



राष्ट्र की ज्वलंत समस्या पसीने की बदबू

डॉ. सुशील जोशी

आप यदि नियमित रूप से टी.वी. देखते हैं, तो आपको पता ही होगा कि पसीने की बदबू हमारे देश की दो-चार प्रमुख समस्याओं में से एक है और बहुत सारे लोग इससे चिंतित होकर इस पर पूरा ध्यान दे रहे हैं। प्रसिद्ध विज्ञान लेखक और कर्लिंग पुरस्कार से सम्मानित डॉ. डी. बालसुब्रमण्यन ने अपने एक लेख में बताया था कि नेपोलियन युद्ध पर जाते समय अपनी बीवी से कह जाता था कि उसकी वापसी तक न नहाए क्योंकि वह चाहता है कि उस समय भी वह ठीक वैसी ही महकती रहे। ज़ाहिर है नेपोलियन के ज़माने में टी.वी. नहीं थे।

इस सम्बंध में कुछ भी कहना शायद अपने पिछड़ेपन, गंवारूपन का प्रमाण देने जैसा होगा मगर फिर भी...।

पसीना क्या है?

पसीना हमारे शरीर से चूने वाला पानी है और ठीक वही काम करता है जो मटके से रिसने वाला पानी करता है - यानी शरीर को ठण्डा रखना। हमारे शरीर में सामान्य रासायनिक क्रियाओं के दौरान काफी गर्मी पैदा होती है। इससे शरीर का तापमान बढ़ता है। जब शरीर का तापमान बाहर के वातावरण से ज़्यादा हो जाता है तो चमड़ी से गर्मी को विकिरित किया जाता है। लेकिन जब बाहर का तापमान बहुत ज़्यादा हो, तो विकिरण द्वारा गर्मी शरीर को छोड़ने की बजाय वातावरण की गर्मी शरीर में आने लगती है।

ऐसी स्थिति में पसीना ही काम आता है। पसीना शरीर से निकलकर चमड़ी पर आ जाता है। अब इसका वाष्पन होता है जिसमें काफी ऊष्मा सोखी जाती है। इस ऊष्मा का कुछ हिस्सा शरीर से भी सोखा जाता है। तब शरीर थोड़ा ठण्डक महसूस करता है। इससे ज़ाहिर है कि सिर्फ पसीना निकलना पर्याप्त नहीं है, उसका वाष्पन भी ज़रूरी है। यदि आसपास का वातावरण गर्म और नम है तो पसीना नहीं उड़ता। तब हम कहते हैं बहुत उमस है। इसी प्रकार से यदि हवा न चल रही हो, तो भी बहुत तकलीफ होती है क्योंकि पसीना उड़ता तो है मगर नम हवा शरीर के आसपास ही बनी रहती है और आगे वाष्पन कम हो जाता है। इसलिए हल्की-सी बयार (चाहे गर्म ही क्यों न हो) भी ठण्डक का एहसास कराती है।

दो तरह का पसीना

जैसा कि ऊपर कहा गया है पसीना मात्र पानी होता है। इसमें अधिक से अधिक 1 प्रतिशत नमक (सोडियम क्लोराइड) होता है। यदि वातावरण का तापमान शरीर के बराबर या थोड़ा अधिक हो, तो एक औसत व्यक्ति दिन भर में 1 लीटर तक पसीना छोड़ता है। मगर तेज़ गर्मी हो या आप कड़ी मेहनत कर रहे हों तो प्रति घण्टे एक-डेढ़ लीटर पसीना निकल सकता है और साथ में काफी मात्रा में नमक भी। एक रोचक व उपयोगी बात यह है कि जब बहुत

