

# SİGARA BAĞIMLILARINDA DEPRESYON, UMUTSUZLUK VE ANKSİYETE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ

## THE DETERMINATION OF RELATIONSHIP BETWEEN LEVELS OF DEPRESSION, HOPELESSNESS AND ANXIETY IN SMOKING ADDICTS

Burcu ÇAYKARA<sup>1</sup> Rujnan TUNA<sup>2</sup> Zuhal Aydan SAĞLAM<sup>3</sup>  
Halime Hanım PENÇE<sup>4</sup>

<sup>1</sup>İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

<sup>2</sup>İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Yönetimi Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

<sup>3</sup>İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Göztepe Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği, İstanbul, Türkiye

<sup>4</sup>Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

**Anahtar sözcükler:** Anksiyete, depresyon, sigara içme, umutsuzluk

**Keywords:** Anxiety, depression, hopelessness, smoking

Geliş tarihi: 10 / 12 / 2018

Kabul tarihi: 07 / 02 / 2019

### ÖZ

**Amaç:** Sigara bağımlılığı günümüzün en önemli bir sağlık sorunlarından biridir. İnsan sağlığını olumsuz etkilemekte ve ölümcül sonuçlara neden olmaktadır. Çalışma sigara bağımlılarında anksiyete, umutsuzluk ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi ve sigara bağımlılığıyla anksiyete, umutsuzluk ve depresyon arasındaki ilişkinin ortaya konması amacıyla gerçekleştirilmiştir.

**Yöntem ve Gereç:** Araştırma 01.05.2017-01.11.2017 tarihleri arasında İstanbul'da bir devlet hastanesinde, sigara bırakma birimine başvuran 109 bağımlıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma verileri Bilgi Formu, Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi, Beck Depresyon Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği, Hamilton Anksiyete Değerlendirme Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Veriler IBM SPSS Statistics 22,0 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde betimleyici ve nonparametrik testler ve korelasyon analizleri kullanılmıştır.

**Bulgular:** Örneklemin %78,9'unu erkek ve %21,1'ini kadınlar oluşturmaktadır. Çalışma kapsamına alınan örneklemin yaş ortalaması  $37,10 \pm 11,32$ , günlük tükettiği ortalama sigara sayısı  $22,74 \pm 11,81$  ve

### ABSTRACT

**Aim:** Smoking dependence is one of the most important health problems of nowadays. It adversely affects human health and causes fatal outcomes. The study was conducted to determine the levels of anxiety, hopelessness and depression in smoking addicts and to reveal the relationship between smoking addiction, anxiety, hopelessness and depression.

**Material and Methods:** The study was conducted with 109 addicts who applied to a smoking cessation unit in a state hospital in Istanbul between 01.05.2017-01.11.2017. Data were collected via the Data Form, Fagerström Test for Nicotine Dependence Test, Beck Depression Inventory, Beck Anxiety Inventory, Hamilton Anxiety Rating Scale, and the Beck Hopelessness Scale. The data were analyzed with the IBM SPSS Statistics 22.0 package program. Descriptive and nonparametric tests and correlation analyzes were used in the analysis of the data.

**Results:** The sample consisted of 78.9% male and 21.1% female. The mean age of the sample was  $37.10 \pm 11.32$ , the average number of cigarettes consumed per day was  $22.74 \pm 11.81$  and the

sigara içme süresi  $19,84 \pm 11,59$  yıl olarak bulunmuştur. Çalışmada sigara bağımlılarının normal düzeyde umutsuzluk yaşadığı, minör ve hafif düzeyde anksiyete, hafif düzeyde depresyon ve orta düzeyde sigara bağımlısı oldukları belirlenmiştir. Ayrıca yaş ve cinsiyetin sigara kullanımına etkisi incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $p < 0,05$ ).

**Sonuç:** Sigara bağımlılarının anksiyete, depresyon, bağımlılık, umutsuzluk düzeyleri aralarında anlamlı ilişki olduğu ( $p < 0,01$ ) belirlenmiştir. Sigara bağımlılarının anksiyete, depresyon ve umutsuzluk düzeylerinin azaltılmasına yönelik eğitim programlarının düzenlenmesi önerilebilir.

### GİRİŞ

Sigara içme alışkanlığı tüm dünyada zevk verici bir alışkanlık olarak görülmeyle birlikte sağlığı tehdit eden ve ölümcül sonuçları olan ciddi bir sağlık sorunu olarak görülmektedir. Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (OECD) 2015 raporunda sigara içme oranı en yüksek ülkeyi Yunanistan (%39) olarak saptarken, Türkiye ise 11. (%24) sırada yer almıştır (1).

Sigara bağımlılığının yol açtığı zararları ve sigara kullanımını azaltmaya yönelik olarak, tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesi çerçevesinde, Mayıs 2003’de uluslararası yasa niteliğinde olan ve 160’tan fazla ülke tarafından imzalanan Dünya Sağlık Örgütü’nün 56. Asamblesi imzalanmıştır (2).

Neden olduğu ciddi sağlık sorunlarıyla birlikte sigara bağımlılığının, ruhsal rahatsızlıklarla da yakından ilişkili olduğu, özellikle de depresyon ve anksiyetenin sigarayı bırakmaya çalışan bağımlılarda başarısızlığa neden olduğu belirtilmektedir (3,4). Yapılan çalışmalarda %22 oranında görülen majör depresyon oranının, sigara bağımlılarında arttığı (%60), majör depresyon yaşayan bireylerin de %44,7 oranında sigara bağımlısı olduğu ve sigara bırakma eğiliminde başarısız olan bireylerin yoğun olarak depresyon yaşadığı ifade edilmektedir (5,6).

Bununla birlikte sigara bağımlılarında anksiyetin depresyona oranla daha fazla etkin oldu-

duration of smoking was  $19.84 \pm 11.59$  years. In the study, it was determined that smoking addicts had normal hopelessness, minor and mild anxiety, mild depression and moderate smoking addiction. Also, age and gender were statistically significant to smoking effect ( $p < 0.05$ ).

**Conclusion:** There was a significant correlation between smoking, depression, addiction and hopelessness ( $p < 0.01$ ). It may be advisable to organize training programs aimed at reducing the anxiety, depression and hopelessness levels of smoking addicts.

ğu belirtilmektedir (5). Yapılan çalışmalarda tek başına depresyonun görülmesine oranla sigara bağımlılarında anksiyete ve kronik depresyonun bir arada daha fazla görüldüğü ve sigara bağımlılarının daha fazla anksiyete yaşadıkları ifade edilmiştir (5-7).

Sigara bağımlılığıyla yakından ilişkili olan kavramlardan bir diğeri de umutsuzluktur. Umutsuzluğun, depresyon ve anksiyete ile ilişkili olduğu, birbirini tetikledikleri ve umutsuzluk yaşayan bireylerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu; bunun da bağımlılıkla ilişkili olduğu bildirilmektedir<sup>8</sup>. Bu çalışma sigara bağımlılarında anksiyete, umutsuzluk ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi ve sigara bağımlılığıyla anksiyete, umutsuzluk ve depresyon arasındaki ilişkinin ortaya konması amacıyla gerçekleştirilmiştir.

### YÖNTEMLER

#### Araştırma tasarımı

Bu araştırma tanımlayıcı ve ilişki belirleyici tasarımda gerçekleştirilmiştir.

#### Araştırma soruları

Araştırmanın amacından yola çıkılarak aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır.

1. Sigara bağımlılarının anksiyete, umutsuzluk ve depresyon düzeyleri nedir?
2. Sigara bağımlılığıyla anksiyete, umutsuzluk ve depresyon düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

### Evren-örneklem

Araştırma evrenini, İstanbul ilinde bir devlet hastanesinin sigara bırakma birimine başvuran bireylerden, herhangi bir örneklem seçim yöntemine gidilmeksizin evren kapsamındaki ve çalışmaya katılmayı kabul eden 109 sigara bağımlısı örneklem kapsamına alınmıştır.

### Veri toplama araçları

Araştırmada sigara bağımlılarının kişisel ve bağımlılığa ilişkin özelliklerini değerlendirmek için araştırmacılar tarafından oluşturulan 18 soruluk "Bilgi Formu", bağımlıların nikotin bağımlılık düzeylerini belirlemek için "Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi", depresyon düzeyinin belirlenmesi için "Beck Depresyon Ölçeği", anksiyete düzeylerini belirlemek için "Beck Anksiyete Ölçeği" ve "Hamilton Anksiyete Değerlendirme Ölçeği" ve umutsuzluk düzeylerini belirlemek için "Beck Umutsuzluk Ölçeği" kullanılmıştır.

**Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi (FNBT):** Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi kapalı uçlu altı sorudan oluşmaktadır (9). Testten 7 puan ve üstünde alanlar şiddetli, 5-6 puan alanlar orta, 5 puanın altında alanlar ise hafif nikotin bağımlısı olarak tanımlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Uysal ve ark. (10) tarafından yapılmış ve güvenilirliği orta düzeyde bulunmuştur (Cronbach alfa=0,56).

**Beck Depresyon Envanteri (BDE):** Beck ve ark.(11) tarafından geliştirilen ölçek 21 soruluk, 0-3 arasında değişen puanlardaki yanıtların toplanmasıyla değerlendirilen bir ölçektir. Ölçek toplamı; 0-9 arası minimal, 10-16 arası hafif derecede duygu durumu bozukluğu, 17-29 arası orta depresyon; 30-63 arası şiddetli depresyon biçiminde değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Hisli (12) tarafından yapılmıştır (Cronbach alfa=0,74).

**Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ):** Beck ve ark. (13) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe

geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Seber (14) tarafından yapılmış olup (Cronbach alfa=0,80), ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği ile faktör yapısına yönelik daha ayrıntılı çalışma Durak ve Palabıyıkoglu (15) tarafından yapılmıştır. BUÖ; 20 maddeden oluşan, 0-1 arasında puanlanan ve ölçek toplamından alınan yüksek puanın bireydeki umutsuzluğun yüksekliğiyle ilişkilendirildiği bir ölçektir.

**Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ):** Beck ve ark. (16) tarafından geliştirilen ölçek, 21 maddeden oluşan ve 0-3 arasında puanlanan bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Ulusoy ve ark. (17) tarafından yapılmıştır (Cronbach alfa=0,93).

**Hamilton Anksiyete Ölçeği (HAÖ):** Bireylerde anksiyete düzeyini ve şiddetini ölçmek amacıyla Hamilton (18) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği Yazıcı ve ark. (19) tarafından yapılmıştır.

### Verilerin toplanması

Çalışmaya başlanmadan önce çalışma verilerinin toplanacağı ölçüm araçlarının kullanım izinleri alınmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasına etik kurul ve çalışmanın yapılmasının planlandığı hastaneden kurum izni alındıktan sonra başlanmıştır. Araştırma verileri 01.05.2017-01.11.2017 tarihleri arasında örneklem kapsamında yer alan hastanenin yöneticileri ile ön görüşmeler yapılarak, çalışmaya katılmayı kabul eden sigara bağımlıları ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılmaya kabul eden bireylere, çalışma hakkında gerekli açıklamalar verilmiş, olurları alındıktan sonra, veri toplama aracı elden dağıtılarak ve aynı gün içerisinde geri toplanmıştır.

### Verilerin değerlendirilmesi

Veriler Statistical Package for Social Sciences 22.0 (SPSS Inc.; Chicago, IL, USA) programı ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde betimleyici (sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma) ve normal dağılmadığı belirlenen değişkenlerin analizi için Mann Whitney U testi ve Spearman korelasyon analizi kullanılmıştır

**Araştırmanın etik yönü**

Araştırmanın uygulanması için etik kurul onayı (Karar no: 2017/0118, Tarih: 18.04.2017) ve kurum izninden sonra, araştırmaya katılan gönüllülerden bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

**Araştırmanın Sınırlılığı**

Çalışma kapsamına İstanbul ilindeki tek bir hastaneye başvuran sigara bağımlılarının alınması, çalışma sonuçlarının genellemesini engellemektedir.

**BULGULAR**

Çalışma kapsamına alınan örneklemin %78,9 (86 kişi)'unu erkek, %21,1 (23 kişi)'ini kadın oluşturmakta olup; örneklem  $37,10 \pm 11,32$  yaş aralığındadır. Çalışma kapsamına alınan örneklemin günlük tükettiği ortalama sigara sayısı  $22,74 \pm 11,81$  ve sigara içme süresi  $19,84 \pm 11,59$  yıl olarak bulunmuştur.

Çalışma kapsamına alınan örneklemin ölçeklerden aldıkları ortalama puanları değerlendirildiğinde; Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puan  $5,71 \pm 4,33$  aralığında ve normal düzeyde, Hamilton Aksiyete Ölçeği'nden aldıkları ortalama puan  $11,28 \pm 10,55$  aralığında ve minör anksiyete düzeyinde, Beck Depresyon Ölçeği'nden aldıkları ortalama puan  $11,35 \pm 9,62$  aralığında ve hafif depresyon düzeyinde, Beck Anksiyete Ölçeği'nden aldıkları ortalama puan  $8,77 \pm 8,77$  aralığında ve hafif anksiyete düzeyinde, Fagerström Nikotin Bağımlılık Ölçeği'nden aldıkları ortalama puan  $4,63 \pm$

$2,41$  aralığında ve orta düzeyde belirlenmiştir (Tablo 1).

Sigara bağımlılarının "Beck Umutsuzluk Ölçeği", "Hamilton Aksiyete Ölçeği", "Beck Depresyon Ölçeği", "Beck Anksiyete Ölçeği" ve "Fagerström Nikotin Bağımlılık" ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar cinsiyete göre karşılaştırıldığında; umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmadığı ( $p > 0,05$ ), her iki ölçekten de alınan puanlara göre anksiyete düzeyleri arasında kadın sigara bağımlılarından kaynaklanan çok yüksek düzeyde anlamlı fark bulunduğu ( $p < 0,001$ ), depresyon düzeyleri arasında da kadın sigara bağımlılarından kaynaklanan yüksek düzeyde anlamlı fark bulunduğu ( $p < 0,01$ ), nikotin bağımlılık düzeyleri arasında ise cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmadığı ( $p > 0,05$ ) bulunmuştur (Tablo 2).

Sigara bağımlılarının "Beck Umutsuzluk Ölçeği", "Hamilton Aksiyete Ölçeği", "Beck Depresyon Ölçeği", "Beck Anksiyete Ölçeği" ve "Fagerström Nikotin Bağımlılık Ölçeği"nden aldıkları ortalama puanlar yaşa göre karşılaştırıldığında; umutsuzluk, depresyon, Beck anksiyete ve nikotin bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmadığı ( $p > 0,05$ ), buna karşın "Hamilton Anksiyete Ölçeği"ne göre anksiyete düzeyleri arasında 35-45 yaş aralığındaki sigara bağımlılarından kaynaklanan anlamlı bir fark bulunduğu ( $p < 0,05$ ) belirlenmiştir (Tablo 3).

**Tablo 1.** Sigara bağımlılarının umutsuzluk, anksiyete, depresyon ve nikotin bağımlılık düzeyleri puan ortalamaları.

	□	Mean	±Sd	Min	Max
Beck Umutsuzluk	0,70	5,71	4,33	0	19
Hamilton Anksiyete	0,74	11,28	10,55	0	48,00
Beck Depresyon	0,76	11,35	9,62	0	47,00
Beck Anksiyete	0,92	8,77	8,77	0	46,00
Fagerström Nikotin Bağımlılık	0,65	4,63	2,41	0	9,00

±sd: Standard deviation, Min: Minimum, Max: Maximum

**Tablo 2.** Sigara bağımlılarının umutsuzluk, anksiyete, depresyon ve nikotin bağımlılık düzeyinin cinsiyete göre karşılaştırması.

	Kadın (n: 23)		Erkek (n:86)			Z <sub>MU</sub>	p	
	Mean	±Sd	Mean Rank	Mean	±Sd			Mean Rank
Beck Umutsuzluk	6,13	3,82	61,24	5,59	4,47	53,33	-1,071	0,284
Hamilton Anksiyete	19,35	11,65	79,17	9,13	9,17	48,53	-4,136	0,000***
Beck Depresyon	16,65	10,11	73,57	9,93	9,03	50,03	-3,175	0,002**
Beck Anksiyete	15,39	9,22	79,85	7,00	7,80	48,35	-4,255	0,000***
Fagerström Nikotin Bağımlılık	5,35	2,23	63,72	4,44	2,44	52,67	-1,500	0,134

\*p&lt; 0,05; \*\*p&lt; 0,01; \*\*\* p&lt; 0,001

Z<sub>MU</sub>: Mann Withey U; ±sd: Standard deviation**Tablo 3.** Sigara bağımlılarının umutsuzluk, anksiyete, depresyon ve nikotin bağımlılık düzeyinin yaşa göre karşılaştırması.

	18-25 Yaş Aralığı		25-35 Yaş Aralığı			35-45 Yaş Aralığı			45 ve Üzeri Yaş Aralığı			X <sup>2</sup> <sub>kw</sub>	p	
	Mean	±Sd	Mean Rank	Mean	±Sd	Mean Rank	Mean	±Sd	Mean Rank	Mean	±Sd			Mean Rank
Beck Umutsuzluk	6,70	4,69	61,65	5,15	4,12	51,43	5,91	5,10	53,27	5,33	3,38	55,63	1,351	0,717
Hamilton Anksiyete	12,90	6,99	67,08	12,11	9,46	60,28	8,97	12,11	42,94	11,93	11,70	55,07	8,358	0,039*
Beck Depresyon	12,40	7,21	63,15	11,22	9,28	54,67	11,36	12,25	50,59	10,73	8,48	54,57	1,964	0,580
Beck Anksiyete	9,40	8,22	60,15	8,89	8,14	56,93	7,50	9,64	47,80	9,60	9,02	57,52	2,495	0,476
Fagerström Nikotin Bağımlılık	3,95	2,33	46,65	4,78	2,75	56,20	4,25	2,20	49,53	5,37	2,27	65,32	5,668	0,129

\*p&lt; 0,05; \*\*p&lt; 0,01; \*\*\*p&lt; 0,001

Z<sub>MU</sub>: Mann Withey U; ± Sd: Standard deviation

Sigara bağımlılarının umutsuzluk, anksiyete, depresyon ve nikotin bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde; Beck umutsuzluk düzeyi ile Hamilton anksiyete, Beck Depresyon ve Beck anksiyete düzeyleri arasında pozitif yönde çok yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu (p< 0,001); Hamilton anksiyete düzeyi ile Beck depresyon ve Beck anksiyete düzeyleri arasında da pozitif yönde çok yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu (p< 0,001); bununla birlikte Beck depresyon

ve Beck anksiyete düzeyleri arasında da pozitif yönde ve çok yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu (p≤0,001) belirlenmiştir. Ayrıca nikotin bağımlılık düzeyi ile Beck anksiyete düzeyi arasında da pozitif yönde ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki (p< 0,01) olduğu bulunurken; Hamilton anksiyete düzeyi ile arasında ise pozitif yönde ve çok yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki (p< 0,001) olduğu saptanmıştır (Tablo 4).

### TARTIŞMA

Günümüzde ciddi sağlık sorunlarına yol açan ve toplum sağlığı açısından önemli bir risk oluşturan sigara bağımlılığının altında yatan nedenlerin belirlenmesi ve ortaya konulması, sigara bağımlılığının önlenmesinde büyük önem taşımaktadır. Çalışma kapsamına alınan sigara bağımlılarının büyük bir çoğunluğunu erkekler (%78,9) oluşturmakta olup; örneklerin normal düzeyde umutsuzluk yaşadığı, Hamilton anksiyete ölçeğine göre minör düzeyde anksiyete, hafif düzeyde depresyon ve Beck anksiyete ölçeğine göre hafif düzeyde anksiyete yaşadıkları ile orta düzeyde sigara bağımlısı oldukları belirlenmiştir (Tablo 1).

Beck Depresyon Ölçeği başta olmak üzere çeşitli depresyon ve anksiyete ölçeklerinin kullanıldığı çalışmaları değerlendiren bir meta analiz çalışmasında depresif belirtileri yüksek olan kişilerin sigarayı bırakma olasılıklarının yüksek olmayanlara oranla anlamlı derecede daha az olduğu bulunmuştur (20). Bir diğer meta analiz çalışmasında ise sigara içen kişilerde, içmeyen ya da sigarayı bırakmış kişilere oranla yaklaşık 2 kat artmış depresyon riski belirlenmiştir (21).

Kutlu ve ark. (22) tarafından polis memurlarıyla yapılan çalışmada; katılımcıların büyük çoğunluğunun erkek (%94,9) ve  $37,4 \pm 6,5$  yaş ortalamasında olduğu, nikotin bağımlılık düzeylerinin büyük çoğunluğunda çok az ve az bağımlılık düzeyinde olduğu (%64) belirlenmiştir. Bununla birlikte katılımcıların depresyon ortalama değeri  $9,91 \pm 9,78$  olarak belirlenmiş ve büyük çoğunluğunun normal depresyon düzeyinde olduğu (%58,1) bulunmuş olup çalışma bulgularımızı destekler niteliktedir.

Sigara bağımlılığı ile depresyon ve anksiyete ile arasındaki ilişkinin belirlenmeye çalışıldığı başka bir çalışmada ise sigara bağımlılarında depresyon düzeyinin  $22,44 \pm 13,54$  ve anksiyete düzeyinin ise  $19,7 \pm 12,5$  olduğu; sigara bağımlılık düzeyinin ise yüksek düzeyde

olduğu ve günlük sigara tüketim miktarının ise 10 ve üzeri adet olduğu belirlenmiştir (7).

McClave ve ark.'nın (23) sigara bağımlıları ile yaptıkları çalışmada örneklemin büyük çoğunluğunun erkek (%55,5) olduğu, %20,3'nün yaşam boyu depresyon, %14,9'nun yaşam boyu anksiyete, %10,1'inin ise hem depresyonu hem de anksiyeteyi bir arada deneyimlediği ifade edilmiştir.

Lisans öğrencileriyle sigara bağımlılığı üzerine yapılan bir çalışmada da %62,5'nin hafif düzeyde sigara bağımlısı olduğu, %34,8'inin okul/ders stresine iyi geldiği için sigara kullandığı ve en çok canları sıkıldığı zamanlarda sigara tükettikleri (%57,9) belirlenmiştir. Çalışmaya katılanların %60'ünün günde 10 adet veya daha az sigara kullandığı saptanmıştır (24).

Hemşirelerle yapılan çalışmada yaş ortalamasının  $28,0 \pm 5,1$  olduğu, %43,7'sinin 18 yaş ve altı sigaraya başladığı, %29,4'ünün 10 yıldan uzun sigara kullandığı, %26,1'inin yüksek ve çok yüksek düzeyde sigara bağımlısı olduğu bulunmuştur (25).

Çalışmamızda sigara bağımlılarının umutsuzluk, anksiyete, depresyon ve bağımlılık düzeyleri cinsiyete göre karşılaştırıldığında sadece; anksiyete düzeyleri arasında çok yüksek düzeyde anlamlı fark bulunduğu ( $p < 0,001$ ), depresyon düzeyleri arasında da yüksek düzeyde anlamlı fark bulunduğu ( $p < 0,01$ ) gösterilmiştir (Tablo 2). Yine çalışmada sigara bağımlılarının yaşa göre de sadece; "Hamilton Anksiyete Ölçeği"ne göre anksiyete düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunduğu ( $p < 0,05$ ) belirlenmiştir (Tablo 3).

Kutlu ve ark. (22) tarafından polis memurlarıyla yapılan çalışmada; cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, borçlu olmak, okula giden çocuk sayısı sigara içme davranışı üzerine etkili olmadığı ( $p > 0,05$ ); yine cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyinin depresyon üzerine etkili olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir. Hemşirelerle yapılan bir başka çalışmada da

yaş ile sigara bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur (25). Buna karşın çalışma bulgularını destekler nitelikte yapılan başka bir çalışmada depresyon ve anksiyetenin yaş ve cinsiyet ile arasında yakın bir ilişki olduğu belirlenmiştir (5). Örsel ve ark. (26) tarafından yapılan başka bir çalışmada da sigara bağımlılığıyla yaş grupları arasında anlamlı fark olduğu, cinsiyet ve bağımlılık arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ve erkeklerde daha yüksek oranda nikotin bağımlılığı görüldüğü belirlenmiştir.

Bununla birlikte kentleşme, eğitim ve gelir düzeyindeki artışın da sigara kullanım alışkanlığında artışa neden olduğu ifade edilmektedir. Kadınlarda ise sigara bağımlılığının son yıllarda hızla arttığı ve kadınlarda sigara kullanımının toplumsal yaşam tarzlarındaki değişiklik ile ilişkili olduğu bildirilmektedir (27). Bu durum da kadınların annelik rollerinin yanında sosyal yaşamda da etkin olarak rol almalarının anksiyete ve depresyon düzeylerinde artışa neden olabileceğini ve bunun da sigara bağımlılığıyla ilişkilendirilebileceğini düşündürmektedir.

Sigara bağımlılarının umutsuzluk, anksiyete, depresyon ve nikotin bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde; anksiyete, depresyon ve umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ( $p < 0,01$ ) (Tablo 4).

Yapılan çalışmalarda tek başına depresyona oranla anksiyete ve kronik depresyonun bir arada görülmesinin sigara bağımlılığıyla daha yakından ilişkili olduğu (5,6); anksiyetenin sigara içmeyenlere oranla sigara içenlerde daha yüksek düzeyde olduğu bildirilmiştir (23). Mykletun ve ark. (5) tarafından sigara bağımlılılarıyla yapılan çalışmada da anksiyete ve depresyon arasında güçlü bir bağ olduğu ve bu ilişkinin kadın ve daha genç olanlarda daha güçlü olduğu; bununla birlikte anksiyete ve sigara bağımlılığı arasında depresyona göre daha güçlü bir ilişki olduğu bulunmuş olup çalışma bulgularını destekler niteliktedir.

## SONUÇ

Çalışma sonucunda sigara bağımlılığıyla anksiyete, depresyon ve umutsuzluk arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve yaş ile cinsiyet değişkenlerine göre anlamlı fark gösterdikleri belirlenmiştir. Çalışma sonuçları bir bütün olarak değerlendirildiğinde;

- Sigara bağımlılığını arttıran anksiyete, depresyon ve umutsuzluk düzeylerini azaltmaya yönelik rehabilitasyon ve sosyal destek hizmetlerinin sunulması,
- Sigara bağımlılığı, anksiyete, depresyon ve umutsuzluk arasındaki ilişki konusunda bireylerin ve toplumun bilinçlendirilmesi önerilebilir.

**Tablo 4.** Sigara bağımlılarında umutsuzluk, anksiyete, depresyon ve nikotin bağımlılığı arasındaki ilişki.

	Beck Umutsuzluk		Hamilton Anksiyete		Beck Depresyon		Beck Anksiyete	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Beck Umutsuzluk	1		0,332	0,000***	0,454	0,000***	0,385	0,000***
Hamilton Anksiyete	0,332	0,000***	1		0,586	0,000***	0,747	0,000***
Beck Depresyon	0,454	0,000***	0,586	0,000***	1		0,615	0,000***
Fagerström Nikotin Bağımlılık	0,090	0,352	0,278	0,003	0,181	0,060	0,353	0,000***

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$

## KAYNAKLAR

1. OECD. Tobacco consumption among adults, in Health at a Glance 2015: OECD Indicators, OECD Publishing, Paris; 2015. Available from: <http://www.oecd-ilibrary.org/docserver/download/8115071ec016.pdf?expires=1521734448&tid=id&accname=guest&checksum=88803861C1FEBFD9A06EC35E9C1CED01>
2. Ulusal Tütün Kontrol Programı Genelgesi; 2003. Available from: <http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2006/10/20061007-8.htm>
3. Feldner MT, Babson KA, Zvolensky MJ. Smoking, traumatic event exposure, and post traumatic stress: a critical review of the empirical literature. *Clin Psychol Rev.* 2007; 27(1):14-45. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.08.004>
4. Morissette SB, Tull MT, Gulliver SB, Kamholz BW, Zimering RT. Anxiety, anxiety disorders, tobacco use, and nicotine: a critical review of interrelationships. *Psychol Bull.* 2007; 133(2): 245-72. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.2.245>
5. Mykletun A, Overland S, Aaro LE, Liabo HM, Stewart R. Smoking in relation to anxiety and depression: Evidence from a large population survey: The HUNT study. *Eur Psychiatry.* 2008;23(2):77-84. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2007.10.005>
6. Lasser K, Boyd JW, Woolhandler S, Himmelstein DU, McCormick D, Bor DH. Smoking and mental illness: A population-based prevalence study. *JAMA [Internet].* 2000;284: 2606–10. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11086367>
7. McCabe RE, Chudzik SM, Antony MM, Young L, Swinson RP, Zvolensky MJ. Smoking behaviors across anxiety disorders. *J Anxiety Disord [Internet].* 2004;18 (1):7-18. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14725865>
8. Öz F. Sağlık alanında temel kavramlar. Ankara: İmaj Kitapevi; 2004:229-75.
9. Fagerström KO, Schneider NG. Measuring degree of physical dependence to tobacco smoking with reference to individualization of treatment. *Addict Behav [Internet].* 1978;3(3-4):235-41. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_nlinks&tref=000076&p](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&tref=000076&p) id=S1806-3713200900010001100005&lng=en
10. Uysal MA, Kadakal F, Karşıdağ Ç, Yılmaz V. Fagerström test for nicotine dependence: Reability in a Turkish sample and factor analysis. *Tuberk Toraks.* 2004;52(2):115-21.
11. Beck AT. An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry [Internet].* 1961;1:561-71. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/13688369>
12. Hisli N. Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri için geçerliliği, güvenilirliği. *Psikoloji Derg.* 1989;7:3-13.
13. Beck AT, Weissman A, Lester D, Trexler L. The measurement of pessimism. The Hopelessness Scale. *J Consult Clin Psychol [Internet].* 1971; 12(6):861-5. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/4436473>
14. Seber G. Beck umutsuzluk ölçeğinin geçerliliği ve güvenilirliği üzerine bir çalışma [Doçentlik Tezi]. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı; 1991:50-100.
15. Durak A, Palabıykoğlu R. Beck Umutsuzluk Ölçeği geçerlilik çalışması. *Kriz Derg.* 2006; 2(2):311-9.
16. Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *J Consult Clin Psychol.* 1988;56:893-7. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
17. Ulusoy M, Şahin N, Erkmán H. Turkish version of The Beck Anxiety Inventory: psychometric properties. *J Cognitive Psychotherapy: Int Quaterly [Internet].* 1998;12:28-35. Available from: [https://www.researchgate.net/profile/Nesrin\\_Hisli\\_sahin/publication/233792003\\_Turkish\\_Version\\_of\\_the\\_Beck\\_Anxiety\\_Inventory\\_Psychometric\\_Properties/links/0912f50b89f36c598c000000/Turkish-Version-of-the-Beck-Anxiety-Inventory-Psychometric-Properties.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Nesrin_Hisli_sahin/publication/233792003_Turkish_Version_of_the_Beck_Anxiety_Inventory_Psychometric_Properties/links/0912f50b89f36c598c000000/Turkish-Version-of-the-Beck-Anxiety-Inventory-Psychometric-Properties.pdf)
18. Hamilton M. The assessment of anxiety states by rating. *Br J Med Psychol [Internet].* 1959; 32:50-5. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>

19. Yazıcı MK, Demir B, Tanrıverdi N, Karaağaoğlu E, Yolaç P. Hamilton anksiyete değerlendirme ölçeği, değerlendiriciler arası güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Derg* 1998;9:114-7.
20. Ho SY, Alnashri N, Rohde D, Murphy P, Doyle F. Systematic review and meta-analysis of the impact of depression on subsequent smoking cessation in patients with chronic respiratory conditions. *Gen Hosp Psychiatry* 2015;37(5):399-407.
21. Luger TM, Suls J, Vander Weg MW. How robust is the association between smoking and depression in adults? A meta-analysis using linear mixed-effects models. *Addict Behav* 2014;39(10):1418-29. doi: 10.1016/j.addbeh.2014.05.011.
22. Kutlu R, Çivi S, Karaoğlu O. Polislerde sigara içme sıklığı ve depresyon arasındaki ilişki. *TSK Koruyucu Hekimlik Bul* 2008;7(1):31-8.
23. McClave AK, Dube SR, Strine TW, Kroenke K, Caraballo RS, Mokdad AH. Associations between smoking cessation and anxiety and depression among U.S. adults. *J Addict Behav* 2009;34:491-7. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2009.01.005>
24. Çapık C, Cingil D. Hemşirelik öğrencilerinde sigara kullanımı, nikotin bağımlılık düzeyi ve ilişkili etmenler. *Kafkas Tıp Bil Derg* 2013;3(2):55-61.
25. Sayan İ, Tekbaş ÖF, Göçgeldi E, Paslı E, Babayiğit M. Bir eğitim hastanesinde görev yapan hemşirelerin sigara içme profilinin belirlenmesi. *Genel Tıp Derg* 2009;19(1):9-15.
26. Örsel O, Örsel S, Alpar S, Uçar N, Güven SF, Şipit T, Kurt B. Sigara bırakmada nikotin bağımlılık düzeylerinin tedavi sonuçlarına etkisi. *Solunum Hastalıkları* 2005;16:112-8.
27. Nehir S, Demet M, Dinç G. Manisa ili kent merkezinde görevli hemşirelerin sigara kullanma düzeyleri ve ilişkili risk etmenleri. *Bağımlılık Derg* 2007;8:3-10.

**Yazışma Adresi:**

Dr. Rujnan Tuna  
İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri  
Fakültesi, Sağlık Yönetimi Anabilim Dalı,  
İstanbul, Türkiye  
rujnantuna@yahoo.com