

ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ YAŞAR DOĞU BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA İÇME SIKLIĞI VE ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Smoking Prevalence and Affecting Factors in Students of Ondokuz Mayıs University Physical Education and Sports Academy

Yıldız Pekşen¹, Sevgi Canbaz², A. Tevfik Sünter², Ebru K. Tunçel³

ÖZET

Amaç: Tütün dünyada en önemli ikinci ölüm nedenidir. Bu çalışma Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu (BESYO) öğrencilerinde, sigara içme sıklığını ve bunu etkileyen faktörleri araştırmak amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Kesitsel tipteki bu araştırmanın, 18-22 Nisan 2005 tarihleri arasında, BESYO'da eğitim alan öğrencilerin tamamında yapılması planlanmıştır. Araştırmaya 253 öğrenciden 207 (%81.8)'si katılmayı kabul etmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul edenlere gözlem altında anket uygulanmıştır. Veriler ortalama \pm standart sapma ve yüzdelikler olarak verilmiştir. Verilerin karşılaştırılmasında ki-kare ve Student T testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada sigara içme prevalansı %14.0 olarak bulunmuştur. Sigara içen ve içmeyen katılımcılar arasında cinsiyetler ve aile yapısı açısından fark bulunmazken ($p>0.05$); ailede sigara içme durumu, barınma durumu ve çocukluğunun geçtiği yer açısından fark bulunmuştur ($p<0.05$). Sigara içen kızlarda ve erkeklerde sigaraya başlama yaşı sırasıyla 16.1 ± 0.7 ve 16.7 ± 3.2 yıl olup, aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Sigara içenlerin 1 (%3.4)'ü hastane, kütüphane, tiyatro gibi yasaklanan yerlerde sigara içtiğini; 5 (%17.2)'i sigarayı bir kez, 13 (%44.8)'ü birkaç kez bırakmayı denediğini ifade etmiştir. Sigarayı bırakmayı deneyenlerin 2 (%11.1)'si ise, organize bir sigara bırakma programına katıldığını belirtmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, bir yandan gençlere rol model olacak öğretmen, doktor gibi meslek üyelerinin ve anne-babaların bu konuda bilinçlendirilmelerinin sağlanması gerekirken, diğer yandan da bırakma kampanyaları düzenlenerek salgının gerilemesine ve sigara mücadelesine katkıda bulunulmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Sigara içme, öğrenci, spor, prevalans.

ABSTRACT

Objective: Tobacco is the second major cause of death in the world. The purpose of this study was to investigate in students of Ondokuz Mayıs University Physical Education and Sports Academy (PESA) in order to find out smoking prevalence and affecting factors.

Method: A cross-sectional study was conducted between April 18 and 22, 2005 in the students, at PESA. Out of a total of 253 enrolled students, 207 (81.8%) agreed to participate in the study. A questionnaire was applied to participants under observation. Data were given as mean \pm standard deviation (SD) and percentages. Analysis of data performed by using chi-square and student t tests.

Results: Smoking prevalence was 14.0% in this study. While there was no statistically significant difference between participants, smoking and non-smoking, according to sex ($p>0.05$); there was statistically significant difference between participants, smoking and non-smoking, according to any members smoking in family, accommodation and the place where the childhood was passed. The mean age of starting smoking, in girls and boys, were 16.1 ± 0.7 and 16.7 ± 3.2 years, respectively, and the difference was not statistically significant ($p>0.05$). Of the smokers, only 1 (3.4%) was reported that she/he smoking in places where smoking is prohibited such as hospitals, libraries and theatres. Of the smokers, 5 (17.2%) has tried to quit smoking once and 13 (44.8%) has tried to quit smoking more than once. Two participants were attended to an organized smoking cessation program.

Conclusion: In conclusion, to decrease the prevalence of smoking, role models such as teachers, doctors, and parents, who presents a role model for youth, need to be educated about harmful affect of smoking, and quit campaigns should be organized.

Key Words: Smoking, student, sports, prevalence.

¹ Prof.Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D.

² Yrd. Doç. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D.

³ Uzm. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D.

GİRİŞ

Dünyanın en önemli halk sağlığı sorunlarından birisi olan sigara, ülkemizde de en önemli önlenebilir ve erken ölüm nedenidir. Kullanan kişiye verdiği zararların yanı sıra pasif içiciler üzerindeki etkileri de, bu alışkanlığın önemini arttırmaktadır (1). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), sigarayı "dünyanın en hızlı yayılan ve en uzun süren salgını" olarak tanımlamaktadır (2). DSÖ verilerine göre, her 10 kişiden birisi tütün ürünlerinin sonuçlarına bağlı nedenlerden hayatını kaybetmekte; tütün her yıl 5 milyon ölüme yol açmaktadır (3). Eğilimlerin değişmemesi durumunda, 2020 yılında sayının 10 milyon kişiye ulaşacağı tahmin edilmektedir. Bu ölümlerin %70.0'i gelişmekte olan ülkelerde olacaktır (1,3).

Ülkemizde sigara içme yaygınlığı ile ilgili yapılmış araştırmalar daha çok bölgesel niteliktedir. Tüm ülkeyi temsil eden iki araştırmadan sonucunun sonuçlarına göre; 15 yaş üzeri nüfusta sigara içme prevalansı %35.8 olarak bulunmuştur (4). Üniversite öğrencilerinin sigara içme alışkanlığını belirlemeye yönelik olarak yapılan çalışmalarda ise sıklık; %21.2 ile %48.3 arasında değişmektedir (5-10).

Bağımlılık-bağımsızlık çatışması, akran baskısı ve cinsel kimlik arayışı gibi sorunların daha yoğun yaşandığı ergenlik dönemi, sigaraya başlamak için ideal bir dönemdir (1). DSÖ'nün yaptığı bir araştırmaya göre; özellikle gelişmekte olan ülkelerde sigaraya genellikle 19 yaşından önce başlanmakta ve tiryakilik bu yaşa kadar yerleşmektedir. Bu nedenle bu yaşlara kadar verilecek olan eğitimle, ergenlerin sigaraya başlaması önlenebilecektir (1,11).

Sigara içmeyi önleme konusunda toplumda önemli rol oynayan öğretmenlerin, özellikle de sigara ve sporun birlikte bağdaşmaması nedeniyle, beden eğitimi öğretmenlerinin önemli sorumlulukları bulunmaktadır. Bu çalışma Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu (BESYO) öğrencilerinde, sigara içme sıklığını ve bunu etkileyen faktörleri araştırmak amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Kesitsel tipteki bu araştırmanın, 18-22 Nisan 2005 tarihleri arasında, BESYO'da eğitim alan öğrencilerin tamamında yapılması planlanmıştır. Araştırmaya 253 öğrenciden 207 (%81.8)'si katılmayı kabul etmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul edenlere gözlem altında anket uygulanmıştır.

Anket formunda; yaş, cinsiyet, anne ve babanın birlikte yaşama durumu, aile bireylerinde sigara içme öyküsü, öğrencinin çocukluğunun geçtiği yer, öğrencinin barınma durumu, sigaraya başlama yaşı ve etkili faktörler, ilk sigaraya başlama yaşı, içme ihtiyacının en kuvvetli olduğu anlar, yasaklanan yerlerde sigara içip içmediği, sigarayı bırakma çabası olup olmadığına dair sorular bulunmaktaydı. Anketin son kısmında ise; sigara alışkanlığı, fiziksel zevk, psikolojik bağımlılık, uyarılma, rahatlama ve gerginliği belirlemeye yönelik, her bir başlığa ait dörder adet soru bulunmaktaydı. Bu soruların her birinde "daima", "ara sıra", "nadiren" ve "asla" şeklinde beşli likert skala yer almaktaydı (12). Likert skalada yer alan ifadeler sıklık sırasına göre sıfırdan beşe doğru puanlanarak, her bir başlığın toplam puanı elde edilmiştir.

Bağımlılık kişinin madde alımı üzerindeki kontrolünü kaybetmesini ifade etmektedir. DSÖ madde bağımlılığını "kullanılan bir psikoaktif maddeye kişinin daha önceden değer verdiği diğer uğraşlardan ve nesnelere belirgin olarak daha yüksek bir öncelik tanıma davranışı" olarak tanımlamaktadır (13). DSÖ'e göre tiryakilik tanımları ise; geçmişte en az 6 ay, günde bir paket sigara içmiş ancak şu anda bırakmış olana eski tiryaki, hiç içmemiş olana sigara içmeyen, günde birden az sigara içene ara sıra içen tiryaki, her gün en az bir sigara içene günlük tiryaki, günde 10'un altında sigara içene hafif tiryaki şeklindedir (14).

Veriler ortalama \pm standart sapma ve yüzdelikler olarak verilmiştir. Verilerin karşılaştırılmasında ki-kare ve student t testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Çalışmaya katılan kız ve erkek öğrencilerde yaş ortalaması sırasıyla 21.0 ± 2.1 ve 21.8 ± 2.3 yıl olarak bulunmuştur. Katılımcılar arasında daha önceden bağımlılık düzeyinde kullanım ve ara sıra kullanıma rastlanmazken, 178 (%86.0)'i hayatı boyunca hiç sigara içmediğini ve 29 (%14.0)'u halen sigara içtiğini ifade etmiştir. Sigara içenlerin ise 13 (%44.8)'ü hafif tiryaki iken, 16 (%55.2)'si günlük tiryaki olarak bulunmuştur. Katılımcıların bazı özelliklerinin, sigara içme durumlarına göre dağılımı Tablo-1'de verilmiştir.

Sigara içenlerin ilk sigarayı deneme yaşı genelde 16.5 ± 2.6 yıl olup, bu yaş kızlarda ve erkeklerde sırasıyla 16.1 ± 0.7 ve 16.7 ± 3.2 yıl olarak bulunmuştur. Sigarayı deneme yaşı açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Sigarayı ilk

deneme döneminin cinsiyetlere göre dağılımı Tablo-2'de verilmiştir.

Sigara içen katılımcılara, sigaraya başlamada etkili olan faktörler sorulduğunda 27 (%93.1)'si arkadaşı/arkadaşlarının, 2 (%6.9)'si babasının sigara içiyor olması olarak ifade etmiştir.

Sigara içen katılımcılara, günde kaç adet sigara içtikleri sorulduğunda; kızlar 10.1 ± 2.3 ve erkekler 12.7 ± 4.7 adet sigara içtiklerini ifade etmişlerdir. Günlük içilen sigara sayısı açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Sigara içen katılımcıların sigara alışkanlığı ile ilgili bazı

özelliklerinin dağılımı Tablo-3'te verilmiştir.

Sigara içenlerin 1 (%3.4)'i hastane, kütüphane, tiyatro gibi yasaklanan yerlerde sigara içtiğini; 5 (%17.3)'i sigarayı bir kez, 13 (%44.8)'ü birkaç kez bırakmayı denediğini, 11 (%37.9)'i ise hiç bırakma girişiminde bulunmadığını ifade etmiştir. Sigarayı bırakmayı deneyenlerin 2 (%11.1)'si, organize bir sigarayı bırakma programına katıldığını belirtmiştir.

Çalışmada sigara içicisi olan kız ve erkeklerin sigara bağımlılığı ile ilgili bazı özelliklerinden aldıkları puan ortalamalarının dağılımı Tablo-4'te verilmiştir.

Tablo-1: Katılımcıların Bazı Özelliklerinin Sigara İçme Durumlarına Göre Dağılımı

ÖZELLİKLER	SİGARA İÇEN (n=29)		SİGARA İÇMEYEN (n=178)		p
	Sayı	%*	Sayı	%*	
Cinsiyet					
Kız	10	9.8	92	90.2	>0.05
Erkek	19	18.1	86	81.9	
Ailede Sigara İçme Durumu					
Anne	9	34.6	17	65.4	<0.05,
Baba	15	13.6	95	86.4	X²=7.48
Kardeşler	9	13.2	59	86.8	
Aile Yapısı					
Anne-Baba Birlikte Yaşıyor	25	14.9	143	85.1	>0.05
Anne ve/veya Baba Ölü	3	11.5	23	88.5	
Boşanmış	1	7.8	12	92.2	
Öğrencinin Barınması					
Ailesi ile Birlikte	9	6.4	132	93.6	<0.001,
Ailesinden Ayrı	20	30.3	46	69.7	X²=21.35
Çocukluğunun Geçtiği Yer					
İl	18	10.8	149	89.2	<0.01,
İlçe	6	22.2	21	77.8	X²=9.41
Köy	5	38.5	8	61.5	

*satur yüzdesi

Tablo-2: Sigarayı İlk Deneme Döneminin Cinsiyetlere Göre Dağılımı

Deneme Dönemi	Kız (n=10)		Erkek (n=19)	
	Sayı	%	Sayı	%
İlkokul	0	0.0	1	5.3
Ortaokul	0	0.0	6	31.5
Lise	10	100.0	9	47.4
Üniv. Sınavına Hazırlanırken	0	0.0	3	15.8

Tablo-3: Sigara İçen Katılımcıların, Sigara Alışkanlığı ile İlgili Bazı Özelliklerinin Dağılımı (n=29)

Özellikler	Sayı	%
Uyanma ile Günün İlk Sigarasını İçme Arasında Geçen Süre		
≤ 30 dakika	13	44.8
> 30 dakika	16	55.2
Sigara İçme İhtiyacının En Kuvvetli Olduğu Anlar		
Yemeklerden sonra	12	41.4
Sıkıntılı, huzursuz olduğunda	5	17.2
Maç izlerken	5	17.2
Kızgın olduğunda	3	10.3
Kahvaltıdan önce	2	6.9
Çay/kahve ile	2	6.9

Tablo-4: Kız ve Erkek Öğrencilerin Sigara Bağımlılığı ile İlgili Bazı Özelliklerden Aldıkları Puan Ortalamaları

Özellik	Kız (n=14)	Erkek (n=19)	p
Sigara alışkanlığı	13.7 ± 1.8	12.7 ± 1.7	>0.05
Fiziksel zevk	17.0 ± 3.7	18.1 ± 3.4	>0.05
Psikolojik destek	13.2 ± 6.5	15.6 ± 2.8	>0.05
Uyarılma	12.7 ± 2.2	13.4 ± 3.5	>0.05
Rahatlama ve gerginliğin azalması	17.4 ± 1.0	11.3 ± 3.0	<0.001

TARTIŞMA

Dünyada ve ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında, kullanımı en yaygın olan maddenin tütün ve tütün ürünleri olduğu görülmektedir (1,3,4-9,15). Gelişmiş ülkelerde ve erişkinlerde sigara içme boyutunda bir azalma saptanırken, gelişmekte olan ülkelerde, gençlerde ve adolesanlarda bu davranışın gittikçe yaygınlaştığı bildirilmektedir (16). Dünyada yaşı 15'in üzerinde olan 1 milyar 200 milyon kişinin sigara içtiği tahmin edilmektedir (1).

Ülkemizde sigara kullanım sıklığını bulmaya yönelik çok sayıda ve farklı metodolojik yaklaşımları kullanan çalışmalar bulunmaktadır. Ülkemizde erkeklerin yaklaşık %60.0'ı, kadınların %20.0'si ve tüm toplumun yaklaşık %40.0'ı sigara içmektedir. Sigara içme oranları kişilerin eğitim durumları ve statüleri yükseldikçe hızla artmaktadır. Özellikle kadınlarda sigara içme sıklığı son yıllarda hızla artmakta olup, kadın sağlık personeli ve öğretmenlerde %23.0-66.7'lik sıklıkla erkeklerle aynı düzeye ulaşmıştır (17). Saltık ve ark (18)'nin Edirne'de ve Bilir ve ark (19)'nin Ankara'da orta dereceli okul öğretmenlerinde yaptıkları çalışmada, öğretmenler arasında sigara içme sıklığı sırasıyla %49.0 ve %50.8 olarak bulunmuştur. Yüksek öğretim öğrencileri arasında sigara içme yaygınlığını belirlemek için Dabak ve ark (8)'nin Samsun'da ve Metintaş ve ark (7)'nin Eskişehir'de yaptıkları çalışmada; sırasıyla sigara içme sıklığı %29.2 ve %42.5 olarak bulunmuştur. Önadlı ve ark (20)'nin Tütün Ekspertiği Yüksekokulu'nda yaptıkları çalışmada ise sigara içme sıklığı mezunlarda %76.7, öğrencilerde %47.0 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada sigara içme prevalansı %14.0 olarak bulunmuştur. Prevalansın diğer çalışmalara göre daha düşük bulunması, bu çalışmada yer alan katılımcıların geleceğin beden eğitimi öğretmenleri olmasına bağlanabilir. Çünkü sigara içimi ve spor birbiri ile bağdaşmayan iki durumdur. Sigara birçok sistemin yanı sıra özellikle solunum sistemini

etkileyerek, spor performansında düşmeye neden olmaktadır (1,21).

Yapılan çalışmalarda erkeklerin sigara içme sıklığı, kızlara göre daha yüksek bulunmuştur (1,10,22,23). Bu çalışmada da erkeklerin sigara içme sıklığı kızlara göre daha yüksektir, ancak istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

Sigaraya başlama nedenleri arasında; bağımlılık-bağımsızlık çatışması, akran baskısı ve cinsel kimlik sayılabilir. Bağımlılık-bağımsızlık çatışmasının temelinde, biyolojik olgunlaşma ve psikososyal gelişme açısından çocukluktan çıkıp, yetişkinliğe doğru yönelimin olduğu ergenlik dönemindeki kimlik edinme ve yetişkin rolü üstlenme arzusu yatmaktadır. Bu dönemde birey büyüklerine özenmekte, büyüklere özgü davranışları denemekte, böylece kendisine ve yaşıtlarına büyüdüğünü kanıtlamaktadır. Diğer yandan özellikle ataerkil değerlerin üstün olduğu geleneksel toplumlarda, erkek olmak üstünlük, bu üstünlüğün gereği olarak da bazı tutum ve davranışların sergilenmesi zorunluluktur. Bunlar arasında acıya katlanamama, sızlanma ve ağlama kadınsı davranışlar olarak nitelenirken, sigara kullanma erkeksi davranışlardır (1). Çan ve ark (24)'nin yaptığı bir çalışmada annesi, babası, kardeşi, arkadaşı ve öğretmenleri sigara içenlerin içmeyenlere göre anlamlı olarak daha fazla sigara içmeyi denedikleri bulunmuştur. Bu çalışmada annesi sigara içenlerin, ailesinden ayrı yaşayanların ve çocukluğu köyde geçenlerin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla sigara içtikleri bulunmuştur. Çevre ve arkadaş faktörü, her türlü alışkanlıkta olduğu gibi, sigara konusunda da belirleyici olabilmektedir. Sigara içen arkadaşların varlığında çocuğun toplumda kendine yer bulma isteği ya da grup baskısı onun sigaraya başlamasını kolaylaştırmaktadır (25,26). Valente TW ve ark (27)'nin bir çalışmada, öğrencinin okuldaki popülaritesi, sigara içme riskini arttırmaktadır. Çalışmada katılımcıların %93.1'inin sigaraya başlamalarında arkadaşlarının etkili olduğunu ifade etmesi, akran baskısının önemini bir kez daha vurgulamaktadır.

Çalışmada kızların tamamı, erkeklerin ise yarıya yakını sigarayı ilk defa lise döneminde denemiştir. Sosyal, psikolojik ve genetik faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan sigara alışkanlığı, daha çok çocukluk ve gençlik çağında kazanılan bir davranıştır (1,3,5,11). Ergenlik döneminde kendisine model arayan bireyin, evde anne-babadan, okulda sigara içen öğretmeninden ve arkadaşından etkilenmemesi oldukça güçtür.

Sigara bağımlısı uyandıktan sonraki ilk 30 dakika içinde sigara içme isteği olan kişidir (14). Çalışmada sigara içenlerin yarıya yakını ilk 30 dakika içinde sigara içtiklerini ifade etmişlerdir.

Kullanılan kişiye verdiği zararları yanı sıra, pasif içiciler üzerindeki etkileri de, sigara alışkanlığının bir diğer önemli boyutunu göstermektedir (1). Kişileri tütün ve tütün ürünlerinin zararlarından, bunların alışkanlıklarını özendirici reklam, tanıtım ve teşvik kampanyalarından koruyucu önlemleri almak amacıyla çıkarılan "4207 Sayılı Tütün Mamullerinin Zararlarının Önlenmesine Dair Kanun" ile; sağlık, eğitim-öğretim ve kültür hizmeti veren yerler ile, kapalı spor salonları ve toplu taşımacılık yapılan her türlü nakil araçları ve bunların bekleme salonlarında, kamu hizmeti yapan kurum ve kuruluşlardan beş veya daha fazla kişinin görev yaptığı kapalı mekanlarda tütün ve tütün ürünlerinin içilmesi yasaklanmıştır (28). Acımuş ve ark (29)'nın banka çalışanlarında yaptığı bir çalışmada, katılımcıların %87.5'i 4207 sayılı yasanın uygulanmasına, %77.9'u herkese uygulanmasına olumlu bakarken, %15.3'ü o gün içinde banka iç ortamında sigara içtiğini ifade etmiştir. Çalışmada sigara içenlerin sadece %3.4'ünün yasaklanan yerlerde sigara içmesi olumlu karşılanmıştır.

Katılımcıların üçte ikisi sigarayı bırakmayı denemiş ancak hiçbiri başarılı olamamıştır. Bunların da çok azı organize bir sigara bırakma programına katılmıştır. Bu başarısızlık ve organize sigara bırakma programına katılım oranındaki düşüklük, toplumda her kesim için etkili ve planlı sigarayı bıraktırma programlarına gereksinim olduğunu göstermektedir.

Katılımcıların sigara bağımlılığı ile ilgili bazı özellikleri incelendiğinde; kızların erkeklere göre rahatlama ve gerginliğin azalması kategorisinden istatistiksel olarak anlamlı daha fazla puan aldıkları bulunmuştur. Kızlar üzerindeki toplumsal baskı, kızlarda daha fazla kaygı ve strese neden olmaktadır (30). Bu nedenle sigaranın kızlarda erkeklere göre daha fazla rahatlama aracı olarak kullanıldığını düşündürmektedir.

Sonuç olarak; ülkemizdeki sigara içme prevalansını düşürmek amacıyla bir yandan eğitim kuruluşlarında sigara-sağlık ilişkisine yer

vererek, sigara ile henüz tanışmamış grubun bu alışkanlığı kazanmalarına engel olmak, buna yönelik olarak gençlere rol model olacak öğretmen, doktor gibi meslek üyelerinin ve anne-babaların bu konuda bilinçlendirilmelerinin sağlanması gerekirken, diğer yandan da bırakma kampanyaları düzenlenerek salgının gerilemesine ve sigara mücadelesine katkıda bulunulmalıdır.

KAYNAKLAR

- 1- Dabak Ş. Sigara ve Sağlık. Tür A (editör). Sigaranın Bilimsel Yüzü. İstanbul: Logos Yayıncılık, 2004:1-32.
- 2- Nakajima H. Message from the director-general of World Health Organisation for world no tobacco day, 1997. Tobacco Alert. Internet Adition-Advisory kit. 1996;4:50-51.
- 3- WHO. Why is tobacco a public health priority? Url: <http://www.who.int/tobacco/en/>,22455 bayt, 29.04.2005.
- 4- Emri S, Başoğlu S, Turnagöl H, ve ark. Epidemiology of smoking among Turkish adults: national household survey, 2002. The second international semposium on medical geology, nutrition, and cancer abstract book March 31-April 03,2003, İstanbul (www.canev.org)
- 5- Bilir Ş, Mağden D. Hacettepe üniversitesi öğrencilerinin sigara-alkol-ilaç alma ve uyuşturucu madde kullanma alışkanlıklarının araştırılması. Sağlık Dergisi 1984;58 (4-6): 15-30.
- 6- Cimrin A, Ergin S, Akkoçoğlu A, ve ark. Dokuz Eylül üniversitesi tıp fakültesi öğrenci ve çalışanlarında akciğer hastalıklarının sigara ile ilişkisinin incelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi dergisi 1988;3 (3):54-61.
- 7- Metintaş S, Sarıboyacı MA, Nuhoglu S, ve ark. Smoking patterns of university students in Eskişehir, Turkey. Public Health 1998;112 (4): 261-264.
- 8- Dabak Ş, Topbaş M, DüNDAR C, ve ark. Ondokuz mayıs üniversitesi öğrencilerinde sigara içme prevalansı. Sigara ve Sağlık Ulusal Kongresi Özet Kitabı 7-8.Kasım.1997,İstanbul.
- 9- UNODC, Birleşmiş Milletler Uyuşturucu ve Suç Ofisi. Madde kullanımı üzerine ulusal değerlendirme çalışması:6 büyük şehirden elde edilen sonuçlar. Ankara: Türkiye Projesi Ofisi, 2004.
- 10- Ögel K, Çorapçioğlu A, Sır A, ve ark. Dokuz ilde ilk ve ortaöğretim öğrencilerinde tütün, alkol ve madde kullanım yaygınlığı. Türk Psikiyatri Dergisi 2004;15 (2):112-118.

- 11- CAH-Adolescents and Substance Use. Url: http://www.who.int/child-adolescent-health/PREVENTATION/Adolescent_substance.htm, 29591 bayt, 29.04.2005.
- 12- Şahin A, Çöplü L, Emri S, ve ark. Araştırmalarda kullanılabilir anket formu örnekleri. Barış İ (editör). Solunum Hastalıkları, Temel Yaklaşım. Ankara: Türkiye Akciğer Hastalıkları Vakfı Yayınları No:6, 1995:488-490.
- 13- Kesim Y. Sigaranın farmakolojik etkileri. Tür A (editör). Sigaranın Bilimsel Yüzü. İstanbul: Logos Yayıncılık, 2004:29-53.
- 14- Aşut Ö. Sigara ve Hekim. 1. baskı, Ankara: TTB, 1993:15-32.
- 15- Acuda SW, Eide AH. Epidemiological study drug use in urban and rural secondary schools in Zimbabwe. Cent Afr J Med 1994;40:207-212.
- 16- Aslan D, Şahin A. Sigara ile mücadele konusunda yapılmış bir çalışmada kullanılan akran danışmanlığı yöntemi ile ilgili kısa bir rapor. Hacettepe Toplum hekimliği Bülteni 2003;24 (2):11-12.
- 17- T.C. Sağlık Bakanlığı. Url: <http://www.saglik.gov.tr>, 18866 bayt, 04.08.2005
- 18- Saltık A, Yılmaz T, Yorulmaz F, ve ark. Edirne merkezindeki orta dereceli 318 okul öğretmeninde sigara içme davranışı ve Spielberger Testi ile ölçülen kaygı düzeylerinin incelenmesi. Ege Tıp dergisi 1991;30 (4):524-529.
- 19- Bilir N, Doğan BG, Yıldız AN. Smoking behavior and attitudes (Turkey). Final report of Research for International Tobacco Control, Ankara, 1997.
- 20- Önadlı CT, Bilir N, Aslan D. Tütün Ekspertiği Yüksek okulu mezunları ile Öğrencilerinin Sigara İçme Durumları. 9.Ulusal Halk Sağlığı Günleri-GATA (Çevre Sağlığı) Bildiri Kitabı, 2005;478.
- 21- Shehu V. Sigaranın Yaptığı Hastalıklar. Barış İ (editör). Sigara ve Gençlik. 1. Baskı Ankara: Kültür Bakanlığı Başvuru Kitapları, 1997:22-30.
- 22- Sigara alışkanlıkları ve sigara ile mücadele kampanyası kamuoyu araştırma raporu, PİAR, Ocak,1988.
- 23- Karşı R, Turla A, Sünter At, ve ark. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi dönem I,II,III öğrencilerinde Sigara içme alışkanlığı sıklığı. 7. Ulusal Toraks Derneği Kongre Kitabı, 28 Nisan- 1 Mayıs 2005, Antalya, 227.
- 24- Çan G, Topbaş M, Öztuna F ve ark. Trabzon'daki Lise Öğrencilerinin Sigara İçme Sıklığı ile Sigaraya Başlamada Etkili Faktörlerin Tespiti. 9.Ulusal Halk Sağlığı Günleri-GATA (Çevre Sağlığı) Bildiri Kitabı, 2005;484.
- 25- Gaeta G, Del castello E, Cuomo S, et al. Familial and friends who smoke:influence on adolescents. G Ital Cardiol 1998;28:259-266.
- 26- Flay BR, Hu FB, Richardson J. Psychosocial predictors of different stages of cigarette smoking among high school students. Preventive Medicine 1998;27:9-18.
- 27- Valente TW, B J. Unger, Johnson CA. Do popular students smoke? The association between popularity and smoking among middle school students. J Adolescent Health 2005; 37 (4): 323-329.
- 28- Sigara Web Sitesi. Url:<http://www.sigara.gen.tr/yasa/4207.html>, 15082 bayt, 04.08.2005.
- 29- Acımış NM, Bostancı M, Bozkurt Aİ ve ark. Denizli İl Merkezindeki Bankalarda Çalışanların Bazı Özellikleri ve Sigara İçme Durumlarına Göre "4207 Sayılı Yasaya" İlişkin Düşünce ve Uyum Durumları. 9.Ulusal Halk Sağlığı Günleri-GATA (Çevre Sağlığı) Bildiri Kitabı, 2005; 486.
- 30- Baltaş A, Baltaş Z. Stres ve Başa Çıkma Yolları. 18. baskı, İstanbul:Remzi Kitabevi, 1998:47.