

## YEŞİLAY DANIŞMANLIK MERKEZİ OLARAK TÜRKİYE'NİN DÖRT BİR TARAFINDA ATÖLYE SERGİLERİ AÇTIK

YEDAM, Türkiye'nin dört bir yanında alkol, madde, tütün, kumar veya internet bağımlısı bireylere ve yakınlarına ücretsiz psikolojik ve sosyal destek sağlayan ayaktan rehabilitasyon merkezidir. YEDAM atölyeler ise YEDAM'da tedavi gören danışanların boş zaman değerlendirme, sosyal beceriler, edinme ve aynı zamanda meslek edinerek toplumsal hayata katılımını hedefleyen rehabilitasyon sürecinin parçalarından birisidir. Boş vakitlerin değerlendirilmesi bireyin bir hobi ya da meslek kursuna yönlendirilmesi şeklinde yapılabilecekken, bireyi hem tedavi sistemi içinde tutarken hem de rehabilite edici atölye faaliyetleri gerçekleştirmek YEDAM sistemi içinde sosyal hizmet uzmanları tarafından gerçekleştirilen bir diğer hizmet türüdür.

Türkiye'nin dört bir tarafında Yeşilay Danışmanlık Merkezleri, illerinde Yeşilay Şubelerinin desteğini alarak çeşitli sergiler gerçekleştirmiştir.

### DIYARBAKIR YEDAM

07.01.2024 tarihinde Diyarbakır Ceylan AVM'de gerçekleştirilen YEDAM Atölye Sergisi'ne yoğun ilgi gösterildi. Diyarbakır Yeşilay Şubesinden ve gönüllülerden de destek alındı. Sergiyi ziyaret eden kişilere YEDAM tanıtıldı. Davet edilen danışanlar, aile yakınlarıyla beraber sergi alanını ziyaret ettiler. YEDAM'ın tanınırlığını, bağımlılığıyla mücadele etmek isteyen bireylerin nezdinde artırmanın önemli olduğu gözlemlenmiştir.



Diyarbakır YEDAM

### YOZGAT YEDAM

Yozgat Yeşilay Şubesinin desteği ile Yozgat YEDAM Atölye Sergisi, Yozgat vali yardımcılarının da teşrifiyle gerçekleştirilmiştir. Denetimli Serbestlik İl Müdürü ve Milli Eğitim Müdürü de sergimize katılım sağlamıştır. Destek almak isteyen kişilere YEDAM tanıtımı yapılmış ve 115 yönlendirmesi tamamlanmıştır.



Yozgat YEDAM

#### Şubat 2024 VERİLERİ

	Tütün	Alkol/Madde	Kumar/İnternet
Danışma Hattı'na gelen çağrı sayısı	413	711	933
İlk defa başvuran danışan sayısı	298	407	514
Takip edilen danışan sayısı	554	1309	1823

Şubat ayında **115** YEDAM Danışma Hattı'mıza gelen **13.330** çağrı, uzmanlarımız tarafından yanıtlandı. Danışma Hattı kurulduğu günden bu yana toplamda **1.097.199** çağrı sayısına ulaşmıştır. Sabah **08.30** ile gece **00.00** arasında hizmet veren danışma hattımız; bağımlı kişilere, ailelerine ve bağımlılık hakkında bilgi sahibi olmak isteyen herkese destek vermektedir.



**81** il ve **KKTC**'de toplam **107** Yeşilay Danışmanlık Merkezimiz ile mücadelemizi sürdürmeye devam ediyoruz.



# ELEKTRONİK SİGARANIN GERÇEKLERİ



Son yıllarda dünyada hızla yayılan elektronik sigaraları, erişilebilirliğinin kolay olması sebebiyle özellikle genç yetişkin ve ergenlik döneminde bulunan çocukların daha sık kullandığı bilinmektedir.

Bireyler elektronik sigarayı genellikle geleneksel tütün ürünlerini (sigara, nargile, puro, pipo vs.) bırakmak için kullanıyor. Bu bireylere göre elektronik sigara “oldukça ekonomiktir”, “hiçbir zararlı ve kimyasal içeriği yoktur”, “dişlerde sararma yapmaz”, “tat ve koku duyu sinyallerinizi etkilemez”. Oysa elektronik sigara, bu iddialarla insanların ilgisini çekmek için tütün endüstrileri tarafından farklı modelleri üretilip geliştirilmiş bir cihazdır. Elektronik sigara ilk kez, Herbert A. Gilbert tarafından 1963 yılında “nikotin içermeyen sigara” şeklinde yanlış tanıtılmıştır. 2004 yılında ise cihaz, Çin’de tütün ürünlerini bırakmaya yardımcı bir yöntem olarak pazara sunulmuş ve sonrasında Fransa, ABD, İngiltere, İtalya vs. birçok ülkenin pazarlarında yerini almıştır.

Ülkemizdeki durum değerlendirildiğinde, 2007-2008 yıllarında elektronik sigara satışına başlanmış, ilerleyen yıllarda Sağlık Bakanlığı bu ürünlerin reklamının yapılmasına, resmî olarak satışına ve pazarlanmasına sınırlama getirmiştir. Günümüzde elektronik sigaranın ülkemizde üretimi, ithalatı ve dağıtımı kanunen yasaktır.

Elektronik sigaralar, sigara gibi görünen, sigaraya benzer duygular (haz, istek, sinirlilik vs.) veren; fakat sigaradan farklı olarak tütünü yakmayan bir üründür. Elektronik sigara, nikotin dolgulu kartuşla ve içerisinde bulunan sıvıyı batarya ile buharlaştıran bir mekanizmayla çalışır. Nikotin ve diğer aromaların (çikolata, kahve, nane veya meyveli tütün çeşitleri gibi) propilen glikol ve/veya bitkisel gliserol (kokusuz ve tatlı bir karbonhidrat türü) çözeltisinden oluşan sıvıda çözünmesinden ve bu sıvı karışımı buharlaştırmak

için tasarlanmış pilden oluşur. Elektronik sigarada kullanılan sıvının içerisinde toksik olduğu kanıtlanmış propilen glikol ve gliserin maddesi bulunur. Propilen glikol; göz ve diğer mukozalarda irritasyon “burun iltihabı” yapabilen, tüm sistemler üzerine zehirli etki gösterebilen bir maddedir. Ayrıca “aerosol, formaldehit, asetaldehit, akrolein, nitrozaminler, kurşun, nikel” gibi zehirli kimyasallar içermektedir.

Elektronik sigaranın, tütün ürünlerini bırakmaya yardımcı olacağı düşünülür. Ancak elektronik sigara kullanıcıları nikotin alımına devam ettiği için nikotin bağımlılığının ortadan kalkması mümkün değildir. Aynı şekilde elektronik sigara kullanımında davranış değişikliği (örneğin çay ve kahveyle birlikte içme, sıklıkla aşerme isteği gibi) sağlanamadığı için tütün ürünlerinden kopmak çoğu zaman mümkün olmamaktadır. Bu durum, sigara içme alışkanlığının sürmesine sebep olmaktadır. Ayrıca, ağır içici sınıfındaki ve bağımlılık şiddeti yüksek kişilerin de elektronik sigara kullanarak sigarayı bırakamadıkları bilinmektedir. Elektronik sigara kullanımı, tıpkı tütün ürünlerine benzer beraberinde birçok sağlık problemlerini getirmektedir. Kullanımına bağlı olarak zamanla kişilerde astım krizleri, kalp atış hızında artış, öksürük, bulantı, kusma, ellerde titreme, beyin fonksiyonlarında bozulma, kanser, bataryaların patlamaları sonucu kullanıcıda yaralanma gibi sağlığa zararları vardır.



Elektronik sigaraları tütün ürünlerini bırakmada yardımcı bir yöntem olarak değerlendirmek için yeterli kanıt yoktur. Elektronik sigaraların olumsuz etkileri hakkında yapılan birçok araştırma mevcuttur. Örneğin 2020 yılında İzmir'de yapılan bir araştırmada katılımcıların %46,9'u elektronik sigaranın bağımlılık yaptığını, %63,7'si pasif içiciliğe yol açtığını belirtmiştir.

ABD'de yapılan farklı bir çalışmada, 18-24 yaşlarındaki genç yetişkinlerin %40'ının hiç sigara içmediği halde elektronik sigara kullandığı anlaşılmıştır.

### KAYNAKÇA

Alver, İ, A, (2021), Elektronik Sigara (e-sigara) Likit ve Aerosollerinin Halk Sağlığı Üzerine Etkileri. *Tepecik Eğit. ve Araşt. Hast. Dergisi* 2021;31(1):9-15 doi:10.5222/terh.2021.37268

Börekçi, Ş, Bilir, N, Karlıkaya, C, TUSİAD Tütün Çalışma Grubu, (2015), Yeni Bir Mücadele Alanı: Elektronik Sigara. *Eurasian J Pulmonol* 2015.

Dayı, A, Kahraman, S, Korkut, S, Ç, (2019), Elektronik Sigara Kullanıcılarının Elektronik Sigaraya Yönelik Tutumları ve Günlük Kullanım Alışkanlıkları. *Bağımlılık Dergisi - Journal of Dependence* | 2019; 20(1):32-39, İstanbul.

Göney, G (2018), Elektronik Sigara (E-sigara) Kullanımına Bağlı Zehirlenmeler. *Bağımlılık Dergisi - Journal of Dependence* | 2018; 19(2):40-44, Isparta.

Havaçeliği Atlam, D, Şaşman Kaylı, D, Yararbaş, G, (2020), Elektronik Sigara Kullanımına Yönelik Tutum ve Kullanım Özellikleri: İzmir Örnekleme. *Bağımlılık Dergisi - Journal of Dependence* | 2020; 21(4):297-307, İzmir.

