



**ONLİNE SAĞLIK ARAMA DAVRANIŞI VE SİBERKONDRI  
ARASINDAKİ İLİŞKİ ÜZERİNE BİR SAHA ÇALIŞMASI**  
**A FIELD STUDY ON THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE HEALTH  
SEEKING BEHAVIOR AND CYBERCHONDRIA**

**Öğr. Gör. Dr. Ömer ÖZİŞLİ**

Sakarya Üniversitesi, omerozisli@sakarya.edu.tr, orcid.org/0000-0003-0001-2776

Makale Gönderim-Kabul Tarihi (18.10.2024 -26.12.2024)

**Öz**

Bu çalışmada, online sağlık arama davranışı ile siberkondri arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılmıştır. Bu amaçla değişkenlerin birbirleriyle olan etkileşimlerini tespit etmek amacıyla ortaya koyulan hipotezler test edilmiştir. Araştırmada nicel yöntem kullanılmıştır. Kolayda örnekleme yöntemi ile 631 kişiden veri toplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre online sağlık arama davranışının siberkondriyi pozitif yönde etkilediği belirlenmiştir. Araştırma neticesinde elde edilen sonuçlar değerlendirilerek çeşitli öneriler de bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Online Sağlık Arama Davranışı, Siberkondri, Sağlık, Hastalık

**Abstract**

In this study, the relationship between online health seeking behavior and cyberchondria was tried to be determined. For this purpose, the hypotheses put forward to determine the interactions of variables with each other were tested. Quantitative method was used in the study. Data were collected from 631 people with convenience sampling method. According to the results of the analysis, it was determined that online health seeking behavior positively affects cyberchondria. Various suggestions were made by evaluating the results obtained as a result of the research.

**Keywords:** Online Health Search Behavior, Cyberchondria, Health, Disease

**GİRİŞ**

Günümüzde internet yaygın bir şekilde kullanılmaktadır. Bu durum bireylerin fiziksel ve ruhsal durumları üzerinde etkili olmaktadır. Bu etkinin oluşmasında internetin tüm alanlarda olduğu gibi sağlık alanında da bilgi edinmek amacıyla kullanılması yatmaktadır. Kişilerin online sağlık arama davranışını nasıl gerçekleştirdiği toplumsal ve bireysel bağlamda büyük önem arz etmektedir. İnternet ortamında sağlık bilgi kaynağına erişim ile önem kazanan diğer bir kavram ise siberkondridir. Siberkondri, bireylerin kendi sağlıklarıyla ilgili bilgiye ulaşmak adına aşırı ve tekrar

216



## ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 10 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2024 ISSN -2149-6161

eden aramalarla ilişkilidir. Siberkondride internette çok fazla zaman harcanarak sağlıkla ilgili duyulan kaygı da artış gözlemlenir. Bu bağlamda online sağlık arama davranışı ve siberkondri ilişkisindeki etkilerin dikkate alınması önemli bir husustur.

Sağlık kavramı, günümüze kadar farklı şekillerde tanımlanmıştır. Toplumdaki bireylerin sağlığa yükledikleri anlamda farklılaşmaktadır. Sağlık algısının farklılaşması kişilerin sağlık arama davranışına da yön vermiştir. Online sağlık arama davranışı kişilerin sadece kendi sağlıklarıyla ilgili bir durum değildir. Bireyler yakın çevrelerinin sağlık durumlarını anlamak onların yaşadıkları şikayetleri gidermek amacıyla da online sağlık arama davranışı gösterirler. Bu davranışlar doktora başvurmak, sağlık kuruluşuna gitmek yakın çevrenin yönlendirmesi ve internette online sağlık bilgisi arama şeklinde olabilmektedir (Kıraç ve Öztürk, 2021; Demir, 2012). Bireyler bu arama davranışını bilinçli bir şekilde kullanılırsa bireyler hastalıklarını erken teşhis noktasında fayda sağlayarak hastalığın tedavisi ve kontrol altında tutulmasını sağlayabilir (Sun vd., 2021).

Genel sağlık arama davranışında yaygın görüş hastalanmadan sağlık hizmeti almamak yönündedir. Kişi hasta olsa bile çoğu zaman bir müddet bekler ve hastalığıyla ilgili semptomları şiddetlendiğinde sağlık kuruluşuna gitme davranışı gösterir. Bu doğrultuda kişi tarafından hastalığını nasıl algıladığı ve daha önceki hastalık deneyimlerinden nasıl yararlandığı kültürel olarak da farklılık göstermektedir (Güleç vd., 2011). Sağlık arama davranışında birey hastalığını değerlendirdikten sonra danışma sisteminden faydalanarak sağlık arama davranışı gösterir. Bazı durumlarda ise kişi sağlık arama davranışı sergilemeden kendi yöntemleri ile iyileşmeye çalışır (Çoşkun, 2019).

Teknolojinin artık vazgeçilmez olması sebebi ile yeni bir davranış olan sağlık arama davranışı siberkondri kavramı ortaya çıkmıştır. Siberkondri, bireyleri endişelendiren sağlık durumları ile ilgili olarak internette tekrarlı fazla olan sağlık konularını aramaları ve bunun neticesinde bireyde gözükken anksiyete artışıdır (Starcevic ve Berle, 2013). Siberkondri, bazı durumlarda sağlıkçılarla hastaların iletişimini de olumsuz olarak etkilemektedir. Bu durumda birey daha fazla sağlık harcaması yapabilir. Bu eksende siberkondri kişilerin sağlıklarıyla ilgili oluşturdukları sağlık problemlerinin yanında oluşabilecek maliyetler açısından da değerlendirmelidir. Bu olguyu anlamak ve oluşabilecek olumsuzlukları en aza indirmek adına stratejilerin belirlenmesi de önemlidir. Stratejiler belirlenip uygulama ve kontrol safhalarında sağlık yöneticileri, psikologlar, hekimler ve ilgili paydaşlar bütünlük içinde hareket ederek tüm paydaşlar nezdinde farkındalık oluşturabilirler (Keller vd., 2008).

Kişilerin online sağlık arama davranışı sergileme durumlarının niteliği onların tedavi süreçlerini de etkilemektedir. İnternette sık tekrarlı yapılan sağlık bilgisi arama ve bu durumdan dolayı kendilerini olumsuz olarak etkileyen siberkondri kavramı ile ilişkisi bu değişkenler ile yakın bir durum oluşturmaktadır. Bu araştırma ile kişilerin online sağlık arama davranışı eğilimleri ile siberkondri arasındaki ilişkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### Online Sağlık Arama Davranışı

Sağlık arama davranışı, bireylerin sağlıklarıyla alakalı olarak düşündüğü ya da hastalandığında bir çözüm aramak adına yaptığı davranış biçimidir (Pender vd., 2002). Sağlık arama davranışı sağlığa duyulan ihtiyaçlar neticesinde kültürel, politik ve ekonomik bağlamsal faktörlerle ilgili olarak toplumdaki bireylerin olağan bir alışkanlığını gösterir. Sağlık arama davranışı için kamu ya da özel sağlık sistemlerinden faydalanılacağı gibi demografik özelliklere göre de sağlık arama davranış biçimleri değişiklik gösterebilmektedir (Adhikari ve Rija, 2014).



## ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 10 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2024 ISSN -2149-6161

İhtiyaç duyan kişilerin sağlık arama davranışı göstermesi hastalıkların teşhisi noktasında bir başlangıç olup hastalığın tedavi ve iyileşme sürecini de etkiler. Bu etkileme toplumsal ve bireysel bağlamda sağlık arama davranış eğilimlerini belirlemek adına önem taşır (Deniz ve Çimen, 2021). Sağlık arama davranışı şu şekilde gruplandırılmıştır. Bunlardan birincisi geleneksel yöntemlerdir. Yani yakınların yönlendirmesi alternatif tıp yöntemleri ve bitkiler gibi geleneksel sağlık arama davranışlarıdır. İkincisi ise profesyonel olarak sağlık kuruluşuna gidilmesi ve ilgili dal uzmanlarından destek alınmasıdır. Üçüncüsü ise online sağlık arama davranışı yani internet kaynaklarından istifade edilerek sağlık arama davranışı sergilenmesidir (Kıraç, 2019).

Günümüzdeki dijital değişimler kişilerin sağlık arama davranış anlayışlarında da değişiklik oluşturmuştur. Her alanda uzmanın farklı görüş ve yönlendirmeleri için internette sağlıkla ilgili sorunların araştırılması da önemli bir başvuru kaynağı haline gelmiştir. Artık çoğu sağlık profesyoneli online platformlarda yer alarak sağlık hizmeti sunmaktadır. Bu bağlamda internet yoluyla sağlık bilgisini uzmanından öğrenmek sağlık bilgisinin dili toplumun anlayacağı bir şekilde sunulmaya çalışılmaktadır (Bozkanat, 2018).

İnternette online sağlık arama davranışını etkileyen faktörlerde değişiklik gösterir. Örneğin kişilerin yaşı, cinsiyeti, hastalık algısı, teknolojiyi kullanabilme yeteneği ve hastalığın şiddeti bu faktörlerden bazıları olarak sıralanabilir (Şahin ve Ayaz, 2021). Merak edilen bilgiler online, televizyon, online yayınlanan kitaplar takip edilerek elde edilip kullanılmaktadır. Bu arayışlarda kişiler sağlık durumları ve kullandıkları ilaçlarla ilgili olarak farklı hastalarla iletişime geçmektedir. Sağlık bilgisi tavsiyesi almak için sağlık profesyonellerinin internet üzerinden yaptıkların sağlık danışmanlık hizmetleri ve diğer hizmetlerde online sağlık arama davranışında tercih edilmektedir (Ulus ve Gürkan 2011).

### **Siberkondri**

Günümüzde internet sınırsız bilgiye ulama imkânı sunmaktadır. Bu durum çoğu zaman avantaj sağlasa da sağlık bilgisine kolay ulaşılabilirlik ve bu bilgiyi yanlış yorumlamak dijital çağın yeni bir psikolojik sorununu oluşturmaktadır. Sağlık bilgisine kolay ulaşılabilirlik kimi insanlarda ciddi kaygılara sebep olabilmektedir. Kişilerde oluşan bu endişeler tıp biliminde siberkondri olarak açıklanmaktadır. Siberkondri, bireylerin internette sağlık bilgisi aradıktan sonra sanki kendilerinde ciddi sağlık problemleri varmış gibi korkuya kapılmaları olarak tanımlanmaktadır (White ve Horvitz, 2009).

İnternette sık sık sağlık bilgisi arayan bireyler bunun sonucunda doktora daha fazla gitme davranışı göstererek gereksiz bazı tıbbi tahlillerde isteyebilmektedirler. İstenilen tahlilleri de bilgi asimetrisinden kaynaklanan durumdan dolayı yorumlamaları da farklı ve yanlış olmaktadır. Bu durum zaman içerisinde bilgiye ulaşmayı hızlandırmış lakin aynı zamanda da bilgi kirliliği ve yanlış yorumlamalara yol açmaktadır. İnternet üzerinde elde edilen sağlık bilgisi arayan kişilerin sonuçları doğru değerlendiremedikleri için sonuçta endişeleri artmakta ve farklı sağlık davranışı sergiledikleri görülmektedir (Baumgartner ve Hartmann, 2011). Bu bağlamda toplum içinde yaşayan bireylerin yaşam kalitesinde düşmeye, aile içi ilişkilerin bozulmasına ve sosyal ilişkilerde de sorunlar oluşturabilmektedir.

Siberkondri davranışı gösteren bireylere siberkondriyak adı verilmektedir. Siberkondriyaklar kendi vücutlarında oluşan ve hastalığı andıran belirtileri internet ortamında bularak ciddi bir durum ve kişiyi karamsarlığa götüren farklı hastalıkların sanki kendisinde var gibi hissetmesi ve bu durumdan dolayı derin kaygı duymasındır. Örneğin sadece miyalji yani kas ağrısı olan bir kişinin ağrısını kalp krizi ağrısı ile ilişkilendirmesi söylenebilir. Ya da kendisine yapılan tahlil ve tetkiklerde herhangi bir olumsuzluk olmasa bile varmış gibi olumsuzluk algılaması sayılabilir. Bu



## ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 10 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2024 ISSN -2149-6161

durumda birey gereksiz yere sağlık kuruluşlarını ve sağlık çalışanlarını da meşgul ederek kaynakların israfına da sebep olabilmektedir (Altınışik, 2020). Aynı zamanda siberkondri bireylerin anksiyete durumunu da artırmaktadır. Karşılaşılan anksiyete sonucunda kişiler çevrimiçi sağlık arama davranışını daha sık kullanarak doktor hasta arasındaki iletişimi de olumsuz yönde etkileyecektir. Bu olumsuzluk hastaya ve sağlık kuruluşuna ekonomik olarak bir yük oluşturmaktadır. Bu durumun önüne geçilmesi için ise farklı stratejilerin seçilmesinde önem arz etmektedir (Keller vd., 2008). Uygulanacak stratejide şayet birey internetten elde ettiği sağlık bilgisini olumlu ya da olumsuz değerlendirip doğru bilgiyi anlama yanlış bilgiyi de eleme yetkinliklerine göre değiştirmesi gerekecektir.

Bazı durumlarda internetten elde edilen sağlık bilgileri neticesinde birey internetteki bilgiye doktor bilgisinden daha fazla güven duymaktadır. Sağlık uzmanlarına duyulan güvensizlik istenmeyen bir durumdur. Bu durum kişilere kendi doktoru ile internet bilgisi arasında kalması sonucu karar verme problemleri de yaşatabilmektedir. Kaygıyı azaltmanın yolu da kişilerin güvenilir internet sitelerindeki bilgiyi özümsemeleri ve sağlık profesyonellerinin önerileri doğrultusunda hareket etmeleri söylenebilir (Batıgün vd., 2008).

Siberkondri davranışını önlenmesine yönelik olarak farklı bakış açısı ile sağlık çalışanlarının hasta olduğunu düşünen bireylere doyurucu açıklamalarda bulunması gereklidir. Kişilerin şayet e sağlık okuryazarlık seviyeleri düşük ve sağlık çalışanları ile iletişimi de zayıfsa bu durumda sağlık çalışanlarının kişiye daha fazla yardımcı olmaları sonucunda hastanın güven duygusunu da geliştirecektir. Sağlık hizmetlerinde en önemli olguların başında sağlık çalışanları ile hastalar arasındaki güven ilişkisi bulunmaktadır. Bu güven neticesinde hastalar polikliniklere gelmeden önce hekimlerine soracakları soruları hazırlayarak muayene sırasında daha hazırlıklı şikayetlerini aktarabilmektedirler (Tüter, 2019).

### YÖNTEM

Araştırma, 20 Mayıs 2024 – 10 Temmuz 2024 tarihleri arasında Sakarya ilinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma verilerinin toplanmasında online anket yöntemi kullanılmıştır.

### Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini Sakarya ilinde ikamet eden ve 18 yaşını doldurmuş bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem büyüklüğü %95 güven aralığında 384 kişi olarak belirlenmiştir (Sekaran, 1992:253). Araştırmada kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Veriler araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü bireylerden toplanmıştır. Araştırma kapsamında 631 anket formu toplanmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak üç bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Anket formunun birinci bölümünde katılımcıların demografik özelliklerini belirlemeye yönelik beş soru yer almaktadır. İkinci kısımda ise Kıraç ve Öztürk (2021) tarafından geliştirilmiş olan “Sağlık Arama Davranışı” ölçeğinden yer alan online sağlık arama davranışı ile ilgili ifadeler kullanılmıştır. Online sağlık arama davranışı ölçeği (6 soru) dan oluşmaktadır. Ölçekteki maddeler, 5’li Likert tipi ölçek seçenekleriyle (1= kesinlikle katılmıyorum, 5= kesinlikle katılıyorum) şeklindedir. Ölçeğin güvenilirlik düzeyini belirlemek için hesaplanan Cronbach’s Alpha katsayıları; online sağlık arama davranışı için Cronbach's Alpha= 0,74 olarak bulunmuştur. Siberkondri ile ilgili ölçek, Begic vd. (2019) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekteki maddeler, 5’li Likert tipi ölçek seçenekleriyle (1= kesinlikle katılmıyorum, 5= kesinlikle katılıyorum) şeklindedir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için yapılan faktör analiz sonucu Tablo 1’ de gösterilmektedir.

**Tablo 1.** Siberkondri Ölçeğinin Açıklayıcı Faktör Analizi

Maddeler	Faktör Yükleri
S2-Sağlıkla ilgili bilgi araştırması yaptıktan sonra kendimi hüsrana uğramış hissediyorum.	0,88
S1-Sağlıkla ilgili bilgi araştırması yaptıktan sonra korktuğumu hissediyorum.	0,86
S3-Sağlıkla ilgili bilgiler araştırdıktan sonra bulduğum bilgiler karşısında kafamın karıştığını hissediyorum.	0,84
S4-Sağlıkla ilgili bilgi araştırması yapmaya başladıktan sonra kendimi durdurmakta zorlanıyorum.	0,72

Siberkondri ölçeğinin faktör analizine uygunluğunu ortaya koymak için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testi değerleri belirlenmiştir. Ölçeğin KMO değeri 0,81, Bartlett testi sonucu da ( $p<0,01$ ) anlamlı bulunmuştur. Bu sonuçlar verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermiştir. Faktör analizine göre faktör yüklerinin 0,88 ile 0,72 arasında dağıldığı belirlenmiştir. Sonuç olarak siberkondri ölçeğinin açıklanan varyansı %68,53 olup, 4 ifadeden oluşan tek faktörlü bir yapıda olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar ölçeğin yapı geçerliliğinin sağlandığını ortaya koymuştur (Tablo 1). Ayrıca ölçeğin güvenilir olduğu da belirlenmiştir (Cronbach's Alpha= 0,84).

#### Verilerin Analizi

Veri analizlerinde SPSS 22.0 istatistik programı kullanılmıştır. Katılımcıların online sağlık arama davranışları ve siberkondri düzeylerinin belirlemede tanımlayıcı istatistikler hesaplanmıştır. Veri analizleri kapsamında ulaşılan bulgular %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

#### Araştırma Etiği

Sakarya Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulunun 15.05.2024 tarihli ve 69 sayılı toplantısında alınan "13" nolu kararı bulunmaktadır.

#### BULGULAR

Araştırma ile ulaşılan bulgulara aşağıda yer verilmiştir.

**Tablo 2.** Demografik Özelliklerin Dağılımı (n=631)

Demografik Değişkenler	n	%
Cinsiyet	Erkek	225 35,7
	Kadın	406 64,3
Medeni Durum	Bekar	414 65,6
	Evli	217 34,4
Yaş	25 ve altı	380 60,2
	26-35	71 11,3

	36 ve üzeri	180	28,5
<b>Eğitim Durumu</b>	Lise ve altı	90	14,3
	Ön lisans	356	56,4
	Lisans ve Lisansüstü	185	29,3
<b>Çalışma Durumu</b>	Evet	268	42,5
	Hayır	363	57,5

Araştırmaya katılanların %64,3'ü kadın, %65,6'sı bekar, %60,2'si 25 ve altı yaş aralığındadır. Katılımcıların %56,4'ü ön lisans mezunu, %57,5'i herhangi bir işte çalışmamaktadır.

**Tablo 3.** Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	n	Ort.	Std. Sapma	Çarpıklık Katsayısı	Basıklık Katsayısı
Online Sağlık Arama Davranışı	631	2,96	0,74	0,05	0,02
Siborkondri	631	3,09	0,96	-0,13	-0,59

Araştırmaya katılanların online sağlık arama davranışı ( $2,96 \pm 0,74$ ) ve siberkondri düzeylerinin ( $3,09 \pm 0,96$ ) orta düzeyde olduğu belirlenmiştir (Tablo 3).

**Tablo 4.** Korelasyon Analizi

	Siborkondri	
	r	0,34
<b>Online Sağlık Arama Davranışı</b>	p	0,00
	n	631

Tablo 4'e göre online sağlık arama davranışı ile siberkondri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki vardır ( $p < 0,05$ ,  $r = 0,34$ ).

**Tablo 5.** Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p
Sabit	1,78	11,95	0,00
Online Sağlık Arama Davranışı	0,45	9,14	0,00
	$R^2 = 0,117$	$F = 83,48$	$p = 0,00$

**Bağımlı Değişken:** Siberkondri



Regresyon analizine göre, online sağlık arama davranışının siberkondriyi pozitif yönde etkilediği belirlenmiştir ( $\beta= 0,45$ ,  $p<0,05$ ). Siberkondri düzeyindeki değişimin %11,7'sinin online sağlık arama davranışı tarafından açıklandığı belirlenmiştir ( $R^2=0,117$ ). Bu sonuca göre online sağlık arama davranışının siberkondrinin bir belirleyicisi olduğu söylenebilir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Teknolojinin çok hızla gelişmesi sağlık alınındaki bilgiye ulaşım şeklini de değiştirmiştir. Bireylerin sağlıklarıyla ilgili endişe duymaları ve bu endişelerini giderme adına online sağlık arama davranışı göstermeleri yaygın bir şekilde görülmektedir. Online sağlık arama davranışı neticesinde endişeleriyle ilgili olarak karşılıklarına gelen bilgiyi yanlış yorumlamaları ve daha çok endişe duyarak kaygı düzeylerini yükseltmeleri sonucunda bireyler siberkondri davranışı sergileyebilmektedirler. Bu araştırma ile bireylerin online sağlık arama davranışları ile siberkondri arasındaki ilişki düzeyi tespit edilmesi amaçlanmaktadır. Araştırma bulguları incelendiğinde araştırmaya katılanların online sağlık arama davranışı ve siberkondri düzeylerinin orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ayrıca online sağlık arama davranışı ile siberkondri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki vardır. Online sağlık arama davranışının siberkondrinin bir belirleyicisi olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Literatürdeki bazı araştırmalar incelendiğinde Demirhan ve Eke (2021) sağlık arama davranışı ve siberkondri hastalığı üzerine otuz çalışma içeriği ile ilgili yapmış oldukları çalışmalarında ileriki yaşlardaki kişilerin gençlere oranla siberkondri düzeylerinin düşük olduğu ilave olarak eğitim seviyesi yüksek olanların ve kadınların siberkondri düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kalmaz ve Temel (2024) yapmış oldukları çalışmalarında kronik hastalığı olmayan bireylerin siberkondriye daha yatkın oldukları ve bu kişilerin doktora güvensizlik düzeylerinin daha yüksek seviyede olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ekinci vd. (2021) yapmış oldukları araştırmalarında Y kuşağının siberkondri düzeylerinin X kuşağına az sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca kadınların siberkondri düzeylerinin erkeklere nazaran daha düşük seviyede olduğu bulgulanmıştır. Eğitim seviyesi ve yaş ilerledikçe siberkondri seviyesi de azalış gösterdiği sonucu tespit edilmiştir. Inova (2013) yapmış olduğu çalışma neticesinde internet bağımlılığının çevrimiçi sağlık bilgisi arama davranışını artırdığı sonucuna ulaşmıştır. İlave olarak aynı çalışmada online sağlık arama davranışı ile bireylerin sağlıklarıyla ilgili duydukları kaygı düzeylerinde bununla beraber siberkondriye yönelik endişe artışına ve bunun sistematik olarak devam ettiği sonucu tespit edilmiştir. Diğer bir çalışmada ise Doğan vd. (2021) internet bağımlılığı ile siberkondri arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Çalışmada internetin bilinçsiz bir şekilde kullanılması internetten hastalıklarıyla ilgili bilgi aramada ve bunun neticesinde siberkondri davranışı artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Alan yazındaki farklı çalışmalara bakıldığında Akyol vd. (2024) Dijital Dünyada Hastalık Korkusu: Siberkondri ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisi üzerine yapmış oldukları çalışmalarında sosyal medya bağımlılığı ve siberkondri arasındaki ilişkide pozitif ve istatistiksel olarak bir ilişki tespit edilmiştir. İlave olarak internette geçirilen vakit arttıkça siberkondri düzeyinde de artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Fergus ve Spada (2017) sorunlu internet uygulamalarının siberkondri ile arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalarında kişilerin problemleri internet kullanmalarının siberkondri düzeylerinin artışı üzerinde bir etki bıraktığı sonucuna ulaşılmıştır. Köse ve Murat (2021) araştırmalarında akıllı telefon bağımlılığı ile siberkondri arasında istatistiksel olarak pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Başka bir çalışmada ise Alghamdi ve Moussa (2012) yapmış oldukları çalışmalarında hastalığın şiddeti ve doktora gitme sıklığı ile siberkondri arasında pozitif bir ilişki



## ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 10 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2024 ISSN -2149-6161

bulgulanmıştır. Doğanyığıt ve Demirci (2023) Sağlık Bilişleri ve Sağlık Arama Davranışı İlişkisi adlı çalışmalarında bireylerin sağlık bilisi ve sağlık arama davranışı arasında düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucu tespit edilmiştir. Diğer bir çalışmada ise Uzun ve Zencir (2022) Üniversite Çalışanlarında Siberkondri ve İlişkili Etmenler adlı çalışmalarında siberkondri düzeyi 35 yaş ve altı çalışanlarda daha yüksek oranda olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca televizyonda sağlıkla ilgili programları izleyenlerin hekim önerisi almadan tahlil yaptırılardan ve hekim önerisi olmadan ilaç kullananlardan siberkondri puanlarının daha yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir. Deniz ve Çimen (2021) çalışmalarında katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim ve çalışma durumlarına göre sağlık arama davranışlarında fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. İlave olarak medeni duruma göre ise sağlık arama davranışlarında istatikselsel olarak anlamlı bir fark olduğu sonucu tespit edilmiştir.

Araştırma sonuçları çerçevesinde bireylerin online sağlık arama davranışlarında ve siberkondri ilişkisinde sorunlar yaşadıkları görülmektedir. Bu bağlamda toplum olarak sağlık bilincinin artırılması önemlidir. Bu doğrultuda yazılı, görsel ve kamu spotlarında online sağlık arama davranış şeklinin nasıl olması gerektiği sade ve anlaşılır bir biçimde anlatılmalıdır. Kişilerin siberkondri düzeylerini azaltabilmek adına yapmış oldukları sağlık bilgisini yanlış yorumlama davranışlarının doğru bilgi kaynakları ile nasıl düzeltileceği sağlık profesyonelleri tarafından açıkça açıklanmalıdır. Aileden başlamak üzere ana sınıfı ve eğitimin her başmağında ve hayat boyu öğrenme süreçlerinde bireylerin sağlık okuryazarlık seviyelerinin yükseltilmesi adına önlemlerin alınması da önem arz etmektedir. Araştırmanın sadece Sakarya ilinde yapılması bir kısıtlılık oluştursa da online sağlık arama davranışı ve siberkondri arasında ilişkiyi tespit etmeye yönelik ilgili yazına mütevazi bir katkı sağlayacağı da ön görülmektedir. Online sağlık arama davranışı ve siberkondri ile ilgili yapılacak farklı araştırmalara destek olması ve araştırmanın daha fazla birey üzerinde yapılması yararlı olacaktır. Toplumun sağlık refah seviyesinin artırılması açısından gerekli duyulan sağlıkla ilgili eğitimlerin verilmesi oluşabilecek hataların ve yanlış algıların önüne geçilmesi açısından değerlidir.

**Çıkar Çatışması:** Tek olarak yürüten bu çalışmada hiçbir şekilde çıkar çatışması söz konusu değildir.

### KAYNAKÇA

- Adhikari, D. & Rijal, D. P. (2014). Factors affecting health seeking behavior of senior citizens of Dharan. *Journal of Nobel Medical College*, 3(1), 50-57.
- Akyol, E. Y. & Yalçın, H., & Ünal, İ. N. (2024). Dijital Dünyada Hastalık Korkusu: Siberkondri ve Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlişkisi. *Humanistic Perspective*, 6(2), 136-154.
- AlGhamdi, K. M. & Moussa, N. A. (2012). Internet use by the public to search for health-related information. *International Journal of Medical Informatics*, 81(6), 363-373.
- Batıgün, A. D. & Gör, N., Kömürçü, B., & Ertürk, İ. Ş. (2018). Siberkondriya Ölçeği (SİBKÖ): Geliştirme, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. 31(2), 1-14.
- Baumgartner, S. E. & Hartmann, T. (2011). The role of health anxiety in online health information seeking. *Journal of Health Communication*, 16(6), 653-669.
- Begic, N. & Mikac, U., Curzik, D., & Sangster Jokic, C. (2019). The development and validation of the short cyberchondria scale (SCS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 41, 662-676.





## ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 10 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2024 ISSN -2149-6161

- Bozkanat Cergibozan, E. (2018). Kitle-kişisel iletişim ile sağlık bilgisi arama: Bir facebook grubu örneği. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi.
- Coşkun, N. (2019). Üniversite Gençlerinin Cinsel Sağlık Arama Davranışını Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Deniz, S. & Çimen, M. (2021). Sağlık Arama Davranışı Üzerine Bir Araştırma. Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi, 7(3), 639-646.
- Demirhan, H. & Eke, E. (2021). Sağlık bilgisi arama davranışı açısından dijitalleşmenin etkileri: Siberkondri hastalığı üzerine bir inceleme. International Journal of Health Sociology, 1(1), 1-18.
- Demir, S. (2012). Üriner inkontinanslı kadınlarda yaşam kalitesi ve sağlık arama davranışları (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul.
- Derya Altınışik, "İnternet Çağının Hastalığı: Siberkondri", erişim 14.06. 2024, <https://www.bilimvetekno.com/internet-caginin-hastaligi-siberkondri/>
- Doğan, S.& Acar, F., Doğan, T. G. B. (2021). İnternet Bağımlılığı ve Sağlık Anksiyetesinin Siberkondri Davranışları Üzerine Etkisi. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 35(1):281-298
- Doğanyigit, P. B. & Demirci, H. F. (2023). The Relationship Between Health Cognitions And Health Seeking Behavior. Journal Of International Health Sciences And Management, 9(18), 27-34.
- Ekinci, Y.& Tutgun-Ünal, A.& Bayse, R.& Ekinci, A., & Tarhan, N. (2021). Siberkondri, Sağlık Okuryazarlığı ve Sosyo-Ekonomik Statü İlişkisi Bağlamında X ve Y Kuşağına Yönelik Bir Araştırma. İstanbul Arel Üniversitesi İletişim Çalışmaları Dergisi, 9(20), 117-148.
- Fergus, T. A. & Spada, M. M. (2017). Cyberchondria: Examining relations with problematic Internet use and metacognitive beliefs. Clinical Psychology ve Psychotherapy, 24(6), 1322- 1330.
- Güleç,G.& Yenilmez, Ç.& Ay F, (2011). Bir Anadolu Şehrinde Psikiyatri Kliniğine Başvuran Hastaların Hastalık Açıklama ve Çare Arama Davranışları. Klinik Psikiyatri Dergisi, 14(3): 131-142.
- Ivanova E. (2013). Internet addiction and cyberchondria - Their relationship with Well-Being. Journal of Education Culture and Society, 1: 57-70
- Kalmaz, A.& Temel, M. (2024). Kronik Hastalığı Olan ve Olmayan Bireylerde Akılcı İlaç Kullanımı, Sağlık Anksiyetesi ve Siberkondri. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 8(1), 42-54.
- Keller, G. L.& Padala, P. R., ve Petty, F. (2008). Clinical pearls to manage cyberchondriacs. Primary Care Companion To The Journal Of Clinical Psychiatry, 10(1), 75.,
- Kıraç, R. (2019) Sağlık arama davranışını etkileyen faktörler: Yapısal eşitlik modellemesi. (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kıraç, R.& Öztürk, Y. E. (2021). Health seeking behavior: scale development study. Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 21(2), 224-234. doi: 10.21076/vizyoner.754526.
- Köse, S. & Murat, M. (2021). Examination of the relationship between smartphone addiction and



## ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 10 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2024 ISSN -2149-6161

- cyberchondria in adolescents. Archives of Psychiatric Nursing, 35(6), 563-570.
- Pender, N. J.& Murdaugh, C. L.& Parsons, M. A. (2002). Health promotion in nursing practice. 4th ed. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Sun, X.& Luo, S.& Lou, L.& Cheng, H.&Ye, Z.& Jia, J.& He, H. (2021). Health seeking behavior and associated factors among Individuals with cough in Yiwu, China: a population-based study. BMC Public Health, 21, 1157, 1-9. doi: 10.1186/s12889-021-11250-5.
- Starcevic V. & Berle D. Cyberchondria: Towards a better understanding of excessive health-related Internet use. Expert Rev Neurother 2013;13(2):205- 13.
- Şahin, E. & Ayaz, F. (2021). Bir Sağlık Arama Davranışı Olarak Sosyal Medya Kullanımı: İzolasyon, Karantina ve Sosyal Mesafe Tedbirlerinde Facebook'ta Covid-19 İçerikli Sosyal Medya Paylaşımlarının Görünümü. Connectist: Istanbul University Journal of Communication Sciences, 60, 185-215.
- Tüter, M. (2019). Aile Hekimliği Polikliniğine Başvuran Hastalarda Siberkondri Düzeyinin ve İlişkili Faktörlerin Değerlendirilmesi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Okmeydanı Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, İstanbul.
- Ulus, T.& Gürkan M. (2011). Sağlık alanında internet kullanımı ve halk sağlığı. Bozok Tıp Dergisi, 1,2, 43-46.
- Uzun, S. U.& Zencir, M. (2022). Cyberchondria And Associated Factors Among University Staff. Estüdam Halk Sağlığı Dergisi, 7(2), 257-268.
- White, R. W. & Horvitz, E. (2009). Cyberchondria: Studies of the escalation of medical concerns in web search. ACM Transactions on Information Systems (TOIS), 27(4), 1-37