

YAŞLI BİREYLERDE İLAÇ KULLANIMI VE DÜŞMEYE NEDEN OLAN FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ

MEDICATION USE IN THE ELDERLY AND DETERMINATION OF FALL FACTORS CAUSING

Tuğba Solmaz¹, Birsen Altay²

¹Öğr. Gör., Tokat Gaziosmanpaşa
Üniversitesi İlk ve Acil Yardım Programı,
Tokat
ORCID ID:0000-0003-0574-0035

²Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi,
Sağlık Bilimleri Fakültesi, Halk Sağlığı
Hemşireliği ABD, Samsun
ORCID ID: 0000-0001-5828-1117

Yazışma Adresi:

Tuğba Solmaz
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi İlk ve Acil
Yardım Bölümü, Tokat
E posta:tuğbasolmaz.gou@gmail.com

Gönderim Tarihi: 24 Ekim 2018

Kabul Tarihi: 7 Aralık 2018

Balikesir Sağlık Bilimleri Dergisi
ISSN: 2146-9601
e-ISSN: 2147-2238

bsbd@balikesir.edu.tr
www.bau-sbdergisi.com

*Bu çalışma, 23-26 Nisan 2018 tarihleri
arasında, Ankara'da 1.Uluslararası 2. Ulusal
Halk Sağlığı Hemşireliği Kongresinde poster
bildiri olarak sunulmuştur.

ÖZ

GİRİŞ ve AMAÇ: Düşmeler yaşlılarda yaygın görülen problemdir. Yaralanma ve ölüme yol açan nedenler arasında ilk sıradadır. Yaşlılarda düşmenin birçok farklı nedeni vardır. Literatürde polifarmasi, çevresel faktörler ve konfüzyona maruz kalan yaşlılarda düşme riskinin arttığını belirtilmektedir.

GEREÇ VE YÖNTEM: Bu çalışma yaşlı bireylerde ilaç kullanımı ve düşme ile ilişkili risk faktörlerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Kesitsel tanımlayıcı nitelikte planlanmış bir araştırmadır. Araştırma bir devlet hastanesinde Kasım 2017-Şubat 2018 tarihleri arasında 350 yaşlı ile yürütülmüştür. Veriler "Bilgi Toplama Formu" ve "Yaşlılar için Düşme Davranışları Ölçeği (YDDÖ)" kullanılarak yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzde, ortalama, ki-kare ve Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

BULGULAR: Görme sorunu, yardımcı araç kullanımı, sürekli ilaç kullanımı ve ikiden fazla ilaç kullanımının düşme davranışlarını etkilediği belirlenmiştir (p<0.05). Ölçek alt boyut puanları incelendiğinde; yaşlı bireylerin düşmelerden korunma konusunda "dikkatlilik" alt boyut puanları diğer alt boyut puanlarından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur(p<0.05).

SONUÇ: Yaşlılarda düşme davranışları yüksek bulunmuştur. Düşmeleri önlemek için bireysel ve çevresel müdahale programlarını sürdürmek gerekmektedir.

ANAHTAR KELİMELE: Yaşlı, düşme, risk faktörleri, hemşirelik.

ABSTRACT

BACKGROUND and AIM: Falls are the common problem in elderly. The primary cause of injury and mortality. There are many distinct factor for fall in elderly. In the literature states that fall risk increased in elderly who are subject to polypharmacy, environmental factors and confusion.

MATERIAL and METHOD: This cross-sectional and descriptive study was conducted with the participation of Karamanoğlu Mehmetbey University staff and students: A total of 446 individuals, including 143 staff and 303 students, agreed to participate in the study. A general questionnaire form including questions about sociodemographic characteristics and knowledge level and behaviors related to organ-tissue donation was applied.

RESULTS: This study was conducted to determine drug use and the risk factors associated with falls in the elderly. It is a cross-sectional descriptive study. The research was conducted in a state hospital between November 2017 and February 2018 with 350 elderly. The data were collected by face-to-face interview method by using "Data Collection Form" and "Falls Behavioural Scale for Older People". In assessment of the data; percentage, mean, chi-square test and Mann-Whitney U tests were used.

RESULTS: Visual problem, use of auxiliary tools, continuous use of medications and the use of more than two drugs to were detected to be affect the fall behaviours (p<0.05). When the scale subscales were examined, "carefulness" subscale scores were found to be significantly higher than other subscale scores in terms of protection from falls of elderly persons (p<0.05).

CONCLUSION: Behaviors of falls in the elderly was high found. In order to prevent falls, individual and environmental intervention programs should be maintained.

KEY WORDS: Elderly, falling, risk factors, nursing.

GİRİŞ

Dünyada ve Türkiye’ de yaşlı sayısı artmaya devam etmektedir. Sağlık alanındaki teknolojik gelişmeler, hastalıkları önleme çalışmaları, erken tarama ve tedavi hizmetleri, sağlığı koruma hizmetlerindeki gelişim, bebek ölümlerindeki azalma gibi faktörler yaşlı nüfus oranındaki artışın önemli nedenleri arasında yer almaktadır. Yaşlılık dönemi “65 yaş ve üzeri” olarak kabul edilmektedir^{1,2}. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2017 verilerine göre yaşlı nüfusun son beş yılda %17 arttığı ve yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranının %8.5 olduğu görülmektedir³. Yaşlılık döneminde fiziksel yetenekler azalmakta ve kaza riski artmaktadır⁴. Düşmeler bu yaş grubunda yaralanma ve ölüm sebepleri açısından önemli bir halk sağlığı problemidir. Kuvvet azalması, görme problemleri, ilaç kullanımı, fiziksel yeteneklerde azalma, hareket kısıtlılığı gibi faktörler düşmelere eğilimi artırmakta ve yaşlı bireylerin her yıl en az bir kez düşme yaşadığı bildirilmektedir^{4,5}. Düşme, literatürde ani ve istem dışı pozisyon değişikliği sonucu bireyin bulunduğu seviyeden daha düşük bir seviyeye inmesi olarak tanımlanmaktadır⁶. Düşmeler özellikle hastanede yatan hastalarda yaygın görülmektedir. Ayrıca sonuçları ve maliyeti açısından ise önemli bir hasta güvenliği problemi olarak değerlendirilmektedir⁷. Düşmelerin meydana gelmesinde kaza veya çevresel faktörler önemli rol oynamaktadır. Ev içi düzenlemedeki yetersizlikler, merdivenler, zeminin kaygan olması, ortamın iyi aydınlatılmamış olması gibi çevresel faktörler, yaşlı bireylerde önemli düşme nedenleri arasındadır⁸. İlaç kullanımındaki artış ve kullanılan ilaç türü ile düşme arasında ilişki olduğu ve ilaçların yan etkilerinin de düşmeler için risk oluşturduğu literatürde bildirilmektedir⁹. Bu durum yaşlı bireylerin sağlık durumlarını olumsuz etkilemekte ve onları yaralanmalara maruz bırakmaktadır¹⁰. Düşmeyi önleme ve sıklığını azaltmak için, tıbbi tedavi, çevresel düzenleme, eğitim ve egzersiz programları kullanılmaktadır. Bu girişimlerdeki amaç; bireylerde düşme sıklığını, sayısını, yaralanma ve ölüm oranlarını azaltmaktır. Risk faktörlerinin tespit edilmesi ve bunların ortadan kaldırılmasıyla düşme oranının azaltılabileceği düşünülmektedir. Literatürde yaşlılarda düşmeler ve işlevsel yetersizliğe ilişkin çok sayıda araştırma bulunabilir. Ancak bu çalışmaların çoğu farklı toplum ve kültürlerden seçilmiş örnek gruplarda gerçekleştirilmiştir. Türkiye’de yapılmış çalışmalar ise daha çok huzurevinde ya da kurumlarda yaşayan yaşlılara yöneliktir. Türk toplumuna ve özellikle de Erbaa ilçesine ait özellikler konusunda fikir yürütmemizi sağlayacak ve toplumsal temelli olan bu çalışmada, Erbaa ilçe merkezinde yaşayan, herhangi bir nedenle yataklı tedavi hizmeti alan

65 yaş ve üzeri yaşlılarda ilaç kullanımı ve düşmeye neden olan faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın tipi, yeri ve zamanı

Araştırma yaşlı bireylerde ilaç kullanımı ve düşmeye neden olan risk faktörlerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Kesitsel nitelikteki bu araştırma, bir devlet hastanesinde Kasım 2017- Şubat 2018 tarihleri arasında 350 gönüllü yaşlı bireyle yürütülmüştür.

Araştırmanın evreni ve örnekleme

İlgili hastanedeki yataklı servisler örneklem seçilmiştir. Örneklem büyüklüğü power analiz yapılarak belirlenmiştir. Örneklem 7412 kişilik yaşlı nüfus içerisinde son bir yıl içerisindeki düşme sıklığı %28.3 alınarak %80 güç, %95 güven aralığı ve %5 hata ile 312 olarak hesaplanmış olup, örnek gücünü artırmak için 350 yaşlı birey olasılıksız olarak kapsama alınmıştır.

Veri toplama araçları ve uygulama

Veriler “Bilgi Toplama Formu” ve “Yaşlılar için Düşme Davranışları Ölçeği (YDDÖ)” kullanılarak yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Ölçek; 2003 yılında Clemson ve ark. tarafından geliştirilmiş olup, Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Uymaz ve Nahcivan tarafından (2013) yapılmıştır^{11,12}. Bu ölçme aracı, yaşlıların düşmelerden kendilerini korumak için gösterdikleri aktiviteleri belirlemeye yönelik olup yüz yüze görüşme yöntemine uygun şekildedir. Ölçek; yaşlıların davranışları konusundaki ifadeleri ile sınırlıdır, 30 maddeden oluşmakta ve 10 alt boyutu içermektedir. Ölçeğin ve alt boyutlarının toplam puanı 1–4 arasındadır, puanın yüksek olması bireyin düşmeye ilişkin koruyucu davranışları olduğunu, düşük olması ise riskli davranışlarda bulunduğunu göstermektedir. Ölçeğin cronbach katsayısı 0.9 olup yapılan çalışmanın cronbach alfa katsayısı 0.75’tir.

Araştırma izni

Araştırma için bir üniversitenin etik kurul komisyonundan ve araştırmanın yapıldığı kurumdan yazılı izin alınmıştır. Bireylere bilgilerin gizli kalacağı konusunda açıklama yapılmış olup yazılı ve sözlü onamları alınarak çalışma yürütülmüştür.

Verilerin istatistiksel çözümlenmesi

Verilerin analizi SPSS istatistik paket programında yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzde, ortalama, ki-kare, Mann Whitney U testi kullanılmıştır ve p<0.05 değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Katılımcı bireylerin yaş ortalamasının 71.9±6.2 olduğu, %56.0'sının kadın, %45.1'inin okur-yazar olmadığı, %80.0'nin evli, %79.7'sinin eşi ya da çocuklarıyla beraber ve çoğunluğunun (%75.7) müstakil evde yaşadığı belirlenmiştir. Katılımcıların %76.6'sının düzenli aylık gelirinin olduğu, %55.4'ünün gelir durumunu orta olarak değerlendirdiği ve %82.6'sının bir sağlık güvencesine sahip olduğu bulunmuştur (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik

Yaş Grupları	Sayı	(%)
65-70	184	52.6
71-75	83	23.7
76-80	42	12.0
81 ve üzeri	41	11.7
Cinsiyet		
Kadın	196	56.0
Erkek	154	44.0
Eğitim Durumu		
Okur-yazar değil	158	45.1
İlköğretim	185	52.9
Lise ve üzeri	7	2.0
Medeni Durum		
Evli	280	80.0
Bekar	70	20.0
Kiminle Yaşadığı		
Eşiyle ya da çocukları ile	279	79.7
Yalnız	61	17.4
Anne-Baba-Torun	10	2.9
Düzenli Aylık Gelir Durumu		
Var	268	76.6
Yok	82	23.4
Algılanan Gelir Durumu		
İyi	78	22.3
Orta	194	55.4
Kötü	78	22.3
Sağlık Güvencesi		
Var	289	82.6
Yok	61	17.4
Yerleşim yeri		
Apartment Dairesi	85	24.3
Müstakil ev	265	75.7
Toplam	350	100

Araştırmaya katılan bireylerin %57.4'ünün görme sorunu varken %48.6'sı yürürken yardımcı araç-gereç kullanmaktadır ve %70.3'ünün en az bir tane kronik

hastalığı vardır ve ilaç kullanmaktadır. Kronik hastalığa sahip olanların çoğunluğunun (%53.7) hipertansiyon hastası olduğu bulunmuş ve sürekli ilaç kullanan bireylerin %45.9'unun antihipertansif ilaç kullandığı belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcıların Sağlık Durumlarına İlişkin Bazı Özelliklerine Göre Dağılımları

Görme Sorunu	Sayı	(%)
Var	241	57.4
Yok	109	42.6
Yardımcı Araç-Gereç		
Kullanan	170	48.6
Kullanmayan	180	51.4
Kronik Hastalık		
Olan	246	70.3
Olmayan	104	29.7
Kronik Hastalık Durumu*		
Kardiyovasküler Hastalık	132	53.7
Diyabet	115	46.7
Diğer	44	17.9
Kullanılan İlaç Durumu *		
Antihipertansif	113	45.9
Antidiyabetikler	115	46.9
Düretikler	32	13.0
Diğer	46	18.7
Toplam	350	100

*Yaşlıların bazılarının birden fazla hastalığı olduğundan ve birden fazla türde ilaç kullandığından n= 246' nın üzerindedir.

Çalışma kapsamındaki 350 bireyden 224'ü (%64.0) son bir yıl içinde düşmüştür. Düşme sayılarına bakıldığında, %50.4'ü en az bir kere düşmüş ve en fazla düşme %25.9 oranı ile merdivende ve %20.5 ile banyoda meydana gelmiştir. Katılımcıların %29.5' i denge bozukluğu ya da güçsüzlük, %27.7'si baş dönmesi, %20.1'i çevresel faktörler, %8.9'u görme problemi nedeniyle düşme durumu yaşadığını ifade etmiştir (Tablo 3).

Yaşlı bireylerin son bir yıl içerisindeki düşme öyküsü ile bazı özellikleri karşılaştırıldığında; yaş, cinsiyet, eğitim, medeni durum, gelir, yaşadığı kişi, yaşadığı yer ve sosyal güvence durumuyla düşme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmamıştır (p>0.05). Düşme sıklığı ile bazı özellikleri karşılaştırıldığında ise; görme sorunu olan, yürümeye yardımcı araç gereç kullanan ve birden fazla ilaç kullanan kişilerde düşme durumunun daha fazla olduğu bulunmuştur (p<0.05) (Tablo 4).

Tablo 3. Katılımcıların Son Bir Yıl İçerisinde Düşme Durumlarına Göre Dağılımı

Ev içi düşme yeri	Sayı	(%)
Merdiven	58	25.9
Banyo	46	20.5
Düşme Nedeni		
Denge bozukluğu/ güçsüzlük	66	29.5
Baş dönmesi	62	27.7
Çevresel faktörler	45	20.1
Görme problemi	20	8.9
Düşme Sayısı		
1 kez	113	50.4
2 kez	69	30.8
3 kez	42	18.8
Toplam	224	100

Tablo 4. Yaşlı Bireylerin Son Bir Yıl İçerisindeki Düşme Durumları ile Bazı Özelliklerinin Karşılaştırılması

Özellikler	Düşme Durumu				Analiz**
	Evet		Hayır		
Yaş Grubu	Sayı	%***	Sayı	(%)***	
65-70	120	53.6	64	50.8	$\chi^2=2.718$
71-75	53	23.7	30	23.8	0.606
76-80	29	12.9	13	10.3	
81 ve üzeri	22	9.8	19	15.1	
Cinsiyet					
Kadın	132	58.9	64	50.8	$\chi^2=2.160$
Erkek	92	41.1	62	49.2	0.141
Eğitim Durumu					
Okur-yazar değil	111	49.6	47	37.3	$\chi^2=9.749$
İlköğretim	108	48.2	77	61.1	0.083
Lise ve üzeri	5	2.2	2	1.6	
Medeni Durum					
Evlü	179	79.9	101	80.2	$\chi^2=0.003$
Dul ya da boşanmış	45	20.1	25	19.8	0.956
Kiminle Yaşadığı					
Yalnız	36	16.1	25	19.8	$\chi^2=1.801$
Eşyle ya da çocukları ile	180	80.4	99	78.6	0.406
Diğer	8	3.6	2	1.6	
Yaşanılan Yer					
Apartman dairesi	58	25.9	27	21.4	$\chi^2=0.874$
Müstakil ev	166	74.1	99	78.6	0.350
Sağlık Güvencesi					
Var	184	82.1	105	83.3	$\chi^2=0.079$
Yok	40	17.9	21	16.7	0.778
Görme sorunu					
Var	131	58.5	70	55.6	$\chi^2=10.807$
Yok	93	41.5	56	44.4	0.005*
Yürümeye yardımcı araç kullanma durumu					
Var	112	50.0	58	46.0	$\chi^2=14.336$
Yok	112	50.0	68	54.0	0.001*
Birden fazla ilaç kullanma durumu					
Evet	162	72.3	86	68.3	$\chi^2=12.330$
Hayır	62	27.7	40	31.7	0.002*

*p<0.05, ** χ^2 test, *** Sütun yüzdesi alınmıştır.

Yaşlıların ölçekten aldıkları ortalama puan 2.78 ± 0.57 dir. Ölçek için alınabilecek puanın 1-4 arasında olduğu düşünüldüğünde, yaşlı bireylerin kendilerini düşmelerden koruma düzeylerinin orta seviyede olduğu ifade edilebilir. Ölçek alt boyutlarındaki puan ortalamaları değerlendirildiğinde ise; en yüksek puan 2.95 ± 1.8 ile acelecilik iken, en düşük puan 2.1 ± 0.90 ile aktivite planında değişikliktedir.

Yaşlı bireylerin düşme davranışına göre ölçek alt boyut puanları incelendiğinde; son bir yıl içerisinde düşen yaşlıların "dikkatlilik" alt boyut puanları diğer alt boyut puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur ve aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir ($p<0.05$) (Tablo 5).

Tablo 5. Son Bir Yıl İçinde Düşen Yaşlıların Düşme Davranışları Ölçeği Alt Boyut Puan Ortalamalarının Bazı Değişkenlere Göre Dağılımı (n:224)

Alt boyutlar	$\bar{x} \pm SS$	Min-Max	MW**	p*
Bilişsel uyum	2.91 ± 3.1	1-4	13579,00	0.556
Güvenli hareket	2.78 ± 3.2	1-4	13195,50	0.311
Sakinme	2.86 ± 2.9	1-4	13719,50	0.664
Farkındalık	2.77 ± 2.0	1-4	13508,50	0.502
Acelecilik	2.95 ± 1.8	1-4	13241,50	0.328
Pratiklik	2.43 ± 1.8	1-4	13426,50	0.443
Aktivite planında değişiklik	2.10 ± 0.9	1-4	13813,00	0.730
Dikkatlilik	3.00 ± 1.0	1-4	13744,00	0.049*
Seviye değişiklikleri	2.90 ± 1.2	1-4	13517,00	0.498
Telefona yetişme	2.70 ± 1.1	1-4	13066,00	0.232
Toplam	2.78 ± 0.57	1-4	13661,00	0.620

*p<0.05, **MW: Mann Whitney U testi

TARTIŞMA

Düşmeler yaşlı bireylerin evde sıklıkla karşılaştıkları kazalar arasında ilk sırayı almaktadır. Evde sıklıkla meydana gelen düşmeler sadece ölüm sebebi olmamakta, yaşlı bireylerin hem çeşitli sağlık problemlerinin ortaya çıkmasına hem de özürülü olabilmelerine sebep olabilmektedir. Literatürde 65 yaş yaş üstü bireylerde düşmenin önemli bir ölüm nedeni olduğu bildirilmektedir^{13,14}. WHO raporuna göre, her yıl 65 yaş ve üzeri bireylerin düşme oranı %28.0-35.0 arasında iken, bu oran 70 yaşından sonra %32.0-42.0'ye kadar çıkmaktadır¹⁵. Düşme ve düşmeye bağlı yaralanmalar bu yaş grubunda fonksiyon kaybı, sakatlık ve ölüm gibi problemleri beraberinde getirmektedir¹⁶. Yaşlı bireylerde ileri yaş, cinsiyet, daha önce düşme öyküsünün olması, yürüme ve denge bozukluğu, yardımcı araç-gereç kullanımı, kronik hastalık durumu ve çok sayıda ilaç kullanımı düşmeleri artıran faktörlerdendir¹⁷⁻¹⁹. Çalışmamızda yaşlı bireylerin %50.4'ünün son bir yıl içerisinde düşme yaşadığı saptanmıştır. Düşmelerin önemli bir sağlık problemi olduğu düşünüldüğünde, her iki yaşlı bireyden birinin düşme riski taşıdığı görülmektedir.²⁰ Konuyla ilgili yapılan çalışmalarda da yaşlı popülasyonda düşme oranlarının oldukça yüksek olduğu dikkat çekmektedir. Lök'ün Konya'da evde yaşayan yaşlılarla yaptığı çalışmada son bir yıl içerisindeki düşme oranı %47.7, Altıparmak'ın çalışmasında %63.3 ve Uymaz'ın çalışmasında ise %46.5 olarak bulunmuştur^{12,21,22}. Araştırmaya katılan yaşlıların en çok düştükleri alanlar merdiven (%25.9) ve banyo (%20.5) olarak belirtilmiştir. Yaşlıların düşme nedenleri değerlendirildiğinde; %29.5'i denge bozukluğu ya da güçsüzlük, %27.7'si baş dönmesi, %20.1'i çevresel faktörler, %8.9' u görme problemi nedeniyle düşme durumu yaşadığını ifade etmiştir. Literatürde Şahin (2016) çalışmasında yaşlılarda en fazla denge kaybına bağlı düşme durumu yaşandığını, Li ve ark. (2016) ise yaşlıların %26.6'sının kaza ya da çevresel faktörlere bağlı olarak düşme durumu yaşadıklarını belirtmiştir^{23,24}. Literatür bulguları çalışmamızı destekler niteliktedir. Bu bulgular yaşlı bireylerin günlük yaşam aktivitelerini yerine getirirken düşmeye karşı önlem alınması gerektiği yönünde yorumlanabilir. Araştırmada bireylerin ilaç kullanımı ile düşme davranışları arasındaki ilişki değerlendirildiğinde; birden fazla ilaç kullanımının düşme durumunu artırdığı bulunmuştur. Tanrıku ve Sarı'nın (2017) çalışmasında düşme açısından riskli ilaç kullanan bireylerin %46'sının düşme riskinin yüksek olduğu belirtilmiştir²⁵. Bu nedenle yaşlı bireylerde düşme riskinin azaltılmak amacıyla, tedavi programlarının dikkatle düzenlenmesi ve düşmelere neden olacak risk faktörleri

konusunda hasta-aile eğitimlerinin yapılması önerilmektedir. Yaşlıların davranışsal risklerinin de düşmelere neden olduğu bildirilmektedir.²⁶ Çalışmamızda bu riskleri ölçmek için kullanılan YDDÖ puan ortalaması 2.78 ± 0.57 'tir. Ölçek puanları değerlendirildiğinde; yaşlıların düşmelerden kendilerini koruma düzeylerinin orta seviyede olduğu düşünülebilir. Aynı ölçeği kullanarak yapılan başka çalışma bulguları da bizim çalışma bulgumuzla benzer özellik göstermektedir.^{23,27,28} Çalışmamızda ölçeğin alt boyutlarından "dikkat" alt boyut puan ortalaması 3.00' tür. Uymaz ve Nahçıvan'ın ve Boğa ve ark.'nın çalışmasında da "dikkatlilik" alt boyutlarından alınan puan ortalamaları da 3.00'ün üzerindedir^{12,28}. Yaşlı bireylerin düşme davranışına göre ölçek alt boyut puanları incelendiğinde; son bir yıl içerisinde düşme durumu yaşayan yaşlıların "dikkatlilik" alt boyut puanları diğer alt boyut puanlara göre daha yüksek bulunmuştur ($p < 0.05$) (Tablo 5). Bu durum bize yaşlı bireylerin düşmeye karşı dikkatli davranışlar gösterdiklerini düşündürmektedir. Çalışmada ölçeğin alt boyutları için puan ortalaması 3.00'ün altında bulunmuştur. Aynı ölçek kullanılarak yapılan çalışmalarda da alınan puan ortalamaları 3'ün altında bulunmuştur²⁶⁻²⁸. Çalışma sonuçları bize yaşlıların özellikle bu alanlarda kendilerini düşmelerden koruma davranışlarında yetersizliği olduğunu düşündürmektedir. Çalışmanın önemli sonuçlarından birisi de sürekli kullandığı ilacı olan yaşlı bireylerin sakinme ve seviye değişiklikleri puanlarının ilaç kullanmayan bireylere göre yüksek olması ve aradaki farkın istatistiksel yönden anlamlı bulunmasıdır ($p < 0.05$). Aynı ölçek kullanarak yapılan başka çalışma bulguları da bizim çalışma bulgumuzla benzer özellik göstermektedir.²⁹ Bu durum bize kronik hastalığı olan ve sürekli ilaç kullanmakta olan yaşlı bireylerin, kendilerini risk grubunda değerlendirdiğini ve düşmelerden kendilerini korumak için de günlük yaşam aktivitelerinde daha dikkatli olduklarını düşündürmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçları değerlendirildiğinde; son bir yıl içerisinde meydana gelen düşmelerin yaşlılar için önemli bir problem oluşturduğunu göstermektedir. Ayrıca yaşlı bireylerde bilişsel ve fonksiyonel değişimler, kronik hastalık durumu ve buna bağlı çoklu ilaç kullanımı da düşme riskini artırmaktadır. Bu nedenle düşme davranışının önlenmesi için sağlık ekibinin önemli bir üyesi olan hemşirelere önemli görevler düşmektedir. Bu doğrultuda:

- Düşme riski fazla olan bireylerin önerilen baston, walker gibi yardımcı araçları kullanmaları konusunda uyarıların yapılması ve temininin sağlanması,

- Ani hareketlerden kaçınmaları gerektiği ve aşamalı olarak pozisyon değiştirmenin önemini anlatılması,
- Düşme davranışına neden olabilecek risk faktörlerinin önlenmesine yönelik bireysel ve çevresel müdahale programlarının işbirlikçi bir tutum içerisinde yürütülebilmesinin sağlanması,
- Yaşlı bireylerin sürekli kullandıkları ilaçlar ve yan etkileri yönünden yakından izlenmesi,
- Yaşlılara ve yakınlarına düşmelerin önlenmesine yönelik eğitim programlarının geliştirilmesi,
- Evde ve toplumsal alanlarda düşme riskini önleyecek standartların geliştirilmesi ve bu konularda çalışmaların artırılmasının yaşlı bireylerde düşme oranının azaltılmasında etkili olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Bahar G, Bahar A, Savaş H. Yaşlılık ve yaşlılara sunulan sosyal hizmetler. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*. 2009;4:86-98.
- Tezcan Ç, Seçkiner P, Türkiye’de demografik değişim; yaşlılık perspektifi, “Aslan D, Ertem M (ed): Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler 1. Baskı” kitabında s.1-9, Palme Yayıncılık, Ankara (2012).
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). İstatistiklerle yaşlılar, 2017. TÜİK Haber Bülteni. 2018; sayı: 27595.
- Yıldırım YK, Karadokovan A. Yaşlı bireylerde düşme korkusu, günlük yaşam aktiviteleri ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki. *Türk Geriatri Derg*. 2004;7:78-83.
- İlçe AÖ, İlçe AC, Dıramalı A. Yaşlılarda ev kazalarının önlenmesi ve ev kazalarının önlenmesine yönelik iç mekan çözümleri. *Hacettepe Üniv. Sosyolojik Araştırmalar e- dergisi* 2007; 1(1):1-13.
- Barnett D. Factors associated with falls in community dwelling individuals age 90 years or older. A Thesis Presented to the Department of Social Work California State University, LosAngeles (2003).
- Yaşar G, Türk G. Hasta düşmelerinde erisk faktörlerinin belirlenmesi. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*. 2018;1(1):15-20
- Austin N, Devine A, Dick I, Prince R, Bruce D. Fear of falling in older women: a longitudinal study of incidence, persistence, and predictors. *J Am Geriatr Soc*. 2007; 55:1598-1603.
- Işık AT, Cankurtaran M, Doruk H, Mas R. Geriatrik olgularda düşmelerin değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Geriatrics*. 2006; 9(1):45-50.
- O’Connell B, Myers H. A failed fall prevention study in an acute care setting: lessons from the swamp. *Inter. J. of Nursing Prac*. 2001;7:126-130.
- Clemson L, Cumming RG, Heard R. The development of an assessment to validate behavioral factors associated with falling. *Am J Occup Ther*. 2003;57(4):380-8.
- Uymaz P, Nahcivan N. Yaşlılar için düşme davranışları ölçeği’nin geçerlik ve güvenilirliği. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*. 2013;21(1):22-32.
- Kuzeyli YY, Karadokovan A. Yaşlı bireylerde düşme korkusu ile günlük yaşam aktiviteleri ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki. *Türk Geriatri Dergisi*. 2004; 7(2):78-82.
- Oliver D, Healey F, Haines TP. Preventing falls and fall-related injuries in hospitals. *Clin Geriatr Med*. 2010;26(4):645-92.
- World Health Organization. WHO global report on falls prevention in older age, 2007;1-48. Available from: http://www.who.int/ageing/publications/Falls_prevention7March.pdf.
- Chien MH, Guo HR. Nutritional status and falls in community-dwelling older people: a longitudinal study of a population-based random sample. *Plos one*. 2014;9(3): e91044.
- Şencan İ, Canbal M, Tekin O, Işık B. Halk sağlığı sorunu olarak yaşlılık dönemi düşmeleri. *Yeni Tıp Dergisi*. 2011;28(2):79-82.
- Eyigör S. Düşmelere yaklaşım. *Ege Tıp Dergisi*. 2012;51:43-51.
- Ambrose AF, Paul G, Hausdorff, JM. Risk factors for falls among older adults: a review of the literature. *Maturitas*. 2013;75:51– 61.
- Ungar A, Rafanelli M, Iacomelli I, et al. Fall prevention in the elderly. *Clin Cases Miner Bone Metab*. 2013;10(2):91-95.
- Lök N. Yaşlılarda düşmelere sebep olan ev içi çevresel risk faktörleri ve düşme ile ilişkisi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi. Konya 2010.
- Altıparmak S, Horasan GD. Huzurevlerinde kalan yaşlılarda kaza sıklığı ve kaza ile ilişkili faktörler. *Turkish Journal of Geriatrics*. 2012;15(3):292-8.
- Şahin, H. ve Erkal, S. Yaşlıların ev kazası geçirme durumlarının ve düşme davranışlarının değerlendirilmesi. *Türk Geriatri Dergisi*. 2016; 19(3):195-202.
- Li IF, Hsiung Y, Hsing HF, Lee MY, Chang TH, Huang MY. Elderly taiwanese’s intrinsic risk factors for fall-related injuries. *International Journal of Gerontology*. 2016;10:137-141.
- Tanrikulu F, Sarı D. Determining patients’ risk of falling in the emergency department. *International Journal of Caring Sciences*. 2017;10(2): 907-914.
- Tinetti ME, Gordon C, Sogolow E, Lapin P, Bradley EH. Fall risk evaluation and management: Challenges in adopting geriatric care practices. *The Gerontologist*. 2006;46(6):717-25.
- Birimoğlu Okuyan C, Bilgili N. Yaşlılarda mobilite ve düşme davranışları: bir huzurevi çalışması. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. 2018;15 (1):1-8
- Boğa NM, Özdelikara A, Ağaçdiken S. Huzurevindeki yaşlı hastalarda düşme davranışlarının belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2015;4(3):360-71.
- Kırağ N, Ercan M. Yaşlı Bireylerde Düşmeden Korunma Davranışları ve Etkili Olan Faktörlerin Belirlenmesi. *Sted Dergisi*. 2017; 26:113-121.