

Merlinda Aluş Tokat¹, Hülya Özberk², Efsun Derin³, Cansu Demirdağ Durgacı⁴, Sila Göksoy⁵

DOI: 10.17942/sted.1402042

Geliş/Received: 08.12.2023
Kabul/Accepted: 06.12.2024

Özet

Amaç: Bu araştırma hemşirelik lisans öğrencilerinin kültürlerarası duyarlılık ile premenstrual sendrom (PMS) arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Bu araştırma 01 Haziran- 31 Ağustos 2021 tarihleri arasında bir hemşirelik fakültesinde kesitsel ve tanımlayıcı bir çalışma olarak yapılmıştır. Araştırmaya toplam 437 hemşirelik öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırma verileri Tanımlayıcı Özellikler Formu, Premenstrual Sendrom Ölçeği, Kültürlerarası Duyarlılık Ölçeği ve Kültürel Özellikler Değerlendirme Formu kullanılarak elde edilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin yaş ortalaması $20,8 \pm 1,6$ 'dır ve %30,4'ü 22-24 yaş aralığındadır. Öğrencilerin kendisinde PMS varlığı algısı %82,2 oranındadır. Öğrencilerin PMS'ye yönelik geleneksel yöntem kullanma durumu %47,6'dır. Öğrencilerden farklı kültürlerden insanlarla iletişime geçince mutlu olanlarda, farklı kültürden insanlarla iletişime geçmeye çekinmeyenlerde ve sadece kendi kültüründen insanlarla tanışmak istemeyenlerde kültürlerarası duyarlılık daha yüksek bulunmuştur. Üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılığı en yüksek olanlar şiddetli düzeyde PMS yaşayan öğrencilerdir. Üçüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından uyku değişiklikleri ve şişkinlik artmaktadır. Dördüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından anksiyete ve iştah değişiklikleri artmaktadır. Öğrencilerin toplamı için kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından anksiyete, depresif düşünceler ve uyku değişiklikleri artmaktadır.

Sonuç: Bu çalışmada kültürlerarası duyarlılık ile PMS arasında ilişki bulunmuş, kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından anksiyete, depresif düşünceler, iştah değişiklikleri, uyku değişiklikleri ve şişkinliğin şiddeti artmıştır. Bu nedenle kültürel etkileşim ortamı olan üniversitelerdeki öğrencilerin kültürlerarası duyarlılık düzeyleri ve etkileyen faktörlerin PMS yönetiminde göz önünde bulundurulması önerilir.

Anahtar Sözcükler: hemşirelik; kültürlerarası duyarlılık; premenstrual sendrom

Abstract

Objective: This study was conducted to determine the relationship between intercultural sensitivity and premenstrual syndrome (PMS) in female undergraduate nursing students.

Methods: This study was conducted as a cross-sectional and descriptive study in a nursing faculty between June 1 and August 31, 2021. A total of 437 female nursing students were included in the study. The data were obtained using the Descriptive Characteristics Form, Scale for Premenstrual Syndrome, Intercultural Sensitivity Scale, and Cultural Characteristics Assessment Form.

Results: The mean age of the students was 20.8 ± 1.6 years and 30.4% were between 22-24 years old. The students' perception of the presence of PMS in themselves was 82.2%. Students' use of traditional methods for PMS was 47.6%. Intercultural sensitivity was found to be higher in students who were happy when communicating with people from different cultures, who did not hesitate to communicate with people from different cultures and who did not want to meet only people from their own culture. Among third and fourth year students, those with the highest intercultural sensitivity were those who experienced severe PMS. As intercultural sensitivity decreased in third year students, sleep changes and bloating increased among PMS symptoms. As intercultural sensitivity decreased in fourth year students, anxiety and appetite changes among PMS symptoms increased. For the students as a whole, as intercultural sensitivity decreased, PMS symptoms such as anxiety, depressive thoughts and sleep changes increased.

Conclusion: In this study, intercultural sensitivity was found to be associated with PMS, and the severity of PMS symptoms such as anxiety, depressive thoughts, appetite changes, sleep changes and bloating increased as intercultural sensitivity decreased. Therefore, it is recommended that the level of intercultural sensitivity and the factors affecting it should be taken into consideration in the management of PMS in female students in universities where there is an environment of cultural interaction.

Keywords: nursing; intercultural sensitivity; premenstrual syndrome

¹ Prof. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Ana Bilim Dalı (Orcid no: 0000-0002-5899-0524)

² Dr. Öğr. Üyesi, Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Ana Bilim Dalı (Orcid no: 0000-0002-0902-7037)

³ Arş. Gör., Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Ana Bilim Dalı (Orcid no: 0000-0002-7287-3164)

⁴ Uzm. Hemşire, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı (Orcid no: 0000-0002-7260-8766)

⁵ Uzm. Hemşire, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı (Orcid no: 0000-0002-4040-8719)

Giriş

Premenstrual sendrom (PMS), menstrual döngünün luteal fazında ortaya çıkan, menstruasyonun başlamasıyla birlikte gerileyerek azalan; fiziksel, davranışsal ve psikolojik semptomların yaşandığı bir sağlık sorunudur. Ortalama her on kadından dördü PMS belirtilerine maruz kalmaktadır (1). Türkiye'deki üniversite öğrencilerinde PMS prevalansına bakıldığında ise sonuçların %36,4 ile %70,2 arasında değiştiği görülmektedir (2-4). Yüksek prevalans oranları beraberinde konsantrasyon kaybı, enerji eksikliği, iş ve okul performansında azalma, sosyal izolasyon, depresyon gibi fiziksel, duygusal, psikolojik ve sosyal açıdan istenmedik etkilere sebep olarak yaşam kalitesini düşürmekte ve kadın sağlığı açısından sorun oluşturabilmektedir (5,6).

Çevresel, genetik faktörler ve yaşam tarzı faktörleri PMS görülmesine ve belirtilerine yönelik olumsuz bir etkiye sahip olabilmektedir (7,8). Bununla birlikte yeterince irdelenmeyen fakat PMS yaşamayı etkileyebilecek bir başka önemli etmen de kültürdür. Kültürle ilgili yapılan bir çalışmada içinde bulunulan popüler kültürdeki yaygın inanış ve etiketlemelerin kadınların PMS ile ilgili hissettiklerini etkilediği bulunmuştur (9). Kültürlerarası duyarlılık açısından bakıldığında Amerika kıtasının kuzeydoğu ve güneydoğusundaki kültürlerarası farklılıkların karşılaştırıldığı bir çalışmada reproduktif dönemin farklı aşamalarında olan kadınlara yönelik tutumlar incelenmiş ve Amerika Birleşik Devletleri'nin (ABD) kuzeydoğusundakilerin premenstrual dönemdeki kadınlara karşı güneydoğusundaki Meksikalılardan daha negatif tutum bildirdiği ve PMS'li kadınları 'gergin', 'değişken' gibi daha olumsuz sıfatlarla değerlendirdikleri saptanmıştır (10).

Türkiye de kültürel çeşitliliğin olduğu çok kültürlü bir yapıdadır (11). Türkiye'de en çok konuşulan diller Türkçe, Kürtçe ve Arapça olmakla birlikte; din bakımından da Müslüman, Hristiyan, Yahudi gibi ayrımlar mevcuttur (12). Aynı zamanda son yıllarda düzenli göç açısından önde gelen ülkelerden biri haline gelmiş ve ülkedeki Suriyeli mültecilerin sayısı milyonları aşmıştır (13). Sonuçta yapılmış olan araştırmalarda da görüldüğü üzere kültürel farklılıklar ile PMS arasında bir ilişki bulunmaktadır. Bu doğrultuda kültürlerarası etkileşim ortamı olan üniversitelerde

eğitim gören öğrencilerin PMS yaşama durumlarında kültürlerarası duyarlılığın rolünü değerlendirmek önemli olabilmektedir.

Gereç ve Yöntemler

Araştırmanın Amacı ve Türü

Bu araştırma hemşirelik lisans öğrencilerinin kültürlerarası duyarlılık ile PMS arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla kesitsel ve tanımlayıcı bir çalışma olarak yapılmıştır.

Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini 2020-2021 bahar döneminde hemşirelik fakültesindeki tüm öğrenciler (691 öğrenci) oluşturmuştur. Örnekleme, araştırma kriterlerine uyan ve araştırmaya katılmaya gönüllü 437 öğrenci dahil edilmiştir. Araştırmaya alınma kriterleri; hemşirelik fakültesi öğrencisi olma, araştırmaya katılmaya gönüllü olma ve düzenli (21-35 gün) menstrual döngüye sahip olmadır. Araştırma dışlama kriteri, araştırma verilerini tamamlamadan çalışmadan ayrılmadır. Araştırma 01 Haziran- 31 Ağustos 2021 tarihleri arasında yapılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmanın verileri; Tanımlayıcı Özellikler Formu, Premenstrual Sendrom Ölçeği (PMSÖ), Kültürlerarası Duyarlılık Ölçeği ve Kültürel Özellikler Değerlendirme Formu kullanılarak elde edilmiştir.

Tanımlayıcı Özellikler Formu: Tanımlayıcı özelliklerin (yaş, aile tipi vb.) belirlenmesi için oluşturulmuş üç tane açık uçlu, on tane kapalı uçlu olmak üzere on üç sorudan oluşmaktadır.

Premenstrual Sendrom Ölçeği (PMSÖ): Gençdoğan tarafından 2006 yılında geliştirilmiştir. Beşli likert tipindeki PMSÖ, 44 madde ve dokuz alt boyuttan (depresif duygulanım, anksiyete, yorgunluk, sinirlilik, depresif düşünceler, ağrı, iştah değişiklikleri, uyku değişiklikleri, şişkinlik) oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 44, en yüksek puan 220'dir. Alt boyut skorları bu boyutlarda yer alan maddelerin toplanmasıyla elde edilmekte ve PMSÖ toplam puanı da alt boyut skorlarının toplamı ile bulunmaktadır. PMSÖ toplam puanı %50'den fazla olanlar PMS pozitif olarak sınıflandırılmaktadır. Yüksek PMSÖ puanı daha şiddetli premenstrual semptomları göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,75'dir (14). Bu çalışmada Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,93 olarak hesaplanmıştır.

Kültürlerarası Duyarlılık Ölçeği: Chen ve Starosta (2000) tarafından geliştirilmiş (15), Bulduk ve arkadaşları (2011) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek kültürlerarası duyarlı olmak için gerekli "iletişimde sorumluluk boyutu, kültürel farklılıklara saygı boyutu, iletişimde kendine güvenme boyutu, iletişimde hoşlanma boyutu ve iletişimde dikkatli olma boyutu" olmak üzere beş duygusal boyutu içermektedir. Ölçek, likert tipi 5 kategoride "(1) kesinlikle katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) kararsızım, (4) katılıyorum ve (5) kesinlikle katılıyorum" değerlendirilmektedir. Ölçek 24 maddeden oluşmakta ve bazı maddeleri "2, 4, 7, 9, 12, 15, 18, 20 ve 22. maddeleri" ters olarak kodlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 24, en yüksek toplam puan 120'dir. Ölçeğin belirtilen bir kesme puanı yoktur ve ölçekten alınan toplam puanın artması kültürler arası duyarlılık düzeyinin arttığını göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,72'dir (16). Bu çalışmada Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,69 olarak hesaplanmıştır.

Kültürel Özellikler Değerlendirme Formu: Araştırmacılar tarafından literatür (17-20) doğrultusunda öğrencilerin kültürel özelliklerini belirlemek için oluşturulmuş, toplam on beş soruluk değerlendirme formudur.

Verilerin Toplanması

Veriler araştırmacılar tarafından yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Görüşme ortalama 15-20 dakika sürmüştür. Araştırmacılar tarafından öğrencilere araştırmanın konusu ve amacı hakkında bilgi verilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Bu çalışmada veri analizleri IBM SPSS Statistics for Windows 22.0 yazılım programı kullanılarak yapılmıştır. Çalışma verilerinin normallik dağılımı Kolmogorov Smirnov testi ile incelenmiş ve verilerin normal dağılmadığı saptanmıştır. Öğrencilerin tanımlayıcı özellikleri ve PMS'ye ilişkin değerlendirmeleri sayı ve yüzde değerleri ile verilmiştir. Öğrencilerin PMSÖ puan ortalamalarına göre tanımlayıcı özellikleri ve sağlığa yönelik uygulamaları, öğrencilerin kültürel özellikleri değerlendirmeleri ve öğrencilerin PMS düzeyleri ile kültürlerarası duyarlılıkları arasındaki fark Mann-Whitney U test/Kruskal-Wallis H test ile değerlendirilmiştir. Öğrencilerin kültürlerarası duyarlılıkları ile PMS yaşama durumları arasındaki

ilişki Spearman Korelasyon analizi kullanılarak değerlendirilmiştir. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Etik İzin

Araştırma için hemşirelik fakültesinden kurum izni ve Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (tarih: 30.05.2021, no: 2021/20-38) etik kurul onayı alınmıştır. Araştırmaya katılan tüm öğrencilerden bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Araştırma Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak yürütülmüştür.

Bulgular

Öğrencilerin yaş ortalaması $20,8 \pm 1,6$ 'dır ve %30,4'ü 22-24 yaş aralığındadır. Çoğunluğunun; aile tipi çekirdek aile (%85,6), geliri giderine denk (%48,3), yerleşim yeri il merkezi (%43,0) ve kardeş sayısı 1-3 (%66,0) arasındadır. Öğrencilerin %25,9'u son sınıfta, %25,6'sı ikinci sınıfta üniversite eğitimi almaktadır. Öğrencilerin %67,8'i yalnızca hasta olduğunda sağlık kuruluşuna başvurmaktadır. %23,3'ü sağlık sorunlarında geleneksel yöntemler kullanmaktadır. Üniversite eğitimi nedeniyle yerleşim yeri değişikliğine bağlı kültürel farklılık yaşama durumları orta (%27,9) ve yüksek (%24,7) düzeydedir. Öğrencilerden, geliri giderinden az olanlarda, son sınıf olanlarda, sağlık sorunlarında geleneksel yöntem kullananlarda ve üniversite eğitimi nedeniyle yerleşim yeri değişikliğine bağlı kültürel farklılık yaşama durumları yüksek düzeyde olanlarda PMS düzeyi daha şiddetlidir ($p < 0,005$). Sağlık sorunlarında kullanılan geleneksel yöntemler arasında bitki çayı tüketme (n: 42), besin takviyesi kullanma (n: 35), masaj (n: 17), hacamat yaptıрма (n: 6) ve sülük tedavisi (n: 2) yer almaktadır (Tablo 1).

Tablo 2'de öğrencilerin PMS'ye ilişkin değerlendirmeleri yer almaktadır. Öğrencilerin kendisinde PMS varlığı algısı %82,2 oranındadır. PMS yaşadığını düşündüğü için doktora başvurma oranı %16,5'tir. Öğrencilerin PMS'ye yönelik geleneksel yöntem kullanma durumu %47,6'dır. PMS'ye yönelik kullanılan geleneksel yöntem arasında besin takviyesi (n: 67), bitki çayı tüketme (n: 58), egzersiz (n: 34), masaj (n: 25), sıcak uygulama teknikleri (n: 14) ve müzik dinleme (n: 10) yer almaktadır. Öğrencilerin üniversite eğitimi nedeniyle şehir değişikliğinde PMS yaşama durumu %51,9'dur ve bunların %35,9'unu emosyonel değişimler oluşturmaktadır.

Tablo 1. Öğrencilerin Premenstrual Sendrom Ölçeği Puan Ortalamalarına Göre Tanımlayıcı Özellikleri ve Sağlığa Yönelik Uygulamaları (n: 437)

	n	%	$\bar{x} \pm SS$	U/KW*	P
Yaş					
18-19 yaş	92	21,1	137,51±37,58	4,445	0,217
20 yaş	109	24,9	133,61±37,78		
21 yaş	103	23,6	140,30±39,38		
22-24 yaş	133	30,4	143,33±37,66		
Aile Tipi					
Çekirdek aile	374	85,6	139,45±37,57	10360,500	0,126
Geniş aile	63	14,4	132,06±38,67		
Gelir Durumu					
Gelir giderden az	44	10,1	144,37±37,78**	9,739	0,008
Gelir gidere denk	211	48,3	135,93±37,84		
Gelir giderden fazla	182	41,6	125,43±42,36		
Yerleşim Yeri					
Köy-Kasaba	72	16,5	135,41±34,39	1,729	0,421
İlçe	177	40,5	141,74±36,88		
İl merkezi	188	43,0	136,39±39,74		
Kardeş Sayısı					
Tek çocuk	25	5,7	138,74±35,41	2,025	0,567
1-3 kardeş	288	66,0	136,83±38,31		
4-5 kardeş	81	18,5	143,70±37,19		
6 ve üzeri kardeş	43	9,8	140,25±34,04		
Üniversitedeki Sınıfı					
1. sınıf	107	24,5	134,36±35,68	11,091	0,011
2. sınıf	112	25,6	135,49±42,97		
3. sınıf	105	24,0	141,39±37,78		
4. sınıf	113	25,9	149,52±35,57*		
Sağlık Kuruluşuna Başvurma Sebebi					
Yalnızca hasta olduğunda	296	67,8	138,51±38,69	4,094	0,129
Sağlık kontrolleri	102	23,3	134,13±35,55		
Sağlıkla ilgili konularda bilgi alma	39	8,9	141,58±35,13		
Sağlık Sorunlarında Geleneksel Yöntem Kullanma Durumu					
Evet	102	23,3	144,96±33,91	3,065	0,002
Hayır	335	76,7	132,04±36,45		
Üniversite Eğitimi Nedeniyle Yerleşim Yeri Değişikliğine Bağlı Kültürel Farklılık Yaşama Durumu					
Hafif	207	47,4	135,63±37,21	3,518	0,030
Orta	122	27,9	137,70±36,90		
Yüksek	108	24,7	146,71±38,94*		
*Mann-Whitney U test/Kruskal-Wallis H tests. **Farkı yaratan gruplar.					

Tablo 2. PMS'ye İlişkin Değerlendirmeleri (n: 437)		
	n	%
Kendisinde PMS Varlığı Algısı		
Evet	359	82,2
Hayır	78	17,8
PMS Yaşadığını Düşündüğü İçin Doktora Başvurma Durumu		
Evet	72	16,5
Hayır	365	83,5
PMS'ye yönelik geleneksel yöntem kullanma durumu		
Evet	208	47,6
Hayır	229	52,4
Şehir Değişikliğinde PMS Yaşama Durumu		
Evet	227	51,9
Hayır	210	48,1
Şehir Değişikliğinde PMS Yaşama Durumundaki Semptomlar		
Emosyonel değişim	80	35,9
Siklus döngü süresinin bozulması	68	30,5
Karın ağrısı	34	15,2
Ödem	19	8,5
Mide bulantısı ve kusma	14	6,3
İştahta değişiklik	8	3,6

Tablo 3. Öğrencilerin Kültürel Özellikleri Değerlendirmeleri (n: 437)					
	Kültürlerarası Duyarlılık Ölçeği Puan Ortalaması				
	n	%	$\bar{x} \pm SS$	U/KW	P
"Kültür" kelimesinin anlamını bilme					
Katılıyorum	397	90,8	80,1±5,75	4,364	0,000
Katılmıyorum	40	9,2	75,9±6,62		
Farklı kültürden oluşan bir ortamda kendini daha az özgüvende hissetme					
Katılıyorum	74	17,0	78,6±6,66	12,638	0,000
Kararsızım	140	32,0	78,2±5,73		
Katılmıyorum	223	51,0	81,0±5,54*		
Çeşitli kültürleri öğrenip, farklı kültürlerden insanlarla iletişime geçince mutlu olma					
Kararsızım	62	14,2	75,1±6,65	6,842	0,000
Katılıyorum	375	85,8	80,4±5,49		
Farklı kültürden insanlarla iletişime geçmeye çekinme					
Katılıyorum	36	8,2	73,4±5,21	40,952	0,000
Kararsızım	115	26,4	77,9±4,85		
Katılmıyorum	286	65,4	81,2±5,74*		
Sadece kendi kültüründen insanlarla tanışmak isteme					
Katılıyorum	48	11,0	76,9±6,87	32,703	0,000
Kararsızım	46	10,5	74,7±5,49		
Katılmıyorum	172	39,4	79,1±4,80		
Kesinlikle katılmıyorum	171	39,1	82,4±5,47*		

*Farkı yaratan gruplar.

Tablo 3'te öğrencilerin kültürel özellikleri değerlendirmeleri yer almaktadır. Öğrencilerin %90,8'i "kültür" kelimesinin anlamını bilmektedir. Öğrencilerin %51,0'ı farklı kültürden oluşan bir ortamda kendini daha az özgüvende hissetmemektedir. %85,8'i çeşitli kültürleri öğrenip, farklı kültürlerden insanlarla iletişime geçince mutlu olmaktadır. %65,4'ü farklı kültürden insanlarla iletişime geçmeye çekinmemektedir ve %39,4'ü sadece kendi kültüründen insanlarla tanışmak istemektedir. Öğrencilerden "kültür" kelimesinin anlamını bilenlerde, farklı kültürden oluşan bir ortamda kendini daha az özgüvende hissetmeyenlerde,

çeşitli kültürleri öğrenip, farklı kültürlerden insanlarla iletişime geçince mutlu olanlarda, farklı kültürden insanlarla iletişime geçmeye çekinmeyenlerde ve sadece kendi kültüründen insanlarla tanışmak istemeyenlerde kültürlerarası duyarlılık daha yüksek bulunmuştur ($p < 0,005$).

Tablo 4'te öğrencilerin PMS düzeyleri ile kültürlerarası duyarlılıkları arasındaki ilişki yer almaktadır. Üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılıkları arttıkça PMS şiddeti artmaktadır. Üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılığı en yüksek olanlar şiddetli düzeyde PMS yaşayan öğrencilerdir (sırasıyla $p = 0,029$, $p = 0,008$).

Tablo 4. Öğrencilerin Premenstrual Sendrom Düzeyleri ile Kültürlerarası Duyarlılıkları Arasındaki Fark (n: 437)

	Kültürlerarası Duyarlılık Ölçeği Puan Ortalaması				
	n	%	$\bar{x} \pm SS$	KW*	P
Birinci Sınıf					
PMS yok	-	-	-		
Hafif düzeyde	22	20,6	78,63±6,48	0,001	0,980
Orta düzeyde	64	59,8	79,50±6,77		
Şiddetli düzeyde	21	19,6	76,23±7,67		
İkinci Sınıf					
PMS yok	-	-	-		
Hafif düzeyde	22	19,6	80,68±7,27	0,290	0,590
Orta düzeyde	63	56,3	81,23±4,28		
Şiddetli düzeyde	27	24,1	79,92±6,98		
Üçüncü Sınıf					
PMS yok	-	-	-		
Hafif düzeyde	11	10,4	74,72±7,01	6,224	0,029
Orta düzeyde	51	48,6	77,27±5,94		
Şiddetli düzeyde	43	41,0	79,23±6,50**		
Dördüncü Sınıf					
PMS yok	-	-	-		
Hafif düzeyde	22	19,5	79,82±4,13	6,976	0,008
Orta düzeyde	73	64,6	82,34±6,12		
Şiddetli düzeyde	18	15,9	83,96±4,17**		
Toplam					
PMS yok	-	-	-		
Hafif düzeyde	77	17,6	79,93±6,70	0,938	0,392
Orta düzeyde	251	57,4	79,97±5,49		
Şiddetli düzeyde	109	25,0	79,74±5,96		

*KW: Kruskal-Wallis, **Farkı yaratan gruplar.

Tablo 5'te öğrencilerin kültürlerarası duyarlılıkları ile premenstrual sendrom yaşama durumları arasındaki ilişki yer almaktadır. Üçüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılık ile PMS semptomlarından uyku değişiklikleri arasında negatif yönde orta düzeyde ($r = -0,352$, $p = 0,000$), şişkinlik arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r = -0,254$, $p = 0,009$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Üçüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından uyku değişiklikleri ve şişkinlik artmaktadır. Dördüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılık ile PMS semptomlarından anksiyete arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r = -0,128$, $p = 0,027$), iştah değişiklikleri arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r = -0,126$, $p = 0,039$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Dördüncü sınıf öğrencilerde kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından anksiyete ve iştah değişiklikleri artmaktadır. Öğrencilerin toplamı için kültürlerarası duyarlılık ile PMS semptomlarından anksiyete arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r = -0,124$, $p = 0,010$), depresif düşünceler arasında negatif yönde

düşük düzeyde ($r = -0,098$, $p = 0,041$) ve uyku değişiklikleri arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r = -0,198$, $p = 0,000$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Öğrencilerin toplamı için kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından anksiyete, depresif düşünceler ve uyku değişiklikleri artmaktadır.

Tartışma

Bu çalışma, erişilen bilgilere göre kültürlerarası duyarlılık ile PMS arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan ilk çalışmadır. Geliri giderinden az olan, son sınıfta olan, PMS'ye yönelik geleneksel yöntem kullanan ve üniversite eğitimi nedeniyle yerleşim yeri değişikliğine bağlı yüksek düzeyde kültürel farklılık yaşayan öğrencilerde PMS daha şiddetlidir. Düşük gelir düzeyiyle birlikte temel kaynaklara erişimde zorluklar, ekonomik sorunların ortaya çıkması ve yaşam kalitesinin düşmesi stres ve anksiyeteyi artırarak PMS semptomlarını şiddetlendiriyor olabilir. Son sınıfta olan öğrencilerin de bitirme projeleri, intörlük uygulamaları gibi önemli sınavları olması, iş bulma kaygısı gibi mezuniyet sonrası geleceğe yönelik artan sorumluluk baskısı yoğun PMS semptomlarını açıklayabilir. PMS'ye yönelik

Tablo 5. Öğrencilerin Kültürlerarası Duyarlılıkları ile Premenstrual Sendrom Yaşama Durumları Arasındaki İlişki (n: 437)

Premenstrual Sendrom Ölçeği	Kültürlerarası Duyarlılık Ölçeği Puan Ortalaması									
	1. sınıf		2. sınıf		3. sınıf		4. sınıf		Toplam	
	r*	p	r*	p	r*	p	r*	p	r*	p
Depresif duygulanım	-0,132	0,176	-0,060	0,533	0,125	0,202	-0,081	0,394	-0,070	0,145
Anksiyete	0,084	0,392	-0,142	0,136	0,053	0,595	-0,128	0,027	-0,124	0,010
Yorgunluk	-0,110	0,261	0,056	0,561	0,107	0,279	0,007	0,941	-0,012	0,806
Sinirlilik	-0,118	0,224	0,005	0,961	0,102	0,301	-0,011	0,906	0,033	0,497
Depresif düşünceler	0,159	0,102	-0,072	0,454	0,018	0,857	-0,098	0,302	-0,098	0,041
Ağrı	0,111	0,256	0,018	0,853	0,088	0,371	0,058	0,540	-0,007	0,880
İştah değişiklikleri	0,023	0,815	0,135	0,155	0,170	0,083	-0,126	0,039	0,085	0,077
Uyku değişiklikleri	-0,164	0,094	-0,087	0,359	-0,352	0,000	-0,074	0,439	-0,198	0,000
Şişkinlik	-0,023	0,814	0,081	0,396	-0,254	0,009	0,046	0,631	0,085	0,076
Total	-0,158	0,105	-0,029	0,761	0,075	0,449	0,049	-0,609	-0,063	0,189

*Pearson Korelasyon Testi.

geleneksel yöntem kullananlarda, modern yöntemlere erişimin sınırlı olması, geleneksel yöntemlerin kültürle de şekillenebilmesi sebebiyle toplumsal cinsiyet rolleri eşitsizliği, kadına ve menstrual döneme yüklenen anlam ve sonuçta sosyokültürel bağlam stres seviyelerini artırarak da PMS'i şiddetlendirebilir. Ayrıca üniversiteye başlama sürecinde yerleşim yeri değişikliğiyle birlikte farklı bir sosyal, kültürel çevre ve yaşam tarzıyla karşılaşmak olası adaptasyon sorunları ve hissedilen sosyal destek sistemlerinin azalması ile sonuçlanarak psikolojik ve davranışsal PMS semptomlarını şiddetlendirebilir. Bu sonuçlar diğer uluslararası çalışmalarla çoğunlukla benzerdir (21-23).

Öğrencilerden "kültür" kelimesinin anlamını bilenlerde kültürlerarası duyarlılık daha yüksektir. Kültür ve ilişkili faktörleri anlayabilme becerisi farklı kültürlerle yönelik farkındalığın yüksek olması ve dolayısıyla kültürlerarası duyarlılığın da yüksek olmasıyla açıklanabilir. Öz güveni yüksek öğrenciler, farklı kültürlerdeki bireylerle etkileşim ve iletişimde daha rahat hissedebilir. Bu nedenle kültürlerarası duyarlılıkları da yüksek olabilir. Farklı kültürlerden insanlarla iletişime kurmaya olumlu bakan öğrenciler, birçok yaşam tarzı ve kültürel zenginlikle karşılaşarak diğer insanlara karşı ön yargıdan uzaklaşmaktadır. Bu şekilde gösterdikleri öz denetim, açık fikirlilik, etkileşime katılım ve empati sonucunda kültürlerarası duyarlılık puanları artmış olabilir. Sonuçlar literatürle uyumlu olup farklı kültürden insanlarla etkileşim içinde olmanın, ayrıca onlara bakım vermenin kültürlerarası duyarlılığı artırdığı görülmektedir (24-26).

Üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin kültürlerarası duyarlılıkları arttıkça yaşadıkları PMS şiddeti artmaktadır. Hemşirelik öğrencilerinin klinik stajları sırasında farklı kültürden hastalara bakım vermiş olmaları, onların kültürel inanç ve uygulamalarına maruz kalmaları, farklı kültürleri deneyimlemeleri empati düzey ve becerilerini geliştirerek kültürlerarası duyarlılıklarını artırmış olabilir. Üniversite ortamının çok kültürlü yapıya sahip olması da öğrencilerin bakış açılarını geliştirerek kültürel farklılıkları anlamaları ve duyarlılık göstermelerini etkileyebilir. Tüm bunların yanı sıra üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin mezuniyet sonrası iş bulma ve ekonomik kaygı yaşamaları, COVID-19

pandemisinde hemşirelik eğitimini online eğitimle almış, klinik uygulamalardan uzak kalmış olmaları gibi belirsizlik ve endişe yaratan durumlar stres seviyelerini artırarak yaşadıkları PMS'i de şiddetlendirmiş olabilir. Kültürlerarası duyarlılık arttıkça PMS şiddetinin artması beklenmedik bir sonuç gibi görünse de bu sonuç örneklem grubunun içinde bulunduğu olumsuz koşullarla açıklanabilmektedir.

Kültürlerarası duyarlılık düzeyi düşük olan kadınlarda, PMS semptomlarından anksiyete, depresif düşünceler, iştah değişiklikleri, uyku değişiklikleri ve şişkinliğin şiddeti artmaktadır. Düşük kültürlerarası duyarlılığa sahip kişiler farklı kültürlerle karşılaşma, etkileşim ve iletişim içinde bulunma, farklı norm ve değerlere uyum sağlamada zorluk yaşayabilirler. Ayrıca farklı kültürel ortamda özgüven eksikliği yaşamak kendilerini dışlanmış hissetmeye, benlik saygısının azalmasına ve depresif düşüncelerin ortaya çıkmasına yol açabilir. Yemek de bir kültür bileşeni olduğundan düşük kültürlerarası duyarlılığa sahip kişiler beslenme alışkanlıklarını etkileyecek yeni bir çevreye uyum sağlamada zorlanabilir ve sonuçta PMS semptomlarından iştah değişiklikleri ve şişkinliği şiddetli düzeyde deneyimleyebilirler. Bu olası sebepler yazarlar tarafından kültürlerarası duyarlılık düzeyi düşük olan kadınlarda PMS semptomlarının şiddetinin artmasını açıklamaktadır. Bu açıdan literatür incelendiğinde dolaylı şekilde Alkhatib ve ark. (2022) da Çin'de okuyan uluslararası öğrencilerde kültürleşme sürecinde karşılaştıkları menstrual semptomları incelemişlerdir. Yazarlar özellikle abdominal kramp, baş ve karın ağrısı, yorgunluk ve sinirlilik olmak üzere öğrencilerde PMS şiddetinde artış olduğunu belirlemişlerdir. Düşük kültürel adaptasyon ve uyku kalitesi ile yüksek düzeyde algılanan stresin semptomların şiddetini artırdığını belirtmişlerdir (27). Yaelim ve ark. (2017) ise kültürleşme stresi ve PMS semptomları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla ABD'de okuyan Koreli öğrenci ve Güney Kore'de okuyan Koreli yerli öğrenciler ile bir çalışma yapmışlardır. Çalışmada PMS bulguları açısından ABD'de okuyan Koreli öğrencilerle, Kore'de okuyan öğrenciler karşılaştırıldığında; ABD'de okuyan Koreli öğrencilerde kültürel stres ile PMS belirtilerinin şiddeti anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur (28). Bu bulgular kültürün PMS semptomlarının şiddetini etkilemede önemli olduğunu göstermektedir.

Sınırlılıklar

Araştırma tek bir fakültede ve belli tarihler arasında ulaşılan öğrenciler ile yapılması nedeniyle araştırma sürecinde elde edilen sonuçlar tüm öğrencilere genellenememektedir. Araştırmamızın diğer bir sınırlılığı öğrencilerin eski ve mevcut PMS'ye ilişkin bilgileri hatırlamalarını gerektirmesidir.

Sonuç

Günümüze kadar yapılan çeşitli çalışmalarda kültür, kültürel farklılıklar, kültürleşme ile PMS arasındaki patern araştırılmış ancak uyum sağlamada da kolaylaştırıcı faktör olan kültürlerarası duyarlılık göz ardı edilmiştir. Bu çalışmada kültürlerarası duyarlılık ile PMS arasında ilişki bulunmuş, kültürlerarası duyarlılık azaldıkça PMS semptomlarından anksiyete, depresif düşünceler, iştah değişiklikleri, uyku değişiklikleri ve şişkinliğin şiddeti artmıştır. Bu nedenle kültürel etkileşim ortamı olan üniversitelerdeki öğrencilerin, kültürlerarası duyarlılık düzeyleri ve etkileyen faktörlerin saptanması, PMS yönetiminde etkili bir yöntem olarak önerilebilir. Dolayısıyla çalışmamız sonuçları kapsamında PMS ile ilgili önceki çalışmalarda uygulanan daha farklı ortak değişkeni literatüre dahil etmeyi hedefliyoruz. Son olarak ilgili araştırmacıların özellikle son sınıfa gelindiğinde yükselen kültürlerarası duyarlılıkları ile artan PMS şiddetini etkileyen faktörlerin gücü ve yönünü ortaya koyacak bir çalışma yürütmeleri önerilir.

Finansal Kaynak

Bu çalışma için herhangi bir kişi ve kurumdan destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar bu makalenin araştırması, yazarlığı ve/veya yayını ile ilgili olarak herhangi bir potansiyel çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Merlinda Aluş Tokat, Hülya Özberk, Efsun Derin, Cansu Demirdağ Durgaç, Sıla Göksoy. Tasarım: Merlinda Aluş Tokat, Hülya Özberk. Denetleme/Danışmanlık: Merlinda Aluş Tokat, Hülya Özberk. Veri Toplama ve/veya İşleme: Hülya Özberk, Efsun Derin, Cansu Demirdağ Durgaç, Sıla Göksoy. Analiz ve/veya Yorum: Merlinda Aluş Tokat, Hülya Özberk, Efsun Derin. Kaynak Taraması: Cansu Demirdağ Durgaç, Sıla Göksoy. Makalenin Yazımı: Merlinda

Aluş Tokat, Hülya Özberk, Efsun Derin, Cansu Demirdağ Durgaç, Sıla Göksoy. Eleştirel İnceleme: Merlinda Aluş Tokat, Hülya Özberk. Kaynaklar ve Fon Sağlama: Merlinda Aluş Tokat, Hülya Özberk, Efsun Derin, Cansu Demirdağ Durgaç, Sıla Göksoy.

İletişim: Hülya Özberk

E-Posta: hulyaozberk1@gmail.com

Kaynaklar

1. Green LJ, O'brien PMS, Panay N, Craig M. Management of premenstrual syndrome. *BJOG*. 2017;124(3):e73-e105.
2. Aşçı Ö, Kahyaoğlu Süt H, Gökdemir F. Üniversite öğrencilerinde premenstrüel sendrom prevalansı ve risk faktörleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2016;9(3):79-87.
3. Uzuner LA, Koçak DY. Üniversite öğrencilerinde premenstrual sendrom ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları ilişkisi. *Nobel Medicus*, 2019;15(3):24-32.
4. Yaşar Ö, Karaca PP, Aksu SÇ. Üniversite öğrencilerinde premenstrüel sendrom ve etkileyen değişkenler. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2019;8(3):147-152.
5. Epperson CN, Steiner M, Hartlage SA, Eriksson E, Schmidt PJ, Jones I, Yonkers KA. Premenstrual dysphoric disorder: evidence for a new category for DSM-5. *American Journal of Psychiatry*, 2012;169(5):465-475.
6. Panay N. Guidelines on Premenstrual Syndrome, The National Association for Premenstrual Syndrome (NAPS). Available at: <http://www.pms.org.uk/> Accessed January 19, 2018
7. Cheng SH, Shih CC, Yang YK, Chen KT, Chang YH, Yang YC. Factors associated with premenstrual syndrome—A survey of new female university students. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 2013;29(2):100-105.
8. Yoshimi K, Shiina M, Takeda T. Lifestyle factors associated with premenstrual syndrome: a cross-sectional study of Japanese high school students. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 2019;32(6):590-595.
9. Chrisler JC, Caplan P. The strange case of Dr. Jekyll and Ms. Hyde: How PMS became

- a cultural phenomenon and a psychiatric disorder. *Annual Review of Sex Research*, 2002;13(1):274-306.
10. Chrisler JC, Gorman JA, Marván ML, Johnston-Robledo I. Ambivalent sexism and attitudes toward women in different stages of reproductive life: A semantic, cross-cultural approach. *Health Care for Women International*, 2014;35(6):634-657.
 11. Çelik H. Çokkültürlülük ve Türkiye'deki görünümü. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2008;9(15):319-332.
 12. Nayir F, Sarıdaş G. Çokkültürlü eğitim, kültürlerarası eğitim ve kültürel değerlere duyarlı eğitime ilişkin kavramsal bir inceleme. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2020;13(70):769-779.
 13. Ekmekci PE. Syrian refugees, health and migration legislation in Turkey. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 2017;19(6):1434-1441.
 14. Gençdoğan B. Premenstrual Sendrom için yeni bir ölçek. *Türkiye'de Psikiyatri* 2006; 8(2):81-87.
 15. Chen GM, Starosta WJ. The development and validation of the Intercultural Sensitivity Scale. *Human Communication*, 2000;3(1):2-14.
 16. Bulduk S, Tosun H, Ardıç E. Türkçe kültürler arası duyarlılık ölçeğinin hemşirelik öğrencilerinde ölçümsel özellikleri. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Ethics-Law and History*, 2011;19(1):25-31.
 17. Aba YA, Ataman H, Dişsiz M, Sevimli S. Genç Kadınlarda Premenstrual Sendrom, Fiziksel Aktivite ve Yaşam Kalitesi. *Journal of Academic Research in Nursing (JAREN)*, 2018;4(2):75-82.
 18. Ögüt N, Olkun OM. Üniversite öğrencilerinin kültürlerarası duyarlılık düzeyi: Selçuk Üniversitesi örneği. *Selçuk İletişim*, 2018;11(2):54-73.
 19. Sarı Çetin H, Erbil N. Premenstrual sendromda ağrı yönetimi. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 2020;3(2):202-210.
 20. Şahin S. Geleneksel, tamamlayıcı, alternatif tıp uygulamalarına genel bir bakış. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 2017;21(4):159-162.
 21. Farahmand M, Ramezani Tehrani F, Khalili D, Amin G, Negarandeh R. Factors associated with the severity of premenstrual syndrome among Iranian college students. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 2017;43(11):1726-1731.
 22. Shehadeh JH, Hamdan-Mansour AM. Prevalence and association of premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder with academic performance among female university students. *Perspectives in Psychiatric Care*, 2018;54(2):176-184.
 23. Nageeb H, Mohamed RA, Amasha H. Prevalence of premenstrual syndrome: complementary & alternative therapy among nursing students. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 2015;4(2):7-15.
 24. Beser A, Kerman KT, Ersin F, Arkan G. The effects of ethnocentrism and some features on intercultural sensitivity in nursing students: A comparative descriptive study. *Nurse Education in Practice*, 2021;56:103180.
 25. Guner S, Ocak Akturk S, Oner Aydın S, Karaca Saydam B. Investigation of intercultural sensitivity and ethnocentrism levels of midwife candidates in Turkey sample: A cross-sectional study. *Journal of Transcultural Nursing*, 2022;33(2):208-218.
 26. Meydanlioglu A, Arıkan F, Gozum S. Cultural sensitivity levels of university students receiving education in health disciplines. *Advances in Health Sciences Education*, 2015;20:1195-1204.
 27. Alkhatib A, Zhou Q, Bajinka O, Pakwan Suwal R, Wiley J, Li X. Prevalence of menstrual symptoms change and influencing factors among international female students studying in china during acculturation period. *BMC Women's Health*, 2022;22(1):1-11.
 28. Lee Y, Im EO. Stress and premenstrual symptoms among Korean women studying in the US and South Korea: A longitudinal web-based study. *Women & Health*, 2017;57(6):665-684.