ARI ALTERNATIVE RESEARCH INITIATIVE

ALTERNATIVE RESEARCH INITIATIVE NEWSLETTER

September 2021

صفحہ 2
کم نقصان دہ مصنوعات تک رسائی آسان بنائی جائے
صفحہ 3
عوامی سطح پر ویپنگ مصنوعات کے اختیار تک رسائی دی جائے
صفحہ 4
پاکستان میں تمباکو نوشی کی روک تھام کا مستقبل

پاکستان میں سگریٹ نوشی کا خاتمہ کم نقصان دہ مصنوعات سے ممکن: تحقیق

پاکستان میں انسداد تمباکو نوشی کے لیے دو جہتی حکمت عملی اپنانے کی ضرورت ہے جس کے تحت انسداد تمباکو نوشی کی موثر وارزاں سہولیات اور کم نقصان دہ مصنوعات کو سگریٹ نوشی کے خاتمے کی قومی کوششوں کا حصہ بنایا جائے۔

یہ بات ایک تحقیق میں سامنے آئی ہے جو برطانیہ میں صحت عامہ کے ایک جریدے (جرنل ایڈوانسز ان پبلک ہیلتھ) میں شائع ہوئی ہے، جس میں سگریٹ نوشوں کی معلومات، رویے، سگریٹ اور متبادل مصنوعات کے استعمال سے متعلق ان کے تجربات کا جائزہ لیا گیا ہے۔ یہ تحقیق آلٹرنیٹیو ریسرچ انیشیٹیو (اے آر آئی) کی جانب سے پاکستان کے 13 اضلاع میں کی گئی ہے۔

Assessing the Knowledge, Attitude, and Practices of Cigarette Smokers and Use of Alternative Nicotine Delivery Systems in Pakistan: A Cross-Sectional Study

Abdul Hameed[1] and Daud Malik[1]

تحقیق کے مطابق، پاکستان میں زیادہ تر تمباکو نوش سگریٹ نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں۔ انہیں اس بات کا علم ہے کہ سگریٹ نوشی سے کینسر ہوتا ہے اور وہ یہ بھی مانتے ہیں کہ سگریٹ نوشی ان کے اردگرد لوگوں اور ان کے خاندان کی صحت کے لیے بھی نقصان دہ ہے۔ تاہم تمباکو نوشوں کو تدارک کی موثر سہولیات تک رسائی نہیں ملتی۔ "ڈھائی کروڑ میں سے چند ہزار تمباکو نوشوں کو تدارک کی سہولیات تک رسائی حاصل ہے جبکہ زیادہ تر ان سہویات سے محروم ہیں جو سگریٹ نوشی کے خاتمے میں بہت بڑی رکاوٹ ہے۔" تحقیق میں عوامی اور نجی مقامات پر سگریٹ نوشی کے استعمال پر پابندی کا قانون سختی سے نافذ کرنے کی سفارش کی گئی ہے۔

اگرچہ، پاکستان نے 2017 میں نکوٹین ریپلیسمنٹ تھراپی کو لازمی دائیوں کی فہرست میں شامل کیا ہے مگر یہ زیادہ مہنگے ہیں اور آسانی سے دستیاب نہیں ہوتے۔ تحقیق سے یہ بات واضح ہوتی ہے کہ سگریٹ نوشی ترک کرنے کا رجحان موجود ہے مگر کامیابی سے سگریٹ نوشی ترک کرنے کے لیے کوئی حکمت عملی اور باضابطہ طریقہ کار موجود نہیں ہے۔

تحقیق کے مطابق گزشتہ پانچ سالوں کے دوران پاکستان میں کم نقصان دہ تمباکو نوشی خصوصاً ای سگریٹ کے استعمال میں مستحکم طور پر اضافہ ہوا ہے۔ اپر مڈل طبقے کے علاقوں تک محدود، کم نقصان دہ مہنگی مصنوعات بغیر کسی ضابطے کے استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ مصنوعات قانونی طور پر درآمد کی جاتی ہیں اور افراد کسی ڈاکٹر کے مشورے یا ہدایت کے بغیر اپنے طور پر ان کا استعمال کرتے ہیں۔ اسلیے سگریٹ نوشی سے کم نقصان دہ مصنوعات کی طرف آنا افراد کے ذاتی فیصلے پر منحصر ہوتا ہے۔ بتایا گیا ہے کہ زیادہ تر تمباکو نوش کم نقصان دہ مصنوعات کے بارے میں نہیں جانتے۔ ان مصنوعات سے متعلق ان کی معلومات کے ذرائع ان کے دوست ہوتے ہیں اور یہ زیادہ تر جانے بغیر ان ہی مصنوعات کا استعمال کرتے ہیں۔

تمباکو نوشی ترک کرنے کی خواہش رکھنے والے تمباکو نوشوں کے لیے کم نقصان دہ مصنوعات کی طرف آنے میں بڑی رکاوٹ ان کی زیادہ قیمتیں ہیں۔

اس تحقیق میں شامل جواب دہندگان میں سے صرف دس اعشاریہ نو صد نے کم نقصان دہ مصنوعات پر ماہانہ چار ہزار روپے سے زیادہ خرچ کرنے پر رضامندی کا اظہار کیا۔ پاکستان میں ویپنگ کٹ کی قیمت 24 سے لیکر 162 ڈالر تک ہے اور اس کی بنیادی وجہ یہ ہے کہ ویپنگ کی مصنوعات درآمد کی جاتی ہیں۔

تحقیق میں اس بات پر زور دیا گیا ہے کہ ان مصنوعات کو مسترد کرنے کی بجائے پاکستان کو برطانیہ میں ان کے استعمال اور ضابطوں کا جائزہ لینا چاہیے۔ " کم نقصان دہ تمباکو نوشی کو سگریٹ نوشی کے خاتمے کی کوششوں کا حصہ بنانے کے لیے مختلف آپشنز کا جائزہ لیا جانا چاہیے اور کم نقصان دہ تمباکو نوشی کو قانون کے دائرے میں لانے کے لیے ذمہ دارانہ رویہ اپنانا چاہیے۔"

کم نقصان دہ مصنوعات تک رسائی آسان بنائی جائے

تمباکو نوشی کے خلاف جنگ کو دوبارہ منظّم کرنے والے کمیشن نے کم سے درمیانی درجے کی آمدنی والے کچھ ممالک میں کم نقصان دہ تمباکو نوشی تک رسائی اور ان کی سستے داموں فراہمی سمیت مقامی سطح پر سگریٹ نوشی کے خاتمے میں انہیں قابل قبول بنانے کے لیے پبلک پرائیوٹ شراکت داری کو فروغ دینے پر زور دیا ہے۔

کمیشن نے تمباکو نوشی کے خلاف جنگ کو دوبارہ منظّم کرنے کے حوالے سے اپنی ایک رپورٹ میں کہا ہے کہ فی الوقت تقریباً ایک ارب سے زیادہ لوگ تمباکو نوشی کرتے ہیں جبکہ دنیا کو تمباکو نوشی سے پاک بنانے کی جنگ کمزور پڑ گئی ہے۔" تمباکو سے سالانہ تقریباً اسی لاکھ افراد مر جاتے ہیں اور تقریباً 20 کروڑ افراد کی زندگیاں مفلوج ہو کر رہ جاتی ہیں۔ اس سے دنیا کو سالانہ دو کھرب ڈالر سے زیادہ کا نقصان پہنچتا ہے۔ایک اندازے کے مطابق یہ مجموعی ملکی پیداوار کا دو فی صد بنتا ہے۔ تمباکو نوشی کے خلاف جنگ کو منظّم کرنا واضح اور ضروری ہے۔"

رپورٹ میں سفارش کی گئی ہے کہ کم ''سے درمیانی درجے کی آمدنی والے ممالک میں تمباکو نوشی کے موثر خاتمے اور کم نقصان دہ تمباکو نوشی کے نفاذ کے لیے مالی مقدار کے فرق اور فنڈنگ کے طریقہ کار کو بہتر بنایا جائے۔" کم سے درمیانی اور زیادہ درجے کی آمدنی والے ممالک کے کمزور طبقوں میں سگریٹ نوشی کا مسلسل استعمال اس بات کا ثبوت ہے کہ تمباکو نوشی کے خاتمے کی سابقہ کوششیں غیر موثر یا کمزور تھی یا غیر موثر ہونے کے ساتھ ساتھ کمزور بھی تھی۔ اس بات پر بھی زور دیا گیا ہے کہ خصوصی طور پر کم سے درمیانی درجے کی آمدنی والے ممالک میں کثیر القومی، کثیر شعبہ جاتی اور شراکتی طور پر مستقبل کے حوالے سے جائزے لینے چاہئیں تا کہ تمباکو نوشی کے خاتمے، صحت پر اس کے اثرات، نئی مصنوعات اور بیس سالوں کے دوران اس کے اثرات سے متعلق حکمت عملی کیلیے ضروری معلومات حاصل کی جاسکیں۔ رپورٹ کے مطابق شواہد واضح طور پر ظاہر کرتے ہیں کہ کم نقصان دہ مصنوعات سگریٹ نوشی کے مقابلے میں کافی محفوظ ہیں اور نوجوان تمباکو نوشوں میں سگریٹ نوشی ترک کرنے کے لیے مددگار ذریعوں کے طور پر سامنے آئے ہیں۔" کم سے درمیانی درجے کی آمدنی والے ممالک میں کم نقصان دہ مصنوعات تک رسائی بڑھائی جائے کیوں یہ مصنوعات مہنگے ہو سکتے ہیں، اس لیے مالکان کو مقامی سطح پر ان مصنوعات کی تیاری کے لیے کمزور کمپنیوں کو ان مصنوعات کے جملہ حقوق دینے چاہئیں۔"

رپورٹ میں لوگوں کو تمباکو نوشی سے روکنے میں معالجوں کے کردار کو بڑھانے پر بھی زور دیا گیا ہے۔" یہ وقت ہے کہ معالج اپنی پسندیدہ نئی کم نقصان دہ مصنوعات کے ساتھ انسداد تمباکو نوشی کی کوششوں کی قیادت کریں۔" رپورٹ میں رائل کالج آف فزیشنز اور ورلڈ میڈیکل ایسوسی ایشن جیسے اداروں کی حوصلہ افزائی پر زور دیا گیا ہے تا کہ کم سے درمیانی آمدنی والے ممالک میں سگریٹ نوشی کے خاتمے میں ڈاکٹروں کے قائدانہ کردار کو بحال کیا جائے۔

رپورٹ کے مطابق کم عمر افراد بالغوں سے کئی گنا کم مقدار میں تمباکو نوشی کرتے ہیں اور زیادہ آمدنی والے ممالک میں نوجوانوں کی تمباکو نوشی کی شرح میں کمی آرہی ہے۔" فی الوقت، بہت سارے نوعمر سگریٹ نوشی کرتے ہیں، بالخصوص کم سے درمیانی درجے کی آمدنی والے ممالک میں جہاں قومی حکومتوں اور بین الاقوامی اداروں کی جانب سے نوجوانوں میں تمباکو نوشی کے مسئلے کو موثر طریقے سے اجاگر نہیں کیا گیا۔ متبادل مصنوعات کے استعمال میں اضافہ بھی تشویش ناک صورت اختیار کر لیتی ہے۔"

اس رپورٹ میں کمپنیوں کا ایک ایسا عالمی اتحاد تشکیل دینے کی حمایت کی گئی ہے جو اعلی رضا کارانہ معیارات کے مجموعے کی توثیق کریں اور اسے نافذ کریں۔ اس میں مارکیٹنگ کے وہ طریقے شامل ہوں جو جلنے والی سگریٹ اور کم نقصان دہ مصنوعات کی 21 سال سے کم عمر افراد تک رسائی روک سکیں۔ کمیشن نے حکومتوں سے یہ بھی مطالیہ کیا ہے کہ وہ سگریٹ اور کم نقصان دہ مصنوعات کی خریداری کے وقت ممکنہ خریداروں کی عمر کی تصدیق کے لیے ٹیکنالوجی کا استعمال لازمی قرار دیں۔

https://www.fightagainstsmoking.org/

عوامی سطح پر ویپنگ مصنوعات کے اختیار تک رسائی دی جائے

آدم رضوائی

جب پبلک ہیلتھ کینیڈا نے ویپنگ مصنوعات سے متعلق متنوع اور پیچیدہ قسم کا انضباطی طریقہ کار لاگو کیا تو انہیں بالآخر یہ تسلیم کرنا پڑا کہ "ویپنگ مصنوعات اور ای سگریٹ جلنے والی سگریٹ کے مقابلے میں کم مقدار میں نکوٹین فراہم کرتے ہیں اور" یہ کہ اگر آپ مکمل طور پر سگریٹ نوشی سے ویپنگ مصنوعات کی طرف آتے ہیں تو اس سے صحت کو قلیل مدتی فائدہ پہنچتا ہے۔"

پبلک ہیلتھ کی ویپنگ پر 2021 کی رپورٹ کے مطابق "مقامی سطح پر تمباکو نوشی ترک کرنے کی خدمات میں سے ویپنگ کا سگریٹ نوشی کے خاتمے کے لیے استعمال کی شرح سب سے زیادہ ہے۔ یہ شرح 2019 میں 59.7 فی صد تھی جو 2020 میں 74 فی صد تک پہنچ گئی۔

یہ بالکل واضح ہے کہ "جلنے والی سگریٹ کی فروخت میں تیزی سے کمی یہ ظاہر کرتی ہے کہ ویپنگ مصنوعات نوجوانوں کی تمباکو مصنوعات ترک کرنے میں مددگار ہیں۔'' (ڈیووری، 2020)۔ مزید یہ کہ ہم نے ایس ٹی ایل ٹی ایچ کے فورم پر" پبلک ہیلتھ کینیڈا کی جانب سے پچھلی بار پاس ہونے والے ضوابط کی پوری قوت کے ساتھ حمایت کی تھی جس میں زیادہ زوران کے 66 ملی گرام کرنے پر دیا گیا تھا کیوں کہ ہمارے نزدیک یہ کافی حد تک متنوع ہونا چاہیے تاکہ یہ بالغ تمباکو نوشوں کے تمام دھڑوں کو سگریٹ نوشی ترک کرنے کے ہر ایک مرحلے پر مطمئن کر سکیں۔

نیوزی لینڈ، برطانیہ اور یورپیئن یونین کے دیگر ارکان کافی عرصے سے ویپنگ کو نکوٹین ریپلیسمنٹ تھراپی (این آر ٹی) کی طرح موثر قرار دے چکے ہیں۔ نیوزی لینڈ نے حال ہی میں ویپنگ کی قانونی طور پر باضابطہ اجازت دے دی ہے تاکہ یہ بات واضح ہو کہ ویپنگ سے متعلق ایک جامع اور بدیہی قانونی طریقہ کار موجود ہے۔ ویپنگ کے متعلق قانون سازی میں پہل کرنے والے اس ملک میں " نکوٹین کی حامل مصنوعات کے لیے تمباکو مصنوعات کی طرح سخت ضوابط نہیں بنائے گئے (جیسا کہ آسٹریلیا میں ہے) مگر یہ مصنوعات کے حقیقی خطرے کے برابر ضرور ہے۔

اسی طرح، ان مصنوعات کو این آر ٹی کی طرح لیا جاتا ہے جو کہ یہ ہیں اور بالغ تمباکو نوشوں میں اس عادت کو ترک کرنے کی صلاحیت رکھنے کی بناء پر ان مصنوعات سے متعلق مناسب انداز میں منفرد اور ترمیم شدہ طریقہ کار کے ذریعے معاملہ کیا جاتا ہے۔ اس قسم کے نئے اور نظریاتی بنیادوں پر انضباط کا طریقہ پاکستانی مارکیٹ میں بھی یکساں طور پر فائندہ مند ہوگا۔

یہ ضروری ہے کہ ہم عوامی سطح پر ویپنگ مصنوعات تک رسائی کا اختیار دیں۔ تمباکو نوشی کے استعمال اور جلنے والی سگریٹ کے صحت پر اثرات کا سماجی و معاشی پہلو، جنس یا قومیت سے براہ راست کوئی تعلق نہیں ہے۔ یہ انتہائی ضروری ہے کہ ویپنگ مصنوعات پر ٹیکس کی شرح کم کی جائے تاکہ ان تمباکو نوشوں کے لیے ان کی فراہمی میں اضافہ ہو جو سگریٹ نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں۔

کیا ہم صرف ٹیکس کے محدود سکیم کے ذریعے تعصب کے بغیر ویپنگ کے استعمال کی حوصلہ افزائی اور کم نقصان دہ ذریعے کے طور پر ان مصنوعات کی رسائی جاری رکھ سکتے ہیں۔ نیوزی لینڈ کی طرح، ایس ٹی ایل ٹی ایچ نے بھی سفارش کی ہے کہ کینیڈا، پاکستان اور دنیا بھر میں بالغوں کے لیے نکوٹین کی مقدار کم کرنے کی بجائے بہتر یہ ہے کہ باریک بینی سے مصنوعات کی مارکیٹنگ اور اس کی فروخت کے انضباط کا بندوبست کیا جائے۔ یہ انتہائی بنیادی نکتہ ہے کہ ویپنگ مصنوعات کی فروخت کے مراکز کے حوالے سے انضباط کا بندوبست کیا جائے اور لائسنس شدہ دکانوں تک ہی یہ مصنوعات محدود کی جائیں جہاں تک صرف بالغوں کی رسائی ہو۔

بچوں کو ان مصنوعات کی فروخت کے مراکز تک رسائی نہیں دینی چاہیے اور ان مصنوعات کی ترویج کا بھی کم عمر افراد کو علم نہیں ہونا چاہیے۔ منطقی طور پر، اس پرچون فروش کی فروخت میں اضافہ ہوگا جو کم عمر افراد کو یہ مصنوعات بیچتا ہو۔ ویپنگ مصنوعات تک بچوں اور تمباکو نوشی نہ کرنے والے افراد کی کسی بھی صورت رسائی روکنے کے لیے ہر احتیاطی تدبیر لازمی طور اپنانا پڑے گی۔

پرچون فروش جوان دو قسم کے صارفین کا فائدہ اٹھاتے ہیں انہیں سزا دینی چاہیے۔ ایس ٹی ایل ٹی ایچ نے کینیڈا میں اس کی سفارش کی ہے اور کہا ہے کہ پاکستان میں بھی اس کا اطلاق فائدہ مند ہو سکتا ہے۔

ویپنگ مصنوعات کے نقصان دہ اثرات سے متعلق آگاہی کے لیے معلوماتی مواد تیار کرنے پر زیادہ توجہ دینی چاہیے۔ ایس ٹی ایل ٹی ایچ کینیڈا اور پاکستان میں اس مقصد کی حمایت اور تعاون کرتا ہے تاکہ نوجوانوں میں آگاہی پیدا ہو اور معلومات کی بنیاد پر ان لوگوں پر توجہ دی جائے جو ویپنگ نہ استعمال کرنے کا فیصلہ کرتے ہیں۔

میڈیا نہ صرف رائے بنانے میں بلکہ ویپنگ مصنوعات سے متعلق آگاہی پیدا کرنے میں بھی کلیدی کردار ادا کرتا ہے۔ یہ اہم بات ہے کہ نوجوانوں اور بالغوں کو تنقیدی سوچ جیسی مہارتوں سے متعلق آگاہ کیا جائے تاکہ جب انہیں ویپنگ مصنوعات سے متعلق گھڑا ہوا مواد یا گمراہ کر دینے والی معلومات سے واسطہ پڑے تو وہ اچھے انداز میں ان کا مقابلہ کر سکیں۔

ہم سب بالغوں کی تمباکو نوشی ترک کرنے میں مدد کر رہے ہیں؛ ہم تمباکو نوشی کی عادی ایک اور نسل نہیں بنانا چاہتے۔ 2015 کے ایک جائزے کے مطابق، جائزے میں شامل جن جواب دہندگان نے اوسطاً سات ماہ کے لیے ای سگریٹ کا استعمال کیا ان کے 66 فی صد نے کامیابی کے ساتھ سگریٹ نوشی ترک کی تھی۔

اس جائزے کے مطابق 72 فی صد جواب دہندگان فلیورز استعمال کرتے ہیں جبکہ ان مصنوعات کا استعمال کرنے والے، تمباکو اور مینتھول پر تہیہ کرنے والوں سے زیادہ تعداد میں سگریٹ نوشی ترک کرتے ہیں۔

درحقیقت، جواب دہندگان میں سے سگریٹ نوشی ترک کرنے والوں میں سے ان کی تعداد دو، ڈھائی گنا زیادہ ہیں جو فروٹی، کینڈی یا بیکری والے فلیورز استعمال کرتے ہیں۔ اس مطالعے کے مصنفوں نے اختتام ان الفاظ میں کیا ہے کہ " نگرانوں کو چاہیے کہ فلیورز پر پابندی کے فائدے اور نقصان کا بارک بینی سے جائزہ لیں" کیوں کہ "موجودہ سائنس ایسے فیصلے کی حمایت نہیں کرے گی۔"

ای سگریٹ پر پابندی سے متعلق کوئی بھی کوشش ان تمباکو نوشوں کو نقصان پہنچائے گی جو اس کے استعمال کے ذریعے سے سگریٹ نوشی ترک کرنا چاہتے ہیں۔ فیلوز پر پابندی کا اثر چور بازار کی صورت میں سامنے آئے گا جہاں غیر معیاری مصنوعات کی تجارت بھی ہو سکتی ہے، جس کا نتیجہ ویپنگ استعمال کرنے والے بالغوں کی صحت اور ان کے تحفظ کو خطرے میں ڈالنے کی صورت میں نکلے گا۔

فلیورز ویپنگ مصنوعات کے سب سے زیادہ پرکشش عناصر ہیں جو بالغ تمباکو نوشوں کو ان مصنوعات کے استعمال کرنے کی طرف راغب کرتے ہیں۔ فلیورز سگریٹ نوش بالغوں کے لیے تمباکو کے بدمزہ ذائقے کی بہ نسبت بہتر انتخاب ہیں جس سے وہ اپنی نکوٹین کی طلب بھی پوری کر سکتے ہیں۔

پاکستان میں تمباکو نوشی کی روک تھام کا مستقبل

پائیدار ترقی کے اہداف 3 کے تحت — اچھی صحت اور تندرستی — ایک ہدف یہ ہے کہ "تمام ممالک میں تمباکو نوشی کے خاتمے کے لیے عالمی ادارہ صحت کے کنونشن فریم ورک (ایف سی ٹی سی) کے نفاذ کو بہتر بنایا جائے۔" ایف سی ٹی سی کے نفاذ کی پیمائش کی علامت "15 سال یا اس سے زیادہ عمر کے افراد میں تمباکو نوشی کے موجودہ استعمال کی عمر کے مطابق پھیلاؤ ہے۔"

اقوام متحدہ نے پائدار ترقی کے اہداف کی کارکردگی پر سنہ 2020 میں اپنی ایک رپورٹ میں کہا ہے کہ تمباکو سے پیدا ہونے والی بیماریوں کی وجہ سے 2017 میں مرنے والے افراد کی تعداد تقریباً اکیاسی لاکھ تھی۔ عالمی سطح پر مردوں میں تمباکو کے استعمال کا پھیلاؤ 2018 میں 38 فی صد تھا جبکہ اس کے مقابلے میں خواتین میں یہ شرح 8.5 فی صد تھی۔

اس سے قبل پائدار ترقی کے اہداف پر 2019 کی ایک رپورٹ میں کہا گیا تھا کہ "تمباکو کے استعمال کے پھیلاؤ میں کمی آئی ہے، 2000 میں تمباکو کے استعمال کی شرح 27 فی صد تھی جو 2016 میں 20 فی صد تک گر گئی۔ مردوں کے مقابلے میں خواتین میں تمباکو کے استعمال کے پھیلاؤ میں زیادہ تیزی سے کمی آئی ہے، 2000 میں خواتین میں تمباکو کے استعمال کی شرح 11 فی صد تھی جو 2016 میں 6 فی صد تک گری، جبکہ مردوں میں یہ شرح صرف 43 سے 34 فی صد تک نیچے آئی" تاہم، یہ صورت حال اس بات کی طرف اشارہ کرتی ہے کہ تمباکو کے استعمال سے سالانہ اکیاسی لاکھ اموات ہوتی ہیں۔ یہ انتہائی خراب صورت حال کی عکاسی کرتی ہے بالخصوص اس وقت یہ مزید سنگینی کی صورت اختیار کر لیتی ہے جب 1.1 ارب تمباکو نوشوں میں سے 80 فی صد کا تعلق کم سے درمیانی درجے کی آمدنی والے ممالک سے ہوں۔ جبکہ ایف سی ٹی سی کے تحت گزشتہ دو دہائیوں میں کامیابیوں کے باوجود ان ممالک میں تمباکو کے استعمال کے مسائل حل سے کوسوں دور ہیں۔

اس سلسلے میں ایک کیس پاکستان کا ہے جو اس دور سے بہت آگے نکل آیا ہے جب تمباکو کے اشتہارات معمول کی اجتماعی زندگی کا حصہ ہوتے مگر پرنٹ، الیکٹرانک، سوشل میڈیا اور اس دائرے سے باہر حلقوں میں اس کا کوئی ذکر نہیں ہے۔ اسے بڑی کامیابی قرار دیا جا سکتا ہے۔ درحقیقت یہ بڑی کامیابی ہے۔ تمباکو نوشی کے خاتمے میں دوسری کامیابیوں میں عوامی مقامات سے لیکر سکولوں، ہسپتالوں، دفاتر، ریسٹورانوں اور پبلک ٹرانسپورٹ میں سگریٹ نوشی کرنے پر پابندیاں شامل ہیں۔ 2018 میں نابالغوں کو کھلے عام سگریٹ بیچنے پر پابندی عائد کی گئی۔ اسی طرح سگریٹ کے 85 فی صد ڈبوں پر سگریٹ نوشی کا صحت کے لیے خطرے سے متعلق انتباہ کا منصوبہ بنایا گیا جو فی الوقت 60 فی صد ڈبوں کا احاطہ کرتا ہے۔

تاہم کچھ پریشان کن حقائق بھی ہیں۔

نوجوانوں میں تمباکو کے استعمال سے متعلق 2014 کے عالمی سروے کے مطابق، پاکستان میں پانچ میں سے تقریباً ایک نوجوان سگریٹ نوشی کرتا ہے اور ان تمباکو نوشوں کی تعداد تقریباً ڈھائی کروڑ ہیں۔ پانچ میں سے ایک یعنی 19 فی صد نوجوان جن کی عمریں 15 سال سے زیادہ ہیں، وہ تمباکو نوش ہیں جن میں مردوں کی تعداد 31.8 اور خواتین کی 5.8 فی صد ہے۔

تمباکو نوشی کی بڑی کمپنیاں پاکستان میں جگہ بنا رہی ہیں۔ وبائی مرض کے سال یعنی 2020 میں، فلپ موریس پاکستان نے بجٹ کے بعد ستمبر میں ختم ہونے والی سہ ماہی کے لیے 8.2 ارب یعنی 53 فی صد سالانہ اضافہ ریکارڈ کیا۔ اسی طرح جولائی تا ستمبر کی سہ ماہی میں پاکستان ٹوبیکو کمپنی نے مجموعی طور پر 27 فی صد اور سالانہ 41 فی صد خالص اضافہ ریکارڈ کیا۔ پاکستان نے 2020 میں جولائی، اگست اور ستمبر کے مہینوں میں 4.8، 3.9 اور 4.2 ارب کے سگریٹ بنائے۔ سگریٹ کی سالانہ پیداوار تقریباً 57 ارب ہے۔

اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ پاکستان میں تمباکو نوشی کے خلاف جنگ ختم ہونے سے بہت دور ہے۔ پاکستان نے گزشتہ دو دہائیوں میں تمباکو نوشی کے خاتمے کی کوششوں میں انسداد سگریٹ نوشی کی اہمیت کو نظر انداز کیے رکھا۔ 2017-18 میں کہیں جا کر نکوٹین ریپلیسمنٹ تھراپی (این آر ٹی) کو دوائیوں کی لازمی فہرست میں شامل کیا گیا مگر اس کی سستے داموں دستیابی اب بھی ایک بڑا مسئلہ ہے۔

مزید یہ کہ، پاکستان میں تمباکو نوشی کی روک تھام کا اصل قانون انسداد سگریٹ نوشی کو زیر بحث نہیں لاتا۔

کم نقصان دہ تمباکو نوشی کی بنیاد یہ تصور ہے کہ لوگ نکوٹین کے لیے سگریٹ نوشی کرتے ہیں مگر وہ مرتے ٹار سے ہیں۔ یہ کارآمد ہے کیوں کہ تمباکو نوشی سے منسوب بیماریوں کا خطرہ دھوئیں سے پیدا ہوتا ہے۔ ٹار اور زہریلے مادوں کے ذرات تمباکو کے جلنے سے سانس کھینچنے کے ذریعے جسم میں داخل ہوتے ہیں۔ نکوٹین انحصار پیدا کرتا ہے جس کی وجہ سے لوگ سگریٹ نوشی کرتے ہیں۔ دھوئیں میں ہزاروں زہریلے مادے ہوتے ہیں، جن میں سے اکثر جلنے کے دوران پیدا ہوتے ہیں۔ اگر تمباکو نوش سگریٹ کے ایسے متبادل تلاش کر سکیں جس میں جلنے کا عمل شامل نہ ہو اور وہ نکوٹین فراہم کرتے ہوں تو وہ بیماری کے تقریباً سب خطرات سے بچ جائیں گے۔

پاکستان میں گزشتہ پانچ برسوں کے دوران کم نقصان دہ تمباکو نوشی کا اظہار ای سگریٹ استعمال کرنے والوں کی صورت میں ہوا ہے۔ ملک میں تقریباً 100 کے قریب ای سگریٹ کی دکانیں ہیں۔ ای سگریٹ استعمال کرنے والوں میں سے زیادہ تر 18-35 سال کے عمر والے ہیں جو شہری علاقوں میں رہنے والے تعلیم یافتہ اور مالی طور پر مضبوط ہیں۔ پاکستان میں ای سگریٹ قانونی طور پر درآمد کی جاتی ہیں، اگرچہ ان کے بارے میں کوئی حکمت عملی نہیں ہے۔ حکومت کی جانب سے ای سگریٹ کی درآمد پر صرف ٹیکس اور ڈیوٹی عائد کی گئی ہے۔

اگر کوئی پائدار ترقی کے اہداف کے مقاصد سے متعلق پاکستان کی کارکردگی کا جائزہ لے تو وہ یقیناً مایوس کن ہے۔ پاکستان 56.2 پوائنٹس کے ساتھ 166 ممالک میں سے 134 ویں نمبر پر ہے۔ پائدار ترقی کے اہداف تین کے تحت ایف سی ٹی سی کا ذکر نہ ہونا زیادہ مایوس کن ہے۔

پاکستان کو جلنے والی سگریٹ کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے ضروری اقدامات کی ضرورت ہے۔ ان اقدامات میں سے پہلی چیز جلنے والی سگریٹ میں کمی لانے کی حکمت عملی ہے۔ پاکستان دو دہائیوں تک تمباکو کی روک تھام پر کام کرنے کے باوجود بھی اس حوالے سے قومی حکمت عملی نہیں رکھتا۔ اگر تمباکو نوشوں سمیت تمام شراکت داروں کی مشاورت سے ایک حکمت عملی بنائی جائے تو اسے سائنسی شواہد کی بنیاد پر ہونا چاہیے جس میں کم نقصان دہ تمباکو نوشی کو تدارک کے ایک لازمی حل کے طور پر شامل کرنا چاہیے۔

الٹرنیٹیو ریسرچ انیشیٹیو 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 انیشیٹیو نے 2019 میں تمباکو نوشی کے خاتمے اور اس کے جدید حل کو فروغ دینے کے لیے پاکستان الائنس فار نکوٹین اینڈ ٹبیکو ہارم ریڈکشن قائم کیا۔

To know more about us, please visit: www.aripk.com and www.panthr.org
Follow us on www.facebook.com/panthr.emr | https://twitter.com/panthr4 | https://instagram.com/panthr.ari
Office # 08, First Floor, Al-Anayat Mall, G-11 Markaz, Islamabad, Pakistan Tel: +92 51 8449477 Email: info@aripk.com