

# ALTERNATIVE RESEARCH INITIATIVE NEWSLETTER

November 2023

صفحہ 2

ای سگریٹ کا تمباکو نوشی سے کوئی تعلق نہیں

صفحہ 3

صحت اور سماجی مہبود کے لیے ویپنگ گائیڈ لائنیں

صفحہ 4

ٹاویٹین فار سگریٹس اور ٹولڈ نے ٹوٹین کی صنعت سے اہل حد اکرلی  
تمباکو سے پاک پاکستان کے لیے جامع حکمت عملی اپنائی جائے۔ اے آر آئی

## تمباکو نوشی ترک کرنے کا چیلنج

انسان بلند فشار خون کا مریض ہے اور وہ سگریٹ نوشی بھی کرتا ہے تو اس سے شریانیوں میں کمزور ہونے کا عمل تیز ہو جاتا ہے جس سے دل اور پھیپھڑوں کی بیماریاں لاحق ہونے کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔  
حیدر نے کہا کہ جب سگریٹ نوشی کی وجہ سے وہ بیماریوں کے شکار ہو گئے تو انہوں نے اپنی اس عادت کو ترک کرنے کے لیے دوستوں اور بڑی عمر کے تجربہ کار لوگوں سے اس سلسلے میں مدد طلب کی کیوں کہ وہ نہیں جانتے تھے کہ تمباکو نوشی کیسے ترک کی جاتی ہے اور اس کے لیے مدد کہاں سے حاصل کی جاتی ہے۔ دوستوں نے حیدر کو مشورہ دیا کہ جب ان کو تمباکو نوشی کی طلب ہو تو وہ اپنا دھیان بٹانے کی کوشش کریں اور چیونگ گم استعمال کریں۔ حیدر نے بتایا میں نے یہ طریقے استعمال کیے مگر تمباکو نوشی ترک کرنے میں کامیابی نہیں ملی۔ انہوں نے ایک سوال کے جواب میں کہا کہ وہ ملک میں تمباکو نوشی ترک کرنے کے لیے قائم کسی طبی مرکز کے بارے میں نہیں جانتے۔

آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ اینٹیٹیو (اے آر آئی) کے مطابق پاکستان میں بیشتر تمباکو نوشی نہیں جانتے کہ انہیں تمباکو نوشی ترک کرنے کے لیے کہاں سے مدد حاصل کرنی چاہیے۔ ملک میں تمباکو نوشی کی روک تھام کی سہولیات کے فقدان کے باعث وہ سگریٹ نوش جو سگریٹ نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں، ایک سال کے دوران تین فیصد سے بھی کم افراد تمباکو نوشی ترک کرنے میں کامیاب ہوتے ہیں۔

حیدر نے صحت کے مسائل سے نمٹنے کے لیے ڈاکٹر سے رجوع کرنے کا فیصلہ کیا۔ ڈاکٹر نے حیدر کو بتایا کہ انہیں بلند فشار خون اور سانس کی بیماریاں تمباکو نوشی کی وجہ سے لاحق ہوئی ہیں لہذا انہیں تمباکو نوشی ترک کرنی چاہیے۔ حیدر نے بتایا کہ انہیں ڈاکٹر نے دو قسم کے ٹیبلٹ دیے اور ہدایت کی کہ وہ دو ہفتوں کے لیے ان کا استعمال کریں۔ بد قسمتی سے حیدر کو ان ٹیبلٹ کے نام یاد نہیں ہیں۔ وہ دوبارہ بھی ڈاکٹر کے پاس گئے مگر ان دو ایونوں کا کوئی اثر نہیں ہوا۔ انہوں نے بتایا میں نے 25 دن تک یہ ٹیبلٹ استعمال کیے مگر ان سے تمباکو نوشی ترک کرنے میں کوئی مدد نہیں ملی۔

حیدر نے کئی بار تمباکو نوشی ترک کرنے کی کوشش کی مگر وہ اس میں کامیاب نہ ہو سکے تاہم سگریٹ کی بڑھتی قیمتوں نے انہیں امپورٹڈ ڈن ہل جیسے مہنگے برانڈ کا استعمال ترک کرنے پر مجبور کیا۔ وہ کیپسٹن پینے لگے جو ڈن ہل کی بہ نسبت سستا برانڈ ہے۔ انہوں نے بتایا میں سگریٹ نوشی ترک کرنے سے

محمد حیدر محمود اسلام آباد کے رہائشی ہیں جو ایک نجی ادارے میں میڈیا مانیٹر کی حیثیت میں کام کرتے ہیں۔ انہوں نے آٹھ سال قبل بن 2015 میں تمباکو نوشی شروع کی تھی۔ وہ دن میں 20 سگریٹ تک پیتے تھے۔ سگریٹ نوشی کی وجہ سے ان کی صحت متاثر ہونے لگی اور وہ کئی بیماریوں کے شکار ہو گئے۔ انہوں نے آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ اینٹیٹیو، اسلام آباد (اے آر آئی) کے نمائندے کو انٹرویو میں بتایا ”میں سانس اور بلند فشار خون کی تکلیف کا شکار ہوا تو مجھے محسوس ہوا کہ کہیں اس تکلیف کی وجہ میری سگریٹ نوشی نہ ہو چنانچہ میں نے تمباکو نوشی ترک کرنے کی کئی مرتبہ کوشش کی مگر میں اس میں کامیاب نہ ہو سکا۔“

مختلف اعداد و شمار کے مطابق پاکستان میں تین کروڑ دس لاکھ (31 ملین) تمباکو نوش ہیں جن میں ایک کروڑ ستر لاکھ (17 ملین) سگریٹ نوش ہیں۔ پاکستان میں تمباکو نوشی کی وجہ سے پیدا ہونے والی بیماریوں سے ایک سال کے دوران تقریباً ایک لاکھ ستر ہزار (170,000) افراد ہلاک ہو جاتے ہیں۔ پاکستان انسٹی ٹیوٹ آف ڈیولپمنٹ اکنامکس (پائیڈ) کی سن 2019 کی ایک رپورٹ کے مطابق ملک میں تمباکو نوشی سے ہونے والی بیماریوں اور اموات پر ایک سال میں 615 ارب روپے خرچ ہوتے ہیں جو مجموعی قومی پیداوار کا 1.6 فیصد ہے۔

حیدر کے دوست سگریٹ نوش تھے، ان کے ساتھ اٹھنے بیٹھنے میں انہیں بھی سگریٹ نوشی کا شوق چرایا۔ وہ ابتداء میں فیشن کے طور پر سگریٹ نوشی کرتے تھے مگر آہستہ آہستہ اس کے عادی بن گئے۔ انہوں نے سگریٹ کی کئی مشہور برانڈ استعمال کی ہیں۔ انہوں نے بتایا میں سگریٹ کے کئی برانڈ استعمال کر چکا ہوں جن میں ڈن ہل، گولڈ لیف، کیپسٹن اور ڈن ہل پاکستانی شامل ہیں۔ جب حیدر نے فیشن کے طور پر سگریٹ نوشی شروع کی تو انہیں اس کے مضر صحت اثرات کا اندازہ نہیں تھا تاہم وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ انہیں اس بات کا احساس ہوا۔ انہیں اندازہ ہوا کہ وہ صحت کے کئی مسائل کا شکار ہو چکے ہیں جس کی وجہ سگریٹ نوشی ہی ہے۔ ان کے مطابق وہ فریبہ ہیں اس لیے بلند فشار خون اُن کے لیے صحت کا بڑا مسئلہ بن گیا۔

برطانیہ کے ادارے نیشنل ہیلتھ سروسز کے مطابق تمباکو نوشی کی وجہ سے فشار خون بڑھتا ہے جس سے شریانیوں میں کمزور ہو جاتی ہیں۔ اگر یہ بند ہو جائیں تو دل کے دورے اور فالج کا سبب بن سکتی ہیں۔ اگر ایک

تک نقصان دہ اور ای سگریٹ کم نقصان دہ ہیں۔

بالآخر حیدر اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ تمباکو نوشی ترک کرنے کا بہترین طریقہ مضبوط قوت ارادی ہے۔ انسان مصمم ارادہ کر لے تو وہ تمباکو نوشی ترک کرنے میں کامیاب ہو سکتا ہے مگر زیادہ تر لوگ ایسا کرنے سے قاصر ہوتے ہیں اسی لیے انہیں تمباکو نوشی سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لیے مدد درکار ہوتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ حکومت کو ملک بھر میں تمباکو نوشی کی روک تھام کے لیے طبی مراکز قائم کرنے اور موثر سہولیات کی فراہمی کو یقینی بنانا چاہیے۔ انہوں نے حکومت سے مطالبہ کیا کہ ڈاکٹروں کو بھی انسداد تمباکو نوشی کی کوششوں کا حصہ بنائے تاکہ لوگ سگریٹ نوشی ترک کر سکیں اور تمباکو سے پاک پاکستان کا حصول ممکن ہو سکے۔

قاصر ہوں۔ حیدر اب بھی ایک مبینہ میں سگریٹ نوشی پر تقریباً پندرہ ہزار روپے خرچ کرتے ہیں۔ انگلینڈ اور سویڈن جیسے ترقی یافتہ ممالک نے تمباکو نوشی کے پھیلاؤ میں کمی لانے اور سگریٹ نوشوں کی مدد کرنے کے لیے ای سگریٹ جیسی کم نقصان دہ متبادل سے فائدہ اٹھانے کی حکمت عملی اپنا رکھی ہے۔ یہ حکمت عملی ان کے لیے کارگر ثابت ہوئی ہے اور برطانیہ اور سویڈن میں سگریٹ نوشی کی شرح میں واضح کمی آ رہی ہے۔ پاکستان کو ان ممالک کی حکمت عملی سے استفادہ کرنا چاہیے مگر اس وقت ملک میں یہ مصنوعات بغیر قواعد و ضوابط کے استعمال ہو رہی ہیں۔

برطانیہ کے ادارے نیشنل ہیلتھ سروسز کے مطابق ای سگریٹ کم نقصان دہ ہیں کیوں کہ ان میں تمباکو جلا یا نہیں جاتا جبکہ سگریٹ نوشی سے پیدا ہونے والی بیماریوں کے تمام تر خطرات کا تعلق تمباکو کے جلنے کی صورت میں پیدا ہونے والے دھوئیں سے ہوتا ہے۔ اسی لیے سگریٹ خطرناک حد

## ای سگریٹ کا تمباکو نوشی سے کوئی تعلق نہیں

جاتا ہے۔ پروفیسر نوٹے کا کہنا ہے وپنگ سے متعلق امریکہ بھر میں بڑے پیمانے پر کنفیوژن پائی جاتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اسے غلط طور پر تمباکو کی مصنوعات میں شامل کیا جاتا ہے۔ اس سے سگریٹ کے مقابلے میں وپنگ کے کم نقصان دہ ہونے سے متعلق قدرتی طور پر غلط فہمیاں پیدا ہوتی ہیں۔ اب تک کی ہونے والی بے شمار تحقیقات سے یہی نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ وپنگ سگریٹ نوشی کے مقابلے میں کم نقصان دہ ہے مگر اس کے بارے میں غلط فہمیاں پائی جاتی ہیں۔ اسی لیے ان دعوؤں کا سلسلہ بھی کبھی نہیں رکا کہ وپنگ سے لوگ سگریٹ نوشی پر مائل ہوتے ہیں۔

ال ہی میں اس موضوع پر ایک جامع تحقیق ہوئی ہے۔ اس میں مختلف عمر اور سماجی رتبے کے افراد کے گروپ نے گئے اور ان میں وپنگ اور سگریٹ کے استعمال اور وخت کا جائزہ لیا گیا۔ اس کے بعد محققین نے ممالک کے دو گروپ بنائے۔ ایک وہ ممالک جہاں تمباکو نوشی کی شرح زیادہ ہے اور دوسرے وہ ممالک جہاں ای سگریٹ ہی کم نقصان دہ مصنوعات کے لیے مختلف قسم کے قواعد و ضوابط بنائے گئے ہیں۔ اس دوسرے گروپ کے ممالک میں برطانیہ، امریکہ اور آسٹریلیا شامل ہیں۔



گزشہ تحقیقات ہی کی طرح اس تحقیق سے بھی یہ نتیجہ سامنے آیا ہے کہ وپنگ سے سگریٹ نوشی کا راستہ نہیں کھلتا بلکہ ان متبادل مصنوعات سے تمباکو نوشی ترک کرنے میں مدد ملتی ہے۔ جو ممالک ان مصنوعات سے استفادہ کرتے ہیں وہاں تمباکو نوشی کی شرح میں واضح کمی دیکھنے میں آئی ہے۔ اس کی ایک مثال جاپان کی ہے جہاں ان متبادل مصنوعات کی فروخت میں اضافے سے سگریٹ کی فروخت میں کمی آئی ہے۔

دوسری طرف آسٹریلیا میں تمباکو نوشی کی شرح میں کمی کا عمل سست روی کا شکار ہے کیوں کہ وہاں ان متبادل مصنوعات سے استفادہ کرنے کی حکمت عملی کا فقدان ہے۔ جب آسٹریلیا کا برطانیہ اور امریکہ سے تقابل کیا جائے تو بہت زیادہ فرق سامنے آتا ہے۔ انگلینڈ کی مثال لے لیجیے، وہاں آسٹریلیا کے مقابلے میں سگریٹ کی فروخت میں کافی تیزی کے ساتھ کمی آئی ہے۔

کوئین میری یونیورسٹی آف لندن کی ایک نئی تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ ای سگریٹ کے استعمال کا تمباکو نوشی سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ یہ تحقیق نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیلتھ اینڈ کیئر ریسرچ (این آئی ایچ آر) کے مالی تعاون سے میڈیکل یونیورسٹی آف ساؤتھ کی ولینا کے محققین نے کی ہے۔ یہ بے اے ایم اے انٹرنل میڈیسن میں شائع ہوئی جس میں نوجوانوں میں تمباکو نوشی اور وپنگ کے رجحانات کا جائزہ لیا گیا اور تمباکو نوشی سے وپنگ کے تعلق کے بارے میں جاننے کی کوشش کی گئی۔ محققین نے لوگوں میں تمباکو کے استعمال کا صحت پر اثرات کے حوالے سے ڈیٹا کا جائزہ لیا۔ جس سے وہ اس نتیجے پر پہنچے کہ سگریٹ کی بجائے وپنگ سے کوئین حاصل

کرنے والے افراد میں تمباکو کے استعمال میں کافی حد تک کمی آئی ہے۔

ڈاکٹر سارہ جیکسن، یونیورسٹی آف کالج لندن کے ٹوبیکو اینڈ الکول ریسرچ گروپ کی سرکردہ ریسرچ فیلو ہیں۔ انہوں نے اس تحقیق پر گفتگو کرتے ہوئے تشویش کا اظہار کیا کہ وپنگ نوجوانوں کو سگریٹ نوشی پر مائل کرتا ہے۔ دوسری طرف حالیہ تحقیقات ایک اور رجحان کی طرف اشارہ کرتی ہیں، یہ کہ وپنگ تمباکو نوشی کے خاتمے اور سگریٹ نوشوں کو کم نقصان دہ مصنوعات پر منتقل کرنے کا سبب ہے۔

تحقیق کے مطابق گزشتہ دہائی میں نوجوانوں کی کثیر تعداد نے کوئین کا استعمال کیا تاہم گزشتہ چند برسوں میں سگریٹ نوشی سے وپنگ پر منتقل ہونے کے سلسلے میں قابل ذکر پیش رفت ہوئی ہے۔ وپنگ کے بارے میں سائنس کہتی ہے کہ یہ سگریٹ نوشی کے مقابلے میں انتہائی کم نقصان دہ ہے۔ ڈاکٹر جیکسن کہتی ہیں کہ سگریٹ نوشی سے وپنگ پر منتقل ہونے سے صحت عامہ کو فائدہ پہنچے گا جبکہ یونیورسٹی آف ایسٹ اینگلیا کے پروفیسر کیتلن نوٹے کا کہنا ہے کہ اس تحقیق کی بنیاد برطانوی شواہد پر ہے جہاں وپنگ کے استعمال میں اضافے سے تمباکو نوشی کی شرح میں کمی واقع ہوئی ہے۔ اس رجحان کا نتیجہ ڈیپو زاسبل ویپ اور کوئین کی حامل ای لیوویڈ کی مارکیٹ میں بڑے پیمانے پر دستیابی کی شکل میں سامنے آیا ہے۔

اس بات کی اہمیت وضاحت سے کی جاتی ہے کہ وپنگ، سگریٹ نوشی کا کم نقصان دہ متبادل ہے۔ اس سے تمباکو نوشی کی شرح میں کمی آئی ہے جسے صحت عامہ میں بہتری کے سلسلے میں اہم پیش رفت کے طور پر دیکھا

## صحت اور سماجی بہبود کے ماہرین کے لیے ویپنگ گائیڈ کا اجراء

کے نقصانات میں کمی اور صحت میں بہتری لانا ہے۔“  
یہ 55 صفحات پر مشتمل گائیڈ ویپنگ کے زیادہ حق میں ہے جس کی تیاری میں مختلف مطالعات اور ذریعوں سے استفادہ کیا گیا ہے۔ جن مطالعات اور اداروں سے استفادہ کیا گیا ہے ان میں ایکشن آن سونگ اینڈ ہیلتھ، پبلک ہیلتھ انگیجنڈ کی جانب سے سن 2022 کا جائزہ، دی یونیورسٹی کالج لندن کا تمباکو نوشی پر تحقیق اور 2022 کا کوکرین جائزہ شامل ہیں۔

سورکا کہتا ہے ایسا نہیں ہے کہ مرضی کے شواہد اکٹھے کر لیے گئے ہیں بلکہ یہ گزشتہ پندرہ سال سے زیادہ عرصہ میں ہونے والی تحقیق پر مبنی شواہد ہیں۔ نوجوانوں میں ویپنگ سے متعلق بھی یہ گائیڈ انتہائی اہمیت کی حامل ہے جس کا اس موضوع پر میڈیا اور سیاسی موقف سے کوئی مماثلت نہیں۔ مثال کے طور پر اس گائیڈ میں بتایا گیا ہے کہ ویپنگ صرف ان بالغ افراد کے لیے ہے جو تمباکو نوشی میں یا پہلے تمباکو نوشی کرتے تھے۔ گائیڈ کے مطابق نوجوانوں کے لیے بہتر یہی ہے کہ وہ سگریٹ نوشی کریں اور نہ ویپ کا استعمال کریں تاہم جب دونوں کے صحت کے لیے خطرات کا جائزہ لیا جائے تو پھر نوجوانوں کو سگریٹ نوشی سے روکنے میں مدد کرنے کو ترجیح دینی چاہیے۔

اس گائیڈ میں ویپنگ سے متعلق پائی جانے والی غلط فہمیوں کو رد کرنے کے لیے بھی کافی شواہد موجود ہیں۔ ایک بڑی غلط فہمی یہ بھی ہے کہ ویپنگ سے پھیپھڑوں کی بیماری 'پاپ کارن' لاحق ہوتی ہے یعنی جب ویپ کا استعمال کیا جاتا ہے تو اس میں موجود کوئٹین نوجوان افراد میں دماغ کی نشوونما متاثر کرنے کا سبب بنتی ہے اور یہ بھی کہ ویپنگ، سگریٹ نوشی ہی کی طرح نقصان دہ ہے۔

سورکا کہتا ہے کہ اس گائیڈ میں موجود شواہد قابل اعتماد ہیں جو سنی سٹائی باتوں، کہانیوں یا میڈیا کی سنسنی خیز

خبروں پر نہیں بلکہ تحقیق پر مبنی ہیں۔ برطانیہ میں کچھ ممتاز ماہرین صحت کی جانب سے ویپنگ کے بارے میں تشویش کا اظہار کیا گیا جس کے بعد وہاں شکایات کو ہوا ملی مگر سورا نہیں اہم نہیں سمجھتیں۔ ”میں سمجھتی ہوں برطانیہ کے بیشتر ماہرین صحت ویپنگ کے فوائد پر متفق ہیں۔“ انہوں نے کہا یہ ویپنگ کے فوائد کے حوالے سے اپنی نوعیت کی پہلی گائیڈ ہے جس سے ڈاکٹر تمباکو نوشی ترک کرنے میں مریضوں کی مدد کر سکتے ہیں۔ وہ سمجھتی ہیں کہ جب نوجوانوں میں ویپنگ کے معاملے پر شور مچا جاتا ہے تو اس سے ماہرین صحت کے فیصلوں پر اثر پڑتا ہے۔ ماہرین صحت کو تمباکو نوشی اور ویپنگ کا تقابلی جائزہ لینا چاہیے کہ کس کے نقصانات زیادہ ہیں۔

سورکا کہتا ہے کہ تمباکو کا استعمال صحت کے نقصانات کی ایک بڑی وجہ ہے جبکہ قواعد و ضوابط کے ساتھ ویپنگ کا استعمال کافی حد تک ان نقصانات میں کمی لاسکتا ہے۔ انہوں نے کہا اگر آپ تمباکو نوشی نہیں کرتے تو میں آپ کو ویپنگ کرنے کا مشورہ نہیں دوں گی، اگر آپ تمباکو نوشی کرتے ہیں تو پھر ویپنگ سے آپ کو فائدہ پہنچ سکتا ہے۔ اس گائیڈ سے دوسرے ممالک کے ماہرین صحت بھی استفادہ کر سکتے ہیں۔

[https://filtermag.org/vaping-guide-health-social-professionals/?fbclid=IwAR2S2uE6HCfeN-0KwTfZmqe9DGOTkrDJ127BuGw-n\\_8Hd9CGA09Uj3NRBuk](https://filtermag.org/vaping-guide-health-social-professionals/?fbclid=IwAR2S2uE6HCfeN-0KwTfZmqe9DGOTkrDJ127BuGw-n_8Hd9CGA09Uj3NRBuk)

برطانیہ کے مرکز برائے انسداد تمباکو نوشی نے صحت اور سماجی بہبود کے ماہرین کے لیے ویپنگ کے حوالے سے ایک گائیڈ جاری کی ہے جس میں ویپنگ کے حق میں دستیاب مضبوط سائنسی شواہد کا خلاصہ پیش کیا گیا ہے اور ماہرین کو اس میں موجود معلومات سے فائدہ اٹھانے کے لیے تجاویز دی گئی ہیں۔

مرکز برائے انسداد تمباکو نوشی نے ویپنگ کے حق میں پہلا ہدایت نامہ سن 2014 میں جاری کیا تھا، یہ گائیڈ اسی سلسلے کی ایک کڑی ہے۔ اس کے اجراء کا مقصد ان تمباکو نوشیوں کی ویپنگ پر منتقلی میں مدد کرنا ہے جو تمباکو نوشی ترک کرنے سے قاصر ہیں۔ سگریٹ سے ویپنگ پر منتقلی کے دو اہداف ہیں۔ ایک یہ کہ تمباکو نوشی مکمل طور پر ترک کی جاسکے اور دوسرا یہ کہ جو تمباکو نوشی سگریٹ نوشی ترک کرنے سے قاصر ہیں، انہیں سگریٹ نوشی کے نقصانات سے بچایا جاسکے۔ ادارے کی ترجیح لوگوں کو کوئٹین کے استعمال سے منع کرنے کی بجائے انہیں تمباکو نوشی کے استعمال سے باز رکھنا ہے۔

ڈاکٹر کسٹائی سور کے مطابق یہ گائیڈ نئی سائنسی تحقیق پر مشتمل ہے جسے صحت اور سماجی بہبود کے ماہرین کے لیے تیار کیا گیا ہے۔ سور لندن ساؤتھ بینک یونیورسٹی میں ایک پروجیکٹ کی نیشنر ہیں۔ اس پروجیکٹ کا مقصد ہے گھر افراد میں تمباکو نوشی کی روک تھام میں ویپنگ کے کردار کا جائزہ لینا ہے۔ اس گائیڈ میں نئے مواد کا اضافہ اس مقصد کو سامنے رکھ کر کیا گیا ہے۔

ان کا کہنا ہے کہ اس گائیڈ میں تمباکو نوشی اور ویپنگ کرنے والے افراد کی ضرورت کے لحاظ سے مواد شامل کیا گیا ہے۔ نیوکلوتین الاٹینس کے دو ذمہ داران سے اس گائیڈ کا جائزہ لینے کو کہا گیا تاکہ وہ بتا سکیں کہ اس میں شامل مواد واقعات کی صحیح عکاسی کرتا ہے یا نہیں؟ سور کا کام مبصرین کے سوالوں کے جواب دینا اور ان کے تبصروں کی روشنی میں مواد میں بہتری لانا تھا۔

اس گائیڈ کا پیش لفظ برطانیہ میں حکمران جماعت کنزرویٹو پارٹی کے سیاست دان نیل اور برائن نے لکھا ہے۔ وہ گائیڈ کی تیاری کے وقت محکمہ برائے صحت اور سماجی بہبود میں انڈر سیکرٹری کی حیثیت سے فرائض انجام دے رہے تھے۔ انہوں نے لکھا ہے:

”مجھے اس بات پر فخر ہے کہ تمباکو نوشی ترک کرنے کے لیے سگریٹ نوشیوں کی مدد میں برطانیہ نے قائدانہ کردار ادا کیا ہے، یہی وجہ ہے کہ برطانیہ کا شمار دنیا کے ان ممالک میں ہوتا ہے جو ویپنگ کے زیادہ حامی ہیں۔“

ان کے مطابق ہماری حکمت عملی کے دو مقاصد تھے۔ پہلا یہ کہ سگریٹ نوشیوں کو تمباکو نوشی ترک کرنے میں مدد کے زیادہ مواقع فراہم کیے جائیں اور دوسرا یہ کہ نوجوانوں کو اور وہ افراد جو تمباکو نوشی نہیں کرتے، انہیں ویپنگ شروع کرنے سے باز رکھا جائے۔ انہوں نے لکھا ہے:

”وہ تمباکو نوشی سے متعلق حکمت عملی میں کبھی ابہام کے شکار نہیں ہوئے کیوں کہ ان کا مشن سگریٹ نوشی



## فاؤنڈیشن فار سموک فری ورلڈ نے نکوٹین کی صنعت سے راہبرداری کر لی

فاؤنڈیشن فار سموک فری ورلڈ (ایف ایس ایف ڈبلیو) نے نکوٹین کی صنعت سے راہبرداری کرنے کی فیصلہ کر لیا ہے۔ ادارے کے چیف ایگزیکٹو آفیسر کلپ ڈوگل کا کہنا ہے کہ ٹوبیکو کنٹرول کے کارکنوں کی حمایت حاصل کرنے کے لیے فاؤنڈیشن اب نکوٹین کی صنعت سے فنڈ نہیں لے گا۔

فاؤنڈیشن کا قیام فلپ مورس انٹرنیشنل (پی ایم آئی) کے تعاون سے سن 2017 میں عمل میں آیا۔ جس نے بارہ سال تک فاؤنڈیشن کو ہر سال کروڑوں ڈالر دینے کا وعدہ کیا تا کہ وہ اپنا کام جاری رکھ سکے۔ پی ایم آئی نے فاؤنڈیشن کو آخری گرانٹ رواں برس ستمبر میں دی۔ یہ 122.5 ملین ڈالر کی بڑی گرانٹ ہے جو پی ایم آئی کے معاہدے کے لحاظ سے ساڑھے تین سال کی گرانٹ کے برابر ہے۔ ڈوگل نے ایک انٹرویو میں کہا ہے کہ فاؤنڈیشن اب ری براڈنگ کرے گی اور انڈسٹری کی بجائے باہر سے فنڈ وصول کرے گی۔ ڈوگل ایک لمبے عرصہ تک ٹوبیکو کنٹرول کے لیے کام کرتے رہے ہیں۔ وہ اکتوبر میں فاؤنڈیشن کا حصہ بنے ہیں اور چاہتے ہیں کہ فاؤنڈیشن کو نئے سرے سے تمباکو نوشی کے خاتمے کا قابل اعتماد ادارہ بنا لیں۔ ان کا کہنا ہے کہ ادارے کی غیر جانبدارانہ حیثیت سے کام کے بارے میں تمام تر مشکوک شبہات کا خاتمہ کیا جائے گا۔ پی ایم آئی نے اسے دونوں اداروں کا مشترکہ فیصلہ قرار دیتے ہوئے مستقبل میں فاؤنڈیشن کی ترقی کے لیے نیک خواہشات کا اظہار کیا ہے۔

ڈوگل نے ٹوبیکو کنٹرول کے کئی کارکنوں کا ذکر کیا جنہوں نے فاؤنڈیشن کی نئی سمت کے تعین کا خیر مقدم کیا ہے تاہم کچھ گروپ ایسے بھی ہیں جو اب بھی اس الجھن میں مبتلا ہیں کہ آیا فاؤنڈیشن اپنا نیا تشخص

<https://www.reuters.com/business/retail-consumer/formerly-philip-morris-backed-foundation-severs-ties-with-nicotine-indus>

## تمباکو سے پاک پاکستان کے لیے جامع حکمت عملی اپنائی جائے۔ اے آر آئی

آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ پالیسی (اے آر آئی) نے حکومت پاکستان کے ٹوبیکو کنٹرول سیل سے مطالبہ کیا ہے کہ پاکستان کو تمباکو نوشی سے مکمل طور پر پاک کرنے کے حوالے سے منصوبہ بندی کی جائے اور معاشرے کے ہر طبقے سے اس بارے میں مشورہ کیا جائے۔

اے آر آئی نے اپنے ایک بیان میں کہا ہے کہ تمباکو نوشی آج بھی عوامی صحت کے لیے چند بڑے خطرات میں سے ایک ہے۔ رپورٹس کے مطابق پاکستان میں تمباکو استعمال کرنے والوں کی تعداد 2014 میں 23.9 ملین تھی جو اب 2023 میں 31 ملین (تین کروڑ سے زائد) تک پہنچ گئی ہے ان میں سے ایک کروڑ ستر لاکھ سگریٹ نوش ہیں۔ یہ تشویشناک صورت حال ہے کہ ٹوبیکو کنٹرول کی تمام تر کوششوں کے باوجود دنیا بھر میں سگریٹ نوشوں کی تعداد میں اضافہ ہو رہا ہے۔

اے آر آئی کے سربراہ ارشد علی سید نے کہا کہ آج دنیا کے ترقی یافتہ ممالک سگریٹ نوشی کے مکمل خاتمے کے لیے کوشاں ہیں۔ انہوں نے کہا کہ پاکستان سے بھی سگریٹ نوشی کا مکمل خاتمہ اگلے دس سالوں میں ممکن ہے مگر اس مقصد کے کامیاب حصول کے لیے چند اہم اقدام فوری طور پر لینے چاہیے۔

ان میں سب سے اہم اقدام سگریٹ نوشی کو ترک کے لیے سہولیات کی آسان فراہمی ہے۔ انہوں نے کہا اگر ہم چاہتے ہیں کہ سگریٹ نوشی کی شرح پاکستان میں کم ہو تو ہمیں سب سے پہلے ان سگریٹ نوشوں کی مدد کرنی ہوگی جو باوجود کوشش کے اپنی اس عادت سے چھٹکارہ نہیں پاسکے۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ ایسے بالغ سگریٹ نوشوں کو سموکنگ سبسٹینس (سگریٹ نوشی ترک کرنے) کی خدمات مہیا کی جائیں۔

آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ پالیسی پاکستان میں تمباکو نوشی کے خاتمے کے لیے کام کر رہا ہے۔ اس کا قیام 2018 میں عمل میں آیا۔ فاؤنڈیشن فار سموک فری ورلڈ کے تعاون سے آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ پالیسی نے 2019 میں تمباکو نوشی کے خاتمے اور اس کے جدیدیل کو فروغ دینے کے لیے پاکستان لائسنس فاؤنڈیشن اینڈ ٹوبیکو ہارم ریڈکشن قائم کیا۔

To know more about us, please visit: [www.aripk.com](http://www.aripk.com) and [www.panthr.org](http://www.panthr.org)

Follow us on [www.facebook.com/ari.panthr/](https://www.facebook.com/ari.panthr/) | [https://twitter.com/ARI\\_PANTHR](https://twitter.com/ARI_PANTHR) | <https://instagram.com/ari.panthr>

Islamabad, Pakistan Email: [info@aripk.com](mailto:info@aripk.com)