

COVID-19 Pandemisinde, Romatizmal Hastalığı Olan Bireylerin Korku Durumları ve Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımları Arasındaki İlişkilerini Belirlemek

The Relationship Between the Fear Status and Cognitive Exercise Therapy Approaches of Individuals with Rheumatic Disease in COVID-19 Pandemic

*Gülten TARHAN¹ <https://orcid.org/0000-0002-3828-3849> | gertugrul@gmail.com

Eskişehir Yunus Emre Devlet Hastanesi, Eskişehir, Türkiye

Güler BALCI ALPARSLAN² <https://orcid.org/-0003-3734-3843> | gbalci@ogu.edu.tr

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İç Hastalıkları Hemşireliği ABD,
Eskişehir, Türkiye

ROR ID: <https://ror.org/01dzjez04>

Özet

Amaç: Bu araştırma, COVID-19 pandemisinde romatizmal hastalığı olan bireylerin, korku durumları ve bilişsel egzersiz terapi yaklaşımları arasındaki ilişkilerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya Mart-Aralık 2021 tarihleri arasında, bir devlet hastanesi romatoloji klinik/polikliniklerine Ankilozan Spondilit, Multipl Skleroz, Fibromiyalji, Romatoid Artrit, Osteoartrit tanıları ile gelen ve en az 6 aylık süre ile takip ve tedavisi düzenlenen 100 hasta dahil edilmiştir. Veri toplama araçları olarak COVID-19 Korkusu Ölçeği, Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı Ölçeği (BETYÖ) ile Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışma grubunun COVID-19 Korku Ölçeği ve BETY Ölçeği puan ortalamaları normal sınırlar içerisinde bulunmuş olup, “İyi” yaşam aktivitesine sahip bireylerin BETY ölçeği ve COVID-19 Korku ölçeği puanları arasındaki ilişki anlamlı olarak yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). 65 yaş üstü bireylerimizde COVID-19 korku puan ortalamaları yüksek iken 65 yaş altında BETY ölçeği puan ortalamaları yüksek bulunmuştur. Bireylerin yaşam aktivitelerine baktığımızda, “İyi” yaşam aktivitesine sahip kendi kendine yetebilen bireylerin iki ölçek puan ortalamalarının oldukça düşük olduğu ve diğer gruplar ile aralarında anlamlı olarak fark ortaya çıktığı saptanmıştır.

Sonuç: COVID-19 pandemisi ve getirdiği olumsuz koşullar özellikle kronik hastalıkları olan kişilerde korku ve endişeye neden olmuştur. Egzersizlerini düzenli yapan romatoloji hastalarının yaşam kaliteleri yüksek ve COVID-19 korkularının minimal düzeyde olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Egzersiz, Romatolojik Hastalık, Hemşirelik

Abstract

Objective: Our study was conducted to determine the relationships between fear states and cognitive exercise therapy approaches of individuals with rheumatic diseases during the COVID-19 pandemic.

Method: The study included 100 patients who came to a state hospital rheumatology clinic/polyclinic between March-June 2021 with the diagnoses of Ankylosing Spondylitis, Multiple Sclerosis, Fibromyalgia, Rheumatoid Arthritis, Osteoarthritis and who were followed up and treated for at least 6 months. COVID-19 Fear Scale, Cognitive Exercise Therapy Approach Scale (BETYÖ) and Personal Information Form were used as data collection tools.

Findings: According to the statistical results, the mean scores of the COVID-19 Fear Scale and BETY Scale were found within normal limits, and the BETY scale and COVID-19 Fear scale scores of individuals with “good” life activity were found to be significantly higher ($p<0.05$). While the average COVID-19 fear scores were high in individuals over the age of 65, the average BETY scale scores were found to be high under the age of 65. When we look at the life activities of our patients, it was determined that the two scale score averages of self-sufficient individuals with “good” life activities were quite low and there was a significant difference between them and the other groups.

Conclusion: The COVID-19 pandemic and the negative conditions it brought caused fear and anxiety, especially in people with chronic diseases. It was observed that rheumatology patients who exercise regularly had a high quality of life and minimal COVID-19 fear.

Keywords: COVID-19, Exercise, Rheumatic Diseases, Nursing

Atıf: Tarhan, G. & Balcı Alparslan, G. COVID-19 Pandemisinde, Romatizmal Hastalığı Olan Bireylerin Korku Durumları ve Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımları Arasındaki İlişkilerini Belirlemek. Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi, (04, 2025), 1-12

*Sorumlu Yazar: Gülten TARHAN

Makale Gönderimi 13.09.2024 Kabul Tarihi 13.03.2025 Yayımlanma Tarihi 21.04.2025

1. Giriş

Koronavirüs hastalığının (COVID-19) ortaya çıkışı ve pandemik doğası, dünya çapında, hastaların bu hastalıktan korkularını şiddetlendirmiştir (Lin, 2020). Diğer koşullarla karşılaştırıldığında bulaşıcı hastalığın karakteristik bir doğası korkudur. Korku, yayılma hızı ve ortamıyla (hızlı ve görünmez bir şekilde) olduğu kadar mortalite ve morbiditesiyle de direkt ilişkilidir. Üstelik bu damgalanma, kayırma ve ayrımcılık gibi diğer psikososyal güçlüklerle de yol açar (Pappas ve ark., 2009). Korku seviyelerindeki artış ile birlikte bireyler COVID-19'a tepki gösterirken mantıklı düşünemeyebilirler. Pandemi sırasında kanser, romatolojik hastalıklar, obezite, diyabet, kardiyovasküler hastalık ve böbrek hastalıkları gibi kronik rahatsızlıkları olan bireylerin COVID-19 döneminde mortalite ve morbidite oranlarının yüksek olduğu görülmüştür (Alhazzani ve ark., 2020; Sauver ve ark., 2013; Zhou ve ark., 2020).

Hastane başvurularında romatizmal hastalıklar (%33,6) ve bel ağrısı (%23,9) en sık başvuru nedenleri arasında yer alırlar (Alhazzani ve ark., 2019). Ancak, bu tür hastalar için tıbbi bakıma erişim her zaman kolay değildir. Birçoğunda fiziksel engellilik, uzaklık ve uzmanlara yüz yüze erişimde zorluk (özellikle kırsal kesimde yaşayanlar için) teşhis ve tedaviyi geciktirebilir ve geri dönüşü olmayan eklem hasarlarına neden olabilir (Polinski ve ark., 2014; Walsh ve ark., 2018).

Artrit gibi kronik kas-iskelet sistemi rahatsızlıkları her yıl on milyonlarca kişiyi rahatsız etmektedir (Fitzcharles ve ark., 2010; May, 2010). Bu koşullar, yüksek sağlık bakım maliyetleri, sakatlık ve artan ölüm oranı dahil olmak üzere, son derece olumsuz kişisel ve sosyal sonuçlarla ilişkilidir.

Ağrı, etkilenen bireyler tarafından yapılan tüm doktor ziyaretlerinin büyük çoğunluğunu oluşturan semptomdur. Romatolojik hastalıklar nedeniyle ortaya çıkan ağrılar, morbidite oranlarını yükseltip, hastaların sağlık hizmetlerini sık sık kullanmalarına, fonksiyon kayıplarına ve hareketsizliklerine neden olmaktadır (Köken ve Eyigör, İ. 2019). Kalıcı ve engelleyici ağrı, Osteoartrit, Romatoid Artrit, Fibromiyalji ve diğer çeşitli romatolojik durumların ayırt edici özelliğidir. Bununla birlikte, hastalık şiddeti (radyografik bulgular veya serolojik testlerde kullananlar gibi 'nesnel' endekslerle ölçüldüğünde), hastaların ağrı şiddeti raporlarıyla ilişkili olabileceği gibi ağrıyla ilgili sunum, görünüşte benzer koşullara sahip bireyler arasında büyük ölçüde farklılıklar gösterebilir. Ağrının biyopsikososyal modelini destekleyen artan kanıtlar, bilişsel ve duygusal süreçlerin ağrının algılanması ve etkisindeki bireyler arası farklılıklara çok önemli katkılar sağladığını göstermektedir (Edwards ve ark., 2011).

COVID-19 pandemisinin dermatoloji camiasının hastalara bakımın sürekliliğini sağlama sorumluluğu, viral bulaşma riskini azaltacak ve hem hastaların hem de personelin korunmasına yönelik önlemlerle dengelenmelidir. COVID-19 pandemi sürecinde romatizmal hastalığı olan bireylerin tedavilerini devam ettirmek için sağlık kurumlarına pandemi güvenlik tedbirleri gereğince gidemedikleri veya korku ve endişe duydukları, bilişsel terapi düzeylerinin etkilendiği düşünülmektedir. Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımları (BETY) romatolojik hastalar üzerinde geliştirilen, bireyi biyolojik, sosyal ve psikolojik yönden ele alan, holistik bir yaklaşımın hedeflendiği, bu yönleriyle literatürde önerilen biyopsikososyal modele uygun yenilikçi bir egzersiz yöntemidir (Ünal, 2014). BETY`de hasta daima aktif ve tedavinin merkezinde o vardır. Kronik bel ağrısı olan bireylerde yapılan bir çalışmada da BETY`nin çok yönlü tedavide kullanılması için literatürün önemle üzerinde durduğu biyopsikososyal yaklaşıma uygun egzersiz modeli sunduğu öne sürülmüştür (Şekeroğlu, A. N. 2024). Özkan ve arkadaşları BETY içeren bütüncül fizyoterapi çalışmalarının bireyin fonksiyonlarını ağrısız ve optimal duruma getiren olumlu sonuçlara yol açtığını göstermişlerdir (Ozkan, D. 2016).

1.1.Araştırmanın amacı

COVID-19 pandemi sürecinde romatizmal hastalığı olan bireylerin tedavilerini devam ettirmek için sağlık kurumlarına, pandemi güvenlik tedbirleri gereğince gidemedikleri veya korku ve endişe duydukları görülmüştür. Bu çalışma, COVID-19 pandemisi sırasında romatoloji hastalarının COVID-19 Korkusu ve Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı düzeylerini değerlendirerek hastaların bakım yönetimlerinin ve yaşam kalitelerinin artırılmasına yardımcı olmayı amaçlamıştır.

1.2.Araştırma sorularımız şunlardır:

- 1.COVID-19 pandemisi sırasında romatoloji hastalarının COVID-19 korku düzeyi nedir?
- 2.COVID-19 salgını sırasında romatoloji hastalarının Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı düzeyleri nedir?
- 3.Romatoloji hastalarının COVID-19 korku düzeyleri ile Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı düzeyleri arasında bir ilişki var mı?
- 4.Romatoloji hastalarının COVID-19 korku düzeyleri ile Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı düzeyleri ile ilişkili faktörler nelerdir?

2. GEREÇ ve YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Evreni ve Çalışma grubu

Tanımlayıcı türdeki çalışmamızın verileri bir devlet hastanesi romatoloji polikliniklerine Mart 2021'den, Aralık 2021 tarihine kadar müracaat eden romatolojik tanı almış gelişigüzel örnekleme yöntemi kullanılarak ele alınmış ve çalışmaya katılmayı kabul eden 100 birey ile toplanmıştır. Hastanenin Romatoloji polikliniğine başvuran Ankilozan Spondilit, Multipl Skleroz, Fibromiyalji, Romatoid Artrit, Osteoartrit tanıları ile en az 6 aylık süre ile takip ve tedavisi düzenlenen, 18 yaş üstü, zihinsel engeli bulunmayan, demans veya herhangi bir serebrovasküler olay yaşamamış, araştırmaya katılmaya gönüllü bireyler dâhil edilmiştir. Çalışmaya başladıktan sonra malignite tanısı alan, ağır bir stres yaşayan veya öngörülemez bir kaza geçirmiş bireyler çalışmaya dâhil edilmemişlerdir.

2.2. Veri toplama Araçları

Anket formu, araştırmacılar tarafından konu ile ilgili literatür taramaları yapılarak bilgi toplanmış olup hastaların sosyo-demografik ve klinik özelliklerini belirleyen sorulardan oluşmuştur (Bulut, 2020; Devaşan, 2021; Oflaz 2019; Ünal, 2014; Ünal, 2017; Zahid, 2011).

2.2.1. Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı Ölçeği (BETYÖ):

Bireylerin biyopsikososyal yaşam kalitesi durumları Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı (BETY) Ölçeği ile değerlendirildi. İlk olarak romatolojik hastalara uygulanan BETY isimli ölçekte; fonksiyonellik, yorgunluk, emosyonel durum, ağrı problemi, uyku kalitesi, sosyal ve cinsel yaşam gibi hastalığın verdiği biyopsikososyal birçok etki değerlendirilmiştir. Ölçeğin romatizmal hastalıklar için yapılan cronbach alfa değeri 0,88 bulunmuş olup (Ünal, 2014). 30 soruluk ölçekte 5'li Likert (0= Hiçbir Zaman 4= Her Zaman arasında) kullanılmakta, ölçek tamamlandıktan sonra alınabilecek puan toplamı 0 ile 120 arasında değişmektedir. Ölçeğin değerlendirilmesinde yüksek puanlar düşük yaşam kalitesi, düşük puanlar da yüksek yaşam kalitesi anlamına gelmektedir (Bulut, 2020; Devaşan, 2021; Oflaz 2019; Ünal, 2017; Zahid, 2011).

2.2.2. Koronavirüs (COVID-19) Korkusu Ölçeği:

Ahorsu ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilen ölçek, bireylerin COVID-19 korku seviyelerinin tespit edilebilmesi için kullanılmıştır. Ülkemizdeki uyarlaması Ladikli ve arkadaşları (2020) tarafından yapılmıştır. Ölçek 7 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tipinde (1- Kesinlikle katılmıyorum, 2- Katılmıyorum, 3- Ne katılıyorum ne katılmıyorum, 4- Katılıyorum, 5- Kesinlikle katılıyorum) tek

faktörlü bir yapıdan meydana gelmiştir (Ladikli ve ark., 2020). Ölçek ile maddeler arasındaki korelasyonu 0,57 ile 0,68 aralığında değişmektedir. Ölçeğin iki yarı arasındaki tutarlılık için Guttman Split Half katsayısı ise 0,82 ve ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise 0,86'dır. Ölçekteki puan yükseldikçe, COVID-19 korkusu da yükselmektedir. Aynı zamanda ölçeğin test/tekrar test güvenilirliği ise 0,86 olarak bulunmuştur (Ladikli ve ark., 2020). Tüm bunların sonucunda da ölçeğin geçerli, güvenilir ve uygulanabilir olduğu tespit edilmiştir.

2.3. Verilerin Toplanması

Çalışmaya alınan bireyler hastane bilgi yönetim sistemi üzerinden gelişigüzel bir şekilde seçilmiştir. Her bir birey için veri toplama işlemi 18 dakika sürmüştür. Telefonla görüşme yöntemi kullanılarak araştırmacılar tarafından alınan Etik onay alındıktan hemen sonra hastaların "Hasta Kayıt" verileri, hastane bilgi sisteminden (HBYS) toplanmış ve excelde oluşturulan veri formuna kaydedilmiştir. Görüşme onamı ile ilgili tıbbi araştırma hakkında genel bilgilendirilme yapılmış, katılımcıların gönül rızasının olmasına, maddi veya manevi herhangi bir baskı altında kalmadan, tamamen kendi iradesi ile çalışmada yer almalarına dikkat edilmiştir. COVID-19 pandemisi güvenlik sebepleri önlemleri ile bu onamın telefon ile alınması uygun görülmüştür. Araştırma için sosyo-demografik, COVID-19 korku ölçeği ve Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımları ölçeği verileri toplandıktan sonra araştırmaya son verilmiştir.

2.4. Etik Boyut

Çalışmanın yapılabilmesi için, Sağlık Bakanlığı COVID-19 çalışmaları ile ilgili bilimsel araştırmalar portalı bakanlık onayı, Girişimsel Olmayan Etik Komisyondan 02.03.2021 karar tarihli, 25 karar sayılı alınan etik kurul uygunluk kararı, araştırmacının yapıldığı kurumdan ve İl Sağlık Müdürlüğü Bilimsel Araştırmalar Komisyonundan yazılı onam alınmıştır. Ayrıca araştırmaya katılım için gönüllülük şartı oluşturulmuştur.

2.5. Analiz

Araştırmadan elde edilen verilerin analizi, IBM Statistical Package For Social Science (SPSS) 25.0 paket programı kullanılarak yorumlanmıştır (IBM Corp. Released 2012. IBM SPSS Statisticsfor Windows, Versiyon. Armonk, NY: IBM Corp.). Değişkenlerin dağılımı Skewness ve Kurtosis analizleri ile yapılmış ve normal dağılım göstermediği tespit edildiğinden nonparametrik testler kullanılmıştır. Tanımlayıcı analiz olarak sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Bağımsız iki gruba ait sıra ortalamaları karşılaştırılırken Mann Whitney-U testi, bağımsız ikiden fazla gruba ait ölçek ortalamaları karşılaştırılırken Kruskal Wallis analizi kullanılmıştır. Anlamlılık $p < 0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir.

3. Bulgular

Çalışma bulgularında COVID-19 pandemisinde romatolojik tanısı olan 100 hastanın, %55'inin romatoid artrit tanısı olduğu, %77'sinin evli, %57'inin kadın, %41'inin lise mezunu, %46'sının orta yaşta, %51'inin orta derecede yaşam aktivitesine sahip ve yine %51'inin COVID-19 hastalığı geçirmiş bireyler olduğu tespit edilmiştir.

Bireylerin %71'inin sigara ve alkol kullanım öyküsünün olmadığı, %56'sının pandemide çalışmış olduğunu ve %64'ünün şehir merkezinde yaşadıkları belirlenmiştir. Bireylerin %81'inin 65 yaş altı olduğu, %7'sinin de beden kitle indekslerinin düşük olduğu görülmüştür (Tablo 1).

Tablo 1. Çalışmaya katılan bireylerin klinik ve sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı

Değişken	Vaka		Değişken	Vaka	
	n	%		n	%
Medeni Durum			COVID-19 Testi		
Evli	77	77	Pozitif Sonuç Var	51	51
Bekar	23	23	Pozitif Sonuç Yok	49	49
Yaş Grupları			Eğitim		
Genç Yetişkin (20-35)	30	30	İlköğretim	22	22
Orta Yetişkin (20-35)	46	46	Lise	41	41
İleri Yaşlılık (55 Üstü)	24	24	Yüksek Okul	37	37
Cinsiyet			Sigara / Alkol Alışkanlığı		
Erkek	43	43	Var	26	26
Kadın	57	57	Yok	74	74
Tanı			Beden Kitle Endeksi		
Ankilozan Spondilit	26	26	Sağlıklı (18,5 kg–24,9 kg)	7	7
Fibromiyalji	15	15	Fazla Kilolu (25 kg–29,9 kg)	30	30
Romatoidartrit	55	55	1.Derece Obez (30 kg–34,9 kg)	33	33
Diğer	4	4	2.Derece Obez (35 kg–39,9 kg)	30	30
Yaşanılan Yer			Yaşam Aktivitesi		
Şehir Merkezi	64	64	İyi (Kendi kendine Yetiyor)	31	31
İlçe	18	18	Orta (Bazı hareketleri destekli)	51	51
Köy	18	18	Kötü (Tam destek alıyor)	18	18
Pandemide Çalışma Durumu			Evde Yaşanılan Kişi Sayısı		
Evet	44	44	1 ve 3 kişi arası	69	69
Hayır	56	56	4 ve üzeri kişi	31	31
Kronik Hastalık Süresi					
1-5 Yıl	35	35			
6-10 Yıl	28	28			
11 Yıl ve üzeri	37	37			

n: Katılımcı Sayısı, %: Yüzde

*Diğerleri: Osteoartrit, Multipl Skleroz

COVID-19 Korku ölçeği puanı $15,12 \pm 5,25$ olup, “Düşük COVID-19 Korku” sonuçları elde edilmiştir. BETY ölçeği toplam puan ortalaması ise $59,46 \pm 12,83$ olup “Orta Düzeyde Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı” sonucu elde edilmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Romatoloji hastalarının COVID-19 korku düzeyleri ile bilişsel egzersiz terapi yaklaşımı düzeyleri (BETYÖ) puanları

ÖLÇEKLER	n	min.	max.	ort.	ss
COVID-19 Korku Ölçeği	100	7	35	15,12	5,25
BETY Ölçeği	100	15	100	59,46	12,83

N: frekans, Ort: ortamala, ss: standart sapma, min: minimum, max: maksimum, BETYÖ: Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı Ölçeği,

Çalışmaya katılan bekâr bireylerin COVID-19 Korku Ölçeğine daha yüksek puan verdiği BETY ölçeğine ise evlilerin daha yüksek puan verdiği, her iki grup arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark görülmemiştir ($p < 0,05$).

Çalışmada pandemide çalışmayan ve kadın cinsiyete sahip bireylerin diğer değişkenlere göre her iki ölçekten de daha yüksek puan aldıkları gruplar arası istatistiksel açıdan ise anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($p < 0,05$). Evde birlikte yaşanılan kişi sayısına göre hastaların puan ortalamalarına bakıldığında COVID-19 Korku Ölçeğinde 3 kişi ve daha az kişinin yaşadığı evlerdeki hastaların daha yüksek puan aldıkları, BETY ölçeğinde ise 4 ve daha fazla kişinin yaşadığı evlerde yaşayan hastaların daha yüksek puan aldıkları görülmüş olup, her iki grup arasında istatistiksel açıdan anlamlı sonuçlar elde edilmemiştir ($p < 0,05$). Kötü alışkanlığı olan hastaların COVID-19 korku ölçeğine verdikleri puan

yüksek iken kötü alışkanlığı olmayan hastaların BETY ölçeğine verdikleri puanlarlar daha yüksektir fakat anlamlı bir istatistiki sonuç yoktur ($p<0,05$). 65 yaş üstü bireylerimizde COVID-19 korku puan ortalamaları yüksek iken 65 yaş altında BETY ölçeği puan ortalamaları yüksek bulunmuştur.

Tablo 3'e göre fibromiyalji tanıli hastaların COVID-19 korku ölçeği puan ortalamaları ile ankilozan spondilit tanıli hastaların BETY ölçeği puan ortalamaları diğer romatolojik hastalıklara nazaran daha yüksek bulunmuştur. Beden kitle indeksi sonuçlarımıza baktığımızda 1. derece obezite grubunda yer alan hastalarımızın her iki ölçeğe verdikleri puanlar diğer gruplardan daha yüksek bulunmuştur, ölçeklerin gruplar arası istatistiksel sonuçları arasında anlamlı fark yoktur ($p<0,05$). Hastaların eğitim seviyelerine baktığımızda ilköğretim mezunu bireylerin COVID-19 korku ölçeği puanlarının, lise mezunu bireylerinde bilişsel terapi yaklaşımı ölçeğine verdikleri puanların daha yüksek olduğu görülmüştür ancak gruplar arası anlamlı istatistiki sonuçlara rastlanılmamıştır ($p<0,05$). Katılımcıların Hastalık sürelerine baktığımızda ise 6-10 yıllık romatoloji hastalarının COVID-19 korku ölçeği puanlarının ve BETY ölçeğine verdikleri puanların daha yüksek olduğu görülmüştür ancak gruplar arası anlamlı istatistiki sonuçlara rastlanılmamıştır ($p<0,05$). Hastalarımızın yaşam aktivitelerine baktığımızda, "iyi" yaşam aktivitesine sahip kendi kendine yeten bireylerin iki ölçek puan ortalamalarının oldukça düşük olduğu ve diğer gruplar ile arasında anlamlı olarak fark ortaya çıktığı saptanmıştır ($p<0,05$).

Tablo 3. Romatoloji hastalarının COVID-19 korku düzeyleri ile bilişsel egzersiz terapi yaklaşımı düzeyleri (BETYÖ) arasındaki ilişki

		COVID-19 Korku Ölçeği	BETY Ölçeği	Anlamlılık	
Değişkenler		n	n	Z	p
Medeni durum	Evli	49,11	50,69	-0,885	0,376
	Bekar	55,15	49,87	-0,119	0,905
Cinsiyet	Erkek	49,63	49,81	-0,264	0,792
	Kadın	51,16	51,02	-0,206	0,837
Evde yaşanan kişi sayısı	1-3 kişi	52,46	49,76	-1,02	0,308
	4 kişi ve üstü	46,13	52,15	-0,38	0,704
Pandemide çalışma durumu	Evet	48,28	46,24	-0,537	0,591
	Hayır	51,37	53,01	-1,167	0,243
COVID-19 Testi	Pozitif sonuç var	50,86	51,48	-0,129	0,897
	Pozitif yok	50,12	49,48	-0,345	0,73
Sigara/alkol alışkanlığı	Var	51,42	45,56	-0,191	0,849
	Yok	50,18	52,24	-1,011	0,312
65 yaş özellikli grup	65 yaş altı	51,26	49,77	-0,546	0,585
	65 yaş üstü	47,26	53,61	-0,519	0,604
				KW	p
Yaş grupları	Genç yetişkin (20-35)	56,35	55,43	1,818	3,353
	Orta yetişkin (36-55)	47,5	44,75	0,403	0,187
	İleri yaşlılık (55 üstü)	48,94	55,35		
Eğitim	İlköğretim	53,18	54,32	0,249	3,496
	Lise	49,57	54,83	0,883	0,174
	Yüksek Okul	49,93	43,43		
Tanı	Ankilozan spondilit	48,58	53,32		
	Fibromyalji	61,67	47,67	4,66	3,547
	Romatoidartrit	51,44	49,8	0,198	0,315
	Diğer	29,63	26		
Beden Kitle İndeksi	Sağlıklı (18,5 kg-24,9 kg)	51,18	51,55		
	Fazla Kilolu (25 kg-29,9 kg)	44,72	47,23	4,852	1,896
	1. Derece Obez (30 kg-34,9 kg)	61,68	56,88	0,183	0,594
	2. Derece Obez (35 kg-39,9 kg)	44,05	44,2		
Yaşanılan yer	Şehir	45,77	53,7	5,137	2,756
	İlçe	56,28	41,11	0,077	0,252
	Köy	61,56	48,5		
Yaşam aktivitesi	İyi (Kendi kendine yetiyor)	35,32	35,98	12,877	12,587
	Orta (Bazı hareketleri destekli)	56,15	59,4	0,002	0,002
	Kötü (Tam destek alıyor)	60,64	50,28		
Hastalığın süresi	1-5 yıl	46,91	51,59	1,228	2,008
	6-10 yıl	54,98	55,66	0,541	0,366
	11 yıl ve üzeri	50,5	45,57		

Mann Whitney U, KW: Kruskal Walls Test, n: Frekans, Z: Standart puan, p: Anlamlılık düzeyi (p<0,05), BETYÖ: Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı Ölçeği,

Tablo 4'te COVID-19 Korku Ölçeği ile Bilişsel Terapi Yaklaşım Ölçeği Arasındaki İlişki düzeyi verilmiştir. Buna göre BETYÖ ile COVID-19 Korku Ölçeği arasında yapılan korelasyon analizinde ilişki olmadığı görülmüştür.

Tablo 4. COVID-19 Korku Ölçeği ile Bilişsel Terapi Yaklaşım Ölçeği Arasındaki İlişki**COVID-19 KORKU ÖLÇEĞİ**

n=100	R	p
BETYÖ TOPLAM	0,146	0,147

* Korelasyon 0,05 seviyesinde (2-kuyruklu) anlamlı

**Pearson korelasyon kat sayısı (r)

4. Tartışma

Araştırmamız pandemi sürecinde, romatoloji hastalarının COVID-19 korkusu ile bilişsel egzersiz terapi yaklaşımları arasındaki ilişkisinin incelemesi amacıyla, tele sağlık yöntemlerinden faydalanılarak gerçekleştirilmiştir.

Romatizmal hastalığa sahip bireylere yıllarca aktif olmak yerine dinlenmeleri, istirahat etmeleri önerilmiştir. Ancak 1970'lerden sonra egzersizin antienflamatuvar etkileri kanıtlanmış ve hastalık aktivitesini artırmadığı belirtilmiştir (Zahid, 2018). Çalışmamızda literatürü destekler nitelikte sonuçlar elde edilmiş ve fiziksel olarak aktif yaşam süren bireylerin bilişsel egzersiz terapi yaklaşımı ölçeği sorularına verdikleri puanlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Düzenli yapılan fiziksel aktivite ve egzersizin, romatoloji hastalarının azalmış kas kütlelerini artırdığı, semptomlarını ve sistemik belirtilerini azalttığı çalışmalarla desteklenmektedir (Metsios ve Kitas, 2018; Ye ve ark., 2022).

Santral sinir sistemi ve periferik sinir sisteminin romatolojik hastalıklardan etkilenmesi neticesinde morbidite ve mortaliteye sebep olan nörolojik komplikasyonlar oluşabilir. Bu yan etkilerin erken dönemde farkedilmesi, etyolojisinin saptanması, hastalığın tanısı, tedavisi ve seyri açısından oldukça önemli bulunmuştur (Saritaş ve ark. 2023). Ankilozan Spondilit, Multipl Skleroz, Fibromiyalji, Romatoid Artrit, Osteoartrit gibi romatizmal hastalıklarda ortaya çıkan ağrı, uyku sorunları, yorgunluk gibi nörolojik semptomların sadece ciddi fiziksel kayıp yaratmakla kalmayıp, aynı zamanda önemli derecede, sosyal ve psikolojik etkisi, fiziksel ve emosyonel nedenlere bağlı rol güçlüğü ve günlük yaşam aktivitelerinde kısıtlamaya neden olduğu örnek çalışmalarda da görülmüştür (Bulut, 2020; Devaşan, 2019; Oflaz, 2018; Ünal, 2014; Ünal ve ark., 2017; Zahid, 2018). Araştırmamızdaki hastalarımızın yaşam aktivitelerini etkili bir şekilde sürdürdüklerinde, ağrıların daha düşük seviyelerde olduğu, günlük işlerini yapmakta daha az zorlandıkları, uykularını daha iyi aldıkları ve bilişsel egzersiz terapi yaklaşımı ölçeğimizin sonuçlarında da pozitif yönde anlamlı bulgular elde edildiği görülmüştür.

Çalışmamıza katılan bireylerin fiziksel özellikleri incelendiğinde, bayanların daha çoğunlukta olduğu görülmüştür. Literatürde de fiziksel ve emosyonel durumlarının hastalık üzerine etkilerinin bayan romatoloji hastalarında daha sık rastlanıldığı görülmüştür (Ünal, 2014) Yapılan bir araştırmada Romatoid Artritli hastaların çoğunluğunu kadınların oluşturduğu gözlenirken, hasta ve kontrol grubu arasında cinsiyet, yaş grupları, medeni durum, sosyal güvence, yaşadığı yer, alkol kullanma ve egzersiz yapma arasında bir fark saptanmadığı görülmüştür (Kiper ve Sunal 2009). Literatürde romatolojik hastalığı olan bireylerin yaşam kalitesi, romatolojik hastalığı olmayanlara göre daha düşük düzeyde bulunmuş, bu hastalar arasındaki kadınlarda, daha düşük eğitim seviyesine sahip olanlarda, ileri yaşlarda olanlarda, bekar olanlarda, işsiz olanlarda, egzersiz yapmayanlarda, obez olanlarda, ek hastalığı olanlarda, hastalığı hakkında eğitim almayanlarda yaşam kalitesinin daha düşük düzeyde olduğu gözlenmiştir (Göcen, 2023). Çalışmamızda ise cinsiyet, yaş grupları, medeni durum, yaşanan yer, kötü alışkanlıklar sosyodemografik verilerle taranmış ancak bilişsel egzersiz terapi yaklaşımı ve COVID-19 korku ölçekleri ile aralarında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara rastlanılmamıştır.

Pandemi sürecince herhangi bir işte çalışan ve çalışmayan hastaların arasında yapılan istatistik verilerinde çalışmayanlarda daha düşük korku ve terapi düzeylerine rastlansa da COVID-19 korku ve bilişsel terapi yaklaşımı ölçekleri sonuçlarında anlamlı verilere rastlanılmamıştır.

COVID-19 fiziksel sağlık yanında psikolojik sağlık üzerinde de etkili olmuştur. COVID-19 `un bedensel düzeyde oluşturduğu tehdit ve yıkımın yanında, bireylerde yol açtığı stres tepkisi ve hastalıkla ilintili yaşantıların yarattığı travmatik deneyimler sürecin ve sonrasının psikolojik açıdan da ele alınmasını zaruri hale getirmektedir (Ladikli ve ark., 2020). Çalışmamızda fibromiyalji tanılı hastaların ve ortaokul mezunu hastaların daha fazla korku yaşadıkları görülmüştür.

Yaşam aktivitesi iyi olan hastaların bilişsel egzersiz terapi yaklaşımı ölçek sonuçlarının olumlu olmasının yanında COVID-19 korkularının düşük seviyelerde olduğu görülmüştür. Ancak 65 yaş üstü bireylerimizde korku puanları yüksek bulunmuştur. Gencer yaptığı bir çalışmada katılımcıların COVID-19 korkusu yaşadıklarını belirtmiştir (Gencer, 2020). Yaşlı popülasyonun COVID-19 enfeksiyonu için riskli grup içerisinde yer alması, ileri yaş kişilerin COVID-19 pandemi sürecini nasıl algıladıkları ve nasıl tepki verdiklerini anlamak önemlidir (Ceccato ve ark., 2021). Bitan ve arkadaşları (2020) yaptıkları çalışmada COVID-19 enfeksiyonuna bağlı oluşan korku ile kronik hastalığa sahip olma arasında pozitif bir ilişki olduğunu saptamıştır. Yapılmış bir çalışmaya göre cinsiyet ve yaşın koronavirüs salgını açısından önemli değişkenler olduğu anlaşılmıştır ve yaşlıların, yetişkinlere kıyasla koronavirüs korkusu, ruhsal ve psikosomatik etkileri açısından daha olumsuz bir duruma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çay, 2021). Bizim çalışmamızın verilerine bakıldığında da 65 yaş üstü bireylerimizde koronavirüs hastalığına yakalanma korkusu yüksek bulunmuştur.

Mevcut verilerle birlikte çalışmamızın birtakım limitasyonları bulunmaktadır. Bu limitasyonlar içerisinde verilerin pandemi koşulları nedeni ile uzaktan telefon aracılığıyla toplanması ve çalışmamızın tek merkezde, az hasta sayısı ile yürütülmüş olması yer alır.

5. Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, bu çalışma, romatolojik hastalığa sahip bireylerde COVID-19 pandemisinin yarattığı olumsuz koşulların korku ve endişeye yol açtığını ortaya koymaktadır. Özellikle, düzenli egzersiz yapan hastaların biyopsikososyal yaşam kalitesinin daha yüksek olduğu ve COVID-19'a yönelik korkularının daha düşük seviyede seyrettiği görülmüştür. Bu bulgular, fiziksel aktivitenin, fiziksel yeterliliği düzenlemesi yanı sıra psikolojik ve sosyal iyi oluş üzerinde de olumlu etkileri olduğunu göstermektedir.

Bununla birlikte, çalışmamızın sınırlı hasta sayısı ve tek merkezli yapısı nedeniyle daha geniş hasta gruplarıyla yürütülecek çok merkezli çalışmalarla desteklenmesi gerekmektedir. Böyle araştırmalar, romatolojik hastalıklarda pandeminin uzun vadeli etkilerini daha iyi anlamamıza ve biyopsikososyal yaşam kalitesini artırmaya yönelik stratejiler geliştirmemize katkı sağlayabilir.

Finansal Destek

Bu çalışma için herhangi bir maddi destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Etik Beyan

Bu çalışmanın yürütülmesinde ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynakların usulüne uygun olarak atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurul Onayı alınmıştır. Karar Tarihi: 02.03.2021 Karar Sayısı: 25

Yazar Katkıları: İlk yazar %60, ikinci yazar %40

Çalışmanın konsepti ve tasarımı: GT, GBA **Veri toplama:** GT **Veri analizi ve yorumlama:** GT, GBA **Makaleyi yazan:** GT, GBA **Makalenin eleştirel revizyonu:** GBA

Financial Support

This research did not receive a grant from any funding agency in the public, commercial or not-for-profit sectors.

Conflict of Interest

No conflict of interest has been declared by the authors.

Ethical Statement

It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited.

Eskişehir Osmangazi University Non-Interventional Ethics Committee Approval has been received. Decision Date: 02.03.2021 Decision Number: 25

Authorship Contributions: First author 60%, second author 40 %

Study concept and design: GT, GBA **Data collection:** GT **Data analysis and interpretation:** GT, GBA **Writing the article:** GT, GBA **Critical revision of the article:** GBA

Kaynaklar

- Ahorsu, D. K., Lin, C.-Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). The fear of COVID-19 scale: development and initial validation. *International journal of mental health and addiction*, 1-9. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>
- Alhazzani, W., Möller, M., Arabi, Y., Loeb, M., Gong, M., & Fan, E. & Du, B. (2020). Surviving Sepsis Campaign: guidelines on the management of critically ill adults with Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *Intensive care medicine*, 1-34. <https://doi.org/10.1007/s00134-020-06022-5>
- Bitan, D. T., Grossman-Giron, A., Bloch, Y., Mayer, Y., Shiffman, N., ve Mendlovic, S. (2020). Fear of COVID-19 scale: Psychometric characteristics, reliability and validity in the Israeli population. *Psychiatry Research*, 289(2020) 113100. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113100>
- Bulut, Z. İ. (2020). Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı Ölçeğinin Diz Osteoartrit Tanısı Alan Bireylerde Geçerliliği, Güvenirliği ve Duyarlılığının Belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Çağlayan, BC, Keskin, A., Kabul, EG, Çalık, BB, Aslan, UB, & Karasu, U. (2021). Fibromiyaljili bireylerde klinik Pilates egzersizlerinin etkileri: Randomize kontrollü bir çalışma. *Avrupa Romatoloji Dergisi*, 8 (3), 150-156. <https://doi.org/10.5152/eurjrheum.2020.20037>
- Çay, M. (2021). Yaşlılar ve Yetişkinlerde koronavirüs (Covid-19) Salgınının Etkileri ve Koronavirüs Korkusu. *Toplum ve Sosyal Hizmet, Covid-19 Özel Sayı Cilt 1*, 87-102. <https://doi.org/10.33417/tsh.985703>
- Devaşan, G. (2019). Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı Değerlendirme Ölçeği'nin Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'ndeki Romatizmalı Bireylerde Geçerliliği, Güvenirliği ve Duyarlılığının Belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Köken, İ. Ş., & Eyigör, C. (2019). Romatizmal ağrıların palyasyonunda girişimsel ağrı tedavisi yöntemleri. *Ege Tıp Dergisi*, 58, 22-26.
- Edwards, R. R., Cahalan, C., Mensing, G., Smith, M., & Haythornthwaite, J. A. (2011). Pain, catastrophizing, and depression in the rheumatic diseases. *Nature Reviews Rheumatology*, 7(4), 216-224. <https://doi.org/10.1038/nrrheum.2011.2>
- Fitzcharles, M.-A., Lussier, D., & Shir, Y. (2010). Management of chronic arthritis pain in the elderly. *Drugs & aging*, 27(6), 471-490. <https://doi.org/10.2165/11536530-000000000-00000>
- Gencer, N. (2020). Pandemi sürecinde bireylerin koronavirüs (Kovid-19) korkusu: Çorum örneği. *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademik Dergisi*, (4), 1153-1173. <https://doi.org/10.47994/usbad.791577>
- Göcen, Ö. (2023). Romatolojik Hastalıklar ve Yaşam Kalitesi. *Türkiye Klinikleri Family Medicine-Special Topics*, 14(4), 76-79.
- Kiper, S., & Sunal, N. (2009). Romatoid artritli hastalarda uyku kalitesinin değerlendirilmesi. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 10(1), 33-39. <https://doi.org/10.18229/ktd.86982>
- Ladikli, N., Bahadır, E., Yumuşak, F. N., Akkuzu, H., Karaman, G., & Türkkan, Z. (2020). F Kovid-19 Korkusu Ölçeği'nin Türkçe Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *International Journal of Social Science*, 3(2), 71-80. https://toad.halileksi.net/wp-content/uploads/2022/07/kovid-19-korkusu-olcegi-toad_0.pdf
- Lin, C.-Y. (2020). Social reaction toward the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *Social Health and Behavior*, 3(1), 1. https://doi.org/10.4103/SHB.SHB_11_20
- May, S. (2010). Self-management of chronic low back pain and osteoarthritis. *Nature Reviews Rheumatology*, 6(4), 199-209. <https://doi.org/10.1038/nrrheum.2010.26>

- Metsios, G. S., & Kitas, G. D. (2018). Physical activity, exercise and rheumatoid arthritis: effectiveness, mechanisms and implementation. *Best practice & research Clinical rheumatology*, 32(5), 669-682. <https://doi.org/10.1016/j.berh.2019.03.013>
- Oflaz, F. B. (2018). Cognitive Exercise Therapy Approach Scale'nin romatoid artrit tanısı alan bireylerde geçerliği, güvenirliği ve duyarlılığının belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ozkan, D., Akkaya, T., Yildiz, S., & Comert, A. (2016). Ultrasound-guided pulsed radiofrequency treatment of the pudendal nerve in chronic pelvic pain. *Der Anaesthetist*, 65(2), 134-136.
- Pappas, G., Kiriaze, I., Giannakis, P., & Falagas, M. (2009). Psychosocial consequences of infectious diseases. *Clinical microbiology and infection*, 15(8), 743-747. <https://doi.org/10.1111/j.1469-0691.2009.02947.x>
- Polinski, J. M., Brookhart, M. A., Ayanian, J. Z., Katz, J. N., Kim, S. C., Lii, J., . . . Solomon, D. H. (2014). Relationships Between Driving Distance, Rheumatoid Arthritis Diagnosis, and Disease-Modifying Antirheumatic Drug Receipt. *Arthritis care & research*, 66(11), 1634-1643. <https://doi.org/10.1002/acr.22333>
- Sauver, J. L. S., Warner, D. O., Yawn, B. P., Jacobson, D. J., McGree, M. E., Pankratz, J. J., . . . Rocca, W. A. (2013). *Why patients visit their doctors: assessing the most prevalent conditions in a defined American population*. Paper presented at the Mayo Clinic Proceedings. <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2012.08.020>
- Sarıtaş, A. Ş., Ak, A. K., & Kotan, D. (2023). Romatolojik Hastalıklarda Nörolojik Tutulumun Değerlendirilmesinde Nörolojik Muayene. *Türkiye Klinikleri Rheumatology-Special Topics*, 16(1), 1-17.
- Şekeroğlu, A. N. (2024). Çalışan kronik bel ağrısı olan bireylerde biyopsikososyal temelli egzersiz modeli ve core stabilizasyon egzersiz eğitimlerinin etkinliğinin incelenmesi. Yayınlanmış Doktora Tezi. <https://hdl.handle.net/20.500.11782/4473>
- Ünal, E. (2014). Romatizmal Hastalıklarda Biyopsikososyal Model: Bilişsel Egzersiz Terapi Yaklaşımı (BETY). *Ankara: Pelikan Yayıncılık*.
- Ünal, E., Arın, G., Karaca, N. B., Kiraz, S., Akdoğan, A., Kalyoncu, U., ... & Alpar, R. (2017). Romatizmal hastalar için bir yaşam kalitesi ölçeğinin geliştirilmesi: madde havuzunun oluşturulması. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 4(2), 67-75. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/610291>
- Walsh, J. A., Pei, S., Burningham, Z., Penmetts, G., Cannon, G. W., Clegg, D. O., & Sauer, B. C. (2018). Use of disease-modifying antirheumatic drugs for inflammatory arthritis in US veterans: effect of specialty care and geographic distance. *The Journal of rheumatology*, 45(3), 430-436. <https://doi.org/10.3899/jrheum.170554>
- Ye, H., Weng, H., Xu, Y., Wang, L., Wang, Q., & Xu, G. (2022). Effectiveness and safety of aerobic exercise for rheumatoid arthritis: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 14(1), 17.
- Zahid, M. (2018). Cognitive Exercise Therapy Approach Scale'nin Fibromiyalji Tanısı Alan Bireylerde Geçerliği, Güvenirliği ve Duyarlılığının Belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Zhou, F., Yu, T., Du, R., Fan, G., Liu, Y., Liu, Z., Xiang, J., Wang, Y., Song, B., Gu, X., Guan, L., Wei, Y., Li, H., Wu, X., Xu, J., Tu, S., Zhang, Y., Chen, H., & Cao, B. (2020). Clinical course and risk factors for mortality of adult inpatients with COVID-19 in Wuhan, China: a retrospective cohort study. *Lancet (London, England)*, 395(10229), 1054-1062. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30566-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30566-3)