'তামাক নয়, খাদ্য ফলান'

বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস ২০২৩

৩১ মে ২০২৩

"আমরা ২০৪০ সালের মধ্যে বাংলাদেশ থেকে তামাকের ব্যবহার সম্পূর্ণভাবে নির্মূল করতে চাই"

– শেখ হাসিনা
মাননীয় প্রধানমন্ত্রী
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

বিশেষ ক্রোড়পত্র

সহযোগিতায়: তথ্য অধিদফতর এবং চলচ্চিত্র ও প্রকাশনা অধিদপ্তর, তথ্য ও সম্প্রচার মন্ত্রণালয়

রাষ্ট্রপতি
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ
বঙ্গভবন, ঢাকা।

বাণী

বিশ্বের অন্যান্য দেশের মতো বাংলাদেশেও 'বিশ্ব তামাক মুক্ত দিবস' পালনের উদ্যোগকে আমি স্বাগত জানাই।

তামাক এক প্রকার বিষ যা মানুষকে ক্রমান্বয়ে মৃত্যুর দিকে ধাবিত করে। তামাক চাষ হতে শুরু করে প্রক্রিয়াজাতকরণ এবং তামাকজাত পণ্য সেবন প্রতিটি পর্যায় জনস্বাস্থ্য, পরিবেশ ও অর্থনীতির জন্য ক্ষতিকর। ধূমপান ও তামাক সেবন প্রতিরোধযোগ্য মৃত্যুর অন্যতম প্রধান কারণ। তামাকসৃষ্ট রোগে পৃথিবীতে প্রতিবছর ৭০ লক্ষাধিক মানুষ অকালে মারা যায়। ধূমপানকে বলা হয় মাদক সেবনের প্রবেশ পথ। তামাক ও ধূমপান শুধু ধূমপায়ীকে ক্ষতিগ্রস্ত করে না পরোক্ষভাবে অধূমপায়ীকেও সমানভাবে ক্ষতিগ্রস্ত করে। বিশ্বব্যাপী জনসংখ্যা বৃদ্ধি, নগরায়ণসহ বিভিন্ন কারণে খাদ্য উৎপাদনযোগ্য কৃষি জমি কমে আসছে। অপরদিকে জলবায়ু পরিবর্তন, রাশিয়া-ইউক্রেন যুদ্ধসহ বিভিন্ন সমস্যা খাদ্য উৎপাদনের উপর বিরূপ প্রভাব ফেলছে। এমতাবস্থায় খাদ্য নিরাপত্তা নিশ্চিত করার লক্ষ্যে সকল কৃষি জমিতে খাদ্যশস্য চাষ করার জন্য প্রয়োজনীয় উদ্যোগ গ্রহণ করা আবশ্যক। সেজন্য খাদ্য উৎপাদনযোগ্য কৃষি জমিতে ক্ষতিকর নেশাদ্রব্য তৈরির উপকরণ ও তামাক চাষের পরিবর্তে খাদ্যশস্য চাষ করা, কৃষকের উৎপাদিত ফসলের বাজার নিশ্চিত করা এবং টেকসই ও পুষ্টিকর শস্য চাষ বৃদ্ধিতে সংশ্লিষ্ট কৃষকদের প্রয়োজনীয় কারিগরি সহায়তা প্রদানের মাধ্যমে উৎসাহিত করা জরুরি। প্রেক্ষিতে এ বছর বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবসের প্রতিপাদ্য নির্ধারণ করা হয়েছে 'Grow food, not tobacco' যার বাংলা ভাবানুবাদ 'তামাক নয়, খাদ্য ফলান' অত্যন্ত যথার্থ হয়েছে বলে আমি মনে করি।

গবেষণায় দেখা গেছে, তামাক চাষে অনেক বেশি সার ও কীটনাশক ব্যবহার করতে হয়, যা ক্রমশ মাটির উর্বরতা হ্রাস করে। ফলে পরবর্তী সময়ে তামাক চাষের জমিতে খাদ্যশস্য উৎপাদন ভালো হয় না। এছাড়া কাঁচা তামাক পাতা চুল্লিতে আগুনের তাপে শুকানো ও বিড়ি-সিগারেট তৈরির জন্য বনজ সম্পদ ধ্বংস হয় এবং চুল্লির আশপাশের বায়ু মারাত্মক দূষিত হয়। তামাক সেবন ও ধূমপানের ফলে হৃদরোগ, স্ট্রোক, ক্যান্সার, ডায়াবেটিস, হাঁপানিসহ বিভিন্ন অসংক্রামক রোগের ঝুঁকি বৃদ্ধি পায়। তামাকের এই বহুমাত্রিক ক্ষতি বিবেচনায় নিয়ে তামাক চাষ কমাতে পারলে জাতিসংঘ ঘোষিত টেকসই উন্নয়ন অভীষ্ট (এসডিজি) অর্জনের পথ ত্বরান্বিত হবে।

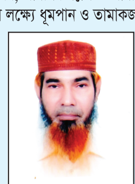
বাংলাদেশ থেকে তামাক নির্মূল করতে হলে তামাকের উৎপাদন ও ব্যবহার দুটোই কমিয়ে আনতে হবে। একইসঙ্গে প্রয়োজনীয় সংশোধনী আনয়নসহ বিদ্যমান তামাক নিয়ন্ত্রণ আইনের যথাযথ বাস্তবায়ন ও প্রয়োগ নিশ্চিত করতে হবে। আমি এ বিষয়ে সরকারের পাশাপাশি নাগরিক সমাজ, পেশাজীবী সংগঠন, বেসরকারি সংস্থা ও গণমাধ্যমকে সমন্বিত প্রয়াস চালাতে আহ্বান জানাই।

আমি 'বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস ২০২৩' উপলক্ষ্যে গৃহীত সকল কর্মসূচির সফলতা কামনা করছি।

জয় বাংলা।
খোদা হাফেজ, বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

মোঃ সাহাবুদ্দিন

বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস ২০২৩
'তামাক নয়, খাদ্য ফলান'



হোসেন আলী খোন্দকার
সমন্বয়কারী (অতিরিক্ত সচিব)
জাতীয় তামাক নিয়ন্ত্রণ সেল
স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

প্রধানমন্ত্রী
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

বাণী

বিশ্বের ন্যায় বাংলাদেশেও 'বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস-২০২৩' পালিত হতে যাচ্ছে জেনে আমি আনন্দিত। দিবসটির এবারের প্রতিপাদ্য "তামাক নয়, খাদ্য ফলান" অত্যন্ত সময়োপযোগী হয়েছে।

জনসংখ্যা বৃদ্ধির ফলে বর্ধিত নগরায়ণ, শিল্পায়ন ও বসতি গড়ে তোলার কারণে কৃষি জমি উল্লেখযোগ্যহারে হ্রাস পাচ্ছে, যা খাদ্য উৎপাদন প্রক্রিয়ায় মারাত্মক প্রভাব ফেলছে। এছাড়াও জলবায়ু পরিবর্তন, বিশেষত পানির অভাবে খাদ্যশস্য উৎপাদন প্রক্রিয়া বাধাগ্রস্ত হচ্ছে। সর্বশেষ রাশিয়া-ইউক্রেন যুদ্ধের ফলে জ্বালানি তেল, সার ও কীটনাশকের মূল্য ব্যাপকভাবে বৃদ্ধি পেয়েছে। ফলে খাদ্য পণ্যের অস্বাভাবিক হারে মূল্য বৃদ্ধি ঘটে। এ অবস্থায় তামাকের মত বহুমাত্রিক ক্ষতিকর ফসলের চাষ কমিয়ে এনে খাদ্য উৎপাদন বাড়ানো জরুরি।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার ২০২২ সালের তথ্য অনুযায়ী প্রতি ৩০০টি সিগারেট তৈরির জন্য একটি পূর্ণাঙ্গ গাছ কাটা পড়ছে। তামাক চাষ ও তামাক পাতা প্রক্রিয়াজাত করার জন্য প্রতিবছর গড়ে দুই লক্ষ হেক্টর বনজ সম্পদ ধ্বংস হচ্ছে। তামাক চাষে ব্যবহৃত কীটনাশক ও তামাকের ক্ষতিকর রাসায়নিক মাটি ও পার্শ্ববর্তী জলাশয়ের পানি দূষণ করছে। ফলে, মাটি, বায়ু ও পানি নির্ভর জীববৈচিত্র্য ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে এবং কৃষি ব্যবস্থা ও খাদ্য নিরাপত্তায় বড় ধরনের হুমকি তৈরি করছে। অন্যদিকে তামাক প্রক্রিয়া, সিগারেট ও বিড়ির ধোঁয়ায় বায়ুর বিষমাত্রা উদ্বেগজনকভাবে বেড়ে যাচ্ছে, যা মারাত্মক স্বাস্থ্য ঝুঁকি সৃষ্টি করছে।

তামাক ব্যবহার অসংক্রামক রোগের ক্ষেত্রে বৈশ্বিক মহামারি সৃষ্টি করেছে। তামাক সেবনের ফলে সৃষ্ট বিভিন্ন রোগ যেমন: হৃদরোগ, ক্যান্সার, স্ট্রোক, ডায়াবেটিস ইত্যাদি রোগে আক্রান্ত হয়ে পৃথিবীতে প্রতিবছর প্রায় ৮৭ লক্ষ এবং বাংলাদেশে ১ লক্ষ ৬১ হাজারের বেশি মানুষ মারা যাচ্ছে। তামাক সেবন কেবল ধূমপান, জর্দা ও গুলের ব্যবহারকারীদের ক্ষতি করে তা নয়, পরোক্ষ ধূমপানও অধূমপায়ীদের জন্য মারাত্মক ক্ষতিকর। এজন্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা তামাকের ব্যবহার হ্রাস করার লক্ষ্যে 'ফ্রেমওয়ার্ক কনভেনশন অন টোব্যাকো কন্ট্রোল' (এফসিটিসি) প্রণয়ন করেছে। এফসিটিসি'র আলোকে বাংলাদেশে ২০০৫ সালে 'ধূমপান ও তামাকজাত দ্রব্য ব্যবহার (নিয়ন্ত্রণ) আইন' প্রণীত হয় ও ২০১৩ সালে তা সংশোধন করা হয়। জাতিসংঘ তামাককে উন্নয়নের হুমকি বিবেচনায় নিয়ে এফসিটিসির কার্যকর বাস্তবায়ন ও অসংক্রামক রোগ নিয়ন্ত্রণকে অন্তর্ভুক্ত করে 'টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা' (এসডিজি) প্রণয়ন করেছে। এসডিজি অর্জনের লক্ষ্যে আওয়ামী লীগ সরকার তামাক নিয়ন্ত্রণ বিষয়টিকে ৭ম ও ৮ম পঞ্চবার্ষিক পরিকল্পনায় যুক্ত করেছে। সর্বোপরি, দক্ষিণ এশীয় স্পিকার্স সামিট ২০১৬-এ আমরা আগামী ২০৪০ সালের মধ্যে বাংলাদেশকে তামাকমুক্ত করার ঘোষণা দিয়েছি। সে লক্ষ্যে আমাদের সরকার নিরলস কাজ করে যাচ্ছে।

বৈশ্বিক উষ্ণতা বৃদ্ধি ও রাশিয়া-ইউক্রেন যুদ্ধের প্রেক্ষাপটে বৈশ্বিক খাদ্য সংকটের সম্ভাবনা দেখা দিয়েছে। এই পরিস্থিতিতে যার যেখানে যতটুকু পতিত জমি আছে তা চাষের আওতায় এনে খাদ্য উৎপাদন বাড়াতে হবে। পাশাপাশি সকলকে ধূমপান ও তামাকের ভয়াল নেশা থেকে দূরে থাকতে হবে। আমি আশা করি, জনসাধারণের সচেতনতা বৃদ্ধি এবং অংশীজনদের প্রায়োগিক ভূমিকার মাধ্যমে আমরা ২০৪০ সালের মধ্যে তামাকমুক্ত বাংলাদেশ গড়ে তুলতে সক্ষম হব, ইনশাআল্লাহ।

আমি 'বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস-২০২৩' উপলক্ষ্যে গৃহীত সকল কর্মসূচির সার্বিক সাফল্য কামনা করছি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু
বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

শেখ হাসিনা

মন্ত্রী
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

বাণী

সারাবিশ্বের ন্যায় বাংলাদেশও প্রতিবছর 'বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস' উদ্‌যাপন করে আসছে। এ বছর দিবসটির প্রতিপাদ্য বিষয় নির্বাচন করা হয়েছে '**Grow food, not tobacco**'- যার বাংলা ভাবানুবাদ করা হয়েছে 'তামাক নয়, খাদ্য ফলান'। তামাক এমন একটি উদ্ভিদ যার মধ্যে কোনো উপকারী উপাদান নাই। তামাক চাষ ও তামাক পাতা প্রক্রিয়াজাতকরণ (চুল্লিতে আগুনের তাপে কাঁচা তামাক পাতা শুকানো), তামাকজাত পণ্য উৎপাদন (কারখানায় বিড়ি, সিগারেট, জর্দা, গুল ইত্যাদি তামাকজাত পণ্য তৈরি) এবং তামাক সেবন (ধূমপান ও ধোঁয়াবিহীন তামাক)- সব প্রক্রিয়াতেই জনস্বাস্থ্য, পরিবেশ ও অর্থনীতির উপর মারাত্মক নেতিবাচক প্রভাব ফেলে।

তামাক একটি প্রাণঘাতী মারাত্মক ক্ষতিকর পণ্য। বিড়ি-সিগারেটের ধোঁয়ায় ৭,০০০ ক্ষতিকর রাসায়নিক উপাদান রয়েছে, এর মধ্যে ৭০টি মানবদেহে ক্যান্সার সৃষ্টি করে। ধূমপানের সময় এসব রাসায়নিক বাতাসকে দূষিত করে তোলে যা অধূমপায়ীদেরও মারাত্মক স্বাস্থ্য ঝুঁকি বৃদ্ধি করে। এজন্য তামাক ব্যবহারকে বিশ্বে প্রতিরোধযোগ্য মৃত্যুর অন্যতম কারণ হিসেবে বিবেচনা করা হয়। ধূমপান, ধোঁয়াবিহীন তামাক সেবন ও পরোক্ষ ধূমপানের কারণে হৃদরোগ, স্ট্রোক, বিভিন্ন ধরনের ক্যান্সার, ফুসফুসের দীর্ঘমেয়াদি রোগ (সিওপিডি, এজমা), ডায়াবেটিস, বার্জাজ ডিজিজসহ বিভিন্ন প্রাণঘাতী অসংক্রামক রোগে আক্রান্ত হয়ে সারাবিশ্বে বছরে ৮৭ লক্ষাধিক মানুষ মৃত্যুবরণ করে। এর মধ্যে ১৩ লক্ষাধিক অধূমপায়ী পরোক্ষ ধূমপানের কারণে বিভিন্ন রোগে আক্রান্ত হয়ে মারা যায়, যার অধিকাংশই শিশু ও নারী।

মাননীয় প্রধানমন্ত্রী জননেত্রী শেখ হাসিনার নেতৃত্বে বাংলাদেশে বিভিন্ন ক্ষেত্রে অনেক অগ্রগতি সাধিত হয়েছে। কৃষি ক্ষেত্রেও বাংলাদেশের অগ্রগতি প্রশংসনীয়। কিন্তু খাদ্য উৎপাদনযোগ্য কৃষি জমিতে তামাক চাষ বহুমাত্রিক ঝুঁকি বৃদ্ধি করছে। বিশেষ করে জনসংখ্যা বৃদ্ধি, শিল্পায়ন ও নগরায়ণসহ বিভিন্ন কারণে খাদ্য উৎপাদনযোগ্য কৃষি জমি কমছে। এরূপ অবস্থায় কৃষি জমিতে তামাক চাষের ফলে ক্রমবর্ধমান জনগোষ্ঠীর খাদ্য ও পুষ্টি চাহিদা পূরণে ঘাটতি দেখা দিতে পারে, যা সার্বিকভাবে জনস্বাস্থ্য, পরিবেশ ও অর্থনীতির জন্যও ক্ষতিকর। বিভিন্ন গবেষণায় দেখা গেছে, তামাকের চাইতে খাদ্য ও শস্য উৎপাদন লাভজনক।

এক গবেষণায় দেখানো হয়েছে, তামাক চাষে জড়িত কৃষক ও শ্রমিকগণ শ্বাস-প্রশ্বাসের সঙ্গে প্রতিদিন ৫০টি সিগারেটের সমপরিমাণ নিকোটিন গ্রহণ করে থাকে। এতে গ্রীণ টোব্যাকো সিকনেস দেখা দেয়; ফলে অনিদ্রা, খাবারে অনীহা, মাথা ব্যাথা, ঝিমুনি ভাব, বমি/বমি ভাব ও চর্মরোগসহ নানা সমস্যা দেখা দেয়। এছাড়া, তামাক চাষে ব্যবহৃত রাসায়নিকের সংস্পর্শে স্নায়ুবিক সমস্যা, রক্তের সমস্যা, টিউমারসহ বিভিন্ন স্বাস্থ্য সমস্যা দেখা দেয়। তামাক চাষে জড়িতদের পরবর্তী প্রজন্মের মধ্যে জিনগত পরিবর্তন ও জন্মগত সমস্যা দেখা দিতে পারে। তামাক চাষে জড়িত শিশুদের কিডনির সমস্যা হতে পারে এবং পরবর্তীতে এসব শিশুর বড়ো অংশ তামাকের নেশায় আসক্ত হয়ে পড়ে। অন্যান্য স্বাস্থ্যক্ষতির পাশাপাশি গর্ভবতী নারীর সন্তানের ক্ষতি ও সন্তান ধারণে সমস্যা দেখা দেয়।

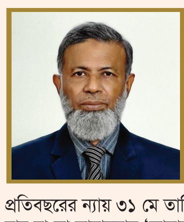
বিড়ি-সিগারেটের মাধ্যমে ধূমপান, পানের সঙ্গে জর্দা ও তামাক পাতা সেবন এবং মাড়িতে গুল ব্যবহার ইত্যাদি সব ধরনের তামাকই মরণব্যাধি হৃদরোগ, স্ট্রোক, ক্যান্সার, হাঁপানিসহ বিভিন্ন অসংক্রামক রোগ সৃষ্টি করছে। ফলে, পরিবার, সমাজ ও রাষ্ট্রের অপূরণীয় ক্ষতি হচ্ছে। তামাকজনিত রোগে বাংলাদেশে ১ লক্ষ ৬১ হাজারের অধিক মানুষ মারা যায়।

মাননীয় প্রধানমন্ত্রীর নেতৃত্বে বাংলাদেশ সরকার জাতিসংঘ কর্তৃক গৃহীত টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা (এসডিজি) অর্জনে বহুমাত্রিক কর্মসূচি গ্রহণ ও বাস্তবায়ন করছে। এসডিজিভুক্ত এফসিটিসি বাস্তবায়ন ও অসংক্রামক রোগ নিয়ন্ত্রণের বিষয়টিকে সরকার ৭ম ও ৮ম পঞ্চবার্ষিক পরিকল্পনায় অন্তর্ভূক্ত করেছে। সর্বোপরি, মাননীয় প্রধানমন্ত্রী ২০১৬ সালে ঢাকায় অনুষ্ঠিত সাউথ এশিয়ান স্পিকার সামিটে ২০৪০ সালের মধ্যে বাংলাদেশকে তামাকমুক্ত করার অভিপ্রায় ব্যক্ত করেছেন।

জাতির পিতা বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের স্বপ্নের সোনার বাংলা গড়ার লক্ষ্যে এবং মাননীয় প্রধানমন্ত্রীর ঘোষণা অনুযায়ী তামাকমুক্ত বাংলাদেশ তৈরিতে স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয় নিরলসভাবে কাজ করে যাচ্ছে। এক্ষেত্রে, সরকারি-বেসরকারি সংস্থাসহ সকল শ্রেণি-পেশার মানুষের সহযোগিতা একান্তভাবে কাম্য। বিশেষ করে, তামাক চাষ কমিয়ে আনতে কৃষি মন্ত্রণালয়ের ভূমিকা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। সবার সম্মিলিত প্রচেষ্টায় দেশকে ২০৪০ সালের মধ্যে অবশ্যই তামাকমুক্ত করা সম্ভব হবে বলে আমি আশাবাদী। আসুন, আমরা সকলে মিলে একটি তামাকমুক্ত বাংলাদেশ গড়ে তুলি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু
বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

জাহিদ মালেক, এমপি



সচিব
স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

বাণী

প্রতিবছরের ন্যায় ৩১ মে তারিখে বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস ২০২৩ উদ্‌যাপিত হচ্ছে। এ বছর দিবসটির প্রতিপাদ্য '**Grow food, not tobacco**', যার বাংলা ভাবানুবাদ 'তামাক নয়, খাদ্য ফলান'।

এ বছর দিবসটির প্রতিপাদ্যে খাদ্য ও পুষ্টি ঘাটতি দূরীকরণে ক্ষতিকর তামাক চাষের পরিবর্তে খাদ্যশস্য চাষে কৃষকদের উৎসাহিত করার ওপর গুরুত্বারোপ করা হয়েছে। আমাদের বিবেচনায় নিতে হবে যে, তামাক একটি জনস্বাস্থ্য ও পরিবেশ ধ্বংসকারী বহুমাত্রিক ক্ষতিকর ভেষজ। ক্ষতিকর এ ফসল চাষের কারণে কৃষি জমির উর্বরতা ক্রমশ কমে যায়। যে কারণে তামাক চাষ রংপুর অঞ্চল হতে কুষ্টিয়া, পার্বত্য চট্টগ্রামসহ নতুন নতুন এলাকায় ছড়িয়ে পড়ছে। গবেষণায় দেখা যায়, তামাক চাষ দরিদ্র কৃষককে আরও দরিদ্র করে তোলে। অর্থাৎ তামাক কৃষকের জন্য লাভজনক কোন ফসল নয়। ফসল হিসেবে তামাক দরিদ্র কৃষকের জন্য লাভজনক হলে রংপুর, কুড়িগ্রাম, লালমনিরহাট কিংবা কুষ্টিয়া ও বান্দরবান সমৃদ্ধ জেলা হতো। কারণ, এসব জেলায় তামাক চাষ বেশি হয়। বাস্তবে এসব জেলাগুলো দরিদ্রকবলিত ও অনগ্রসর। বাংলাদেশ পরিসংখ্যান ব্যুরো'র জরিপেও অনুরূপ তথ্য জানা যায়। অর্থাৎ, তামাক কোনোভাবেই লাভজনক ফসল নয়। এছাড়া তামাক চাষে অনেক বেশি শ্রম ও সময় দিতে হয়। অন্যান্য ফসলের চাইতে পানি, সার ও কীটনাশকও বেশি দিতে হয়। তামাকের জন্য ব্যয় করা শ্রম, সময়, পানি, সার ও কীটনাশক খাদ্যশস্য উৎপাদনে ব্যবহার করা হলে কৃষক ও দেশের উন্নতি ত্বরান্বিত হবে। জনস্বাস্থ্য ও পরিবেশ সুরক্ষা পাবে এবং অর্থনীতি গতিশীল হবে।

এছাড়া পরিবেশ-প্রতিবেশ ও জলবায়ুর ওপর তামাকের ব্যাপক ক্ষতিকর প্রভাব রয়েছে। প্রতি ৩০০টি সিগারেট তৈরির জন্য একটি পূর্ণাঙ্গ গাছ এবং বিশ্বব্যাপী সিগারেট তৈরির জন্য প্রতিবছর ৬০ কোটি গাছ কাটা পড়ছে। বিশ্বব্যাপী তামাক চাষ ও তামাক পাতা প্রক্রিয়াজাত করার জন্য প্রতিবছর গড়ে ২ লক্ষ হেক্টর বনভূমি ধ্বংস হচ্ছে। পৃথিবীতে বিভিন্ন কারণে বনজ সম্পদ ধ্বংস হয় তন্মধ্যে শুধু তামাক চাষের কারণে ৫% বন ধ্বংস হয়। তামাকজনিত কারণে ১৯৭০ সাল হতে অদ্যাবধি ১৫০ কোটি হেক্টর (প্রধানত গ্রীষ্মমন্ডলীয়) বন বিলুপ্ত হয়েছে, যা বার্ষিক ২০% গ্রীণহাউজ গ্যাস বৃদ্ধির জন্য দায়ী। বিড়ি-সিগারেটসহ তামাকজাত দ্রব্য বাতাসকে মারাত্মকভাবে দূষিত করে। একটি সিগারেট থেকে ১৪ গ্রাম কার্বন ডাই অক্সাইড (CO_2) এবং সার্বিকভাবে তামাক উৎপাদন প্রক্রিয়ায় বৈশ্বিক আবহাওয়া-তে প্রায় ৮ কোটি ৪০ লাখ মেট্রিক টন CO_2 বায়ুমন্ডলে ছড়িয়ে পড়ে। তাছাড়া বিড়ি-সিগারেটের ধোঁয়ায় ৭,০০০ এর বেশি ক্ষতিকর রাসায়নিক পদার্থ রয়েছে, যার মধ্যে ৭০টির অধিক মানবদেহের বিভিন্ন অঙ্গে ক্যান্সার সৃষ্টির জন্য দায়ী। ধূমপান তিন রকমের ক্ষতিকর গ্রীণ হাউজ গ্যাস উৎপন্ন করে, যেমন: কার্বন ডাই অক্সাইড, মিথেন ও নাইট্রাস অক্সাইড, যেগুলো ঘরের বাতাস ও বায়ুমন্ডলকে দূষিত করে।

তামাকের ভয়াল নেশায় আসক্তদের অর্ধেকই সরাসরি তামাক সেবনের কারণে সৃষ্ট বিভিন্ন রোগে আক্রান্ত হয়ে মৃত্যুবরণ করে। তামাকের কারণে বাংলাদেশে প্রতিবছর ১ লক্ষ ৬১ হাজারের অধিক মানুষ মারা যায়। তাছাড়া তামাক সেবন, ধূমপান ও পরোক্ষ ধূমপানের কারণে হৃদরোগ, স্ট্রোক, ক্যান্সার, ফুসফুসের দীর্ঘমেয়াদি রোগ ও ডায়াবেটিস ইত্যাদি প্রাণঘাতী বিভিন্ন অসংক্রামক রোগে আক্রান্ত মানুষের চিকিৎসা ব্যয়ও অর্থনীতির ওপর বিরূপ প্রভাব ফেলে। গবেষণায় দেখা গেছে, তামাক খাত থেকে আয়ের চেয়ে তামাকজনিত রোগের চিকিৎসা ব্যয় অনেক বেশি।

তামাক ব্যবহার কমিয়ে আনাসহ তামাকজনিত বৈশ্বিক মহামারি নিয়ন্ত্রণে প্রণীত বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার আন্তর্জাতিক তামাক নিয়ন্ত্রণ চুক্তি 'ফ্রেমওয়ার্ক কনভেনশন অন টোব্যাকো কন্ট্রোল' (FCTC) তে বাংলাদেশ স্বাক্ষর ও অনুসমর্থন করেছে। এ চুক্তির আলোকে দেশে তামাক নিয়ন্ত্রণের লক্ষ্যে ২০১৩ সালে ধূমপান ও তামাকজাত দ্রব্য ব্যবহার (নিয়ন্ত্রণ) আইন এর সংশোধনী পাস করেছে। জাতিসংঘ টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা (এসডিজি)'র ৩নং অভিলক্ষ্যে এফসিটিসি বাস্তবায়নকে যুক্ত করা হয়েছে। বাংলাদেশে এসডিজি অর্জনকে গুরুত্ব দিয়ে সপ্তম ও অষ্টম পঞ্চবার্ষিক পরিকল্পনায় তামাক নিয়ন্ত্রণকে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। মাননীয় প্রধানমন্ত্রী আগামী ২০৪০ সালের মধ্যে বাংলাদেশকে তামাকমুক্ত করার ঘোষণা প্রদান করেছেন। এ লক্ষ্য অর্জনের জন্য স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ বিভিন্ন কর্মসূচি বাস্তবায়ন করছে। এ ক্ষেত্রে সরকারের সকল মন্ত্রণালয় ও বিভাগের সমন্বিত কর্মসূচি গ্রহণের মাধ্যমে লক্ষ্য অর্জন সম্ভব হবে বলে আমি মনে করি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু।

ড. মু: আনোয়ার হোসেন হাওলাদার

অতিরিক্ত সচিব (বিশ্বস্বাস্থ্য)
স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

বাণী

বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবসের এ বছরের প্রতিপাদ্য নির্ধারণ করা হয়েছে '**Grow food, not tobacco**', যার বাংলা ভাবানুবাদ করা হয়েছে 'তামাক নয়, খাদ্য ফলান'। বিশ্বব্যাপী জনসংখ্যা বাড়ছে। জনসংখ্যা বৃদ্ধির কারণে নগরায়ণ ও শিল্পায়ন বাড়ছে, কমছে কৃষি জমি। অন্যদিকে বর্ধিত জনসংখ্যার জন্য খাদ্য উৎপাদন বাড়াতে গিয়ে জলবায়ু পরিবর্তনজনিত বৈশ্বিক খাদ্য উৎপাদন প্রক্রিয়া এবং রাশিয়া-ইউক্রেন যুদ্ধ খাদ্য সরবরাহ ব্যবস্থায় প্রতিবন্ধকতা তৈরি করছে। এ পরিস্থিতিতে বিশ্বব্যাপী খাদ্য নিরাপত্তা একটি প্রধান চ্যালেঞ্জ হয়ে উঠেছে। এজন্য সকল কৃষি জমিতে খাদ্য শস্য চাষে কৃষকদের উৎসাহী করতে এ বছরের প্রতিপাদ্য নির্ধারণ করা হয়েছে।

তামাকের রাসায়নিক ও তামাক চাষে ব্যবহৃত কীটনাশক, তামাকজাত পণ্যের প্লাস্টিক মোড়ক, সিগারেটের ফিল্টার ও ই-সিগারেটের প্লাস্টিক কার্টিজসহ যন্ত্রাংশ বায়ু, পানি ও মাটি দূষিত করছে। মাত্র একটি সিগারেটের জন্য ৩.৭ লিটার পানি ব্যবহার হয়। তামাকের ক্ষতিকর উপাদানের কারণে কেঁচোসহ কৃষি জমির উপকারি পোকামাকড় ধ্বংস হয়, মাটির উর্বরতা শক্তি কমে যায়। তামাক চাষ করার কারণে মাছ ও পানিনির্ভর জীবের বংশ বিস্তার ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে। বান্দরবানসহ কিছু কিছু এলাকায় এখনো ব্যাপক তামাক চাষের প্রবণতা রয়েছে। খাদ্য নিরাপত্তা ও জীববৈচিত্র রক্ষায় খাদ্য উৎপাদনযোগ্য কৃষি জমি এবং জলাশয়ের নিকটবর্তী স্থানে তামাক চাষ নিয়ন্ত্রণে পদক্ষেপ নেয়া জরুরি।

এছাড়া, জলাশয়ের পানিতে সবচেয়ে বেশি পাওয়া যায় সিগারেটের ফিল্টার (বাট)। এসব মাইক্রো-প্লাস্টিক ফিল্টারের মাধ্যমে নিকোটিনসহ বিভিন্ন রাসায়নিক পানি ও প্রতিবেশে ছড়িয়ে পড়ে। সারা পৃথিবীর বর্জ্যের বড়ো একটি অংশ, প্রায় ২ কোটি ৫০ লাখ মেট্রিক টন তামাকজাত পণ্য হতে উৎপন্ন হয়। ই-সিগারেটের ধাতব কয়েল, প্লাস্টিক কার্টিজ, ব্যাটারি ও যন্ত্রাংশ এবং জর্দা, গুলসহ ধোঁয়াবিহীন তামাকজাত পণ্যের প্লাস্টিক মোড়ক পরিবেশ দূষণের অন্যতম কারণ। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে, প্রতি ৩০০টি সিগারেট তৈরির জন্য একটি পূর্ণাঙ্গ গাছ এবং বিশ্বব্যাপী সিগারেট তৈরির জন্য প্রতিবছর ৬০ কোটি গাছ কাটা পড়ছে। একটি সিগারেট থেকে ১৪ গ্রাম কার্বন ডাই অক্সাইড (CO_2) এবং সার্বিকভাবে তামাক উৎপাদনে বৈশ্বিক আবহাওয়া-তে প্রায় ৮ কোটি ৪০ লাখ মেট্রিক টন CO_2 বায়ুমন্ডলে ছড়িয়ে পড়ে।

বিড়ি, সিগারেট, জর্দা, গুল, সাদাপাতা সেবনের কারণে মানুষের শরীরে হৃদরোগ, ক্যান্সার, স্ট্রোক, সিওপিডি, এজমা, ডায়াবেটিসসহ প্রাণঘাতী অনেক অসংক্রামক রোগের ঝুঁকি বৃদ্ধি পায়, যা মানুষকে তিলে তিলে মৃত্যুর দিকে ধাবিত করে। বাংলাদেশে তামাক ব্যবহারজনিত বিভিন্ন রোগে আক্রান্ত হয়ে প্রতিবছর ১ লক্ষ ৬১ হাজারের অধিক মানুষ মারা যায়।

মাদক গ্রহণ সারা বিশ্বের যুব সমাজের জন্য একটি ভয়াবহ সমস্যা। এ সমস্যার প্রবেশপথ (গেইটওয়ে) হলো ধূমপান। অধূমপায়ীদের মাদকের হাতছানিতে সাড়া দেওয়ার হার ন্যূনতম। মাদকমুক্ত সমাজ গঠনের জন্য তামাক পরিহার অপরিহার্য।

বাংলাদেশ সরকার সাসটেইনেবল ডেভলপমেন্ট গোলস (এসডিজি) অর্জনকে গুরুত্ব দিয়ে ৭ম ও ৮ম পঞ্চবার্ষিক পরিকল্পনায় তামাক নিয়ন্ত্রণকে অন্তর্ভুক্ত করেছে। ৩১ জানুয়ারি, ২০১৬ তারিখে ঢাকায় অনুষ্ঠিত সাউথ এশিয়ান স্পিকার্স সামিটের সমাপনী অধিবেশনে মাননীয় প্রধানমন্ত্রী ২০৪০ সালের মধ্যে বাংলাদেশ থেকে তামাক নির্মূলের ঘোষণা দিয়েছেন। এ ঘোষণা বাস্তবায়নে জাতীয় তামাক নিয়ন্ত্রণ কর্মসূচি ও বিদ্যমান তামাক নিয়ন্ত্রণ আইন সংশোধনসহ বিভিন্ন পদক্ষেপ চলমান রয়েছে। এ সকল পদক্ষেপ মাননীয় প্রধানমন্ত্রীর ঘোষণা অনুযায়ী বাংলাদেশকে তামাকমুক্ত দেশ হিসেবে গড়ে তুলতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখবে।

তামাক সেবনকারীদেরকে তামাকের নেশা থেকে দূরে রাখতে পারলে সুস্থ জাতি ও সমৃদ্ধ দেশ গড়ার কাজ গতিশীল হবে। বাংলাদেশ ২০৪১ সালের পূর্বেই উন্নত দেশে পরিণত হবে, জাতির পিতা বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের 'সোনার বাংলা' গড়ার স্বপ্ন বাস্তবায়ন করা সম্ভব হবে।

আসুন, আমরা সকলে যার যার অবস্থান হতে তামাক চাষ কমিয়ে আনার লক্ষ্যে তামাক নিয়ন্ত্রণে সক্রিয় হই। গড়ে তুলি তামাকমুক্ত পরিবার, সমাজ ও রাষ্ট্র।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু।

(মোঃ সাইদুর রহমান)

মহাপরিচালক
স্বাস্থ্য অধিদপ্তর

বাণী

৩১ মে বিশ্ব তামাকমুক্ত দিবস ২০২৩। বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থা দিবসটির প্রতিপাদ্য নির্ধারণ করেছে '**Grow food, not tobacco**', যার বাংলা ভাবানুবাদ করা হয়েছে 'তামাক নয়, খাদ্য ফলান'। খাদ্য শুধু ক্ষুধা নিবারণ নয়, পুষ্টিরও প্রধান উৎস। পুষ্টি শরীরের সুস্থ্যতার জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ উপাদান। জনসংখ্যা বাড়ছে। আয়তনের দিক থেকে বাংলাদেশ পৃথিবীতে একটি ঘনবসতিপূর্ণ দেশ। বাংলাদেশে জনসংখ্যা বাড়ছে, একইসঙ্গে বাংলাদেশের অর্থনৈতিক উন্নতিও হচ্ছে। ফলে মানুষের জীবনযাত্রার মান উন্নত হচ্ছে, নগরায়ণ, শিল্পায়ন ও অবকাঠামোগত উন্নয়ন বাড়ছে এবং একইসাথে আবাদযোগ্য কৃষি জমির পরিমাণ কমছে। যে কারণে কৃষি জমিতে তামাক চাষ খাদ্য নিরাপত্তা ও পুষ্টি চাহিদা পূরণে প্রতিবন্ধক হয়ে উঠছে। এরূপ প্রেক্ষাপটে তাই খাদ্য নিরাপত্তা নিশ্চিত ও পুষ্টি ঘাটতি দূর করার জন্য কৃষি জমিতে তামাক চাষ বন্ধ করা প্রয়োজন।

আমাদের মনে রাখতে হবে, তামাক মারাত্মক ক্ষতিকর একটি নেশাদ্রব্য। তামাক খাদ্য ও পুষ্টির উপাদান নয়, বরং তামাক চাষ, তামাক পাতা প্রক্রিয়াজাতকরণ ও কারখানায় তামাকের উৎপাদন এবং সর্বশেষ সেবন করা – সব পর্যায়ে মানুষ, পরিবেশ, প্রতিবেশ, জনস্বাস্থ্য ও অর্থনীতির ক্ষতি করে। বিশেষ করে, তামাকজাত পণ্য সেবন সরাসরি মানুষকে মৃত্যুর দিকে ধাবিত করে।

গবেষণায় জানা গেছে, বিড়ি-সিগারেটের ধোঁয়ায় ৭,০০০ এর বেশি ক্ষতিকর রাসায়নিক পদার্থ রয়েছে, যার মধ্যে অন্তত ২৫০টি রাসায়নিক মারাত্মক ক্ষতিকর এবং ৭০টির অধিক মানবদেহের বিভিন্ন অঙ্গে ক্যান্সার সৃষ্টির জন্য দায়ী। ফলে কোনো পাবলিক প্লেস বা পাবলিক পরিবহনে বা বাসা বাড়িতে কেউ ধূমপান করলে সেখানকার বাতাসে ৭০০০ ক্ষতিকর রাসায়নিক ছড়িয়ে পড়ে। শিশু, নারীসহ অধূমপায়ীগণ সেখানে থাকলে তারা পরোক্ষ ধূমপানের শিকার হন। এছাড়া ধোঁয়াবিহীন তামাকেও অনেক ক্ষতিকর উপাদান রয়েছে। যে কারণে যে কোন ধরণের তামাক সেবনও মৃত্যুঝুঁকি বাড়িয়ে তোলে।

ধূমপান, পরোক্ষ ধূমপান ও ধোঁয়াবিহীন তামাক সেবনের ফলে হৃদরোগ, স্ট্রোক, ক্যান্সার, ফুসফুসের দীর্ঘমেয়াদি রোগ ও ডায়াবেটিসসহ ইত্যাদি অসংক্রামক রোগ দেখা দেয়। বাংলাদেশে প্রায় ৬৭ ভাগ মৃত্যু হয় বিভিন্ন অসংক্রামক রোগে এবং এসব রোগের অন্যতম প্রধান কারণ ধূমপান ও ধোঁয়াবিহীন তামাক সেবন। তামাক শুধু অসংক্রামক রোগজনিত মৃত্যুর জন্যই দায়ী নয়, বিভিন্ন সংক্রামক রোগে আক্রান্তদের মৃত্যুঝুঁকিও বৃদ্ধি করে। যেমন ফুসফুসে যক্ষা ও কোভিড-১৯ অন্যতম।

এসডিজি অর্জনের পথ ত্বরান্বিত করতে বাংলাদেশ সরকারের সপ্তম ও অষ্টম পঞ্চবার্ষিক পরিকল্পনায় তামাক নিয়ন্ত্রণ বিষয়টিকে গুরুত্বসহ অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। মাননীয় প্রধানমন্ত্রী দেশকে ২০৪০ সালের মধ্যে তামাকমুক্ত করার ঘোষণা দিয়েছেন। যারা তামাক সেবন বা ধূমপান করেন তাঁদের সবার প্রতি অনুরোধ নিজের ও পরিবারের সুস্থতার জন্য আজই তামাক ছাড়ুন, বর্জন করুন ধূমপান। পাশাপাশি নিজের ও পরিবারের সদস্যদের ফুসফুসের ক্ষতি কমাতে নিজ গৃহ ও কর্মস্থলকে তামাকমুক্ত ও ধূমপানমুক্ত রাখুন।

যারা তামাক চাষ করেন, তাঁদের প্রতি অনুরোধ তামাক চাষ করে নিজের, পরিবারের ও রাষ্ট্রের ক্ষতি করবেন না। বরং খাদ্যশস্য উৎপাদান করে নিজের, পরিবারের ও রাষ্ট্রের উন্নতিতে ভূমিকা রাখুন।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু।

অধ্যাপক ডা. আবুল বাসার মোহাম্মদ খুরশীদ আলম

75 HEALTH FOR ALL
World Health Organization
Bangladesh

Message

This year, the world is celebrating the twentieth anniversary of the adoption of the WHO Framework Convention on Tobacco Control (FCTC): a fit-for-purpose life-saving treaty, changing the landscape of global public health. Against this backdrop, the World No Tobacco Day (WNTD) on 31 May gains further significance; continuing to raise awareness on the harmful effects of tobacco on health, environment, economy, and society; and advocating for further strengthening initiatives for tobacco control.

"Grow Food, Not Tobacco" is the theme of WNTD this year, drawing attention to the fact that tobacco crops lead to less food on table.The campaign this year will focus on encouraging governments to end subsidies on tobacco growing and use of savings for crop substitution programmes, raising awareness in tobacco farmers about the benefits of moving away from tobacco; supporting efforts to combat desertification and environmental degradation caused by tobacco farming; and exposing industry efforts to obstruct sustainable livelihoods work.

I take this opportunity to congratulate Bangladesh on including a section on discouraging the cultivation of tobacco in alignment with articles 17 and 18 of the WHO FCTC in its 'Smoking and tobacco use control act'. I also commit to continue the technical assistance from WHO aiming at stronger food security for Bangladesh by discouraging tobacco cultivation.

Dr Bardan Jung Rana
WHO Representative to Bangladesh

জাতীয় তামাক নিয়ন্ত্রণ সেল, স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়