

**HAVA TEKNİK OKULLAR KOMUTANLIĞI ÖĞRENCİLERİNDE
SİGARA İÇME DAVRANIŞINI TETİKLEYİCİ NEDENLER**

*REASONS OF MOTIVES FOR SMOKING BEHAVIORS AMONG AIR
TECHNICAL SCHOOLS COMMAND'S STUDENTS*

Şafak ERGÜL Ayla Bayık TEMEL

Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, Halk Sağlığı Hemşireliği / İzmir

Anahtar Sözcükler: sigara içme davranışı, tetikleyici nedenler, öğrenciler
Key Words: smoking behaviors, reasons of motives, students

“Hava Teknik Okullar Komutanlığı öğrencilerinde sigara içme davranışını tetikleyici nedenler” başlıklı çalışmamız, 25-27 Mayıs 2005 tarihinde İstanbul’da gerçekleşen II.Ulusal/Uluslararası T.S.K Hemşirelik Kongresi’nde poster bildiri olarak sunulmuştur.

ÖZET

Amaç: Araştırmanın amacı, Hava Teknik Okullar Komutanlığı (HTOK) öğrencilerini sigara içme davranışlarını tetikleyici nedenlere göre sınıflamak ve bu nedenler doğrultusunda belirlenen bağımlılık durumuyla, bazı sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Yöntem: Araştırma evrenini HTOK birinci ve ikinci sınıf öğrencileri arasında her gün düzenli olarak en az bir sigara içen öğrenciler (N=364) oluşturmaktadır. Evrenin tamamı araştırma kapsamına alınmıştır. Veriler 1 Şubat-30 Mart 2005 tarihleri arasında anket formu kullanılarak toplanmıştır. Bulguların analizinde, sayı yüzde dağılımları, ortalamalar, varyans analizi ve t testi kullanılmıştır.

Bulgular:Öğrencilerin yaş ortalaması 19.3±0.8’dir. Ortalama sigara içme yılı 3.0±1.9’dir. Sigara içme davranışının sürdürülmesinde tetikleyici ilk beş neden, “sigaranın yarattığı bağımlılık nedeniyle kullanım”, “olumsuz durumların etkilerini azaltma amaçlı kullanım”, “rahat anlarda kullanım”, “keyif alma amaçlı kullanım” ve “sigaranın uyarıcı etkisi nedeniyle kullanım” olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin farmakolojik olmayan bağımlılık puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin yaş grubunun, sigara içme süresinin, anne/babanın sigara içmesinin farmakolojik olmayan bağımlılık puan ortalamasını etkilemediği, annenin öğrenim düzeyi ve örnek alınan kişinin sigara içme durumunun etkilediği belirlenmiştir.

Sonuç:Öğrencilerde farmakolojik olmayan bağımlılık söz konusudur. Sigara içme davranışına ilişkin ortaya çıkan bu profil özellikleri doğrultusunda HTOK’da sigarayı bırakma programlarının düzenlenmesi önerilebilir.

SUMMARY

Object:The aim of this research was to classify Air Technical Schools Command's students according to reasons of motives for smoking behaviors and to examine relations between addiction status, which was determined by that reasons, and some socio-demographic variables.

Method:The population covered first and second year grades students in Air Technical Schools Command (N=364) who regularly smoked at least one cigarette daily. Whole population was consisted the study sample. The data was collected by using a survey form between the dates of 1 February-30 March 2005. In the analysis of the data, number and percentages means, Anova and student t test were applied.

Results: Mean age of students was 19.36 ± 0.79 . The mean smoking age of students was 3.0 ± 1.9 . Top of the five reasons of motives for smoking behaviors were identified that "addictive smoking", "negative affect reduction", "smoker-indulgent smoking", "pleasure smoking" and "stimulation smoking". Nonpharmacological dependency mean scores were found to be higher. While age, duration of smoking mother/father's habits of smoking didn't affected nonpharmacological dependency mean scores, but mothers' education level and the role model's habit of smoking affected nonpharmacological dependency of smoking.

Conclusion: Nonpharmacological dependency of smoking was determined among students. This profile of smoking behavior determined in this study is a valuable data for the implementation of smoking cessation programs that could be organized in Air Technical Schools Command.

GİRİŞ

Tüm dünyada en önemli erken ölüm nedenlerinden biri olan sigara, önlenebilir risk faktörleri arasında en başta gelmektedir. Sigara tüketicilerinin %80'i gelişmekte olan ülkelerde yaşamaktadır ve bu ülkelerde halen okul çağındaki çocukların %20'si günlük sigara içicisidir (Açikel ve ark.2004). Sigara bağımlılığı üzerine yapılan araştırmaların ortaya çıkardığı en önemli ve tartışmasız kabul gören gerçek; tüm dünyada ve ülkemizde de 15 yaşın üzerindeki nüfusun yaklaşık %45'inin ciddi boyutlarda sigara bağımlısı olduğu varsayımıdır, bu gerçek, sorunun özellikle gençlik açısından ne denli önemli olduğunu göstermektedir (Kaya ve Çilli 2002, Yoldaşcan ve ark.2002). Yapılan çalışmalar sigaraya başlama yaşı açısından 18-25 yaş grubunun, bir başka deyişle adölesanların yüksek riskli grubu oluşturduklarını vurgulamaktadır (Prokhorov ve ark.2003, Lynch ve ark.2004). Adölesan dönemde, bireyin yeni şeyleri deneme merakı, kendini daha iyi ve önemli hissetme isteği, stresi azaltma çabası gibi nedenler sigara kullanımını arttırmaktadır (Ward ve ark.2002, Gençöz ve ark.2003).

Araştırmalarda adölesanların, merak, arkadaş baskısı, reklamlardan etkilenme gibi nedenlerle sigaraya başladıkları saptanmıştır (Özcebe ve ark.2002, Prokhorov ve ark.2003, Açikel ve ark.2004). Sağlık Bakanlığı verilerine göre (2002) Türkiye genelinde, üniversite öğrencileri arasında sigara içme oranı % 23 ile 48 arasında iken, lise öğrencilerinin % 20.1'i, 7-13 yaş grubundaki ilkokul öğrencilerinin % 11.7'si sigara içmektedir. İlköğretim öğrencilerinin %95'i de sigara markalarını tanımaktadırlar (T.C Sağlık Bakanlığı 2002). Ülkemizde, sigara içmenin toplumda kabul gören bir davranış olması, sigara karşıtı kampanyaların yeterince etkili olmaması, sigaranın kolay ulaşılabilir olması gibi nedenlerle de adölesanlar arasında sigara kullanımı yaygınlaşmaktadır (Herken ve ark.2000). İngiltere ve Amerika'da sigara içme davranışının sürdürülmesinde etkili faktörlerin araştırıldığı çalışmalarda, sosyal, kültürel, duyuşsal faktörlerin yanısıra alışkanlık nedeniyle ve sigaranın farmakolojik etkisi nedeniyle de bu davranışın sürdürüldüğü belirtilmektedir (Ward ve ark.2002, Prokhorov ve ark.2003). Örneğin; stresli çalışma koşulları, sigara içen kişilerle yoğun ilişki bu davranışı pekiştirmektedir (Herken ve ark.2000). Bu kapsamda yapılanma biçimi ve disiplini nedeniyle daha stresli bir ortam olan Türk Silahlı Kuvvetleri'nde sigara içme oranı subaylarda %52.63, astsubaylarda %79.27, erler arasında %66.2 olarak yüksek oranlarda belirlenmiştir (Bakır ve ark.2003, Bilgiç 2004). Ülkemizde gerek askeri personel gerek sivillerle yürütülen sigara içme davranışına ilişkin çalışmalarda ağırlıklı olarak sigaraya başlama nedenleri ve sigara içme öyküsü üzerine yoğunlaşıldığı dikkati çekmektedir (Bakır ve ark.2003, Açikel ve ark.2004, Altın ve ark.2004). Bu davranışı sürdürmede etkisi olabilecek tetikleyici nedenler, yeterince irdelenmemektedir. Literatürde, sigara içen bireylerin, bu davranışlarını tetikleyen nedenlere göre ayırt edilmelerinin, sigara kullanımının azaltılması ve başlamasının önlenmesine yönelik müdahale programlarında kullanılacak stratejileri oluşturmada, önemli bir rehber olduğu belirtilmektedir (Karancı ve Rüstemli 1987, Currie 2004).

Bu araştırmanın amacı, Hava Teknik Okullar Komutanlığı'nda eğitim gören astsubay öğrencileri sigara içme davranışlarını tetikleyici nedenlere göre sınıflamak ve bu nedenler doğrultusunda belirlenen bağımlılık durumuyla, bazı sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemektir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Tanımlayıcı tipte planlanmış bu araştırma, 1 Şubat-30 Mart 2005 tarihleri arasında İzmir Hava Teknik Okullar Komutanlığı'nda yürütülmüştür. Sigara içme davranışına ilişkin değerlendirme; "sigara bağımlısı olma" kriteri temel alınarak gerçekleştirilmiştir. Dünya Sağlık

Örgütü'nün sınıflandırmasında bir hastalık olarak ele alınan sigara bağımlılığı “düzenli olarak günde bir sigara içmek” olarak tanımlanmaktadır (Gençöz ve ark.2003). Buradan hareketle, araştırma evrenini Hava Teknik Okullar Komutanlığı'nda eğitim gören birinci sınıf ve ikinci sınıf astsubay öğrencileri arasında her gün düzenli olarak en az bir sigara içen öğrenciler (N=364) oluşturmaktadır. Evrenin tamamı araştırma kapsamına alınmıştır. Veriler geliştirilen anket formundan yararlanılarak, gönüllü bireylerden toplanmıştır. Anket formu iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm öğrencinin sosyodemografik bilgilerini içermekte, ikinci bölüm Russel ve arkadaşlarının (1974) geliştirdiği, Karancı ve Rüstemli tarafından Türkiye'de (1987) geçerliliği sınanmış “Sigara İçme Davranışı Soru Formu” undan oluşmaktadır (Karancı ve Rüstemli 1987). Formun kullanımı için Karancı'dan izin alınmıştır. Bu çalışmada güvenilirlik kapsamında formun Cronbach α katsayısı 0.75 olarak bulunmuştur. Form, sigara içme davranışını sürdürmede tetikleyici nedenlere ilişkin 39 maddeden oluşmaktadır. Bu form, bireylerin “Ben niçin sigara içiyorum” sorusuna yanıtlarını ortaya koymaktadır. Formda yer alan maddelere verilen yanıtlar; “çok” 4 puan, “oldukça” 3 puan, “biraz” 2 puan, “hiç” 1 puan olarak değerlendirilmektedir. Soru formunda bulunan 10, 11, ve 19. maddeler ters olarak puanlanmaktadır. Formda yer alan 33 madde sigara içme davranışını tetikleyici 9 alt boyutta toplanmaktadır. Bunların dışında 4, 5, 7, 17, 22 ve 39. maddeler hiçbir alt boyuta katılmayarak, ayrı değerlendirilmektedir.

Alt boyutlar ve içerdiği sorular aşağıda gruplanmıştır:

Uyarıcı amaçla sigara içme ; 3, 9, 14, 18, 25 ve 35. madde

Psikososyal olarak sigara içme; 13, 20, 24 ve 36. madde

Olumsuz durumların etkilerini azaltmak için sigara içme; 2, 8, 28, 31 ve 37. madde

Duyusal sigara içme; 16 ve 29. madde

Rahat anlarda sigara içme; 6 ve 23. madde

Psikomotor nedenlerle sigara içme; 15, 26 ve 38. madde

Keyif almak/haz almak için sigara içme; 11, 19, 27 ve 30. madde

Bağımlılık nedeniyle sigara içme; 10, 32 ve 33. madde

Alışkanlık nedeniyle (otomatik) sigara içme; 1, 12, 21 ve 34. madde olarak gruplanmaktadır. Literatüre göre, bireyde sigara bağımlılığı farmakolojik veya farmakolojik olmayan nedenler sonucunda gelişmektedir (Russell ve ark 1974, Karancı ve Rüstemli 1987, Currie 2004). Alt boyutların puan toplamları sonucu, bireylerin sigara içme davranışını tetikleyici nedenleri doğrultusunda, farmakolojik ve farmakolojik olmayan bağımlılıkları tanımlanmaktadır. Bu değerlendirme aşağıda belirtildiği şekilde yapılmaktadır.

Farmakolojik bağımlılık puanı= Uyarıcı amaçlı sigara içme+ bağımlılık+alışkanlık-keyif/haz nedeniyle sigara içme (Min/Max Puan 9-36)

Farmakolojik olmayan bağımlılık puanı= Psikososyal + olumsuz etkileri azaltmak+psikomotor nedenlerle sigara içme (Min/Max Puan 12-58)

Öğrencilerin sigara içme davranışını tetikleyici nedenler araştırmanın bağımlı değişkenini oluştururken, yaş grubu, en uzun yaşanan yerleşim birimi, annenin ve babanın eğitimi, sigara içme durumu, öğrencinin sigara kullanma öyküsü bağımsız değişkenleri oluşturmaktadır. Veriler araştırmacılar tarafından SPSS 11.0 istatistik programı kullanılarak analiz edilmiştir. Bulguların analizinde, sayı yüzde dağılımları, ortalamalar, varyans analizi ve t testi kullanılmıştır.

Araştırmanın Etiği: Araştırma kapsamına alınan öğrencilere araştırma hakkında bilgi verilmiş ve katılmayı kabul edenler ile çalışılmıştır. Araştırma için, Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Bilimsel Etik Kurulu'ndan, araştırmanın yapılacağı İzmir Hava Teknik Okullar Komutanlığı'ndan yazılı izin alınmıştır. Anket formları uygulandıktan sonra öğrencilere, araştırmacılar tarafından sigara bağımlılığı konusunda eğitim verilmiş ve öğrencilerin soruları yanıtlanmıştır.

BULGULAR

Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri incelendiğinde; %74.7'si 19-20 yaş grubunda olup, yaş ortalaması 19.3±0.8'dir. En uzun yaşadıkları yerleşim yerleri incelendiğinde; ilk sırayı il merkezleri (%64.8) ikinci sırayı ilçeler (%27.8) almaktadır. Öğrencilerin %3.3'ünün annesi okuma yazma bilmezken, yarısından fazlasının (%58.2) annesi ilkokul mezunudur. Sadece %8.2 oranında öğrenci annesinin para getiren bir işte çalıştığını belirtmiştir. Sıklıkla bu işler, çocuk bakıcılığı, terzi, pazarlamacılık gibi çevre işler olarak saptanmıştır. Öğrencilerin %37.1'nin babası ilkokul mezunudur. Babası lise ve üniversite mezunu olanlar %50.1'dir. Öğrencilerin %45.4'ü babasının işçi-memur, %18.0'ı esnaf statüsünde çalıştığını belirtirken, %1.1'inin babası yöneticilik yapmaktadır (Tablo 1).

Tablo 2'de öğrencilerin sigara içme öyküleri ile ilgili bazı özelliklerine göre dağılımı sunulmuştur. Sigarayı ilk kez 15 yaş ve öncesinde denediğini belirten öğrencilerin oranı %41.0, 16-17 yaş arasında deneyen öğrencilerin oranı ise %37.6'dır. İlk deneme yaşı en küçük yedi yaş olarak saptanmıştır. Öğrencilerin sigaraya başlangıç yaş ortalaması ise 15.74±2.09'dur. Öğrencilerin %44.0'ı 1-2 yıldır, %36.7'si

3-4 yıldır her gün düzenli en az bir sigara içmektedir. Bir öğrenci yedi yıldır sigara kullanmaktadır. Ortalama sigara içme yılı 3.0 ± 1.9 'dir. Öğrencilerin sigaraya başlamasında en çok, merak duygusu (%30.7), özentisi (%36.3) ve arkadaş baskısı (%15.9) etkili olmuştur. Öğrencilerin sigaraya başlama nedenleri arasında belirttikleri stres, yalnızlık, ekonomik sıkıntı, boş zaman değerlendirme, kendini cezalandırma, gibi farklı yanıtlar %0.3 oranıyla “diğer” seçeneği altında toplanmıştır (Tablo 2). Araştırmada, her dört öğrenciden birinin annesinin sigara içtiği (%25.0), büyük çoğunluğunun (%62.1) babasının sigara içtiği belirlenmiştir. Öğrencilerin %71.2'si yaşamında örnek aldığı bir kişinin bulunduğunu belirtirken, örnek alınan kişilerin sigara içme oranı %60 olarak saptanmıştır.

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Dağılımı

Yaş grupları	Sayı	Yüzde
17-18	70	19.2
19-20	272	74.7
21	22	6.1
En uzun yaşanılan yerleşim birimi		
İl merkezi	236	64.8
İlçe	101	27.8
Belde	9	2.5
Köy	18	4.9
Annenin öğrenim düzeyi		
Okuryazar değil	11	3.0
Okuryazar	18	4.9
İlkokul mezunu	212	58.2
Ortaokul mezunu	45	12.5
Lise mezunu	66	18.1
Yüksekokul mezunu	12	3.3
Babanın öğrenim düzeyi		
Okuryazar değil	2	0.5
Okuryazar	2	0.5
İlkokul mezunu	135	37.1
Ortaokul mezunu	43	11.8
Lise mezunu	124	34.1
Yüksekokul mezunu	58	16.0
Annenin çalışma durumu		
Çalışmıyor	334	91.8
Çalışıyor	30	8.2
Babanın çalışma durumu		
Çalışmıyor	107	29.4
Çalışıyor	257	70.6
Toplam	364	100

Öğrencilerin, “Sigara İçme Davranışı Soru Formu”nun alt boyutlarından aldıkları madde puan ortalamaları incelendiğinde, sigara içme davranışının sürdürülmesinde tetikleyici ilk beş neden, “sigaranın yarattığı bağımlılık nedeniyle kullanım” (2.94), “olumsuz durumların

etkilerini azaltma amaçlı kullanım” (2.75), “rahat anlarda kullanım” (2.63), “keyif alma amaçlı kullanım” (2.58) ve “sigaranın uyarıcı etkisi nedeniyle kullanım” (1.85) alt boyutları olarak belirlenmiştir. Tetikleyici nedenler arasında en düşük puan ortalamasına sahip iki alt boyut ise, “otomatik olarak kullanım” (1.35) ve “psikososyal olarak kullanım” (1.44) alt boyutlarıdır (Tablo 3).

Tablo 2. Öğrencilerin Sigara İçme Öyküleri İle İlgili Bazı Özelliklerine Göre Dağılımı

Sigarayı ilk kullanma yaşı	Sayı	Yüzde
15 yaş ve altı	149	41.0
16-17 yaş	137	37.6
18-19 yaş	74	20.3
20-21 yaş	4	1.1
Sigaraya başlama nedeni		
Merak	112	30.7
Özenti	132	36.3
Arkadaş baskısı	58	15.9
Yasağa tepki	21	5.8
Kendini ispatlama	16	4.4
Diğer (stres, yalnızlık, boş vakit değerlendirme)	25	6.9
Sigara kullanma süresi		
1-2 yıl	160	44.0
3-4 yıl	134	36.7
5-6 yıl	69	19.0
7 yıl	1	0.3
Toplam	364	100

Tablo 3. Öğrencilerin Sigara İçme Davranışı Soru Formu Alt Boyut Puan Ortalamaları

Alt Boyutlar (Sigara İçme Davranışını Tetikleyici Nedenler) (N=364)	X	Sx
Uyarıcı amaçlı kullanım	1.85	0.68
Psikososyal olarak kullanım	1.44	0.50
Olumsuz durumların etkilerini azaltma amaçlı kullanım	2.75	0.69
Duyusal (tat, koku vs.) olarak kullanım	1.77	0.74
Rahat anlarda kullanım	2.63	1.12
Psikomotor olarak kullanım	1.63	0.48
Keyif alma amaçlı kullanım	2.58	0.53
Bağımlılık olarak kullanım	2.94	0.67
Otomatik (Alışkanlık) olarak kullanım	1.35	0.41

Soru formunda, alt boyutların dışında kalan maddeler içinde 3.60 ± 0.73 puan ortalamasıyla “Sigara içmekten en çok zevk aldığım zamanlar yemek sonralarıdır” ifadesinin yer aldığı 17. madde ilk sırada yer almaktadır.

Öğrencilerin sigara içme davranışını tetikleyen nedenlerine ilişkin puan toplamalarının değerlendirilmesi sonucu farmakolojik bağımlılık puan ortalaması 14.95±6.74 (Min/Max 9-36), farmakolojik olmayan bağımlılık puan ortalaması 24.38±5.12 (Min/Max Puan 12-58) olarak saptanmıştır. Bu puan ortalamaları, en yüksek toplam puanlarına göre değerlendirildiğinde, öğrencilerin farmakolojik olmayan bağımlılık puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin farmakolojik olmayan bağımlılık puan ortalamaları ile bazı bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde, elde edilen sonuçlardan bazıları Tablo 4 ve Tablo 5’de özetlenmiştir.

Öğrencilerin farmakolojik olmayan bağımlılık puan ortalamalarının yaş gruplarına göre dağılımında puan ortalamaları birbirine yakın olmakla birlikte en yüksek ortalama 21 yaşındaki öğrencilerde saptanmıştır. Yapılan varyans analizinde gruplar arasında istatistiksel bir fark bulunmamıştır (F=1.18, p>0.05). Benzer şekilde, öğrencilerin puan ortalamalarının en uzun yaşanan yerleşim birimi (F=0.54, p>0.05), babanın öğrenim düzeyi (F=1.13, p>0.05), annenin çalışma durumu (t=0.06, p>0.05) ve babanın çalışma durumuna (t=1.03, p>0.05) göre dağılımlarında da gruplar arasındaki farklar anlamsızdır. Annenin öğrenim düzeyine göre puan ortalamalarının dağılımında, en yüksek puan ortalaması annesi okuryazar olan öğrenci grubuna (26.78) ait olup, en düşük ortalama ise (23.84) annesi yüksekokul mezunu olan öğrenci grubuna aittir. Gruplar arasındaki bu fark istatistiksel olarak da anlamlıdır (F=2.22, p<0.05) (Tablo 4). Yapılan ileri analiz sonucu farklılığın yüksekokul mezunu annelere sahip gruptan kaynaklandığı belirlenmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin Farmakolojik Olmayan Bağımlılık Puan Ortalamalarının Sosyodemografik Değişkenlere Göre Dağılımı

Yaş grubu	N	X	Sx	F	P
17-18	70	24.14	5.07	1.18	0.31
19-20	272	24.90	5.17		
21	22	25.14	4.56		
Annenin öğrenim düzeyi					
Okuryazar değil	11	25.37	5.35	2.22	0.04*
Okuryazar	18	26.78	5.01		
İlkokul mezunu	212	24.05	4.76		
Ortaokul mezunu	45	24.11	5.08		
Lise mezunu	66	24.90	6.11		
Yüksekokul mezunu	12	21.67	3.84		
Babanın öğrenim düzeyi					
Okuryazar değil	2	23.00	1.41	1.14	0.33
Okuryazar	2	31.00	4.24		
İlkokul mezunu	135	24.07	4.48		
Ortaokul mezunu	43	24.48	6.32		
Lise mezunu	124	24.85	5.43		
Yüksekokul mezunu	58	23.84	4.87		

Tablo 5. Öğrencilerin Farmakolojik Olmayan Bağımlılık Puan Ortalamalarının Sigara Kullanma Öyküleri İle İlgili Bazı Özelliklerine Göre Dağılımı

Sigarayı ilk kullanma yaşı	Sayı	X	Sx	F	P
15 yaş ve altı	149	25.55	5.40	5.08	0.02*
16-17 yaş	137	23.89	4.63		
18-19 yaş	74	23.00	4.83		
20-21 yaş	4	23.00	7.74		
Anne sigara içme				t	P
Evet	89	24.32	4.76	0.16	0.87
Hayır	274	24.42	5.23		
Baba sigara içme					
Evet	223	24.31	5.08	0.18	0.86
Hayır	136	24.41	5.17		
Örnek alınan kişi sigara içme					
Evet	155	25.00	4.63	1.97	0.05*
Hayır	104	22.55	5.11		

Öğrencilerin bağımlılık puan ortalamalarının sigarayı ilk kullanma yaşına göre dağılımı incelendiğinde, sigarayı ilk kez 15 yaş ve altı yaşlarda kullananların puan ortalaması en yüksekken (25.55), yapılan analizde bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=5.08, p<0.05) (Tablo5). Öğrencilerin puan ortalamalarının dağılımı, öğrencinin sigara içme süresi (F=1.30, p>0.05), annenin sigara içmesi (t=0.16, p>0.05), babanın sigara içmesi (t=0.18, p>0.05) gibi değişkenlere göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Yaşamda örnek alınan kişinin sigara içme durumuna göre öğrencilerin bağımlılık puan ortalamaları değerlendirildiğinde, örnek aldığı kişinin sigara içtiğini belirten öğrencilerin puan ortalaması 25.00 olarak, diğer grubun puan ortalamasından (22.55) farklı bulunmuştur. Bu farklılık istatistiksel olarak da anlamlıdır (t=1.97, p<0.05).

TARTIŞMA

Ulusal düzeyde gerçekleştirilen 1988 PİAR araştırmasına göre, Türkiye’de sigara bağımlılarının %63’ü sigara içmeye 18 yaşından önce başlamaktadır (PİAR 1988). Sonraki yıllarda, ülkemizde ortaokul, lise ve üniversite öğrencileriyle yapılan pek çok çalışma sonucunda %43-50 oranında öğrencinin sigaraya 11-14 yaşlarında başladığı, erkeklerin kız öğrencilere göre sigarayı daha erken yaşlarda denediği, üç yaşına kadar inen deneme yaşının bildirildiği saptanmıştır (Karlıkaya 2002, Kaya ve Çilli 2002, Özcebe ve ark.2002). Araştırma sonucunda, en küçük deneme yaşı yedi olarak benzer şekilde oldukça düşük bir yaş saptanmış ve öğrencilerin yaklaşık yarısı (%41.0) sigarayı ilk kez 15 yaşından önce denediğini belirtmiştir. Sigaraya başlangıç yaş ortalaması 15.74±2.09 olarak Açıkkel ve arkadaşlarının Sağlık Astsubay Meslek

Yüksekokulu öğrencileri ile yürüttükleri araştırmada (2004) saptanan 14.6 ± 1.9 başlangıç yaşından daha yüksek bulunmuştur. Araştırma grubunda sigaraya başlama yaşının benzer örneklemelere göre daha geç olması ve bununla paralel ortalama sigara içme yılının 3.0 ± 1.9 gibi kısa bir süre olarak saptanması, bu grupta sigara bağımlılığının önlenmesine yönelik gerçekleştirilecek müdahale programlarının sonuçları açısından umut verici bir bulgudur. Literatürde, merak, özenti, arkadaş baskısı, stres gibi nedenlerin adölesanların sigaraya başlama nedenleri arasında ağırlıklı olarak yer aldığı belirtilmiştir (Gençöz ve ark.2003, Prokhorov ve ark.2003). Açıkkel ve arkadaşlarının çalışmasında astsubay öğrencilerin sigaraya başlama nedenleri arasında “arkadaş etkisi” (%58.3) ve “özenti” (%47.2) ilk sırayı alırken, araştırmada da benzer şekilde “merak duygusu” (%30.7), “özenti” (%36.3) ve “arkadaş baskısı” (%15.9) öğrencilerin sigaraya başlamalarında etkili olan nedenler olarak belirlenmiştir (Açıkkel ve ark.2004). Düşük oranda da olsa bir grup öğrencinin, “boş vakit değerlendirme”, “kendini cezalandırma” gibi nedenlerle sigaraya başladığını belirtmesi, bu dönemde adölesanların fiziksel ve ruhsal özelliklerinin iyi değerlendirilerek, yeteneklerine uygun aktivitelere yönlendirilmesinin gerekliliğini ve adölesan ruh sağlığına yönelik danışmanlık hizmetlerinin verilmesinin önemini işaret etmektedir.

Adölesanların sigara kullanımında risk faktörlerini konu alan çalışmalarda, ebeveynin, arkadaşın ve model alınan bireyin sigara içmesinin, adölesanı sigaraya yakınlaştırıcı bir rol oynadığı belirtilmektedir (Herken ve ark.2000, Fritz 2003). Bu noktada, araştırmada öğrencilerin %25.0’inin annelerinin, %62.1’inin babalarının sigara içiyor olması sigara kullanma davranışında model almanın bilinen rolü açısından dikkat çekicidir. Ayrıca, yaşamında örnek aldığı bir kişinin olduğunu ifade eden öğrencilerin (%72.1) büyük çoğunluğunun, örnek aldığı kişinin sigara içtiğini (%60) ifade etmesi, bir başka önemli bulgudur.

Öğrencilerin sigara içme davranışını sürdürmelerinde tetikleyici nedenler arasında “sigaranın yarattığı bağımlılık nedeniyle kullanım”, “olumsuz durumların etkilerini azaltma amaçlı kullanım”, “rahat anlarda kullanım”, “keyif alma amaçlı kullanım” ilk sıralarda yer almaktadır. Nikotinin uyarıcı etkisinin adölesanlarda yarattığı haz duygusu ve gevşetici etkisi fizik ve psikolojik bağımlılığın temel nedenini oluşturmaktadır. Sigaranın bu psikofarmakolojik etkisinin bir sonucu olarak araştırma sonucunda “bağımlılık nedeniyle kullanım” öğrencilerin sigara içme davranışını sürdürmelerinde öncelikli neden olarak belirlenmiştir. Yapılan çalışmalarda sigara alışkanlığının sürmesinde temel sebeplerin en önemlilerinin nikotin bağımlılığı ve buna bağlı psikolojik ve fiziksel

algılar olduğu belirtilmektedir (Gençöz ve ark 2003, Lynch ve ark.2004). Öte yandan sigara içme davranışının sürdürülmesinde tetikleyici bir diğer neden stresli durumlarla karşılaşıldığında çözüm üretmek için seçilen tepkinin bir sonucu olmasıdır. Çünkü bireyler stresli ve olumsuz durumlarla karşılaştıklarında probleme yönelik çözüm üretme tepkileri gösterebildikleri gibi, duygularına odaklı çözümlerde üretmektedirler. Probleme yönelik çözüm üretmede nedenler analiz edilir ve çözüm getirilir. Duygulara odaklı çözüm, stresli durumun kişi üzerinde verdiği duygusal rahatsızlığı azaltma çabalarını içermektedir. Sigara içme davranışı tipik bir duyguya odaklı çözüm üretme çabasıdır. Sigara içme alışkanlığı olan adölesanların da olumsuz durumlara ve dolayısıyla duygularına müdahalesi bir sigara yakmak kadar kolay olmaktadır (Gençöz ve ark.2003). Araştırmada da benzer sonuç elde edilmiştir. Haddock ve arkadaşlarının Amerikan Hava Kuvvetleri'nde yürüttükleri bir araştırmada da (2002), askeri eğitim alan ve sigarayı bırakmış öğrencilerin sigaraya geri dönüşlerinin en çok, “stresli durumlar karşısında yeniden sigara içilmesiyle” gerçekleştiği belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda sigara içiminin sürdürülmesinde etkisi olan “rahat anlarda kullanım”, “keyif alma amaçlı kullanım” nedenleri de beklenen şekilde birbirine paralel olarak saptanmış iki alt boyuttur. Sigara bağımlılığının otomatik bir davranış olarak gelişmesinde içilen süre ve sigara sayısının etkisi olduğu literatürde gösterilmektedir (Arzu ve Esen 2002, Gençöz ve ark 2003, Prokhorov ve ark. 2003). Araştırmada, “sigaranın otomatik olarak kullanımının” düşük puan ortalamasına sahip bir neden olarak belirlenmesi, öğrencilerin sigara içme süresinin kısılgıyla ilişkili düşünülmüştür. “Psikososyal olarak kullanım” alt boyutunun da düşük puan ortalamasına sahip olması, öğrencilerin sosyal ortamlarda kendilerini ifade etmelerinde sıkıntı çekmemeleri, öz etkililiklerinin ve iletişim becerilerinin etkinliği açısından sevindirici bir bulgudur. Çoğunlukla çevresiyle ilişki kurma da problem yaşayan adölesanlar sigara içme davranışlarını, sosyal uyumlarını sürdürme amaçlı kullanabilmektedir (Herken ve ark. 2000, Gençöz ve ark 2003). Ayrıca sigara içiminin oldukça yaygın ve sosyal olarak kabul gördüğü ülkemizde bu sonuç oldukça memnuniyet vericidir.

Russel ve ark. bireyin sigaraya farmakolojik ve farmakolojik olmayan bir bağımlılığının olduğunu ifade etmişlerdir. Farmakolojik bağımlılığı tetikleyen nedenler evrensel iken, farmakolojik olmayan bağımlılığı tetikleyici nedenler kültürel özelliklere, içinden bulunulan ortama göre farklılık gösterebilmektedir (Russell ve ark.1974). Araştırma sonucunda, bireylerin, “psikososyal nedenlerle sigara içme”, “psikomotor nedenlerle” ve “olumsuz durumların etkilerini azaltma”

amaçlı sigara kullanım puanlarının sonucu ortaya çıkan “farmakolojik olmayan bağımlılık puanı” daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin psikososyal ve psikomotor nedenlerle sigara içimi düşük puan ortalamasına sahipken, olumsuz durumlarla başetme amaçlı kullanım puanı yüksektir. Bu sonuç, askeri eğitim alma, yatılı olarak okuma, sınıf geçme gibi bir çok stresli durumla başetmek zorunda olan astsubay öğrenciler için şaşırtıcı olmamıştır. Dolayısıyla farmakolojik olmayan bağımlılık adölesan yaş özellikleriyle de örtüşen bir sonuçtur. Öğrencilerin farmakolojik olmayan puan ortalamalarında annenin öğrenim durumuna göre gruplar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlılığı, sigara içme davranışında ebeveynin öğrenim düzeyinin etkisini gösteren bazı çalışma sonuçlarıyla uyumludur (Ward ve ark.2002, Bakır ve ark.2003). Öğrenim düzeyi arttıkça sigara içme sıklığının azaldığı çalışma sonuçlarıyla, araştırma sonucu paralellik göstermekte, en düşük bağımlılık puan ortalaması annesi yüksek okul mezunu öğrenci grubunda görülmektedir.

Anne babanın sigara içme durumu öğrencilerin bağımlılık puan ortalamasına etki etmezken, örnek aldıkları kişilerin sigara içmesi, puan ortalamasını etkilemektedir. Örnek aldığı kişinin sigara içtiğini belirtenlerin istatistiksel olarak farklılığı, kişinin bu davranışıyla adölesanın zihninde model oluşturmasının bir sonucu olarak düşünülebilir (Herken ve ark.2000).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bir çok hastalık riskiyle karşı karşıya oldukları halde, sigara içenleri bu davranışı sürdürmeye motive eden tetikleyicileri bilmek, bu gruba yönelik geliştirilecek sigarayı bırakma girişimlerinin planlanmasında oldukça önemlidir. Hava Teknik Okullar Komutanlığı’nda eğitim gören birinci sınıf ve ikinci sınıf astsubay öğrencilerle yaptığımız bu çalışma sonucunda, öğrencilerin sigaraya başlama yaşı 15.74 olup, her gün düzenli sigara içme durumuna göre ortalama sigara içme yılı 3.0’dır. Öğrencilerde farmakolojik olmayan bağımlılık söz konusudur. Bu davranışı sürdürmede, “sigaranın yarattığı bağımlılık” ve “olumsuz durumların etkilerini azaltma” amacı en önemli nedenlerdir. Öğrencilerin sigara içme davranışına ilişkin ortaya çıkan bu profil özellikleri doğrultusunda sigarayı bırakma programlarının düzenlenmesi önerilebilir. Ayrıca, benzer araştırmaların başka gruplarla tekrarlanarak, bu grupların özellikleri doğrultusunda sigarayı bırakma programlarının planlanması da önerilebilir.

KAYNAKLAR

1. Açikel CH, Kılıç S, Uçar M ve ark (2004). Sağlık Astsubay Meslek Yüksekokulu öğrencilerinde sigara içme durumu ve etki eden faktörler, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 2:8, 178-185.
2. Altın R, Kart L, Ünalacak M ve ark (2004). Tıp Fakültesi hastanesinde çalışanlarda sigara içme prevalansı ve sigaraya karşı tutumlarının değerlendirilmesi, The Medical Journal of Kocatepe, 5, 63-67.
3. Arzu Y, Esen A (2000). Sigara bağımlılığı ve hekimler, Toraks Dergisi, 1: 1, 90-100.
4. Bakır B, Güleç M, Tümerdem N ve ark. (2003). İstanbul Jandarma Bölge Komutanlığı ve Mamak Muhabere Okulu askerleri arasında sigara içme sıklığı ve bunu etkileyen faktörler, Gülhane Tıp Dergisi, 45: 1, 53-57.
5. Bilgiç H, Sigara ve kanser, <http://www.gata.edu.tr>, erişim: 22.06.2004
6. Currie SR (2004). Confirmatory factor analysis of the reasons for smoking scale in alcoholics, Nicotine & Tobacco Research, 6: 3, 465-470.
7. Fritzh DJ (2003). An intervention for adolescent smoking cessation, PhD Thesis, University of Missouri-Saint Luise, Proquest Digital Dissertations, www.umi.com, erişim: 23.03.2005
8. Gençöz F, Soykan Ç, Soykan A ve ark (2003). Sigara bağımlılığı ve tedavisi, Art Ofset Matbaacılık San.Tic.Ltd.Şti., Birinci Basım, Ankara.
9. Haddock CK, O'Byrne KK, Klesges RC and et al (2000). Relapse to smoking after basic military training in the U.S Air Force, Military Medicine, 165: 11, 884-888.
10. Herken H, Özkan İ, Çilli A ve ark (2000). Sigara kullanma davranışında sosyal öğrenmenin etkisi, Bağımlılık Dergisi, 1: 1, 38-42, <http://www.bagimlilik.net>, erişim:10.03.2005
11. Karancı N, Rüstemli A (1987). Smoking typology in a Turkish sample, International Journal of The Addictions, 22: 3, 289-299.
12. Karlıkaya C (2002). Edirne'de lise öğrencilerinde sigara içme prevalansı, kaçakçılık, reklamlar ve ergenlerin sigaraya ulaşması, Toraks Dergisi, 3: 1, 7-12.
13. Kaya N, Çilli A.S (2002). Üniversite öğrencilerinde nikotin, alkol ve madde bağımlılığının, oniki aylık yaygınlığı, Bağımlılık Dergisi, 3:2, <http://www.bagimlilik.net>, erişim: 15.03.2005
14. Lynch JP, Hanson K, Kao CT (2004). Health-related behaviors in young military smokers, Military Medicine, 169:3, 230-235.
15. Özcebe H, Çamur D, Akansoy S ve ark (2002). Bir lisede ikinci sınıf öğrencilerinde sigara içme sıklığı, VIII. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi Bildiri Kitabı, Dicle Üniversitesi Basımevi, Diyarbakır, 805-807.
16. PİAR (1988). Sağlık alışkanlıkları ve sigara ile mücadele kampanyası kamuoyu araştırma raporu, Ankara, TC. Sağlık Bakanlığı
17. Prokhorov AV, Hudmon KS, Stancic N (2003). Adolescent smoking; epidemiology and approaches for achieving cessation, Pediatr Drugs, 5: 1, 1-10.
18. Russell HAM, Peto J, Patel AU (1974). The classification of smoking by factorial structure of motives, Journal of The Royal Statistical Society, 137, 313-346.

19. T.C Sağlık Bakanlığı (2002). 11 Mayıs anneler günü sigarayı bırakma kampanyası bilgi notu <http://www.saglik.gov.tr>, erişim 24.04.2005
20. Ward KD, Vander Weg MW, Kovach KW and et al (2002). Ethnic and gender differences in smoking and smoking cessation in a population of young adult air force recruits, *American Journal of Health Promotion*, 16: 5, 259-266.
21. Yoldaşcan E, Usal G, Özdemir B ve ark (2002). Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde sigara içme sıklığı ve etkileyen faktörler, VIII. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi Bildiri Kitabı, Dicle Üniversitesi Basımevi, Diyarbakır, 802-803.