

Genişletilmiş zet

Ne Kadar Biliyorlar?: Üniversite ğrencilerinin Sigara ve Alkol Kullanımının Zararlı Etkileri Hakkındaki Bilgileri ve Madde Kullanımının Yordayıcıların Belirlenmesi: Kesitsel Bir alışma

Giriş

Kronik hastalıkların oluşmasının önlenmesinde yaşam tarzı değişiklikleri önem taşımaktadır. Hastalıklara yakalanma riskinin azaltılması ve sağlığın sürdürülmesi için sigaradan uzak durulması, alkol tktiminin sınırlanması, düzenli egzersiz yapılması, sağlıklı beslenme alışkanlığının kazanılması gibi çeşitli yaşam tarzı değişikliklerinin uygulanması gerekmektedir. Hastalıkların oluşumuna neden olan risk faktörlerinin azaltılması için en temel öneriler, sigara içilmemesi, alkolün sınırlandırılması, egzersiz yapılması, sağlıklı ve dengeli beslenme alışkanlığının kazanılması, ideal vücut ağırlığının, kan glukoz, kan basıncı ve kan lipit seviyesinin korunmasıdır. Alkol tktimi ve sodyum alımının artması, kan basıncının yükselmesine yol açarak hipertansiyon oluşumunda rol oynayabilmektedir. Üniversite döneminde sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıkları geliştirmek, yetişkinlik döneminde kronik hastalık riskinin azalması için önemlidir. Üniversite döneminde öğrencilerin sigara ve alkol kullanma durumları ile sağlık ilişkisini değerlendirmek, güncel stratejiler geliştirilmesi için temel oluşturmaktadır. Sağlık okuryazarlığı ile kronik hastalıklara dair bilgi düzeyi arasında gcl bir ilişki olduğu gösterilmiştir. Bu çalışmanın amacı, niversite ğrencilerinin sigara ve alkol kullanımının sağlık üzerine etkisi konusundaki bilgi düzeylerini değerlendirmektir.

Yöntem

Bu alışma kesitsel, tek merkezli olarak İstanbul Medeniyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Mühendislik ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, Hukuk Fakültesi ve Tıp Fakültesi'nde okuyan 912 ğrenci ile tamamlanmıştır. Çalışmaya İstanbul Medeniyet niversitesi'nde öğrenim gören 18 yaş st Sağlık Bilimleri Fakültesi, Mühendislik ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, Hukuk Fakültesi ve Tıp Fakültesi öğrencilerinden toplamda 912 ğrenci katılmıştır. Çalışmaya dahil edilmeme kriterleri 18 yaş atı ve 65 yaş üstü bireyler, rızası olmayan bireyler, üniversitede öğrenim görmeyen bireyleri içermektedir. Çalışmanın başında kişilerin onamı alınmış ve araştırmacılar tarafından oluşturulmuş anket formu dağıtılmıştır. Anket formu üç başlık altında toplanan 44 sorudan oluşmaktadır. İlk bölüm, katılımcıların demografik özelliklerini saptamaya yönelik 12 soru, ikinci bölüm, alkol tktimi ve alkol tktiminin sağlık üzerine etkileri konusundaki bilgi düzeyini tespit etmeye yönelik 16 soru ve son bölüm, sigara kullanım durumu ve sigara kullanımının sağlık üzerine etkileri konusundaki bilgi düzeyinin değerlendirilmesine yönelik 16 soru içermektedir. Anketten elde edilen veriler, SPSS 25 programı kullanılarak değerlendirilmiştir.

Bulgular

Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi ğrencilerinin %50'si alkollü içecek denemiştir. Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültelerinde bu oran %28,3'tür ve bu fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($p < .05$). Alkol deneme yaşı Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültesi ğrencilerinde 16.49 ± 1.42 yıl, Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültelerinde 16.51 ± 1.82 yıldır. Sağlık bilimleri ve Tıp Fakültelerinde okuyan öğrencilerin ailelerinde Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültelerinde okuyan öğrencilerin ailelerine göre alkol tktiminin istatistiksel olarak daha az olduğu görülmüştür ($p < .05$). Öğrencilerin sigara kullanma durumları incelendiğinde Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi ğrencilerinin %30,8'inin, Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültesi ğrencilerinin ise %14,4'ünün sigara kullandığı saptanmıştır ($p < .05$). Günlük tktilen sigara miktarına bakıldığında, Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültesinde ğrencilerin %72,2'sinin, Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesinde ğrencilerin %61,7'sinin yarım paket sigara içtikleri belirlenmiştir. Alkolün kalp, kan basıncı ve sinir sistemi üzerine etkileri Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültesi ğrencilerinin sirasıyla %77,7, %74,8 ve %83,3' tarafından bilinirken, Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi ğrencilerinin %69,2, %64,7 ve %72,4' tarafından bilinmektedir. Buna göre alkolün sağlık üzerine etkisi konusundaki bilgi düzeyi Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültelerinde okuyan öğrencilerde istatistiksel olarak daha yüksek bulunmuştur ($p < .05$). Sigaranın akciğer kanserine neden olduğu ve sinir sistemi üzerine etkisi Sağlık Bilimleri-Tıp ğrencileri tarafından; sigaranın KVH neden olduğu Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi ğrencileri tarafından bilinmektedir. Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi ğrencileri alkolün sağlığa yararlı olduğunu düşünmektedir.

Sigara içmenin yordayıcıları; bölüm, ailenin sigara içme durumu ve sigarayı bırakma niyeti olarak belirlenmiştir. Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi ğrencisi olmak, ailede sigara içilmesi ve sigarayı bırakma niyetinin olmaması sigara içmeyi yordamıştır. Cinsiyetin sigara içenler için iyi bir gösterge olduğu gösterilmiştir. Tüm öğrencilerde cinsiyete göre sigara içme durumunda yaklaşık 2 kat fark bulunmuştur. Ayrıca erkeklerde sigara içme oranları daha yüksektir. Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi ğrencilerinde sigara içme oranı 0,4 kat daha yüksektir. Yurtta yaşamak sigara içmeyi 1,5 kat artırmaktadır. Ailede sigara içilmesi sigara içme riskini 2,9 kat artırırken, sigarayı bırakma niyeti sigara içme riskini 2,3 kat azaltmaktadır.

Öte yandan Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi öğrencileri arasında sigara içmeyenlerin sigara içenlere göre pasif içiciliğin sağlık üzerindeki etkileri hakkında daha fazla bilgiye sahip olduğu bulunmuştur. Pasif içiciliğin zararlı etkileri hakkında bilgi sahibi olmanın sigara içme riskini 3,4 kat azalttığı bulunmuştur. Ayrıca sigaranın akciğer kanseri, gırtlak kanseri, kardiyovasküler hastalık, serebrovasküler hastalık ve pulmoner hastalıklar üzerindeki zararlı etkilerini bilmek sigara içme riskini sırasıyla 1,1 kat, 0,4 kat, 1,9 kat, 0,5 kat ve 2 kat azaltmaktadır.

Alkol kullanımı ile alkol kullanımının sağlık üzerindeki etkisini bilmek ve Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi öğrencisi olmak, ailede alkol kullanımı ve alkolün sağlığa yararlı olduğunu düşünme alkol kullanımının öngörücüleri olarak bulunmuştur. Ayrıca alkol kullanımı cinsiyetten 1,2 kat etkilenmektedir. Yurtta yaşamak alkol kullanım riskini 1,4 kat artırmaktadır. En önemli arkadaşlar arasında alkol kullanımı alkol kullanım riskini 5,4 kat daha fazla artırmaktadır. Alkolün karaciğer, mide, kalp, tansiyon ve sinir sistemi üzerindeki zararlı etkilerini bilmek, alkol kullanım riskini sırasıyla 1,3 kat, 1,3 kat, 1,5 kat, 1,6 kat ve 1,1 kat azaltmaktadır. Alkolün sağlığa yararlı olduğunu düşünmek, alkol kullanım riskini 2,2 kat artırmaktadır.

Tartışma

Lübnan'da farklı bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinde sigara kullanımı araştırılmıştır. Tıp Fakültesi öğrencilerinde sigara kullanımının %7,10 ile en düşük, Yaşam Bilimleri Fakültesinde %20,3 ile en yüksek olduğu saptanmıştır. Belgaum'da Tıp Fakültesi öğrencilerinde yapılan bir çalışmada sigara kullanımının %7,2 olduğu belirlenmiştir. Bir başka çalışmada üniversite öğrencilerinin %20,1'inin sigara içtikleri ve sigaranın sağlık üzerine etkileri hakkında orta düzeyde bilgi sahibi oldukları bulunmuştur. Abu Shomar ve arkadaşları tarafından Filistin'de yapılmış olan bir çalışmada, öğrencilerin %31'nin sigara kullandığı ve sigaranın oluşturduğu sağlık riskleri konusunda sigara kullananların sigara kullanmayanlara göre daha az bilgiye sahip olduğu gösterilmiştir. Türkiye'de üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada, sigara kullanım oranının %24,8 olduğu bulunmuştur. Dünya genelinde 24 ülkede bulunan 25 üniversitede yürütülen bir çalışmada sigara kullanım oranının %13,3 olduğu gösterilmiştir. Bu çalışmada Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültesi öğrencilerinin %14,4'ünün, Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültesi öğrencilerinin %30,8'inin sigara kullandığı bulunmuştur. Bu çalışmada da Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakülteleri öğrencileri arasında sigara içme oranının daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Fakülteler ayrılmadan sigara kullanımı incelendiğinde bu oran %23,1'dir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin sigara kullanma oranlarının diğer çalışmalardaki sonuçlar ile yakın olduğu görülmüştür. Beklenildiği gibi Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültelerinde sigara ve sağlık üzerine etkilerinin bilinme düzeyi, sağlık ile ilgili alınan ders içeriklerinin daha fazla olması nedeniyle, Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültelerine göre daha yüksektir. Bu kapsamda sigaranın sağlık üzerine etkilerini de içeren daha fazla ders içeriklerinin Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültesi dışındaki diğer fakültelerde de bulunmasının hastalık riskini azaltabileceği düşünülmektedir. İngiltere Ulusal Sağlık ve Bakım Mükemmelliği Enstitüsü'de benzer olarak sigara kullanımının bırakılması, alkol alınımının ise sınırlandırılması gerektiği belirtilmiştir. Rehberlerde alkol alımlarının cinsiyetlere göre önerilen güvenli sınırlar dahilinde sınırlandırılması gerektiği ve aşırı alkol tüketiminden kaçınılması gerektiği vurgulanmıştır. Bakar ve arkadaşları yaptıkları bir araştırma ile Türkiye'de üniversite öğrencilerinin alkol kullanım oranının %46,3 olduğunu göstermiştir. Güney Afrika Üniversitesi'nde yapılan bir çalışmada, öğrencilerin alkol kullanım oranının %58,2 olduğu bulunmuştur. Bu çalışma sonunda Sağlık Bilimleri- Tıp Fakültesi öğrencilerinin %15,8'inin, Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakülteleri öğrencilerinin %32,9'unun alkol kullandığı saptanmıştır. Fakülteler ayrılmadan alkol kullanımı incelendiğinde bu oran %27,8'dir. Okunan bölümlerin alkol ve sigara kullanımının sağlık üzerine etkilerini bilme durumları incelendiğinde, Sağlık Bilimleri-Tıp Fakültelerinde sigaranın akciğer sağlığı üzerine etkileri, alkolün sinir sistemi üzerine etkileri daha yüksek oranda bilinmektedir. Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakültelerinde alkolün yararlı olduğunu düşündükleri ve bu düşüncenin alkol kullanımına %10 oranında etki ettiği görülmüştür. Sağlık Bilimleri ve Tıp fakültelerinde eğitim görmek sağlıkla ilgili konularda farkındalığı arttıracığı için çeşitli bağımlılık yapıcı maddelerin kullanımını sınırlandırabilecektir. Tam tersi olarak bir çalışmada yüksek bilgi düzeyinin daha yüksek alkol tüketimine neden olduğu da gösterilmiştir. Çalışmanın bulguları doğrultusunda Sağlık Bilimleri-Tıp Fakültesi öğrencilerin bilgi düzeyinin, Mühendislik, Eğitim Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Hukuk Fakülteleri öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Literatürde sigara içmenin yordayıcıları çok yönlüdür ve psikolojik, sosyal ve demografik faktörlere göre kategorize edilmiştir. En önemli psikolojik yordayıcılardan biri sigara içme niyetidir. Vitoria vd. (2011) Sigara içme niyetinin özellikle ergenler arasında sigara içmenin önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Buna ek olarak, ebeveynlerin sigara içme davranışına ilişkin modellemesinin çocukların sigara içme alışkanlıklarını etkilediği gösterilmiştir (Cosci vd. 2023). Bulgularımız literatürle uyumludur. Sigara içmenin sosyal çevre ve bilgi düzeyi ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Sigara içme niyetini azaltmak için, sigara içmenin zararlı etkileri eğitim stratejileriyle ilişkilendirilmiştir. Kişisel sağlık bilgisi uygulamalarla artırılmalıdır. Sigara içmeye benzer şekilde, alkol kullanımının belirleyicileri çeşitlidir ve sosyal, psikolojik ve çevresel faktörler etrafında şekillenmiştir. Cooke ve ark. (2017), ailevi ve sosyal çevrelerin üniversite öğrencileri arasında içki içme davranışı üzerinde güçlü bir etkiye sahip olduğunu belirtmiştir. Başka bir çalışma, alkol kullanımına yönelik olumsuz tutumların içki içme davranışlarında değişikliklere neden olduğunu bulmuştur. Alkol kullanımının zararlı etkileri hakkında artan bilgi ve farkındalığı hedefleyen halk sağlığı stratejileri ve eğitim ve müdahale uygulamaları alkol tüketimini sınırlamada yardımcı olabilir. Ek olarak, ailelerin bilgi ve farkındalığını artırarak alkol ve sigara içme konusunda davranış değişiklikleri içeren çok yönlü uygulamalar planlanmalıdır.