तंबाकू उपयोग स्वास्थ्य के लिए घातक

डॉ. वाई. पी. गुप्ता

भारत में प्रति वर्ष 70 करोड़ किलो ग्राम तंबाकू पैदा होती है। इसके उत्पादों से सरकार को लगभग 6,000 करोड़ रुपए वार्षिक आय होती है। परंतु तंबाकू सम्बंधित बीमारियों से पीड़ित रोगियों के इलाज पर उसे हर साल 27,000 करोड़ रुपए से भी अधिक खर्च करने पड़ते हैं। सरकार तंबाकू उद्योग पर रोक लगाने पर असमर्थ रही है, क्योंकि इससे 60 लाख किसानों और इससे सम्बंधित उद्योग में लगभग 3.5 करोड़ लोगों के रोज़गार पर प्रभाव पड़ेगा।

विश्व स्वास्थ्य संगठन ने अनुमान लगाया है कि विश्व में लगभग 54 लाख लोग प्रति वर्ष धूम्रपान सम्बंधी बीमारियों से मरते हैं जिसमें से दो तिहाई विकासशील देशों में हैं। संगठन ने यह भी बताया है कि विश्व में 1.5 करोड़ बच्चे तंबाकू जनित बीमारियों से मरते हैं, इसमें से पांच वर्ष से कम उम्र के एक तिहाई बच्चे सांस के संक्रमण और तंबाकू के धुएं के कारण मरते हैं। यदि वर्तमान क्रम जारी रहा तो तंबाकू के उपयोग से विश्व में 2020 तक प्रति वर्ष एक करोड़ लोगों की मौत हो सकती है।

भारत में दस लाख से अधिक लोग प्रति वर्ष तंबाकू से सम्बंधित बीमारियों से मरते हैं और अनेक लाख लोग अपंग हो जाते हैं। इसमें वे पीड़ित भी हैं जो केवल तंबाकू पीने वालों की संगत में रहते हैं हालांकि वे स्वयं धूम्रपान नहीं करते हैं। यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि भारत में प्रति वर्ष एक करोड़ बच्चे धूम्रपान के आदी हो रहे हैं और अमरीका के 3000 की तुलना में भारत में 55,000 बच्चे प्रतिदिन धूम्रपानी बन रहे हैं। भारत में धूम्रपान करने वाली महिलाओं की संख्या भी तेज़ी से बढ़ रही है, जबकि यह पता है कि इससे उनका स्वास्थ्य खराब हो सकता है, उन्हें पेट का कैंसर हो सकता है तथा उनके बच्चे असामान्य पैदा हो सकते हैं।

भारत विश्व में तंबाकू पैदा करने वाला तीसरा बड़ा देश है। यहां प्रति वर्ष 70 करोड़ किलो ग्राम तंबाकू पैदा होती है। इसके उत्पादों से सरकार को लगभग 6,000 करोड़ रुपए वार्षिक आय होती है। परंतु तंबाकू सम्बंधित बीमारियों से पीड़ित रोगियों के इलाज पर उसे हर साल 27,000 करोड़ रुपए से भी अधिक खर्च करने पड़ते हैं। अभी तक सरकार तंबाकू उगाने और इसके उत्पादों पर रोक लगाने पर असमर्थ रही है, क्योंकि इससे 60 लाख किसानों और इससे सम्बंधित उद्योग में लगभग 3.5 करोड़ लोगों के रोज़गार पर प्रभाव पड़ेगा। गुजरात तंबाकू उगाने वाला प्रमुख राज्य है, जहां 50 लाख तंबाकू किसान हैं। इसलिए जब तक सरकार इनके लिए वैकल्पिक रोज़गार की व्यवस्था न करे, सामाजिक-आर्थिक पक्ष को नज़रअंदाज़ नहीं किया जा सकता।

सर्वोच्य न्यायालय ने सभी सार्वजनिक स्थानों और वाहनों में धूम्रपान करने पर रोक लगाने का आदेश दिया था। परंतु धूम्रपान पर रोक लगाने का कानून प्रभावी नहीं हुआ क्योंकि कानून में सख्त सज़ा का प्रावधान नहीं है। विश्व के कुछ देशों ने कानूनन धूम्रपान को रोकने के लिए सख्त कदम उठाए हैं और कुछ तंबाकू कंपनियों को सज़ा भी दी है। ऑस्ट्रेलिया की एक अदालत ने एक तंबाकू कंपनी को आदेश दिया है कि वह तंबाकू के उपयोग के कारण कैंसर से मरने वाली एक महिला के परिजनों को 3,70,000 डॉलर हर्जाना दे।

तंबाकू में निकोटीन, कार्बन मोनोऑक्साइड और टार जैसे हानिकारक पदार्थ होते हैं। श्वास के साथ ये रक्त संचार में प्रवेश कर जाते हैं और दिमाग को प्रभावित करते हैं तथा हृदय एवं अन्य रोगों को जन्म देते हैं। निकोटीन की लत पड़ जाती है और इससे एड्रीनेलीन जैसे रसायनों का स्राव बढ़ जाता है जिनसे दिल की धड़कन और रक्तचाप बढ़ जाता है। निकोटीन रक्त नलियों के कार्य में भी बाधा डालता है जिससे रक्त का थक्का जमने की प्रवृत्ति बढ़ती है। सांस

के संक्रमण, पेट के अल्सर, गर्भावस्था की कठिनाइयां जैसे बुरे प्रभाव भी होते हैं।

विश्व भर में 125 करोड़ लोग धूम्रपान करते हैं। इनमें से 40 प्रतिशत विकासशील देशों में हैं। वर्ष 2020 तक यह संख्या बढ़कर 160 करोड़ हो जाने की आशंका है। भारत में किसी न किसी रूप में तंबाकू का सेवन शिखर पर है। तंबाकू सेवन करने वालों की संख्या 25 करोड़ है जिसमें से चार करोड़ सिगरेट पीते हैं। तंबाकू सेवन करने वालों में 65 प्रतिशत पुरुष और 35 प्रतिशत महिलाएं हैं।

विश्व में धूम्रपानियों की सर्वाधिक संख्या चीन में (लगभग 30 करोड़) है जो उसकी आबादी का 34.9 प्रतिशत है। इनकी संख्या 7 प्रतिशत प्रति वर्ष की दर से बढ़ रही है। अनुमान लगाया गया है कि 20 लाख चीनी लोग प्रति वर्ष तंबाकू सम्बंधित बीमारियों से मरेंगे।

तंबाकू का सेवन कैंसर का एक मुख्य कारण है। विश्व में अगले 25 वर्षों में लगभग 30 करोड़ लोग कैंसर से पीड़ित होंगे और 20 करोड़ इस भयानक बीमारी से मर जाएंगे। विश्व स्वास्थ्य संगठन की रिपोर्ट के अनुसार तंबाकू का उपयोग फेफड़ों के कैंसर से होने वाली मौतों में से 90 प्रतिशत, सभी कैंसरों में से 30 प्रतिशत और गंभीर ब्रोंकाइटिस मामलों में से 80 प्रतिशत के लिए उत्तरदायी है। विकसित देशों में फेफड़ों के कैंसर से ज़्यादा लोग ग्रसित हैं क्योंकि वहां धूम्रपान बहुत अधिक होता है। यह भी कहा जा रहा है कि धूम्रपान से अग्न्याशय कैंसर को बढ़ावा मिलता है और किडनी के नाकाम होने का खतरा बन सकता है। लगभग 20 से 25 प्रतिशत कोरोनरी हार्ट बीमारियां और स्ट्रोक धूम्रपान के कारण होते हैं।

भारत में लगभग 20 लाख लोग तंबाकू चबाते हैं। इसके कारण यहां पश्चिम की तुलना में मुंह के कैंसर ज़्यादा हैं। भारत में मुंह के कैंसर के 90 प्रतिशत मामले तंबाकू चबाने से होते हैं। विश्व भर में प्रति वर्ष मुंह के कैंसर से तीन लाख से अधिक लोग प्रभावित होते हैं। भारत में मुंह का कैंसर विश्व भर में सबसे ज़्यादा होता है। हृदय की धमनी की बीमारी के लगभग 45 लाख मामले और गंभीर फेफड़े के रोग के लगभग 40 लाख मामले भी तंबाकू के कारण ही होते हैं।

यू.एस.ए. और यू.के. में 30 प्रतिशत कैंसर मौतों का कारण धूम्रपान है। जापान, यू.एस.ए., यू.के, हांगकांग और यूनान में धूम्रपान करने वालों की पत्नियां धूम्रपान नहीं करने वालों की पत्नियों की तुलना में फेफड़ों के कैंसर तथा हार्ट अटैक से अधिक ग्रसित होती हैं। अनुमान है कि प्रतिदिन दो पैकेट धूम्रपान करने वालों की आयु आठ वर्ष तक कम हो जाती है। धूम्रपान के वातावरण में रह रही गर्भवती महिलाएं मृत अथवा असामान्य बच्चे पैदा करने के ज़ोखिम से घिरी रहती हैं।

तंबाकू के उपयोग के खतरे लगातार प्रचारित किए जाते हैं। सिगरेट तथा तंबाकू के पैकेटों पर वैधानिक चेतावनी भी लिखी रहती है कि तंबाकू से कैंसर होता है। लेकिन लोगों का ध्यान इस बात की ओर शायद ही जाता हो। अब स्वास्थ्य की चेतावनी के लिए पैकेटों पर बीमार बच्चे की तस्वीरें होंगी। धूम्रपान के विरोध में विश्व व्यापी आंदोलन व्यापक रूप से चल रहा है जिससे लोगों को जानकारी मिल सके कि तंबाकू के उपयोग से स्वास्थ्य पर कितने बुरे प्रभाव पड़ते हैं।

हाल में 170 देशों ने धूम्रपान पर रोक लगाने और उनके विज्ञापन को रोकने और कठोर कदम उठाने के लिए एक अंतर्राष्ट्रीय संधि की है। भूटान पहला धूम्रपान-रहित देश है जिसने देश में तंबाकू के उपयोग पर पूरी तरह रोक लगाई है। 139 देशों में सार्वजनिक स्थानों पर धूम्रपान पर रोक लगा दी गई है। कई देशों ने वैधानिक तौर पर तंबाकू चबाने पर रोक लगा रखी है। अनेक विमान सेवाओं ने अपनी घरेलू उड़ानों को धूम्रपान वर्जित उड़ान कर रखा है।

इस रोक के बाद भी विश्व में तंबाकू का उपयोग पिछले दो दशकों में 75 प्रतिशत बढ़ा है क्योंकि विकासशील देशों में तंबाकू का चलन बढ़ रहा है जबकि पश्चिमी देशों में इसका सेवन घट रहा है। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने कहा है कि धूम्रपान को रोकने के लिए कठोर कदम उठाना आवश्यक है ताकि विश्व में 20 करोड़ लोगों को बीमारियों और मृत्यु से बचाया जा सके।

इस बुराई से लड़ने के लिए सामुदायिक कार्रवाई की

ज़रूरत है। विशेष तौर पर ग्रामीण क्षेत्रों की जनता को तंबाकू के हानिकारक प्रभावों के बारे में शिक्षित किया जाना चाहिए ताकि वे इसके उपयोग से दूर रहें। धूम्रपान रोधी कानूनों के अनुपालन के लिए कठोर कदम उठाए जाने चाहिए जिससे धूम्रपान रहित समाज के निर्माण का लक्ष्य और सपना पूरा हो सके। ***(स्रोत फीचर्स)***