

Sigara Bağımlılığına Etkisi Açısından Yaş Faktörü

Ahmet Nesimi Kişioğlu¹

¹Halk Sağlığı Uzmanı, Isparta Devlet Hastanesi ISPARTA.

Özet

Sağlığa ve ekonomiye doğrudan zararları olan sigara kullanma alışkanlığının önlenilmesinde, sigaraya başlamada ve sigarayı bırakmada yaş faktörünün nasıl bir rol oynadığını ortaya koymak için yapılan araştırma, 200 kişiye anket uygulaması yönetimiyle yapılmış ve sonuçta sigaraya başlamada en önemli faktörün özentisi olduğu ve sigaraya daha geç yaşta başlayanların daha fazla oranda sigarayı terk edebildikleri tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sigara, bağımlılık, yaş.

Effect of The Age Factor to Smoking

Abstract

How the age factor effects to preveting, new onset and leaving of smoking which harmful to health and economy in research, The survey be made to 200 person and it has established that persons which start older to smoking can leave more than others

Key Words: Cigarette, addiction, age.

Sigaranın zararlı bir şey olduğu, herkesce kabul edilmektedir(3). Dünyada yapılan çalışmalar sigaranın sağlığa zararını sıklıkla vurgulamakta, ölüm nedenlerinin en başında yer alan kalp hastalıkları, kanser ve cerebrovasküler hastalıkların etiolojisinde rol oynamakta, önemli kronik hastalıkların hemen hemen tamamının önlenmesinde ilk sıralarda sigaradan uzak durmak yer alır(4). Sigaraya karşı yürütülen çeşitli kampanyalar yıllardan beri tüm dünyada yapılmakta, sigaranın üzerine zararına dair yazılar yazılmakta, çeşitli bırakma günleri düzenlenmekte, kanunlarla sigara içilen yerler kısıtlanmakta, hatta toplu yerlerde sigara içilmesi halinde çeşitli cezalar uygulanmakta, sigara içen insanlar ikinci sınıf insan muamelesi görmektedir. Bütün bunlara rağmen toplum sağlığı açısından sigaranın önlenmesinde önemli bir adım atılmamıştır. Sigaraya tiryakilerinin bir çoğu bu alışkanlıktan kurtulmak istemektedir. Tiryakilerin bir kısmı bunu daha rahatlıkla başarabilirken bazıları ise bırakmayı istedikleri ancak bırakamadıkları veya kısa bir süre sonra tekrar başladıklarını söylemektedirler.

Bu araştırma sigaraya başlayan kişilerin neden başladığını ve sigarayı bırakabilen eski tiryakilerin ise bırakmalarını sağlayan gücün ne olduğunu tespiti yönelik olarak planlanmıştır. Eğer sigaraya başlamaya neden olan faktörler ortadan

kaldırılabilirse ve eğer sigarayı bırakmada güç veren, destek olan faktörler artırılabilirse sigaraya karşı savaşta gerçek bir adım atılmış olabilecektir.

Materyal ve Metod

Bu araştırma 1 Nisan - 15 Mayıs tarihleri arasında yapılmış olup Isparta Devlet Hastanesine herhangi bir sebeple başvurmuş hastalara anket uygulaması şeklinde yapılmış olup araştırmaya 200 kişi alınmıştır. Bunlardan 100'ü en az bir yıldan beri üzerinde paket taşıyan halen sigara tiryakisi kişilerden diğer 100'ü ise en az bir yıl boyunca üzerinde sigara paketi taşıdıktan sonra sigarayı terk etmiş ve sigarayı bırakalıdan en az bir yıl geçmiş kişilerden oluşmuştur. Anketten elde edilen veriler bilgisayarda değerlendirilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Araştırmaya Alınan Kişilerin Sigaraya Başlama Nedenleri

Başlama Nedeni	Sayı	%
Özenti	124	62.0
Arkadaşlardan etkilenmek*	36	18.0
Merak etmek	17	8.5
Sıkıntı ve Üzüntü	13	6.5
Bilmiyor	10	5.0
Toplam	200	100.0

*Genellikle askerlikteki arkadaşların

Araştırmada sigara içenler, içmeyenler ve başlayıp terketmiş olanlar arasında ekonomik durum, eğitim seviyesi ve meslek dağılımları açısından anlamlı istatistiksel bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 2'de sigaraya başlama yaşına göre sigarayı halen içmekte olanların dağılımı görülmektedir.

Tablo 2. Sigaraya Başlama Yaşına Göre Sigarayı halen içmekte ve Terketmiş olanların dağılımı

Sigaraya Başlama Yaşı	Halen İçmekte	Bırakmış
14 yaş ve altı	6	5
14-15	29	22
16-17	29	27
18-19	18	18
20-21	9	13
22-23	6	9
24-25	1	3
26 ve üzeri	2	3
Toplam	100	100

Halen sigara içmekte olanların sigaraya başlama yaş ortalaması: 17.07+/- 0.32

Sigarayı terketmiş olanların sigaraya başlama yaş ortalaması: 17.93+/-0.34

t:1.83 p<0.05

Halen içmekte olanlardan 68(%68.0) kişi bırakmayı istediklerini söylemektedir.

Tablo 3'de sigaraya başlama yaşına göre terketmeyi istemekte ancak halen içmekte olanların dağılımı görülmektedir.

Tablo 3. Sigaraya başlama yaşı ile sigarayı bırakmak isteyipte halen bırakmayanların dağılımı.

Sigaraya Başlama Yaşı	Bırakmak İsteyenler	
	Sayı	%
13 yaş ve altı	5	7.3
14-15	19	27.9
16-17	22	32.4
18-19	10	14.7
20-21	8	11.8
22-23	4	5.9
Toplam	68	100.0

Sigarayı terketmiş olanların sigaraya başlama yaş ortalaması : 17.93+/-0.34

Sigarayı bırakmak isteyipte halen bırakamamış olanların sigaraya başlama yaş ortalaması: 16.76+/-0.31

t:2.68p<0.01

Tartışma ve Sonuç

Sigaraya içmeye ilk başlama nedeni olarak araştırmaya alınan kişiler genellikle özentiye göstermektedirler. Özenti ise bilindiği gibi özellikle kişiliğin gelişme çağlarında ferdin kendisine örnek aldığı ebeveynleri, toplum büyükleri, ünlü kişiler ve sanatçılar önem taşımakta ve bu kişilerin bu konudaki tutumları önemli olmaktadır. Sigarayı bırakma propagandalarında bunun dikkate alınması özel önem taşımaktadır. Yapılan bir çalışmada sigaraya başlamada gençlerin özellikle ailesinde veya arkadaşları içinde bir başka sigara içenin bulunması önemli bir etken olmaktadır(1,2).

Özellikle erkeklerde askerlik döneminde sigaraya alışma oranı oldukça yüksek görülmektedir.

Sigarayı terketmiş olanlar ile sigarayı bırakmak istemekte ancak halen içmekte olanların belkide başka bir deyişle sigara bağımlılığı daha kuvvetli olanların ilk sigaraya başlama yaşları arasında istatistiksel olarak önemli derecede fark vardır. Bu fark sigaraya daha ileri yaşta başlayanların daha kolay bırakabildikleri anlamını taşıyabilir.

Sonuç olarak; sigaraya başlamada yaş faktörü oldukça önemli görünmektedir. İster sigaraya başlama nedeni arasında en yüksek sıklıkta olan özentinin, kişiliğin gelişme yaşı olan gençlik döneminde olması açısından, ister sigarayı bırakmada daha erken yaşta sigaraya başlamış olmanın dezavantajı açısından bakılsın ve yine ister gelişmekte olan vücutlara ve beyine verdiği zararın daha büyük olabileceği düşüncesinden yola çıkılacak sonuçta sigara ile savaşta risk yaklaşımında gençler en önemli ve öncelikli grubu oluşturmaktadır. Bu nedenle okullarda daha radikal tedbirlerin alınması, sigaranın 18 yaşından küçüklere satılmasının önlenmesi, gençlerin sigaranın tüketiminin fazla olduğu kahve gibi yerlere girmesinin önlenmesi, gençlerin bir arada durduğu kantin, sinema gibi ortamlarda sigara içiminin yasaklanması gibi tedbirlerin alınması gereklidir.

Kaynaklar

- 1-Öztürk Y, Aykut M. Ya Sigara Ya Sağlık. Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayın ve Dokümantasyon Birimi, Kayseri 1992, 5.
- 2-Öztürk Y, Önemli Kronik Hastalıklar, Aile Sağlığı El Kitabı Ed; Öztürk Y. Günay O. Erciyes Üniversitesi Yayınları Yay. No:83 Kayseri 1995, 249 253.

3-Ağrıdağ G., Alparslan N, Karaömerlioğlu Ö, Apan E. Karataş'taki Adölesanlarda Sigara İçmeyi Denemede Ailenin Etkisi. Ed. Yusuf Öztürk. III. Halk Sağlığı Günleri Gençlerin Sağlık Sorunları, Erciyes Üniversitesi Yayınları Yay. No:46, Kayseri 1993, 112-116.

4-Okan N., Şivka Ş., Resmi Ş., Şivka N; Lise Öğrencilerinde İçki ve Sigara Kullanımı, ed. Yusuf Öztürk III. Halk Sağlığı Günleri Gençlerin Sağlık Sorunları. Erciyes Üniversitesi Yayınları Yay. No:46, Kayseri 1993, 111.

Yazışma Adresi:
Dr. Ahmet Nesimi Kişioğlu
Devlet Hastanesi Acil Servis

ISPARTA