

HER YÖNÜYLE TÜTÜN BAĞIMLILIĞI

Editörler:

Dr. Ayhan ÖZKAN - Doç. Dr. Serap DURU

Hipokrat
Yayıncılık

© 2026 HER YÖNÜYLE TÜTÜN BAĞIMLILIĞI

ISBN: 978-625-6169-88-3

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bölümler içinde kullanılan resim ve bilgilerin sorumluluğu o bölümün yazar(lar)ına aittir.

Editörler

Dr. Ayhan Özkan

Doç. Dr. Serap Duru

Yayıncı

Hipokrat Yayınevi

Grafik-Tasarım

Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt

Vadi Grafik Tasarım ve Reklamcılık Ltd. Şti.

İvedik Org. San. 1420. Cad. No: 58/1 Yenimahalle/Ankara

Tel: 0312 395 85 71 • Sertifika No: 47479

Hipokrat
Yayıncılık

Süleyman Sırrı Cad. No:16/2 Sıhhiye
Tel: (0312) 433 03 05 - 15 ANKARA
www.hipokratkitabevi.com



Önsöz

Tütün kullanımı, güncel bilgiler ışığında tüm dünyada önlenebilir hastalık ve ölümlerin en önemli nedenlerinden biri olmaya devam etmektedir. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre her yıl yaklaşık 8 milyondan fazla insan; tütün ve tütün ürünlerine bağlı gelişen kronik akciğer hastalıkları, kardiyovasküler hastalıklar, maligniteler ve metabolik bozukluklar nedeniyle yaşamını kaybetmektedir. Tütün bağımlılığı yalnızca fiziksel bir bağımlılık değil; biyolojik, psikolojik, sosyal ve ekonomik boyutları olan bireyin özgürlüğünü elinden alan kronik, tekrarlayıcı ve güçlü nörobiyolojik temellere sahip bir hastalıktır. Dünyada olduğu gibi ülkemiz açısından değerlendirildiğinde tütün kullanımı, tüm mücadele programlarına rağmen önemli bir halk sağlığı sorunu olmaya devam etmektedir. Her yıl on binlerce vatandaşımızın tütün ilişkili hastalıklar nedeniyle yaşamını kaybettiği; sağlık harcamaları, iş gücü kaybı ve üretkenlik azalması nedeniyle ciddi ekonomik yük oluşturduğu bilinmektedir. Bunun yanında pasif etkilenim de önemli bir halk sağlığı sorunu olmaya devam etmekte; özellikle çocuklar, gebeler ve kronik hastalığı bulunan bireyler açısından ciddi risk oluşturmaktadır. Son yıllarda elektronik sigaralar, ısıtılmış tütün ürünleri gibi yeni nesil nikotin iletim sistemlerinin yaygınlaşması, tütün kontrolü mücadelesine farklı ve daha karmaşık bir boyut kazandırmıştır. Özellikle gençler arasında artan kullanım eğilimleri, nikotin bağımlılığının yeni formlar altında yeniden şekillenmesine neden olmaktadır. Günümüzde tütün bağımlılığı ile mücadele; yalnızca sigaranın zararlarını anlatan klasik yaklaşımların ötesinde, bilimsel verilerle desteklenen multidisipliner ve dinamik bir halk sağlığı perspektifini zorunlu kılmaktadır. Türkiye, tütün kontrolü alanında yürüttüğü kararlı ve bütüncül politikalar ile, Dünya Sağlık Örgütü tarafından ortaya konan MPOWER stratejilerini en etkin uygulayan ülkeler arasında yer almaktadır. Devletimizin sağlık politikaları doğrultusunda, hayata geçirilen dumansız hava sahası uygulamaları, vergilendirme politikaları, caydırıcı paket uyarıları ve toplumsal farkındalık çalışmaları ile ülkemiz uluslararası düzeyde örnek gösterilen başarılarla imza atmıştır. Özellikle sigara bırakma polikliniklerinin yaygınlaştırılması, Alo 171 danışma hattı, koruyucu sağlık hizmetleri ile bağımlılıkla mücadelede önemli kurumsal altyapılar oluşturulmuştur.

Her biri alanında deneyimli bilim insanları ve uzmanlarımızın katkılarıyla hazırlanan *Her Yönü ile Tütün Bağımlılığı* kitabının; tütün bağımlılığıyla mücadelede bilgi üretimine katkı sağlayacağına, farkındalığı artıracağına, politika geliştiricilere rehberlik edeceğine ve özellikle genç nesillerin korunmasına yönelik çalışmalara bilimsel zemin oluşturacağına inanıyorum. Bu kıymetli eserin hazırlanmasında emeği geçen editörlerimize, yazarlarımıza teşekkür ediyorum. Sağlıklı ve özgür bir yaşama adım atmanız dileğiyle...

Prof. Dr. Nurullah Okumuş
Sağlık Bakan Yardımcısı

Önsöz

Tütün bağımlılığı, önlenebilir hastalık ve ölümlerin başlıca sebeplerinden biri olmaya devam etmekte; bireysel sağlık üzerindeki olumsuz etkilerinin yanı sıra toplumsal refahı, ekonomik sürdürülebilirliği ve çevresel dengeleri tehdit eden çok boyutlu bir halk sağlığı sorunu olarak önemini korumaktadır. Bu çerçevede tütün bağımlılığı, yalnızca klinik bir durum değil; gelecek nesillerin yaşamlarının doğrudan tehdit eden, disiplinler arası yaklaşımla ele alınması gereken küresel bir halk sağlığı sorunudur.

Ülkemizde, tütünle mücadele alanında uluslararası düzeyde örnek gösterilen kapsamlı politikalar geliştirilmiştir. Güçlü mevzuat altyapısı, reklam ve tanıtım yasakları, vergilendirme politikaları, pasif etkilenimin önlenmesine yönelik düzenlemeler, sigara bırakma hizmetlerinin yaygınlaştırılması, epidemiyolojik izlem gibi çok bileşenli müdahaleler; tütünle mücadele çalışmalarının güçlendirilmesine yönelik atılan önemli adımlardır.

2025 yılı itibarıyla sigara bırakma polikliniklerinin sayısında yaşanan hızlı artış, mobil ve çevrim içi hizmetlerin devreye alınması ve toplum temelli kampanyalar ile tütün ürünü kullananlarda bırakma motivasyonu güçlendirilmiştir. Bu gelişmeler, doğru politika araçlarının toplum davranışı üzerindeki dönüştürücü etkisini açıkça göstermektedir.

Bununla birlikte, tütünle mücadele dinamik bir süreçtir. Elde edilen kazanımların sürdürülebilirliği, ortaya çıkan yeni risk alanlarının etkin biçimde yönetilmesine bağlıdır. Tütün endüstrisi tarafından, elektronik sigara ve ısıtılmış tütün ürünleri gibi yeni nesil nikotin iletim sistemleri ile dijital medya hedefli pazarlama stratejileri kullanılarak başta gençler olmak üzere savunmasız gruplar hedef alınmaktadır. Bu grupların korunabilmesi için mevcut politikaların değişen koşullara uyum sağlayacak biçimde güçlendirilmesi ve disiplinler arası iş birliklerine dayanan sürdürülebilir yaklaşımların benimsenmesi önem arz etmektedir.

Bu kapsamda hazırlanan *“Her Yönü ile Tütün Bağımlılığı”* adlı eser, tütün bağımlılığını bütüncül ve disiplinler arası bir bakış açısıyla ele almayı amaçlamaktadır. Eserde; tütünün tarihsel gelişiminden epidemiyolojisine, Türkiye’de yürütülen tütün kontrol politikalarından küresel tütün endüstrinin etkilerine kadar geniş bir çerçevede

sunulmaktadır. Bununla birlikte, tütün ürünlerinin sağlık, ekonomik ve çevresel zararları farklı disiplinlerin katkılarıyla kapsamlı biçimde değerlendirilmektedir.

Eser; yeni nesil nikotin ürünleri, tütün kontrolünün hukuki ve etik boyutları ile dijital sağlık uygulamaları ve yapay zekâ destekli yaklaşımlar gibi güncel başlıkları da kapsamakta; tütün ürünlerinin fetal dönemden yaşlılık dönemine uzanan etkilerini çok katmanlı ve bütüncül bir çerçevede ele almaktadır. Bu yönüyle çalışma, tütün bağımlılığını yalnızca tıbbi bir sorun olarak değil; sosyal, ekonomik ve etik boyutlarıyla ele alan kapsamlı bir başvuru kaynağı niteliği taşımakta ve okuyucuya konunun bütünsel yapısını kavrama imkânı sağlamaktadır.

Alanında uzman yazarların katkılarıyla hazırlanan bu eserin, tütünle mücadelede farkındalığın artırılmasına ve bilimsel bilgi birikiminin güçlendirilmesine önemli katkılar sağlayacağına inanıyorum. Bu değerli eserin hazırlanmasında emeği geçen tüm yazarlara ve katkı sunanlara teşekkür eder; eserin tüm okuyucular için yol gösterici ve yararlı olmasını temenni ederim.

Doç. Dr. Muhammed Emin DEMİRKOL
Kamu Hastaneleri Genel Müdürü

Editörün Sözü

Tütün kullanımı, yüzyıllardır insan yaşamının bir parçası olmuş; kimi zaman kültürel bir alışkanlık, kimi zaman sosyal bir ritüel olarak kabul görmüştür. Ancak günümüzde bilimsel veriler, tütünün birey ve toplum sağlığı üzerindeki yıkıcı etkilerini açık bir biçimde ortaya koymaktadır. Bu nedenle tütün bağımlılığı artık yalnızca bireysel bir tercih değil, aynı zamanda önemli bir halk sağlığı sorunu olarak ele alınmaktadır.

Bu kitap, tütün bağımlılığını tüm yönleriyle incelemek amacıyla hazırlanmıştır. Nikotinin biyolojik etkilerinden bağımlılık mekanizmalarına, psikolojik ve davranışsal süreçlerden sosyal ve çevresel etkenlere kadar geniş bir çerçeveye sunulmaktadır. Aynı zamanda, tütün kullanımının yol açtığı sağlık sorunları, ekonomik yük ve toplumsal sonuçlar da kapsamlı bir şekilde ele alınmıştır.

Eserin bir diğer önemli amacı ise, bağımlılıklarla mücadele konusunda okuyucuya yol göstermektir. Bilimsel temellere dayanan bırakma yöntemleri, tedavi seçenekleri ve destek mekanizmaları sade ve anlaşılır bir dille aktarılmıştır. Bu yönüyle kitap, yalnızca akademik bir kaynak değil; sağlık profesyonelleri, öğrenciler ve tütün kullanımını bırakmak isteyen bireyler için de pratik bir rehber niteliği taşımaktadır.

Bu çalışmanın hazırlanmasında katkı sunan tüm araştırmacılara, sağlık çalışanlarına ve deneyimlerini paylaşarak farkındalık oluşmasına destek olan bireylere teşekkür ederim. Dileğimiz, bu kitabın tütün bağımlılığıyla mücadelede küçük de olsa bir fark yaratması ve daha sağlıklı bir toplumun oluşmasına katkı sağlamasıdır.

Dr. Ayhan Özkan
Mülki İdare Amiri

Editörün Sözü

Tütün bağımlılığı, modern tıbbın ve halk sağlığının karşı karşıya olduğu en karmaşık ve çok boyutlu sorunlardan biri olmaya devam etmektedir. Yalnızca bir alışkanlık ya da bireysel tercih değil; nörobiyolojik mekanizmalar, genetik yatkınlık, psikososyal faktörler ve küresel endüstriyel dinamiklerle şekillenen kronik, tekrarlayıcı bir hastalıktır.

Küresel ölçekte her yıl milyonlarca insanın ölümünden sorumlu olan tütün kullanımı, Türkiye’de de önemli bir halk sağlığı yükü oluşturmaktadır. Ülkemizde erişkin nüfusta tütün kullanım oranları hâlen dikkat çekici düzeylerde seyretmekte; buna bağlı olarak kronik akciğer hastalıkları, kardiyovasküler hastalıklar ve maligniteler sağlık sistemine ciddi bir yük getirmektedir. Özellikle genç nüfusta elektronik sigaralar ve ısıtılmış tütün ürünleri gibi yeni nesil nikotin iletim sistemlerinin yaygınlaşması, mevcut sorunun dinamiklerini daha da karmaşık hale getirmekte ve geleceğe yönelik riskleri artırmaktadır.

Bu kitap, tütün bağımlılığını tek bir perspektiften değil; tarihsel, epidemiyolojik, nörobiyolojik, klinik, çevresel ve sosyokültürel boyutlarıyla bütüncül bir çerçevede sunmayı amaçlamıştır. İçerik incelendiğinde; tütünün tarihsel evriminden küresel endüstriyel etkilerine, nikotinin beyin üzerindeki etkilerinden genetik ve epigenetik belirteçlere, klinik tedavi yaklaşımlarından rehabilitasyon süreçlerine kadar geniş bir spektrumun sistematik ve bilimsel bir yaklaşımla ele alındığı görülmektedir.

Eserin en önemli güçlü yönlerinden biri, alanında yetkin ve farklı disiplinlerden gelen yazar kadrosudur. Her biri kendi alanında deneyimli olan yazarlarımız, tütün bağımlılığına ilişkin güncel bilgileri yalnızca aktarmakla kalmamış; aynı zamanda klinik deneyim ve akademik birikimlerini yansıtarak eserin bilimsel derinliğini ve uygulamaya dönük değerini artırmıştır. Bu yönüyle kitap; hekimlerin yanı sıra araştırmacılar, sağlık yöneticileri ve multidisipliner ekipler için de önemli bir başvuru kaynağı olmayı hedeflemiştir. Tütün bağımlılığında asıl başarı; erken önleme, davranış değişikliği, toplumsal farkındalık ve güçlü politika uygulamalarının eş zamanlı yürütülmesi ile mümkündür. Bu nedenle bu eser, yalnızca bir bilgi kaynağı değil; aynı zamanda bilimsel temelli bir mücadele çağrısıdır. Bu eserin ortaya çıkmasında emeği geçen tüm yazarlarımıza, bilimsel katkıları ve özverili çalışmaları için içten

teşekkür ederim. Yazar kadromuz, tütün bağımlılığı gibi çok katmanlı bir sorunun farklı boyutlarını aydınlatarak bu kitabın güçlü ve bütüncül bir kaynak haline gelmesini sağlamıştır. *Her Yönü ile Tütün Bağımlılığı* kitabımızın; klinik pratiğe yön veren, akademik çalışmalara ilham sağlayan ve ülkemizde tütün bağımlılığı ile mücadelede daha etkili stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunan temel bir kaynak olarak literatürde yerini almasını temenni ediyorum.

Doç. Dr. Serap Duru
Editör

Katkıda Bulunanlar

xi

Ahmet DOSTBİL, Dr.

Gazi Üniversitesi Rektörlüğü, Ankara

Alperen KOÇ, Uzm. Dr.

Yalvaç Devlet Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Isparta

Ayhan ÖZKAN, Dr.

Mülki İdare Amiri, Ankara

Ayşe BAHADIR, Prof. Dr.

SBÜ Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, İstanbul

Ayşe DEMİRKAYA, Uzm. Dr.

Akçakoca Devlet Hastanesi, Göğüs Hastalıkları Kliniği, Düzce

Ayşenur DURSUN, Dr.

Gülhane Tıp Fakültesi, Ankara

Berna AKIN, Uzm. Dr.

SBÜ Etilik Şehir Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

Burcu ÖZTÜRK ŞAHİN, Dr. Öğr. Üyesi

Gülhane Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara

Cevdet ERDÖL, Prof. Dr.

Aksaray Üniversitesi Tıp Fakültesi, Kardiyoloji Anabilim Dalı, Aksaray

Çiğdem KARDAŞ, Uzm. Hemşire

SBÜ Etilik Şehir Hastanesi Çocuk Hastalıkları Kliniği, Ankara

Demet TAŞ, Doç. Dr.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı
Ergen Sağlığı Bilim Dalı, Ankara

Deniz GÜVEN, Doç. Dr.

SBÜ Etilik Şehir Hastanesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği Ankara

Deniz SAY ŞAHİN, Prof. Dr.

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi,
Sosyal Hizmet Bölümü, Yaşlılık Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi, Burdur

Doğukan CENGİZOĞLU, Asist. Dr.

SBÜ Süreyyapaşa Göğüs Hastalıkları ve Göğüs Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Göğüs Hastalıkları Kliniği, İstanbul

Duygu ÖZOL, Prof. Dr.

SBÜ Süreyyapaşa Göğüs Hastalıkları ve Göğüs Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Göğüs Hastalıkları Kliniği, İstanbul

Elif Güler KAZANCI, Prof. Dr.

Türkiye Sağlık Enstitüleri Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Enstitüsü (TÜGET), Ankara
SBÜ Bursa Şehir Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi,
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, Bursa

Eyüp SARI, Doç. Dr.

SBÜ Etilik Şehir Hastanesi Çocuk Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, Ankara

Fatma Nur ÇELİK, Uzm. Dr.

Sincan İlçe Sağlık Müdürlüğü, Ankara

Fulsen BOZKUŞ

SBÜ Antalya Eğitim ve Araştırma Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Antalya

Gülbahar DARILMAZ, Doç. Dr.

Medicana Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

Gülnihal ALTUN, Öğr. Gör.

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Gölhisar Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu
Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Evde Hasta Bakımı Programı, Burdur

H. Uğur EYDEMİR, Öğr. Gör.

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Gerde Meslek Yüksekokulu, Bolu Abant İzzet Baysal
Üniversitesi Bağımlılıkla Mücadele Uygulama ve Araştırma Merkezi, Bolu

Halil İbrahim CİCİOĞLU, Prof. Dr.

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Hatice ÇETİNDÖĞAN, Uzm. Dr.

SBÜ Gülhane Eğitim Araştırma Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

Hatice ŞAHİN, Uzm. Dr.

Bursa İl Sağlık Müdürlüğü Kamu Hastaneleri Başkanlığı, Bursa

Hülya ALTUN, Uzm. Hemşire

SBÜ Etilik Şehir Hastanesi Göğüs Kalp ve Damar Hastanesi Sağlık Bakım Hizmetleri, Ankara

Hüseyin Alperen GÜLDİKEN, Dr.

Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Tütün ve Madde Bağımlılığı Dairesi, Ankara

Kübra TAŞKARACA KARABACAK, Arş. Gör. Dr.

Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara

Makbule TOKUR KESGİN, Doç. Dr.

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü

Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Bolu

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Bağımlılıkla Mücadele Uygulama ve Araştırma Merkezi, Bolu

Mehmet Celal ALMAZ, Dr.

Sincan İlçe Sağlık Müdürlüğü, Ankara

Merve SARI AKYÜZ, Uzm. Dr.

SBÜ Antalya Eğitim ve Araştırma Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Antalya

Muhammed Emin DEMİRKOL, Doç. Dr.

T.C. Sağlık Bakanlığı Kamu Hastaneleri Genel Müdürlüğü, Ankara

Mustafa Sırrı KOTANOĞLU, Doç. Dr.

SBÜ Etilik Şehir Hastanesi Koordinatörlüğü, Ankara

Müşerref Şule AKÇAY, Prof. Dr.

Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara

Nazmi BİLİR, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı (Emekli Öğretim Üyesi), Ankara

Nevin TACİ HOCA, Doç. Dr.

Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara

Özkan ADIGÜZEL, Uzm. Hemşire

Etilik Şehir Hastanesi Göğüs Kalp ve Damar Hastanesi Sağlık Bakım Hizmetleri, Ankara

Özlem DÜVENÇİ BİRBEN, Uzm. Dr.

SBÜ Dr. Abdurrahman Yurtaslan Onkoloji Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği Ankara

Özlem SÖNMEZ, Uzm. Dr.

SBÜ Atatürk Sanatoryum Eğitim ve Araştırma Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

Serap DURU, Doç. Dr.

SBÜ Etilik Şehir Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

Sudenaz Ecem ÖZKAN, Stj. Dr.

Hacettepe Tıp Fakültesi, Ankara

Sümeyye KODALAK CENGİZ Dr. Öğr. Üyesi

Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara

Toker ERGÜDER, Prof. Dr.

Gülhane Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara

Ulkar ISMAYİLOVA, Uzm. Dr.

Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara

Ülkü YILMAZ, Prof. Dr.

Liv Hospital, Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

Yakup ARSLAN, Doç. Dr.

SBÜ Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

Yasemin SÖYLER, Doç. Dr.

Atatürk Sanatoryum Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Göğüs Hastalıkları Kliniği, Ankara

İçindekiler

XV

Bölüm 1

Tütün Kullanımının Tarihçesi.....1

CEVDET ERDÖL

Giriş.....	1
Tütün Kullanımını Zararları	1
Tütün Kullanımının Tarihçesi.....	2
Osmanlı Devleti'nde Tütün Kullanımı	2
Sonuç.....	15

Bölüm 2

Tütün ve Tütün Ürünlerinin Epidemiyolojisi.....17

NAZMİ BİLİR

Giriş.....	17
Tütün Ürünleri Kullanımının Artış Dönemi	19
Tütün Kullanımının Zararlarının Ortaya Konduğu Dönem	20
Tütün Kullanımının Azaltılmasına Yönelik Çalışmalar Dönemi	21
Dünyada Tütün Kullanımı ve İlişkili Sorunlar	23
Tütün Kontrolünde Uluslararası İş Birliği ve Dünya Sağlık Örgütü Düzenlemeleri	25
Tütün Kullanımına Atfedilen Ekonomik Yük	28
Türkiye'de Tütün Kullanımı Epidemiyolojisi	29
Dünyada Tütün Kontrolü Uygulamaları Konusunda Başlıca Örnekler (Cunningham R, 1996)	30
Sonuç.....	31

Bölüm 3

Türkiye'de Tütün Kontrolü.....33

NAZMİ BİLİR

Giriş.....	33
Türkiye'de Tütün Kontrolü Alanındaki Gelişmeler ve Uygulamalar.....	34
Tütün Kontrolü Kanunu konusunda çalışmalar	39
Tütün Kontrolü konusunda Uluslararası Gelişmeler	42

Tütün Kontrolü Kanunu ile ilgili Eğitim Çalışmaları	46
Tütün Kontrolü Kanunu Uygulamalarının Değerlendirilmesi	46
Sonuç	49

Bölüm 4

Tütün Bağımlılığının Tanımı, Kriterleri ve Bağımlılık Döngüsü51

MUHAMMED EMİN DEMİRKOL • SERAP DURU

Giriş	51
Bağımlılık Döngüsü ve Nörobiyolojik Mekanizmalar	52
Tütün Bağımlılığının Tanımı ve Tanısal Kriterler	54
Klinik Yansımalar ve Tedavi Stratejileri	56
Sonuç	57

Bölüm 5

Tütün ile ilgili Mevzuat, Politikalar ve Toplumsal Yaklaşımlar61

AYHAN ÖZKAN • SUDENAZ ECEM ÖZKAN

Giriş	61
Türkiye’de Tütünün Tarihçesi	62
Türkiye’deki Düzenlemeler ve Uygulamalar	62
Sonuç	76

Bölüm 6

Tütün Bağımlılığında Koruyucu Hizmetler: Okul Temelli Önleme Programları79

TOKER ERGÜDER

Giriş	79
Tütün Bağımlılığında Risk ve Koruyucu Faktörler	80
Okul Temelli Önleme Programlarının Teorik Çerçevesi ve Modelleri	82
Okul Temelli Tütün Bağımlılığı Önleme Programlarının Bileşenleri ve Uygulama Esasları	83
Okul Temelli Önleme Programlarının Etkinliği ve Değerlendirilmesi	85
Sonuç ve Öneriler	87

Bölüm 7

İklim Değişikliği, Çevre Sağlığı ve Tütün Endüstrisi93

FATMA NUR ÇELİK • MEHMET CELAL ALMAZ

Giriş	93
Tütün Tarımı ve Toprak Tahribatı	94
Ormansızlaşma ve Karbon Döngüsü	95
Su Kullanımı ve Kimyasal Kirlilik	96

Üretim, Enerji Kullanımı ve Tedarik Zinciri.....	97
Sigara İzmaritleri, Atık Yönetimi ve Mikroplastik.....	97
İklim Değişikliği ile Çift Yönlü Etkileşim.....	98
Çevresel Adalet ve Sosyoekonomik Boyut	99
Çalışan Sağlığı	99
Politika, Regülasyon ve Sonuç.....	100

Bölüm 8

Nikotin ve Beyin: Nörobiyolojik Temeller.....105

HATİCE ŞAHİN

Giriş.....	105
Nikotine Bağlı Nöroadaptasyon	105
Nikotinic Asetilkolin Reseptörleri (nAChR): Nikotinin Primer Hedefi	106
Mezolimik Ödül Sistemi: Nikotin Bağımlılığının Nörobiyolojik Çekirdeği	109
Nikotinin Diğer Nörotransmitter Sistemleri ile Etkileşimi	111
Sinaptik Plastisite: Nikotinin Beyni Yeniden Şekillendirmesi	113
Yoksunluk Nörobiyolojisi.....	114
Gelişen Beyin Üzerindeki Etkiler	116
Genetik ve Moleküler Yatkınlık.....	118
Sonuç.....	119

Bölüm 9

Nikotin Bağımlılığı Farmakolojisi.....123

AHMET DOSTBİL • BERNA AKIN

Giriş.....	123
Nikotinin Etki Mekanizmaları.....	124
Nikotinin Psikoaktif Etkileri ve Nikotin Yoksunluğu	127
Şartlı Davranış ve Nikotin Bağımlılığı	128
Nikotin'in Farmakokinetiği ve Metabolizması.....	129
Nikotin Metabolizmasının Tütün Kullanımı ve Hastalık Riskini Belirleyen Bir Faktör Olarak Rolü.....	131
Sonuç.....	132

Bölüm 10

Tütünün Sistemik ve Kanserojenik Etkileri.....135

YASEMİN SÖYLER • ÜLKÜ YILMAZ

Giriş.....	135
Tütünün Sistemik Etkileri	135
Tütün Dumanının Kimyasal İçeriği	140

Hücresel Düzeyde Patofizyolojik Değişiklikler	142
Klinik Yansımalar ve Tedavi Direnci.....	144
Organ-spesifik Kanserler	145
Sonuç ve Klinik Öngörüler	148

Bölüm 11

Elektronik Sigara (E-Sigara), Isıtılmış Tütün Ürünleri (HTP'ler) ve Sağlık Etkileri..... 153

ULKAR ISMAYİLOVA • MÜŞERREF ŞULE AKÇAY

Giriş.....	153
Elektronik Sigara Sınıflandırması.....	155
E-Likit Özellikleri ve İçeriği.....	156
Elektronik Sigaraların Akut ve Kronik Etkileri	157
Akut Etkiler	159
Kronik Etkiler	159
Elektronik Sigaraların Solunum Sistemi Üzerine Etkileri.....	161
Elektronik Sigaraların Nörolojik Etkileri.....	163
Elektronik Sigaraların Ağız ve Diş Sağlığı Üzerine Etkileri.....	164
Elektronik Sigaralara Bağlı Kanser Gelişim Riski.....	165
Elektronik Sigaralara Bağlı Fiziksel Yaralanmalar	165
Anne-Çocuk Sağlığı Üzerine Etkiler.....	166
Hava Kalitesi ve Çevresel Etkiler	166
Pasif Maruziyete Bağlı Sağlık Riskleri	167
Diğer Sistemik Etkiler	167
Sonuç.....	167

Bölüm 12

Pasif ve Üçüncü El Tütün Dumanına Maruziyet: Görünmeyen Riskler171

SÜMEYYE KODALAK CENGİZ • NEVİN TACİ HOCA

Giriş.....	171
İkinci El Sigara Dumanı Maruziyeti (Pasif İçicilik)	171
İESD'nin Özellikleri.....	172
İESD Ölçümü.....	173
İESD Maruziyet Biyobelirteçleri.....	176
İESD Maruziyet Biyobelirteçlerinin Ölçümleri	176
İESD Maruziyetinin Sağlık Üzerine Etkileri	178
İESD ve Kanser Gelişimi	179
İESD ve Solunum Hastalıkları	180
İESD ve Kardiyovasküler Hastalık	182

İESD ve Diğer Sistemik Etkiler.....	182
Görünmez Tehlike: Üçüncü El Sigara Dumanı	182
ÜESD Maruziyetinin Sağlık Üzerine Etkileri	184
Sonuç	185

Bölüm 13

Nargile ve Sağlık Etkileri191

KÜBRA TAŞKARACA KARABACAK • NEVİN TAÇİ HOCA

Nargilenin Tanımı, Tarihçesi ve Epidemiyolojisi	191
Nargile Dumanının İçeriği ve Maruziyet Özellikleri	192
Nargile Bağımlılığı ve Psikososyal Etkiler.....	194
Nargile Kullanımının Sağlık Üzerine Etkileri	194
Pasif Maruziyet ve Çevresel etkiler	198
Nargile Kullanımının Önlenmesi ve Bırakılmasına Yönelik Müdahaleler	199
Halk Sağlığı ve Politikalar	200
Sonuç	200

Bölüm 14

Özel Durumlar ve Multidisipliner Yaklaşımlar205

ÖZLEM SÖNMEZ

Giriş.....	205
Gebelikte Sigara Bırakma.....	205
Gençlerde Sigara Bırakma.....	208
Kardiyovasküler Hastalıkta Sigara Bırakma	211
Psikiyatrik Hastalıklar ve Madde Bağımlılıklarında Sigara Bırakma	212
Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalıklarında Sigara Bırakma	214
Astımda Sigara Bırakma	216
Kanserde Sigara Bırakma.....	217
Diyabet Hastalarında Sigara Bırakma	218
Tüberküloz Hastalarında Sigara Bırakma	219
İnsan Bağışıklık Yetmezliği Virüsü ve Sigara Bırakma.....	220

Bölüm 15

Tütün Bağımlılığında Genetik ve Epigenetik Belirteçler.....225

GÜLBAHAR DARILMAZ

Giriş.....	225
Genetik ve Epigenetik Belirteçler	225
Nikotin Bağımlılığı Genetiği	227
Nikotinik Asetilkolin Reseptör Genleri	227

Dopaminerjik ve Serotoninerjik Yolak Genleri.....	229
Nikotin Metabolizma Hızı.....	230
Sitokrom P450 Enzimleri.....	232
Flavin Monooksijenaz Enzimleri	232
UDP-Glukuronosiltransferaz Enzimleri	232
Organik Katyon Taşıyıcı Proteinleri	233
Nikotin Bağımlılığında Kullanılan İlaçlar ve Genetik Belirteçler	233
Nikotin Bağımlılığının Epigenetik Mekanizmaları.....	234
DNA Metilasyonu	236
Histon Modifikasyonları.....	238
Kodlamayan RNA.....	239
Sonuç	240

Bölüm 16

Nikotin ve Uyku Sirkadiyen Ritm, Melatonin ve Bağımlılık Döngüsü245

DUYGU ÖZOL • DOĞUKAN CENGİZÖĞLU

Giriş.....	245
Nikotin ve Sirkadiyen Ritm	246
Nikotin ve Uyku Mimarisi	249
Nikotin ve Uykuda Solunum Bozuklukları (Uyku Apnesi).....	250
Sigara Bırakma Tedavileri ve Uyku	252
Sonuç	253

Bölüm 17

Yaşlılarda Tütün Kullanımı ve Geriatrik Perspektif.....257

AYŞE BAHADIR

Giriş.....	257
Yaşlılarda Tütün Kullanımının Epidemiyolojisi.....	258
Yaşlanma Fizyolojisi ve Nikotin Bağımlılığı.....	259
Tütün Kullanımı ve Geriatrik Sendromlar	260
Multimorbidite ve Polifarmasi.....	260
İleri Yaşta Sigara Bırakmanın Klinik Faydaları	261
Klinik Değerlendirme: Geriatrik Kapsamlı Yaklaşım	262
Yaşlılarda Sigara Bırakma Tedavisi: Farmakolojik Yaklaşım	263
Özel Klinik Durumlar ve Davranışsal Yaklaşım	265
Davranışsal Müdahaleler.....	266
Klinik Algoritma ve Pratik Yaklaşım.....	266
Sonuç	267

Bölüm 18**Nikotin Bağımlılığında Cinsiyet Farklılıkları ve Hormonal Etkiler.....273****AYŞE DEMİRKAYA • SERAP DURU**

Giriş.....	273
Nörobiyolojik Temeller ve Seksüel Dimorfizm	275
Biyokimyasal Farklılıklar ve Metabolizma	277
Hormonal Etkiler: Östrojen ve Progesteronun Rolü	278
Klinik Yansımalar ve Menstrüel Döngü Fazları.....	280
Yaşam Evreleri Boyunca Cinsiyet ve Nikotin Bağımlılığı	282
Psikiyatrik Komorbiditeler ve Cinsiyete Özgü Bağımlılık Profilleri	283
Klinik Perspektif: Cinsiyete Özgü Tedavi Stratejileri.....	283

Bölüm 19**Tütün ve Üreme Sağlığı287****MERVE SARI AKYÜZ • FULSEN BOZKUŞ**

Giriş.....	287
Tütün Dumanının Bileşenleri ve Üreme Toksikitesi	288
Kadın Üreme Sağlığı Üzerine Etkiler	288
Erkek Üreme Sağlığı Üzerine Etkiler	289
Fertilite, Gebelik Planlama ve Yardımcı Üreme Yöntemleri	289
Gebelik ve Plasental Komplikasyonlar	290
Fetüs ve Çocuk Sağlığına Uzun Dönem Etkiler.....	291
Emzirme Döneminde Tütün ve Nikotin Maruziyeti.....	291
Pasif İçicilik ve Üçüncü El Duman Maruziyeti.....	292
Dumansız Tütün, Nargile ve Yeni Nesil Nikotin Ürünleri	292
Klinik Yaklaşım: Değerlendirme, Danışmanlık ve Bırakma Müdahaleleri	293
Maruziyetin Değerlendirilmesi: Tanımlama, Biyobelirteçler ve Sınırlılıklar	295
Doz, Zamanlama ve Duyarlı Dönemler.....	296
Genetik ve Epigenetik Mekanizmalar ve Nesiller Arası Etkiler	296
Gebelikte Tütün Kullanımının Klinik Olarak Öne Çıkan Sonuçları.....	297
Yeni Ürünler ve Üreme Sağlığı: Kanıt Sınırlılıkları ve Klinik Mesaj	297
Araştırma Boşlukları ve Gelecek Yönelimler	299
Sonuç	299

Bölüm 20**Tütün Bağımlılığı ve Anestezi: Perioperatif Riskler ve Yönetimi.....303****MUSTAFA SIRRI KOTANOĞLU**

Özet.....	303
Giriş.....	304

Tütün Dumanının Bileşimi ve Etkileri	305
Sigara Dumanının Klinik Etkileri	307
Sonuç	317

Bölüm 21

Tütün Bağımlılığında Tanı ve Tedavi Yaklaşımları319

YAKUP ARSLAN • ALPEREN KOÇ

Giriş.....	319
Tütün Bağımlılığının Tanımı ve Doğası	320
Nikotin Bağımlılığının Nörobiyolojik Temeli	321
Tütün Kullanım Durumunun Belirlenmesi ve Klinik Değerlendirme	322
Tedaviye Genel Yaklaşım	324
Davranışsal Tedaviler	325
Farmakolojik Tedavi	326
Kombine Tedavi ve Tedavinin Yoğunlaştırılması.....	328
Özel Durumlar ve Özel Gruplar	331
Nüks, Nüks Riskinin Değerlendirilmesi ve Önlenmesi	332
Sistem Düzeyinde Yaklaşımlar ve Uygulama.....	332
Sonuç.....	333

Bölüm 22

Elektronik Sigara Bağımlılığının Tanı ve Tedavi Yaklaşımları.....335

YAKUP ARSLAN • BURCU ÖZTÜRK ŞAHİN

Giriş.....	335
Elektronik Sigara Bağımlılığının Tanımı, Sınıflandırılması ve Epidemiyolojisi	336
Elektronik Sigara Bağımlılığının Tanısal Değerlendirilmesi	338
Elektronik Sigara Bağımlılığında Tedavi Yaklaşımları	342
Özel Popülasyonlarda Elektronik Sigara Bağımlılığı.....	347
Tedavi Başarısının Değerlendirilmesi ve İzlem	349
Sonuç.....	350

Bölüm 23

Tütün Bağımlılığında Psikolojik, Sosyal ve Davranışsal Boyutlar353

HATİCE ÇETİNDÖĞAN • AYŞENUR DURSUN

Giriş.....	353
Psikoloji.....	353
Sosyal Boyut.....	355
Davranışsal Boyut.....	356
Bütüncül Yaklaşımlar.....	358
Sonuç.....	359

Bölüm 24**Tütün Bağımlılığında Sosyal Uyum ve Rehabilitasyon363****HATİCE ÇETİNDÖĞAN**

Giriş.....	363
Davranışsal Modeller	364
Bağımlılıkta Sosyal Boyutları ve Tedavisindeki Etkileri	365
Psikososyal Tedavi Yaklaşımları	366
Özel Popülasyonlarda Müdahaleler.....	368
Sosyal Uyum ve İzleme	370
İzlem	371
Nüksü Önleme	371
Toplum Düzeyinde Müdahaleler	372
Gelecekteki Uygulamalar	373
Sonuç	373

Bölüm 25**Tütün Bağımlılığı İle Diğer Madde Bağımlılıklarının Kesişimi377****H. UĞUR EYDEMİR**

Giriş.....	377
Tütün ve Madde Birlikte Kullanımını Anlamak için Teorik Çerçevesel	378
Tütünle İlgili Maddeye Özgü Kesişim Noktaları	385
Sonuç	398

Bölüm 26**Tütün Bağımlılığı İle Mücadelede Hemşirelik Yaklaşımları ve Danışmanlık Modelleri401****MAKBULE TOKUR KESGİN**

Giriş.....	401
Hemşirelik Mesleğinin Tanımı ve Bağımlılıkla Mücadele	402
Hemşirelerin Tütün Bırakma Müdahaleleri.....	402
Hemşirelerin Sigara Bırakmayı Değerlendirme ve Danışmanlık Uygulamalarını Etkileyen Faktörler	404
Sigara Bırakma Müdahalelerinde Hemşirelik Rollerini	406
Tütünle Mücadelede Hemşirelerin Eğitim Gereksinimleri	409
Tütünle İlgili Önleyici Hemşirelik Yaklaşımları	411
Türkiye’de Tütün Bırakma Eğitimi ve Hemşirelik.....	411
Sonuç	412

Bölüm 27**Tütün Dumanı Maruziyetinin Fetal ve Çocukluk Çağındaki Biyolojik ve Klinik Etkileri415****EYÜP SARI • ÇİĞDEM KARDAŞ**

Giriş.....	415
Tütün Dumanının İçeriği ve Biyolojik Özellikleri.....	415
Fetal Dönemde Tütün Dumanı Maruziyeti.....	416
Doğum Sonrası ve Çocukluk Çağında Tütün Dumanı Maruziyeti.....	418
Solunum Sistemi Üzerindeki Etkiler.....	420
Nörogelişimsel ve Davranışsal Etkiler.....	422
Kardiyovasküler ve Metabolik Etkiler.....	424
Kanser Gelişimi İle İlişkili Riskler.....	426
Halk Sağlığı Açısından Tütün Dumanı Maruziyetine Yönelik Stratejiler.....	427
Sonuç.....	428

Bölüm 28**Tütün Bağımlılığı ve Ergenler433****DEMET TAŞ**

Giriş.....	433
Ergenlik Dönemi Özellikleri.....	434
Tütün ve Nikotin Bağımlılıkları Açısından Risk Faktörleri.....	436
Sigara İçen Ergene Yaklaşım.....	439

Bölüm 29**Tütün Bağımlılığında Bütüncül Yaklaşım: İntegratif Tıp Perspektifi.....445****DENİZ GÜVEN • ELİF GÜLER KAZANCI**

Giriş.....	445
Akupunktur.....	446
Hipnoterapi.....	447
Fitoterapi.....	449
Aromaterapi.....	450
Müzik Terapi.....	451
Homeopati.....	453
Sonuç.....	454

Bölüm 30**Spor, Sağlık ve Tütün459****HALİL İBRAHİM CİCİOĞLU**

Giriş.....	459
------------	-----

Tütünün Dünyada Yaygınlaşması ve Tarihi	459
Tütün Kullanımı ve Spor Performansı.....	464
Tütün Kullanımının Halk Sağlığı Açısından Değerlendirilmesi	465
Tütün Kullanımının Azaltılmasında Sporun Önleyici ve Eğitsel Rolü	466
Sonuç	467

Bölüm 31

Tütün Bağımlılığı İle Mücadelede Kurumsal Yönetim, Sürdürülebilirlik ve Kalite Sistemleri471

HÜLYA ALTUN • ÖZKAN ADIGÜZEL

Giriş.....	471
Türkiye’de Tütün Bağımlılığı Profili	472
Tütün Bağımlılığı ile Mücadelede Kurumsal Yönetim ve Sürdürülebilirlik ve Kalite Sistemleri Çalışmaları.....	473
Sonuç	479

Bölüm 32

Tütün Bağımlılığında Sosyal Hizmet Müdahaleleri.....481

GÜLNIHAL ALTUN • DENİZ SAY ŞAHİN

Giriş.....	481
Tütün Bağımlılığının Sosyal ve Yapısal Boyutu	482
Tütün Bağımlılığında Risk Etmenleri ve Koruyucu Etmenler	483
Tütün Bağımlılığında Risk Grupları ve Sosyal Hizmet	484
Tütün Bağımlılığı Müdahalesinde Kuramsal Yaklaşımlar ve Modeller	486
Tütün Bağımlılığında Hizmet Düzeylerine Göre Sosyal Hizmet Müdahaleleri.....	494
Sonuç	495

Bölüm 33

Tütün Kontrolünün Geleceği: Yapay Zekâ, Dijital Sağlık499

SERAP DURU • HÜSEYİN ALPEREN GÜLDİKEN

Giriş.....	499
Klasik Tütün Kontrolünün Sınırları.....	501
Sigara İçme Davranışının Psikolojik ve Davranışsal Dinamikleri	503
Dijital Sağlık ve Tele-Tıp Müdahaleleri: Geçiş Paradigması.....	504
Yapay Zekâ ve Tütün Kontrolünde Paradigma Değişimi: Davranıştan Algoritmaya.....	506
Etik, Veri Güvenliği ve Yapay Zekâ Temelli Tütün Kontrolünde Yeni Riskler	508
Sonuç	509

Bölüm 34**Tütün ve Longevity511****ÖZLEM DÜVENÇİ BİRBEN**

Giriş.....	511
Tütün Kullanımı Longevity'yi Nasıl Etkiler?	512
Sigara ve Biyolojik Yaşlanma.....	513
Tütün Kullanımı, Healthspan ve Fonksiyonel Yaşlanma.....	514
Sigara Bırakma ve Longevity: Yaşam Süresi ve Sağlıklı Yaşam Süresi Kazanımı	516
Yeni Tütün Ürünleri, Nikotin Maruziyeti ve Longevity	516
Sonuç	518

Bölüm 35**Tütün Bağımlılığın Hukuki ve Etik Boyutları521****DENİZ SAY ŞAHİN • GÜLNİHAL ALTUN**

Giriş.....	521
Hukuki Çerçeve: Haklar ve Sorumluluklar.....	522
Tütün Bağımlılığı ve İnsan Hakları	526
Tütün Bağımlılığında Etik Boyutlar	528
Etik Bağlamda Tütün Bağımlılığının Sosyal Boyutu: Etik, İnsan Hakları ve Sosyal Hizmet Perspektifi	531
Sonuç	532