आश्रममा आश्रित बृद्धबृद्धाहरुको जीवनशैली

(श्री राधा दामोदर आरोग्य वृद्धाश्रम स्याङ्जा ६, को एक समाजशास्त्रीय अध्ययन)

त्रिभुवन विश्वविद्यालय मानविकी तथा समाजिकशास्त्र संकाय अन्तर्गत

समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग

समाजशास्त्र स्नातकोत्तर तह द्वितीय वर्षको आठौं पत्रको

प्रयोजनार्थ प्रस्तुत शोधपत्र

शोधार्थी :

अमृता शर्मा

रोल नं.– १६८/०६३

दर्ता नं. ६–१–५३–३–९९

समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग

पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस, पोखरा

२०६९

सिफारिस पत्र

त्रिभुवन विश्वविद्यालय, मानविकी तथा सामाजिकशास्त्र संकाय, पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस अन्तर्गत मानवशास्त्र समाजशास्त्र विभागद्वारा समाजशास्त्र विषयको स्नातकोत्तर तह द्वीतिय वर्षको आठौं पत्रको प्रयोजनको लागि मेरो निर्देशन र सुपरिवेक्षणमा श्री **अमृता शर्माले** "**आश्रममा आश्रित बृद्धबृद्धाहरुको जीवनशैली**" विषयमा यो शोधपत्र तयार पार्नु भएको हो । यो शोधपत्र सम्वन्धि उहाँको कार्यप्रति म सन्तुष्ट छु र प्रस्तुत शोधलाई आवश्यक मूल्याङ्कनका लागि सिफारिस गर्दछु ।

....

तेजप्रसाद सुवेदी

शोध-निर्देशक

समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग

पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस

पोखरा

स्वीकृति-पत्र

त्रिभुवन विश्वविद्यालय, मानविकी तथा सामाजिकशास्त्र संकाय, पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस अन्तर्गत मानवशास्त्र समाजशास्त्र विभागद्धारा समाजशास्त्र विषयको स्नातकोत्तर तह द्वितिय वर्षको आठौं पत्रको प्रयोजनका लागि श्री **अमृता शर्माले** यस विभागमा प्रस्तुत गर्नुभएको "**आश्रममा आश्रित बृद्धबृद्धाहरुको जीवनशैली**" विषयक शोधपत्रलाई स्वीकृति प्रदान गरिएको छ ।

मूल्याङ्कन समिति

१. विभागीय प्रमुखः शान्ति भुसाल ....
समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग
पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस

२. विशेषज्ञः ....
प्रा.डा. केदार वस्नेत

३. शोध-निर्देशकः तेजप्रसाद सुवेदी ....
समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग
पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस

मिति : २०६९

भाषा सम्पादन

त्रिभुवन विश्वविद्यालय, मानविकी तथा सामाजिकशास्त्र संकाय, पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस अन्तर्गत मानवशास्त्र समाजशास्त्र विभागद्वारा समाजशास्त्र विषयको स्नातकोत्तर तह द्वीतिय वर्षको आठौं पत्रको प्रयोजनका लागि श्री **अमृता शर्मा**ले तयार गर्नु भएको "**आश्रममा आश्रित बृद्धबृद्धाहरुको जीवनशैली**"शीर्षकको शोधपत्र भाषिक सम्पादन मैले गरेको हुँ । तहगत दृष्टिले यस शोधपत्रको भाषाबाट म सन्तुष्ट छु ।

....

जगन्नाथ रेग्मी

भाषा सम्पादक

उप–प्राध्यापक

विन्दुवासिनी संस्कृत क्याम्पस

मिति : २०६९

कृतज्ञता

त्रिभुवन विश्वविद्यालय, मानविकी तथा सामाजिकशास्त्र संकाय, पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस अन्तर्गत मानवशास्त्र समाजशास्त्र विभागद्वारा समाजशास्त्र विषयको स्नातकोत्तर तह द्वितीय वर्षको आठौं पत्रको प्रयोजनका लागि "**आाश्रममा आश्रित बृद्धबृद्धाहरुको जीवनशैली**" शीर्षकको शोधपत्र तयार गर्ने क्रममा सर्वप्रथम मलाई यो महत्वपूर्ण विषयमा शोध अध्ययन गर्दा शोधपत्रको शीर्षक छनौटदेखि लेखनका क्रममा मलाई सहयोग, मार्ग निर्देशन, हौसला र अमूल्य सुझाव प्रदान गर्नुहुने शोध निर्देशक श्री तेजप्रसाद सुवेदी ज्यू प्रति आभार एंव कृतज्ञता व्यक्त गर्न चाहन्छु । यसैगरी अमूल्य सुझाव र प्रेरणा दिनु हुने विभागीय प्रमुख श्रीमती शान्ति भुसाल ज्यू प्रति हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु । साथै विभागीय सदस्यहरुले दिनुभएको सुझाव र सल्लाहको मधुर स्मरण गर्दछु ।

तथ्याङ्क संकलनका क्रममा मलाई सहयोग गर्नुहुने श्री राधा दामोदर आरोग्य बृद्धाश्रमका मूख्य सूचनादाता (श्री एकदेव भट्टराई अध्यक्ष, श्री ढुण्डीराज सिग्देल उपाध्यक्ष, सचिव घनश्याम खनाल) ज्यू लाई हृदयदेखिनै हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु । यसैगरी समाग्री संकलनमा सहयोग पुर्‍याउने सम्पूर्ण उत्तरदाता महानुभावहरुप्रति धन्यवाद प्रकट गर्दछु ।

प्रस्तुत शोध अध्ययनको क्रममा आवश्यक पुस्तक दिएर सहयोग गर्ने मणिपाल शिक्षण अस्पताल लाईव्रेरीमा कार्यरत खेम बहादुर लामिछाने, कम्पुटर सेटिङमा सहयोग गर्ने घनश्याम अधिकारी साथै मणिपाल स्कुल अफ नर्सिङ्गका मेरा सहकर्मीहरुले गर्नुभएको सहयोगको लागि आभार व्यक्त गर्दछु । यसैगरी मलाई आवश्यक सल्लाह र सहयोग गर्ने साथी रीता भूषाल एवम् कमल पौडेल प्रति पनि धन्यवाद दिन चाहन्छु । यो शोधपत्र तयार गर्ने क्रममा हरपल सहयोग तथा हौसला प्रदान गर्नुहुने मेरा श्रीमान् जगन्नाथ रेग्मीज्यूमा हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । साथै मलाई जन्म दिएर यो अवस्थासम्म पुऱ्याउनु हुने मेरा परमादरणीय मातापिताप्रति सम्मान व्यक्त गर्न चाहन्छु ।

अमृता शर्मा

मितिः २०६९

शोधसार

वृद्धवृद्धाहरु ज्ञानका भण्डार हुन् । उनीहरुले आफ्नो जीवनकालमा धेरै तितामिठा अनुभवहरु हासिल गरेका छन् र कोही त शिक्षित पनि छन् । यी वृद्धवृद्धाहरुलाई उपयुक्त वातावरणमा उपयुक्त खानपिन, वास र स्वास्थ्य उपचार दिइएमा यिनीहरुको स्वास्थ्यमा सुधार आई आफूमा भएको ज्ञान र सीपलाई व्यवहारमा उर्तान सक्छन् । जुन वृद्धवृद्धाहरुको लागि मात्र फलदायी नभइ समाज देश र विश्वकै लागि फलदायी हुन सक्तछ । यो अध्ययन विषेशगरी बृद्धाश्रममा बस्ने ज्येष्ठनागरिकहरुको वास्तविकता बुझ्ने हेतुले गरिएको अध्यन हो ।

त्रिभुवन विश्वविद्यालयको स्नातकोत्तर तहको मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र संकाय अर्न्तगत समाजशास्त्र मानवशास्त्र विभागमा समाजशास्त्र विषयको द्वित्तीय वर्षको आठौं पत्रको प्रयोजनका लागि तयार गरिएको प्रस्तुत अध्ययनमा पश्चिमाञ्चल क्षेत्रको स्याङ्जा जिल्लाको पवित्र तीर्थस्थल केलादिघाटमा अवस्थित श्री राधा दामोदर आरोग्य वृद्धाश्रममा आश्रित जेष्ठनागरिकहरुको जीवनशैलीलाई समावेश गरिएको छ । “जेष्ठनागरिक भनेका हाम्रा सम्पत्ति हुन् । उनीहरुको संरक्षण र सम्वर्द्धन गर्नु हाम्रो दायित्व हो” । भन्ने मूल उद्वेश्यका साथ यस वृद्धाश्रम अगाडि बढेको छ ।

जुनसुकै ठाउमा रहेका जेष्ठनागरिकहरु यहाँ आश्रित रहेको पाइन्छ । धेरै जसो शहरी क्षेत्रका भन्दा ग्रामीण क्षेत्रका वृद्धवृद्धा आश्रित रहेका छन् । यस अध्ययनमा यिनै आश्रितहरुको समस्याको कथन अन्तर्गत निम्न लिखित प्रश्नहरुलाई समेट्ने प्रयास गरिएको छ । आश्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुको के कस्तो जीवन पद्धति रहेको छ ? कस्तो सामाजिक र सांस्कृतिक पक्ष भएका वृद्धवृद्धाहरु यस आश्रममा आश्रित छन ? वृद्धाश्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुको स्वास्थ्य स्थिति कस्तो रहेको छ ? आश्रम र आश्रितका के कस्ता समस्याहरु विद्यमान छन् ?

श्री राधा दामोदर आरोग्य वृद्धाश्रम स्याङ्जामा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुको जीवन पद्धति हेर्नु यो अध्ययनको सामान्य उद्धेश्य रहेको छ भने विशिष्ट उद्धेश्य अन्तर्गत निम्नलिखित उद्वेश्यहरु रहेका छन् ।

- वृद्धाश्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुको सामाजिक, सांस्कृतिक पक्षको अध्ययन गर्नु ।
- आश्रममा बसोवास गर्ने वृद्धवृद्धाहरुको स्वास्थ्य स्थितिको जानकारी लिनु ।
- आश्रम तथा आश्रितका समस्याहरु पत्ता लगाउनु ।

यस अध्ययनको उद्देश्य प्राप्तिका लागि ज्येष्ठ नागरिकहरुको दिनचर्या तथा स्वास्थ्य स्थितिका बारेमा जानकारी लिन अन्वेषणात्मक ढाँचा प्रयोग गरिएको छ भने वर्णनात्मक अनुसन्धान ढाँचा प्रयोग गरी ति पक्षको विस्तृत वर्णन गरिएको छ । तथ्याङ्क संकलनका लागि स्थलगत अध्ययन विधिको प्रयोग गरिएको छ । अवलोकन, वैयक्तिक अध्ययन गरिएको छ । साथै द्वितीय सुचना सङ्कलनका लागि विभिन्न लेखरचना, पत्रपत्रिका, वेवसाइट प्रकाशित एवं अप्रकाशित स्रोत तथा अन्य सम्बन्धित साहित्यको सहयोग लिइएको छ ।
यस अध्ययनमा यस वृद्धाश्रममा २८ जना महिला र १२ जना पुरुष संग प्रत्यक्ष सम्पर्कमा रही प्रश्नहरु सोधी वास्तविकताको खोजी गरिएको छ । आश्रित वृद्धवृद्धाहरुको सामाजिक पक्षको अध्ययन गर्दा आश्रममा आश्रित हुनुको मुख्य कारणहरुमा आफ्नो कोही नहुनु, बालविवाह, पारिवारिक झै झगडा, आर्थिक दुर्वलता, शारीरिक अशक्तता, परिवारबाट अपहेलित, तथा परिवार वा समाजबाट माया, ममता र सम्मानको अभाव मुख्य कारण देखिन्छन् । वृद्धाश्रममा बस्ने जेष्ठनागरिक मध्ये जातिगत तथ्याङ्क अनुसार सबै भन्दा बढि ब्राहमण जातिका जेष्ठनागरिकहरु ७५ प्रतिशत रहेको पाइन्छ भने मगर १२.५ प्रतिशत, क्षेत्री ७.५ प्रतिशत र सबै भन्दा कम ठकुरी ५ प्रतिशत रहेको पाइयो । यसैगरी आश्रित वृद्धवृद्धाहरुको शारीरिक अवस्था अध्ययन गर्दा जीउ दुख्ने, कम्मर र छाती सम्वन्धि रोगबाट पीडित वृद्धवद्धाहरु बढि मात्रामा पाइन्छन् । यसरी जीउ दुख्ने, कम्मर दुख्ने, छाती दुख्ने हुनुको कारणमा बुढवुढीको शारीरिक अवस्थाले गर्दा हो ।साथै महिलाहरुमा बढी दुख्नुमा महिलाहरुको स्याहार सुसार नपुगेर वृद्ध अवस्थामा दुखेको हुन सक्छ । जुन २७.५ प्रतिशत थिए त्यस्तै बाथ हुनेहरु १७.५ प्रतिशत, ग्याष्टिक हुनेहरु १२.५ प्रतिशत, दम १२.५ प्रतिशत, आँखाका रोगी १७.५ प्रतिशत, प्रेसर हुनेहरु १२.५ प्रतिशत, आदि रोगहरु भएको बुझिन्छ । यसैपनि वृद्ध भनेको शारीरिक रुपमा अशक्त र विमारी हुने अवस्था हो त्यसमा पनि घर परिवार र सम्पत्तिबाट देखवाल नहुँदा अन्त अवस्थामा वृद्धवृद्धाहरु आर्थिक रुपले पीडित देखिन्छन् ।

आश्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुलाई वृद्ध भएर बाँच्न कत्तिको गाह्रो छ भनि जानकारी लिंदा अलिअलि गाह्रो भन्ने ६५ प्रतिशत, गाह्रो छैन भन्ने २२.५ प्रतिशत र ज्यादै गाह्रो भन्ने सबैभन्दा कम १२.५ प्रतिशत रहेको बुझिन्छ । वृद्धाश्रमको व्यवस्था त्यति सन्तोषपूर्ण नभएपनि आश्रमले दिएको सिमित गास, बास र कपासमा नै सन्तोष मानी यसैलाई आफ्नो "अहोभाग्य" सम्झी आश्रममा आश्रित रहेको भेटिन्छ ।

विषय-सूची

	पृष्ठ
सिफारिस पत्र	(क)
स्वीकृति पत्र	(ख)
भाषा सम्पादनको मन्तव्य	(ग)
कृतज्ञता	(घ)
विषय सूची	(ङ)
तालिका सूची	(झ)
चित्र सूची	(ञ)
संक्षेपीकरण	(ट)
शोधसार	(ठ–ड)
अध्याय –एक	**१–६**
परिचय	
१.१ अध्ययनको पृष्ठभूमि	१ –३
१.२ अध्ययनको समस्या	३–४
१.३ अध्ययनको उद्देश्य	५
१.४ अध्ययनको औचित्य	५
१.५ अध्ययनको सीमा	६
१.६ संगठनात्मक स्वरुप	६
अध्याय-दुई	**७–२३**
सन्दर्भ साहित्यको समीक्षा	
२.१ वृद्धवृद्धा सम्वन्धी अवधारणा र सिद्धान्तहरु	७
२.२ पूर्व अध्ययनहरुको निचोड	८–१८
२.३ वृद्धावृद्धा सम्बन्धी विद्यमान कानूनी व्यवस्था	१९–२०
२.४ राष्ट्रका नीति तथा कार्यनीति	२०–२१
२.५ अवधारणात्मक खाका	२२–२३

अध्याय-तीन **२४-२६**

अनुसन्धानका विधिहरु

३.१ अध्ययनको क्षेत्र २४

३.२ अनुसन्धान ढाँचा २४

३.३ तथ्याङ्कको प्रकृति र स्रोतहरू २४

३.४ जनगणना विधि २५

३.५ तथ्याङ्क संकलन विधि २५

३.५.१ अर्न्तवार्ता अनुसूचि

३.५.२ अवलोकन

३.५.३ समूहगत छलफल

३.६ तथ्याङ्क प्रस्तुतिकरण र विश्लेषण २६

अध्याय-चार **२७-४१**

आश्रममा आश्रित बृद्धबृद्धाहरूको सामाजिक, सांस्कृतिक अवस्था

४.१ लैङ्गिक अवस्था २७

४.२ जातिगत अवस्था २८

४.३ उमेरको अवस्था २९

४.४ धर्म र संस्कृति ३०

४.५ मातृभाषागत अवस्था ३१

४.६ शैक्षिक स्थिति ३१

४.७ बैवाहिक स्थिति ३२

४.८ आश्रम आउनुपूर्वको बसाईंको स्थिति ३३

४.९ आश्रममा आउनुपूर्वको पेशा ३४

४.१० आश्रित भएको समयसमयको आधारमा वृद्धवृद्धाहरुको विवरण ३५

४.११ जिल्लाका आधारमा आश्रित वृद्धवृद्धाहरु ३६

४.१२ वृद्धवृद्धाहरुको आश्रममा आउनु पहिलेको पारिवारिक अवस्था ३७

४.१३ वृद्धाश्रममा आउनु अगाडिको जीवन निर्वाह स्थिति ३८

४.१४ वृद्धाश्रममा आश्रित हुनु अगाडिको जग्गाको स्थिति ३८

४.१५ वृद्धवृद्धाहरुको परिवारसंगको सम्पर्क ३९

४.१६ आश्रित वृद्धवृद्धाहरुलाई चाडवाडमा पारिवारिक सदस्य लिन आउने वा नआउनेको संख्या ४०
४.१७ आश्रितका परिवारका सदस्य भेट्न आउँदा गर्ने सहयोगको स्थिति ४०

अध्याय- पाँच **४२-४९**

जेष्ठ नागरिकहरुको स्वास्थ्य स्थिति विश्लेषण

५.१ स्वास्थ्य स्थिति ४२
५.२ आँखा देख्न सक्ने वा नसक्ने अवस्था ४३
५.३ शारीरिक अवस्था ४३
५.४ औषधि उपचार प्रति आश्रितको विचार ४५
५.५ अम्मल लिने वा नलिने सम्वन्धि जानकारी ४५
५.६ निद्रा सम्वन्धि जानकारी ४७
५.७ आश्रितहरुको कोठामा सुत्ने संख्याको अवस्था ४७
५.८ उत्तरदाताहरुको दिन चर्या ४८
५.९ आश्रममा आश्रितहरुको आम्दानीको विवरण ४८

अध्याय - छ **५०-६५**

आश्रममा उपलब्ध सुबिधा र त्यसप्रति आश्रितका प्रतिक्रियाहरु

६.१ वृद्धाश्रमको संरचना र व्यवस्थापन ५०
६.२ स्याङ्जा केलादीघाट स्थित श्री राधा दामोदर आरोग्य वृद्धाश्रमको व्यवस्थापन : ५१
६.३ कर्मचारी व्यवस्थापन ५२
६.४ वृद्धवृद्धाहरुले आश्रय पाउने तरिका ५२
६.५ आश्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुलाई स्वास्थ्यकर्मीको व्यवस्थाः ५२
६.६ आश्रित वृद्धवृद्धाहरुले पालना गर्नुपर्ने नियमहरुः ५३
६.७ आश्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुलाई खानाको व्यवस्था ५४
६.८ आश्रितहरुलाई कपडाको व्यवस्था ५४
६.९ कार्यालय आश्रमबाट सम्पन्न गरिएका कार्यहरु ५४
६.१० आश्रमबासीको रहन–सहन र दैनिक जीवन पद्धती ५५
६.११ आश्रममा दिएको खानाबारे आश्रितहरुको विचार ५५

६.१२ आश्रमबारे आश्रितको विचार ५६
६.१३ कर्मचारीबारे आश्रितको विचार ५८
६.१४ वृद्धवस्थाको अवस्था ५९
६.१५ आफ्नो परिवारमा पुनः फर्किन चाहने वा नचाहने वृद्धवद्धाहरु ६०
६.१६ आश्रममा बस्दा एक अर्कोमा हुने भेदभावको विवरण ६१
६.१७ वृद्धाश्रममा आउनु पर्नाका कारणहरु ६२
६.१८ आश्रमका समस्याहरु ६४

व्यैयक्तिक अध्ययन

व्यैयक्तिक अध्ययन १ गोपालदासी घीमिरे ६६
व्यैयक्तिक अध्ययन २ कमलकान्त पोखेल ६७
व्यैयक्तिक अध्ययन ३ भगवती मञ्जरी पौडेल ६८

अध्याय-सात ६९–७४

साराशं, निष्कर्ष र सुझाव

७.१ साराश ६९–७१
७.२ निष्कर्ष ७२–७३
७.३ सुझाव ७३–७४

सन्दर्भ सामग्री ७५–७८

अनुसूचिहरु-

१.अन्तर्वार्ता अनुसुची ७९–८३
२. छलफल सूची ८४
३. मुख्य सूचनादाताको नामावली ८५
४.अध्ययन क्षेत्रको नक्शा ८६
६. अन्तर्वार्ताको क्रममा खिचिएका तस्वीरहरु ८७–८८

तालिका सूचि

तालिका *पृष्ठ*

४.१ लैङ्गिक अवस्था २७

४.२ जातिगत अवस्था २९

४.३ बैवाहिक स्थिति ३२

४.४ बसोवास गरेको स्थानका आधारमा आश्रित वृद्धवृद्धाहरु ३७

४.५ वृद्धवृद्धाहरुको आश्रममा आउनु पहिलेको पारिवारिक स्थिति ३७

४.६ वृद्धाश्रममा आउनु अगाडिको जीवन निर्वाह स्थिति ३८

४.७ वृद्धाश्रममा आश्रित हुनु अगाडिको जग्गाको स्थिति ३९

४.८ वृद्धवृद्धाहरुको परिवारसंगको सम्पर्क स्थिति ३९

४.९ आश्रित वृद्धवृद्धाहरुलाई चाडवाडमा पारिवारिक सदस्य लिन आउने वा नआउनेको संख्या ४०

५.१ आँखा देख्न सक्ने वा नसक्ने अवस्था ४३

५.२ वृद्धवृद्धाहरुको रोगको विवरण ४३

५.३ स्वास्थ्योपचारको व्यवस्था बारे आश्रितको विचार ४५

५.४ अम्मल लिने वा नलिने बारे आश्रितको विचार ४५

५.५ आश्रितहरुको निद्राको स्थिति ४७

५.६ आश्रितहरुको कोठामा सुत्ने संख्याको अवस्था ४७

५.७ आश्रितहरुको दिन चर्या ४८

६.१ आश्रमबारे आश्रितको विचार ५७

६.२ कर्मचारीबारे आश्रितको विचार ५८

६.३ वृद्धवस्थाको अवस्था विवरण ५९

६.४ आश्रममा आश्रित हुनुको कारण ६३

चित्र-सूची

चित्र नं.	*पेज*
४.१ वृद्धाश्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरुको उमेर समूहको विवरण	३०
४.२ वृद्धाश्रमा आश्रितवृद्धवृद्धाहरुको मातृभाषागत अवस्था	३१
४.३ वृद्धाश्रमा आश्रित उत्तरदाताको शैक्षिक अवस्था	३२
४.४ आश्रममा आउनुपूर्वको बसाईको स्थिति	३४
४.५ आश्रममा आउनुपूर्वको पेशा	३५
४.६ आश्रित भएको समय	३६
४.८ आश्रितका परिवारका सदस्य भेट्न आउँदा गर्ने सहयोगको स्थिति	४०
५.१ स्वास्थ्य स्थिति	४२
५.२ अम्मल लिने वा नलिने बारे आश्रितको विचार	४६
५.३ आश्रममा आश्रितहरुको आम्दानीको विवरण	४९
६.१ वृद्धाश्रममा दिएको खानाबारे आश्रितको विचारमा चित्र	५६
.६.२ आश्रमबारे आश्रितको विचारमा आधारस्तम्भ	५७
६.३ वृद्धवस्थाको अवस्थाको विवरण	५९
६.४ आफ्नो परिवारमा पुनः फर्किन चाहने वा नचाहने वृद्धवद्धाहरु	६१
६.५ भेदभावका आधारमा प्रतिशत	६२
६.६ आश्रममा आश्रित हुनुको कारण	६४

संक्षेपीकरण

संक्षिप्त रुप	अर्थ वा पूरा रुप
रा.स.स	राष्ट्रिय समाचार समिति
NEPAN	Nepal Participatory Action Network
MoPE	Ministry of Population & Environment
MWCSW	Ministry of Women Children and Social Welfare.
NCPOP	National Centre for the Protection of Older people
WHO	World Health Organization