

Hemşirelik Öğrencilerinin Sigara Kullanımını Etkileyen Faktörler ve Bağımlılık Düzeyleri

Factors Affecting Smoking Status of Nursing Students and Their Addiction Levels

Gülhan Yiğitalp

Dicle Üniversitesi Atatürk Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, Diyarbakır, Türkiye

Özet
Abstract

AMAÇ: Bu çalışma Dicle Üniversitesi Atatürk Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin sigara kullanma alışkanlıkları ve etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER: Kesitsel olarak planlanan bu çalışma 15-19 Nisan 2013 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Örneklem seçimi yapılmamış tüm evrene ulaşılması hedeflenmiştir. Yüksekokula kayıtlı 400 öğrencinin 326'sına (%81,5) ulaşılabilmektedir. Verilerin toplanmasında araştırmacının hazırladığı anket formu ve bağımlılık durumlarını ortaya koymak amacıyla Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi (FNBT) uygulanmıştır. Verilerin analizinde yüzde hesaplamaları, değişkenler arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için ki-kare testi kullanılmıştır.

BULGULAR: Öğrencilerin yaş ortalaması $21,4 \pm 2,3$ 'tür ve %12,3'ü halen sigara içmekte, %4,0'ü bırakmıştır. Halen sigara içen öğrencilerin %21,9'unun erkek %3,5'inin kız olduğu belirlenmiştir. %67,5'i sigarayı bırakmayı denemiş, %72,5'i ileride sigarayı bırakmayı düşündüğünü belirtmiştir. Öğrencilerin %47,5'inin 11-20 adet sigara içtikleri görülmüştür. Halen sigara içen ve bırakan öğrencilerin %47,2'si 10-15 yaşta sigaraya başlamıştır. Başlama nedeni olarak, %50,9'u stres, sıkıntı, üzüntü nedeniyle, %35,8'i arkadaş etkisiyle başladıklarını ifade etmişlerdir. Yaş, cinsiyet, sınıf, yakın arkadaş arasında sigara içenlerin olması ile sigara içme arasında anlamlı fark tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Öğrencilerin %35,0'inin yüksek düzeyde bağımlı oldukları belirlenmiştir.

SONUÇ: Gençler arasında sigara içme yaygınlığı yüksektir. Sigara içme yaygınlığını azaltmak için öğrencilerin sigaraya başlama nedenlerinin tespit edilip bunlara yönelik önlemlerin üniversite öncesi dönemde başlanıp üniversite döneminde devam etmesi uygun olacaktır.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Sigara, nikotin bağımlılığı, hemşirelik öğrencisi

Geliş Tarihi/Received: 17.09.2014 **Kabul Tarihi/Accepted:** 26.02.2015

OBJECTIVES: This study was conducted to determine the smoking habits of students of Atatürk Health College of Dicle University and the factors affecting them.

MATERIAL AND METHODS: This cross-sectional study was performed between April 15 and 19, 2013. The selection of sampling was not conducted, since the whole study population included. Of 400 registered students, 326 (81.5%) were included. For collecting data, a questionnaire form designed by the researcher and Fagerstrom test for nicotine dependence for determining the addiction level were applied. Percentage calculation was used for analyzing data, and chi-square test was employed for evaluating the relationship between the variables.

RESULTS: The mean age of students was 21.4 ± 2.3 years. Of them, 12.3% still smoked and 4% had quit. Of the smokers, 21.9% were males and 3.5% were females. Of the smokers, 67.5% stated that they tried to quit smoking and 72.5% replied that they thought of quitting smoking in the future. It was found that 47.5% of the students smoked 11–20 cigarettes a day. Of the students who still smoked and who had quit, 47.2% had begun to smoke at the age of 10–15 years. As the cause for smoking initiation, 50.9% of the students revealed stress, difficulties, and sadness and 35.8% revealed the effect of a friend. A statistically significant difference was found between smoking habit and age, gender, class, and the presence of smokers among close friends ($p < 0.05$). Moreover, it was detected that 35% of the students were over dependent.

CONCLUSION: The prevalence of smoking among the youth is high. To decrease smoking prevalence, the reasons for smoking initiation should be investigated and some precautions should be taken before the university age, and they should be continued during the university education.

KEYWORDS: Smoking, nicotine dependence, nursing student

GİRİŞ

Gençler arasında tütün salgını tüm dünyada halk sağlığını olumsuz etkileyen bir stratejiye sahiptir [1]. Günümüzde en sık tüketilen tütün ürünü sigaradır. Dünyanın bir numaralı ölüm nedeni olan ve her yıl 5 milyondan fazla kişinin ölümüne yol açan sigara, sağlığın bozulması ve erken ölüm nedenleri arasında önlenebilir en önemli etmendir. Günümüzdeki sigara içme alışkanlığı devam ettiği takdirde, 2020 yılında dünyada her yıl ortalama 10 milyon insanın sigaraya bağlı nedenlerden dolayı hayatını kaybedeceği, bunlardan 7 milyonunun gelişmekte olan ülkelerde meydana geleceği öngörülmektedir [2].



Dünyada yaklaşık 1 milyar kişinin sigara içtiği tahmin edilmektedir. Türkiye’de ise bu rakamın 14,8 milyon olduğu ifade edilmekte olup her yıl yaklaşık yüz bin kişi sigaraya bağlı bir nedenden dolayı yaşamını yitirmektedir [3,4]. Türkiye’yi temsil eder nitelikte dizayn edilen Sigarayla Mücadele Kampanyası Kamuoyu Araştırmasında (PIAR) sigara içme yaygınlığı erkeklerde (%62,8) kadınlardan (%24,3) yüksek bulunmuş, 35 yaş üzeri bireylerde %43,6 olarak saptanmıştır [5]. Türkiye İstatistik Kurumu’nun (TÜİK) 2012 yılında yapmış olduğu Küresel Yetişkin Tütün Araştırması’nın sonuçlarına göre ülkemizde erkeklerin %41,4’ü, kadınların %13,1’i sigara kullanmaktadır [4]. Ülkemiz kişi başına düşen sigara tüketimi yönünden tüm Avrupa’da Yunanistan’dan sonra ikinci sırada gelmektedir [6]. Hemşirelik öğrencileri arasında da sigara içme yaygındır. Ülkemizde hemşirelik öğrencileri üzerinde yapılan çeşitli çalışmalarda öğrencilerin sigara içme yaygınlığı %12,9-17,5 arasında saptanmıştır [7-9].

İçerdiği yüksek orandaki nikotin nedeniyle sigara, eroin ve kokain gibi bağımlılık yapıcı maddeler kadar şiddetli bağımlılık yapma özelliği taşımaktadır [10]. İnsanlar genellikle sigara içmeye gençlik dönemlerinde başlar ve bu bağımlılık erişkinlik dönemlerinde de devam eder [11,12].

Sigaraya karşı yapılan tüm mücadele yöntemlerindeki başlıca unsurlardan birisi de sigaraya başlama oranlarını düşürmektir. Böylece sigarayla tanışma yaşının ve nedenlerinin bilinmesi, çocuk ve gençlerde içme sıklığının ortaya konması yapılacak çalışmalara ışık tutacaktır [13].

Toplumda sigara içme yaygınlığına yönelik literatür incelendiğinde çocuk ve ergenleri sigara kullanmaya iten nedenlerle ilgili çalışmalara da rastlanmaktadır. Yakın arkadaş, ebeveyn, kardeş ve öğretmenlerin sigara kullanması; sosyoekonomik durumun düşüklüğü; modern görünme hevesi; stresten kurtulma isteği; okulda başarısız olma ve toplumsal cinsiyet ergenleri sigara kullanmaya iten faktörler arasında belirtilmektedir [14].

Üniversite hayatı olumlu yönleri yanında gençlerde birçok sorunu da beraberinde getirmektedir. Bunlar öğrencinin evinden ve ailesinden uzak kalması, barınma sorunları, yeni bir arkadaş çevresinin oluşması, bir meslek edinmede ilk adımın atılmış olması, mezuniyet sonrası iş bulma kaygısı olarak sıralanabilir. Tüm bu sorunlarla baş edebilmek için öğrenciler sigaraya başlamakta ve daha sonraki dönemlerde bu davranış bağımlılık düzeyine ulaşmaktadır [15,16].

Özellikle sağlıkla ilgili eğitim kurumlarında okuyan öğrenciler, sigarayla tanışma ve bu davranışın kalıcı olması bakımından önemli bir dönemde bulunmakta ve sonraki mesleki yaşamları boyunca topluma örnek oluşturacak davranışlar yönünden sorumluluk sahibi bireyler olmak zorundadırlar. Bu nedenlerden dolayı bu çalışma, hemşirelik öğrencilerinin sigara kullanma alışkanlıkları ve etkileyen faktörleri ortaya koymak amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Kesitsel olarak planlanan bu çalışma 15-19 Nisan 2013 tarihleri arasında Dicle Üniversitesi Atatürk Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini yüksekokula kayıtlı olan 400 öğrenci

oluşturmuştur. Örneklem seçimi yapılmamış tüm evrene ulaşılması hedeflenmiştir. Bazı öğrencilerin okula devam etmemesi, bazılarının çalışmaya katılmayı kabul etmemesi ve bazı öğrencilerin de anket sorularını eksik cevaplaması nedeniyle 326 (%81,5) öğrenci değerlendirmeye alınmıştır. Veriler öğrencilere verilen demografik özellikler ve sigara içme durumunu sorgulayan anket formuyla, sigara içenlerin sigara ile ilgili bağımlılık durumlarını ortaya koymak amacıyla Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi (FNBT) sorularının Türkçe sürümü uygulanmıştır [17-19]. Yüksekokul müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına göre olmuştur. Öğrenciler bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

İstatistiksel Analiz

Verilerin analizi SPSS (Statistical Package for Social Sciences, SPSS Inc., Chicago, IL, ABD) programı 15,0 istatistik paket ile yapılmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde ortalama, standart sapma, yüzde hesaplamaları, değişkenler arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için ki-kare testi kullanılmış, $p < 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya katılan 362 öğrencinin yaş ortalaması $21,4 \pm 2,3$, %52,5’i kadın, %96,3’ü bekadır. Öğrencilerin %66,9’u çekirdek aile, %31,0’ı geniş aile, %2,1’i ise parçalanmış aile yapısına sahiptir. En çok yaşanılan yer olarak %75,2’sinin il merkezi, %16,6’sının ilçe, %8,3’ünün köy olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin %59,8’i ailesi ile birlikte kalmakta, %18,1’i herhangi bir işte çalışmakta, %41,7’sinin eline geçen para ihtiyacını karşılamamakta, %33,7’sinin ise ucu ucuna karşılamaktadır. Öğrencilerin %15,3’ünün sosyal güvencesi yok, %7,7’sinin ailesinin gelir durumu çok düşüktür. Anne-baba eğitim durumuna baktığımızda %47,9’unun annesinin okur yazar olmadığı, %20,2’sinin ilkököl, %3,1’inin yüksekokul mezunu olduğu ve %95,7’sinin annesinin herhangi bir işte çalışmadığı görülmüştür. Öğrencilerin %12,3’ünün babasının okur yazar olmadığı, %30,4’ünün ilkököl, %11,7’sinin yüksekokul mezunu olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin %12,3’ü halen sigara içmektedir. Kızlarda bu oran %3,5, erkeklerde ise %21,9’dur, istatistiksel olarak aralarındaki fark anlamlıdır ($p=0,000$) (Tablo 1).

Tablo 2’de sigara içen öğrencilerin sigara kullanımı ile ilgili özellikleri verilmiştir. Sigara içen öğrencilerin %55,0’nin sigara içme süresi 6 yılın üzerindedir ve %67,5’i sigarayı bırakmayı denemiştir. Sigara içen öğrenciler sigarayı bırakmak isteme nedenleri arasında %86,2’si sağlığa zararlı olduğu, %48,3’ü ekonomik nedenler, %34,5’i de çevreye zararlı olduğunu belirtilmiştir. Sigara içenlerin %47,5’i 11-20 adet sigara içmektedir.

Halen sigara içenler ve sigarayı bırakanların sigaraya başlama yaşı ve nedenleri Tablo 3’te verilmiştir. Öğrencilerin ortalama sigaraya başlama yaşı $16,1 \pm 2,9$ ’dur ve %47,2’si 10-15 yaşta başlamışlardır. Öğrencilerin %50,9’u sigaraya stres, sıkıntı, üzüntü nedeniyle, %35,8’i arkadaş etkisiyle başladıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 4’te öğrencilerin bazı özelliklerine göre sigara içme durumlarının dağılımı verilmiştir. Buna göre 21 ve üzeri yaşta sigara içme sıklığında artma olduğu ve yaş ile sigara içme

Tablo 1. Öğrencilerin cinsiyete göre sigara içme durumları

	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Halen içen	6	3,5	34	21,9	40	12,3
Hiç içmemiş	128	74,9	85	54,8	213	65,3
Bırakmış	1	0,6	12	7,7	13	4,0
En az bir kez denemiş	36	21,1	24	15,5	60	18,4
Toplam	171	100	155	100	326	100

 $\chi^2=39,298$, $p=0,000$ **Tablo 2.** Sigara içen öğrencilerin sigara kullanımı ile ilgili özellikleri

Özellikler	Sayı	%
Sigara içme süresi (n=40)		
1-5 yıl	18	45,0
6 ve üzeri yıl	22	55,0
Ortalama	6,7±3,5	
Sigarayı bırakmayı deneme (n=40)		
Evet	27	67,5
Hayır	13	32,5
İleride sigarayı bırakmayı düşünme (n=40)		
Evet	29	72,5
Hayır	11	27,5
Sigarayı bırakmak isteme nedeni (n=29)*		
Sağlığa zararlı	25	86,2
Ekonomik nedenler	14	48,3
Çevreye zararlı	10	34,5
Sağlık problemleri nedeniyle	6	20,7
Aile ve çevre baskısı	3	10,3
Sigarayı bırakmak istememe nedeni (n=11)*		
Beni rahatlatıyor	7	63,6
Sigaradan zevk alıyorum	5	45,5
Sıkıntılarımı gideriyor	3	27,3
Beni canlandırıyor	1	9,1
Düşünmeme yardım ediyor	1	9,1
Sigarayı bırakmak için uzman desteği almayı isteme (n=40)		
Evet	10	25,0
Hayır	30	75,0
Günde içilen sigara miktarı (n=40)		
10 adet ve daha az	9	22,5
11-20 adet	19	47,5
21-30 adet	7	17,5
31 ve daha fazla	5	12,5

*Kişiler birden fazla yanıt verdiği için yüzdelere "n" üzerinden alınmıştır

Tablo 3. Halen sigara içenlerin ve bırakanların sigaraya başlama yaşı ve nedenleri

Özellikler	Sayı (n=53)*	%
Sigaraya başlama yaşı		
10-15 yaş	25	47,2
16-22 yaş	28	52,8
Ortalama	16,1±2,9	
Sigaraya başlama nedeni		
Stres, sıkıntı, üzüntü	27	50,9
Arkadaş etkisi	19	35,8
Özenti ve heves	11	20,8
Keyif almak	10	18,9
Merak	3	5,7
Diğer**	4	7,6

*Kişiler birden fazla yanıt verdiği için yüzdelere "n" üzerinden alınmıştır.

**Bir sosyal gruba ait olmak, kendini ispat etmek, inat olsun diye, kendine zarar vermek

davranışı arasında anlamlı fark olduğu bulunmuştur ($p=0,021$). Dördüncü Sınıf öğrencilerinin diğer sınıflara göre sigara içme oranları yüksek bulunmuştur (%37,5) ve aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p=0,033$). Ailesi ile birlikte kalma veya ailesinden ayrı kalma, ailenin gelir durumu, anne ve babanın eğitim durumu, ailede sigara içenlerin varlığı, sigaranın zararlarını bilme durumu ile sigara içme davranışları arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Yakın arkadaşlar arasında sigara içenlerin varlığı ise sigara içme davranışını artırdığı ve aralarında istatistiksel olarak önemli fark olduğu görülmüştür ($p=0,003$).

Sigara içenlerin cinsiyet ve FNBT puanlarına göre dağılımına baktığımızda, öğrencilerin %20,0'sinin bağımlılık düzeyinin çok düşük, %22,5'inin çok yüksek olduğu belirlenmiş ve erkeklerin %38,2'sinin yüksek düzeyde bağımlı, kadınların ise %16,7'sinin yüksek düzeyde bağımlı oldukları görülmüştür. Öğrencilerin ortalama bağımlılık puanı $4,7\pm 2,8$ ile orta düzeydedir (Tablo 5).

TARTIŞMA

Hemşirelik öğrencileri okul ve iş yaşamları süresince örnek alınan meslek grupları olmaları nedeniyle sigaraya karşı

Tablo 4. Öğrencilerin bazı özelliklerine göre sigara içme durumlarının dağılımı

Özellikler	Halen içen		Halen içmeyen		Toplam		P
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	
Yaş							
18-20 yaş	8	20,0	111	38,8	119	36,5	0,021
21 yaş ve üzeri	32	80,0	175	61,2	207	63,5	
Sınıfı							
1. sınıf	10	25,0	73	25,5	83	25,5	0,033
2. sınıf	3	7,5	76	26,6	79	24,2	
3. sınıf	12	30,0	72	25,2	84	25,8	
4. sınıf	15	37,5	65	22,7	80	24,5	
Kaldığı yer							
Ailesi ile birlikte	20	50,0	175	61,2	195	59,8	0,176
Ailesinden ayrı	20	50,0	111	38,8	131	40,2	
Ailenin geliri							
Çok düşük	4	10,0	21	7,3	25	7,7	0,222
Düşük	15	37,5	69	24,1	84	25,8	
Orta	20	50,0	191	66,8	211	64,7	
Yüksek	1	2,5	5	1,7	6	1,8	
Annenin eğitimi							
İlkokul altı	22	55,0	191	66,8	213	65,3	0,233
İlkokul-Ortaokul	15	37,5	71	24,8	86	26,4	
Lise-Yüksekokul	3	7,5	24	8,4	27	8,3	
Babanın eğitimi							
İlkokul altı	8	20,0	84	29,4	92	28,2	0,382
İlkokul-Ortaokul	18	45,0	125	43,7	143	43,9	
Lise-Yüksekokul	14	35,0	77	26,9	91	27,9	
Ailede sigara içen							
Var	30	75,0	180	62,9	210	64,4	0,136
Yok	10	25,5	106	37,1	116	35,6	
Yakın arkadaşı sigara içen							
Var	36	90,0	191	66,8	227	69,6	0,003
Yok	4	10,0	95	33,2	99	30,4	
Sigaranın zararlı olduğunun düşünme							
Evet	37	92,5	265	92,7	302	92,6	0,972
Hayır	3	7,5	21	7,3	24	7,4	
Toplam	40	100	286	100	326	100	

mücadele açısından önemli bir grubu teşkil etmektedirler. Son yıllarda toplumların sigara alışkanlığını azaltmaya yönelik önemli adımlar atılmakta olup, geleceğin sağlık ekip üyeleri olmaya aday hemşirelik öğrencilerinin sigara içme durumlarını etkileyen faktörlere ve bağımlılık düzeylerine dikkat çekmek önem arz etmektedir.

Bu çalışmada öğrencilerin %12,3'ünün halen sigara içtiği belirlenmiştir. Azak'ın [20] çalışmasında öğrencilerin %33'ünün, Bedir ve ark. [21] çalışmasında %30'unun, Kaplanoğlu ve ark. [22] çalışmasında sağlık alanında çalışan öğrencilerin %22'sinin, Altay ve Çetin'in [23] çalışmasında %18,7'sinin halen sigara içtikleri belirlenmiştir. Bu verilere kıyasla bizim öğrencilerimizin daha az sigara içtiği söylene-

Tablo 5. Sigara içenlerin cinsiyet ve Fagerstrom Bağımlılık Puanlarına göre dağılımı

Bağımlılık düzeyi	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Çok az (0-2 puan)	2	33,3	6	17,6	8	20,0
Az (3-4 puan)	3	50,0	11	32,4	14	35,0
Orta (5 puan)	0	0,0	4	11,8	4	10,0
Yüksek (6-7 puan)	0	0,0	5	14,7	5	12,5
Çok yüksek (8-10 puan)	1	16,7	8	23,5	9	22,5
Toplam	6	100	34	100	40	100

Ortalama bağımlılık puanı=4,7±2,8

bilir. Bu, sigarayla mücadelede ülkemizde başlatılan kampanyaların olumlu sonuçları olarak görülebilir.

Sigaraya karşı mücadelede üniversite öğrencileri en önemli hedef grubu oluşturmaktadır. Dünya genelinde de bu gruplara yönelik pek çok çalışma yürütülmüştür. 23 ülkede üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen çalışmada en yüksek sigara içme sıklığı Yunanistan, İtalya, Portekiz, İspanyan gibi Akdeniz ülkelerinde tespit edilmiştir. Erkek öğrenciler ortalama olarak kızlardan 3 kat fazla sigara içmektedir. Kız öğrenciler arasında ise sigara içme oldukça geniş bir aralıktadır [24]. Amerika Birleşik Devletleri'nde 2000 yılında yapılan bir çalışmada erkeklerin %25,7'sinin, kadınların %21,0'ünün sigara içtiği saptanmıştır [25]. Küresel Tütün Araştırması sonuçlarına göre Türkiye'de kadınlar (%13,1) erkeklerden (%41,4) daha az sigara kullanmaktadır [4]. Çalışmamızda erkek öğrencilerin sigara içme oranının (%21,9) kız öğrencilerden (%3,5) oldukça fazla olduğu belirlenmiştir. Bu oranlar Türkiye genelindeki oranlardan oldukça düşük olmasına rağmen erkeklerde sigara içme kızlardan 6 kat fazladır. Erkeklerin kızlardan daha yüksek oranda sigara içmeleri, sigaranın erkeklerde bir statü ve güç göstergisi olmasıyla açıklanabilir. Bu yüzden sigarayla mücadelede erkeklere yönelik daha etkili çabalara gereksinim vardır.

Sigara içen öğrencilerin %55'i 6 yıl ve daha fazla süredir, ortalama olarak 6,7±3,5 yıldır sigara içmektedirler. Yüksel ve Cücen'in [26] Ankara'da yapmış olduğu çalışmada da öğrencilerin %20,8'inin 6 yıldan daha fazla süredir sigara içtikleri belirlenmiştir. Korkmaz ve ark. [27] öğrencilerin ortalama 4,56±2,83 yıldır sigara içtiklerini saptamışlardır.

Sigara içenlerin %70'inden fazlası bırakmayı istemekte ve her yıl %30-50'si sigarayı bırakmayı denemektedir. Bununla beraber herhangi bir yardım almaksızın sigara içenlerin ancak %5'i girişimlerinde başarılı olmaktadır [28]. Manisa'da yapılmış bir çalışmada öğrencilerin %78,4'ünün sigarayı bırakmayı denedikleri, %39,2'sinin sigarayı bırakmayı düşündükleri, %41,2'sinin de bilmedikleri belirlenmiştir [29]. Samsun'da yapılmış çalışmada ise öğrencilerin %56,9'unun sigarayı bırakmayı düşündükleri, bırakmak isteme nedeni olarak da %72,7'si sağlığına zararlı olduğunu, %27,3'ü maddi yönden zararlı olduğunu belirtmiştir [23]. Bu çalışmada da halen sigara kullanan öğrencilerin %67,5'i sigarayı bırakmayı denediklerini, %72,5'i de ileride sigarayı bırakmayı düşündüklerini ve bırakmak isteme nedenleri olarak da %86,2'si sağlığa

zararlı, %48,3'ü de ekonomik nedenleri göstermişlerdir. Sigarayı bırakma oranı henüz istenen düzeyde olmasa da sigara içen öğrencilerin küçümsenemeyecek bir bölümünün sigarayı bırakmak istemesi umut vericidir.

Öğrencilerin %25'i sigarayı bırakmak için uzman desteği almayı istediklerini belirtmişlerdir. Demirel ve Sezer'in [30] çalışmasında öğrencilerin sadece %4,5'i profesyonel bir kurumdan destek almayı düşündüklerini belirtmişlerdir. Tıp fakültesi öğrencileriyle yapılan bir çalışmada öğrencilerin %42,9'u sigarayı bırakmak için yardım almayı istediklerini vurgulamışlardır [31]. Yardım almak isteyenlerin yüzdesinin bu kadar yüksek olmasına rağmen sigarayı bırakma düzeylerinin düşük olması, sigarayı bırakmada öğrencilerin bu yöntemlerin olumlu etkisi hakkında yeteri kadar bilinçli olmadıklarının göstergesi olabilir.

Birçok çalışmada günde içilen sigara miktarı farklılıklar göstermektedir. Parlar ve ark. [15] çalışmasında öğrencilerin %54,6'nın günde 10-19 adet sigara içtiği, Altay ve Çetin'in [23] çalışmasında 11-20 adet sigara içenlerin oranı %20,5, Kutlu ve Çivi'nin [14] çalışmasında da 11-20 adet sigara içenlerin oranı %33,9 olarak bulunmuştur. Çalışmamızda 11-20 adet sigara içenlerin oranı %47,5 olarak saptanmıştır. Bu sonuç öğrencilerin sigara içme miktarının kayda değer bir yükseklikte olduğunu düşündürmektedir.

Sigaraya başlama yaşının genel olarak düştüğü, ve onlu yaşlara kadar indiği bildirilmektedir [32,33]. Çapık ve Cingil [7] öğrencilerin %70'inin sigaraya üniversiteden önce başladıklarını bildirmiştir. PİAR'ın [5] 1988 yılında ülkemizde yaptığı ve sigara içme yaygınlığını ortaya koyan çalışmada 15-18 yaş grubunda sigara içme oranı %30 olarak saptanmıştır. Bu çalışmada da halen sigara içen ve bırakan öğrencilerin %47,2'si sigara içmeye 10-15 yaş arası başlamışlardır. Bu, gençlerin sigaraya çocuk yaşta başlamasında dikkate değer bir sonuçtur. Buna karşı gençlere yönelik kitlesel olarak yaygın kampanyalar düzenlenmeli ve gerek bireysel gerekse kurumsal yollarla çeşitli etkinlikler planlanarak sigara içmeyenlere ve içenlere yönelik gerekli koruyucu stratejiler geliştirilmelidir.

Birçok çalışmada sigaraya başlama nedeni olarak ilk sırada arkadaş etkisi gösterilmişse de [34,35] bizim çalışmamızda stres-sıkıntı-üzüntü ilk sırada (%50,9), arkadaş etkisi ikinci sırada (%35,8) belirlenmiştir. Stres ve can sıkıntısını sigaraya başlama nedeni olarak ilk sırada gösteren çalışmalar da mev-

cuttur [36,37]. Bu çalışmalarda yer alan bulgularla çalışmamızın bulguları karşılaştırıldığında sigaraya başlamada ilk sırada yer alan nedenler paralellik göstermektedir.

Öğrencilerin yaş, sınıf, yakın arkadaşlar arasında sigara içenlerin olması ile sigara içme davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yirmi bir yaş üzerinde olma, üst sınıflarda olma, yakın arkadaşlar arasında sigara içenlerin olması sigara içimini artırdığını ortaya koymuştur. Çalışmalar yaş ilerledikçe sigara içme sıklığının arttığını göstermektedir [22,38]. Bu çalışmada halen sigara içme ile yaş arasında paralel bir artış bulunmuştur. Bu duruma göre bireyler yaşları ilerledikçe daha çok sigara içmektedirler. Sigara içme alışkanlığının çocuk yaşlara kadar düşmesi engellenmelidir. Belli bir yaşa erişikten sonra bu alışkanlığa karşı verilen mücadele zorlaşmaktadır.

Çalışmamızda öğrencilerin sınıfları ile sigara içme durumu karşılaştırıldığında sınıflar yükseldikçe sigara içme oranının da yükseldiği görülmektedir. Arsava ve ark. [39] çalışmasında öğrencilerin öğrenim yılları ilerledikçe aktif sigara içicilik oranları anlamlı olarak artmaktadır. Livaditis ve ark. [40] tıp öğrencilerinin aldıkları tıp eğitimine rağmen, bu eğitim süresince sigara içme alışkanlıklarının artış gösterdiğini vurgulamışlardır.

Sigara alışkanlığı kazanmada, pek çok olumsuz alışkanlıkta olduğu gibi çevre ve arkadaş etkisi göz ardı edilemez. Sigaraya başlama nedenleri olarak, arkadaşlar arasında sigara içenlerin olması, kendini bir gruba ait hissetme, büyüdüğünü kanıtama önemli faktörler olarak sayılabilir. Çalışmada halen sigara içen öğrencilerin oldukça yüksek oranda (%90) sigara içen arkadaşının olduğunu beyan etmesi bu yönde yüksek risk altında olduklarına dikkat çekmekte ve sigara içme davranışının yaygınlaştığını ortaya koymaktadır. Bulgularımız literatür bulgularıyla paralellik göstermektedir [14,41].

Öğrencilerin ailesiyle veya ailesinden ayrı kalıyor olmasının, ailenin gelirinin, anne-babanın eğitim durumunun, ailede sigara içenlerin varlığının, sigaranın zararlarını biliyor olmanın sigara içimini etkilemediği görülmüştür ($p>0,05$). Çalışmamızı destekleyen çalışmalar mevcuttur [14,32,38].

Tütün ve sigara bağımlılık oluşturma yönünden güçlü bir etkiye sahiptir. Sigara içmeyi bir kez deneyen her dört kişiden üçü sigara tiryakisi olmaktadır [15]. Şahin ve ark. [34] çalışmasında Nikotin bağımlılık skor (NBS) ortalaması tüm grupta $4,7\pm 1,6$ olup, NBS'ü 7 ve üzerinde olanların oranı %10,4 olarak tespit edilmiştir. Kız öğrencilerde bu oranın istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha düşük olduğu gözlenmiştir.

Çelikel ve ark. [42] çalışmasında sigara içen öğrencilerin %59,0'unun FNBT puanı 0-4 (az bağımlılık) arasında bulunmuş, tüm öğrencilerin ortalamasının $3,9\pm 2,5$ olduğu belirlenmiş, kız öğrencilerin daha az bağımlı oldukları görülmüştür. Bizim çalışmamızda da benzer şekilde öğrencilerin %55,0'inin FNBT puanı 0-4 arasında, %35,0'inin ise 6-10 arasında bulunmuş, tüm öğrencilerin ortalamasının $4,7\pm 2,8$ olduğu tespit edilmiş ve kız öğrencilerin daha az bağımlı olduğu belirlenmiştir.

Bu çalışmada öğrencilerde yaş, cinsiyet, sınıf, yakın arkadaş arasında sigara içenlerin olması sigara içimini etkilemektedir.

Öğrencilerin bağımlılık düzeyleri yüksektir. Gençlerin sigara içme yaygınlığını azaltmak için, öncelikle onları sigara içmeye teşvik eden nedenlerin tespit edilip, gerekli önlemlerin gençler üniversite hayatına başlamadan önce alınıp üniversite döneminde de bu konuya ağırlık verilmesi uygun olacaktır. Bununla birlikte sağlık elemanı yetiştiren okullarda öğrenim gören öğrencilerin topluma rol modeli olmaları gerektiği konusunda periyodik eğitimlerle bilinçlendirilmeleri gerekmektedir.

Etik Komite Onayı: Araştırma öğrenciler üzerinde tanımlayıcı olarak planlanmıştır. Araştırmaya katılan öğrenciler yetişkin ve sağlıklı oldukları için etik kurul onayına gerek duyulmamıştır.

Hasta Onamı: Öğrenciler çalışma hakkında bilgilendirilmiş ve sözlü onamları alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Ethics Committee Approval: Research is planned on students as definer. Students who joined in this researching were adult and healthy so it was no need committee's confirm.

Informed Consent: Students have been informed about this research and their confirm was taken orally.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared by the author.

Financial Disclosure: The author declared that this study has received no financial support.

KAYNAKLAR

1. Özcebe H. Teens and Smoking. First edition. Ankara: Publication of the Ministry of Health 2008:8.
2. The Ministry Of Health, Basic Health Services General Directorate Of The Global Adult Tobacco Survey Report On Turkey. http://www.havanikoru.org.tr/dosya/Docs_Tutun_Dumaninin_Zararlari/KYTA_Kitap_Tr.pdf. Accessed September 18,2013.
3. Tobacco. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/en/index.html>. Accessed January 28,2014.
4. Turkey Statistical Institute. Global Adult Tobacco Survey 2012. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=13142>. Accessed November 15,2013.
5. Smoking habits and fight with public opinion research campaign report PIAR, Ocak, 1988.
6. World Health Organization. WHO Report On The Global Tobacco Epidemic, Brazil 2008. Ulaşım linki: http://www.who.int/tobacco/mpower/mpower_report_full_2008.pdf Accessed September 18,2013
7. Çapık C, Cingil D. Cigarette smoking, Nicotine dependency level and associated factors among nursing students. *Kafkas J Med Sci* 2013;3:55-61. [CrossRef]
8. Çilingir D, Hindistan S, Öztürk H. Smoking habits and affecting factors of students of health school. *Gümüşhane University Journal of Health Sciences* 2012;2:69-85.
9. Çapık C, Özbiçakçı Ş. Factors effecting levels of smoking addiction of students attending to the nursing high school. *International Journal of Human Sciences* 2007;4:1-12.
10. Nicotine Addiction in Britain. A report of the Tobacco Advisory Group of the Royal College of Physician, February. London,

- Royal College of Physicians, 2000. <http://books.google.com.tr/books?> Accessed September 18, 2013.
11. Eissenberg T. Measuring the emergence of tobacco dependence: the contribution of negative reinforcement models. *Addiction* 2004;99:5-29. **[CrossRef]**
 12. Seguire M, Chalmers KI. Late adolescent female smoking. *J Adv Nurs* 2000;31:1422-9. **[CrossRef]**
 13. Kılıç N, Ek HN. Knowledge, Behavior and Manner of Conduct for Cigarette in Adnan Menderes University Health School and Vocational School of Health Students. *Erciyes University Journal of Health Sciences* 2006;15:85-90.
 14. Kutlu R, Çivi S. The Frequency and Affecting Factors of Smoking Among the Students at Seydisehir Vocational School. *Journal of Dependence* 2006;7:71-9.
 15. Parlar S, Çavdar S, Owayolu N. Cigarette Smoking and the Attitudes and Behaviors Related to Cigarette Smoking in 1st And 4th Grade Students Attending to Medical Faculty and to Higher Schools of Health. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2006;9:29-40.
 16. Patkar AA, Hill K, Batra V, et al. A comparison of smoking habits among medical and nursing students. *Chest* 2003;124:1415-20. **[CrossRef]**
 17. Fagerstrom KO, Heatherton TF, Kozlowski LT. Nicotine addiction and its assessment. *Ear Nose Throat J* 1990;69:763-5.
 18. Uysal MA, Kadakal F, Karşıdağ Ç, et al. Fagerstrom test for nicotine dependence: Reability in a Turkish sapmle and factor analysis. *Tuberk Toraks* 2004;52:115-21.
 19. Pomerleau CS, Carton SM, Lutzke ML, et al. Reliability of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire and the Fagerstrom Test for Nicotine Dependence. *Addict Behav* 1994;19:33-9. **[CrossRef]**
 20. Azak A. Factors affecting the use of cigarettes by health. *Turk Thorac J* 2006;7:120-4.
 21. Bedir S, Polat D, Tural DA. Atatürk University Narman Vocational High School Students of the factors affecting the use of cigarettes. *Journal of economics and Administrative Sciences Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi* 2011;25:237-48.
 22. Kaptanoğlu AY, Polat G, Soyer M. The relation between smoking habit among the students and faculty members in Marmara University and steady cost of smoking. *Journal of Higher Education and Science* 2012;2:119-25. **[CrossRef]**
 23. Altay B, Çetin A. The prevelans and affecting factors of smoking among the students of Samsun School of Health Sciences In Ondokuz Mayıs University. *O.M.U. Journal of Medicine* 2007;24:52-61.
 24. Steptoe A, Wardle J, Cui W, et al. An international comparison of tobacco smoking, belief and risk awareness in university students from 23 countries. *Addiction* 2002;97:1561-71. **[CrossRef]**
 25. Cigarette Smoking Among Adults---United States, 2000. *MMWR Weekly* 2002;51:642-5.
 26. Yüksel S, Cücen Z. Enquiries into Cigarette Smoking Habits of University Students. *Turk Thorac J* 2012;13:169-73. **[CrossRef]**
 27. Korkmaz M, Ersoy S, Özkahraman Ş, et al. Tobacco Products-Alcohol Consumption Status and Approach to Smoking in Students of Suleyman Demirel University. *Med J SDU* 2013;20:34-42.
 28. Hughes JR, Keely J, Naud S. Shape of the relapse curve and long term abstinence among untreated smokers. *Addiction* 2004;99:29-38. **[CrossRef]**
 29. Cengiz Özyurt B. Smoking prevalence among Celal Bayar University Faculty of Medicine. *Respiratory Journal* 2009;11:93-6.
 30. Demirel Y, Sezer RE. Smoking prevalence among University Students in Sivas region. *Erciyes Medical Journal* 2005;27:1-6.
 31. Ögüş C, Özdemir T, Kara A, et al. Smoking habits of class I and VI medical students at Akdeniz University Medical Faculty. *Türkiye Klinikleri Arch Lung* 2004;5:139-42.
 32. Çalışkan D, Çulha G, Sarışen Ö, et al. Smoking behavior among medical school students and staff in Ankara University School of Medicine. *Journal of Ankara University Faculty of Medicine* 2005;58:124-31.
 33. Marshall L, Schooley M, Ryan H, et al. Centers for disease control and prevention. Youth tobacco surveillance--United States, 2001-2002 *MMWR Surveil' l Summ* 2006;55:1-56.
 34. Sahin Ü, Öztürk M, Ünlü M, et al. The assessment of factors affecting the smoking habit and nicotine addiction of university students. *Türkiye Klinikleri Arch Lung* 2000;1:1-5.
 35. Kartal M, Mıdık Ö, Büyükakkuş A. Tobacco smoking and its effect on quality of life of medical students in Ondokuz Mayıs University. *Turk Thorac J* 2012;13:11-7. **[CrossRef]**
 36. Vatan İ, Ocakoğlu H, İrgil E. Determining smoking prevalence among Uludağ University Faculty of Medicine. *TAF Prev Med Bull* 2009;8:43-8.
 37. Baykan Z, Naçar M, Bayazit M, et al. The smoking status and "Opinions about the Harmful Effects of Tobacco Prevention and Control Law" of Erciyes University Medical Faculty students in Semester 1. 16 Ulusal Halk Sağlığı Kongresi: 2013 October 27-31; Antalya. *Türkiye*; 2013.p.268.
 38. Hamzaçebi H, Ünsal M, Dabak Ş, et al. Prevalence of smoking and affecting factors in primary school students in Tekkeköy, Samsun. *Turk Thorac J* 2008;9:34-9.
 39. Arsava BE, Demir AU, Yüksek Ü, et al. Smoking prevalence among medical students and the influence of medical training. *Türkiye Klinikleri Arch Lung* 2013;14:61-5.
 40. Livaditis M, Samakouri M, Kafalis G, et al. Sociodemographic and psychological characteristics associated with smoking among Greek Medical Students. *Eur Addict Res* 2001;7:24-31. **[CrossRef]**
 41. Perez Milena A, Martinez Fernandez ML, Perz Milena R, et al. Tobacco Dependency and adolescents: a good Time to give up Smoking? Relation to Social and Family Factors. *Aten Primaria* 2006;15:452-56.
 42. Çelikel S, Erkorkmaz Ü, Seyfikli Z. Smoking Habits and Nicotine Dependency Perceptions of the Students in Gaziosmanpaşa University in Tokat. *Solunum Dergisi* 2009;11:97-104.