



TÜTÜN İLE MÜCADELE ÇALIŞMA GRUBU

31 Mayıs (2019) Tütünsüz Bir Dünya gününde önceliğimiz

Akciğer Sağlığı !¹

Tütünsüz Yaşam Sağlıklı Yaşam !

31.5.2019

Dünya Sağlık Örgütü 31 Mayıs Tütünsüz Bir Dünya Günü 2019 yılı temasını AKCİĞER SAĞLIĞI olarak belirlemiştir (Resim 1). Bu yıl kampanyanın özel vurgusunun tütün kullanımının akciğerlere nasıl zarar verdiğinin açıklanması ve akciğerlerin insan sağlığı için temel rollerine yapılması olmuştur.²

**Tütünün Nefesinizi
Kesmesine İzin
Vermeyin.
Siz Sağlığı Seçin,
Tütünü Değil !**

Resim 1. Tütünsüz Bir Dünya Günü-2019 yılı orijinal görseli³



¹ Bu bilgi notu 31 Mayıs Tütünsüz Bir Dünya Günü (2019) için hazırlanan STED özel sayısı kapsamındaki HASUDER Tütün ile Mücadele Çalışma Grubu yazısından yararlanılarak hazırlanmıştır.

² [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/world-no-tobacco-day-2019> Erişim:27.5.2019.

³ [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/world-no-tobacco-day-2019> Erişim:27.5.2019.

Güncel verilere göre akciğer sağlığı ile ilgili aşağıdaki konular öne çıkmaktadır:⁴

1. Tütün kullanımı her dört saniyede bir kişinin ölümüne neden olmaktadır.
2. Yeni tütün ürünlerinin içerikleri klasik sigara ile benzer şekilde akciğerlere zarar vermektedir.
3. Solunum yolu hastalıkları dünyada önde gelen ölüm nedenleri arasındadır ve tütün kullanımı majör bir risk faktörüdür.
4. Tütün nedeniyle meydana gelen ölümler insanlar için büyük üzüntü kaynağıdır. Buna ek olarak küresel düzeyde hemen her yaşta bireyin bu nedenle yaşam kalitesi de olumsuz etkilenmektedir.
5. Tütün kullanımı aynı zamanda en önemli kapalı ortam hava kirliliği nedenleri arasındadır. Bu durum da her yıl bir milyonun üzerinde kişinin tütün dumanından pasif etkilenimine bağlı ölmesine neden olmaktadır. Pasif etkilenim özellikle de yenidoğanların, bebeklerin, çocukların akciğer fonksiyonlarını bozmaktadır.
6. Tütün dumanı içe çekildiğinde havayollarındaki mukus ve yabancı cisimleri temizleyen mekanizmalar (yapılar) zarar görür ve çalışamaz hale gelir. Dolayısıyla tütün dumanındaki toksik içerik akciğerlere daha kolay girer.
7. Tütün dumanının zararlı etkileri akciğerler için “kısa süre içinde görülen/acil durum” kategorisinde değerlendirilir.
8. Tütün kullanımı nedeniyle öne çıkan dört hastalık tüberküloz, akciğer kanseri, astım ve Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı (KOAH) olarak belirlenmiştir.
 - a. Tütün kullanımı tüberküloz hastalığına yakalanma ve hastalıktan ölme riskini artırmaktadır. Dünyada tüberküloz insidansının %20’si tütüne atfedilebilir. Tütün kullanımı hastalığın sessiz dönemden aktif döneme geçmesini iki kattan daha fazla artırmaktadır.
 - b. Dünyada her yıl 1,8 milyon akciğer kanserine bağlı ölüm meydana gelmektedir ve tütün kullanımının her yıl 1,2 milyon ölümden sorumlu olduğu ifade edilmektedir. Sigara içmeyen birisi ile karşılaştırıldığında sigara içenler arasında akciğer kanseri gelişme riskinin 22 kat fazla olduğu ifade edilmektedir. Pasif etkilenim de, bu durumla karşılaşmayanlara göre kanser riskini %30 artırmaktadır.
 - c. Dünyada 235 milyon astım hastası olduğu tahmin edilmektedir. Her 9 astım nedeni ölümden birisinin tütün nedeni olduğu bilinmektedir.
 - d. Her beş tütün kullanıcısından birisinde KOAH gelişmektedir ve KOAH’a bağlı ölümlerin yarısı da tütün kullanımına atfedilmektedir.
 - e. Akciğer sağlığının korunmasında kullanıcılara en öncelikli öneri; tütün kullanımının bırakılmasıdır. Tütünün bırakıldığında iki hafta içinde akciğer sağlığında iyileşmeler görülür. Akciğer kanseri tanısı varlığında bile bırakma başarılı olduğunda, tedaviye uyumun ve yaşam kalitesinde artışın olduğu unutulmamalıdır. Dolayısıyla tütün kullanımı her yaşta ve her türlü durumda bırakılmalıdır.
 - f. Tütün kullanımının bırakılması için tütün bırakma klinikleri/hizmetleri, bırakma hatları ve mobil uygulamalar öne çıkmaktadır.
9. Türkiye İstatistik Kurumu 2018 yılı verilerine göre ülkemizde bütün ölümlerin %12,5’i solunum sistemi hastalıkları nedeni olmuştur. Sigara ile ilişkili olduğu düşünülen gırtlak ve soluk

⁴ [Internet] <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/312260/WHO-NMH-PND-2019.3-eng.pdf> Erişim:27.5.2019.

borusu/bronş/akciğerin kötü huylu tümörlerine bağlı ölümler toplam kötü huylu tümörlere bağlı ölümlerin %30'unu oluşturmuştur.⁵

HASUDER-TMÇG; 2008 yılında tütün kontrolü ile ilgili başlattığı çalışmalarını bu yıl akciğer sağlığına vurguya önem vererek sürdürecektir. Bu çalışmaların başarılı olabilmesi için güçlü, kararlı, endüstri oyunlarından etkilenmeyen ve geniş yelpazede çalışmalar yapan sivil toplum çalışmaları ile iş birliği içinde kamusal politikaların varlığı öncelikli olmalıdır. Kamuya açık kapalı alanların tamamında tütün kontrolünün sağlanmasına gereksinim vardır. Mevcut ihlaller ivedilikle önlenmelidir. Ancak bu sayede tütünsüz toplum algısı yaratılabilir ve güçlendirilebilir. Toplum sağlığının korunması ve geliştirilmesi için bu tespitin gereği uygulamaların gerçekleşmesi önemli bir beklentidir.

Tütünsüz bir dünya dilekelerimizi kamuoyu ile paylaşır, saygılar sunarız.

Halk Sağlığı Uzmanları Derneği Tütün ile Mücadele Çalışma Grubu

⁵ [Internet] <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=30626>. Erişim:27.5.2019.