

Türkiye’de Sigara Bıraktırma Poliklinikleri

Esra Kunt Uzaslan¹, Osman Örsel², Tunçalp Demir³

Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları A.D.¹, Ankara Atatürk Sanatoryumu Göğüs Hastalıkları ve Göğüs Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi ², İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları ve Tüberküloz Anabilim Dalı ³

Sigara dünyanın birçok gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerinde de olduğu gibi bizim ülkemiz için de önemli bir sağlık sorunudur. Sigara içimi gelişmiş ülkelerde erken ölümlerin en önemli nedenlerinden biri olarak kabul edilmekte ve bu yüzyılın sonunda yaşları 35-69 yaş arasında bulunan insanların ölümlerinin % 30’unun, 69 yaş üstündeki insanların ölümlerinin ise % 14’ünün sigara içimine bağlı gelişeceği tahmin edilmektedir. Alınan tüm önlemlere rağmen halen Avrupa’da yaşayan yetişkin nüfusun %30-50’sinin sigara içtiği tahmin edilmektedir

Dünya bankası raporlarına göre 1990-1997 yılları arasında dünyada sigara içiminin en hızlı arttığı ikinci ülke Endonezya’yı takiben Türkiye’dir. Ülkemizde nüfusun yaklaşık %51’inin sigara içtiği tahmin edilmektedir. Türkiye’de 1965-1992 yılları arasında akciğer kanserinden olan ölümler erkeklerde % 25’ten 40’a, kadınlarda % 12’den % 17’ye yükselmiştir.

Sigaranın bırakılması, sigaranın neden olduğu hastalıklarla ilgili hastaları tedavi eden bütün tıp branşları kadar halk sağlığı ve koruyucu hekimlik açısından da önemlidir. Bu nedenle dünyada yaygın olarak bulunan sigarayı bıraktırma polikliniklerinin ilki 1955’de Stockholm’de, ülkemizde 1992’de Uludağ Üniversitesi bünyesinde Bursa’da kurulmuştur

1950’li yıllarda sigaranın bırakılmasına yönelik ilk yöntemler tıbbi tedavi ile birlikte, broşürlerin ve seminerlerin verilmesi ve 10 gün kadar hekimin kontrolünde olgunun izlenmesiydi. 1960’lı yıllarda dünyada 100’ün üzerinde, 1970’lerde 300’ün üzerinde sigara bıraktırma metodu tanımlandı. Bunların başlıcalarını 1950’lerde hasta eğitimi ve ilaç uygulamaları, 1960-1970’lerde grup terapi, davranışçı terapi, kendi başına bırakma yöntemleri, danışmanlık, hipnoz, 1980’lerde kendi başına bırakma, çoklu programlara katılma, hipnoz, akupunktur, hekim danışmanlığı, nikotin sakızları, tekrar başlamayı önleme programları, kitle iletişim araçlarında yaygın propaganda programları oluşturmaktaydı. Bugün yaygın olarak uygulanmakta olan sigarayı bıraktırma metotları sekiz başlıkta toplanabilir; kendi başına bırakma, klinik ve grup tedavisi, ilaç tedavisi, davranış tedavisi, hekimin tavsiyeleri ve danışmanlığı, hipnoz, akupunktur, basın yayın organlarının toplu programları. Bütün bu yöntemlerin sigaranın bırakılmasındaki başarıları farklı olmakla birlikte amaçları kişide sigara içimine bağlı gelişen psikolojik bağımlılığın ve nikotin bağımlılığının üstesinden gelmektir.

Dünya Sağlık Örgütü “Sigara içimi /bağımlılığı bir hastalık “ olarak kabul etmektedir. (*International Classification of Diseases, 10th Revision; F.17*). Hekimler diğer hastalıkları tedavi etmekle yükümlü oldukları gibi sigara hastalığını da tedavi etmeyi hastanın tıbbi değerlendirilmesinin bir devamı olarak görmeli ve üstlenmelidirler. Sigaranın bırakılması / bağımlılığın tedavisi hastaya uygulanan tıbbi tedavinin önemli bir parçası olarak tanınmalıdır. Farmakolojik tedavi; nikotini yerine koyma tedavisi ve Bupropion HCl içerir. Bu tedavi hekim tarafından reçete edilmeli ve hekim kontrolünde kullanılmalıdır.

Sigara Bırakma Poliklinikleri sigara bırakılmasında hastaya destek olmuş uzmanlaşmış kliniklerdir. Bugün ülkemizde Sigara Bırakma Polikliniklerinin sayısı 30’u geçmiştir.

Türkiye Sigara Bıraktırma Poliklinikleri:

Tıp Fakültesi Hastanelerinde (16)
Eğitim Hastanelerinde (4)
Özel Sağlık Kurumlarında (5)

Türkiye Sigara Bıraktırma Poliklinikleri (Üniversitelerde) :

Uludağ Ü. Tıp Fakültesi
İ.Ü.İstanbul Tıp Fakültesi
Ankara Ü.Tıp Fakültesi
İ.Ü.Cerrahpaşa Tıp Fakültesi
Marmara Ü.Tıp Fakültesi
Hacettepe Ü.Tıp Fakültesi
K.T.Ü. Tıp Fakültesi
Ege Ü.Tıp Fakültesi
Çukurova Ü.Tıp Fakültesi
G.A.T.A.
Cumhuriyet Ü.Tıp Fakültesi
Akdeniz Ü.Tıp Fakültesi
Gazi Ü.Tıp Fakültesi
Abant İ.B.Ü. Tıp Fakültesi
S.D.Ü. Tıp Fakültesi
Trakya Ü.Tıp Fakültesi

Türkiye Sigara Bıraktırma Polikliniklerinin Kuruluş Yılları

Uludağ Ü. Tıp Fakültesi (1992)
Ankara Ü. Tıp Fakültesi (?)
Marmara Ü.Tıp Fakültesi (1998)
Ankara Atatürk Sanatoryumu (1999)
İ.Ü.Cerrahpaşa Tıp Fakültesi (1999)
Sağlık Bakanlığı İl Sağlık Müdürlüğü Sigarayı Bırakma Merkezi (2000)
K.T.Ü. Tıp Fakültesi (2000)
Hacettepe Ü.Tıp Fakültesi (2001)
Ege Ü.Tıp Fakültesi (2001)
Cumhuriyet Ü.Tıp Fakültesi (?)
Yedikule Göğüs H.H.(2001)
Kartal S.S.K. Hastanesi (2002)

2001-2002 Yılları Arasında Açılan Poliklinikler

Çukurova Ü.Tıp Fakültesi
G.A.T.A.
Akdeniz Ü.Tıp Fakültesi
Gazi Ü.Tıp Fakültesi
Abant İ.B.Ü. Tıp Fakültesi

S.D.Ü. Tıp Fakültesi
Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi
Trakya Ü.Tıp Fakültesi

Türkiye’de Eğitim Hasteneleri İçindeki Sigara Bıraktırma Poliklinikleri

Ankara Atatürk Sanatoryumu (1999)
Yedikule Göğüs H.H.(2001)
Sağlık Bakanlığı İl Sağlık Müdürlüğü Sigarayı Bırakma Merkezi (2000)
Kartal S.S.K. Hastanesi (2002)

Türkiye’de Özel Sağlık Kurumları İçinde Yer Alan Sigara Bıraktırma Poliklinikleri

Güven Hastanesi Ankara (2001)
Acıbadem Hastanesi İstanbul (2001)
Çamlıca Ömür Hastanesi İstanbul (2001)
İstanbul Amerikan Hastanesi (2001)
Özel Yaşam Hastanesi Trakya (2002 ?)

Türkiye’de Sigarayı Bıraktırma Polikliniklerinde Görevli Hekimler

Göğüs Hastalıkları Profesörü
Halk Sağlığı Profesörü
Göğüs Hastalıkları Doçenti
Halk Sağlığı Doçenti
Göğüs Hastalıkları Yardımcı Doçenti
Göğüs Hast. Uzmanları
Göğüs Hastalıkları Asistanları
Halk Sağlığı Asistanları
Psikologlar
Sosyologlar
Hemşireler

Türkiye Sigarayı Bıraktırma Polikliniklerinde Hasta Kabul Oranları

Haftada 1 gün (6) 4-5 hasta
Haftada 2 gün (2)
Haftada 3 gün (1) 5-10 hasta
Haftada 5 gün (7) 3-4 hasta /gün
Haftada 6 gün (1)
15 günde bir (1)

Türkiye Sigara Bıraktırma Polikliniklerinde izlenen hasta sayısının toplam 6000'e ulaştığı tahmin edilmektedir. Sigarayı bıraktırma polikliniklerinde hastanın sigarayı bırakma ölçütü olarak olguların bir yıl sigarayı bırakmış kalma oranları olarak kabul edilmektedir. Aşağıdaki tabloda ülkemizdeki bazı merkezlerin hasta sayı ve bir yıllık başarı oranları gösterilmiştir.

	<i>Hasta sayısı</i>	<i>Bir yıllık başarı oranı(%)</i>
<i>Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi</i>	<i>800</i>	<i>18.9-22.5</i>
<i>Ankara Atatürk Sanatoryumu</i>	<i>1350</i>	<i>25</i>
<i>Cerrahpaşa Tıp Fakültesi</i>	<i>850 (634)</i>	<i>21.6 (33.6-10.9)</i>
<i>İstanbul Tıp Fakültesi</i>	<i>830</i>	<i>17</i>
<i>Marmara Tıp Fakültesi</i>	<i>500</i>	<i>20</i>
<i>Yedikule Göğüs Hastalıkları Hastanesi</i>	<i>300(157)</i>	<i>21</i>
<i>GATA</i>	<i>295(108)</i>	<i>48.1</i>
<i>KTÜ Tıp Fakültesi</i>	<i>236</i>	<i>43</i>
<i>Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi</i>	<i>145</i>	<i>45.5</i>
<i>Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi</i>	<i>296</i>	
<i>Dokuz Eylül Tıp Fakültesi</i>	<i>179</i>	
<i>Kartal Eğitim Araştırma Hastanesi</i>	<i>107</i>	
<i>Celal Bayar Tıp Fakültesi</i>	<i>86</i>	
<i>Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi</i>	<i>50</i>	

ÖZET

Sigara içimi ve bağımlılığı bir hastalıktır.

Bu durum çok sık ve yaygındır.

Sigaranın bırakılması için gerekli tedaviler bugün tanımlanmaktadır.

Bütün hekimler bu tedavi yöntemlerini klinik pratiklerinde kullanabilmelidir.

Hekimler için eğitim kaynakları sağlanmalıdır.

Sağlık personeli eğitilmelidir.

Sigara bağımlılığının tedavisinde sağlık hizmetlerinden yararlanılmalıdır.

Bazı hastalar uzmanlaşmış **Sigara Bırakma Polikliniklerine** refere edilerek, klinisyen ve uzmanların desteği alınabilir.