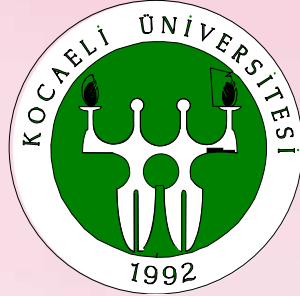


Sigara Bırakma Tedavisinin I. Basamağına Entegrasyonu

'Sen de Bırakabilirsin Kocaeli'

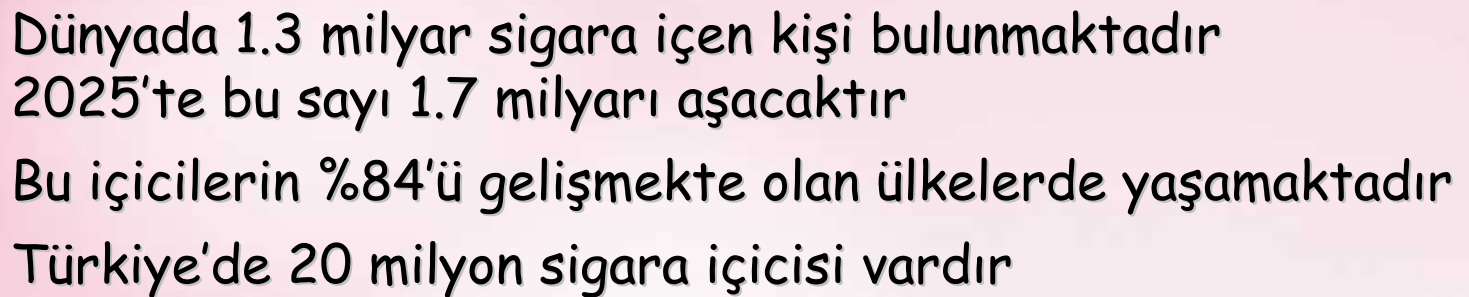


Prof. Dr. Füsün Yıldız

Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi
Göğüs Hastalıklar Anabilim Dalı



- ◆ Sigara benzeri olmayan bir sağlık sorunudur
- ◆ Her dozu zararlıdır
- ◆ Bütün vücuda zarar veren binlerce madde içerir
- ◆ Yüksek bağımlılık yapıcı etkiye sahiptir
- ◆ Sadece kullanana değil, maruz kalana da zarar verir



Economics of Tobacco Control Paper No.6 February 2003

Dünyada sigara içim oranları

Bölge

Tüketim

◆ Kuzey Amerika	% 4.7
◆ Latin Amerika	% 8.9
◆ Batı Avrupa	% 9.3
◆ Orta ve Doğu Avrupa	% 10.8
◆ Afrika ve Orta Doğu	% 11.8
◆ Asya	% 54.5

Türkiye' de sigara kullanımı

- ◆ Erkek: % 52
- ◆ Kadın: % 20
- ◆ 13- 15 yaş grubu: %10-30
- ◆ Emniyet mensuplarında %55
- ◆ Öğretmenler arasında: %48, %32
- ◆ Sağlık çalışanları arasında %54



**EN UCUZ KİTLE İMHA SİLAHI SİGARADIR.
ÜLKEMİZDE HER YIL 100.000 KİŞİYİ ÖLDÜRMEKTEDİR!**

- ◆ Sigara, tüketicilerinin yaklaşık yarısının ölümüne neden olan bir zehir
- ◆ Bu zararlı madde dünya genelinde 15 yaş öncesi başlanmakta
- ◆ Sigarayı deneyen 4 çocuktan 3'ü bağımlı olmakta

WHO 2008 raporu

Sigara M¼cadelesi Stratejileri

1. Sigara alışkanlığını edinmeme
2. Sigara içenlerin "vazgeçmesi"
3. Pasif etkilenenleri koruma



Türkiye'de sigara mücadelesi kronolojisi

- ◆ 1991 ilk 'Sigara Yasası' (Cumhurbaşkanı ticaret özgürlüğüne aykırı olduğu gerekçesi ile veto eder)
- ◆ 1993 ilk 'Sigara Sempozyumu'
- ◆ 1995 Sigara ve Sağlık Ulusal Komitesi
- ◆ 1996 'Sigara Yasası' Kanun No:4207
- ◆ 1997 Birinci Ulusal Sigara ve Sağlık Kongresi
- ◆ 1999 İkinci Ulusal Sigara ve Sağlık Kongresi
- ◆ 2004 Tütün Kontrol Çerçeve Sözleşmesi
- ◆ 2006 Ulusal Tütün Kontrol programı
- ◆ 2008 'Tütün Ürünlerinin zararlarının önlenmesi ve kontrolü' Kanun No: 5727 (4207)

ULUSAL TÜTÜN KONTROL PROGRAMI



"Ulusal Tütün Kontrol Programı"nın temel hedefi;

2010 yılına kadar ülkemizde,

- ◆ 15 yaş üzerinde sigara içmeyenlerin oranını % 80'in üzerine çıkarmak,
- ◆ 15 yaş altında ise % 100'e yakın olmasını sağlamaktır.

◆ 4207 sayılı kanun 'Tütün ve Tütün Ürünlerinin Zararlarının Önlenmesi ve Kontrolü'

İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi

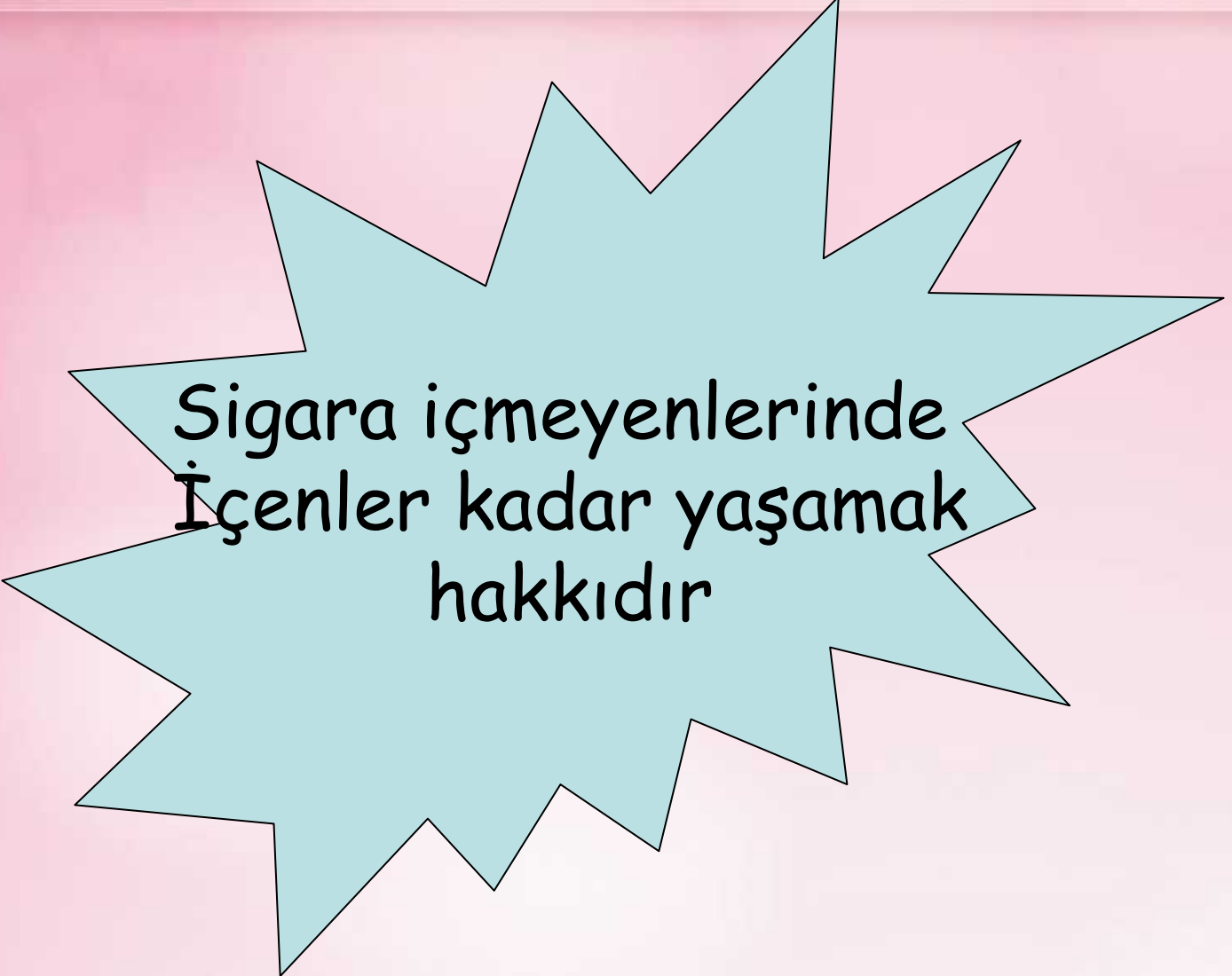
➡ **YAŞAMAK**, özgürlük ve kişi güvenliği herkesin hakkıdır

Madde 3

BU VAS

DI?

EVET



Sigara içmeyenlerinde
İçenler kadar yaşamak
hakkıdır

◆ 'Eğer yaşam süremizde sigarayla ilgili ölüm ve hastalıklarda azalma göreceksen, bu halen sigara içen tiryakilerin bırakmasıyla olacaktır'

R. Peto

❖ Ülkelerin sağlık hizmet sistemleri bağımlılık tedavisinde birinci derecede sorumludur;

1-Sigara bırakma tedavisi I. Basamak sağlık hizmetlerine entegre edilmelidir

2-Farmakolojik tedavi ucuz ve kolay ulaşılabilir olmalıdır

3-Ücretsiz ve kolay ulaşılabilir bir bırakma hattı bulunmalıdır

I. Basamakta sigara bırakma çalışmalarının artırılması için;

- ◆ Genel pratisyenlerin sigara bırakma teknikleri konusunda eğitimi
- ◆ Tıp öğrencilerinin müfredat programlarında tütün ve bırakma tekniklerine yer verilmesi
- ◆ Klinik uygulama kılavuzları hazırlanarak dağıtılması
- ◆ Farmakoterapinin I. Basamak düzeyinde ulaşılabilir olması
- ◆ Sevk modellerinin genişletilmesi önerilmektedir

Zwar NA et al Drug Alcohol Rev 2006;25:21-6

Haydi Kocaeli Sen de bırakabilirsin!

Sigara bırakma süreci ve yöntemleri hakkında **doktorlarımızdan** bilgi almak, sigara bağımlılık derecenizi öğrenmek ve karbonmonoksit testi yaptırmak için sizi stantlarımıza bekliyoruz.

Sigarayı bırakmak için
doktorunuza
danışın.



**ÜCRETSİZ
DOKTOR BULUŞMA
GÜNLERİ**

20 Ocak 2019, Pazartesi - Saat: 14.00 - 17.00

Tamam İlçesi Kültür Merkezi/Konferans Salonu (Çalınca)

20 Ocak 2019, Çarşamba - Saat: 10.00 - 17.00

Fatihpaşa Gıda Sanayi (Yeni Kocaeli)

04 Ocak 2019, Perşembe - Saat: 14.00 - 17.00

Tamam İlçesi Kültür Merkezi/Konferans Salonu (Çalınca)

04 Ocak 2019, Cuma - Saat: 10.00 - 17.00

İsmail Beşikçiye Özgü (Yeni Kocaeli)



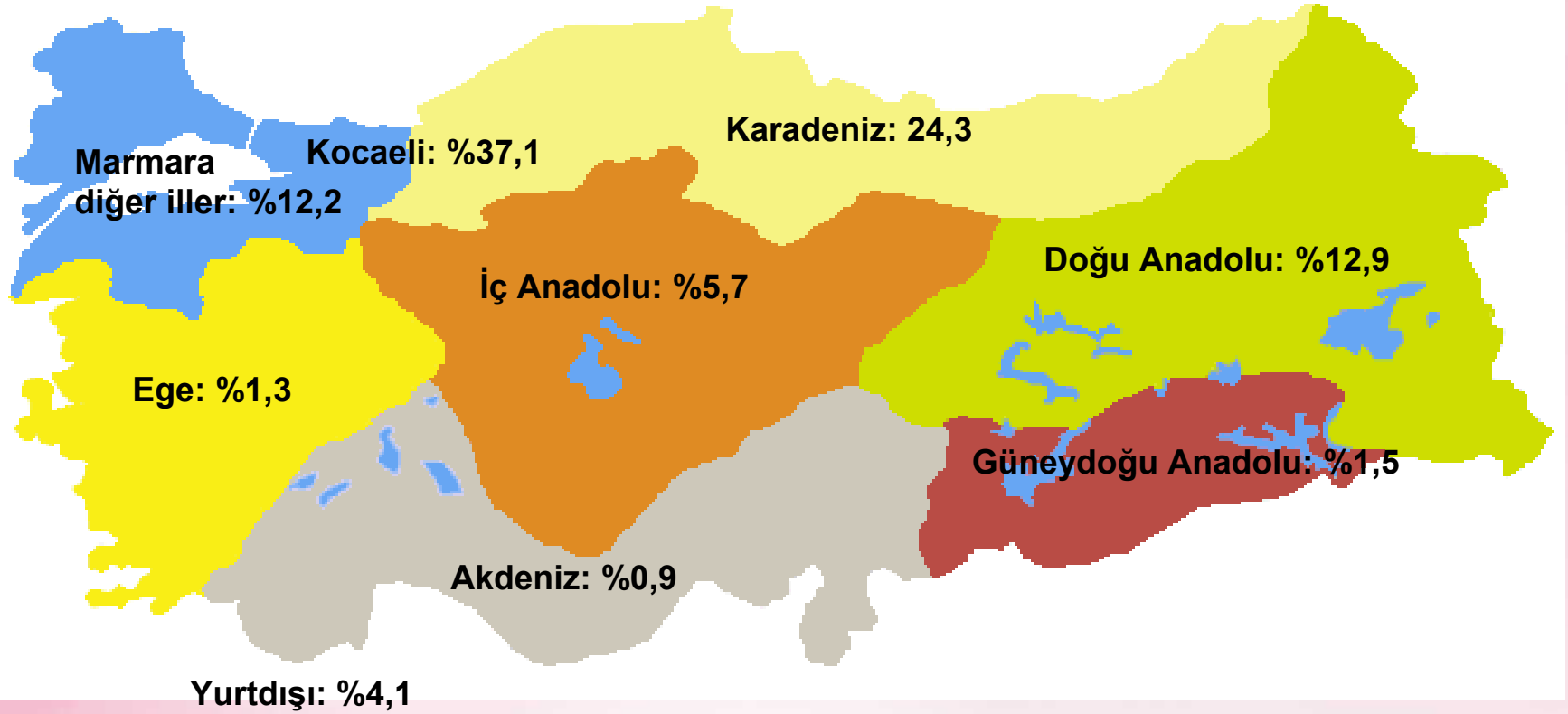
Proje hedefleri

- ◆ Kocaeli halkının sigara içme alışkanlıklarının belirlenmesi
- ◆ Gönüllü hekim eğitimi ile Kocaeli'nde bulunan I. Basamakta sigara bıraktırma poliklinik sayısının arttırılması
- ◆ Halk eğitim toplantıları ve açılan sigara bırakma standları ile isteyenlerin polikliniklere yönlendirilmesi
- ◆ 1 yıl sonunda anketin tekrarlanması ile durum değerlendirmesi yapılması

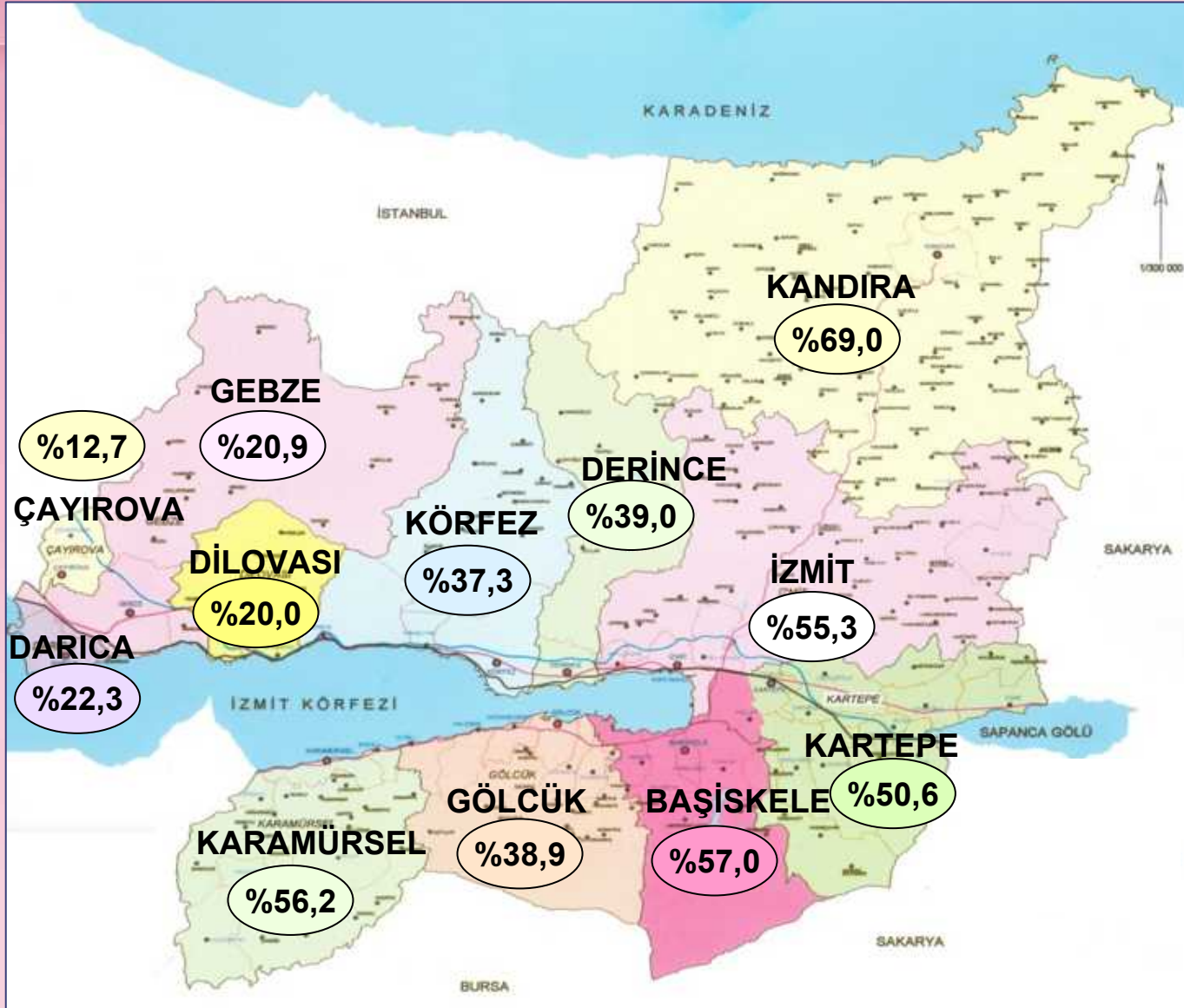
KOCAELİ HALKININ SİĞARA İÇME ALİŞKANLIKLARI



Kocaeli ilinde yaşayanların doğum yerine göre dağılımı

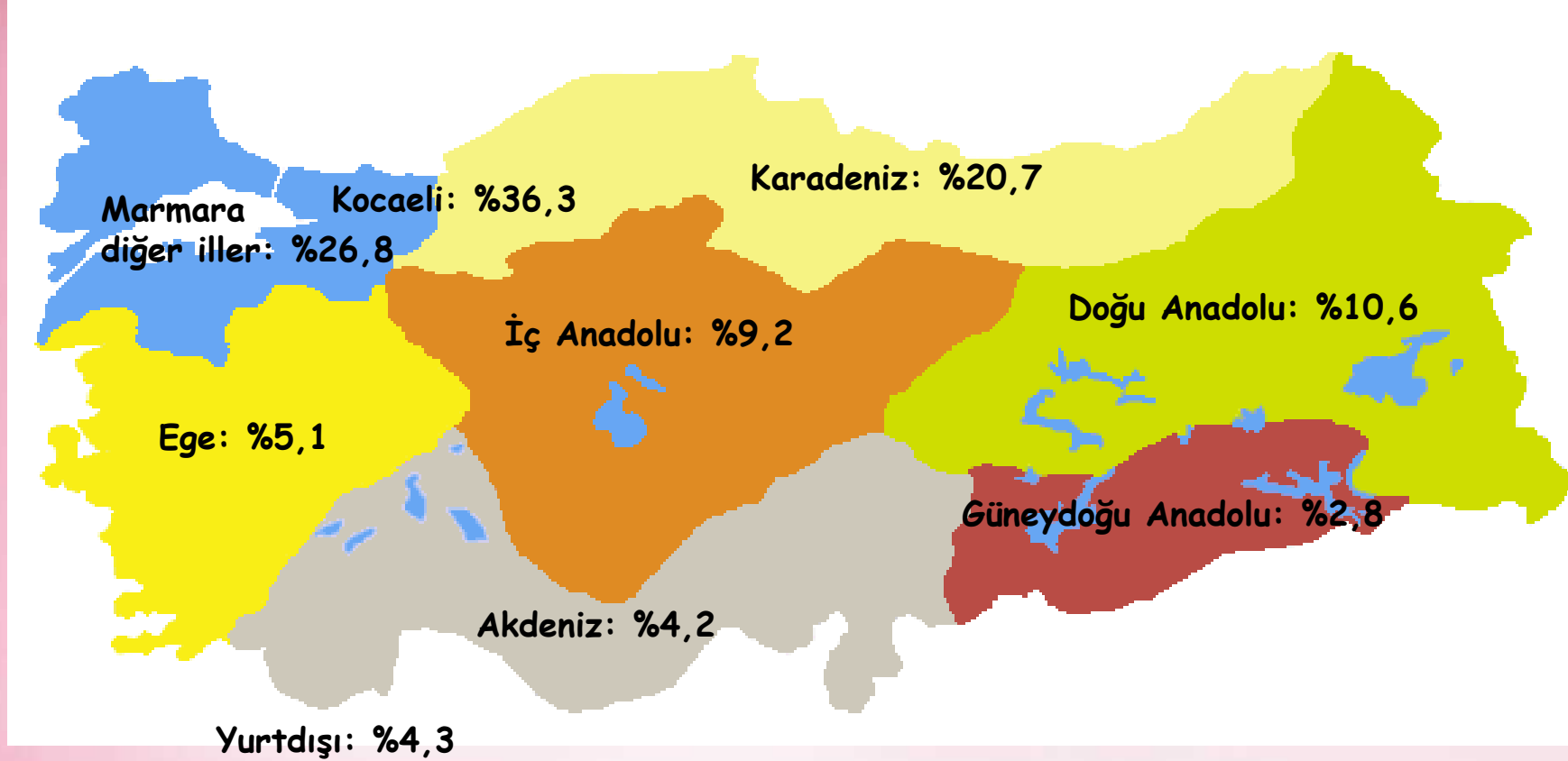


Kocaeli ili ilçelerinde yaşayanlar arasında doğumu Kocaeli olanların %'si



Baz: Her ilçede görüşülen

Kocaeli ili dışında daha önce yaşanan başka yer olup olmadığı, hangi bölgelerde yaşandığı



Baz: Görüşülen kişi sayısı (n=2721)

Kocaeli ili dışında yaşanan diğer yerler birden fazla sayıda olabildiği için oranlar toplamı %100'de fazladır.

ÖRNEK GRUBUNUN DAĞILIMI

İlçeler	Sayı	%
BAŞİSKELE	215	7,9
ÇAYIROVA	246	9,0
DARICA	220	8,1
DERİNCE	217	8,0
DİLOVASI	219	8,0
GEBZE	230	8,5
GÖLCÜK	225	8,3
İZMİT	262	9,6
KANDIRA	218	8,0
KARAMÜRSEL	217	8,0
KARTEPE	228	8,4
KÖRFEZ	224	8,2
Toplam	2721	100,0

Cinsiyet	Sayı	%
Kadın	1350	49,6
Erkek	1371	50,4
Toplam	2721	100,0

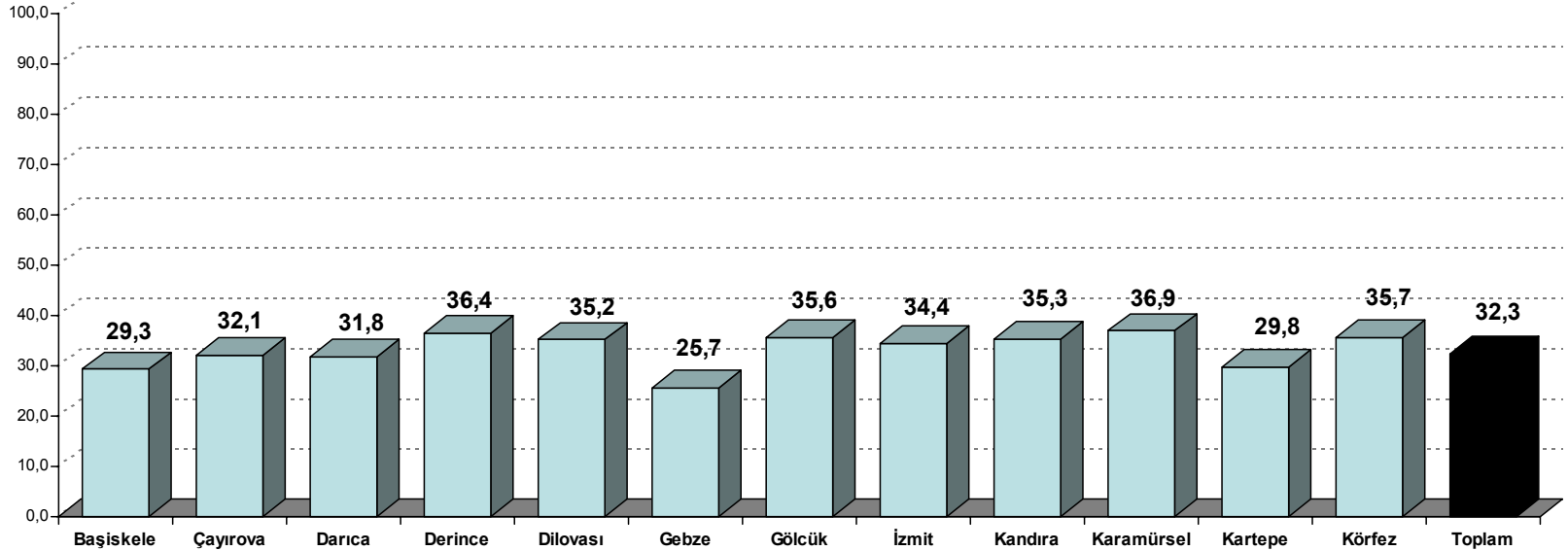
Eğitim durumu	Sayı	%
Eğitimsiz/İlk/Ortaokul	1499	55,1
Lise/Meslek lisesi	719	26,4
Üniversite	503	18,5
Toplam	2721	100,0

Yaş grubu	Sayı	%
18-24	494	18,2
25-34	716	26,3
35-44	621	22,8
45-54	454	16,7
55-64	276	10,1
65 +	160	5,9
Toplam	2721	100,0

Kocaeli ilinde sigara içilme oranı

İlçelere göre

Kocaeli ilinde yaşayan 18 yaş üstü nüfusun üçte biri sigara içmektedir.
İlçeler arasında Gebze ilçesi dışındakilerde benzer sonuç elde edilmiştir.
Gebze ilçesinde yaşayanlar arasında sigara içenlerin oranı il toplamına göre daha düşüktür.



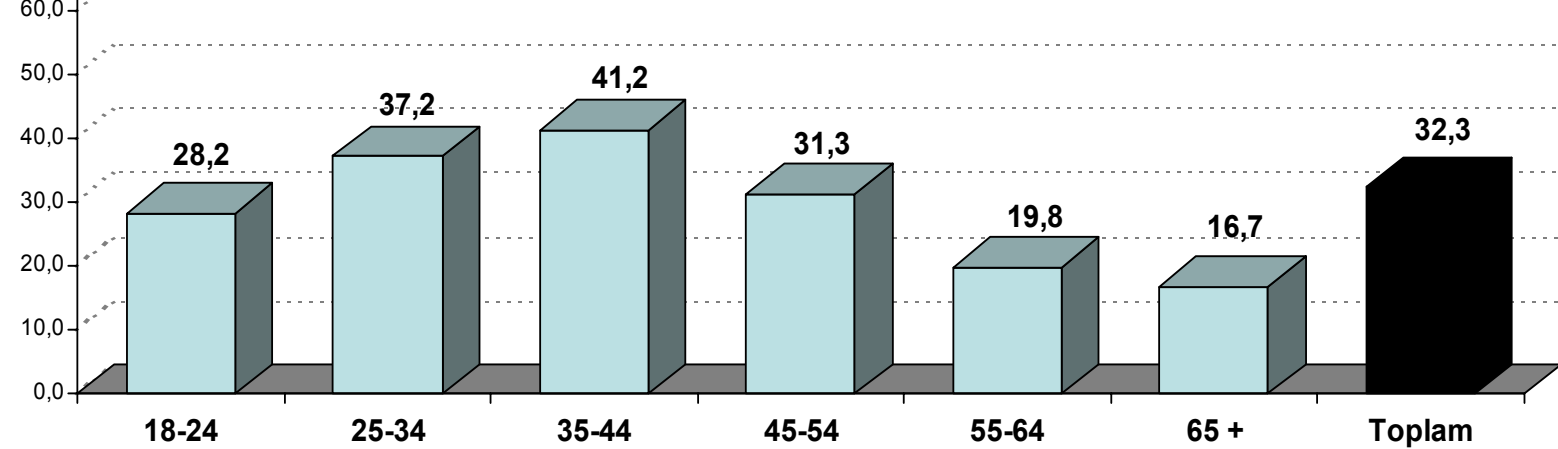
*: Gebze ilinde sigara içenlerin oranı, il toplamına göre istatistiki açıdan $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde daha düşüktür.

Kocaeli ilinde sigara içilme oranı

Yaş gruplarına göre

Kocaeli ilinde yaşayan 18 yaş üstü nüfus arasında sigara içenlerin en fazla olduğu yaş grubu 35-44'tür. Bu yaş grubundaki her beş kişinin ikisi sigara içmektedir. Bu oran Kocaeli ili ortalamasının üstündedir.

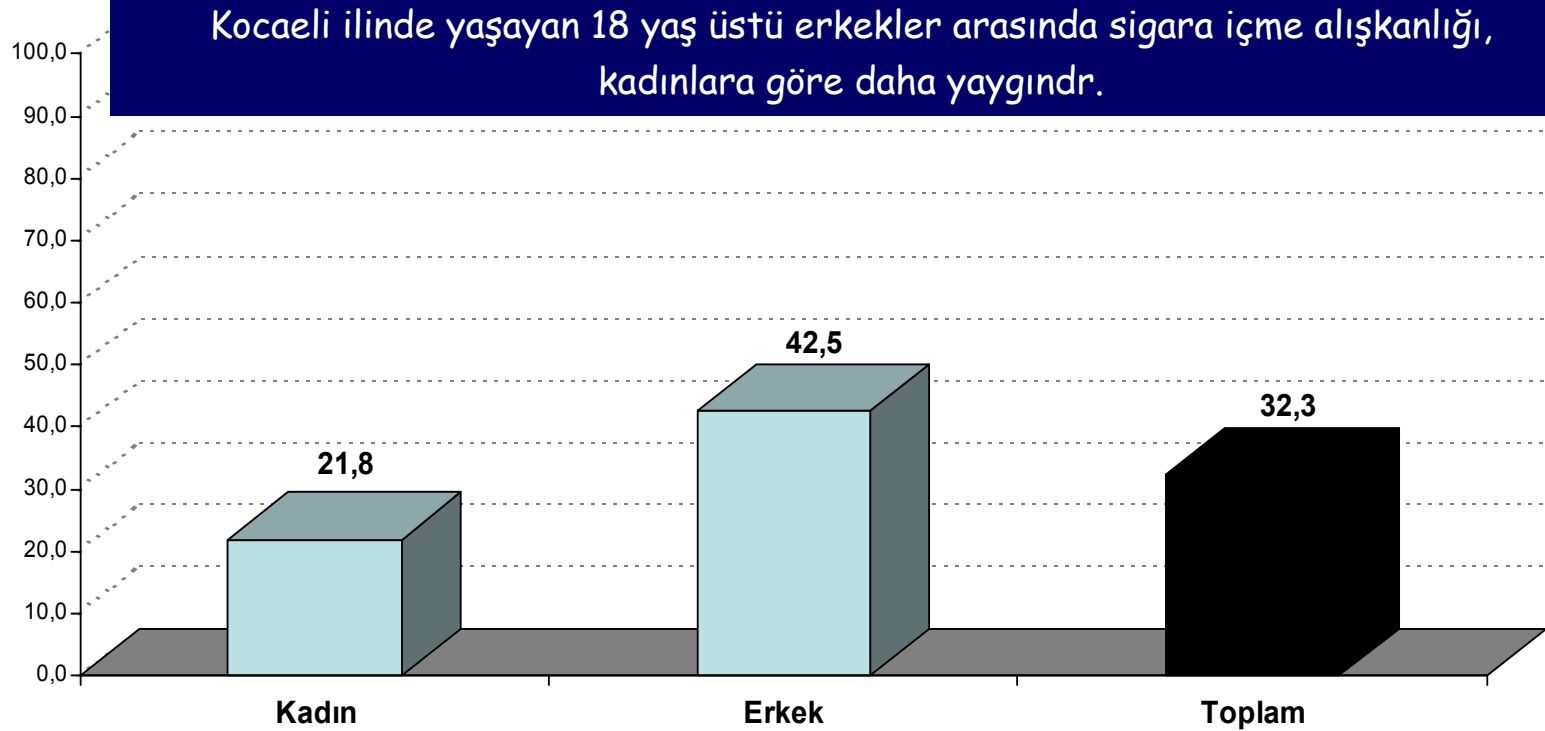
55 yaş üstünde bulunanlar arasında sigara içilme oranı ise Kocaeli ili ortalamasının altındadır.



*: 35-44 yaş grubundakiler arasında sigara içenlerin oranı, il toplamına göre istatistiki açıdan $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde daha yüksektir. 55-64 ve 65 yaş üstü grupları arasında ise sigara içenlerin oranı, il toplamına göre istatistiki açıdan $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde daha düşüktür.

Kocaeli ilinde sigara içilme oranı

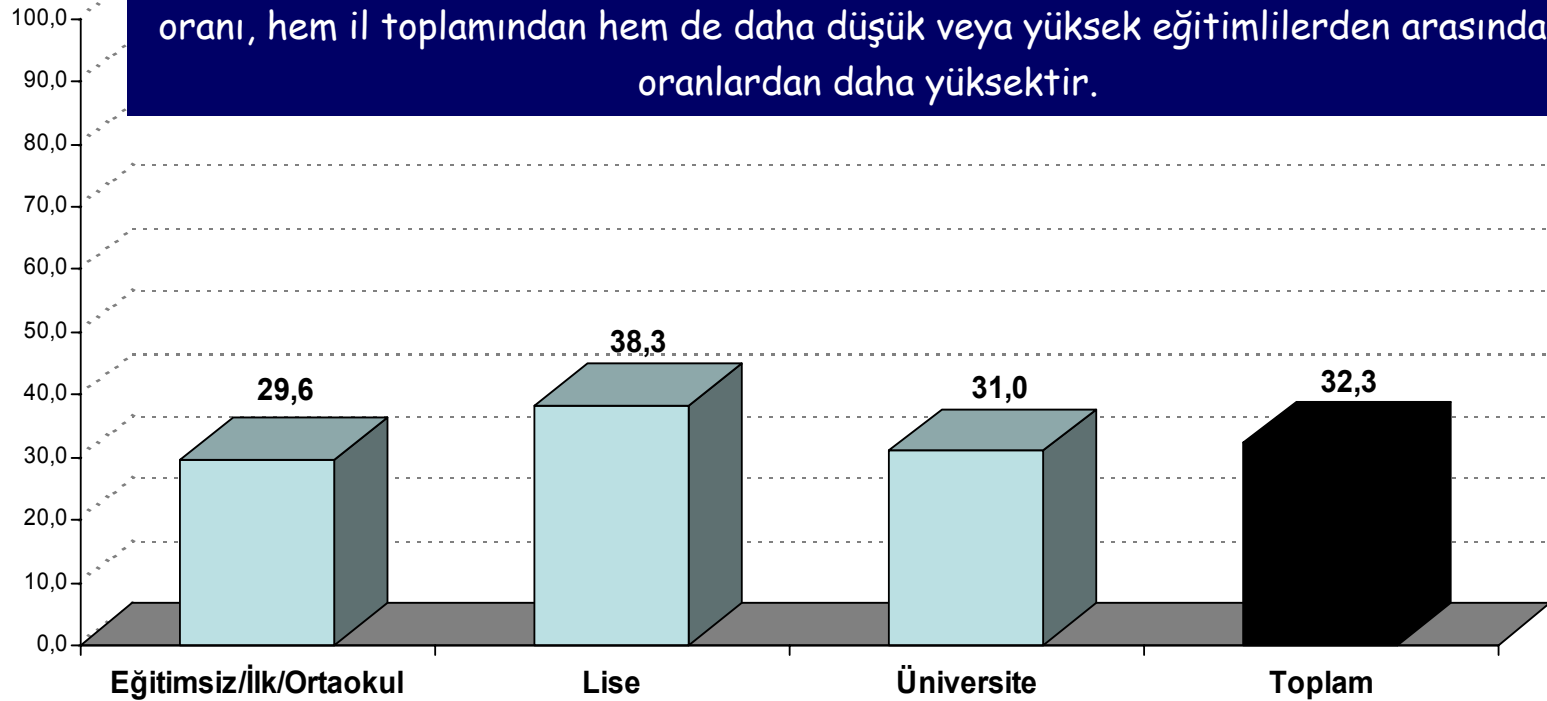
Cinsiyete göre



*: Erkekler arasında sigara içenlerin oranı, il toplamına ve kadınlara göre istatistiki açıdan $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde daha yüksektir.

Kocaeli ilinde sigara içilme oranı Eğitim durumuna göre

Kocaeli ilinde yaşıyıp eğitim düzeyi lise düzeyinde olanlar arasında, sigara içme oranı, hem il toplamından hem de daha düşük veya yüksek eğitimlilerden arasındaki oranlardan daha yüksektir.



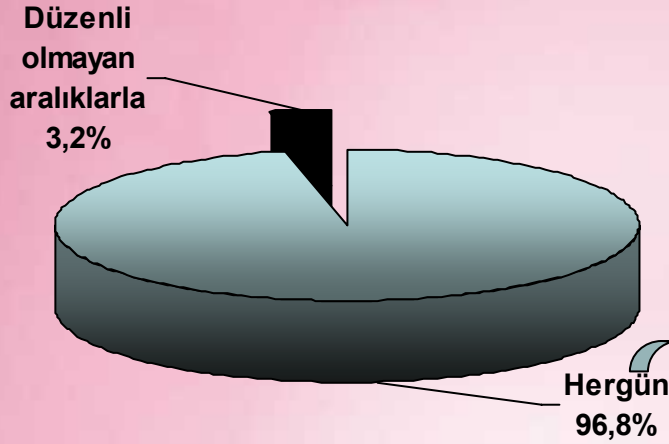
*: Lise eğitimi almış olanlar arasında sigara içenlerin oranı, il toplamına ve diğer eğitim düzeylerine göre istatistiki açıdan $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde daha yüksektir.

Sigara içenlerin analizi

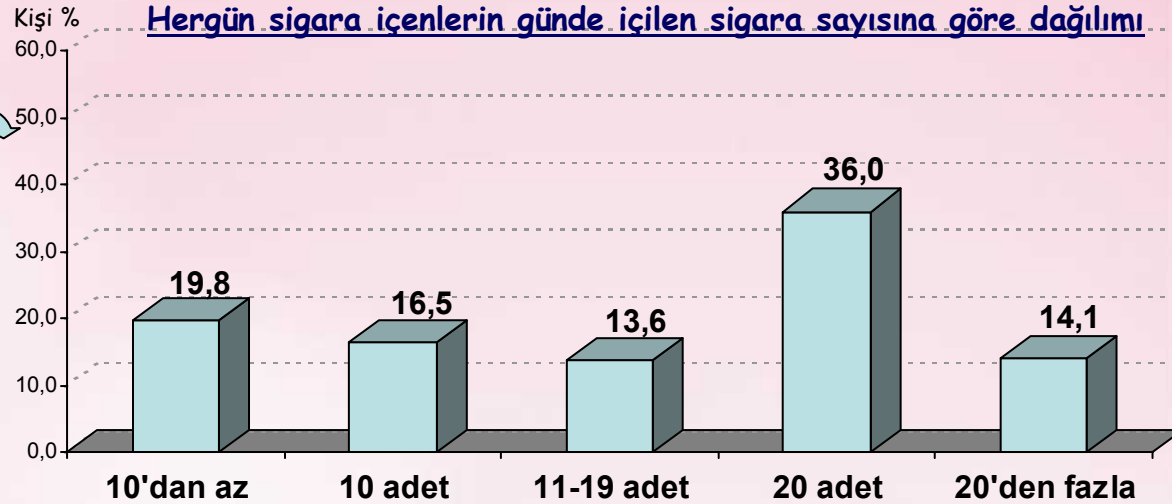
Sigara içenler

Sigara içme sıklığı ve günlük sigara tüketimi

Sigara içenlerin çok büyük bir bölümü 'hergün' sigara içmektedir.
Bir kişinin günde ortalama içtiği sigara miktarı bir pakete yakındır.



	<u>Bir günde içilen sigara sayısı</u>			
	<u>Min.</u>	<u>Max.</u>	<u>Ortalama</u>	<u>Mod.</u>
Hergün içen	1	60	17	20
Düzenli içmeyen	1	8	2	1



az: Halen sigara içenler (n=902)

Hergün sigara içmediği bildirenlerin sigara içme sıklıkları 2-3 günde bir, haftada bir, 15 günde bir, ayda bir veya ortam olunca, keyif için, sinirlendiğinde, nadiren şeklindedir. Bu cevapları bildiren kişi sayısı az olduğundan ayrı ayrı gösterilmemiştir.

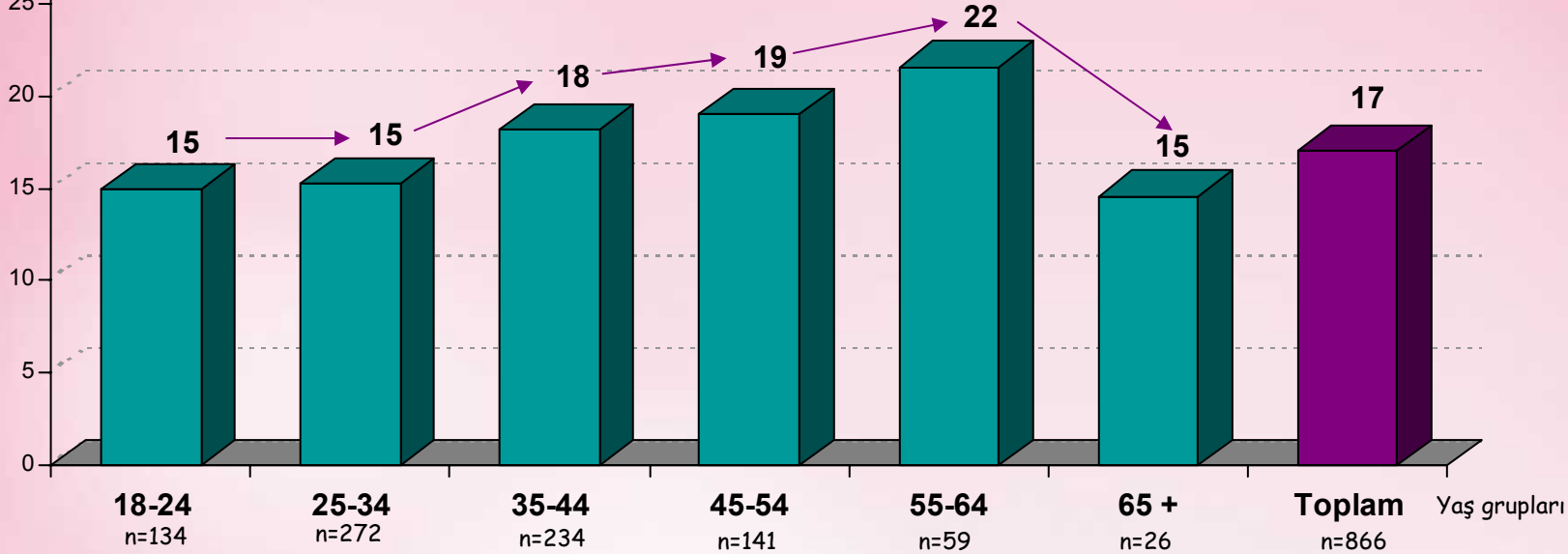
Sigara içenler

Bir günde içilen ortalama sigara sayısı Yaş gruplarına göre

Ort. sigara sayısı

40
35
30
25
20
15
10
5
0

Bir günde içilen ortalama sigara sayısı, 35 yaşından genç olanlar arasında 15 adet iken, bu sayı 35-64 arasındaki yaşlarda yükselmekte, 65 yaş üstündekiler arasında tekrar 15 sigaraya düşmektedir.



Aylık ort. sigara
harcaması (TL)

101 TL

106 TL

109 TL

120 TL

142 TL

81 TL

109 TL

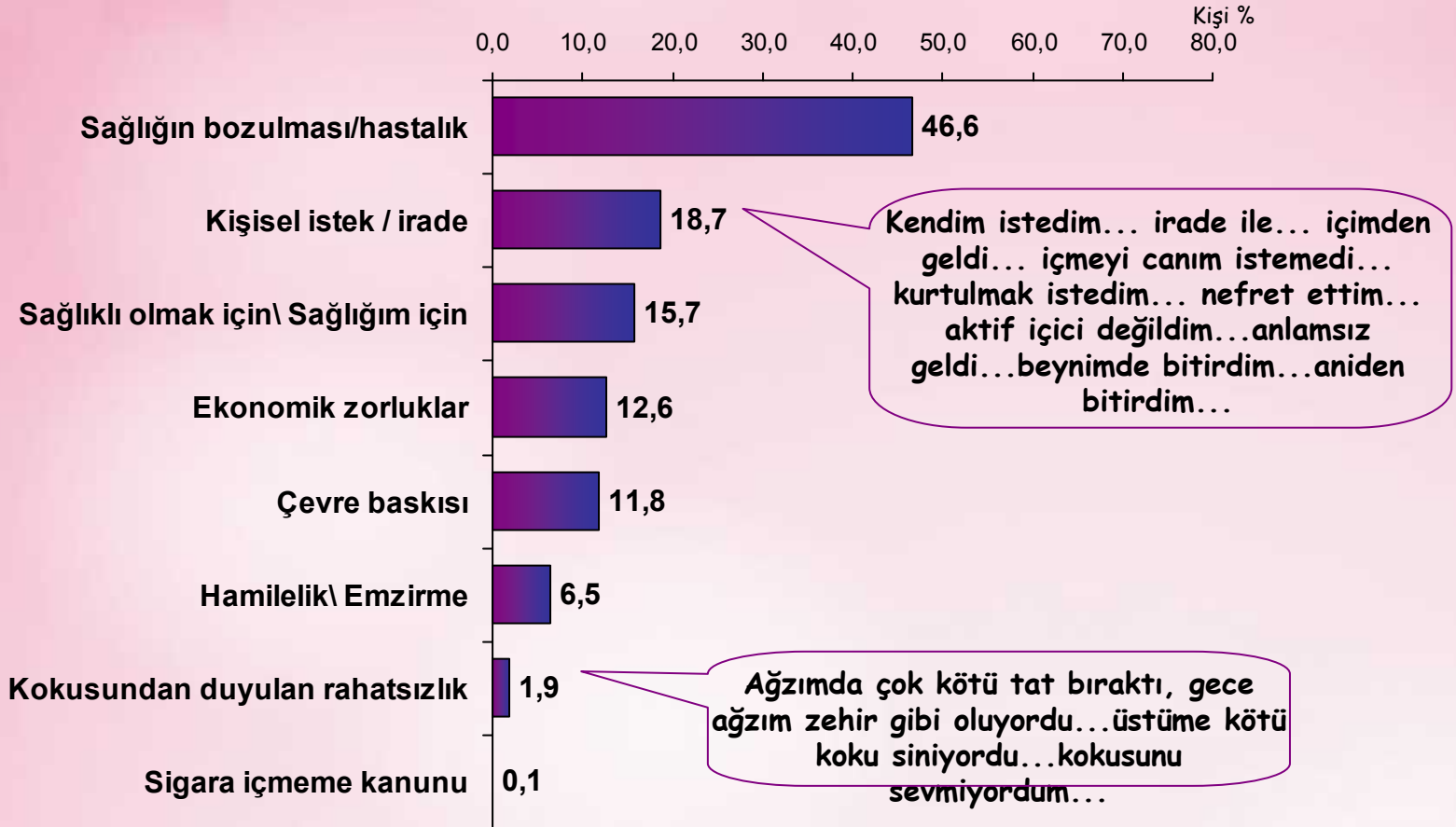
*: 35-44, 45-54 ve 55-64 yaş aralığındakilerin günde içtiği ortalama sigara sayısı, 18-24, 25-34 ve 65 üstündekilerin içtiği günlük ortalama sigara sayısından istatistiki açıdan $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde daha yüksektir. Ayrıca 55-64 yaş aralığındakilerin içtiği ortalama sigara sayısı, Kocaeli ili ortalamasının üstündedir.

Baz: Hergün sigara içenler

Sigara içenler

Sigara içmeyi bırakmaya yönlendiren faktörler Spontan bildirimler

Sigara içenlerin yaklaşık yarısının, sigara içmeye ara vermesinin nedeni, yaşanan sağlık sorunlarıdır. Diğer yarısı için ise sağlık sorunları yaşamamak isteği, herhangi bir nedene bağlı olmadan bırakmak isteği, sigaranın ekonomik anlamda yükü veya yakın çevrenin baskısı gibi nedenlerdir.



Sigara içenler

Sigara içmeyi bırakmak için ne yapıldığı Spontan bildirimler

Sigara içmeyi bırakmak isteyenler bu konuda herhangi birşey yapmadan kendi iradeleri ile bırakmayı denemişlerdir.



Sigara bırakma konusundaki en son deneyimleri için bilgi alınmıştır.
Baz: Sigara içmeyi bırakma girişiminde bulunanlar (n=611)

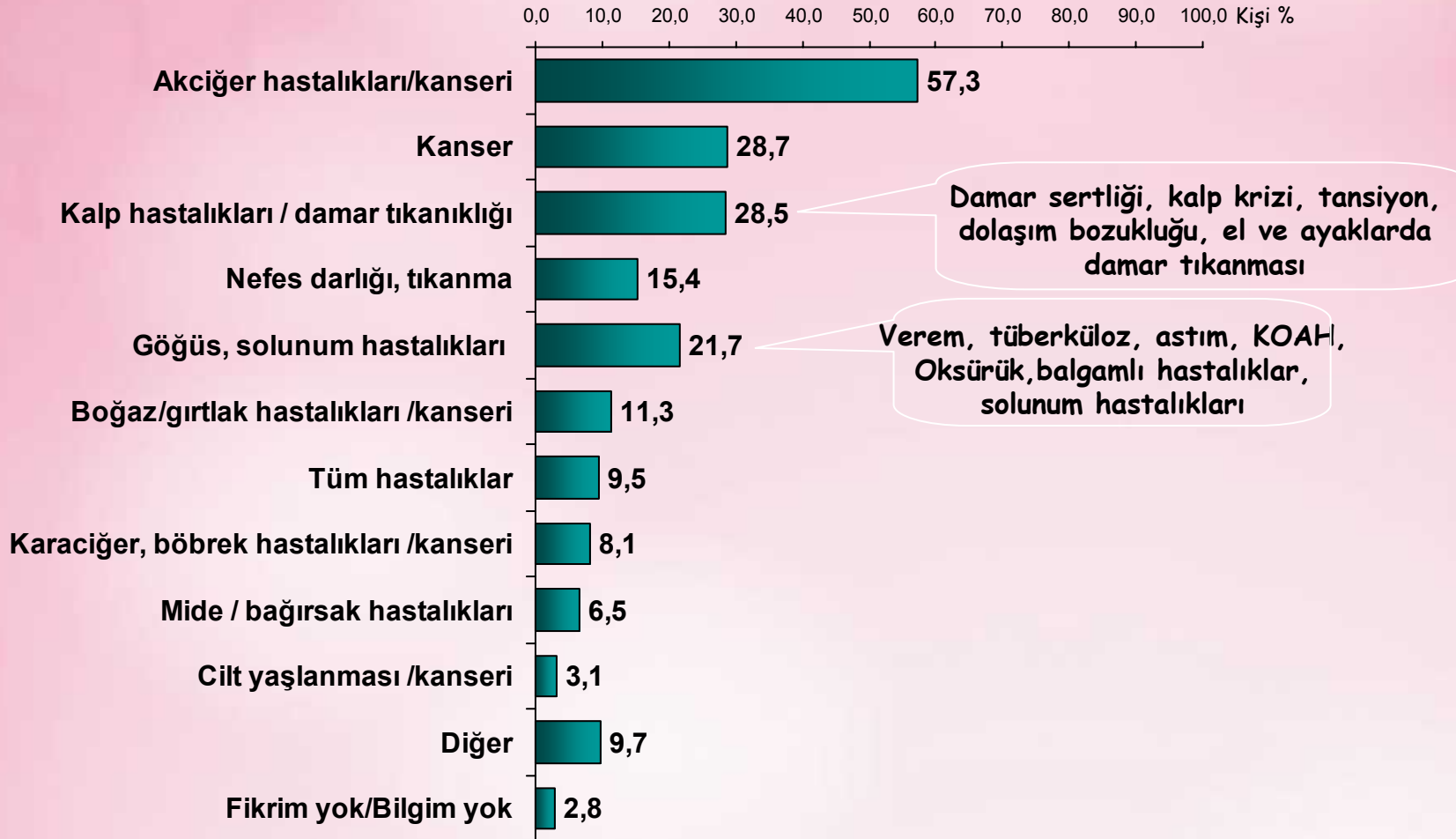
Sigara bıraktırma ilacı kullandığını belirtenler (4 kişi), doktor veya eczacı önerisi/yönlendirmesi olmadan ilaç kullanarak sigarayı bırakmak isteyenlerdir.

Sigara ile ilgili deęerlendirmeler

Sigaranın neden olduğu hastalıklar olarak bilinenler

Spontan bildirimler

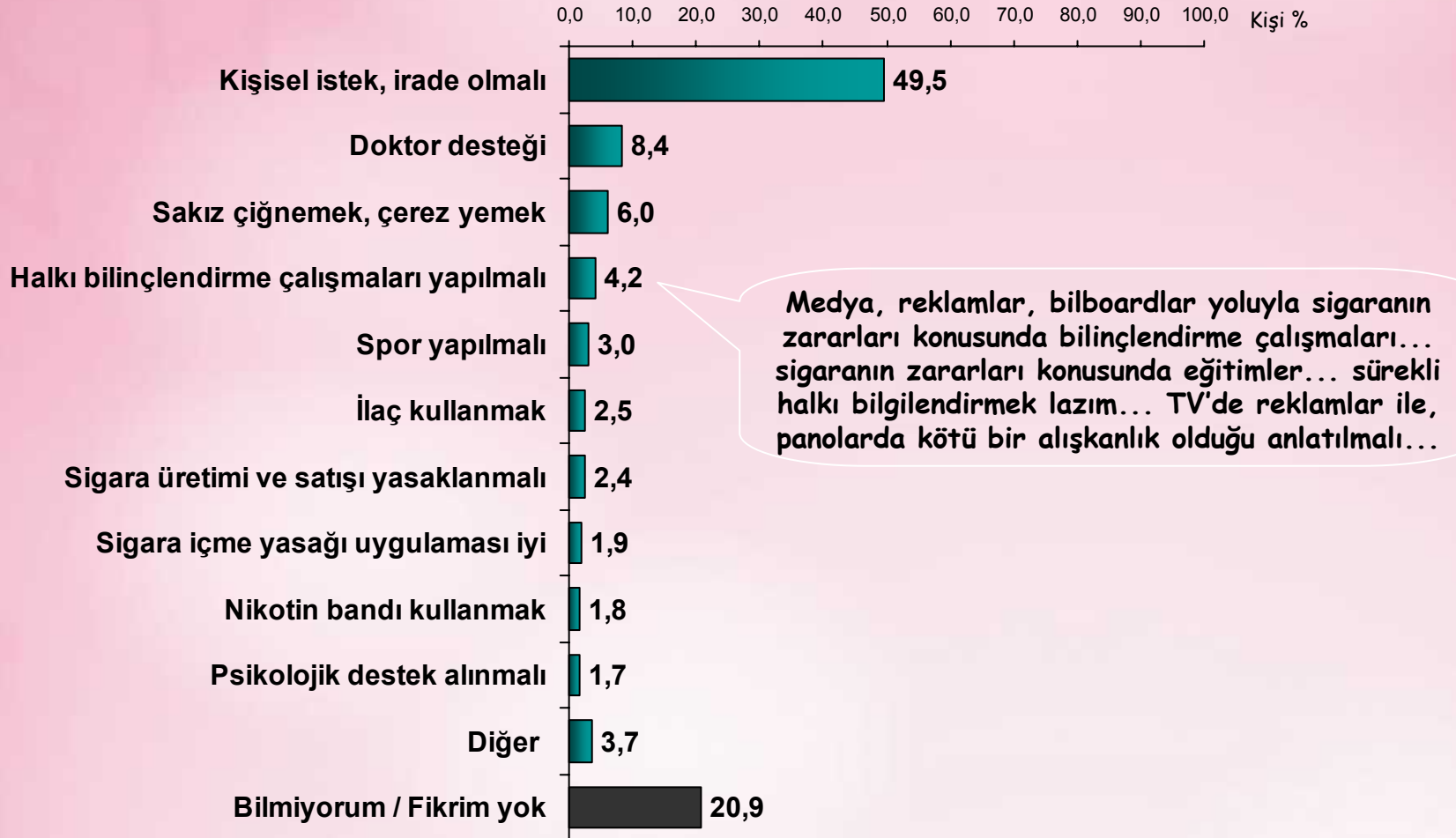
Kocaeli halkı arasında sigaranın neden olduğu zararlar konusunda bilgi düzeyi oldukça yüksektir. Akciğer, kalp, göğüs hastalıkları ve kanser türleri sigaranın neden olduğu hastalıklar arasında en yüksek oranda bildirilenlerdir.



Sigara içmeyi bırakmak için neler yapılabileceği

Spontan bildirimler

Kocaeli halkı arasında sigara içmeyi bırakmak konusunda medikal destek alınması gerekliliği bilincinin henüz oluşmadığı söylenebilir.



**Tütün kullanımı tıp gözüyle nasıl
algılanıyor?**

Tıp gözüyle nasıl algılanıyor?

- ◆ Hastalık: Nikotin bağımlılığı
- ◆ Tedavi: Mümkündür

Sigara bırakmada unutmamak gereken

İstek

+

Destek

+

Tedavi



Sigarayı Bırakıyoruz

"Herkes bırakıyor!"





VÜCUDUNUZ KÜLLÜK
OLMASIN!!!!

Kocaeli Tütün Bağımlılığı ve Tedavisi Kursu

8 Ocak ve 23.Şubat.2010

- ◆ 9.30-9.50 Tütün kontrolü neden gereklidir? : Dr Füsun Yıldız
- ◆ 9.50-10.10 Niçin Sigara İçeriz? : Dr.Esra Uzaslan-Oğuz Kılınç
- ◆ 10.10-10.30 Sigara Bırakma Süreci Evreleri ; Dr. Pınar Pazarlı
- ◆ 10.30-10.50 Kahve arası
- ◆ 10.50-11.20 : Sigara Bırakma Yaklaşımında Farmakolojik Tedavi : Dr Esra Uzaslan
- ◆ 11.20-11.50 : Tütün Bağımlılığı Tedavisinde Davranışçı ve Bilişsel Yaklaşım : Dr. Esra Uzaslan-Oğuz Kılınç
- ◆ 11.50-12.00 Sorular ve tartışma
- ◆ 12.00-13.00 Öğle yemeği
- ◆ 13.00-13.30 : Sigara bırakma poliklinikleri, alt yapısı ve anketler: Dr Füsun Yıldız
- ◆ 13.30-14.00 KETEM deneyimi Pratik uygulamada neler yaşıyor? Dr Turan Şahiner
- ◆ 14.00-14.15 Sakarya Üniversitesi Deneyimi
- ◆ 14.15-14.30 Sorular ve sertifika dağıtımı

Kocaeli Hekim Eğitim Toplantısı(1)

8.Ocak.2010



Kocaeli Hekim Eğitim Toplantısı(2)

23.Şubat.2010



- ◆ Bu eğitimler sonrasında ilimizde 2 olan sigara bırakma poliklinik sayısı 15'e çıktı
- ◆ Toplantılar ve standlar sonrası poliklinikle hizmete girdi ve yoğun ilgi devam ediyor

Yapılan Halk Eğitim Toplantıları ve açılan standlar

- ◆ Halk Eğitim toplantıları
 - İzmit Merkez 2 toplantı
 - Derince 2 toplantı
 - Gölcük
 - Körfez
 - Başiskele
 - Karamürsel
 - Gebze
- ◆ Kocaeli dışında İstanbul-Sancaktepe 2 toplantı
- ◆ Sigara bırakma standı
 - Toplantıyı izleyen Cumartesi günü
 - Saat: 10.00-17.00
- ◆ Ücretsiz CO ölçümü
 - Bağımlılık düzey tespiti
 - Doktor görüşmesi ile bırakma önerileri

İzmit Halk Eğitim Toplantısı

31 Ocak 2010



Gölcük Halk Eğitim Toplantısı

18 Şubat 2010



Körfez Halk Eğitim Toplantısı

18 Mart 2010



Başıskele Halk Eğitim Toplantısı

15 Nisan 2010



Derince Halk Eğitim Toplantısı

20 Nisan 2010



Karamürsel Halk Eğitim Toplantısı ve Stand 22.Nisan 2010



Gebze Halk Eğitim Toplantısı

29.Nisan 2010



İstanbul-Sancaktepe Halk eğitim toplantısı (16 Mart 2010)



İstanbul-Sancaktepe sigara poliklinik açılışı (16 Mart 2010)



İstanbul-Sancaktepe sigara bırakma standları (20-27 Mart 2010)









Haydi Kocaeli

Sen de bırakabilirsin!

Haydi Kocaeli Sen de bırakabilirsin!

Sigara bırakma süreci ve yöntemleri hakkında doktorlarımızdan bilgi almak, sigara bağımlılık derecesini öğrenmek ve karbonmonoksit testi yaptırmak için vital standartlarımıza bekliyoruz.

Sigara bırakmak için
muza

Haydi Kocaeli Sen de bırakabilirsin!

Sigara bırakma süreci ve yöntemleri hakkında doktorlarımızdan bilgi almak, sigara bağımlılık derecesini öğrenmek ve karbonmonoksit testi yaptırmak için vital standartlarımıza bekliyoruz.

Sigara bırakmak için
doktor

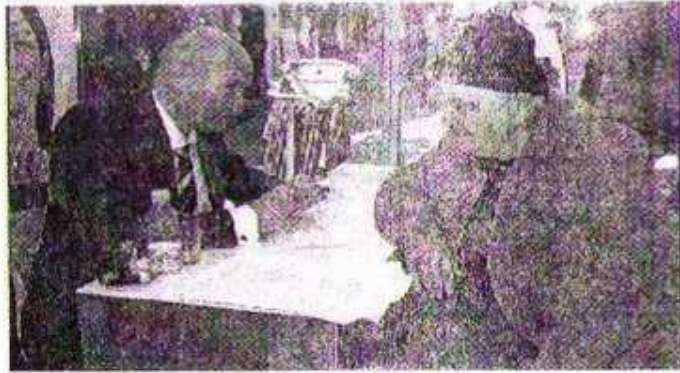
Haydi Kocaeli Sen de bırakabilirsin!

Sigara bırakma süreci ve yöntemleri hakkında doktorlarımızdan bilgi almak, sigara bağımlılık derecesini öğrenmek ve karbonmonoksit testi yaptırmak için vital standartlarımıza bekliyoruz.

Sigara bırakmak için
doktor







Dr. Turan Şahiner, sigarayı bırakmak isteyenlere danışmanlık hizmetinde bulundu.



Sigarayı bırakmak isteyenlere ücretsiz karbonmonoksit testi de uygulandı.
(Ayşegül Kalaycı Arslan)

Sigara Bırakma Standı faaliyette

İl Sağlık Müdürlüğü, İzmit Belediyesi ve Kocaeli Üniversitesi işbirliği ile düzenlenen ve bir yıl devam edecek olan "Sen de Bırakabilirsin" sloganlı Sigarayı Bırakma Kampanyası kapsamında, halkı bilgilendirmek amacıyla faaliyet gösterecek standlardan biri hafta sonu İzmit'te açıldı.

Fethiye Caddesi'ndeki standta doktorlar, sigarayı bırakma niyetinde olanlara danışmanlık yaptı, bilgi verdi. Standta, ayrıca ücretsiz karbonmonoksit ölçümleri de yapıldı. KETEM uzman doktorlarından Turan Şahiner ve Ana Çocuk Sağlığı Merkezi uzman doktorlarından

Nihan Zonüzi standta gönüllü olarak görev yaptılar. Gönüllü uzman doktorlar, amaçlarının Kocaeli'de yüzde

32, 4 olan sigara bağımlılığı rakamını yüzde 27'ye düşürmek olduğunu söylediler. Dünyada ilk kez bu ka-

dar kapsamlı bir toplum verisi toplanacağını söyleyen uzman doktorlar, ortaya çıkan sonuçların Avrupa'da

kongrede sunulacağını ifade ettiler.

Aynı stand 6 Şubat Cumartesi günü Belsa Plaza önünde açılacak.



Fethiye Caddesi'nde açılan stand, sigarayı bırakmak isteyenlerin hücumuna uğradı.

KİM İSTER SİGARADAN
İNSANLAR SARARSIN SOLSUN
MASKOTUN İSMİ "İÇ TE ÖL OLSUN"
MASKOT ÖRNEK OLUR TÜM İNSANLARA
BU İSMİ ÖNEREN MEHMET KANPARA

SİGARA İÇMEYEN BENZER YILDIZA
SONSUZ TEŞEKKÜRLER PROF. DR.FÜSUN YILDIZA
HEPİMİZ İÇMEYELİM OLUN BÜSBÜTÜN
PAZARDA SATILIYOR KİLOYLA TÜTÜN

SİGARA İÇENLER DÜŞER
EKMEKLE SOĞANA
TEŞEKKÜR EDERİZ
DR.NEVZAT DOĞANA



KOCAELİ SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ BAŞVURAN HASTALARIN İSTATİSTİKİ DAĞILIMI		
---	--	--

KOCAELİ SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ BAŞVURAN HASTALARIN İSTATİSTİKİ DAĞILIMI															
Polk. Adı	Cinsi yet	YAŞ GRUPLARI					EĞİTİM DURUMU					TEDAVİ ŞEKLİ			Topla m Hasta
		15-24	25-34	35-49	50-64	65+	Okuryaz ar değil	Okur yazar	İlköğretim	Lise	Üniversite	Destek	Medikal Tedavi		
													NRT	İlaç	
KOCAELİ	E	15	43	89	51	4	0	0	87	69	46	57	83	62	202
	K	12	57	87	30	1	0	1	106	53	27	72	62	53	187
															389

SSUK Ödül Töreni

4.Şubat.2010



SSUK Ödül Töreni

4.Şubat.2010



SSUK Sancaktepe Ödül Töreni

4 Şubat 2010



Neden sigaraya karşı tavır almalıyız?

- ◆ Sağlıklı olmak ve sağlıklı nesiller yetiştirmek
- ◆ İnsanımızın ölümü pahasına para kazanmak isteyenlere dur demek
- ◆ Yasaların bize yüklediği görevleri yerine getirmek
- ◆ Çocuklarımıza ve gençlerimize iyi örnekler oluşturmak

- ◆ Uluslararası kanıtların ve uzman görüşlerinin gösterdiği gibi, I. Basamak düzeyinde başta hekim olmak üzere tüm sağlık ekibinin sigara bırakma konusunda önemli işlevi ve sorumluluğu bulunmaktadır
- ◆ I. Basamak en sık görülen, sakatlığa yol açan ya da en öldürücü sonuçları olan hastalıklar konusunda yetkinlik kazanmalı ve hizmet vermelidir
- ◆ Sigara alışkanlığı da kullanım sıklığı ve yol açtığı sağlık sonuçları açısından hiç kuşkusuz çok önemli bir sağlık sorunudur

- ◆ Türkiye'nin 6000 üzerindeki sağlık ocağı, bırakma girişiminin ilk uygulanacağı basamak olabilir
- ◆ Yılda 25 bin kişinin başvurduğu sağlık ocağında 5 bin kişi sigara içiyor olsa ve çok kısa bir girişimle kişiye sigara bırakması önerilse, %2-3 bırakma sağlanır ve 100-150 kişi sigarayı bırakmış olur
- ◆ Bu veri 6000 sağlık ocağı düşünüldüğünde sonuç çok çarpıcıdır

Bilir N ve ark. Sigarasız Sağlık Ocağı STED 2007;16(2):IV-V

- ◆ Etkinliđi kanıtlanmış farmakoterapiye pratisyen hekimin ve hastanın erişimi sağlanmalı ve ilaçlar SGK kapsamına alınmalıdır
- ◆ Sigara bırakma uygulama kılavuzu güncel ilkelere uygun yöntemlerle hazırlanmalı, basılmalı ve yaygın dağıtılmalıdır
- ◆ Tüm çalışmalar kayıt altına alınmalı, izleme ve değerlendirme ile belgelenmeli ve kanıtlar ortaya konarak yayımlanmalıdır



Sorun nedir?

Yip, Sorun nedir kesinlikle
görebiliyorum!



Politikacılara Çağrı

- ◆ 19 Ocak 2008 tarihinde kabul edilen, 19 Mayıs 2008 'de yürürlüğe giren 5727 sayılı yasa ülkemiz insanının tütünden gelecek zararlara karşı sağlığını korumak amacıyla tam reklam yasağını da zorunlu kılmaktadır
- ◆ Yasal zorunluluk olmadan, gönüllülük esası ile yapılacak düzenlemeler işe yaramayacaktır ve özellikle gençler tarafından benimsenmeyecektir
- ◆ Bu nedenle politikacılar yasanın takipçisi olmalıdır

Gençlere Çağrı

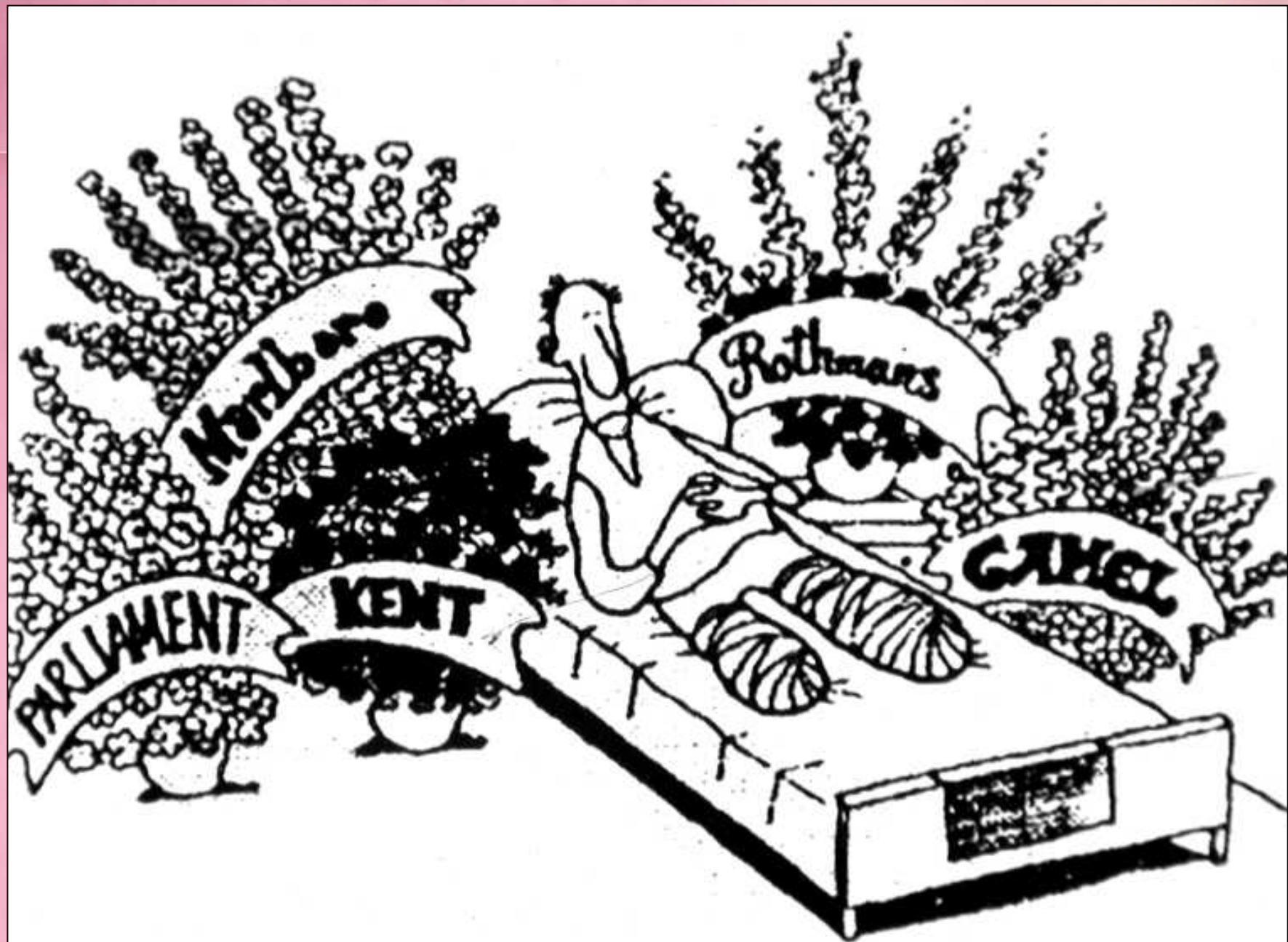
- ◆ Ülkemizin yasalarının size öğretilmesine izin verin
- ◆ Tütünün reklam, promosyon ve sponsorluklarının tam yasaklanmasının tek haklı gerekçesi sizin geleceğinizi korumaktır
- ◆ Sizi korumak için gerçekleştirilen tütün karşıtı eğitim kampanyalarına katılın ve bu konuda bilim insanlarınca yapılan açıklamalara kulak verin

Sivil Toplum Örgütlerine Çağrı

- ◆ Ülkemizde tütün ürünlerinin reklam, promosyon ve sponsorluklarına tam yasak getiren yeni yasamızı destekleyin ve hayata geçmesine ortak olun
- ◆ Tütünsüz gençlik kampanyasına gençlerin de katılmasına yardımcı olun
- ◆ Elbirliğiyle gerçekleştirilen, uygulanan, izlenen tütün kontrol politikaları ve programları çok daha etkili olacaktır

Hekimlere Çağrı

- ◆ Her hekim mutlaka kendisine gelen hastanın sigara öyküsünü almalı ve sigara kullanıyorsa bırakmasını önermelidir
- ◆ Hekimler kendileri sigara kullanmamalıdır
- ◆ Sigara bırakma çalışmaları sağlık birimlerinin vazgeçilmez ve ertelenemez görevi olmak durumundadır
- ◆ Birinci basamakta başarı sağlanmayan olgular ikinci basamağa gönderilmelidir



SEÇİM HAKKINIZI DOĞRU KULLANIN



KANSER
Olmak
İster misiniz?



İKTİDARSIZ
Olmak
İster misiniz?



ÇOCUKLARINIZI
Zehirlemek
İster misiniz?



ARABANIZ
Olsun
İster misiniz?



KALP KRİZİ
Geçirmek
İster misiniz?

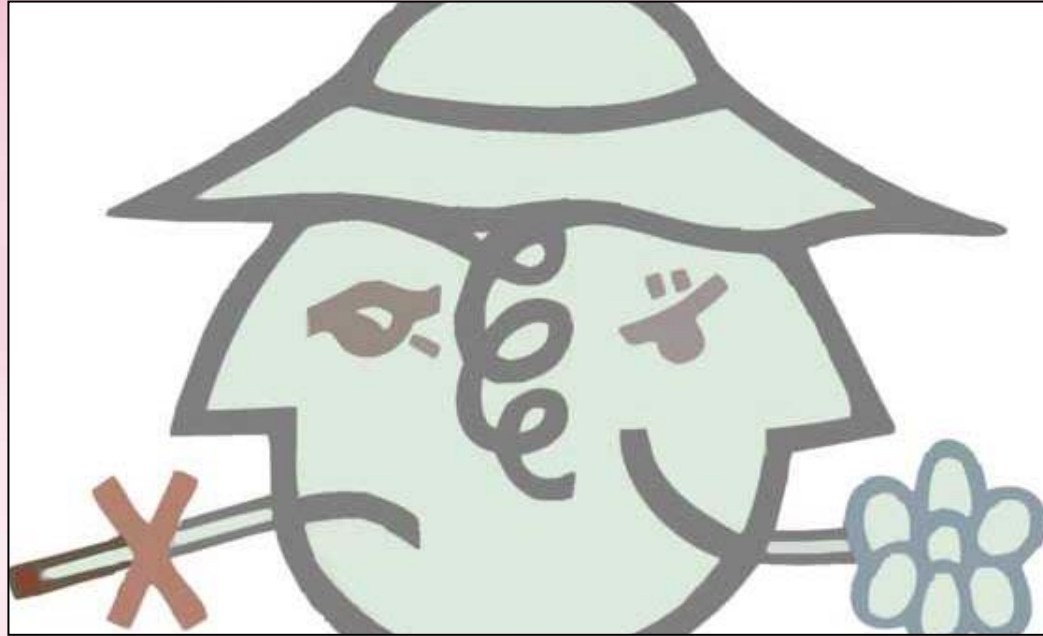


**SAĞLIKLI
YAŞAMA**
Ne dersiniz?



HEDEFİMİZ

SİGARASIZ TOPLUM!



Bilmek Yetmez Uygulamamız Lazım
Niyetli Olmak Yetmez Yapmamız Lazım
Johann Wolfgang von Goethe
(1749-1832)