ދުނިޔޭގެ ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ނުކުރާ ދުވަސް

31 މޭ 2024

މިއަހަރުގެ ދުނިޔޭގެ ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ނުކުރާ ދުވަހުގެ ޝިޢާރެއްގެ ގޮތުގައި ދުނިޔޭގެ ސިއްޙަތު ޖަމްޢިއްޔާއިން ކަނޑައަޅާފައި ވަނީ "Protecting Children from Tobacco Industry Interference" އެވެ. "ކުޑަކުދިން ދުންފަތުގެ ވިޔަފާރީގެ ނުފޫޒުން ސަލާމަތް ކޮށް ދިފާޢު ކުރުން" އެވެ. މި ދުވަހުގެ މި ޝިޢާރަކީ ދުންފަތުގެ ވިޔަފާރީގެ އަމަލުތަކުން ކުޑަކުދިންނާއި ޒުވާނުން ސަލާމަތްކޮށްދިނުމަށް ސިޔާސަތުތަކާއި އިޖުރާއަތު މިކަމަށް ވަކާލާތުކުރުމަށް ބާރުއެޅުވުމުގެ ގޮތުން އެކުލަވާލެވިފައިވާ ޝިޢާރެކެވެ. މިގޮތުން، ދުނިޔޭގެ ފެންވަރުގައި ކުޑަކުދިން އަދި ޒުވާނުންނާ ގުޅުންހުރި ސިޔާސަތު ކަނޑައަޅާ ފަރާތްތަކާއި ދުންފަތު ކޮންޓްރޯލް ކުރުމަށް ވަކާލާތުކުރާ ފަރާތްތަކަށް މި މައްސަލައާ ބެހޭގޮތުން މަޝްވަރާކުރުން، ދުންފަތުގެ ވިޔަފާރީގެ އަމަލުތަކާއި އުސޫލުތަކުން ޒުވާނުން ރައްކާތެރިކުރުމަށް ސިޔާސަތުތައް އެކުލަވާލާ ތަންފީޛުކުރުމަށް ގޮވާލުމަށް މި ޝިޢާރު ބާރުއަޅައެވެ.

ކުޑަކުދިންނާއި ޒުވާނުންގެ ސަލާމަތަކަށް ދަތިއަރުވާގޮތަށް އުފެއްދުންތަކާއި އިޝްތިހާރުކުރުމަށް ބޭނުންކުރުން، ސޯޝަލް މީޑިއާ އާއި ސްޓްރީމިން ޕްލެޓްފޯމްތަކުގެ ތެރެއިން ކުރަމުންދިއުމާއެކު އިލެކްޓްރޯނިކް ސިގަރެޓާއި ނިކޮޓިން ޕައުޗް ފަދަ އުފެއްދުންތަކަށް ޒުވާނުންގެ ތެރޭގައި މިވަނީ އާންމުވެ މަގުބޫލުވެފައެވެ. 2022ވަނަ އަހަރުގެ ދުނިޔޭގެ ތަމާކު ސާރވޭގެ ނަތީޖާތަކަށް ބަލާއިރު، އުމުރުން 15-16 އަހަރުގެ ދަރިވަރުންގެ 37 މިލިއަން ކުދިންނަކީ ކޮންމެވެސް ވައްތަރެއްގެ ދުންފަތުގެ ބާވަތެއް ބޭނުންކުރާ ކުދިންނެވެ.

ދިވެހިރާއްޖޭގައިވެސް ފުރާވަރު ކުދިންނާ ޒުވާނުންގެ މެދުގައި މިފަދަ ބާވަތްތައް ބޭނުންކުރުން އާންމުވެ ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ކުރާ މީހުންގެ އަދަދު ދަނީ އިތުރުވަމުންނެވެ.

ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ކުރުމާއި ދުންފަތުގެ ދުމަށް ހުށަހެޅުމަކީ އެކަމުގެ ސަބަބުން ތަފާތު ބަލިތަކާއި ޖެހި ބަލިވެތަކާ ހަރައިގެންނާ ކަމެކެވެ. ދުނިޔޭގެ އާބާދީއަށް ބަލާއިރު ދިރިއުޅުމުގައި ބޮޑު ބަދަލުތަކެއް ގެނައުމުގައި ދުންފަތުގެ ސަބަބުން ހިނގާ ބަލިތަކާއި ނުކުތާ ބަލިމަޑުކަމަށް ނިކަމެތިވުމަށް ސަބަބުވާ ކަމެއް ކަމުގައި ވެސް ދަނެވިފައިވާ ކަމެކެވެ. ޒުވާނުންނާއި ދުވަސް ވީ މީހުންގެ ތެރޭގައި މިފަދަ ބަލިތަކުން ހިމާޔަތް ކުރުމަށް ޢަމަލުކުރުމަކީ މިގޮތުން ކުޅަދާނަ ކަމެކެވެ. ދުނިޔޭގެ ފެންވަރުގައިވެސް ކަންބޮޑުވާންޖެހޭ ކަމެކެވެ.

ޓޮބޭކޯއަށް، ދުންފަތުގެ ބާވަތްތައް އުފައްދާ ހިސާބުތަކަށް ބަލާއިރު އަހަރަކު 400 މިލިއަން ސިގަރެޓު ޓޮބޭކޯއަށް އުފެދޭ ކުރެއެވެ. މީގެ 1.8 ބިލިއަން ކިލޯގެ ކުނިއެވެ. މީގެ އިތުރުން ސިގަރެޓުގައި ބޭނުން ކުރާ ދުންފަތާ އީ-ސިގަރެޓު އެތެރެ ކުރުމަށް އެތައް ލައްކަ ރުއްގަސް ކަނޑައި މޫސުމަށް އަސަރު ކުރެއެވެ. ދުންފަތުގެ ސަރަޙައްދުން ޖެހޭ ބޮޑެތި ފަރާތްތަކަށް ވަރުގަދަ ކުރުމުން،

އާސަންކުރައިން ބޮޑު ހާދިސާއެއް ކުރިއިރު، މިބަލިތަކަށް ތަރައްޤީކުރު ހުރާ ޖެހޭން އާބާދީ ބޮޑުވުމުގެ ނަތީޖާއަކީ އެކަމުގެ ނާދިރު އަސަރު ޤައުމުގެ އުފެއްދުންތެރިކަމާއި ތަރައްޤީއާއި އިޤްތިޞާދަށް ކުރުމެވެ.

ދުންފަތާއި އާއްމު ސިއްޙަތު

ދުންފަތުން އިންސާނާގެ ސިއްޙަތަށް ވާ ގެއްލުމަކީ އެކަށީގެން ސާބިތުވެ ނިމިގެންވާ ކަމެކް ނުއުފެދޭވަރަށް ދިރާސާތަކުން ސާބިތުކޮށްފައިވާ ކަމެކެވެ. ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލުކުރާ މީހުންނާއި ދުންފަތުގެ ވަސް ލިބޭ ހުރިހާ މީހުންނަށް ހުރަސްކޮށް ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ނުކުރާ ބައެއްގެ ހަށިގަނޑުގެ ސިއްޙަތަށް ވެސް ގެއްލުން ދެއެވެ. ދުންފަތުގެ ދުމަކީ ހުރިހާ ދުމުގެ ތެރޭގައި ބޮޑު ނުރައްކާ އޮތް ދުމެވެ. އަދި މީގެތެރޭގައި ހުރި ސިއްޙީ ގެއްލުން ދޭ ކެމިކަލްތަކުގެ ސަބަބުން ހުރިހާ އެއްވެސް. ދުނިޔޭގައި ކެންސަރު ޖެހޭ މީހުންގެ 90% ހިސާބަކީ ސިނގާ ދުންފަތުގެ ދުން ބޭނުންކުރާ މީހުން ދުން ބޭނުންކުރުމުގެ އިތުރުން ގެއްލުމަށް ނުރައްކާ ބޮޑު ބަލިތަކުގެ ހިސާބަށް ކުރުމުގައި ދުންފަތުގެ ހިއްސާ ހިމެނެއެވެ. މީގެ މައްސަލަތަކުން ދަށް ނުވަތަ ދުވަހަކު ފަހުން ކުރެވޭ ކެންސަރުގެ ސަބަބުން، ހިތުގެ ބަލި، ފުއްޕާމެއާ ނާރުތަކާ ނިސްބަތްވާ ބަލިތަކާއި ހަކުރުބަލީގެ ހިސާބުތަކުން ދުންފަތު ބޭނުން ކުރާ ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ކުރުމަކީ، ޗިއުވި ސިނގާ ޖެހުމާ ހަމަ ދުންފަތުގެ ސިއްޙީ ގެއްލުންތަކާ ގުޅޭ ބަލިތަކެކެވެ. ދިރާސާތަކުން ހުރިހާ ފަރާތެއްގެ ހަށިގަނޑަށް އަސަރުކުރާ ނިކޮޓިން ހިމެނޭ ދުންފަތުގެ ބާވަތްތަކުގެ ސިއްޙީ ގެއްލުންތަކާ ގުޅިގެން ބަލިތަކުގެ ބޮޑު ބައެއް ޖެހެއެވެ. ދިރާސާތަކުން ސާބިތުވެފައިވާ ގޮތުގައި ބިލުވުމާއި، ހިތުގެ ނިޔާވުމުގެ ބަލިތަކާއި، ބަނގުރު ނިޔާވުމާއި، އެލާޖީ ހޭދަވުމާއި، އެފަދަ ހަމަކޮށް ނުވާ ފަރާތްތަކަށް ވެސް ދިރުވުމާއި، ބެލުނީ ދިރިއުޅޭ ފަރާތްތަކުން ދުވާލެއްގެ ބަލިތަކަކަށް ވަނީ އެހީތެރިކަމަކީ ބަލިތަކަށް ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ކުރާ ދުވަސްވަރުން ނިކޮޓިން ބޭނުމާ ހުރިހާ ސިއްޙީ މައްސަލަތަކުގެ ތެރޭގައި ހިމެނޭ ކަންކަމެވެ.

ދިވެހިރާއްޖޭގައި އެންމެ ބޮޑު ކެންސަރު ކަމަށް ހަދާފައިވާ 150 މިލިއަން (ގެދޮރު ސިނގާ ކެންސަރު ދީ ދުވަހުން އެކަކު) ސިގާ ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލުކުރާ ބަލިތަކުން ދުނިޔޭގެ ބޮޑު މަރުވާ ކަމަށް ދުނިޔޭގެ ސިއްޙީ ޖަމްޢިއްޔާއިން އަންދާޒާ ކުރައެވެ. ދުންފަތުގެ ސަބަބުން ދުނިޔޭގައި ބަލިވެ ފޯރިގަނޑު އަދި ދިގުމުއްދަތުގެ ބަލިތަކެވެ. އެހެންކަމުން ބަލިމީހާއި އާއިލާތަކުން އެތައް ހޭދަތަކާއި ކަމާބެހޭ ޚަރަދުކުރަން ޖެހޭ ބަލިތަކެވެ.

1. ދުންފަތުން މުޖުތަމައު ސަލާމަތްކުރުމަށް ކުރަންޖެހޭ މުހިއްމު ބައެއް ކަންކަން

ދުންފަތު ކޮންޓްރޯލް ކުރުމަށް އެޅޭނެ ފިޔަވަޅުތަކުގެ ތެރެއިން، ކުރަމުން މަސައްކަތާއި ޚަރަދަށް އެންމެ ގިނަ ފައިދާ ލިބޭ (cost-effective) ފިޔަވަޅުތަކަކީ ދުނިޔޭގެ ގިނަ ޤައުމުތަކުގެ ތަޖުރިބާއިންނާއި ސައިންސީ ދިރާސާތަކުން ސާބިތުވެފައިވާ ކަމެކެވެ. މި ފިޔަވަޅުތަކަކީ ބައިނަލްއަޤްވާމީ އެކަށީގެންވާ ފިޔަވަޅު ތަކެކެވެ. ރާއްޖެ ބައިވެރިވެފައިވާ ދުންފަތު ކޮންޓްރޯލް ކުރުމުގެ ބައިނަލްއަޤްވާމީ މުޢާހަދާ، "ފްރޭމްވޯކް ކޮންވެންޝަން އޮން ޓޮބޭކޯ ކޮންޓްރޯލް" (FCTC) ގެ ދަށުން ލާޒިމުކުރާ ޤައުމުތަކުން

بسم الله الرحمن الرحيم

Health Protection Agency

އަޅަންޖެހޭ މުހިންމު ފިޔަވަޅުތައް ވަނީ ކަނޑައަޅާފައެވެ. ރާއްޖޭގެ ބަޖެޓާއި، ތަންފީޒު ކުރުމުގައި ސަރުކާރުން ދަންޖެހޭ ކަންކަން ބަލައި، އާބާދީގެ ގިނަބަޔަކަށް ފައިދާ ލިބޭނޭ އަދި އެންމެ ފަސޭހައިން ތަންފީޒު ކުރެވޭނޭގޮތަށް މިކަންކަން ކުރުމަކީ މުހިއްމު ކަމެކެވެ.

1) އާންމު ތަންތަނުގައި ދުންފަތުގެ އިސްތިއުމާލުކުރުން މަނާކުރުމުގެ ޤަވާޢިދުތަކަށް އަމަލުކުރުން އިތުރަށް ހަރުދަނާކޮށް އާއްމު މާހައުލުތަކުގައި ދުންފަތަށް މީހުން ހުށަހެޅޭ މިންވަރު މަދުކޮށް ދުންފަތުގެ އިސްތިއުމާލު ނުކުރާ މީހުންގެ ޞިއްޙީ ޙައްޤު ކަށަވަރުކުރުން.

2) ދުންފަތަށް އަޅަން ހުރަހެއް ފަރާތްތަކަށް މަދުކުރުމަށް، ދުންފަތުގެ ބާވަތްތަކަށް އިސްތިހާރުކޮށް މާރުކެޓް ކުރުން ހުއްޓުވުމަށް އަޅަންޖެހޭ ފިޔަވަޅުތައް އެޅުން.

3) ދުންފަތުގެ އިސްތިއުމާލުކުރުމާ އަދި ދުންފަތުގެ ވިޔަފާރިއާ އަދި ދުންފަތުގެ ބާވަތްތަކުން މީހުން ދުރުކުރުމަށް ކުރަންޖެހޭ ކަންކަން ބަލާ ތަޙްޤީޤުކޮށް އަދި ކުރަންޖެހޭ ދިރާސާތައް ކޮށް އެ މަޢުލޫމާތު ތަކުގެ އެހީގައި ދުންފަތު ކޮންޓްރޯލް ކުރުމުގެ މަސައްކަތް ތަންފީޒު ކުރުން.

4) ދުންފަތުގެ ނުރައްކަލާބެހޭ ގޮތުން މީހުން ހޭލުންތެރިކަން އިތުރު ކުރުން.

5) ދުންފަތުގެ ބާވަތްތަކުން ނަގާނޭ ޓެކްސް އިތުރުކުރުމުގައި، ދުންފަތުގެ އިސްތިއުމާލުކުރުން މަދުކުރުވާ ގޮތަށް އެޓެކްސް އިތުރުކުރަންޖެހޭ އުސޫލުތަކާއި، އަދި ޓެކްސްގެ ފައިސާއިން ބައެއް ދުންފަތު ކޮންޓްރޯލް ކުރުމަށް ހޭދަ ޕްރޮޕޯސަލް އެއް ހުށަހެޅުން.

6) ދުންފަތުގެ އިސްތިއުމާލު ކުރުން ދޫކުރަން ބޭނުންވާ ފަރާތްތަކަށް ދޭ ސަޕޯޓް ސަރވިސްގެ ޚިދުމަތް އިންތިޒާމް ކުރުން.

މީގެ އިތުރުން، ދައުލަތުގެ މުއައްސަސާ ތަކުގެ ގޮތުގައި، ދުންފަތު ކޮންޓްރޯލް ކުރުމަށް ކުރާ މަސައްކަތް ވިޔަރުސް ކުރުމަށް ނިޒާމެއް ޤާއިމު ކުރުމާއި ދުންފަތުގެ ސިނާއަތުގެ ނުފޫޒުން، ދުންފަތު ކޮންޓްރޯލް ކުރުމުގެ ސިޔާސަތުތައް ރައްކާތެރި ކުރަން ޖެހޭނެއެވެ.

31 މޭ 2024

ހެލްތު ޕްރޮޓެކްޝަން އެޖެންސީ، (3 ވަނަ ފަންގިފިލާ)،ޒިޕް ނަންބަރު 11506، އޯކިޑްގަސްމަގު، ހުޅުމާލެ، ދިވެހިރާއްޖެ
ފޯން:3024500 960+ އީމެއިލް:hpa@health·gov·mv
ވެބްސައިޓް:www·hpa·gov·mv