

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANA BİLİM DALI

TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2021/2022-55)

ADOLESAN DÖNEMDE TÜTÜN KULLANIMI

Dünyadaki önlenabilir ölümlerin ve hastalıkların önde gelen nedeni tütün kullanımıdır. Yılda 8 milyondan fazla ölüm tütün kullanımı sebebiyle olmaktadır ve bu ölümlerin %30'u kanser ile alakalıdır. Ölümlerin 7 milyonundan fazlası doğrudan tütün kullanımı ile ilişkili olup, 1,2 milyonu ise tütün dumanından etkilenim sonucu oluşmaktadır.¹

Tütün bağımlılık yapıcı bir madde olup, tütün kullanmayı denemiş insanların üçte ikisinden fazlası bağımlı olmaktadır.² Her yıl sigarayı bırakmayı deneyen bireylerden %10'u başarılı olmaktadır; bu yüzden sigaraya başlamanın önlenmesi çok büyük önem taşımaktadır.³ Bu şekilde tütün kullanımına bağlı olarak oluşan akciğer olmak üzere, gırtlak, mide, mesane ve daha pek çok kanser türünün yanı sıra kalp ve akciğer hastalıkları, inme gibi pek çok hastalığın görülme riski azalacaktır.

Küresel olarak 13-15 yaşları arasındaki her 10 adolesandan en az biri tütün kullanmaktadır.⁴ Yetişkinlerle karşılaştırıldığında, adolesanların nikotin bağımlısı olma olasılıkları daha yüksektir.⁵ Ayrıca, tütün kullanımına erken yaşta başlayanların bırakma hızları daha düşüktür.⁶

Adolesanlarda riskli davranışlardan biri olan tütün kullanımı, bağımlılık yapan başka maddelere de geçişin ilk adımı olarak kabul edilmektedir.^{7,8} Bundan dolayı, tütün kullanımının önlenmesi aynı zamanda diğer bağımlılık yapıcı maddelere geçişi de engellemiş olacaktır. Son yıllarda tütün endüstrisinin pazarlamasını yaptığı elektronik sigara ve ısıtılmış tütün ürünü kullanımı da

¹ <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco#:~:text=Tobacco%20kills%20more%20than%208,%2D%20and%20middle%2Dincome%20countries>. Erişim: 23.05.2022

² East K, McNeill A, Thrasher JF, Hitchman SC. Social norms as a predictor of smoking uptake among youth: a systematic review, meta-analysis and meta-regression of prospective cohort studies. *Addiction*. 2021 Nov;116(11):2953-2967. doi: 10.1111/add.15427. Epub 2021 Mar 23. PMID: 33538370.

³ <https://www.cancer.gov/news-events/cancer-currents-blog/2020/smoking-more-young-adults-starting> Erişim:13.04.2022

⁴ <https://www.cocukpsikiyatrisi.com/degisen-dunyada-gencler-ve-ruh-sagligi/> Erişim: 12.04.2022

⁵ https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0016/303532/HBSC-No.7_factsheet_Tobacco.pdf Erişim: 14.03.2022

⁶ Park SH. Smoking and adolescent health. *Korean J Pediatr*. 2011;54(10):401-404. doi:10.3345/kjp.2011.54.10.401

⁷ Yeşiltaş, A. Mpower Politikası Sonrası Ergenlerde Tütün ve Tütün Ürünleri Kullanımı: Sistemik Derleme. *Bağımlılık Dergisi*. 2020; 21(2):137-148.

⁸ <https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/knowtherisks.html#aerosol-exposure> Erişim: 20.04.2022

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANA BİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2021/2022-55)

adolesan ve gençler arasında artmaktadır.⁹ Ayrıca, nargile, çiğneme tütün gibi farklı ürünler de adolesanlar tarafından tüketilmekte ve kullanım hızlarının arttığı belirtilmektedir.¹⁰

Türkiye’de 2017 yılında 1992 okulun ortaöğretim 7, 8, hazırlık, 9. ve 10. sınıflarda yapılan Küresel Gençlik Tütün Kullanımı Araştırmasına göre, ülkemizde öğrencilerin %17,9’u halen tütün ürünü kullanmaktadır, %40,2’si tütün ürünü denemiştir, halen tütün ürünü kullanan 10 kişiden altısı son bir yılda bırakmayı denemiştir, beşi ise halen bırakmayı istemektedir. Halen sigara içen adolesanların %73,3’ü 18 yaşını doldurmadığı halde tütün ürünü satın alabilmektedir. Öğrencilerin %91,1’i kapalı alanlardaki sigara kullanımının yasaklarını desteklemektedir, %74,5’i ise açık alanlarda sigara kullanımının yasaklanmasını desteklemektedir.¹¹

Türkiye’de 1996 yılında çıkarılan “Tütün Ürünlerinin Zararlarının Önlenmesi ve Kontrolü Hakkında Kanun” ile bazı kapalı alanlarda ve toplu taşıma araçlarında tütün ürünlerinin kullanımı yasaklanmıştır. Ayrıca tütün ürünlerinin, 18 yaşını doldurmamış kişilerin doğrudan ulaşacağı şekilde satılmayacağı, yine 18 yaşını doldurmamış kişilere tütün ürünleri satılamayacağı, tütün ürünlerine yönelik tanıtıcı faaliyetlerin de yasaklandığı yine bu kanunla belirlenmiştir.⁷ Dünyada tütün kontrolüne yönelik ilk uluslararası anlaşma olan “Tütün Kontrol Çerçeve Sözleşmesi”, 21 Mayıs 2003 tarihinde, Cenevre’de Dünya Sağlık Örgütü’nün 56. Dünya Sağlık Kongresi’nde kabul edilmiştir. Bu sözleşme 2005 yılında Türkiye Büyük Millet Meclisi’nce kabul edilerek Türkiye’de de yürürlüğe girmiştir.⁷

Dünya Sağlık Örgütü 2007 yılında Tütün Kontrol Çerçeve Sözleşmesinin uygulama stratejilerini güçlendirmek amacıyla etkisi kanıtlanmış altı politikayı içeren MPOWER paketini geliştirmiştir. Bunlar, pasif sigara dumanı etkileniminden korumak; sigarayı bırakmak için uygun yardım önermek; tütün üzerindeki vergiyi arttırmak; tütün ürünlerinin reklam, tanıtım ve sponsorluğunu kısıtlama konusunda var olan mevzuatı güçlendirmek; sigaranın zararları konusunda toplumu eğitmek ve tütün kullanımını ve koruyucu çalışmaları takip etmek olarak sıralanmaktadır. Temel amaç hiçbir çocuk ya da yetişkinin sigara dumanına maruz kalmamasını sağlamaktır.⁹ Türkiye MPOWER uygulamalarının hepsini uygulayan ilk ülke olmuştur.¹²

Dünya Sağlık Örgütü 2021 yılında MPOWER uygulamalarına iki madde daha eklemiştir. Bu maddeler Ulusal Tütün Kontrol Programları’nın Geliştirilmesi ve Elektronik Sigara Kullanımlarına yöneliktir. Dünya Sağlık Örgütü Elektronik Sigara kullanımlarının da kapalı alanlarda yasaklanması, paketlerine elektronik sigaraların sağlığa zararlarının eklenmesi,

⁹ <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/tobacco/news/news/2020/12/new-who-report-reveals-that-while-smoking-continues-to-decline-among-european-adolescents,-the-use-of-electronic-cigarettes-by-young-people-is-on-the-rise> Erişim: 23.05.2022

¹⁰ Harrell, Paul T et al. “Patterns of youth tobacco and polytobacco usage: The shift to alternative tobacco products.” *The American journal of drug and alcohol abuse* vol. 43,6 (2017): 694-702.

doi:10.1080/00952990.2016.1225072

¹¹ Küresel Gençlik Tütün Araştırması (KGTA-2017)

¹² Küresel Yetişkin Tütün Araştırması Türkiye 2012. Sağlık Bakanlığı Yayın no: 948. Ankara. 2014.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANA BİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2021/2022-55)

elektronik sigaraların reklam, tanıtım ve sponsor olarak kullanımlarının engellenmesi, yaş sınırının getirilmesi ve aromalı elektronik sigaraların yasaklanmasını önermektedir.¹³

Gençlerde tütün kullanımını azalttığı görülen diğer uygulamalar şunlardır:

- ✓ Tütün ürünlerinin satıldığı ve reklamının yapıldığı yerlerin (özellikle okulların çevresinde) sayısının azaltılmasının gençlerde tütün kullanımını azalttığı gözlenmiştir.¹⁴
- ✓ Tütün ürünlerinin fiyatının artırılması (daha yüksek vergilerle)
- ✓ Kapalı ortamlarda sigara kullanımının yasaklanması¹⁵
- ✓ Tütün ürünlerinin satışının 21 yaş altında yasak olması (21 yaşına kadar tütün ürünü kullanmaya başlamayanlarda, sonradan başlama ihtimali oldukça düşüktür. Ayrıca lise öğrencilerinin 21 yaşından büyük kişilerle aynı sosyal ortamda bulunma ihtimalleri oldukça düşük olduğundan, onlar için sigara alacak kişilere ulaşamayacaklardır).¹⁶
- ✓ Çocuk ve gençlere yönelik yapılan TV ve radyoda tütün ürünü kullanımı karşıtı reklamların, posterlerin ve diğer medya mesajlarının uygulanması
- ✓ Okullarda ve toplumsal programlarda tütünsüz yaşam tarzı ve aktivitelerin teşvik edilmesi
- ✓ Tütün ürünü reklamı ve promosyonlarının azaltılması ve tütün ürünlerinin daha zor erişilebilir hale getirilmesi²³
- ✓ Dumansız hava sahası uygulamaları, sigarayı bıraktırmaya yönelik çabaların arttırılması ve tütün karşıtı eğitimlerin de faydası olacaktır.³
- ✓ Ruhsal sağlığın desteklenmesi, ailenin adolesan ile olumlu ilişkileri, tütün kullanmayan arkadaş çevresi, adolesanların bilgi ve algılarının sağlıklı olmayı destekler tarzda olması tütün kullanımını azaltmaktadır.²²

Sonuç olarak, tütün ürünlerine en sık başlama dönemi adolesan dönem olduğu için, bu dönemde bireylere tütün ürünleri kullanımının zararları ile ilgili bilgi verilmesi, yaşam becerilerinin geliştirilmesi ve endüstrinin adolesanlara erişmesine ilişkin engellerin konulması çok büyük önem taşımaktadır. İlkokuldan itibaren bağımlılık yapıcı maddelerin zararlarına yönelik düzenli eğitimlerin verilmesi, ailelerin çocuklarıyla olan iletişimleri ve onların sosyal çevrelerine ilişkin bilgi sahibi olmaları, tütün ürünü kullanmakta olup bırakmak isteyen adolesanların sağlık hizmetlerine ulaşılabilirliğinin artırılması bu amaçla atılması önerilen

¹³ WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2021

¹⁴ Mistry, R., Pednekar, M.S., Gupta, P.C. *et al.* Longitudinal study of adolescent tobacco use and tobacco control policies in India. *BMC Public Health* **18**, 815 (2018). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5727-8>

¹⁵ https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/youth_data/tobacco_use/index.htm#:~:text=Tobacco%20product%20use%20is%20started%20and%20established%20primarily%20during%20adolescence.&text=Nearly%209%20out%20of%2010,try%20smoking%20by%20age%2026.&text=Each%20day%20in%20the%20U.S.,youth%20start%20smoking%20every%20day. Erişim: 19.03.2022

¹⁶ Kansagra SM. Strategies to reduce youth tobacco use: opportunities for local government. *Am J Prev Med*. 2014 Aug;47(2 Suppl 1):S93-4. doi: 10.1016/j.amepre.2014.04.014. PMID: 25044202.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANA BİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2021/2022-55)

önemli adımlardır.⁷ Hükümetlere ve politika yapıcılara da tütün yasaklarının denetimi ve uygulanması, tütün çiftçilerine alternatif istihdam olanakları yaratılması, tütün kullanım yasağı yaşının 21'e çıkarılması gibi pek çok sorumluluk düşmektedir.

Bu doküman, Dr. Evrim Özge Demircioğlu tarafından, Prof. Dr. Hilal Özcebe danışmanlığında 31.05.2022 tarihinde hazırlanmıştır. Bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik,vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Demircioğlu EÖ, Özcebe H. Adolesan Dönemde Tütün Kullanımı Bilgilendirme Notu (2022) HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi 2021/2022-55 [Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/>. Erişim: 24.05.2022.