

Sigara bırakma polikliniğini işyerine taşımak: Sanayi çalışanlarında entegre modelin kısa ve orta dönem sonuçları

Nezihe Tuğba Tunçkaya Çelik¹

¹Sincan İlçe Sağlık Müdürlüğü, Ankara, Türkiye

öz

Giriş: Tütün kullanımı, önlenabilir hastalık ve ölümlerin başlıca nedenlerinden biri olmaya devam etmektedir.¹ Sigara; kardiyovasküler hastalıklar, kronik solunum sistemi hastalıkları, maligniteler ve çok sayıda diğer kronik durum açısından önemli bir risk etkenidir.² Bunun yanında çalışan sağlığı açısından iş gücü kaybı, işe devamsızlık, verimlilikte azalma ve sağlık hizmeti gereksiniminde artış gibi sonuçlar doğurmaktadır.³ Ancak sigara bırakma hizmetleri çoğu zaman poliklinik sınırları içinde kalmakta, özellikle vardiyalı ve yoğun çalışan gruplarda bırakma isteğinin profesyonel destekle buluşmasını zorlaştırmaktadır. Bu nedenle tütün kontrolünde önemli adımlardan biri, başvuruyu yalnızca çalışandan bekleyen klasik yaklaşımın ötesine geçerek hizmeti çalışanın bulunduğu ortama taşıyabilmektir. Bu çalışmada, işyeri sağlık servisi ile sigara bırakma polikliniğinin iş birliği içinde yürütülen entegre sigara bırakma modelinin kısa ve orta dönem sonuçlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışma, Beko Bulaşık Makinesi İşletmesi'nde 2024 yılında başlatılan ve 2025 yılı sonuna kadar sürdürülen entegre sigara bırakma uygulamasının tanımlayıcı değerlendirmesidir. İşletmede toplam çalışan sayısı ve sigara kullanım durumu değerlendirilmiş, aktif sigara kullanan çalışanlarla bireysel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler sırasında nefesten karbonmonoksit ölçümü yapılmış, sigaranın sağlık etkileri anlatılmış ve sigara bırakma sürecine ilişkin danışmanlık verilmiştir. Sigarayı bırakmak istediğini beyan eden çalışanlara yüz yüze eğitim sunulmuştur. Uygulamanın ayırt edici yönü, sigara bırakma hekimlerinin çalışanlara yalnızca poliklinik ortamında değil, işyerinde yüz yüze ve gerektiğinde çevrim içi yollarla da ulaşmasıdır. Bu doğrultuda müdahale, yerinde temas ile çevrim içi izlemi birleştiren hibrit bir model olarak yürütülmüştür. Değerlendirmede toplam çalışan sayısı, sigara kullanan ve kullanmayan çalışan sayısı, bırakma isteği bildiren çalışan sayısı, düzenli poliklinik izlemini sürdüren çalışan sayısı ve 3 ile 6 aylık izlemler sonunda ulaşılan bırakma sayısı esas alınmıştır.

Bulgular: İşletmede toplam 2050 çalışan bulunmakta olup bunların 1054'ü (%51,4) aktif sigara kullanıcısı, 996'sı (%48,6) sigara kullanmayan çalışanlardan oluşmaktadır. Müdahale sonrasında 107 çalışanın sigarayı bırakmak istediği belirlenmiştir. Bu sayı toplam çalışanların %5,2'sine, sigara kullanan çalışanların %10,2'sine karşılık gelmektedir. Düzenli poliklinik izlemini sürdüren çalışan sayısı 57 olup, bu sayı toplam çalışanların %2,8'ini, sigara kullanan çalışanların %5,4'ünü ve bırakma isteği bildiren grubun %53,3'ünü oluşturmaktadır. Üç ve

✉ Nezihe Tuğba Tunçkaya Çelik ▪ tgbtncnya@gmail.com

Geliş tarihi / Received: 29.03.2026 **Kabul tarihi / Accepted:** 05.05.2026 **Yayın tarihi / Published:** 22.05.2026

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.

altı aylık izlemler sonunda 43 çalışanın sigarayı bıraktığı saptanmıştır. Bu sayı toplam çalışanların %2,1'ine, sigara kullanan çalışanların %4,1'ine ve bırakma isteği bildiren çalışanların %40,2'sine karşılık gelmektedir. Tanımlayıcı gözlemler, bırakma başarısının 40 yaş üstü ve mavi yaka çalışanlarda daha belirgin olduğunu göstermiştir.

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları, sigara bırakma hizmetinin işyeri sağlık hizmetleriyle entegre biçimde sunulmasının, sanayi çalışanlarında tütün kontrolü açısından güçlü ve uygulanabilir bir yaklaşım olduğunu göstermektedir. Sigara bırakma desteğinin işyerine taşınması; çalışanlara erişimi artıran, profesyonel desteğe bağlanmayı kolaylaştıran ve izlem sürekliliğini güçlendiren bir model olarak öne çıkmaktadır. Elde edilen sonuçlar, bu yaklaşımın yalnızca farkındalık oluşturmakla kalmadığını; bırakma niyeti geliştiren çalışanların yarıdan fazlasını düzenli izlem sürecinde tutabildiğini ve bu grubun %40,2'sinde 3 ve 6 aylık izlem sonunda sigara bırakma başarısı sağlayabildiğini göstermektedir. Mevcut veriler, polikliniğin işyerine taşındığı bu entegre modelin, sanayi çalışanlarında etkili ve yaygınlaştırılabilir bir işyeri sağlığı müdahalesi olabileceğini düşündürmektedir.⁴

Anahtar kelimeler: sigara bırakma, işyeri sağlığı, tütün kontrolü, çalışan sağlığı, hibrit destek modeli, sigara bırakma polikliniği, sanayi çalışanları

Kaynakça

1. World Health Organization. Tobacco [Internet]. Geneva: WHO; 2025 Jun 25 [cited 2026 May 14]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
2. World Health Organization. Tobacco [Internet]. Geneva: WHO; [cited 2026 May 14]. Available from: <https://www.who.int/health-topics/tobacco>
3. National Institute for Occupational Safety and Health. Tobacco in the Workplace [Internet]. Atlanta (GA): Centers for Disease Control and Prevention; 2015 Apr 2 [cited 2026 May 14]. Available from: <https://www.cdc.gov/niosh/bulletin/2015/tobacco-work.html>
4. Cahill K, Lancaster T. Workplace interventions for smoking cessation. Cochrane Database Syst Rev. 2014;(2):CD003440. [Crossref]