

Hacettepe Erişkin Hastanesine başvuran hastaların sigara bırakma hizmetleri hakkındaki yaklaşımlarının değerlendirilmesi

Bekir KAPLAN¹, Hilal ÖZCEBE², Sema ATTİLA², Elif ERTAN², Bahriye KILIÇASLAN², Selda KANMAZ², Yavuz OCAK², Huriye ERBAK², Zafer KAYA², Fırat Şiyar KALKAN²

¹ SB Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü, Ankara,

² Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara.

ÖZET

Hacettepe Erişkin Hastanesine başvuran hastaların sigara bırakma hizmetleri hakkındaki yaklaşımlarının değerlendirilmesi

Giriş: Bu araştırma, toplumun sigara bırakma hizmetleri konusundaki bilgi ve görüşlerini saptamak ve sigara kullanma durumlarını öğrenmek amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metod: Tanımlayıcı tipteki bu araştırma Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesinde yapılmıştır. Sosyodemografik özellikler, sigara kullanma durumları ve sigara bırakma yöntem ve hizmetleri konusundaki görüşlerinin sorulduğu anket formu 3-8 Ağustos 2011 tarihleri arasında katılımcılara yüz yüze görüşme tekniğiyle uygulanmıştır. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler, ki-kare ve gerekli yerlerde Fisher'in kesin ki-kare testleri kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık için $p < 0.05$ kabul edilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya katılan 599 bireyin yaş ortalaması 36.95 ± 12.80 yıl olup %56.6'sı erkektir. Katılımcıların %48.9'u sigara kullanmadığını, %15.9'u sigarayı bıraktığını, %35.2'si ise halen kullandığını belirtmiştir. Halen sigara kullananların %60.2'si son 12 ay içinde sigara kullanmayı bırakmayı düşünmüştür. Katılımcıların %42.1'i son 12 ay içinde sigara kullanmayı bırakmayı denemişlerdir. Sigara kullananların %46.'sı ve kullanmayanların %56.3'ü sigara bırakma polikliniklerinden haberdar olduğunu belirtmiştir ($p = 0.033$). Sigara kullananların %67.8'i ALO 171 sigara bırakma hattından, %46.9'u AMATEM'lerden haberdardır. Aynı yüzdeler sigara kullanmayı bırakanlarda sırasıyla %49.5 ve %28.4'tür. Sigara kullananların %59.7'si nikotin içermeyen preparatların (Bupropion, Vareniklin), %17.4'ü nikotin içeren preparatların (Nikotin sakızı ve bandı) başarılı olduğunu düşünürken, bu yüzdeler hiç kullanmayanlarda sırasıyla %89.7 ve %36.7'dir.

Sonuç: Tütün kullanan kişiler arasında bırakma eğilimi ve sigara kullanımının bırakılmasına destek olan hizmetler konusunda farkındalıklar bulunmakta, yasanın tütün kullanımının zararlarını azalttığına inanılmaktadır. Ancak düşük gelir düzeyinde olanlara ulaşmada daha fazla müdahaleye gereksinim vardır. Ayrıca, toplumda çocuklara rol modeli olma tutum ve davranışlarının da sigara bırakma kampanyalarında kullanılmasının etkili olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Tütün, tütün bırakma, tütün bırakma müdahaleleri.

Yazışma Adresi (Address for Correspondence):

Dr. Bekir KAPLAN, SB Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü,
Cumhuriyet Mahallesi Bayındır 1 Sokak, No: 13 Kızılay/Çankaya, ANKARA - TÜRKİYE
e-mail: drbekir_ankara@hotmail.com

SUMMARY

Evaluation of smoking cessation services approaches of the patients applying to Hacettepe Adult Hospital

Bekir KAPLAN¹, Hilal ÖZCEBE², Sema ATTİLA², Elif ERTAN², Bahriye KILIÇASLAN², Selda KANMAZ², Yavuz OCAK², Huriye ERBAK², Zafer KAYA², Fırat Şiyar KALKAN²

¹ General Directorate of Health Surveys, Ankara, Turkey,

² Department of Public Health, Faculty of Medicine, Hacettepe University, Ankara, Turkey.

Introduction: This research was conducted to determine the views and information of the society about smoking cessation services and to find out the smoking status.

Materials and Methods: This descriptive study was conducted at Hacettepe University Adult Hospital. The questionnaire was conducted to the participants with face to face interview techniques between the dates 3-8 August 2011 and asked about socio-demographic characteristics, smoking status and the views on smoking cessation methods and services. In the analysis, descriptive statistics, chi-square and Fisher's exact chi-square test was used where necessary. $p < 0.05$ was accepted for statistical significance.

Results: The average age of 599 individuals participated to the research was 36.95 ± 12.80 years and 56.6% were male. The participants declared their smoking status that 48.9% do not smoke, 15.9% quit smoking, 35.2% stated as still smoking. Among current smokers 60.2% thought to quit smoking in the last 12 months. Of the participants 42.1% have tried to quit smoking in the past 12 months. 46% percent of smokers and 56.3% non-smokers stated that they are aware of smoking cessation outpatient clinics ($p = 0.033$). The percentage of awareness of smoking cessation line was 67.8%, and 46.9% are aware of AMATEMs. Same percentages are as 49.5% and 28.4% for the ones who quit smoking. 59.7% of smokers think that nicotine-free preparates and 17.4% think that nicotine preparates is successful; these percentages are 89.7% and 36.7% for non-smokers.

Conclusion: Tendency to cessation among tobacco users and have awareness about the services that support cessation and believe that the law reduces the harms of tobacco use. However, more interventions are needed to reach those who are at low-income level. Also being a role model to the children in the society and to use attitudes and behaviors in smoking cessation campaigns are thought to be effective.

Key Words: Tobacco, tobacco cessation, smoking cessation interventions.

Tuberk Toraks 2013; 61(4): 312-319 • doi: 10.5578/tt.5416

* Bu çalışma Türk Toraks Derneği 15. yıllık kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

** This study was presented as an oral presentation at Turkish Association of Thorax 15th annual congress.

GİRİŞ

Tütün kullanımı, tüm dünyada ve ülkemizde önlenebilir ölüm nedenlerinin başında gelmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün 2008 yılı tahminine göre tütün kullanımı her yıl beş milyondan fazla kişinin ölümüne neden olmaktadır. Dünyada tütün kontrolüne ilişkin müdahalelerin etkili olarak uygulanmaması halinde tütünün neden olduğu hastalıklar nedeniyle 2030 yılında sekiz milyon insanın öleceği tahmin edilmektedir (1). Tütün kontrolünün temel stratejileri "başlamayı önleme", "bırakma için destek olma" ve "tütün dumanından pasif olarak etkilenmenin önlenmesi" şeklindedir (2).

DSÖ tarafından tütün kullanımı bağımlılık olarak kabul edilmektedir (2). Tütün bağımlılığı olan kişilerin bir kısmı

tütün kullanımını kendisi bırakabilmekte, bir kısmı ise profesyonel desteğe gereksinim duymaktadır. Tütün kullanımının tedavisinde profesyonel desteğin hekim ve diğer sağlık personeli tarafından verilmesi gerektiği düşünülmektedir. Sigara kullanmayı bırakmayı isteyen kişilerin sigarayı bırakmak amacıyla bir sağlık kuruluşuna başvurması halinde gerekli değerlendirmeler yapılarak bilimsel olarak etkili olduğu bilinen yöntemlerle tedavi edilmesi önerilmektedir. Bugün için sigara bağımlılığının tedavisinde kullanılan yöntemlerin başında davranışsal-bilişsel tekniklerin uygulandığı motivasyonel destek programları (Davranışsal-bilişsel teknikler hakkında eğitim ve takip) ve farmakolojik tedaviler (Bupropion ve Vareniklin gibi nikotin içermeyen preparatlarla nikotin bandı ve sakızı gibi nikotin içeren preparatlar) yer almaktadır (2).

Tütün kullanımı, Türkiye'nin de en önemli ve acil çözüm bekleyen halk sağlığı sorunlarının başında gelmektedir. Türkiye'de 2008 yılında 4207 sayılı yasanın genişletilmesi döneminde 15 yaş ve üzerindeki yetişkinlerin %31.2 (yaklaşık 16 milyon kişi)'si tütün kullanmaktaydı (3). Tütün kullanma sıklığı erkeklerde (%47.9) kadınlara (%15.2) göre daha fazladır (1). Kamuya açık yerlerin tümünde tütün ürünü kullanımıyla tütün ürünlerinin reklam, tanıtım ve sponsorluğunu tamamen yasaklayan kapsamlı tütün kontrolü yasasında tütün kullanımını bırakmak isteyenlere hizmet sunulmasına ilişkin maddeler de yer almaktadır (3).

Yasanın kapsamının genişletilmesiyle birlikte Türkiye'de sigara kullanan kişilerin sigara bırakma yöntemleri ve hizmetlerine ulaşılabilirliğini artırmaya yönelik müdahaleler yapılandırılmıştır. Bu müdahaleler, ALO 171 sigara bırakma hattının kurulması, sigara bırakma polikliniklerinin yaygınlaştırılması ve Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi ve Eğitim Merkezlerinde (AMATEM) sigara bırakma hizmetleri sunulması şeklindedir (4).

Sigara bırakma yüzdesinin düşürülmesinde, toplumun önce bu hizmetlerden haberdar olmasının sağlanması, daha sonra da bu hizmetlere ulaşabilmesi hedeflenmektedir. Bu araştırma, toplumun sigara bırakma hizmetleri konusundaki bilgi ve görüşlerini saptamak amacıyla yapılmıştır.

MATERYAL ve METOD

Tanımlayıcı tipte olan bu araştırma, Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesinde yapılmıştır. Araştırmaya katılan burun boğaz, dermatoloji, ortopedi, üroloji ve nöroloji polikliniklerine başvuran 15 yaş ve üzeri bireyler dahil edilmiştir. Araştırmanın veri toplaması sırasında sigara ile ilgili yakınmaları ve hastalıkları olan hastalar ile görüşme yapılmamıştır. Sosyodemografik özellikler, sigara kullanma durumları ve sigara bırakma yöntem ve hizmetleri konusundaki görüşlerinin sorulduğu anket formu, 3-8 Ağustos 2011 tarihleri arasında belirtilen kliniklere başvuran hastalara yüz yüze görüşme tekniğiyle uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 15.0 istatistik paket programı kullanılarak bilgisayara yüklenmiştir. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler (Ortalama, standart sapma, ortanca), ki-kare ve gerekli yerlerde Fisher'in kesin ki-kare testleri kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık için $p < 0.05$ kabul edilmiştir. Anket uygulaması için Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi başhekimliğinden yazılı izin, katılımcılardan sözlü onam alınmıştır.

BÜLGÜLAR

Araştırmaya katılan 599 bireyin yaşları 15-81 arasında olup %56.6'sı erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması

36.95 ± 12.80 yıldır. Katılımcıların %53.1'i halen evlidir. Araştırmaya katılanların %41.6'sı üniversite/yüksek okul veya doktora mezunudur. Araştırmanın yapıldığı tarihte katılımcıların %63.4'ü herhangi bir işte çalıştığını, %58.9'u ekonomik durumunu orta olarak belirtmiştir. Araştırma sonuçlarına göre sigara kullanmayı bırakan 95 katılımcının %72.6'sı erkek, yaş ortalaması 44.46 ± 13.97 yıl ve %71.6'sı halen evli, %29.5'i üniversite/yüksek okul veya doktora mezunudur. Ayrıca, %63.2'si herhangi bir işte çalıştığını, %67.4'ü ekonomik durumunu orta olarak belirtmiştir (Tablo 1).

Katılımcıların %48.9'u sigara kullanmadığını, %15.9'u sigarayı bıraktığını, %35.2'si ise halen kullandığını belirtmiştir. Halen sigara kullananların %60.2'si son 12 ay içinde sigara kullanmayı bırakmayı düşünmüştür. Katılımcıların %42.1'i son 12 ay içinde sigara kullanmayı bırakmayı denemişlerdir (Tablo 2).

Sigara bırakmayı düşünme durumu evli olanlarda, herhangi bir işte çalışanlarda ve ekonomik durumunu iyi olarak belirtenlerde anlamlı olarak fazlayken ($p < 0.05$), sigara bırakmayı deneme durumu sadece herhangi bir işte çalışanlarda anlamlı olarak fazla bulunmuştur ($p < 0.05$). Diğer sosyodemografik değişkenler ile sigarayı bırakmayı düşünme ve deneme durumu arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0.05$).

Sigara kullananların %46'sı ve kullanmayanların %56.3'ü sigara bırakma polikliniklerinden haberdar olduklarını belirtmişlerdir ($p = 0.033$). Sigara kullananların %67.8'i ALO 171 sigara bırakma hattından, %46.9'u AMATEM sigara bırakma hizmetinden haberdardır. Aynı yüzdelere sigara kullanmayı bırakanlarda sırası ile %49.5 ve %28.4'tür. Halen sigara kullananların ALO 171 sigara bırakma hattından ve AMATEM'in hizmetinden haberdar olma durumu sigara kullanmayı bırakanlardan daha fazladır ($p = 0.009$, $p = 0.007$). Halen sigara kullananların %65.9'u, sigarayı bırakanların %49.5'i nikotin içermeyen preparatlardan haberdardır ($p = 0.024$) (Tablo 3).

Sigara bırakma hizmet ve yöntemlerinden haberdar olma durumu genel olarak 35 yaş ve altında olanlarda, bekarlarda, öğrenim durumu yüksek okul ve üzeri olanlarda ve ekonomik durumunu iyi olarak belirtenlerde anlamlı olarak fazla bulunmuştur ($p < 0.05$).

Sigara kullananların %59.7'si nikotin içermeyen preparatların, %17.4'ü nikotin içeren preparatların başarılı olduğunu düşünürken, hiç kullanmayanlarda bu yüzdelere sırasıyla %89.7 ve %36.7'dir. Hiç sigara kullanmayanlar nikotin içeren ve içermeyen preparatları daha başarılı bulmaktadırlar ($p < 0.001$ ve $p = 0.01$) (Tablo 4).

Sigara kullanmayı bırakmayı deneyen ancak halen sigara kullanan katılımcıların %4.6 ($n = 4$)'sı ALO 171 si-

Tablo 1. Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi polikliniklerinde görüşülen 15 yaş ve üzeri bireylerin bazı sosyodemografik özelliklerinin dağılımı (Ağustos 2011)

Sosyodemografik özellikler	Tüm katılımcılar		Sigarayı bırakanlar	
	Sayı	%	Sayı	%
Cinsiyet				
Erkek	339	56.6	69	72.6
Kadın	260	43.4	26	27.4
Yaş (yıl)				
15-24	120	22.9	12	12.6
25-34	172	28.4	12	12.6
35-44	133	22.7	22	23.2
≥ 45	174	26.0	49	51.6
	<i>Ort ± SS = 36.95 ± 12.80, ortc= 35 en küçük= 15, en büyük= 81</i>		<i>Ort ± SS: 44.46 ± 13.97, ortc = 45 en küçük= 20, en büyük= 81</i>	
Medeni durum				
Evli	318	53.1	68	71.6
Bekar	236	39.4	18	18.9
Eşi ölmüş	16	2.7	4	4.2
Eşinden ayrılmış	29	4.8	5	5.3
Öğrenim durumu				
İlkokul mezunu ve altı	56	9.3	11	11.6
Ortaokul mezunu	79	13.2	19	20.0
Lise mezunu	215	35.9	37	38.9
Üniversite mezunu ve üzeri	249	41.6	28	29.5
Çalışma durumu				
Çalışıyor	380	63.4	60	63.2
Çalışmıyor	219	36.6	35	36.8
Ekonomik durum				
İyi	152	25.4	12	12.6
Orta	353	58.9	64	67.4
Kötü	94	15.7	19	20.0
Toplam	599	100.0	95	100.0

gara bırakma hattını, %3.4 (n= 3)'ü sigara polikliniklerine başvurmuştur. Sigara bırakmayı deneyenlerin %4.6'sı nikotin içermeyen preparatları (n= 4), %9.2 (n= 8)'si nikotin içeren preparatları kullanmıştır, %92.0 (n= 80)'si ise sigara bırakmayı deneme sırasında hiç bir hizmeti kullanmamıştır.

Sigara kullanmayı bırakanların %86.3'ü sigaranın sağlığa zararlı olmasının, %40 (n= 38)'i çocuklara kötü örnek olmasının, %34.7 (n= 33)'si çevresi tarafından hoş karşılanmamasının ve %24.2 (n= 23)'si ekonomik yükünün sigara bırakmada etkili olduğunu düşünmektedir.

Sigara kullanmayı bırakanların %38.9 (n=37)'u sigarayı bıraktıktan sonra sinirlilik, %25.3 (n=24)'ü tütüne karşı aşırı istek, %18.9 (n= 18)'u konsantrasyon güçlüğü yaşadığını belirtirken %14.7 (n= 14)'si hiçbir şey hissetmediğini belirtmiştir. Sigara kullanmayı bırakanların %34.4 (n= 32)'ü mutlu olduğunu, %28 (n= 26)'i de kendine güveninin arttığını belirtmiştir.

“Tütün kontrol yasasının kapalı ortamda sigara kullanma sıklığını azalttığı” önermesine, halen sigara kullananların %73'ü, sigara kullanmayı bırakanların %92.6'sı ve hiç sigara kullanmayanların %88.4'ü katıldığını belirtmiştir. “Yasanın sigara kullanmayı teşvik et-

Tablo 2. Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi polikliniklerinde görüşülen 15 yaş ve üzeri bireylerin sigara kullanma ve bırakma özelliklerinin dağılımı (Ağustos 2011)

	Sayı	%
Sigara kullanma durumu (n= 599)		
Hiç kullanmayan	293	48.9
Bırakanlar	95	15.9
Halen kullananlar	211	35.2
Son 12 ay içinde sigarayı bırakmayı düşünme durumu (n= 211)		
Evet	127	60.2
Hayır	84	39.8
Son 12 ay içinde sigarayı bırakmayı deneme durumu (n= 211)		
Evet	89	42.1
Hayır	122	58.9

Tablo 3. Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi polikliniklerinde görüşülen 15 yaş ve üzeri bireylerin sigara kullanma durumlarına göre sigara bırakma hizmet ve yöntemlerinden haberdar olma durumları (Ağustos 2011)

Haberdar olunan	Halen sigara kullananlar		Bırakanlar		Hiç sigara kullanmayanlar		p
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	
Hizmetler							
Sigara bırakma poliklinikleri	97	46.0	56	58.9	165	56.3	0.033
ALO 171	143	67.8	47	49.5	177	60.4	0.009
AMATEM	99	46.9	27	28.4	112	38.2	0.007
Yöntemler							
Farmakoterapi							
Nikotin içermeyen preparatlar	139	65.9	47	49.5	174	59.4	0.024
Nikotin içeren preparatlar	180	85.3	76	80.0	247	84.3	0.492
Motivasyonel destek programları	107	50.7	52	54.7	161	54.9	0.618
Toplam	211		95		293		

Tablo 4. Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi polikliniklerinde görüşülen 15 yaş ve üzeri bireylerin sigara kullanma durumlarına göre sigara bırakma yöntemlerini başarılı bulma durumları (Ağustos 2011)

Sigara bırakma yöntemlerinin etkisi*	Halen sigara kullananlar		Bırakanlar		Hiç sigara kullanmayanlar		p
	Sayı	%**	Sayı	%**	Sayı	%**	
Farmakoterapi							
Nikotin içermeyen preparatlar	52	59.7	24	77.4	114	89.7	< 0.001
Nikotin içeren preparatlar	21	17.4	15	30.0	58	36.7	0.010
Motivasyonel Destek Programları	34	63.0	36	94.7	101	84.9	< 0.001

* Kararsızlar analiz sırasında çıkarılmıştır.

** Sigara kullanma durumlarına göre ilgili soruya evet yanıtını verenlerin yüzdeleri verilmiştir.

ti önermesine” katılım yüzdeleri sırasıyla %38.9, %69.5 ve %57.0’dır ($p < 0.001$).

TARTIŞMA

Bu araştırma sırasında hastanede görüşülen katılımcıların üçte birinin halen sigara kullandığı tespit edilmiştir. Görüşülen kişiler arasında sigara kullanım yüzdesi (%35.2) Türkiye’deki %31.2 olan sigara kullanma sıklığından biraz daha yüksektir (1). Katılımcıların erişkin hastanesinde görüşülen kişiler olması, bu farkı ortaya çıkarmış olabilir.

Araştırma sonuçlarına göre görüşülen kişiler arasında sigara kullanmayı bırakanların yaş ortalaması 40’ın üzerinde olup, bu grubun yaklaşık üçte ikisini erkekler, evliler, lise ve üzeri öğrenim durumuna sahip olanlar, her hangi bir işte çalışan ve ekonomik durumunu orta olarak belirtenler oluşturmaktadır (Tablo 1). Bu araştırma erkekler arasında sigara bırakmanın daha yaygın olduğunu düşündürmektedir. Ayrıca, sosyoekonomik yönden avantajlı gruplar arasında sigarayı bırakma daha fazladır. Bu çalışmada görüşülen kişilerin yaşla ortaya çıkan şikayetleri, sigarayı bırakmalarına neden olmuş olabilir. Çan ve arkadaşlarının 2006 yılında Trabzon’da bir hastanenin sigara bırakma merkezine başvuranlar ile yaptıkları çalışmalarında, merkeze başvuranların yaş ortalaması 37.5, %60’ı erkek ve %70’inin lise ve üzeri öğrenim durumunda olduğu tespit edilmiştir (5). Özşahin ve arkadaşlarının Adana ilindeki çalışmalarında sigara kullanmayı bırakanların yarısından fazlasının öğrenim durumu lise ve üzeri olup, %70’i erkek ve yaş ortalaması 52’dir (6). Şahbaz ve arkadaşlarının çalışmasında ise sigara bırakma polikliniğine başvuranların %55’i kadın, yaş ortalaması 47, %67’si evli ve %81’inin öğrenim durumu lise ve üzeri olarak bulunmuştur (7). Bizim araştırmamız her ne kadar tanımlayıcı ve toplumu yansıtmayan bir çalışma ise de hastaneye başvuranlar arasında da benzer bir dağılımın olması, sigara kullanmayı bırakmanın ileri yaşlarda gündeme geldiğine ilişkin bulguyu desteklemektedir.

Araştırma sonuçlarına göre sigara kullananların yaklaşık üçte ikisi son bir yıl içinde sigara kullanmayı bırakmayı düşünmüş ve beşte ikisi ise bırakmayı denemiştir (Tablo 2). Göktalay ve arkadaşlarının 2011 yılında yayınladıkları çalışmalarında sigara kullananların yarısından fazlasının sigarayı bırakmayı denediği ve bir ay içinde bırakmayı düşündüğü belirtilmektedir (8). Barış ve arkadaşlarının 2009 yılında Kocaeli ilini temsil eden araştırmasında sigara kullananların %67.7’sinin daha önce sigarayı bırakmayı denediği bulunmuştur (9). Messer ve arkadaşlarının Amerika Birleşik Devletleri (ABD)’nde yaptığı bir çalışmada sigara kullananları üçte ikisinden fazlası son bir yıl içinde sigarayı bırakmayı

denemiştir (10). Yapılan diğer çalışmalarda da görüldüğü gibi sigara kullanan bireylerin büyük bir kısmı sigara kullanmayı bırakmayı düşünmektedir ve denemektedir. Bu bulgular sigara bırakma hizmet ve yöntemlerinin önemini daha fazla ortaya koymaktadır.

Araştırma sonuçlarına göre halen sigara kullananların, ALO 171 sigara bırakma hattından, AMATEM’lerden ve nikotin içermeyen preparatlardan, sigara kullanmayı bırakanların da sigara bırakma polikliniklerinden daha fazla haberdar olduğu bulunmuştur (Tablo 3). Sigara kullananların daha fazla haberdar olma durumlarının nedeni, sigara kullanmayı bırakma ve istemelerinden dolayı bu tür haberler konusundaki duyarlılıklarının daha fazla olması olabilir. Sigara kullanmayı bırakanların polikliniklerden daha fazla haberdar olması, daha önce sigara bırakma deneyimlerinden kaynaklanmış olabilir. Araştırma sonuçlarına göre dikkat çeken bir diğer bulgu da, kendi sosyoekonomik düzeyini yüksek olarak beyan eden bireyler arasında sigara bırakma hizmet ve yöntemlerinden daha fazla haberdar olmalarıdır. Bu durum sigarayla mücadelede yüksek sosyoekonomik düzeydeki kişilere daha fazla ulaşılabilirdiğinin bir göstergesi olabilir.

Sigarayı bırakan ve hiç kullanmayanlar, halen sigara kullananlara göre sigara bırakma yöntemlerini daha başarılı bulmaktadırlar (Tablo 4). Bu da sigara kullanan kişilerin sigarayı bırakma konusundaki duygu ve görüşlerinden kaynaklanmış olabilir. Ancak burada dikkat çeken bir başka bulgu ise sigara kullanmayı bırakanların neredeyse tamamı “motivasyonel destek hizmeti”ni başarılı olarak belirtmişlerdir. Sigara kullanmayı bırakanlar müdahaleler arasında motivasyonel desteğin mutlaka olması gerektiğini düşünmektedirler. Bu görüşler sigara bırakma müdahalesinde motivasyonel desteğin ne kadar önemli olduğunu vurgulamaktadır. Toplumsal müdahalelerde motivasyonel desteğin sigarayı bırakmayı sağlayacağına ilişkin mesajlarının medyada yer alması, sigara kullanan kişilerin eyleme geçmesini hızlandırabilir.

Sigaranın sağlığa zararlı olması, çocuklara kötü örnek olmak ve çevresi tarafından hoş karşılanmamak sigarayı bırakmada en etkili nedenler olarak tespit edilmiştir. Argüder ve arkadaşlarının 2011 yılında Ankara’da yaptığı araştırmada sigara bırakma merkezinden hizmet alanlar arasında “sigaranın sağlığa olumsuz etki etmesi” en önemli başvuru nedeni olarak bulunmuştur. Ayrıca çocukları için bırakma, sağlık sorunlarının olması ve ekonomik nedenler de diğer nedenler arasında yer almıştır (11). Barış ve arkadaşlarının çalışmasında yaşanan sağlık sorunları, sağlıklı olma isteği ve ekonomik nedenler sigara kullanmayı bırakmayı etkileyen faktör-

Tablo 5. Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesi polikliniklerinde görüşülen 15 yaş üstü bireylerin sigara kullanma durumlarına göre tütün kontrol yasasının etkisi hakkındaki görüşleri (Ağustos 2011)

Tütün kontrol müdahaleleri	Katılıyorum*	Katılmıyorum*	Kararsızım*	p
Kapalı ortamda sigara içme sıklığını azaltma				
Halen kullananlar	73.0	19.9	7.1	< 0.001
Bırakanlar	92.6	3.2	4.2	
Hiç kullanmayanlar	88.4	5.8	5.8	
Sigarayı bırakmayı teşvik etme				
Halen kullananlar	38.9	43.6	17.5	< 0.001
Bırakanlar	69.5	17.9	12.6	
Hiç kullanmayanlar	57.0	25.3	17.7	
Sigaraya başlama hızını azaltma				
Halen kullananlar	39.3	38.4	22.3	0.115
Bırakanlar	55.8	26.3	17.9	
Hiç kullanmayanlar	45.7	33.8	20.5	

*Halen kullananlar (n= 211), bırakanlar (n= 95) ve hiç kullanmayanlar (n= 293) üzerinden satır yüzdesi verilmiştir.

ler olarak bulunmuştur (9). Özşahin ve arkadaşlarının çalışmasında sağlık sorununun olması ve doktor tavsiyesi, medyanın etkisi veya sigara karşıtı kampanyalar sigara bırakmada etkili olan faktörler olarak belirtilmiştir (6). Tüm bu çalışmaların sonuçlarına göre sigaranın sağlığa zararları, özellikle çocuklara olumsuz örnek oluşturması ve sigaranın ekonomik maliyetinin yüksek olması sigara bırakmayı etkileyen görüşlerdir. Toplumla yönelik mesajlarda bu nedenler ön planda yer alabilir.

Araştırmaya katılanların büyük bir kısmı tütün kontrol yasasının kapalı ortamda sigara içme sıklığını azalttığını, yaklaşık yarısı da tütün kontrol yasasının sigarayı bırakmayı teşvik ettiğini ve sigaraya başlama hızını azalttığını belirtmiştir (Tablo 5). Özcebe ve arkadaşlarının Ankara'da kahvehane müşterileri ile yaptığı bir çalışmada, katılımcıların üçte biri yasadan sonra sigara kullanmayı bırakmayı düşündüğünü ve sigara kullanım sıklığının azaldığını belirtmiştir (12). Ancak halen sigara kullanan katılımcılar, kullanmayanlara göre tütün kontrol yasasının etkisine daha az inanmaktadırlar. Toplumla yönelik yapılan bilgilendirme çalışmalarında yasanın olumlu etkilerinin sigara kullanan bireylere daha fazla anlatılmasının gerektiği düşünülmektedir. Tütün kontrol yasasının uygulamadaki başarısının artırılması için sigara kullanan bireylerin yasaya olan desteklerinin artırılması önem kazanmaktadır.

Bu araştırmanın en önemli sınırlılığı tanımlayıcı bir araştırma olmasıdır. Tanımlayıcı bir araştırmanın bulgularının dikkatli olarak yorumlanması görüşüne katılmaktayız. Araştırmanın tanımlayıcı olmasının yanı sıra her ne kadar tütün kullanımı ile doğrudan ilgili olan poliklinik-

ler olmasa da herhangi bir nedenle hastaneye başvuranlar arasında yapılmış olması da başka bir çekinceyi yaratmaktadır. Ancak araştırma sonuçlarının diğer araştırma bulgularıyla karşılaştırıldığında bazı sonuçlarının tütün kontrolü müdahalelerine katkısı olacağı görüşündeyiz. Araştırmanın sonuçlarına göre tütün kullanan kişiler arasında bırakma eğilimi ve sigara kullanımının bırakılmasına destek olan hizmetler konusunda farkındalıkları bulunmakta, yasanın tütün kullanımının zararlarını azalttığına inanmaktadırlar. Ancak düşük gelir düzeyinde olanlara ulaşmada daha fazla müdahaleye gereksinim vardır. Ayrıca, toplumda çocuklara rol modeli olma tutum ve davranışlarının da sigara bırakma kampanyalarında kullanılmasının etkili olacağı düşünülmektedir.

ÇIKAR ÇATIŞMASI

Bildirilmemiştir.

KAYNAKLAR

1. The Ministry Health of Turkey, Primary Health Care General Director, Global Adult Tobacco Survey Turkey Report. Ankara: Anıl Printing, 2010: 7-11.
2. The Way of Smoke Cessation (The Protection From Harmful Effects of Cigarettes). Ankara: Klasmat Printing, 2008: 7-13.
3. Law Amending the Law on Prevention of Hazards of Tobacco Products. Law No: 5727. Date: 03/01/2008, Official Gazette: 26761.
4. The Ministry Health of Turkey. Press Statement. Tobacco Control Efforts in Turkey. Access Date: 09.11.2012 Available from: http://www.saglik.gov.tr/TR/belge/1_15787/turkiyede-tutun-kontrolu-calismalari.html

5. Çan G, Öztuna F, Topbaş M, Özlü T. The evaluation of Karadeniz Technical University Teaching Hospital's smoking cessation clinic results for three years. *Bulletin of Community Medicine* 2006; 25: 22-6.
6. Özşahin K, Ünsal A, Erdoğan F, Gereklíoğlu Ç, Bakar C, Tokalak İ. Factors effective on smoking cessation: a study on family practice patients. *TAF Prev Med Bull* 2007; 6: 181-6.
7. Şahbaz Ş, Kılınç O, Günay T, Ceylan E. The effects of smoking properties and demographic properties on the results of smoking cessation therapy *Tur Toraks Der* 2007; 8:110-4.
8. Göktalay T, Özyurt BC, Coşkun AŞ, Çelik P. Level of smoking of 3rd and 4th grade students studying health and related factors: follow-up study. *Tuberk Toraks* 2011; 59: 355-61.
9. Barış SA, Yildiz F, Başyigit İ, Boyacı H. Smoking prevalence in Kocaeli. *Tuberk Toraks* 2011; 59: 140-5.
10. Messer K, Trinidad DR, Al-Delaimy WK, Pierce JP. Smoking cessation rates in the United States: a comparison of young adult and older smokers. *Am J Public Health* 2008; 98: 317-22.
11. Argüder E, Hasanoğlu HC, Karalezli A, Kiliç H. Factors that increasing tendency to smoking cessation. *Tuberk Toraks* 2012; 60: 129-35.
12. Özcebe H, Bilir N, Aslan D, Yıldız AN, Karadağ Ö, Küçük Biçer B. Opinions of coffee-house clients about tobacco control law. *Bulletin of Community Medicine* 2009; 28: 20-7.