

Tobacco and cancer Gujarati JPG

by pmshah

तमाकु अणे केन्सर

डॉ. पंकज शाह

Dr Gro Harlem Brundtland

Director-General,

World Health Organization

તમાકુનો આતંક

દર વર્ષે ચાલીશ લાખ મોત, રોજના અગીયાર હજાર મોત
નોતરે.

ઇતિહાસમાં તમાકુને તોલે આવે તેવો કોઇ મોતનો સોદાગર
મળવો મુશકેલ

બીડી, સીગારેટ ગુટખા એવી રોજીદી વપરાશની બનાવટો
છે કે જે માર્ગદર્શન પ્રમાણે વાપરવાથી ગ્રાહકને મોત
ભેટમાં આપે છે.

.દર વર્ષે તમાકુને કારણે થતા મોત

- (વિકસીત દેશો 2000 ના વર્ષ 20 લાખ 2030 ના વર્ષ 30 લાખ
- (.વિકાસ પામી રહેલ દેશો 2000 ના વર્ષ 20 લાખ 2030 ના વર્ષ 70 લાખ
- (.દર બે તમાકુ વ્યસની એ એકને તેનું વ્યસન ભરખી જાય છે
- (અડધા મૃત્યુ **35-69** વર્ષ ગાળામાં
- Source: Peto, Lopez, and others 1997; WDR 1993

તમાકુ ઝેર

- (.વાતાવરણમાં તમાકુનાં ધુમાંડાનું પ્રદુષણ ભયાનક કેન્સરજન્ય ઘટક ગ્રુપ A કેન્સરજન્ય ઘટક
- (. 4000 રાસાયણિક ઘટકો અને 60 કેન્સરજન્ય ઘટકો
- (.અડધા કુદરતી અને બીજા તમાકુના બળવાથી પેદા થાય

तमाकु जेर

- Carbon monoxide
- Hydrogen cyanide
- Benzene formaldehyde
- N-nitrosamines
- Nicotine and tobacco specific nitrosamines
- Phenol
- Polycyclic aromatic hydrocarbons

તમાકુ ઝેર

- (નિકોટીન વ્યક્તિને વ્યસની બનાવવામાં તથા કેન્સર જન્ય ઘટકો નાઇટ્રોસેમાઇનસ માટે જવાબદાર
- (તમાકુનાં રાસાયણિક ઘટકો કેન્સર પ્રેરક તરીકે વર્તે
- P53 જીનની વિકૃતિ તમાકુ વ્યસનીમાં જોવા મળે છે.

પ્રતોક્ષ ધૂમપાન

બીડી સીગારેટનાં ધુમાડાંના ગોટામાં
પણ તેજ તમાકુનાં ઝેરી રાસાયણિક
ઘટકો અને નિર્દોષ વ્યક્તિઓને
હાનિકારક

પ્રતોક્ષ ધૂમપાન

- (વતાવરણનો ધુમાડો ગંભીર પ્રકારનુ પ્રદુષણ
- (ફક્ત અમેરિકામાં દર વર્ષે પ્રતોક્ષ ધૂમપાન 3,000 ફેફસાંના કેન્સરથી મોત જ્યારે અન્ય પ્રદુષણોથી ફક્ત 100 ફેફસાંના કેન્સરથી મોત

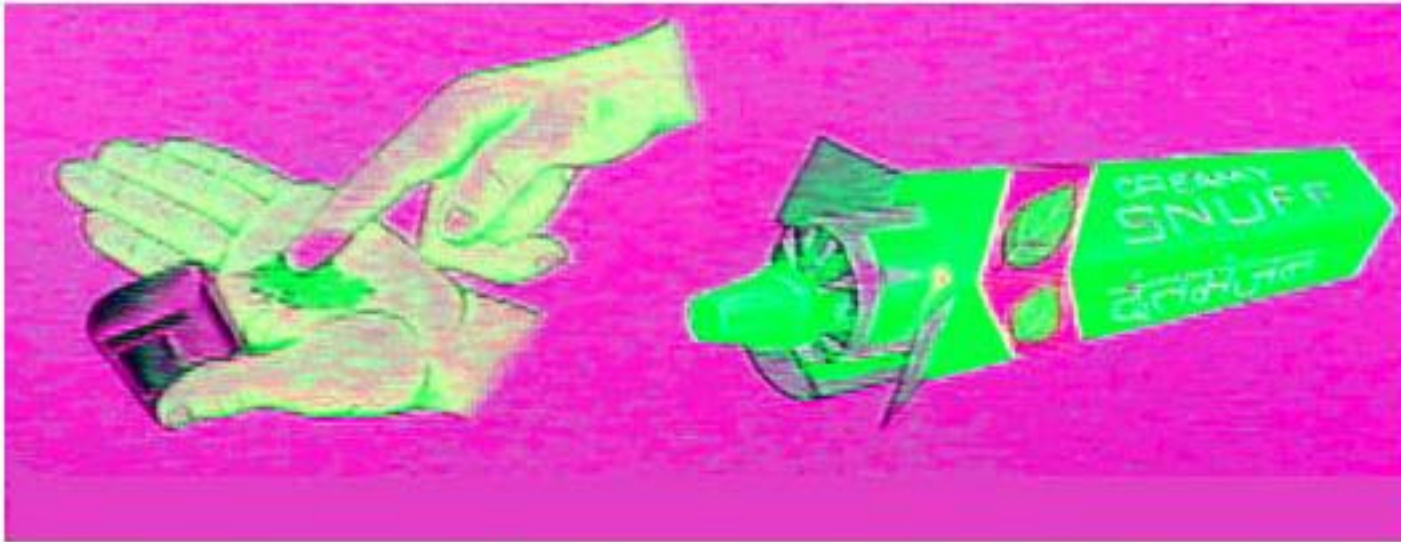
तमाकु जेर स्वरुपो

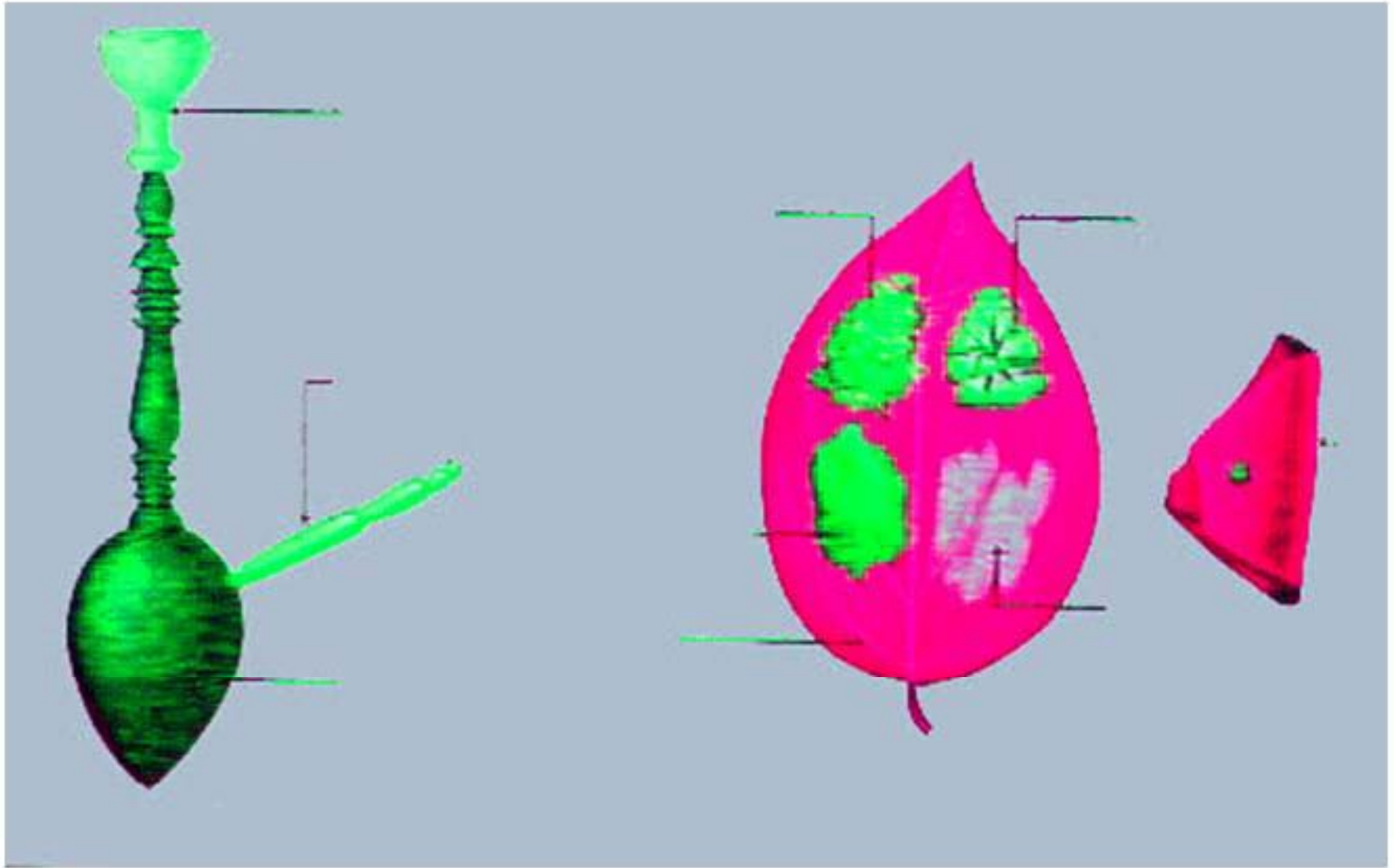
वीडी सीगारेट हुक्का चलम

छीकणी दंत मंजण

पान मसाला गुटणा











तमाङ्गुथी थतां केन्सर

- (केङ्गशां
- (मोदु होठजीम गणु स्वरपेटी अण्णनणी लाणग्रंथी
- (.मु त्रासय मुअपिड
- (.ग्रमाशयनु मुअ
- (स्तन
- (पङ्कवाशय
- (मोटूं आंतरडुं





तमाङ्गु व्यसनणी शरुआत युवानीमां

- **80,000 थी 100,000 युवानो नियमित धूमपान करता थाय छे**



વ્યસનમુક્તિના ઉપાયો

(સમજ કેળવણી

(વ્યસન મુક્તિ કેન્દ્રો

(આરોગ્ય રક્ષકોની મદદ

(ફાર્મેકોલોજીક) ગમ પેચ વગેરે

નોન નીકોટીન દવાઓ anti depressant bupropion

तमाकु सामेनी लडाई

- (सायी माहितिनी प्रसार
- (येतवणी ना लेखल
- (जाहेरात सामे जाहेरात
- (तमाकुनी जाहेरात सामे प्रतिबंध
- (जाहेर स्थणी पर तमाकु उपयोग पर प्रतिबंध

તમાકુ સામેની લડાઈ વેરા

(તમાકુની પેદાશો ઉપર આકરા વેરા 10% કિંમત વધારાથી
8% વપરાશમાં ઘટાડો

तमाकुनो उदयोग

- 0.2% of arable land used for Tobacco growing- 417700 hectares in 1993
- 7% of total unmanufactured tobacco-578800 tones in 1992- 3rd largest tobacco growing country
- Earning from exports- 127.7 million \$ in 1990
- 3.4 million engaged in full time tobacco manufacturing. 0.9 million work in growing and curing tobacco
- 20% Cigaret/ 40% bidis/rest- chewing tobacco, panmasala, snuff, hookah, hookli, chutta dhunti etc

.ભારતમાં તમાકુ

- **65% of all men use some form of tobacco- 35% smoking, 22% smokeless tobacco and 8% both)**
- **Prevalence in women 15% to 67 %**
- **50% of cancer in India tobacco related**
- **Oral cancer account for 1/3 rd of cancer with 90% tobacco chewer**

ગુજરાતના પ્રયાશો

- ➔ Schools and Colleges
- ➔ General Population
- ➔ Industrial workers
- ➔ Paramedical workers
- ➔ Medical Students
- ➔ Medical Practitioners & Specialists
- ➔ Human resource development for Cancer Care

HOSPICE FOR 10 PATIENTS



VASANA AHMEDABAD



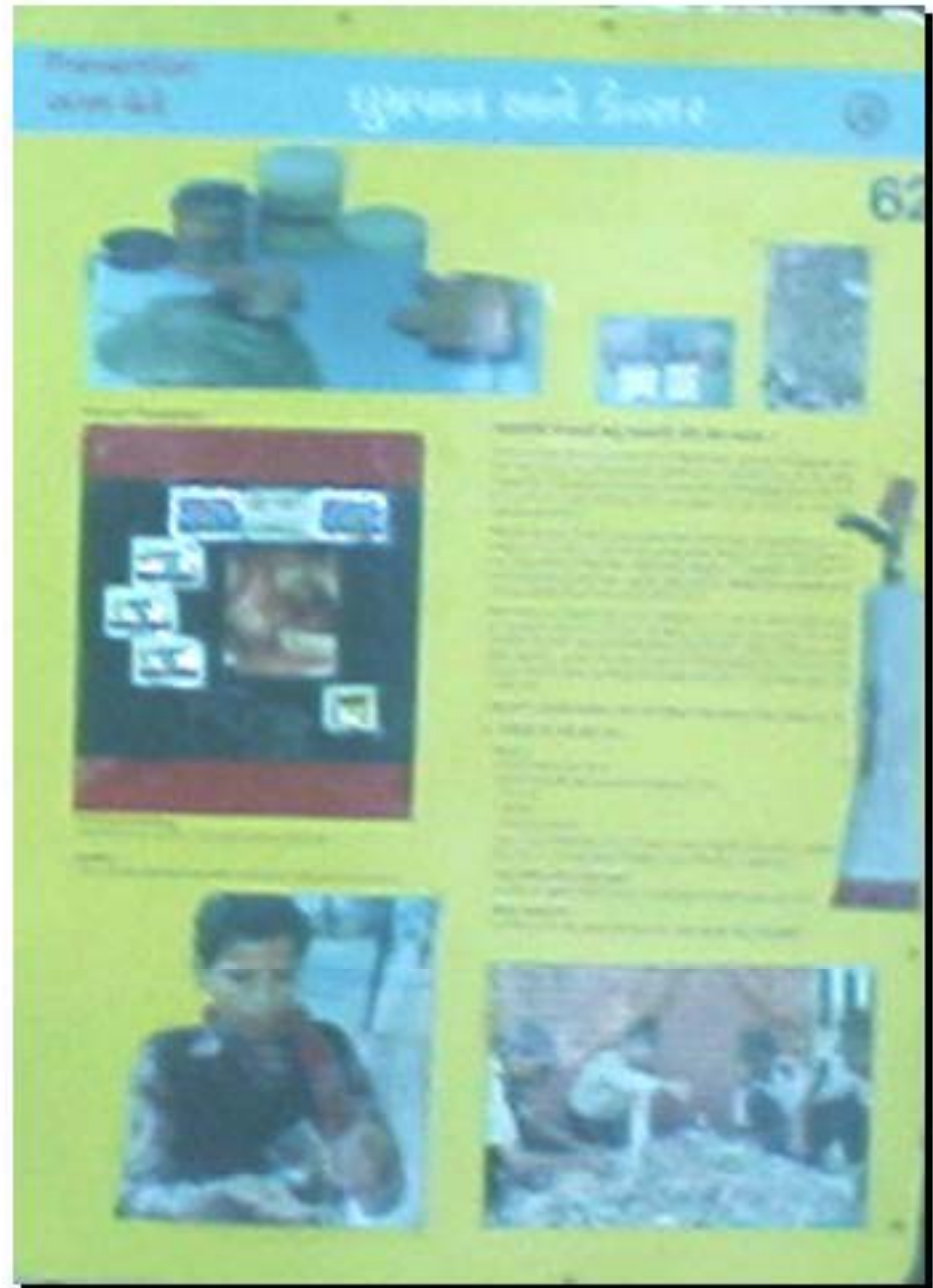


7



Cancer
Prevention

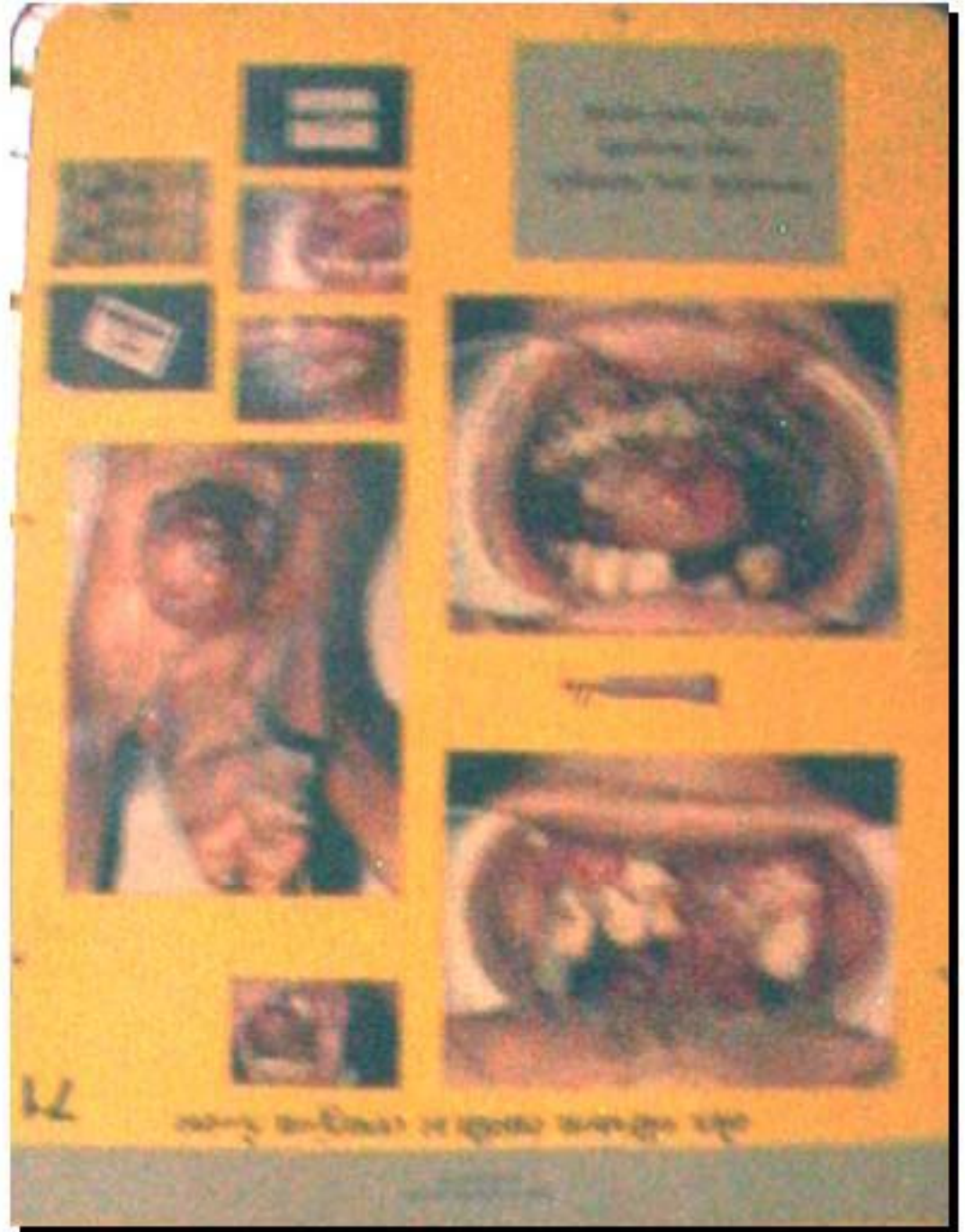
अगमयेती





8

Hall of Horror
કેન્સરની ભયાનકતા
Victory Hall
વિજય ભૂવન



8

Victory Hall
विजय भूवन



FIRST WORKSHOP

ON

CANCER EDUCATION & TOBACCO HAZARDS

FOR

PRINCIPALS OF SECONDARY SCHOOL & SCIENCE TEACHERS

ORGANISED BY

DEPARTMENT OF HEALTH & FAMILY WELFARE-GOVERNMENT OF GUJARAT

GUJARAT CANCER SOCIETY

THE GUJARAT CANCER & RESEARCH INSTITUTE

ASSOCIATION OF AHMEDABAD SECONDARY AND HIGHER SECONDARY

SCHOOL MANAGAMENT ORGANISATION & AHMEDABAD ACHARYA SANGH

DATE : JULY 26, 1998

DAY : SUNDAY

PLACE : COMMUNITY ONCOLOGY CENTRE, NEAR PRAVIN
NAGAR BUS STAND, VASNA, AHMEDABAD

PROGRAM

MINISTRY OF HEALTH AND MINISTRY OF EDUCATION, GUJARAT STATE
GUJARAT CANCER SOCIETY AND GUJARAT CANCER & RESEARCH INSTITUTE
AHMEDABAD



LETTER OF APPRECIATION

The Ministries of Health and Education of the Government of Gujarat and the Gujarat Cancer Society as well as the Gujarat Cancer & Research Institute are conducting a public movement against addiction of Tobacco & Tobacco products. As a part of the movement, on 26th July 1998, a unique workshop on the subject was organized for the Headmasters and Science Teachers. In the beginning, a state-wide live question-answer programme was telecast through the Distant Education Section of the Satellite Application Centre. For the whole movement, 3 lac Pledge Letters were prepared. They were filled in by the efforts of the Schools and Various Voluntary Agencies. On 2nd October 1998, a large rally was organized. In the rally, 32000 students of 200 schools and the public at large participated in a large number. Ahmedabad Municipal Corporation and 80 voluntary organizations have participated actively in the effort. The rally started from 5 different corners of the city and marched through the city on its major roads. It got converted into a large public meeting at the end. At the meeting, Hon'ble Governor of Gujarat, Shri Anshumanji presented the collected Pledge Letters at the feet of Mahatma Gandhiji.

_____ of
(Organization)_____

contributed actively in the planning or participated in the activities of the whole movement. The organizers thankfully take note of their contribution and express their feeling of gratitude.

Jaykrishna Narivallabdas

Jaykrishna Narivallabdas
Chairman
G.C.S., G.C.R.I.

Ashok Bhatt

Ashok Bhatt
Minister of Health
Gujarat State

Anandiben Patel

Anandiben Patel
Minister of Education
Gujarat State

Schools and Colleges

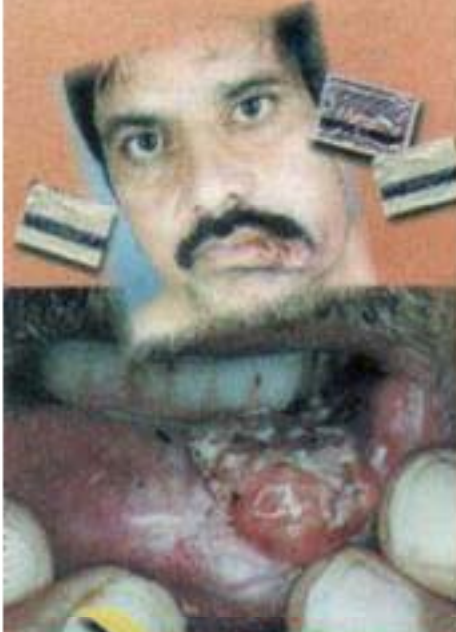








**રોજના
ફક્ત રૂ. ૪માં
મેળવો માગ્યું મોત...**



કેન્સર

સંકલ્પ પત્ર

સૌજન્ય : ટોરેન્ટ ફાર્માસ્યુટીકલ લીમિટેડ

પ્રાણઘાતક તમાકુ

સમાજનો રોગ છે તમાકુ,
જ્યાં જુઓ ત્યાં તમાકુ;
ખાવામાં તમાકુ, પીવામાં તમાકુ,
સુષવામાં તમાકુ, મંજનમાં તમાકુ.

બીડી, સિગારેટ, ગુટકા-ગુલામ,
શરીરને બનાવે છે રોગોનું પર;
સમાજનું કલંક છે તમાકુ,
જ્યાં જુઓ ત્યાં તમાકુ.

ગુટખા દાંતોનો દુરમન,
ગુટખા હોઠોનો દુરમન;
હૃદય, મગજ, જીભનો દુરમન,
દરેક જીવ અને જીવનનો દુરમન.

લાવે છે કેન્સરને તમાકુ,
લાવે છે ટી.બી.ને તમાકુ;
લાવે છે દુઃખોને તમાકુ,
લાવે છે મોતને તમાકુ.

ભાવિ પેટીને સંસ્કાર દો,
પ્રેમ પ્રગટિ પર ભાર દો,
લત, નશાખોરી એક અસુર છે.
થઈ શકે તો દેશમાંથી નિસ્તાર દો.

સંદર્ભ : સંસ્કૃતિ માસિક

તમાકુથી રોજના ૧૦,૦૦૦ મૃત્યુ

આ એક પડિડી છે, જેનું વજન ૨ ગ્રામ છે અને જેની કિંમત રૂ. ૨ છે. એટલે એક કિલોના રૂ. ૧૦૦૦ થાય. જ્યારે આ પાટણીમાં વપરાતી સામગ્રીના એક કિલોના ફક્ત રૂ. ૨૫ થાય છે. આથી વધારે ન થાય.

તમાકુનું વ્યસન ત્યાગીને -

- તમે દર વર્ષે તમારી પત્નીને સોનાનો દાગીનો અપાવી શકો.
- તમારા બાલકોને ખુબ સાફ ભણતર આપી શકો.
- તમારા દિકરા-દિકરીને સુખી જીવન આપી શકો.
- તમારા જીવનને વિકૃત-નિરાધાર થતું બચાવી મૃત્યુને પણ પાછું ઠેલી શકો.

- અશોક ભટ્ટ

સંકલ્પ



હું સંકલ્પ કરું છું કે આજથી મારા જીવનમાં ક્યારેય કોઈપણ પ્રકારનું વ્યસન કરીશ નહીં. હું ગુટકા, તમાકુ, માવો ખાઈશ નહીં, કુપ્રપાન કરીશ નહીં, શરાબ-બીયર કે કેફીપીણાનું સેવન કરીશ નહીં અને અફીણ, માંજો, ચરસ, ભાંગ, જાડેન સ્તુનરનું સેવન કદી કરીશ નહીં.

અમદાવાદમાં રજા ઓક્ટોબરની 'વ્યસન મુક્તિ દુય', જે રાજ્યના આરોગ્ય અને પરિવાર કલ્યાણ વિભાગ, ગુજરાત કેન્સર સોસાયટી અને ગુજરાત કેન્સર રીસર્ચ ઇન્સ્ટીટ્યુટ તથા સામાજિક અને શૈક્ષણિક સંસ્થાઓ દ્વારા યોજાઈ છે તેમાંથી પ્રેરણા લઈને હું આ પ્રતિજ્ઞા લઉં છું. આ પ્રતિજ્ઞાથી મારા પરિવારમાં જે પરિવર્તન આવશે તેની જાણકારી પણ આપને આપતો રહીશ.

માઠી :	સહી :
પોતાને સહાય થાય તે વ્યક્તિ, સંત કે દેવનું નામ	

નામ :

સરનામું :

ડિપર :

સંકલ્પ પત્ર માટેની પ્રેરક સંભા / વ્યક્તિનું નામ



સરસપુર સેવા ટ્રસ્ટ

સંતાંકબેન મફતલાલ પટેલ, આરોગ્ય ભવન,
સરસપુર, અમદાવાદ. ટે. ૨૧૨૫૯૪૪.

સરસપુર ના. સો. બેંક લિ. સરસપુર
આપના બાણાંબી બચત કરો, બચત આપને બચાવશે,
આપની અને આપના બાણાંબી સલામતી સાથે
સર્માન્ધે વધારશે, મારો તમારી આપણ સૌની
સંઘર બેંક બેંક સરસપુર ના. સો. બેંક લિ.

સુત્રો • દાડ.તમાડુ. સિગારેટ. બીડી,
તેલો છે મોઢા રોગોનીસીડી.

• છોડો દાડ તમાડુનો સાથ,
ખોટી સતને મારો સાત.

નામ _____
શાળા _____
ધોરણ _____ વર્ગ _____
વિષય _____ વંચાર _____

MINI EXHIBITION

શું

કેન્સર મટે છે?

હા..

ગુજરાતમાં થતા મુખ્ય કેન્સરના પ્રકારો

ગુજરાતમાં આજે પણ કેન્સરનું પ્રમાણ વધુ છે. આને નિરમલ્ય રહે છે.

સોજ્ય પ્રકારના આઠાર અને વિઠાર કેન્સરને દુઃખ પડતું નથી. તે સ્વભાવ અને નિરામલ્ય રહે છે.

આપણે બધા દૈનિક સાથે તો કેન્સરનો કરશું નાશ !

કેન્સરની સારવાર પધ્ધતિઓ

રેડિયોની જાલવાર

દવા

સર્જિકલ સારવાર

કેન્સરનું વહેલું નિદાન

સ્તનની જાત તપાસ

પેપટેસ્ટ

ગર્ભવિયત્ના નીચલા ભાગનું કેન્સર

મોંઠા ના અંદરની જાત તપાસ

કેન્સરનું નિદાન કેવી રીતે થાય છે?

અભ્યાસ

કોમ્પ્યુટર સહાયતાવાળું પેપટેસ્ટ

કેરેક્ટર





કેન્સરને ઈન્સ્ટોલ કરવાનો આસાન ઉપાય

તમાકુ / TOBACCO

શરૂ કરો / START



કોઈપણ એક / ANY ONE

પ્રોગ્રામ સંપૂર્ણ / SETUP COMPLETE

અભિનંદન
તમે સફળતા પૂર્વક કેન્સરને
ઈન્સ્ટોલ કર્યું છે.



Congratulation !
You have Successfully
installed Cancer.

In Public Interest

Published by :
Gujarat Cancer & Research Institute,
Gujarat Cancer Society.



Sponsored By :
Dabur Pharmaceutical Ltd. (Oncology Division)

Anti gutkha day in a local college

કોલેજીયનોએ એન્ટી-ગુટખા ડે ને એઈડ્ઝ અવેરનેસ ડે મનાવ્યા

અમદાવાદ, મંગળવાર
શહેરની મોટાભાગની કોલેજોમાં વિદ્યાર્થીઓનાય ચોક્કસ ડે, સોસડે, કેન્સીપ ડે જેવા સિવિલ ડે ની ઉજવણી કરી રહ્યા છે ત્યારે મિલેનિયમ વર્ષમાં સૌ પ્રથમ એન.સી. બોડીવાલા કોમર્સ કોલેજે નવતર પ્રયોગના આગરુપે "એઈડ્ઝ અવેરનેસ" અને "એન્ટી ગુટખા ડે"નું આયોજન કર્યું હતું. જેમાં આજે એન્ટી ગુટખા ડે અંતર્ગત કોલેજના વ્યક્તિ મંડળથી વિદ્યાર્થીઓ અંતરમાં તમાકુ-મ સ. વ. ની પીડીઓની ઊંડી ક્ષીને ગુટખા છોડી દેવાની પ્રતિજ્ઞા લીધી હતી.

રીપોર્ટ-રીપોર્ટને મુજબ એડે છે, આટલું મધુ જાણ્યા માં સાર્વજનિક ગુટખા ખાવાનું છોડી દેવાનું મેં નક્કી કર્યું."

એ.સી. કોલેજના ડિ-લીપલ ડી.એ. જી. અપરિચાએ જણાવ્યું કે, અમારું કામ કમ સિલ્લ આપવાનું નથી. મેં તો પુસ્તકો અને માર્કેટિંગ સામગ્રી તૈયાર છે. પણ નવી પેઢી આવા કાર્યક્રમો દ્વારા સ્વસ્થ જીવન જીવી શકે એ અમારો મુખ્ય અભિનય હતો. નઈકાલે યોજાઈ ચર્ચવા એઈડ્ઝ અવેરનેસ ડે અંગે જણાવ્યું કે, અમે જ્યારે રેડ રિબન ડે ઉજવવાનું જારૂં કર્યું તે વખતે પણ બધા વિદ્યાર્થીઓ કેન્સીપ વેસ્ટ ડે જેવો જ કોઈ ડે ઉજવવાનો હતો અને તેમાં ઘણું સિમ્લ લગાવીને કમ કરવાનું હતું એમ



(તસ્વીર: જી.એચ. શાહર)

કોલેજના ડી.વાય.બી.કોમ.વા એડ વિદ્યાર્થીને એન્ટી ગુટખા ડે અંગે પૂછતા, તેણે જણાવ્યું કે, "મને ગુટખા ખાવી બહુ ગમતી પણ ગુજરાત કેન્સર સોસાયટીના સહયોગથી આયોજિત વિન-પ્રદર્શનમાં જ્યારે તમાકુથી કેન્સર, હૃદયરોગ, બ્લાડ પ્રેસર, ડાયાબીટી રક્તચાપિનીઓ સંકેતવાનું, મોંઘા રોગો, લોજરી-આંતરડામાં ચાંદા અને ન્યુસંક્રા જેવા સિવિલ રોગો ઘણા છે તે મુખ્ય છેવડે

મોટાભાગના વિદ્યાર્થીઓ નવા મિલેનિયમ વર્ષમાં ગુટખા જેવા વ્યસનો છોડી

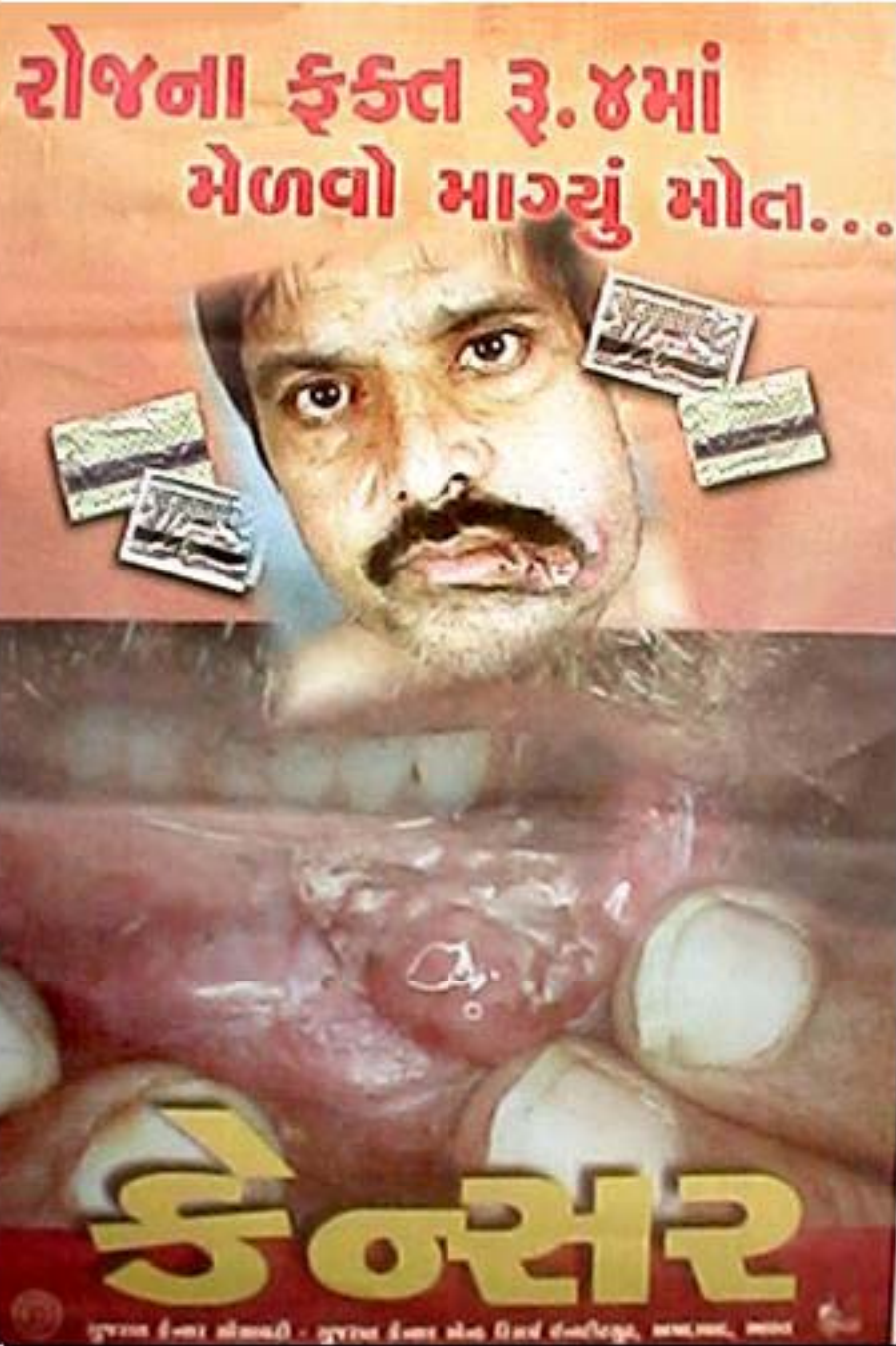
એન.સી. બોડીવાલા કોમર્સ કોલેજમાં નવતર પ્રયોગ

સાથે જે મિત્રો અને વડીલો ગુટખા ખાતા હતા તેમને સ્પષ્ટ બતાવનારા વિમારી વિશે જાણકારી આપી વ્યક્તિ છોડવાનો કદ સંકલ્પ કર્યો

જાણતા હતા પરંતુ જ્યારે નિમ્નલેખે એઈડ્ઝ અને એચ.આઈ.વી. વિશેની ચંબીરતા સમજાવી ત્યારે વિદ્યાર્થીઓને રેડ રિબન ડેની ખરી કિમત તમજાઈ. સરખાત આ કોલેજથી વર્ષ છે પણ બધી કોલેજો આવા સિલ્લ સાથે સંકળાયેલા ડે નું આયોજન કરે તો ખરેખર ખુંડર સરિલામ આવી શકે તેમ છે. બેદિવસથી યોજાઈ રહેલા કાર્યક્રમમાં કોલેજના મેંડજર જેટલા વિદ્યાર્થીઓ સહિત ડિ-લીપલ અને ડાયરેક્ટરોએ ઉત્સાહપૂર્વક ભાગ લીધો હતો.



રોજના ફક્ત રૂ. ૪માં
મેળવો માગ્યું મોત...



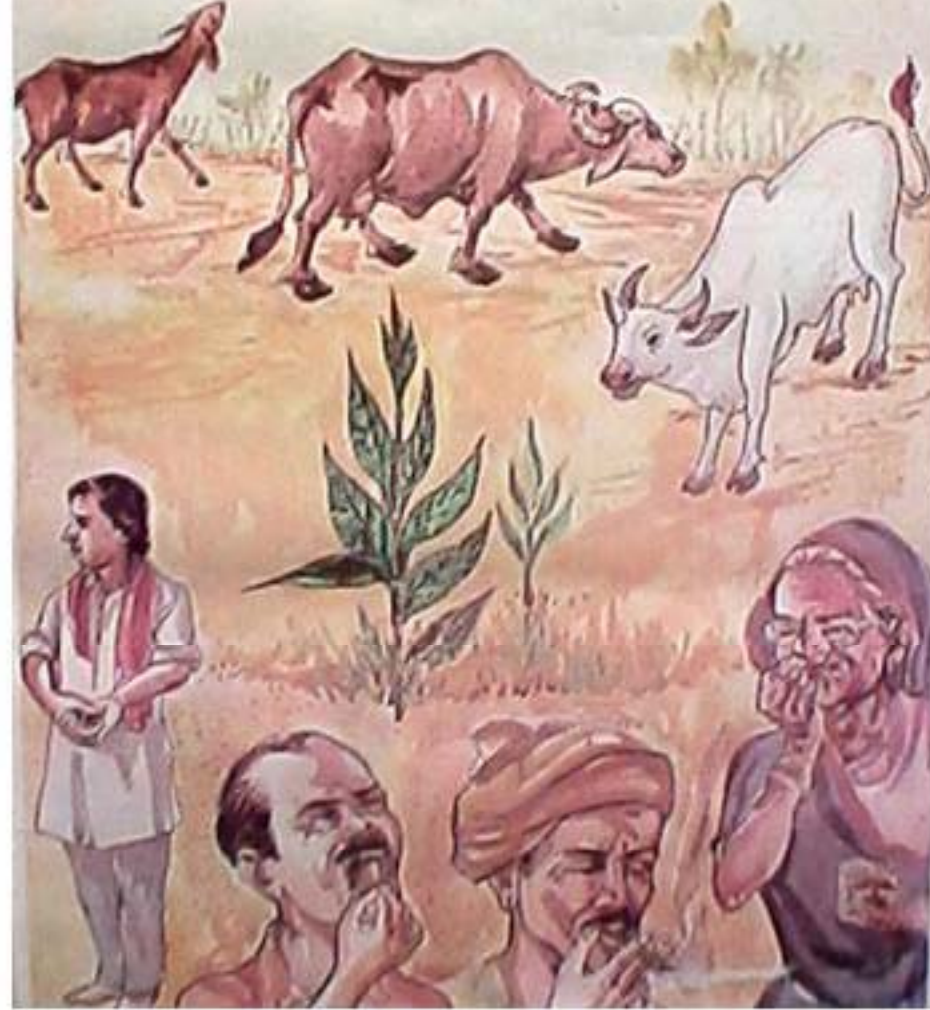
કેશર

જુલાઈ ૬ના સોમવારે - જુલાઈ ૬ના સોમ રોજ ફક્ત રૂ. ૪માં, ૨૦૧૨, ૨૦૧૨

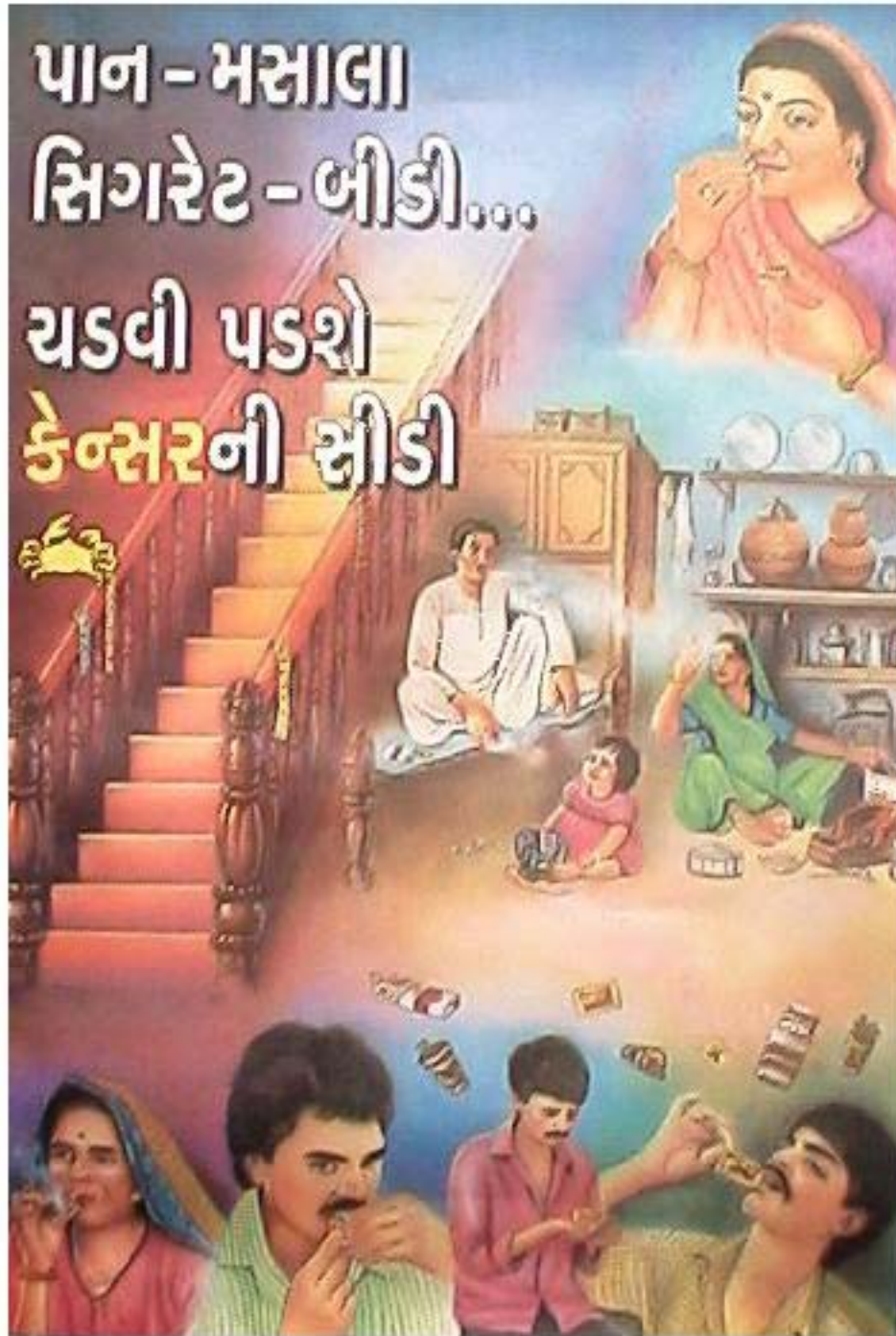
The poster features a man's face with a mustache and a goatee, looking intensely at the viewer. Several Indian banknotes are floating around his head. Below his face is a close-up of a hand with a red, circular mark on the palm. The title 'કેશર' is written in large, bold, yellow Devanagari script at the bottom. At the very bottom, there is a line of small text in Gujarati: 'જુલાઈ ૬ના સોમવારે - જુલાઈ ૬ના સોમ રોજ ફક્ત રૂ. ૪માં, ૨૦૧૨, ૨૦૧૨'.



સામે ત જૂએ બકરી, ખાય કદી ત ગાય,
બુધીશાળી છતાં અરાતી, સુંઘી,
ચાવી, બીડી પીને, મૃત્યુ મુખે જાય.



પાન - મસાલા
સિગરેટ - બીડી...
ચડવી પડશે
કેન્સરની સીડી





કેન્સરનું ભયાનક સ્વરૂપ



**છીંકણી પાન મસાલા સિગરેટ બીડી
નહી ચટવા દઇએ કોઇને આ કેન્સરની સીડી**



ગુજરાત રાજ્ય સ્વાસ્થ્ય અને કુટુંબ કલ્યાણ વિભાગ



ગુજરાત રાજ્ય સ્વાસ્થ્ય અને કુટુંબ કલ્યાણ વિભાગ



**છીંકણી ગુટકા સિગરેટ બીડી,
નહીં ચડીએ આ મોતની સીડી.**

ગુજરાતના અભિગમ અને પંચાંગ મુજબ વિધવા

**તમાકુથી રોજના ૧૦,૦૦૦ મૃત્યુ
તમાકુનું વ્યસન ત્યજીને**

- તમે દર વર્ષે તમારી પત્નીને સોનાનો દાગીનો અપાવી શકો.
- તમારા બાળકોને ખૂબ સાફ ભણતર આપી શકો.

ગુજરાતના અભિગમ અને પંચાંગ મુજબ વિધવા

રક્ષાબંધન અને સ્વતંત્રતા દિવસ



ભાઈ મારો રહે સદા

તંદુરસ્ત, પ્રસન્ન અને વ્યસન મુક્ત

દેશ મારો રહે સદા

સમૃદ્ધ, ઉન્નત અને આઝાદ

વિધવા : ગુજરાત સેનાર સોસાયટી, ગુજરાત રાજ્ય અભિગમ વિભાગ

૨૧મી સદીની શુભ શરૂઆતે

આપ સૌને

નૂતન વર્ષાભિનંદન

પાન, બીડી, ગુટખા, મસાલા

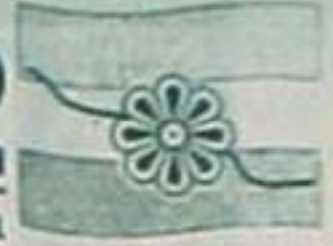
જેવાં વ્યસનોથી દૂર રહી

જિંદગીનો આનંદ માણો.

વિધવા : ગુજરાત સેનાર સોસાયટી,
ગુજરાત રાજ્ય અભિગમ વિભાગ

ગુટકાસમાચાર

ગુજરાત કેન્સર સોસાયટી દ્વારા પ્રકાશિત



પાનકા ૮ ♦ કિંમત: ગુજરાત કેન્સર સોસાયટીને સ્વેચ્છિક ધન ♦ તા.૧૫મી ઓગષ્ટ, ♦ મંગળવાર

આ બળેવે દરેક બહેન પોતાના ભાઈ પાસે ગુટખા કે અન્ય વ્યસન ત્યજવાની “વીરપસલી” માગે

ગુટખાવિરોધી વિડિયાકેસેટ જોયા બાદ ઘણા લોકો ગુટખા ફેંકીદે છે...

રક્ષાબંધન
સ્વાતંત્ર્ય દિન
પર્વ
વિશેષાંક



મહિને પાંચસો રૂપિયાના ગુટખા ખાતા
યુવાને છેવટે વ્યસન છોડ્યું...
બહેવની ગુટખા રાખડી બનાવનાર વેપારી મુસ્લિમ છે...

એક મહિનામાં ગુટકા અને
તમાકુ પર પ્રતિબંધ મુકાશે

એટલેવેના રાજ્યમાં પાનકાઓ અને ગુટખાનું એવનથી વધી

રક્ષાબંધન સ્વાતંત્ર્ય દિવસ



ભાઈ મારો રહે સદા



રક્ષાબંધન અને સ્વાતંત્ર્ય દિન પર્યં

બહેનોની શુભેચ્છા:



મારો ભાઈ રહે સદા,



તંદુરસ્ત, પ્રસન્ન, વ્યસનમુક્ત

મારો દેશ રહે સદા સમૃદ્ધ, ઉન્નત અને આઝાદ.

પ્રેરક : ગુજરાત કેન્સર સોસાયટી અને ગુજરાત સભ્ય આરોગ્ય વિભાગ









Holika Dahan

















COPY OF 'INDIAN EXPRESS' DATED 24th AUGUST 2000

FROM: 'A WELL WISHER':

Meeting, Int. R. Studies, 2000

Copy received from: [unreadable]

Address: [unreadable]

Page: [unreadable]

Tobacco kills 2,200 in India everyday, says report

GANCHETA BHARGA
NEW DELHI, AUG 24

FORTY-FIVE percent men and 7 percent women in India consume tobacco, reports the Tobacco Control Gateway Profile, a monograph that documents the status of tobacco use and abuse in 197 countries across the world. Published by the American Cancer Society in collaboration with World Health Organisation, the US-based Centre for Disease Control and Prevention, and DanishCancer Research, the report was released at the 12th World Conference on Tobacco or Health in Chicago last fortnight.

"Tobacco use is the most significant risk factor for cancer, with tobacco accounting 30 percent of all cancer deaths in the US," John P. Gattuso, Chief Executive Officer, American

Cancer Society, told The Indian Express. He said there was a need for such a report because of the tobacco industry intensifying its marketing efforts in developing countries. "With the market growing rapidly in developing countries, this proportion of tobacco-related deaths will be further," he added.

"Tobacco consumption trends in India are already worrisome. Tobacco is consumed by 200 million people in India and kills 2,200 of its users in India alone every day. Tobacco Control Gateway Profile reports that the total cigarette consumption in India has increased dramatically in the past decade, from 54,867 million sticks in 1990 to 81,511 million sticks in 1997, as per available data.

The WHO paradigm of the four stages of the cigarette epidemic is also explained, which allows each country to see itself in relation to the global pandemic. Countries in the

first stage are in the process of being targeted by cigarette multinationals, and the stage is marked by less than 20 percent men and virtually no women smoking.

India is in stage two, marked by 50 percent men smoking, and a rise in smoking-related diseases, especially in men. India currently has 200 million tobacco users, half of whom will die of a tobacco-related disease in the next few decades.

Stage three marks a decrease in smoking prevalence in both men and women, and an increase in smoking-related deaths. The long-term effects of smoking become apparent in this population, with smoking comprising 15-20 percent of all deaths, three-quarters of them being among men.

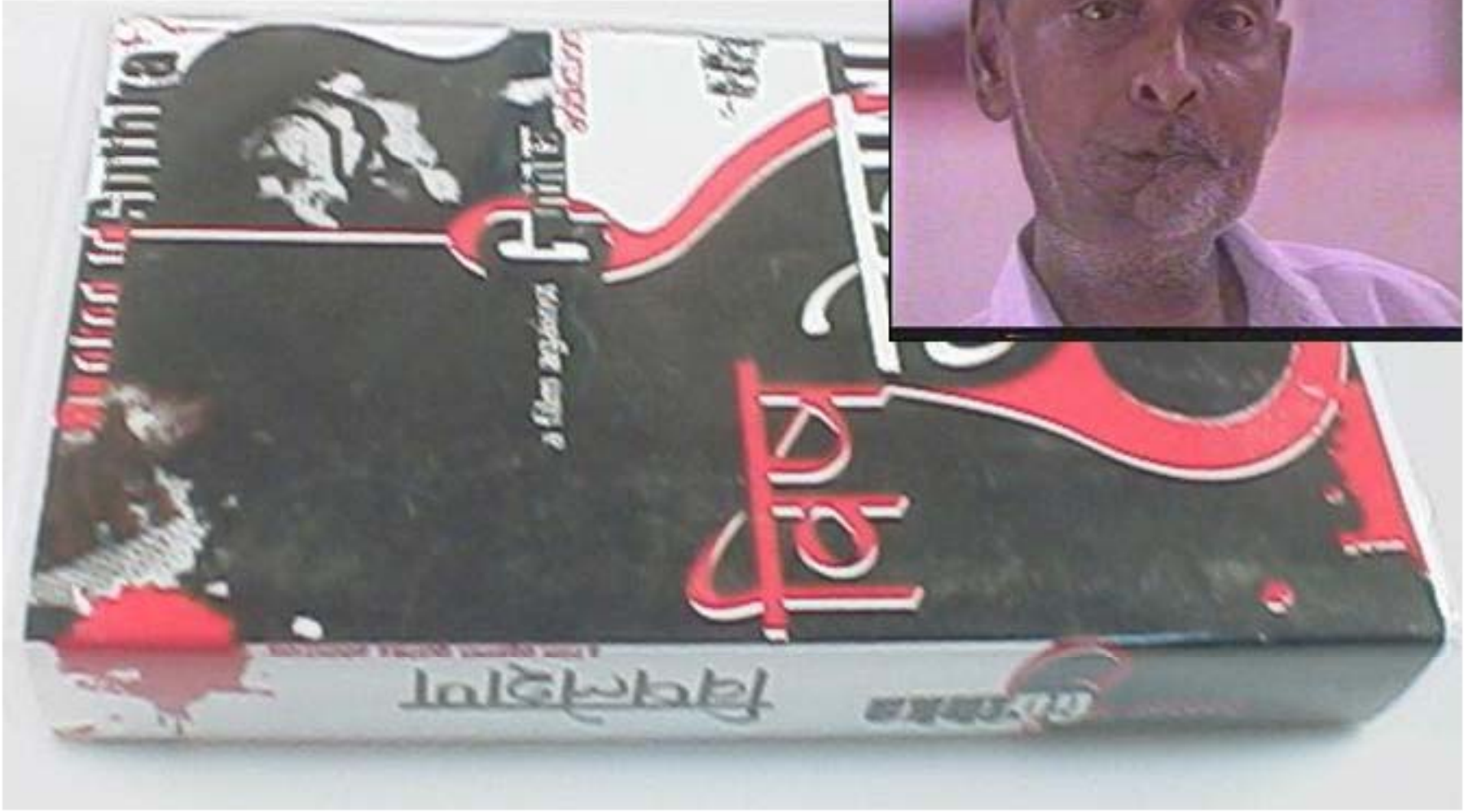
Stage four marks further decrease in smoking rates, with smoke-related diseases

causing 10-25 percent of all deaths (40-60 percent in men), which decrease gradually as tobacco consumption goes down. This paradigm helps countries identify which way they are heading if they don't take immediate steps to control tobacco.

In India, there is no ingredient control, with nicotine and tar levels varying with brands. "An innumerable number of cigarette brands are available in the South East Asia region, with the nicotine and tar content generally being higher in the region than in cigarettes manufactured in the UK or US," said Dr Prakash Gupta from the Mumbai-based Tata Institute of Fundamental Research, one of the research partners of the report. India, which accounts for about 34 percent of tobacco consumed in India, has a smaller amount of tobacco than a cigarette. It delivers 0.7 mg nicotine and 0.8 mg tar per cigarette.

KICK THAT BUTT

School dropout's 'smallest working model of stationary steam engines' to be featured in Limca





















प्रस्ताव

यहाँ उपस्थित गुजरात की विविध महिला संस्थाएँ, कार्यकर्ता और सदस्यो गुजरात की सभी महिलाओ की और से घोषणा करते हैं, कि आज के बाद हम सब अपने घर तम्बाकु के दूषण व धूम्रपान के प्रदूषण से मुक्त रखेंगे। इस के लिए हम सबकी प्रार्थना करते हैं कि हम सब साथ मिलकर सार्वजनिक स्थलो व्यवसाय एवं रोजगार की जगहों, पाठशालाओं और जहाँ युवा इकट्ठे होते हैं उन सभी स्थानो को तम्बाकू के दूषण-

WORLD NO-TOBACCO DAY
३१ मी मे विश्व तमाकु विरोधी दिन
महिलाओनी जहेरसभा

स्थल: ५१११ हेल, केन्सल हॉस्पिटल, रिजिड हॉस्पिटल अस्पताल, अमदावाद
ता: ३१ मी मे, २००१ समय: १०:३० ए.









Slide Show



Ahmedabad Railway Station Anti tobacco day 2000





Quitting smoking-Advantages

- With in 20 minutes-BP and pulse drops to normal,Body temperature increases to normal
- With in 8 hours:CO level in blood drops to normal,O2 level increases to normal
- With in 24 hours:Chance of heart attack decreases
- With in 48 hours: Nerve ending start regrowing – ability to smell and taste enhance

Advantages of quitting smoking

- With in 2 weeks to three months: circulation improve , walking become easier, lung function increases by 30%
- With in 1 to 9 months: Coughing , sinus congestion, fatigue and shortness o breath decrease- Cilia regrow in lungs, increasing ability to handle mucous, clean the lung ,reduce inection

Advantages of quitting smoking

- Within 1 yr : Excess risk of heart attack reduces by half
- Within 5 years lung death rate for average former smoker decrease by almost half—
Stroke risk is reduced to that of a non smoker- risk of mouth cancer ,throat and oesophagus is half that of smoker's

Advantages of quitting smoking

- **With in 10 years:**Lung cancer death rate similar to that of non smokers—
Precancerous ,Risk of cancer of mouth, throat, esophagus, bladder ,kidney and pancreas decreases
- **With in 15 years** :Risk of coronary artery diseases that of non smoker



युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।
युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥

(योग, भाष्यम्, अध्याय, २, श्लोक ४७)

योग्य प्रकारना आहार अने विहार
करनारने दुःख पडतुं नथी, ते स्वस्थ
अने निरामय रहे छे.

आपणे जधा दृष्टुं साथ
तो **केन्सरनो** करुं नाश !