

ALTERNATIVE RESEARCH INITIATIVE NEWSLETTER

July 2024

صفحہ 2

مالی مدد سے پس ماندہ طبقوں میں ترک تمباکو نوشی کی شرح وگنی

صفحہ 3

نیوزی لینڈ 2025 تک تمباکو سے پاک ملک بننے کی راہ پر گامزن

صفحہ 4

امریکی سپریم کورٹ کے فیصلے سے ایف ڈی اے کمزور صحت حامی کا مستقبل داؤ پر
شکرگزاری سے تمباکو نوشی کی طلب میں کمی

قطر : ترک تمباکو نوشی میں مراکز صحت کا کردار، کامیابی کی شرح 63.5 فیصد

سہولیات کی بڑے پیمانے پر ترویج کرنی چاہیے۔ اس تحقیق کا بنیادی مقصد ان تمباکو نوشوں کے پس منظر، خصوصیات اور ان میں تمباکو نوشی ترک کرنے کی شرح کا جائزہ لینا ہے جو پرائمری ہیلتھ کیئر سنٹروں میں ترک تمباکو نوشی کی خدمات و سہولیات سے استفادہ کر رہے ہیں۔ تحقیق میں ابتدائی طور پر تمباکو نوشی ترک کرنے کے بعد دوبارہ شروع کرنے والے افراد پر بھی توجہ دی گئی۔

اس تحقیق میں پرائمری ہیلتھ کیئر سنٹروں میں مدد حاصل کرنے والے 490 مختلف افراد کو شامل کیا گیا۔ شرکاء میں سے 96.3 فیصد سگریٹ نوش تھے۔ تحقیق کے مطابق سروے میں شریک افراد میں

39 سال اور 28 فیصد

40 سے 49 سال تھیں۔ زیادہ تر یعنی 90.2 فیصد شرکاء

ایسے مرد تھے جو دس برس سے زیادہ عرصے سے تمباکو نوشی

کر رہے تھے۔ اس بات کی بھی نشاندہی کی گئی ہے کہ یہ مراکز

تربیت یافتہ ڈاکٹرز کی زیر سرپرستی کام کر رہے ہیں جو موثر

کونسلنگ اور دوائیوں سے تمباکو نوشی ترک کرنے میں لوگوں

کی مدد کر رہے ہیں۔ ان مراکز تک رسائی دو طریقوں کی

جاسکتی ہے۔ پہلا یہ کہ ڈاکٹر آپ کو وہاں بھیج دیں اور دوسرا یہ ہے کہ آپ براہ راست ہیلپ لائن

نمبر 107 پر کال کریں اور ڈاکٹر سے ملاقات کا وقت لے لیں۔

پرائمری ہیلتھ کیئر سنٹروں سے منسلک محققین اور ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ اس تحقیق سے یہ نتیجہ اخذ کیا گیا

ہے کہ زیادہ خطرے کے حامل افراد کی مدد پر توجہ دینے اور مقامی آبادی تک ان خدمات و سہولیات کی

رسائی بہتر بنانے کی ضرورت ہے۔ اس کے لیے معاشرے کے کردار، مختلف طبقوں کے تعاون سے

استفادہ کرنے، ترک تمباکو نوشی کی خدمات و سہولیات کے لیے قانون سازی اور پالیسی اقدامات

اٹھانے سمیت موجودہ خدمات و سہولیات کی تشہیر کرنی چاہیے۔



قطر کے پرائمری ہیلتھ کیئر کارپوریشن کی ایک حالیہ تحقیق میں انکشاف ہوا ہے کہ ترک تمباکو نوشی کے مراکز سے مدد حاصل کرنے والے افراد میں سے 63.5 فیصد اپنی اس عادت کو ترک کرنے میں کامیاب ہوئے ہیں تاہم تحقیق میں شریک افراد کی قومیت اور تعلیمی قابلیت کی بنیاد پر تمباکو نوشی ترک کرنے میں نمایاں فرق سامنے آیا ہے۔

تحقیق کے مطابق ابتدائی طور پر اپنی اس عادت کو ترک کرنے والے 23.3 فیصد افراد نے تمباکو نوشی ترک کرنے کا کورس مکمل کرنے کے چھ ماہ بعد دوبارہ تمباکو نوشی شروع کی اور وقت کے ساتھ ساتھ اس

میں اضافہ دیکھا گیا۔ 12 ماہ بعد یہ شرح 38.7

فیصد، دو سال بعد 47.2 فیصد اور تین سال بعد 51.1

فیصد ریکارڈ کی گئی۔ ساڑھے تین سال بعد 45.8 فیصد

شرکاء تمباکو نوشی نہ کرنے کی حیثیت برقرار رکھے ہوئے

تھے۔

تحقیق میں اس بات کو اجاگر کیا گیا ہے کہ پرائمری ہیلتھ

کیئر کارپوریشن کی جانب سے تمباکو نوشی ترک کرنے کے

لیے فراہم کی جانے والی خدمات میسر ثابت ہوئیں اور ان کا نتیجہ نمایاں کامیابی کی صورت میں سامنے

آیا کیوں کہ مراکز صحت سے مدد لینے والے افراد کی ایک بڑی تعداد اپنی اس عادت کو ترک کرنے میں

کامیاب ہوئی۔

اس تحقیق کا عنوان 'قطر کے بنیادی مراکز صحت میں ترک تمباکو نوشی کی خدمات و سہولیات کے لیے

رجوع کرنے والے افراد کے سماجی پہلوؤں اور ان میں تمباکو نوشی ترک کرنے کا جائزہ' ہے۔

تحقیق کے مطابق پرائمری ہیلتھ کیئر سنٹروں میں ترک تمباکو نوشی کی خدمات و سہولیات قلیل اور طویل

مدت میں موثر تھیں۔ تحقیق میں یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ زیادہ آمدن اور تعلیمی قابلیت کے ساتھ

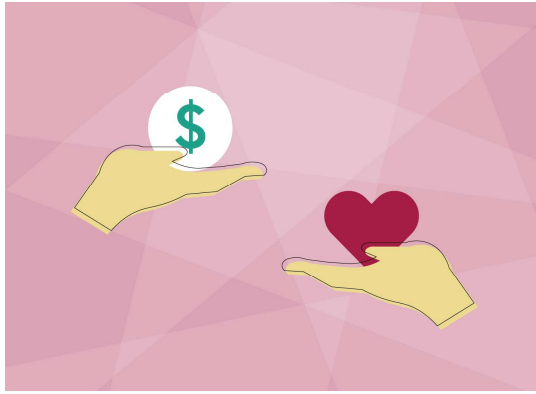
نوجوان تمباکو نوش اس گروپ میں شامل ہیں جنہیں اپنی اس عادت سے خطرات لاحق ہیں۔

تحقیق میں تجویز دی گئی ہے کہ مقامی سطح پر زیادہ لوگوں تک پہنچنے کے لیے کارپوریشن کو اپنی خدمات و

مالی مدد سے پسماندہ طبقوں میں ترک تمباکونوشی کی شرح دگنی

حاصل کی ہو اور ساتھ میں مالی مدد کی پیشکش بھی دی جائے تو ان کی کامیابی ہر ہفتہ بڑھتی جاتی ہے۔ اگر وہ درمیان میں بھٹک جائیں اور دوبارہ تمباکو استعمال کر لیں تو مالی پیشکش انہیں دوبارہ تمباکو نوشی ترک کرنے پر آمادہ کرتی ہے کیوں کہ اگر وہ ایک ہفتہ ڈالر نہ کمائیں تو تمباکو نوشی نہ کرنے کی صورت میں ان کے پاس اگلے ہفتہ پھر کمانے کا موقع ہوتا ہے۔ گوکہ یہ کلینیکل ٹرائل کورونا سے پہلے یعنی 2017 میں شروع ہوا مگر درمیان میں کورونا آیا اور دو سال اس کی نذر ہو گئے اس لیے یہ 2022 تک جاری رہا۔ تحقیق کے نتائج پر کورونا کے اثرات بھی مرتب ہوئے ہیں کیوں کہ کورونا سے پہلے تحقیق میں شریک مالی مدد حاصل کرنے والے گروپ کے شرکاء میں ترک تمباکو نوشی کی شرح کورونا کے بعد شریک کرنے والے افراد کے مقابلے میں کافی زیادہ تھی۔ انہوں نے کہا کورونا کی وبا کے عروج کے دنوں میں لوگوں کے لیے تمباکو نوشی ترک کرنا بہت مشکل تھا جس کا ہمیں زیادہ نقصان ہوا کیوں کہ اگر یہ تحقیق کورونا سے پہلے مکمل ہو جاتی تو ترک تمباکو نوشی میں کامیابی کی زیادہ شرح سامنے آتی۔

اس سلسلے میں کوششیں جاری ہیں کہ اس تحقیق کے نتائج کی روشنی میں ترک تمباکو نوشی کی حکمت عملی بنائی جائے اور اسے بڑی تعداد میں لوگوں تک پہنچایا جائے۔ کینیڈا کا ہوما ٹو بیکو سیٹلمنٹ انڈومنٹ ٹرسٹ (ٹی ایس ای ٹی) کے ساتھ اس سلسلے میں کام بھی کر رہی ہیں۔ ٹی ایس ای ٹی اٹلا ہوما ٹو بیکو ہیلتھ لائن کو فنڈ دیتا ہے تاکہ وہ مدد کے لیے فون پر رابطہ کرنے والے تمباکو نوشوں کے لیے اپنی عادت ترک کرنے کے مالی پیشکش کے پروگرام اور اس کے نفاذ کا جائزہ لے سکے۔ ٹی ایس ای ٹی ریاست کے فنڈ سے چلنے والا ادارہ ہے جس کا قیام 1998 میں تمباکو کی کمپنیوں کے ساتھ ماسٹر سیٹلمنٹ معاہدے کے تحت عمل میں لایا گیا۔ سن 2000



میں اٹلا ہوما وہ پہلی ریاست بنی جہاں کے باشندوں نے آئینی طور پر کینیڈا اور دل کی بیماری سے بچاؤ کے لیے فنڈ مختص کرنے کے حق میں ووٹ دیا۔

کینیڈا بھی سمارٹ فون کے ذریعے ایک نئی تحقیق کے لیے شرکاء کا اندراج کر رہی ہیں جس کا مقصد مالی مدد کے ساتھ اور اس کے بغیر ترک تمباکو نوشی کے علاج کی افادیت کا جائزہ لینا ہے۔ اس تحقیق کے شرکاء کی مکمل کونسلنگ کی جائے گی اور وہ کوئٹین ریٹیلیمینٹ تھراپی بذریعہ ای میل وصول کر سکیں گے۔ ان کے موبائل کے ساتھ کاربن مونو آکسائیڈ کی مانیٹرنگ ڈیوائس بھی منسلک کی جائے گی جس سے تمباکو نوشی ترک کرنے کے عمل کی تصدیق اور اپنی یہ عادت ترک کرنے والے افراد کی شناخت بھی ممکن ہو سکے گی۔ شرکاء کو کارڈ کا ڈکریٹو بھی مختص رقم کی ادائیگی کی جائے گی۔

انہوں نے کہا کہ ہماری نئی شائع ہونے والی تحقیق میں ہم نے اٹلا ہوما کے باشندوں کے ساتھ کام کیا ہے جو ترک تمباکو نوشی کے لیے کلینک آتے تھے مگر کچھ لوگ کلینک آنے سے قاصر ہوتے ہیں۔ ہم اس نئی تحقیق میں سمارٹ فون کی مدد سے زیادہ لوگوں تک پہنچ سکتے ہیں کیوں کہ زیادہ تر لوگ سمارٹ فون استعمال کرتے ہیں۔ انہوں نے کہا ہم سمجھتے ہیں کہ تمباکو نوشی ترک کرنے کی کوششوں میں مالی مدد کی پیشکش کے اضافے سے کچھ لوگوں کو درپیش مسائل کم ہوں گے اور اس سے انہیں ترک تمباکو نوشی میں مدد ملے گی۔

یونیورسٹی آف اٹلا ہوما کے ایک محقق کی جانب سے شائع ہونے والی تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ مالی مدد کی پیشکش تمباکو نوشی ترک کرنے میں تمباکو نوشوں کی مدد کے سلسلے میں اہم کردار ادا کر سکتی ہے۔ تحقیق کے مطابق جب پسماندہ طبقے سے تعلق رکھنے والے افراد کو (کونسلنگ، دوائی یا کوئٹین ریٹیلیمینٹ تھراپی کے ساتھ) تمباکو نوشی ترک کرنے کے لیے معمولی مدد کی پیشکش کی جاتی ہے تو ان افراد کے مقابلے میں جنہیں یہ مدد نہیں ملتی، مدد حاصل کرنے والے افراد میں تمباکو نوشی ترک کرنے کی شرح زیادہ ہوتی ہے۔ کچھ اندازوں کے مطابق اس سے ترک تمباکو نوشی کی شرح دگنی ہو جاتی ہے۔ یہ اہم نکتہ ہے کیوں کہ پسماندہ طبقات میں بالغ افراد میں تمباکو کے استعمال کا رجحان زیادہ ہوتا ہے، ان کے لیے اپنی اس عادت کو ترک کرنا مشکل بھی ہوتا ہے اور وہ باقی لوگوں کی بہ نسبت تمباکو سے پیدا ہونے والی بیماریوں اور اموات کا زیادہ شکار ہوتے ہیں۔

یہ تحقیق ڈاکٹر ڈارلا کیوز بیڑی کی سرپرستی میں امریکن میڈیکل ایسوسی ایشن کے جرنل جامائیٹ ورک اوپن میں شائع ہوئی ہے۔ ڈاکٹر کیوز بیڑی یوہیلتھ سٹیٹسٹیکس کیمرسنٹر میں ٹی ایس ای ٹی ہیلتھ پروموشن سنٹر کی شریک ڈائریکٹر اور ایوکال آف میڈیسن میں فیمیلی میڈیسن کی پروفیسر ہیں۔ انہوں نے کہا یہ زبردست نتیجہ سامنے آیا ہے کہ معمولی مالی مدد کی پیشکش سے ترک تمباکو نوشی کی شرح دگنی ہو گئی۔ یہ اٹلا ہوما کی کاؤنٹیوں (اضلاع) کے لیے زیادہ اہمیت کا حامل ہے کیوں کہ وہاں غربت بہت زیادہ ہے، لوگوں نے اپنی ہیلتھ انشورنس نہیں کرائی اور انہیں دیگر سماجی و معاشی مسائل بھی درپیش ہیں۔ کچھ کاؤنٹیوں میں تمباکو نوشی کی شرح 30 فیصد سے زیادہ ہے جو کہ قومی سطح پر لگائے گئے اندازوں سے کہیں زیادہ ہے۔

اس تحقیق کے نتائج کلینیکل ٹرائل سے اخذ کیے گئے ہیں جس میں بالغ تمباکو نوشوں کو دو گروپوں میں تقسیم کیا گیا۔ پہلے گروپ میں وہ افراد شامل تھے جنہوں نے ترک تمباکو نوشی کے ماہرین سے دوائی اور کونسلنگ لی تھی جبکہ دوسرا گروپ ان افراد پر مشتمل تھا جنہیں ان خدمات و سہولیات کے ساتھ ساتھ تمباکو نوشی ترک کرنے کے لیے مالی مدد بھی ملی تھی۔ اس گروپ کے شرکاء تمباکو نوشی ترک کرنے کے بعد کے ابتدائی کچھ ہفتوں میں تمباکو کے استعمال سے پرہیز کرنے کی صورت میں ہفتہ وار 150 ڈالر کمائے تھے۔ مالی مدد کی پیشکش 20 ڈالر سے شروع ہوئی اور پھر اس میں ہر ہفتہ پانچ ڈالر کے حساب سے اضافہ ہوتا گیا۔ اس کے علاوہ آٹھ اور بارہ ہفتوں کے دوران فالو اپ رائونڈ کے دوران تمباکو نوشی سے پرہیز کرنے والے ہر فرد کے لیے اضافی 50 ڈالر مختص کیے گئے۔ تمباکو نوشوں کو کاربن مونو آکسائیڈ کی مانیٹرنگ ڈیوائس بھی ملے گی اور انہیں اپنی اس عادت کو ترک کر سکیں گے۔ ٹرائل شروع ہونے کے چھ ماہ بعد مالی مدد حاصل کرنے والے افراد میں سے تقریباً 23.5 فیصد تمباکو نوشوں نے اپنی عادت ترک کرنے میں کامیابی حاصل کی تھی جبکہ دوسرے گروپ کے تمباکو نوشوں میں یہ شرح 12.1 فیصد تھی۔ ڈاکٹر کیوز بیڑی نے کہا کہ مالی مدد کی پیشکش سے لوگ تمباکو نوشی ترک کرنے پر آمادہ ہوئے، اس سے انہیں اپنی اس عادت سے جان چھڑانے کے پروگرام کو مکمل کرنے اور توجیز کی گئی دوائیاں استعمال کرنے کی حوصلہ افزائی بھی ملی۔ انہوں نے کہا ابتدائی کامیابی اور مالی مدد کی پیشکش کی بدولت لوگوں کی تمباکو نوشی ترک کرنے کی صلاحیت میں اضافہ ہوا کیوں کہ لوگ تمباکو نوشی ترک کرنے کے بارے میں الجھن کا شکار ہوتے ہیں اور انہیں یہ یقین نہیں ہوتا کہ وہ اسے ترک کر سکیں گے مگر جب لوگوں نے ابتدائی طور پر کچھ کامیابی

نیوزی لینڈ 2025 تک تمباکو سے پاک ملک بننے کی راہ پر گامزن

سے پانچ برسوں کے دوران تمباکو نوشی کی شرح میں پچاس فیصد تک کمی لانے میں کامیابی حاصل کی ہے۔ اس کامیابی کی بدولت نیوزی لینڈ ان ممالک کی فہرست میں شامل ہو گیا ہے جو سب سے پہلے تمباکو سے پاک حیثیت کے حصول کے قریب پہنچ گئے ہیں۔ جس ملک میں بالغ افراد میں تمباکو کے استعمال کی شرح پانچ فیصد سے کم ہو جائے تو اسے تمباکو سے پاک ملک قرار دے دیا جاتا ہے۔

اس رپورٹ میں اور بھی مفید معلومات اور تجاویز پیش کی گئی ہے جنہیں عالمی سطح پر تمباکو نوشی کی شرح میں کمی اور صحت عامہ میں بہتری لانے کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس میں پالیسی سازوں، ماہرین صحت اور دنیا بھر میں صحت عامہ کے کارکنوں کی رہنمائی کے لیے نیوزی لینڈ کی حکمت عملی سے استفادہ کرنے کی ضرورت پر زور دیا گیا ہے اور یہ بھی تجویز دی گئی ہے کہ عالمی سطح پر تمباکو نوشی ترک کرنے کی موثر حکمت عملی کے لیے نیوزی لینڈ کا تجربہ بہت کارآمد ثابت ہو سکتا ہے۔



نیوزی لینڈ سویڈن اور جاپان کی طرح ٹوبیکو ہارم ریڈکشن (تمباکو کے نقصان میں کمی) کی مدد سے ملک میں تمباکو کے استعمال کی شرح 2025 تک پانچ فیصد سے کم کرنے کا خواہاں ہے۔ ویپنگ مصنوعات کی طرح ہیٹڈ ٹوبیکو پروڈکٹس بھی استعمال ہوتی ہیں جن کی مدد سے بغیر تمباکو جلانے کو ٹین حاصل ہوتی ہے۔ تحقیقات کے مطابق یہ مصنوعات سگریٹ کے مقابلے میں تو کم نقصان دہ ہیں مگر ویپنگ کے مقابلے میں زیادہ نقصان کی حامل ہیں تاہم ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ مارکیٹ میں بغیر تمباکو کی جتنی مصنوعات میسر ہوں گی، یہ تمباکو نوشوں کے لیے زیادہ بہتر ہوگا کیوں کہ اس طرح انہیں اپنی ضرورت کے مطابق ایسی پروڈکٹ کے استعمال کرنے کا موقع ملے گا جو ان کے لیے تمباکو نوشی ترک کرنے میں بھی مددگار ثابت ہو۔

نیوزی لینڈ نے ہیٹڈ ٹوبیکو پروڈکٹس پر ایکسائز ٹیکس میں پچاس فیصد تک کمی کر دی ہے۔ ماہرین صحت اس فیصلے کو ٹوبیکو ہارم ریڈکشن میں رہنما کردار ادا کرنے کی جانب ایک اہم قدم کے طور پر دیکھ رہے ہیں۔ ٹیکس میں پچاس فیصد کمی کرنے سے ایک طرف یہ مصنوعات زیادہ قابل رسائی ہو جائیں گی اور دوسری طرف اس سے ان کے حق میں ایک موثر پیغام بھی جائے گا۔ جاپان میں ان مصنوعات سے استفادہ کرنے کی بدولت سگریٹ کی فروخت میں نمایاں کمی آئی ہے اور شاید جاپان کی یہ کامیابی نیوزی لینڈ کے لیے مشعل راہ ہو۔

ٹکوٹین کی متبادل مصنوعات جتنی زیادہ ہوں، اتنا بہتر ہے

ماہرین کا کہنا ہے کہ کم نقصان دہ متبادل مصنوعات کی فراہمی نہایت اہم ہے، خصوصی طور پر کم آمدنی والے ممالک میں جہاں تمباکو نوشی کی شرح زیادہ ہے۔ واضح رہے کہ دنیا بھر میں ترک تمباکو نوشی کے ماہرین بھی یہی کہتے ہیں۔ وزیر صحت کیسٹیلو بھی ترک تمباکو نوشی کی خدمات و سہولیات کی فراہمی کو بہتر بنانے کی خواہاں ہیں اور اس کے لیے وہ ٹکوٹین پاؤچرز اور سنسوں کے استعمال پر پابندی ہٹانے کا بھی سوچ رہی ہیں۔

2025 تک تمباکو نوشی کی شرح پانچ فیصد سے کم کرنے کا ہدف

نیوزی لینڈ میں ایسوسی ایٹ وزیر برائے صحت کیسٹیلو نے ٹیکس میں یہ تبدیلی گزشتہ مہینے کی تھی جس کا مقصد تمباکو نوشوں کو کم نقصان دہ مصنوعات پر منتقل کرنا تھا۔ نیوزی لینڈ پہلے ہی ویپنگ مصنوعات کو نقصان میں کمی کی حکمت عملی کے طور پر اپنا چکا ہے جس کی بدولت تمباکو نوشی کی شرح میں تیزی سے کمی آئی جو 2023 میں 6.8 فیصد تک گر گئی۔ وزیر صحت اس شرح کو اگلے برس تک پانچ فیصد سے بھی کم کرنا چاہتی ہیں اور ان کی خواہش ہے کہ وہ موجودہ کوششوں کو تمباکو سے پاک نیوزی لینڈ بننے کے ہدف کے حصول کا حصہ بنائے۔ ان کا کہنا ہے ہو سکتا ہے کہ ویپنگ ہر ایک کے لیے موثر نہ ہو اس لیے ہیٹڈ ٹوبیکو پروڈکٹس سے استفادہ کرنا چاہیے کیوں کہ یہ بھی ویپنگ ہی کے برابر خطرے کی حامل ہیں اور یہ قانونی طور پر استعمال کے لیے دستیاب ہیں۔ ایسے میں ان مصنوعات پر ٹیکس میں کمی ہارم ریڈکشن کے سلسلے میں اہم پیش رفت ہو سکتی ہے۔

آسٹریلیا اپنی ناکامی کے باوجود ہمسایہ ممالک کی کامیابی کو کیسے نظر انداز کر سکتا ہے؟

بد قسمتی سے آسٹریلیا میں نیوزی لینڈ کے بالکل برعکس سخت قواعد و ضوابط اور پابندیوں پر مبنی پالیسی اپنائی گئی ہے جس کا نتیجہ تمباکو اور ویپنگ مصنوعات کی بلیک مارکیٹ کے طور پر سامنے آیا ہے۔ نیوزی لینڈ میں شراکت داروں اور ٹکوٹین کے صارفین سے مشاورت کے بعد حکمت عملی بنائی گئی جو زیادہ موثر ثابت ہوئی ہے۔ اگلے برس ملک کو تمباکو سے پاک بنانے کے حوالے سے حالیہ مشاورتی اجلاس کے انعقاد اور ٹھوس شواہد پر مبنی پالیسی سازی سے نیوزی لینڈ کو ہارم ریڈکشن کے سلسلے میں ایک رہنما کے طور پر سامنے آیا ہے۔ اگر یہ رجحان برقرار رہا تو توقع کی جاسکتی ہے کہ نیوزی لینڈ اگلے برس یعنی 2025 میں تمباکو سے پاک ملک بن جائے گا جس سے ہارم ریڈکشن پر پابندی کی بجائے اس کی افادیت واضح ہو جائے گی۔

امریکی سپریم کورٹ کے فیصلے سے ایف ڈی اے کمزور، صحت عامہ کا مستقبل داؤ پر

تحریر: کلپ ڈگلس

شفافیت سے عاری، مہنگا اور پیچیدہ ہے جبکہ کوٹین کی کم نقصان دہ متبادل مصنوعات پر بھی پابندی عائد کی گئی ہے جنہیں صارفین زندگیاں بچانے میں مؤثر قرار دے چکے ہیں۔ آپ اندازہ لگائیں صورت حال یہ ہے کہ مینٹھول فلیوریڈ کی حامل کچھ ای سگریٹ ایسی ہیں جن کے استعمال کی ابھی حال ہی میں منظوری دی گئی ہے مگر ان میں سے بیشتر غیر قانونی ہیں اور ای سگریٹ کی مارکیٹ میں ان کا حصہ بھی بہت کم ہے۔ اس کے باوجود مسئلہ کا حل ایف ڈی اے کو کمزور کرنا نہیں ہے بلکہ صحت عامہ کا مستقبل اس میں ہے کہ ایف ڈی اے تمباکو کی مصنوعات سے منسلک خطرے کے تناسب سے ان کے لیے قواعد و ضوابط بنانے کے اصول پر عمل کرے۔ یہ مناسب وقت ہے کہ ایف ڈی اے 2017 میں اپنی ہی بنائی گئی جامع حکمت عملی پر عمل کرے اور بالغ افراد کے لیے تمباکو نوشی ترک کرنے کا متبادل راستہ فراہم کرے جبکہ نوجوانوں یا کم عمر افراد کو کوٹین کے استعمال سے بچائے۔

مجھے خدشہ ہے کہ ایف ڈی اے صحت عامہ کے تحفظ کے لیے مناسب ریگولیٹری فیصلے نہیں کر سکے گی کیوں کہ سپریم کورٹ کے فیصلے کے بعد تو سائنس کی بنیاد پر فوری فیصلہ کرنے کی اس کی صلاحیت مزید کمزور ہو گئی ہے۔

<https://globalactiontoendsmoking.org/news-and-press/press/supreme-court-decision-jeopardizes-public-health-and-regulatory-protections/>

امریکی سپریم کورٹ کے شیورن (وفاقی ججوں کا تنازعے کی صورت میں نوڈ اینڈ ڈرگ ایڈمنسٹریشن) (ایف ڈی اے) جیسے اداروں کو قانون پر عمل کرنے یا اس کی روشنی میں فیصلہ کرنے کے بارے میں گائیڈ لائنز کے خلاف فیصلے سے صحت عامہ، ماحولیات اور صارفین کے تحفظ کو سنگین خطرات لاحق ہو گئے ہیں۔ اس فیصلے سے ملک میں اداروں کی سائنس کی



بنیاد پر سامنے آنے والی معلومات سے استفادہ کرنے جبکہ سائنسی طبقتوں میں مصنوعات کا جائزہ لینے کی استعداد اور صلاحیت متاثر ہوگی جس سے درحقیقت امریکی عوام کا ہی نقصان ہوگا۔ ایف ڈی اے نے تمباکو کی مصنوعات کے لیے قواعد و ضوابط بنانے کا عمل اپنی خواہشات کے تابع کیا ہوا ہے۔ مارکیٹ میں تمباکو کی مصنوعات لانچ کرنے کے لیے درخواست دینے کا موجودہ طریقہ کار

شکرگزاری سے تمباکو نوشی کی طلب میں کمی

محققین نے ٹھوس شواہد کی روشنی میں شکرگزاری کے جذبے اور تمباکو نوشی کی کم شرح میں ایک تواتر بھی نوٹ کیا ہے۔ مثال کے طور پر ریاست ہائے متحدہ امریکہ میں اور عالمی سطح پر نمونوں کا جائزہ لینے سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ زیادہ شکرگزار افراد میں تمباکو کے استعمال کی طلب کم ریکارڈ کی گئی۔ تجرباتی تحقیقات سے بھی یہی نتیجہ نکلتا ہے کہ بالغ تمباکو نوشی افراد میں شکرگزاری کے جذبے سے تمباکو کے استعمال کی طلب میں کمی آتی ہے اور ترک تمباکو نوشی کے آن لائن پروگرام میں تمباکو نوشوں کے رجسٹر ہونے کی تعداد میں اضافہ ہوتا ہے۔ ریس نے اس کے ثبوت کو دلکاش قرار دیا ہے۔

ان کا کہنا ہے کہ شکرگزاری کا جذبہ تمباکو کے استعمال پر اثر انداز ہوتا ہے، یہ تمباکو کے استعمال کی طلب میں کمی لاتا ہے اور تمباکو نوشی کی اپنی یہ عادت ترک کرنے کے سلسلے میں مسلسل حوصلہ افزائی بھی کرتا ہے۔ بد قسمتی سے تمباکو نوشی کے خلاف مہمات میں اسے نظر انداز کیا جاتا ہے جس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ لوگ اس جذبے کے ثمرات سے محروم رہتے ہیں، وہ مایوس ہو جاتے ہیں جس کا نتیجہ تمباکو کے استعمال کی طلب میں اضافے کی شکل میں نکلتا ہے۔ یہ نتائج تحقیق کی بنیاد پر نئی حکمت عملی کی بنیاد پیش کرتے ہیں جن کی مدد سے صحت عامہ میں بہتری لانے کے لیے آگہی مہمات کو زیادہ مؤثر بنایا جاسکتا ہے۔

https://www.hsph.harvard.edu/news/hsph-in-the-news/gratitude-linked-with-reduced-tobacco-use-7b10f1wcy2jxawEmvzN6PRuA2FbQ6MAABH2BCZYRUhdBoo-TZ2-BcHv6fN053RUJFQ9q9zQZBnZnd4TH6YfM6UAEB5g_csm_uDc29b9fH-OWw5FE9w50g



شکرگزاری ایک مثبت رویہ ہے جس کے تحت انسان ہر اُس چیز کی قدر کرتا ہے جو اُس کے پاس موجود ہو۔ ایک نئی تحقیق میں معلوم ہوا ہے کہ شکرگزاری کا جذبہ تمباکو نوشی کی طلب میں کمی لانے میں مددگار ہے۔ ہارورڈ ٹی ایچ چن سکول آف پبلک ہیلتھ اور ہارورڈ کینیڈی سکول کے محققوں کی جانب سے لکھے گئے مقالے میں یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ شکرگزاری کے جذبے سے تمباکو نوشی کا اپنی عادت ترک کرنے کے لیے کسی پروگرام میں رجسٹر ہونے میں بھی مدد ملتی ہے۔ یہ مقالہ نیشنل اکیڈمی آف سائنس میں شائع ہوا ہے جس کے شریک مصنفین میں ہارورڈ چن سکول کی طرف سے سوشل اینڈ ہیویئر سائنسز کے سینئر لیچرار اور سنٹر فار گلوبل ٹوبیکو کنٹرول کے ڈائریکٹر وان ریس، اسپیر وکواچی، جان ایل لوب اور سوشل ایپیڈمیالوجی کے پروفیسر فرینسز لینن لوب شامل ہیں۔

آئرنیو ریسرچ اینڈ ہیلتھ پاکستان میں تمباکو نوشی کے خاتمے کے لیے کام کر رہا ہے۔ اس کا قیام 2018 میں عمل میں آیا۔ گلوبل ایگیشن ٹو اینڈ سوکنگ کے تعاون سے آئرنیو ریسرچ اینڈ ہیلتھ نے 2019 میں تمباکو نوشی کے خاتمے اور اس کے جدیدیل کو فروغ دینے کے لیے پاکستان الائنس فار ٹوبیکو 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