

# HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/2024-58)

## 31 MAYIS TÜTÜNSÜZ BİR DÜNYA GÜNÜ (2024)

### Gençler harekete geçiyor ve seslerini duyuruyor!

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), 1987'de tütün "salgınına" ve bunun neden olduğu önlenebilir ölüm ve hastalıklara küresel boyutta dikkat çekmek için Tütünsüz Bir Dünya Günü (World No Tobacco Day) fikrini benimsemiştir ve 1988 yılında her yıl 31 Mayıs'ta Tütünsüz Bir Dünya Günü konusunda "kutlama" çağrısı yapılmıştır.<sup>1</sup> Bu yıl, DSÖ ve dünyanın dört bir yanından halk sağlığı savunucuları, tütün endüstrisinin çocuklar ve gençler üzerindeki zararlı etkileri konusunda farkındalığı artırmak için bir kez daha bir araya gelmeyi planlamıştır<sup>2</sup> ve tema "**Çocukları tütün endüstrisinin müdahalesinden korumak**" olarak belirlenmiştir. Bu yıl Dünya'nın dört bir yanında hükümetleri tütün endüstrisinin pazarlama taktiklerine karşı kendilerini korumaya çağıran gençlere bir platform sağlanacaktır.<sup>3</sup>

Tütün Endüstrisi, yeni bir bağımlılık dalgası yaratarak gençleri ömür boyu kâr elde etmek için hedef almaktadır.<sup>3</sup> 2022 verilerine göre, dünya genelinde 13-15 yaş arası en az 37 milyon genç bir çeşit tütün ürünü kullanmaktadır. DSÖ Avrupa Bölgesi'nde 13-15 yaş arası erkeklerin %11,5'i ve kızların %10,1'i tütün kullanmaktadır (4 milyon).<sup>2</sup>

### Tütün kullanımı çocukları ve gençleri nasıl etkiler?

Sigara içmek ve tütün ürünlerinin kullanımı çocuklarda ve gençlerde ciddi sağlık sorunlarına neden olmaktadır. En ciddi sorunlardan biri nikotin bağımlılığıdır ve bu bağımlılık çocuklarda büyüdüğünde de devam eden uzun süreli tütün kullanımına yol açar. Nikotinin gençlerin beyin gelişimine zarar verdiğine dair bazı kanıtlar mevcuttur. E-sigara ve benzeri tütün ürünlerinin de nikotin içerdiğini bilmek önemlidir. Düzenli olarak sigara içen çocuklar ve gençler, içmeyen çocuklara göre daha fazla sağlık sorunu yaşama eğilimindedir. Sık görülen sorunlar arasında öksürük nöbetleri, nefes darlığı, hırıltılı solunum, baş ağrısı, şiddetli ve sık görülen solunum yolu hastalıkları, yaşamın ilerleyen dönemlerinde KOAH riskinde artış olduğu belirtilmektedir.<sup>4</sup>

### Dikkat!

### Tütün ve nikotin endüstrilerinin taktikleri gençleri ömür boyu bağımlı hale getiriyor!

### ÖNLEMELİYİZ...

<sup>1</sup> [İnternet] <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day> Erişim:22.05.2024

<sup>2</sup> [İnternet] <https://www.who.int/europe/news-room/events/item/2024/05/31/default-calendar/world-no-tobacco-day-2024--protecting-children-from-tobacco-industry-interference> Erişim:22.05.2024

<sup>3</sup> [İnternet] <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2024> Erişim:22.05.2024

<sup>4</sup> [İnternet] <https://www.cancer.org/cancer/risk-prevention/tobacco/health-risks-of-tobacco/health-risks-of-smoking-tobacco.html> Erişim:23.05.2024

# HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/2024-58)

## Öneriler

- ✓ Dünya Sağlık Örgütü, hükümetleri tütün ürünlerini yasaklayarak veya sıkı bir şekilde düzenleyerek gençleri tütün, e-sigara ve diğer nikotin ürünlerinin alımından korumaya çağırılmaktadır.
- ✓ %100 tütün dumansız kamu alanlarının oluşturulması,
- ✓ Aromalı e-sigaraların yasaklanması,
- ✓ Pazarlama, reklam ve promosyon yasakları, daha yüksek vergiler,
- ✓ Endüstri tarafından kullanılan aldatıcı taktikler konusunda kamu bilincinin artırılması ve gençlerin öncülük ettiği eğitim ve farkındalık girişimlerinin desteklenmesi tavsiyeler arasında yer almaktadır.

## Çocuğunuzun bırakmasına yardımcı olun...

- ✓ Çocuğunuzun neden sigara içtiğini veya diğer tütün türlerini kullandığını öğrenin.
  - Hangi tür tütün ürünü kullandığını öğrenmek için sorular sorun.
- ✓ Çocuğunuzla ilgilenin.
  - Çocuğunuzun tütün kullanmayı bırakmasına yardımcı olmak için hayatında ne gibi değişiklikler yapılabileceğini öğrenin.
- ✓ Eğer kendiniz tütün kullanıyorsanız bırakın, bırakmayı deneyin.
- ✓ Sigara içtiyseniz ya da diğer tütün ürünlerini kullandıysanız ve bıraktıysanız, çocuğunuza bunun sizin için nasıl bir deneyim olduğunu anlatın.
- ✓ Bırakmaya çalışıyorsa çocuğunuzunuzu destekleyin.
  - Sizin ve çocuğunuzun, nikotin yoksunluğuna bağlı ruhsal ve diğer değişimlere hazırlıklı olmanız gerekir.<sup>5</sup>

## Çocuklarımızı Koruyalım!

### Tütün Endüstrisinin taktiklerine karşı çocuklarımızı ve gençlerimizi güçlendirelim!

<sup>5</sup> [İnternet] <https://www.cancer.org/cancer/risk-prevention/tobacco/keeping-your-kids-tobacco-free.html>

Erişim:23.05.2024