

# Bir sigara bırakma polikliniğine başvuran bireylerin klinik ve davranışsal profili ile kısa dönem bırakma sonuçları

Meryem Merve Ören Çelik<sup>1</sup>, Burcu Özkan<sup>1</sup>, Mustafa Oğuz Altuğ<sup>1</sup>, Gülsüm Nurhan İnce<sup>1</sup>,  
Ayşe Emel Önal<sup>1</sup>, Selma Karabey<sup>1</sup>

<sup>1</sup>İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

## Öz

**Giriş ve Amaç:** Tütün kullanımı, yüksek morbidite ve mortalite yükü nedeniyle en önemli önlenebilir halk sağlığı sorunlarından biri olmaya devam etmektedir. Sigara bırakma süreci ise nikotin bağımlılığının biyolojik boyutunun yanı sıra klinik özellikler, önceki bırakma deneyimleri, davranışsal tetikleyiciler ve sosyal çevre tarafından şekillenen çok boyutlu bir yapı göstermektedir. Bu nedenle sigara bırakma poliklinikleri, farmakolojik ve davranışsal tedavinin sunulduğu klinik birimler olmanın yanında, bırakma sürecini etkileyen hasta özellikleri ile erken dönem sonuçların birlikte değerlendirilebildiği önemli hizmet alanlarıdır. Bu merkezlere başvuran bireylerin klinik ve davranışsal profillerinin ve kısa dönem bırakma sonuçlarının değerlendirilmesi, sigara bırakma hizmetlerinin gereksinime duyarlı biçimde yapılandırılmasına katkı sağlayabilir. Bu çalışmada, bir sigara bırakma polikliniğine başvuran bireylerin klinik ve davranışsal profili ile kısa dönem bırakma sonuçlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

**Yöntem:** Bu araştırma retrospektif tanımlayıcı tiptedir. İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Sigara Bırakma Polikliniğine 17.10.2025–05.04.2026 tarihleri arasında başvuran 110 danışanın muayene kayıtları geriye dönük olarak incelendi. Sosyodemografik özellikler, sigara kullanım öyküsü, nikotin bağımlılık düzeyi, davranışsal tetikleyiciler, tedavi yaklaşımları ve 1. ile 3. ay bırakma durumları değerlendirildi. Veriler tanımlayıcı istatistiklerle özetlendi.

**Bulgular:** Başvuranların %66,4'ü erkek olup yaş ortalaması 42±12 yıl idi. Katılımcıların yarısı sağlık çalışanıydı ve %58,2'sinde en az bir kronik hastalık öyküsü vardı. Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi medyan puanı 7 (0–10), sigaraya başlama yaşı ortalaması 17±4 yıl, günlük tüketim ortalaması 1,3±0,6 (0,2-3) paket ve ortalama paket-yıl değeri 25,6±19,9 (2-110) olarak bulundu.

En sık bildirilen tetikleyiciler stres (%86,4), yemek sonrası sigara isteği (%80,9) ve sigara içen bireylerle birlikte bulunmaydı (%60,0). Katılımcıların %83,6'sının çevresinde en az bir sigara içen birey bulunuyordu. Ev içinde kapalı alanda sigara içme oranı %35,5 (n=39), çalışan katılımcılar (n=89) arasında işyerinde kapalı alanda sigara içme oranı ise %31,5'tir (n=28/89).

✉ Meryem Merve Ören Çelik ▪ meryem.oren@istanbul.edu.tr

**Geliş tarihi / Received:** 13.04.2026 **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.

Sigara bırakma nedenleri içinde en sık ileriye yönelik hastalanma endişesi (%70,9; n=78), çevreye zarar verme (%30,0; n=33) ve çevreye iyi örnek olma isteği (%29,1; n=32) bildirilirken, sigarayı sürdürme nedenleri arasında alışkanlık/bağımlılık (%73,6; n=81) ilk sırada yer almıştır.

Daha önce sigarayı bırakmayı deneme oranı %80,0 olmasına karşın, bu grubun %46,4'ü önceki denemelerinde profesyonel destek almamıştı. Başarısız bırakma denemelerinden sonra yeniden başlama nedenleri içinde stres (%30,7; n=27) ve arkadaş etkisi (%17,0; n=15) öne çıkmıştır. Bırakma sürecinde bildirilen en sık güçlükler ise sinirlilik (%60,2; n=53), yoğun sigara içme isteği (%50,0; n=44), iştah artışı (%37,5; n=33) ve konsantrasyon güçlüğü (%26,1; n=23) olmuştur.

Başvuran 110 danışanın 78'ine farmakolojik tedavi başlandı. İzlemede bu hastaların 58'i 1. ay, 36'sı ise 3. ay değerlendirmesine ulaşmıştır. Tedavi başlanan ve izlem değerlendirmesine ulaşan katılımcılar arasında başarı oranı 1. ayda %56,9, 3. ayda %38,9 olarak saptandı.

**Sonuç:** Sigara bırakma polikliniğine başvuran bireylerin, yüksek nikotin bağımlılığı, erken başlama yaşı ve uzun süreli yoğun tütün kullanımı ile karakterize olduğu; stres ve sigara içen sosyal çevreye ilişkin davranışsal özelliklerin sık bildirildiği görülmüştür. Kısa dönem izlemede, başarı oranının birinci aya kıyasla üçüncü ayda daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu bulgular, sigara bırakma polikliniği başvurularında klinik ve davranışsal profil ile kısa dönem sonuçların birlikte değerlendirilmesinin önemini ortaya koymaktadır.

**Anahtar kelimeler:** sigara bırakma polikliniği, tütün bağımlılığı, nikotin bağımlılığı, sigara bırakma başarısı, kısa dönem izlem