसाधन योजना बनाने हेतु।

सारांश (Summary Table):

पहलू (Aspect)	मुख्य बिंदु (Key Points)
स्वास्थ्य की परिभाषा	पूर्ण शारीरिक, मानसिक और सामाजिक कल्याण
स्वास्थ्य की अवधारणाएँ	जैव-चिकित्सीय, पारिस्थितिक, मनो-सामाजिक, समग्र
स्वास्थ्य के आयाम	शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, आध्यात्मिक, भावनात्मक, पर्यावरणीय, व्यावसायिक
स्वास्थ्य सूचकांक	मृत्यु, रोग, पोषण, सामाजिक-आर्थिक, सेवा, पर्यावरणीय

Practice Questions

A. Multiple Choice Questions (MCQ)

1. WHO ने स्वास्थ्य को किस वर्ष परिभाषित किया?
 - a) 1948
 - b) 1952
 - c) 1960
 - d) 1975

➔ उत्तर: a) 1948
2. स्वास्थ्य का कौन-सा आयाम शरीर की सामान्य कार्यक्षमता से संबंधित है?
 - a) मानसिक स्वास्थ्य
 - b) शारीरिक स्वास्थ्य
 - c) सामाजिक स्वास्थ्य
 - d) पर्यावरणीय स्वास्थ्य

➔ उत्तर: b) शारीरिक स्वास्थ्य
3. आयु प्रत्याशा (Life Expectancy) किसका सूचक है?
 - a) रोग स्तर का
 - b) मृत्यु स्तर का
 - c) पोषण स्तर का
 - d) साक्षरता स्तर का

➔ उत्तर: b) मृत्यु स्तर का
4. स्वास्थ्य की कौन-सी अवधारणा मनुष्य और पर्यावरण के संतुलन पर आधारित है?
 - a) जैव-चिकित्सीय
 - b) पारिस्थितिक
 - c) मनो-सामाजिक
 - d) समग्र

➔ उत्तर: b) पारिस्थितिक
5. स्वास्थ्य सूचकांक का उपयोग किया जाता है —
 - a) स्वास्थ्य स्थिति का आकलन करने के लिए

- b) दवा निर्माण के लिए
- c) रोग निदान के लिए
- d) औषधि विपणन के लिए

→ उत्तर: a) स्वास्थ्य स्थिति का आकलन करने के लिए

B. Fill in the Blanks (रिक्त स्थान भरें)

1. स्वास्थ्य केवल रोग का अभाव नहीं बल्कि _____ की अवस्था है।

उत्तर: सम्पूर्ण कल्याण

2. WHO ने स्वास्थ्य की परिभाषा वर्ष _____ में दी।

उत्तर: 1948

3. स्वास्थ्य का _____ आयाम मानसिक संतुलन और तनाव प्रबंधन से संबंधित है।

उत्तर: मानसिक

4. आयु प्रत्याशा एक _____ सूचकांक है।

उत्तर: मृत्यु

5. साक्षरता दर और प्रति व्यक्ति आय _____ सूचकांक हैं।

उत्तर: सामाजिक-आर्थिक

C. Short Answer Questions (संक्षिप्त उत्तर प्रश्न)

- 1. WHO की स्वास्थ्य परिभाषा लिखिए।
- 2. स्वास्थ्य की चार मुख्य अवधारणाएँ बताइए।
- 3. स्वास्थ्य के किसी तीन आयामों का वर्णन कीजिए।
- 4. स्वास्थ्य सूचकांक क्या हैं?
- 5. मृत्यु सूचकांक के दो उदाहरण दीजिए।
- 6. स्वास्थ्य सूचकांकों का क्या महत्व है?
- 7. सामाजिक-आर्थिक सूचकांक कौन-कौन से हैं?

D. Long Answer Questions (दीर्घ उत्तर प्रश्न)

- 1. स्वास्थ्य की परिभाषा दीजिए और इसकी विभिन्न अवधारणाओं को समझाइए।
- 2. स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों पर विस्तृत टिप्पणी लिखिए।

3. स्वास्थ्य सूचकांक क्या हैं? इनके प्रकार उदाहरण सहित लिखिए।
4. स्वास्थ्य सूचकांकों का महत्व स्पष्ट कीजिए।
5. समग्र स्वास्थ्य की अवधारणा को उदाहरण सहित समझाइए।