

SSUK Asli Üyeler

- Çocuk Göğüs Hastalıkları Derneği
- Çocuk Solunum Yolu Hastalıkları ve Kistik Fibrozis Derneği
- Dikkat Çocuk Var Derneği
- Genç Birikim Derneği
- Halk Sağlığı Uzmanları Derneği (HASUDER)
- Kamu İşletmeciliğini Geliştirme Merkezi (KİGEM)
- Milli Pediatri Derneği
- Pratisyen Hekimlik Derneği
- Sağlık Enstitüsü Derneği (SED)
- Temiz Nefes Sigarasız Yaşam Derneği
- Tıp Hukuku Derneği
- Turizm Çevre ve Kent Gazetecileri Derneği (TURCEV)
- Türkiye Otel Lokanta Dinlenme Yerleri İşçileri Sendikası (TOLEYİS)
- Tüketici Hakları Derneği
- Türkiye Aile Hekimleri Uzmanlık Derneği (TAHUD)
- Türk Akciğer Kanseri Derneği
- Türk Diş Hekimleri Birliği
- Türk Geriatri Derneği
- Türk Kanser Araştırma ve Savaş Kurumu
- Türk Kardiyoloji Derneği
- Türk KBB-BBC Derneği
- Türk KBB-BBC Vakfı
- Türk Neonatoloji Derneği
- Türkiye Solunum Araştırmaları Derneği (TÜSAD)
- Türk Tabipleri Birliği
- Türk Toraks Derneği
- Türk-İş
- Türkiye Yeşilay Cemiyeti

Genel Merkez

Türk Tabipleri Birliği Merkez Konseyi
GMK Bulvarı Şehit Daniş Tunalıgil Sk. No:2 Kat 4
Maltepe 06571 Ankara

Tel: 0312 231 3179
Faks: 0312 231 1952 / 53
gpe@ttb.org.tr - info@ssuk.org.tr

ELEKTRONİK SİĞARA (e-sigara) ile İLGİLİ BİLİNMESİ GEREKENLER¹

Elektronik sigara nikotin salıveren bir üründür. Dumanlı bir tütün ürünüdür. Bu ürünler, sıvı nikotini ve diğer aroma ve katkı maddelerini ısıtan bir püskürtücü içerirler, batarya ile çalışırlar. E-sigara solüsyonundaki nikotin konsantrasyonu 0 mg/mL'den 36 mg/mL'ye kadar değişebilir. E-sigara içinde bulunan karsinojenik maddeler arasında anti-friz, dietilen glikol ve nitrozaminler sayılabilir. Bu ürünler halen satılmaktadır.² Amerika Birleşik Devletleri'nde e-sigara popülerliği giderek artmaktadır; 2015'te 3,5 milyar doları aşan e-sigara satışı olmuştur.³

Elektronik sigaranın bir tütün ürünü olmasının yanı sıra, nikotin salıvermesi üzerinden de güncel bilgilerin paylaşılmasında yarar bulunmaktadır:

1. Nikotin bağımlılık yapar.
2. Nikotin bağımlılığı önemli bir sağlık sorunudur.
3. Nikotinin sayısız zararları bulunmaktadır. Bu bağlamda nikotin salıveren bu ürün MASUM değildir.¹
 - a. İnsanlarda doğrudan alınan nikotin, ağız ve boğazda tahriş ve yanma hissine, tükürük salgısında artışa, mide bulantısına, karın ağrısına, kusma ve diyareye neden olmaktadır.⁴
 - b. Nikotin sinir sistemi ve kalbi etkiler. Nikotinin vücut üzerindeki etkileri arasında iştah azalması, kendini iyi hissetme, kalp hızında artma, kan basıncında artma, kan şekeri artma sayılabilir. Nikotin çekilmesinin belirtileri ise yoğun istek, tedirgin hissetme, depresyon, baş ağrısı, iştah artışı ve konsantrasyon zorluğunu içerir.⁵
 - c. Ergenler arasında yapılan çalışma sonucuna göre e-sigara içen ergenlerin içmeyenlere göre daha yüksek sıklıkta kronik bronşit oldukları bulunmuştur.⁶

¹ Bu bilgi notu hazırlanırken Koç E, Aslan D. Tütün Kontrolünde “Yeni” Mücadele Alanları: Nikotin Salıveren Sistemler. HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi- [Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/>. Erişim:1.12.2016 dokümanının bakış açısından ve içeriğinden yararlanılmıştır.

² Cobb NK, Byron MJ, Abrams DB, Shields PG. Novel nicotine delivery systems and public health: the rise of the “e-cigarette”. American Journal of Public Health 2010;100(12):2340-2.

³ Herzog, B. National association of tobacco outlets E-cig and vape panel: key trendfacing the industry. Wells Fargo Securities; April 22, 2015.

⁴ Smith EW, Smith KA, Maibach HI, Andersson PO, Cleary G, Wilson D. The local side effects of transdermally absorbed nicotine. Skin Pharmacol. 1992; 5(2):69-76

⁵ Centers for Disease Control and Prevention. The Emergency Response Safety and Health Database: Systemic Agent: NICOTINE – NIOSH. CDC. 2014.

⁶ McConnell R, Barrington-Trimis J, Berhane K, et al. Electronic-cigarette Use and Respiratory Symptoms in Adolescents. American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine [serial online]. November 2, 2016; Available from: MEDLINE, Ipswich, MA. Accessed December 1, 2016.

- d. Nikotin, tüm zehirlerin en zehirli maddelerinden biridir ve etkileri hızlı bir şekilde ortaya çıkar. Nikotinin verdiği zararın derecesi, nikotinin vücuda nasıl verildiğine bağlıdır. Beyine nikotinin ulaşmasının en etkili yolu nikotinin yanmasıdır.
- e. Nikotine cilt yoluyla ya da sindirim yoluyla akut olarak maruz kalmak da zararlı etkilerin ortaya çıkmasına neden olur. Nikotin sindirim yolu ile alınırsa, ince bağırsak tarafından hızla emilir ve genellikle nikotine maruz kaldıktan sonra 15 dakika ile 4 saat arasında belirtiler ortaya çıkar. Yüksek doz maruz kalımdan bir saat sonra ölüm gerçekleşebilir.⁷
- f. Nikotin zehirlenmesi vakaları, 20. yüzyılın başlarında nikotinin pestisit olarak kullanılmaya başlamasından beri belgelenmiştir. Sıvı nikotinlere maruz kalma ise yakın zamanda e-sigara kullanımına başlamasından sonra ortaya çıkmıştır.⁸
- g. Nikotinin zaman zaman kafein ile karşılaştırılması yapılmaktadır.
 - i. Nikotinin kafeine göre bağımlılık yapma riskinin daha fazla olduğu, kanser oluşumuna katkı sağladığı, kanser tedavisinde kullanılan ilaçların etkisini zayıflattığı, kafeine göre çok küçük dozlarda ölümcül etki yaratabileceği unutulmamalıdır.⁹

Sonuç olarak, nikotin salıveren ürünlerin farklı yönleri/zararları olduğu açıktır. Bu doküman kapsamında bir nikotin salıveren ürün olan elektronik sigaranın özellikle nikotin içermesi açısından dikkat çekilen zararları üzerinde durulmuştur.

Sigara ve Sağlık Ulusal Komitesi

Doç. Dr. Özen AŞUT
Başkan

⁷ National Institutes of Health. Nicotine and Tobacco. Medline Plus. 2013

⁸ American Association of Poison Control Centers. AAPCC and Poison Centers Issue Warning About Electronic Cigarette Devices and Liquid Nicotine. 2014.

⁹ Variations in nicotine type. <http://www.tobaccoatlas.org/topic/nicotine-delivery-systems/> Erişim: 23.11.2016