



ကမ္ဘာ့ဆေးလိပ်မသောက်ရေးနေ့ (၂၀၂၀)ပြည့်နှစ်၊ မေလ (၃၁)ရက်

ယနေ့ (၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ မေလ (၃၁)ရက်နေ့ဟာ ကမ္ဘာ့ဆေးလိပ်မသောက်ရေးနေ့ ဖြစ်ပါတယ်။ ယခုနှစ် ကမ္ဘာ့ဆေးလိပ်မသောက်ရေးနေ့ရဲ့ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ် (theme) ကတော့ ဆေးလိပ်ဆေးရွက်ကြီးထုတ်လုပ်၊ ရောင်းဝယ်သူများမှ လူငယ်များကို ဦးတည်ဆွဲဆောင်ပြီး စီးပွားရေးအကျိုးအမြတ်အတွက် အရောင်းမြှင့်တင်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိခြင်းများကို ကာကွယ်တားဆီးရန်ရည်ရွယ်တဲ့အတွက် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့က ယခုနှစ်ဆောင်ပုဒ်အဖြစ် **“The tobacco industry is targeting a new generation; Speak out. # Tobacco Exposed”** အဖြစ်သတ်မှတ်ထားကာ ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနက အဆိုပါဆောင်ပုဒ်ကို **“ရောင်းဝယ်သူတို့ ပစ်မှတ်သဖွယ် လူငယ်များကို သတ်မှတ်တယ်၊ အသိဉာဏ်နဲ့ရှောင်ဖယ်ဝေး ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးအန္တရာယ်ဘေး”** လို့ ဘာသာပြန်ဆိုထားပါတယ်။

ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးထွက်ပစ္စည်း မျိုးစုံရှိရာမှာ အငွေ့ထွက်သော ဆေးရွက်ကြီးထွက်ပစ္စည်းများ၊ အငွေ့မထွက်သော ဆေးရွက်ကြီးထွက်ပစ္စည်းများအပြင် ယခုအချိန်မှာ လူငယ်များကို ဆွဲဆောင်ရန် ပစ္စည်းအသစ်များဖြစ်တဲ့ ဆေးရွက်ကြီးကို အပူပေးပြီးအငွေ့ရှူရသော ပစ္စည်း (Heated Tobacco Product or Heat-not-burn-product) နှင့် ဆေးလိပ်အစားထိုးပစ္စည်းများအဖြစ် E-Cigarette (Electronic Nicotine Delivery System - ENDS) သို့မဟုတ် အခြားအမည်များအဖြစ် e-cigs/ e-hookahs/ mods/ Vape pens/ vapes/ tank systems စသည့်ပစ္စည်းများ ထုတ်လုပ်လာကြပြီး၊ လူငယ်လူရွယ်များကို ဆွဲဆောင်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်လျက် နည်းလမ်းမျိုးစုံနဲ့ အရောင်းမြှင့်တင်ခြင်း၊ ကြော်ငြာခြင်းတို့ကို တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ ဖြစ်စေဆောင်ရွက်လျက်ရှိရာမှာ -

- အီးစီးကရက်၊ ရှီရှား စသည့် ပစ္စည်းအသစ်များကို လူငယ်များ အကြိုက် အနံ့အရသာမျိုးစုံဖြင့် ထုတ်လုပ်ရောင်းချခြင်း၊
- ရုပ်ရှင်၊ ရုပ်မြင်သံကြား၊ လူမှုကွန်ရက်များတွင် ၎င်းပစ္စည်းများကို ပြသ၍ ဆွဲဆောင်ခြင်း၊ ကြော်ငြာခြင်း၊
- ကုန်အမှတ်တံဆိပ်ပါဝင်သည့် ပစ္စည်းများ အခမဲ့ပေးခြင်း၊
- ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲ အခမ်းအနားများ ကျင်းပပေးခြင်းဖြင့် စသဖြင့် လူငယ်များပိုမိုသိရှိပြီး၊ အသုံးပြုလာစေရန် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြပါတယ်။

ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးထွက်ပစ္စည်းများနဲ့ ပစ္စည်းသစ်များမှာ ပါဝင်တဲ့ နီကိုတင်းဟာ ပြင်းထန်စွာ စွဲလမ်းစေတဲ့အတွက် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်မှာ စတင်အသုံးပြုမိပါက နီကိုတင်း၏ အာနိသင်ကြောင့် ပြင်းထန်စွာ စွဲလမ်းသွားပါတယ်။ ဖြတ်တောက်ရန်ခက်ခဲသော နာတာရှည်စွဲလမ်းစေသည့် ရောဂါတစ်မျိုးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ပျမ်းမျှအားဖြင့် ဆေးလိပ်သောက်သူများသည် ဆေးလိပ်မသောက်သူများနှင့် နှိုင်းယှဉ်လျှင် (၁၀)နှစ်ခန့် သက်တမ်းပိုတိုကြောင်းကို တွေ့ရှိရပါတယ်။

ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ဆေးရွက်ကြီးနှင့် နီကိုတင်းပါသည့်ပစ္စည်းများ သုံးစွဲခြင်းတို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်၏ ဇီဝကမ္မဖြစ်စဉ်ကိုပြောင်းလဲစေခြင်း၊ အမှုန်များကို ထုတ်ပစ်သည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းရှိ အမွှေးလေးများကို ပျက်စီးစေခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်၏ ခုခံအားစနစ်ကို ဆွပေးခြင်း၊ ဆဲလ်ကလပ်စီးများကို ပျက်စီးစေခြင်း၊ မျိုးရိုးဗီဇကိုပြောင်းလဲစေခြင်း၊ ကင်ဆာရောဂါအမျိုးမျိုးကိုဖြစ်စေခြင်း၊ သွေးကြောများကိုမာ၍ ကျဉ်းစေပြီး ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ရောဂါများဖြစ်ပွားစေခြင်း၊ မီးခိုးတွင်ပါဝင်သောဓါတ်များသည် ခံတွင်း၊ လေပြွန်၊ အဆုတ်၊ သွေးမှတစ်ဆင့် ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့၊ ထိုမှ ဆီးအထိ ပြန့်နှံ့သွားခြင်း စသည့်ဖြစ်စဉ်များဖြစ်စေပါတယ်။

ဖော်ပြပါဖြစ်စဉ်များကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ ရောဂါများဖြစ်ပွားနိုင်သည့်အပြင် ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးထွက်ပစ္စည်းများကို ကာလကြာရှည်စွာသုံးစွဲခြင်းဖြင့် သုံးစွဲသူများ၏ ထက်ဝက်နီးပါးကို အရွယ်မတိုင်မီအသက်ဆုံးရှုံးစေပါသည်။ တစ်ဆင့်ခံဆေးလိပ်ငွေ့ရှူရှိုက်ရခြင်းကြောင့် အဆုတ်ကင်ဆာ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ အဆ(၃၀) မှ (၄၀)အထိ မြင့်တက်စေပါသည်။ နှလုံးရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေကိုလည်း (၂၅) ဆ မှ အဆ (၃၀)အထိ မြင့်မားလာစေပါတယ်။

ကမ္ဘာပေါ်တွင် နှစ်စဉ် လူဦးရေ (၈)သန်းသည် ဆေးလိပ်ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲမှုကြောင့် နှလုံးရောဂါ၊ နာတာရှည်အဆုတ်ရောဂါ၊ လေဖြတ်လေငန်းရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါအမျိုးမျိုး အစရှိသည့် ရောဂါများကြောင့် အရွယ်မတိုင်မီစောစီးစွာ သေဆုံးလျက်ရှိပြီး၊ ထိုအထဲမှ လူပေါင်း (၁)သန်းသည် တစ်ပါးသူ၏ ဆေးလိပ်ငွေ့ကို ရှူရှိုက်ရခြင်းကြောင့် ရောဂါများဖြစ်ပွားပြီး၊ အရွယ်မတိုင်မီသေဆုံးလျက်ရှိကြောင်းနှင့် အများစုသည် အမျိုးသမီးများနှင့် ကလေးငယ်များဖြစ်ကြောင်းတွေ့ရပါသည်။ Global Burden of Disease (၂၀၁၆) အရ မြန်မာနိုင်ငံတွင် နှစ်စဉ် လူပေါင်း (၆၄,၀၀၀)ခန့်သည် ဆေးလိပ်ဆေးရွက်ကြီး သုံးစွဲမှုကြောင့် ရောဂါမျိုးစုံဖြစ်ပွားကာ သေဆုံးလျက်ရှိကြောင်း၊ Hospital Statistics Reports (၂၀၁၆)အရ ဆေးရုံတက်လူနာ (၄၂%)နှင့် ဆေးရုံတက်ရောက်ပြီး သေဆုံးသူလူနာ (၅၁%)သည်လည်း အထက် ဖော်ပြပါ ရောဂါများကြောင့် သေဆုံးခဲ့ကြောင်း သိရှိရပါတယ်။

ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံတွင် စီးပွားရေးအရ နှစ်စဉ် မြန်မာကျပ်ငွေ ၂.၆ ထရီလီယမ်(၂,၆၀၀,၀၀၀,၀၀၀,၀၀၀) ဆုံးရှုံးခဲ့ရပြီး ထိုပမာဏသည် ၂၀၁၆ခုနှစ် GDP၏ ၃.၃ ရာခိုင်နှုန်း ရှိကြောင်း ၂၀၁၈ ခုနှစ်တွင် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနနှင့် နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်းများက ပြုလုပ်ခဲ့သည့် “Investment Case for Tobacco Control in Myanmar” လေ့လာမှုစစ်တမ်းအရ သိရှိရ ပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် (၂၀၁၆) ခုနှစ် Global Youth Tobacco Survey အရ အသက်(၁၃)နှစ်မှ (၁၅) နှစ်အတွင်း ကျောင်းသားလူငယ် (၂၁%) နှင့် ကျောင်းသူ (၂%) သည် ဆေးလိပ်သောက်သုံးနေကြောင်း နှင့် ကျောင်းသား (၁၁%)နှင့် ကျောင်းသူ (၂%) တွင်ကွမ်းစားသုံးမှုရှိကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိခဲ့ရပါတယ်။

နိုင်ငံရဲ့ အနာဂတ်လူငယ်များ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ အစားထိုးပစ္စည်းသုံးစွဲခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် နည်းလမ်းများကတော့ -

- အကြောင်းတရား အရင်းအမြစ်များဖြစ်သည့် ဆေးလိပ်ကုမ္ပဏီကြီးများမှ နည်းမျိုးစုံဖြင့်ပံ့ပိုးမှုကိုပိတ်ပင်ခြင်း၊
- အမြတ်ခွန်များပိုမိုစည်းကြပ်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်တန်ဖိုးကို တိုးမြှင့်သတ်မှတ်ခြင်း၊
- (၁၈)နှစ်အောက်ကလေးငယ်များအား ဆေးလိပ်ရောင်းချပေးခြင်းမှ တားမြစ်ခြင်း၊
- နိုင်ငံခြားမှ တင်သွင်းမှုလျှော့ချခြင်းနှင့် လုံးဝပိတ်ပင်ခြင်း၊
- ပစ္စည်းအသစ်များတင်သွင်းခြင်းကို ပိတ်ပင်တားဆီးခြင်း၊
- ဆေးလိပ်ကြော်ငြာများ၊ နည်းမျိုးစုံဖြင့် အရောင်းမြှင့်တင်ခြင်းများကိုတားဆီးခြင်း၊
- ဆေးလိပ်ဆိုးကျိုးများကို အများပြည်သူနှင့် အထူးသဖြင့် လူငယ်လူရွယ်လေးများ နားလည်သဘောပေါက်သိရှိစေရန် စဉ်ဆက်မပြတ် ရှုဒေါင့်အမျိုးမျိုးမှ ပညာ ပေးခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊
- ကျောင်းသားအရွယ်လူငယ်များ လမ်းမှားသို့မရောက်မီစေရန်နှင့် လမ်းမှန်ရွေးချယ်မီစေရန် လမ်းညွှန်မှုနှင့် နှစ်သိမ့်အကြံပေးဆွေးနွေးမှုများပြုလုပ်ခြင်း စသည်တို့ကို ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် တားဆီးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလိုဆောင်ရွက်ရာမှာ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန တစ်ခုတည်းက ဆောင်ရွက်လို့ မရနိုင်တဲ့အတွက် ဝန်ကြီးဌာနများအားလုံး၊ အဖွဲ့အစည်းများအားလုံးနဲ့ လူငယ်လူရွယ်များအပါအဝင် ပြည်သူလူထုတစ်ရပ်လုံးက ပူးပေါင်းပါဝင် တိုက်ဖျက်ကြဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီး ထွက်ပစ္စည်းနဲ့ ပစ္စည်းအသစ်များဟာ ကျန်းမာရေးအတွက်သာမက လူမှုရေး၊ စီးပွားရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက် ပျက်စီးစေခြင်းတွေကို များစွာဖြစ်စေတဲ့အတွက်

- ဒီပစ္စည်းများကို မျိုးဆက်သစ်များက စတင်စမ်းသပ်အသုံးပြုခြင်း မရှိအောင်၊ ပညာပေးခြင်း၊ စည်းရုံးခြင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း တို့ကို ဆောင်ရွက်သွားကြပါရန်၊
- ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးထွက်ပစ္စည်းများ ထုတ်လုပ်ရောင်းဝယ်သူများက လူငယ်များကို ဦးတည် ပြီး ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော နည်းလမ်းများကို သိရှိပြီး၊ ရှောင်ရှားနိုင်ကြရန်။
- ဆေးလိပ်၊ ကွမ်း၊ အီးစီးကရက်စသည့် ပစ္စည်းများ စတင်စမ်းသပ် အသုံးပြုခြင်း လုံးဝမပြုလုပ်ကြ ပါရန်။
- ကလေးငယ်များရှေ့တွင် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကလေးငယ်များအား ဆေးလိပ်မီးညှိခိုင်းခြင်း၊ ဆေးလိပ်ဝယ်ခိုင်းခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ကြပါရန်။
- မိမိအိမ်ကို ဆေးလိပ်ငွေကင်းစင်သည့်အိမ်ဖြစ်ရန် စတင်လုပ်ဆောင်ကြရန်။
- မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်းကို ချက်ချင်းဖြတ်နိုင်အောင် ကြိုးစား ကြရန်။
- မိသားစုဝင်များနှင့်မိတ်ဆွေများကိုလည်း ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်းများ မပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးကူညီပါရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်လိုက်ရပါတယ်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန