



शोर को चीरते हुए आगे बढ़ते हैं

जानिए कि व्यावसायिक तंबाकू किस प्रकार AA और NH/PI के समुदायों को लक्षित करती है

एशियाई अमेरिकी, मूल हवाईयन और प्रशांत द्वीपवासी (AA और NH/PI) समुदायों में स्वास्थ्य से जुड़ी उल्लेखनीय असमानताएं देखी जाती हैं। क्योंकि कुछ स्वास्थ्य समस्याएं विशिष्ट उपसमूहों में अधिक देखी जाती हैं, इसलिए समग्र डेटा विशिष्ट आबादियों के भीतर वास्तविक प्रभाव को छिपा सकता है। AA और NH/PI समुदायों के वयस्कों में, कैंसर और हृदय रोग - जो मृत्यु के दो प्रमुख कारण हैं - दोनों ही सिगरेट पीने की आदत से दृढ़ता से जुड़े हुए हैं।^{1,2}

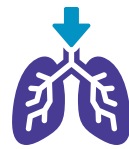
व्यावसायिक तंबाकू के प्रभाव की सच्चाई

- + 2019 में, CDC ने अनुमान लगाया था कि **मूल हवाईयन और प्रशांत द्वीप समूह (NH/PI) के 18.7% वयस्कों ने व्यावसायिक तंबाकू उत्पादों के उपयोग की रिपोर्ट दी थी।** यह सामान्य जनसंख्या की तुलना में काफी बड़ी संख्या है।³
- + CDC के अनुसार, **तंबाकू कंपनियां AA और NH/PI समुदाय को लूनार नव वर्ष जैसे सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रायोजित करके लक्षित करती हैं।**⁴
- + **NH/PI के मिडिल और हाई स्कूलों में पढ़ने वाले 17.8% छात्रों ने तंबाकू उत्पादों का उपयोग करने की बात स्वीकार की।** यह संख्या अन्य युवा समूहों की तुलना में बहुत अधिक है।⁵
- + AA और NH/PI समुदायों को अक्सर एक ही समूह में रखा जाता है, मानो वे समान अनुभवों और आवश्यकताओं को साझा करते हों। **इन उपसमूहों के भीतर मौजूद विविधता को पहचानना अत्यंत आवश्यक है ताकि विशिष्ट चुनौतियों और सांस्कृतिक संदर्भों को नजरअंदाज न किया जाए।**⁶

तंबाकू मुक्त जीवन जीने के कारण

तंबाकू मुक्त जीवन शैली अपनाने से मजबूत और स्वस्थ परिवार सुनिश्चित होते हैं और इससे युवाओं के लिए एक सकारात्मक उदाहरण प्रस्तुत होता है।

जब आप तंबाकू से मुक्त जीवन जीते हैं, तो आप:



बेहतर सांस लें और फेफड़ों को अधिक मजबूत बनाएं



अधिक ऊर्जावान महसूस करें और थकान को कम करें



अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाएं और स्वस्थ रहें



अपने प्रियजनों को सेकंड- और थर्ड-हैंड धूम्रपान से बचाएं

“**व्यावसायिक तंबाकू से मुक्त होना हमारे एशियाई अमेरिकी, मूल हवाईयन और प्रशांत द्वीप समूह के समुदायों के स्वास्थ्य और कल्याण के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है।**”

– ताना लेपुले, APPEAL के लिए नेटिव हवाईयन और पैसिफिक आइलैंडर मामलों की निदेशक



धूम्रपान छोड़ने के कार्यक्रम का उपयोग करने से आपके हमेशा के लिए धूम्रपान छोड़ने की संभावना दोगुनी हो जाती है!⁷

फ्री क्विट प्रोग्राम



एशियन स्मोकर्स क्विटलाइन

अधिक जानकारी के लिए asiansmokersquitline.org पर जाएं

+ चीनी: 1-800-838-8917

+ कोरियाई: 1-800-556-5564

+ वियतनामी: 1-800-778-8440



किक इट कैलिफोर्निया

तंबाकू और निकोटीन छोड़ने के लिए मुफ्त, गोपनीय, व्यक्तिगत सहायता पाने के लिए किक इट कैलिफोर्निया से संपर्क करें।

अधिक जानकारी के लिए वेबसाइट www.kickitca.org पर जाएं

कॉल करें: 1-800-300-8086

66819 पर "Quit Smoking" या "Quit Vaping" लिखकर संदेश भेजें



कृष्णा मारमे

SPARC प्रोग्राम समन्वयक

kmarme@appealforhealth.org

appealforhealth.org

स्रोत:

1. Heron M. Deaths: leading causes for 2018. Natl Vital Stat Rep. 2021;70(4):1-115.
2. CDC. Asian, Native Hawaiian, and Pacific Islander People Experience a Health Burden from Commercial Tobacco. Accessed October 16, 2025. <https://www.cdc.gov/tobacco-health-equity/collection/anhpi-health-burden.html>.
3. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. Table 2.12B-Cigarette use in Past Year among Persons Aged 12 or Older, by Age Group and Demographic Characteristics Percentages, 2018 and 2019. 2018 National Survey on Drug Use and Health Detailed Tables. Substance Abuse and Mental Health Services. Accessed January 4, 2021. <https://www.samhsa.gov/data/report/2018-nsduh-detailed-tables>.
4. Carson NJ, Rodriguez D, Audrain-McGovern J. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/nicotine-dependence/in-depth/quit-smoking-products/art-20045599>. Prev Med. 2005;41(2):511-520.
5. Jamal A, Park-Lee, E, Birdsey J, et al. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/nicotine-dependence/in-depth/quit-smoking-products/art-20045599>. MMWR Morb Mortal Wkly Rep. 2024;73(41):917-924.
6. Mattingly DT, Hirschtick JL, and Fleischer NL. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/nicotine-dependence/in-depth/quit-smoking-products/art-20045599>. J Immigr Minor Health. 2020;22(6):1368-1372.
7. Mayo Clinic. Quit smoking products: Boost your chance of success. Accessed 10/20/2025. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/nicotine-dependence/in-depth/quit-smoking-products/art-20045599>.