

DİSMENORENİN OKUL PERFORMANSINA ETKİSİ

THE EFFECTS OF DYSMENORRHEA ON SCHOOL PERFORMANCE

Figen ALP YILMAZ¹, Mürüvvet BAŞER²

ÖZET

Bu çalışma dismenore sıklığı ve dismenorenin okul performansına etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya bir sağlık yüksekokulunun hemşirelik bölümünde okuyan 209 kız öğrenciden 192'si katılmıştır. Çalışma tanımlayıcı ve kesitsel olarak yapılmıştır. Veriler Dismenore Tanılama Formu, Visuel Analog Skala ve Sözel Kategori Ölçeği ile yüz yüze görüşme yoluyla toplanmıştır.

Çalışma grubunun %78,6'sının dismenore yaşadığı, %19,8'sinin dismenore nedeniyle ilaç aldığı ve %68,8'inin dismenore nedeniyle ders çalışmadığı belirlenmiştir. Ağrıyı dayanılmaz ve şiddetli yaşayanların okul performansının daha fazla etkilendiği ve gruplar arasında istatistiksel olarak fark olduğu belirlenmiştir ($p<0,001$). Dismenorenin şiddeti artıkça okula gitme ve ders çalışmanın daha fazla etkilendiği belirlenmiştir.

Bu çalışmada dismenorenin yüksek oranda yaşandığı ve dismenorenin okul performansının negatif etkilediği belirlenmiştir. Bu yüzden dismenore sorunu yaşayan gençlere dismenorenin sebepleri ve etkili tedavi yöntemleri hakkında bilgi verilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Dismenore, Öğrenci, Okul Performansı

ABSTRAT

This study was conducted to determine the prevalence of dysmenorrhea and the effect of dysmenorrhea on school performance. Out of a total of 209 nursing students at a Health College, 192 participated in the study. The study was carried out as descriptive and cross-sectional. The data were gathered by means of Dysmenorrhea Diagnosis Form, visual analog scale (VAS), verbal category scale, and face-to-face interviews with the participants. It was found out that 78.6% of the participants suffered from dysmenorrhea, 68.8 % were unable to study due to dysmenorrhea, and 19.8 % took medication against it. The findings also indicated that the school performance of those who suffered from severe pain were more adversely affected and that there was a statistical difference between the groups ($p<0.001$). It has been determined that as the severity of dysmenorrhoea increases, going to school and studying are much more affected.

This study demonstrated that dysmenorrhea is quite prevalent and it negatively affects the school performance. So young people who have dysmenorrhea problems should be informed about causes of dysmenorrhea and effective methods of treatment.

Keywords: Dysmenorrhea, Student, School Performance

¹Yardımcı Doçent Doktor, Bozok Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu

²Profesör Doktor, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

GİRİŞ VE AMAÇ

Menstruasyon adölesan dönemde başlayan normal fizyolojik bir süreçtir. Menstruasyon sırasında ya da öncesinde amenore, anormal uterus kanamaları, premenstrual sendrom (PMS) gibi bir takım yakınma ve rahatsızlıklar görülebilmektedir (1). Bu rahatsızlıklar içerisinde en önemli olanı ve yaygın olarak görülen sorunlardan birisi dismenore (2-4). Adölesanların %59,2'si ile %100'ünün dismenore yaşadığı belirtilmektedir (5,6). Dismenore primer ve sekonder olarak sınıflanmakta olup adölesanlarda en sık primer dismenore görülmektedir (7). Primer dismenorede ağrı alt abdominal bölgede aralıklı gelen kramp şeklindedir. Lokalize olduğu gibi sırta, bele, kasıklara ve vulvaya yayılabilir (8). Primer dismenore de ağrı prostaglandin (PG) miktarının artması ve buna bağlı olarak uterus kaslarında kontraksiyon şiddetinin artmasıyla karakterizedir (9). Belirtiler 6-72 saat sürmekte ve belirtilere terleme, baş ağrısı, konsantrasyonda azalma, bayılma, iştah kaybı, ishal ve yorgunluk gibi semptomlar da eşlik etmektedir (10).

Okul döneminde yaşanan dismenorenin özellikle okula devam etmeme, akademik performans, spor aktivitelerine katılım ve akranlar ile ilişkilerde azalmaya neden olduğu belirlenmiştir (11). Banikarım ve arkadaşlarının (12) çalışmasında dismenore yaşayan adölesanların %46'sının yarım ya da bir gün, %36'sının iki ile üç gün arasında

%18'sinin de dört gün ve daha fazla devamsızlık yaptıkları belirlenmiştir. Dismenorenin okul performansına etkisi ile ilgili yapılan bir çalışmada dismenore yaşayanların okul performansları ve konsantrasyonlarının düşük olduğu saptanmıştır (13).

Bu çalışma hemşirelik öğrencilerinde dismenore sıklığı ve dismenorenin okul performansına etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır.

MATERYAL METOT

Tanımlayıcı olarak yapılan çalışma İç Anadolu Bölgesinde yer alan bir Üniversitenin Sağlık Yüksekokulu hemşirelik bölümünde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada örneklem seçimine gidilmeden evrenin tamamına (209 Kişi) ulaşılması hedeflenmiştir. Ancak çalışmaya 192 (%91,9) kız öğrenci katılmayı kabul etmiştir.

Veriler Dismenore Tanılama Formu (DTF), Visuel Analog Skala (VAS) ve Sözel Kategori Ölçeği (SKÖ) ile toplanmıştır. DTF öğrencilerin bazı tanımlayıcı özellikleri ile dismenore varlığını saptamak için araştırmacı tarafından literatür (2-5, 14, 15) taranarak hazırlanmıştır. DTF'de öğrencilerin yaşı, medeni durumu, kronik hastalık ve alerjileri, jinekolojik ve obstetrik öyküleri, kontraseptif yöntem kullanma durumları, menstrüel özellikler ve menstruasyon sorunları, dismenore şiddeti ve dismenore nedeniyle okul başarısı ile ilgili sorular yer almaktadır.

Dismenorenin şiddeti VAS ile ölçülmüştür. VAS subjektif olarak algılanan ağrıyı ölçmek için kullanılmaktadır. Bir ucunda ağrısızlık, diğer ucunda olabilecek en şiddetli ağrı yazan, ağrının yoğunluğunu niceliksel olarak belirlemek için en sık kullanılan 0-10 cm'lik veya 0-100 arasında sayıların yer aldığı cetvelde "0" ağrısızlığı, "10" yada "100" ise en şiddetli ağrıyı tanımlamaktadır (15). Birey/hasta kendi ağrısını cetvel üzerinde işaretlemektedir. İşaretlenen bu çizgi ağrı algısı düzeyini belirlemede sayısal veri olarak kullanılmaktadır. Kolay anlaşılır bir ölçektir. VAS primer dismenorenin şiddetini değerlendirmek için yapılan çalışmalarda kullanılmış, güvenilir ve geçerli olduğu bulunmuştur (14, 16, 17). Bu çalışmada öğrencilerin yaşadığı dismenorenin şiddetini VAS üzerinde işaretlemeleri istenmiştir.

Sözel kategori ölçeği basit tanımlayıcı ölçek olarak da adlandırılmakta olup, bu ölçek hastanın ağrı durumunu tanımlayabileceği en uygun kelimeyi seçmesine dayanır. Ağrı şiddeti hafiften

dayanılmaz dereceye kadar sıralanır. Hastadan bu kategorilerden durumuna uygun olanı seçmesi istenir (16). Bu çalışmada öğrencilerin yaşadığı ağrının şiddetini SKÖ üzerinde işaretlemeleri istenmiştir. Verilerin toplanması 25 dakika sürmüştür.

Etik kurul onayı ve araştırmanın uygulama izinlerinin alınmasından sonra, araştırmanın amacı ve kapsamı hakkında öğrencilere bilgi verilmiş ve yazılı onamları alınmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Tablo 1’de öğrencilerin tanıtıcı özelliklerinin dağılımı yer almaktadır. Öğrencilerin % 61,4’ünün 1. veya 2. sınıfta öğrenim gördüğü, % 95,3’ünün herhangi bir hastalığı olmadığı ve %12,0’ının ise jinekolojik bir hastalığı olduğu bulunmuştur.

Öğrencilerin yaş ortalaması 19,7±1,4, menstruasyon görme sıklığı ortalaması 29,1±7,8 ve menstruasyon süresi ortalaması ise 5,7±1,2 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Tanımlayıcı Özelliklerine Göre Dağılımı (n= 192)

Tanıtıcı Özellikler	Sayı	%
Sınıf		
1.sınıf	59	30,7
2.sınıf	59	30,7
3.sınıf	43	22,4
4.sınıf	31	16,2
Herhangi bir hastalığa sahip olma durumu		
Olan	9	4,7
Olmayan	183	95,3
Jinekolojik bir hastalığa sahip olma* (over kisti, enfeksiyon)		
Olan	23	12,0
Olmayan	169	88,0
Ruhsal bir hastalığa sahip olma (Depresyon, panik atak vb.)		
Olan	3	1,6
Olmayan	189	98,4
Kontrasepsiyon dışı aile planlaması yöntemi kullanma		
Kullanan	16	8,3
Kullanmayan	176	91,7

*Birden fazla seçenek işaretlenmiş ve yüzdeler “n” üzerinden hesaplanmıştır.

Tablo 2. Öğrencilerin Dismenore Özelliklerine Göre Dağılımı

Özellikler	Sayı	%
Dismenore varlığı		
Var	151	78,6
Yok	41	21,4
Ağrı tanımı*		
Hafif	12	7,9
Rahatsız edici	22	14,6
Şiddetli	38	25,1
Çok şiddetli	44	29,1
Dayanılmaz	35	23,1
Dismenore şiddeti (X±SD)	6,3±2,3	
Dismenore nedeniyle ağrı kesici ilaç alma durumu*		
Alan	30	19,8
Almayan	121	80,2
Dismenore şikayeti ile doktora başvurma*		
Başvuran	52	34,4
Başvurmayan	99	65,6
Dismenorenin okula gitmeyi etkilemesi*		
Etkilenen	80	52,9
Etkilenmeyen	71	47,1
Dismenorenin ders çalışmayı engellemesi*		
Etkilenen	104	68,8
Etkilenmeyen	47	31,1

* n= 151

Tablo 2’de kız öğrencilerin dismenoreye ilişkin özellikleri yer almaktadır. Öğrencilerin %78,6’sının dismenoresinin olduğu belirlenmiştir. Dismenoresi olan öğrencilerin ağrı şiddetinin 6 olduğu ve bu öğrencilerin %22,9’unun çok şiddetli ağrı yaşadığı saptanmıştır. Dismenore nedeniyle %41,7’sinin okula gidemediği ve %51,6’sının ders çalışmadığı öğrenilmiştir.

Dismenore özellikle adölesanları ve genç kadınları menstruel periyotta negatif etkileyen önemli bir sağlık sorunudur. Dismenorenin görülme sıklığına yönelik gerek ülkemizde gerekse yurt dışında pek çok çalışma yapılmıştır (2-6,19-26). Yurt dışında yapılan çalışmalara katılan kadınların büyük çoğunluğunda (%48,4-%100) dismenore yaşandığı bulunmuştur (2,4,21-22). Ülkemizde de benzer sonuçlar elde edilmiş olup, dismenore görülme sıklığının %55,5 ile %85,7 arasında değiştiği saptanmıştır (5,13,19,22,27). Yapılan bu çalışmada da kız öğrencilerin %78,6’sının dismenore yaşadığı belirlenmiştir.

Çalışmada dismenorenin şiddetinin 5'ten büyük (6,3) olduğu belirlenmiştir. Ulusal ve uluslararası yapılan çalışmalarda benzer sonuçlar bulunmuştur (28-30). Bununla birlikte Goldstein 'nın çalışmasında VAS değeri bizim çalışmamızdan daha yüksek bulunmuştur (31).

Yapılan bu çalışmada dismenore yaşayanların büyük çoğunluğunun ağrıyı şiddetli ve dayanılmaz şekilde yaşadığı ifade edilmiştir. Özerdoğan ve ark. üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada dismenore yaşayanlarının neredeyse tamamına yakının ağrıyı şiddetli ve dayanılmaz yaşadıklarını tanımlarken, Potur ve ark. yaptığı çalışmada bu oranın %80 olduğu belirlenmiştir.

Birçok kadında görülen dismenore ile ilgili semptomlar normal kabul edilmekte ve bu konuda doktora başvurulmamaktadır (9). Dismenore de ilaç kullanımı ile ilgili yapılan çalışmalarda dismenorede ağrı kesici ilaç kullanımının %42 ile %71 arasında değiştiği belirlenmiştir (23,24,28). Bu çalışmada da dismenore nedeniyle ilaç kullanım oranının ilaç kullanma (%20) ve doktora başvurmanın az (%34) olduğu belirlenmiştir. Mısır, Hindistan ve Nijerya'da yapılan çalışmalarda dismenore nedeniyle doktora gitme oranının düşük olduğu belirlenmiştir (4,32,33). Ülkemizin sosyal ve kültürel değerleri nedeniyle dismenore yaşayan adölesanların bekar olmaları nedeniyle doktora gitmedikleri düşünülebilir.

Tablo 3. Öğrencilerde Dismenore Şiddetinin Okul Performansına Etkisi

Okul performansı	Dismenore Şiddeti				x ²	P	
	Rahatsız edici		Şiddetli				Dayanılmaz
Okula gitmeyi	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	
Etkiliyor	4	11,8	46	56,1	30	85,7	38,56 < 0,001
Etkilemiyor	30	88,2	36	43,9	5	14,3	
Ders çalışmayı							
Etkiliyor	8	23,5	63	76,8	33	94,3	45,57 < 0,001
Etkilemiyor	26	76,5	19	23,2	2	5,7	

Tablo 3'te öğrencilerin dismenore şiddeti ve okul performansına etkisinin karşılaştırması yer almaktadır. Dismenoreyi dayanılmaz yaşayanlarda (%85,7) okula gitme ve ders çalışmanın daha çok etkilendiği ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (p<0,001). Dismenore adölesanlarda okul hayatını ve konsantrasyonunu etkilemektedir. Önceki çalışmalarda dismenore nedeniyle devamsızlık yapma oranın yüksek olduğu görülmektedir (5,12). Yapılan çalışmalarda özellikle dayanılmaz ve şiddetli dismenoresi olanların okula gidemediği ve ders çalışmanın olumsuz etkilendiği bulunmuştur (24,34). Yaptığımız bu çalışmada kızların yarıdan çoğunun dismenore nedeniyle okula gidemediği, ders çalışmadığı ve ağrı şiddeti fazla olanların okula gitme ve ders

çalışmalarının daha çok etkilendiği belirlenmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada öğrencilerde dismenore görülme oranının oldukça yüksek olduğu (%78,6) ancak hekime başvurma oranının az olduğu (%34,4) belirlenmiştir. Dismenoreyi dayanılmaz yaşayanların okul performansının daha fazla etkilendiği belirlenmiştir.

Bu sonuçlar doğrultusunda kız öğrencilere okullarda dismenore ve dismenore ile baş etme yöntemleri konusunda eğitim verilmeli. Dismenore sorunu yaşayanlar okul performansına etkisinin azaltılması için dismenore ile baş etme konusunda sağlık profesyonellerinden yardım almasının sağlanması önerilebilir.

KAYNAKLAR

1. Slap G. Menstrual disorders in adolescence. Best Practice Research Clinical Obstetrics. Gynaecology 2004; 17(1): 75-92.
2. Ortiz M. Primary dysmenorrhea among Mexican university students: prevalence, impact and treatment. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology* 2010; 152: 73-77.
3. Sule ST, Ukwenya JE. Menstrual experiences of adolescents in a secondary school. *J Turkish-German Gynecol Assoc* 2007; 8(1): 7-14.
4. El-Gilany AH, Badawi K, El-Fedawy S. Epidemiology of dysmenorrhoea among adolescent students in Mansoura, Egypt. *Eastern Mediterranean Health Journal* 2005; 11, (1/2): 155-163.
5. Erenel Şentürk A. Sağlık meslek lisesi öğrencilerinin dismenore yaşama durumları ve dismenore ile başetmeye yönelik uygulamaları. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2007;14(2):48-60.
6. Bano R, AlShammari E, Aldeabani. HKS. Study of the prevalence and severity of dysmenorrhea among the university students of Hail City. *International Journal of Health Sciences & Research* 2013; 3(10): 15-22.
7. Cunningham S, Tan D. Dysmenorrhoea and acupuncture: a review of the literature. *Nursing Standard* 2011; 24(44): 39-47.
8. Taskın L. Üreme siklusu anomalileri. İçinde: Taskın L. editör. *Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği*. X. baskı. Ankara: SistemOfsetMatbaacılık; 2011; 623-625.
9. Zahradnik HP, Beck AH, Groth K. Nonsteroidal anti-inflammatory drugs and hormonal contraceptives for pain relief from dysmenorrhea: a review. *Contraception* 2010; 81:185-196.
10. Harel Z. Dysmenorrhea in adolescents and young adults: etiology and management. *J Pediatr Adolesc Gynecol* 2006; 19: 363-371.
11. Mazza D. Primary dysmenorrhea. *Women's Health Medicine* 2006; 3(5): 207-210
12. Banikarim C, Chacko MR, Kelder SH. Prevalence and impact of dysmenorrhea on Hispanic female adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2000; 154: 1226-1229.
13. Eryılmaz G, Özdemir F, Pasinlioğlu T. Dysmenorrhea prevalence among adolescents in eastern Turkey: It effects on school performance and relationship with family and friends *J Pediatr Adolesc Gynecol* 2010; 23:267-272.
14. Ajorpaz NM, Hajbaghery MA, Mosaebi F. The effects of acupressure on primary dysmenorrhea: A randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice* 2011; 17: 33-36.
15. Wong CL, Lai KY, Tse HM. Effects of SP6 acupressure on pain and menstrual distress in young women with dysmenorrhea. *Complementary Therapies in Clinical Practice* 2010; 16: 64-69.
16. Aslan FE. Ağrı değerlendirme yöntemleri. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2002; 6(1): 9-16.
17. Valiani M, Babaei E, Hesmat R, Zare Z. Comparing the effects of reflexology methods and ibuprofen administration on dysmenorrhea in female student of Isfahan University of Medical Sciences. *IJNMR* 2010; 15(Special Issue): 371-378.
18. O'Connell K, Davis RA, Westhoff C. Self treatment patterns among adolescent girls with dysmenorrhea. *Pediatr Adolesc Gynecol* 2006; 19:285-289.
19. Seven M, Guvenç G, Akyuz A, Eski F. Nursing student sevaluating dysmenorrhea in a sample of *Turkish, Pain Management Nursing*, 2013; 1-8.
20. Bata M.S. Age at menarche, menstrual patterns, and menstrual characteristics in Jordanian adolescent girls. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 2012; 119: 281-283.
21. Gagua T, Tkeshelashvili B, Gagua D, Primary Dysmenorrhea: prevalence in adolescent population of Tbilisi, Georgia and risk factors. *Turkish German Gynecol. Assoc*, 2012; 13:162-168.
22. Ortiz MI, Flores ER, Alarcon LC, Godoy HV, Prevalence and impact primary dysmenorrhea among Mexican high school student. *International Journal of Gynecology and Obstetrics* ,2009; 107:240-243.
23. Polat A, Celik H, Gurates B, Kaya D, Nalbant M, Kavak E, Hanay F. Prevalence of primary dysmenorrhea in young adult female university students. *Arch Gynecol Obstet*.2009; 279(4): 527-532.
24. Çakır M, Mungan D, Karakaş T, Girişken D, Ökten a. Menstrual pattern and common menstrual disorders among universty student in Turkey. *Pediatr Int*.2007;49(6):938-4
25. Öztürk S, Tanrıverdi D. Premenstrual sendrom ve başetme. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2010; 13(3): 57-61.
26. Kısa S, Zeyneloğlu S, Güler N. Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom görülme sıklığı ve etkileyen faktörler. *Gümüşhane Sağlık Bilimleri Dergisi* 2012;1(4):284-297
27. Kırcahan N, Ergin F, Adana F, Arslantaş H. Hemşirelik öğrencilerinde premenstrüel sendrom prevalansı ve yaşam kalitesi ile ilişkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 2012; 13 (1): 19-25.
28. Özerdoğan N, Sayiner N, Ayrancı U, Unsal A, Giray S. Prevalence and predictor of dysmenorrhea among student at a university in Turkey. *International Journal of Gynecology and Obstetrics* 2010;107(1):39-43.
29. Potur DÇ, Bilgin NC, Kömürçü N. Prevalence of dysmenorrhea in universty student in Turkey: effects on daily activities and evaluation different pain management methods . *Pain Management Nursing* 2013;1-10.
30. Polat A, Celik H, Gurates B, Kaya D, Nalbant M, Kavak E, Hanay F. Prevalence of primary dysmenorrhea in young adult female university students. *Arch Gynecol Obstet*.2009; 279(4):527-532.
31. Goldstein-Ferber S, Granot M. The association between somatization and perceived ability: roles in dysmenorrhea among Israeli Arab adolescents. *Psychosom Med* 2006; 68(1):136-42.
32. Nwankwo TO, Aniebue UU, Aniebue PN. Menstrual disorders in adolescent school girls in Enugu, Nigeria. *J Pediatr Adolesc Gynecol* 2010; 23:358-63.
33. Agrawal AK, Agrawal A. A study of dysmenorrhea during menstruation in adolescent girls. *Indian J Community Med* 2010; 35:59-164.
34. Liliwati I, Verna LKM, Kharairani O. Dysmenorrhea and its effects on school activities among adolescent girls in a rural school in Selangor Malaysia. *Med&Health* 2007; 2(1):42-47.