

**BIRAK-KAZAN 1996  
ULUSLARARASI ÇEKİLİŞLİ  
SİGARAYI BIRAKMA  
KAMPANYASI'NIN ELAZIĞ İLİ  
PİLOT ÇALIŞMASININ  
DEĞERLENDİRİLMESİ\***

S. Aytaç POLAT, Erol SEZER

**Background and Design.-** This is a follow up study aimed to evaluate the effects of the Smoking Cessation Campaign in Elazığ 1996. A random sample of 1000 participants were drawn randomly from a list of 1299 participants. Number of the individuals in the final list was 978. Most of the questions in the questionnaire were the ones requested by the international Quit and Win campaign coordination center. The study was conducted during may 1997 just one year after the cessation campaign had been launched. Of the individuals in the sample 759 responded.

**Results.-** The participation rates were 2,84% and 0,34% among the smokers in the provincial center and the rest of the Elazığ respectively. The overall participation rate was 1.37%. Of the respondents 83.0% were male, 70.0% were between the ages of 25-44. Most of the respondents had at least a high school degree. And 63.6% of the responders were able to give up smoking during campaign period. Among the main reasons reported by the ones who failed to give up smoking were tobacco withdrawal symptoms, and stress. One year abstinence rate among respondents was 33.9%. (If 176 individuals who did not respond are supposed to have failed to give up, this figure will de-

crease to 27.0%) Among the respondents 23,7% reported that they had smoked sometimes during the 12 months after quit day but they did not smoke at the time of survey; 7.4% reported that although they had continuously smoked in the last year they did not smoke at the time of the survey; 35.0% reported that they had smoked in the last year and they also continued to smoke at the time of the survey.

**Conclusion.-** The results of the survey shows that launching Quit and Win Campaigns is a worthwhile strategy to curb smoking epidemic.

Polat SA, Sezer E. Evaluation of Elazığ pilot study for the 1996 quit and win international smoking cessation lottery. *Cerrahpaşa J Med* 2001; 32: 133-141.

**S**igara içmek; çok yaygın bir bağımlılık çeşidi olmasının yanı sıra, sigaranın içerdiği maddelerin insan sağlığı üzerine olan çok yönlü zararlı etkileri nedeni ile, Dünya'nın, ülkemizin ve Elazığ'ın en önemli Halk Sağlığı sorunlarından birisidir.

Ülkelerinde sigara içme oranlarını düşürmeyi başaran gelişmiş ülkelerin sigara mücadele stratejilerinden birisi de; "BIRAK-KAZAN" kampanyalarıdır. Ülke düzeyinde olabildiğince fazla sayıda kişinin dikkatini Sigara ve Sağlık ilişkisine çekerek, sigarayı bırakmayı düşünenleri bırakmak için harekete geçirmeyi hedefleyen Bırak-Kazan kampanyaları; 1970'li yıllarda keşfedilmiş, 80'li yıllarda bazı Avrupa ülkelerinde ulusal kampanyalar düzenlenmiştir. Dünya Sağlık Örgütü 1988 yılında, 31 Mayıs'ı "Dünyalıların Sigarasız Günü" ilan ederken de benzer hedefleri gütmüş, yine bu hedeflerden hareketle; ilki 1994 yılında, ikincisi 2-30 Mayıs 1996 tarihleri arasında; Uluslararası Çekilişli Sigarayı Bırakma Kampanyaları düzenlenmiştir.

Bırak-Kazan 96 (*Quit and Win 96*), içerisinde ülkemizin de bulunduğu 25 ülke

\* *Anahtar Kelimeler:* Bırak-Kazan, Sigaranın Bırakılması, Çekilişli Bırakma Kampanyaları; *Key Words:* Quit and Win, Smoking Cessation, Quit Campaigns; *Alındığı Tarih:* 14 Eylül 2000; *Yard. Doç. Dr. S. Aytaç Polat:* Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Elazığ; *Prof. Dr. R. Erol Sezer:* Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Sivas; *Yazışma Adresi (Address):* Dr. SA Polat, Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Elazığ.  
E-mail: aytacpolat@hotmail.com  
<http://www.ctf.istanbul.edu.tr/dergi/online/2001v32/s3/013a1.htm>

de, 2 – 30 Mayıs 1996 tarihlerinde yapılmıştır. Dünya ödülünün 5.000 \$ olduğu bu kampanyanın, Türkiye ödülü 3.000 \$, Elazığ ödülü ise 1.000 \$ olmuştur.

1996 Uluslararası Çekilişli Sigarayı Bırakma Kampanyası'na;

- 18 yaşını doldurmuş,
- Son bir yıldır günde an az bir sigara içen tiryakiler,
- İki şahit göstererek,
- 29 gün sigara (pipo veya puro) içmemek şartı ile bir Başvuru Formu doldurarak katılabilmişlerdir.

Kampanyanın 5.000 \$'lık Dünya ödülünü; kampanyaya eşinin ve çocuklarının desteği ile katılan, Çin'in Tianjin bölgesinden 48 yaşındaki Gao CHANGUAN, 3000 \$'lık Türkiye ödülünü Karaman'dan 36 yaşındaki ev hanımı Sena TUNA, 1000 \$'lık Elazığ ödülünü ise; 42 yaşındaki ilkokul öğretmeni Hıdır VARICI kazanmıştır.<sup>1</sup> Kampanyanın uluslararası koordinatörlüğünü "Finlandiya Ulusal Halk Sağlığı Enstitüsü", Türkiye koordinatörlüğünü "Sigara Sağlık Ulusal Komitesi", Elazığ koordinatörlüğünü ise Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı ile merkezi Elazığ'da bulunan "Sağlığı Geliştirme ve Sigara ile Mücadele Derneği" yapmıştır.

Bırak-Kazan 96 kampanyasına başta Çin, Finlandiya, Macaristan, Rusya, Arjantin, Polonya, İspanya ve Türkiye olmak üzere toplam 25 ülkeden 70.000 civarında katılımcı iştirak etmiştir.<sup>2</sup> Kampanyaya ülkemizden katılan 3623 kişinin %36'sı (1299'u) Elazığ'dandır. Sigara salgınının zararlı etkilerine yoğun bir şekilde hedef olan Türkiye'de sigara salgını kontrol stratejileri konusundaki bilimsel çalışmalara ihtiyaç oldukça fazladır. Bu konuda ne kadar çok bilgi üretilebilirse, salgının kontrolüne yönelik kararlar da o ölçüde yerinde ve başarılı olabilir.

## YÖNTEM VE GEREÇLER

Bir izleme (follow up) çalışması olan bu araştırma; 1996 Uluslararası Çekilişli Sigarayı Bırakma Kampanyası'na Elazığ'dan katılan 1299 katılımcı arasından rastgele sayılar tablosu kullanılarak seçilen 1000 kişilik bir örneklem üzerinde yapılmıştır. Tabloların oluşturulmasında ve analizinde esas alınan veriler, anket formlarına cevapları alınabilen 759 katılımcıdan elde edilen bilgilerden oluşmaktadır. Veriler bir başvuru, bir de anket formu kullanılarak toplanmıştır. Anket formundaki soruların ağırlıklı bir kısmı, kampanyanın Dünya koordinasyonunu yapan, Finlandiya Ulusal Halk Sağlığı Enstitüsü'nün 1996 Bırak-Kazan kampanyasında kullanılmasını önerdiği standart sorulardan oluşmuştur.

Anket Formlarının dağıtılması ve toplanması aşağıdaki yollardan birisiyle olmuştur:

- 1- Araştırmacının, katılımcının adresine götürdüğü anket formunun, katılımcı tarafından cevaplandırıldıktan sonra hemen toplanması,
- 2- Araştırmacının, katılımcının adresine götürdüğü anket formunun, adresinde bulunmayan katılımcının bir yakınına, (anket formunun katılımcı tarafından bizzat cevaplandırılması gerektiği hatırlatılarak), teslim edilmesi ve ertesi gün toplanması,
- 3- Araştırmacının, telefon ile temas kurduğu katılımcının verdiği bilgileri anket formuna kaydetmesi ve,
- 4- İçerisinde; üzerinde postalanacağı adresin yazılı olduğu, pulu yapıştırılmış boş bir zarf ile birlikte, çalışmanın amacının açıklandığı bir mesaja ekli anket formunun bulunduğu bir zarfın, katılımcının adresine posta ile gönderilmesi ve formların geri postalanması.

Anket formları araştırmacı tarafından kampanyanın başlangıcını takip eden birinci yılın ilk günü olan 2 Mayıs 1997'de; dağıtılmaya, postalanmaya ve toplanmaya başlanmış, bu işlemlere 30 Mayıs 1997 tarihine kadar devam edilmiştir. 171 Anket Formunun cevabı geri gelmemiş, bu kişilere başka yollarla da ulaşılamamıştır. 37 katılımcıya göç, 6 katılımcıya da askerde oldukları için ulaşılamamıştır. 5 katılımcı ise anket formunu cevaplandırmak istememiştir.

Tablo I. Katılım Oranları

Yerleşim Birimi	18 yaş ve üzerindeki nüfus*	18 yaş ve üzerindeki nüfusta tahmini sigara içen sayısı**	Katılımcı sayısı	Katılım Oranı (%)
İl merkezi	117.182	38.846	1104	2.84
İlçeler ve köyler	168.141	55.738	195	0.34
Toplam	285.323	94.584	1299	1.37

\* 1997 Nüfus sayımı Elazığ ili toplam nüfus sayısı (516.890) ve 1990 Nüfus sayımı İl (% 41.07), İlçe ve Köylerin (% 58.93) nüfus dağılım değerleri ile, yaş dağılım değerleri (18 yaş üstü % 55.2) kullanılarak bulunan tahmini değerler.<sup>3</sup>

\*\* 1997 yılında yapılan Elazığ ili Sigara Kullanım Prevalans araştırmasında, 18 + yaş grubu için bulunan erkeklere ait: % 52.9, kadınlara ait %13.4 değerleri kullanılarak elde edilen sayılar.<sup>4</sup>

Anket ve başvuru formları, hazırlanan veri kodlama kılavuzu doğrultusunda kodlanarak bilgisayarda SPSS programına kaydedilmiş, hata kontrolleri, tablolar ve istatistiksel analizler yine SPSS programında yapılmıştır. Verilerin önemlilikleri ki-kare ( $\chi^2$ ) yapılarak sınanmış, aritmetik ortalamaları veya yüzde oranları alınmıştır.

## BULGULAR

*Katılım oranları:* Tablo I, Bırak-Kazan 1996 Uluslararası Çekilişli Sigarayı Bırakma Kampanyası'na Elazığ'dan katılan katılımcı sayısının, Elazığ'ın 18 yaş üstü tiryaki nüfusuna oranını (katılım oranlarını) göstermektedir. Kampanyaya Elazığ'dan katılan, 1299 katılımcının; 1104'ü (%85.0) il merkezinden, 195'i ise (%15.0) ilçe merkezleri ve köylerdendir. Katılım oranı, il merkezi için %2.84, ilçe merkezle-

ri ve köyler için %0.34'tür. Toplam katılım oranı ise; %1.37'dir.

*Katılımcıların cinsiyet ve yaşa göre dağılımları:* Katılımcıların yaşları; 18 ile 79 yaşları arasında değişmiş, en fazla katılım 44 kişi ile, 36 yaşındakilerden olmuştur. Katılımcıların yaş ortalaması; 35.7 olup, % 82.9'u erkek, % 17.1'i ise kadındır. Kampanyaya erkeklerin, en çok; 35-44 yaş grubunda (%39.4), en az ise; 65 yaş ve üzerinde (%1.0) olanları katılırken, kadınların en çok; 25-34 (%52.3) en az ise; 55-64 yaş grubunda (%3.1) olanlarının katıldıkları gözlenmiştir (Tablo II).

*Katılımcıların eğitim durumları:* Katılımcıların cinsiyetlerine göre, üç kategorili eğitim durumları Tablo III'te görülmektedir. Eğitim durumu gruplandırılması, Avrupa'daki benzer çalışmalarla uyum sağ-

Tablo II. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Yaş Gruplarının Dağılımları\*

Yaş Grupları	CİNSİYET				Toplam	(%)
	Erkek	(%)	Kadın	(%)		
18 – 24	72	11.4	16	12.3	88	11.6
25 – 34	200	31.8	68	52.3	268	35.3
35 – 44	248	39.4	34	26.1	282	37.2
45 – 54	89	14.2	8	6.2	97	12.8
55 – 64	14	2.2	4	3.1	18	2.4
65 +	6	1.0	0	0.0	6	0.8
Toplam	629	82.9	130	17.1	759	100

\* Toplam satırındaki yüzdeler Satır, diğer yüzdeler Sütun yüzdesidir

Tablo III. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Eğitim Durumları

Cinsiyet	Eğitim Durumu			Satır Toplamı	Sütun %
	0-9 Yıl	10-12 Yıl	13 + Yıl		
Erkek	154	259	207	620	82.7
	24.8	41.8	33.4		
	90.6	79.9	80.9		
Kadın	16	65	49	130	17.3
	12.3	50.0	37.7		
	9.4	20.1	19.1		
Sütun Toplamı	170	324	256	750	
Satır %	22.7	43.2	34.1		100.0

\*  $\chi^2 = 9.712$ , Sd= 2, p=0.0078; Tablonun gözlerindeki değerler: Sayıyı, Satır %'sini ve Sütun %'sini göstermektedir. Cevabı bilinmeyen 9 katılımcı tabloya dahil edilmemiştir.

laması ve kıyaslanabilir olması amacıyla Uluslararası Kampanya Koordinasyon Merkezinin (Finlandiya Ulusal Halk Sağlığı Enstitüsü) yayınladığı kılavuza göre; katılımcıların en son bitirdikleri sınıf göz önüne alınarak yapılmıştır. Erkek katılımcıların; % 24.8'i 0-9 yıl, %41.8'i 10-12 yıl, %33.4'ü de 13 yıl ve üzerinde eğitim görmüştür. Kadın katılımcıların ise; % 12.3'ü 0-9 yıl, %50.0'si 10-12 yıl, %37.7'si de 13 yıl ve üzerinde eğitimlidir. Katılım-

cıların eğitim durumu ortalaması, 11.3 yıl olup; eğitim durumu ile cinsiyet arasındaki ilişki istatistiksel olarak önemli bulunmuştur (p=0.0078).

*Kampanya döneminde (Mayıs 1996) sigara içme durumları:* Kampanya döneminde (Mayıs 1996) sigara içmemeyi tam olarak başarabilen katılımcıların oranı %63.6'dır. Erkek katılımcıların %65.1'i bu başarıyı gösterebilmişken, bu oran kadın katılımcılarda %56.2 olmuştur. Bu farkın

Tablo IV. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre, Kampanya Süresince (bir ay) Sigara İçmemeyi Tam Olarak Başarabilme Durumları

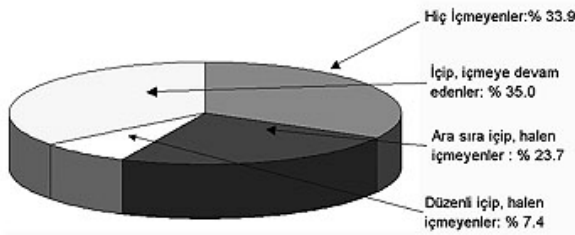
Kampanya Süresince (bir ay) Sigara İçmemeyi Başarabilme	Cinsiyet		Satır toplamı	Sütun %
	Erkek	Kadın		
Başarılı	Sayı	409	73	482
	Satır %	84.9	15.1	
	Sütun %	65.1	56.2	63.6
Başarısız	Sayı	219	57	276
	Satır %	79.3	20.7	
	Sütun %	34.9	43.8	36.4
Sütun Toplamı		628	130	758
Satır %		82.8	17.2	100.0

$\chi^2 = 3.746$ , Sd = 1, P=0.0529. Tablonun gözlerindeki değerler: Cevabı bilinmeyen 1 katılımcı tabloya dahil edilmemiştir.

olasılığı;  $p=0.0529$ 'dur (Tablo IV). Katılımcıların kampanya döneminde sigaradan uzak kalabilme başarıları; sigara kullanma sürelerine (0-9 yıl, 10-19 yıl ve 20 yıl ve üstü) ve günlük tükettikleri sigara miktarına (1-14 adet ve 15 adet ve üstü) göre incelenmiştir. Kampanya döneminde sigara içmeme başarısı gösterebilmek ile, sigara kullanma süresi arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunurken ( $p<0.05$ ), aynı ilişkiye günlük tüketilen sigara miktarı ile kampanya döneminde başarılı olabilmek arasında rastlanamamıştır ( $p>0.05$ ).

*Katılımcıların kampanyanın başlangıcını izleyen geçen bir yıl süresince sigara içme durumları:* Katılımcıların, kampanyanın başladığı 2 Mayıs 1996 ile çalışmaların yapıldığı Mayıs 1997 tarihleri arasında geçen bir yıllık süre zarfındaki sigara içme durumları, Şekil 1'de görülmektedir.

Katılımcıların %33.9'u (bu süre içerisinde sigarayı) Hiç içmediğini, %23.7'si Ara sıra içtiğini fakat halen içmediğini, %7.4'ü Düzenli bir şekilde içtiğini fakat halen içmediğini, %35.0'i de İçtiğini ve içmeye devam ettiğini belirtmiştir (Şekil 1). Katılımcıların, kampanyanın başlangıcını izleyen geçen bir yıl süresince sigara içme durumları da; sigara kullanma sürelerine (0-9 yıl, 10-19 yıl ve 20 yıl ve üstü) ve günlük tükettikleri sigara miktarına (1-14 adet ve 15 adet ve üstü) göre incelenmiş ve gerek sigara kullanma süresi, gerekse günlük tüketilen sigara miktarı ile kampanyanın başlangıcını izleyen geçen bir yıl süresince sigara içme durumu arasında



Şekil 1. Katılımcıların sigara içme durumları

herhangi bir ilişkiye rastlanamamıştır ( $p>0.05$ ).

Anketlerin formlarının cevaplandırılma oranı: Araştırma esnasında örnekleme oluşturan 978 katılımcıdan, 759'unun cevabı alınabilmiştir. Anket formlarının cevaplandırılma oranı; % 77.6'dır.

## TARTIŞMA

*Katılım oranları:* Kampanyaya ülkemizden gerçekleşen 3623 katılımın, 1299'u (%36.0) Elazığ'dandır. Kampanyaya Elazığ'dan katılanların, ilin 18 yaş üzeri sigara içen nüfusa oranı (katılım oranı); il merkezi için %2.84, ilçe merkezleri ve köyler için %0.34, toplam olarak ise, %1.37'dir (Tablo I). Katılım oranı, Türkiye için %0.02'dir.<sup>1</sup> Elazığ'ın il merkezindeki katılım oranı, ilçe merkezleri ve köylerdeki katılım oranının 8 katından daha fazladır. Bu farkın sebebi; kampanyada yalnızca il merkezinin pilot bölge olmasıdır. Elazığ'ın, %1.37'lik katılım oranı, tüm Türkiye'nin %0.02'lik katılım oranından 68.5 kat, Elazığ il merkezindeki katılım oranı ise (%2.84) Türkiye'nin katılım oranından 142 kat daha fazladır. Bunun nedeni, Elazığ'da bu kampanya için sektörler arası yoğun bir işbirliği yapılması ve ödüllere bir il ödülünün de eklenmesidir. İşbirliği; Üniversiteyi, Sağlık Müdürlüğünü, Milli Eğitim Müdürlüğünü, Müftülüğü, başta Sağlık Geliştirme ve Sigara ile Mücadele Derneği olmak üzere birçok resmi ve gönüllü kuruluşları kapsamıştır.

Elazığ %1.37'lik katılım oranı ile, Finlandiya'nın Kuzey Karelia (%2.0) ve Rusya'nın Pitkäranta (%1.41) bölgesinden sonra, kampanyaya katılımın en yüksek olduğu üçüncü pilot bölge olmuştur.<sup>2</sup> Bir Bırak-Kazan kampanyasına ilk kez katılan Elazığ'daki %1.37'lik katılım oranı, ilk ulusal Bırak-Kazan kampanyasının yapıldığı ve Bırak-Kazan'ların başarıyla uygulandığı Finlandiya ve Rusya'nın pilot bölgelerinin katılım oranlarıyla kıyaslandı-

ğında, çok başarılı bir katılım oranı olduğunu söylemek mümkündür.

Katılımcıların cinsiyet ve yaşa göre dağılımları: Katılımcıların yaklaşık olarak, %83'ü erkek, % 17'si ise kadındır (Tablo II). Elazığ'da erişkinlerin sigara içme prevalansları konusunda yapılan çalışmalar; erkek tiryaki sayısının, kadın tiryaki sayısından 3-5 kat daha fazla olduğunu göstermektedir.<sup>4-7</sup> Erkek katılımcı sayısının, kadın katılımcı sayısından yaklaşık olarak 5 kat daha fazla olması, bu oranların kampanyamıza katılıma bir yansıması olarak yorumlanabilir.

Katılımcıların büyük çoğunluğu (yaklaşık %70'i) orta yaş diyebileceğimiz 25-44 yaş grubunda olup, katılımcıların yaş ortalaması 35.7'dir. Bu durum; orta yaşların başta sigaranın yol açtığı sağlık problemleri olmak üzere bir çok sağlık sorununun etkisinin daha fazla hissedildiği yaşlar olması şeklinde yorumlanabilir. Erkek katılımcıların % 39.4'ü 35-44 yaş grubunda, kadın katılımcıların %52.3'ü ise, 25-34 yaş grubundadır. 35-44 yaş grubundaki kadın katılımcı oranı ise %26.1'dir. Yani kampanyamıza orta yaşlı erkekler ve genç kadınlar daha fazla oranlarda katılmışlardır (Tablo II). Bu durum, bundan önce Elazığ'da yapılan çalışmalarda ortaya konulan; genç ve eğitimli kadınlarda sigara içme prevalanslarının, orta yaş ve yaşlı kadınların sigara içme prevalanslarından daha yüksek olduğu yönünde ki bulgularla da uyumludur.<sup>8,9</sup>

*Katılımcıların eğitim durumları:* Erkek katılımcıların; %24.8'i 0-9 yıl, %41.8'i 10-12 yıl (lise ve dengi okul mezunu) ve %33.4'ü de 13 yıl ve üzerinde eğitimlidir. Kadın katılımcıların ise; %12.3'ü 0-9 yıl, %50.0'si 10-12 yıl ve % 37.7'si de 13 yıl ve üzerinde eğitimlidir. Ortalama eğitim süresi 11.3 yıldır (Tablo III). 1997 yılında Elazığ'da yapılan "18 yaş üstü erişkin nüfustaki sigara içme prevalansları" konulu çalışmada, erkeklerin %49.8, kadınların %50.8'i 0-9 yıl, erkeklerin %24.8, kadınla-

rın %12.5'i 10-12 yıl ve erkeklerin %12.3, kadınların ise %4.6'sının 13 yıl ve üzerinde eğitimli oldukları bulunmuştur.<sup>4</sup>

Gerek erkek, gerekse kadın katılımcılarımızın eğitim durumlarının, Elazığ'ın tiryaki toplumundan çok yüksek oranlarda olduğu görülmektedir. Yani kampanyaya katılan tiryakiler toplumdaki tiryakilere göre (kadınlarda daha belirgin olmak üzere), daha çok eğitim görmüş kişilerdir. Bu durum; tiryakilerin eğitim durumları arttıkça sigaranın zararlarının ve bırakılmasındaki yararların bilincine daha fazla varmalarının bir sonucu olarak yorumlanabilir. Bu da eğitimin her konuda olduğu gibi bu konuda da nedenli önemli olduğunu göstermektedir.

*Katılımcıların kampanya döneminde sigara içme durumları:* Cevaplarını alabildiğimiz 759 katılımcının 482'si (%63.6) kampanyanın yapıldığı 2-30 Mayıs 1996 tarihlerinde sigaradan uzak kalabilmeyi başarabilmiş, 276 katılımcı ise (%36.4) bu başarıyı gösterememiştir (Tablo IV) Richard ve ark,<sup>10</sup> çalışmalarında, kampanyanın 1. ayının sonunda başarılı olan katılımcı oranını bizimkine çok benzer bir şekilde % 64.4 olarak belirtmişlerdir. Bırak-Kazan 1996 kampanyasına katılan bazı ülkelerin pilot bölgelerinde katılımcıların; Belarus-Minsk'te %82.0'si, Çin-Beijing'te %58.0'i, Finlandiya-North Karelia'da %64.0'ü, Polonya-Kalisz'de %84.0'ü, Rusya-Pitkäranta'da %85.0'i ve İspanya-Catalonia'da % 68.0'si kampanya döneminde sigara içme başarısını gösterebilmişlerdir. North Karelia ve Catalonia pilot bölgeleri, kampanya döneminde sigara içmeme başarısını gösteren katılımcı oranları açısından bizimkine benzerdir. Rusya'nın Pitkäranta bölgesindeki katılımcılar, %85.0'lik oranla kampanya döneminde sigara içme başarısını gösteren en başarılı katılımcılar olmuşlardır.<sup>2</sup>

*Katılımcıların kampanyanın başlangıcını izleyen geçen bir yıl içindeki sigara içme durumları:* Diğer Bırak-Kazan kam-

panyalarında olduğu gibi çalışmamıza konu olan Brak-Kazan 96 kampanyasının da sigaradan uzak kalabilmeyi sağlama başarısının iki önemli göstergesi vardır. Birincisi; kampanya döneminde (Mayıs-1996) sigara içmeme başarısı gösteren katılımcı oranı, ikincisi de bu başarının ilerleyen dönemlerdeki durumu. Katılımcılarımızın 253'ü; (%33,9) Kampanyanın başladığı günden bu yana geçen bir yıllık süre zarfında sigarayı "Hiç sigara içmediklerini", 177'si (%23,7) "Ara sıra içtiğini, fakat halen içmediğini", 55'i (%7.4) "Düzenli bir şekilde içtiğini, fakat halen içmediğini", 261'i de (%35.0) "İçtiğini ve içmeğe devam ettiğini" belirtmiştir (Şekil 1). Yani, birinci yılın sonundaki başarılı katılımcı oranı : %33.9'dur. Bir diğer hesaplama ile; anket formu geri gelmeyen 171 katılımcı ile anket formunu cevaplandırmak istemeyen 5 katılımcının da sigara içtikleri varsayıldığında; "Hiç içmedim" diyenlerin oranının bu kez (253 / 935) yaklaşık %27.0 olduğu görülür.

Cathy ve ark,<sup>11</sup> inceledikleri kurum bazlı çalışmada; katılımcıların sigarayı bırakma oranlarını, altı hafta, altı ay ve bir yıl için; %56.0, %27.0 ve %21.0 olarak vermişlerdir. Araştırmamızda bir yıl sonrası için bulduğumuz %33.9'luk oran, Cathy ve arkadaşlarının bir yıl için buldukları %21.0'lik oranının 1.5 kat fazlasıdır. Burada, bir Brak-Kazan kampanyası ve kampanya sonrası çalışmayla ilk kez karşılaşan katılımcılarımızdan bazılarının (özellikle de telefonla ulaşılan 17 katılımcının) araştırmamızda içmiyor görünerek, yeni bir ödül beklentisi içerisinde olabileceklerinin ve bazı katılımcılarında kampanyanın başlangıcından itibaren tanıdıkları ve aralarında bir iletişim kurulan araştırmacıyı memnun etmek için "hiç içmediklerini" söylemiş olabileceklerinin hatırlanması gerekir. Telefonla ulaşılan katılımcıların araştırmacıyı memnun etmek için yanlış cevap verme durumunu Ken ve arkadaşları da, Afrika kökenli Amerikalıların katıldıkları Brak-Kazan

kampanyasını değerlendirirken rapor etmişlerdir.<sup>12</sup> Tellervo ve ark,<sup>13</sup> 1994 yılında düzenlenen ilk uluslararası Brak-Kazan kampanyasına katılan üç ülkenin sonuçlarını inceledikleri çalışmalarında, bir yıllık takip sonrasında sigara içmemeyi sürdürenlerin oranının; Finlandiya'da %23.0, Rusya'da %32.1 ve İspanya/ Catalonia'da ise %34.5 olduğunu bulmuşlardır. Görüldüğü gibi Finlandiya'nın oranı bizimkinden düşük, sigara içilme özellikleri bizimkine çok benzeyen Rusya'nın ki yakın ve İspanya'nın Catalonia bölgesinin ki ise yüksektir. Bu yükseklik ilave ödüllerin konmuş olması veya sık aralıklarla düzenli takibin bir sonucu olabilir. Richard ve arkadaşları, Volvo uçak motoru fabrikasında çalışan işçilerin katıldıkları kurumsal bazlı kampanyada altı aylık sigaradan uzak kalabilme oranının %45.2, bir yıllık oranı ise %32.8 olarak bulmuşlardır.<sup>10</sup> Bu oran da bizim tespit ettiğimiz başarılı katılımcı oranına yakındır. Tillgren ve ark,<sup>14</sup> 1988 yılında İsveç'te yapılan ve 12.840 katılımcının olduğu ulusal kampanyada; katılımcıların %21.0'inin kampanyanın birinci yılının, %24.0'ünün de dördüncü yılının sonunda sigara içmediklerini bulmuşlardır. İsveç'teki ulusal kampanyada birinci yılın sonu için bulunan %21.0'lik oran, Finlandiya'nın 1997 yılındaki ulusal kampanyasında beklediği oranla aynıdır.<sup>15</sup> Bu oranların bizim diğer bir hesaplama ile bulduğumuz %27.0'lik orana benzediği söylenebilir.

*Anket formlarının cevaplandırılma oranı:* Kampanyaya katılan 25 ülkenin 11'inde pilot bölgeler vardır. Bu bölgelerde de Elazığ'da olduğu gibi, kampanyanın birinci yılının sonunda çeşitli örneklemeler üzerinde izleme çalışmaları yapmıştır. Bizim çalışmamızda elde edilen yaklaşık % 78.0'lik cevaplandırılma oranı; 1777 kişilik örnekleme olan Çin'in Beijing (%94.0), 1500 kişilik örnekleme olan yine Çin'in Tianjin (%88.0) ve 106 kişilik örnekleme olan Rusya'nın Pitkäranta (%91.0) bölgesindeki çalışmalarda elde edilen cevaplan-

dırılma oranlarından sonra en yüksek dördüncü cevaplandırılma oranıdır.<sup>2</sup>

Bu durum; çalışmamızda elde edilen anket formlarının cevaplandırılma oranının (%78.0), başarılı bir oran olduğunu düşündürmektedir.

**Sonuç ve Öneriler:** Bırak-Kazan kampanyalarının, sigara ve sağlık konusu ile sigarayı bırakma konusunu toplumda güncelleştiren ve yüksek bırakma başarısı sağlayan etkili bir sigara mücadele stratejisi olduğu gözlenmiştir. Kampanyanın il ödülü ile desteklenmesi ve sektörler arası işbirliği ile gerçekleştirilmesi, katılımı önemli ölçüde artırmaktadır. Bu kampanyalarda çocuklara, gençlere ve hatta erişkinlere yönelik katılımı destekleme ödülleri de tanımlanabilir. Anne, baba veya bir büyüğünün kampanyaya katılmasını sağlayan veya destekleyen öğrencilere ödül verilmesi halinde kampanya çalışmalarını okullarda daha da güncel olabilir ve çocuklarda sigara karşıtı tutum gelişmesine katkı sağlayabilir. Bırakanların bir bırakma kılavuzu ve yerel TV yayınlarıyla desteklenmeleri ve bilgilendirilmeleri de kampanya başarısını olumlu etkileyebilir.

Ayrıca kampanya sonuçlarının yalnız anket formları ile değil, seçilecek bir örneklem üzerinde kimyasal doğrulama testleri yapılarak da değerlendirilmesi, verilerin ve yorumların daha sağlıklı olmasını sağlayacaktır. Üzerinde durulması gereken bir konuda; eğitimsiz yada eğitim düzeyi çok düşük olan tiryakilerin bu tür kampanyalara katılım oranlarının artırılması için ilave çalışmalar yapılması gerektirir.

## ÖZET

Bu araştırma; "Bırak-Kazan 1996 Uluslararası Çekilişli Sigarayı Bırakma Kampanyası"nın Elazığ ili pilot çalışmasını değerlendirmek amacıyla yapılmış bir izleme çalışmasıdır. Örneklem; kampanyaya müracaat eden 1299 katılımcıdan, rasgele sayılar tablosu kullanılarak

tespit edilen 1000 katılımcıdan oluşmuş, bu sayı bilahare 978'e düşmüştür. Anket formunun hazırlanmasında ağırlıklı olarak Uluslararası Kampanya Koordinasyon Merkezi'nin önerdiği sorular kullanılmıştır. Saha çalışması Mayıs 1997'de yapılan çalışmada; cevapları alınabilen katılımcı sayısı 759 olmuştur.

Kampanyaya katılım oranları; il merkezi için %2.84, ilçe merkezleri ve köyler için %0.34, toplam olarak ise % 1.37 olmuştur. Katılımcıların; % 83.0'ü erkek, % 70.0'i 25-44 yaş grubundadır. Ağırlıklı olarak lise mezunu olan katılımcıların; % 63.6'sı kampanya süresince sigara içmeyi başarabilmiştir. Katılımcıların kampanya süresince sigaradan uzak kalmayı başaramamalarının en önemli iki sebebi; stres ve yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması olmuştur.

Katılımcıların %33.9'u (cevabı alınmayan 176 kişi içiyor kabul edildiğinde %27.0'si), kampanyanın başlangıcından araştırmanın yapıldığı Mayıs 1997 tarihine kadar geçen bir yıllık süre içerisinde sigarayı hiç içmediğini, %23.7'si ara sıra içip halen içmediğini, %7.4'ü düzenli bir şekilde içip halen içmediğini ve %35.0'i de içtiğini ve içmeğe devam ettiğini belirtmişlerdir. Elazığ'daki kampanya başarı oranları diğer toplumlardaki başarı oranlarıyla benzer bulunmuştur.

Kampanya hazırlık döneminde (Nisan 1996) ve kampanya bırakma döneminde sigaranın bırakılması konusu kadar, sigara ve sağlık konusu da toplumun gündeminde kalmıştır. Yaygın katılım ve yüksek bırakma başarısı sağladığı da dikkate alındığında; Bırak-Kazan kampanyalarının etkili bir sigara mücadele stratejisi olduğu sonucuna varılabilir. Bırak-Kazan kampanyalarının her yıl, her ilde ve il ödülleriyle destekli olarak yapılması hedeflenmelidir.

## KAYNAKLAR

1. Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı. Bırak-Kazan 1996 Uluslararası Çekilişli Sigarayı Bırakma Kampanyası'nın



- Koordinasyon Merkezi Sözel Bilgileri. Elazığ.
2. International Quit and Win'96 Summary Report: Draft, March 1998.
  3. Devlet İstatistik Enstitüsü (DİE)'den Alınan Sözel Bilgiler. Ankara.
  4. Ergüder T. Elazığ İli Merkezinde 18 ve Üzeri Yaş Nüfusta Sigara Bağımlılığı Prevalans Araştırması (Doktora Tezi).1997.
  5. Açık Y, Sezer RE, Bostancı M, Bilgin N, Ergüder T, Polat A, Dinç E. Elazığ'daki Şehirlerarası Otobüs Firmalarıyla Yolculuk Yapan Kişilerin Sigara İçme Durumları ve Şehirlerarası Otobüslerde Sigara İçiminin Yasaklanması Konusundaki Görüşleri. Sağlık İçin Sigara Alarmı 1996; 3: 17-21.
  6. Sezer RE, Açık Y. Smoking And Smoking Cessation in Baskil Township Of Elazığ, Turkey. J Smoking Related Dis 1994; 5: 277-281.
  7. Sezer RE ve ark. Elazığ'da Görev Yapan Hekimlerin ve Diş Hekimlerinin Sigara Konusundaki Davranışları ve Tutumları (Ekim 1988). I. Kısım. Doğa Türk Sağlık Bilimleri. 1990; 14: 381-390.
  8. Onaran D. Doktora Tezi. Sigara Mücadelesinin Elazığ Kent Merkezinde Görev Yapmakta Olan Hekim ve Diş Hekimlerinin Sigara İçme Durumlarına Etkileri. Elazığ.1996.
  9. Sezer RE, Açık Y, Bilgin N, Horasan E, Gökdoğan F, Öztürk Z, Oğuzöncül F. Elazığ İlinde Görev Yapan Hemşire ve Ebelerde Sigara Kullanımı. Sağlık İçin Sigara Alarmı.1994; 1: 12-18.
  10. Richard P. Cessation and Relapse in Year-Long Workplace Quit-Smoking Contest. P Medicine 1990; 19: 414-423.
  11. Cathy E. Community Smoking Cessation Contest: An Effective Public Health Stratgy. Can J Pub Health 1994; 95-98.
  12. Resnicow K. Analysis of a Multicomponent Smoking Cessation Project: What Worked and Why. P Medicine 1997; 26: 373-381.
  13. Korhonen T, Tatjana K, Salto E, Heikki JK, Puska P. Quit and Win Contest. Evaluation in Three Countries. 1994.
  14. Tillgren P, Haglund BJ, Ainetdir T, Holm LE. Who is a successful quitter? One-year follow-up of a National Tobacco Quit and Win Contest in Sweden. Scand J Soc Med 1995; 23: 193-201.
  15. International Quit and Win Seminar Helsinki, 3-4 November, 1997, 21.