

# Sigara İçme Durumunun Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisinin İncelenmesi

## Study on the Effects of Situation of Cigarette Smoking on University Students' Quality of Life

Nesrin Şen, Gülşah Gürol Arslan, Ayden Çoban, Nurgül Güngör, Sinem Kulbakan, Meltem Solar

Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Manisa, Türkiye

### ÖZET

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin sigara içme durumlarının yaşam kalitesi üzerine etkisini belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini, Celal Bayar Üniversitesi Tıp, Fen-Edebiyat, Mühendislik, İktisadi ve İdari Bilimler Fakülteleri, Beden Eğitimi Spor ve Sağlık Yüksek Okulları ile Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulunda örgün öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur (N=5963). Çalışmada örnekleme alınacak öğrenci sayısının belirlenmesinde, Evreni Belli Örneklem Seçim Yöntemi kullanılmıştır (n=278). Hangi sınıftan kaç öğrenci alınacağı ise Tabakalı Örneklem Yöntemiyle belirlenmiştir. Araştırmanın verileri 7 Şubat-10 Mart 2005 tarihleri arasında toplanmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak sosyo-demografik özelliklere ilişkin soru formu ve "WHOQOL-BREF Yaşam Kalitesi Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler, sayı-yüzde dağılımları, ortalama ve standart sapma değerleri ve t-testi ile değerlendirilmiştir. Öğrencilerin sigaraya başlama yaşı ortalama  $17.03 \pm 2.23$ 'tür. Üniversite öğrencilerinin, sigaraya başlama yaşı ile yaşam kalitesi psikoloji alanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $p < 0.05$ ). Öğrencilerin sigara içme durumları ile yaşam kalitesi alt alanlarından Bedensel alanı, psikoloji ve sosyal alanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (t-testi,  $p = 0.00 < 0.05$ ). Öğrencilerden, günde yarım paketten az sigara içenlerin yaşam kalitesi Bedensel alanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $p < 0.05$ ). Elde edilen sonuçlar, üniversite öğrencilerinin sigara içme durumlarının yaşam kaliteleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

**Anahtar sözcükler:** Üniversite öğrencileri, sigara, yaşam kalitesi

Geliş tarihi: 21.08.2007

Kabul tarihi: 21.12.2007

### ABSTRACT

This study was conducted as a definition in order to determine the effects of university students' cigarette smoking habits on their quality of life. Samples were selected among students of Celal Bayar University Medicine Faculty, Science-Literature Faculty, Economy and Business Administration Faculty, Engineering Faculty and Gym Sports and Health Highschools and Health Services Career Highschool (N=5963). In determination of number of sample students for this study, the Certain Universe Sampling Selection Method was used (n=278). The number of students to be elected from various classes was however determined by the Categorical Sampling Method. Study data were gathered between the dates of 7th of February and 10th of March 2005. In this study, Social-Demographic Information Form and "WHOQOL-BREF Quality of life Scale" were used as data gathering means. In statistical evaluation, number-percentage dispersions, average and standard deviation values and t-test were used. Average students' age of starting to smoke was  $17.03 \pm 2.23$ . It was established that there is a significant connection between university students' starting smoking age and quality of life psychology field ( $p < 0.05$ ). There is a meaningful relation among fields of quality of life such as physics, psychology and social fields and student smoking habits ( $p = 0.00 < 0.05$ ). It is determined that among these students who smoke half a packet of cigarettes have a significant, meaningful relation between their quality of life and physics field ( $p < 0.05$ ). The results obtained show that students' smoking situations affect their quality of life.

**Key words:** University students, cigarette, quality of life

Received: 21.08.2007

Accepted: 21.12.2007

### GİRİŞ

Kısa sürede bağımlılık yapabilen sigara; kullanan kişiye ekonomik bir yük getirmekte, içindeki maddelerle organizmayı olumsuz yönde etkilemekte ve sağlığa zarar vermektedir. Sigara kullanma bağımlılığı gün geçtikçe ya-

yılmaktadır. Bu yayılım gençler arasında daha hızlıdır ve gelişmekte olan ülkelerde daha yaygındır [1]. Türkiye'de 1984-2000 döneminde sigara tüketimi %89 oranında artmıştır. Düşük ve orta gelirli ülkelerde sigara içenlerin sayısı daha fazla olup, genel tahminlere göre her gün yaklaşık olarak 82.000 ile 99.000 genç sigaraya başlamaktadır [2].

Burt ve Peterson'un (1998) yapmış oldukları çalışmada, 30-39 yaşları arasındaki sigara içicilerinin %71'inin sigaraya 18 yaş veya altında başladığı gösterilmiştir [3]. Bu nedenle gençlerin sigaraya başlamasını önlemenin ya da bu

*Yazışma Adresi:* Dr. Gülşah Gürol Arslan, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Manisa, Türkiye Tel.: +90 236 239 13 18 Faks: +90 236 232 00 58 E-posta: ggrolarslan@gmail.com

**5-6 Mayıs 2005 tarihleri arasında Ondokuz Mayıs Üniversitesi Ordu Sağlık Yüksekokulu tarafından düzenlenen IV. Ulusal Hemşirelik Öğrencileri Kongresinde sunulmuştur.**

yaşlarda bırakmasını sağlamanın toplumdaki sigara ile mücadelenin en etkili yolu olduğuna inanılmaktadır [4].

Bir kişinin görünürdeki fiziksel ve zihinsel sağlıklı olma durumu, yaşamın "iyi" olması, kişinin mutluluğu ve başkalarına bağımlı olmadan işlerini yaparak yaşamın keyfini çıkarması anlamına gelen yaşam kalitesinin, sigara içme durumundan etkilenebileceği düşünülmektedir. Çalışmamızda, üniversite öğrencilerinin sigara içme durumunun, yaşam kalitesi üzerine etkisinin incelenmesini amaçlanmıştır.

## GEREÇ VE YÖNTEM

Tanımlayıcı tipte olan araştırmanın evrenini, Celal Bayar Üniversitesi Tıp, Fen-Edebiyat, Mühendislik, İktisadi ve İdari Bilimler Fakülteleri, Sağlık Yüksekokulu ve Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu ile Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulunda örgün öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur (N=5963). Çalışmada örnekleme alınacak öğrenci sayısının belirlenmesinde, Evreni Belli Örneklem Seçim Yöntemi kullanılmıştır (n=278). Hangi sınıftan kaç öğrenci alınacağı ise Tabakalı Örneklem Yöntemiyle belirlenmiştir [5].

Araştırmanın verileri 7 Şubat-10 Mart 2005 tarihleri arasında toplanmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak sosyo-demografik özelliklere ilişkin soru formu ve "WHOQOL-BREF Yaşam Kalitesi Ölçeği" kullanılmıştır [6]. Sosyo-demografik bilgi formu 24 sorudan oluşmaktadır. "WHOQOL-BREF Yaşam Kalitesi Ölçeği" ise 27 maddeli, 5'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Fidaner ve ark. (1997) tarafından yapılmıştır, Cronbach alfa katsayısı 0.65'dir. Ölçekten alınabilecek maksimum puan 135'dir. Verilerin analizinde SPSS 10.0 for Windows kullanılmıştır. İstatistik değerlendirmede sayı-yüzde dağılımları, ortalama ve standart sapma değerleri ve t-testi yapılmıştır.

## BULGULAR

Araştırmaya katılan öğrencilerin %64.4'ü 21-25 yaşları arasında, %51.4'ü bayan, %28.1'i dördüncü sınıf, %32.0'ı İktisat bölümü öğrencisidir (Tablo I).

Araştırmaya alınan öğrencilerin, %88.8'i herhangi bir işte çalışmıyor, %70.1'inin aile geliri orta düzeyde; tümü sigaranın zararlarını bilmesine rağmen %38.1'inin sigara içtiği, %11.5'inin daha önce içmeyi denediği, %7.9'unun sigara içmeyi bıraktığı belirlenmiştir. Çalışmada, sigara içen öğrencilerin %18.7'si, günde 1/2-1 paket sigara içtiğini ifade etmişlerdir. Öğrencilerin sigara içmeye başlama yaş ortalaması ise 17.03±2.23'tür.

Öğrencilerin ilk kez sigara içtiklerinde neler yaşadıkları sorgulandığında; %31.4'nün ağızda kötü bir tat bıraktığı, %30.4'ünün baş dönmesi, %19.1'nin öksürük ve %11.3'ünün boğazda yanma hissi yaşadığı belirlenmiştir (Tablo II).

Tablo III'te öğrencilerin %51.8'nin merak, %30.7'sinin arkadaşlarına özentisi, %7.3'ünün bir arkadaş grubuna ait olma, %5.1'inin anne-babaya özentisi, %0.7'sinin idollere özentisi duyduğu için sigaraya başladıklarını ifade etmişlerdir.

Araştırmada öğrencilerin sigara içme nedenleri sorgulandığında; %36.1'inin sigarayı sınırlarını yatıştırdığı ve rahatlatıldığı, %31.1'inin sigaradan zevk alıp, sigarayı sevdiği ve %17.7'sinin sıkıntılarını giderdiği için içtikleri belirlenmiştir (Tablo IV).

Tablo I. Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı

Özellikler	Sayı	Yüzde
<b>Yaş Grupları</b>		
16-20	96	34.5
21-25	179	64.4
26-30	3	1.1
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	143	51.4
Erkek	135	48.6
<b>Okul</b>		
Tıp Fakültesi	17	6.1
Sağlık Yüksekokulu	19	6.8
Fen-Edebiyat Fakültesi	75	27.1
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	41	14.7
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	89	32.0
Mühendislik Fakültesi	32	11.5
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu	5	1.8
<b>Sınıf</b>		
Hazırlık Sınıfı	17	6.1
1.Sınıf	62	22.3
2.Sınıf	61	21.9
3.Sınıf	56	20.0
4.Sınıf	78	28.1
5.Sınıf	2	0.7
6.Sınıf	2	0.7
<b>Toplam</b>	<b>278</b>	<b>100.0</b>

Tablo II. Öğrencilerin ilk Sigara İçtiklerinde Yaşadıkları Deneyimlerin Dağılımı

Deneyimler	Sayı	Yüzde
Mide bulantısı	5	2.5
Baş dönmesi	62	30.4
İştahsızlık	6	2.9
Ağızda kötü tat ve koku	64	31.4
Boğazda yanma hissi	23	11.3
Öksürük	39	19.1
Diğer (tiksinme, baş ağrısı vs.)	5	2.4
<b>Toplam *</b>	<b>204</b>	<b>100.0</b>

\* Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Tablo III. Öğrencilerin Sigaraya Başlama Nedenlerinin Dağılımı

Sigaraya Başlama Nedenleri	Sayı	Yüzde
Arkadaşlarına özentisi	42	30.7
İdollere özentisi	1	0.7
Merak ettiği için	71	51.8
Anne babaya özentisi	7	5.1
Bir arkadaş grubuna ait olmak için	10	7.3
Diğer (ruhsal sıkıntı, estetik görünüş, ilgi çekmek vs.)	6	4.4
<b>Toplam*</b>	<b>137</b>	<b>100.0</b>

\* Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

**Tablo IV.** Öğrencilerin Sigara İçme Nedenlerinin Dağılımı

Sigara İçme Nedenleri	Sayı	Yüzde
Büyüdüğümü hissediyorum	4	3.4
Beni rahatlatıyor, sinirlerimi yatıştırıyor	43	36.1
Beni canlandırıyor	1	0.8
Kilo almamama yardım ediyor	3	2.5
Sıkıntılarımı gideriyor	21	17.7
Düşünmemeye yardım ediyor	1	0.8
Kendimi özgür hissediyorum	5	4.2
Sigaradan zevk alıyorum, sigarayı seviyorum	37	31.1
Sigara kendime olan güvenimi artırıyor	4	3.4
<b>Toplam*</b>	<b>119</b>	<b>100.0</b>

\*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

**Tablo V.** Öğrencilerinin Sigaranın Zararlı Etkilerini Bilme Durumlarının Dağılımı

Sigaranın Zararlı Etkileri	Sayı	%
Nefes darlığı	254	11.5
Alkol ve uyuşturucu madde kullanımına eğilim	126	5.7
Davranış bozukluğu	106	4.8
Akciğer kanseri	253	11.4
Kalp hastalıkları ve felç	187	8.5
Fiziksel kondisyonda düşme	217	9.8
Cildin erken yaşlanması	194	8.8
Sesin kalınlaşması	169	7.6
Dişlerde sararma ve çürükler	258	11.7
Kronik hastalıklar	166	7.5
Yara iyileşmesinde gecikme	139	6.3
Cinsel performansta olumsuz etki	142	6.4
<b>Toplam*</b>	<b>2211</b>	<b>100.0</b>

\*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Öğrencilerin sigaranın zararlı etkilerini bilme durumlarına bakıldığında, %11.7'sinin dişlerde sararma, %11.5'inin nefes darlığı ve %11.4'ünün akciğer kanserine neden olduğunu bildikleri saptanmıştır (Tablo V).

Çalışmada öğrencilerin yaşam kalitesi alanlarından aldıkları puanların ortalamaları ve standart sapmaları incelendiğinde en yüksek puanı (14.47±3.19) Sosyal Alandan, en düşük puanı (12.27±2.17) ise Bedensel Alandan aldıkları saptanmıştır (Tablo VI).

Kentte yaşayan öğrencilerin Bedensel Alan puanları kırsal alanda yaşayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (p<0.00) (Tablo VII). Ailesinin geliri-gidere denk ve fazla olan, günde 10 ve daha az sayıda sigara içen öğrencilerin yaşam kalitesi Bedensel Alan puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (p<0.01 ve p<0.05) (Tablo VII).

Ailesinin geliri-gidere denk, 20 yaş ve altında olan öğrencilerin Ruhsal Alan puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (p<0.05 ve p<0.00) (Tablo VIII). Kentte yaşayan öğrencilerin, kırsal alanda yaşayanlara göre Ruhsal Alan puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (p<0.05) (Tablo VIII).

**Tablo VI.** Öğrencilerin Yaşam Kalitesi Alanları Ortalama Puanlarının Dağılımı

Yaşam Kalitesi Alanları	n	x±ss
Bedensel Alan	278	12.27±2.17
Ruhsal Alan	278	14.00±2.13
Sosyal Alan	278	14.47±3.19
Çevresel Alan	278	12.85±2.34
Çevre TR	278	12.42±2.04

**Tablo VII.** Yaşam Kalitesi Alanlarından Bedensel Alan İle Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özellikleri Arasındaki İlişki

Değişkenler		n	x±ss	Bedensel Alan	
				t	p
Yerleşim Yeri	Kırsal	54	1.27±0.45	-4.36	0.00*
	Kentsel	224	1.59±0.49		
Gelir Durumu	Gelir-gidere denk	228	1.57±0.49	2.46	0.01*
	Gelir-giderden az	50	1.38±0.49		
Sigara İçme Sıklığı	10 adet ve daha az	47	1.53±0.50	2.357	0.02**
	11 adet ve üzeri	75	1.32±0.46		

\*t-testi p&lt;0.01 düzeyinde anlamlıdır. \*\*t-testi p&lt;0.05 düzeyinde anlamlıdır.

**Tablo VIII.** Yaşam kalitesi alanlarından ruhsal alan ile öğrencilerin bazı sosyo-demografik özellikleri arasındaki ilişki

Değişkenler		n	x±ss	Ruhsal Alan	
				t	p
Yaş	20 yaş ve altı	96	1.58±0.49	1.93	0.05**
	21 yaş ve üstü	182	1.46±0.49		
Yerleşim Yeri	Kırsal	54	1.27±0.45	-3.77	0.00*
	Kentsel	224	1.55±0.49		
Gelir Durumu	Gelir-gidere denk	228	1.54±0.49	3.22	0.00*
	Gelir-giderden az	50	1.30±0.46		

\*t-testi p&lt;0.01 düzeyinde anlamlıdır. \*\*t-testi p&lt;0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Kentte yaşayan öğrencilerin Sosyal Alan puanları, kırsal alanda yaşayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $p<0.01$ ) (Tablo IX). Geliri-gidere denk ve fazla olan öğrencilerin yaşam kalitesi Sosyal Alan puanlarının arttığı belirlenmiştir ( $p<0.00$ ) (Tablo IX). Anneleri lise ve üzeri eğitim almış öğrencilerin Sosyal Alan puanlarını arttırdığı saptanmıştır ( $p<0.05$ ) (Tablo IX).

Tablo X’de kentte yaşayan öğrencilerin Çevresel alan puanları kırsal alanda yaşayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p<0.00$ ). Geliri-gidere denk ve fazla olan öğrencilerin yaşam kalitesi Çevresel Alan puanlarının arttığı belirlenmiştir ( $p<0.00$ ). Anneleri ve babaları lise ve üzeri eğitim almış öğrencilerin Çevresel Alan puanlarının azaldığı saptanmıştır ( $p<0.00$ ).

Kentte yaşayan öğrencilerin Çevre TR Alan puanları kırsal alanda yaşayanlara göre daha düşük olduğu saptanmıştır ( $p<0.00$ ). Geliri-gidere denk ve fazla olan öğrencilerin yaşam kalitesi Çevre TR Alan puanlarının arttığı belirlenmiştir ( $p<0.00$ ). Anneleri ve babaları lise ve üzeri eğitim almış öğrencilerin Çevre TR alan puanlarının azaldığı saptanmıştır ( $p<0.00$ ) (Tablo XI).

Çalışmada öğrencilerin sigara içme durumları ile yaşam kalitesi Fizik, Psikolojik ve Sosyal alan puanları arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ( $p<0.00$  ve  $p<0.01$ ) (Tablo XII). Sigara içmekte olan öğrencilerin, sigara içmeyen ve sigara içip bırakmış olanlardan yaşam kalitesi alanları ortalama puanlarının düşük olduğu saptanmıştır.

**Tablo IX.** Yaşam Kalitesi Alanlarından Sosyal Alan İle Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özellikleri Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	x±ss	Sosyal Alan	
			t	p
Yerleşim Yeri	Kırsal	54	1.48±0.50	0.01*
	Kentsel	224	1.66±0.47	
Gelir Durumu	Gelir-gidere denk	228	1.66±0.47	0.00*
	Gelir-giderden az	50	1.46±0.50	
Annenin Eğitim Durumu	İlköğretim ve altı mezunu	153	1.56±0.49	0.02**
	Lise ve üzeri mezunu	125	1.69±0.46	

\*t-testi  $p<0.01$  düzeyinde anlamlıdır. \*\*t-testi  $p<0.05$  düzeyinde anlamlıdır.

**Tablo X.** Yaşam Kalitesi Alanlarından Çevresel Alan İle Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özellikleri Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	x±ss	Çevresel Alan	
			t	p
Yerleşim Yeri	Kırsal	54	1.33±0.47	0.00*
	Kentsel	224	1.66±0.47	
Gelir Durumu	Gelir-gidere denk	228	1.66±0.47	0.00*
	Gelir-giderden az	50	1.36±0.48	
Annenin Eğitim Durumu	İlköğretim ve altı mezunu	153	1.49±0.50	0.00*
	Lise ve üzeri mezunu	125	1.72±0.44	
Babanın Eğitim Durumu	İlköğretim ve altı mezunu	88	1.47±0.50	0.00*
	Lise ve üzeri mezunu	190	1.65±0.47	

\*t-testi  $p<0.01$  düzeyinde anlamlıdır.

**Tablo XI.** Yaşam Kalitesi Alanlarından Çevre TR Alan İle Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özellikleri Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	x±ss	Çevre TR Alan	
			t	p
Yerleşim Yeri	Kırsal	54	1.33±0.47	0.00*
	Kentsel	224	1.61±0.48	
Gelir Durumu	Gelir-gidere denk	228	1.60±0.48	0.00*
	Gelir-giderden az	50	1.34±0.47	
Annenin Eğitim Durumu	İlköğretim ve altı mezunu	153	1.44±0.49	0.00*
	Lise ve üzeri mezunu	125	1.70±0.45	
Babanın Eğitim Durumu	İlköğretim ve altı mezunu	88	1.44±0.49	0.00*
	Lise ve üzeri mezunu	190	1.61±0.48	

\*t-testi  $p<0.01$  düzeyinde anlamlıdır.

**Tablo XII.** Yaşam Kalitesi Alanları İle Öğrencilerin Sigara İçme Durumları Arasındaki İlişki (ONE WAY ANOVA)

Yaşam Kalitesi Alanları	Öğrencilerin Sigara İçme Durumları	n	Ort	SS	f	p
Fizik	Sigara İçiyor	106	11,26	2,24	22,225	<b>0,00*</b>
	Sigara İçmüyor	118	12,77	1,75		
	Sigara İçmiş Bırakmış	54	13,16	2,10		
Psikolojik	Sigara İçiyor	106	13,37	2,33	8,252	<b>0,00*</b>
	Sigara İçmüyor	118	14,47	1,81		
	Sigara İçmiş Bırakmış	54	14,24	2,11		
Sosyal	Sigara İçiyor	106	13,73	3,72	4,708	<b>0,01*</b>
	Sigara İçmüyor	118	14,85	2,74		
	Sigara İçmiş Bırakmış	54	15,06	2,76		
Çevre	Sigara İçiyor	106	12,48	2,56	2,222	0,11
	Sigara İçmüyor	118	13,03	2,13		
	Sigara İçmiş Bırakmış	54	13,18	2,29		
Çevre TR	Sigara İçiyor	106	12,13	2,24	2,028	0,13
	Sigara İçmüyor	118	12,53	1,86		
	Sigara İçmiş Bırakmış	54	12,77	1,96		

## TARTIŞMA

Tütün, alkol ve diğer psikoaktif maddelere başlama yaşı genellikle ergenlik ya da genç erişkinlik dönemidir. Bu döneme rastlayan üniversite yılları ergenliğin karmaşasına ek olarak evden ve aileden ayrılma, yeni bir çevreye uyum, bir mesleğe aday olma ve iş bulmaya ilişkin belirsizlikler gibi birçok sorunların olduğu yıllardır. Bu sorunlara bağlı gelişen aşırı stresin, üniversite öğrencilerinde sigara bağımlılığını arttırdığı ileri sürülmektedir [8]. Türkiye genelinde yapılan bir araştırmada üniversite öğrencileri arasında sigara içme oranı %48 olarak saptanmıştır [9]. Demirel ve Sezer'in üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada, öğrencilerin %43.5'inin halen sigara içmekte ve %3.3'ünün sigarayı bırakmış olduğu, %53.2'sinin ise hiç sigara içmediği saptanmıştır [10]. Araştırmamızın bulgusu da bu yöndedir.

Araştırmamızda, öğrencilerin sigara içmeye başlama yaş ortalaması  $17.03 \pm 2.23$  olarak saptanırken, Aykut ve Öztürk'ün çalışmasında üniversite öğrencilerinin %52.8'inin sigaraya başlama yaşı 17-19 olarak bulunmuştur [11]. Çelik ve ark.'nın yaptıkları araştırmada ise üniversite öğrencilerinin ilk sigara içme yaş ortalaması 15.74 olduğu saptanmıştır [2]. Ülkemizde farklı bölgelerde üniversite öğrencileri ile yapılan pek çok çalışmada da sigaraya başlama yaşının çalışma bulguları ile benzer olduğu görülmektedir [12,-14].

Çelik ve ark.'nın yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin sigaraya başlama nedenleri arasında %55.1 yakın çevre, %17.3 ruhsal sıkıntı, %15.1 keyif verici unsur olması etkili olmuştur [2]. Dağcı ve ark.'nın yaptığı çalışmada üniversite öğrencileri arasında sigaraya başlamada etkili faktörlerin %32.8'i merak, %27.8'i gruptaki arkadaşlarının sigara içmesi, %17.8'i olgun görünme isteği, %9.4'nün

medyanın özendirilmesi olduğu saptanmıştır [15]. Erbaydar ve ark.'nın 6012 kişi ile okullarda yaptıkları çalışmada, tüm gençlerin %62.6'sının ilk sigaralarını arkadaşları ile birlikte denediklerini belirtmişlerdir [16]. Shaw ve ark.'nın çalışmasında yetişkinlerin sigaraya başlama sebebi olarak, arkadaşlarının, aile fertlerinin ve medya yönlendirmesinin etkili olduğunu ifade etmişlerdir [17]. Çalışmanın sonucu, diğer çalışma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Sigara dumanındaki maddeler insan organizmasını etkileyerek kanser dışında da pek çok hastalık ve bozukluğa da yol açabilmektedir. Bunlar; ağız kokusu, tat ve koku alma duyusunda değişiklik, dişlerde ve tırnaklarda renk değişikliği, yorgunluk, baş ağrısı gibidir [18]. Çalışmamızda, ilk kez sigara içtiklerinde öğrencilerin büyük bir çoğunluğu (%31.4) ağızda kötü tat, (%30.4) baş dönmesi, öksürük ve boğazda yanma hissi deneyimlediklerini belirtmişlerdir.

Yapılan çalışmalarda öğrencilere sigara içme isteğini tetikleyenlerin başında sıkıntı, zevk alma, sınırların yitirilmesi, alkolle beraber almanın verdiği tat, neşelenme gibi nedenler gelmektedir [15, 16, 19]. Bu çalışmada da, diğer çalışmalarda olduğu gibi üniversite öğrencilerinin sigara içme nedenlerinin başında "sıkıntı"nın olduğu dikkat çekmektedir.

Gürdal ve ark.'nın çalışmasında üniversite öğrencilerinin %97'sinin sigaranın sağlığa zararlı ve %40.7'sinin kansere neden olduğunu bildikleri bulunmuştur [20]. Araştırmamızda ve yapılan diğer araştırmalarda, öğrencilerin çoğunluğunun sigaranın zararlı etkilerini bilmesine rağmen sigara içme oranının yüksek olması düşündürücüdür.

Araştırmada, sigara içen öğrencilerin yaşam kalitesinin daha düşük olduğu ve günlük içilen sigara miktarı

artıkça yaşam kalitesi puanlarının düştüğü saptanmıştır. Zahran ve ark.'nın 18-24 yaşları arasında lise ve yüksekokul öğrencilerinde riskli sağlık davranışları ve sağlığa ilişkin yaşam kalitelerini inceledikleri çalışmalarında; sigara içme durumunun yaşam kalitesini olumsuz etkilediği saptanmıştır [21]. Sigara içmenin kişi üzerindeki zararlı etkilerinden dolayı yaşam kalitesi düşmektedir.

Elde edilen sonuçlar, üniversite öğrencilerinden kentte yaşayan ve anne-babası lise mezunu ve üzeri eğitim almış olanların yaşam kalitesi alan puanlarının azaldığı saptanmıştır. Geliri-giderine denk, 20 yaş ve altı grupta yer alan, günde 10 adet ve daha az sayıda sigara içen öğrencilerin, günde 11 adet ve daha fazla sayıda sigara içen öğrencilere göre yaşam kalitesi puanlarının arttığı saptanmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda, anne-babalarının eğitimi arttıkça çalışma yaşamları olmakta ve dolayısıyla da öğrenciler kendilerini yalnız hissederek kentsel alanda yaşamının getirdiği fırsatlarla daha fazla kötü alışkanlıklara yönelebildiklerini söyleyebiliriz.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin sigara içme durumlarının yaşam kaliteleri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencilerine yönelik sigara eğitim programlarının sadece sigaranın zararları konusunda sınırlı kalmaması, psiko-sosyal gereksinimlerinin de dikkate alınması, sorun çözme ve stresle baş etme becerilerinin geliştirilmesi gerekmektedir. Sigara ile ilgili yanlış pozitif imajlar yaratan dolaylı reklamların önlenmesi önemli bir gereksinimdir.

## KAYNAKLAR

- Önder ÖR. Lise Öğrencilerinin Sigara ve Sağlık Konusunda Bilgi, Tutum ve Davranışlarına İlişkin Araştırma [Tez]. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sağlık Eğitimi Programı Bilim Uzmanlığı Tezi; 1984
- Çelik HC, Satıcı Ö, Çelik MY. Kronik sigara içme alışkanlığı olan üniversite öğrencilerinin tutumlarına ilişkin değişkenlerin aşamalı kümeleme yöntemi çözümü. İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi 2004;11:217-22.
- Burt RD, Peterson AV. Smoking cessation among high school seniors. Preventive Medicine 1998;27:319-27.
- Göksel T, Cirit M, Bayındır Ü. İzmir ili lise öğrencilerinin sigara alışkanlığını etkileyen faktörler. Toraks Dergisi 2001;2:49-53.
- Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemi. 7.Basım, Ankara; 1995.
- Aksayan S, Bahar Z, Bayık A. Hemşirelikte Araştırma İlke, Süreç ve Yöntemleri. (Ed. İnci Erefe). İstanbul: HEMARGE Yayınları No:1; 2002:156-9, 211-249.
- Fidaner H, Elbi H, Fidaner C, ve ark. Türkler için sağlık ve sosyal bilim araştırmalarında kullanılan Likert tipi yanıt ölçekleri: WHO-QOL türkçe versiyonu yanıt skalaları sonuçları. Psikiyatri Ruhsal Psikofarmakoloji Dergisi 1999;7:41-7.
- Lanier CA, Nicholson T, Duncan D. Drug use and mental well being among a sample of undergraduate and graduate college students. J Drug Educ 2001;31:239-48.
- Kaya M. 31 Mayıs Dünya Sigarasız Günü. <http://www.netyorum.com/sayi/160/20050308-09.htm>, Son Güncelleme 08.03.2005.
- Demirel Y, Sezer RE. Cumhuriyet üniversitesi öğrencilerinin sigara içme durumu, 8. Halk Sağlığı Günleri Bildiri Özetleri; 2003:172.
- Aykut M, Öztürk Y. Erciyes üniversitesinin çeşitli fakültelerinde okuyan öğrencilerin sigara içme durumu ve bunu etkileyen bazı faktörler. Sağlık Dergisi 1989;61:60-72.
- Kaya N, Çilli AS. Üniversite öğrencilerinde nikotin, alkol ve madde bağımlılığının 12 aylık yaygınlığı. Bağımlılık Dergisi 2004;3:91-7.
- Altıntaş H, Temel F, Benli E, ve ark. Tıp fakültesi birinci sınıf öğrencilerinin madde bağımlılığı ile ilgili bilgi, görüş ve tutumları. Bağımlılık Dergisi 2004;5:107-14.
- Varol D, Soydemir E. Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde sigara içme durumu ve buna ilişkin özelliklerin belirlenmesi. III. Ulusal Hemşirelik Öğrencilerin Kongresi Özet Kitabı, 29-30 Nisan, Trakya Üniv. Yayınları, Edirne; 2004:42.
- Dağcı T, Dinç G, Özcan C. Celal Bayar Üniversitesi öğrencilerinin sigara kullanma sıklığı ve sigara kullanımını etkileyen faktörler. Solunum Hastalıkları Dergisi 1998;9:607-17.
- Erbaydar T ve ark. Türkiye'de gençler sigaraya nasıl başlıyor? 8. Halk Sağlığı Günleri Bildiri Özetleri, 23-25 Haziran, Sivas; 2003:168.
- Shaw M, Mitchell R, Darling D. Time for a smoke? One cigarette reduces your life by 11 minutes. BMJ 2000;320:53.
- Eşer İ. Sigaranın neden olduğu ekonomik kayıplar, Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 1993;9:99-104.
- Yanikkerem E, Karadeniz G, Altıparmak S. Yüksekokul öğrencilerinin sigara kullanma sıklığı. Dirim Dergisi 2003;Kasım-Aralık:9-13.
- Gürdal EY, Uzaslan EK, Özyardımcı N., ve ark. Uludağ üniversitesine kaydolmuş öğrencilere uygulanan sigara anketi sonuçları. Tüberküloz ve Toraks Dergisi 1999;47:463-7.
- Zahran HS, Zack MM, Vernon-Smiley ME, Hertz MF. Health-related quality of life and behaviors risky to health among adults aged 18-24 years in secondary or higher education--United States, 2003-2005. J Adolesc Health 2007;41:389-97.