

Nargile İçenlerin Nargile İçme Konusundaki Bilgi, Tutum ve Davranışları

Nüket Subaşı¹, Nazmi Bilir¹, Erkan İlhan², Ahmet Avluk², Gökhan Bavlı², Murat Biteker², Engin Kırmızıgül²

¹Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara

ÖZET

Türkiye’de son dönemde tütünün nargile şeklinde tüketimi özellikle gençler arasında önemli bir artış göstermiştir. Oysa, nargile bağımlılık yapıcı etkiye sahiptir ve sağlık üzerine olumsuz etkileri vardır. Bu çalışmada, kişilerin nargile içme nedenlerinin, nargile içmeye başlama yaşının, nargile içimi konusundaki bazı bilgi, tutum ve davranışların belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışma verileri, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi son sınıf öğrencileri tarafından, Ankara’nın merkezi semtlerinde bulunan ve nargile servisi yapan bazı kafelerde nargile içen 273 kişiyle (14-44 yaş) yapılan yüz yüze görüşmeler sonucunda toplanmıştır. Çalışma kapsamındaki nargile içen kişilerin yarısından çoğu (%54.6) 18-24 yaş grubunda olup, grubun yaş ortalaması 23’tür. Katılımcıların %67.9’u son iki yıl içinde nargile içmeye başlamıştır. Nargile içmeye başlamakta merak (%60.4) ve arkadaş etkisi (%34.1) rol oynamıştır. Katılımcılardan yaklaşık yarısı (%54.6) nargilenin sağlığa zararlı olduğunu bilmekteyken, %18.3’ü nargilenin sağlık üzerindeki zararları konusunda bilgi sahibi değildir. Katılımcıların %53.5’i nargilenin bağımlılık yapmadığını düşünürken, %89.0’ı nargileyi bırakmak niyetinde olmadığını belirtmiştir. Çalışmaya katılanların %27.9’u sigara içmeyen kişilerdir. Nargile kullanan gençlerin nargilenin zararları konusunda yeteri kadar bilgi sahibi olmadıkları saptanmıştır. Nargile kullanımının yaygınlaşmasını önlemek için gençlerin bu konuda bilgilendirilmesi gerekmektedir.

Anahtar sözcükler: nargile, nargile kullanımı, sigara, tütün

Toraks Dergisi, 2005;6(2):137-143

ABSTRACT

Knowledge, Attitude and Behaviors of Narghile Smokers on Narghile Smoking

In Turkey, the prevalence of tobacco consumption as narghile (water-pipe) smoking has significantly increased especially among young people recently. However narghile smoking has an addictive impact and negative health consequences. In this study, it was aimed to determine the factors influencing narghile smoking, and to evaluate knowledge, attitude and behaviors on narghile smoking. The data were collected by the senior medical students of Hacettepe University, through face-to-face interview. A total of 273 individuals (age: 14-44) were interviewed at the cafes in Ankara city center serving narghile. More than half of the participants were between 18-24 years of age (54.6%), and the mean age of the study group was 23 years. The participants mostly started to smoke narghile during the last two years (67.9%). Curiosity (60.4%), and peer influence (34.1%) were the main factors influencing narghile smoking. Nearly half (54.6%) of the participants were aware of the health hazards of narghile smoking, while 18.3% did not have any information on this issue. Of the participants, 53.5% thought that narghile smoking had no addictive impact, while 89.0% had no intent to quit narghile smoking. 27.9%

Yazışma Adresi: Uz. Dr. Nüket Subaşı
Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Sıhhiye 06100 Ankara
Tel : (0312) 324 39 75
Faks : (0312) 311 00 72
E-posta : nsubasi@hacettepe.edu.tr

of the study group were non-cigarette smokers. It was determined that young people who smoked narghile had no adequate knowledge about health hazards of narghile smoking. To prevent the spreading of narghile smoking, young people should be informed about the health hazards of this habit.

Keywords: narghile, narghile smoking, smoking, tobacco

Toraks Dergisi, 2005;6(2):137-143

Geliş tarihi: 15.06.2004

Kabul tarihi: 26.08.2004

GİRİŞ

İngiliz gemicilerin 1601 yılında İstanbul'a tütününü getirmeleri Türkler için tütünle ilk karşılaşma olmuştur. Tütünle kanser arasındaki ilişkiyse ilk kez 1761 yılında ortaya atılmış, 1828 yılında tütündeki etken maddenin nikotin olduğu bulunmuştur. Tütün kullanımı akciğer ve larinks kanseri gibi bazı kanser türleri ile kalp hastalığı, inme, kronik akciğer hastalığı gibi hastalıklara bağlı ölüm riskini artırmaktadır [1].

Tütünün değişik kullanım biçimleri arasında tütün çiğneme, enfiye, pipo, puro, sigara ve nargile bulunmaktadır. Tütünün kullanım şekillerinden biri olan nargile sözcüğünün kökeni, Farsça'da "Hindistancevizi" anlamına gelen "nargil" sözcüğüdür. Hint kökenli bu buluş Araplar tarafından "Şişa", İranlılar tarafından "Kalyan" olarak adlandırılmıştır. Temel mantığı, "hindistancevizi"nin içini boşalttıktan sonra kabuğuna bir kamış sokarak hintkeneviri içmektir. Zaman içinde hindistancevizinin yerini kabak almıştır. İran ve Arap kültüründe cam, çini ve porselenden nargile gövdeleri yapılmıştır. Osmanlı, tütünü tanıdığı 16'ncı yüzyıldan bu yana nargile kullanmaktadır. Son yıllara kadar yaşlıların kullandığı bir ürün olan nargileyi gençler arasında yaygınlaştırmak için çeşitli yöntemler denmektedir. Günümüzde Mısır'dan getirilen ve adına "Bahri" veya "Arap Tömbekisi" denilen bir nargile tütünü türü daha vardır. Fermente edilmiş meyvelerden elde edilmekte ve özellikle gençler arasında rağbet görmektedir. Bu tür tömbekiler elma, nane, kayısı, çilek, muz, limon, ananas gibi keskin kokulu meyve veya bitkilerden yapılmaktadır [2].

Nargilenin dört ana parçası vardır: tütünün konulduğu "rüle", uzun gövde "ser", ağza alınan hortumun ucu "marpuç" ve suyun fokurdadığı "şişe". Aromalı türlerinin de üretilmesine rağmen, nargilenin esas kısmı "tömbeki" denilen ve kıyıldıktan sonra gecedan ıslanmaya bırakılan tütündür. Kaliteyi bu işlemin ne kadar iyi yapıldığı belirlemektedir [3].

Nargile içilirken, dumanın inhale edilmesiyle şişede 3 cm su civarında bir vakum basıncı oluşur. Her bir çekişte

hava kömürler arasından geçerek ısınır ve kömürün yanmasını sağlar. Isınan hava tütünün içinden geçer ve nargile dumanı oluşmuş olur. Sigaranın aksine dumanın her içe çekilişi arasında ve çekiş sırasında nargilenin baş kısmından çevreye duman yayılmaz. Nargile rülesinin aromalı veya konvansiyonel tütün tüketimine bağlı olarak iki yaygın tipi vardır. Eğer tüketici aromalı tütün kullanacaksa, yaklaşık 3cm'lik derin bir rüle 10-20 gr'lık tütün karışımıyla doldurulup üzerinde 1 mm'lik delikler bulunan alüminyum bir levhayla örtülür; yanan kömür parçacıkları bu levha üzerine yerleştirilir. Her bir inhalasyonda hava bu küçük deliklerden geçerek nargile dumanını oluşturur. İkinci tipindeyse, tüketici daha önceden doğranmış ve kurutulmuş tütünü bir miktar suyla karıştırır ve böylece daha sığ bir rüleye yerleştirebileceği kıvamda tütün elde etmiş olur. Yanan kömür bu nemli tütünün içine yerleştirilir; her ikisi çevre havayla temas halindedir. Tütün her ikisinde de kendiliğinden yanmaz ve sürekli olarak odundan elde edilen kömürün ısına ihtiyaç duyar. Dolayısıyla nargile dumanı yanan kömürün ürünlerini de içerir [4].

Nargile dumanında temelde 3 madde bulunur: nikotin, katran ve ağır metaller (arsenik, krom, kurşun vb). Shiha-deh tarafından yapılan çalışmaya göre, nargile içimiyle 30 saniye aralıklarla 3 saniye uzunluğunda çekilen 100 nefes alımı şeklindeki standart içme protokolünde 2.25 mg nikotin, 242 mg katran ve tek bir sigara içimine kıyasla çok daha yüksek miktarda arsenik, krom ve kurşun bulunmaktadır [4]. Nefes çekme sıklığının artırılması, alınan katran miktarını artırırken nikotin miktarı üzerinde çok az etkili olur. Bunun yanında, nargiledeki suyun çıkartılması, alınan katran miktarını değiştirmeyip nikotin miktarını artırmaktadır. Yine aynı çalışmada kullanılan kömürün nargile dumanına %2'den daha az katkıda bulunduğu ve tütündeki karakteristik sıcaklığın en fazla 450°C olduğu bulunmuştur. Bu sıcaklık, oluşan katranın kimyasal reaksiyondan çok devolatilizasyona bağlı olduğunu göstermektedir [4]. Oysa, sigarada bu sıcaklık 900°C bulunmuştur [5]. Dolayısıyla, kimyasal bir yanma sonucu olduğundan sigara dumanının kimyasal yapısı da nargileninkinden farklıdır. Yapılan çeşit-

li çalışmalara göre, tütünün kanserojenitesi ve mutajenitesi bu sıcaklıkla doğru orantılıdır [6,7].

Günümüzde, sigaranın insan sağlığına olumsuz etkileri çok iyi bilinmektedir. Nargile ise, temelde tütün kullanımına dayansa dahi, sigaradan farklı termal ve fiziksel özelliklere sahiptir [4]. Bu nedenle, özel olarak nargile içimini irdelemeyi hedefleyen çalışmalara gereksinim vardır. Fakat bugüne kadar, nargile dumanının sağlık üzerine olan etkilerini ortaya koymaya yönelik sınırlı sayıda çalışma yapılmıştır.

Nargilenin, özellikle küçük hava yolları üzerine olan olumsuz etkileri ve düzenli kullanımda oksidatif stresi artırıcı etkileri bilinmektedir [8,9]. Nargile kullanımının olası sağlık sorunlarından bir diğeri de, infeksiyöz hastalıkların bulaşma riskidir. Bu alanda yapılmış bir çalışmada, tüberkülozun bulaşabileceği gösterilmiştir [10]. Ayrıca, tek bir nargile kullanımından sonra tükürük, idrar ve plazmada kotinin düzeyinin ciddi seviyelere ulaştığı ve bu anlamda inanın aksine nargile kullanımının masum olmadığı ispatlanmıştır [11]. Başka bir çalışmada da, nargile kullanımı ile oral kanserler arasında bağlantı olabileceği ortaya konmuştur [12].

Bu çalışmada, şu ana kadar yapılan sınırlı sayıda çalışmalarda sağlığa ciddi zararları olabileceği gösterilen nargilenin içilme nedenleri, yaygınlaşmasına neden olan faktörler ve gençlerin nargile konusundaki bilgi düzeylerinin saptanması planlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Tanımlayıcı tipteki bu çalışma, Ankara ili Çankaya ilçesi Kızılay ve Cebeci semtlerinde bulunan dokuz kafede yapılmıştır.

Bu kafeler daha çok gençlerin uğrak yeri olan, fakat her yaş grubundan insana hitap eden, nargilenin yanı sıra yiyecek-içecek hizmeti de sunan, genel olarak 09.00-22.00 saatleri arasında açık olan yerlerdir. Bu kafelerde nargile içiminin çekici hale getirilmesi amacıyla otantik bir ortam oluşturulmuş olup, her bir kafedeki nargile sayısı 10-20 arasında değişmektedir.

Çalışmanın ön denemesi 24 Ocak 2004 tarihinde, çalışmanın yapıldığı kafelerden farklı iki kafede nargile içmekte olan 15 kişiyle yapılmıştır.

Çalışma evrenini, 26 Ocak-9 Şubat 2004 tarihleri arasında 15.00-19.00 saatleri arasında çalışma kapsamındaki kafelerde nargile içmekte olan kişiler oluşturmuştur.

Çalışma kapsamında örnek seçilmemiş, çalışmanın yapıldığı tarih ve saatlerde çalışma dahilindeki kafelerde bulunan ve çalışmaya katılmayı kabul eden 273 kişi çalışma grubunu oluşturmuştur.

Çalışmada 27 sorudan oluşan bir anket formu kullanılmıştır.

Anket formunda katılımcıların bazı sosyodemografik özelliklerini tanımlamaya yönelik 7 soru, sigara içme durumlarıyla ilgili 2 soru, nargile içmeyle ilgili 18 soru bulunmaktadır. Ayrıca anket formunda nargile içimi konusunda 4 bilgi, 5 tutum, 9 davranış; sigarayla ilgili ise 2 davranış sorusu bulunmaktadır.

Çalışma verileri katılımcılarla yüz yüze görüşülerek toplanmıştır.

Anket formlarındaki bilgiler SPSS 11.0 istatistik paket programı kullanılarak bilgisayara yüklenmiştir. Verilerin analizi, minimum-maksimum değerleri ve tutarlık açısından kontrollerden sonra, değişkenlerin dağılımlarının saptanmasıyla ve χ^2 testi kullanılarak yapılmıştır. Çalışmada, sosyodemografik özellikler ile nargile içme durumu değerlendirilirken, p değeri 0.05'ten daha küçükse istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya katılan kişilerin bazı sosyodemografik özellikleriyle ilgili bilgiler Tablo I'de görülmektedir. Katılımcıların %79.9'u erkek, %20.1'i ise kadındır. Erkeklerin %72.9'u, kadınların ise %74.5'i 24 yaşından küçüktür. Erkek katılımcıların %91.3'ü, kadın katılımcıların ise %92.7'si bekârdır. Katılımcıların 105'i (%38.4) gelir getiren bir işte çalışmaktadır (erkek katılımcıların %40.8'i, kadın katılımcıların ise %29.1'i). Ayrıca erkek katılımcıların %55.5'inin, kadın katılımcıların ise %65.5'inin öğrenci olduğu tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların %62.4'ü evde ailesiyle birlikte yaşarken, kadın katılımcılarda bu oran %72.7 olarak bulunmuştur.

Çalışmaya katılan kişilerin nargile içme durumlarıyla ilgili bazı bulgular Tablo II'de verilmiştir. Bu bulgular incelendiğinde, katılımcıların %43.6'sının (119 kişi) son bir yıl içinde, %24.3'ünün (68 kişi) ise son iki yılda nargile içmeye başladığı görülmüştür. Katılımcıların %8.8'i (24 kişi) ayda 15 kereden fazla nargile içerken, %68.5'i (187 kişi) ayda 5 kereden daha az nargile içmektedir. Nargile içenlerin %81.7'si (223 kişi) nargile içmeye 1 saat veya daha fazla zaman ayırmaktadır. Katılımcıların %60.4'ü (165 kişi) merak etmelerini, %34.1'i (93 kişi) arkadaş etkisini, %1.8'i (5 kişi) ise sigara yerine nargile içme durumunu, nargileye başlamalarında rol oynayan faktör olarak belirtmişlerdir. Nargileye başlama konusunda etkili olan diğer faktörler arasında özenti, hoş gitme, stres, iş ortamı, hobi, sosyal ortam, nargilenin aromasının hoş gitmesi de bulunmaktadır. Katılımcılardan 57'sinin ailesinde kendileri dışında nargile içen en az bir kişi daha vardır. Bu kişiler, %12.5 (34 kişi) oranında kardeşler, %4.0 (11 kişi) oranında anne baba olarak belirtilmiştir.

Tablo I. Çalışmaya katılan kişilerin bazı sosyodemografik özellikleri (Ankara, Şubat 2004)		
Özellik	Erkek (n=218) (%)	Kadın (n=55) (%)
Yaş		
<18	7.3	3.6
18-24	65.6	70.9
25-29	17.9	20.0
30-34	5.0	3.6
35-39	0.9	1.8
>40	3.2	-
Medeni durum		
Evli	7.3	7.3
Bekâr	91.3	92.7
Dul	1.4	-
Çalışma durumu		
Çalışıyor	40.8	29.1
Öğrenci	55.5	65.5
Üniversite	79.3	69.4
Lise	20.7	30.6
İşsiz	3.7	5.5
Yaşanılan yer		
Evde, ailesiyle	62.4	72.7
Evde, arkadaşlarıyla	18.8	9.1
Evde, yalnız başına	7.8	10.9
Öğrenci yurdu	9.6	7.3
Otel	0.9	-
Dükân	0.5	-

Katılımcıların %98.5'i (269 kişi) nargileyi kafede içmeyi tercih ederken, ev, kahvehane ve işyeri de tercih edilen diğer ortamlardır. Nargileyi neden kafede içmeyi tercih ettiklerine yönelik sorulan soruya ise, 121 kişi (%44.3) "arkadaşlarıyla bir arada olmak için", 117 kişi (%42.9) de "kafe ortamı hoşlarına gittiği için" yanıtını vermiştir. Tercih edilen nargile türü katılımcıların %81.7'si (223 kişi) için aromalı tütünlerdir. Katılımcılardan %27.1'i (74 kişi) nargilenin insan sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerini bilmemekteyken, %18.3'ü (50 kişi) nargilenin sağlığa zararı olmadığını düşünmektedir. Katılımcıların nargile ile sigaranın insan sağlığına olan zararlarını karşılaştırmaları istendiğinde %64.1'i (175 kişi) nargilenin daha az zararlı olduğunu ifade etmiştir. Nargileyle kişiden kişiye hastalık bulaşabileceğini düşünen katılımcı sayısı 41'dir (%15.0). Nargileyle kişiden kişi-

ye hastalık geçebileceğini düşünenlerden 31'i (%1.4) solunum yoluyla bulaşan infeksiyonların edinilebileceğini belirtmişlerdir. Ayrıca, tüberküloz, hepatitler ve HIV/AIDS gibi diğer bazı hastalıklar da katılımcıların nargile içimiyle kişiden kişiye bulaşabileceğini düşündükleri hastalıklardır. Katılımcıların 146'sı (%53.5) nargilenin bağımlılık yapmıyacağını düşünmektedir. Nargileyi bırakma konusundaki düşünceleri katılımcılara sorulduğunda, 243 kişi (%89.0) nargileyi bırakmayı düşünmediğini belirtmiştir.

Tablo III'te katılımcıların sigara içme durumları hakkında bazı bilgiler sunulmuştur. Katılımcıların %27.9'u (76 kişi) daha önce hiç sigara içmemiş, %11.7'si (32 kişi) ise daha önce sigara içmiş ve bırakmıştır. Sigarayı bırakanların da 23'ü (%71.9) son iki yıl içinde sigarayı bırakmış olan kişilerdir. Katılımcıların %60.4'ünü oluşturan 165 kişi ise halen sigara içmektedir. Halen sigara içenlerin %56.4'ü (93 kişi) daha önce sigarayı bırakmayı denediği halde bırakmamıştır.

Çalışmaya katılan katılımcıların ortalama yaşı 23 olarak tespit edilmiştir. Ortalama yaş göz önüne alınarak yapılan değerlendirmede, 23 yaşından küçük olan katılımcıların %32.9'unun son bir yıl içerisinde nargile içmeye başladığı, dört yıldan daha uzun süre nargile içme durumunun ise aynı yaş grubunda %8.6 olduğu tespit edilmiştir. Yaşı 23 ve üzerinde olan katılımcılarda ise, son bir yılda nargile kullanmaya başlama oranı %18.0, son 1-2 yıl içinde nargile kullanmaya başlama oranı %23.3, son 2-3 yıl içinde başlama oranı da %23.3 bulunmuştur. Bu grupta dört yıldan daha uzun süredir nargile içme oranı ise %20.3 olarak hesaplanmıştır.

Yaşı 23'ten küçük olan katılımcıların %60.0'ı nargile afiş ve ilanlarının yasaklanmasına karşıyken, 23 yaş ve üstü grupta bu, %44.4'tür. Erkek katılımcıların %53.2'si, kadın katılımcıların ise %49.0'ı nargile afiş ve ilanlarının yasaklanması görüşüne katılmamıştır. Aynı önermeye lise öğrencilerinin %58.4'ü, üniversite öğrencilerinin ise %59.7'si katılmadıklarını belirtmiştir.

Yaşı 23'ün altındaki katılımcıların %68.6'sı, 23 yaş ve üstü katılımcıların ise %70.7'si nargile kafeleri arkadaş ortamı için tercih ettiğini belirtmiştir. Nargile kafeleri arkadaş ortamı için tercih edenlerin oranı erkek katılımcılarda %70.2, kadın katılımcılarda ise %67.3 olarak tespit edilmiştir. Bu oranlar lise öğrencilerinde %75.0, üniversite öğrencilerinde ise %67.8 olmuştur.

Yirmi üç yaş altı katılımcıların %66.4'ü, 23 yaş ve üstü katılımcıların ise %86.5'i nargile içiminde yaş sınırlaması olması gerektiğini düşünmektedir. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (p=0.000). Erkeklerin %76.1'i, kadınların ise %76.4'ü nargile içimine yaş sınırla-

Tablo II. Çalışmaya katılan kişilerin nargile içme konusundaki bazı özellikleri (Ankara, Şubat 2004)		
Özellik	Sayı (n=273)	Yüzde
Nargile içme süresi		
1 yıldan az	70	25.6
1-2 yıl	55	20.1
2-3 yıl	68	24.9
3-4 yıl	41	15.1
4 yıldan çok	39	14.3
Nargile içme sıklığı		
Ayda 5'ten az	187	68.5
Ayda 5-15 kez	62	22.7
Ayda 15 kez ve üzeri	24	8.8
Nargile içimine ayrılan vakit		
1 saatten az	50	18.3
1 saat dolayı	113	41.4
1 saatten fazla	110	40.3
Nargileye başlamadaki etkenler*		
Merak	165	60.4
Arkadaş etkisi	93	34.1
Hoşa gitme	28	10.3
Özenti	21	7.7
Ailede içenlerin etkisi	8	2.9
Sigara yerine	5	1.8
İş ortamı	5	1.8
Stres atma	4	1.5
Tarihi olması	3	1.1
Sosyal ortam	2	0.7
Aroması	2	0.7
Diğer**	5	1.8
Ailedeki nargile içimi		
Ailesinde nargile içmeyen	220	80.6
Ailesinde nargile içen*	53	19.4
Kardeş	34	12.5
Anne baba	11	4.0
Eş	5	1.8
Kuzen	4	1.5
Teyze	2	0.7
Büyükbaba	1	0.4
Nargilenin içildiği ortam*		
Kafe	269	98.5
Ev	17	6.2
Kahvehane	12	4.4
İşyeri	2	0.7
*Birden fazla cevap veren katılımcı olmuştur.		
**Zaman geçirme, hobi, alkolle birlikte, İran seyahati, sebep yok.		

Tablo II. (Devamı)		
Özellik	Sayı (n=273)	Yüzde
Nargilenin kafede içim nedenleri*		
Arkadaşlarla bir arada olma	121	44.3
Ortamın hoş gitmesi	117	42.9
Evde nargile olmaması	71	26.0
Kafede çalıştığı için	4	1.5
Tercih edilen nargile türü		
Aromalı	223	81.7
Aromalı veya aromasız fark etmez	31	11.4
Aromasız	14	5.1
Tömbekili	3	1.1
Alkollü	2	0.7
Nargilenin sağlığa zararı konusundaki düşünceler		
Zararlıdır	149	54.6
Bilgim yok	74	27.1
Zararsızdır	50	18.3
Nargile ve sigaranın insan sağlığına zararları konusunda karşılaştırılması		
Nargile zararsızdır	31	11.4
Nargile daha az zararlıdır	175	64.1
Eşit derecede zararlıdır	52	19.0
Nargile daha zararlıdır	15	5.5
Bulaşıcı hastalıklar konusundaki düşünceler		
Hastalık bulaştırır	41	15.0
Hastalık bulaştırmaz	92	33.7
Bilgim yok	140	51.3
Bulaştığı düşünülen hastalıklar*		
Solunum yolu enfeksiyonları	31	11.4
Tüberküloz	5	1.8
Hepatit B	5	1.8
Bakteriyel hastalıklar	5	1.8
AIDS	2	0.7
HSV	2	0.7
Hepatit A	1	0.4
Hepatit C	1	0.4
Göğüs spazmı	1	0.4
Tifo	1	0.4
Nargile ve bağımlılık konusundaki düşünceler		
Bağımlılık yapmaz	146	53.5
Bağımlılık yapar	78	28.6
Bilgim yok	49	17.9
Nargileyi bırakma konusundaki düşünceler		
Bırakmayı düşünmeyenler	243	89.0
Bırakmayı isteyip denemeyenler	23	8.4
Bırakmayı isteyip daha önce deneyenler	7	2.6
*Birden fazla cevap veren katılımcı olmuştur.		

Tablo III. Çalışmaya katılan kişilerin sigara içme konusundaki bazı özellikleri (Ankara, Şubat 2004)		
Özellik	Sayı	Yüzde
Sigara içme durumu (n=273)		
Hiç içmeyenler	76	27.9
İçip bırakanlar	32	11.7
Son 1 yıl içinde	14	
1-2 yıl önce	9	
2 yıldan daha önce	9	
Halen içenler	165	60.4
2 yıl veya daha az süredir	37	
2-5 yıldır	63	
5 yıldan uzun süredir	64	
Halen sigara içenlerin tükettiği miktar		
Günde 1-9 tane içenler	22	13.2
Günde 10-19 tane içenler	69	41.8
Günde 20 taneden fazla içenler	74	44.8
Sigara içenlerin sigarayı bırakma durumları (n=165)		
Deneyip bırakamayanlar	93	56.4
Hiç denemeyenler	72	43.6

ması getirilmesi gerektiğini düşünmektedir. Cinsiyete göre, nargile kafelere giriş için yaş sınırlaması getirilmesi konusu incelendiğinde, arada istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p=0.990$). Üniversite öğrencilerinin %72.7'si, lise öğrencilerinin %42.7'si nargile içiminde yaş sınırlaması olması gerektiğini düşünmektedir. Her iki grup arasında istatistiksel olarak önemli farklılık vardır ($p=0.011$).

TARTIŞMA

Çalışma kapsamında dokuz kafeye gidilmiş ve toplam 273 kişiyle görüşülmüştür. Kafelerin hepsi de dersane, üniversite gibi genç nüfusun yoğun olarak bulunduğu yerlerin yakınında yoğunlaşmaktadır. Katılımcıların %57.0'nun öğrenci, bunların da %77.1'inin üniversite öğrencisi olması, nargile servisi yapan kafelerin özellikle gençleri hedef almakta olduğunu göstermektedir.

Erkek katılımcıların %40.8'i, kadın katılımcıların ise %29.9'u gelir getiren bir işte çalışmaktadır. Ayrıca, erkek katılımcıların %55.5'inin, kadın katılımcıların %65.5'inin öğrenci olduğu tespit edilmiştir. Buradan da anlaşılacağı gibi, nargile içenlerin çoğunluğu kendi geliri olmayan öğrencilerdir.

Katılımcılardan 23 yaş ve altında olanlarda nargileye başlama, en fazla son bir yılda gerçekleşmişken, bu süre 23 yaş üstü olanlarda en fazla son 3 yıldır. Yaşı 23'ten küçük olan katılımcıların %91.4'ü, 23 yaşından büyük olan katılımcıların yaklaşık %80'i son 4 yılda nargile içmeye başlamıştır. Bu bulgu, daha önce de belirtildiği gibi, özellikle son yıllarda artan nargile kafelerin ve nargile reklamlarının sonucu olarak değerlendirilmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların yaklaşık %28.0'ı hiç sigara içmemiştir. Sigara içmeyen bu grup için belki de nargile, sigaraya geçişte bir ara basamak olacaktır. Sigara içmeyen bu kişiler nargileyi bir tütün mamülü olarak görmemektedir ve nargilenin zararlarından da haberdar değildir. Ayrıca, çalışma grubunda sigara içme sıklığı %60.4 olarak saptanmıştır. Bu sonuç Türkiye'de değişik gruplarda yapılan sigara içme sıklığı çalışmalarından elde edilen bulgularla karşılaştırıldığında, en yüksek sıklıklardan biri olarak ortaya çıkmaktadır [13]. Hem sigara hem de nargile içmenin sağlık üzerinde artan düzeyde olumsuz etki yapacağı düşünülmüştür.

Nargile içenlerin yaklaşık %70.0'ı ayda beş kezden daha az nargile içmektedir. Bu durum, nargile içiminin yaygınlaşmasına rağmen, içim sıklığının henüz çok fazla olmadığını göstermektedir. Bu konuda etken olan faktörlerin başında, nargile içiminin getirdiği ekonomik yük ve neden olduğu zaman kaybının geldiği düşünülmektedir. Çalışmaya katılan 273 kişinin %81.7'si nargile içimine en az bir saatini ayırmaktadır. Nargile içimine ayrılan günlük en az bir saat, o kişinin her içimde en az bir saatini harcayacağı anlamına gelmektedir.

Bu çalışmada, nargile içiminde etkili olan faktörlerin başında, diğer çalışmalardaki [13] sigara içimine başlamada etkili faktörlere çok benzer şekilde, merak (%60.4) ve arkadaş etkisi (%34.1) gelmektedir. Nargile kullanımının yaygınlaşmasında pay sahibi olan diğer bir önemli faktör de, nargilenin kafelerde arkadaşlarca beraber içilebilmesi ve bu anlamda sosyal bir yönü bulunması gibi görünmektedir. Elde edilen veriler, nargile içiminde önde gelen mekânların kafeler olduğunu; ancak ev, kahvehane hatta işyeri gibi ortamların da, daha az da olsa tercih edilebilen yerler olduğunu göstermektedir. Çalışma sonuçlarına bakıldığında, kafede içme nedenleri olarak, nargile içenlerin %44.3'ünün arkadaşlarla bir arada olabilmeyi, %42.9'unun ise kafe ortamının hoş gitmesini belirtmeleri bu gerçeğe ışık tutmaktadır. Ayrıca, nargile kafelere içimi teşvik edici otantik bir hava kazandırılması da, gençlerin etkilenmesi bakımından önemlidir. Daha önce de belirtildiği gibi, yaşlıların alışkanlığı olarak bilinen nargileyi gençler arasında yaygınlaştırmak amacıyla çeşitli yollar denenmektedir. Bunların başında da son yıllarda nargilenin çeşitli aromalarla zenginleşti-

rilerek sunulması gelmektedir. Nitekim, çalışmaya katılanların %81.7'si aromalı nargileyi tercih ettiğini belirtmiştir.

Katılımcıların %75.5'i nargilenin zararsız ya da sigaradan daha az zararlı olduğunu düşünmektedir. Oysa, yapılan diğer birçok çalışmada sigaranın zararsız olduğunu düşünenlerin oranı çok düşük kalmaktadır [13-16]. Katılımcıların ancak %15'i nargile kullanımıyla hastalık bulaşabileceğini düşünmektedir. Dolayısıyla, görüşülen kişilerin büyük kısmını öğrenciler oluşturmasına rağmen, nargilenin sağlığa zararları konusunda toplumda oldukça bilgi eksikliği bulunduğu görülmektedir. Görüşülenlerin ancak %28.6'sı nargilenin bağımlılık yapabileceğini düşünürken, %10 kadar düşük bir oranı nargileyi bırakmak niyetindedir. Dolayısıyla, nargilenin bağımlılık yapma potansiyeli ve zararları konusunda kişilerin bilgi açığı bir kez daha ortaya çıkmaktadır.

Nargile içenlerin yaş, cinsiyet ve eğitim düzeylerine göre nargile içiminde yaş sınırlaması olması konusundaki tutumlarla ilgili önermeye en az katılanların 23 yaş altı grup ile lise öğrencileri olduğu görülmektedir. Bu durumun nedenlerinden biri, böyle bir uygulama yapılması durumunda 18 yaşın altındaki katılımcıların kendilerinin engelleneceğini düşünceleri olabilir.

Katılımcıların %75.6'sının nargilenin zararsız (%11.4) ya da sigaradan daha az zararlı (%64.1) olduğunu düşünmesine rağmen, yaklaşık %75'inin nargile içiminde yaş sınırlamasının gerekliliğine inanması ilginçtir. Ancak, nargile afiş ve ilanlarının yasaklanması gerekliliğine inananların yüzdesi %31.5'te kalmaktadır.

Sonuç olarak, daha çok Ortadoğu ülkelerinde yaşlılar tarafından tüketilen konvansiyonel nargile, günümüzde aromalı formlarının piyasa sürülmesiyle gençler arasında hızla yayılmaktadır. Gençlerin, nargilenin sağlığa potansiyel zararları konusunda yeterince bilgiye sahip olmaması, bundaki önemli etkenlerden biridir. Bu konunun önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelmesinin önlenmesi için, nargile içim sıklığını ve nargile içimini etkileyen sosyodemografik özellikleri saptamaya yönelik geniş çaplı çalışmalara ihtiyaç vardır. Ayrıca, kişilerin, özellikle de genç nüfusun nargilenin sağlığa zararları konusunda bilgilendirilmesi, Milli Eğitim Bakanlığı ve Sağlık Bakanlığı tarafından ortak çalışmalar yürütülmesi gereklidir. Tütün Mamüllerinin Zararları

nın Önlenmesine Dair Kanun hükümlerinin uygulanması, bu kapsamda kafe ve çay bahçelerindeki nargile reklamı yapan her türlü afiş ve ilanların kaldırılması, tütün ve tütün mamüllerinin kullanımını özendirici her türlü uygulamanın önlenmesi gerekmektedir. Nargileye ulaşımın azaltılması amacıyla, nargile kafelere girişte 18 yaş sınırının konulması ve nargile fiyatlarının artırılması gerektiği düşünülmüştür.

KAYNAKLAR

1. The World Health Report 2002-Reducing risks, promoting healthy life. Geneva: World Health Organization; 2002.
2. <http://www.tutuneksper.org.tr/dersler/harmancilik/17tombe-ki.htm>3.12.05.2004.
3. <http://www.arsiv.hurriyetim.com.tr/hur/turk/01/06/15/yasam/28yas.htm>. 12.05.2004.
4. Shihadeh A. Investigation of mainstream smoke aerosol of the narghile water-pipe. Food Chem Toxicol 2003;41:143-52.
5. Wakeham H. Recent trends in tobacco and tobacco research. In: Schmeltz I; ed. The Chemistry of Tobacco and Tobacco Smoke. London: Plenum Press; 1972.
6. Wynder E, Wright G, Lam J. A study of tobacco carcinogenesis. The role of pyrolysis. Cancer 1958;11:1140-8.
7. White J, Conner B, Perfetti T et al. Effects of pyrolysis temperature on the mutagenicity of tobacco smoke condensate. Food Chem Toxicol 2001;39:499-505.
8. Kiter G, Ucan ES, Ceylan E, Kilinc O. Water-pipe smoking and pulmonary functions. Respir Med 2000;94:891-4.
9. Wolfram RM, Chehne F, Oguogho A, Sinzinger H. Narghile (water-pipe) smoking influences platelet function and (iso-)eicosanoids. Life Sci 2003;74:47-53.
10. Munckhof WJ, Konstantinos A, Wamsley M et al. A cluster of tuberculosis associated with use of a marijuana water-pipe. Int J Tuberc Lung Dis 2003;7:860-5.
11. Shafagoj YA, Mohammed FI, Hadidi KA. Hubble-bubble (water pipe) smoking: levels of nicotine and cotinine in plasma, saliva and urine. Int J Clin Pharmacol Ther 2002;40:249-55.
12. El-Hakim IE, Uthman MA. Squamous cell carcinoma and keratoacanthoma of the lower lip associated with "Goza" and "Shisha" smoking. Int J Dermatol 1999;38:108-10.
13. Arık D, Atay G, Aykanat Ö ve ark. Gülveren Lisesi son sınıf öğrencilerinin sigara ve alkollü içecek kullanma konusundaki bazı bilgi, tutum ve davranışları. Ankara; 2001.
14. Bilir N, Doğan Güçüz B, Yıldız AN. Sigara İçme Konusundaki Davranışlar ve Tutumlar, Ankara-Türkiye. Ankara: Hacettepe Halk Sağlığı Vakfı Yayınları; 1997.
15. Yorgancıoğlu A, Esen A. Sigara bağımlılığı ve hekimler. Toraks Dergisi 2000;1:90-1.
16. Kosku N, Kosku M, Çıkrıkçıoğlu U, Özlen Tümer Z. Toraks Derneği üyelerinin sigara konusunda bilgi, tutum ve davranışları. Toraks Dergisi 2003;3:223-30.