

Üniversite Öğrencilerinde Sigara Bağımlılığı, Sigarayı Bırakmaya Yönelik İstek ve Öz-Etkililik

Smoking Addiction among University Students and the Willingness and Self-Efficacy to Quit Smoking

Kevser Tari Selçuk¹, Dilek Avcı¹, Yeliz Mercan²

¹Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Balıkesir, Türkiye

²Kırklareli Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu, Ebelik Bölümü, Kırklareli, Türkiye

Cite this article as: Tari Selçuk K, Avcı D, Mercan Y. Smoking Addiction among University Students and the Willingness and Self-Efficacy to Quit Smoking. Clin Exp Health Sci 2017; DOI: 10.5152/clinexphealthsci.2017.420

Öz

Amaç: Araştırmada öğrencilerin sigara bağımlılığı derecesinin, sigarayı bırakmaya yönelik istek ve öz-etkililik düzeyinin belirlenmesi ve etkileyen etmenlerin saptanması amaçlanmıştır.

Yöntemler: Kesitsel tipteki araştırma Ekim-Aralık 2016 tarihinde bir hemşirelik bölümünde öğrenim gören 301 öğrenciyle yürütülmüştür. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi, Öz Etkililik/Teşvik Eden Faktörler Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Çözümleme tanımlayıcı istatistikler, ki kare, Kolmogrow Smirnow, Mann Whitney U testleri ve Kruskal Wallis varyans analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin %18,3'ü sigara içmekte olup, %56,4'ü hafif, %30,9'u orta, %12,7'si yüksek derecede sigara bağımlısıdır. Yüksek derecede sigara bağımlısı öğrenciler içerisinde erkeklerin, beş yıl ve daha uzun süre sigara içenlerin oranı yüksektir ($p<0,05$). Öğrencilerin %38,2'si sigarayı bırakmak istemektedir, Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalaması $23,71\pm 5,89$ 'dur. Annesi ilköğretim ve altında öğrenim düzeyine sahip, günlük 11 ve daha fazla sayıda sigara içen öğrencilerde Öz-Etkililik/ Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalaması anlamlı düzeyde düşüktür ($p<0,05$).

Sonuç: Öğrencilerin yaklaşık yarısının orta ve yüksek derecede sigara bağımlısı olduğu, üçte birinden fazlasının sigarayı bırakmak istediği ve sigarayı bırakmaya yönelik öz-etkililiklerinin orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda öğrencilerde sigara bağımlılığının erken müdahalesine yönelik kurumlar arası işbirliği yapılarak girişimler planlanmalıdır.

Anahtar kelimeler: Sigara, bağımlılık, öz-etkililik

Abstract

Objective: The study aimed to determine the level of smoking addiction among students and their willingness and self-efficacy to quit smoking and factors affecting them.

Methods: This cross-sectional study was conducted with 301 students studying in a nursing department between October 2016 and December 2016. Data were collected using the Personal Information Form, Fagerström Test for Nicotine Dependence, and Self-efficacy/Incentive Factors Scale. In the analysis, descriptive statistics and the chi square test, Kolmogorov-Smirnov test, Mann-Whitney U test, and Kruskal-Wallis variance analysis were used.

Results: Among the students, 18.3% were smokers. Of them, 56.4% were mildly dependent in nicotine, 30.9% were moderately dependent, and 12.7% were severely dependent. Males and smokers for ≥ 5 years constituted the larger portion of these severely nicotine-dependent students ($p<0.05$). Of the students, 38.2% wanted to quit smoking. The mean score that the students obtained from the Self-efficacy/Incentive Factors Scale was 23.71 ± 5.89 . Of the students, those whose mothers had primary school or lower education and those who smoked ≥ 11 cigarettes per day obtained significantly lower scores in the Self-Efficacy/Incentive Factors Scale ($p<0.05$).

Conclusion: Approximately half of the students were moderately or severely dependent on nicotine, more than one-third of them wanted to quit smoking, and their self-efficacy for quitting smoking was moderate. Therefore, to prevent students from smoking, interventions should be planned through cooperation among institutions.

Keywords: Smoking, dependence, self-efficacy

GİRİŞ

Sigara bağımlılığı mortalite ve morbidite nedenleri arasında ilk sıralarda yer alan, önlenabilir halk sağlığı sorunlarından biridir. Dünya Sağlık Örgütü tarafından sigaranın her yıl dünya çapında yaklaşık beş milyon insanın ölümüne neden olduğu ve yapılan projeksiyonlarda gerekli önlemler alınmadığı takdirde 2030 yılında bu sayının sekiz milyona ulaşacağı öngörülmektedir (1). Sigara akciğer kanseri, Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı (KOAH), İskemik Kalp Hastalığı ve Serebrovasküler Hastalıklardan kaynaklanan ölümler açısından risk faktörleri içerisinde ilk sırada yer almaktadır. Sigaranın bırakılması ile sigaranın yol açtığı bu hastalıklara yakalanma riski azalmakta ve bu azalma erken yaşlarda sigarayı bırakanlarda daha fazla olmaktadır (1, 2). Bu nedenle sigaranın bırakılmasına yönelik girişimlerin erken yaşlarda yapılması sözü edilen hastalıklara yakalanma riskini azaltması bakımından önemlidir.

Bu çalışma 1. Uluslararası Sağlık Bilimleri Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur, 29 Haziran-01 Temmuz 2017, Aydın, Türkiye. This study was presented as a oral presentation at the 1st International Health Science Congress, 29 June-01 July 2017, Aydın, Turkey.

Sorumlu Yazar/Correspondence Author: Kevser Tari Selçuk E-posta/E-mail: kevser_tari@hotmail.com

Geliş Tarihi/Received: 01.04.2017 Kabul Tarihi/Accepted: 25.04.2017 Çevrimiçi Yayın Tarihi/Available Online Date: 30.11.2017 DOI: 10.5152/clinexphealthsci.2017.420

©Telif Hakkı 2017 Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü - Makale metnine www.clinexphealthsci.com web sayfasından ulaşılabilir

©Copyright by 2017 Journal of Marmara University Institute of Health Sciences - Available online at www.clinexphealthsci.com

Sigaradaki tütünün içinde bulunan nikotin bağımlılık yapıcı bir maddedir. Sigara içenlerin önemli bir bölümü sigara içiyor olmaksızın memnun olmadıkları halde, nikotin bağımlılığı nedeni ile sigara içme davranışlarını sürdürmektedirler (3, 4). Bu bağımlılığının yanı sıra sigara içme davranışının sürdürülmesinin ve tedavi girişimlerinin başarısızlığının en önemli nedenlerinden biri de kişinin sigarayı bırakmaya yönelik isteğinin olmayışıdır (5, 6). Sigarayı bırakma isteği olmayan bir kişiye zorla sigarayı bıraktırmak mümkün değildir (6). Bu nedenle sigarayı bırakmak isteyenlerde bağımlılık derecesi ve sigarayı bırakmaya yönelik istek bırakma başarısı açısından büyük önem taşımaktadır (7).

Literatürde öz-etkililik "bireyin belli bir performans düzeyini başarıma kapasitesiyle ilgili yargısı" olarak tanımlanmakta ve öz-etkililiğin sigarayı bırakmada önemli bir yere sahip olduğu vurgulanmaktadır. Dolayısıyla bireylerin öz-etkililik düzeylerinin bilinmesi sigara içmeyi bırakmalarını sağlayacak stratejilerin oluşturulmasına yardımcı olması bakımından önemlidir (8).

Dünyada sigara içicilerinin yaklaşık %80'inden fazlasının sigaraya 18 yaşından önce başladığı ve erken yaşta sigaraya başlayan bireylerin sigara içmeyi davranış haline dönüştürmelerinin üniversite yıllarında gerçekleştiği bildirilmektedir (8). Dolayısıyla bu durum planlanacak girişimler açısından gerek üniversite öğrencisi olan, gerekse sigara ile mücadele de gelecekte önemli bir üye olarak sağlık ekibinin içinde yer alacak olan hemşirelik öğrencilerini öncelikli hale getirmektedir. Sağlık çalışanları arasında sigara içimi sağlık çalışanlarının tütün kontrolü çabalarına katılımının önündeki en büyük engeldir. Bu bağlamda da gelecekte tütün kontrolü ile mücadelede topluma rol model olacak hemşirelik öğrencilerinin sigara bağımlılığı derecesinin, sigarayı bırakmaya yönelik istek ve öz etkililiğinin değerlendirilmesi mezuniyet öncesinde birincil korumaya yönelik girişimlerin planlanmasına ışık tutması bakımından hayati önem taşımaktadır.

Bu gerekçeden yola çıkarak araştırmada üniversite öğrencilerinin sigara bağımlılığı derecelerinin, sigarayı bırakmaya yönelik istek ve öz-etkililik düzeylerinin belirlenmesi ve bu değişkenleri etkileyen bazı sosyodemografik ve sigara kullanımına ilişkin özelliklerin saptanması amaçlanmıştır.

YÖNTEMLER

Araştırmanın Tipi

Kesitsel tipteki araştırma 2016 yılı Ekim-Aralık ayları arasında Bandırma Onyedil Eylül Üniversitesi'nde yürütülmüştür.

Araştırmanın Evreni-Örnekleme

Araştırmanın evrenini üniversitenin Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik bölümünde öğrenim gören 319 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada örnek büyüklüğü hesaplanmamış, evrenin tamamına ulaşılması hedeflenmiştir. Veri toplanan tarihlerde devamsızlık yapmayan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 301 öğrenci araştırmaya dahil edilmiş, katılım oranı %94,4 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmanın Değişkenleri

Araştırmanın bağımlı değişkenleri sigara bağımlılığı derecesi, sigarayı bırakmaya yönelik istek ve öz-etkililik düzeyidir. Yaş, cinsiyet, en uzun süre yaşanan yerleşim yeri, aile tipi, annenin, babanın öğrenim düzeyi, algılanan gelir düzeyi, kronik hastalık varlığı, algılanan sağlık düzeyi, sigaraya başlama yaşı, sigara içme süresi, günlük içilen sigara

ra sayısı, sigarayı bırakmayı deneme, annenin sigara içme durumu, babanın sigara içme durumu ve alkol tüketme durumu araştırmanın bağımsız değişkenleridir.

Veri Toplama Araçları

Veriler araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi (FNBT) ve Öz Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından literatür bilgileri doğrultusunda hazırlanan, öğrencilerin sosyodemografik ve sigara kullanımına ilişkin bazı özelliklerini sorgulayan 24 sorudan oluşmaktadır (9-13).

Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi (FNBT)

Ölçek sigaraya olan fiziksel bağımlılığın derecesini saptamak amacıyla Fagerström (14) tarafından 1989 yılında geliştirilmiştir. Altı maddelik ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması 2004 yılında Uysal ve ark. (15) tarafından yapılmış ve Cronbach Alfa katsayısının 0,56 olarak hesaplandığı bildirilmiştir. Ölçeğin her bir maddesi 0, 1, 2, 3 olarak puanlanmakta ve ölçekten alınabilecek puan aralığı 0-10 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanın artışı sigara bağımlılığının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçekten alınan toplam puana göre sigara bağımlılığı çok hafif (0-2 puan), hafif (3-4 puan), orta (5 puan), yüksek (6-7 puan) ve çok yüksek (8-10 puan) olarak beş grupta derecelendirilmektedir (14, 15). Bu araştırmada sigara bağımlılığı derecesi hafif, orta ve yüksek olarak üç kategoride derecelendirilmiş ve ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,78 olarak hesaplanmıştır.

Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği

Bireyin zor durumlarla karşılaştığı zaman değiştirmiş olduğu riskli davranışına yeniden dönmek için sahip olduğu güveni yansıtan ölçek Velicer ve ark. (16) tarafından 1990 yılında geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması 2005 yılında Erol tarafından yapılmış ve ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı Negatif Duygulanım ve Pozitif Sosyal Ortamlar için 0,74, Alışkanlığın Baskısı için 0,57, Kilo Kontrolü için 0,67 olarak bildirilmiştir. Ölçekten alınan puanların yüksek olması teşvik edici durumların yoğun baskısına rağmen eski davranışa karşı durabilme gücünü göstermektedir. Sekiz maddeden oluşan beşli likert tipi ölçeğin puan aralığı 8-40 arasında değişmektedir. Ölçeğin yaşanan negatif duygulara rağmen sigara kullanmama gücünü gösteren Negatif Duygulanım (1 ve 5. maddeler), teşvik eden faktörlerin varlığında sigara kullanmama gücünü gösteren Pozitif Sosyal Ortamlar (2 ve 6. maddeler), sigara içme alışkanlığında bile değişimi devam ettirebilme gücünü gösteren Alışkanlığın Baskısı (3 ve 7. maddeler) ve kilo problemi varlığında sigara kullanmama gücünü yansıtan Kilo Kontrolü (4 ve 8. maddeler) olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır (16, 17). Bu araştırmada ölçeğin toplam puanı üzerinden değerlendirme yapılmış ve Cronbach Alfa katsayısı 0,79 olarak hesaplanmıştır.

Uygulama

Araştırmanın planlama aşamasında kurumdan resmi izin ve etik kurul onayı alınmıştır. Araştırma öncesinde 12 öğrenci ile pilot uygulama yapılmış ve sonrasında anket formunda gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Veri toplama aşamasında öğrencilere araştırmanın amacı ve kapsamı anlatılmış, araştırmaya katılmayı kabul ettiklerine dair sözlü onamları alınmıştır. Veriler araştırmacılar tarafından toplanmış ve veri toplama araçlarının uygulanması yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

Tablo 1. Öğrencilerin bazı sosyodemografik özelliklerinin dağılımı

Sosyodemografik özellikler (n=301)		n	%
Yaş (x±ss: 20,93±2,46)	20 ve altı	128	42,5
	21 ve üzeri	173	57,5
Cinsiyet	Kız	216	71,8
	Erkek	85	28,2
Sınıf	1. sınıf	61	20,3
	2. sınıf	78	25,9
	3. sınıf	81	26,9
	4. sınıf	81	26,9
En uzun süre yaşanan yerleşim yeri	İl merkezi	123	40,9
	İlçe merkezi	119	39,5
	Kasaba/köy	58	19,3
	Yurt dışı	1	0,3
Aile tipi	Çekirdek	233	77,4
	Geniş	61	20,3
	Parçalanmış	7	2,3
Annenin öğrenim düzeyi	Okur-yazar değil	31	10,3
	Okur-yazar	19	6,3
	İlkokul	161	53,5
	Ortaokul	36	12,0
	Lise	41	13,6
	Üniversite ve üzeri	13	4,3
Babanın öğrenim düzeyi	Okur-yazar değil	5	1,7
	Okur-yazar	8	2,7
	İlkokul	109	36,2
	Ortaokul	53	17,6
	Lise	90	29,9
	Üniversite ve üzeri	36	12,0
Algılanan gelir düzeyi	Düşük	36	12,0
	Orta	216	71,8
	Yüksek	49	16,3
Kronik hastalık varlığı	Var	31	10,3
	Yok	270	89,7
Algılanan sağlık durumu	Çok iyi	34	11,3
	İyi	175	58,1
	Orta	84	27,9
	Kötü	7	2,3
	Çok kötü	1	0,3

* x: ortalama; ss: standart sapma

İstatistiksel Analiz

Veriler SPSS 15.0 (Statistical Package for the Social Sciences Inc.; Chicago, IL, USA) istatistik paket programında değerlendirilmiş, çözümlemelerde tanımlayıcı istatistikler, ki kare testi, Kolmogrow Smirnow testi, Mann-Whitney U testi ve Kruskal Wallis varyans analizinden yararlanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ kabul edilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin sigara kullanımına ilişkin bazı özelliklerinin dağılımı

Sigara kullanımına ilişkin bazı özellikler (n=301)		n	%
Sigara içme durumu	İçiyor	55	18,3
	Bırakmış	15	5,0
	İçmiyor	231	76,7
Sigaraya başlama yaşı	17 yaş ve altı	44	62,9
	18 yaş ve üzeri	26	37,1
Sigara içme süresi	<5 yıl	33	60,0
	≥5 yıl	22	40,0
Günlük içilen sigara sayısı	10 ve altı	24	43,6
	11 ve üzeri	31	56,4
Sigarayı bırakmayı deneme	Evet	25	45,5
	Hayır	30	54,5
Sigarayı bırakmayı isteme	Evet	21	38,2
	Hayır	34	61,8
Annenin sigara içme durumu	Evet	41	13,6
	Hayır	260	86,4
Babanın sigara içme durumu	Evet	156	51,8
	Hayır	145	48,2
Alkol tüketme durumu	Tüketmeyen	180	60,0
	Bırakan	61	20,3
	Tüketen	59	19,7

BULGULAR

Öğrencilerin yaş ortalaması $20,93 \pm 2,46$ (min: 17, maks: 49) olup, %71,8'ini kız ve %20,3'ünü 1.sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Öğrencilerin %40,9'u en uzun süre il merkezinde yaşadığını, %77,4'ü çekirdek aile yapısına sahip olduğunu, %53,5'i annesinin ve %36,2'si babasının ilkokul mezunu olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin %71,8'i gelir düzeyini orta olarak algıladığını, %10,3'ü sürekli ilaç kullanımını gerektiren en az bir kronik hastalığa sahip olduğunu ve %58,1'i sağlık durumunu iyi olarak algıladığını ifade etmiştir (Tablo 1).

Öğrencilerin %18,3'ü sigara içtiğini, %62,9'u 17 yaş ve altında sigaraya başladığını, %40,0'ı 5 yıl ve daha uzun süredir ve %56,4'ü günde 11 ve daha fazla sayıda sigara içtiğini belirtmiştir. Daha önce sigarayı bırakmayı denemeyen ve sigarayı bırakmak isteyen öğrencilerin oranı sırasıyla %54,5 ve %38,2'dir. Öğrencilerin %13,6'sının annesinin, %51,8'i babasının sigara içtiğini ifade etmiştir. Alkol tüketmeyen öğrencilerin oranı %60,0'dır (Tablo 2).

Öğrencilerin FNBT puan ortalaması $3,29 \pm 2,67$ (min: 0, maks: 9)'dir ve ölçeğin kesme noktasına göre sigara içen öğrencilerin %56,4'ü hafif, %30,9'u orta ve %12,7'si yüksek derecede sigara bağımlıdır.

Araştırma grubunun Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği Negatif Duygulanım alt boyutu puan ortalaması $4,46 \pm 1,85$ (min: 2, maks: 10), Pozitif Sosyal Ortamlar alt boyutu puan ortalaması $5,54 \pm 1,98$ (min: 2, maks: 10), Alışkanlığın Baskısı alt boyutu puan ortalaması $6,19 \pm 1,89$ (min: 2, maks: 10) ve Kilo Kontrolü alt boyutu puan ortalaması $7,75 \pm 2,62$ (min: 2, maks: 10)'dur ve öğrencilerin ölçekten aldığı toplam puan ortalaması ise $23,71 \pm 5,89$ (min: 11, maks: 39)'dur.

Tablo 3. Sigara içen öğrencilerin bazı sosyodemografik özelliklerine göre sigara bağımlılığı derecesi ve bırakma isteği (n=55)

Sosyodemografik özellikler		Sigara bağımlılığı derecesi			χ^2	p	Sigarayı bırakma isteği		χ^2	p
		Hafif % (n)	Orta % (n)	Yüksek % (n)			Var % (n)	Yok % (n)		
Yaş	20 ve altı	42,1 (8)	42,1 (8)	15,8 (3)	2,438	0,296	21,1 (4)	78,9 (15)	3,608	0,057
	21 ve üzeri	63,9 (23)	25,0 (9)	11,1 (4)			47,2 (17)	52,8 (19)		
Cinsiyet	Kız	74,1 (20)	22,2 (6)	3,7 (1)	7,639	0,022*	40,7 (11)	59,3 (16)	0,147	0,701
	Erkek	39,3 (11)	39,3 (11)	21,4 (6)			35,7 (10)	64,3 (18)		
En uzun süre yaşanan yerleşim yeri	İl merkezi	64,0 (16)	24,0 (6)	12,0 (3)	2,752	0,600	36,0 (9)	64,0 (16)	1,411	0,494
	İlçe merkezi	42,9 (9)	42,9 (9)	14,3 (3)			33,3 (7)	66,7 (14)		
	Kasaba/köy	66,7 (6)	22,2 (2)	11,1 (1)			55,6 (5)	44,4 (4)		
Aile tipi	Çekirdek	55,6 (25)	33,3 (15)	11,1 (5)	1,007	0,604	40,0 (18)	60,0 (27)	0,347	0,556
	Geniş	60,0 (6)	20,0 (2)	20,0 (2)			30,0 (3)	70,0 (7)		
Annenin öğrenim düzeyi	İlkokul ve altı	64,5 (20)	29,0 (9)	6,5 (2)	6,283	0,179	38,7 (12)	61,3 (19)	2,508	0,285
	Ortaokul	45,5 (5)	45,5 (5)	9,1 (1)			54,5 (6)	45,5 (5)		
	Lise ve üzeri	46,2 (6)	23,1 (3)	30,8 (4)			23,1 (3)	76,9 (10)		
Babanın öğrenim düzeyi	İlkokul ve altı	75,0 (12)	18,8 (3)	6,3 (1)	5,736	0,220	43,8 (7)	56,3 (9)	1,144	0,564
	Ortaokul	50,0 (4)	50,0 (4)	0,0 (0)			50,0 (4)	50,0 (4)		
	Lise ve üzeri	48,4 (15)	32,3 (10)	19,4 (6)			32,3 (10)	67,7 (21)		
Algılanan gelir düzeyi	Kötü	20,0 (1)	80,0 (4)	0,0 (0)	8,767	0,067	40,0 (2)	60,0 (3)	0,695	0,706
	Orta	64,1 (25)	25,6 (10)	10,3 (4)			41,0 (16)	59,0 (23)		
	İyi	45,5 (5)	27,3 (3)	27,3 (3)			27,3 (3)	72,7 (8)		
Kronik hastalık varlığı	Var	60,0 (3)	40,0 (2)	0,0 (0)	0,860	0,651	60,0 (3)	40,0 (2)	1,109	0,292
	Yok	56,0 (28)	30,0 (15)	14,0 (7)			36,0 (18)	64,0 (32)		
Algılanan sağlık durumu	İyi	63,2 (24)	31,6 (12)	5,3 (2)	7,235	0,124	39,5 (15)	60,5 (23)	0,789	0,674
	Orta	41,7 (5)	33,3 (4)	25,0 (3)			41,7 (5)	58,3 (7)		
	Kötü	40,0 (2)	20,0 (1)	40,0 (2)			20,0 (1)	80,0 (4)		

*p<0,05

Yüksek bağımlılık derecesine sahip öğrenciler içerisinde erkeklerin oranını kızlara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir (p<0,05). Yaş, en uzun süre yaşanan yerleşim yeri, aile tipi, annenin öğrenim düzeyi, babanın öğrenim düzeyi, algılanan gelir düzeyi, kronik hastalık varlığı ve algılanan sağlık durumu değişkenlerinin kategorileri arasında sigara bağımlılığı derecesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0,05). Sigarayı bırakma isteği açısından yaş, cinsiyet, en uzun süre yaşanan yerleşim yeri, aile tipi, annenin öğrenim düzeyi, babanın öğrenim düzeyi, algılanan gelir düzeyi, kronik hastalık varlığı ve algılanan sağlık durumu değişkenlerinin kategorileri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0,05, Tablo 3).

Beş yıl ve daha uzun süredir sigara içen öğrencilerde yüksek bağımlılık derecesine sahip olma oranı beş yıldan daha az süredir sigara içenlere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir (p<0,05). Sigaraya başlama yaşı, sigarayı bırakmayı deneme, annenin ve babanın sigara içme durumu, alkol tüketme durumu değişkenlerinin kategorileri arasında sigara bağımlılığı derecesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0,05). Sigarayı bırakma isteği açısından sigaraya başlama yaşı, sigara içme süresi, sigarayı bırakmayı deneme, annenin ve babanın sigara içme durumu, alkol tüketme

durumu değişkenlerinin kategorileri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0,05, Tablo 4).

Annesi ortaokul, lise ve üzeri öğrenim düzeyine sahip olanlara göre ilkököl ve altında öğrenim düzeyine sahip öğrencilerde Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalaması istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşüktür (p<0,05). Yaş, cinsiyet, en uzun süre yaşanan yerleşim yeri, aile tipi, babanın öğrenim düzeyi, algılanan gelir düzeyi, kronik hastalık varlığı ve algılanan sağlık durumu değişkenlerinin kategorileri arasında Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalaması açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (p>0,05, Tablo 5).

Günlük 10 ve daha az sayıda sigara içen öğrencilerde 11 ve daha fazla sayıda sigara içenlere kıyasla Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalaması istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir (p<0,05). Sigaraya başlama yaşı, sigara içme süresi, sigarayı bırakmayı deneme, annenin ve babanın sigara içme durumu, alkol tüketme durumu değişkenlerinin kategorileri arasında Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalaması açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (p>0,05, Tablo 6).

Tablo 4. Sigara içen öğrencilerin sigara kullanımına ilişkin bazı özelliklerine göre sigara bağımlılığı derecesi ve bırakma isteği (n=55)

Sigara kullanımına ilişkin özellikler		Sigara bağımlılığı derecesi			χ^2	p	Sigarayı bırakma isteği		χ^2	p
		Hafif % (n)	Orta % (n)	Yüksek % (n)			Var % (n)	Yok % (n)		
Sigaraya başlama yaşı	17 yaş ve altı	44,1 (15)	38,2 (13)	17,6 (6)	5,609	0,061	29,4 (10)	70,6 (24)	2,902	0,088
	18 yaş ve üzeri	76,2 (16)	19,0 (4)	4,8 (1)			52,4 (11)	47,6 (10)		
Sigara içme süresi	<5 yıl	66,7 (22)	30,3 (10)	3,0 (1)	7,659	0,022*	45,5 (15)	54,5 (18)	1,849	0,174
	≥5 yıl	40,9 (9)	31,8 (7)	27,3 (6)			27,3 (6)	72,7 (16)		
Sigarayı bırakmayı deneme	Evet	56,0 (14)	36,0 (9)	8,0 (2)	1,190	0,552	44,0 (11)	56,0 (14)	0,657	0,418
	Hayır	56,7 (17)	26,7 (8)	16,7 (5)			33,3 (10)	66,7 (20)		
Annenin sigara içme durumu	Evet	38,5 (5)	30,8 (4)	30,8 (4)	5,322	0,070	23,1 (3)	76,9 (10)	1,646	0,200
	Hayır	61,9 (26)	31,0 (13)	7,1 (3)			42,9 (18)	57,1 (24)		
Babanın sigara içme durumu	Evet	46,2 (6)	46,2 (6)	7,7 (1)	1,934	0,380	34,4 (11)	65,6 (21)	0,470	0,493
	Hayır	59,5 (25)	26,2 (11)	14,3 (6)			43,5 (10)	56,5 (13)		
Alkol tüketme durumu	Tüketmeyen	71,4 (5)	14,3 (1)	14,3 (1)	3,428	0,489	28,6 (2)	71,4 (5)	1,049	0,592
	Bırakan	58,3 (7)	41,7 (5)	0,0 (0)			50,0 (6)	50,0 (6)		
	Tüketen	52,8 (19)	30,6 (11)	16,7 (6)			36,1 (13)	63,9 (23)		

*p<0,05

Tablo 5. Sigara içen öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması (n=55)

Sosyodemografik özellikler		n	$\bar{x} \pm ss$	Test değeri	p
Yaş ¹	20 ve altı	18	22,50±5,20	-0,894	0,371
	21 ve üzeri	27	24,44±6,37		
Cinsiyet ¹	Kadın	20	25,35±6,49	2,284	0,131
	Erkek	25	22,32±5,21		
En uzun yaşanan yerleşim yeri ²	İl merkezi	19	22,89±4,25	0,685	0,710
	İlçe merkezi	20	24,10±7,49		
	Kasaba/köy	6	24,66±5,35		
Aile tipi ¹	Çekirdek	36	23,14±5,93	-0,996	0,319
	Geniş	9	25,77±5,82		
Annenin öğrenim düzeyi ²	İlkokul ve altı	26	21,92±5,26	6,530	0,038*
	Ortaokul	9	24,30±6,13		
	Lise ve üzeri	10	28,00±5,83		
Babanın öğrenim düzeyi ²	İlkokul ve altı	13	22,76±5,12	4,264	0,119
	Ortaokul	8	27,75±6,84		
	Lise ve üzeri	24	22,79±5,71		
Algılanan gelir düzeyi ²	Kötü	5	22,00±6,63	1,876	0,391
	Orta	30	24,20±5,50		
	İyi	10	22,90±7,24		
Kronik hastalık varlığı ¹	Var	4	24,75±3,68	0,270	0,603
	Yok	41	23,56±6,14		
Algılanan sağlık durumu ²	İyi	30	24,00±6,45	2,935	0,231
	Orta	11	24,27±4,92		
	Kötü	4	19,50±3,11		

¹Mann Whitney U testi, ²Kruskall Wallis varyans analizi, *p<0,05

Tablo 6. Sigara içen öğrencilerin sigara kullanımına ilişkin bazı özelliklerine göre Öz-Etkillilik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması (n=55)

Sigara kullanımına ilişkin bazı özellikler		n	x±ss	Test değeri	p
Sigaraya başlama yaşı ¹	17 yaş ve altı	28	22,64±4,68	-1,033	0,302
	18 yaş ve üzeri	17	25,35±7,44		
Sigara içme süresi ¹	<5 yıl	28	25,11±6,11	3,613	0,057
	≥5 yıl	17	21,29±4,95		
Günlük içilen sigara sayısı ¹	10 ve altı	20	26,00±6,49	-2,164	0,030*
	11 ve üzeri	25	21,80±4,65		
Sigarayı bırakmayı deneme ¹	Evet	15	25,93±5,79	-1,919	0,055
	Hayır	30	22,53±5,78		
Annenin sigara içme durumu ¹	Evet	11	21,19±4,87	-1,549	0,121
	Hayır	34	24,47±6,10		
Babanın sigara içme durumu ¹	Evet	27	23,15±7,01	-0,894	0,371
	Hayır	18	24,44±3,89		
Alkol tüketme durumu ²	Tüketmeyen	6	25,50±7,25	0,940	0,625
	Bırakan	9	25,22±7,46		
	Tüketen	30	22,83±5,20		

¹MannWhitney U testi, ²Kruskall Wallis varyans analizi, *p<0,05

TARTIŞMA

Topluma rol model olma konusunda öncelikli sorumluluğu bulunan sağlık personeli sigarayla mücadelede en önemli kilometre taşlarından biridir. Geleceğin sağlık profesyonelleri içerisinde yer alacak hemşirelik öğrencilerinde sigara bağımlılığı derecesinin, sigarayı bırakmaya yönelik istek ve öz-etkililik düzeyinin belirlenmesi amaçlanan bu araştırmada öğrencilerin yaklaşık %18'inin sigara içtiği belirlenmiştir. Dünya Sağlık Örgütü ve Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi tarafından 20 Avrupa ülkesinde 2005-2008 yılları arasında diş hekimliği, tıp, eczacılık ve hemşirelik bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler ile yürütülen çalışmada sigara içme prevalansının yaklaşık %7-21 arasında değiştiği bildirilmektedir (18). Türkiye'de ise hemşirelik öğrencileriyle son yıllarda yürütülen çalışmalarda sigara içme prevalansının yaklaşık %13-21 arasında farklılaştığı belirtilmektedir. Dolayısıyla bu çalışmada elde edilen prevalansın literatürde benzer popülasyonda yürütülen çalışmaların bulgularıyla uyumlu olduğu söylenebilir (9-13, 19).

Literatürde sigarayı bırakmayı zorlaştıran nedenlerin başında nikotinin psikofarmakolojik etkilerinin yer aldığı ve sigara içenlerin yaklaşık üçte ikisinin istediği halde nikotin bağımlılığı nedeni ile sigarayı bırakamadıkları belirtilmektedir (5, 7). Bu çalışmada sigara içen öğrencilerin yaklaşık %56'sının hafif, %31'inin orta ve %13'ünün yüksek derecede sigara bağımlısı olduğu saptanmıştır. Sigara içenlerde bağımlılık düzeyi bırakma başarısı açısından hayati önem taşımaktadır. Bu çalışmada da öğrencilerin yarısından fazlasının hafif ve orta düzeyde sigara bağımlısı olduğu düşünüldüğünde gerekli girişimler uygulandığında bu grupta sigarayı bırakma başarısının yüksek olacağı söylenebilir. Literatürde sigara bağımlılığının değerlendirildiği çalışmaların genellikle yetişkinlerle yürütüldüğü görülmektedir. Bu çalışmalarda yetişkinlerin yarısından fazlasının yüksek derecede sigara bağımlısı olduğu ve yüksek derecede bağımlılık oranının erkeklerde kadınlara kıyasla yüksek olduğu bildirilmektedir (5, 20, 21). Dolayısıyla bizim çalışmamızda elde edilen

yüksek derecede bağımlılık oranının düşük olması çalışmanın genç ve kadın ağırlıklı bir grupta yürütülmüş olmasından kaynaklanabilir. Türkiye'de hemşirelik bölümü öğrencilerinde sigara bağımlılığının değerlendirildiği çalışmalar sınırlı sayıdadır. İstanbul'da sağlıkla ilgili farklı disiplinlerde öğrenim gören üniversite öğrencileriyle yürütülen bir başka çalışmada sigara içen öğrencilerin FNBT puanı ortalamalarının 4,1±1,9 olarak hesaplandığı bildirilmektedir (11). Ölçeğin kesme noktası dikkate alındığında bağımlılık derecesi açısından sözü edilen çalışmanın bu araştırmada elde edilen FNBT puan ortalaması (3,29±2,67) ile benzer olduğu söylenebilir. İzmir'de 2007 yılında hemşirelik öğrencileriyle yürütülen çalışmada öğrencilerin yaklaşık %14'ünün, Kars'ta 2013 yılında hemşirelik öğrencileriyle yürütülen çalışmada ise sigara içen öğrencilerin %15'inin yüksek derecede sigara bağımlısı olduğu bildirilmektedir (9, 13). Söz edilen bu çalışmaların bulguları bizim çalışmamızla uyumludur. Diğer taraftan 2015 yılında İzmir'de tıp fakültesi ve hemşirelik bölümü öğrencileriyle yürütülen bir diğer çalışmada ise hemşirelik bölümünde yüksek derecede bağımlılık düzeyine sahip öğrencilerin oranının yaklaşık %21 olarak hesaplandığı rapor edilmektedir. Çalışmada hesaplanan bağımlılık oranının bu çalışmaya kıyasla daha yüksek olması söz edilen çalışmada erkek öğrenci sayısının fazlalığından kaynaklanıyor olabilir. Nitekim bu çalışmada da literatürdeki çalışmaların bulgularını destekler nitelikte kız öğrencilere göre erkek öğrenciler arasında yüksek derecede sigaraya bağımlı olanların oranı yüksektir (19, 20, 22). Bu çalışmada sigara içme süresi arttıkça bağımlılık derecesinin de arttığı saptanmıştır. Yapılan bir çalışmada da bu bulguya paralel olarak sigara içme süresi ile sigara bağımlılığı arasında pozitif yönde ilişki olduğu ve sigara içme süresinin artışı ile sigarayı bırakma şansının azaldığı bildirilmektedir (23).

Sigarayı bırakma ve bırakma davranışının sürdürülmesi diğer madde bağımlılıklarında olduğu gibi birinci derecede kişinin istek ve kararlılığı ile ilgilidir (6). Bu çalışmada sigara içen öğrencilerin yaklaşık üçte birinden fazlasının sigarayı bırakmak istediği saptanmıştır.

Bu bulgu mezuniyet öncesinde birincil korumaya yönelik planlanacak girişimlerin başarısı açısından umut verici olarak değerlendirilebilir. Öte yandan sigaranın yol açacağı hastalıklar açısından kümülatif riskin sigara içilen süre ile paralel olarak arttığı göz önüne alındığında henüz gençlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin üçte birinden fazlasının sigarayı bırakmak istemesi sigaranın bırakılmasına yönelik programların ivedilikle uygulanması gerektiğini düşündürmektedir.

Öz-etkililik bireyin zor durumlarla karşılaştığı zaman, değiştirmiş olduğu riskli davranışına yeniden dönmek için sahip olduğu güven olarak tanımlanmaktadır (17, 23). Sigara içme konusunda bireyin düşük öz etkililiği ise sigaraya karşı direnme gücünün zayıf olması anlamına gelmektedir (8). Bu çalışmada hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sigarayı bırakmaya yönelik öz-etkililik düzeylerinin orta düzeyde olduğu, annesi ilkököl ve altında öğrenim düzeyine sahip olan ve günlük 11 ve daha fazla sayıda sigara içen öğrencilerde Öz-Etkililik/Teşvik Edici Faktörler Ölçeği toplam puan ortalamasının anlamlı düzeyde düşük olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Kılınc ve ark. (8) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmalarında annenin eğitim düzeyi azaldıkça sigara içen öğrencilerin öz-etkililik düzeyinin azaldığını bildirmişlerdir. Öz-etkililik düzeyi arttıkça, sigaradan kaçınma davranışına bağlı olarak sigara sayısının azalması beklenmektedir. Nitekim yapılan çalışmalarda günlük içilen sigara sayısı ile öz-etkililik düzeyi arasında ters yönde ilişki olduğu belirtilmektedir. Bu çalışmada da günlük 10 ve daha az sayıda sigara içenlere kıyasla 11 ve daha fazla sayıda sigara içenlerde öz-etkililik düzeyinin düşük olduğu saptanmıştır. Bu bulgu literatürde yer alan çalışmaların bulgularını destekler niteliktedir(24, 25).

Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırmanın hemşirelik bölümü öğrencileriyle yürütülmesi ve sonuçlarının kendi evrenine genellenebilir olması en önemli kısıtlılıklarıdır. Ayrıca çalışmanın görece küçük bir grupta yürütülmesi nedeniyle sigara bağımlılığı derecesi, sigarayı bırakma isteği ve sigarayı bırakmaya yönelik öz-etkililik açısından sosyodemografik ve sigara kullanımına ilişkin özelliklerin kategorileri arasında anlamlı farkı saptayacak güce sahip olmaması çalışmanın bir diğer kısıtlılığıdır.

SONUÇ

Bu çalışmada öğrencilerin yaklaşık beşte birinin sigara içtiği, yaklaşık yarısının orta ve yüksek derecede sigara bağımlısı olduğu belirlenmiştir. Bu öğrencilerin geleceğin sağlık profesyonelleri olması ve sigarayla mücadelede etkin rol alacakları göz önüne alındığında sigara içme ve bağımlılık derecesine ilişkin bu sıklıkların yüksek olduğu söylenebilir. Araştırmada sigara içen öğrencilerin yaklaşık üçte birinden fazlasının sigarayı bırakmak istediği ve sigarayı bırakmaya yönelik öz-etkililiklerinin orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular meslek yaşamına atılmadan önce öğrencilere sigarayı bırakmaya yönelik planlanacak girişimlerin başarısı şansının yüksek olduğunu düşündürmektedir. Bu doğrultuda öğrenciler sigara bağımlılığı açısından düzenli olarak izlenmeli ve öğrencilerin sigarayı bırakmasına yönelik danışmanlık hizmetleri sağlanmalıdır. Meslek derslerinin yanı sıra konu ile ilgili eğitimler yapılmalı, öğrenciler ilgi duydukları müzik, spor gibi aktivitelere yönlendirilmelidir. Öğrencilere sigarayı bırakma amacıyla bilişsel davranışçı teknikleri içeren müdahale programları planlanmalı, yüksek derecede bağımlı öğrenciler ise sigara bırakma polikliniklerine yönlendirilmelidir. Ayrıca hemşirelik öğrencilerinde sigara bağımlılığı, sigara bırakma isteği ve sigarayı bırakmaya

yönelik öz-etkililik ve ilişkili etmenler açısından mevcut durumu daha iyi açıklayabilmek ve sonuçları genellenebilmek amacıyla daha geniş örnekleme çalışmaları yapılması önerilebilir.

Etik Komite Onayı: Bu çalışma için Balıkesir Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır (2017/46).

Hasta Onamı: Bu çalışmaya katılan öğrencilerden sözlü onam alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış Bağımsız.

Yazar Katkıları: Fikir - K.T.S.; Tasarım - K.T.S.; Denetleme - K.T.S.; Kaynaklar - K.T.S., D.A., Y.M.; Malzemeler - K.T.S., D.A., Y.M.; Veri Toplanması ve/veya İşlemesi - K.T.S., D.A.; Analiz ve/veya Yorum - K.T.S.; Literatür taraması - K.T.S., D.A., Y.M.; Yazıyı Yazan - K.T.S., D.A., Y.M.; Eleştirel İnceleme - K.T.S., D.A., Y.M.

Teşekkür: Yazarlar öğrencilere ve veri toplama aşamasındaki desteklerinden dolayı üniversite yönetimine teşekkür eder.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

Ethics Committee Approval: The ethics committee approval was received from Balıkesir University Clinical Research Ethics Committee (2017/46).

Informed Consent: Verbal consent was obtained from students who participated in this study.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Author contributions: Concept – K.T.S.; Design - K.T.S.; Supervision - K.T.S.; Resource - K.T.S., D.A., Y.M.; Materials - K.T.S., D.A., Y.M.; Data Collection and/or Processing - K.T.S., D.A.; Analysis and/or Interpretation - K.T.S.; Literature Search - K.T.S., D.A., Y.M.; Writing - K.T.S., D.A., Y.M.; Critical Reviews - K.T.S., D.A., Y.M.

Acknowledgements: The authors would like to thank all the students and university administrators for helping the data collection phase of this study.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared by the authors.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.

KAYNAKLAR

1. World Health Organization. Fresh and Alive MPOWER, Report on the Global Tobacco Epidemic, 2008. The MPOWER Package. Geneva: WHO press; 2008.
2. Bilir N, Telatar G. Tütün Kontrolünde Sağlık Profesyonellerinin Rolü. Ankara: World Health Organization; 2005.
3. Kanit L, Keser A. Tütün Bağımlılığının Biyofizyolojisi. Aytemur ZA, Akcay Ş, Elbek O, editors. Tütün ve Tütün Kontrolü. Ankara: Türk Toraks Derneği Yayını; 2010; 10: 141-56.
4. Benowitz NL, Hukkanen J, Jacob P 3rd. Nicotine chemistry, metabolism, kinetics and biomarkers. Handb Exp Pharmacol 2009; 192: 29-60. [CrossRef]
5. Çelepkolu T, Atlı A, Palancı Y, Yılmaz A, Demir S, İbiloğlu AO et al. Sigara kullanıcılarında nikotin bağımlılık düzeyinin yaş ve cinsiyetle ilişkisi: Diyarbakır Örnekleme. Dicle Med J 2014; 41: 712-6. [CrossRef]
6. Bilir N. Sigarayı Bırakma Yolları (Sigaranın Zararlı Etkilerinden Korunma). Ankara: T.C Sağlık Bakanlığı Yayını; 2008.

7. Bozkurt N, Bozkurt Aİ. Nikotin bağımlılığını belirlemede Fagerström Nikotin Bağımlılık Testinin (FBNT) değerlendirilmesi ve nikotin bağımlılığı için yeni bir test oluşturulması. Pamukkale Medical Journal 2016; 9: 45-51. [CrossRef]
8. Kılınç NÖ, Tezel A. Üniversite öğrencilerinin sigara içme durumlarına göre öz-etkililik düzeylerinin değerlendirilmesi. TAF Prev Med Bull 2012; 11: 255-64.
9. Çapık C, Cingil D. Hemşirelik öğrencilerinde sigara kullanımı, nikotin bağımlılık düzeyi ve ilişkili etmenler. Kafkas J Med Sci 2013; 3: 55-61.
10. Çilingir D, Hintistan S, Öztürk H. Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sigara kullanma alışkanlıkları ve etkileyen faktörler. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi 2012; 1: 69-85.
11. Kaptanoğlu A, Polat G, Soyer M. Marmara üniversitesi öğrencilerinde ve öğretim üyelerinde sigara alışkanlığı ve durağan maliyet ilişkisi. Journal of Higher Education and Science 2012; 2: 119-25.
12. Oğuz S, Cesur K, Koç S. Hemşirelik öğrencilerinde koroner kalp hastalığı risk faktörlerinin belirlenmesi. Turk J Card Nur 2011; 2: 18-21.
13. Çapık C, Özbıçakçı S. Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin sigara bağımlılık düzeyleri ve etkileyen etmenler. Journal of Human Sciences 2007; 4: 1-12.
14. Fagerstrom KO, Schneider NG. Measuring nicotine dependence a review of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. J Behav Med 1989; 12: 159-82. [CrossRef]
15. Uysal MA, Kadakal F, Karşıdağ Ç, Bayram NG, Uysal Ö, Yılmaz V. Fagerstrom test for nicotine dependence: reliability in a Turkish sample and factor analysis. Tuberk Toraks 2004; 52: 115-21.
16. Velicer WF, Diclemente CC, Rossi SJ, Prochaska JO. Relapse situations and self-efficacy: an integrative model. Addict Behav 1990; 15: 271-83. [CrossRef]
17. Erol S. Adölesanlarda Sigara İçme Davranışının Değiştirmede Motivasyon Görüşmelerinin Etkisi. M.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. 2005.
18. Yang T, Yu L, Bottorff JL, Wu D, Jiang S, Peng S, et al. Global Health Professions Student Survey (GHPSS) in tobacco control in China. Am J Health Behav 2015; 39: 732-41. [CrossRef]
19. Taş Arslan F, Akşit S, Başbakkal Z. Medical and nursing students' smoking habits, nicotine dependence levels, and contributing factors. J Family Med Community Health 2015; 2: 1043-9.
20. Şengezer T, Sivri F, Dilbaz N, Sunay D. Ankara ili Yenimahalle İlçesinde birinci basamak sağlık kuruluşuna başvuran bireylerde tütün bağımlılığı ve ilişkili risk faktörleri. Türkiye Aile Hekimliği Dergisi 2014; 18: 42-8.
21. Karadağ M, Karadağ S, Ediz B, Işık ES. Nikotin bağımlılığın sigarayı bırakmadaki etkisi. Yeni Tıp Dergisi 2011; 29: 27-31.
22. Kaya N, Çilli AS. Üniversite öğrencilerinde nikotin, alkol ve madde bağımlılığının 12 aylık yaygınlığı. Bağımlılık Dergisi 2002; 3: 91-7.
23. Güngörmüş Z. Lise öğrencilerinde sigara içme davranışının transteoretik model çerçevesinde değerlendirilmesi. STED 2010; 19: 12-8.
24. Fagan P, Eisenberg M, Frazier L, Stoddard AM, Avrunin JS, Sorensen G. Employed adolescents and beliefs about self-efficacy to avoid smoking. Addict Behav 2003; 28: 613-26. [CrossRef]
25. Ergül Ş. Sigara İçme Alışkanlığı Olan Adölesanlarda Karşı Olumlu Davranış Geliştirmeye Yönelik Hemşirelik Girişimlerinin Etkililiğinin Değerlendirilmesi. E.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. 2005.