জাতীয় তামাক নিয়ন্ত্রণ কর্মসূচী

স্বাস্থ্যকর্মী সহায়িকা

Choose LIFE. Not Tobacco.

প্রতিদিন ২২০০ এর বেশী ভারতীয় তামাক ব্যবহার জনিত কোনো রোগে মারা যান . . .

স্বাস্থ্য কর্মীরা সাধারণ মানুষদের তামাক পরিহারে সাহায্য করতে পারেন।

তামাক ব্যবহারকারীদের তামাক পরিহারে সাহায্য করা আপনার এক অবশ্য প্রয়োজনীয় কাজ যা তাদের স্বাস্থের উন্নতিতে সহায়ক হবে।

Government of India
Ministry of Health & Family Welfare

National Rural Health Mission

स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय
निर्माण भवन, नई दिल्ली -110108
DIRECTORATE GENERAL OF HEALTH SERVICES
NIRMAN BHAWAN, NEW DELHI - 110108

Date 05.04.2010

Dr. Dinesh Bhatnagar,
Addl. Director General of Health Services
Tel. No. 23061467 / 23061963

FOREWARD

Tobacco use is the leading preventable cause of death in the world. The increased use of tobacco is one of the greatest public health threats. The growing prevalence of tobacco consumption in India is a matter of serious concern. India has enacted a comprehensive legislation "Cigarettes and Other tobacco products (prohibition of Advertisement and Regulation of Trade and Commerce, Production, Supply and Distribution) Act, 2003 to protect the public from ill effects of tobacco use, especially youth and children. India has also played a leading role in the development of WHO Framework Convention on Tobacco Control (FCTC) and is among the first few countries to ratify it.

The Government of India launched National Tobacco Control Programme (NTCP) with a multi-pronged approach for effective tobacco control in the community. The programme is supporting building state and district capacity to effectively implement programme strategies and Anti Tobacco legislation.

The public education is an important component of the programme and needs to be disseminated to the community level. The health workers play an important role in creating public awareness on various issues concerning the health of the community. The health workers play an important role in changing the behavior of individuals and the community at large as they have the access to people at grass root level through the primary health care system.

This Health Worker Guide provides basic knowledge to sensitize the health workers on tobacco problems in India, health effects of tobacco and second hand smoke, provisions under anti tobacco law and their role in educating the communities to bring down the prevalence of tobacco use and protecting people's health by helping them quit tobacco use. The guide is written in simple language with focused messages to be used by the health care workers at primary level of health care delivery system in the country.

It is hoped that the guide will prove as a useful tool in achieving the objective of reducing the prevalence of tobacco use and diseases related to use of tobacco in India.

Dr. Dinesh Bhatnagar

स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय
निर्माण भवन, नई दिल्ली -110108
DIRECTORATE GENERAL OF HEALTH SERVICES
NIRMAN BHAWAN, NEW DELHI - 110108

Date 05-04-2010

Dr. D. C. Jain
Dy. Director General
Tel. 011-23061806

Acknowledgements

Tobacco use is a major risk factors associated with Non-Communicable Diseases. To address this issue, the Government of India launched the National Tobacco Control Programme (NTCP) as a new initiative in 2007-08. One of the components of programme is training of health care workers on harmful effects of tobacco and second hand smoke, provisions under the Cigarettes and Other Tobacco Products Act (COTPA), 2003, and providing help to tobacco users for quitting tobacco use. To train a large number of health care workers systematically, the need for a training module for has been long felt.

This training module has been developed under the esteemed leadership and guidance of Dr. R. K. Srivastava, Director General of Health Services. I am deeply indebted to him for his wholehearted guidance and support in bringing out this module.

I wish to thank Dr. Dinesh Bhatnagar, Additional Director General of Health Services for his guidance and taking a keen interest in the development of this module.

I extend my sincere thanks to Ms. Kelly Larson, Dr. Nevin Wilson and Dr. Rana J Singh of the International Union against Tuberculosis and Lung diseases and Dr. Jagdish Kaur, Chief Medical Officer in the Directorate General of Health Services for their significant contribution and also Dr. Mira Aghi and her team for field testing this module.

I acknowledge with thanks Ms. Vani Kurup who supported in layout and design of this module.

In the end, I record my great appreciation for all those who have provided their inputs and suggestions to finalize this module.

Dr. D.C .Jain

স্বাস্থ্য কর্মীরা সাধারণ মানুষদের তামাক পরিহারে সাহায্য করতে পারেন।

স্বাস্থ্য কর্মীরা সমষ্টির মধ্যে প্রবেশাধিকার প্রাপ্ত- ফলে সমষ্টির মানুষজন আপনাদের কথা শোনেন এবং আপনদের দ্বারা প্রদেয় স্বাস্থ্য সম্পর্কিত উপদেশের উপর যথাযথ গুরুত্ব আরোপ করেন।

স্বাস্থ্যকর ব্যবহারগুলির জনপ্রিয়তার বৃদ্ধি ঘটিয়ে এবং রোগ প্রতিরোধের দ্বারা আপনি আপনার সমষ্টির উন্নতি সাধন করতে সক্ষম।

-- বাড়ীতে বা বাড়ীর বাইরে কোনো ধরনের তামাক ব্যবহার না করা।
-- সমষ্টির মানুষদের তামাক ব্যবহারের কুফল সম্পর্কে অবহিত করা:

সব ধরনের তামাক ক্ষতিকারক
কোনো তামাক জাতীয় পদার্থের নিরাপদ ব্যবহৃত পরিমাপ বলে কিছু হয় না।
বিড়ি সিগারেটের মতই সমান ক্ষতিকারক
পরোক্ষ ধূমপান অনেক ধরনের প্রাণঘাতী রোগের কারণ।
অধূমায়ী তামাকও মুখগহ্বরের ক্যান্সার সহ নানা ধরনের রোগের কারণ।

--- স্বাস্থ্য ও পরিবারের অর্থনৈতিক অবস্থার উপর তামাক ব্যবহারের কুফল সম্পর্কে সচেতনতার বৃদ্ধি ঘটানো এবং তামাক ব্যবহার পরিহারের উপযোগীতা সম্পর্কে সকলকে অবহিত করা।

--- যারা তামাক ব্যবহার পরিহার করতে চান তাদের সাহায্য করা।

--- নিজে তামাক ব্যবহার না করে নিজেকেই মানুষের কাছে উদাহরণ করে তুলুন।

--- আপনার স্বাস্থ্য কেন্দ্র এবং সরকারী অফিস-কাছারি যাতে ধূমপান মুক্ত হয়/থাকে তার জন্য সচেষ্ট হোন।

--- যুবক/যুবতীরা যাতে তামাকে আসক্ত না হয় সেজন্য সচেষ্ট হোন।

--- আপনার স্বাস্থ্য কেন্দ্রের চারপাশে যে সকল বিদ্যালয়গুলি রয়েছে তাদের মাস্টারমশাইদের সাথে কথা বলে তাদেরও আপনার তামাক নিয়ন্ত্রণ কর্মসূচীতে সক্রিয় অংশগ্রহন নিশ্চিত করুন।

তামাক সমন্ধীয় তথ্য

-- তামাক ব্যবহার হল সারা বিশ্বে প্রতিরোধযোগ্য মৃত্যু এবং রোগের প্রধান একক কারণ।

-- সারা বিশ্বে প্রতি বছর প্রায় ৫৫ লক্ষ মানুষ তামাক ব্যবহার জনিত কোনো রোগের কারণে মারা যান।

- ভারতে প্রতিবছর প্রায় ৮ লক্ষ মানুষ তামাক ব্যবহার জনিত কোনো রোগের কারণে মারা যান যা এইডস, যক্ষ্মা ও ম্যালেরিয়াতে মৃত্যুর যোগফলের থেকেও বেশী।
- প্রতিদিন ২২০০ এর বেশী ভারতীয় তামাক ব্যবহার জনিত কোনো রোগে মারা যান।
- ভারতে ১০০ ক্যান্সার চিকিৎসাধীন রোগীর মধ্যে ৪০ টি তামাক ব্যবহার জনিত। প্রায় ৯৫% মুখগহ্বরের ক্যান্সার তামাক ব্যবহারকারীদের মধ্যে দেখতে পাওয়া যায়।
- তামাক ব্যবহার সন্ন্যাস রোগ, হৃদরোগ, ফুসফুসের ক্যান্সার, অন্ধত্ব এবং অন্যান্য রোগের জন্ম দেয়।

তামাক ব্যবহারকারীরা একদিকে যেমন অব্যবহারকারীদের থেকে দশ বছর বড় বলে অনুভব করেন অন্যদিকে মারাও যান ১০ বছর কম বয়সে।

ভারতে প্রচলিত তামাক জাতীয় দ্রব্য

নানা ধরনের ধূমায়ী তামাক যেমন:

বিড়ি সিগারেটের সমান ক্ষতিকারক

বিড়ি

সিগারেট

হুঁকা

সিগারেটের মধ্যে ৪০০০ এর বেশী রাসায়নিক পদার্থ, ২০০ বিষ এবং ৬০ টি ক্যান্সারের কারণ বলে প্রমানিত যৌগের উপস্থিতি লক্ষ্য করা যায়।

নানা ধরনের অধূমায়ী তামাক যেমন: ক্রমাগত চিবাইতে হয় এমন তামাক অর্থাৎ জরদা, খৈনি, গুটখা, তামাকযুক্ত পান মশালা, মাওয়া, মিসরি এবং গুল:

খৈনি

গুটখা

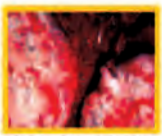
জরদা

তামাক ব্যবহার জনিত প্রধান রোগ সমূহ:

ক্যান্সার সকল:

দীর্ঘস্থায়ী রোগ সকল

মুখগহ্বরের ক্যান্সার



ফুসফুসের ক্যান্সার

যেসব রোগের ঝুঁকি বেশী

- দীর্ঘস্থায়ী শ্বাসকষ্টের লক্ষণ, হাঁপানী, যক্ষ্মা ও ক্রমাগত বুকের সংক্রমণ
- হৃৎপিন্ডের রক্তবহন সম্পর্কিত হৃদরোগ
- ফুসফুসের ক্যান্সার

তামাকের ব্যবহার জনিত কারণে মহিলাদের সমস্যা

- প্রজনন ক্ষমতা হ্রাস
- স্বতঃস্ফূর্ত গর্ভপাত
- কম ওজনের বাচ্চার জন্ম, মৃত শিশুর জন্ম
- গর্ভাশয়ের ক্যান্সার

ধূমপান জনিত পচনশীল ক্ষত

সূত্র: US Department of Health and Human Services. The health consequences of smoking: a report of the Surgeon General. Atlanta, US Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, Atlanta, 2004. (http://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/sgr_2004/chapters.htm, accessed 5 December 2007).

তামাক কাউকে ছাড়ে না - পরোক্ষ ধূমপান প্রাণঘাতী

অন্যের বিড়ির বা সিগারেটের ধোঁয়া নিঃশ্বাসে নেওয়া কে পরোক্ষ ধূমপান বলে।

পরোক্ষ ধূমপান সবার ক্ষতিকরে- অধূমপায়ী প্রাপ্তবয়স্ক মানুষ, যুবক/যুবতী, কিশোর/কিশোরী, শিশু- সবার।

পরোক্ষ ধূমপানের কারণে রোগ সকল:

যেসব রোগের ঝুঁকি বেশী
- দীর্ঘস্থায়ী শ্বাসকষ্টের লক্ষণ, হাঁপানী, যক্ষ্মা ও ক্রমাগত বুকের সংক্রমণ
- হৃৎপিন্ডের রক্তবহন সম্পর্কিত হৃদ-রাগ ফুসফুসের ক্যান্সার
- হঠাৎ করে কোলের শিশুর মৃত্যু সংক্রান্ত লক্ষণসমূহ

পরোক্ষ ধূমপানের কারণে মহিলাদের সমস্যা
- প্রজনন ক্ষমতা হ্রাস
- কম ওজনের বাচ্চার জন্ম, মৃত শিশুর জন্ম
- গর্ভাশয়ের ক্যান্সার

তামাক পরিত্যাগ

স্বাস্থ্যকর্মীরা কোনো ধরনের তামাক ব্যবহার করবেন না এমনকি একান্তেও।

স্বাস্থ্যকর্মীরা সমষ্টির প্রত্যেক মানুষকে প্রশ্ন করবেন যে তিনি ধূমপান করেন কিনা বা ক্রমাগত চিবাইতে হয় এমন তামাক ব্যবহার করেন কিনা। সুস্পষ্ট, শক্তিশালী এবং ব্যক্তি মানুষ সংশ্লিষ্ট উপদেশ প্রদান করে প্রত্যেক তামাক ব্যবহারকারী কে তা পরিহার করতে অনুরোধ করবেন।

যারা তামাক বর্জনে অনাগ্রহী তাদেরকে স্বাস্থ্যকর্মীরা নিয়ত তামাক ব্যবহারের কুফল সম্পর্কে অবহিত করবেন এবং পারিবারিক অর্থনীতির উপর তামাক ব্যবহারের ফলাফল সম্পর্কে জানাবেন। উদাহরণস্বরূপ বলা যেতে পারে যে তামাক ব্যবহারের জন্য যে টাকা খরচ হয় সেই টাকায় প্রয়োজনীয় জিনিস যেমন ভালো খাবার, কাপড়-জামা, বাচ্চাদের আরো ভালো শিক্ষার ব্যবস্থা করা যেতে পারে।

'আপনার স্বাস্থ্যকর্মী এবং আপনার স্বাস্থ্যের শুভচিন্তক হিসেবে আপনাকে তামাক পরিহারে সাহায্য করতে চাই কারণ তামাক পরিত্যাগ করা আপনার ও আপনার চারপাশে যেসব মানুষ রয়েছেন তাদের স্বাস্থ্যের পক্ষে এক অত্যাবশ্যক পদক্ষেপ'। আপনার স্বাস্থ্যকর্মী হিসেবে আপনাকে আমি জানাতে চাই যে তামাক পরিত্যাগে আপনি দীর্ঘ ও স্বাস্থ্যোজ্জ্বল জীবন লাভ করবেন। এর দ্বারা আপনি আপনার চারপাশে যে মানুষজন রয়েছেন তাদেরও স্বাস্থ্য রক্ষা করতে সক্ষম হবেন। আপনার স্বাস্থ্যকর্মী হিসেবে আমি চাই যে আপনি যত দ্রুত সম্ভব তামাক পরিহার করুন- যত তাড়াতাড়ি আপনি তামাক ছাড়বেন তত তাড়াতাড়ি আপনি সুস্থ/ভালো বোধ করবেন। তামাক পরিত্যাগের ঠিক পরপরই আপনার স্বাস্থ্যের উন্নতি ঘটতে শুরু হবে।

আপনার স্বাস্থ্যকর্মী হিসেবে আপনাকে আমি জানাতে চাই যে তামাক পরিহারে আপনার বয়স কোনো বাধা নয়- যে কোনো বয়সেই তামাক পরিত্যাগ আপনার স্বাস্থ্যের উন্নতি ঘটায়। আপনার স্বাস্থ্যকর্মী হিসেবে আপনাকে আমি জানাতে চাই যে আপনি যখন তামাক ছাড়তে চাইবেন, জানবেন আমি আপনার পাশে আছি সেই বিষয়ে আপনাকে যথাবিহিত সাহায্য করার জন্য।

তামাক পরিহারের সুফল:

তামাক পরিত্যাগে আপনার খাবারের স্বাদ ভালো লাগবে এবং আপনি অনেক সুস্থ বোধ করবেন।

তামাক পরিহারের ২ঘন্টা পর - নিকোটিনের প্রভাব দূর হবে।

১২ঘন্টা পর - রক্তে কার্বন মনোক্সাইডের মাত্রা স্বাভাবিক হয়। ফুসফুসের কার্যকারীতা বৃদ্ধি পেতে থাকে।

২ দিন পর - ঘ্রাণশক্তির উন্নতি ঘটে; শারিরীক কার্যকলাপ করা সহজ হয়, এবং ফুসফুসে আরো বেশী বাতাস প্রবেশ করে।

২ মাস পর - ফুসফুসের কর্মক্ষমতা বৃদ্ধি পায় এবং তা কফ তুলতে সক্ষম হয়। শরীরের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গে রক্ত সঞ্চালনের উন্নতি ঘটে।

১২ মাস পর - বর্তমান ধূমপায়ীদের থেকে হৃদরোগের ঝুঁকি অর্ধেক কমে যায়।

১০ বছর পর - বর্তমান ধূমপায়ীদের থেকে ফুসফুসের ক্যান্সারের সম্ভাবনা অর্ধেকের-ও কম হয়।

১৫ বছর পর - হৃদরোগ ও সন্ন্যাস রোগে আক্রান্ত হবার ঝুঁকি যিনি জীবনে কখনো ধূমপান করেননি তার সমান হয়ে যায়।

তামাক পরিত্যাগ করার কিছু সম্ভাব্য উপায়:

- সঙ্কল্প করা
- তামাক পরিত্যাগ করার নির্দিষ্ট তারিখ ঠিক করা এবং তাতে স্থির থাকা
- তামাক জাতীয় দ্রব্য, লাইটার, দেশলাই এবং ছাইদানি ফেলে দিন। আপনার এগুলোর আর কোনো প্রয়োজন নেই।
- আপনার পরিবারকে জানান যে আপনি তামাক ছাড়ছেন। এ কাজে আপনাকে উৎসাহিত করার জন্য তাদের সাহায্য চান। যেসব পরিস্থিতিতে আপনি তামাক ব্যবহার করার জন্য উৎসুক হন।
- সেই সব পরিস্থিতিগুলি চিহ্নিত করে তা এড়িয়ে চলুন। উদাহরণস্বরূপ বলা যেতে পারে- বিড়ির দোকান বা আপনার সামনে ধূমপান/তামাক ব্যবহার।

অল্পবয়স্কদের রক্ষা করা

অনেক অল্পবয়স্করা তামাক ব্যবহার করা শুরু করছে।

ছেলেরা মেয়েদের থেকে অনেক বেশী তামাক ব্যবহার করে। কিন্তু মেয়েদের মধ্যে তামাক ব্যবহারের প্রচলন বাড়ছে।

আজকের ১০০ জন ধূমপায়ী কিশোর-কিশোরীদের মধ্যে ৫০ জন বাস্তবিকই তামাক ব্যবহার জনিত কোনো রোগের কারণে মারা যাবে যদি না তারা তা পরিত্যাগ করে।

স্বাস্থ্যকর্মীরা অল্পবয়স্কদের স্বচ্ছ, শক্তিশালী ও ব্যক্তিকেন্দ্রিক পরামর্শ দেবেন এবং তামাক ব্যবহারের সমস্যাগুলি সম্পর্কে অবহিত করবেন।

যখন অল্পবয়স্করা ধূমপান বা তামাক খান তারা:

- দৈহিক কাজ করার সময় বা পরে পরিশ্রম করার শক্তি কমে যাওয়া অনুভব করে।
- নি:শ্বাস নেওয়া, দৌড়োবার বা খেলাধূলার সময় সমস্যা হয়।
- সহজেই হাঁপিয়ে যায়।

আপনার স্বাস্থ্যকর্মী হিসেবে আমি বলছি যে -

আপনি হয়ত ভাবছেন যে ধূমপান আপনাকে হালফ্যাশন-দোরস্ত বা অনুত্তেজিত দেখাতে সাহায্য করে কিন্তু এর ব্যবহারের ফলে আপনি পুরুষত্বহীন/বন্ধ্যা হয়ে যেতে পারেন।

ধূমপান এবং তামাকের ব্যবহারের ফলে দাঁতে ছোপ পড়ে ও মুখে দুর্গন্ধ হয়।

ধূমপান এবং তামাকের ব্যবহারের ফলে দেহের চামড়া ও চুল শুকিয়ে যায়। ঐ সকল ব্যবহারের ফলে বলিরেখার সৃষ্টি হয় বলে মনে করা হয়।

ভারতবর্ষে তামাক নিয়ন্ত্রণ আইন

তামাক ব্যবহারের ভয়ংকর অস্বাস্থ্যকর প্রভাব থেকে মানুষদের রক্ষা করার জন্য ভারত সরকার জাতীয় তামাক নিয়ন্ত্রন আইন লাগু করেছেন যার নাম হল: সিগারেট এবং অন্য তামাকজাত দ্রব্য সমূহ (বিজ্ঞাপন নিষিদ্ধকরণ, এবং ব্যবসা বাণিজ্য উৎপাদন, সরবরাহ এবং বিতরণের নিয়ন্ত্রণ) আইন ২০০৩ (কোটপা)।

যে সকল কাজগুলি আইনবিরুদ্ধ সেগুলি হল:

- সর্বজনীন স্থান তথা কর্মক্ষেত্রে ধূমপান
- তামাক জাতীয় দ্রব্যের বিজ্ঞাপন
- ১৮ বছরের কম বয়সীদের তামাক জাতীয় দ্রব্য বেচা-কেনা করা
- বিদ্যালয় এবং মহাবিদ্যালয়ের ১০০ গজের ব্যাসার্ধে তামাক জাতীয় দ্রব্য বিক্রয়।
- নির্দিষ্ট সতর্কতামূলক ছবি ও বাণী ছাড়া তামাক জাতীয় দ্রব্য বিক্রয় করা।

প্রত্যেকটি সর্বজনীন স্থানের প্রবেশ পথে বা দৃষ্টি আকর্ষণকারী স্থান সমূহের মধ্যে সতর্কবাণী (ধূমপান রহিত ক্ষেত্র) যুক্ত প্রদর্শন বোর্ড লক্ষণীয়ভাবে প্রদর্শিত করতে হবে।

ডাকঘর

সরকারী অফিস

রেস্তোঁরা

স্বাস্থ্যকেন্দ্র

আইনের (কোটপা) ধারা	আইনি প্রতিবিধান
৪ নং ধারা	সর্বজনীন স্থানে ধূমপান নিষিদ্ধ
৫ নং ধারা	সিগারেট ও অন্যান্য তামাক জাতীয় দ্রব্যের বিজ্ঞাপন নিষিদ্ধ
৬ নং ধারা	১৮ বছর বা তার কম বয়সীদের এবং শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ১০০ গজ ব্যাসার্ধের মধ্যে সিগারেট ও অন্যান্য তামাক জাতীয় দ্রব্যের বেচা-কেনা নিষিদ্ধ
৭, ৮, ও ৯ নং ধারা	নির্দিষ্ট সতর্কতামূলক ছবি ও বাণী ছাড়া সিগারেট ও অন্যান্য তামাক জাতীয় দ্রব্যের বিক্রয় নিষিদ্ধ।

আইন অবমাননায় অভিযোগ জানান:

ডা:/শ্রী/শ্রীমতী...

(মনোনীত সংযোগকারী আধিকারিক- তামাক নিয়ন্ত্রণ)

স্থানের নাম/প্রতিষ্ঠান/গৃহভূমি নম্বর: ....

....

দূরভাষ: ....

আইন অবমাননায় জাতীয় সহায়তা কেন্দ্রেও অভিযোগ জানাতে পারেন: ১৮০০-১১০-৪৫৬

কোটপা বিধিনিয়ম লঙ্ঘনের শাস্তি:

আইনের (কোটপা) ধারা	শাস্তি (অর্থদন্ড বা কারারুদ্ধ করা বা দুইই একসাথে)
৪ নং ধারা: সর্বজনীন স্থানে ধূমপান নিষিদ্ধ।	ক। লঙ্ঘনকারী ব্যক্তিদের- ২০০ টাকা পর্যন্ত জরিমানা খ। মালিক, ব্যবস্থাপক বা দায়িত্বপ্রাপ্ত আধিকারিক: সর্বজনীন স্থানে ব্যক্তি বিশেষ দ্বারা যতগুলি নিয়ম লঙ্ঘন হয়েছে এবং তার জন্য জরিমানা হয়েছে তার যোগফল।
৫ নং ধারা: সিগারেট ও অন্যান্য তামাক জাতীয় দ্রব্যের বিজ্ঞাপন নিষিদ্ধ	ক। প্রথমবার নিয়ম লঙ্ঘনে: ২ বছর/ ১০০০ টাকা খ। দ্বিতীয়বার নিয়ম লঙ্ঘনে: ৫ বছর/ ৫০০০ টাকা
৬ নং ধারা: ১৮ বছর বা তার কম বয়সীদের এবং শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ১০০ গজ ব্যাসার্ধের মধ্যে সিগারেট ও অন্যান্য তামাক জাতীয় দ্রব্যের বেচা-কেনা নিষিদ্ধ	- ২০০ টাকা পর্যন্ত জরিমানা
৭, ৮, ও ৯ নং ধারা: নির্দিষ্ট সতর্কতামূলক ছবি ও বাণী ছাড়া সিগারেট ও অন্যান্য তামাক জাতীয় দ্রব্যের বিক্রয় নিষিদ্ধ।	১। উৎপাদক/কারখানা মালিক ক। প্রথমবার নিয়ম লঙ্ঘনে: ২ বছর/ ৫০০০ টাকা খ। দ্বিতীয়বার নিয়ম লঙ্ঘনে: ৫ বছর/ ১০০০০ টাকা ২। বিক্রেতা/খুচরা বিক্রেতা: ক। প্রথমবার নিয়ম লঙ্ঘনে: ১ বছর/ ১০০০ টাকা খ। দ্বিতীয়বার নিয়ম লঙ্ঘনে: ২ বছর/ ৩০০০ টাকা

EDITORIAL BOARD

Chief Editor: Dr. R.K. Srivastava, Director General of Health Services, Government of India

Editors: Dr. Dinesh Bhatnagar, Additional Director General of Health Services, Government of India

Dr. D.C. Jain, Deputy Director General of Health Services, Government of India

Dr. Jagdish Kaur, Chief Medical Officer, Directorate General of Health Services, Government of India

Dr. Nevin C. Wilson, Director, The Union South-East Asia Office, International Union Against Tuberculosis and Lung Disease

Dr. Mira B. Aghi, Behavioural Consultant and Communications Expert

বাংলায় ভাবানুবাদ: নির্মাল্য মুখোপাধ্যায়, পরিকল্পনা আধিকারিক, মান্ট, কলকাতা, দুরভাষ: ০৩৩-২৪৮৪ ৮৪৮৪/২৪৮৪ ৮৯৭৭
ইমেল: **mant.kolkata@gmail.com** ওয়েব: **www.mant.org.in**

*For further inquiries, please contact: **National Tobacco Control Cell**, Ministry of Health & Family Welfare, Room No. 352, A-Wing, Nirman Bhawan, Maulana Azad Road, New Delhi-110108*

Government of India
Ministry of Health & Family Welfare

Sources:

The Cigarettes And Other Tobacco Products (Prohibition of Advertisement and Regulation of Trade and Commerce, Production, Supply and Distribution) Act 2003 (COTPA) and the Smoke Free Public Place Rules notified vide GSR 417(E) dated 30 May 2008. Government of India.

Gupta PC, Asma S (eds.). Bidi Smoking and Public Health, New Delhi: Ministry of Health & Family Welfare, Government of India, 2008.

Reddy KS, Gupta PC (eds.). Report on Tobacco Control in India. New Delhi: Ministry of Health & Family Welfare, Government of India, 2004.

Developed by the Directorate General of Health Services in collaboration with the International Union Against Tuberculosis and Lung Disease (The Union)

April 2010