

Araştırma Makalesi/Research Article

Bir Vakıf Üniversitesindeki Kız Öğrencilerin Premenstrual Sendrom Yaşama Durumlarının ve Etki Eden Faktörlerin Değerlendirilmesi

İmren ARPACI KIZILDAĞ¹, Feride YİĞİT²

The Assessing of the Premenstrual Syndrome Experience Status and Its Influencing Factors of Female Students at a Foundation University

ÖZ

Giriş: Menstrual siklus bozuklukları yani premenstrual sendrom (PMS) menstrual döngünün luteal fazı sırasında olarak ortaya çıkan ve menstruasyonun başlangıcında veya başlangıcından sonraki birkaç gün içinde düzelen bir grup fiziksel, bilişsel, duygusal ve davranışsal semptomdur.

Amaç: Çalışmamızda kız öğrencilerin premenstrual sendrom yaşama durumlarının ve etki eden faktörlerin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Method: Araştırma Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nde okuyan ve menstruasyon gören kız öğrencilerin premenstrual sendrom durumlarını inceleyebilmek amacıyla tanımlayıcı olarak planlanmış, araştırmaya dahil olma kriterlerine uyan 622 kız öğrenci ile 15.03.2017-15.06.2017 tarihleri arasında yapılmıştır. Veriler "Tanıtıcı Bilgi Formu" ve "Premenstrual Sendrom Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Elde edilen verileri araştırmacı tarafından bilgisayar ortamında SPSS 21.0 (The Statistical Package for the Social Sciences- PC Version21.0) paket programı kullanılarak değerlendirilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin %48,1'inin 20-21 yaş grubunda olduğu, %23,6'sının sigara kullandığı, %50,3'ünün düzenli adet gördüğü, %59,8'nin dismenoreisi olduğu, %47,9'unun dismenore için analjezik kullandığı ve %53,1'inin sıcak uygulama yaptığı, %59,5'inin duygusal değişiklik yaşadığı, %52,1'inin göğüslerde hassasiyet olduğunu belirlenmiştir. Öğrencilerin Premenstrüel Sendrom Ölçek (PMSÖ) toplam puan ortalaması 123,46±36,14 olarak hesaplanmıştır. Ölçek toplam puanı değerlendirildiğinde ilk adet yaşı 11yaş ve altı grubunun puan ortalamasının 12-13 yaş grubu ile 14 yaş ve üzeri yaş grubundan yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dismenoreisi olan öğrencilerin PMSÖ puan ortalamasının genellikle olanlardan, nadiren olanlardan ve olmayan öğrencilerden daha yüksek belirlenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin PMSÖ alt boyutları puan ortalamalarının sigara kullanımıyla karşılaştırıldığında; öğrencilerin sigara kullanımı ile ölçek alt boyutları karşılaştırıldığında şişkinlik boyutunda istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Tüm alt boyutlarda ve ölçek toplan puanında analjezik kullananlarda, analjezik kullanmayanlara göre daha yüksek puan ortalamalarının olduğu gözlenmiştir.

Sonuç: Öğrencilerin yaş gruplarının premenstrual sendromu etkilemediği; menarş yaşının, dismenore yaşamının, sigara kullanımının ve dismenore için analjezik kullanımının premenstrual sendromu etkilediği belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Menstrual siklus, Premenstrual Sendrom, Premenstrüel Sendrom Ölçeği

ABSTRACT

Introduction: Menstrual cycle disturbances, also known as premenstrual syndrome (PMS), refer to a group of physical, cognitive, emotional, and behavioral symptoms that occur during the luteal phase of the menstrual cycle and typically resolve within a few days of the onset or shortly after the onset of menstruation

Aim: Our study aims to evaluate the occurrence of premenstrual syndrome among female students and the influencing factors.

Methods: The study was designed between 15.03.2017 and 15.06.2017 descriptively to investigate the premenstrual syndrome statuses of 622 female students attending Hasan Kalyoncu University who met the inclusion criteria for participation based on menstruation. Data were collected using a 'Demographic Information Form' and the 'Premenstrual Syndrome Scale.' The obtained data were analyzed by the researcher using the SPSS 21.0 (The Statistical Package for the Social Sciences - PC Version 21.0) software package on a computer."

Results: It has been determined that 48.1% of the students were in the age group of 20-21, 23.6% used cigarettes, 50.3% had regular menstrual cycles, 59.8% experienced dysmenorrhea, 47.9% used analgesics for dysmenorrhea, and 53.1% applied heat therapy. Additionally, 59.5% reported emotional changes, and 52.1% experienced breast tenderness. The mean total score of the Premenstrual Syndrome Scale (PMSÖ) for students was calculated as 123.46±36.14. When evaluating the total scale score, it was found that the average score of the group with the first menstruation age of 11 years and below was higher than those in the 12-13 age group and the 14 years and above group (p<0.01). The average PMSÖ score of students with dysmenorrhea was higher than those who generally, rarely, or did not experience dysmenorrhea (p<0.01). Comparing the PMSÖ subscale scores of students who smoked, a statistically significant relationship was found in the bloating dimension (p<0.01). Higher average scores were observed in all subscales and the total scale score for those using analgesics compared to those who did not use analgesics (p<0.01).

Discussion: It was determined that the age groups of students did not affect premenstrual syndrome; however, the age of menarche, experiencing dysmenorrhea, smoking habits, and using analgesics for dysmenorrhea did influence premenstrual syndrome.

Keywords: Menstrual cycle, Premenstrual Syndrome, Premenstrual Syndrome Scale

¹Corresponding author: PhD, Gaziantep İl Sağlık Müdürlüğü Şehitkamil, Gaziantep, Türkiye. e-mail: imren2746@gmail.com

ORCID ID: 0000-0002-6943-9607

² Dr. Öğr. Üyesi, Topkapı Üniversitesi Plato Meslek Yüksekokulu Anestezi Bölümü Kazlıçeşme, Zeytinburnu, İstanbul. e-mail:

ferideyigit@topkapi.edu.tr ORCID ID:000-0001-8152-0400

Geliş tarihi: 08.11.2023 Kabul Tarihi: 29.11.2023 Online Yayın Tarihi:30.11.2023

Atıf/Citation: Arpacı Kızıldağ İ, Yiğit F.(2023). Bir vakıf üniversitesindeki kız öğrencilerin premenstrual sendrom yaşama durumlarının ve etki eden faktörlerin değerlendirilmesi. Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 9 (3), 148-161.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction: Premenstrual Syndrome (PMS) consists of a combination of physical, psychological and behavioral symptoms that occur in the late luteal phase of the menstrual cycle, disappear within a few days after menstruation and recur every cycle. Menstruation affects women's lifestyle, daily activities and productivity at work. The most common symptoms include abdominal bloating, anxiety or distress, breast sensitivity, crying, depression, tiredness, lack of energy, irritability, lack of attention, changes in appetite, and oedema. These symptoms usually start before menstruation, last for 7-10 days and disappear with the beginning of menstruation. Age, marital status, menstrual characteristics, stress, educational status and smoking are among the factors affecting premenstrual syndrome. During this period, girls' success in school, emotional changes, social activities and family life are negatively affected.

For this reason, the economic and psychological losses that will occur in the reproductive age will be minimized by providing information about the conditions related to PMS in adolescence, identifying those who experience PMS symptoms and explaining the pharmacological and nonpharmacological methods to be used to cope with it.

Methods: The study was conducted to evaluate the premenstrual syndrome status of female students and the factors affecting it. The descriptive study was conducted between 15.03.2017-15.06.2017 at Hasan Kalyoncu University in Gaziantep province.

The purpose of the study was explained to the students who would participate in the study and the informed consent condition was fulfilled as an ethical principle. Since the answers should be given on a voluntary basis, the students to be included in the study were left free to participate in the study and their informed consent was obtained. The population of the study consisted of 2875 female students. In the sample of the study, the number of female students in the departments was determined by contacting the student offices of the departments at the university and the number of students to be included in the study was determined by stratified systematic random sampling.

Results: The number that represented 20% of the students was calculated as 575, and 622 female students were determined by adding ten percent

(57 people) to the calculated number, thinking that there might be losses, and the study was completed with these students. Data were collected using the "Descriptive Information Form" and "Premenstrual Syndrome Scale". The data of the study were analyzed by the researcher in computer program. SPSS 21.0 (The Statistical Package for the Social Sciences-PC Version 21.0) package program was used for statistical analysis of the data. Socio-demographic, age at menarche, menstruation and premenstrual syndrome characteristics of the students, frequency distribution, distribution of PMSS scores were analyzed by arithmetic mean, parametric data were analyzed by t-test for paired group comparisons, parametric data with more than two groups were analyzed by One-Way Analysis of Variance (ANOVA) test. In the data analyzed by ANOVA test, post-hoc Tukey test was used in homogeneous groups and Gabriel test was used in non-homogeneous groups to determine from which group the difference resulted. The results of the research were analyzed by accepting $p \leq 0.05$ as significant at 0.95 confidence interval.

Conclusion and Suggestion When the age groups of the students were analyzed in terms of PMSS scale sub-scales, it was determined that there was no statistically significant difference between them ($p > 0.05$), and the mean scores of depressive affect, depressive thoughts, irritability subscale, anxiety, bloating and total scores of those who were younger at menarche were higher ($p < 0.05$). It was determined that the mean score of the bloating subscale was higher in smokers than non-smokers ($p < 0.01$). It was found that analgesic users during menstruation had higher mean scores in all sub-scales except appetite subscale and in the total score of the scale compared to non-users ($p < 0.01$). It may be suggested that students should be informed about effective methods of coping with PMS and encouraged to organize their lifestyles in a way to minimize PMS symptoms.

GİRİŞ

PMS menstrual siklusun luteal fazı boyunca devam eden, menstruasyonun başlamasıyla birlikte veya başladıktan birkaç gün sonra biten, somatik, bilişsel, davranışsal ve duygusal semptomlarla karakterize bir bozukluktur (Doğan, 2018; Şener, 2017).

En sık görülen semptomlar karın bölgesinde şişkinlik, anksiyete veya gerginlik, meme

hassasiyeti, ağlama isteği, depresyon, yorgunluk, belirgin enerji eksikliği, huzursuzluk, dikkat dağınıklığı, iştah değişiklikleri ve ödemdir. Bu belirtiler genellikle 7-10 gün sürer ve menstruasyonun başlamasıyla şiddeti azalarak birkaç gün içinde son bulur (Vatansever, 2019).

Chumpalova ve ark. (2020) yaptığı çalışmada PMS prevalansı %32,1 olarak belirlenmiştir (Chumpalova,2020).

Yapılan bir meta-analiz çalışmasında, PMS prevalansının %12 ile en düşük Fransa'da, %98 ile en yüksek İran'da olduğu tespit edilmiştir (Direkvand-Moghadamve ark.,2014).

Dünyada ve Türkiye'de yapılan istatistiksel çalışmalarda PMS oranının %16-72,8, premenstrual dönemde en az bir rahatsızlık yaşama oranının %40-91,5 olduğu ve yaşanan semptomların günlük yaşam aktivitesini etkileyip, kişiler arası ilişkilerde çatışmaya neden olduğu belirlenmiştir (Vatansever, 2019).

Yine Türkiye öğrencilerde PMS görülme sıklığının değerlendirildiği çalışmada, PMS sıklığının %36,3-91,8 arasında değiştiği belirtilmiştir (Aslan,2021).

Yapılan çalışmalarda premenstrual sendrom yaşayan genç kadınların yaşam kalitelerinin, sosyal ilişkilerinin ve özgüvenlerinin, öğrencilerin ise akademik anlamda başarılarının olumsuz yönde etkilendiğini belirlenmiştir (Direkvand-Moghadamve ark.,2014., Kırcan ve ark.2012., Unsal ve ark. 2010).

PMS yakınması olan kadınların bu durumla başa çıkmaları için risk faktörlerinin belirlenip, semptomları hafifletmeye yönelik girişim planlarının yapılması önemlidir. Bu aşamada hemşireler anahtar rol oynamaktadır. Hemşireler planlı ve etkili bir hemşirelik yaklaşımı ile risk faktörlerinin neler olduğunu belirleyerek bunları bütüncül bir yaklaşımla değerlendirip, semptomların hafifletilmesini sağlamayıp, kadının bu semptomlarla baş etme yollarını öğrenmesi için rehberlik yapıp, kadınları yaşam kalitesinin arttırması için desteklemektir (Aslan,2021).

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırma Soruları

1. Öğrencilerin PMS yaşama durumları nedir?
2. Öğrencilerde PMS yaşama durumlarına etki eden faktörler nelerdir?

Araştırmanın Amacı: Çalışmamızda kız öğrencilerin premenstrual sendrom yaşama durumlarının ve etki eden faktörlerin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın Tipi, Yeri ve Zamanı: Araştırma tanımlayıcı tipte bir çalışmadır. 15.03.2017-15.06.2017 tarihleri arasında Gaziantep ilinde Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nde yapılmıştır.

Araştırmanın Evren Örnekleme: Araştırmanın evrenini 2016-2017 eğitim öğretim yılında Hasan Kalyoncu Üniversitesinde eğitim gören 2875 kız öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın örnekleminde üniversitedeki bölümlerin öğrenci işleriyle görüşülüp, bölümlerdeki kız öğrencilerin sayıları belirlenerek tabakalı sistematiik örnekleme yoluyla, araştırmaya dahil olacak öğrenci sayıları belirlemiştir. Öğrencilerin %20'sini temsil edecek sayı 575 olarak hesaplanmış, kayıplar olabileceği düşünülerek hesaplanan sayıya yüzde on (57 kişi) ilave edilerek 622 kız belirlenmiş ve çalışma bu öğrencilerle tamamlanmıştır.

Veri Toplama Yöntemi: Veriler araştırmacı tarafından yüz yüze "Tanıtıcı Bilgi Formu" ve "Premenstrual Sendrom Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır.

Tanıtıcı bilgi formu; literatür taramaları ile öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine, menarş yaşı, mesntruasyon ve premenstruel sendroma ilişkin bağımsız değişkenleri içeren standart ve çoktan seçmeli toplam 27 sorudan oluşmuştur (Çatakoğlu 2016, Dinç Ö. 2010, Elkin, 2015).

Premenstrual Sendrom Ölçeği; DSM-III ve DSM-IV-R temel alınarak 2006 yılında Gençdoğan tarafından geliştirilmiş ve geçerlik güvenilirliği yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0.75'tir. Premenstrual Sendrom Ölçeği (PMSÖ) 44 maddeden ve beş dereceli (Hiç, Çok az, Bazen, Sık sık, Sürekli) likert tipi ölçekten oluşmaktadır. Uygulanması kolay olan bu ölçek, ölçeğin başlangıcında belirtilen yönergeye göre, belirtilerin adetten bir hafta önceki süre içerisinde olma durumuna dikkat edilerek, maddenin sağ tarafındaki derecelere göre işaretlenmektedir. Ölçek puanlanması yapılırken, 1 puan "Hiç" , "Çok az" 2 puan, "Bazen" seçeneği 3 puan, "Sık sık" 4 puan ve "Sürekli" seçeneği 5 puan şeklinde belirlenmelidir. PMSÖ depresif duygulanım, anksiyete, yorgunluk, sinirlilik, depresif düşünceler, ağrı, iştah değişimleri, uyku değişimleri ve şişkinlik olarak dokuz alt boyuttan oluşmaktadır. Bu dokuz alt boyutun puanları ve

bütün alt boyutların puanlarının toplamından “PMSÖ Toplam Puanı” belirlenmektedir. Ölçekten en düşük 44, en yüksek 220 puan alınabilecektir. Puan ne kadar yüksek olursa PMS belirtilerinin yoğunluğunun o kadar fazla olduğu belirtilmektedir. PMS varlığı, toplam ve alt ölçek puanlarından alınabilecek en yüksek puanın %50’sini geçme durumuna göre değerlendirilir. Toplam puandan en yüksek 220 puan alınacağı ve bunun %50’sinin 110 puan olacağı için, 111 ve üstünde puan alanlarda PMS’nin olduğu kabul edilir. PMS varlığının tespiti için diğer bir yöntem ise, alınabilecek puan en yüksek 220 ve en düşük 44 olduğundan $220-44=176$ ’dır. %50’si 88’dir. Bu değere en düşük puan olan 44 eklenirse, $88+44=132$ bulunur. Bu durumda kesme notası 133 ve üstü puan alanlarda PMS toplam puan yönünden PMS varlığı olduğu belirlenir. Çalışmamızda ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .96 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi: Araştırmanın verileri araştırmacı tarafından bilgisayar ortamında değerlendirilmiştir. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 21.0 (The Statistical Package for the Social Sciences-PC Version 21.0) paket programı kullanılmıştır. Öğrencilerin sosyo-demografik, menarş yaşı, menstruasyon ve premenstruel sendrom özellikleri, frekans dağılımı, PMSÖ puanları dağılımı aritmetik ortalama ile, ikili grupların karşılaştırılmalarında parametrik veriler t-testi, grup sayısının ikiden fazla olduğu parametrik verileri Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testi ile değerlendirilmiştir. ANOVA testi ile değerlendirilen verilerde farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için homojen gruplarda post-hoc Tukey testi, homojen olmayan gruplarda Gabriel testi ile ileri analiz yapılmıştır. Araştırma sonuçları 0,95 güven aralığında $p \leq 0.05$ değeri anlamlı olarak kabul edilerek değerlendirilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmaya katılacak öğrencilere araştırmanın amacı ve yapmaları gerekenler anlatılmış ve bilgilendirilmiş onam koşulu bir etik ilke olarak yerine getirilmiştir. Yanıtların gönüllü olarak verilmesi gerekliliğinden araştırma kapsamına alınacak olan öğrencilerin istekli olmalarına dikkate edilerek çalışmaya katılıp katılmama konusunda özgür oldukları açıklanarak onamları alınmıştır. Araştırmanın yürütülmesi için Hasan Kalyoncu Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurul Onayı 07.02.2017 tarih ve 2017-01 sayılı alınmıştır. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Rektörlüğü’nden araştırma yapabileme izni alınmış, araştırma öncesi ilgili birim yöneticilerine bilgi verilmiştir.

BULGULAR

Kız öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri ve menstruasyon özellikleri göre dağılımlarına bakıldığında; % 48,1’inin 20-21 yaş gruplarında, %23,0’ının Eğitim Fakültesi ve %21,9’unun da Sağlık Bilimleri Yüksekokulunda okuduğu, %97,4’ünün bekar olduğu, %76,4’ünün sigara kullanmadığı, 48,1’inin ilk adet gördüğü tarihte 12-13 yaş grubunda olduğu, %92,6’sının adet döneminin 21-35 günde bir olduğu, %94,1’inin adet döneminin 7 gün ve altında sürdüğü, %50,3’ünün düzenli adet gördüğü, %59,8’inin dismenoreesi olduğu, %47,9’unun dismenore için analjezik kullandığı, %53,1’inin dismenore için sıcak uygulama yaptığı ve %79,3’ünün menstruasyon sırasında ağrı yaşadığı görülmüştür (Tablo 1).

Öğrencilerin PMSÖ toplam ve alt grup puan ortalamalarının dağılımlarını incelediğimizde depresif duygulanım puan ortalamasının $20,15 \pm 7,75$, uyku puan ortalamasının $18,5 \pm 6,38$, ağrı puan ortalamasının $16,9 \pm 7,43$, şişkinlik puan ortalamasının $15,1 \pm 5,6$, iştah puan $14,9 \pm 46,69$, anksiyete puan ortalamasının $9,79 \pm 3,52$, sinirlilik puan ortalamasının $9,50 \pm 3,74$, depresif düşünceler puan ortalamasının $9,27 \pm 3,04$ yorgunluk puan ortalamasının $8,17 \pm 3,43$ ve ölçek toplam puan ortalamasının ise $123,46 \pm 36,14$ olduğu belirlenmiştir (Tablo.2).

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyodemografik ve Menstruasyon Özelliklerinin Dağılımı (n=622)

Sosyo-Demografik Özellikler	n	%
Yaşı		
19 yaş ve altı	126	20,3
20-21 yaş grubu	299	48,1
22 yaş ve üzeri	197	31,7
Okuduğu Bölüm		
Eğitim Fakültesi	143	23,0
Sağlık Bilimleri	136	21,9
Güzel Sanatlar ve Mimarlık	104	16,7
İİBF	93	15,0
Hukuk	73	11,7
Meslek Yüksekokulu	49	7,9
Mühendislik	24	3,9
Medeni Durum		
Evli	16	2,6
Bekar	606	97,4
Sigara Kullanma Durumu		
Kullanıyor	147	23,6
Kullanmıyor	475	76,4
İlk Adet Yaşı		
11 yaş ve Altı	28	4,5
12 -13 yaş grubu	299	48,1
14 yaş ve Üzeri	295	47,4
İki Adet Arası Süre		
21 günden az	28	4,5
21-35gün arası	576	92,6
35 günden fazla	18	2,9
Adet süresi		
7 gün ve altı	585	94,1
8 gün ve üzeri	37	5,9
Dismenore Durumu		
Olan	372	59,8
Genellikle Olan	99	15,9
Nadiren Olan	101	16,2
Olmayan	50	8,0
Dismenore İçin Analjezik Kullanma Durumu		
Kullanan	298	47,9
Kullanmayan	324	52,1
Dismenore İçin Sıcak Uygulama		
Yapan	330	53,1
Yapmayan	292	46,9
Adet Döneminde Yaşanan Rahatsızlıklar*		
Ağrı	493	79,3
Duygusal Değişiklikler	370	59,5
Göğüslerde Hassasiyet	324	52,1
Distansiyon	285	45,8
İştah Değişikliği	284	45,7
Diürezde Artış	195	31,4
Uyku Problemi	107	17,2
Rahatsızlığı Olmayan	27	4,3

*Birden fazla cevap verildiği için "n" katlanmıştır.

Tablo 2. Öğrencilerin PMSÖ Alt Grupları Puan Ortalamalarının Dağılımı

PMSÖ Alt Grupları	Puan Ortalaması	SS
Depresif Duygulanım	20,15	7,75
Uyku	18,50	6,38
Ağrı	16,90	7,43
Şişkinlik	15,10	5,60
İştah	14,90	6,69
Anksiyete	9,79	3,52
Sinirlilik	9,50	3,74
Depresif Düşünceler	9,27	3,04
Yorgunluk	8,17	3,43
Ölçek Toplam Puanı	123,46	36,14

Araştırmaya katılan öğrencilerin PMSÖ alt boyutları puan ortalamalarının ilk adet yaş gruplarına göre dağılımı tablo 3.'te verilmiştir. Öğrencilerin, ilk adet yaşı ile depresif duygulanım alt boyutu ve depresif düşünceler alt boyutu arasında istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0.01$). İlk adet yaşı ile sinirlilik alt boyutu, anksiyete alt boyutu ve şişkinlik alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Diğer alt boyutlarda anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$). Depresif duygulanım alt boyutu ilk adet yaşı 11yaş altı yaş grubunda, 12-13 yaş grubu ve 14 yaş ve üstü gruplardan daha yüksek olduğu görülmüştür. 11 yaş ve altı grupta depresif düşünceler alt boyutu en yüksek tespit edilmiştir. Sinirlilik boyutunu incelendiğinde 11 yaş ve altı grubunun 12-13 yaş grubu ile 14 yaş üstü grubundan daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür. 11 yaş ve altı yaş grubunda anksiyetenin 12-13 yaş grubu ile 14 yaş üzeri yaş grubundan yüksek olduğu belirlenmiştir. Şişkinlik alt boyutunda 12-13 yaş grubu ile 14 ve üzeri yaş grubunun 11 yaş

ve altı grubundan daha düşük olduğu görülmüştür.

Ölçek toplam puanı değerlendirildiğinde 11yaş ve altı grubunun puan ortalamasının 12-13 yaş grubu ile 14 yaş ve üzeri yaş grubundan yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin dismenore yaşama durumu ile PMSÖ alt boyutları karşılaştırıldığında depresif duygulanım, yorgunluk, sinirlilik, şişkinlik, ağrı ve toplam alt puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak çok ileri düzeyde anlamlı ilişki olduğu ($p<0.001$), depresif düşünceler ve ağrı alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı ilişki olduğu ($p<0.01$) ve anksiyete ve iştah alt boyutu puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($p<0.05$) (Tablo 4).

Dismenore olan öğrencilerin PMSÖ puan ortalamasının genellikle olanlardan, nadiren olanlardan ve olmayan öğrencilerden daha yüksek belirlenmiştir.

Tablo. 3. Öğrencilerin İlk Adet Yaşı İle PMSÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

PMSÖ	İlk Adet Yaşı						Anlamlılık	
	11 Yaş ve Altı Grubu		12-13 Yaş Grubu		14 Yaş ve Üzeri Grubu		F	p
	N	Puan Ortalaması ±SS	N	Puan Ortalaması ±SS	n	Puan Ortalaması ±SS		
Depresif Duygulanım	28	24,64±SS8,84	299	19,78±SS7,56	295	20,09±SS7,73	5,10	0,006
Yorgunluk	28	20,96±SS7,13	299	18,27±SS6,30	295	18,60±SS6,37	2,92	0,102
Depresif Düşünceler	28	21,07±SS9,28	299	16,99±SS7,07	295	16,60±SS7,50	4,68	0,010
Sinirlilik	28	18,17±SS6,66	299	14,92±SS5,63	295	15,09±SS5,53	4,29	0,014
Anksiyete	28	17,92±SS7,13	299	14,52±SS6,50	295	14,99±SS6,69	3,60	0,028
İştah	28	9,21±SS4,00	299	9,86±SS3,53	295	9,76±SS3,46	0,45	0,634
Şişkinlik	28	11,00±SS4,60	299	9,67±SS3,59	295	9,19±SS3,77	3,59	0,028
Ağrı	28	10,46±SS3,60	299	9,34±SS2,93	295	9,08±SS3,06	2,83	0,060
Uyku	28	8,96±SS4,10	299	8,17±SS3,33	295	8,09±SS3,47	0,81	0,445
Ölçek Toplam Puanı	28	142,4±SS41,1	299	122,3±SS34,6	295	122,8±SS36,7	4,09	0,017

Tablo. 4. Öğrencilerin Dismenore Yaşama Durumu İle PMSÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

PMSÖ	Dismenore Yaşama Durumu								Anlamlılık	
	Evet		Hayır		Genellikle			Nadiren	F	P
	N	Puan Ortalaması ±SS	n	Puan Ortalaması ±SS	N	Puan Ortalaması ±SS	n	Puan Ortalaması ±SS		
Depresif Duygulanım	372	21,1±7,66	50	17,8±7,16	99	19,2±7,38	101	18,4±8,16	5,91	0,001
Yorgunluk	372	19,3±6,11	50	15,9±6,08	99	18,5±6,54	101	16,7±6,71	7,82	0,000
Depresif Düşünceler	372	17,7±7,51	50	15,2±6,85	99	16,7±7,35	101	15,3±7,13	3,96	0,008
Sinirlilik	372	15,9±5,55	50	13,5±5,83	99	15,0±5,35	101	13,2±5,75	7,67	0,000
Anksiyete	372	15,6±6,71	50	14,2±6,37	99	14,5±6,75	101	13,5±6,48	3,01	0,030
İştah	372	9,87±3,46	50	8,46±3,81	99	10,2±3,23	101	9,73±3,74	2,97	0,031
Şişkinlik	372	9,98±3,68	50	8,12±3,65	99	9,55±3,77	101	8,37±3,64	7,62	0,000
Ağrı	372	9,93±2,87	50	7,14±2,94	99	9,28±2,77	101	7,88±3,03	23,3	0,000
Uyku	372	8,50±3,36	50	6,94±2,90	99	8,25±3,53	101	7,47±3,65	4,81	0,003
Ölçek Toplam Puanı	372	128,5±34,4	50	109,8±37,0	99	123,0±36,6	101	111,8±37,2	8,62	0,000

Araştırmaya katılan öğrencilerin sigara kullanım durumlarına göre PMSÖ alt boyut puan ortalamalarının dağılımı Tablo 5’de verilmiştir. Öğrencilerin sigara kullanımı ile ölçek alt boyutları karşılaştırıldığında şişkinlik boyutunda istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.01$). Şişkinlik alt boyut puan ortalamasının sigara kullananlarda sigara kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin dismenore için analjezik kullanımları ile PMSÖ puan ortalamalarının karşılaştırılması Tablo 6’da verilmiştir.

Öğrencilerin analjezik kullanımları ile PMSÖ puan ortalamaları karşılaştırıldığında yorgunluk, sinirlilik, şişkinlik, ağrı ve uyku alt boyutlarında istatistiksel olarak çok ileri düzeyde anlamlı bir ilişki ($p<0.001$), depresif düşünceler ve anksiyete alt boyutlarında istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı ilişki ($p<0.01$) ve depresif duygulanım alt boyutunda ise anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). İştah alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tüm alt boyutlarda ve ölçek toplan puanında analjezik kullananlarda, analjezik kullanmayanlara göre daha yüksek puan ortalamalarının olduğu gözlenmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin Sigara Kullanımı İle PMSÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

PMSÖ	Sigara Kullanımı				Anlamlılık	
	Sigara Kullanan		Sigara Kullanmayan			
	N	Puan Ortalaması ±SS	N	Puan Ortalaması ±SS	t	P
Depresif Duygulanım	147	20,8±7,75	475	19,95±7,75	1,16	0,24
Yorgunluk	147	19,01±6,03	475	18,41±6,49	0,99	0,31
Depresif Düşünceler	147	17,14±7,64	475	16,94±7,37	0,28	0,77
Sinirlilik	147	15,58±5,69	475	15,01±5,65	1,05	0,29
Anksiyete	147	15,69±6,83	475	14,78±6,64	1,44	0,14
İştah	147	9,96±3,67	475	9,73±3,47	0,68	0,49
Şişkinlik	147	10,14±3,69	475	9,30±3,75	2,36	0,01
Ağrı	147	9,34±2,85	475	9,24±3,09	0,35	0,72
Uyku	147	8,40±3,27	475	8,10±3,48	0,91	0,35
Ölçek Toplam Puanı	147	127,12±35,79	475	122,33±36,21	1,40	0,16

Tablo 6 Öğrencilerin Dismenore için Analjezik Kullanma Durumu İle PMSÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

PMSÖ	Dismenore İçin Analjezik Kullanımı				Anlamlılık	
	Analjezik Kullanan		Analjezik Kullanmayan		T	P
	N	Puan Ortalaması ±SS	n	Puan Ortalaması ±SS		
Depresif Duygulanım	298	20,97±7,39	324	19,39±8,01	2,54	0,011
Yorgunluk	298	19,45±6,14	324	17,72±6,50	3,39	0,001
Depresif Düşünceler	298	17,95±7,35	324	16,10±7,41	3,12	0,002
Sinirlilik	298	16,19±5,45	324	14,19±5,70	4,44	0,000
Anksiyete	298	15,74±6,72	324	14,31±6,60	2,67	0,008
İştah	298	9,84±3,30	324	9,74±3,71	0,37	0,711
Şişkinlik	298	10,0±3,52	324	9,04±3,88	3,19	0,001
Ağrı	298	9,99±2,77	324	8,60±3,12	5,86	0,000
Uyku	298	8,63±3,42	324	7,75±3,40	3,22	0,001
Ölçek Toplam Puanı	298	130,9±34,0	324	116,5±36,6	5,05	0,000

TARTIŞMA

Çalışmamıza katılan öğrencilerin %48,1'inin 20-21 yaş gruplarında olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerle yapılan benzer çalışmalarda 20-21 yaş grubu öğrencilerin oranı %33,9 ve %45,5 bulunmuştur (Vatansever, 2019; Aslan, 2021).

Öğrencilerin %97,4'ünün bekar olduğu, %23,0'ının Eğitim Fakültesi ve %21,9'unun da Sağlık Bilimleri Yüksekokulunda okuduğu tespit edilmiştir. Benzer bir çalışmada öğrencilerin %93,3'ünün bekar olduğu %11,7'sinin Sağlık Bilimleri Fakültesi, 19,4'ünün Eğitim Fakültesi'nde okuduğu belirlenmiştir (Aslan, 2021).

Çalışmamızda öğrencilerin %76,4'ü sigara kullanmadığı tespit edilmiştir. Benzer çalışmalarda öğrencilerin %79,3, %82,6, %89,3 oranlarınsa sigara içmedikleri belirlenmiş ve çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşılmıştır (Vatansever 2019; Doğan,2018; Çokyeter,2022).

Öğrencilerin menstruasyon özelliklerine baktığımızda; %48,1'i menarş yaşının 12-13 yaşlarında olduğu, %92,6'sı adet süresinin 21-35 günde bir olduğunu ve %94,1'i adetinin 7gün ve altında sürdüğünü belirtmiştir. Çokyeter'in öğrencilerle yaptığı çalışmasında; %92,7' sinin

menarş yaşının 12-15 yaşlarında olduğu, %92,7'sinin adet süresinin 22-34 günde bir olduğunu ve %97,8'inin adetinin üç- yedi gün arasında sürdüğünü bulunmuştur (Çokyeter, 2022). Doğan'ın çalışmasında öğrencilerin menarş yaş ortalamasının 13 yaşlarında olduğu, %80,1'inin adet süresinin 21-35 günde bir olduğunu ve %97,2'sinin adetinin üç- sekiz gün arasında sürdüğünü belirlenmiştir (Doğan,2018). Menstruasyon özelliklerine baktığımızda sonuçlarımız literatür ile paralellik göstermektedir (Farrokh ve ark,2015; Şener,2017; Mutlu,2023; Koyucu ve Yalazı, 2021; Küçükkelepçe ve ark., 2022; Öztürk, 2022; Topatan ve Kahraman, 2020).

Çalışmamızda öğrencilerin dismenore yaşama durumu değerlendirildiğinde; dismenoresi olan öğrenci yüzdesi %59,8 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin %47,9'u dismenore için analjezik kullandığını, %53,1'i sıcak uygulama yaptığını bildirmiştir. Çokyeter (2022)'in çalışmasında öğrencilerin %77,4'ü ağrılı adet gördüğünü, %82,8'i bu dönemde kendini sıcak tuttuğunu, %47,8'i analjezik kullandığını belirtmiştir (Çokyeter,2022). Mutlu'nun (2023) çalışmasında öğrencilerin %75,5'i, Öztürk'ün (2018) çalışmasında %45,12'sinin ağrılı adet gördüğü, Doğan'ın (2018) çalışmasında öğrencilerin

%64,7'si ağrı ile baş etmek için analjezik kullandığını, İran'da öğrencilerle yapılan bir çalışmada %77.1'i menstruasyon döneminde ilaç kullandığı bildirmiştir (Mutlu, 2023; Doğan, 2018; Farrokh ve ark., 2015). Sonucumuzun literatürle paralel olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin PMSÖ alt grup puan ortalamalarının dağılımlarını incelediğimizde depresif duygulanım puan ortalamasının 20,15±5,75, uyku puan ortalamasının 18,5±6,38, ağrı puan ortalamasının 16,9±7,43, şişkinlik puan ortalamasının 15,1±5,6, iştah puan 14,9±46,69, anksiyete puan ortalamasının 9,79±3,52, sinirlilik puan ortalamasının 9,50±3,74, depresif düşünceler puan ortalamasının 9,27±3,04 yorgunluk puan ortalamasının 8,17±3,43 ve ölçek toplam puan ortalamasının ise 123,46 ±36,14 olduğu belirlenmiştir. Çokyeter (2022)' in çalışmasında öğrencilerin depresif duygulanım alt boyut ortalamasının 22,04±6,59, yorgunluk alt boyut puan ortalamasının 19,77±5,71, depresif düşünceler alt boyut puan ortalamasının 18,59±6,71, anksiyete alt boyut puan ortalamasının 16,18±6,37, sinirlilik alt boyut puan ortalamasının 15,78±4,99, iştah alt boyut puan ortalamasının 10,04±3,40, şişkinlik alt boyut puan ortalamasının 9,40±3,55 ağrı alt boyut puan ortalamasının 8,94±3,28, uyku değişimleri alt boyut puan ortalamasının 8,15±3,21 ve PMSÖ ölçek toplam puan ortalamasının 155,38±19,26 olduğu saptanmıştır. Doğan (2018)'in yaptığı araştırmada öğrencilerin PMSÖ ve alt boyutlarının puan ortalamaları incelendiğinde; öğrencilerinin ölçek toplamından ortalama 117,18±35,05 puan, depresif duygulanım alt boyutundan 19,33±6,9, anksiyete alt boyutundan 14,91±6,2, yorgunluk alt boyutundan 17,34±5,9, sinirlilik alt boyutundan 14,52±5,5, depresif düşünceler alt boyutundan 16,20±7,2, ağrı alt boyutundan 8,49±2,10, iştah değişimleri alt boyutundan 9,06±3,5, uyku değişimleri alt boyutundan 7,85±3,3, ve şişkinlik alt boyutundan 9,47±3,7 puan aldığı belirlenmiştir. Yapılan bir başka çalışmada kadınların PMSÖ ortalama 110,8±32,3 puan aldıkları görülmüştür. Ölçeğin depresif duygulanım alt boyutundan ortalama 17,2 ±6,4; anksiyete alt boyutundan 14,8±6,4; yorgunluk alt boyutundan 17,4± 5,7; sinirlilik alt boyutundan 12,8±5,3, depresif düşünceler alt boyutundan 14,7±6,5, ağrı alt boyutundan 9,2±2,8 iştah değişimi alt boyutundan 8,2± 3,3 ve uyku değişimi alt boyutundan ortalama 7,9±3,2 puan aldıkları ve şişkinlik için 8,1±3,4 belirlenmiştir (Çatakoğlu 2016). Ölçek toplam puanı ve alt boyut puanları arasında görülen

farklılığın kadınların bireysel farklılıkları, yaşam biçimlerinin farklı olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışmamızda ilk adet yaşı ile depresif duygulanım alt boyutu ve ilk adet yaşı ile depresif düşünceler alt boyutu arasında istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0.01$). İlk adet yaşı ile sinirlilik alt boyutu, anksiyete alt boyutu ve şişkinlik alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Diğer alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$). Ölçek toplam puanı değerlendirildiğinde 11 yaş ve altı grubunun puan ortalamasının 12-13 yaş grubu ile 14 yaş ve üzeri yaş grubundan yüksek olduğu tespit edilmiştir. Mutlu'nun (2023) yaptığı çalışmada PMS ile ilk adet yaşı arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. İlk adet yaşı düştükçe PMS sıklığının arttığı görülmüştür (Mutlu,2023). İran'da 2017'de yapılan çalışmada menarş yaşı ile PMS arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. (Mohebbi ve ark., 2017). Literatür de menarş yaşı ile ilgili sonuçların farklılık gösterme çevresel etmenlerden kaynaklı olabileceği gibi, sosyoekonomik durum, beslenme, mevsimsel değişikliklerden de oluşabileceği söylenebilir.

Öğrencilerin dismenore yaşama durumu ile PMSÖ alt boyutları karşılaştırıldığında depresif duygulanım, yorgunluk, sinirlilik, şişkinlik, ağrı ve toplam alt puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak çok ileri düzeyde anlamlı ilişki olduğu ($p<0,001$), depresif düşünceler ve ağrı alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı ilişki olduğu ($p<0.01$) ve anksiyete ve iştah alt boyutu puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($p<0.05$). Dismenore olan öğrencilerin PMSÖ puan ortalamasının genellikle olanlardan, nadiren olanlardan ve olmayan öğrencilerden daha yüksek belirlenmiştir. Yapılan bir çalışmada ağırlı menstruasyon değişkeni ile PMSÖ depresif duygulanım, anksiyete, yorgunluk, sinirlilik, depresif düşünce, ağrı, uyku değişimi ve şişkinlik alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Ağırlı menstruasyon gören öğrencilerin ağırlı menstruasyon görmeyen öğrencilere göre, ölçek toplam puan ortalaması daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Çokyeter,2022). Vatanserver'in (2019) çalışmasında menstruasyon sırasında ağrısı yaşayan öğrencilerin PMSÖ iştah değişimi alt

boyutu haricinde tüm alt boyut puan ortalamalarının ağrı yaşamayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Vatansever,2019). Tufan'ın (2019) çalışmasında dismenore yaşayanların PMSÖ anksiyete alt boyutu puan ortalamasının diğerlerine göre daha yüksek bulunmuştur (Tufan,2019). Çatakoğlu'nun (2016) çalışmasında dismenoresi olan katılımcıların PMSÖ depresif duygulanım anksiyete, yorgunluk, sinirlilik, depresif düşünce, ağrı, uykuda değişim, şişkinlik alt boyutları puan ortalamalarının dismenoresi olmayanlara göre daha yüksek puan ortalamasına sahip oldukları tespit edilmiştir (Çatakoğlu,2016). Tüm bu sonuçlar çalışmamızın sonuçlarıyla örtüşmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin PMSÖ alt boyutları puan ortalamalarının sigara kullanımıyla karşılaştırıldığında; öğrencilerin sigara kullanımı ile ölçek alt boyutları karşılaştırıldığında şişkinlik boyutunda istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.01$). Şişkinlik alt boyut puan ortalamasının sigara kullananlarda sigara kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sigara kullanan öğrencilerde daha fazla şişkinlik hissedildiği bulunmuştur. Benzer bir çalışmada sigara kullanımı değişkeni ile PMSÖ depresif duygulanım, anksiyete, uyku değişimi ve şişkinlik alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0.05$). Sigara kullanan öğrencilerde depresif duygulanım ve anksiyetenin daha yüksek seviyede seyrettiğini ek olarak şişkinlik ve uyku değişimlerinin daha fazla yaşandığını bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada günde en az bir paket sigara kullanan öğrencilerde PMSÖ depresif duygulanım, uyku değişimi, şişkinlik, ağrı, depresif düşünce ve sinirlilik alt boyutları puanlarının, günde yarım paket ve daha az kullanan öğrencilerde ise yorgunluk ve anksiyete alt boyut puanlarının diğer öğrencilere oranla daha yüksek olduğu, istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (Vatansever, 2019). Doğan'ın (2018) çalışmasında sigara kullananlarda PMSÖ depresif duygulanım, sinirlilik, uyku değişimi, yorgunluk ve şişkinlik alt boyut puan ortalamaları sigara kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Doğan,2018). Kaya ve Gölbaşı'nın (2016) yaptığı çalışmada ise sigara içen grupta depresif duygulanım, anksiyete yorgunluk, sinirlilik, depresif düşünce, ağrı, iştah değişimi ve şişkinlik alt boyutları puan ortalaması içmeyen gruptan daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Kaya ve Gölbaşı,2016).

Literatüre baktığımızda sigara kullanımı PMS için risk faktörüdür. Çalışma bulgumuz literatürle benzerlik göstermekte olup farklı alt boyutlar arasında anlamlılık saptanmasının çalışmanın yapıldığı örneklem ve her örnekleme sigara içen ve içmeyen grup dağılım oranlarının farklılık göstermesinden kaynaklandığını düşünmekteyiz.

Öğrencilerin dismenore için analjezik kullanımları ile PMSÖ puan ortalamaları karşılaştırıldığında yorgunluk, sinirlilik, şişkinlik, ağrı ve uyku alt boyutlarında istatistiksel olarak çok ileri düzeyde anlamlı bir ilişki ($p<0.001$), depresif düşünceler ve anksiyete alt boyutlarında istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı ilişki ($p<0.01$) ve depresif duygulanım alt boyutunda ise anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). İştah alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$). Tüm alt boyutlarda ve ölçek toplan puanında analjezik kullananlarda, analjezik kullanmayanlara göre daha yüksek puan ortalamalarının olduğu gözlenmiştir. Yapılan benzer bir çalışmada öğrencilerin adet sırasında ağrı kesici alma durumları ile depresif duygulanım, anksiyete, yorgunluk, sinirlilik, depresif düşünceler, ağrı, uyku değişimi ve şişkinlik alt boyutlarının ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Ağrı kesici kullanma durumu ile iştah değişimi alt boyutu ile istatistiksel anlamda bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$) (Doğan,2018).

Çalışmamızın bulguları, Doğan'ın (2018) çalışmasıyla benzer özellik gösterse de literatürde ağrı kesici kullanımı ile PMS arasındaki inceleyen çalışmaların kısıtlı olduğu görülmüştür. Çalışmalarda sıklıkla PMS yaşayan kadınların semptomlarla baş etmek için ağrı kesici aldığını gösteren çalışmalar yapılmıştır (Çınar,2018; Vatansever,2019; Uçak,2020). Yapılan tüm çalışmalarda PMS semptomlarıyla baş etmede sıklıkla ağrı kesiciye başvurulduğunu işaret etmektedir. Buna göre sürekli ağrı kesici kullanımının PMS semptomlarını şiddetlendirme olasılığının olabileceği ve bu nedenle PMS ile ağrı kesici kullanımı arasındaki ilişkinin araştırılması gereken çalışmalara ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

Sınırlılıklar

Bu araştırma Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nde okuyan ve araştırmaya katılan 622 kız öğrenci ile yapıldığı için bütün üniversite öğrencilerine genellenemez, sadece bu üniversitedeki kız öğrencilerinin durumlarını yansıtır.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Öğrencilerin PMSÖ puan ortalamaları; depresif duygulanımın $20,15 \pm 5,75$, uykunun $18,5 \pm 6,38$, ağrının $16,9 \pm 7,43$, şişkinliğin $15,1 \pm 5,6$, iştahın $14,9 \pm 46,69$, anksiyetenin $9,79 \pm 3,52$, sinirliliğin $9,50 \pm 3,74$, depresif düşüncelerinin $9,27 \pm 3,04$, yorgunluğun $8,17 \pm 3,43$ ve ölçeğin toplam puan ortalamasının $123,46 \pm 36,14$ olduğu 1. sorumuza cevap olarak belirlenmiştir.

Menarş yaşı küçük olanların depresif duygulanım, depresif düşünceler sinirlilik alt boyutu, anksiyete şişkinlik ve toplam puan ortalamasının yüksek olduğu, Dismenoreesi olan öğrencilerin PMSÖ puan ortalamasının yüksek belirlenmiştir. Sigara kullananların şişkinlik alt boyutu puan ortalamasının kullanmayanlardan yüksek olduğu tespit edilmiştir. İştah alt boyutu hariç, tüm alt boyutlarda ve ölçek toplam puanında dismenore için analjezik kullananlarda kullanmayanlara göre daha yüksek puan ortalamalarının olduğu saptanmıştır. Öğrencilerde PMS yaşama durumlarına etki eden faktör olarak; erken menarş yaşı, dismenore yaşama, dismenore için analjezik kullanımı ve sigara içme olduğu 2 sorumuza cevap olarak saptanmıştır.

Öğrencilerin PMS ile etkili baş etme yöntemleri konusunda bilgilendirilmesi, yaşam biçimlerini PMS semptomlarını en aza indirecek şekilde düzenlemeye teşvik edilmesi önerilebilir. Yapılan tüm çalışmalarda PMS semptomlarıyla baş etmede sıklıkla ağrı kesiciye başvurulduğunu işaret etmektedir. Buna göre sürekli ağrı kesici kullanımının PMS semptomlarını şiddetlendirme olasılığının olabileceği ve bu nedenle PMS ile ağrı kesici kullanımı arasındaki ilişkinin araştırılması gereken çalışmalara ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee

Approval: Araştırmaya katılacak öğrencilere araştırmanın amacı ve yapmaları gerekenler anlatılmış ve bilgilendirilmiş onam koşulu bir etik ilke olarak yerine getirilmiştir. Yanıtların gönüllü olarak verilmesi gerekliliğinden araştırma kapsamına alınacak olan öğrencilerin istekli olmalarına dikkate edilerek çalışmaya katılıp katılmama konusunda özgür oldukları açıklanarak onamları alınmıştır. Araştırmanın yürütülmesi için Hasan Kalyoncu Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurul Onayı 07.02.2017 tarih ve 2017-01 sayılı alınmıştır. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Rektörlüğü'nden araştırma yapabileme izni alınmış, araştırma öncesi ilgili birim yöneticilerine bilgi verilmiştir.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions:

Fikir/kavram: İAK, FY; Tasarım: İAK, FY ; Danışmanlık: FY; Veri toplama: İAK, HY; Veri İşlem İAK, FY; Analiz ve/veya Yorum: İAK, FY; Kanak tarama: İAK; Makalenin Yazımı: İAK; Eleştirel inceleme: FY; Kaynaklar ve fon sağlama: İAK

Çıkar çatışması/Conflict of interest:

Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Bu araştırma için finansal destek alınmamıştır.

KAYNAKLAR

- Aslan S.S. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Premenstrual Sendrom Görülme Sıklığı ve Etkileyen Faktörler. Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Chumpalova P, Lakimova R, Stoimenova-Popova M, Aptalidis D, Pandova M, Stoyanova M, Fountoulakis KN. Prevalence and clinical picture of premenstrual syndrome in females from Bulgaria. *Ann Gen Psychiatry*. 2020;19(3):1-7.
- Çatakoğlu H. (2016). 25 yaş üstü kadınlarda premenstrual sendrom görülme sıklığı ve ilişkili faktörler. Yüksek Lisans Tezi. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyon.
- Çınar, G. (2018). Menstrual Ağrı Şiddetini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çokyeter B. (2022). Ebelik Öğrencilerinde Premenstrual Sendrom İle Yeme Davranışı Ve Uyku Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek lisans tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Direkvand-Moghadam A., Sayehmiri K., Delpisheh A., Kaikhavandi S.. (2014). Premenstrüel Sendrom Epidemiyolojisi (PMS)-Sistemik Bir İnceleme ve Meta-Analiz Çalışması. Klinik ve tanılal araştırma dergisi: JCDR, 8 (2), 106-109.
- Doğan, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom görülme sıklığı ve etkileyen faktörler. Yüksek lisans tezi, Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karabük.
- Farrokh Eslamlou H, Oshnouei S, Heshmatian B, Akbari E. (2015). Premenstrual syndrome and quality of life in Iranian medical students. *Sex Reprod Healthcare*:6:23-27.
- Işık, H., Ergöl, Ş., Aynioğlu, Ö., Şahbaz, A., Kuzu, A., & Uzun, M. (2016). Premenstrual syndrome and life quality in Turkish health science students. *Turkish journal of medical sciences*, 46(3), 695–701.
- Kaya, D., & Gölbaşı, Z. (2016). The Prevalence of Premenstrual Syndrome in Nursing / Midwifery Students and the Relationship Premenstruel Syndrome and Smoking Behavior -. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15, 305-311.
- Kırcan, N., Ergin, F., Adana, F., Arslantaş, H. (2012). Hemşirelik öğrencilerinde menstrüel sendrom prevalansı ve yaşam kalitesi ile ilişkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 13:19-25.
- Koyucu, R. G., Yalazı, R. Ö. (2021). Covid-19 Sürecinde Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Premenstrual Sendrom Düzeylerinin Belirlenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 496-501
- Küçükkelepçe, D. Ş., Duman, F. N., & Z. G. (2022). Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Premenstrual Sendrom İle Baş Etmede Kullandığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları. *Lokman Hekim Dergisi*, 116-125.
- Mohebbi M, Amir Ali Akbari S, Mahmodi Z, Nasiri M. Comparison between the lifestyles of university students with and without premenstrual syndromes. *Electronic Physician*. 2017;9(6):4489-4496.
- Mutlu, İ. (2023). Üniversite Öğrencilerinde Premenstrual Sendrom İle Duygusal Yeme Davranışı Arasındaki İlişki. Yüksek lisans tezi, Medeniyet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, G. (2022). Determinants of Premenstrual Syndrome Among Medical Students-Samsun sample. *The International Journal of Current Medical*, 2(2). 82-89.
- Öztürk, S. (2018). Ebelik ve hemşirelik öğrencilerinin premenstrual semptomlarının sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile birlikte değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şener, N. (2017). Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Toptan S, Kahraman Ş. (2020). Premenstrual sendrom yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşam kaliteleri ve baş etme yöntemlerinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 23(1): 35-44.
- Tufan, N. (2019). Ebelik ve hemşirelik öğrencilerinin premenstrual sendrom ve nonfarmakolojik yöntemlerine ilişkin bilgi ve tutumlarının değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Uçak, H. (2020). Premenstrual Sendrom Yaşayan Kadınların Kullandıkları Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları. Yüksek Lisans Tezi, Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Düzce
- Unsal, A., Tozun, M., Aslan, G., Ayrancı, U., & Alkan, G. (2010). Evaluation of dysmenorrhea among women and its impact on quality of life in a region of Western Turkey. *Pakistan Journal of Medical Sciences* 26(1):142-7.
- Vatansever, B.(2019). Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom semptomları ve öğrencilerin semptomlarla baş etme yöntemleri. Yüksek lisans tezi, Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırklareli.