

Sigara bırakma polikliniğine başvuran bireylerin demografik özelliklerinin tedavi başarısı ve bağımlılık düzeyi ile ilişkisi

Tuba Duygu Yılmaz¹, Pınar Altun Yıldırım¹

¹Mersin Yenişehir İlçe Sağlık Müdürlüğü, Mersin, Türkiye

öz

Giriş: Tütün kullanımı, önlenabilir hastalık ve ölümlerin küresel ölçekteki başlıca nedenlerinden biri olmayı sürdürmektedir. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre tütüne bağlı hastalıklar her yıl 7 milyonun üzerinde ölüme yol açmaktadır.¹ Türkiye’de sigara içme prevalansı yetişkin nüfusun yaklaşık %28’ ini etkilemekte olup ülke, Avrupa’nın en yüksek tütün kullanım oranları arasında yer almaktadır.² Sigara bırakma başarısının yalnızca farmakolojik faktörlere değil, bireyin demografik ve sosyokültürel özelliklerine de bağlı olduğunu gösteren makalelerin varlığı bilinmekle birlikte bu ilişkinin klinik populasyonlarda sistematik biçimde incelenmesi sınırlı kalmaktadır. Bu çalışma, sigara bırakma polikliniğine başvuran bireylerin demografik özelliklerinin nikotin bağımlılık düzeyi ve sigara bırakma başarısı üzerindeki etkisini değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Bu çalışmanın örneklemini, sigara bırakma polikliniğine başvuran 68 bireyden oluşmaktadır (Kadın: %45.6, Erkek: %54.4. Yaş M = 45.32, SS = 9.77). Nikotin bağımlılık düzeyi Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi (FNBT) ile, maruziyetin biyokimyasal kanıtı nefes karbonmonoksit ölçümü ile değerlendirilmiştir. Sigara bırakma gerekçeleri, başlama nedenleri, bırakma sürecinde karşılaşılan güçlükler ve sigara içme isteğini artıran durumlar da demografik bilgi formu aracılığıyla sorgulanmıştır. Gruplar arası karşılaştırmalarda ki-kare testi, Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Bununla birlikte etki büyüklükleri Cramer’s V ve r değerleri ile raporlanmıştır. Bırakma başarısını etkileyen faktörler ikili lojistik regresyon analizi ile incelenmiştir.

Bulgular: Katılımcıların %63.2’si takip sürecinde sigarayı bırakmıştır. FNBT sonuçlarına göre katılımcıların %16.2’sinin çok düşük (0–2), %26.5’inin düşük (3–4), %22.1’inin orta (5), %20.6’sının yüksek (6–7) ve %14.7’sinin çok yüksek (8–10) düzeyde nikotin bağımlılığına sahip olduğu görülmektedir. Aynı zamanda katılımcıların %70.6’sı CO ölçümünde kırmızı bölgede yer almıştır. Cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi ve meslek kategorisi ile bırakma başarısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (tüm $p > 0.05$). Buna karşın, FNBT skoru ($U = 157.5$, $p < 0.001$, $r = 0.569$) ve günlük sigara miktarı ($U = 206.0$, $p = 0.005$, $r = 0.436$) açısından bırakanlar ile bırakmayanlar arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Eğitim düzeyi ile bağımlılık ilişkisi incelendiğinde, lise ve altı eğitim grubunun FNBT puanlarının üniversite mezunlarına kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($U = 487.0$, $p = 0.013$, $r = -0.449$). Sigara miktarındaki değişim ile bırakma başarısı arasında

✉ Tuba Duygu Yılmaz • tubady@yahoo.com

Geliş tarihi / Received: 12.04.2026 **Kabul tarihi / Accepted:** 05.05.2026 **Yayın tarihi / Published:** 22.05.2026

Telif hakkı © 2026 Yazar(lar). Sağlık 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.

da anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($\chi^2(2) = 7.11, p = 0.029, V = 0.344$). Lojistik regresyon analizi, modelin bırakma başarısını anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir ($\chi^2(6) = 20.91, p = 0.002$; Nagelkerke $R^2 = 0.292$). Analiz sonuçlarına göre FNBT skoru (OR = 0.522, %95 GA [0.273, 0.998], $p = 0.042$) ve günlük sigara miktarı (OR = 0.371, %95 GA [0.142, 0.972], $p = 0.045$) bırakma başarısını anlamlı ve negatif yönde etkilemektedir. Bu bulgular, bağımlılık düzeyi ve günlük tüketim arttıkça sigarayı bırakma olasılığının azaldığını göstermektedir.

Sonuç: Bulgular, demografik değişkenlerin tek başına bırakma başarısını açıklamada sınırlı kaldığını, buna karşın nikotin bağımlılık düzeyi ve günlük sigara tüketiminin temel belirleyiciler olduğunu göstermektedir. Daha düşük eğitim düzeyine sahip bireylerde bağımlılık düzeyinin yüksek olması, bu gruplara yönelik hedeflenmiş ve yoğunlaştırılmış müdahalelerin gerekliliğine işaret etmektedir. Ayrıca bırakma sürecinde yoğun sigara isteği ve sinirlilik gibi güçlüklerin öne çıkması, davranışsal destek bileşenlerinin tedavi programlarına entegrasyonunun önemini göstermektedir. Bu bulgular doğrultusunda, sigara bırakma müdahalelerinin bireysel bağımlılık profili ve tüketim düzeyi temelinde kişiselleştirilmesi önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: tütün, sigara bırakma, demografik özellikler

Kaynakça

1. World Health Organization. World No Tobacco Day 2020: Tobacco fact sheet [Internet]. 2020. Available at: <https://www.who.int/docs/default-source/campaigns-and-initiatives/world-no-tobacco-day-2020/wntd-tobacco-fact-sheet.pdf>
2. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). Türkiye Sağlık Araştırması 2022. Ankara: TÜİK; 2023.