

صفحہ 2

ویٹنگ سگریٹ نوشی کی طرح نقصان دہ نہیں ہے۔ ایٹس سروے

صفحہ 3

ویٹنگ کے خلاف بے بنیاد ہم

صفحہ 4

تمباکو سے پاک پاکستان

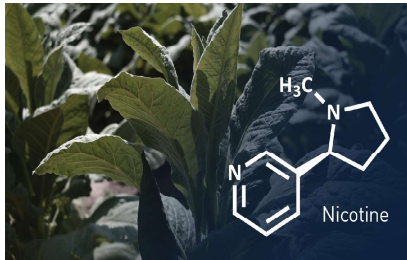
ڈاکٹر غلط طور پر نیکوٹین کو کینسر کی وجہ سمجھتے ہیں

سروے میں شامل 11 ممالک کے بیشتر ڈاکٹروں کی جانب سے تمباکو نوشی میں کمی لانے یا اس کے مکمل خاتمے کیلئے تربیت کے حصول میں دلچسپی کا اظہار کیا گیا جبکہ کئی ڈاکٹروں نے تمباکو کی متبادل اور مخصوص مصنوعات کی بجائے روایتی طریقے اپنانے میں دلچسپی ظاہر کی۔

ان ممالک میں ڈاکٹروں کی بڑی اکثریت 71 فیصد سے لیکر تقریباً 94 فیصد تک اس بات سے اتفاق کرتی ہے کہ تمباکو نوشی ترک کرنے کی کوشش کرنے والے مریضوں کی مدد کرنا ان کی ترجیح ہے۔ اوسطاً چار میں سے ایک ڈاکٹر نے بتایا کہ انہوں نے کبھی تمباکو نوشی کے خاتمے کے سلسلے میں ہونے والی کسی ٹریٹمنٹ میں شرکت نہیں کی۔ مواقع اور آگے کا فقدان ٹریٹمنٹ میں حصہ نہ لینے کی بڑی وجوہات ہیں۔ ان 11 ممالک کے 80 فیصد ڈاکٹر تمباکو نوشی میں کمی لانے یا اس کے مکمل خاتمے کیلئے ٹریٹمنٹ لینے میں دلچسپی رکھتے ہیں حالانکہ عام طور پر اتنی بڑی تعداد میں شرکت نہیں ہوتی۔

پاکستان میں بھی زیادہ تر ڈاکٹر غلط طور پر سمجھتے ہیں کہ نیکوٹین سے کینسر لاحق ہوتا ہے۔ اسلام آباد کے ایک تھنک ٹینک، آلٹرنیٹیو ریسرچ اینڈ اینٹیٹیو (اے آر آئی) نے گزشتہ برس ایک سروے کا اہتمام کیا جس میں 70 فیصد ڈاکٹروں نے زیادہ اور 17.9 فیصد نے کسی حد تک اس سے اتفاق کیا کہ نیکوٹین سے کینسر لاحق ہوتا ہے۔ تقریباً 80 فیصد نے نیکوٹین کو دل، 81.6 فیصد نے پھیپھڑوں اور 61.7 فیصد نے پیدائشی نقائص کی بڑی وجہ قرار دیا۔

تمباکو نوشی ترک کرنے کے سلسلے میں ٹریٹمنٹ حاصل کرنے والے بیشتر ڈاکٹروں یعنی 73.2 فیصد نے نیکوٹین کو کینسر، 82.1 فیصد نے دل کی بیماری، 64.3 فیصد نے پیدائشی نقائص اور 89.3 فیصد نے پھیپھڑوں کی بیماری کی وجہ قرار دیا۔ اسی طرح جن ڈاکٹروں نے ایسی کوئی ٹریٹمنٹ نہیں لی تھی ان میں سے 64.4 فیصد نے نیکوٹین کو کینسر، 79.4 فیصد نے دل کی بیماری، 61.2 فیصد نے پیدائشی نقائص اور 80.1 فیصد نے پھیپھڑوں کی بیماری لاحق کرنے کی بڑی وجہ قرار دیا۔



اسلام آباد: دنیا کے 11 ممالک میں ہونے والی ایک تحقیق کے مطابق تقریباً اسی فیصد ڈاکٹر غلط طور پر سمجھتے ہیں کہ نیکوٹین سے پھیپھڑوں کا کینسر لاحق ہوتا ہے۔ یہی غلط تصور ہے جس کے باعث ایک ارب تمباکو نوشی کو سگریٹ نوشی سے بچانے کی کوششیں متاثر ہوتی ہیں۔

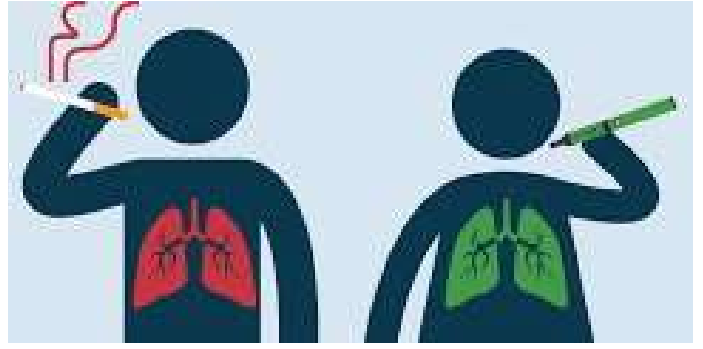
اس سروے کا اہتمام 'سروے' کی جانب سے کیا گیا جو صحت کے مسائل کا پیشہ وارانہ حل پیش کرنے کا ایک پلیٹ فارم ہے جبکہ سروے کیلئے فنڈنگ فاؤنڈیشن فار سموک فری ورلڈ (ایف ایس ایف ڈبلیو) کی جانب سے کی گئی۔ اس سروے میں 11 ممالک کے 15 ہزار ڈاکٹروں کو شامل کیا گیا۔ ان ممالک میں چین، جرمنی، یونان، بھارت، انڈونیشیا، اسرائیل، اٹلی، جاپان، جنوبی افریقہ، برطانیہ اور امریکہ شامل ہیں۔ سروے کا مقصد تمباکو نوشی کے خاتمے کا عمل تیز کرنے کیلئے معلومات کی بنیاد پر قابل عمل فراہم کرنا تھا۔

اس سروے میں شامل ڈاکٹر کل وقتی ملازم تھے، جن کے پاس نہ صرف پریکٹس کیلئے لائسنس تھے بلکہ وہ کام کرنے کا دو سالہ تجربہ بھی رکھتے تھے۔ انہوں نے اپنی ملازمت میں سے 50 فیصد وقت براہ راست مریضوں کے علاج پر صرف کیا اور ایک ماہ کے دوران کم از کم 20 مریضوں کا علاج کیا۔ انہیں فیملی، جنرل، دل، پھیپھڑوں، رسولیوں اور نفسیات جیسے شعبوں میں مہارت حاصل تھی۔

سروے کے مطابق دنیا بھر کے بیشتر ڈاکٹر غلط طور پر تمباکو نوشی کے مضر صحت اثرات کو نیکوٹین سے جوڑتے ہیں۔ ان ڈاکٹروں میں سے 78 فیصد نیکوٹین کو شریانوں کے نقائص، 77 فیصد پھیپھڑوں کے کینسر، 76 فیصد پھیپھڑوں کی بیماری، 72 فیصد پیدائشی نقائص، 71 فیصد گردن کے کینسر اور 69 فیصد مثانے کے کینسر کی بنیاد وجہ قرار دیتے ہیں۔

اگرچہ 78 فیصد ڈاکٹر کسی حد تک اس بات سے متفق ہیں کہ تمباکو نوشی سے پیدا ہونے والے زیادہ تر نقصانات نیکوٹین کی بجائے تمباکو کے سلاگے جانے کے نتیجے میں پیدا ہوتے ہیں تاہم 73 فیصد کے خیال میں پھیپھڑوں، مثانہ اور گردن کے کینسر نیکوٹین کی وجہ سے لاحق ہوتے ہیں۔

ویپنگ سگریٹ نوشی کی طرح نقصان دہ نہیں ہے۔ ایش سروے



نوشی کی مدد کرنے کا ایک اہم ذریعہ ہے۔ انہوں نے کہا کہ جب میں مریضوں کو دیکھتی ہوں جو تمباکو نوشی کرتے ہیں تو وہ پہلے سے ہی تمباکو سے پیدا ہونے والی بیماریوں کے شکار ہوتے ہیں اور اکثر اسے ترک کرنے کے لئے پر امید ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ویپنگ تمباکو نوشی ترک کرنے کا ایک اہم ذریعہ ہے، خصوصاً ان مریضوں کے لئے جو تمباکو نوشی کے عادی ہوتے ہیں۔ تاہم میرے بہت سے مریضوں کے لئے میڈیا کی جیڈ لائٹس خطرے کی گھنٹی ثابت ہوتی ہیں جو انہیں پریشان کرتی ہیں اور انہیں ویپنگ ترک کرنے پر مجبور کرتی ہیں۔

اے ایس ایچ نے ویپنگ سے متعلق سن 2023 کے سروے کا اہتمام کیا۔ اس کے علاوہ اے ایس ایچ نے ویپنگ سے متعلق غلط معلومات کو رد کرنے کا سلسلہ بھی شروع کر رکھا ہے۔ اس سلسلے میں وہ ایسی معلومات شیئر کرتا ہے جو ویپنگ سے متعلق غلط فہمیوں اور غلط دعوؤں کو رد کرتا ہے۔ اے ایس ایچ نے تمباکو نوشی اور ویپنگ پر ملک کے ممتاز ماہرین کی مدد سے ویپنگ سے متعلق کچھ عام غلط فہمیوں کو رد کیا ہے اور یہ واضح کیا ہے کہ:

۱۔ ویپنگ تمباکو نوشی کے مقابلے میں زیادہ نقصان دہ نہیں ہے۔

۲۔ تمباکو نوشی کی لٹ ویپنگ کے مقابلے میں زیادہ خطرناک اور زیادہ نقصان دہ ہے۔

۳۔ ویپنگ نوجوانوں کو سگریٹ نوشی پر مائل نہیں کرتی ہے۔

۴۔ کلوشین نوجوانوں کی ذہنی نشوونما کو متاثر نہیں کرتی۔

کننگز کالج لندن کی پروفیسر، ویپنگ کے نقصانات پر حکومتی کمیشن کی رپورٹ کی مصنف اور اے ایس ایچ کے لئے ویپنگ سے متعلق غلط معلومات رد کرنے والی ٹیم کی رکن این میک نیل کا کہنا ہے کہ نوجوانوں میں ویپنگ کے استعمال پر بے چینی اس حقیقت کی غماز ہے کہ تمباکو نوشی سے ویپنگ پر منتقل ہونے کی وجہ سے فرد کی صحت پر مثبت اثرات مرتب ہوں گے۔ یہ کہنا غلط ہے کہ ہمیں اس بارے میں کوئی معلومات نہیں کہ مستقبل میں ویپنگ کے کیا نقصانات ہوں گے۔ اگر تمباکو نوشی سے اس کا تقابل کیا جائے تو ویپ سے کینسر لاحق ہونے کے خطرات سگریٹ کے مقابلے میں انتہائی کم ہیں۔ انہوں نے کہا کہ یہ حقیقت اس بات کی طرف اشارہ کرتی ہے کہ ویپنگ محفوظ ہے اور اس کے مضر صحت اثرات، سگریٹ سے پہنچنے والے نقصانات کا ایک چھوٹا سا حصہ ہو سکتے ہیں۔

انہوں نے کہا کہ ہمیں نوجوانوں میں ویپنگ کے استعمال پر مطمئن نہیں ہونا چاہئے بلکہ اس سلسلے میں مزید قانون سازی کی ضرورت ہے تاہم اس بات کو یقینی بنانا بھی ضروری ہے کہ تمباکو نوشی، سگریٹ نوشی ترک کریں۔ ویپنگ اس سلسلے میں ایک مؤثر ذریعہ ہے۔

ایک سوال کے جواب میں کہ آیا ویپنگ سے متعلق درست معلومات کی فراہمی سے نوجوانوں میں ویپنگ کے استعمال میں اضافہ ہوگا؟ چیز میں نے کہا کہ ایسا نہیں ہے کیوں کہ وہ سمجھتے ہیں کہ یہ محفوظ ہے اور نوجوان بھی ویپنگ کرتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ بڑوں کی بہ نسبت نوجوان افراد ویپنگ سے متعلق زیادہ منفی رائے رکھتے ہیں مگر وہ ویپنگ کا استعمال کرتے ہیں کیوں کہ ویپنگ انہیں اپنی طرف کھینچتی ہے اور آسانی کے ساتھ سستے داموں بھی مہیا ہوتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ ڈرانے سے زیادہ بہتر یہ ہوگا کہ ویپنگ کے استعمال کے لئے مزید قانون سازی کی جائے کیوں کہ اگر نوجوان افراد یہ سمجھتے ہیں کہ یہ تو سگریٹ نوشی ہی کی طرح نقصان دہ ہے تو اس بات کا زیادہ خطرہ موجود ہے کہ وہ سگریٹ نوشی شروع کر دیں۔

برطانوی ادارے ایکشن آن سموکنگ اینڈ ہیلتھ (اے ایس ایچ) نے انکشاف کیا ہے کہ برطانیہ میں ہر دس میں سے چار تمباکو نوش (39 فیصد) غلط طور ویپنگ کو تمباکو نوشی کے برابر یا اس سے زیادہ نقصان دہ سمجھتے ہیں۔ گزشتہ برس ہر دس میں سے تین تمباکو نوش ایسا سمجھتے تھے۔ اس کے علاوہ 18 لاکھ تمباکو نوش (27 فیصد) ایسے ہیں جنہوں نے کبھی بھی ویپنگ کا استعمال نہیں کیا حالانکہ یہ تمباکو نوشی ترک کرنے کا ایک مؤثر ذریعہ ہے جبکہ 29 لاکھ تمباکو نوش ایسے ہیں جنہوں نے ویپنگ کا استعمال کیا مگر پھر اسے ترک کر دیا۔

رواں برس کے آغاز میں حکومت نے ”سگریٹ نوشی ترک کرنے کے لئے ویپنگ پر منتقل ہو جائیں“ کی قومی مہم شروع کرنے کا اعلان کیا۔ اس مہم کے تحت حکومت تمباکو نوشی ترک کرنے کے لئے 10 لاکھ تمباکو نوشوں کو مفت ویپ فراہم کرنے سمیت روئے میں تبدیلی لانے کے سلسلے میں ان کی مدد کرے گی کیوں کہ روئے میں تبدیلی لانے کے لئے مدد کی فراہمی کے ساتھ ویپنگ کی افادیت کو ٹین ریپلیسمنٹ تھراپی (این آر ٹی) کے مقابلے میں گنی ہو جاتی ہے۔ اس لئے شواہد کی بنیاد پر یہ حکمت عملی سن 2030 تک تمباکو نوشی کا خاتمہ کرنے کے حکومتی ہدف کے حصول میں اہم کردار ادا کر سکتی ہے مگر اب حکومت کی اس مہم کی کامیابی کو خطرات لاحق ہیں کیوں کہ تمباکو نوشوں میں اس حوالے سے تشویش پائی جاتی ہے کہ ویپنگ تمباکو نوشی کے برابر یا اس سے زیادہ نقصان دہ ہے۔

سروے کے مطابق وہ 18 لاکھ تمباکو نوش جنہوں نے کبھی ویپنگ کا استعمال نہیں کیا ان میں سے 43 فیصد سمجھتے ہیں کہ ای سگریٹ تمباکو نوشی کے برابر یا اس کے مقابلے میں زیادہ نقصان دہ ہے۔ سن 2019 میں یہ شرح 27 فیصد تھی۔ ان 29 لاکھ تمباکو نوشوں میں سے 44 فیصد ویپنگ کو تمباکو نوشی کے برابر یا اس سے زیادہ نقصان دہ سمجھتے ہیں جنہوں نے ویپنگ کا استعمال کیا اور پھر اسے ترک کر دیا۔ سن 2019 میں یہ شرح 25 فیصد تھی۔ خطرے کے تناسب سے سب سے درست نقطہ نظر ان 27 لاکھ سابقہ تمباکو نوشوں کا تھا جنہوں نے ویپنگ کا استعمال کیا اور ان 29 لاکھ تمباکو نوشوں کا جنہوں نے ویپنگ کا استعمال کیا اور پھر اسے ترک کر دیا۔ پہلے گروپ کے 75 فیصد اور دوسرے گروپ کے 45 فیصد تک تمباکو نوشی درست طور پر سمجھتے ہیں کہ ویپنگ تمباکو نوشی کے مقابلے میں کم نقصان دہ ہے۔

اے ایس ایچ کی ڈپٹی چیف ایگزیکٹو ہیڈل جیز مین کا کہنا ہے کہ حکومت ویپنگ کی حمایت کرتی ہے کیوں کہ یہ تمباکو نوشی کی شرح میں کمی لانے کا ایک ذریعہ ہے مگر تمباکو نوشی کے خاتمے میں اس کی افادیت کم ہو جائے گی اگر تمباکو نوشی اس کے غیر محفوظ ہونے کے حوالے سے شکوک و شبہات کی بناء پر اس کا استعمال ترک کر دیں یا کچھ عرصے کے لئے اس کے استعمال کے بعد اسے ترک کر کے دوبارہ سگریٹ نوشی شروع کر دیں۔ انہوں نے کہا کہ حکومت ہنگامی بنیادوں پر لوگوں میں ویپنگ سے متعلق معلومات کو بہتر بنانے اور بتانے کہ تمباکو نوشی کے مقابلے میں یہ کافی حد تک محفوظ ہے اور اس میں

بہت ہی کم مقدار میں نقصان دہ ذرات پائے جاتے ہیں۔

این ایچ ایس کیئر بورڈ کی ڈاکٹر روتھ شارک کا کہنا ہے کہ ویپنگ، تمباکو نوشی ترک کرنے میں سگریٹ

ویپنگ کے خلاف بے بنیاد مہم

ہائیکل لنڈل

۳۔ ذائقے اور ویپ

ذائقے ویپنگ کا لازمی حصہ ہیں کیوں کہ یہ تمباکو نوشیوں کو سگریٹ نوشی سے ویپنگ مصنوعات پر منتقل ہونے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ عالمی ادارہ صحت کے ویپنگ کے خلاف موقف سے ان لاکھوں افراد کی ترجیحات اور ان کے تجربات کی بے قدری ہوتی ہے جو ویپنگ کا استعمال کرتے ہیں۔ عالمی ادارہ صحت کا یہی موقف تمباکو نوشی ترک کرنے کے لئے تمباکو نوشیوں کی کوششوں میں رکاوٹ ہے۔



۴۔ سویڈن اور برطانیہ میں متبادل مصنوعات کی کامیابی

سویڈن اور برطانیہ نے نقصان میں کمی کی پالیسیوں کو اپنایا اور متبادل مصنوعات کی مدد سے تمباکو نوشی کی شرح میں کمی لانے میں کامیابی حاصل کی ہے۔ اگر ان ممالک کا موازنہ عالمی ادارہ صحت کی حکمت عملی پر عمل پیرا ممالک سے کیا جائے تو بالکل برعکس نتائج سامنے آتے ہیں۔ شواہد کی بنیاد پر نقصان میں کمی کے اقدامات اٹھانے میں تاخیر نہیں کرنی چاہئے۔

گزشتہ کچھ سالوں سے ہارم ریڈکشن (نقصان میں کمی) اور ویپنگ کو بے جا مخالفت کا سامنا ہے۔ عالمی ادارہ صحت اور اس کے ڈائریکٹر جنرل ڈاکٹر ٹیڈ روز ایڈ ہانوم گیبر یاس نے ایک بار پھر تمباکو کی عالمی وباء پر ادارے کی تازہ رپورٹ میں ویپنگ کے خلاف موقف اپنایا ہے۔ بد قسمتی سے یہ طرز عمل نامناسب اور بین الاقوامی سطح پر صحت عامہ میں بہتری لانے کی کوششوں کے لئے نقصان دہ ہے۔

۵۔ اصل مسائل پر توجہ دی جائے

عالمی ادارہ صحت کو اصل مسائل پر توجہ دینی چاہئے یعنی ادارہ ویپنگ کے استعمال کے لئے متعین کردہ عمر کا نفاذ یعنی بنائے تاکہ ویپنگ تک کم عمر افراد کی رسائی روکی جاسکے اور ٹوبیکو کنٹرول کی کوششوں کو بہتر کیا جاسکے۔ ویپنگ کے خلاف مسلسل محاذ کھولنے کی وجہ سے تمباکو نوشی کی شرح میں کمی لانے کے اصل ہدف اور صحت عامہ کے اہم مسائل پر قابو پانے سے توجہ ہٹ جاتی ہے۔

یہ بات واضح ہونی چاہئے کہ بنیادی مقصد تمباکو نوشی کی شرح میں کمی لانا اور اس کے نقصانات پر قابو پانا ہے۔ مگر افسوس کا مقام یہ ہے کہ عالمی ادارہ صحت اپنی توانائی کا بہتر استعمال کرنے کی بجائے ویپنگ کی مخالفت میں اسے ضائع کر رہی ہے۔ حالانکہ تمباکو نوشی کی روک تھام اور سگریٹ نوشی ترک کرنے میں ویپنگ ایک مددگار ذریعہ ہے۔

عالمی ادارہ صحت ویپنگ کے خلاف ہے اس لئے ہارم ریڈکشن (نقصان میں کمی) کے تصور پر مبنی پالیسیوں کو نافذ کرنے کی وجہ سے صحت عامہ میں بہتر نتائج کے حصول کا موقع ضائع ہو جاتا ہے۔ جیسا کہ ہم اس بات سے اتفاق کرتے ہیں کہ کم عمر افراد کو تمباکو اور ویپنگ کی مصنوعات سے بچانا ضروری ہے۔ اسی طرح یہ بات بھی انتہائی ضروری ہے کہ ان تمباکو نوشیوں کے لئے ویپنگ کی افادیت کو تسلیم کیا جائے جو تمباکو نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں۔

عالمی ادارہ صحت کی حالیہ رپورٹ کے جواب میں یہی کہا جاسکتا ہے کہ ادارے نے غیر حقیقی دعوؤں اور ویپنگ کے استعمال کے حوالے سے ڈر پھیلانے کی حکمت عملی اپنا رکھی ہے جو کہ تعصب پر مبنی ہے۔ عالمی ادارہ صحت کی ویپنگ سے متعلق منفی رویے کی وجہ سے ان ممالک کے ذکر کو نظر انداز کر دیا جاتا ہے جنہوں نے تمباکو نوشی کی مدد کے لئے کم نقصان دہ متبادل مصنوعات کی فراہمی کو یقینی بنایا اور ان کے ذریعے سے تمباکو نوشی کی شرح میں کافی حد تک کمی لانے میں کامیاب ہوئے۔

آئیے کچھ نکات کی صورت میں دیکھتے ہیں کہ کس طرح ہارم ریڈکشن (نقصان میں کمی) اور ویپنگ کی مخالفت صحت عامہ میں بہتری کی کوششوں کو نقصان پہنچاتی ہے۔

۱۔ شواہد کی بنیاد پر نقصان میں کمی کا تصور

ویپنگ، تمباکو نوشی ترک کرنے کا ایک کارآمد ذریعہ ہے جس نے لاکھوں تمباکو نوشیوں کو سگریٹ نوشی سے ویپنگ پر منتقل ہونے میں مدد کی ہے جبکہ عالمی ادارہ صحت اس کی افادیت کا انکار کر کے تمباکو نوشی کو صحت مند زندگی فراہم کرنے میں ناکام ہوا ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ ہارم ریڈکشن (نقصان میں کمی) کا تصور سائنسی بنیادوں پر کھڑا ہے اور اسے صارفین کی تائید بھی حاصل ہے۔ یہ تمباکو نوشی کی شرح میں کمی لانے اور صحت عامہ کو بہتر کرنے میں اہم کردار ادا کر سکتا ہے۔

ویپنگ نے تمباکو کے نقصان میں کمی کی مددگار ذریعے کے طور پر اپنی صلاحیت کو منوایا ہے۔ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ ویپنگ تمباکو نوشی کے مقابلے میں تقریباً 95 فیصد کم نقصان دہ ہے اور یہی چیز اسے ان تمباکو نوشیوں کے لئے ایک محفوظ متبادل بناتی ہے جو تمباکو نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں۔ عالمی ادارہ صحت، ہارم ریڈکشن (نقصان میں کمی) کے شواہد کو مسترد کر کے صحت عامہ میں بہتری لانے کا ایک اہم موقع ضائع کر رہا ہے۔

ٹوبیکو ہارم ریڈکشن (تمباکو کے نقصان میں کمی) کے تصور پر مبنی اقدامات، کم نقصان دہ متبادل مصنوعات تک نوعمر افراد کی رسائی کی ممانعت اور تمباکو نوشی ترک کرنے کی کوششوں میں تمباکو نوشیوں کی مدد کرنے سے بہتر نتائج برآمد ہو سکتے ہیں۔

ضرورت اس امر کی ہے کہ عالمی ادارہ صحت اور عالمی سطح پر صحت کے دیگر ادارے بے جا مخالفت ترک کریں اور تمباکو نوشی کی وباء پر قابو پانے کے لئے ہارم ریڈکشن (نقصان میں کمی) کو ایک قابل عمل پالیسی کے طور پر اپنائیں۔

۲۔ ویپنگ کو تمباکو نوشی سے جوڑنے کی غلط فہمی

عالمی ادارہ صحت مسلسل اس بات پر زور دیتا چلا آیا ہے کہ ویپنگ خصوصی طور پر نوجوانوں میں تمباکو نوشی شروع کرنے کا ایک ذریعہ ہے۔ تاہم متعدد مطالعات نے اس دعوے کو رد کیا ہے۔ نوجوانوں میں سگریٹ نوشی کے رجحان یا اس حوالے سے ان کے رویے جانچنے کے لئے، بے چینی، والدین کی تمباکو نوشی کی عادات، ساتھیوں کے رویے اور گھرانے کی آمدن زیادہ بہتر عوامل ہیں۔ لہذا اہم نکات کو نظر انداز کر کے ویپنگ سے متعلق غلط معلومات پھیلا نا عوام کے ساتھ ظلم ہے۔

تمباکو سے پاک پاکستان

کوئی قانون سازی موجود نہیں ہے۔ یہ مصنوعات بھی کافی مہنگی ہیں اور ملک کے صرف بڑے اور مہنگے شہروں میں دستیاب ہیں۔

اسلام آباد کے ایک تھنک ٹینک، آلٹرنیٹیو ریسرچ اینڈ اینیٹیو (اے آر آئی) کی ایک تحقیق کے مطابق، ملک میں 70 فیصد سے زیادہ ڈاکٹر غلط طور پر یہ سمجھتے ہیں کہ کوٹین سے پھپھڑوں کا کینسر لاحق ہوتا ہے۔ تمباکو نوشی، تمباکو کنٹرول کی کوششوں کے اہم کردار ہیں مگر ان کی آواز کو کبھی نہیں سنا گیا کہ انہیں تمباکو نوشی ترک کرنے کے لئے کس قسم کی مدد درکار ہے۔ ستم بالائے ستم یہ کہ ملک میں تمباکو نوشی کی بڑھتی شرح کے باوجود پورے ملک میں تمباکو نوشی کی روک تھام کے لئے صرف ایک کلینک ہے جو وفاقی دارالحکومت اسلام آباد میں واقع ہے۔ یہی وہ کمزوریاں ہیں جن کی وجہ سے سال میں تین فیصد سے بھی کم افراد تمباکو نوشی ترک کرنے میں کامیاب ہوتے ہیں۔

عالمی ادارہ صحت نے اپنی حالیہ رپورٹ میں برازیل، موریشس، نیدرلینڈز اور ترکیہ کی جانب سے تمباکو نوشی کے خاتمے کے لئے اٹھائے گئے اقدامات کو سراہا ہے۔ یہ تمام اقدامات عالمی ادارہ صحت کے تجویز کردہ ہیں۔ اس میں کوئی شک نہیں ہے کہ ان چاروں ممالک کی جانب سے اٹھائے گئے اقدامات صحیح سمت میں درست اقدام ہے مگر دنیا کے بیشتر ممالک کی طرح یہ ممالک بھی فی الوقت تمباکو نوشی سے پاک مستقبل کے حصول سے کوسوں دور ہیں۔

اس صورت حال کو مد نظر رکھا جائے تو یہ ضرورت محسوس ہوتی ہے کہ تمباکو نوشی کے خاتمے کے لئے ایک جامع پالیسی بنائی جائے جس میں تمباکو کے نقصان میں کمی کے تصور کو بھی شامل کیا جائے۔ یہ تمباکو نوشی کے خاتمے کے لئے ایک مؤثر حکمت عملی ہوگی مگر انفسوس کہ عالمی ادارہ صحت نے تمباکو کی متبادل کم نقصان دہ مصنوعات سے متعلق گریز کی پالیسی اختیار کر رکھی ہے جو تمباکو نوشی کے خلاف جنگ میں

ایک بڑی رکاوٹ بن کر رہ گئی ہے۔

دنیا کے 180 ممالک کی جانب سے ٹوبیکو کنٹرول پر عالمی ادارہ صحت کے فریم ورک کنونشن کی توثیق کی جا چکی ہے مگر اس کے باوجود تمباکو نوشی، اموات کی ایک بڑی وجہ ہے حالانکہ ان اموات کی روک تھام ممکن ہے۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق تمباکو نوشی کی وجہ سے ایک سال میں 87 لاکھ افراد جان کی بازی ہار جاتے ہیں جبکہ ان میں 13 لاکھ افراد وہ ہیں جو خود تمباکو نوشی نہیں ہیں مگر دوسروں کی تمباکو نوشی کے مضر اثرات

پاکستان میں تمباکو نوشی کے اعداد و شمار:

1- گلوبل ایڈلٹ سروے (جی اے ٹی ایس) 2014 کے مطابق پاکستان میں 23 ملین تمباکو نوش ہیں۔

2- تمباکو نوشی کے پھیلاؤ کی شرح مردوں میں 22.2 فیصد اور خواتین میں 2.1 فیصد ہے۔

3- 2014 کے بعد پاکستان میں تمباکو نوشی کی تعداد کے بارے میں کوئی سروے نہیں ہوا۔

4- ایک اندازے کے مطابق پاکستان میں تمباکو نوشی کی تعداد 31 ملین تک جا پہنچی ہے۔

5- پاکستان انسٹی ٹیوٹ آف ڈیولپمنٹ اکنامکس (پائیڈ) 2019 کی رپورٹ کے مطابق ملک میں تمباکو نوشی سے پیدا ہونے والی بیماریوں اور اموات کی وجہ سے ملک کو سالانہ 3.85 ارب ڈالر کا بوجھ برداشت کرنا پڑتا ہے۔

دوسری طرف ہمارے پاس سوئیڈن کی مثال ہے جس نے کم نقصان دہ متبادل مصنوعات کی مدد سے تمباکو نوشی کی شرح میں کامیابی کے ساتھ کمی لانے میں نمایاں کامیابی حاصل کی ہے۔ سوئیڈن میں اس وقت تمباکو نوشی کی شرح 5.6 فیصد ہے اور کوشش یہی جاری ہے کہ یہ شرح 5 فیصد سے بھی کم کر دی جائے۔ جس ملک میں تمباکو نوشی کی شرح 5 فیصد سے کم ہو جائے تو وہ تمباکو سے پاک ملک بن جاتا ہے اور سوئیڈن تمباکو سے پاک ملک بننے کے قریب ہے۔

یہ بات تو سائنسی طور پر ثابت ہو چکی ہے کہ یہ متبادل مصنوعات کم نقصان دہ ہیں اور انہیں تمباکو نوشی کی روک تھام کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس لئے ضرورت اس امر کی ہے کہ ان مصنوعات پر پابندی کے مطالبات کی بجائے نقصان میں کمی کے تصور کو سمجھا جائے اور تمباکو سے پاک مستقبل کے حصول کے لئے ان مصنوعات سے استفادہ کیا جائے۔

ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ تمباکو سے پاک پاکستان کا حصول ممکن ہے۔ اس کے لئے ضروری ہے کہ حکومت نقصان میں کمی کے تصور کو ٹوبیکو کنٹرول کی قومی پالیسی کا حصہ بنائے، انسداد تمباکو نوشی کی مؤثر سہولیات کی سستے داموں آسانی کے ساتھ فراہمی یقینی بنائے اور متبادل مصنوعات کے استعمال کے لئے قانون سازی کرے۔

(سیکنڈ ہینڈ سٹوک) کے نتیجے میں ہلاک ہو جاتے ہیں۔

گوکہ گزشتہ دو دہائیوں کے دوران تمباکو نوشی کے خاتمے کے لئے مختلف نوعیت کے اقدامات اٹھائے گئے ہیں مگر ان کے کوئی زیادہ مثبت نتائج برآمد نہیں ہوئے۔ آپ پاکستان کی مثال لے لیجیے، تمباکو نوشی کے خاتمے کے لئے اقدامات اٹھائے جانے کے باوجود اس کی شرح میں اضافہ ہوا ہے۔ مختلف اعداد و شمار کے مطابق پاکستان میں تین کروڑ لاکھ تمباکو نوش ہیں۔

پاکستان میں تمباکو نوشی کی روک تھام تمباکو کنٹرول کی کوششوں کی ایک کمزور کڑی ہے۔ سن 2017 میں پہلی بار نکوٹین ریٹیلیمنٹ تھراپی کولاجی ادویات کی فہرست میں شامل کیا گیا مگر یہ بہت مہنگی اور آسانی سے دستیاب نہیں ہیں۔ یہاں ای سگریٹ سمیت دیگر تمباکو کی کم نقصان دہ متبادل مصنوعات کے لئے

آلٹرنیٹیو ریسرچ اینڈ اینیٹیو پاکستان میں تمباکو نوشی کے خاتمے کے لیے کام کر رہا ہے۔ اس کا قیام 2018 میں عمل میں آیا۔

فاؤنڈیشن فار سٹوک فری ورلڈ کے تعاون سے آلٹرنیٹیو ریسرچ اینڈ اینیٹیو نے 2019 میں تمباکو نوشی کے خاتمے اور اس کے جدیدیل کو فروغ دینے کے لیے پاکستان ایسٹنٹ فاؤنڈیشن اینڈ ٹوبیکو ہارم ریڈکشن قائم کیا۔

To know more about us, please visit: www.aripk.com and www.panthr.org

Follow us on www.facebook.com/ari.panthr/ | https://twitter.com/ARI_PANTHR | <https://instagram.com/ari.panthr>

Islamabad, Pakistan Email: info@aripk.com