



ORIGINAL ARTICLE / ORJİNAL MAKALE

Adölesan Dönemdeki Bir Grup Kıza Akran Eğitimi Modeli ile Verilen Hijyen Eğitiminin Etkinliğinin İncelenmesi

Investigation of the Effectiveness of Hygiene Education Provided by a Peer Education Model to a Group of Girls in the Adolescent Period

 Figen Çavuşoğlu¹,  Dilek Çelik Eren²

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Samsun, Türkiye

² Arş. Gör., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Samsun, Türkiye

Geliş: 29.05.2022, **Kabul:** 31.08.2023

Öz

Giriş: Adölesan dönem, sağlıklı hijyen davranışlarının akran eğitimi ile kazandırılabilceği özel bir dönemdir.

Amaç: Bu araştırma adölesan dönemdeki bir grup kıza akran eğitimi modeli ile verilen hijyen eğitiminin etkinliğinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışma, tek grupta ön test son test yarı deneysel türde; Mart-Haziran 2020 tarihleri arasında yatılı eğitim veren bir kız yurdunda eğitim alan 38 adölesan kız ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ön test uygulamasında ilk bölümü tanımlayıcı özellikleri, ikinci bölümü kişisel hijyen alışkanlıkları sorgulayan soru formu uygulanmıştır. Ön-testlerin ardından adölesan kızlara akran eğiticiler tarafından eğitim programı uygulanmıştır. Eğitimlerin tamamlanmasından üç ay sonra veri toplama formunun ikinci bölümü kullanılarak son test uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler ve McNemar testi kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmadaki kızların yaş ortalaması 16.47±1.43; %89.5'i lise eğitimi seviyesinde; %68.4'ü çekirdek aileye sahip; %47.4'ü ilçede yaşamakta ve %81.6'sı daha önce kişisel hijyen eğitimi almamıştır. Kızların eğitim öncesi ve sonrası kişisel hijyen alışkanlıkları incelendiğinde el yıkama, diş fırçalama ve banyo yapma sıklıklarının, menstrual dönemde banyo yapma ve tırnak kesme durumlarının, taharetlenme şekilleri, iç çamaşırı değiştirme sıklıkları, iç çamaşırı için renk tercihleri, iç çamaşırı ütuleme durumları, ayak tırnaklarını kesme, koltuk altı ve kasık bölgelerindeki istenmeyen tüyleri temizleme sıklıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur (p<0.05).

Sonuç: Kızların hijyen alışkanlıklarının verilen akran eğitimi ile olumlu yönde değiştiği belirlenmiştir. Benzer araştırmaların geniş örneklemelerde ve kontrol grubu kullanarak tekrarlanması önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Adölesan Dönem, Adölesan Kızlar, Kişisel Hijyen, Akran Eğitimi, Hijyen Eğitimi

Sorumlu Yazar: Dilek ÇELİK EREN, Dr. Öğr. Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Samsun, Türkiye. **Email:** dilek.celik@omu.edu.tr, **Telefon:** +90 507 697 61 58.

Nasıl Atıf Yapılmalı: Çavuşoğlu F, Eren DÇ. Adölesan Dönemdeki Bir Grup Kıza Akran Eğitimi Modeli ile Verilen Hijyen Eğitiminin Etkinliğinin İncelenmesi. Journal of Nursing Effect. 2024;17(2): 176-189.

Journal of Nursing Effect published by Cetus Publishing.



Journal of Nursing Effect 2024 Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License

Abstract

Background: Adolescence is a special period in which healthy hygiene behaviors can be gained through peer education.

Objectives: This research was conducted to examine effectiveness of hygiene education given to a group of adolescent girls with peer education model.

Methods: It was in pretest-posttest quasi-experimental type in single group; with 38 adolescent girls who were educated in a girls' dormitory between March-June 2020. In pre-test application, first part of questionnaire questioning descriptive features and the second part of personal hygiene habits was applied to the participants. After pre-tests, training program was applied to adolescent girls by peer educators. Three months after post-test was applied using second part of data collection form. Data evaluated with descriptive statistics and McNemar test.

Results: Mean age of girls was 16.47 ± 1.43 ; 89.5% of them at high school education level and 81.6% of them had not received personal hygiene training before. When habits of the girls before-after education were examined, frequency of hand washing, tooth brushing and bathing, bathing and nail clipping in the menstrual period, frequency of changing, colour preferences and ironing underwear, cutting of toenails, removing unwanted hair in the armpits and groin areas ($p < 0.05$).

Conclusion: It was determined that hygiene habits of the girls changed positively with peer education. It is important to repeat similar studies in large samples and using control group.

Keywords: Adolescent Period, Adolescent Girls, Personal Hygiene, Peer Education, Hygiene Education

GİRİŞ

Adölesan dönem; fiziksel, biyokimyasal, ruhsal ve sosyal yönden hızlı büyüme, gelişme ve olgunlaşma süreçleriyle çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 10-19 yaş grubu arasını adölesan dönem olarak tanımlamaktadır. Dünya nüfusunun yaklaşık %17'sini (1.2 milyar) (DSÖ, 2020); Türkiye nüfusunun %16'sını adölesanlar oluşturmaktadır (TNSA, 2019). Bu dönemde adölesan, bir yandan bedeninde kontrolü dışında başlayan değişimlerin etkisi altında olup bu değişimleri takip ederken, bir yandan da kişiliğini, alışkanlıklarını, davranışlarını ve geleceğini biçimlendirmektedir (Pekcan, 2015). Adölesanların yaşadıkları biyopsikososyal değişimler, riskli davranışlara eğilimlerinin fazlalılığı ve toplam nüfus içindeki payının fazla olması gibi sebepler toplum sağlığı açısından adölesanların risk grubu olarak ele

alınması gerektirmektedir. (Güngörmüş, 2015; Kürtüncü ve vd., 2015). Toplum sağlığının geliştirilmesi kapsamında adölesanların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını kazanabilmeleri yönünde desteklenmesi önemli bir yer tutmaktadır (Kürtüncü vd., 2015). Bu kapsamda, adölesanlara yönelik sağlık eğitimlerinin planlanması ve uygulanması önemlidir (Sharifnia vd., 2011). DSÖ, adölesanlara yönelik verilecek sağlık eğitiminin temel bileşenlerini, iyi beslenme ve diyet uygulamaları, kişisel sağlık ve hijyen, mental sağlık, üreme sağlığı ve cinsellik ile sağlıklı yaşam tarzı olarak belirlemiştir (DSÖ, 2020). Sağlıklı yaşam biçimi davranışları kapsamında ele alınan hijyen alışkanlıklarının doğru şekilde öğrenilmesi ve davranış haline getirilerek yaşam boyu sürekliliği sağlanması gereken önemli davranışlar arasında yer almaktadır (Eijk vd., 2016; Kürtüncü vd., 2015).

Kişisel hijyen uygulamaları, el ve vücut hijyeni başta olmak üzere grip, soğuk algınlığı, bağırsak enfeksiyonları ve genitoürinersistem gibi bir çok bulaşıcı hastalıkla mücadelede önemli bir yere sahiptir (Arat vd., 2014). Bu anlamda toplum sağlığı açısından özellikle adölesan dönemdeki kızların kişisel hijyen davranışı örüntülerinin bilinmesi değerlidir (Eijk vd., 2016).

Literatür incelendiğinde adölesan dönemdeki kızlara yönelik yapılan hijyen eğitimlerinde çoğunlukla menstrual hijyenin konu alındığı görülmektedir. Bu çalışmalarda kızların menstrual hijyen konusunda bilgi eksikliklerinin olduğu tespit edilmiş ve genital ve menstrual hijyen uygulamalarına yönelik eğitim vermenin bilgi düzeyinde artışa sebep olan etkili bir yöntem olduğu görülmüştür (Gölbaşı vd., 2021; Kipay vd., 2016; Phillips-Howard vd., 2016; Ranabhat vd., 2019; Rewatkar vd., 2019; Yılmaz ve Kahraman, 2019). Oysa ki sağlıklı yaşam biçimi davranışları kapsamında genital hijyen ile birlikte genel hijyen alışkanlıklarının doğru şekilde kazanılması ve yaşama entegre edilmesi oldukça önemlidir. Bu kapsamda literatürde yeterli çalışmanın olmadığı görülmektedir.

Akran eğitimi, benzer sosyal geçmişleri veya yaşam deneyimlerini paylaşabilecek başkalarını eğitmede sağlık bilgilerinin, değerlerinin ve davranışlarının öğretilmesi veya paylaşılmasıdır. Gençleri belirli konularda eğitmek, gönüllülük yapmak, yönlendirmek ve edindiği bilgileri akranlarla paylaşmaya dayanır (Boyle vd., 2011). Yapılan çalışmalarda el hijyenine yönelik akran eğitiminin (Feith vd., 2018) ve ağız-diş hijyenine yönelik akran eğitiminin (Yeo vd., 2020) adölesanların bilgi düzeylerini arttırdığı; (Ekeanyanwu ve Agbede, 2021) akran temelli, aile temelli, hem akran hem de aile temelli menstrual hijyen eğitimi verilen üç deney grubu ve bir kontrol grubu ile gerçekleştirdikleri

çalışmalarında adölesanların menstrual hijyen bilgi düzeyinde en önemli fark akran temelli eğitimler alan grupta olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmada adölesan dönemdeki bir grup kıza akran eğitimi modeli ile verilen hijyen eğitiminin etkinliğinin incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Bu araştırma, tek grup ön test son test, yarı deneysel türde yapılmıştır.

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Bu araştırma Mart-Haziran 2020 tarihleri arasında Samsun ilinde yatılı eğitim veren bir kız yurdunda yapılmıştır

Araştırmanın Evreni/Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini yatılı eğitim veren bir kız yurdunda eğitim alan adölesan kızlar (N=43) oluşturmuştur. Örneklem seçim yöntemine gidilmemiş olup tüm gruba ulaşmak hedeflenmiştir. Adölesan dönem olarak DSÖ'nün belirttiği 10-19 yaş aralığındaki kızlar örneklem grubuna alınmıştır. Bu kapsamda daha önce konu ile ilgili eğitim almış üç kız ve yaşı 19'dan büyük olan iki kız araştırma kapsamından çıkarılmıştır. Araştırmanın yapıldığı günlerde yurtda bulunan adölesan dönemdeki 38 kız örnekleme oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması

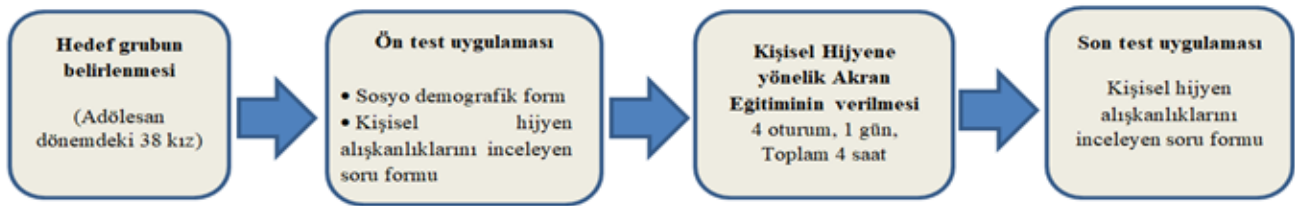
Araştırmanın verileri, yurdun konferans salonunda araştırmacılar tarafından, eğitim programı uygulanmadan önce ve eğitimden üç ay sonra toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Veriler literatür taranarak (Al-Rifaa'i vd., 2018; Arat vd., 2014; Gün ve Adana, 2019; Khatoun vd., 2014), araştırmacılar tarafından oluşturulan soru formu aracılığı ile toplanmıştır. Bu form iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm tanımlayıcı

özellikleri inceleyen 6 soru (yaş, eğitim durumu, aile gelir durumu, sosyal güvence, aile tipi, uzun süre ikamet edilen yer), ikinci bölüm ise kişisel hijyen alışkanlıklarını inceleyen 54 soru (kişisel hijyen ile ilgili daha önceden bir eğitim alma durumları, el-ayak hijyeni, ağız-diş sağlığına yönelik uygulamalar, genel vücut hijyeni, istenmeyen tüylerin temizliği, genital hijyen, menstrual hijyen, kişisel eşyaların ortak kullanımına yönelik uygulamalar) olmak üzere toplamda 60 sorudan oluşmaktadır. Veri toplama aracı, alanında uzman; Halk

tarafından eğitim verilmiştir. Bu eğitim dört oturum şeklinde gerçekleştirilmiş ve oturumların her biri yaklaşık 30-45 dakika sürmüştür. Eğitim sırasında eğiticiler powerpoint sunum, eğitici videolar, soru-cevap ve özetleme yöntemlerini kullanmışlardır. Üçüncü aşamada ise ön test uygulamasından üç ay sonra araştırmacılar tarafından, aynı katılımcılara son test uygulaması yapılmıştır. Son test uygulaması sırasında veriler, veri toplama formunun ikinci bölümünü içeren hijyen alışkanlıklarını sorgulayan bölüm kullanılarak toplanmıştır (Şekil 1).



Sağlığı Hemşireliği alanında üç, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği alanda iki akademisyenin incelemesine sunulmuş ve önerilen düzenlemeler yapıldıktan sonra veriler toplanmaya başlanmıştır.

Müdahale

Akran Eğitiminin uygulanması kapsamında ilk aşamada hemşirelik bölümü dördüncü sınıf öğrencilerinden gönüllü dört kişiye araştırmacılar tarafından, soru formunda yer alan konuları içerecek şekilde fakültenin seminer salonunda eğitici eğitimi verilmiştir. Ayrıca akran eğitimi sırasında kullanılacak olan eğitim materyalleri araştırmacılar ve eğitim alan öğrencilerle birlikte hazırlanmış ve akran eğitimi planlanmıştır. İkinci aşamada eğitilen hemşirelik bölümü öğrencileri tarafından yurtda kalan kızlara yönelik eğitim gerçekleştirilmiştir. Eğitim sırasında örneklem grubunda yer alan kızlar yurdun konferans salonunda toplanmış ve akran eğitimi başlamadan hemen önce araştırmacılar tarafından ön test uygulanmış, ardından eğiticiler

Şekil 1. Araştırma Akış Şeması

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmadan elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS 21.0 programında değerlendirilmiştir. Verilerin normallik testleri Kolmogorov-Smirnov testi ile yapılmıştır. Veriler değerlendirilirken tanımlayıcı veriler sayı, yüzde ve ortalama değerleri ile incelenirken, ön test ve son test verilerinin karşılaştırılmasında McNemar testi kullanılmıştır.

Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırma kapsamında bir üniversitenin Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 2020/130 numaralı 28.02.2020 tarihli etik kurul izni ve öğrencilerin kaldığı yurdun bağlı bulunduğu kurumdan kurum izni alınarak yapılmıştır. Örneklem grubundaki 18 yaş üstü adölesanların kendilerinden; 18 yaş altı adölesanların ise velilerinden sözel onam alınmıştır.

Araştırmanın Değişkenleri

Bağımsız değişkenler; yaş, eğitim durumu, aile gelir durumu, sosyal güvence, aile tipi, uzun süre ikamet edilen yer ve hijyene yönelik akran eğitimi uygulamasıdır.

Bağımlı değişkenler; kişisel hijyen alışkanlıklarıdır.

BULGULAR

Çalışma kapsamındaki adölesan kızların yaş ortalaması 16.47 ± 1.43 (min14 - max19)'dur. Kızların %89.5'inin lise eğitimi seviyesinde, %52.6'sının ailesinin gelirinin giderine denk, %73.7'sinin sosyal güvencesinin olduğu, %68.4'ünün çekirdek ailede yaşadığı, %47.4'ünün ilçede ikamet ettiği ve %81.6'sının daha önce kişisel hijyen konusunda eğitim almadığı bulunmuştur (Tablo 1).

Tablo 1. Adölesan Kızların Tanımlayıcı Özellikleri

Özellikler	Sayı	Yüzde
Eğitim durumu		
İlköğretim	4	10.5
Lise	34	89.5
Aile gelir durumu		
Gelir Gidere Denk	20	52.6
Gelir Giderden Fazla	18	47.4
Sosyal güvence		
Var	28	73.7
Yok	10	26.3
Aile tipi		
Çekirdek	26	68.4
Geniş	12	31.6
Uzun süre ikamet edilen yer		
İl	6	15.8
İlçe	18	47.4
Köy	14	36.8
Daha önce hijyen eğitimi alma durumu		
Alan	7	18.4
Almayan	31	81.6

Tablo 2. Adölesan Kızların Kişisel Hijyen Davranışlarının Eğitim Öncesi ve Sonrası Karşılaştırması

Kişisel hijyen davranışları	Eğitim öncesi		Eğitim sonrası		İstatistik
	n	%	n	%	
El yıkama sıklığı					
Yalnızca kirlendiğinde	13	34.2	2	5.3	McNemar 19.286 p = .000
Yemeklerden önce ve sonra, tuvaletten sonra	9	23.7	4	10.5	
Yataktan kalkınca, yemeklerden önce-sonra, tuvaletten önce-sonra	16	42.1	32	84.2	
Diş fırçalama sıklığı					
Gün aşırı	17	44.7	1	2.6	McNemar 23.833 p = .001
Günde 1 kez	9	23.7	3	7.9	
Günde 2 kez	10	26.3	25	65.8	
Yemeklerden sonra ve yatmadan önce	2	5.3	9	23.7	
Banyo yapma sıklığı					
Haftada 3 veya daha fazla	1	2.6	7	18.4	McNemar 23.833 p = .012
Haftada 2 kez	8	21.1	19	50.0	
Haftada 1 kez	23	60.5	11	20.9	
İki haftada 1 kez	6	15.8	1	2.6	
Menstrual dönemde banyo yapma durumu					
Evet	4	10.5	18	47.4	McNemar 18.455 p = .000
Hayır	28	73.7	10	26.3	
Bazen	6	15.8	10	26.3	

Tablo 2. Adölesan Dönemdeki Kızların Kişisel Hijyen Davranışlarının Eğitim Öncesi ve Sonrası Karşılaştırması

Menstrual dönemde tırnak kesme durumu					McNemar 5.579 p = .004
Evet	21	55.3	33	86.8	
Hayır	17	44.7	5	13.2	
Taharetlenme şekli					McNemar 26.000 p = .000
Önden arkaya doğru	10	26.4	33	86.9	
Arkadan öne doğru	11	28.9	4	10.5	
Fark etmez	17	44.7	1	2.6	
İç çamaşırı değiştirme sıklığı					McNemar 14.378 p = .026
Her gün	6	15.8	27	57.9	
İki günde bir	10	26.3	7	18.5	
Üç günde bir	18	47.4	8	21.1	
Haftada bir	4	10.5	1	10.5	
Tercih edilen iç çamaşırı rengi					McNemar 9.619 p = .022
Her zaman beyaz	9	23.7	24	63.2	
Her zaman renkli	7	18.4	3	7.9	
Fark etmez	22	57.9	11	28.9	
İç çamaşırı ütöleme durumu					McNemar 11.286 p = .010
Evet	3	7.9	15	39.5	
Hayır	34	89.5	21	55.3	
Bazen	1	2.6	2	5.3	
El tırnakları kesme sıklığı					McNemar 4.273 p = .233
Haftada bir	18	47.4	23	60.5	
On günde bir	10	26.3	12	31.6	
İki haftada bir	10	26.3	3	7.9	
Tırnak yeme alışkanlığı bulunma durumu					McNemar 2.000 p = .572
Evet	12	31.5	6	15.8	
Hayır	18	47.4	22	57.9	
Bazen	8	21.1	10	26.3	
Ayak tırnakları kesme sıklığı					McNemar 8.516 p = .036
Haftada bir	15	39.5	27	71.1	
On günde bir	10	26.3	8	21.0	
İki haftada bir	13	34.2	3	7.9	
Çorap değiştirme sıklığı					McNemar 2.316 p = .510
Her gün	13	34.2	20	52.6	
Haftada iki kez	18	47.4	14	36.8	
Haftada bir kez	7	18.4	4	10.6	
Koltuk altı tüyleri temizleme sıklığı					McNemar 9.444 p = .024
Uzadıkça	25	65.8	12	31.6	
Ayda iki kez	9	23.7	14	36.8	
Ayda bir kez	4	10.5	12	31.6	
Kasık bölgesi tüyleri temizleme sıklığı					McNemar 10.743 p = .013
Uzadıkça	24	63.2	8	21.1	
Ayda iki kez	9	23.7	19	50.0	
Ayda bir kez	5	13.2	11	28.9	
Kulak temizliği şekilleri					McNemar 10.123 p = .018
Kulak çubuğu ile	25	65.8	12	31.6	
Islak mendil ile kirlendikçe	5	13.2	12	31.6	
Sadece banyoda	8	21.1	14	36.8	

Tablo 2’de adölesan kızların kişisel hijyen davranışlarının eğitim öncesi ve sonrası karşılaştırması verilmiştir. Akran eğitimi modeli ile hijyen eğitimi verilen adölesan kızların, ellerini yataktan kalkınca, yemeklerden önce ve sonra, tuvaletten önce ve sonra yıkama sıklığı eğitim öncesi %42.1 (n = 16) iken, eğitim sonrasında %84.2 (n = 32) olduğu ve istatistiksel açıdan aralarındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır (p = .000). Diş fırçalama ve banyo yapma sıklığı sorgulanmış; akran eğitimi sonrasında kızlarda, dişlerini günde iki kez fırçalama (%26.3 - %65.8) ve haftada iki kez banyo yapma oranlarının (%21.1 - %50.0) istatistiksel açıdan anlamlı bir artış gösterdiği görülmüştür. (p = .001 ; p = .012). Eğitim öncesi kızların %73.7’sinin (n = 28); eğitim sonrası ise %26.3’ünün (n = 10) menstrual dönemde banyo yapmadığını belirttiği, eğitim öncesi ve sonrası aradaki bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (p = .000). Menstrual dönemde tırnak kesme durumuna eğitim öncesi %44.7 (n = 17) si “Hayır” cevabı verirken, eğitim sonrasında %13.2’sinin (n = 5) “Hayır” cevabı verdiği ve aradaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulunmuştur (p = .004). Eğitim öncesinde katılımcıların %44.7’sinin tuvalette taharetlenme yönüne fark etmez şeklinde yanıt verdiği, eğitim sonrasında ise bu oranın istatistiksel olarak anlamlı bir artış (%86.9) gösterdiği saptanmıştır (p = .000).

Katılımcıların iç çamaşırı kullanımı ile ilgili; çamaşırlarını günlük değiştirenlerin oranı eğitim öncesi %15.8 iken eğitim sonrası bu oranın %57.9’a çıktığı ve farklılığın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu belirlenmiştir (p = .026). Ayrıca akran eğitimi sonrasında beyaz iç çamaşırı tercih edenlerin (%63.2) ve iç çamaşırlarını ütlediğini belirtenlerin (%39.5) oranlarının anlamlı bir artış gösterdiği görülmüştür (p = .022; p = .010) (Tablo 2). Adölesan kızların eğitimlerden önce %39.5’inin ayak tırnaklarını haftada bir kestiği; akran eğitimi sonrasında ise bu oranın %71.1’ olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (p = .036). Koltuk altı bölgesindeki istenmeyen tüylerin temizliğine yönelik alışkanlıkları incelenmiş ve eğitimden önce kızların %10.5’inin eğitimden sonra ise %31.6’sının koltuk altı tüylerini en az ayda bir kez düzenli olarak temizlediği, arada istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (p = .024). Akran eğitimi öncesi kızların %13.2’sinin; eğitimlerden sonra %28.9’unun kasık bölgesindeki istenmeyen tüylerini en az ayda bir kez düzenli olarak temizlediği, eğitim öncesi kızların %65.8’inin; eğitim sonrası %31.6’sının ise kulak temizliğini gerektiğçe kulak temizleme çubuğu ile yaptığı ve bu davranışlara yönelik öncesi-sonrası karşılaştırmalarda aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur (p = .013) (Tablo 2).

Tablo 3. Adölesan Kızların Kişisel Eşyalarını Ortak Kullanma Durumlarının Eğitim Öncesi ve Sonrası Karşılaştırması

Değişkenler	Eğitim öncesi		Eğitim sonrası		İstatistik
	n	%	n	%	
Kazak					
Sadece kendisi kullananlar	14	36.8	19	50.0	McNemar 3.381 p = .337
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	7	18.4	6	15.8	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	17	44.7	13	34.2	

Tablo 3. Adölesan Kızların Kişisel Eşyalarını Ortak Kullanma Durumlarının Eğitim Öncesi ve Sonrası Karşılaştırması

Jilet					McNemar 7.200 p = .206
Sadece kendisi kullananlar	23	60.5	28	73.7	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	6	15.8	1	2.6	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	3	7.9	1	2.6	
Hiç kullanmayanlar	6	15.8	8	21.1	
Diş fırçası					McNemar 5.477 p = .019
Sadece kendisi kullananlar	32	84.2	37	97.4	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	6	15.8	1	2.6	
Çorap					McNemar 5.077 p = .079
Sadece kendisi kullananlar	23	60.5	29	76.3	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	9	23.7	8	21.1	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	6	15.8	1	2.6	
Tırnak makası					McNemar 16.533 p = .001
Sadece kendisi kullananlar	14	36.8	31	81.6	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	19	50.0	4	10.5	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	5	13.2	3	7.9	
Tarak					McNemar 20.125 p = .003
Sadece kendisi kullananlar	21	55.3	32	84.2	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	10	26.3	4	10.5	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	6	15.8	2	5.3	
Hiç kullanmayanlar	1	2.6	0	0	
İç çamaşırı					McNemar 0.534 p = .766
Sadece kendisi kullananlar	25	65.8	37	97.4	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	7	18.4	1	2.6	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	6	15.8	0	0	
Havlü					McNemar 15.085 p = .002
Sadece kendisi kullananlar	12	31.6	30	78.9	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	16	42.1	6	15.8	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	10	26.3	2	5.3	
Ayakkabı/Terlik					McNemar 5.267 p = .153
Sadece kendisi kullananlar	22	57.9	30	78.9	
Aile bireyleri ile ortak kullananlar	6	15.8	5	13.2	
Arkadaşları ile ortak kullananlar	10	26.3	3	7.9	

Kızların kişisel eşyalarını ortak kullanma durumları akran eğitimi öncesi ve sonrası olmak üzere tablo 3'te incelenmiştir. Akran eğitimi öncesi dönemde kızların %84.2'sinin, eğitim sonrası dönemde ise %97.4'ünün diş fırçasını sadece kendilerinin kullandığı; aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (p = .019). Akran eğitimi öncesinde kızların %36'sının tırnak makaslarını ortak kullandığı sonrasında ise bu oranın %81.6 olarak

bulunduğu, aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (p = .001). Katılımcılardan taraklarını (%55.3 - %84.2) ve havlularını (%31.6 - %78.9) sadece kendilerinin kullandığını belirtenlerin oranı akran eğitimi sonrasında istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde artış göstermiştir (p = .003; p = .002). Adölesan kızların akran eğitimi sonrasında jiletlerini ortak kullanım oranının %2.6'ya düştüğü çoraplarını sadece kendisi kullananlarının oranının %76.3'e

yükseldiği, iç çamaşırlarını sadece kendisi kullananlarının oranının ise %97.4'e yükseldiği ancak akran eğitimi sonrasındaki tüm bu farklılıkların istatistiksel açıdan önemli olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$). Ayrıca katılımcıların akran eğitimi sonrası dönemde terliklerini sadece kendilerinin kullanma durumu artış göstermesine rağmen (%57.9 - %78.9) eğitim öncesi duruma göre aradaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür ($p > 0.05$) (Tablo 3).

TARTIŞMA

Yatılı eğitim veren bir kız yurdunda kalan adölesan kızlara akran eğitimi modeli ile verilen hijyen eğitimini sonrasında kızların sağlıklı hijyen davranışlarının temeli sayılan el yıkama alışkanlıklarının olumlu yönde değişim gösterdiği bulunmuştur. Zhou ve arkadaşlarının adölesan bir gruba el hijyeni ile ilgili verdikleri eğitim sonucunda; Bilgin ve arkadaşlarının (2016) çalışmasında ortaokul öğrencilerine verilen eğitim sonucunda benzer şekilde temel el yıkama alışkanlıklarının olumlu yönde değiştiği ortaya konmuştur (Bilgin vd., 2015; Zhou vd., 2015). Literatürdeki örneklerde verilen eğitim, akran eğitimi olmamasına rağmen öğrencilerin hijyen alışkanlıklarında olumlu değişim meydana getirmiştir. Bu durum hijyen uygulamalarına yönelik bilgi eksiklikleri konusunda verilecek eğitimler ile farkındalık geliştirilerek davranış değişikliği sağlanabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Ağız-diş sağlığının geliştirilmesi ve sürdürülmesi için kişisel hijyen uygulamalarından biri olan günde iki kez diş fırçalama alışkanlığı (Mangal vd., 2019), kazandırmaya yönelik verilen akran eğitimi sonuçlarına göre; dişlerini günde iki kez fırçalayan adölesan kızların oranı eğitim öncesi döneme göre önemli oranda artmıştır. Coşgun ve Kara (2015)'nin ortaokul öğrencilerine verilen sağlık eğitiminin, sağlıkla ilgili çeşitli

konulardaki bilgi ve davranışlara etkisini değerlendirmek amacıyla gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda günde iki kez dişlerini fırçalayanların oranı yapılan çalışma sonuçlarına benzer şekilde anlamlı düzeyde artmıştır (Coşgun ve Kara, 2015). Alidosti ve Tavassoli'nin (2020) çalışmasında da adölesan kızlara ağız sağlığı davranışlarını geliştirmek için verilen eğitimlerin, kızların dişlerini fırçalama sıklıklarına olumlu olarak etki ettiği görülmüştür (Alidosti ve Tavassoli, 2020).

Yapılan çalışmanın ön test son test karşılaştırmalarında akran eğitimi yöntemiyle verilen hijyen eğitiminin adölesan kızların haftalık banyo yapma sıklıklarının olumlu yönde değiştirdiği, haftada iki kez banyo yapanların oranının %50'ye ulaştığı görülmüştür. Khatoon ve arkadaşlarının (2017) okul çağı çocuklarına verdikleri kişisel hijyen eğitimi programının etkinliğini inceledikleri çalışmalarında öğrencilerin %77'sinin gün aşırı banyo yaptığı (Khatoon vd., 2017); Coşgun ve Kara (2015) araştırmalarında, öğrencilerin %67.8'inin haftada üç gün ve daha sıklıkta banyo yaptığı tespit edilmiştir (Coşgun ve Kara, 2015). Sonuçlar karşılaştırmalı olarak incelendiğinde, eğitim sonrası olumlu bir değişimin olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmadaki oranın diğer çalışma sonuçlarından az olması örneklem grubundaki adölesan kızların yatılı kurumda kalması ve banyoların kişiye özel olmamasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Menstruasyon dönemine ait sosyo-ekonomik durum, eğitim durumu, kültürel özellikler, bireysel özelliklerden kaynaklanan pek çok tabu vardır (Sharma ve Gupta, 2020). Yiyecek kısıtlaması, herhangi bir dini etkinliğe katılmama, okula gitmeme, banyo yapmama, tırnak kesmeme, dışarıya çıkmama gibi uygulamaların menstrual dönemi etkileyen

kültürel inanışlardan kaynaklandığı ifade edilmiştir (Paria vd., 2014; Sakar vd., 2015). Verilen hijyen eğitimleri sonrasında adölesan kızların menstrual dönemde banyo yapma ve tırnak kesme durumlarının olumlu yönde etkilendiği bulunmuştur. Eğitimlerden önce kızların %73.7 (n = 28)'si menstrual dönemde banyo yapmazken eğitimlerden sonra %26.3 (n = 10)'e düşmüştür; tırnak kesmeyenlerin oranı %44.7 (n=17) iken %13.2 (n=5)'ye gerilemiştir. Sakar ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında menstrual dönemde üniversite öğrencilerinin %19.2'si banyo yapmayı, %39.6'sı tırnak kesmeyi yasak olarak kabul ettikleri için bu uygulamalardan kaçındıkları ortaya konmuştur (Sakar vd., 2015). Türkmen ve Karagüzel'in (2021) çalışmalarında da benzer şekilde verilen eğitimlerin menstruasyon sırasında banyo yapma durumunu artırdığı bulunmuştur (Türkmen ve Karagüzel, 2021).

Ön test son test karşılaştırmaları akran eğitimi yöntemiyle adölesan bir grup kıza verilen hijyen eğitiminin kızların genital hijyen ile ilgili alışkanlıklarını olumlu yönde etkilediği, eğitimlerden sonra kızların tamamına yakınının taharetlenmenin önden arkaya doğru yapılması gerektiğini düşündüğü, yarısından fazlasının iç çamaşırını her gün değiştirdiği ve yarısından fazlasının iç çamaşırının beyaz olması gerektiğini düşündüğü belirlenmiştir. Literatürde üniversite ve lise öğrencilerinin genital hijyen alışkanlıklarının incelendiği çalışma sonuçlarında öğrencilerinin büyük çoğunluğunun ya da yarısının önden arkaya temizlik yaptığı, beyaz iç çamaşırını tercih ettiği ve her gün iç çamaşırını değiştirdiği görülmüştür (Demirağ vd., 2019; Shah vd., 2019). Yapılan çalışmada ise ancak eğitim sonrasında bu olumlu davranışlara eğilimin arttığı saptanmıştır. Bu durum adölesan kızların yatılı kurumda kalması, imkanlarının kısıtlı olması ve daha öncesinde

hijyen ile ilgili herhangi bir eğitim almayanların oranının yüksek olmasıyla açıklanabilir.

Parmak emme, yanak veya dudak ısırma, diş gıcırdatma, sert cisimleri ısırma, tırnak yeme gibi alışkanlıklar ağız sağlığına zarar veren kötü ağız alışkanlıkları arasında sıralanmaktadır (Halteh vd., 2017). Çalışmada adölesan kızlara verilen akran eğitimi ile tırnak yeme alışkanlığı olanların sayısının yarıya düştüğü belirlenmiştir. Khatoon ve arkadaşlarının (2017) ve Gür ve arkadaşlarının (2018), öğrencilerde yaptıkları eğitim çalışmaları ile okul çocuklarının tırnak yeme ile ilgili bilgi ve davranışlarını olumlu anlamda değiştirdiği belirlenmiştir (Gür vd., 2018; Khatoon vd., 2017). Çalışmada ön test son test sonuçları arasındaki fark anlamlı olmasa da bu düşüş verilen eğitimin olumlu bir etkisinin göstergesi olarak değerlendirilebilir.

Bireysel hijyen uygulamaları aynı zamanda vücut kokusunun dengelenmesi ve enfeksiyonların önlenmesinde etkilidir. Koltuk altı ve kasık (genital) bölgeleri, kıl köklerinin yoğun olduğu dolayısıyla terlemeye, koku ve enfeksiyona açık bölgelerdir; bu nedenle bu bölgedeki kıllar düzenli olarak kesilmeli ve temizlenmelidir (Shah vd., 2019). Yapılan çalışmada adölesan kızların eğitimlerden sonraki koltukaltı ile kasık bölgelerindeki istenmeyen tüylerini ayda en az iki kez temizleme sıklıklarının eğitim öncesine göre anlamlı şekilde arttığı görülmüştür. Eğitimlerden önce kızların istenmeyen tüylerini uzadığını düşündüklerinde temizleme eğiliminde oldukları, kişisel hijyene yönelik akran eğitimi sonrasında davranış değişikliği meydana geldiği görülmektedir. Yılmaz ve Kahraman'ın (2019) çalışmasında adölesan dönemdeki kızların özel bölge temizliği, koltuk altı temizliği, tüylerin alınması ile ilgili doğru bilgi ve uygulamaları incelenmiş ve yarısından fazlasının doğru uygulamaları bildikleri saptanmıştır (Yılmaz ve

Kahraman, 2019).

Bireysel hijyeni korumada hijyen davranışları kadar kişisel eşyaların uygun kullanımının da önemli olduğu, kişisel eşyaların ortak kullanımının da birçok enfeksiyon hastalığına neden olabileceği bilinmektedir (Gül ve Köse, 2020; Yeo vd., 2020). Bu nedenle kişisel eşyaların ortak kullanımı kişisel hijyen uygulamalarını belirlemede önemlidir. Çalışmanın ön test son test karşılaştırmalarında adölesan kızlara akran eğitim yöntemiyle verilen hijyen eğitiminin kızların diş fırçalarını, tırnak makaslarını, taraklarını ve havlularını aile bireyleri ve arkadaşlarıyla ortak kullanım durumlarının eğitimlerden sonra anlamlı ölçüde azaldığı ancak kazaklarını, jiletlerini, çoraplarını ve iç çamaşırlarını arkadaşları ve aileleriyle ortak kullanımının istatistiksel olarak anlamlı olmasa da oransal olarak azalma gösterdiği tespit edilmiştir. Gün ve Adana'nın (2019) çalışmasında adölesanların diş fırçalarını, tırnak makaslarını, banyo havlularını, jiletlerini, çoraplarını ve iç çamaşırlarını ortak kullanım sıklığının yüksek olduğu ortaya konmuştur (Gün ve Adana, 2019). Bu sonuçlar doğrultusunda adölesanların kişisel eşyalarını ortak kullanmaya meyilli olduğu özellikle çalışmadaki gibi toplu yaşam alanlarında yaşamlarını sürmek durumunda olan adölesanların bu duruma daha yatkın oldukları düşünülebilir. Genel olarak yapılan çalışma ile ailelerinden uzakta, yatılı bir eğitim kurumunda kalan adölesan kızlara akran eğitim modeli ile verilen hijyen eğitimi ile birçok hijyen alışkanlıklarında olumlu bir değişim sağlanmıştır. Eğitim sırasında ve sonrasında akranları ile çok daha rahat, samimi ve güvenli iletişim kurabilen katılımcıların, öğrenmeye oldukça açık oldukları bu dönemde doğru yaklaşımla farkındalıkları artırılmış ve eksik ya da yanlış olan uygulamalarının düzenlenmesi sağlanmış olabilir.

Kısıtlılıklar

Araştırma bulguları il merkezinde yatılı eğitim veren bir kurumda eğitim gören adölesan kızlarla sınırlıdır. Araştırma yürütüldüğü dönemde, dünyada olduğu gibi Türkiye'de de COVID - 19 salgını nedeniyle pandemi ilan edilmiş ve çeşitli kısıtlanmalar uygulanmıştır. Bu kısıtlanmalar nedeniyle bazı öğrenciler kurumdan ayrıldıkları için araştırma 38 adölesan kız ile tamamlanmıştır.

SONUÇLARIN UYGULAMADA KULLANIMI

Kişisel hijyen kadın sağlığını koruma ve geliştirmede oldukça önemli bir uygulama olduğu tartışılmaz bir gerçektir. Yapılan bu çalışma da adölesan kızlarda kişisel hijyen uygulamalarını geliştirmek amaçlı akran eğitim modeliyle yapılmış yarı deneysel bir araştırmadır. Bu kapsamda adölesan dönemde kazandırılan doğru davranışlar geleceğe yapılan bir yatırımdır, bu dönemdeki kızlara doğru hijyen alışkanlıkları kazandırıldığı takdirde gelecekte daha sağlıklı kadınlar olabilir, sağlıklı bireyler yetişmesine katkı sağlayabilirler. Kullanılan eğitim yöntemi ise bu uygulamaların akran üzerinden kazandırıldığı daha iyi sonuçlar alınabileceğini göstermiştir. Bu araştırmada kişisel hijyene yönelik verilen akran eğitimi ile kızların hijyen alışkanlıklarının ve kişisel eşyalarını ortak kullanımının olumlu yönde değiştiği bulunmuştur. Kişisel hijyen alışkanlıklarından el yıkama, diş fırçalama, banyo yapma, koltuk altı ve kasık bölgelerindeki istenmeyen tüyleri temizleme sıklıkları, genital hijyen alışkanlıkları, ayak tırnaklarını kesme, kişisel eşyalardan diş fırçası, tırnak makası, tarak ve havlu ortak kullanımları anlamlı derecede olumlu yönde değişim göstermiştir.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre adölesan gruplarda hijyen uygulamalarına yönelik yetersizlikler olduğu bu uygulamaların verilecek akran eğitimleriyle olumlu yönde değiştirilebileceği ortaya konmuştur. Bu doğrultuda benzer araştırmaların daha geniş ve

farklı örneklem gruplarında ve kontrol grubu kullanarak tekrarlanması önerilebilir. Aynı zamanda gelecek araştırmalarda, klasik eğitim modellerine kıyasla akran eğitim modelinin kullanılmasının avantajlarına odaklanılabilir. Sahada ve klinikte yapılması planlanan çalışmalarda akran eğitimi kullanılarak adölesan sağlığını koruma ve geliştirmeye yönelik girişimler uygulanabilir özellikle dezavantajlı konumda yer alan adölesanlara yönelik bu çalışmaların yapılması daha büyük katkılar sağlayabilir

Bilgilendirme

Bu araştırmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır. Araştırma için proje/fon vb. herhangi bir destek alınmamıştır. Bu araştırma 9 Aralık 2020 tarihinde, 3rd International Clinical Nursing Research Congress'de sözel bildiri olarak sunulmuştur. Araştırmaya başlamadan önce etik kurul izni alınmıştır. Etik onay Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu, Tarihi: 28.02.2020, Karar Numarası: 2020/130'dır. Çalışma konsepti/ Tasarımı: F.Ç., D.Ç.E. Veri toplama: F.Ç., D.Ç.E. Veri analizi ve yorum: F.Ç., D.Ç.E. Makalenin yazımı: F.Ç., D.Ç.E. Eleştirel inceleme ve revizyon: F.Ç., D.Ç.E. Araştırmamıza katılarak katkı sağlayan tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

Alidosti, M., Tavassoli, E. (2020). Role of self-efficacy, outcome expectation, and outcome expectancy in promoting oral health behaviors in adolescent girls. *J Edu Health Promot*, 9:254.

Al-Rifaa, J. M., Al Haddad, A. M., Qasem, J. A. (2018). Personal hygiene among college students in Kuwait: a health promotion perspective. *Journal of education and health promotion*, 7:92.

Arat, A., Şimşek, I., Erdamar, G. (2014). Yatılı ilköğretim bölge okulu ikinci kademe öğrencilerinin

kişisel hijyen uygulamaları. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 58-72.

Bilgin, İ., Evcili, F., Nurdan, K., Bekar, M. (2016). El Yıkama ve paraziter hastalıklar eğitimi: okul çocuklarının bilgi ve davranışları üzerine etkisi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(4), 218-225.

Boyle, J., Mattern, C. O., Lassiter, J. W., Ritzler, M. S. (2011). Peer 2 peer: efficacy of a course-based peer education intervention to increase physical activity among college students". *Journal of American College Health*, 59 (6), 519-529.

Coşgun, M., Kara, F. (2015). Öğrencilere verilen sağlık eğitiminin bilgi ve davranışlarına etkisinin değerlendirilmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, (2), 55-63.

Demirağ, H., Hindistan, S., Cin, A., Tuncay, B. (2019). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin genital hijyen davranışlarının incelenmesi. *Bozok Tıp Dergisi*, 9(1), 42-50.

Dünya Sağlık Örgütü. (2020). Health education of adolescents: guidelines for parents, teachers, health workers and the media. (Erişim 05.12.2020). <https://apps.who.int/iris/handle/10665/119824>.

Dünya Sağlık Örgütü. (2020). Yaş grubu: adölesan sağlığı. Erişim: 16.03.2020. <https://www.who.int/health-topics/adolescents/coming-of-age-adolescent-health>.

Eijk, A. M., Sivakami, M., Thakkar, M. B. Bauman, A., Laserson, K. F., Coates, S., ve ark., (2016) Menstrual hygiene management among adolescent girls in India: a systematic review and meta-analysis. *BMJ open*, 6(3).

Ekeanyanwu, U. C., Agbede, C. O. (2021). Effect of peer-led and parent-led education interventions on menstrual hygiene-related knowledge of in-school adolescent girls in Ogun State, Nigeria. *International Journal of Public Health and Pharmacology*. 1(2), 1-14.

- Feith, H. J., Lehotsky, Á., Lukács, Á., Gradwohl, E., Füzi, R., Darvay Mészárosné, S., et al. (2018). Methodological approach to follow the effectiveness of a hand hygiene peer education training programme at Hungarian schools. *Developments in Health Sciences*, 1(2), 39-43.
- Gölbashi, Z., Doğaner, G., Erbaş, N. (2021). 6-8. sınıf adölesan kızlara akran eğitimi yöntemiyle uygulanan menstruasyon sağlığı eğitiminin bilgi ve davranışlar üzerindeki etkisi. *TAF Prev Med Bull*, 11(2), 191-198.
- Gül, Ş., Köse, E. Ö. (2020). Lise öğrencilerinin hijyen davranışlarını belirlemeye yönelik bir tutum ölçeği geliştirme çalışması. *Asya Öğretim Dergisi*, 8(1), 15-31.
- Gün, Z. T., Adana, F. (2019). Çalışan adölesanların kişisel hijyen bilgi ve davranışları. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 2(1), 23-31.
- Güngörmüş, Z. (2015). Adölesan dönemi ve aile. İçinde Kuğuoğlu S, Demirbağ C.S. Aile Temelli Sağlık Yaklaşımı. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi, 213-225.
- Gür, K., Erol, S., İncir, N. (2018). The effectiveness of a nail-biting prevention program among primary school students. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 23(3), e12219.
- Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. 2018 (2019). Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, T.C. Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı ve TÜBİTAK. Ankara, Türkiye.
- Halteh, P., Scher, R. K., Lipner, S. R. (2017). Onychophagia: A nail-biting conundrum for physicians. *Journal of Dermatological Treatment*, 28(2), 166-172.
- Khaton, R., Sachan, B., Khan, M. A., Srivastava, J. P. (2017). Impact of school health education program on personal hygiene among school children of Lucknow District. *J Family Med Prim Care*, 6, 97-100.
- Kipay, S. S., Baybeki I. H., Tabak, R. S. (2018). Impact of an interventional training on menstrual hygiene of adolescent schoolgirls. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi (IBAD)*, 3(2), 653-663.
- Kürtüncü, M., Uzun, M., Ayoğlu, F. (2015). Ergen eğitim programının riskli sağlık davranışları ve sağlığı algısına etkisi. *Yükseköğretim ve İlim Dergisi*, 5(2), 187-195.
- Mangal, N., Dilip, L., Varghese, K., Chauhan, M. (2019). A cross sectional study on personal hygiene among rural school students in Southern Rajasthan. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 6(6), 26-46.
- Paria, B., Bhattacharyya, A., Das, S. (2014). A comparative study on menstrual hygiene among urban and rural adolescent girls of West Bengal. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, (4), 413-417.
- Pekcan, H. (2015). Adölesan (delikanlı) sağlığı. İçinde Güler Ç, ve Akin L. Halk Sağlığı Temel Bilgiler Kitabı. Ankara: Hacettepe Yayınları, 486-537.
- Phillips-Howard, P. A., Caruso, B., Torondel, B., Zulaika, G., Sahin, M., Sommer, M. (2016). Menstrual hygiene management among adolescent schoolgirls in low-and middle-income countries: research priorities, *Global health action*, 9(1), 33032.
- Ranabhat, D., Nepal, S., Regmi, B. (2019). Menstrual hygiene practice and school absenteeism among rural adolescent girls of Kalikot District, Nepal Medical College Journal, 21(4), 258-264.
- Rewatkar, K., Bower, P., Meshram, S., Vidhate, S., Titare, V., Shendre, V. (2019). To assess the effectiveness of planned teaching programme on knowledge regarding menstrual hygiene among adolescent girls in selected schools of rural area of Nagpur city. *International Journal of Nursing Education and Research*, 7(1), 84-86.
- Sakar, T., Özkan, H., Saraç, M. N., Atabey, K., Nazbak, M. (2015). Öğrencilerin menstruasyon dönemindeki kültürel davranış ve uygulamaları. *The Journal of Turkish Family Physician*, 6(3), 114-123.
- Shah, S. K., Shrestha, S., Maharjan, P. L., Karki, K., Upadhyay, A., Subedi, S., Gurung, M. (2019). Knowledge and practice of genital health and hygiene

- among adolescent girls of Lalitpur Metropolitan City, Nepal. *American Journal of Public Health Research*, 7(4), 151-156.
- Sharifnia, H., Hojati, H., Sharifnia, M. (2011). The role of pre-primary school education on health awareness of first grade students. *J Urmia Nurs Midwifery Faculty*, 9(2).
- Sharma, P., Gupta, N. (2020). Menstrual hygiene and infections: menacing women health. *International Journal of Health & Allied Sciences*, 9(2), 99-104.
- Türkmen, H., Karagüzel, E.N. (2021). Gençlerin genital hijyen tutumlarını etkileyen faktörler. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 30(3), 190-199.
- Yeo, K. Y., Hashimoto, K., Archer, T., Kenny, K., Pavitt, S., Zoltie, T. (2020). Evaluation on the effectiveness of a peer led video on oral hygiene education in young children. *Journal of Visual Communication in Medicine*, 43(3), 119-127.
- Yılmaz, Y., Kahraman, S. (2019). The knowledge about the adolescent girls' genitals and hygiene who live in Şanlıurfa, Applications and Factors That Affect. *Journal Of Human Sciences*, 16(3), 823-832.
- Zhou, G., Jiang, T., Knoll, N., Schwarzer, R. (2015). Improving hand hygiene behaviour among adolescents by a planning intervention. *Psychology, health & medicine*, 20(7), 824-831.