


İnternet Bağımlılığı ve Siberkondri

Internet Addiction and Cyberchondria

Haticenur TURAN¹ 

ÖZET

Sunmuş olduğu birçok avantajın yanında internet, hayat kalitesini artırırken birtakım problemlere de yol açabilmektedir. İnterneti uzun süre kullanmak bireyleri aile ve arkadaşlarından soyutlayabilmektedir. İnternet aracılığıyla kurulan çevrimiçi ilişkiler gerçek hayatın yerini tutamaz ve internet her ne kadar yaşamı daha kolay hale getiriyor olsa da bireylere yanlış bilgiler sunabilmekte ve olumsuz davranışlara yönelebilmektedir. Buna ilaveten dikkat edilmesi gereken bir diğer sorun ise internet bağımlılığı olarak karşımıza çıkmaktadır. İnternete bağımlı olan bireyler, internetin yaşamlarına bu kadar dahil olmasının bir sonucu olarak ihtiyaç duydukları sağlık bilgisini

Anahtar kelimeler: İnternet bağımlılığı, çevrimiçi bilgi arayışı, siberkondri

internet aracılığıyla elde etmektedirler. Bireyler sahip olduğu sağlık sorunuyla ilgili bir hekime danışmaktan ziyade internetten sağlık bilgisi aramaya yönelmişler ve bu durumun giderek yaygınlaşması “Siberkondri” olarak isimlendirilen ve “Çağın hastalığı” olarak nitelendirilen kavramın ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Bu çalışmanın amacı siberkondri hakkında bilgi vermek, siberkondri kavramının internet bağımlılığı ile olan ilişkisini ortaya koymak ve bu konuyla ilgili yapılmış çalışmaları inceleyerek alanyazına katkıda bulunmaktır.

ABSTRACT

In addition to the many advantages it offers, the internet can cause some problems while increasing the quality of life. Using the Internet for a long time can isolate individuals from their family and friends. Online relationships established through the internet cannot replace real life, and although the internet makes life easier, it can present false information to individuals and lead them to negative behaviors. In addition, another problem to be considered is internet addiction. Individuals who are addicted to the Internet obtain the health information they need through the Internet as a result of the Internet being so involved

Keywords: Internet addiction, online information seeking, cyberchondria

in their lives. Individuals have tended to seek health information on the internet rather than consulting a physician about their health problems, and the increasing prevalence of this situation has led to the emergence of the concept called "Cyberchondria" and described as "the disease of the age". The aim of this study is to provide information about cyberchondria, to reveal the relationship between the concept of cyberchondria and internet addiction, and to contribute to the literature by examining the studies on this subject.

¹ Öğr. Gör., Bayburt Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri M.Y.O, Tıbbi Hizmetler ve Teknikler Bölümü, Bayburt/Türkiye, e-mail: turanhaticenur@gmail.com

GİRİŞ

İnternetin anormal kullanımı 'internet bağımlılığı' olarak kavramsallaştırılmaktadır (Alimoradi et. al., 2019). Kandel (1998), İnternet bağımlılığını internetle ilgili faaliyetlere yönelik artış gösteren kaynak yatırımı, internete bağlı değilken meydana gelen kaygı, depresyon ve boşluk gibi hoş olmayan duygular, internette vakit geçirmeye yönelik tolerans ve sorunlu davranışların reddi şeklinde karakterize etmiştir.

2021 istatistiklerine göre, dünya çapında yaklaşık 5 milyar internet kullanıcısı bulunmaktadır (Internet World Stats, 2022). Türkiye’de ise İnternet kullanım oranı 2021 yılında 16-74 yaş aralığındaki bireylerde %82,6 olarak belirlenmiştir. İnternet kullanım oranına cinsiyete göre bakıldığında; bu oranın erkeklerde %87,7 ve kadınlarda %77,5 olduğu tespit edilmiştir. Buna ilaveten internet kullanan bireylerin %80,5'inin interneti düzenli kullandığı belirlenmiştir (TÜİK, 2022).

İnternetin yaygınlaşması, sağlık bilgilerine eşi benzeri görülmemiş bir erişim olanağı tanımış ve bu bilgilerin yayılmasında önemli rol üstlenmiştir. Bu durum “Siberkondri” olarak isimlendirilen ve “Çağın hastalığı” olarak nitelendirilen kavramın ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Siberkondri, bireyin var olduğunu düşündüğü hastalıklarıyla ilgili internet ortamında bilgi, belge ve tedavi yöntemleri araştırarak kendi kendine tanı koymaya çalışma veya tedavi etme çabası (Tarhan, Ünal ve Ekinci, 2021) olarak tanımlanmış ve internette takıntılı bir şekilde belirli gerçek veya hayali hastalık belirtileri hakkında bilgi arayan kişiler ise siberkondriyak (Oxford sözlüğü, 2022) olarak isimlendirilmiştir.

İnternet Bağımlılığı

İnternet, askeri ve akademik kurumlar arasında araştırma yapılmasını kolaylaştırmak için geliştirilmiş bir araç olarak değerlendirilmektedir. Bununla birlikte, bazı insanların bu ortamı nasıl kullandıkları, internet bağımlılığı konusunu tartışarak ruh sağlığı topluluğunun ilgisini çekmiştir. İnternetin bağımlılık yapan kullanımı, birçok uygulayıcının bilmediği ve daha sonra tedavisinin zor olduğu yeni bir olgudur (Young, 1999).

Bağımlılık kavramının tanımlanması kolay değildir, ancak bunun temelinde bir madde veya faaliyete bağımlılık vardır (Widyanto ve McMurrin, 2004). Madde bağımlılığının sonucunda, alkolizm sebebiyle karaciğer sirozu ya da kokain kullanımından dolayı inme riskinin artması gibi olumsuzluklarla karşılaşmaktadır. Bunun yanı sıra, internet bağımlılığı sonucunda ortaya çıkan fiziksel risk faktörleri madde bağımlılığına göre nispeten daha az, fakat göz ardı edilmeyecek kadar önemlidir (Young, 1999). İnternet bağımlılığı, yoğun bir şekilde bilgisayar kullanımı ve internet erişimi sonucunda bozulmalara veya sıkıntılara neden olan aşırı ya da zayıf kontrollü endişeler, dürtüler ve davranışlarla karakterize edilmektedir (Shaw ve Black, 2008).

Young (1999), benlik saygısı düşük ve depresif olan kişilerin internet bağımlılığına oldukça yatkın olduğunu, çünkü bu tür eğilimleri olan bireylerin problemleriyle başa çıkabilmek için ve dertlerinden, gerçek yaşamdan bir nebze olsun soyutlanabilmek için interneti kullandıklarını ifade etmektedir.

Çevrimiçi Sağlık Bilgisi Arayışı

“İnternetin tavuk çorbası” olarak da adlandırılan hastalığa özel hasta ağları, insanlara sosyal medya araçlarını sadece duygusal destek için değil, çeşitli tedavi seçeneklerini değerlendirme imkânı sağlama fırsatı da sunmaktadır (Fox ve Purcell, 2010). Sağlıkla ilgili bilgiler edinmek için insanların çoğu internete yönelmekte ve son araştırmalar hastaların çevrimiçi ortamda bulabildikleri bilgilerin sağlık bakımı ile ilgili aldıkları kararları doğrudan etkilediğini göstermektedir (De Boer et. al., 2007). İnternet, online doktor danışmanlığı, online ilaç siparişi ve psikolojik sorunlara yönelik veya kronik hastalıklarla başa çıkma amaçlı birçok seçenek sunmaktadır (Shuyler ve Knight, 2003).

Yüksek sağlık kaygısı yaşayan insanlar, çevrimiçi olarak sağlık bilgisi aramak gibi stratejiler uygulayarak endişelerini azaltmaya çalışmaktadırlar. Bu niyetlerinin aksine endişeli insanlar kaygılarını daha da arttırmaktadırlar, çünkü buldukları rahatsız edici bilgilere odaklanmakta ve olumlu ya da saçma açıklamaları birleştirememektedirler (Ivanova ve Karabeliova, 2014). Tıp topluluğunun çevrimiçi sağlık bilgisi arayanlar hakkında ifade ettiği endişelerden biri, çevrimiçi buldukları materyale dayalı olarak ve tıbbi uzmanlara danışmadan kendi kendine tanı koyma ve bu tanı doğrultusunda kendi kendine tedavi etme eğiliminde olup olmadıklarıdır (Fox, 2006).

Dünya çapında internet, bol miktarda tıbbi bilgi kaynağı sağlamaktadır. Bu bilgi, sağlık uzmanı olmayan kişilerin sağlığı ve hastalığı daha iyi anlamalarına ve semptomlar için uygun açıklamalar yapmalarına yardımcı olabilmektedir. Bununla birlikte Web, bir tanı prosedürü

olarak kullanıldığında, tıbbi eğitimi çok az olan ya da hiç olmayan kişilerin kaygılarını artırma potansiyeli taşımaktadır (White ve Horvitz, 2009). Geleneksel medyanın düzenleyici yönünün ve enformasyon akışı mekanizmasının yoksun olduğu ya da medikal profesyonelliğin kanıt tabanının ve meşruiyetinin daha sorgulanabilir düzeyde olduğu durumlarda web bir bilgi kirliliği kanalı olarak kullanılırken bu kanalları mesleki herhangi bir profesyonelliği olmadan kullanan kişi de güçlendirilmiş bir sağlık tüketicisi olarak değil aynı zamanda bu sistemin içinde çeşitli yanlış bilgilendirmelere maruz kalabilecek, medikal açıdan sağlıklı olmayan davranışlara itilebilecek ve bir çeşit zorlayıcı sağlık arayışı bağımlılığı geliştiren kurban olarak konumlandırılmıştır (Lewis, 2006).

Kullanıcı bilgiyi tam olarak kavrayabilse bile, hasta-doktor ilişkisinin zarar görebileceği ihtimali göz önünde bulundurulmalıdır. Özellikle bir hasta internetten elde etmiş olduğu yanlış bilgiler doğrultusunda doktora müdahale etmeye çalışırsa doktorlar, hastaların internet araştırmalarını kendilerine olan güvensizliğin bir göstergesi olarak algılayabilir. Dolayısıyla doktor hastasına karşı olumsuz bir tavır sergileyebilir. Buna ilaveten bir hasta doktorlarının söylediklerinin yerine çevrimiçi okuduklarına inanmaya karar verirse sonuç tedaviye zarar verebilir (Ivanova, 2013).

Fox ve Purcell (2010)'in yapmış olduğu çalışmada kronik hastalığı olan bireylere sağlık ve tıbbi konularla ilgili olarak bilgiye veya yardıma ihtiyaçları olduğunda hangi kaynaklara yöneldikleri sorulduğunda kronik hastalığı olan yetişkinlerin % 93'ü sağlık veya tıbbi konularla ilgilenirken bilgi veya yardım almak için bir sağlık

uzmanına yöneldiklerini, % 60'ı bir arkadaşına veya aile üyesine sorduğunu, % 56'sı kitap veya diğer basılı referans materyallerini kullandığını, % 44'ü interneti tercih ettiğini, % 38'i sigorta şirketiyle görüştüğünü ve % 6'sı listede belirtilmeyen başka bir kaynak kullandığını ifade etmiştir. Buna ilaveten Türkiye’de internetten sağlık bilgisi arayanların oranı %69,3 olarak bulunmuştur (TÜİK, 2019).

Arslan ve Demir (2017)’in üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada katılımcıların %71’i sağlık bilgisi edinmek amacıyla interneti kullandıklarını belirtmişlerdir. Özyurt ve ark. (2020)’nın yapmış olduğu çalışmada ise araştırmaya katılan katılımcılar arasında bir hekim ile iletişime geçmeden önce internette hastalığıyla alakalı araştırma yapanların sayısı %72,95 belirlenmiş ve hekime başvurduktan sonra hekimin uygun gördüğü tedaviye başlamadan önce internetten araştırma yapanların sayısı %46,61 olarak tespit edilmiştir. Buna ilaveten çalışmada sağlıkla ilgili bilgilerin en fazla edinildiği kaynağın yarısından fazlasının sağlık çalışanları olduğu, ikinci sırada ise internetin yer aldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Siberkondri

Küreselleşme ve teknolojinin gelişmesiyle birlikte evimize giren internet daha fazla bilgiye erişim sağlamaktadır. İstedığımız her bilgiye hızlı erişim ve elimizdeki bu bilgilere erişim kolaylığı, bireyleri tembelliğe itmektir. İnternette aradığımız bilgiler, yemek pişirmeden teknolojik bir aletin onarımına kadar hayatımızın her alanında kolaylık sağlamaktadır (Korucu ve ark., 2018). İnternetin bu kadar kolay erişilebilir olması, hastanın bilgiye erişme şeklini de

değiştirmektedir. Bugünün gençleri internette büyümekte ve interneti ulaşmak istedikleri şeyler için ilk bağlantı noktası olarak görmektedirler. Bu nedenle “siberkondri” hastalığı çağımızın hastalığı olarak görülmektedir (Korucu ve ark., 2018). Siberkondrinin "yeni" bir hastalık olduğu düşüncesi, ilk olarak 2001 yılında İngiliz The Independent gazetesinde yayınlanan "Yeni bozukluk, siberkondri, interneti süpürüyor" makalesinde öne sürülmüştür (Starcevic and Berle, 2013).

Siberkondri en yaygın e-hastalıklardan biri olarak değerlendirilmektedir (Korucu ve ark., 2018). Kelime olarak baktığımızda “siberkondri” (cyberchondria) terimi “siber” (cyber) ve “hipokondriazis” (hypochondriasis) kelimelerinden türetilmiş olup, “siberkonriyak” (cyberchondriac) sözcüğü “Oxford İngilizce Sözlüğü”nde yer almaktadır. Oxford İngilizce Sözlüğü’nde siberkondriyak, “İnternette takıntılı bir şekilde belirli gerçek veya hayali hastalık belirtileri hakkında bilgi arayan kişiler.” olarak tanımlanmaktadır (Oxford Sözlüğü, 2022).

Hipokondriye bilişsel-davranışçı yaklaşım, siberkondri kavramını, bedensel duyumların ve farklı kaynaklardan gelen ciddi sağlıksızlık bilgisine ilişkin ciddi bir hastalığa karşı belirsiz sağlık bilgilerinin yanlış yorumlanması eğilimi ile bağlantılı akut bir sağlık kaygısı biçimi olarak tanımlamaktadır (Ivanova ve Karabeliova, 2014). Bilgileri yanlış yorumlayan veya uygun olmayan tedavileri deneyen tüketiciler için bu, sağlık açısından tehlikeye neden olabilmektedir (Benigeri ve Pluye, 2003).

İnternette sağlıkla ilgili bilgiler arayan herhangi bir kimseyi tanımlamak için kullanılan bir kavram olan siberkondri güvenilir bilgi edinmeyi de beraberinde getirmektedir (Simith ve et. al., 2006). Ayrıca, bireyler

internet üzerinden aradığı hastalıkla alakalı olarak çeşitli ilaçlar kullanma girişiminde bulunabilmektedirler.

Siberkondri, özellikle hasta bakımı ve yönetimi ile ilgili olarak sağlık profesyonelleri ile ilgilidir. Teknolojinin sağlığın öz idaresini ve geleneksel doktor-hasta ilişkisini olumlu olarak etkilediği hususunda genel bir fikir birliği bulunmaktadır. Fakat, literatür, ortaya çıkan çevrimiçi sağlık bilgisi arama eğiliminin yanlış yorumlama ve endişe gibi olumsuz yönlerini vurgulamaktadır (Aiken ve et. al., 2012). Arama motorları, yaygın ya da nadir görülen hastalıkların benzer belirtilerine eşit sayıda sonuç ürettiğinden, sonuçların değerlendirilmesi hususunda yanlış bilgilenelemelere sebep olabilmektedir. Siberkondriyakların yanlış bilgilendirildikleri ve bu doğrultuda kaygılara neden olduğu görülmektedir (Elciyar ve Taşçı, 2017).

Bütün bu tanımlara göre, bireyin sağlığı ile ilgili bir sorun yaşamaya başladığı, hastayı internette araştırdığı verilere göre teşhis etmeye çalıştığı panik süreci olarak tanımlanabilir (Korucu ve ark., 2018). Buradan hareketle, internet kullanıcılarının siberkondriyi tanınması, siberkondri ile ilişkili etmenlerin belirlenmesi ve siberkondri için uygun tedavi müdahalelerinin gerçekleştirilmesi önem arz etmektedir (Uzun, 2016).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Teknoloji olmadan yaşam olduğundan daha zor ve bilgiye erişim daha sınırlı olmaktadır. Teknoloji tüm dünya için daha kolay ve daha iyi yaşam koşulları sunmaktadır. Evde, işyerinde, okulda kısaca hayatın her alanında teknolojiye ihtiyaç duyulmaktadır. Teknolojinin gelişmesinin bir sonucu olarak bireylerin yaşamında yer edinen bir diğer kavramda “internet” tir. Bireyler

ihtiyaçlarını gidermek için internete ve siber alana gittikçe daha bağımlı hale gelmektedir. Artık bireyler internet aracılığıyla oturduğu yerden tüm dünyaya bağlanabilmektedir. Bunun yanı sıra görüntülü sohbet ve mesajlaşma sayesinde iletişim kurabilmekte, dünyanın diğer ucuna mektup göndermek yerine bir dakika içinde e-posta gönderebilmekte, bu hızlı tempolu dünyada, online olarak alışveriş yapabilmekte ve kütüphanelerde saatlerce bilgi aramak yerine internet sayesinde kolayca bilgiye ulaşabilmektedir (Arısoy, 2009). TÜİK verilerine göre 2021 yılında İnternet kullanım oranı 16-74 yaş aralığındaki kişilerde %82,6 olarak belirlenmiştir. İnternet kullanım oranı cinsiyete göre incelendiğinde; bu oranın erkeklerde %87,7 ve kadınlarda %77,5 olduğu bulunmuştur (TÜİK, 2021).

İnternetin yaşamlarına bu kadar dahil olmasının bir sonucu olarak hastalar ihtiyaç duydukları sağlık bilgisini internet aracılığıyla elde etmektedirler. Birey hastalığı hakkında daha fazla şey öğrenerek öngörülen tedaviyi daha iyi anlayabilmekte, tedavi sürecinde aktif olarak yer alabilmekte ve böylece doktorlara yardımcı olabilmektedir. Bu doğrultuda internetin hastaları güçlendirmek için bir araç olarak hizmet verdiği söylenebilir. Sunmuş olduğu birçok avantajın yanında internet hayat kalitesini artırırken birtakım problemlere de yol açabilmektedir. İnterneti uzun süre kullanmak bireyleri aile ve arkadaşlarından soyutlayabilmektedir. İnternet aracılığıyla kurulan çevrimiçi ilişkiler gerçek hayatın yerini tutamaz ve internet her ne kadar yaşamı daha kolay hale getiriyor olsa da bireylere yanlış bilgiler sunabilmekte ve olumsuz davranışlara yöneltebilmektedir. Buna ilaveten dikkat edilmesi gereken bir diğer sorun ise internet bağımlılığı olarak karşımıza çıkmaktadır (Balcı ve Gülnar, 2009).

Bireyler, internete bağımlı hale gelmelerinin bir sonucu olarak alışveriş, lokanta ve fast food zincirlerinden verilen yiyecek siparişleri, bilgiye erişim gibi birçok konuda internetin sunmuş olduğu imkan ve kolaylıklardan faydalanmaya başlamışlardır. Buna ilaveten bireyler sahip olduğu sağlık sorunuyla ilgili bir hekime danışmaktan ziyade internetten sağlık bilgisi aramaya yönelmişler ve bu durumun giderek yaygınlaşması “Siberkondri” olarak isimlendirilen ve “Çağın hastalığı” olarak nitelendirilen kavramın ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Siberkondri, web aramasının bir teşhis yöntemi olarak kullanılması şeklinde ele alınabilmektedir. İnternete semptomları tanımlayan sorgular girilmesiyle sonuçların sıralanması ve bilgilerin tanısal sonuçlar olarak yorumlanması durumu olarak tanımlanmaktadır (Özer ve dğr., 2018).

İnternet bağımlılığı ve siberkondri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Ivanova, (2013)’ in yapmış olduğu çalışmanın sonucuna göre; İnternet bağımlılığı, çevrimiçi sağlık bilgisi aramanın neden olduğu sağlık kaygısı ve siberkondrinin yönleri olarak endişelerin artması ve endişelerin devam etmesi arasında önemli ilişkiler tespit edilmiştir. Araştırma doğrultusunda

internetin aşırı kullanımı, internette sağlık bilgisi arama ve sonrasında kişisel sağlıkla ilgili endişelerin birbiriyle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Doğan ve ark., (2021) ise internet bağımlılığının siberkondriyi pozitif olarak etkilediği sonucuna varmıştır. Buna ilaveten sorunlu internet kullanımı veya bağımlılık derecesinde internet kullanımının internetten hastalık arama olan siberkondri davranışını artırdığını ortaya koymuşlardır.

Tüm bu bilgilerden yola çıkarak bireylerin göz ardı edilemeyecek bir kısmının internete sağlık bilgisi aramak için yöneldiği söylenebilir. Bu davranışın olumlu veya olumsuz bir duruma neden olup olmayacağı bireylerin doğru bilgiyi eleme yeteneklerine bağlıdır ve yanlış bilgilere inanabilecek eğilimde olan bireyler için de gereken önlemlerin alınması gerekmektedir. Bu bağlamda Sağlık Bakanlığı tarafından konunun ciddiyetine dikkat çekebilmek amacıyla çeşitli kamu spotu kampanyaları yürütülebilir veya internet tabanlı uygulamalarda yer alan sağlık bilgisinin denetimi gerçekleştirilebilir. Alanyazın incelendiğinde internet bağımlılığı ve siberkondri ilişkisini inceleyen az sayıda çalışmanın olduğu belirtilebilir ve buna yönelik çalışmaların yapılması önerilebilir.

KAYNAKÇA

Aiken M, Kirwan G, Berry M, O'Boyle C. A. The age of cyberchondria. Royal College of Surgeons in Ireland Student Medical Journal 2012; 5: 71-74.

Arisoy, Ö. İnternet bağımlılığı ve tedavisi. Psikiyatride güncel yaklaşımlar, 2009;1(1), 55-67.

Arslan, E. T., & Demir, H. Üniversite öğrencilerinin mobil sağlık ve kişisel sağlık kaydı yönetimine ilişkin görüşleri. Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 2017; 9(2), 17-36.

Alimoradi, Z., Lin, C. Y., Broström, A., Bülow, P. H., Bajalan, Z., Griffiths, M. D., ... & Pakpour, A. H. Internet addiction and sleep problems: A systematic review and meta-analysis. Sleep medicine reviews, 2019;47, 51-61.

Balcı, Ş., & Gülnar, B. Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı Ve İnternet Bağımlılarının Profili. Selçuk İletişim, 2009;6(1), 5-22.

Benigeri M, Pluye P. Shortcomings of health information on the Internet. Health promotion international, 2003; 18(4): 381-386.

De Boer M. J, Versteegen G. J, van Wijhe M. Patients' use of the Internet for pain-related medical information. Patient Education and Counseling, 2007; 68(1); 86-97

- Doğan, S., Acar, F., Doğan, T. G. B. İnternet Bağımlılığı Ve Sağlık Anksiyetesinin Siberkondri Davranışları Üzerine Etkisi. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2021;35(1):281-298
- Elciyar K. Taşçı D. Siberkondri Ciddiyet Ölçeği'nin Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi öğrencilerine uygulanması. Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi (AKAR), 2017; 2(4): 57-70
- Fox S. Purcell K. Chronic Disease and the Internet. (cited 2019 Nov 20). Available From: <https://www.pewresearch.org/internet/2010/03/24/chronic-disease-and-the-internet/>
- Fox S. Online Health Search. (cited 2019 Nov 20). Available From: <https://www.pewresearch.org/internet/2006/10/29/part-2-a-typical-search-for-health-information/>
- Internet World Stats (cited 2019 May 25). Available From: <https://www.internetworldstats.com/stats.htm>
- Ivanova E. Internet addiction and cyberchondria - Their relationship with Well-Being. Journal of Education Culture and Society, 2013; 1: 57-70.
- Ivanova E., Karabeliova, S. Elaborating on Internet addiction and cyberchondria-relationships, direct and mediated effects. Journal of Education Culture and Society, 2014; (1): 127-144.
- Kandell, J. J. Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. Cyberpsychology & behavior, 1998;1(1), 11-17.
- Korucu K.S, Oksay A, Kocabaş D. Online Health Concern: Cyberchondria. Kapucu H, Akar C. (Editörler). Changing Organizations From The Psychological and Technological Perspectives. 1. Ed. London: IJOPEC Publication; 2018. s. 211-218.
- Lewis T. Seeking health information on the internet: lifestyle choice or bad attack of cyberchondria?. Media, Culture & Society, 2006; 28(4): 521-539.
- Oxford Dictionaries. (cited 2022 April 15) Available From: <https://www.lexico.com/en/definition/cyberchondriac>.
- Özer Ö, Şantaş F, Şantaş G, Saygılı M. Sağlık Yönetimi Bölümü Öğrencilerinin Siberkondria Algılarının Değerlendirilmesine Yönelik Bir Araştırma. 2. Uluslararası 12. Ulusal Sağlık ve Hastane İdaresi Kongresi.
- Özyurt, T. E., Aydemir, Y., Aydın, A., İnci, M. B., Ekerbiçer, H., Muratdağı, G., & Kurban, A. İnternet Ve Televizyonda Sağlık Bilgisi Arama Davranışı Ve İlişkili Faktörler. Sakarya Tıp Dergisi, 2020; 10(Özel Sayı), 1-10.
- Shaw M, Black D. W. Internet addiction. CNS drugs, 2008; 22(5): 353-365.
- Shuyler K.S, Knight K.M. What Are Patients Seeking When They Turn to the Internet? Qualitative Content Analysis of Questions Asked by Visitors to an Orthopaedics Web Site J Med Internet Res, 2003;5(4): 1-16
- Smith P. K, Fox A. T, Davies P, Hamidi-Manesh L. Cyberchondriacs. International Journal Of Adolescent Medicine And Health, 2006; 18(2): 209-214.
- Starcevic, V., & Berle, D. Cyberchondria: towards a better understanding of excessive health-related Internet use. Expert Review of Neurotherapeutics, 2013; 13(2): 205-213.
- Tarhan, N., Tutgun-Ünal, A., & Ekinci Y. Yeni Kuşak Hastalığı Siberkondri: Yeni Medya Çağında Kuşakların Siberkondri Düzeyleri İle Sağlık Okuryazarlığı İlişkisi. Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 2021;17(37), 4253-4297.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. 2019. http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028 (Erişim Tarihi: 1 Mart 2020).
- Uzun S.U. Pamukkale Üniversitesi Çalışanlarında Siberkondri Düzeyi Ve Etkileyen Etmenler (tez). Denizli: Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi; 2016.
- White R. W, & Horvitz E. Cyberchondria: Studies Of The Escalation Of Medical Concerns İn Web Search. Acm Transactions On Information Systems (TOIS), 2009; 27(4): 23.
- Widyanto, L., & McMurrin, M. The psychometric properties of the internet addiction test. Cyberpsychology & behavior, 2004; 7(4): 443-450.
- Young, K. S. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. Innovations in clinical practice: A source book, 1999; 17(17): 351-352.