

Determining Nursing Students' Orthorexia Nervosa Tendencies and Associated Factors*

Pınar ÇİÇEKOĞLU ÖZTÜRK

Fethiye Health Sciences Faculty of Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla, TURKEY

ORCID: 0000-0003-3738-7248

ABSTRACT

Orthorexia Nervosa (ON), described by Steve Bratman in 1997, has entered the literature as "healthy eating obsession". This descriptive study was conducted to evaluate the Orthorexia Nervosa tendencies of nursing students in a health school and to determine their eating attitudes. The research sample comprised of 270 students who study at a Health High School between the 2015-2016 academic year and volunteered to participate in the study. The data were collected using a ORTO-11 Scale, Maudsley Obsessive Compulsive Inventory (MOCI) and Eating Attitude Test (EAT-40). In the study, 73.3% of the students participating are female, the average age is 20.56 ± 1.96 . It was determined that the healthy food perception of the students was vegetable and fruit with 56.3%, the unhealthy food perception was fast food with 64.4%, and 61.9% learned the nutritional information from the internet. The average point of the students in ORTO-11 scale was determined as 28.57 ± 4.07 , the mean score of EAT-40 was 16.61 ± 8.68 and their MOCI mean score was 15.9 ± 6.6 . There is a significant relationship between the students' ORTO-11 scores and EAT-40 scores ($r = .345$, $p = 0.000$) and MOCI scores ($r = .245$, $p = 0.000$). Conducting more comprehensive studies on the subject will make significant contributions to the determination of the diagnostic criteria of Orthorexia nervosa and the establishment of treatment protocols.

Key words: Eating behavior, Eating disorders, Nursing students, Obsessive-compulsive symptom, Orthorexia Nervosa.

Hemşirelik Öğrencilerinin Ortoreksiya Nervosa Eğilimleri ve İlişkili Faktörlerin Belirlenmesi

ÖZET

Steve Bratman tarafından 1997'de tanımlanan Ortoreksiya Nervosa (ON), "sağlıklı beslenme takıntısı" olarak literatüre girmiştir. Bu araştırma, bir sağlık yüksekokulundaki hemşirelik öğrencilerinin ortoreksiya nervosa eğilimlerini değerlendirmek ve yeme tutumlarını saptamak amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 2015-2016 yıllarında bir sağlık yüksekokulunda öğrenimine devam eden ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan tüm hemşirelik bölümü öğrencileri oluşturmuştur ($n=270$). Araştırma verileri ORTO-11 ölçeği, Maudsley Obsesif Kompulsif Envanteri (MOCI), Yeme Tutum Testi (YTT-40) ile toplanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 20.56 ± 1.96 ve %73.3'ü kadındır. Hemşirelik öğrencilerinin sağlık için yararlı besin algısı %56.3 ile sebze ve meyve, sağlık için zararlı besin algısı ise %64.4 ile fast food tarzı hazırlanan yiyecekler olduğu, öğrencilerin %61.9'unun besin ve beslenme ile ilgili bilgileri internet aracılığı ile öğrendiği belirlenmiştir. Öğrencilerin ORTO-11 ölçeği puan ortalaması 28.57 ± 4.07 , YTT-40 puan ortalaması 16.61 ± 8.68 ve MOCI puan ortalaması 15.9 ± 6.6 olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin ORTO-11 puanları ile YTT-40 puanları ($r = .345$, $p = 0.000$) ile MOCI puanları ($r = .245$, $p = 0.000$) arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmaktadır. Konuyla ilgili daha kapsamlı çalışmaların yapılması, Ortoreksiya Nervozanın tanı kriterlerinin belirlenmesi ve tedavi protokollerinin oluşturmasına önemli katkılar sağlayacaktır.

Anahtar kelimeler: Hemşirelik öğrencileri, Obsesif kompulsif semptom, Ortoreksiya Nervosa, Yeme bozuklukları, Yeme davranışı.

*Bu çalışma IV. Uluslararası ve VIII. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Günümüzde sağlıklı ve doğal besinler ile beslenmeye olan ilgi ve yönelim giderek artmaktadır. Artan bu ilgi tanı sınıflamasına girmemiş bazı davranışların normal dışı sayılıp sayılmayacağı konusu araştırmacıların dikkatini çekmiştir (Arusoğlu ve ark. 2008). Steven Bratman tarafından 1997 yılında tanımlanan Ortoreksiya Nervozza (ON) kavramı, Yunanca "orthos" (doğru, uygun) ve "orexia" (açlık veya beslenme) sözcüklerinden oluşmuş ve "sağlıklı beslenme takıntısı" olarak adlandırılmıştır (Bratman 1997; Dunn ve Bratman 2016). ON sağlıklı ve doğal besinleri seçmek için aşırı düzeyde bilişsel bir uğraşlı betimlemektedir (Barnes ve Caltabiano 2017; Brytek-Matera 2018). ON, sağlıklı gıda ile aşırı meşguliyetle karakterizedir; ortorektik bireyler kendi tanımladıkları yeme kurallarına takıntı düzeyinde bağlı ve sadece sağlıklı buldukları şeyleri tüketirler (Nevin ve Vartanian 2017). Bu fenomen genellikle masum bir şekilde, örneğin kronik bir hastalığın üstesinden gelmek için veya genel sağlığı iyileştirmek amacıyla başlar, ancak daha sonra bu bireyler, hem kendilerinde hem çocukluklarında ve sosyal çevrelerinde sıradan olan beslenme biçimlerini yavaşça değiştirmeye başlarlar. Ortorektik bireyler, gıda kaynaklarını kontrol etmek ve tüm hazırlık prosedürünü araştırmak için önemli ölçüde zaman harcarlar ve ayrıca yemeklerini katı bir sırayla planlar ve hazırlarlar. Sağlıklı besin yiyemediklerinde endişe ve suçluluk hissederek ve yeme alışkanlıkları bozulduğunda yoğun bir hayal kırıklığı yaşarlar (Kiss-Leizer ve Rigo 2019).

Ortoreksiya nervozanın diğer yeme bozukluklarından olan anoreksiya nervozaya ile benzer yönleri, mükemmel olmak için çabalama, endişe, yeme ile ilgili aşırı kontrolcü olma ve vücut ağırlığını kaybetme, başarı odaklılık, disiplinli bir şekilde diyeteye uymak, diyeteye uymamayı kontrolsüzlük olarak değerlendirmek sayılabilir. Farklarına baktığımızda ise; anoreksiya nervozaya ve bulimia nervozada yiyeceğin miktarı ön plandayken, ortoreksiya nervozada besinin kalitesine odaklanılır. Ortorektik bireyler sağlıklı besin ile beslenmenin bir sonucu olarak vücut ağırlıklarının azaldığını, asıl amaçlarının ise bu olmadığını bildirmişlerdir (Simpson ve Mazzeo 2017; Arusoğlu ve ark. 2008).

Ortoreksiya Nervozaya henüz Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) ruhsal bozuklukları sınıflandırdığı tanı kitabında

tanılanmamıştır (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-V (DSM-5TM) 2013). Fakat araştırmacıların dikkatlerini çeken ve bir hastalık olarak tanılanıp tanılanmayacağı konusunda tartışmaların devam ettiği bir kategoridir (Ergin 2014). Bu bağlamda yapılan araştırmalarda bazı özel grupların ve mesleklerin ON riskine sahip olduğu gösterilmiştir. Bunlar; atletler (Segura-Garcia ve ark. 2012), doktorlar (Bağcı Bosi ve ark. 2007; Fidan ve ark. 2010) diyetisyenler (Alvarenga ve ark. 2012; Asil ve Sürücüoğlu 2015), performans sanatçıları (Aksoydan ve Camcı 2009) daha önce yeme bozukluğu tanısı almış hastalar (Segura-Garcia ve ark. 2015), diyabet, laktoz intoleransı, gluten duyarlılığı veya vejeteryanlık nedeniyle özel bir diyet ile beslenmesi gerekenler (Arhire 2015; Barnet ve ark. 2016) ve Ashtanga yoga uygulayıcılarıdır (Herranz ve ark 2016).

Eğitimi sırasında hem kendi hem de bakımı altındaki hastaların sağlığını korumak için sağlıklı besin ve beslenme eğitimi alan hemşirelik öğrencilerinin ON konusunda risk gruplarından birini oluşturduğu düşünülmektedir. Bu araştırmada hemşirelik bölümü öğrencilerinin yeme tutumları, obsesif kompulsif özellikleri ve ON eğilimleri ile bunlar arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırma, hemşirelik bölümü öğrencilerinin ortoreksiya nervozaya, obsesif kompulsif belirtileri ve yeme tutumlarının incelenmesi amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Çalışmanın evrenini 2015-2016 yılında bir sağlık yüksekokulunda öğrenimini sürdüren öğrenciler (N=315), örnekleme ise çalışmaya katılmaya gönüllü öğrenciler dahil edilmiştir (n=270). Veriler müdürlük izni ve öğrencilerden sözlü ve yazılı onam alındıktan sonra toplanmıştır. Araştırmada veriler dört bölümden oluşan soru kağıdı ile toplanmıştır. Birinci bölümde hemşirelik öğrencilerinin tanıtıcı özellikleri ile ilgili sorular yer almaktadır. İkinci bölümde Ortoreksiya Nervozaya eğilimini değerlendirmek için "ORTO-11 ölçeği" kullanılmıştır. Soru formunun üçüncü bölümünde öğrencilerin, besin tüketimine ilişkin tavırları ile yeme tutumundaki anormal davranış ve eylemleri belirlemek için yapılandırılmış "Yeme Tutum Testi" uygulanmıştır. Son bölümde ise "Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi" kullanılmıştır.

ORTO-11 Ölçeği

ORTO ölçeği bireylerin sağlıklı beslenme takıntılarına ilişkin tutumlarını değerlendirmek amacıyla Steven Bratman tarafından oluşturulmuş ve on bir ifadeden oluşan öz değerlendirme ölçeğidir. Ölçek Donini ve arkadaşları (2005) tarafından revize edilmiş ve 15 sorudan oluşan son hali verilmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Arusoğlu (2006) tarafından yapılmış ve ORTO-11 olarak kullanılmaya başlanmıştır. Ölçeğin toplamından alınan puanların artışı ortoreksiya nervoza riskinin azaldığını ifade etmektedir Cronbach's alpha katsayısının 11 madde üzerinden 0.62 olduğu belirlenmiştir (Arusoglu ve ark. 2008).

Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi (MOCI)

Ruhsal sağlık sorunları yaşayan ve sağlıklı bireylerdeki yineleyici düşünce ve davranışların (obsesif kompulsif) türünü ve sıklığını belirlemek amacıyla Rachman ve Hodgson (1977) tarafından geliştirilmiştir. Soru listesinin orijinalinde doğru ve yanlış şeklinde değerlendirilen 30 madde yer almaktadır. Soru listesinin toplam puanı 30'dur ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır: Kontrol, temizlik, yavaşlık ve kuşku. Soru listesinin test-tekerrar test güvenilirliği 0.80'dir ve iç tutarlılığı 0.60 ve 0.87 arasında değişmektedir.

Erol ve Savaşır tarafından Türkçeye uyarlanan ve revize edilen soru listesine, obsesyonel düşünme bağlantılı 7 soru daha eklenmiş ve toplam 37 maddelik liste kullanıma sunulmuştur. Soru listesinin Cronbach alpha değeri 37 madde için ise 0.86 olarak bulunmuştur. Soru listesinin toplam puanı 37'dir ve puan artışı obsesif kompulsif belirtilerin arttığına işaret etmektedir. MOCI bu çalışmada obsesif kompulsif semptomların yaygınlığının ölçülmesi için kullanılmıştır (Erol ve Savaşır 1988).

Yeme Tutum Testi-40 (YTT-40)

Test yeme bozukluğuna ilişkin semptomları değerlendirmek için Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilmiştir. Savaşır ve Erol (1989) tarafından Türkçeye uyarlanan, geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan YTT-40'ın, test-tekerrar test güvenilirliği 0.65'dir. Altılı likert tipi olan testin cevapları "daima" ve "hiçbir zaman" arasında değişmektedir. Testin toplam puanı için en düşük değer 0 iken en yüksek değer 120 dir. Toplam puan arttıkça yeme bozukluğu patolojisi de

artmaktadır. 30 puan testin kesme noktası olup 30 ve üzeri puan alan bireyler yeme bozukluğu riski taşımaktadır (Savaşır ve Erol 1989).

Veriler SPSS programı ile değerlendirilmiş, araştırmaya alınan bireylere ait betimsel özellikler yüzde ve ortalama halinde sunulmuştur. Katılımcıların değerlendirmede kullanılan testlerden aldıkları puanların normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ile belirlenmiştir. Ölçeklerden alınan puanlar parametrik olma koşullarını sağlamadığı ve normal dağılım göstermediği için ($p<0.05$) Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. ORTO-11, EAT-40 and MOCI arasındaki ilişkinin belirlenmesinde ise Spearman korelasyon analizi kullanılmıştır (Büyüköztürk ve ark. 2014).

BULGULAR

Hemşirelik öğrencilerinin %73.3'ü kadın %26.7'si erkek ve yaşlarının ortalaması ise 20.56 ± 1.96 'dır. Hemşirelik öğrencilerinin %27.8'i 4. sınıf, boy ortalaması 166.75 ± 7.9 kilo ortalaması 61.42 ± 12.10 olup, %83.3'ü sağlıklı beslendiğini düşünmektedir. Öğrencilerin faydalı yiyecek algısı %56.3 meyve sebze, faydasız yiyecek algısı ise %64.4 fast-food yiyeceklerdir. Öğrencilerin %61.9'u besin beslenme ve diyet bilgilerini internet aracılığı ile edindiğini sadece %6.1'i okuldaki ders müfredatından yaralandığını bildirmiştir (Tablo 1).

Tablo 2'de çalışmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin ORTO-11 ölçeği toplam puan ortalaması 28.57 ± 4.07 ; YTT-40 toplam puan ortalaması 16.61 ± 8.68 , MOCI ölçeği toplam puan ortalaması 15.97 ± 6.60 olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyeti ile ORTO-11 ve yeme tutum puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Bu sonuca göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre ortoreksiya nervoza ölçeği puan ortalamasının daha yüksek olduğu ve aralarındaki farkın anlamlı olduğu ($p=.026$) yine kadın öğrencilerin yeme tutum testi puan ortalamalarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu ve aralarındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p=.039$). Öğrencilerin eğitim gördükleri sınıf düzeyine göre ortoreksiya, yeme tutum testi ve MOCI puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 1. Hemşirelik öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri

Çalışma grubunun özellikleri		N	%
Cinsiyet	Kadın	198	73.3
	Erkek	72	26.7
Sınıf	1.sınıf	70	25.9
	2.sınıf	71	26.3
	3.sınıf	54	20
	4.sınıf	75	27.8
Sağlıklı beslendiğinizi düşünüyor musunuz ?	Evet	225	83.3
	Hayır	45	16.7
Sağlıklı besin denilince aklınıza ne geliyor ?	Meyve-sebze	152	56.3
	Et ve et ürünleri	42	15.6
	Organik besinler	37	13.7
	Süt ve sür ürünleri	23	8.5
	Ev yemekleri	12	4.4
	Yağsız-tuzsuz besinler	4	1.5
Sağlıksız besin denilince aklınıza ne geliyor ?	Fast-food yiyecekler	174	64.4
	Yağlı yiyecekler	44	16.3
	Abur-cubur	24	8.9
	GDO	16	5.9
	Kimyasal maddeler	12	4.4
Beslenme bilgilerini nereden alıyorsunuz ?	İnternet/İnstagram	167	61.9
	Diyetisyen	22	8.1
	Okuldaki derslerden	65	6.1
	Tv	16	5.9
Şu an herhangi bir diyet uyguluyor musunuz?	Evet	14	5.2
	Hayır	256	94.8
TOPLAM		270	100

Tablo 2. Öğrencilerin ORTO-11 Ölçeği, YTT-40 ve MOCI puan ortalamaları

Özellikler	n	ORTO-11 Ort.±SD	YTT-40 Ort.±SD	MOCI Ort.±SD
Kadın	198	28.23±3.79	17.27±8.99	16.32±6.62
Erkek	72	29.48±3.79	14.80±7.50	15.01±6.48
		t=2.24 p=.026	t=-2.078 p=.039	t=-1.444 p=.150
1.sınıf	70	28.32±3.94	16.71±8.52	18.21±5.94
2.sınıf	71	28.22±3.88	17.53±9.36	16.40±5.76
3.sınıf	54	28.12±4.36	17.81±8.74	18.35±6.34
4.sınıf	75	29.44±4.10	14.78±7.94	11.76±6.16
		F=1.612 p>0.05	F=1.736 p>0.05	F=18.267 p>0.05
Toplam	270	28.57±4.07	16.61±8.68	15.97±6.60

Tablo 3. ORTO-11 Ölçeği, YTT-40 ve MOCI Ölçekleri arasındaki ilişki

Korelasyon	ORTO-11	YTT-40	MOCI
ORTO-11	1.000	-.345 .000	-.295 .000
YTT-40	-.345 .000	1.000	.257 .000
MOCI	-.295 .000	.257 .000	1.000

Tablo 3'teki korelasyon sonuçları incelendiğinde; Orto-11 puanları ile YTT-40 ve MOCI arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçları Orto-11 puanları ile YTT-40 puanları ($r = -.345$, $p=0.000$) arasında anlamlı düzeydeki ilişkiyi göstermektedir. Orto-11 puanları ile MOCI puanları arasında da anlamlı düzeyde ilişki olduğu ($r = -.295$, $p=0.000$) belirlenmiştir. Öğrencilerin YTT-40 puanları ile MOCI puanları ($r = .257$, $p=0.000$) arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

TARTIŞMA

Literatürde sağlıklı beslenme eğiliminin konu ile ilgili bir eğitimi olan bireyler de daha fazla olduğu ve eğitilmiş meslek üyelerinin eğitim sundukları bireylere yönelik olduğu kadar kendileri için de sağlıklı besin/beslenmeyi önemsedikleri, bu durumun besin/beslenme konularında takıntılara neden açabileceği bildirilmiştir (Bağcı-Bosi 2007; Duran 2016). Çalışmamızda dört yıllık eğitimleri sırasında birçok derste besin ve beslenme konularında eğitim alan hemşirelik öğrencilerinin ORTO-11 ölçeği toplam puan ortalaması 28.57 ± 4.07 olduğu benzer şekilde Duran'ın (2016) yaptığı çalışmada ORTO-11 ölçeği puan ortalaması 26.95 ± 5.11 olduğu, Arslantaş ve ark. (2017) yaptığı çalışmada ORTO-11 puan ortalamalarının ise 27.34 ± 4.53 olduğu, Ergin (2014) yaptığı çalışmada çalışan hemşirelerin ORTO-11 ölçeği puan ortalaması 25.9 ± 0.28 olduğu belirlenmiştir. Çalışma grubumuzun ortoreksiya nevroza eğiliminin benzer özellikteki öğrencilerle ve çalışan hemşireler ile yapılan çalışmadaki ortorektik eğilimle yaklaşık olarak aynı olduğu belirlenmiştir. Hemşirelik öğrencilerin cinsiyeti ile ORTO-11 puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu

($p < 0.05$) ve kadın öğrencilerin ORTO-11 puan ortalamasının (28.23 ± 3.79) erkek öğrencilerden (29.48 ± 3.79) daha düşük olduğu, puanlar düştükçe eğilimin arttığı düşünüldüğünde ise kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden daha ortorektik olduğu ve aralarındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t=2.24$, $p=.026$). Literatürdeki benzer çalışmalarda Kiss-Leizer ve Rigo (2019) yaptığı çalışmada kadınların ON riskinin %54 erkelerin ise %30 olduğunu ve farkın anlamlı olduğu, Oğur ve ark. (2015) üniversite öğrencileri ile yaptıkları bir çalışmada kadın öğrencilerin %49.8'inin ($n=126$), erkek öğrencilerin ise %32.2'sinin ($n=71$) ortorektik olduğunu kadın öğrencilerin ortoreksiya ihtimallerinin erkek öğrencilerden daha fazla olduğunu belirlemişlerdir. Luck-Sikorski ve ark. ise (2019) yaptıkları çalışmada anlamlı fark olmamakla birlikte kadınlarda ortorektik eğilimin daha fazla olduğunu bildirmiştir. Bunun yanı sıra literatürde erkeklerin ortorektik eğiliminin kadınlardan daha yüksek olduğunu belirten çalışmalarda mevcuttur (Arusoğlu 2018; Malmborg ve ark. 2017; Fidan ve ark. 2010; Donini ve ark. 2005). Yeme bozuklukları cinsiyet dağılımı açısından belirgin farklılık gösteren bir tanı grubu olup kadınlarda daha sıklıkla görülmektedir. Bu çalışmanın örnekleminin %73'ü kadın öğrencilerden oluşması, son yıllarda sosyal medya aracılığı ile zayıf, estetik, sıfır beden algısının yaygınlaşması, kültürel olarak yerleşmesi ve organik gıdalara ilişkin doğru/yanlış bilgi kirliliğinin olması kadın öğrencilerin daha ortorektik eğilimli olmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yeme tutum testi puan ortalamaları incelendiğinde kadın öğrencilerin YTT-40 puan ortalamalarının (17.25 ± 8.99) erkek öğrencilerin YTT-40 puan ortalamasından (14.80 ± 7.50) yüksek olduğu ve aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Literatürde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar mevcuttur (Çok 2020; Sünbül 2019).

ORTO-11 ile YTT-40 ve MOCI arasında negatif yönlü yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur. ORTO-11 ölçeğinin toplamından elde edilen değerler düştükçe, ortoreksiyaya olan yatkınlık olasılığı yükseldiğinden ve diğer ölçeklerden alınan puanlar arttıkça yatkınlık arttığından ilişkinin yönü eksi olmasına karşın artı olarak yorumlanmış ve korelasyon sonuçları buna göre değerlendirilmiştir. Orto-11 ile YTT-40 puanları (r

=-.345, p=0.000) arasında pozitif yönde anlamlı düzeydeki ilişki hemşirelik öğrencilerinin ortorektik eğilimleri arttıkça yeme tutumunda bozulma düzeyinde de bir artış olacağını göstermektedir. Aynı şekilde öğrencilerin ortorektik eğilimleri arttıkça obsesif belirtilerinin arttığı ve Orto-11 ile MOCI puanları arasında da pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu ($r=-.295$, $p=0.000$) belirlenmiştir. Öğrencilerin sağlıklı beslenmeye yönelik eğilimleri arttıkça besin seçimi, besinin hazırlanışı, kalorisi vb. konularda obsesyonların da artmış olacağı düşünülmüştür. Öğrencilerin YTT-40 puanları ile MOCI puanları ($r =.257$, $p=0.000$) arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu ilişkiye göre yeme bozukluğu patolojisi arttıkça obsesif- kompulsif belirtilerde de bir artış olacağı söylenebilir. Duran'ın (2016) bir sağlık yüksekokulunun öğrencilerinde ve Arslantaş ve ark. (2017) hemşirelik öğrencileri ile yaptığı çalışmada YTT-40 puanları ile ORTO-11 puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki olduğu belirtilmiştir. ORTO-11 ile YTT-40 ve MOCI arasındaki ilişkinin incelendiği yapılan bütün çalışmalarda ortorektik eğilim arttığında yeme patolojisinde ve obsesif özelliklerde bir artış olacağı bildirilmiştir.

SONUÇ

Sağlığın korunması, geliştirilmesi, hastalık halinde iyileştirilmesi ve bireylerin yaşam kalitelerinin artırılması için öğrenim yaşantılarında birçok eğitim alan hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı beslenme takıntısına yönelik eğilimleri ve yeme tutumları aldıkları öğrenim sürecinden etkilenebilmektedir. Özellikle sağlık profesyonellerinin Ortoreksiya Nervosa konusunda da eğitim almaları sağlanmalı, hem bireysel farkındalıklarının artması hem de bakım ve eğitim verdikleri bireyler ile yaptıkları konuşmalarında sağlıklı beslenme takıntılarının olup olmadığını değerlendirebilmesi konusunda bilinçlendirilmelidir. Ortoreksiya Nervosa son yıllarda araştırılmaya başlayan bir konu olduğu için yapılan her çalışma Ortoreksiya Nervozanın tanı ölçütlerinin tanımlanması ve tedavi basamaklarının belirlenmesine katkılar sağlayacağı için daha geniş çaplı araştırmalar yapılması önerilmektedir.

ÇIKAR ÇATIŞMASI

Bu makalede herhangi bir nakdi/aynı yardım alınmamıştır. Herhangi bir kişi ve/veya kurum ile ilgili çıkar çatışması yoktur.

KAYNAKLAR

- Aktürk Ü, Gül E, Erci B. (2019). The effect of Orthorexia Nervosa levels of Nursing Students and diet behaviors and socio-demographic Characteristics, *Ecology of Food and Nutrition*, 58:4, 397-409. doi: 10.1080/03670244.2019.1602529
- Aksoydan E, Camci N. (2009). Prevalence of orthorexia nervosa among Turkish performance artists. *Eat Weight Disord*, 14:33-37. <https://doi.org/10.1007/BF03327792>
- Alvarenga MDS, Martins MCT, Sato KSCJ ve ark. (2012). Orthorexia nervosa behavior in a sample of Brazilian dietitians assessed by the Portuguese version of ORTO-15. *Eat Weight Disord*, 17:29-35. <https://doi.org/10.1007/BF03325325>
- Arslantaş H, Adana F, Öğüt S, Ayaktaş D, Korkmaz A. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin yeme davranışları ve Ortoreksiya Nervosa (sağlıklı beslenme takıntısı) ilişkisi: Kesitsel bir çalışma. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(3):137-144.
- Arhire LI. (2015). Orthorexia nervosa: The unhealthy obsession for healthy food. *Rev. Med. Chir. Soc. Med. Nat., Din Iasi* 119(3):632-638.
- Arusoğlu G, Kabakçı E, Köksal G, Kutluay Merdol, T. (2008). Orthorexia nervosa and adaptation of ORTO-11 into Turkish. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3). 283-291.
- Arusoğlu G. (2018). Beslenme ve diyetetik bölümü erkek öğrencilerinde Ortoreksiya nervosa eğiliminin belirlenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6, (86): 56-71.
- Asil E, Sürücüoğlu MS. (2015). Orthorexia nervosa in Turkish dietitians. *Ecol Food Nutr*, 54:1-11. <https://doi.org/10.1080/03670244.2014.987920>
- Bağcı Bosi AT, Çamur D, Güler Ç. (2007). Prevalence of orthorexia nervosa in resident medical doctors in the faculty of medicine (Ankara, Turkey). *Appetite*, 49: 661-666. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.04.007>
- Barnes MA, Caltabiano ML. (2017). The interrelationship between orthorexia nervosa, perfectionism, body image and attachment style. *Eat Weight Disord*. 2017 Mar;22(1):177-84.
- Barnett MJ, Dripps WR, Blomquist KK. (2016). Organivore or organorexic? Examining the relationship between alternative food network engagement, disordered eating, and special diets. *Appetite*, 105:713-720. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.07.008>
- Bratman S. (1997). Health Food Junkie. *Yoga Journal*, September, 42-50.
- Brytek-Matera A, Gramaglia C, Gambaro E, Delicato C, Zeppego P. (2018). The psychopathology of body image in orthorexia nervosa. *J Psychopathol*, 24:133-40.
- Büyüköztürk Ş, Kılıç Çakmak E, Akgün ÖE, Karadeniz Ş, Demirel F. (2014). Bilimsel araştırma yöntemleri (16. Baskı). Ankara: Pegem Academy.
- Çok G. (2020). Bir aile sağlığı merkezine başvuran bireylerde

- ortoreksiya nervoza sıklığı ve beslenme durumunun incelenmesi. (Yüksekisans tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul. Tez no:637238.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-V (DSM-5TM) (2013) (5th ed.). Section II. (pp.329-354). Washington, DC: American Psychiatric Publishing. <https://psicovalero.files.wordpress.com/2014/06/dsm-v-manual-diagnc3b3stico-y-estadc3adstico-de-los-trastornos-mentales.pdf> [Retrieved 12 April 2019].
- Donini LM, Marsili D, Graziani MP, Imbriale M, Cannella C. (2005). Orthorexia nervosa: Validation of a diagnosis questionnaire. *Eat Weight Disord*, 10(2).
- Dunn TM, Bratman S. (2016). On orthorexia nervosa: A review of the literature and proposed diagnostic criteria. *Eating Behaviors*. Elsevier Ltd; 21: p. 11-7.
- Duran S. (2016). Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinde ortoreksiya nervoza (sağlıklı beslenme takıntısı) riski ve etkileyen faktörler. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 9(3):220-226. doi: 10.5505/ptd.2016.03880
- Ergin G. (2014). Orthorexia Nervosa prevalence study in health-care and nonhealth care individuals. (MSc Thesis) Faculty of Health Sciences, Ankara. Thesis no: 383129 file:///D:/SYSTEM/Downloads/383129.pdf [Retrieved 05 Jan. 2019].
- Erol N, Savaşır I. (1988). Maudsley Obsesif-Kompulsif Soru Listesi. XXIV. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bildiri Kitabı. (pp. 107-114). Ankara: GATA Basımevi.
- Fidan T, Ertekin V, Işıkay S, Kirpınar I. (2010). Prevalence of orthorexia among medical students in Erzurum, Turkey. *Compr Psychiatry*, 51:49-54. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2009.03.001>
- Herranz VJ, Acuña RP, Romero VB, Visioli F. (2014). Prevalence of orthorexia nervosa among ashtanga yoga practitioners: a pilot study. *Eat Weight Disord*, 19:469-472.
- Kiss-Leizer M, Rigo A. (2019). People behind unhealthy obsession to healthy food: the personality profile of tendency to orthorexia nervosa. *Eating and Weight Disorders*, 24(1) 29-35. DOI: 10.1007/s40519-018-0527-9
- Luck- Sikorski C, Jung F, Schlosser K, Riedel-Heller SG. (2019). Is orthorexic behavior common in the general public? A large representative study in Germany. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 24:267-273 <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0502-5>
- Malmberg J, Bremander A, Olsson MC, Bergman S. (2017). Health status, physical activity, and orthorexia nervosa: A comparison between exercise science students and business students. *Appetite*, 109, 137-143.
- Nevin SM, Vartanian LR. (2017). The stigma of clean dieting and orthorexia nervosa. *J Eat Disord*, 5(1):37.
- Oğur S, Aksoy A, Güngör Ş. (2015). Üniversite öğrencilerinde Ortoreksiya Nervoza eğiliminin belirlenmesi. *Bitlis Eren Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*, 4(2):93-102.
- Savaşır I, Erol N. (1989). Yeme tutumu testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Turk J Psychol*, 7:19-25. <http://toad.edam.com.tr/sites/default/files/pdf/yeme-tutum-testi-anoreksiya-nervoza-belirtileri-indeksi-toad.pdf> [Retrieved 05 Jan. 2019].
- Segura-García C, Papaiani MC, Caglioti F ve ark. (2012) Orthorexia nervosa: a frequent eating disorder behavior in athletes. *Eat Weight Disord*, 17:1-17. <https://doi.org/10.3275/8272>
- Segura-Garcia C, Ramacciotti C, Rania M ve ark. (2015). The prevalence of orthorexia nervosa among eating disorder patients after treatment. *Eat Weight Disord*, 20:161-166. <https://doi.org/10.1007/s40519-014-0171-y>
- Simpson CC, Mazzeo SE. (2017). Attitudes toward orthorexia nervosa relative to DSM-5 eating disorders. *Int J Eat Disord*, 50(7):781-792.
- Sünbül Ş. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu ve ortoreksiya nervoza eğilimlerinin belirlenmesi. (Yüksekisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya. Tez no: 551830