



**Gizli Tehlike:  
Üçüncü El Dumanının  
Görünmeyen Riskleri**



## A. PROJE

Tütün ürünleri kullanımı dünyanın karşılaştığı en büyük halk sağlığı sorunlarından biridir. Tütün ve tütün ürünleri kullanımı 1,2 milyonu pasif içicilikten olmak üzere toplam 8 milyondan fazla ölüme neden olmaktadır.

Bu proje, toplumda üçüncü el sigara kullanımına dair farkındalığı artırmayı ve bu potansiyel tehlikenin bilincini yaymayı amaçlamaktadır.

3. el sigara dumanı terimi genellikle sigara içilen bir ortamda bulunan kişilerin, sigara dumanıyla temas etmeleri sonucu oluşan etkileri ifade eder. Bu terim, birinci el sigara içicisinin dumanı (aktif içicinin dumanı), ikinci el dumanın solunması (pasif içicilik) ve üçüncü el dumanın teması (3. el dumanı) olmak üzere üç farklı seviyeyi temsil eder.

**Birinci El Sigara Dumanı (Aktif İçicilik):** Sigara içen kişinin doğrudan soluduğu duman.

**İkinci El Sigara Dumanı (Pasif İçicilik):** Sigara içilen bir ortamda bulunan, ancak sigara içmeyen kişilerin bu ortamdaki dumanı solunması. Bu durum, pasif içicilik olarak bilinir ve sağlık riskleri taşır.

**Üçüncü El Sigara Dumanı (3. El Dumanı):** Sigara içilen bir ortamda bulunan nesnelere üzerinde biriken ve bu nesnelere temas eden kişilerin maruz kaldığı duman kalıntılarıdır. Örneğin, sigara içilen bir oda veya araçta bulunan mobilya, kıyafetler veya diğer yüzeylerde biriken duman kalıntılarına "üçüncü el sigara dumanı" denir. Bu kalıntılar, zamanla temizlenmeyebilir ve bu da insanların uzun süreli olarak bu kalıntılara maruz kalmasına neden olabilir. Söz konusu kalıntılar, iç ortamda yaygın bulunan oksidanlar ve diğer kirleticilerle etkileşime girerek ikincil kirleticiler de oluşturabilirler.

İç mekan kirleticisi olarak üçüncü el tütün dumanı uzun vadeli ve toksisitesi zaman geçtikçe kümülatif olarak artar. Ayrıca sadece solunum yoluyla değil kontamine yüzeylere cilt teması yoluyla da maruziyet izlenebilir. Bu nedenle üçüncü el tütün dumanı maruziyeti toplumdaki herkesin sağlığı için risk oluşturmaktadır

Projenin temel amacı, toplumu üçüncü el tütün dumanı maruziyetinin potansiyel riskleri konusunda bilgilendirmektir. Bu kapsamda, hedef kitlenin bu konuda farkındalığını artırmak için eğitim programları düzenlendi, bilgilendirici materyaller hazırlandı, dağıtıldı ve topluluk etkinlikleri düzenlendi. Ayrıca, üçüncü el sigara kullanımının sağlık üzerindeki etkilerini vurgulayan kampanyalar yoluyla medya ve sosyal medya üzerinden geniş bir kitleye ulaşıldı.

Proje, sadece üçüncü el sigara kullanımının bireylerin sağlığı üzerindeki etkilerini değil, aynı zamanda çevresel ve toplumsal boyutlarını da ele almıştır. Böylece, toplumun bu konudaki bilinci artırılarak, sağlıklı bir yaşam tarzını teşvik etmek ve gelecek nesilleri korumak adına etkili bir adım atılması sağlanmıştır.

**İZMİR SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİKLERİ**

**ÜÇÜNCÜ EL SİGARA DUMANI**

Sigara dumanının zararları yaygın olarak bilinse de göz ardı edilen bir tehlike daha vardır: **ÜÇÜNCÜ EL SİGARA DUMANI**. Üçüncü el sigara dumanı, sigara içen kişinin dumanı üfledikten sonra yüzeylerde bıraktığı kalıntıdır. Mobilyalar, perdeler, halılar, kıyafetler, telefonlar, hatta oyuncaklarda bile bulunabilir.

**Yani sigara tüketimi toplumdaki herkesin sağlığını olumsuz etkiler.**

**Biliyor muydunuz?**

Üçüncü el dumanı en az ikinci el duman (pasif içicilik) kadar tehlikelidir.

**Birinci El Sigara Dumanı**  
Sigara içen kişinin içtiği sigara dumanıdır

**İkinci El Sigara Dumanı**  
(Pasif İçicilik)  
Yanan sigara, narigle, puro, pipo veya elektronik sigaradan yayılan zehirli dumanın etrafındaki sigara içmeyen kişilere teneffüs edilmesidir

**Üçüncü El Sigara Dumanı**  
Duman dağıldıktan sonra yüzeylere ve nesnelere yapışan zehirli kalıntıdır. Daha sonra bu toksik kalıntıların solunum ve temas yoluyla tekrar vücudumuza girerler.

Kıyafetler, perdeler, koltuklar, telefonlar, oyuncaklar gibi günlük hayatta sık temas edilen eşyalara bu tür üçüncü el tütün dumanı kalıntıları yapışır.

Üçüncü el dumanındaki kimyasallar, taze dumanında bulunanlardan farklıdır çünkü zamanla değişir ve daha da zehirli hale gelir.

**Eşyaların üzerindeki üçüncü el sigara dumanı kalıntısını gidermez!**

Pencereleri açmak  
Odayı havalandırmak  
Süpürge yapmak

**Broşür tasarlanıp  
500 adet basılarak  
stanta gelen  
vatandaşlara  
dağıtılıp  
bilgilendirme  
yapıldı.**

| İZMİR SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİKLERİ                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ALİGAĞA DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Yeni Mah. Rumei Cad. No:7 Alağa/İzmir<br>0 232 616 87 87                                                                   | DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HASTANESİ AİLE HEKİMLİĞİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>İnciraltı Mahallesi Mihniye Cad. No:1606 Balçova / İzmir<br>0 232 412 48 61                       | KONAK 1 NO'LU SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Akıncılar Mah. Fevziye Paşa Bulvarı 17/2 D Blok Basmane/Konak/İzmir<br>0 232 248 43 84 |
| ALISANCAK NEVİŞAR SALHI İŞÖZGEN DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Ali Çetinkaya Bulvarı No:26 Konak/İzmir<br>0 232 463 64 69                                         | DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HASTANESİ GÖĞÜS HASTALIKLARI A.B.D -SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>İnciraltı Mahallesi Mihniye Cad. No:1606 Balçova /İzmir<br>0 232 412 38 30 - 412 38 31 | MENEMEN DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Uğur Mumcu Mah. 1249 Sok. No:11 Menemen/İzmir<br>0 232 832 58 59                                   |
| BAYINDIR DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Mihniye Paşa Hastane Cad. No: 35, 35B40 Bayındır/İzmir<br>0 232 581 30 36                                                 | DR.ŞUAİP SEREN GÖĞÜS HASTALIKLARI VE CER. EĞİTİM HASTANESİ - SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Gaziler Cad. No:331 Yenihisar/İzmir<br>0 232 433 33 33/2605                                          | MENEMEN DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Uğur Mumcu Mah. 1249 Sok. No:11 Menemen/İzmir<br>0 232 832 58 59                                   |
| BAYRAKLILAR 1 NOLU SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Fuat Paşa Bulvarı No:65 Sok. No:10 Bayraklı/İzmir<br>0 232 345 23 18 / 105<br>0 232 371 17 96 - 341 74 30 | EGE ÜNİVERSİTESİ MADDE BAĞIMSIZLIĞI, TOKSİKOLOJİ VE İLAÇ BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ<br>Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem 3 Yolu, Bornova<br>0 232 390 16 20                                         | NARLIDERE İLÇE SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Harur Mah. Mihniye Paşa Cad. No:63 Narlıdere/İzmir<br>0 232 239 32 92 / 139                 |
| BAYRAKLILAR 2 NOLU SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Manuşoğlu, Ankara Cad. No:73 D1, Kat:1, 35100 Bayraklı/İzmir<br>0 232 341 74 30                           | GAZİEMİR İLÇE SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Yeşil Mah. 43/2 Sok. No:6 Gazimem/İzmir<br>0 232 251 60 10                                                                         | ÖDEMİŞ DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Zafer Mah. Çiçek Sok. No:9 Ödemiş/İzmir<br>0 232 544 51 13                                          |
| BORNOVA İLÇE SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ 9 NOLU ACIŞAR-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Erşin Mah. Gediz Cad. No:24 Bornova/İzmir<br>0 232 388 94 61                                            | KARABAĞLAR 2 NOLU SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Vatan Mah. Marmak Cad. No:20 Karabağlar/İzmir<br>0 232 243 06 00                                                         | S.İ.L. İZMİR BOZYAZMA EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Bahar Mah. Saim Çiçek Cad. No:59 Karabağlar/İzmir<br>0 232 250 50 50    |
| BORNOVA GÖÇMEN SAĞLIKLI MERKEZİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Yeşilova mahallesi 47/4 sokak No:82 35080 Bornova /İzmir<br>0 232 503 04 48 - 504 73 37                             | MÜDÜRLÜĞÜ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Devedere, 69114. Sk. No:3 35960 Karşıyaka/İzmir<br>0 232 372 29 00                                                                                      | SELÇUK DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Atatürk Mah. Dr. Sabit Yelcu Bldv., 35920 Selçuk/İzmir<br>0 232 892 70 36                           |
| BUCA SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Koray Mah. Özyen Cad. No:35<br>0 232 420 62 62 / 0 232 438 30 10 - 124                                                  | KATİP ÇELEBİ ÜNİVERSİTESİ ATATÜRK EĞİTİM ARAŞ. HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Basın Sitesi Mah. Gazeteci Hasan Tahsin Cad. No:143 Karabağlar/İzmir<br>0 232 243 43 43                  | TIRE İLÇE SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Yeni Mah. Gençlik Cad. No:7 Tire/İzmir<br>0 232 932 16 55                                        |
| BUCA SEYFİ DEMİRŞOY DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Kızılkaya Mah. Özyen Cad. No:47 Buca/İzmir<br>0 232 454 01 01/454 07 07 /454 52 52                             | KEMALPAŞA DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Şehit Eyyül Mah. Kızılkaya Bulvarı 81 Sok. Kemalpaşa/İzmir<br>0 232 879 75 75                                                          | TORBALI DEVLET HASTANESİ-SİGARA BIRAKMA POLİKLİNİĞİ<br>Yeşil Eyyül Mah. İsmet Aygün Cad. No:81 Torbalı/İzmir<br>0 232 856 03 42                           |



Daha detaylı bilgi almak için QR kodunu okutabilirsiniz.

\*Bu bilgi notu İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem 3 Sosyal Sorumluluk Projesi kapsamında hazırlanmıştır.

## B. ANKET UYGULAMASI

27-29 Kasım 2023 tarihlerinde İzmir Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ndeki sağlık çalışanlarına ve 15 Aralık 2023 tarihinde ise İzmir Katip Çelebi Üniversitesi'ndeki idari ve akademik personele tüm grup üyeleri tarafından katılımcıların sigara kullanımı ve üçüncü el sigara dumanı hakkındaki bilgilerini ve görüşlerini yansıtan anket çalışması uygulandı. Anket çalışmasının sonucunda gerek akademik gerek idari personelin ve gerek sağlık personelin üçüncü el sigara dumanı hakkında bilgilendirmeye ihtiyacı olduğu görülse de katılımcıların sigaranın zararları ve toplumsal etkisi üzerine zararları açısından bir fikir birlikteliğine sahip olduğu fark edilmiştir.





## C. STANT

3 Ocak 2024 tarihinde İzmir Atatürk Eğitim Araştırma Hastanesi'nde standımız için gereken hazırlıklar yapıldı. Hastanenin poliklinik binasının zemin katında başhekimlik tarafından bize tahsis edilen stant alanında pano ve dekor hazırlıkları tamamlandı. 4-5 Ocak 2024 tarihlerinde hazırlanan stant alanında hastalara ve hastane personellerine "3. El Sigara Dumanı" hakkında gerekli bilgilendirme yapıp ilgili broşür dağıtıldı. Etkinliğe hastalar ve sağlık personeli tarafından yoğun bir ilgi duyuldu, halkımızın "3.El Sigara Dumanı" hakkında bilgilendirilmeye ihtiyacı olduğu tarafımızca gözlemlendi. Gün içinde standımızı fakülte Dekanı Prof. Dr. Fatih Esad Topal ve hastane Başhekimisi Doç. Dr. Bülent Çalık ziyaret ettiler.









