

31 MAYIS TÜTÜNSÜZ BİR DÜNYA GÜNÜ (2026)

Tütün kullanımı neden önemli bir halk sağlığı sorunudur?

Tütün, dünyanın karşı karşıya olduğu en büyük halk sağlığı tehditlerinden biridir ve her yıl 7 milyondan fazla ölüme, tütün ilişkili hastalıklara bağlı yeti kaybına ve uzun dönem sağlık sorunlarına neden olmaktadır. Tütün kullanımının tüm biçimleri zararlıdır ve tütüne maruz kalım için güvenli bir düzey bulunmamaktadır. Dünya genelinde en yaygın kullanılan tütün ürünü sigara olmakla birlikte; nargile, puro, ısıtılmış tütün ürünleri, pipo tütünü ve dumansız tütün ürünleri de ciddi sağlık riskleri taşımaktadır.¹

Tütün dumanı binlerce kimyasal madde içermektedir, bunların onlarcası da kansere neden olmaktadır.² Tütün kullanımı; kardiyovasküler hastalıklar, solunum sistemi hastalıkları, 20'den fazla farklı kanser türü ve birçok ciddi sağlık sorunu için önemli bir risk faktörüdür.

Tütün yalnızca kullanan bireyleri değil, kullanmayan kişileri de olumsuz etkilemektedir. Tütün dumanından pasif etkilenim nedeniyle her yıl yaklaşık 1,6 milyon kişi ölmektedir. Gebelik döneminde tütün kullanımı ise bebeklerde yaşam boyu sürebilecek çeşitli sağlık sorunlarına yol açabilmektedir.³

Son yıllarda kullanımı artan yeni nesil tütün ve nikotin ürünleri de sağlık açısından risk taşımaktadır. Isıtılmış tütün ürünleri kullanıcıları zararlı ve toksik maddelere maruz bırakırken, elektronik sigaralar tütün içersin veya içermesin güvenli değildir. Özellikle nikotin içeren ürünler, çocuklar ve gençler başta olmak üzere bireylerde bağımlılık gelişimine yol açabilmektedir.³

Dünya genelinde 13–15 yaş aralığında en az 40 milyon çocuğun herhangi bir tütün ürünü kullandığı bildirilmektedir. Bu çocukların yaklaşık 20 milyonu sigara, 10 milyonu ise dumansız tütün ürünleri tüketmektedir. Buna ek olarak, aynı yaş grubunda en az 15 milyon gencin elektronik sigara kullandığı tahmin edilmektedir. Mevcut veriler, elektronik sigara kullanımının çocuklar arasında yetişkinlere kıyasla ortalama dokuz kat daha yüksek olduğunu göstermektedir.⁴

Tütün kullanımı, dünyada önlenebilir hastalık ve ölüm nedenleri arasında önemli bir yere sahiptir. Tütün kullanımına bağlı hastalıklar yalnızca bireylerin sağlığını değil; aileleri, toplumları, sağlık sistemlerini ve ekonomiyi de etkilemektedir. Bu nedenle tütün ile mücadele küresel halk sağlığı öncelikleri arasında yer almaktadır.⁵

31 Mayıs Tütünsüz Bir Dünya Günü Nedir?

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), tütün salgınına ve bunun neden olduğu önlenebilir ölüm ve hastalıklara küresel düzeyde dikkat çekmek amacıyla 1987 yılında "Tütünsüz Bir Dünya Günü (World No Tobacco

¹ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco> Erişim:21.5.2026.

² [Internet] <https://www.cdc.gov/tobacco/about/cigarettes-and-cancer.html> Erişim:21.5.2026.

³ [Internet] https://www.who.int/health-topics/tobacco#tab=tab_1 Erişim:21.5.2026.

⁴ [Internet] <https://www.who.int/news/item/17-10-2025-world-no-tobacco-day-2026--unmasking-the-appeal---countering-nicotine-and-tobacco-addiction> Erişim:21.5.2026.

⁵ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco> Erişim:21.5.2026.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-59)

Day)” girişimini başlatmıştır. 1988 yılından itibaren her yıl 31 Mayıs, Tütünsüz Bir Dünya Günü olarak kabul edilmektedir. Her yıl farklı bir tema belirlenmekte; toplumların tütünün zararları konusunda bilinçlenmesi ve tütün kontrol politikalarının güçlendirilmesi amaçlanmaktadır.⁶

31 Mayıs Tütünsüz Bir Dünya Günü İçin 2026 Yılı Teması Nedir?

Bu yıl tema; “Maskeyi Düşürmek: Nikotin ve Tütün Bağımlılığı ile Mücadele” olmuştur. Belirlenen tema; tütün ve nikotin endüstrisinin özellikle çocukları, ergenleri ve gençleri hedef alan pazarlama yöntemlerini görünür kılmayı; bağımlılık oluşturan ürünlerin çekici gösterilmesine karşı toplum farkındalığını artırmayı amaçlamaktadır.⁷

Son yıllarda tütün ve nikotin endüstrisi; elektronik sigaralar, ısıtılmış tütün ürünleri, nikotin poşetleri (nicotine pouch) ve benzeri yeni nesil ürünleri “modern”, “teknolojik”, “yenilikçi” veya “daha güvenli” algısı oluşturacak biçimde pazarlayabilmektedir. Özellikle çocuklar ve gençleri hedef alan aroma kullanımı, dikkat çekici ambalajlar, sosyal medya içerikleri, dijital reklamlar ve etkileyici pazarlama yöntemleri (örneğin fenomen olarak tanımlanan kişilerin kullanımı vb.) bağımlılık riskini artırabilmektedir. Tütün ve nikotin ürünlerinin çekici görünümü sağlık açısından güvenli oldukları anlamına gelmemektedir. Bu nedenle çocukların ve gençlerin bağımlılık yapıcı ürünlerden korunması, güçlü tütün kontrol politikalarının geliştirilmesi ve toplum farkındalığının artırılması büyük önem taşımaktadır.⁸

Dünya Sağlık Örgütü’nün 2026 yılı kampanyası kapsamında öne çıkan amaçlar aşağıda yer almaktadır:⁴

- ✓ Tütün ve nikotin endüstrisinin özellikle çocukları ve gençleri hedef alan uygulamaları konusunda toplumda farkındalık oluşturmak,
- ✓ Sentetik nikotin, nikotin tuzları ve yeni nesil ürünlerin bağımlılık riskleri konusunda toplumu bilgilendirmek,
- ✓ Aroma vericiler, dikkat çekici ürün tasarımları ve dijital reklamların çocuklar ve gençler üzerindeki etkilerine dikkat çekmek,
- ✓ Dijital ve sosyal medya dahil olmak üzere tütün ve nikotin ürünlerinin reklam ve tanıtımlarının yasaklanmasını desteklemek,
- ✓ Tütün ve nikotin ürünlerinin çekiciliğini artıran ambalaj ve ürün tasarımlarına yönelik düzenlemeleri güçlendirmek,
- ✓ Özellikle çocuklar ve gençler başta olmak üzere bireyleri tütün endüstrisinin taktiklerine karşı bilinçlendirmek,
- ✓ Tütün ve nikotin bağımlılığını önlemek ve tütün bırakmak isteyen bireylerin bilimsel ve güvenilir destek hizmetlerine ulaşmasını kolaylaştırmak,

Çocukları ve gençleri korumak için aşağıdaki öneriler dikkate alınmalıdır:

- ✓ Yeni nesil tütün ve nikotin ürünlerinin güvenli olmadığı açıkça anlatılmalıdır.
- ✓ “Modern”, “teknolojik” veya “daha güvenli” algısı oluşturan ürünlerin bağımlılık riski taşıdığı vurgulanmalıdır.

⁶ [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day> Erişim:21.5.2026.

⁷ [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2026> Erişim:21.5.2026.

⁸ *Exposing marketing tactics and strategies driving the global growth of nicotine pouches* [Internet]. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240114920> Erişim:21.5.2026.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-59)

- ✓ Tütün ve nikotin ürünlerinin çekici görünümünün sağlık üzerindeki zararlarını gizlemesine izin verilmemelidir.
- ✓ Çocuklar ve gençler, tütün ve nikotin endüstrisinin hedef aldığı bağımlılık yapıcı ürünlerden korunmalıdır.
- ✓ Toplum farkındalığı artırılmalı, güçlü tütün kontrol politikaları uygulanmalı ve bırakma destek hizmetleri güçlendirilmelidir.
- ✓ Tütünsüz yaşamın sağlıklı bireyler ve sağlıklı toplumlar için temel olduğu unutulmamalıdır.

“Tütün bağımlılığından kurtulmak mümkündür”

Maskeyi Düşür

Tütünün Gerçek Yüzünü Göster

