



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

## Bir Aile Sağlığı Merkezine Kayıtlı Yaşlılarda Düşme Riskinin Belirlenmesi Determination of Fall Risk in Elderly Registered to a Family Health Center

İbrahim KARADEMİR<sup>a</sup>, Betül AKTAŞ\*<sup>a</sup>

<sup>a</sup> SANKO Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, GAZİANTEP

### ÖZET

**Amaç:** Bu araştırma, 65 yaş ve üstü bireylerde düşme riskinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

**Gereç ve Yöntem:** Kesitsel- tanımlayıcı olarak yapılan bu çalışma, Gaziantep İli Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı 60. Yıl Aile Sağlık Merkezi'nde Mayıs-Aralık 2018 tarihleri arasında yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini 60. Yıl Aile Sağlık Merkezi'ne kayıtlı 65 yaş ve üzeri 1050 kişi oluşturmuştur. Örneklemi ise evreni bilinenenden örneklem hesaplama yöntemine göre belirlenen 290 birey oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Tanıtıcı Bilgi Formu ve DENN Düşme Risk Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi SPSS 23.0 istatistik paket programında, t testi, varyans analizi kullanılarak ve sayı, yüzdeler ve ortalama değerleri hesaplanarak yapılmıştır.

**Bulgular:** Yaşlıların %15.9'unun düşme riski az %20.7'sinin düşme riski orta ve %63.4'nün üstü düşme riski yüksek olarak hesaplanmıştır. Bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği toplam puan ortalaması 11.5±5.5 olarak belirlenmiştir. Yaşları 65-74 arası olan grubun DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalaması 75- 84 yaş arası ve 85 ve üzeri yaş grubunda yer alan bireylerden daha düşük olup 10.4±5.3'dir (p<0.05).

**Sonuç:** Çalışma sonucuna göre yaşlı bireylerin büyük bir çoğunluğu düşme açısından riskli grupta yer almaktadır. Bireylerin eğitim durumu dışında çalışma kapsamında bakılan diğer tüm sosyo-demografik özellikleri düşme riskini etkilemektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Yaşlı, Düşme, Düşme Riski, Hemşirelik.

### ABSTRACT

**Aim:** This research was carried out to determine the risk of falling in individuals aged 65 and over.

**Methods:** This cross-sectional study had been performed at the 60<sup>th</sup> Year Family Health Center belong to Gaziantep Provincial Health Directorate in May-December 2018. The population of the research consisted of 1050 individuals aged 65 and over, registered 60<sup>th</sup> Year Family Health Center. The sample was composed of 290 individuals from population determined according to the sample calculation method. Introductory Information Form and DENN Risk of Falling Assessment Scale were used as data collection tool in the research. Statistical analysis of the data was performed by using t test, variance analysis and calculating numbers, percentages and mean values at SPSS 23.0 statistical package program.

**Results:** It is calculated that 15.9% of the old people have a low risk of falling, 20.7% of the old people have medium risk of falling and 63.4% of the old people have a high risk of falling. Individuals' average total score of the DENN Fall Risk Assessment Scale was determined as 11.5±5.5. The average score of DENN Fall Risk Assessment Scale of 65-74 age group is lower than the age group of 75- 84 years and 85 years of age and it is 10.4±5.3. (p<0.05).

**Conclusion:** According to the results of the study, the majority of old individuals are in the risky group from the point of falling. According to this study, apart from educational level, all other socio-demographic characteristics of the individuals affect the risk of falling.

**Keywords:** Elderly, Falling, Risk of falling, Nursing.

\*Sorumlu Yazar: Betül AKTAŞ  
Adres: SANKO Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, GAZİANTEP  
e-posta: [betulaktas@36gmail.com](mailto:betulaktas@36gmail.com)

## Giriş

Dünya’da ve Türkiye’de toplam nüfus içindeki yaşlı oranı gün geçtikçe artış göstermektedir. Ülkemizin yaşlı nüfusu geçmiş yıllara göre ve nüfusun diğer grupları ile kıyaslandığında daha çok artış göstermiştir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre 2017 yılında yapılan adrese dayalı sayımda 65 yaş ve üstü toplam yaşlı nüfusu 6 895 385 (%8,5) olarak belirlenmiştir (TÜİK, 2018). Ortalama yaşam süresinin artması ve yaşlı nüfusun, toplam nüfus içerisinde artması beraberinde bir takım sağlık sorunlarını da doğurmaktadır. (Gökçe Kutsal ve Eyigör, 2012). Doğal bir süreç içinde olsa bile yaşla meydana gelen değişiklikler sonucunda kişi genç yaş grubundan daha farklı ve daha yüksek oranda sorun ve risklerle karşı karşıya olduğu bir yaşam dönemi geçirmektedir. Yaşlılık döneminde görülen yüksek mortalite ve morbidite nedeni olan en önemli sağlık sorunlarından biri düşmelerdir (Kaymak Karataş ve Maral, 2001). Düşmeler, yaşlı insanların sağlığına ve bağımsızlığına büyük ölçüde etki eden, yaralanmalara, engelliliğe hatta erken ölümlere neden olan bir durumdur (Khow et al., 2018). Düşme sonucunda yaralanmalar, uzun süreli bakım, düşme korkusu, aktivede ve bağımsızlıkta azalma hatta ölüm gibi ciddi sıkıntılar doğmaktadır (Yaşar ve Türk, 2018). Düşme yaşayan 65 yaş ve üzeri kişilerin, %60’ının ev ortamında, %30’unun toplumsal alanlarda, %10’unun ise sağlık bakım kuruluşlarında düştüğü görülmüştür (Şencan ve ark., 2011). Yaşlılarda görülen ölümlerin %60’ının ev ortamındaki düşmelerden kaynaklandığı bildirilmektedir (Turaman, 2001; Aktaş, 2012). Yaşlılarda düşmeye neden olan etmenler bireysel-içsel ve çevresel-dışsal faktörler olmak üzere iki grupta incelenmektedir. Bireysel-içsel faktörler arasında, ilaçlı tedavi, birden fazla ilaç kullanımı, görme yetisinin kayıpları, vertigo (baş dönmesi), duyu kayıpları, nörolojik sebepler ve bilinç durumunun değişmesi gibi durumlar yer almaktadır (Arena ve ark., 2002; JCI, 2010). Çevresel-dışsal etmenler, bireyin çevresindeki olumsuz fiziki çevre koşullarından kaynaklanmaktadır. Çevresel-dışsal etmenler içerisinde, yetersiz aydınlatma, evin içinde ve dışındaki merdivenlerde korkulukların olmayışı, yüksek merdiven basamakları, tuvalet ve banyoda tutunmak için çubukların olmaması, banyo küvetlerinin kaygan olması, tuvaletlerin alçak olması, halıların sabitlenmemesi, zeminlerin kaygan olması gibi durumlar yer almaktadır (Çınarlı ve Koç, 2015).

Yaşlıların bakımındaki amaç, hastalıkların tedavisi kadar, yaşlının fiziksel, mental ve ruhsal olarak fonksiyonel kapasitesini en yüksek düzeyde tutmak ve yaşam koşullarını olumlu hale getirmek olmalıdır (Erdem ve Emel, 2004). Mümkünse yaşlının sağlıklı ve bağımsız olması sağlanmalıdır. Bunun yanında yaşlı kişilerde düşmeye neden olan risk faktörlerinin belirlenmesi ve düşmeleri önlemeye yönelik koruyucu stratejilerin geliştirilmesi önemlidir (Çınarlı ve Koç 2015). Yapılan birçok çalışmada düşme açısından riskli bulunan yaşlı oranı %30-40 arasında değişmektedir (Uysal Madak, 2010). Altmış yaş ve üzeri evde yaşayan 316 yaşlı üzerinde yapılan bir çalışmada düşme sıklığı %25,8 olarak belirlenmiş ve aynı çalışmada kadınlarda ve evli bireylerde düşme prevalansının daha yüksek olduğu fakat eğitim düzeyine göre düşme oranları arasında anlamlı bir farkın olmadığı bildirilmiştir (Brito et al., 2014). Hastanede yatan hastalarla yapılan bir çalışmada 65 ve üzeri yaş, erkek cinsiyet, kronik hastalık, riskli ilaç kullanımı, düşme öyküsü, görme ve işitme bozukluğu, uygun olmayan terlik (ayakkabı) kullanımı ve yatak yüksekliği düşmelere neden olabilecek risk faktörleri

olarak belirlenmiş (Yaşar ve Türk, 2018). Düşmelere neden olan sorunun saptanması, giderilmesi ya da rehabilitasyon verilmesinin yanında düşme riski ve düşme sonucunda oluşabilecek yaralanmaların şiddetini azaltacak çevre düzenlemelerinin sağlanması önemli yere sahiptir (Gökçe Kutsal, Erişim Tarihi:10.04.2019). Düşmenin çoğu önlenebilir nedenlerden kaynaklandığından, riskin azaltılması halk sağlığının önemli bir hedefi haline gelmelidir (Akdeniz ve ark., 2010). Risk faktörleri belirlenerek ve gerekli önlemler alınarak gelecekte düşmelerin oranı önemli ölçüde azaltılabilir (Rubenstein, 2006). Düşme riskinin belirlenmesi ancak bütüncül bir yaklaşım kullanarak bireyin doğru ve yeterli değerlendirilmesiyle mümkündür. Halk sağlığı hemşiresinin bir model, ölçek ya da skorlama sistemi kullanarak yaşlılarda düşme riskini belirlemesi gerekli koruyucu önlemlerin zamanında alınmasına olanak sağlar. Bu bilgiler doğrultusunda bu çalışmada, 65 yaş ve üstü yaşlı bireylerde düşme risklerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

## Yöntem

Kesitsel-tanımlayıcı türde olan bu araştırma Mayıs 2018-Aralık 2018 tarihleri arasında Gaziantep İli Sağlık Müdürlüğü’ne bağlı 60. Yıl Aile Sağlık Merkez’inde yürütülmüştür. Araştırmannın evrenini 60. Yıl Aile Sağlık Merkezi’ne kayıtlı 65 yaş ve üzeri 1050 kişi oluşturmuştur. Örnekleme ise evreni bilinenden örneklem hesaplama yöntemine göre belirlenen 290 birey oluşturmuştur. Evrenden örneklem seçiminde basit-rastgele örneklem yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veriler, yüz yüze görüşme tekniğiyle aile sağlığı merkezinde poliklinik ortamında toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulan Tanıtıcı Bilgi Formu ve DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Literatürde, düşme riski tanımlamasında kullanılan birçok değerlendirme aracı bulunmaktadır. Bu değerlendirme araçlarının bir kısmı klinikte yatan hastalar üzerine odaklanmaktadır. DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği hastane dışı ortamda, sosyal alanda da kullanılabilen bir ölçek olduğu için tercih edilmiştir.

**Tanıtıcı Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından geliştirilen form, yaşlıların sosyo-demografik özelliklerini belirleyecek nitelikteki toplam sekiz sorudan oluşmaktadır.

**DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği:** Nebraska’s Medicare Kalite Geliştirme Kurumu (Medicare Quality Improvement Organization) tarafından Düşmelerin Yönetimi Rehberi’nden (Falls Management Guidelines) (Health Care Association of New Jersey, 2006) yararlanılarak geliştirilen dokuz ana başlıktan (bilinç düzeyi/mental durum, son üç aydaki düşme hikayesi, ambulasyon/tuvalet durumu, görme durumu, yürüme ve denge, ortostatik değişiklikler, ilaçlar, hastalıklar ve ekipman varlığı) oluşan bir formdur. Ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği Eren Tekin ve ark., (2012) tarafından yapılmıştır. Ölçekte değerlendirme toplam puan üzerinden yapılmakta ve bireyin düşme risk puanı belirlenmektedir. Puanlama sonucunda 0-5 puan alanlar düşme açısından “düşük riskli”, 6-9 puan arasında alanlar “orta riskli” ve 10 ve üzerinde puan alanlar ise “yüksek riskli” olarak değerlendirilmektedir. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alfa değeri 0.753 olarak belirlenmiştir (Eren Tekin ve ark., 2013). Bu çalışmada ise Cronbach

Alfa değeri 0.764 olarak bulunmuştur. Verilerin istatistiksel analizi SPSS 23.0 istatistik paket programında yapılmıştır.

Verilerin değerlendirilmesinde normalite testi sonucuna göre, t testi, varyans analizi kullanılmıştır. Sayı, yüzdelik ve ortalama değerleri hesaplanmıştır. Çalışmada kullanılan DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği'nin kullanımı için ölçeğin Türkiye için geçerlilik ve güvenilirliğini yapan yazarlardan yazılı izin alınmıştır. Araştırmanın yürütülmesi için SANKO Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (29 Mart 2018 Tarih ve 13 nolu karar) kurul onayı, araştırmanın 60. Yıl Aile Sağlığı Merkezi'nden yapılabilmesi için İl Sağlık Müdürlüğünden kurum izni ve katılımcılardan sözlü onam alınmıştır.

## Bulgular

Çalışmaya katılan bireylerin tanıtıcı özellikleri Tablo 1' de gösterilmiştir.

**Tablo 1. Bireylerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı**

Tanıtıcı Özellikler (n=290)	Sayı (n)	%
<b>Yaş</b>		
65-74 yaş	208	71.7
75-84 yaş	66	22.8
85 ve üzeri yaş	16	5.5
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	154	53.1
Kadın	136	46.9
<b>Medeni Durum</b>		
Evli	209	72.1
Bekar	81	27.9
<b>Eğitim Durumu</b>		
Okuryazar değil	105	36.2
Okuryazar	90	31.0
İlkokul mezunu	68	23.4
Ortaokul ve lise mezunu	20	6.9
Üniversite mezunu	7	2.4
<b>Ekonomik Durumu</b>		
Gelir giderden az	117	40.3
Gelir gidere eşit	167	57.6
Gelir giderden çok	6	2.1
<b>Birlikte Yaşadığı Kişiler</b>		
Yalnız	37	12.8
Eşiyle	170	58.6
Çocukları ile	83	28.6
<b>Sosyal Güvence Durumu</b>		
Olan	271	93.4
Olmayan	19	6.6
<b>Son Üç Ayda Düşme</b>		
Düşme yok	140	48.3
1-2 düşme	128	44.1
3 ve üzeri düşme	22	7.6

Çalışmaya katılan bireylerin %53.1'ini erkekler, %46.9'unu kadınlar oluşturmuştur. Bireylerin %71.7'si (n=208) 65-74 yaş grubunda ve %5.5'i (n=16) 85 ve üzeri yaş grubunda yer almaktadır. Yaşlıların %72.1'i evli olup, %36.2'si okur yazar değil, %57.6'sının gelir giderine eşit ve %58.6'sı eşiyile birlikte yaşamaktadır. Yaşlı bireylerin %93.4'nun sosyal güvencesinin olduğu ve %44.1'nin son üç ayda 1-2 kez düştüğü belirlenmiştir (Tablo 1).

Bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puanlarına ilişkin dağılımları Tablo 2.'de gösterilmiştir.

**Tablo 2. Bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği Puan Aralıklarına İlişkin Dağılımlar**

Ölçek Puan Aralıkları	DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği				
	Sayı	%	$\bar{X} \pm SS$	Min.	Max.
Düşme riski az olan (0-5 puan)	46	15.9	3.08±1.82	0.00	5.00
Düşme riski orta olan (6-9 puan)	60	20.7	7.68±1.11	6.00	9.00
Düşme riski yüksek olan (10 ve üzeri puan)	184	63.4	14.84±3.77	10.00	26.00
<b>Toplam</b>	290	100.0	11.50±5.58	0.00	26.00

DENN Düşme Riski Ölçeği 'ne göre, yaşlıların %15.9'unun (n=46) 0-5 arasında puan alarak düşme riski az olan grupta, %20.7'sinin (n=60) 6-9 arasında puan alarak düşme riski orta olan grupta ve %63.4'nün (n=184) 10 ve üstü düşme riski puanı alarak düşme riski yüksek olan grupta yer aldığı belirlenmiştir. Yaşlı bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeğinden aldıkları min-max puan 0-26 olarak saptanmıştır. Bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği toplam puan ortalaması 11.50±5.58 olarak belirlenmiştir (Tablo 3.2.). DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği toplam puan ortalaması Düşme riski az olan bireyler için 3.08±1.82, Düşme riski orta olan bireyler için 7.68±1.11 ve Düşme riski yüksek olan bireyler için 14.84±3.77 olarak belirlenmiştir (Tablo 2.).

Bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamalarının sosyo-demografik özelliklerine göre karşılaştırılması Tablo 3.'de gösterilmiştir.

**Tablo 3. Bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması**

Sosyo-Demografik Özellikler (n= 290)	n	DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği		İstatistiksel analiz ve anlamlılık
		$\bar{X} \pm SS$		
<b>Yaş</b>				
65-74 yaş	208	10.45±5.38		F=14.807
75-84 yaş	66	13.78±5.26		p=0.00*
85 ve üzeri yaş	16	15.62±5.07		
<b>Cinsiyet</b>				
Kadın	136	12.22±5.27		t=2.075
Erkek	154	10.86±5.79		p=0.03*
<b>Medeni durum</b>				
Evli	209	10.49±5.18		t=-5.14
Bekar	81	14.09±5.78		p=0.00*
<b>Eğitim Durumu</b>				
Okuryazar değil	105	12.45±6.12		
Okuryazar	90	11.46±5.25		F=2.308
İlkokul mezunu	68	10.42±5.02		p=0.06
Ortaokul ve lise mezunu	20	11.65±4.85		
Üniversite mezunu	7	7.57±6.29		
<b>Ekonomik Durumu</b>				
Gelir giderden az	117	12.13±5.78		F=3.56
Gelir gidere eşit	167	11.23±5.38		p=0.03*
Gelir giderden fazla	6	6.33±4.58		
<b>Birlikte Yaşanılan Kişiler</b>				
Yalnız	37	12.78±6.01		F=15.28
Eşiyle	170	10.07±5.20		p=0.00*
Diğer Aile Üyeleriyle	83	13.85±5.27		
<b>Sosyal Güvence</b>				
Var	271	11.32±5.53		t=-2.07
Yok	19	14.05±5.88		p=0.03*
<b>Son Üç Ayda Düşme</b>				
Düşme yok	140	8.02±4.26		F=96.163
1-2 düşme	128	14.11±4.44		p=0.00*
3 ve üzeri düşme	22	18.40±4.13		

\*p<0.05

Bireylerin yaş gruplarına göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, yaş gruplarına göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Tukey HSD testi sonucuna göre farkın 65-74 yaş arası gruptan kaynaklandığı belirlenmiştir. 65-74 yaş arası grubun DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalaması 75- 84 yaş arası ve 85 ve üzeri yaş grubunda yer alan bireylerden daha düşük olup  $10.45\pm 5.38$ 'dir ( $p<0.05$ ). Yaşlı bireylerin cinsiyetine göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, kadınların risk puan ortalaması erkeklerden daha yüksek olup  $12.22\pm 5.27$ 'dir. Cinsiyete göre puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Yaşlı bireylerin eğitim durumuna göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, bireylerin eğitim durumuna göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0.05$ ). Bireylerin medeni durumuna göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, bekar olan bireylerin risk puan ortalaması evli olanlardan daha yüksek olup  $14.09\pm 5.78$ 'dir. Medeni duruma göre puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Bireylerin sosyal güvencesi olma durumuna göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, sosyal güvencesi olmayan bireylerin risk puan ortalaması sosyal güvencesi olanlardan daha yüksek olup  $14.05\pm 5.88$ 'dir. Sosyal güvencesi olma durumuna göre puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Bireylerin gelir durumuna göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, gelir durumuna göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Tukey HSD testi sonucuna göre farkın geliri giderinden az olan ve geliri giderinden çok olan gruptan kaynaklandığı belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Geliri giderinden az olan grubun risk puan ortalaması geliri giderinden çok olan gruptan daha yüksek olup  $12.13\pm 5.78$ 'dir. Yaşlı bireylerin birlikte yaşadıkları kişilere göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, birlikte yaşanan kişilere göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Tukey HSD testi sonucuna göre eşiyile birlikte yaşayan bireylerden kaynaklandığı belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Eşiyile birlikte yaşayan bireylerin risk puan ortalaması yalnız yaşayan bireylere ve diğer aile üyeleri ile yaşayan bireylere göre daha düşük olup  $10.07\pm 5.20$ 'dir. Bireylerin son üç ayda düşme hikayesine göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında, düşme hikayesine göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Hiç düşme hikayesi olmayanların diğerlerine göre düşme riski daha düşük olup  $8.02\pm 4.26$ 'dır (Tablo 3).

## Tartışma

Yaşlılarda mortalite ve morbidite açısından önemli bir sağlık sorunu olan düşmelerin önlenmesinde düşme risklerinin belirlenmesi son derece önemlidir. Düşme riski değerlendirme sonuçlarına göre bireye ve çevresine yönelik müdahale çalışmaları yapılabilir. Çalışma sonucuna göre, yaşlı bireylerin %15.9'nun düşme riskinin az, %20.7'sinin düşme riskinin orta ve %63.4'nün düşme riskinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Uysal Madak (2010), çalışmasında katılımcıların %41.9'unun düşme riskini düşük, %22.7'sinin düşme riskini orta ve %35.4'ünün düşme riskini yüksek bulmuştur. Gülhan Güner ve ark., (2017) yaşlı bireylerin %31.5'nin düşme riskini düşük, %31.4'ünün düşme riskini orta, %37.1'nin düşme riskini yüksek olarak saptamıştır. Caner 'in (2018) farklı bir ölçek kullanarak yaşlı bireylerde düşme riskini belirlediği çalışmasında katılımcıların %31.9'u yüksek riskli olarak tespit edilmiştir. Başka bir çalışmada yaşlı bireylerin %3.2'sinin düşme yönünden yüksek riskli grupta olduğu, son bir yıl içinde toplam düşme sayısı ile düşme riski arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki saptanmıştır (Beyazay ve ark., 2014). Bu çalışma da elde edilen yüksek riskli bireylerin oranı diğer birçok çalışma sonuçlarına göre oldukça yüksektir. Bu durumun, çalışma grubunun sosyo-kültürel özelliklerine bağlı olduğu düşünülmektedir. Çalışmada DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamalarına göre, 65-74 yaş grubunda yer alan bireylerin düşme riski 75-84 yaş ve 85 ve üstü yaş gruplarındakilere göre daha düşük bulunmuştur. Yaş arttıkça yaşlıların düşme riski de artmaktadır. Çalışma sonucuna benzer şekilde Savcı ve ark. (2009) yaşlılık ve yaşın ilerlemesi ile artan fiziksel yetersizliğin düşme riskini artıran bir faktör olduğunu belirtmiştir. Kaymak Karataş ve Maral (2001) 65 ve üzeri yaş grubunda düşme sıklığının 50-64 yaş grubuna göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Chu ve arkadaşları, (2005) düşme riskinin yaşla birlikte arttığını ifade etmektedir. Çalışma sonucu literatürdeki bilgilerle uyumaktadır ve yaşla birlikte düşme riskinin arttığını desteklemektedir. Bu çalışmada kadınların DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalaması erkeklerden yüksek bulunmuştur. Çalışma sonucuna benzer şekilde, Wu ve arkadaşları (2013) kadınların erkeklerden daha çok düştüğünü tespit etmiştir. Gülhan (2013) çalışmasında düşme riskinin kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Akgül ve arkadaşları 'da (2018) yaptığı araştırmada kadınların düşme yönünden daha fazla risk altında olduklarını düşmeye daha çok maruz kaldığını ifade etmiştir. Mumcu Boğa ve arkadaşları (2015), kadınların erkeklere oranla daha fazla düştüklerini ve yaş ilerledikçe düşme riskinin arttığını bildirmişlerdir. Bu çalışmada, elde edilen sonuç literatürde yer alan, kadınların düşme riskinin erkeklerden daha fazla olduğu bilgisini doğrular niteliktedir. Bu çalışmada bireylerin eğitim durumuna göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olmadığı görülmüştür. Akgül ve arkadaşlarının (2018) yaptığı çalışmada da eğitim durumu ile düşme arasında ilişki olmadığını bulunmuştur. Altmış yaş ve üzeri evde yaşayan 316 yaşlı üzerinde yapılan başka bir çalışmada da eğitim düzeyine göre düşme oranları arasında anlamlı bir farkın olmadığı bildirilmiştir. Çalışma bulgularının aksine, Caner'in (2018) farklı bir ölçek kullanarak düşme risklerini belirlediği çalışmasında eğitim düzeyinin azalmasıyla düşme riskinin arttığı belirlenmiştir. Sharif ve arkadaşları (2018) da eğitim düzeyinin

azalmasıyla düşmenin arttığını ifade etmektedir. Literatürdeki bilgilere göre eğitim düzeyinin düşme riskine ve düşmeye etkisi üzerinde farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu çalışmada bekar olan bireylerin düşme riski evli bireylere göre daha yüksek olarak belirlenmiştir. Çalışma sonucuna benzer şekilde, Çubukçu (2018) bekarların evli kişilere oranla düşme riskinin daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Akgül ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında da bekar ve dulların düşme riskinin evlilere göre yüksek olduğu bildirilmektedir. Çalışmada sosyal güvencesi olmayan bireylerin DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamasına göre düşme risklerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu çalışmanın aksine, Caner (2018) sosyal güvencesi olan yaşlıların sosyal güvencesi olmayan yaşlılara göre düşme riskinin daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bireyin sosyal güvencesinin olması sağlık hizmetlerinden faydalanmasını, sağlığı korumaya ve geliştirmeye yönelik doğru ve güvenilir bilgiye ulaşmasını ve olumlu sağlık davranışı kazanmasını sağlayan bir faktör olarak düşünülmektedir. Çalışmada, geliri giderinden az olan bireylerin, geliri giderine eşit ve geliri giderinden fazla olan bireylerden daha çok düşme riskine maruz kaldığı bulunmuştur. Bu durumun kişilerin maddi durumlarının iyi olması ile ilişkili olarak daha sağlıklı ve güvenli ev koşullarında yaşamaları ve çevrelere göre sağlığı koruma ve geliştirmeye yönelik sağlık hizmetlerinden daha çok faydalanabiliyor olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çalışmada DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalamasına göre eşit ile yaşayan, yalnız ve diğer aile üyeleriyle yaşayan yaşlılara göre düşme riski daha düşük bulunmuştur. Bu durumun eşin varlığının yaşlıda güven duygusunu artırdığı ve yaşlıların birbirini desteklemelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Yalnız yaşayan kişilerin yalnızlık duygusu ve ölüm korkusu daha fazla olduğu için düşme riskine daha çok maruz kaldığı düşünülmektedir. Çalışmada bireyin son üç ayda düşme hikayesi değerlendirildiğinde de yarısından çoğunun en az bir kez düştüğü belirlenmiştir. Bireyin son üç ayda düşme hikayesine göre DENN Düşme Riski Değerlendirme Ölçeği puan ortalaması karşılaştırıldığında da hiç düşme hikayesi olmayanların diğerlerine göre düşme riskinin daha düşük olarak saptanmıştır. Lök (2010) yaşlı bireylerle yaptığı çalışmada yaşlıların %47.7'sini son bir yıl içinde düştüğünü bulmuştur. Bıyıklı (2006) çalışmasında yaşlıların son bir yıl içinde %33.3'ünün en az bir kez düştüğü saptanmıştır. Bu çalışmanın bulgusu yapılan diğer çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermekte ve düşme riski yüksek olan bireylerde düşmenin gerçekleştiğini göstermektedir.

### Sonuç

Çalışma sonucuna göre yaşlı bireylerin büyük çoğunluğunun düşme riskinin yüksek olduğu, yarısına yakının son üç ayda 1-2 kez düştüğü, yaş arttıkça düşme riskinin arttığı, kadınların erkeklere, bekar olanların evlilere, geliri giderinden az olanların geliri giderine eşit ve geliri giderinden çok olanlara, sosyal güvencesi olmayanların sosyal güvencesi olanlara göre düşme riskinin daha yüksek olduğu, eğitim durumunun düşme riskinde farklılık oluşturmadığı ve son üç ayda düşme hikayesi olan bireylerin düşme riskinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Bu sonuçlar doğrultusunda aile sağlığı merkezlerinde çalışan hemşirelerin, düşme açısından riskli grubu oluşturan bireyleri daha yakından izlemesi, yaşlılarda düşme risklerini ve düşme prevalansını

belirlemeye yönelik daha büyük örneklemli çalışmaların yapılması, düşmeleri önlemek için risk faktörlerine yönelik girişimsel çalışmaların yapılması önerilmektedir.

### Kaynaklar

1. TÜİK, Türkiye İstatistik Kurumu (2018). İstatistiklerle yaşlılar 2017. Sayı: 27587.
2. Gökçe Kutsal, Y., Eyigör S. (2012). Edt: Aslan D., Ertem M. 2012. Yaşlı sağlığı: sorunlar ve çözümler. Ankara. Palme Yayıncılık. Ankara. 46.
3. Kaymak Karataş, G., Maral, I. (2001). Ankara- Gölbaşı ilçesinde geriatrik popülasyonda 6 aylık dönemde düşme sıklığı ve düşme için risk faktörleri. Geriatri Dergisi. 4 (4): 152-158.
4. Khaw, K.S., Dollard, J., Bray, K., Smyth, C., Chehade, M., Theou, O., et al. (2018). A randomized controlled feasibility study to evaluate the effects of a goal-setting coaching intervention using feedback from an accelerometer on sedentary time in older people at risk of falls (SMART-MOVE): A study protocol. Pilot and Feasibility Studies. 4(173): 1-11.
5. Yaşar, G., Türk, G. (2018). Hasta düşmelerinde risk faktörlerinin belirlenmesi. Hemşirelik Bilimi Dergisi. 1(1): 15-20.
6. Şencan, İ., Canbal, M., Tekin, O., Işık, B. (2011). Halk sağlığı sorunu olarak yaşlılık dönemi düşmeleri. Yeni Tıp Dergisi. 28(2): 79-82.
7. Turaman, C. (2001). Yaşlı sağlığı hizmetlerinin birinci basamakta planlanması. Geriatri Dergisi. 4(1): 22-27.
8. Aktaş, B. (2012). Yaşlı bireylerde düşmeleri önlemeye yönelik rehber geliştirme ve geliştirilen rehber doğrultusunda verilen eğitimin düşmeyi önlemeye etkisi. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi. Erzurum.
9. Arena, G., Cordova, S., Gavin, A., Palamara, P., Rimajova, M. (2002). "Falls in The Elderly in Western Australia". <http://www.population.health.wa.gov.au/promotion/resources/Burns%20and%20scalds.p>. Erişim tarihi: 07.10.2018.
10. Joint Commission International (JCI). (2010). "National Patient Safety Goals". [http://www.jointcommission.org/NR/rdonlyres/EADA6461-F238-4680-B4E2-07B433B2701/0/08\\_NPSG\\_AS\\_L\\_gp.pdf](http://www.jointcommission.org/NR/rdonlyres/EADA6461-F238-4680-B4E2-07B433B2701/0/08_NPSG_AS_L_gp.pdf). Erişim Tarihi: 10.10.2018.
11. Çınarlı, T., Koç, Z. (2015). 65 yaş ve üzeri yaşlılarda düşme risk ve korkusunun günlük yaşam aktiviteleri ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi. 4(4): 660-679.
12. Erdem, M., Emel, F.H. (2004). Yaşlılarda mobilite seviyesi ve düşme korkusu. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi. 7 (1): 1-10.
13. Uysal Madak, K. (2010). Bir üniversite hastanesindeki hastaların düşme risk düzeylerinin ve düşme önleme uygulamalarının değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi. İzmir.
14. Brito, T.A., Coqueiro, R.D.S., Fernandes, M.H., Jesus, C.S.D. (2014). Determinants of falls in community-dwelling elderly: Hierarchical analysis. Public Health Nursing. 31(4): 290-297.
15. Akdeniz, M., Yaman, A., Kılıç S., Yaman, H. (2010). Aile hekimliğinde önlenebilen sorunlar: Yaşlılarda düşmeler. Gerofam Dergisi. 1: 117-132.
16. Gökçe Kutsal, Y. Yaşlılarda düşme. [http://www.gebam.hacettepe.edu.tr/oneri/yaşlılarda\\_dusme.pdf](http://www.gebam.hacettepe.edu.tr/oneri/yaşlılarda_dusme.pdf). Erişim Tarihi: 10.04.2019.
17. Rubenstein, L.C. (2006). Falls in older people: Epidemiology, risk factors and strategies for prevention. Age and Ageing. 35: 37-41.
18. Eren Tekin, D., Kara, N., Utlu Tan, N., Arkuran, F. (2013). Delmarva Vakfı Tarafından Geliştirilen Düşme Riski Değerlendirme Ölçeğinin Türkçe Uyarlanması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi. 10 (1): 45-50.
19. Akgül, A., Arman, N., Tarakçı, E., Yılmaz Alarçın, E., Saydam, R., Büyükkaya, F., ve ark. (2018). İstanbul Bahçelievler ilçesinde yaşayan yaşlıların düşme prevalansı ve düşme riskinin belirlenmesi. Türkiye Klinikleri Dergisi. 38(2): 107-115.
20. Beyazay, S., Durna, Z., Akın, S. (2014). Yaşlı bireylerde düşme riski ve etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. Türkiye Klinikleri J Nurs Sci. 6(1): 1-12.
21. Bıyıklı K. (2006). Huzurevinde yaşayan bir grup yaşlıda düşme ile ilişkili faktörler: demografik özellikler, sağlık sorunları ve kullanılan ilaçlar.



- Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi. İstanbul.
22. Caner, Ş. (2018). Yaşlılarda düşme riski, korkusu ve düşme davranışları ile düşmeye yönelik evde bakım gereksinimlerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi. Samsun.
  23. Chu, L.W., Chi, I., Chiu, A.Y.Y. (2005). Incidence and predictors of falls in the chinese elderly. *Ann Acad Med Singapore*. 34: 60-72.
  24. Çubukçu, M. (2018). Evde bakım alanlarda düşme riskinin değerlendirilmesi. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*. 22(2): 50-57.
  25. Gülhan Güner, S., Nural, N., Erden, A. (2017). Evde yaşayan genç yaşlıların ilaç yönetimi, ev içi düzenlemeleri, egzersiz alışkanlıkları ve yaşam kalitesi ile düşme risk düzeylerinin belirlenmesi: Pilot Çalışma. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2(2): 13-19
  26. Gülhan, S. (2013). Trabzon İl Merkezinde Yaşayan Yaşlılarda Düşme Riski, Düşme Prevalansı ve Düşmeye Bağlı İşlevsel Yetersizlik. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi. Trabzon.
  27. Lök, N. (2010). Yaşlılarda düşmelere sebep olan ev içi çevresel risk faktörleri ve düşme ile ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi. Konya.
  28. Mumcu Boğa, N., Özdelikara, A., Ağaçdiken, S. (2015). Huzurevindeki yaşlı hastalarda düşme davranışlarının belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 4(3): 360-371.
  29. Savcı, C., Kaya, H., Acaroğlu, R., Kaya, N., Bilir, A., Kahraman, H., Gökerler, N. (2009). Nöroloji ve nöroşirürji kliniklerinde hastaların düşme riski ve alınan önlemlerin belirlenmesi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*. 2(3): 19-25.
  30. Sharif, S.I., Al-Harbi, A.B., Al-Shihabi, A.M., Al-Daour, D.S., Sharif, R.S. (2018). Falls in the elderly: Assessment of prevalence and risk factors. *Pharmacy Practice*. 16(3): 1206.
  31. Wu, T.Y., Chie, W.C., Yang, R.S., Liu, J.P., Wong, W.K., Liaw, C.K. (2013). Factors associated with falls among community-dwelling older people in Taiwan. *Annals Academy of Medicine*. 42(7): 320-327.