All PUBLISHED OP-ED OF

Rezaur Rahman Rizvi, MEDIA MANAGER, DAM,

WRITTEN BASED ON E-cigarette:

1. Newspaper: Daily Bangladesh Today
   Published Date: 07 February, 2021
   Writer: Rezaur Rahman Rizvi, Media Manager, TC, DAM

THE BANGLADESH TODAY
◆ UNITING PEOPLE EVERYDAY ◆
SUNDAY | DHAKA: February 7, 2021; Magh 24, 1427 BS; Jamadi-us Sani 24, 1442 Hijri www.thebangladeshtoday.com; www.bangladeshtoday.net Regd. No. DA-2065, Vol. 17; No. 297; 12 Pages-Tk. 8.00

Strict laws are needed to prevent the sale of e-cigarettes online

REZAUR RAHMAN RIZVI

People always like change. Likes to get acquainted with new things. As a result, some good things as well as some bad things are included in this list of changes. E-cigarettes are such a new and interesting thing. But it has no benefit, more than 20 countries have already banned it for the sake of harm. However, the prevalence of e-cigarettes in our country has been increasing so much recently that it is being sold and displayed online on various e-commerce sites. As a result, the youth are attracted to the unscrupulous attraction of e-cigarettes and can easily buy and use e-cigarettes online. This is mainly due to the lack of specific laws.

An e-cigarette is a battery-powered device that looks a lot like a cigarette. Although it does not contain tobacco, it does contain enough nicotine. However, in the modern era, e-cigarettes include Vap mods, Jules, Vap pens. There is a misconception among many that these types of cigarettes do not contain as much nicotine as conventional ones.

Again, many people think that these battery-powered cigarettes play a role in reducing the addiction to cigarettes, but the reality is different. Studies have shown that the amount of nicotine in e-cigarettes is enough to cause addiction. And if someone starts smoking through e-cigarettes, then that person is more likely to become addicted to smoking in the future. In fact, electronic products like e-cigarettes help in absorbing nicotine. It helps to smoke liquid cartridges filled with nicotine, perfume and other ingredients with heat. Since these e-cigarettes contain liquids instead of tobacco, it is assumed that this type of cigarette does not produce any smoke. In fact, e-cigarettes are also encouraging people to smoke who may never have thought about smoking. One of the reasons for this is that in the case of ordinary or conventional cigarettes, although there are products of different companies, only cigarettes wrapped in copper can be seen. But as these cigarettes have different options in terms of size, smokers will also get some freedom in terms of flavor. And once you become proficient in these cigarettes, it is normal to want to use conventional cigarettes. Electronic cigarettes are available in a variety of fruit flavors.

> The FDA has not yet recognized the use of e-cigarettes to reduce smoking. In addition, e-cigarettes help quit smoking in some cases, but in most cases it is just as harmful as regular cigarettes. It is not yet known which is more harmful or how safe it is to use e-cigarettes. So for now it is better to refrain from using e-cigarettes.

According to the researchers, the combination of sugar or sweeteners with nicotine strengthens the addiction to this type of cigarette. This in an addictive feature of this product. Just as the sudden rise in demand for e-cigarettes is due in large part to the fact that different flavors are associated with the addition of sweeteners to make more addictive products in the distant future. According to the Global Center for Good Governance in Tobacco Control (GGTC), 41 countries have banned the sale and distribution of e-cigarettes.

Studies have shown that young and adult smokers prefer flavored electronic cigarettes to nicotine-containing cigarettes. Smokers do not want to use e-cigarettes without flavor. And sadly, this flavor increases the amount of damage. Although flavored cigarettes were banned in the United States in 2009, e-cigarettes have not been affected, as the non-tobacco product does not fall into the category of cigarettes. Asked about this, Jul said the company is working with the Food and Drug Administration (FDA) to reduce cigarette addiction among young people. But the current situation says otherwise. Chemicals, oils, flavors and nicotine in e-cigarettes create aerosols when exposed to heat. The resulting fine particles are similar in size to tobacco particles, which can reach the lungs. Most of the chemicals in these cigarettes are toxic to the cells. However, it is difficult to understand how harmful its effects are. This is because the chemical composition and composition of each cigarette is different. Scented or flavored cigarettes may contain less nicotine than tobacco cigarettes used in smoking. But inhalation of chemicals used for these perfumes is harmful to health. In addition, if you use a faulty e-cigarette, it may explode and cause an accident.

The FDA has not yet recognized the use of e-cigarettes to reduce smoking. In addition, e-cigarettes help quit smoking in some cases, but in most cases it is just as harmful as regular cigarettes. It is not yet known which is more harmful or how safe it is to use e-cigarettes. So for now it is better to refrain from using e-cigarettes.

Recently, e-cigarettes are being sold in Bangladesh through various online e-commerce sites. Hundreds of different types of e-cigarettes are being sold and displayed online with discounts and cashback offers. In some cases, sales of e-cigarettes are also being increased by reducing delivery charges or making delivery free. People of any age can buy e-cigarettes online as there is no age limit. Users are being attracted with all the flashy ads and misinformation.

There is no specific law in Bangladesh to prevent the sale and display of e-cigarettes. Despite the threat to public health due to lack of law, e-cigarettes are being sold and displayed freely. In this case, the only law can prevent the sale and display of e-cigarettes in various ways, including online. Therefore, the government and all concerned are requested to enact strict laws to prevent the sale, marketing and display of e-cigarettes as soon as possible to save the present and future generations.

Rezaur Rahman Rizvi: Media Manager, Tobacco Control Project, Dhaka Ahsania Mission

2. Newspaper: Daily Amader Somoy
Published Date: 06 February, 2021
Writer: Rezaur Rahman Rizvi, Media Manager, TC, DAM

নতুন ধারার দৈনিক
আমাদের সময়
৬ ফেব্রুয়ারি, ২০২১

অনলাইনে ই-সিগারেট বিক্রি

রোধে কঠোর আইন প্রয়োজন

রেজাউর রহমান রিজভী

মানুষ সবসময় পরিবর্তন পছন্দ করে। নতুন নতুন জিনিসের সঙ্গে পরিচিত হতে পছন্দ করে। ফলে কিছু ভালোর সঙ্গে কিছু মন্দ জিনিসও এই পরিবর্তনের তালিকায় ঢুকে পড়ে। ই-সিগারেট তেমনই একটি নতুন ও আকর্ষণীয় জিনিসের নাম। অথচ এর কোনো উপকার তো নেই-ই, বরং অপকারের জন্য পৃথিবীর ২০টিরও বেশি দেশ এটিকে ইতোমধ্যে নিষিদ্ধ করেছে। অথচ আমাদের দেশে সাম্প্রতিককালে ই-সিগারেট বিক্রির ব্যাপকতা এতটাই বৃদ্ধি পাচ্ছে যে, সেটি অনলাইনে বিভিন্ন ই-কমার্স সাইটে বিক্রি ও প্রদর্শন করা হচ্ছে। ফলে ই-সিগারেটের অপরিণামদর্শী আকর্ষণে যুব সমাজ আকৃষ্ট হয়ে সহজেই অনলাইন থেকে ই-সিগারেট কিনতে ও ব্যবহার করতে পারছে। নির্দিষ্ট আইন না থাকার কারণেই মূলত এ ব্যাপারটি হচ্ছে।

ই-সিগারেট হলো ব্যাটারি দ্বারা চালিত ডিভাইস যা দেখতে অনেকটা সিগারেটের মতোই। যদিও এতে তামাক থাকে না তবে যথেষ্ট পরিমাণ নিকোটিন জাতীয় উপাদান থাকে। অবশ্য আধুনিক যুগে ই-সিগারেটের মধ্যে ভ্যাপ মডস, জুলস, ভ্যাপ পেনস অন্তর্ভুক্ত। অনেকের মধ্যেই একটা ভ্রান্ত ধারণা আছে যে, এই ধরনের সিগারেটে প্রচলিত সিগারেটের মতো এত বেশি নিকোটিন থাকে না।

আবার সিগারেটের প্রতি আসক্তি কমাতে চাইলে এই ব্যাটারিচালিত সিগারেট ভূমিকা রাখে বলে অনেকে ধারণা করলেও বাস্তবতা ভিন্ন। গবেষণায় দেখা গেছে যে, ই-সিগারেটে যে পরিমাণ নেশা সৃষ্টিকারী পদার্থ নিকোটিন থাকে তা এর প্রতি আসক্তি সৃষ্টি করার জন্য যথেষ্ট। আর যদি কেউ ই-সিগারেটের মাধ্যমেই ধূমপান শুরু করে তা হলে ওই ব্যক্তির ভবিষ্যতে ধূমপানের প্রতি আরও বেশি আসক্ত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। আসলে ই-সিগারেটের মতো ইলেকট্রনিক প্রডাক্ট নিকোটিন গ্রহণে সহায়তা করে। এটি নিকোটিন, সুগন্ধি এবং অন্যান্য উপাদানে ভরা তরল কার্তুজকে তাপ দিয়ে ধূমপান করতে সহায়তা করে। যেহেতু এই ই-সিগারেটে তামাকের বদলে তরল পদার্থ থাকে সেহেতু এই ধরনের সিগারেটে কোনো ধোঁয়া সৃষ্টি হয় না বলেই ধরা হয়। আসলে ই-সিগারেট এমন মানুষদেরও ধূমপানে উদ্বুদ্ধ করছে যারা হয়তো কখনো ধূমপান করা সম্পর্কে ভাবতও না। এর একটি কারণ হলো সাধারণ বা প্রচলিত সিগারেটের ক্ষেত্রে বিভিন্ন কোম্পানির প্রডাক্ট হলেও ঘুরেফিরে তামাকে মুড়ে দেওয়া সিগারেটই দেখতে পাওয়া যায়। কিন্তু এই সিগারেটে যেমন আকারের ক্ষেত্রে রয়েছে ভিন্ন ভিন্ন বিকল্প, তেমন ফ্লেভার বা স্বাদের ক্ষেত্রেও কিছুটা স্বাধীনতা পাবে ধূমপায়ীরা। আর একবার এই সিগারেটে পারদর্শী হয়ে গেলে প্রচলিত সিগারেট ব্যবহার করে দেখার ইচ্ছা জাগা স্বাভাবিক বিষয়ই বলা যায়। ইলেকট্রনিক সিগারেট বিভিন্ন ফলের স্বাদযুক্ত পাওয়া যায়।

গবেষকদের মতে, নিকোটিনের সঙ্গে চিনি বা মিষ্টিজাতীয় উপাদানের সংযোগ এই ধরনের সিগারেটের প্রতি আসক্তিকে বেশি দৃঢ় করে। এটা এই প্রডাক্টের আসক্তি-সৃষ্টিকারী একটি বিশেষ গুণ। হঠাৎ করে ই-সিগারেটের চাহিদা বাড়ার পেছনে বিভিন্ন ফ্লেভার বা স্বাদের হওয়া যেমন একটি বড় কারণ, তেমন মিষ্টির সংযোগে আরও বেশি নেশা-সৃষ্টিকারী দ্রব্য তৈরি করা সুদূর ভবিষ্যতে এর ব্যবহার বেড়ে যাওয়ার পেছনে দায়ী। গ্লোবাল সেন্টার ফর গুড গভর্নেন্স ইন টোব্যাকো কন্ট্রোল (জিজিটিসি) তথ্যানুসারে পৃথিবীর ৪১টি দেশ ই-সিগারেট বিক্রি ও বিতরণ নিষিদ্ধ করেছে।

গবেষণায় দেখা যায়, অপ্রাপ্ত ও প্রাপ্তবয়স্ক ধূমপানকারীরা নিকোটিনযুক্ত সাধারণ সিগারেটের তুলনায় ফ্লেভার বা স্বাদযুক্ত ইলেকট্রনিক সিগারেটই বেশি পছন্দ করে। আবার ই-সিগারেট ফ্লেভার ছাড়া হলে তা ধূমপানকারীরা ব্যবহার করতে চায় না। আর দুঃখের বিষয় হলো এই ফ্লেভারই ক্ষতির পরিমাণ বাড়িয়ে দেয়। ২০০৯ সালে যুক্তরাষ্ট্রে ফ্লেভারযুক্ত সিগারেট নিষিদ্ধ করা হলেও এর প্রভাব ই-সিগারেটে পড়েনি, কারণ তামাকবিহীন এই প্রডাক্ট সিগারেটের পর্যায়ে পড়ে না। জুলের কাছে এ সম্পর্কে জানতে চাইলে বলা হয় যে, কোম্পানিটি ফুড অ্যান্ড ড্রাগস অ্যাডমিনিস্ট্রেশনের (এফডিএ) সঙ্গে একত্রিত হয়ে তরুণ সমাজের সিগারেটের প্রতি আসক্তি কমানোর কাজ করছে। কিন্তু বর্তমান পরিস্থিতি বলছে অন্য কথা। ই-সিগারেটে থাকা কেমিক্যাল, তেল, ফ্লেভার এবং নিকোটিন তাপের সংস্পর্শে এলে অ্যারোসল সৃষ্টি করে। এ থেকে সৃষ্ট সূক্ষ্ম কণাগুলো অনেকটা তামাক কণার মতোই, যা ফুসফুস পর্যন্ত পৌঁছাতে পারে। এসব সিগারেটের বেশিরভাগ কেমিক্যালই কোষের জন্য বিষাক্ত। অবশ্য এর প্রভাব কতটুকু ক্ষতিকর তা বোঝা কঠিন। কারণ প্রত্যেকটি সিগারেটের কেমিক্যালের মিশ্রণ এবং গঠন আলাদা আলাদা হয়ে থাকে। সুগন্ধি বা ফ্লেভারযুক্ত সিগারেট ধূমপানে ব্যবহার করা তামাকজাতীয় সিগারেটের চেয়ে কম নিকোটিনযুক্ত হতে পারে। কিন্তু এসব সুগন্ধির জন্য ব্যবহৃত কেমিক্যাল শ্বাসের সঙ্গে নেওয়াটা স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর। এ ছাড়া ত্রুটিপূর্ণ ই-সিগারেট ব্যবহার করলে তা বিস্ফোরিত হয়ে দুর্ঘটনা ঘটার সম্ভাবনাও থাকে।

এফডিএ এখনো ধূমপান কমানোর জন্য ই-সিগারেট ব্যবহারকে স্বীকৃতি দেয়নি। তা ছাড়া ই-সিগারেট কিছু কিছু ক্ষেত্রে ধূমপান ছাড়তে সাহায্য করলেও অধিকাংশ ক্ষেত্রেই তা সাধারণ সিগারেটের মতোই ক্ষতিকর। কোনটা বেশি ক্ষতিকর কিংবা ই-সিগারেট ব্যবহার করা কতটুকু নিরাপদ তা এখনো নির্ধারণ করা সম্ভব হয়নি। তাই আপাতত ই-সিগারেট ব্যবহার থেকে বিরত থাকাই ভালো।

বাংলাদেশে সাম্প্রতিককালে অনলাইনের বিভিন্ন ই-কমার্স সাইটের মাধ্যমে ই-সিগারেট বিক্রি করা হচ্ছে। ডিসকাউন্ট দিয়ে, ক্যাশব্যাক অফার দিয়ে হরেকরকমের শত শত ধরনের ই-সিগারেট অনলাইনে বিক্রি ও প্রদর্শিত হচ্ছে। কোনো কোনো ক্ষেত্রে ডেলিভারি চার্জ কম রাখা বা ডেলিভারি ফ্রি দেওয়ার মাধ্যমেও ই-সিগারেটের বিক্রি বৃদ্ধি করা হচ্ছে। কোনো বয়সের বাধ্যবাধকতা না থাকায় যে কোনো বয়সের মানুষই অনলাইন থেকে ই-সিগারেট কিনতে পারছেন। চটকদার সব বিজ্ঞাপন ও ভুল তথ্য দিয়ে ব্যবহারকারীদের আকর্ষণ করা হচ্ছে।

বাংলাদেশে আইনে এখন পর্যন্ত ই-সিগারেট বিক্রি ও প্রদর্শন রোধে নির্দিষ্ট কোনো আইন নেই। আইন না থাকার কারণে জনস্বাস্থ্যের জন্য হুমকি হওয়া সত্ত্বেও ই-সিগারেট বিক্রি ও প্রদর্শন হচ্ছে অবাধে। এ ক্ষেত্রে একমাত্র আইনই পারে অনলাইনসহ বিভিন্নভাবে ই-সিগারেট বিক্রি ও প্রদর্শন রোধ করতে। আর তাই সরকার ও সংশ্লিষ্ট সবার কাছে অনুরোধ বর্তমান ও আগামী প্রজন্মকে বাঁচাতে যত দ্রুত সম্ভব ই-সিগারেট বিক্রি, বিপণন ও প্রদর্শন রোধে কঠোর আইন প্রণয়ন করুন।

রেজাউর রহমান রিজভী : মিডিয়া ম্যানেজার, তামাক নিয়ন্ত্রণ প্রকল্প, ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন