

Yoğun Bakım Anılarına Bakmak İster misin? Yoğun Bakım Günlükleri

Do You Want to Look at Your Intensive Care Memories? Intensive Care Diaries

Enes BULUT¹ 

¹ Artvin Çoruh Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Artvin, Türkiye

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Enes BULUT, E-mail: bulutts61@artvin.edu.tr

Geliş Tarihi/Received: 30.10.2025 • Kabul Tarihi/Accepted: 12.12.2025 • Yayın Tarihi/Publication Date: 25.08.2026

Cite this article as: Bulut E. Do You Want to Look at Your Intensive Care Memories? Intensive Care Diaries. *J Intensive Care Nurs.* 2026;30(2):156-160



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Öz

Yoğun bakım üniteleri, karmaşık tıbbi durumların bir arada olduğu hastalarda sağ kalım oranının artırılması için gerekli olan özel birimlerdir. Ancak sahip olduğu bazı özellikler nedeniyle hasta ve hasta yakınlarının olumsuz durumlar yaşamasına neden olmaktadır. Bu süreçte hastalarda önemli psikolojik ve zihinsel problemler ortaya çıkabilmektedir. Özellikle bilinci kapalı olarak takip edilen hastalarda bilinç yerine geldiğinde hafıza kayıpları ortaya çıkmakta, anksiyete ve depresyon görülebilmektedir. Benzer şekilde hasta yakınlarında da hastalarıyla özellikle bağ kuramamaya bağlı olarak psikolojik semptomlar gelişebilmektedir. Bu olumsuz durumların giderilebilmesi için yoğun bakımlarda günlük yazımı uygulaması 20. yüzyılda sık olarak görülmeye başlamıştır. Ancak olumlu sonuçlar elde edilmesine rağmen Türkiye'deki yoğun bakım ünitelerinde yoğun bakım günlüğü uygulamasını bildiren bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu derlemede yoğun bakım günlükleri kavramı, uygulamanın etkileri ve uygulamaya ilişkin öneriler hakkında bilgi verilecektir. Makalenin yazımında veri tabanlarına "intensive care", "diary", "patient", "patient relatives", "experience" anahtar kelimeleri girilerek tarama yapılmıştır. Mevcut makalenin ülkemiz yoğun bakımlarında görev yapan başta hemşireler olmak üzere tüm sağlık personelinde farkındalık oluşturma hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aile üyeleri, günlük, hasta, yoğun bakım

Abstract

Intensive care units are specialized units designed to improve survival among patients with complex medical conditions. However, certain characteristics of the intensive care environment may lead to adverse experiences for both patients and their relatives. During this process, patients may experience significant psychological and cognitive problems. In particular, patients who are unconscious during their stay in the intensive care unit may experience memory loss, anxiety, and depression after regaining consciousness. Similarly, family members may develop psychological symptoms, particularly due to difficulties in establishing and maintaining a connection with their loved ones. To alleviate these adverse experiences, the practice of keeping intensive care diaries became increasingly common during the 20th century. However, despite the positive outcomes reported in the literature, no study reporting the implementation of intensive care diaries in intensive care units in Türkiye was identified. This review aims to provide information on the concept of intensive care diaries, the effects of this practice, and recommendations for its implementation. For the preparation of this review, databases were searched using the keywords "intensive care", "diary", "patient", "patient relatives", and "experience." This review aims to raise awareness of intensive care diaries among healthcare professionals working in intensive care units in Türkiye, particularly nurses.

Keywords: Diary, family members, intensive care, patient.

GİRİŞ

Yoğun bakım üniteleri; hayati risk taşıyan hastaların takibinde karmaşık tıbbi cihazların kullanıldığı ve birçok sağlık disiplininin bir arada çalışması gereken özelleşmiş birimlerdir.¹ Sağ kalım oranı, yoğun bakım uygulamaları sayesinde artmış olmasına rağmen yoğun bakım süreci hastalarda ve hasta yakınlarında anksiyete, depresyon ve uyku bozuklukları gibi sorunlara neden olmaktadır.²⁻⁵ Bilinci açık şekilde yoğun bakımda takip edilen hastalarda yoğun bakım ünitesinin kapalı bir ortam olması ve zaman kavramına yönelik algıların bozulması gibi nedenlerle farklı seviyelerde hafıza kaybı, dikkat eksikliği, halüsinasyon görme ve konuşma becerilerinde azalma olmaktadır. Yoğun bakımdan taburcu olan hastaların iki ay-sekiz yıl arasında bilişsel problemleri deneyimlediği ve bu problemlerin bireylerin yaşam kalitesini azalttığı ve ailenin diğer üyelerinin iş yükünü artırdığı belirtilmektedir.⁵ Benzer belirtiler hasta yakınlarında da karşımıza çıkmaktadır.^{6,7}

Yoğun bakım sürecinin neden olduğu psikolojik ve zihinsel problemleri azaltmak için günlük yazımı, yoğun bakımlarda önemli bir yenilik olarak ortaya çıkmıştır.^{8,9} 20. yüzyılın ikinci yarısında İskandinavya’da uygulanmaya başlayan yoğun bakım günlük yazımı, 1990’larda Birleşik Krallık ve Avustralya gibi ülkelerde de hayata geçirilmiştir.⁶ Ülkemizdeki yoğun bakım ünitelerinde ise günlük yazımı uygulaması yer almamakla birlikte ulusal literatürde konu ile ilgili yayımlara da rastlanmamaktadır. Bu bilgiler ışığında bu makalede, ilgili konu hakkında bilgi verilmesi amaçlandı.

Yoğun Bakım Günlüğü Nedir?

Yoğun bakım günlüğü; hastaların yoğun bakım ünitesinde yer aldığı her gün hasta yakınları ve sağlık profesyonelleri tarafından yazılan kayıtlar olarak ifade edilmektedir.¹⁰ Hasta yakınları ve sağlık çalışanları, hastanın durumu ve günlük yazarken gerçekleşen olaylar hakkında teknik terim kullanmaksızın günlüğe yazmaktadır. Hastanın yoğun bakım sürecindeki her anı kaydedilerek, hastanın bilinci açıldıktan sonra hafızada boşluk yaşamasının önüne geçilmesi amaçlanmaktadır.^{6,11}

Yoğun Bakım Günlüğüne Yazılan Metin Örnekleri:

Yoğun bakımda hastasına bakım veren Ana isimli hemşirenin bir gün boyunca yazdığı metin aşağıda yer almaktadır:⁶

“Ben Ana. Helikopterle buraya üç gün önce getirildiğinde seni teslim alan hemşireyim. Baş bölgede ciddi kanamaya neden olan bir trafik kazası geçirdin. Bu nedenle beynine basınç yapan kanı tespit edebilmek için başına kateter yerleştirildi. Ayrıca bilinç düzeyin çok düşük olduğu için nefes almana yardım etmesi amacıyla ağzına bir tüp yerleştirildi.

Sedatize edildiğin için tamamen uyku halindesin. Kanın emilip emilmediğini görebilmek için ilk birkaç gün seni bu şekilde takip etmeye ihtiyacımız var. İdrar yapımını kontrol etmek için sana damar içi ve üriner kateter takılı. Ateş veya herhangi bir enfeksiyon belirtin bulunmamakta, bu güzel bir işaret. Tedavinin etkisini göstermesi ve kan odağının azalması için birkaç gün beklememiz gerekiyor. Sonrasında sinir sisteminin durumunu anlamak için seni uyandırabiliriz.

Ailen her gün seni görmeye geliyor. Annen ve eşin senin sağlığın hakkında çok endişeliler. Kutunun içinde kızın Carolina’nın bir fotoğrafı var. Eşin bu kutuyu bugün getirdi ve biz onu yatağın alt ucuna koyduk.

On dakika içinde mesaim bitiyor fakat yarın yine buradayım. Seni Tanrı’ya emanet ediyorum.”

Aynı hastanın eşi tarafından yazılan metin şu şekildedir:

“Tatlım, ben eşin Raquel. İyi olmalısın. Gerçekten korkuyorum. Sana ihtiyacım var. Carolina ve benim sana ihtiyacımız var. Beni dört gün önce hastaneden aradılar ve öldüğünden korktum. Seni gördüğümde şok oldum. Her tarafında tüp ve kablolar vardı. Kanaman fazlaydı fakat doktorlar beni her şeyin yolunda olduğuna dair bilgilendirdi. Güçlü olmalısın, her şey güzel olacak.”

Yoğun Bakım Ünitelerinde Günlük Yazımının Hasta, Hasta Yakını ve Hemşireler Üzerindeki Etkileri:

Literatürde yoğun bakım günlüğü yazmanın hastalar üzerinde etkilerini inceleyen çalışmalara rastlamak mümkündür. Bu çalışmalarda farklı sonuçların elde edildiği görülmektedir. Günlük yazımının olumlu sonuçları olduğunu gösteren sekiz randomize kontrollü çalışma ve iki vaka-kontrol çalışmasının incelendiği bir çalışmada yoğun bakımda günlük yazımının uygulandığı hastalarda travma sonrası stres bozukluğu, anksiyete ve depresyonun daha az görüldüğü tespit edilmiştir.¹² Barreto et al.¹³ günlük yazımının uygulandığı hastalarda depresyon riskinin azaldığını ve taburculuk sonrası yaşam kalitelerinin arttığını bulmuştur. Farklı bir çalışmada hastaların yarısının, günlükleri zor zamanları hatırlatan iyi bir yol olarak gördükleri saptanmıştır.¹⁴ Barreto et al.¹⁵ ise yoğun bakım sonrası başa çıkma kabiliyetini artırdığı ve aile bağlarını güçlendirdiği için yoğun bakımlarda günlük yazımının hastalar tarafından önerildiğini belirtmiştir. Hastaların günlük yazımına bağlı deneyimlerinin incelendiği bir çalışmada hastalardan biri “O günlere yönelik hafızadaki karanlıktaki bir ışıktı. Hafızadaki boşlukları doldurdu.” şeklindeki ifadesiyle günlük yazımının etkili olduğunu belirtmiştir.² Benzer şekilde diğer bir

çalışmada da yoğun bakımdan taburcu olan bir hasta “Şimdi beni nasıl kurtardıkları, neleri deneyip neleri denemediklerini, yaptıkları hataları ve elde ettikleri başarılı sonuçlar hakkında bilgi sahibiyim.” şeklinde düşüncelerini ifade etmiştir.¹⁴

Günlük yazımının olumlu sonuçlarının yanında herhangi bir katkısının olmadığını da belirten çalışmalara rastlanmaktadır. Bu çalışmalardan birinde günlük yazımının depresyon ve anksiyete üzerinde etkili olmadığı tespit edilmiştir.¹⁶ Farklı çalışmalarda da travma sonrası stres bozukluğunun azaltılmasında günlük yazımının etkisiz olduğu belirlenmiştir.^{13,17} Barreto et al.¹⁵ yaptığı çalışmada ise günlük yazımının hastalar tarafından unutulması gereken zamanların sancılı bir sunumu olarak algıladıkları saptanmıştır.

Yoğun bakımda yakını olan hasta yakınları, bu süreçten etkilenen önemli taraflardan biridir. Günlük yazımının hasta yakınları üzerindeki etkilerinin incelendiği bir çalışmada günlüklerin hasta hakkında tıbbi bilgi sahibi olma, aile üyelerinin kendilerini hastalarının yanında hissettirme ve duygularını ifade etme yönünden önemli bir kaynak olduğu hasta yakınları tarafından ifade edilmiştir.¹⁵ Benzer şekilde bir sistematik derlemede hasta yakınlarının günlükleri bir başa çıkma ve hastayla bağ kurma yolu olarak gördükleri belirlenmiştir.⁹ Tripathy et al.¹⁸, günlüklerin hasta yakınları tarafından sağlık çalışanlarıyla iletişim kurmak, hastalarına sevgilerini ifade etmek ve bağlantıyı sürdürmek için kullanıldığını tespit etmişlerdir. Ayrıca hasta yakınları umutlarını, korkularını ve inançlarını itiraf edebildikleri bir araç olarak günlükleri kullanmışlardır.

Hemşirelerin günlük yazımına dair tutumları, günlük yazımının uygulamaya koyulmasında önemli olduğundan dolayı günlük yazımının önemli diğer bir tarafı ise hemşirelerdir. Yoğun bakımlarda günlük yazımına dair hemşirelerin deneyimlerinin incelendiği çalışmalardan birinde en öne çıkan tema olarak “doğru kelimeleri bulmak” belirlenmiştir. Bu çalışmada hastanın tıbbi süreci hakkında bilgi vermekten ziyade terminal dönemde olan hastaların yakınlarını, ölüm durumuna adaptasyonunu kolaylaştırmak için etkili bir yol olarak görüldüğü tespit edilmiştir.¹⁹ Barreto et al.¹⁵ tarafından yapılan çalışmada hemşirelerin günlük yazımını hem kendileri hem de diğer sağlık çalışanları için faydalı bir yol olarak gördükleri ancak hasta ve yakınlarında olumsuz durumlara yol açabileceğini düşündükleri belirtilmektedir. Ayrıca uygulamanın hayata geçirilmesinde iş yükünün fazla olması ve ortamın yazım için uygun olmaması engel olarak görülmüştür. Farklı bir çalışmada ise yoğun bakım hemşirelerinin, günlük yazımı sürecinde birtakım etik ve uygulamaya dönük ikilemlerde kalınacağını düşündükleri, ancak hasta ve hasta yakınları ile hasta takibinden alınan olumlu geri dönütlerden dolayı günlük yazımının motivasyonu artırdığını düşündükleri belirlenmiştir.²⁰ Holme et al.²¹, Norveç’te yoğun bakımda günlük yazım önerileri dikkate alınarak günlük yazımına başlanmasının, hemşirelerin hasta ve yakınlarının ihtiyaçlarını fark etmeleri ve bilgi sahibi olmalarında etkili olduğu tespit etmiştir.

Yoğun Bakımlarda Günlük Yazımına Yönelik Öneriler:

Yoğun bakımlarda etkin şekilde günlük yazımının sağlanabilmesi için literatürde bazı öneriler yer almaktadır:²¹

- Yoğun bakımlarda günlük yazımının bir rutin haline getirilmesi ve hemşirelere ek yük oluşturmaması adına ses kaydı ile günlük yazımına olanak sağlayan elektronik günlükler uygulanmalıdır.
- Günlükler esas olarak ventilatör desteği alan ve uzun süre yoğun bakımda kalması beklenen hastalar için yazılmalıdır.
- İnvaziv olmayan solunum desteği alan ve oryantasyon bozukluğu olan hastalar için de günlük yazılması önerilmektedir.
- 16 yaş altındaki çocuk hastalar için ise hemşireler, ebeveynlerden günlük yazımına dair izin almalıdır.
- Günlük yazımına hastanın yoğun bakıma kabulünden sonra mümkün olduğu kadar kısa sürede başlanmalı ve akrabalara günlük yazımının amacı hakkında bilgi verilmelidir.
- Hastalarla sürekli etkileşim halinde olmalarından dolayı hemşirelerin günlük yazımını rutin haline getirmesi gerekmektedir.
- Hasta yakınları, günlük yazımı konusunda teşvik edilmelidir.
- Hasta, yoğun bakımdan taburcu olduktan sonra günlük yazımı sonlandırılmalıdır.
- Günlük yazılırken günlük bir dil tercih edilmeli ve hastaların yoğun bakımdaki süreci anlatılmalıdır.

- Günlükler, hastaların tıbbi bilgilerine dahil edilerek diğer sağlık profesyonelleriyle iş birliği içinde korunmalıdır.
- Günlükleri elle ya da elektronik ortamda yazmak mümkündür. Elle yazılan günlükler hastaya teslim edilmeden önce taranmalı ve dosyalanmalıdır.
- Yazılmış olan günlükler hastalara bakım veren hemşirelerin danışmanlığı ile birlikte hastalara verilmelidir. 16 yaş altındaki hastalarda bu süreç ebeveynler de dahil edilmelidir.
- Hastalar ve yakınlarına taburculuktan bir süre sonrasında izlem için görüşme teklif edilmelidir.

SONUÇ

Yoğun bakım süreçlerinin hasta ve yakınları üzerindeki olumsuz sonuçlarının önlenmesinde günlük yazımı uygulaması birçok ülkenin yoğun bakım ünitelerinde yıllardır yer almaktadır. Literatürde uygulamanın olumlu ve olumsuz sonuçlarına rastlamak mümkündür. Ayrıca uygulamanın hayata geçirilmesinde de birçok etmen etkilidir. Bu etmenlerden biri de hemşirelerin yoğun bakım günlük yazımına ilişkin tutumlarıdır. Ülkemizde günlük uygulamasına rastlanmamaktadır. Bu nedenle hemşireler başta olmak üzere sağlık profesyonelleri ile konu hakkında tanımlayıcı çalışmalar yapmak ve elde edilen bulgular doğrultusunda müdahale çalışmaları ile birlikte uygulamanın hayata geçirilmesi sağlanmalıdır.

Etik Komite Onayı: Derleme niteliğindeki bu çalışma için etik kurul onayı gerekmemektedir.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazar bu çalışmanın herhangi bir finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Yapay Zeka Kullanımı: Yazarlar yapay zeka programlarından yararlanılmadığını beyan etmişlerdir.

Ethics Committee Approval: Ethics Committee Approval: Ethics committee approval was not required for this review.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Declaration of Interests: The author has no conflicts of interest to declare.

Financial Disclosure: The author declare that they received no financial support for this study.

Use of Artificial Intelligence: The authors have stated that no artificial intelligence programs were used.

KAYNAKLAR

1. Leblebicioğlu H, Nair Aktaş F. Covid-19 salgınıyla mücadele: Yoğun bakım hemşireliği meslek ve kişisel etik perspektifi. *Yoğun Bakım Hemş Derg.* 2020;24(Ek- 1):73-80.
2. Calzari S, Villa M, Mauro S, et al. The intensive care unit diary as a valuable care tool: A qualitative study of patients' experiences. *Intensive Crit Care Nurs.* 2024;80:103558.
3. Hiser SL, Fatima A, Ali M, Needham DM. Post-intensive care syndrome (PICS): Recent updates. *J Intensive Care.* 2023;11(1):23.
4. Gazzato A, Scquizzato T, Imbriaco G, et al. The effect of intensive care unit diaries on posttraumatic stress disorder, anxiety, and depression: A systematic review and meta- analysis of randomized controlled trials. *Dimens Crit Care Nurs.* 2022;41:256-263.
5. Yao L, Li Y, Yin R, et al. Incidence and influencing factors of post-intensive care cognitive impairment. *Intensive Crit Care Nurs.* 2021;67:1-9.
6. Munoz-Rey MP, Delgado-Hito P, Juve-Udina ME, Cuzco-Cabellos C, Huertas-Zurriaga A, Romero-Garcia M. The diary in the intensive care unit: Concept analysis. *Enferm Intensiva.* 2024;35:178-187.
7. Inoue S, Hatakeyama J, Kondo Y, et al. Post-intensive care syndrome: Its pathophysiology, prevention, and future directions. *Acute Med Surg.* 2019;6 (3):233-246.

8. Haakma T, Tieben R, Sleven B, Buise M, van Mol M. Experiences of nurses with an innovative digital diary intervention in the intensive care unit: A qualitative exploration. *Intensive Crit Care Nurs.* 2022;70:1-7.
9. Schofield R, Dibb B, Coles-Gale R, Jones CJ. The experience of relatives using intensive care diaries: A systematic review and qualitative synthesis. *Int J Nurs Stud.* 2021;119:1-12.
10. Bäckman CG, Walther SM. Use of a personal diary written on the ICU during critical illness. *Intensive Care Med.* 2001;27:426-429.
11. van Mol MM, Tummers N, Leerentveld C, Tieben R, Buise M. The usability of a digital diary from the perspectives of intensive care patients' relatives: A pilot study. *Nurs Crit Care.* 2024;29(6):1280-1289.
12. Sun X, Huang D, Zeng F, et al. Effect of intensive care unit diary on incidence of posttraumatic stress disorder, anxiety, and depression of adult intensive care unit survivors: A systematic review and meta-analysis. *J Adv Nurs.* 2021;77(7):2929-2941.
13. Barreto BB, Luz M, Rios MNO, Lopes AA, Gusmao Flores D. The impact of intensive care unit diaries on patients' and relatives' outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Crit Care.* 2019;23(1):411.
14. Flahault C, Trosdorf M, Sonrier M, et al. ICU survivors experience of ICU diaries: An ancillary qualitative analysis of the ICU diary study. *Crit Care Explor.* 2021;3(5):e0384.
15. Barreto BB, Luz M, Alves Valente do Amaral Lopes S, Goulart Rosa R, Gusmao-Flores D. Exploring patients' perceptions on ICU diaries: A systematic review and qualitative data synthesis. *Crit Care Med.* 2021;49(7):707-718.
16. Nielsen AH, Cand SA, Cand IE, Lund TH, Renberg M, Hansen TB. The effect of family-authored diaries on posttraumatic stress disorder in intensive care unit patients and their relatives: A randomised controlled trial (DRIP-study). *Aust Crit Care.* 2020;33(2):123-129.
17. Garrouste-Orgeas M, Flahault C, Vinatier I, et al. Effect of an ICU diary on posttraumatic stress disorder symptoms among patients receiving mechanical ventilation: A randomized clinical trial. *JAMA.* 2019;322(3):229-239.
18. Tripathy S, Acharya SP, Sahoo AK, et al. Intensive care unit (ICU) diaries and the experiences of patients' families: A grounded theory approach in a lower middle-income country (LMIC). *J Patient Rep Outcomes.* 2020;4:1-11.
19. Högvall LM, Egerod I, Herling SF, Rustøen T, Berntzen H. Finding the right words: A focus group investigation of nurses' experiences of writing diaries for intensive care patients with a poor prognosis. *Aust Crit Care.* 2023;36(6):1011-1018.
20. Johansson M, Wahlin I, Magnusson L, Hanson E. Nursing staff's experiences of intensive care unit diaries: A qualitative study. *Nurs Crit Care.* 2019;24(6):407-413.
21. Holme AN, Halvorsen K, Eskerud RS, et al. Nurses' experiences of ICU diaries following implementation of national recommendations for diaries in intensive care units: A quality improvement project. *Intensive Crit Care Nurs.* 2020;59:1-6.