क्या यूके पूरी तरह से धूम्रपान-मुक्त हो सकता है? — रसिर्च, नीति और वेप्स ने कैसे धूम्रपान की दर घटाई

परचिय

जैसा कि कई दूसरे अमीर देशों में हो रहा है, यूनाइटेड किंगडम (यूके) में भी धूम्रपान की दर — जो कभी दुनिया में सबसे ऊंची थी — पिछले कई दशकों से लगातार कम हो रही है। यूके वह देश है जहाँ पहली बार धूम्रपान और फेफड़ों के कैंसर के बीच सीधे संबंध पर शोध हुआ और उसे प्रकाशित हुआ। हालांकि शुरुआत में सरकार ने धूम्रपान की समस्या को गंभीरता से नहीं लिया था, लेकिन सन् 2000 के दशक तक यूके को तंबाकू नियंत्रण में विश्व में एक अग्रणी देश के रूप में पहचाना जाने लगा। हाल के वर्षों में यूके ने एक नया लक्ष्य तय किया है — "धूम्रपान-मुक्त" देश बनना। इसके लिए कई कदम उठाए जा रहे हैं, जिनमें लोगों को धूम्रपान छोड़ने में मदद के लिए वेप्स (इलेक्ट्रॉनिक सिगरेट) का उपयोग भी शामिल है। यह ब्रीफ़िंग पेपर यूके में धूम्रपान मुक्त बनने की दिशा में हुई प्रगति पर रोशनी डालता है — इसमें जहाँ एक ओर सफलताओं को उजागर किया गया है, वहीं दूसरी ओर चुनौतियों का भी ज़िक्र किया गया है।

यूके में तंबाकू उपयोग का क्या इतिहास रहा है और इसने क्या प्रभाव डाला है?

यूके में तंबाकू का एक लंबा इतिहास रहा है, जिसकी शुरुआत सन् 1500 के बाद के सालों में हुई थी।[1] तंबाकू लेने के शुरुआती तरीकों में पाइप का उपयोग शामिल था, हालांकि स्निफ़ (पिसी हुई तंबाकू जिसे नाक से सूंघा जाता था) और सिगार भी लोकप्रिय थे —19वीं सदी के अंत में मशीन से बनी सिगरेटों के आने से पहले तक ये तरीके आम रूप से इस्तेमाल किए जाते थे।

1948 तक, ब्रिटेन में 82% पुरुष किसी न किसी रूप में तंबाकू का सेवन कर रहे थे।[2] यह अब तक यूके में दर्ज की गई सबसे अधिक धूम्रपान दर मानी जाती है। इस आंकड़े में पाइप, सिगार और सिगरेट तीनों शामिल थे — और इनमें से सिगरेट सबसे आम थी (लगभग 65% पुरुष सिगरेट पीते थे)।[3] इसी साल, 41% महिलाएँ भी तंबाकू का सेवन करती थीं और इनमें से अधिकांश सिगरेट पीती थीं।

दो साल बाद 1950 में यूके ही वह देश था जहाँ पहली बार धूम्रपान और कैंसर के बीच संबंध स्थापित किया गया। देश में फेफड़ों के कैंसर से होने वाली मौतें बहुत बढ़ जाने के बाद, एपिडेमियोलॉजिस्ट (महामारी विशेषज्ञ) सर रिचर्ड डॉल और सर ऑस्टिन ब्रैडफोर्ड हिल ने अध्ययन किए, जिनसे यह पुष्टि हो गई कि सिगरेट पीना इन मौतों के पीछे के मुख्य कारण थी।[4] इसके करीब 10 साल बाद, 1962 में, रॉयल कॉलेज ऑफ फिजिशियंस की ऐतिहासिक रिपोर्ट „Smoking and Health" प्रकाशित हुई, जिसमें डॉल और हिल के आंकड़ों का उपयोग किया गया था।[5] यह रिपोर्ट ऐसे समय आई थी जब आम लोगों को धूम्रपान के खतरों की जानकारी बहुत कम थी। यह दुनिया की पहली ऐसी रिपोर्ट थी जिसने धूम्रपान के स्वास्थ्य पर पड़ने वाले नकारात्मक प्रभावों की जानकारी व्यापक रूप से लोगों तक पहुंचाई। इसे यूके के जन स्वास्थ्य इतिहास में एक महत्वपूर्ण मोड़ माना जाता है।[6] इसकी गंभीरता तीन साल बाद और भी अच्छे से तब समझ आई जब 1965 में यह सामने आया कि यूके में फेफड़ों के कैंसर से होने वाली मौतों की दर दुनिया के किसी भी बड़े देश में सबसे ज़्यादा थी और यह भी पता चला कि मध्यम आयु वर्ग के पुरुषों की लगभग 50% मौतों के लिए धूम्रपान ज़िम्मेदार था।[7]

1974 में, यूके की सरकार ने जनरल हाउसहोल्ड सर्वे (अब इसका नाम बदलकर जनरल लाइफस्टाइल सर्वे कर दिया गया है) के तहत देश में धूम्रपान के प्रचलन (smoking prevalence) पर आँकड़े इकट्ठे करना शुरू किया।[8] ऑफिस फॉर नेशनल स्टैटिस्टिक्स द्वारा तैयार किए गए इन आंकड़ों से पता चलता है कि 1974 में पुरुषों में धूम्रपान की दर 51% और महिलाओं में 41% थी। यह 1948 के चरम स्तर की तुलना में एक बड़ी गिरावट थी, और इसके बाद के 50 वर्षों के सर्वे यह दिखाते हैं कि यूके में धूम्रपान की दर लगातार घटती ही रही है।[9]

सिगरेट का उपयोग कम जरूर हो रहा है, लेकिन धूम्रपान के प्रभाव अब भी बहुत गंभीर हैं। यूके सरकार का अनुमान है कि देश में हर साल लगभग 80,000 लोगों की धूम्रपान के कारण मृत्यु हो जाती है।[10] सरकार यह भी मानती है कि: धूम्रपान यूके में स्वास्थ्य

असमानताओं के मुख्य कारणों में से एक है, इसका सबसे ज़्यादा असर देश के सबसे वंचित समुदायों पर पड़ता है,[11] और यह मृत्यु और गंभीर अपंगता (disability) का सबसे बड़ा ऐसा कारण है जिसकी रोकथाम की जा सकती है।[12] कैंसर रिसर्च यूके के अनुसार, यूके में फेफड़ों के कैंसर के हर चार में से लगभग तीन मामलों (72%) की पीछे कारण सीधे तौर पर धूम्रपान होता है।[13]

हाल के सालों में, इंग्लैंड में धूम्रपान से संबंधित मौतों की दर में कमी आई है। 2013 से 2015 के बीच यह दर 244 मौतें प्रति 1,00,000 व्यक्ति थी, जो 2017 से 2019 के बीच घटकर 202 मौतें प्रति 1,00,000 व्यक्ति रह गई।[14] हालांकि, इसके बावजूद धूम्रपान का इंग्लैंड की राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा (NHS) पर बड़ा प्रभाव बना हुआ है। सिर्फ इंग्लैंड में ही, 2019 से 2020 के दौरान लगभग 5,06,000 ऐसे केस आए जिनमें लोग धूम्रपान से जुड़े कारणों से अस्पताल में भर्ती हुए थे। यह औसतन प्रति दिन लगभग 1,400 केस के बराबर था।[15] इसके अलावा, जो लोग धूम्रपान करते हैं, वे धूम्रपान नहीं करने वालों की तुलना में अपने डॉक्टर (GP) से 35% ज़्यादा बार मिलने जाते हैं।[16] अनुमानों के अनुसार, धूम्रपान के कारण हर साल NHS और पूरी अर्थव्यवस्था को लगभग 17 अरब पाउंड का खर्च उठाना पड़ता है।[17]

यूके में कौन-कौन से सुरक्षित निकोटिन उत्पाद उपलब्ध हैं और अब तक उनका क्या प्रभाव रहा है?

यूके में वर्तमान में कई तरह के सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) उपलब्ध हैं। ये उत्पाद उन लोगों के लिए उपयोगी हैं जो ज़्यादा जोखिम वाले तंबाकू उत्पादों, जैसे कि सिगिरेट का उपयोग करते हैं। SNP इन लोगों के लिए ऐसे विकल्प हैं जो उनके स्वास्थ्य के लिए काफी हद तक कम हानिकारक माने जाते हैं। इन उत्पादों में शामिल हैं, निकोटिन वेप्स यानी इलेक्ट्रॉनिक सिगरेट, हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स जो तंबाकू को जलाने की बजाय उसे गर्म करते हैं, निकोटिन पाउचेस जो मुंह के अंदर रखे जाते हैं और निकोटिन रिप्लेसमेंट थैरेपीज़ जैसे निकोटिन गम और पैच आदि। एक अन्य उत्पाद स्नस भी है, जो स्वीडन जैसे देशों में लोकप्रिय है, लेकिन यूके में यह प्रतिबंधित है।

धूम्रपान छोड़ने के लिए सामने आने वाले पहले विकल्पों में से एक थी एनआरटी यानी निकोटिन रिप्लेसमेंट थेरेपी। यह 1980 के दशक से यूके में उन लोगों के लिए एक विकल्प के रूप में उपलब्ध है जो धूम्रपान छोड़ना चाहते हैं।[18] इनमें सबसे पहले जो उत्पाद उपलब्ध कराए गए थे वे थे निकोटिन च्युइंग गम। इसके बाद, 1992 में निकोटिन पैच आए।[19] साल 2005 में, यूके में आधिकारिक रूप से एनआरटी उत्पादों को धूम्रपान से होने वाले नुकसान को कम करने के उद्देश्य से लाइसेंस दिया गया।[20] अब निकोटिन गम, पैच, नाक और मुँह में छिड़कने वाले स्प्रे, इन्हेलेटर, टैबलेट, मुँह में घुलने वाली स्ट्रिप्स और लॉज़ेन्ज़िज़ (घोलने वाली गोलियाँ) जैसी चीज़ें फार्मेसियों और कुछ दुकानों में खरीदी जा सकती हैं। एनआरटी उत्पाद डॉक्टर के पर्चे पर या एनएचएस की स्टॉप स्मोकिंग सेवाओं[21] के माध्यम से भी मिलते हैं। साल 2019 में यूके में एनआरटी बाज़ार का मूल्य लगभग 16.54 करोड़ यूरो था।[22]

करीब 2005 में चीन में निकोटिन वेप्स बनने के कुछ ही सालों बाद ये यूके में आए।[23] ऐसे कुछ लोगों ने जो पहले धूम्रपान छोड़ने की कोशिश कर चुके थे लेकिन सफल नहीं हो पाए थे, उन्होंने इन नए वेपिंग उत्पादों को अपनाना शुरू किया।[24] तंबाकू इंडस्ट्री के किसी भी तरह के सहयोग या भागीदारी से काफी पहले ही यूके में वेपिंग करने वाले लोगों का समुदाय तेज़ी से बढ़ने लगा था। लोगों की वेप मीटिंग्स और शो होने लगे। साथ ही, कई ऑनलाइन फोरम और डिस्कशन प्लेटफॉर्मों पर लोग अपनी डिवाइसों, फ्लेवर और डिवाइस में किए गए बदलावों (जिसे 'मॉडिंग' कहा जाता है) पर बातचीत करने लगे। इन मंचों पर वे अपने अनुभाव साझा करते थे कि कैसे वेपिंग अपनाने से उनकी ज़िंदगी बेहतर हुई।

शुरुआत में, यूके में निकोटिन वेप्स को नियंत्रण के लिए उपभोक्ता उत्पादों की श्रेणी में रखा गया था।[25] इसका मतलब यह था कि इन पर वर्तमान उत्पाद सुरक्षा नियम लागू होते थे, जिन्हें ट्रेडिंग स्टैंडर्ड्स लागू करता था। लेकिन 2010 में, यूके की मेडिसिन्स एंड हेल्थकेयर प्रोडक्ट्स रेगुलेटरी एजेंसी (MHRA) ने एक विचार-विमर्श शुरू किया कि क्या वेपिंग डिवाइस को दवाओं के लाइसेंस नियम के तहत लाना जाना चाहिए।[26] लोगों को यह चिंता थी कि अगर वेपिंग उत्पादों को दवा की तरह लाइसेंस देना शुरू कर दिया गया, तो वे बाज़ार से बाहर हो जाएंगे। इसलिए एक हज़ार से ज़्यादा वेपिंग करने वाले लोगों ने इस पर अपनी राय MHRA को भेजी। इसके बाद, अगले साल MHRA ने घोषणा की कि वे वेपिंग उत्पादों की स्थिति को लेकर कोई और कार्रवाई नहीं करेंगे, लेकिन और रिसर्च और मूल्यांकन जारी रखेंगे।[27] 2015 में, निकोटिन इनहेलिंग प्रोडक्ट्स (उम्र सीमा और प्रॉक्सी खरीददारी) नियमों के तहत, 18 साल से कम उम्र के किसी भी व्यक्ति को वेप बेचना गैरकानूनी कर दिया गया। इसके बाद 2016 में वेप्स पर नियमों का दायरा बढ़ाया गया,[28] जब उन्हें टोबैको एंड रिलेटेड प्रोडक्ट्स रेगुलेशंस के तहत लाया गया, जिससे दो साल पहले आए यूरोपियन यूनियन टोबैको प्रोडक्ट्स डायरेक्टिव के नियम पूरी तरह लागू हो गए।[29] इन नियमों में सभी ई-सिगरेट और रिफिल कंटेनरों की सुरक्षा और गुणवत्ता

के लिए न्यूनतम मानक तय किए गए, और विज्ञापन पर भी कुछ प्रतिबंध लगाए गए। और 2015 तक, जब वेप्स को बाजार में आए सिर्फ 10 साल ही हुए थे, यूके में 26 लाख लोग वेपिंग कर रहे थे।[30] यह एक उपभोक्ता-प्रेरित बदलाव था जिसने देश में निकोटिन उपयोग की दिशा ही बदल दी।

लगभग इसी समय के आसपास यूके में हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स (HTP) आए। यूके में HTP को „नवीन तंबाकू उत्पादों" के रूप में नियंत्रित किया जाता है और वर्तमान तंबाकू कानूनों के तहत उन पर कुछ विशेष शर्तें लागू होती हैं, जैसे कि इन्हें केवल 18 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों को बेचा जा सकता है।[31] हालांकि ये उत्पाद यूरोप के कुछ हिस्सों और जापान में लोकप्रिय हैं, लेकिन यूके में अब तक इन्होंने धूम्रपान छोड़ने में लोगों की मदद करने में कोई महत्वपूर्ण भूमिका नहीं निभाई है। इसका एक कारण यह हो सकता है कि इन पर भी वही विज्ञापन और प्रदर्शन प्रतिबंध लागू होते हैं जो सामान्य सिगरेट पर लगते हैं। किसी नए उत्पाद के लिए, जो बाजार में अपनी जगह बनाना चाहता है, यह एक गंभीर चुनौती होती है। वास्तव में, 2017 की एक समीक्षा रिपोर्ट में पाया गया कि यूके में हीटेड टोबैको उत्पादों के बारे में लोगों में जागरूकता और इनका कभी भी उपयोग किया जाना "बहुत ही दुर्लभ" [32] था। ये उत्पाद यूके में अभी भी सीमित उपयोग वाले बने हुए हैं, क्योंकि जब ये आए, तब तक निकोटिन वेप्स पहले से ही लोकप्रिय हो चुके थे।

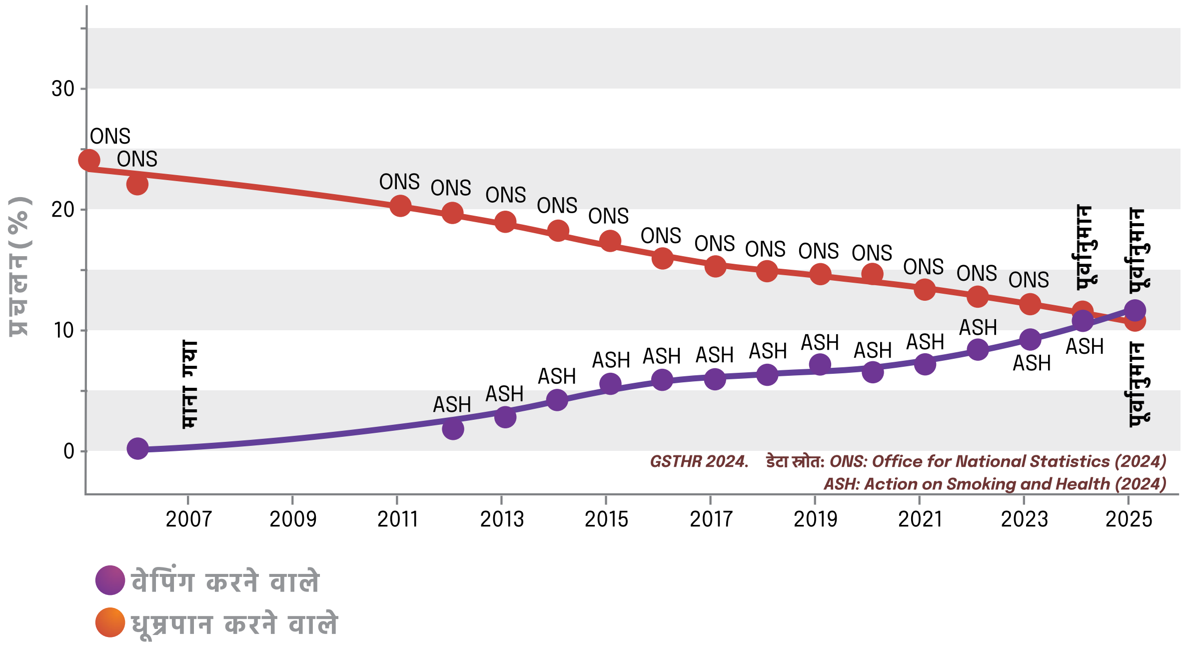
निकोटिन पाउच का इतिहास तो और भी नया है, क्योंकि ये पहली बार 2019 में यूके के बाजार में आए।[33] जैसा वेप्स के साथ हुआ था, निकोटिन पाउच भी शुरुआत में केवल उपभोक्ता उत्पाद सुरक्षा नियमों के तहत आते हैं। इसका मतलब यह है कि इनकी बिक्री को लेकर कोई आयु-सीमा निर्धारित नहीं है और इन्हें 18 वर्ष से कम उम्र के लोग भी खरीद सकते हैं।[34] हालांकि, 2023 में पिछली कंज़र्वेटिव सरकार ने टोबैको एंड वेप्स बिल पेश किया था, जिसमें कहा गया था कि बच्चों के लिए निकोटिन पाउच पर प्रतिबंध लगाया जाएगा।[35] लेकिन यह अभी स्पष्ट नहीं है कि नई लेबर सरकार इन योजनाओं को आगे बढ़ाएगी या नहीं। जहाँ तक हालिया आँकड़ों की बात है, 2022 के एक सर्वे में पाया गया कि ग्रेट ब्रिटेन में 3.9% वयस्कों ने कभी न कभी निकोटिन पाउच आज़माए हैं, लेकिन केवल 0.7% लोग ही वर्तमान में इनका इस्तेमाल कर रहे थे। वहीं, 48% वयस्कों ने कभी इनके बारे में सुना भी नहीं था।[36] कुछ दूसरे शोधों में भी यह पाया गया कि निकोटिन पाउच का उपयोग फिलहाल बहुत कम है, लेकिन यह भी सामने आया कि यूके में वयस्कों के बीच इनका उपयोग नवंबर 2020 से अक्टूबर 2021 के बीच 0.14% से बढ़कर 0.32% होकर दोगुना हो गया।[37]

जैसा हमने पहले बताया, स्नस ही एक ऐसा प्रमुख सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) है जिसे यूके में खरीदा या बेचा नहीं जा सकता। स्नस एक पास्चराइज़ किया गया ओरल प्रोडक्ट है, जो आम तौर पर एक छोटे तंबाकू के पाउच के रूप में मुंह के अंदर रखा जाता है। स्नस स्कैंडिनेविया के देशों में खासा लोकप्रिय है। स्नस को 1992 से[38] केवल स्वीडन को छोड़कर पूरे यूरोपीय संघ (EU) में प्रतिबंधित कर दिया गया था। इस प्रतिबंध की वजह थी यूके में एक नमी वाली स्मोकलेस टोबैको ब्रांड की लॉन्चिंग को लेकर हुआ विवाद। इस प्रोडक्ट का नाम था स्कोल बैंडिट्स, जो स्नस जैसा था क्योंकि यह छोटे पाउच में नम, पाउडर रूप में चबाने वाली तंबाकू के रूप में बेचा जाता था।[39] उस समय, इस उत्पाद को लेकर कुछ आधारहीन डर फैले कि इससे मुँह का कैंसर हो सकता है। साथ ही यह भी चिंता थी कि इसे किशोरों को लक्ष्य बनाकर बेचा जा रहा है। इसके चलते पहले यूके में ऐसे उत्पादों पर प्रतिबंध लगाया गया, और फिर ईयू ने भी स्नस पर प्रतिबंध लगा दिया।[40] भले ही यूके अब ईयू का हिस्सा नहीं है लेकिन इस लेख को लिखते समय तक यह प्रतिबंध अभी भी लागू है। पिछली कंज़र्वेटिव सरकार द्वारा प्रस्तावित टोबैको एंड वेप्स बिल में भी इस प्रतिबंध को बनाए रखने का प्रावधान शामिल किया गया था।

पिछले 10 वर्षों में धूम्रपान और वेपिंग (इलेक्ट्रॉनिक सिगरेट का उपयोग) की दरों में कैसे बदलाव आया है और लोगों ने धूम्रपान छोड़कर वेपिंग क्यों अपनाई?

जब सरकार ने 1974 में धूम्रपान से जुड़ा डेटा इकट्ठा करना शुरू किया, तब से धूम्रपान की दरें लगातार घट रही हैं। लेकिन जब 2005 में पहली बार वेप्स (इलेक्ट्रॉनिक सिगरेट) मिलना शुरू हुए, तब भी यूके के लगभग एक चौथाई वयस्क धूम्रपान करते थे (23.7%)।[41] दस साल बाद, 2015 में, यूके के 5.4% वयस्क वेपिंग कर रहे थे[42] और 17.2% वयस्क धूम्रपान कर रहे थे।[43] 2015 तक, उस समय धूम्रपान करने वाले आधे लोगों ने कभी न कभी वेप्स का इस्तेमाल किया था।[44] इसके बाद, जब 2019 तक वेपिंग करने वाले वयस्कों की संख्या एक तिहाई बढ़कर 7.1% हो गई तो धूम्रपान करने वालों की दर फिर घटकर 14.5% रह गई। 2022 तक के आंकड़ों के अनुसार, यूके की 8.7% आबादी, यानी लगभग 45 लाख लोग वेपिंग कर रहे थे, [45] जबकि धूम्रपान करने वालों का प्रतिशत घटकर 12.9% - यानी लगभग 64 लाख लोग - पर आ गया है जो अब तक का सबसे कम स्तर है। इसका मतलब है कि जब से वेपिंग धूम्रपान छोड़ने के लिए एक विकल्प के रूप में उपलब्ध हुआ है, यूके में धूम्रपान करने वाले वयस्कों का अनुपात लगभग आधा हो गया है।

यूके में धूम्रपान और वेपिंग का प्रचलन, 2006–2025



अगस्त 2024 के ताज़ा आंकड़े बताते हैं कि यूके में वेपिंग करने वाले वयस्कों का अनुपात और बढ़ गया है और अब 11% हो गया है, यानी लगभग 56 लाख लोग वेपिंग कर रहे हैं।[46] यह आंकड़े एक सर्वेक्षण से मिले हैं जिसे एक्शन ऑन स्मोकिंग एंड हेल्थ (ASH) की ओर से करवाया गया था। इस सर्वेक्षण में यह भी पाया गया कि पिछले पांच वर्षों में जिन लोगों ने धूम्रपान छोड़ने की कोशिश की, उनमें से 65% ने अपनी आखिरी कोशिश में वेप का इस्तेमाल किया था। यह संख्या लगभग 27 लाख लोग हैं।

ONS और ASH डेटा पर आधारित हमारे खुद के अनुमान यह दर्शाते हैं कि 2025 तक यूके में धूम्रपान करने वाले वयस्कों का प्रतिशत घटकर केवल 10% से थोड़ा ऊपर रह जाएगा। उसी साल पहली बार ऐसा होगा जब वेपिंग करने वाले वयस्कों की संख्या धूम्रपान करने वालों से अधिक हो जाएगी।

इंग्लैंड में 2022 में स्वास्थ्य सुधार और असमानताएं कार्यालय (OHID) द्वारा कमीशन वेपिंग पर एक साक्ष्य समीक्षा में पाया गया कि वेपिंग उत्पाद धूम्रपान छोड़ने में लोगों द्वारा सबसे अधिक उपयोग किए जाने वाले विकल्प थे।[47] इस रिपोर्ट से यह भी पता चला कि 2020 से 2021 की अवधि में स्टॉप स्मोकिंग सेवाओं के तहत जो लोग वेप का उपयोग करके धूम्रपान छोड़ने की कोशिश कर रहे थे, उनमें सफलता की दर सबसे अधिक थी – 64.9% – वहीं उन प्रयासों में यह दर 58.6% थी जिनमें वेप शामिल नहीं था। यह उल्लेख करना भी महत्वपूर्ण है कि रिपोर्ट में यह भी पाया गया कि वर्तमान वेप करने वालों में से अधिकांश को फल वाले फ्लेवर सबसे ज़्यादा पसंद थे (35.5%), जबकि 22.5% लोगों को मेंथॉल/मिंट फ्लेवर पसंद थे।

2023 के ASH के एक और सर्वेक्षण से इस बारे में कुछ जानकारी मिलती है कि यूके में लोग वेप क्यों करते हैं।[48] उन लोगों में से जो पहले धूम्रपान करते थे, 31% ने बताया कि वेपिंग ने उन्हें सिगरेट छोड़ने में मदद की थी। इसके बाद 22% लोगों ने कहा कि वेप्स ने उन्हें दोबारा धूम्रपान शुरू करने से रोका, जबकि 14% ने वेपिंग का अनुभव अच्छा बताया और 12% ने कहा कि वे पैसे बचाना चाहते थे। वैसे सिगरेट और वेप दोनों पर 20% का ही वैट लगाया जाता है, लेकिन 20 सिगरेट की एक डिब्बी पर वर्तमान में रिटेल मूल्य का 16.5% और इसके ऊपर £6.33 का तंबाकू शुल्क लगता है।[49] इसके विपरीत, वेप्स पर फिलहाल कोई अतिरिक्त शुल्क नहीं लगाया जाता है। यदि वेप को दवाई के रूप में नियमित किया जाए, तो उस पर वैट सैद्धांतिक रूप से घटकर 5% हो सकता है, [50] हालांकि वर्तमान में कोई भी ऐसा वेप बाजार में उपलब्ध नहीं है जिसे दवाई के रूप में लाइसेंस मिला हो।

2019 में किए गए एक शोध में पाया गया कि जिन लोगों ने पूरी तरह से सिगरेट छोड़कर वेपिंग अपना ली, वे सालाना लगभग £780 की बचत कर सकते थे।[51] हालांकि, यह ध्यान देना जरूरी है कि जुलाई 2024 में चुनाव हारने से पहले, तत्कालीन कंज़र्वेटिव सरकार ने वेप्स पर एक नया कर लगाने का प्रस्ताव दिया था। इसका उद्देश्य "युवाओं और गैर-धूम्रपान करने वालों को वेपिंग से हतोत्साहित

करना पर वही धूम्रपान छोड़ने के लिए वेपिंग को आर्थिक रूप से प्रोत्साहित करने की मौजूदा स्थिति को बनाए रखना भी" था।[52] इन योजनाओं के तहत, वेप की कीमत "वेप लिक्विड में निकोटीन की मात्रा के अनुसार बढ़ती है, जिससे निकोटीन-रहित उत्पादों की तुलना में ज़्यादा पावर वाले उत्पादों की कीमत ज्यादा होती है। फिर भी, यह उत्पाद उतनी ही तुलनात्मक मात्रा में तंबाकू उत्पादों की तुलना में काफी सस्ते हैं।"

जिन लोगों ने सिगिरेट पीना जारी रखा था, ASH के सर्वेक्षण में उनके बारे में पाया गया कि वे मुख्य रूप से धूम्रपान की मात्रा कम करने (19%) या धूम्रपान छोड़ने में मदद पाने के लिए (17%) वेप का उपयोग करते थे। वहीं, जिन लोगों ने कभी सिगिरेट नहीं पी थी, उनमें से अधिकांश ने बताया कि वे वेपिंग के अनुभव का मजा लेने के लिए (39%) वेप करते थे जबकि 27% ने कहा कि वे सिर्फ वेप को आज़माने के लिए ऐसा कर रहे थे।

एक दूसरे शोध में पाया गया कि जो लोग धूम्रपान करते थे और वेपिंग शुरू कर चुके थे, उनमें से 59% ने सिगिरेट की मात्रा कम करने के इरादे से ऐसा किया था, जबकि 49% ने कहा कि वेपिंग शुरू करने का एक मुख्य कारण धूम्रपान छोड़ने में मदद पाना था।[53] HM Revenue and Customs द्वारा करवाए गए इस सर्वेक्षण, जो यूके के वेपिंग बाजार पर केंद्रित था, में यह भी सामने आया कि 37% लोगों ने वेपिंग इसलिए की क्योंकि वे इसे धूम्रपान की तुलना में स्वास्थ्य की दृष्टि से एक बेहतर विकल्प मानते थे।

यूके ने तंबाकू नियंत्रण को किस प्रकार अपनाया है?

हालाँकि 20वीं शताब्दी के दूसरे भाग में धूम्रपान के हानिकारक प्रभावों पर शोध करने में यूके आगे रहा, फिर भी 1990 के दशक तक यूके की तंबाकू नीति ज्यादातर सीमित हस्तक्षेप वाली रही।[54] फिर भी कुछ महत्वपूर्ण विकास हुए, जैसे 1965 में टेलीविजन पर सिगिरेट के विज्ञापनों पर प्रतिबंध लगाया गया और सिगिरेट पर लगाए जाने वाले करों में लगातार वृद्धि की गई।[55] 1984 में लोगों को धूम्रपान छोड़ने के लिए प्रेरित करने हेतु राष्ट्रीय „नो स्मोकिंग डे" की शुरुआत की गई और 1999 में इंग्लैंड में स्थानीय „स्टॉप स्मोकिंग" सेवाएं शुरू की गईं, जो धूम्रपान करने वालों को छोड़ने में मदद करने के सरकार के संकल्प का हिस्सा थीं। ऐसा बताया जाता है कि इन सेवाओं की मदद से, 40 लाख से भी ज़्यादा लोगों ने कम से कम चार सप्ताह तक सफलतापूर्वक धूम्रपान छोड़ दिया था।[56]

एक साल पहले, 1998 में, यूके ने तंबाकू सेवन की समस्या से निपटने के लिए अब तक का एक सबसे महत्वपूर्ण कदम उठाया था। उस साल सरकार ने „Smoking Kills" नाम का एक श्वेत पत्र जारी किया, जिसे "धूम्रपान से निपटने की दुनिया की सबसे व्यापक रणनीति" के रूप में प्रस्तुत किया गया।[57] इस नीति के मुख्य प्रस्तावों में तंबाकू के विज्ञापन, प्रचार और प्रायोजन को समाप्त करना शामिल था। सरकार ने धूम्रपान छोड़ने में मदद के लिए नई एनएचएस सेवाओं में £6 करोड़ का निवेश करने की योजना बनाई। साथ ही, एनएचएस के माध्यम से एक सप्ताह तक मुफ्त निकोटीन रिप्लेसमेंट थेरेपी (NRT) देने की घोषणा की गई, जिसमें सबसे गरीब वर्ग के लिए निःशुल्क स्टार्टर पैक उपलब्ध कराए जाने थे, और उनके साथ विशेष सहायता भी दी जानी थी ताकि इच्छुक लोग स्थायी रूप से धूम्रपान छोड़ सकें। इसके अतिरिक्त, पब और रेस्तरां में धूम्रपान करने वालों और न करने वालों दोनों के लिए सुविधाएं विकसित करने के बदलाव भी प्रस्तावित किए गए।

हालाँकि 1998 में „Smoking Kills" श्वेत पत्र जारी किया गया था, फिर भी मध्य 2000 के दशक तक कोई महत्वपूर्ण तंबाकू नियंत्रण उपाय लागू नहीं हुए थे। मार्च 2006 में स्कॉटलैंड में „The Smoking, Health and Social Care (Scotland) Act 2005" और „The Prohibition of Smoking in Certain Premises (Scotland) Regulations 2006" प्रभाव में आए, जिनके तहत पहली बार स्कॉटलैंड में उन सार्वजनिक स्थानों पर धूम्रपान पर प्रतिबंध लगाया गया जो पूरी तरह या आंशिक रूप से बंद (अर्थात जो पूरी तरह खुले आसमान के नीचे न हों) थे। इनमें अधिकांश ऐसी जगहें आ गईं जिनमें लोग काम करते थे।[58] इसके तुरंत बाद, इंग्लैंड, वेल्स और उत्तरी आयरलैंड ने भी इसी तरह के कानून लागू किए।

अगले दो दशकों के दौरान, जैसे-जैसे लोग बड़ी संख्या में धूम्रपान छोड़कर वेपिंग की ओर बढ़ने लगे, यूके ने तंबाकू के सामान्यीकरण को समाप्त करने के उद्देश्य से कई नीति उपायों से धूम्रपान की प्रचलन दर में लगातार गिरावट हासिल की। इन उपायों में, कीमतों से संबंधित नीतियाँ, प्रचार-प्रसार पर नियंत्रण, जागरूकता और स्वास्थ्य चेतावनियाँ, सादी पैकेजिंग, और तंबाकू के घटकों, उसकी बिक्री, कौन धूम्रपान कर सकता है और कहाँ कर सकता है — इन सभी पहलुओं का नियमन शामिल था।[59] इन सभी बदलावों के संयुक्त प्रभाव के कारण हाल के वर्षों में यूके आयरलैंड और फ्रांस के साथ यूरोपीय टोबैको कंट्रोल स्केल की रैंकिंग में आगे रहा है।[60]

यह भी उल्लेखनीय है कि 2019 में कंज़र्वेटिव सरकार ने 2030 तक यूके को 'स्मोकफ्री' बनाने की एक बड़ी महत्वाकांक्षा की घोषणा की।[61] यह लक्ष्य तब प्राप्त होगा जब वयस्कों में धूम्रपान की दर 5% या उससे कम रह जाएगी। नई लेबर सरकार भी पिछली सरकार की उस योजना को आगे बढ़ाएगी, जिसके तहत यूके ऐसा पहला देश बनेगा जहाँ सिगरेट खरीदने की न्यूनतम उम्र को धीरे-धीरे बढ़ाया जाएगा, मतलब 1 जनवरी 2009 के बाद जन्मे लोग कभी भी कानूनी रूप से सिगरेट नहीं खरीद पाएंगे।[62] यह नियम हीट-नॉट-बर्न (HTP) उत्पादों पर भी लागू होगा। ऐसा भी प्रतीत होता है कि नई लेबर सरकार युवाओं में वेपिंग को हतोत्साहित करने के लिए पिछली सरकार की योजनाओं को अपनाएगी, जिनमें नाबालिगों को बिक्री पर सख्त कार्रवाई, फ्लेवर पर नियंत्रण की शक्तियों की शुरुआत, डिस्पोज़ेबल वेप्स पर प्रतिबंध और वेप्स पर कर बढ़ाना शामिल हैं।[63]

यूके सरकार और एनएचएस (NHS) ने वेपिंग को अपनाने के प्रोत्साहन में क्या भूमिका निभाई है?

यूके सरकार ने न केवल लोगों को धूम्रपान छोड़ने में मदद करने के लिए कदम उठाए हैं, बल्कि वेपिंग को एक सुरक्षित विकल्प के रूप में भी तेजी से अपनाया है, विशेष रूप से उन लोगों के लिए, जो सिगरेट छोड़ना तो चाहते हैं, लेकिन निकोटीन का सेवन पूरी तरह छोड़ने के लिए तैयार नहीं हैं या छोड़ पाने में सक्षम नहीं हैं।

2014 में लीस्टर स्टॉप स्मोकिंग सर्विस[64] के उस समय के मैनेजर लुईस रॉस द्वारा पहली वेप-समर्थक स्थानीय स्टॉप स्मोकिंग सेवा शुरू किए जाने के एक साल बाद एक महत्वपूर्ण विकास हुआ। यह था OHID के पहले की संस्था पब्लिक हेल्थ इंग्लैंड (PHE) द्वारा प्रकाशित एक ऐतिहासिक स्वतंत्र साक्ष्य समीक्षा, जिसमें यह निष्कर्ष निकाला गया कि निकोटीन वेप्स धूम्रपान की तुलना में लगभग 95% कम हानिकारक हैं।[65] अब यह 2015 की रिपोर्ट पूरी दुनिया में वेपिंग की तुलनात्मक सुरक्षा के सबसे प्रमुख उदाहरण के रूप में उद्धृत की जाती है। इस रिपोर्ट में यह निष्कर्ष भी शामिल था कि वेप्स लोगों को धूम्रपान छोड़ने में मदद कर सकते हैं, और यह भी पाया गया कि बच्चों या ऐसे लोगों के लिए, जो पहले से धूम्रपान नहीं करते थे, वेप्स द्वारा धूम्रपान की ओर ले जाने का कोई प्रमाण नहीं है। इसके बाद के एक दशक में प्रकाशित वार्षिक साक्ष्य समीक्षाओं ने यह दिखाया कि ये शुरुआती निष्कर्ष आज भी वैध हैं। इसी दौरान सरकार और एनएचएस ने मिलकर कई पहलें शुरू की या उनके लिए पैसा उपलब्ध कराया, ताकि लोगों को धूम्रपान छोड़कर वेपिंग की ओर स्थानांतरित होने के लिए प्रोत्साहित किया जा सके।

इन पहलों में से एक थी Stoptober अभियान, जिसने 2017 में पहली बार वेप्स को अपने विज्ञापनों में शामिल किया।[66] यह अभियान मूल रूप से 2012 में पब्लिक हेल्थ इंग्लैंड (PHE) द्वारा शुरू किया गया था, जिसका उद्देश्य था कि धूम्रपान करने वाले लोग 1 अक्टूबर से धूम्रपान छोड़ने की कोशिश करें और कम से कम 28 दिनों तक इसे बनाए रखें। इसके बाद, 2018 में, PHE ने यह आग्रह किया कि वेप्स को प्रिस्क्रिप्शन पर उपलब्ध कराया जाना चाहिए, और यह भी कहा कि अस्पतालों में वेप्स की बिक्री की अनुमति होनी चाहिए और ऐसी जगहों की व्यवस्था की जानी चाहिए जहाँ मरीज़ वेप कर सकें।[67]

एक साल बाद, वेस्ट मिडलैंड्स के दो एनएचएस अस्पतालों में वेप शॉप्स खोली गईं।[68] इन दुकानों का संचालन सैंडवेल और वेस्ट बर्मिंघम हॉस्पिटल्स एनएचएस ट्रस्ट द्वारा किया गया और दोनों जगहों में परिसर में धूम्रपान करने पर £50 का जुर्माना लगाया जाता था, लेकिन यहाँ वेपिंग की अनुमति थी, बशर्ते यह अस्पताल के प्रवेश द्वारों से दूर की जाए।

2021 में मेडिसिन्स एंड हेल्थकेयर प्रोडक्ट्स रेगुलेटरी एजेंसी (MHRA) ने अपडेटेड दिशा-निर्देश जारी किए। इनके कारण दवाई के रूप में लाइसेंस प्राप्त ई-सिगरेट उत्पादों को धूम्रपान छोड़ने के इच्छुक लोगों को प्रिस्क्रिप्शन पर देने का रास्ता खुल गया। इसका अर्थ यह था कि इंग्लैंड दुनिया का पहला ऐसा देश बन सकता था जहाँ वेप्स को एक दवाई उत्पाद के रूप में लिखा जाता।[69] हालांकि, इस लेख के लिखित समय तक यूके में ऐसा कोई वेपिंग उत्पाद बाज़ार में उपलब्ध नहीं है जिसे औपचारिक रूप से धूम्रपान छुड़ाने की दवा के रूप में लाइसेंस मिला हो।[70] ये उत्पाद न तो NHS से और न ही किसी जनरल प्रैक्टिशनर से प्रिस्क्रिप्शन पर उपलब्ध हैं, लेकिन कुछ स्थानीय स्टॉप स्मोकिंग सेवाएं निःशुल्क वेपिंग स्टार्टर पैक देती हैं।

2021 में ही ईस्ट एंग्लिया यूनिवर्सिटी द्वारा शुरू किए गए और नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर हेल्थ रिसर्च (NIHR) द्वारा वित्तपोषित एक नए ट्रायल के तहत अस्पतालों के आपातकालीन विभागों में आने वाले धूम्रपान करने वाले लोगों को वेपिंग स्टार्टर किट्स दी गईं।[71] यह पहल ऑक्सफोर्ड विश्वविद्यालय के नेतृत्व में की गई कोक्रेन समीक्षा के नए साक्ष्यों के बाद शुरू हुई थी, जिसमें यह पाया

गया कि निकोटीन वेप्स, कम से कम छह महीने तक धूम्रपान छोड़ने में निकोटीन रिप्लेसमेंट थेरेपी (NRT) की तुलना में अधिक प्रभावी थे।[72] उसी वर्ष NIHR द्वारा वित्त पोषित एक और अध्ययन शुरू हुआ, जिसका उद्देश्य यह जाँचना था कि क्या वेप्स बेघर लोगों को धूम्रपान छोड़ने में मदद कर सकते हैं। यह प्रोजेक्ट यूनिवर्सिटी कॉलेज लंदन और लंदन साउथ बैंक यूनिवर्सिटी के शोधकर्ताओं ने चलाया, और इसका उद्देश्य यह जानना था कि क्या बेघर लोगों के लिए बनाए गए केंद्रों पर निःशुल्क वेपिंग स्टार्टर किट्स उपलब्ध कराना इन लोगों में देखी जाने वाली ज़्यादा धूम्रपान दर को कम करने में सहायक हो सकता है।

फिर, 2023 में, सरकार ने अब तक के अपने सबसे साहसिक कदमों में से एक की घोषणा की, जिसके तहत धूम्रपान करने वाले दस लाख लोगों को सिगरेट छोड़कर वेपिंग अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया जाना था।[73] 'स्वैप टू स्टॉप' अभियान के तहत, जो दुनिया की पहली ऐसी राष्ट्रीय योजना थी, लगभग हर पाँच में से एक धूम्रपान करने वाले व्यक्ति को वेपिंग स्टार्टर किट दी जानी थी और इसके साथ ही व्यवहारिक सहायता भी दी जानी थी ताकि वे धूम्रपान छोड़ सकें।

इन सरकारी पहलों के साथ ही एनएचएस (NHS) धूम्रपान करने वाले लोगों को सिगरेट की तुलना में वेपिंग की तुलनात्मक सुरक्षा पर वैज्ञानिक साक्ष्यों पर आधारित विस्तृत सलाह भी देती है। एनएचएस यह साफ़ रूप से कहती है कि निकोटीन खुद में "बहुत हानिकारक नहीं है और इसे धूम्रपान छोड़ने में मदद करने के लिए दवाओं में कई वर्षों से सुरक्षित रूप से उपयोग किया जाता रहा है।" राष्ट्रीय और स्थानीय एनएचएस वेबसाइटें यूके लोगों को यह भी सलाह देती हैं कि "निकोटीन वेपिंग धूम्रपान की तुलना में काफी कम हानिकारक है" और यह "धूम्रपान छोड़ने के सबसे प्रभावी साधनों में से एक है।" 74 हालांकि एनएचएस यह भी स्पष्ट करता है कि वेपिंग पूरी तरह से सुरक्षित नहीं है और यह केवल उन वयस्कों को लेनी चाहिए जो पहले से धूम्रपान कर रहे हों और सिगरेट छोड़ना चाहते हैं। लेकिन वह यह भी जोड़ती है कि वेपिंग "उपयोगकर्ताओं को सिगरेट के मुक़ाबले बहुत कम मात्रा में और कम स्तर के विषैले पदार्थों के संपर्क में लाती है" और यह बताती है कि "वेपिंग पर स्विच करना उन विषैले पदार्थों से संपर्क को काफी हद तक कम कर देता है जो कैंसर, फेफड़ों की बीमारी और हृदय व रक्तसंचार से संबंधित बीमारियाँ जैसे दिल का दौरा और स्ट्रोक पैदा कर सकते हैं।" एनएचएस इस बात को लेकर भी स्पष्ट है कि वेपिंग के पूरे लाभ केवल उन्हीं लोगों को मिलते हैं जो पूरी तरह से सिगरेट पीना बंद कर देते हैं।

मुख्य निष्कर्ष और भविष्य की दिशा

हालाँकि यूके में धूम्रपान दर कई दशकों से घट रही थी, लेकिन जब से देश में वेप्स की शुरुआत हुई है, उसके बाद से धूम्रपान करने वाले वयस्कों के अनुपात में लगभग 50% की कमी आई है। ये तंबाकू से होने वाले नुकसान को कम करने की सकारात्मक संभावनाओं को दर्शाती है। यूके का अनुभव इस बात का भी और प्रमाण देता है कि जिब सिगरेट के उपयुक्त और स्वीकार्य सुरक्षित विकल्प (जैसे वेप्स) सुलभ और किफायती बना दिए जाते हैं तो धूम्रपान करने वाले लोग बड़ी संख्या में उन्हें अपनाने का निर्णय ले लेते हैं।

वेपिंग में तेजी से हुई बढ़त उपभोक्ताओं के कारण आई है, लेकिन अभी तक सरकार ने भी इसमें भूमिका निभाई है और कई कदम उठाए हैं — जैसे, धूम्रपान की तुलना में वेप्स की सुरक्षा पर वैज्ञानिक शोध प्रकाशित करना, उन्हें धूम्रपान छोड़ने के एक साधन के रूप में समर्थन देना और प्रचारित करना। यूके अब तक, काफी हद तक वेपिंग को लेकर उस नैतिक घबराहट से बचा रहा है, जिसने कुछ दूसरे देशों में राजनीतिक निर्णयों को प्रभावित किया है। इसके साथ ही यूके उन प्रभावशाली लेकिन गलत जानकारी फैलाने वाले परोपकारी संगठनों के प्रभाव से भी बचा रहा है, जिनका असर दुनिया के अन्य हिस्सों में देखा गया है।

यूके का अनुभव जापान, स्वीडन, नॉर्वे और न्यूज़ीलैंड से मिले साक्ष्यों में भी योगदान करता है, जो निकोटीन बाजार में प्रतिस्थापन प्रभाव (substitution effect) को दर्शाते हैं — अर्थात् वेप्स, सिगरेट की जगह ले रहे हैं। हमारे अनुमान के अनुसार तो, जैसे-जैसे धूम्रपान करने वाले लोगों की संख्या में गिरावट आती जाएगी, वैसे-वैसे 2025 तक वयस्क आबादी में वेपिंग करने वालों का अनुपात धूम्रपान करने वालों से ज़्यादा हो जाएगा।

---

*ग्लोबल स्टेट ऑफ टोबैको हार्म रिडक्शन के काम के बारे में अधिक जानकारी के लिए, या इस जीएसटीएचआर ब्रीफिंग पेपर में उठाए गए बिंदुओं के लिए, कृपया **info@gsthr.org** पर संपर्क करें।*

*हमारे बारे में: **नॉलेज-एक्शन-चेंज** (K•A•C) नुकसान में कमी को मानवाधिकारों पर आधारित एक प्रमुख सार्वजनिक स्वास्थ्य रणनीति के रूप में बढ़ावा देती है। टीम के पास नशीली दवाओं के उपयोग, एचआईवी, धूम्रपान, यौन स्वास्थ्य और जेलों में नुकसान कम करने के काम का चालीस वर्षों से अधिक का अनुभव है। K•A•C **ग्लोबल स्टेट ऑफ टोबैको हार्म रिडक्शन (GSTHR)** चलाती है जो दुनिया भर के 200 से अधिक देशों और क्षेत्रों में तंबाकू से नुकसान में कमी के विकास और सुरक्षित निकोटीन*

उत्पादों के उपयोग, उपलब्धता और नियामक प्रतिक्रियाओं के साथ-साथ धूम्रपान के प्रचलन और संबंधित मृत्यु दर को दर्शाता है। सभी प्रकाशनों और लाइव डेटा के लिए, ***https://gsthr.org*** *पर जाएं*

हमारा वित्तपोषण: जीएसटीएचआर परियोजना ग्लोबल एक्शन टू एंड स्मोकिंग (जिसे पहले फ़ाउंडेशन फ़ॉर ए स्मोक-फ़्री वर्ल्ड के नाम से जाना जाता था) से प्राप्त अनुदान की मदद से तैयार की गई है, जो एक स्वतंत्र, अमेरिकी गैर-लाभकारी 501(सी)(3) अनुदान देने वाला संगठन है, जो धूम्रपान महामारी को समाप्त करने के लिए दुनिया भर में विज्ञान-आधारित प्रयासों को गति देता है। ग्लोबल एक्शन ने इस ब्रीफ़िंग पेपर के डिज़ाइन, कार्यान्वयन, डेटा विश्लेषण या व्याख्या में कोई भूमिका नहीं निभाई। तथ्यों की सामग्री, चयन और प्रस्तुति, साथ ही व्यक्त की गई कोई भी राय, लेखकों की एकमात्र ज़िम्मेदारी है और इसे ***ग्लोबल एक्शन टू एंड स्मोकिंग*** *के रुख को दर्शाने वाला नहीं माना जाना चाहिए।*

---

1. Tobacco. James I & VI: How was tobacco viewed, consumed, and traded in the Stuart period? (n.d.). [Text]. *The National Archives*. पुनरप्राप्त 21 अगस्त, 2024, से https://www.nationalarchives.gov.uk/education/resources/tobacco/.
2. Delamothe, T. (2012). Deaths from smoking: The avoidable holocaust. *BMJ*, *344*, e2029. https://doi.org/10.1136/bmj.e2029.
3. *Smoking Statistics*. (2023). [Fact sheet]. Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/resources/view/smoking-statistics.
4. The history of tobacco legislation. (2023, जून 9). [Explainers. Tobacco]. *Association of Directors of Public Health (UK)*. https://www.adph.org.uk/resources/the-history-of-tobacco-legislation/.
5. RCP. (1962). *Smoking and health. A report of the Royal College of Physicians on smoking in relation to cancer of the lung and other diseases*. Royal College of Physicians. https://www.rcplondon.ac.uk/projects/outputs/smoking-and-health-1962.
6. James, J. (2024). Smoking, information, and education: The Royal College of Physicians and the new public health movement. *Journal of Policy Analysis and Management*, *43*(2), 446–471. https://doi.org/10.1002/pam.22508.
7. Thun, M., Peto, R., Boreham, J., & Lopez, A. D. (2012). Stages of the cigarette epidemic on entering its second century. *Tobacco Control*, *21*(2), 96–101. https://doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2011-050294.
8. *The Tobacco Industry and the Health Risks of Smoking* (Second Report; Select Committee on Health). (2000). UK Parliament. https://publications.parliament.uk/pa/cm199900/cmselect/cmhealth/27/2708.htm.
9. *Adult smoking habits in the UK: 2022*. (2023). [ONS Statistical Bulletin]. Office for National Statistics. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/bulletins/adultsmokinghabitsingreatbritain/2022.
10. Creating a smokefree generation and tackling youth vaping: What you need to know – Department of Health and Social Care Media Centre. (2024, अप्रैल 15). *Department of Health and Social Care*. https://healthmedia.blog.gov.uk/2024/04/15/creating-a-smokefree-generation-and-tackling-youth-vaping-what-you-need-to-know/.
11. Office for Health Improvement and Disparities (OHID). (2022a, अप्रैल 5). *Smoking and tobacco: Applying All Our Health* [Guidance]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/smoking-and-tobacco-applying-all-our-health/smoking-and-tobacco-applying-all-our-health.
12. Public Health England. (2014). *Electronic cigarettes: Reports commissioned by PHE* [Research and analysis]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/electronic-cigarettes-reports-commissioned-by-phe.
13. *Lung cancer statistics*. (2024). Cancer Research UK. https://www.cancerresearchuk.org/health-professional/cancer-statistics/statistics-by-cancer-type/lung-cancer.
14. *Smoking—Health Trends in England*. (2024). Public Health England - Fingertips. https://fingertips.phe.org.uk/static-reports/health-trends-in-england/England/smoking.html.
15. *Statistics on Smoking, England 2020*. (2020, दिसम्बर 8). NHS England Digital. https://digital.nhs.uk/data-and-information/publications/statistical/statistics-on-smoking/statistics-on-smoking-england-2020.
16. *Smoke-free generation: Tobacco control plan for England*. (2020). [Policy paper]. Department of Health and Social Care. https://www.gov.uk/government/publications/towards-a-smoke-free-generation-tobacco-control-plan-for-england.
17. Atkins, V., & Sunak, R. (2024, मार्च 20). *Smokefree generation one step closer as bill introduced* [Press release]. Department of Health and Social Care. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/news/smokefree-generation-one-step-closer-as-bill-introduced.
18. Rooke, C., Cloatre, E., & Dingwall, R. (2012). The regulation of nicotine in the United Kingdom: How nicotine gum came to be a medicine, but not a drug. *Journal of Law and Society*, *39*(1), 39–57. https://doi.org/10.1111/j.1467-6478.2012.00569.x.
19. *1st Nicotine Patch Launched in UK*. (1992, June 7). The Pharma Letter. https://www.thepharmaletter.com/1st-nicotine-patch-launched-in-uk.
20. Shahab, L., Dobbie, F., Hiscock, R., McNeill, A., & Bauld, L. (2017). Prevalence and Impact of Long-term Use of Nicotine Replacement Therapy in UK Stop-Smoking Services: Findings From the ELONS Study. *Nicotine & Tobacco Research*, *20*(1), 81–88. https://doi.org/10.1093/ntr/ntw258.
21. *Stop smoking treatments*. (2022, नवम्बर 2). Nhs.Uk. https://www.nhs.uk/conditions/stop-smoking-treatments/.
22. *Using NRT in United Kingdom*. (2022, सितम्बर 2). Global State of Tobacco Harm Reduction. https://gsthr.org/countries/profile/gbr/5/.
23. *Public Health England, 2014*.
24. Shapiro, H. (2022). *The Right Side of History: The Global State of Tobacco Harm Reduction 2022* (No. 3; The Global State of Tobacco Harm Reduction). Knowledge-Action-Change. https://gsthr.org/resources/thr-reports/the-right-side-of-history/.
25. Rough, E. (2024). *The Regulation of E-Cigarettes*. House of Commons Library. https://commonslibrary.parliament.uk/research-briefings/cbp-8114/.

[26] *Electronic Cigarettes. Volume 508: Debated on Wednesday 7 April 2010.* (2010, April 7). [Hansard]. UK Parliament. https://hansard.parliament.uk/commons/2010-04-07/debates/10040762000014/ElectronicCigarettes.
[27] Shapiro, 2022.
[28] Department of Health and Social Care. (2015, जुलाई 9). *Rules about tobacco, e-cigarettes and smoking: 1 October 2015* [Guidance]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/new-rules-about-tobacco-e-cigarettes-and-smoking-1-october-2015/new-rules-about-tobacco-e-cigarettes-and-smoking-1-october-2015.
[29] Rough, 2024.
[30] *E-cigarette vaping in United Kingdom.* (2024). Global State of Tobacco Harm Reduction. https://gsthr.org/countries/profile/gbr/2/.
[31] Department of Health and Social Care. (2022). *Explanatory Memorandum for European Union Legislation within the Scope of the UK/EU Withdrawal Agreement and Northern Ireland Protocol.* Department of Health and Social Care. https://assets.publishing.service.gov.uk/media/62ea8b91d3bf7f75b50d4fa0/220725_Explanatory_Memorandum_-_Heated_Tobacco_Products.pdf.
[32] *Evidence review of e-cigarettes and heated tobacco products 2018: Executive summary.* (2018, March 2). [Research and analysis]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/e-cigarettes-and-heated-tobacco-products-evidence-review/evidence-review-of-e-cigarettes-and-heated-tobacco-products-2018-executive-summary.
[33] Tattan-Birch, H., Jackson, S. E., Dockrell, M., & Brown, J. (2022). Tobacco-free Nicotine Pouch Use in Great Britain: A Representative Population Survey 2020–2021. *Nicotine & Tobacco Research, 24*(9), 1509–1512. https://doi.org/10.1093/ntr/ntac099.
[34] *Awareness and use of nicotine pouches.* (2022). Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/resources/view/awareness-and-use-of-nicotine-pouches.
[35] 'Creating a smokefree generation and tackling youth vaping', 2024.
[36] *Awareness and use of nicotine pouches*, 2022.
[37] M Jackson, J., Weke, A., & Holliday, R. (2023). Nicotine pouches: A review for the dental team. *British Dental Journal, 235*(8), 643–646. https://doi.org/10.1038/s41415-023-6383-7.
[38] Hautala, H. (2020, जनवरी 4). *Parliamentary question | Sale of snus in Sweden, and monitoring thereof | E-002014/2020.* European Parliament. https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-9-2020-002014_EN.html.
[39] *House of Commons—Standards and Privileges—First Report. VI. Summarizing the Evidence—Continued.* (1997, जुलाई 8). UK Parliament. https://publications.parliament.uk/pa/cm199798/cmselect/cmstnprv/030i/sp0133.htm.
[40] Snowdon, C. (2011). *The Art of Suppression: Pleasure, Panic and Prohibition Since 1800.* Little Dice, pp. 145–53.
[41] *Adult smoking habits in the UK: 2018.* (2019). [ONS Statistical Bulletin]. Office for National Statistics. https://www.ons.gov.uk/releases/adultsmokinghabitsintheuk2018.
[42] *Use of e-cigarettes (vapes) among adults in Great Britain.* (2023). [ASH Fact Sheet]. Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/uploads/Use-of-e-cigarettes-among-adults-in-Great-Britain-2023.pdf.
[43] *Smoking, vaping, HTP, NRT and snus in United Kingdom.* (2024). Global State of Tobacco Harm Reduction. https://gsthr.org/countries/profile/gbr/.
[44] *Adult smoking habits in the UK: 2015.* (2017). [ONS Statistical Bulletin]. Office for National Statistics. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/bulletins/adultsmokinghabitsingreatbritain/2015.
[45] *Adult smoking habits in the UK: 2022*, 2023.
[46] *Use of e-cigarettes (vapes) among adults in Great Britain.* (2024). [ASH Fact Sheet]. Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/uploads/Use-of-e-cigarettes-among-adults-in-Great-Britain-2023.pdf.
[47] Office for Health Improvement and Disparities (OHID). (2022b, September 29). *Nicotine vaping in England: 2022 evidence update main findings.* GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/nicotine-vaping-in-england-2022-evidence-update/nicotine-vaping-in-england-2022-evidence-update-main-findings.
[48] *Use of e-cigarettes (vapes) among adults in Great Britain*, 2023.
[49] *Tax on shopping and services.* (n.d.). GOV.UK. Retrieved 22 August 2024, from https://www.gov.uk/tax-on-shopping/alcohol-tobacco.
[50] Zeffman, H., & Seddon, P. (2024, फ़रवरी 27). Ministers consider new vaping tax at Budget. *BBC News.* https://www.bbc.com/news/uk-politics-68411690.
[51] *Smokers who switch to e-cigarettes could save £780 a year.* (2019, June 26). UCL News. https://www.ucl.ac.uk/news/2019/jun/smokers-who-switch-e-cigarettes-could-save-ps780-year.
[52] HM Treasury. (2024, मार्च 6). *Vaping Products Duty consultation.* GOV.UK. https://www.gov.uk/government/consultations/vaping-products-duty-consultation.
[53] HM Revenue & Customs. (2024, March 6). *Executive summary: Understanding the vaping market* [Research and analysis]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/understanding-the-vaping-market/executive-summary-understanding-the-vaping-market.
[54] Cairney, P. (2019). The Transformation of UK Tobacco Control. In P. 't Hart & M. Compton (Eds.), *Great Policy Successes.* Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oso/9780198843719.003.0005.
[55] 'The history of tobacco legislation', 2023.
[56] O'Connor, R. (2015, अक्टूबर 16). Health Matters – The importance of creating sustainable stop smoking services – UK Health Security Agency. *UK Health Security Agency.* https://ukhsa.blog.gov.uk/2015/10/16/health-matters-the-importance-of-creating-sustainable-stop-smoking-services/.
[57] *Smoking Kills. A White Paper on Tobacco.* (1998). The Stationery Office. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/a-white-paper-on-tobacco.

58 *Smoke-free Scotland—Guidance on smoking policies for the NHS, local authorities and care service providers. 2 Scotland's smoke-free legislation and how to comply—The legal imperative.* (2005, December 21). [Advice and guidance]. Scottish Government. https://www.gov.scot/publications/smoke-free-scotland-guidance-smoking-policies-nhs-local-authorities-care-service-providers/pages/5/.

59 Cairney, 2019.

60 Joossens, L. (2021). *The 2021 Tobacco Control Scale*. Association of European Cancer Leagues (ECL). https://www.cancer.eu/tobacco-control-scale/.

61 Balogun, B., & Harker, R. (2024). *The smokefree 2030 ambition for England*. UK Parliament. House of Commons Library. https://commonslibrary.parliament.uk/research-briefings/cbp-9655/.

62 'Creating a smokefree generation and tackling youth vaping', 2024.

63 *The King's Speech 2024*. (2024, जुलाई 17). GOV.UK. https://www.gov.uk/government/speeches/the-kings-speech-2024.

64 McEwen, A., McRobbie, H., Ross, L., & Soar, K. (2023). *Vaping: A guide for health and social care professionals*. National Centre for Smoking Cessation and Training (NCSCT), produced in conjunction with the Office for Health Improvement and Disparities. https://www.ncsct.co.uk/publications/Vaping_briefing.

65 McNeill A, Brose LS, Calder R, Hitchman SC, & McNeill A, Brose LS, Calder R, Hitchman SC. (2015). *E-cigarettes: An evidence update*. Public Health England. https://www.gov.uk/government/publications/e-cigarettes-an-evidence-update.

66 *Stoptober 2017 campaign evaluation*. (2018). Public Health England (PHE). https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5baba111e5274a3de6c2fd12/Stoptober_2017_campaign_evaluation.pdf.

67 E-cigarettes 'should be on prescription'. (2018, फ़रवरी 6). *BBC*. https://www.bbc.com/news/health-42950607.

68 Press Association. (2019, जुलाई 10). Vape shops open in two UK hospitals to help smokers kick the habit. *The Guardian*. https://www.theguardian.com/society/2019/jul/10/vape-shops-hospital-smokers-kick-habit-west-midlands.

69 *E-cigarettes could be prescribed on the NHS in world first*. (2021, अक्टूबर 29). Department of Health and Social Care and Office for Health Improvement and Disparities. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/news/e-cigarettes-could-be-prescribed-on-the-nhs-in-world-first.

70 *Vaping to quit smoking—Better Health*. (2022, सितम्बर 20). Nhs.Uk. https://www.nhs.uk/better-health/quit-smoking/vaping-to-quit-smoking/.

71 *Starter vape packs to be handed out in hospitals*. (2021, अप्रैल 29). University of East Anglia. https://www.uea.ac.uk/about/news/article/starter-vape-packs-to-be-handed-out-in-hospitals.

72 Hartmann-Boyce, J., McRobbie, H., Butler, A. R., Lindson, N., Bullen, C., Begh, R., Theodoulou, A., Notley, C., Rigotti, N. A., Turner, T., Fanshawe, T. R., & Hajek, P. (2021). Electronic cigarettes for smoking cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *9*. https://doi.org/10.1002/14651858.CD010216.pub6.

73 Department of Health and Social Care & Neil O'Brien MP. (2023, अप्रैल 11). *Smokers urged to swap cigarettes for vapes in world first scheme* [Press release]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/news/smokers-urged-to-swap-cigarettes-for-vapes-in-world-first-scheme.

74 *Vaping to quit smoking—Better Health*, 2022.