



## HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNDE COVID-19 KORKUSU İLE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

### THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF COVID-19 ON HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS IN NURSING STUDENTS

Aslı Tok Özen<sup>1</sup>, Yasin Çetin<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İç Hastalıkları Hemşireliği Ana Bilim Dalı, Çankırı, Türkiye

<sup>2</sup>Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Hemşirelikte Yönetim Ana Bilim Dalı, Adıyaman, Türkiye

#### ÖZ

**Amaç:** Bu araştırma Covid-19 pandemi sürecinde öğrenci hemşirelerde Covid-19 korku düzeyinin ve Covid-19 korkusunun sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile ilişkisini tanımlamak amacıyla tanımlayıcı ve kesitsel düzende planlandı.

**Yöntem:** Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin güneydoğusunda yer alan bir devlet üniversitesinin sağlık bilimleri fakültesi hemşirelik bölümünde eğitim-öğretime aktif olarak devam eden 230 öğrenci oluşturdu. Veriler 15 Ocak-10 Şubat 2022 tarihleri arasında online olarak toplandı. Verilerin toplanması için Bireyleri Tanıtıcı Bilgi Formu, Covid-19 Korkusu Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II Ölçeği kullanıldı.

**Bulgular:** Araştırmadan elde edilen verilere göre öğrenci hemşirelerin Covid-19 korku ölçeği puanı ortalamasının 19.03±8.14 olduğu görüldü. Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II ölçeğinden alınan ortalama puanlar ise ölçeğin tamamında 136.51±25.77 olarak belirlendi. Covid-19 korkusu ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II ölçeğinin fiziksel aktivite ve beslenme alt boyutları arasında zayıf bir ilişki olduğu tespit edildi ( $r>0.10$ ,  $p<0.05$ ).

**Sonuç:** Araştırmada öğrenci hemşirelerin Covid-19 korkusu arttıkça sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının daha çok benimsendiği bulundu. Ayrıca öğrenci hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını ve Covid-19 bulaşını önlemeye yönelik koruyucu uygulamaları benimsedikleri sonucuna ulaşıldı.

**Anahtar Kelimeler:** Covid-19 Korkusu, Öğrenci Hemşire, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları

#### GİRİŞ

Zaman zaman değişen yaşam koşulları, içerisinde bulunulan süreçler ve koşullar sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını olumlu ya da olumsuz olarak etkileyebilir [1]. 3 yıldan uzun bir süredir içerisinde bulunulan Covid-19 pandemi süreci de bireysel yaşamı ve sağlığı büyük ölçüde etkileyen önemli bir sorundur [2].

Covid-19 enfeksiyonu ve sonuçları, küresel düzeyde etkiye neden olmuş, bireyler arasında korku ve kaygıya yol açmıştır [3]. Uzayan pandemi süreci bazen bireylerin enfeksiyon bulaşını önleyen ve hastalıktan korunmayı sağlayan koruyucu davranışları boş vermesine, bazen de daha fazla korkmalarına ve daha dikkatli

#### ABSTRACT

**Objective:** This study was planned in a descriptive and cross-sectional order in order to define the relationship between the level of fear of Covid-19 and fear of Covid-19 in student nurses during the Covid-19 pandemic process and healthy lifestyle behaviors.

**Method:** The sample of the study consisted of 230 students actively continuing their education in the nursing department of the faculty of health sciences of a state university located in the southeast of Turkey. Data were collected online between January 15 and February 10, 2022. For data collection; Introductory Information Form, Covid-19 Fear Scale and Healthy Lifestyle Behaviors-II Scale were used.

**Results:** According to the data obtained from the study, it was seen that the average score of the student nurses on the Covid-19 fear scale was 19.03±8.14. The mean scores obtained from the healthy lifestyle behaviors-II scale were determined as 136.51±25.77 in the whole scale. A weak correlation was found between fear of Covid-19 and physical activity and nutrition sub-dimensions of healthy lifestyle behaviors-II scale ( $r>0.10$ ,  $p<0.05$ ).

**Conclusion:** In the study, it has been found that as the fear of Covid-19 increases, the nursing students adopted more healthy lifestyles behaviors. In addition, it was concluded that student nurses adopted healthy lifestyle behaviors and protective practices to prevent Covid-19 transmission.

**Key Words:** Fear of Covid-19, Student Nurse, Healthy Lifestyle Behaviors

davranmalarına neden olmuştur [2]. Bu durumların tamamı sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını etkileme potansiyeli olan etmenler arasında yer alabilir.

Sağlıklı yaşam biçiminin benimsenmesi ve bu yönde bireylerin günlük yaşamlarında davranış değişikliği oluşturması hastalıkların önlenmesi açısından toplumun bütün kesimlerinde önem taşımaktadır. Özellikle sağlık sektöründe hizmet veren profesyonel meslek üyelerinin, sağlık eğitimi almaları nedeni ile daha sağlıklı olmaları, sağlığı geliştirecek davranışları benimsemeleri ve bu konuda topluma örnek olmaları beklenmektedir [4,5]. Bu durum sadece mevcut meslek üyelerini değil aynı zamanda mesleğe aday konumdaki öğrencileri de kapsar.

#### Makale Bilgisi/Article Info

**Yükleme tarihi/Submitted:** 03.10.2022, **Revizyon isteği/Revision requested:** 13.11.2022, **Son düzenleme tarihi/Last revision received:** 02.12.2022, **Kabul/Accepted:** 03.12.2022

\***Sorumlu yazar/Corresponding author:** Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Hemşirelikte Yönetim Ana Bilim Dalı, Adıyaman, Türkiye

<sup>2</sup>Email: yasin8544@hotmail.com

Genel literatür bilgilerine baktığımızda Türkiye’de hemşireler ve hemşirelik bölümü öğrencilerinde sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının tanımlanmasına yönelik çok sayıda araştırma vardır [4,6-8]. Ancak araştırmanın planlandığı zaman diliminde Covid-19 sürecinin etkilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları üzerindeki etkilerini tanımlayan yayınlanmış araştırma olmadığı görülmüştür. Ayrıca Covid-19’den korunmaya yönelik alınan tedbirlerin Covid-19 korkusu ile ilişkisi de net olarak tanımlanmamıştır. Bu çalışmada öğrenci hemşirelerde Covid-19 korkusu düzeyini tanımlamak ve Covid-19 korkusu ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlandı.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Tipi

Bu araştırma, Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü öğrencilerini kapsamakta olup, tanımlayıcı ve kesitsel düzende yürütüldü.

### Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü öğrencileri oluşturdu (n=520). Örneklem hesaplamasında %95 güven aralığı, %5 hata payı ile güç analizi yapıldı ve araştırmaya dahil edilecek katılımcı sayısı 223 olarak hesaplandı [9]. Araştırma öncesinde öğrencilere araştırmanın amacı ve yöntemi ile ilgili bilgilendirilme yapıldı ve bilgilendirme sonrası araştırmaya katılım için gönüllü öğrencilerden anket formunu bireysel olarak doldurmaları istendi. Araştırmaya katılmayı kabul eden ve gönüllü katılım sağlayan öğrenciler araştırmaya dâhil edildi. Araştırma verilerinin toplandığı dönemde Covid-19 geçiren öğrenciler ise araştırmadan dışlandı. Araştırma, dahil edilme kriterlerine uyan ve anketin tamamını yanıtlayan 230 öğrenci ile tamamlandı.

### Verilerin Toplanması

Araştırma verileri 15 Ocak-10 Şubat 2022 tarihleri arasında online olarak toplandı. Verilerin toplanması için literatür taranarak hazırlanan Bireyleri Tanıtıcı Bilgi Formu [1], Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II Ölçeği (SYBDÖ-II) [2] ve Yeni Korona Virüs Hastalığı döneminde geliştirilen Covid-19 Korkusu Ölçeği (KKÖ) [3] kullanıldı.

*Bireyleri Tanıtıcı Bilgi Formu:* Bölümler katılımcıların demografik verilerini, bireysel sağlık durumları ve alışkanlıkları ile ilgili temel verileri içeren 6 sorudan oluşturuldu.

*Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları:* Bireylerin sağlık sorumluluğu, fiziksel aktivite, beslenme, manevi gelişim, kişilerarası destek ve stres yönetimi alanlarında sağlıklı yaşama yönelik davranışlarını ölçen bir ölçüm aracıdır. 6 alt boyutta toplam 52 maddeden oluşmaktadır. Walker ve ark. tarafından, Pender’in Sağlığın Geliştirilmesi Modeli’ne göre hazırlanmıştır [10]. Walker, ölçeğin Cronbach Alpha değerini toplam ölçek için 0.943 ve alt boyutlar için 0.793-0.872 arasında bulmuştur. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik araştırması Bahar ve ark. tarafından yapılmıştır [11]. İlgili çalışmada Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II ölçeğinin Cronbach Alpha katsayısı 0.92 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar ise; sağlık sorumluluğu 0.77, fiziksel aktivite 0.79, beslenme 0.68, manevi gelişim 0.79, kişilerarası ilişkiler 0.80 ve stres yönetimi 0.64 olarak verilmiştir.

*Covid-19 Korkusu Ölçeği:* Pandemi döneminde yaşanan Covid-19 korkusunun ölçülmesine yönelik olarak Ahorsu ve ark. tarafından geliştirilmiştir [3]. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği 2020 yılında Ladikli ve ark. tarafından yapılmıştır. Ölçek tek faktörlü yapıda olup beşli likert tipinde 7 maddeden oluşmaktadır [12]. Ahorsu ve ark. tarafından yapılan analizde orjinal ölçek için Cronbach Alpha değeri 0.82 olarak hesaplanmış olup, Ladikli ve ark.’ın çalışmasında Cronbach Alpha değeri 0.86 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan

puanların yükselmesi bireylerin Covid-19 korkusunda artışı göstermektedir.

### Etik Onay

Araştırmanın yapılabilmesi için ilgili üniversitenin Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu’ndan etik kurul izni (Tarih: 12.01.2022; Karar sayısı: 193) ve kurum uygulama izni alındı. Araştırmanın verileri online anketler aracılığı ile toplandı. Katılımcılara gönderilen linke soruları cevaplamadan önce araştırma ile ilgili bilgilendirme yapılmış ve katılmayı kabul etmeleri durumunda “Araştırmanın amacı ve kapsamına yönelik olarak bilgilendirildim. Beyan ettiğim bilgilerin araştırma dışında başka bir nedenle kullanılmayacağı tarafıma iletildi. Kendi rızamla araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.” butonunu işaretlemeleri ve sonrasında soruları cevaplamaya başlamaları istendi.

### İstatistik Analiz

Veri analizi SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 paket programı ile yapıldı. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Kolmogorov-Smirnov testi uygulandı. Ayrıca çarpıklık (skewness), basıklık (kurtosis) katsayıları, kutu grafiği (boxplot) ve Q-Q plot’da incelenerek veri setinin normalliği değerlendirildi. Verilerin değerlendirilmesi için tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (frekans-yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma) ile t testi, One-Way ANOVA analizi ve Pearson korelasyon analiz testi kullanılmıştır.  $P < 0.05$ ’den anlamlılık sınırı kabul edildi.

### BULGULAR

Araştırmaya 230 öğrenci hemşire katıldı. Tablo 1’de katılımcıların demografik özellikleri, genel sağlık durumları ve alışkanlıkları ile Covid-19 korkusu ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının karşılaştırılması görülmektedir. Öğrenci hemşirelerin demografik özellikleri incelendiğinde; çoğunluğunun kadın, 18-22 yaş aralığında, aile gelir durumlarının orta düzeyde, sigara kullanmadıkları görülmektedir.

Öğrenci hemşirelerin cinsiyetleri ile Covid-19 korkusu ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları puan ortalamalarına bakıldığında kadın cinsiyette Covid-19 korkusu puanının erkek cinsiyete göre daha yüksek olduğu, erkeklerde ise beslenme, fiziksel aktivite ve stres yönetimi puanlarının daha yüksek olduğu belirlendi ( $p < 0.05$ ). Öğrencilerin gelir durumlarına göre sağlıklı yaşam biçimi davranışları fiziksel aktivite ve beslenme alt boyutundan aldıkları puanlarda gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu ( $p < 0.05$ ), gelir durumunu iyi olarak tanımlayan öğrencilerin fiziksel aktivite ve beslenme alt boyutlarından daha yüksek puan aldığı görüldü. Öğrenci hemşirelerde hiç sigara içmeyenlerin ve kronik hastalığı olmayanların Covid-19 korkusu puanları diğer gruplara göre daha yüksek bulundu ( $p < 0.05$ ). Öğrencilerin Covid-19 korkusu ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II ölçeği puanlarının yaş ve öğrenim görülen sınıfa göre değişkenlik göstermediği belirlendi ( $p > 0.05$ ) (Tablo 1).

Tablo 2’te öğrenci hemşirelerin pandemi döneminde önerilen Covid-19 enfeksiyonunda bulaşı engellemeye yönelik koruyucu davranışlar ile Covid-19 korkusu ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II puanlarının karşılaştırılması görülmektedir. Araştırmaya katılan öğrenci hemşirelerin Covid-19’a karşı koruyucu davranışları benimseme ve uygulama oranları incelendiğinde bulaşı engelleme ve dolayısı ile Covid-19’dan korunmaya yönelik olarak maske kullanımı, düzenli olarak el hijyeninin sağlanması, kapalı alanlardan uzak durma, düzenli olarak evin/yaşanılan alanların temizliğinin yapılması, beslenme ve fiziksel aktiviteye dikkat etme oranının yüksek olduğu belirlendi. Öğrencilerden sosyal mesafe kurallarına kısmen dikkat ettiklerini belirtenlerin oranı ise dikkat ettiğini ya da dikkat etmediğini söyleyen öğrencilere göre nispeten daha yüksektir.

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik özellikleri, genel sağlık durumları ve alışkanlıkları ile KKÖ ve SYBDÖ-II puanlarının karşılaştırılması

Değişken	S	%	KKÖ Puanı	SYBDÖ-II	Sağlık Sorumluluğu	Fiziksel Aktivite	Beslenme	Manevi Gelişim	Kişilerarası İlişkiler	Stres Yönetimi
	230	100.0	19.03±8.14	136.51±25.77	23.15±5.32	18.17±5.50	21.41±5.14	27.0±4.97	26.54±5.05	20.61±4.84
<b>Cinsiyet</b>										
Kadın	160	69.6	19.90±7.84	134.33±25.78	22.84±5.36	17.31±5.31	20.74±5.04	26.56±5.20	26.83±5.29	20.05±4.85
Erkek	70	30.4	17.03±8.53	141.51±25.20	23.86±5.21	20.14±5.45	22.96±5.06	26.79±4.42	25.89±4.41	21.89±4.61
t			2.487	-1.959	-1.338	-3.687	-3.067	-0.321	1.308	-2.680
p			<b>0.014*</b>	0.051	0.182	<b>0.000*</b>	<b>0.002*</b>	0.748	0.192	<b>0.008*</b>
<b>Yaş</b>										
18-22	205	89.1	19.14±8.18	136.30±26.05	23.08±5.35	18.01±5.49	21.08±5.15	26.72±5.08	26.64±5.14	20.57±4.93
>23	25	10.9	18.12±7.96	138.24±23.75	23.68±5.17	19.52±5.47	22.48±5.04	25.88±3.94	25.76±4.17	20.92±4.09
t			0.588	-0.354	-0.528	-1.298	-1.099	0.794	0.821	-0.340
p			0.557	0.724	0.598	0.196	0.273	0.428	0.413	0.734
<b>Smf</b>										
1	64	27.8	19.00±8.51	138.83±27.40	23.56±5.51	18.14±6.03	21.73±5.32	26.95±5.56	27.14±4.86	21.30±5.31
2	54	23.5	19.89±7.93	135.93±32.01	23.06±5.99	19.74±5.87	22.41±6.00	25.59±5.44	25.04±6.06	20.09±5.52
3	68	29.6	18.62±8.28	133.76±17.26	22.47±4.09	17.24±4.71	20.29±3.86	26.63±3.70	26.96±3.78	20.18±4.17
4	44	19.1	18.64±7.84	136.51±25.77	23.70±5.90	17.75±5.10	21.45±5.31	27.41±5.13	26.89±5.44	20.91±4.17
F			0.290	0.493	0.658	1.003	1.851	1.236	2.012	0.870
p			0.833	0.688	0.579	0.301	0.139	0.297	0.95	0.457
<b>Gelir düzeyi</b>										
Kötü	32	13.9	19.25±9.27	134.84±35.56	23.16±6.36	17.88±6.34	20.03±6.09	26.03±6.09	25.66±7.17	20.78±6.61
Orta	174	75.7	19.06±7.94	135.44±22.79	22.92±5.04	17.89±5.03	22.57±4.79	26.57±4.79	26.55±4.54	20.38±4.34
İyi	24	10.4	18.46±8.34	146.54±29.68	24.79±5.79	28.67±7.00	31.12±5.88	27.79±4.64	27.67±5.18	22.04±5.44
F			0.72	2.055	1.306	3.011	3.210	0.896	1.088	1.269
p			0.931	0.131	0.273	<b>0.039</b>	<b>0.031</b>	0.410	0.339	0.283
<b>Sigara kullanımı</b>										
Kullanmıyor	168	73.0	19.79±7.88	135.83±25.24	23.08±5.22	18.17±5.27	21.35±5.16	26.39±4.75	26.43±5.20	20.41±4.68
Nadiren	36	15.7	17.78±8.88	138.39±22.75	23.28±5.30	17.67±5.07	20.72±4.48	27.97±4.65	27.22±4.63	21.53±4.57
Sürekli	26	11.3	15.81±8.09	138.31±33.021	23.38±6.18	18.88±7.36	22.77±5.75	26.31±6.49	26.35±4.66	20.62±6.15
F			3.255	0.215	0.048	0.368	1.244	1.573	0.386	0.787
p			<b>0.040**</b>	0.806	0.953	0.693	0.290	0.210	0.680	0.456
<b>Kronik hastalık</b>										
Evet	31	13.5	16.48±8.83	134.97±25.27	23.71±4.78	17.87±5.72	20.71±4.55	26.81±4.91	26.58±4.97	19.29±5.19
Hayır	199	86.5	23.42±7.98	136.75±25.90	23.06±5.41	18.22±5.48	21.52±5.23	26.60±4.99	26.54±5.07	20.81±4.76
t			-2.878	-.365	0.630	-.329	-.818	0.217	0.044	-1.635
p			<b>0.041*</b>	0.717	0.529	0.743	0.414	0.829	0.965	0.103

\*t testi, \*\*One-Way ANOVA, p&lt;0.05 anlamlı olarak kabul edilmiştir.

Öğrencilerin günlük yaşamlarında siperlik ve eldiven kullanımına yönelik uygulamaları ise diğer uygulamalara oranla daha az benimsedikleri belirlendi. Covid-19 korkusu yüksek olanların sosyal mesafeyi daha çok dikkat ettikleri belirlendi (p<0.05). Covid-19 korkusu ile diğer koruyucu uygulamalar arasında dikkat çekici bir anlamlılık tespit edilemedi.

Sağlıklı yaşam biçimi davranışları puanları ile koruyucu/güçlendirici davranışlar karşılaştırıldığında ise ölçeğin tamamı ve alt boyutlarında gruplar arası farkın anlamlı olduğu görüldü (p<0.05). Sadece eldiven kullanımı ile ölçeğin manevi gelişim ve kişiler arası alt boyutları arasında ve fiziksel aktiviteye dikkat etme ile beslenme alt boyutu arasında gruplar arasında fark bulunamadı (p>0.05) (Tablo 2).

**Tablo 2.** Covid 19'dan korunmaya yönelik davranışlar ile KKÖ ve SYBDÖ-II puanlarının karşılaştırılması

Değişken	S	%	KKÖ	SYBDÖ	Sağlık Sorumluluğu	Fiziksel Aktivite	Beslenme	Manevi Gelişim	Kişilerarası İlişkiler	Stres Yönetimi
<b>Maske kullanımı</b>										
Dikkat etmiyorum	15	6.5	19.07±9.40	113.20±36.40	19.80±6.54	16.00±6.86	17.93±5.87	22.33±6.06	21.00±7.14	16.13±7.00
Kısmen dikkat ediyorum	84	36.5	18.42±8.48	129.82±20.24	22.14±4.77	17.18±4.45	20.14±4.25	25.18±4.40	25.25±4.35	19.93±3.97
Dikkat ediyorum	131	57.0	19.41±7.81	143.47±25.01	24.18±5.27	19.06±5.79	22.63±5.23	28.05±4.66	28.01±4.53	21.56±4.73
F			0.380	15.486	7.272	4.373	10.345	16.423	20.195	10.556
p			0.684	<b>0.000</b>	<b>0.001</b>	<b>0.014</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>
<b>Sosyal mesafe</b>										
Dikkat etmiyorum	37	16.1	15.92±8.83	119.65±28.58	20.59±5.10	15.97±5.40	18.57±5.08	23.68±5.87	23.22±6.62	17.62±5.57
Kısmen dikkat ediyorum	107	46.5	18.70±7.56	133.69±19.71	22.64±4.01	17.43±4.65	20.62±4.10	26.50±4.08	26.28±4.25	20.22±3.72
Dikkat ediyorum	86	37.4	20.77±8.18	147.28±26.59	24.87±5.28	20.05±5.98	23.63±5.47	28.06±5.03	28.30±4.41	22.37±5.05
F			4.900	18.527	9.953	9.588	17.011	10.988	15.031	14.627
p			<b>0.008</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>
<b>Siperlik kullanımı</b>										
Dikkat etmiyorum	109	47.4	18.73±8.30	137.27±23.53	22.62±5.00	17.93±5.26	20.88±4.91	26.38±4.74	26.57±4.81	19.89±4.54
Kısmen dikkat ediyorum	73	31.7	19.29±8.02	132.48±25.81	22.68±5.50	17.27±5.20	20.73±4.62	26.18±5.31	25.16±5.21	20.45±4.92
Dikkat ediyorum	48	20.9	19.29±8.12	147.75±27.85	25.04±5.45	20.10±6.08	23.67±5.82	27.88±4.84	28.58±4.71	22.48±4.98
F			0.132	6.134	3.934	4.151	6.105	1.962	6.985	4.985
p			0.876	<b>0.003</b>	<b>0.021</b>	<b>0.017</b>	<b>0.003</b>	0.143	<b>0.001</b>	<b>0.008</b>
<b>El hijyeni</b>										
Dikkat etmiyorum	20	8.7	21.00±9.25	115.95±30.41	19.30±5.44	15.00±5.07	19.15±5.48	23.00±5.88	22.05±6.25	17.45±5.75
Kısmen dikkat ediyorum	34	14.8	17.71±7.07	130.06±21.32	22.06±4.38	18.82±4.90	21.00±4.34	24.62±3.97	23.68±3.97	19.88±3.85
Dikkat ediyorum	176	76.5	19.06±8.20	140.10±24.77	23.80±5.28	18.41±5.56	21.75±5.20	27.43±4.76	27.61±4.61	21.11±4.77
F			1.035	9.839	7.648	3.817	2.455	11.290	20.206	5.803
p			0.357	<b>0.000</b>	<b>0.001</b>	<b>0.023</b>	<b>0.088</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.003</b>
<b>Kapalı alandan uzak durma</b>										
Dikkat etmiyorum	66	28.7	17.50±8.47	122.76±24.62	20.70±4.84	16.30±4.82	18.91±4.49	24.21±5.18	24.18±5.73	18.45±4.77
Kısmen dikkat ediyorum	72	31.3	19.19±7.39	134.04±20.68	22.99±4.68	18.06±4.69	21.19±4.69	26.14±4.16	25.75±4.08	19.92±3.90
Dikkat ediyorum	92	40.0	19.99±8.40	148.32±24.93	25.03±5.44	19.61±6.14	23.38±5.14	28.74±4.54	28.86±4.20	22.70±4.76
F			1.828	23.124	14.255	7.345	16.616	18.992	20.853	18.170
p			0.163	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.001</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>

<b>Eldiven kullanımı</b>										
Dikkat etmiyorum	109	47.4	18.18±8.36	132.10±26.69	21.97±5.57	17.06±5.58	20.22±5.16	26.30±5.18	26.48±5.27	20.06±5.21
Kısmen dikkat ediyorum	96	41.7	20.08±7.50	136.73±21.55	23.48±4.51	18.34±4.52	21.65±4.37	26.61±4.62	26.14±4.75	20.51±3.99
Dikkat ediyorum	25	10.9	18.64±9.38	154.92±29.14	27.00±5.27	22.36±6.62	25.72±5.50	28.08±5.30	28.40±4.95	23.36±5.40
F			1.424	8.500	10.121	10.266	13.040	1.301	2.030	4.903
p			0.243	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	0.274	0.134	<b>0.008</b>
<b>Evin temizliği</b>										
Dikkat etmiyorum	20	8.7	17.80±8.03	113.30±29.8	18.75±5.75	15.10±5.19	18.35±5.48	22.40±5.66	21.60±6.93	17.10±5.23
Kısmen dikkat ediyorum	99	43.0	18.88±8.13	133.69±22.29	22.63±4.87	17.85±4.91	21.09±4.59	25.92±4.37	26.15±4.41	20.05±4.24
Dikkat ediyorum	111	48.3	19.38±8.22	143.22±25.21	24.41±5.17	19.02±5.85	22.25±5.34	28.02±4.82	27.78±4.61	21.74±4.92
F			0.344	13.863	11.318	4.571	5.422	13.984	14.823	9.595
p			0.709	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.010</b>	<b>0.005</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>
<b>Beslenme</b>										
Dikkat etmiyorum	45	19.5	16.40±7.03	112.21±19.7	18.55±4.71	14.21±6.17	17.31±3.47	21.02±2.89	21.52±2.21	16.95±2.21
Kısmen dikkat ediyorum	89	38.7	17.53±5.23	131.69±20.01	22.33±4.42	17.55±3.15	21.23±4.22	24.24±3.73	25.19±2.17	19.95±3.71
Dikkat ediyorum	96	41.8	18.28±7.45	141.15±15.42	21.03±4.16	19.14±4.58	22.87±2.31	28.09±5.37	28.01±3.23	21.69±5.45
F			0.421	12.661	10.229	4.773	5.687	13.129	13.741	9.823
p			0.810	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.009</b>	<b>0.004</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>
<b>Fiziksel aktivite</b>										
Dikkat etmiyorum	54	23.5	18.57±8.21	132.09±25.71	21.97±5.57	17.21±5.43	19.88±5.21	23.32±5.27	22.45±6.23	17.32±5.57
Kısmen dikkat ediyorum	78	34.1	20.23±7.52	135.71±20.57	23.48±4.51	18.28±4.78	21.12±4.27	24.53±3.96	23.71±3.75	19.12±3.11
Dikkat ediyorum	98	42.4	18.88±9.29	151.72±29.12	27.00±5.27	22.51±6.57	21.53±5.23	27.43±4.78	27.29±4.17	21.43±4.85
F			1.513	8.459	10.121	10.012	2.358	10.561	19.124	5.551
p			0.243	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	0.094	<b>0.000</b>	<b>0.000</b>	<b>0.003</b>

\*\*One-Way ANOVA testi kullanılmış ve  $p < 0.05$  anlamlı olarak kabul edilmiştir.

Tablo 3'te öğrenci hemşirelerin Covid-19 korkusu puanları ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II ölçeği puanları arasındaki ilişki görülmektedir. Covid-19 korkusu ile fiziksel aktivite ve beslenme arasında zayıf ilişki olduğu belirlendi ( $r > 0.10$ ,  $p < 0.05$ )

## TARTIŞMA

Tüm dünyada pandemi ile birlikte bireylerin günlük yaşam rutininde ve biçiminde önemli bir değişim süreci gerçekleştiği bilinmektedir. Pandemi sosyal yaşamın kısıtlandığı, sokağa çıkma yasağının olduğu, insanların birbirinden uzak durduğu bir süreç olmuş ve bireylerin beslenme düzenleri ve fiziksel aktivite düzeyleri başta olmak üzere tüm yaşam alanlarında ciddi değişimlere neden olmuştur. Pandemi başlangıcından sonra vaka sayıları azalmaya başlayana kadar üniversiteler dâhil tüm eğitim-öğretim kurumları da bu süreçten ciddi

olarak etkilenmiştir. Daha önce yaşamımızda belki de eğitim öğretim süreçlerinde daha az tercih ettiğimiz bir yöntem olan uzaktan eğitim yaşamımızda önemli bir yer edinmiştir.

Üniversitelerde sağlıkla ilgili bölümlerden biri olan ve uygulama derslerinin çok önemli olduğu bir bölüm olan hemşirelik bölümü öğrencileri hem uzaktan eğitim sürecinin tüm dezavantajlarını yaşamış, hem de eğitim sürecinin tekrar başlaması ile birlikte klinikte Covid-19'dan korunmak ve aynı zamanda derslerini tamamlamak için uğraşmıştır. Bizde araştırmamızda öğrencilerimizin Covid-19 pandemi sürecinde yaşadıkları Covid-19 korkusu düzeyini ve korku düzeyinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve Covid-19'dan korunmaya yönelik olarak yaptıkları uygulamalarla ilişkisini tanımlamayı amaçladık.

**Tablo 3.** Öğrenci hemşirelerde COVID-19 korkusu ile SYBDÖ-II arasındaki ilişki

Değişken		Sağlık sorumluluğu	Fiziksel aktivite	Beslenme	Manevi gelişim	Kişilerarası ilişkiler	Stres yönetimi	KKÖ	SYBDÖ
Sağlık sorumluluğu	r	1							
	p								
Fiziksel aktivite	r	.710**	1						
	p	0.000							
Beslenme	r	.684**	.727**	1					
	p	0.000	0.000						
Manevi gelişim	r	.645**	.507**	.545**	1				
	p	0.000	0.000	0.000					
Kişilerarası ilişkiler	r	.596**	.459**	.472**	.760**	1			
	p	0.000	0.000	0.000	0.000				
Stres yönetimi	r	.705**	.729**	.703**	.701**	.633**	1		
	p	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000			
KKÖ	r	0.121	.136*	.156*	-0.040	-0.018	0.077	1	
	p	0.068	0.039	0.018	0.546	0.782	0.245		
SYBDÖ	r	.869**	.830**	.826**	.824**	.777**	.889**	0.088	1
	p	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.183	

\*\* $p < 0.01$ , \* $p < 0.05$ 

Bakioğlu ve ark. (2021), 960 örneklemin olduğu ve çoğunluğunu 18-29 yaş arası bireylerin oluşturduğu (n=543; %56.6) bir grupta yaptıkları çalışmada Covid-19 korkusu puanını 19.44±6.07 olarak bulmuşlardır [13]. Bir sağlık disiplini olan fizyoterapistlerle yapılan başka bir çalışmada ise Covid-19 korkusu ölçeği puanı 17.19±5.38 olarak belirlenmiştir [14]. Bu çalışmada ise öğrenci hemşirelerin Covid-19 korkusu ölçeği puanı 19.03±8.14 olarak bulundu. Bu yönü ile katılımcıların Covid-19 korkusu ölçeği puanının genel popülasyona yakın olduğu söylenebilir. Veri toplama döneminin yüz yüze eğitime geçilen dönemde olması ve aynı zamanda yasaklara yönelik sıkı tedbirlerin azalmaya başlaması ve öğrencilerin hastanede uygulama yapıyor olmakla birlikte tamamının aşı yaptırmış olması Covid-19 korkusu ölçeği puanlarının çok yüksek düzeylerde olmaması ile ilişkilendirilebilir.

Araştırma kapsamındaki öğrenci hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarından aldıkları toplam puan 136.51±25.77 olarak belirlenmiş olup, en yüksek puan ortalamasının manevi gelişim (27.0±4.97) boyutunda, en düşük puanın ise fiziksel aktivite (18.17±5.50) boyutunda olduğu belirlendi. Bostan ve Beşer'in (2017) hemşirelerde yaptıkları bir çalışmada hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarından aldıkları toplam puanın 125.62±19.40 olduğu, en yüksek puan ortalamasının çalışmamızla benzer olarak manevi gelişim (26.16±4.26) boyutunda, en düşük puanın ise fiziksel aktivite (15.32±4.81) boyutunda olduğu belirlenmiştir [15]. Özyazıcıoğlu ve ark. (2011) tarafından yapılan çalışmada ise öğrenci hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarından aldıkları ortalama puan 128.97±16.40 olarak belirlenmiştir [9]. Ölçeğin alt boyutlarından ise en yüksek puanın sağlık sorumluluğu alt boyutundan (29.75±4.19), en düşük puanın ise fiziksel aktivite alt boyutundan elde edildiği bildirilmiştir (16.60±4.24).

Tambağ tarafından yapılan bir çalışmada (2011) öğrencilerin cinsiyetlerine göre sağlıklı yaşam davranışları alt boyut puanları arasında fark olduğu, erkek öğrencilerin beslenme ve sağlık sorumluluğu alt boyut puanlarının daha düşük olduğu, egzersiz alt boyutu puan ortalamalarının ise daha yüksek olduğu bildirilmiştir [16]. Bizim çalışmamızda öğrenci hemşirelerin cinsiyetleri ile Covid-19 korkusu ölçeği ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları puan ortalamaları

karşılaştırıldığında Covid-19 korkusu ölçeği puanı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları fiziksel aktivite, beslenme ve stres yönetimi boyutlarında cinsiyetlere göre farklılık gösterdi.

Araştırmamızda hiç sigara içmeyen öğrencilerin Covid-19 korkusu ölçeği puanları sürekli sigara kullananlara ve nadiren sigara kullananlara göre daha yüksek bulundu. Bu grupta en düşük Covid-19 korkusu ölçeği puanı ise sürekli sigara içenlerde görülmektedir. Ancak bu konuda farklı sonuçlara sahip yayınlar mevcuttur. Sigara/tütün kullanımının hastalık gelişme riskini artırdığı [17], seyri kötüleştirdiği, nefes darlığını ve oksijen desteği gereksinimini, yoğun bakıma kabul ve mekanik ventilasyona gereksinim duyma oranlarını artırdığı, mortalite üzerinde olumsuz etkisi olduğunu bildiren yayınlar olduğu gibi [18-21], arada ilişki olmadığını bildiren yayınlarda mevcuttur [22].

Kronik hastalığı olan bireylerin Covid-19 enfeksiyonundan daha çok etkilendiği bilinmektedir [23]. Ancak çalışmamızda kronik hastalığı olmayan öğrenci hemşirelerin Covid-19 korkusu ölçeği puanları daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin tamamının aşılanması, kronik hastalığa sahip öğrenci sayısının az olması ve yaşlarının genç olması nedeni ile aradaki ilişki anlamlı olmayabilir.

Covid-19'da bulaşı önlemek ve hastalıktan korunmak için en çok önerilen uygulamalar arasında sosyal mesafeye dikkat edilmesi ve kapalı alanlardan uzak durma, maske kullanımı, el hijyenine ve evin temizliğine dikkat edilmesi yer almaktadır [24]. Araştırma verilerine bakıldığında öğrencilerimizin de bu süreçte özellikle maske kullanımına ve hijyen uygulamalarına dikkat ettikleri veya dikkat etmeye çalıştıkları görülmektedir.

Araştırmamızda Covid-19 korku ölçeği puanı yüksek olan öğrencilerin sosyal mesafeye daha çok dikkate ettikleri belirlenmiştir. Korunma için önerilen en önemli uygulamalardan birinin sosyal mesafeye dikkat etme ve izolasyon yolu ile virüsten uzak kalma temeline dayandığı düşünüldürse bu puanın yüksek olması normaldir. Sosyal mesafe kuralları uzaktan eğitim sonrası yüz yüze eğitime geçilmesini takiben bazı üniversitelerde/bölgelerde daha iyi olmakla birlikte bazılarında yetersiz kalmıştır. Üniversitelerin hemşirelik bölümlerinde toplam öğrenci sayısının ve sınıf/şube başına düşen öğrenci sayısının diğer

bölgelere göre daha fazla olması ve hastane uygulamalarında hastalarla temas gerektirmesi nedeniyle sosyal mesafeden ödün verilen bölümler arasında yer alması ve öğrencilerin mecburen bu kuralı biraz aksatmasına neden olabilmektedir.

Covid-19'dan korunmaya yönelik olarak siperlik ve eldiven kullanımı ise günlük yaşamda rutin bir korunma yolu olarak önerilmemekte, daha çok sağlık çalışanları ve benzeri meslek grupları için önerilmektedir. Ancak bu uygulamalar özellikle pandeminin başlangıcında toplumda dahi sıklıkla gözlenmiştir.

Bulgulara bakıldığında araştırma kapsamındaki öğrencilerin çoğunun Covid-19 sürecinde beslenmelerine dikkat ettiği, yine fiziksel aktivitelerine dikkat ettikleri ya da dikkat etmeye çalıştıkları belirlenmiştir. Araştırmamızın odak noktası olan Covid-19 korkusu ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki de de yine Covid-19 korku ölçeği puanları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının beslenme ve fiziksel alt boyutları arasında zayıf yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Beslenme ve fiziksel aktivite ile ilgili iyi uygulamalar daha çok bağımsızlığı ve vücudun direncini destekleyen uygulamalar olarak bilinmektedir. Yapılan birçok araştırma pandemi sürecinde bireylerin özellikle sosyal izolasyonla birlikte hem beslenme düzenlerinde hem de fiziksel aktivitelerinde önemli değişimlere neden olduğunu bildirmektedir [25,26]. Bu değişim bazı araştırmalarda çok daha dikkatli ve özenli olmak şeklinde tanımlanırken bazı araştırmalarda ise sosyal izolasyon ve beraberinde oluşan stres vb. duygusal değişikliklere bağlı olarak bireylerin beslenmelerinin olumsuz etkilendiği yönündedir [27-30]. Ammar ve ark'ın araştırmalarında evde kalmanın fiziksel aktivite oranı önemli ölçüde azalması belirlenmiştir. Aynı araştırmada beslenmenin de olumsuz etkilendiğini, bireylerin yeme duygusunu kontrol etmede zorlandıklarını, öğün sayıları artırdıkları ve daha çok atıştırmalık tükettikleri bildirilmiştir.

Koruyucu davranışlar ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları puanları karşılaştırıldığında hem ölçeğin tamamında hem de alt boyutların çoğunda anlamlılık tespit edildi. Sadece eldiven kullanımına dikkat etme ile ölçeğin manevi gelişim ve kişiler arası alt boyutlarında ve yine fiziksel aktiviteye dikkat etme ile beslenme alt boyutunda puanların gruplarda farklılık göstermediği görüldü. Covid-19 pandemisi döneminde önerilen uygulamaların sağlıklı yaşamla bağdaştığı bir geçektir. Gerek temizlik kuralları gerek virüsten korunmayı sağlayacak kurallar gerekse bağımsızlık sistemini destekleyici uygulamalar sağlıklı yaşam davranışları ile bağdaşan uygulamalardır. Bu nedenle bu uygulamalara dikkat ediyorum diyenlerde sağlıklı yaşam biçimi davranışlarından alınan puanların daha yüksek olması beklenen bir durumdur.

Hemşirelerin bulaşıcı hastalıklardan korunmaya yönelik uygulamalara daha fazla dikkat etmesi ve bu yönleriyle topluma rol modeli oluşturması, toplumu bilinçlendirmesi ve farkındalığı artırmaya yönelik uygulamaların içinde yer alması önemlidir. Hemşirelik bölümü öğrencileri için de bu durum geçerlidir. Özellikle Covid-19 pandemi döneminde koruyucu uygulamalara dikkat etmek hem korunma hem de topluma örnek olmak açısından dikkat edilmesi gereken durumlardır.

#### Çalışmanın Limitasyonları

Araştırmadan elde edilen veriler sadece araştırmanın yapıldığı ilgili Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü öğrencilerini kapsamaktadır. Başka bölümlerde, fakültelerde/yüksekokullarda ya da üniversitelerde eğitim-öğretimine devam eden öğrencilere ya da genel popülasyona genellenemez. Bir diğer önemli kısıtlılık veri toplama döneminin aktif vaka sayısının azalmaya başladığı döneme denk gelmesidir. Pandemi başlangıcına ve vaka sayısının en üst düzeyde olduğu dönemlere göre koruyucu uygulamalar/sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve Covid-19 korkusu düzeyi farklılık gösterebilir.

#### SONUÇ

Araştırmamızda örnekleme dâhil edilen öğrenci hemşirelerin Covid-19 korkusu ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları fiziksel aktivite alt boyutu arasında zayıf bir ilişki olduğu belirlendi. Yine öğrenci hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını ve Covid-19 bulaşımı önlemeye yönelik davranışları benimsedikleri ve uyguladıkları sonucuna ulaşıldı. Araştırma bulguları doğrultusunda benzer pandemi durumlarında baş etme mekanizmalarının güçlendirilmesine ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının sürekliliğini sağlayacak araştırmaların yapılması önerilebilir.

**Etik onay:** 2022/193 Adıyaman Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

**Çıkar çatışması:** Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir.

**Finansal destek:** Yok.

**Teşekkür:** Araştırmanın verilerinin toplanması aşamasında gönüllü olarak yer alan ve tüm soruları içtenlikle yanıtlıyarak bize destek olan katılımcılara teşekkürlerimizi sunarız.

**Yazar Katkısı:** Fikir: ATÖ,YÇ; Tasarım: ATÖ,YÇ; Veri Toplama: ATÖ,YÇ; Verilerin istatistiksel analizi: YÇ; Literatür taraması: ATÖ; Makale yazımı: ATÖ,YÇ; Eleştirel inceleme: ATÖ,YÇ..

#### KAYNAKLAR

- Schönfeld P, Brailovskaia J, Bieda A, Chi Zhang X, Margraf J. The effects of daily stress on positive and negative mental health: Mediation through self-efficacy. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2016;16(1):1-10.
- Haleem A, Javaid M, Vaishya R. Effects of Covid-19 pandemic in daily life. *Current Medicine Research and Practice*. 2020;10(2):78-79.
- Ahorsu DK, Lin CY, Imani V, Saffari M, Griffiths MD, Pakpour AH. The fear of COVID-10 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2020;(27):1-9.
- Altay B, Çavuşoğlu F, Güneştaş İ. Tıp fakültesi hastanesi'nde çalışan hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve etkileyen faktörler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*. 2015; 8(1):12-18.
- Yalçınkaya M, Gök Özer F, Yavuz Karamanoğlu A. Sağlık çalışanlarında sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi. *Türk Silahlı Kuvvetleri Koruyucu Hekimlik Bülteni*. 2007;6(6):409-420.
- Aksoy T, Uçar H. Hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*. 2014;1(2):53-67.
- Karaca T, Aydın Özkan S. Örneklemini hemşirelik öğrencileri ve hemşirelerin oluşturduğu sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği kullanılarak yapılan araştırmaların incelemesi: Bir literatür çalışması. *Journal of Human Sciences*. 2016;13(2):3588-3601.
- Özyazıcıoğlu N, Kılıç M, Erdem N, Yavuz C, Afacan S. Hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 2011;8(2):278-332.
- Erdoğan, C. Bilimsel Anketler İçin Örneklem sayısı hesaplama programı. <https://avesis.akdeniz.edu.tr/caner/dokumanlar>, Erişim Tarihi: 10.09.2022
- Pender NJ, Murdaugh CL, Parsons MA, Eds. *Health promotion in nursing practice*, 6th ed. New Jersey: Pearson; 2002. p.13.
- Bahar Z, Beşer A, Gördes N, Ersin F, Kıssal A. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği II'nin geçerlik ve güvenilirlik araştırması. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2008;12(1):1-13.
- Ladikli N, Bahadır E, Yumuşak FN, Akkuzu H, Karaman G, Türkan Z. Covid-19 Korkusu Ölçeği'nin Türkçe güvenilirlik ve geçerlik araştırması. *International Journal of Social Science*. 2020;3(2):71-80.
- Bakıoğlu F, Korkmaz O, Ercan H. Fear of Covid-19 and positivity: mediating role of intolerance of uncertainty, depression, anxiety, and stress. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2021;(19):2369-2382.
- Taşpınar B, Taşpınar F, Gulmez H, Sezgi Kizilirmak A. Fizyoterapistlerde Covid-19 korkusu ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki. *Forbes J Med*. 2021;2(2):108-115.
- Bostan N, Beşer A. Hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını etkileyen faktörler affecting the healthy lifestyle behaviors of nurses. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. 2017;14(1):38-44.
- Tambağ H. Hatay sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve etkileyen faktörler. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*. 2011;18(2):47-58.

17. Liu W, Tao ZW, Wang L, et al. Analysis of factors associated with disease outcomes in hospitalized patients with 2019 novel coronavirus disease. *Chin Med J (Engl)*. 2020;5;133(9):1032-1038.
18. Berlin I, Thomas D, Le Faou AL, Cornuz J. Covid-19 and smoking. *Nicotine Tob Res*. 2020;24;22(9):1650-1652.
19. Günay S, Unsal E, Argüder E, et al. Tütün bağımlılığının Covid-19 ağırlığı üzerine etkisi. *Göğüs Hastanesi Dergisi*. 2021;35(1):22-31.
20. Vardavas CI, Nikitara K. Covid-19 and smoking: a systematic review of the evidence. *Tob Induc Dis*. 2020;18:20.
21. Wenham C, Smith J, Morgan R., et al. Covid-19: the gendered impacts of the outbreak. *Lancet*. 2020;(395):846-848.
22. Lippi G, Henry BM. Active smoking is not associated with severity of coronavirus disease 2019 (Covid-19). *Eur J Intern Med*. 2020;(75):107-108.
23. Hacker KA, Briss PA, Richardson L, Wright J, Petersen R. Covid-19 and chronic disease: The impact now and in the future. *Prev Chronic Dis*. 2021;(18):210086.
24. T.C. Sağlık Bakanlığı, Covid-19 Bilgilendirme Platformu; Erişim Adresi: <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66259/halka-yonelik.html> Erişim tarihi: 07.09.2022
25. Ammar A, Brach M, Trabelsi K, et al. Effects of Covid-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*. 2020;12(6):1583.
26. Ruiz-Roso MB, de Carvalho Padilha P, MantillaEscalante DC, et al. Covid-19 confinement and changes of adolescent's dietary trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. *Nutrients*. 2020;12(6):1807.
27. Di Renzo L, Gualtieri P, Pivari F, et al. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: an Italian survey. *J Transl Med*. 2020;18(1):229.
28. Muscogiuri G, Barrea L, Savastano S, Colao A. Nutritional recommendations for Covid-19 quarantine. *Eur J Clin Nutr*. 2020;74(6):850-851.
29. Scarmozzino F, Visioli F. Covid-19 and the subsequent lockdown modified dietary habits of almost half the population in an Italian sample. *Foods*. 2020;9(5):675.
30. Zhao A, Li Z, Ke Y, et al. Dietary diversity among Chinese Residents during the Covid-19 outbreak and its associated factors. *Nutrients*. 2020;12(6):1699.