

## कोर शीत लहर क्षेत्र

### चर्चा में क्यों?

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के तहत [राष्ट्रीय जलवायु परिवर्तन और मानव स्वास्थ्य कार्यक्रम \(NPCCHH\)](#) ने राजस्थान तथा 16 अन्य राज्यों व केंद्र शासित प्रदेशों के लिये शीत लहर की स्थितिपर सार्वजनिक **सलाह जारी की है**।

### प्रमुख बिंदु

- **शीत लहर ऋतु और मुख्य शीत लहर क्षेत्र:**
  - शीत लहर 24 घंटे के भीतर तापमान में होने वाली तीव्र गिरावट है, जो कृषि, उद्योग, वाणज्य और सामाजिक गतिविधियों के लिये पर्याप्त सुरक्षा की आवश्यकता उत्पन्न करती है।
  - शीत लहर का मौसम नवंबर से मार्च तक रहता है तथा दिसंबर और जनवरी में सबसे अधिक ठंड पड़ती है।
- **प्रभावित क्षेत्र:**
  - तेलंगाना, पंजाब, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड, जम्मू-कश्मीर, लद्दाख, दिल्ली, हरियाणा, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, गुजरात, मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, बिहार, झारखंड, पश्चिम बंगाल और ओडिशा।
- **सुभेद्य समूह:**
  - परामर्श में नमिन्लखित जनसंख्या को विशेष रूप से जोखिमग्रस्त बताया गया है:
    - बेघर व्यक्ति
    - बुजुर्ग लोग
    - आर्थिक रूप से वंचित व्यक्ति
    - गर्भवती एवं स्तनपान कराने वाली महिलाएँ
    - बच्चे
    - आउटडोर श्रमिक और किसान
    - रात्रि आश्रयों के प्रबंधक
- **शीत लहर की परिभाषा:**
  - [भारतीय मौसम विज्ञान विभाग \(IMD\)](#) के मानकों के अनुसार :
    - मैदानी इलाकों में शीत लहर तब आती है जब न्यूनतम तापमान  $\leq 10^{\circ}\text{C}$  होता है।
    - पहाड़ी क्षेत्रों के लिये इसे न्यूनतम तापमान  $\leq 0^{\circ}\text{C}$  के रूप में परिभाषित किया गया है।
- **संभावित स्वास्थ्य समस्याएँ:**
  - [हाइपोथर्मिया](#) बहुत कम तापमान के लंबे समय तक संपर्क में रहने के कारण होता है।
  - [फ्रॉस्टबाइट](#) ठंडे तापमान के कारण त्वचा और ऊतकों को होने वाली क्षति है।
  - [नॉन-फ्रीजिंग कोल्ड इंजरी](#), [इमर्शन फ्रूट](#) जैसी स्थितियाँ हैं, जो लंबे समय तक ठंड और गीली स्थितियों के संपर्क में रहने के कारण उत्पन्न होती हैं।
    - गंभीर मामलों में, यदिसावधानी न बरती जाए तो ठंड के कारण मृत्यु भी हो सकती है।

## भारत मौसम विज्ञान विभाग

- IMD की स्थापना वर्ष 1875 में हुई थी।
- यह भारत सरकार के पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय की एक एजेंसी है।
- यह मौसम संबंधी अवलोकन, मौसम पूर्वानुमान और भूकंप विज्ञान के लिये ज़िम्मेदार प्रमुख एजेंसी है।

