ಸೆಕ್ಷನ್ 6b

ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ 100 ಗಜದ ಒಳಗೆ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವುದು ಶಿಕ್ಷಾರ್ಹ ಅಪರಾಧ. ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು ತಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಂಬಾಕು ಮುಕ್ತವನ್ನಾಗಿಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವ ನಾಮ ಫಲಕವನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮುಂದೆ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು.

ಈ ವಿದ್ಯಾ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಆವರಣದಿಂದ 100 ಯಾರ್ಡ್ (ಗಜ) ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಸಿಗರೇಟು ಅಥವಾ ಇತರೆ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮಾರಾಟವನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಿದೆ. ಉಲ್ಲಂಘನೆಯು ಶಿಕ್ಷಾರ್ಹ ಅಪರಾಧವಾಗಿದ್ದು ರೂ.200ರ ವರೆಗೆ The Cigarettes & Other Tobacco Products Act (COTPA)-2003 ರ ಕಾಯ್ದೆ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ದಂಡ ವಿಧಿಸಲಾಗುವುದು.

Sale of Cigarettes & other Tobacco Products within 100 Yards of this Education Institution is Prohibited. It is a punishable offence with a fine which may extend to Rs. 200 under The Cigarettes & Other Tobacco Products Act (COTPA) -2003.

ಸೆಕ್ಷನ್ 7

ಸಿಗರೇಟ್ ಮತ್ತು ಇತರ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮೇಲೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆರೋಗ್ಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳ ಸಂದೇಶಗಳಿಲ್ಲದೆ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವುದು ಶಿಕ್ಷಾರ್ಹ ಅಪರಾಧ.

ತಂಬಾಕು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ?

- ತಂಬಾಕಿನಲ್ಲಿರುವ ನಿಕೋಟಿನ್ ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತು ವ್ಯಸನವಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಕಟು ಸತ್ಯ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ತಂಬಾಕು ತ್ಯಜಿಸುವ ದಿನಾಂಕ ನಿಗದಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರುವುದು.
- ತಂಬಾಕು ಸೇವಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ, ಪರಿಸರದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ದೂರವಿರುವುದು.
- ತಂಬಾಕು ತಿನ್ನಬೇಕಿನಿಸಿದಾಗ, ಮನಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಖುಷಿ ನೀಡುವ ಇತರೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು.
- ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ನುರಿತ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಮಾಹಿತಿ/ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವುದು.

ತಂಬಾಕು ತ್ಯಜಿಸುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನ :

- ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಹೃದಯ ಬಡಿತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಹಂತಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.
- ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಬನ್ ಮೊನಾಕ್ಸೈಡ್ (ಟೊಕ್ಸಿನ್) ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತ'ದೆ.
- ಹೃದಯಾಘಾತ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಬಾಯಿ ಅಲ್ಸರ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಹಣದ ಉಳಿತಾಯ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕಟಣೆ : ಬ್ಲೂಮ್ ಬರ್ಗ್ ಇನಿಷಿಯೇಟಿವ್ ಯೋಜನೆ, ರಾಜ್ಯ ತಂಬಾಕು ನಿಯಂತ್ರಣ ಘಟಕ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ.ಇಲಾಖೆ, ಬೆಂಗಳೂರು.
www.stoptobacco.in / www.satc.karnataka.in

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಎಚ್ಚರ..! ಎಚ್ಚರ..!

ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿಕರ

ರಾಜ್ಯ ತಂಬಾಕು ನಿಯಂತ್ರಣ ಘಟಕ:

ರಾಜ್ಯ ತಂಬಾಕು ನಿಯಂತ್ರಣ ಘಟಕವು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆಯ ಒಂದು ಅಂಗ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿದೆ. ತಂಬಾಕು ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಮಗ್ರ ಯೋಜನೆ, ಅನುಷ್ಠಾನ ಮತ್ತು ಅವಲೋಕನ ಇದರ ಪ್ರಮುಖ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಇದು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ತಂಬಾಕು ನಿಯಂತ್ರಣದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಂತೆ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ತಂಬಾಕು ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸುತ್ತಿದೆ.

ತಂಬಾಕಿನ ಬಗೆಗಿನ ಸತ್ಯಾಂಶಗಳು :

ಜಾಗತಿಕ

* ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ಖಾಯಿಲೆ ಮತ್ತು ಮರಣಗಳಿಗೆ ಉದಾ : ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು, ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆಯೇ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.
* ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ 60 ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ಸಾವನ್ನಪ್ಪುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.
* ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವವರು ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆ ಮಾಡದವರಿಗಿಂತ 10 ವರ್ಷ ಹೆಚ್ಚು ವಯಸ್ಸಾದವರಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ.
* ಪ್ರತಿ 6 ಸೆಕೆಂಡಿಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ಸಾವನ್ನಪ್ಪುತ್ತಿದ್ದಾರೆ

GATS- INDIA 2009-10 (ಗ್ಲೋಬಲ್ ಅಡಲ್ಟ್ ಟೊಬ್ಯಾಕೋ ಸರ್ವೆ ಇಂಡಿಯಾ):

* 14.6% ಯುವಕರು(13-15 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ)ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ರೀತಿಯ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರಲ್ಲಿ 19% ಹುಡುಗರು ಮತ್ತು 8.3% ಹುಡುಗಿಯರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.
* ದೇಶದ 21.9% ಯುವಕ ಯುವತಿಯರು ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಒಬ್ಬ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಇತರರು ಧೂಮಪಾನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.
* ಭಾರತದಲ್ಲಿ 26.4% ಪೋಷಕರು ಧೂಮಪಾನಿಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಕರ್ನಾಟಕದ ಅಂಕಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು:

* ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಶೇ. 28 ರಷ್ಟು (15 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ) ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಯಾವುದಾದರು ಒಂದು ರೀತಿಯ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.
* 11.9% ಧೂಮಪಾನಿಗಳಿದ್ದು ಹಾಗು 19.4% ಜಗಿಯುವ ತಂಬಾಕುಗಳ ಸೇವನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.
* ಸರಿಸುಮಾರು 18 ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವುದಾಗಿ ಅಂದಾಜಿಸಲಾಗಿದೆ.
* 42% ರಷ್ಟು ಜನ ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ, 44.3% ರಷ್ಟು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 37.2% ರಷ್ಟು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇತರರು ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಪರೋಕ್ಷ ಧೂಮಪಾನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಆಗುವ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು :

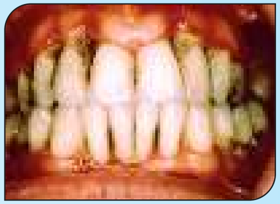
ತಂಬಾಕಿನಿಂದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಹೃದಯ, ಶ್ವಾಸ ಸಂಬಂಧಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಖಾಯಿಲೆಗಳು ಬರುತ್ತದೆ.

* ಧೂಮಸಹಿತ (ಸಿಗರೇಟ್, ಬೀಡಿ, ಸಿಗಾರ್ ಇತ್ಯಾದಿ) ತಂಬಾಕು ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ 7000 ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿದ್ದು, ಅದರಲ್ಲಿ 69ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಕಾರಕ ವಸ್ತುಗಳಾಗಿವೆ. ಹಾಗೂ ಧೂಮರಹಿತ (ಜಗಿಯುವ ತಂಬಾಕುಗಳು) ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳಲ್ಲಿ 3095 ರಾಸಾಯನಿಕಗಳಿದ್ದು, ಅದರಲ್ಲಿ 28ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಕಾರಕ ವಸ್ತುಗಳಿವೆ.
* 2011ರ ಆರ್ಥಿಕ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರವು ರೂ. 983 ಕೋಟಿ ಹಣವನ್ನು ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆಯಿಂದ ಉಂಟಾದ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಖರ್ಚು ಮಾಡಿದೆ.

ಬಾಯಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್

ಗರ್ಭಪಾತ

ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಕುಂಠಿತ


ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆಯಿಂದ ದಂತ ಕ್ಷಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ

ತಂಬಾಕು ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾನೂನು - ಕೋಟ್ಪಾ 2003

The Cigarettes and other Tobacco Products (Prohibition of Advertisement and Regulation of Trade and Commerce, Production, Supply and Distribution) Act – COTPA 2003)

ಸೆಕ್ಷನ್ 4 : ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದು ನಿಷೇಧ.

* ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳದ ಮಾಲೀಕರು 60 x 45 ಸೇ.ಮೀ ಇರುವ ಈ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವಂತೆ ನಾಮಫಲಕವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು.
* ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡದೆ ಇರುವುದು.
* ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿರದ ಪೋಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೆ ದೂರು ನೀಡುವುದು.
* ಬೆಂಕಿಪೊಟ್ಟಣ, ಆ್ಯಷ್‌ಟ್ರೇ, ಲೈಟರ್ ಮುಂತಾದ ಧೂಮಪಾನಕ್ಕೆ ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಂಬಾಕು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇಡದಿರುವುದು.

ಸೆಕ್ಷನ್ 5: ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ನೇರ ಹಾಗು ಪರೋಕ್ಷ ಜಾಹೀರಾತು, ಉತ್ತೇಜನ, ಪ್ರಾಯೋಜಕತೆ ನಿಷೇಧ.

ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ (Point of Sale) ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಶೋಕೇಸ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ಬೋರ್ಡ್, ಚಿತ್ರಿ ಪತ್ರ, ಎಲ್.ಸಿ.ಡಿ. ಟಿ.ವಿ ಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಗೋಡೆ ಬರಹ, ಹೋರ್ಡಿಂಗ್ಸ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ದೃಶ್ಯ ಹಾಗು ಮುದ್ರಣ ಮಾಧ್ಯಮದ ಮೂಲಕ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಜಾಹೀರಾತು ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ.

ಸೆಕ್ಷನ್ 6: ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ಅಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ (18 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳು) ಸಿಗದಂತೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡುವುದು.

ಸೆಕ್ಷನ್ 6a ಪ್ರಕಾರ, ಅಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಅಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಕರಿಂದ ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವುದು ಶಿಕ್ಷಾರ್ಹ ಅಪರಾಧ. ತಂಬಾಕು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಅಂಗಡಿ ಮಾಲೀಕರು ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವಂತೆ ಆರೋಗ್ಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನಾಮ ಫಲಕವನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಅಂಗಡಿ ಮುಂದೆ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು.