

GAZİ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU ÖĞRENCİLERİNİN SİGARA VE ALKOL KULLANIMININ DEĞERLENDİRİLMESİ

The Evaluation of the Usage of Cigarette and Alcohol Among the Students of
Physical Education and Sports High School Department of Gazi University

Gürkan Yılmaz¹ Serkan İbiş¹ Tanık Sevindi¹

ÖZET

Amaç: Bu çalışma Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinde sigara ve alkol içme sıklığını belirlemek ve bunu etkileyen risk faktörlerini incelemek amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Çalışma Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulundaki 200 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Sigara ve alkol içme sıklığı, sigara ve alkol içme ile ilgili davranışlar ve özellikleri incelenerek, aile bireylerinin kişiler üzerine etkileri incelenmiştir. İstatistiksel analizler SPSS 11.00 programı ile yapılmıştır.

Bulgular: Sigara içme sıklığının %53, içmeme sıklığının %47 olduğu, sigara içenlerin %20'sinin günde 12-17 adet içtiği, %25'inin arkadaş ortamından etkilenecek sigara içmeye başladığı, %25'inin 16-20 yaşında sigara içmeye başladığı saptanmıştır. Sigara içen katılımcıların %88.3'ünün annelerinin ve babalarının da sigara kullandıkları saptanmıştır. Alkol içme sıklığının %60, içmeme sıklığının %40 olduğu, alkol içenlerin %23'ünün günde 3-5 kadeh içtiği, %27'sinin özentiden dolayı alkol içmeye başladığı, %25'inin 16-20 yaşında alkol içmeye başladığı saptanmıştır. Alkol içen katılımcıların %94.7'sinin annelerinin ve %87.5'nin babalarının da alkol kullandıkları saptanmıştır.

Sonuç: Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinde sigara ve alkol içme sıklığı yüksek olup ve özellikle sigara ve alkol bağımlılığının aile bireylerini etkilediği, kötü alışkanlıkların oluşmasında kişinin yakın çevresinden etkilendiği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Sigara, alkol, üniversite öğrencileri, model.

ABSTRACT

Objective: This study has been done to determine the frequency and risk factors of the usage of cigarette and alcohol among the students of Physical Education and Sports High School Department of Gazi University.

Method: The study has been done on 200 students of Physical Education and Sports High School Department of Gazi University. The frequency of the usage of cigarette and alcohol, the behaviours related to the usage of cigarette and alcohol and its effects on family members have been investigated. The statistical analyses has been done by SPSS 11.00.

Results: We determined that; the frequency of smoking cigarette is %53.0, non smoker frequency is %47.0, %25.0 of the smokers smoke 12-17 cigarettes a day, %25.0 of them have started by the effect of their friends, %25.0 of them started to smoke at the age of 16-20. We determined that the %88.3 of the smokers' parents also smoke. The frequency of drinking alcohol is %60.0, nondrinker frequency is %40.0, %23.0 of the drinkers drink 3-5 glasses a day, %27 of them started to drink because of affectation, %25.0 have started to drink at the age of 16-20, %94.7 of the mothers' and %87.5 fathers' of these drinkers also drink alcohol.

Conclusion: It has been understood that the usage of cigarette and alcohol among the students of Physical Education and Sports High School Department of Gazi University is very high and the addiction of cigarette and alcohol effects the members of a family. It can also be said that getting bad habits is effected by closer society.

Key words: Cigarette, alcohol, university students, model.

GİRİŞ

Sigara, nikotin isimli bağımlılık yapıcı bir maddenin 4000 den fazla zehirli madde ile bir arada bulunduğu bir üründür (1,2,3,4). Sigara, tüm dünyada insan sağlığını etkileyen ölümlere sebep olan ve en önemlisi de kullanılması en çok önlenemeyen halk sağlığı sorunu olarak bilinmektedir (5,6). Sigara alışkanlığı dünyada oldukça yaygındır. Halen dünyada bir milyanın üzerinde kişi sigara içmektedir. Ülkemizde sigara içmek yaygın bir alışkanlık ve önemli bir halk sağlığı konusudur (7).

Sigaraya başlama nedenleri ise çevreye özenme, bağımsızlık ispatı, reklâmlar, arkadaş etkisi, yeni zevk arama, keyiflenmek, dinlenmek, stresten uzaklaşmak, sakinleşmek, konsantre olabilmek gibi nedenlerle sigaraya başlanmaktadır. Bu davranış daha sonra fiziksel, psikolojik ve sosyal bağımlılığa dönüşmektedir (8,9). Dünyanın birçok ülkesinde olduğu gibi sigaraya başlama alışkanlığı ülkemizde de genellikle çocukluk döneminde edinilmektedir (7).

Alkol kullanımı da sigarada olduğu gibi benzer nedenlerle kişiler tarafından tüketilmektedir. Alkol vücudun koruyucu sistemleri üzerine etkiler yapar ve bu etkiler ağır hastalıkları oluşturur. Alkol kullanma süresi uzadıkça zararları da artar. Ayrıca alkol fiziksel performansı düşürmektedir. Kasların ve karaciğerin glikojen stokunu çok önemli ölçüde azaltmaktadır. Vücutta birçok vitamin eksikliğini meydana getirmektedir (10,11). Alkol ve sigara özellikle sporcularda fiziksel performansı olumsuz yönde etkilemektedir. Sporcuların bu etmenleri ortadan kaldırarak daha büyük başarıları elde edebilecekleri düşünülmektedir.

Üniversite öğrencileri ev ortamlarının kendilerini mutsuz ettiğini söylenmektedir. Bununla birlikte alkol korku ve endişeyi geçici olarak gidermektedir. Alkol düşünmenin akışını sağlasa bile bu düşünceler organize ve bütünleşmiş değildir. Alkol kalp hastalıkları kanser, zihinsel hastalıkları oluşturmaktadır. Alkol alımının nedenleri; güvensizlik, endişe, gerilim, kişilik problemleri, ruhsal sıkıntı ve bağımlılık gibi faktörlerdir (12,13).

Y...NTEM

Tanımlayıcı ve kesitsel tipteki bu çalışma, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek okulunda 2005–2006 eğitim öğretim döneminde okuyan öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Çalışmanın evrenini beden eğitimi ve spor yüksek okulunda okuyan 600 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya 68 bayan 132 erkek olmak üzere 200 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya

katılan öğrencilere bilgilendirilerek anket formunu eksiksiz doldurmaları istenmiş ve anketler görevli öğretim elemanları tarafından toplanmıştır. Sosyo-demografik karakterler bölümünde, cinsiyet, yaş, aile bireylerinin eğitim durumu, çalışıp çalışmadığı, çalışanların meslekleri soruldu, ikinci bölümde; sigara içme durumu, günlük içilen sigara miktarı, sigara içme ve başlama yaşı, içilen süre, sigara içmeye başlatan sebepler, sigaranın zararları sorgulanmıştır. Üçüncü bölümde; alkol içme durumu, günlük ve haftalık içme düzeyi, alkol içmeye başlama yaşı ve içme süresi, başlatan nedenler, aile bireylerinin sigara ve alkol kullanma düzeyleri sorgulanmıştır.

Analiz: Anketlerden elde edilen veriler SPSS 11.00 paket programında kişisel bilgisayarda analiz edilmiştir. Verilerin istatistiksel analizinde frekans değerleri ve ki kare testi uygulanmıştır. Önem seviyesi $P < 0.05$ düzeyinde kurgulandı.

BULGULAR

Çalışmaya katılan bayan ve erkek öğrencilerin yaş ortalaması sırasıyla 21.0 ± 2.1 ve 21.8 ± 2.3 yıl olduğu saptanmıştır. Erkek öğrencilerin %66.0'ının, bayan öğrencilerin %34.0'ının sigara içtikleri, erkek öğrencilerin %63.3'ünün, bayan öğrencilerin %36.7'sinin alkol tükettikleri saptanmıştır. Yurtta kalan katılımcıların tamamının sigara tükettiği, evde kalan katılımcıların %66.0'ının, özel yurt ve pansiyonda kalan bayan öğrencilerin %23.4'ünün sigara tüketmeyenlerden olduğu saptanmıştır. Yurtta kalan erkek öğrencilerin %80.0'ının, bayan öğrencilerin %20.0'ının alkol tükettiği saptanmıştır. Katılımcıların %54.0'ının annelerinin sigara kullandığı, %46.0'ının kullanmadığı, katılımcıların %47.0'ının annelerinin alkol kullandığı, %53.0'ının annelerinin alkol kullanmadığı saptanmıştır. Katılımcıların %58.0'ının babasının sigara kullandığı, %42.0'ının kullanmadığı, Katılımcıların %56.0'ının babasının alkol kullandığı, %44.0'ının kullanmadığı saptanmıştır.

Tablo 1: Sigara ve Alkol Kullanım Düzeyleri

	Sigara Kullanımı					P	Alkol Kullanımı				P
	Erkek			Bayan			Erkek		Bayan		
	N	%	N	%	N		%	N	%		
Evet	70	66	36	34	0.554	76	63.3	44	36.7	0.206	
Hayır	62	66	32	34		56	70	24	30		

$\chi^2=31,96$ ($p>0.5,54$)

$\chi^2=37.20$ ($p>0.206$)

Tablo 2: Barınma Yeri Sigara ve Alkol Kullanım Düzeyi

	Sigara Kullanımı				P	Alkol Kullanımı				P
	Evet		Hayır			Evet		Hayır		
	N	%	N	%		N	%	N	%	
Yurt	60	56.6	-	-	0.00	60	50	10	8	0.00
Ev	32	30.2	62	66		32	26.7	52	64.5	
Özel Yurt/Pansiyon	14	13.2	32	34		28	23.3	18	22.5	

 $\chi^2 = 9.40$ ($p < 0.00$) $\chi^2 = 9.40$ ($p < 0.00$)**Tablo 3: Annenin Sigara ve Alkol Kullanım Düzeyi**

	Sigara Kullanımı				P	Alkol Kullanımı				P
	Erkek		Bayan			Erkek		Bayan		
	N	%	N	%		N	%	N	%	
Evet	74	68.5	34	31.5	0.253	64	71.1	30	28.9	0.495
Hayır	58	63	34	37		68	64.1	38	35.9	

 $\chi^2 = 31.28$ ($p > 0.253$) $\chi^2 = 22.55$ ($p > 0.495$)**Tablo 4: Babanın Sigara ve Alkol Kullanım Düzeyi**

	Sigara Kullanımı				P	Alkol Kullanımı				P
	Erkek		Bayan			Erkek		Bayan		
	N	%	N	%		N	%	N	%	
Evet	80	69	36	31	0.187	74	66.1	38	33.9	0.549
Hayır	52	61.9	32	38.1		58	65.9	30	34.1	

 $\chi^2 = 28.56$ ($p > 0.187$) $\chi^2 = 29.92$ ($p > 0.549$)**Tablo 5: Sigara Tüketimi Konusundaki Alt Değişkenler**

Değişkenler	Sigara Tüketen Katılımcıların Dağılımı				Alkol Tüketen Katılımcıların Dağılımı			
	Sigara Değişkenleri	N	%	P	Alkol Değişkenleri	N	%	P
Günde ne kadar sigara ve alkol tüketiyorsunuz?	1-5 Adet 6-11 Adet 12-17 Adet 1 Paket ve Üstü	12 30 40 24	6 15 20 12	0.00	1-2 Kadeh 3-5 Kadeh 1 Şişe 2 ve Üstü	24 46 34 20	12 23 17 10	0.00
Sigara ve alkol içmeye nasıl başladınız?	Arkadaş Ortamı Psikolojik Aile Baskısı Özenti	50 12 18 26	25 6 9 13	0.00	Arkadaş Ortamı Psikolojik Aile Baskısı Özenti	52 18 20 54	26 9 10 27	0.00
Kaç yaşında başladınız?	10 Yaş Altı 11-15 Yaş 16-20 Yaş 21 Yaş ve Üstü	16 24 50 16	8 12 25 8	0.00	10 Yaş Altı 11-15 Yaş 16-20 Yaş 21 Yaş Ve Üstü	18 32 50 48	9 16 25 24	0.00
Anneniz kaç yıldır sigara ve alkol kullanıyor?	1-5 Yıl 6-10 Yıl 11-16 Yıl 17 Yıl ve Üstü	12 26 36 40	6 13 18 20	0.00	1-5 Yıl 6-10 Yıl 11-16 Yıl 17 Yıl ve Üstü	8 28 20 18	4 14 10 9	0.00
Anneniz günde ne kadar sigara ve alkol tüketiyor?	1-5 Adet 6-11 Adet 12-17 Adet 1 Paket ve Üstü	16 22 40 36	8 11 20 18	0.00	1-2 Kadeh 3-5 Kadeh 1 Şişe 2 ve Üstü	28 20 18 8	14 10 9 4	0.00
Babanız kaç yıldır sigara ve alkol kullanıyor	1-5 Yıl 6-10 Yıl 11-16 Yıl 17 Yıl ve Üstü	10 20 36 50	5 10 18 25	0.00	1-5 Yıl 6-10 Yıl 11-16 Yıl 17 Yıl ve Üstü	10 40 36 36	5 20 18 18	0.00
Babanız günde ne kadar sigara ve alkol tüketiyor	1-5 Adet 6-11 Adet 12-17 Adet 1 Paket ve Üstü	12 24 40 40	6 12 20 20	0.00	1-2 Kadeh 3-5 Kadeh 1 Şişe 2 Ve Üstü	26 48 28 20	13 24 14 10	0.00

TARTIŞMA

Gelişmekte olan ülkelerde kullanımı en yaygın psikoaktif madde tütün ve tütün ürünleridir. Bunları alkol, esrar ve uçucu maddeler takip etmektedirler. Avrupa ülkelerinde ise en yaygın olanı alkol ve bunu sırası ile tütün ve esrarın takip ettiği bilinmektedir (14).

Yapılan bu çalışmaya katılan deneklerden erkek öğrencilerin %66.0'ının, bayan öğrencilerin %51.5'inin sigara içtikleri, sigara içen erkek öğrencilerin %42.7'sinin günde 12-17 adet, bayan öğrencilerin %33.3'ünün günde 6-11 adet sigara içtikleri tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin %45.7'sinin 16-20 yaşında, bayanların %50.5'inin 16-20 yaşında sigaraya başladıkları, erkeklerin %21.2'sinin, bayanların %26.5'inin ayda 100 YTL ve üzerindeki parayı sigaraya harcadıkları, erkeklerin %16.5'inin bayanların ise %18.8'inin sigarayı bırakmayı düşündükleri tespit edilmiştir. ($p<0,05$)

Yapılan çalışmada sigara içen öğrencilerin %83.3'ünün annelerinin de sigara içtikleri, %88.8'inin 11-16 yıldır sigara tükettikleri, %90.0'ının 12-17 adet sigara tükettikleri tespit edilmiştir. Sigara içen öğrencilerin %88.3'ünün babalarının sigara içtikleri, %81.0'ının 11-16 yıldır sigara tükettikleri, %84.0'ının 12-17 adet sigara tükettikleri saptanmıştır.

Sigara içen öğrencilerin %85.0'ının alkolde tükettiği, %68.5'inin alkol ve sigarayı aynı anda tükettiği saptanmıştır.

Lise öğrencilerinde sigaraya başlama yaşı 13.2 ile 14.2 arasında değişmektedir. Ayrıca 15 yaş ve üzerinde sigaraya başlama yaşının erkeklerde %44.3 ve kadınlarda %59.6 olduğu saptanmıştır (14, 15, 16). Ülkemizde ve yurt dışında bu konuyla ilgili yapılan çalışmalarda sigara içme sıklığı üniversite öğrencileri arasında %20,1 ile %51,2 arasında değişmektedir. Yapılan benzer çalışmalarda da, üniversitede okuyan erkek öğrencilerde sigara içme oranı %41,9-30,4, kız öğrencilerde ise %35,3-24,7 bulunmuştur (17, 18).

Lise öğrenimlerini tamamlayarak üniversiteye gelen öğrencilerde aile ve çevrenin denetiminden uzaklaşmanın ve göreceli olarak özgür bir ortamda bulunmanın etkisiyle sigara içme alışkanlığı yaygınlaşmaktadır (19). Gençlerin birbirlerinden etkilenecek sigara içtikleri bilinmektedir; sigara içme ile yakın arkadaşının sigara içmesi arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Her ne kadar adolesanlar sigara içen bir arkadaş grubunda sigara içilmesi gerektiği düşüncesine önemli oranda (%74,9-82,5) katılmıyorlarsa da, bu iki değişken arasındaki anlamlı ilişki bulunmaktadır (15,18).

Kişilik gelişiminin erken yaşta başlaması ve bu dönemde kazanılan bir takım davranış kalıpları bireyin ilerdeki alışkanlıklarını doğrudan etkiler. Bu durum sigara kullanma davranışında ailenin önemini daha da arttırmaktadır. Gençlerde sigara içen ebeveyn ya

da kardeşe karşı duyulan hayranlık sonucunda gelişen özdeşleştirme ile sigara davranışı görülebilir.(20) Sigara içenlerin %83,3'ü ailesinde veya yaşadığı evde sigara içen birisinin var olduğunu belirlenmiştir. Sigara içtiklerini belirtenlerin %34,7'si çocukluğunda annesinin, %76,1'i çocukluğunda babasının sigara içtiğini belirtmiştir.

Yapılan çalışmada erkek öğrencilerin %56,0'ının, bayanların %50,0'ının annesi sigara içtikleri, %21,2'sinin annelerinin 17 yıl ve üstü sigara içtikleri, %22,7'sinin 12-17 yıldır sigara içtikleri saptanmıştır. Sigara içen erkeklerin %70,0'ının, bayanların %30,0'ının annesi 17 yıl ve üstü sigara içtikleri saptanmıştır. Erkek öğrencilerin %60,6'sının, bayanların %52,9'unun babası sigara içmektedir. Sigara tüketen erkek öğrencilerin %68,0'ının, bayanların %32,0'ının babası 17 yıl ve üstü sigara içtikleri, erkeklerin %70,0'ının babası günde 12-17 adet, bayanların %30,8'inin günde bir paket sigara içtikleri saptanmıştır. Adolesanlar rol modeli olmayı anne ve babaları için kabul etmezken, bu kavramı kardeşleri için önemli ölçüde kabul ettiklerini ifade etmektedirler(8). Özellikle sigara bağımlılığının aile bireylerini etkilediği, kötü alışkanlıkların oluşmasında kişinin yakın çevresini örnek aldığı düşünülmektedir.

Yapılan çalışmada erkek öğrencilerin %57,6'sının, bayanların %64,7'sinin alkol tükettikleri saptanmıştır. Erkek öğrencilerin %36,2'sinin, bayanların %40,5'i günde 3-5 kadeh alkol tükettikleri, erkeklerin %52,3'ünün arkadaş ortamında etkilenecek alkolle başladığı, %55,8'inin özentiden dolayı alkol tükettikleri, bayanların %27,6'sının arkadaştan ve özentiden dolayı alkol tükettikleri saptanmıştır. Erkek öğrencilerin %42,4'ünün bayanların %26,5'inin hacılığının büyük çoğunluğunu alkol tüketimine ayırdıkları, erkeklerin %13,5'inin ve bayanların %16,3'ünün alkol tüketimini bırakmayı düşünmedikleri saptanmıştır.

Erkek öğrencilerin %40,9'unun bayanların %32,4'ünün annesi alkol tükettiği, erkeklerin %13,6'sının, bayanların %14,7'sinin 6-10 yıldır, erkeklerin %18,2'sinin bayanların %5,3'ünün günden 1-2 kadeh alkol tükettiği saptanmıştır. Erkek öğrencilerin %56,1'inin bayanların %55,5'inin babası alkol tükettiği saptanmıştır. Erkeklerin %21,2'sinin, bayanların %17,6'sının 6-10 yıldır, erkeklerin %24,5'inin babası günde 3-5 kadeh bayanların %23,5'inin 3-5 kadeh tükettikleri tespit edilmiştir.

Yapılan çalışmalarda üniversite öğrencilerinin büyük bir çoğunluğunun alkol tükettiği, haftada 1-2 kez olmak koşulu ile genelde hafta sonları arkadaş ortamlarında alkol tükettikleri saptanmıştır (21, 22, 23, 24, 25, 26).

Yapılan çalışmada alkol tüketen öğrencilerin %87,0'ının annesi de aynı zamanda sigara kullanmaktadır. Alkol tüketen öğrencilerin %94,7'sinin annesi de alkol kullanmaktadır. Alkol tüketen öğrencilerin %87,5'inin babası da alkol tüketmektedir.

Ailesi ile birlikte evde kalan öğrencilerin %79.4'ünün, arkadaşları ile evde kalan öğrencilerin %78'inin, yurttan kalan öğrencilerin %60.4'ünün, akraba yanında kalan öğrencilerin %81.8'inin alkol kullandığı saptanmıştır (22). Hiçbir ebeveyni alkol kullanmayan öğrencilerin %58.5'inin, sadece babası alkol kullanan öğrencilerin %83.3'ünün, anne ve babası alkol kullanan öğrencilerin %100'ünün, anne, abla, abisi, alkol kullanan öğrencilerin %89.8'inin alkol kullandığı tespit edilmiştir (21). Özellikle sigara ve alkol bağımlılığının aile bireylerini etkilediği, kötü alışkanlıkların oluşmasında kişinin yakın çevresini model oluşturduğu düşünülmektedir.

Bayan ve erkek öğrencilerin alkole başlama nedenlerinin ilk sırasını arkadaş, sosyal ve psikolojik nedenler oluşturmaktadır. Bu da kişinin kendi kararlarının dışında etkilendiği bir çevrenin olduğunu göstermektedir. Özgün kişilik gelişiminin oluşmaması buna gerekçe olabilir. Sağlıkla ilgili bilgiler ve sigarayı tanıma bu kararların verilisinde önemsiz kalmaktadır.

Stresin sigara ve alkol kullanımını arttırdığı görülmektedir. Baskı altındaki öğrencilerin bu tür davranışlara yönelmesi onların eğitilmesi ve sosyal davranışların geliştirilmesi ile ortadan kaldırılabılır. Fakat bu çalışmada ders yoğunluğu az iken içme oranını artması ders dışı zamanların değerlendirilmesinde yeterli çalışmaların yapılmadığını göstermektedir. Üniversitelerin kampüs aktivitelerinin kaybolmasını önlemek gereklidir. Sanat, müzik, şiir, heykeltıraşlık, drama, film vb. faaliyetlerin öğrenciye sunulması önem taşır. Televizyon ve yayın organları öğrencileri etkilemektedir. Güvensizlik, endişe, gerginlik, kişilik bozuklukları, psikolojik sıkıntı, bağımlılık faktörleri alkol içmeye neden olabilir (27).

Anne ve babanın eğitim düzeyi arttıkça sigara ve alkol kullanma düzeyi doğru orantılı olmamakla beraber azalmaktadır. Sigara ve alkol kullananların sigarayı bırakma isteğinin yüksek olması sigara bağımlısı kişilerin sigarayı tanıdıkları fakat sigarayı bırakamadıklarını göstermektedir. Uygulamaya konulamayan bir düşünce olarak bu realiteyi taşımaktadırlar.

Sigara konusunda öğrencilerin yeterli eğitim almak için kendi çabası olmadığı görülmektedir. Çünkü bu konuda sadece televizyonun eğitim aracı olarak belirtilmesi bunu göstermektedir. Alkolün zararlarını öğrendikleri iletişim çeşidi olarak televizyonun bayan ve erkek öğrencilerde ön plana çıkması dikkat çekici bir sonuçtur. Eğitim sistemi içinde televizyonun önemini gösterirken diğer eğitim araçları okul, çeşitli yayınlar gibi unsurlar, geri planda kalmaktadır. Eğitimin alınması gereken yerlerin sivil toplum kuruluşları ve formal eğitim içinde olması önemli yer tutarken, sigara ve alkol bağımlılığında bu husus gerilere düşmektedir.

SONU,

Özellikle sigara ve alkol bağımlılığının aile bireylerini etkilediği, kötü alışkanlıkların oluşmasında kişinin yakın çevresini model oluşturduğu düşünülmektedir. Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerin bu kadar yüksek seviyede alkol ve sigara tüketmeleri çok da makul karşılanabilecek durum değildir. Fakat Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin daha dışa dönük ve sosyal ilişkilerinin daha yüksek olması, toplumsal özelliklere ve toplum alışkanlıklarına daha maruz kalması buna neden olabilir.

KAYNAKLAR

- 1- Baykan Z, Özkan S, Bumin M.A. Ankara İlinde Bir İlçe Merkezinde Yaşayan 15 Yaş ve Üzeri Kadınların Sigara İçme Durumları. 8. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi 23-28 Eylül 2002.
- 2- Bilir N, Doğan B, Yıldız N. Sigara İçme Konusundaki Davranışlar ve Tutumlar. 1997; Hacettepe Halk Sağlığı Vakfı.
- 3- Sezer E. Sigarasız Bir Türkiye ve Sigarasız Bir Dünya İçin Elele. Turkish Journal of Smoking and Health 1996-1997; 3: 1-5.
- 4- Beydoğan A. Sigara Bırakmada Nikotin Flasterinin ve Hasta Eğitiminin Etkinliğinin Değerlendirilmesi. 1990; İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- 5- Güneş G, Karaoğlu L, Sürücü M, Genç M, Pehlivan E. Malatya'da Üniversite Hastanesinde Çalışan Hekimlerin Sigara Konusunda Hastalara Karşı Tutum ve Uygulamaları. 8. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi 23-28 Eylül 2002.
- 6- Fiore MC. Cigarette smoking: A Clinical Guide to Assessment and Treatment. The Medical Clinics of North America. 1992. March 76(2).
- 7- Bilir N, Doğan B, Yıldız N. Tütün Mamullerinin Zararlarının Önlenmesine Dair Kanun'a Uyum Düzeyi. Hacettepe Halk Sağlığı Vakfı, 2000.
- 8- Kışoğlu AN, Öztürk M, Doğan M. Süleyman Demirel Üniversitesi İlk ve Son Sınıf Öğrencilerinin Sigaraya Yönelik Bilgi Tutum Davranışları ve Sigaraya Başlama ve Alışma Durumları, 8. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi 23-28 Eylül 2002.
- 9- Kıyan E. Sigara ve Sağlık. Hipokrat 1996; 56: 52-53.
- 10- Üstüdal M, Köker AH. Spor Dallarında Beslenme ve Yüksek Performans Bilgisi. 1997; 69-70.
- 11- Lebersole P, Hess P. Toward Healthy Aging. Human Needs And Nursing Response. Fourth Edition. Ebersole & Hess. Mosby, 1994; 673.
- 12- Guthrie HA. Introductory Nutrition. The C.V. Mosby Company, Second Edition. Saint Louis, 1971; 137-143.
- 13- Peleg A, Neumann L, Friger M, And At All.

- Outcomes Of Brief Alcohol Abuse Prevention Program For İsrail High School Students. Journal Of Adolescent Healt; 2001; 263–268.
- 14- Peşken Y. Sigara İçiminin Nedenleri, Epidemiyolojisi, Pasif İçicilik. Tür A. (Ed.) Sigaranın Sağlığa Etkileri ve Bırakma Yöntemleri. 1995.
 - 15- Aralaşmak A, Ay S, Beden Ü, Akgöl Ş. Gülveren Lisesi Öğrencilerinin Sigara ve Alkol Konusundaki Bilgi, Tutum ve Davranışları Üzerine Bir Araştırma. 1995. HÜTF Halk Sağlığı AD İntern Araştırma Raporu.
 - 16- Onal AE, TumerdemY, Özel S. Smoking Addiction Among Üniversity Students İn İstanbul. Addiction Biology 2002; 7, 397–402.
 - 17- Sigara Alışkanlıkları ve Sigarayla Mücadele kampanyası Kamuoyu Araştırması PİAR, 1988.
 - 18- Kar H, Lortlar N, Tekin F, Böcü S, Çaylı M, Alyamaç Z. Ankara Balgat Ömer Seyfettin Lisesi Öğrencilerinin Sigara Hakkındaki Tutum ve Davranışlarının Araştırılması. 1997. HÜTF Halk Sağlığı AD İnternet Araştırma Raporu.
 - 19- Çivi S, Şahin TK. Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi ve Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Sigara Konusundaki Bilgi Tutum ve Davranışları. Aile ve toplum 1991;1: 49–52.
 - 20- Herken H, Özkan İ. Sigara Alışkanlığı ve Anne Baba Tutumu. Genel Tıp Dergisi 1998; 8: 2.85–89.
 - 21- Yiğit Ş, Khorshid L. Ege Üniversitesi Fen Fakültesi Öğrencilerinde Alkol Kullanımı Ve Bağımlılığı Bağımlılık Dergisi 2006; 7: 24–30.
 - 22- Tümerdem Y, Ayhan B, Özsüt H. ve ark. Orta ve Yüksek Öğrenim Gençleri ve Alkol Kullanımı, XXII. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Marmaris;1986: 22–26.
 - 23- Kaya N, Çilli SA, Üniversite Öğrencilerinde Nikotin, Alkol ve Madde Bağımlılığının 12 Aylık Yaygınlığı, Bağımlılık Dergisi, 2005; 1: 53–56.
 - 24- Gilles DM, Turk CL, Fresco D.M Social Anxiety, Alcohol Expectancies, And Self-Efficacy As Predictors Of Heavy Drinking İn College Students. Addict Behav 2006; 31: 388–398.
 - 25- Maddock J, Glanz K, The Relationship Of Proximal Normative Beliefs And Global Subjective Norms To College Students Alcohol Consuption, Addict Behav 2005; 30: 315–323.
 - 26- Stein LS, Davecristiansen CGG. Alkolizm ve Madde Bağımlılığında Tedavi Seçenekleri, 1994.
 - 27- Hussong A.M., Social İnfluences İn Motivated Drinking Among College Students.Pychology Of Addictive Behaviors. 2003; 17: 134–141.