ज्येष्ठ शुक्ल पक्ष पंचमी 08:15 उपरांत षष्ठी विक्रम संवत 2082
लखनऊ, बरेली, मुरादाबाद, हल्द्वानी, अयोध्या व कानपुर से प्रकाशित
शनिवार, 31 मई 2025
वर्ष 6, अंक 190, पृष्ठ 14
2 राज्य, 6 संस्करण
मूल्य 6 रुपये
अमृत विचार
बरेली
एक सम्पूर्ण अखबार

शहर के अलग-अलग इलाकों में साथियों को छल्ले उड़ाते देखकर तंबाकू की गिरफ्त में आ रहे युवा

स्टाइल के नाम पर धुएं में उड़ रही जिंदगी

कार्यालय संवाददाता, बरेली

अमृत विचार : स्टाइल में दिखना था, दोस्त धुएं के छल्ले बना रहे थे, मुझे भी ट्राई करना था ये कहना है 19 वर्षीय राहुल (बदला हुआ नाम) का, जो 11वीं कक्षा में पढ़ते हुए पहली बार सिगरेट से रूबरू हुए। आज, राहुल हर दिन लगभग 5 सिगरेट पी जाता है। ये कहानी अकेले राहुल की नहीं है, शहर के अलग-अलग इलाकों में सैकड़ों युवा टशन और स्टाइल के नाम पर तंबाकू की गिरफ्त में फंसते जा रहे हैं।

अमृत विचार की टीम ने शुक्रवार को बड़ी संख्या में युवाओं से बात की, जिनकी उम्र 15 से 25 साल के बीच रही। इनमें से ज्यादातर ने 13 से 17 साल की उम्र में तंबाकू या वाइब्रेट का सेवन सिर्फ दोस्तों में टशन बनाने के लिए शुरू किया। 17 वर्षीय आयुष (बदला हुआ नाम) बताते हैं की उनके पापा दिन में पांच बार पान मसाला खाते हैं, उन्हें देखकर शुरू किया, अब खुद आदत बन गई है। हालांकि इन युवाओं में सिर्फ लड़के ही शामिल नहीं हैं, रिद्धि (नाम बदला गया) ने बताया, "स्ट्रेस के टाइम एक दोस्त ने सिगरेट ऑफर की थी, फिर धीरे-धीरे लत लग गई। युवाओं ने यह भी बताया कि शुरू में उन्होंने शौक या जिज्ञासा के चलते तंबाकू उत्पादों का सेवन शुरू किया, लेकिन आज यह आदत बन चुकी है।

बातचीत में यह भी जानकारी सामने आई कि एक युवा प्रतिदिन औसत 30 से 70 रुपये तक तंबाकू जनित पदार्थों के सेवन पर पर खर्च कर रहा है। यानि महीने का खर्च करीब 1,000 से 2,000 रुपये तक पहुंच जाता है। इस आदत का असर उनकी सेहत और पढ़ाई दोनों पर पड़ रहा है। 21 वर्षीय इंजीनियरिंग छात्र शिवम बताते हैं, कि इस गलत आदत के चलते "क्लास में बैठने का मन नहीं करता, चिड़चिड़ापन बढ़ गया है, कई बार सिगरेट न मिले तो सिरदर्द होता है।" वहीं, कोचिंग करने वाले कई छात्र बताते हैं कि तंबाकू की लत से एकाग्रता कमजोर हो गई है, नींद में दिक्कत आने लगी है। इसका असर पढ़ाई पर पड़ रहा है।

तंबाकू के सेवन से किशोरों में बढ़ जाता गंभीर बीमारियों का खतरा

डॉक्टरों के अनुसार, कम उम्र में तंबाकू की शुरुआत से फेफड़ों की कार्यक्षमता कम होती है, हार्मोनल असंतुलन हो सकता है और भविष्य में गंभीर बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। मनोचिकित्सक डॉ. सुधीर शर्मा ने बताया कि तंबाकू केवल शारीरिक नहीं, मानसिक स्तर पर भी प्रभाव डालता है, खासकर युवाओं के मस्तिष्क पर, जो अभी विकास की प्रक्रिया में होता है। हालांकि अधिकांश युवाओं का कहना है कि वे तंबाकू छोड़ना चाहते हैं, लेकिन उन्हें इससे बाहर निकलने के लिए सहारा और सही मार्गदर्शन चाहिए।

फेफड़े गलाकर जिंदगी खोखला कर देता है तंबाकू

बरेली, अमृत विचार : तंबाकू विश्व की प्रमुख स्वास्थ्य समस्याओं में से एक है, जिससे प्रतिवर्ष 70 लाख से अधिक लोगों की मृत्यु हो जाती है। साठ लाख से अधिक मृत्यु प्रत्यक्ष तंबाकू उपभोग से होती है, जबकि करीब 8.9 लाख लोग निष्क्रिय धूम्रपान की वजह से इसका शिकार बनते हैं। भारत में भी यह बीमारियों से होने वाली मौतों के प्रमुख कारणों में से एक है। तंबाकू सेवन करने वालों को कैंसर (मुंह और फेफड़े का) और दिल की बीमारियों की भी आशंका ज्यादा होती है।

इन देशों में अधिक मौतें

भारत, चीन, ब्रिटेन, ब्राजील, रूस, अमेरिका और दक्षिण अफ्रीका

3.0 करोड़ कैंसर मरीज विश्व में होने की आशंका है वर्ष 2025 में

समय पर इलाज से कैंसर को मिलेगी मात

रोहिलखंड कैंसर इंस्टीट्यूट के निदेशक डॉ. अर्जुन अग्रवाल के अनुसार तंबाकू का सेवन कई तरह के कैंसर से जुड़ा हुआ है, जिसमें फेफड़े, गले और मुंह का कैंसर शामिल है। ओपीडी में आने वाले मरीजों में 30 से 35 फीसदी मामले ओरल कैंसर से जुड़े हैं। जांच में पाया गया है कि अधिकांश मरीज तंबाकू खाने, सिगरेट का सेवन, नुकीले दांतों से मुंह में बने घाव और दांतों के इलाज में प्रयुक्त होने वाली प्लेट से बने घाव को अनदेखा करने से कैंसर की गिरफ्त में आ रहे हैं। वह कहते हैं कि लक्षण होने पर फौरन कैंसर रोग विशेषज्ञ से संपर्क करने से कैंसर को मात दी जा सकती है।

70 फीसद कैंसर की वजह है तंबाकू

एसआरएमएस मेडिकल कॉलेज के ऑन्कोलॉजी विभाग के एचओडी डॉ. पियूष कुमार के अनुसार करीब 70 फीसदी मरीज तंबाकू के सेवन या धूम्रपान से कैंसरग्रस्त होते हैं। तंबाकू सेवन का नतीजा मुंह और फेफड़ों के कैंसर के रूप में दिखता है। कैंसर के शिकार 20 फीसदी मरीज ऐसे होते हैं। जिन्होंने कभी तंबाकू का सेवन या धूम्रपान नहीं किया, लेकिन सिगरेट पीने वालों के संपर्क में आकर वे धुएं का शिकार हो जाते हैं।

एडवांस स्टेज में होती है कैंसर की जानकारी

एसआरएमएस मेडिकल कॉलेज के पल्मोनरी विभाग के एचओडी डॉ. ललित सिंह कहते हैं कि तंबाकू का सेवन कैंसर की बड़ी वजह है। 70 फीसद केस में कैंसर होने की जानकारी एडवांस स्टेज में मिलती है। उपचार के बाद भी इन्हें 2.5 साल से ज्यादा जिंदा रहने का मौका नहीं मिलता। ऐसे में तंबाकू से बचाव ही एकमात्र उपाय है। तंबाकू का सेवन करने वालों को इसे छोड़ने का फैसला करना पड़ेगा।