आंतरराष्ट्रीय बहुभाषिक शोध पत्रिका

प्रिंटिंग एरिया

Printing Area International Interdisciplinary Research Journal in Marathi, Hindi & English Languages

October 2022, Issue-94, Vol-03

Editor

Dr. Bapu g. Gholap

(M.A.Mar.& Pol.Sci.,B.Ed.Ph.D.NET.)

"Printed by: **Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.** Published by **Ghodke Archana Rajendra** & Printed & published at Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.,At.Post. Limbaganesh Dist,Beed -431122 (Maharashtra) and Editor **Dr. Gholap Bapu Ganpat.**

Reg.No.U74120 MH2013 PTC 251205

Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.

At.Post.Limbaganesh,Tq.Dist.Beed

Pin-431126 (Maharashtra) Cell:07588057695,09850203295

harshwardhanpubli@gmail.com, vidyawarta@gmail.com

All Types Educational & Reference Book Publisher & Distributors / www.vidyawarta.com

14) जातक कथा आणि बोधिसत्व संकल्पना
प्रा. डॉ. भिक्खू एम. सत्यपाल स्थवीर & ढिवरे वैशाली देवराम, औरंगाबाद ||69

15) दलित कवितेतील प्रेयसी
प्रा. संजय विष्णू साठे, टेंभुर्णी ||72

16) आधुनिक भारताचे शिल्पकार : महाराजा सयाजीराव गायकवाड
प्रा.डॉ. प्रवीण ताटे देशमुख, ता. बारामती ||78

17) तंबाखू मुक्त समाज काळाची गरज
प्रा.डॉ.भिमराव प्रल्हाद उबाळे, जि.बुलडाणा ||83

18) जागतिकीकरण आणि भारतीय लोकशाहीसमोरील आव्हाने (Globalisation and ...
राजीव विनायकराव वाघ, औरंगाबाद ||86

19) कबीर दास के काव्य में सामाजिक चेतना एवं दार्शनिक विचार का एक अध्ययन
प्रो० अनु कुमारी, हजारीबाग ||90

20) विशिष्ट बालकों का व्यक्तित्व अध्ययन (दिव्यांग बच्चों के संदर्भ में)
डा० एस० सी० बहुगुणा, गढ़वाल, उत्तराखंड ||93

21) सिनेमा और हिंदी साहित्य : परस्पर भूमिकाएं
डॉ.मुकेश भार्गव, इंदौर, म.प्र. ||95

22) गंगाप्रसाद विमल के कथा साहित्य में आर्थिक मूल्य
डा. एस. एस. देसाई, चडचण, कर्नाटक ||98

23) ''पटकथा'' में अभिव्यक्त सामाजिक – राजनीतिक व्यंग्य
डॉ. परविंदर कौर महाजन(कोल्हापुरे), नांदेड़ ||102

24) विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर योग के प्रभाव का अध्ययन
डॉ. प्रेम पाल सिंह & अमित कुमार आर्य, बरेली, उ०प्र० ||105

25) मिड–डे मील योजना का छात्र–छात्राओं के स्वास्थ्य पर प्रभाव
सुनीता कुमारी, दरभंगा ||108

26) आजादी के बाद खेतिहर आन्दोलन
प्रो० सुरेश महतो, हजारीबाग ||110

www.vidyawarta.com/03 | http://www.printingarea.blogspot.com

इंग्रजांना सडेतोड उत्तर देणारे राष्ट्रप्रेमी, इंग्रजांशी मुत्सद्दीगिरीने वागून त्यांना काही बाबतीत नामोहरम करणारे धोरणी संस्थानिक, इंग्रजांचा विचारांनी पराभव करणारे विचारवंत राजे, जीवनात साधन शुचितेचा आग्रह धरणारे कर्मवीर आणि असे इतर अनेक गुण त्यांच्या तत्वात होते. अशी किती तरी विशेषणे लावूनही ज्यांचे व्यक्तीमत्त्व आवाक्यात येत नाही असे हे महाराजा सयाजीराव खऱ्या अर्थाने आधुनिक भारताचे शिल्पकार होते.

स्वतंत्र भारतातील अनेक योजनांचे मूळ सयाजीरावांच्या राज्यकारभारात आपणास पहावयास मिळते. लोकमान्य टिळक महाराजांबद्दल म्हणतात की, बडोदे हे भारतातील महान व्यक्ती तयार करण्याचे ट्रेनिंग स्कूल व भावी स्वतंत्र भारताची प्रयोगशाळा आहे. स्वतंत्र भारताची शासन व्यवस्था कशी असावी, याचे प्रयोग सयाजीराव महाराज करत आहेत. हे लोकमान्य टिळक यांचे मत नक्कीच आज भारताचे शिल्पकार म्हणून सयाजीरावांचे महत्व अधोरेखित करणारे आहे. कारण भारतातील अनेक विधायक गोष्टींची सुरुवात महाराजा सयाजीरावांनी केलेली दिसून येते. म्हणूनच भारतातील शेवटचा आदर्श राजा म्हणजे महाराजा सयाजीराव गायकवाड हे होत .... !

संदर्भ :

१) भांड बाबा औरंगाबाद, 'महाराजा सयाजीराव विचारधन', साकेत प्रकाशन, २०१३.

२) वरखेडे रमेश, 'महाराजा सयाजीराव गायकवाड यांचा भाषणसंग्रह' भाग –२, महाराजा सयाजीराव चरित्र साधने प्रकाशन समिती, औरंगाबाद २०१६–२०१७

३) भांड बाबा व डॉ. मगर राजेंद्र(संपादक), 'समाजशिल्पशास्त्रज्ञ सयाजीरावांची ओळख' महाराजा सयाजीराव गायकवाड चरित्र साधने प्रकाशन समिती, औरंगाबाद २०१६ .

४) भांड बाबा, 'आधुनिक भारताचे शिल्पकार' महाराजा सयाजीराव गायकवाड चरित्र साधने प्रकाशन समिती औरंगाबाद २०१६

५) पगार एकनाथ, 'महाराजा सयाजीराव गायकवाड यांचा पत्रसंग्रह' भाग २, महाराजा सयाजीराव गायकवाड चरित्र साधने प्रकाशन समिती, औरंगाबाद –२०१७

17

तंबाखू मुक्त समाज काळाची गरज

प्रा.डॉ.भिमराव प्रल्हाद उबाळे
समाजशास्त्र विभाग,
संत भगवान बाबा कला महाविद्यालय सिंदखेड राजा, जि.बुलडाणा

****

सारांश :

भारतीय समाज व्यवस्थेत फक्त मद्यपानाच्या समस्येला गंभिर समस्या मानली गेली आहे. मादक द्रव्यांचे सेवन देखिल समाजात तितकेच भयंकर झाले आहे. या मादक द्रव्यांमध्ये गांजा, चरस, भांग, अफिम, कोकीन, मार्फिन, पेथोडीन, एश्चिरीन, ब्राउन शुगर, स्मॅक, एल.एस.डी., हिरॉइन इ. पदार्थांच्या सेवनाचे घातक परिणाम भारतासह जगातील सर्वच देशांना भेडसावत आहेत. या व्यसनांना आवर घालण्यावर व या पदार्थावर त्याच्या विक्री व उत्पादनांवर अनेक निर्बंध लावल्या जात आहेत. त्यांच्या विघातक परिणामाची समाजाला जाणीव करुन दिली जात आहे. या पदार्थांच्या सेवनामुळे अनेक व्यक्ती व कुटुंब उध्वस्त झाले आहे.

प्रस्तावणा

तंबाखू व तंबाखू जन्य पदार्थाच्या सेवनाने देखिल आज अनेक घातक अशा समस्या निर्माण केल्या आहेत. तंबाखू सुरूवातीस एक मज्जा किंवा नवल, कुतुहल म्हणून खाल्ली जाते. वडीलधाऱ्या लोकांचे किंवा समाजातील व्यसनी लोकांच्या प्रवृत्तीचे अनुकरन करुन खाल्ली जाते. तंबाखू सेवनाने काही होत नाही. आपण दुसरे कोणतेच व्यसन करीत नाही, त्यामुळे तंबाखू खाण्यास हरकत नाही. मेल्यानंतर काय हिशोब द्यायचा, आयुष्य पुन्हा मिळत नाही. त्यामुळे मज्जा कधी करायची असे वेगवेगळे कारणे सांगून व्यक्ती स्वतःच तंबाखू खाण्यास सुरूवात करतो.

आधुनिक काळात तर तंबाखू सेवन ही समस्याच मानली जात नाही. बऱ्याच कुटुंबात आई, वडील आणि त्यांची मुले हे सर्वच तंबाखू चे सेवन करतांना दिसून येतात. स्वतः जवळ तंबाखू नसली तर ते परस्परांकडून घेवून तिचे सेवन करतात. गावातही जेष्ठ व्यक्ती आणि मुलांमध्ये सर्रास तंबाखू ची देवाण-घेवाण होते. त्यात कसली समस्या त्यांना वाटत नाही. एकंदरीत तंबाखू सेवन हे समाजमान्य

झाल्याचे चित्र सर्वत्र दिसून येते.

तंबाखू मध्ये ४००० रासायनिक रसायने असतात. यातील निकोटीन हा घटक अत्यंत घातक आहे. निकोटीन हा घटक किंवा रसायन मानवाला तंबाखूचे सेवन करण्यास भाग पाडतो. निकोटीन हे मानवाच्या छोट्या मेंदूवर परिणाम करते. तंबाखू च्या नियमित सेवनाने कर्करोग होवू शकतो अशी सूचना तंबाखूच्या पाकीटावर लिहिलेली असते. एकदा जिभेला आणि शरीराला तंबाखूची सवय लागली की त्याची शरीराला तलफ लागल्या शिवाय राहत नाही. समाजात तंबाखूचे सेवन विविध प्रकारे होते. उदा. चघळून (पान, विडा, खर्रा, गुटखा, खैनी इ.) धुम्रपान (विडी, शिगारेट, हुक्का, चिलिम इ.) नाकाव्दारे तपकीरी ओढून अथवा दंतमंजन स्वरुपात मशेरी. व्यक्ती यापैकी कोणत्याही स्वरुपात तंबाखूचे सेवन करतांना आढळून येतात.

जगभरामध्ये मृत्युच्या प्रमुख कारणांपैकी तंबाखू हे एक प्रमुख कारण आहे. दरवर्षी जगभरामध्ये सर्वसाधारण ८० लाख लोकांचा तंबाखूच्या सेवनामुळे मृत्यु होतो. त्यापैकी ८०% लोक विकसनशिल देशातील असतात. तंबाखू मध्ये ७००० रसायने असतात आणि त्यामध्ये मोठ्या प्रमाणात कर्ककारक असल्याचे सिध्द झाले आहे. कर्करोग, हृदयरोग, पक्षघात आणि फुफ्फुसाचे आजार यासारख्या अनेक जुनाट किंवा असंसर्गजन्य आजारामध्ये तंबाखू हा एक प्रमुख घटक आहे. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या निकषानुसार २०१६ मध्ये ७०% पेक्षाप जास्त मृत्यु हे असंसर्गजन्य आजारामुळे झाले आहेत. क्षयरोग, अपघात, खुन, आत्महत्या, एड्स आणि मलेरिया या सर्वांमुळे एकत्रितपणे होणाऱ्या मृत्युपेक्षा ही तंबाखूच्या सेवनामुळे जास्त मृत्यु झाले आहेत. संपूर्ण जगात तंबाखू सेवनाचे प्रमाणे एवढे वाढले आहे की, त्यामुळे जगात दर ८ सेकंदाला एक मृत्यु होत आहे.

१ जानेवारी हा जागतिक धुम्रपान दिन म्हणून पाळला जातो. भारतीय संसदने २००३ मध्ये सिगारेट आणि इतर तंबाखूजन्य उत्पादने अधिनियम (COTPA) कायदा बनविला. ज्या नुसार सार्वजनिक ठिकाणी व शासकीय संस्थामध्ये धुम्रपानाबाबत कायदेशीर नियम आणि तंबाखूच्या उत्पादनाच्या विक्री व लेबल्स बाबत मार्गदर्शक तत्वे निश्चित करण्यात आली.

तंबाखू उत्पादनामध्ये तसेच तंबाखूचे सेवन करण्यामध्ये भारत जगात दुसऱ्या क्रमांकावर आहे. जगातील ९% तंबाखू उत्पादन भारतात होते. तसेच तंबाखूच्या शेतीसाठी १०% क्षेत्र भारतात आहे. म्हणजेच जवळपास ४ लाख हेक्टर भुभाग तंबाखूच्या शेतीसाठी उपयोगात आणला जातो. भारतात २४.३% पुरूष आणि २.९% स्त्रीया तंबाखू चे सेवन करतात व दरोज २५०० लोकांचा मृत्यु तंबाखूमुळे होतो. तर दरवर्षी १० लाखापेक्षा अधिक लोक तंबाखूमुळे मरतात.

तंबाखू सेवनाने होणारे आजार :

१) धुम्रपान किंवा तंबाखू सेवनाने फुफ्फुसाचे आजार जडतात.
२) रक्तदाब अचानक वाढू लागतो.
३) छातीचे दुखने सुरू होते.
४) हृदयविकाराचा झटका येण्याचे प्रमाण वाढते.
५) मेंदूचा विकार होतो.
६) पायाचे गॅंगरीन रोग होतात.
७) तंबाखूच्या सेवनाने तोंडाचा, घशाचा, किडणीचा कर्करोग होवू शकतो.

तंबाखू किंवा धुम्रपानात आढळणारी काही विषारी रसायने :

१) निकोटीन - नशा आणणारे रसायन आहे. शरीरात निकोटीनचे प्रमाण कमी झाल्यास व्यक्ती बैचेन होतो. पुन्हा-पुन्हा तंबाखूजन्य पदार्थाचे सेवन करण्याची इच्छा होते.
२) हायड्रोजन सायनाइड - विषगृहात प्रयोगात येणारा विषारी वायु.
३) अमोनिया - फरशी, स्वच्छतागृहे इ. स्वच्छ करण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या द्रव्यातील रसायन.
४) आर्सेनिक - मुंग्यांना मारण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या द्रव्यातील विषारी रसायन.
५) नेप्थेलिन - कपड्यातील किटाणूंना मारण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या गोळ्यात असणारे रसायन.
६) कॅडमियम - कारच्या बॅटरीत आढळणारे रसायन.
७) ॲसिटोन - भिंतीवरील रंग काढण्यासाठी वापरण्यात येणाऱ्या द्रव्यातील रसायन.
८) कार्बन मोनोक्साईड - कारच्या धुरातील विषारी वायु.
९) डीडीटी - किड्यांना मारण्यासाठी वापरण्यात येणारे रसायन.
१०) बुटेन - इंधन म्हणून वापरण्यात येते.

या सारख्या अत्यंत घातक अशा विषारी रसायनांचा तंबाखू व तंबाखूजन्य उत्पादनात वापर केला जातो. जो मानवी आरोग्यास अत्यंत घातक आहे. त्यामुळे समाजात अनेक रोगांचे व मृत्युचे प्रमाण वाढले आहे.

तंबाखू सेवनाचे दुष्परिणाम :

तंबाखू सेवनाचे अत्यंत घातक व विपरीत परिणाम मानवी समाजावर होत आहेत ते खालील प्रमाणे :

१) कॅन्सर म्हणजे कर्करोग होतो. यामध्ये तोंडाचा कॅरोग, ओठाचा कॅरोग, जबड्याचा, फुफ्फुसाचा, घशाचा, किडणीचा व तुत्राशयाचा कॅन्सर तंबाखू सेवनाने होतो.
२) तंबाखू व तंबाखू जन्य पदार्थांच्या सेवनामुळे दात सडतात. हिरड्यांना इजा होवून दात निकामी होतात. त्यांची मजबुती नष्ट होते. दातांवर

पिवळे डाग पडतात.

३) ९०% फुफ्फुसाचे कॅन्सर आणि इतर कॅन्सर होण्याचे कारण तंबाखू सेवन व धूम्रपान आहे.

४) वास घेण्याची क्षमता कमी होते, मुखाची दुर्गंधी येते.

५) अति तंबाखू सेवन व धूम्रपानाने टि.बी. रोग सुध्दा होवू शकतो.

६) तंबाखूच्या नियमित व अतिसेवनाने चेहऱ्यावर सुरकुत्या पडतात शरीरात अशक्तपणा वाढतो, हाडे ठिसूळ होतात. तसेच रोगप्रतिकार शक्ती कमी होवू लागते.

७) तंबाखू शरीरातील धमण्यांच्या पापुद्रयाला नुकसान पोहचवते.

८) डोळ्यामध्ये जळजळ होते, डोळ्यातून पाणी येते, डोळ्याभोवती काळी वर्तुळे येतात.

९) अचानक दक्तदाब वाढतो. तसेच हृदयाकडे जाणारा रक्त पुरवठा कमी होतो.

१०) निकोटीनच्या प्रभावामुळे मंदूच्या कार्यावर विपरीत परीणाम होतो. चित्त एकाग्र करणे कठीण जाते.

११) मधुमेह होण्याचे प्रमाण वाढते.

१२) गॅंगरीन, क्षयरोग, दमा, उच्च रक्तदाब, लकवा, मोतीबिंदू असे आजार जडतात.

१३) रक्तातील कोलेस्ट्रॉलचे प्रमाण कमी होत जाते.

१४) पुरूषांच्या शुक्राणूची संख्या कमी होत जाते. पुरूष नपुंसक होण्याचा धोका संभवतो.

१५) गरोदर स्त्री तंबाखू सेवन व धूम्रपान करीत असेल तर गर्भपाताच्या समस्या निर्माण होतात. मुल कमी वजनाचे जन्मते, बाळाचा अचानक मृत्यु देखिल होवू शकतो.

१६) स्त्रीयांची प्रजनन शक्ती कमी होते. स्त्रियामध्ये वंध्यत्व निर्माण होते.

१७) तंबाखू सेवनाने भूक कमी होते. त्यामुळे मुलांची वाढ खुंटते.

१८) व्यक्ती तंबाखुचे सेवन करीत असेल आणि कितीही सकस अन्न खात असेल तर व्यक्तीचा शारीरीक व बौध्दीक विकास होत नाही.

१९) एखादी व्यक्ती तंबाखू मळत असेल तर बाजूला बसलेल्या व्यक्तीला शिंका येतात.

२०) तंबाखू, गुटखा, खर्रा, पान मसाला खाणाऱ्या व्यक्तींच्या तोंडाच्या वासामुळे अनेकांना त्रास होत असतो. त्यामुळे चक्कर, उलटी, मळमळ होणे, डोके दुखणे असे अनेक परिणामांना दुसऱ्या व्यक्तींना सामोरे जावे लागते.

२१) शिगारेट, बिडी ओढणारी व्यक्ती ३०% धुर शरीरात घेतो आणि उरलेला ७०% धुर वातावरणात सोडला जातो आणि इतरांवर त्याचा परिणाम होतो. त्याला अप्रत्यक्ष सेवन असे म्हणतात. अशा प्रकारे तंबाखू सेवनाचे अनेक परिणाम मानवी जमाजावर होतात.

तंबाखू सेवनावर उपाय :

१) तंबाखू किंवा कुठलेही व्यसन सोडण्याचा एकमेव उपाय म्हणजे जिवनात स्वत:चे स्वप्न पूर्ण करण्याची जिद्द.

२) निरोगी शरीराची आवड.

३) कायद्याव्दारे कडक अंमलबजावणी व जनजागृती.

४) व्यसनाच्या परिणामाची जाणीव जनतेला करुन देणे.

५) मुलांवर व्यसन मुक्तीचे संस्कार करणे.

६) शैक्षणिक संस्थामधून व्यसन मुक्तीचे शिक्षण देणे.

७) व्यसनमुक्ती गावांना बक्षिस देणे.

८) मैदानी खेळाची आवड मुलांमध्ये निर्माण करणे.

९) तंबाखूच्या शेतीला शेतकऱ्यांना पर्यायी उत्पन्न करुन देणे व तंबाखूचे उत्पन्नावर मर्यादा घालणे.

१०) तंबाखू व तंबाखूजन्य पदार्थाचे उत्पादन कमी करणे.

११) तंबाखू व तंबाखूजन्य वस्तुंच्या किंमती मोठ्या प्रमाणावर वाढविणे.

१२) तंबाखूमुळे होणाऱ्या वेगवेगळ्या कर्करोगाचे बॅनर्स गावा-गावात लावणे.

१३) व्यसनमुक्त साठी समुपदेशन केंद गावा-गावात व शहरात सुरू करणे.

१४) शारीरीक व आर्थिक नुकसानी संदर्भात प्रसार माध्यमांमधून व इतर माध्यमातून प्रसार व प्रचार करणे.

१५) लोकनेते, पुढारी यांनीच स्वत: या व्यसनापासून अलिप्त राहून याचा जनतेत आदर्श निर्माण करणे.

१६) आई, वडिल मुलांचे पहिले गुरु असतात त्यामुळे त्यांनीच अगोदर या व्यवसनापासून अलिप्त राहणे.

अशा प्रकारे आपण अनेक उपायांच्या माध्यमातून तंबाखूच्या व्यसनापासून समाजाला व देशाला मुक्त करु शकतो.

निष्कर्ष :

१) तंबाखू सेवनास समाजात समस्या मानली जात नाही.

२) या अत्यंत शुल्लक समस्येचे अत्यंत घातक परिणाम समाजात दिसून येत आहे.

३) अनेक कोवळी मुले व तरुण या व्यसनाच्या अधिन होत आहेत.

४) तंबाखू सेवनाने आरोग्याच्या अनेक गंभिर समस्या निर्माण होत आहेत.

५) या समस्येने तरुण पिढीचे भवितव्य अंधारमय होण्याची शक्यता आहे.

६) तंबाखू लागवडीमुळे जमिनीची उत्पादन क्षमता कमी होत आहे.

७) तंबाखू सेवनाने मृत्यु दरात वाढ होत आहे.

संदर्भ ग्रंथ :

१) भारतातील सामाजिक समस्या - डॉ.प्रदिप आगलावे, डॉ.सरोज आगलावे.

२) भारतातील सामाजिक समस्या - डॉ.भा.का.खडसे.

३) तंबाखू मुक्त आरोग्य संपन्न शाळा अभियान महाराष्ट्र - सलाम मुंबई फाउन्डेशन.