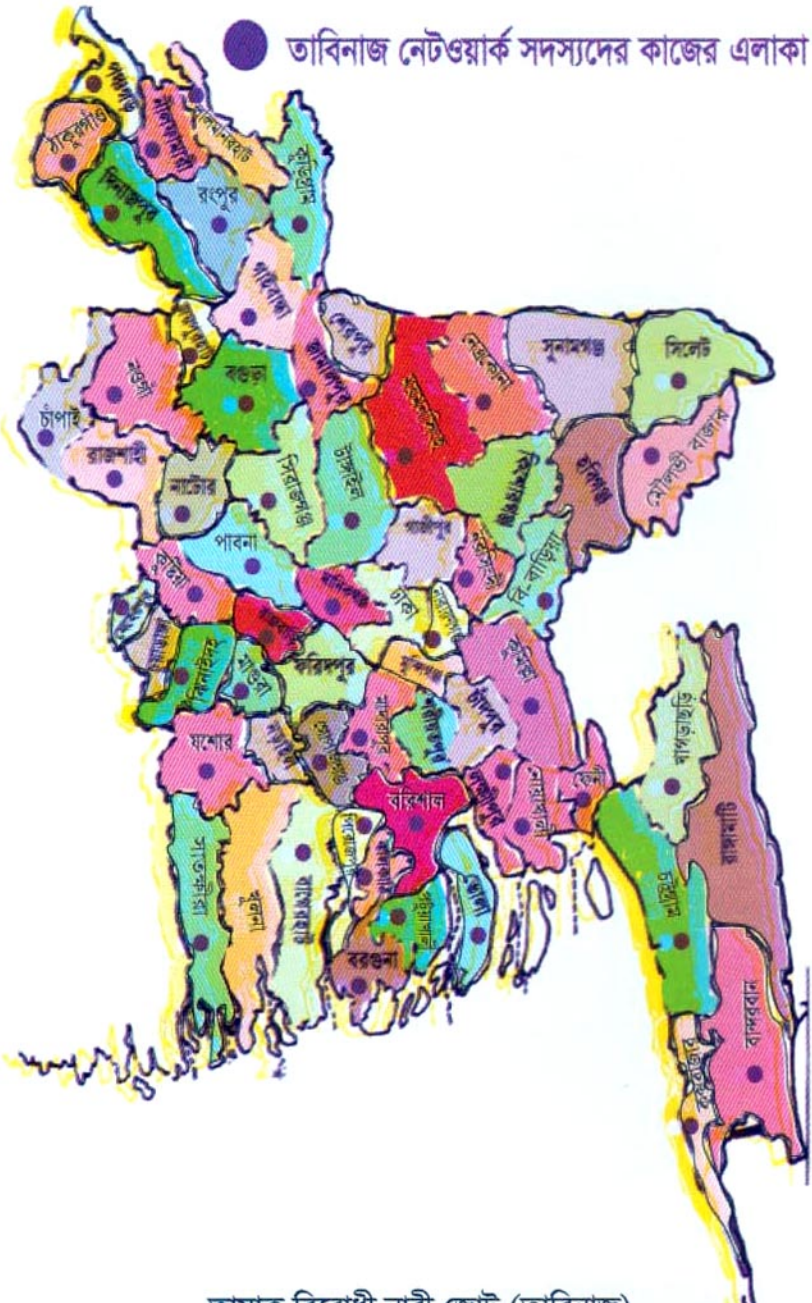
ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্যঃ জর্দা, সাদাপাতা, গুল

খেতে আনন্দ কিন্তু ক্ষতির শেষ নাই

তামাক বিরোধী নারী জোট (তাবিনাজ)



তামাক বিরোধী নারী জোট (তাবিনাজ)

ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্য কি?

না পুড়িয়ে যে তামাকজাত দ্রব্য সরাসরি সেবন করা হয়, সেটা মুখে রেখে দিয়ে, চিবিয়ে বা নাক দিয়ে গন্ধ শুঁকে হতে পারে, তাই ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্য ইংরেজিতে Smoke-less Tobacco (SLT) নামে পরিচিত হয়ে উঠেছে। এতে কোন ধোঁয়া বের হয় না। বেশীর ভাগ সেবনকারী মুখে চিবিয়ে খান, কিংবা পিকের সাথে রস খেয়ে ফেলে দেন। যে কোন তামাকদ্রব্যের মতোই ধোঁয়াবিহীন তামাকে নিকোটিন (Nicotine) আছে এবং তা মুখের ভেতরের আস্তরণ দিয়ে শরীরে প্রবেশ করে।

দুই ধরণের ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য পাওয়া যায়:

১. চোষণ ও চিবানো (চর্বণ) তামাক (Chewing Tobacco): এগুলো খোলা পাতা আকারে, যেমন সাদাপাতা (আলাপাতা), গুঁড়ো বা টুকরো করে নানা ধরণের সুগন্ধি মিশিয়ে (যেমন জর্দা) পান ও সুপারির সাথে খাওয়া, আবার তামাকপাতার পাউডার দিয়ে মুখে বা মাড়ির নীচে রাখা (যেমন গুল)।

২. শুঁকে নেয়া তামাক (Snuff Tobacco): তামাকপাতা খুব সুক্ষ্মভাবে কেটে অথবা পাউডার করে সুগন্ধি মিশিয়ে শুকনো অথবা ভেজাভাবে তৈরি করা হয়। নাক দিয়ে ঘ্রাণ নেয়ার মতো করে সেবন করা হয়।

কোম্পানি ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্যের ব্যবহার বাড়াতে আগ্রহী

তামাক কোম্পানিগুলো সাধারণত সিগারেটের নানা ব্র্যান্ড তৈরির ওপর মনোযোগ দিলেও পাশাপাশি বাজারজাতের কৌশল হিসেবে ধোঁয়াবিহীন তামাকদ্রব্যও তৈরি করছে। ২০১২ সালে সিগারেট কোম্পানি ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য উৎপাদনের জন্য ৪৩.৫ কোটি ডলার বিজ্ঞাপন প্রচারণার কাজে ব্যয় করে। [তথ্য সুত্রঃ Federal Trade Commission. Smokeless Tobacco Report for 2012

[PDF-180 KB]. Washington: Federal Trade Commission, 2015]

কিছু তামাক কোম্পানি প্রচার করছে যেখানে ধূমপান নিষেধ আছে সেখানে ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য সেবন করা যাবে। [তথ্য সূত্রঃ Timberlake DS, Pechmann C, Tran SY, Au V. A Content Analysis of Camel Snus Advertisements in Print Media. Nicotine and Tobacco Research 2011;13(6):431-9]

ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য ব্যবহারকারী দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়াতেই বেশী

উত্তর আমেরিকা, উত্তর ইউরোপ, আফ্রিকার কিছু দেশ এবং এশিয়ায় এই ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্যের বিভিন্ন ধরণের দীর্ঘ ইতিহাস রয়েছে। সংখ্যার দিক থেকে সারা পৃথিবীর ৭০টি দেশে ৩০ কোটি মানুষ ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্য ব্যবহার করেন, এর মধ্যে দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ায় ব্যবহারকারী রয়েছে ৮৯%। বাংলাদেশ ও ভারতে রয়েছে ৮০% ব্যবহারকারী।

বাংলাদেশে ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য ব্যবহার

বাংলাদেশে সাধারণভাবে ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্যের মধ্যে রয়েছে সাদাপাতা বা আলাপাতা, জর্দা, গুল, কিছু পরিমাণে নস্যি। পনের বছর বয়স ও তার উর্ধ্ব বয়সের নারী ও পুরুষের মধ্যে ২৭% সাদাপাতা বা আলাপাতা, জর্দা ও গুল ব্যবহার করেন। ধূমপানের ক্ষেত্রে পুরুষের সংখ্যা বেশী (পুরুষ ৪৩.৩%, নারী ১.৫%) হলেও ধোঁয়াবিহীনের ক্ষেত্রে নারী ও পুরুষ ব্যবহারকারীর সংখ্যা প্রায় সমান। প্রাপ্তবয়স্ক নারীদের মধ্যে ব্যবহারকারীর সংখ্যা বরং একটু বেশী পাওয়া যায়, পুরুষ ২৮%, নারী ২৯%। অর্থাৎ প্রায় প্রতি তিন-চার জনের মধ্যে একজন নারী পানের সাথে জর্দা, আলাপাতা সেবন করেন। ধূমপায়ীদের মধ্যে ধূমপানের সাথেই জর্দার ব্যবহার দেখা যায়, যদিও এই উভয় ধরণের তামাক দ্রব্য ব্যবহারের পরিসংখ্যান নেয়া হয় নি। জর্দা-গুলের ব্যবহার শহরের চেয়ে গ্রামে বেশী এবং ধনী ও মধ্যবিত্তের চেয়ে গরিবের মধ্যে বেশী বলে সাধারণভাবে ধারণা করা হয়।

সামাজিক গ্রহণযোগ্যতা ও দারিদ্র: জর্দা-গুলের ব্যবহার বাড়াচ্ছে

ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য ব্যবহার বিভিন্ন দেশে বিভিন্নভাবে হচ্ছে। ধূমপানের ক্ষেত্রে সামাজিক গ্রহণযোগ্যতা আগেও কম ছিল, এখন আরও কমে আসছে। কিন্তু ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য এখনও জীবনযাত্রার সাথে মিশে আছে, খাদ্যের পাশাপাশি পান খাওয়ার রেওয়াজ। অনেকে সারা দিন পান চিবোতে থাকেন। দাওয়াতে গেলে, উৎসবে, বিয়ে শাদীতে, কিংবা ভারী খাবারের পর পান-জর্দা খাওয়াকে খারাপ চোখে দেখা হয় না। বিভিন্ন বয়সের ও সম্পর্কের নারী ও পুরুষ একত্রে পান-জর্দা খেতে পারেন। যদিও গুলের বেলায় সেটা সত্যি নয়, কারণ গুল ব্যবহারকে নেশা হিসেবে দেখা হয়।

জর্দা দিয়ে পান খাওয়া বর্তমানে ফ্যাশন নয়। শিক্ষিত মধ্যবিত্ত শহুরে নারী ও পুরুষ আগের তুলনায় কম খেয়ে থাকেন। দাঁত ও মুখ লাল হলে ভাল দেখায় না। তবে বিভিন্ন অফিস আদালতের সামনে পান-সিগারেটের দোকান বেশ জমজমাট। সঙ্গীত শিল্পীদের মধ্যেও পান-জর্দা খাওয়ার প্রবণতা দেখা যায়। তাদের যারা আমন্ত্রণ করেন, পান-জর্দার ব্যবস্থাও তারা করেন।

অন্যদিকে দারিদ্রের কারণে ক্ষুধা চেপে রাখার জন্যে পান, জর্দা খেতে শুরু করে ফলে আসক্তিতে ভুগছে শ্রমিক ও খেটে খাওয়া মানুষ। দুপুর বেলা ভাত খাওয়ার সময় না হলেও একটা জর্দার সাথে পান মুখে দিয়ে অনেক্ষণ থাকা যায়।

যেমন বাসাবাড়ির কাজ করে রানু বলেন, সকাল ১০ টা থেকে ২ টা পর্যন্ত তিন বাসায় কাজ করি। মাসে ২ হাজার টাকা আসে। সকালে ১০ টায় ভাত খেয়ে কাজে বের হয়ে ২ টায় বাড়িতে ফিরে ভাত খাই এর মধ্যে ২ বার পান খাওয়া হয়। পান মুখে থাকলে কাজের প্রতি নেশা থাকে। ৩ বছর যাবৎ পান খাওয়া শুরু করেছি। পাশের লোকেদের জর্দা খাওয়া দেখে পানের সাথে জর্দা খাওয়ার অভ্যাস হয়ে গেছে।

ধোঁয়াবিহীন তামাক উৎপাদন প্রক্রিয়ায় ও এর ক্ষতির সম্ভাবনা রয়েছে

তামাকপাতা উৎপাদন: তামাকপাতা চাষ, পোড়ানো, ফার্মেন্ট করা বা গাঁজানো ইত্যাদি প্রক্রিয়ায় tobacco-specific nitrosamines বা তামাক-সংশ্লিষ্ট নাইট্রোসেমিন্স, (যা একটি ক্যান্সার সৃষ্টিকারী উপাদান) পাওয়া যায়। ধোঁয়াযুক্ত এবং ধোঁয়াবিহীন উভয় প্রকারের তামাকজাত দ্রব্যে এই উপাদান বিভিন্ন মাত্রায় পাওয়া যায়।

জর্দা-গুল ইত্যাদি নানারকম উপাদানের সংমিশ্রণ

জর্দা তৈরীতে অনেকগুলো প্রয়োজনীয় ও অপ্রয়োজনীয় উপাদান দিয়ে আকর্ষণীয় করে তোলা হয়:

১. মতিহার তামাক পাতা ২. তামাক গাছের কাঠি/ডাটি ৩. যষ্টি মধু

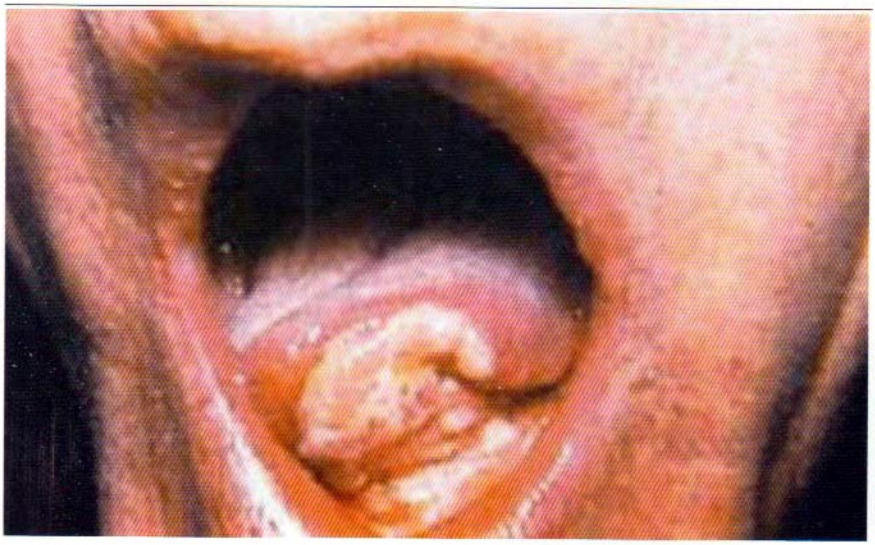
৪. দারুচিনি ৫. জয়ফল ৬. জয়ত্রী ৭. কাবাব চিনি ৮. চিটাগুড় ৯. গ্লিসারিণ ১০.প্যারাফিন তেল ১১. চন্দন সুগন্ধি ১২. কেওড়া সুগন্ধি ১৩. কলা সুগন্ধি ১৪. মেনথল/পিপারমিন্ট ১৫. সেকারিণ ১৬. তরল (গ্লুকোজ) ১৭. জাফরাণ।

গুল তৈরীর উপাদান:

১. মতিহার তামাক ২. লাকড়ির ছাই ৩. পাথর চুন ৪. মেনথল/পিপারমিন্ট। (তাবিনাজের তথ্য গবেষণা থেকে নেয়া হয়েছে)

ক্ষতি

ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্য, (বাংলাদেশের ক্ষেত্রে জর্দা, সাদাপাতা, গুল, নস্যি) ব্যবহারে ক্ষতির কয়েকটি দিক রয়েছে। এর মধ্যে স্বাস্থ্য ক্ষতি সবচেয়ে বেশী উদ্বেগের কারণ হয়ে দাঁড়িয়েছে। তামাক সেবন মানে নিকোটিন সেবন। এই নিকোটিন শরীরে কি ভাবে এবং কত বেশী যাচ্ছে তার ওপর নির্ভর করছে স্বাস্থ্য ক্ষতির মাত্রা। ধূমপানের মতো ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্য সেবনের মধ্য দিয়ে শরীরে নিকোটিন প্রবেশ করে। এই নিকোটিন মুখের টিস্যুর মাধ্যমে সরাসরি রক্তের সাথে মিশে যায়, সেই সাথে মগজে প্রবেশ করে।



মুখ থেকে তামাক সরিয়ে ফেললেও নিকোটিন রক্তের মধ্যে অনেক্ষণ থেকে যায় এবং এর স্থায়িত্বকাল ধূমপায়ীদের চেয়েও বেশী। [তথ্য সূত্রঃ National Cancer Institute. Smokeless Tobacco or Health: An International Perspective. Bethesda, MD: National Cancer Institute; 1992. Smoking and Tobacco Control Monograph 2] নিকোটিনের কারণে ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্যের ব্যবহারও নেশা সৃষ্টি করে, সে কারণে দীর্ঘদিন ধরে যারা খায় তারা সহজে ছাড়তে পারে না, কারণ তারা আসক্ত হয়ে পড়েছে।

স্বাস্থ্য ক্ষতি

ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্যের মধ্যে এমন অনেক রাসায়নিক উপাদান আছে যা ক্যান্সার সৃষ্টিকারী। অন্যান্য রাসায়নিক উপাদানের পাশাপাশি আর্সেনিক, ক্যাডমিয়াম, ক্রোমিয়াম, সীসা, পারদ ইত্যাদি রয়েছে। মুখে ক্যান্সার, খাদ্যনালীর ক্যান্সার, প্যানক্রিয়াস্ এর ক্যান্সার অনেক বেশী দেখা যায় [তথ্য সূত্রঃ World Health Organization. IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans. Volume 89: Smokeless Tobacco and Some Tobacco-Specific N-Nitrosamines.[PDF-3.18 MB] Lyon (France): World Health Organization, International Agency for Research on Cancer, 2007 [accessed 2014 Oct 31]. তাছাড়া দাঁত ও মাড়ির রোগ দেখা যায়।

নারীদের গর্ভ অবস্থায় ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য সেবন করলে অ-পরিণত শিশু বা মৃত শিশু জন্ম হতে পারে। এবং নিকোটিনের কারণে জন্মের আগে শিশুর ব্রেইন গঠনে সমস্যা দেখা দেয় [তথ্য সূত্রঃ U.S. Department of Health and Human Services.The Health Consequences of Smoking-50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General. (http://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/50th-anniversary/index.htm) Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention,

National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2014 [accessed 2014 Oct 3] ধূমপানের মতোই হৃদরোগ ও স্ট্রোকের সম্ভাবনা ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্যেও রয়েছে।

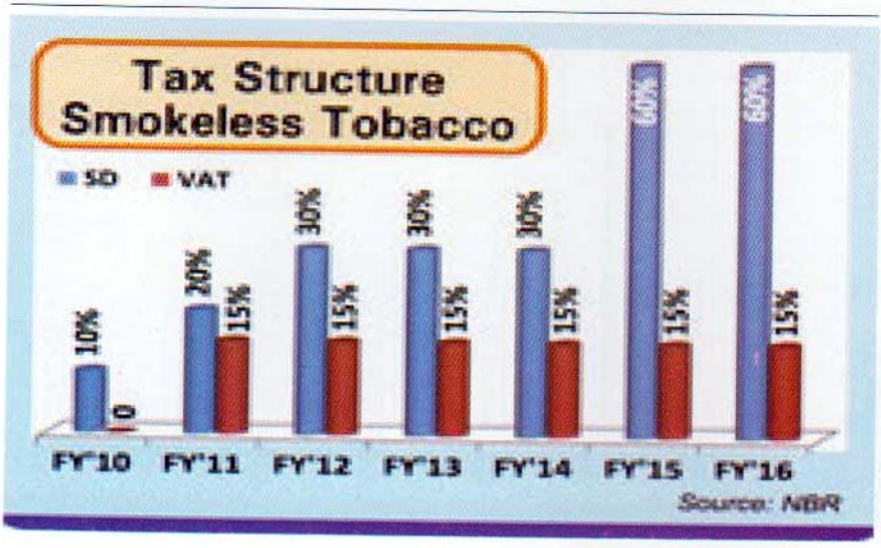
আর্থিক ক্ষতি

পান-জর্দা কিনতে পয়সা লাগে। একটি পানের দাম জর্দা সহ ৫ টাকা। দিনে ১২ খিলি পান খেলে খরচ হয় ৬০ টাকা। যারা কৌটায় জর্দা কেনেন তারা মাসে হাকিমপুরী জর্দা ১৪ গ্রাম পরিমাণের কৌটা ১৫ টাকা করে মাসে ৩টা মোট ৪৫ টাকার জর্দা কেনেন। নিম্ন আয়ের মানুষ ঠিক মতো খাবার কিনতে পারেন না, অথচ পান-জর্দার পেছনে ব্যয় করছেন দিনে ৪৫-৬০ টাকা। মাসে ১৮০০ টাকা।

কর আরোপ করেও ব্যবহার নিয়ন্ত্রণ করা যায়, কিন্তু.....

তামাক দ্রব্য ব্যবহার নিয়ন্ত্রণের জন্য কর আরোপ করে দাম বাড়িয়ে দেয়ার পদ্ধতি আন্তর্জাতিকভাবে স্বীকৃত। কিন্তু বাংলাদেশ জাতীয় রাজস্ব বোর্ড ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্যের ওপর নির্দিষ্টভাবে কোন কর আরোপ করেন নাই। বর্তমানে ১৫% ভ্যাট এবং ৬০% Supplementary Duty (SD) আরোপ করা হয়। কিন্তু এই কর আদায় ঠিক মতো করা হয় না। এর আগে ২০১৩-১৪ সালে ১ কোটি টাকা কর আদায় হয়েছিল জর্দা থেকে এবং ৫০ লক্ষ টাকা আদায় হয়েছিল গুল থেকে। ২০১৪-১৫ সালে ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্য ব্যবহার হয়েছে ১৬০০ কোটি টাকার, কিন্তু কর আদায় হয়েছে মাত্র ১৪ কোটি ৩৬ লক্ষ টাকা। জর্দা ফ্যাক্টরীগুলো এমন ভাবে উৎপাদন করে যে তাদের সহজে খোঁজ করে পাওয়া যায় না।

http://www.thefinancialexpress-bd.com/2015/08/14/103951



বাংলাদেশে রাজস্বখাতে যেটুকু কর জমা করা হয় তা 'তামাক কর' হিসাবে আদায় হয়। এতে সব ধরণের তামাক উৎপাদনকারী প্রতিষ্ঠান/কারখানা কর প্রদান করছে কি না সরকার নিশ্চিত হতে পারে না। তামাক বিরোধী নারী জোটের একটি অনুসন্ধানের মাধ্যমে দেখা গেছে বড় বড় কয়েকটি জর্দা, গুলের কারখানা ছাড়া বেশিরভাগ কারখানা নিয়ম মেনে চলছে না। কয়েকটি কর আদায়কারী প্রতিষ্ঠান থেকে তথ্য নিয়ে দেখা গেছে যে, জর্দা ও গুল কারখানা থেকে রাজস্ব আদায় করা হয় ক্ষুদ্র ব্যবসা হিসাবে। জর্দা ও গুল জেলা পর্যায়ের কারখানা থেকে রাজস্ব আদায় সংক্রান্ত নির্দিষ্ট তথ্য নাই।

তাবিনাজের সদস্যদের তথ্য থেকে দেখা গেছে বেশির ভাগ জর্দা, গুলের কারখানা সাইনবোর্ড ব্যবহার করে না। এবং কারখানা নিয়ম মেনে চলছে না।

'ধূমপান ও তামাকজাত দ্রব্য ব্যবহার (নিয়ন্ত্রণ) আইন ২০০৫' (২০১৩ সালের সংশোধনী)

ধূমপান ও তামাকজাত দ্রব্য ব্যবহার (নিয়ন্ত্রণ) আইন-২০০৫ প্রণীত হবার পর থেকে তামাক নিয়ন্ত্রণে নিয়োজিত প্রতিষ্ঠানগুলো এর বিভিন্ন ধারা বাস্তবায়ন ও প্রয়োগ নিয়ে কাজ করেছেন এবং বাস্তবায়নের ক্ষেত্রে নানা প্রতিবন্ধকতা ও প্রয়োগে আইনের দূর্বলতা চিহ্নিত করে সংশোধনের প্রস্তাব করেছেন। তারই প্রেক্ষিতে ২০১৩ সালে জাতীয় সংসদে তামাক নিয়ন্ত্রণ আইন সংশোধন করা হয়। এই সংশোধনের একটি উল্লেখযোগ্য দিক হচ্ছে, ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত দ্রব্য যেমন, জর্দা, গুল, সাদাপাতা, ইত্যাদি তামাক দ্রব্যের ব্যবহার বেশী থাকলেও তা নিয়ন্ত্রণের জন্য কাজ করা সম্ভব ছিল না। তামাক বিরোধী নারী জোট (তাবিনাজ) ২০১০ সালে গঠনের পর থেকে এই বিষয়টি নিয়ে কাজ করেছে এবং আইনের সংজ্ঞায় অন্তর্ভুক্ত করার ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রেখেছে।

২০১৩ সালে 'ধূমপান ও তামাকজাত দ্রব্য ব্যবহার (নিয়ন্ত্রণ) আইন, ২০০৫' সংশোধন করা হয়। ধোঁয়াবিহীন তামাক দ্রব্যকে আইনের সংজ্ঞায় অন্তর্ভুক্ত করা হয়। আইনে রয়েছে "তামাকজাত দ্রব্য" অর্থাৎ তামাক, তামাক পাতা বা উহার নির্যাস হইতে প্রস্তুত যে কোন দ্রব্য, যা চোষণ বা চিবানোর মাধ্যমে গ্রহণ করা যায় বা ধূমপানের মাধ্যমে শ্বাসের সহিত টানিয়া লওয়া যায় এবং বিড়ি, সিগারেট, চুরুট, গুল, জর্দা, খৈণী, সাদাপাতা, সিগার এবং হুক্কা বা পাইপের ব্যবহার্য মিশ্রণও (mixture) ইহার অন্তর্ভুক্ত হইবে। 'ধূমপান ও তামাকজাত দ্রব্য ব্যবহার (নিয়ন্ত্রণ) আইন, ২০০৫' (২০১৩ সালের সংশোধনী) তে নিম্নলিখিত ধারা নিয়ে তাবিনাজ কাজ করছে-

আইনের ৫নং ধারা: তামাকজাত দ্রব্যের বিজ্ঞাপন ও প্রচারণা নিষিদ্ধ এবং পৃষ্ঠপোষকতা নিয়ন্ত্রণ সম্পর্কিত বিধান বলা আছে। তাবিনাজের সংগৃহীত তথ্য

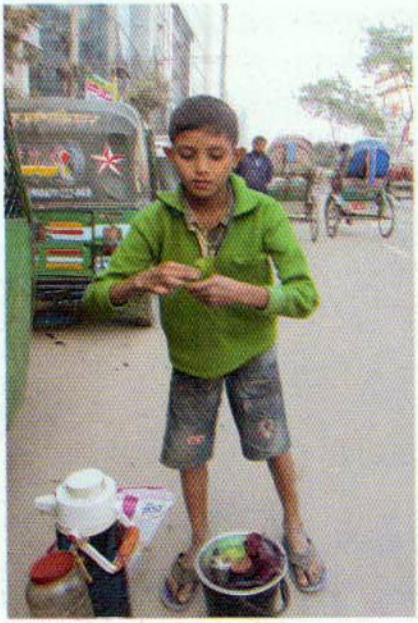
ও ছবিসহ জর্দা ও গুলের ছাপানো কাগজ (ক্যালেন্ডার), দেয়াল লিখনি দেখা গেছে। তাই আইনের মাধ্যমে ধোঁয়াবিহীন তামাকের ক্ষেত্রেও বিধান মোতাবেক তামাকজাত দ্রব্যের বিজ্ঞাপন সর্ম্পূণ নিষিদ্ধ।

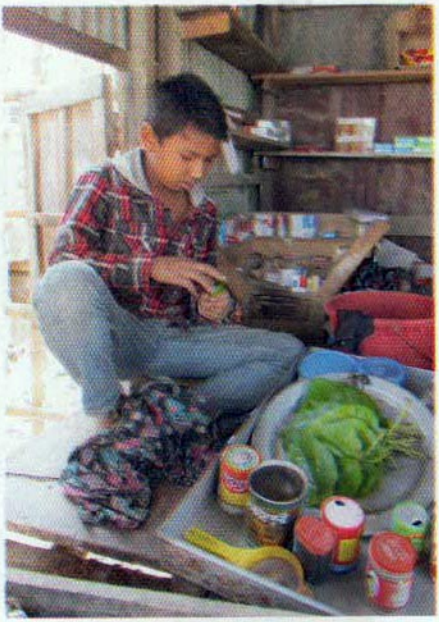
আইনের ৬নং ধারা (ক): অপ্রাপ্ত বয়স্ক ব্যক্তির নিকট বা দ্বারা তামাকজাত দ্রব্য বিক্রয় নিষিদ্ধ করা হয়েছে, আমরা প্রতিনিয়ত শিশুদের দ্বারা তামাক পণ্য ক্রয়-বিক্রয় করতে দেখতে পাই যা আইনের সর্ম্পূণ নিষিদ্ধ রয়েছে। শিশুদের দ্বারা তামাক পণ্য জর্দা, গুল, সাদাপাতা, বিড়ি, সিগারেট, ক্রয়-বিক্রয় আইনী ভাবে বন্ধ করার পদক্ষেপ নেয়া প্রয়োজন।

আইনের ১০নং ধারা: তামাকজাত দ্রব্যের প্যাকেটে স্বাস্থ্য ও অন্যান্য ক্ষতি সম্পর্কিত সচিত্র সতর্কবাণী মুদ্রণ আগামি মার্চ ২০১৬ থেকে এ আইন কার্যকর হবে। এই ধারা জর্দা ও গুলের ক্ষেত্রেও বাধ্যতামূলক।

আইনের ১২নং ধারা: তামাক ও তামাক জাতীয় ফসল উৎপাদন ও ব্যবহার নিরুৎসাহিতকরণ। তামাক চাষ জমি, পরিবেশ, অর্থনৈতিক ও সামাজিক ভাবে ব্যাপক ক্ষতি করে আসছে। সুতরাং তামাক চাষ নিরুৎসাহিত করার জন্য 'তামাক চাষ নিয়ন্ত্রণ নীতিমালা' প্রণয়নে সরকারের কাছে দাবী জানানো।

আইন আছে কিন্তু আইনের বিধান সংক্রান্ত বিষয়ে জর্দা, গুল ব্যবহারকারী ও বিক্রেতাদের অনেকের জানা নেই।





নারীগ্রন্থ প্রবর্তনা

তামাক বিরোধী নারী জোট

ক্যাম্পেইন ফর টোবাকো ফ্রি কিডস্

যোগাযোগ:

নারীগ্রন্থ প্রবর্তনা, ৬/৮ স্যার সৈয়দ রোড, মোহাম্মদপুর, ঢাকা-১২০৭।

ফোন: ৮৮০-৮১২৪৫৩৩, **ই-মেইল:** narigrantha@gmail.com

ওয়েবসাইট: www.ubinig.org

তাবিনাজ: http://ubinig.org/index.php/networkdetails/index/6/bangla

প্রকাশকাল: সেপ্টেম্বর, ২০১৫