

GENÇ YETİŞKİNLERDE AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞININ EL FONKSİYONLARINA ETKİSİ

Merve Nur İŞÇİ¹, Beyza ÖZKILIÇ¹, Ayşegül YAKAR¹, Beril MERT¹, Bilgenur BAYRAMOĞLU¹, Dilber ÇEKİRGE¹, Emine PARLAK¹, Emre ÇİMEN¹, Furkan DEMİR¹, Gizem ARSLAN¹, Meryem ŞEN¹, Merve KARAÇOMAK¹, Nihal YILDIRIM¹, Pelin ATALAN EFKERE¹, Meral BOŞNAK GÜÇLÜ¹

¹Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye

ORCID: 0000-0001-5571-237X
ORCID: 0000-0002-3861-9912
ORCID: 0009-0001-4517-8596
ORCID: 0009-0002-1552-2541
ORCID: 0009-0004-3829-3424
ORCID: 0009-0006-5585-1816
ORCID: 0009-0007-1063-3791
ORCID: 0009-0005-2139-8817
ORCID: 0009-0002-6998-1858
ORCID: 0009-0001-4193-338X
ORCID: 0009-0009-4103-2301

ÖZ

Giriş: Kullanımı giderek artan akıllı telefonlar, günlük yaşama birçok kolaylık getirmektedir. Ancak, akıllı telefon bağımlılığının çeşitli yan etkilere sebep olabileceği düşünülmektedir. El, fonksiyonel rolü nedeniyle günlük hayatta son derece önemli bir yer tutmaktadır. Sürekli sabit pozisyonda tutulan elin, akıllı telefon kullanımı nedeniyle el fonksiyonlarının etkilenebileceği öne sürülmektedir. Yapılan çalışmalara göre, akıllı telefonların aşırı kullanımının komplikasyonları ve yan etkileri arasında görme sorunları, boyun ve omuz ağrıları, De Quervain tenosinoviti ile başparmak ve el bileği zayıflığı sayılabilir. Bu komplikasyonların yanı sıra, akıllı telefon kullanım süresi ile el tutuşu ve kısırtma-kavrama gücü arasındaki ilişki üzerine çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Araştırmacılar, dokunmatik ekranlı cihazların kullanımının kasların fizyolojik işlevlerinde değişikliklere yol açabileceğini ve ince motor becerilerin kazanılmasında önemli bir etkiye sahip olabileceğini öne sürmektedirler.

Amaç: Çalışmamızın amacı, genç yetişkin grubunda el becerileri ve reaksiyon hızının ekran süresiyle ilişkisini incelemektir.

Metod: Bu amaçla planlanan çalışmamızda, akıllı telefon bağımlılığı olan (ATB olan) ve olmayan (ATB olmayan) genç yetişkinlerin el fonksiyonları karşılaştırılmıştır. Çalışmaya, 18-24 yaş aralığında, araştırmaya katılmaya gönüllü olan genç yetişkin bireyler dahil edilmiştir (n=64). Dahil etme kriterlerini sağlayan bireyler, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Formu'na (ATBÖ-KF) göre bağımlı (n=34) ve bağımlı olmayan (n=30) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Katılımcıların standart kavrama kuvvetinin ölçümünde Jamar el dinamometresi, parmak kavrama kuvvetinin ölçümünde pinchmetre ve el fonksiyonlarının değerlendirilmesinde Jebsen-Taylor El Fonksiyon Testi kullanılmıştır.

Bulgular: Gruplar arası karşılaştırmalı istatistiksel analiz sonuçlarına göre, ATBÖ-KF ile elde edilen ilk değerlendirmeyi destekler nitelikte, iki grubun ekran süresi arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. İki grubun yaş ortalaması (22) açısından homojen bir dağılım elde edilmiştir. Her iki elin kavrama kuvveti açısından, ATB olmayan grup lehine anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05).

Sonuç: Sağ eldeki üçlü pinch kavrama ve lateral kavrama kuvvetlerinde de ATB olmayan grup lehine anlamlı fark tespit edilmiştir. Jebsen-Taylor El Fonksiyon Testi'nin kart çevirme alt parametresinde ise ATB olan grup lehine anlamlı fark belirlenmiştir. Ayrıca, el fonksiyonlarının bazı alt görevlerinde ve kavrama kuvvetinin bazı türlerinde ATB olan bireylerin, ATB olmayan bireylere göre daha düşük performans sergilediği kaydedilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Akıllı telefon bağımlılığı, el fonksiyonları, genç yetişkinler

İletişim/Correspondence

Merve Nur İŞÇİ

Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi,

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye

E-posta: iscimervenur.02.2.18@gmail.com

Geliş tarihi/Received: 05.06.2024

Kabul tarihi/Accepted: 24.07.2025