

EGE ÜNİVERSİTESİ HEMŞİRELİK YÜKSEK OKULU 1. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN MENSTRUASYON DURUMLARININ İNCELENMESİ

Dr. Ferda ULUFER•

ÖZET

Bu araştırma, Hemşirelik Yüksek Okulu 1. sınıf öğrencilerinin menstrual döneme ilişkin yakınmalarını saptamak ve bunu etkileyen faktörleri incelemek amacıyla planlanmıştır.

Sonuçta, öğrencilerin %11.49'unda adetler arası sürenin oligomenore ve amenore düzeyinde olduğu, %66.22'sinin adetler sırasında ağrısının olduğu. %54.73'ünün ağrı ve diğer yakınmalardan dolayı okula çok zorluklarla geldikleri saptanmıştır.

GİRİŞ

Çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olarak bilinen birçok çalışmacının fizyolojik ve psikolojik yönden farklı yönleriyle tanımladıkları adolesan Birleşmiş Milletler Örgütü'nce şöyle tanımlanmıştır. "Adolesan. 15-25 yaşları arasında. öğrenim gören, hayalini kazanmak için çalışmayan ve ayrı bir konulu bulunmayan kişidir". Bu tanıma bağlı olarak adolesan grubuna dahil edebileceğimiz yüksek öğrenimdeki öğrencilerin sayıları her yıl artmaktadır (Işık 1989).

• E.Ü. Hem. Yük. Okulu Hemşirelik Esasları A. 13. O. Arş. Gör.

Adolesan grubu içtnde önemli grubu oluşturan genç kızların bu dönemde karşılaştıkları en önemli durum menarş olayının başlamasıdır. Normalde menarş izleyen sıkluslar düzensiz, monofaztk ve değişik semptomlarla seyredebilir. Yaklaşık bir yıl içinde menstrual periotlar düzenli ve bifazik olur. Pertodlara özgü yakınmalarda azalma dikkati çeker. Menstrual döneme ilişkin yakınmalar adolesan kızlar arasında önemli bir problem oluşturur. Erefe'rının adolesan çağ kız öğrencilerde okul sağlığı: çalışmaları ile ilgili bir araştırmasında, menstruasyon yakınmaları arasında ilk sırayı ağrılı menstruasyon (%40. 20) almaktadır(Erefe 1988).

Tümerdem ve arkadaşları tarafından, İstanbul kenti orta öğretim kız okullarında yapılan bir araştırmada da (1987) menstruasyon yakınmaları arasında ilk sırayı bel ve kasık ağrısı (%51. 74) oluşturmaktadır.

Ağrılı menstruasyon Jinekolojik bozuklukların en sık rastlanılanıdır. Menarş sonrasındaki tüm kadınlann yandan fazlası herhangi bir ölçüde rahatsızlık geçirmekte ve bunların %10'u her ay 1-3 gün elden ayaktan düşmektedir. Dismonere hatırı sayılır bir sosyo ekonomik öneme sahiptir; kaybedilen iş ve okul saallerinin en büyük nedeni olduğu kabul edilmektedir ve yılda 140 milyondan fazla boşa geçen saaten sorumludur (Jones 1981).

Adolesans dönemindeki menstrual yakınmalardan bir diğeri sekonder amenoredlr. Bu dönemdeki sekonder amenorelerin nedenleri daha çok pstkojenik faktörlere bağlanmıştır. Jeffcoate kurumlarda yaşayan genç kızların %50 sinde amenorrhea görüldüğünü saptamıştır (Mc Cornick 1975). Drew ve Stifel dindar bir gruba katılan kadınların %16'sında. Irıg iltz ordusunun kadın bölümüne kaydolanların %25.4'ünde amenore saptadıklarını göstermişlerdir (Mc Cornick 1975). Bachman ve arkadaşları üniversite öğrencilerindeki rnenstrual bozuklukların genel populasyondan daha yüksek olduğunu rapor etmişler, 1420 üniversite öğrencistntn menstrual durumlarını araştırdıklarında. bu grubun oligomeriore prevalansının % 11.3. amenore pre-

alansının %2.6 olduğunu bulmuşlardır. bunun nedeni de, aşın kalori içeren diyete, aşın egzersize ve üniversiteye ilişkin strese bağlamışlardır (Bachman 1982). Sırigh tarafından yapılan bir araştırmada da,

(1988) bir öğrenci sağlık merkezinde üniversite öğrencilerinin %5'İnln amenore'ye sahip olduklan bulunmuştur.

Bu araştırmanın amacı; Hemşirelik Yüksek Okulu I. sınıf öğrencilerinin menstrual durumlarını ve bunu etkileyen faktörleri incelemektir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma evreni 1992-1993 öğretim yılında Ege Üniversitesi Hemşirelik yüksek Okulu I. sınıfında öğrenim gören, toplam 148 öğrenciden meydana gelmektedir.

Araştırma verileri öğrencilerin menstrual döneme ilişkin yakınmalarını saptamak ve bunu etkileyen faktörleri inceleme için araştırmacının kendisi tarafından geliştirilmiş anket formu kullanılarak elde edilmiştir. Menstrual yakınmalara neden olabileceği düşünülen değişkenler arasındaki ilişki ki-kare örneklilik testi ile analiz edilmiştir.

BULGULAR VE YORUM

Tablo I. Deneklere İlişkin Tanıtıcı Veriler

<u>Yaşlara göre dağılım</u>	Şifre	Oran
Yaş	9	6.08
17	52	35.14
	62	41.89
18	18	12.16
	7	4.73
19		
<u>Kalınan Yere göre Dağılım</u>	32	21.62
20		
Ailesiyle kalan	98	66.22
21	6	4.05
Yurtta kalan	12	8.11
Akraba yanında kalan	32	21.62
Birkaç arkadaş beraber kalan	14	10.81
	39	26.35
<u>Aflesini Görme Sıklığına Göre Dağılım</u>	15	10.14
	48	32.43
Ailesinin yanında		
Her hafta sonu	12	8.11
En az ayda bir	35	23.65
	01	68.24
2 ayda bir		
Uzun süreli tatillerde		
	48	32.43
<u>Okulu Tercih Etme Sıklığına Göre Dağılım I - 5</u>	10	67.57
	0	
<u>TOPLAM</u>		
6 - 10 sıra		2
11 ve üzeri		1
<u>Tekrar Üniversite Sınavına Girme Durumuna Göre Dağılım</u>		
Giren		
Girmeyen		

Deneklerle ilgili tanıtıcı bilgiler

Tablo 1 'de görüldüğü gibi araştırma kapsamına giren deneklerin büyük çoğunluğunu (%77.03) 18 ve 19 yaş grubu öğrenciler oluşturmaktadır. Deneklerin %21.62'si evde ailesiyle, %66.22'si ise yurtdışı kaldıklarını belirtmişlerdir.

Öğrencilerin ailelerini görme sıklığına bakıldığında % 32.43'ünü ancak uzun süreli tatillerde evlerine gidebildikleri. 2 ayda bir gidenlerin %10.14, ayda bir gidenlerin ise %26.35 oranında olduğu görülmektedir (Tablo 1).

Deneklerin %68.24'ünün bu okulu 11. ve daha üzeri sınıflarda tercih ettikleri ve %32.43'ünün tekrar üniversite sınavına girmek istediklerini söyledikleri saptanmıştır. Öğrencilerin okumakta oldukları okulu son sınıflarda tercih etmeleri ve tekrar üniversite sınavına girmek istemeleri bu okula isteksiz olarak devam ettiklerini düşündürmektedir.

Tablo 2. Deneklerin Menstruasyona İlişkin Özelliklerine Göre Dağılımları

<u>Özellikler</u>	<u>Frekans</u>	<u>Oran (%)</u>
<u>Menarş Yaşı</u>		
1	22	14.86
2	49	33.11
3	43	29.05
4	34	22.97
<u>Adetlerin Düzenli Olma Yaşı</u>		
5	20	13.51
<u>Adetlerin Düzensiz Olma Yaşı</u>		
1	83	56.08
5	22	14.86
1	15	10.14
6	8	5.41
1		
7		
<u>Adetlerin Devam Etme Süresi</u>		
8	104	70.27
4-5gün	44	29.73
<u>Adetler Arası Süresi</u>		
6-7gün	117	79.05
28-35gün	17	11.49
Düzensiz (35 günün üzerindedir)	14	9.46
15 - 20 gün	44	29.73
<u>Günde Kullanılan Pct Sayısı</u>		
4-5-6	104	70.27
1-2-3	~	~

22
TOPLAM

Deneklerin Menstruasyonla İlgili Özellikleri:

Tablo 2'de öğrencilerin menstruasyona ilişkin özellikleri görülmektedir. Öğrencilerin %33.1'i'nin menarş yaşı 13, % 29.05'inin ise 14 olarak saptanmıştır. Ancak öğrencilerin %56.05'inin 16 yaşında adetleri düzenli olmaya başlamıştır. Literatür bilgüertne baktığımızda da adetlerin ilk birkaç yıl içerisinde düzenli olabileceği belirtilmektedir (Jones 1981). Öğrencilerin %70.27'sinin 28-35 gün aralıklarla adet gördüğü, % 11.49'unun ise oligomenore hatta amenore düzeyinde adet düzenliliklerinin olduğu saptanmıştır. Bu durum Bachman ve arkadaşları tarafından 1420 üniversite öğrencisi arasında yapılan menstrual durum araştırmasının sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir (Bachman 1982).

Deneklerin Menstrual Siklus Yakınmaları:

Tablo 3. Deneklerin Ağrıdan Şikayetçi Olma Durumlarına Göre Dağılımları

<u>Yakınmalar</u>	~	~
Adetlerden önce ağrı var	00	46.62
Adetlerden önce ağrı yok	79	53.38
Adetler sırasında ağrı var	98	66.22
Adetler sırasında ağrı yok	50	33.78
TOPLAM	148	100.00

Öğrencilerin %46.62'si adetlerden önce, %66.22'si de adetler sırasında ağrıların olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 3. Deneklerin Ağrı Dışındaki Yakınmalarına Göre Dağılımları

<u>Yakınmalar</u>	Şifre	%
Yakınması olmayan	64	43.24
Mide bulantısı, halsizlik, iştah artması	60	20.27
Sinirlilik, baş ağrısı	21	14.19
Stres, sıkıntı	18	12.16
Oöğüslerde ve elde şişme	7	4.73
Akıntı	6	4.05
Yüzde solukluk	2	1.35
Toplam	148	100.00

Öğrencilerin %43.24'ünün ağrı dışında herhangi bir yakınması olmadığı, % 20.27'sinin mide bulantısı, halstlik, iştah artması, %14.19'unun sinirlilik, baş ağrısı, % 12.16'sinin stres, sıkıntı gibi yakınmalarının olduğu saptanmıştır.

Erefe, Işık, Tümerdem, Erdoğan ve arkadaşlarının yaptıkları araştırmalarda da, öğrencilerin menstruasyon döneminde en fazla ağrı yakınması olmak üzere birçok yakınmalarının olduğu saptanmıştır (Erefe 1988, Erdoğan ve ark. 1991, Işık 1989, Tümerdem ve ark 1987).

Tablo 5'de öğrencilerin adetler sırasında karşılaştıkları yetersizlikler gösterilmiştir. öğrencilerin %41.22'si adet döneminde hiçbir yetersizlik durumu yaşamadıklarını belirlerken, yarısından fazlası (%54.73) çok zorluklarla da olsa gelebildiklerini, %4.05'i ise bu dönemde okula gelemediklerini söylemişlerdir. Literatüre baktığımızda da dismenorenin kaybedilen iş ve okul saatlerinin en büyük nedeni olduğu kabul edilmekle ve 140 milyondan fazla boşa geçen saatten sorumlu olduğu belirtilmektedir (Jones 1981).

Tablo 5. Deneklerin Adetler Sırasında Karşılaştıkları Yetersizliklere Göre Dağılımı

Yetersizlikler	fu!Y.l	%
Hicbir yakınması olmayan	61	41.22
Okula çok zorluklarla da olsa gelebilen	81	54.73
Okula gelemeyen	6	4.05
TOPLAM	148	100.00

Deneklerin Adet Düzensizlikleri ile İlgili Yakınmaları

Tablo 6. Deneklerin Bu Yaşa Kadar Adet Yokluğuna Sahip Olmama Durumlarına Göre Dağılımı

<u>Adet yokluğuna</u>		
Sahip olan	37	25.00
Sahip olmayan	111	75.00
Toplam	148	100.00

Öğrencilerin %25'1 bu yaşa kadar herhangi bir zamanda adet yokluğuna sahip olduklarını belirtmişlerdir (Tablo 6).

Tablo 7. Adet Yokluğuna Sahip Olan Deneklerin Sürelerine Göre Dağılımı

<u>Adet yokluğunun süresi</u>	<u>Sayı</u>	<u>%</u>
6 - 12 hafta	26	70.27
13 hafta - 6 ay	10	27.03
7ay-12ay	1	2.70
Toplam	37	100.00

Öğrencilerin %70.27'si 6-12 hafta, %27.03 ü 12 hafta - 6 ay. % 2.70'si ise 6 ay - 12 ay süreyle adet yokluğuna sahip oldukları saptanmıştır (Tablo 7).

Tablo 8. Adet Yokluğuna Neden Olduğunu Düşündüğü Bir Olayı Bilme ve Bilmeme Durumlarına Göre Dağılımı

<u>Adet yokluğuna neden olan olayı</u>	<u>Sayı</u>	<u>%</u>
Dilen	50	33.78
Bilinmeyen	98	66.22
Toplam	148	100.00

Adet yokluğuna neden olan olayı bilme durumlarına bakıldığında, öğrencilerin %33.78'inin adet yokluğuna neden olan olayı bildiği %66.22'sinin ise bilmediği görülmektedir (Tablo 8).

Tablo 9. Adet Yokluğunun Nedenlerini Bilenlerin Belirttikleri Nedenlere Göre Dağılımı

<u>Adet yokluğunun nedenleri</u>	<u>Sayı</u>	<u>%</u>
Psikolojik lüzumsuzluk	12	24
Stresler Sınavlar	22	44
Fazla yorgunluk	3	6
Evden uzakta olmak	13	26
Toplam	50	100.00

Tablo 9'da görüldüğü gibi öğrencilerin adetlerinin gecikmesine neden olduğunu düşündükleri olaylar incelendiğinde %24'ü bu duruma neden olan olayı psikolojik huzursuzluğa bağlamakta, %44'ü stresler ve sınavlardan dolayı, %26'sı ise evden uzakta olduğu için adetlerinin geciktiğini belirtmişlerdir.

Öğrencilerin okumakta oldukları okulu son sıralarda tercih etmiş olmaları (Tablo 1) %32.43'ünün tekrar üniversite sınavına girme düşüncesinin olması, %66.22'sinin yurtta kalmakta olmaları, psikolojik durumlarını etkilediğinden adet gecikmelerine neden olduğu söylenebilir. Adölesans dönemindeki amenorelerin nedenleri literatürde de psikolojik faktörlere bağlanmıştır. Jeefcoate kurumlarda yaşayan genç kızların %50'sinde amenore görüldüğünü saptamıştır (McCormick 1975).

Deneklerin Menstrual Siklus Yakınmalarına Neden Olan Etmenler

Tablo 10. Deneklerin Kaldıkları Yerlere Göre Adetlerin Düzeni Arasındaki İlişkinin Dağılımı

Yer Dili:nl	Düzensiz		Düzenli		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Ailesiyle kalan	4	12.50	28	87.50	32	100.00
Yurtta kalan	11	11.22	87	88.78	98	100.00
Akraba yanında kalan	2	33.33	4	66.67	6	100.00
Birkaç arkadaş kalan	3	25.00	9	75.00	12	100.00
Toplam	20		128		148	100.00

$$X^2=3.779$$

$$S.D.=3$$

$$P>0.05$$

Deneklerin kaldıkları yere göre adetlerin düzeni arasındaki ilişki arasındaki dağılım Tablo 10'da gösterilmiştir.

Deneklerin kaldıkları yerlere göre adetler sırasındaki ağrı durumunun dağılımına bakıldığında. ailesiyle kalanların %68.75'inin, yurtta kalanların %64.29'unun, akraba yanında kalanların %83.33'ünün, birkaç arkadaş birlikte kalanların %66.67'sinin adetleri sırasında ağrı yakınmalarının olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde

kalınan yer ile ağrı arasındaki ilişki, sırasındaki fark anlamlı çıkmamıştır (Tablo 11).

Tablo 11. Deneklerin Kaldıkları Yerlere Göre Adetler Sırasındaki Ağrı İlişkisinin Dağılımı.

Kalınan Yer	İlişki					
	Var		Yok		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Ailesiyle kalan	22	68.75	10	31.25	32	100.00
Yurtla kalan	63	64.29	35	35.71	98	100.00
Akraba yanında kalan	5	83.33	1	16.67	6	100.00
Birkaç arkadaş beraber kalan	5	66.67	4	33.33	12	100.00
TOPLAM	98		50		148	100.00

$$\chi^2 = 1.02$$

$$S.D.=2$$

$$P>0.05$$

Deneklerin kaldıkları yerlere göre adetler sırasındaki ağrı durumunun dağılımına bakıldığında, ailesiyle kalanların %68.75'inin, yurtta kalanların %64.29'unun, akraba yanında kalanların %83.33'ünün, birkaç arkadaş birlikte kalanların %66.67'sinin adetleri sırasında ağrı yakınmalarının olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde kalınan yer ile ağrı arasındaki ilişki anlamlı çıkmamıştır (Tablo 11).

Deneklerin ailesini görme sıklığına göre adetler arasındaki yetersizlikler arasındaki ilişki Tablo 12'de gösterilmiştir. Ailesiyle beraber kalan deneklerin %38.71'mi adetler sırasındaki yetersizlik yokken, %61.29'unun okula zorla da olsa geldikleri ayda bir görenlerin yaklaşık yarısının bir yetersizliği yokken, yarısının okula zorla geldikleri ailesini ancak uzun süreli tatillerde görenlerin de yine %35.42'sinin hiçbir yetersizliği olmadığı, %58.33'ünün okula zorla gelebildikleri saptanmıştır. Deneklerin ailelerini görme sıklığıyla ye-

terstltklerinin dağılımı arasındaki ilişki anlamlı çıkmamıştır. ($X^2 = 5.564$. S. D = 8, $P > 0.05$).

Tablo 12. Deneklerin Ailesini Görme Sıklığına Göre Adetler Sırasındaki Yetersizliklerin Dağılımı.

Ailesini Görme Sıklığı	.Adetler sırasında yetersizlik							
	Yok		Okula zorla geliyor		Okula gelmiyor		toplam	
	S	%	S	%	S	%	S	%
Ailesiyle beraber kalan	12	38.71	2	61.29	0	-	32	100.00
Her hafta sonu gören	5	33.33	8	60.00	1	6.67	14	100.00
Ayda bir gören	19	48.72	19	48.72	1	2.56	39	100.00
2 ayda bir gören	8	53.33	6	40.00	1	6.67	15	100.00
Uzun süreli gören	17	35.42	28	58.33	3	6.25	48	100.00
Toplam	61		81		6		148	

$X^2=5.564$ S.D.=8 $P>0.05$

SONUÇ VE ÖNERİLER

Öğrencilerin %41.89'unun 19 yaş grubunda olduğu %66.22'sinin yurtta kaldığı, %32.43'ünün uzun süreli tatillerde ailelerini gördükleri, %68.24'ünün bu okulu 11. ve daha ileri sınıflarda tercih ettikleri saptanmıştır.

Öğrencilerin %33.11'inin 13 yaşında oldukları, %13.51'inin adetlerinin hala düzensiz olduğu, %11.49'unun adetler arası sürenin 35 gün ve daha fazla olduğu. %9.46'sının 15-20 gün aralıklarla adet gördükleri saptanmıştır.

Öğrencilerin %66.22'sinin adetler sırasında ağrıların olduğu. %20.27'sinin mide bulantısı, halsizlik, iştah artması. %14.19'unun si-

ntrlılık. baş ağrısı, %12.16'sının stres. sıkıntı gibi yakınmalarının olduğu, bu yakınmalardan dolayı %54.73'ünün okula çok zorluklar da olsa gelebildikleri beltrlenmtştir.

Öğrencilerin %25'inin herhangi bir adet yokluğuna sahip olduğu, adet yokluğuna sahip olanların %70.27'sinde bu sürenin 6-12 hafta olduğu. %33.78'inin adet yokluğuna neden olan olayı bildikleri saptanmıştır. Bu olayların başında %44 oranıyla stresler, sınavlar; %26 oranıyla evden uzakta olma; %24 oranıyla psikolojik huzursuzluk gelmektedir.

Öğrenclertrn kaldıkları yere göre adetlerinin düzeni ve adetler sırasındaki ağrı arasındaki ilişki anlamlı çıkmamıştır. Ailelerini görme sıklığıyla adetler sırasındaki yetersizlikler arasında da anlamlı bir ilişki saptanamamıştır.

Bu sonuçlara göre: öğrencilerin adetleriyle ilgili yakınmalarının (Süre, ağrı v.s) erken devrede saptanması, tıbbi tedavi ve önlemlerin alınması gerekmektedir. Bunun için sağlık ekibinin yaklaşması olanları saptamak için taramalar yapması. öğrencilere sağlık hizmeti veren mediko-sosyal merkezlerin daha fonksiyonel hale getirilmesi gerekmektedir. Sadece hemşirelik yükseköğretim öğrencileriyle yapılan bu çalışmanın daha geniş çaplı tüm üniversite öğrencilerini kapsayacak şekilde yapılması ve sonuçların buna göre değerlendirilmesi önerilebilir.

SUMMARY

An Research on the Menstrual State of the Nursing Students at the School of nursing of Ege University

This research was planned to determine the complaints of the student nurses with regard to menstrual period and to investigate the factors affecting their health state during this period.

As a result. it was determined found that in 11.49 % of student the period between the menstruation was at the oligomenorrhea and amenorrhea levels, also 66.22 % of the students had great difficulty in coming to school regularly because of their pain and other complaints.

KAYNAKLAR

1. Bachman, A. G .. Kemrnann. E. (1982) Prevalence of oligorneriorrhea and amenorrhoea in a college population. Am. J. Obstet. Gyne-col. 144:98-102.
2. Erefe, I. (1988) Adolesan Çağ Kız Öğrencilerde Okul Sağlığı Çalışmaları, 1. Ulusal Hemşirelik Kongresi. İzmir, 13-14 Eylül 1985, E.Ü. H. Y. O. Yayını, s: 348-355.
3. Erdoğan. E .. Işık, A.. Saruhan. A.: Adolesan Kızların Menarş Deneyimleri ve Menstrual Siklus Özelliklerine İlişkin Bir Çalışma. Ege ünü. Hem. Yük. Okulu. 7:2, 1991, s:31-49.
4. Işık, A. (1989) Adölasanlarda Menstrual Döneme İlişkin Özelliklerin ve Normal Dışı Genltal Akıntı Durumunun İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İzmir, 1989.
5. Jones H. W., Seegar G. J .. (1981) Novak Kadın Hastalıkları. Çev. Göksu. M .. Üstün, M. Mentaş Kitapevi. 10. Baskı. 1985.
6. McCom1lck W. O. (1975) Amenorrhoea and other Menstrua-1 Symptoms in Sludent Nurses. Journal of Psyhosomatic Res .. Vol: 19 pp: 131-137.
7. SIng, K. B. Meristrual disorders in college students. Am. J. Obstet. Gynccol. 140: 299, 1988.
8. Tümerdem. Y.. Coşkun A .. Ayhan B. (1987) Adolesans Döneminde Mcnarş Olayına Nöroflzyolojik Yaklaşım, Hemşirelik Bülteni. 2. 9 ss: 38-44.

