
Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrenci ve çalışanlarında “light” sigara içme sıklığı

Mine Esin OCAKTAN, Deniz ÇALIŞKAN, Oya KANYILMAZ, Ayşe YILDIZ

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

ÖZET

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrenci ve çalışanlarında “light” sigara içme sıklığı

Topluma daha az zararlı olarak sunulan “light” sigaralar, sigara ile ilişkili sayısız hastalık yönünden toplum sağlığını tehdit etmektedir. Bu yüzden toplumda sigara içme sıklığı kadar “light” sigara içme oranlarının ve bununla ilişkili faktörlerin incelenmesi yararlı olacaktır. Bu çalışmada, bir tıp fakültesinde öğrencilerin ve çalışanların “light” sigara içme davranışının değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Kesitsel tipte planlanan bu çalışma 2004 eğitim yılında, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrenci ve çalışanları üzerinde yürütülmüştür. Çalışmada, 344 öğrenci ve 283 sağlık çalışanı olmak üzere toplam 627 kişiden halen sigara içmekte olduğunu belirten 216 (%34) kişi değerlendirilmeye alınmıştır. Araştırma grubuna yüz yüze anket formu uygulanmış, veri analizinde ki-kare ve tek yönlü ANOVA analizleri kullanılmıştır. Araştırma grubunun yaş ortalaması 31.17 ± 8.84 (aralık: 21-66) olup, %51.4’ü erkek, %48.6’sı kadındır. Sigara içenlerin %23.7’si “light” sigara içtiğini belirtmiştir. “Light” sigara içme ile çeşitli faktörler arasındaki ilişki incelenmiş, kadınların daha yüksek oranda “light” sigara tercih ettikleri görülmüştür ($p= 0.04$). Sigaraya başlama yaş ortalaması ise “light” sigara içenlerde (18.59 ± 2.87), normal sigara tercih edenlere göre (19.76 ± 3.42) daha düşük bulunmuştur ($t= 2.258, p= 0.025$). Araştırma kapsamında ele alınan grupta sigara içen her beş kişiden birinin “light” sigara tercih ettiği görülmüştür. Kadınların “light” sigara tercih etme oranlarının daha yüksek olduğu ve “light” sigara içenlerin daha genç yaşlarda sigaraya başladığı saptanmıştır. Kadın cinsiyet ve genç yaşlarda başlama ile ilişki, “light” sigaraların özellikle sigaranın zararlarına daha açık olan ve riski azaltmak isteyen bu grupların tercihi olduğunu düşündürmüştür. “Light” sigaraların daha az zararlı olduğu yönündeki kanının sigara içiminin daha da yaygınlaşmasına neden olacağı konusunda toplum bilinçlendirilmelidir.

Anahtar Kelimeler: “Light” sigara, tıp öğrencisi, hastane çalışanı.

Yazışma Adresi (Address for Correspondence):

Dr. Mine Esin OCAKTAN, Münzeviler Sokak No: 1 Akdere 06590 ANKARA - TÜRKİY

e-mail: esin_ocaktan@yahoo.com

SUMMARY**Frequency of light cigarette use on staff and students of Ankara University School of Medicine**

Mine Esin OCAKTAN, Deniz ÇALIŞKAN, Oya KANYILMAZ, Ayşe YILDIZ

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

Light cigarettes which are launched as fewer harmful threaten to community health because of so many diseases related with smoking. Therefore, research of light cigarette using rates and related factors might be beneficial along with research of smoking frequency in community. The aim of this study is to evaluate light cigarette smoking habit of staff and students of school of medicine. This cross-sectional study was conducted on staff and students of Ankara University School of Medicine in 2004. 216 (34%) light cigarette smokers of 627 people (344 students, 283 staff) were evaluated in this study. Questionnaire form was applied to participants by face-to-face interview, chi-square and ANOVA analyse method were used for evaluation. Participant's profile was 51.4% male and 48.6% female. Mean age of the participants was calculated as 31.17 ± 8.84 . Light cigarette use was stated by 23.7% of smokers. Relationship between light cigarette use and various factors has been examined and it was found that light cigarette use rate was higher in females ($p=0.04$). Smoking start age was detected lower in light cigarette smokers (18.59 ± 2.87) rather than smokers (19.76 ± 3.42). One over five person was found as light cigarette smokers among the participants. Light cigarette use rate is higher in females and smoking starting age is lower in light cigarette smokers. Relationship between female gender and smaller starting ages were considered as preference of the groups that had awareness in harmful effects of smoking especially light cigarette smoking and tried to reduce risks. In opposition to light cigarette had fewer harmful health effects, community must be made conscious about this belief may cause an increase in smoking prevalence in community.

Key Words: Light cigarette, medical school student, health staff.

Amerika Birleşik Devletleri (ABD)'nde tütün ürünleri üretimi ve pazarlamasını düzenleyen Federal Ticaret Komisyonu [Federal Trade Commission (FTC)], sigara dumanı ölçüm makinelerinde düşük katran saptanan sigaraları "light" ve "ultralight" olarak tanımlamaktadır. Oysa "daha az zararlı" gibi bir algılamaya neden olan "light" tanımlamalı sigaraların daha güvenli olarak pazarlandığı bir kandırma cadır. Geçmişte ve halen sigara bırakmaya alternatif olarak pazarlanan ve sigara-hastalık ilişkisinin olmadığını öne sürme çabalarının bir ürünü olan "light" ve "ultralight" sigaralar 1950'li yıllardan beri artarak kullanılmakta ve bu pazarın %82'sini oluşturmaktadır. Özellikle toksin maruziyetinde ve sağlık risklerinde azalma iddia edilmekte, epidemiyolojik veriler aksini söylese de, bu sigaralarla ilgili yanlış algı, tutum ve davranışlar devam etmektedir (1,2).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'de "light" sigaraların sağlık üzerindeki zararlı etkilerinin "light" ol-

mayan sigaralara göre farklı olmadığını belirtmektedir (3). Değişik sigara türleri için FTC tarafından yayınlanan rapor zararlı ajanlara maruziyet düzeyini tam yansıtmamaktadır. "Light" sigara içicileri sigara başına inhale ettikleri nikotini artırmak için daha çok içmek, daha çok hacimde nefes çekmek, daha sık nefes çekmek gibi kompensatuar mekanizmalar geliştirmektedir. Böylece kişilerin katran, nikotin ve karsinojen maruziyetinde iki-dört kat artış ortaya çıkmaktadır. "Light" sigaralar, FTC verilerinin gösterdiğinden daha yoğun bir şekilde içildiğinden, maruziyetin doğru değerlendirilmesine gerek duyulmaktadır (4,5). Sigara içicileri daha az bağımlılık yaptığı, daha az zararlı olduğu düşüncesiyle bu sigaralara yönelmekte, ayrıca bu sigaralar sigaranın zararlarını bilen insanların da başlamasına neden olabilmekte ya da sigarayı bırakmasına engel olabilmekte, dolayısıyla sigara ile ilişkili sayısız hastalık yönünden toplum sağlığını tehdit etmektedir (1,3).

Sağlık etkileri ve bilgi eksikliği nedeniyle, toplumda sigara içme sıklığı kadar "light" sigara içme oranlarının ve bununla ilişkili faktörlerin incelenmesi yararlı olacaktır. Bu çalışmada bir tıp fakültesinde öğrencilerin ve çalışanların "light" sigara içme davranışının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL ve METOD

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde 2172'si öğrenci, 3534'ü personel olmak üzere toplam 5706 kişi bulunmaktadır. Çalışmada öğrenciler ve personel için farklı örnekleme yöntemleri uygulanmıştır. Öğrenci grubunda tüm sınıflarda küme örnekleme yöntemiyle seçilen öğrencilerin gözlem altında anket formlarını doldurmaları sağlanmıştır. İki bin yüz yetmiş iki öğrenciden 344 (%15.8)'ü çalışma kapsamına alınmıştır. Çalışanlar için iki farklı kampüste çalışan farklı meslek gruplarında yer alan 3534 kişilik çalışan listesinden 353 kişi belirlenmiş, bu listeden %80.2'sine (62 akademik, 76 hemşire, 33 yardımcı sağlık, 67 diğer sağlık, 45 idari çalışan) toplam 283 kişiye ulaşılmıştır. Özellikle akademik grupta çalışmaya katılmak istememe, idari grupta var olan listede bulunan görev yerinden başka bir yerde görevlendirme nedeniyle ulaşım oranı diğer gruplara göre düşük kalmıştır. Kesitsel tipte planlanan bu çalışma 2004 eğitim yılında yürütülmüş olup, çalışmaya 344'ü öğrenci ve 283'ü sağlık çalışanı olmak üzere toplam 627 kişiden halen sigara içmekte olduğunu belirten 216 (%34) kişi alınmış, "light" sigara içme ile çeşitli faktörlerin ilişkisi incelenmiştir.

Çalışmanın yürütülmesi için gerekli izinler Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlığı'ndan alınmıştır. Çalışmaya katılacak kişilere çalışma konusunda bilgi verilerek sözlü onamları alınmıştır.

Çalışmanın bağımlı değişkeni "light" sigara içme durumu, bağımsız değişkenleri ise, cinsiyet, yaş, meslek, son bir yılda sigarayı bırakma düşüncesi, son bir yılda sigarayı bırakma denemesi, günde içilen sigara sayısı ve sigara içilen yıl sayısıdır. Veriler ki-kare ve tek yönlü ANOVA analizleri kullanılarak değerlendirilmiştir, p değerinin 0.05'ten küçük olması istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Araştırma grubunun yaş ortalaması 31.17 ± 8.84 (aralık: 21-66) yıl olup, %51.4'ü erkek, %48.6'sı kadındır. Meslek dağılımında; %37'si öğrenci, %23.1'i diğer sağlık personeli, %21.3'ü hemşire, %9.7'si akademik personel, %8.9'u ise idari personeldir (Tablo 1).

Halen sigara kullanan 216 kişiden 41 (%18.98)'i "light" sigara içtiğini belirtmiştir. Kadınların daha yüksek oranda "light" sigara tercih ettikleri görülmüştür ($p= 0.04$). "Light" sigara tercihinin genç yaşlarda daha sık, sigarayı bırakma düşüncesi ve girişiminin de "light" sigara içenlerde daha fazla olduğu göze çarpmakla birlikte, istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Mesleğe göre sigara tercihi arasında da fark yoktur (Tablo 2).

Tüm grupta sigaraya başlama yaş ortalaması 18.81 ± 3.01 (min: 7, maks: 30) yıl, bir günde içilen sigara sayısı ortalaması ise 13.52 ± 8.06 (min: 1, maks: 40) adet olarak hesaplanmıştır. Kullanılan sigara tercihinin göre sigaraya başlama yaş ortalamaları incelendiğinde, "light" sigara içenlerde başlama yaşı istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük bulunmuştur ($t= 2.258$, $p= 0.025$). Günde içilen sigara sayısı da "light" içen grupta daha yüksektir. Ancak bu bulgu istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Tablo 1. Araştırma kapsamında ele alınan tıp fakültesi öğrenci ve çalışanlarının tanımlayıcı bazı özellikleri.

Tanımlayıcı özellikler	Sayı	%
Cinsiyet		
Erkek	111	51.4
Kadın	105	48.6
Yaş grupları		
20-29	118	54.7
30-39	56	25.9
40+	42	19.4
Meslek grupları		
Öğrenci	80	37
Akademik personel	21	9.7
Hemşire	46	21.3
Yardımcı sağlık personeli	50	23.1
İdari personel	19	8.9
Toplam	216	100

Tablo 2. Tıp fakültesi öğrenci ve çalışanlarının "light" sigara tercihi ve etkili faktörler.

Bağımsız değişkenler	Sigara tercihi						Ki-kare ve p değeri
	"Light"		Normal		Toplam*		
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	
Cinsiyet							$\chi^2= 7.847$ p= 0.004
Erkek	13	31.7	98	56	111	51.4	
Kadın	28	68.3	77	44	105	48.6	
Yaş grupları							$\chi^2= 4.481$ p= 0.106
20-29	28	68.3	90	51.4	118	54.7	
30-39	9	22	47	26.9	56	25.9	
40+	4	9.8	38	21.7	42	19.4	
Meslek grupları							$\chi^2= 5.770$ p= 0.217
Öğrenci	17	41.5	63	36	80	37	
Akademik personel	7	17.1	14	8	21	9.7	
Hemşire	8	19.5	38	21.7	46	21.3	
Yardımcı sağlık personeli	8	19.5	42	24	50	23.1	
İdari personel	1	2.4	18	10.3	19	8.9	
Son bir yılda sigarayı bırakma düşüncesi							$\chi^2= 2.950$ p= 0.086
Yok	9	22	63	36	72	33.3	
Var	32	78	112	64	144	66.7	
Son bir yılda sigarayı bırakma denemesi							$\chi^2= 3.158$ p= 0.076
Yok	15	36.6	91	52	106	49	
Var	26	63.4	84	48	110	51	

* Satır yüzdesi, diğerleri sütun yüzdesidir.

"Light" sigara tercih edenlerin günlük tükettikleri sigara sayısı ortalaması 13.74 ± 7.84 iken, normal sigaraları tercih edenlerde bu ortalama 12.59 ± 8.98 ($t= 0.827$, $p= 0.409$)'dir. Sigaraya başlama yaş ortalaması ise light sigara içenlerde (18.59 ± 2.87), normal sigara "tercih" edenlere göre (19.76 ± 3.42) daha düşük bulunmuştur ($t= 2.258$, $p= 0.025$) (Tablo 3).

Tablo 3. Tıp fakültesi öğrenci ve çalışanlarının "light" sigara tercihi ile sigaraya başlama yaşı ve günde içilen sigara sayıları ilişkisi.

Sigara tercihi	Sigaraya başlama yaşı (ort \pm SD)	Günlük sigara sayısı (ort \pm SD)
"Light" (n= 41)	18.59 \pm 2.87	13.74 \pm 7.84
Normal (n= 175)	19.76 \pm 3.42	12.59 \pm 8.98
	t= -2.258 p= 0.025	t= -0.827 p= 0.409

TARTIŞMA

Araştırma kapsamında ele alınan grupta her beş sigara kullanıcısından birinin "light" sigara tercihi ettiği görülmüştür. Bu konuda ülkemizde yapılmış başka çalışmalara rastlanmamıştır, ancak yurt dışında yapılmış çeşitli çalışmalar mevcuttur. İngiltere'de tüm içicilerinin 1/3'ten fazlası azaltılmış mamüllü sigara kullanmaktadır (2). Bir başka çalışmada sigara içenler arasında %54'ünün "light" ve "ultralight" sigaraları tercih ettiği görülmüştür (4). Görüldüğü gibi bu sigaraların kullanımı, gerek araştırmada gerekse dünyada çeşitli örneklerde "sigara içiciliği" sorununun önemli bir oranını oluşturmaktadır.

Araştırmada, "light" sigara içenlerin daha genç yaşlarda sigaraya başladığı saptanmıştır. Bu bulgu, "light" sigaraların kandırmacalı bilgilerle pazarlanmasının, özellikle gençleri hedef aldığı ilk olarak akla getirmektedir. ABD'de adölesan sigara içenlerin yarıdan fazlasının "light" sigara içtiği belirlenmiştir. Bu grubun "light" sigara ile

ilgili risk algılamalarını ve bilgi-tutumlarını ölçen bir çalışmada; adölesanların, "light" sigaraların akciğer, kalp, deri üzerine etkileri yönünden daha az riskli olduğunu, "light" sigara içme ile sigara alışkanlığının daha uzun sürede ortaya çıkacağını, katran ve nikotin salınımının daha düşük olduğunu, bırakma olasılığının daha yüksek olduğunu sandıkları belirlenmiştir. Adölesanların bu algılamaları ve alışmayabileceklerini düşünmeleri akciğer kanserine daha yatkın bu grubun sigaraya başlamasına neden olmaktadır (6). Bu bulguları destekleyecek şekilde bir diğer çalışmada, sigara içen farklı etnik gruplardan genç erişkinler, "light" sigaraları normal sigaralardan daha güvenli bulunduğunu ifade etmiştir (7). Görülmüştür ki, "light" sigaralar hakkında doğru bilgi sahibi olmadan adölesanlar sigara içme konusunda bilinçli karar verememektedir. Adölesanlarla sadece sigaranın etkileri değil, "light" sigaraların da etkileri ve alışkanlık yapma potansiyeli konuşulup, yanlış bilgilere yönelik karşı kampanyalar düzenlenmesi gerektiği düşünülmüştür.

Araştırmada, kadınların "light" sigara tercih etme oranlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı gençler gibi kadınlar da sigaranın etkilerine daha hassas gruplardandır. Aynı toplumda beş yıl arayla yürütülen diğer iki çalışmada, sigara içme oranının zamanla arttığı, "light" sigara içenlerin daha çok kadınlar olduğu görülmüştür (8). Gençlerde ve kadınlarda daha sık tercih nedeni olması, sigaranın risklerini azaltmak isteyen kullanıcılar açısından "light" sigaranın bunu sağlayan bir çözüm olarak değerlendirildiğini akla getirmiştir. Ayrıca, "light" sigarayı tercih edenlerin sigaranın zararlarına daha yatkın gruplar olması dikkat çekicidir.

Çalışma grubunda sigarayı bırakma düşüncesi light sigara içenlerde daha yüksek görülmekte, ancak istatistiksel olarak fark bulunmamaktadır. Sigaranın zararlarını bilen ve buna daha duyarlı olan kişiler light sigaraları, sigarayı bırakmak için bir adım ya da bırakmaya alternatif olarak görmektedir. Tüm sigara içenlerin tütün mamüllerini tam olarak bırakması en ideali iken, çoğu kişi ya bırakmak istememekte ya da bırakma girişimlerine rağmen başarılı olamamaktadır. Sigarayı bırakmak zor bir süreç olduğundan, sigara içenler içmeye devam ederken olumsuz sağ-

lık etkilerini azaltmak için inandıkları bazı zarar azaltma stratejilerine başvurmaktadır. İçilen sigara sayısını azaltmak, pipoya veya daha az nikotin içeren sigaraya dönmek, çiğneme tütünü kullanmak bunlardan birkaçıdır (9). Yürütülen çalışmalarda, bırakmayı düşünenlerin daha yüksek oranda düşük nikotin içeren sigaralara geçiş yaptığı bulunmuştur. Ancak çalışmalar göstermektedir ki, "light" sigaraları içenlerin bırakma düşüncesi daha yaygın olsa da, bırakma davranışı normal sigara tercih edenlere göre olumsuz yönde etkilenmektedir (10).

Bu çalışmanın bir kısıtlılığı olarak "light" sigara içme davranışının nedenleri detaylı olarak incelenmemiştir. Literatürde bu sigaraların tercih nedenlerini, bilgi düzeylerini ve risk algılamalarını inceleyen değişik çalışmalarda, "light" sigaraları tercih eden grupların sağlık etkileri hakkında yanlış bilgi sahibi olduğu saptanmıştır (10-13). Azaltılmış mamüllü sigara içenlerin %41'i aynı miktarda katran ve nikotin salındığını öğrendiği zaman bırakmak istediğini ifade etmiştir. Bu veriler sigaraların paketlerinde "light" ve "middle" belirteçlerini yasaklamak için destek sağlamaktadır (8).

"Light" sigaralar tütün endüstrisi tarafından daha güvenli bir sigara tercihi olarak ve sigarayı bırakmaya bir adım olarak pazarlanmaktadır. Bununla birlikte araştırmalar sigara ile ilişkili sağlık risklerinin azalmasında, bırakma oranlarının artmasında serbestlenen katran ve nikotin miktarının azalmasında başarısız kaldığını göstermektedir (6). Sigara karşıtı kampanyalar içme süresine, sıklığına ve yoğunluğuna müdahaleyi şaşırtacak bu tür sigara dizaynındaki değişikliklere izin vermemektedir (14). Sigara dizaynındaki bu tür değişikliklerin sağlık yararı sağladığına ne içicilerde ne de toplumsal düzeyde bir kanıt yoktur. Ülkemizde daha detaylı ve geniş çaplı araştırmalarla "light" sigara içme davranışı ve nedenleri incelenmeli, toplumun mevcut bilgi ve algılama düzeyi konusunda mevcut durum saptanmalıdır. "Light" sigaraların, daha az zararlı ya da zararsız olduğu yönündeki kanının aksine, sigara içme davranışlarına olumsuz etki ederek sigaranın bildiğimiz zararlarının daha da yaygınlaşmasına neden olacağı konusunda toplum bilinçlendirilmelidir ve özellikle sigaranın zararlarına duyarlı gruplarda eğitimler yürütülmelidir.

KAYNAKLAR

1. http://www.toraks.org.tr/sub/sigarasiz/light_sigara_Metin_Ozkan.pdf. Özkan M. Light Sigara- Zararsız Sigara. Erişim tarihi: 21.06.2006.
2. Shiffman S, Pillitteri JL, Burton SL, et al. Smokers' beliefs about "Light" and "ultralight" cigarettes. *Tob Control* 2001; 10 (Suppl 1): 17-23.
3. World Health Organization Tobacco Free Initiative: Building blocks for tobacco control: A handbook. WHO 2004 pp 4-13.
4. Shiffman S, Pillitteri JL, Burton SL, et al. Effect of health messages about "Light" and "Ultralight" cigarettes on beliefs and quitting intent. *Tob Control* 2001; 10 (Suppl 1): 24-32.
5. Djordjevic MV, Fan J, Ferguson S, et al. Self-regulation of smoking intensity. Smoke yields of the low nicotine, low-tar' cigarettes. *Carcinogenesis* 1995; 16: 2015-21.
6. Kropp RY, Halpern-Felsher BL. Adolescent beliefs about the risks involved in smoking "light" cigarettes. *Pediatrics* 2004; 114: 445-51.
7. Richter PA, Pederson LL, O'Hegarty MM. Young adult smoker risk perceptions of traditional cigarettes and nontraditional tobacco products. *Am J Health Behav* 2006; 30: 302-12.
8. Ashley MJ, Cohen J, Ferrence R. 'Light and mild' cigarettes: Who smokes them? Are they being misled? *Can J Public Health* 2001; 92: 407-11.
9. Mc Neill A. Harm Reduction. *BMJ* 2004; 328: 885-7.
10. Haddock CK, Lando H, Klesges RC, et al. Modified tobacco use and lifestyle change in risk reduced beliefs about smoking. *Am J Prev Med* 2004; 27: 35-40.
11. Cumming KM, Hyland A, Bansal MA, et al. What do Marlboro Light smokers know about low-tar cigarettes? *Nicotine Tob Res* 2004; 6 (Suppl 3): 323-32.
12. Kozlowski LT, Goldberg ME, Yost BA, et al. Smokers' misperceptions of light and ultra-light cigarettes may keep them smoking. *Am J Prev Med* 1998; 15: 9-16.
13. Tindle HA, Rigotti NA, Davis RB, et al. Cessation among smokers of "light" cigarettes: Result from the 2000 national health interview survey. *Am J Public Health* 2006; 96: 1498-504.
14. Thun MJ, Burns DM. Health impact of "reduced yield" cigarette: A critical assessment of the epidemiological evidence. *Tob Control* 2001; 10 (Suppl 1): 4-11.