

9 Şubat Dünya Sigarayı Bırakma Günü

**9 ŞUBAT DÜNYA
SİGARAYI BIRAKMA GÜNÜ**

Tütün ve tütün ürünleri kullanımından kaynaklanan her türlü zarara karşı yürütülen mücadele kapsamında “9 Şubat Sigarayı Bırakma Günü” tüm dünyada anlamlı ve önemli bir gün olarak kabul görmektedir.

Sigara kullanımı, halk sağlığı açısından ciddi sonuçları olan küresel bir sorundur. Sigara tüketiminin ve sigara dumanına maruz kalmanın; ölümlere, hastalıklara ve sakatlıklara neden olduğu, ve tütün ürünlerinin farmakolojik olarak toksik ve kanserojen olduğu bilimsel bir gerçektir.

Tütün kontrolünde temel amaç, tütün mamulü kullanımını azaltarak başta kanser olmak üzere birçok hastalığın sağlık ve ekonomi üzerine olan zararlarının önüne geçilmesini sağlamaktır. Tütün kontrolünde esas olan gelecek nesilleri tütün ve tütün ürünlerinin zararlarından korumak, başkalarının içtiği sigara dumanından oluşan pasif etkilenimini önlemek ve temiz hava soluyabilmelerini sağlamaktır. Bunun için yapılacaklar sigaraya başlamanın önüne geçilmesi için farkındalık çalışmaları yapmak, sigara bırakmak isteyenlere uygun danışmanlık hizmetlerinin verilmesini sağlamak ve dumansız hava sahası uygulamalarını etkin bir şekilde yürütmektir.

Ülkemizde 4207 sayılı 'Tütün Ürünlerinin Zararlarının Önlenmesi ve Kontrolü Hakkında Kanun'un kamuya açık bütün kapalı alanlarda uygulanmaya başlanmasıyla birlikte tütün ile mücadelede yeni bir dönem başlamıştır. Küresel Yetişkin Tütün Araştırması'nın sonuçlarına göre 2008'de %47,9 olan erkeklerde tütün ürünü kullanım sıklığı %41,5'e, kadınlarda ise %15,2'den %13,1'e gerilemiştir. Ancak bu oranlar yine de ciddi boyuttadır. Tütün mücadelesinin bütün adımlarına halkımızın sahip çıkması bu konuda başarıya ulaşmak için şarttır. İlimizde sigara poliklinikleri de halkımıza ücretsiz olarak hizmet vermektedir. Sigarayı bırakanlar ilk 20 dakikadan itibaren faydasını görmeye başlar. Bir yılın sonunda koroner kalp hastalığı riski sigara içen birinin yarısı kadardır. 15 yıl sonra koroner klp hastalığı riski sigara içmeyen biriyle aynı seviyeye inmektedir. Akciğer kanseri riski ise 10'uncu yılın sonunda sigara içen birinin sahip olduğu riskin yarısına inmektedir.

Sigara içen bireylerin 9 Şubat'ı tütünsüz, dumansız ve sağlıklı bir yaşam için yeni bir başlangıç olarak kabul etmeleri gelecek nesilleri tütün ürünlerinin zararlarından korumak ve herkesin en temel haklarından biri olan temiz hava soluyabilmesini sağlamak için çok anlamlı olacaktır.

YEŞİLAY KULÜBÜ