



ARAŞTIRMA MAKALESİ
RESEARCH ARTICLE
CBU-SBED, 2018, 5(3):138-144

Ankara’da Bazı Aile Sağlığı Merkezlerine Başvuran 15 Yaş Üzeri Kişilerin Güneş Işımları ve Deri Kanseri Hakkında Bilgi Düzeyleri ve Güneş Işımlarından Korunma Durumları

Asuman Tezel Kahraman^{1*}, Fatma Nur Baran Aksakal², Asiye Uğraş Dikmen²,
Erkan Büyükdemirci², A. Enes Güven²

¹Erzincan İl Sağlık Müdürlüğü Erzincan, Türkiye, asumantezel@gmail.com

²Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D Ankara, Türkiye, nuraksakal@gmail.com, drugras@hotmail.com,
erkanbuyukdemirci@gmail.com, ahmetenesguven@hotmail.com

*Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Asuman Tezel Kahraman

Gönderim Tarihi / Received:17.07.2018

Kabul Tarihi / Accepted: 03.09.2018

Öz

Deri kanseri sıklığı giderek artmakta ve görülme yaşı düşmektedir. Bu nedenle halk sağlığı açısından önemli bir sorun oluşturmaktadır. Güneş ışığının deri üzerindeki zararlı etkileri, deri kanserlerinin gelişiminin önlenmesi ve güneşten korunma yöntemlerinin etkili bir şekilde uygulanması konusunda toplumun eğitilmesi ve bilinçlendirilmesi gerekmektedir ancak bu konudaki çalışmalar ve araştırmalar ülkemizde yetersiz kalmaktadır. Bu çalışmada Ankara’da bazı aile sağlığı merkezlerine başvuran 15 yaş üzeri kişilerin güneş ışınları ve deri kanseri hakkında bilgi düzeylerinin ve güneş ışınlarından korunma durumlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada uygun örnekleme yöntemi ile 684 kişiye ulaşılmış hedeflenmiştir, 695 kişiye ulaşılmıştır. Katılımcılar deri rengi, deri tipi, vücudunda 5mm’den büyük asimetrik, düzensiz yapıli nevüs bulunma durumu, hayatı boyunca hafif ve şiddetli cilt yanığına maruz kalma durumu, tatillerde öğle saatlerinde güneşe maruz kalma süresi ve kendini deri kanseri riski açısından değerlendirme durumuna göre güneş kremi kullanma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0.05). Çalışmamızdan elde edilen veriler ışığında katılımcıların güneş ışınları ve deri kanseri konusundaki bilgilerinin orta-iyi düzeyde olduğu görülmüştür. Beklendiği gibi katılımcıların genç, eğitilmiş ve düzenli bir işte çalışan kesiminin güneş ışınları ve deri kanseri konusundaki bilgi düzeyleri daha fazladır. Deri kanserlerinin gelişiminde en büyük role sahip olan UV ışınlardan korunmada atılması gereken en önemli adım insanların bilgi düzeylerinin artırılması ve davranışlarının iyileştirilmesidir.

Anahtar Kelimeler: Deri Kanseri, Güneş Işımları, Güneşten Korunma, Farkındalık.

Abstract

The frequency of skin cancer incidences has been increasing while the age of onset for the disease has been decreasing. That constitutes an important problem for public health. The community needs to be educated about the harmful effects of the sun on the skin, prevention of the development of skin cancers and the effective application of sun protection methods. Nevertheless, studies and researches on this problem are insufficient in our country.

This study aims to evaluate the awareness level of 15 year and older family health center beneficiaries in Ankara and their statuses of sun protection.

Study aimed to reach out 684 people through the appropriate sampling method and 695 people were included into the survey.

A meaningful statistical difference is found among the skin color, skin type, presence of irregular asymmetrical nevus greater than 5mm in the body, exposure to mild and severe skin burns throughout life, sun exposure at noon time and sunscreen usage in accordance with self-assessment for skin cancer risk. (p <0.05).

According to the data obtained in this study, the participants' knowledge of sun rays and skin cancer is moderate-good. As expected, the participants who are young, educated and have regular jobs are more aware of the sun rays and skin cancer.

The most important step to be taken in protection from UV rays, which has the biggest role in the development of skin cancers, is to raise the awareness level of people and to change their behaviors.

Key Words: Skin Cancer, Sun Rays, Sun Protection, Awareness.

1. Giriş

Dünya Sağlık Örgütü tahminlerine göre her yıl dünyada deri kanseri sebebi ile 60.000 ölüm meydana gelmektedir. Ölümün 48.000'i malign melanomadan, 12.000'i diğer deri kanserlerinden kaynaklanmaktadır. Deri kanserlerinin %90'ı güneşten gelen UV ışınları sebebi ile gelişir, kalan %10'u ise radyasyon, HPV, kronik deri ülserleri, yanık skarları, kimyasallar v.b. nedenlidir. Bu yüzden deri kanserleri genellikle baş, boyun ve eller gibi vücudun güneş ışınlarına en çok maruz kalan kısımlarında görülür [1]. Herkesin deri kanserine yakalanma riski olmasına rağmen açık tenli, çok sayıda büyük ben ve lekeleri olan, uzun süreli güneşe maruz kalan, çocukluk döneminde güneş yanığı öyküsü olan kişilerin deri kanserine yakalanma riski daha fazladır [2,3]

İnsanların güneş ışığındaki UV'nin zararlı etkilerinden korunması ve deri kanserlerinin halk sağlığına olan yükünün azaltılmasında davranış değişikliği esastır [4]. Bunun için toplum güneş ışınlarının zararlı etkilerinden korunma yöntemleri konusunda bilinçlendirilmelidir. Ayrıca gençlik döneminde verilen güneşten korunma bilgileri, gençlerin yaşamları boyunca doğru güneşten korunma uygulamalarının davranışa dönüşmesinde temel oluşturmaktadır [5].

Birçok ülkede toplumun değişik kesimleri üzerinde yapılan çalışmalarda, bireylerin UV radyasyonunun derideki etkileri ve deri kanserleri konusundaki bilinç ve bilgi düzeylerinin yetersiz olduğu bulunmuştur [6].

Deri kanseri sıklığı giderek artmakta ve görülme yaşı düşmektedir. Bu nedenle halk sağlığı açısından önemli bir sorun oluşturmaktadır [7]. Güneş ışığının deri üzerindeki zararlı etkileri, deri kanserlerinin gelişiminin önlenmesi ve güneşten korunma yöntemlerinin etkili bir şekilde uygulanması konusunda toplumun eğitilmesi ve bilinçlendirilmesi gerekmektedir ancak bu konudaki çalışmalar ve araştırmalar ülkemizde yetersiz kalmaktadır.

Bu çalışmada Ankara'da bazı aile sağlığı merkezlerine başvuran 15 yaş üzeri kişilerin güneş ışınları ve deri kanseri hakkında bilgi düzeylerinin ve güneş ışınlarından korunma durumlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır [3].

2. Gereç ve Yöntem

Araştırma, Ankara ili sınırları içerisinde Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı eğitim bölgelerinde yer alan beş adet aile sağlığı merkezine herhangi bir nedenle başvuran 15 yaş üstü kişilerin katılımıyla yürütülmüş kesitsel tanımlayıcı tipte bir araştırmadır.

Araştırmanın yapılacağı tarihten bir hafta önce araştırma yapılacak sağlık kuruluşlarına başvuran 15 yaş üstü kişi sayısı 1900'dür benzer başvuru sıklığı öngörülerek %50 bilinmeyen sıklık alınarak %3 sapma ve %95 güven aralığında 684 kişiye ulaşılması hedeflenmiştir, 695 kişiye ulaşılmıştır.

Örneklem yöntemi olarak sistematik örneklem kullanılmıştır. Evren büyüklüğü örneklem büyüklüğüne bölünerek ($1900/684=2,77$); aile sağlığı merkezine başvuran her üçüncü kişi araştırmaya alınmıştır. Araştırmanın başlangıcı için rastgele sayılar tablosu kullanılmış ve üç kişiden başlanarak anket uygulanmıştır. Yani araştırmaya üç, altı, dokuz ve 12. kişiler alınmıştır. Bu kişilerden araştırmaya katılmak istemeyen olursa, bir sonraki kişi alınmış ve sonraki üçüncü kişi şeklinde devam edilmiştir. Anketler yüz yüze görüşme yöntemiyle uygulanmıştır.

Araştırmanın bağımlı değişkenleri:

1-Güneş Işınlarından Korunma Bilgi İndeksi:

Toplam 15 sorudan oluşan, dikotom (evet / hayır) seçenekli Bilgi anketinden, her bir soru için doğru yanıtı "1 puan" verilerek alınabilecek olası en yüksek puan "15", en düşük puan "0" dir.

2-Güneş koruyucusu kullanmak

Araştırmanın Bağımsız değişkenleri aşağıda listelenmiştir:

1-Sosyodemografik değişkenler

2-Deri özellikleri

3-Ailede deri kanseri öyküsü

4-Nevüs durumu

5-Cilt yanığı öyküsü

6-Güneşe mazur kalma süresi

7-Deri Kanseri Riski özdeğerlendirme

Araştırma verisi SPSS 15.0 istatistik paket programı aracılığıyla değerlendirilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler ortalama(\pm)standart sapma, ortanca (minimum;maksimum), frekans dağılımı ve yüzde olarak sunulmuştur. Kolmogorov Smirnov testi uygulanmış ve verinin normal dağılıma uygun olmadığı saptanmıştır ($p<0,05$). İstatistiksel yöntem olarak Ki-kare, Mann Whitney U, Kruskal Wallis ve Bonferoni Düzeltmeli Mann Whitney U testleri kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

3. Bulgular

Araştırmada 695 katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcıların %42,6'sı erkek, %57,4'ü kadındır. Katılımcıların yaş ortalaması $38,2\pm 14,8$, ortancası 36 (minimum:15 ; maksimum:86) tir.

Araştırmaya katılanların sosyodemografik özellikleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Katılımcıların deri kanseri risk faktörleri ile ilgili özelliklerinin dağılımı Tablo 2'de verilmiştir.

Katılımcıların "açık tenli olmak", "vücutta kahverengi benlerin varlığı", "güneş yanığı olmak", "yaşam boyunca uzun süre güneş altında çalışmak", "ailede deri kanseri bulunması" gibi deri kanseri risk faktörlerini bilme sıklıkları sırası ile %51,8, %55,8, %62,3, %69,5, %59,5'dir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılanların Bazı Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı, Ankara, 2014.

	Sayı	(%)*
Yaş Grupları (n=695)		
15-24 yaş	163	23.5
25-34 yaş	158	22.7
35-44 yaş	129	18.6
45-54 yaş	131	18.8
55 yaş ve üzeri	114	16.4
Cinsiyet (n=695)		
Erkek	296	42.6
Kadın	399	57.4
Medeni Durum (n=695)		
Evli	434	62.4
Bekâr	261	37.6
Öğrenim Durumu (n=695)		
Okula gitmemiş	15	2.2
İlkokul	124	17.8
Ortaokul	118	17.0
Lise	229	32.9
Yüksekokul/Üniversite	209	30.1
Meslek Durumu (n=695)		
Ev Hanımı	209	30.1
Memur	149	21.4
İşçi	93	13.4
Emekli	88	12.7
Öğrenci	122	17.6
İşsiz	34	4.9
Aylık Toplam Gelir (n=695)		
1000 TL ya da daha az	194	27.9
1001 TL -1500 TL	186	26.8
1501 TL -2000 TL	211	30.4
2001 TL - 5000 TL	75	10.8
5001 TL ve üstü	29	4.2
Çocuk Sahibi Olma Durumu (n=695)		
Çocuğu yok	299	43.0
Çocuğu var	396	57.0
Çocuk Sayısı (n=396)		
1	67	16.9
2	156	39.4
3 ve üzeri	173	43.7

Araştırmaya katılanların %53,6'sı gölgede bulunmaya her zaman dikkat ettiklerini, %48,6'sı her zaman giysi ile güneşten korunduklarını, %18,2'si her zaman şapka taktıklarını, %26,1'i her zaman güneş gözlüğü taktıklarını, %14,0'ı her zaman güneş koruyucu ürün kullandıklarını, %20,1'i hiçbir zaman öğle saatlerinde dışarı çıkmadıklarını ve %2,3'ü güneşten korunmak için her zaman şemsiye kullandıklarını ifade etmişlerdir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin %66,7'si çocuklarının gölgede bulunmasına her zaman dikkat ettiklerini, %64,4'ü her zaman çocuklarını giysi ile güneşten koruduklarını, %45,2'si çocuklarına her zaman şapka taktıklarını, %17,9'u çocuklarına her zaman güneş gözlüğü taktıklarını, %18,7'si çocuklarına her zaman güneş koruyucu ürün kullandıklarını, %37,9'u hiçbir zaman çocuklarını öğle saatlerinde dışarı çıkarmadıklarını ve %5,8'i çocuklarını güneşten

korumak için her zaman şemsiye kullandıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 2. Araştırmaya Katılanların Deri Kanseri Risk Faktörleri Açısından Bazı Özelliklerinin Dağılımı, Ankara, 2014

	Sayı	(%)*
Deri rengi (n=695)		
Çok açık beyaz	33	4.8
Beyaz	171	24.7
Buğday	257	37.0
Esmer	196	28.2
Koyu esmer	36	5.3
Siyah	2	3.0
Deri tipi (n=694)		
Kolay, şiddetli kızarıp, bronzlaşmaz	180	25.9
Biraz kızarıp, bir miktar bronzlaşır	248	35.8
Nadiren kızarıp, iyi bronzlaşır	198	28.5
Hiçbir zaman kızarmaz, koyu bronzlaşır	68	9.8
Deri kanseri olan yakın akraba bulunma durumu (n=695)		
Yok	657	94.5
Var	38	5.5
Vücutunda 5 mm'den Büyük Asimetrik, Düzensiz Yapılı Nevüs Bulunma Durumu (n=694)		
Yok	555	80.0
Var	139	20.0
Vücutunda 5 mm'den Büyük Asimetrik, Düzensiz Yapılı Nevüs Bulunanların Dermatoloji Uzmanına Başvurma Durumu (n=139)		
Başvurmamış	103	74.1
Başvurmuş	36	25.9
Hayatı Boyunca Hafif Cilt Yanığına Maruz Kalma Sıklığı (n=695)		
Hiç maruz kalmamış	272	39.2
1-3 kez	329	47.3
4-5 kez	60	8.6
6 ve daha fazla kez	34	4.9
Hayatı Boyunca Şiddetli Cilt Yanığına Maruz Kalma Sıklığı (n=695)		
Hiç maruz kalmamış	596	85.8
1-3 kez	88	12.6
4-5 kez	7	1.0
6 ve daha fazla kez	4	0.6
Tatillerde Öğle Saatlerinde Ortalama Güneşte Kalma Süresi (n=695)		
1 saat veya daha az	413	59.4
2 saat	150	21.6
3 saat	71	10.2
4 saat	37	5.3
5 saat veya daha fazla	24	3.5
Kendini Deri Kanseri Riski Açısından Değerlendirme Durumu (n=688)		
Düşük	446	64.8
Orta	215	31.3
Yüksek	27	3.9

Tablo 3. Araştırmaya Katılanların Güneş Işınları ve Deri Kanseri ile İlgili Önermelere Verdikleri Yanıtların Dağılımı, Ankara, 2014

	Yanlış		Doğru	
	Sayı	(%)*	Sayı	(%)*
Ben sayısının yüksek olması, deri kanseri gelişimi için bir risk faktörüdür. **	176	25.5	513	74.5
Erken çocukluk dönemindeki güneş yanıkları, yetişkin dönemdeki güneş yanıklarına göre deri kanseri gelişiminde daha fazla rol oynar.**	216	31.4	471	68.6
En sık olarak iyi huylu deri kanserleri görülür.**	277	40.4	409	59.6
Deri kanseri kendiliğinden gelişir, önceden var olan benler üzerinden gelişmez	375	54.7	310	45.3
Güneşe maruziyet deri yaşlanmasını, (kırışıklıklar ve lekeler oluşmasını) hızlandırır**	76	11.0	613	89.0
Güneş ışığının bağışıklık sistemi uyarıcı etkisi vardır.	197	28.6	492	71.4
Açık renkli giysiler, koyu renklilere göre daha iyi güneşten koruma özelliğine sahiptirler.	91	13.2	598	86.8
Vücudu sıkı saran giysiler bol olanlara göre daha iyi güneşten koruma özelliğine sahiptirler.	507	73.6	182	26.4
Güneşte bronzlaşma sağlık açısından zararlıdır**	249	36.3	437	63.7
Bronzlaşmış deri güneş ısınlarının zararlı etkilerinden etkilenmez.	428	62.2	260	37.8
D vitamini güneş yolu ile deriden alınır**	140	20.3	549	79.7
Koruyucu krem kullanıldığında güneşte uzun süre kalınabilir	353	51.3	335	48.7
Güneş koruyucu krem düzenli kullanılmazsa güneş yanığı engellenemez**	266	38.7	421	61.3
Bulutlu bir günde bile güneşten yanma mümkündür**	321	46.8	365	53.2
Pencere camı arkasından alınan güneşin hiçbir yararı yoktur**	360	62.5	326	47.5

Araştırmaya katılanların önermelere verdiği doğru cevaplara göre bilgi düzeyi puanlamaya alınmıştır. Buna göre Güneş Işınları ve Deri Kanseri Hakkında Bilgi Düzeyi Puanlarının Ortalaması $8,7 \pm 2,1$ ortancası $9(0,0;14,0)$ olarak saptanmıştır.

Katılımcıların yaş gruplarına göre en yüksek puanlar 25-34 yaş grubundaki kişilere ($9,0 \pm 2,1$) aittir, kadınların puan ortalaması ($8,8 \pm 2,0$) erkeklerinkinden ($8,5 \pm 2,1$), yüksekokul/üniversite mezunu olanları ($9,3 \pm 2,1$) diğerlerinden, memurların ($9,4 \pm 2,0$) diğerlerinden yüksektir ($p < 0,05$). Araştırmaya katılanların deri rengine göre güneş ışınları ve deri kanseri hakkında bilgi düzeyi puan ortalaması sırasıyla buğday tenlilerde $8,9 \pm 2,1$, beyaz tenlilerde $8,8 \pm 2,1$ ve esmerlerde $8,3 \pm 2,1$ 'dir ($p < 0,05$).

Tüm katılımcıların %43,7'si, 15-24 yaş grubundakilerin %53,1'i, 55 yaş ve üzerindeki %38,5'i güneş koruyucu ürün/krem kullanmaktadır ($p < 0,01$). Kullananların %71,3'ü güneş koruyucu kremin faktörüne, %14,3'ü ise fiyatına dikkat ettiklerini belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılanların deri rengi, deri tipi, vücudunda 5mm'den büyük asimetric, düzensiz yapıli nevüs bulunma durumu, hayatı boyunca hafif ve şiddetli cilt yanığına maruz kalma durumu, tatillerde öğle saatlerinde güneşe maruz kalma süresi ve kendini deri kanseri riski açısından değerlendirme durumuna göre güneş kremi kullanma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p < 0,05$).

Tablo 4. Araştırmaya Katılanların Deri Kanseri Risk Faktörleri Açısından Bazı Özelliklerine Göre Güneş Işınları ve Deri Kanseri Hakkında Bilgi Düzeyi Puanlarının Ortalama ve Ortancaları, Ankara, 2014

	Ortalama ±SD	Ortanca (min;max)
Deri rengi (n=688)		
Çok açık beyaz/ Beyaz	8.8±2.1	9.0 (2.0;14.0)
Buğday	8.93±2.1	9.0 (2.0;14.0)
Esmer/ Koyu esmer/ Siyah	8.34±2.1	8.0 (0.0;14.0)
*p=0.005		
Deri tipi (n=687)		
Kolay, siddetli kızarıır, bronzlaşmaz/ Biraz kızarıır, bir miktar bronzlaşır	8.6±2.1	9.0 (2.0;14.0)
Nadiren kızarıır, iyi bronzlaşır/ Hiçbir zaman kızarmaz, koyu bronzlaşır	8.7±2.1	9.0 (0.0;14.0)
**p=0.967		
Deri kanseri olan yakın akraba bulunma durumu (n=688)		
Yok	8.6±2.1	9.0 (0.0;14.0)
Var	9.3±2.05	10.0 (4.0;13.0)
** p=0.073		
Vücudunda 5 mm'den Büyük Asimetrik, Düzensiz Yapılı Nevüs Bulunma Durumu (n=687)		
Yok	8.7±2.1	9.0 (0.0;14.0)
Var	8.7±1.9	9.0 (4.0;14.0)
**p=0.7		
Hayatı Boyunca Hafif Cilt Yanığına Maruz Kalma Sıklığı (n=688)		
Hiç kalmamış	8.7±2.02	9.0 (2.0;14.0)
1-3 kez	8.6±2.2	9.0 (0.0;14.0)
4 ve daha fazla kez	8.9±1.9	9.0 (4.0;14.0)
*p=0.55		
Hayatı Boyunca Şiddetli Cilt Yanığına Maruz Kalma Sıklığı (n=688)		
Hiç kalmamış	8.6±2.1	9.0 (0.0;14.0)
En az 1 kez kalmış	8.8±2.1	9.0 (3.0;14.0)
**p=0.41		
Tatillerde Öğle Saatlerinde Ortalama Güneş Maruz Kalma Süresi (n=688)		
1 saat veya daha az	8.8±2.04	9.0 (0.0;14.0)
2-3 saat	8.6±2.2	9.0 (2.0;14.0)
4 saat veya daha fazla	7.9±2.1	8.0 (4.0;12.0)
*p=0.002		
Kendini Deri Kanseri Riski Açısından Değerlendirme Durumu (n=687)		
Düşük	8.7±2.1	9.0 (2.0;14.0)
Orta	8.7±2.1	9.0 (0.0;14.0)
Yüksek	8.5±2.06	9.0 (4.0;12.0)
*p=0.93		

4. Tartışma- Sonuç

Yarisından fazlası kadın olan katılımcıların üçte ikisi güneşe duyarlı deri tipine ve açık deri rengine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Bu durum da, çalışmanın yürütüldüğü topluluğun güneşin zararlı etkilerinden etkilenme potansiyeli yüksek bir grup olduğunu düşündürmüştür. Buna rağmen güneş koruyucu ürün kullanım sıklığı yaşla birlikte düşmektedir ve 15-34 yaş grubu dışında %50'nin altında kalmıştır.

Epidemiyolojik çalışmalar, güneş ışınlarının cilt kanserleri gelişiminden sorumlu en önemli çevresel faktör olduğunu göstermektedir. Cilt kanseri sıklığında azalmayı sağlayacak ilk önlem, bireylerin güneşten korunma konusunda bilinçlendirilmesidir. Bireylerin güneşin zararlı etkilerinden korunabilmesi doğru tutum ve alışkanlıkları geliştirmesi gerekmektedir. Bunlar; Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) UV'den korunmak için gün ortasında (10:00-15:00 saatleri arasında) güneşte bulunulmamayı, koruyucu giysiler giyilmesini ve güneşten koruyucu ürünlerin kullanılmasını önermektedir [8].

Güneşten korunma yöntemlerinin uygulama sıklıkları değerlendirildiğinde sırası ile gölgede bulunma ve giysi ile korunma katılımcıların yarısı tarafından her zaman uygulanan yöntemler olarak görülmüştür. Ancak katılımcıların üçte biri bazen öğle saatlerinde dışarı çıkmamaya dikkat ettiklerini belirtmiştir. Güneşten koruyucu ürün ve şemsiye kullanımına ise en az sıklıkla başvurmaktalardır. ABD'de 157 milyon yetişkini temsil eden bir araştırmada çeşitli güneşten korunma yöntemlerinin kullanımı 3 seçenekle (büyük olasılıkla, orta olasılıkla, çok düşük ihtimalle) sorulmuş ve koruyucu giysi kullanımı, gölgede kalma, güneşten koruyucu ürün kullanımının %28-32 sıklığında "büyük olasılıkla" kullanıldığı görülmüştür [9]. Bu sıklık bizim çalışmamızdaki benzer kriterleri sağlayan rakamların yaklaşık iki katıdır. Bu da bizim ülkemizde farkındalığın daha düşük olduğunu göstermektedir.

Avrupa'daki 5 ülkeden katılan yetişkinlerle telefon görüşmesi yapılan bir çalışmada İngiltere'de %30, İspanya'da %46 olmak üzere genelde bizim çalışmamızla benzer olarak katılımcıların üçte birinin dışarıda iken güneşten koruyucu ürün hiç kullanmadığı saptanmıştır [7].

Çocukluk çağlarındaki aşırı güneş maruziyeti deri kanseri gelişiminde en önemli risk faktörlerinden birisidir [10] Araştırmamıza katılan ebeveynlerin çoğu çocuklarının gölgede bulunmasına dikkat ettiklerini ifade etmişlerdir ancak sadece yarısı çocuklarına güneş koruyucu ürün kullandıklarını belirtmişlerdir. Afyon'da 2008'de yapılan bir çalışmada ise çocuklara güneş koruyucu ürün kullanma sıklığı %37 bulunmuştur [3]. Ancak bu sıklık hem bizim çalışmamızdan hem de Hall ve ark.'nın, Lowe ve ark.'nın çalışmalarından düşük bulunmuştur [11].

Deri kanseri risk faktörleri değerlendirildiğinde, katılımcıların yarısından fazlası açık tenli olmak, vücutta kahverengi benlerin varlığı, güneş yanıkları, uzun süreli güneş altında çalışmak ve ailede deri kanseri varlığı gibi parametreleri sayabilmiştir. En çok bilinen risk faktörü “yaşam boyunca uzun süreli güneş altında çalışma” olmuştur (%69). Bu sonuç katılımcıların yarısından fazlasının deri kanseri risk faktörlerinin pek çoğundan haberdar olduğunu göstermektedir.

Çalışmada katılımcıların yaklaşık üçte biri kendisini deri kanseri açısından orta veya yüksek düzeyde risk grubunda gördüğünü belirtmiştir. Hall ve ark.'ın çalışmasında ise yetişkinlerin dörtte üçü gelecekte kendisini deri kanseri açısından yüksek riskli gördüğünü ifade etmiştir. Avrupa'da yapılan çalışmada ise katılımcıların %46'sının deri kanseri endişesi taşıdığı görülmüştür. Bir başka deyişle katılımcılarımız, ABD'de ve Avrupa'da yaşayan insanlara göre daha az deri kanseri endişesi taşımaktadır. Bu durum bu ülkelerde gerek okullarda, gerek medyada yürütülen deri kanserleri konusunda bilgilendirme ve güneşten korunma bilinci oluşturma amacıyla yürütülen kampanyalara karşılık ülkemizde bu konuda topluma mesaj verme politikasının yeterince geliştirilmemiş olmasından kaynaklanabilir [7.9]

Bu çalışmada vücudunda 5 mm'den büyük asimimetrik, düzensiz yapılı nevüs bulunanların %25'i bir dermatoloji uzmanına muayene olurken, Avrupa'da yaşayan insanların %16'sının deri muayenesi olduğu bildirilmiştir. Ülkemizde deri kanseri için yeterince koruyucu hekimlik ve erken teşhis çalışmaları yapılmamakla birlikte ciddi risk varlığında bile dermatologa başvurma hızı oldukça düşüktür [7].

Çalışmamızdan elde edilen veriler ışığında katılımcıların güneş ışınları ve deri kanseri konusundaki bilgilerinin orta-iyi düzeyde olduğu görülmüştür. Katılımcıların ortalama puanları yaklaşık 9'dur. Ancak yaş gruplarına bakıldığında 55 yaş ve üzeri gruptaki katılımcıların puan ortalamalarının daha düşük olduğu görülmektedir. Üniversite mezunu olanların ve memur olanların ise puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Beklendiği gibi katılımcıların genç, eğitilmiş ve düzenli bir işte çalışan kesiminin güneş ışınları ve deri kanseri konusundaki bilgi düzeyleri daha fazladır.

Deri kanseri için risk taşıyan açık tenli katılımcıların güneş ışınları ve deri kanseri konusundaki bilgi düzeyi puanlarının ortalaması esmerlere göre daha yüksektir. Ancak deri kanseri aile öyküsü olma durumuna göre puanlar arasında anlamlı bir istatistiksel farka rastlanmamasına rağmen beklenildiği gibi aile öyküsü pozitif olan katılımcıların puan ortalaması daha yüksektir.

Çalışmamızda yaş artarken güneş koruyucu ürün kullanımının azaldığı, Amerika (Rhode Island)'da

yapılan bir çalışmada ise yaşla birlikte arttığı saptanmıştır [12]. İlerleyen yaş ile birlikte riskin arttığı da göz önüne alındığında ülkemizde özellikle bu yaş grubunun bilgilendirilmesi de önemlidir. Ayrıca bizim çalışmamızla benzer olarak kadınların erkeklere göre daha fazla güneş kremi kullanma alışkanlığı vardır. Çalışmamızda kadınların güneş ışınları ve deri kanseri konusundaki bilgi düzeyi puanları da daha fazla bulunmuştur. Her iki çalışmada da gelir arttıkça güneş kremi kullanım sıklığının arttığı saptanmıştır. Kişiye ek bir maliyet getiren güneş kremleri bu yüzden özellikle kadınlar ve yüksek gelirli kişiler tarafından daha sık kullanılması bu ürünlerin ülkemizde hala çoğu kesim tarafından tıbbi bir ihtiyaç değil de kozmetik bir ürün olarak görüldüğünü düşündürmüştür.

Sonuç olarak yapılan birçok epidemiyolojik araştırmada, 20 yaş öncesi dönemde gerçekleştirilen korunmaya yönelik davranışların deri kanserinden korunmada pozitif yarar sağladığı belirlenmiştir. Bu farkındalığın kazandırılmasında sağlık personelinin önemli sorumlulukları vardır. Deri kanserlerinin gelişiminde en büyük role sahip olan UV ışınlardan korunmada atılması gereken en önemli adım insanların bilgi düzeylerinin artırılması ve davranışlarının iyileştirilmesidir [13].

Toplumumuzun yaklaşık üçte ikisinin sağlık okuryazarlık düzeyinin yetersiz olduğu göz önünde bulundurulacak olursa, önleyici sağlık hizmetlerinin her alanında olduğu gibi bu alanda da sağlık eğitimi ile okuryazarlık düzeyinin iyileştirilmesi gerekmektedir [14] Bunun için de görsel ve işitsel medyadan faydalanılabileceği gibi özellikle birinci basamak sağlık kuruluşlarında kişilere ve topluma yönelik eğitimler düzenlenmeli, yaz dönemlerinde hatırlatıcı uyarılarda bulunulmalıdır. Özellikle çocukluk çağında güneş ışını maruziyetinin önemi göz önüne alınırsa okullarda verilecek eğitimler uygun tutum ve davranışların gelişiminde önemli rol oynayacaktır.

5. Kaynaklar

1. Uslu M. , Karaman G. , Şavk E. , Şendur N.; Adnan Menderes Üniversitesi Hekimlerinin Deri Kanseri Ve Güneşin Etkileri Konusundaki Bilgi Düzeyleri İle Güneşten Korunma Davranışlarının Değerlendirilmesi; ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi 2006; 7(1) : 5 - 10.
2. Uysal A., Özsoy SA.ve Ergül Ş.; Öğrencilerin Cilt Kanseri Risklerinin Ve Güneş Işınlarından Korunmaya Yönelik Uygulamalarının Değerlendirilmesi; *Ege Tıp Dergisi* 2004; 43(2) : 95 – 99.
3. Turan-Haktanur N., Yazıcı S.; *Çocuk Dergisi* 2008; 8(3):160-165.
4. Dobbison SJ., Wakefield M., Jansen KM.; Weekend Sun Protection and Sunburn in Australia Trends (1987–2002) and Association with SunSmart Television Advertising; *Am J Prev Med* 2008;34(2):94-101.
5. Hawkes AL., Hamilton K., White KM., Young R.; A Randomised Controlled Trial Of A Theory-Based Intervention To Improve Sun Protective Behaviour in Adolescents ('you can still be HOT in the shade'): study protocol; Hawkes et al. *BMC Cancer* 2012; 12:1: <https://doi.org/10.1186/1471-2407-12-1> .

6. Mahler HIM, Kulik JA., Gerrard M., Gibbons FX.; Effects Of Upward And Downward Social Comparison Informationon The Efficacy of An Appearance-Based Sun Protectionintervention: A Randomized, Controlled Experiment ; J Behav Med 2010;33 : 496–507.
7. MacKie RM. Awareness, Knowledge And Attiudes To Basal Cell Carcinoma And Actinic Keratoses Among The General Public Within Europe. J Eur Acad Dermatol Venereol 2004;18:552-555.
8. İter N., Öztaş MÖ., Adışen E., Gürer MA., Keseroğlu Ö., Ünal S.; Ankarada Bir Alışveriş Merkezinde Yapılan Nevüs Taramasında Popülasyonun Güneşten Korunma Alışkanlıkları ve Melanositik Nevüslerin Değerlendirilmesi 2009; 43:155-159.
9. Hall HI, May DS, Lew RA, Koh HK, Nadel M; Sun Protection Behaviors of the U.S. White Population; Preventive Medicine 1997; 26: 401–407.
10. Lowe JB, McDermott LJ, Stanton WR, et al.; Beahvior of Caregivers To Protect Their Infants From Exprosure To The Sun In Queesland, Australia; Health Educ Res Oxford University 2002; 17:405-414.
11. Hall HI, Jorgensen CM, McDavid K, Kraft JM, Breslow R.; Protection From Sun Exposure in US White Children Ages 6 Months To 11 Years; Public Health Rep 2001; 116:351-361.
12. Weinstock M., rossi J, Retiring C.A., Maddock J.A., Cottrill S.D.; Sun Protection Behaviors And Stages Of Change For The Primary Prevention Of Skin Cancers Among Beachgoers In Southeastern New England; Ann Behav Med 2000, 22(4):286-293.
13. Glanz K., Health Behavior and Health Education 2008.
14. Durusu-Tanrıöver M, Yıldırım H H , Demiray-Ready F.N & et al. *Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Araştırması (1.Baskı), Sağlık-Sen Yayınları-25* Ankara (2014). Retrieved July 31, 2017: <http://www.saglikxen.org.tr/cdn/uploads/gallery/pdf/8dcec50aa18c21cdaf86a2b33001a409.pdf> .

<http://edergi.cbu.edu.tr/ojs/index.php/cbusbed> isimli yazarın CBU-SBED başlıklı eseri bu Creative Commons Alıntı-Gayriticari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.

