

**KTÜ TIP FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİ SİGARA İÇMEYE
YÖNELTEN FAKTÖRLER VE MÜCADELEDE ÖNCELİKLE
DURUMLARIN SAPTANMASI**

Ayşe ÖZCAN*

Saadet YAZICI*

Ayşe BEŞER*

Ayşe AKKAŞ*

GİRİŞ

Sigara. günümüzde belli geri kalmış ülkelerdeki açlık ve salgın hastalıklardan sonra, hastalık, sakatlık ve zamansız ölümlerin en önde gelen ve önlenebilir nedenidir (2).

Ülkemizde sigara içme oranı gelişmiş ülkelerle kıyaslandığında oldukça yüksek düzeydedir ve gittikçe artmaktadır (erkeklerde % 68, kadınlarda % 24). Oysa bu oran nüfusumuzun hemen hemen eşit olduğu İngiltere'de erkeklerde % 35, kadınlarda % 31 şeklindedir (1).

Yapılan araştırmalarda sigara kullanımının gençler arasında yaygın olduğu ve kullanımındaki artışın bu grupta daha belirgin olduğu saptanmıştır. Günümüzde Türkiye'de 15 yaş nüfusunun % 44'ü yani 16 milyon kişi sigara içmektedir ve bu sayıya her yıl 1.200.000 kişi daha eklenmektedir (2, 4, 6). Sigaraya başlama yaşının oldukça düşük ve gençler arasında sigara kullanımının kontrolsüz biçimde artıyor olması bu konunun ivedilikle ele alınması gerektiğini kanıtlamaktadır.

Sigara ile savaşta dikkatlerin gençler üzerinde toplanması gençlerin bilinçlendirilmesi durumunda yapılan çalışmalardan arzu edilen sonuçların elde edilmesi daha olasıdır. özellikle de bu konudaki çalışmaların gençlerde sigaraya başlamayı önlemeye yönelik olması gerekmektedir. Buna dayanarak araştırmamız: gençleri sigara içmeye yönelten faktörleri belirlemek ve mücadelede öncelikli durumları saptamak amacıyla planlanmıştır.

Sağlık ekibi üyeleri hem sağlık eğitimcisi olarak görev yapmakta hem de toplum için rol modeli oluşturmaktadır. Bu nedenle araştırma sağlık ekibinin bir üyesi olacak hekim adayları üzerinde planlanmıştır.

* K T 11 Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Trabzon

MATERYAL VE METOD

Araştırma evrenini KTO Tıp Fakültesi ilk 4 sınıfında bulunan 780 öğrenci oluşturmuştur. Sigara içen öğrencilerden anket sırasında sınıfta bulunanların tümü (60), içmeyenlerin ise % 20'si (160), toplam 220 öğrenci alınmıştır. İçmeyen öğrenciler basit rastgele örneklem yöntemiyle seçilmiştir. Araştırma tammlayıcı olarak yapılmıştır. Verilerin toplanmasında araştırmacılar tarafından geliştirilen anket formu kullanılmıştır. Veriler yüzdelik yöntemiyle değerlendirilmiştir.

BULGU VE TARTIŞMALAR

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin, cinsiyet ve yaş gruplarına bakıldığında, sigara içen öğrencilerden % 31.7'si kız, % 68.3'ü erkektir. Bu öğrencilerden kızların % 25'i, erkeklerin ise % 51.6'sı 20-24 yaş grubunda bulunmaktadır. Sigara içmeyen öğrencilerin % 42.5'i kız, % 57.7'si erkektir.

Ülkemizde sigara içme oranının kadınlarda % 24, erkeklerde % 68 olduğu bilinmektedir (1). Araştırmada elde ettiğimiz bulgular ülke düzeyindedir bulgulara benzerlik göstermekte olup, kız öğrencilerde içme oranı daha fazladır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerden sigara içenlerin % 18.3'ü 1. sınıf, % 45'i 3. sınıf, % 36.7'si 4. sınıftır. 2 sınıfta anket uygulama esnasında sigara içenlere rastlanmamıştır. İçen öğrencilerin 1. sınıftayken sigara içme oranı az iken diğer sınıflarda bu oran artış göstermiştir.

Araştırmada yer alan öğrencilerin çoğunluğunu (% 53.1) Karadeniz bölgesinden gelenler oluşturmaktadır. Bunlardan % 14'ü sigara içmekte, % 39'u ise içmemektedir.

Tablo 1. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin ebeveynlerinin eğitim durumu.

Ebeveyn Eğitim Durumu	Sigara İçen Öğr.				Sigara içmeyen Öğr.							
	Anne		Baba		Anne		Baba		Anne		Baba	
	S	%	S	%	S	%	S	%	S	%	S	%
Okur Yazar Değil	12	20.0	1	1.7	25	15.7	4	2.5	42	25.0	2	1.3
Okur Ya7.,r	8	13.3	4	6.6	28	17.5	10	6.2	50	31.3	11	6.9
İlkokul	16	26.7	15	25.0	69	43.1	11	6.9	50	31.3	15	9.4
Ortaokul	5	8.3	12	20.0	8	5.0	15	9.4	40	25.0	9	5.6
Lise	7	11.7	4	6.7	17	10.6	22	13.7	50	31.3	11	6.9
Üniversite	12	20.0	24	40.0	13	8.1	16	10.0	59	36.9	100	62.5
TOPLAM	60	100	60	100	160	100	160	100	440	100	100	100

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin ebeveynlerinin eğitim durumlarına bakıldığında, her iki grubunda annelerinin eğitiminin çoğunlukla ilkokul düzeyinde olduğu görülmektedir. Sigara içenlerin babalarının eğitim durumlarına bakıldığında Üniversite mezunu olanlar birinci sırada yer almaktadır. ikinci sırada ilkokul (% 25), üçüncü sırada ortaokul (% 20) gelmektedir. Bu oranlar içmeyenlerde, 1. sırada üniversite (36.9). 2. sırada ilkokulu (% 31.3), 3. sırada ise ortaokul (% 13.7) şeldindedir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi üniversite düzeyinde eğitim almış anne ve babaların çocukları arasında sigara içme oranının yüksek olduğu dikkat çekmektedir.

Değerler düşük olduğu için gruplar arasında önemlilik testi uygulanmamıştır.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin ailelerin aylık gelirlerinin birbirine yakın olduğu gözlenmiştir.

Tablo 2. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin ailelerinde sigara içilme durumları

Ebeveynlerin Sigara İçme Durumu	Sigara içenler S	Sigara içmeyenler S	İçmeyenler S	TOPLAM S	S	
Hiçbiri	10	14.9	68	40.0	78	32.9
Anne	2	3.0	5	2.9	7	2.9
Baba	31	46.3	67	39.4	98	41.4
Anne-Baba	5	7.5	6	3.5	11	4.6
Kardeş	15	22.4	23	13.5	38	16.0
Diğer	4	5.9	1	0.6	5	2.1
TOPLAM	67	100.0	170	100.0	237	100.0

* Birden fazla yanıt verilmiştir.

Tablo 2'de görüldüğü gibi sigara içen öğrencilerin ailelerinde sigara içme oranı, içmeyen öğrencilerin ailelerine oranla daha yüksek bulunmuştur. Fakat öğrencilere ailelerinde sigara içenlerin olmasının kendilerinin sigara içmelerini etkileyli etkilemediği sorulduğunda büyük bir çoğunluğu (% 81.7) etkilemediğini söylerken sadece % 18'1 etkilediğini söylemiştir.

Sayılar küçük olduğu için istatistiksel değerlendirme yapılmamıştır.

öğrencilerin sigaraya başlama yaşı ve başlama nedenleri incelendiğinde % 65'i 15-19, % 25'i 20-24 , % 10'unun ise 15 yaşın altında olduğu görülmüştür. Başlama nedenlerine bakıldığında ise ilk sırada % 46.7 ile merak, % 30 arkadaşlarının etkisiyle, % 13.4 sıkıntıdan, % 6.7'si zevk aldığı için, % 3.2'si sınavlara hazırlanırken başladıklarını söylemişlerdir.

öğrencilerin sigaraya ilk başladıklarında ve şu anda günde kaç tane içtiklerine bakıldığında: İlk başladığında % 40'i 3-4, % 30'u 1-2, % 13.4'u 5-8. % 10'u 9-10, % 6.6'sı ayda bir iki tane içtiklerini belirtmişlerdir. Şu andaki kullandıkları sigara miktarı ise % 41.7'si 1 paket, % 20'si yarım paket, % 18.3'u 5-8, % 13.3'ü 3-4, % 6.6'sı 13-16 tane şeklinde olduğu saptanmıştır.

Yukarıdaki verilerden de anlaşılacağı gibi öğrencilerin büyük çoğunluğu (% 65) sigaraya çok erken yaşta merak nedeni ile başlamakta ve günde içilen sigara sayısı ilk başta az iken, daha sonra artmaktadır.

öğrencilerin sigara içme ihtiyacı hissettikleri zamanlara bakıldığında. % 28.2'si ders çalışırken, % 24.4 sıluntılı ve sinirli olduğu zaman, % 19.2 Wsi yemeklerden sonra, % 11.5'i yalnız kaldığında içtiklerini söylemişlerdir. Geriye kalan % 16.6'sı üzüntülü ve mutlu olduğu zaman, toplantılarda ve sürekli içtiklerini söylemişlerdir.

Tablo 3. Sigara için 'öğrencilerde, sigaraya bağlı şikayetlerin görülme durumu

Şikayetler	S	%
Gece ve sabah öksürüğü	15	10.5
Ağızda kötü tad	41	28.9
İştahsızlık	19	13.3
Soluk alıp verirken zorlanma	11	7.8
Soluk alıp verirken hırıltılı ses çıkarma	6	4.2
Balgam çıkartma	22	15.5
Boğazda gıcık hissi	20	14.1
Göğüs ağrısı	8	5.7
Toplam	142*	100

* Birden fazla yanıt verilmiştir.

Tablo 3'te görüldüğü gibi ilk 3 sırada % 28.9'u ağızda kötü tad, % 15.5'i balgam çıkartma, % 14.1'i boğazda gıcık hissi yer almaktadır.

özellikle sigara içme miktardan arttıkça bu rahatsızlıkların görülme sıklığı da artmıştır. Günde bir paket sigara içenlerde ağızda kötü tad hissi % 13.4, balgam çıkartma % 8.5. günde 5-8 tane içenlerde bu oranlar % 6.3 ve % 2.1 şeklindedir.

Sigaraya bağlı gelişen bu şikayetler çok fazla dikkate alınmamasıyla birlikte, zamanında önlem alınmadığı takdirde ileride çok ciddi sorunlarla karşı karşıya kalınabileceği birçok araştırmalarla kanıtlanmıştır. Nitekim Dünya Sağlık örgütünden elde edilen bilgilere göre SİGARA: tüm kanser çeşitlerinin % 33'ünden, akciğer kanserlerinin % 90'undan, solunum yollarının kanser dışı hastalıklarının % 75'inden, kalp damar hastalıklarının % 25'inden sorumludur (3).

Sigara içenlere çevrelerindeki diğer insanları rahatsız edip etmedikleri sorulduğunda % 78.3'ü ettiğini, % 21.7'si ise etmediğini belirtmiştir. İçmeyenlere içenlerden rahatsız olup olmadıkları sorulduğunda % 93.8'i olduğunu, % 6.2'si ise olmadığını söylemiştir.

Sigara içmeyenlerin sigara içenlerden rahatsız olması çok doğaldır. Çünkü sigara dumanına maruz kalmanın sonucu, sigara içenlerde ortaya çıkan rahatsızlıklar içmeyenlerde de ortaya çıkmaktadır. Yapılan araştırmalarda ebeveynleri sigara içenlerin çocukları özellikle ilk yaşlarda sigara içmeyenlerin çocuklarından daha çok öksürük, bronşit ve pnömoni oldukları görülmüştür (2).

Araştırmalar, ABD'de pasif içiciyle ilgili olarak, yılda yaklaşık 53 bin ölüm meydana geldiğini hesaplamışlardır (1).

Sigara içen öğrencilerin % 36.7'si bırakmayı düşünürken, % 16.7'si düşünmediğini, % 46.6'sı ise bazen düşündüğünü söylemiştir. Aynı öğrencilerden % 58.3'ü sigaraya ait harcamalarının ekonomilerini % 41.7'si ise etkilemediğini belirtmişlerdir.

Sigara içen bireylerin sağlığının olumsuz yönde etkilendiği ve bunun bireysel ve toplumsal olarak ekonomik kayıplara neden olduğu bir gerçektir. Günde bir paket yerli sigara içen kişinin aylık sigara masrafı 300 bin iken, yabancı sigara içilmesi durumunda bu rakam 450 bine çıkmaktadır.

Sigarayı bırakmayı düşünenlere bu kararı alırken onları etkileyen faktörlerin neler olduğu sorulduğunda % 46.4'ü sağlığının bozulmaya başlaması, % 23.2'si kendisine ve çevresine yaptığı kötü etki, % 21.0'i maddi yük, % 4.7'si gereksizliği gibi nedenler öne sürmüşlerdir.

Sigara içen öğrencilere sigarayı bırakma kampanyaları hakkındaki düşünceleri sorulduğunda %43.9'u olumlu, faydalı bulduğunu ve desteklediğini söylerken, % 36.6'sı olumsuz olduğunu, insanın kendi iradesinin etkin Olabileceğini ve desteklemediğini % 17.0'si etkisinin sınırlı olduğunu, % 2.4'de kampanyaların çifte standart olduğunu belirtmiş-

lerdir. İçmeyen öğrencilerin düşünceleri % 49.6'sı olumsuz, % 35.3'ü olumlu bulurken, % 11.81 etkisinin sınırlı olduğu, % 3.3'ü çifte standart olarak yorumlarmışlardır.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin sigarayı bırakma konusundaki önerileri aşağıda görülmektedir. Bunlardan ilki 8 madde her iki grubun ortak önerileri olup, diğerleri içmeyenlerin önerileridir.

11. Sigaralar	İçen	İçmeyen
1. Sigara fiyattan arttırılmalı	35.2	4.1
2. Sigaranın zararları somut olarak gösterilmeli	2.9	19.5
3. Bu konuda bireyler eğitilmeli	17.6	29.6
4. Kişi kendi karar vermek	11.8	9.5
5. Üretim-ithalat azaltılmalı	17.5	3.5
6. Sigaranın yerini alacak faktörler	5.9	7.1
7. Devlet olaya el koymalı	5.8	5.9
8. Kampanyalar genişletilmeli	5.9	3.5
9. Gençlerin boş zamanları için faaliyetler geliştirilmeli		4.7
10. Basın olaya el koymalı		8.9
11. İçenler dışlanmalı		3.6

* örnekleme alınan öğrencilerden, sigara içenlerin 33 (% 55) kadarı, içmeyenlerin de 125 (% 78.1)'i yukarıdaki önerilerde bu lunnu şlardır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmamızda yer alan öğrencilerin % 68.3'ü erkek, % 31.7'si lüzdür.

Öğrencilerin çoğunluğunu (% 53.1) Karadeniz bölgesinden gelenler oluşturmaktadır.

Her iki grupta annelerin eğitim düzeyi çoğunlukla ilkököl, babalannki ise üniversite düzeyindedir. Üniversite düzeyinde eğitim almış anne ve babaların çocukları arasında sigara içme oranı yüksektir.

Sigara içen öğrenciler ailelerinde sigara içen diğer kişilerden etkilenmediklerini belirtmişlerdir. Oysa, sigara içenlerin ailelerinde de sigara içme oranı fazladır.

Sigaraya başlama 15-19 yaş döneminde yoğunluk göstermektedir (% 65).

öğrenciler sigaraya merak, arkadaşlarının etkisi, sıkıntı, zevk alma gibi sebeplerle başlamaktadırlar.

Sigara içen öğrencilerde ağızda kötü tad hissi, balgam çıkartma, boğazda gıcık oluşması, en yaygın olarak görülen şikayetlerdir.

öğrencilerin sigarayı bırakma kampanyaları hakkındaki düşünceleri % 43.9 olumlu, % 36.6 olumsuz ve % 17.7 sıvırh etkiye sahip olduğu şeklindedir.

ÖNERİLER

Sigara ile savaş konusundaki çalışmalar bırakmayı sağlamak yerine başlamayı engellemek üzerinde yoğunlaştırılmalıdır. Özellikle orta dereceli okullarda ve lise eğitimi sırasında sağlık dersleri içersinde sigaranın zararları ayrıntılı olarak ele alınmalıdır.

KAYNAKLAR

1. --- Sigara Alarmı: Türkiye Halk Sağlığı Derneği Sigarayla Mücadele Kolu Yayını. İstanbul: 1. 1992.
2. Argon, G.: "Tütün Kullanma Şekilleri ve Nedenleri". E.Ü.H.Y.O.D., 4: 1, s: 59-63, 1988.
3. Fadiloğlu, Ç: "Sigara Problemin' Çözmek için Öneriler ". E. O. H. Y. O. D., 4:1, s: 79-84, 1988.
4. Sivrikaya, Yılmaz.: "Sigara İçmeye Önlem Yöntemlerinde Uygulamalar ve Yardımcı Çareler", Türkiye Hastane Tıp Dergisi., 1, s: 261-5, 1988,
5. Barut, Yaşar.: "Üniversite öğrencilerinin Sigara-Alkol-ilaç Alma ve Uyuşturucu Madde Kullanma Alışkanlığının Araştırılması", Sağlık Dergisi., 64: 1, s: 11-6. 1992.
6. Barış, İzzettin.: "Kadınlar ve Sigara", Bilim Teknik. 303, s: 6, 1993.