

Tütünün Getirdikleri, Götürdükleri SİGARA SORUNUNA ELEŞTİREL BİR BAKIŞ (I)

Dr. Yaman ÖRS

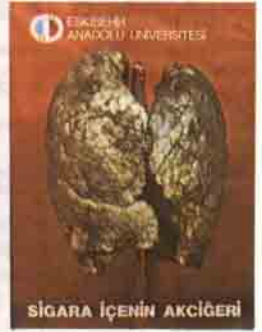
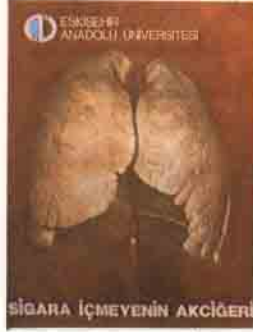
Sigara alışkanlıklarını sürdürmekte kararlı görünenlere bu alışkanlıklarının yaşamlarından neler götürdüğünü anımsattığınızda değişik yanıtlar alırsınız. Ancak son yıllarda, bilimsel araştırmalara ve günlük gözlemlerimize dayanan bu tür anımsatmalara sigara içenlerden gelen tepkilerin gittikçe yumuşadığını görüyoruz. Ortak toplumsal alanlarda, örneğin küçük taşıtların içinde, kendilerinden sigara içmemeleri istenen kişiler büyük çoğunlukla anlayış gösteriyorlar. Bu, eskisine oranla büyük bir değişikliktir.

Buna karşılık, söz konusu durumlarda karşılaştığımız bir yanıt türü var ki, onu belki en yerinde olarak "erteleyici" biçiminde nitelendirebiliriz. Sigara içenlerin bir bölümünün düşündüğü biçimde, yarı başımıza neyin gelebileceğini bilmediğimize göre, bir alışkanlığın çok sonra doğuracağı kötü sonuçları şimdiden neden düşünelim? Belki çoğu zaman buna eklenen bir yanıt, çevreden verilen birtakım örnekleri içerecektir; sigara içmelerine karşın öylesine uzun yaşamış yakınlar, büyükler, dostlar, arkadaşlar, tanıdıklar, bunun yanında hiç sigara kullanmayıp erken ya "a" "kalpten giden" nice kişi yok mudur?

Bu ve benzeri "yanıt-sorular" değişik durumlarda bizlere yöneltilmektedir. "Öyleyse neden hekimler içiyor?" "Hava kirliliğiyle zaten zehirlenmiyor muyuz?" gibi sorularla da sık olarak karşılaşılıyor. Ancak bütün bu soruların, bunların altında yatan savların ya da düşüncelerin, mantık ve bilim açı-



Akciğer kanseri: Yukarıda tek sıra gibi görünen hücre katı (epitel) bir büyük hava yolunun boşluğunu dönmektedir, alt bölümde görülen koyu renkli hücre odakları aynı hücre katından ancak bir başka noktadan başlayarak gelişmiş kanser dokusudur.



"İki Akciğer"

sından doyurucu yanıtlar var ve bunlar verildiğinde konu üzerinde yeterli düşünce açıklığına kavuşabiliyoruz.

Sigara sorununun, konumuzun gelişmesiyle göreceğimiz gibi değişik yönleri varsa da, biz özellikle yukardaki sorulara inandırıcı yanıtlar ararken, sorunu, genellikle yapıldığı gibi yine tıp açısından ele almak durumundayız.

BİR TIP SORUNU OLARAK SİGARA

Tartışmamıza önce son soruyu irdeleyerek başlayalım. Bir düşünelim: Neden hava kirliliği ile sigaranın (burada sözcüğü puro, pipo gibi ötedeki tütün içimi yollarını da kapsayacak biçimde kullanıyorum) yukardaki gibi bir karşılaştırmasını yapmak zorunda olalım? İkisinden birini seçmek durumunda mıyız? Yaşadığımız ortamdaki hava kirliliğinden kurtulamıyor olabiliriz; sigara içmek ise onun gibi dışardan kaçınılmaz olarak geldiğini söyleyebileceğimiz (ve onun yerine geçen) bir etken değil, insanın, olumsuz etkileri onunkine eklenen bir alışkanlıktır. Solunum yoluyla, hiç istemememize karşın aldığımız bir zehirin üstüne, kendi istencimizle ve neredeyse tüm sistemlerimizi etkileyen bir başkasını eklemek konusunda ne gibi ıssal bir gereke gösterilebilir?

Sigara içip de uzun süre yaşayan, buna karşılık onu kullanmadan (kalp hastalığı ya da bir başka nedenle) erken yaşta ölenlerin durumuna gelince, burada gözlediğimiz ve duyduğumuz az sayıda vakanın, bilimsel bir genellemeye dayanak oluşturması açısından neredeyse hiç bir önemi yoktur. Bilimsel tıpta, hastalanma ve ölüm sıklığı ile ilgili olarak belli nedenlerle hastalık ve ölüm olgular arasındaki bağlantıyı, çok sayıda örneği kapsayan istatistiksel genellemelere ortaya koyabiliriz. Sigara gibi insanlar arasında çok yaygın bir alışkanlık söz konusu olduğunda, pek çok sayıda kişinin (yaş, cinsiyet, sağlık, toplumsal durum, çevre koşulları vb. yönlerden) karşılaştırmalı olarak ele alındığı denetimsiz gözlemlerin ne değeri olabilir? Kuşkusuz burada ayrıca alışkanlığa başlama yaşı (ki olumsuz etkileri bu yaşın küçüklüğü ile doğru orantılıdır), içilen günlük ortalama sigara sayısı, içme biçimi, tütünün nitelikleri, alışkanlığın kaç yıl sürdürüldüğü gibi noktalar da büyük önem taşımaktadır. İstatistik değeri yüksek bilimsel çalışmalar, sigaranın belli başlı akciğerler ve öldürücü kalp-damar hastalıklarından başta akciğerler olmak üzere yemek borusu, pankreas, böbrekler, mesane, (özellikle pipo içiminde olduğu gibi) ağız, dudaklar ve dildeki kanser oranının-



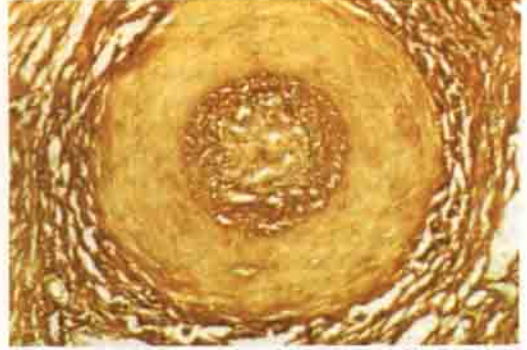
Sigaraya bağlı damar tıkanması sonucu ayak parmaklarında gangren.

da, toplumdaki zamansız ölümlerden büyük ölçüde sorumlu olduğunu göstermiştir.

"Yarın sağ olacağımız belli mi?" gibi ya da benzeri "kaderci" sorularla kişilerin sigara içmelerini ussallaştırma-ya (rasyonalizasyona) çalışmaları ise gerçekte görünüşü bile kurtaramayan "sözde düşüncelere" dayanmaktadır. En yakın gelecekte bile ne durumda olacağımız kesin ya da belli değilse, yerine göre çok kötü şeyler bizi bekliyorsa, yakın ya da uzak gelecek için tasarlanımız, yakınlarımız, örneğin çocuklarımızla ilgili düşüncelerimiz ne oluyor? Sevdiklerimizin, sorumluluk duyduklarımızın yarınları da belirli olmaktan öylesine uzak değil mi? Öyleyse gelecekle ilgili her türlü beklentimiz neden? Kesinlik, yaşamın hiçbir yönü için, hiç bir canlı için söz konusu olmadığına göre, sigara konusunda bu noktayı ileri sürmekle, yeni ya da üzerinde durulmaya değer hiç bir şey söylemiş olmuyoruz. Bazı düşünürlerin üzerinde durdukları gibi, belki tüm etkinliklerimiz, yaptıklarımız, geleceğe yöneliktir.

Hekimlerin, hastalarına (çoğu zaman diyelim) sigara içmeme öğütü verip, bir çoğunun genellikle buna uymamaları, kuşkusuz çok ciddi bir sorundur. Sağlık ve hastalık sorunlarına öylesine yakından eğilen hekimlerin, sigara gibi çok önemli bir tıp konusunda çifte ölçek uygulamalarının yadır-

Tütün Bitkisi (Nicotiana Tabacum)



Sigaraya bağlı damar tıkanıklığı (Damar boşluğu kalmamıştır).

ganması doğaldır. (Ancak genellikle olduğunun tersine, burada çifte ya da ikili ölçeğin uygulayıcıları, onun olumsuzluk taşıyan koşulunu kendileri için kullanmaktadırlar.) Yazımızın sınırları içinde bu konuda öz olarak şu söylenebilir. Bilim adamlarının öznel yönlerinin yürüttükleri etkinliğe ne ölçüde yansdığı sorunun benzer bir durum, görünüşe göre burada da karşımıza çıkıyor; ancak klinik tıpta önde gelen doğrudan uygulama özelliği, buradaki çelişkili durumu çok belirgin yapmaktadır. Her ne olursa olsun, hekimlerin de birer insan, içlerinde yetiştikleri, iş gördükleri toplumun da birer parçası olduklarını gözden uzak tutamayız. Çifte ölçekli tutum bir toplumun yaşamında büyük ölçüde yer etmişse, tıp çevresinin de bundan uzak kalması pek beklenemez. Hekimlerin kendi sağlıklarıyla ilgili olarak, alanlarında üretilen bilimsel bilgiyi yok sayarcasına davranmaları, bir bakıma birer olarak kendi sorunları olmaktadır. Ancak hekim-hasta ilişkisinde, hastanın (ve yakınlarının) hekimden olumlu ve tutarlı bir davranış içinde bulunmasını beklemeleri de doğaldır. Yine de, tıp etkinliği içinde üretilen bilimsel bilginin yalnız hekimlerin tekelinde olmadığını, belli genel bir çerçeve içinde onu kendimizin, yakınlarımızın ve toplumun yararına kullanabileceğimizi neden düşünmüyoruz? (Tütün kullanımının insan organizması üzerindeki etkileri yalnız onun -ve sarıldığı kağıdın- yakılması sırasında ortaya çıkan dumanların içe çekilmesiyle gerçekleşmemektedir. Onun ağızda çiğneme yoluyla dumansız ya da yanmadan kullanılmasının da ağız, gırtlak, yutak ve yemek borusunda, bunun ötesinde pankreasta kansere, ayrıca kadınlarda ölü doğum oranının artmasına neden olabileceğini gösteren gözlemler vardır.)

Koruyucu hekimlik çevrelerinde sık olarak dile getirildiği gibi bugün dünyada sigara, belli geri kalmış bölgelerdeki açlık ve birtakım salgın hastalıklardan sonra, hastalık, sakatlık ve zamansız ölümün en önde gelen önenebilir nedenidir. Onun zararının geç ortaya çıkıyor görünmesi ise aldatıcıdır; geliştirilmekte olan daha duyarlı tanı teknikleri, örneğin akciğerlerde alt solunum yollarındaki hastalıklı değişimin erken başladığını ortaya koymaktadır.

İKTİSAT SORUNU OLARAK SİGARA

Sigara konusunun sağlık ve iktisat yönlerinin birlikte ele alındığı bilimsel bir toplantının temel gerekçelerinden biri olarak, bu iki yönün "günümüzde önemli bir ikilem yarattığı"

öne sürülüyordu. Ancak görünüşteki bu ikilem acaba ne ölçüde gerçektir? Daha açık olarak, bir toplum belli bir alanda sağlayacağı iktisadi kazanç uğruna, çok büyük bir sağlık sorununa katlanmak zorunda mıdır?

Bir tarım bitkisi olarak tütünün kökeninin, zaman içinde Antil adalarına uzandığı biliniyor. Konuya eğilen yazarların belirttikleri gibi, yüzyılımızda sigaranın dünyada çok yaygın bir alışkanlık durumuna gelmesiyle tütün tarımı ve sanayiinde de çok büyük bir gelişme olmuş, bir başka deyişle tütünün iktisadi değeri de görünüşte çok artmıştır. Tütünün içinde (farmakoloji yönünden) alışkanlığı sağlayan maddenin, basit bir kimyasal yapısı olan ve düşük düzeyde keyif vericiliği bulunan nikotin olduğunu biliyoruz.

Sigaranın iktisadi açıdan bir topluma ne getirdiği ile ondan ne götürdüğünün karşılaştırılmasının yapıldığı ülkeler var. Örneğin Polonya'nın en çok sanayileşmiş bölgesinde yapılan bir araştırma, sigara içimine bağlı olarak hastalanma sonucu işe gelmeme, ölüm vb. nedenlerle ortaya çıkan üretim açığının, sigara üretimi ve satışından sağlanan gelirin iki katına ulaştığını göstermiştir. Başka araştırmalar, sigara ve tütün üretimine karşı yapılacak bir kampanyanın doğuracağı kazancın, yitirilecek iktisadi gelire oranla daha yüksek olacağını ortaya koymuştur.

Tütünün iktisadi değeri olduğunu savunanların, yukarıda değinilen görünüşteki ya da yalancı ikilemden "kurtulmalarına" katkıda bulunabilecek önemli bir nokta, tütün bitkisinin, sigara (ve benzerlerinin) üretiminden dışında başka amaçlarla da kullanılabilmesidir. Böcek öldürücü bir madde olan nikotin bu amaçla tarımda kullanılmakta, bitkinin tohumundan ise içinde nikotin ve başka zehirli maddenin bulunmadığı, ayçiçeği yağına eşdeğer bulunmuş tütün yağı elde edilmektedir.

Sigara tüketiminin azalmasına bağlı olarak tütün ekim alanlarının daraltılması söz konusu olacaksa, buralar zaman içinde o koşullarda yetiştirilebilecek başka bitkilerin tanınmasına açılabilir.

Bireysel düzeyde ise, örneğin Birleşik Devletler'de yapılan bir çalışma, yaşa ve içilen miktara göre değişmekle birlikte, her durumda sigarayı bırakmanın kişiye gerek doğrudan, gerekse (hastalanıp ilaç parası vermeme gibi) dolaylı yoldan büyük mali kazanç sağladığını göstermiştir.

SIGARANIN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Amerika Ulusal Bilimler Akademisi sigara tiryakilerine çocukların bulunduğu yerlerde sigara içmemelerini salık veriyor. Ülkenin en seçkin bilimsel kuruluşu sigara dumanına maruz kalan çocukların hırıltılı soluma ve öksürük gibi akciğer problemlerinden daha çok etkilendiği yolunda halkı uyarılmaktadır.

Akademi, bu problemlerin artma tehlikesinin, sorun olan semptomlara ve evde sigara içen birey sayısına bağlı olmak üzere % 80'e ulaşabileceğini belirtiyor. Bir akrabanın, özellikle annenin sigara içmesi halinde çocuğun hastalanma olasılığı daha fazladır.

Akademinin bildirdiğine göre, sigara içen ailelerin bebeklerinin diğer problemlere ek olarak, pnömoni ve bronşite yakalanma eğilimleri daha fazladır. Dumanlı havanın çocukların akciğer büyümesini önleyebileceği konusunda bazı kanıtlar vardır.

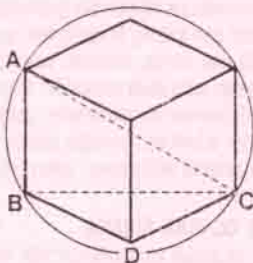
Sigara içmeyen yetişkinler de üflenene sigara dumanına maruz kaldıklarında daha büyük tehlikelerle karşı karşıya kalırlar. Çeşitli ülkelerdeki farklı çalışmalar, sigara içen insanların akciğer kanserine yakalanma olasılıklarının sigara içmeyenlere göre % 30 daha fazla olduğunu göstermektedir.

New Scientist'ten çeviren: H.Benan DİNÇTÜRK

"Sigara Sorununa Eleştirel Bir Bakış" adlı yazımızın ikinci bölümü, dergimizin gelecek sayısında yer alacaktır.

ZEKASAYAR

(Geçen sayıdaki soruların yanıtları)



KÜRE İÇİNDE KÜP: Küreye sığabilecek en büyük kübün 8 kenarı da küreye değecektir. Bu durumda kübün uzun diyagonal kürenin çapına eşit olacaktır. Şekildeki ABC ve BCD üçgenlerine Pisagor teoremi uygulanarak aşağıdaki hesaplamalar yapılır:

$$\begin{aligned}(BC)^2 &= (BD)^2 + (DC)^2 \\ (AC)^2 &= (AB)^2 + (BC)^2 \\ (AC)^2 &= (AB)^2 + (BD)^2 + (DC)^2 \\ (AC) &= 3x^2 \\ 1 &= 3x^2 \\ x &= 1/3\end{aligned}$$

KARELER: 204

$n \times n$ 'lik bir satranç tahtasında oluşturulabilecek tüm karelerin sayısı, 1'den n'e kadar olan sayıların karelerinin toplamına eşittir.

1x1'lik kareler=	64
2x2'lik kareler=	49
3x3'lük kareler=	36
4x4'lük kareler=	25
5x5'lik kareler=	16
6x6'lik kareler=	9
7x7'lik kareler=	4
8x8'lik kareler=	1
	<hr/>
	204

YEDİ ÖĞRENCİ: 1/7

MANTIĞÇILAR: A yalancı, B doğrucu, C ise yalancıdır.

HEDEF TAHTASI: 8 atış, 6 kez 13 puan ve 2 kez 11 puanlık atış 100 puanlık toplamı verir.

NEHİR: Süre artacaktır. Durumu daha iyi anlamak için akıntı hızının, botun hızına eşit olacak kadar arttığını düşünün.