



ALANYA



3-4-5 MAYIS  
2018



**ULUSLARARASI  
SAĞLIK VE SPOR  
BİLİMLERİ SEMPOZYUMU**

*International Symposium  
on Health and Sports Sciences*

# SEMPOZYUM ÖZET KİTAPÇIĞI

**ASOSCONGRESS 2018 CONFERENCE ABSTRACTS**

EDİTÖR

Dr. Öğr. Üyesi Muhammed ZİNCİRLİ

ISBN: 978-605-2132-30-2

#asoscongress

[www.asoscongress.com](http://www.asoscongress.com)

## IV. ULUSLARARASI SAĞLIK VE SPOR BİLİMLERİ SEMPOZYUMU ÖZET KİTAPÇIĞI

ISBN: 978-605-2132-30-2

Yayın Yönetmeni

Muhammet Özcan

Yayın Editörü

Dr. Öğr. Üyesi Muhammed ZİNCİRLİ

Kapak Tasarımı

Bülent Polat

Erişime Açıldığı Tarih

09.05.2018

Asos Yayınevi

1.baskı

Adres: Çaydaçıra Mah. Hacı Ömer Bilginoğlu Cad. No: 67/2-4/MERKEZ/ELAZIĞ

Telefon: 0532 643 75 23

Mail Adresi: asos@asosyayinlari.com

Web: www.asosyayinlari.com

Instagram: <https://www.instagram.com/asosyayinevi/>

Facebook: <https://www.facebook.com/asosyayinevi/>

Twitter: <https://twitter.com/Asosyayinevi>

Özet kitapçığında yayınlanan tüm bildiriler Sobiad tarafından indekslenmiş, İntihal.net tarafından benzerlik denetiminden geçirilmiştir.



### **Sempozyum Onursal Başkanı**

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Rektörü  
Prof. Dr. Ahmet Pınarbaşı

### **Sempozyum Düzenleme Kurulu Başkanı**

Prof. Dr. Emre Erol

### **Sempozyum Düzenleme Kurulu**

Prof. Dr. Leyla Harputlu

Doç. Dr. Özcan Bayrak

Doç. Dr. Serdar Yavuz

Doç. Dr. Sebahattin Devecioğlu

Doç. Dr. Ahmet Nusret Bulgurcuoğlu

Dr. Öğretim Üyesi Ahmed Aldyab

Dr. Öğretim Üyesi Bahar Öcal Apaydın

Dr. Öğretim Üyesi Hüsamettin Karataş

Dr. Öğretim Üyesi Nacide Uysal

Dr. Öğretim Üyesi Seda Taş

Dr. Öğretim Üyesi Yavuz Uysal

Arş. Gör. Serdar Arslan

Arş. Gör. Nuri Çelikel

Arş. Gör. Kemal Sür

Arş. Gör. Nazlı Türker

### **Bilim Kurulu**

Prof. Dr. Abdulkadir Baharçiçek

Prof. Dr. Abdullah Soysal

Prof. Dr. Adnan Çelik

Prof. Dr. Ahmet Ağca

Prof. Dr. Ahmet Aksın

Prof. Dr. Ahmet Buran

Prof. Dr. Ahmet Yatkın

Prof. Dr. Aleksandra Vranes

Prof. Dr. Ali Özdemir

Prof. Dr. Ali Tilbe

Prof. Dr. Ali Yılmaz Gündüz

- Prof. Dr. Anaid Donabedian Inalco  
Prof. Dr. Ayhan Aydın  
Prof. Dr. Ayşe Banu Karadağ  
Prof. Dr. Bahri Ata  
Prof. Dr. Belkacem Boumahdi  
Prof. Dr. Belkıs Özkara  
Prof. Dr. Bünyamin Akdemir  
Prof. Dr. Bünyamin Aydın  
Prof. Dr. Canan Çetin  
Prof. Dr. Candalene J. McCombs  
Prof. Dr. Cemal Avcı  
Prof. Dr. Cemile Hesenzade  
Prof. Dr. Choi Han - Woo  
Prof. Dr. Cihan Işıkhhan  
Prof. Dr. Daoud Djefafla  
Prof. Dr. David Carr  
Prof. Dr. Elena Oganova  
Prof. Dr. Elif Yüksel Oktay  
Prof. Dr. Emre Erol  
Prof. Dr. Ercan Alkaya  
Prof. Dr. Erica H. Gilson  
Prof. Dr. Erol Asiltürk  
Prof. Dr. Eva Agnes Csato  
Prof. Dr. Fadime Suata Alpaslan  
Prof. Dr. Flera Sayfulina  
Prof. Dr. Füsün Ataseven  
Prof. Dr. Füsün Çınar Altıntaş  
Prof. Dr. Gülay Budak  
Prof. Dr. Gwendolyn Alexander  
Prof. Dr. H. Birsen Hekimoglu-Örs  
Prof. Dr. Hacer Tor  
Prof. Dr. Haluk Emiroğlu  
Prof. Dr. Hasan Tutar  
Prof. Dr. Hasan Onat  
Prof. Dr. Himmet Karadal  
Prof. Dr. Hocine Boukara

- Prof. Dr. Işıl Uluçam Wegmann  
Prof. Dr. İ. Gülsel Sev  
Prof. Dr. İbrahim Kavaz  
Prof. Dr. İbrahim Kocabaş  
Prof. Dr. İbrahim Örnek  
Prof. Dr. İbrahim Solak  
Prof. Dr. İlhan Genç  
Prof. Dr. İsmail Bakan  
Prof. Dr. İsmail Bekçi  
Prof. Dr. İpek Deveci Karakoç  
Prof. Dr. Joachim Klose  
Prof. Dr. Kathleen Malu  
Prof. Dr. Kazuyuki Nagai  
Prof. Dr. Kemal Şenocak  
Prof. Dr. Khalil Awda  
Prof. Dr. Kim Hyo Joung  
Prof. Dr. Liptai Kalman  
Prof. Dr. Ljiljana Markoviç  
Prof. Dr. Lubov Kopanitsya  
Prof. Dr. Mahmut Tekin  
Prof. Dr. Mashood Baderin  
Prof. Dr. Mehmet Akif Özdoğan  
Prof. Dr. M. Ali Kırman  
Prof. Dr. Mehmet Arslan  
Prof. Dr. Mehmet Dursun Erdem  
Prof. Dr. Mehmet Nuri Gömlüksiz  
Prof. Dr. Mehmet Özkarcı  
Prof. Dr. Mehmet Tıraş  
Prof. Dr. Mohammed Hardan Ali  
Prof. Dr. Moheddin Bananeh  
Prof. Dr. Mukadder Boydak Ozan  
Prof. Dr. Mukadder Erkan  
Prof. Dr. Mustafa Arslan  
Prof. Dr. Mustafa Bulat  
Prof. Dr. Mustafa Çevik  
Prof. Dr. Mustafa Safran

- Prof. Dr. Mustafa Taşlıyan  
Prof. Dr. Nabeel Madallah Hamad Al-Obaidi  
Prof. Dr. Nadir İlhan  
Prof. Dr. Nassıra Hedjerassi  
Prof. Dr. Orhan Çoban  
Prof. Dr. Olena Ivanovska  
Prof. Dr. Pınar Süral Özer  
Prof. Dr. Recep Dikici  
Prof. Dr. Roberto Veraldi  
Prof. Dr. Sabahat Bayrak Kök  
Prof. Dr. Sanjin Kodric  
Prof. Dr. Semra Güney  
Prof. Dr. Sedat Cereci  
Prof. Dr. Serap Çabuk  
Prof. Dr. Serpil Ağcakaya  
Prof. Dr. Sevil Mehdiyeva  
Prof. Dr. Süleyman Cem Şaklanlı  
Prof. Dr. Süleyman Uysal  
Prof. Dr. Sven Tarp  
Prof. Dr. Şevki Özgener  
Prof. Dr. Tofiq Abdülhasanli  
Prof. Dr. Tahir Akgemci  
Prof. Dr. Tahir Balcı  
Prof. Dr. Tarık Özcan  
Prof. Dr. Tetsuya Sato  
Prof. Dr. Tom Schoeneman  
Prof. Dr. Viktoria Serzhanova  
Prof. Dr. Yavuz Taşkiran  
Prof. Dr. Woo Chan Duck  
Prof. Dr. Zeynep Hatunoğlu  
  
Doç. Dr. Ahmet Akkaya  
Doç. Dr. Ahmet Kara  
Doç. Dr. Ahmet Talimciler  
Doç. Dr. Altan Doğan  
Doç. Dr. Ayşe Nazlı Ayyıldız Unnu

- Doç. Dr. Besir Mustafayev  
Doç. Dr. Beyhan Zabun  
Doç. Dr. Beyhan Kanter  
Doç. Dr. Bülent C. Tanrıtanır  
Doç. Dr. Burçin Cevdet Çetinsöz  
Doç. Dr. Cemal İyem  
Doç. Dr. Duygu Kızıldağ  
Doç. Dr. Dündar Alikılıç  
Doç. Dr. Elmas Şahin  
Doç. Dr. Emel Bahar  
Doç. Dr. Emin Çelebi  
Doç. Dr. Erdal Arlı  
Doç. Dr. Elmira Memmedova Kekeç  
Doç. Dr. Esra Birkan Baydan  
Doç. Dr. Fatih Arslan  
Doç. Dr. Fatih Kanter  
Doç. Dr. Fatih Mehmet Öcal  
Doç. Dr. Fatih Özek  
Doç. Dr. Fatma Nur Yorgancılar  
Doç. Dr. Ferit İzci  
Doç. Dr. Funda Kızıler Emer  
Doç. Dr. Gadir Bayramlı  
Doç. Dr. Gulnara Kanbarova  
Doç. Dr. Gül Kayalidere  
Doç. Dr. Güldane Araz Ay  
Doç. Dr. Güler Tozkoparan  
Doç. Dr. Halil Tokcan  
Doç. Dr. Haluk Pınar  
Doç. Dr. Hasan Güner Berkant  
Doç. Dr. Hatice Hicret Özkoç  
Doç. Dr. Hüseyin Köksal  
Doç. Dr. İbrahim Ethem Taş  
Doç. Dr. İbrahim Işıtan  
Doç. Dr. İrina Pokrovskaya  
Doç. Dr. İhsan Erdem Sofracı  
Doç. Dr. Kader Sürmeli

- Doç. Dr. Kemal Erol  
Doç. Dr. Kürşat Çelik  
Doç. Dr. Lübüb Çimpoeş  
Doç. Dr. Mahmut Yardımcıoğlu  
Doç. Dr. Mehmet Sarı  
Doç. Dr. Lütfiye Özdemir  
Doç. Dr. Mary Beth Schaefer  
Doç. Dr. Muhittin Kapaşahin  
Doç. Dr. Murat Elmalı  
Doç. Dr. Mehmet Ak  
Doç. Dr. Mustafa Karabulut  
Doç. Dr. Mustafa Kısakürek  
Doç. Dr. Mutlu Deveci  
Doç. Dr. Nazile Abdullazade  
Doç. Dr. Nazmi Özerol  
Doç. Dr. Necdet Yaşar Bayatlı  
Doç. Dr. Nesrin Deliktaşlı  
Doç. Dr. Nevin Özdemir  
Doç. Dr. Nevzat Yüksel  
Doç. Dr. Nurullah Ulutaş  
Doç. Dr. Nusret Göksu  
Doç. Dr. Olca Sürgevil  
Doç. Dr. Onur Köksal  
Doç. Dr. Özcan Bayrak  
Doç. Dr. Özlem Demirel Dönmez  
Doç. Dr. Salih Yeşil  
Doç. Dr. Sare Şengül  
Doç. Dr. Saffet Kartopu  
Doç. Dr. Sebahattin Devecioğlu  
Doç. Dr. Seçil Fettahlıoğlu  
Doç. Dr. Selçuk Balı  
Doç. Dr. Selahattin Kaymakçı  
Doç. Dr. Sibel Cengiz  
Doç. Dr. Sibel Kılıç  
Doç. Dr. Sibel Üst Erdem  
Doç. Dr. Şafak Kaypak



Doç. Dr. Tamer Budak  
Doç. Dr. Tarana Khalilova Ahmed Gizi  
Doç. Dr. Tuba Büyükbeşe  
Doç. Dr. Tudora Arnaut  
Doç. Dr. Turan Akkoyun  
Doç. Dr. Türkan Erdoğan  
Doç. Dr. Ümran Türkyılmaz  
Doç. Dr. Ünal Taşkın  
Doç. Dr. Yegane Çağlayan  
Doç. Dr. Yılmaz Karadeniz  
Doç. Dr. Yusuf Şahin  
Doç. Dr. Yücel Ayriçay  
Doç. Dr. Yüksel Gögebakan  
Doç. Dr. Zeki Coşkuner

Dr. Öğretim Üyesi Adnan Altun  
Dr. Öğretim Üyesi Ahmet Çiçekler  
Dr. Öğretim Üyesi Ahmet Turan Sinan  
Dr. Öğretim Üyesi Arif Selim Eren  
Dr. Öğretim Üyesi Bahadır Köksalan  
Dr. Öğretim Üyesi Bahar Öcal Apaydın  
Dr. Öğretim Üyesi Banu Tanrıöver  
Dr. Öğretim Üyesi Bekir Kayabaşı  
Dr. Öğretim Üyesi Bengü Hırlak  
Dr. Öğretim Üyesi Beyzade Nadir Çetin  
Dr. Öğretim Üyesi Birol İpek  
Dr. Öğretim Üyesi Burcu Özge Özaslan Çalışkan  
Dr. Öğretim Üyesi Dilek Pembece  
Dr. Öğretim Üyesi Duygu Koçak  
Dr. Öğretim Üyesi Ebru Onurlubaş  
Dr. Öğretim Üyesi Evrim Mayatürk Akyol  
Dr. Öğretim Üyesi Fadime Tosik Dinç  
Dr. Öğretim Üyesi Fahri Kılıç  
Dr. Öğretim Üyesi Fikret Birdişli  
Dr. Öğretim Üyesi Gökçen Şahmaran Can  
Dr. Öğretim Üyesi Gülsüm Vezir Oğuz

- Dr. Öğretim Üyesi Hakan Yalap  
Dr. Öğretim Üyesi Hikmet Maraşlı  
Dr. Öğretim Üyesi Hüsamettin Karataş  
Dr. Öğretim Üyesi İbrahim Görücü  
Dr. Öğretim Üyesi İdil Tuncer Kazancı  
Dr. Öğretim Üyesi İzzet Taşar  
Dr. Öğretim Üyesi Kürşat Yusuf Aytaç  
Dr. Öğretim Üyesi Mehmet Levent Erdaş  
Dr. Öğretim Üyesi Lütfi Alıcı  
Dr. Öğretim Üyesi Lütfiye Özaydın Akyol  
Dr. Öğretim Üyesi Mehmet Gürlek  
Dr. Öğretim Üyesi Mehmet Yalçın Yılmaz  
Dr. Öğretim Üyesi Mehmet Yılmaz  
Dr. Öğretim Üyesi Mustafa Uğraş  
Dr. Öğretim Üyesi Nacide Uysal  
Dr. Öğretim Üyesi Nilüfer Alimen  
Dr. Öğretim Üyesi Nurhodja Akbulaev  
Dr. Öğretim Üyesi Ömer Tuğrul Kara  
Dr. Öğretim Üyesi Özlem Yaşar Uğurlu  
Dr. Öğretim Üyesi Ramazan Yirci  
Dr. Öğretim Üyesi Recep Özdemir  
Dr. Öğretim Üyesi Sara Onur  
Dr. Öğretim Üyesi Seçil Eda Kartal  
Dr. Öğretim Üyesi Seda Taş  
Dr. Öğretim Üyesi Selcen Kök  
Dr. Öğretim Üyesi Sezgin Demir  
Dr. Öğretim Üyesi Tahir Çelikbağ  
Dr. Öğretim Üyesi Tuncay Yavuz Özdemir  
Dr. Öğretim Üyesi Türkan Askerova  
Dr. Öğretim Üyesi Yavuz Haykır  
Dr. Öğretim Üyesi Yavuz Uysal  
Dr. Öğretim Üyesi Yeliz Mohan Bursalı  
Dr. Öğretim Üyesi Zafer Kahraman

## İÇİNDEKİLER

Öğrencilerin Yaşlı Ayrımcılığına İlişkin Tutumları: Bir Üniversite Örneği .....	4
2012 İlkokul Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programı ile 2017 Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programının Karşılaştırılması.....	5
Adıyaman Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi.....	6
Adölesan Erkeklerde Eğitsel Oyunların Teniste Beceri Öğrenimi Üzerine Etkisi.....	7
Aile İçinde Partnere Yönelik Psikolojik Şiddet: Erkeğin Durumu.....	8
Aksaray İlindeki Çocuk Oyun Alanlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi.....	9
Antik Dönem Anadolu Toplumlarında Trepnasyon / Beyin Ameliyatlı .....	10
Antioksidan Bileşiklerin Hafıza Performansı Üzerine Etkisi.....	11
Basketbol ve Voleybol Sporcularının Durumluluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi .....	12
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Hayatın Anlamı ve Amacı Özelliklerinin İncelenmesi.....	13
Çocuk Sağlığında Sporun Önemi .....	14
Çocuk ve Yetişkin Kardiyopulmoner Resüsitasyon Uygulaması Sonrasındaki Kas Yorgunluğunun Belirlenmesi.....	15
Ebeveyn Tutumlarının Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Depresyon Düzeyi Üzerine Etkilerinin Belirlenmesi.....	16
Effects Of Anaerobic Threshold On Ventilatory Efficiency During An Incremental Exercise Test ....	17
Effects Of Subthreshold Exercise Intensity On Amount And Ratio Of Body Fat And Carbohydrate Oxidation In Young Male Subjects.....	18
Elazığ’da Rekreasyon Alanlarını Kullanan Bireylerin Futbol Taraftarlığı Düzeylerinin Belirlenmesi	19
Emrah Yücel Sinema Film Afişlerinden New York’ta Beş Minare ve Kill Bill Film Afişlerinin Göstergebilimsel Açidan İncelenmesi.....	20
Farklı Branşlardaki Sporcularda Vücut Farkındalık Düzeyi ve Performans Duygu Durumunun İncelenmesi.....	22
Futbolculara Tabata Protokolü ile Uygulanan Dayanıklılık Çalışmalarının Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelere Etkisi .....	23
Genç Tenis Oyuncularında Farklı Esnetme Metotlarının Sürat ve Çeviklik Performansları Üzerine Akut Etkisinin İncelenmesi .....	24
Kadın Voleybolcularda Süper Slow Motion Kuvvet Antrenmanlarının Anaerobik Güce Etkisinin İncelenmesi.....	25
Hastalıklara Verilen Psikososyal Tepkiler .....	26

Hentbol Oyuncularında Oksidatif Stres ve Bazı Antioksidan Enzim Aktivitelerin Belirlenmesi .....	27
Klinik Uygulama Öncesi Hastane Oryantasyon Eğitiminin Değerlendirilmesi .....	28
Koroner Arter Bypass Ameliyatı Olan Hastalarda Beslenme .....	29
Küreselleşmeyle Artan Fast-Food ve Küreselleşmeye Karşı Slow-Food.....	30
Mega Spor Organizasyonlarının Ekonomik Etkilerinin Türkiye Açısından Avantaj ve Dezavantajları	31
Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireyler ve Ailelerinin Spora Yönelmelerini Etkileyen Faktörler ..	32
Psikiyatri ve Ruh Sağlığı Hemşireliği ve Vaka Yönetimi .....	33
Raşitizmden Korunmada Güneş Işığına Yönelik Annelerin Yaptıkları Uygulamaların Belirlenmesi ..	34
Ruh Sağlığı Okuryazarlığı .....	35
Sağlık Çalışanlarının Sağlıkta Dönüşüm Programı ile Yaşanan Değişime Karşı Tutumlarının İncelenmesi.....	36
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Uyku Problemleri ile İlgili Bilgi Düzeyleri	37
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerin İlk Yardım Konusundaki Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi.....	38
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Hasta ve Çocuk Hakları Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi.....	39
Sağlıklı Erkek Bireylerde Bakır ve Çinko Düzeyinde Egzersiz İndüklü Metabolik Stresin Etkisi.....	40
Sağlıklı Yaşamda Güneşin ve D Vitamininin Önemi.....	41
Sağlıkta Alanında Yeni Bir Kalite Göstergesi Olarak; Mekanik Trombektomi.....	42
Spastik Serebral Palsili Çocukların İnce Motor Becerileri Düzeylerinin Ebeveynleri Üzerindeki Etkisi .....	43
Spor Organizasyonlarında Sanal Gerçeklik Uygulamalarının Görünümü .....	44
Sportif Eğitim ve Faaliyetlerinde Artırılmış Gerçeklik Uygulamaları .....	45
Temre Tedavisinde Şifa Ocakları: Kahramanmaraş İli ve Yöresi Örneği.....	46
Tenis Branşıyla Uğraşan Sporcuların Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi.....	47
Tenis Maçlarının Notasyonel Analizi Üzerine Genel Bir Bakış .....	48
Tip 2 Diabetes Mellitus'lu Bireylerde Cinsiyete Göre Üst Ekstremitte Fonksiyonel Durumunun Etkileniminin İncelenmesi.....	49
Türkiye 2. Lig ve 3.Lig'inde Oynayan Profesyonel Futbolcuların Duyusal Zekâ Düzeylerinin İncelenmesi.....	50
Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığının, Yeme Davranışı ve Benlik Saygısı ile İlişkisinin Değerlendirilmesi .....	51
Üniversite Öğrencilerinin Spor Kavramına İlişkin Algılarının İncelenmesi (Adıyaman Üniversitesi Örneği) .....	52
Voleybol Oyuncularının ve Dövüş Sporcularının Görsel ve İşitsel Reaksiyon Sürelerinin Değerlendirilmesi .....	53
Voleybol ve Dövüş Sporları Sporcularının Denge Özelliklerinin Karşılaştırılması .....	54

---

Vücut Farkındalık Düzeyi ve Yorgunluk Şiddetinin Ortaöğretim Seviyesindeki Sporcu ve Sedanter Bireylerde Karşılaştırılması.....	55
Yaşlı Bakımı Programı Öğrencilerinin Mesleklerini Tercih Etmelerini Etkileyen Faktörler ve Eğitimlerine Bakış Açıları: Kahramanmaraş Shmyo Örneği .....	56
Yaşlılarda İlaç Kullanımı Düzeylerinin Belirlenmesi .....	57
Yurttan Kalan Kız Öğrencilerde Hastalık Riskini Artıran Bazı Alışkanlıkların ve Antropometrik Özelliklerin Değerlendirilmesi .....	58
Results Of The National Physical Activity Surveys In Estonia 2013 - 2015 .....	59

## Öğrencilerin Yaşlı Ayrımcılığına İlişkin Tutumları: Bir Üniversite Örneği

Dr. Öğretim Üyesi Rana Can - Dr. Öğretim Üyesi Hatice Tambağ - Dr. Öğretim Üyesi  
Esra Doğru - Dr. Öğretim Üyesi Fatma Duman

### Öz

Özellikle tıp ve teknolojiadaki gelişmeler ile yaşam süresinin uzaması, yaşlı kişilerin daha fazla sağlık hizmeti tüketicisi olması, hem tıbbın hem de sağlık profesyonellerinin onlara yönelik ilgisinin artmasına yol açmıştır. Bu çalışma sağlık alanında eğitim gören öğrencilerin 65 yaş ve üzeri bireylere karşı tutumlarını belirlemek amacıyla planlanmıştır. Materyal ve metod: Çalışmada demografik özellikleri belirleyen 13 soru ve Yaşlı Ayrımcılığı Tutum Ölçeği (YATÖ) kullanılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden, veri toplama formunu eksiksiz dolduran ve derse devam eden 599 öğrenci örneklemini oluşturmuştur. Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması  $20.46 \pm 1.90$ , % 62,30'u kadın, % 55,30'u hemşirelik bölümündendir. Katılımcıların % 25,30'u ikinci sınıf öğrencisidir. YATÖ toplam puan ortalaması  $85.09 \pm 9.53$  bulunmuştur. Sonuç: Katılımcıların YATÖ puan ortalamasının yüksek olduğu bulunmuştur. Fizik tedavi ve rehabilitasyon bölümü öğrencilerinin YATÖ toplam puan ortalamalarının hemşirelik öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur. Çalışmamızda kimi demografik değişiklikler ile YATÖ toplam puan ve alt grup puan ortalamaları arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ). \*Bu çalışma Mustafa Kemal Üniversitesi BAP Koordinatörlüğü tarafından desteklenmiş bir projedir.

**Anahtar Kelimeler:** Anahtar Kelime: Yaşlı Ayrımcılığı, Yaşlılık, Hemşirelik, Fizyoterapi, Öğrenci

## 2012 İlkokul Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programı ile 2017 Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programının Karşılaştırılması

İsmail Ünal

### Öz

Çalışmamıza başlarken literatür taraması yapılarak, 2012 İlkokul Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programı ile 2017 Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programının taslak metni betimsel olarak karşılaştırılmıştır. Önceki programda; Öğrencilerin oyun ve fiziki etkinlikler yolu ile yaşamları boyunca kullanacakları temel hareketler, aktif ve sağlıklı yaşam becerileri, kavramları ve stretejileri ile birlikte bunlarla ilişkili yaşam becerilerini bir sonraki eğitim düzeyine hazırlamak, olarak geliştirerek belirtilen program amaçları; (MEB, 2012). Yeni programda; Öğrencilerin oyun ve fiziki etkinlikler yolu ile hareket yeteneğini, aktif ve sağlıklı hayat becerileri gelişirken adil olma, arkadaşlık, eşitlik, öz saygı, paylaşma, sevgi (doğa ve millet sevgisi) duyarlılık (çevreye, kültürel mirasa, bireysel farklılıklara vb) güven, işbirliği, öz kontrol, sabır, sorumluluk, çalışkanlık, dürüstlük, hoşgörü, öz güven, saygı, vatan severlik, yardım severlik vb. değerleri de güçlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır. (MEB, 2017). Bu çalışmamızın amacı önceki ilkokul oyun ve fiziki etkinlikler dersi öğretim programı ile yeni ilkokul oyun ve fiziki etkinlikler dersi öğretim programının taslak metninin benzerlikleri ve farklılıkları ortaya koyarak yeni programın hazırlanmasına katkıda bulunmaktır. Yeni programda bahsedilen yeni kavramlar ve yaklaşımlara değinerek önceki program ve yeni programın amaçları, kazanımları, programın yapısı, programın uygulanmasına yönelik açıklamaları ve ölçme değerlendirme bölümleri karşılaştırılarak çıkarımlarda bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Oyun ve Fiziki Etkinlik Dersi, Öğretim Programı

## Adıyaman Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi

Öğr.Gör. Sema İçel - Dr. Öğretim Üyesi Birgül Özkan

### Öz

Bu araştırmada sağlık yüksekokulu hemşirelik öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma olayların ya da olguların nedenlerini bulmaya yönelik ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır. Araştırmanın evreni Adıyaman Üniversitesinde 2017-2018 öğretim yılı bahar yarıyılında, Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümünde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır, gönüllülük esas olduğu için araştırma 322 birey ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Friberg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilip Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" uygulanmıştır. Verilerin analizinde frekans, t testi ve varyans analizi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre hemşirelik öğrencilerinin cinsiyet, algılanan anne-baba tutumu, mutluluk algısı, internet kullanımı, gelecekte umutlu olma algısı, barınma yeri, gelecekte umutlu olma algısı ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Hemşirelik Öğrencileri, Psikolojik Dayanıklılık, Sosyodemografik Özellikler



## Adölesan Erkeklerde Eğitsel Oyunların Teniste Beceri Öğrenimi Üzerine Etkisi

Yaşar Köroğlu - Dr. Mustafa Kaya - Doç.Dr. Nazmi Sarıtaş

### Öz

Bu çalışmanın amacı, ilköğretim okulunda eğitim ve öğrenim görmekte olan 10-12 yaş erkek çocuklarının, eğitsel oyunlara katılım durumlarına göre teniste beceri öğrenimlerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya, Kayseri’de ortaokulda eğitim ve öğrenim görmekte olan, yaşları 10-12 arasında değişen 20 erkek öğrenci gönüllü olarak katıldı. Katılımcılardan 10 erkek öğrenci deney grubu olarak haftada 3 gün eğitsel oyun faaliyetine katılırken, diğer 10 erkek öğrenci kontrol grubunu oluşturmuş olup, eğitsel oyunlar faaliyetine katılmayan bireylerden oluşmuştur. Çalışmada gönüllülere hewitt testi, durarak uzun atlama, 20 m sürat, top fırlatma, esneklik ölçümü ve pençe kuvveti ölçümleri gerçekleştirildi. Çalışmada grupların hewitt testi, pençe kuvveti ( $p<0.01$ ), durarak uzun atlama testi ( $p<0.001$ ) deney grubunun lehine istatistiksel olarak anlamlı bulundu. Grupların 20 m sürat, top fırlatma ve esneklik ölçümleri arasında istatistiksel olarak fark görülmedi ( $p>0.05$ ). Bu sonuçla eğitsel oyunlara katılımın, teniste bazı beceri öğrenimi üzerine olumlu etkiler olduğu düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Tenis, Beceri Öğrenimi, Eğitsel Oyunlar

## Aile İçinde Partnere Yönelik Psikolojik Şiddet: Erkeğin Durumu

Günseli Teke - Dr. Öğretim Üyesi Birgül Özkan

### Öz

Aile içi şiddet kavramı son otuz yılda yoğun bir şekilde ele alınmakla birlikte daha çok aile içinde kadına yönelik fiziksel şiddet üzerinde durulmuştur. Şiddet davranışının bir şekli olan psikolojik şiddet mağduriyetinde prevalans oranları fiziksel şiddete göre daha yüksek olmasına rağmen kaydedilen psikolojik mağduriyet oranı oldukça düşüktür. Kadınların Aile içi fizyolojik ya da psikolojik şiddetten zarar görme riski daha yüksek olabilir, ancak aile içi psikolojik şiddetten etkilenen erkeklerin sayısı da önemlidir. Erkeklerin bu gibi olayları utanç ve alay konusu korkusuyla rapor etme olasılığı ve destek hizmetlerinin olmaması nedeniyle bu fenomen genellikle fark edilmemektedir Yapılan araştırmalar her iki cinsinde eşit oranlarda psikolojik şiddete maruz kaldığını göstermesine rağmen erkeklerin mağduriyetlerinin ve mağduriyet riskinin değerlendirilmesine ilişkin bilgiler oldukça sınırlıdır. Aile içi şiddette ataerkil toplumlarda toplumsal zorunluluklardan türetilen ideal erkek algısının yaşanması ile ilgili sorunlar şiddet davranışında önemli bir rol oynayabilmektedir. Erkeklerin ataerkil toplumsal cinsiyet rollerine kadınlardan daha çok önem verdikleri ve bağlı oldukları bilinmekle birlikte, toplumun kendilerinden beklediği rolü oynayamadıklarında yaşadıkları yoğun stress aile içinde anlaşmazlık ve şiddetin yolunu açılmaktadır. Aynı zamanda, toplumdaki ideal erkek rolü beklentisine uygun olmayan erkekler eşlerinden daha fazla psikolojik şiddet görme riskine sahip olabilmektedirler Hemşireler aile içi şiddeti belirlemek, tanımlamak, yardım olanaklarını oluşturmak, ilgili politikaları etkilemek ve yeni politikalar oluşturmak için önemli bir role sahiptir. Aile içi psikolojik şiddet değerlendirilirken öne sürülenin aksine görünmeyeni görmek gerçek mağduru ortaya çıkarmak ve yardım olanakları sunmak son derece önemlidir. Bu anlam da hemşireler aile içi şiddette kadın ve çocuklar kadar erkek mağdurlarında sağlık ve sosyal bakım ihtiyaçlarına cevap verebilecek düzeyde olmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Aile İçi Psikolojik Şiddet, Erkek Rol Stresi, Hemşirelik

## Aksaray İlindeki Çocuk Oyun Alanlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

Dr. Öğretim Üyesi Ömer Cengiz - Öğr.Gör. Yusuf Soylu - Dr. Öğretim Üyesi Bülent Kilit - Dr. Öğretim Üyesi Erşan Arslan

### Öz

Çalışmanın amacı, Aksaray ilinde ki çocuk oyun alanlarının kullanıcılar açısından değerlendirilmesidir. Bu değerlendirmeler sonucu alanların eksiklikleri ve yapılması gerekenler hakkında önerilerin sunulması amaçlanmıştır. Araştırmaya bu alanları kullanan 251 (149 Erkek 102 Kadın) kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ve Ulaş ve Ayan (2016) tarafından geliştirilen Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme ölçeği Cronbach Alpha katsayısı .84 olarak saptanmıştır. Bu araştırmada ise, Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme ölçeği Cronbach Alpha katsayısı .83 olarak saptanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21 istatistik programı kullanılmıştır. Araştırma sonucunda kullanıcıların ölçekten genel olarak almış oldukları puanlar incelendiğinde, Aksaray ilindeki çocuk oyun alanlarının yetersiz olduğu görülmüştür. Cinsiyet ve eğitim değişkenlerine incelendiğinde, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Yaş değişkenine göre ise, güvenlik ve işlevsellik alt boyutunda 41 yaş ve üstü ebeveynlerin 40 yaş v altı ebeveynlere göre çocuk oyun alanlarının güvenlik ve işlevsellik boyutunda daha yetersiz olduğunu belirtmişlerdir. Medeni durum değişkenine göre incelendiğinde ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu belirlenmiştir. Evli bireylerin alan/genel yeterlik ve genel ortalamada bekarlara göre çocuk oyun alanlarının daha yetersiz olduğunu ifade etmişlerdir.

**Anahtar Kelimeler:** Çocuk Oyun Alanları, Çocuk, Oyun

## Antik Dönem Anadolu Toplumlarında Trepanasyon / Beyin Ameliyatı

Prof.Dr. Ayla Sevim Erol - Prof.Dr. Alper Yener Yavuz

### Öz

Bu bildiri Antik Dönem Anadolu Toplumlarında Beyin Ameliyatları ne zaman yapılmaya başlandı, neden ve nasıl yapıyordu, sonucu ne oluyordu gibi soruların tartışılması amacıyla hazırlanan bir çalışmadır. Giriş: Anadolu'da Neolitik Dönemden başlayarak yerleşik hayata geçen topluluklar, avcı ve toplayıcılıktan tarım ve hayvancılığı geçerek yaşam kalitelerini geliştirmeye başlamışlardır. Bu dönemden başlayarak çeşitli arkeolojik dönemlere geçişlerinde toplumların yaşayış biçimleri, besin kaynakları, kültürleri, sağlıklarıyla ilgili tedavi biçimleri gelişerek değişmiştir. Çeşitli dönemlerde yaşamış olan toplumların sağlık sorunlarını çözmeye yönelik yapmış oldukları uygulamalar, bazen insanların daha sağlıklı yaşamalarına neden olurken, bazen yapılan hatalı ve yanlış uygulamalardan dolayı ölümlerine sebebiyet vermişlerdir. Bu sağlık uygulamalarının en önemlilerinden birisi "Trepanasyon" adı verilen beyin delgi ameliyatlarıdır. Amaç: Bu çalışma, Anadolu'da geçmişte yaşamış olan Toplumlarda uygulanan Trepanasyon /Beyin Ameliyatlarının ne zaman yapılmaya başlandığı, neden ve nasıl yapıldığı ve sonuçlarının nelere mal olduğu gib soruları tartışılmak amacıyla hazırlanmıştır. Materyal: Antik Dönem Anadolu insan toplumlarıyla ilgili yayınlanmış makalelerin yanı sıra, Nif, Milas ve Kbyra kazı alanlarından ele geçen Trepanasyon örnekleri değerlendirilecektir. Metot: Anadolu toplumlarında trepanasyon tekniği dönemlere ve toplumlara göre farklılıklar gösterebilmektedir. Buna göre dört farklı teknikle karşılaşmaktayız ( 1. Kazıma ve kesme tekniği 2. Yuvarlak ya da dikdörtgen plan içerisinde oluk açarak ortada kalan parçanın kesilip çıkarılması tekniği. 3. Yuvarlak ya da oval bir plan üzerindeki küçük delikler açmak ve bunları ince bir keski ile birleştirerek ortada serbest kalan parçayı çıkarma tekniği. 4. Delme tekniği olmak üzere) Sonuç: Trepanasyon / Beyin delgi ameliyatı uygulanan hastaların bazıları uzun süreli, bazıları kısa süreli yaşarken, bir kısmı da hemen ölebilmektedir. Ameliyatı yapacak kişinin çok uzmanlaşmış olması başarı oranını arttırdığı kemiklerdeki iyileşme şekillerinden anlaşılabilir. Anadolu'da Neolitik dönemlerden itibaren çok sayıda Ameliyat uygulaması yapıldığı bilinmektedir

**Anahtar Kelimeler:** Anadolu, Antik Toplum, Trepanasyon

## Antioksidan Bileşiklerin Hafıza Performansı Üzerine Etkisi

Arş.Gör. Elif Adanur Uzunlar

### Öz

Sosyal, psikolojik, yaşam tarzı ve kalıtsal faktörlerin yanı sıra özellikle beslenme alışkanlıkları hafıza mekanizması üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Organizmada lipit peroksidasyonun artışı ile birlikte oksidatif stres oluşmaktadır. Oksidanlar yönünde oksidan/antioksidan arasındaki denge değişikliği "oksidatif stres" olarak adlandırılmaktadır. Oksidatif stres; nörolojik bozukluklar gibi birçok patolojik duruma katkıda bulunmaktadır (1). Antioksidan bileşikler bakımından zengin bir diyetin hücre membranındaki serbest radikalleri temizlediği ve doymamış yağ asitlerini lipit peroksidasyonundan koruduğu bildirilmiştir (2). Bazı besin maddelerinin güçlü antioksidan olarak işlev gördüğü bilinmektedir. in vitro çalışmalarda E vitamini, C vitamini ve güçlü antioksidan özelliklere sahip, su organizmalarında bulunan bir karotenoid olan astaksantin lipit peroksidasyonunu engellemeye yanı sıra serbest radikal üretimini de önlediği gösterilmiştir (3,4). Biyolojik araştırmalar; antioksidan tedavinin nörodejenerasyona eşlik eden reaksiyonları inhibe ederek bilişsel gerilemeyi önlemede başarılı olabileceğini göstermektedir. Yapılan bir çalışmada diyetle eklenen E ve C vitamininin genç ratların bilişsel fonksiyonlarında anlamlı bir değişiklik yapmazken, yaşlı ratların bilişsel fonksiyonlarında anlamlı düzelmeler sağladığı bildirilmiştir (5). Ayrıca yüksek yağlı diyetle ratlarda oluşturulan hafıza kayıplarının antioksidan özellik gösteren E, C vitamini ve astaksantin birlikte verilmesiyle düzeldiği rapor edilmiştir (6). Öğrenme ve hatırlamanın insan başarısı ve sosyal hayatındaki yeri düşünüldüğünde hafızanın ne derecede önemli olduğu anlaşılmaktadır. Özellikle yaşla birlikte oluşan hafıza bozuklukları, demans ve Alzheimer gibi hastalıklar da günümüzde oldukça önem kazanmaktadır. Hafızayı etkileyen beslenme alışkanlıklarıyla ilgili çok fazla araştırma yapılmaktadır. Bugün beslenmenin hafıza ve öğrenme üzerinde oldukça etkili olduğu bilinmektedir. 1) Ann Neurol. 2003, 53:26–S38. 2) Free Radic Biol Med. 2008, 44:739–764 3) Maturitas. 2010, 67:103–107 4) Environ Toxicol Pharmacol. 2014, 37:960–966. 5) Pharmacol Res.2004, 49:249–252 6) Pharmacol Biochem Behav. 2015; 131:98-103.

**Anahtar Kelimeler:** Antioksidan, Hafıza, Oksidatif, Stres

## Basketbol ve Voleybol Sporcularının Durumluluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

Arş.Gör. Esra Bayrak Ayaş - Dr. Öğretim Üyesi Fatih Murathan - Öğr.Gör. Hande İnan  
- Arş.Gör. Mehmet Kartal

### Öz

Kaygı, belirli bir nedeni açık olmayan korku ya da giderilemeyen isteklerden doğan sıkıntı ve güvensizlikten doğan tedirgin edici duygudur. Heyecansal bir olgu olan kaygı insanlarda var olmakla birlikte insanları tehdit edici durumlarda ortaya çıkmaktadır. Spielberger, kaygıyı durumluk ve sürekli kaygı olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Tehlikeli koşulların yarattığı korku ve tedirginlik hali, bireyin yaşadığı geçici ve normal kaygı olarak kabul edilmektedir. Buna da “Durumluk Kaygı” adı verilmektedir. Stresin yoğun olduğu zamanlarda durumluk kaygı seviyesinde yükselme görülürken, stresin ortadan kalkması sonucunda kaygı seviyesinde düşme görülmektedir. Bu nedenden dolayı müsabaka öncesi basketbol ve voleybol sporcularında kaygının ne düzeyde olduğunu belirlemek çalışmamızın temel amacını oluşturmaktadır. Çalışmaya çeşitli üniversitelerin ( Adıyaman, Fırat, Dicle, Maraş, Munzur, Çukurova, Ağrı, Muş) sporcuları oluşturmaktadır. Çalışmaya toplamda 112 sporcu katılmıştır. Yapılan analizler sonucunda sporcuların kaygı düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Branş ve cinsiyet bazında yapılan t testinde anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0,05).

**Anahtar Kelimeler:** Kaygı, Durumluluk Kaygı, Sporcu

## **Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Hayatın Anlamı ve Amacı Özelliklerinin İncelenmesi**

**Dr. Öğretim Üyesi Fatih Murathan - Arş.Gör. Mehmet Kartal - Dr. Öğretim Üyesi Aykut Dünder - Arş.Gör. Esra Bayrak Ayaş - Gamze Murathan**

### **Öz**

İnsan hayatı boyunca kendisini ve etrafındaki dünyayı anlamak için büyük bir merak ve arzu içerisinde yaşamını sürdürmektedir. İnsanda var olan bu merak ve arzu anlayışını harekete geçiren bilişsel ve davranışsal aktivitelerde bulunur. Anlam yaşadıklarımızın bilincinde olmamıza yardım eden ve enerjimizi arzuladığımız geleceğe ulaşmak için bize rehberlik edecek planlarımızı düzenlememize yardım eden bağlantılar, anlamlar ve tercümeleler ağıdır. Bu bilgiler ışığında bu araştırmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunun çeşitli bölümlerinde öğrenimine devam eden üniversite öğrencilerinin hayatın anlamı ve amacı özelliklerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla araştırmaya Adıyaman, Malatya, Elazığ ve Ardahan illerinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu bünyesindeki bölümlerde öğrenim gören 473 Erkek, 359 kadın toplamda 832 lisans öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan Aydın ve ark. (2015) tarafından geliştirilen “Hayatın anlamı ve amacı Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için SPSS 22.00 paket programı kullanılmış anlamlılık düzeyi .95 güven aralığı kullanılmıştır. ( $p < 0.05$ ) Araştırma sonucunda araştırmaya katılan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin cinsiyet dağılımlarına göre ölçek toplam puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bunun yanında araştırmada öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkeninden son sınıfa doğru kümelenme sonucunda 3 ve 4. Sınıf öğrencilerinin 1 ve 2. Sınıf öğrencilerine göre hayatın anlamı ve amacı ölçeği puan ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ). Bu sonucun psikolojik açıdan bireylerin mezun duruma yaklaştıkları dönemlerde mesleğe hazırlanma, iş kurma ve evliliğe hazırlık gelişim ödevleri döneminde yer almalarından kaynaklandığı sonucuna varılabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Hayatın Anlamı ve Amacı, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Öğrenci

## Çocuk Sağlığında Sporun Önemi

**Prof.Dr. Duygu Arıkan - Arş.Gör.Dr. Pınar Bekar**

### Öz

Çocukların fiziksel aktivitelere katılımı onları olumlu yönden etkilemektedir. Günümüzde teknolojik gelişmelerden dolayı daha hareketsiz bir yaşam tarzı oluşmaktadır. Yapılan çalışmalarda; sporun çocukların kemik gelişimini destekleme, motor ve sosyal becerilerini geliştirme, ruh sağlığını olumlu etkilemesi gibi pek çok olumlu etkileri olduğu görülmüştür. Engelli çocuklar üzerinde yapılan çalışmalarda da; engelli çocukların eğitim programlarındaki spor faaliyetlerinin engelli bireyin toplum tarafından kabul görmesini kolaylaştırarak sosyal uyumlarını olumlu etkilediğini göstermektedir. Sporun olumlu etkisi olmasına rağmen aile ve çevre gibi dışsal faktörler, çocukların spor ile ilgili kararlarını belirleyebilmektedir. Bazı aileler, sporun çocuğunun derslerindeki başarısını olumsuz etkilediğini düşünebilmektedir. Çalışmalar ailenin eğitim ve gelir düzeyinin, ailede sporcu olma durumunun, çocuğun spor yapması üzerinde etkili olduğu, özellikle ailenin spora ilgisinin çocuğun spor yapmasına karşı tutumunu olumlu etkilediğini göstermektedir. Bu yüzden sağlık profesyonellerinin, ailelere çocuklar üzerinde sporun olumlu yönleri hakkında eğitim vermesinin, onları bu konuda desteklemesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Çocuk, Spor, Sağlık



## Çocuk ve Yetişkin Kardiyopulmoner Resüsitasyon Uygulaması Sonrasındaki Kas Yorgunluğunun Belirlenmesi

Öğr.Gör. Hakan Avan - Öğr.Gör. Hamdi Öztürk - Öğr.Gör. Faruk Danışman

### Öz

Kardiyopulmoner resüsitasyon; kazazede veya hastanın hayatı fonksiyonlarında bir veya ikisi birden kayıp olduğu anda yapılan bir uygulamadır. Bu uygulama esnasında etkili ve güçlü bir kompresyon (kardiyopulmoner resüsitasyon) yapılmaz ise kazazedenin veya hastanın yaşamına mal olabilir. Etkili ve güçlü bir kompresyon uzun sürdüğü ve çok fazla güç kullanıldığı için bu uygulamayı yapan kişide ciddi bir kas yorgunluğuna sebebiyet vermektedir. Yorgunluk hem fizyolojik hem de psikolojik faktörleri içeren çok karmaşık bir kavramdır. Ortaya çıkan yorgunluk, kasların ortaya çıkardığı kuvvet ve güç yeteneğini azaltmaktadır. Periferal ya da merkezi kas yorgunluğu, metabolik ya da nörojenik değişimlere ve nöromüsküler kontroldeki kötüleşmeyi meydana getirmektedir. Bunun sonucunda hareketlerde düzensizleşme, denge kayıpları ve kas ağrıları ortaya çıkmaktadır. Bu çalışma çocuk ve yetişkin kardiyopulmoner resüsitasyon uygulaması sonrasındaki kas yorgunluğunun belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Kesitsel ve tanımlayıcı türde planlanan araştırma Kahramanmaraş Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu İlk ve Acil Yardım programı 2. Sınıf öğrencileri ile Şubat-Mart 2018 tarihleri arasında yapılmıştır. Çalışmanın verileri bilgisayar ortamında SPSS programında analiz edilecektir. Yazılı onamları alınan kişilerden araştırmacının literatür bilgileri doğrultusunda hazırladığı “Tanıtıcı bilgi formu” ve “Mcgill Kısa Ağrı Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcılara 5 ila 20 dk. Arasında gücü yettiğince göğüs kompresyonu uygulayacak, ardından veri formları doldurulacak, algometre ile kas ağrısı değerlendirilecek ve 24 saat sonra tekrardan veri formları katılımcı tarafından doldurulacaktır ve algometre ile hesaplanacak ve önceki değer ile karşılaştırılacaktır. Çalışma için KSÜ Tıp Fakültesi İlaç Dışı Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan onay alınmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Kardiyopulmoner, Resüsitasyon, Kas Yorgunluğu, Ağrı, Çocuk, Yetişkin

## Ebeveyn Tutumlarının Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Depresyon Düzeyi Üzerine Etkilerinin Belirlenmesi

Öğr.Gör. Hakan Avan - Öğr.Gör. Hamdi Öztürk - Öğr.Gör. Davut Nacar

### Öz

Çocuklar için eğitim erken yaşlarda ilk önce evde başlar. Çocukluk eğitiminin baş rol oyuncusu kesinlikle anne ve babalardır. Ebeveynlerin çoğun evdeki eğitimi esnasında sergiledikleri tutum ve davranışlar çocuğun kişiliği, karakteri, sosyal, kültürel, ruhsal yönden gelişimine direk etki etmektedir. Freud' un psikoanalitik kuramına göre ebeveyn tarafında verilen tuvalet eğitimi esnasında ebeveyn veya ebeveynlerin katı, sert ve zorlayıcı bir tutum sergilemeleri, çocuğun karar vermede güçlük çeken, duygularını yeteri kadar ifade edemeyen, düzensiz, tembel ve içe dönük bir karakter geliştirmesinde etkili olduğu bilinmektedir. Depresyon, günlük faaliyetleri ilgi ve arzuyla yapma, hayattan zevk alma yerine üzüntü, keder, mutsuzluk, isteksizlik, karamsarlık, umutsuzluk ve suçluluk gibi duyguların bireyde bulunmasıdır. Depresyon düşünce, konuşma, hareketler ve fizyolojik işlevlerde azalma meydana gelirken çaresizlik, değersizlik ve karar verme güçlüğü gibi duygu ve düşünceleri barındıran özellikler kişinin bedensel, ruhsal ve sosyal alanlarına ciddi anlamda zarar vermektedir. Depresyon, hayat boyu görülme oranı %5-25 arasında bildirilen yaygın bir sağlık problemidir. Acil sağlık personeli insanlarla iletişime dayalı bir meslek grubu olduğu için, ruhsal ve bedensel yönden sağlıklı meslek üyelerine diğer mesleklerden daha fazla gereksinimi vardır. Otoriter Anne-Baba tutumları gerek çocukluk döneminde gerekse ileriki yaş dönemlerinde bireylerin ruhsal dünyalarında derin travmalar ve depresyonlar oluşturmaktadır. Bu çalışmanın amacı Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin ebeveyn tutumlarının depresyon düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Kesitsel tanımlayıcı türde planlanan araştırma Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerine 06-28 Şubat 2018 tarihleri arasında yapılmıştır. Araştırma da kullanılacak anket soruları öğrencilere yüz yüze görüşülerek 5-10 dk arasında doldurulacaktır. Ankette 7 tane sosyo demografik soru, toplam 40 sorudan oluşan Anne-Baba tutum ölçeği ve 21 sorudan oluşan Beck depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Ön anket çalışması 20 kişi ile değerlendirilmiş anlaşılmayan sorular düzeltilmiştir. Çalışmanın verileri tamamen gizli tutularak uygun istatistiksel yöntemlerle bilgisayarda SPSS paket programı kullanılarak % 95 güven aralığında değerlendirilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Ebeveyn, Tutum, Depresyon, Öğrenci, Anne-Baba

## Effects Of Anaerobic Threshold On Ventilatory Efficiency During An Incremental Exercise Test

Dr. Öğretim Üyesi Çağrı Özdenk - Doç.Dr. Oğuz Özçelik

### Öz

The effects of anaerobic threshold (AT) on ventilatory efficiency were evaluated during exercise test. Total of 30 male (age:20.0±0.3 yr; BMI:21.5±0.3 kg/m<sup>2</sup>) performed an incremental exercise (15 W/min) to maximal performance (W<sub>max</sub>). Ethical approval has been obtained before study. Pulmonary gas exchange parameters were measured breath-by-breath using a metabolic gas analyzer. Ventilatory efficiency was evaluated using ventilation to O<sub>2</sub> uptake (VE/VO<sub>2</sub>) and CO<sub>2</sub> output ratios (VE/VCO<sub>2</sub>). AT estimated using V-slope method. W<sub>max</sub> and WAT were found to be 215±4 W and 140±4 W, respectively. The maximal VO<sub>2</sub> for body weight was 43.08±1.1 ml/min/kg. During exercise, VE/VO<sub>2</sub> (28.9±0.7 to 26.4±0.6) and VE/VCO<sub>2</sub> (31.7±0.8 to 26.0±0.4) decreased to their lowest values at AT (p<0.05) and beyond AT, they both increased to 34.4±0.6 and 29.5±0.6, respectively. Consequently, ventilatory efficiency determined as the lowest values of VE/VO<sub>2</sub> and VE/VCO<sub>2</sub> has been found at AT and important parameter for evaluation of aerobic fitness levels.

**Anahtar Kelimeler:** Incremental Exercise Test, Vo<sub>2</sub>max, Ventilatory Efficiency, Anaerobic Threshold

## Effects Of Subthreshold Exercise İntensity On Amount And Ratio Of Body Fat And Carbohydrate Oxidation İn Young Male Subjects

Doç.Dr. Oğuz Özçelik - Arş.Gör.Dr. Seda Uğraş

### Öz

We aimed to evaluate effects of low to moderate exercise intensity on amount of fat and carbohydrate oxidations. Ethical approval has been obtained before study. Ten healthy performed an incremental exercise test to exhaustion. Then each subject performed a constant load exercise test at their 45% of maximal exercise capacity ( $W_{max}$ ) (30 min). The  $O_2$  uptake ( $VO_2$ ) and  $CO_2$  output ( $VCO_2$ ) were measured breath-by-breath using metabolic gas analyser. Substrate oxidation is determined using respiratory quotient (RQ).  $W_{max}$  was  $219 \pm 8$  W. The work rate at 45% of  $W_{max}$  was  $99 \pm 4$  W. The RQ was  $0.90 \pm 0.001$  reflecting mixed fat and carbohydrate oxidation ratio. Fat and carbohydrate oxidations were found to be  $0.246 \pm 0.002$  gr/min and  $1.577 \pm 0.009$  gr/min, respectively. Sub-threshold exercise reflecting low to moderate exercise intensity provide a clinically acceptably amount of fat oxidation. Thus, investigator or clinicians should be considering sub-threshold intensity to obtain optimal fat oxidation instead of higher exercise intensity.

**Anahtar Kelimeler:** Exercise, Fat Oxidation, Carbohydrate Oxidation, Respiratory Quotient

## Elazığ'da Rekreasyon Alanlarını Kullanan Bireylerin Futbol Taraftarlığı Düzeylerinin Belirlenmesi

Arş.Gör.Dr. Abdurrahman Kırtepe - Doç.Dr. M. Fatih Karahüseyinoğlu - Dr. Öğretim Üyesi Fatih Mehmet Uğurlu

### Öz

Elazığ'daki rekreasyon alanlarını kullananların futbol taraftarlık düzeyleri farklılaşmaktadır temel hipotezinden yola çıkılarak kurgulanan çalışma bu alanları kullanan bireylerin futbol taraftarlık düzeylerinin belirlenmesini amaçlamaktadır. Çalışmaya yaş ortalamaları  $28,2 \pm 9,4$  (18-49 yaş) % 48 'i evli, 138 kadın ve 274 erkek katılmıştır. Çalışmanın amacına uygun olarak geliştirilen Kişisel bilgilerin yer aldığı ve Taşmektepligil ve ark.tarafından (2014) geliştirilen "Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği" 13 maddelik 4'lü likert tipi ölçek kullanılmıştır. Ölçekten alınan puanların dağılımı ise toplam puan 13-21 aralığında "fanatik", 22-30 aralığında "takım taraftarı", 31-52 puan aralığında ise "futbolsever" olarak belirtilmiştir. Rekreasyon alanlarını kullanan bireylerin % 54,4'ünün futbolsever,% 25,7'sinin takım taraftarı, % 19,9u ise fanatiklik düzeyinde puan ortalamasına sahiptir. Ölçekten alınan genel ortalama puan  $\bar{x}=31,53$ 'tür.Kadın ( $\bar{x}=30,5$ ) ve erkek ( $\bar{x}=32,5$ ) puan ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür ( $p<0,05$ ). Sonuç olarak: Rekreasyon alanlarına katılan bireylerin futbol taraftarlık genel ortalama puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı, medeni durum ve eğitim düzeyine göre puan ortalamalarındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmemiştir. Rekreasyon alanlarını kullanan bireylerin futbol taraftarlık düzeyi futbolsever olarak tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Futbol, Rekreasyon, Futbol Taraftarı

## Emrah Yücel Sinema Film Afişlerinden New York'ta Beş Minare ve Kill Bill Film Afişlerinin Göstergebilimsel Açıdan İncelenmesi

Uzman Bülent Polat - Dr. Öğretim Üyesi Tamer Kavuran

### Öz

Sinema filmleri sanatın yanı sıra bir eğlence sektörü olarak öne çıkmaktadır. Bu eğlence sektörünün pazarlama aşaması ise oldukça farklı süreçlerden geçer. Bir yapımın prodüksiyon öncesinden, prodüksiyon sonrası ve seyirciye ulaşmasına kadar geçen süre zarfında tabii olduğu ticari aşamalar tek tek ele alıp incelenmelidir. Eğer bir yapıtın geniş kitlelere ulaşması hedefleniyorsa reklam elemanları görmezlikten gelinemez. İyi bir pazarlama stratejisi ile yapım sadece belirli bir bölgede değil geniş bir alana yayılma özelliği gösterir ki bu da kâr mekanizması için oldukça önemlidir. Bununla beraber reklam departmanında, yapıtın pazarlanması için belirli stratejiler oluşturur. Dijital platformlarda, görsel basılı organlarda yayınlanması için ortaya çıkarılacak afiş ve broşür gibi elemanlar izleyici kitlesini cezptmeye yönelik önemli bir adımdır. Afişlerin özellikle Hollywood sinema sektöründeki yeri tartışılmaz bir konumdadır. Afişler, yapıtın kendisini pazarladığı gibi onu geniş kitlelere yayma özelliğine sahiptir. Hollywood sinema tarihine bakıldığında afişin önemi yalnızca görsel algıda oluşan estetik konuyla sınırlanabilir. Ticari olarak afişin önemi, mevzu bahis yapımçı firmalar için kâr amaçlı bir yatırımdır. Afiş tasarımında günümüzün önemli isimlerinden Emrah Yücel'in bu ticari platformdaki çalışmaları ise oldukça önemlidir. Afiş sanatının algıda seçicilik yarattığı günümüzde Emrah Yücel'in birbirinden farklı tasarımları göstergebilimsel olarak incelenmeye değerdir. Bu çalışmada Emrah Yücel'in tasarlamış olduğu New York'ta Beş Minare ve Kill Bill film afişleri göstergebilimsel açıdan incelenerek toplumda yarattığı algı, sanatsal ve ticari açıdan farkındalığı ele alınmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Afiş, Emrah Yücel, Göstergebilim, Kill Bill

## Erkeklerde Beden Kütle İndeksi ve Bazı Antropometrik Ölçümler ile Sperm Parametreleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

Arş.Gör. Teslime Özge Yörüsün - Doç.Dr. Yasemin Akdevelioğlu

### Öz

Fiziksel aktivitenin azalması, diyet kompozisyonunun değişmesi ve enerji alımının artması, dünya çapında obezite salgınının artmasına katkı sağlamaktadır. Obezitedeki bu artışın üreme fonksiyonları da dâhil olmak üzere sağlık üzerinde pek çok olumsuz etkisi bulunmaktadır. Literatür incelendiğinde adipoz doku artışına bağlı olarak leptin ve östrojen düzeylerinin artması, testosteron düzeylerinin azalması sonucunda oligozoospermi, azospermi ve DNA hasarında artış olduğu görülmektedir. Bu nedenle bu araştırma erkeklerde beden kütle indeksi ve bazı antropometrik ölçümler ile sperm parametreleri arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Tüp Bebek Merkezi'ne başvuruda bulunan 80 gönüllü erkek birey üzerinde yürütülmüştür. Araştırma kapsamında bireylerin antropometrik ölçümleri, vücut bileşimleri ve sperm analizleri değerlendirilmiştir. Araştırma popülasyonunun %25,0'ini normal, %53,8'ini hafif şişman, %21,3'ünü obez bireyler oluşturmuştur. Obez bireylerin sperm konsantrasyonu, toplam ve progresif sperm motiliteleri normal ve hafif şişman bireylere göre anlamlı şekilde düşük bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Ayrıca bireylerin BKİ'leri ve viseral adipozite indeksleri arasında anlamlı bir korelasyon saptanmıştır (sırasıyla  $r=-,243$ ,  $r=-253$ ;  $p<0,05$ ). Tüm bu sonuçlar erkeklerde infertilite tedavisinde obezitenin göz ardı edilmemesi gereken bir risk faktörü olduğunu, infertilite kliniğine başvuran erkeklerin beslenme durumlarının değerlendirilerek diyetisyen kontrolünde vücut ağırlığı denetimlerinin sağlanmasının çiftlerin gebelik şansını arttırabileceğini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Fertilite, Erkek, Obezite, Beslenme

## Farklı Branşlardaki Sporcularda Vücut Farkındalık Düzeyi ve Performans Duygu Durumunun İncelenmesi

Dr. Öğretim Üyesi Arzu Erden - Arş.Gör. Murat Emirzeoğlu

### Öz

Çalışmada futbol, basketbol, yüzme ve hentbol branşlarındaki sporcuların vücut farkındalık düzeyi(VFD) ve performans duygu durumlarını(PDD) incelemek amaçlandı. Yöntemler: Araştırmaya 188 lisanslı sporcu dahil edildi. Sosyodemografik bilgiler kaydedildi. Vücut Farkındalık Anketi ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği-2 kullanıldı. Sonuçlar: Katılımcıların yaş ortalaması 14.64±1.89 yıl, boy uzunluğu ortalaması 172.44±11.03cm, vücut ağırlık ortalaması 62.35±13.12kg idi. Branşlar arasında vücut farkındalığı bakımından fark yoktu(p=0.171). Futbolcuların performans duygu durumları diğer branşlardaki sporculardan daha iyiydi(p=0.01). Vücut farkındalığı ile PDD, yaş, lisans yılı ve haftalık antrenman sayısı arasında pozitif yönlü bir ilişki vardı (r=0.47,p<0.01;r=0.22,p<0.01;r=0.19,p<0.01;r=0.15,p=0.03). Tartışma: Sporcularda vücut farkındalığı branşlar arasında farklılık göstermemekle birlikte performans duygu durumu, yaş, lisans yılı ve antrenman sayısı gibi birçok faktörle ilişkilidir. Antrenman ve rehabilitasyon programlarında vücut farkındalığı ve performans duygu durumu birlikte değerlendirilmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Vücut Farkındalığı, Performans, Spor



## **Futbolculara Tabata Protokolü ile Uygulanan Dayanıklılık Çalışmalarının Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelere Etkisi**

**Bayram Pehlivan - Prof.Dr. Ali Emre Erol**

### **Öz**

Çalışmanın amacı, Tabata Protokol'ü metoduna dayalı dayanıklılık antrenmanı ile çalıştırılan sporcuların fiziksel ve fizyolojik parametrelerine etkisini araştırmaktır.Çalışmada, İstanbul İl'ine bağlı 2 profesyonel 19 yaş altı futbol takımından, 14'ü Tabata Protokol'ü metodu ile yapılan dayanıklılık çalışmalarının uygulandığı deney grubu ve 14'ü sezon içi futbol teknik antrenmanı uygulanan kontrol grubunda olmak üzere toplamda 28 sporcu yer almıştır. Sporculara fiziksel testler, vücut kompozisyonu ölçümleri ve motorik alan testleri çalışma öncesi ve sonrasında gruplara uygulanmış ve veriler istatistiksel olarak Wilcoxon Signed Rank testi kullanılarak analiz edilmiştir( $p<0.01$ )( $p<0.05$ ).Yapılan analiz sonucunda deney grubunda tekrarlı anaerobik sürat koşusu testinden (rast) elde edilen yorgunluk (fatigue) indeksi %-49.911, VO2Max %8.722, anaerobik güç %9.235, vücut ağırlığı %-4.593, yağsız vücut ağırlığı %-2.968, vücut yağ yüzdesi %-10.139, mekik koşusu (shuttle run) %24.176, dikey sıçrama testi %31.059, 30 metre sürat koşusu %-1,989 olarak bulunmuştur.Sonuç olarak deney grubundaki sporcuların parametrelerinde kontrol grubundaki sporculara oranla daha belirgin düzeyde ilerleme kaydedilmiştir ve Tabata Protokol'ü metodu ile antrenman yaptırılan sporcuların performansına olumlu etkisi görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Tabata Protokolü, Vo2max, Dayanıklılık Antrenmanı, Hıtt

## Genç Tenis Oyuncularında Farklı Esnetme Metotlarının Sürat ve Çeviklik Performansları Üzerine Akut Etkisinin İncelenmesi

Dr. Öğretim Üyesi Erşan Arslan - Dr. Öğretim Üyesi Bülent Kilit - Öğr.Gör. Yusuf Soylu - Dr. Öğretim Üyesi Ömer Cengiz

### Öz

Bu çalışmanın amacı genç tenis oyuncularında farklı esnetme metotlarının sürat ve çeviklik performansları üzerine akut etkisini incelemektir. Çalışmaya 26 genç tenis oyuncusu gönüllü olarak katılmıştır. Esnetme metotları statik, dinamik, statik+dinamik, dinamik+statik ve kontrol grubu olmak üzere 5 bölümden oluşur. Esnetme protokolü 8 dakika ısınma, 3 dakika dinlenme, 30 saniye esnetme, 2 dakika dinlenme sonrasında çeviklik veya sürat testi ile sonlanır. Esnetme protokolü 6 farklı alt ekstremite kas grubuna uygulanmıştır. Çalışma sonucunda sürat ve çeviklik test performansları dinamik ve statik+dinamik esnetme gruplarında diğer gruplara göre istatistiksel olarak anlamlı fark oluşmuştur. Bu sonuçlardan yola çıkarak Statik olarak yapılan esnetmelerin sürat ve çeviklik test performansına negatif etkisi olduğu için özellikle antrenmanın ısınma bölümünde dinamik ve statik+dinamik esnetme yapılmasını tavsiye etmekteyiz.

**Anahtar Kelimeler:** Esnetme, Tenis, Çeviklik, Sürat, Akselasyon

## Kadın Voleybolcularda Süper Slow Motion Kuvvet Antrenmanlarının Anaerobik Güce Etkisinin İncelenmesi

Koray Turgut - Dr. Öğretim Üyesi Oğuzhan Yüksel

### Öz

Bu çalışmanın amacı süper slow motion kuvvet antrenmanlarının anaerobik güce olan etkilerini tespit etmektir. Gereç ve Yöntem; Araştırma 28 gönüllü katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Yaş ortalaması deney grubu (n=14) 20,35±2,11 yıl, kontrol grubu (n=14) 21,1±0,41 yıl; boy ortalaması deney grubu 171,286±8,250 cm, kontrol grubu 169,429±7,325 cm; vücut ağırlığı deney grubu 58.85±12,65 kg kontrol grubu 61,44±8.54 kg olarak tespit edilmiştir. Deney grubunda yer alan sporculara rutin antrenmanlarına ek olarak sekiz hafta boyunca süper slow motion (SSM) kuvvet antrenmanı uygulanırken, kontrol grubuna rutin antrenman uygulanmıştır. Dikey sıçrama, wattbike ergobisiklette 6 sn-30sn anaerobik güç değerleri, squat ve göğüs pres hareketlerinde anaerobik güç değerleri MYO test aracılığı ile sporcuların değerleri ilk –son test olarak kayıt altına alınmıştır. Katılımcıların ön kol, göğüs pres, önden omuz pres, lat çekişi, bacak pres, arka bacak bükme, bacak açma, parmak ucu yükselme hareketleri kuvvet programında yer almıştır. Deney grubunda yer alanlar 1 maksimum tekrarlı (1 MT) kg'ların % 50 değeri ile 2 sn konsantrik- 4 sn eksantrik olarak ilk dört hafta kuvvet antrenmanına katıldılar.5. haftaya kadar her hafta % 5lik yüklenme artışı uygulandı. Kaldırabildikleri 1 MT 'lerinin % 70'i ile 3 sn konsantrik- 6 sn eksantrik olarak programa 5. ve 6. Haftalarda devam edildi. Son iki hafta yüklenme yoğunluğu % 80 olarak arttırılarak antrenman periyodu sonlandırıldı. Çalışmalar 8 hafta boyunca, haftada 3 gün olacak şekilde uygulanmıştır. Elde edilen veriler Tekrarlı Ölçümler Anova ve Simple Effect testi ile değerlendirilmiştir. Bulgular; Elde edilen verilere göre gruplar arasında göğüs pres'e ait absolut güç (watt), göğüs pres'e ait hızı (cm/sn), squat dikey sıçrama hızı (cm/sn), 6-30 sn wattbike anaerobik absolut güç ortalama (watt) ve 6-30 sn wattbike anaerobik relatif güç (watt/kg) değerlerinde deney grubu lehine anlamlı fark görülmüştür (p<0.05). Grup x ölçüm etkileşimi sonuçlarına göre göğüs pres'e ait absolut güç (watt), göğüs pres'e ait hızı (cm/sn) ve 30 sn wattbike anaerobik absolut güç ortalama (watt) değerlerinde deney grubu lehine anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır. Sonuç; Elde edilen sonuçlara göre süper slow motion kuvvet antrenmanlarının yıllık periyotlamaya dahil edilmesi olumlu etki sağlayabilir. Sıçrama performansına katkı sağladığı görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Anaerobik Güç, Süper Slow Motion, Voleybol

## Hastalıklara Verilen Psikososyal Tepkiler

Öğr.Gör. Yasemin Özel - Dr. Öğretim Üyesi Birgül Özkan

### Öz

Hastalık, kişinin yaşamında sıklıkla karşılaştığı deneyimlerden biridir. Hastalıkların her birinde psikolojik etkiler mevcuttur. Hastalık genellikle bireyin korku, hüznü, öfke, depresyon, umutsuzluk ve kontrol kaybı gibi duygu durum düzeyini uyararak, birey için tehdit oluşturan bir faktördür. Hastalıklarla yüzleşen her birey kişiliğine, önceki yaşam deneyimlerine ve baş etme tarzına göre farklı tepkiler verir. Aşırı inkar, uyumsuzluk, saldırganlık ve intihar tehditleri hasta kişilerin bakımında hemşirelerin karşılaşılabileceği tepkilerden bazılarıdır. Hemşirelerin müdahalede bulunduğu bireyin sağlığa ve hastalığa verdiği tepkilerine odaklanması, hemşirelik biliminin merkezini oluşturmaktadır. Hastalığın öznel olması ve her birey için farklı deneyimlenmesi nedeniyle kişilerin hastalığa verdiği tepkilerde farklı olmaktadır. Hemşirelerin, hastalıkla karşılaşan bir kişiye psikososyal bakım vermesi için de, hastanın tepkilerini tanımlayabilmesi ve psikososyal tepkileri etkileyen faktörleri göz önünde bulundurarak hastayı değerlendirmesi gereklidir. Bu nedenle yazıda, hastalıklara verilen psikososyal tepkilerde temel kavramlara, hastalık stresine duyuşsal ve davranışsal yanıtların önemli göstergeleri olarak özellikle hastalık algısına, psikososyal değerlendirmenin alt boyutlarına, savunma ve baş etme mekanizmalarına yer verilerek bireysel değerlendirmenin önemi vurgulanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Hastalık, Hemşirelik, Psikososyal Tepki, Savunma Mekanizmaları, Baş Etme

## Hentbol Oyuncularında Oksidatif Stres ve Bazı Antioksidan Enzim Aktivitelerin Belirlenmesi

Doç.Dr. Mustafa Atli

### Öz

Akut egzersiz, lipid peroksidan ve oksidatif stres sonucu oluşan serbest radikaller egzersizin türüne, şiddetine ve süresine göre değişiklik göstermektedirler. Serbest radikallerin oluşturacağı hasarlara karşı organizmanın antioksidan savunma sistemini sağlayan bazı enzimleri devreye soktuğu düşünülmektedir. Bu çalışmada hentbol oyuncularında, oksidatif stres düzeyi ve bazı antioksidan enzim aktivite düzeylerinin saptanması amaçlanmıştır. Metot: Bu çalışmada, hentbol oynayan 14 erkek sporcu ile 14 erkek sedanter birey çalışmaya alındı. malondialdehit (MDA), katalaz (CAT) aktivitesi ve Redükte glutatyon (GSH) düzeyleri spektrofotometrik olarak ölçümler yapıldı. Sonuçlar: Hentbol sporcuları ile kontrol grubunun, MDA, CAT ve GSH düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu ( $p<0.05$ ). Önemli bir antioksidan enzim aktivitesi olan Katalaz ve MDA değerleri Hentbolcularda kontrol grubuna göre önemli bir azalma meydana gelirken, Hentbolcularda, GSH değeri kontrole grubundan daha yüksek bulundu ( $p<0.05$ ). Sonuç olarak, Hentbol takımında yer alan sporcularda, Katalaz ve MDA da azalma görülürken, GSH da ise artış gözlemlenmiştir. Bir antioksidan enzim özellik gösteren redukte glutatyon düzeyi yoğun egzersiz yapan bireylerde oksidatif hasara karşı iyi bir koruyucu olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Hentbol, Katalaz, Malondialdehit, Glutatyon, Oksidatif Stres

## Klinik Uygulama Öncesi Hastane Oryantasyon Eğitiminin Değerlendirilmesi

Öğr.Gör. Hamdi Öztürk - Öğr.Gör. Hakan Avan - Şermin İnal

### Öz

Şüphesiz ki her ülke için en önemli zenginlik yetişmiş insan gücüdür. Üretim faktörlerinden biri olan insan kaynakları faktöründe önemli olan çalışanların sayısından çok vasıf düzeyleridir. Verimliliği artırarak işletmenin devamlılığını sağlamak ve büyümeyi amaçlayan işletmeler ile kalkınmayı, refah seviyesini artırmayı amaçlayan ülkeler çalışanlarını çeşitli eğitimlere tabi tutarak güncel kalmalarını sağlamaktadır (Öztürk ve Sancak, 2007). Günümüzde bireylerin yaşamını etkileyen unsurlar sürekli olarak artış göstermektedir. Söz konusu unsurlardan en önemlileri ekonomik, sosyal ve teknolojik gelişmelerdir. Bireylerin içinde bulunduğu organizasyona uyum sağlayabilmesi, üzerine düşen görevleri yerine getirmesi başka bir deyişle rolünü oynayabilmesi için gerekli bilgi, beceri ve davranışların kazandırılması gerekir. Toplumsal değişimler, güdüleme zorunluluğu, iletişimdeki boşlukların doldurulması zorunluluğu, eğitimdeki fırsat eşitliği ilkesi, bilimsel ve teknolojik gelişmeler, gibi sebepler kurum içi eğitimi gerekli kılmaktadır (Altınışik, 1996). Söz konusu çalışma nicel bir araştırma olup; Kahramanmaraş il merkezindeki bir hastanede staj yapmakta olan öğrencilere ön test ve son test anketleri uygulanarak bilgi düzeyleri değerlendirilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Uyum Eğitimi, Hizmetiçi Eğitim, Uyum, Eğitim

## Koroner Arter Bypass Ameliyatı Olan Hastalarda Beslenme

Doç.Dr. Meral Ekim - Prof.Dr. Hasan Ekim

### Öz

Cerrahi girişimler arasında hem fizyolojik hem de psikolojik sorunların en fazla görüldüğü gruplardan birisinin kalp cerrahisi olduğu bilinmektedir. Bireyin yaşam kalitesini etkileyen önemli hastalıklardan birisi olan koroner arter hastalığının (KAH) çeşitli tedavi yöntemleri varsa da özellikle çoklu damar tutulumu olan hastalarda cerrahi girişim gerekebilmektedir. Şüphesiz koroner bypass ameliyatı hastaların yaşam sürelerini uzatır; ancak, aterosklerotik sürecin devam etmesi nedeniyle hem bypass greftlerinde hem nativ damarlarda belli bir süre sonra tıkanma olabilir. Bu olayı geciktirmek için hastaların aterosklerotik risk faktörlerinden uzak kalması gereklidir. Bu nedenle beslenme çok önemlidir. Bu hastaların başta beslenme olmak üzere, yaşam biçimlerini yeniden düzenlemeleri gerekmektedir. Bu yeni düzenleme; beslenme alışkanlıklarını değiştirmeyi, sigara içiyorsa bırakmayı, çalışma ve boş vakitlerini değerlendirmede yeni düzenlenmelere gitmeyi ve stresten uzak durmayı içermektedir. Doymuş yağlar ve karbonhidratlardan zengin bir diyetin önemli bir koroner risk faktörü olduğu bilinmektedir. Koroner arter hastalığında bir risk faktörü olan hipertansiyondan korunmak için hipertansif hastalarda gıdalardaki tuz miktarı da iyi ayarlanmalıdır. Tuz, hipertansiyon gelişiminde önemli bir risk oluşturmaktadır. Bu risk faktörlerinden kaçınacak şekilde, yaşam boyu sürdürülebilir sağlıklı bir beslenme çok önemlidir. Ayrıca, başta açlık kan şekeri ve lipit parametreleri olmak üzere biyokimyasal parametrelerde yakından izlenerek normal seviyelerde tutulmaya çalışılmalıdır. Koroner arter ameliyatı olanların az yağlı, az kolesterolü ve az tuzlu ve bol meyve, sebze türünde yiyecek almaları önerilmektedir. Yağ kısıtlamasının esas amacı, serum LDL kolesterol düzeylerini yükselterek kardiyovasküler riski artırdığı düşünülen doymuş yağlar ve kolesterol tüketimini kısıtlamaktır. Az yağlı süt, peynir ve süt ürünleri tercih edilmelidir. Et ve et ürünleri tam teşekküllü proteinlerin ana kaynağıdır, ancak önemli miktarda hayvansal yağ barındırırlar. Bu nedenle yağsız et tercih edilmelidir. Hamsi gibi omega-3 yağ asitleri ihtiva eden yağlı balıklar ete iyi bir alternatiftir. Bu gıdaların kardiyovasküler sistem üzerinde olumlu etkisi vardır. Koroner arter hastalığı olan hastalar kızartılmış gıdalardan kaçınmalıdır. Kızartma yerine ızgara ve haşlanmış yiyecekler tercih edilmelidir. Hayvansal yağlar günlük beslenmenin önemli bir parçasıdır. Bununla birlikte, yağların tavsiye edilen seviyelerin üstünde aşırı miktarda alınması kilo artışına ve hiperkolesterolemiye yol açar. Meyve ve sebzeler, vitaminler, mineraller, flavonoidler ve lif gibi önemli besin unsurlarının kaynağıdır. Yeterli miktarda meyve ve sebze (yaklaşık 400 g / gün) miyokard enfarktüsü riskini azaltır, arteriyel kan basıncını düşürür ve fazla kilolu hastaların kilo vermesine yardımcı olur. Sonuç olarak, sağlıksız beslenme en önemli kardiyovasküler risk faktörlerinden biri olmaya devam etmektedir. Sağlıklı diyet de dahil olmak üzere, ilaç tedavisi ve yaşam tarzı değişiklikleri, koroner bypass ameliyatı olan hastalarda mutlaka birlikte uygulanmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme, Koroner Bypass

## Küreselleşmeyle Artan Fast-Food ve Küreselleşmeye Karşı Slow-Food

**Dr. Öğretim Üyesi Bircan Ulaş Kadioğlu**

### Öz

Ülkelerin özellikle ekonomi, siyaset, kültür, sağlık, toplumsal ve sosyal hayat gibi birçok konuda birbirini etkileme süreci olarak tanımlanan küreselleşme, sağlıkla doğrudan ilişkilidir ve yeme alışkanlıklarını da etkileyerek yaşam biçimini değiştirmektedir. Fast-food, insanları kısa sürede memnun etmesinden dolayı modern kültürün önemli bir sembolü haline gelmiştir. Tüketilen yiyeceklerin çoğunluğunu hamburger çeşitleri, patates kızartması, kızarmış tavuk, döner, pizza, soğuk sandviç vb. oluşturmaktadır. Beslenme açısından, fast food yüksek miktarda sodyum, şeker, kolesterol ve yağ (özellikle doymuş yağ) içerir, ancak A ve C vitaminleri ve diyet lifi içeriği düşüktür. Ev dışında tüketilen yiyecekler kalori alımını artırarak kilo fazlalığı riski oluşturur. Küreselleşmenin insan yaşamı üzerindeki olumsuz etkisine tepki olarak bazı yerel gruplar tarafından Slow Food (Yavaş Yemek) ve Cittaslow (Yavaş Şehir) gibi yeni yaşam biçimlerini savunan toplumsal hareketler ortaya çıkmıştır. Cittaslow hareketi Slow Food hareketinin devamı niteliğindedir. Slow Food Hareketi, iyi gıda, temiz gıda, adil gıda ilkeleri ile hareket etmektedir. Yerel üretim ve yerel tüketim sayesinde gelecek kuşaklara aktarılacak mutfak kültüründeki özgünlük devam edecek, yerel değerler kaybolmadan gelecek kuşaklara aktarılabilir. Sağlıklı beslenme toplumun tüm kesimleri için önemlidir ve sağlıklı olmak için sağlıklı beslenmek gerekir. Bu çalışmada küreselleşmeyle artan fast-food tüketim eğilimi ve küreselleşmeye karşı gelişen slow-food hareketi irdelenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Küreselleşme, Fast-Food, Slow-Food



## **Mega Spor Organizasyonlarının Ekonomik Etkilerinin Türkiye Açısından Avantaj ve Dezavantajları**

**Dr. Mustafa Serdar Terekli - Dr. Halil Orbay Çobanoğlu**

### **Öz**

Spor bir ülkenin sosyo-ekonomik kalkınmasının önemli bir unsurudur. Spor günümüzde toplumlarda var olan sosyal, politik ve ekonomik koşullar altında birbirleriyle etkileşim içinde olan insanlar tarafından oluşturulan sosyal dünyanın bir yönü olarak kabul edilmektedir. Mega spor organizasyonlarının yürütülmesi altyapıyı geliştirmeye yardımcı olur, istihdam yaratır, yabancı sermayenin güvenli girişini sağlar, yeni sporcular yaratır ve ülkenin ekonomik gelişimine önemli ölçüde katkıda bulunur. Alan yazınında büyük ölçekli spor etkinlikleri “Hallmark”, “Mega”, “Major” olmak üzere farklı kavramlar ile tanımlanmaktadır. Ekonomi ile bu tür organizasyonların gerçekleştirildiği şehir ya da ülkenin birbirinden ayrı düşünülmesi imkânsızdır. Mega spor etkinlikleri uluslararası düzeyde katılımın olduğu, ancak organizasyonun düzenlendiği şehir ya da ülkenin her bir etkinlikte değiştiği Dünya Kupası ya da Olimpiyat oyunları gibi organizasyonlardır. Mega etkinlikler “kısa sürede gerçekleşen, fakat özellikle ekonomik etkileri uzun vadeli olan etkinlikler” olarak tanımlanmaktadır. Mega spor etkinlikleri düzenlendiği şehrin kentsel altyapısının büyük ölçüde gelişmesi ve hatta yenilenmesinin yanı sıra, artan uluslararası ün, buna bağlı olarak artan turist sayısı ve bunlarla ilgili uzun vadeli sosyolojik ve ekonomik yararlar açısından, düzenlendiği şehir ya da ülkeye ekonomik getiriler sağlamaktadır. Bu nedenle Mega etkinliklere ev sahipliği yapabilmek için yaşanan adaylık süreci de oldukça karmaşık ve maliyetli bir şekilde gerçekleşirken, yer yer politik manevra ve çekişmelere de sahne olmaktadır. Mega spor etkinlikleri ülke ekonomilerine katkı sağladığı gibi, bazen ekonomileri zorlayan bir takım zorluklar da oluşturmaktadır. Atina Olimpiyatları örneğinde olduğu gibi 14,5 milyar dolar zarar edilerek ekonomik yıkımlara neden olmuştur. Bu nedenle ülkeler Mega organizasyonlara talip olduklarında ekonomik olarak karşılaşacakları problemleri önceden iyi hesaplamalı ciddi planlamalar yapmalıdır. Ülkemizde de yoğun bir şekilde Mega organizasyonlarının düzenlenmesi konusunda yoğun bir çaba ve istek bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı daha önce yapılan mega spor etkinliklerinin ekonomik etkilerini değerlendirerek, mega spor etkinliklerine ev sahipliği yapma konusunda istekli olan ülkemizi bu tür organizasyonların ekonomik avantajları ve dezavantajları konusunda bilgilendirmektir.

**Anahtar Kelimeler:** Mega Spor Organizasyonları, Ekonomi, Etki

## Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireyler ve Ailelerinin Spora Yönelmelerini Etkileyen Faktörler

Ersin Arslan - Zekiye Özkan - Doç.Dr. Mustafa Atli - Şeymus Kaplan - Mücahit Sarıkaya

### Öz

Bu çalışma, Van İl merkezinde bulunan otizmli bireyler ve ailelerinin spora yönelimleri ile ilgili tutumlarının belirlenmesi ve spor yapmalarını engelleyen faktörlerin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Ailelerin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek için fiziksel aktivite anketi ve çocuklara ise spor yapma durumlarını belirlemek amacıyla nitel görüşme formu uygulandı. Veriler SPSS analiz paket programında değerlendirilmiştir. Bulgular: Çalışmaya katılan ebe beylerin cinsiyet durumu %62,7 bayan, %37,3 erkek olarak tespit edilmiştir. Eğitim durumu incelendiğinde %37,3 ilkokul, %22,9 ortaokul, %12,0 lise, %6,0 üniversite, %21,7'si okuma yazma bilmiyor, BKİ değerleri %44,6 normal, %15,7 si fazla kilolu, %39,8'i 1. derece obez olarak tespit edilmiştir. Spor yapıyor musunuz sorusuna %28,9 evet, %71,1 hayır, Spor yapmayı düşünüyor musunuz sorusuna %77,1 Evet, %22,9 hayır, İlde var olan spor alanları hakkında bilginiz var mı %19,3 evet,%80,7 hayır olarak belirlenmiştir. İldeki spor tesislerini yeterli buluyor musunuz %20,5 evet, %79,5 hayır, Spor yapma alanlarını yeterli buluyor musunuz sorusuna %13,3 evet, %86,7 hayır demişler. Spor yapma alanlarından yeterli düzeyde yararlanabiliyor musunuz %13,3 evet, %86,7 hayır olarak belirlenmiştir. Çocuğunuz boş zamanları nasıl değerlendiriyor sorusuna %79,5 bir şey yapmıyor, %20,5 oyun oynuyor olarak belirlenmiştir. Spora yönelim ile ilgili daha önceden bilgi aldınız mı %24,1 evet, %75,9 hayır, Spor alanlarının engellilerin kullanımına yönelik düşünceniz %86,7 yetersiz, %9,6 kısmen yeterli, %3,6 yeterli olarak belirlenmiştir. Size ve çocuğunuza uygun spor yapma olanağı sunulursa bu durumu değerlendirir misiniz %84,3 evet, %15,7 hayır, Spor alanlarına ulaşım konusunda destek sağlanırsa spor yapmayı düşünür müsünüz %78,3 evet, %21,7 hayır ve fiziksel aktivite durumları değerlendirildiğinde katılımcıların %56,6 inaktif, %33,7'si minimum aktif, %9,6'sı çok aktif olarak belirlenmiştir. Sonuç: Çalışma kapsamında, otizmli bireylere ve ailelerine sporun olumlu etkileri ve kazanımları konusun seminerler verildi. Fiziksel aktivite ve sağlıklı yaşamın önemi hakkında görsel slaytlarla anlatılmıştır. Ailelerin bu konuda bilinçlendirilmeleri sağlanarak ve spora yönelmedeki duyarlılıkları artırılmıştır. Ayrıca Van il merkezinde otizmli bireylerin spor yapabileceği alanlar hakkında gereken önerilerde bulunulmuştur. Bu bağlamda Otizmli bireyler ve ailelerinin spora yönelimlerinde çok olumlu sonuçlara varılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Otizm, Aile, Spora Yönelim

## Psikiyatri ve Ruh Sağlığı Hemşireliği ve Vaka Yönetimi

Dr. Öğretim Üyesi Birgül Özkan - Damla Polat

### Öz

Bu araştırma vaka yönetimi modelinin psikiyatrik hastalıklardaki etkisini araştırmak amacıyla yapılmış sistematik bir derlemedir. İnceleme için google scholar, central ve pupmed araştırma siteleri kullanılmıştır. İnceleme sonucunda vaka yönetimiyle ilgili 22 makale belirlenmiş ve 17 çalışma incelemeye dahil edilmiştir. İncelenen 17 makalede vaka yönetimi modelinin psikiyatrik hastalıklarda hasta yatış oranı, tekrar yatışlar, hastanede kalma süresi ve sağlık hizmetleri maliyeti konularında etkili bulunurken ailevi, mesleki ve sosyal işlevsellik konularında etkisi olmadığı tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Vaka Yönetimi, Psikiyatri Hemşireliği, Etkililik

## **Raşitizmden Korunmada Güneş Işığına Yönelik Annelerin Yaptıkları Uygulamaların Belirlenmesi**

**Arş.Gör.Dr. Pınar Bekar - Prof.Dr. Duygu Arıkan**

### **Öz**

Raşitizmden korunmada güneş ışığına yönelik annelerin yaptıkları uygulamaların belirlenmesidir. Gereç ve Yöntem: Araştırma, Erzurum il merkezinde bulunan Atatürk Üniversitesi Araştırma Hastanesinde tanımlayıcı nitelikte yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 2016 Nisan- 2017 aralık ayı arasında 0-2 yaşında çocuğu hastanede yatan ulaşılabilen tüm anneler oluşturmuş, herhangi bir örneklem seçim yöntemine gidilmeden, uygulamanın yapıldığı zamanda hastanede olan ve araştırmaya katılmak isteyen tüm anneler araştırma kapsamına alınmıştır. Toplam 169 anne ile yapılmıştır. Araştırmada veriler literatürden yararlanılarak geliştirilen anket formu ile toplanmıştır. Etik kurul ve araştırmanın yapılacağı hastaneden yazılı, annelerden sözel ve yazılı izin alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdellik, ki-kare testi analizi yapılmıştır. Bulgular: Annelerin %76.9'unun çocuğunu güneşe çıkarttığı, güneşe çıkan çocukların %48.5'inin genelde günde 1 kez güneşe çıkarıldığı ve güneşe çıkanların %73.8'inin güneş ışığını direkt aldığı saptanmıştır. Çocuğun yaşı arttıkça güneş ışığını direkt alan çocuk sayısı artmaktadır. Çocuğun yaşına göre emzirilme durumunun etkilendiği saptanmıştır. Çocukların %100'ünde raşitizm yoktur. Sonuç: Çocukların güneş ışığını alması raşitizm açısından önemlidir.

**Anahtar Kelimeler:** Raşitizm, Çocuk, Anne, Hemşire

## Ruh Sağlığı Okuryazarlığı

Öğr.Gör. Yasemin Özel - Öğr.Gör. Tuğba Duzcu

### Öz

Sağlık okuryazarlığı, bireylerin sağlığını iyi yönde geliştirmesi ve sürdürmesi için bilgi edinme, anlama ve kullanma becerileri yoluyla motivasyonunu ve yeteneğini belirleyen bilişsel ve sosyal beceriler olarak tanımlanmıştır. Bireye sağlık ve sağlıkla ilgili terimler hakkında bilgi vermek istenildiğinde, kişinin verilen bu bilgiyi anlayabilmesi, yorumlayabilmesi ve bu bilgi doğrultusunda uygun davranış göstermesi anlamına da gelmektedir. Bu şekilde tanımlandığında, sağlık okuryazarlığı dar bir sağlık eğitimi ve bireysel davranışa dayalı iletişim kavramının ötesine geçerek sağlığı belirleyen çevresel, politik ve sosyal faktörleri de ele almaktadır. Bu nedenle, herhangi bir fiziksel rahatsızlık için, bireylerin önleme, erken müdahale ve tedavi için hangi eylemleri gerçekleştirebileceklerini bilerek davranmalarının olumlu yönleri yaygın olarak kabul edilen görüşlerdendir. Fakat ruhsal bozukluklarla ilgili bu tür ruh sağlığı okuryazarlığı üzerine fazla odaklanılmadığı dikkat çekmektedir. Bazı ülkelerde, halkın ruhsal bozuklukların nasıl önlenileceği konusunda bilgi sahibi olması, bir bozukluğun ne zaman geliştiğinin farkına varılması, yardım arama seçenekleri ve tedavileri hakkında bilgi edinilmesi, etkisi az olan sorunlar için bireysel baş etme stratejilerinin geliştirilmesi ve ruh sağlığı sorunlarından etkilenen diğer kişileri desteklemek için ilk yardım becerileri konusunda yapılan çalışmalar bulunmaktadır. Bununla beraber, çeşitli müdahaleler, sağlıkla ilgili toplum kampanyaları, eğitim ortamlarında verilen bilgiler, ruh sağlığı ilk yardım eğitimleri ve web sitelerinde ki bilgiler dahil olmak üzere ruh sağlığı okuryazarlığının artırabileceğine dair kanıtlar mevcuttur. Toplumun ruh sağlığı okuryazarlığını arttırmak, ulusal politikalar ve nüfusun gözlemlenebilmesi için bir odak noktası olabilir, böylece tüm toplum daha iyi bir ruh sağlığı için harekete geçebilir. Ruh sağlığı okuryazarlığı üzerine ülkemizde yapılan araştırma ve çalışmaların olmaması dikkat çekmiştir. Bu nedenle, yazı toplum ruh sağlığı okuryazarlığı kavramı, etkileyen faktörler ve önemine vurgu yapmak, ruh sağlığı alanında çalışan ve bu alanda çalışmak isteyen akademisyenlere rehberlik etmek amacıyla yazılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Ruh Sağlığı Okuryazarlığı, Ruh Sağlığı

## Sağlık Çalışanlarının Sağlıkta Dönüşüm Programı ile Yaşanan Değişime Karşı Tutumlarının İncelenmesi

**Öğr.Gör. Fuat Korkmazer - Araştırmacı Tülay Aslan - Erhan Ekingen**

### **Öz**

Değişim, günümüzün en çok bahsedilen olgularından biridir. Günümüzde meydana gelen değişimler sağlık sistemini gün geçtikçe daha fazla etkilemektedir. Sağlık kurumlarının, çevrelerinde yaşanan değişimlere karşı bazı örgütsel düzenlemeler yapmaları gerekmektedir. Bu nedenle sağlık kurumları, değişime uyum sağlayabilmek için yeni özellikler kazanmak ve değişime ayak uydurmak zorundadırlar. Toplumun sağlık düzeyinin yükseltilmesi, koruyucu sağlık hizmetlerinin yerinde uygulanması, kaliteli bir sağlık politikası ve yaşam koşullarının iyileştirilmesi ile mümkündür. Bu hizmetlerin yerine getirilmesinde sağlık yöneticilerine çok önemli roller düşmektedir. Bu çalışmanın amacı sağlık çalışanlarının sağlıkta dönüşüm programı uygulamalarıyla sağlıkta gerçekleşen değişimi nasıl değerlendirdiklerini belirlemek ve değişime karşı tutumlarını ölçmektir. Bu çalışmada anket yöntemi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında Elazığ ilinde faaliyet gösteren Özel Medikal Park Hastanesi ve Elazığ Devlet Hastanesinde çalışan 276 sağlık çalışanına ulaşılmıştır. Araştırmada Seren (2005) tarafından geliştirilen 29 maddelik Değişime Karşı Tutum Ölçeği ve bilgi formu kullanılmıştır. Anketin geçerlilik ve güvenilirliği test edilmiştir. Çalışmadan elde edilen veriler SPSS istatistik programı ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre sağlık çalışanlarının kişisel bilgilerinin değişime ilişkin tutum geliştirmede farklı etkilere sahip olduğu ve DKTÖ en düşük puan ortalamasının kamu hastanesinde olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma sonucunda sağlık çalışanlarının değişime karşı kaygılarının azaltılması yönünde çalışmaların yapılması önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Değişim, Sağlıkta Dönüşüm Programı, Sağlık Çalışanları

## Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Uyku Problemleri ile İlgili Bilgi Düzeyleri

Dr. Öğretim Üyesi Zafer Çambay

### Öz

Uyku, hayatımızın üçte birini geçirdiğimiz ve sağlıklı yaşam için vazgeçilmez bir olgudur. Uyku sırasında çeşitli solunum bozukluklarına üniversite öğrencilerinde oldukça sık rastlanmaktadır. En fazla rastlanan şikayet horlamadır. Basit bir horlama bile çok önemli bir durumun ilk habercisi olabilir. Ayrıca öğrencilerin ders başarısını olumsuz etkileyebilir ve çeşitli davranış problemlerine yol açabilir. Uyku solunum bozuklukları (horlama, tıkalı uyku apne sendromu) erken tanı ve tedavisi yapılmadığında büyüme-gelişme geriliği, okul performansında düşme, davranış bozukluğu, pulmoner hipertansiyon, kalp yetmezliği ve ani ölümlere neden olabilmektedir. Bu çalışmanın amacı öğrencilerin uyku problemleri konusunda bilgileri ve bunlarla başa çıkabilme kapasiteleri ölçülmüştür. Sigara kullananların horlama problemleri, cep telefonu ve sosyal medya takibi sebebiyle gece uyumama uyku verimliliğinin azalması, il dışından gelen ve ailesinden uzak olması öğrencilerin yurt ortamında kalması gece uyumamaları ve yatak kalitesi adaptasyon gibi problemler olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak öğrencilerin uyku problemleri hakkında bilgisinin olmadığı çeşitli nedenlerden dolayı uyku düzensizliklerinin olduğu saptanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Uyku, Horlama, Sağlık

## Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerin İlk Yardım Konusundaki Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi

Dr. Öğretim Üyesi Zafer Çambay

### Öz

İlkyardım, herhangi bir kaza ya da yaşamı tehlikeye düşüren bir durumda sağlık görevlilerinin yardımı sağlanıncaya kadar hayatın kurtarılması ya da durumun daha kötüye gitmesini önleyebilmek amacıyla yapılan uygulamalardır. Bu çalışma Fırat Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerin ilk yardım konusunda bilgi düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada Fırat Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu 1. ve 2.sınıf toplam 278 öğrencilerin 20 soruluk anket çalışması yapılmıştır. %52.6 Erkek ve %47.4 Kız oluşturmaktadır. Öğrencilerin, ilkyardımla ilgili bilgi düzeyleri incelendiğinde, ilkyardım amacının hayati tehlikeyi ortadan kaldırmak olduğu (% 89,1), ilk müdahaleden sonra 112'nin aranması gerektiğini (% 83,9) ve yaralının yerinden oynatılmaması konusunda dikkat edilmesi gerektiğini (% 84,2) bildikleri saptanmıştır. Öğrencilerin, hayati önem taşıyan desteğe ilişkin bilgi düzeyleri incelendiğinde, solunumu olmayanlara suni solunum uygulanması gerektiği (% 78), solunumu kalp masajının kalbin üzerine yapılacağını belirten öğrenci oranının yüksek olması ise (% 87,2) öğrencilerin kalp masajının yapıldığı yer konusunda bilgilerinin olmadığını düşündürmektedir. Anket sorularını doğru olarak cevaplayan öğrencilerin ilk yardım dersini aldığı ve başarılı olduğu saptanmıştır. İster sağlık eğitimi alsın ya da almasın bazı öğrencilerinde ilk yardımla ilgili konularda yanlış inanç ve uygulamalarının da olduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** İlk Yardım, Sağlık, Bilgi



## Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Hasta ve Çocuk Hakları Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi

Öğr.Gör. Hamdi Öztürk - Öğr.Gör. Deniz Akalın -Öğr.Gör. Hakan Avan

### Öz

Çocuk Hakları Sözleşmesi Birleşmiş Milletler Genel Kurulunda Kasım 1989 tarihinde kabul edilmiştir. Ülkemizde ise 1990 yılında katılmış, Resmi Gazete’ de 1995 yılında yayınlanarak bu sözleşme kapsamına girmiştir. Bu sözleşme 54 maddeden oluşmaktadır ve temel noktaları; çocuğun yaşaması, gelişmesi, korunması, çocuklara yönelik her çeşit ayrımcılığın önlenmesidir. Toplumun her bireyinin toplumsal alanda hakları bulunmaktadır. Bu hakların en önemlilerinden bir tanesi de hasta haklarıdır. Hasta hakları olarak öncelikle; insan olarak saygı görme, optimal düzeyde sağlık hizmeti alma, bilgilendirilme, tıbbi işlemlerde onay alınması, özel hayata ve mahremiyete saygı gösterilmesi ve bakımın devamlılığının temin edilmesi gelmektedir. Ülkemizde hasta haklarını 1998 yılında yayınlanan bir yönetmelik ile uygulamaya geçirmiştir. Hasta haklarının ana hedefi hastanın tıbbi, fiziksel ve ruhsal olarak desteklenmesi ve toplumsal olarak daha güçlü bireyler elde etmektir. Bu çalışmada hastanede yatan çocuk hastanın yakınlarının hasta ve çocuk hakları bilgi düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Kesitsel tanımlayıcı türde planlanan araştırma Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Uygulama Ve Araştırma Hastanesin’ de çocuk servislerinde yatan hastaların yakınları ile Mart-Nisan 2018 tarihleri arasında yapılacaktır. Hasta refakatçilerinin hasta ve çocuk hakları düzeylerinin belirlenmesine yönelik yapılacak araştırma da kullanılacak anket soruları hastanede kalan refakatçilere yüz yüze görüşülerek 5-10 dk arasında doldurulacaktır. Anketteki sorular sosyo demografik sorular, hasta hakları ve çocuk hakları ile ilgili toplam 25 sorudan oluşmaktadır. Ön anket çalışması 10 kişi ile değerlendirilmiş anlaşılmayan sorular düzeltilmiştir. Çalışmanın verileri tamamen gizli tutularak uygun istatistiksel yöntemlerle bilgisayarda SPSS paket programı kullanılarak % 95 güven aralığında değerlendirilecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Hasta, Çocuk, Haklar, Hastane, Refakatçiler

## Sağlıklı Erkek Bireylerde Bakır ve Çinko Düzeyinde Egzersiz İndüklü Metabolik Stresin Etkisi

Dr. Öğretim Üyesi Sermin Algül - Doç.Dr. Oğuz Özçelik

### Öz

Yirmi antrenmanlı erkek bireyde bakır (Cu), çinko (Zn) ve bakır/çinko (Cu/Zn) oranının plazma düzeyinde egzersiz indüklü metabolik stresin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Antrenmanlı bireyler bir futbol maçı (standart 2x45 dakika) yapmışlardır. Etik onay çalışmadan önce alınmıştır. Venöz kan örnekleri maçtan önce ve hemen sonra alınmıştır. Plazma Zn ve Cu düzeyleri atomik absorpsiyon spektrofotometresi ile ölçülmüştür. MDA düzeyi ( $0.707 \pm 0.2 \mu\text{mol/L}$ 'den  $0.977 \pm 0.2 \mu\text{mol/L}$ 'ye  $p < 0.05$ ) %44'lük artışla metabolik stress düzeyinde futbol maçı indüklü artışı göstermektedir. Cu düzeyi bazalden ( $0.127 \pm 0.04 \text{ ppm}$ ) futbol maçı sonunda ( $0.174 \pm 0.05 \text{ ppm}$ ) anlamlı oranda artmıştır. Zn düzeyi  $1.125 \pm 0.2 \text{ ppm}$ 'den  $1.024 \pm 0.2 \text{ ppm}$ 'e (-5.9 %) istatistiksel olarak anlamlı olmayan oranda azalmıştır. Cu/Zn oranı  $0.118 \pm 0.01$ 'den  $0.183 \pm 0.01$ 'ye ( $P < 0.001$ ) (61.1 %) istatistiksel olarak anlamlı oranda artmıştır. Sonuç olarak futbol maçı indüklü metabolik strese stress ile ilgili elementler olan Cu, Cu/Zn oranı önemli etkilere sahiptir fakat Zn düzeyi sahip değildir.

**Anahtar Kelimeler:** Eser Elementler, Aerobik Egzersiz, Oksidatif Stres, Futbol Maçı

## Sağlıklı Yaşamda Güneşin ve D Vitamininin Önemi

**Doç.Dr. Meral Ekim - Prof.Dr. Hasan Ekim**

### Öz

Güneş ışığı vitamini olarakta adlandırılan D vitamininin sadece çocukların ve yetişkinlerin iskelet sisteminin sağlığında değil aynı zamanda otoimmün hastalıklar, malignite ve kardiyovasküler hastalıkları da kapsayan kronik hastalıklarda da önemli rolü vardır. Ayrıca, immün sistem üzerine etkisi nedeniyle D vitamini enfeksiyonların önlenmesinde rol oynar. Vücudun Vitamin D ihtiyacının %95'i güneşin ultraviyole ışınları sayesinde cildimizdeki 7-dehidrokolesterol'dan sentezlenir. Yağlı balıklar, yumurta sarısı, yeşil soğan, süt ve brokoli gibi gıdalar vitamin D bakımından zengin olmakla birlikte, hiçbiri günlük ihtiyacı karşılayacak kadar D vitamini içermemektedir. Bundan dolayı güneşten yararlanmak gerekir. Yağda eriyen vitaminlerden olan D vitamini, barsaklarımızdan kalsiyum ve fosfatın emilimini attırarak kalsiyum ve fosforun kan seviyelerinin ayarlanmasında, kemik döngüsünün sürdürülmesinde rol oynar. Bundan dolayı, D vitamini çocuklarda gelişen kemik dokusunun, yetişkinlerdeyse kemik gelişmesi ve mineralizasyonu için yeterli kalsiyum ve fosfor seviyelerini sağlar. D vitamini eksikliğinde çocuklarda, rikets hastalığı erişkinlerdeyse osteoporoz gelişir. Vitamin D eksikliği, ayrıca, kalsiyum dengesini bozarak sekonder hiperparatiroidizme bile yol açabilir. Ayrıca, diyabet, hipertansiyon ve miyokart enfarktüsü riski D vitamini eksikliğinde artmaktadır. Eksikliği gibi D vitamini fazlalığı da zararlıdır. Ancak, D hipervitaminozu ancak ilaçlarla aşırı miktarda D vitamini alınmasıyla gelişebilir. Nitekim gün boyu güneşe maruz kalan sahillerde çalışan cankurtaranlarda bile hiç vitamin D intoksikasyonuna rastlanmamıştır Güneşten koruyucu kremler vitamin D sentezini önleyebilir. Bu nedenle kullanılmaları önerilmemelidir. Ayrıca, kapalı salonlardan ziyade açık havada egzersizlerin yapılması şüphesiz sağlığımız için daha yararlı olacaktır. Sonuç olarak, sağlığımız için yeterli D vitamini seviyesine ulaşmamız için güneşten mutlaka yararlanmamız gerekmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Güneş, Vitamin D, Sağlık

## Sağlıkta Alanında Yeni Bir Kalite Göstergesi Olarak; Mekanik Trombektomi

Dr. Öğretim Üyesi Gökhan Özdemir

### Öz

İskemik kaynaklı inmeler çoğunlukla embolik arteriyel oklüzyona bağlıdır. Akut dönemde işlevlerini yitiren, ancak canlılığını henüz kaybetmemiş hücreleri kurtarmak nörolojik kaybın sınırlanmasını sağlayacaktır. 1996 yılından beri uygulanan intravenöz tedavi ile verilen litik ajanın oklüzyon yerine yeterli miktarlarda ulaşmaması, rekanalizasyonun başarı şansını azaltmaktadır. İnternal karotid arter oklüzyonlarında İV trombolitik tedavinin başarı oranı %10'dan az, orta serebral arter (MCA) M1 parçasında ise %30'dan azdır. Buna karşın endovasküler tedavilerden olan intraarteriyel trombolitik ve mekanik trombektomi tedavi penceresinin biraz daha geniş ve rekanalizasyon etkinliğinin de daha yüksek olduğu görülmüştür. OLGU SUNUMU 40 yaşında erkek hasta sol taraflı güçsüzlük, konuşamama ve bilinç bozukluğu nedeni ile acil servisimize getirildi. Çekilen MR diffüzyonda sağ orta serebral arter (MCA) sulama alanında diffüzyon kısıtlanması izlendi (Resim 1), beyin bilgisayarlı tomografide (BBT) kanama alanı olmayan hasta 2. saatinde anjiyografi laboratuvarına alındı. Sağ MCA üst divisyon proksimalinde oklüzyon izlendi (Resim 3). Hastaya 10 mg IA-tPA verildi. 4-20 retriever stent ile 2 kez trombektomi yapıldı. 2. trombektomide stent ile beraber pıhtı materyali alındı (Resim 2). Rekanalizasyon sağlandı (Resim4). Rekanalizasyon sağlandıktan sonra hastada ayak hareketleri başladı. 1.saat muayenesinde bilinci açıldı, komutlara uyuyordu. Hasta şifa ile taburcu edildi.TARTIŞMA Akut inmede tedavinin amacı oklude damarın hızla revaskularize edilmesidir. Akut iskemik inme tedavisinde yeni nesil serebral mekanik trombektomi cihazlarının (stentriever) kullanıldığı randomize prospektif çalışmalarda intrakranial büyük damar oklüzyonu varlığında endovasküler tedavinin standart tedaviye göre daha yüksek oranda rekanalizasyon ve reperfüzyon sağladığı ve böylece daha iyi fonksiyonel sonuçlara ulaşıldığı gösterilmiştir. Proksimal damar oklüzyonu saptanan akut inme hastalarında intraarteriyel tedavi seçenekleri mutlaka tedavi stratejimizde yer almalıdır. SONUÇ İskemik inme (felç) ölüm nedenleri arasında ikinci ve erişkinlik döneminde meydana gelen özür lülük nedenleri arasında birinci sıradadır. Bu yüzden çok önemli bir sağlık sorunudur. Fakat son iki yıl içerisinde uygulanmaya başlayan, beyin damarları için yapılan endovasküler tedavi ile bunun önüne geçilebilir. Bu tedavi modalitesinin uygulanması ancak iyi eğitim almış hekimler ve uygun standartlara sahip yerlerde yapılabilir. Dünyanın gelişmiş ülkelerinde bunu karşılayacak olacak inme merkezlerinde bu tedavi prosedürleri yapılmaktadır. Ülkemizde az sayıda yerlerde bu işlemler yapılabilir. Bu yüzden hızlı ve düzgün bir şekilde; yeterli alt yapının oluşturularak, ilgili sağlık personelinin eğitimi sağlanmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Nöroloji, Beyin Damar Hastalıkları, Sağlıkta Kalite, Endovasküler Tedavi

## Spastik Serebral Palsili Çocukların İnce Motor Becerileri Düzeylerinin Ebeveynleri Üzerindeki Etkisi

Arş.Gör. Melis Bağkur - Doç.Dr. Bilge Başakçı Çalık - Arş.Gör. Tuba Yerlikaya

### Öz

Çalışmanın amacı Kuzey Kıbrıs'ta spastik serebral palsili çocukların ince motor beceri düzeylerinin aileyi nasıl etkilediğini ve yaşam kalitesini nasıl değiştirdiğini araştırmaktır. Ayrıca anne ile baba arasında etkilenim arasında bir fark olup olmadığını ortaya koymaktır. Bireyler ve Yöntem: Çalışmaya Kuzey Kıbrıs'ta özel eğitim merkezlerinde fizyoterapi eğitimi alan toplamda 36 spastik serebral palsili çocuk (17 kuadriplejik, 13 diplejik ve 6 hemiplejik) ve ebeveynleri katıldı. Çocukların ince motor beceri düzeyleri El Yetenek Sınıflandırma Sistemi (MACS) kullanılarak sınıflandırıldı. Ailenin etkilenimini ve yaşam kalitesini belirlemek için ise Aile Etki Ölçeği (AEÖ) ve Yaşam Kalitesi Ölçeği (SF-36) kullanıldı. Serebral palsili çocuklar MACS göre seviye 1-2 "hafif" (n=15), seviye 3-4-5 "orta-şiddetli" (n=21) olarak iki gruba ayrıldı. Bulgular: Grup 1 ve grup 2 annelerinin AEÖ ve SF-36 skorları arasında anlamlı bir fark bulunmadı (p=0,618, p=0,395). Grup 1 ve grup 2 babalarının AEÖ ve SF-36 skorları arasında anlamlı bir fark bulunmadı (p=0,234, p=0,327). Ayrıca aynı grup içindeki annelerin ve babaların AEÖ ve SF-36 skorları birbirleri ile kıyaslandığında anne-baba arasında anlamlı bir fark gözlenmedi. Sonuç: Çalışmamızın sonunda Kuzey Kıbrıs'taki spastik serebral palsili çocukların ince motor beceri düzeylerinin ailelerin etkilenimini ve yaşam kalitesini değiştirmedeği, ayrıca anne ile babanın etkilenimi ve yaşam kalitesi arasında anlamlı fark çıkmadığı görüldü.

**Anahtar Kelimeler:** Serebral Palsiyi, Aile, İnce Motor Becerileri

## Spor Organizasyonlarında Sanal Gerçeklik Uygulamalarının Görünümü

**Doç.Dr. Sebahattin Devocioğlu - Atilla Bingöl - Dr. Öğretim Üyesi Nurhan Halisdemir**

### Öz

Bilgisayar sistemlerinin günümüzde hızla gelişmesi, ticaretten eğitime, reklamlardan pazarlamaya, oyun ve eğlenceden mimarlığa kadar hemen her sektörde önemli teknolojik ve yenilikçi değişimleri de beraberinde getirmektedir. İletişim için geliştirilen yazılımsal ve donanımsal araç ve gereçlerin sağladığı görsellik ve bireyin yaşadığı dünyanın sınırlamalarından kurtulup, yeni ve farklı bir evreni tecrübe etme arzusu, son yıllarda iletişim teknolojisinin rotasını sanal ortamları geliştirmeye doğru yöneltmiştir. Bilgisayarlar tarafından yaratılan dinamik bir ortamla karşılıklı iletişim imkanı tanıyan bir benzetim modeli olan Sanal Gerçeklik (VR-Virtual Reality) teknolojisi; “Bilgisayar ortamında oluşturulan 3 boyutlu (3D-3 Dimensional) resimlerin ve animasyonların teknolojik araçlarla insanların zihinlerinde gerçek bir ortamda bulunma hissini vermesinin yanı sıra, ortamda bulunan bu objelerle etkileşimde bulunmalarını sağlayan teknoloji” olarak tanımlanmaktadır. İlk kez 1960’lı yıllarda ortaya atılan Sanal Gerçeklik kavramı ile ilgili literatür incelendiğinde Siberuzay (Cyberspace), Yapay Gerçeklik (Artificial Reality), Sanal Dünya (Virtual World), Sanal Çevre (Virtual Environment) gibi farklı terimlerle de ifade edildiği görülmektedir. 1980’li yılların sonuna doğru “Sanal Gerçeklik” kavramı, benzer cihazlar için bir kavram olarak literatüre yerleşmiştir. Sanal gerçeklik uygulamaları yakın bir geçmişe kadar sadece oyun ve eğlence sektöründe önemli bir yer teşkil etmesine karşın, son yıllarda olimpiyatlar, dünya şampiyonaları, spor ligleri gibi organizasyonlar gibi birçok sportif faaliyetlerde de çeşitli sanal gerçeklik uygulamalarına geniş yer verilmiştir. Bu teknoloji sayesinde kullanıcılar, çeşitli çevre birimleri (kafa seti, gözlük vb.) aracılığıyla sanal ortamlara dahil olabildikleri için, katılımcıların spor organizasyonlarını yerinde izleyebilmeleri, organizasyonlara katılmaları ve yönlendirebilmeleri mümkün görünmektedir. Bu çalışmada spor organizasyonlarında sanal gerçeklik uygulamalarının görünümü betimsel yöntem ile değerlendirilecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Organizasyon, Sanal Gerçeklik

## Sportif Eğitim ve Faaliyetlerinde Artırılmış Gerçeklik Uygulamaları

**Doç.Dr. Sebahattin Devecioğlu - Dr. Öğretim Üyesi Nurhan Halisdemir - Atilla Bingöl**

### Öz

Gerçekte var olan bir ortamın üzerine bilgisayar ortamında oluşturulmuş verilerin 3D (3 Dimensional) olarak adapte edilmesiyle oluşturulmuş Artırılmış Gerçeklik (AR-Augmented Reality) teknolojisi 4 farklı çevre biriminin birleşimidir. Bu çevre birimleri; öncelikli olarak kamera, ikinci olarak bilgisayar alt yapısı, üçüncü olarak bir işaretleyici ve son olarak gerçek dünyadan oluşmaktadır. Eğitim, tanıtım ve pazarlama gibi faaliyetlerde gerekli olan mekan, hacim, katalog, eğitim seti vb. maliyetleri epeyce düşürdüğü ve interaktif bir ortamda amaca erişmeye imkan sağladığı için birçok sektörde ve alanda tercih edilen artırılmış gerçeklik uygulamaları, sportif eğitim ve faaliyetler açısından da önem arz etmektedir. Sporcular, spor takımları ve eğitimcileri her zaman daha iyi sonuçlar almanın ve başarıya ulaşmanın yollarını aramaktadır. Bu bağlamda, yeni teknolojiler profesyonel sporcuların tekniklerini geliştirmeleri ve uygulamanın artı ve eksilerini tahmin etmeleri için büyük bir şans oluşturmaktadır. Artırılmış gerçeklik uygulamalarının sportif eğitim ve faaliyetlerde kullanılması, sporcuların; atlama, koşma, yürüme, sıçrama, atış, vurma gibi hareketlerini gerçek zamanlı olarak takip etmesine, zayıf yanlarını belirleyerek tekniğini geliştirmesine ve antrenman düzenini bu verilere göre ayarlamasına imkan sunmaktadır. Sportif eğitim ve faaliyetlerinde artırılmış gerçeklik uygulamaları için akıllı gözlük, mobil cihazlar, 3D projeksiyonlar gibi araç ve gereçlerin kullanımı gün geçtikçe artmakta ve golf, atletizm, kayak, tenis, futbol gibi birçok spor dalında sporculara eğitim ve antrenman desteği sağlamaktadır. Bu araştırmada da, sportif eğitim ve faaliyetlerinde artırılmış gerçeklik uygulamaları betimsel olarak değerlendirilecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Eğitim, Faaliyet, Artırılmış Gerçeklik

## Temre Tedavisinde Şifa Ocakları: Kahramanmaraş İli ve Yöresi Örneği

**Okutman Zerife Orhan - Öğr.Gör. Arzu Kayış - Öğr.Gör. Nermin Demirci - Mahmut Bayram Orhan**

### Öz

Bazı kişilerin, kişiliklerinde mevcut olan olağanüstü kabiliyetleri sayesinde, muhtelif hastalıkları tedavi edebileceğine inanılır. Bu kişilere “ocaklı”, oturdukları eve ise “ocak” adı verilir. Kişinin ocaklı olabilmesi için öğrenim görmesine gerek yoktur. Bu yetenek tamamen soydan gelen mistik bir karakter taşır. Temriye, deride yer yer küme durumundaki bir takım kabartılarla kendini gösteren cilt hastalığı, hak arasında da “temre”, “demra” şeklinde de söylenmektedir. Hastalıkla ilgili olarak, halk arasında “Temre ocağı”na ya da aile geçmişinde bu yönde şifa verebileceğine inanılan kişilere gidildiğinde temrenin iyileşeceği inancı yaygın olarak görülebilmektedir. Kahramanmaraş ve yöresinde temre hastalığının tedavisinde ocak kabul edilen yerler bulunmaktadır. Bu hastalığın tedavisi ile ilgili olarak bu ocak’larada farklı uygulamalar bulunmaktadır. Bunlar; ocağa mensup kişilerce temre olan bölgenin yazılması, bir çeşit temre otu olarak anılan bir otun giyilen çamaşıra sürülmesi, temre olan bölgeye tükürülmesi ya da temrenin etrafında iğne ile batırmadan batırır gibi hareketlerin yapılması ve aynı zamanda Kur’an’dan okuma yapılan uygulamalardır.

**Anahtar Kelimeler:** Temre Tedavisi, Şifa Ocakları



## Tenis Branşıyla Uğraşan Sporcuların Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi

Arş.Gör. Mehmet Kartal - Öğr.Gör. Hande İnan - Dr. Öğretim Üyesi Fatih Murathan -  
Arş.Gör. Esra Bayrak Ayaş - Dr. Öğretim Üyesi Aykut Dündar

### Öz

Bu araştırmanın amacı tenis branşıyla uğraşan sporcuların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmaya Adıyaman ilinde lisanslı olarak tenis branşıyla uğraşan 85 bayan 38 erkek olmak üzere toplamda 123 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Lemmens ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen, Türkçe formunun geçerlilik ve güvenirlik çalışması Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından yapılan “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7)” kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 15.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda cinsiyet değişkenine göre araştırmaya katılan tenis sporcularının ölçek toplam puanı üzerinden anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Erkek sporcuların bayan sporculara göre daha fazla dijital oyun bağımlısı olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca sporcuların sınıf değişkenine göre oyun bağımlılığı düzeylerine ilişkin anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılığın 5. Sınıf ile 7, 8, 9, 10. sınıflar, 6. sınıf ile 10. sınıf, 7. sınıf ile 9 ve 10. sınıf arasında olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Dijital Oyun, Bağımlılık, Tenis, Sporcu

## Tenis Maçlarının Notasyonel Analizi Üzerine Genel Bir Bakış

**Dr. Öğretim Üyesi Bülent Kilit - Dr. Öğretim Üyesi Erşan Arslan - Dr. Öğretim Üyesi  
Ömer Cengiz - Öğr.Gör. Yusuf Soylu**

### **Öz**

Bu çalışmada tenis maçlarının notasyonel analizinin incelemesi amaçlanmıştır. Tenis kısa sürelerde, submaksimal yoğunlukta tekrarlanan hareketlerle ve uzun dinlenme dönemlerinde aralıklı egzersizlerle karakterize edilen bir spordur. Teniste performans oyuncuların cinsiyetlerine ve seviyelerine göre değişkenlik gösterirken, bu değişkenlerin yanı sıra farklı kort zemini ve top çeşidi gibi oyuna özgü değişkenlere göre değişir. Bu bağlamda, tenis maçları sırasında ölçülen ralli süresi, dinlenme süresi, çalışma-dinlenme oranı, aktif oyun süresi ve ralli vuruşları gibi değişkenleri göz önünde bulundurularak, tenis sporun ihtiyaçlarına göre uygun antrenman programları hazırlanmalıdır. Bu çalışma ile sahadaki tenis performansını iyileştirmek ve geliştirmek için antrenörler ve spor bilimcileri için bir rehber olarak yardımcı olabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Tenis Maç Oyunu, Notasyonel Analiz.

## Tip 2 Diabetes Mellitus'lu Bireylerde Cinsiyete Göre Üst Ekstremitte Fonksiyonel Durumunun Etkileniminin İncelenmesi

Arş.Gör. Tuba Yerlikaya - Doç.Dr. Bilge Başakçı Çalık - Prof.Dr. Uğur Cavlak -  
Arş.Gör. Melis Bağkur

### Öz

Bu çalışma tip 2 diyabetli hastalarda cinsiyete göre üst ekstremitte fonksiyonel durumunun etkilenimini incelemek amacıyla planlanmıştır. Materyal Metot: Çalışmaya 20 Tip II DM'lu erkek (54.1±7.9 yıl) ve 20 kadın (56.0±4.7yıl) toplam 40 kişi katıldı. Katılımcıların fonksiyonel değerlendirmesi için üst ekstremitte ömrünü ve fonksiyonel durumunu değerlendiren Kol Omuz ve El Sorunları Anketi Türkçe versiyonu (DASH-T) kullanıldı. 30 sorudan oluşan DASH anketinin; 21 sorusu kişinin günlük yaşam aktiviteleri sırasında zorlanmasını, 5 sorusu semptomları (ağrı, aktiviteye bağlı ağrı, karıncalanma, sertlik, güçsüzlük), geriye kalan 4 sorunun her biri sosyal fonksiyon, iş, uyku ve kişinin kendine güvenini değerlendirmekte idi. El kavrama kuvvetini değerlendirmek için el dinamometresi (TTK5401) kullanıldı. Karşılaştırmalı analizde Mann-Whitney U testi kullanıldı ve anlamlılık düzeyi  $p<0.05$  idi. Bulgular: Her iki grubu üst ekstremitte fonksiyonel durumu DASH-T puanı ( $p=0.00$ ) ve el kavrama kuvveti ( $p=0.00$ ) açısından karşılaştırdığımızda istatistiksel olarak erkek grup lehine anlamlı fark gösterdi. Sonuç: Çalışmamızın sonunda TipII DM'lu bireylerde kadın hastaların erkek yaşlılarına göre üst ekstremitte fonksiyonel durumu ve el kavrama kuvvetinin daha kötü olduğu görüldü.

**Anahtar Kelimeler:** Diyabet, Fonksiyonel Seviye, Üst Ekstremitte, Cinsiyet

## **Türkiye 2. Lig ve 3.Lig’inde Oynayan Profesyonel Futbolcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin İncelenmesi**

**Öğr.Gör. Yusuf Soylu - Dr. Öğretim Üyesi Ömer Cengiz - Dr. Öğretim Üyesi Erşan Arslan - Dr. Öğretim Üyesi Bülent Kilit**

### **Öz**

Duygusal zekâ, sporcunun zihinsel ve fiziksel becerilerini sergilemesindeki etkileyici rollerden birisi olarak görülmektedir. Kişinin kendi farkındalığı ve bu farkındalık temelinde oluşan empati, motivasyon ve grup dinamiği için önemli faktörlerden olan kişilerarası iletişimin temelini oluşturan duygusal zekâ, sporcuların başarısı için önemli bir yer tutmaktadır. Bu araştırma 2016-2017 yılında Türkiye Spor Toto 2. Lig ve 3.Lig’inde oynayan profesyonel futbolcuların duygusal zekâ düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelemek üzere yapılmıştır. Araştırmaya, Türkiye 2. Ligi’nde bulunan, Keçiören Gücü, Etimesgut Belediye Spor, Hacettepe Spor ve Kocaeli Birlik Spor ve 3. Ligi’nde bulunan Ankara Adliye Spor, Ankara Demir Spor, Kocaeli Spor, Adana Kozan Spor ve Erzin Spor takımlarında oynayan toplam 225 profesyonel futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada, nicel desenli betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Schutte ve ark (1998) tarafından geliştirilen daha sonra Austin ve ark (2004) tarafından 41 madde olarak tekrar revize edilen ve Türkçe uyarlaması Arkun, Tok ve Saltukoğlu (2011) tarafından yapılan Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ ölçeği kullanılmıştır. Veri analizi için SPSS 21 programı kullanılmıştır. Araştırma sonucu incelendiğinde, lig statüsü değişkeni ile duygusal zekâ arasında İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi, duyguların kullanımı ve duyguların değerlendirilmesi alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Alt yapısından yetiştiği lig ve eğitim değişkenleri ile duygusal zekâ arasında istatistiksel olarak bir fark olmadığı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Duygusal Zekâ, Futbol, Futbolcu

## Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığının, Yeme Davranışı ve Benlik Saygısı ile İlişkisinin Değerlendirilmesi

Doç.Dr. Yasemin Akdevelioğlu - Arş.Gör. Teslime Özge Yörüsün

### Öz

Medyanın özellikle gençlerde beden algısının bozulması, benlik saygısının azalması ve bunlara bağlı olarak da yeme davranışının bozulması ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Günümüzde üniversite öğrencileri arasında sosyal medyanın diğer medya araçlarından daha popüler olmasından dolayı bu araştırma, üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarının yeme davranışlarına ve benlik saygılarına olan etkilerini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırma kapsamında bireylere araştırmacılar tarafından oluşturulan ve 6 kısımdan (sosyo-demografik özellikler, beslenme alışkanlıklarına ve sosyal medya kullanımlarına ilişkin bilgiler, sosyal medya bağımlılığı ölçeği, Rosenberg benlik saygısı envanteri, Hollanda yeme davranışı anketi) oluşan anket formu yüz yüze görüşülerek uygulanmıştır. Gazi Üniversitesi'nde eğitim gören yaşları 17-35 yıl arasında olan 964 öğrenci (200 erkek, 764 kadın) çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmada öğrencilerin %69.2'sinin sosyal medya bağımlısı oldukları belirlenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin kısıtlayıcı yeme, duygusal yeme ve dışsal yeme davranış skorlarının ortalaması sosyal medya bağımlısı olmayanların ortalamalarından yüksek, benlik saygısı skorları ise düşük bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Çalışmada sosyal medya bağımlısı olan bireylerin %45.7'sinin olmayanların da %28.3'ünün benlik saygısının düşük olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ). Bu sonuçlar doğrultusunda sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin yeme bozukluklarının etiolojisinde rol oynadığı düşünülen kısıtlayıcı, duygusal ve dışsal yeme davranışlarını daha fazla gösterdikleri, benlik saygılarının daha düşük olduğu görülmüştür. Bu nedenle yeme bozukluğu bulunan veya yeme bozukluğuna yatkınlığı olan bireylerin tedavilerinde sosyal medya bağımlılığı durumunun da göz önünde bulundurulmasının, tedavi sürecini olumlu yönde etkileyebileceği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal Medya Bağımlılığı, Yeme Bozukluğu, Yeme Davranışı, Benlik Saygısı, Üniversite Öğrencileri

## Üniversite Öğrencilerinin Spor Kavramına İlişkin Algılarının İncelenmesi (Adıyaman Üniversitesi Örneği)

Öğr.Gör. Hande İnan - Arş.Gör. Mehmet Kartal - Arş.Gör. Esra Bayrak Ayaş

### Öz

Spor kavramının metaforlarla açıklanması öğrencilerin spor olgusuna ilişkin algı ve beklentilerinin daha iyi değerlendirilmesi açısından etkili olacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, çalışmanın temel amacı Adıyaman Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin spor kavramına ilişkin sahip oldukları algıları metaforlar aracılığıyla ortaya çıkarmaktır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Adıyaman Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya 67 bayan 30 erkek olmak üzere toplamda 97 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmanın verileri her öğrencinin "Spor... gibidir; çünkü..." cümlesini tamamlamasıyla elde edilmiştir. Verilerin analiz edilmesinde içerik analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, araştırmaya katılan öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun (%77,64) spor kavramıyla ilgili olumlu metaforlar geliştirdiği %22,6'sının ise olumsuz metaforlar geliştirdiği tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Metafor, Spor, Algı, Öğrenci

## Voleybol Oyuncularının ve Dövüş Sporcularının Görsel ve İşitsel Reaksiyon Sürelerinin Değerlendirilmesi

**Dr. Öğretim Üyesi Özgür Dinçer - Dr. Öğretim Üyesi Erdal Arı - Araştırmacı Tuğba Yayla - Araştırmacı Zübeyde Şenel**

### Öz

Basit reaksiyon zamanı kişiye verilen tek uyarı ile tek cevap arasındaki geçen süre şeklinde ifade edilebilir. Voleybol ve dövüş sporlarında zamanlama ve reaksiyon, atak ve savunma pozisyonlarında oldukça önemlidir. Bu çalışmanın amacı, voleybol oyuncularının ve dövüş sporcularının görsel ve işitsel reaksiyon sürelerini değerlendirmektir. Yöntem: Bu çalışmaya, 1. Lig ve 2. Lig düzeyinde oynayan 15 voleybol oyuncusu (Yaş =  $20,66 \pm 2,12$  yıl, boy uzunluğu =  $182.0 \pm 7.4$  cm., vücut ağırlığı =  $74.7 \pm 11.7$  kg.) ve 15 milli dövüş sporcusu (Yaş =  $20,33 \pm 2,84$  yıl, boy uzunluğu =  $172.0 \pm 6.5$  cm., vücut ağırlığı =  $62.1 \pm 12.0$ ) gönüllü olarak katılmıştır. Basit görsel ve işitsel reaksiyon süresi ölçümleri reaksiyon ölçüm cihazıyla yapılmıştır (Moart, Lafayette Instrument, USA). Sporcular reaksiyon cihazından görsel ve sesli uyarı verildiğinde, baskın ve baskın olmayan ellerinin işaret parmaklarıyla cihaz üzerinde reaksiyon için belirlenen butona dokunmuşlardır ve reaksiyon süreleri saniye olarak kaydedilmiştir. Çalışmadan elde edilen verilerin dağılımının normalliği test edilmiş ve gruplar arası farklılıklar Mann Whitney-U testi ile belirlenmiştir. Bulgular: Araştırma sonuçlarına göre, baskın ve baskın olmayan el bakımından dövüş sporlarında yarışan milli sporcuların, voleybol oyuncularından anlamlı derecede daha iyi basit görsel ve işitsel reaksiyon süresi değerlerine sahip olduğu belirlenmiştir (Baskın el-görsel reaksiyon =  $0.36 \pm 0.40$  sn.,  $0.49 \pm 0.70$  sn.; baskın el-işitsel reaksiyon =  $0.34 \pm 0.40$  sn.,  $0.44 \pm 0.50$  sn.; baskın olmayan el-görsel reaksiyon =  $0.38 \pm 0.40$  sn.,  $0.48 \pm 0.60$  sn.; baskın olmayan el-işitsel reaksiyon =  $0.34 \pm 0.40$  sn.,  $0.46 \pm 0.50$  sn.,  $p < 0.05$ ). Sonuç: Sonuç olarak, dövüş sporlarında hızlı tekniklerin, ani atak ve savunma tekniklerinin daha çok kullanılmasından ve sonucu belirleyen bu tekniklere yönelik özel antrenmanların daha çok uygulanmasından dolayı, dövüş sporları ile uğraşan sporcuların voleybol oyuncularından daha iyi görsel ve işitsel reaksiyon süresi değerlerine sahip olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Voleybol, Dövüş Sporları, Görsel ve İşitsel Reaksiyon

## Voleybol ve Dövüş Sporları Sporcularının Denge Özelliklerinin Karşılaştırılması

**Dr. Öğretim Üyesi Özgür Dinçer - Prof.Dr. Çağla Güğünagaoglu**

### Öz

Denge, tüm spor branşlarında önemli hale gelen, küçük yaştan itibaren geliştirilmesi gereken önemli bir motorsal özelliktir. Voleybol ve dövüş sporu ile ilgilenen sporcularının denge yetilerinin, olumlu ve olumsuz performans ve sakatlık süreçleri açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bizde bu bağlamda çalışmamızda, voleybol ve dövüş sporları ile ilgilenen profesyonel sporcuların statik ve dinamik denge yetilerini karşılaştırmayı amaçladık. Yöntem: Çalışmamıza, Voleybol 1. Lig ve 2. Lig kategorisinde oynayan yaş ortalaması  $22,00 \pm 2,3$  olan 15 voleybol sporcusu ve milli düzeyde yaş ortalaması  $21,00 \pm 2,55$  olan 15 dövüş sporları sporcusu katılmıştır. Statik denge ve dinamik denge ölçümleri için CSMI marka Prokin TecnoBody izokinetik denge ölçüm aleti kullanılmıştır. Statik test, sabit platformda çift ayak üzerinde ve tek ayak (sağ ve sol) duruş pozisyonunda gözler açık ve gözler kapalı olarak gerçekleştirilmiştir. Çift bacak testte duruş pozisyonu, ayaklar omuz genişliğinde açık ve ayakların duruş pozisyonları platformun x ve y eksenini üzerindeki çizgiler referans alınarak, orijin noktasına eşit uzaklıkta duracak şekilde belirlenmiştir. Tek ayak testte ise orijin noktasına tek ayak ortalarak duracak şekilde belirlenmiştir. Denge skoru büyüdükçe bireyin dengesi kötü, skor küçüldükçe dengesi iyi varsayılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizi yapılmış, Mann Whitney U testi ile gruplar arası fark tespit edilmiştir. Bulgular: Yapılan tekrarlı ölçümlerde gruplar arası, kapalı göz ortalama basınç merkezi Y, açık göz ortalama basınç merkezi X, tek ayak sol kullanılan alan, tek ayak sol ortalama basınç merkezi Y, tek ayak sol ortalama basınç merkezi X, sol ayak kullanılan çevre, romberg testi gözü kapalı/gözü açık alana oranı, ortalama denge hatası izleme, stabilite göstergesi ve ortalama kuvvet varyansı parametrelerinde  $P < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Sonuç: Çalışmada belirlediğimiz motorsal özellik olan denge değerleri, dövüşçülerin sol tek ayak statik denge ve çift bacak dinamik denge değerleri, voleybolculara göre daha iyi çıkmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Voleybol, Dövüş Sporları, Denge



## Vücut Farkındalık Düzeyi ve Yorgunluk Şiddetinin Ortaöğretim Seviyesindeki Sporcu ve Sedanter Bireylerde Karşılaştırılması

Dr. Öğretim Üyesi Arzu Erden - Arş.Gör. Murat Emirzeoğlu

### Öz

Çalışmada lise düzeyindeki genç sporcular ile sedanter bireylerin vücut farkındalık düzeyi(VFD) ve yorgunluk şiddetlerini karşılaştırmak amaçlandı. Yöntemler: Çalışmaya lisanslı 81(K:22/E:59) sporcu ile 81(K:37/E:44) sedanter birey dahil edildi. Katılımcıların sosyodemeografik bilgileri kaydedildi. Verilerin elde edilmesinde Vücut Farkındalık Anketi ve Yorgunluk Şiddet Ölçeği kullanıldı. Sonuçlar: Bireylerin yaş ortalaması  $15.27 \pm 1.23$  yıl, boy uzunluğu ortalaması  $171.46 \pm 9.51$  cm, vücut ağırlığı ortalaması  $61.95 \pm 11.54$  kg idi. Sporcu ve sedanter bireylerde VFD açısından fark yoktu ( $p > 0.05$ ). Sporcuların yorgunluk şiddeti sedanter bireylerden daha düşüktü ( $p = 0.01$ ). Yorgunluk ve vücut farkındalığı arasında her iki grupta da ilişki yoktu ( $p > 0.05$ ). Erkek sporcularda VFD daha iyi düzeyde iken; yorgunluk şiddeti kadın bireylerde daha yüksek seviyede idi ( $p = 0.01$ ,  $p = 0.00$ ). Sedanter bireylerde vücut farkındalığı ve yorgunluk bakımından cinsiyetler arasında fark yoktu ( $p > 0.05$ ). Karar: Yorgunluk şiddeti, ortaöğretim düzeyindeki sporcularda vücut farkındalığı ile doğrudan ilişkili değildir. Vücut farkındalığının spor ile ilişkisi farklı yaş gruplarındaki sporcu ve sedanterlerde de incelenmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Sedanter, Vücut Farkındalığı, Yorgunluk

## Yaşlı Bakımı Programı Öğrencilerinin Mesleklerini Tercih Etmelerini Etkileyen Faktörler ve Eğitimlerine Bakış Açıları: Kahramanmaraş Shmyo Örneği

Okutman Zerife Orhan - Öğr.Gör. Arzu Kayış - Öğr.Gör. Mehtap Sönmez - Öğr.Gör. Nermin Demirci

### Öz

Yaşlı Bakımı Teknikerlerine olan ihtiyaç, yaşam süresinin uzaması ve bağımlı nüfus oranının artmasına paralel olarak hızla artmaktadır. Meslek sayılarının her geçen gün artması ve uzmanlık gerektirmesi nedeniyle meslek seçimini etkileyen faktörler üzerinde odaklanılması önem arz etmektedir. Bu çalışmanın amacı Yaşlı Bakım Teknikerlerinin meslek seçiminde etkili olan faktörler ve mesleki eğitimlerine bakış açılarının değerlendirilmesidir. Yöntem: Çalışma tanımlayıcı bir araştırma olarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini 2017-2018 eğitim öğretim yılında eğitimine devam eden 148 Yaşlı Bakımı Programı öğrencisi oluşturmaktadır. Veriler, öğrencilerin demografik özellikleri, meslek tercihlerini etkileyen faktörler ve eğitimlerine bakış açılarını içeren toplam 34 sorudan oluşmaktadır. Verilerin analizinde SPSS 22.0 Windows paket programı kullanılmıştır. Veriler frekans, ortalama, standart sapma olarak verilmiştir. Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması  $19.4 \pm 3.71$ ' dir. Öğrencilerin %77.3' ü kız, %42.2' si meslek lisesi mezunu ve %60.9' u ailesinin yanında kalmaktadır. Yaşamlarının büyük çoğunluğunu il merkezinde geçirenlerin oranı %69.5' tir. Öğrencilerin 62.5' i 1. sınıf öğrencisidir. Programa sınavsız gelen öğrenci oranı %18' dir. Öğrencilerin %80.5' inin ilk 10 tercihi arasında yer alan Yaşlı Bakım Teknikerliğini %60.9' u ilk girişte kazanmıştır. Bu programı tercih etme nedenlerine bakıldığında; puanın yetmesi %21.1, boşta kalmama %12.5, dikey geçiş ile fakülteye geçme hakkının olması %32, ilgilendiği alan olması %10.9, ailenin isteği %9.4 ve geri kalanlar ise iş olanağı, tavsiye gibi nedenlerdendir. Öğrencilerin %55.5'i programı istekli seçmiştir ve tercih öncesi %50.8' inin meslekle ilgili olumlu görüşleri vardır. Okula devam ettikten sonra meslekle ilgili olumlu düşünenler %49.2' dir. Eğitimleri ile ilgili bakış açıları değerlendirildiğinde %66.4' ü donanımı yeterli bulmuş, %70.3' ü eğitim sonrası meslek olarak duygularının olumlu yönde değiştiğini, %76.6' sını öğretim elemanlarının mesleği sevmesinde olumlu katkıları olduğunu bildirmiştir. Sonuç: Yaşlı Bakım teknikeri öğrencilerinin yarısından fazlası bölümü isteyerek seçmiş eğitim süreci sonrasında mesleğe bakış açıları da olumlu yönde değişmiştir. Bakım hizmetleri mesleklerinin topluma iyi tanıtılması, bu mesleklerin isteyerek seçilmesi ve severek yapılması mesleki motivasyonu arttıracak gibi hizmeti alanlar ve verenler açısından olumlu sonuçlar oluşturacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Yaşlı Bakımı, Meslek Seçimi, Eğitim

## Yaşlılarda İlaç Kullanımı Düzeylerinin Belirlenmesi

Öğr.Gör. Deniz Akalın - Öğr.Gör. Hakan Avan - Öğr.Gör. Hamdi Öztürk

### Öz

Bilimsel ve teknolojik alanda meydana gelen gelişmelerin sağlık alanının ana da yansıması sonucunda hastalıkların tanısının konulması ve tedavi yöntemlerindeki sağlık hizmetlerinde meydana gelen değişme ve gelişmeler dünyada ortalama yaşam süresinin uzamasına yol açmıştır. Beklenen yaşam süresinin uzaması ve doğurganlık hızında azalması sonucunda dünyada yaşlı nüfus hızla artmaya başlamıştır. Dünyadaki bu gelişmeler doğrultusunda ülkemizde de yaşlı nüfus giderek hızla artış göstermiştir. Yaşlılık dönemi çocukluk, ergenlik yetişkinlik dönemi gibi zorunlu ve kaçınılmaz bir süreçtir. Yaşlılık dönemi fizyolojik, sosyal, psikolojik vb gibi alanlarda değişikliklerin yaşandığı kronik hastalıkların arttığı bir dönemdir. Birden fazla kronik hastalığı olan yaşlılar bu nedenle çok sayıda ilaç kullanmak zorunda kalmaktadır. Yaşlının zihinsel yetilerinin azaldığı buna karşılık birden fazla ilaç kullanmak durumunda kaldığı bu dönemde yaşlı ilaç kullanımı konusunda ilaç dozunun unutulması, başkalarının önerdiği ilaçları kullanması, doktordan habersiz ilaçların bırakılması, fazla dozda ilaç alma vb gibi hatalı davranışlar sergilenmektedir. Hatalı ilaç kullanımı da yaşlının sağlığını olumsuz yönde etkilemekte yaşam kalitesini düşürmektedir. Bu amaçla yapılan araştırmanın amacı yanlış ilaç kullanımı ile ilgili olarak yaşlı birey ve ailesinin ilaçların etkileri, kullanım şekli, yan etkileri ve dozu hakkında bilgi düzeylerini belirlemek ve bu doğrultuda gerekli olan bilgilendirmeyi yapmaktır. Araştırma Kahramanmaraş Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığına bağlı huzurevlerinde kalan yaşlılarla Mart-2018 ve Nisan- 2018 tarihleri arasında yapılacaktır. Yaşlılarda ilaç kullanımı düzeylerinin belirlenmesine yönelik yapılacak araştırma tekniğinde kullanılacak anket soruları huzurevinde kalan yaşlılarla birebir görüşülerek ve her bir yaşlıya anket soruları yöneltilerek yapılacaktır. Her bir anket sorusuna verilen cevap anket formu üzerinde işaretleme yapılarak doldurulacaktır. Anketteki bütün sorular yaşlı bireye yöneltilecek ve verilen cevaplar anket formuna işaretleme yapılarak kayıt altına alınacaktır. Araştırmada 46 sorudan oluşan daha önce yapılan çalışmalarda kullanılan çoktan seçmeli anket formu kullanılacaktır Yaşlılarda ilaç kullanımı düzeylerinin belirlenmesine yönelik yapılan saha araştırması yaklaşık 2 ay sürecektir. Çalışmanın verileri tamamen gizli tutularak bilgisayar ortamında SPSS programında analiz edilecektir.. Elde edilen veriler uygun istatistiksel yöntemlerle bilgisayarda SPSS paket programı kullanılarak % 95 güven aralığında değerlendirilecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Yaşlı, İlaç, Acil, Kullanmak, Bakımevi

## Yurtta Kalan Kız Öğrencilerde Hastalık Riskini Artıran Bazı Alışkanlıkların ve Antropometrik Özelliklerin Değerlendirilmesi

Dr. Öğretim Üyesi Bircan Ulaş Kadioğlu - Dr. Öğretim Üyesi Pınar Soylar

### Öz

Vücut yağ dağılımı obezite ile ilişkili sağlık riskinin önemli bir göstergesidir. Abdominal bölgede yağ birikmesi fazla olanlar hipertansiyon, tip II diyabet, hiperlipidemi, koroner arter hastalıkları açısından artmış risk altındadırlar. Bel çevresi ve bel/kalça oranı abdominal obezitenin, vücutta yağın bölgesel dağılımının önemli bir göstergesi olup, diyete bağlı kronik hastalıklar için risk tanımlayıcıdır. Bu araştırma üniversitede yurtta kalan kız öğrencilerin genel sağlık durumunu etkileyebilecek bazı alışkanlıklarını ve antropometrik özelliklerini hastalık riski açısından değerlendirmek amacıyla yapıldı. Yöntem Tanımlayıcı tipte olan bu araştırma Fırat Üniversitesinde öğrenim gören ve yurtta kalan 488 kız öğrenci ile Ekim-Kasım 2017 tarihleri arasında yürütüldü. Araştırmada veriler, öğrencilerin bazı demografik, fiziksel özellikleri ile öğün alışkanlıklarına yönelik sorular içeren anket formu ile gözlem altında toplandı. Katılımcıların vücut ağırlığı, boy uzunluğu, bel ve kalça çevresi ölçümleri alındı. Vücut Kitle İndeksi (VKİ), bel /kalça çevresi ile bel çevresi/boy uzunluğu oranları hesaplandı. Verilerin analizi SPSS programı ile yapıldı. Tanımlayıcı istatistikler kullanıldı. Bulgular Yaşları 18-24 arasında değişen 488 kız öğrencinin yaş ortalaması 20,56±1,42 yıldır. Katılımcıların %14,5'i (n=71) sigara kullandığını, %26,8'i (n=131) denediğini ama bıraktığını, %58,6'sı (n=286) hiç kullanmadığını ifade etti. %79,9'u (n=390) öğün atladığını, %88,5'i (n=432) öğün aralarında besin tükettiğini, %28,1'i (n=137) bedenlerinden hoşnut olmadıklarını ifade etti. Katılımcıların ortalama boy uzunluğu 162,98±5,81 cm, vücut ağırlığı 56,84±8,74 kg, bel çevresi 72,24±7,55 cm, kalça çevresi 95,29±7,81 cm olarak saptandı. VKİ ortalaması 21,38±2,92 kg/m<sup>2</sup> olan katılımcıların %73,2 (n=357)'si normal vücut ağırlığına sahipti. %14,3'ünün (n=70) zayıf, %12,5'inin (n=61) kilolu ya da şişman olduğu saptandı. Bel çevresi <80 olanların oranı %89,3 (n=436) idi. Bel/kalça oranı <0,8 olanların oranı %83,0 (n=405) idi. Katılımcıların %99,2'sinin (n=484) bel çevresi/boy uzunluğu oranları <0,6 idi. Sonuç Öğrencilerin çoğunluğu öğün atlamaktadır. Boy uzunluğuna göre vücut ağırlığı fazla olanların oranı %12,5, bel çevresine göre kronik hastalık riski taşıyanların oranı %10,7 ve bel/kalça oranı önerilen düzeyin üstünde olanların oranı %17 olarak saptandı.

**Anahtar Kelimeler:** Üniversite Öğrencileri, Alışkanlıklar, Hastalık Riski, Antropometri

## Results Of The National Physical Activity Surveys In Estonia 2013 - 2015

Uzman Peeter Lusmägi

### Öz

Physical activity, including sports, is considered an important component of a healthy lifestyle (Bauman, 2004). Adults who are physically more active are less likely to develop many chronic diseases than adults who are physically less active. In addition, regular exercise and physical activity help to maintain and improve mental and physical health in various adult age groups (Sallis and Owen, 1999; Physical guidelines 2006; Patel et al., 2006; Eime et al, 2013). According to a Eurobarometer survey conducted in 28 EU Member States, 59% of adult population in European countries practice some form of exercise less than once a week or do not exercise at all. People in the Nordic countries are the most physically active whereas people in Southern Europe are the least physically active. The proportion that exercises or plays sport at least once a week is 70% in Sweden, 68% in Denmark, and 66% in Finland. However, people who responded that they never exercise or play sport can be found in Bulgaria (78%), Malta (75%), and Portugal (64%). Among the Baltic States, the lowest percentage were obtained in Estonia where 36% of respondents never engage in physical activity. The corresponding proportion was 39% in Latvia and 46% in Lithuania (Eurobarometer, 2013). Surveys conducted in Estonia in 2013 and 2014 show that the proportion of people who engage in physical activity on a regular basis ranges between 36% and 39% (Tekkel, Veideman, 2015; Lusmägi et al 2016). At the same time, the proportion of overweight men and women (body mass index above 25.0 kg/m<sup>2</sup>) was 57.9% and 52.0% respectively (Tekkel, Veideman, 2015). An increase in this proportion has been particularly noticeable in the last decade. The poster presentation aims to present the results of surveys of leisure-time physical activity conducted in Estonia in 2013 - 2015 and analyses the level of physical activity across various social groups. Based on an analysis of the results of the physical activity studies performed in 2013-2015 it can be argued that regular leisure-time physical activity is still not an integral part of daily life of people in Estonia and that the vast majority of people do not get enough physical activity. Demographic and economic aspects play an important part in people's engagement in physical activity and occupation/main activity, age, education and ethnicity are the important factors in Estonia.

**Anahtar Kelimeler:** Keywords: Leisure-Time Physical Activity, National Survey, Social Groups