

# BİRİNCİ BASAMAKTA TÜTÜN BAĞIMLILIĞININ YÖNETİMİ

Zemze ÖZBEY<sup>1</sup>  
Cemil Işık SÖNMEZ<sup>2</sup>

## GİRİŞ

Solanaceae (Patlıcangiller) ailesinden olan tütün genellikle bir yıllık, bazı türleri ise çok yıllık olan bir bitkidir. Tütün, cins olarak solanaceae familyasından “nicotiana” içerisinde yer alır. Nicotiana cinsi yaklaşık 65 türü içermektedir, tütün de bunlardan birisi olarak yer almaktadır. Tütün ürünlerinin (sigara, puro, pipo vb.) yapımında “Nicotiana rustica” ve “Nicotiana tabacum” türleri kullanılır (1). Tütün yapraklarında zank, tannik asit, reçine, nişasta ve alkaloidler bulunur. Tütünde bulunan başlıca alkaloid nikotin olup, tütün bitkisindeki alkaloid maddesinin %95’ini oluşturmaktadır. Tütün dumanı karbon monoksit (CO), katran gibi çok türlü gazlar, uçucu maddeler, toksik ve karsinojenik özellikte 5000’den fazla kimyasal içeriğe sahiptir (2). The International Agency for Research on Cancer (IARC) sigara dumanını Grup I Karsinojen olarak kabul etmiştir (3). Tütün bitkisinin Avrupa’ya gelişi 1492 yılında Amerika Kıtası’nın keşfinden sonra olmuştur. Tütün Amerikan yerlileri (Kızılderililer) tarafından daha çok dini törenlerde ve ayinlerde kullanılmaktaydı. Portekizdeki Fransa elçisi Jean Nicot’de Villemain 1560 senesinde bitkiyi Avrupa’ya getirmiş ve sonrasında tıbbi kullanımı hakkında çeşitli raporlar yazmıştır. Daha sonra bitkiye ismi verilmiş (Nicotiana tabacum) ve uyarıcı alkaloidin adı da nikotin olmuştur (4). Tütün yaprağı (tamamen veya kısmen) hammadde olarak kullanılarak burna

çekme, emme, içme ya da çiğneme amaçlı yapılan tüm ürünler “tütün ürünü” veya “tütün mamulü” olarak adlandırılmaktadır (5). Yaygın olarak tüketimi yapılan tütün ürünlerini başlıca sigara, pipo, sarmalık tütün mamulü, puro, nargilelik tütün mamulü, enfiye ve çiğnemelik tütün olarak sayabiliriz. Bu ürünler arasında sigara en yaygın kullanıma sahip olmaktadır.

## EPİDEMİYOLOJİ

Sigara bulaşıcı olmayan hastalıklar arasında önlenbilir nedenler arasında ilk sırada yer almaktadır. Dünyada sigara içen bir milyar nüfusun yaklaşık %80’i düşük ve orta gelirli ülkelerde yaşıyor (6). Tütün kullanımının gelişmiş ülkelerde gerileme, gelişmekte olan ülkelere artış gösterdiği bildirilmektedir (7). Türkiye tütün ürünleri kullanımında önemli bir pazara sahiptir. Türkiye, sigara içme oranları yüksek ülkeler arasında yer almaktadır. Özellikle erkeklerde, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) Avrupa Bölgesi’nde en yüksek sigara içme oranları arasındadır (8). KYTA (Küresel Yetişkin Tütün Araştırması) 2008 ve 2012 verilerine göre Türkiye genelinde 15 yaş ve üzeri bireylerin 2008 yılında her gün veya ara ara tütün ve ürünlerini kullananların oranı %31,3 iken, bu oran 2012 yılı verilerinde %27 oranlarına düşmüştür (erkeklerde %47,9’dan %41,4’e, kadınlarda %15,2’den %13,1’e düşüş gözlemlenmiştir). Tütün ve tütün ürünü kullananların yaş grubu dağılımına bakıldığında

<sup>1</sup> Uzm Dr, Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği AD, zemze\_55@hotmail.com

<sup>2</sup> Dr Öğr Üyesi, Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği AD, drcemilsonmez@gmail.com

%27-30 gibi yüksek bir yüzdeye sahiptir. Prevelansı yüksek olan sigara kullanıcılığının tedavisi için birinci basamak ulaşılabilirlik ve ekonomik olarak en uygun sağlık birimi olarak karşımıza çıkmaktadır. Birinci basamak hekimi hasta ile görüşmeler sonucunda, bir yol izleyerek gerekli tedavilere başlayabilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Birinci basamak, Sigara Bırakma, Tütün Bağımlılığı

## KAYNAKÇA

- Otan H, Apti R. Tütün. 1 inci baskı. İzmir: ETAEM yayını, 1989: 9
- IARC Working Group on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans. Tobacco smoke and involuntary smoking. IARC Monogr Eval Carcinog Risks Hum 2004;83:1-1438. .
- Demirel İkitimur H, Demir T. Sigaranın İçeriği. In: Demir T, ed. İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları AD Dizisi-5, Sigara ve Sigara Bırakma Tedavileri. İstanbul: Turgut Yayıncılık ve Ticaret; 2005. p.17-21.
- Örsel O. Tütün İçeriği, Farmakokinetiği ve Tütün Ürünleri. In: Aytemur ZA, Akçay Ş, Elbek O, eds. Tütün ve Tütün Kontrolü. Toraks Kitapları. İstanbul: Aves Yayıncılık; 2010. p.131-40.
- Resmi Gazete. Tütün Mamullerinin Zararlarından Korumaya Yönelik Üretim Şekline, Etiketlenmesine ve Denetlenmesine İlişkin Usul ve Esaslar Hakkında Yönetmelik. 06/01/2005: 25692
- World Health Organization. Tobacco Fact Sheet, 2016. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/en/>. Erişim tarihi: 19.08. 2019.
- Doğanay S, Sözmen K, Kalaça S, Ünal B. Türkiye'de toplumda sigara içme sıklığı nasıl değişiyor? Türkiye Halk Sağlığı Dergisi 2012;10(2):93-115. .
- Bilir N, Özcebe H, Aslan D, Ergüder T, (Çevirenler). Küresel tütün salgını raporu. MPOWER paketi. Ankara: 2008. [http://whqlibdoc.who.int/publications/2008/978924159628\\_2\\_tur.pdf](http://whqlibdoc.who.int/publications/2008/978924159628_2_tur.pdf). Erişim Tarihi: 19.08.2019. .
- TÜİK Küresel Yetişkin Tütün Araştırması Türkiye-2008. TÜİK Matbaası, Ankara, 2010. [www.tuik.gov.tr/Icerik-Getir.do?istab\\_id=215](http://www.tuik.gov.tr/Icerik-Getir.do?istab_id=215). Erişim tarihi: 19.08.2019. .
- SB. Halk Sağlığı Kurumu Küresel Yetişkin Tütün Araştırması Türkiye-2012. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayın No. 948; 2014.
- Ergüder T, Çakır B, Aslan D, Warren CW, Jones NR, Asma S. Evaluation of the use of global youth tobacco survey (GYTS) data for developing evidencebased tobacco control policies in Turkey. BMC Public Health 2008;8 (Suppl 1):4. .
- Yürekli, Ayda, Önder, Zeynep, Elibol, H.Murat, Erk, Nejat, Çabuk, Altan, Fisunoğlu, Mahir, Erk, Sinan Fikret, Chaloupka, Frank J. (2010). Türkiye'de Tütün Ekonomisi ve Tütün Ürünlerinin Vergilendirilmesi. Paris: Uluslararası Tüberküloz ve Akciğer Hastalıkları ile Mücadele Derneği. .
- Türk Toraks Derneği Tütün Kontrolü Çalışma Grubu tarafından hazırlanmıştır-2014. Sigara bırakma tam ve tedavi uzlaşma raporu. Ankara: Miki Matbaacılık; 2014. .
- WHO (World Health Organization) (2008). Küresel Tütün Salgını Raporu, 2008 MPOWER Paketi. .
- Uzbay İ, Yüksel N. Madde kötüye kullanımı ve bağımlılığı. Yüksel N, ed. Psikofarmakoloji. Yenilenmiş 2003; 2:485-520. .
- Demir T. Sigara ve sigara bırakma tedavileri. 1. Baskı İstanbul: Golden Medya Yay. 2005.
- Swanson AN, Shoptaw S, Heinzerling KG, Wade AC, Worley M, McCracken J et al. Up in Smoke? A Preliminary Open-Label Trial of Nicotine Replacement Therapy and Cognitive Behavioral Motivational Enhancement for Smoking Cessation Among Youth in Los Angeles. Substance Use & Misuse 2013;14(48): 1553-15. .
- US Public Health Service, International Classification of Diseases,10th Revision; F17. JAMA 2000;283:3244-54.
- Watkins SS, Koob GF, Markou A. Neural mechanisms underlying nicotine addiction: acute positive reinforcement and withdrawal. Nicotine & Tobacco Research. 2000;2(1):19-37.
- SÖNMEZ CI, ÖZBEY Z. Nikotin Bağımlılığının Nörobiyolojisi ve Klinik Özellikleri. Türkiye Klinikleri Family Medicine-Special Topics. 2016;7(5):13-9.
- Association AP, Association AP. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM I). Washington, DC: American Psychiatric Association 1994:143-7. .
- Demir T. Sigara bağımlılığı. Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyumu: Mart. 2008:231-8.
- Uysal MA, Kadakal F, Karşıdağ C, Bayram NG, Uysal O, Yılmaz V. Fagerstrom test for nicotine dependence: reliability in a Turkish sample and factor analysis. Tuberk Toraks. 2004;52(2):115-21.
- Özlu T, Metintaş M, Karadağ M, Kaya A. Solunum Sistemi ve Hastalıkları Temel Başvuru Kitabı. Bölüm V ve XVII Copyright. 2011.
- Stephen I Rennard, Daughton DM. Cigarette Smoking and Disease/Alfred P. Fishman (Ed). Fishman's Pulmonary Disease and Disorders. 1997;3. edition:697-707.
- Özkayın N, Aktuğlu K. Sigaranın Kas-İskelet Sistemi Üzerine Etkileri. STED. 2003;12(3):102.
- Aydınlar A. Sigaranın Kardiyovasküler Sistem Üzerine Etkileri, Özyardımcı N.(ed) Sigara ve Sağlık. Bursa, Uludağ Üniversitesi Basımevi. 2002:206-15.
- BOZDEMİR N, KURDAK H. Aile hekimliği disiplini ilkelineri açısından nikotin bağımlılığına yaklaşım. Türkiye Klinikleri Family Medicine-Special Topics. 2016;7(5):35-8.
- Prochaska JO, DiClemente CC. Transtheoretical therapy: toward a more integrative model of change. Psychotherapy: theory, research & practice. 1982;19(3):276.
- Cole TK. Smoking cessation in the hospitalized patient using the transtheoretical model of behavior change. Heart & lung. 2001;30(2):148-58.
- European Network for Smoking and Tobacco Control. European Smoking Cessation Guidelines. 2012. [http://www.ensp.org/sites/default/files/ENSP-ESCG\\_FINAL.pdf](http://www.ensp.org/sites/default/files/ENSP-ESCG_FINAL.pdf)
- Tobacco TCPGT. A clinical practice guideline for treating tobacco use and dependence: 2008 update: a US

- public health service report. American journal of preventive medicine. 2008;35(2):158-76.
33. Prochaska JO, DiClemente CC, Velicer WF, Rossi JS. Standardized, individualized, interactive, and personalized self-help programs for smoking cessation. Health psychology. 1993;12(5):399.
  34. MARAKOĞLU K, KARGIN NÇ. Nikotin bağımlılığının medikal tedavisi. Türkiye Klinikleri Family Medicine-Special Topics. 2016;7(5):49-54.
  35. Larzelere MM, Williams DE. Promoting smoking cessation. American family physician. 2012;85(6).
  36. Frishman WH. Smoking cessation pharmacotherapy. Therapeutic advances in cardiovascular disease. 2009;3(4):287-308.
  37. Glynn DA, Cryan JF, Kent P ve ark. (2009) update on smoking cessation therapies. Adv Ther, 26: 369-382.
  38. Okuyemi KS, Nollen NL, Ahluwalia JS. Interventions to facilitate smoking cessation. Am Fam Physician. 2006;74(2):262-71.
  39. Türk Toraks Derneği Tütün Kontrolü Çalışma Grubu, Sigara Bırakma Tanı ve Tedavi Uzlaşısı Raporu. Ankara, 2014. Erişim: (<http://www.toraks.org.tr/uploadFiles/book/file/142201415150-Sigara-BirakmaTani--ve-Tedavi-Uzlasisi-Raporu-2014.pdf>). Erişim tarihi: 28.08.2019. .
  40. Simon JA, Duncan C, Carmody TP, Hudes ES. Bupropion for smoking cessation: a randomized trial. Archives of internal medicine. 2004;164(16):1797-803.
  41. Sayın E. Sigara bırakmayı etkileyen faktörler ve bırakma yöntemlerinin etkinliği. Tıpta uzmanlık tezi, Ufuk Üniversitesi Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara, 2013. .
  42. Nides M, Oncken C, Gonzales D, Rennard S, Watsky EJ, Anziano R, et al. Smoking cessation with varenicline, a selective  $\alpha 4\beta 2$  nicotinic receptor partial agonist: results from a 7-week, randomized, placebo-and bupropion-controlled trial with 1-year follow-up. Archives of internal medicine. 2006;166(15):1561-8.
  43. Boztaş MH, Abatan E. Sigara Bırakmada İlaç Tedavisi. Klinik Psikiyatri Dergisi. 2013;16(2).