

**SİGARAYI BIRAKTIKTAN SONRA AŞIRI KİLO ARTIŞI İLE İLGİLİ ÖZELLİKLER**

Characteristics associated with excessive weight gain after smoking cessation

*American Journal of Public Health 1994; 85: 73-77.*

Sigarayı bırakan insanların çoğunluğu sonradan kilo alırlar. Birçok kişinin kilo almaktan korktuğu için sigara içmeye devam ettiği ya da bıraktıktan sonra kilo almaya başladığı için yeniden sigaraya başladığı görülmektedir.

Sigarayı bırakanlardaki ağırlık artışı miktarlarını belirlemek ve bu kilo artışını etkileyen faktörleri ortaya çıkarmak amacıyla, Amerika Birleşik Devletleri'nde 1967-1985 yılları arasında toplam 6499 kişi üzerinde kohort (prospektif) tipi bir araştırma yapılmıştır. Araştırmada bireyler 16 yıl süreyle izlenmiştir. Denekler bu süre içinde hiç sigara içmeyen, bu süre zarfında sürekli içen ve bu süre içinde sigarayı bırakan gruplar olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. Birinci grupta 2751, ikinci grupta 2179 ve üçüncü grupta 1563 kişi yer almıştır.

Değerlendirmede 2.3 kg'dan fazla ağırlık artışı şişman-

lama, 11.3 kg'dan fazla ağırlık artışı aşırı şişmanlama ve 2.3 kg'dan fazla ağırlık azalması ise zayıflama olarak değerlendirilmiştir.

Araştırma sonucunda sigarayı bırakan gruptakilerin % 52'sinde, hiç sigara içmeyenlerin % 34'ünde ve sigaraya devam edenlerin % 35'inde ağırlık artışı tespit edilmiştir. Buna karşılık, sigarayı bırakanların % 15'inde, hiç içmeyenlerin % 21'inde ve içmeye devam edenlerin % 23'ünde zayıflama tespit edilmiştir. Sigarayı bırakanlardaki ortalama ağırlık artışı 3.5±6.9 kg olarak belirlenmiştir.

Sigarayı bıraktıktan sonra kilo alanların kilo almayanlara göre daha düşük sosyoekonomik düzeye sahip oldukları, daha genç oldukları ve sigarayı bırakmadan önce sağlıkla ilgili çeşitli alışkanlıklarını değiştirdikleri belirlenmiştir.

Öte yandan sigarayı bırakan 146 monozigot ve 111 dizigot ikiz incelenmiş, monozigot ikizlerde sigarayı bıraktıktan sonraki ağırlık değişimindeki benzerlik, dizigot ikizlerden daha fazla bulunmuştur. Buna dayanılarak, sigarayı bıraktıktan sonraki ağırlık değişikliklerinin genetik faktörler tarafından etkilendiği sonucuna varılmıştır.

Gruplar	Zayıflama %	Ağırlık Değişiklikleri		Aşırı şişmanlama %	Toplam	
		Değişiklik yok %	Şişmanlama %		Sayı	%
Hiç sigara içmeyen	21	45	30	4	2751	100
Sigarayı bırakan	15	33	39	13	2179	100
Sigaraya devam eden	23	42	29	6	1569	100

Hazırlayan: Prof.Dr. Osman GÜNAY  
Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı.

## SÜNNET VE CİNSEL TEMASLA BULAŞAN HASTALIKLAR

### Circumcision and sexually transmitted diseases

*American Journal of Public Health 1994; 84: 197-200.*

Erkeklerin sünnetli olması ile cinsel temasla bulaşan hastalıklara yakalanma ihtimali arasında bir ilişki olabileceği eskiden beri düşünülmektedir. Ancak çeşitli karıştırıcı (confounding) faktörler nedeniyle bu ilişki tam olarak ortaya konamamaktadır.

Amerika Birleşik Devletleri'ndeki Harborview Tıp Merkezi'nde Cinsel Temasla Bulaşan Hastalıklar Kliniği'ne başvuran 2776 heteroseksüel erkek üzerinde kesitsel bir

araştırma yapılmıştır. Bu çalışmada, kişilerin sünnetli olup olmadıkları ve cinsel temasla bulaşan bir hastalığın olup olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca; yaş, ırk, cinsiyet partner sayısı gibi özellikler de incelenmiştir.

Araştırma sonucunda, sifiliz ihtimali sünnetli olmayanlarda sünnetlilere göre 4 kat, gonore ihtimali ise 1.6 kat fazla bulunmuştur. Buna karşılık görünür genital yaralar sünnetlilerde sünnetsizlere göre bir miktar fazla bulunmuştur. Genital herpes, nongonokoksik uretrit, klamidyal enfeksiyonlar ve diğer cinsel temasla bulaşan hastalıklarla sünnet arasında bir ilişki bulunamamıştır.

*Hazırlayan: Prof.Dr. Osman GÜNAY  
Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı.*