ALTERNATIVE
RESEARCH INITIATIVE

ALTERNATIVE
RESEARCH INITIATIVE NEWSLETTER

November 2021

صفحہ 2
تمباکونوشی سے کم نقصان دہ ویپنگ،
نوعمروں کیلئے سگریٹ نوشی ترک کرنے میں مددگار
صفحہ 3
ہارم ریڈکشن تمباکونوشی کے خاتمے کا واحد ذریعہ
صفحہ 4
عالمی ادارہ صحت ناکامی کا جشن منا رہا ہے۔ناقدین

پابندی ہمیشہ کارآمد نہیں ہوتی

سگریٹ نوشی دنیا بھر میں بہت زیادہ بیماریوں اور اموات کی ایک بڑی وجہ بنی ہوئی ہے جس سے بچاؤ ممکن ہے۔اس سے ہر سال اسی لاکھ(8,000,000) سے زیادہ اموات ہوتی ہیں۔ تمباکونوشی کے اس بوجھ کو کم کرنے کے لئے دنیا بھر میں مختلف اقدامات اٹھائے گئے ہیں جن میں سب سے اہم سگریٹ پر پابندی ہے۔تاہم دنیا میں آج بھی تمباکونوشوں کی تعداد 1.3 ارب ہے اور اگر یہ سلسلہ یونہی جاری رہا تو 2025 تک یہ تعداد 1.6 ارب تک پہنچنے کا امکان ہے۔جب بڑے شراکت داروں اور کارکنوں سے اس مسئلے کے حل کے بارے میں پوچھا جاتا ہے تو وہ پابندیوں کی حوصلہ افزائی اور بھاری ٹیکسوں کے نفاذ کی بات کرتے ہیں۔اگر حل اتنا آسان ہوتا تو کیا ہم اس خطرے سے پہلے ہی نہ نمٹ لیتے!اگرچہ پابندیوں سے بھی تمباکونوشی نہ کرنے والوں کے لئے اس کی طرف آنے کا راستہ روکنا ممکن ہے مگر ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہیے کہ ایک بلین سے زیادہ سگریٹ نوش ایسے ہیں جو اسے ترک کرنا چاہتے ہیں۔ان افراد کی صحت میں بہتری لانے کے لئے فکری تبدیلی کی ضرورت ہے کیوں کہ اب پابندیوں اور ٹیکسوں میں اضافے پر مبنی بغیر سوچے سمجھے اقدامات کافی نہیں ہوں گے۔

تمباکونوشی ترک کرنے کے لئے لوگوں کی حوصلہ افزائی کرنا اور ایسا کرنے میں ان کی مدد کرنا سگریٹ نوشی کے نقصان سے بچاؤ کا صحیح طریقہ ہے مگر نہ صرف پاکستان بلکہ دنیا بھر میں تمباکونوشی کی روک تھام اس کے خاتمے کی کوششوں میں ایک کمزور کڑی ہے۔

پاکستان کے جڑواں شہروں میں تمباکونوشی ترک کرنے کی کوشش کرنے والے نوجوان تمباکونوشوں کے تجربات جاننے سے متعلق ایک تحقیق کے مطابق ہر سال 24.7 فی صد تمباکونوش اپنی یہ عادت ترک کرنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن ان میں سے 97.4 فی صد وہ ہیں جو کامیابی سے سگریٹ نوشی ترک کرنے میں ناکام ہو جاتے ہیں۔یہ تحقیق ان تمباکونوشوں کی بھی نشاندہی کرتی ہے جو سگریٹ نوشی ترک کرنے کی کوشش کے دوران تمباکونوشی اور اس کے ترک کرنے کی کوششوں میں افراط وتفریق کی کشمکش کی وجہ سے دوبارہ اس عادت میں لگ جاتے ہیں۔تمباکونوشی ترک کرنے میں ناکامی کی دوسری وجہ اس کے خاتمے کی سہولیات کے بارے میں معلومات کی کمی بھی ہے۔

2014 کے ایک سروے سے پتا چلتا ہے کہ تمباکونوشی کے خاتمے کی کوششوں میں سے تقریباً آدھی کوششیں معلومات کی کمی اور روک تھام کی سہولیات تک رسائی نہ ہونے کی وجہ سے بغیر مدد کے ہوتی ہیں۔یہ اعداد وشمار تمباکونوشوں کی مدد کرنے کے لئے فوری اقدام کی ضرورت کی نشاندہی کرتے ہیں۔یہ ضرورت تمباکونوشی کے نقصان کو کم کرنے والے جدید طریقوں کے ذریعے پوری کی جا سکتی ہے۔کم نقصان دہ طریقوں میں تمباکونوشوں کو سگریٹ کے نقصان اور کم نقصان دہ مصنوعات کے بارے میں آگہی فراہم کرنا شامل ہے۔کم نقصان دہ مصنوعات سلگنے والے سگریٹ سے مختلف ہیں کیوں کہ ان میں تمباکو کا جلنا شامل نہیں ہوتا، یہاں تک کہ یہ دھواں بھی نہیں پیدا کرتے جو تمباکونوشی سے پیدا ہونے والی بیماریوں کی بنیادی وجہ ثابت ہو چکا ہے۔

ای سگریٹ، ویپ اور ہیٹڈ ٹوبیکو پروڈکٹس (ایچ ٹی پیز) پر مشتمل یہ متبادل مصنوعات تمباکو یا ان کے اندر موجود مائع کو جلانے کی بجائے حرارت دیتی ہیں جو مؤثر انداز میں تمباکونوشی کے نتیجے میں پیدا ہونے والے خطرناک مادوں کے اخراج کا خاتمہ کر دیتی ہیں۔پبلک ہیلتھ انگلینڈ نے ان مصنوعات کو تمباکونوشی کے مقابلے میں 95 فی صد کم نقصان دہ قرار دیا ہے۔خوراک، اشیائے ضروریہ اور ماحول میں زہر آلود مادوں پر کام کرنے والی کمیٹی کے ایک جائزے میں بھی یہی نتیجہ اخذ کیا گیا ہے۔

اکسٹھ سائنسی مطالعوں کے معیاری ثبوتوں پر مشتمل ایک جائزے میں یہ نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ نکوٹین ریپلیسمنٹ تھراپی (این آر ٹی) یا نکوٹین سے پاک ای سگریٹ کی بجائے نکوٹین کے حامل ای سگریٹ کے استعمال سے لوگ تقریباً (کم از کم چھ ماہ کے لئے) سگریٹ نوشی ترک کر دیتے ہیں۔اس جائزے میں 75,916 بالغ تمباکوشوں کو شامل کیا گیا۔تمباکونوشی ترک کرنے میں ای سگریٹ شاید بغیر کسی مدد یا صرف روّیے میں تبدیلی کے مقابلے میں زیادہ لوگوں کی مدد کرتا ہے۔ان دونوں جائزوں سے یہ بات واضح ہوتی ہے کہ تمباکونوشوں کے لئے ویپنگ میں کم نقصان دہ ہونے کی صلاحیت موجود ہے۔

فاؤنڈیشن فار سموک فری ورلڈ (FSFW) کی جانب سے پاکستان میں کی جانے والی ایک تحقیق بھی اس بات کی طرف اشارہ کرتی ہے کہ سگریٹ نوشی ترک کرنے اور ویپنگ مصنوعات کا استعمال شروع کرنے کے بعد تمبا کو نوشوں نے اپنی صحت میں بہتری دیکھی۔

امریکن کالج آف کارڈیالوجی کے جرنل میں شائع ہونے والی ایک تحقیق میں یہ نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ تمبا کو نوشی سے ای سگریٹ پر آنے کے ایک ماہ کے اندر اندر افراد میں خون کی شریانوں کے نظام میں بہتری آجاتی ہے۔ پبلک ہیلتھ انگلینڈ نے تجویز دی ہے کہ ویپنگ مصنوعات کے ساتھ ساتھ انسداد تمبا کو نوشی کی سہولیات کے ذریعے مدد کا آپشن ان سب لوگوں کو میسر ہونا چاہیے جو تمبا کو نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں۔

پاکستان میں سگریٹ نوشی ترک کرنے اور کم نقصان دہ مصنوعات کے استعمال سے متعلق تمبا کو نوشوں کی معلومات، رویّوں اور تجربات جاننے کے حوالے سے ایک تحقیق میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ زیادہ تر تمبا کو نوش سلگنے والی سگریٹ نوشی کے نقصانات اور کم نقصان دہ متبادل مصنوعات کی دستیابی سے لاعلم ہیں۔ تاہم اس تحقیق میں حصہ لینے والوں کی اکثریت اس بات سے زیادہ متفق نظر آئی کہ ہمارے نوجوانوں کو اس بُری لت سے دور رہنا چاہیے اور انہوں نے اسے ترک کرنے کی خواہش کا بھی اظہار کیا۔

تحقیق میں شامل جواب دہندگان کے 60 فی صد نے تمبا کو نوشی کے نقصان کو کم کرنے والی ان مصنوعات کے بارے میں جاننے کے بعد کہا کہ وہ ان متبادل مصنوعات کو استعمال کرنے کے لئے تیار ہوں گے اگر یہ آسانی کے ساتھ دستیاب ہوں۔

آخری بات یہ کہ سگریٹ نوشی کے مقابلے میں کم نقصان دہ مصنوعات، پالیسیوں اور ان مصنوعات کے استعمال سے متعلق طریقہ کار کے بارے میں آگہی پیدا کرنے کی ضرورت ہے۔ تمبا کو نوشی کے فوری خاتمے کے ہدف کے حصول کے لئے ضروری ہے کہ ان افراد کی صحت کا خیال رکھا جائے جو تمبا کو نوشی ترک کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ ان کے لئے تمبا کو نوشی کی روک تھام کی مشاورتی سہولیات اور سگریٹ نوشی کے مقابلے میں متبادل مصنوعات تک رسائی پر مشتمل کیز الجہتی حکمت عملی بنائی جائے۔

https://nation.com.pk/21-Nov-2021/banning-is-not-always-the-answer

تمبا کو نوشی سے کم نقصان دہ ویپنگ، نوعمروں کیلئے سگریٹ نوشی ترک کرنے میں مددگار

یونی ورسٹی آف ایسٹ اینگلیا کی ایک نئی تحقیق کے مطابق نوجوانوں کے لئے ذائقے والے ویپ (فلیورڈ ویپس) تمبا کو نوشی کے مقابلے میں بہت کم نقصان دہ ہیں اور یہ سگریٹ نوشی ترک کرنے میں نوعمر تمبا کو نوشوں کی مدد کر سکتے ہیں۔ اس تحقیق میں نوجوان افراد میں ذائقے والے ویپ کے استعمال اور اٹھارہ سال سے کم عمر پانچ لاکھ سے زیادہ افراد کے خیالات اور تجربات کا جائزہ لیا گیا ہے۔

'نوجوانوں میں ذائقوں کے استعمال' نامی یہ تحقیق بتاتی ہے کہ ذائقے ویپنگ کا ایک اہم پہلو ہیں جس سے نوجوان لطف اٹھاتے ہیں۔ اس تحقیق میں تجویز دی گئی ہے کہ ویپنگ مصنوعات انہیں (نوجوانوں کو) نقصان دہ تمبا کو نوشی سے بچا سکتی ہیں۔ مگر محققین نے خبردار کیا ہے کہ یہ واضح کرنے کیلئے مزید کام کرنے کی ضرورت ہے کہ ویپنگ ان نوجوانوں کو اپنی طرف راغب نہیں کرتی جنہوں نے کبھی تمبا کو نوشی نہیں کی۔

یو ای اے کے نارویچ میڈیکل اسکول سے تعلق رکھنے والی سرکردہ محقق، پروفیسر کیٹلن نوٹلی نے کہا ہے کہ ''اس بات پر بہت زیادہ تشویش پائی جاتی ہے کہ نوجوان ویپنگ کا استعمال شروع کر سکتے ہیں کیونکہ وہ مائع ذائقوں کی طرف راغب ہوتے ہیں اور یوں ممکنہ طور پر وہ تمبا کو نوشی شروع کر سکتے ہیں''۔

''ہم اس بارے میں مزید جاننا چاہتے ہیں کہ ویپ ذائقوں اور نوجوانوں میں ویپنگ کے استعمال کی ابتداء کا آپس میں کیا تعلق ہے اور یہ کہ آیا یہ ذائقے انہیں باقاعدہ ویپنگ اور ممکنہ طور پر تمبا کو نوشی کی طرف لے جاتے ہیں''۔

محققوں کی ٹیم نے نوجوانوں کے ویپ ذائقوں کے سلسلے میں دستیاب تمام شواہد (58 مطالعوں) کا جائزہ لیا۔ پروفیسر نوٹلی نے کہا کہ ''ہمیں یہ معلوم ہوا ہے کہ ذائقے ویپنگ کا اہم پہلو ہیں جس سے نوجوان لطف اٹھاتے ہیں۔ اس سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ یہ مصنوعات نوجوانوں کو نقصان دہ تمبا کو نوشی سے کم نقصان دہ ویپنگ کی طرف راغب کرتی ہیں''۔

''ذائقے ای سگریٹ کا استعمال شروع کرنے کیلئے ایک اہم محرک ہے مگر ہمیں ایسا کوئی ثبوت نہیں ملا کہ مائع ذائقوں کا استعمال نوجوانوں کو تمبا کو نوشی کی طرف راغب کرتا ہے۔ ہم نے ان ذائقوں میں کوئی منفی اثر نہیں پایا اور نہ ہی ان سے ہونے والے کسی نقصان کے بارے میں معلوم ہوا''۔ تاہم یہ واضح کرنے کے لئے ان ذائقوں کے استعمال کا جائزہ لینے کی ضرورت ہے کہ ویپنگ ان نوجوانوں کو اپنی طرف راغب نہیں کرتی جنہوں نے کبھی تمبا کو نوشی نہیں کی۔

انہوں نے کہا ''مختلف قسم کے ذائقوں کی مسلسل دستیابی کو یقینی بنانا ان تمبا کو نوش نوجوانوں کی حوصلہ افزائی بڑھانے کیلئے ضروری ہے جو کم نقصان دہ ہونے کی وجہ سے ویپنگ کا استعمال شروع کرنا چاہتے ہیں''۔

محققوں کی ٹیم نے نوجوانوں میں ای سگریٹ کے استعمال سے متعلق تمام شواہد کو غیر معیاری قرار دیا۔ خاص طور پر یہ کہ زیادہ تر مطالعوں میں ذائقوں کی واضح تعریف تک نہیں کی گئی جس کی وجہ سے ان مطالعوں کو اس جائزے میں شامل نہیں کیا گیا ہے۔

یہ تحقیق یو ای اے کی قیادت میں یونی ورسٹی کالج لندن، یونی ورسٹی آف برسٹل، یونی ورسٹی ہاسپٹلز برسٹل اور ویسٹن این ایچ ایس فاؤنڈیشن ٹرسٹ کے محققوں کے اشتراک سے کی گئی ہے۔

https://medicalxpress.com/news/2021-11-flavoured-vapes-young-people-teen.html?fbclid=IwAR2RKT82XNbBUX3YkVawtMJASUSTNrNttQAE-7wtcX5bumzlQSElCePNAvc

ہارم ریڈکشن تمباکونوشی کے خاتمے کا واحد ذریعہ

یورپ میں کم نقصان دہ تمباکونوشی (ٹوبیکو ہارم ریڈکشن) کا مسئلہ نیا نہیں ہے مگر اب اسے جرمنی کے دندان سازوں (ڈینٹسٹوں) کی جانب سے مدد ملی ہے جس کا کوئی امکان نہیں تھا۔

یونیورسٹی آف لیپزگ میڈیکل سنٹر اور کولون کے کلینکس سے وابستہ دانتوں کے کئی ڈاکٹر سلگنے والی تمباکو مصنوعات کا استعمال ترک کرنے کے فوری حاصل ہونے والے فوائد کو سامنے رکھتے ہوئے دانتوں کے علاج معالجے کے سلسلے میں کم نقصان دہ تمباکونوشی کے طریقوں کے استعمال پر زور دے رہے ہیں، یہاں تک کہ ایک دندان ساز نے اپنے کلینک میں نکوٹین کی نئی مصنوعات رکھنا شروع کر دی ہیں تاکہ وہ ان مریضوں کو دکھا سکیں جو روایتی سگریٹ کو ترک کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ خود کو کم نقصان دہ تمباکونوشی کیلئے کوششوں میں اہم کردار سمجھنے والے ان ڈاکٹروں کی جانب سے یہ مطالبہ کم نقصان دہ تمباکونوشی پر سنجیدگی کے ساتھ مباحثے کی ضرورت پر زور دیتا ہے۔ خاص طور پر اس حقیقت کی روشنی میں کہ لاکھوں لوگوں کو نکوٹین سے چھڑانا ایک غیر فطری اور ناقابل عمل ہدف ہے۔ عملی طور پر زیادہ مناسب طریقہ یہ ہے کہ صحت کے ماہرین کو بااختیار بنایا جائے تاکہ وہ تمباکونوشی سے ای سگریٹ کی طرح نکوٹین کی حامل متبادل مصنوعات کی طرف آنے کی ترغیب دیں جو کہ انتہائی کم نقصان دہ ہیں۔

کئی تحقیقوں کے نتیجے میں پہلے ہی یہ بات ظاہر ہو چکی ہے کہ ویپنگ مصنوعات تمباکونوشی میں کمی لاتی ہیں۔ فرانس میں 80 فی صد ویپنگ کرنے والوں نے سگریٹ کا استعمال کم کر دیا ہے۔ ویپنگ استعمال کرنے والے 370 افراد پر کی جانے والی ایک برطانوی تحقیق میں یہ معلوم ہوا ہے کہ ویپنگ سے ان افراد کی دوبارہ سگریٹ نوشی کی طرف جانے کی شرح کم کرنے میں خاصی مدد ملی، خصوصاً ان افراد میں جو ویپ پن یا ٹینک ڈیوائس کے استعمال سے ویپنگ شروع کرتے ہیں۔

پبلک ہیلتھ انگلینڈ کے مطابق برطانیہ میں سال 2017 میں پچاس ہزار تمباکونوش ویپنگ مصنوعات کی مدد سے سگریٹ نوشی ترک کرنے میں کامیاب ہوئے۔ اس کی روشنی میں پالیسی میں تبدیلی اور پورے یورپ میں اس کے نفاذ کا مطالبہ پبلک ہیلتھ کا ایک قابل عمل اور پائیدار اقدام ہے۔ تاہم یہ مطالبہ عالمی ادارہ صحت اور کئی یورپی پالیسی سازوں کے سخت طرز عمل سے شدت کے ساتھ ٹکرا رہا ہے۔ مثال کے طور پر یورپی یونین کے کینسر کے خاتمے کے منصوبے کو نقصان میں کمی لانے کے طریقوں کو شامل کرنے میں ناکامی کے لئے بڑے پیمانے پر تنقید کا نشانہ بنایا گیا ہے۔ اس منصوبے کا مقصد تمباکونوشوں کی تعداد کو 9 کروڑ تک کم کرنا ہے۔

برطانیہ میں ایکشن آن سموکنگ کے سابق ڈائریکٹر اور کم نقصان دہ تمباکونوشی کے حامی کلائیو بیٹس نے افسوس کا اظہار کرتے ہوئے کہا ہے کہ یورپی یونین کا پلان بہت مایوس کن اور پالیسی سازی میں نئے تصورات، جدت اور جرأت سے خالی ہے۔

کئی ممبران یورپین پالیمنٹ (ایم ای پیز) نے بھی اس پر تنقید کرتے ہوئے کہا ہے کہ ای سگریٹ اور سگریٹ کی مصنوعات کو ایک ہی طرح نہیں دیکھنا چاہیئے۔ جیسا کہ یونان کے ایم ای پی ماریہ سپائرا کی نے اس بات زور دیا کہ ہمارا مقصد کینسر کے خلاف جنگ جیتنا ہے۔ یورپی یونین میں ہر پانچ میں سے ایک مریض پھیپھڑوں کے کینسر کا شکار ہے، اس لئے ہمیں سگریٹ نوشی کرنے والوں کو موقع دے کر آہستہ آہستہ تمباکونوشی ترک کرنے میں ان کی مدد کرنی ہوگی۔

اسی طرح عالمی ادارہ صحت آسانی کے ساتھ تنقید کی زد میں آجاتا ہے جو سائنسی ثبوتوں کے باوجود، برسلز کے کئی پالیسی سازوں کی طرح ویپنگ کو تمباکونوشی ہی کے زمرے میں ڈالنے کی روش پر عمل پیرا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کی حالیہ رپورٹ نے ای سگریٹ کے منفی اثرات کا ذکر کیا ہے۔ یہ خطرناک قسم کا خوف پھیلانا ہے جس سے تمباکونوشی کے خلاف جنگ کو پس پشت ڈالنے کا خطرہ ہے۔ درحقیقت عالمی ادارہ صحت نے غلط معلومات کا پرچار کیا ہے۔ یعنی یہ کہ ویپنگ مصنوعات تمباکونوشوں کی تعداد میں اضافہ کریں گی اور ای سگریٹ صحت عامہ کو سلگنے والی تمباکو مصنوعات کے برابر یا ان سے بھی زیادہ خطرہ ہیں۔

خوش قسمتی سے ڈیٹا خود ہی بولتا ہے۔ کئی تحقیقوں میں معلوم ہوا ہے کہ ای سگریٹ سلگنے والی تمباکو مصنوعات سے ڈرامائی طور پر زیادہ محفوظ ہیں یعنی تمباکو کے دھوئیں سے سرطان پیدا کرنے کیلئے کیمیائی مادوں کی درکار مقدار کے مقابلے میں ان مصنوعات میں ایسے ایک فی صد مادے بھی نہیں پائے جاتے۔

برطانیہ کی حکومت کی ایک تحقیق میں تمام دستیاب شواہد کا جائزہ لینے کے بعد معلوم ہوا ہے کہ برطانیہ میں موجود تمباکونوشی کرنے والے چھبیس لاکھ نوجوان تقریباً سب ہی ای سگریٹ استعمال کر رہے ہیں یا وہ سابقہ تمباکونوش تھے اور اب ان تمباکونوشوں کی بڑی اکثریت سلگنے والی تمباکونوشی سے نجات کیلئے ان مصنوعات پر انحصار کرتی ہے۔

برطانیہ میں کی گئی ایک تحقیق ان لوگوں کی تعداد میں اضافے سے متعلق تھی جنہیں یہ یقین کرنے کے لئے گمراہ کیا گیا کہ ای سگریٹ تمباکونوشی کے برابر یا اس سے زیادہ نقصان دہ ہیں۔ 2013 میں صرف پندرہ فیصد لوگوں کو ای سگریٹ کے بارے میں تشویش تھی جو 2020 میں 22 فی صد تک جا پہنچی۔ براعظم یورپ میں صورت حال اس سے بھی بدتر ہے جہاں ایک سروے کے نتیجے میں معلوم ہوا ہے کہ حیران کن طور پر 59 فی صد یورپین غلط بنیاد پر یہ مانتے ہیں کہ ویپنگ تمباکونوشی کے برابر یا اس سے بھی زیادہ خطرناک ہے۔ یہ ایسی تشویشناک صورت حال ہے جو تمباکو سے پاک نسل بنانے کیلئے کی جانے والی کوششوں میں یورپ کو سالوں پیچھے دھکیل سکتی ہے۔

تمام حکومتیں کم نقصان دہ تمباکونوشی کے تصور سے غافل نہیں ہیں۔ گزشتہ ماہ برطانیہ کے محکمہ صحت نے اعلان کیا کہ ریاستی فنڈ سے قائم نیشنل ہیلتھ سروسز بہت جلد ان تمباکونوشوں کو ای سگریٹ کی پیشکش کرے گا جو تمباکونوشی ترک کرنا چاہتے ہیں۔ یورپی یونین اور عالمی ادارہ صحت کی جانب سے استعمال کی جانے والی زبان کے بالکل برعکس، وزارت صحت نے اس بات کی طرف نشاندہی کی ہے کہ یہ مصنوعات سگریٹ نوشی ترک کرنے والے افراد کی مدد کرنے میں انتہائی مؤثر ہیں۔ اگرچہ یورپی ممالک میں سے برطانیہ میں تمباکونوشی کی شرح انتہائی کم ہے، برطانیہ میں ساٹھ لاکھ سے زیادہ تمباکونوش ہیں اور تمباکونوشی کی شرح پسماندہ علاقوں میں زیادہ ہے۔ بیروزگار افراد میں تمباکونوشی کی شرح دگنی ہے جبکہ علاقوں کی مناسبت سے دس سے پندرہ فی صد حاملہ خواتین بچے کی پیدائش کے وقت تمباکونوشی کرتی ہیں۔ 2019 میں چونسٹھ ہزار سے زیادہ افراد تمباکونوشی سے پیدا ہونے والی بیماریوں کی وجہ سے ہلاک ہوئے۔

یورپی یونین کو بڑے پیمانے پر تمباکونوشی کی وباء کا سامنا ہے۔ بڑے پیمانے پر صحت کی پالیسی کے حوالے سے کوششوں کے باوجود 2018 میں تمباکونوشی ہر پانچ میں سے ایک بندے میں کینسر کی وجہ تھی جبکہ تمباکونوشی اس پورے خطے میں وقت سے پہلے اموات کی سب سے بڑی وجہ بنی ہوئی ہے۔ اس مثال کو سامنے رکھتے ہوئے برسلز برطانیہ کے تجربات سے فائدہ اٹھا سکتا ہے۔

https://www.european-views.com/2021/11/harm-reduction-holds-the-key-to-finally-overcoming-tobacco/?fbclid=IwAR3u6iEg

عالمی ادارہ صحت ناکامی کا جشن منا رہا ھے۔ ناقدین

تمباکو کے عالمی رجحانات پر عالمی ادارہ صحت کی چوتھی رپورٹ سے معلوم ہوتا ہے کہ عالمی سطح پر تمباکو استعمال کرنے والوں کی تعداد 1.3 ارب ہے جو کہ سال 2015 میں 1.32 ارب تھی۔ یہ تعداد کم ہوکر 2025 تک 1.27 ارب رہ جائے گی۔

اب ساٹھ ممالک 2010 اور 2025 کے درمیان تمباکو کے استعمال میں تیس فی صد کمی کے عالمی ہدف کو حاصل کرنے کی راہ پر گامزن ہیں۔ دو سال پہلے صرف دو ممالک اس راہ پر گامزن تھے۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق تمباکو کنٹرول سے متعلق کنونشن کے تحت تمباکو نوشی کے خاتمے کی مؤثر اور جامع پالیسیوں اور عالمی ادارہ صحت کے ایم پاور اقدامات کی وجہ سے لاکھوں افراد کی جانوں کو بچایا گیا ہے۔ ان اقدامات میں تمباکو کے استعمال پر نظر رکھنا، لوگوں کو تمباکو نوشی سے بچانا، تمباکو نوشی ترک کرنا، تمباکو کے خطرات سے انتباہ، تمباکو کی تشہیر، فروغ اور معاونت پر پابندی کا اطلاق اور تمباکو پر ٹیکس بڑھانا شامل ہیں۔

عالمی ادارہ صحت کے ڈائریکٹر جنرل اڈانوم گیبریئس نے ایک بیان میں کہا ہے کہ ہر سال یہ دیکھنا انتہائی حوصلہ افزاء ہے کہ تمباکو کے استعمال میں کمی لانے کے عالمی اہداف کے حصول کی راہ پر تمباکو نوشوں سے زیادہ مملکتیں گامزن ہیں۔ ہمیں ابھی بہت طویل سفر طے کرنا ہے جبکہ تمباکو کی کمپنیاں اپنے مہلک مال کی تجارت سے بھاری منافع کے دفاع میں ہر حربہ استعمال کریں گی۔

ہم تمام ممالک کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں کہ وہ تمباکو نوشی ترک کرنے اور لوگوں کی جانیں بچانے میں مدد کرنے کیلئے دستیاب کئی موثر ذریعوں کا بہتر استعمال کریں۔

اس کے بالکل برعکس، مخالفین کا کہنا ہے کہ عالمی ادارہ صحت کی رپورٹ یہ ظاہر کرتی ہے کہ انسداد تمباکو نوشی کی کوششیں ناکام ہو رہی ہیں۔ جیسا کہ عالمی ادارہ صحت نے تمباکو کے رجحانات پر اپنی نئی رپورٹ شائع کی اور اس میں تمباکو کے استعمال میں کمی کا شور مچایا۔ امپیریل کالج لندن کے ایمریٹس پروفیسر اور گلوبل اسٹیٹ آف ٹوبیکو ہارم ریڈکشن کے پروجیکٹ ڈائریکٹر جیری اسٹیمسن کا کہنا ہے کہ صحت کا عالمی ادارہ ناکامی کا جشن منا رہا ہے۔

اسٹیمسن نے اپنی حکمت عملی میں کم نقصان دہ مصنوعات پر غور کرنے میں ناکامی پر ڈبلیو ایچ او پر تنقید کرتے ہوئے کہا کہ پانچ سالوں میں تمباکو نوشوں کی تعداد 1.32 ارب سے 1.30 ارب تک کم ہونے کو کامیاب حکمت عملی کے ثبوت کے طور پر نہیں پیش کیا جا سکتا۔ ہر سال تمباکو سے لاحق ہونے والی بیماریوں کی وجہ سے اسی لاکھ جانیں ضائع ہوتی ہیں۔ ہم جو کچھ دیکھ رہے ہیں وہ صحت عامہ کے فرائض میں غفلت کا ثبوت ہے۔

انہوں نے کہا کہ ہمارے پاس سگریٹ نوشی کو ختم کرنے اور اسے جلد ختم کرنے کیلئے جدید اور محفوظ نکوٹین کی حامل مصنوعات کے ساتھ ویپنگ کے آلات، نکوٹین کے پاؤچز اور ہیٹڈ ٹوبیکو پروڈکٹس (ایچ ٹی پیز) جیسے ذرائع موجود ہیں۔ گلوبل سٹیٹ آف ٹوبیکو ہارم ریڈکشن کے تخمینے کے مطابق دنیا میں کم نقصان دہ مصنوعات (ایچ آر پیز) کے استعمال کرنے والوں کی تعداد دس کروڑ ہے۔ بہت سارے تمباکو نوشوں کو تمباکو مصنوعات سے کم نقصان دہ مصنوعات کی طرف آنے سے روک دیا جاتا ہے۔

کم نقصان دہ تصور تمباکو کی روک تھام کی حکمت عملی کا تیسرا ستون ہے جسے ایف سی ٹی سی میں طلب اور رسد میں کمی کے ساتھ ہی نام دیا گیا ہے۔ ہم عالمی ادارہ صحت سے مطالبہ کرتے ہیں کہ وہ کم نقصان دہ تصور کو تمباکو کی روک تھام کے نقطہ نظر کا حصہ بنائے جیسا کہ اس نے پہلے سے ہی منشیات کے استعمال اور ایچ آئی وی/ایڈز کی روک تھام کیلئے کیا ہے اور اس لئے بھی کہ عالمی ادارہ صحت کے ایم پاور اقدامات کے خسارے کا مسئلہ حل ہو سکے۔ اس کیلئے ایم پاورڈ (MPOWERED) اقدامات کو MPOWER (بااختیار) بنایا جائے یعنی اس میں متاثرہ طبقات سے روابط قائم کرنا، تمباکو نوشوں کو نکوٹین کی حامل محفوظ مصنوعات کی طرف آنے کی ترغیب دینا اور محفوظ متبادل مصنوعات کے بارے میں درست معلومات پہنچانا شامل کیا جائے۔

عالمی ادارہ صحت کی رپورٹ کے اہم نکات:

1۔ 2020 میں دنیا کی 22.3 فی صد آبادی نے تمباکو کا استعمال کیا۔ 36.7 فیصد مردوں میں سے اور 7.8 فیصد خواتین نے تمباکو کا استعمال کیا۔ اس لوقت ساٹھ ممالک 2025 تک تمباکو کے استعمال میں کمی کا ہدف حاصل کرنے کی راہ پر گامزن ہیں۔

2۔ وقت کے ساتھ پھیلاؤ کی شرح میں کمی سب سے زیادہ امریکہ میں دیکھی گئی ہے۔ وہاں تمباکو کے استعمال کی اوسط شرح 2010 میں 21 فیصد سے کم ہوکر 2020 میں 16 فیصد تک آ گئی ہے۔

3۔ افریقی خطے میں 2020 میں تمباکو کے استعمال کی کم ترین اوسط شرح 10 فی صد ہے، جو 2010 میں 15 فی صد تھی۔

4۔ یورپ میں 18 فیصد خواتین اب بھی تمباکو کا استعمال کرتی ہیں، جو کہ کسی بھی دوسرے خطے کے مقابلے میں کافی زیادہ ہے۔ دنیا میں یورپ کی خواتین تمباکو کے استعمال کو کم کرنے میں سب سے سست ہیں۔

5۔ عالمی ادارہ صحت کے دیگر تمام طبقے 2025 تک خواتین میں تمباکو کے استعمال کی شرح کو کم از کم 30 فیصد تک کم کرنے کی راہ پر گامزن ہیں۔

6۔ عالمی ادارہ صحت کے مشرقی بحیرہ روم کے علاقے میں پاکستان واحد ملک ہے جو تمباکو میں کمی کے ہدف تک پہنچنے کے راستے پر گامزن ہے۔ دنیا کے جن چھ ممالک میں تمباکو کا استعمال بڑھ رہا ہے ان میں سے چار اس خطے میں واقع ہیں۔

7۔ جنوب مشرقی ایشیاء میں 432 ملین تمباکو نوشوں یا تمباکو نوشی کرنے والی 29 فی صد آبادی کے ساتھ اس وقت تمباکو کی شرح سب سے زیادہ ہے۔ مگر یہ وہ خطہ ہے جہاں تمباکو کا استعمال تیزی سے کم ہو رہا ہے۔ امکان ہے کہ یہ خطہ 2025 تک تمباکو کے استعمال کی شرح میں یورپی خطے اور مغربی بحرالکاہل کے خطے کی شرح تک پہنچ جائے گا۔

8۔ مغربی بحرالکاہل کے علاقے میں مردوں میں تمباکو کے استعمال کی شرح سب سے زیادہ ہونے کا اندازہ لگایا گیا ہے کہ 2025 تک وہاں تمباکو کا استعمال کرنے والوں کی تعداد 45 فی صد سے زیادہ ہو جائے گی۔

https://tobaccoreporter.com/2021/11/16/who-tobacco-use-falling-worldwide/?fbclid=IwAR3VYnasHxbs9igQYzOCyjv0_5BsOB8CppTB6LcUi9mn1pVU8HqFi8tal7Y

آلٹرنیٹو ریسرچ انیشیٹو 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 انیشیٹو نے 2019 میں تمباکو نوشی کے خاتمے اور اس کے جدید حل کو فروغ دینے کے لیے پاکستان الائنس فار ٹوبیکو اینڈ ہارم ریڈکشن قائم کیا۔