

İşitme engelli çalışanlarda sigara kullanımı ve sağlık okuryazarlığı: İş yeri temelli yenilikçi bir müdahale

Şeyma Nur Elif Erdoğan¹, Mehmet Celal Almaz¹

¹Ankara Sincan İlçe Sağlık Müdürlüğü, Ankara, Türkiye

öz

Giriş: İşitme engelli bireyler, sağlık bilgi süreçlerinin sözel iletişime dayanması nedeniyle koruyucu sağlık hizmetlerine erişimde ciddi bariyerlerle karşılaşmakta ve sağlık eşitsizliklerinden daha fazla etkilenmektedir.¹ Dezavantajlı gruplarda tütün kullanımı daha yüksek oranlarda görülmesine rağmen, bu bireylere yönelik tütün kontrolü uygulamaları literatürde oldukça sınırlıdır.^{2,3} Literatür taramalarında, Türkiye’de ve dünyada işitme engellilere özgü, işaret dili destekli ve biyolojik ölçüm içeren iş yeri temelli sigara bırakma müdahalesi bildiğimiz kadarıyla yoktur.^{3,4} Bu çalışma, bu önemli boşluğu doldurmayı ve işitme engelli çalışanlarda sağlık okuryazarlığı ile sigara kullanımı arasındaki ilişkiyi değerlendirmek ayrıca işaret dili desteğiyle uygulanan sigara bırakma eğitimi, diyafragmatik solunum egzersizleri ve ekshale karbonmonoksit (CO) ölçümünün etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma, bir sanayi işletmesinde çalışan 27 işitme engelli bireyin katılımıyla gerçekleştirilen müdahale içerikli tanımlayıcı bir çalışmadır. Veri toplama sürecinde Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi ve Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği-32 (TSOY-32) kullanılmıştır. Müdahale kapsamında; işaret dili desteğiyle yapılandırılmış sigara bırakma eğitimi verilmiş, diyafragmatik solunum egzersizleri uygulamalı olarak gösterilmiş ve ekshale karbonmonoksit (CO) ölçümleri yapılarak bireysel farkındalık oluşturulması hedeflenmiştir.

Bulgular: Katılımcıların %33’ünün aktif sigara kullanıcısı olduğu saptanmıştır. TSOY-32 sonuçları, katılımcıların %70’inin “yetersiz”, %18’inin ise “sorunlu-sınırlı” sağlık okuryazarlığı düzeyine sahip olduğunu ortaya koymuştur. Düşük sağlık okuryazarlığı ile sigara kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p < 0,05$). Sigara içenlerin ortalama ekshale CO düzeyi 22,5 ppm olarak ölçülmüş; müdahale kapsamındaki bir dakikalık nefes egzersizi sonrasında CO düzeylerinde %10’luk bir düşüş kaydedilmiştir. Eğitim ve ölçümler sonrasında katılımcıların %66’sı sigarayı bırakmayı düşündüğünü ifade etmiştir.

Sonuç: Bu çalışma, işitme engelli çalışanların sağlık okuryazarlığı düzeyinin kritik derecede düşük olduğunu ve bu grubun tütün kontrolü müdahalelerinde ihmal edildiğini göstermektedir. İşaret dili desteği, solunum egzersizleri ve CO ölçümünü birleştiren bu model, Türkiye’de ve dünyada öncü bir örnek teşkil ederek işitme engelli bireylerde sigara bırakma motivasyonunu artırmada yüksek etkinlik sağlamıştır. İş yeri temelli, erişilebilir ve çok bileşenli bu tür uygulamaların yaygınlaştırılması, sağlıkta fırsat eşitliğinin sağlanması açısından elzemdir.

Anahtar kelimeler: tütün kontrolü, işitme engelli bireyler, sağlık okuryazarlığı, sigara bırakma, CO ölçümü

✉ Mehmet Celal Almaz • mehmetcelalalmaz@gmail.com

Geliş tarihi / Received: 10.04.2026 **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.

Kaynakça

1. World Health Organization. Global report on health equity for persons with disabilities. Geneva: World Health Organization; 2022.
2. World Health Organization. WHO report on the global tobacco epidemic 2023: protect people from tobacco smoke. Geneva: World Health Organization; 2023.
3. McKee MM, Winters PC, Sen A, Zazove P, Fiscella K. Low education as a risk factor for undiagnosed angina among deaf adults. Am J Prev Med. 2021;60(2):e95-e103.
4. Barnett S, McKee M, Smith SR, Pearson TA. Deaf sign language users, health inequities, and public health: opportunity for social justice. Prev Chronic Dis. 2021;18:E32.