



TÜTÜN İLE MÜCADELE ÇALIŞMA GRUBU

TÜTÜN KULLANIMI YENİ KORONAVİRÜS HASTALIğININ SEYRİNİ AğIRLAŞTIRIYOR ! TÜTÜNDE KURTULMA ZAMANI !

9.4.2020

Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19) pandemisi sırasında tütün kullanımının durumu ağırlaştırdığına dair bilgi salgının ilk çıktığı andan bu yana gündeme getirilmişti. Zaman ilerledikçe yapılan bilimsel çalışmalar bu konudaki kanıtları güçlendirmektedir. Konu ile ilgili yapılan bir çalışmada tütün kullanan hastalarda hastalığın olumsuz gidişatı ve olumsuz sağlık sonuçları kullanmayanlara göre daha fazla görülmektedir.¹ Olası bazı nedenler aşağıda sunulmuştur:^{2,3,4,5}

1. Sigara içen kişilerin akciğer kapasitesi düşmektedir.
2. Sigara içen kişilerin akciğerlerinde biriken salgı (mukus), normalden daha “kalın” olmasından dolayı akciğerlerin tıkanmasına neden olur ve iltihap oluşumu için zemin hazırlar.
3. Sigara içmek bağışıklık sistemini bozar, bu durum hastalıkla mücadeleyi zorlaştırır.
4. Sigara içen COVID-19 hastaları kalp ve kanser gibi hastalıkları olduğunda bu hastalıklara bağlı olumsuz durumlar daha yüksektir.

Bunlara ek olarak;

1. Tütün kullanımı nedeniyle özellikle dış ortamda ortak alanların kullanılması durumunda ve ortamda başka kişiler olduğunda diğer kişilerle korunması gereken 1,5-2 metrelik sosyal mesafenin korunması zorlaşabilir.
2. Tütün kullanan kişiler günlük kullanım için daha fazla sayıda maskeye ihtiyaç duyarlar (örneğin günde 10 sigara içen bir kişi sigara içmeyen ve aynı koşullardaki bir kişiden 10 adet daha fazla sayıda maskeye ihtiyaç duyar).
3. Tütün kullanan kişilerin el-ağız teması nedeniyle COVID-19’u bulaştırma riskleri daha fazladır. Örneğin; sigara içmek kişilerin parmaklarının (ve muhtemelen kontamine olan sigaraların) dudaklarla teması nedeniyle virüsün ellerden ağza bulaşma riskini artırmaktadır.⁴

¹ Vardavas CI, Nikitara K. COVID-19 and smoking: A systematic review of the evidence. *Tob Induc Dis.* 2020;18:20. Published 2020 Mar 20. doi:10.18332/tid/119324 [Internet] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7083240/> Erişim:9.4.2020.

² Guan WJ, Ni ZY, Hu Y, et al. Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 in China. *N Engl J Med.* 2020 doi: 10.1056/NEJMoa2002032.

³ Liu W, Tao ZW, Lei W, et al. Analysis of factors associated with disease outcomes in hospitalised patients with 2019 novel coronavirus disease. *Chin Med J.* 2020 doi: 10.1097/CM9.0000000000000775.

⁴ [Internet] <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-smoking-and-covid-19> Erişim:9.4.2020.

⁵ [Internet] https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/50th-anniversary/pdfs/fs_smoking_respiratory_508.pdf Erişim:9.4.2020.

Bu ve benzeri örnekler artırılabilir. **TEK ÇÖZÜM TÛTÛNÛN BIRAKILMASIDIR.**

Bilimsel paylaşım ortamlarında yapılan değerlendirmeler COVID-19'un yaşandığı bu günlerde tütün kontrolü çalışmalarının yararlı olacağını işaret etmektedir.⁶ **Bu dönemde bırakma başta olmak üzere tütün kontrolü çalışmalarına toplumsal düzeyde ağırlık verilmelidir.**

TÛTÛN KULLANMAYI BIRAKIN !

TÛTÛN DUMANINA MARUZ KALMAYIN, HİÇ KİMSENİN MARUZ KALMASINA NEDEN OLMAYIN!

COVID-19 NEDENİYLE MEYDANA GELEBİLECEK SORUNLARI AęIRLAŐTIRMAYIN !

"Tütünsüz hayat, sağlıklı hayat!"

Saygılarımızla,

Halk Sağlığı Uzmanları Derneği Tütün ile Mücadele Çalışma Grubu

⁶[Internet] <https://www.cochrane.org/news/special-collection-effective-options-quitting-smoking-during-covid-19> Erişim:9.4.2020.