

HEMŞİRELİK YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNDE BAŞAĞRISINA İLİŞKİN BİR ÇALIŞMA

Çiçek FADİLOĞLU*

Gülümser ARGON**

Kamile ERGİN**

Aynur ESEN***

Ayfer KARADAKOVAN***

Bu araştırma Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu öğrencilerinde baş ağrısı görülme sıklığı ve nedenlerini saptamak amacıyla yapılmıştır. Öğrencilerde baş ağrısı görülme sıklığı % 61.1 olarak bulunmuştur. Baş ağrısı nedenleri olarak % 44.4 oranıyla göz, % 29.5 oranıyla kulak, boğaz, burun şikayetleri ve % 41 oranıyla kaygılı kişilik yapısı saptanmıştır.

Baş ağrısı günümüzde endüstrileşmiş ve şehirleşmiş topluluklarda en yaygın sağlık sorunlarından birini oluşturmaktadır. İnsanların çektiği bedensel acılar arasında ilk sıralarda yer aldığı söylenebilir. Araştırmalar, baş ağrısı= vazodilatasyona, kas gerilimine, intrakraniyal basınç değişikliklerine bağlı olduğunu ve stres, depresyon, hipertansiyon ve belirgin organik hastalıklar gibi çeşitli ve farklı başlatıcı faktörlerle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Bunlara ek olarak kişisel faktörlerin de etkili olduğu bildirilmiştir (2,14). Migrenli hastalar ve ebeveynleri ile yapılan bir çalışmada anne ve babanın her ikisinde migrenli olanların çocuklarında % 69, anne veya babadan birinde migren olanlarda % 44 ve anne veya babasında olmayıp sadece kendisinde migren olanların oranı % 29 olarak bulunmuştur (5). Yakın zamanda batı ülkelerinde yapılan araştırmalarda bir yıl içinde şiddet ve süresi değişiklik göstermekle beraber, genel nüfus içinde her yaş grubunda baş ağrısına % 80-90 oranında rastlandığı bildirilmiştir (4,7,12).

Baş ağrısı yakınması olan bir kişinin sağaltımına başlamadan önce kapsamlı bir öykünün alınması gereklidir (1,2).

* E.U.Hemşirelik Y.O. iç Hast. Hemşireliği Öğr.Uyesi (Yard.Doç.Dr.)

** E.O.Hemşirelik Y.O. iç Hast. Hemşireliği Araş.Gör. (Dr.)

*** E.Ü.Hemşirelik Y.O. İç Hast. Hemşireliği Araştırma Görevlisi

Harlemde (6) yapılan bir araştırmada öğrencilerin % 18 linin, NewYork 'ta (10) yapılan bir araştırmada öğrencilerin % 4 'ünün başağrısı sorunu olduğu saptanmıştır. Strenlieb ve Munen (13) yapmış oldukları araştırmada, öğrenciler sağlık sorunları arasında başağrısına altıncı sırada (% 8.9) yer vermişlerdir. Nijerya Üniversite öğrencileri arasında başağrısı prevalansım inceleyen Ogunyemi, kadınların % 61 'inin, erkeklerin % 59 turunun yineleyen başağrısından yakındıklarını saptamıştır (11).

Ülkemizde üniversite öğrencileri arasında yapılan araştırmalar incelendiğinde, öğrencilerin sağlık sorunları arasında başağrısını ön sıralarda belirttikleri görülmüştür. Üniversitelerin Mediko-Sosyal Merkezlerine ulaşan psikolojik yakınmaları inceleyen Yeşilyaprak 'In araştırmasında başağrısının beşinci sırada (% 13.3) yer aldığı görülmüştür (9). Ege Üniversitesi birinci sınıf öğrencilerinin sağlık sorunlarını inceleyen bir araştırmada öğrencilerin % 37.4 'ü başağrısından yakındıklarını bildirmişlerdir' (8). Aydemir'in Bornova. Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin sağlık sorunları ve sağlıkla ilgili genel yaklaşımların' inceleyen araştırmasında öğrenciler ergenlik dönemi fizik sağlık sorunlarında birinci sırada (% 86) başağrısını belirtmişlerdir (3).

Görüldüğü gibi, ülkemizde başağrısı öğrencilerin önemli sorunları arasında yer almaktadır. Bu nedenle Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu öğrencilerinin başağrısı sorunlarını ve etki eden faktörlerin saptanması amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma tammlayıcı olarak düzenlenmiştir. Araştırma kapsamına 1985-1986 ders yılında E.Ü.Hemşirelik Yüksek Okulu'nda okuyan 415 öğrencinin 383 'ü (% 92) alınmıştır.

Araştırma verilerini toplamak üzere hazırlanan soru kağıdının birinci bölümü öğrenciler hakkındaki özel tanıtıcı bilgilere ilişkin sorular, ikinci bölümü ise başağrısına ilişkin soruları içermektedir. İkinci bölümü sadece başağrısı yakınması olan öğrenciler doldurmuşlardır.

Sonuçların analizinde yüzdeler hesapları ve Ki-kare önemlilik testi kullanılmıştır.

BULGULAR VE YORUM

TABLO 1 : Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

Sosyo-Demografik Özellikler	Sayı	
Yaş Grubu		
17 - 20	230	60.05
21 - 24	138	36.03
25 ve üstü	3	0.78
Yanıtızsız	12	3.13
Sınıfı		
1	117	30.55
2	90	23.50
3	86	22.45
4	90	23.50
Şu Anda Kaldığı Yer		
Yurt	189	49.35
Ailesiyle	149	37.60
Akrabasıyla	9	2.35
Arkadaşlarıyla bir evde	15	3.92
Diğer	26	6.79
Medeni Durumu		
Bekar	339	88.51
Evli	7	1.83
Nişanlı veya sözlü	36	9.40
Diğer	1	0.26
Toplam	383	100.00

Araştırma kapsamına giren öğrencilerin yaş ortalaması 19.95 T- 3.92'dir. Öğrencilerin yaş gruplarına göre dağılımına bakıldığında % 60.05'inin 17-20 ve % 36.03'ünün 21-24 yaş gruplarında olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

Öğrencilerin % 30.55'i birinci, % 22.45'i üçüncü ve 23.50 oranlarıyla ikinci ve dördüncü sınıflara dağıldığı görülmektedir (Tablo 1).

Araştırmaya katılan öğrencilerin şu anda kaldıkları yer ve medeni durumlarına bakıldığında % 49.35'inin yurttan kaldığı ve % 88.51'inin bekar olduğu görülmektedir (Tablo 1).

Ayrıca öğrencilere aylık gelirlerinin harcamalarını karşılamada yeterli olup olmadığı sorulduğunda % 49.87'si yetersiz,

% 48.83 'ü yeterli olduğunu belirtmişler, % 1.31'i bu soruyu yanıtlamamıştır.

Öğrencilere katılabildikleri sosyal etkinliklerin dinlenmeleri için yeterli olup olmadığı sorulmuştur. Yapabildikleri sosyal etkinlikleri yeterli bulanların oranı % 4.96, kısmen yeterli bulanların oranı % 43.60, yetersiz bulanların oranı % 48.83 ve bu soruyu yanıtsız bırakanların oranı % 2.61 olarak bulunmuştur. Bu bulgular bize öğrencilerin sosyal etkinliklere yeterince katılmadığını göstermektedir. Bu, öğrencilerin % 50'sinin ekonomik yetersizliğinin olması nedeniyle yararlanamadıklarına ve derslerin çok yoğun olmasına bağlanabilir_

TABLO 2 : Bazs Hastalıkların Varılıusna Göre Öğrencilerin Dağılımı

Hastalık Tipi	Var		Yok		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Son 2 yıl içinde geçirilmiş kafa travması	6	1.57	377	98.43	383	100.00
Geçirilmiş operasyonlar	40	10,44	343	89.56	383	100.00
Geçirilmiş Tbc.			383	100.00	383	100.00
Tekrarlayan böbrek hastalıkları	18	4.70	365	95.30	383	100.00
Kulak,burun,sinus hastalıkları	93	24.28	290	75.72	383	100.00
Çocuklukta taşıt tutması	107	27.94	276	72.06	383	100.00
Astma,saman nezlesi ve allerji	42	10.97	341	89.03	383	100.00
Menstrüasyon bozuklukları	129	33.68	254	66.32	383	100.00
girtik diş	124	32.38	259	67.62	383	100.00
Göz rahatsızlıkları	147	38.38	236	61.62	383	100.00

Öğrencilere başağrısı ile ilişkili olabilecek birtakım hastalıkların varlığı sorulduğunda en fazla % 38.38 orarıyla göz rahatsızlıklarının, ikinci olarak % 33.68 orarıyla menstrüasyon bozukluklarının ve üçüncü olarak % 32.38 orarıyla çürük diş olduğu görülmüştür (Tablo 2). Bu konudaki literatür incelendiğinde göz, menstrüasyon ve dişle ait bozuklukların başağrısına neden olabildiği görülmüştür (2,7).

TABLO 3: Baş ağrısının Olma Durumu

öğrencilerde Baş ağrısı	Sayı	
Baş ağrısı olan	234	61.10
Baş ağrısı olmayan	147	38.38
Yanıtızsız	2	0.52
Toplam	383	100.00

Tablo 3'de görüldüğü gibi öğrencilere başağrısı yakınrnaları olup olmadığı sorulduğunda 234 kişi (% 61.10) başağrısı yakınması olduğunu ve 147 kişi (% 38.38) olmadığını belirtmiştir. Ayrıca öğrencilere anne, baba veya kardeşlerinde başağrısı yakınması olup olmadığı sorulmuş 124 kişi (% 32.38) olduğunu, 259 kişi (% 67.62) olmadığını belirtmiştir. Bu bulgular ilgili literatürle uyum göstermektedir (5,6).

TABLO 4 : Başağrısının özelliklerine göre öğrencilerin Dağılımı

Baş ağrısı özellikleri	Sayı	
Yakınına Süresi		
1 yıldan az	46	19.66
1 - 2 yıl	65	27.78
3 - 4 yıl	64	27.35
5 ve daha fazla yıl	49	20.94
Belirtmeyen	10	4.27
Baş ağrısının Şekli		
Sürekli	45	19.23
Nöbet şeklinde	150	64.10
Gittikçe artan	22	9.40
Belirtmeyen	17	7.27
Yerleşim Bölgesi		
Sağ hemisfer	21	8.97
Sol hemisfer	19	8.12
Bütün	177	75.64
Değişik bölgeler	5	2.14
Belirtmeyen	12	5.13
Şiddeti		
Hafif	33	14.10
Orta	129	55.13
Şiddetli	65	27.78
Dayanılmaz	7	2.95

(Devamı arkada)

Tablo 4 (Devamı)

Baş ağrısı Özellikleri	Sayı	
Niteliği		
Batıcı	11	4.70
Zonklayıcı	138	59.00
Basınç duygusu	67	28.62
Sıkışma duygusu	17	7.27
Belirtmeyen	1	0.41
Başlangıç Zamanı		
Sabah	44	18.80
Akşama doğru	141	60.26
Gece	10	4.27
Değişik zamanlarda	4	1.71
Belirtmeyen	35	14.96
Toplam	234	100.00

Tablo 4'de görüldüğü gibi öğrencilere baş ağrısından yakınma süreleri ve özellikleri sorulmuştur. Baş ağrısından yakınma süresi bir yıldan az olanların oranı % 19.66, 1-2 yıl arasında olanların oranı % 27.78, 3-4 yıl arasında olanların oranı % 27.35 ve 5 yıl ve daha uzun süredir yakınması olanların oranı % 20.94 olarak bulunmuştur.

Baş ağrısının şekli sorulduğunda öğrencilerin % 64.10 'u nöbet şeklinde geldiğini, % 19.23 'ü sürekli olduğunu belirtmişlerdir (Tablo 4). Sillanpaa 'nın (12) 7-15 yaş grubunda yapmış olduğu çalışmada kız öğrencilerinde nöbet şeklinde gelen baş ağrısı oranı % 55 olarak bulunmuştur.

Baş ağrısı= yerleşim bölgesine bakıldığında % 75.64 oranıyla en çok bütün baş ağrısı şeklinde olduğu görülmektedir. Öğrenciler baş ağrısını % 55.13 oranıyla orta şiddette, % 59 oranıyla zonklayıcı nitelikte olduğunu ve % 60.26 oranıyla akşama doğru başladığını belirtmişlerdir.

TABLO 5 : Baş ağrısına Eşlik Eden Belirtilerin Dağılımı;

Eşlik Eden Belirti	Var		Yok		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Bulantı, kusma	27	11.54	207	88.46	234	100.00
Fotofobi	23	9.83	211	90.17	234	100.00
Huzursuzluk	166	70.94	68	29.06	234	100.00
Diğer	13	5.56	221	94.44	234	100.00

Araştırma kapsamına giren öğrencilere başağrılarında eşlik eden belirtilerin varlığı sorulduğunda % 70.94 oranı ile huzursuzluk, % 11.54 oranıyla bulantı,kusma ve % 9.83 oranıyla fotofobi bulunduğunu belirtmişlerdir (Tablo 5). Bu bulgular başağrısına eşlik eden belirtiler arasında en sık görülen yakınmaların, bulantı, kusma, fotofobi, huzursuzluk olduğunu belirten literatürle uyum sağlamaktadır (1,12).

TABLO 6 : Başağrısını Etkileyen Etmenlerin Dağılımı

Ba şa ğr	Sayı	
Psikolojik huzursuzluk	115	49.15
Yoğun ders çalışma	14	5.99
Ailesel huzursuzluk	4	1.71
Arkadaşlarıyla çatışma	1	0.41
Fizyolojik	76	32.48
Herhangi bir etken yok	24	10.26
Rahatlatmak ve Geçirmek için Kullanılan Yöntemler		
Uyku	157	67.10
Baş sıkma	32	13.68
Göze tampon	6	2.57
Karanlık oda	1	0.41
Yöntem kullanmayan	38	16.24
Toplam	234	100.00

Tablo 6'da görüldüğü gibi öğrenciler başağrısını başlatan ve şiddetlendiren etmenler olarak % 49.15 oranıyla en çok psikolojik huzursuzlukları ve % 32.48 oranıyla açlık, uykusuzluk, yorgunluk, menstrüasyon gibi fizyolojik olayları belirtmişlerdir.

Öğrencilere başağrısını geçirmek veya hafifletmek için ilaç dışında bir yöntem kullanıp kullanmadığı sorulduğunda 196 (% 83.76) öğrenci kullandığını, 38 (% 16.24) öğrenci kullanmadığını belirtmiştir. Bu yöntemler arasında % 67.10 oranıyla en fazla uyuma, daha sonra % 13.68 oranıyla geleneksel bir yöntem olan baş sıkmanın kullanıldığı saptanmıştır (Tablo 6).

TABLO 7 : Öğrencilerin Başağrısı için İlaç Kullanma Durumlarının Dağılımı:

İlaç Kullanma Durumu	Sayı	
Kullanan	163	69.66
Kullanmayan	71	30.34
Toplam	234	100.00

Araştırma kapsamına giren öğrencilere başağrısını geçirmek için ilaç kullanma durumları sorulduğunda 163 (% 69.66) öğrenci ilaç kullandığını ve 71 (% 30.34) öğrenci ilaç kullanmadığını belirtmiştir (Tablo 7).

Öğrencilere kullandıkları ilaç türü sorulduğunda 161 (% 98.78) öğrencinin analjezik, 1 (% 0.61) öğrencinin trankilizan ve 1 (% 0.61) öğrencinin hem trankilizan hem de analjezik kullandığı saptanmıştır.

TABLO 8 : Yaş Gruplarına Göre Başağrısı Görülme Durumu

Yaş Grubu	Basağrısı Olan		Basağrısı Olmayan		Yanıtsız		Toplam		
	S	%	S	%	S	%	S	%	
17 - 20	140	59.83	88	59.86	2	100.00	230	60.05	
21 - 24	86	36.75	52	35.37	-	-	138	36.03	
25 ve üstü	1	0.43	2	1.36	-	-	3	0.78	
Yanıtsız	7	2.99	5	3.40	-	-	12	3.13	
Toplam	234	100.00	147	100.00	2	100.00	383	100.00	
		$\chi^2= 2.437$		SD= 6		P>0.05			

Tablo 8'de görüldüğü gibi yaş gruplarına göre başağrısı görülme sıklığına bakıldığında 17-20 yaş grubunda % 59.83, 21-24 yaş grubunda % 36.75 ve 25 yaş ve üstü grubunda % 0.43 oranında saptanmıştır. Yapılan analizle gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamasına karşın başağrısının en yüksek olarak % 59.83 oranıyla 17-20 yaş grubunda görüldüğü saptanmıştır ($X^2= 2.437$, $P > 0.05$).

TABLO 9 : Aile Hikayesine Göre Başağrısı Görülme Durumu

Aile Hikayesi	Kendisinde Başağrısı				Toplam	
	Olan		Olmayan		S	%
Başağrısı olan	143	61.10	114	77.60	257	67.50
Başağrısı olmayan	91	38.90	33	22.40	124	32.50
Toplam	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci alınmamıştır.

$$X^2= 11.1 \quad SD= 1 \quad P<0.05$$

Tablo 9'da görüldüğü gibi ailesinde başağrısı olma durumuna göre başağrısı olan öğrenciler incelendiğinde, başağrısı olan öğrencilerin % 61.10'u anne, baba veya kardeşinde başağrısı şikayeti olduğunu, % 38.90'ı başağrısı şikayeti olmadığını belirtmişlerdir. Başağrısı olmayan 147 öğrenciden 114'ünün (% 77.60) aile hikayesi olduğu görülmüştür. Ailesinde başağrısı hikayesi olan gruba, olmayan grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2= 11.1$, $P (0.05)$).

Bu bulgu, Blau (5) ve Sillanpaa (12)¹'nin çalışmalarında belirtmiş oldukları oranlarla paralellik göstermektedir.

TABLO 10 : Öğrencilerde Menstrüasyon Periyodlarının Düzene Göre Başağrısı Görülme Durumu

Menstrüasyon Periyodu	Başağrısı Olan		Başağrısı Olmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Düzenli	150	64.10	104	70.75	154	66.67
Düzensiz	84	35.90	43	29.25	127	33.33
Toplam	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci analize katılmamıştır.

$$X^2= 1.78 \quad P>0.05$$

Tablo 10'da görüldüğü gibi başağrısı olan öğrencilerde % 35.90 oranında, başağrısı olmayan öğrencilerde % 29.25 oranında menstrüasyon periyodlarında düzensizlik olduğu saptan-

mıştır. Yapılan istatistiksel analizle başağrısı olan öğrencilerde menstrüasyon düzensizliği olanlar ve olmayanlar arasında önemli fark bulunmamıştır ($X^2= 1.78, P>0.05$).

Bu sonuç menstrüasyon düzensizliklerinin başağrısına neden olmadığını düşündürmektedir.

TABLO 11 : Göz Bozukluğuna Göre Başağrısı Görülme Durumu

Göz Bozukluğu	Başağrısı				Toplam	
	Var		Yok			
	S	%	S	%	S	%
V a r	104	44.40	43	29.30	147	38.60
Y o k	130	55.60	104	70.70	234	61.4
T o p l a m	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci analize alınmamıştır.

$X^2= 8.72$ $SD= 1$ $PZ.0.05$

Tablo 11'de görüldüğü gibi başağrısı olanların % 44.40'ında göz bozukluğu olduğu, % 55.60'ında göz bozukluğu olmadığı ve göz bozukluğu olmayıp başağrısı da olmayanların oranının % 70.70 olduğu saptanmıştır.

Yapılan analizle göz bozukluğu görülme durumu ile başağrısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($X^2 = 8.72, P < 0.05$).

TABLO 12 : Kulak, Boğaz, Burun Yakınması Olanlarda Başağrısı Görülme Durumu

K.B.B. Şikayeti	Başağrısı				Toplam	
	Var		Yok			
	S	%	S	%	S	%
V a r	69	29.50	23	15.60	92	24.10
Y o k	165	70.50	124	84.40	289	75.90
T o p l a m	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci analize alınmamıştır.

$X^2= 9.42$ $P<0.05$

Kulak,boğaz,burun şikayeti olup başağrısı yakınması olan

öğrencilerin oranı % 29.50 ve her iki yakınmast da olmayanların oranı % 84.40 olarak bulunmuştur. Yapılan analizle kulak,boğaz, burun rahatsızlıkları ile başağrısı yakınması arasında önemli bir ilişkinin var olduğu saptanmıştır ($X^2= 9.42$, $P< 0.05$) (Tablo 12).

TABLO 13 : Sınıflara Göre Başağrısı Görülme Durumu

Sınıf	Başağrısı				Yanıtsız	
	O I a n	S	Olmayan	S		
1	72	30.77	45	30.61	-	--
2	56	23.93	34	23.13	-	-
3	56	23.93	28	19.05	2	100.00
4	50	21.37	40	27.21		-
Toplam	234	100.00	147	100.00	2	100.00
	$X^2= 9.240$		SD= 6		p> 0. n'	

Başağrısı olan öğrencilerin sınıflara göre (1:2111rına bakıldığında % 30.77 oranıyla ençok birinci sınıf öğ t. ilerinin olduğu görülmektedir. Sınıflar arasında başağrısı görülL' sıklığı arasında yapılan analizle önemli bir fark saptanmarnıtr ($X^2= 9.240$, $P> 0.05$) (Tablo 13).

TABLO 14 : Kişilik Yapılarına Göre Başağrısı Görülme Durumu

Kişilik Yapısı	Başağrısı				Toplam	
	V a r	%	Y o k	%	S	%
Genellikle sakin	75	32.05	73	49.66	148	38.84
Genellikle kaygılı	96	41.03	38	25.85	134	35.17
Genellikle heyecanlı	42	17.94	26	17.69	68	17.85
Genellikle aşırı titiz ve mükemmeliyetçi	14	5.98	5	3.40	19	4.99
Yanıtsız	7	2.99	5	3.40	12	3.15
Toplam	234	100.00	147	100.00	381	100.00
	$X^2= 14.38$		SD= 4		P< 0.05	

abi(14 <1(görüldüğü gibi başı ağrıyan 234 öğrencinin % 41.03 g ■ dlikle kaygılı olduklarını belirtirken, başağrısı olmayan öğrencilerin % 25.85'i kaygılı, % 49.66 rsı genellikle sakin bi i kişi i çıkıklarını belirtmişlerdir. Yapılan analizle istatistiksel olarak .;“g,rısının kişilik yapısı ile ilişkili olduğu saptanmıştır (P < 0.05). Bu bulgu kişilik yapısının başağrısı oluşumu =ia etkili olduğunu belirten literatüre uymaktadır (1S)

) N II

raştı- ·İde edilen verilerin değerlendirilmesi sonucunda işğ ii % 61.10 'turun başağrısı yakınması olduğu saptanmıştır. iz:İşagrısına eşlik eden özelliklerin en çok bulantı, kusma, fotofobi ve huzursuzluk olduğu görülmüştür. Öğrencilerde % 44.40 oralı i ti la göz bozuklukları, % 29.50 oramyla kulak,boğaz, burun yakınıırı ve % 41.10 oramyla kaygılı kişilik yapısının başağrısı olu;,i, munda etkili olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin % 69.60 ' ı ha sağ mini geçirmek için ilaç kullandıklarını ve % 98.80 'ı bu amaçla analjezik türü ilaçları tercih ettiklerini belirtmişlerdir İ Bu bulgular ışığında :

1. Gem, lerin boş vakitlerini değerlendirmede ilgi alanları doğrultusunda çeşitli olanakların sağlanması,
2. Olasınua stres yaratıcı ortamların azaltılması ve onların kaygılarını yenebilmeleri için rehberlik edilmesi,
3. Tıbbi tedaviye başlamadan önce kapsamlı bir öykü alınması ve başağrısına neden olabilecek faktörlerin giderilmesi,
4. Tıbbi tedavi yanısıra gevşeme, egzersiz ve feedback gibi birtakım rahatlatıcı yöntemleri kullanmaları, önerilebilir.

SUMMARY

Headache Among Nursing Students

This study deali:h with the prevalence and some causative factors of headache among nursing students. The sample consisted of 383 girls aged 17-25. The data were obtained by use of a questionai re. Results indicated that the rate of the headache is 61.1 % for the students. Eye disorders (44.4 %) ear, nose, throat disorders (29.5 %) and anxietic personality (41 %) were found as causative factors.

KAYNAKÇA

1. Ailen, A.R.; Weinmann, R. : "The McGill-Melzack Pain Questionnaire in the Diagnosis of Headache", Headache, 22:1, 10, 1982.
2. Andrasik, F. ve ark.: "Cross-Validation of the Kudrow-Sutkus MMPI Classification System for Diagnosing Headache Type", Headache, 22:2-5, 1982.
3. Aydemir, G. : "Ergenlik Dönemi Kız Öğrencilerinin Sağlık Sorunları ve Öğretmenlerin Görüşleri", E.Ü.Hemş.Y.O.Derg., 1:2, 18, 1985.
4. Baltaş, A.; Baltaş, Z. : Stres ve Başaçıkma Yolları. Cenkler Matb., 1986, ss.137-138.
5. Blau, J.N.1 : "Migraine-Research", British Med.J., 2, 751-757, 1971.
6. Brunswick, A.; Josephson, E. : "Adolescent Health in Harlem", School of Nursing. Oct.NewYork, 1972.
7. Cheng, X. ve ark.: "A Prevalence Survey of 'Incapacitating Headache' In The People's Republic of China", Neurology 1986, 36,831,1986.
8. Conk, Z. ve ark.: "Ege Üniversitesi 1. Sınıf öğrencilerinin Sağlık Sorunlarının incelenmesi", (I.Ulusal Hemşirelik Kongresi Bildirisi, İzmir, 1985).
9. "Gençler en çok nelerden şikayetçi?", Haftaya Bakış, 6, 10, 1986.
- 10.Marks, A.M.D. ve ark.: "Assesment of Health Needs and willigness To Utilize Health Care Resources of Adolescents in a Suburban Population", The J.of Pediatrics, 3, 457-460, 1980.
- 11.Ogunyemi, A.O. "Prevalence of Headache Among Nigerian University Students", Headache, 24, 127-130, 1984.
- 12.Sillanpaa, M. : "Prevalence of Headache in Prepuberty", Headache, 23:1, 10-24, 1983.
- 13.Streerlieb, J.; Munen, L. : "A Survey of Health Problems, Practices and Needs of Youth", Pediatrics, 49:2, Feb., 1972.
- 14.Uğur, M.; Ziya, T. : "Migrenli Hastaların Psikolojisi ve Serotonin Metabolizması", Yeni Symposium, 1-2, 41, 1985.

HEMŞİRELİK YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNDE BAŞAĞRISINA İLİŞKİN BİR ÇALIŞMA

Çiçek FADİLOĞLU*

Gülümser ARGON**

Kamile ERGİN**

Aynur ESEN***

Ayfer KARADAKOVAN***

Bu araştırma Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu öğrencilerinde baş ağrısı görülme sıklığı ve nedenlerini saptamak amacıyla yapılmıştır. Öğrencilerde baş ağrısı görülme sıklığı % 61.1 olarak bulunmuştur. Baş ağrısı nedenleri olarak % 44.4 oranıyla göz, % 29.5 oranıyla kulak, boğaz, burun şikayetleri ve % 41 oranıyla kaygılı kişilik yapısı saptanmıştır.

Baş ağrısı günümüzde endüstrileşmiş ve şehirleşmiş topluluklarda en yaygın sağlık sorunlarından birini oluşturmaktadır. İnsanların çektiği bedensel acılar arasında ilk sıralarda yer aldığı söylenebilir. Araştırmalar, baş ağrısı= vazodilatasyona, kas gerilimine, intrakraniyal basınç değişikliklerine bağlı olduğunu ve stres, depresyon, hipertansiyon ve belirgin organik hastalıklar gibi çeşitli ve farklı başlatıcı faktörlerle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Bunlara ek olarak kişisel faktörlerin de etkili olduğu bildirilmiştir (2,14). Migrenli hastalar ve ebeveynleri ile yapılan bir çalışmada anne ve babanın her ikisinde migrenli olanların çocuklarında % 69, anne veya babadan birinde migrenli olanlarda % 44 ve anne veya babasında olmayıp sadece kendisinde migrenli olanların oranı % 29 olarak bulunmuştur (5). Yakın zamanda batı ülkelerinde yapılan araştırmalarda bir yıl içinde şiddet ve süresi değişiklik göstermekle beraber, genel nüfus içinde her yaş grubunda baş ağrısına % 80-90 oranında rastlandığı bildirilmiştir (4,7,12).

Baş ağrısı yakınması olan bir kişinin sağaltımına başlamadan önce kapsamlı bir öykünün alınması gereklidir (1,2).

* E.U.Hemşirelik Y.O.İç Hast. Hemşireliği Öğr.Uyesi (Yard.Doç.Dr.)

** E.O.Hemşirelik Y.O.İç Hast. Hemşireliği Araş.Gör. (Dr.)

*** E.Ü.Hemşirelik Y.O. İç Hast. Hemşireliği Araştırma Görevlisi

Harlemde (6) yapılan bir araştırmada öğrencilerin % 18 linin, NewYork 'ta (10) yapılan bir araştırmada öğrencilerin % 4 'ünün başağrısı sorunu olduğu saptanmıştır. Strenlieb ve Munen (13) yapmış oldukları araştırmada, öğrenciler sağlık sorunları arasında başağrısına altıncı sırada (% 8.9) yer vermişlerdir. Nijerya Üniversite öğrencileri arasında başağrısı prevalansım inceleyen Ogunyemi, kadınların % 61 'inin, erkeklerin % 59 turunun yineleyen başağrısından yakındıklarını saptamıştır (11).

Ülkemizde üniversite öğrencileri arasında yapılan araştırmalar incelendiğinde, öğrencilerin sağlık sorunları arasında başağrısını ön sıralarda belirttikleri görölmüştür. Üniversitelerin Mediko-Sosyal Merkezlerine ulaşan psikolojik yakınmaları inceleyen Yeşilyaprak 'In araştırmasında başağrısının beşinci sırada (% 13.3) yer aldığı görölmüştür (9). Ege Üniversitesi birinci sınıf öğrencilerinin sağlık sorunlarını inceleyen bir araştırmada öğrencilerin % 37.4 'ü başağrısından yakındıklarını bildirmişlerdir' (8). Aydemir'in Bornova. Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin sağlık sorunları ve sağlıkla ilgili genel yaklaşımların' inceleyen araştırmasında öğrenciler ergenlik dönemi fizik sağlık sorunlarında birinci sırada (% 86) başağrısını belirtmişlerdir (3).

Göröldüğü gibi, ülkemizde başağrısı öğrencilerin önemli sorunları arasında yer almaktadır. Bu nedenle Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu öğrencilerinin başağrısı sorunlarını ve etki eden faktörlerin saptanması amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma tammlayıcı olarak düzenlenmiştir. Araştırma kapsamına 1985-1986 ders yılında E.Ü.Hemşirelik Yüksek Okulu'nda okuyan 415 öğrencinin 383 'ü (% 92) alınmıştır.

Araştırma verilerini toplamak üzere hazırlanan soru kağıdının birinci bölümü öğrenciler hakkındaki özel tanıtıcı bilgilere ilişkin sorular, ikinci bölümü ise başağrısına ilişkin soruları içermektedir. İkinci bölümü sadece başağrısı yakınması olan öğrenciler doldurmuşlardır.

Sonuçların analizinde yüzdeler hesapları ve Ki-kare önemlilik testi kullanılmıştır.

BULGULAR VE YORUM

TABLO 1 : Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

Sosyo-Demografik Özellikler	Sayı	
Yaş Grubu		
17 - 20	230	60.05
21 - 24	138	36.03
25 ve üstü	3	0.78
Yanıtızsız	12	3.13
Sınıfı		
1	117	30.55
2	90	23.50
3	86	22.45
4	90	23.50
Şu Anda Kaldığı Yer		
Yurt	189	49.35
Ailesiyle	149	37.60
Akrabasıyla	9	2.35
Arkadaşlarıyla bir evde	15	3.92
Diğer	26	6.79
Medeni Durumu		
Bekar	339	88.51
Evli	7	1.83
Nişanlı veya sözlü	36	9.40
Diğer	1	0.26
Toplam	383	100.00

Araştırma kapsamına giren öğrencilerin yaş ortalaması 19.95 T- 3.92'dir. Öğrencilerin yaş gruplarına göre dağılımına bakıldığında % 60.05'inin 17-20 ve % 36.03'ünün 21-24 yaş gruplarında olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

Öğrencilerin % 30.55'i birinci, % 22.45'i üçüncü ve 23.50 oranlarıyla ikinci ve dördüncü sınıflara dağıldığı görülmektedir (Tablo 1).

Araştırmaya katılan öğrencilerin şu anda kaldıkları yer ve medeni durumlarına bakıldığında % 49.35'inin yurttan kaldığı ve % 88.51'inin bekar olduğu görülmektedir (Tablo 1).

Ayrıca öğrencilere aylık gelirlerinin harcamalarını karşılamada yeterli olup olmadığı sorulduğunda % 49.87'si yetersiz,

% 48.83 'ü yeterli olduğunu belirtmişler, % 1.31'i bu soruyu yanıtlamamıştır.

Öğrencilere katılabildikleri sosyal etkinliklerin dinlenmeleri için yeterli olup olmadığı sorulmuştur. Yapabildikleri sosyal etkinlikleri yeterli bulanların oranı % 4.96, kısmen yeterli bulanların oranı % 43.60, yetersiz bulanların oranı % 48.83 ve bu soruyu yanıtsız bırakanların oranı % 2.61 olarak bulunmuştur. Bu bulgular bize öğrencilerin sosyal etkinliklere yeterince katılmadığını göstermektedir. Bu, öğrencilerin % 50'sinin ekonomik yetersizliğinin olması nedeniyle yararlanamadıklarına ve derslerin çok yoğun olmasına bağlanabilir_

TABLO 2 : Bazs Hastalıkların Varlıusna Göre Öğrencilerin Dağılımı

Hastalık Tipi	Var		Yok		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Son 2 yıl içinde geçirilmiş kafa travması	6	1.57	377	98.43	383	100.00
Geçirilmiş operasyonlar	40	10,44	343	89.56	383	100.00
Geçirilmiş Tbc.			383	100.00	383	100.00
Tekrarlayan böbrek hastalıkları	18	4.70	365	95.30	383	100.00
Kulak,burun,sinus hastalıkları	93	24.28	290	75.72	383	100.00
Çocuklukta taşıt tutması	107	27.94	276	72.06	383	100.00
Astma,saman nezlesi ve allerji	42	10.97	341	89.03	383	100.00
Menstrüasyon bozuklukları	129	33.68	254	66.32	383	100.00
girtik diş	124	32.38	259	67.62	383	100.00
Göz rahatsızlıkları	147	38.38	236	61.62	383	100.00

Öğrencilere başağrısı ile ilişkili olabilecek birtakım hastalıkların varlığı sorulduğunda en fazla % 38.38 orarıyla göz rahatsızlıklarının, ikinci olarak % 33.68 orarıyla menstrüasyon bozukluklarının ve üçüncü olarak % 32.38 orarıyla çürük diş olduğu görülmüştür (Tablo 2). Bu konudaki literatür incelendiğinde göz, menstrüasyon ve diş ait bozuklukların başağrısına neden olabildiği görülmüştür (2,7).

TABLO 3: Baş ağrısının Olma Durumu

öğrencilerde Baş ağrısı	Sayı	
Baş ağrısı olan	234	61.10
Baş ağrısı olmayan	147	38.38
Yanıtızsız	2	0.52
Toplam	383	100.00

Tablo 3'de görüldüğü gibi öğrencilere başağrısı yakınmalarını olup olmadığı sorulduğunda 234 kişi (% 61.10) başağrısı yakınması olduğunu ve 147 kişi (% 38.38) olmadığını belirtmiştir. Ayrıca öğrencilere anne, baba veya kardeşlerinde başağrısı yakınması olup olmadığı sorulmuş 124 kişi (% 32.38) olduğunu, 259 kişi (% 67.62) olmadığını belirtmiştir. Bu bulgular ilgili literatürle uyum göstermektedir (5,6).

TABLO 4 : Başağrısının özelliklerine göre öğrencilerin Dağılımı

Baş ağrısı özellikleri	Sayı	
Yakınma Süresi		
1 yıldan az	46	19.66
1 - 2 yıl	65	27.78
3 - 4 yıl	64	27.35
5 ve daha fazla yıl	49	20.94
Belirtmeyen	10	4.27
Baş ağrısının Şekli		
Sürekli	45	19.23
Nöbet şeklinde	150	64.10
Gittikçe artan	22	9.40
Belirtmeyen	17	7.27
Yerleşim Bölgesi		
Sağ hemisfer	21	8.97
Sol hemisfer	19	8.12
Bütün	177	75.64
Değişik bölgeler	5	2.14
Belirtmeyen	12	5.13
Şiddeti		
Hafif	33	14.10
Orta	129	55.13
Şiddetli	65	27.78
Dayanılmaz	7	2.95

(Devamı arkada)

Tablo 4 (Devamı)

Baş ağrısı Özellikleri	Sayı	
Niteliği		
Batıcı	11	4.70
Zonklayıcı	138	59.00
Basınç duygusu	67	28.62
Sıkışma duygusu	17	7.27
Belirtmeyen	1	0.41
Başlangıç Zamanı		
Sabah	44	18.80
Akşama doğru	141	60.26
Gece	10	4.27
Değişik zamanlarda	4	1.71
Belirtmeyen	35	14.96
Toplam	234	100.00

Tablo 4'de görüldüğü gibi öğrencilere baş ağrısından yakınma süreleri ve özellikleri sorulmuştur. Baş ağrısından yakınma süresi bir yıldan az olanların oranı % 19.66, 1-2 yıl arasında olanların oranı % 27.78, 3-4 yıl arasında olanların oranı % 27.35 ve 5 yıl ve daha uzun süredir yakınması olanların oranı % 20.94 olarak bulunmuştur.

Baş ağrısının şekli sorulduğunda öğrencilerin % 64.10 'u nöbet şeklinde geldiğini, % 19.23 'ü sürekli olduğunu belirtmişlerdir (Tablo 4). Sillanpaa 'nın (12) 7-15 yaş grubunda yapmış olduğu çalışmada kız öğrencilerinde nöbet şeklinde gelen baş ağrısı oranı % 55 olarak bulunmuştur.

Baş ağrısı= yerleşim bölgesine bakıldığında % 75.64 oranıyla en çok bütün baş ağrısı şeklinde olduğu görülmektedir. Öğrenciler baş ağrısını % 55.13 oranıyla orta şiddette, % 59 oranıyla zonklayıcı nitelikte olduğunu ve % 60.26 oranıyla akşama doğru başladığını belirtmişlerdir.

TABLO 5 : Baş ağrısına Eşlik Eden Belirtilerin Dağılımı;

Eşlik Eden Belirti	Var		Yok		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Bulantı, kusma	27	11.54	207	88.46	234	100.00
Fotofobi	23	9.83	211	90.17	234	100.00
Huzursuzluk	166	70.94	68	29.06	234	100.00
Diğer	13	5.56	221	94.44	234	100.00

Araştırma kapsamına giren öğrencilere başağrılarında eşlik eden belirtilerin varlığı sorulduğunda % 70.94 oranı ile huzursuzluk, % 11.54 oranıyla bulantı,kusma ve % 9.83 oranıyla fotofobi bulunduğunu belirtmişlerdir (Tablo 5). Bu bulgular başağrısına eşlik eden belirtiler arasında en sık görülen yakınmaların, bulantı, kusma, fotofobi, huzursuzluk olduğunu belirten literatürle uyum sağlamaktadır (1,12).

TABLO 6 : Başağrısını Etkileyen Etmenlerin Dağılımı

Ba şa ğr	Sayı	
Psikolojik huzursuzluk	115	49.15
Yoğun ders çalışma	14	5.99
Ailesel huzursuzluk	4	1.71
Arkadaşlarıyla çatışma	1	0.41
Fizyolojik	76	32.48
Herhangi bir etken yok	24	10.26
Rahatlatmak ve Geçirmek için Kullanılan Yöntemler		
Uyku	157	67.10
Baş sıkma	32	13.68
Göze tampon	6	2.57
Karanlık oda	1	0.41
Yöntem kullanmayan	38	16.24
Toplam	234	100.00

Tablo 6'da görüldüğü gibi öğrenciler başağrısını başlatan ve şiddetlendiren etmenler olarak % 49.15 oranıyla en çok psikolojik huzursuzlukları ve % 32.48 oranıyla açlık, uykusuzluk, yorgunluk, menstrüasyon gibi fizyolojik olayları belirtmişlerdir.

Öğrencilere başağrısını geçirmek veya hafifletmek için ilaç dışında bir yöntem kullanıp kullanmadığı sorulduğunda 196 (% 83.76) öğrenci kullandığını, 38 (% 16.24) öğrenci kullanmadığını belirtmiştir. Bu yöntemler arasında % 67.10 oranıyla en fazla uyuma, daha sonra % 13.68 oranıyla geleneksel bir yöntem olan baş sıkmanın kullanıldığı saptanmıştır (Tablo 6).

TABLO 7 : Öğrencilerin Başağrısı için İlaç Kullanma Durumlarının Dağılımı:

İlaç Kullanma Durumu	Sayı	
Kullanan	163	69.66
Kullanmayan	71	30.34
Toplam	234	100.00

Araştırma kapsamına giren öğrencilere başağrısını geçirmek için ilaç kullanma durumları sorulduğunda 163 (% 69.66) öğrenci ilaç kullandığını ve 71 (% 30.34) öğrenci ilaç kullanmadığını belirtmiştir (Tablo 7).

Öğrencilere kullandıkları ilaç türü sorulduğunda 161 (% 98.78) öğrencinin analjezik, 1 (% 0.61) öğrencinin trankilizan ve 1 (% 0.61) öğrencinin hem trankilizan hem de analjezik kullandığı saptanmıştır.

TABLO 8 : Yaş Gruplarına Göre Başağrısı Görülme Durumu

Yaş Grubu	Basağrısı Olan		Basağrısı Olmayan		Yanıtsız		Toplam		
	S	%	S	%	S	%	S	%	
17 - 20	140	59.83	88	59.86	2	100.00	230	60.05	
21 - 24	86	36.75	52	35.37	-	-	138	36.03	
25 ve üstü	1	0.43	2	1.36	-	-	3	0.78	
Yanıtsız	7	2.99	5	3.40	-	-	12	3.13	
Toplam	234	100.00	147	100.00	2	100.00	383	100.00	
		$\chi^2= 2.437$		SD= 6		P>0.05			

Tablo 8'de görüldüğü gibi yaş gruplarına göre başağrısı görülme sıklığına bakıldığında 17-20 yaş grubunda % 59.83, 21-24 yaş grubunda % 36.75 ve 25 yaş ve üstü grubunda % 0.43 oranında saptanmıştır. Yapılan analizle gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamasına karşın başağrısının en yüksek olarak % 59.83 oranıyla 17-20 yaş grubunda görüldüğü saptanmıştır ($X^2= 2.437$, $P > 0.05$).

TABLO 9 : Aile Hikayesine Göre Başağrısı Görülme Durumu

Aile Hikayesi	Kendisinde Başağrısı				Toplam	
	Olan		Olmayan		S	%
Başağrısı olan	143	61.10	114	77.60	257	67.50
Başağrısı olmayan	91	38.90	33	22.40	124	32.50
Toplam	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci alınmamıştır.

$$X^2= 11.1 \quad SD= 1 \quad P<0.05$$

Tablo 9'da görüldüğü gibi ailesinde başağrısı olma durumuna göre başağrısı olan öğrenciler incelendiğinde, başağrısı olan öğrencilerin % 61.10'u anne, baba veya kardeşinde başağrısı şikayeti olduğunu, % 38.90'ı başağrısı şikayeti olmadığını belirtmişlerdir. Başağrısı olmayan 147 öğrenciden 114'ünün (% 77.60) aile hikayesi olduğu görülmüştür. Ailesinde başağrısı hikayesi olan grupla, olmayan grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2= 11.1$, $P (0.05)$).

Bu bulgu, Blau (5) ve Sillanpaa (12)¹'nin çalışmalarında belirtmiş oldukları oranlarla paralellik göstermektedir.

TABLO 10 : Öğrencilerde Menstrüasyon Periyodlarının Düzene Göre Başağrısı Görülme Durumu

Menstrüasyon Periyodu	Başağrısı Olan		Başağrısı Olmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Düzenli	150	64.10	104	70.75	154	66.67
Düzensiz	84	35.90	43	29.25	127	33.33
Toplam	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci analize katılmamıştır.

$$X^2= 1.78 \quad P>0.05$$

Tablo 10'da görüldüğü gibi başağrısı olan öğrencilerde % 35.90 oranında, başağrısı olmayan öğrencilerde % 29.25 oranında menstrüasyon periyodlarında düzensizlik olduğu saptan-

mıştır. Yapılan istatistiksel analizle başağrısı olan öğrencilerde menstrüasyon düzensizliği olanlar ve olmayanlar arasında önemli fark bulunmamıştır ($X^2= 1.78, P>0.05$).

Bu sonuç menstrüasyon düzensizliklerinin başağrısına neden olmadığını düşündürmektedir.

TABLO 11 : Göz Bozukluğuna Göre Başağrısı Görülme Durumu

Göz Bozukluğu	Başağrısı				Toplam	
	Var		Yok			
	S	%	S	%	S	%
V a r	104	44.40	43	29.30	147	38.60
Y o k	130	55.60	104	70.70	234	61.4
T o p l a m	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci analize alınmamıştır.

$X^2= 8.72$ $SD= 1$ $PZ.0.05$

Tablo 11'de görüldüğü gibi başağrısı olanların % 44.40'ında göz bozukluğu olduğu, % 55.60'ında göz bozukluğu olmadığı ve göz bozukluğu olmayıp başağrısı da olmayanların oranının % 70.70 olduğu saptanmıştır.

Yapılan analizle göz bozukluğu görülme durumu ile başağrısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($X^2 = 8.72, P < 0.05$).

TABLO 12 : Kulak, Boğaz, Burun Yakınması Olanlarda Başağrısı Görülme Durumu

K.B.B. Şikayeti	Başağrısı				Toplam	
	Var		Yok			
	S	%	S	%	S	%
V a r	69	29.50	23	15.60	92	24.10
Y o k	165	70.50	124	84.40	289	75.90
T o p l a m	234	100.00	147	100.00	381*	100.00

*Yanıtlamayan 2 öğrenci analize alınmamıştır.

$X^2= 9.42$ $P<0.05$

Kulak,boğaz,burun şikayeti olup başağrısı yakınması olan

öğrencilerin oranı % 29.50 ve her iki yakınmast da olmayanların oranı % 84.40 olarak bulunmuştur. Yapılan analizle kulak,boğaz, burun rahatsızlıkları ile başağrısı yakınması arasında önemli bir ilişkinin var olduğu saptanmıştır ($X^2= 9.42$, $P< 0.05$) (Tablo 12).

TABLO 13 : Sınıflara Göre Başağrısı Görülme Durumu

Sınıf	Başağrısı				Yanıtsız	
	O I a n	S	Olmayan	S		
1	72	30.77	45	30.61	-	--
2	56	23.93	34	23.13	-	-
3	56	23.93	28	19.05	2	100.00
4	50	21.37	40	27.21		-
Toplam	234	100.00	147	100.00	2	100.00
	$X^2= 9.240$		SD= 6		p> 0. n'	

Başağrısı olan öğrencilerin sınıflara göre (1:2111rnına bakıldığında % 30.77 oranıyla ençok birinci sınıf öğ t. ilerinin olduğu görülmektedir. Sınıflar arasında başağrısı görülL' sıklığı arasında yapılan analizle önemli bir fark saptanmarnıtr ($X^2= 9.240$, $P> 0.05$) (Tablo 13).

TABLO 14 : Kişilik Yapılarına Göre Başağrısı Görülme Durumu

Kişilik Yapısı	Başağrısı				Toplam	
	V a r	%	Y o k	%		
	S	%	S	%	S	%
Genellikle sakin	75	32.05	73	49.66	148	38.84
Genellikle kaygılı	96	41.03	38	25.85	134	35.17
Genellikle heyecanlı	42	17.94	26	17.69	68	17.85
Genellikle aşırı titiz ve mükemmeliyetçi	14	5.98	5	3.40	19	4.99
Yanıtsız	7	2.99	5	3.40	12	3.15
Toplam	234	100.00	147	100.00	381	100.00
	$X^2= 14.38$		SD= 4		P< 0.05	

abi(14 <1(görüldüğü gibi başı ağrıyan 234 öğrencinin % 41.03 g ■ dlikle kaygılı olduklarını belirtirken, başağrısı olmayan öğrencilerin % 25.85'i kaygılı, % 49.66 rsı genellikle sakin bi ı kişi ı chıklarını belirtmişlerdir. Yapılan analizle istatistiksel olarak .;“g,rısının kişilik yapısı ile ilişkili olduğu saptanmıştır (P < 0.05). Bu bulgu kişilik yapısının başağrısı oluşumu =ia etkili olduğunu belirten literatüre uymaktadır (1S)

) N 11

raştı- ·İde edilen verilerin değerlendirilmesi sonucunda işğ ii % 61.10 'turun başağrısı yakınması olduğu saptanmıştır. iz:İşagrısına eşlik eden özelliklerin en çok bulantı, kusma, fotofobi ve huzursuzluk olduğu görülmüştür. Öğrencilerde % 44.40 oralı ı ti la göz bozuklukları, % 29.50 oramyla kulak,boğaz, burun yakınıırı ve % 41.10 oramyla kaygılı kişilik yapısının başağrısı olu;,ı, munda etkili olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin % 69.60 ' ı ha sağ mini geçirmek için ilaç kullandıklarını ve % 98.80 'ı bu amaçla analjezik türü ilaçları tercih ettiklerini belirtmişlerdir İ Bu bulgular ışığında :

5. Gem, lerin boş vakitlerini değerlendirmede ilgi alanları doğrultusunda çeşitli olanakların sağlanması,
6. Olasınua stres yaratıcı ortamların azaltılması ve onların kaygılarını yenebilmeleri için rehberlik edilmesi,
7. Tıbbi tedaviye başlamadan önce kapsamlı bir öykü alınması ve başağrısına neden olabilecek faktörlerin giderilmesi,
8. Tıbbi tedavi yanısıra gevşeme, egzersiz ve feedback gibi birtakım rahatlatıcı yöntemleri kullanmaları, önerilebilir.

SUMMARY

Headache Among Nursing Students

This study deali:h with the prevalence and some causative factors of headache among nursing students. The sample consisted of 383 girls aged 17-25. The data were obtained by use of a questionai re. Results indicated that the rat e of the headache is 61.1 % for the students. Eye disorders (44.4 %) ear, nose, throat disorders (29.5 %) and anxietic personality (41 %) were found as causative factors.

KAYNAKÇA

10. Ailen, A.R.; Weinmann, R. : "The McGill-Melzack Pain Questionnaire in the Diagnosis of Headache", Headache, 22:1, 10, 1982.
11. Andrasik, F. ve ark.: "Cross-Validation of the Kudrow-Sutkus MMPI Classification System for Diagnosing Headache Type", Headache, 22:2-5, 1982.
12. Aydemir, G. : "Ergenlik Dönemi Kız Öğrencilerinin Sağlık Sorunları ve Öğretmenlerin Görüşleri", E.Ü.Hemş.Y.O.Derg., 1:2, 18, 1985.
13. Baltaş, A.; Baltaş, Z. : Stres ve Başaçıkma Yolları. Cenkler Matb., 1986, ss.137-138.
14. Blau, J.N.1 : "Migraine-Research", British Med.J., 2, 751-757, 1971.
15. Brunswick, A.; Josephson, E. : "Adolecent Health in Harlem", School of Nursing. Oct.NewYork, 1972.
16. Cheng, X. ve ark.: "A Prevalence Survey of 'Incapacitating Headache' In The People's Republic of China", Neurology 1986, 36,831,1986.
17. Conk, Z. ve ark.: "Ege Üniversitesi 1. Sınıf öğrencilerinin Sağlık Sorunlarının incelenmesi", (I.Ulusal Hemşirelik Kongresi Bildirisi, İzmir, 1985).
18. "Gençler en çok nelerden şikayetçi?", Haftaya Bakış, 6, 10, 1986.
- 10.Marks, A.M.D. ve ark.: "Assesment of Health Needs and Willigness To Utilize Health Care Resources of Adolescents in a Suburban Population", The J.of Pediatrics, 3, 457-460, 1980.
- 11.Ogunyemi, A.O. "Prevalence of Headache Among Nigerian University Students", Headache, 24, 127-130, 1984.
- 12.Sillanpaa, M. : "Prevalence of Headache in Prepuberty", Headache, 23:1, 10-24, 1983.
- 13.Streerlieb, J.; Munen, L. : "A Survey of Health Problems, Practices and Needs of Youth", Pediatrics, 49:2, Feb., 1972.
- 14.Uğur, M.; Ziya, T. : "Migrenli Hastaların Psikolojisi ve Serotonin Metabolizması", Yeni Symposium, 1-2, 41, 1985.