

SİGARA MI?... HAYIR!

Sözlerime başlamadan önce sizlere şöyle bir soru yönelmek istiyorum: Bir düğüne, arkadaş toplantısına gittiğinizde yakınlarınız size gümüş bir tepsi içinde bir kutu böcek ilacı, bir şişe fare zehiri, bir şişe tiner, biraz naftalin, biraz amonyak vs. getirip gülümseyerek "Sevgili kardeşim, sana bunları ikram etmekten zevk duyarım." deseydi tepkiniz ne olurdu? Eminim arkadaşınıza "Sen beni öldürmek mi istiyorsun, alay mı ediyorsun?" deyip öfkeyle bulunduğunuz ortamdan ayrılırdınız.

Peki bu zararlı maddeler ince bir kağıda rulo yapıp size sunulduğunda niçin üzerine bir de teşekkür ederek kabul buyuyorsunuz? Sigara denilen korkunç yaratık ambalajı değişince kuzu postuna bürünmüş kurt olarak yanınıza geliyor da ondan.

Sigaranın içinde çok sayıda zararlı madde olduğu bilimsel araştırmalarla artık ispatlanmıştır. Ben onların detayına inmeye gerek duymuyorum.

Hepimiz acı bir şekilde izliyoruz ki yurdumuzda kalp, tansiyon, şeker ve en kötüsü kanser vakalarında büyük bir artış var. Yine tıp alanında yapılan istatistikler bu hastalıkların çoğunda sigaranın rol oynadığını gösteriyor. Ayrıca her yıl yüzbin kişinin sigaradan öldüğü de resmi kayıtlarda yer almaktadır.

Bu ay SDÜ Kalp Merkezi'nde yaptığım araştırmalarda kalp damar hastalıklarında sigaranın büyük etken olduğunu yetkililerden öğrendim. Aynı üniversitenin göğüs hastalıkları polikliniğinde de astım, koah, akciğer kanseri, gırtlak kanseri gibi rahatsızlıkların oluşumunda suçlunun büyük ölçüde sigara olduğunu söyledi doktorlar. Nasıl oluyor da zararları açık seçik ortada olan bir maddenin kullanımı toplumda giderek artıyor? Bu satırları yazarken, bir televizyon kanalında sigaraya başlama yaşının maalesef altıya indiği söyleniyordu. Ne ürkütücü bir durum...

Kırsal kesimlerde eğitim yeterince yaygın değil, sağlık konusunda da insanların bilinçli olduğu söylenemez diyelim. Peki, üniversite mezunları, doktorlar, öğretmenler niye sigara içeriyor o zaman? Benim aklım bunu almıyor bir türlü.

Bazı yetişkinlerin, sigaranın strese iyi geldiği, insanın kederini, üzüntüsünü dağıttığı şeklinde masumca savunmaları oluyor. Size soruyorum, bu mucize madde kimin ölen bir yakını geri getirmiştir? Hangi iflas eden iş adamına para sağlamıştır veya geçimsiz ailelerin problemlerini çözmüştür? Sadece nikotinin aldatıcı bir etkisi vardır ortada.

Ayrıca hep üzüntüsü olduğunu söyleyenler içmiyor bu maddeyi, neşeli olanlarda kullanıyor. Nasıl bir ülkeyse sevinsek de içeriyoruz, üzülsek de. Tıpkı içki içme konusunda yaptığımız gibi.

Babasını akciğer kanserinden kaybeden, başını elleri arasına alıp ağlayan bir gence, teselli olması amacıyla "Yak bir sigara, efkar dağıtır." diye sigara uzatmak çelişki değil midir sizce? Bana göre bu, sen de çabucak ölüp sevdiklerine kavuşuver demenin başka bir ifadesidir.

Olayın bir boyutu daha var: Sigaranın sebep olduğu hastalıklara yakalanan hastaların devlete maliyeti. Yine SDÜ Kalp Merkezi'nde yaptığım araştırmalarda şu üzücü bilgilere ulaştım: Damar tıkanıklığı olduğu düşünülen hastaya uygulanan anjiyo işlemi 600-700 milyona mal oluyormuş. Stand (balon) takılması 1.5 milyar, pil takma 1.5-2 milyar, baypas ameliyatı ise 7-8 milyar liraya yapılmış. Bir akciğer kanseri hastasının tedavisi, hastane masrafları 30-40 milyara buluyormuş. Astım hastalığına benzeyen koah hastalığının da tedavisi pek mümkün olmuyormuş. Şimdi düşünün, Türkiye'deki binlerce hasta devlete ne büyük maddi zarar veriyor. Bu havaya giden paralarla ne okullar, hastaneler, spor salonları, yetiştirme yurtları yapılırdı...

Diğer yandan bu hastaların kendilerinin yaşadığı acılar, yakınlarının döktüğü gözyaşları... Yıkılan yuvalar, yetim kalan çocuklar... Bunların bedeli parayla ölçülebilir mi?

Sevgili büyüklerim! Biz gençlik çağına girerken genellikle sizleri model alıyoruz. Size bakarak büyüdüğümüzü ispatlamanın yolunun sigara içmek olduğunu düşünüyoruz. Bizi ne çok sevdiğinizi biliyoruz. Ancak madde bağımlılığı konusunda daha duyarlı olun. Bunları kullanıyor olsanız bile bize örnek olmak adına bırakıverin lütfen. Bunu yapmakta direniyorsanız hiç olmazsa göreceğimiz yerlerde içmeyin.

Sevgili genç arkadaşlarım! Bizler Türkiyemizi çağdaş ülkeler seviyesine çıkartmak, Cumhuriyetimizin bekçisi olmak üzere yola çıkmışız. Atamızın "Sağlam kafa, sağlam vücutta bulunur." sözünü kendimize rehber edinmişiz. Bilimsel buluşlara imza atacak, bilgisayar kullanacak, kalem tutacak ellerimize bu çirkin, kötü kokulu sigara yakışmıyor. Büyüdüğünüzü böyle gösteremezsiniz. Varsın bazı arkadaşlarınız size "süt çocuğu" desin, gruptan dışlasın. Siz aklınızın, vicdanınızın sesine kulak verin. Babanızın verdiği harçlıkları yararlı şeylere harcayın. Size emanet olarak verilen güzelim vücudunuzu dumanla zehirlemeyin. Bu arada unutmayın ki sigara kullanımı alkol ve uyuşturucuya da basamak teşkil eder.

Pırıl pırıl bahar güneşinde kırlara koşun; spor yapın. Elinizden geldiğince de çevrenizdekilere sigaranın zararlarını anlatın. Bakarsınız bir yakınınız elindeki sigarayı yakmadan yere atıverir. Sizlere sonuna kadar güveniyorum. Sigarasız, sağlıklı, mutlu günler dileğiyle...

Fatma GÜRCİ
Isparta
Prof. Dr. S. Ünal Sağlık Meslek Lisesi

Mansiyon