सार्वजनिक आरोग्य विभाग
महाराष्ट्र शासन

राष्ट्रीय तंबाखू नियंत्रण कार्यक्रम

तंबाखू, सुपारी आणि गुटखा, खर्रा सेवनाविषयी तुम्हाला हे माहीत आहे का ?

- तंबाखू सेवन हा भारतीय संस्कृतीचा भाग नाही. सन १६०० च्या सुमारास पोर्तुगीज लोकांनी भारतात तंबाखू आणली आणि कालांतराने तंबाखू सेवनाची सवय लोकांमध्ये जडली.
- तंबाखू, गुटखा आणि सुपारीमध्ये विविध प्रकारचे रासायनिक घटक असतात. या पदार्थांचे सेवन करत असलेल्या महिला आणि पुरुषांमध्ये विविध प्रकारचे कर्करोग होतात, यात प्रामुख्याने तोंडाचा, घशाचा, फुफ्फुसांचा कर्करोग यांचा समावेश आहे.
- तंबाखूजन्य पदार्थांच्या सेवनामुळे हृदयविकार, फुफ्फुसांचे आजार आणि स्ट्रोक यांसारखे आजार होत आहेत.
- तंबाखूजन्य पदार्थांचे सेवन करणाऱ्या पुरुषांमध्ये नपुंसकता दिसून येत आहे, या सवयी मुल न होण्याकरिता कारणीभूत ठरत आहेत.
- कर्करोग होण्यापासून बचाव करण्याकरिता तंबाखूचे सेवन करू नये आणि जर करत असाल तर लवकर या सेवनाचा त्याग करा.
- आपल्या राज्यातील प्रत्येक महिला आणि पुरुष जे तंबाखू, गुटखा आणि सुपारीचे सेवन करत आहे, ते कर्करोग आजार आणि विविध असंसर्गजन्य आजार होण्याच्या उंबरठ्यावर असल्याचे संशोधनात आढळून आले आहे.
- गुटखा, तंबाखू, खर्रा, जर्दा, सिगारेट, विडी, गावठी तंबाखू इत्यादी सर्व घटक हे आरोग्यास हानिकारक आहेत.
- जर का तुमच्या नजीक कोणी धूर सहित तंबाखूचे (सिगारेट, विडी, हुक्का, ई.) सेवन करत आहे आणि तुम्ही त्या धुरास अप्रत्यक्षरित्या सेवन करत आहात, तर सावधान व्हा आणि त्या व्यक्तीस सार्वजनिक ठिकाणी धुम्रपान करण्यास मनाई करा. हा धूर तुमच्या आरोग्यास देखील हानिकारक आहे.
- गर्भवती महिलेच्या जवळपास कोणीही सिगारेट, विडीचे सेवन करणार नाही याची दक्षता घ्या, यामुळे अर्भकाचे वजन कमी होणे तसेच इतर गंभीर परिणाम होवू शकतात !!

तंबाखू मुक्ती मदत केंद्र -टोल फ्री क्र. : १८०० ११ २३५६

तंबाखू, गुटखा, सिगारेट, खैनी, खर्रा तसेच इतर तंबाखू पदार्थ शासकीय कार्यालये / रुग्णालये व सार्वजनिक ठिकाणी सोबत बाळगण्यास व त्यांचे सेवन करण्यास मनाई आहे

शहाणपणा सिगारेट ओढण्यामध्ये नाही... सोडण्यामध्ये आहे !

सार्वजनिक ठिकाणी धुम्रपानावर दंडात्मक कार्यवाही होईल

भारत सरकार, सार्वजनिक आरोग्य विभाग, टाटा मेमोरियल सेंटर जनहितार्थ प्रकाशित

सार्वजनिक आरोग्य विभाग
महाराष्ट्र शासन

राष्ट्रीय तंबाखू नियंत्रण कार्यक्रम

निरोगी आणि आदर्श गाव बनविण्याकरिता आपण सर्वांनी काय करायला हवे ?

- गावातील ३० वर्ष पेक्षा अधिक वय असलेल्या सर्व ग्रामस्थांची आयुष्मान आरोग्य मंदिर येथे मौखिक तपासणी करावी.
- गावातील जे ग्रामस्थ तंबाखू, गुटखा आणि सुपारी चे सेवन करतात, अशा सर्व ग्रामस्थांची नजीकच्या आरोग्य केंद्रात तोंडाची तपासणी करून घ्यावी.
- राज्य शासन आपल्या नजीकच्या आरोग्य केंद्रात तंबाखू, सुपारी, गुटखा, ई. पदार्थांच्या सेवनामुळे होणारे आजाराच्याकरिता मोफत तपासणी करत आहे.
- आपल्या ग्रामसभेअंतर्गत सरपंच, ग्रामसेवक / ग्राम सदस्य आणि वैद्यकीय अधिकारी, आयुष्मान आरोग्य मंदिर प्रत्येक महिन्यात गावातील सर्व महिला आणि पुरुषांसाठी आरोग्य विषयक चांगल्या सवयी आणि तंबाखू मुक्ती करिता बैठक घ्यावी.
- गावात ग्रामसभेच्या आणि आयुष्मान आरोग्य मंदिर येथील अधिकारी यांच्या मदतीने कोटपा कायदा २००३ ची अंमलबजावणी करावी.
- तोंडाचा कर्करोग निदान आणि उपचाराकरिता टाटा मेमोरियल रुग्णालयाच्या समन्वयाने जिल्हा स्तरावर मोफत आरोग्य सेवा देण्यात येत आहेत.

हे कार्यालय तंबाखू मुक्त आहे.

या कार्यालयाच्या आवारात जर कोणी तंबाखूजन्य पदार्थांचे सेवन करत असेल, तर रु. २०० पर्यंत दंड आकारण्यात येईल.

तक्रारीसाठी आणि अधिक माहितीकरिता

नोडल अधिकाऱ्याचे नाव : ______________________

दूरध्वनी क्रमांक : ______________________

तुम्हाला कोटपा कायदा २००३ माहीत आहे का ?

- देशातील तंबाखूजन्य पदार्थांच्या सेवनामुळे होणाऱ्या आरोग्य विषयक, पर्यावरण विषयक आणि सामाजिक दुष्परिणामाला आळा घालण्याकरिता केंद्र शासनाने तंबाखू प्रतिबंध कायदा २००३ केला आहे.
- या कायद्याची प्रमुख कलमे खालीलप्रमाणे आहेत,

	कलम	कायद्याचे उल्लंघन केल्यास शिक्षा व दंड
कलम ४	सार्वजनिक ठिकाणी धुम्रपान करण्यास बंदी आहे	रु. २०० दंड
कलम ५	सिगारेट व अन्य तंबाखूजन्य पदार्थांच्या जाहिरातीवर बंदी करावी	तुरुंगवास आणि रु. १००० व ५००० दंड
कलम ६ अ	१८ वर्षाखालील मुले व मुली यांना सिगारेट आणि इतर तंबाखूजन्य पदार्थांच्या विक्रीवर बंदी आहे	रु. २०० दंड
कलम ६ ब	कोणत्याही शैक्षणिक संस्थेच्या १०० यार्डच्या परिसरात सिगारेट आणि इतर तंबाखूजन्य पदार्थांच्या विक्रीवर बंदी आहे	रु. २०० दंड
कलम ७	सिगारेट आणि इतर तंबाखूजन्य पदार्थांच्या वेष्टनावरील ८५% भागावर धोकादायक चित्रमय इशारा असावा	तुरुंगवास आणि रु. ५००० व १०००० दंड

तंबाखू मुक्ती मदत केंद्र
टोल फ्री क्र. :
१८०० ११ २३५६

तंबाखू, गुटखा, सिगारेट, खैनी, खर्रा तसेच इतर तंबाखू पदार्थ शासकीय कार्यालये / रुग्णालये व सार्वजनिक ठिकाणी सोबत बाळगण्यास व त्यांचे सेवन करण्यास मनाई आहे

शहाणपणा सिगारेट ओढण्यामध्ये नाही... सोडण्यामध्ये आहे !

सार्वजनिक ठिकाणी धुम्रपानावर दंडात्मक कार्यवाही होईल

भारत सरकार, सार्वजनिक आरोग्य विभाग, टाटा मेमोरियल सेंटर जनहितार्थ प्रकाशित