BRIEFING PAPERS

ग्लोबल स्टेट ऑफ टोबैको हार्म रिडक्शन (GSTHR)

तम्बाकू के नुकसान में कमी की वैश्विक स्थिति 2024: एक स्थिति रिपोर्ट

ओलविर द्वारा पोरटि GHTHR 2024 के आधार पर संपादति: स्थति पिर एक रपिोर्ट

June 2025

अधिक प्रकाशनों के लिए GSTHR.ORG पर जाएँ

gsthr.org @globalstatethr @gsthr @gsthr @gsthr.org

Creative Commons Attribution (CC BY)

परिचय

तम्बाकू के नुकसान में कमी की वैश्विक स्थिति 2024: स्थिति की एक रिपोर्ट (GHTHR 2024) में हमने इस बात का पता लगाने का प्रयास किया है कि सुरक्षित निकोटीन उत्पाद (SNP) किस हद तक दहनशील और जोखिम भरे मौखिक तम्बाकू उत्पादों की जगह ले पा रहे हैं। द्विवार्षिक रिपोर्टों की हमारी ऐतिहासिक श्रृंखला में चौथी, और नुक्सान कम करने, डेटा विज्ञान और अर्थशास्त्र के विशेषज्ञों द्वारा साथ मिलकर लिखी गई GHTHR 2024 इस बात पर विचार करती है कि इन परिवर्तनों को क्या प्रेरित कर रहा है, विभिन्न कानूनी और नियम आधारित व्यवस्था कैसे विकसित हुई है और उत्पाद, उपभोक्ता, नीति और विनियमन किस तरह जटिलता से आपस में जुड़े हुए हैं।

रिपोर्ट का खंड संख्या एक - एक वैश्विक परिप्रेक्ष्य, विश्व में तंबाकू के नुकसान में कमी (टोबैको हार्म रिडक्शन -THR) की वर्तमान स्थिति और तंबाकू से संबंधित बीमारियों और मृत्यु दर को तेजी से कम करने की इसकी क्षमता का आकलन करने के लिए नवीनतम साक्ष्य और नए डेटा अनुमानों का उपयोग करता है। यह ब्रीफ़िंग पेपर एक वैश्विक परिपेक्ष्य का एक संक्षिप्त सारांश है।

धूम्रपान की लागत क्या है?

आज भी एक अरब से अधिक लोग धूम्रपान कर रहे हैं, जिनमें से 80 प्रतिशत निम्न और मध्यम आय वाले देशों में रहते हैं।[1] धूम्रपान से हर साल 80 लाख से ज़्यादा मौतें होती हैं और अगर यही स्थिति बनी रही तो इस सदी के अंत तक एक अरब लोग धूम्रपान से जुड़ी बीमारियों के कारण मर सकते हैं।[2] धूम्रपान विश्व स्तर पर असमय और रोकी जा सकने वाली मृत्यु का सबसे बड़ा कारण है और तंबाकू अपने उपभोक्ताओं में से लगभग आधों को मार देती है।[3] स्वास्थ्य पर इसके प्रत्यक्ष प्रभावों के अलावा,धूम्रपान से जुड़ी बीमारियों का आर्थिक बोझ भी बहुत ज़्यादा है जिसका अनुमान लगभग 2 ट्रिलियन डॉलर प्रति वर्ष लगाया गया है।[4]

तंबाकू नियंत्रण के प्रयास मुख्य रूप से टैक्स लगाने और पाबंदियों पर केंद्रित रहे हैं और कुछ देशों, खासतौर पर उच्च आय वाले देशों, में धूम्रपान की दर घटाने में इनसे मदद मिली है। लेकिन इन देशों में भी कई कमज़ोर और वंचित वर्ग पीछे छूट गए हैं। इसलिए यह ज़रूरी है कि धूम्रपान की दर को और तेज़ी से कम करने, ज़िंदगी बचाने और बीमारियों को घटाने के लिए और रणनीतियाँ अपनाई जाएं।

धूम्रपान के प्रचलन को कम करने के लिए और कौन से तरीके इस्तेमाल किए जा सकते हैं?

सुरक्षित निकोटिन उत्पादों से ज़रिए हुई तंबाकू के नुक्सान में कमी आने वाले दशकों में दुनिया के सार्वजनिक स्वास्थ्य में सबसे बड़ा परिवर्तन लाने की क्षमता रखती है। अगर इसे पूरी तरह अपनाया जाए तो यह धूम्रपान से होने वाली मौतों और बीमारियों की भयावह संख्या में तेज़ और असरदार कमी ला सकता है।

इस दृष्टिकोण का एक मूल वैज्ञानिक सच यह है कि जला कर पी जाने वाली आम सिगरेट से जुड़ी ज़्यादातर स्वास्थ्य समस्याओं का मुख्य कारण उसका धुआँ है जो सिगरेट के जलने पर बनता है और व्यक्ति द्वारा फेफड़ों में खींचा जाता है। अगर इस जोखिम को हटा दिया जाए तो निकोटिन का सेवन अपेक्षाकृत सुरक्षित हो सकता है। आज नए प्रकार के बिना जलने वाले सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) उपलब्ध हैं — जैसे निकोटिन वेप्स (ई-सिगरेट्स), हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स और निकोटिन पॉऊच, जो लोगों को निकोटिन का बहुत सुरक्षित तरीके से सेवन करने का विकल्प देते हैं। ये नए धुआँ मुक्त उत्पाद पहले से मौजूद SNP विकल्पों जैसे स्नस, अमेरिकी स्मोकलेस तंबाकू और निकोटिन रिप्लेसमेंट थेरेपी (NRT) के साथ उपलब्ध हैं। इसलिए उपभोक्ताओं के पास अब विकल्पों की और भी बड़ी रेंज है।

> **आम सिगरेट से जुड़ी ज़्यादातर स्वास्थ्य समस्याओं का मुख्य कारण उसका धुआँ है जो सिगरेट के जलने पर बनता है और व्यक्ति द्वारा फेफड़ों में खींचा जाता है। अगर इस जोखिम को हटा दिया जाए तो निकोटिन का सेवन अपेक्षाकृत सुरक्षित हो सकता है।**

सुरक्षित निकोटीन उत्पादों की सापेक्ष सुरक्षा पर क्या सबूत उपलब्ध हैं?

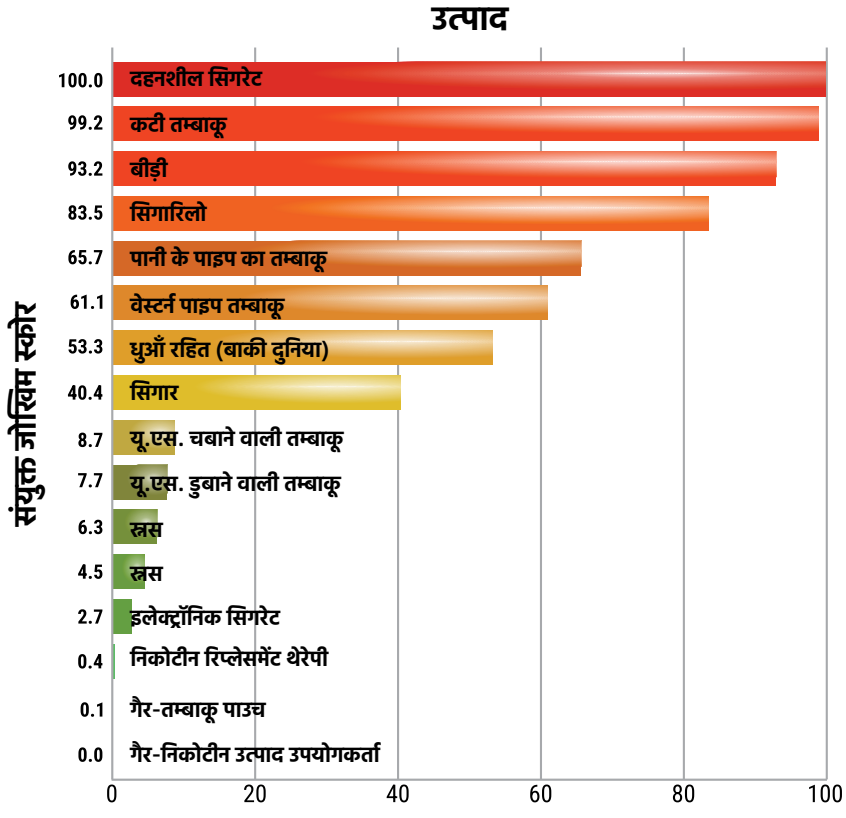
अब पर्याप्त और बढ़ते हुए वैज्ञानिक प्रमाण यह दिखा रहे हैं कि निकोटिन वेप्स का उपयोग धूम्रपान छोड़ने के लिए एक प्रभावी तरीका है और इसलिए ये लोगों के बेहतर स्वास्थ्य का एक बहुत अच्छा अवसर है।

वैसे पहली व्यावसायिक रूप से सफल ई-सिगरेट 2004 में चीन में आई थी पर उपभोक्ताओं ने इसका प्रमुख उपयोग लगभग एक दशक बाद ही शुरू किया। इसी दौरान, निकोटिन वेप्स की तुलनात्मक सुरक्षा से जुड़े वैज्ञानिक प्रमाण भी सामने आने लगे। 2015 में ब्रिटेन की संस्था पब्लिक हेल्थ इंग्लैंड ने पहली बड़ी समीक्षा रिपोर्ट प्रकाशित की।[5] इस रिपोर्ट में निष्कर्ष निकला कि निकोटिन वेप्स, जलने वाली सिगरेट की तुलना में 95% कम नुक्सान पहुंचाते हैं। यह मुख्य संदेश पिछले लगभग दस वर्षों से ज्यों का त्यों बना हुआ है। बाद में यूके की दूसरी समीक्षाएँ और विश्वभर के चिकित्सा और सार्वजनिक स्वास्थ्य संगठनों की रिपोर्टें भी इस निष्कर्ष का समर्थन करती हैं।[6] अब पर्याप्त और बढ़ते हुए वैज्ञानिक प्रमाण यह दिखा रहे हैं कि निकोटिन वेप्स का उपयोग धूम्रपान छोड़ने के लिए एक प्रभावी तरीका है[7,8,9,10,11] और इसलिए ये लोगों के बेहतर स्वास्थ्य का एक बहुत अच्छा अवसर है।

इसी तरह, मुँह के ज़रिए इस्तेमाल किए जाने वाले उत्पादों जैसे कि स्नस को लेकर भी सकारात्मक वैज्ञानिक मूल्यांकन प्रकाशित हुए हैं। स्कैंडेनेविया से मिले महत्वपूर्ण जनस्वास्थ्य आंकड़ों ने यह दिखाया है कि स्नस के उपयोग से धूम्रपान से जुड़ी बीमारियों और मृत्यु दर में कमी देखी गई है।[12,13,14,15] हालाँकि, हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स (जिन्हें हीट-नॉट-बर्न डिवाइस भी कहा जाता है) के आकलनों को लेकर थोड़ी अधिक सावधानी बरती गई है। लेकिन यह फिर भी यह साफ़ है कि ये उत्पाद, सिगरेट और अन्य जलने वाले तंबाकू उत्पादों की तुलना में जोखिम के पैमाने पर काफी नीचे आते हैं।[16,17]

चित्र 1.

GSTHR.ORG **निकोटीन उत्पादों का सापेक्ष जोखिम स्पेक्ट्रम**



डेटा स्रोत: Murkett et. al. 2022। GHTHR 2024 द्वारा तैयार किया गया ग्राफ़िक

सुरक्षित निकोटीन उत्पाद बाजार किस तरह बढ़ रहा है?

उत्पादों का विकास होने और उपभोक्ताओं के बीच का संबंध सुरक्षित निकोटिन उत्पादों (SNP) के बढ़ते उपयोग में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता रहा है। नई निकोटिन इंडस्ट्री ने ऐसे उत्पाद विकसित किए हैं जिन्हें उपभोक्ताओं ने अपनाने की इच्छा दिखाई है और पुरानी तंबाकू इंडस्ट्री ने पीछे रह जाने के बाद बाद धीरे-धीरे आगे बढ़ना शुरू किया। अब बाज़ार में उत्पादों की विविधता लगातार बढ़ रही है — कई तरह के निकोटिन पॉऊच, स्नस और कई प्रकार के वेप्स और हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स कुछ देशों में अब आसानी से उपलब्ध हैं।

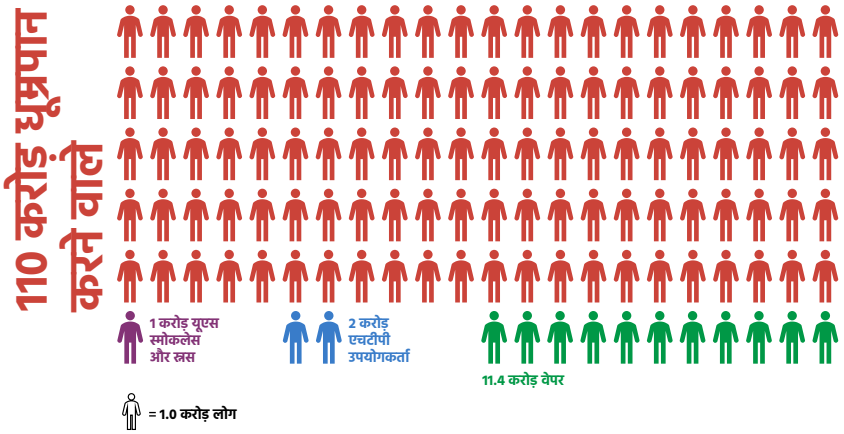
बहुत से ऐसे लोग जो पहले धूम्रपान करते थे, अब इन नए उत्पादों की ओर इस सोच के साथ आगे बढ़े हैं कि वे अपने स्वास्थ्य को बहुत कम नुकसान पहुँचाते हुए भी निकोटिन लेना जारी रख सकते हैं। हालांकि यह पता लगाना थोड़ा मुश्किल है कि वास्तव में कितने लोग अब धूम्रपान की जगह सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) का इस्तेमाल कर रहे हैं क्योंकि इस विषय पर स्वास्थ्य संबंधी सार्वजनिक सर्वेक्षण कम हुए हैं, और बाज़ार से जुड़ा डेटा भी आसानी से उपलब्ध नहीं है। फिर भी, हमारे शोध से पता चलता है कि दुनिया भर में वेपिंग करने वाले लोगों की संख्या 2018 में 5.8 करोड़ से बढ़कर 2023 में लगभग 11.4 करोड़ हो गई है।[18]

> **बहुत से ऐसे लोग जो पहले धूम्रपान करते थे, अब इन नए उत्पादों की ओर इस सोच के साथ आगे बढ़े हैं कि वे अपने स्वास्थ्य को बहुत कम नुकसान पहुँचाते हुए भी निकोटिन लेना जारी रख सकते हैं।**

पिछले अनुमान के अनुसार, हीटेड टोबैको उत्पादों का उपयोग करने वालों की संख्या लगभग 2 करोड़, और स्नस व अन्य धूम्ररहित उत्पादों का उपयोग करने वालों की संख्या लगभग 1 करोड़ मानी गई थी। इसका मतलब यह हुआ कि जब GHTHR 2024 प्रकाशित हुई, तब दुनिया भर में कम से कम 14.4 करोड़ लोग सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) का उपयोग कर रहे थे।

चित्र 2.

GSTHR.ORG



इसलिए सबूत बिल्कुल स्पष्ट हैं: करोड़ों लोग सिगरेट की जगह अब सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) अपना रहे हैं। हालाँकि यह बदलाव अक्सर एक ऐसे दौर से गुजरता है जिसे 'ड्यूल यूज़' कहा जाता है जिसमें व्यक्ति सिगरेट और SNP दोनों का इस्तेमाल करता है। इस प्रक्रिया की कभी-कभी आलोचना भी होती है, लेकिन GHTHR 2024 से मिले आंकड़े बताते हैं कि यह तरीका सिगरेट का सेवन कम करने और कई मामलों में, पूरी तरह छोड़ने की दिशा में एक सहायक रास्ता बनता है।

जो बाज़ार संबंधी आंकड़े सार्वजनिक रूप से उपलब्ध हैं, वे भी यह दिखाते हैं कि सुरक्षित निकोटिन उत्पादों (SNP) की लोकप्रियता तेजी से बढ़ रही है। GHTHR 2024 के अनुसार, अगर मुद्रास्फीति (महंगाई) से एडजस्ट करके एक स्थिर मुद्रा

मूल्य पर देखा जाए तो 2024 में तंबाकू जला कर लेने वाले उत्पादों की वैश्विक बिक्री घटकर 685 अरब डॉलर रह गई है — जो 2015 से 8.9% की गिरावट है। इसके विपरीत, मुद्रास्फीति (महंगाई) से एडजस्ट किए आंकड़ों के अनुसार, SNP उत्पादों (जैसे स्नस, वेपिंग प्रोडक्ट्स, हीटेड टोबैको और निकोटिन पॉऊचों) की बिक्री 2015 से लगभग छह गुना बढ़ गई है। अगर बिना एडजस्ट किए सामान्य रुप से देखा जाए तो 2024 में SNP बाजार की कुल अनुमानित कीमत 96 अरब डॉलर तक पहुँच गई है।

अब उपलब्ध डेटा इस बात का समर्थन करता है कि जब उपभोक्ताओं को SNP की तुलनात्मक सुरक्षा के बारे में सही जानकारी मिलती है,और साथ ही उन्हें सस्ती और उपयुक्त उत्पादों तक पहुंच मिलती है,तो धूम्रपान की दरों में अच्छी कमी देखी जाती है।

विनियमन क्या भूमिका निभाता है?

SNP (सुरक्षित निकोटिन उत्पादों) के आने से पहले, तंबाकू नियामकों और उन्हें बनाने वाले सरकार में बैठे लोगों की भूमिका अपेक्षाकृत सरल हुआ करती थी। सिगरेट जैसे उत्पादों का स्वरुप सीधा होता था — उन्हें पहचानना और नियमों में बांधना आसान था। जलने वाले दूसरे तंबाकू उत्पादों के साथ भी यही स्थिति थी। लेकिन नियम लगाने के लिए परिस्थितियाँ तब जटिल हो गईं जब ऐसे नए उत्पाद सामने आए जो तंबाकू नहीं जलाते पर उनमें निकोटिन होता है।

कई क्षेत्रों में अब भी यह ग़लत धारणा बनी हुई है कि निकोटिन ही जलने वाली तंबाकू (जैसे सिगरेट) का सबसे खतरनाक तत्व है। यह भ्रम अब भी कानून बनाने वालों के निर्णयों को प्रभावित करता है, खासकर जब बात सुरक्षित निकोटिन उत्पादों (SNP) की होती है। उन्हें यह समझने में भी मुश्किल होती है कि नए उत्पादों की श्रेणियों को कैसे समझा और नियंत्रित किया जाए। कई बार तो वे उलझन में रहते हैं और यह तय नहीं कर पाते कि क्या करना उचित होगा।

कुछ प्रमुख संस्थाओं ने, विशेष रुप से विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ने, तंबाकू से होने वाले नुकसान में कमी (THR) के प्रति बहुत ही संशयात्मक और निषेधात्मक रुख अपनाया है। हालांकि THR के पक्ष में वैज्ञानिक प्रमाण लगातार बढ़ते जा रहे हैं, फिर भी WHO अब तक यह स्वीकार नहीं करता कि सिगरेट छोड़कर सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) की ओर बढ़ना स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हो सकता है। यह संगठन और इसके सहयोगी देश SNP पर ऐसे नियामक ढांचे लागू करने की सिफारिश करते आए हैं जो कम से कम सिगरेट जितने कड़े हों और कुछ मामलों में तो उससे भी ज़्यादा सख्त हों।

कई देशों में इसका नतीजा यह हुआ है कि सुरक्षित उत्पादों (SNP) पर प्रतिबंध लगा दिए गए हैं, जबकि सिगरेट जैसी ज़्यादा हानिकारक चीजें अभी भी आसानी से उपलब्ध हैं। हालाँकि, 2024 में पनामा में आयोजित फ्रेमवर्क कन्वेंशन ऑन टोबैको कंट्रोल (FCTC) की कॉन्फ्रेंस ऑफ द पार्टीज़ (COP) में कुछ देशों ने यह संकेत दिया कि वे तंबाकू से होने वाली कमी (THR) पर वर्तमान रुख से असहज महसूस कर रहे हैं।

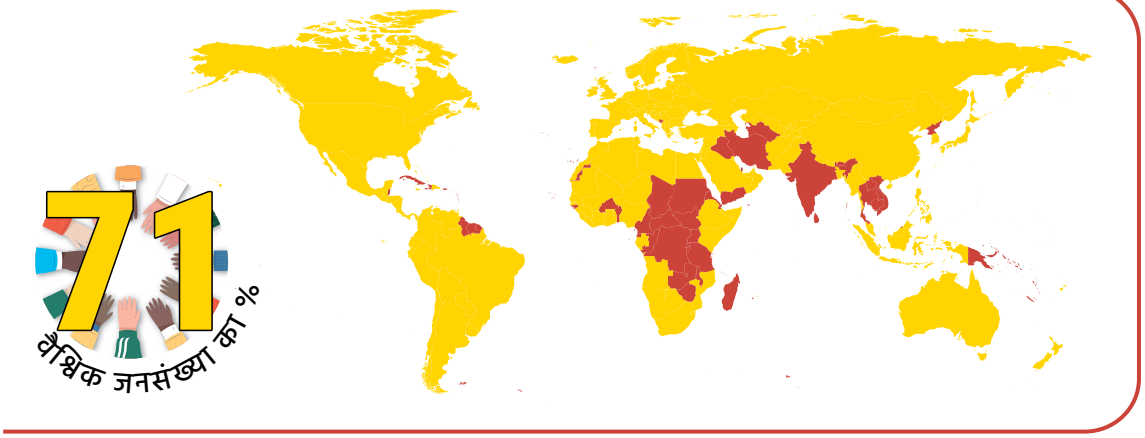
अधिकांश देशों में तंबाकू नीति घरेलू स्तर पर ही तय की जाती है, सिवाय यूरोपीय संघ (European Union) के, जहाँ सभी सदस्य देशों को एक न्यूनतम नियामक ढांचे को अपनाना होता है।[19] हर देश की आर्थिक, राजनीतिक, सामाजिक और सांस्कृतिक परिस्थितियाँ अलग होती हैं, जो मिलकर उसकी तंबाकू नियंत्रण नीति को तय करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।

> **अब उपलब्ध आंकड़े इस बात की पुष्टि करते हैं कि जब लोगों को SNP (सुरक्षित निकोटिन उत्पाद) की तुलनात्मक सुरक्षा के बारे में सही जानकारी दी जाती है, और उन्हें सस्ते और उपयुक्त विकल्प मिलते हैं, तो धूम्रपान की दरों में स्पष्ट और बड़ी गिरावट देखी जाती है।**

> **कई क्षेत्रों में अब भी यह ग़लत धारणा बनी हुई है कि निकोटिन ही जलने वाली तंबाकू (जैसे सिगरेट) का सबसे खतरनाक तत्व है। यह भ्रम अब भी कानून बनाने वालों के निर्णयों को प्रभावित करता है, खासकर जब बात सुरक्षित निकोटिन उत्पादों (SNP) की होती है।**

चित्र 3.

GSTHR.ORG **कम से कम एक प्रकार का SNP 129 देशों में कानूनी रुप से उपलब्ध है**



लेकिन, जैसा कि इस रिपोर्ट में सामने आया है, 2024 में कम से कम एक श्रेणी का सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) - जैसे निकोटिन वेप्स, हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स (HTP), स्नस या निकोटिन पॉऊच - 129 देशों में कानूनी रुप से उपलब्ध है। इन देशों में लगभग 4 अरब लोग रहते हैं जो दुनिया की वयस्क आबादी का 71% है।

2024 में कम से कम एक श्रेणी का सुरक्षित निकोटिन उत्पाद (SNP) जैसे निकोटिन वेप्स, हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स (HTP), स्नस या निकोटिन पाऊच 129 देशों में कानूनी रूप से उपलब्ध है। इन देशों में लगभग 4 अरब लोग रहते हैं जो दुनिया की वयस्क आबादी का 71% है

दुनिया भर में धूम्रपान और तंबाकू से होने वाले नुकसान में कमी के प्रति दृष्टिकोण किस प्रकार अलग-अलग हैं?

GHTHR24 में दो भाग शामिल हैं। पहला है ऊपर बताया गया एक वैश्विक परिप्रेक्ष्य और दूसरा है क्षेत्रीय और राष्ट्रीय अंतर्दृष्टि। दूसरा भाग दो क्षेत्रों में तम्बाकू उपयोग और तंबाकू से होने वाले नुकसान में कमी की स्थिति पर गहराई से नज़र डालता है। इसके साथ ही इसमें ऐसे चार देशों का नवीनतम मूल्यांकन है – जिन्होने अलग-अलग तरीकों से - तंबाकू से होने वाले नुकसान में कमी के ज़रिए अपनाकर धूम्रपान दरें कम की हैं।

पूर्वी यूरोप और मध्य एशिया में, जहाँ एक और धूम्रपान की दरें काफी ऊँची हैं, वहीं वहाँ एक मौखिक तंबाकू उत्पाद नैस्वे (nasvay) की लगभग पचास अलग-अलग किस्मों का भी व्यापक उपयोग होता है। अक्सर यह स्पष्ट नहीं होता कि ये नैस्वे उत्पाद कहाँ बनते हैं और इनके स्वास्थ्य जोखिम भी साफ़ पता नहीं होते हैं। फिर भी नैस्वे का उपयोग इस भौगोलिक क्षेत्र में कुल तंबाकू खपत का एक बड़ा हिस्सा है। यहाँ सुरक्षित निकोटिन उत्पादों (SNP) को बहुत कम अपनाया गया है, और तंबाकू से होने वाले नुक्सान में कमी (THR) की कोई खास पहचान या स्वीकार्यता भी नहीं है। SNP पर सख्त पाबंदियों या प्रतिबंध की जो मौजूदा प्रवृत्ति है, वह इस क्षेत्र में तंबाकू से होने वाले नुक्सान में कमी की संभावनाओं को और भी अधिक नुकसान पहुँचा सकती है।

इस बीच, लैटिन अमेरिका में स्थिति में कई गंभीर विरोधाभास देखने को मिलते हैं। उदाहरण के लिए, वैसे तो इस क्षेत्र में धूम्रपान से होने वाली मौतों और उससे जुड़ी आर्थिक लागत सबसे अधिक है, फिर भी ब्राज़ील की सरकार अब तक वेप्स पर लगी 2009 की पाबंदी को हटाने के लिए तैयार नहीं दिख रही है।[20] इसके विपरीत, चिली ने हाल ही में एक व्यापक नीति पैकेज लागू किया है जहाँ लैटिन अमेरिका में धूम्रपान की दर सबसे अधिक है और धूम्रपान से संबंधित मौतों का अनुपात भी सबसे ज़्यादा है। चिली के पैकेज का उद्देश्य है — धूम्रपान करने वालों को SNP की ओर प्रोत्साहित करना।[21] ज्यादातर देशों में उपभोक्ता SNP खरीद सकते हैं, लेकिन यह अक्सर अविनियमित स्रोतों (unregulated sources) से ही लिए जाते हैं।

The Global State of Tobacco Harm Reduction 2024: A Situation Report में अध्ययन किए गए चार देशों के उदाहरण यह दिखाते हैं कि जब धूम्रपान करने वालों को सिगरेट के बजाय सुरक्षित विकल्पों को अपनाने का मौका मिलता है तो स्वास्थ्य सुधार में अच्छी प्रगति संभव होती है। यह एक बड़ी सार्वजनिक स्वास्थ्य उपलब्धि है — और खास बात यह है कि इसे हासिल करने के लिए सरकारी स्तर पर बहुत अधिक खर्च की जरूरत नहीं होती है।

जापान, न्यूज़ीलैंड, नॉर्वे और यूके देशों की प्रोफाइलें यह स्पष्ट रूप से दिखाती हैं कि जब धूम्रपान करने वाले लोगों को सिगरेट की जगह सुरक्षित विकल्प अपनाने का अवसर दिया जाता है, तो स्वास्थ्य सुधार में महत्वपूर्ण प्रगति संभव होती है।

इन चारों देशों में से हर एक ने धूम्रपान की दर घटाने के लिए अलग रास्ता अपनाया। जापान में हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स (HTP) के उपयोग में जो तेज़ बढ़ोतरी हुई, वह सरकार की किसी सक्रिय नीति के कारण नहीं, बल्कि इस तथ्य के कारण हुई कि वहाँ के मौजूदा कानूनों के तहत वेप्स पर प्रभावी रूप से प्रतिबंध था, वहीं HTP पर कोई रोक नहीं थी। सरकार की गैर-हस्तक्षेपकारी नीति (non-interventionist policy) के चलते HTP को धूम्रपान से कम हानिकारक बताकर प्रचारित करने की छूट मिल गई और उपभोक्ताओं ने इसके प्रति सकारात्मक प्रतिक्रिया दी। HTP के शुरू होने के पिछले दस वर्षों में, जापान में सिगरेट की बिक्री 50% से ज़्यादा घट गई। अब तक किसी भी क़ानूनी या सार्वजनिक स्वास्थ्य पहल से इतने कम समय में सिगरेट की बिक्री में इतनी तेज़ गिरावट देखने को नहीं मिली है।

नॉर्वे में स्नस (snus) पिछले दो सौ सालों से ज़्यादा से उपलब्ध है, लेकिन एक समय ऐसा आ गया था जब धूम्रपान उससे ज़्यादा लोकप्रिय हो गया था। हाल के वर्षों में स्नस की ओर वापसी देखी गई है जिसका कारण है —इसे बनाने की तकनीकों में सुधार जिससे यह उत्पाद पहले की तुलना में और भी सुरक्षित बन गया और साथ ही सिगरेट की तुलना में इसके कम जोखिम के प्रमाण सामने आए। इस बदलाव का असर बहुत ही प्रभावशाली रहा है। 2023 में नॉर्वे में 16 से 74 वर्ष की आयु के लोगों में स्नस का उपयोग करने वालों की संख्या धूम्रपान करने वालों से दोगुनी थी (16% बनाम 7%)।[22] और जहां तक युवा आबादी की बात है, तो उसमें धूम्रपान लगभग पूरी तरह खत्म ही हो चुका है। 2023 में, सिर्फ 2% महिलाएं (आयु 16–34) और केवल 4% पुरुष (आयु 16–24) रोज़ाना धूम्रपान करते थे।

इस बीच, यूके में सुरक्षित निकोटिन उत्पादों (SNP) को लेकर जो नीति अपनाई गई है वह सार्वजनिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता देने वाली और नशीले पदार्थों और एचआईवी/एड्स से जुड़े पुराने नुक्सान कम करने के प्रयासों की परंपरा पर आधारित है। इसका प्रभाव यह रहा है कि लगभग दो दशक पहले जब वेप्स की शुरुआत हुई, तब से लेकर अब तक देश में धूम्रपान करने वालों की संख्या लगभग 50% तक घट चुकी है। हमारे आंकड़ों के अनुसार, 2025 में यूके में वेपिंग करने वालों की संख्या धूम्रपान करने वालों से ज़्यादा हो जाएगी। पूर्वानुमान के अनुसार, 2025 में 10% से थोड़े अधिक वयस्क धूम्रपान करेंगे, जबकि वेपिंग करने वालों की संख्या 2024 में दर्ज 11% से आगे बढ़ती रहेगी।

HTP (हीटेड टोबैको प्रोडक्ट्स) को आए हुए एक दशक हो चुका है, और तब से लेकर अब तक जापान में सिगरेट की बिक्री 50% से ज़्यादा गिर चुकी है। इतने कम समय में सिगरेट बिक्री में इतनी बड़ी गिरावट अब तक किसी भी क़ानूनी या सार्वजनिक स्वास्थ्य हस्तक्षेप के ज़रिए नहीं देखी गई है। यह बदलाव अपने आप में अभूतपूर्व है।

न्यूज़ीलैंड सरकार ने भी यूके के समान नीति अपनाई, जहाँ सिगरेट छोड़कर वेप्स की ओर बढ़ने को स्पष्ट रूप से समर्थन दिया गया। इसका असर यह हुआ कि देश में धूम्रपान की दर में उल्लेखनीय कमी आई। वास्तव में 2023 में न्यूज़ीलैंड में 11.9% वयस्क वेपिंग करते थे, जबकि सिर्फ 8.3% वयस्क धूम्रपान करते थे। हालांकि, यह ध्यान देना ज़रूरी है कि माओरी समुदायों में धूम्रपान की दर अब भी ज़्यादा बनी हुई है।

इन चारों देशों में परिस्थितियाँ अलग-अलग रही हैं लेकिन एक बात साफ तौर पर समान देखी गई — जहाँ-जहाँ SNP (सुरक्षित निकोटिन उत्पादों) की बिक्री में वृद्धि हुई, हर उस जगह सिगरेट के बाजार में गिरावट और धूम्रपान की प्रचलित दर में कमी भी देखने को मिली।

हालांकि, यह स्वाभाविक ही है कि SNP (सुरक्षित निकोटिन उत्पादों) नेनियामकों (regulators) के सामने कई नई चुनौतियाँ खड़ी कर दी हैं। कुछ देशों ने शुरुआत में इन उत्पादों पर पूरी तरह प्रतिबंध लगा दिया था,लेकिन बाद में कुछ हद तक पाबंदियाँ हटा लीं। कुछ ने नई नियंत्रण नीतियाँ लागू कीं हैं। हालाँकि, अधिकतर देशों ने इन उत्पादों को मौजूदा तंबाकू कानूनों के अंतर्गत लाना ही चुना है — और समय के साथ ये कानून फ़्रेमवर्क कन्वेंशन ऑन टोबैको कंट्रोल (FCTC) की सिफ़ारिशों के अनुरूप बनते गए हैं।.[23]

डर, अविश्वास और गलत सूचना के कारण प्रगति किस प्रकार बाधित हुई है?

किशोरों द्वारा SNP (विशेषकर वेपिंग) के उपयोग को लेकर चिंता ने कई देशों में नियामकीय कदम उठाने को प्रेरित किया है — चाहे इसके पीछे वैज्ञानिक प्रमाण हों या न हों। अक्सर यह देखा गया है कि किशोरों में वेपिंग के उपयोग को फ्लेवर (स्वाद) की उपलब्धता से जोड़ा जाता है, जिसके चलते कुछ देशों ने अलग-अलग स्तरों पर फ्लेवर पर प्रतिबंध लगाना शुरु कर दिया है। लेकिन यह जो कहानी बनाई गई है कि „फ्लेवर सिर्फ किशोरों को आकर्षित करते हैं", वह उस वैज्ञानिक सच्चाई को नज़रअंदाज़ करती है कि फ्लेवर वाले वेप्स उन लोगों के लिए एक अहम भूमिका निभाते हैं जो धूम्रपान छोड़ने की कोशिश कर रहे होते हैं।

> यह जो कहानी बनाई गई है कि „फ्लेवर सिर्फ किशोरों को आकर्षित करते हैं", वह उस वैज्ञानिक सच्चाई को नज़रअंदाज़ करती है कि फ्लेवर वाले वेप्स उन लोगों के लिए एक अहम भूमिका निभाते हैं जो धूम्रपान छोड़ने की कोशिश कर रहे होते हैं।

सस्ते, एक बार उपयोग किए जाने वाले वेप्स (single-use vapes) के बढ़ते चलन ने किशोरों के उपयोग और पर्यावरण पर इनके प्रभाव को लेकर चिंताएँ और भी बढ़ा दी हैं। इसी कारण कई देशों ने इन पर प्रतिबंध लगा दिया है, और कई अन्य देश भी इसी दिशा में आगे बढ़ रहे हैं।[24,25] इसमें कोई संदेह नहीं है कि ये उत्पाद सस्ते, सुलभ और इस्तेमाल में आसान होते हैं। लेकिन अक्सर इस बात को नज़रअंदाज़ कर दिया जाता है कि इन्हीं विशेषताओं के कारण ये उत्पाद सिग्रेट पीने वाले उन लोगों के लिए बेहद उपयोगी हैं जो धूम्रपान छोड़ना चाहते हैं पर जिन तक सरकारों के प्रयास पहुँच नहीं पाते।

> जब से नए निकोटिन-युक्त उत्पाद बाज़ार में आए हैं तब से इन्होने वैश्विक तंबाकू उद्योग में ऐसी हलचल मचा दी है जिसकी तुलना केवल सिगरेट रोलिंग मशीन के आविष्कार से की जा सकती है।

SNP (सुरक्षित निकोटिन उत्पादों) को अपनाने में वित्तीय और आर्थिक बाधाओं की आशंका पहले से थी। दरअसल, जब से ये नए निकोटिन-युक्त उत्पाद बाज़ार में आए हैं तब से इन्होने वैश्विक तंबाकू उद्योग में ऐसी हलचल मचा दी है जिसकी तुलना केवल सिगरेट रोलिंग मशीन के आविष्कार से की जा सकती है। कुछ देशों में तंबाकू की खेती और निर्यात से मिलने वाला राजस्व और घरेलू तंबाकू उद्योग काफ़ी बड़ा है, ऐसे में SNP के रूप में आई प्रतिस्पर्धा को स्वागतयोग्य नहीं माना जाता। इसके अलावा, बहुराष्ट्रीय तंबाकू कंपनियाँ भी SNP में भारी निवेश से हिचकिचाती रही हैं, क्योंकि एक और नियामकीय नियंत्रण की दिशा अभी भी अस्पष्ट है, और उन्हें अपने निवेशकों के लिए ज़्यादा से ज़्यादा मुनाफ़ा कमाने की ज़िम्मेदारी निभानी होती है। आज भी ज्वलनशील सिगरेट (combustible cigarettes) इन कंपनियों के लिए एक बहुत फायदेमंद व्यवसाय है।

SNP (सुरक्षित निकोटिन उत्पादों) की संभावनाओं को लेकर जितना विरोध हुआ है उतने की अपेक्षा नहीं थी। जहाँ इस विषय पर गंभीर शोध और वस्तुनिष्ठ विश्लेषण की आवश्यकता थी, वहाँ इसके बजाय एक „इन्फोडेमिक" फैल गई —यानि अफ़वाहों, भ्रामक जानकारी और जानबूझकर फैलाई गई गलत सूचनाओं की महामारी। यह ग़लत जानकारी अक्सर अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय गैर-सरकारी संगठनों, साथ ही कुछ चिकित्सा, अकादमिक और सार्वजनिक स्वास्थ्य संस्थानों द्वारा फैलाई गई है अक्सर जिनके उद्देश्य बुरे नहीं होते। इन संगठनों को अक्सर ऐसे प्रभावशाली दाताओं से बहुत पैसा मिलता है, जो खुद THR के विरुद्ध पक्षपाती दृष्टिकोण रखते हैं।

कुछ मीडिया संस्थानों ने भी सुरक्षित उत्पादों को लेकर डर फैलाने वाली सनसनीखेज कहानियों को बढ़ा-चढ़ाकर पेश करने में रुचि दिखाई है। अक्सर ये कहानियाँ पुरानी तंबाकू कंपनियों पर भरोसा न होने और उनकी व्यावसायिक मंशाओं पर शक से जुड़ी होती हैं। आज तंबाकू के नुक्सान में कमी (THR) को लेकर व्यावसायिक बहस और संवाद का माहौल ज़हरीला बन चुका है। सार्वजनिक स्वास्थ्य के दूसरे क्षेत्रों के विपरीत, यहाँ उन लोगों के अनुभव और राय शायद ही मांगे जाते हैं जो पहले धूम्रपान करते थे और अब SNP का उपयोग कर रहे हैं और कई बार तो उनकी आवाज़ों को दबाया भी जाता है। इसका सबसे बड़ा नुक़सान यह है कि स्वास्थ्यकर्मी,

नीति-निर्माता, और सबसे अहम, साधारण लोग जो अभी भी धूम्रपान करते हैं, तंबाकू के नुक्सान में कमी को लेकर भ्रम, डर और अनिश्चितता के शिकार हो जाते हैं। लोग आज भी धूम्रपान कर रहे हैं, क्योंकि उन्हें यह गलत यक़ीन दिलाया गया है कि SNP सिग्रेट जितने ही, या शायद उससे भी ज़्यादा खतरनाक हैं।

तम्बाकू के नुकसान में कमी: भविष्य

इस सदी के एक-चौथाई हिस्से के अंत में हैं, लेकिन इतनी चुनौतियों के बावजूद उम्मीद बनाए रखने के कई कारण हैं। SNP का उपयोग बढ़ रहा है। हमारे पास स्पष्ट प्रमाण हैं कि जहाँ कहीं परिस्थितियाँ अनुमति देती हैं, लोग धूम्रपान छोड़कर निकोटीन के सुरक्षित रूपों को अपनाने के इच्छुक हैं। हमारा शोध दर्शाता है कि दुनिया की दो-तिहाई से अधिक आबादी - लगभग 130 देशों में - कानूनी रूप से SNP के कम से कम एक रूप तक पहुँच सकती है। धूम्रपान की जगह SNP के लेने के सार्वजनिक स्वास्थ्य लाभों के साक्ष्य के साथ-साथ उपभोक्ता आधार बढ़ रहा है। ये उत्पाद यहाँ टिकने वाले हैं और जिन उपभोक्ता समर्थकों के जीवन में इनसे सुधार आया है, उनकी आवाजें और भी तेज हो रही हैं।

जब हम अगले पच्चीस वर्षों और उससे आगे की ओर देखते हैं, तो यह साफ़ होता है कि यदि नुक्सान में कमी (harm reduction) की संभावनाओं को पूरी तरह अपनाया जाए तो बहुत कुछ हासिल किया जा सकता है। आज भी लाखों लोग ऐसे हैं जो धूम्रपान छोड़कर सुरक्षित निकोटिन उत्पादों (SNP) की ओर जा चुके हैं — और यह अक्सर सरकारों की उदासीनता या स्वास्थ्य संस्थानों के विरोधाभासी संदेशों के बावजूद होता। आँकड़ों पर आधारित पूर्वानुमान बताते हैं कि आगामी दशकों में अगर धूम्रपान की जगह SNP को अपनाया गया, तो करोड़ों लोग लंबे और बेहतर स्वास्थ्य जीवन जी सकेंगे। अगर तंबाकू से होने वाले नुक्सान में कमी को पूरी तरह से अपनाया जाए तो यह दुनिया भर में धूम्रपान करने वालों की संख्या को तेज़ी से घटा सकता है। यह 21वीं सदी का सबसे बड़ा सार्वजनिक स्वास्थ्य लाभ बन सकता है।

> **सार्वजनिक स्वास्थ्य के दूसरे क्षेत्रों के विपरीत, यहाँ उन लोगों के अनुभव और राय शायद ही मांगे जाते हैं जो पहले धूम्रपान करते थे और अब SNP का उपयोग कर रहे हैं**

> **ये उत्पाद यहां टिकने वाले हैं और जिन उपभोक्ता समर्थकों के जीवन में इनसे सुधार आया है, उनकी आवाजें और भी तेज हो रही हैं।**

> **अगर तंबाकू से होने वाले नुक्सान में कमी को पूरी तरह से अपनाया जाए तो यह दुनिया भर में धूम्रपान करने वालों की संख्या को तेज़ी से घटा सकता है। यह 21वीं सदी का सबसे बड़ा सार्वजनिक स्वास्थ्य लाभ बन सकता है।**

References

1. WHO. (2023, July 31). *Tobacco. Key facts*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco.
2. Jha, P., & Peto, R. (2014). Global Effects of Smoking, of Quitting, and of Taxing Tobacco. *New England Journal of Medicine, 370*(1), 60–68. https://doi.org/10.1056/NEJMra1308383.
3. ASH. (2025, February). *Facts at a Glance*. ASH. https://ash.org.uk/resources/view/facts-at-a-glance.
4. Vulovic, V. (2019). *Economic Costs of Tobacco Use* (A Tobacconomics Policy Brief). Tobacconomics, Health Policy Center, Institute for Health Research and Policy, University of Illinois at Chicago. https://www.economicsforhealth.org/files/research/523/UIC_Economic-Costs-of-Tobacco-Use-Policy-Brief_v1.3.pdf.
5. 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.
6. Royal College of Physicians. (2019). *Nicotine without smoke: Tobacco harm reduction* (RCP Policy: Public Health and Health Inequality). Royal College of Physicians. https://www.rcp.ac.uk/improving-care/resources/nicotine-without-smoke-tobacco-harm-reduction/.
7. *E-cigarettes and harm reduction: An evidence review*. (2024). The Royal College of Physicians (RCP). https://www.rcp.ac.uk/policy-and-campaigns/policy-documents/e-cigarettes-and-harm-reduction-an-evidence-review/.
8. New Zealand government. (2020, September 3). *Position statement on vaping*. Ministry of Health NZ. https://www.health.govt.nz/our-work/preventative-health-wellness/tobacco-control/vaping-smokefree-environments-and-regulated-products/position-statement-vaping.
9. Lindson, N., Butler, A. R., McRobbie, H., Bullen, C., Hajek, P., Begh, R., Theodoulou, A., Notley, C., Rigotti, N. A., Turner, T., Livingstone-Banks, J., Morris, T., & Hartmann-Boyce, J. (2024). Electronic cigarettes for smoking cessation. *The Cochrane Database of Systematic Reviews, 1*(1), CD010216. https://doi.org/10.1002/14651858.CD010216.pub8.
10. Leslie CantuLeslie Cantu. (2023, August 18). *Largest US study of e-cigarettes shows their value as smoking cessation aid*. https://hollingscancercenter.musc.edu/news/archive/2023/08/18/largest-us-study-of-ecigarettes-shows-their-value-as-smoking-cessation-aid.
11. Rigotti, N. A. (2024). Electronic Cigarettes for Smoking Cessation—Have We Reached a Tipping Point? *New England Journal of Medicine, 390*(7), 664–665. https://doi.org/10.1056/NEJMe2314977.
12. Gartner, C. E., Hall, W. D., Vos, T., Bertram, M. Y., Wallace, A. L., & Lim, S. S. (2007). Assessment of Swedish snus for tobacco harm reduction: An epidemiological modelling study. *The Lancet, 369*(9578), 2010–2014. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60677-1.
13. Clarke, E., Thompson, K., Weaver, S., Thompson, J., & O'Connell, G. (2019). Snus: A compelling harm reduction alternative to cigarettes. *Harm Reduction Journal, 16*(1), 62. https://doi.org/10.1186/s12954-019-0335-1.
14. Lee, P. N. (2011). Summary of the epidemiological evidence relating snus to health. *Regulatory Toxicology and Pharmacology: RTP, 59*(2), 197–214. https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2010.12.002.
15. Lee, P. N., & Thornton, A. J. (2017). The relationship of snus use to diabetes and allied conditions. *Regulatory Toxicology and Pharmacology, 91*, 86–92. https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2017.10.017.
16. Tattan-Birch, H., Hartmann-Boyce, J., Kock, L., Simonavicius, E., Brose, L., Jackson, S., Shahab, L., & Brown, J. (2022). Heated tobacco products for smoking cessation and reducing smoking prevalence. *Cochrane Database of Systematic Reviews, 1*. https://doi.org/10.1002/14651858.CD013790.pub2.
17. Murkett, R., Rugh, M., & Ding, B. (2022). *Nicotine products relative risk assessment: An updated systematic review and meta-analysis* (9:1225). F1000Research. https://doi.org/10.12688/f1000research.26762.2.
18. Shapiro, H., Jerzyński, T., Mzhavanadze, G., Porritt, O., & Stimson, J. (2024). *The Global State of Tobacco Harm Reduction 2024: A Situation Report* (No. 4; GSTHR Major Reports). Knowledge-Action-Change. https://gsthr.org/resources/thr-reports/situation-report/.
19. Directive 2014/40/EU of the European Parliament and of the Council of 3 April 2014 on the approximation of the laws, regulations and administrative provisions of the Member States concerning the manufacture, presentation and sale of tobacco and related products and repealing Directive 2001/37/EC Text with EEA relevance, CONSIL, EP, 127 OJ L (2014). http://data.europa.eu/eli/dir/2014/40/oj/eng.
20. *Resolução Nº 46, de 28 de Agosto de 2009*. (2009, August 28). Ministério Da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2009/res0046_28_08_2009.html.
21. Law 21642 Regulating Electronic Nicotine Delivery Systems, Similar Non-nicotine Devices, and Heated Tobacco Products, and their Accessories, no. 21,642. Retrieved 16 June 2025, from https://assets.tobaccocontrollaws.org/uploads/legislation/Chile/Chile-Law-21642.pdf.
22. *11427: Daily users of snus and occasional users of snus (25-79 years), by sex and education level 2008 - 2024. Statbank Norway*. (n.d.). SSB. Retrieved 16 June 2025, from https://www.ssb.no/en/system/.
23. WHO Framework Convention on Tobacco Control (WHO FCTC). (2015, September 17). *Roadmap of actions to strengthen implementation of the WHO Framework Convention on Tobacco Control in the European Region 2015–2025: Making tobacco a thing of the past*. WHO FCTC. https://www.who.int/europe/teams/tobacco/who-framework-convention-on-tobacco-control-(who-fctc).
24. *Single-use vapes ban: What businesses need to do*. (2025, May 29). GOV.UK. https://www.gov.uk/guidance/single-use-vapes-ban.
25. *French parliament votes to ban disposable e-cigarettes*. (2025, February 13). https://www.lemonde.fr/en/france/article/2025/02/13/french-parliament-votes-to-ban-disposable-e-cigarettes_6738129_7.html.

फ़ोटो: *p. 5 pixabay.com; other depositphotos.com*

GSTHR.ORG

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।