



ÇANKIRI KARATEKİN ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

II. ÖĞRENCİ KONGRESİ



KONGRE KURULU



KONGRE ONURSAL BAŞKANI

Prof. Dr. Harun ÇİFTÇİ
Çankırı Karatekin Üniversitesi Rektörü

KONGRE BAŞKAN

Prof. Dr. Özcan ÖZKAN
Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı

KONGRE EŞ BAŞKANI

Dr. Öğr. Üyesi Gözde ÖZARAS ÖZ
Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı

KONGRE DÜZENLEME KURULU

Prof. Dr. Özcan ÖZKAN
Dr. Öğr. Üyesi Gözde ÖZARAS ÖZ
Prof. Dr. Azize Serap TUNÇER
Doç. Dr. Sinan BULUT
Doç. Dr. Demet AKTAŞ
Doç. Dr. Nazan KAYTEZ
Doç. Dr. Ceyhun TÜRKMEN
Doç. Dr. Özgür KUZUKIRAN
Doç. Dr. Serhat SİREKBASAN
Doç. Dr. Huri Seval GÖNDEREN ÇAKMAK
Dr. Öğr. Üyesi Müjgan ONARICI
Dr. Öğr. Üyesi Berrin AKTAN
Dr. Öğr. Üyesi Gözde EDE
Dr. Öğr. Üyesi Başak KARASU

BİLİMSEL DANIŞMA KURULU

Doç. Dr. Miray Sümer BODUR
Doç. Dr. Ülkühan Bike ESEN
Doç. Dr. Figen EROL URSAVAŞ
Doç. Dr. Gül KADAN
Dr. Öğr. Üyesi Zehra CAN KARAHAN
Dr. Öğr. Üyesi Nilay GÖKBULUT
Dr. Öğr. Üyesi Gökçe Banu ACAR GÜL
Dr Öğr. Üyesi Aslı TOK ÖZEN



KONGRE KURULU



Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Özge DENİZ
Dr. Öğrt. Üyesi Aylın TANRIVERDİ
Dr. Öğr. Üyesi Serdar AYKUT
Dr. Öğr. Üyesi Müge FIRAT
Dr. Öğr. Üyesi İlker ŞİMŞEK
Dr. Öğr. Üyesi Remzi Orkun AKGÜN
Dr. Öğr. Üyesi Songül ŞAHİN
Dr. Öğr. Üyesi Semra ESER
Dr. Öğr. Üyesi Taner AKARSU
Dr. Öğr. Üyesi Banuçiçek YÜCESAN
Dr. Öğr. Üyesi Fatma TAYHAN
Dr. Öğrt. Üyesi Tuğba ARSLAN
Dr. Öğr. Üyesi Burak ULUSOY
Dr. Öğr. Üyesi Hilal Altundal DURU
Dr. Öğr. Üyesi Serap AÇIKGÖZ
Öğr. Gör. Dr. Ayşe ÇİFTÇİ
Öğr. Gör. Dr. Sevinç BAKAN
Öğr. Gör. Ayşenur KARAKUŞ
Öğr. Gör. Furkan ÖZDEMİR

KONGRE SEKRETERYASI

Araş. Gör. Gülsüm DEVECİ
Araş. Gör. Güzin ARSLAN
Araş. Gör. Feyza ŞENGÜL

MİZANPAJ EDITÖRÜ

Arş. Gör. Şeyma Nur ERCAN

KONGRE TARİHİ

16.05.2024

KONGRE SAATİ

09:00-12:00

KONGRE OTURUM SALONLARI

AHMET YESEVİ KONFERANS SALONU
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ İBNİ SİNA AMFİSİ
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ CEMALEDİN FERRUH DERSLİĞİ



BİLİMSEL PROGRAM

09.00 - 09.30

Açılış Konuşmaları

Prof. Dr. Özcan ÖZKAN

Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı

Prof. Dr. Harun ÇİFTÇİ

Rektör

BİLİMSEL PROGRAM

AHMET YESEVİ KONFERANS SALONU

BİLİMSEL PROGRAMI

09.30 - 10.00

I. OTURUM: HEMŞİRELİK

Oturum Başkanı: Arş. Gör. Dr. Damla AMASYA

Arş. Gör. Tuba YILDIRIM

10.05 - 10.45

II. OTURUM: EBELİK

Oturum Başkanı: Araş. Gör. Ebru CERAN

10.50 - 11.15

III. OTURUM: BESLENME VE DİYETETİK

Oturum Başkanı: Araş. Gör. Şeymanur ERCAN

11.20 - 11.45

IV. OTURUM: ÇOCUK GELİŞİMİ

Oturum Başkanı: Araş. Gör. Zülfiye Güzin ARSLAN

11:50 - 12:05

V. OTURUM: FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON

Oturum Başkanı: Araş. Gör. Ayşenur ÖZCAN

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ İBİNİ SİNA AMFİSİ

09:30 - 09:50

I. OTURUM: ERGOTERAPİ

Oturum Başkanı: Araş. Gör. Feyza ŞENGÜL

09:55 - 10:30

II. OTURUM: SAĞLIK YÖNETİMİ

Oturum Başkanı: Araş. Gör. Dr. Nazan KARTAL

10:35 - 11:50

III. OTURUM: SOSYAL HİZMET

Oturum Başkanı: Dr. Öğr. Üyesi Serdar AYKUT



BİLİMSEL PROGRAM



SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ CEMALETİN FERRUH DERSLİĞİ

09:30 - 09:50

I. OTURUM: ELDİVAN SAĞLIK HİZMETLERİ
MESLEK YÜKSEKOKULU

Oturum Başkanı: Öğr. Gör. Nilay ŞAHİN

09:55 - 10:10

II. OTURUM: ÇERKEŞ MESLEK YÜKSEKOKULU
SAĞLIK BAKIM HİZMETLERİ

Oturum Başkanı: Öğr. Gör. Taner AKARSU

10:15 - 10:25

III. OTURUM: SOSYAL BİLİMLER MESLEK
YÜKSEKOKULU

Oturum Başkanı: Öğr. Gör. Murat ERCAN

10:30 - 10:40

IV. OTURUM: DIŞ HEKİMLİĞİ FAKÜLTESİ

Oturum Başkanı: Dr. Öğr. Üyesi Songül ŞAHİN

AHMET YESEVİ KONFERANS SALONU BİLİMSEL PROGRAMI

I. OTURUM: HEMŞİRELİK		Sayfa No
1.	Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları Penceresinden Bir Hedef: "Bağımlı Olma, Özgür Kal!"	1-2
2.	Müziğin Yenidoğan Sağlığı Üzerine Etkileri	3-4
3.	Kanıtla Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutum	5-6
II. OTURUM: EBELİK		
1.	Babalara Verilen Yenidoğan Temel Bakımı Eğitimlerinin Babaların Yenidoğan Bakımındaki Öz-Yeterliliği Üzerine Etkisi	7-8
2.	Vajinismus ve Gebelik	9-10
3.	Postpartum Kanamada Risk Belirleme, Önleme ve Yönetim	11-12
4.	Kadın Sağlığı Alanında Tele-Sağlık Teknolojilerinin Kullanımı	13-14
5.	Jinekolojik Kansere Türlerinin İncelenmesi ve Ebelik Bakımının Önemi	15-16
6.	Gebelik ve Laktasyon Döneminde Prebiyotik ve Probiyotik Kullanımı	17-18
7.	Epizyotominin Perine Kasları Üzerine Etkileri ve Sonuçları	19-20
8.	Jinekolojik Kansere İlgili Farkındalık ve Taramanın Önemi	21-22
III. OTURUM: BESLENME VE DİYETETİK		
1.	Beslenme Bilgi Yarışması	23-24
2.	Tip 2 Diyabetli Bireylerde Mikrobiyota Farkındalığı ve Sezgisel Yeme Davranışının İncelenmesi	25-26
3.	Farklı Yağ Türleri Kullanılarak Sık Rastlanan Kronik Hastalıklara Özgü, Besin Değeri İyileştirilmiş Tarifeler Geliştirme	27-28
4.	Endüstriyel Mutfak Proseslerinde Temel Kurallar	29-30
5.	Yetişkin Bireylerde Deprem Sonrası Travma Düzeyinin Uyku Bozuklukları, Beslenme Alışkanlıkları ve Duygusal Yeme Davranışları İle İlişkinin Değerlendirilmesi	31-32
IV. OTURUM: ÇOCUK GELİŞİMİ		
1.	Ebeveyn Destekli Masal Okuma Takvimi	33-34
2.	Lise Öğrencilerine Uygulanacak Sağlıklı Beslenme Programının Obeziteye, Benlik Saygısına ve Kimlik Oluşumuna Etkisi	35-36
3.	Sesi Olmayan Gerçek: Ensest	37-38
4.	Lise Öğrencilerinde Akademik Başarısızlığın Nedenlerine Ebeveynin Etkisinin Belirlenmesi ve Aile Eğitimi ile Akademik Başarının Desteklenmesi	39-40
5.	Kültürel Köprülerin Yaratıcısı: Türkçe Dil Gelişimi Araştırması: Diyarbakır Örneği	41-42

V. OTURUM: FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON		
1.	Farklı Tempoya Sahip Müzik Dinlemenin Egzersiz Performansına Etkisi Var mıdır? Bir Pilot Çalışma	43-44
2.	Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres Düzeyi ile Yaşam Kalitesi ve Mental Sağlık Arasında İlişki Var mıdır?	45-46
3.	Çankırı İlinde Yaşayan Yetişkin ve Yaşlı Bireylerde Kavrama Kuvveti ile Alt Ekstremitte Kas Kuvveti, Denge ve Fiziksel Aktivite İlişkisinin İncelenmesi	47-48

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ İBİNİ SİNA AMFİSİ

I. OTURUM: ERGOTERAPİ		Sayfa No
1.	Huzurevlerinde ikamet Eden Geriatri Popülasyonuna Farklı Takip Yöntemiyle Uygulanan Görev Odaklı İstasyon Eğitimlerinin Kognitif Seviye ve El Beceri Fonksiyonlarına Etkileri	49-50
2.	Primer Dismenoreli Olan ve Olmayan Kadınların Menstrual Fazlara Göre Menstruasyon Tutumlarının, Kognitif Becerilerinin, Okupasyonel Performanslarının, Vücut Farkındalıklarının ve Benlik Saygılarının İncelenmesi	51-52
3.	Üniversite Öğrencilerindeki Umutsuzluk Düzeyinin Okupasyonel Yeterlilik ve Önem ile Zaman Yönetimine Etkisi	53-54
4.	Huzurevi Teknik Gezi	55-56
II. OTURUM: SAĞLIK YÖNETİMİ		
1.	Türkiye’de Kenevir Bitkisinin Medikal Amaçlı Kullanımı	57-58
2.	Kişiselleştirilmiş Tıp ve Genom Araştırmalarının Etik Boyutu	59-60
3.	Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları	61-62
4.	Sağlık Teknolojisi Değerlendirme Çalışmalarının Önemi	63-64
5.	Ölümün Tanımı ve Ötenazinin Etik Boyutu Konu Bildirisi	65-66
6.	Kamu-Özel İşbirliği Modeli: Şehir Hastaneleri	67-68
7.	Merkezi Hekim Randevu Sisteminde (MHRS) Uzaktan Değerlendirme	69-70
III. OTURUM: SOSYAL HİZMET		
1.	Bipolar Hastalarının Yaşadığı Psikososyal Düzeydeki Etmenler ve Mikro Düzeyde İnceleme	71-73
2.	Denetimli Serbestlik Kapsamındaki Hükümlülere Hazırlanan Eğitim Programı	74-75
3.	Çankırı Devlet Hastanesinde Uygulama Dersi Görmekte Olan Sağlık Meslek Lisesi Öğrencileri ile Birlikte Yürütülen Grup Süreci	76-77
4.	Çankırı İlinde Öğrenme Güçlüğü Çeken Çocuklara Sahip Ebeveynlerin ve Öğretmenlerinin Deneyimleri ve Görüşleri	78-79

5.	Hayır Çarşısı Projesi	80-81
6.	Kuşaklar Arası Sevgi Projesi	82-83
7.	Sanatsal Gelişim Köprüsü Projesi Çantamı Boyuyorum Etkinliği	84-85
8.	Senin de Tuzun Olsun Projesi	86-87
9.	Sevgi Evi ve Yaranlar Derneği Buluşması	88-89
10.	Sevginin İzi Projesi	90-91
11.	Psikiyatri Hastaları ile Grup Çalışması	92-93
12.	Kadın Ceza İnfaz Kurumunda Annesi İle Kalan 0-6 Yaş Grubu Çocuklar	94-95
13.	Çocuklarda Yaş Olarak Düşen Madde Bağımlılığının Tehlikeleri Konusunda Farkındalık Oluşturulmasına Katkı	96-97
14.	Sesi Olmayan Gerçek: Ensest	98-100
15.	Okul Öncesi Öğrencilerinin Sosyal Becerilerini Sağlamak İçin Geleneksel Oyun Öğretimi	101-102

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ CEMALETTİN FERRUH DERSLİĞİ

I. OTURUM: ELDİVAN SAĞLIK HİZMETLERİ MESLEK YÜKSEKOKULU		Sayfa No
1.	Hastane Öncesi Crush Sendromu	103
2.	Miyokard İnfarktüsü ve Ölüm Kaygısı	104-105
3.	Hastane Öncesinde Start Triyaj Uygulaması	106-107
4.	Temel Yaşam Desteği Kılavuzlarının Farklılıkları	108
II. OTURUM: ÇERKEŞ MESLEK YÜKSEKOKULU SAĞLIK BAKIM HİZMETLERİ		
1.	Yaşlı Bireylerde Akılcı İlaç Kullanımı	109-110
2.	Meslek Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Genel Afete Hazırlıklı Olma İnanç Durumlarının Belirlenmesi	111-112
3.	Antikoagülan Kullanan Hastalarda İlaç Memnuniyetinin İlaç Uyumuna ve Öz Yönetimine Etkisi	113-114
III. OTURUM: SOSYAL BİLİMLER MESLEK YÜKSEKOKULU		
1.	Yangın Yerindeki Kimyasal Tehlikeler ve Korunma Yöntemi Olarak Temiz Hava Solunum Cihazı	115-116
2.	Yangına Müdahalede Kişisel Koruyucu Donanımlar	117-118
IV. OTURUM: DIŞ HEKİMLİĞİ FAKÜLTESİ		
1.	Flor ve İnsan Sağlığı Üzerine Etkisi	119-120
2.	Ağız Kanseri Hakkında Gerçekler	121-122
3.	Endodontik Giriş Kavitesi Hatalarının Algılanmasında Büyütmenin Etkisi	123-124

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları Penceresinden Bir Hedef: “Bağımlı Olma, Özgür Kal!”

Hacer Buse ÖZDEMİR^a, Fatma KOÇER^b, Furkan Yasin ÖZTOPRAK^c, Gizem KESGİN^d,
Görkem Berat GÜLBAĞ^e, Gülsemin ÇILOĞLU^f, Gülsüm ÇONOĞLU^g

Hemşirelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a210301069@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b210301111@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^c210301103@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d210301016@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^e210301061@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^f210301100@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^ggulsumconoglu@karatekin.edu.tr

ÖZET

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları (SKA) yoksulluğun sona erdirilmesi, çevrenin korunması, iklim krizine karşı önlem alınması, refahın adil paylaşımı ve barışı hedeflemektedir. Dünya Liderleri 2030'a kadar aşırı yoksulluğu sona erdirmek, eşitsizlik ve adaletsizlik ile mücadele ve iklim değişikliğini düzeltme olmak üzere 3 önemli işi başarmak için 17 Küresel Amaç üzerinde uzlaşmıştır. Birbiri ile bağlantılı olan 17 SKA Türkiye de dahil olmak üzere tüm Dünya'da insanların karşı karşıya kaldığı problemlerin çözümünü hedeflemektedir. Sürdürülebilir kalkınma için küresel amaçlardan biri de Hedeflerin 3. Maddesi olan Sağlıklı ve Kaliteli Yaşam kapsamında “Hedef 3.5 Uyuşturucu madde kullanımı ve alkol bağımlılığını da kapsayan madde bağımlılığının önlenmesi ve tedavisinin güçlendirilmesi”dir.

Yeşilay (2024a)ın belirttiği üzere alkolün riskli kullanımına bağlı dünyada 3 milyon ölüm gerçekleşmektedir. Alkol kullanımının verdiği zararlar hem alkol kullanan bireye hem de bireyin aile üyelerine ve çevresindeki bireylere zarar vermektedir. Bu durum da sağlık açısından çeşitli bozukluklara ve sosyal dışlanma gibi sosyal sorunların yaşanmasına neden olmaktadır. Ayrıca, Dünya Sağlık Örgütü'nün 2020 yılında yaptığı açıklamaya göre ikinci el tütün dumanına maruz kalınması, özellikle erken yaşta çok daha kritik sonuçlar doğurmaktadır. Dünya çapındaki çocuk nüfusunun yaklaşık yarısı tütün dumanının kirlettiği havayı solumaktadır. Bu durum ciddi sağlık sorunlarına neden olmaktadır. Bu nedenle, genç nüfusun bu konuda bilinçlendirilmesi ve farkındalıklarının artırılması sağlıklı nesillerin yetişmesi adına önem arz etmektedir.

Yapılan çalışmalarda bir video materyali olarak kamu spotu oluşturma ödevlerinin; eleştirel düşünme ve problem çözme, kişilerarası ve işbirlikçi beceriler, küresel farkındalık, finansal, ekonomik, girişimcilik ve okuryazarlık becerileri gibi 21. yüzyıl becerilerini geliştirmek için de yükseköğretim öğrencilerinde uygulanması önerilmektedir. Bu çalışmada, hemşirelik öğrencilerinin Hemşirelikte Öğretim dersinde Birleşmiş Milletler Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'na yönelik Sağlıklı ve Kaliteli Yaşam kapsamında hazırladıkları “Bağımlı Olma, Özgür Kal!” videosuyla hemşirelik öğrencilerinin madde bağımlılığı konusunda farkındalıklarının artırılması ve bilinçlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu eğitim videosunun hazırlanmasında kaynak tarama yapılarak senaryo metni oluşturulmuş ve çekim için mekanlar seçilmiştir. Arkasından rol paylaşımı yapılarak çalışmalar yürütülmüştür. Çekim başarıyla tamamlandıktan sonra videolar birleştirilmiş ve uygun formatta paylaşım için ses ve montaj düzenlemeleri yapılmıştır.

Anahtar kelimeler: Madde bağımlılığı, Sağlıklı yaşam, Sürdürülebilir kalkınma hedefleri, Yaşam kalitesi.

KAYNAKLAR

- Erbay E, Oğuz N, Yıldırım B, Fırat E. (2016). Alkol ve madde bağımlılığı olan bireylerin başa çıkma tutumları. Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 20 (3): 597-609.
- Selfe RJ, Selfe CL. (2008). "Convince me!" Valuing Multimodal Literacies and Composing Public Service Announcements. Theory Into Practice, 47 (2): 83-92. doi: <https://doi.org/10.1080/00405840801992223>
- Sürdürülebilir Kalkınma İçin Küresel Amaçlar. Erişim Adresi: <https://www.kureselamaclar.org>, Erişim Tarihi 01.05.2024.
- Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları. Erişim Adresi: <https://turkiye.un.org/tr/sdgs>, Erişim Tarihi 01.05.2024.
- Yeşilay. (2024a). Alkol bağımlılığı nedir? Erişim Adresi: <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/alkol-bagimliliği>, Erişim Tarihi 01.05.2024.
- Yeşilay. (2024b). Tütün bağımlılığı nedir? Erişim Adresi: <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/tutun-bagimliliği>, Erişim Tarihi 01.05.2024.

Müziğin Yenidoğan Sağlığı Üzerine Etkileri

Hatice DAL^a, Zehra CANBAZ^b, Aylin PEKYİĞİT^c

Hemşirelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^ahaticedal487@gmail.com, ^bzehracanbaz38@gmail.com, ^caylincaksak@karatekin.edu.tr

ÖZET

Müzik, refahı artırmak, stresi azaltmak gibi nedenlerle yaygın olarak kullanılmaktadır. Yenidoğanlarda müzik kullanımına ilişkin literatürde farklı uygulamalar yer almaktadır. Bu çalışmadaki amaç, müziğin yenidoğan sağlığı üzerindeki etkilerini kanıta dayalı uygulamalar çerçevesinde incelemektir. Bu çalışmada, PubMed, Google Scholar, Scopus, Science Direct, Cochrane Library veri tabanları aracılığı ile "müzik", "yenidoğan", "music therapy", "newborn", "preterm infants" gibi anahtar kelimeler kullanılıp tarama yapılarak yürütülmüştür. Çalışmalarda müziğin yenidoğanlarda otonom sinir sistemi etkileyerek fizyolojik etkiler oluşturduğu, endorfin salgısını artırarak olumlu duyguları ortaya çıkardığı, kalp ritmini düzenlediği, terlemeyi azalttığı, kasları gevşettiği, solunumu düzenlediği, bağışıklık sistemini aktive ettiği bildirilmiştir. Müziğin, sağlıklı ya da hasta yenidoğanlar üzerinde de olumlu etkilere sahip olduğu bilinmektedir. Yenidoğanların henüz intrauterin hayatta iken annenin kalp atım seslerinden etkilendiği, ekstrauterin hayata gelişleri ile alışık oldukları bu sesi duyarak daha huzurlu davranışlar sergilediği bilinmektedir. Dolayısıyla yenidoğanı nörogelişimsel yönden destekleyen bir uygulamadır. Literatür incelendiğinde yenidoğanda müzik terapisinin yüz ifadesi, uyku durumu, emme durumu, oral beslenme, fizyolojik parametreler, büyüme ve gelişme, stres davranışları, hastanede kalış süresi, ebeveyn-bebek bağlanması gibi durumları pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Yenidoğanlarda müziğin ağrıya etkisini inceleyen birçok çalışmada, kaygıyı ve ağrıyı etkili bir şekilde azaltan düşük maliyetli bir müdahale olduğu kanıtlanmıştır. Özellikle preterm yenidoğanlarda vital bulguları (kalp hızı, solunum hızı, kan basıncı, oksijen saturasyonu) stabilize etmek ve nörolojik gelişimi desteklemek için müzik terapisini destekleyen kanıtlar mevcuttur. Yenidoğana dinletilen müziklerin seçiminde ise sakinleştirici, hafif ritimli, karmaşık olmayan, genellikle kadınların seslendirdiği müzikler olduğu bildirilmiştir. Yapılan çalışmalarda yenidoğanlara en çok beyaz gürültü, klasik müzik ve ninni dinletildiği belirlenmiştir. Sonuç olarak, incelenen bir çok randomize kontrollü çalışmalarda, sistematik derleme ve meta analizlerde müzik müdahalelerinin, yenidoğanların kalp tepe atımını, solunum hızını ve stres düzeyini önemli ölçüde iyileştirdiği, oral beslenmeye geçiş sürecini hızlandırdığı, hastanede kalış sürelerini kısalttığı, ağrısını azalttığı, konforunu artırdığı, uyku kalitesini artırdığı, büyüme ve gelişmeyi desteklediği ve ebeveyn-bebek bağlanması üzerine olumlu sonuçları olduğu kanıtlanmıştır. Nonfarmakolojik, noninvaziv, düşük maliyetli ve etkili bir yöntem olan müzik müdahalelerinin özellikle yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatan yenidoğanlara hemşireler tarafından kullanılması bireyselleştirilmiş gelişimsel bakımı destekleyici bir uygulamadır.

Anahtar kelimeler: Müzik, Preterm, Yenidoğan.

KAYNAKLAR

- Bayrak B, Alev B. (2024). Yenidoğanlarda müzik müdahalelerinin fizyolojik parametreler üzerine etkisi: Sistematik derleme. *J Tradit Complem Med*, 7(1):122-35. doi: 10.5336/jtracom.2023-98954.
- Çetin FC, Tan A, Merih YD. (2017). Türk müziğinin gebelik ve yenidoğan üzerindeki etkileri. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 48(3):124-30. doi: 10.16948/zktpb.283033.
- Giordano V, Goeral K, Schrage-Leitner L, Berger A, Olischar M. (2021). The effect of music on aegg cyclicity in preterm neonates. *Children (Basel)*, 8(3):208. doi: 10.3390/children8030208.
- Kehl SM, La Marca-Ghaemmaghami P, Haller M, Pichler-Stachl E, Bucher HU, Bassler D, Haslbeck FB. (2020). Creative music therapy with premature infants and their parents: a mixed-method pilot study on parents' anxiety, stress and depressive symptoms and parent-infant attachment. *Int J Environ Res Public Health*, 18(1):265. doi: 10.3390/ijerph18010265.
- Kemper KJ, Danhauer SC. (2005). Music as therapy. *South Med J*, 98(3):282-8. doi: 10.1097/01.SMJ.0000154773.
- Kobus S, Diezel M, Dewan MV, Huening B, Dathe AK, Marschik PB, Felderhoff-Mueser U, Bruns N. (2022). Music therapy in preterm infants reduces maternal distress. *Int J Environ Res Public Health*, 20(1):731. doi: 10.3390/ijerph20010731.
- Mangat AK, Oei JL, Chen K, Quah-Smith I, Schmölzer GM. (2018). A review of non-pharmacological treatments for pain management in newborn infants. *Children (Basel)*, 5(10):130. doi: 10.3390/children5100130.
- Torun Ş. (2020). Sağlık alanında müzik temelli uygulamalar: Müzik terapi, müzik tıbbı ve müzik temelli diğer uygulamalar. *Türkiye Klinikleri Dergisi*, 9-19.
- Yue W, Han X, Luo J, Zeng Z, Yang M. (2021). Effect of music therapy on preterm infants in neonatal intensive care unit: Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Adv Nurs*, 77(2):635-652. doi: 10.1111/jan.14630.

Kanıtı Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutum

Hacer Buse ÖZDEMİR^{1,a}, Zuhal CANDAN^{2,b}, Esra ARSLAN GÜRCÜOĞLU^{1,c}

¹Hemşirelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

²Hemşirelik Bölümü, Gülhane Hemşirelik Fakültesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Ankara, TÜRKİYE

e-mail: ^a210301069@karatekin.edu.tr, ^bzuhal.candan@sbu.edu.tr, ^cesraarslangurcuoglu@karatekin.edu.tr

ÖZET

Kanıtı dayalı uygulamaların başlangıcı 1972'de epidemiyolog Dr. Archie Cochrane'a dayanmaktadır. Tıp uygulamalarında alınan kararların tıbbi görüş ve deneyimlere değil, kanıtlara, randomize kontrollü çalışma (RKÇ) ve meteanaliz çalışma sonuçlarına dayanması gerektiğini ileri sürmüştür. Kanıtı dayalı uygulamanın hemşirelik mesleğine bir yansıması olarak "Kanıtı Dayalı Hemşirelik (KDH)" ifadesi literatürde yerini almıştır. KDH "Hasta tercihlerini, hemşirelerin klinik uzmanlıklarını ve mevcut en iyi ve geçerli kanıtları kullanarak problem çözme süreci" şeklinde tanımlanmaktadır. Türkiye'de KDH konusu ilk kez 2000 yılında Platin tarafından, ülkemizde kanıtı dayalı hemşireliğin uygulama engelleri ele alınarak gündeme getirilmiştir. Kanıtı dayalı hemşirelik klinik uygulamalarda farklılıkları azaltma, hasta bakım kalitesini artırma ve maliyeti azaltma gibi pek çok avantaja sahip olmasına rağmen, halen kliniklerde yeterli düzeyde uygulanmamaktadır. Sosyal psikolojinin bir parçası olan tutum kavramı, gelişimi açısından yaklaşık yüz yıllık bir geçmişi vardır. Tutum temel olarak kişinin olayları, davranışları ve nesnelere lehte veya alehte değerlendirme eğilimidir. Dolayısıyla tutumun davranış üzerindeki etkisinden kaynaklı, geliştirmek istenilen davranışa yönelik tutumların farkında olunması gerekliliğinin önemli olduğu söylenebilir. Kanıtı dayalı hemşireliğe yönelik tutumların değerlendirilmesi amacıyla 2011 yılında Ruzafa-Martinez ve arkadaşları tarafından geliştirilen tutum ölçeğinin, 2015 yılında Ayhan ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılmıştır. Literatürde hemşirelerin kanıtı dayalı hemşireliğe yönelik tutumlarının olumlu ve orta düzeyde olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Hemşirelerin lisansüstü eğitim düzeyine sahip olması, sorumlu hemşire olarak görev alması, bilimsel yayınları takip etme ve/veya bilimsel toplantılara katılması gibi faktörlerin kanıtı dayalı hemşireliğe yönelik tutumları olumlu şekilde etkilediği bildirilmiştir. Türkiye'deki hemşirelerin kanıtı dayalı hemşireliğe yönelik tutumları ve etkileyen faktörlerin genellenebilir olması için daha fazla popülasyonu temsil eden bilimsel çalışmalara ve meta analizlere ihtiyaç vardır. Kanıtı dayalı hemşirelik uygulamaları güvenli, standart ve nitelikli bakımın verilmesini sağlar. Bu bağlamda, kanıtı dayalı hemşirelik uygulamalarını artırmada, hemşirelik lisans eğitiminin kanıtı dayalı uygulamalara temellendirilerek bu konuda bilgi, beceri ve farkındalık artırarak yeterlik kazandırılması, bunun yanı sıra hemşirelerin yaşam boyu öğrenme ilkesini benimseyerek bilimsel yayınları takip etmesi ve kurumlar tarafından desteklenmelerinin önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Kanıtı dayalı uygulama, Kanıtı dayalı hemşirelik, Tutum.

KAYNAKLAR

- Shah HM, Chung KC. (2009). Archie Cochrane and His Vision for Evidence- Based Medicine. *Journal of the American Society of Plastic Surgeons*, 124(3): 982-988. doi: 10.1097/PRS.0b013e3181b03928.
- Stevens KR. (2013). The Impact of Evidence- Based Practice in Nursing and the Next Big Ideas. *Online Journal of Issues in Nursing*, 18(2): 1. <https://doi.org/10.3912/OJIN.Vol18No02Man04>
- Platin N. (2001). Kanıta Dayalı Hemşirelik Ülkemizde Uygulanamaz: Neden? I. Uluslararası&VIII. Ulusal Hemşirelik Kongresi, Kongre Kitabı (s. 23-26).
- Scott K, Mcsherry R. (2008). Evidence-Based Nursing: Clarifying The Concepts For Nurses İn Practice. *Journal of Clinical Nursing*, 18(8): 1085-1095. doi: 10.1111/j.1365-2702.2008.02588.x.
- Albarracın D, Shavitt S. (2018). Attitudes and Attitude Change. *Annual Review of Psychology*, 69, 299-327. doi: 10.1146/annurev-psych-122216-011911.
- Ruzafa-Martinez M, López-Iborra L, Madrigal-Torres M. Attitude towards Evidence-Based Nursing Questionnaire: development and psychometric testing in Spanish community nurses. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 17(2011): 664-670. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2753.2011.01677.x>
- Ayhan Y, Kocaman G, Bektaş M. (2015). Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutum Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 17(2-3): 21-35.
- Orak OS, Emirza EE, Gülirmak K. (2022). Bir Üniversite Hastanesinde Çalışan Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumlarının Meslek ve Bilimsel Etkinlik Deneyimleri Açısından İncelenmesi. *TOGÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1): 25-38.
- Doğan SD, Karaçay, SY, Arslan S, Yurtseven Ş, Nazik E, & Yüksekaya SE. (2019). Bir Üniversite Hastanesinde Çalışan Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumları. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2): 39-45.
- Aslan H, Gürzap Z. (2021). Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumları ve Periferik Venöz Kataterle İlişkili Enfeksiyonu Önlemeye Yönelik Bilgi Düzeyleri. *Journal of Turkish Family Physician*, 12(2): 84-98.
- Aygün Ö, Yıldırım M. (2021). Hemşirelerin Kanıta Dayalı Uygulamalara Yönelik Tutumları: Tanımlayıcı Bir Çalışma. *Izmir Democracy University Health Sciences Journal*, 4(3): 327-338.
- Kavlak T., Öz S, Ozen N. (2022). Hemşirelerin Kanıta Dayalı Uygulamalara İlişkin Tutumları ve Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi: Tanımlayıcı Bir Çalışma. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*, 14(2), 279-287.
- Kılıç M, Üstündağ ÖN, Uslukılıç G. (2022). Hemşirelik Mesleki Doyumu ve Ekip Çalışması Tutumunun Kanıta Dayalı Hemşirelik Tutumu Üzerine Etkisi: Çok Değişkenli Bir Analiz. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*, 14(2): 434-44.
- Daştan B, Hintistan S. (2018). Dahiliye Kliniklerinde Çalışan Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi: Kırsal Bölge Örneği. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 1(1): 1 - 9.
- Şen E, Yurt S. (2021). Hemşirelerin Kanıta Dayalı Uygulamalara Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 14(2): 102-107. <https://doi.org/10.46483/deuhfed.737729>
- Doğan ES, Cin A, Demirağ H, Uçan FM. (2021). Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşirelik Uygulamalarına Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 612-622. <https://doi.org/10.47525/ulasbid.879094>
- Yıldırım MS, Yıldız E. (2020). Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 3(2): 24-29.
- Yılmaz D, Düzgün F, Dikmen Y. (2019). Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(4): 713-719. <https://doi.org/10.31067/0.2018.91>
- Yılmaz E, Çeçen D, Aslan A, Kara H, Toğaç KH, Mutlu S. (2018). Cerrahi Kliniklerde Çalışan Hemşirelerin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumları ve Araştırma Kullanımında Algıladıkları Engeller. *Hemşirelikte Eğitim Ve Araştırma Dergisi*, 15 (4): 235-241. doi:10.5222/HEAD.2018.235
- Menekli T, Korkmaz M. (2021). Dahiliye Hemşirelerinin Kanıta Dayalı Hemşireliğe Yönelik Tutumları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 14(1): 38-47. <https://doi.org/10.46483/deuhfed.782131>
- Ceylan BK, Mete M. (2023). Kanıta Dayalı Hemşirelik Kavramı Ve Kanıt Niteliği Oluşturan Durumlar. *Akşehir Meslek Yüksekokulu Sosyal Bilimler Dergisi*, 15: 121-132.

Babalara Verilen Yenidoğan Temel Bakımı Eğitimlerinin Babaların Yenidoğan Bakımındaki Öz-Yeterliliği Üzerine Etkisi

Tuğba AŞANBUĞA^a, Turna BEKTAŞ^b, Tuğba DURMUŞ^c, Ezgi BAKI^d, Ziba GHOLİZADEH^e,

Sultan TANYILDIZ^f, Zehra GÜLER^g, Berfin KARABOGA^h, Sevilay ERGÜN ARSLANLIⁱ

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^atuğbaasanbuga@gmail.com, ^bturnabektas01@gmail.com, ^cdurmustugba.17@gmail.com,
^dEzgebaki01@gmail.com, ^eZibaghelizadeh7@gmail.com, ^fsultansu300@gmail.com, ^gzehra241033@gmail.com,

^hberfinkaraboga6@gmail.com, ⁱsevilayergun5555@gmail.com

ÖZET

Son yıllarda, aile yapısındaki değişimler, kentleşme ve sanayileşmenin artması ve kadınların iş hayatına dahil olması babaların geleneksel rollerinde değişime neden olmuştur. Bu nedenlerden ötürü babalar önceki yıllardan daha çok bebek bakımına katılmak durumunda kalmaktadır. Ancak, babaların bebek bakımına dahil olmaya başlamasına rağmen, bakım konusunda yeterli bilgi, beceri ve öz-yeterliliğe sahip olmadıkları görülmektedir. Yenidoğan bakımını başarılı bir şekilde sağlamak için gerekli adımları atamayacağı düşünün babalarda öz-yeterlilik eksikliğine bağlı olarak bakımda aktif rol alamama görülmüştür. Oysaki babanın bebek bakımına katılımı bebeğin sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimini olumlu yönde etkilemektedir. Bunların yanında babaların eşleri ile ilişkilerini ve bebekleri ile güvenli bağlanmalarını da olumlu yönde etkilemektedir. Babaların öz-yeterlilik düzeylerinin artması ve bebek bakımına daha çok katılabilmeleri için babalara farklı yöntemlerle: WhatsApp ile eğitim, çevrimiçi (online) eğitim, yüz yüze eğitim, web tabanlı eğitimler uygulanmış olup sonucunda babaların bebek bakımına katılımındaki değişim ve buna bağlı olarak öz-yeterliliklerindeki değişim değerlendirilmiştir. Özellikle günümüzde teknolojik gelişmelerin artması, çalışan sağlık personelinin iş yükünün fazla olması ve babaların bebek bakımı eğitimlerine yüz yüze katılmak için yeterince vakit bulamamasından dolayı daha çok web destekli eğitim türlerine yönelme olmuştur. Babaların bu tür eğitimlere daha çok katılmak istemesinin bir diğer nedeni ise babaların bu eğitimlere istedikleri zamanda ve mekanda katılabilmeleridir. Web destekli eğitimlere babalar istedikleri zaman katılım sağlayacağı için babaların bebek bakımına yönelik öz-yeterlilik düzeyleri de diğer eğitim türlerinden daha iyi düzeyde olmaktadır. Buna ek olarak, babaların anlaşılır, faydalı, kullanılabilir bulunduğu diğer eğitim türlerine de erişim sağlayabildiğinde katılım gösterdiği görülmüştür. Bu katılımlar sonrasında da babaların bebek bakımında aktif rol aldığı ve bebek bakımına yönelik öz-yeterliliklerinin de arttığı gözlemlenmiştir. Ayrıca, babaların yenidoğan bakımına katılması hem ebeveynler arasındaki iş paylaşımını hem de baba-bebek arasındaki ilişkiyi olumlu yönde etkilemektedir. Ebeler ve diğer sağlık çalışanları, babaların bebek bakımına yönelik öz-yeterlilik düzeylerini artırmak için başta web destekli olmak üzere farklı eğitim yöntemleri ile bebek bakımlarına yönelik eğitim programları düzenlemeli ve babaları bu tür eğitim programlarına katılması için desteklemelidir.

Anahtar kelimeler: Baba, Eğitim, Öz-Yeterlilik, Yenidoğan Bakımı.

KAYNAKLAR

- Adamson, M., Morawska, A., Sanders, M. R. (2013). Childhood feeding difficulties: a randomized controlled trial of a group-based parenting intervention. *J Dev Behav Pediatr.*, 34 (5), 293-302. doi: 10.1097/DBP.0b013e3182961a38.
- Albanese, A. M., Russo, G. R., Geller, P. A. (2019). The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review of associated outcomes. *Child Care Health Dev.*, 45 (3), 333-363.
- Aydoğdu, F., Aysu, B., Aral, N., Gürsoy, F. (2021). An Examination of the Relationship between Mothers' Self-Efficacy Levels and Children's Psychological Problems and Psychosocial Developments. *Journal Of Education And Future*, (20), 1-12.
- Bal, S. (2014). İlk kez babalık deneyimi yaşayan erkeklerin bebek bakımına katılmaya ilişkin görüşleri ve bakıma katılma durumları (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bandura, A. (2012). Algılanan Öz Yeterliliğin İşlevsel Özellikleri Üzerine Yeniden İnceleme. *Yönetim Dergisi*, 38 (1), 9-44
- Bolten, M. I., Fink, N. S., Stadler, C. (2012). Maternal self-efficacy reduces the impact of prenatal stress on infant's crying behavior. *The Journal of pediatrics*, 161(1), 104-109
- Buek, K. W., Cortez, D., Mandell, D. J. (2021). NICU and postpartum nurse perspectives on involving fathers in newborn care: a qualitative study. *BMC nursing*, 20, 1-9
- Doaltabadi, Z. Amiri-Farahani, L. (2021). İlkel kadınların eşlerine verilen yüz yüze ve sanal doğum öncesi bakım eğitiminin anne ve babanın bebeğe bağlanmasına etkisi: yarı deneysel ve kontrollü bir çalışma. *Denemeler*, 22, 1-11.
- Gonzalez, J. C., Klein, C. C., Barnett, M. L., Schatz, N. K., Garoosi, T., Chacko, A., Fabiano, G. A. (2023). Intervention and implementation characteristics to enhance father engagement: a systematic review of parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*, 26(2), 445-458.
- Hamid, S., Chang, S., Kurnia, S. (2009). Identifying the use of online social networking in higher education. Same places, different spaces. *Proceedings ascilite Auckland*, 419-422.
- Law, K. H., Dimmock, J., Guelfi, K. J., Nguyen, T., Gucciardi, D., Jackson, B. (2019). Stress, depressive symptoms, and maternal self-efficacy in first-time mothers: modelling and predicting change across the first six months of motherhood. *Applied Psychology Health and Well-Being*, 11(1), 126-147.
- Lau, R., Hutchinson, A. (2020). Gelecekteki ve yeni babaları erken ebeveynlik becerilerine hazırlamada ebeveyn eğitiminin anlamsal bir incelemesi. *Ebelik*, (84), 102644.
- Manav, A. I., Gozuyesil, E., Tar, E. (2021). The effects of the parenting education performed through WhatsApp on the level of maternal-paternal and infant attachment in Turkey. *Journal of pediatric nursing*, 61, e57-e64
- Murray, C. (2008). 'Schools and Social Networking: Fear or Education?', *Synergy Perspectives: Local*, Vol. 6 Issue 1, pp. 8-12. ,
- Oral, B., Kenanoğlu, R. (2012). Web Tabanlı Uzaktan Eğitim Sistemlerinin Öğrenci Başarısına ve Bilgisayara Yönelik Tutumlarına Etkisi. *Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(2).
- Perrenoud, P., Chautems, C., Kaech, C. (2022). "Whatsapping" the continuity of postpartum care in Switzerland: A socio-anthropological study. *Women and birth*, 35(3), e263-e274.
- Suárez-Lantarón, B., Deocano-Ruiz, Y., García-Perales, N., & Castillo-Reche, I. S. (2022). The educational use of WhatsApp. *Sustainability*, 14(17), 10510.
- Todd, E. M., Watts, L. L., Mulhearn, T. J., Torrence, B. S., Turner, M. R., Connelly, S., Mumford, M. D. (2017). Etik öğretiminde yüz yüze ve çevrimiçi sunumun meta-analitik bir karşılaştırması: Hibrit bir yaklaşım örneği. *Bilim ve Mühendislik Etiği*, (23), 1719-1754.

Vajinismus ve Gebelik

Betül BASKIN^a, Gökçe GÖKPINAR^b, Katibe Ekin KELTEPE^c, Halime ENÜK^d, Hacer VEYİSOĞLU^e,

Ayşenur KAÇANLI^f, Dilara HANEDAR^g, Sakine YILMAZ^h

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^abaskinbetul160@gmail.com, ^bgokce.cs12@gmail.com, ^cekinkltp2@gmail.com,
^denkhaliime@gmail.com, ^ehacervevisoglu173@gmail.com, ^fAysenurkcnl0@gmail.com,

^gdilarahanedar@gmail.com, ^hsyilmaz@karatekin.edu.tr

ÖZET

Vajinismus, cinsel ilişki sırasında vajinal spazmların meydana geldiği ve penetrasyonun engellendiği bir durumdur. Vajinismus genellikle % 1-6 oranında görülmeyle birlikte, ülkemizdeki görülme sıklığı % 15.3 olarak bildirilmektedir. Vajinismusun etyolojisi tam olarak bilinmemekle birlikte çevresel faktörler, katı cinsel mitler, cinsel travma öyküsü, ağırlı fiziksel muayene ve psikiyatrik bozukluklar vajinismus ile ilişkilendirilmektedir. Hastaların çoğunluğu (%65) penetrasyon olmadan tamamlanmamış cinsel ilişki (vajina dışına boşalma) yoluyla spontan olarak gebe kalmaktadır. Vajinismus infertiliteye neden olabilmekte, kadının kadınlık algısını, annelik potansiyelini, anne ve fetüsün prognozunu etkileyebilmektedir. Vajinismuslu gebe kadınlar, altta yatan utanç duygusu ve sağlık personelinin anlayışsızlığı nedeniyle gebelikleri sırasında takip edilmeme riskiyle karşı karşıyadır. Vajinismus ve gebelik, özellikle sağlık profesyonellerinin kadının özel durumunu göz ardı etmesi ve yetersiz tedavi etmesi halinde, altta yatan semptomları ağırlaştırabilecek özel bir durum oluşturmaktadır. Bu derlemede, vajinismus ve gebelik üzerine etkileri hakkında farkındalık oluşturulması amaçlanmaktadır.

Vajinismus, kadınlarda görülen psikoseksüel bozuklukların en yaygın biçimlerinden biridir ve psikolojik, psikosomatik ve ilişki sorunlarının yanı sıra fiziksel acı da içerebileceği için kadının yaşam kalitesinde önemli bir bozulmaya neden olabilmektedir. Vajinismusun çeşitli türleri tanımlanmaktadır. Literatürde en sık tanımlananlar birincil vajinismus ve ikincil vajinismustur. Primer vajinismus durumunda herhangi bir zamanda vajinaya herhangi bir şeyin sokulması mümkün değildir. İkincil vajinismus, vajinal penetrasyonla normal bir cinsel yaşamdan sonra ortaya çıkmaktadır ve genellikle genital bölgeyle ilgili travmatik bir olayla tetiklenmektedir. Vajinismusun çeşitli etyolojileri ileri sürülmektedir. Bunlar arasında uygun cinsel eğitim ve anlayış eksikliği; ilk cinsel deneyimde ağrı endişesi ve beklentisi, dini, ahlaki veya kültürel ortodoksluktan kaynaklanabilecek olumsuz inançları, anksiyete bozuklukları veya çocuklukta cinsel istismar dahil olmak üzere somatik/psikolojik nedenler; endometriozis, enfeksiyon, kızlık zarı anomalileri ve vajinal atrofi gibi organik bozukluklar yer almaktadır. Vajinismusun çok çeşitli etyolojik faktörleri olduğu için tedavi seçenekleri de farklılık göstermektedir. Vajinismusun etkili tedavileri arasında sistematik duyarsızlaştırma, psikoseksüel terapi, cinsel eğitim, botulinum toksini enjeksiyonları ve farmakoterapi yer almaktadır. Vajinismuslu kadınların üreme, gebelik ve doğum sonuçları hakkında çok fazla bilgi yoktur. Vajinismus infertiliteye neden olabilmekte ve kadının kadınlık algısını ve annelik potansiyelini etkileyebilmektedir. Bazı kültürlerde "kadın" olma algısı, gebe kalma ve çocuk sahibi olma yeteneğini ifade etmektedir. Vajinismus ve gebelik, sağlık profesyonellerinin kadının özel durumunu göz ardı etmesi ve yetersiz tedavi etmesi halinde, altta yatan semptomları ağırlaştırabilecek özel bir durum oluşturmaktadır. Vajinismuslu 20 gebe (%85 birincil, %15 ikincil) dahil edilerek yapılan bir çalışmada, kadınların çoğunun çok az cinsel eğitim aldıkları

veya hiç almadıkları (%60) ve muhafazakar bir aile geçmişi olduğu (%70) saptanmıştır. Ayrıca aynı çalışmada kadınların tamamının cinsel ilişkiden hemen önce kaygı ve öfke hissettiği, %40'ının daha önce vajinismus sorunuyla ilgili herhangi bir tıbbi konsültasyona başvurmadığı, sadece %50'sinin gebelikleri sırasında (vajinal muayene olmadan) düzenli takip ziyaretleri bildirdiği ve bu kadınların %25'inin vajinal muayene girişimleri sırasında subjektif olarak kötü deneyimler ile düzensiz takip ziyaretleri bildirdiği saptanmıştır. Yapılan başka bir çalışmada ise, vajinismuslu gebelerin 12'sinin sezaryen, 5'inin ise vajinal doğum yaptığı, sezaryen doğumların 7'sinin isteğe bağlı, 5'inin ise tıbbi endikasyon nedeniyle gerçekleştiği, tedavi sonrasında gebe gruptan 16 çift (%94,1) çok rahat, tam penetrasyonlu cinsel ilişki yaşadıkları, 1 çiftin ise tam penetrasyona ulaştıkları ancak ağrılı olduğunu bildirdiği saptanmıştır. Yapılan literatür çalışmasında, vulvodini ve vajinismus; eklampsi, koryoamniyonit, miadında gebelik, sezaryen doğum, enstrümantal vajinal doğum, kan transfüzyonu, uzun süreli hastanede kalış, konjenital anomaliler ve intrauterin büyüme kısıtlamasında artış riskleriyle ilişkilendirilmiştir.

Sonuç olarak, ebeler, gebelik, doğum ve doğum sonrası sağlık hizmetlerinde önemli rol oynamaktadır. Gebelikte vajinismusunu inceleyen çalışmalar, vajinismus hastalarının gebelik sırasında güvenli bir şekilde cinsel terapiye girebileceklerini ve gebelik süreçlerini sağlıklı geçirebileceklerini göstermektedir. Bu kapsamda, vajinismus hala bir tabu olarak kabul edildiğinden ve vajinismustan etkilenen kadınlar şikâyetlerini kolaylıkla dile getiremedikleri için, sağlık profesyonellerinin kadınların düzenli takip ziyaretleri sırasında cinsel problemlerini sorması gerekmektedir. Gebelikte yeterli tıbbi bakımın sağlanabilmesi için sağlık profesyonellerinin vajinismuslu gebelere dikkatli yaklaşımları gerekmektedir. Bu bakım ve tedaviler sezaryen tercihini azaltabilir, jinekolojik muayene ve doğumla ilgili kaygıyı azaltabilir.

Anahtar kelimeler: Ebelik, Gebelik, Vajinismus.

KAYNAKLAR

- Achour R, Koch M, Zgueb Y, Ouali U, Ben Hmid R. (2019). Vaginismus and pregnancy: epidemiological profile and management difficulties. *Psychology research and behavior management*, 12: 137-143.
- Eserdağ S, Akalın EE. (2021). Evaluation of Characteristics and Clinical Outcomes of Vaginismus Treatment During Pregnancy. *Southern Clinics of Istanbul Eurasia*, 32(2):134-140.
- Baril S, Czuzoj-Shulman N, Abenhaim HA. (2023). Obstetric outcomes in women with vulvodynia or vaginismus. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 308(2): 471-477.
- Demirezen E, Karaçam ZD. (2021). Vajinismus tanılı kadınların desteklenmesinde ebelerin rolü. *Androloji Bülteni (Andrology Bulletin)*, 23(1):56-61.
- Kiremitli T, Kiremitli S. (2021). Tedavi sonrası vajinismus hastalarının gebelik sonuçları, obstetrik ve perinatal sonuçlarının değerlendirilmesi. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi*, 18(4): 1023-1027.

Postpartum Kanamada Risk Belirleme, Önleme ve Yönetim

Merve ŞİMŞEK^a, Melisa ÖZKAN^b, Rumeysa SERTDEMİR^c, Merve KOÇYİĞİT^d,

Meerim ZHOROBKOVA^e, Luiza SULEYMAN^f, Nilay GÖKBULUT^g

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a200306071@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b200306025@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^c200306011@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200306018@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^e200306206@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^f200306200@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^gngokbulut@karatekin.edu.tr

ÖZET

Postpartum kanama (PPK) dünya genelinde anne ölüm nedenlerinin dörte birini oluşturan önlenebilir, aciliyeti olan obstetrik riskli bir durumdur. Postpartum kanamanın doğru ve aktif yönetiminin maternal morbitide ve mortaliteyi ortadan kaldırmakta oldukça etkili bir çözüm olduğu görülmektedir. Sağlık Bakanlığı verilerine göre postpartum kanama anne ölüm nedenleri arasında %21 ile ilk sıradadır.

Postpartum kanama normal doğum sonrası 500 mL, sezaryen doğum sonrasında ise 1000 mL'den fazla kan kaybı olması şeklinde tanımlanmaktadır. Postpartum kanama erken ve geç postpartum kanama olmak üzere iki grupta incelenmektedir. Erken postpartum kanama doğum sonrası ilk 24 saat içerisinde meydana gelirken, geç postpartum kanama doğum sonrası ilk 24 saatten sonraki 6-12. haftalarda meydana gelmektedir. Postpartum kanamada risk faktörlerine bakıldığında uterusun fazla gerilmesi, uzun, zor ve hızlı doğum eylemi, doğum esnasında gereğinden fazla tıbbi ve girişimsel müdahale uygulanması (forseps, vakum, uterotonik ajanlar vb.), adölesan gebelikler, çok ve sık doğum yapanlar, plasentanın ayrılmaması ya da erken ayrılması için zorlayıcı müdahaleler, fundusa aşırı ve sert masaj uygulaması, malnütrisyon, mesanenin dolu olması, pıhtılaşma defekti olanlar, gebelikte vaskülarite artışı, gebelik hipertansiyonu, anne dokularının laserasyona yatkın olduğu durumları sıralayabiliriz. Ayrıca sağlık hizmetlerine ulaşım ve ilaç tedariğinin kolay olması, mesleki donanım ve cerrahi yeterlilik belirgin nedenlerle ortaya çıkan postpartum kanama seviyelerinde azalma sağlansa da, sezeryan oranlarının artışı ile birlikte plasental yerleşimin anormal olması ve plasenta akreataya bağlı ortaya çıkan postpartum kanamalar anne ölümlerine neden olmaktadır. Hastaların risk sınıflandırmasının zamanında yapılması, uygun merkezlere sevklerin zamanında yapılması, gebelik haftalarına uygun elektif olarak doğumların planlanması, kanamanın zamanında fark edilerek yönetilmesi postpartum kanama durumlarında istenmeyen sonuçların önüne geçmede hayati öneme sahiptir.

Anne ölüm nedenleri arasında ilk sırada yer alan postpartum kanamanın risk faktörleri, tedavisi ve önlenmesi amacıyla kanıta dayalı uygulamalar sağlık profesyonellerince bilinmeli, gerektiği zaman uygulanabilmelidir. Girişimlerin kanıta dayalı bir biçimde güncel olması uygulamaların başarı şansını ve verilen hizmet kalitesini arttırarak kadın sağlığının yükselmesine yardımcı olacaktır. Yapılan sistematik derlemelerin sonucuna bakıldığında, doğum eyleminin üçüncü evresinin aktif yönetiminde ciddi postpartum kanamanın ve anemi riskinin azaldığı gözlemlenmiştir. Aktif yönetimde uterotonik ajanlar rutin kullanılmaktadır. Uterotonik ajanların kullanımının postpartum kanama riskini yaklaşık olarak yüzde 40 azaltmaktadır.

Anahtar kelimeler: Anne Ölümü, Ebelik, Postpartum Kanama, Risk.

KAYNAKLAR

- Kaya B, Sezer S. (2017). Postpartum Kanamanın Önlenmesi ve Yönetimi. İKSST Derg, 9 (2): 79-85.
- Telli E. (2023). Postpartum Kanama. Osmangazi Tıp Dergisi, 45(4): 629-638.
- Taşkın L. (2016). Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği, 17th ed, 425, Akademisyen Kitabevi, Ankara.
- Hamlacı Y, Bekmezci H, Özerdoğan N. (2017). Postpartum Kanamalarda Kanıta Dayalı Uygulamalar. Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 7 (1): 38-44.

Kadın Sağlığı Alanında Tele-Sağlık Teknolojilerinin Kullanımı

Kübra AVCI^a, Seren Keskin SOYDOĞAN^b, Sıdıka KIRAÇ^c,

Selen Sena BİRLİKBAŞ^d, Şilan TAŞTEKİN^e, Selvihan Bahar ÇAKMAK^f, Gökçe Banu ACAR GÜL^g

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^aavcikubra1652@gmail.com, ^bserenkeskin98@gmail.com,

^csdkakrac@gmail.com, ^dladycoops16@gmail.com,

^esilantastekin11@gmail.com, ^fSelvihancakmak30@gmail.com, ^ggokcebanuacar@karatekin.edu.tr

ÖZET

Günümüz dünyasında bilim ve teknoloji alanında meydana gelen gelişmeler sağlık alanında da kendisini göstermiştir. Gelişen teknoloji sağlık sistemi içerisinde birçok alanda yerini almıştır. Bu gelişmeler ışığında tele-sağlık, tele-hemşirelik, tele-ebelik ve tele-tıp gibi yeni hizmet sunumları doğmuştur. Tele-sağlık hizmetleri uzaktan erişim ağları vasıtasıyla sağlık hizmetlerinin sağlık kuruluşlarına erişimin kısıtlı olduğu bölgelerde yaşayan insanlara ulaştırılmasına, tedavilerinin sürdürülebilmesine, hastalara fizyolojik, sosyal, psikolojik ve tıbbi destek sağlanabilmesine, birçok alanda özellikle kadınlar olmak üzere aile bireylerinin üzerindeki bakım yükünün ve sağlık çalışanlarının da iş yükünün azaltılmasına olanak sağlayacaktır. Ülkemizde de teknolojinin beraberinde getirdiği yeni tedavi yöntemleri kadın sağlığı ve hastalıkları alanında sorunların giderilmesinde ve bakımın uygulanmasında kullanılmaya başlanmıştır. Türkiye'de birinci basamak aile sağlık merkezlerinde hekim ve ebelerce gebe ve bebeklerin izlemeleri, doğum öncesi ve sonrası bakımları, emzirme eğitimi gibi sağlık hizmetleri verilmektedir. Gebelik sürecinde ve sonraki dönemde gebe kadının psikolojisinin izlenmesi gebeliğin sağlıklı ilerlemesi açısından önemlidir. Toplumda ruhsal bozukluklar giderek artış gösterirken, tedavi edilememiş ruhsal hastalıklar diğer hastalıkların tedavisini de etkilemektedir. Bu noktada devreye giren tele-sağlık uygulamaları yüz yüze terapi için imkân sağlanamayan durumlarda kadınlara online psikolojik terapilerle profesyonel destek alma olanağı sunmaktadır. Kadını mental ve fizyolojik açıdan etkileyen kronik hastalıkların varlığının gebelik üzerindeki etkileri de göz önünde bulundurulduğunda kontrolleri zorunlu hale gelmiştir. Tele-sağlık uygulamaları ile gebelere uzaktan glikoz takibi, ayak bakım eğitimi, beslenmenin desteklenmesi, öz-yönetim becerileri gibi danışmanlık sağlanarak hizmet verilebilmektedir. Zorlu bir tedavi sürecine sahip olan jinekolojik kanserli hastalar bu süreçte psikososyal, fiziksel hem de cinsel yönden ciddi sorunlarla karşılaşmak durumunda kalmaktadır. Evde bakımın yaygınlaştığı bu dönemde tele-sağlık uygulamaları arasında tele-genetik, tele-patoloji, uzaktan kemoterapi denetimi, semptom yönetimi, kendi kendine meme muayenesi ve vulva muayenesi eğitimi, palyatif bakım uygulamaları yaygınlaşmıştır. Bu gelişmeler çerçevesinde video konferans hizmetinden yararlanan hastalardan, tele-sağlık uygulamalarının kendilerine vakit kazandırdığı ve bakım hizmetine erişimlerinin arttığı yönünde memnuniyet dönüşleri gösterdiği belirlenmiştir. Gebelerin immün sistemindeki değişiklikler nedeniyle enfeksiyona daha yatkın hale gelmeleri tedavi açısından daha hassas yaklaşımı gerekli kılmakta bu nedenle kendini izole etmek isteyen gebeler hastaneye gelmeden ve kalabalık ortamlara girmeden evden alacakları tele-sağlık hizmetlerine daha avantajlı bakmaktadırlar.

Yapılmış çalışma sonuçlarına göre, postpartum depresyon, meme problemleri, emzirmenin devamlılığı, yenidoğan bakımı, postpartum psikoz, anne-bebek ilişkisi, lohusalık döneminde öz bakım ve aile planlaması gibi konularda kadınlar da aynı doğrultuda almış oldukları tele-sağlık hizmetlerinden fayda gördüklerini belirtmişlerdir. Sonuç olarak ülkemizde ebeler tarafından kadınlara video konferans yazılımları ile eğitim ve danışmanlık vermesi birçok sağlık sorunu için çözüm oluşturacak ebelik hizmetlerinde; anne ve çocuk sağlığının korunması, anne ölümlerinin önlenmesi, sağlıklı gebeler ve yenidoğanlar gibi olumlu sonuçlar kaydedilmesini sağlayacaktır. Kadın sağlığında bireyin bakımı için önemli değere sahip olan teknolojinin kullanılmasında ebelerin yeterli bilgi ve donanıma sahip olması nitelikli bakım sunumunda önem arz etmektedir.

Anahtar kelimeler: Kadın Sağlığı, Tele-ebelik, Tele-sağlık.

KAYNAKLAR

- Al-Awabdeh ES. (2015). Telepsychiatry. Middle East Journal of Psychiatry and Alzheimers, 6(1), 21-5.
- Avcı M, Demir E, Oter EG. (2022). COVID-19 Pandemisinde Kadın Sağlığında Tele-Tıbbın Kullanımı. YOBÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 3(2), 230-238.
- Çıtak G, Bektaş HA. (2023). Pandemide Gebe Ebe İletişimi: Tele-Ebelik. ERÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 10(2), 39-44.
- Işık AH, Güler İ. (2010). Teletıpta Mobil Uygulama Çalışmaları ve Mobil İletişim Teknolojilerinin Analizi. International Journal of InformaticsTechnologies, 3(1).
- Karagöl B, Bilmez G, Ariöz A, Şahin S. (2023). Kadın Sağlığı Alanında Teknoloji Kullanımı ve Bakım. Türkiye Sağlık Araştırmaları Dergisi, 4(3), 57-69.
- Kızılkaya T, Aytaç SH, Yazıcı S. (2020). Covid-19 Pandemisinde Gebelik Dönemi ve Tele-Sağlık. Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 36(3), 189-198.
- Sekizler ET, Atan ŞÜ. (2024). Emzirme Danışmanlığında Yenilikçi Yaklaşımlar ve Teknolojinin Kullanımı. Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 9(Özel Sayı-1), 44-48.
- Şendir M. (2018). Kadın Sağlığında Teknoloji ve Nitelikli Bakım. "I. Uluslararası ve II. Ulusal Kadın Sağlığı Hemşireliği Kongresi. Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi. 1,19.

Jinekolojik Kanser Türlerinin İncelenmesi ve Ebelik Bakımının Önemi

Remziye Ece ÖZEROL^a, Özlem KARATAŞ^b, Mihriban Ayşe ATEŞ^c,

Mence AĞIRMAN^d, Melek BOZKURT^e, Nilay GÖKBULUT^f

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a210306901@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b200306043@ogrenci.karatekin.edu.tr,
^c200306058@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200306020@ogrenci.karatekin.edu.tr,
^e200306039@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^fngokbulut@karatekin.edu.tr

ÖZET

Kanser, vücuttaki herhangi bir organ ya da dokudaki hücrelerin kontrolsüz büyümesi ve çoğalmasıyla oluşan önemli bir hastalık grubudur. Ölüm nedenleri arasında dünyada ikinci sıradadır. 2016 yılındaki kanser hızı Türkiye Kanser İstatistikleri verilerine göre kadınlarda yüz binde 183,2 iken bu oran erkeklerde artarak yüz binde 259,9'dur. Küresel Kanser Gözlem Verisi (GLOBOCAN) 2018 verilerine göre kadınlarda görülen ilk beş kanser türü içerisinde %30.8 ile jinekolojik kanserler gelmektedir. Jinekolojik kanserlerin belirtileri tutulan organa göre farklılık göstermekte olup, bu grupta endometrium, serviks, over, vajen ve vulva kanserleri yer almaktadır. Ülkemizde jinekolojik kanserlerin görülme oranına bakıldığında zaman endometrium kanserinin en fazla görülmesi ile birlikte bunu over ve serviks kanserleri takip etmektedir.

Serviks kanseri, tarama testleri ile erken teşhis edilebilen bir kanser türüdür. Görülen vakaların çoğu gelişmemiş ve gelişmekte olan ülkelerde görülmekle birlikte serviks kanserinin bilinen en önemli nedeni human papilloma virüsüdür. Smear testi, human papilloma virüs-deoksiriboz nükleik asit taraması ve yapılan aşilar sonucu insidansı yüksek oranda düşürülmüştür. Tedavi edilmeyen human papilloma virüsü enfeksiyonu immün sistem tarafından yok edilemez ve kanser öncesi lezyonlar ortaya çıkar. Bunun önlenmesi için belirli aralıklarla tarama testleri yapılmalıdır. Endometrial kanser kadınlarda görülen en sık jinekolojik kanserler olarak öne çıkmaktadır. Endometrial kanserin %90'ı 50 yaşın üstünde görülürken, %20'si ise menopozdan önce üreme dönemindeki kadınlarda görülmektedir. Yapılan araştırmalarda diabetes mellitus, hipertansiyon, yaş, östrojen, progesteron hormonlarında dengesizlikler, polikistik over sendromu ve sigara kullanımı ile ilişkilendirilmektedir. Ultrasonografi, endometrial biyopsi, histereskopi ile tanı konulmaktadır. Ülkemizde en sık karşılaşılan kanser türleri arasında üçüncü sırada over kanseri yer almaktadır. Over kanser olgularının görüldüğü yaş aralığının 50-59 arası olduğu saptanmıştır. Metastatik evrede tanı aldığı belirlenmiştir. Prognozu serviks ve endometrium kanser olgularına göre daha kötüdür. Vulva ve vajina kanserlerinin jinekolojik kanserler arasında %1'lik bir kısmı oluşturduğu saptanmıştır. Buna rağmen son yıllarda vulva kanserinde artış olduğunu tespit eden kaynaklar mevcuttur. Semptomatik bulgular ile tanı konulur. Birçok belirti ve bulguları bulunmaktadır. Bunların bazıları menopoz öncesi düzensiz kanamalar, menopoz sonrası vajinal kanama, hazımsızlık, mide problemleri, karında sıvı birikimine bağlı şişlik gibi durumlar söz konusudur. Vulva kanserinin tedavisinde evrelenmesi önemlidir. Bu kanserin hangi evrede fark edildiği ve buna uygun tedavi sürecinin başlaması çok önemlidir.

Vajina kanseri genellikle skuamöz hücreli karsinom (%80-90) ve adenokarsinom (%3-4) olmak üzere iki ana türde sınıflandırılmaktadır. Vajina kanserinin belirtileri arasında ağrısız sulu veya renkli akıntı, pelvik ağrı, idrar veya bağırsak alışkanlıklarında değişiklikler ve cinsel ilişki sırasında ağrı bulunabilir. Risk faktörleri arasında ileri yaş (60-70), human papilloma virüsü enfeksiyonu, sigara içme, rahim ağzı kanseri öyküsü, bağışıklık sistemi zayıflığı ve östrojen hormon tedavisi bulunmaktadır. Teşhis genellikle biyopsi ve görüntüleme testleriyle yapılır.

Kanserlerin yönetimi hastanın genel sağlık durumu, lenf nodu tutulumu, kanserin evresi, tümörün büyüklüğü dikkate alınarak planlanır. Jinekolojik kanserin türüne göre tedavi seçenekleri arasında cerrahi müdahale, radyoterapi ve kemoterapi kombinasyonları gelmektedir.

Ebelerin kadınlara jinekolojik kanserler hakkında bilgilendirme ve tedavi seçenekleri ile ilgili danışmanlık sağlama konusunda önemli görevleri vardır. Düzenli jinekolojik kontroller, human papilloma virüsü aşısının önemi, sigara ve alkol kontrolü ve sağlıklı beslenme gibi sunulacak ebelik bakımları hastalığın erken teşhis edilmesinde veya tedavi edilmesinde oldukça önemlidir. Kanser tedavisi edilebilir olmasını sağlayan en önemli faktör kanserin erken dönemde teşhis edilmesidir. Erken tanı ve tedavi için ailesel riski olanların tümör markerlarının yakın takibe alınması, pap smear testi, ultrason, yıllık jinekolojik muayeneler, menopoz sonrası gerektiğinde yapılacak biyopsiler önemlidir. Jinekolojik kanserlerde semptomlar ve uygulanan kemoterapi, radyoterapi ve cerrahi tedaviler sadece fizyolojik bütünlüğü tehdit etmekle kalmayıp birçok psikososyal değişikliğe de neden olmaktadır. Bu nedenle jinekolojik kansere bağlı olarak meydana gelen psikososyal değişiklikler bilinmeli, hasta ve yakınlarının ihtiyaçları belirlenmeli ve uygun girişimler planlanarak bakım verilmelidir.

Anahtar kelimeler: Ebelik, Jinekoloji, Kadın, Kanser, Muayene.

KAYNAKLAR

- Uçar T, Bekar, M. (2010). Türkiye’de ve Dünyada Jinekolojik Kanserler. Türk Jinekolojik Onkoloji Dergisi. 13 (3): 55-60.
- Eroğlu K, Koç G. (2015). Jinekolojik Kanser Kontrolü ve Hemşirelik. JOHUFON. 1 (2):77-90.
- Evcili F, Bekar M. (2013). Jinekolojik Kanser Tanısı Almanın Psikososyal Boyutu Ve Hemşirelik Yaklaşımları. Türk Jinekolojik Onkoloji Dergisi. 16 (1): 21-28.
- Yıldırım Öztürk EN, Uyar M. (2021). Globocan 2012 ve 2018 Verileri Üzerinden Dünya’da, Avrupa’da ve Türkiye’de En Sık Görülen Beş Kanser Türünün Değerlendirilmesi. Sakarya Üniversitesi Holistik Sağlık Dergisi. 4 (1): 17-27.
- Akkoç AN, Toplu N. (2016). Kanser Kök Hücreli. Animal Healty Production and Hygiene. 5 (1): 416-422.
- Atlas B, Er Güneri S. (2022). Kadınların Jinekolojik Kanserlerle İlgili Farkındalığı ve Farkındalığı Etkileyen Faktörler. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. 7 (1): 77-85.
- Baykara O. (2016). Kanser Tedavisinde Güncel Yaklaşımlar. Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi. 5 (3): 154-165.
- Pınar G, Akdemir H, Abbasoğlu A. (2007). Germ Hücreli Over Kanseri: Olgu Sunumu. Türk Jinekolojik Onkoloji Dergisi: 10 (4), 99-105.

Gebelik ve Laktasyon Döneminde Prebiyotik ve Probiyotik Kullanımı

Fatma TOPCU^a, Hilal BAĞÇECİ^b, Havvanur ÜNAL^c,

Amal EGAL^d, Gülhizar BULUT^e, Çağlanur KALAFAT^f, Sakine YILMAZ^g

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^afatmatopcu113@gmail.com, ^bhilalbagceci@gmail.com,

^chavvanurunal4@gmail.com, ^dAmlhmev@gmail.com,

^eglzrbt2020@hotmail.com, ^fcaglaakalafatt67@gmail.com, ^gsyilmaz@karatekin.edu.tr

ÖZET

Prebiyotikler, bağırsakta bulunan bazı mikroorganizma türlerinin çoğalmasını etkileyen ya da uyarıcı besin bileşikleridir. Probiyotikler; insan kaynaklı olup patojen ve toksijenik olmama, bağırsak hücre epiteline tutunabilme, antimikrobiyal özellikte salgı yapabilme, mide asidi ve safraya dirençli olma ve konakçının sağlığına olumlu etki yapabilme gibi özelliklere sahip olan sağlığa faydalı olan sindirim kanalı mikroorganizmalarıdır. Probiyotikler, gastrointestinal mikrobiyotayı iyileştirerek gıdaların sindirilebilirliğini arttırmaktadır, immün sistemi desteklemektedir, kan kolesterol seviyesini düşürmektedir ve prebiyotiklerin emilimini artırıcı etki göstermektedir. Gebelikte yeterli ve dengeli beslenme hem maternal hem de fetal sağlığı korumak için önemlidir. Gebelikte kadının vücudunda birçok değişiklik meydana gelmekle birlikte mikrobiyotasında da farklılaşma olmaktadır. Probiyotik ve probiyotik içeren besinlerle birlikte oluşan sağlıklı mikrobiyotaya gebelikte anneden bebeğe aktarılan bir mirastır. Bu derlemede, gebelik ve laktasyon döneminde doğal prebiyotik ve probiyotik kullanımının mikrobiyota gelişimi üzerine etkileriyle birlikte anne ve bebek üzerine etkileri hakkında farkındalık oluşturulması amaçlanmaktadır.

İnsan vücudunda doğumdan itibaren farklı sistemlerde bulunan mikroorganizma türlerinin çeşitliliği mikrobiyotaya olarak tanımlanmaktadır. Mikrobiyota dengesinin korunması için probiyotik ve prebiyotik kullanımı tercih edilen yöntemdir. Prebiyotik; kolondaki mikrobiyotaya elemanlarının büyümesini veya aktivesini seçici olarak uyarmak suretiyle anneyi olumlu yönde etkileyen böylelikle annenin sağlığını iyileştiren, düzenleyen ve sindirilemeyen gıda bileşenleridir. Anne sütü, fermente süt ürünleri, muz, enginar, pırasa, kuşkonmaz, kereviz, soğan, sarımsak, bezelye, şeftali, domates, yer elması, hindiba, yeşil sebzeler, arpa, çavdar, buğday, polifenol içeren besinler doğal prebiyotik kaynaklarıdır. Probiyotikler; oral yolla yeterince alındığında annenin sağlığına olumlu şekilde etkisi olan sindirim sistemi mikroorganizmalarıdır. Fermente süt ürünleri (ev yapımı yoğurt, peynir, kefir), anne sütü, kıymız, boza, ekşi mayalı ekmek, sirke, turşu, tarhana, lahana turşusu, pastörize edilmemiş zeytin, hardaliye ve benzeri ürünler doğal probiyotik kaynaklarıdır. Probiyotikler gıdaların sindirilmesini artırıcı, immün sistemi destekleyici ve prebiyotiklerin emilimini artırıcı etki göstermektedir. Kadın üreme sistemi mikroorganizma florası; üreme sağlığı, gebelik ve yeni doğan sağlığı açısından oldukça önemlidir. Mikrobiyota gelişimine etkisi olan temel faktörlerin başında doğum şekli, annenin mikrobiyotası, anne sütü alımı, antibiyotik/probiyotik kullanımı, beslenme ve bakterilere çevresel maruziyet bulunmaktadır. Prebiyotik ve probiyotikler, gebelik komplikasyonlarının ve maternal metabolizma ile ilgili olumsuz

sonuçların önlenmesi için güvenli terapötik bir araçtır. Literatürde probiyotik ve prebiyotik kullanımının anne üzerinde faydalı ve birçok hastalığın önlenmesinde etkili olduğunu gösteren çalışmalar vardır. Probiyotik ve prebiyotik kullanımının, gebelikte preterm doğumda, gestasyonel diyabette, bakteriyel vajinoziste, gebelik komplikasyonlarının iyileştirilmesinde, postpartum dönemde gelişebilecek sağlık sorunlarının tedavi edilmesinde ve sindirim sistemi üzerinde olumlu etkilerinin olduğu gözlenmektedir. Anne beslenmesi ile fetus sağlığı arasında önemli bir ilişki bulunmakta olup, annenin gebeliği boyunca yeterli ve dengeli beslenmesi bebeğin bedensel ve mental olarak büyümesi ve gelişmesini önemli ölçüde etkilemektedir. Bebeğe mikrobiyota gelişimi anne karnında başlamakta olup, doğum şekli de bu gelişimi etkilemektedir. Mikrobiyota gelişimini, doğum sonrası; anne sütü alımı, kullanılan antibiyotikler, çevresel faktörler, genetik yapı ve beslenme gibi birçok faktör etkilemektedir. Anne sütü bebeğe; oligosakkaritler (doğal prebiyotikler), bağışıklık hücreleri ve bakteriler (doğal probiyotikler) ve bunların metabolitleri (doğal postbiyotikler) gibi birçok biyoaktif bileşikleri de sağlamaktadır. Günümüzde anne sütünün benzersiz bir mikrobiyoma sahip olduğu kabul edilmektedir. Yapılan çalışmalarda anne sütünden türetilen bu suşların, potansiyel probiyotikler olduğu bilinmektedir. Gebeliğin son dönemlerinde anne sütünde bazı bakterilerin bulunduğu, intestinal ve süt bezlerindeki mikrobiyotanın değiştiği belirtilmektedir. Yapılan çalışmalar, gebelik ve laktasyon dönemi boyunca annenin intestinal mikrobiyotasında bulunan bakterilerin intestinal immün hücrelerle ilişkili bir mekanizma ile süt bezlerine ulaştığını desteklemektedir. Anne sütü mikrobiyotasının geliştirilmesine yönelik gebelik ve laktasyon sürecinde anneye uygulanan probiyotik ve prebiyotik takviyelerinin anne sütü mikrobiyotasını etkilediği gözlenmektedir.

Sonuç olarak, ebeler, gebelik ve laktasyon döneminde kadının yeterli ve dengeli beslenmesinin sağlanmasından önemli rol oynamaktadır. Bu kapsamda, probiyotik ve prebiyotik takviyelerinin gebelik ve laktasyon sürecini olumlu etkileyeceği düşünülmektedir. Sağlık profesyonelleri, prebiyotiklerin ve probiyotiklerin öncelikli olarak doğal kaynaklardan almak koşuluyla hem gebelerde hem de laktasyon döneminde güvenilir bir şekilde kullanılabilirliği konusunda özellikle de riskli gebelik gruplarında farkındalık sağlamalıdır.

Anahtar kelimeler: Gebelik, Laktasyon, Mikrobiyota, Prebiyotik, Probiyotik.

KAYNAKLAR

- Dülger D. (2021). Gebelik Dönemi Beslenme Eğitimine Mikrobiyotaların İlave Edilmesi İçin Farkındalık Oluşturma. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi*, 18(3): 994-996.
- Yılmaz HK, İpek KD. (2021). Probiyotikler ve Kadın Sağlığı Üzerine Etkileri. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, (23): 518-523.
- Ayaz Z. (2021). Prebiyotikler ve sağlık açısından faydaları. *The Journal of Turkish Family Physician*, 12(4): 201-206.
- Karakoyun M, Çağan Appak Y. (2023). Bebeklik Döneminde Probiyotikler ve Prebiyotikler. *Forbes Journal of Medicine*, 4(1): 21-28.
- Küçükkaraca H, Samur FG. (2018). Gebelikte Laktasyon Döneminde Probiyotiklerin Kullanımı ve Sağlık Üzerine Etkileri. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi*, 179-183.

Epizyotominin Perine Kasları Üzerine Etkileri ve Sonuçlar

Ezgi DURASI^a, Edanur TETİK^b, Dilara GÖZEK^c,

Dilara YAMAN^d, Hatice Kübra YORULMAZ^e, Demet AKTAŞ^f

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^adurasiezgi1@gmail.com, ^bedatetik.ent@gmail.com,

^cgozekdilara462@gmail.com, ^ddilarayaman2039@gmail.com,

^ekubra1206@icloud.com, ^fdemetaktas@karatekin.edu.tr

ÖZET

Bu derlemede amaç, kadınlarda epizyotomi uygulamasının perine kasları üzerindeki etkileri ve sonuçları hakkında bilgi sağlamaktır. Epizyotomi, kadınlarda doğumun ikinci evresinde perinide bulunan bulbokavernöz kasına medyan veya medyolateral olarak yapılan planlı cerrahi bir işlemdir. Epizyotomi normal doğum esnasında en çok kullanılan yöntemler arasında yer almaktadır. Normal doğumda epizyotomi uygulamasına yönelik olarak literatürde pek çok maternal ve fetal avantaj ve dezavantajlardan bahsedilmektedir. Epizyotominin avantajlarına bakıldığında; fetal hipoksinin önlenmesi, gelişebilecek ürogenital laserasyonun giderilmesi, ıkınma evresinde sürenin azaltılması, pelvik taban kaslarındaki bozuklukların önüne geçilmesi ve doğum sonu dönemde düzensiz perine yırtıklarının önlenmesi için uygulandığı görülmektedir. Bununla birlikte epizyotomi uygulaması doğum esnasında maternal açıdan vajinanın gerilmesini ve şiddetli laserasyonların önlenmesini sağlamakla birlikte, fetüsün acil olarak doğurtulması gerektiği durumlarda genişleyen vajinal açıklıktan forseps veya vakum ekstraksiyonu ile müdahaleli vajinal doğumda alanı genişleterek doğumun daha kolay gerçekleştirilmesine olanak sağlamaktadır. Ayrıca epizyotomi fetal makrozomi, omuz distosisi gibi durumlarda bebeğe yine daha fazla alan sağlamak amacıyla uygulanabilmektedir. Doğumun ikinci evresinin uzun sürdüğü durumlarda fetüste; fetal asfiksi, kafa travması, beyin kanaması ve mental gerilik gibi fetal sağlığın tehlikeye girdiği durumlarda epizyotomi uygulanabilmektedir. Yapılan çalışmalarda normal doğumda kadınların %85'inde farklı boyutlarda perine travması geliştiği belirlenmiştir. Gebelerin normal doğuma bağlı epizyotomi uygulaması sonucunda yaşadıkları perineal travmalar günlük yaşam kalitelerini olumsuz etkilemektedir. Epizyotomiye bağlı kadının deneyimlediği olumsuzluklar öncelikle bebek bakımı ve emzirmeyi negatif yönde etkilemektedir. Bununla birlikte kadınların epizyotomi sonrası doğum sonu perineal ağrı, kızarıklık, ödem, akıntı, hemoraji, enfeksiyon riski, disparoni, özbakımda yetersizlik, sorumluluklarını yerine getirememe, estetik kaygısı, cinsel sorunlar, vajinal kas gücü kaybı, anal sfinkter hasarı, inkontinans artışı, yara iyileşmesinde gecikme, 3. ve 4. derece perine laserasyonu yaşadıkları belirlenmiştir. Tüm bu sorunlara bağlı kadınların normal doğumdan kaçındıkları saptanmıştır. Literatürde epizyotomi uygulamasının ürogenital yırtıkları engellediği ve pelvik taban kaslarında gelişebilecek bozuklukları önleyebildiğine yönelik kesin kanıtlar halen bulunmamaktadır. Sonuç olarak, normal doğumlarda epizyotomi uygulamasının acil durumlar haricinde rutin olarak uygulanmaması gerektiği unutulmamalıdır. Doğumda epizyotomi uygulanan kadınlarda

ise maternal ve fetal risklerin belirlenip önlenmesi, riskler geliştiğinde ise maternal-fetal sağlığı geliştirici önlemlerin alınması gerekmektedir.

Anahtar kelimeler: Epizyotomi, Kadın, Perine kasları.

KAYNAKLAR

- Aydın Beşen M, Rathfisch G. (2019). Doğumda perineal travma ve onarımı: kanıt temelli yaklaşımlar. Gazi Sağlık Bilimleri Derg. 4 (3): 1-11.
- Blondel B. (2016). Variations in rates of severe perineal tears and episiotomies in 20 European countries: A study based on routine national data in Euro-Peristat Project. Acta Obstet Gynecol Scand. 95 (1): 746-754.
- Erbaba H, Pınar G. (2016). Postpartum perineal travmanın önlenmesi ve yönetimine ilişkin güncel yaklaşımlar. JERN. 13 (3): 272-281.
- Erbaba H, Pınar G. (2016). Primipar kadınların perineal travmaya ilişkin görüşleri ve uygulamaları: Nitel bir çalışma. Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Derg. 13 (3): 89-94.
- Kızılkaya Beji N, Çelebi EZ, Avcı N. (2021). Doğum ve pelvik taban disfonksiyonu. Ist Faculty Med. 84 (2): 269-274.
- Oliveira LS, Brito LGO, Quintana SM, Duarte G, Marcolin AC. (2014). Perineal trauma after vaginal delivery in healthy pregnant women. Sao Paulo Med J. 132 (4): 231-238.
- Velioğlu, Elif. (2014). Epizyotomi sonrası perineye buz uygulamasının ağrıyı azaltmaya ve yara iyileşmesine etkisi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Walker GJA, Gunasekera P. (2011). Pelvic organ prolapse and incontinence in developing countries: review of prevalence and risk factors. Int Urogynecol J. 22 (2):127-135.

Jinekolojik Kanserlerle İlgili Farkındalık ve Taramanın Önemi

Gül BALIKÇI^a, Şenay KORKMAZ^b, Gökçe Banu ACAR GÜL^c

Ebelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a230306269@ogrenci.karetkin.edu.tr, ^b230306234@ogrenci.karetkin.edu.tr, ^cgokcebanuacar@karatekin.edu.tr

ÖZET

Kanser, günümüzde toplumlarda ve her sosyoekonomik düzeyde görülen önemli bir hastalık olup, dünyadaki ikinci sıradaki ölüm nedenidir. Dünyada yeni kanser vakaları ve kanserden ölümlerin artması nedeniyle konunun önemi her geçen yıl daha fazla artmaktadır. Jinekolojik kanserler, kadın genital organlarının malign hastalıklarıdır. Bunlardan serviks, endometrium ve over kanserleri, daha sık görülen, toplum sağlığını etkileyen önemli mortalite ve morbiditede nedenidir. Global Kanser Gözlemevi (GLOBOCAN) 2020 verileri, dünya genelinde kadın jinekolojik kanserlerinde görülme sıklığı sırası ile en fazla serviks, uterus ve over kanseri şeklinde belirtilmektedir. Ülkemizde kanserler ile ilgili verilere bakıldığında; jinekolojik onkoloji hastalıklarının insidans ve mortalite olarak ilk on kanserin içerisinde olduğu görülmektedir. Jinekolojik kanserlere bağlı ölümlerin azaltılabilmesi için erken evrede yakalanması tedavi edilebilir bir aşamada tespit edilerek, bireyin yaşam kalitesi bozulmadan hayatta kalma şansı artıracağından önemlidir. Ancak korunma konusundaki bilgi eksikliği ve biyopsikososyal, kültürel faktörler kadınların erken tanıdan yararlanmalarını engelleyebilmektedir. Jinekolojik kanserler bilgi, farkındalık ve erken tanı programlarına katılımı önlenemeyen ve tedavi edilebilen hastalıklardır. Toplum sağlığını olumsuz olarak etkileyen jinekolojik kanserlerle ilgili farkındalık düzeyinin artırılması, kadınların risk faktörleri, belirtiler ve tarama programları konularında bilgilendirilmeleri ile mümkündür. Kadınlarda jinekolojik kanserlere karşı farkındalık oluşturmak, korunmada birinci basamak sağlık hizmetleri içerisinde yer alır. Sağlık çalışanlarının tedavi edici hizmetlerin yanı sıra, koruyucu sağlık hizmetlerinde planlama ve uygulama görevi vardır. Jinekolojik yakınmaların ve jinekolojik kanserlerin belirtileri hakkında bilinçlendirme, erken tanı ve korunma açısından önemli bir rol oynar. Kadınlar bu belirtileri tanıdıklarında ve sağlık profesyonellerine başvurduklarında, kanserler daha erken aşamalarda teşhis edilebilir ve tedavi edilebilir. Kadınların jinekolojik yakınmalar ve jinekolojik kanserler konusundaki artan bilgisi ve farkındalığı hem kadınların hem de aile ve toplum sağlığının iyileştirilmesine katkıda bulunur. Ülkemizde kadınların kanser farkındalıklarının geliştirilmesi, bilginin artırılması ve kanser taramalarında yer almasının sağlanması kanserle mücadele etkin bir yaklaşımdır. Sağlığı korumak ve yükseltmek, hastalık halinde yaşam kalitesinin olabilecek en üst düzeyde tutmak sağlık profesyonelinin en önemli sorumlulukları arasındadır. Ebelerin temel ve bağımsız fonksiyonları arasında yer alan eğitim, danışmanlık ve kanser farkındalığı oluşturmada hayati rolü vardır. Ülkemizde yapılan farklı çalışmalarda jinekolojik kanser semptomları ve risk faktörleri hakkında yapılan eğitimin kadınların jinekolojik kanser farkındalık ve bilgi düzeyini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Jinekolojik sağlık sorunları ve hizmet gereksinimleri nedeni ile konunun önemle üzerinde durulması gerekir. Kadın sağlığının ve dolayısıyla toplum sağlığının geliştirilmesi için jinekolojik kanserlere karşı farkındalığın artırılmasında geniş kapsamlı eğitim programlarının sürdürülebilmesi kadın sağlığının korunması ve geliştirilebilmesi bakımından bir halk sağlığı önceliğidir. Ebelerin tüm yaş gruplarındaki kadınlara sağlıklı yaşam davranışlarını sürdürmesinde, riskli davranışlar, jinekolojik yakınmalar, taramalar konusunda bilgi, tutum gibi etkileyen faktörlerin, bilgi düzeylerinin ve

eğitim gereksinimlerinin belirlenerek eğitim, danışmanlık verilmesi, farkındalık geliştirilmesi, kurumlar arası iş birliği yapılarak gerekli sağlık girişimlerinin planlanması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Farkındalık, Kadın Kanseri, Tarama.

KAYNAKLAR

- Akkoyun H, Bekar M. (2024). Kadınların Jinekolojik Yakınma Çözümleri, Jinekolojik Kanselerden Korunma Bilgi ve Davranışları Arasındaki İlişki. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 90-99.
- Atlas B, Güneri SE. (2022). Kadınların jinekolojik kanserlerle ilgili farkındalığı ve farkındalığı etkileyen faktörler. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7(1), 77-85.
- Balkan E, Oskay Ü. (2023). Jinekolojik Kanser Hastası ve Ailesinin Psiko-Sosyal Bakımında Sağlık Profesyonelinin Rolü. *Bandırma Onyediy Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 74-83.
- Burucu R, Kıyak S. (2022). Üniversite öğrencilerinin jinekolojik kanser farkındalıkları ve ilişkili faktörler. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 31(3), 172-182.
- Duman FN, Küçükkelepçe DS. (2022). Türkiye’de jinekolojik onkoloji ile ilgili yapılmış ve girişimsel olan hemşirelik lisansüstü tezlerinin incelenmesi. *Journal of Social and Analytical Health*, 2(2), 205-214.
- Gözüyeşil E, Arıöz A, Taş F. (2020). Bir aile sağlığı merkezine başvuran kadınların jinekolojik kanser farkındalıklarının değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 14(2), 177-185.
- Taşkın L. (2016). Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği. ed. Taşkın (L): Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi, s.671-702.
- Tekbaş S. (2023). Postmenopozal Dönemdeki Kadınlarda Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Jinekolojik Kanser Farkındalığına Etkisinin Değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 17(3), 398-406.

Beslenme Bilgi Yarışması

Ahmet BAYEZİT^a, Ayşe KESKİN^b

Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^aahmetbyzt.1@gmail.com, ^baysekeskin6152@gmail.com

ÖZET

İlkokul çağı fizyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimin hızlı olduğu bir dönemdir. Bu dönemde yaşam boyu devam edebilecek davranışların büyük ölçüde kazanıldığı göz önüne alındığında çocuklara ve ailelerine sağlıklı beslenme ve yaşam biçimi alışkanlığının kazandırılması, sağlıklı yaşam bilincinin devamlılığı ve yetişkin çağında hastalıkların önlenmesi açısından önem taşımaktadır. Bu yaş grubunda sağlığın korunması için doğru besinleri seçmek kadar önemli bir diğer konu ise öğün atlamamaktır. Kahvaltı gece boyu açlıktan sonra ilk enerji alımının gerçekleştiği öğün olması sebebiyle oldukça önemlidir. Özellikle okul devam edilen günlerde çocukların bu öğünü atlaması sık görülen hatalı bir beslenme davranışıdır. Sağlıklı bir kahvaltının çocukların okul başarıları ve ders konsantrasyonları arttığı bilinmektedir. Bu kapsamda Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü son sınıf öğrencileri tarafından 'Beslenme Bilgi Yarışması' başlıklı eğitim düzenlenmiştir. Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı bir ilkokulda 2.sınıf öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilen yarışmada ilkokul çağında beslenme konusunda çocukların bilmesi gereken temel beslenme bilgileri yarışma ortamında heyecanlı ve ilgi çekici bir yöntem ile aktarılmıştır. Beslenme bilgi yarışması kapsamında ilkokul çağı için sağlıklı ve dengeli beslenmeyi, büyüme ve gelişmeye yardımcı olan sağlıklı besinleri, sağlığı olumsuz etkileyen besinleri, hangi besinin ne kadar ve nasıl tüketilmesi gerektiği, beslenme çantalarında neler olması gerektiği, öğün içerikleri ve sağlıklı atıştırmalıklar konusunda sorular sorularak, bilgiler verilmiştir. Etkinliği görsel açıdan zenginleştirmek ve çocukların dikkatini çekmek amacıyla renkli, kısa bilgiler içeren broşürler, afişler ve yarışma için çeşitli materyaller (sunum, cevap kartları, vb.) hazırlanmıştır. Etkinlik sonunda yarışmaya katılan tüm ekipler beslenme temalı küçük hediyeler ile ödüllendirilmiş, dinleyici öğrencilere de sağlıklı atıştırmalıklar ikram edilmiştir. Derslerde anlatılan beslenme bilgilerinin pekiştirilmesi açısından yarışmayı verimli bulduğunu belirten sınıf öğretmenleri, beslenme çantası için örnek menülerin sunulduğu broşürü de oldukça beğendiklerini ifade etmişlerdir. Düzenlenen yarışma ile hem öğrencilerin temel beslenme bilgileri edinmeleri sağlanmış hem de veliler için faydalı bilgiler aktararak ilkokul çağı çocuklarının sağlıklı beslenme bilincinin artmasına katkı saylanmıştır.

Anahtar kelimeler: Atıştırma, Okul çağı beslenme, Öğün, Sağlıklı besinler.

KAYNAKLAR

- Yabancı, N. (2011). Okul Sağlığı ve Beslenme Programları. TAF Preventive Medicine Bulletin, 10 (3).
- Akder RN, Meseri R, Çakıroğlu FP. (2018). Okul Çağı Çocukluk Döneminde Beslenme Eğitimi. Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi, 7(2): 1-10.
- Savaşhan Ç, Erdal M, Sarı O, Aydoğan Ü. (2015). İlkokul çağındaki çocuklarda obezite görülme sıklığı ve risk faktörleri. Türkiye Aile Hekimliği Dergisi, 19(1): 14-21.
- Arslan R, AKÇA RP, Aydoğdu F, YANIK, D. (2023). Çizgi filmlerin ilkökul öğrencileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi, 11(1): 1122-1133.
- Büyük ET, Topçu S. (2015). İki farklı ilkökulda okuyan birinci sınıf öğrencilerinin beslenme ve fiziksel aktiviteleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 5(1): 10-15.
- Özsoy S, Kalkım A, Sert ZE. (2019). İlkokul öğrencilerinin sağlık durumunun ve sağlık risklerinin tanınması. Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi, 8(3): 135-142.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER 2022). Ankara: Hazar Reklam Mat. Yay. Dan. Eği. Kır. İnş. San. ve Tic. Ltd. Şti.; 2022.
- Ulaş SC, GÜNAY T. (2014). Okulda sağlık eğitimi yoluyla beslenme ve bedensel etkinlik davranış değişimi. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 28(3): 131-137.

Tip 2 Diyabetli Bireylerde Mikrobiyota Farkındalığı ve Sezgisel Yeme Davranışının İncelenmesi

Zeynep Berin BALTACI^a, Şara DURMAZ^b, Ceren Nur KARA^c

Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^azeynepbern.55@gmail.com, ^bsaradurmaz@gmail.com, ^ccerenurk803@gmail.com

ÖZET

Tip 2 diyabetli bireylerde obezite, hastalığın ayrılmaz bir parçası olduğundan bu hastaların diyet tedavisinde; posa içeriği yüksek, glisemik indeksi düşük karbonhidratların yer verilmesi, yağ açısından sınırlı (enerjinin %10-20 arasının proteinlerden oluştuğu) diyet enerjisi azaltılmış bir beslenme programı uygulanmaktadır. Yağı azaltılmış diyetlerin diyabetli bireylerde basit karbonhidratların aşırı tüketimine neden olabileceği bu durumun hem glisemik regülasyonu olumsuz etkileyebileceği hem de obezite ile sonuçlanabileceği düşünülmektedir. Yüksek enerjili beslenme, yetersiz fiziksel aktivite gibi faktörlerin yanında bağırsak mikrobiyomu da vücut ağırlığı artışına sebep olabilmektedir. Mikrobiyota intrauterin dönemde oluşmaya başlamakta ve doğum şekli ile çeşitlilik kazanmaktadır. Doğumundan sonra, yaşamın ilk birkaç günü içinde bakterilere maruziyet ile çeşitlilik artmakta ve tamamlayıcı beslenme ile birlikte intestinal mikrobiyota hızlı bir şekilde gelişmeye ve çeşitlenmeye devam etmektedir. Makro besin öğeleri olan; karbonhidrat, protein, yağın bileşimleri, miktarları ve kaliteleri mikrobiyotanın oluşumunda önemli etkenlerdendir. Mikrobiyota içeriğinin zararlı bakteriler yönünde arttığı bir durum olan disbiyozis obezite, diyabet, kardiyovasküler hastalıklar gibi kronik hastalıkların oluşmasıyla ilişkilendirilmiştir. Kısıtlayıcı geleneksel vücut ağırlığı kaybı yöntemlerinin uzun vadede bazı olumsuz etkileri (yeme bozukluğu, aşırı yeme riski, ağırlık artışı, besin kaygısı, bedensel memnuniyetsizliği, depresyon, anksiyete vb.) olduğu bilinmektedir. Bu olumsuz sonuçlar nedeniyle kısıtlayıcı yöntemler yerine ağırlık yönetimine yönelik diyet dışı yaklaşımlara ilgi artmıştır. Bu yaklaşımlardan biri olan sezgisel yeme kısıtlayıcı bir yemeye veya diyete alternatif olarak sunulmuş bir farkındalık çalışmasıdır ve bireyleri yalnızca fiziksel olarak aç oldukları zaman enerji alımına teşvik etmektedir. Yaşam boyu diyet tedavisine sadık kalması gereken Tip 2 diyabet hastalarında kötü beslenmeye bağlı oluşan disbiyozis klinik seyri olumsuz etkileyebilir. Bu bireylerde besin alımının sürekli kontrol edilmesi gerekliliği yeme davranışı bozukluklarını tetikleyebilir. Sezgisel yeme davranışı Tip 2 diyabetin tedavisinde diyete uyumu kolaylaştırabilir. Mevcut çalışmada Tip 2 Diyabet tanılı bireylerin mikrobiyota farkındalığı ve sezgisel yeme davranışlarının sağlıklı yetişkinler ile karşılaştırılması hedeflenmiştir. Çalışma kapsamında bireylere 4 bölümden oluşan bir anket uygulanacaktır. Anketin ilk bölümü sosyodemografik özellikleri, ikinci bölümü beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıkları, üçüncü bölümü antropometrik ölçümleri, takip eden bölümler ise ölçekleri (Sezgisel Yeme Ölçeği 2, REZZY yeme bozukluğu Ölçeği ve Mikrobiyota Farkındalığı Ölçeği) içermektedir. Çalışma sonunda elde edilen veriler ile Tip 2 diyabetli bireylerin tıbbi beslenme tedavisini iyileştirecek öneriler sunulularak yaşam kalitelerine katkı sunulması hedeflenmektedir.

Anahtar kelimeler: Mikrobiyota, Sezgisel Yeme, Tip 2 Diyabet.

KAYNAKLAR

- Khanna S, Tosh PK. (2014). A Clinician's Primer on the Role of the Microbiome in Human Health and Disease. *Mayo Clin Proc.* 89 (1):107-14.
- Quaglio AEV, Grillo TG, Oliveira ECS De, Stasi LC Di, Sasaki LY. (2022). Gut microbiota, inflammatory bowel disease and colorectal cancer. *World J Gastroenterol*, 28 (30): 4053-60.
- Ünlü A, Yıldızhan, R. A. (2023). Farklı diyet türlerinin Tip 2 Diyabet ve obezite üzerine etkisi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3): 41-52.
- Özkan N, Bilici S. (2018). Yeme Davranışında Yeni Yaklaşımlar: Sezgisel Yeme ve Yeme Farkındalığı. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(2): 16-24.
- Yaya G, Karaca E. (2021). Sezgisel Yeme Davranışının Vücut Kompozisyonu Ve Bazı Biyokimyasal Parametreler Üzerine Etkisi. *ACU Sağlık Bil Derg* 2021; 12(1): 79-86.
- Nagpal R, Shively CA, Register TC, Craft S, Yadav H. (2019). Gut microbiome-Mediterranean diet interactions in improving host health. *F1000Res*, 21;8: 699.
- Schaefer JT, Magnuson AB. (2014). A Review of Interventions that Promote Eating by Internal Cues. *J Acad Nutr Diet*, 114(5): 734-60.
- Tylka TL, Wilcox JA. (2006). Are intuitive eating and eating disorder symptomatology opposite poles of the same construct? *J Couns Psychol*, 53(4): 474-85.
- Rieder R, Wisniewski PJ, Alderman BL, Campbell SC. (2017). Microbes and mental health: A review. *Brain Behav Immun*, 66: 9-17

Farklı Yağ Türleri Kullanılarak Sık Rastlanan Kronik Hastalıklara Özgü, Besin Değeri İyileştirilmiş Tarifeler Geliştirme

Hilal ÇELİK^a, Meltem POLAT^b

Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^adyt.hilal20@gmail.com, ^bmeltempolat200@gmail.com

ÖZET

Lipitler insan beslenmesinde mutlaka yer verilmesi gereken makro besin öğelerinden biridir ve diyet günlük enerjisinin %20-35'inin sağlıklı yağlardan sağlanması önerilmektedir. Bitkisel sıvı yağlar, kolesterol içermemesi, esansiyel yağ asitlerinden ve sağlık üzerine birçok katkısı olduğu bilinen tekli doymamış yağ asitlerinden zengin olması, fitosteroller, tokoferol gibi biyoaktif öğeleri içermesi nedeniyle insan sağlığı için önemlidir. Dünya çapında sağlıklı diyet modelleri olarak bilinen Akdeniz diyeti, Nordik diyeti ve Japon diyetinin de temel bileşenlerindedir. Yağların kompozisyonu birbirinden oldukça farklı olmasına ve birçok bileşeni içermesine rağmen genel olarak baskın bir yağ asidi vardır. Yağların sağlık üzerine etkileri incelenirken de baskın olan yağ asidinin metabolik etkileri değerlendirilir. Mevcut çalışmanın amacı, Türkiye'de tüketimi yaygın olmayan sıvı yağları kullanarak sık rastlanan kronik hastalıklara özgü, besin değeri iyileştirilmiş tarifeler geliştirmektir. Çalışmanın temel hedefi ise ülkemizde az kullanılan sıvı yağların besin değeri ve hastalıkların tedavisindeki rolüne dikkat çekerek bu yağların kullanımının artmasına katkıda bulunmaktır. Ayrıca kronik hastalık tanısı olan bireyler için oluşturulmuş yeni tarifeler ile monotonluğun azaltılması ve diyet uyumunun artırılması da hedeflenmektedir. Başlangıç tarihi Ekim 2023 olan ve Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik bölümünde yürütülen çalışma hala devam etmektedir. Çalışma kapsamında Türkiye'de yaygın tüketimi olmayan sıvı yağlar (susam yağı, kanola yağı, avokado yağı, çörekotu yağı, aspir yağı, keten tohumu yağı, vb.) ile hastalıklara özgü yiyecek tarifeleri geliştirilmesi planlanmaktadır. Literatürde kronik hastalıkların tedavisinde faydalı olabileceği bildirilmiş yağ asitlerini ağırlıklı olarak içeren yağ türleri, ilgili hastalık için oluşturulacak yiyecek tarifesinde kullanılacaktır. Öncelikli olarak Türkiye'de sık rastlanan kronik hastalıklardan olan diyabet, kardiyovasküler hastalıklar, böbrek hastalıklarının tıbbi beslenme tedavisinde kullanılabilecek yiyecek tarifeleri geliştirilmesi hedeflenmektedir. Çalışmanın ilk basamağında literatür taraması yapılmış hangi yağın hangi hastalıklar için kullanılabileceği belirlenmiş, uygun tarifeler oluşturulmuştur. İkinci aşamada bu tarifeler besin hazırlama laboratuvarında hazırlanarak ilk değerlendirmesi proje ekibi tarafından yapılacaktır. Son aşamada nihai şekli verilmiş olan tarifeler tekrar hazırlanarak panelistlere sunulacaktır. Panelistler tarafından kabul edilen tarifelerin kimler tarafından, ne sıklıkla ve ne miktarda tüketilebileceği, günlük enerji ve besin ögesi gereksinimlerine katkısı, standart tarifelere göre avantajlarını içeren ayrıntılı bir rapor hazırlanacaktır. Tarifeler ile hazırlanan yiyeceklerin görselleri de eklenerek rapor zenginleştirilecektir. Bu çalışma TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı 2023 Yılı 1.Dönem Başvuruları kapsamında desteklenmeye hak kazanmıştır.

Anahtar kelimeler: Aspir Yağı, Çörekotu Yağı, Kronik Hastalık, Susam Yağı, Yağ Asitleri.

KAYNAKLAR

- Çakmakçı, S., & Tahmas-kahyaoğlu, D. (2012). Yağ Asitlerinin Sağlık ve Beslenme Üzerine Etkilerine Genel Bir Bakış. Akademik Gıda, 10 (1): 103-113.
- Çiçekli İ. Lipidler. In: Köse G, editör. Beslenme, Diyet ve Sağlık. İstanbul: Eğitim Yayınevi; 2021. s. 113- 25.
- Sayon-Orea C, Carlos S, Martínez-Gonzalez MA.(2015). Does cooking with vegetable oils increase the risk of chronic diseases?: a systematic review. British Journal of Nutrition, 113 (7): 36-48.
- Orsavova J, Misurcova L, Ambrozova J, Vicha R, Mlcek J. (2015). Fatty Acids Composition of Vegetable Oils and Its Contribution to Dietary Energy Intake and Dependence of Cardiovascular Mortality on Dietary Intake of Fatty Acids. Int J Mol Sci, 16(12):12871-90.
- Hamdan A, Haji Idrus R, Mokhtar MH. Effects of Nigella Sativa on Type-2 Diabetes Mellitus: A Systematic Review. (2019). Int J Environ Res Public Health, 16 (24).
- Konstantinidi M, Koutelidakis AE. Functional Foods and Bioactive Compounds: A Review of Its Possible Role on Weight Management and Obesity's Metabolic Consequences. (2019). Medicines, 6 (3): 94.
- T.C. sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA). Ankara; 2019.
- Türkiye İstatistik Kurumu. Türkiye Sağlık Araştırması 2019 Raporu [Internet]. Ankara; 2019. Online: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Saglik-Arastirmasi-2019-33661>.

Endüstriyel Mutfak Proseslerinde Temel Kurallar

Çember Gizem ŞENER^a, Kamile Büşra KAŞ^b

Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^acembergizemsener@gmail.com, ^bbusrakaass@gmail.com

ÖZET

Toplu Beslenme Sistemlerinde periyodik olarak düzenlenen eğitimler hem çalışanların iş kazalarından korunmasına ve daha verimli çalışmasına hem de üretilen yiyeceklerin kalitesi ile mikrobiyolojik güvenliğinin artmasına katkı sağlar. Alanında uzman eğitimcilerin personelin ihtiyaç duyduğu konularda açık, anlaşılır ve yeterli içeriğe sahip olacak şekilde verdiği eğitimler ile personelin kişisel gelişimine katkıda bulunulabilir, hizmet alanların memnuniyeti artırılabilir, iş yükü, iş stresi ve besin zehirlenmeleri gibi olumsuzluklar azaltılabilir. Bu kapsamda Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü son sınıf öğrencileri tarafından 'Endüstriyel Mutfak Proseslerinde Temel Kurallar' başlıklı eğitim düzenlenmiştir. Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu'na bağlı kız yurdunun yemekhanesinde düzenlenen eğitimde mutfak personeline genel hijyen kuralları, iş sağlığı ve güvenliği, depolama ve satın almada temel kurallar, pişirme ve servis esnasında dikkat edilmesi gerekenler ana başlıklarını kapsayan bir eğitim verilmiştir. Mutfak personelinin mevcut bilgilerinin güncellenip eksik/yanlış olduğu tespit edilen konularda bilgi verilmiştir. Mutfakta kişisel hijyenin öneminden bahsedilmiş, iş kazaları konusunda alınması gereken önlemler vurgulanmıştır. Mutfakta işletmenin yetersiz olduğu alanlarda farkındalık oluşması sağlanmış ve bunlara yönelik çözüm önerileri sunulmuştur. Eğitimi daha verimli ve anlaşılabilir hale getirmek için 'Hijyen Kuralları', 'Mutfakta İş Sağlığı ve Güvenliği', 'Depolama Kuralları' adı altında üç adet afiş ve 'Toplu Beslenme Sistemlerinde Mutfak Kuralları' başlıklı bir adet broşür hazırlanmıştır. Eğitim, kurumun konferans salonunda mutfakta iş yükünün az olduğu bir zamanda personele daha önceden haber verilerek yapılmış ve yaklaşık elli kişi katılmıştır. Hazırlanan içerik personele soru cevap şeklinde sunulmuş, sunum aralarında eğitime destek amaçlı mutfakta personel hijyeni ve mutfakta bulunan ekipmanlardan dolayı oluşabilecek kazaları önlemek amacıyla kullanılması gereken ekipmanları ve personelin hatalı davranışları gösteren iki adet video izletilmiştir. Eğitim sonunda hazırlanan broşürler personele dağıtılmıştır. Afişler ise işletmenin gıda mühendisine teslim edilmiş, çoğaltılarak mutfağın ilgili yerlerine asılması talep edilmiştir. Mutfak personeli eğitim sonunda özellikle yanlış bildikleri bazı konulara dikkat çekildiği için eğitimin verimli olduğunu belirtmişlerdir. İlgili çalışmalarda da periyodik eğitimlerin personele, işletmeye ve hizmet alanlara yönelik faydaları bildirilmiş olduğu için toplu beslenme alanında hizmet veren kurumların mutlaka yıllık eğitim planlarının olması, bu kapsamdaki konuların alanında uzman kişiler tarafından anlatılması, teorik eğitimlerin uygulamalı/iş başı eğitimler ile desteklenmesi önerilebilir.

Anahtar kelimeler: Depolama, Hijyen, İş Sağlığı ve Güvenliği, Pişirme.

KAYNAKLAR

- T.C. Sağlık Bakanlığı. Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER 2022). Ankara: Hazar Reklam Mat. Yay. Dan. Eği. Kır. İnş. San. ve Tic. Ltd. Şti.; 2022. 13 p.
- Türkiye İstatistik Kurumu. İşgücü ve yaşam koşulları daire başkanlığı işgücü istatistikleri grubu iş kazaları ve işe bağlı sağlık problemleri. Araştırma Sonuçları 2013. . Ankara; 2014
- Sezgin AC, Özkaya FD. (2014). Toplu Beslenme Sistemlerine Genel Bir Bakış. Akademik Gıda, 12 (1): 124-128.
- Ersin M, Beyhan Y. (2001). Toplu Beslenme Sistemlerinde Hijyen Sanitasyonu Sağlama Önerileri. Türk Tabipleri Birliği Mesleki Sağlık Ve Güvenlik Dergisi, 2(8), 19-26.
- Özkan R. (2021). Toplu Beslenme Sistemlerinde Kullanılan Gıda Kalite Güvence Sistemleri. Türkiye Sağlık Araştırmaları Dergisi,2 (3): 45-56.
- İnalkaç TN, Gümüş D, Kızıl M. (2022). Toplu Beslenme Sistemleri Çalışanlarına Yönelik Besin Güvenliği Eğitiminin Çalışanların Besin Güvenliği Bilgi Düzeyleri ve Davranışları Üzerine Etkisi. Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal, 9(3): 755-769.
- DAĞ A. (2019). Toplu Beslenme Sistemlerinde Çalışan Personelin Hijyen Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi. International Peer-Reviewed Journal of Nutrition Research, (15): 48.
- Köse S, Bilici S. (2016). Mutfak Ve Yemekhane Çalışanlarında İş Sağlığı Ve Güvenliği Risklerinin Değerlendirilmesi. Beslenme ve Diyet Dergisi, 44(3): 239-247.

Yetişkin Bireylerde Deprem Sonrası Travma Düzeyinin Uyku Bozuklukları, Beslenme Alışkanlıkları ve Duygusal Yeme Davranışları İle İlişkinin Değerlendirilmesi

Ali Batuhan KORKMAZ^a, Asude ARAS^b, Elif TOPÇU^c

Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^akorkmazalibatuhan@gmail.com, ^barasude2000@gmail.com, ^celiftopcu48@gmail.com

ÖZET

Doğal afetler, beşeri unsur içermeyen ve insan yaşamı için tehlike arz eden durumlardır. Türkiye’de birçok doğal afet yaşanmaktadır ve deprem bu doğal afetler arasında en fazla can kaybına neden olanıdır. Depremler kısaca tektonik levhaların hareket etmesi sonucu yeryüzünün sarsılma olaylarıdır. Depremler insan hayatını maddi manevi birçok yönden olumsuz etkilemektedir. 6 Şubat 2023’te saat 04:17 ve 13:24’te gerçekleşen 7.8 Mw ve 7.5 Mw büyüklüklerindeki Kahramanmaraş’ın Pazarcık ve Ekinözü ilçelerinde gerçekleşen depremler yalnızca deprem bölgesine yakın 11 ilimizi değil, tüm ülke genelinde olumsuz etkilere sebep olmuştur. Deprem sonrası yaşanan ikincil travmalar, yas süreci ve deprem korkusu insanları hem fizyolojik hem de psikolojik olarak etkilemektedir. Depremin sebep olduğu kayıplar ve maddi zorluklar o bölgedeki insanların psikolojilerini olumsuz etkilerken, kitle iletişim araçlarından günümüzde en çok kullanılan sosyal medyaya yansıyan asıllı/asılsız haberler sebebiyle deprem bölgesi dışında yaşayan insanlar da etkilenmiştir. Çalışmamızın amacı Türkiye’de yaşanan 6 Şubat 2023 tarihli deprem sonrası deprem bölgesi dahil Türkiye’de yaşayan yetişkin bireylerin deprem sonrası travma düzeylerinin belirlenip, deprem sonrası travmasının bireylerin beslenme alışkanlıkları, duygusal yeme davranışları ve uyku düzenine etkisinin belirlenmesi amacıyla yürütülmüştür. Çalışmaya 18-65 yaş aralığındaki 133 erkek (%18,8), 575 kadın (%81,2) olmak üzere toplam 708 birey dahil edilmiştir. Çalışmaya katılan bireylerin %38,1’ini 6 Şubat depreminden etkilenen illerde yaşayan bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri, afet maruziyetine ilişkin bilgileri, beslenme alışkanlıkları sorgulanmış, DSM-5 Uyku Bozukluğu Ölçeği, Deprem Sonrası Travma Düzeyini Belirleme Ölçeği ve Hisleri Besleme; Duygusal Yeme Ölçeği uygulanmış ve bunların birbiriyle ilişkisi incelenmiştir. Çalışmaya katılan bireylerin %73,9’u daha önce doğal afet yaşadığını beyan etmiştir. En fazla sıklıkta yaşanan doğal afet ise %63,9 ile deprem olmuştur. Bireylerin uyku bozukluğu düzeyi arttıkça deprem travma düzeyinin arttığı saptanmıştır. Ayrıca deprem travma düzeyi ile duygusal yeme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Benzer şekilde uyku bozukluğu düzeyi de anlamlı olarak duygusal yeme ile pozitif yönde ilişkilidir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre 6 Şubat depremi sadece o bölgede yaşayan bireylerin değil toplumun tüm kesiminin travmalarını tetiklemiş ve bu durum beslenme alışkanlıklarına olumsuz olarak yansımıştır. Bu bulgular, doğal afetlerin psikolojik sağlık ve beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkilerini anlamak ve uygun müdahaleler geliştirmek için önemli bir katkı sağlamaktadır. Bu nedenle, doğal afetler sonrası psikososyal destek hizmetlerinin, uyku bozukluğu ve duygusal yeme gibi olumsuz sonuçları azaltmak için daha fazla dikkate alınması gerekmektedir.

Anahtar kelimeler: Beslenme Alışkanlıkları, Deprem, Doğal Afet, Uyku Bozuklukları.

KAYNAKLAR

- Altuncu Z. (2022). Covid-19 Pandemi Sürecinde Üniversite Öğrencilerinin Anksiyete Durumunun Yeme Davranışı ve Beslenme Durumu Üzerine Olan Etkisinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. 727378. Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Doğan, T., Tekin, E. G., & Katrancioğlu, A. (2011). Feeding your feelings: A self-report measure of emotional eating. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 2074-2077. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.056>
- Gümüş B. (2022). Elazığ Depremi Yaşayan Genç Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Sağlıklı Beslenme Düzeyinin İncelenmesi. 724493. Yüksek Lisans Tezi. Bitlis Eren Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Bitlis.
- Hu, P., Han, L. L., Hou, F. G., Xu, X. L., Sharma, M., & Zhao, Y. (2016). Dietary attitudes and behaviours of women in China after the 2008 Wenchuan earthquake in three seismically different zones. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*, 25(4), 849-857. <https://doi.org/10.6133/apjcn.092015.29>
- Kuijter, R. G., & Boyce, J. A. (2012). Emotional eating and its effect on eating behaviour after a natural disaster. *Appetite*, 58(3), 936-939. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.02.046>
- Öyekçin DG, Deveci A, 2012. Yeme Bağımlılığının Etiyolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4 (2): 138-153. <https://doi.org/10.5455/cap.20120409>
- Sopalı, T. (2019). Yetişkinlerde Beslenme Durum ve Alışkanlıkları, Antropometrik Ölçümleri ile Uyku Kalite İlişkisinin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Tanhan, F. ve Kayri, M. (2013). Deprem Sonrası Travma Düzeyini Belirleme Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13/(2), 1013-1025.
- Uslu, B. (2021). Travma Sonrası Stres Bozukluğu Tedavisinde Bütüncül Bir Yaklaşım: Sirkadiyen Ritimler, Uyku ve Yeme Bozuklukları. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 4 (8), 1-13.
- Yüzeren, S., Herdem, A., Aydemir, Ö., Çökmüş, F. P., Aydın, O., Balıkcı, K., ... Köroğlu, E. (2017). DSM-5 Uyku Bozukluğu Ölçeği Türkçe Formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(Ek sayı.2), 79-84.

Ebeveyn Destekli Masal Okuma Takvimi

Dilan KOLCU^a, Tuğba KEKLİKÇİ^b, Saadet KÖR^c, Sıla Sude ÇETİN^d, Gül KADAN^e

Çocuk Gelişimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^adkolcu10@gmail.com, ^bTugbakeklikci11@gmail.com, ^ckr.saadet01@gmail.com,

^dcetinsilasude@gmail.com, ^egulkadan@gmail.com

ÖZET

Okul öncesi dönem çocuğun, ilerideki hayatını şekillendirmesi açısından oldukça önemlidir. Bu dönemde çocuğun, kazanacağı her türlü değer onu tüm yaşamı boyunca takip edecektir. Kazandırılacak özelliklerden biri, erken okuryazarlık becerileridir. Erken okuryazarlık becerilerinin, çocuklara kazandırılması ve bu sürecin oyunla ilerlemesi çocuğun tüm gelişim alanları üzerinde önemli etkide bulunacaktır (Altınkaynak, 2019; Yazıcı ve Kandır, 2018). Bu düşüncelerden hareketle, araştırmada okul öncesi dönemdeki çocuklarda erken okuryazarlık becerilerini geliştirmek için ebeveyn desteği ile web tabanlı masal okuma takvimi uygulanacaktır. Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden yarı deneysel desen modeli kullanılacaktır. Araştırma, Çankırı İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı, bağımsız anaokullarına devam eden 36-72 aylık çocuklar ve ebeveynleri ile gerçekleştirilecektir. Veriler "Genel Bilgi Formu" ve Karaahmetoğlu ve Turan (2022) tarafından geliştirilen "EROY-EV" ölçeği ile toplanacaktır. Araştırma için ilk olarak Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulundan etik kurul kararı alınacaktır. Etik kurul kararından sonra, Çankırı İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden çalışma izinleri alınacaktır. Çalışma izinlerinden sonra rastgele örnekleme yöntemi ile okullar belirlenecektir. Okulların belirlenmesinden sonra, okullara ziyaretler gerçekleştirilecek ve okul müdürlerine araştırma hakkında bilgi verilecek ve sözlü izinler de alınacaktır. Ailelere okullar aracılığıyla ulaşılabilecektir. Ailelere araştırma hakkında bilgi verilecektir. Gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul eden ailelere çocuklarının sevdikleri kitapları belirlemek için ihtiyaç analizi uygulanacaktır. Ebeveynlerin vermiş oldukları sıralama ve hikaye önerilerine göre web sitelerine bu hikayeler eklenecektir. Web sayfalarının oluşturulmasından sonra ailelerle tekrar bir araya gelinecek ve web sayfalarını nasıl kullanmaları gerektiğine yönelik bilgilendirmeler yapılacaktır. Aynı zamanda ebeveynlere "EROY- EV Ölçeği" ön test olarak uygulanacaktır. Uygulamada, ebeveyn çocuk ile uygulamaya girdiğinde ilk olarak ebeveynlerin ihtiyaç analiz formunda uyguladıkları 30 hikaye ekrana farklı ara yüzlerde yansıtılacaktır. Çocukların istedikleri hikayeler ebeveynler tarafından seçilecek ve çocuklara etkileşimli olarak okunacaktır. Uygulamanın tamamlanmasından sonra, son test ölçümleri gerçekleştirilecektir. Elde edilen sonuçlar, uygun istatistiksel yöntemlerle analiz edilecek ve önerilerde bulunulacaktır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar ulusal ve uluslararası kongrelerde sunulacaktır. Elde edilen çıktılar makale ve kitap bölümü haline getirilecektir. Bu kapsamda aile-çocuk iletişim ve etkileşimi gerçekleştirilecektir. Elde edilen web sitesi ülke genelinde yaygınlaştırmak için üniversitelerle iletişime girilecektir. Böylelikle çocuk- ebeveyn arasındaki ilişkinin ve etkileşimli kitap okumanın tüm ülke çapında yaygınlaştırılması sağlanmış olacaktır.

Anahtar kelimeler: Çocuk, Ebeveyn, Erken okuryazarlık, Masal.

KAYNAKLAR

- Altınkaynak Ş, Ö. (2019). Annelerin okuma yazmaya hazırlık sürecine ilişkin görüşleri. Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 3(1): 98-116.
- Karaahmetoğlu B, Turan F.(2022).Erken Okuryazarlık Ev Ortamı Ölçeği (EROY-EV) nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi, 11(3): 479-487.
- Yazıcı E, Kandır A.(2018).Erken okuryazarlık becerilerinin ev ortamında desteklenmesine ilişkin çalışmaların incelenmesi. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 38(1): 101-135.

Lise Öğrencilerine Uygulanacak Sağlıklı Beslenme Programının Obeziteye, Benlik Saygısına ve Kimlik Oluşumuna Etkisi

Şevval Sultan COŞAR^a, Ayşegül ÖZGÜLDÜ^b, Buse YILDIZ^c, Gül KADAN^d

Çocuk Gelişimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^asevalsultanc@gmail.com, ^baysegulozguldu63@gmail.com,

^cdestan.buse1@gmail.com, ^dgulkadan@gmail.com

ÖZET

Ergenlik dönemi hayatın önemli dönemlerinden birisidir. Bu dönemde ergen birey hem yeni gelişim özelliklerine uyum sağlamaya çalışmakta, hem de yeni bir kimlik arayışına yönelmektedir. Bu arayış içerisinde ergenin kimlik oluşturma çabaları, onun etrafı tarafından beğenilmek istemesini de beraberinde getirebilmektedir (Haspolat ve Kağan, 2017; Sarıkaya, 2015). Bu kapsamda ergeni ve dolayısıyla ergenlik dönemini etkileyen önemli unsurlardan biri beslenme alışkanlığıdır denilebilir. Özellikle günümüzde fastfood tüketiminin artması, teknolojinin etkisi ile birleştiğinde obezite oldukça sık görülebilmektedir. Obezite ise sadece sağlık sorunlarına yol açmamakta, aynı zamanda ergenin benlik saygısı üzerinde de oldukça önemli sorunlara yol açabilmektedir (Can ve Şahinkaya, 2022; Ergül ve Kalkım, 2011; Erten, 2021; Köseoğlu ve Tayfur, 2017). Bu düşünceler altında projede, ergenlik döneminde fast food tüketiminin ve beslenme alışkanlıklarının obezite ve benlik saygısına etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırmada karma araştırma yöntemi kullanılacaktır. Araştırmanın nicel boyutunda tarama modeli ve kontrol grupsuz ön test-son test- kalıcılık testi yarı deneysel desen, nitel boyutunda ise odak grup görüşmeleri gerçekleştirilecektir. Araştırma Çankırı İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı olan liselerde gerçekleştirilecektir. Araştırmada veriler "Genel Bilgi Formu", Yılmaz (2021) tarafından Türkçeye uyarlanan "Adölesanlar İçin Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği", Uzun (2018) tarafından geliştirilen "Ergenlikte Ruhsal Gelişim Ölçeği", Coşkun (2004) tarafından Türkçeye uyarlanan "Kimlik Ölçeği" ve araştırmacılar tarafından oluşturulan ve uzman görüşü ile son şekli verilen "Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu" ile toplanacaktır. Araştırmada ilk olarak gereken etik kurul izinlerinin alınması işlemi gerçekleştirilecektir. Etik kurul izinlerinin alınmasından sonra, Çankırı İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden çalışma izinleri alınacaktır. Çalışma izinlerinin alınmasından sonra okullar belirlenecek ve rastgele örnekleme yöntemi ile deney ve kontrol grupları oluşturulacaktır. Deney ve kontrol gruplarının oluşturulmasından sonra okullara ziyaretler gerçekleştirilecek, araştırma hakkında bilgi verilecek ve sözlü izinler de alınacaktır. Sözlü izinlerin alınmasından sonra, okulda öğrencilerle bir araya gelinecektir. Ailelere okullar aracılığıyla bilgi verilecektir. Araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen öğrenci ve ailelerinden gönüllü onam formu alınacaktır. Sonrasında deney ve kontrol gruplarına ön test olarak veri toplama araçları uygulanacaktır. 10 haftalık eğitim programının uygulanmasından sonra son test olarak "Adölesanlar için Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği", "Kimlik Ölçeği" ve "Ergenlikte Ruhsal Gelişim Ölçeği" son test olarak tekrar uygulanacak ve araştırmanın tamamlanmasından 1 ay sonra kalıcılık test sonuçları incelenecektir. Elde edilen nicel veriler SPSS 26 paket programına alınacaktır. Betimsel analizler gerçekleştirilecek ve normallik dağılım sonuçları incelenecektir. Normallik dağılım sonuçlarına göre normal dağılımda bağımsız örneklem t testi, normal olmayan dağılımda Wilcoxon Sıralı İşaretler t testi uygulanacaktır. Nitel verilerin analizinde içerik analiz formu oluşturulacak ve analizler tamamlanacaktır. Son testler ve kalıcılık testlerinin

tamamlanmasından sonra kontrol grubuna da eğitim programı uygulanacaktır. Araştırmanın ulusal ve uluslararası öğrenci kongrelerinde sözlü sunum olarak sunulması, elde edilen verilerin makale ve kitap bölümü haline çevrilmesi gerçekleştirilecektir. Aynı zamanda hazırlanan eğitim programının Türkiye'deki tüm ergenlik dönemindeki öğrenciler açısından ulaşılabilir olması için web sitelerinin oluşturulması, sosyal medya platformları oluşturularak paylaşılması hedeflenmektedir.

Anahtar kelimeler: Benlik, Ergenlik Dönemi, Fastfood, Obezite.

KAYNAKLAR

- Can, T, Şahin Kaya, A. (2022). Adölesan dönemde beslenme okuryazarlığı. *Current Perspective on Health Sciences*, 3(2): 74-81.
- Coşkun, H. (2004). Kimlik Ölçeğinin bir Türk örneğinde geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları Dergisi*, 7(14): 49-60.
- Ergül Ş, Kalkım A. (2011). Önemli bir kronik hastalık: çocukluk ve ergenlik döneminde obezite. *TAF Prev. Med. Bull*, 10(2): 223-230.
- Erten, R. (2021). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin farklı değişkenler açısından beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Sportive*, 4(2): 107-116.
- Haspolat N,K, Kağan M. (2017). Sosyal fobinin yordayıcıları olarak beden imajı ve benlik saygısı. *Erzincan University Journal of Education Faculty*, 19(2): 139-152.
- Köseoğlu S,Z, Tayfur A,Ç. (2017). Adölesan dönemi beslenme ve sorunları. *The Journal of Current Pediatrics*, 15(2): 44-57.
- Sarıkaya A. (2015). 14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki. (Yüksek lisans tezi), İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Uzun, G. (2018). Lise öğrencilerinin ruhsal gelişimi ve ergenliğe bağlı negatif etkilerin giderilmesinde müziğin rolü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz A,G. (2021). Adölesanlar için beslenme alışkanlıkları ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Sesi Olmayan Gerçek: Ensest

Gökçenur ÇAKMAR^{1,a}, Huriye ORAL^{1,b}, Beyza ÖZER^{1,c}, Besime GÜRÇALI^{1,d}, Hazal SWEINGER^{2,e}

¹Çocuk Gelişimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

²Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^agokceenz40@gmail.com, ^bhuriyorl1@gmail.com,

^cbeyzaozer1502@gmail.com, ^dbesime887@gmail.com, ^ehazalsweinger@karatekin.edu.tr

ÖZET

Güncel dilde yaygın olarak "Aile içi yasak ilişki" anlamında kullanılan "Ensest" kavramı dilimize Fransızca bir sözcük olan "inceste"ten türetilerek girmiştir. Ensest aile içinde olan bir bireyin, yine aile içinden bir bireyle cinsel ilişkiye girmesi anlamına gelir. Bu tür ilişkiler bireyde; etik, psikolojik ve sosyal sorunlara yol açmaktadır. Yasal olarak suç kabul edilmektedir. İnsanlığın varoluşuna kadar indiğimizde, yalnızca bugün değil her dönemde görülen ve gizlenen vaka olmuştur ensest. Dünya tarihinde Eski Roma ve Eski Yunan kaynaklarında da görülmüştür ensest gerçeği. Hatta bir inanışa göre ikiz doğan kız ve erkek kardeşler cinsel ilişki hakkında hiçbir bilgileri olmamalarına rağmen anne karnında cinsel ilişkiye girdikleri düşünülmüştür. Antik Mısır'da ensestin dinsel ve siyasal nedenleri vardı. Bundan dolayı ensest üst sınıfa özgü bir durumdu ve firavunlar kız kardeşleri ile evlenebiliyorlardı. Hitit toplumunda ise kardeşlerin birbirleri ile evlenmesi yasaklanmış ve bu yasağın çiğnenmesi durumunda uygulanan yaptırım cezası idam olarak belirlenmiştir. Öyle ki kardeşler arası evlilik şöyle dursun birinci derece babalığın sonu da ölümdü. (Kardeşini Doğurmak,2018). Günümüzde aile bireylerinden ve yakınlarından çocuğa karşı uygulanan her türlü cinsel içerikli davranış cinsel istismar ensest olarak kabul edilmektedir. Bu durum ensest mağduru bireyi sadece o anda etkilememektedir, geleceğinde de bir takım problemler yaşamasına sebep olmaktadır. Ebeveyn olma özelliklerinden tutun da yetiştireceği çocukları, toplumu ve dolayısıyla gelecek nesilleri de etkileyecektir. Günümüz toplumunda da ensest ilişkilerin var olduğu biliniyor olmasına rağmen bu konu hassas ve ciddi olduğundan dolayı çoğunlukla saklanmaktadır. Ülkemizde ensest konusunda sayı vermek çok mümkün değildir. Ensest konusunda yapılmış olan kapsamlı bir araştırmaya rastlanmamaktadır. Çoğu kültürde ensest bir tabudur. Bu araştırmanın amacı ensest ilişkiler hakkında farkındalığı arttırıp bu durumu en aza indirmektir. Araştırmada katılımcıların görüşlerini belirlemeye yönelik nitel araştırma yönteminin kullanılması amaçlanmaktadır. Araştırmanın katılımcıları Çankırı Karatekin Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümü öğrencileri ve Çankırı ilindeki aile bireylerinden oluşacaktır. Yetişkinlere yönelik çocuk koruma politikaları ve yasaları hakkında bilgilendirme, anne babaların çocuk hakları koruma politikaları ve yasaları hakkında bilgi sahibi olması, istismarı engellenmesi ve çocukların korunması, aile bireylerinin çocuklarını bu konuda eğitmesi açısından önemlidir. Bu bağlamda yapılacak olan eğitimler ebeveynlere bilgi ve kaynak sağlayabilir. Bu eğitimlerin yanı sıra ensest mağduru çocuklar konusunda farkındalığı arttıracak seminerler, paneller ve konferanslar düzenlenebilir. Anne babaların bu konuda uzmanlarla etkileşime geçerek sorularını sorma ve kaygılarını paylaşma imkânı sağlanabilir. Ayrıca proje sonunda sunulan öneriler ensest mağduru çocuklara hizmet edecek olan pedagoğ ve uzmanların hazırlanmasına yönelik yaklaşımlar üretmek için esastır. Bu araştırma sonucunda eğitimcilerin, araştırmacıların ve politika yapımcıların ensest mağduru çocuklara yönelik uygulamaların eksik yanlarını anlamalarına bu eksikleri tamamlamak ve farkındalığı arttırmak için önlem almalarına veya çözüm bulmalarına yardımcı olması beklenmektedir. Araştırma sonucunda elde edilen bilgilerin ulusal ve uluslararası kongrelerde sözlü bildiri olarak sunulması,

ensest alanında eğitim ve toplumda farkındalık geliştirilmesi ve bu farkındalığın tüm toplumda yaygınlaştırılması hedeflenmektedir.

Anahtar kelimeler: Aile içi yasak ilişki, Ensest farkındalığı, Ensest mağduru.

KAYNAKLAR

<https://www.tavsiyedyorum.com/bilgi.php?tag=ensest>

<https://dergipark.org.tr/en/pub/ictimaiyat/issue/73799/1265262>

<https://dergiler.ankara.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12575/34003>

https://scholar.google.com/scholar?q=related:z7R934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gsqabs&t=1697969634500&u=%23p%3DPBVhkYmfC3wJ

https://scholar.google.com/scholar?q=related:z7R-934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1697969679727&u=%23p%3DAYCE_krXKZwJ

https://scholar.google.com/scholar?q=related:z7R-934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1697969711409&u=%23p%3DElwtmOH3IBoJ

https://scholar.google.com/scholar?q=related:z7R-934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1697969730690&u=%23p%3DYv_LglWL5fQJ

<https://medyascope.tv/2020/07/14/turkiye-16-sirada-dunyanin-pedofili-haritasi-dehset-uyandiriyor/>

<https://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/murat-yetkin/carpici-bir-ensest-raporu-40572405>

<https://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/murat-yetkin/carpici-bir-ensest-raporu-40572405>

https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=ensest+ili%C5%9Fki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970161821&u=%23p%3DnmkSmFAGuMkJ

https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=ensest+ili%C5%9Fki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970180221&u=%23p%3Dxhy6kbGmQ4cJ

https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=ensest+ili%C5%9Fki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970284713&u=%23p%3D6lz5BwxXghkJ

https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=ensest+ili%C5%9Fki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970255773&u=%23p%3Db6DSPQt24BYJ

https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=ensest+ili%C5%9Fki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970255773&u=%23p%3Db6DSPQt24BYJ

https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=ensest+ili%C5%9Fki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970242293&u=%23p%3DkSWAyEku-QIJ

https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=ensest+ili%C5%9Fki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970200197&u=%23p%3DcxcTe87F7CgJ

https://www.tavsiyedyorum.com/makale_18091.htm

https://www.tavsiyedyorum.com/makale_6147.htm

https://www.tavsiyedyorum.com/makale_19788.htm

https://www.tavsiyedyorum.com/makale_17172.htm

https://www.tavsiyedyorum.com/makale_17171.htm

https://www.tavsiyedyorum.com/makale_12467.htm

<https://www.tavsiyedyorum.com/bilgi.php?tag=ensest>

https://www.tavsiyedyorum.com/makale_4755.htm

Lise Öğrencilerinde Akademik Başarısızlığın Nedenlerine Ebeveynin Etkisinin Belirlenmesi ve Aile Eğitimi ile Akademik Başarının Desteklenmesi

Ayşegül ÖZGÜLDÜ^a, Ayşe Beyza BUĞDAY^b, Gül KADAN^c

Çocuk Gelişimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^aaysegulozguldu63@gmail.com, ^bbyzbgdy99@gmail.com, ^cgulkadan@gmail.com

ÖZET

Ergenlik dönemi hayatın önemli dönemlerinden birisidir. Bu dönemde çocuk hem kendini tanımaya çalışmakta hem de akademik ve sosyal hayatında büyük değişimler yaşamaktadır. Çocukların akademik başarısının belirlenmesinde önemli olan pek çok etken bulunmaktadır. Bunlardan birisi de çocuğun ebeveynleri olarak ele alınabilir. Ebeveynin çocuk üzerinde yaratacağı baskı kısıtlama onun gelişimsel özellikleri ile birleştiğinde ergenlik dönemini daha da sancılı hale getirebilir (Bayhan, 2017; Çakmak ve Hevedanlı, 2005; Küçükali, 2018). Bu düşünceler altında araştırmada ergenlik dönemindeki çocukların akademik başarılarına etkisinde ebeveynin rolünü belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Kaynak, Kaynak ve Koçak (2021) tarafından geliştirilen Algılanan Ebeveyn Akademik Başarı Baskısı Ölçeği ve araştırmacılar tarafından geliştirilen "Genel Bilgi Formu" ile veriler toplanacaktır. Araştırmada ilk olarak Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik kurulundan etik kurul izni alınacaktır. Etik kurul izninden sonra Çankırı İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden çalışma izni alınacaktır. Çalışma izinlerinin alınmasından sonra, rastgele örneklem yöntemiyle okullar belirlenecektir. Okulların belirlenmesinin ardından okullar ziyaret edilecek ve okul yöneticilerine çalışmanın amacı hakkında bilgi verilerek sözlü izinler de alınacaktır. Ailelere okullar aracılığıyla ulaşılabilecektir. Araştırmada ilk olarak araştırmaya katılmayı kabul eden ve öğrencilerden gönüllü onam formları doldurulacaktır. Gönüllü onam formlarının doldurulmasından sonra öğrencilere ön test olarak "Algılanan Ebeveyn Akademik Başarı Baskısı Ölçeği" uygulanacaktır. Elde edilen veriler istatistiksel analize alınacaktır. Analiz sonrasında akademik başarı puanları düşük olan öğrenciler belirlenecektir. Öğrencilerin belirlenmesinden sonra, bu ailelere ulaşılabilecek ve aile eğitimleri hakkında bilgi verilecektir. Aile eğitimlerine katılmak isteyen ebeveynlere gönüllü onam formları doldurulacaktır. 10 haftalık aile eğitimleri verilecektir. Aile eğitiminde ergenlik dönemi, ergenlik dönemi gelişim özellikleri, kimlik oluşumu, aile içi iletişim, ergenleri desteklemede ebeveyn rolü ve teknolojiye yönelik eğitimler verilecektir. Araştırmada ergenlere uygulanacak ölçme araçları sonucunda uygun istatistiksel teknikler kullanılarak analizler gerçekleştirilecektir. Aile eğitimlerinin verilmesinden sonra ve bir dönem sonunda tekrar ön test olarak uygulanan testler son test olarak uygulanacaktır. Elde edilen veriler analize tabi tutulacaktır. Analiz sonrasında gereken öneriler sunulacaktır. Araştırmanın tamamlanmasından sonra, elde edilen sonuçlar ulusal ve uluslararası kongrelerde sunulacak, makale ve kitap bölümü oluşturulacaktır. Aynı zamanda web siteleri oluşturulacak ve web sitelerinde verilen aile eğitimine yönelik bilgiler paylaşılacak ve böylelikle tüm ülkede yaygınlaştırılması gerçekleştirilmiş olacaktır.

Anahtar kelimeler: Akademik başarı, Çocuk, Ebeveyn, Ergenlik dönemi.

KAYNAKLAR

- Bayhan P. (2017). Ergenlik Dönemi: Fiziksel, Cinsel ve Motor Gelişim. E, N, Baysal Metin (Ed.), Doğum Öncesinden Ergenliğe Çocuk Gelişimi (2. Baskı, pp. 287-324). Pegem Akademi.
- Çakmak Ö, Hevedanlı M. (2005). Eğitim ve fen-edebiyat fakültesi biyoloji bölümü öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 4(14): 115-127.
- Kaynak S, Sevgili Koçak S, Kaynak Ü. (2023). Measuring adolescents' perceived parental academic pressure: A scale development study. Current Psychology, 42(2): 1477-1489.
- Küçükali R. (2018). Aile İçi İletişim ve Anne Baba Tutumları. R, Küçükali (Ed.), Çocuk ve Aile (1. Baskı, pp. 87-108). Anı Yayıncılık.

Kültürel Köprülerin Yaratıcısı: Türkçe Dil Gelişimi Araştırması: Diyarbakır Örneği

Özlem ODABAŞI, Benan Medine AKGÜL, Şeyma Dudu EROĞLU, Ceylan BATIN, Ayşe ÇİFTCİ

Çocuk Gelişimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ayseciftci@karatekin.edu.tr

ÖZET

Bu araştırma, Kürtçe anadilini konuşan çocukların Türkçe dil gelişimini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma, dil gelişimi ve eğitimi, dil politikaları, kültürel çeşitlilik ve sosyal entegrasyon gibi alanlarda önemli bir katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Araştırmanın yönteminde ilişkiisel tarama yöntemi kullanılmaktadır. Nicel veri toplama tekniklerinin birleşimi ile çocukların alıcı ve ifade edici dil becerileri ve dil kullanımı, dil becerisi testleri (Diller Arası Dil Gelişim Ölçeği) (Haman; Luniewska; & Pomiechowska, 2015) ve İki dillik dil ortamı anketi (Çiftci, 2021) aracılığıyla 48 Kürtçe-Türkçe anadili konuşan çocuktan veri toplanmıştır. Veri analizine başlamadan önce ilk olarak normallik, uç değer ve kayıp veri olup olmama durumu incelenmiştir. Daha sonra geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Araştırma sorularına cevap vermek için SPSS 27 programında frekans analizi, korelasyon hesaplaması, ANOVA ve MANOVA testleri yapılmıştır.

Çalışmanın araştırma soruları, Kürtçe anadilini konuşan çocukların Türkçe dil becerileri, dil geçişleri, çevresel faktörlerin etkisi, yaş gruplarına göre dil gelişimi ve dil tercihleri üzerinde odaklanmaktadır. Araştırmanın önemi, dil gelişimi ve eğitimi, dil politikaları ve kültürel çeşitlilik konularında bilimsel verilerin oluşturulmasına ve dil eğitimi programlarının iyileştirilmesine katkı sağlamaktadır. Elde edilen bulgular, dil çeşitliliğinin korunması, sosyal entegrasyonun sağlanması ve dil becerilerinin geliştirilmesi açısından önemli bilgiler sunmaktadır. Bu çalışmanın özeti, Kürtçe anadilini konuşan çocukların Türkçe dil gelişimi üzerine yapılan araştırmanın amacını, yöntemini, araştırma sorularını ve önemini kapsamaktadır. Araştırmanın sonuçları, dil eğitimi ve dil politikaları alanındaki uygulamaların geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

Anahtar kelimeler: Ana dil, Dil edinimi, Dil gelişimi, İki dillilik, Kelime bilgisi.

KAYNAKLAR

- Çiftci, A. (2021). Language Growth in Turkish-English Bilingual Children in the United Kingdom [University of York]. <https://etheses.whiterose.ac.uk/31767/>
- De Houwer, A. (2017). Bilingual Language Acquisition. In P. Fletcher & B. MacWhinney (Eds.), *The Handbook of Child Language* (pp. 219-250). Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1111/b.9780631203124.1996.x>
- Haman; Luniewska; & Pomiechowska. (2015). Designing Cross-linguistic Lexical Tasks (CLTs) for bilingual preschool children. In J. d. S.Armon-Lotem (Ed.), *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9, pp. 196-240). Multilingual matters. <https://doi.org/10.1017/CB09781107415324.004>
- Hoff, E. (2006). How social contexts support and shape language development. *Developmental Review*, 26(1), 55-88. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2005.11.002>

Farklı Tempoya Sahip Müzik Dinlemenin Egzersiz Performansına Etkisi Var mıdır? Bir Pilot Çalışma

Furkan ÖZDEMİR^a, Zeytin KENGİL^b, Beyzanur SAMUT^c, Dilşah DİNÇER^d, Hüseyin KARAKAYA^e

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^afurkanozdemir@karatekin.edu.tr, ^bzeytinkengil1998@gmail.com,

^csamutbeyza2@gmail.com, ^ddilsahdncr@gmail.com, ^ekarakayahuseyin12@gmail.com

ÖZET

Giriş: İnsanlığın varoluşu kadar eski bir tarihe sahip olan müzik, çağlar boyu hem sanatsal amaçlarla hem de bir tedavi aracı olarak kullanılmaktadır. Müziğin zihni dinlendirici, odaklanmayı kolaylaştırıcı ve motivasyonu artırıcı etkileri olduğu gibi iş ve spor performansını artırabilecek bir yöntem olduğu da kabul edilmektedir (Edworthy & Waring, 2006; Karageorghis & Priest, 2012; Wu et al., 2022). Ancak farklı tempoya sahip müziklerin submaksimal düzeydeki egzersiz performansına etkisi net bilinmemektedir. Bu çalışma ile amacımız farklı tempoya sahip müzikler eşliğinde yapılan egzersize verilen fizyolojik cevapları, algılanan dispne ve yorgunluğu incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya Çankırı Karatekin Üniversitesi'nde lisans öğrencisi olan 10 katılımcı dahil edilmiştir [10K; ortalama yaş: 22 (18-23) yıl; ortalama VKİ: 23,25 (16,61-31,14) kg/m²]. Katılımcılara ayrı günlerde olmak üzere, kendi tercih ettikleri 90 bpm tempoya sahip (düşük tempolu) ve 150 bpm tempoya sahip (yüksek tempolu) müzikler eşliğinde stepper cihazı (Dynamic JS40[®], Dynamic, Çin) ile altı dakika "stepper" testi (6DST) uygulandı. Katılımcıların test öncesi, test sonu ve bir dakikalık toparlanma vital bulguları ile yorgunluk ve dispne algılaması değerlendirildi. Kalp hızı kalp hızı monitörü (Polar H10[®], Polar Electro OY, Kempele, Finlandiya) ile, kan oksijen saturasyonu pulseoksimetre (Lifenet PFX-033[®], Lifenet, Çin) ile kan basıncı elektronik sfigmomanometre ile (Beurer BM40[®], Beurer, Almanya), dispne ve yorgunluk algılaması ise modifiye Borg ölçeği (MBÖ) ölçüldü.

Bulgular: Çalışmamızın sonuçlarına göre yüksek tempolu müzik eşliğinde yapılan 6DST toplam adım sayısı, düşük tempolu müzik eşliğinde ulaşılan toplam adım sayısından anlamlı olarak yüksekti (p:0,007). Ancak farklı tempoya sahip müzikler eşliğinde yapılan 6DST sonuçlarında test öncesi ve sonrası ile test sonu ve toparlanma kalp hızı farkları, sistolik ve diastolik kan basıncı farkları, solunum frekansı farkları, kan oksijen saturasyonu farkları, dispne ve yorgunluk algılaması farkları arasında istatistiksel anlamlı bir fark yoktu (p>0.05).

Tartışma ve Sonuç: Çalışmamızın sonuçları literatürde yer alan farklı ses yüksekliği veya müzik eşliğinde yapılan egzersiz eğitimi çalışmalarıyla (Edworthy & Waring, 2006; Karageorghis & Priest, 2012; Terry et al., 2020; Wu et al., 2022) benzer şekilde yüksek tempoya sahip müziğin nefes darlığı ve yorgunluk algılamasında bir fark oluşturmadan ve vital bulgular başta olmak üzere egzersize fizyolojik yanıtı anlamlı ölçüde değiştirmeden egzersiz performansını artırabileceğini göstermiştir. Mevcut bulgular egzersize fizyolojik cevabın egzersizi limitlediği solunum veya kardiyak problemi olan hastalarda egzersiz cevabını artırmak için yüksek tempolu müziğin faydalı olabileceğini düşündürmekle birlikte daha büyük katılımcı sayılarıyla ve farklı hasta grupları ile yapılacak yeni çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar kelimeler: Egzersiz Testi, Egzersiz Toleransı, Müzik.

KAYNAKLAR

- Edworthy, J., & Waring, H. (2006). The effects of music tempo and loudness level on treadmill exercise. *Ergonomics*, 49(15), 1597-1610. <https://doi.org/10.1080/00140130600899104>
- Karageorghis, C. I., & Priest, D.-L. (2012). Music in the exercise domain: a review and synthesis (Part I). *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 5(1), 44-66. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2011.631026>
- Terry, P. C., Karageorghis, C. I., Curran, M. L., Martin, O. V., & Parsons-Smith, R. L. (2020). Effects of music in exercise and sport: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 146(2), 91-117. <https://doi.org/10.1037/bul0000216>
- Wu, J., Zhang, L., Yang, H., Lu, C., Jiang, L., & Chen, Y. (2022). The Effect of Music Tempo on Fatigue Perception at Different Exercise Intensities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3869. <https://doi.org/10.3390/ijerph19073869>

Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres Düzeyi ile Yaşam Kalitesi ve Mental Sağlık Arasında İlişki Var mıdır?

Furkan ÖZDEMİR, Armağan KARAALİ, Gizem TOPKARA, Kübra MERMERTAŞ, Kübra Nur DAŞTAN

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^afurkanozdemir@karatekin.edu.tr, ^bfztarmagankaraali@gmail.com, ^cgizemtopkara02@gmail.com, ^dkubramermertas18@gmail.com, ^ekubradastan632@gmail.com

ÖZET

Giriş: Üniversite öğrencilerinde, özellikle sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerde, yüksek eğitim iş yükü ve akademik sorumluluklar nedeniyle yaşam kalitesinin azalabileceği, stres algısının artabileceği, depresyon ve anksiyete gibi mental sağlık problemlerinin açığa çıkmasına sebep olabileceği bilinmektedir (Cavallo et al., 2016; Denovan & Macaskill, 2017; West et al., 2018). Ancak üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ile yaşam kalitesi, anksiyete ve depresyon arasındaki ilişki net bilinmemektedir. Bu çalışma ile amacımız üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyi, yaşam kalitesi, anksiyete ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya Çankırı Karatekin Üniversitesi'nde lisans öğrencisi olan 30 katılımcı dahil edilmiştir (21K/9E; ortalama yaş: 21,63±1,38 yıl; ortalama VKİ: 23,01±4,17 kg/m²). Katılımcıların algılanan stres düzeyi Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ), yaşam kalitesi Kısa Form-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği (SF-36), anksiyete semptomları Beck Anksiyete Envanteri (BAE) ve depresif semptomları Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ile değerlendirildi.

Bulgular: Çalışmamızın sonuçlarına göre ASÖ ile SF-36 ölçeğinin emosyonel rol güçlüğü (r:-0,584; p:0,004), enerji/vitalite (r:-0,462; p:0,031), mental sağlık (r:-0,595; p:0,004), sosyal fonksiyon (r:-0,449; p:0,036), ağrı (r:-0,559; p:0,007) ve genel sağlık (r:-0,714; p<0,001) alt parametreleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişki gözlemlendi. ASÖ ile BAE (r:0,616; p:0,002) ve BDE (r:0,637; p:0,001) arasında ise pozitif yönlü anlamlı ilişki gözlemlendi. BDÖ ile SF-36 ölçeğinin enerji/vitalite (r:-0,673; p<0,001), mental sağlık (r:-0,795; p<0,001), ağrı (r:-0,427; p:0,019) ve genel sağlık (r:-0,584; p:0,001) alt parametreleri arasında negatif yönlü ancak BAE (r:0,608; p<0,001) ile pozitif yönlü anlamlı ilişki gözlemlendi. BAE ile SF-36 ölçeğinin enerji/vitalite (r:-0,503; p:0,005), mental sağlık (r:-0,667; p<0,001), ağrı (r:-0,438; p:0,016) ve genel sağlık (r:-0,692; p<0,001) alt parametreleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişki gözlemlendi.

Tartışma ve Sonuç: Çalışmamızın sonuçları literatürde farklı gruplarda algılanan stres ile yaşam kalitesini inceleyen araştırmalarla benzer sonuçlar ortaya koyarak üniversite öğrencilerinde algılanan stres seviyesinin yaşam kalitesini olumsuz etkileyen bir belirleyici ve depresyon ile anksiyete belirtilerini şiddetlendiren bir faktör olduğunu göstermektedir. Ayrıca artmış depresyon ve anksiyetenin üniversite öğrencilerinde yaşam kalitesini düşürebilecek bir faktör olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencilerinde artmış anksiyetenin depresyon belirtilerini şiddetlendirebileceği gözlemlenmiştir (Ahmed et al., 2009; Dyrbye et al., 2006; Meira et al., 2023). Üniversite öğrencilerinde artmış stres algısının yaşam kalitesini ve mental sağlığı olumsuz etkileyebileceği gözlemlendiğinden stresle başa çıkma yöntemleri konusunda verilecek desteklerin üniversite öğrencilerinde yaşam kalitesi ve mental sağlık üzerine olumlu etkileri olabilir.

Anahtar kelimeler: Anksiyete, Depresyon, Psikolojik stres, Ruh sağlığı, Yaşam kalitesi.

KAYNAKLAR

- Ahmed, I., Banu, H., Al-Fageer, R., & Al-Suwaidi, R. (2009). Cognitive emotions: Depression and anxiety in medical students and staff. *Journal of Critical Care, 24*(3), e1-e7. <https://doi.org/10.1016/j.jcrc.2009.06.003>
- Cavallo, P., Carpinelli, L., & Savarese, G. (2016). Perceived stress and bruxism in university students. *BMC Research Notes, 9*(1), 514. <https://doi.org/10.1186/s13104-016-2311-0>
- Denovan, A., & Macaskill, A. (2017). Stress and Subjective Well-Being Among First Year UK Undergraduate Students. *Journal of Happiness Studies, 18*(2), 505-525. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9736-y>
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., & Shanafelt, T. D. (2006). Systematic Review of Depression, Anxiety, and Other Indicators of Psychological Distress Among U.S. and Canadian Medical Students. *Academic Medicine, 81*(4), 354-373. <https://doi.org/10.1097/00001888-200604000-00009>
- Meira, T. M., Ronsani, M. M., Ignácio, S. A., Miyoshi, C. S., Pithon, M. M., & Tanaka, O. M. (2023). Predictors of perceived stress and quality of life amongst dental master and doctoral students. *European Journal of Dental Education, 27*(1), 19-28. <https://doi.org/10.1111/eje.12771>
- West, C. P., Dyrbye, L. N., & Shanafelt, T. D. (2018). Physician burnout: contributors, consequences and solutions. *Journal of Internal Medicine, 283*(6), 516-529. <https://doi.org/10.1111/joim.12752>

Çankırı İlinde Yaşayan Yetişkin ve Yaşlı Bireylerde Kavrama Kuvveti ile Alt Ekstremitte Kas Kuvveti, Denge ve Fiziksel Aktivite İlişkisinin İncelenmesi

Meral SEÇMEN, Zehra ÇAKIR, Gamzenur DEMİRKIRAN, Ayşenur ÖZCAN^a,

Furkan ÖZDEMİR^b, Aylin TANRIVERDİ^c, Burak ULUSOY^d, Berrin AKTAN^e, Zehra Can KARAHAN^f

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^aaysenurs@karatekin.edu.tr, ^bfurkanozdemir@karatekin.edu.tr, ^caylintanriverdi@karatekin.edu.tr,

^dbulusoy@karatekin.edu.tr, ^eberrinaktan@karatekin.edu.tr, ^fzehrak@karatekin.edu.tr

ÖZET

El kavrama kuvveti, maksimum istemli kas kuvvetinin basit ve güvenilir bir ölçümüdür (Lee 2021). El kavrama kuvveti sadece kas kuvvetini değil aynı zamanda kronik hastalıkların görülme sıklığını, beslenme durumunu, yaşam kalitesini ve hatta mortaliteyi de tahmin edebilir (Lauretani ve ark. 2003; Taekema ve ark. 2010; Bohannon 2008). Çankırı ilinde yaşayan yetişkin ve yaşlı bireylerde el kavrama kuvveti ile alt ekstremitte kas kuvveti, denge ve fiziksel aktivite ilişkisi bilinmemektedir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı, Çankırı ilinde yaşayan yetişkin ve yaşlı bireylerde kavrama kuvveti ile alt ekstremitte kas kuvveti, denge ve fiziksel aktivite ilişkisinin incelenmesidir. Çalışmaya, Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü tarafından gerçekleştirilen "Sağlıklı Yaşlanmak" isimli etkinliğe katılan yetişkin ve yaşlı bireylerden gönüllü olanlar dahil edildi. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri (cinsiyet, yaş, boy, kilo, vücut kütle indeksi) ve klinik özellikleri (bel çevresi, kalça çevresi, bel/kalça oranı, sistolik ve diyastolik kan basıncı) kaydedildi. Kavrama kuvveti hidrolik el dinamometresi (Jamar, Nottinghamshire, UK) ile ölçüldü (Mathiowetz ve ark. 1984). Alt ekstremitte kas kuvveti 1 dakika otur kalk testi ile değerlendirildi (Strassmann ve ark. 2013). Statik denge Tek Ayak Üzerinde Durma testi ile değerlendirildi. Dinamik denge Zamanlı Kalk ve Yürü testi ile değerlendirildi. Fiziksel aktivite, Yaşlılar için Fiziksel Aktivite Ölçeği (PASE) ile değerlendirildi (Ayvat ve ark. 2017). Veriler SPSS 26.0 Windows programı ile analiz edildi. Değişken arasındaki ilişki Spearman Korelasyon Analizi ile test edildi. Çalışmaya 16 yetişkin ve yaşlı birey katılmıştır. Katılımcıların 4 (%25)ü kadın ve 12 (%75)si erkekti. Katılımcıların yaşlarının ortanca değeri 62,50 (54,00-70,25) yıl idi. Vücut kütle indekslerinin ortanca değeri 29,65 (27,95-32,06) kg/m² idi. Katılımcıların 9 (%56,3)u fazla kilolu iken 7 (%43,8)si obezdi. Katılımcıların bel çevresinin ortanca değeri 103,00 (97,25-107,75) cm, kalça çevresinin ortanca değeri 109,50 (105,25-115,50) cm ve bel/ kalça oranı 0,93 (0,90-0,97) idi. Kadın katılımcıların tamamının bel çevresi, kalça çevresi ve bel/kalça oranı sağlıklı olarak kabul edilen değerlerin üzerindeydi. Erkek katılımcılarda ise 10 (%83,3)ünün bel çevresi, 11 (%91,7)inin kalça çevresi ve 3 (%25)ünün bel/kalça oranı sağlıklı olarak kabul edilen değerlerin üzerindeydi. Katılımcıların sistolik kan basınçlarının ortanca değeri 141,00 (132,00-155,25) mmHg iken diyastolik kan basınçlarının ortanca değeri 80,00 (73,75-89,50) mmHg idi. Katılımcıların sağ el kavrama kuvvetlerinin ortanca değeri 31,00 (22,50-35,50) kg, sol el kavrama kuvvetlerinin ortanca değeri 25,30 (18,95-30,45) kg, 1 dakika otur kalk test skorlarının ortanca değeri 24,00 (21,25- 28,00), tek ayak üzerinde durma test skorlarının ortanca değeri 36,80 (10,75-60,00) sn, Zamanlı Kalk Yürü Testi skorlarının ortanca değeri 7,15 (6,00- 8,45) sn ve PASE sonuçlarının ortanca değeri 105,45 (75,70-120,88) puandı. Sağ el kavrama kuvveti ile 1 dakika otur kalk testi skoru (r=0,705; p= 0,002), tek ayak üzerinde durma test skoru (r=0,551; p=0,027) ve Zamanlı Kalk Yürü Testi

skoru ($r=-0,580$; $p=0,019$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulundu. Sağ el kavrama kuvveti ile PASE arasında anlamlı bir korelasyon yoktu ($r=0,302$; $p=0,256$). Sol el kavrama kuvveti ile 1 dakika otur kalk testi skoru ($r=0,665$; $p=0,005$), tek ayak üzerinde durma test skoru ($r=0,505$; $p=0,046$) ve Zamanlı Kalk Yürü Testi skoru ($r=-0,540$; $p=0,031$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulundu. Sol el kavrama kuvveti ile PASE arasında anlamlı bir korelasyon yoktu ($r=0,240$; $p=0,371$). Sonuç olarak, çalışmamız Çankırı ilinde yaşayan yetişkin ve yaşlı bireylerde kavrama kuvvetinin alt ekstremitte kas kuvveti ve denge ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Alt Ekstremitte Kas Kuvveti, Denge, Kavrama Kuvveti.

KAYNAKLAR

- Ayyat E, Kiliç M, Kirdi N (2017). The Turkish version of the Physical Activity Scale for the Elderly (PASE): its cultural adaptation, validation, and reliability. *Turk J Med Sci*. 12;47(3):908-915. doi: 10.3906/sag-1605-7.
- Bohannon RW (2008). Hand-grip dynamometry predicts future outcomes in aging adults. *J Geriatr Phys Ther*. 31(1):3-10. doi: 10.1519/00139143-200831010-00002.
- Lauretani F, Russo CR, Bandinelli S, Bartali B, Cavazzini C, Di Iorio A, Corsi AM, Rantanen T, Guralnik JM, Ferrucci L (2003). Age-associated changes in skeletal muscles and their effect on mobility: an operational diagnosis of sarcopenia. *Appl Physiol* (1985). 95(5):1851-60. doi: 10.1152/jappphysiol.00246.2003.
- Lee SY (2021). Handgrip strength: an irreplaceable indicator of muscle function. *Ann Phys Rehabil Med*, 45(3):167-169. doi: 10.5535/arm.21106.
- Mathiowetz V, Weber K, Volland G, Kashman N (1984). Reliability and validity of grip and pinch strength evaluations. *J Hand Surg Am*. 9(2):222-6. doi: 10.1016/s0363-5023(84)80146-x.
- Strassmann A, Steurer-Stey C, Lana KD, Zoller M, Turk AJ, Suter P, Puhan MA (2013). Population-based reference values for the 1-min sit-to-stand test. *Int J Public Health*. 58(6):949-53. doi: 10.1007/s00038-013-0504-z.
- Taekema DG, Gussekloo J, Maier AB, Westendorp RG, de Craen AJ (2010). Handgrip strength as a predictor of functional, psychological and social health. A prospective population-based study among the oldest old. *Age Ageing*. 39(3):331-7. doi: 10.1093/ageing/afq022.

Huzurevlerinde İkamet Eden Geriatri Popülasyonuna Farklı Takip Yöntemiyle Uygulanan Görev Odaklı İstasyon Eğitimlerinin Kognitif Seviye Ve El Beceri Fonksiyonlarına Etkileri: Pilot Çalışma

Şeyma YILMAZ^a, Rojat DARA^b, Ebru DEMİR^c, Fatma ÖZGEN^d, Belçim SUNAR^e,

Emre ŞENTÜRK^f, Tuğçenur TÜYSÜZ^g, Ceyhun TÜRKMEN^h

Ergoterapi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a200308040@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b200308011@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^c210308901@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200308012@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^e200308018@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^f200308039@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^g200308030@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^hceyhunturkmen@karatekin.edu.tr

ÖZET

Amaç: Çalışmanın amacı, huzurevinde yaşayan yaşlı bireyler üzerinde, telerehabilitasyon ve evde uygulanan programlar aracılığıyla gerçekleştirilen görev odaklı istasyon eğitimlerinin el becerisi ve kognitif seviyeleri üzerindeki etkilerini değerlendirmek ve bu iki yöntemin sağlık hizmetleri ve rehabilitasyon stratejileri geliştirme üzerindeki potansiyel faydalarını karşılaştırmalı olarak incelemektir.

Yöntem: Araştırma, Haziran 2023 ve Nisan 2024 tarihleri arasında Çankırı'da bir huzurevinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, 65 yaş ve üzeri, fiziksel ve bilişsel olarak müdahaleleri uygulayabilecek düzeyde sağlığa sahip ve Çankırı'daki huzurevinde ikamet eden 16 bireyden oluşmaktadır. Araştırmaya katılanlar randomize bir şekilde telerehabilitasyon grubu ve ev programı olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Her iki grup da dokuz farklı görev odaklı aktivite içeren bir rehabilitasyon programına tabi tutulmuştur. Bu aktiviteler arasında dikkat, ince ve kaba motor beceriler, enerji koruma ve hafıza ile ilgili istasyonlar bulunmaktadır. Müdahaleler iki hafta süresince toplamda 14 seans, günde 45 dakika olarak planlanmıştır. Telerehabilitasyon grubu, ergoterapi profesyoneli eşliğinde video konferans aracılığıyla eğitim almıştır. Ev programı grubu ise, ergoterapistler tarafından hazırlanan ve haftada bir defa izlenen bir ev egzersiz programını uygulamıştır. Veri toplama, başlangıç ve müdahale sonrası olmak üzere iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Değerlendirme için kullanılan ölçüm araçları arasında 9 Delikli Peg Testi, Fuyl-Meyer Üst Ekstremitate Testi, Mini Mental Test, Montreal Kognitif Değerlendirme (MOCA) ve SF-36 yer almıştır. Verilerin analizi için non-parametrik istatistiksel yöntemlerden Mann Whitney U testi ve Wilcoxon testi uygulanmıştır.

Bulgular: Bu çalışmada, huzurevinde yaşayan, yaş ortalamaları $67,06 \pm 5,32$ olan her iki gruptan sekiz katılımcı incelenmiştir. El becerileri açısından, 9 Delikli Peg Testi kullanılmıştır. Her iki grup arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiş ve her iki grup için de müdahale öncesi ve sonrası karşılaştırmalar önemli bir iyileşme göstermemiştir ($p > 0,05$). Motor fonksiyonlar için yapılan Fuyl-Meyer Üst Ekstremitate Testi'nde, telerehabilitasyon grubunda anlamlı bir iyileşme gözlemlenmişken ($p = 0,038$), ev programı grubunda anlamlı bir değişiklik olmamıştır ($p > 0,05$). Gruplar arası karşılaştırmada, telerehabilitasyonun motor beceriler üzerinde ev programına göre daha etkili olduğu görülmüştür ($p = 0,045$). Kognitif fonksiyonlar için Mini Mental Test ve Montreal Kognitif Değerlendirme (MoCA) kullanılmıştır. Telerehabilitasyon grubunda her iki testte de anlamlı iyileşmeler gözlenmiş (Mini Mental Test için $p = 0,048$, MoCA için $p = 0,036$), ev programı grubunda ise herhangi bir anlamlı iyileşme rapor edilmemiştir ($p > 0,05$). Gruplar arası karşılaştırmada, telerehabilitasyon grubunun kognitif işlevler üzerinde ev programı ile benzer etkileri olduğu

anlaşılmıştır ($p>0.05$). Son olarak, SF-36 ile yapılan yaşam kalitesi ölçümlerinde, her iki grup arasında, fiziksel ve mental sağlık boyutları açısından müdahale öncesi ve sonrası dönemler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Araştırma bulguları, telerehabilitasyon ve ev programı grupları arasında el becerisi, motor fonksiyonlar ve kognitif işlevler üzerinde önemli farklılıklar olduğunu göstermiştir. El becerisi ölçümleri her iki grupta da önemli bir iyileşme sağlamamıştır, bu durum bu tür müdahalelerin el becerilerini geliştirme konusunda sınırlı etkiye sahip olduğunu düşündürmektedir. Ancak, motor fonksiyonlar ve kognitif işlevler açısından telerehabilitasyon grubunda anlamlı iyileşmeler kaydedilmiştir. Bu sonuçlar, telerehabilitasyonun özellikle kognitif ve motor beceri gelişimi için ev tabanlı programlara kıyasla daha etkili bir alternatif olabileceğini göstermektedir. Telerehabilitasyonun daha iyi sonuçlar vermesinin nedenleri arasında, profesyonel bir ergoterapist eşliğinde yapılan düzenli ve yapılandırılmış seansların olması olabilir. Bu durum, bireylerin motivasyonunu artırabilir ve terapiye olan uyumlarını güçlendirebilir. Ayrıca, video konferans yoluyla yapılan müdahaleler, katılımcılara daha fazla görsel ve sözel geri bildirim sunarak öğrenme sürecini destekler. Diğer yandan, ev programı grubunda bireylerin kendi kendine uyguladığı egzersizler, profesyonel gözetim ve geri bildirim eksikliği nedeniyle sınırlı etkililik göstermiş olabilir. Sonuç olarak, bu çalışma telerehabilitasyon programlarının huzurevinde yaşayan yaşlılar için motor ve kognitif fonksiyonları iyileştirme potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir. Sağlık hizmeti sağlayıcıları ve politika yapıcıları için, telerehabilitasyon programlarını desteklemek ve bu tür programlara erişimi genişletmek önemli olabilir. Bu sayede yaşlıların yaşam kalitesi artırılabilir ve daha bağımsız bir yaşam sürmelerine olanak tanınabilir.

Anahtar kelimeler: Görev Odaklı Eğitim, Kognitif Fonksiyonlar, Motor Beceriler, Telerehabilitasyon, Yaşlı Sağlığı

KAYNAKLAR

- Wang YC, Bohannon RW, Kapellusch J, Garg A, Gershon RC. (2015). Dexterity as measured with the 9-Hole Peg Test (9-HPT) across the age span. *Journal of Hand Therapy*, 28(1), 53-59.
- Sanford J, Moreland J, Swanson LR, Stratford PW, Gowland C. (1993). Reliability of the Fugl-Meyer assessment for testing motor performance in patients following stroke. *Physical Therapy*, 73(7), 447-454.
- Dahbour S, Hashim M, Alhyasat A, Salameh A, Qtaishat A, Braik R, et al. (2021). Mini-mental state examination (MMSE) scores in elderly Jordanian population. *Cerebral Circulation-Cognition & Behavior*, 2, 100016.
- Sweet L, Van Adel M, Metcalf V, Wright L, Harley A, Leiva R, et al. (2011). The Montreal Cognitive Assessment (MoCA) in geriatric rehabilitation: psychometric properties and association with rehabilitation outcomes. *International Psychogeriatrics*;23(10), 1582-1591.
- Lyons RA, Perry HM, Littlepage BN. (1994). Evidence for the validity of the Short-form 36 Questionnaire (SF-36) in an elderly population. *Age Ageing*, 23(3), 182-184.
- Hung Kn G, Fong KN. (2019). Effects of telerehabilitation in occupational therapy practice: A systematic review. *Hong Kong Journal of Occupational Therapy*, 32(1), 3-21.
- Monteiro K. (2014) An experimental study of corrective feedback during video-conferencing. *Language Learning and Technology*, 18, 56-79.
- Argent R, Daly A, Caulfield B. (2018). Patient Involvement With Home-Based Exercise Programs: Can Connected Health Interventions Influence Adherence? *JMIR Mhealth and Uhealth*, 6(3), e47.

Primer Dismenoreli Olan ve Olmayan Kadınların Menstrual Fazlara Göre Mensturasyon Tutumlarının, Kognitif Becerilerinin, Okupasyonel Performanslarının, Vücut Farkındalıklarının Ve Benlik Saygılarının İncelenmesi: Pilot Çalışma

Semanur İNANÇ^a, Dilan AY^b, Tuğba YAMAN^c, Hatice SATILMIŞ^d, Ayşegül PARLAR^e,

Enes YALÇIN^f, Gizem ÇALIŞKAN^g, Büşra KIRBOĞA^h, Ayşenur KARAKUŞⁱ

Ergoterapi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a200308017@ogrenci.karakekin.edu.tr, ^b200308038@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^c200308019@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200308033@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^e200308036@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^f200308023@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^g200308027@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^h200308034@ogrenci.karatekin.edu.tr, ⁱaysenurkarakus@karatekin.edu.tr

ÖZET

Amaç: Çalışmanın amacı primer dismenoreli (PD) olan ve olmayan kadınların menstrual fazlara göre mensturasyon tutumlarının, kognitif becerilerinin, okupasyonel performanslarının, vücut farkındalıklarının ve benlik saygılarının incelenmesiydi.

Gereç ve Yöntem: TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı kapsamında vaka kontrol çalışması araştırması olarak planlandı. 18-35 yaş arası kadınlar digital ve sözel duyurular ile çalışmaya davet edildi. PD konsesüsü, çalışmanın belirlenen dâhil edilme ve çıkarılma kriterlerine uygun olarak PD'li olan (n=210) ve asemptomatik kadınlar (n=210) çalışmaya dâhil edildi. Kadınların demografik ve klinik özellikleri demografik ve klinik bilgi formu ile, ağrıları Görsel Analog Skalası (GAS) ile, mensturasyon tutumları mensturasyon tutum ölçeği (MTÖ) ile, kognitif becerileri STROOP ve PASAT testleri ile, okupasyonel performansları Kanada Aktivite Performans Ölçeği (KAPÖ) ile, vücut farkındalıkları Vücut Farkındalığı Anketi (VFA) ile, benlik saygıları Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) ile değerlendirildi. Kadınların menstrual siklusları takip edilerek menstruasyon fazı (adet döneminin ilk günü), foliküler fazda (adet bitimini takip eden ilk hafta içinde) ve yumurtlamanın gerçekleştiği ovulasyon fazında (adet döneminden 2 hafta sonra olacak şekilde) yüz yüze olacak şekilde ölçeklerle değerlendirildi. Çalışma Nisan 2023 ve Nisan 2024 tarihleri arasında gerçekleştirildi.

Bulgular: Primer dismenore grubun yaş ortalamaları $21,08 \pm 2,10$ yıl (min-max:17-27) yıl ve beden kitle indeksi (BKI) ortalamaları $22,00 \pm 2,60$ kg/m² (min-max:16,96-29,76) iken, asemptomatik grubun yaş ortalamaları $21,76 \pm 2,41$ yıl (min-max 18-30) yıl ve BKI ortalamaları $23,30 \pm 3,96$ (min-max:17,93 \pm 39,95) şeklindedir. PD grubun yaş ortalamaları ve BKI değerleri asemptomatik gruba göre düşük iken, anne/kardeşte dismenore varlığı oranları asemptomatik gruba göre yüksek olduğu görüldü (p<0,05).

Ağrı şiddetlerine göre değerlendirildiğinde PD grubunun adet ilk günü ağrı şiddeti $7,28 \pm 2,59$ cm ve asemptomatik grubun ise $2,59 \pm 3,02$ cm şeklindedir. PD grubun mensturasyonun ilk günü adet ağrı şiddeti asemptomatik gruba göre daha yüksekti (p>0,05). Ayrıca adet ilk 5 gününü kapsayan menstrual ağrı şiddetleri değerlendirildiğinde grup içi karşılaştırmada menstrual siklusun fazlarına göre PD grup ve asemptomatik grubun GAS değerleri benzerdi (p>0,05). Ancak gruplar arası karşılaştırmada PD grubun mensturasyon fazı, foliküler fazı ve ovulasyon fazındaki GAS 1. gün, GAS

2. gün, GAS 3. gün, GAS 4. gün ve GAS 5. gün ağrı şiddetleri asemptomatik gruba göre yüksek olduğu görüldü ($p<0,05$).

Menstruasyon tutumları bakımından değerlendirildiğinde grup içi karşılaştırmada PD grubun ovulasyon fazında sezgi alt boyut puanlarının, menstruasyon fazı ve foliküler fazından düşük olduğu görüldü ($p<0,001$). Asemptomatik grupta ise fazlara göre MTÖ toplam ve alt boyut puanları benzerdi ($p>0,05$). Gruplar arası karşılaştırmada ise PD grubun menstruasyon, foliküler ve ovulasyon fazlarında MTÖ toplam değerleri, güçsüzleştirme, rahatsız etme ve sezgi alt boyutları bakımından asemptomatik gruba göre daha yüksek iken menstruasyonu etkilerini inkar ve doğal bir olgu olarak menstruasyon alt boyutları alt boyutu asemptomatik grupta daha yüksekti ($p<0,001$).

Okupasyonel performans açısından değerlendirildiğinde grup içi karşılaştırmada her iki grubun fazlara göre KAPÖ toplam, önem, performans ve memnuniyet alt boyutları bakımından benzerdi ($p>0,05$). Ancak gruplar arası karşılaştırmada menstruasyon, foliküler ve ovulasyon fazlarda asemptomatik grubun KAPÖ toplam ve performans alt boyutları PD grubuna göre daha yüksek olduğu görüldü ($p<0,001$).

Fazlarına göre grup içi ve gruplar arası karşılaştırmada kognitif becerilerini ölçen STROOP ve PASAT toplam ve alt boyut puanları, vücut farkındalığının değerlendirildiği VFÖ toplam puanları ve benlik saygısını içeren RBSÖ toplam puanları bakımından her iki grup benzerdi ($p>0,05$).

Sonuç: PD'li kadınların menstrual fazlara göre menstruasyon tutumları ve okupasyonel performansları asemptomatik kadınlara göre daha düşüktür. Ancak her iki grubun menstrual fazlara göre kognitif becerileri, vücut farkındalıkları ve benlik saygıları benzerdi. Bu bilgiler ışığında bu çalışmaya ilişkin sonuçlar başta ergoterapistler olmak üzere PD'li kadınlarla çalışan sağlık profesyonellerinin değerlendirme ve müdahale protokollerinin daha bütüncül hale gelmesine katkı sağlayabilir.

Anahtar kelimeler: GDismenore, Günlük yaşam aktiviteleri, Kadın.

KAYNAKLAR

- Fernández-Martínez E, Pérez-Corrales J, Palacios-Ceña, D, Abreu-Sánchez A, Iglesias-López MT, Carrasco-Garrido P, Velarde-García JF. (2022). Pain management and coping strategies for primary dysmenorrhea: A qualitative study among female nursing students. *Nursing Open*, 9(1), 637-645.
- Iacovides S, Avidon I, Baker FC. (2015). What we know about primary dysmenorrhea today: a critical review. *Human reproduction update*, 21(6), 762-778.
- Kluska JK, Malinowska E, Kowalski J. (2024). A Pilot Longitudinal Study of Decrease in Cognitive Functions during the Most Painful Day of the Period among Women with Primary Dysmenorrhea.
- Lee H, Kim J. (2024). Direct and Indirect Effects of Stress and Self-Esteem on Primary Dysmenorrhea in Korean Adolescent Girls: A Cross-Sectional Survey Study. *Iranian Journal of Public Health*, 53(1), 116-125.
- MohammadiPour M, Ashrafifard S, Mohammadipour S. (2023). Relationship Between Metacognitive Beliefs and Body Image Concerns in Primary Dysmenorrhea Intensity: The Mediating Role of Pain Self-Efficacy in Iranian Students. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 17(3).

Üniversite Öğrencilerindeki Umutsuzluk Düzeyinin Okupasyonel Yeterlilik ve Önem İle Zaman Yönetimine Etkisi- Pilot Çalışma

Hümeyra ATALAY^a, Nilay ŞAHAN^b

Ergoterapi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^ahumeyraatalay558@gmail.com, ^bnilaysahan@karatekin.edu.tr

ÖZET

Amaç: Lisans eğitim dönemi bireyin hayatındaki hassas ve önemli dönemlerden biridir (1). Çünkü üniversite eğitimi, bireylere yeni bir kapı açmakta ve bireylerin toplumda daha nitelikli bir birey olmalarını sağlamaktadır (2,3). Ancak bu süreçte tüm genç yetişkinler gibi üniversite öğrencileri de psikolojik ve psikososyal değişikliklerle başa çıkmak ve profesyonel kariyerlerini hazırlayabilmek için de toplumsal ve akademik beklentilerin üstesinden gelmek zorunda kalmaktadırlar (4). Ayrıca öğrenciler bu dönemde üniversite eğitimi bittikten sonra hayatlarındaki gerçek rollerini almalarına dair planları, çeşitli sorumlulukları, iş bulma sorunları gibi bazı kaygı verici etmenlerle karşılaşabilmektedir (1,5). Çalışmanın amacı üniversite öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini belirlemek ve bu umutsuzluk düzeyinin okupasyonel yeterlilik ve önem ile öğrencilerin zaman yönetimindeki etkisini araştırmaktır.

Gereç ve Yöntem: Çalışma 18-25 yaş arası 50 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirildi. Bireylerin boy, kilo, sigara ve alkol kullanıp kullanmadığı gibi demografik bilgileri sorgulandıktan sonra umutsuzluk düzeyleri Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ile, aktivite düzeyleri Aktivite Öz Değerlendirme Ölçeği (AÖDÖ) ile ve zaman yönetimlerini Zaman Yönetimi Envanteri (ZYE) ile değerlendirildi.

Bulgular: Çalışmaya 37 (%74) kadın ve 13 (%26) erkek olmak üzere toplam 50 sağlıklı üniversite öğrencisi katıldı. Öğrencilerin boy ortalamaları 127,02± 71,03 cm ve kilo ortalamaları ise 63,16±11,60. Çalışmaya katılan öğrencilerden 37 (%74)si sigara içmediğini söylediği gibi alkol kullanmayanların sayısı da 41 (%82) idi. Beck Umutsuzluk Ölçeği değerlendirmesinde ortalama puanları 6,53±5,33 (hafif düzey) olarak belirlendi. Beck Umutsuzluk Ölçeği'ne göre Aktivite Öz Değerlendirme Ölçeği'nin aktivite-rol yeterlilik alt başlığında şiddetli umutsuzlar ile minimal umutsuzlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu bulundu ($X^2=7,629$, $p=0,054$). Ayrıca Zaman Yönetimi Envanteri'ne göre ise zaman planlaması ($X^2= 10,893$, $p=0,012$) ve zaman tutumları ($X^2=11,539$, $p= 0,009$) alt başlıklarında şiddetli umutsuzluk yaşayanlar ile minimal umutsuzluk yaşayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görüldü.

Sonuç: Üniversite öğrencilerindeki umutsuzluk düzeyi öğrencilerin okupasyonel performanslarını ve zaman yönetimlerini etkilediği açıkça görülmektedir. Biyopsikososyal yönden daha sağlıklı toplumların oluşturulması için üniversite öğrencilerindeki umutsuzluk düzeyiyle ilgili başa çıkma yöntemlerinin öğretilmesi ve öğrencilerin desteklenmesi gerektiğini düşünmekteyiz.

Anahtar kelimeler: Aktivite-Rol Yeterliliği, Umutsuzluk, Üniversite Öğrencisi, Zaman Yönetimi.

KAYNAKLAR

- Korkmazer, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin işsizlik kaygısı algılarının incelenmesi. *Business Economics and Management Research Journal*, 3(2), 141-152.
- Kıran, B., Bozkur, B., & Cengiz, Ö. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyleri, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Özyeterliliklerinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(6), 2401-2409.
- Alkan, A. D. & Kurnaz, S. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Akademik Umutsuzluk Ve Kadercilik Eğilimi Seviyelerinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma, *Selçuk Üniversitesi Akşehir Meslek Yüksekokulu Sosyal Bilimler Dergisi*, 13, 45-54.
- Çunkuş, N., Karaatlı, P., Adana, F., & Arslantaş, H. (2021). Hemşirelik bölümü öğrencilerinde depresif belirtiler ve umutsuzluk düzeyi ile ilişkili faktörler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(1), 6-14.
- Ergüt, Ö. (2020). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi ile iş deneyimi ve iş bulma beklentileri arasındaki ilişkinin sınıf düzeyinde incelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (38), 232-252.

Huzurevi Teknik Gezi

Merve ARTIK^a, Sümeyra HAKBİLEN^b, Gülcan ÇETİNKAYA^c, Sinem ARIKAN^d, Zeynep KANSU^e, Tuğba ARSLAN^f

Ergoterapi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a220308009@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b220308010@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^c220308028@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d220308004@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^e220308042@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^ftugbaarslan@karatekin.edu.tr

ÖZET

Amaç: Teknik gezinin amacı Ergoterapi 2. Sınıf öğrencilerinin yaşlılar ile iletişim becerilerini geliştirmek ve huzurevinde yaşayan yaşlılara yönelik serbest zaman grup aktivitesi planlama ve yürütme becerisi kazandırmaktır.

Yöntem: Amaca yönelik olarak Geriatrik Ergoterapi dersi kapsamında Çankırı İsmail Özdemir Huzurevi'ne bir teknik gezi planlanmıştır. Gezi sırasında gerçekleştirilecek serbest zaman grup aktiviteleri de yine ders kapsamında öğrenciler tarafından planlanmıştır. Aktivite seçerken yaşlılarda düşme ve yaralanma riski oluşturmayacak aktiviteler olmasına dikkat edilmiştir. Aynı zamanda tekerlekli sandalye ile mobil yaşlıların da katılım gösterebileceği aktiviteler seçilmiştir. Grup aktivitelerinin eğlenceli olmasını sağlamak üzere müsabaka şeklinde ve müzik eşliğinde planlanan iki ayrı top oyunu seçilmiştir. Aktivitelerin planlanmasından sonra gerekli malzemeler ve etkinlikte görev alacak gönüllü öğrencilerin görev dağılımı için ders dışı toplantılar gerçekleştirilmiştir. Sağlık Bilimleri Dekanlığı tarafından Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Çankırı İl Müdürlüğünden izin alınmıştır. Teknik gezi sırasında dikkat edilmesi gerekenler ve uyulması gereken kurallar ile ilgili dersin sorumlu öğretim üyesi tarafından tüm katılımcılara bilgilendirme yapılmıştır. Teknik gezi 01.04.2024 tarihinde 20 ergoterapi öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Merkezin dinlenme salonunda hem öğrenci hem de yaşlıların bulunduğu iki grup halinde gerçekleştirilen oyunda gruba aidiyetin kazandırılması için pazu bantları kullanılmıştır. Müzik ve motivasyonel geri bildirimler eşliğinde top oyunları oynanmış hem yaşlılar hem de öğrenciler eğlenceli vakit geçirmiştir. Ayrıca huzurevinde görevli Sosyal hizmet uzmanı kurumu tanıtan bilgilendirici bir sunum yapmış ve öğrencilerin sorularını yanıtlamıştır. Gezi sonunda öğrencilere görsel analog skala ile memnuniyet düzeyleri belirlenmiştir. Ayrıca 'Teknik gezileri sizce nasıl geliştirebiliriz?', 'Görüş ve önerileriniz nelerdir?' açık uçlu sorular ile görüşleri alınmıştır.

Sonuç: Teknik gezi sonucunda öğrenciler huzurevi ve işleyişi hakkında bilgi sahibi olmuş, bir grup aktivitesinin tüm aşamalarını deneyimlemişlerdir. Öğrenci memnuniyeti ortalama 9,2 olarak hesaplanmıştır. Açık uçlu 'Teknik gezileri sizce nasıl geliştirebiliriz?', 'Görüş ve önerileriniz nelerdir?' sorularına verilen yanıtlar arasında en sık; ulaşım için servis olmalıydı şeklindedir. Ayrıca kurumun tamamını gezmek isterdim, kurum personeli daha fazla yardımcı olabilirdi önerileri yer almıştır. Planlanan aktivitelerin değerlendirmesi bir sonraki hafta ilgili ders içinde yapılmış ve aktivite planlama tecrübeleri tartışılmıştır. Aktivite süre ve aktivite analizleri gerçekleştirilerek öğrenilen bilgiler pekiştirilmiştir.

Anahtar kelimeler: Eğitim Aktiviteleri, Grup Çalışması, Rekreasyon, Yaşlanma.

KAYNAKLAR

Cline, M. E., Herman, J., Shaw, E. R., & Morton, R. D. (1992). Standardization of the visual analogue scale. *Nursing research*, 41(6), 378-379.

Heller, G. Z., Manuguerra, M., & Chow, R. (2016). How to analyze the Visual Analogue Scale: Myths, truths and clinical relevance. *Scandinavian journal of pain*, 13(1), 67-75.

<https://sbf.karatekin.edu.tr/tr/kalite-dokumanlari-15731-sayfasi.karatekin> Erişim Tarihi: 05.05.2024

Türkiye’de Kenevir Bitkisinin Medikal Amaçlı Kullanımı

Fatma Betül GÜNEY, Özlem ÇAKIR, Senem ÇAKIR, Nazan KARTAL

Sağlık Yönetimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: nazankartal@karatekin.edu.tr

ÖZET

Bu çalışmada kenevir (kannabis) bitkisinin Türkiye’de medikal amaçlı kullanım alanlarına ve buna ilişkin çalışmalara değinilmiştir. Tıbbi kenevir, bulantı ve kusmayı giderme, ağrı kesme, hafıza canlandırma, ödem çözücü, havaleyi durdurma kanser gibi hastalıkların tedavilerinde kullanılmaktadır. Ancak, kontrolsüz kullanımında kenevirin unutkanlık, kan şekeri düşürme, yeme bozukluğu, uykusuzluk, ruhsal bozukluklar, reflekslerde bozukluk, akciğer dokusunda tahrip, kalp hızı ve kan basıncında artma gibi yan etkilerinin de olduğu bilinmektedir. Pek çok ülkede tıbbi tedavide kenevirin kullanımının yaygınlaştığı görülmektedir. Türkiye’de kenevir 2019 yılında Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi Yerel Yönetimler Sempozyumunda gündeme gelmesi ve hemen sonrasında buna ilişkin eylem planının hazırlanmasıyla kenevir yetiştiriciliğine verilen önem ve üretimde artışlar yaşanmıştır. Plan ve eylemde öne çıkan konular; kenevir üretiminin kısa vadede yerli popülasyonlarla arttırılması, Narlısaray popülasyonundan tohum çoğaltım işlemlerinin gerçekleştirilmesi yerli çeşitler için tohum tescil çalışmalarının tamamlanarak sertifikalı tohum kullanımına geçilmesi, kenevire dayalı sanayinin ve mekanizasyon sistemlerinin geliştirilmesi, öncelikli yatırım alanlarının belirlenmesi şeklindedir. Kenevir bitkisinin kullanım alanları üzerine Yozgat Bozok Üniversitesi ve Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesi’nde çalışmalar gerçekleştirilmektedir. Türkiye’nin son dönemdeki kenevir politikasının amacı, kenevir üretiminin yerli ihtiyaçları karşılayacak şekilde üretilmesi ve yaygınlaştırılmasıdır. Ayrıca kenevir ekiminin yaygınlaştırılması için kenevir üretimine izin verilen illerde olmak şartıyla 2020 yılında dekar başına 700 Türk Lirası destek sağlanmıştır. Son yıllarda kenevirin tıbbi veya eğlence amaçlı kullanımını yasallaştıran ülkelerde artış yaşanmasıyla birlikte Türkiye’de de sağlık alanında kullanımına ilişkin araştırma faaliyetleri gerçekleştirilmeye başlanmıştır. Türkiye’de kenevir kullanımı yasadışı olsa da kırmızı reçete ile hekim tarafından reçete edilmesi durumunda yasal olarak kullanılabilir. Ancak bitkiyi kullanımına devam eden bireyler tarafından bu maddenin yasal ve hatta zararsız olduğu algısının oluşması, madde kullanımını sürdürme yönünde bir davranışa sebep olabilir. Bu kapsamda, kenevir bitkisinin kullanımının tıbbi yönleri ve sağlığa olası zararları konusunda da toplumun bilgilendirilmesi gerekmektedir. Kenevirin tıbbi amaçlı kullanımından yararlanmak maksadıyla yürütülen araştırmaların ve verilen tıbbi hizmetlerin bireyleri afyon ve esrar gibi maddeleri kullandırmaya teşvik edici nitelikte olmamasına özen gösterilmelidir.

Anahtar kelimeler: Kenevir, Kannabis, Sağlık hizmetleri.

KAYNAKLAR

YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ, kenevir araştırma(2020). Erişim adresi: <https://bozok.edu.tr/okul/kenevir-arastirma-enstitusu>
İndigo Dergisi,medikal esrar kullanımı, sağlık(2016). Erişim adresi: <https://indigodergisi.com/2016/02/medikal-esrar-kullanimi-turkiye-de-yasallasti/>

Kişiselleştirilmiş Tıp ve Genom Araştırmalarının Etik Boyutu

Havva Nur BÜYÜKBAYAR, Elif BAŞ, Aysu ÇEVİK, Yağmur ERDOĞAN, Nazan KARTAL

Sağlık Yönetimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: nazankartal@karatekin.edu.tr

ÖZET

Kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmaları, tıp biliminde hızlı bir şekilde ilerleyen ve hastalıkları teşhis, tedavi ve önlemede devrim yaratma potansiyeline sahip alanlardır. Bu alandaki gelişmeler, hastalara daha etkili ve kişiselleştirilmiş tedaviler sunma imkanı sunarken, aynı zamanda önemli etik soruları da beraberinde getirmektedir. Bu bildiri, kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmalarının etik boyutunu incelemeyi, bu alandaki önemli etik prensipleri ve tartışmaları ele almayı ve bu alandaki sorumlu araştırma ve uygulama için öneriler sunmayı amaçlamaktadır. Kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmalarındaki gelişmeler, etik açıdan bazı endişeleri de beraberinde getirmiştir. Bunlardan ilki özerklik ve bilgilendirilmiş rıza ile ilgilidir. Hastaların sağlık verileri ve genom bilgileri hakkında bilgilendirilmiş rıza verme haklarının korunması ve bu bilgilerin nasıl kullanılacağına dair net bir anlayışa sahip olmaları önemlidir. Bunun yanı sıra, kişisel sağlık verileri ve genom bilgileri hassas bilgilerdir ve bu bilgilerin güvenliğinin ve gizliliğinin korunması önemlidir. Bu bilgilerin ayrımcılığa yol açma potansiyeli de göz önünde bulundurulmalıdır. Ayrıca, kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmalarının faydaları tüm topluma adil bir şekilde dağıtılması ve bu alandaki araştırmalara ve tedavilere herkesin erişebilmesi için gerekli adımların atılması gerekmektedir. Son olarak, genom düzenleme ve üreme teknolojileri ile ilgili etik problemler de giderek artış göstermektedir. Bu tür teknolojilerin kullanımı, öjeni gibi sağlıksız ve kötü genlerin ayrılması şeklinde istenmeyen sonuçlara yol açabilir Dolayısıyla, kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmaları, önemli etik soruları beraberinde getiren karmaşık bir alandır. Bu alandaki araştırmaların ve uygulamaların etik prensiplere ve yasalara uygun olması ve hastaların haklarının korunması önemlidir. Bu alandaki etik tartışmalar hakkında kamuoyunda farkındalık yaratmak ve bu konuda kapsamlı bir kamuoyu diyalogu oluşturmak da önemlidir. Sonuç olarak, kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmaları konusunda güçlü etik ilkelere ve yasalara dayalı sağlam bir çerçeve oluşturulmalıdır. Hastaların sağlık verileri ve genom bilgileri hakkında bilgilendirilmiş rıza verme hakları korunmalıdır. Kişisel sağlık verileri ve genom bilgileri güvenli bir şekilde saklanmalı ve ayrımcılığa yol açmamalıdır. Kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmalarının faydaları tüm topluma adil bir şekilde dağıtılmalı ve bu alandaki araştırmalara ve tedavilere herkesin erişebilmesi için gerekli adımlar atılmalıdır. Genom düzenleme ve üreme teknolojileri ile ilgili etik kaygılar göz önünde bulundurulmalı ve bu tür teknolojilerin kullanımı titizlikle düzenlenmelidir. Kişiselleştirilmiş tıp ve genom araştırmaları hakkında kamuoyunda farkındalık yaratılmalı ve bu konuda kapsamlı bir kamuoyu diyalogu oluşturulmalıdır.

Anahtar kelimeler: Etik, Genom araştırmaları, Kişiselleştirilmiş tıp.

KAYNAKLAR

Uluslararası İnsan Genomu Araştırma Etiği Komitesi: <https://www.unesco.org/en/ethics-science-technology/human-genome-and-human-rights>

Dünya Sağlık Örgütü: <https://www.who.int/teams/health-ethics-governance/emerging-technologies/human-genome-editing>

Avrupa Birliği: https://health.ec.europa.eu/ehealth-digital-health-and-care/european-health-data-space_en

ABD Ulusal İnsan Genomu Araştırma Enstitüsü: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/genome/>

Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları

Aysu ÇEVİK, Havva Nur BÜYÜKBAYAR, Yağmur ERDOĞAN, Elif BAŞ, Nazan KARTAL

Sağlık Yönetimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: nazankartal@karatekin.edu.tr

ÖZET

Geleneksel ve tamamlayıcı tıp (GETAT) uygulamaları, dünya genelinde yaygın hale gelmeye başlamıştır. Bu çalışmada sıklıkla birbirinin yerine kullanılan geleneksel ve tamamlayıcı tıp kavramları açıklanmış ve uygulamadaki örneklerine yer verilmiştir. Dünyada halen geleneksel ve tamamlayıcı tıp tanımı konusunda ortak bir karara varılamasa da Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün tanımına göre, geleneksel tıp; ruhsal ve fiziksel hastalıklardan korunma, bunlara tanı koyma, iyileştirme veya tedavi etmenin yanında sağlığın sürdürülmesine kullanılan farklı kültürlere özgü teori, inanç ve tecrübelerle dayalı-izahı yapılabilen veya yapılamayan- bilgi, beceri ve uygulamalar bütünüdür. Bazı ülkelerde geleneksel tıbbın yerine kullanılan tamamlayıcı ve alternatif tıp kavramları ise sağlığın idame ettirilmesi ve iyileştirilmesi, hastalıkların önlenmesi ve tedavisinde kullanılan çeşitli sağlık uygulamaları olarak tanımlanmaktadır. GETAT, yüzyıllardır farklı kültürlerde kullanılan çeşitli sağlık uygulamalarını kapsar. Bu uygulamalar arasında bitkisel ilaçlar, akupunktur, masaj ve meditasyon gibi yöntemler yer alır. GETAT, modern tıbbın yanında veya ona alternatif olarak kullanılabilir. Son yıllarda GETAT'a olan ilginin arttığı görülmektedir. Bunun nedenleri arasında modern tıpta bazı sağlık sorunlarının halen çözülememiş olması, kronik hastalıkların artış göstermesi ve GETAT'ın bazı yan etkilere yer vermeden semptomları hafifletebilme potansiyeli yer almaktadır. GETAT'ın etkinliği konusunda birçok araştırma yapılmıştır. Bazı araştırmalar, GETAT'ın belirli sağlık durumlarının tedavisinde faydalı olabileceğini göstermiştir. Örneğin, akupunkturun migren ve ağrı tedavisinde etkili olduğu, bitkisel ilaçların bazı kanser türlerinin tedavisinde faydalı olabileceği ve meditasyonun stres ve kaygıyı azaltabileceği gösterilmiştir. Ancak, GETAT araştırmalarının bazı sınırlamaları da bulunmaktadır. Birçok araştırma dar kapsamlı ve düşük kalitelidir ve sonuçlar her zaman tutarlı değildir. Ayrıca, GETAT'ın güvenliği ve etkinliği hakkında daha fazla araştırmanın gerçekleştirilmesi gerekmektedir. Sonuç olarak, GETAT, modern tıbbın yanında veya ona alternatif olarak kullanılabilir bir dizi sağlık uygulamasını kapsar. GETAT'ın bazı sağlık durumlarının tedavisinde faydalı olabileceğine dair kanıtlar bulunsa da daha fazla bilimsel araştırmanın yapılması gerektiği göz önünde bulundurulmalıdır. GETAT'ı kullanmak isteyen bireylerin öncelikle bir sağlık profesyoneli ile görüşmesi konusunda toplumsal bilinç kazandırılmalıdır. GETAT araştırmalarının kalitesini ve tutarlılığını artırmak için daha fazla finansman sağlanma konusunda karar vericilere önemli rol ve sorumluluklar düşmektedir. GETAT uygulayıcıları için eğitim ve lisanslama standartları geliştirilmesi gerekmektedir. GETAT hizmetlerinin modern tıbbın yerine değil modern tıbbı destekleyici nitelikte olduğu unutulmamalı ve bu yöntemler sağlık sistemine entegre edilmelidir.

Anahtar kelimeler: Alternatif tıp, GETAT, Tamamlayıcı tıp.

KAYNAKLAR

Dünya Sağlık Örgütü (WHO). Geleneksel Tıp. <https://www.who.int/health-topics/traditional-complementary-and-integrative-medicine>

Ulusal Sağlık Enstitüleri (NIH). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Merkezi (NCCIH). <https://www.nccih.nih.gov/>

Avrupa Komisyonu. Geleneksel ve Bitkisel Tıp. <https://www.ema.europa.eu/en/human-regulatory-overview/herbal-medicinal-products>

Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Dairesi Başkanlığı. <https://shgmgetatdb.saglik.gov.tr/>

Sağlık Teknolojisi Değerlendirme Çalışmalarının Önemi

Elif BAŞ, Yağmur ERDOĞAN, Aysu ÇEVİK, Havva Nur BÜYÜKBAYAR, Nazan KARTAL

Sağlık Yönetimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: nazankartal@karatekin.edu.tr

ÖZET

Bu çalışmada sağlık teknolojisi değerlendirme çalışmalarının önemine yer verilmiştir. Sağlık teknolojileri, sağlık hizmetlerinin sunumunda ve hastaların yaşam kalitesinde önemli rol oynamaktadır. Yeni teknolojilerin hızla gelişmesi ve artan maliyetler, politika yapıcılar ve sağlık yöneticileri için zorlayıcı seçimler sunabilmektedir. Bu nedenle, Sağlık Teknolojisi Değerlendirme (STD), sağlık teknolojilerinin etkinlik, güvenlik, maliyet ve etik açıdan değerlendirilmesi için kullanılan sistematik bir yöntemdir. STD çalışmaları, sağlık politikası karar verme sürecine kanıta dayalı bilgi sağlayarak kaynakların daha etkin kullanılmasına ve hasta refahının artmasına katkıda bulunur. STD çalışmaları, farklı metodolojiler ve yaklaşımlar kullanarak yürütülmektedir. Yaygın olarak kullanılan yöntemler arasında klinik araştırmaların meta-analizleri, maliyet etkililik, maliyet verimlilik, maliyet fayda ve maliyet değer analizi gibi ekonomik değerlendirme yöntemleri, bütçe etkisi analizleri ve hasta deneyimleri değerlendirmeleri yer almaktadır. STD çalışmaları, genellikle çok disiplinli ekipler tarafından yürütülmektedir ve sağlık hizmetleri araştırmacıları, klinisyenler, ekonomistler, tıp etiği ile ilgilenen kişiler ve hastalar gibi farklı paydaşların katkılarını içermektedir. STD çalışmaları, sağlık teknolojileri hakkında önemli bilimsel bulgular ortaya koymaktadır. Bu bulgular, yeni teknolojilerin etkinlik ve güvenlik profillerinin belirlenmesine, maliyetlerinin değerlendirilmesine ve etik açıdan kabul edilebilirliğinin analiz edilmesine yardımcı olmaktadır. STD çalışmaları ayrıca, sağlık teknolojilerinin farklı hasta gruplarındaki etkilerinin ve sağlık sistemleri üzerindeki yükünün değerlendirilmesine de katkıda bulunmaktadır. STD çalışmaları ayrıca, hastaların sağlık teknolojileri hakkında bilinçli karar vermelerine yardımcı olacak bilgiler sağlayabilir. STD çalışmalarının uygulamada daha etkin bir şekilde kullanılabilmesi için yapılan araştırmaların metodolojik kalitesinin artırılması gerekmektedir. STD ile ilgili çalışmaların şeffaflığının ve erişilebilirliğinin artırılması daha çok kişinin erişebilmesi açısından faydalı olacaktır. STD çalışmalarının sağlık politikası karar verme sürecinde daha etkin bir şekilde kullanılması için zorunlu hale getirilmesi sağlanabilir. STD çalışmaları için ulusal ve uluslararası iş birliği geliştirilebilir. Son olarak, diğer ülkelerdeki sağlık teknolojisi değerlendirme çalışmaları ve yöntemlerinin incelenerek Türkiye’de uygulanabilirliği incelenebilir.

Anahtar kelimeler: Ekonomik değerlendirme yöntemleri, Sağlık teknolojileri, Sağlık teknolojisi değerlendirme.

KAYNAKLAR

Dünya Sağlık Örgütü. Sağlık Teknolojisi Değerlendirme: <https://www.who.int/health-topics/health-technology-assessment>

Avrupa Sağlık Teknolojisi Değerlendirme Ağı (HTA Network): <https://www.eunetha.eu/>

Sağlık Bakanlığı, Araştırma, Geliştirme ve Sağlık Teknolojisi Değerlendirme Dairesi Başkanlığı: <https://shgmargestddb.saglik.gov.tr/>

Ölümün Tanımı ve Ötenazinin Etik Boyutu

Yağmur ERDOĞAN, Aysu ÇEVİK, Elif BAŞ, Havva Nur BÜYÜKBAYAR, Nazan KARTAL

Sağlık Yönetimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: nazankartal@karatekin.edu.tr

ÖZET

Ölüm, yaşamın doğal sonudur ve her canlı varlığın kaçınılmaz sonudur. Bu olgu, yüzyıllar boyunca filozoflar, din adamları ve bilim insanları tarafından sorgulanmış ve üzerine düşünülmüştür. Ötenazi ise, tıbbi müdahale yoluyla bir kişinin ölümüne yardımcı olma veya teşvik etme pratiğidir. Bu karmaşık ve hassas konu, etik, felsefi ve yasal açıdan birçok tartışmaya yol açmaktadır. Bu çalışmada ölümün tanımı üzerinde durulmuş ve ötenazinin kavramının etik boyutuna değinilmiştir. Biyolojik açıdan ölüm, tüm beden fonksiyonlarının geri dönüşümsüz bir şekilde sona ermesini ifade etmektedir. Tıbbi açıdan ölüm, beyin ölümünün gerçekleşmesi olarak tanımlanmaktadır. Sosyal açıdan ölüm, bir bireyin toplumdaki rolünün ve kimliğinin kaybolması ile gerçekleşmektedir. Ruhsal açıdan ölüm, ruhun bedenden ayrılması olarak inanılan bir ölüm çeşididir. Ötenazi ise hastaların katlanılamayacak ızdıraplarını sonlandırmak amacıyla çeşitli ilaçların kullanılması; iyileşemez bir hastalığa yakalanmış bir kimsenin istemi üzerine hayatına son verilmesi ve hiçbir şekilde tedavisi mümkün olmayan, insanda acıma duygusu uyandıran bir hastalıkla yaşama zorunda olan hastanın talebiyle icrai ya da ihmali bir davranışla tıbbi yoldan yaşamına son verilmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Ötenazinin türleri bulunmaktadır. Bunlardan aktif ötenazi, bir tıp profesyoneli tarafından hastaya ölümcül bir ilaç vermesi veya diğer tıbbi müdahalelerde bulunması yoluyla ölümün hızlandırılmasıdır. Pasif ötenazi, yaşam destek sistemlerinin geri çekilmesi veya hastayı iyileştirecek tedavilerin verilmemesi yoluyla ölümün gerçekleşmesine izin verilmesidir. Yardımlı intihar ise bir tıp profesyonelinin hastaya reçeteli ilaçlar veya diğer araçlar sağlayarak kendi hayatlarına son vermelerine yardımcı olmasıdır. Ötenazi kavramı, literatürde pek çok etik, felsefi, hukuki ve dini olarak pek çok açıdan tartışmalar barındıran bir konudur. Ötenazi, bireyin özerkliği, yaşam hakkı ve acı çekmeme hakkı gibi etik ilkelerle çelişebilir. Bunun yanı sıra, yaşamın kutsallığı, ölümün doğal olup olmadığı ve insan hayatının değeri gibi felsefi soruları gündeme getirmektedir. Günümüzde ötenazi, birçok ülkede yasa dışıdır ve etik olmayan bir uygulama olarak kabul edilmektedir. Ötenaziye yönelik yaklaşımlar, dini inançlar, kültürel değerler ve kişisel bakış açıları gibi faktörlere göre değişiklik gösterebilmektedir. Ötenazi konusunda toplumda net bir fikir birliği yoktur ve bu konu yoğun tartışmalara yol açmaktadır. Ötenazi uygulamasının yasal hale getirilmesinin, suistimal ve etik ihlaller riskini de beraberinde getirebilme ihtimali bulunmaktadır. Ötenazi uygulamasının yasal hale getirilmesi ve yaygınlaştırılması konusunda dikkatli olunmalı ve bu konudaki tüm yönler titizlikle değerlendirilmelidir. Hastaların yaşamlarının sonuna yaklaşırken onurlu ve saygılı bir şekilde ölmelerine yardımcı olmak için alternatif çözümler geliştirilmesi önemli olsa da herhangi bir suistimale yer verilmemesi gereklidir. Terminal dönemdeki hastalara yaşamın sonu bakımı ve palyatif bakım hizmetlerine erişimleri artırılmalıdır. Hastaların özerkliği ve kendi kaderlerini tayin hakları gözetilmelidir. Ötenazi konusundaki etik ve yasal çerçeve açık ve şeffaf bir şekilde ele alınmalıdır. Bu konuda toplumda kapsamlı bir diyalog ve farkındalık çalışmaları yapılmalıdır.

Anahtar kelimeler: Etik, Ölüm, ötenazi.

KAYNAKLAR

<https://en.wikipedia.org/wiki/Euthanasia>

https://en.wikipedia.org/wiki/Assisted_suicide

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5245170/>

<https://www.bbc.co.uk/news/world-europe-65574311>

<https://www.helpguide.org/>

Kamu-Özel İşbirliği Modeli: Şehir Hastaneleri

Elif BAŞ, Yağmur ERDOĞAN, Aysu ÇEVİK, Havva Nur BÜYÜKBAYAR

Sağlık Yönetimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:

ÖZET

Giriş: Türkiye'de Sağlık Bakanlığı tarafından son yıllarda hayata geçirilen şehir hastaneleri projesi, sağlık sisteminde önemli bir dönüşümün önünü açmıştır. Bu proje kapsamında birçok şehirde büyük ölçekli ve modern sağlık kompleksleri inşa edilmiş ve hizmete açılmıştır. Şehir hastaneleri, sundukları imkanlar ve getirdikleri yeniliklerle sağlık hizmetlerine erişimi kolaylaştırmayı ve kaliteyi artırmayı amaçlamaktadır.

Gelişme: Şehir hastaneleri, birçok branşta uzmanlaşmış doktorlar, gelişmiş tıbbi cihazlar ve modern altyapı gibi imkanlar sunmaktadır. Ayrıca, bu hastanelerde acil servis, laboratuvar, radyoloji gibi birimler de 24 saat hizmet vermektedir. Şehir hastanelerinin önemli avantajlarından biri de, hastaların tek bir çatı altında birçok farklı sağlık hizmetine ulaşabilmesidir. Ancak şehir hastaneleri ile ilgili bazı eleştiriler de mevcuttur. Bu eleştiriler arasında, hastanelerin şehir merkezlerine uzak olması, randevu alma sisteminin yetersiz olması ve bazı branşlarda doktor eksikliği gibi sorunlar yer almaktadır. Ayrıca, şehir hastanelerinin yapım ve işletme maliyetlerinin yüksek olması da proje ile ilgili bir endişe konusudur.

Sonuç: Şehir hastaneleri, Türkiye'nin sağlık sisteminde önemli bir yere sahiptir. Bu hastaneler, sundukları imkanlar ve getirdikleri yeniliklerle sağlık hizmetlerine erişimi kolaylaştırmakta ve kaliteyi artırmaktadır. Ancak, şehir hastaneleri ile ilgili bazı sorunlar da mevcuttur. Bu sorunların çözülmesi için gerekli adımların atılması ve projenin daha da geliştirilmesi gerekmektedir.

Bulgular: Şehir hastaneleri, birçok branşta uzmanlaşmış doktorlar, gelişmiş tıbbi cihazlar ve modern altyapı gibi imkanlar sunmaktadır.

Şehir hastanelerinde acil servis, laboratuvar, radyoloji gibi birimler de 24 saat hizmet vermektedir.

Şehir hastanelerinin önemli avantajlarından biri de, hastaların tek bir çatı altında birçok farklı sağlık hizmetine ulaşabilmesidir.

Şehir hastaneleri ile ilgili bazı eleştiriler de mevcuttur. Bu eleştiriler arasında, hastanelerin şehir merkezlerine uzak olması, randevu alma sisteminin yetersiz olması ve bazı branşlarda doktor eksikliği gibi sorunlar yer almaktadır.

Şehir hastanelerinin yapım ve işletme maliyetlerinin yüksek olması da proje ile ilgili bir endişe konusudur.

Öneriler: Şehir hastanelerinin şehir merkezlerine daha yakın olması için gerekli düzenlemeler yapılmalıdır.

Randevu alma sisteminin geliştirilmesi ve daha kullanışlı hale getirilmesi gerekmektedir.

Doktor eksikliği sorunu çözmek için gerekli adımlar atılmalıdır.

Şehir hastanelerinin yapım ve işletme maliyetlerinin düşürülmesi için alternatif çözümler üretilmelidir.

Şehir hastaneleri ile ilgili kamuoyunda daha fazla bilgilendirme çalışması yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

<https://khgm.saglik.gov.tr/TR-43838/sehir-hastaneleri-koordinasyon-dairesi-baskanligi.html>

https://tr.wikipedia.org/wiki/%C5%9Eehir_hastanesi

<https://t54.com.tr/haber/14844493/sehir-hastanesi-agustos-2024e-kaldi>

https://tr.wikipedia.org/wiki/%C5%9Eehir_hastanesi

Merkezi Hekim Randevu Sisteminde (MHRS) Uzaktan Değerlendirme

Berivan ÖZTÜRK

Sağlık Yönetimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: 230302043@ogrenci.karatekin.edu.tr

ÖZET

Uzaktan Sağlık Hizmeti Nedir? Nasıl Gerçekleştirilir?

Uzaktan sağlık hizmeti sunumu ile kronik hastalığı olan bireylerin sağlık hizmetlerine erişimini ve hastalıklarının öz yönetimini kolaylaştırmak ve sağlık kuruluşlarındaki fiziksel başvuru yoğunluğunu azaltmak amaçlanmaktadır. Telekonsültasyonu (internet aracılığıyla uzaktan görüntülü olarak hasta değerlendirmesi, sağlık kayıtlarının güncellenmesi ve sms/ e-mail ile veri aktarımını) içeren uzaktan sağlık hizmeti sunumu, hastaya danışmanlık hizmeti ile birlikte sağlık eğitimi verilmesini, kronik hastalıkların değerlendirmelerinin/izlemlerinin yapılmasını, yaşlı hastalar için rutin kontrol ve değerlendirmeler yapılmasını, yeni gelişen hastalıkların değerlendirilmesi ve gerekli olduğu durumlarda ilaç reçete edilmesini kapsamaktadır. Uzaktan Sağlık Hizmeti Sunumunun başarılı olabilmesi için, bu yöntemi kullanmaya özendirilen hastaların doğru seçilmesi çok önemlidir. Programa dâhil edilecek hastaların; kişisel özellikleri, hastalık durumu, sağlık çalışanının önerilerine uyumu, sağlık okur-yazarlığı ve teknolojiyi kullanma durumu, talep edilecek izlem uygulamalarını yapabilecek durumda olması gibi bazı kriterler dikkate alınmalıdır.

Uzaktan Sağlık Hizmeti İçin Hasta Seçimi Ve Bilgilendirmede Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

- Hastanın uzaktan sağlık hizmeti sunumunu tercih etmesi,
- Hastanın teknolojiyi kullanma konusunda yeterli beceriye sahip ve rahat olması,
- Hastanın gerekli olan teknik alt yapıya erişiminin olması,
- Hastanın yüz-yüze sağlık hizmetine ulaşımında zorluk yaşamaması,
- Hastanın ev ortamında değerlendirme gereksiniminin bulunması,
- Hastanın evde hastalığı için gerekli ölçümleri yapabileceği cihazlarının bulunması (pulse oksimetri, kan basıncı ölçüm cihazı, ateş ölçer, kan şekeri ölçüm cihazı, PEF metre gibi)

Uzaktan Sağlık Hizmeti Sunumu İçin Ne Gerekir Ve Kimler Randevu Alabilir?

1-18 yaş ve üzeri koroner arter hastalığı, hipertansiyon, diyabet gibi kronik hastalığı olan bireyler ile yaşlı bireyler randevu alabilirler.

2-İnternet bağlantısı, mikrofon ve kamerası olan bilgisayar, tablet veya cep telefonu gerekir.

3-Görüşme yapılan cihazın güvenliği konusunda emin olunmalıdır.

4-Cep telefonu ile yapılacak görüşmelerde gerekli ayarların önceden yapılmış olmasına özen gösterilmelidir.

Görüşme Öncesinde Bulundurulması Ve Yapılması Gerekenler

- 1-Hastalığın takibinde yapılan kan şekeri, tansiyon gibi ölçüm kayıtları ve yapılan tetkikler,
- 2-Kimlik,
- 3-Hastalık için kullanılan ilaçlar,
- 4-Kullanılıyorsa işitme cihazı ve okuma gözlüğü,
- 5-Görüşme sırasında not alınması gerekebileceğinden kağıt ve kalem bulundurulmalıdır.

1-Ortam

- Görüşme için uygun kıyafet seçimi
- Görüşmede oturur pozisyonda olunması,
- Görüşme sırasında yalnız olunması, görüşmenin kamu alanlarında yapılmaması,
- Var ise evcil hayvanların farklı bir ortamda bulunması,
- Görüşmeyi bölecek faaliyetlerde bulunulmaması,
- Görüşme yapılacak ortamın aydınlık olması.

2-Kamera, Mikrofon, Ses

- Görüşme yapılacak cihazın kamera, mikrofon, ses ve bağlantı ayarlarının önceden yapılması,
- Görüşme sırasında kamerada yüz ve mimiklerin net görüldüğüne emin olunması,
- Kameranın belden yukarı olacak şekilde sabitlenmesi.

3-Değerlendirme

- Hekimin yönlendirdiği sorulara anlaşılır ve net cevaplar verilmesi,
- Randevu için hastaya ayrılan sürenin verimli kullanılması,
- Hastalıkla ilgili şikayetlerin ve tedavi süreciyle ilgili endişelerin anlatılması ve danışılması,
- Tedavi planının anlaşıldığından emin olunması,
- Yapılması gereken ölçüm ve tetkiklerin not alınıp kaydedilmesi,

4-Görüşmenin Sonlanması

- Görüşme sonlandıktan sonra SMS yoluyla reçete numarasına ulaşılması,
- Tedavi planının sağlık çalışanının önerdiği şekilde kullanılması,
- Önerilen sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıklarının benimsenmesi,

! Görüşme teknik aksaklıklar nedeniyle erken sonlanırsa 2 saat boyunca aynı randevu numarası ile sisteme yeniden giriş yapılabilmektedir.

KAYNAKLAR

https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kronik-hastaliklar-ve-yasli-sagligi-db/Dokumanlar/Rehberler/Kronik_Hastaliklar_icin_USHS-Kilavuzu.pdf

<https://www.youtube.com/watch?v=x7iKAnHXEQ4>

<https://www.youtube.com/watch?v=Waony0kEnTO>

Bipolar Hastalarının Yaşadığı Psikososyal Düzeydeki Etmenler ve Mikro Düzeyde İnceleme

Deniz İSKENDEROĞLU

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: deniziskenderoglu087@gmail.com

ÖZET

Bipolar rahatsızlık; duygudurumda bozukluk aşırı değişkenlik gözlemlenir. Bu durum manik ataklar (aşırı yüksek ruh hali) ve majör ve minör depresyon dönemlerinde[aşırı düşük ruh hali] ile belirginleşir. Bu sistematik süreçte de bipolar bozukluğun orataya çıkma hali ve yaşanan zorluklar arasında tanı almak bir hayli zorlaşır ve hastalık seyrini alırken tedaviye uyum sağlama ve stigmatın üstesinden gelme gibi bazı konular yer alır. Tedavi ve destekle ,bu zorluklar yönetilebilir hale gelebilir. Fakat hastalıkların yaşattığı zorluklar ve toplumda psikiyatrik hastalara karşı bir stigma ve bireylerin toplum içinde kabul edilmemesi bireyin destek alırken atak yaşamasına da sebebiyet verir.

Toplum ruh sağlığı merkezinde Bipolar bozukluğu olan birey ile hastalığın Seyrini anlamak ve bu hastalığın neden ortaya çıktığını, Nasıl çıktığını ve nasıl devam ettiğini ve ne şekilde sonlandığını Anlamak ve Sosyal hizmetin 7 planlı müdahale aşaması çerçevesinde toplum içerisinde bireyi profesyonel sosyal hizmet müdahalesi sürecinde kullanılan belli başlı kuram ve yaklaşımlarla hastalık seyrinde bireyin kendi gücünün farkında olmasını ,güçlendirme yaklaşımı ve problem çözme yaklaşımı kullanılarak profesyonel olarak sosyal hizmetin evrensel değerler çerçevesinde, bilimsel olarak bireyin yaşam kalitesini arttırmak için sosyal ve politik çerçeveden bakmayı ve bipolar rahatsızlığı olan bireyin kendi yaşamı üzerinde söz sahibi olmasına yönelik yapılan sosyal bir Görüşme raporudur.

Bu bilgiler ışığında, bireyin psikiyatrik açıdan yapılan konuşmaları ve hastalık seyri şu şekildedir .Birey, genellikle depresif dönemler geçiriyor gibi görünmektedir. Bipolar bozukluk belirtileri göstermektedir. Bu belirtiler arasında düşük ruh hali, enerji kaybı, ilgi kaybı, uyku problemleri ve öfke nöbetleri bulunmaktadır. hastanın hayata bakışı çeşitli faktörlere bağlı olarak değişebilir. Genel olarak, ruh sağlığı sorunları yaşar , yaşadığı zorluklar ve semptomlar nedeniyle hayata farklı bir perspektiften bakar ve bunu kendini rahat hissettiği yerde söyler . Bununla birlikte, terapi ve uygun tedavi ile bireysel görüşme raporu ile hastanın psikososyal durumu çözümlenmeye ve anlaşılmaya çalışılmıştır .Yaşamı sosyal hizmetin perspektif bakış açılarından yararlanarak bireyi topluma geri kazandırmak ve bu süreci raporlamak sosyal hizmetin genel taslaklarından biridir. Yapılan araştırmada, 5 haftalık bir görüşme gerçekleştirilmiştir ve 7 planlı müdahale aşaması şu formatta yazılmıştır;

Hastanın Durumunun Değerlendirilmesi:

Yapılan müdahale planında bu bireyin iş kaybı, sosyal izolasyonu ve ilişki sorunları da gözlemlenmiştir bireyin eğitimi olması üniversite bitirmesi fakat anlama da ve konsantre olma konusunda zorlukları bulunmaktadır. Tedaviye ulaşma hedefi de başka bir zorluğa neden olmaktadır bireyin hastalığı kabul etmemesi ve kuram yaklaşımları uygularken farklı yaklaşımlar da denenmiş ve uygun olanları uygulanmıştır. Bireyin bu durumu kabullenmeyerek ailesi ve arkadaşları arasındaki anlayış eksikliğinden kaynaklı zorluklar yaşadığı ve psikiyatrik destek aldığı anda yargılanma ve dışlanma yaşadığı ve bu hastalığın genetik olarak değil de yaptığı bi hatanın sonucu olarak görmeye başladığı gözlemlenmiştir. Hastanın abisinin de bi polar bozukluğunun olduğu ve bu hastalığı atlama sürecinin de göz önünde bulundurmasından

kaynaklı güçlendirme yaklaşımı ve çevresi içerisinde bireyi tanımlama ve sosyal hizmetteki etkisi araştırılmıştır.

Hedef Belirleme : Bu hedefler, hastanın günlük işlevselliğini artırmayı, toplum içinde daha sağlıklı bir yaşam sürmesini ve krizleri yönetme becerilerini geliştirmeyi içerebilmiştir. Ayrıca, destek ağlarını güçlendirmek, uygun tedaviye erişimi sağlamak ve yaşam kalitesini artırmak da hedefler arasındadır.

Uygulama ve İzleme: Tedavi planı uygulanmaya başlanmıştır ve hastanın ilerleyişi düzenli olarak izlenir. Tedavinin etkinliği değerlendirilmiştir. Hastanın tedaviye karşı olan soğukluğu ve kendini yalnız hissetmesi çeşitli faaliyetlerden kaçması da sosyalleşmekten kaçması gözlemlenmiştir.

Planının Oluşturulması: hasta ağır ruhsal bir dönemden geçmektedir ve bu durumda yapboz oyununu sevdiği için bireysel görüşme de de hastalığın seyrini ve duygudurumunu öğrenmek Bipolar rahatsızlık; duygudurumda bozukluk aşırı değişkenlik gözlemlenir. Bu durum manik ataklar (aşırı yüksek ruh hali) ve majör ve minör depresyon dönemlerinde[aşırı düşük ruh hali] ile belirginleşir. Bu sistematik süreçte de bipolar bozukluğun orataya çıkma hali ve yaşanan zorluklar arasında tanı almak bi hayli zorlaşır ve hastalık seyrini alırken tedaviye uyum sağlama ve stigmanın üstesinden gelme gibi bazı konular yer alır. Tedavi ve destekle ,bu zorluklar yönetilebilir hale gelebilir. Fakat hastalıkların yaşattığı zorluklar ve toplumda psikiyatrik hastalara karşı bir stigma ve bireylerin toplum içinde kabul edilmemesi bireyin destek alırken atak yaşamasına da sebebiyet verir.

Toplum ruh sağlığı merkezinde Bipolar bozukluğu olan birey ile hastalığın Seyrini anlamak ve bu hastalığın neden ortaya çıktığını, Nasıl çıktığını ve nasıl devam ettiğini ve ne şekilde sonlandığını Anlamak ve Sosyal hizmetin 7 planlı müdahale aşaması çerçevesinde toplum içerisinde bireyi profesyonel sosyal hizmet müdahalesi sürecinde kullanılan belli başlı kuram ve yaklaşımlarla hastalık seyrinde bireyin kendi gücünün farkında olmasını ,güçlendirme yaklaşımı ve problem çözme yaklaşımı kullanılarak profesyonel olarak sosyal hizmetin evrensel değerler çerçevesinde, bilimsel olarak bireyin yaşam kalitesini arttırmak için sosyal ve politik çerçeveden bakmayı ve bipolar rahatsızlığı olan bireyin kendi yaşamı üzerinde söz sahibi olmasına yönelik yapılan sosyal bir Görüşme raporudur.

Bu bilgiler ışığında, bireyin psikiyatrik açıdan yapılan konuşmaları ve hastalık seyri şu şekildedir: Birey, genellikle depresif dönemler geçiriyor gibi görünmektedir. Bipolar bozukluk belirtileri göstermektedir. Bu belirtiler arasında düşük ruh hali, enerji kaybı, ilgi kaybı, uyku problemleri ve öfke nöbetleri bulunmaktadır. hastanın hayata bakışı çeşitli faktörlere bağlı olarak değişebilir. Genel olarak, ruh sağlığı sorunları yaşar , yaşadığı zorluklar ve semptomlar nedeniyle hayata farklı bir perspektiften bakar ve bunu kendini rahat hissettiği yerde söyler . Bununla birlikte, terapi ve uygun tedavi ile bireysel görüşme raporu ile hastanın psikososyal durumu çözümlenmeye ve anlaşılmaya çalışılmıştır .Yaşamı sosyal hizmetin perspektif bakış açılarından yararlanarak bireyi topluma geri kazandırmak ve bu süreci raporlamak sosyal hizmetin genel taslaklarından biridir. Yapılan araştırmada, 5 haftalık bir görüşme gerçekleştirilmiştir ve 7 planlı müdahale aşaması şu formatta yazılmıştır;

Hastanın Durumunun Değerlendirilmesi:

Yapılan müdahale planında bu bireyin iş kaybı, sosyal izolasyonu ve ilişki sorunları da gözlemlenmiştir bireyin eğitimi olması ünüversite bitirmesi fakat anlama da ve konsantre olma konusunda zorlukları bulunmaktadır. Tedaviye ulaşma hedefi de başka bir zorluğa neden olmaktadır bireyin hastalığı kabul etmemesi ve kuram yaklaşımları uygularken farklı yaklaşımlar da denenmiş ve uygun olanları uygulanmıştır. Bireyin bu durumu kabullenmeyerek ailesi ve arkadaşları arasındaki anlayış eksikliğinden kaynaklı zorluklar yaşadığı ve psikiyatrik destek aldığında yargılanma ve dışlanma yaşadığı ve bu hastalığın genetik olarak değil de yaptığı bi hatanın sonucu olarak görmeye başladığı gözlemlenmiştir. Hastanın abisinin de bi polar bozukluğunun olduğu ve bu hastalığı atlatma sürecinin de göz önünde bulundurmasından kaynaklı güçlendirme yaklaşımı ve çevresi içerisinde bireyi tanımlama ve sosyal hizmetteki etkisi araştırılmıştır.

Hedef Belirleme : Bu hedefler, hastanın günlük işlevselliğini artırmayı, toplum içinde daha sağlıklı bir yaşam sürmesini ve krizleri yönetme becerilerini geliştirmeyi içerebilmiştir. Ayrıca, destek ağlarını güçlendirmek, uygun tedaviye erişimi sağlamak ve yaşam kalitesini artırmak da hedefler arasındadır.

Uygulama ve İzleme: Tedavi planı uygulanmaya başlanmıştır ve hastanın ilerleyişi düzenli olarak izlenir. Tedavinin etkinliği değerlendirilmiştir. Hastanın tedaviye karşı olan soğukluğu ve kendini yalnız hissetmesi çeşitli faaliyetlerden kaçması da sosyalleşmekten kaçması gözlemlenmiştir.

Planının Oluşturulması: hasta ağır ruhsal bir dönemden geçmektedir ve bu durumda yapboz oyununu sevdiği için bireysel görüşme de de hastalığın seyrini ve duygudurumunu öğrenmek için yapboz etkinliği ve örgü yaparken kendini daha güvende hissettiği için görüşme salonuna yapboz ve örgü getirilmiştir hasta bu saye de kendini rahatça ifade edebilmiştir.

Gelecek Planlaması ve Sonlandırma: Hastanın iyileşme sürecindeki ilerlemesi değerlendirilmiştir. ve gelecek planları yapılmıştır . Tedavi sonlandırıldığında hastanın kendi başına başa çıkma becerilerini geliştirmesi için destek sağlanmıştır ve diğer etkinliklerde de takip ve izlemini yapmaktayım.

için yapboz etkinliği ve örgü yaparken kendini daha güvende hissettiği için görüşme salonuna yapboz ve örgü getirilmiştir hasta bu saye de kendini rahatça ifade edebilmiştir.

Gelecek Planlaması ve Sonlandırma: Hastanın iyileşme sürecindeki ilerlemesi değerlendirilmiştir. ve gelecek planları yapılmıştır . Tedavi sonlandırıldığında hastanın kendi başına başa çıkma becerilerini geliştirmesi için destek sağlanmıştır ve diğer etkinliklerde de takip ve izlemini yapmaktayım.

Denetimli Serbestlik Kapsamındaki Hükümlülere Hazırlanan Eğitim Programı

Damla DİKKULAK^a, Mihriban DEMİRKAYA^b, Semanur ŞANVERDİ^c, Büşra BELGİÇ^d, Serdar AYKUT

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a200310010@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b200310011@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^c200310003@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200310042@ogrenci.karatekin.edu.tr

ÖZET

Şüpheli, sanık veya hükümlünün toplum içinde denetim ve takibinin yapıldığı, iyileştirilmesi ve topluma kazandırılması için ihtiyaç duyulan her türlü hizmet, program ve kaynakların sağlandığı alternatif bir ceza ve infaz sistemini ifade etmektedir. Ceza adalet sisteminde büyük bir yenilik olan denetimli serbestlik, suç işleyen bireylerin ceza aldıkları süreç içerisinde yeniden topluma kazandırılmaları ve suç işleme olasılıklarının azaltılmasını hedefleyen bir yaklaşımdır. Denetimli serbestlik sistemi, ülkemizde 20 Temmuz 2005 tarihli Resmi Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren 5402 sayılı Denetimli Serbestlik Hizmetleri Kanunu ile çağdaş ceza infaz sistemindeki yerini almıştır. Bu kanunda belirtilen görevleri yerine getirmek üzere, 15 Ağustos 2005 tarihinde Adalet Bakanlığı Ceza ve Tevkif Evleri Genel Müdürlüğü bünyesinde Denetimli Serbestlik Daire Başkanlığı kurulmuştur. Sosyal hizmet uzmanı denetimli serbestlik tedbiri altında olan hükümlülerin topluma yeniden kazandırılmasına ve bu kişilerin suç davranışından uzaklaşmasına yardımcı olabilmek için rehberlik faaliyetleri yürütür. Birer sistem ajanı olarak tanımlanabilecek olan sosyal çalışmacılar, hükümlüler için toplumumuzda yıllardan beri yapılan damgalamanın ortadan kalkması, suçu her ne olursa olsun bu kişilerin insan olmaları gerçeğini ve rehabilite edilebilir bir durumda aramızda olduklarının insanlarımızı aktarılması, suçun tekrarının önlenmesi ve dolayısıyla da toplum korumasının sağlanması konusunda önemli görevleri üstlenmişlerdir. Hükümlülere yönelik sosyal hizmet uygulamalarının amacına baktığımızda ceza infaz kurumunda buldukları zaman kapsamında psikolojik, sosyal ve ekonomik sorunlarının çözümüne destek olmaktır. Ayrıca bireylerin yeniden suç işleme durumlarının azaltılması ve topluma entegre bir şekilde yaşamını sürdürmesini sağlamaktır. Biz de bu kapsamda sosyal hizmet son sınıf öğrencileri olarak denetimli serbestlik kurumunda hükümlülere yönelik iki farklı eğitim uyguladık. İlk eğitimimiz Rehberlik ve Araştırma Merkezi (RAM) iş birliği ile stres eğitimidir. Burada yirmi hükümlüye stres nedir ve nasıl baş edilebilir konusu hakkında eğitim verilmiştir. Eğitim sonunda hükümlülerin soruları cevaplanmıştır. İkinci eğitimimizi ise bir hafta sonra Yeşilay Danışmanlık Merkezi (YEDAM) iş birliği ile gerçekleştirmiştir. Burada da yirmi beş hükümlüye madde bağımlılığı nedir, nasıl gelişir, olumsuz yanları nelerdir ve madde nasıl önlenir konularında eğitim verilmiştir. Eğitim sonunda hükümlüler ile soru-cevap etkinliği yapılmış ve “şeytanın avukatı” oyunu oynanmıştır. Bu oyunda üç hükümlüden gönüllü olması istenmiştir. Hükümlülerin birisi şeytan birisi melek diğeri de madde bağımlısı bireyi canlandırmıştır. Şeytan rolünü canlandıran hükümlü madde bağımlısı rolünü üstlenen bireye madde kullanımını överek kendi tarafına çekmeye çalışırken melek görevini üstlenen hükümlüyse madde bağımlısı kişiyi canlandıran hükümlüye maddenin kötü yönlerini açıklayarak uzaklaştırmaya çalışmıştır.

Anahtar kelimeler: Denetimli serbestlik, Yedam, Ram, Sosyal hizmet.

KAYNAKLAR

- Işık, E., & Kararları, M. T. V. D. S. (2016). Türkiye'de Denetimli Serbestlik Uygulamaları. Dene mli Serbestlik Daire Başkanlığı, 3.
- Karataş, Z. (2017). Çocuklara yönelik denetimli serbestlik uygulamalarında sosyal hizmet müdahalesinin önemi. Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi, 1(1), 1-20.
- APAYDIN, C., & Kaplan, H. (2019). Ceza infaz sistemi ve denetimli serbestlik. İstanbul Aydın Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi, 5(2), 185-207.
- Şimşek, M., Aktürk, İ., Dinç, M., Işık, S., & Ögel, K. (2019). Bir bağımlılık danışma merkezinde uygulanan tedavi programına yönelik etkililik değerlendirme: YEDAM örneği. The Turkish Journal on Addictions, 6, 795-817.
- Karaman, H. (2017). Türkiyede bağımlılık alanında bir rehabilitasyon modeli olarak Yeşilay Danışmanlık Merkezinin (YEDAM) incelenmesi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

Çankırı Devlet Hastanesinde Uygulama Dersi Görmekte Olan Sağlık Meslek Lisesi Öğrencileri ile Birlikte Yürütülen Grup Süreci

Havva BACAŞIZ, Nisa ÖZTAŞ, Meryem AĞIRMAN, Neslihan BUYRUK, Elvan ULUCAN ÖZKAN

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:

ÖZET

Gruplarla Sosyal Hizmet; kişilerarası ilişkilerin geliştirilmesini hedefleyen, üyelerin duygu, değer ve tutumlarının üzerinde durulduğu, ayrıca her bir üyenin davranışsal amacının gerçekleştirilmesinin sağlanmaya çalışıldığı, bu alanda yetişen bir sosyal hizmet uzmanı tarafından yürütülen profesyonel terapötik bir yardım etme sürecidir.

Gruplarla Sosyal Hizmet Müdahalesinde en temel öğelerden biri grup üyelerinin birbirleri ile ve liderle olan etkileşimleridir. Bu etkileşimler sonucunda üyeler grup içinde edindikleri yaşantıları günlük yaşamlarına taşıyabilmektedirler.

Grup içerisinde yer alan üyeler birbirleriyle farklı düzeylerde etkileşim gerçekleştirirler. Bunlar arasında duygu, değer ve tutumların paylaşılması vardır. Ancak psikolojik danışma süreci içinde bireylerin kendi enerjilerini ve grubun enerjisini etkin biçimde kullanabilmeleri için şimdi burada olmaları ve ilişkinin şimdi ve buradanlığı ana koşulunu gerçekleştirmeleri gerekmektedir. Çünkü geçmiş geçmiştir ve gelecek ise henüz gelmemiştir. Grupla psikolojik danışma sürecinde şu anın farkındalığı yaratıldıkça grupta öğretilenlerin sosyal yaşama transfer edilebilirliği gerçekleşir.

Tüm bu bilgiler odağında biz Sosyal Hizmet Bölümü son sınıf öğrencileri olarak; Çankırı Devlet Hastanesinin çeşitli alanlarında hemşire yardımcılığı, ebe yardımcılığı, sağlık bakım teknisyenliği üzerine uygulama yapmakta olan 17-18 yaş Sağlık Meslek Lisesi öğrencilerine yönelik bir grup çalışması planladık. Planlanan süreçte bu öğrencilere yönelik 6 farklı oturum gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilmiş olan bu oturum süreçleri ise sırasıyla;

1. Oturum – Tanışma ve Hazırlık
2. Oturum – İletişim Becerileri
3. Oturum – Duygular
4. Oturum – Akran Zorbalıkları ve Mobing
5. Oturum – Hayır Diyebilme Becerileri Kazandırmak
6. Oturum – Sonlandırma

başlıkları altında yürütülmüştür.

Bu hususta ilk oturumda tanışmak adına ısınma etkinliği gerçekleştirilmiş olup bu ısınma oyununda grup üyeleri en az tanıdığı kişiler ile eşleşerek grup arkadaşını tanımaya çalışmıştır sonrasında bu süreci tüm gruba aktarmıştır. Diğer oturumlarda ise sırası ile; iletişim oturumunda uzaylı oyunu, duygular oturumunda duyguları ifade etkinliği gerçekleştirilmiştir. Süreç sunumlarla desteklenerek somutlaştırılmıştır. Grup sürecinde bilgilendirme, model olma, rol provaları, rol oynamalar, düzeltici geri bildirimde bulunma, genelleme gibi psikoeğitim teknikleri ve şimdi-burada etkileşimine dayalı terapötik yaklaşımlar esas alınmıştır.

Grup çalışması neticesinde ana hedefler ise; duyguları anlama ve kişilerin sınırlarına saygı konularında farkındalık yaratmak,

üyelerin hastanenin getirmiş olduğu stres ortamından bir nebze uzaklaşarak yaşlarını yaşamaları ve eğlenceli bir şekilde birbirleri ile olan etkileşimlerini sağlamak, grup üyelerinin iletişimi başlatma becerilerini ve etkin dinleme becerilerini geliştirmek, grup üyelerinin duyguları tanımalarını ve ifade etmelerini sağlamak, günlük yaşantılarında grup üyelerinin duygularının farkında olma ve ifade etme becerilerini geliştirmek, grup üyelerini “Hayır” deme çeşitleri hakkında bilgilendirmek, grup üyelerinde “Hayır diyebilmenin” getireceği kazanımlar hakkında farkındalık geliştirmek ve son olarak uygulanan grup çalışmasının bireylere kazandırdıklarını değerlendirmek ve hayatlarında bu becerileri kullanmalarını sağlamak hedeflenmiştir.

Gerçekleştirilmiş 6 planlı oturum sonucunda üyelere katılımlarına dair teşekkür belgesi verilmiştir. Grup çalışma sürecimiz; uygulama dersi danışmanımız Öğr. Görevlisi Elvan ULUCAN ÖZKAN ve Çankırı Devlet Hastanesi Eğitim Birimi, Tıbbi Sosyal Hizmet Birimi onayı ile koordine edilerek uygulanmıştır.

Anahtar kelimeler: Yapılandırılmış grup süreci, Staj görmekte olan lise öğrencileri.

Çankırı İlinde Öğrenme Güçlüğü Çeken Çocuklara Sahip Ebeveynlerin ve Öğretmenlerinin Deneyimleri ve Görüşleri

Meltem GERİŞ^a, Emine Elif Su ABAY^b, Eda DERELİ^c, Melike ÇETİN^d

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE
e-mail:^amltmgrrs01@gmail.com, ^belifsuaby@gmail.com, ^cderelieda38@gmail.com, ^dctnmlike.13@gmail.com

ÖZET

Öğrenme güçlüğü zekası normal ya da normal üstü olan okuma, yazma, matematik, kendini ifade etme, düşünme, zaman ve mekanda yönelme alanlarından biri veya birkaçında yetersizliğe yol açan bir bozukluktur. Öğrenme güçlüğü çeken çocuk zaman zaman etkileşim kurmakta, algılamada, uyum sağlamada, öğrenmede zorlanabilir. Çevresi tarafından sosyal dışlanma ve yalnızlaşmaya maruz kalabilir. Bu da çocuğun içe dönük olmasına, eğitimi tamamlamada engel oluşmasına ve düşük benlik saygısı geliştirmesine neden olur

Bu araştırmanın amacı; öğrenim güçlüğü yaşayan çocukların aile ve öğretmenlerinin görüşlerini, duygu ve deneyimlerini öğrenmektir. Öğrenim güçlüğü çeken çocukların ebeveynlerinin ve öğretmenlerinin görüşlerini belirlemeye yönelik nitel araştırma yöntemi kullanılacaktır.

Katılımcılar Çankırı Uğurböceğim Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'ndeki öğrenme güçlüğü çeken beş çocuğun ebeveynleri ve öğretmenlerine yarı yapılandırılmış görüşme sorularını uygulayarak sadece süreci ve hissettiklerini anlatmaları beklenecektir. Katılımcılara yöneltilen soruların cevapları ses kayıt cihazı ile kaydedilecektir. Araştırmanın verileri nitel araştırma yöntemlerinin analizinde kullanılan içerik analizi yapılacak ve kategori ve temalara ayrılacaktır. Bu araştırmanın sonucunda ailelerin ve öğretmenlerin öğrenim güçlüğü çeken çocuklara yönelik uygulamaların eksik yanlarını anlamalarına ve bu eksiklikleri tamamlamak ve değiştirmek için önlem almalarına veya çözüm bulmalarına yardımcı olması beklenmektedir. Ülkemizde resmi olarak tanı almış çocuk sayısının yanında tam olarak değerlendirilmemiş çocuk sayısı da oldukça fazladır. Ebeveyn aslında bu durumu farkında olmadan anlatabilmektedir. Ancak bunun bir güçlük olduğunu bilinmemektedir. Bu da geç tanı ve geç tedaviye neden olabilmektedir. Ülkemizde okullarda tanı koyma süreci (aile ve okul öncesi öğretmenleri fark etmediyse) sınıf öğretmenlerinin gözlemleri ve rehber öğretmenlerin değerlendirmelerinde ailelerin rehberlik araştırma merkezlerine (RAM) yönlendirilmeleri ile başlamaktadır. RAM' da yapılan değerlendirmeler sonucunda tanı alması uygun görülen öğrencilerin aileleri devlet hastanelerine yönlendirilerek resmi tanı alma sürecinin başlaması sağlanır.

Öğrenme güçlüğü tanısı almış çocuklara yönelik hizmetler kaynaştırma programından yararlanma, rehabilitasyon merkezlerinde verilen bireysel eğitimden yararlanma ve özel okulların bünyesinde yapılan çalışmalar olarak ele alınabilir.

Projenin amaçları arasında çocuğun potansiyelini ortaya çıkarmak ve uyum sağlamak sonucu vardır. Bu araştırmanın genel amacı; öğrenme güçlüğü çeken çocuklara sahip ailelerin ve öğretmenlerinin deneyimlerine ve hislerine odaklanmak ve belirli bir olgunun kişilerce nasıl yaşandığını anlamaktır. Bu genel amaca hizmet edecek alt amaçlar şunlardır:

- Öğrenme güçlüğünde Bireysel Eğitim Programının (BEP) çocuğun gelişimine katkısını öğrenmek ve işlevselliğini tartışmak
- Öğrenim güçlüğü çeken çocukların durumlarının aileleri ve öğretmenleri tarafından nasıl fark edildiği, tanı sürecinin ve eğitimlerinin önemini vurgulamaktır.

Araştırmanın modeli: betimsel araştırma ile öğrenme gücünü belirtmek, anlamak adına derin bir bakış açısının hakim olduğu, az sayıda kişiden çok bilgi edindiğimiz, görüşülen kişilerin deneyimlerine odaklandığı ve belirli bir olgunun kişilerce nasıl yaşandığının anlaşılması hedeflendiği den yarı yapılandırılmış görüşme tekniğini kullanacağız. Bu nedenle araştırma katılımcıların anlayışlarını, duygularını, bakış açılarını ifade etmek ve tanımlamak için fenomenolojik bir temele dayanmaktadır.

Araştırmanın Çalışma Grubu: araştırma Çankırı ilinde yer alan Uğurböceğim Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde bulunan ve öğrenme güçlüğü çeken beş çocuğun ebeveynleri ve öğretmenleri ile yapılan görüşmelerde katılımcılardan herhangi bir test, anket istenmeden sadece süreci ve hissettiklerini anlatmaları beklenecektir.

Araştırmanın Veri Toplama Aracı: araştırmada birincil olarak kullanılan veri toplama şekli, yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmedir Araştırmanın verileri, amaca yönelik olarak kriter , örneklem ile belirlenen Çankırı Uğurböceğim Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde eğitim ve rehabilitasyon alan çocukların ebeveynleri ile öğretmenleri ile görüşmeler yoluyla toplanacaktır. Araştırmada etiğe uygun biçimde gerekli izinler alınarak katılımcıları yönlendirmede ve yargılayıcı bir tutum sergilemeden cevap esnekliğinin sağlandığı açık uçlu sorular sorulacaktır.

Araştırmanın Veri Toplama Süreci: araştırmada ebeveynler ve öğretmenlerle yapılmış görüşmelere katılımcılar ile en az bir kez, ortalama bir buçuk saat yüz yüze görüşülecek, tamamı ses kaydına alınacaktır. Görüşme başlamadan önce katılımcıların bilgilendirilmiş onamı alınacaktır.

Araştırmada Verilerin Analizi: nitel araştırma yönteminin kullanılarak katılımcıların belirlenmesi, araştırmaya alınacak grubun ele alınması, görüşlerin kaç saat sürdüğü, hangi koşullarda, hangi mekanlarda ve kiminle beraber katıldığı, kullanılan yöntem, katılımcıların aktardıkları ses kayıtları ve görüşme sırasında alınan notlar araştırmaya işlenecektir. Araştırmadaki çocuk isimleri için kod isimler kullanılacaktır. İçerik analizi yöntemi kullanılacaktır. Veriler kategori ve temalara ayrılacaktır. (Çocukların karşılaştığı zorluklar , eğitim süreci, çevrenin tutumu, beklentiler vb.)

Anahtar kelimeler: Çocuk, Deneyim, Öğrenme güçlüğü.

Hayır Çarşısı Projesi

Ayşenur KAYAN^a, Havva BACAŞIZ^b, Neslihan BUYRUK^c, Meryem AĞIRMAN^d, Serdar AYKUT

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^a200310042@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b200310041@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^c210310004@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200310012@ogrenci.karatekin.edu.tr

ÖZET

Toplumsal Dayanışma Modelleri dersi kapsamında, sivil toplum kuruluşları ve sosyal hizmet disiplini incelenerek çalışmaya dahil olduk. Toplumsal Dayanışma dersi kapsamında işlemiş olduğumuz mikro, mezo ve makro uygulamalardan yararlanarak proje faaliyetimizi hayata geçirdik. İnsan Hak ve Hürriyetleri Yardım Vakfı ve üniversitemiz işbirliği içinde Filistin'e destek amaçlı olarak önemli bir kermes düzenledi, gönüllülük esas alınarak tamamı el emeği olan yiyecek, kitap ayırıcı ve benzeri ürünler yer aldı. Bu ürünlerin satışı yapılarak geliri tamamen Filistin halkına bağışlandı, bu işbirliği neticesinde İnsan Hak ve Hürriyetleri yardım vakfının çalışmalarına destek sağlanırken, aynı zamanda öğrenciler ve diğer meslek grupları da sorumluluk sahibi oldu. Toplumda genel olarak farkındalık bilinci oluştu. Bu kermes sosyal açıdan birçok insanı bir araya topladığı için aynı zamanda birleştirici yönünden önem sahibidir. Kermesin amacı insan haklarına karşı yapılan ihlalleri engellemek toplumsal duyarlılığın artmasına neden olmaktır. Adalet ve hak temelli yaklaşım ile Filistin halkının yaşamış olduğu adaletsizliğin üzerinde durarak gündeme taze tutmayı hedeflemiştir. Toplumsal dayanışmanın sivil toplum ve insanların üzerinde ki belirleyici etkisi, kişilerde oluşturmuş olduğu fikir ve faaliyetlere katılım göstermesine neden olmuştur.

7 Ekimden Bugüne Kadar Yapılan Yardımlar İse

- 82.196 kişilik gıda kumanyası,
- 2.450.000 öğün sıcak yemek,
- 14.272 çocuğa elbise
- 26.748 hijyen paketi
- 33.739 battaniye
- 11.642 bebek bezi
- 501 kişilik ilaç ve tıbbi malzeme
- 100 hasta yürüteci
- 33.739 battaniye
- 1.300 kişilik ilk yardım çantası
- 100 koltuk değnek

- 11.642 bebek bezi
- 100 tıbbi yatak
- 40 tekerlekli sandalye

Anahtar kelimeler: Direniş, Filistin, İnsan Hakları.

Kuşaklar Arası Sevgi Projesi

Hilal ÖZKAN^a, İlayda Cansu DAĞLI^b, Şeyma EROL^c, Melis Serdem CENGİZ^d, Serdar AYKUT

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^a200310006@karatekin.edu.tr, ^b200310031@karatekin.edu.tr,

^c200310005@karatekin.edu.tr, ^d200310020@karatekin.edu.tr

ÖZET

Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Hizmet bölümü 4. sınıf öğrencilerinin Toplumsal Dayanışma Modelleri dersi kapsamında sürdürülebilir bir proje yürütmeleri istenen öğrencilerin "Kuşaklar Arası Sevgi" adlı projelerine Çankırı Mehmet Akif Ersoy Kur'an kursu ile Çankırı Huzurevi işbirliği kapsamında teklif iletilmiştir ve kabul görmüştür. 65-73 yaş arasındaki yaşlılarla 4-6 yaş arasındaki kız ve erkek çocuklarına yönelik yapılan bu proje İsmail Özdemir Huzurevindeki yaşlılar ve çocukları kaynaştırmak, çocuklar ile yaşlıları buluşturarak gruplar arası birlikteliğin sağlanması, kuşaklar arası iletişimi güçlendirmek ve toplumsal değerlerin yaşatılmasını sağlamak amaçlanmıştır. Genel olarak yaşlılarla sohbet ederek onların hayat hikayelerinin çocuklarla paylaşılması sağlanmıştır. Genel sorunlarının neler olduğunu anlatılmıştır ve hayata dair bakış açıları bizimle paylaşılmıştır. Yaşlılar bizlere ve çocuklara yaşamdaki tecrübelerini anlattılar ve yaşlarına bağlı olarak oluşan sıkıntılarında ve bu hastalıklarından çocukların da anlayabileceği şekilde bahsetmişlerdir. Bir saat süren sohbet gerçekleştirildikten sonra yaşlılarımıza yönelik çocukların hazırladığı gösteri ve ilahi söyleyişi gerçekleştirilmiştir. Gösteri bittikten sonra çocukların elleriyle hazırladığı üzerinde hadislerin yazdığı çiçekler yaşlılara çocuklar tarafından dağıtılmıştır. Projenin uygulanması sonucu kültürün devamının, çocuklar ile yaşlılar arasında aktarılmasının ne kadar önemli olduğu yaşayarak ve görerek daha iyi anlaşılmış olmuştur. Dolayısıyla çocuklarla yaşlıların bir araya gelmesiyle yaşanan karşılıklı etkileşim toplumsal değerlerin, geleneklerin ve yeniliklerin aktarılması sağlanmıştır. Toplumdaki gerek bu yaş grupları arasında olsun gerekse diğer gruplar arasında olsun daha sağlıklı, daha huzurlu ve daha faydalı bir yaşam sürmelerini katkıda bulunulması uygulamalı olarak görülmüştür. Böylece çocuklar yaşlılardan elde ettikleri bilgi ve tecrübeyle kendilerini donatırken yaşlılar da çocuklarla hoşça vakit geçirerek hayata tutunmaları sağlanmış oldu.

Anahtar kelimeler: Çocuk, Dayanışma, Değerler, Yaşlı, Kuşaklar arası.

KAYNAKLAR

- Yıldırım, F. (2015). ÇOCUKLARIN DÜNYASINA YAŞLILARI DAHİL ETMEK: "OKUL TEMELLİ KUŞAKLARARASI DAYANIŞMA MODELLERİ". Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 19(1), 275-296. <https://doi.org/10.20296/tsad.01805>
- CANGÖZ, B. (2008). "Yaşlılık Sadece Kayıp Mı? Bir Ayrıcalık Mı?", Türk Geriatri Dergisi, 11(3): 143-150.
- GÖKÇE-KUTSAL, Y. (2007). "Yaşlanan Dünyanın Yaşlanan İnsanları", Yaşlıyız Yaşam Doluyuz Sempozyumu, 23 Mart 2011, http://www.geriatri.org.tr/Sempozyum_Kitap2011/3.pdf adresinden 18.10.2014 tarihinde indirilmiştir.
- Ayabakan, B. Ç. (2022). Avrupa'da Yaşlanma, Aktif Yaşlanma ve Kuşaklar Arası Çatışma İlişkisine COVID-19 Güncellemesi. Journal of Social Policy Conferences(83), 225-247. <https://doi.org/10.26650/jspc.2022.83.1108372>

Sanatsal Gelişim Köprüsü Projesi Çantamı Boyuyorum Etkinliği

Sultan EKŞİ^a, Derya ŞAFAK^b, Kübra ERTÜRK^c, Medine TAŞ^d, Serdar AYKUT

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^a200310004@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b200310007@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^c200310017@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200310028@ogrenci.karatekin.edu.tr

ÖZET

Projemizi oluşturup etkinliğimizi gerçekleştirirken Dr. Öğretim Üyesi Serdar Aykut hocamızın vermiş olduğu SHB 406 Toplumsal Dayanışma Modelleri Dersi kapsamında, sivil toplum ve sivil toplum örgütleri nedir bunu öğrenerek başladık. Sivil toplum örgütleri çeşitli alanlarda bir araya gelmek ve seslerini duyurabilmek gibi amaçlarla kurumsal olarak örgütlenmiş kişi ve gruplardır. Toplumsal dayanışmada sosyal hizmet çalışmalarında STK'lar büyük rol almaktadır. Özellikle Toplumsal değişim sürecinde STK'ların ciddi bir rol oynadığını, gençlerin ise toplumu değiştirme kapasitesine sahip olan değişim ajanları olarak görüldüğünü öğrendik. Bu alt yapı sayesinde genç ve çocuklarla çalışmaya karar verirken, ders içi araştırmalarımız ve okumalarımızla birlikte sanatı da toplumsal değişimin bir aracı olarak kullanmak istedik. Toplumsal Dayanışma Modelleri Dersi sosyal hizmet öğrencilerine toplumsal dayanışmada planlama ve uygulama için gerekli olan bilgi ve becerileri kazanmalarına olanak sağlamıştır. Gerekli teorik alt yapıyı oluşturduktan sonra ders sürecinde öğrenciler etkinlik ve proje oluşturma fırsatı elde ederek sahada birebir toplumsal dayanışmanın içerisinde bulunmuştur. Ders kapsamında yaptığımız okumalar ve araştırmalar aşağıda anlatıldığı gibi aşamalarla ilerlemiş önce öğrenip sonra uygulamaya dökülmesi sağlanmıştır.

Toplumsal dayanışma, bireylerin toplum içinde birbirlerine destek olmaları, yardımlaşmaları ve birlikte hareket etmelerini ifade eder. Toplumsal dayanışma, toplumun dayanışma içinde bir arada yaşama isteğini ve bu amaçla oluşturulan yapıları kapsar. Toplumsal dayanışma yaşanan bölge ve durumlara göre farklı modellerle karşımıza çıkmaktadır. Küçük toplum ve kırsal alanlarda, birey, aile, komşuların birlikte paylaşımını ve desteğini kapsayan geleneksel model kullanılır. Bireylerin ortak bir amaç doğrultusunda bir araya gelip örgütlediği, proje ve çalışmalar gerçekleştirdiği model ise Sivil Toplum Kuruluşlarıyla gerçekleşen modeldir. Bir diğer dayanışma modeli devlet destekli dayanışma modelidir. Bu modelde devlet, sosyal yardımlar, çeşitli destek programları ve hizmetlerle toplumun daha iyi koşullarda yaşamasını sağlar.

Sosyal hizmet, toplumun refahını artırmak, toplumsal adaleti sağlamak ve insanların yaşamlarını iyileştirmek amacıyla çeşitli hizmetler sunar. Toplumsal dayanışma ise sosyal hizmetin temel ilkeleri arasındadır. Sosyal hizmet, bireylerin ve toplumun ihtiyaçlarına yanıt verirken toplumsal dayanışmayı teşvik eder, insanların birbirlerine destek olmasını sağlar ve toplumsal sorunların çözümünde iş birliği ortamı oluşturur. Dolayısıyla sosyal hizmet ve toplumsal dayanışma, insanların yaşam kalitesini artırmak ve toplumsal refahı güçlendirmek için kritik öneme sahiptir.

Sanat, toplum için bir yandan estetik deneyimler sunarak insanların ruhsal ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayan, diğer yandan toplumsal değişim ve dönüşümü teşvik eden önemli bir araçtır. Toplum için sanat, kültürel kimliğin ifadesi ve aktarımı, toplumsal meselelerin ele alınması, insanların bir araya gelmesi ve ortak bir dil oluşturması gibi birçok işlevi yerine getirir. Bu doğrultuda düşünen bir sosyal hizmet uzmanı, toplumsal dayanışma sürecinde de iyi bir araç olduğunu farkına varacaktır. Toplumsal dayanışma sürecinde sivil toplum modelini ele alarak sanatsal düşünce içeren

projeler, değiştirici, akılda kalıcı ve geniş kitlelere ulaşan çıktılarına sahip olmayı sağlar.

“Toplumsal Dayanışma Modelleri” dersi kapsamında edindiğimiz kazanımlarla birlikte Sivil Toplum ile Toplumsal Dayanışma modelini ele alarak Sanatla Gelişim Köprüsü Projesi'nin planlamasını yaparak Çantamı Boyuyorum Etkinliğini gerçekleştirdik.

Sanatla Gelişim Köprüsü Projesi, sanatı dayanışma sürecine dâhil ederek farkındalık oluşturma, bireylerin duygusal iyilik hali, sosyal bağları güçlendirme, stresle başa çıkma becerilerini geliştirme ve yaratıcılıklarını kullanarak özsaygılarını artırma amacını taşır. Projede ilk okul çağından itibaren çocukları ve gençleri sanatla desteklemek adına hedef kitle olarak belirlenmiştir.

Sanatsal Gelişim Köprüsü Projesi kapsamında Kızılay Derneği Kadın Gönüllüleri, Sosyal Hizmet Bölümü Öğrencileri, DR. Refik Saydam İlkokulu birinci sınıf öğrencileri ile gerçekleştirilen “Çantamı Boyuyorum Etkinliği”, farklı yaş grupları arasında etkileşimi teşvik etmeyi, dayanışma ve iş birliği duygusunu geliştirmeyi amaçlar. Sanatı dayanışma sürecine dahil edilerek 1. Sınıf öğrencileriyle birlikte sınıf içerisinde bez çantalar boyanmıştır. Bez çantalar boyanmadan önce Kızılay Derneği ve Sosyal Hizmet bölümü hakkında bilgilendirme konuşması yapıp çocukların fikirlerini ve bildiklerini öğrenip aktif iletişim kurulması sağlanmıştır. Sosyal hizmet öğrencileri, birinci sınıf öğrencileriyle kurdukları etkileşimde empati, iletişim becerileri ve çocukların duygusal ihtiyaçlarına karşı duyarlılık geliştirmelerine yardımcı olabilirler. Etkinlik sürecinde ortak kullanıma açık farklı renkleri boya kalemleriyle birlikte paylaşım desteklenmiştir. Boyama etkinliği aynı zamanda çocukların kendilerini ifade etmelerine ve duygusal gelişimlerine katkı sağlayabilirken, sosyal hizmet öğrencilerine de çocukların psikososyal gelişimlerini gözleme fırsatı sunar. Boyama etkinliğinden sonra verilen Kışık Bere, Eldiven, atkı gibi aynı yardımlar çocuklara yardım odaklı bir durumda hissettirmekten çok etkinlik tamamlayıcı bir hediye olarak görmelerini sağlar.

Sonuç olarak, bu etkinlik sanatsal çalışmayla birlikte her iki grup için de karşılıklı öğrenme, etkileşim ve kişisel gelişim fırsatları sağlayarak toplumsal dayanışma ve sosyal bağların güçlenmesini sağlamıştır.

Anahtar kelimeler: Toplumsal Dayanışma, Sivil Toplum, Sosyal Hizmet, Toplum İçin Sanat.

KAYNAKLAR

NOBEL. (Kasım, 2021). Sivil Toplum Örgütleri ve Sosyal Hizmet Sorun Alanları ve Vaka Örnekleri. (S. Buz, & M. F. Afyanoğlu, Dü.) NOBEL Akademik Yayıncılık.

Senin De Tuzun Olsun Projesi

Eylül Senem ÇETİN^a, Rümeyza Ceren ÇAYLAK^b, Beyza Nur ATA^c, Civan ŞİMŞEK^d, Serdar AYKUT

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^asenemcetin2002@icloud.com, ^brumeysaceren7@gmail.com,

^catabeyzanur09@gmail.com, ^dcwnsmask63@gmail.com

ÖZET

Toplumsal yardımlaşma ile sosyoekonomik düzeyi düşük olan aileleri tespit edip ülkü ocakları vakfı ve halk ile birlikte toplumsal dayanışmayı sağlamayı hedefledik. "SENİN DE TUZUN OLSUN" Projemizde yaptığımız 7 adet sosyal inceleme sonucunda 5 evin sosyal refah seviyesinin düşük olduğu tarafımızca tespit edilmiştir. 5 ev içerisinde 3 aile Türkmen 1 Afgan göçmeni 1 aile ise Türk vatandaşıdır. Proje hedefi Çankırı da yaşayan dezavantajlı bireylerin sosyal ekonomik ve duygusal yönden toplum dayanışması ile birlikte farkındalık yaratmaktır. Yapılan ev inceleme ve görüşmelerde gerekli görüldüğü taktirde kurumlara yönlendirmeler yapmaktır. Sosyal incelememizde dikkat ettiğimiz hususlar ev içerisinde yaşam desteğini sağlayan gerekli araç ve gereçlerinin eksikliği, yaşanan konut içerisindeki kişi sayısı ve aile içerisindeki çocukların topluma kazandırmak ve sosyal refahı sağlamaktır.

N.F

- 4 adet halı
- 2 koltuk takımı ve gıda yardımı
- 300 kira ödemesi bulunmaktadır .
- Kömür yardımı yapılmaktadır .
- Bir kişi çalışıyor .
- 3 çocuk var.
- 4 yetişkin var .
- 15.000 geliri var.

M.Ç

- Soba yardımı
- Mutfak halısı
- Gıda yardımı
- 1250 TL kira ödemesi bulunmaktadır .
- 10.000 geliri var.

- 800 TL geliri var.
- E.Z
- 10 çocuk
- Eşinin kardeşi ile birlikte yaşamaktadır.
- Eşi ankarada yaşamaktadır.
- Eşinden gelen para 5000 TL die.
- Devlet yardımından 4350 TL
- Soba ve iki adet halı
- Gıda yardımı
- Z.K
- 2 koltuk takımı
- Gıda yardımı
- Halı yardımı
- A.K
- Pazar ihtiyaçları
- Odun yardımı

Sosyal inceleme sonucun da; Bunun sonucunda Esnaflardan koç marketten market alışverişimizi yapmış olup belirli miktarda indirim yapmıştır. Pazar esnafımızdan kişi adedince 1 çuval patates 1 çuval soğan eksijimiz karşılanmıştır. Terminal düğün salonu sponsorluğuyla market alışverişimizi ve Pazar alışverişimizi gerçekleştirdik. Ülkü ocaklarının sponsorluğuyla 6 adet koltuk takımı ve 2 tane soba alımı sağlanmıştır. Yesevi hareketi derneğinden 4 adet halı alınmıştır. Ayrıca çocuklar için sinemax sahibi ile görüşülüp göçmen ailelerin çocukları ve Türk vatandaşı ailelerin çocuklarıyla uygun bir tarihte çocukların topluma kazandırmak ve sosyal refahını arttırmak amacıyla bir sinema günü belirlenmiştir.

Projenin Süresi: 3 AY

Projenin Toplam Bütçesi: 15.000 TL

Projeyi Finanse Eden Kuruluş: ÜLKÜ OCAKLARI VAKFI

Senin de tuzun olsun projemiz ile başta yoksulluk ve sosyal yardımlaşma alanları olmak üzere sosyal politikanın her alanında ülkemizdeki düşünsel gelişimi hızlandırmak, teori ile uygulamada yer alan tarafları akademik bir çerçevede bir araya getirmektedir. Bu anlamda, yoksullukla mücadele misyonuna sahip olan Vakfın bu alandaki faaliyetlerini uzmanlaşmaya dayalı ve bilimsel bir çerçevede sürdürmesi anlamında "Yardım ve Dayanışma" önemli bir rol üstlenmiştir.

Çankırı Karatekin Üniversitesi sosyal hizmet öğrencisi olarak projemizde amaç ve hedeflerimizi tam anlamıyla başarılı bir şekilde gerçekleştirdik.

Anahtar kelimeler: Toplumsal dayanışma, Sosyal inceleme, Sosyal refah.

KAYNAKLAR

- Ayhan, B. (2008). Olganüstü Durumlarda Toplumsal Dayanışma ve Bütünleşmeye Basının Katkısı: Millimücadele Dönemi Türk Basını. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi(19), 75-99.
- Çelik, A. (2010). Refah Devletinde Kriz Ve Yeniden Yapılanma. Journal of Social Policy Conferences(50), 301-320.
- Kabacalı A. (1995). "Türkiye'de Batıcılık Akımı ve Hoşgörü". Uluslar arası Hoşgörü Kongresi Bildirileri. Bilimsel ve Kültürel Araştırmalar Vakfı. S: 97-100, Antalya.

Sevgi Evi ve Yaranlar Derneği Buluşması

Tahsin YAMAN^a, Deniz İSKENDEROĞLU^b, Zeliha ÇETİN^c, Ayşe MANGA^d, Serdar AYKUT

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^atahsinnyamann2001@gmail.com, ^bdeniziskenderoglu087@gmail.com,

^czeliha245@gmail.com, ^dmangaayse03@gmail.com

ÖZET

Dünya Çocuk Hakları Günü kapsamında, Çankırı ili Sevgi Evlerinde bakım altında olan çocukları Yaranlar Derneği ile buluşturmak için sevgi evi müdürü ve yarenler derneği başkanı ile görüşmeler gerçekleştirilerek projemizi Yaren Ocağında düzenledik. Özel olan bu çocuklara hassasiyet ile yaklaşmış ve ağırlamaktan yarenler derneği büyük bir sevinçle çocukları karşılamışlardır. Bu süreçte sevgi evinin konumu sebebiyle ve daha hassas davranılmasını diye 05.11.2023 ten 19.11.2023 gününe kadar hazırlıklar yapılmıştır. Hem çocuk hakları günü kutlamak hem de doğum günü yaklaşan çocukları tespit edip hediye ve pasta kesimi yapmak ve yaran kültürünü tanıtmak için hazırlıklara başladık. Bu sayede hem toplumsal bilinci oluşturmak hem toplumsal katkı sağlamak hem de yabancı uyruklu birçok çocuğa Çankırı'nın kültürünü anlatmayı amaç edindik. Etkinliğimiz kapasitesinde belediye fonları ve Çankırı gönüllüleri ile birlikte küçük çaplı bir fon yarattık ve bu sayede çocukların hem geleceğimiz hem de değerli olduklarını anlatmak hem de bu özel çocukların eksik olan ihtiyaçlarını karşılamayı hedef aldık. Program akışında çocukların Çankırı'nın eski gelenek ve göreneklerini anlamaları ve yarenler derneğinin ne işe yaradığını göstermek için kısa giriş etkinliklerine başlandı. Meraklı gözlerle çevreye bakan çocukları etkinliğe katılmaları için yönlendirdik. Bu projedeki amaç, hem Çankırı yöresel tarzlarını öğretmek hem de yaranların yaptığı faaliyetleri anlatmak olmuştur. Ayrıca etkinlikler kapsamında iki çocuğun doğum günü kutlanarak hem eğlendirip hem güldüren hem de öğreten bir program olmuştur. Bizim de girişim, katkı ve görüşmelerimiz sonucu sürdürülebilir bir proje olmuştur. Bu proje kapsamında sevgi evine gelen yabancı uyruklu çocuklara yaran kültürünü tanıtmak ve en önemlisi yaşadıkları yerin kültür ve tarihini öğretmeyi ve belki de hayatları boyunca unutamayacakları güzel bir anı oluşturduk. Sonuç olarak, onların hayatlarına dokunmak ve yalnızlık duygularını azaltmak üzerine bu proje gerçekleştirilmiştir.

Anahtar kelimeler: Toplumsal dayanışma, Sevgi evi, Sivil toplum örgütleri.

KAYNAKLAR

- Ayhan, B. (2008). Olaganüstü Durumlarda Toplumsal Dayanışma ve Bütünleşmeye Basının Katkısı: Millimücadele Dönemi Türk Basını. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi(19), 75-99.
- Çelik, A. (2010). Refah Devletinde Kriz Ve Yeniden Yapılanma. Journal of Social Policy Conferences(50), 301-320.
- Kabacalı A. (1995). "Türkiye'de Batıcılık Akımı ve Hoşgörü". Uluslar arası Hoşgörü Kongresi Bildirileri. Bilimsel ve Kültürel Araştırmalar Vakfı. S: 97-100, Antalya.

Sevginin İzi Projesi

Rubar AKDEMİR^a, Yasemin CİVAN^b, Zeynep HIZARCI^c, Melike AYDOĞAN^d, Fatma YILDIRIM^e, Serdar AYKUT

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^a200310015@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^b200310016@ogrenci.karatekin.edu.tr,

^c200310008@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^d200310026@ogrenci.karatekin.edu.tr, ^e200310035@ogrenci.karatekin.edu.tr

ÖZET

Çalışmamızda 4. Sınıf sosyal hizmet bölümüne ait Toplumsal Dayanışma Modelleri dersi kapsamında sosyal hizmetin ve sivil toplum örgütlerinin ülkemizdeki konumundan, sosyal hizmet bağlamında sivil toplum örgütleri ile yapılan çalışmaların önemi anlatılmıştır. Toplumsal dayanışma modellerinin toplumdaki birey ve grupların mikro, mezo, makro çalışmalarla iyilik halinin arttırılabileceği üzerine teorik bilgiler edinilmiştir. Ders kapsamında elde edilen teorik bilgilerin uygulamaya dönüştürülmesi amacı ile hazırlanmış olan Sevginin İzleri ve ÇAKÜ'de Her Hedik Bir İnci projeleri oluşturulmuştur. Sevginin İzleri projemizde, Korgun Çocuk Evleri Sitesinde bakım tedbiri altında olan çocuklar için kuruma oryantasyon ve ait hissetmelerini sağlamak amacı ile yapılan Sevgi Ağacı etkinliğini ve her ay çocukların gelişimini destekleyen çalışmaları anlatmaktadır. Korgun Çocuk Evleri Sitesinde yaşamlarını sürdüren çocuklar için bir yıl sürecek olan bir eğitim planı hazırlanmıştır. Çankırı İtfaiye Müdürlüğü, AFAD, KIZILAY, TEMA, Çankırı Belediyesi ve YEŞİLAY ile ilgili kurumlarla iş birliği sağlanarak çocuklara bu kurumların tanıtımı, çeşitli eğitimler ve etkinlikler planlanmıştır. Projemiz kapsamında gerçekleştirdiğimiz etkinliğin ilk basamağını oluşturan Sevgi Ağacı etkinliği olmuştur. Aynı zamanda bir yıllık süreçte planlanan çalışmalarımızın ilk paydaşı Çankırı İtfaiye müdürlüğüdür. Çankırı itfaiyesi ile işbirliği yapılarak çocuklara yangına sebep olabilecek risk durumları hakkında bilgilendirme yapıldı ve itfaiye araç ve gereçleri tanıtıldı. Eğitimin sonunda çocuklarla yangın söndürme simülasyonu yapılmıştır.

ÇAKÜ'de Her Hedik Bir İnci projesinde ise Çankırı'da bulunan İnci Taneleri Özel Eğitim ve Engelliler Derneği ile görüşme sağlanarak projeye destek niteliğinde bir çalışma planlanmıştır. Projede derneğin mevcut durumda yapılan hedik satışına destek amacı ile üniversitemizde satışın sürekli şekilde sağlanması ve üniversitemize Korgun Çocuk evleri sitesinde bakım tedbiri altında bulunan çocukların gelerek özel gereksinimli bireylerle zaman geçirerek sosyalleşmesi ve satışa destek olmaları sağlanarak, üniversite fakülteleri ve bölüm tanıtımı yapılması planlanmıştır. Planlanan proje için fon kaynağı bulunmuş fakat yaşanan aksaklıklardan dolayı proje gerçekleştirilememiştir. Planlanan proje için fon kaynağı bulunmuş fakat yaşanan aksaklıklardan dolayı proje gerçekleştirilememiştir. Planlanan çalışmanın taslak niteliğinde bir sunumu gerçekleştirilecektir.

Gerçekleştirilen ve gerçekleştirilemeyen bu iki proje kapsamında çeşitli toplumsal dayanışma modülleri gerçekleştirilmiştir. Toplumsal dayanışmanın, sivil toplum ve kamu kurumlarıyla işbirliği şeklinde ilerlemesi de toplum içinde de farklı bir izlenime yol açmıştır.

Anahtar kelimeler: Sevginin İzleri, Sosyal çalışma, Sivil toplum örgütleri, Toplumsal dayanışma, Makro çalışma.

KAYNAKLAR

- Köleoğlu, Y., Seyyar, A., & Aysoy, M. (2022). Durkheim'in Toplumsal Dayanışma Teorisi İle Günümüz Sosyal İnovasyon Girişimleri Arasındaki İlişki: Topluluk Destekli Tarımsal Kooperatifler Örneği. *Hak İş Uluslararası Emek Ve Toplum Dergisi*, 11(30), 175-195.
- Keçeci, G. (2017). Makro Sosyal Hizmet Uygulamasında Kullanılan Modeller, Teknikler Ve Sosyal Hizmet Uzmanlarının Rollerini. *Toplum Ve Sosyal Hizmet*, 28(1), 187-202.
- Şeker, A., & Kurt, G. (2018). Bir Sosyal Politika Alanı Olarak Yaşlılık Ve Sosyal Hizmet Uygulamaları. *Nüfusbilim Dergisi*, 40, 7-30.

Psikiyatri Hastaları İle Grup Çalışması

Deniz İSKENDEROĞLU^a, Gizem EKER^b, Rümeyza ÖZDERE^c, Beyza ÇENGEL^d,

Elif Bilge ŞAHİN^e, Elvan ULUCAN ÖZKAN

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^adeniziskenderoglu087@gmail.com, ^bgizemeker79@gmail.com,

^crumeysaozdere14@gmail.com, ^dbeyzacengell@gmail.com, ^eelifbilgee34@gmail.com

ÖZET

Toplum ruh sağlığı merkezinde bulunan gününbirlik gelen hastalarla grup çalışması. Ruhsal hastalıklar, şizofreni, pipolar bozukluk ya da depresyon gibi tüm ruhsal bozuklukları ifade eden, davranışlarda, ruh halinde ve düşüncelerde olağandışı değişikliklerin sürekli olması ile karakterize olan hastalıklardır. Psikiyatrik sosyal hizmet uygulamaları, ruh sağlığı ile ilgili sorun yaşayan bireylere ve bireylerin ailelerine yönelik bilgilendirici, arabulucu, eğitici, savunucu, koruyucu, geliştirici rollerini üstlenerek sürecin müracaatçının ve ailesinin yararına olacak şekilde ilerlemesini sağlayan hizmetleri içermektedir.

Ruh sağlığı sorunları yaşayan bireylerin yaşamlarında sosyal hizmet alanlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Psikiyatrik sosyal hizmet bireylerin hastalık, tedavi ve tedavi sonrası süreçlerinde tüm uygulamaların en etkili şekilde ilerlemesini sağlayacak uygulamaları içeren ve buna yardımcı olan bir terapi yöntemi olan grup terapileri yapılmaktadır. Grup terapisi belirli sayıda kişinin ortak bir tema çerçevesinde, sorunlarını, sıkıntılarını, yaşadıkları paylaştıkları bir terapi sürecidir. bireylerin sorunların . Katılımcılar paylaşım ile sorun yaşadıkları duygu, düşünce ve davranışlarına karşı ortak bir çözüm geliştirebilirler. bireyler sorunlarını paylaşmakla kalmayıp diğer katılımcıları da dinleyerek yalnız olmadıklarını fark eder empati kurar ve çözüm için sarf eder. Bizim planladığımız bu grup çalışmasında gruba uyumun sağlanması kişilerin birbirlerini ne kadar iyi ve nasıl tanıdığına yönelik bir çalışmadır. Kişilerin birbirleri üzerinde bıraktığı etkileri fark etmek ve bu durumlarda nasıl bir tepki ile karşılaşacaklarını anlamak için oluşturulan grup terapisisidir. Kişilerin bulunduğu psikolojik durumları Psikoz tanısı pipolar bozukluk aksiyete gibi tanılarla başka çıkmaya çalışan kişilerin birliktelikleri ve birbirlerine ayak uydurmaya çalışıp bu gibi etkileşimlerde bulunarak kendilerini daha iyi hissettikleri konusunda bir görüş belirtilebilir. Kişilerle oluşturulan bu grupta planlanan 6 oturumluk bir grup çalışması bulunmaktadır. Bu çalışmada kişilerin tanınması grup sürecindeki uyumları birbirleri ile bir çok etkinliğe katılıp yan yana durmuş olmaları ve hastalık seyri böyle devam ederken birbirlerine karşın hareketleri gözlemlemek . Kişilerle yapılan 6 oturumluk çalışmada kişilerin bilişsel ve psikolojik durumlarına yönelik çalışma planlanmıştır . 5 kişilik bir grubumuz vardır ve bu grup içeriğini bipolar kişiler oluşturmaktadır ve bu hastalar toplum ruh sağlığı merkezinde

günöbirlik gelen hastalardan oluşmaktadır . Amacı hastalara psikososyal açıdan destek olmak Kişilerin duygu durumları o an hissettikleri ve düşündüklerini rahatlıkla açığa vurması kişilerdeki o güven duygusunun aşılması hedeflerimiz arasındadır. Kişilerin grup çalışmasına katılımlarında kişiler üzerindeki etkisinin büyük olduğunun kendileri açısından da bu durumun onları rahatlattığı ve kendini bir gruba ait hissetmesine yardımcı olmaktadır. Grup çalışmasının kişi üzerindeki olumlu etkilerinin gözlemlenmesi ve bu grup çalışmalarının kişilerin gelişimi ve psikolojik durumunun takibi açısından etkili olduğu düşünölmekle beraber bilimsel bir olguya da varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Makro düzeyde grup çalışması, Psikiyatri hastaları ile gurup çalışması, Psikiyatrik hastalara sosyal hizmet bakış açısı

Kadın Ceza İnfaz Kurumunda Annesi ile Kalan 0-6 Yaş Grubu Çocuklar

Gülay KUŞCU^a, Melek SAĞLAM, Melike DERELİ

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE
e-mail:^agulaykuscu06@gmail.com

ÖZET

0-6 yaş grubu çocukların özel bakıma, korunma veya güvenceye ihtiyaçları vardır. Bu sebeple çocuk toplumun en güçsüz ve savunmasız olan kesimini ifade etmektedir. Sağlıklı ve olgun bir birey olarak yetişebilmek için insan gelişiminin en önemli evresi olan çocukluk büyük önem teşkil etmektedir. Çocukların sağlıklı bir aile ortamında yetişmeleri, gelişmeleri, eğitim görmeleri fiziksel ve ruhsal gelişimleri açısından önemlidir. Ancak Ceza İnfaz Kurumlarında bu pek mümkün değildir. Çocukluk döneminde oluşan sorunlar yetişkinlik döneminde suça sebep olabilmektedir. Cezaevleri çocukların gelişim süreçlerini sağlıklı bir şekilde sürdürmeleri için tasarlanmadığından çocuklar ilerleyen zamanlarda birtakım eksikliklerle karşılaşmaktadırlar. Çocuğun fiziksel ve psikolojik gelişimi için uygun fiziki ortamların oluşturulması gerekmektedir. Çalışma kapsamında; ceza infaz kurumunda psikososyal destek görevlilerinin olup olmadığına; çocukların sağlık, eğitim, kreş, park, oyuncak vb gibi ihtiyaçlarının ne derece karşılandığı; cezaevi koşullarının çocuğun gelişimine olumlu/olumsuz yönde etkileri; çocukların sosyalleşebilecekleri alanların ve etkinliklerin neler olduğu gibi konularda araştırma yapılacaktır. Annelerin ceza infaz kurumu koşullarının çocuklar için elverişli olup olmadığına dair değerlendirmelerine; kendileri ve çocukları adına beklentilerine; karşılaştıkları zorluklar ve deneyimlerine de yer verilecektir.

Bu projenin amacı; Ceza İnfaz Kurumlarında 0-6 yaş aralığında anneleri ile birlikte yaşayan çocuklar için Ceza İnfaz Kurumlarındaki yaşam koşullarının incelenmesi ve annelerinin cezalarını bitirdikleri taktirde veya çocukların yaşlarını dolması durumunda Ceza İnfaz Kurumlarından çıktıktan sonraki yaşamlarına etkisini araştırmaktır. Bu genel amaca hizmet etmesi açısından aşağıdaki alt hedeflere odaklanacaktır:

- Ceza İnfaz Kurumlarının çocuklar için eğlence, oyun gibi zaman geçirebilecekleri alanların yeterliliğinin incelenmesi
- Çocukların Ceza İnfaz Kurumlarında iken yaşadıkları sorunların incelenmesi.
- Çocukların Ceza İnfaz Kurumlarından çıktıktan sonraki yaşamlarında toplumla adaptasyon sürecinin ele alınması.

Bu araştırmada bireylerin duygu, düşünce ve görüşlerini anlamak için nitel araştırma modelinin kullanılması amaçlanmaktadır. Araştırmada, nitel araştırma tekniklerinden yarı yapılandırılmış görüşme ve gözlem tekniğinden yararlanılacaktır. Örneklem ise; Ankara ilindeki, Sincan Kadın Kapalı Ceza İnfaz Kurumunda anneleri ile kalan 0-6 yaş aralığındaki 5 çocuktan 5 anneden ve psikososyal yetkililerden (sosyal hizmet uzmanı, çocuk gelişimci, psikolog vb.) oluşmaktadır.

Anahtar kelimeler: Anne, Ceza infaz kurumu, Çocuk, Görüşme, Kadın, Psikososyal destek görevlileri, Yaşam koşulları.

KAYNAKLAR

- Karadeniz, G. ,Zabcı, N. , Gezgin, S. & Katip, C. (2022). ANNELERİ İLE CEZA İNFAZ KURUMLARINDA KALAN 0-3 YAŞ ÇOCUKLARININ BAĞLANMA SÜREÇLERİNİN DESTEKLENMESİ VE SAĞLIKLI GELİŞİMLERİ İÇİN BİR PİLOT ÇALIŞMA: DUYGU SALINCA. Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi , 23 (42) , 45-89
- Erbay, A. (2017). Çocuk Ceza İnfaz Kurumlarının Çocuk Tutuklu/Hükümlüler Üstündeki Psikolojik Etkileri . Aydın İnsan ve Toplum Dergisi , 3 (2) , 32-52 .
- Bıçakçı, M. Y. & Bağ, C. (2016). Developmental Scanning Of Children Who Stay With Their Mothers At Women's Closed Prison . Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal , 3 (2) , 32-52
- Yarsuvat, D. (1992). Bir Sosyolojik ve Kültürel Alt Grup Olarak Cezaevi Toplumu . İstanbul Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi , 0 (2) , 0-0
- Çengeköylü, C. , Bademci, Ö. , Çelik, D. & Karadayı, E. F. (2022). EXPLORING THE EXPERIENCES AND THE LIVING CONDITIONS 0-6 YEARS OLD ÇHILDREN CO-RESIDING WITH THEIR INCARCERATED MOTHERS IN WOMEN'S PRISON FROM THE MOTHERS' PERSPECTIVE. Toplum ve Sosyal Hizmet , 33 (4) ,1161-1182 .
- <https://www.researchgate.net>
- <https://medyascope.tv>
- <https://www.hukukmukaddestir.com>
- <https://cms.galenos.com.tr>
- <https://www.cetinarslan.com.tr>

Çocuklarda Yaş Olarak Düşen Madde Bağımlılığının Tehlikeleri Konusunda Farkındalık Oluşturulmasına Katkı

Vildan TORLAK^a, Esra SAFRAN^b, Ayşenur ÇAKIL^c, İzzet KARAASLAN^d

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^a230310202@karatekin.ogrenci.edu.tr, ^b220310010@karatekin.ogrenci.edu.tr,

^c220310017@karatekin.ogrenci.edu.tr, ^d220310030@karatekin.ogrenci.edu.tr

ÖZET

Amaç: Bu proje, Türkiye’de çocuklarda madde bağımlılığının tehlikelerine dikkat çekilmesi ve bu konuda farkındalık yaratılması amacıyla oluşturulmuştur. Temel eğitim okullarının ilk ve orta bölümlerinde verilecek seminerler ile madde bağımlılığına karşı bilinçlendirmek, herhangi bir maddeye özenmemeleri gerektiğini vurgulamak ve kullanım zararlarını anlaşılır ve ikna edici sözlerle çocuklara anlatmaya yöneliktir. Öte yandan tek taraflı bir bilgi aktarımı yerine, bu aktarımı takiben konuya ilişkin duygu ve düşüncelerini kaydederek, sonuçları sosyal çalışma mesleği perspektifinden değerlendirmek ve ülkemizde madde bağımlılığını önleyici programların hazırlanmasına ve var olanların da gelişmesine katkı sunmak hedeflenmiştir.

Yöntemi ve Yönetimi: Çocuklarda yaş olarak düşen madde bağımlılığının önüne geçmek amacıyla ilk ve orta düzey okullarda, farkındalık yaratacak seminerler düzenlenmesi önemlidir. Bilgilendirme çalışmaları yetişkinler tarafından etkin şekilde yapılırsa da kendilerinden büyük ancak hala öğrenciliği devam eden bir grubun bilgi aktarımı çocuklar için daha ilgi çekici olabilecektir. Böylece eğitsel gençlik zincirinin doğal bir parçası olduğunu çocuklara hissettirmek, eğitim ilkelerindeki birlik ve beraberliği kurmaya da teşvik edecektir. Bu çalışma bağımlı çocukların teşhis ve tedavisi süreçlerini kapsamamakta, sadece farkındalık yaratıcı bir çalışma amaçlanmaktadır. Seminer programı içeriği “bağımlılık” ve “madde” kavramı yerine “sağlıklı yaşam” teması çerçevesinde oluşturulacak, mesajlar özenli sözcük seçimleri ile subliminal olarak verilecektir. Seminer öncesinde programın içeriği ve günü konusunda okul yetkililerinden izin alınacak, seminerin içeriği ve seminer sonrası anket çalışması yapılacağı hususu ailelere duyurularak onamları alınacaktır. Seminer içeriği proje danışmanı ve okul yetkilileri ile oluşturulacak, sunum ise proje yürütücüsü öğrenciler tarafından paylaşımlı olarak yapılacaktır. Seminer sonrası anket çalışmasına katılmak istemeyen öğrencilere anket yapılmayacaktır. Anketler kısmen ucu açık sorular içerecek şekilde hazırlanacaktır. **Önemi ve Yaygın Etkisi:** Çocuklarda madde kullanımı çoğunlukla akran gruplarında, merak ve özentiyile başlamaktadır. Her türlü bağımlılık başlı başına zararlıyken, madde bağımlılığı geleceğimiz olan masum çocukların hayattan koparılması, ötekileştirilmesi ve yaş gruplarında dışlanmalar yaşayarak zamanla tamamen toplumun dışına itilmesi şeklinde seyretmektedir. Bunun önüne geçmek ve çocuklarımızı korumak için her bilinçli bireyin, çocukları madde kullanımının zararları hakkında uyararak hiçbir madde kullanımına başlanmamasını sağlamaya çalışmak yükümlülüğü vardır. Doğrudan olmayan yönlendirmeler bu konuda daha etkili olacaktır. Çocukların sağlık ve yaşam kalitesini yükseltmek, madde kullanmadıkları için kendilerini özel hissedip kendisiyle gurur duymasını sağlamak, kendi varoluşlarını zenginleştirmek için spor, edebiyat, müzik gibi sanat alanlarına yönelmenin önemine dikkat çekmek gerekmektedir. Birçok Avrupa ülkesinde çocuklarda ve gençlerde madde kullanım oranında artışlar yaşanırken Türkiye’de bu oranın birçok ülkeyle

karşılaştırıldığında düşük olduğu bilinmektedir. Ancak bu son derece karlı kirli sektörün, küresel savaşlar nedeniyle zayıflayan sınır güvenliklerini aşarak yayılmasının önüne geçmek için salt polisiye tedbirler yeterli değildir, toplumsal bilincin de geliştirilmesi önemlidir.

Özgün Değeri: Çalışma,

- sadece Çankırı ili özelini ele alması bakımından özgündür,
- farkındalık yaratacak sunumun akademisyenlerle okul idarecileri tarafından katılımcı şekilde hazırlanması yönüyle özgündür,
- yine önce bir farkındalık yaratıcı sunum yapılması, ardından anket uygulanması yöntemi ile özgündür ve
- son olarak da eğitici/öğrenci sistematiği yerine, öğrenciler içi bir dayanışma zinciri olarak kurgulanması açısından özgündür.

Anahtar kelimeler: Çocuk, Bağımlılık, Yeşilay.

KAYNAKLAR

- Arabacı, Leyla Baysan Taş, G., Dikeç, G. (2017). Çocuk ve Ergenlerde Madde Kullanımı, Suça Yönelme, Ruhsal Bozukluklar ve Hemşirelik Bakımı. *Bağımlılık Dergisi*, 18(4), 135-144. (13.11.2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/427278> adresinden alındı).
- Beigbeder, F. (2011). *Bir Fransız Romanı*. (R.Akman, Çev.). İstanbul: Sel.
- Ellul, J. (2017). *Sözün Gözden Düşüşü*. (E.Ercan, Çev.). İstanbul: Sentez.
- Hararı, Y.N. (2020). *Homo Deus (Yarının Kısa Bir Tarihi)*. (P.N.Taneli, Çev.). (22. Baskı). İstanbul: Kolektif.
- Işık, A. (2018, 2 15). Türkiyede Madde Bağımlılığıyla Mücadelede Bir Sosyal Politika Uygulaması Olarak Okul Sosyal Hizmetinin Önemi. *Derleme*, 29(1), s. 208-227. (13.11.2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/515224> adresinden alındı).
- İnal, K. (2014). *Çocuk ve Demokrasi*. İstanbul: Ayrıntı.
- Karataş, Z. (2021, Nisan). Madde Bağımlılığının Nedenlerine, Sosyal Tedavi ve Rehabilitasyonuna İlişkin Görüşlerin Odak Grup Yöntemiyle Belirlenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 25(1), 67-94. 11 13, 2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/935349> adresinden alındı
- Kayaoğlu, M. (2017). *Eyvah! Çocuğum Bağımlı mı?* İstanbul: Nesil.
- Ögel, K. (2014). *Bağımlı Aileleri İçin Rehber Kitap (Alkol, Uyuşturucu, Bilgisayar, Sigara ve Diğer Bağımlılıkları Olanların Yakınlarına Bilgiler)*, (2. Basım). İstanbul: İş Bankası Yayını.
- Tunahan Bulut, E. Y. (2020). Çocuk ve Gençlerde Madde Bağımlılığının Önlenmesine Yönelik Programların İncelenmesi. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 4(1), 28,29. (13.11.2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1139118> adresinden alındı).
- TÜİK. (2018). Güvenlik Birimine Gelen veya Getirilen Çocuklar, 2017. TÜİK. (13.11.2023 tarihinde <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Güvenlik-Birimine-Gelen-veya-Getirilen-Cocuklar-2017-27609#:~:text=T%C3%9C%C4%B0K%20Kurumsal&text=G%C3%BCvenlik%20birimlerine%20gelen%20Oveya%20getirilen%20%C3%A7ocuk%20say%C4%B1s%C4%B1%202017%20y%C4%B1%20C4%B1nda%2C%20> adresinden alındı).
- Vaneigem, R. (2020). *Gençler İçin Hayat Bilgisi*. (I.Ergüden, Çev.). İstanbul: Sel.
- Yiğitbaş, Ç. (2022, 12 28). Birincil Yaklaşımlar ve Çocuk Hakları Çerçevesinden Çocuklarda Madde. *Çocuk Gelişim Dergisi*, 5(9), 86-95. (13.11.2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/articlefile/1986963> adresinden alındı)
- Başkurt, Y. D. (2003). Gençlik, Madde Bağımlılığı V E Korunma Yolları (Psiko-sosyal bir yaklaşım). *İ.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*(8), 74-114. . (13.11.2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/10141> adresinden alındı).
- Yeşilay. (2020). *Uyuşturucu Bağımlılığı*. (13.11.2023 tarihinde <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/maddebagimliliği> adresinden alındı)

Sesi Olmayan Gerçek: Ensest

Gökçenur ÇAKMAR^a, Huriye ORAL^b, Beyza ÖZER^c, Besime GÜRÇALI^d, Hazal SWEAINGER^e

Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^agokceenz40@gmail.com, ^bhuriyeorl1@gmail.com,

^cbeyzaozer1502@gmail.com, ^dbesime887@gmail.com, ^ehazalsweainger@karatekin.edu.tr

ÖZET

Güncel dilde yaygın olarak "Aile içi yasak ilişki" anlamında kullanılan "Ensest" kavramı dilimize Fransızca bir sözcük olan "Inceste"ten türetilerek girmiştir. Ensest aile içinde olan bir bireyin, yine aile içinden bir bireyle cinsel ilişkiye girmesi anlamına gelir. Bu tür ilişkiler bireyde; etik, psikolojik ve sosyal sorunlara yol açmaktadır. Yasal olarak suç kabul edilmektedir. İnsanlığın varoluşuna kadar indiğimizde, yalnızca bugün değil her dönemde görülen ve gizlenen vaka olmuştur ensest. Dünya tarihinde Eski Roma ve Eski Yunan kaynaklarında da görülmüştür ensest gerçeği. Hatta bir inanışa göre ikiz doğan kız ve erkek kardeşler cinsel ilişki hakkında hiçbir bilgileri olmamalarına rağmen anne karnında cinsel ilişkiye girdikleri düşünülerek öldürülmüştür. Antik Mısır'da ensestin dinsel ve siyasal nedenleri vardı. Bundan dolayı ensest üst sınıfa özgü bir durumdu ve firavunlar kız kardeşleri ile evlenebiliyorlardı. Hitit toplumunda ise kardeşlerin birbirleri ile evlenmesi yasaklanmış ve bu yasağın çiğnenmesi durumunda uygulanan yaptırım cezası idam olarak belirlenmiştir. Öyle ki kardeşler arası evlilik şöyle dursun birinci derece babalığın sonu da ölümdü.(Kardeşini Doğurmak,2018)

Günümüzde aile bireylerinden ve yakınlarından çocuğa karşı uygulanan her türlü cinsel içerikli davranış cinsel istismar ensest olarak kabul edilmektedir. Bu durum ensest mağduru bireyi sadece o anda etkilememektedir, geleceğinde de bir takım problemler yaşamasına sebep olmaktadır. Ebeveyn olma özelliklerinden tutun da yetiştireceği çocukları, toplumu ve dolayısıyla gelecek nesilleri de etkileyecektir. Günümüz toplumunda da ensest ilişkilerin var olduğu biliniyor olmasına rağmen bu konu hassas ve ciddi olduğundan dolayı çoğunlukla saklanmaktadır. Ülkemizde ensest konusunda sayı vermek çok mümkün değildir. Ensest konusunda yapılmış olan kapsamlı bir araştırmaya rastlanmamaktadır. Çoğu kültürde ensest bir tabudur. Bu araştırmanın amacı ensest ilişkiler hakkında farkındalığı arttırıp bu durumu en aza indirmektir. Araştırmada katılımcıların görüşlerini belirlemeye yönelik nitel araştırma yönteminin kullanılması amaçlanmaktadır. Araştırmanın katılımcıları Çankırı Karatekin Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümü öğrencileri ve Çankırı ilindeki aile bireylerinden oluşacaktır. Yetişkinlere yönelik çocuk koruma politikaları ve yasaları hakkında bilgilendirme, anne babaların çocuk hakları koruma politikaları ve yasaları hakkında bilgi sahibi olması, istismarı engellenmesi ve çocukların korunması, aile bireylerinin çocuklarını bu konuda eğitmesi açısından önemlidir. Bu bağlamda yapılacak olan eğitimler ebeveynlere bilgi ve kaynak sağlayabilir. Bu eğitimlerin yanı sıra ensest mağduru çocuklar konusunda farkındalığı arttıracak seminerler, paneller ve konferanslar düzenlenebilir. Anne babaların bu konuda uzmanlarla etkileşime geçerek sorularını sorma ve kaygılarını paylaşma imkânı sağlanabilir. Ayrıca proje sonunda sunulan öneriler ensest mağduru çocuklara hizmet edecek olan pedagog ve uzmanların hazırlanmasına yönelik yaklaşımlar üretmek için esastır. Bu araştırma sonucunda eğitimcilerin, araştırmacıların ve politika yapıcıların ensest mağduru çocuklara yönelik uygulamaların eksik yanlarını anlamalarına bu eksikleri tamamlamak ve farkındalığı arttırmak için önlem almalarına veya çözüm bulmalarına yardımcı olması beklenmektedir. Araştırma sonucunda elde

edilen bilgilerin ulusal ve uluslararası kongrelerde sözlü bildiri olarak sunulması, ensest alanında eğitim ve toplumda farkındalık geliştirilmesi ve bu farkındalığın tüm toplumda yaygınlaştırılması hedeflenmektedir.

Anahtar kelimeler: Aile içi yasak ilişki, Ensest farkındalığı, Ensest mağduru.

KAYNAKLAR

- Yenişar, M. (2016). Ensest (Yasak Sevi) Aile İçi Cinsel İstismar.
- Yenişar, M. (2016). Ensest Olayında Toplumsal Tercihimiz Ne Olacak? .
- Erdoğan, E. (2017). Çağların Yarası Ensest.
- Erler, S. (2010). Ensest: Aile İçi Cinsel İstismar.
- Demirel Böcü, Ş. (2018). Türkiye'nin Saklanan ve Kanayan Yarası Ensest.
- Zengel, H. (2014). Tarih Boyunca Nehirler Dolusu Kan Dökmüş İki Vahşi Tanrı: Tecavüz ve Ensest.
- Kavgacı, G. (2010). Çocuk İstismarında Tedavi ve İstismarı Önleme.
- Çavlin Bozbeyoğlu, Koyuncu, Kardam, Sungur, A. E. F. A. (2010). Ailenin Karanlık Yüzü: Türkiye'de Ensest. Sosyoloji Araştırma Dergisi.
- ENSEST - ensest ile İlgili Uzmanlar, Makaleler ve Kaynaklar . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. <https://www.tavsiyeediyorum.com/bilgi.php?tag=ensest>
- Pedofili onaylı Kadınların Bilinçli ve Sistematik Cinsel İstismarı: Helmut Kentler "Deneyi" ve Odenwald Okulu Örneği . (nd). Ana Sayfa » DergiPark. <https://dergipark.org.tr/pub/ictimaiyat/issue/73799/1265262>
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?q=tained:z7R934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gsqabs&t=1697969634500&u=#p=PBVhkYmfC3wJ
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?q=tained:z7R-934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1697969679727&u=#p=AYCE_krXKZwJ
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?q=tained:z7R-934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1697969711409&u=#p=ElwtmOH3lBoJ
- Türkiye 16. Sırada: Dünya pedofili haritası yayınlıyor - Medyascope . (nd). Medyascope. <https://medyascope.tv/2020/07/14/turkiye-16-sirada-dunyanin-pedofili-haritasi-dehset-uyandiriyor/>
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?q=tained:z7R-934KDZcJ:scholar.google.com/&hl=tr&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1697969730690&u=#p=Yv_LglWL5fQJ
- Çarpıcı bir ensest raporu . (nd). Hürriyet - Haber, Son Dakika Haberler, Güncel Gazete Haberleri. <https://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/murat-yetkin/carpici-bir-ensest-raporu-40572405>
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0,5&q=ensest+iliski+ile+ilgili+ma+kaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970161821&u=#p=nmkSmFAGuMkJ
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0,5&q=ensest+iliski+ile+ilgili+ma+kaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970180221&u=#p=xhy6kbGmQ4cJ
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0,5&q=ensest+iliski+ile+ilgili+ma+kaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970284713&u=#p=6lz5BwxXghkJ
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0,5&q=ensest+iliski+ile+ilgili+ma+kaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970255773&u=#p=b6DSPQt24BYJ
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0,5&q=ensest+iliski+ile+ilgili+ma+kaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970255773&u=#p=b6DSPQt24BYJ

- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0,5&q=ensest+ilişki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970242293&u=#p=kSWAyEku-QIJ
- Google Akademik . (nd). Google Akademik. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0,5&q=ensest+ilişki+ile+ilgili+makaleler&btnG=#d=gs_qabs&t=1697970200197&u=#p=cxcTe87F7CgJ
- Çağların Yarısı Ensest . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_18091.htm
- Ailenin Karanlık Yüzü: Türkiye'de Ensest . (nd). Ana Sayfa » DergiPark. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sosars/issue/11403/136141>
- Çocuk İstismarında Tedavi ve İstismarı Önleme . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_4755.htm
- Destek Almak İçin Başvurulabilecek Kurumlar - Kadının İnsan Hakları Derneği . (nd). Kadının İnsan Hakları Derneği. <https://kadinininsanhaklari.org/destek-almak-icin-basvurulabilecek-kurumlar/>
- Ensest: Aile İçi Cinsel İstismar . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_6147.htm
- ENSEST - ensest ile ilgili Uzmanlar, Makaleler ve Kaynaklar . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. <https://www.tavsiyeediyorum.com/bilgi.php?tag=ensest>
- Ensest Olayında Toplumsal Tercihimiz Ne Olacak? (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_17172.htm
- Ensest (Yasak Sevi); Aile İçi Cinsel İstismar . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_17171.htm
- Tarih Boyunca Nehirler Dolusu Kan Dökmüş İki Vahşi Tanrı: Tecavüz ve Ensest . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_12467.htm
- Türkiye'nin Saklanan ve Kanayan Yarısı Ensest . (nd). TavsiyeEdiyorum.com Uzman Tavsiye Portalı. https://www.tavsiyeediyorum.com/makale_19788.htm

Okul Öncesi Öğrencilerinin Sosyal Becerilerini Sağlamak İçin Geleneksel Oyun Öğretimi

Duygu HOROZ^{1,a}, Elif AVCI^{1,b}, Beyza ÜN^{1,c}, Salih GÖÇER^{1,d}, Gül KADAN^{2,e}

¹Sosyal Hizmet Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

²Çocuk Gelişimi Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^aduyguhoroz52@gmail.com, ^belifavcii18@icloud.com,

^cUnbeyza175@gmail.com, ^dgocersalih063@gmail.com, ^egulkadan@gmail.com

ÖZET

Günümüzde eğitimden başlayarak her alanda teknoloji kullanımı kaçınılmaz hâle gelmiştir. Teknoloji her yaşta insanı sosyal anlamda çok fazla etkilemiştir. Çocuklar teknolojiyle tanıştırılmalı fakat sosyal hayattan da koparılmamalıdır. Oyun, çocuğa çevresini araştırma, objeleri tanıma ve problem çözme imkânı sağlamaktadır. Büyüklük, şekil, renk, boyut, ağırlık, sayma, zaman, mekân gibi pek çok kavramı eşleştirme, sınıflandırma, sıralama ve problem çözme gibi birçok zihinsel işlemleri öğrenmesini de sağlamaktadır. Çocuk oyun yolu ile gerçek yaşamda kendisini rahatsız eden durumları veya diğer kişilerle paylaşmadığı olumsuz duyguları ifade edebilir ve bu olayları sembolik olarak oyuna yansıtabilir. Ayrıca çocuk oyun sırasında mutluluk, hüznün, acıma, korku, kaygı, düşmanlık, güven duyma gibi birçok duygusal tepkiyi de öğrenebilir. Oyunda anne, baba, kardeş, abla, öğretmen gibi birçok rol alarak insanlar arası duygusal ilişkileri de öğrenebilir. Oyun sırasında çocuğun bazı hareketleri sürekli olarak tekrarlaması doğal olarak kas gelişimini hızlandıracaktır. Koşma, atlama, sıçrama, tırmanma, sürünme gibi fiziksel güç gerektiren oyunlar da çocuğun dolaşım, sindirim, solunum ve boşaltım gibi sistemlerinin düzenli çalışmasını sağlamaktadır. Bu araştırmada amaçlanan geleneksel çocuk oyunlarının çocuklara öğretilmesi sonucunda teknolojiye olan ilgilerinin azaltılması ve aynı zamanda aile bağlarının güçlendirilmesidir. Araştırma Çankırı İl Millî Eğitim Müdürlüğüne bağlı olan bağımsız anaokullarına devam eden çocuklar ve ebeveynleri işe gerçekleştirilecektir. Araştırmada kontrol grupsuz yarı deneysel desen kullanılacaktır. Araştırma öncesinde çocukların teknolojiye olan ilgilerini belirlemek için ebeveynlere Konca, Baltacı ve Akbulut(2022) tarafından geliştirilen "çocuklar için problemler teknoloji kullanım ölçeği" ve çocukların sosyal becerilerini değerlendirmek için "sosyal beceri ölçeği" Altunok- Çal ve Yeşil(2019) tarafından geliştirilen "okul öncesi dönem çocuklarının sorumlu davranma düzeylerini belirleme ölçeği" uygulanacaktır. Ön testin uygulamasından sonra 8 hafta devam edecek geleneksel oyunlar eğitim programı uygulanacaktır. Eğitim programının uygulanmasından sonra ebeveynlere "çocuklar için problemler internet kullanımı ölçeği" ve "okul öncesi dönem çocukların sorumlu davranma düzeylerini belirleme ölçeği" son test olarak uygulanacaktır. Araştırmadan elde edilen veriler uygun tekniklerle analiz edilecektir. Araştırmanın tamamlanmasından sonra elde edilen çıktılar öğrenci kongrelerinde sözlü sunum olarak değerlendirilecek, ulusal ve uluslararası makaleler yayınlanacaktır.

Anahtar kelimeler: Aile, Geleneksel oyun, Okul öncesi dönem, Teknoloji, Sosyalleşme.

KAYNAKLAR

- Can, T, Şahin Kaya, A. (2022). Adölesan dönemde beslenme okuryazarlığı. *Current Perspective on Health Sciences*, 3(2): 74-81.
- Coşkun, H. (2004). Kimlik Ölçeğinin bir Türk örneğinde geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları Dergisi*, 7(14): 49-60.
- Ergül Ş, Kalkım A. (2011). Önemli bir kronik hastalık: çocukluk ve ergenlik döneminde obezite. *TAF Prev. Med. Bull*, 10(2): 223-230.
- Erten, R. (2021). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin farklı değişkenler açısından beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Sportive*, 4(2): 107-116.
- Haspolat N,K, Kağan M. (2017). Sosyal fobinin yordayıcıları olarak beden imajı ve benlik saygısı. *Erzincan University Journal of Education Faculty*, 19(2): 139-152.
- Köseoğlu S,Z, Tayfur A,Ç. (2017). Adölesan dönemi beslenme ve sorunları. *The Journal of Current Pediatrics*, 15(2): 44-57.
- Sarıkaya A. (2015). 14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki. (Yüksek lisans tezi), İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Uzun, G. (2018). Lise öğrencilerinin ruhsal gelişimi ve ergenliğe bağlı negatif etkilerin giderilmesinde müziğin rolü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz A,G. (2021). Adölesanlar için beslenme alışkanlıkları ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Hastane Öncesi Crush Sendromu Tedavisi

Beyzanur TEKİNBAŞ^a, Nilay ŞAHİN^b

İlk ve Acil Yardım, Eldivan Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^abeyzatekinbass@gmail.com, ^bnilaysahin@karatekin.edu.tr

ÖZET

Crush, kelime anlamı olarak "ezme, sıkışma" anlamına gelmesine rağmen crush sendromu, travma ve bunun vücuda verdiği sistemik hasarların bütünüdür. Doğal afet kaynaklı travmaların %20'sinde görülmeyle birlikte, deprem ve afet sonrası meydana gelen ölümlerin nedenleri arasında ikinci sırada yer almaktadır. Crush sendromu ilk kez 1923 yılında Seigo tarafından tanımlanmıştır. Enkaz altında kurtarılmayı bekleyen afetzedenin ekstremitesinde bası olması nedeniyle sistematik dolaşımın bozulmasıyla sendrom rapor edilmiştir. Crush sendromunda rabdomiyoliz ve rabdomiyoliz sonucu akut böbrek yetmezliği oluşmaktadır. Ekstremiteler veya kasların uzun süre ezilmesi sonucunda çizgili kas hücreleri sıkışarak kan akışı bozulmaktadır. İskemik hale gelen yapılarda hücre ölüm gerçekleşmektedir. Hücre ölümü ezme kuvvetine göre değişmektedir. Kaslar kalıcı hasar olmaksızın 2 saat kadar iskemiyolere edebilirken, 6 saate kadar geri dönüşümsüz hücre hasarı meydana gelmektedir. Gelişen rabdomiyoliz kaynaklı, miyosit (kas hücresi) içinde yer alan laktik asit, nükleik asitler, kreatinin ve kreatinin kinaz, fosfat, potasyum ve miyoglobinin kan dolaşımına katılarak; kalsiyum, sodyum ve suyun miyositin içine girmesiyle neden olur ve bu durum akut böbrek yetmezliğine sebep olmaktadır. Klinik bulgular travmaya bağlı enflamasyon bulguları ve ezilmiş kaslardan dolaşıma salınan maddelere bağlı sistemik bulgulardan oluşmaktadır. Kanama, açık ve kapalı kırıklar, kontüzyon ve kas yırtığı gibi durumlar travma sonucu gelişmektedir. En önemli bulgusu kompartman sendromudur ve pain (ağrı), pressure (basınç artışı), parasthesia (parastezi), parasis (parezi), pallor (solukluk) ve pulselessness (nabızsızlık) gibi 6P bulgusu ile tanılanmaktadır. Sistemik bulgular ise etkilenen organa göre farklılık göstermekte olup; kanama, akut böbrek hasarı, oligüri, anüri, hipotansiyon, enfeksiyonlar, solunum yetmezliği, kalp yetmezliği ve sepsis şeklinde gözlemlenmektedir. Geç tedavi ve geç tanı mortalite oranını yükseltmektedir. Bu yüzden hastane öncesi acil sağlık hizmetlerinde çalışan personeller crush sendromu hakkında yeterli bilgiye sahip olmalı ve özellikle depremde enkaz altındaki bireylere çıkarma öncesinde tedaviye başlanmalıdır. Ulaşılabilen ekstremiteden intravenöz yol en kısa sürede oluşturulmalı ya izotonik NaCl ya da hipotonik NaCl ile birlikte bikarbonat replasmanına başlanmalıdır. Potasyum içeriği olan solüsyon tercih edilmemelidir Sıvı tedavisi enkazdan çıkarılma sürecinde saatte 1Lt olarak şekilde devam etmelidir ancak kurtarma işleminin 2 saatten uzun sürdüğü durumlarda sıvı replasmanı saatte 0,5 Lt olacak şekilde düzenlenmelidir. Kurtarıma sonrası yapılan sıvı tedavisi hastadaki idrar çıkışına göre planlanmalıdır. Anürik hastalarda günlük 0,5-1 Lt olarak hesaplanmalı ayrıca bir önceki günün tahmin edilen kaybıda günlük alıma eklenmelidir. İdrar çıkışı olan hastalarda ise günlük 3-6 Lt sıvı tedavisi yapılmalıdır. Yaşamsal belirtiler, deri rengi, turgor, kapiller dolum ve idrar çıkış durumu değerlendirilmelidir. Hastada >50ml/h idrar çıkışı hedeflenmelidir. Crush sendromu hastane öncesinde erken tanı ve müdahale ile tedavi edilebilir. Dolayısıyla hastada böbrek yetmezliği, uzuv kaybı ve hayat kaybının önüne geçilmesi için sahada görev alan tüm acil durum ve acil yardım ekiplerinin eşgüdümlü çalışması önemlidir.

Anahtar kelimeler: Acil Bakım, Crush Sendromu, Hastane Öncesi.

Miyokard İnfarktüsü ve Ölüm Kaygısı

Fatma Nur KAMALI^a, Cemile ÇELİK^b, Nedret Tekin KAYA^c

İlk ve Acil Yardım, Eldivan Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^afatmanurkamali03@gmail.com, ^bcemilecelik329@gmail.com, ^cntekinkaya@karatekin.edu.tr

ÖZET

Kalp hastalıkları hem gelişmiş ülkelerde hem gelişmekte olan ülkelerde mortalite ve morbidite oranlarının yüksek olduğu halk sağlığı sorunlarından. Dünya Sağlık Örgütü verileri, dünyadaki ölüm nedenlerinin %16'sının iskemik kalp hastalıklarından kaynaklandığını göstermektedir. Koroner kalp hastalıklarından kaynaklı ölümlerin gelir düzeyi düşük olan ülkelerde 3. sırada, gelir düzeyi orta ve yüksek olan ülkelerde 1. sırada yer almaktadır. Yaşlanmayla birlikte iskemik kalp hastalıklarının görülme sıklığı artmaktadır. Sağlık hizmetlerinde bilimsel açıdan ve teknolojik olarak gelişmelerin artması, erken teşhis ile tedavi seçeneklerinde gelişmeler olması, koruyucu sağlık hizmetlerinde artış, sağlığı geliştirici önlemlerdeki artış, sağlıkla ilgili farkındalığın artması gibi etmenler ülkemizde ve dünyada yaşlıların toplum nüfusundaki oranını arttırmaktadır. İskemik kalp hastalıklarından özellikle miyokard infarktüsü (MI) bunlardan en önemlilerindedir. MI, kalbi besleyen damarlardan olan koroner damarların bir veya daha fazlasının kanlanmasıyla ortaya çıkmaktadır. İskemik kalp hastalıklarının ölüm nedenlerinden %50'sini MI oluşturmaktadır. MI hastalığında göğüs kemiğinin arkasında şiddetli ağrı vardır. Ağrı boğaza, boyuna, çeneye, omuzlara, sırtta, kollara veya üst karına yayılabilir. Genellikle yakıcı olarak tanımlanır. Ayrıca soğuk terleme, bulantı ve kusma, baş dönmesi, nefes darlığı, huzursuzluk ve ölüm korkusu da belirgin şekilde hissedilen belirtilerendir. Bireylerde ölümün yakın olduğunu düşünmek, korku ile kaygının artırmasına neden olur. MI geçiren hastalarda kaygı artar, yaşamının sonuna geldiği düşünülür; ölüm anksiyetesi başlar. Kaygının, sıkıntının, korkunun, güçsüzlük duygusunun olması, ölümü düşünme, sıklıkla ölüm kaygısı veya ölüm korkusu olarak bilinir. Kalbin hayati değerinde önemli organ olması sebebiyle, ciddi kalp hastalığı olan bireylerde, kaygı gelişmesi beklenen bir durumdur. Yaşlı nüfusta artışın olması gelecekte MI görülme sıklığının daha çok artacağını düşündürmektedir. Dolayısıyla MI olan bireylerde ölümle ilgili kaygı da artış beklenmektedir. Koroner kalp hastalıkları nedeniyle meydana gelen mortalite ve morbidite oranlarını azaltabilmek için MI ile sağlık hizmetlerine başvuran hastaların erken zamanda belirlenmesi ve tedaviye erken başlanması önemlidir. Sağlık hizmetlerinde görev alan sağlık profesyonellerinin MI hastalarında ölüm kaygısı ile başa çıkma davranışlarını değerlendirmeleri, buna yönelik MI hastalarına eğitim verilmesi, danışmanlık sunulmasını önermekteyiz.

Anahtar kelimeler: Kalp hastalıkları, Miyokard infarktüsü, Ölüm kaygısı.

KAYNAKLAR

- Kumsar K. A., Yılmaz F. (2017). Kardiyovasküler Hastalıklar Risk Faktörlerinden Korunmada Hemşirenin Rolü. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(4): 18-27.
- Yöntem M, Erdoğan BS, Akdoğan M, Kaleli S. (2017). Akut miyokard infarktüsü tanısında kardiyak markörlerin önemi. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*.;2(4):11-17
- Ibanez B, James S, Agewall S, et al. 2017 ESC Guidelines for the management of acute myocardial infarction in patients presenting with ST-segment elevation: the Task Force for the management of acute myocardial infarction in patients presenting with ST-segment elevation of the European Society of Cardiology (ESC). *Eur Heart J* 2018;39(2):119-177
- Özdemir, L., Akdemir, N., & Akyar, İ. (2009). Hemşireler için geliştirilen yaşlı değerlendirme formu ve geriatrik sorunlar. *Türk Geriatri Dergisi*, 8(2).
- Shah AB1, Morrissey RP, Baraghoush A, Bharadwaj P, Phan A, Hamilton M, Kobashigawa J, Schwarz ER. (2013). Failing the failing heart: a review of palliative care in heart failure. *Reviews in cardiovascular medicine*, 14(1), 41-48.
- Adler ED, Goldfinger JZ, Kalman J, Park ME, Meier DE. (2009). Palliative care in the treatment of advanced heart failure. *Circulation*. 120(25):2597-606.
- Bayrak, B., Oğuz, S., Karabulut, Z., Çelik, S., & Kodak, C. (2019). Kalp yetersizliği hastalarında ölüm kaygısının belirlenmesi. *Turk J Cardiovasc Nurs*, 10(23), 97-104.
- French, C., Greenauer, N., & Mello, C. (2017). A multifactorial approach to predicting death anxiety: Assessing the role of religiosity, susceptibility to mortality cues, and individual differences. *Journal of social work in end-of-life & palliative care*, 13(2-3), 151-172.
- Şafak, M., & Kızılkaya, M. (2023). Miyokard Enfarktüsü Geçiren Hastalarda Ölüm Kaygısı. *Kardiyovasküler Hemşirelik Dergisi*, 14(34), 76-81.

Hastane Öncesinde Start Triyaj Uygulaması

Hicran HAYIRLI^a, Nilay ŞAHİN^b

İlk ve Acil Yardım, Eldivan Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^ahicrahayirli181@gmail.com, ^bnilaysahin@karatekin.edu.tr

ÖZET

Trijaj, Fransızca seçmek, ayıklamak, sıralamak anlamına gelen “trier” kelimesinden köken almaktadır. İlk kez 2. Dünya Savaşı’nda yaralı askerlere gereksinimleri doğrultusunda acil bakım girişiminde bulunmak üzere öncelik hakkı tanınması nedeni ile kullanılmıştır. İlk kullanan kişi ise; Napolyon orduları baş cerrahı Baron Dominique Jean Larrey tarafından savaş sırasında yaralanan askerlerin cepheye daha hızlı dönebilmesini sağlamak amacıyla kullanmıştır. START (Simple Triage and Rapid Treatment) hastane öncesi dönemde acil ve kontrolü zor olağandışı durumlarda, olay yerinde en kısa sürede en fazla yaralıya ulaşmak ve hastaların aciliyet önceliklerini belirlemek amacıyla yetişkin hastalarda kullanılmaktadır. Olay yerindeki ekiplerin sayısından ve eldeki imkanlardan daha fazla sayıda hasta bulunduğu durumda triyaj uygulanması gerekmektedir. Hastaların sınıflandırılması ve sıralanması kısa zamanda eldeki kısıtlı imkanlarla, en fazla sayıda yaşamı kurtarmayı sağlayacaktır. Triyaj dinamik bir süreçtir ve belli kurallar dahilinde yapılmaktadır. Olaydan etkilenen tüm hastalara uygulanmalıdır ve alanı sürekli turlayarak triyaj yenilenmelidir. Olay yerine ilk ulaşan ekip olay yeri yönetiminden sorumludur. Bu ekip aynı zamanda triyaj sorumlusudur. Triyajı en deneyimli sağlık personelinin uygulaması önerilmektedir. Daha yetkili ve deneyimli bir görevli olay yerine geldiğinde komuta kontrol merkezi onayı ile yetki devri yapılabilmektedir. Hastalar solunum, dolaşım/perfüzyon ve bilinç durumlarına göre 30-60 sn. değerlendirilerek aciliyetlerine karşılık gelen renk kodu (kırmızı, sarı, yeşil, siyah) verilmelidir. Acil tedavisinin yapılması veya hızlı transport edilmesi gereken hastalara kırmızı kod, henüz yaşamı tehdit eden hastalığı ya da yaralanması bulunmayan ancak zamanında tedavi edilmez veya nakledilmez ise potansiyel yaşam tehdidi olan hastalara sarı kod verilmektedir. Tıbbi bakıma gereksinimi olan, ancak ivedi müdahale gerektirmeyen hafif yaralı bilinci açık hastalara yeşil kod, ölü ya da hayatta kalma şansı düşük olarak kabul edilen hastalara ise siyah kod verilmektedir. Mevcut kaynaklar kurtarılabilir hastalar için kullanılmalıdır. Olay yerinde güvenlik sorunu yoksa triyaja o an bulunan noktadaki ilk hastadan başlanır. Başlangıçta yapılan çağrı ile yürüeyen tüm hastalardan olay yerinden hızlıca uzaklaşmaları istenir. Bu hastalara “yeşil kod” verilir ya da yürüyen yaralılar olarak adlandırılır. Olay yerini terk edemeyen en yakın hastada triyaj kriterleri değerlendirilmeye başlanır. Kendiliğinden solunumu olmayan hastalarda baş-çene pozisyonu ile hava yolu açılır ve solunum dönüşü kontrol edilir. Solunum başlamışsa “kırmızı kod” verilir ancak kurtarıcı müdahaleye rağmen solunum yoksa ölü kabul edilir ve “siyah kod” verilir. Solunum sayısı dakikada 10’un altında ya da 30’un üstünde olan hastalara “kırmızı kod” verilir. Solunum sayısı dakikada 10-30 arasında olanlarda dolaşım/perfüzyon değerlendirmesi basamağına geçilir. Kapiller geri dolumu 2 sn üzerinde olan hastalara kanama kontrolü yapılır ve “kırmızı kod” verilir. Kapiller geri dolumu 2 sn altında olan hastalarda bilinç değerlendirmesi

basamağına geçilir. Hastaya basit komutlar verilir, bu komutlara mantıklı cevap veren hastaya "sarı kod" verilir, ancak komutlara cevap vermiyorsa "kırmızı kod" verilir. START triajı sonrası komuta kontrol merkezine olayın büyüklüğü, toplam hasta sayısı, hastaların genel durumu, hastaneye transfer edilmesi gereken hasta sayısı ve gerekli olacak ekipmanlar hakkında bilgi verilir. Triajı yapılan hastalar güvenli toplanma alanına alınır ve bu bölgede tedavi alanları oluşturulur. Gerekli tıbbi malzeme ve ekipman ile hastalara acil bakım uygulanır. Aynı zamanda triyajı yapılmış hastaların naklini sağlarken hastanelerde yığılmayı önlemek için dağılımı uygun yapmak, en yakın hastaneyi kırmızı kodlu hastalar için değerlendirmek gereklidir. Hastanelerin mevcut kapasiteleri ve kapasite artışına uyum durumları görüşülmeli, hastaların transportu sağlanmalıdır. Alanda yapılan başarılı START triaj uygulaması; doğru önceleme yapılmasını, kaynakların en uygun hastada kullanılmasını ve olağandışı durum kaynaklı ölüm oranının az olmasını sağlamaktadır.

Anahtar kelimeler: Hastane Öncesi, Triaj, START.

Temel Yaşam Desteği Kılavuzlarının Farklılıkları

Kürşat Mert KOÇAK^a, Nefise Cevriye SUCU ÇAKMAK^b

Tıbbi Hizmetler ve Teknikler Bölümü, Eldivan Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu,

Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^amertkocak12@gmail.com , ^bncsucucakmak@karatekin.edu.tr

ÖZET

Temel yaşam desteği kardiyopulmoner arrest olmuş kişilerde uygulanan, hayat kurtarmaya yönelik temel ilk yardım becerilerindedir. Temel yaşam desteği ihtiyacının dünya çapında ortalama insidansı yılda 100.000'de 55 olup önemli bir halk sağlığı sorunudur. Temel yaşam desteğinde en çok kabul gören kılavuzlar Amerikan Kalp Derneği (AHA) ve Avrupa resüsitasyon konseyi (ERC) tarafından oluşturulmaktadır. Temel yaşam desteği kılavuzları beş yılda bir literatür doğrultusunda güncellenmektedir. AHA 2020, ERC 2021 yılında temel yaşam desteği kılavuzlarını yenilemiştir. Kılavuzlar temelde aynı kardiyak ve pulmoner desteği sağlasa bazı farklılıklar içermektedir. Bu değişikliklerden biri 112 aktivasyonu basamağındadır. AHA yetişkin temel yaşam desteği kılavuzu bilincin olmadığını değerlendirdikten sonra solunum ve nabız değerlendirmeden önce 112 aktivasyonunu önerirken, ERC kılavuzu bilincin olmadığını değerlendirilmesinin ardından hava yolu açıp, solunum olmadığını değerlendirdikten sonra 112 aktivasyonunu önermektedir. Önemli değişikliklerden biri de arresti tanılama basamağındadır. Bilincin olmadığı değerlendirildikten sonra AHA yetişkin temel yaşam desteği kılavuzu solunumla eş zamanlı nabız alınmadığında kardiyopulmoner resüsitasyona başlamayı önerirken, ERC kılavuzu bilinç sonrası hava yolu açmayı arkasından solunum değerlendirmeyi ve solunum yoksa kardiyopulmoner resüsitasyona başlamayı önermektedir. Bir diğer ana farklılık da pediatrik temel yaşam desteğinin arresti tanılama basamağındadır. AHA pediatrik temel yaşam desteği yetişkin temel yaşam desteğinin tanılama basamağında aynı uygulamaları yaparken, ERC pediatrik grupta bilincin olmadığı değerlendirildikten sonra hava yolu açıklığı sağlamayı ardından solunumun olmadığı değerlendirildikten sonra yetişkin grupta olduğu gibi kardiyopulmoner resüsitasyona başlamak yerine 5 kez ventilasyon önermektedir. 5 kez ventilasyona rağmen solunum yoksa kardiyo pulmoner resüsitasyona başlamayı önermektedir. AHA'nın pediatrik temel yaşam desteği kılavuzuna göre hastanın asfiksi kaynaklı arrest olduğu biliniyorsa kardiyopulmoner resüsitasyona kalp basısı yerine 2 ventilasyonla başlanabileceği vurgulanmaktadır. Pediatrik grupta solunumsal kaynaklı kardiyopulmoner arrestler görülürken, yetişkin grupta daha çok kardiyak kökenli kardiyopulmoner arrestlerle karşılaşılmaktadır. Bu nedenle yetişkinlerde temel yaşam desteği algoritmalarında kardiyak bası öncelenirken, çocuk hastalarda solunum desteği öncelenmektedir. Etkili bir temel yaşam desteği için, sağlık çalışanları ve öğrencilerinin kılavuzlardaki farklılıkları ve güncellemeleri takip etmeleri önemlidir. Sağlık çalışanları ve öğrencilerine bu konuda düzenli aralıklarla uygulamalı eğitim verilmesini önermekteyiz.

Anahtar kelimeler: Amerikan Kalp Vakfı, Avrupa Resüsitasyon Konseyi, Temel yaşam desteği kılavuzları.

Yaşlı Bireylerde Akılcı İlaç Kullanımı

Nubar ÖZDEMİR^{1,a}, Taner AKARSU^{2,b}

¹ Bölümü Evde Hasta Bakım Programı, Çerkeş Meslek Yüksek Okulu Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

²Çerkeş Meslek Yüksek Okulu Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail: ^a226304030@karatekin.edu.tr, ^btanerakarsu@karatekin.edu.tr

ÖZET

Dünya nüfusundaki artış yaşlı nüfus hızının da yükselmesine neden olur. Yaşlı birey sayısındaki artış 21. yy'da tıbbi süreçlerde yeni bir zorluk olarak karşımıza çıkmaya devam edecektir. Yaşlı bireylerde çeşitli kronik hastalıkların varlığı nedeniyle tedavi sürecinde verilen modern farmakoterapi süreci, hastalığın seyrini yavaşlatmakta ve geciktirebilmektedir. İlaçlardan yararlanma konusunda büyük bir potansiyele sahip olan yaşlı bireylerin zarar görme ihtimalleri de oldukça yüksektir. Dünya Sağlık Örgütü'nün tahminlerine göre küresel çapta ilaçların % 50'sinden fazlası uygun olmayan şekilde reçetelenmekte, sağlanmakta veya satılmaktadır. Dünya genelinde hastaların yaklaşık yarısı ilaçlarını doğru bir şekilde kullanamamaktadır. Çoğu yaşlıda mevcut olan multimorbidite varlığı, hastaların semptom yükünün değerlendirilmesi, yönetilmesi ve sürdürülmesi için bireye özgü olarak optimize edilmiş bir tedaviye girişim sürecinin varlığını zorunlu hale getirir. İlaç kullanımı ile ilgili sorunlar, mortalite ve morbiditenin artmasına neden olduğu için yaşlı bireylerde ilacın akılcı kullanılmasının sağlanması oldukça önemlidir. Altmış beş yaş üzeri kişilerin % 90'ında en az bir kronik hastalığın bulunduğu, % 60'ının en az bir ilaç kullandığı ve reçete edilen tüm ilaçların üçte birini kullandıkları düşünüldüğünde, akılcı ilaç kullanım ilkeleri bu yaş grubunda daha dikkatle uygulanması etkili, güvenli ve uygun bir tedavi sürecinin sürdürülmesini sağlar. Yaşlı bireyler uygun olmayan reçete yazma süreçleri bakımından yüksek risk altındadırlar. Bu risk, yaşlı bireylerde ciddi advers ilaç reaksiyonlarına yol açabilir. Hastaların tedavilerinin gereği olan ilaç tedavisinde istenmeyen koşullara ve olumsuzluklara maruz kalmamaları için, ilaçların hekim tarafından reçete edildiği aşamadan tedavi sürecinin sonuna kadar bir program dahilinde, belli ilkelere bağlı kalınarak akılcı bir şekilde yürütülmesi, ilaç tedavisinde optimal bir başarının elde edilmesine yardımcı olur. Akılcı ilaç kullanımı kısaca, ilaçların doğru kullanılmasıdır. Pratikte; doğru ilacın, doğru hastalıkta, doğru kişide, doğru uygulama yolu ile doğru sürede, doğru bilgilendirme yapılarak kullanılması olarak tanımlanır. Yaşlı hastalara reçete edilecek ilaçların farmakokinetik özellikleri çok iyi bilinmeli ve ilaçların akılcı kullanım ilkeleri göz önünde bulundurulacak şekilde kullanımı sağlanmalıdır. Yaşlı bireylerde akılcı ilaç kullanımına yönelik uygulamalarda rasyonelliğin sürdürülmesinde akılcı ilaç kullanım ilkelerine (ilaç tedavisinin gerekli olup olmadığının değerlendirilmesi, yaşlı hastanın kullanmakta olduğu ilaç, sigara ve alkol gibi maddelerin bilinmesi, reçeteye yazılan ilaçların farmakolojik özelliklerinin bilinmesi, yaşlılarda tedaviye düşük doz ile başlanması, hastalığa yönelik doz, ilaç kombinasyonları ve tedaviyi sonlandırma

süreçlerinin dikkatle belirlenmesi, yaşlının uyumunu kolaylaştırmak için tedavinin mümkün olduğunca basitleştirilmesi, verilen tedavinin düzenli olarak gözden geçirilmesi, hastanın gereksinimi olmayan ilaçların tedaviden çıkarılmasının sağlanması, her ilacın yaşlı hastalar için yeni sorunlar yaratabileceği hususunun dikkate alınması) bağlı kalınması ilaç tedavisinin akılcı bir şekilde uygulanmasını sağlar. Akılcı ilaç kullanımı uygunsuz ilaç kullanımını önleyerek, ilaca bağlı maliyetin azaltılmasının yanı sıra yaşlı bireyin yaşam kalitesini de artırır. Akılcı ilaç kullanım süreci profesyonel sağlık profesyonellerinin (hekim, hemşire vb.) sorumluluğunda bir ekip işbirliği içerisinde hastanın da katılımı sağlanarak yürütülmelidir.

Anahtar kelimeler: Akılcı İlaç Kullanımı, İlaç, Yaşlı Birey

KAYNAKLAR

- Bahat, G., Tufan, F., Akın, S., Tufan, A., Erten, N., Karan, M.A. (2012). Rational Drug use in the Elderly. *Journal of Gerontology & Geriatric Research*, 1, 1-5. doi: 10.4172/2167-7182.1000104.
- Baron, M.H., Van Deer Veen, L., Jansen, P.A.F., Van Roon, E.V., Brouwers, J.R.B., Van Marum, R.J. (2011). Criteria for Drug Selection in Frail Elderly Persons. *Drugs Aging*, 28(5), 391-402. doi:10.2165/11587200-000000000-00000
- Eckerblad, J., Theander, K., Ekdahl, A., Unosson, M., Wirehn, A.B., Milberg, A., Krevers, B., Jaarsma, T. (2015). Symptom burden in community-dwelling older people with multimorbidity: a cross-sectional study. *BMC Geriatrics*, 15(1), 1-9. doi:10.1186/1471-2318-15-1
- Erenmemişoğlu, A. (2006). Yaşlılarda İlaç Kullanımını Etkileyen Farmakokinetik Değişiklikler. *Turkish Journal of Geriatrics*, Ek (9), 29-32.
- Gülhan, R. (2013). Yaşlılarda akılcı ilaç kullanımı. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 29(2), 99-105. doi:10.5222/otd.sup2.2013.099
- İlhan, B., Öztürk, G.B. (2015). Yaşlı ve akılcı ilaç kullanımı. *Türkiye Klinikleri J Geriatr-Special Topics*, 1(1), 1-7.
- Özer, E., Özdemir, L. (2009). Yaşlı Bireyde Akılcı İlaç Kullanımı ve Hemşirenin Sorumlulukları. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 42-51.
- Page, A.T., Clifford, R.M., Potter, K., Schwartz, D., Etherton-Beer, C.D. (2016). The feasibility and effect of deprescribing in older adults on mortality and health: a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Clinical Pharmacology*, 82, 583-623. doi:10.1111/bcp.12975
- Scott, B., Jayathissa, S. (2010). Quality of Drug Prescribing in Older Patients: is there a problem and can we improve it? *Internal Medicine Journal*, 40(1), 7-18. doi:10.1111/j.445-5994.2009.02040.x

Meslek Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Genel Afete Hazırlıklı Olma İnanç Durumlarının Belirlenmesi

Zeynep Güldane ANDAÇ¹, Taner AKARSU^{2,a}

¹Yaşlı Bakım Programı, Çerkeş Meslek Yüksek Okulu Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

²Çerkeş Meslek Yüksek Okulu Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^atanerakarsu@karatekin.edu.tr

ÖZET

Afet, toplu olarak yaşanabilen, doğal yollar aracılığıyla, teknolojik hareketlere veya insani nedenlere atfedilebilen ve potansiyel açıdan travmatik bir olay olarak tanımlanabilen süreçtir. Afetler doğrudan ve/veya dolaylı olarak her yaşta bireyi etkisi altına alabilen istenmedik doğa olaylarıdır. Tektonik açıdan Çankırı ili oldukça hareketli bir kuşakta yer alır. İlimiz en büyük tektonik hattı olan ve Türkiye'nin kuzeyinden geçen Kuzey Anadolu Fay Zonu (KAFZ)'nin etkisi altındadır. Çankırı bölgesinde doğu-batı yönünde yayılım gösteren KAFZ'in ana hattına bağlı olarak gelişen ve deprem üreten tali fay sistemleri mevcuttur. Bu hatlardan biriside Çerkeş fay hattıdır. İlçe Kuzey Anadolu fay hattı üzerinde yer alan ve doğal afet bakımından riskli bir konumda yer alır. Çerkeş bugüne kadar birçok afet olayına maruz kalan bir ilçe konumunda yer alır. 1944 yılında Gerede-Çerkeş depremi olarak adlandırılan 7.4 Ms büyüklüğünde meydana gelen deprem Mercalli şiddet ölçeğine göre en büyük şiddet (Şiddetli-Yoğun) olarak hissedilmiştir. İlçede son ortaya çıkan afet olayı 2022 yılı Mart ayında Akhasan köyünde meydana gelen heyelandır. Eğitim açısından bakıldığında ülkemizde afetten korunma kültürü ve farkındalığı istenilen düzeyde değildir. Afete hazır olmak için eğitim ile bireyden başlanarak topluma ulaşılmalıdır. Tüm bunlardan hareketle bu araştırma Çerkeş ilçesinde eğitim faaliyetini yürüten Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin teorik bir çerçeve olarak Genel Afete Hazırlıklı olma inanç durumları ile sosyodemografik ve afetle ilgili faktörlerin ilişkisini belirlenmesi amacıyla planlanmıştır. Çalışmamız TÜBİTAK-2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı kapsamında (2023 1. Dönem) değerlendirilerek kabul görmüştür. Çalışma 15 Kasım 2023-15 Ocak 2024 tarihleri arasında Meslek Yüksekokulunda eğitim öğrenim gören öğrenciler ile yürütülmüştür. Çalışmada 31 sorudan oluşan Genel Afete Hazırlık Ölçeği ve katılımcıların sosyodemografik özelliklerine yönelik araştırmacılar tarafından hazırlanan 11 soruluk anket kullanılmıştır. Anket toplama süreci tamamlanmıştır. Proje çalışması şuan için istatistiksel analiz sürecinde olup tamamlanması sürecinde makale aşamasına geçilecektir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular neticesinde, öğrencilerin olası bir afet riskine karşı hazırlıklı olma inanç durumları ile afete yönelik bakış açılarının değerlendirilmesi gelecekte ortaya çıkabilecek afet/tehlike olaylarına karşı farkındalığın artırılması bakımından büyük önem arz edecektir.

Anahtar kelimeler: Afet, Afete Hazırlık Olma İnanç Durumu, Çerkeş.

KAYNAKLAR

- Köle, M.M. (2016). ankırı İli için Deprem Olasılık Tahmini. ankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(1), 455-470
- McFarlane, A., Norris, F. H. (2006). Definitions and concepts in disaster research. In: Methods for Disaster Mental Health Research (eds Norris, F., Galea, S., Friedman, M., et al.), pp. 3-19. Guilford Press, New York, NY.
- Öztürk, İ.M. (2018). 1943-1944 Depremleri erkeş üzerindeki etkileri Spring, 8. Erişim adresi: <http://hdl.handle.net/11693/51701>. Erişim tarihi: 03.05.2024
- Satılmış, S. (2020). ankırı'nın tarihsel depremleri (1875-1900). Mütefekkir. Aksaray Üniversitesi İslami İlimler Dergisi, 7(4), 599-611.
- Varol, N., Kırıkkaya, E. B. (2017). Afetler karşısında toplum dirençliliği. Dirençlilik Dergisi, 1(1), 1-9. doi:10.32569/resilience.344784

Antikoagülan Kullanan Hastalarda İlaç Memnuniyetinin İlaç Uyumu ve Öz Yönetime Etkisi: Proje Deneyimi

Gizem AKDAĞ, Huri Seval GÖNDEREN ÇAKMAK^a

Çerkeş Meslek Yüksek Okulu Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^ahurisevalgc@karatekin.edu.tr

ÖZET

Antikoagülan tedavi başlıca akut koroner sendromlar, derin ven trombozu, pulmoner emboli, iskemik inme, atrial fibrilasyon (AF) ve protez kalp kapakçıkları olan hastalarda emboli gelişiminin önlenmesinde, seçilmiş hasta grubunda strok ve myokard infarktüsü tekrarını önlemede kullanılmaktadır. Ülkemizde ve dünya da yaşam süresinin artmasına paralel olarak kronik hastalıkların artması, yetişkin ve yaşlı bireylerde antikoagülan ilaç reçete sayılarında da artışa neden olmuştur. İngiltere'de 2006 ve 2016 yılları arasında verilen antikoagülan reçetelerinin sayısında genel olarak %134,7'lik bir artış görülmüştür (digital.nhs.uk,2017). Antikoagülan ilaçların genellikle terapötik etkileri dar olmasının yanı sıra ilaç-ilaç, ilaç-besin etkileşimi sonucu önemli yan etkilerin oluşması nedeniyle klinik olarak kullanımı zor bir ilaç grubudur. Diğer yandan antikoagülanlar ilaçlar yüksek riskli ilaçlardır ve hatalı kullanıldıklarında hastaya ciddi zarar verme riskleri yüksektir. İlacın riskli olmasının yanında hastaların hatalı kullanım ve ilaç uyumsuzluğu göstermesi zarar verme riskini oldukça artırmaktadır (Jani and et al, 2021). Bildirilen hasta kullanım hatalar arasında, antikoagülan tedavinin uygun olmayan şekilde sürdürülmesi veya kesilmesi, kanama riskini artıran etkileşimli ilaçlarla (steroidal olmayan antienflamatuar ilaçlar (NSAID'ler ve antiplatelet ajanlar gibi) yanlılıkla birlikte kullanılması yer almaktadır. Antikoagülan gibi yüksek riskli ilaç kullanımı için hastaların ilaç uyumlarının ve öz yönetimleri en üst düzeyde tutmak önemlidir. Farklı kronik hastalıklarda yapılan çalışmalarda hasta memnuniyetinin ilaç uyumu ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Bakar and et al,2016). Geleneksel olarak hasta memnuniyeti, bakımın bir sonucu olarak kabul edilir ve hastanın klinik durumu düzeldikçe tedavi memnuniyetinin arttığı belirtilir. Fakat hasta memnuniyetinin diğer sonuçları etkileyen bir girdi veya aracı olarak hareket ettiği karşılıklı ilişki de farmakoterapiyi optimize etmek için kritik öneme sahip olduğu unutulmalıdır (Dupina et al,2009). Fakat ülkemizde antikoagülan tedavi memnuniyetinin hastaların ilaç uyumlarına ve öz yönetimlerine etkisinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırma antikoagülan kullanan hastalarda ilaç memnuniyetinin ilaç uyumu ve öz yönetime etkisini belirlemek amacı ile analitik tipte yapılmıştır. Çalışmanın evrenini Çerkeş Devlet Hastanesi, Çerkeş Aile Sağlığı Merkezi ve merkeze bağlı köylerde ve ilçe merkezinde yaşayan 18 yaş üstü bireyler oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini "G. Power-3.1.9.2" programı kullanılarak, %95 teorik güç ile örneklem büyüklüğü veri toplama öncesinde 309 kişi olarak hesaplanmıştır. Veri toplama araçları 1.

Hasta Toplama Formu: Araştırmacı tarafından literatür verisi taranarak oluşturulmuştur. Hastaların sosyodemografik ve hastalıkları ile ilgili bilgilerin sorulduğu 17 soruluk formdur(Özcan and et al, 2013; Dupina et al,2009; Bakar and et al,2016) 2. Duke Antikoagülan Memnuniyet Ölçeği: Duke Antikoagülan Memnuniyet Ölçeği (DAMÖ), Samsa ve ark (2004) tarafından geliştirilmiş ve Yıldırım ve Temel(2014) tarafından Türkçeye çevrilmiş ve geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. 3. Kronik Hastalık Öz Yönetim Ölçeği: Ölçek 21 madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 5'e yaklaştıkça öz yönetimin arttığını, 1'e doğru indikçe öz yönetimin azaldığını göstermektedir(Öztürk ve ark, 2021). Veriler Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) sürüm 25 kullanılarak analiz edilecektir. Verilerin analizinde sayı yüzde ve korelasyon katsayısı kullanılacaktır. Sonuçlar Kolmogorov Smirnov, Shapiro Wilk testleri ve histogram tablo görünümü ile normal dağılıp dağılmadıkları değerlendirilecektir. Veriler normal dağıldığında T testi ve ANOVA testi kullanılacaktır.Veriler normal dağılmadığında nonparametrik testlerden MannWhitney U testi ve Kruskal Wallis testi kullanılacaktır. Çoklu gruplarda ikili karşılaştırmaların değerlendirilmesinde ise Post-Hoc Dunn ve Benferroni testleri kullanılacaktır. Çalışma için çankırı karatekin üniversitesi etik kurulundan etik kurul onayı alınmıştır (16-05-2023 tarihli, no:7 karar). Araştırmaya 1Aralık 2023 tarihinde başlanmıştır. Şimdiye kadar dahil edilme kriterine uyan 292 hastaya ulaşılmış olup, çalışmanın 1 Haziran 2024 itibari ile sonlandırılması planlanmaktadır. Çalışma sonucunda ortaya konan veriler literatüre katkı sağlamanın yanı sıra sonuçlar istatistiksel veri sağlamak için T.C. Sağlık Bakanlığı ve Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu(TİTCK) gibi önemli kuruluşlara gönderilecektir.

Anahtar kelimeler:

KAYNAKLAR

- Digital NHS(2017). Prescriptions Dispensed in the Community—Statistics for England, 2006–2016. <https://digital.nhs.uk/data-and-information/publications/statistics/prescriptions-dispensed-in-the-community-statistics-for-england-2006-2016-pas>. Last Accessed 25 May 2023.
- Bakar, Z. A., Fahrni, M. L., & Khan, T. M. (2016). Patient satisfaction and medication adherence assessment amongst patients at the diabetes medication therapy adherence clinic. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 10(2), S139-S143.
- Dubina, M. I., O'Neill, J. L., & Feldman, S. R. (2009). Effect of patient satisfaction on outcomes of care. *Expert review of pharmacoeconomics & outcomes research*, 9(5), 393-395.
- Özcan, T., Altıok, M., & Babalikli, F. (2013). Warfarin kullanan hastalara ilaca ilişkin verilen grup eğitiminin bilgi düzeylerine etkisi/ The effect of group education about drug usage in the patient's on warfarin therapy. *The Anatolian Journal of Cardiology*, 13(3), 292.
- Yıldırım, J. G., & Temel, A. B. (2014). Duke antikoagülan memnuniyet ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği. *Turk Gogus Kalp Dama*, 22(4), 761-72.
- Öztürk, Y. E., Yeşildal, M., Arık, Ö. & Fidan, Y. (2021). Kronik Hastalık Öz Yönetim Ölçeğinin Türkçe Geçerlilik Güvenirliği. *Journal of Academic Value Studies*, 7(3), 375-381. <http://dx.doi.org/10.29228/javs.52376>

Yangın Yerindeki Kimyasal Tehlikeler ve Korunma Yöntemi Olarak Temiz Hava Solunum Cihazı

Muhammet Mustafa KARAPINAR^a, Murat ERCAN^b

Mülkiyet Koruma ve Güvenlik Bölümü, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^amuhammed.karapinar16@gmail.com, ^bmuratercan@karatekin.edu.tr

ÖZET

Yangın, yakıcı bir madde olan oksijenin varlığında, bir maddenin kendiliğinden yanma reaksiyonu sonucu ortaya çıkan enerji, ısı ve ışıkla kendini gösteren bir kimyasal yanma olayıdır. Genellikle üç safhada gerçekleşir. Bu safhalar; başlangıç (flame-over), denge (flash-over) ve sıcak tütme (backdraft) safhalarıdır. Yangının başlangıç safhası, yangının henüz kontrol altında ve yayılma riskinin düşük olduğu safhadır. Denge safhası, yangının kontrol altında olduğu ve yayılma hızının dengelendiği safhadır. Sıcak tütme safhası, yangının soğuması ve tamamen sonlanmasıyla karakterize edilir. Yangın yerinde bazı kimyasal tehlikeler ortaya çıkar. Örneğin; yangın sırasında yüksek sıcaklık ve basınç artışları, çevredeki yapıları etkileyebilecek patlama riskini artırırken farklı kimyasalların reaksiyona girmesi sonucu oluşan zararlı kimyasal tepkimeler, yangının kontrolünü zorlaştırabilir ve çevreye zarar verebilir. Ayrıca, kimyasal sızıntılar da çevreye yayılarak insan sağlığını tehlikeye atabilir. Ancak yangın yerinde ortaya çıkan kimyasal tehlikeler, genellikle dumanlar ve gazlar şeklinde ortaya çıkar. Bu dumanlar, yanıcı maddelerin yanmasıyla oluşan partiküllerden ve toksik gazlardan oluşur. Bu gazlar; yanıcı maddenin türüne, yanma koşullarına ve ortamın özelliklerine bağlı olarak değişir. Örneğin; karbondioksit (CO₂) ve karbonmonoksit (CO) en yaygın olarak ortaya çıkan gazlardır. Bu gazların ppm yani başka bir madde içindeki konsantrasyon değerleri şu şekildedir: Karbondioksit (CO₂) için tehlike sınırı 5.000 ppm, karbonmonoksit (CO) için tehlike sınırı 50 ppm'dir. Karbondioksit (CO₂), normal atmosferde bulunan ve solunabilir bir gaz türüdür. Ancak, yüksek konsantrasyonlarda ve kapalı alanlarda biriktiğinde zararlı olabilir. Bununla birlikte, CO₂'nin doğrudan zehirleyici özellikleri yoktur, yani zehirli değildir. Ancak yüksek konsantrasyonlarda solunabilir oksijen miktarını azaltarak asfiksi (oksijen yetersizliği) riskini artırabilir. Karbonmonoksit (CO) ise zehirli bir gazdır ve yangınların neredeyse tamamında ortaya çıkar. Akciğerlerden hücrelere Oksijen (O₂) taşıyan hemoglobin ile birleşmesi sonucu "karboksi hemoglobin kompleksi"ni oluşturur. Böylece kandaki oksijen taşıyıcı yok olur. Karbonmonoksit zehirlenmesi sonucu kandaki hemoglobinin 2/3'ünde dönüşüm olmuşsa zehirlenen kişiye saf oksijen vermenin dahi faydası olmayacaktır. Bu ve benzeri olumsuz etkilerden korunmak için temiz hava solunum cihazlarına ve kartuşlu maskelere ihtiyaç duyulur. Temiz hava solunum cihazları solunum açısından olası riskleri ortadan kaldırır. Kapalı alanlardaki müdahalelerde personeli zehirli gazlardan korur ve yaşam için gereken temiz havayı sağlar. Temiz

hava solunum cihazları, açık ve kapalı devre olmak üzere ikiye ayrılır. Açık devre temiz hava solunum cihazlarında sıkıştırılmış hava kullanılırken kapalı devre temiz hava solunum cihazlarında sıkıştırılmış hava ve sıvı oksijen kullanılır. Bu sayede solunan hava sistemde kalır. Kapalı devre temiz hava solunum cihazı "rebreather" olarak adlandırılır. Kartuşlu maskeler ise filtre kartuşlarıyla donatılmış bir solunum koruyucu cihazdır. Bu maskeler; havadaki zararlı gazları, buharları, tozları ve partikülleri filtreleyerek kullanıcının solunum yollarını korur. Filtre kartuşları, spesifik tehlikelere karşı koruma sağlamak üzere tasarlanabilir ve farklı kimyasalları, gazları veya partikülleri absorbe etmek veya tutmak için özel olarak üretilir. Sonuç olarak, temiz hava solunum cihazları ve kartuşlu maskeler yangın yerindeki kimyasal tehlikelerden korunmak için gereklidir. Ancak, bu cihazların doğru şekilde seçilmesi, kullanılması ve bakımının yapılması önemlidir.

Anahtar kelimeler: Korunma, Kimyasal Tehlikeler, Temiz Hava Solunum Cihazları, Yangın.

Yangına Müdahalede Kişisel Koruyucu Donanımlar

Musa Bedran ÇOLAKOĞLU^a, Murat ERCAN^b

Mülkiyet Koruma ve Güvenlik Bölümü, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^abedrancolakoglu24@gmail.com, ^bmuratercan@karatekin.edu.tr

ÖZET

İtfaiyeciler, yangın söndürme ve kurtarma operasyonları sırasında çeşitli tehlikelerle karşılaşır. Bu tehlikeler arasında alevler, duman, yüksek sıcaklıklar, düşen nesnelere, kimyasal maddelerin varlığı ve diğer riskler bulunur. Kişisel koruyucu donanımlar: koruyucu ve ısıya dayanıklı elbise, baret, koruyucu başlık, eldiven, çizme ve alüminize elbisedir. Kişisel koruyucu donanım (KKD), itfaiyecilerin bu tehlikelere karşı korunmasına yardımcı olur. Bazı ana nedenler şu şekildedir: Alev ve sıcaklık koruması: İtfaiyeciler, yangınların yoğun ısılarına maruz kalabilirler. Özel yangın giysileri ve ekipmanları alevlerden, sıcaklıklardan ve radyant ısıdan korunmalarına yardımcı olur. Duman ve zehirli gaz koruması: Yangınlar genellikle zehirli duman ve gazlar üretir. Bu gazlar solunum problemlerine, zehirlenmeye ve diğer ciddi sağlık sorunlarına neden olabilir. Solunum maskeleri ve hava tüpleri gibi ekipmanlar, itfaiyecilerin solunum yollarını korur. Düşen nesnelere koruma: Yangın sırasında binaların yapısal unsurları veya ekipmanlar tehlike oluşturabilir. KKD, itfaiyecileri başlarına düşebilecek nesnelere korur. Kimyasal maddelere karşı koruma: Yangınlar sırasında kimyasal maddeler serbest kalabilir. Bu maddelerin ciltle teması ciddi yanıklara veya zehirlenmelere yol açabilir. Özel giysiler ve eldivenler, kimyasal maruziyete karşı koruma sağlar. Elektriksel tehlikelerden koruma: Yangınlar sırasında elektrik hatları hasar görebilir ve tehlike oluşturabilir. İtfaiyecilerin, elektrik çarpması riskini azaltmak için özel ekipmanlar kullanmaları gerekir. Tüm bu faktörler göz önüne alındığında, kişisel koruyucu donanım itfaiyecilerin güvenliğini sağlamak ve yangın söndürme operasyonlarını etkin bir şekilde yürütmelerine yardımcı olmak için son derece önemlidir. Kişisel koruyucu donanımlardan en önemlisi bunker "nomex"tir. Nomex, çok yüksek sıcaklıklara maruz kaldığında bile erimez veya alev almaz, bu da giysilerin veya ekipmanların kullanıcılarını korumasını sağlar. Aynı zamanda dayanıklı bir malzeme olduğu için uzun ömürlüdür ve aşınmaya karşı dirençlidir. Nomex, personelin gövde ve bacaklarını kesilmeler, aşınmalar ve yüksek ısıya karşı korur. Isıya dayanıklı elbiseler (meta-aramid) ve Kevlar (para-aramid) adlı iki maddenin belli oranlarda karışımından imal edilmektedir. İtfaiye teşkilatlarında koruyucu ve ısıya dayanıklı elbiseler olarak adlandırılmaktadır. Bu elbiseler dört katmandan oluşmaktadır. Bu katmanlar şu şekildedir: Dış kumaş, nem bariyeri, ısı bariyeri ve iç astardır. Dış kumaş: Ceket ve pantolonun en dışında bulunan kumaştır. Bu kumaş ısı, su, yağ ve kimyasal sıvıların geçişine izin vermez. Nem bariyeri: Dış kumaşın altında bulunan katmandır. Bu katman dışarıdan içeriye sıvı geçişini engeller ve içeriden dışarıya havalandırma (vücutta oluşan nemi dışarıya

atılması gibi) imkan sağlar. Isı bariyeri: Nem bariyerlerinin hemen altında bulunan üçüncü katmandır. Dış kumaş ve nem bariyerini geçerek gelen ısı yüklü hava kabarcıklarını absorbe eder. Farklı ağırlık, tip ve kalitede ısı bariyeri (keçe ve örgü ısı bariyeri gibi) bulunur. İç astar: Bu katman ısı bariyerinden sonra gelir ve en alttaki kumaştır. Isıya dayanıklı malzemeden dokunmuştur. Yüksek sıcaklık ve alev insan vücudunda onarılmaz yaralar açar. İnsan vücudunun sıcaklığa dayanabilme süresi; 65°C'ye sınırlı bir süre, 120°C'ye 15 dakika, 143°C'ye 5 dakika dayanırken 173°C'ye ise sadece 1 dakika dayanabilir. Personeli bu sıcaklıklardan korumak için nomex çok önemlidir. Çünkü nomex, 800°C'ye kadar koruyabilen bir kişisel koruyucu donanımdır. Sonuç olarak kişisel koruyucu donanımlar, personelin sağlığını ve güvenliğini korumak için kritik bir rol oynar. Bu nedenle, kişisel korucu donanımların düzenli olarak kullanılması ve bakımının yapılması, iş sağlığı ve güvenliği standartlarının karşılanmasına yardımcı olur ve personelin sağlığını korur.

Anahtar kelimeler: Kişisel Korucu Donanımlar, Nomex, Yüksek Isı.

Flor ve İnsan Sağlığı Üzerine Etkisi

İsmail Kerem TABAKCI^a, Hamdiye NERGİS^b

Diş Hekimliği Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^akeremttabakci@gmail.com, ^bhamdiyenergiz02@gmail.com

ÖZET

Çürükleri önlemenin en etkili yolu florlu dental ürünler kullanmaktır. Flor vücuda gıdalarla, solunum yoluyla ve flor içeren ürünlerle girer. Kimyasal açıdan bakıldığında, küçük atom yarıçapı nedeniyle tüm elementler arasında en elektronegatif ve reaktif olanıdır. Oldukça reaktif olduğu için genellikle inorganik flor olarak bağlanır ve temel halde bulunmaz. Flor tüm doğal sularda bulunur. Deniz suyu 1.2-1.5 ppm florür içerir. Tatlı su konsantrasyonları genellikle 0.01 ila 0.3 ppm arasında değişir ve deniz suyuna göre daha düşüktür. Toprakta normal florür birikimi düşüktür. Asidik topraklarda yetişen bitki örtüsü daha fazla flor biriktirme eğilimindedir. 100 ppm florür biriktirebilen bazı bitkiler vardır ve en iyi bilineni çay bitkisidir. Flor et, balık ve tahıllarda bulunabilir. Daha yüksek konsantrasyonlarda konserve hamsi, konserve meyve, öğütülmüş tavuk eti ürünleri, çikolatalı süt ve bazı bebek diyet takviyelerinde de bulunabilir.

Florürün birincil ve en önemli etkisi, tükürükte uygun konsantrasyonda bulunduğu çürük oluşumunu önlemesidir. Hidroksiapatit, dişlerin gelişimi tamamlandıktan sonra kalıcı diş minesinin oluşturulmasından sorumlu ana mineraldir. Plak sıvısında S. mutans olmak gibi farklı karyojenik bakteriler bulunmaktadır. Bakteriler şekerleri metabolize ettiklerinde, tükürükteki pH'ı düşüren laktik asit üretirler. pH kritik seviyenin (pH 5.5) altına düştüğünde, minede demineralizasyon gerçekleşir ve çürük oluşur. Plak sıvısında flor mevcutsa, kristal yüzeyine adsorbe olacağından ve kristalleri çözünmekten koruyacağından demineralizasyonu azaltır. pH kritik seviye olan 5.5'in üzerine çıktığında, artan flor iyonu seviyesi remineralizasyonu sağlar.

Günlük hayatımızda maruz kaldığımız diğer herhangi bir madde (oksijen, su, sofr tuzu) gibi, flor da belirli miktarlarda toksik olabilir. Akut toksisite, kısa bir süre boyunca bir veya daha fazla doz flor aldıktan sonra ortaya çıkabilir ve zehirlenmeye yol açar. İlk belirti ve bulgular bulantı, karın ağrısı, kanlı kusma ve ishaldir. Bunu solgunluk, halsizlik, sığ nefes alma, zayıf kalp sesleri, ıslak, soğuk cilt, siyanoz, genişlemiş gözbebekleri, hipokalsemi ve hiperkalemi ile bir çöküş ve iki ila dört saate kadar ölüm izler. Hayatımızda florürün yaygın varlığına ve toksisitesi ile ilişkili koşulların ciddiyetine rağmen, akut toksisite vakalarının sayısı çok nadirdir.

Diş çürüklerini önlemenin en etkili yolu flor içeren bir diş macunuyla günde iki kez diş fırçalamaktır. Erken Çocukluk Dönemi Çürüğü (EÇÇ) 'nün önlenmesi için "Tüm çocuklarda, yaşa uygun miktarda macun kullanılarak, florürlü diş

macunu ile (en az 1000 ppm) günde iki kez dişlerin fırçalanması" önerilmiştir. Çürük önlemek için kullanılan oral flor kaynakları toksik dozda florür içermemektedir ve güven vericidir. Diş hekimleri flor uygulamalarında gereken önlemleri alacak eğitim ve beceriye sahiptir. Diş hekimlerinin önerdiği uygun miktarlarda kullanılan florür, insan sağlığı üzerine hiçbir yan etki oluşturmamaktadır. Karyostatik etkileri nedeniyle florür takviyelerinin önleyici topikal kullanımını önerilmektedir.

Bu amaçla, fakültemizde eğitim almakta olan öğrencilerimizle birlikte merkez ve köy orta dereceli iki okulda ağız ve diş sağlığı taraması faaliyeti gerçekleştirildi. Fırçalama yöntemleri model üzerinde gösterildi ve ağız hijyeni hakkında farkındalık oluşturuldu.

Anahtar kelimeler: Çürük, Flor, Oral hijyen.

KAYNAKLAR

- Wong, M., Clarkson, J., Glenny, A.-M., Lo, E., Marinho, V., Tsang, B., . . . Worthington, H. (2011). Cochrane reviews on the benefits/risks of fluoride toothpastes. *Journal of dental research*, 90(5), 573-579.
- Fawell, J., Bailey, K., Chilton, J., Dahi, E., & Magara, Y. (2006). *Fluoride in drinking-water*: IWA publishing.
- Gao, H.-j., Zhao, Q., Zhang, X.-c., Wan, X.-c., & Mao, J.-d. (2014). Localization of fluoride and aluminum in subcellular fractions of tea leaves and roots. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 62(10), 2313-2319.
- Petersen, P. E., & Lennon, M. A. (2004). Effective use of fluorides for the prevention of dental caries in the 21st century: the WHO approach. *Community dentistry and oral epidemiology*, 32(5), 319-321.
- Buzalaf, M. A. R., Pessan, J. P., Honório, H. M., & Ten Cate, J. M. (2011). Mechanisms of action of fluoride for caries control. *Fluoride and the oral environment*, 22, 97-114.

Ağız Kanseri Hakkında Gerçekler

Mustafa Naim DURSUN^a, Songül ŞAHİN^b

Diş Hekimliği Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^amustafadursun961@gmail.com, ^bsongulsahin@karatekin.edu.tr

ÖZET

Ağız kanseri dudaklar ve ağız boşluğunda izlenen neoplazilerdendir. Türkiye’de 2013-2017 yılları arası kanser istatistiklerine göre 457 bin kanser tanısı alan hastanın 5.057’sinde (%1,1) ağız kanser görüldüğü raporlanmıştır. Dünya’da görülme sıklığı da ülkemizdekine benzer şekilde kanser olgularının %2’si kadardır.

Erkeklerde kadınlara göre yaklaşık iki kat fazla izlenmekte olup, risk faktörleri maruziyeti ile açıklanmaktadır. Yaşla beraber görülme sıklığı artmakta olup özellikle 40 yaş üstü bireylerde daha fazla görülmektedir.

Alkol ve tütün kullanımı baş-boyun kanserleri, ağız boşluğu ve gırtlak kanserleri için önemli iki risk faktörüdür. Tütün ve alkolü birlikte kullanan kişilerde bu kanserlere yakalanma riski tek başına kullanımlara göre daha fazladır. İnsan Papilloma Virüsünün (HPV) kansere neden olan türleri, özellikle HPV tip 16 de ağız kanserleri için risk oluşturmaktadır. Bazı genetik hastalıklar ve ağızda oluşabilen kanser öncüsü lezyonlar yine ağızda kanser gelişimini neden olabilir.

Belirtiler arasında; ağızda veya dudakta iyileşmeyen yara, herhangi bir alanda kalınlaşma, yumru hissi, beyaz ve/veya kırmızı leke, kanama, ağrı, uyuşma, dişlerde sallanma ve hareketli protezin tam olarak yerine oturmaması, seste değişiklik, çenede şişme, çiğneme ve yutkunma sırasında dil ve çeneyi hareket ettirmede sorun, boğaz ağrısı veya boğaza bir şeyin takıldığı hissi sayılabilir.

Dudak ve ağız kanserleri herhangi bir belirti de göstermeyebilir ve bazen düzenli diş hekimi muayenesi sırasında fark edilirler. Diş hekiminize düzenli muayeneye gitmeniz, olası ağız kanserinin erken teşhisi için büyük önem taşır. İki haftadan uzun süren ağız yaraları mutlaka hekim tarafından görülmelidir. Sayılan belirtiler kanser dışında başka hastalıklarla ilişkili de olabilir. Ancak bu belirtilerin görülmesi halinde mutlaka diş hekimi veya doktor tarafından muayene edilmeniz gerekir.

Düzenli diş hekimi muayenesi olmak ağız kanserlerinin erken teşhisini önemli oranda artırır. Erken teşhis edilen ağız kanserlerinin prognozu, geç teşhis edilenlerden 2-4 kat daha fazladır. Muayene sırasında klinik bulgulardan şüphe duyulursa biyopsi ve/veya görüntüleme yöntemlerini kullanarak olası ağız kanserini teşhis edilir. Biyopsi, şüphelenen yarıdan alınan örneğin mikroskop altında incelenerek kanserli hücrelerin görülmesine dayanan kesin bir tanı yöntemidir.

En sık kullanılan tedavi yöntemleri cerrahi tedavi, radyoterapi (ışın tedavisi) ve kemoterapidir. Hangilerinin kullanılacağına onkoloji tedavi ekibinin hastayı değerlendirmesi sonucu karar verilir. Sigarayı bırakması tedavinin başarısı açısından önemlidir.

Ağız kanserinin erken teşhisi hayatta kalma oranlarını 2-4 kat daha artırır. Bu bilgiden yola çıkarak topluma yönelik Ağız Kanseri Farkındalık Etkinliği düzenlenmiş olup erken tanı açısından farkındalık oluşturulmuştur.

Anahtar kelimeler: Ağız kanseri, Alkol, Farkındalık, Sigara.

KAYNAKLAR

Deshpande M, Meshram M, Paul P, Reche A, Bhowate RR, Deshpande A, Borkar S. Assessment of Cancer Patients' Relatives' Knowledge, Perception, and Attitude Toward Cancer. *Cureus*. 2023 Aug 14;15(8):e43457. doi: 10.7759/cureus.43457. PMID: 37711954; PMCID: PMC10498802.

Cesur Aydın, K. ve Akbulut, A. (2020). Oral cancer awareness in Turkish dental patients. *The Anatolian Journal of Family Medicine (Online)*, 3(1), 64-70. <https://doi.org/10.5505/anatoljfm.2019.62533>

Dixit A, Parekh NH, Anand R, Kamal N, Kumar A, Badiyani BK. An Online Survey to Examine the Dental Students Awareness, Knowledge, Prevention and Early Detection of Oral Cancer. *J Pharm Bioallied Sci*. 2023 Jul;15(Suppl 2):S984-S986. doi: 10.4103/jpbs.jpbs_258_23. Epub 2023 Jul 11. PMID: 37693960; PMCID: PMC10485517.

<https://acbid.org/Agiz-Kanserleri-112u.html>

https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kanser-db/istatistik/Turkiye_Kanser_Istatistikleri_2017.pdf

<https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.3322/caac.21660>

Endodontik Giriş Kavitesi Hatalarının Algılanmasında Büyütmenin Etkisi

Ahmet Yılmaz TURANLI^a, Eda Gürsu ŞAHİN^b

Diş Hekimliği Fakültesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı, TÜRKİYE

e-mail:^aahmetyilmazt@icloud.com, ^bedagursusahin@karatekin.edu.tr

ÖZET

Diş hekimliğinde büyüteç, loop, operasyon mikroskobu gibi büyütme sistemleri, birçok diş hekiminin normal ekipmanının bir parçası haline gelmiştir. Büyütme sistemlerinin yakını görme keskinliğini artırması, görme eksikliklerini telafi etmedeki etkileri ispatlanmıştır.

Yapılan çalışmalarda operasyon mikroskopları olağanüstü ve son derece üstün bulunmuştur. Diş hekimliğinde mikroskopları ilk keşfeden bölüm endodontidir. Endodontistler günlük pratikte, hem geleneksel hem de cerrahi endodontinin hemen her aşamasında cerrahi mikroskoplardan ve büyütme sistemlerinden yararlanmaktadır. Genel pratikte endodontik tedavinin başarısız olmasının nedenleri arasında mezun diş hekimlerinin endodonti prensiplerini yeterince anlayamaması ve prosedürel hataların sıklığı yer almaktadır. Endodontik tedavideki en önemli aşamalardan biri giriş kavitesi hazırlığı aşamasıdır. Bu aşamada yapılan herhangi bir hata ya da eksiklik, tedavinin sonraki sürecini direkt olarak etkilemektedir. Bu nedenle diş hekimliği öğrencilerin kliniğe hasta tedavisine geçmeden önce bu aşamayı iyi öğrenmiş olmaları çok önemlidir. Ancak diş hekimliği öğrencilerinin prelinik eğitimleri esnasında, giriş kavitesi hatalarının anlaşılmasında, diş dokularında meydana gelmiş prosedürel hataların ayırt edilmesinde zaman zaman algılamada zorlandıkları gözlemlenmiştir.

Güncel bilgiler ışığında, giriş kavitesi hazırlığında meydana gelen hataların anlaşılabilmesi, değerlendirilebilmesi, dokulardaki hasarın fark edilebilmesini sağlamak için, prelinik eğitimi alan 3. sınıf diş hekimliği öğrencilerine mikroskop büyütmesi ile eğitim verilmiştir. Giriş kavitesi ile ilgili algı düzeylerinin artırılması hedeflenmiştir.

Anahtar kelimeler: Dental mikroskop, Büyütme Sistemleri, Endodonti.

KAYNAKLAR

- Eichenberger M, Perrin P, Ramseyer ST, & Lussi A (2015) Visual acuity and experience with magnification devices in Swiss dental practices *Operative Dentistry* 40(4) E142-E149.
- Perrin P, Ramseyer ST, Eichenberger M, & Lussi A (2014) Visual acuity of dentists in their respective clinical conditions *Clinical Oral Investigations* 18(9) 2055-2058.
- Eichenberger M, Perrin P, Neuhaus KW, Bringolf U, & Lussi A (2013) Visual acuity of dentists under simulated clinical conditions *Clinical Oral Investigations* 17(3) 725-729.
- Eichenberger M, Perrin P, Neuhaus KW, Bringolf U, & Lussi A (2011) Influence of loupes and age on the near visual acuity of practicing dentists *Journal of Biomedical Optics* 16(3) 035003.
- Magnification devices in dentistry: a review İR Karaca Doi: 10.21601/ortadogutipdergisi.334951
- P M Dummer. Comparison of undergraduate endodontic teaching programmes in the United Kingdom and in some dental schools in Europe and the United States. *Int Endod J* 24(4):169-77 (1991)



ÇANKIRI KARATEKİN ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Fakültesi



Fatih Mah. Uluyazı Kampüsü
Merkez Derslik B Blok ÇANKIRI



sbf.karatekin.edu.tr



sbf@karatekin.edu.tr



0 (376) 213 17 02