

# KOLOSTOMİ İLE YAŞAYAN BİREYLERİN BESLENMEYE İLİŞKİN DENEYİMLERİ: NİTEL BİR ÇALIŞMA

## NUTRITIONAL EXPERIENCES OF INDIVIDUALS LIVING WITH COLOSTOMY: A QUALITATIVE STUDY

*Pınar KAYA<sup>1</sup>, Sevgi DENİZ DOĞAN<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Öğr. Gör.Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi Eğirdir Sağlık Hizmetleri MYO Tıbbi Hizmetler ve Teknikler Bölümü Isparta, Türkiye.

<sup>2</sup>Dr. Öğr. Üyesi, Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Uluborlu Selahattin Karasoy MYO Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü Isparta, Türkiye.

### Özet

**Amaç:** Bu çalışma, kolostomi ile yaşayan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları sorunlar ve bu sorunlar ile baş etme yöntemlerini ortaya çıkarmak amacıyla yapıldı.

**Gereç ve Yöntem:** Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden birebir derinlemesine görüşme yöntemi kullanıldı. Bu kapsamda görüşmeler Isparta'da yaşayan, yaşları 42-81 arasında değişen ve kolostomi ile yaşama süreleri 7-21 yıl arasında değişen 8 birey ile yapıldı. Araştırmanın verileri Ağustos 2022-Şubat 2023 tarihleri arasında "Kişisel Bilgi Formu" ve "Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu" ile toplandı. Elde edilen nitel veriler içerik analizi yöntemiyle analiz edildi.

**Bulgular:** Çalışmada kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları sorunlar; psikolojik, dışkılama, sıvı elektrolit dengesi, cilt ve kolostomi torbasına ilişkin olmak üzere 5 temaya ayrıldı. Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları sorunlar ile baş etme yöntemleri ise dışkılama alışkanlıkları, kolostomi torbası, koku ve ciltle ilişkili problemlere karşı olmak üzere 4 temaya ayrıldı.

**Sonuç:** Bu çalışmada kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı çok çeşitli sorunlar yaşadığı ve bu sorunlar ile baş etmek için çeşitli yöntemler kullandığı sonucuna ulaşıldı. Bu bağlamda kolostomi ile yaşayan bireylere beslenmeye ilişkin sorunlar yaşamalarını önlemek ve yaşadıkları problemler ile baş etmelerini sağlamak için multidisipliner ekip anlayışıyla bireyselleştirilmiş eğitimlerin verilmesi önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme, Hemşirelik, Kolostomi, Niteleyici çalışma

### Abstract

**Objectives:** This study was conducted to reveal the problems experienced by individuals living with colostomy due to nutrition and the methods of coping with these problems.

**Materials and Methods:** One-to-one in-depth interview method, one of the qualitative research methods, was used in the study. Within the scope of the research, interviews were conducted with eight individuals living in Isparta, aged between 42-81 years and living with colostomy for 7-21 years. The study data were collected between August 2022 and February 2023 with the 'Personal Information Form' and 'Semi-structured Interview Form'. Obtained qualitative data were analyzed by content analysis method.

**Results:** In the study, the nutrition-related problems experienced by individuals with colostomy were divided into 5 themes: psychological, defecation, fluid-electrolyte balance, skin, and colostomy bag. The methods of coping with the problems experienced by individuals with colostomy due to nutrition were divided into 4 themes: defecation habits, colostomy bag, odor, and skin-related problems.

**Conclusion:** In this study, it was concluded that individuals with colostomy experience a wide variety of nutritional problems and use various methods to cope with these problems. In this context, it is recommended that individuals living with colostomy be given individualized training with a multidisciplinary team approach to prevent them from experiencing nutritional problems and to enable them to cope with the problems they experience.

**Keywords:** Nutrition, Nursing, Colostomy, Qualitative study

ORCID ID: P.K., 0000-0002-8185-175X; S.D.D., 0000-0003-0311-2123.

Corresponding author: Sevgi DENİZ DOĞAN

Adres: Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Uluborlu Selahattin Karasoy Meslek Yüksekokulu Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Isparta, Türkiye.

E-mail: [sevgidenizcu@gmail.com](mailto:sevgidenizcu@gmail.com)

Geliş tarihi/ Date of receipt: 13.07.2024

Kabul tarihi / Date of acceptance: 29.01.2025

## GİRİŞ

Stoma kelimesinden türetilmiş olan ostomi, cerrahi girişim ile batin içindeki lümenli bir organın batin duvarına ağızlaştırıldığı yapay bir açıklıktır. Dünya’da yaklaşık 2 milyona yakın insanı etkileyen ostominin en yaygın (%60) uygulanan tipi ise kolostomidir (1,2). Kolostomi, sıklıkla kolon ya da rektumda tıkanıklık olması durumunda perforasyonun önlenmesi ve bağırsak basıncının azaltılması amacıyla ya da travma, enfeksiyon, perianal sepsis ve rektum rezeksiyonları gibi durumlarda fekal akımı saptırmak amacıyla uygulanmaktadır (3).

Geçici ya da kalıcı olabilen kolostomi, bireyin beklenen yaşam süresini uzatmak, yaşam kalitesini arttırmak, altta yatan patolojiyi iyileştirmek gibi amaçlarla uygulanmaktadır. Ancak kolostomi aynı zamanda bireyin yaşamında sosyal, fiziksel, bilişsel, duygusal birçok sorunları da beraberinde getirmektedir (4-7). Kolostomisi olan bireylerin yaşadığı bu sorunların önüne geçmede beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi ve bireyin doğru ve dengeli beslenmesinin sağlanması büyük önem taşımaktadır.

Kolostomisi olan bireyin doğru ve dengeli beslenmesi yaşam kalitesini önemli oranda etkilemektedir. Ancak bu bireyler için belirlenmiş bir beslenme protokolü bulunmamaktadır. Bireyler besin gereklilikleri, kısıtlamaları ve gıda toleransları gibi durumları göz önünden bulundurarak kendi diyet programını oluşturmaktadır (8). Bu konuda bilgi eksikliği olması kolostomisi olan bireylerin beslenmeye ilişkin çeşitli sorunlar yaşamalarına neden olmaktadır (9). Bu sorunlar arasında ameliyat sonrası tıkanıklıklar, malnütrisyon, dehidratasyon gibi komplikasyonlar, gaz, diyare, koku gibi rahatsızlık veren gastrointestinal semptomlar yer almaktadır (10,11). Ayrıca bireylerin yaşam kalitesini de olumsuz yönde etkilemektedir (12). Kolostomisi olan bireylerde bu sorunların önüne geçmek ve yeni

yaşamlarına uyum sürecini kolaylaştırmak amacıyla beslenmeye ilişkin eğitimler ve sürekli danışmanlık verilmelidir. Bu bağlamda kolostomi ile yaşayan bireylerin beslenmeye ilişkin yaşadığı problemlerin ve baş etme yöntemlerinin belirlenmesi oldukça önemlidir.

## GEREÇ VE YÖNTEM

### Çalışmanın Tasarımı

Bu çalışma kolostomi ile yaşayan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları sorunlar ve bu sorunlar ile baş etme yöntemlerini ortaya koymak için nitel araştırma yöntemlerinden birebir derinlemesine görüşme yöntemi ile yapıldı.

### Örneklem

Araştırma nitel araştırma yöntemlerinden birebir derinlemesine görüşme yöntemi ile yapıldı. Araştırmada derinlemesine bilgi toplamak amaçlandığından ölçüt örnekleme ve kartopu örnekleme yöntemi kullanıldı. Araştırmaya, Isparta ilinde yaşayan, en az 5 yıldır kolostomisi bulunan, 18 yaş üstü, mental, zihinsel ve fiziksel engeli bulunmayan bireyler dahil edildi.

Bireylere ulaşmak amacıyla Isparta ilinde kolostomi ürünleri pazarlayan bir medikal firmanın müşteri listelerinden yararlanıldı. İlgili firma yetkilisi çalışma kriterlerine uyan 5 birey ile görüşerek iletişim bilgilerinin araştırmacılar ile paylaşılması hususunda bireylerden onay aldı. İletişim bilgilerini paylaşan bireylere araştırmacılar tarafından telefon ile ulaşılarak araştırma hakkında detaylı bilgi verildi. Araştırmacıların verdiği bilgiler doğrultusunda araştırmada yer almayı kabul eden ve araştırma kriterlerini sağlayan 5 birey örnekleme alındı. Ardından kartopu örnekleme yöntemi kullanarak araştırmaya katılan bireylerden kolostomisi olan birey önerisinde bulunması istendi. Araştırma kapsamında toplam 12 kolostomili bireye ulaşıldı. Bu bireylerden ikisi dahil edilme kriterlerine uymadığı, ikisi ise araştırmaya katılmayı kabul etmediği için örnekleme alınmadı. Araştırma kapsamında

görüşmeler yaşları 42-81 arasında değişen ve kolostomi ile yaşama süreleri ise 7-21 yıl arasında değişen 8 birey ile yapıldı.

### Verilerin Toplanması

Bu araştırmanın verileri Ağustos 2022-Şubat 2023 tarihleri arasında araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ve araştırmanın amaç ve kapsamına uygun olarak literatür doğrultusunda hazırlanan “Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu” ile toplandı. Kişisel Bilgi Formu’nda bireylerin yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum ve kolostomi ile yaşama süresini sorgulayan 5 ifade yer almaktadır. Görüşme formunda, önceden belirlenen başlıklara ilişkin 4 açık ve 1 kapalı uçlu olmak üzere 5 soru yer almıştır (14). Kapsam geçerliliği için ilk olarak soruların içeriği, sırası ve ifadelerin anlaşılabilirliği konusunda uzman (bir hekim ve hemşirelik alanında iki öğretim üyesi) görüşüne başvuruldu. Uzman görüşü sonrasında görüşme sorularında bir değişiklik olmamıştır. Görüşmede kolostomisi olan bireylerin beslenmeye ilişkin yaşadığı problemler ve bu problemlerle baş etme yöntemleri üzerinde duruldu. Görüşmeler 12 ile 41 dakika arasında sürdü.

Görüşme soruları aşağıda yer almaktadır.

- 1.Kolostomi sonrası beslenme alışkanlıklarınızda ne gibi değişiklikler oldu?
- 2.Kolostomi ile yaşarken beslenme konusunda karşılaştığınız en önemli zorluklar nelerdi? Bu zorluklar sizin için nasıl bir deneyim yarattı?
- 3.Karşılaştığımız bu beslenme sorunlarını çözmek için hangi yöntemleri veya stratejileri kullandınız?
- 4.Kolostomi öncesinde sıklıkla tükettiğiniz, ancak kolostomi sonrası artık tüketemediğiniz yiyecek veya içecekler var mı?
- 5.Kolostomi sonrası beslenme ile ilgili bir eğitim aldınız mı?
  - a) Yanıt “Hayır” ise; görüşme sonlandırılabilir.
  - b) Yanıt “Evet” ise; bu eğitimi kimden aldınız?

Çalışma kriterlerini karşılayan bireylerle telefon aracılığıyla iletişime geçilmiş ve çalışma hakkında detaylı bilgi verilerek, sözlü onamları alınmıştır. Görüşmelerin sağlıklı bir şekilde gerçekleştirilebilmesi için her bir katılımcı ile uygun bir zaman dilimi belirlenmiş ve belirlenen zaman aralığında görüşmeler yapılmıştır. Tüm katılımcılardan, görüşmelerin kayıt altına alınabilmesi için izin istenmiş, bu doğrultuda ses kaydı alınmasına onay veren 5 katılımcıdan ses kaydı alınmış, onay vermeyen 3 katılımcının yanıtları ise bir araştırmacı tarafından not edilmiştir. Görüşmeler esnasında araştırmanın amacı doğrultusunda hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formundaki sorular sorulmuş ve katılımcılar deneyimlerini paylaşma konusunda teşvik edilmiştir. Görüşmenin sonunda, katılımcılara eklemek istedikleri başka bir konu olup olmadığı sorulmuş ve araştırmaya katıldıkları için teşekkür edilmiştir. Alınan ses kayıtları, kelimesi kelimesine yazılı metne dönüştürülerek analiz için hazır hale getirilmiştir.

### Etik Boyutu

Çalışmanın yürütülebilmesi için Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Etik Kurulundan onay (Karar no:115/04 Tarih:1/08/2022) alındı. Araştırmaya katılmayı kabul eden bireylere araştırma hakkında bilgi verildi ve sözlü onamları alındı.

### Verilerin analizi

Görüşmelerden elde edilen nitel verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanıldı. Araştırmacılar ilk olarak yazılı metni okumuş ve bu okuma sırasında olası kodlar metnin kenarına yazmıştır. Bir sonraki aşamada ana temalar düşünülmüştür ve elde edilen bu temaların listesi oluşturulmuştur. Böylece bulgular betimlemeye hazır hale getirilmiştir. Bulguların sunumunda katılımcıların görüşlerini yansıtmak için doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Katılımcılardan alıntı yaparken “Birey” olarak belirtilmiş ve katılımcılara verilen numaralar (örneğin B1) alıntılarının sonuna eklenmiştir.

## Güvenlik

Araştırmacılar nitel araştırma konusunda eğitim almıştır. Çalışmada görüşmelerin tek bir kişi tarafından analiz edilmesi sonuçları etkileyebilir. Bu nedenle, iki araştırmacı da verileri ayrı ayrı analiz etmiş ve tartışarak bulguları oluşturmuştur. Görüşmelerden elde edilen alıntılar bulgularda doğrudan verilmiştir. Bu adım, çalışma bulgularını ile görüşmelerin eşleştiğini ve bulguların araştırmacının görüşlerinden

etkilenmediğini göstermektedir. Son olarak, tüm dokümantasyonun kaydedilmesi, çalışmanın kalite kontrolü olarak hizmet eden ek bir adımdır.

## BULGULAR

Araştırmaya 3'ü kadın, 5'i erkek olmak üzere kolostomisi olan toplam 8 erişkin birey katıldı. Bireylerin bireysel özellikleri Tablo 1'de verildi.

**Tablo 1.** Katılımcıların bireysel özellikleri

Birey No	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	Medeni Durum	Kolostomi ile yaşama süresi	Beslenmeye ilişkin eğitim alma
B1	Erkek	65	İlköğretim	Evli	12	Evet/Hekim
B2	Kadın	55	Ortaöğretim	Bekar	8	Evet/Hekim
B3	Erkek	42	Lise	Evli	7	Hayır
B4	Erkek	53	Lise	Bekar	9	Hayır
B5	Kadın	65	İlköğretim	Evli	16	Hayır
B6	Erkek	81	İlköğretim	Bekar	21	Evet/Diyetisyen ve İnternet
B7	Kadın	57	Ortaöğretim	Evli	9	Hayır
B8	Erkek	48	Lise	Evli	12	Evet/Hekim

Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları sorunlar; psikolojik durum, dışkılama, sıvı elektrolit dengesi, cilt ve kolostomi torbasına ilişkin olmak üzere 5 temaya ayrıldı.

Bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları problemlere ilişkin temalar ve tema kümeleri Tablo 2'de verildi.

**Tablo 2.** Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye ilişkin yaşadığı problemler

Temalar	Tema Kümeleri	f
Psikolojik	Stres	2
	Korku	2
Dışkılamaya ilişkin	Koku	5
	Diyare	3
	Konstipasyon	3
	Bağırsak Tıkanıklığı	2
Sıvı elektrolit dengesine ilişkin	Hipotansiyon	3
	Kusma	1
Cilde ilişkin	Tahriş	3
	Kızarıklık	2
	Kaşıntı	1
Kolostomi torbasına ilişkin	Sızıntı	3
	Patlama	2

Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadığı problemlere ilişkin görüşleri aşağıdaki alıntılarda görülmektedir.

-“...Yediklerimin kokusu geliyor. Pırasa, soğan, sarımsaklı paça gibi kokuyor. Misafir geldiğinde kokmaması için uğraşıyorum. Pek yanlarında durmuyorum. Kapalı yerde çok kokuyor. Bahçede koku daha az oluyor...”(B1)

-“...Ben çok ishal olmam, kabız oluyorum çoğunlukla. İlk başlarda ne kabız eder bilmiyordum. Artık öğrendim.... Kabız olmak kötü. Kusturuyor. Su bile içsem geri çıkıyor. Yeşil su çıkıyor. Torbam çalışmıyor. Açılmazsa rahatlamıyorum, patlayacak gibi oluyorum...”(B3)

-“Benim en büyük sorunum ishal. Bunu çözemediler. Her yolu denedim. Kemer kullandım. O torbayı bozdu. Tutmadı. Hep üstüme aktı. Şimdi korseyi torbama göre kestiler o biraz iyi. Ama ishalim hep var. Tansiyonum düşüyor. Kardiyolojiye gitmek zorunda kaldım. Hep halsizim evden çıkamıyorum. Kokuya da dikkat etmeme gerek

kalmadı ne de olsa tek başıma kaldım. Yine de strese giriyorum. Psikolojim de bozuldu... Değişik bir kokusu var. Alışamıyorum.”(B4)

-“Aslında eskisiyle aynı hayatım. Ama benim sorunum ishal. Sonra da tansiyonum düşüyor. Bir de kaşınan sulu yaralar. Artık öğrendim. Geç değiştirmem lazım.... Bana böbreklerim için diyet verdiler ama kolostomi için diyet vermediler...”(B7)

Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları sorunlar ile baş etme yöntemleri dışkılama, kolostomi torbası, koku ve ciltle ilişkili problemlere karşı olmak üzere 4 temaya ayrıldı. Bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları problemler ile baş etme yöntemlerine ilişkin temalar ve tema kümeleri Tablo 3’de verildi.

**Tablo 3.** Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye ilişkin yaşadığı problemler ile baş etme yöntemleri

Temalar	Tema Kümeleri	f
Dışkılama alışkanlıklarına ilişkin problemlere karşı	Beslenme düzenini değiştirme	5
	Sıvı alımını artırma	3
	Katı besinlerden uzak durma	2
	Zeytin yağı kullanma	1
Torbayla ilişkili problemlere karşı	Pasta Kullanımı	3
	Gece sıvı alımını kısıtlama	2
	Korse Kullanımı	1
Koku ile ilişkili problemlere karşı	Bazı besinlerden uzak durma	5
	Sosyal izolasyon	3
Ciltle ilişkili problemlere karşı	Pudra	1
	Temizlik	1
	Kuru tutma	1
	Medikal ürünler	1

Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadığı problemler ile baş etme yöntemlerine ilişkin görüşleri aşağıdaki alıntılarda görülmektedir.

**Tablo 4.** Kolostomisi olan bireylerin tüketimini kısıtladıkları besinler

Temalar	Tema Kümeleri	f
Kokuyu önlemek için	Sarımsak	3
	Soğan	3
	Pırasa	2
Diğer	Yoğurt	1
	Çerez	1
	Acı	1
	Maya	1
	Alkol	1
	Yağ	1

-“Kati beslenmemeye çalışıyorum. Sonra kabız oluyorum. Günde 3 litre su içiyorum. Yaz aylarında 4 lt içmeliyim... Zaten çok dışarı çıkmıyorum. İllaki koku oluyor. Evdeyim hep. Evdeyken dikkat etmeme gerek kalmıyor. Çocuklarım “Gel bizde kal.” diyor ama bu torbayla nereye sığayım. Evimde rahatım ben.”(B2)

-“Pasta kullanınca iyi oluyor. Benim 10 yıldır torbam var ama pastanın kokuyu engellediğini, yaraları iyileştirdiğini bilmiyordum...”(B5)

-“ Kati şeyler yiyemiyorum. İki kez tıkanı benim bağırsağım. Ameliyat olmak zorunda kaldım. Artık karnım çok inceldi. Yeniden ameliyat olamam. İlk ameliyatımda 3 gün açık kaldı karnım. Doktor beslenme maması verdi onlar da ishal yaptı. Beslenme uzmanına gönderdi doktor. O da kısaca anlattı ama işe yaramadı. Bence kendi beslenme programı olmalı. Onları yesem ishal olurum. Ben arada has zeytinyağı içiyorum. Bağırsaklarımı yumuşatıyor. İnternette kızım beslenmeyle ilgili bir şeyler öğrenmeye çalıştı ama güvenilir değildi.”(B6)

-“Ben temizliğime dikkat ederim. Kolostomimi temizlerim, kuruturum. Pudra sürerim. Hiç yara olmadı...”(B8)

Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadıkları sorunlar ile baş etmek için kısıtladığı besinler kokuyu önlemek için ve diğer olmak üzere 2 temaya ayrıldı. Bireylerin kullanımını kısıtladığı bazı besinlere ilişkin temalar ve tema kümeleri Tablo 4’de verildi.

Kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı yaşadığı problemler ile baş etmek için kısıtladığı besinlere ilişkin görüşleri aşağıdaki alıntılarda görülmektedir.

-“Koku yapan şeylere sarımsak, soğan falan filan dikkat ediyorum...”(B1)

-“Yoğurt yiyin diyorlar ama beni rahatsız ediyor. Yiyemiyorum. Herkeste aynı değil ki...”(B5)

-“Çerez çok seviyordum. İki kez bağırsağım tıkanınca artık yiyemiyorum. Tıkanıklık beni çok korkutuyor...”(B6)

-“ ...Beslenmemi kendi kendime değiştirdim. Kendime göre ayarladım. O şekilde... Yağlı yemekler beni çok rahatsız ediyor. Acı çok tüketiyordum onu kestim. Mayalı şeyleri kestim onlar daha çok zarar veriyordu. Bu tür şeyler. Ha bi de alkolü kestim...”(B8)

## TARTIŞMA

Dengeli bir diyet ve etkili bir şekilde verilen beslenme eğitimi, hastalarda stoma ile ilişkili sorunların önlenmesinde önemli bir rol oynar (15-17). Kolostomi ile yaşamını sürdüren bireylerde beslenmeye yönelik sorunları değerlendirmek amacıyla yapılan çalışmada, bireylerin beslenme kaynaklı çeşitli sorunlar yaşadığı ve bu sorunlarla başa çıkmak için farklı yöntemler kullandığı belirlenmiştir. Bu bölümde, elde edilen sonuçlar güncel literatür ışığında tartışılmıştır.

Kolostomisi olan bazı bireyler, gaz ve koku gibi sorunlardan dolayı korku ve stres yaşadığını ve bu durumun sosyal ortamlardan

uzaklaşmalarına neden olduğunu bildirmiştir. Literatürde kolostomisi olan bireylerin beslenmesine ilişkin yaşanan sorunları ele alan benzer çalışma sonuçlarına rastlanmamış olsa da çalışmalar bu bireylerin genel olarak anksiyete, depresyon, stres, umutsuzluk ve korku gibi çeşitli psikolojik sorunlar yaşadığını göstermiştir (18,19). Yapılan güncel bir meta analiz çalışmasında ostomili bireylerin yaşadığı psikolojik sorunların küresel yaygınlığının yüksek olduğu bildirilmiştir (20). Choudhary ve Kaur (2020) on üç çalışma ile yaptığı nitel meta-sentez çalışmasında kolostomili bireylerin suçluluk, korku hissi, yalnızlık hissi, utanç, üzülmeye ve aşağılanma duyguları yaşadıklarını göstermiştir (21). Bu sonuçlar, kolostomili bireylerin yaşadığı gaz ve koku gibi sorunların yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal boyutlarının da olduğunu göstermektedir.

Çalışmada bireylerin bazılarının diyare ve konstipasyon gibi dışkılamaya ilişkin problemler yaşadığı saptanmıştır. Literatürde kolostomili bireylerin farklı nedenlerle dışkılamaya ilişkin bazı sorunlar yaşayabildiğini göstermektedir (22). Başka bir patoloji olmayan bireylerde beslenme düzenlenmesi ile dışkılama problemleri kontrol altına alınabilmektedir (4,23). Ayrıca çalışmada bazı bireyler koku problemi yaşadığını bildirmiştir. Çalışma bulguları literatür ile benzerlik göstermektedir (24). Bağırsak ostomisinden gaz kaçırma deneyimi olan bireylerle yapılan bir çalışmada, görüşmelerin analizi sonucunda ben kokuyum teması ortaya çıkmıştır (25). Bu durumun bireylerin stoma bakımı konusundaki bilgi yetersizliği, yanlış beslenme alışkanlıkları veya kullanılan stoma ekipmanının uygun olmamasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Çalışmada bazı kolostomili bireylerin kusma ve hipotansiyon gibi sorunlar yaşadığı belirlenmiştir. Literatürde benzer nitelikte bir çalışmanın sonuçlarına ulaşılamamıştır. Uzun süre kolostomiye sahip bireylerde görülen bu

sorunların, stomanın uzun vadeli etkileri ya da bireylerin bakım süreçlerinde yaşadığı zorluklarla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmada bazı bireyler tahriş, kaşıntı ve kızarıklık gibi cilde ilişkin sorunlar yaşadığını bildirmiştir. Yapılan metaforik bir çalışmada görüşmelerin analizi sonucunda bireylerin bazılarının cilt sorunları yaşadığı ortaya çıkmıştır (24). Ergenlerin stoma ile yaşama deneyimlerini inceleyen nitel bir çalışmada, bireylerin çoğu stoma bakımına ilişkin cilt problemleri yaşadığını bildirmiştir (26). Bu sonuçların beslenme düzeniyle ilişkili olduğu düşünülse de yalnızca beslenme tek başına bu sorunları açıklamak için yeterli değildir. Cilt sağlığı, beslenme, stoma bakımı, kullanılan ürünler ve hijyen gibi birçok faktörün etkisiyle oluştuğu düşünülmektedir.

Çalışmada kolostomili bireylerin kokuyla başa çıkmak için çeşitli bireysel yöntemler geliştirdiği belirlenmiştir. Bununla birlikte bazı bireylerin kokuyla baş etme için sosyal izolasyonu tercih ettiği dikkat çekmektedir. Ceylan ve Vural (2017) yaptığı nitel çalışmanın görüşmeleri sonucunda bireylerin stomanın varlığı nedeniyle sosyal aktivitelerini sürdürmeye isteksiz olduğu sonucuna ulaşmıştır (27). Ayrıca bireyler koku problemini önlemek için sarımsak, soğan, pırasa gibi bazı besinleri tüketmekten kaçındığı saptanmıştır. Yapılan nitel bir çalışmada da stomalı bireylerin soğan ve sarımsak gibi kokuya neden olan besinlerden uzak durduklarını ifade etmiştir (19). Bu sonuçlar doğrultusunda bireylerin koku sorunlarıyla başa çıkma çabalarının, sosyal izolasyon gibi psikolojik savunma mekanizmaları ve beslenme alışkanlıklarındaki değişikliklerle şekillendiği görülmektedir ve bu durumun bireylerin yaşam kalitesini etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Çalışmada bireylerin torbaya ilişkin yaşadığı problemlerle baş etmek için; gece sıvı alımının kısıtlanması, korse kullanımı ve pasta kullanımı gibi yöntemleri kullandıkları saptanmıştır. Ancak çalışmada diyare nedeniyle sıvı kaybeden bireylerin baş etme

yöntemi olarak sıvı kısıtlamasını tercih etmesi dehidratasyonu derinleştireceği düşünülmektedir. Toprak ve Tuna'nın çalışmasında da ostomili bireylerde günlük sıvı alımı konusunda bilgi eksikliği saptanmıştır (28). Ancak literatürdeki çalışmalar ostomili bireylerde sıvı alımına vurgu yapmaktadır (14-17, 29). Bu nedenle kolostomili bireylere sıvı alımına ilişkin eğitimlerin verilmesinin önemli olduğunu düşünmekteyiz.

Çalışmada kolostomisi olan bireylerin stoma hemşiresinden eğitim almadığı görülmektedir. Yapılan nitel bir çalışmada stomanın kabullenilmesinde sağlık profesyonellerinin desteğinin çok olumlu bir etkiye sahip olduğu ve stoma terapi hemşirelerinin desteğinin stomalı bireyler için son derece faydalı olduğu bildirilmiştir (27). Ayrıca literatürde kolostomisi olan bireylere stoma hemşireleri tarafından verilen eğitim sonrası komplikasyon gelişme riskinin azaldığı, özbakım yeteneğinin arttığı gösterilmiştir (30-33). Bu sonuçlara göre bireylerin stoma bakımı ve beslenme yönetiminde yaşadıkları zorlukların, stoma hemşirelerinden sağlanacak eğitimle azaltılabileceği ve öz bakım becerilerinin geliştirilerek yaşam kalitelerinin artırılabilceği düşünülmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada kolostomisi olan bireylerin beslenmeye bağlı çok çeşitli sorunlar yaşadığı ve bu sorunlar ile baş etmek için çeşitli yöntemler kullandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda kolostomi ile yaşayan bireylere beslenmeye ilişkin sorunlar yaşamalarını önlemek ve yaşadıkları problemler ile baş etmelerini sağlamak için multidisipliner ekip anlayışıyla bireyselleştirilmiş eğitimlerin verilmesi önerilmektedir. Ancak kolostomisi olan bireyler için kısa süreli takipler ve eğitimlerin yeterli olmadığı düşünülmektedir. Bu doğrultuda bireyler sürekli takip edilerek yaşadığı sorunların değerlendirilmesi ve aralıklı eğitimlerin verilmesi önerilmektedir.

## Etik Boyutu

Çalışmanın yürütülebilmesi için Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Etik Kurulundan onay (Karar no:115/04 Tarih:1/08/2022) alındı. Araştırmaya katılmayı kabul eden bireylere araştırma hakkında bilgi verildi ve sözlü onamları alındı.

## Finansal Destek

Araştırma için herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

## Yazar Katkısı

Araştırma fikri ve tasarımı: PK ve SDD; veri toplama: PK ve SDD; sonuçların analizi ve yorumlanması: PK ve SDD; araştırma metnini hazırlama: PK ve SDD. Tüm yazarlar araştırma sonuçlarını gözden geçirdi ve araştırmanın son halini onayladı.

## Çıkar çatışması

Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

## Teşekkür

Çalışmamıza katılan bireylere, onlara ulaşmamızda yardımcı olan medikal yöneticisine (BY) ve çalışanlarına teşekkür ederiz.

## Not

Çalışma 2-5 Mart 2023 tarihinde düzenlenecek olan 6. Uluslararası Sağlık Bilimleri ve Yaşam Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

## KAYNAKLAR

1. European Ostomy Association. Erişim Tarihi: 10.02.2023 <https://ostomyeurope.org/>
2. Yılmaz G, Harputlu D, Pala Mİ, Mert T, Çakıt H, Sücüllü İ & Kuzu AA. Cross sectional evaluation of patients with ostomy in turkey. Turk J Colorectal Dis,2021;31:136-142.
3. Bowley DM, Boffard KD, Goosen J. Evolving concepts in the management of colonic injury. Injury.2001; 32:435-9.



4. Duluklu B & Çelik SŞ. Kolostomisi Olan Bireylerde Yaşam Kalitesi: Sorunlar ve Hemşirelik Girişimleri. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi,2019; 6(2): 111-119.
5. Karagöz G. İntestinal stomalı hastalarda stoma uyumu ve etki eden bireysel özelliklerin değerlendirilmesi (Master's thesis, Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).2019.
6. Şahin, Ö. Ostomili hastalarda yaşam kalitesi ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).2019
7. Yan MH, Lv L, Zheng MC, Jin Y & Zhang JE. Quality of Life and Its Influencing Factors Among Chinese Patients With Permanent Colostomy in the Early Postoperative Stage: A Longitudinal Study. Cancer Nursing, 2022;45(1),:153-161.
8. Anılır E & Özlü C.(Eds.). Cerrahi Hastalarda Özel Beslenme ve Diyet Yönetimi. Akademisyen Kitabevi.2019; 239-245.
9. Kalayci, F., & Duruk, N. Assessment of the Difficulties Experienced by Individuals with Intestinal Stomas: A Qualitative Study. Advances in Skin & Wound Care,2022; 35(5): 1-7.
10. Duluklu B. Stoma Bakımı 2019 Erişim Tarihi: 08.01.2023 <http://hmyo.ankara.edu.tr/wp-content/uploads/sites/438/2019/03/Stoma-Bak%C4%B1m%C4%B1.pdf>
11. Landmann RG. Ileostomy or colostomy care and complications. (2019). Erişim Tarihi: 12.02.2023 <https://www.uptodate.com/contents/ileostomy-or-colostomy-care-and-complications>
12. Silva KDA, Duarte AX, Cruz AR, de Araújo LB & Pena GDG. Time after ostomy surgery and type of treatment are associated with quality of life changes in colorectal cancer patients with colostomy. PLoS One, 2020;15(12): e0239201.
13. Baltacı A. Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2018;7(1): 231-274.
14. Berti-Hearn L ve Elliott B. Colostomy care: a guide for home care clinicians. Home healthcare now, 2019;37(2): 68-78.
15. Mert T, Yücel A & Özkan Y. Stoma Bakımının Yönetimi: Olgu Sunumu. Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi,2023; 27(1): 45-53.
16. Michońska I, Polak-Szczybyło E, Sokal A, Jarmakiewicz-Czaja S, Stępień AE, Dereń K. Nutritional issues faced by patients with intestinal stoma: A narrative review. Journal of Clinical Medicine, 2023; 12(2): 510.
17. Burch J. Stoma care and diet in the community. British Journal of Community Nursing, 2024; 29(4): 195-198.
18. Rafiei H, Hoseinabadi-Farahani MJ, Aghaei S, Hosseinzadeh K, Naseh L, Heidari M. The prevalence of psychological problems among ostomy patients: A cross-sectional study from Iran. Gastrointestinal Nursing, 2017;15(2):39-44.
19. Koçan S, Güngördü ND, Üstün Ç, Gürsoy A, Kahraman A. "My Stoma And Me Run Away From Life With My Concerns": A Qualitative Study. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2023;12(3): 848-857.

20. Farahani MA, Sargolzaei MS, Shariatpanahi S, Dehkordi AH, Dalvand P, Heidari-Beni F. The prevalence of anxiety and depression in patients with ostomy: a systematic review and meta-analysis. *Psycho-Oncology*, 2022;31(12):2020-2035.
21. Choudhary M, Kaur H. Experiences of living with intestinal ostomy: A qualitative meta-synthesis. *Indian journal of palliative care*, 2020;26(4):421.
22. Duluklu B, Çelik SŞ. Kolostomisi olan bireylerde yaşam kalitesi: sorunlar ve hemşirelik girişimleri. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 2019;6(2):111-119.
23. de Oliveira AL, Boroni Moreira AP, Pereira Netto M & Goncalves Leite IC. A cross-sectional study of nutritional status, diet, and dietary restrictions among persons with an ileostomy or colostomy. *Ostomy Wound Manage*, 2018; 64(5): 18-29.
24. Özlü NGÖ, Vural F. Stoma Perceptions of Adults with an Ostomy: A Metaphor Analysis in a Single Center. *Advances in skin & wound care*, 2023;36(9):1-7.
25. Annells M. The experience of flatus incontinence from a bowel ostomy: a hermeneutic phenomenology. *Journal of Wound Ostomy & Continence Nursing*, 2006;33(5):518-524.
26. Harputlu D, Esenay, FI. Turkish adolescents' experiences of living with a stoma: a qualitative study. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2022;35: eAPE0334345.
27. Ceylan H, Vural F. Living with stoma- a phenomenological study. *J Nurs Res Pract*, 2017;1(1):6-12.
28. Toprak TN, Tuna A. Ostomili Hastaların Bilgi Gereksinimlerinin Ve Ostomiye Uyumlarının Belirlenmesi. *Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi*.2022; 3(1): 46-62.
29. Maria A, Lieske B. Colostomy Care. 2020 Erişim Tarihi: 08.02.2023 <https://europepmc.org/article/NBK/nbk560503>
30. Safwat AM, Mosbeh AN & Mohamed FM. Effect of Educational Guideline on Quality of Life and Self Efficacy for Adult and Adolescent Patients with Colostomy. *International Journal of Novel Research in Healthcare and Nursing*, 2018;5(1):106-121.
31. El-Rahman A, Ali W, Mekkawy MM & Ayoub MT. Effect of Nursing Instructions on Self Care for Colostomy Patients. *Assiut Scientific Nursing Journal*.2020; 8(23): 96-105.
32. Hegazy S, Ali Z, Mahmoud A & Abou-Zeid A. Outcomes of Educational Guidelines on Awareness and Self-Efficacy among Patients with Permanent Colostomy. *New York Science Journal*, 2014;7 (3):25-32
33. Abdelmohsen SA. Effectiveness of Structured Education on Patient's Knowledge and Practice Regarding Colostomy Care. *Asia-Pacific journal of oncology nursing*, 2020;7(4): 370-374.