



SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN BİTKİSEL DESTEK ALMA DURUMLARININ BELİRLENMESİ

DETERMINATION OF HERBAL SUPPORT STATUS OF FACULTY OF HEALTH SCIENCES STUDENTS

Gökhan Doğukan AKARSU¹, Rukiye HÖBEK AKARSU²

¹ Doktora Öğrencisi, Erciyesi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tıbbi Biyokimya A.D., Kayseri

² Dr.Öğr. Üyesi, Yozgat Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Yozgat

Özet

Amaç: Bu çalışma üniversite öğrencilerinin bitkisel destek alma durumlarını belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapıldı.

Gereç ve Yöntem: Araştırma Yozgat Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler ile yapıldı. Tanımlayıcı olarak yapılan bu çalışmada örneklem seçimine gidilmeyip araştırmaya katılmayı kabul eden 436 öğrenciyle tamamlandı. Veriler öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini ve bitkisel destek alma durumlarını belirlemeye yönelik soru formu ile toplandı. Verilerin değerlendirilmesinde sayı, ortalama ve yüzdelik değerler kullanıldı.

Bulgular: Katılımcıların ortalama 19.00 ± 0.8 yaşında ve %57.3'ünün hemşirelik bölümünde olduğu belirlendi. Öğrencilerin %67.5'inin bitkisel desteğe başvurduğu, %63.9'unun başvurma nedeninin sağlığı geliştirmek olduğu saptandı. Bitkisel desteğe başvuran öğrencilerin %54.1'i bitkisel terapi, %45.9'unun ise vitamin-mineral preparatı aldığı belirlendi.

Sonuç: Öğrencilerin yarısından fazlasının bitkisel destek aldığı ve çoğunluğunun başvurdukları bitkisel desteklerin içeriklerinde bulunan maddelerin ne olduğunu bilmedikleri ve bitkisel destek konusunda bilgi kaynağı olarak medyayı kullandıkları saptandı.

Anahtar Kelimeler: Bitkisel terapi, Bitkisel destek, Beslenme, Öğrenci.

Abstract

Objective: This study was conducted as a descriptive to determine the status of university students to receiving herbal support.

Material-Methods: The research was conducted with the students of Yozgat Bozok University Faculty of Health Sciences. This descriptive study was completed with 436 students who accepted to participate in the study, rather than choosing the sample. The data were collected using a questionnaire to determine the socio-demographic characteristics of the students and their status of receiving herbal support. Number, average and percentage values were used in the evaluation of the data.

Results: It was determined that the average age of the participants was 19.00 ± 0.8 years and 57.3% of them were in the nursing department. It was determined that 67.5% of the students refer to herbal support and 63.9% of them applied because of increasing the health. It was determined that 54.1% of the students who applied for herbal support took herbal therapy and 45.9% took vitamin-mineral preparation.

Conclusions: It was determined that more than half of the students received herbal support and the majority of them did not know what the ingredients of the herbal supplements they applied were and used the media as a source of information about herbal support.

Keywords: Herbal therapy, Herbal support, Nutrition, Student.

ORCID ID: G.D.A 0000-0002-6586-5748; R.H.A 0000-0002-3476-0740

Sorumlu Yazar: Gökhan Doğukan AKARSU, Doktora Öğrencisi, Erciyesi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, Kayseri

E-mail: gokhan.dogukan.akasu@hotmail.com

Geliş tarihi/ Date of receipt: 01.03.2021

Kabul tarihi / Date of acceptance: 17.03.2020

GİRİŞ

Üniversite öğrencilerinin ailelerinden uzakta olup çoğunlukla yalnız yaşamaları, sınavlarda başarılı olma, mezun olabilmek kaygıları fizyolojik ve psikoloji olarak sağlık sorunları yaşamalarına neden olabilmektedir. Ayrıca çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olan bu dönemde fiziksel, psikolojik, sosyal, bilişsel ve ekonomik değişimler de yaşamaktadırlar (1). Bu nedenle bedenlerinin fizyolojik ve psikolojik sağlığını sürdürmek amacıyla destek tedavilere başvurabilmektedirler. Bu destek tedavileri çoğunluklu bitkisel terapi ve mineral- vitamin desteği oluşturmaktadır (2).

Bireyler son yıllarda yaşadıkları sağlık sorunları ile baş etmek ve sağlık seviyelerini yükseltmek amacıyla bitkisel destek tedavilerine yönelmektedir. Özellikle medyada bitkisel destek ürünlerin gereğinden fazla yer verilmesi bitkisel ürünlere yönelimi arttırmaktadır. Bazı ilaçların bitkilerden yapılması, bitkisel kaynaklı olduğunun belirtilmesi ve bitkilerin doğanın mucizesi olarak gösterilmesi bitkisel destek ürünlerine olan güveni arttırmaktadır (3)

Bitkisel destek tedavilerin kullanım amacını bedenini iyi hale getirilmesi, mevcut rahatsızlıkların tedavi edilmesi ile kimyasal olarak kabul edilen ilaçların kullanılmamasıdır (4). Ancak bazı bitkiler de son derece toksik etkiler göstererek beklenmedik yan etkilere neden olabilmektedir. Bitkisel kaynağı kullanarak ilaç hazırlayan ilaç şirketleri bu ilaçların aktif bileşenleri tanımlayıp, analiz ederek güvenli doz standardizasyonu yapmakla birlikte ilaçların vücutta ne gibi etki/yan etkiye neden olabileceğini öngörmektedir. Ancak bu durum bitkisel destek ürünlerinde söz konusu olmamaktadır (5,6).

Bununla birlikte kimyasal ilaçlarda tedavi amacıyla kullanılan bitkilerin alınan diğer ilaçlarla etkileşimleri konusunda veriler de çok daha azdır. Bu durumda kullanılan preparatın başka komplikasyonlara neden olabileceği göz ardı edilmektedir (1). Ayrıca bitkilerin sırf kendisini koruyabilmek için bile toksik madde ürettikleri belirtilmektedir. Hypericum perforatum olarak ta bilinen sarı kantaron bitkisinin depresyona iyi geldiği internet üzerinden yapılacak kısa bir araştırmayla görülmektedir. Ancak bu bitkinin ya da bu bitkiyi içeren preparatların yan etkilerinde gastrointestinal yol rahatsızlıkları,

konfüzyon, baş dönmesi, ağız kuruluğu, yorgunluk, saç dökülmesi, manik bozukluk, iritasyon, hiperaktivite gibi istenmeyen olaylara neden olabildiği bildirilmektedir. Bu otun içeriğinde bulunan bazı maddelerin çeşitli reaksiyonlara girerek serbest radikaller meydana getirmektedir. Serbest radikaller ise hücrelere ciddi zararlar vermektedir (7,8).

Kullanılan bitkisel tedavi preparatlarının herhangi bir eczaneden ya da aktar diye tabir edilen işyerlerinden alınan/hazırlatılan preparatların rahatsızlığı daha da şiddetlendireceği, belki yalancı pozitiflikle erkenden başlanması gereken tedavi için zaman kaybı oluşturacağı, en kötüsü de bireyin geri dönüşü olmayacak şekilde sağlığının bozulmasına neden olabilmektedir. Hastalığın teşhisi yapılmadan ve hekim tarafından tedavi sürecine başlamadan kişinin sadece etrafında ki yetkisiz kişilerden, televizyon programından, internet sitelerinden duyduğu/gördüğü, kim tarafından ne zaman ne için yazıldığı belli olmayan sözde reçetelerle bitki ile tedavi olacağı/iyi hale gelebileceğine inanması önemli sağlık sorunlarına yol açabilmektedir (7-9).

Özellikle ailelerinden uzakta olan öğrencilerin tüm bu durumları araştırmadan, medyadan duyduğu kadarıyla sahip olduğu bilgiler ile aktar ya da eczanelerden bitkisel ürünleri temin edip kullanabilmektedir. Sağlık personeli genç yetişkinlerin bitkisel ürün kullanma durumlarını belirleyip bu konuda bireylerin eğitim ihtiyaçlarını karşılamalıdır. Bu nedenle bu çalışma üniversitede öğrenim gören öğrencilerin bitkisel destek alma durumlarını belirlemek amacıyla yapıldı.

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu çalışma tanımlayıcı olarak, 2019-2020 eğitim öğretim yılı bahar döneminde yapıldı. Araştırma Yozgat Bozok Üniversitesinde yürütüldü. Fakültede ebelik, hemşirelik ve çocuk gelişimi bölümleri bulunmaktadır. Ancak çalışma fakültenin sağlıkla ilgili bölümlerinden olan ebelik ve hemşirelik bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler ile yapıldı. Araştırmada örneklem seçimine gidilmeyip araştırmaya katılmaya kabul eden 436 öğrenci ile evrenin %80'ine ulaşılarak tamamlandı. Araştırmaya katılmayı reddeden öğrenciler ve anketleri eksik dolduran öğrenciler araştırma dışı bırakıldı.

Araştırmanın verileri araştırmacılar tarafından evrenden araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenciler ile literatür taranarak oluşturulan anket formu ile toplandı (1,3,4,10). Anket formu öğrencilerin yaşı, boy, kilo, cinsiyeti, nerde yaşadığı, bitkisel destek alma durumları, bitkisel destek hakkında bilgi kaynaklarının neler olduğunu belirlemeye yönelik 15 sorudan oluşmaktadır. Veriler ders bitiminde öğrenciler sınıftan ayrılmadan öğrencilere veri toplama formu dağıtılarak toplandı. Her bir öğrenci için anketin tamamlanması ortalama 10 dakika sürdü.

İstatistiksel Analiz

Veriler bilgisayar ortamında SPSS 21 paket programı ile değerlendirildi. Verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanıldı.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmaya başlanmadan önce Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Bozok Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik kurul onayı alındı (sayı:60174989-2019-133). Araştırmaya katılacak bireylere araştırmanın amacı açıklanarak yazılı ve sözlü onamları alındı.

BULGULAR

Katılımcıların bazı tanımlayıcı özellikleri Tablo 1'de verildi. Çalışmadaki öğrencilerin yaş ortalaması 19.00±1.8, boy ortalaması 163.67±15.54, kilo ortalaması 57.83±9.09, Beden Kitle Endeksi (BKI) ortalaması 21.72±3.34 olarak belirlendi. Öğrencilerin %57.3'ünün hemşirelik bölümünde olduğu, %66.7'sinin gelir durumu orta düzeyde, %47.2'sinin ilde yaşadığı, %39.7'sinin devlet yurdunda barındığı saptandı (Tablo 1).

Tablo 2'de öğrencilerin bitkisel destek alma durumlarına ilişkin bazı davranışları verildi. Katılımcıların %67.5'inin bitkisel destek aldığı, %54.1'inin aldığı bitkisel desteğin bitkisel terapi (bitki çayı, kokusu vb.) olduğu, %63.9'unun sağlığı geliştirmek amacıyla bitkisel destek aldığı, %63.3'ünün bitkisel destek hakkındaki bilgilere medyadan

ulaştığı belirlendi. Öğrencilerin %80.7'sinin kullandığı bitkisel desteğin içeriği hakkında bilgi sahibi olmadığı, %86.7'sinin son kullanma tarihini kontrol etmediği, %52.5'inin kullandığı bitkisel desteği yararlı bulduğu saptandı (Tablo 2).

Tablo 1. Katılımcıların bazı tanımlayıcı özelliklerinin dağılımı (n=436)

Tanımlayıcı Özellikler	Ortalama±Standart Sapma	
Yaş ortalaması	19.00±1.8	
Boy ortalaması	163.67±15.54	
Kilo ortalaması	57.83±9.09	
BKI ortalaması	21.72±3.34	
Cinsiyet	n	%
Kadın	396	90.8
Erkek	40	9.2
Ekonomik durum		
Çok iyi	10	2.3
İyi	101	23.2
Orta	291	66.7
Kötü	26	6.0
Çok kötü	8	1.8
Bölüm		
Hemşirelik	250	57.3
Ebelik	186	42.7
Yaşanılan yer		
İl	206	47.2
İlçe	142	32.6
Köy	88	20.2
Barındıkları yer		
Öğrenci evi	96	22.0
Devlet yurdu	173	39.7
Özel yurt	167	38.3

Tablo 2. Katılımcıların bitkisel destek almaya ilişkin bazı davranışlarının dağılımı (n=436)

Davranışlar	<i>n</i>	%
Bitkisel destek alma durumu		
Alan	294	67.5
Almayan	142	32.5
Alınan bitkisel destek*		
Bitkisel terapi**	236	54.1
Vitamin mineral preparatları	58	45.9
Bitkisel desteğe başvurma nedenleri		
Hastalık tedavisi	26	8.9
Sağlığı geliştirmek	188	63.9
Kendini iyi hissetme	80	27.2
Bitkisel destek konusunda bilgi alınan kaynak		
Sağlık personeli	34	7.8
Arkadaşlar	126	28.9
Medya	276	63.3
Kullanılan bitkisel desteğin içeriğini hakkında bilgi sahibi olma durumu*		
Olan	59	19.3
Olmayan	235	80.7
Kullanılan bitkisel desteğin son kullanma tarihini kontrol etme durumu*		
Eden	39	13.3
Etmeyen	255	86.7
Kullanılan bitkisel desteğin yararlı bulma durumları*		
Yararlı bulan	154	52.5
Yararlı bulmayan	61	20.7
Kararsız olan	79	26.8

* Yüzdeler n=294 üzerinden alınmıştır.

**Öğrencilerin tamamına yakının bitkisel terapi kapsamında bitkilerin demleyerek çaylarını tükettikleri belirtti. Yalnızca 8 öğrenci kokusundan yararlandığını, 2 öğrencide bitki yaprağının ezerek istediği bölgeye uyguladığını belirtti.

TARTIŞMA

Çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin yarısından fazlasının bitkisel destek aldığı belirlendi. Akarsu ve ark (2020) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin en fazla oranda kullandıkları tamamlayıcı ve alternatif tedavi yönteminin bitkisel terapi olduğu belirtilmektedir (3). Literatürde yapılan diğer çalışmalarda da öğrencilerin yüksek oranlarda bitkisel destek tedavilerine başvurdukları vurgulanmaktadır (12-14). Ülkemizde bitki çaylarının, bitkisel preparatların eczanelerde ve aktarlarda reçetesiz bir şekilde satılması nedeniyle öğrenciler kolaylıkla ulaşabilmekte, koruyucu

ya da tedavi edici amaçlarla doğrudan bitkileri veya bitkisel ürünleri kullanabilmektedir. Bununla birlikte medyada çok fazla miktarda bitkisel destek ürünlerinin reklamlarına yer verilmesi ve faydalı olduğu konusunda haberler yapılması öğrencilerin bu destek tedavileri hakkında bilgi sahibi olmalarını sağlayarak, başvurmalarına neden olmaktadır (1). Bu doğrultuda çalışmamızda öğrencilerin %63.3'ünün bitkisel destek konusunda bilgiye medya aracılığı ile eriştiği bulgusunu destekler niteliktedir. Yapılan bir çalışma da bitkisel destek ürünleri hakkında bilgi almak için en sık kullanılan kaynakların sırasıyla televizyon (%76,3), dergiler/gazeteler (%41,5), internet

siteleri (%37,3), aile (%20,1), arkadaş (%19,8) ve diğer olarak belirlenmiş, bizim çalışmamızda olduğu gibi sağlık personelinin bilgi alanlarının oranının çok düşük olduğu vurgulanmaktadır (15).

Çalışmamızda öğrencilerin %45,9'unun vitamin-mineral desteği aldığı belirlendi. Yapılan bir çalışmada en çok kullanılan bitkisel destek tedavisinin vitamin-mineral takviyesi olduğunu belirtilmektedir (16). Yapılan başka bir çalışmada da öğrencilerin %32,5'inin vitamin-mineral desteği kullandıkları vurgulanmaktadır (10).

Katılımcıların %63,9'unun sağlığı geliştirmek amacıyla bitkisel destek ürünlerine başvurdukları saptandı. Literatürde sporcu öğrenciler hariç, diğer öğrencilerle yapılan çalışmalar da çoğunluğunun stresten korunmak, hastalıkları önlemek vb. gibi sağlığı geliştirmek amacıyla bitkisel destek aldıkları belirtilmektedir. Literatürle benzer olan çalışma sonuçlarımız üniversite öğrencilerinin yaşadıkları koşullarda kendilerini fiziksel ve psikolojik olarak korumaya almak istediklerini düşündürebilir (17,18).

Sporcu öğrenciler ile yapılan bir çalışmada öğrencilerin kullandıkları destekten %84,6'sının yarar gördüğü belirlenmiştir (19). Yapılan başka bir çalışmada ise katılımcıların %29,7'sinin çok yarar gördüğünü belirttikleri saptandı. Çalışmamızda ise öğrencilerin %52,5'inin kullandığı destekten yarar gördüğü belirlendi. Literatürde yarar görme oranları birbirinden farklıdır. Bunun nedenin öğrencilerin kullandıkları bitkisel destek türüne göre yarar görme oranlarının değişebilir olmasından kaynaklanmaktadır.

Çalışmamızda öğrencilerin çoğunluğunun kullandığı ürünün içeriğini bilmediği belirlendi. Yine üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışma bitkisel ürünü kullananların yaklaşık üçte birinin herhangi bir araştırma yapmadan bitkisel ürün kullandığı belirlenmiştir (20). Bu durum öğrencilerin kullandıkları ürünü bilimsel olarak araştırmadan, uzman bir sağlık profesyoneline sormadan alıp kullandığı sonucunu göstermektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Öğrencilerin yarısından fazlasının bitkisel destek aldığı ve bitkisel destek hakkında bilgi kaynağı olarak medyayı kullandıkları belirlendi. Medya bireyler için her

zaman doğru bilgiyi sağlayamamaktadır. Bu nedenle ebelik, hemşirelik gibi sağlıkla ilgili bölümlerde okuyan öğrencileri tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerinden biri olan fitoterapi hakkında bilgi verilmesi oldukça önemlidir. Bu hem kendi sağlıklarını korumalarına katkı sağlayacak hem de ileride danışmanlık yapacakları kadın, çocuk, yaşlı gibi hassas grupların sağlıklarının korunmasına katkı sağlayacaktır.

Çıkar Çatışması Beyanı

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Fon Bilgisi

Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

KAYNAKLAR

1. Çuhadaroğlu F. Ergenlik döneminde psikolojik gelişim özellikleri. *Katkı Pediatri Dergisi*. 2000;21(6):863-8.
2. Akarsu RH, Güleröglü FT, Alsaç SY. Üniversiteli kız öğrencilerin tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarını kullanma durumları ve etkileyen faktörler. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 2020;3(1):10-16.
3. Erdem S, Eren PA. Tedavi amacıyla kullanılan bitkiler ve bitkisel ürünlerin yan etkileri. *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, 2009;133.
4. Chan K. Some aspect of toxic contaminants in herbal medicines. *Chemosphere*, 2003;52(9):1361-1371
5. Ernst E. Herbal medicines: balancing benefits and risks. *Novartis Found Symp* 2007; 282:154-67.
6. Van Breemen RB, Fong HH, Farnsworth NR. Ensuring the safety of botanical dietary supplements. *Am J Clin Nutr*. 2008;87:5095-135.
7. Schey KL, Patat S, Chignell CF, Datillo M, Wang RH, Roberts JE. Photooxidation of lens alpha-crystallin by hypericin (active ingredient in St.John's wort). *Photochem Photobiol*,2000;72:200-3.
8. Woelk H, Burkand G, Grunwald J. Benefits and risks of the Hypericum extract L1160: drug monitoring study with 3250 patients. *J Geriatr Psychiatry Neurol*, 1994; (Suppl 1): 34-8.

9. Doğan Ö, Avcı A. Bitkilerle tedavi ve ilaç etkileşimleri. *Türkiye Klinikleri Journal of Public Health-Special Topic*, 2018, 4.1: 49-54.
10. Kara, B. (2019). Üniversite öğrencilerinin besin desteği kullanma durumlarının belirlenmesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek lisans tezi.
11. Awad AI, Al-Ajmi S, Waheedi MA. Knowledge, perceptions and attitudes toward complementary and alternative therapies among Kuwaiti medical and pharmacy students. *Medical Principles and Practice*. 2012;21(4):350-4.
12. Hussain S, Malik F, Hameed A, Ahmed S, Riaz H, Abbasi N, et al. Pakistani pharmacy students' perception about complementary and alternative medicine. *American Journal of Pharmaceutical Education*. 2012;76(2):21.
13. Akan H, Izbirak G, Kaspar EÇ, Kaya ÇA, Aydın S, Demircan N, et al. Knowledge and attitudes towards complementary and alternative medicine among medical students in Turkey. *BMC Complementary and Alternative Medicine*. 2012;12(1):115-8.
14. Araz NÇ, Taşdemir HS, Kılıç SP. Evaluation of opinions of the faculty of health sciences students about non-medical alternative and traditional therapies. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2012;1(4):239-51
15. Ayrancı U, Son N, Son O. Prevalence of nonvitamin, nonmineral supplement usage among students in a Turkish university. *BMC Public Health*, 2005;5(1):47
16. Steele M, Senekal M. Dietary supplement use and associated factors among university students. *South African Journal of Clinical Nutrition*, 2005;18(1):17-30
17. Alhomoud FK, Basil M, Bondarev A. Knowledge, attitudes and practices (kap) relating to dietary supplements among health sciences and non-health sciences students in one of the universities of united arab emirates (UAE). *Journal Of Clinical and Diagnostic Research*, 2016;10(9):05-09.
18. Al-Naggar RA, Chen R. Prevalence of vitamin-mineral supplements use and associated factors among young Malaysians. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 2011;12:1023-1029.
19. Öztürk SA, Kalkan İ, Durmaz C, Pehlivan M, Özüpek G, Bakmaz ZD. Üniversiteli sporcu öğrencilerin beslenme destek ürünleri kullanım durumu. *Tıp Fakültesi Klinikleri Dergisi*, 2020;3(1):5-14.
20. Kaner G, Karaalp C, Seremet Kürklü N. Üniversite öğrencileri ve ailelerinde bitkisel ürün kullanım sıklığının ve bitkisel ürün kullanımını etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Türk Hij Den Biyol Derg*, 2016;74(1):37-54.