



HEMŞİRELİK BİLİMİ  
Dergisi

Journal of  
NURSING SCIENCE



## Hemşirelik Bilimi Dergisi

Journal of Nursing Science

<http://dergipark.gov.tr/hbd>

e-ISSN:2636-8439

### Orijinal Araştırma

## Çalışan Adölesanların Kişisel Hijyen Bilgi ve Davranışları Personal Hygiene Knowledge and Behavior of Working Adolescents

Zeynep TÜRKAL GÜN<sup>\*a</sup>, Filiz ADANA<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, AYDIN

<sup>b</sup> Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, AYDIN

### ÖZET

Bu çalışma; çalışan adölesanlarda kişisel hijyen özelliklerinin belirlenmesi amacıyla planlanmış olan tanımlayıcı tipte bir araştırmadır. Araştırma Aydın il merkezinde bulunan bir mesleki eğitim merkezinde Eylül 2016- Aralık 2018 tarihleri arasında yapılmıştır. Araştırmanın evrenini 585 öğrenci örneklemini ise etki boyu (orta) 0,25, anlamlılık düzeyi ( $\alpha$ ) 0,01, güç (1- $\beta$ ) %95 kabul edilerek 430 öğrenci oluşturmuştur.

Araştırmada çalışan adölesanların kişisel hijyen davranışları ve ilişkili faktörleri belirlemek için kız ve erkekler için ayrı hazırlanan iki tip anket formu kullanılmıştır. Araştırmaya başlamadan önce okulun bağlı bulunduğu Aydın Milli Eğitim Müdürlüğü'nden, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (53043469-050.04.04/26.08.2016) resmi izinler alınmıştır. Elde edilen veriler SPSS 21.0 programında ve bilgisayar ortamında değerlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde temel istatistiksel analizler kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan adölesanların yaş ortalaması 17,22±1,14 olup; % 92,6'sı erkek, %7,4'ü kızdır. Öğrencilerden her zaman günde en az iki kere diş fırçalamaya, mercimek tanesi kadar macun kullanmaya, doğru özellikte diş fırçası tipi kullanmaya, doğru sıklıkta diş fırçası değiştirmeye dikkat edenlerin, her zaman yanlış sürede diş fırçalayan ve diş doktoruna sadece dişleri ağrıyınca gidenlerin ve hiç diş ipi kullanmayanların sıklığı yüksek bulunmuştur. Öğrenciler arasında ellerini yıkadıktan sonra mutlaka kurulayanların, el tırnaklarını uzadıkça kesenlerin, el tırnaklarını düz kesenlerin sıklığı yüksek bulunmuştur. Adölesanlardan çamaşırlarının pamuklu olmasına her zaman dikkat edenlerin, her gün mutlaka çamaşır değiştirenlerin, ter kokusunu gidermek için her zaman deodorant kullananların, kulak temizliğini hiç bir zaman havlu ucuyla yapmayanların sıklığı yüksek bulunmuştur. Kız öğrencilerden adet döneminde her zaman ayakta duş alanların, ped/bez vb. her zaman ıslandığını hissettikçe değiştirenlerin, ped değişiminden sonra ellerini yıkayanların ve adet döneminde hiç yıkanabilir bez kullanmayanların sıklığı yüksek bulunmuştur.

Bu sonuçlar doğrultusunda daha geniş ve farklı örneklem gruplarında kişisel hijyen bilgi ve uygulamalarının değerlendirilmesi; adölesanlara kişisel hijyen geliştirmeye yönelik eğitim programlarının uygulanması önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Adölesan, kişisel hijyen, bilgi, ve davranış

### ABSTRACT

This study is a descriptive study planned to determine the personal hygiene characteristics of the working adolescents. The research was carried out at the Efeler Vocational Training Center of the Ministry of National Education in Aydın province between September 2016 and December 2018. The participants of the research consisted of 430 students with 585 students, while the mean size of the study was 0.25, the significance level ( $\alpha$ ) was 0.01, and the power (1- $\beta$ ) was 95%.

In order to determine the personal hygiene behaviors and related factors of working adolescents, two types of questionnaire forms were used. Prior to the study, official permissions were obtained from the Ministry of Education, to which the school depend on, and Adnan Menderes University Medical Faculty Non-Interventional Clinical Research Ethics Committee (53043469-050.04.04 / 26.08.2016). This research was supported by the Scientific Research Projects Unit of Adnan Menderes University with the code HF-17015. The data were evaluated in SPSS 21.0 program and computer environment. In the evaluation of data; Basic statistical analysis, single-sample chi-square test were used.

The mean age of the adolescents was 17.22 ± 1.14; 92.6% male, 7.4% female. The number of the students who always brush teeth at least twice a day, use toothpaste as much as a lentil, use the right type of toothbrush, change the toothbrush at the right frequency, brush teeth in a wrong way in terms of the duration everytime and the ones who see the dentist only when they have toothache, and who never use dental floss are high in rate. The rate of the students who dry their hands definitely after washing, cut their finger nails whenever grow, cut fingernails straightly. The rate of the students who always pay attention to the fact that the clothing items is cotton, change their underwear every day, who always use deodorant to remove the smell of sweat, and those who do not clean their ears with a towel tip was found to be high. The frequency of the female students who take a shower standing during the menstrual period, change pad / cloth / diaper, etc whenever they feel wet, wash their hands after the replacement of the pad, and the ones who never use any washable diapers during the menstrual period were found to be high.

In the light of these results, evaluation of personal hygiene information and applications in larger and different sample groups; the implementation of training programs for adolescents in order to improve personal hygiene is recommended.

**Key Words:** Adolescent, personal hygiene, knowledge, and behavior

\*Sorumlu Yazar: Zeynep TÜRKAL GÜN  
e-posta: zynptrkl\_90@hotmail.com

\*\*Bu araştırma HF-17015 kodu ile Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından desteklenmiştir.

## Giriş

Dünyada ve ülkemizde toplum sağlığını koruma ve geliştirme her zaman birincil hedef olmalıdır. Bu hedefe ulaşılması ve gerekli etkinin sağlanması için sağlıkta bakımla ilgili bir çok düzenleme denenmiştir (Carreno, Vyhmeister, Grau ve Ivanovic 2006).

Sağlığı etkileyen faktörler birden fazla ve interaktiftir. Bireyler tarafından gerçekleştirilen davranışların ve faaliyetlerin çoğu sağlık durumu üzerinde etkili olabilir. Belirlenebilecek olan davranış biçimleri ile bağdaştırılan kişisel yaşam tarzları, kişinin sağlığı ya da başka kişilerin, toplumun sağlığında etkili olabilir (TC. Sağlık Bakanlığı [SB], 2011).

Sağlık bakım modelleri, önceleri mevcut sağlığın iyileşmesi için çaba sarf ederken, ilerleyen dönemlerde hastalıktan korumaya ve sağlığı geliştirmeye odaklanmıştır (Carreno ve ark., 2006).

Kişilerin hayatları boyunca nitelikli bir yaşam sürdürmelerinde sağlığın çok büyük yeri vardır. Tüm toplumların hedefi sağlıklı toplumsal yapıya erişebilmektir. Toplumların sağlıklı olması ise ancak sağlıklı yetişen nesillerle mümkündür. Yakın zamana kadar hem bilim dallarında hem de sağlık hizmetlerinin verilmesinde 5 yaşının altında olan çocuklara öncelik verilmiştir. Fakat sağlık düzeyleri değerlendirildiğinde çocuk sağlığının düzeyinde yükselme olduğu görülürken, adölesan dönemde ortaya çıkan riskli sağlık davranışlarının olumsuz sonuçlarında artış gözlenmiştir. Bu nedenle de adölesan dönem, halk sağlığı için öncelik gerektiren risk gruplarına dahil edilmeye başlanmıştır (Kürtüncü, Uzun ve Ayoğlu 2015; Tuğut ve Bekar, 2008).

Adölesan dönem, bireyler ve toplumlar için en devimsel süreç olarak bilinir ve bu dönem kişinin kendisini topluma kabul ettirmesi ve bütünleşmesiyle çocukluktan yetişkin bireyliğe adım atma, karakterin oturma zamanı olarak nitelenebilir. Bu dönem genç bireyin bütün yaşamını biçimlendirecek psikolojik, sosyal ve biyolojik gelişim sürecini içerir (Kürtüncü ve ark, 2015; Tuğut ve Bekar, 2008).

Bu dönem adölesanların negatif yönde etkilenmelere ve gelebilecek olan her türlü riske açıktır. Tüm bunların yanında fırsatların da değerlendirilebileceği bir dönemdir. Adölesanların sağlıklarını geliştirmek için fiziki çevrenin düzenlenmesi, iyi bir beslenme eğitimi verilmesi, iyi bir hijyen eğitiminin verilmesi, kazalar ve bulaşıcı hastalıklardan korunmayı anlatan sağlık eğitiminin verilmesi gerekmekte ve beden-ruh sağlığı geliştirilmelidir (Havlioğlu ve Koruk, 2013; Kürtüncü ve ark, 2015).

Ergenlik döneminde bireyler çocukluktan ergenliğe geçişte ailenin dışına çıkıp daha geniş bir çevreye sahip olmaya başlarlar. Bu dönemde birçok sorunla mücadele etmek zorunda olan adölesanlar, aynı zamanda herhangi bir işte de çalışarak ya da çalıştırılarak iş hayatının zorluklarına da katlanmak zorunda kalabilmektedirler. Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de adölesanları çalışmaya iten ana sebep yoksulluktur. Ebeveynlerin çalışmıyor olması, ekonomik krizler, bozuk gelir dağılımı, nüfus artışı, kayıt dışı ekonomi gibi nedenlerle adölesanlar istihdama katılmak durumunda kalmaktadır (Havlioğlu ve Koruk, 2013; Turla, Tomak ve Pekşen 2009).

Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Bildirisinde (UNICEF) (1989), 1. maddede çocuğa uygulanabilecek kanunlara göre daha erken reşit olma durumu hariç, 18 yaşını doldurmamış her insan “çocuk” olarak tanımlanmaktadır (UNICEF, 2018). Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO) (2017), 15-24 yaş aralığı “genç işçi” olarak kabul edilirken, 15 yaş altı çalışan grubu “çocuk işçi/çalışan çocuk” olarak kabul edilmiştir. Ülkemizde de 4857 sayılı İş Kanununda (2003), Madde 71’ de Uluslararası Çalışma Örgütü’ nün yaptığı ayırım kabul edilerek 15 yaşına kadar olan çocukları “çocuk işçi”, 15-18 yaş arasındaki grubu ise “genç işçi” olarak kabul etmiştir.

Hijyen, insan hayatında sağlığın korunması ve geliştirilmesi açısından önemli yer tutar. Kişiler kendilerini rahat ve güvenli bir ortamda hissetmek için hijyenik uygulamalarına dikkat etmelidir (Turhan ve Vaizoğlu, 2015).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ’ne göre hijyen; sağlığın korunması ve hastalıkların yayılmasını engellemeye yönelik koşullar ve uygulamalardır (DSÖ, 2016). Birey adölesan dönemde kişisel temizlik uygulamalarını tek başına yerine getirebilecek duruma gelir. Bu dönem içerisinde kişisel temizlik daha önemli hal almıştır. Değişen vücut ilgi odağı haline gelir. Gencin bu aşamada doğru yönlendirilmesi, doğru kişisel bakım alışkanlıklarının kazandırılması gerekir.

Kişisel hijyen; bireylerin sağlıklarını korumalarını ve devam ettirmelerini sağlayan kişisel bakım uygulamaları olarak adlandırılır. Kişisel bakım ise, kişinin kendisinin başlatıp uyguladığı, yaşam, sağlık ve iyilik halini sürdürmek amaçlı olan etkinlikler bütünüdür. Kişilerin kendi sağlıkları için yapılması gerekli olan uygulamaları, başka kişilerden beklemek ya da istemek yerine, kendi çabaları ile uygulamaları tamamlamasıdır (Karayağız Muslu ve Aygün, 2017; Köse, Güven, Mert, Eraslan ve Esen 2010).

Kişisel hijyenin iyilik ya da kötülük hali kişiden kişiye değişiklik gösterir. Bireylerin sosyokültürel özellikleri, ekonomik durumları, eğitim durumları, arkadaş çevresi, ailesinden alınan hijyen eğitimi, kendi vücutlarıyla ilgili olan düşünceleri ve kişiliği sağlık alışkanlığını etkiler. Eğer kişi kendisini bakımlı ve güzel biri olarak görüyorsa hijyen uygulamalarını da bu görünüşün devamlılığını sağlayacak şekilde uygular (Köse ve ark, 2010; Turhan ve Vaizoğlu, 2015).

Kişisel hijyen uygulamaları deri temizliği ve bakımını, saç temizliği ve bakımını, yüz, göz, kulak, burun temizliği ve bakımını, el-ayak temizliği ve bakımını, ağız ve diş temizliği ve bakımını, genital bölge temizliği ve bakımını içerir.

Çalışma ortamında olduğu gibi içinde bulunduğu ergenlik döneminin getirdiği çeşitli hastalıklara ve ölümlere yol açan; bağımlılık yapan maddelerin kullanımı, tütün ve tütün ürünlerinin kullanımı, beslenme bozukluğu, sedanter yaşam tarzı gibi riskli sağlık davranışları bulunmaktadır. Gerek iş ortamında gerek günlük yaşantıda en çok dikkat edilmesi gereken davranışlardan biri ise kişisel hijyendir (Karayağız Muslu ve Aygün, 2017; Turhan ve Vaizoğlu, 2015).

Bu çalışma, çalışan adölesanlarda kişisel hijyen bilgilerini ve davranışlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

#### Araştırma Soruları

Çalışan adölesanların kişisel hijyen bilgi düzeyleri nasıldır?

Çalışan adölesanların kişisel hijyen davranışları nasıldır?

#### Gereç Ve Yöntem

##### Araştırmanın Tipi

Bu çalışma; çalışan adölesanlarda kişisel hijyen ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi amacıyla planlanmış olan tanımlayıcı bir araştırmadır.

##### Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Araştırma Aydın il merkezinde bulunan bir mesleki eğitim merkezinde bir mesleki eğitim merkezinde Eylül 2016- Aralık 2018 tarihleri arasında yapılmıştır. Okulun öğretim şekli tam gündür ve öğrenciler haftada bir tam gün okula devam etmektedirler. Okulda motor, elektrik, mobilya dekorasyon, metal işleri, tesviye, giyim, kuaförlük, sıhhi tesisat atölyeleri ile motor, elektronik ve bilgisayar laboratuvarları ve yemekhane bulunmaktadır.

##### Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın yapıldığı okulda toplam 585 öğrenci eğitimine devam etmektedir. G Power güç analizi yöntemi kullanılarak etki boyu (orta) 0,25, anlamlılık düzeyi ( $\alpha$ ) 0,01, güç (1- $\beta$ ) %95 kabul edildiğinde örneklem hacmi 413 olarak hesaplanmış, 32'si kız 398'i erkek olmak üzere toplam 430 öğrenciyi ulaşılmıştır.

- **Araştırmaya dahil edilme kriterleri** Efeler Mesleki Eğitim Merkezine kayıtlı öğrenci olmak, en az 3 aydır bir işte çalışıyor olmak ve araştırmaya katılmaya gönüllü olmaktır.
- **Dışlanma kriteri** ise araştırma sürecini etkileyecek yetersiz zihinsel kapasiteye sahip olmaktır.

##### Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

**Anket Formu:** Araştırmada iki tip anket formu kullanılmıştır. Her iki ankette; sosyodemografik özelliklere, ağız ve diş hijyenine, el hijyenine, vücut hijyenine, genel hijyen ve temizlik alışkanlıklarına dair sorular bulunmakta, kız öğrencilere yönelik ankette menstrual hijyene dair sorular da bulunmaktadır. (Arat, 2013; Özdemir, Ortabağ, Tosun, Özdemir ve Bebiş 2012; Şimşek ve ark, 2010). Anket soruları alanyazın doğrultusunda ve 4 uzman görüşü alınarak (1 doçent, 3 doktor öğretim üyesi) hazırlanmıştır. Uzman olarak belirtilen kişiler en az doktora eğitimine sahip ve alanında en az 15 yıldır çalışan bireylerdir.

##### Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmaya başlamadan önce okulun bağlı bulunduğu Aydın Millî Eğitim Müdürlüğü'nden, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (53043469-050.04.04/26.08.2016) resmi izinler, araştırmaya katılan öğrencilerden onam alınmıştır. Ayrıca bu araştırma HF-17015 kodu ile Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından desteklenmiştir.

#### Araştırmanın İstatistiksel Değerlendirilmesi

Elde edilen veriler SPSS 21.0 programında ve bilgisayar ortamında değerlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde; temel istatistiksel analizler kullanılmıştır.

#### Bulgular

Araştırmaya katılan çalışan adölesanların yaş ortalaması 17,22±1,14 olup; % 92,6'sı (n=398) erkek, % 7,4'ü (n=32) kızdır. Adölesanların %40,7'si (n=175) 1.sınıf ve %21,9'unun bölümü kuaförlük/berberliktir. Adölesanların %44,7'sinin (n=192) annesi %45,6'sının (n=196) babası ilkököl mezunu, %63,5'inin (n=273) ailesinin sosyoekonomik düzeyi gelir gidere denktir ve %46,0'ı (n=198) haftanın beş günü çalışmaktadır.

**Tablo 1. Çalışan Adölesanların Ağız ve Diş Hijyenine İlişkin Bilgi ve Davranış Düzeyleri**

Adölesanların Ağız ve Diş Hijyenine İlişkin Bilgi ve Davranışları		n	%	
BİLGİ	Dişlerin Günlük Fırçalanma Sıklığı	Doğru	155	36,0
		Yanlış	274	63,7
	Diş Fırçasının Değiştirilme Sıklığı	Doğru	346	80,5
		Yanlış	78	18,1
	Fırçalama Süresi	Doğru	214	49,8
		Yanlış	216	50,2
Doğru		185	43,0	
Diş İpinin Önemi	Yanlış	239	55,6	
	DAVRANIŞ	Dişleri Günde En Az 2 Kere Fırçalama	Her zaman	208
Ara sıra			182	42,3
Hiç			39	9,1
Diş Fırçasını 2-3 Ayda Bir Değiştirme		Her zaman	275	64,0
		Ara sıra	107	24,9
		Hiç	47	10,9
Dişleri 4-5 dk. Fırçalama	Her zaman	229	53,3	
	Ara sıra	142	33,0	
	Hiç	57	13,3	
Diş İpi Kullanma	Her zaman	120	27,9	
	Ara sıra	76	17,7	
	Hiç	232	54,0	

Çalışmamızda, adölesanlar arasında ağız ve diş hijyenine ilişkin bilgi düzeyleri değerlendirilmiş; adölesanların %63,7'si (n=274) dişlerin günlük fırçalanma sıklığını, %55,6'sı (n=239) diş ipi kullanımının gerekliliğini, %50,2'si (n=216) dişlerin fırçalanma süresini yanlış cevaplandırmış, diş fırçasının değiştirilme süresini de %80,5'i (n=346) doğru cevaplandırmıştır.

Davranış düzeyleri değerlendirildiğinde ise adölesanların; %48,4'ü (n=208) her zaman günde en az iki kere diş fırçaladığını, %64'ü (n=275) doğru sıklıkta diş fırçası değiştirmeye dikkat ettiğini, %53,3'ü (n=229) her zaman yanlış sürede diş fırçaladığını ve %54'ü (n=232) hiç diş ipi kullanmadığını ifade etmiştir.

**Tablo 2. Çalışan Adölesanların El Hijyenine İlişkin Bilgi ve Davranış Düzeyleri**

Adölesanların El Hijyenine İlişkin Bilgi ve Davranışları		n	%	
BİLGİ	El Temizliğinde Doğru El Yıkama Şekli	Doğru	346	80,5
		Yanlış	82	19,1
	El Yıkandıktan Sonra Kurulanmalı mı	Doğru	396	92,1
		Yanlış	33	7,7
DAVRANIŞ	El Tırnaklarının Kesilme Sıklığı	Doğru	108	25,1
		Yanlış	322	74,9
	Elleri Sadece Su İle Yıkama	Her zaman	134	31,2
		Ara sıra	164	38,1
		Hiç	131	30,5
	Elleri Yıkadıktan Sonra Mutlaka Kurulama	Her zaman	365	84,9
		Ara sıra	50	11,6
		Hiç	13	3,0
	El Tırnaklarını Uzakıkça Kesme	Her zaman	321	74,7
		Ara sıra	86	20,0
Hiç		20	4,7	

Adölesanların el hijyenine ilişkin bilgi düzeyleri değerlendirildiğinde; adölesanların %80,5'i (n=346) el temizliğinde doğru el yıkama şeklini, %92,1'i (n=396) el temizliğinden sonra elleri kurulamanın gerekliliğini doğru cevaplandırmış, %74,9'u (n=322) ise el tırnaklarının kesilme sıklığını yanlış cevaplandırmıştır.

El hijyenine ilişkin davranışları değerlendirildiğinde ise; adölesanların %38,1'i (n=164) ellerini ara sıra sadece su ile yıkadıklarını, %84,9'u (n=365) ellerini yıkadıktan sonra mutlaka ellerini kuruladığını, %74,7'si (n=321) el tırnaklarını uzakıkça kestğini ifade etmiştir.

**Tablo 3. Çalışan Adölesanların Vücut Hijyenine İlişkin Bilgi ve Davranış Düzeyleri**

Adölesanların Vücut Hijyenine İlişkin Bilgi ve Davranışları		n	%	
BİLGİ	Kullanılan Çamaşır Türü	Doğru	247	57,4
		Yanlış	182	42,3
	Kulak Temizliğinin Yapımı	Doğru	55	12,8
		Yanlış	375	87,2
Ter Kokusunun Giderilmesi	Doğru	284	66,0	
	Yanlış	143	33,3	
DAVRANIŞ	Çamaşırın Değiştirilme Sıklığı	Doğru	301	70,0
		Yanlış	129	30,0
	Çamaşırın Pamuklu Olmasına Dikkat Etme	Her zaman	226	52,6
		Ara sıra	161	37,4
		Hiç	43	10,4
	Kulak Temizliğini Havlu Ucuyla Yapma	Her zaman	124	28,8
		Ara sıra	118	27,4
		Hiç	186	43,3
	Ter Kokusu İçin Her Zaman Deodorant Kullanma	Her zaman	184	42,8
		Ara sıra	163	37,9
Hiç		83	19,3	
Her Gün Mutlaka Çamaşır Değiştirme	Her zaman	328	76,3	
	Ara sıra	90	20,9	
	Hiç	10	2,3	

Adölesanların vücut hijyenine ilişkin bilgi düzeyleri değerlendirildiğinde; adölesanların %57,4'ü (n=247) kullanılması

gerekten çamaşır türünü, %66'sı (n=284) ter kokusunu gidermede uygulanması gereken işlemi, %70'i (n=301) çamaşırın değiştirilmesi gereken sıklığı doğru cevaplandırmış, %87,2'si (n=375) ise kulak temizliğinin yapılış şeklini yanlış cevaplandırmıştır.

Vücut hijyenine ilişkin davranışları değerlendirildiğinde ise; adölesanların %52,6'sı (n=226) çamaşırlarının pamuklu olmasına her zaman dikkat ettiğini, %76,3'ü (n=328) her gün mutlaka çamaşır değiştirdiğini, %42,8'i (n=184) ter kokusunu gidermek için her zaman deodorant kullandığını, %43,3'ü (n=186) kulak temizliğini hiç bir zaman havlu ucuyla yapmadığını ifade etmiştir.

**Tablo 4. Çalışan Kız Adölesanların Menstrual Hijyene İlişkin Bilgi ve Davranışları**

Adölesanların Menstrual Hijyene İlişkin Bilgi ve Davranışları		n	%	
BİLGİ	Adet Döneminde Banyo Yapma	Doğru	26	81,3
		Yanlış	6	18,8
	Adet Döneminde Banyo Yapma Şekli	Doğru	30	93,8
		Yanlış	2	6,3
	Adet Döneminde Hangisi Kullanılmalı	Doğru	30	93,8
		Yanlış	2	6,3
	Ped/ Bez vb. Değiştirme Sıklığı	Doğru	15	46,9
		Yanlış	17	53,1
	Ped Değiştirmede El Yıkama Alışkanlığı	Doğru	18	56,3
		Yanlış	14	43,8
DAVRANIŞ	Adet Döneminde Banyo Yapmayı Bitmesini Bekleme	Her zaman	9	28,1
		Ara sıra	8	25,0
		Hiç	15	46,9
	Adet Döneminde Ayakta Duş Alma	Her zaman	25	78,1
		Ara sıra	5	15,6
		Hiç	2	6,3
	Adet Döneminde Yıkama Bez Kullanma	Her zaman	6	18,8
		Ara sıra	5	15,6
		Hiç	21	65,6
	Ped/ Bez vb. Islanmış Hissettikçe Değiştirme	Her zaman	22	68,8
Ara sıra		5	15,6	
Hiç		5	15,6	
Ped Değişiminden Sonra El Yıkama	Her zaman	31	96,9	
	Ara sıra	1	3,1	
	Hiç	0	0	

Çalışmamızda kız adölesanlar arasında menstrual hijyene ilişkin bilgi düzeyleri incelendiğinde; kız adölesanların %81,3'ü (n=26) adet döneminde banyo yapmanın gerekliliğini, %93,8'i (n=30) adet döneminde banyo yapma şeklini adet ve hijyenik ped kullanmayı, %56,3'ü (n=18) ped değiştirmede olması gereken el yıkama alışkanlığını doğru cevaplandırmış, %53,1'i (n=17) ise ped/bez vb. değiştirme sıklığını yanlış cevaplandırmıştır.

Kız adölesanların menstrual hijyen davranışları değerlendirildiğinde ise; %78,1'i (n=25) adet döneminde her zaman ayakta duş aldığını, %68,8'i (n=22) ped/bez vb. her zaman ıslanmış hissettikçe değiştirdiğini, %96,9'u (n=31) ped değişiminden sonra ellerini her zaman yıkadığını, %46,9'u (n=15) banyo yapmak için hiçbir zaman adet döneminin bitmesini beklemediğini ve %65,6'sı (n=21) adet döneminde hiç yıkanabilir bez kullanmadığını ifade etmiştir.

## Tartışma

Bireylerin kendi sağlıklarını korudukları ve devam ettirdikleri öz bakım uygulamaları olarak tanımlanan hijyen davranışlarının kazanılmış olması adölesan dönemde önemli bir hal almıştır. Çünkü bu dönemde edinilen alışkanlıklar yaşam boyu sürme eğilimindedir. Bu

anlamda toplumlar açısından adölesan dönemdeki bireylerin kişisel hijyen davranışı örüntülerinin bilinmesi değerlidir.

Çalışmamızda, adölesanlar arasında ağız ve diş hijyenine ilişkin bilgi düzeyleri değerlendirilmiş; adölesanların %63,7'si dişlerin günlük fırçalanma sıklığını, %55,6'sı diş ipi kullanımının gerekliliğini, %50,2'si dişlerin fırçalanma süresini yanlış cevaplandırmış, diş fırçasının değiştirilme süresini de %80,5'i doğru cevaplandırmıştır.

Davranış düzeyleri değerlendirildiğinde ise adölesanların; %48,4'ü her zaman günde en az iki kere diş fırçaladığını, %64'ü doğru sıklıkta diş fırçası değiştirmeye dikkat ettiğini, %53,3'ü her zaman yanlış sürede diş fırçaladığını ve %54'ü hiç diş ipi kullanmadığını ifade etmiştir.

Arat (2013), yatılı bir ilköğretim okulunda öğrencilerin kişisel hijyen uygulamalarına ilişkin araştırmasında öğrencilerin %80,6'sının dişlerini düzenli olarak fırçaladıklarını ve dişlerini düzenli olarak fırçalayan öğrencilerin %41,7'sinin günde bir defa, %24,3'ünün günde iki defa, %14,6'sının günde üç defa fırçaladıklarını belirlemiştir. Şimşek ve arkadaşları (2010), Ankara'da lise öğrencilerinin kişisel hijyen davranışlarını belirlemeye yönelik araştırmalarında öğrencilerin %97,2'si dişlerini fırçalamaktadır ve %59,1'i dişlerini günde iki kez, %21,7'si günde 3 kez ya da daha fazla dişlerini fırçalamaktadır.

Köse ve arkadaşları (2010), 12-13 yaş grubu çocuklarda oral hijyen eğitiminin etkinliği araştırmalarında, eğitim verilen öğrencilerin %36'sının dişlerini günde 2 kez fırçaladığını, %74'ünün diş fırçasını 0-6 ayda bir değiştirdiğini, %76'sının diş ipi kullanmadığını, eğitim verilmeyen öğrencilerin ise %42,9'unun dişlerini günde 2 kez fırçaladığını, %57,1'inin diş fırçasını 0-6 ayda bir değiştirdiğini, %79,6'sının diş ipi kullanmadığını tespit etmişlerdir. Coşgun ve Kara (2014) yaptıkları girişimsel bir araştırmada, öğrencilerin %70'inin dişlerini günde iki kez ve üzeri fırçaladığını, %55,1'inin 2-3 dakika boyunca dişini fırçalamayı sürdürdüğünü, %59,5'inin 1-3 ayda bir diş fırçasını değiştirdiğini ve eğitim sonrasında bu oranların anlamlı bir şekilde attığını bildirmişlerdir.

Konu ile ilgili yapılan uluslararası çalışmalara bakıldığında, Silva ve arkadaşları (2018), "Quilombola ve Quilombola Kırsal Adölesanlarının Ağız Sağlığı: Hijyen Alışkanlıkları ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi" araştırmalarında adölesanların %33,3'ü günde üç kez dişlerini fırçalamakta, %99,7'si diş fırçalarken diş macunu kullanmaktadır. Çoğu adölesan diş fırçası kullandığını belirtmiştir; ancak %49,5'i üç aydan az bir sürede diş fırçasını değiştirdiklerini belirtmiştir. Adölesanların %19,6'sı son altı ayda diş ağrısı yaşadığını, % 73,1'i ağız ve diş sağlığından memnun ya da çok memnun olduklarını belirtmiştir ve %15,6'sı hayatlarında hiç diş doktoruna gitmemiştir. Adölesanların %50,8'si temizlik bakım ve önlem amaçlı diş doktoruna gitmiş, %41,9'u diş ağrısından dolayı gitmiştir.

Ericsson, Östberg, Wennström ve Abrahamsson (2012), "Bir Ergen Popülasyonunda Ağız Sağlığı ile İlgili Bilgi, Tutum ve

Davranışlar" araştırmalarında adölesanların %76'sının dişlerini günde en az iki kere fırçaladıkları, düzenli diş ipi kullanımının olmadığı ve sadece %4' ünün diş ipi kullandığı belirtilmiştir. Adölesanların %90'ının ağız sağlığı iyi ve orta düzeyde iyidir ve %80'i dişlerinin görüntüsünden memnundur. Pakpour, Hidarnia, Hajizadeh, Kumar ve Harrison (2011), bir grup İranlı adölesanlarda yaptıkları araştırmalarında, adölesanların %46,3'ünün dişlerini günde bir kez fırçalamakta olduğunu, adölesanların %53,7'sinin diş ipi kullanmadığını belirtmişlerdir.

Muttappillymyalil, Sreedharan, Salini, Divakaran ve Sreedhar (2009), "Kerala/Hindistan'da Adölesanlar Arasında Ağız Sağlığı Davranışı" araştırmalarında adölesanların %84,6'sının dişlerini günde iki kez fırçaladıklarını belirtmişlerdir. Çalışmada ayrıca adölesanların % 45,5'i diş doktoruna düzenli olarak gittiğini, %32'si doğru diş fırçalama yönünü kullandığını belirtmiştir. Peltzer ve Pengpid'in (2014), "Dört Güneydoğu Asya Ülkesinde Okul İçeriğinden Ağız ve El Hijyeni Davranışı ve Risk Faktörleri" araştırmalarında Hindistan, Endonezya, Myanmar ve Tayland'da 13 ila 15 yaşlarındaki adölesanların %22,4'ünün günde iki kez diş fırçaladığı belirtilmiştir. Görülmektedir ki; adölesanlar çeşitli toplumlarda ve gruplarda farklı diş hijyeni ve bakımı özelliklerine sahiptir. Çoğu zaman da diş fırçalama, diş ipi ve diş macunu kullanma, düzenli olarak diş doktoruna gitme konularında da yetersiz kalmaktadırlar. Diğer yandan çalışmalar göstermektedir ki; adölesan bireylerin hijyen davranışları riskli olduğundan her zaman öncelikli araştırma konularından biridir. Yapmış olduğumuz çalışmada da literatür bulgularına paralel şekilde araştırmaya katılan adölesanların diş fırçalama biçimi, macun miktarı kullanımı, diş fırçası tipi tercihi, diş doktoruna gitme sıklığı, diş ipinin doğru kullanımı ve bilgisi açısından riskli oldukları söylenebilir.

El temizliği, kişisel hijyen uygulamalarının en temel adımudur. Eller vücudun en çok kirlenen bölgelerindedir. Uygun şekilde bakımının sağlanması günlük yaşamda öncelikle bireylerin kendi sağlığı için önemlidir. Ayrıca el temizliği ortak yaşam alanlarında, kişinin kendisi dışındaki bireylerin sağlığı için de önem taşır. Bu nedenle bireylerin özellikle yaşamlarının başlangıç evrelerinde temizlik düzeylerinin belirlenmesi hijyen davranışlarını geliştirmenin birinci basamağını oluşturur.

Adölesanların el hijyenine ilişkin bilgi düzeyleri değerlendirildiğinde; adölesanların %80,5'i el temizliğinde doğru el yıkama şeklini, %92,1'i el temizliğinden sonra elleri kurulamanın gerekliliğini doğru cevaplandırmış, %74,9'u ise el tırnaklarının kesilme sıklığını yanlış cevaplandırmıştır.

El hijyenine ilişkin davranışları değerlendirildiğinde ise; adölesanların %38,1'i ellerini ara sıra sadece su ile yıkadıklarını, %84,9'u ellerini yıkadıktan sonra mutlaka ellerini kuruladığını, %74,7'si el tırnaklarını uzadıkça kestğini ifade etmiştir.

Çağlar, Yılmaz ve Savaşer (2018), hemşirelik ve sağlık alanı dışında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sosyal el yıkama ile ilgili görüş ve davranışlarına ilişkin araştırmalarında, "Günlük el yıkama sayınız kaçtır?" sorusuna; hemşirelik öğrencilerinin %19,5'inin, diğer

bölgelerdeki öğrencilerin %17,5'inin "11 kez ve üzeri yıkamı" yanıtını verdikleri; "Ellerinizi ne kadar süre yıkarsınız?" sorusuna hemşirelik öğrencilerinin %60'ının, diğer bölümlerdeki öğrencilerin ise %0,6'sının "15 saniyeden fazla" yanıtını verdikleri belirlenmiştir. "Ellerinizi kurular mısınız?" sorusuna; hemşirelik öğrencilerinin çoğunluğunun (%59,5) diğer öğrencilerin ise %9,6'sının "her zaman kurularım" cevabını verdiği belirlenmiştir. Coşgun ve Kara'nın (2014), girişimsel bir araştırmalarında da, öğrencilerin eğitim öncesi %76'sının haftada bir tırnaklarını kestiği, %93,9'unun ellerini yıkadıktan sonra havlu kullandığı belirlenmiştir.

Şimşek ve arkadaşlarının (2010) lise öğrencilerinde kişisel hijyen davranışlarını değerlendirmeye yönelik araştırmalarında öğrencilerin %39,4'ünün ellerini günde 4-6 kez, %35,7'sinin 7-9 kez yıkadığı, %40,5'inin ellerini yemeklerden önce, tuvaletten sonra ve kirlenince yıkadığı belirlenmiştir. Arat'ın (2013), araştırmasında da örnekleme alınan öğrencilerin tamamına yakınının (%89,6) sabah kalkınca, yiyecek yemeden önce (%84,7), yiyecek yedikten sonra (%86,5), tuvaletten sonra (%96,5) ve ellerini kirli hissettikleri durumlarda (%87,2) yıkadıkları, %79,5'inin tuvaletten önce, %87,2'sinin birisiyle tokalaşınca, %79,2'sinin paraya dokunduktan sonra ellerini yıkamadıkları belirlenmiştir. Kırım ve Hırça'nın (2015), araştırmalarında ise öğrencilerin %89,9'unun sabah kalktığında ellerini yıkadığını, %85,9'unun yemeklerden sonra, %97,5'sinin ise tuvalet sonrası ellerini sabunla yıkadığı belirlenmiştir. Öğrencilerin %58,9'u tırnaklarını her hafta kesmekte olduğunu belirtmiştir.

Timur'un (2010), bir grup üniversite öğrenci kız adölesanla yaptığı araştırmasında kız adölesanların %7,6'sı tuvaletten önce ve sonra el yıkadıklarını, %37'si ellerini en az 2 dakika süreyle, %33,7'si 1 dakika ve daha az süre ile elini yıkamakta olduğu belirtilmiştir. Özdemir ve ark. (2012), "Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin genital hijyen hakkındaki bilgi düzeylerinin ve davranışlarının değerlendirilmesi" araştırmalarında adölesanların %26,8'i tuvalet girmeden önce her zaman ellerini yıkadığını, %22,6'sı hiçbir zaman yıkamadığını belirtmiştir.

Uluslararası alanyazın çalışmalarında Singh ve Gupta (2014), "Adölesanların Kişisel Hijyen Bilgi ve Davranışlarının Değerlendirilmesi" araştırmalarında ergenlerin %90'ının el tırnaklarını kestiğini, kentsel bölgeki ergenlerin tuvalet sonrası %48,3'ünün ellerini yıkamasına rağmen, kırsalda bu oranın %32,9 olduğunu bildirmişlerdir. Vivas ve arkadaşlarının (2010), "Etiyopya-Angolela'daki Okul Çocuklarında Hijyen Bilgi, Tutum ve Davranışları" araştırmalarında da, ortalama yaş grubu 10-12 olan öğrencilerin yaklaşık %52'sinin uygun hijyen bilgisine sahip olduğu, öğrencilerin çoğunun (%99,0) yemeklerden önce ellerini yıkadığı, bunlardan %36,2'sinin sabun kullandığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin %76,7'si dışkılama sonrası ellerini yıkarken, %14,8'inin bu uygulamayı yapmadığı belirlenmiştir.

Peltzer ve Pengpid'in (2014), dört güneydoğu asya ülkesinde okul içi ergenlerde ağız ve el hijyeni davranışı ve risk faktörlerini değerlendirdikleri araştırmalarında Hindistan, Endonezya, Myanmar ve Tayland'da 13 ila 15 yaşlarındaki adölesanların %45,2'sinin

yemeklerden önce ellerini yıkamadığını, %26,5'inin tuvaletten sonra, %59,8'inin ellerini sabunla yıkadığı belirtilmiş, Kadi ve Salati'nin (2012), "Tıp Öğrencileri Arasında El Hijyeni Uygulamaları" araştırmalarında, erkek öğrencilerin %51,7'sinde kız öğrencilerin %62,5'inde olumlu el hijyeni davranışları gözlemlendiği ifade edilmiştir.

Çalışmamızda araştırmaya katılan öğrencilerin çoğunluğunun el hijyenine ilişkin doğru bilgiye sahip olduğu; el tırnaklarının doğru sıklıkta kesme bilgisine sahip olan öğrenci sıklığının düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Öğrencilerin el ve hijyeni uygulamalarına bakıldığında çoğunluğun el hijyeni uygulamalarına uyduğu ancak tırnaklarını doğru şekilde kesmediği söylenebilir. Bulgularımız alan yazınla karşılaştırıldığında benzer gruplarda yapılan çalışma sonuçlarıyla araştırma bulgularımızın örtüştüğü; sosyoekonomik düzeyi daha düşük gruplarla karşılaştırıldığında ise örneklemitimizden elde edilen sonuçların gözle görülür düzeyde daha iyi olduğu, bu sonucun hem ekonomik düzey, hem de bilinç düzeyinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Kişisel hijyenin bir alt başlığı olan vücut hijyeni de en az diğer başlıklar kadar önemlidir. Uygun vücut temizliği, vücut bütünlüğü ve sağlığı için hastalıkları önleyici ve mevcut tehlikeleri ortadan kaldırıcı önlemdir. Aynı zamanda temiz ve düzgün dış görünüş kişilerin özgüvenini arttırmaktadır.

Adölesanların vücut hijyenine ilişkin bilgi düzeyleri değerlendirildiğinde; adölesanların %57,4'ü kullanılması gereken çamaşır türünü, %66'sı ter kokusunu gidermede uygulanması gereken işlemleri, %70'i çamaşırların değiştirilmesi gereken sıklığı doğru cevaplandırmış, %87,2'si ise kulak temizliğinin yapıldığı şekli yanlış cevaplandırmıştır.

Vücut hijyenine ilişkin davranışları değerlendirildiğinde ise; adölesanların %52,6'sı çamaşırlarının pamuklu olmasına her zaman dikkat ettiğini, %76,3'ü her gün mutlaka çamaşır değiştirdiğini, %42,8'i ter kokusunu gidermek için her zaman deodorant kullandığını, %43,3'ü kulak temizliğini hiç bir zaman havlu ucuyla yapmadığını ifade etmiştir.

Ülkemizdeki çalışmalara bakıldığında Arat'ın (2013), araştırmasında öğrencilerin %64,2'sinin yazın her gün, %30,9'unun haftada iki defa banyo yaptıkları, %58'inin kışın haftada iki, %34,4'ünün ise haftada bir defa banyo yaptıkları saptanmıştır. Öğrencilerin %38,2'sinin saçlarını iki günde bir, %29,9'unun üç günde bir yıkadıkları saptanmıştır. Öğrencilerin %21,2'sinin ise kulak temizliğini doğru yaptıkları belirlenmiştir. Coşgun ve Kara (2014) araştırmalarında, öğrencilerin %67,8'inin üç gün ve daha sıklıkta banyo yaptığı, %74,8'inin her gün çoraplarını değiştirdiği, %75,4'ünün her gün iç çamaşırlarını değiştirdiği tespit edilmiş olup bu durumun eğitim sonrası olumlu yönde değiştiğini bildirmişlerdir.

Kırım ve Hırça'nın (2015), araştırmalarında öğrencilerin %91,2'si sabah kalktığında yüzünü yıkamaktadır. Öğrencilerin %28,3'ü iç çamaşırlarını, % 89,9'u çoraplarını günlük olarak değiştirmektedir. Haftada genellikle iki kez banyo yaptığını bildirenlerin oranı %79,9 dur. Şimşek ve arkadaşlarının (2010) lise öğrencileriyle yaptıkları araştırmalarında ise öğrencilerin %40,6'sının

haftada 1-2 kez, %51,9'unun 3-6 kez banyo yapmakta oldukları belirtilmiştir.

Timur (2010), kız adölesanların %42'sinin pamuklu iç çamaşırı kullandığını, %80,4'ünün çamaşırını 2-3 günde bir değiştirdiğini, %33,3'ünün çamaşırını sadece sabunla yıkadığını, %88,4'ünün iç çamaşırını ütülemediğini bulmuştur. Özdemir ve arkadaşlarının (2012), araştırmalarında hemşirelik öğrencilerinin %38,1'i iç çamaşırını günlük, %57,0'ı iki günde bir değiştirdiği belirtilmiştir.

Bu konu ile ilgili yapılan uluslararası çalışmalara bakıldığında ise Singh ve Gupta'nın (2014), adölesanların kişisel hijyen bilgi ve davranışlarının değerlendirilmesi konulu araştırmalarında kentlerde yaşayan ergenlerin %49,6'sı günlük duş alırken, kırsaldakilerin %37,1'inin aldığı belirtilmiştir. Sarkar'ın (2013), Hindistan-Kolkata'nın gecekondu mahallerinde yaşayan ilkökul çocuklarında kişisel hijyen araştırmasında da, 5- 14 yaş grubundaki öğrencilerden kız olanların erkek olanlara göre kişisel hijyen bilgi ve uygulamalarının fazla olduğu tespit edilmiştir. Gecekonduya geçen ilköğretim öğrencileri arasında, uygulama ve kişisel hijyen bilgisinde büyük fark olduğu bulunmuş, bu farkın anne eğitimine dayandığı belirtilmiştir.

Araştırmamıza katılan adölesanların çoğunluğu doğru çamaşır türü kullanmakta, ter kokusunu gidermede doğru işlem uygulamakta, çamaşırını doğru aralıklarla değiştirmektedirler. Ancak kulak temizliklerini doğru yapmadıkları görülmüştür. Alanyazın bulgularında benzer bulgulara rastlanmaktadır.

Kişisel hijyen uygulamalarının bütününe bakıldığında sadece vücut temizliğinin değil bulunulan ortamın ve hijyen uygulamalarında kullanılan eşyaların temizliği, kişisel kullanılması da önemlidir. Zararsız gibi görünen bu eşyalar aslında birçok tehlikeyi barındırmaktadır. Hijyeni sağlamak amacıyla kullanılması nedeniyle enfeksiyon kaynaklarının kolaylıkla üreyip barınabileceği yerlerdir. Birçok bulaşıcı hastalığa ve deri hastalıklarına neden olup kişilerin ve toplumun sağlığını tehlikeye atabilirler.

Ülkemizde ve dünyada her sene milyonlarca kadın, yanlış hijyen uygulamaları yüzünden ürogenital enfeksiyonlara yakalanmaktadır. Genital bölge vücudun enfeksiyona en açık bölgelerinden biridir. Bu sebeple özellikle adet dönemlerinde temizliğine dikkat etmek ve doğru uygulamalar yapmak gerekir.

Çalışmamızda kız adölesanlar arasında menstrual hijyene ilişkin bilgi düzeyleri incelendiğinde; kız adölesanların %81,3'ü adet döneminde banyo yapmanın gerekliliğini, %93,8'i adet döneminde banyo yapma şeklini adet ve hijyenik ped kullanmayı, %56,3'ü ped değiştirmede olması gereken el yıkama alışkanlığını doğru cevaplandırmış, %53,1'i ise ped/bez vb. değiştirme sıklığını yanlış cevaplandırmıştır.

Kız adölesanların menstrual hijyen davranışları değerlendirildiğinde ise; %78,1'i adet döneminde her zaman ayakta duş aldığını, %68,8'i ped/bez vb. her zaman ısladığını hissettikçe değiştirdiğini, %96,9'u ped değişiminden sonra ellerini her zaman yıkadığını %46,9'u banyo yapmak için hiçbir zaman adet döneminin

bitmesini beklemediğini ve %65,6'sı adet döneminde hiç yıkanabilir bez kullanmadığını ifade etmiştir.

Konuya ilişkin ulusal veriler oldukça sınırlıdır. Timur'un (2010) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada tüm kız adölesanların adet dönemlerinde ped kullandıkları belirtilmiştir. Öğrencilerin %65,6'sı günde 3-4 kez ped değiştirmekte, %23,2'si ise adet döneminde duş almamaktadır. %85,5'i genital bölgeyi su ve tuvalet kağıdı ile temizlemiştir. Özdemir ve ark (2012) araştırmalarında adölesanların %74,6'sı her zaman %20,1'i bazen banyo yaptığını, %5,4'ü kesinlikle banyo yapmadığını belirtmiştir.

Uluslararası çalışmalar incelendiğinde, Jogdand ve Yerpude (2011) araştırmalarında kızların % 53,7'si adet sırasında hijyenik ped kullandığını bildirmiştir. Thakre ve arkadaşları (2011) araştırmalarında kız adölesanların %49,35'i tarafından hijyenik ped kullanıldığı ifade edilmiş; kentsel alanlarda yaşayan kızlarda hijyenik ped kullanımı %60,58, kırsal alanlarda yaşayan kızların ise %30,82 dir. Kızların %58,18' i temizlik sırasında su ve sabun, %40,57' si sadece su, %1,29'u ise su ve antiseptikler kullanmıştır. Dış genital bölge temizliği %33,85 oranında uygulanmıştır.

Yasmin ve arkadaşları (2013) Hindistan'da yaptıkları araştırmalarında kız adölesanların %82,3'ünün hijyenik ped kullandığını, % 85,7'sinin günlük duş aldıklarını bildirmişlerdir. Adika, Ayinde ve Jack-Ide (2013), Nijerya araştırmalarında, 10-19 yaş aralığındaki öğrencilerin menstruasyon sırasında %53,6'sının hijyenik ped kullandığı, %60,8'inin kendi genital hijyenini korumak için düzenli duş aldığı, %24,4' ünün düzenli duş ve hijyenik ped değişimi yaptığı tespit edilmiştir. Nijerya'da Lawan, Nafisa, Aisha (2010) tarafından yapılan bir başka araştırmada da ergenlik dönemindeki (10-19 yaş) kız öğrencilerin %93,8'inin hijyenik ped kullandığı, %72,5 'inin menstruasyon döneminde duş aldığı ve %88,7'sinin menstrual dönemde iyi düzeyde hijyene sahip oldukları belirtilmiştir.

Yapılan araştırmalarda da görüldüğü gibi vajinal enfeksiyonlarla sonuçlanabilecek riskli hijyen davranışı kız adölesanlar arasında oldukça yaygındır. Yapmış olduğumuz araştırmada da adet döneminde banyo yapma, banyo yapma biçimi ve bu dönemde hijyenik ped kullanmayı doğru bulan adölesan sayısı fazla olmakla birlikte bu değişkenler açısından riskli olan bir grubun da söylenebilir.

Çalışan adölesanlarda uygulanan araştırma sonucunda elde edilen bulgular neticesinde çalışan adölesanlar, kişisel hijyen bilgi ve uygulamaları bakımından ele alınmalıdır.

#### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

- Verilerin sözel beyana dayalı olarak elde edilmesi,
- Verilerin anket formundaki sorularla sınırlı olması,
- Örneklemin tek merkezle sınırlı olmasıdır

#### **Sonuç ve Öneriler**

Öğrencilerden her zaman günde en az iki kere dış fırçayanların, doğru sıklıkta diş fırçası değiştirmeye dikkat edenlerin, her zaman yanlış sürede diş fırçayanların ve hiç diş ipi

kullanmayanların oranı yüksek bulunmuştur. Öğrenciler arasında ellerini ara sıra sadece su ile yıkayanların, ellerini yıkadıktan sonra mutlaka ellerini kurulayanların, el tırnaklarını uzadıkça kesenlerin oranı yüksek bulunmuştur.

Adölesanlardan; çamaşırlarının pamuklu olmasına her zaman dikkat edenlerin, her gün mutlaka çamaşır değiştirenlerin, ter kokusunu gidermek için her zaman deodorant kullananların, kulak temizliğini hiç bir zaman havlu ucuyla yapmayanların oranı yüksek bulunmuştur.

Kız öğrencilerden adet döneminde her zaman ayakta duş alanların, ped/bez vb. her zaman ıslandığını hissettikçe değiştirenlerin, ped değişiminden sonra ellerini her zaman yıkayanların, banyo yapmak için hiçbir zaman adet döneminin bitmesini beklemeyenlerin ve adet döneminde hiç yıkanabilir bez kullanmayanların oranı yüksek bulunmuştur.

Bu sonuçlar doğrultusunda çalışan adölesanlarda kişisel hijyen düzeyinin belirlenmesine yönelik daha geniş örneklem gruplarında çalışmalar yapılabilir. Bu araştırma bulguları daha sonraki araştırmalar ile de sınanıp doğrulanırsa konuya ilişkin farkındalık oluşması ve gereksinim düzeyinin belirlenmesi ile halk sağlığı uygulamaları kapsamında eğitim programlarının oluşturulmasına rehberlik edici olacaktır.

#### Kaynaklar

- Adika, V., O, M., Ayinde, M.O., Jack-Ide, I.O. (2013). Self care practices of menstrual hygiene among adolescents school going girls in Amassoma Community, Bayelsa State. *International Journal of Nursing and Midwifery*, 5(5), 99-105.
- Arat, A. (2013). *Yatılı ilköğretim bölge okulu 2.kademe öğrencilerinin kişisel hijyen uygulamaları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Carreno, J., Vyhmeister, G., Grau, L., Ivanovic, D. (2006). A health promotion programme in Adventist and non-Adventist women based on Pender's model: A pilot study. *Public Health*, 120, 105-102.
- Coşgun, M., Kara, F. (2015). Öğrencilere verilen sağlık eğitiminin bilgi ve davranışlarına etkisinin değerlendirilmesi. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 24(3), 55-63.
- Çağlar, S., Yılmaz, Ö.E., Savaşer, S. (2018). Hemşirelik ve sağlık alanı dışında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sosyal el yıkama ile ilgili görüş ve davranışları, *Journal Of Academic Research in Nursing*, 4(2), 83-91.
- Ericsson, J., Östberg, A., Wennström, J., Abrahamsson, K. (2012). Oral health-related perceptions, attitudes, and behavior in relation to oral hygiene conditions in an adolescent population, *European Journal of Oral Sciences*, 120(4), 335-341.
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ). <http://www.who.int/topics/hygiene/en/>. Erişim Tarihi 01.05.2016
- Havlioğlu, S., Koruk, İ. (2013). Göçebe mevsimlik tarım işçisi ergenlerde yaşam kalitesi düzeyi ve sorun davranışları. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 11(1), 11-22.
- Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO). Global employment trends for youth 2017: Paths to a better working future, International Labour Office, Geneva, 2017.
- İş Kanunu, TC. Resmi Gazete, 10.06.2003, sayı 25134.
- Jogdand, K., Yerpude, P. (2011). A community based study on menstrual hygiene among adolescent girls. *Indian Journal Of Maternal And Child Health*, 13(3), 1-6.
- Kadi, A., Salati, A.S. (2012). Hand hygiene practices among medical student. *Interdisciplinary Perspectives on Infectious Diseases*, 2012, 6, 1-7.
- Karayağız Muslu, G., Aygün, Ö. (2017). Ergenlerin riskli sağlık davranışlarının ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 10(4), 242-250.
- Kırım, C., Hırça, N. (2015). Lise öğrencilerinin kişisel hijyen ve temizlik alışkanlıklarının fen okur-yazarlığına göre değerlendirilmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(2), 790-802.
- Köse, S., Güven, D., Mert, E., Eraslan, E., Esen, S. (2010). 12-13 Yaş grubu çocuklarda oral hijyen eğitiminin etkinliği. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(4), 44-52.
- Kürtüncü, M., Uzun, M., Ayoğlu, F. (2015). Ergen eğitim programının riskli sağlık davranışları ve sağlı algısına etkisi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 5(2), 187-195.
- Lawan, U.M., Nafisa, Y.W., Aisha, M.B. (2010). Menstruation and menstrual hygiene among adolescent school girls in Kano, Northwestern Nigeria. *African Journal of Reproductive Health*, 14(3), 201-207.
- Muttappillymyalil, J., Sreedharan, J., Salini, K., Divakaran, B., Sreedhar, S. (2009). Oral health behaviour among adolescents in Kerala, India. *Italian Journal of Public Health*, 6(3), 218-224.
- Özdemir, S., Ortabağ, T., Tosun, B., Özdemir, O., Bebiş, H. (2012). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin genital hijyen hakkındaki bilgi düzeylerinin ve davranışlarının değerlendirilmesi. *Gülhane Medical Journal*, 54(2), 1.
- Pakpour, A., Hidarnia, A., Hajizadeh, E., Kumar, S., Harrison, A. (2011). The status of dental caries and related factors in a sample of Iranian adolescents. *Med Oral Patol Oral Cir Bucal*, 16 (6), 822-827.
- Peltzer, K., Pengpid, S. (2014). Oral and Hand Hygiene Behaviour and Risk Factors among in-School Adolescents in Four Southeast Asian Countries, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11, 2780-2792.
- Sarkar, M. (2013). Personal hygiene among primary school children living in a Slum of Kolkata, India. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, 54(3), 153-158.
- Silva, E.K.P., Santos, P.R., Chequer, T.P.R., Amorim, M.M., Medeiros, D.S., Melo, C.M.A., Santana, K.C. (2018). Oral health of quilombola and non-quilombola rural adolescents: a study of hygiene habits and associated factors, *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(9), 2963-2978.
- Singh, A., Gupta, P. (2014). An analysis of knowledge & practices on personal hygiene of adolescents. *International Journal of Multidisciplinary Approach and Studies*, 1(5), 138-147.
- Şimşek, Ç., Çakmak, D., Turan, H., Seyrek, V., Piyal, B., Tüzün, H. (2010). Ankara il merkezindeki bazı lise öğrencilerinde kişisel hijyen davranışları. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 9(5), 433-440.
- TC. Sağlık Bakanlığı (2011). *Sağlığın teşviki ve geliştirilmesi sözlüğü*, Ankara.
- Thakre, S.B, Thakre, S.S, Reddy, M., Rath, N., Pathak, K., Ughade, S. (2011). Menstrual hygiene: knowledge and practice among adolescent school girls of saoner, nagpur district. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 5(5), 1027-1033.
- Timur, S. (2010). Bir üniversite öğrenci yurdunda kalan kız öğrencilerin genital hijyen davranışları. *New World Sciences Academy*, 5(4), 1-8.
- Tuğut, N., Bekar, M. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sağlığı Algılamaları Durumları ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(3), 17-26.
- Turhan, Ö., Vaizoğlu, S. (2015). Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Toplum İçin Bilgilendirme Dizisi-55.
- Turla, A., Tomak, L., Pekşen, Y. (2009). Çıraklık Eğitim Merkezine Devam Eden Gençlerin İş Yerinde İstismara Uğrama Sıklığı. *Türkiye Klinikleri J Pediatr*, 18(3), 167-73.



32. United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF). [www.unicef.org/turkey/crc/cr23c.html](http://www.unicef.org/turkey/crc/cr23c.html) Erişim Tarihi: 15.08.2018
33. Vivas, A.P., Gelaye, B., Aboset, N., Kumie, A., Berhane, Y., Williams, M.A. (2010). Knowledge, attitudes and practices (KAP) of hygiene among school children in Angolela, Ethiopia. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, 51(2), 73-79.
34. Yasmin, S., Manna, N., Mallik, S., Ahmed, A., Paria, B. (2013). Menstrual hygiene among adolescent school students: An in-depth cross-sectional study in an urban community of WestBengal, India. *Journal of Dental and Medical Sciences*, 5(6), 22-26.