

# Sigara paylaşımı (başkasına sigara ikramı) ve sigara bırakma ile ilişkisi

Nazmi Bilir<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Sağlık için Sigara Alarmı Dergisi, Ankara, Türkiye

Zeng X, Xiao L, Xie L, Liu Y, Huang J, Liu S. Cigarette sharing and its association with smoking cessation in China, 2022: findings from the China national adult tobacco survey. *Tob Control* 2026 Jan 28. Epub ahead of print. <https://doi.org/10.1136/tc-2025-059435>

Çin’de sigara paylaşımı 17. yüzyıldan beri bilinen ve oldukça yaygın bir davranıştır. Başkasına sigara ikram etmek bir saygı ifadesi ve dostluk kurma yaklaşımıdır. Bununla birlikte başkasına sigara ikram etmek tütün kontrolü ve sigara bırakma çalışmaları üzerine olumsuz etki yapar. Sigara içen kişiler sigarayı bırakmanın sosyal ilişkilere zarar vereceği konusunda anksiyete yaşamaktadır. Sigarayı bırakmış olan kişiye sigara ikram edildiğinde reddetmek sigara ikram eden kişiye saygı göstermeme olarak algılanabilir. Tütün kontrolü çalışmaları ile ilgili olarak Çin’de sosyal medya aracılığı ile “hediye olarak sigara ikram etmeyin” ve “sigara vermek zarar vermektir” şeklinde kampanyalar yapılmaktadır. Tütün kontrolü uygulamaları kapsamında sigara paketleri üzerine, paketlerinin en az %50’sini kaplayacak şekilde uyarı mesajları yazılması “maliyet-etkili” (cost effective) bir yöntemdir, ancak Çin’de paketler üzerindeki sağlık uyarı mesajları paket üzerinde %30’luk bir alanı

kapsamaktadır; dolayısı ile bu konudaki DSÖ standardını karşılamamaktadır.

Çin Yetişkin Ulusal Tütün Araştırması 2022 yılında 30 merkezde yapıldı ve bu çalışmada sigara ikram etme davranışı konusunda standart bilgiye ulaşılması amaçlandı. Çalışmada son 30 gün içinde sigara paylaşımı incelendi ve Çin’deki yetişkinlerin %21,2’sinin son 30 gün içinde sigaralarını paylaşmış olduğu, başkasına sigara ikram ettiği bulundu (Erkeklerde %38,0, kadınlarda %3,9). Halen sigara içenlerde sigara paylaşımı en yüksekti (%72,0), eskiden sigara içmiş olanlarda %13,6 ve sigara içmemiş olanlarda ise %4,3 olarak bulundu. Sigara paylaşımının meslek dağılımı incelendiğinde ticaret ve hizmet sektörü çalışanları arasında sigara paylaşımı halen sigara içenlerde %80,6, önceden sigara içmiş olanlarda da %20,4; hiç sigara içmemiş tarım çalışanlarında %6,1 bulundu. Sağlık çalışanları arasında sigara paylaşımı ise %17,8 bulundu. Halen sigara içen

✉ Nazmi Bilir • nazmi.bilir@gmail.com

**Geliş tarihi / Received:** 20.04.2025 **Kabul tarihi / Accepted:** 22.04.2025 **Yayın tarihi / Published:** 28.04.2026

Telif hakkı © 2026 Yazar(lar). Sağlığı Geliştirme ve Sigara ile Mücadele Derneği tarafından yayımlandı. Açık erişimli bu makale, orijinal çalışmaya uygun şekilde atıfta bulunulması koşuluyla, herhangi bir ortamda veya formatta sınırsız kullanım, dağıtım ve çoğaltmaya izin veren [Creative Commons Atıf Lisansı \(CC BY\)](#) ile dağıtılmıştır.

Copyright © 2026 The Author(s). Published by The Society for Health Promotion and Tobacco Control. This is an open access article distributed under the [Creative Commons Attribution License \(CC BY\)](#), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium or format, provided the original work is properly cited.

ve tütün karşıtı mesaj görmüş olan yetişkinlerde sigara paylaşımı sıklığı %76,2 ve tütün ürünü reklamı görmüş olanlarda %77,7 bulundu. Tütün karşıtı mesaj ve tütün ürünü reklamı görmemiş olan kişilerde ise bu değerler %69,7 ve %71,2 olarak bulundu. Sigaranın zararlarının bilincinde olanlarda sigara paylaşımı %38,6

olmasına karşın sigaranın zararlarının bilincinde olmayanlarda %61,4 olarak bulundu. Sigara paylaşımı sigara bırakma konusunda karar verme bakımından olumsuz etki yapmakta ve başarılı sigara bırakmaya engel olmakta, buna karşılık sigarayı bırakmış olanların tekrar sigara içmeye başlamasını artırmaktadır.