

सर्तिबर 2022

स्नस का परचिय

स्नस क्या है और इसका उपयोग कैसे किया जाता है?

स्नस एक मौखिक तंबाकू उत्पाद है जिसे 300 से अधिक वर्षों से उपयोग किया जा रहा है। सूँघने के लिये स्वीडिश शब्द स्नस के नाम पर इसे स्नस कहा जाता है। स्नस को तंबाकू के पत्तों में नमक और पानी के साथ मिलाकर बनाया जाता है। इसमें खादय-श्रेणी की तंबाकू के धुँएँ की सुगंध या अन्य स्वाद भी हो सकते हैं। इसे ऊपरी होंठ के नीचे या तो छोटे टीबैग जैसे पाउच में, जनिहें पोर्शन स्नस कहा जाता है, या लूज़ रखा जाता है।

स्कैंडिनेविया में स्नस का व्यापक रूप से उपयोग किया जाता है, वशिष रूप से स्वीडन और नॉर्वे में, जहां इस उत्पाद का 'स्वीडिश स्नस' नाम का एक रूप बहुत प्रचलति है।



पोर्शन स्नस की तस्वीर। लेखक: एलेकोसा।

स्नस को लोग कभी-कभी एक दूसरे उत्पाद, निकोटीन पाउच के साथ भ्रमति कर लेते हैं क्योंकि दोनों को होंठ के नीचे रखा जाता है। लेकिन, स्नस के वपिरीत, निकोटीन पाउच में तंबाकू नहीं होती है। निकोटीन पाउच निकोटीन मल्लिए पौधों के रेशों से बने होते हैं।

ऐसा क्या है जो सगिरेट या उच्च जोखमि वाली मुंह से ली जाने वाली तंबाकू की तुलना में स्नस को ज़्यादा सुरक्षति बनाता है?

अब अच्छी तरह से समझा जाता है कि धूम्रपान के स्वास्थ्य प्रभाव उसे जलाने की प्रक्रिया के कारण होते हैं जिससे धुएँ में पाए जाने वाले हानिकारक रसायनों के मशरुण उत्पन्न होते हैं। स्नस का उपयोग सगिरेट के उपयोग से अलग होता है क्योंकि इसमें तम्बाकू को जलाया नहीं जाता और इसलिये धूम्रपान से जुड़े कई जोखिमों से बचा जा सकता है।

स्वीडिश स्नस दूसरे प्रकार के मुँह से लिये जाने वाले तम्बाकू उत्पादों से भी अलग है क्योंकि इसे अलग तरह से बनाया जाता है। कुछ दूसरी धुआँ रहति तम्बाकू के विपरीत, स्वीडिश स्नस में तम्बाकू में खमीर नहीं उठाया जाता बल्कि पिसचुरीकृत किया जाता है। ज्यादा तापमान की यह उपचार प्रक्रिया बैक्टीरिया के विकास को रोकती है। इन बैक्टीरिया से तम्बाकू उत्पादों में पाए जाने वाले कई जहरीले पदार्थ बनते हैं। पाश्चुरीकरण इसकी रासायनिक स्थिरता में भी योगदान देता है और अंतिम उत्पाद ज्यादा दिन तक खराब नहीं होता।

अधिकांश स्कैंडिनेवियाई स्नस स्वीडन में बनाई जाती हैं जहाँ इसे स्वीडिश खाद्य अधिनियम के तहत एक खाद्य उत्पाद के रूप में वनियमिती किया जाता है। स्नस उत्पादों के लिये एक स्वैच्छिक गुणवत्ता मानक भी है जिसका नाम है GothiaTek® मानक, जो धातुओं, नाइट्राइट, नाइट्रोसामाइन, एगरोकेमिकल्स, मायकोटॉक्सिन और एल्डिहाइड सहित कुछ घटकों की अधिकतम सीमा को निर्धारित करता है।ⁱⁱ इसमें इस्तेमाल होने वाली तंबाकू कैसे उगाई जाएगी, इसके लिये भी कड़ी आवश्यकताएँ हैं। स्नस में इस्तेमाल की जाने वाली तंबाकू को हवा या धूप में सुखाया जाना जरूरी होता है जिससे जहरीली बैजो(ए)पाइरीन का स्तर काफी कम हो जाता है।ⁱⁱⁱ

स्नस बनाने के तरीके और इसे बनाने में इस्तेमाल होने वाली चीजों में समय के साथ ज्यादा बदलाव नहीं आया है लेकिन 20 वीं सदी के दौरान जसि तरह से स्नस का उत्पादन किया जाता है उसमें सुरक्षा पर बहुत ध्यान दिया जाता है। निर्माताओं द्वारा पछिल्ले कुछ दशकों में कए गए परिवर्तनों के परिणामस्वरूप उत्पाद में अवांछित पदार्थों के स्तर में काफी कमी आई है।

क्या धूम्रपान करने वालों को सगिरेट की जगह स्नस लेना चाहिए?

सदियों से उपयोग कए जाने के बावजूद, स्वतंत्र महामारी विज्ञान और नैदानिक जांच द्वारा सगिरेट की तुलना में स्नस की सापेक्षिक सुरक्षा की पुष्टि हाल ही में की गई है। लेकिन अनुसंधान ने अब दिखा दिया है कि धूम्रपान करने वाले जो लोग सभी तरह की तंबाकू छोड़ देते हैं और जो लोग स्नस अपना लेते हैं, उनके बीच स्वास्थ्य-समायोजित जीवन प्रत्याशा में बहुत कम अंतर है।^{iv}

सगिरेट के धुएँ में पाए जाने वाले कई प्रकार के विषाक्त पदार्थों के स्तर स्नस में कम होते हैं। उदाहरण के लिये, पाश्चुराइनेशन प्रक्रिया स्नस में मौजूद तम्बाकू-विशिष्ट नाइट्रोसामाइन की मात्रा को कम कर देती है। ये रसायन तम्बाकू में पाए जाने वाले प्राथमिक कैंसरजनक पदार्थों में से एक हैं और इन्हें सगिरेट और धूम्रपान रहति तम्बाकू के उपयोग दोनों से फेफड़ों, मौखिक गुहा, अन्नप्रणाली और यकृत के कैंसर से जोड़ा गया है।^v

संयुक्त राज्य अमेरिका में फेफड़ों के कैंसर से हुई लगभग 80% से 90% मौतें सगिरेट धूम्रपान से जुड़ी होती हैं।^{vi} लेकिन स्नस के उपयोग से फेफड़ों के कैंसर का नगण्य जोखिम होता है क्योंकि इसमें कुछ जलाया नहीं जाता और तम्बाकू घटक साँस के माध्यम से शरीर के संपर्क में नहीं आते।^{vii} इसमें कार्बन मोनोऑक्साइड भी साँस के जरिये अंदर नहीं जा सकती।

स्नस के उपयोग और ऑरोफरीन्जियल कैंसर (मुँह के ठीक पीछे गले के हिस्से को प्रभावित करने वाला कैंसर) के बीच कोई समग्र संबंध नहीं है।^{viii} इसके विपरीत, इंग्लैंड में मुँह और ऑरोफरीन्जियल कैंसर के 100 में से 25 मामले धूम्रपान के कारण होते हैं।^{ix} पुरुषों में पैक्रियस कैंसर बढ़ने के पीछे भी स्वीडिश स्नस उपयोग नहीं प्रतीत नहीं होता है।^x स्नस को सगिरेट के विकल्प के रूप में उपयोग कए जाने पर हृदय रोग की घटनाओं को कम करने की भी क्षमता मल्लती है।^{xi}

स्नस उपयोग और मधुमेह के बीच एक संभावित कड़ी की जांच करने वाले अध्ययनों ने इनके बीच कोई बड़ा संबंध होना नहीं दर्शाया है। इनमें सुझाया गया है कि स्नस का अधिक सेवन (प्रति सप्ताह चार या अधिक डब्बे) मधुमेह बढ़ने के उच्च जोखिम से जुड़ा हो सकता है, लेकिन ये परिणाम नरिणायक नहीं हैं।^{xii}

स्वीडन और नॉर्वे में स्नस का प्रचलित उपयोग और धूम्रपान और धूम्रपान से संबंधित बीमारियों के कम स्तर में संबंध पाया गया है। स्वीडिश पुरुषों ने बड़ी संख्या में स्नस का उपयोग करने के लिए धूम्रपान छोड़कर इसे अपना लिया है और 23% पुरुषों ने 2018 में इसका दैनिक उपयोग किया।^{xiii} यूरोप में स्वीडन में धूम्रपान की दर सबसे कम है।^{xiv} स्वीडन यूरोपीय संघ का एकमात्र देश है जो 'धूम्रपान मुक्त दर्जे' तक पहुँच चुका है। इस दर्जे की परिभाषा है, 15 से 54 वर्ष की आयु की वयस्क आबादी में 5% से कम लोगों में वयस्क धूम्रपान का प्रचलन होना। तुलनात्मक रूप से इसी प्रकार की आबादी के लिए यूरोपीय संघ की धूम्रपान की औसत दर 26 प्रतिशत है।^{xv} स्वीडिश पुरुषों में भी यूरोप में तंबाकू संबंधित मृत्यु दर न्यूनतम है- यूरोप की प्रति 1,00,000 मौतों में धूम्रपान के कारण हुई 373 मौतों की तुलना में 152 मौतों।^{xvi}

नॉर्वे में भी धूम्रपान की दर बहुत कम है - नॉर्वे के 8% वयस्क प्रतिदिन धूम्रपान करते हैं - और युवाओं में स्नस का उपयोग बढ़ रहा है। 16-24 आयु वर्ग की केवल 1% महिलाएं धूम्रपान करती हैं जबकि किराब 12% रोज स्नस का उपयोग करती हैं।^{xvii}

क्या स्नस सगिरेट पीने की शुरुआत का प्रवेश दवार हो सकता है?

प्रवेश दवार की परिकल्पना के अनुसार यह पूर्वानुमान लगाया जा सकता है कि ऐसे लोग जो लोग पहले धूम्रपान नहीं करते थे, उनमें स्नस उपयोग करने वालों की इसे नहीं उपयोग करने वालों की तुलना में आगे चलकर धूम्रपान करने की अधिक संभावना ज्यादा होगी। लेकिन स्वीडन में प्रवेश दवार के परिणामों की संभावना की जांच करने वाले साक्ष्यों के विचार से पता चलता है कि स्नस अपने उपयोगकर्ताओं को धूम्रपान की ओर ले जाने के बजाय धूम्रपान से दूर ले जाती है।^{xviii} एक सुरक्षा निकायिका उत्पाद के रूप में इसके दर्जे की कारण स्नस न केवल धूम्रपान छोड़ने में मदद के एक जरूरी के रूप में कार्य करती है, यह पहली बार धूम्रपान करने वाले लोगों की दर को भी कम कर सकती है।

क्या स्नस हर जगह कानूनी है?

नहीं, दुनिया भर के 38 देशों में स्नस प्रतिबंधित है, लेकिन इनमें से कई देशों में इसकी नियामक स्थिति स्पष्ट नहीं है। जहाँ यूरोपीय संघ में ऑनलाइन स्नस खरीदना या व्यापार के लिए इस उत्पाद का आयात करना अवैध है, लोगों को अपने नजि इस्तेमाल के लिए इसे आयात करने से रोकने के लिए कोई कानून नहीं है। ये नियम स्वीडन के अपवाद के साथ यूरोपीय संघ के सभी देशों पर लागू होते हैं। स्वीडन को 1995 में यूरोपीय संघ में शामिल होने पर एक अपवाद (छूट) मिला था। यूरोपीय संघ का कानून 1992 में आया था, जब इंग्लैंड ने Skoal Bandits ब्रांड की गीली धुआँ रहित तंबाकू के मार्केट में आने पर मुँह से सूँधी जाने वाली तंबाकू पर प्रतिबंध लगा दिया था। इंग्लैंड के प्रतिबंध के पीछे कारण थे इस उत्पाद को मुँह के कैंसर से जोड़ने वाली नशियार आशंकाएँ और यह चिंता कि Skoal Bandits ब्रांड खुद को मुख्य रूप से कश्मिरी के लिए बता कर मार्केटिंग कर रहा था। इसके बाद यूरोपीय संघ ने भी इस पर प्रतिबंध लगा दिया।^{xix} स्नस को ऑस्ट्रेलिया, बहरीन, लक्षिचट्टेन्सटाइन, मैसेडोनिया, मोन्टेनेग्रो, न्यूजीलैंड, रूसी संघ, तुर्की, तुर्कमेनिस्तान, यूके और वानुअतु में भी प्रतिबंधित किया गया है।

स्नस की उपलब्धता को बढ़ाने से सार्वजनिक स्वास्थ्य को कैसे लाभ हो सकता है?

यदि स्नस पर यूरोपियन संघ (ईयू) का प्रतिबंध हटा दिया जाए तो यह गणना की गई है कि ईयू में प्रत्येक वर्ष 30 वर्ष या उससे अधिक आयु के पुरुषों में समय से पहले होने वाली लगभग 3,20,000 तंबाकू से संबंधित मौतों को रोका जा सकता है।^{xx} एक यूरोपीय आयोग की समीक्षा ने नषिकरक नकाला है कि तंबाकू धूम्रपान की जगह पूरी तरह धूम्रपान रहित तंबाकू उत्पादों को ले आने से अंततः धूम्रपान के कारण होने वाली सांस की बीमारी से होने वाली लगभग सभी मौतें रुक जाएंगी और वर्तमान में धूम्रपान से होने वाली हृदय संबंधी मृत्यु दर कम से कम 50% तक कम हो जाएगी।^{xxi}

स्नस के बारे में नयामकों और स्वास्थ्य नकियों ने क्या कहा है?

2016 की अपनी रिपोर्ट नकियोटीन वदोडत स्मोक: टोबैको हारम रडिक्शन में, यूके के रॉयल कॉलेज ऑफ फजिशियन ने एक सुरक्षति नकियोटीन उत्पाद के रूप में स्नस की क्षमता को संदर्भति कया है। इसमें कहा गया है: „स्वीडन में [...] स्नस की उपलब्धता और उपयोग [...] प्रदर्शति करते हैं [...] का सामाजकि रूप से स्वीकार्य और कफियाती उपभोक्ता वकिल्प की उपलब्धता के कारण, जसिसे स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव कम पड़ता है, धूम्रपान करने वाले लोगों का एक बड़ा हसिसा धुएँ से ली जाने वाली तंबाकू की जगह वैकल्पकि उत्पाद अपना लेगा।”^{xii}

अक्टूबर 2019 में, यूएस फेडरल ड्रग एडमनिस्ट्रेशन (FDA) ने स्नस नरिमाता Swedish Match को एजेसी के पहले संशोधति जोखमि वाले तंबाकू उत्पाद (MRTP) ऑर्डर दए।^{xiii} इस नरिणय ने सगिरेट पीने की तुलना में कुछ स्वास्थ्य प्रभावों के कम जोखमि के बारे में वशिषिट जानकारी के साथ इसके आठ सामान्य स्नस उत्पादों के वपिणन को अधिकृत कया है।

एफडीए के सारांश में कहा गया है: „उपलब्ध वैज्ञानकि साक्ष्य दर्शता है कि आठ सामान्य स्नस उत्पादों का अनन्य (एक्सकलूसिव) उपयोग वयक्तगित तंबाकू उपयोगकर्ताओं को तंबाकू से संबंधति बीमारी से होने वाले नुकसान और जोखमि को काफी कम कर देगा”, इसमें यह भी कहा गया कि “आठ सामान्य स्नस एमआरटीपी समग्र रूप से आबादी के स्वास्थ्य पर अच्छा प्रभाव डालेंगे: „सगिरेट के बजाय सामान्य स्नस का उपयोग आपको मुंह के कैंसर, हृदय रोग, फेफड़ों के कैंसर, स्ट्रोक, वातस्फीत और पुरानी ब्रोकॉइटसि के कम जोखमि में डालता है” यह दावा वैज्ञानकि रूप से सटीक है।”

ग्लोबल स्टेट ऑफ टोबैको हारम रडिक्शन (GSTHR) के काम के बारे में अधिक जानकारी के लिए, या इस GSTHR ब्रीफिंग पेपर में उठाए गए बर्दुओं के लिए कृपया info@gsthr.org पर संपर्क करें। दुनिया भर में स्नस की कानूनी स्थिति और उपलब्धता के बारे में अधिक जानकारी के लिए, ग्लोबल स्टेट ऑफ टोबैको हारम रडिक्शन डाटाबेस पर जाएँ। कसी भी देश को चुनें और फरि स्नस के बारे में वशिषिट राष्ट्रीय जानकारी के लिए क्वकि लकि पर क्लिक करें।

हमारे बारे में: **नॉलेज • एक्शन • चेंज (K•A•C)** मानव अधिकारों पर आधारति प्रमुख सार्वजनकि स्वास्थ्य रणनीति के रूप में नुकसान में कमी को बढ़ावा देता है। टीम के पास नशीली दवाओं के उपयोग, एचआईवी, धूम्रपान, यौन स्वास्थ्य और जेलों में नुकसान कम करने के काम का चालीस से अधिक वर्षों का अनुभव है। K•A•C **ग्लोबल स्टेट ऑफ टोबैको हारम रडिक्शन (GSTHR)** चलाता है जो दुनिया भर में 200 से अधिक देशों और क्षेत्रों में तंबाकू नुकसान में कमी और सुरक्षति नकियोटीन उत्पादों के उपयोग, उपलब्धता और नयामक प्रतिक्रियाओं के साथ-साथ धूम्रपान प्रसार और संबंधति मृत्यु दर के वकिस को मैप करता है। सभी प्रकाशनों और लाइव डेटा के लिए, <https://gsthr.org> पर जाएँ

हमारी फंडिंग: GSTHR प्रोजेक्ट को फाउंडेशन फॉर ए स्मोक फ्री वर्ल्ड के अनुदान की मदद से तैयार कया गया है, जो एक स्वतंत्र, अमेरिकी गैर-लाभकारी 501(c)(3) है, जसि अमेरिकी कानून के तहत, अपने दानदाताओं से स्वतंत्र रूप से काम करना चाहति। अनुदान समझौते की शर्तों के तहत परयोजना और इसके परिणाम फाउंडेशन से संपादकीय रूप से स्वतंत्र है।

- i. Sudhanshu Patwardhan & Karl Fagerström, “The New Nicotine Pouch Category: A Tobacco Harm Reduction Tool?,” *Nicotine & Tobacco Research* 24, no. 4 (1 अप्रैल, 2022): 623–25, <https://doi.org/10.1093/ntr/ntab198>.
- ii. Lars E. Rutqvist इत्यादि, “Swedish snus and the GothiaTek® standard,” *Harm Reduction Journal* 8, no. 1 (16 मई, 2011): 11, <https://doi.org/10.1186/1477-7517-8-11>.
- iii. “Gothiatek Standard: B(a)P,” *Swedish Match*, 7 मार्च, 2016, <https://www.swedishmatch.com/Snus-and-health/GOTHIA TEK/GOTHIA TEK-standard/BaP/>.
- iv. Coral E. Gartner इत्यादि, “Assessment of Swedish Snus for Tobacco Harm Reduction: An Epidemiological Modelling Study,” *The Lancet* 369, no. 9578 (16 जून, 2007): 2010–14, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60677-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60677-1).
- v. Matt Schwarzfeld, “How Snus Works,” *HowStuffWorks*, 14 सतिम्बर, 2010, <https://science.howstuffworks.com/snus.htm>.
- vi. “What Are the Risk Factors for Lung Cancer?,” *Centers for Disease Control and Prevention*, 19 अक्टूबर, 2021, https://www.cdc.gov/cancer/lung/basic_info/risk_factors.htm.
- vii. Elizabeth Clarke इत्यादि, “Snus: a compelling harm reduction alternative to cigarettes,” *Harm Reduction Journal* 16, no. 1 (27 नवम्बर, 2019): 62, <https://doi.org/10.1186/s12954-019-0335-1>.
- viii. Peter N. Lee, “Summary of the Epidemiological Evidence Relating Snus to Health,” *Regulatory Toxicology and Pharmacology: RTP* 59, no. 2 (मार्च, 2011): 197–214, <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2010.12.002>.

- ix. "Risks and causes for mouth cancer," Cancer Research UK, अंतिम उपयोग 26 सितम्बर, 2022, <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/mouth-cancer/risks-causes>.
- x. Marzieh Araghi इत्यादि, "Use of Moist Oral Snuff (Snus) and Pancreatic Cancer: Pooled Analysis of Nine Prospective Observational Studies," International Journal of Cancer 141, no. 4 (2017): 687–93, <https://doi.org/10.1002/ijc.30773>.
- xi. Clarke इत्यादि, "Snus."
- xii. Peter N. Lee व Alison J. Thornton, "The Relationship of Snus Use to Diabetes and Allied Conditions," Regulatory Toxicology and Pharmacology 91 (1 दिसम्बर, 2017): 86–92, <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2017.10.017>.
- xiii. "Living Conditions Surveys, Tobacco Habits by Indicator, Age, Sex, Observations and Period," Statistikdatabasen, Statistics Sweden, 2018, http://www.statistikdatabasen.scb.se/pxweb/en/ssd/START__LE__LE0101__LE0101H/LE0101H25/.
- xiv. European Commission, "Special Eurobarometer 429: Attitudes of Europeans towards Tobacco" (Brussels, 2015), http://data.europa.eu/88u/dataset/S2033_82_4_429_ENG.
- xv. European Commission, "Special Eurobarometer 506: Attitudes of Europeans towards Tobacco and Electronic Cigarettes" (Brussels: European Commission, 3 फरवरी, 2021), S2240_506_ENG, http://data.europa.eu/88u/dataset/S2240_506_ENG.
Sweden country factsheet accessible at: <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2240>.
- xvi. Peter Lee व Lars M. Ramström, "New Data Shows Low Risk Nicotine Product Snus Is 95 Percent Safer than Smoking," EurekAlert!, 2017, <https://www.eurekalert.org/news-releases/591470>.
Report of data presented at the Global Forum on Nicotine 2017.
- xvii. Statistics Norway, "Tobacco, Alcohol and Other Drugs," SSB, 18 जनवरी, 2022, <https://www.ssb.no/en/helse/helseforhold-og-levevaner/statistikk/royk-alkohol-og-andre-rusmidler>.
- xviii. C. Bates इत्यादि, "European Union Policy on Smokeless Tobacco: A Statement in Favour of Evidence Based Regulation for Public Health," Tobacco Control 12, no. 4 (1 दिसम्बर, 2003): 360–67, <https://doi.org/10.1136/tc.12.4.360>.
- xix. Christopher Snowden, The Art of Suppression: Pleasure, Panic and Prohibition Since 1800 (Ripon: Little Dice, 2011), 145–53.
- xx. Lars Ramström, Institute for Tobacco Studies, Sweden, "Sweden's pathway to Europe's lowest level of tobacco-related mortality" (Global Forum on Nicotine, Warsaw, 2017). Quoted in Harry Shapiro, "No Fire, No Smoke: The Global State of Tobacco Harm Reduction 2018" (London: Knowledge–Action–Change, 2018), 50, <https://gsthr.org/resources/thr-reports/no-fire-no-smoke-global-state-tobacco-harm-reduction-2018/>.
- xxi. Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks, "Health Effects of Smokeless Tobacco Products" (Brussels: European Commission, 2008), https://ec.europa.eu/health/archive/ph_risk/committees/04_scenihr/docs/scenihr_o_013.pdf.
- xxii. Royal College of Physicians, "Nicotine without smoke: Tobacco harm reduction," RCP policy: public health and health inequality (Royal College of Physicians, 28 अप्रैल, 2016), <https://www.rcplondon.ac.uk/projects/outputs/nicotine-without-smoke-tobacco-harm-reduction>.
- xxiii. US Food & Drug Administration, "FDA Grants First-Ever Modified Risk Orders to Eight Smokeless Tobacco Products," FDA, 24 मार्च, 2020, <https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-grants-first-ever-modified-risk-orders-eight-smokeless-tobacco-products>.