

Research Article / Araştırma Makalesi

Erken ve Normal Yaş Aralığında Menopoza Giren Kadınların Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi

Examination of the Quality of Life of Women Entering Menopause in the Early and Normal Age Range

Ayşe Sümeyye SARI¹, Nuriye ERBAŞ^{2*}

¹Konya Şehir Hastanesi Genel Cerrahi Servisi, KONYA, TÜRKİYE

²Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Ana Bilim Dalı

ÖZ

Giriş: Menopozal dönemdeki kadınlara verilen bakımın daha etkin ve bütüncül olabilmesi için sadece menopozun normal yaş aralığından sapması halinde de yaşam kalitesinin bundan nasıl etkileneceğinin belirlenmesi gereklidir.

Amaç: Bu araştırma erken ve normal yaş aralığında menopoza giren kadınların yaşam kalitelerinin incelenmesi amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma 16 Ekim 2019-16 Ocak 2020 tarihleri arasında Sivas il merkezinde bulunan normal ya da erken menopoz tanısı konmuş 100 kadın ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri, Kişisel Bilgi Formu ve Menopoz Özgü Yaşam Kalitesi Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde SPSS (ver:23.0) programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmıştır. Güvenirlilik analizi ile ölçek ve alt boyutlarının Cronbach's Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistik testleri ile sayı ve yüzdelik dağılımlar; T testi, Mann Whitney U testi, Kruskal Wallis H testi, Pearson Korelasyon analizi, ki kare analizi, Regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Kadınların menopoz gruplarına göre yaş, eğitim düzeyi, kronik hastalık öyküsü, düzenli egzersiz yapma durumu, sigara kullanma durumu, günlük kullanılan sigara ve son zamanlarda yaşamı etkileyen bir olay öyküsü arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<0.05$).

Sonuç: Bu çalışmadan erken menopoz grubundaki kadınların menopoza özgü yaşam kalitesi vazomotor, psikososyal, fiziksel ve cinsellik bileşenlerinin, normal menopoz grubundaki kadınlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşam kalitesi, menopoz yaşı, menopoz semptomları.

ABSTRACT

Background: In order for the care given to women in the menopausal period to be more effective and holistic, it is necessary to determine how the quality of life will be affected even if menopause deviates from the normal age range.

Objective: This study was conducted as descriptive to examine the quality of life of women who entered menopause in the early and normal age range.

Methods:The study was conducted between October 16, 2019 and January 16, 2020 with 100 women diagnosed with normal or early menopause. Research data were obtained using the individual diagnostic form and the menopause-specific quality of life scale. The SPSS (ver:23.0) program was used to evaluate research data. The Kolmogorov-Smirnov test was used to determine whether the data was distributed normally. The Cronbach's Alpha coefficient of the scale and its sub-dimensions was calculated by the reliability analysis. Number and percent distributions with descriptive statistical tests in the evaluation of research data; T test, Mann Whitney U test, Kruskal Wallis H test, Pearson Correlation analysis, Chi square analysis, regression analyses analysiswere used.

Results:A statistically significant difference was found between the age, education level, chronic disease history, regular exercise status, smoking status, daily smoking, and a recent life-affecting event history of the women ($p < 0.05$). Considering the mean MÖYKÖ score of the women according to the menopause groups; It was determined that the mean score of women in the early menopause group was 4.78 ± 0.641 , and the average score of women in the normal menopause group was 3.98 ± 0.628 .

Conclusion:From this study, it was concluded that women in the early menopause group had lower vasomotor, psychosocial, physical and sexuality components of the menopausal quality of life compared to women in the normal menopausal group.

Keywords: Quality of life, Age of menopause, symptoms of menopause.

1. Giriş

Kadın yaşam dönemleri çocukluk, ergenlik, cinsel olgunluk, menopoza ve yaşlılık olarak ayrılmıştır. Her bir yaşam döneminin içerisinde özel gelişimsel özellikleri ve farklılıkları vardır (1). Kadınların menopoza girme yaşı farklılık gösterebilmektedir. Yapılan çalışmalarda gelişmiş olan ülkelerde menopoza yaşının 49,3-51,4 yaş aralığında değiştiği görülürken, gelişmekte olan ülkelerde ise bu yaş aralığının 43,5-49,4 olduğu görülmektedir (2,3).

Normal yaş aralığında menopoza giren kadınlar erken menopoza giren kadınlara göre östrojen yetersizliği nedeniyle oluşan değişiklikleri daha az yaşamaktadır (4,5). Erken menopoza giren kadınlar osteoporoz, iskemik kalp hastalıkları, psikoseksüel işlev bozukluğu, psikiyatrik hastalıklar gibi birçok yönden daha risklidirler (6). Yapılan bir çalışmada erken menopoza kardiyovasküler, osteoporoz ve cinsel sağlık üzerindeki olumsuz etkileri ve morbidite oranını da yükselttiği belirtilmiştir (7). Başka bir çalışmada da menopoza erken girmiş olan kadınların kendine olan güvenlerinin ve stresle başa çıkma tarzlarının daha düşük olduğu saptanmıştır (3). Erbaş ve Demirel (2017)'in çalışmalarında menopoza semptomlarının şiddetini daha az yaşayan ve menopozu daha olumlu algılayan kadınların cinsel yaşam kalitelerinin de daha olumlu olduğu görülmüştür.

Literatürde menopozal dönemdeki kadınların yaşadıkları fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik değişikliklerin yaşam kalitelerini de düşürdüğü belirlenmiştir (8-10). Menopozal dönemdeki kadınların kronik hastalık durumunun, yaşadıkları menopozal yakınmaların şiddetinin, yaşam stilinde oluşan değişikliklerin, biyolojik ve psikososyal değişimlerin

yaşam kalitesini düşürdüğü belirlenmiştir (6,11-13). Kadının menopoza girdiği yaş aralığı önemli olmakla birlikte yaşam kalitesi ön planda tutulmalıdır ve yaşam kalitesinin nasıl etkileneceği belirlenmelidir. Yapılan çalışmalar sonucunda kadının özellikle erken menopoza girmesi halinde menopoz döneminin verdiği sorunlara daha fazla maruz kaldığı biliniyor olmasına rağmen yaşam kalitesine yönelik yapılan çalışmalar yetersizdir. Ayrıca ilgili literatür incelendiğinde, yapılan araştırmaların çoğunlukla normal yaşlarda menopoza girmiş kadınlar ve bu dönem içinde yaşadıkları problemler üzerine odaklandığı; erken menopoza ilişkin ise çok az sayıda çalışmanın bulunduğu gözlenmektedir. Bu nedenle, mevcut çalışma sonucunda elde edilen bulguların, kadınları hem fiziksel hem ruhsal açıdan oldukça zorlayan erken menopoz olgusuna dikkat çekilmesinde az da olsa katkısı olabileceği söylenilebilir.

2. Gereç ve Yöntem

2.1. Araştırmanın Tipi

Tanımlayıcı tipte bir çalışmadır.

2.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Araştırma Sivas İl Merkezindeki Alibaba Aile Sağlığı Merkezinde 16 Ekim 2019-16 Ocak 2020 tarihleri arasında yapıldı.

2.3. Araştırmanın Evreni/Örnekleme

Bu araştırmanın evrenini; 16 Ekim 2019-16 Ocak 2020 tarihleri arasında Sivas İl Merkezindeki Alibaba Aile Sağlığı Merkezine kayıtlı hekimleri tarafından normal ya da erken menopoz tanısı konmuş 100 kadın oluşturdu. Araştırmada evrendeki kişi sayısı bilinmemektedir. Araştırmadaki örneklem sayısı evreni bilinmeyen örnekleme hesabı için power analizi ile hesaplandı. Referans alınan Önder ve Durak Batıgün'ün (2016) çalışmasından faydalanılarak ana kütleinin standart sapması 0,22 ve etki büyüklüğü de (effect size, difference) 0,15 olarak tahmin edildi (Önder ve Durak Batıgün, 2016). Araştırmanın örneklem büyüklüğü; %5 önem seviyesi için gücün $1-\beta=0,921544$ (%92) olabilmesi için örneklem büyüklüğü; $n_1=50$ ve $n_2=50$ olarak hesaplanmış ve çalışmaya toplam 100 kadın dahil edildi. Araştırmanın hata riski 4,27 olarak hesaplandı.

Araştırmaya dahil edilme kriterleri; Araştırmanın erken menopoz grubuna 40 yaş ve öncesinde doğal yolla menopoza giren ve araştırmayı kabul eden kadınlar dahil edilirken, normal menopoz grubuna ise 41-65 yaş aralığında doğal yolla menopoza giren ve

araştırmayı kabul eden kadınlar dahil edildi. Her iki gruba da cerrahi yolla menopoza giren kadınlar dahil edilmedi.

2.4. Veri Toplama Araçları-Geçerlik ve Güvenirlik Bilgiler

Araştırma verilerinin elde edilmesi için araştırmacılar tarafından geliştirilen Bireysel Tanılama Formu ve Menopoza Özgü Yaşam Kalitesi Ölçeği olmak üzere 2 form kullanıldı.

Kişisel Bilgi Formu; Kadınların yaşı, eğitim durumu, çalışma durumu, aile tipi, medeni durumu, gelir düzeyi gibi sosyodemografik özelliklerini belirlemek amacıyla hazırlanmış toplam 14 sorudan oluşmaktadır.

Menopoza Özgü Yaşam Kalitesi Ölçeği (MÖYKÖ); Ölçek John R. Hilditch, Jacqueline Lewis ve arkadaşları tarafından 1996 yılında, kadınların deneyimlerine dayalı psikometrik özelliklerle, menopozda sağlık durumuna özgü bir yaşam kalitesi ölçeği oluşturmak amacıyla geliştirilmiş olup, 2007 yılında Kharbouch ve Şahin tarafından Türk toplumuna uyarlanıp geçerlilik ve güvenilirliği saptanmıştır (14). MÖYKÖ’de her bir alt alan puanı 1 den 8 e doğru sıralanmıştır. 1 puan o konuyla ilgili herhangi bir sorun yaşanmadığını gösterir. 2 puan o konunun var olduğunu, yaşandığını ancak hiç rahatsız edici olmadığını işaret eder 3-8 arasındaki puanlar ise var olan sorunun şiddetini ve artan derecelerini gösterirler. Puan arttıkça yakınmanın şiddeti de artmaktadır. Ölçek toplam 29 sorudan oluşur. Ölçek vazomotor, psikososyal, fiziksel ve cinsel olmak üzere dört alandan oluşur. 1-3. Sorular vazomotor alanı, 4-10. Sorular psikososyal alanı, 11-26. Sorular fiziksel alanı, 27-29. Sorular cinsel alanı değerlendirir.

2.5. Verilerin Toplanması

Araştırmaya katılan kadınlara çalışma hakkında bilgi verilerek sözel ve yazılı izinleri alındıktan sonra veriler anket formları ile toplandı. Veri toplama formları, Alibaba Aile Sağlığı Merkezine kayıtlı erken ve normal yaş aralığında menopoza giren kadınlara araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme yöntemi ile uygulandı. Kadınlara araştırmaya katılıp katılmama konusundaki kararın tamamen kendilerine ait olduğu, bu çalışmadan toplanılacak verilerin sadece araştırma kapsamında kullanılacağı, gizliliğin kesinlikle sağlanacağı belirtildi. Görüşmeler her bir kadında bireysel tanılama formu için ortalama olarak 5 dakika, ölçekler için ise ortalama olarak 15-20 dakika olmakla birlikte yaklaşık 20-25 dakika sürdü.

2.6.Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırma verileri Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) (ver:23.0) programında değerlendirildi. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için Kolmogorov-Smirnov (K-S) testi kullanıldı. Araştırmada bağımsız grup/gruplarda (iki ya da daha fazla) ölçümler elde edilmiş bir değerken yönünden elde edilen ortalamalar arasında farklılık olup olmadığının karşılaştırılması durumunda parametrik test varsayımları, sağlamayanların ise bağımsız iki grup için Mann Whitney U testi ve ikiden fazla bağımsız grup için Kruskal Wallis H tek yönlü varyans analizi testleri kullanıldı. İstatistiksel analizde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ kabul edildi.

2.7.Araştırmanın Değerkenleri

Bağımlı Değerkenler: Araştırmaya katılan menopoz döneminde olan kadınların sosyo-demografik özellikleri (yaşı, eğitim düzeyi, medeni durum, çalışma durumu, meslek, aile tipi, sigara/alkol kullanma alışkanlığı, ekonomik durum, düzenli egzersiz yapma durumu, kronik ve psikiyatrik hastalık öyküsü varlığı, hayatı etkileyen bir olay yaşama durumu), gebelik ve doğum özellikleri (gebelik sayısı, doğum sayısı, düşük sayısı, küretaj sayısı) araştırmanın bağımsız değerkenini oluşturdu.

Bağımsız Değerkenler: Araştırmaya katılan menopoz döneminde olan kadınların menopoz gruplarının yaşam kalitesine olan etkisi araştırmanın bağımlı değerkenini oluşturdu.

2.8.Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın her aşaması etik ilkelere uygun olarak yürütüldü. Uygulamaya başlamadan önce Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu (04.07.2019 tarihli, 2019-07/24 sayılı)'ndan etik kurul onayı alındı. Ayrıca çalışmanın yapılacağı T.C. Sağlık Bakanlığı Sivas İl Sağlık Müdürlüğü (20.09.2019 tarihli, 19448395-044 sayılı)'nden izin alındı. Menopoz Özgü Yaşam Kalitesi Ölçeğinin kullanılabilmesi için Nevin H. şahinden yazılı izin alındı. Çalışma, gönüllülük esasına dayandığı için bireylere araştırmaya katılıp katılmama konusundaki kararın tamamen kendilerine ait olduğu, bu çalışmadan toplanılacak verilerin sadece araştırma kapsamında kullanılacağı, gizliliğin kesinlikle sağlanacağı belirtilerek sözlü ve yazılı onamları alındı.

3. Bulgular

Tablo 1. Kadınların menopoza girme yaşına göre tanıtıcı özelliklerin karşılaştırılması

Tanıtıcı özellikler	Menopoz grubu				Anlamlılık düzeyi
	Erken menopoz (n=50)		Normal menopoz (n=50)		
	n	%	n	%	
Yaş grupları					
35-44 yaş	12	24.0	1	2.0	^a p=0.000*
45-54 yaş	33	66.0	19	38.0	
55 yaş ve üzeri	5	10.0	30	60.0	
Eğitim düzeyi					
Okuryazar	22	44.0	27	54.0	^a p=0.015**
İlkokul	12	24.0	18	36.0	
Ortaokul	6	12.0	5	10.0	
Lise ve üzeri	10	20.0	-	-	
Medeni durum					
Evli	42	84.0	38	76.0	^a p=0.542
Bekâr	8	16.0	12	24.0	
Mesleği					
Ev hanımı	40	80.0	41	82.0	^a p=0.164
Memur	4	8.0	-	-	
İşçi	6	12.0	9	18.0	
Aylık gelir Düzeyi					
Düşük	25	50.0	26	52.0	^a p=0.360
Orta	23	46.0	24	48.0	
Yüksek	2	4.0	-	-	
Aile tipi					
Çekirdek aile	38	76	37	75	^b p=0.500
Geniş aile	12	24	13	25	
Toplam	50	100	50	100	

^aPearson Ki-kare Test ^bFisher Exact Test *p<0.01 **p<0.05

Tablo 1’de kadınların menopoz gruplarına göre yaş ve eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır (p=0.000, p<0.01; p=0.015, p<0.05).

Tablo 2. Kadınların menopoza özgü yaşam kalitesi ölçeği (möykö) ve alt boyutları puan ortalamasının dağılımı

MÖYKÖ ve Alt Boyutları	Ort.±SS	Min-Max	Madde Sayısı	Cronbach Alfa
Vazomotor alan alt boyutu	4.85±1.926	1-8	3	0.964
Psikososyal alan alt boyutu	4.41±1.559	1-8	7	0.825
Fiziksel alan alt boyutu	4.13±0.724	2-6	16	0.594
Cinsel alan alt boyutu	5.17±1.597	1-8	3	0.847
MÖYKÖ Toplam puan	4.38±0.749	3-6	29	0.781

Tablo 2’de kadınların Menopoza Özgü Yaşam Kalitesi Ölçeği toplam puan ortalaması 4.38±0.749 olarak bulunmuştur. Bu bulgu kadınların menopozda yaşam kalitesinin orta düzeyin altında olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Kadınların menopoza girme yaşına göre menopoza özgü yaşam kalitesi ölçeği ve alt boyutları puan ortalamasının dağılımı

Menopoza özgü yaşam kalitesi ölçeği ve alt boyutları	Menopoz grubu	
	Erken menopoz (n=50)	Normal menopoz (n=50)
	Ort.±SS	Ort.±SS
Vazomotor alan alt boyutu	5.80±1.335	3.89±1.961
Psikososyal alan alt boyutu	4.76±1.457	4.05±1.591
Fiziksel alan alt boyutu	4.44±0.696	3.82±0.613
Cinsel alan alt boyutu	5.60±1.425	4.74±1.658
MÖYKÖ Toplam puan	4.78±0.641	3.98±0.628

Tablo 3’te MÖYKÖ’nün bütün alt boyutlarında erken menopoz grubu kadınların puan ortalamalarının, normal menopoz grubu kadınların puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Kadınların tanıtıcı özellikleri ve menopoza girme yaşına göre menopoza özgü yaşam kalitesi ölçeği puanlarının karşılaştırılması

Tanıtıcı özellikler	Menopoz grubu		Test değeri ve anlamlılık düzeyi
	Erken menopoz MÖYKÖ toplam	Normal menopoz MÖYKÖ toplam	
	Ort.±SS	Ort.±SS	
Yaş grupları			
35-44 yaş	4.57±0.397	4.55±0.384	KW=2.812
45-54 yaş	4.74±0.642	4.41±0.767	^a p=0.245
55 yaş ve üzeri	5.51±0.706	4.25±0.817	
Eğitim düzeyi			
Okuryazar	4.51±0.491	4.25±0.667	
İlkokul	4.83±0.819	4.32±0.846	KW=2.843
Ortaokul	4.63±0.409	4.43±0.419	^a p=0.724
Lise ve üzeri	4.46±0.414	4.39±0.444	
Medeni durumu			
Evli	4.79±0.635	4.39±0.768	KW=0.327
Bekâr	4.67±0.439	4.26±0.388	^a p=0.849
Mesleği			
Ev hanımı	4.83±0.682	4.42±0.768	
Memur	4.54±0.380	4.36±0.580	KW=1.822
İşçi	4.51±0.448	4.09±0.756	^a p=0.610
Aylık gelir düzeyi			
Düşük	4.84±0.705	4.35±0.778	KW=1.436
Orta	4.71±0.601	4.38±0.734	^a p=0.488
Yüksek	4.86±0.146	4.66±0.132	
Aile tipi			
Çekirdek aile	4.77±0.674	4.38±0.772	t=0.061
Geniş aile	4.79±0.547	4.37±0.689	^b p=0.952

^aKruskal Wallis H testi, ^bBağımsız gruplarda t testi

Tablo 4'te erken menopoz grubundaki kadınların yaş, eğitim düzeyi, medeni durumu, meslek, aylık gelir düzeyi ve aile tipi değişkenlerinin MÖYKÖ toplam puan ortalamaları, normal menopoz grubundaki kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

4. Tartışma

Araştırmamızda menopoz gruplarına göre yaş oranları incelendiğinde erken menopoz grubunda, 45-54 yaş aralığındaki kadınların oranı %66 iken normal menopoz grubunda 55 ve üzeri yaş aralığındaki kadınların oranı %60'tır. Literatürdeki diğer çalışmalarla karşılaştırıldığında erken menopoz grubundaki kadınların yaş ortalaması düşük olurken normal menopoz grubundaki kadınların yaş ortalaması benzer bulunmuştur (3,4,15-18). Çalışma sonuçları literatür bilgilerini desteklemektedir.

Çalışmaya katılan kadınların menopoza girme yaşına göre MYK ve alt boyutları puan ortalamasının dağılımı incelendiğinde; erken menopoz grubu kadınların MYK toplam puan ortalaması $4,78\pm 0,641$ normal menopoz grubu kadınların MYK toplam puan ortalaması $3,98\pm 0,628$ olarak bulunmuştur. Çalışmamızda erken menopoz grubu kadınların MYK puan ortalamalarının normal menopoz grubu kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgu erken menopoza giren kadınların menopoza özgü yaşam kalitesinin normal menopoza giren kadınların menopoza özgü yaşam kalitesinden daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu bulgular erken menopoz grubundaki kadınların menopoza özgü yaşam kalitesi vazomotor, psikososyal, fiziksel ve cinsellik bileşenlerinin normal menopozdaki kadınlara göre daha düşük olduğu şeklinde açıklanabilir. Literatür incelendiğinde çalışma sonuçlarımız yapılan bazı çalışma sonuçları ile farklılık göstermektedir (8,19,23). Yaşam kalitesi çeşitli faktörlerden etkilenebilecek bir parametre olması sebebiyle çalışmalarda ortalama puanların değişiklik göstermesi olası bir sonuçtur.

Menopoz gruplarının MYK alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarına bakıldığında; Vazomotor Alan alt boyutundan erken menopoz grubu kadınlar $5,80\pm 1,335$ puan, normal menopoz grubu kadınlar $3,89\pm 1,961$ puan; Psikososyal Alan alt boyutundan erken menopoz grubu kadınlar $4,76\pm 1,457$ puan, normal menopoz grubu kadınlar $4,05\pm 1,591$ puan; Fiziksel Alan alt boyutundan erken menopoz grubu kadınlar $4,44\pm 0,696$ puan, normal menopoz grubu kadınlar $3,82\pm 0,613$ puan; Cinsel Alan alt boyutundan erken menopoz grubu kadınlar $5,60\pm 1,425$ puan, normal menopoz grubu kadınlar $4,74\pm 1,658$ puan aldıkları saptanmıştır.

MYK'nn bütün alt boyutlarında erken menopoz grubu kadınların puan ortalamalarının, normal menopoz grubu kadınların puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgular, erken menopoz grubundaki kadınların menopoza özgü yaşam kalitesi vazomotor, psikososyal, fiziksel ve cinsellik bileşenlerinin normal menopozdaki kadınlara göre daha düşük olduğu şeklinde açıklanabilir.

Araştırmamızda normal menopoz grubundaki MYK sonuçları yapılan çalışmalarla benzerlik gösteriyorken, erken menopoz grubundaki MYK sonuçlarının ise daha

yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç da erken menopoza giren kadınların 4 alt boyuta göre yaşam kalitelerinin normal menopoza giren kadınlara göre daha düşük olduğunu göstermektedir. Yapılan bazı çalışmalarda da normal menopoz grubu ile erken menopoz grubu arasında farklılık saptanmamıştır (13,15). Araştırma sonuçlarının literatürdeki çalışma sonuçlarına göre farklılık göstermesinin nedeni erken menopoz dönemindeki kadınların eğitim düzeylerinin düşük olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Çalışmamızda erken menopoz grubu kadınlar da vazomotor alan alt boyutundan daha fazla puan aldıkları görülmektedir. Erken yaşta menopoza giren kadınların vazomotor semptomlarını daha şiddetli yaşadıklarına ve yaşam kalitelerinde de daha fazla etkilenme olduğunu göstermektedir. Literatürdeki çalışma sonuçların farklılık görülmektedir (16-19). Bu farklılık çalışmamızda erken menopoza giren kadınların sayılarının fazla olmasından kaynaklanabilir.

Araştırmamızda erken menopoz grubu kadınlar da psikososyal alan alt boyutundan daha fazla puan aldıkları saptanmıştır. Bu sonuçlar erken yaşta menopoza giren kadınların psikososyal alanda daha fazla sıkıntı yaşadıklarına ve yaşam kalitelerinde daha fazla etkilenme olduğunu vurgulamaktadır. Literatüre baktığımızda da benzer sonuçlar yer almaktadır. Yapılan birçok çalışmada da psikososyal alt boyutun puan ortalamaları en yüksek olarak bildirilmiştir (20,21-23). Bu durum Menopozal geçiş döneminde anksiyete, sinirlilik, stres ve depresyon gibi psikososyal semptomların yaygın olmasından dolayı kaynaklanabilir.

Çalışmamızda Fiziksel alan alt boyutundan erken menopoz grubu kadınlar normal menopoz grubu kadınlara göre daha fazla puan aldıkları saptanmıştır. Çalışma sonucumuza literatürde yer alan benzer çalışma sonuçları ile paralellik göstermektedir (17,19). Çalışmamızda Cinsel alan alt boyutundan erken menopoz grubu kadınların normal menopoz grubu kadınlardan daha fazla puan aldıkları saptanmıştır. Yapılan çalışmalarda da erken ve doğal menopoz grupları arasında cinsel alanda farklılık saptanmamıştır (6,19,24,25). Cinselliğin yaşamsal bir ihtiyaç olduğu göz önüne alındığında, cinsel yaşamı etkilenmeyen kadınların yaşam kalitelerinin yüksek olması beklendik bir sonuçtur.

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmadan erken menopoz grubundaki kadınların menopoza özgü yaşam kalitesi vazomotor, psikososyal, fiziksel ve cinsellik bileşenlerinin, normal menopoz grubundaki kadınlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda; menopoza geçiş sürecinde bireyi ve toplumu birlikte ele alan eğitim programlarının hazırlanması, menopoz dönemindeki kadınlara sağlıklı menopoza geçiş süreci geçirebilmesi

için eğitim, rehberlik ve danışmanlık hizmetlerinin yapılması ve menopoza dönemindeki kadınlara verilecek eğitim ve danışmanlık programlarında özellikle bu dönemde sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz yapma ve sağlığa zararlı alışkanlıklardan (sigara ve alkol kullanma vb.) uzak durmasının yaşam kalitesi açısından önemli olduğunun vurgulanması önerilmektedir.

Çıkar Çatışması Beyanı

Çıkar çatışması beyan edilmemiştir

Yazarların Katkısı

Fikir/Kavram: N.Erbaş; **Tasarım ve Dizayn:** N.Erbaş, Sarı SS; **Denetleme/ Danışmanlık:** N.Erbaş; **Kaynaklar:** N.Erbaş, Sarı SS; **Malzemeler:** Sarı SS; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Sarı SS; **Analiz ve/veya Yorum:** N.Erbaş, Sarı SS; **Literatür Taraması:** N.Erbaş, Sarı SS; **Yazı Yazan:** N.Erbaş, Sarı SS; **Eleştirel İnceleme:** N.Erbaş

Araştırma Desteği

Bu çalışma için herhangi bir bütçe desteği yoktur

Çalışma yüksek lisans tez çalışmasıdır. Ayrıca International Health Sciences And Biomedical Congress 23-24 January 2021, Ankara, sözel bildiri olarak sunulmuştur

Kaynaklar

1. Tümer A, Kartal A. The relation between women's attitudes towards menopause and their menopausal complaints. Pam Med J.2018; 11(3):337-346.
2. Arar AM, Erbil N. Türkiye'de menopozal dönemdeki kadınların yaşam kalitesini inceleyen çalışmalar: Bir sistematik derleme. Androl Bul. 2022;24:38-51.
3. Öztürk EA. Meleis'in geçiş teorisine göre uygulanan hemşirelik yaklaşımlarının menopoza özgü yaşam kalitesine etkisi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı. Doktora Tezi. 2020, Ankara.
4. Lee HW, Ang L, Kim ES, Lee MS. Fennel (Foeniculum vulgare Miller) for the management of menopausal women's health: a systematic review and meta-analysis. Complement Ther Clin Pract. 2021;43:101360.
5. Erbaş N, Demirel G. Klimakterik dönemdeki kadınların menopoza ilişkin yakınmalarının ve menopozal tutumlarının cinsel yaşam kalitesi üzerine etkisinin değerlendirilmesi. Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi. 2017;(4):220-225.
6. Erkin Ö, Ardahan M, Kert A. Menopoz döneminin kadınların yaşam kalitesine etkisi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi.2014; 3(4):1095-1110.
7. Fışkın G, Hotun ŞN, Kaya İG. Menopozal dönemdeki kadınların bu yaşam dönemine ilişkin bakış açıları'nın kalitatif analizi. Jaren/Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi.2017; 3(3): 122-128.
8. Nie G, Yang H, Liu J. Psychometric properties of the chinese version of the menopause-specific quality-of-life questionnaire. Menopause.2017; 24(5):546-554.

9. Thapa R, Yang Y. Menopausal symptoms and related factors among Cambodian women. *Women Health*. 2020;60(4):396-411.
10. Abay H., Kaplan S. Menopoza özgü yaşam kalitesi ölçekleri: Edebiyatın İncelemesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*.2020; 17.
11. Tozlu F. Doğal menopoz, cerrahi menopoz ve erken menopozun yaşam kalitesi, cinsel fonksiyonlar ve depresyon üzerine etkisi. *Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Kadın Hastalıkları ve Doğum Anabilim Dalı. Uzmanlık Tezi*.2019, Sakarya.
12. Gümüşay M, Erbil N. Yaşam kalitesine menopoz tutumunun etkisi the effect of attitudes towards menopause on menopause specific quality of life of women. *Ordu University J Nurs Stud*. 2019; 2(2): 96-109.
13. Baransel ES, Barut S, Duran SA. Menopoz yönetimi eğitiminin menopoz semptomları ve yaşam kalitesi üzerine etkisinin belirlenmesi: randomize kontrollü bir çalışma. *Eskişehir Türk Dünyası Uygulama Ve Araştırma Merkezi Halk Sağlığı Dergisi*. 2023;(3)8: 314 – 325.
14. Kharbouch SB, şahin NH. Menopozal dönemlerdeki yaşam kalitesinin belirlenmesi. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*. 2007; 15(59): 82-90.
15. Aksu H, Dünder T. Klimakterium, menopozal semptom ve tutum. *DEUHFED*. 2021;14(2):134-136.
16. Ceylan B, Özerdoğan N. Factors affecting age of onset of menopause and determination of quality of life in menopause. *Journal Turk Soc Obstet Gynecol*. 2015;43(9):43-49.
17. Ceylan B. Eskişehir tepebaşı ilçesinde yaşayan 40-59 yaş grubu kadınlarda menopozal semptomlar ve yaşam kalitesi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doğum ve Kadın Hastalıkları Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi*,2010, Eskişehir.
18. Ertem G. Kadınların menopoz sonrası yaşam kalitelerinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*.2010; 7(1): 469-483.
19. Erbiben N, Alpaslan M. Türkiye’de menopozal dönemdeki kadınların yaşam düzenli olarak incelenen çalışmalar: Bir sistematik derleme. *Androl Bul*.2022; 24:38-51.
20. Uludağ A, Güngör NÇ, Gencer M. Kadınların hayatındaki başka bir dönem: Menopoz ve menopozun yaşam kalitesine etkisi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*. 2014; 18(1): 25- 30.
21. Schneider HP, Birkhauser M.Klimakterik kadınlarda yaşam kalitesi. *Klimakterik*.2017; 20:187–194.
22. Som N, Roy S, Ray S.Menopause specific quality of life Af A Group of urban women, West Bengal. *Climacteric*. 2014; 17.713–719.
23. İkişik H, Turan G, Kutay F. Awareness of menopause and strategies to cope with menopausal symptoms of the women aged between 40 and 65 who consulted to a tertiary care hospital. *Estudam Public Healty Journal*. 2020;5:10-21.
24. Bien A, Korzynska M, Zarajczyk M, Wysokinski M. Factors determining the quality of life of polish women during menopause based on the menopause-specific quality of life questionnaire. *Healthcare*.2023; 11 (8): 1173.
25. Huang DR, Goodship A, Webber I. Experience and severity of menopause symptoms and effects on health-seeking behaviours: a cross-sectional online survey of community dwelling adults in the united kingdom. *BMC Women’s Health*.2023; 23 (1): 373.