



## ORJİNAL MAKALE / ORIGINAL ARTICLE

Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi / BAUN Sağlık Bil Derg  
Balıkesir Health Sciences Journal / BAUN Health Sci J  
ISSN: 2146-9601- e ISSN: 2147-2238  
Doi: <https://doi.org/10.53424/balikesirsbd.976062>



### Sağlık Okuryazarlığının Yaşam Kalitesine Etkisinde Özbakım Gücünün Aracı Rolü

Mahmut AKBOLAT <sup>1</sup>, Pelinsu BUKET DOĞANYİĞİT <sup>2</sup>, Mustafa AMARAT <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Sakarya Üniversitesi, İşletme Fakültesi, Sağlık Yönetimi Bölümü

<sup>2</sup> Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Yönetimi Bölümü

*Geliş Tarihi / Received: 29.07.2021, Kabul Tarihi / Accepted: 11.11.2021*

#### ÖZ

**Amaç:** Bu çalışma, sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesinde öz bakım gücünün aracı rolünü belirlemeyi amaçlamaktadır. **Gereç ve Yöntem:** Araştırma kesitsel tipte olup Ocak - Şubat 2019 tarihleri arasında Sakarya Eğitim ve Araştırma Hastanesi dahiliye ve kardiyoloji polikliniklerinden hizmet alan hastalar ile gerçekleştirilmiştir. Veriler, 300 bireyin katılımıyla elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği, Özbakım Gücü Ölçeği ve Yaşam Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 22.0 ve SPSS Macro programında çözümlenmiş regresyon ve moderator etki analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Araştırma sonucunda sağlık okuryazarlığı ile öz bakım ( $r=0.350$ ), sağlık okuryazarlığı ile yaşam kalitesi ( $r=0.296$ ) ve öz bakım ile yaşam kalitesi ( $r=0.498$ ) arasında pozitif yönlü, orta seviyede ilişki bulunmaktadır ( $p<0.01$ ). Ayrıca hem sağlık okuryazarlığı ( $\beta=0.181$ ) hem de özbakım gücü ( $\beta=0.580$ ) yaşam kalitesini olumlu olarak etkilemektedir. Son olarak, sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine olan etkisinde özbakım gücü aracı rol oynamaktadır ( $\beta=0.205$ ) ve sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine olan olumlu etkisini güçlendirmektedir ( $\beta=0.386$ ). **Sonuç:** Sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesi üzerinde doğrudan ve öz bakımın aracı rolüyle birlikte dolaylı etkisi bulunmaktadır. Bu bulgular sonucunda kronik hastalığı olan bireylerin sağlık okuryazarlığı ve öz-bakım gücünün yaşam kalitesi üzerindeki etkilerinin farkında olmaları ve gerçekleştireceği faaliyetlerde yaşam kalitesi ile ilişkili faktörleri göz önünde bulundurmaları önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sağlık Okuryazarlığı, Yaşam Kalitesi, Özbakım Gücü.

### The Mediating Role of Self-Care Ability in the Effect of Quality of Life on Health Literacy

#### ABSTRACT

**Objective:** This study aims to determine the mediating role of health literacy in the quality of life of self-care ability. **Materials and Methods:** The study is cross-sectional and was conducted with patients who received service from the internal medicine and cardiology outpatient clinics of Sakarya Training and Research Hospital between January and February 2019. Data were obtained with the participation of 300 individuals. Health Literacy Scale, Self-Care Strength Scale and Quality of Life Scale were used as data collection tools. The data were analyzed in SPSS 22.0 and SPSS Macro program, and regression and moderator effect analysis were used. **Results:** As a result of the research, there is a positive, moderate relationship between health literacy and self-care ( $r=0.350$ ), health literacy and quality of life ( $r=0.296$ ), and self-care and quality of life ( $r=0.498$ ) ( $p<0.01$ ). In addition, both health literacy ( $\beta=0.181$ ) and self-care power ( $\beta=0.580$ ) positively affect quality of life. Finally, self-care power plays a mediating role in the effect of health literacy on quality of life ( $\beta=0.205$ ) and strengthens the positive effect of health literacy on quality of life ( $\beta=0.386$ ). **Conclusion:** Health literacy has a direct effect on quality of life and an indirect effect with the mediator role of self-care. As a result of these findings, it is suggested that individuals with chronic diseases should be aware of the effects of health literacy and self-care power on their quality of life and consider the factors related to quality of life in their activities.

**Keywords:** Obesity, Prejudice, Student, Cross-sectional Study.

**Sorumlu Yazar / Corresponding Author:** Mustafa AMARAT, Sakarya Üniversitesi, İşletme Fakültesi Dekanlık Binası p120 Serdivan/Sakarya, Türkiye

**E-mail:** [mustafaamarat@sakarya.edu.tr](mailto:mustafaamarat@sakarya.edu.tr)

**Bu makaleye atf yapmak için / Cite this article:** Akbolat, M., Buket Doğanyığıt, P., & Amarat, M. (2022). Sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine etkisinde özbakım gücünün aracı rolü. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(1):69-75. <https://doi.org/10.53424/balikesirsbd.976062>

©Copyright 2022 by the Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi.



BAUN Sağlık Bil Derg 2022 OPEN ACCESS <https://dergipark.org.tr/pub/balikesirsbd>

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

## GİRİŞ

Kronik hastalıkların yönetiminde sağlık okuryazarlığı bireylerin sağlıkla ilgili kararlar almalarında ve sağlık bilgisine erişme, anlama değerlendirme ve kullanmalarında önemli bir değişken olarak kabul edilmektedir (Van der Heide ve ark., 2018). Bunun sebebi düşük sağlık okuryazarlığına sahip bireylerin, tedaviye uyum süreçlerinin olumsuz olarak etkilenmesidir. Bu nedenle sağlık okuryazarlığı, yaşam kalitesini ve sağlık durumunu iyileştirmede kritik rol oynamaktadır. Bireyin hastalık durumundan iyileşme göstermesi için diğer faktörlerin yanında öz bakımını da sağlaması gerekmektedir. Bunun gerçekleşmesi bireyin sağlık bilgisine sahip olmasına ve uygulamasına bağlıdır. Hangi ilacı kullanacağını, ilacın yan etkisinin olup olmadığını, risklerini ve hangi durumlarda ilacı kullanmaması gerektiğini bilmelidir (Büyükkaya, Fesci, ve Akdemir, 2006). Kronik hastalığa sahip bireyler günlük yaşamlarında hastalığıyla ilgili sağlık kurumuna başvurma, kullandığı ilaçların miktarını hesaplama ve doğru kullanma, tedavi süreçlerindeki olumlu ve olumsuz çıktıları analiz edebilme ve kişisel sağlık bakımıyla ilgili kararlar almak gibi durumlarla karşılaşmaktadır (Sezer ve Kadioğlu, 2014). Öz-yönetim ve yaşamını güçlendirme kabiliyetini desteklemek için kronik hastalığı olan bireylerin hastalıkları ve tedavi süreçleri hakkındaki bilgileri kendilerine ve hastalıklarına dikkat etmelerine destek olmaktadır. Bireylerin bu konularda bilgi ve yeterlilik sahibi olmaları, etkili bir sağlık bakımı ve yönetimi yürütebilmeleri için yeterli düzeyde sağlık okuryazarlığına sahip olmaları gerekmektedir (Dinçer ve Kurşun, 2017). Böylece bireysel özerklik ve güçlenme sağlanarak yaşam kalitesi yükselecek, daha nitelikli, dengeli ve kaliteli bir yaşama kavuşma sağlanacaktır. Bu da sağlıkta eşitliğe, sürdürülebilirliğe ve pozitif sağlık çıktılarına öncülük edeceği düşünülmektedir. Bu sebeple araştırma, kronik hastalığa sahip olan bireylerin sağlık okuryazarlıklarının yaşam kalitesine etkisinde öz bakım gücünün aracı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır.

### Kavramsal çerçeve ve araştırma hipotezleri

#### *Sağlık okuryazarlığı*

Tıp alanındaki ilerlemeler, kronik hastalıkların artması, internette doğru ve yanlış sağlık bilgilerinin kolay bir şekilde bulunması, sağlık hizmet kullanıcılarını güçlendirme yönündeki faaliyetlerin çoğalması gibi faktörler tıbbi karar verme ve hastalık yönetiminde hasta katılımının aktif rol oynamasını sağlayarak sağlık okuryazarlığının önemini artırmıştır. Kimi araştırmacılar bu kavramın sağlığın temel belirleyicilerinden biri olduğunu öne sürmektedir (Tsai ve ark., 2010).

Sağlık okuryazarlığı ilk olarak 1970'lerde ortaya çıkmasına rağmen yapılan çalışmalarda henüz ortak bir tanımda birleşilmemiştir (Jabeen ve ark., 2018). Buna karşılık Sorensen ve arkadaşlarının (2012), literatür incelemeleri sonucunda tüm tanımları analiz etmiş ve sağlık okuryazarlığını "okuryazarlıkla bağlantılı, insanların sağlıklarıyla ilgili olarak karar almak, yaşam kalitelerini yükseltmek ve sürdürmek için sağlıklarını geliştirmek ve hastalıklarını önlemek amacıyla gerekli

sağlık bilgisine erişme, bilgiyi anlama, değerlendirme ve kullanmayı sağlayacak bilgi, motivasyon ve yeterlilikler." şeklinde tanımlamışlardır. Bu anlamda bireylerin, sağlık sistemini kullanması, sağlığını tanımlaması, hastalığını doğru ifade etmesi, sağlık profesyoneli ile iletişimi; randevu kartları ve tıbbi eğitim broşürlerini okuması, tıbbi öneri ile tedavi talimatlarını uygulaması gibi bir dizi beceriyi kapsamaktadır (Ilgaz ve Gözüm, 2016). Tanımlamalardan yola çıkılarak sağlık ile ilgili kararların verilmesinde kişisel becerilerin önemine vurgu yapıldığı söylenebilmektedir. Bireylerin yaşam süresini ve kalitesini arttıran sağlık okuryazarlığı; sağlık hizmeti sunucuları için hastalarla iletişimin sağlanmasını kolaylaştırmakta ve sağlıklarıyla ilgili kararlara onların da katılmasına olanak vererek her iki tarafın birbirlerini daha iyi anlamalarına yardımcı olmaktadır (Aras ve Temel, 2017). Yüksek Sağlık okuryazarlığı ile bireylerin davranışlarında olumlu değişimler, iyileşme ve sağlığa ayrılan kaynakların etkin kullanımı gibi birçok konuda gelişmeyi beraberinde getirmektedir. Bunun tersi olarak düşük sağlık okuryazarlığı da sağlık üzerinde çok sayıda olumsuz etkiye sahip olabilmektedir. Örneğin; mamografi kullanımı, aşılama, kanser gibi erken teşhis edilebilen durumlar için tarama sıklığında azalmaya (Sağlık Bakanlığı, 2018), acil servis hizmetlerini daha fazla kullanma, sağlık arama davranışında gecikme, tıbbi önerileri önemsememe veya uymama, öz bakımda yetersizlik, düşük tedaviye uyuma ve tedavi maliyetlerinin artışına yol açmaktadır (Ağralı ve Akay, 2018). Nihai olarak, literatüre göre sağlık okur yazarlığı ile yaşam kalitesi arasında kronik ve kronik hastalığı olmayan hastalarda pozitif ilişkiler tespit edilmiştir (Zheng ve ark., 2018). Literatür ve ampirik bulgular sonucunda sağlık okur yazarlığının yaşam kalitesi ve öz bakım üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple aşağıdaki hipotez geliştirilmiştir.

H<sub>1</sub>: Sağlık okuryazarlığı yaşam kalitesini etkilemektedir.

H<sub>2</sub>: Sağlık okuryazarlığı öz bakım gücünü etkilemektedir.

#### *Öz bakım gücü ve yaşam kalitesi*

İnsanların hayatlarını mutlu, kendileri ve çevreleri ile uyum içinde sürdürebilmeleri için, nitelikli bir yaşama sahip olmaları gerekir. Böylelikle yaşamı tüm yönleriyle değerlendirmeyi amaçlayan hemen hemen her bilimsel disiplinin, her yaşam pratiğinin, toplumdaki her faaliyetin ilgi alanına giren yaşam kalitesi kavramı ön plana çıkmıştır (Arpacı, 2008). Yaşam kalitesi, "Bireylerin yaşadıkları kültür ve değer yargılarının bütünü içinde; amaçları, beklentileri, standartları ve ilgileri açısından, yaşamdaki durumlarını algılama şekli" olarak tanımlanmaktadır (Yılmaz ve Çağlayan, 2016). Olacaksa bireyin fiziksel sağlığını, psikolojik durumunu, sosyal ve duygusal iyilik halini içeren, insan faktörü ve onun öznel değerlendirme sistemini kapsayan geniş bir terimdir. Bireyin ekonomik durumu, eğitimi, aile yapısı, barınma koşulları, sağlıklı olması, kendi yaşamını ve öz bakımını sürdürebilmesi ve kendi yaşamını değerlendirmesi sonucunda aldığı doyum gibi değişkenler yaşam kalitesinin göstergeleri olarak kabul

edilmektedir (Eriş ve Anıl, 2016). Bu bilgilere dayanarak aşağıdaki hipotez kurulmuştur.

H<sub>3</sub>: Öz bakım gücü yaşam kalitesini etkilemektedir.

*Sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine etkisinde öz bakım gücünün aracı rolü*

Öz bakım gücü, bireylerin yaşamında sağlık ve iyilik durumunu sürdürmesi için sağlık etkinliklerini başlatma ya da uygulama yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Avdal ve Kızılcı, 2010). Diğer bir deyişle öz bakım gücü, sürekli bakım gereksinimlerini karşılaması için bireyin kendi yaşam sürecini düzenleme ve gelişmesini sağlama yeteneğidir. Öz bakım gücüne sahip olan bireyler, kendi sağlık sorumluluğunu alabilmekte ve başkalarına bağımlı olmadan yaşamlarını sürdürebilmektedirler. Bireyler kendi öz bakım denetimlerini gerçekleştirirken kendilerine daha fazla güven duymakta ve memnuniyetlerinin artacağı buna bağlı olarak psikolojik iyilik halinin de olumlu olarak etkileneceği düşünülmektedir (Pehlivan ve ark., 2011). Bu sebeplerle öz-bakım gücü sağlık ve iyilik halinin gelişimine katkı sağlamaktadır.

Osborn ve arkadaşlarının (2010) Tip 2 diyabetli erişkinlerde yaptığı sağlık okuryazarlığının diyabet öz bakımı üzerinde dolaylı bir etkisi olduğunu göstermiştir. Ayrıca, Öz bakım gücü ile yaşam kalitesi arasında pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişki ortaya çıkmıştır (Chua ve ark., 2018). Bundan yola çıkarak bireyde ne kadar öz-bakım gücü yeteneği yüksekse yaşam kalitesinin de aynı oranda artması beklenmektedir.

Bu bilgiler ışığında öz bakım gücü doğrudan sağlıkla ilişkili yaşam kalitesiyle doğrudan ilgiliyken; sağlık okuryazarlığı, sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi üzerinde yalnızca dolaylı bir etki yaptığı ifade edilebilir. Literatürde öz bakım gücü faaliyetlerinin sağlık okuryazarlığı ile sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi arasındaki bağlantı için önemli bir değişken olarak kabul edilebileceğini göstermektedir (Lee ve ark., 2016). Ayrıca Zaben ve Khalil (2019) farklı uluslararası veri tabanlarını araştırdığı çalışmalarında öz bakım sağlık okuryazarlığı ve yaşam kalitesi ilişkisi üzerine aracılık etkisinde bilgi eksikliğini olduğunu tespit etmiş ve bu önemli değişkenlerin ilişkisinin doğasını test etmek için daha fazla araştırma yapılması gerektiğini vurgulamışlardır. Bu bilgiler ışığında aşağıda yer alan hipotez geliştirilmiştir.

H<sub>4</sub>: Sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine etkisinde öz bakım gücünün aracı rolü vardır.

## GEREÇ VE YÖNTEM

### Araştırmanın tipi

Araştırma hastaların sağlık okuryazarlığı, yaşam kalitesi ve öz bakım gücü ile ilgili kesitsel bir çalışma olarak tasarlanmıştır.

### Araştırmanın evreni ve örnekleme

Araştırma evrenini Sakarya Eğitim ve Araştırma Hastanesi dahiliye ve kardiyoloji polikliniklerinden 01/01/2019 ile 01/02/2019 tarihlerinde hizmet alan hastalar oluşturmaktadır. Bu tarihlerde hizmet alan hasta sayısı 1327'dir. Örneklem hesaplama formülü ile %95 güven seviyesinde ulaşılabilecek örneklem hacmi

298 olarak tespit edilmiştir ve toplam 300 kişi ile araştırma gerçekleştirilmiştir (Karagöz, 2014:152)

### Veri toplama araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak 3 ölçek ve bir anket formu kullanılmıştır. Ankette hastaların cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, aylık ortalama geliri, medeni durumu ve kronik hastalık süresinin sorgulandığı sosyo demografik-özellikler oluşturmaktadır. Sağlık okuryazarlığını ölçmek için Toçi ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlamasını Aras ve Temel (2017) tarafından gerçekleştirilen Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek bilgiye erişim (5 soru), bilgileri anlama (7 soru), değer biçme / değerlendirme (8 soru), uygulama/ kullanma (5 soru) olmak üzere 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Orijinal çalışmada 0.92 olan Cronbach Alpha değeri, bu çalışmada 0.91 bulunmuştur. Öz bakım gücünü ölçmek için Arı, Saraçlı ve Karacan (2015) tarafından Sousa ve arkadaşlarının 2010 yılında geliştirdikleri öz bakım gücü ölçeğinin Türkçe uyarlaması kullanılmıştır. 13 maddeden oluşan öz-bakım gücü ölçeği, öz bakım gücü sahipliği (5 soru), öz bakım gücünü geliştirebilme yetisi (4 soru) ve öz-bakım gücü alışkanlığı (4 soru) olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinal çalışmada 0.75 olan Cronbach Alpha değeri, bu çalışmada 0.83 olarak tespit edilmiştir. Yaşam kalitesini ölçmek için Eser ve arkadaşlarının (2010)' nin EUROHIS (WHOQOL- 8.Tr) ölçeğinin Türkçe uyarlamasının yaptığı 8 soruluk yaşam kalitesi ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin orijinal çalışmada 0.85 olan Cronbach Alpha değeri, bu çalışmada 0.89 olarak tespit edilmiştir. Kullanılan tüm ölçekler, 1'den 5'e kadar "Tamamen Katılmıyorum", "Tamamen Katılıyorum" şeklinde puanlanan Likert tipinde bir ölçektir.

### Veri toplama

Veriler, 10 Mart - 10 Nisan 2019 tarihleri arasında Sakarya Yenikent Devlet Hastanesi'nde yüz yüze anket yöntemiyle araştırmacılar tarafından toplanmıştır. Çalışmada sadece kronik hastalığı olan dahiliye ve kardiyoloji polikliniğine başvuran hastalar örnek olarak alındığı için diğer polikliniklerden hizmet alan hastalar kapsam dışı bırakılmıştır. Katılımcılara anket yapılmadan önce çalışmanın amacı ve etik ve kurumsal onay belgeleri hakkında bilgi verilmiştir. Anket formları, katılımcıların gizliliğini ve anonimliğini (anket formunda yer alan tüm bilgiler doğrultusunda) sağlamak için kapalı zarflara konularak üzerine herhangi bir işaretleme yapılmadan toplanmıştır.

### İstatistiksel analiz

Araştırma kapsamında tanımlayıcı istatistikler ile birlikte korelasyon analizi ve SPSS PROCESS macro 4 regresyon analizi kullanılmıştır.

### Araştırmanın etik yönü

Anket formları hastanelerde uygulanmadan önce Sağlık Bakanlığı Sakarya İli İl Sağlık Müdürlüğü'nden araştırmanın yapılabilmesi için 24404279/702.99 sayılı 19/04/2018 tarihli izin alınmıştır. Aynı zaman da çalışma Sakarya Üniversitesi Etik kurulundan 61923333/050.99/ sayılı 06.06.2018 tarihli etik izinlerini almıştır.

**BULGULAR**

Çalışmaya katılan bireylerin %65.3'ünü kadınlardan %74.3'ünü evlilerden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması ise 50.3 +/-15.8'dir. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlilik ve Geçerlilik Analizi Bulguları Tablo 1' de Sağlık okuryazarlığı, Öz bakım ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiler ve ölçeklere ait ortalamalar ve standart sapma değerleri görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre, sağlık okuryazarlığı ile öz bakım ( $r=0.350$ ), sağlık okuryazarlığı ile yaşam kalitesi ( $r=0.296$ ) ve öz bakım ile yaşam kalitesi ( $r=0.498$ ) arasında pozitif yönlü, orta seviyede ilişki bulunmaktadır ( $p<0.01$ ). Sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesi üzerine etkisi ve bu etkide öz bakım gücünün aracı rolünü ortaya

koymak için SPSS PROCESS macro 4 Model kullanılmıştır. Şekil 1'de görülen analiz sonuçlarının ayrıntısı Tablo 2'de sunulmuştur.

Analiz sonuçlarına göre hem sağlık okuryazarlığı ( $\beta=0.181$ ) hem de öz bakım gücü ( $\beta=0.580$ ) yaşam kalitesini olumlu olarak etkilemektedir. Bir diğer bulguya göre, sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine olan etkisinde öz bakım gücü aracı rol oynamaktadır ( $\beta = 0.205$ ) ve sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine olan olumlu etkisini güçlendirmektedir ( $\beta=0.386$ ) (H1, H2 ve H3 Kabul). Bu iki değişkenin yaşam kalitesini açıklamadaki yordayıcı etkisi %26.5 olarak tespit edilmiştir.

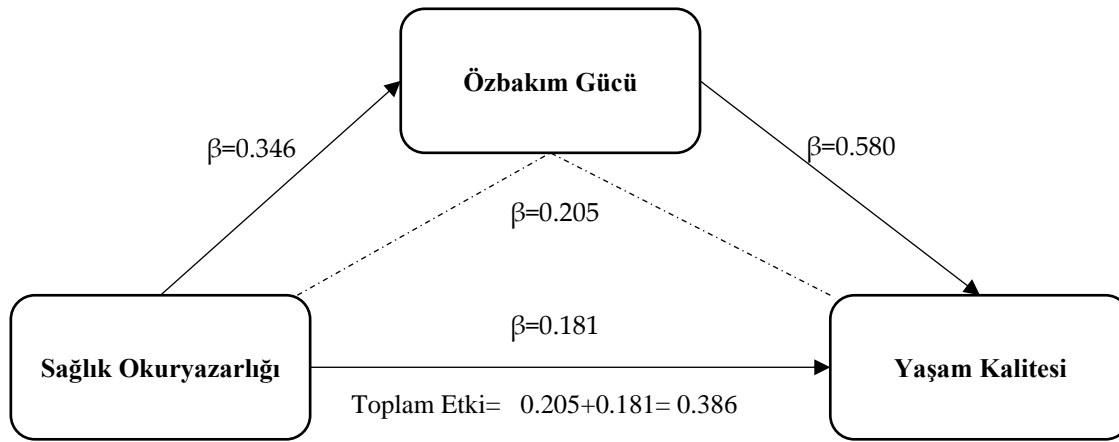
**Tablo 1. Sağlık okuryazarlığı, öz bakım ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiye dair bulgular.**

	Ortalama	Standart sapma	1	2	3
Sağlık Okuryazarlığı	3.86	0.608	1		
Öz bakım gücü	3.83	0.615	0.350**	1	
Yaşam kalitesi	3.56	0.793	0.296**	0.498**	1

\*\* $p<0.01$  güven aralığındadır.

**Tablo 2. Direkt ve indirekt etkiler.**

Değişkenler	Direkt etki	İndirekt etki	Toplam etki	LLCI	ULCI	t	p
Sağlık Okuryazarlığı	0.181	0.205	0.386	0.045	0.317	2.612	0.009
Öz bakım Gücü	0.580			0.445	0.715	8.465	0.000



**Şekil 1. Araştırma modeli.**

**TARTIŞMA**

Çalışmada ulaşılan sonuçlara göre; araştırmaya katılan bireylerin sağlık okuryazarlığı ile öz bakım gücü ortalamalarının yüksek, yaşam kalitesi seviyelerinin ise orta seviyede olduğu bulunmuştur. Bu çalışma bulgularına benzer şekilde, Tuğut ve arkadaşlarının (2021) yürüttüğü araştırmada katılımcıların sağlık okuryazarlık düzeyleri yüksek şekilde tespit edilmiştir

(Tuğut ve ark., 2021). Bae ve arkadaşlarının, (2017) lenfödemli kadın onkoloji hastaları ile yaptıkları çalışmada, kadın onkoloji hastalarının öz bakım gücü ortalamaları yüksek bulunmuştur (Bae ve ark., 2017). Kalender ve Tosun'un (2013) çalışmasında ise hastaların yaşam kalitesinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır (Kalender ve Tosun 2013). Araştırmanın sonuçları Türkiye örnekleminde gerçekleştirilmiş yakın dönem

çalışma ile benzerlik göstermektedir (Sungur ve Gamsızkan, 2020; Özdelikara, Taştan ve Atasaya, 2020; Kahya, 2020). Korelasyon analizi sonuçlarına göre sağlık okuryazarlığı, yaşam kalitesi ve öz bakım gücü arasında anlamlı pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Literatürde analiz sonuçlarına uyumluluk gösteren çalışmalara rastlanmaktadır. Sağlık okuryazarlığı ile yaşam kalitesi (Alemayehu ve ark., 2021; Özkaraman ve ark., 2018; Jenabi ve ark., 2020) sağlık okuryazarlığı ile öz bakım (Türkoğlu, 2016; Yu ve ark., 2021; Liu ve ark., 2018; Mahdizadeh ve Solhi, 2018) ve yaşam kalitesi ile öz bakım (Alemdar ve Pakyüz, 2015; Altıparmak ve ark., 2011; Akyol ve Karadakovan, 2002; Kurban ve Akten, 2018) arasında pozitif anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuçlardan sonra araştırma kapsamında kurulan hipotezler test edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre tüm hipotezler kabul edilmiştir (h1, h2 ve h3). Literatür kapsamında her üç hipotez için benzer sonuçlara rastlanmaktadır. Sağlık okuryazarlığı yaşam kalitesini (Ehmann ve ark., 2020) ve öz bakımı (Batari ve ark., 2020) ve öz bakım yaşam kalitesini (Mohamadian ve ark., 2019) pozitif yönde etkilemektedir. Bu çalışmalar ile temel olarak sağlık okuryazarlığı ile özbakım ve yaşam kalitesinin ilişkili olduğu söylenebilir. Literatürde doğrudan sağlık okuryazarlığının yaşam kalitesine etkisinde öz bakım gücünün aracı rolü buna benzer bir çalışmaya rastlanılmasa da değişkenlerin birbirine olan etkilerine rastlanmaktadır (Lee ve ark., 2016). Sağlık okuryazarlığın ve öz bakımın yaşam kalitesi üzerinde hem bağımsız olarak hem de tek başına pozitif yönde bir etkisinin olduğu görülmektedir. Bu sonuçlardan hareketle, bireylerin sağlık okuryazarlık düzeyleri arttıkça, özbakım uygulamaları da gelişmektedir. Sağlık okuryazarlığı, bireyin önleme ve tarama programlarının önemini anlamasını, sağlıkla ilgili bilgilere sahip olmasını sağlayarak doğru şekilde uygulanan öz bakım davranışları göstermesinde yardımcı olmaktadır. Kronik hastalıkların tedavisi ve bakımı yaşam boyu süreceği için bireylerin yaşam kalitesinin korunması, iyileştirilmesi, oluşabilecek komplikasyonların önlenmesi öz bakımlarının geliştirilmesiyle mümkün olmaktadır. Böylece bireylere yönelik etkili bir hastalık yönetimi, bireylerin yaşam kalitelerinin yükselmesini sağlayacaktır. Ayrıca toplumda; sağlık okuryazarlık düzeyini ve farkındalığını arttırmaya yönelik eğitim programları, kampanyalar, sosyal sorumluluk projeleri vb. gibi faaliyetlerin yürütülmesi hedeflenmelidir. Ek olarak, bu yapılması önerilen girişimlerin multi-disipliner yaklaşım ile planlanması gerekmektedir.

#### Araştırmanın Sınırlılıkları ve Güçlü Yönleri

Araştırma iki sınırlılık çerçevesinde yürütülmüştür. İlk olarak araştırma sınırlılığı zamansal ve mekânsal bağlantılara göre kesitsel bir araştırmadır ve içerisinde bulunduğu sınırlılıklara göre genellenebilir. İkinci kısıtlılık ise, araştırma da kullanılan değişkenlerden meydana gelmektedir. Yaşam kalitesini etkileyen diğer değişkenlerin kurulan modele etkileri bilinmemektedir. Bu sınırlılıklara rağmen araştırma bireylerin yaşam kalitelerini arttırmada önemli bulgular sağlamaktadır.

Bireylerin yaşam kalitelerini arttırmada sağlık okuryazarlığı, öz bakımın etkileri ortaya çıkartılmıştır. Ayrıca literatürde üç değişkenin birlikte ele alındığı çalışmalar sınırlı olduğu için bu çalışma, gelecekteki araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

#### SONUÇ

Bu bulgular ve tartışma bölümü doğrultusunda bireylerin sağlık okuryazarlık becerilerinin sadece sağlıklı davranışlar sergilemesine, sağlık hizmetlerinden nasıl yararlanacağını ve aydınlatılmış onam formlarını anlamının ötesinde öz bakım ve hastalık yönetimi hakkında kararlar verebilmesine etkisi olduğunu söylenebilir. Ayrıca, bireyin orta yüksek seviyede sağlık okuryazarı olması ile yüksek öz bakım gücüne sahip olması yaşam kalitesini olumlu yönde arttıracaktır.

#### Çıkar Çatışması

Yazarlar, bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve/veya yayınlanması ile ilgili olarak herhangi bir potansiyel çıkar çatışması beyan etmemiştir.

#### Yazar Katkıları

**Plan, tasarım:** MA, PBD; **Gereç, yöntem ve veri toplama:** PBD; **Analiz ve yorum:** MA; **Yazım ve eleştirel değerlendirme:** MA, MA.

#### KAYNAKLAR

- Ağralı, H. & I. Akyar. (2018). Diyabetli erişkin hastalarda sağlık okuryazarlığı: ölçek geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(3), 314-321. <https://doi.org/10.31067/0.2018.31>
- Akyol, A. D. & A. Karadakovan, A. (2002). Hemodiyalize giren hastaların yaşam kalitesi ve özbakım gücü ile bunlar üzerine etkili değişkenlerin incelenmesi, *Ege Tıp Dergisi*, 41, 97-102.
- Alemayehu, Y. H., K. Seylani, F. Sharifi & P. Asgari. (2021). Relationship between health literacy and quality of life among hemodialysis patients, Tehran, Iran, 2019. *Human Antibodies*, 29, 41-47. <https://doi.org/10.3233/HAB-200423>
- Alemdar, H. ve S. Ç. Pakyüz. (2015). Hemodiyaliz Hastalarında Özbakım Gücünün Yaşam Kalitesine Etkisinin Değerlendirilmesi. *Nefroloji Hemşireliği Dergisi*, 2, 19-30.
- Altıparmak, S., Ç. Fadiloğlu, Ş. T. Gürsoy & O. Altıparmak. (2011). Kemoterapi tedavisi alan akciğer kanserli hastalarda öz bakım gücü ve yaşam kalitesi ilişkisi. *Ege Tıp Dergisi*, 50(2), 95-102.
- Aras, Z. ve A. B. Temel. (2017). Sağlık okuryazarlığı ölçeği'nin türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 25 (2), 85-94.
- Arpacı, F. (2008). Ankara'da huzurevlerinde yaşayan yaşlıların yaşam kalitesinin incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, 1-13.
- Avdal, E. Ü. & S. Kızılcı. (2010). Diyabet ve özbakım eksikliği hemşirelik teorisinin kavram analizi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 3(3), 164-168.

- Bae, K. R., Y. S. Im, G. Ö. Noh, Y. Son & H. G. Seo. (2017). Relationships Among Hope, Self-Care agency and Quality of life of female oncology patients with lymphedema. *Asian Oncology Nursing*, 17(4), 213-219. <https://doi.org/10.5388/aon.2017.17.4.213>
- Büyükkaya, D., Fesci, H., & Akdemir, N. (2006). Karaciğer Sirozu Olan Hastaların Öz-Bakım Güçlerinin Belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 13-24.
- Chua, R. R., J. Cleator, M. Campbell & B. Lim. (2018). The association between quality of life and self-care in singaporeans living with psoriasis. *Dermatological Nursing*, 17(2), 18-26
- Dinçer, A. & Ş. Kurşun. (2017). Üniversite öğrencilerinin sağlık okuryazarlık düzeylerinin belirlenmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 26(1), 20-26.
- Ehmann, A. T., Groene, O., Rieger, M. A., & Siegel, A. (2020). The Relationship between Health Literacy, Quality of Life, and Subjective Health: Results of a Cross-Sectional Study in a Rural Region in Germany. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1683. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051683>
- Eriş, H. M. ve D. Anıl. (2016). Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(3), 491-504. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2015014183>
- Eser, E., T. Lağarlı, H. Baydur, V. Akkurt, H. Akkuş, E. Arslan, E. Cengiz, G. Çiftçi, H. Işık, H. Karabacak, T. Özkapu, E. Özyıldırım, H. Soybaş & O. Vural. (2010). EUROHIS (WHOQOL-8.Tr) Türkçe sürümünün türk toplumundaki psikometrik özellikleri. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 8(3), 136-152.
- Ilgaz, A. & S. Gözüm (2016). Tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının güvenilir kullanımı için sağlık okuryazarlığın önemi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 9(2), 67-77.
- Jabeen, R., M. U. Rehman, S. Masood, H. Mahmood & S. F. Mashhadi. (2018). Assessment of functional health literacy among adolescents of model schools of islamabad. *Pakistan Armed Forces Medical Journal*, 68(3), 545-49. <https://doi.org/10.21089/njhs.34.0118>
- Jenabi, E., B. Gholamaliev & S. Khazaei. (2020). Correlation between health literacy and Quality of life in Iranian Menopausal Women, *Journal of Menopausal Medicine*, 26, 34-38. <https://doi.org/10.6118/jmm.19018>
- Kahya, Y. (2020). Gençlerin Yaşam Kalitesi Ve Beklentileri. *Business & Management Studies: An International Journal*, 8(1), 950-968. <https://doi.org/10.15295/bmij.v8i1.1398>
- Kalender, N. & N. Tosun. (2013). Determination of the relationship between adequacy of dialysis and quality of life and self care agency. *Journal of Clinical Nursing*, 23, 820-828. <https://doi.org/10.1111/jocn.12208>
- Kurbun, H. & İ. M. Akten. (2018). Hemodiyaliz Hastalarında Öz-Bakım gücü ve Yaşam kalitesinin Değerlendirilmesi. *Türk Nefroloji Diyaliz ve Transplantasyon Dergisi*, 27(3), 277-287.
- Lee, E. H., Y. W. Lee & S. H. Moon. (2016). A structural equation model linking health literacy to self-efficacy, self-care activities, and health-related quality of life in patients with type 2 diabetes. *Asian Nursing Research*, 10, 82-87. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2016.01.005>
- Liu, Y. B., L. L. Xue, H. P. Xue ve P. Hou. (2018). Health Literacy, Self-Care Agency, Health Status and Social Support Among Elderly Chinese Nursing Home Residents. *Health Education Journal*, 77(3), 303-311. <https://doi.org/10.1177/0017896917739777>
- Mahdizadeh, M. & M. Solhi. (2018). Relationship between self-care behaviors and health literacy among elderly women in Iran, 2015. *Electronic Physician*, 10(3), 6462-6469.
- Mohamadian, H., Bazarghani, A., Latifi, S. M., & Moradgholi, A. (2019). Effect of motivational interviewing on hypertension, self-care and quality of life of rural aged people: application of health belief model. *Journal of Education and Community Health*, 6(2), 95-101.
- Osborn, C. Y., S. S. Bains & L. E. Egede. (2010). Health literacy, diabetes self-care and glycemetic control in adults with type 2 diabetes. *Diabetes Technology And Therapeutics*, 12(11), 913-919. <https://doi.org/10.1089/dia.2010.0058>
- Özdelikara, A., Taştan, A., & Atasayar, B. Ş. (2020). Kronik Hastalıklarda Öz Bakım Yönetimi Ve Uyumun Değerlendirilmesi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 42-49.
- Özkaraman, A., Uzgör, F., Dügüm, Ö., & Peker, Ş. Kanserde sağlık okur-yazarlığının öz yeterlilik ve yaşam kalitesine etkisi. March 2018 Conference: 7. Turk Tibbi Onkoloji Kongresi.
- Pehlivan, S., S. Ersoy., Y. Ugan & Ç. Fdiloğlu. (2015). Romatoid artritli hastalarda öz bakım ve etkileyen faktörler. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 31(1), 27-38. <https://doi.org/10.53424/balikesirsbd.976062>
- Sağlık Bakanlığı (2018). Ankara ili sincan ilçesi birinci basamak personeline sağlık okuryazarlığı ile ilgili eğitim programı geliştirilmesi. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1085 Pasifik Tanıtım Medya.
- Sezer, A. & H. Kadioğlu. (2014). Yetişkin sağlık okuryazarlığı ölçeği' nin geliştirilmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17(3), 165-170.
- Shayan, N. A. (2018). Diyabetli olan ve olmayan hemodiyaliz hastalarının sağlık okuryazarlığı ve yaşam kalitelerinin değerlendirilmesi. Yayınlamamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sorensen K, Van den Broucke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z ve H. Brand. (2012). Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12(80), 1-13. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-80>
- Sungur, M. A., & Gamsızkan, Z. (2020). Düzce üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin sağlık okur yazarlık düzeyi: Kesitsel bir çalışma. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 24(2), 117-125. <https://doi.org/10.15511/tahd.20.00217>
- Tsai, T., S. D. Lee., Y. Tsai & K. N. Kuo. (2010). Methodology and validation of health literacy scale development in taiwan. *Journal Of Health Communication*, 16(1), 50-61. <https://doi.org/10.1080/10810730.2010.529488>

- Tuğut, N., A. Yılmaz & B. Y. Çelik. (2021). Hemşirelik öğrencilerinde sağlık kuryazarlığı düzeyleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 103-111. <https://doi.org/10.51754/cusbed.911936>
- Türkoğlu, Ç. (2016). Sağlık Okuryazarlığı ile Öz bakım Gücü Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Isparta İli Örneği. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Yılmaz, F. & Ç. Çağlayan. (2016). Yaşlılarda sağlıklı yaşam tarzının yaşam kalitesi üzerine etkileri. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 20(4), 129-140. [10.15511/tahd.16.04129](https://doi.org/10.15511/tahd.16.04129)
- Yu, P. S., Y. C. Tsai, Y. W. Chiu, P. N. Hsiao, M. Y. Lin, T. H. Chen, S. L. Wang, L. F. Kung, S. M. Hsiao, S. J. Hwang & M. C. Kuo. (2021). The relationship between subtypes of health literacy and self-care behavior in chronic kidney disease. *Journal of Personalized Medicine*, 11(6), 1-11. <https://doi.org/10.3390/jpm11060447>
- Zaben, K. & A. Khalil. (2019). Health literacy, self-care behavior and quality of life in acute coronary syndrome patients: an integrative review. *Open Journal of Nursing*, 9, 383-395. <https://doi.org/10.4236/ojn.2019.94035>
- Zheng, M., H. Jin, N. Shi, C. Duan, D. Wang, X. Yu & X. Li. (2018). The relationship between health literacy and quality of life: a systematic review and meta-analysis. *Health And Quality of Life Outcomes*, 16(201), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12955-018-1031-7>
- Van der Heide, I., Poureslami, I., Mitic, W., Shum, J., Rootman, I., & FitzGerald, J. M. (2018). Health literacy in chronic disease management: a matter of interaction. *Journal of Clinical Epidemiology*, 102, 134-138. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2018.05.010>