

Tıp Fakültesi Birinci ve Son Sınıfa Devam Eden Öğrencilerin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma

A Study Into The Nutrition Knowledge And Habits Of The First And Last Grade Students Of The Faculty Of Medicine

Gökhan ÇETİN * - Yrd. Doç. Dr. Fulya SARPER**

Özet :

Bu araştırma Tıp Fakültesinde okuyan öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeylerini saptamak amacıyla 101 birinci sınıf öğrencisi, 174 altıncı sınıf olmak üzere toplam 275 öğrenci üzerinde yürütülmüştür.

275 öğrenciye gözlem altında anket uygulanıp, veriler SPSS Windows 15.0 programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Öğrencilerin %46,25'i erkek, %53,75'i kız öğrencilerden oluşmaktadır.

Öğrencilerin sınıflarına göre beden kütle indeksi değerlendirildiğinde, birinci sınıf öğrencilerinin %78,7'sinin normal grupta, %9,8'inin fazla kilolu/şişman grupta ve %11,5'inin de zayıf grupta olduğu saptanmıştır. Altıncı sınıf öğrencilerinin %82,2'si normal grupta, %13,9'u fazla kilolu/şişman grupta ve %4,0'ı zayıf gruptadır. Öğrencilerin öğün atladığı ve en çok atlanan öğünün birinci sınıflarda %30,5 ile öğle yemeği, altıncı sınıflarda %20,8 ile sabah kahvaltısı ve öğle yemeği olduğu saptanmıştır. Birinci sınıf öğrencilerinin gün içinde ana ve ara öğün olmak üzere %51,1'inin üç, %16,7'sinin dört, %8,6'sının beş, altıncı sınıf öğrencilerinin ise %60,4'ünün üç, %20,8'inin dört, %5,0'inin beş öğün yemek tükettiği tespit edilmiştir. Birinci sınıfların %38,5'i, altıncı sınıftakilerin ise %55,4'ü üzüntülüymen hiç yemediklerini, sevinçliymen birinci sınıfların %37,9'u, altıncı sınıftakilerin %58,4'ü daha çok yediklerini, yorgunken birinci sınıfların %33,3'ü daha az yediklerini ya da değişiklik olmadığını, altıncı sınıftakilerin ise %44,6'sının yemek yeme davranışlarında değişiklik olmadığını belirtmiştir. Altıncı sınıf öğrencilerinin birinci sınıf öğrencilerine göre temel beslenme bilgi sorularına daha fazla doğru cevap verdikleri tespit edilmiştir. Birinci sınıf öğrencilerinin

* Gazi Üniversitesi, Mesleki Eğitim Fakültesi , Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği. Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Anabilim Dalı, gokhancetin64@hotmail.com

** Gazi Üniversitesi, Mesleki Eğitim Fakültesi Gıda ve Beslenme Eğitimi Anabilim Dalı, fulya.sarper@gmail.com

beslenme bilgi puanı ortalamaları %55,9, altıncı sınıf öğrencilerinin %62,1'dir. Altıncı sınıf öğrencilerinin toplam genel beslenme bilgi puanları birinci sınıflardan anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak tıp fakültesi eğitiminin öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerine olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Adölesan, beslenme bilgisi, beslenme alışkanlıkları, tıp fakültesi öğrencisi

Abstract :

The study was carried out to determine the nutrition habits and the nutrition knowledge level of the students of faculty of medicine over 275 students in total, 174 first grade and 101 sixth grade students.

A questionnaire was applied to 275 students under observation and it was analyzed through SPSS Windows 15.0 package program. Of the students, 46.25% were boys and 53.75% were girls.

Upon the evaluation of the body mass index of the students regarding their grades, it was found that 78.7% of the first grade students were in normal group, 9.8% were in overweight / obese group and 11.5% were in slim group. As for sixth grade students, 82.2 were in normal group, 13.9% were in overweight / obese group and 4.0 were in slim group. It was determined that students skipped meals and the meal skipped was lunch for the first grade students at the rate of 30.5% and it was breakfast and lunch for the sixth grade students at the rate of 20.8%. It was found that 51.1% of the first grade students consumed three meals, 16.7% consumed four, 8.6% consumed six meals, while 60.4% of the sixth grade student consumed three, 20.8% consumed four, 5.0% consumed five meals as main meal and snacks. Of the first grade students, 38.5% and 55.4% of the sixth grade students pointed out that they do not have meals when they are sad, 37.9% of the first grade students and 58.4% of sixth grade students have meals when they are joyful, and 33.3% of the first grade students expressed that they have less meal when they are tired while 44.6% of the sixth grade students indicated that they do not have a change in their eating habits. It was found that sixth grade students responded the questions concerning basic nutrition knowledge more accurately compared to first grade students. The mean scores of first grade students at nutrition knowledge were 55.9%, while those of the sixth grade students were 62.1%. Total general nutrition knowledge scores of the sixth grade students were found significantly higher than first grade students. As a conclusion, it was found that medical education has a positive impact on the nutrition knowledge levels of the students. **Key Words:** Science, Concept maps, Science education

Keywords: Adolescent, nutritional knowledge, nutritional habit, faculty of medicine students

Giriş :

İnsan hayatını devam ettirebilmesi için diğer bütün canlılar gibi besin alma durumundadır. Beslenme, insan yaşamının sürdürülmesinde, yaşam kalitesinin yükseltilmesinde ve korunmasında özel bir öneme sahiptir. İnsan sağlığı için yetersiz beslenme ne kadar zararlı ise gereğinden fazla beslenmekte oldukça zararlı ve tehlikelidir. Sağlığın korunması ve geliştirilmesi kişinin öncelikle kendi sağlığını koruması ve sağlık bilincini geliştirmesi ile mümkün olduğu unutulmamalıdır.

Beslenme alışkanlıkları; kişilerin eğitim düzeyleri, sosyo-ekonomik durumları, çevre, iklim, meslekleri ve çalışma durumları, yaşadıkları toplumun gelişmişlik düzeyi ve yetiştikleri aile ortamından etkilenerek gelişip yerleşmektedir. Beslenme alışkanlıklarının doğru bir şekil alabilmesi için insanların beslenme konusunda eğitilmesi gerekmektedir (Daşbaşı, 2003).

Beslenme; sağlığı korumak geliştirmek ve yaşam kalitesini yükseltmek için vücudun gereksinimi olan besin öğelerini yeterli miktarlarda ve uygun zamanlarda almak için bilinçli yapılması gereken bir eylemdir (Kutluay, 2003).

Yeterli ve dengeli beslenemeyen bir toplumun sağlıklı ve iş görebilir güçte yaşaması, ekonomik ve sosyal refahın artması mümkün değildir. Yeterli ve dengeli beslenme sadece bireylerin yaşamsal faaliyetleri için değil tüm toplumun gelişmesi için temel koşuldur. Yeterli ve dengeli beslenmenin zihinsel gelişime ve iş verimine olumlu etkileri, beklenen yaşam süresini yükseltmesi, sağlık risklerini azaltması gerçeğinin ortaya konması ile tüketicilerde giderek tüketme yerine doğru ve dengeli tüketme anlayışı geliştirmiştir (Dölekoğlu ve Yurdakul, 2004).

Günümüzde gençler biyolojik ve psikososyal pek çok sağlık sorunu ile karşı karşıya kalmaktadır. Ancak bunların arasında sağlıksız ve dengesiz beslenme alışkanlığı ve buna bağlı olarak gelişen hastalıklar ilk sırada yer almaktadır (Demirezen ve Coşansu, 2005).

Günümüzde sağlıksız beslenmenin önemli rol oynadığı kronik hastalıklar gelişmiş ülkeler kadar gelişmekte olan ülkelerin de sorunudur. Bu nedenle yetişkin çağda kötü beslenme alışkanlığını değiştirmek zor olduğundan erken yaşlarda sağlıklı beslenme alışkanlığının kazandırılması kritik bir öneme sahiptir (Türk ve ark, 2007).

Gençlerin beslenmesini etkileyen önemli bir etmen de beslenme bilgisinin yetersizliğidir. Beslenme bilgisinin yetersizliği ve ağır ekonomik şartlar gençlerin yeterince beslenmemesine yol açmaktadır. Yüksek öğretim gençliğinin doğru beslenme alışkanlıklarına sahip olması; hem kendi sağlıkları hem de bu grubun örnek model olma rolü nedeniyle toplumsal önem taşımaktadır (Vançelik ve ark, 2007).

Sağlığın korunması ve hastalıkların iyileşme hızının artırılmasında beslenme konusunda bireyin ve toplumun bilinçlendirilmesi gereklidir. Bu yüzden, insan sağlığı üzerinde etkili olan, yönlendiren, eğiten kişilerin yeterli beslenme bilgi

düzeyine sahip olması gerekmektedir. Ülkemizde, tıp alanında eğitim alan öğrencilerin beslenme bilgi düzeyleri üzerinde yapılmış araştırmaların sayısı yeterli değildir (Özçelik ve Sürücüoğlu, 2000).

İnternlerin (Tıp fakülteleri 6. sınıfında okuyan öğrencilere verilen ünvan) beslenme ve diyet bilgilerinin yetersiz olmasında, çeşitli derslerde verilen beslenme bilgilerinin dağınıklığı, entegre edilememesi ve bazen de çelişkili olmasının etkisi olabilir. Kaldı ki hekim adaylarının üçte biri ideal ağırlık sınırlarının dışındadır. Bu sebeple tıp fakültelerinde genel beslenme ve diyet eğitiminin içeriği, niteliği, koruyucu ve iyileştirici bilgilerle entegrasyonu gözden geçirilmelidir. Tıp öğrencilerinin beslenme ve diyet ile ilgili eğitimlerinde diyetisyenlerden yararlanılması da düşünülmelidir (Bodur ve Çatalkaya, 1995).

Öğrencilerin beslenme sorunlarının çözülmesi; onlara doğru bilgiler verilerek yapılan beslenme eğitimi yoluyla, alışkanlıklarındaki yanlışlıkları düzeltmelerini sağlayarak başarılabilir. Yüksek öğretim gençliğinin yeterli ve dengeli beslenmesi, hem kendi sağlıkları ve başarıları, hem de gelecek kuşaklara iyi beslenme alışkanlıkları kazandırmaları açısından önem taşımaktadır (Tokgöz ve ark., 1995).

Yükseköğretim gençliği arasında yeterli ve dengeli beslenmeyi bilen ve yeterli ve dengeli beslenme davranışına sahip olması gereken en öncelikli gruplardan biri kuskusuz ki tıp öğrencilerdir. Tıp öğrencileri yani geleceğin doktorlarının kendi beslenme bilgi ve alışkanlıklarının iyi olması gerekir ki topluma da iyi beslenme alışkanlıkları aşılayabilsinler. Bu nedenle çalışma, tıp fakültesi birinci ve altıncı sınıfa devam eden öğrencilerin beslenme bilgilerini ve alışkanlıklarını ortaya koymak amacıyla bu çalışma planlanıp yürütülmüştür.

1. Materyal ve Yöntem

Bu çalışma; Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Tıp Fakültesi birinci ve son sınıf 275 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Tıp fakültesinden izin alınarak veriler 81 soruluk anket formu ile toplanmıştır.

Anketin hazırlanmasında konu ile ilgili kaynaklardan ve uzman kişilerin görüşlerinden yararlanılmıştır. Bu anket formu 50 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Böylelikle soruların anlaşılma derecesi ve öğrencilerin sorulara bakış açısı tespit edilmeye çalışılmıştır.

Veri Toplama Aracının Özellikleri:

1. Bölüm (Kişisel Bilgiler): Bu bölüm öğrencilerin kişisel bilgileri ile ilgili 21 soruyu içermektedir. Öğrencilerin cinsiyeti, yaşı, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, medeni durumu, barınma durumu, çalışma durumu, mezun olduğu lise türü, geldiği il ve yerleşim biriminin özelliği, sosyal faaliyetlere katılıp katılmadığı, beslenme ile ilgili konulara ilgisinin olup olmadığı, tıp fakültesinde beslenme eğitimi alma durumu ve beslenme ile ilgili düzenlemesi, muhtemel bir eğitim programına nasıl bir yaklaşım gösterecekleri ile ilgili sorular yer almaktadır.

2. Bölüm (Beslenme Alışkanlıkları): Bu bölüm öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ile ilgili 13 soruyu içermektedir. Öğrencilerin sağlıklı bir şekilde beslendiklerine inanma durumu, günlük öğün sayıları, gerçekleştirilen öğünler, öğün atlama nedenleri, yemek yeme şekilleri, bazı yiyecek-içeceklerin tüketim sıklıkları ile ilgili sorular yer almaktadır.

3. Bölüm (Beslenme Bilgisi): Soru formunun beslenme bilgisi bölümünde 47 çoktan seçmeli soru yer almaktadır. Önceden uygulanıp denemiş olan bilgi sorularına ankette yer verilmiştir.

Toplanan veriler, SPSS 15.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzde ve farkın anlamlılığını test etmek üzere “ki-kare” testi kullanılmıştır. Değişkenlerin dağılımlarına bakmak için yüzde ve frekans hesaplamaları yapılmıştır. Öğrencilerin beslenme bilgilerini yeterli bulup bulmadıkları değişkenine göre beslenme bilgi puanlarında fark olup olmadığını bulmak için Kruskal-Wallis H Testi kullanılmıştır.

ki-kare testi uygulanmıştır

2. Bulgular Ve Tartışma

3.1. Kişisel Bilgiler İle İlgili Bulgular

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özellikleri (n=275)

		Bir		Altı		Toplam	
		n	%	n	%	n	%
Cinsiyet	Erkek	73	42,0	51	50,5	124	46,25
	Kız	101	58,0	50	49,5	151	53,75
Yerleşim yeri	Kent Merkezi	153	87,9	89	88,1	242	88
	Kırsal Alan	21	12,1	12	11,9	33	12
Medeni Durum	Evli	8	4,6	1	1,0	9	1,8
	Bekâr	156	89,7	93	92,1	249	90,9
	Nişanlı	10	5,7	7	6,9	17	6,3
Barınma	Yurtta kalıyorum	77	44,3	19	18,8	96	34,9
	Ailemle yaşıyorum	31	17,8	24	23,8	55	20
	Akrabalarımın yanında	12	6,9	7	6,9	19	6,91
	Arkadaşlarımla evde	39	22,4	44	43,6	83	30,18
	Tek başıma tuttuğum evde	15	8,6	7	6,9	22	8
İş	Çalışıyorum	13	7,5	18	17,8	31	12,65
	Çalışmıyorum	161	92,5	83	82,2	244	87,35
Lise	Genel Lise	12	6,9	7	6,9	19	6,91
	Anadolu Lisesi	92	52,9	53	52,5	145	52,73
	Fen Lisesi	47	27,0	27	26,7	74	26,91
	Anadolu Meslek Lisesi	4	2,3	1	1,0	5	1,82
	Meslek Lisesi	1	0,6	0	0,0	1	0,36
	Süper Lise	4	2,3	7	6,9	11	4
	Çok Programlı Lise	0	0,0	0	0,0	0	0
	Sosyal Bilimler Liseleri	14	8,0	6	5,9	20	7,27

Tablo 1'den görüldüğü gibi birinci sınıf öğrencilerinin %58,0'i kız, %42,0'si erkek, altıncı sınıf öğrencilerinin ise %50,5'i erkek, %49,5'i kız öğrencilerin oluşturduğu saptanmıştır. Öğrencilerin yerleşim yeri incelendiğinde, birinci ve altıncı sınıf öğrencileri sırasıyla %87,9 ve %88,1 oranı ile yükseköğrenim görmek için kent merkezi özelliği taşıyan yerleşim birimlerinden gelmiştir. Öğrencilerin medeni durumları incelendiğinde, birinci sınıf öğrencilerinin %89,7'si, altıncı sınıf öğrencilerinin %92,1'i bekârdır. Öğrencilerin barınma durumları incelendiğinde, birinci sınıf öğrencilerinden yurttan kalanlar grubun %44,3'ünü, arkadaşları ile birlikte kalanlar %22,4'ünü ve ailesi ile birlikte yaşayanlar %17,8'ini oluşturmaktadır. Altıncı sınıf öğrencilerinden arkadaşları ile birlikte kalanlar grubun %43,6'sını ve ailesi ile birlikte yaşayanlar %23,8'ini yurttan kalanlar %18,8'ini oluşturmaktadır. Çalışma durumları incelendiğinde; birinci sınıf öğrencilerinin %7,5'nin çalıştığı, altıncı sınıf öğrencilerinin ise %17,8'nin çalıştığı tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan birinci sınıf öğrencilerinin %52,9'unun Anadolu lisesi, %27,0'sini Fen lisesi, altıncı sınıf öğrencilerinin %52,5'ini Anadolu lisesi, %26,7'sini Fen lisesi öğrencilerinin oluşturduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerinin Beden Kütle İndeksi Dağılımının Sınıf Düzeyine Göre Karşılaştırması

		Sınıf				Ki-kare Test	
		Bir		Altı		Ki-kare	p
		n	%	n	%		
BKİ	Zayıf (18,5 ve ↓kg/m ²)	20	11,5	4	4,0	5,200	0,074
	Normal (19,0-24,9 kg/m ²)	137	78,7	83	82,2		
	Şişman (25-29,9 kg/m ²)	17	9,8	14	13,9		
	Toplam	174	100,0	101	100,0		

Tablo 2'ye göre beden kütle indeksi değerlendirildiğinde, birinci sınıf öğrencilerinin %78,7'si normal, %9,8'i fazla kilolu/şişman ve %11,5'i de zayıf gruptadır. Altıncı sınıf öğrencilerinin %82,2'si normal, %13,9'u fazla kilolu/şişman ve %4,0'ü zayıf gruptadır. Sınıflara göre öğrencilerin beden kütle indeksleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur (p>0.05).

Tablo 3. Öğrencilerin Tıp Fakültesini Tercih Etme Durumlarının Sınıf Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Tercih Nedenleri		Sınıf				Ki-kare Test	
		Bir		Altı		Ki-kare	p
		n	%	n	%		
Tıp fakültesini neden tercih ettiniz?	İnsanları sevmem ve onlara yardım etmek istemem	65	37,4	33	32,7	2,492	0,477
	Toplumda saygı duyulan bir meslek olması	74	42,5	40	39,6		
	Sağlık sorunları ile uğraşıyor olmam nedeniyle	20	11,5	18	17,8		
	Ailemin isteği ile	15	8,6	10	9,9		
	Toplam	174	100,0	101	100,0		

Tablo 3'den görüldüğü gibi birinci sınıf öğrencilerinin %42,5'i, altıncı sınıf öğrencilerinin %39,6'sı tıp fakültesini, toplumda saygı duyulan bir meslek olduğu için tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Birinci sınıf öğrencilerinin %37,4'ü, altıncı sınıf öğrencilerinin %32,7'si tıp fakültesini insanları sevmem ve onlara yardım etmek, birinci sınıfların %11,5'i, altıncı sınıfların %17,8'i sağlık sorunları ile uğraşıyor olması nedeniyle tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf ile tıp fakültesini tercih etme nedeni arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Tablo 4. Öğrencilerin Beslenme Bilgi Puanlarının Öğrenimleri Beslenme İle İlgili Ders Alma Durumlarına Göre Karşılaştırılması

		Sınıf						Kikare		p
		Bir		Altı		Toplam				
		n	%	n	%	n	%			
Tıp Fakültesi programlarında beslenme ile ilgili dersler aldınız mı?	Evet	133	76,4	60	59,4	193	70,2	8,857	0,003*	
	Hayır	41	23,6	41	40,6	82	29,8			
	Toplam	174	100,0	101	100,0	275	100,0			

Tablo 4'den görüldüğü gibi birinci sınıftakilerin %76,4'ü beslenme ile ilgili dersler aldığını belirtirken, altıncı sınıftakilerin %40,6'sı almadığını belirtmiştir. Sınıf ile tıp fakültesi programlarında beslenme ile ilgili ders alma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir ($p<0,05$).

3.2. Beslenme Alışkanlıkları İle İlgili Bulgular

Tablo 5. Öğrencilerinin Günlük Öğün Sayısının Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı

Öğün Sayısı	Sınıf			
	Bir		Altı	
	n	%	n	%
İki	41	23,6	14	13,9
Üç	89	51,1	61	60,4
Dört	29	16,7	21	20,8
Beş Öğün ve Üzeri	15	8,6	5	5,0
Toplam	174	100,0	101	100,0

Tablo 10'da görüldüğü gibi birinci sınıf öğrencilerinin %51,1'i, altıncı sınıf öğrencilerinin ise %60,4'ü günde üç öğün yemek yediklerini belirtmiştir. Beş öğün ve üzeri yemek yediklerini belirten öğrencilerin oranı birinci sınıflarda %8,6, altıncı sınıflarda %5,0 olarak saptanmıştır.

Öğrencilerin ana öğün yemeklerini atlama nedenlerine göre, öğrencilerin iştahsızlıktan öğün atlama durumu ile öğrenim gördükleri sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Öğrencilerin diyet nedeniyle, vakitsizlikten veya alışkanlığı olmadığı için öğün atlama durumu ile öğrenim gördükleri sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Birinci sınıftakilerin %60,3'ü, altıncı sınıftakilerin %66,3'ü etiket bilgilerini okumaktadır. Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf ile satın aldıkları ambalajlı ürünlerdeki etiket bilgisini okuma durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Birinci sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin %38,5'i, altıncı sınıftakilerin ise %55,4'ü üzüntülüymen hiç yemediklerini belirtmiştir. Sıkıntılıymen daha az yemek yeme birinci sınıflarda %39,7, altıncı sınıflarda ise %55,4 olarak tespit edilmiştir. Birinci sınıfların %37,9'u, altıncı sınıftakilerin ise %58,4'ü sevinçliymen daha çok yediklerini belirtmişlerdir. Yorgunken yemek yeme durumları incelendiğinde birinci sınıftakilerde %33,3'ü daha az yediklerini ve değişiklik olmadığını, altıncı sınıftakilerde ise %44,6'sının yemesinde değişiklik olmadığını tespit edilmiştir.

3.3. Beslenme Bilgi Düzeyi İle İlgili Bulgular

Beslenme bilgi düzeyi ile ilgili 47 adet sorudan aşağıda bazılarının değerleri verilmiştir.

Altıncı sınıftaki öğrencilerde soruya doğru cevap verme oranı %58,4 iken birinci sınıf öğrencilerinde bu oran %37,4'dür. "Öğrencilere beslenmenin en doğru tanımını nedir?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde bu soruya doğru cevap verme oranı %70,3 birinci sınıf öğrencilerinde %50,6'dır. "Sağlıklı ve normal yaşamın sürdürülebilmesi için diyetle posa bulunmalı mıdır?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde soruya doğru yanıt verme oranı %90,1 iken birinci sınıf öğrencilerinde %75,3'dür. "Vitaminlerin genel olarak vücuttaki görevleri nelerdir?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıf öğrencilerinde soruya verilen doğru cevap oranı birinci sınıf öğrencilerine göre daha yüksektir. "Öğrencilere yetersizliğinde sinir ve sindirim sistemi bozuklukları iştahsızlık kansızlık gibi belirtilerle kendini gösteren vitamin grubu hangileridir?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıf öğrencilerinde soruya verilen doğru cevap oranı birinci sınıf öğrencilerine göre daha yüksektir. "Yetersizliğinde anemi şeklinde kendini gösteren vitamin hangisidir?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıf öğrencilerinde soruya verilen doğru cevap oranı birinci sınıf öğrencilerine göre daha yüksektir. "C vitamini bakımından zengin olan yiyecekler hangileridir?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıf öğrencilerinde soruya verilen doğru cevap oranı birinci sınıf öğrencilerine göre daha yüksektir. "Kalsiyum bakımından zengin olan yiyecekler hangileridir?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık görülmektedir ($p<0,05$).

Altıncı sınıf öğrencilerinde soruya verilen doğru cevap oranı %66,3, birinci sınıf öğrencilerinde bu oran %50,6'dır. "Magnezyum minerali bakımından zengin olan yiyecek hangileridir?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde bu soruya doğru cevap verme oranı birinci sınıf öğrencilerine göre daha yüksektir. "Birey sağlıklı olarak yaşayabilmek için enerji ve tüm besin öğelerini gereksinimini karşılayacak düzeyde ve yeterli olarak aldığı zaman nasıl beslenmiş olur?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde bu soruya doğru cevap verme oranı %82,2, birinci sınıf öğrencilerinde %68,4'dür. "Süt ve sütte yapılan yiyecekler vücuda ne sağlamaktadır?" sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde bu soruya doğru cevap verme oranı birinci sınıf öğrencilerine göre daha yüksektir. "Ekmek ve tahıllardan yapılan yiyecekler vücu-

da ne sağlamaktadır?” sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde bu soruya doğru cevap verme oranı %81,2, birinci sınıf öğrencilerinde %65,5'tir. “Koyu yeşil yapraklı sebzeler hangi vitaminler bakımından turunçgiller kadar zengindir?” sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde bu soruya doğru cevap verme oranı %42, birinci sınıf öğrencilerinde %27,6'dır. “Kişinin günlük alması gereken yağ miktarı 40 - 43 gr kadardır. Ne kadarını hangi yağdan temin etmelidir?” sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Altıncı sınıftaki öğrencilerde bu soruya doğru cevap verme oranı %74,3, birinci sınıf öğrencilerinde %55,2'dir. “Mayalı ekmeğin besin değeri neden mayasızdan daha yüksektir? sorusuna verilen cevaplar ile öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

“Yemek planlaması niçin yapılmalıdır?” sorusuna birinci sınıftaki öğrenciler %44,8, altıncı sınıftaki öğrenciler %22,8 oranında doğru cevap vermişlerdir. Buna göre birinci sınıf öğrencileri, altıncı sınıf öğrencilerine göre daha yüksek oranda doğru cevap vermişlerdir. Cevaplarla öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

“Yumurtayı nasıl saklarsınız?” sorusuna birinci sınıftaki öğrenciler %58,0, altıncı sınıftaki öğrenciler %39,6 oranında doğru cevap vermişlerdir. Buna göre birinci sınıf öğrencileri, altıncı sınıf öğrencilerine göre daha yüksek oranda doğru cevap vermişlerdir. Cevaplarla öğrenim görülen sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

En çok doğru yanıt verilen sorular incelendiğinde, “Göz sağlığında önemli olan vitamin hangisidir?” sorusuna verilen doğru yanıt oranlarının her iki grupta da ilk sırada yer aldığı tespit edilmiştir. Birinci sınıf öğrencilerinde söz konusu soru için verilen doğru cevap oranı %82,8 iken, altıncı sınıf öğrencilerinde bu oran %80,2 olarak belirlenmiştir.

3. Tartışma Ve Sonuç

Bu çalışmada tıp fakültesi birinci ve son sınıf beslenme bilgi ve alışkanlıkları ile ilgili bulgular incelenmiş, sonuçlar tartışılmıştır.

Birinci ve altıncı sınıf öğrencileri çoğunlukla normal kilodadırlar ve öğrencilerin beden kütle indeksi, açısından gruplar arasında farklılık yoktur. Kuyumcu (2007)'nin araştırma bulgusunda tıp fakültesi öğrencilerinde ciddi zayıflık durumu saptanmıştır. Yılmaz (2007), Garipağaoğlu (2012) ve Bodur Çatalkaya (1995)'nin çalışma bulguları temel alınacak olursa öğrencilerin zayıf, normal ve fazla kilolu/şişman beden kütle indeksi değerleri yapılan çalışmalarla paraleldir.

Birinci ve altıncı sınıf öğrencileri tıp fakültesini, toplumda saygı duyulan bir meslek olduğu için tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Koç ve ark (2010)'nın yaptığı çalışmada tıp fakültesini tercih etme nedenleri neler olabilir diye sorulduğunda; en yüksek oranla insanları sevme ve yardım etme olduğu belirlenmiştir.

Birinci sınıf öğrencilerinin %51,1'i, altıncı sınıf öğrencilerinin ise %60,4'ü günde üç öğün yemek yediklerini belirtmiştir. Beş öğün ve üzeri yemek yediklerini belirten öğrencilerin oranı birinci sınıflarda %8,6, altıncı sınıflarda %5,0 olarak saptanmıştır. Mazıcıoğlu ve Öztürk (2003)'ün çalışma bulguları temel alınacak olursa öğrencilerin %48,9'u günde 3 öğün, %24,8'i ise 3 öğünden az yemek yemektelerdir.

Öğrencilerin öğün atlama nedenleri incelendiğinde, %57,3'ünün 'iştahsızlık nedeniyle, %44,0'ünün 'diyet yaptığı için,' %50,6'sının 'vakitsizlikten' %35,0'inin alışkanlığı olmadığı için ve %58,2'sinin okulda oldukları için öğün atladıkları belirlenmiştir. Korkmaz (2010)'ın üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada öğün atlama nedenlerini belirtmeleri istenen deneklerden kahvaltı sorusuna 182 öğrenci cevap verirken bunların %16,4'ü vaktim yok, %3,6'sı param yetersiz, %16,4'ü alışkanlığım yok demişlerdir. Öğle yemeğini atlama nedenini %5,6'sı vaktim yok, %9,4'ü param yetersiz, %3,2'si alışkanlığım yok derken, akşam yemeğini %1'i vaktim yok, %1,1'i param yetersiz, %0,4'ü alışkanlığım yok cevabını verdikleri tespit edilmiştir. Karayormuk (2002)'un yaptığı araştırmada, beslenme bilgisini ölçmeye yönelik sorulara beslenme dersi alan üniversite öğrencilerinin, beslenme dersi almayan gruba göre daha fazla doğru cevap verdiği ve bunun istatistiksel önem ($p<0.05$) taşıdığı tespit edilmiştir.

Çalıştır ve ark. (2005)'nin Muğla Üniversitesi öğrencilerinin beslenme konusunda bilgi düzeylerinin incelendiği bir araştırmada, en yüksek bilgi puanını sağlık meslek lisesi mezunlarının oluşturduğu, okullar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($p<0.05$); bunun sağlık meslek lisesi ile düz lise, süper lise, Anadolu Lisesi ve diğer liseler arasındaki farktan kaynaklandığı saptanmıştır.

Taşdemir (1990) öğretmen, ebeler ve öğrenciler üzerinde yaptığı araştırmada toplam 30 soruda %50,0'sinin üzerinde doğru bilinen soru sayısının öğretmenlerde 22, ebelerde 24, öğrencilerde ise toplam 25 soruda doğru sayının 1 olduğunu saptamıştır. Bu çalışmada beslenme bilgisi ile ilgili temel sorulara verilen doğru yanıtlarda dikkati çekenin öğretmenlerle ebelerin beslenme bilgi düzeylerinin çok farklı olmadığı, önemli eksiklerin olduğudur.

Yapılan bu çalışmalar beslenme ile ilgili eğitim almanın ve sağlıkla ilgili bir bölümde okumanın araştırmaya katılan öğrencilerde 'temel beslenme bilgileri', demir eksikliği anemisi, kronik hastalıklar, osteoporoz, anne sütü, emzirme, iyot yetersizliği, malnütrisyon ve beslenme konularındaki bu sorulara birinci ve altıncı sınıf öğrencilerinin verdikleri cevaplar incelendiğinde öğrencilerin tıp eğitimi almalarının etkisi olduğu tespit edilmiştir. Altıncı sınıf öğrencilerinin birinci sınıf öğrencilerine göre temel beslenme bilgi sorularına daha fazla doğru cevap verdikleri tespit edilmiştir. Altıncı sınıf öğrencilerinin eğitim süreci boyunca meslekleri gereğince sağlıkla ilgili konulara daha fazla ilgi göstermek zorunda olmasının da

bu sonucu doğurduğu söylenebilir. Altıncı sınıf öğrencilerinin besin ögesi, yeterli ve dengeli beslenme kuralları, beslenme ile ilgili hastalıklar ile ilgili bilgilerinin beslenme bilgi sorularına daha fazla cevap vermelerinde etkili olduğu saptanmıştır.

Bu bulgular öğrencilerin genel beslenme bilgilerinin, birinci sınıftan son sınıfa doğru arttığı tespit edilmiştir. Tıp fakültesi eğitiminin genel beslenme bilgi puanına katkısı olduğu söylenebilir. Tıp fakültesi öğrencilerinin iyi düzeyde beslenme bilgilerinin olması toplumun beslenme bilgi düzeyine de olumlu katkı da bulunacaktır. Bu durum kronik hastalıklar başta olmak üzere beslenme ile ilişkili hastalıklar açısından toplumun daha iyi bir duruma gelmesinde etkili olacaktır. Altıncı sınıf öğrencilerinin beslenme bilgi puanının yüksek olmasında hastanede staj döneminde oldukları için hastaların hastalıklarına da bağlı olarak beslenme sağlık ilişkisine odaklanmış, olmaları da bu öğrencilerin sağlık bilinci yüksek kişiler olduğu da düşünülebilir. Beslenme eğitimi her ne şekilde verilirse verilsin bilişsel davranışları olumlu yönde etkilemekte ve beslenme eğitimi almış ve almamış gruplar arasında beslenme bilgisi açısından önemli farklar ortaya çıkarabilmektedir.

Sonuç olarak araştırmamızda, tıp fakültesi altıncı sınıf öğrencilerinin genel beslenme bilgi düzeyleri, birinci sınıf öğrencilerinden daha iyi bulunmuştur. Fakat genel beslenme bilgi puanlarına bakıldığında altıncı sınıf öğrencilerinin bu puanlarının düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu da tıp fakültesinde beslenme ile ilgili eğitim programlarının gözden geçirilmesi gereğini ortaya koymaktadır. Öğrencilerin genel beslenme alışkanlıkları birbirine benzer durumdadır. Araştırmaya katılan tıp fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları sınıflar arasında fark etmekle birlikte birinci sınıf öğrencileri, altıncı sınıf öğrencilerine göre diyet ürünlerini daha fazla tüketmektedir. Bunun nedeni birinci sınıfların tıp fakültesi eğitimine yeni başlamış olmalarının ve adolesan dönemin etkisi olabilir. Altıncı sınıflar yorgunluk, üzüntü ve sevinçten birinci sınıflara göre daha fazla etkilenmektedir. Bu durum duygusal ihtiyaç açlık ve iştahı etkilemekte ve kişiler üzüntü, sıkıntı ve güvensizliklerini örtmek için fazla yemeye meyilli olabilmektedirler. Bunun tam tersi durumlar da olabilir. Beslenme alışkanlıklarında farklılıklar ortaya çıkmasında yaş farkının ve tıp fakültesi eğitiminin de etkisi olduğu düşünülebilir.

Kaynakça

- Bodur S, Çatalkaya Ç. (1995). İnternlerin Beslenme ile İlgili Tutumları ve Diyet Tedavisi Bilgi Düzeyleri. Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 2 (4): 53-57
- Çalıştır B., Dereli F., Eksen M., Aktaş S. (2005) Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Beslenme Konusunda Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi. Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi. 2 (2): 1-8.
- Daşbaşı M. (2003). İlköğretim Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları, Beslenme Eğitimine ihtiyaç Duyma Durumları ve Beslenme Eğitiminden Beklentileri, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: ,S:7- 13.
- Demirezen E., ve Coşansu, G. (2005). Adolesan Çağı Öğrencilerde Beslenme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi (STED), 14(8): 174-178

Dölekoğlu C. Ö., ve Yurdakul O. (2004). Adana ilinde hane halkının beslenme düzeyleri ve etkili faktörlerin logit analizi ile belirlenmesi. Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi, 8, 62-86.

Garipağaoğlu M., Eliuz B., Esin K., Çağatay P., Nalbant H., Solakoğlu Z. (2012). Tıp Fakültesi 1. Sınıf Öğrencilerinin Beslenme Durumlarının Değerlendirilmesi. İstanbul Tıp Dergisi,13,1-8

Koç, S., Şenol Z., Horuz M., Gülmezler M. U., Demir M., Demir M., Yoloğlu S. (2010) İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Birinci Sınıfı Öğrencilerinin Tıp Fakültesini Tercih Etme Nedenleri Ve Bazı Sosyo-Demografik Özellikleri

Karayormuk Ö. N., (2002). "Afyon Kocatepe Üniversitesi Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma." Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi Ankara.

Korkmaz N. H. (2010) Uludağ Üniversitesi Öğrencilerinin Spor Yapma Ve Beslenme Alışkanlıklarının İncelenmesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, 23 (2): 399-413

Kutluay M. T. (2003). Davranışlarımız ve Beslenme. 4. Uluslararası Beslenme ve Diyetetik Kongresi s. 26-28 Antalya.

Kuyumcu G. (2007). Tıp Fakültesi 1. ve 6. Sınıf Öğrencilerinde Vücut Kütle İndeksi ve Bazı İlişkili Etmenler, Tıpta Uzmanlık Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara

Mazıcıoğlu M., Öztürk A. (2003) Üniversite 3. ve 4. Sınıf Öğrencilerinde Beslenme Alışkanlıkları Ve Bunu Etkileyen Faktörler, Erciyes Tıp Dergisi 25 (4) 172-178

Özçelik A. Ö., Sürücüoğlu, M.S. (2000). "Tıp Doktorlarının Beslenme Bilgi Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma". Beslenme ve Diyet Dergisi, Cilt. 29, Sayı: 1, S: 11- 16.

Taşdemir T.Y. (1990). İlkokul öğretmen ve öğrencilerinin birinci basamak sağlık hizmetlerinde görevli ebelein beslenme konusunda bilgi tutum ve davranışlarının araştırılması. Bilim uzmanlığı tezi (basılmamış). Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Tokgöz P., Ertem M., Çelik F., Gökçe Ç., Saka G., Hatunoglu R. (1995). Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının saptanmasına ilişkin bir araştırma. Beslenme ve Diyet Dergisi, 24 (2): 229-238.

Türk M, Gürsoy ST, Ergin I. (2007). Kentsel bölgede lise birinci sınıf öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. Genel Tıp Dergisi, 17(2):81-87.

Vançelik S., Önal S.G., Güraksın A., Beyhun E. (2007). Üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi ve alışkanlıkları ile ilişkili faktörler. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni. 6 (4), 242-248.

Yılmaz B. (2007). Ankara Üniversitesi'ndeki öğrencilerin beslenme durumları, fiziksel aktiviteleri, beden kütle indeksleri ve kan lipitleri arasındaki ilişkiler. H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

SUMMARY

Nutrition is the receipt of the items that are necessary for growth, development, healthy and productive life and use in the body. One of the most common risky behaviours in adolescents is unhealthy nutrition. As it is difficult to change bad eating habits in adulthood, it is critical to have healthy eating habit at an early age. Among the higher education youth, one of the most common priority groups which must know adequate and balanced nutrition and have adequate and balanced nutrition behaviour is the medical faculty students.

The aim of the study is to reveal common nutrition information and nutrition habits of medical students and determine the effect of medical faculty education to the level of nutrition knowledge.

Thus, the study sample consists of 275 students; 174 students in first grade, 101 students in sixth grade studying in medical faculty Bülent Ecevit University, Zonguldak. Under observation a survey was applied to this 275 students and data were collected and was evaluated using SPSS Windows 15.0 programme. Students personal characteristics, status of nutrition information, meal status, frequency of food consumption and other common nutrition habits were researched and relational importances were determined.

%46.25 of the students are males, %53.75 are females. Total common nutrition knowledge scores of sixth grade students are significantly higher than the first grade students. It is found that %29,2 of the first grade students and %34,5 of the sixth grade students have information on food items. It is found that %20,1 of the first grade students and %22,6 of the sixth grade students have information about the rules of adequate and balanced nutrition.

In first grade the students staying in dormitory are %44,3, the ones staying with their friends are %22,4 and the ones staying with their families are %17,8. In sixth grades, the students staying with their friends are %43,6, the ones staying with their families are %23,8, the ones staying in dormitory are %18,8.

When observed the settlements of the students, %87,9 of the first grade students and %88,1 of the sixth grade students come from accommodation unit which is city centre, in order to see higher education.

It is identified that %7,5 of first grade students study and %17,8 of the sixth grades study.

It is determined %25,9 of the first grade students live in the black sea region, %2,3 of the first grades live in the eastern Anatolian region. When the sixth grade students are observed, the ones living in the black sea and the central Anatolian region are in majority, in proportion with %27,7. Among the regions the first grade and the sixth grade students have lived before, Eastern Anatolian and South Eastern Anatolian region are the least.

%52,9 of the first grade students who are under the research graduated from Anatolian high school, %27,0 of the students graduated from science high school; %52,5 of the sixth grade students graduated from Anatolian high school, %26,7 of the students graduated from science high school.

It is determined that %38,5 of the first grade students and %55,4 of the sixth grade students eat nothing when they are sad %37,9 of the first grade students and %58,4 of the sixth grade students eat more when they are happy; when they are exhausted, %33,3 of the students eat less and %44,6 of the sixth grades have no change in eating behaviour.

%42,5 of the first grades and %39,6 of the sixth grades stated that they prefer medical school as it is a respected job in the society.

It is determined that the advertisements which have been done through the medium of Tv, radio, promotions choice %42,0 of the first grades and %52,0 of the sixth grades.

The proportion which sixth grade students follow the news about nutrition in the book is %40,6, this is higher than the proportion in first grades, %17,8. It is determined that %61,5 of the first grade students and the %71,3 of the sixth grade students learn the news about nutrition on tv.

A significant difference between the students who stated that they watch the news about nutrition on the internet and their education classes can't be determined.

%60,3 of the first grade students and %66,3 of the sixth grade students read the label information in packaged goods. It is identified that %55,5 of the first grades and %41,9 of the sixth grades pay attention to all the label information; %22,6 of the first grades and %25,6 of the sixth grades pay attention to the production and expiration date; %7,7 of the first grades pay attention to the expiration date and %10,5 of the sixth grades pay attention to the commercial style.

A significant different between the body mass indexes data of the students and their level class can't be found. %78,7 of the first grades and %82,2 of the sixth grades are normal weight. When the students body mass indexes according to their classes are interpreted %78,7 of the first grades are in normal groups, %9,8 are in of the first grades overweight groups; %11,5 are in the thin groups. %82,2 of the sixth grades are in normal groups, %13,9 are in fat groups, %4,0 are in thin groups. A significant difference between the students body mass index according to their classes can't be found statistically.

%8,6 of the first grades determined that they are never interested in nutrition issues, %38,5 of the students determined they are interested in if they have time, %27,0 of the students determined they are interested in if necessary, %9,2 of the students stated that they are always interested in %16,7 of the students stated taht they are interested in due to their jobs; %7,9 of the students in sixth grade stated that they are never interested in if they have time, %31,7 of the students stated they are interested in due to their jobs.

It is determined that %8,6 of the first grades are never interested in nutrition issues, %38,5 are interested in if they have time, %27,0 are interested in if necessary, %9,2 are always interested in; %16,7 are interested in due to their jobs; %7,9 of the sixth grade are never interested in nutrition issues, %30,7 are interested in if they have time, %31,7 are interested in due to their jobs.

%70,7 of the first grade students and %69,3 of the sixth grade students stated that if a training program about nutrition was arranged, they would lake part in as a spectator. It is identified that %76,0 of the first grades and %85,5 of the sixth grades will be volunteer to transfer the information that they get after the training to the surroundings in another programme.

It is determined that %36,2 of the first grades and %51,5 of the sixth grades consume light foods.

%46.25 of the students are males, %53.75 are females. Total common nutrition knowledge scores of sixth grade students are significantly higher than the first grade students'. %31.8 of the students stated that they got nutritional elements knowledge, %21.3 of the students stated that they got adequate and balanced nutrition rules, %19.6 stated they got diseases about nutrition, %17.1 stated they got identified knowledge of nutrition, and finally %10.0 stated they got nutritional value of food.

It is breakfast and lunch by %30,5 and %20,8 in sixth grade students. It is identified that including half time and main meal during the day, %51.1 of the first grade students have 3 meals, %16,7 of the students have 4 meals, %8,6 of the students have 5 meals a day; %60,4 of the sixth grade students have 3 meals, %20,8 of the students 4 meals, %5,0 of the students have 5 meals a day. In first grades, %32,0 of the students stating that they consume dairy products every day consume cheese, in sixth grades %30,0 of the students consume whole fatty milk. It is determined that %23,0 of the first grades stating that they consume the groups of fresh fruits and vegetables consume citrus fruits, %26,0 of the students consume raw vegetables with green leaves. In the groups of bread and cereals the ones who consume the bread every day in first and sixth grade are respectively in the rate at %38.0, %53.0. The ones in first and sixth grades who consume meat, egg, dry legumes everyday are red meat respectively %15.0, %23.0; egg %14.0, %9.9; dry legumes %14.0, %17.0, %72.4 of the first grades and %62.4 of the sixth grades stated they didn't smoke. It is determined that %27,0 of the first grade and %37.6 of the sixth grades drink alcohol. The question which was answered easily about nutrition is: "Which vitamin is important for the eyes health?". % 82.8 of the first grades and %80.2 of the sixth grades give right answer to this question. %91.4 of the first grades and %92.1 of the sixth grades couldn't know the question:" When do you add sugar while cooking rice pudding and moolcoddle?"

In this research it is concluded that inadequacy in nutrition knowledge and nutrition habits of medical faculty students can be improved by an effective and constant nutrition education.

Yaralanma ve kanamalarda kanın pıhtılaşması ile görev yapan vitamin aşağıdakilerden hangisi?	54	31,0	120	69,0	174	100,0	22	21,8	79	78,2	101	100,0	2,735	0,098
Yetersizliğinde sinir ve sindirim sistemi bozuklukları iştahsızlık kansızlık gibi belirtilerle kendini gösteren vitamin grubu aşağıdakilerden hangisidir?	62	35,6	112	64,4	174	100,0	24	23,8	77	76,2	101	100,0	4,189	0,041*
B2 Vitamini bakımından aşağıdaki yiyeceklerden hangisi zengindir?	137	78,7	37	21,3	174	100,0	80	79,2	21	20,8	101	100,0	0,000	1,000
Yetersizliğinde anemi şeklinde kendini gösteren vitamin aşağıdakilerden hangisidir?	96	55,2	78	44,8	174	100,0	42	41,6	59	58,4	101	100,0	4,720	0,030*
C vitamini bakımından aşağıdaki yiyeceklerden hangisi zengindir?	42	24,1	132	75,9	174	100,0	13	12,9	88	87,1	101	100,0	4,390	0,036*
Minerallerin genel olarak vücudtaki görevleri aşağıdakilerden hangisidir?	52	29,9	122	70,1	174	100,0	40	39,6	61	60,4	101	100,0	2,711	0,100
Kalsiyum bakımından daha zengin olan yiyecekler aşağıdakilerden hangisidir?	50	28,7	124	71,3	174	100,0	16	15,8	85	84,2	101	100,0	5,139	0,023*
Vücut sıvılarının asit baz dengesi için gerekli olan mineraller aşağıdakilerden hangisidir?	40	23,0	134	77,0	174	100,0	18	17,8	83	82,2	101	100,0	0,738	0,390
Magnezyum minerali bakımından zengin yiyecekler hangileridir?	86	49,4	88	50,6	174	100,0	34	33,7	67	66,3	101	100,0	6,455	0,011*
Karaciğer, kemik iliği, kandaki kırmızı hücrelerde önemli bir kısmı bulunan mineral?	35	20,1	139	79,9	174	100,0	12	11,9	89	88,1	101	100,0	2,504	0,114
Vücutta yeteri kadar demir minerali alınmadığında hangi hastalık görülmektedir?	36	20,7	138	79,3	174	100,0	15	14,9	86	85,1	101	100,0	1,081	0,298

Temel Beslenme Bilgi Soruları	Sınıf	Kikare Test	Toplam		Doğru		Yanlış		Toplam		Doğru		Yanlış		Toplam		Kikare	Test	p
	Bir	Altı	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%			
Vücuda yeterli kadar iyot minerali alınmadığında hangi hastalıklar görülmektedir?	40	23,0	134	77,0	174	100,0	17	16,8	84	83,2	101	100,0	1,123	0,289					
İyot minerali bakımından, en zengin yiyecekler hangileridir?	35	20,1	139	79,9	174	100,0	12	11,9	89	88,1	101	100,0	2,504	0,114					
Birey sağlıklı olarak yaşayabilmek için enerji ve tüm besin öğelerini gereksinimini karşılayacak düzeyde ve yeterli olarak aldığı zaman nasıl beslenmiş olur?	71	40,8	103	59,2	174	100,0	28	27,7	73	72,3	101	100,0	4,747	0,029*					
Et, tavuk, balık, sakatat, yumurta, kuru nohut, fasulye, mercimek ve bu besinlerden yapılan ürünler vücuda ne sağlamaktadır?	39	22,4	135	77,6	174	100,0	13	12,9	88	87,1	101	100,0	3,198	0,074					
Süt ve sütten yapılan yiyecekler vücuda ne sağlamaktadır?	55	31,6	119	68,4	174	100,0	18	17,8	83	82,2	101	100,0	6,230	0,013*					
Besin gruplarından biri olan taze sebze ve meyveler, vücuda ne sağlamaktadır?	46	26,4	128	73,6	174	100,0	25	24,8	76	75,2	101	100,0	0,095	0,758					
Ekmeğe ve tahıllardan yapılan yiyecekler vücuda ne sağlamaktadır?	99	56,9	75	43,1	174	100,0	42	41,6	59	58,4	101	100,0	5,997	0,014*					
Tat verici olarak neler kabul edilir?	81	46,6	93	53,4	174	100,0	40	39,6	61	60,4	101	100,0	1,252	0,263					
Tat vericilerde en çok hangi besin grubu bulunmaz?	141	81,0	33	19,0	174	100,0	85	84,2	16	15,8	101	100,0	0,239	0,625					
Etlü kuru fasulye-bulgur pilavı ve ayrandan oluşan yemek listesine aşağıdakilerden hangisi ilave edilirse dengeli beslenme sağlanmaktadır?	74	42,5	100	57,5	174	100,0	39	38,6	62	61,4	101	100,0	0,405	0,525					

Nohut, mercimek, fasulye, bakla, bezelye, börülce ve soya fasulyesi hangi grupta yer almaktadır?	32	18,4	142	81,6	174	100,0	10	9,9	91	90,1	101	100,0	2,934	0,087
Mayalı ekmeğin besin değeri neden mayasız ekmekten daha yüksektir?	78	44,8	96	55,2	174	100,0	26	25,7	75	74,3	101	100,0	9,898	0,002*
Koyu yeşil yapraklı sebzeler hangi vitaminler bakımından turunçgiller kadar zengindir?	60	34,5	114	65,5	174	100,0	19	18,8	82	81,2	101	100,0	7,665	0,006*
Kişinin günlük alması gereken yağ miktarı 40 - 43 gr kadardır. Ne kadarını hangi yağdan temin etmelidir?	126	72,4	48	27,6	174	100,0	58	57,4	43	42,6	101	100,0	6,484	0,011*
Beslenme yönünden hangileri şekerden daha değerli sayılmaktadır?	122	70,1	52	29,9	174	100,0	56	55,4	45	44,6	101	100,0	6,023	0,014*
Tahin helvasını besleyici değeri diğer helvalara göre neden daha yüksektir?	66	37,9	108	62,1	174	100,0	27	26,7	74	73,3	101	100,0	3,581	0,058
Pekmez hangi minerallerden zengindir?	91	52,3	83	47,7	174	100,0	45	44,6	56	55,4	101	100,0	1,533	0,216
Yemek planlaması niçin yapılmalıdır?	96	55,2	78	44,8	174	100,0	78	77,2	23	22,8	101	100,0	13,377	0,000*
Besinlerin satın alınmasında tüketiminin korunması açısından nelerin incelenmesi	72	41,4	102	58,6	174	100,0	32	31,7	69	68,3	101	100,0	2,555	0,110
Yumurta nasıl saklanmıştır?	73	42,0	101	58,0	174	100,0	61	60,4	40	39,6	101	100,0	8,700	0,003*
Şişe veya kutu sütü alıyorsanız nasıl saklarıyorsunuz?	30	17,2	144	82,8	174	100,0	22	21,8	79	78,2	101	100,0	0,589	0,443
Sebzeye pişirmeden önce nasıl bir işlem uyguladınız?	101	58,0	73	42,0	174	100,0	47	46,5	54	53,5	101	100,0	3,407	0,065
Pırlavı nasıl pişirirsiniz?	158	90,8	16	9,2	174	100,0	92	91,1	9	8,9	101	100,0	0,000	1,000

Makarnayı nasıl pişirirsiniz?	126	72,4	48	27,6	174	100,0	69	68,3	32	31,7	101	100,0	0,520	0,471
Kuru baklagilleri nasıl pişirirsiniz?	128	73,6	46	26,4	174	100,0	67	66,3	34	33,7	101	100,0	1,618	0,203
Sütlü ve muhallebi pişirirken şekeri ne zaman ilave edersiniz?	159	91,4	15	8,6	174	100,0	93	92,1	8	7,9	101	100,0	0,000	1,000