

# TIP FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON VE ANKSİYETE DÜZEYLERİNİN SAPTANMASI VE BU DÜZEYLERİ ETKİLEYEN FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ



Elif Nur Yıldırım Öztürk<sup>1</sup> , Mehmet Uyar<sup>2</sup> , Mehtap Yücel<sup>2</sup>   
Tahir Kemal Şahin<sup>2</sup> , Seçkin Türker<sup>3</sup> 

1- Konya Akşehir İlçe Sağlık Müdürlüğü, Konya, Türkiye

2- Necmettin Erbakan Üniversitesi Meram Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı, Konya, Türkiye

3- Necmettin Erbakan Üniversitesi Meram Tıp Fakültesi, Konya, Türkiye

## Özet

Bu çalışmada tıp fakültesi öğrencilerinin depresyon ve anksiyete düzeylerinin saptanması, bu düzeyleri etkileyen faktörlerin belirlenmesi ve tıp fakültesi eğitiminin bu düzeylerde etkili olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır. Çalışma kesitsel türdedir. Etik kurul izni alınmıştır. Araştırmaya yeni başlayan dönem 1, dönem 3 ve dönem 6 öğrencilerinden oluşan toplam 400 tıp fakültesi öğrencisi katılmıştır. Araştırmada bir veri toplama formu ve Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADÖ) kullanılmıştır. Veriler arası ilişkiler tek yönlü varyans analizi ve ki-kare testi ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel olarak  $p < 0,05$  olan durumlar anlamlı kabul edilmiştir. Araştırma grubunun %63,5'i kadındı ve grubun yaş ortalaması  $21,02 \pm 2,64$  idi. Öğrencilerin %90,2'si tıp fakültesini kendi isteğiyle tercih etmişken; %72'si tıp fakültesinde öğrenci olmaktan memnundu. Dört yüz tıp fakültesi öğrencisinin HADÖ'den aldığı depresyon puanı ortalaması  $5,99 \pm 3,18$  ve ortancası 6 (0-17); anksiyete puanı ortalaması  $8,15 \pm 3,87$  ve ortancası 8 (0-20) idi. Öğrencilerin %41,2'sinde depresyon ve %30,5'inde anksiyete mevcuttu. Yeni başlayan 1. sınıf, 3. sınıf ve 6. sınıf tıp fakültesi öğrencilerinde depresyon ve anksiyete puanlarının nasıl değiştiği araştırıldığında; istatistiksel olarak sınıflar arasında depresyon puanları açısından fark olduğu ancak anksiyete puanları arasında farklılık bulunmadığı belirlendi. Araştırma sonucunda tıp fakültesi öğrencilerinde depresyon ve anksiyete sıklığının yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durumun tıp eğitimiyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Tıp eğitimi, depresyon, anksiyete, tıp fakültesi öğrencisi, Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği.

## DETERMINATION OF DEPRESSION AND ANXIETY LEVELS OF MEDICAL FACULTY STUDENTS AND DETERMINATION OF FACTORS AFFECTING THESE LEVELS

In this study, it is aimed to determine the depression and anxiety levels of medical faculty students, to determine the factors affecting these levels, and to investigate whether medical school education is effective at these levels. The study is cross-sectional. Ethics committee approval is obtained. A total of 400 medical school students, consisting of the newly started class 1, class 3 and class 6, participate in the study. A data collection form and Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) are used in the study. Relationships between data are evaluated using one-way analysis of variance and chi-square test. Statistically,  $p < 0.05$  is considered significant. 63.5% of the research group were female and the average age of the group was  $21.02 \pm 2.64$ . 90.2% of the students chose Medical School of their own accord; 72.0% were satisfied to be students in medical school. The mean depression score of four hundred medical school students from HADS was  $5.99 \pm 3.18$  and the median was 6 (0-17); the mean anxiety score was  $8.15 \pm 3.87$  and the median was 8 (0-20). 41.2% of students had depression and 30.5% had anxiety. When it was investigated how the depression and anxiety scores of the newly started class 1, class 3 and class 6 students changed; it was determined that there was a statistically significant difference between the classes in terms of depression scores, but no difference between anxiety scores. As a result of the study, it is found that the prevalence of depression and anxiety is high in medical faculty students. It is thought that this situation may be related to medical education.

**Key words:** Medical education, depression, anxiety, medical school student, Hospital Anxiety and Depression Scale.

**Sorumlu Yazar / Corresponding Author:** Elif Nur Yıldırım Öztürk  
Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye  
Konya Akşehir İlçe Sağlık Müdürlüğü, Konya, Türkiye

**e-mail:** elifnyildirim@hotmail.com **ORCID:** 0000-0003-1447-9756

**Diğer Yazarlar:** Mehmet Uyar: 0000-0002-3954-7471 Mehtap Yücel: 0000-0001-6091-3205

**Tahir Kemal Şahin:** 0000-0002-4836-1759 **Seçkin Türker:** 0000-0001-9940-3042

**Geliş tarihi / Received:** 28.08.2020, **Kabul Tarihi / Accepted:** 07.10.2020

**Nasıl Atf Yapalım / How to Cite:** Öztürk Yıldırım EN, Uyar M, Yücel M, Şahin TK, Türker S. Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Depresyon ve Anksiyete Düzeylerinin Saptanması ve Bu Düzeyleri Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi. 2020;5(3):418-29.

## Giriş

**2** 017'de yayımlanmış olan Küresel Hastalık Yüğü-2016 araştırmasına göre mental hastalıklar ve bağımlılıklar dünya üzerinde 1 milyardan fazla kişiyi etkilemektedir. Aynı araştırmaya göre en sık görülen mental hastalıklar anksiyete bozukluğu ve depresyondur (1).

Dünya Sağlık Örgütü genel nüfusa ilişkin depresyon prevalansını %4,4 (kadınlarda %5,1, erkeklerde %3,6) olarak açıklamıştır. Dünya çapında 322 milyon kişinin depresyon ile yaşadığı tahmin edilmektedir. Genel nüfusta anksiyete bozukluğu prevalansı %3,6'dır (kadınlarda %4,6, erkeklerde %2,6). Dünya çapında 264 milyon insanın anksiyete bozukluğu ile yaşadığı hesaplanmıştır (2).

Annenin gebeliği sırasında madde kullanımı, bebeklik döneminde güvensiz bağlanma ve çocukluk döneminde aile içi şiddete maruz kalma dâhil olmak üzere yaşamın önemli gelişim basamaklarında riske maruziyet mental sağlığın bozulması riskini beraberinde getirmektedir. Örneğin yoksullar, kronik sağlık sorunları olanlar, azınlık grupları ve çatışma-savaş nedeni yerinden edilmiş kişiler gibi toplumun bazı grupları ruh sağlığı bozuklukları ile ilgili risk taşımaktadır (3). Araştırmacılar tarafından tıp fakültesi öğrencilerinin de bu gruplardan biri olduğu düşünülmektedir.

Üniversitede tıp eğitimi almak yoğun bir deneyimdir ve dersler zorlayıcıdır. Öğrenciler sınavların baskısı veya hastaları gözlemlene nedeniyle stresli ve bunalmış hissedebilirler (4). Tıp fakültesi öğrencileri farklı bölümlerde üniversite eğitimi alan aynı yaşlardaki diğer üniversite öğrencilerine kıyasla daha

fazla stres altındadırlar (5, 6). Tıp eğitimi hekim olmanın uzun, travmatik ve stresli bir yolculuk şeklinde gerçekleşen ilk adımıdır (7).

Rotenstein ve arkadaşlarının 43 ülkeden 167 çalışmayı değerlendirdikleri metaanaliz çalışmasında tıp öğrencilerinde depresyon sıklığı %27,2 olarak (8); Quek ve arkadaşlarının 69 çalışmanın ele alındığı meta-analiz çalışmasında tıp öğrencileri için anksiyete sıklığı %33,8 hesaplanmıştır (9).

Bu çalışmada tıp fakültesi öğrencilerinin depresyon ve anksiyete düzeylerinin saptanması, bu düzeyleri etkileyen faktörlerin belirlenmesi ve tıp fakültesi eğitiminin bu düzeylerde etkili olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır.

## Gereç ve Yöntem

Çalışma kesitsel türde tasarlanmış epidemiyolojik bir araştırmadır.

Araştırma için Necmettin Erbakan Üniversitesi Meram Tıp Fakültesi İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır.

Araştırmanın evrenini Konya ili Meram ilçesi içerisinde yer alan Necmettin Erbakan Üniversitesi Meram Tıp Fakültesi öğrencileri oluşturmuştur. Çalışmanın örneklem büyüklüğü; G Power programıyla %5 hata payı, %95 güç ve orta etki büyüklüğü (0,25) ile tek yönlü varyans analizi baz alınarak 4 grup için 305 kişi olarak hesaplanmıştır. Çalışma örneklemeden veriler basit rastgele ve tabakalı örnekleme yöntemleriyle elde edilmiştir. Araştırma 15.06.2019-01.11.2019 tarihleri arasında çalışmaya katılmak için sözlü onam veren kadın ve erkek tıp fakültesi öğrencileri üzerinde yapılmıştır.

Çalışmaya 2018-2019 öğretim yılının Dönem 1, Dönem 3 ve Dönem 6 öğrencileri ile 2019-2020 öğretim yılının henüz tıp fakültesi eğitimine maruz kalmamış olan Dönem 1 öğrencileri olmak üzere toplam 400 kişi dâhil edilmiştir.

Araştırma için literatür taramasının ardından bir veri toplama formu hazırlanmıştır. Veri toplama formu, 2019-2020 öğretim yılı Dönem 1 öğrencilerine ve 2018-2019 öğretim yılı Dönem 1, Dönem 3 ve Dönem 6 öğrencilerine uygulanmıştır. Form toplam 42 soru ve 2 bölümden oluşmaktadır. Formun 28 sorudan oluşan ilk bölümü sosyodemografik özellikleri ve öğrencilere ilişkin çeşitli özellikleri, 14 sorudan oluşan ikinci bölümü ise Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği'ni (HADÖ) içermektedir. İlk bölümde yer alan 28 sorudan 3'ü 2019-2020 öğretim yılı Dönem 1 öğrencilerine sorulmamıştır. Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği, uygulaması kendi kendine yapılabilen bir ölçektir. Zigmond ve Snalth tarafından geliştirilmiş (10), Aydemir ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması (11) yapılmıştır. Ölçek 7'si anksiyeteyi ve 7'si depresyonu ölçen toplam 14 sorudan oluşmaktadır. Türk insanı için anksiyete kesme puanı 10 ve depresyon kesme puanı 7 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin anksiyete ve depresyon alt ölçeklerinin her ikisinden de alınabilecek puanlar minimum 0 ve

maksimum 21 puandır (11). Veri toplama formları, gönüllü katılımcılara gözlem altında uygulanmış olup, katılımcılar formları kendileri doldurmuşlardır. Her bir form ortalama 20 dakikada doldurulmuştur.

## İstatistiksel Analiz

Veri girişi, istatistiksel analizler ve rapor yazım işlemleri bilgisayar ortamında yapılmıştır. Sayısal verilerin özetlenmesinde; aritmetik ortalama± standart sapma ve ortanca (min-maks) değerleri, kategorik verilerin özetlenmesinde sayı ve yüzdelikler kullanılmıştır. Sayısal veriler arasındaki ilişkiler dağılımın normal olduğu durumlarda; tek yönlü varyans analizi ile değerlendirmiştir. Dağılımın normal olmadığı durumlarda, aynı testlerin nonparametrik karşılığının kullanılması planlanmıştır. Kategorik veriler arasındaki ilişkiler Ki-kare testi ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel olarak  $p<0,05$  olan durumlar anlamlı kabul edilmiştir.

## Bulgular

Öğrencilerin Sosyodemografik Özellikleri:

Dört yüz kişiden meydana gelen araştırma grubunun %63,5'i kadındı ve grubun yaş ortalaması  $21,02\pm 2,64$  idi. Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1:** Tıp fakültesi öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri.

	Özellikler	n	%
Cinsiyet	Kadın	254	63,5
	Erkek	146	36,5
İlişki Durumu	İlişkisi yok	325	81,2
	İlişkisi var (Evlü, nişanlı, sözlü, kız/erkek arkadaşı var)	75	18,8
Dönem	Yeni başlayan 1. sınıf	97	24,2
	1. sınıf	105	26,3
	3. sınıf	113	28,3
	6.sınıf	85	21,2
Aile tipi	Çekirdek aile	360	90,0
	Geniş aile	23	5,8
	Parçalanmış aile	17	4,2
Anne eğitim durumu	Ortaokul ve altı	180	44,9
	Lise ve üzeri	220	55,1
Anne aktif çalışma durumu	Evet	126	31,5
	Hayır	274	68,5
Baba eğitim durumu	Ortaokul ve altı	86	21,5
	Lise ve üzeri	314	78,5
Baba aktif çalışma durumu	Evet	318	79,5
	Hayır	82	20,5
Kardeş varlığı	Var	385	96,2
	Yok	15	3,8
Üniversitede okuyan kardeş varlığı	Var	128	32,0
	Yok	272	68,0
Gelir durumu	Gelirim giderimden az	56	14,0
	Gelirim giderime eşit	263	65,8
	Gelirim giderimden çok	81	20,2
En uzun yaşanan yer	Akdeniz Bölgesi	40	10,0
	İç Anadolu Bölgesi	254	63,5
	Ege Bölgesi	30	7,5
	Marmara Bölgesi	21	5,2
	Karadeniz Bölgesi	25	6,3
	Güneydoğu Anadolu Bölgesi	13	3,2
	Doğu Anadolu Bölgesi	12	3,1
	Yurtdışı	5	1,2
Şu an kaldığı yer	Ailesinin/akrabalarının yanında	166	41,5
	Arkadaşlarıyla beraber	182	46,3
	Kendi başına	49	12,2
Hayatının herhangi bir döneminde sigara kullanma durumu	Evet	65	16,2
	Hayır	335	83,8
Hayatının herhangi bir döneminde alkol kullanma durumu	Evet	45	11,2
	Hayır	355	88,8

## Öğrencilerin Bazı Yaşam Özellikleri

Öğrencilerin %90,2'si tıp fakültesini kendi isteğiyle tercih etmişken; %72,0'si

tıp fakültesinde öğrenci olmaktan memnundu. Öğrencilerin çeşitli yaşam özellikleri Tablo 2'de sunulmuştur.

**Tablo 2:** Tıp fakültesi öğrencilerinin bazı yaşam özellikleri.

Özellikler	n		%	
Tıp fakültesini kendi isteğiyle tercih etme	Evet	361	90,2	
	Hayır	39	9,8	
Tıp fakültesinde öğrenci olmaktan memnuniyet duyma*	Evet	233	72,0	
	Hayır	70	22,8	
Sevdiği şeylere vakit ayırabilme*	Evet	232	76,6	
	Hayır	71	23,4	
Profesyonel olarak ilgilendiği bir hobinin varlığı*	Var	80	26,2	
	Yok	223	73,8	
En az haftada üç gün ve en az yarım saat olacak şekilde düzenli egzersiz yapma	Evet	135	33,8	
	Hayır	265	66,2	
Sağlıklı beslendiğini düşünme	Evet	158	39,5	
	Hayır	242	60,5	
Şu güne kadar bir psikologla/psikiyatristle görüşme yapma durumu	Evet	117	29,2	
	Hayır	283	70,8	
Şu güne kadar bir psikologla/psikiyatristle görüşmeyi düşünme durumu	Evet	212	53,0	
	Hayır	188	47,0	
Doktor tarafından tanısı konulmuş psikiyatrik bir hastalığın varlığı	Var	42	10,5	
	Yok	358	89,5	
Düzenli olarak kullanılan psikiyatrik bir ilaç varlığı	Var	19	4,8	
	Yok	381	95,2	
Akrabalar içinde psikiyatrik hastalığı olan birinin varlığı	Var	112	28,0	
	Yok	288	72,0	

\*Belirtilen sorular yeni başlayan 1. sınıf öğrencilerine sorulmamıştır.

## Öğrencilerin Depresyon ve Anksiyete Prevalansı

Dört yüz tıp fakültesi öğrencisinin HADÖ'den aldığı depresyon puanı ortalaması  $5,99 \pm 3,18$  ve ortancası 6

(0-17); anksiyete puanı ortalaması  $8,15 \pm 3,87$  ve ortancası 8 (0-20) idi.

Öğrencilerin %41,2'sinde depresyon ve %30,5'inde anksiyete mevcuttu (Tablo 3).

**Tablo 3:** Tıp fakültesi öğrencilerinin sınıflara göre depresyon ve anksiyete prevalansı.

Durum	Sınıflar	Yeni Başlayan 1. Sınıf		1. Sınıf		3. Sınıf		6. Sınıf		Toplam	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Depresyon	Yok	71	73,2	67	63,8	52	46,0	45	52,9	235	58,8
	Var	26	26,8	38	36,2	61	54,0	40	47,1	165	41,2
Anksiyete	Yok	73	75,3	71	67,6	81	71,7	53	62,4	278	69,5
	Var	24	24,7	34	32,4	32	28,3	32	37,6	122	30,5

## Öğrencilerin Depresyon ile İlişkili Özelliklerinin Araştırılması

Öğrencilerin depresyon ile ilişkili özellikleri araştırıldığında yeni başlayan

1.sınıflarda istatistiksel olarak anlamlı olacak biçimde depresyon puanının düşük olduğu belirlendi (Tablo 4).

**Tablo 4:** Tıp fakültesi öğrencilerinin depresyon durumlarını etkileyebilecek özellikler.

Özellikler	Depresyon Puanı				Ki-kare	p	
	<7 puan		≥7 puan				
	n	%	n	%			
Dönem	Yeni başlayan 1. sınıf	71	73,2*	26	26,8	8,204	0,001
	1. sınıf	67	63,8	38	36,2		
	3. sınıf	52	46,0	61	54,0		
	6.sınıf	45	52,9	40	47,1		
Aile tipi	Çekirdek aile	204	56,7	156	43,3	7,853	0,020
	Geniş aile	16	69,6	7	30,4		
	Parçalanmış aile	15	88,2*	2	11,8		
Hayatının herhangi bir döneminde sigara kullanma durumu	Evet	30	46,2	35	53,8	5,081	0,024
	Hayır	205	61,2*	130	38,8		
Tıp fakültesini kendi isteğiyle tercih etme	Evet	219	60,7*	142	39,3	5,602	0,018
	Hayır	16	41,0	23	59,0		
Tıp fakültesinde öğrenci olmaktan memnuniyet duyma	Evet	136	58,4	97	41,6	7,932	0,005
	Hayır	27	39,1	42	60,9*		
Sevdiği şeylere vakit ayırabilme	Evet	134	57,8*	98	42,2	5,264	0,022
	Hayır	30	42,3	41	57,7		
Profesyonel olarak ilgilendiği bir hobinin varlığı	Evet	52	65,8*	27	34,2	5,720	0,017
	Hayır	112	50,2	111	49,8		
Sağlıklı beslendiğini düşünme	Evet	106	67,1*	52	32,9	7,493	0,006
	Hayır	129	53,3	113	46,7		
Şu güne kadar bir psikologla/psikiyatristle görüşmeyi düşünme durumu	Evet	110	51,9	102	48,1	8,767	0,003
	Hayır	125	66,5*	63	33,5		
Anksiyete puanı	<10 puan	191	68,7*	87	31,3	37,273	0,001
	≥10 puan	44	36,1	78	63,9		

\*İstatistiksel farklılığın kaynaklandığı gruba işaret etmektedir.

Depresyon ile cinsiyet, ilişki durumu, anne eğitim durumu, anne çalışma durumu, baba eğitim durumu, baba çalışma durumu gibi diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmadı ( $p>0,05$ ).

## Öğrencilerin Anksiyete ile İlişkili Özelliklerinin Araştırılması

Öğrencilerin anksiyete ile ilişkili özellikleri araştırıldığında erkek cinsiyette istatistiksel olarak anlamlı olacak biçimde anksiyete puanının kadın cinsiyete kıyasla daha düşük olduğu saptandı (Tablo 5).



**Tablo 5:** Tıp fakültesi öğrencilerinin anksiyete durumlarını etkileyebilecek özellikler.

Özellikler	Anksiyete Puanı				Ki-kare	p	
	<10 puan		≥10 puan				
	n	%	n	%			
Cinsiyet	Kadın	161	63,4	93	36,6	12,272	0,001
	Erkek	117	80,1*	29	19,9		
İlişki durumu	İlişkisi yok	233	71,7*	92	28,3	3,930	0,047
	İlişkisi var	45	60,0	30	40,0		
Üniversitede okuyan kardeş	Var	260	72,6*	98	27,4	4,429	0,035
	Yok	180	66,2	92	33,8		
Sigara kullanma durumu	Evet	38	58,5	27	41,5	4,461	0,035
	Hayır	240	71,6*	95	28,4		
Tıp fakültesinde öğrenci olmaktan memnuniyet duyma	Evet	167	71,7*	66	28,3	7,913	0,005
	Hayır	38	53,6	32	46,4		
Sevdiği şeylere vakit ayırabilme	Evet	167	72,0*	65	28,0	8,467	0,004
	Hayır	38	53,5	33	46,5		
Sağlıklı beslendiğini düşünme	Evet	127	80,4*	31	19,6	14,583	0,001
	Hayır	151	62,4	91	37,6		
Şu güne kadar bir psikologla/psikiyatristle görüşme yapma durumu	Evet	65	55,6	52	44,4	15,170	0,001
	Hayır	213	75,3*	70	24,7		
Şu güne kadar bir psikologla/psikiyatristle görüşmeyi düşünme durumu	Evet	117	55,2	95	44,8	43,583	0,001
	Hayır	161	85,6*	27	14,4		
Doktor tarafından tanısı konulmuş psikiyatrik bir hastalığın varlığı	Evet	18	42,9	24	57,1	15,715	0,001
	Hayır	260	72,6*	98	27,4		
Düzenli olarak kullanılan psikiyatrik bir ilaç varlığı	Evet	7	36,8	12	63,2	10,036	0,002
	Hayır	271	71,1*	110	28,9		
Akrabalar içinde psikiyatrik hastalığı olan birinin varlığı	Evet	69	61,6	43	38,4	4,572	0,033
	Hayır	209	72,6*	79	27,4		
Depresyon puanı	<7 puan	191	81,3*	44	18,7	37,273	0,001
	≥7 puan	87	52,7	78	47,3		

\*İstatistiksel farklılığın kaynaklandığı gruba işaret etmektedir.

Anksiyete ile dönem, aile tipi, anne eğitim durumu, anne çalışma durumu, baba eğitim durumu, baba çalışma durumu, kardeş varlığı, gelir durumu gibi diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmedi ( $p>0,05$ ).

### Öğrencilerde Dönemlere Göre Depresyon ve Anksiyete Puanları

Yeni başlayan 1. sınıf, 3. sınıf ve 6. sınıf tıp fakültesi öğrencilerinde depresyon ve anksiyete puanlarının nasıl değiştiği araştırıldığında; istatistiksel olarak sınıflar arasında depresyon puanları açısından fark olduğu ancak anksiyete puanları arasında farklılık bulunmadığı belirlendi (Tablo 6).

**Tablo 6:** Tıp fakültesi öğrencilerinde dönemlere göre depresyon ve anksiyete puanlarının değişimi.

Puanlar	Toplam ort̄ss	Yeni başlayan 1. Sınıf ort̄ss	1. Sınıf ort̄ss	3. Sınıf ort̄ss	6. Sınıf ort̄ss	F	p
Anksiyete puanı	8,15±3,87	7,68±3,70	8,13±4,00	8,53±3,77	8,23±4,05	0,851	0,467
Depresyon puanı	5,99±3,18	5,08±2,54	5,77±3,37	6,75±3,31	6,31±3,19	5,410	0,001

Depresyon puanındaki farklılık Tamhane's T2 ile araştırıldığında farklılığın yeni başlayan 1. sınıf-3. sınıf ve yeni başlayan 1. sınıf-6.sınıf arasında olduğu belirlendi ( $p<0,05$ ).

## Tartışma

Araştırma kapsamına alınan 400 tıp fakültesi öğrencisinde depresyon yaygınlığı %41,2 olarak bulunmuştur. Tunç ve Yapıcı'nın 606 tıp öğrencisiyle Mersin'de yaptıkları araştırmada depresyon sıklığı %22,2 olarak belirlenmiştir (12). Pesen ve Mayda'nın Düzce'de 490 tıp öğrencisiyle yaptıkları araştırmada sıklık %49,1'dir (13). Öncü ve arkadaşlarının 348 tıp fakültesi öğrencisiyle Ankara'da yürüttükleri çalışmada depresyon yaygınlığı %41,1'dir (14). Konar'ın 141 tıp öğrencisiyle Kırşehir'deki çalışmasında sıklık %34'tür (15). Brezilya'da 22 merkezde toplam 1350 tıp öğrencisiyle yapılan bir araştırmada depresyon sıklığı %41'dir (16). Rotenstein ve arkadaşlarının 43 ülkeden 167 çalışmayı değerlendirdikleri metaanaliz çalışmasında tıp öğrencilerinde depresyon yaygınlığı %27,2 olarak hesaplanmıştır (8).

Araştırmada tıp fakültesi öğrencilerinin %30,5'inde anksiyete olduğu belirlenmiştir. Öncü ve arkadaşlarının Ankara'da 348 tıp fakültesi öğrencisiyle yürüttükleri çalışmada anksiyete yaygınlığı %45'tir (14). Tunç ve Yapıcı'nın Mersin'de 606 tıp öğrencisiyle yaptıkları araştırmada anksiyete sıklığı %22,1 olarak

belirlenmiştir (12). Azad ve arkadaşlarının Pakistan'da 150 tıp öğrencisiyle gerçekleştirdikleri çalışmalarında anksiyete yaygınlığı %19'dur (17). Gan ve Hue'nin Malezya'da 149 tıp öğrencisiyle yaptığı çalışmada anksiyete sıklığı %33 bulunmuştur (18). Quek ve arkadaşlarının 69 çalışmayla yaptıkları meta-analizde tıp öğrencileri için anksiyete sıklığı %33,8 hesaplanmıştır (9).

Hem çalışmamızda hem de literatürdeki pek çok diğer araştırmada tıp öğrencileri arasında depresyonun ve anksiyetenin yaygın ruh sağlığı sorunları olduğu ve bu yaygınlığın genel nüfustaki oranın çok üstünde bulunduğu görülmektedir. Bu durum tıp öğrencilerinin ruh sağlığı açısından riskli bir grup olabileceğini düşündürmektedir. Bu yüksekliğin bir diğer nedeni de araştırma gruplarının yaş, hayat stili ve gelişim özellikleri olabilir.

Araştırmada tıp fakültesine yeni başlayan henüz tıp eğitimi almamış olan 1. sınıflarda hem depresyon hem de anksiyete sıklığı, tıp eğitimi almış olan 1. sınıf, 3. sınıf ve 6. sınıflardan düşük bulunmuştur. Araştırmamızda bulduğumuz sıklıklar, tıp fakültesi eğitiminin etkisine bağlanabilir. Güler ve arkadaşlarının Isparta'da 226 öğrenciyle yaptıkları



araştırmada tıp eğitimine maruziyet arttıkça depresyon puanlarının azaldığı bulunmuştur (19). Öncü ve arkadaşlarının Ankara'da 348 tıp öğrencisi üzerinde yaptıkları araştırmada anksiyete puanlarının eğitim süresi arttıkça azaldığını ve depresyon puanlarının eğitim süresi arttıkça önce arttığını sonra azaldığını bulmuşlardır (14). Moreira de Sousa ve arkadaşlarının Portekiz'de 750 öğrenciyle yürüttükleri araştırmada tıp öğrencilerinde anksiyete yaygınlığı tıp öğrencisi olmayanlara kıyasla daha yüksek bulunurken; depresyon yaygınlığı birbirine yakın bulunmuştur (6). Literatürde karşılaşılan birbirinden farklı sonuçlar kafa karıştırıcıdır ve üzerinde çalışılan grupların özellikleri ile ilişkilendirilebilir.

Çalışmada sigara kullanmamış olanların depresyon ve anksiyete sıklığı, kullanmış olan gruba kıyasla daha düşük bulunmuştur. Bu durumun nedeni sağlığa zararlı alışkanlıklar içerisinde yer alan sigarayı kullanmamış olmanın öğrencilerde daha iyi bir ruh halini sağlıyor olması olabileceği gibi; sigaranın içerdiği pek çok kimyasala maruz kalmamış olmak da olabilir. Fluharty ve arkadaşları sigara ile depresyon ve anksiyete ilişkisini inceledikleri sistematik derleme türündeki araştırmalarında birbiriyle çelişen tutarsız sonuçlara ulaşmışlardır. İnceledikleri 148 çalışmanın bazıları sigaranın depresyon ve anksiyeteyi arttırdığı, bazıları azalttığı, bazıları ise değiştirmedeği bulgusuna ulaşmıştır (20). Sigara ile depresyon ve anksiyete ilişkisi henüz net değildir, üzerinde çalışılmasına ihtiyaç vardır.

Araştırmada tıp fakültesinde öğrenci olmaktan memnun olmayanlarda depresyon yaygınlığı daha yüksek ve tıp fakültesinde öğrenci olmaktan memnun olanlarda anksiyete yaygınlığı daha düşük

Karaoğlu ve Şeker'in Konya'da prelinik tıp öğrencileriyle yaptıkları araştırmada tıp seçiminden memnuniyet ile depresyon ve anksiyete puan ortalamaları arasında farklılık olduğu ve bu farklılığın temel olarak daha az memnuniyet gösteren gruplardan kaynaklandığı belirlenmiştir (21).

Çalışmada sağlıklı beslendiğini ifade eden öğrenci grubunda hem depresyon hem de anksiyete yaygınlığı düşük bulunmuştur. Bu durumun nedeni sağlığı için iyi bir şey yapıyor olmanın getirdiği iyi duygu durumu olabileceği gibi; beslenme ile vücuda alınan besin öğelerinin mental sağlık üzerindeki olumlu etkileri de olabilir. Çatak'ın 484 üniversite öğrencisiyle yaptığı yüksek lisans tezinde her gün hazır gıda tüketmenin ve probiyotik süt ürünleri tüketmemenin anksiyete sıklığını arttırdığı; yoğurt, yeşil yapraklı sebze ve meyve tüketiminin anksiyete yaygınlığını azalttığı belirlenmiştir (22). Gibson Smith ve arkadaşlarının 1634 yetişkinle yürüttükleri araştırmada işlenmemiş tahıl ve sebze tüketimi yüksek olanlarda depresyon ve anksiyete düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur (23).

Araştırmada anksiyete görülmeyenlerde depresyon görülme sıklığı daha düşük bulunmuştur. Bu durumun tersi de doğrudur. Bu paralellik ruh sağlığı hastalıklarının birlikte görülüyor olmasıyla ilişkilendirilebilir (24). Bir diğer sebep ise depresyon ve anksiyeteden korunma sağlayan faktörlerin benzer ve ortak olması olabilir. Araştırmamızda bu değişkenler sigara kullanmamış olmak, sevdiği şeylere vakit ayırabilmek, sağlıklı beslendiğini düşünmek ve bir psikologla/psikiyatristle görüşme yapmayı düşünmemiş olmak olarak belirlenmiştir.

## Sonuç ve Öneriler

Araştırma kapsamına alınan 400 tıp fakültesi öğrencisinde depresyon yaygınlığı %41,2 ve anksiyete yaygınlığı %30,5'tir. Araştırmada tıp fakültesine yeni başlayan henüz tıp eğitimi almamış olan 1. sınıflarda hem depresyon hem de anksiyete sıklığı, tıp eğitimi almış olan 1. sınıf, 3. sınıf ve 6. sınıflardan düşük bulunmuştur. Depresyon ile ilişkili değişkenler olarak okuduğu sınıf, aile tipi, sigara kullanımı, tıp fakültesini kendi isteğiyle tercih etme, tıp fakültesine öğrenci olmaktan memnuniyet duyma, sevdiği şeylere vakit ayırabilme, profesyonel olarak ilgilendiği bir hobi, sağlıklı beslendiğini düşünme, bir psikologla/psikiyatristle görüşmeyi düşünme ve anksiyete durumu belirlenmiştir. Cinsiyet, ilişki durumu, üniversitede okuyan kardeş, sigara kullanımı, tıp fakültesine öğrenci olmaktan memnuniyet duyma, sevdiği şeylere vakit ayırabilme, sağlıklı beslendiğini düşünme, bir

psikologla/psikiyatristle görüşme, bir psikologla/psikiyatristle görüşmeyi düşünme, kendisinde psikiyatrik hastalık, psikiyatrik ilaç kullanma durumu, akrabalarda psikiyatrik hastalık ve depresyon durumu ise çalışmanın anksiyeteye ilişkilendirilen değişkenleridir.

Ruh sağlığını etkileme ve bozma tehlikesi bulunan tıp eğitimine maruz kalan tıp fakültesi öğrencilerini düzenli aralıklarla depresyon ve anksiyete başta olmak üzere ruhsal hastalıklara karşı taramak önemli görünmektedir. Ayrıca hem araştırmamızda belirlediğimiz hem de literatürde halihazırda belirlenmiş olan depresyon ve anksiyete risklerine sahip öğrencilerin daha sık aralıklarla taranması fayda sağlayabilir. Fakülteye ilk kayıt esnasında öğrencilerin detaylı ruhsal muayenelerinin yapılması ve kaydedilmesi yararlı olabilir. Tıp eğitimi boyunca, depresyon ve anksiyete başta olmak üzere ruh sağlığı sorunlarıyla baş etme ile ilişkili bilgilendirici ve farkındalık oluşturucu etkinlikler planlanabilir.

## Kaynaklar

1. Global Burden of Disease Collaborative Network. *Global Burden of Disease Study 2016 results (GBD)*. (2017).
2. WHO. *Global Health Estimates. Depression and Other Common Mental Disorders*. (2017). <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?sequence=1> (Erişim tarihi: 18.08.2020)
3. WHO. *Risks to Mental Health: An Overview of Vulnerabilities and Risk Factors*. (2012). [https://www.who.int/mental\\_health/mhgap/risks\\_to\\_mental\\_health\\_EN\\_27\\_08\\_12.pdf](https://www.who.int/mental_health/mhgap/risks_to_mental_health_EN_27_08_12.pdf) (Erişim tarihi: 18.08.2020)
4. General Medical Council and Medical Schools Council. *Supporting medical students with mental health conditions*. Published 2013, updated 2015.
5. Wolf TM: *Stress, coping and health: enhancing well-being during medical school*. *Med Educ* 1994, 28: 8-17.
6. Moreira De Sousa J, Moreira CA, Telles-Correia D. *Anxiety, depression and academic performance: A study amongst portuguese medical students versus non-medical students*. *Acta Med Port* 2018; 31(9): 454-62.
7. Karaoğlu N, Şeker M. *Is medical education really stressful? A prospective study in Selcuk University, Turkey*. *Kuwait Medical Journal* 2012; 44(2): 104-112.
8. Rotenstein LS, Ramos MA, MPhil; Torre M, Segal JB, Peluso MJ, Guille C, Sen S, Mata DA. *Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students*. *JAMA*. 2016; 316(21): 2214-2236.
9. Quek TTC, Tam WWS, Tran BX, Zhang M, Zhang Z, Ho CSH, Ho RCM. *The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis*. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2019, 16, 2735.
10. Zigmond AS, Sanlth RP. *The hospital anxiety and depression scale*. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 1983; 67: 361-70.
11. Aydemir Ö, Güvenir T, Küey L, Kültür S. *Hastane anksiyete ve depresyon ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması*. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 1997; 8: 280-7.
12. Yeniocak Tunç A, Yapıcı G. *Bir tıp fakültesindeki öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin değerlendirilmesi*. *Turk J Public Health* 2019; 17(2): 153-68.
13. Pesen A, Mayda AS. *Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete, Stres Düzeyleri ve İlişkili Faktörler*. *Sakarya Tıp Dergisi* 2020;10(2):240-52.
14. Öncü B, Şahin T, Özdemir S, Şahin C, Çakır K, Öcal E. *Tıp fakültesi öğrencilerinde depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ve ilişkili etmenler*. *Kriz Dergisi* 2013; 21(1-3): 1-10.
15. Konar NM. *Tıp fakültesi öğrencilerinde depresyon, anksiyete ve stres düzeyi ile ilişkili faktörler*. *Ankara Med J* 2020;(1):90-104.
16. Mayer FB, Santos IS, Silveria PSP, Lopes MHI, de Souza ARN, Campos EP, de Abreu BAL, Hoffman I, Magalhaes CR, Lima MCP, Almeida R, Spinardi M, Tempiski P. *Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study*. *BMC Medical Education* 2016; 16: 282.
17. Azad N, Shahid A, Abbas N, Shaheen A, Munir N. *Frequency of anxiety and depression in medical students of a private medical college*. *J Ayub Med Coll Abbottabad* 2017;29(1): 123-127.
18. Gan GG, Hue YL. *Anxiety, depression and quality of life of medical students in malaysia*. *Med J Malaysia* 2019; 74(1): 57-61.
19. Güler M, Demirci K, Karakuş K, Kişioğlu AN, Zengin E, Yozgat Z, Ören Ö, Saydam G, Yılmaz HR. *Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde umutsuzluk-depresyon sıklığı ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. *Int J Basic Clin Med* 2014; 2(1): 32-7.
20. Fluart M, Taylor AE, Grabski M, Munafo MR. *The Association of Cigarette Smoking With Depression and Anxiety: A Systematic Review*. *Nicotine & Tobacco Research* 2017; 19 (1): 3-13.

21. Karaoğlu N, Şeker M. Klinik Öncesi Yıllardaki Tıp Öğrencilerinin Anksiyete ve Depresyon Düzeyleri ve Etkili Olabilecek Faktörler. *TAF Prev Med Bull* 2011; 10(3): 303-12.
22. Çatak Ő. Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve probiyotik süt ürünleri tüketim sıklıklarının anksiyete bozukluğuna etkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Programı, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Aydın, 2019.*

23. Gibson Smith D, Bot M, Brouwer IA, Visser M, Giltay EJ, Penninx WJHB. Association of food groups with depression and anxiety disorders. *European Journal of Nutrition*. 2020; 59: 767-78.
24. Karamustafalıoğlu O, Yumrukçal H. Depresyon ve anksiyete bozuklukları. *Őişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*. 2011; 45: 65-74.