Published different print news during **"Advancing tobacco control in Nepal; An Interaction with MP's, Govt. Officials, Media & Civil Society and Law makers".**

Delay in making final verdict on cases filed related to tobacco products by Supreme Court.
Naya Patrika
18 November, 2018

सुर्तीजन्य पदार्थसम्बन्धी मुद्दामा सर्वोच्चमा पेसी सरेकोसर्‍यै

नयाँ पत्रिका
काठमाडौं, १ मंसिर

चुरोट, खैनी, गुट्खालगायत सुर्तीजन्य पदार्थको प्याकेटमा ९० प्रतिशत भाग चेतावनीमूलक चित्र हुनुपर्ने प्रावधान कार्यान्वयनका लागि सर्वोच्च अदालतमा परेको रिटमाथिको पेसी निरन्तर सर्दै आएको छ। स्वास्थ्य मन्त्रालयले ०७१ सम्ममा सुर्तीजन्य पदार्थको प्याकेटमा भएको ७५ प्रतिशत चेतावनीमूलक चित्र अंकित स्वास्थ्य सन्देशको आकार बढाएर ९० प्रतिशत पुर्‍याएको थियो।

सो व्यवस्था कार्यान्वयनको माग गर्दै अधिवक्ता हुतराज कोइरालाले १५ भदौ ०६२ मा दायर गरेको मुद्दाको सुनुवाइ २४ पटकसम्म सारेको पाइएको छ। कोइरालाले प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयसमेत ११, पर्फेक्ट ब्लेन्ड्स प्रालि, श्रेष्ठ बिडी उद्योग प्रालि, बिजाई कोन्सेस उद्योग प्रालि, देउकी गुड्स इन्डस्ट्रीज, श्रीराम टेवाको उद्योगलाई समेत विपक्षी बनाई रिट दायर गरेका थिए।

त्यसैगरी, प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयसहितलाई विपक्षी बनाएर एक्सन नेपालका तर्फबाट अधिवक्ता रामचन्द्र शर्माले २ चैत ०७१ मा दायर गरेको रिटको सुनुवाइ १६ पटक सरेको छ। सर्वोच्चले सुरुमा यो मुद्दालाई छुट्टा-छुट्टै राखे पनि अहिले एउटै वाक्सेटमा हालेर पेसी तोकेको छ, तर रिट दायर भएको करिब चार वर्षसम्म मुद्दाको छिनोफानो भएको छैन।

यसअघि सुर्तीजन्य पदार्थको प्याकेटमा ९० प्रतिशत भाग चेतावनीमूलक चित्र हुनुपर्ने प्रावधान खारेज गर्नुपर्ने माग गर्दै नेपाली चुरोट कम्पनी पर्फेक्ट ब्लेन्ड्स प्रालिको तर्फबाट स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयलाई विपक्षी बनाई १५ माघ २०७१ मा सर्वोच्च अदालतमा रिट दायर भएको थियो।

पूर्वप्रधानमन्त्रीको उपस्थितिमा कार्यक्रम

पूर्वप्रधानन्यायाधीश कल्याण श्रेष्ठले राज्यले कुनै पनि नराम्रो कुरालाई प्रश्रय दिएर त्यहाँबाट राजस्व उठाउन नहुने बताएका छन्। स्वास्थ्य मन्त्रालय, एक्सन नेपाल र स्वास्थ्य पत्रकार मञ्च नेपालले शनिवार गरेको सुर्तीजन्य पदार्थसम्बन्धी कानुन कार्यान्वयन विषयक छलफलमा उनले सुर्तीजन्य पदार्थबाट राज्यले कर उठाएको छ भन्नु पापको धन उठाएर पुण्य गर्नु दिनबराबर भएको बताए।

पूर्वस्वास्थ्यमन्त्री खगराज अधिकारीले सुर्ती टोबाकोमाथि कारबाही आवश्यक रहेको बताए। उनले सुर्ती चुरोटले ९० प्रतिशत चित्र राख्न गरेको आग्रहलाई इन्कार गरेको धारणा राखे। नेकपा सांसद रामनारायण बिडारीले सुर्ती बिक्री वितरण गर्ने निश्चित ठाउँको आवश्यक रहेको बताए। उनले सार्वजनिक पदमा बसेको व्यक्तिले सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन रोक्नुपर्ने धारणा राखे।

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयका सहसचिव महेन्द्र श्रेष्ठले द्वन्द्वकालका भन्दा अहिले सुर्तीजन्य पदार्थ सेवनबाट मृत्यु हुनेको संख्या बढिरहेको धारणा राखे। क्यान्सर रोग विशेषज्ञ डा. राजेन्द्र बरालले क्यान्सरको पहिलो कारण सुर्तीजन्य पदार्थ भएको भन्दै सुर्ती नियन्त्रणबाट क्यान्सरको जोखिम ६० प्रतिशतले कम हुने बताए। उनले सुर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रणको राष्ट्रियस्तरमा नीति आवश्यक भएको औंल्याए। एक्सन नेपालका अध्यक्ष आनन्दबहादुर चन्दले ९९ हजारभन्दा बढी व्यक्तिको प्रत्येक हप्ता सुर्तीजन्य पदार्थसँग सम्बन्धित रोगले मृत्यु भइरहेको तथ्यांक अघि सारे। उनले कानुन कार्यान्वयन नगर्न सुर्ती उद्योगले ठूलो चलखेल गर्ने गरेको आरोप लगाए।

There is strategic competition in cases filed in the Court.
Naya Patrika

अदालत पुगेका मुद्दामा रणनीतिक प्रतिस्पर्धा हुन्छ

पक्ष वा विपक्षबाट हेर्ने वा नहेर्ने, सुनुवाइ गर्ने-नगराउने, सुनवाइ छिटो वा लामो गराउने, आजको दिन कटाइदिने कि नकटाइदिने धेरै रणनीति हुन्छन्

● कल्याण श्रेष्ठ

सुर्तीजन्य पदार्थ बेचेर राजस्व आउँछ भन्ने तर्क गर्ने हो भने यो देशको जंगल सबै काटिदिएँ राजस्व धेरै गुना बढ्छ। तर, त्यसको परिणाम के होला ?

Published different print news during **"Advancing tobacco control in Nepal; An Interaction with MP's, Govt. Officials, Media & Civil Society and Law makers".**

Government urged to focus on improving public health

Himalayan News Service
Kathmandu, November 17

Government authorities, lawmakers and stakeholders have underscored the need to focus on improving public health.

Speaking at a multi-sectoral advocacy meeting organised here today, former chief justice Kalyan Shrestha call on the government to focus more on people's health and less on collecting revenue. "It is the responsibility of the government to control production and consumption tobacco products which kill thousands of people every year," he said.

Shrestha also said the government should not delay the implementation of 90 per cent pictorial health warning on the packs of tobacco products. This provision stipulated by the law has been challenged by tobacco industries and is sub-judice in the Supreme Court.

Ananda Bahadur Chand, chairperson of Action Nepal, urged the government to make tobacco industries abide by the law. He said pictorial health warning was an effective tool to make both smokers and non-smokers aware of the health risks associated with tobacco use.

Lawmaker and former health minister Khagaraj Adhikari said the 'Bloomberg Global Tobacco Control Award' carrying a purse of Rs 10 million won by Nepal for its bid to control tobacco consumption had become a matter of shame now due to delay in implementation of 90 per cent pictorial health warning.

Lawmaker Ram Narayan Bidari proposed to enact a law which empowered the authorities to take legal action against or disqualify any person holding public position if he/she used tobacco products.

Dr Sushil Pyakurel, acting secretary at the health ministry, warned that the growing use of tobacco products had also caused adverse impacts on the environment. "Smoking is also responsible for air pollution," he said.

Mahendra Shrestha, chief of Policy and Planning Division at the ministry, said tobacco killed over 25,000 people in Nepal every year.

Dr Bhakta Bahadur KC of the ministry said around five million Nepalis were tobacco users. Chief District Officer of Kathmandu Ram Prasad Acharya and Superintendent of Police Ashok Singh said they were committed to working against public smoking.

Main cause of Cancer is consumption of tobacco products.
Gorkha Patra
17 November, 2018

गोरखापत्र, २०७५ मङ्सिर १, शनिबार

क्यान्सरको प्रमुख कारण सुर्तीजन्य पदार्थ

- सरोज ढुङ्गेल

काठमाडौं, कात्तिक ३० गते । सुर्तीजन्य पदार्थका कारण नसर्ने रोगको प्रकोप बढ्दै गएको छ । तीन वर्ष अघिसम्म नसर्ने रोगमा मृत्यु हुने प्रमुख रोगमा मुटुरोग मानिन्थ्यो भने हाल क्यान्सरले सबैभन्दा बढी मानिसको मृत्यु भइरहेको पाइएको छ ।

वरिष्ठ क्यान्सर रोग विशेषज्ञ डा. राजेन्द्रप्रसाद बरालले धूमपान तथा सुर्तीजन्य पदार्थका कारण टाउकोदेखि खुट्टासम्मलाई असर गर्ने बताउनुभयो । क्यान्सर मात्र होइन, दम, खोकी, मुटु, कलेजो, फोक्सो लगायतका रोगमा सुर्तीजन्य पदार्थ नै मुख्य कारण रहेको भन्दै डा. बरालले सुर्तीजन्य पदार्थलाई नरोकेसम्म क्यान्सरलगायत अन्य रोगको भयावह स्थिति बढिरहने बताउनुभयो ।

डा. बरालले आफ्नी आमालगायत आफ्नो परिवार र नातेदारभित्र ६० जना क्यान्सर रोगको कारणले निधन भएको जानकारी दिँदै सबैजनाको निधन धूमपान मात्र नभएर वंशाणुगतलगायत अन्य कारण पनि रहेको बताउनुभयो । सुर्तीजन्य पदार्थबाहेक वंशाणुगत र खानपान पनि क्यान्सरको प्रमुख कारण रहेको डा. बरालको भनाइ छ । हरेक अङ्गमा लाग्ने क्यान्सरको प्रमुख कारण सुर्तीजन्य पदार्थ रहेको बताउँदै डा. बरालले क्यान्सर विश्वमा प्रमुख 'किलर'का रूपमा स्थापित भइसकेको बताउनुभयो ।

नेपालबाहेक अन्य देशका बिरामीलाई फलफूल, काँचो खाद्य पदार्थ, तरकारी खान सुझाव दिए पनि नेपालमा भने फलफूल, तरकारीमा अत्यधिक विषादीको प्रयोगले आफूले पनि त्यस्ता पदार्थ नखान सुझाव दिएको उहाँले बताउनुभयो । चालीस प्रतिशत क्यान्सरलाई रोकथाम गर्न सकिने भन्दै उहाँले सुर्तीजन्य पदार्थका कारण हुने क्यान्सरलाई ६० प्रतिशतले रोक्न सकिने बताउनुभयो ।

"बिरामीहरू चुरोट खान छोडे पनि गुट्खा, पानपराग, खैनी खान सुरु गर्दै भन्दै आउने गर्छन्", डा. बरालले भन्नुभयो, "चुरोटले मात्र होइन पानपराग, खैनीले पनि शरीरमा त्यत्तिकै असर गर्छ ।"

डा. बरालले एउटा चुरोटको खिल्लीमा चार हजार प्रकारका रसायन मिसाइने जानकारी दिँदै तीमध्ये ६० देखि ७० किसिमका रसायनमा क्यान्सर गराउने तत्त्व रहेको बताउनुभयो ।

वरिष्ठ छातीरोग विशेषज्ञ डा. अशेष ढुङ्गानाले दमरोगको प्रमुख कारण सुर्ती सेवन रहेको बताउनुभयो । उहाँले दमरोगीमध्ये ८० प्रतिशतको सुर्ती सेवनकै कारण मृत्यु हुने गरेको जानकारी दिँदै सुर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण नगरेसम्म दम रोग नियन्त्रण गर्न नसकिने बताउनुभयो । वीर अस्पतालमा सयजना दम रोगका बिरामी आउँदा ८० जनामा सुर्तीकै कारणले दमको समस्या भएको उहाँले बताउनुभयो ।

हरेक अङ्गमा लाग्ने क्यान्सरको प्रमुख कारण सुर्तीजन्य पदार्थ

सुर्तीजन्य पदार्थ नियमन तथा नियन्त्रण कानुनअनुसार सरकारी भवन, स्वास्थ्य संस्था, सार्वजनिक सवारीसाधन, उद्योग तथा कलकारखाना, होटल, धार्मिक स्थल लगायतका क्षेत्रमा धूमपान गर्ने व्यक्ति, चुरोटको बट्टामा ७५ प्रतिशत धूमपानविरुद्धको चित्र नराख्ने कम्पनी, सुर्ती तथा १८ वर्ष मुनिका बालबालिकालाई चुरोट बेच्ने व्यापारीलाई समेत कारबाही हुने उल्लेख छ ।

राष्ट्रिय स्वास्थ्य शिक्षा सूचना तथा सञ्चार केन्द्रका निर्देशक सुनिलराज शर्माले चुरोटको बट्टा, नेपाली चलचित्र तथा कुनै पनि टेलिभिजनहरूमा धूमपान प्रयोग गरेको दृश्यमा पनि सन्देश राख्नुपर्ने बताउनुभयो । निर्देशक शर्माले सुर्ती सेवनले मानिसमा पर्ने असरका बारेमा जनचेतना विकास गर्नुपर्ने बताउनुभयो ।

विश्वमा नसर्ने रोगबाट हुने मृत्युका कारणहरूमध्ये सुर्तीजन्य पदार्थलाई प्रमुख कारण मानेर विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले यसलाई नियन्त्रण गर्न सन् २००३ मा सुर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रणसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि पारित गरेको थियो ।

NCDs is the leading cause of deaths in Nepal, it can be prevented……!

Nepal Monthly Magazine, Sunday, 7 Sept. 2018

रोक्न सकिन्छ, नसर्ने रोगको महामारी

विश्व स्वास्थ्य संगठनको अनुमानित तथ्यांक अनुसार प्रत्येक वर्ष नेपालमा १ लाख २१ हजार मानिस नसर्ने रोगबाट मर्छन् । यो तथ्यांक समग्र मृत्युदरको ६५ प्रतिशत हो । तर, नसर्ने रोगको कारण पत्ता लगाउने हो भने त्यसलाई धेरै हदसम्म रोकथाम गर्न सकिन्छ । महामारीको रूपमा बढ्दै गएको नसर्ने रोगको वृद्धिदर रोक्न सरकारले ढिलो नगरी केही काम भने तत्काल अगाडि बढाउनैपर्छ । सबैले बुझ्नुपर्ने कुरा के हो भने नसर्ने रोग लाग्नै नदिनतर्फ सचेत भयौं भने धेरै हदसम्म सफल हुन्छौं । तर, रोग लागिसकेका बिरामीको उपचार लामो प्रक्रियामा जान्छ र खर्च पनि धेरै हुन्छ ।

डा तारासिंह बम
जनस्वास्थ्य विज्ञ

हाम्रोजस्तो देशमा त्यो खर्चकै कारण उच्च तथा मध्यम वर्गका मानिस गरिबीको अवस्थामा आइपुगेका पनि उदाहरण छन् । अझ राज्यका तर्फबाट उपचारका लागि गरिने सहयोग पनि अर्बौं रुपैयाँ छ, जुन यस्ता रोग लाग्नै नदिने रोकथाममा खर्चिने हो भने आधा पनि खर्च हुँदैन, जसले जनता र राज्य दुवैलाई फाइदा हुन्छ । नसर्ने रोगको यो महामारी कम गर्न सबैभन्दा पहिले त्यसको कारण पत्ता लगाउनुपर्छ ।

सुर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण

नसर्ने रोगको प्रमुख कारण भनेको सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन नै हो । सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन दर कम गर्न सबैभन्दा राम्रो उपाय राज्यले त्यस्ता पदार्थमा कर बढाएर महँगो बनाउनु नै हो । सुर्ती सेवनमा भर्खरै लागेका सिकारु युवाहरूमा यसको पहुँच पुग्न नदिन पनि महँगो कर लगाएर बानी पर्नबाटै रोक्नु सबैभन्दा राम्रो उपाय हो । अर्को प्रभावकारी तरिका भनेको सुर्तीजन्य पदार्थको खोलमा ठूलाठूला चेतनामूलक चित्र तथा सन्देश छाप्नु हो । यसको प्रत्यक्ष प्रभाव कति हुन्छ भन्ने कुरा हेर्न नेपालमा सुर्तीजन्य पदार्थमा ७५ प्रतिशत चेतावनीमूलक चित्र तथा सन्देश छापेपछि मानिसले चुरोट खाने दर घटाएको तथ्यांक स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषद्, द युनियन र एक्सन नेपालले गरेको अध्ययनले देखाएको छ ।

उक्त अध्ययनले चित्र छापिनुअगाडि दिनको १५ खिल्ली चुरोट खाने मानिसले घटाएर ५ खिल्लीमा झारेको पाइएको थियो । यसलाई अझ बढाएर ९० प्रतिशत कार्यान्वयन गर्न प्लेन प्याकेजिङमा जाने हो भने त्यो अझ कम हुन्छ । नेपालको कानुनले बन्देज गरेका सुर्तीजन्य पदार्थको विज्ञापनमा रोक लगाउने, प्रचारप्रसार गर्न नदिने, सार्वजनिक स्थलमा धूमपान निषेधितजस्ता सचेतना अभियानलाई कडाइसाथ लागू गरिनुपर्छ । र, विद्यालय तथा सार्वजनिक स्थलमा जनचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्छ । नेपालले विश्व स्वास्थ्य संगठनको सुर्तीजन्य पदार्थ नियन्त्रण सम्बन्धी सन्धिको पक्षमा हस्ताक्षर गरेकाले सुर्तीजन्य पदार्थ उत्पादक उद्योगलाई निरुत्साहित गर्दै बन्द गर्नेतर्फ कदम चाल्नुपर्छ ।

मदिरा नियन्त्रण

हाम्रो देशमा नसर्ने रोगको अर्को प्रमुख कारणको रूपमा मद्यपानको अधिक सेवन पनि रहेको छ । गुणस्तर मापन नगरिएका घरेलुदेखि लिएर उच्च स्तरका भनिएका रक्सी बजारमा खुलेआम पाइन्छन् । स्वास्थ्यका हिसाबले कुनै पनि खालका मद्यपान ठीक हुँदै हुँदैनन् । सरकारले यसलाई नियन्त्रण गर्न करको दायरा बढाउनुपर्छ । चेतनामूलक कार्यक्रम गर्नुपर्छ । त्यसैगरी विज्ञापनमा बन्देज गर्नुका साथै बालबालिका तथा जोखिम समूहको पहुँचभन्दा बाहिर पार्न सक्नुपर्छ । त्यसका लागि कानुन बनाएर निश्चित समयमा निश्चित स्थानबाट मात्र किनबेच गर्न पाउने बनाउन सकिन्छ ।

खानपानमा जागरूकता

खानेकुराको गुणस्तरमा सहजै विश्वास गर्न सकिने अवस्था छैन । राज्यको अनुगमन पाटो कमजोर छ भने कस्ता खानेकुरा खाने, कस्ता नखाने भनेर जनतामा जागरण पनि छैन । नसर्ने रोगका मन्दविष चिनी, नुनजस्ता पदार्थको उच्च प्रयोग हुन्छ । विशेषगरी प्लास्टिक प्याकिङयुक्त तयारी खानेकुरा, चिसा पेय पदार्थजस्ता खाद्यवस्तुलाई निरुत्साहित गरी फलफूल, सागसब्जी, स्थानीय उत्पादन सेवनलाई राज्यले प्रोत्साहन गर्नुपर्छ । नुन तथा चिनीजन्य खानेकुरा कम खाने बानी विकास गराउन राज्यले विशेष चेतनामूलक कार्यक्रम चलाउनुपर्छ ।

व्यायामलाई प्रोत्साहन

सर्ने रोग नियन्त्रण गर्ने अर्को महत्त्वपूर्ण पाटो शारीरिक व्यायाम पनि राम्रो उपाय हो । पछिल्लो समय सबै नेपाली अल्छी बन्दा धेरै रोगको सिकार बढ्दै गएको छ । राज्यले शारीरिक व्यायामको महत्त्व जनतालाई बुझाउने कार्यक्रम ल्याउनुका साथै खुल्ला स्थानको व्यवस्था गर्ने, साइक्लिङ वे बनाइदिने, हाइकिङ रुट पहिचान गरिदिने र व्यायाम स्थल स्थापनामा जोड दिनु राम्रो हुन्छ ।

(डा बम द युनियनको एसिया प्यासिफिक उपनिर्देशक हुन् ।)