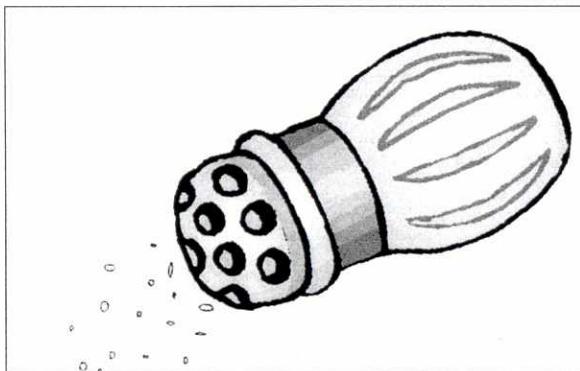


آئیوڈین کی کمی: آسان حل مشکل کیسے بنائے جائے؟



ان افواہوں کی گردش کو آئیوڈین ملنک کی ترغیبی مہم کی ناکامی کی ذمہ دار قرار دیتی ہے تاہم ماہرین اور اس کام سے جڑے کچھ افراد یہ ماننے کو ہرگز تیار نہیں۔ ضلع اوکاڑہ میں آئیوڈین کی کمی کے مسئلے سے منٹنے کے لیے کام کرنے والی ایک تنظیم پنجاب لوک سجاگ کے محمد آصف کا کہنا ہے کہ ایسی افواہیں عوام میں ضرور گردش کرتی رہیں تاہم یہ کہنا کہ عوام نے ایسی افواہوں پر آنکھیں بند کر کے یقین کر لیا ہرگز درست نہیں۔ ”میں اپنے تجربے کی روشنی میں کہہ سکتا ہوں کہ آئیوڈین ملنک کی ترغیبی مہم کی ناکامی کا ذمہ دار وہ سازشی مفروضہ نہیں جو یہاں کیا جاتا ہے کیونکہ ایسی باہمی چند مخصوص عناصر کی جانب سے ہر کام کے حوالے سے کی جاتی ہیں۔“

حقیقت یہ ہے کہ ان پڑھ عوام کی جہالت اور سازشی کہانیوں پر یقین رکھنے کی روایت کو الزام دینا پنی ذمہ داری سے فرار کا سب سے آسان راستہ تھا جو حکومتی اہلکاروں نے چنانگراس کے ساتھ ساتھ سرکاری کارپرودازان کو یہ اضافی فائدہ بھی حاصل ہوا کہ صحت عامہ کے حوالے سے اٹھائے جانے والے اس بہترین اقدام کی بدترین ناکامی کی اصل وجوہات بھی سازشی مفروضوں کی کہانیوں کے دیزی پر دے میں چھپ گئیں۔

پاکستان میں عام ملنک کی تیاری اور ترقیم بہت جھوٹی جھوٹی صنعتی اکائیوں کی جانب سے کی جاتی ہے جنہیں ملنک کی میں یا عرف عام میں چکیاں کہا جاتا ہے۔ یہ چکیاں ملنک کے ہر چھوٹے بڑے قبصے اور شہر میں موجود ہیں حتیٰ کہ ان افواہوں پر ڈال کر اپنی ذمہ داریوں سے راہ فرار اختیار کی جن میں یہ بات پھیلائی گئی تھی کہ آئیوڈین ملنک استعمالی سازش ہے جس کے تحت ایک مسلم ملنک کی آبادی کم کرنے کی کوشش کی جا رہی ہے۔ اگرچہ حکومت صرف

عام نمک میں آئیوڈین کی کمی پوری کرنے کی خاطر ملائے جانے والے پوشاش آئیوڈین کی تقسیم کے ناقص نظام کے باعث پاکستان میں آئیوڈین کی کمی جیسا صحت عامہ کا بڑا مسئلہ ابھی تک حل نہیں ہو سکا باوجود اس کے کہ دنیا کے بیشتر ممالک اس مسئلے کو آسان ترین حل کے ذریعے کب کے حل کر چکے ہیں۔

پاکستان کا شمار ان ملکوں میں ہوتا ہے جو آئیوڈین کی شدید کمی کا شکار ہیں۔ پاکستان میں طبی تحقیق کے جریءے پاکستان جzel آف میڈیکل سائنس، میں شائع ہونے والی رپورٹ کے مطابق پاکستان میں پانچ کروڑ افراد آئیوڈین کی کمی کا شکار ہیں جن میں 65 لاکھ میں یہ کمی شدید نوعیت کی ہے۔ رپورٹ کے مطابق پاکستان کے بعض پہاڑی علاقوں مثلاً صوبہ سرحد، آزاد جموں و کشمیر اور شمالی علاقہ جات میں رہنے والوں میں 90 فیصد تک آئیوڈین کی کمی دیکھی گئی ہے جبکہ پنجاب کی چند بڑی میانی پیاس بھی آئیوڈین کی شدید کمی کے شکار علاقوں میں شمار کی جاتی ہیں۔ بچوں اور بالغ عورتوں کا ایک تہائی یا اس سے بھی زیادہ آئیوڈین کی کمی کا شکار ہے۔

یہاں یہ امرقابل تشویش ہے کہ سرکاری اعداد و شمار کے مطابق مجموعی طور پر پاکستان صرف 17 فیصد لوگ آئیوڈین ملنک استعمال کر رہے ہیں جو خطے کے دوسرے ملکوں حتیٰ کہ نیپال (78 فیصد) اور بولگدیش (93 فیصد) سے بھی کافی کم ہے۔ یہ اعداد و شمار کافی تشویشاً کا صورتحال کی عکاسی کرتے ہیں۔ پاکستان نے عام ملنک کی جگہ آئیوڈین ملنک کے استعمال کے فروع کے لیے 1994ء میں پرنٹ اور ایکٹریاں میڈیا کے ذریعے زبردست اشتہاری مہم چلا کی تاہم یہ چھ سالہ مہم جیسے ٹوپی وی کی سکرین پر ہی شروع ہوئی تھی اسی طرح ٹوپی وی کی سکرین ہی پر ڈم توڑ گئی۔

اس صورتحال کا تجزیہ کرنے والے ماہرین نے اس مہم کی ناکامی کے اسباب کی کمی و جوہات بیان کی ہیں تاہم وہ لوگ جو اس ساری سرکاری مہم کو چلانے اور کامیاب کرنے کے ذمہ دار تھے، نے ناکامی کی ذمہ داری صرف پھیلائی گئی تھی کہ آئیوڈین ملنک استعمالی سازش ہے جس کے تحت ایک مسلم ملنک کی آبادی کم کرنے کی کوشش کی جا رہی ہے۔ اگرچہ حکومت صرف



دب گیا کہ پوشاشیم آئیوڈیٹ تو بلیک مارکیٹ میں پہنچ جاتا ہے (پوشاشیم آئیوڈیٹ کے ایک کلوکی عام مارکیٹ میں قیمت 2000 روپے ہے جبکہ یونیسیف سے 150 روپے فی کلو کے حساب سے فراہم کرتا رہا ہے)۔

یونیسیف کے بعد ایک اور بین الاقوامی ایجنسی مائکرونیوٹرینٹس انیشیو (Micronutrients Initiative) جسے مختصر ایم آئی کہا جاتا ہے، نے پاکستان میں پوشاشیم آئیوڈیٹ کی درآمد اور تقسیم کی ذمہ داری سنہjal لی ہے۔ یہ ایجنسی وفاقی اور صوبائی حکومتوں کے تعاون سے کام کر رہی ہے اور اس نے پہلے مرحلے میں 18 اضلاع میں پوشاشیم آئیوڈیٹ کی تقسیم کا کام شروع کیا ہے۔ ایجنسی پر عزم ہے کہ وہ پوشاشیم آئیوڈیٹ جسے ضروری کیمیکل کی ہر ضلعے کے ای ڈی او ہیلتھ کے ذریعے وہاں کی چکیوں تک فراہم کو لیقینی بنائے گی۔ ایجنسی نے نمک ملا پوشاشیم آئیوڈیٹ بھی تیار کر لیا ہے تاکہ کیمیکل کسی اور تجارتی یا صنعتی مقصد کیلئے استعمال نہ ہو سکے اور یوں بلیک مارکینگ کا قلع قلع ہو سکے (واضح رہے کہ پوشاشیم آئیوڈیٹ ایک دفعہ نمک میں مل جائے تو اسے الگ کرنا ناممکن ہو جاتا ہے اور اسے صرف آگے نمک ہی میں ملایا جاسکتا ہے)۔

اس بات کا اندازہ کرنے کے لیے کئی ایجنسی کے نئے اقدامات کا کیا اثر ہوتا ہے، انہی چند برس انتظار کرنا پڑے گا لیکن محسوس یہ ہو رہا ہے کہ یہ منسوبہ بھی جامع اور ملک گیر نہیں ہے اور پاکستان میں آئیوڈین ملنک کا وسیع استعمال ابھی خواب ہی نظر آ رہا ہے۔

عام نمک کو آئیوڈین ملائمک بنانے کے لیے بالکل معمولی خرچ آتا ہے لیکن ایک کلوگرام نمک کو آئیوڈین ملائمک بنانے کے لیے ایک پیسے سے بھی کم خرچ آتا ہے لیکن اس کے باوجود نمک کو آئیوڈین ملائمک نہیں بنایا جاتا کیوں؟ کیوں کہ نمک کو آئیوڈین ملائمک بنانے کے لیے ضروری کیمیکل پوشاشیم آئیوڈیٹ ہی دستیاب نہیں ہوتا۔

یونیسیف ماضی قریب تک پاکستان میں پوشاشیم آئیوڈیٹ درآمد کر کے صوبائی وزارت ہائے صحت کو یا انمول کیمیکل صرف 150 روپے فی کلو کے عوض فراہم کرتا تھا۔ تاہم صحت کے چاروں صوبائی حکوموں نے اس کیمیکل کی ملک کے طول و عرض میں پھیلی ہوئی نمک کی چکیوں اور چھوٹے بڑے کارخانوں میں تقسیم کے لیے کوئی موثر نظام ترتیب دینے کی زحمت ہی نہیں کی۔ اب دیہات میں نمک کی چکلی چلانے والے سے یہ تو توقع نہیں کی جاسکتی کہ وہ صوبائی دارالحکومت کا چکر لگائے، حکومہ صحت سے پوشاشیم آئیوڈیٹ خریدنے کے لیے درخواست فارم بھرے اور یوروکریسی کی تمام مشہور رکاوٹوں کو عبر کرتا ہوا آخر میں ایک کلوگرام پوشاشیم آئیوڈیٹ حاصل کر کے اپنے آپ کو سرخو سمجھے۔ افسوساک بات یہ ہے کہ پوشاشیم آئیوڈیٹ کی تقسیم کا یہی طریقہ کارصوبوں میں برسوں راجح رہا۔ پنجاب کے حکومہ صحت نے چند سال قبل ایک نیم دلانہ سی کوش کی تھی کہ تقسیم کے اس نظام کو پرانیوڈیٹ ڈسٹری بیوٹر کے ذریعے بہتر بنایا جائے لیکن وہ ڈسٹری بیوٹر ایک بڑے ہیلتھ آفیشل کا قریبی دوست ثابت ہوا اور یہ اقدام ان الزامات کی گرد میں کہیں

آئیوڈین کی کمی : ایک محسوس نہ کی جانے والی بھوک:



آئیوڈین ایک معدنی عنصر ہے اور انسانی جسم کو اس کی بہت تھوڑی سی مقدار کی ضرورت ہوتی ہے لیکن صرف ایک چھ بھر آئیوڈین ایک انسان کی ساری زندگی کی ضروریات کے لیے کافی ہوتی ہے۔

تحالیٰ رائٹ گلینڈر جو گردن کے سامنے کے نچلے حصے میں واقع ہوتے ہیں آئیوڈین کو استعمال کر کے کچھ ہار موزن بناتے ہیں اور یہ ہار موزن انسانی جسم کی فعالیت کی بیٹابولک شرح کو متین کرتے ہیں۔ آئیوڈین کی عدم موجودگی یا کمی کی وجہ سے اس گلینڈ کی کاکر دگی متاثر ہوتی ہے اور کسی پرتقا بپانے کی جدوجہد میں یہ گلینڈ ذات خود بہت بڑا ہو جاتا ہے جسے ملہر کہتے ہیں۔



والے سیالاب پنجاب کے دریائی میدانوں سے بھی آئیوڈین بہا کر لے گئے یہی وجہ ہے کہ پنجاب میں اوکاڑہ، جھنگ اور پاکستان کے اضلاع آئیوڈین کی شدید کمی والے علاقوں میں شمار ہوتے ہیں اور ان علاقوں میں ایسے گاؤں موجود ہیں جہاں کی پوری کی پوری آبادی کو گلہڑ کی بیماری لاحق ہے۔

سمندری پانی اور سمندری خوارک میں آئیوڈین کافی مقدار میں شامل ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ صالح سمندر پر رہنے والوں میں آئیوڈین کی کمی نہیں ہوتی۔

آئیوڈین کی کمی کو مصنوعی طریقے سے پورا کرنے کے لیے پہلی مہماں امریکہ اور یورپ کے پہاڑی علاقوں میں 1920ء کی دہائی میں چلانی لگی۔ صحت عامہ کے ماہرین نے یہ کمی مختلف طریقوں سے پوری کرنے کے لیے تجربات کیے مثلاً آئیوڈین کو ٹیکے کے ذریعے انسانی جسم میں داخل کرنے کا تجربہ، کھانے کے تیل میں آئیوڈین ملانے کا تجربہ اور حتیٰ کہ پانی میں آئیوڈین ملانے کا طریقہ لیکن ان تمام تجربات کے بعد یہ بات سامنے آئی کہ عام نہ کم میں آئیوڈین ملانا سب سے آسان اور استعمال ہے جس میں مطلوب آئیوڈین بہترین طریقے سے انسانی جسم کا جزو بن جاتی ہے۔ نہ کم میں آئیوڈین ملانے کا طریقہ اس لیے بھی اپنایا گیا کہ اس میں پوتاشیم آئیوڈیٹ کی ایک انتہائی کم مقدار نہ کم میں ملانا پڑتی ہے (یعنی ایک گرام عام نہ کم میں صرف 50 مائیکروگرام پوتاشیم آئیوڈیٹ۔ ایک گرام آئیوڈیٹ 20 کلو گرام نہ کم کو آئیوڈین ملانک بنانے کے لیے کافی ہوتی ہے) اور سب سے بڑی بات یہ کہ آئیوڈین نہ کم کارگ کیا جائے تو آئیوڈین کی کمی کے ذریعے ہوا کہ اب دنیا بھر میں آئیوڈین ملانک کا میابی سے استعمال کیا جاتا ہے اور چین سے لے کر امریکہ تک متعدد ممالک اپنے شہریوں میں آئیوڈین کی کمی کو پورا کرنے کیلئے یہی طریقہ اختیار کئے ہوئے ہیں۔ کئی ملکوں میں تو آئیوڈین بغیر نہ کم کی تیاری، فروخت اور آمد پر پابندی عائد کی جا چکی ہے۔

لیکن گلہڑ آئیوڈین کی کمی کی شاید واحد نظر آنے والی شہادت ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ سائنسدان آئیوڈین کی کمی کو صحت کے ایسے بہت سے دوسرے مسائل کے ساتھ بھی جوڑتے ہیں جونہ تور دکابا عاث بنتے ہیں اور نہ ہی واضح ہوتے ہیں جیسے سستی اور جسمانی تو انائی کی کمی اور کندہ ہن وغیرہ۔ تحقیقات سے یہ بات ثابت ہو گئی ہے کہ آئیوڈین کی مناسب مقدار لینے والے طالب علموں کی کارکردگی ایسے بچوں کی نسبت بہتر ہوتی ہے جو آئیوڈین کی کمی کا شکار ہوتے ہیں۔ آئیوڈین بچے کی مناسب ہن وغیرہ نشوونما کے لیے انتہائی ضروری ہے اور اس کی کمی بچے کو بہیشہ کے لیے غبی اور کندہ ہن بنانے کے ساتھ ساتھ دماغی مسائل کا شکار بنا سکتی ہے۔ بلی مہرین کسی بھی علاقے میں آئیوڈین کی کمی کا اندازہ لگانے کے لیے وہاں کے بچوں کی مخصوص تعداد کا معائنہ کرتے ہیں۔

آئیوڈین کی کمی متعدد تولیدی مسائل جیسے جمل کا گرنا اور مردہ بچے کا پیدا ہونا وغیرہ کی بھی ذمہ دار ہوتی ہے۔ پاکستان میں آئیوڈین کی کمی کا مسئلہ اس حوالے سے بھی اہم ہے کہ ہمارا ملک دنیا میں دوران زچلی ماؤں کی وفات کی شرح کے حوالے سے چند چوٹی کے ممالک میں شامل کیا جاتا ہے۔

آئیوڈین زمین میں قدرتی طور پر موجود ہوتی ہے اور غذائی زنجیر کے ذریعے انسانی جسم میں خود بخود داخل ہو جاتی ہے۔ جب زمین وجود میں آئی تو یہ سطح زمین اور پانی میں قدرتی طور پر پائی جاتی تھی۔ تاہم وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ زمین کی ساخت میں آنے والی تبدیلیوں کے نتیجے میں سطح زمین پر پائی جانی والی زیادہ تر آئیوڈین یا توہہ گئی یا زمین کے اندر گھرائی میں چلی گئی۔ خصوصاً یمنی پہاڑی علاقوں میں زیادہ ہوا جہاں سے سیالی پانی کے ذریعے آئیوڈین سمندر میں شامل ہوتی رہی اسی لئے زیادہ تر پہاڑی علاقے آئیوڈین کی کمی کا شکار ہیں۔ لیکن یہ کمی صرف پہاڑوں تک محدود نہیں بلکہ مستقل آنے

عالمی تجربات

ہے۔ ترقی یافتہ ملکوں کے علاوہ کئی ترقی پذیر اور غریب ملکوں نے عوامی صحت کو درپیش اس مسئلے کی سلیمانی کا دراک کرتے ہوئے بروقت اور موثر اقدامات کے جن کے نتیجے میں ان ملکوں کی اکثریت آبادی آئیوڈین ملانک استعمال کر کے اپنی آنے والی نسلوں کی بہتر ہن و جسمانی صحت کیلئے اپنا کردار ادا کر رہی ہے۔

دنیا کے بہت سے ممالک آئیوڈین کی کمی کا شکار ہیں اور آئیوڈین کی کمی کے شکار لوگوں کی تعداد میں بھی روز بروز اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کے اعداد و شمار کے مطابق 1990 میں ساڑھے 65 کروڑ افراد آئیوڈین کی کمی کا شکار تھے اور اب آئیوڈین کی کمی کے شکار لوگوں کی تعداد ایک ارب تک جا پہنچی

CONSUMER REPORT

صفحہ: 4/4

مختلف ملکوں میں آئیوڈین ملا نمک استعمال کرنے کی شرح

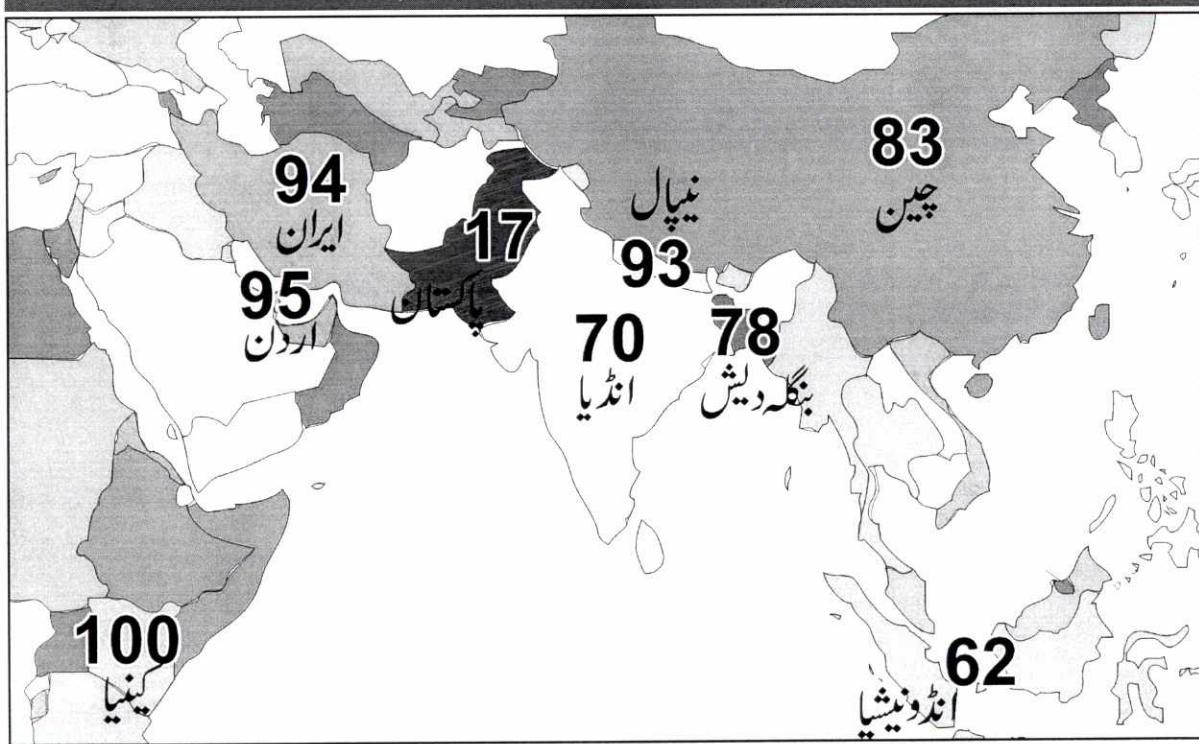
100	کینیا	17	پاکستان
80	زimbabwe	70	بھارت
62	انڈونیشیا	93	نیپال
95	برازیل	83	چین
94	ایران	98	تائیجیریا
78	بنگلہ دیش	95	اردن

طور پر صوبائی معاملہ ہے اس لیے اس طرح کے قوانین صوبوں کو الگ الگ بنانا پڑتے ہیں۔ صوبہ سرحد اور بلوچستان نے آئیوڈین مل نمک کے علاوہ دوسرے نمک کی تیاری پر پابندی کے لیے قانون بنائے ہوئے ہیں تاہم دو بڑے صوبے پنجاب اور سندھ انہیں اس معاملے پر پچھا جھٹ کاش کاریں۔

ہمارے تین اہم ہمسایہ ملکوں چین، بھارت اور ایران کی حکومتوں نے اس سلسلے میں کافی ثبت پیش رفت کی۔ چین میں حکومتی سطح پر موثر اقدامات کے باعث صرف 5 سال میں چین میں آئیوڈین مل نمک استعمال کرنے والی آبادی کی شرح 39 فیصد سے بڑھ کر 95 فیصد تک پہنچ گئی۔ اسی طرح ایران نے بھی اس سلسلے میں زبردست پیش رفت کی اور اب 94 فیصد ایرانی گھروں میں آئیوڈین مل نمک استعمال کیا جا رہا ہے جبکہ بھارت میں یہ شرح 70 فیصد اور بنگلہ دیش میں 78 فیصد ہے۔ دنیا کے بہت سے ممالک میں آئیوڈین مل نمک کے علاوہ کسی قسم کے نمک کی تیاری، فروخت اور رآمد قانوناً منع ہے۔

صحیت عامہ کے حوالے سے کام کرنے والی میں الاقوامی ایجنسیوں نے حکومت پاکستان کو متعدد مرتبہ آمادہ کرنے کی کوشش کی کہ وہ ایسا قانون بنائے جس کے تحت نمک تیار کرنے والوں پر لازمی قرار دیا جائے کہ وہ صرف آئیوڈین مل نمک ہی تیار اور فروخت کریں گے لیکن چونکہ اشیاء کی خرید و فروخت قانونی

مختلف ملکوں میں آئیوڈین مل نمک استعمال کرنے کی شرح



For more information please contact
Rasheed Chaudhry
Media Coordinator
TheNetwork for Consumer Protection
in Pakistan
Mobile: 0321 501 7355

To download English and Urdu text and graphics, please, visit
www.thennetwork.org.pk/cr.htm



TheNetwork for Consumer Protection

40-A Ramzan Plaza, G-9/Markaz, Islamabad
Ph: 051 226 1085, Fx: 051 226 2495; www.thennetwork.org.pk

س