

ALTERNATIVE RESEARCH INITIATIVE NEWSLETTER

June 2026

صفحہ 2

سموگرز کا کیا خیال

صفحہ 3

جی اے ٹی ایس 2024 کا ڈیٹا جاری کرنے کا مطالبہ

تمباکو سے پاک مستقبل کی جانب پیش رفت

صفحہ 4

ترقی پذیر مریک ترقی یافتہ ملکوں میں ٹوبیکو کنٹرول کی کوششیں بحران کا شکار

نوجوانوں کو تمباکو نوشی سے بچائیں

بیشتر افراد تمباکو کے استعمال سے ہونے والی بیماریوں سے بچنے کی آگاہ ہیں۔ انہوں نے تمباکو نوشی چھوڑنے کی کوششیں بھی کی ہیں مگر اس سلسلے میں مددگار خدمات و سہولیات کے فقدان اور مفید معلومات کے بارے میں آگاہی نہ ہونے کی وجہ سے ان کی یہ کوششیں ناکام رہیں۔ اعداد و شمار کے مطابق ملک میں ترک تمباکو نوشی کی سہولیات کے فقدان کے سبب ایک سال میں تین فیصد سے بھی کم تمباکو نوشی اپنی اس عادت پر قابو پانے میں کامیابی حاصل کرتے ہیں۔

اے آر آئی اور اس کی ممبر تنظیموں نے تمباکو نوشی کو تمباکو کے استعمال کے نقصانات، اسے ترک کرنے کے فوائد، اس کے خطرناک اثرات، اس کے مضر ویدرہنمائی کے لیے ان میں معلوماتی مواد پر مبنی مڈ آؤٹس بھی تقسیم کئے۔

سیونٹی میٹنگز لوگوں میں تمباکو کے استعمال کے نقصانات کے بارے میں آگاہی پیدا کرنے کے لئے منعقد ہوئیں تاکہ معاشرے کا ہر فرد باکو نوشی چھوڑنے میں بالغ تمباکو نوشیوں کی مدد اور نوجوانوں کو تمباکو کے استعمال سے بچانے میں اپنا کردار ادا کرے۔

مقررین نے ان میٹنگز کے شرکاء کو بتایا کہ وہ اپنے گھروں کو سموگرز فری زون بنائیں، بچوں کے ساتھ کھلی بات چیت کے ماحول کو فروغ دیں، ان کے دوستوں پر نظر رکھیں اور انہیں غلط صحبت سے بچائیں، بچوں کو تمباکو کے صحت اور مالی

نقصانات سے آگاہ کریں تاکہ وہ سگریٹ نوشی شروع کرنے سے باز رہیں۔ انہوں نے شرکاء کو بتایا کہ وہ تمباکو نوشی ترک کرنے میں بالغ تمباکو نوشیوں کی مدد کریں، انہیں مفید مشورے دیں، سازگار ماحول دیں اور طبی امداد فراہم کریں تاکہ وہ کامیابی کے ساتھ اپنی اس عادت پر قابو پا سکیں۔ مقررین نے طلبہ کے ساتھ سیشن میں انہیں تمباکو نوشی کے نقصانات سے آگاہ کیا اور ان کی رہنمائی کی کہ وہ کیسے خود کو اس عادت سے بچا سکتے ہیں۔ مقررین نے کہا کہ اگر تمباکو نوشی ترک کرنے کی خدمات و سہولیات کی فراہمی کو یقینی بنایا جائے اور معاشرے کا ہر طبقہ اس سلسلے میں اپنا کردار ادا کرے تو پاکستان سے تمباکو نوشی کا مکمل خاتمہ کیا جاسکتا ہے۔



آلٹرنیٹو ریسرچ انیشی ایٹو (اے آر آئی) نے پنجاب اور سندھ کے سات اضلاع میں کمیونٹیز، طلبہ اور سگریٹ نوشوں اور وپروں (vapors) بشمول تمباکو کی مختلف مصنوعات استعمال کرنے والے بالغ افراد کے ساتھ میٹنگز کا اہتمام کیا تاکہ تمباکو نوشی ترک کرنے میں تمباکو نوشیوں کی رہنمائی کی جائے، نوجوانوں کو اس بڑی عادت سے بچایا جائے اور پاکستان سے تمباکو نوشی کے مکمل خاتمے کو یقینی بنایا جاسکے۔

جون میں ہونے والی ان میٹنگز میں سے چار کمیونٹی اور پانچ تمباکو نوشیوں اور وپروں استعمال کرنے والے افراد کے ساتھ منعقد ہوئیں جب کہ طلبہ کے ساتھ ایک میٹنگ منعقد ہوئی۔ اس سلسلے میں کمیونٹیز

انٹرپرائزز سرسوز نے ملتان، رورل ڈیولپمنٹ فاؤنڈیشن نے لاہور اور بہاولپور میں کمیونٹی مشاورت اور ڈیو فاؤنڈیشن نے فیصل آباد میں معمار ڈیولپمنٹ میٹنگز کا انعقاد کیا جب کہ آگاہی کے سلسلے میں سن کونسلٹنٹس اینڈ انٹرپرائزز سرسوز، لاہور میں رورل ڈیولپمنٹ فاؤنڈیشن، حیدرآباد میں ہیومینی ٹیرین آرگنائزیشن فار سسٹین ایبل ڈیولپمنٹ اور لاہور میں ڈیو فاؤنڈیشن نے تمباکو نوشیوں اور وپروں استعمال کرنے والے

افراد کے ساتھ میٹنگز کا انعقاد کیا۔ ان کے علاوہ ناری فاؤنڈیشن کی جانب سے سکھر میں طلبہ کے ساتھ ایک سیشن کا اہتمام کیا گیا۔ ان میٹنگز میں تمباکو کی مختلف مصنوعات استعمال کرنے والے افراد، سگریٹ نوشوں، وپروں، والدین، اساتذہ، وکلاء، مزدوروں، طلبہ، خواتین اور سول سوسائٹی کے نمائندوں سمیت مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے افراد نے کثیر تعداد میں شرکت کی۔

تمباکو نوشیوں نے اپنی اس عادت سے چھٹکارا حاصل کرنے کی خواہش ظاہر کی اور بتایا کہ ان کے لئے تمباکو نوشی چھوڑنے میں بڑی رکاوٹ مددگار خدمات و سہولیات کا فقدان ہے۔ بیشتر تمباکو نوشیوں نے بتایا کہ انہوں نے دوستوں کی صحبت اور ڈیو ٹیوٹی کی وجہ سے تمباکو نوشی شروع کی جس سے ان کی صحت بُری طرح متاثر ہوئی، انہیں کھانسی اور سانس کی تکلیف جیسی بیماریاں لاحق ہوئی ہیں۔ ان میں سے

سموکرز کھانیاں

نا کام کوششیں!

”میں نے بیس سال کی عمر میں دوستوں کے ساتھ بطور فیشن سگریٹ کا کش لگا یا مگر باقاعدہ تمباکو نوشی بننے پر معلوم ہوا کہ یہ انتہائی مضر صحت ہے۔ میں نے کئی بار اسے ترک کرنے کی کوشش کی مگر ہر بار ناکامی کا سامنا کرنا پڑا۔“

یہ 41 سالہ محمد عدنان کے الفاظ ہیں جو ایک سلیز مین ہیں اور سگریٹ نوشی پر قابو پانا ان کے لیے ایک مسئلہ بنا ہوا ہے۔ عدنان نے اسلام آباد میں آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ اینٹی ایڈ (اے آر آئی) کو بتایا کہ انہوں نے دوستوں کے ساتھ تفریح اور فیشن کے طور پر سگریٹ نوشی شروع کی مگر وہ جلد ہی اس کے عادی ہو گئے۔ ”میں تقریباً چھ ماہ کے اندر اندر ریگولر سگریٹ نوش بن گیا۔“

ان کا کہنا ہے کہ وہ سگریٹ نوشی کے نقصان دہ اثرات سے باخبر ہیں۔ وہ جانتے ہیں کہ اس سے کینسر، پیچھے پڑوں اور دل سمیت کئی سنگین بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔ تاہم ان کا کہنا ہے کہ انہوں نے اپنی زندگی میں کبھی کسی ایسے کینسر کے مریض کو نہیں دیکھا جسے سگریٹ نوشی کی وجہ سے کینسر ہوا ہو۔ اس کے باوجود وہ سمجھتے ہیں کہ سگریٹ نوشی نے ان کی اپنی صحت کو متاثر کیا ہے۔ ان کے مطابق ”مجھے سگریٹ نوشی کی وجہ سے گزشتہ کئی برس سے ریشہ اور کم بلڈ پریشر کی شکایت ہے۔“ عدنان نے ان مسائل کے لیے ڈاکٹر سے رجوع کرنے کے بجائے اپنی سوچ کے مطابق سگریٹ کا برانڈ تبدیل کر لیا۔ وہ شروع سے ڈن ہل

سگریٹ پیتے تھے مگر گزشتہ سات برس سے کیپسٹن استعمال کر رہے ہیں۔ ”میں سمجھتا ہوں کہ یہ برانڈ ”ریشہ“ کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔“ واضح رہے کہ اس بات کا کوئی طبی ثبوت موجود نہیں ہے کہ سگریٹ کا کوئی برانڈ ریشہ یا اس جیسی کسی بھی بیماری میں فائدہ دیتا ہے۔ عدنان ابھی روزانہ چار

طبی مدد بے سود۔۔

”میں نے 20 برس کی عمر میں دوستوں اور کزن کے ساتھ سگریٹ نوشی شروع کی اور صرف خاص موقعوں پر ہی سگریٹ پیتا تھا مگر پھر گھریلو مسائل اور ذہنی دباؤ کے سبب باقاعدگی سے پینے لگا اور یہی چیزیں اب اسے ترک کرنے میں رکاوٹ ہیں۔“

یہ 37 سالہ عمران علی کی کہانی ہے۔ عمران اسلام آباد میں بایٹک رائیڈر کے طور پر کام کرتے ہیں۔ انہوں نے آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ اینٹی ایڈ (اے آر آئی) کو انٹرویو میں بتایا کہ وہ سگریٹ نوشی کے مضر صحت اثرات سے آگاہ ہیں، اس لیے اپنی قوت ارادی کے ذریعے اسے ترک کرنے کی کئی بار کوشش بھی کر چکے ہیں مگر ذہنی دباؤ اور ڈپریشن نے ہر بار انہیں دوبارہ سگریٹ نوشی کی طرف دھکیل دیا۔

عمران نے 2006 سے 2010 کے درمیان زیادہ تر مختلف سماجی پروگراموں کے موقع پر سگریٹ پیا مگر 2010 کے اختتام تک گھریلو پریشانی اور ڈپریشن کے باعث ان کی سگریٹ نوشی میں نمایاں اضافہ ہوا۔ ”میں کبھی کبھار کے بجائے پہلے روزانہ 10 اور پھر 15 تک سگریٹ پینے لگ گیا۔“

وہ کہتے ہیں ”میں نے 2016 تک روزانہ تقریباً 15 سگریٹ پینے کو اپنا معمول بنائے رکھا اور پھر 2017 کے بعد میرا استعمال مزید بڑھ گیا۔ اب میں روزانہ دو ڈبی تک سگریٹ پی جاتا ہوں۔“ عمران شروع سے ہی گولڈ لیف سگریٹ پیتے تھے لیکن 2017 میں وہ کیپسٹن پر منتقل ہو گئے کیوں کہ ان کے خیال میں گولڈ لیف پینے سے ان کے پیشاب کی رنگت متاثر ہوئی۔ ”مجھے لگا کوئی مسئلہ ہو سکتا

سگریٹ پیتے ہیں اور اس پر ماہانہ تقریباً بارہ سو روپے خرچ کرتے ہیں۔

وہ کہتے ہیں کہ انہوں نے کئی مرتبہ صرف اپنی قوت ارادی کی مدد سے سگریٹ نوشی چھوڑنے کی کوشش کی ہے لیکن ایک ماہ سے زیادہ عرصہ کے لیے اسے ترک نہ کر سکیں۔ ”میں اب تک 10 سے 15 مرتبہ سگریٹ نوشی ترک کرنے کی کوشش کر چکا ہوں مگر ایک ماہ سے زیادہ عرصہ کے لیے اس سے جان نہیں چھڑا سکا۔“ انہوں نے ایک دوست کے مشورے پر ”ای سگریٹ بھی استعمال کر کے دیکھا لیکن ان کے لیے یہ تجربہ مایوس کن رہا۔“ ای سگریٹ، عام سگریٹ سے زیادہ سخت محسوس ہوتا ہے اور یہ اس کا متبادل نہیں ہے۔“

ان کے مطابق، دوستوں کے ساتھ سفر کرنا اور ایسے ماحول میں رہنا جہاں دوسرے لوگ سگریٹ پی رہے ہوں، وہ بنیادی عوامل ہیں جو انہیں دوبارہ سگریٹ نوشی پر آمادہ کر لیتے ہیں۔ عدنان سگریٹ نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں لیکن اس کے لیے انہوں نے آج تک مددگار و پیشہ ورانہ طریقوں سے استفادہ نہیں کیا اور اس کی بنیادی وجہ ان چیزوں کے بارے آگہی کا فقدان ہے۔ ”میں نے کبھی سگریٹ نوشی ترک کرنے کے مراکز کے بارے میں سنا ہے اور نہ ہی اس سلسلے میں کسی ماہر ڈاکٹر کا علم ہے۔“

وہ کہتے ہیں اگرچہ ڈاکٹر ادویات تجویز کر سکتے ہیں لیکن آخر کار سگریٹ چھوڑنے کا فیصلہ اور اس کی کامیابی کا انحصار خود انسان کے اپنے ارادے پر منحصر ہے۔ ”مجھے ان مراکز اور ماہر ڈاکٹروں کے بارے میں معلوم بھی ہو جائے تب بھی میں ان سے رہنمائی کے بجائے اپنی قوت ارادی پر ہی انحصار کروں گا۔ میری قوت ارادی مزید مضبوط ہو جائے تو ہمیشہ کے لیے سگریٹ نوشی ترک کرنے میں کامیابی حاصل کروں گا۔“



ہے اس لیے میں کیپسٹن پینے لگا اور اس سے میرے پیشاب کی رنگت بھی بحال ہوئی۔“ واضح رہے کہ سگریٹ کے کسی برانڈ کے استعمال سے پیشاب کی رنگت میں بحالی کی کوئی سائنسی بنیاد نہیں ہے۔

وہ کہتے ہیں کہ ان کے ایک دوست نے انہیں کم نقصان دہ متبادل مصنوعات کے بارے میں بتایا تو انہوں نے تمباکو نوشی ترک کرنے کے لیے ”ویلو“ استعمال کرنے کا فیصلہ مگر یہ تجربہ ان کے لیے ناخوش گوار ثابت ہوا۔ ان کا کہنا ہے کہ ویلو استعمال کرنے کے بعد انہیں محسوس ہوا کہ اس قسم کی مصنوعات سگریٹ سے بھی زیادہ نقصان دہ ہیں۔ ”جب میں نے ویلو استعمال کیا تو اسے نگلنے کے بعد مجھے حلق میں شدید جلن محسوس ہوئی اور سانس لینے میں بھی دشواری کا سامنا کرنا پڑا۔“

عمران جانتے ہیں کہ سگریٹ نوشی دل، جگر اور گردوں سمیت کئی سنگین بیماریوں کا سبب بن سکتی ہے لیکن ان کا کہنا ہے کہ انہیں اب تک سگریٹ نوشی کی وجہ سے صحت کا کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ ان کا ماننا ہے کہ سگریٹ چھوڑنے کے لیے پیشہ ورانہ مدد کی ضرورت نہیں ہوتی، بلکہ یہ مکمل طور پر انسان کی قوت ارادی پر منحصر ہے۔ ”دوائیں نقصان دہ ہوتی ہیں۔ سگریٹ کا استعمال صرف مضبوط قوت ارادی سے ہی چھوڑا جاسکتا ہے۔“

عمران تمباکو نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں مگر اس کے لیے وہ طبی مدد لینے پر آمادہ نہیں ہیں۔ ”میں کبھی بھی طبی مدد نہیں لوں گا۔ میں صرف اپنی قوت ارادی کے ذریعے ہی اپنی اس عادت پر قابو پانے کی کوشش کروں گا۔“

جی اے ٹی ایس 2024 کا ڈیٹا جاری کرنے کا مطالبہ

کے حوالے سے اب بھی نمایاں خلاء موجود ہے۔ ان کے مطابق موجودہ صورتحال یہ ظاہر کرتی ہے کہ موثر معاونت کے بغیر ”تمباکو سے پاک ملک“ کے ہدف کو حاصل کرنا مشکل ہوگا۔ انہوں نے مزید کہا کہ جو افراد تمباکو نوشی ترک کرنے میں ناکام رہتے ہیں، ان میں سے تقریباً 50 فیصد تمباکو سے پیدا ہونے والی بیماریوں کے باعث جان کی بازی ہار دیتے ہیں۔ تمباکو نوشی دل کی بیماریوں، پھیپھڑوں کے امراض، فالج اور مختلف اقسام کے کینسر کا اہم سبب ہے اور یہ ان اموات کی بڑی وجوہات میں شامل ہے جن سے بچاؤ ممکن ہے۔ جی اے ٹی ایس 2024 کے ڈیٹا کا اجراء پاکستان میں تمباکو کے خاتمے کے لیے کام کرنے والی تنظیموں کو موثر پالیسی سازی میں مدد فراہم کرے گا۔

انہوں نے کہا کہ 2014 کے جی اے ٹی ایس ڈیٹا کے ساتھ نئے نتائج کا تقابلی جائزہ تمباکو کے استعمال کے رجحانات کو بہتر طور پر سمجھنے میں مدد دے گا، جو عوامی صحت کے لئے ایک اہم پیشرفت ہوگی۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ جی اے ٹی ایس 2024 کے نتائج صوبائی حکومتوں کی انسداد تمباکو نوشی سے متعلق اپنی پالیسیوں کے ازسرنو جائزے اور انہیں مزید موثر بنانے کے لئے نہایت اہم ہیں۔ ان کے مطابق صوبائی حکومتوں کو اپنے ٹوبیکو کنٹرول کے پروگراموں کو مضبوط اور وسعت دینے کے لیے جامع تکنیکی اور ادارہ جاتی معاونت کی ضرورت ہے۔



اسلام آباد: آلٹرنیٹو ریسرچ اینڈ اینیٹیو (اے آر آئی) اور اس کی ممبر تنظیموں نے وفاقی وزارت قومی صحت سے پاکستان سے متعلق گلوبل ایڈلٹ ٹوبیکو سروے 2024 (جی اے ٹی ایس) کا ڈیٹا جاری کرنے کا مطالبہ کیا ہے۔ جی اے ٹی ایس کے ابتدائی نتائج کے مطابق 2014 سے 2024 کے دوران پاکستان میں تمباکو کے استعمال میں 15.7 فیصد کمی ریکارڈ کی گئی ہے۔ مختلف اندازوں کے مطابق اس وقت ملک میں تقریباً 2 کروڑ 27 لاکھ بالغ افراد تمباکو کی مختلف مصنوعات استعمال کر رہے ہیں۔ اس کے باوجود عوامی مقامات میں تمباکو کی تشہیر کی وسیع پیمانے پر موجودگی اور سیکنڈ ہینڈ سموک اب بھی ایک مسئلہ ہے۔ ایک اندازے کے مطابق پاکستان میں تمباکو نوشی سے ہونے والی بیماریوں کے باعث ہر سال تقریباً ایک لاکھ 64 ہزار اموات واقع ہوتی ہیں جو اوسطاً 1450 اموات بنتی ہیں۔ یہ سروے نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف پالیٹیشن سٹڈیز ٹریننگ اینڈ ریسرچ نے وزارت قومی صحت اور عالمی ادارہ صحت (ڈبلیو ایچ او) کے اشتراک سے منعقد کیا۔ وزارت قومی صحت نے ٹوبیکو کنٹرول سیل کے ذریعے اس سروے میں حصہ لیا۔

سروے کے دوران 11 ہزار سے زائد انٹرویوز مکمل کئے گئے جبکہ مجموعی ردعمل کی شرح 95.6 فیصد رہی۔ اے آر آئی کے پروجیکٹ ڈائریکٹر ارشد علی سید نے کہا کہ گزشتہ دس برسوں میں تمباکو کے استعمال میں کمی ایک اہم پیشرفت ہے تاہم سگریٹ نوشی ترک کرنے میں بالغ افراد کو مدد فراہم کرنے

تمباکو سے پاک مستقبل کی جانب پیش رفت

تحریر: پامیلا پارزیک

کہ ہمارے شراکت داروں نے دنیا بھر میں 21 کانفرنسوں میں شرکت کی اور ان کے کام کو 14 میڈیا رپورٹس میں نمایاں کوریج ملی۔ 2025 میں دی گئی ہماری چند گرائنڈ اس بات کا واضح ثبوت ہیں کہ ہمارا کام کس قدر موثر ثابت ہو رہا ہے۔

پہلی مثال ”نار تھ ویل ہیلتھ“ کو دی جانے والی گرائنڈ کی ہے۔ ہماری مالی معاونت سے یہ ادارہ نیویارک کے علاقے کونز (Queens) میں ان آبادیوں تک، جہاں سموکنگ کی شرح زیادہ ہے، ٹوبیکو ہارم ریڈکشن سمیت سگریٹ نوشی ترک کرنے کی سہولیات کو وسعت دے گا۔ یہ پہلی مرتبہ ہے کہ امریکا میں صحت کے کسی بڑے ادارے نے ”سگریٹ نوشی ترک کرنے“ اور ”دل کے امراض سے تحفظ“ سے متعلق اپنے پروگراموں میں ٹوبیکو ہارم ریڈکشن کو بھی شامل کیا ہے۔

دوسری اہم کامیابی ”ملاوی“ میں ”گلوبل ایکشن ایگریکلچرل ٹرانسفارمیشن سینٹر“ کی تکمیل ہے۔ ہم نے یہ جدید تحقیقی و تربیتی مرکز ”لیونگوے یونیورسٹی آف ایگریکلچرل اینڈ نیچرل ریسورسز“ کے حوالے کیا ہے تاکہ چھوٹے کاشتکاروں کو تمباکو کی کاشت سے زیادہ ماحول دوست اور معاشی طور پر پائیدار فصلوں کی طرف منتقل ہونے میں مدد دی جاسکے۔

سگریٹ نوش اس بات کے مستحق ہیں کہ انہیں ایسے مواقع اور وسائل میسر ہوں جن کی مدد سے وہ اپنی ضرورت اور حالات کے مطابق اپنی اس عادت کو چھوڑ سکیں۔ مجھے یقین ہے کہ ہم سب مل کر ہر بالغ سگریٹ نوش کی جدوجہد میں موثر معاونت فراہم کر سکتے ہیں اور دھوئیں سے پاک مستقبل کی جانب پیش رفت کو مزید تیز کر سکتے ہیں۔

گزشتہ چند دہائیوں کے دوران دنیا کے بیشتر حصوں میں سگریٹ نوشی کی شرح میں نمایاں کمی آئی ہے مگر حالیہ برسوں میں یہ پیش رفت سست روی کا شکار ہو گئی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ عالمی سطح پر سگریٹ نوشی کی شرح اب بھی تقریباً 20 فیصد پر برقرار ہے اور خاطر خواہ پیش رفت کے باوجود، یہ آج بھی دنیا میں ان اموات کی ایک بڑی وجہ ہے جن سے بچاؤ ممکن ہے۔

گلوبل ایکشن کا مقصد دنیا بھر میں تمباکو نوشی کا خاتمہ کرنا ہے۔ ہم اس بات کے لیے پُر عزم ہیں کہ ہر بالغ سگریٹ نوش کو، خواہ وہ سگریٹ ترک کرنے کی کوشش کے کسی بھی مرحلے میں ہو، ضروری مدد فراہم کی جائے۔ ہمارے فنڈز سے چلنے والے ادارے مختلف تحقیقی منصوبوں اور عملی اقدامات پر کام کر رہے ہیں تاکہ تمباکو نوشی کے خاتمے کے ہمارے مشن کو حقیقت بنایا جاسکے۔ اس میں روایتی طریقوں کے کارگر ثابت نہ ہونے کی صورت میں ٹوبیکو ہارم ریڈکشن یعنی تمباکو کے نقصانات میں کمی کی حکمت عملی سے استفادہ کرنا بھی شامل ہے۔ اس حکمت عملی کے تحت سگریٹ نوشی ترک کرنے کے لیے ای سگریٹ اور ٹوٹین پائپز استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

مجھے خوشی ہے کہ میں آپ کے ساتھ ہماری 2025 کی سالانہ رپورٹ شیئر کر رہی ہوں جو اس بات کی عکاسی کرتی ہے کہ گزشتہ سال ہمارے پارٹنر اداروں کے کاموں کا کتنا مثبت اثر سامنے آیا۔ ان کی کوششوں کے ذریعے ہم اس بات کو یقینی بنانے کی کوشش کر رہے ہیں کہ کوئی بھی سگریٹ نوش مدد سے محروم نہ رہے۔ ہم نے سال 2025 کے دوران 20 سے زائد ملکوں میں 30 سے زیادہ گرائنڈس فراہم کیں۔ ان منصوبوں کے نتیجے میں 14 سائنسی تحقیقی مقالات اور 15 ورکنگ پیپرز شائع ہوئے جب

ترقی پذیر و کم ترقی یافتہ ملکوں میں ٹوبیکو کنٹرول کی کوششیں بحران کا شکار

تمباکو نوشی، کو مضبوط بنانے، تمباکو نوشی سے پاک شہر بنانے کے منصوبوں، آگہی کے لیے تصویریں پیغامات کے فروغ اور تمباکو پر ٹیکس سے متعلق اصلاحات میں معاونت فراہم کی گئی۔ اسی نوعیت کا تعاون دیگر ملکوں کو بھی عالمی ادارہ صحت، دی یونین اور کمپین فار ٹوبیکو فری کڈز جیسے اداروں کے اشتراک سے فراہم کیا گیا۔

سینٹر فار انٹیگریٹو ہیلتھ منجمنٹ نے جائزہ لینے کے بعد یہ نتیجہ اخذ کیا کہ صرف بیرونی مالی تعاون، ان ملکوں میں انسداد تمباکو نوشی کے خود مختار اور پائیدار نظام کے لیے کافی ثابت نہیں ہوا۔ تحقیق میں قومی بجٹ، تحقیقی صلاحیت، حکمرانی کے ڈھانچے، نگرانی کے نظام اور مختلف وزارتوں کے درمیان رابطہ کاری میں نمایاں کمزوریوں کی نشاندہی کی گئی ہے۔

محققین کا کہنا ہے کہ بہت سے ملکوں میں اب بھی انسداد تمباکو نوشی کے لیے مستقل بجٹ، پائیدار ادارہ جاتی منصوبہ بندی اور تربیت یافتہ افرادی قوت کا فقدان ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بین الاقوامی مالی معاونت میں کمی آنے کے بعد ان پروگراموں کو جاری رکھنا مشکل ہو جاتا ہے۔

رپورٹ میں نظام کی پائیداری کو بہتر بنانے کے لیے ایک جامع حکمت عملی اختیار کرنے کی سفارش کی گئی ہے جس میں ادارہ جاتی نظام کو بہتر بنانے اور حکومتی آمدن کے متبادل ذرائع پیدا کرنے جیسے اقدامات شامل ہیں۔ ان کے علاوہ سول سوسائٹی اور نجی شعبے کے ساتھ تعاون کو فروغ دینے سمیت بیرونی عطیات پر انحصار کم کر کے بتدریج قومی وسائل سے مالی معاونت حاصل کرنے کے اقدامات کی سفارش کی گئی ہے۔

رپورٹ میں ٹوبیکو کنٹرول کے مؤثر اور پائیدار نظام کے لیے تمام متعلقہ فریقوں کے درمیان کھلے



مکالمے کی بھی حوصلہ افزائی کی گئی ہے۔ سینٹر فار انٹیگریٹو ہیلتھ منجمنٹ کے مطابق ٹوبیکو کنٹرول کے پائیدار پروگرام سے متعلق موجودہ عالمی فریم ورک میں کم نقصان دہ متبادل مصنوعات کو زیادہ اہمیت حاصل نہیں ہے، اس لیے موجودہ فریم ورک پر نظر ثانی کے لیے وسیع تر مشاورت کی بھی ضرورت ہے۔

ادارے نے یہ بھی سفارش کی ہے کہ تحقیق میں شامل چھ ملکوں میں پالیسی کے جامع جائزے لیے جائیں تاکہ عمل درآمد میں موجود خامیوں، وسائل کی تقسیم سے متعلق مسائل اور تمباکو کے استعمال میں کمی کے لیے عالمی سطح پر اپنائے جانے والے نئے طریقہ کار سے ہم آہنگی کا تفصیلی جائزہ لیا جاسکے۔

<https://www.dailyparliamenttimes.com/2026/06/01/toba>

[cco-control-programmes-in-developing-nations-face-sustainability-crisis-new-report-warns/](https://www.cco-control-programmes-in-developing-nations-face-sustainability-crisis-new-report-warns/)

اسکاٹ لینڈ: سینٹر فار انٹیگریٹو ہیلتھ منجمنٹ (CIPHM) کی جانب سے جاری ہونے والی ایک تازہ رپورٹ میں خبردار کیا گیا ہے کہ تقریباً دو دہائیوں سے جاری بین الاقوامی مالی معاونت اور پالیسی تعاون کے باوجود کم اور درمیانے درجے کی آمدنی والے ممالک (LMICs) میں انسداد تمباکو نوشی کے پروگرام پائیداری کے سنگین بحران سے دوچار ہیں۔

رپورٹ کے مطابق ادارے نے چھ ممالک کا جائزہ لیا مگر ان سے کوئی بھی اُس معیار پر پورا نہیں اترتا جس کی بنیاد پر



**CENTRE FOR INTEGRATIVE
PUBLIC HEALTH MANAGEMENT**

اُس کے ٹوبیکو کنٹرول کے پروگرام کو مکمل طور پر پائیدار قرار دیا جا سکے۔ اگرچہ

مختلف ممالک کی کارکردگی میں نمایاں فرق رپورٹ ہوا ہے۔

اعداد و شمار سے معلوم ہوتا ہے کہ برازیل نے 130 میں سے 118 نمبر حاصل کر کے بہترین کارکردگی کا مظاہرہ کیا۔ اس کی بنیاد یہ وجہ مضبوط ادارہ جاتی ڈھانچہ، قوانین پر مؤثر عمل درآمد، مختص بجٹ اور انسداد تمباکو نوشی سے متعلق اقدامات کے جامع نفاذ کو قرار دیا گیا۔ میکسیکو اور فلپائن نے درمیانے درجے کی کارکردگی دکھائی جب کہ ویتنام اور بنگلہ دیش میں ادارہ جاتی ترقی جزوی طور پر سامنے آئی۔

پاکستان اس جائزے میں سب سے نیچے درجے پر رہا اور اسے 130 میں سے صرف 35 نمبر ملے۔ رپورٹ کے مطابق پاکستان کی کمزور کارکردگی کی وجوہات میں محدود ادارہ جاتی صلاحیت، ٹیکس کی غیر مستقل پالیسی، ناکافی سرکاری فنڈ، کمزور رابطہ کاری کا نظام اور تمباکو پر ٹیکس سے حاصل ہونے والی سرکاری آمدن پر زیادہ انحصار شامل ہیں۔

رپورٹ میں کہا گیا ہے کہ ٹوبیکو کنٹرول کے پروگرام کی پائیداری کو صرف صحت عامہ کے مسئلے کے طور پر نہیں بلکہ سیاسی معیشت (پولٹیکل اکانومی) کے ایک بڑے چیلنج کے طور پر دیکھا جانا چاہیے۔ محققین کے مطابق جو ممالک تمباکو پر عائد ٹیکس سے حاصل ہونے والی آمدن پر زیادہ انحصار کرتے ہیں، وہ اکثر اسی جال میں پھنس جاتے ہیں۔ ایسے ملکوں کی حکومتیں مالی انحصار کی وجہ سے تمباکو کے استعمال میں مؤثر کمی لانے سے ہچکچاتی ہیں۔

رپورٹ میں تمباکو نوشی کے پھیلاؤ میں کمی لانے کے لیے بلوم برگ کے 2005 سے جاری پروگرام کا بھی جائزہ لیا گیا۔ اس پروگرام کے تحت اب تک دنیا بھر میں 1.5 ارب امریکی ڈالر سے زائد کی مالی معاونت فراہم کی جا چکی ہے جس کا مقصد ترقی پذیر ملکوں میں تمباکو نوشی کے خاتمے کے قوانین، آگہی کے لیے تصویریں پیغامات، تمباکو سے متعلق ٹیکس کی اصلاحات، اشتہارات پر پابندی اور لوگوں میں آگہی پیدا کرنے کے پروگراموں کو فروغ دینا ہے۔

پاکستان میں بلوم برگ کے تعاون سے 2008 سے 2011 کے دوران ”قومی مرکز برائے انسداد

آلٹرنیٹو ریسرچ انشٹیٹیوٹ پاکستان میں تمباکو نوشی کے خاتمے کے لیے کام کر رہا ہے۔ اس کا قیام 2018 میں عمل میں آیا۔

گلوبل ایکشن ٹو ایڈ سوکنگ کے تعاون سے آلٹرنیٹو ریسرچ انشٹیٹیوٹ نے 2019 میں تمباکو نوشی کے خاتمے اور اس کے جدیدیل کو فروغ دینے کے لیے پاکستان ایٹنس فار ٹوٹو 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