

GAZİANTEP İLİ ŞAHİNBEY İLÇESİ İLKÖĞRETİM OKULLARINDA ÖĞRENİM GÖREN 5. ve 6. SINIF KIZ ÖĞRENCİLERİN MENSTRUASYON FİZYOLOJİSİNE İLİŞKİN BİLGİLERİNİN BELİRLENMESİ^(*)

Ar. Gör. Simge DEMİREL^{**}
Yrd. Doç. Dr. Füsun TERZİOĞLU^{**}

ÖZET

Amaç: Araştırmada, Gaziantep ili Şahinbey ilçesine bağlı ilköğretim okullarında öğrenim gören menarş olmamış 5. ve 6. sınıf kız öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerini belirlenmesi amaçlanmıştır.

Gereç-Yöntem: Tanımlayıcı bir araştırmadır. Araştırmanın evrenini oluşturan Gaziantep ili Şahinbey ilçesine bağlı 62 ilköğretim okulunun 5. ve 6. sınıfında öğrenim gören 11694 kız öğrenciden, örnekleme 372 öğrenci alınmıştır. Veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmıştır. Anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, öğrencilerin tanımlayıcı özellikleri, ikinci bölümde menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilere yönelik sorular yer almaktadır. Veri toplama formu, 12 Şubat-12 Mart 2001 tarihleri arasında uygulanmıştır. Veriler; yüzde, ortalama, One Way Anova ve t testi kullanılarak değerlendirilmiştir.

Bulgular ve sonuçlar: Öğrencilerin yarısından fazlasının menstruasyona ilişkin bilgi almadığı (%57.5), menstruasyona ilişkin bilgi alanların (%42.5) ise büyük çoğunluğunun bu bilgiyi annelerinden (%70.7) edindiği belirlenmiştir. Öğrencilerin büyük çoğunluğunun kendilerini menstruasyona ilişkin yeterli bilgiye sahip görmedikleri (%77.5) ve okulda bu konuya ilişkin bilgi almadıkları (%81.1) saptanmıştır. Öğrencilerin yaşı, menstruasyon ile ilgili yeterli bilgiye sahip olma, menarş karşı vereceklerini düşündükleri, evde ve okulda menstruasyona ilişkin bilgi alma durumları, menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları üzerindeki etkisi incelenmiş ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Menarş, menstruasyon, puberte dönemi.

ASSESSMENT OF LEVEL OF KNOWLEDGE ON MENSTRUATION PHYSIOLOGY OF 5th AND 6th GRADE GIRLS ENROLLED AT PRIMARY SCHOOLS IN ŞAHİNBEY DISTRICT GAZİANTEP PROVINCE

ABSTRACT

Purpose: This research aims to assess information on menstruation physiology of pre-menarche 5th and 6th grade girls enrolled at primary schools in Şahinbey district, Gaziantep province.

Material-Method: It was held descriptive study. The sample size is 372 and was selected out of a universe of 11694 girls enrolled at 62 primary schools in Şahinbey district. A questionnaire was used as the medium of data collection. In the first part of the questionnaire general characteristics of the girls were recorded, in the second their knowledge on menstruation physiology was assessed. The questionnaires were applied between February 12th and March 12th 2001. The data gathered was processed using percent distribution, mean, one-way ANOVA and t-test techniques for analysis.

Findings and Results: The girls (57.5%) had not obtained any information on menarche, and most of those who had, had obtained their information from their mothers (70.7%). A large majority of the girls stated that they did not perceive themselves as sufficiently informed on menstruation (77.5%) and that they had not received information on menstruation at school (81.1%). Background characteristics and responses to attitude questions were analyzed in relation to knowledge grades. The results of the analysis revealed statistically significant relations between knowledge on menstruation with age of the respondent, whether having obtained knowledge on menarche, type of response to menarche, having received knowledge related to menarche in school and reasons for favoring/disfavoring received knowledge related to menarche.

Key Words: Menarche, menstruation, puberty.

(*) Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Bilim Uzmanlığı Tezi, 2002 (Danışman, Terzioğlu F)

** Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı.

GİRİŞ

İnsan yaşamında sağlığın ve sağlık bakımının kapsamlı ve bütüncül bir yaklaşımla ele alınmasının önemi, ancak 20. yüzyılın sonlarına doğru anlaşılmıştır (Şahin, 1999). 1994 yılında Kahire’de yapılan Uluslararası Nüfus ve Kalkınma Konferansı’nda Dünya Sağlık Örgütü tarafından yapılan sağlık tanımı içerisinde, “Üreme Sağlığı” kavramı da eklenmiştir. Bu doğrultuda üreme sağlığı, sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil; üreme sisteminin bütün işlev ve süreçlerinin fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir” şeklinde tanımlanmıştır (Köse, 1999).

Üreme sağlığı kavramı, özellikle kadın sağlığına bütüncül bir bakış açısı getirmiştir. Kadın yaşam süreci boyunca adölesan dönem, üreme dönemi, postmenopozal dönem ve yaşlılık dönemleri gibi bir takım evreler yaşamakta ve her bir evrenin de kendine özgü fizyolojik, psikolojik ve sosyal sorunları bulunmaktadır. Bu açıdan üreme sağlığı hizmetlerinin, özellikle bu evrelerde yaşanan sorunların önlenmesi ve giderilmesi doğrultusunda düzenlenmesi zorunluluğu karşımıza çıkmaktadır (Kasule ve ark., 1997; Sezgin, 1998; Taşkın, 2000). Bu evreler içerisinde yer alan adölesan dönemin, çocukluktan yetişkinliğe geçişte, sağlık davranışlarının şekillenmeye başladığı bir dönem olması nedeniyle öncelikli olarak ele alınması gerekmektedir. Ülkemizde bu dönem, kızlarda ortalama 10-12 yaşlarında, erkeklerde 12-14 yaşlarında başlamaktadır (Genç, 1989). Fiziksel açıdan olgunlaşma göz önüne alındığında, adölesan dönemi kızlarda 18, erkeklerde 20 yaş civarında sonlanmaktadır (Dinç, 1998; Genç, 1989).

Adölesan dönemde gençler; fiziki görünüşün değişmesi, kendini yalnız hissetmeye başlama, okul başarısının düşmesi, sigara, alkol kullanmaya başlama, saldırganlığın artması, anne babaya karşı asiliğin artması, çevreyle iletişim kurmanın güçleşmesi gibi sorunlar yaşamaktadır.

Bu nedenle, nüfusumuzun %30’ unu oluşturan adölesan dönemdeki gençlerin, sorunlarının öncelikle ele alınması gerekmektedir (T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı, 1997).

Adölesan dönem, gençte biyolojik, psikolojik ve sosyal değişikliklerle seyreden; beden imgesi, özgüven, kimlik ve rol kavramlarında görülen değişim ve gelişimlerle benlik kavramının belirginleştiği, sosyo-ekonomik bağımlılıktan yarı bağımsızlığa geçişin gerçekleştiği önemli bir yaşam evresidir (Genç, 1989; Rahman 1987; Şahintürk, 1999). Aynı zamanda adölesan dönem, gençlerin ileriki yıllarındaki gelişmelerini ve üreme sağlıklarını etkileyecek doğru davranış biçimlerini benimsemeleri açısından” kritik dönem” olarak görülmektedir (Sağlık Bakanlığı, 2001).

Adölesanların sorunlarına yönelik yapılmış bir çalışmada, fiziksel değişim ve gelişim süreci ile ilgili endişeleri, genç kızların erkeklere göre daha fazla yaşadıkları belirlenmiştir. Bu nedenle, adölesan kızların yaşadıkları problemlerin öncelikle irdelenmesi gerekmektedir (T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı, 1997). Bu dönemde genç kızlar, hızlı bedensel büyüme, motor beceri, hormonal, emosyonel değişiklikler ve sosyal gelişim ile çocukluktan yetişkinliğe geçişte, genç kızın yaşamında önemli bir geçiş devresi olan menarşi da deneyimler (Akkaş, 1993; Dinç, 1998; Kızılkaya, 1994; Şahintürk, 1999). Cinsellik ve üreme sağlığı kapsamında adölesan kızların yaşadığı fizyolojik değişimlerden biri olan menarş, genç kız için hem fizyolojik hem psikolojik yönden önemi olan gelişmedeki yapıtaşlarından biridir (Golub, 1983; Pillemer ve ark., 1987; Welpe, Bernhard, 1987). Genç kıza, menarşın fizyolojik bir olay olduğu ve nedenleriyle ilgili bilgi verilmezse, menarş genç kızda yaşamı boyunca sürebilecek gerginlik, korku, utanma ve huzursuzluğa hatta ruhsal çöküntüye sebep olabilmektedir (Dinç, 1998; Geyik, 1991; Şahin, 1999; Yavuzer, 1999).

Yapılan araştırmalarda menarş olmuş genç kızların menarşa karşı göstermiş olduğu tepkiler genel olarak üç başlık altında sınıflandırılmıştır (Çil, 1996; Dinç, 1998; Erdoğan ve ark., 1991): a) pozitif kabul etme (kendini büyümüş, daha kadınsı ve tecrübeli hissetme gibi), b) negatif tepkiler ya da reddetme (kendini kötü, rahatsız hissetme, korku gibi), c) nötr kabul etme veya kararsızlık (heyecanlanma yada heyecanlanmama gibi).

Menstruasyon ile ilgili tutum ve davranışlar yaşamın ilk yıllarında şekillenmeye başlamaktadır. Bu nedenle adölesan öncesi dönem de, genç kızlara rehberlik, konuya yönelik bilgi ve sağlıklı hijyenik alışkanlıklar kazandırmak için en uygun zaman dilimidir (Demir, 1996; Geyik, 1991; Özsürekcigil, 1989). Günümüzde cinsellik ve üreme sağlığına ilişkin eğitimin ailede başlaması, okulda öğretmenler ve okul sağlığı hemşireleri tarafından devam ettirilmesi gerektiği belirtilmektedir (Ulukol, 1997). Özellikle ülkemizde bu konuda anne-babanın yetersiz kalması ve ilköğretimin zorunluluğu nedeniyle okulda verilecek eğitimin etkinliği ve etkililiği daha da önem kazanmıştır (Cumming ve ark., 1991; Kömürücü, 1990; Sezgin, Akın, 1998). Ancak bu konu geleneksel aile yapısı içerisinde olduğu gibi, okullarda da yeterince ele alınmamaktadır (Kömürücü, 1990). Cinsellik ve üreme sağlığına ilişkin genç kızların doğru bilgiler edinebilmeleri için anne-baba desteğine, kendi düşünce, davranış ve uygulamalarını geliştirebilmeleri için de rehberliğe gereksinimleri vardır. Özellikle sağlık ekibi içerisinde yer alan hemşireler bu konuda ayrıcalıklı bir role sahiptir (Ulukol, 1997; İnsan Kaynağını Geliştirme Vakfı, 2000). Bu konuya ilişkin öğrencilere, ebeveynlere ve öğretmenlere verilecek eğitimde ise rehber kişi olarak okul sağlığı hemşirelerine büyük sorumluluklar düşmektedir. Okul sağlığı hemşirelerinin, ebeveyn ve öğretmenlerle ortaklaşa çalışmalar ve eğitimler düzenlenmeleri önemlidir. Bu doğrultuda hemşirenin üreme

sağlığındaki rolü, kadının tüm yaşamı süresince devam etmektedir. Aynı zamanda hemşirenin kadın olması da cinsellik ve üreme sağlığı eğitiminde, özellikle bizim kültürümüzde bir avantaj olarak kabul edilebilir.

Türk ailesinde adölesanların sorunları ile ilgili yapılan bir çalışmada, kırsal alandaki gençlerin kentsel alandaki gençlere göre ailelerinden cinsellik ve üreme sağlığına ilişkin bilgi alma oranlarının daha az olduğu belirlenmiştir (T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı, 1997). Ülkemizde iller gelişmişlik düzeyine göre sınıflandırıldığında, üçüncü gelişmişlik düzeyinde yer alan Gaziantep ilinde kültürel özelliklerden kaynaklanan etkenlerden dolayı cinsellik ve üreme sağlığına ilişkin konuların konuşulmasının tabu olarak görülmesi nedeniyle gençler bu konuya ilişkin sorunlarını aileleri ile rahatça paylaşmamaktadır (T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı, 1997). Bu açıdan Gaziantep ilindeki adölesan kızların üreme sağlığı ve menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerinin belirlenmesinin, genç kızlarımızın sağlıklı davranış biçimlerini kazanmaları açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Aynı zamanda bilgi düzeylerinin belirlenmesi adölesan kızlara üreme sağlığı ve menstruasyon fizyolojisine ilişkin verilecek, eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin düzenlenmesi yönünden de önem taşımaktadır.

AMAÇ

Araştırmanın amacı, Gaziantep ili Şahinbey ilçesine bağlı ilköğretim okullarında öğrenim gören menarş olmamış 5. ve 6 sınıf kız öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerinin belirlenmesidir.

GEREÇ-YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Tanımlayıcı bir araştırmadır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Şahinbey ilçesinde bulunan toplam 62 ilköğretim okulunun 5 ve 6. sınıfında öğrenim gören kız öğrenciler oluşturmaktadır. Bu ilçedeki 62 ilköğretim okulunun 5. ve 6. sınıfında öğrenim gören toplam 11694 kız öğrenci bulunmaktadır. Bu ilçedeki 11694 kız öğrenciden, örnekleme alınacak birey sayısını bulmak için $n = N \cdot t^2 \cdot p \cdot q / d^2$. $(N-1)1t^2 \cdot p \cdot q$ formülü kullanılmıştır. Formülden elde edilen sonuca göre araştırmanın örneklemini 372 kız öğrenci oluşturmuştur. İlçedeki toplam 62 ilköğretim okulunun her birinden örnekleme kaç öğrencinin alınacağı belirlenebilmesi için “Tabakalı Rasgele Örnekleme Yöntemi” kullanılmıştır. Örneklem kapsamına alınan öğrenciler, her okulda sınıf listelerine göre sıralanmış ve “Basit Tesadüfi Sayılar Tablosu” kullanılarak seçilmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın verilerini toplamak amacıyla veri toplama formu kullanılmıştır. Veri toplama formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde; öğrencilerin tanımlayıcı bilgileri (yaş, ikamet, ebeveynlerin eğitim durumu ve mesleği vb.; menstruasyon ve özelliklerine ilişkin düşüncelerine yönelik sorular), ikinci bölümde öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerine yönelik sorular bulunmaktadır.

Hazırlanan veri toplama formunun anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla, ön uygulaması Şehitkamil ilçesindeki Fehime Güleç ilköğretim okulunda 2-5 Ocak 2001 tarihleri arasında yapılmıştır. Veri toplama formu örneklemin %5’ini oluşturan 20 kişilik öğrenci grubuna uygulanarak anlaşılabilirliği ve kullanılabilirliği değerlendirilmiştir. Ön uygulamanın yapıldığı öğrenciler örneklem kapsamı dışında bulunan Şehitkamil ilçesindeki, Fehime Güleç ilköğretim okulundan basit tesadüfi sayılar tablosundan yararlanılarak seçilmiştir. Uygulama sonucunda gerekli düzenlemeler yapıldıktan sonra, veri toplama formuna son şekli verilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilere İl Milli Eğitim Müdürlüğü’nden evreni oluşturulan 62 ilköğretim okulu için izin alınarak, veri toplama formu, 12 Şubat-12 Mart 2001 tarihleri arasında uygulanmıştır. Veri toplama formu uygulanmadan önce, araştırmacı tarafından araştırmanın amacı ve formun doldurulmasına ilişkin bilgi verilmiş ve öğrencilerden sözlü izin alınmıştır. Araştırmaya katılmak istemeyen öğrenci olmamıştır. Okul müdürlüğünden ve öğretmenlerden yardım alınarak örneklem kapsamına alınan kız öğrenciler boş bir sınıfta toplanmış ve veri toplama formu araştırmacının gözetimi altında öğrenciler tarafından bireysel olarak doldurulmuştur. Her bir okul için veri toplama formunun uygulanması, yaklaşık 25-40 dakika sürmüştür.

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmada anket formunun uygulanmasından elde edilen veriler hazırlanan kod anahtarı çerçevesinde kodlama formuna geçirilmiş ve bilgisayara aktarılmıştır. Anket formunun birinci bölümünde kız öğrencilere yönelik tanıtıcı bilgilerin değerlendirilmesinde yüzdeler hesapları kullanılmıştır. Veri toplama formunun ikinci bölümünde, kız öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi düzeylerini ölçmeye yönelik toplam 12 adet açık uçlu ve seçenekli soru bulunmaktadır. Seçenekli sorularda her doğru cevap için 1 puan verilmiş, değerlendirme 100 puan üzerinden hesaplanarak yapılmıştır. Açık uçlu soruların değerlendirilmesinde ise soruların doğru cevap seçenekleri literatür incelenerek oluşturulmuş ve her doğru cevaba 1 puan verilmiş, değerlendirme ise 100 puan üzerinden hesaplanarak yapılmıştır. Sonuçta her bir öğrencinin bilgi puan ortalaması elde edilmiştir. Kız öğrencilerin bilgi puanları 100 puan üzerinden minimum 0, maksimum 38.5 olarak saptanmıştır.

Kız öğrencilere yönelik bağımsız değişkenlerin (yaş, anne eğitimi, anne mesleği, baba eğitimi vb.) menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamalarına etkileri “t” testi ve “Tek Yönlü Varyans Analizi” ile değerlendirilmiştir. Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını saptamak için ise “Tukey HSD” testi kullanılmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin %54.3’ü 11 yaşındadır ve büyük bir çoğunluğu (%99.4) ailesinin yanında kalmaktadır. Öğrencilerin babalarının %51.9’u ilköğretim mezunu ve %54.8’i serbest meslek sahibidir. Annelerin ise %54.9’u ilköğretim mezunu ve %90.0’ı ev hanımıdır. Bunun yanında, anne (%5.6) ve babası (%14.9) yüksek öğrenim mezunu olanların sayısının oldukça düşük bir orandadır.

Öğrencilerin menstruasyona ilişkin bilgi alma durumları ve menstruasyona ilişkin düşüncelerinin dağılımı incelendiğinde; %57.5’inin menstruasyona ilişkin bilgi almadığı ve %77.5’inin menstruasyona ilişkin bilgisinin yetersiz olduğu saptanmıştır (Tablo 1). Oysa menarş olmuş kız öğrenciler ile yapılan çalışmalarda, menstruasyon fizyolojisine ilişkin önemli bir kısmının bilgi aldığı ve bu konuya ilişkin yeterli bilgi sahibi olduğu bulunmuştur (Araptarlı, 1988; Çıtak, 2001; Karadağ ve ark., 1990; Koff, Rierdan, 1995; Scott ve ark., 1989; Skandhan ve ark., 1988; Tümerdem ve ark., 1987; Vicdan ve ark., 1996; Yazıcı, Kobyay, 1999). Öğrencilerin yarıdan fazlasının menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi sahibi olmamasının ve bilgilerini yeterli olarak görmemelerinin, annelerinin eğitim düzeyinin ilköğretim döneminde yoğunlaşmasından (%54.9) ve %90.0’ının ev hanımı olmasından kaynaklandığını düşündürmektedir.

Kız öğrencilerin %42.5’inin menstruasyona yönelik bilgi aldığı, %70.7’sinin bu bilgiyi annelerinden aldıkları ve %80.9’unun da bu bilginin anneleri tarafından verilmesini istediği belirlenmiştir. Skandhan ve arkadaşlarının (1988) 18-25 yaş arasında 305 kız öğrenciyle yaptığı çalışmada elde ettikleri bulgular da bu araştırmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir. Öğrencilere menstruasyon görmenin anlamına ilişkin düşünceleri sorulduğunda, %51.0’i genç kızlığa geçiş ve %29.3’ü ise kirli kanın dışarı atılması olarak değerlendirilmiştir. Scott ve arkadaşlarının çalışmasında da menarş olmuş kız öğrencilerin %61.0’i menstruasyonu genç kızlığa geçiş olarak tanımlamıştır (Scott, Hammond, 1997). Ülkemizde Yazıcı ve Kobyay’nın araştırmasında ise (1999) üniversite öğrencilerinin %25.5’i adet anlamını kirli kanın dışarı atılması olarak ifade etmiştir. İki araştırmanın bulgusu, bu araştırma ile paralellik göstermektedir. Ayrıca çalışmada kız öğrencilerin menarşa yönelik ilk tepkilerinin korkma, üzülmeye, kendini pis hissetme gibi olumsuz (%39.1) duygular olacağını ifade etmeleri de dikkat çekici bir bulgudur. Ülkemizde yapılan çalışmalarda da menarşa ilişkin ilk tepkilerin, %42.6-77.0 arasında değişen oranlarda korkma, şaşırma, üzülmeye gibi olumsuz duygular olduğu belirlenmiştir (Özsürekcigil, 1989; Karadağ ve ark., 1990; Yazıcı, Kobyay, 1999; Araptarlı, 1988). Ayrıca öğrencilerin %36.9’u menarşı nasıl karşılayacaklarını bilmemektedir. Bilinmeyen ise her zaman korku ve endişe yaratacağı unutulmamalıdır. Bu nedenle, üreme sağlığı ve menstruasyon fizyolojisine ilişkin genç kızlara eğitim verilmesi zorunludur. Menstruasyona ilişkin bilgilerin evde anne, okulda öğretmen ve toplumda sağlık çalışmaları özellikle hemşireler tarafından daha bilinçli bir şekilde verilmesi genç kızların doğru bilgiler edinmelerini ve olumlu davranış biçimlerini geliştirmelerini sağlayacağı düşünülmektedir.

Tablo 1. Öğrencilerin Menstruasyona İlişkin Bilgi Alma Durumları ve Menstruasyona İlişkin Düşüncelerinin Dağılımı (n= 372)

Menstruasyona İlişkin Bilgi Alma Durumları ve Düşünceleri	Sayı	%
Bilgi Alma Durumu (n= 369*)		
Alan	157	42.5
Almayan	212	57.5
Bilgi Veren Kişi (n= 157 **)		
Anne	111	70.7
Abla	29	18.4
Arkadaş	19	12.1
Öğretmen	36	22.9
Sağlık çalışanı	7	4.4
Diğer (anneanne, teyze, kuzen, kitap)	14	8.9
Bilgisinin Yeterli Olduğunu Düşünme Durumu (n= 365*)		
Yeterli	82	22.5
Yetersiz	283	77.5
Bilginin Kim Tarafından Verilmesi Gerektiği (n= 364*)		
Anne	301	80.9
Abla	81	21.7
Arkadaş	13	3.5
Öğretmen	44	11.8
Sağlık çalışanı	80	21.5
Diğer (anneanne, yenge, teyze)	11	2.9
Menstruasyon Görmenin Anlamı		
Anneliğe hazırlık	23	6.1
Kirli kanın atılması	109	29.3
Genç kızlığa geçiş	190	51.0
Bilmiyor	126	33.8
Menarşın İlk Tepkilerinin Ne Olacağı ***(n= 366*)		
Olumlu tepki	88	24.0
Olumsuz tepki	143	39.1
Bilmiyor	135	36.9

* Bu soruya cevap veren kişi sayısı

** Menarş ve menstruasyona ilişkin bilgi alan 157 öğrenci bu soruya cevap vermiştir. Öğrenciler birden fazla yanıt verdikleri için n sayısı artmıştır.

*** Olumlu tepki (normal karşılama, sevinme); olumsuz tepki (korkma, üzülme, pis hissetme).

Öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerinin dağılımı incelendiğinde; menarş yaşı öğrencilerin %59.4'ü tarafından, menstruasyon kanamasının rahimde olduğu ise öğrencilerin %16.6'sı tarafından doğru olarak bilindiği belirlenmiştir. Koff ve arkadaşlarının menarş olmamış 205 öğrenciyle yaptıkları çalışmada (1995), öğrencilerin sadece %11.0'i menstrual kanamanın rahimden oluştuğunu ifade etmiştir. Genç kızların menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgileri önem taşımaktadır. Çünkü menstrual siklusun nasıl işlediğini bilmemek genç kızların üreme sağlıklarını ve cinsel yaşamlarını olumsuz yönde etkileyecektir. Bu nedenle, menstruasyon fizyolojisine yönelik eğitim ayrı bir eğitim programı olmamalı, yaşam boyu sürekliliği olan gelişimsel ilkeler temeline dayalı bir sağlık eğitimi çerçevesi içinde düşünülmelidir (Koff, Rierdan, 1995; İnsan Kaynağını Geliştirme Vakfı, 2000). Ayrıca genç kızların fiziksel, duygusal ve sosyal gelişim süreçleri göz önüne alınarak, menstruasyon fizyolojisine ilişkin eğitimin bu sürece uygun olarak planlanması da yeterli bir sağlık eğitimi programının içeriğinin belirlenmesinde temel oluşturacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmada öğrencilerin %26.3'ü menstruasyonun sıklığını (21-35 günde bir), %34.7'si süresini (3-7 gün) ve %11.9'unun da günlük miktarını (4-6 ped/ gün) doğru ifade etmiştir. Ayrıca öğrencilerin %51.6'sının menstruasyonun sıklığını, %49.0'unun süresini ve %62.0'sinin de günlük miktarını bilmemesi dikkat çekici bir bulgudur. Koff ve arkadaşlarının menarş olmamış öğrencilerle yaptıkları çalışmada, öğrencilerin çoğunluğu menstruasyonun sıklığını (%79.0) ve süresini (%67.0) doğru olarak belirtmiştir. Menarş olmamış öğrencilerin yarıya yakınının (%49.0) ise menstruasyonun günlük miktarını bilmemeleri göze çarpan bir bulgudur (Tablo 2). Bu sonuç da öğrencilerin henüz menarş yaşamamalarından kaynaklandığı şeklinde yorumlanmaktadır (Koff, Rierdan 1995). Görüldüğü gibi, araştırma bulgularından elde

edilen sonuçlara göre öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin eğitim eksiklikleri bir kez daha ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle, öğrencilerin bu konuya ilişkin doğru ve yeterli bilgilere sahip olmaları için eğitim verilmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Böylece öğrencilerin menstrual kanamanın süresi, sıklığı ve günlük miktarındaki anormal durumları belirleyip, sorunların erken dönemde teşhis ve tedavi edilmesine olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Literatürde menstruasyon fizyolojisine ilişkin eğitimin genç kızlara, 8-11 yaşları arasında yani ilkokul yaşantıları sırasında ve menarş olmadan önce verilmesinin uygun olduğu ifade edilmektedir (Dashiff, 1986; Coşkun, 86).

Bu çalışmada, öğrencilerin mensruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puanları $X=13.58$ olup, minimum 0, maksimum 38.5 olmak üzere, $S.S= 9.21$, $S.H=0.47$ olarak saptanmıştır. Öğrencilerin yaşlarına göre menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları incelendiğinde, öğrencilerin yaşı arttıkça menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları artmaktadır. 10 yaşındaki öğrencilerin bilgi puan ortalamaları 9.1 iken, 11 yaşında 11.8'e, 12 yaşında 15.2'ye ve 13 yaş ve üzerinde ise 17.9'a yükselmektedir. Yapılan istatistiksel değerlendirmede, 13 yaş ve üzerinde olan öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları ile diğer yaşlardaki öğrencilerin bilgi puan ortalamaları arasındaki fark tek yönlü varyans analizi kullanılarak önemli bulunmuştur ($p<0.05$). Nalbant ve Bulut'un çalışmasında (2001) genç kızların üreme sağlığı ve cinsellik konusunda en çok bilgi edindikleri kaynaklar arasında kitaplar, televizyon, dergiler gibi kitle iletişim araçlarının geldiği belirlenmiştir. Bu çalışmadan elde edilen bu sonucunda öğrencilerin yaşlarının menarşa yaklaştıkça bu konuya eğilimlerinin artması ve kitle iletişim araçlarındaki uyaranlardan daha fazla etkileneşinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bu nedenle çeşitli kaynaklarda, kitle iletişim araçlarının bu amaçla, doğru, etkin ve verimli şekilde kullanılması için ülke düzeyinde programlar başlatılmasının önemli olduğu vurgulanmıştır (Özsürekli, 1989; Özvarış, 1995; Cumming ve ark., 1991; Aslan, 1997).

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyi ve mesleğinin menstruasyon fizyolojisine yönelik bilgi puan ortalamaları üzerine etkisi incelendiğinde, bu değişkenlerle bilgi puan ortalaması arasındaki fark istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur ($p>0.05$).

Tablo 2. Öğrencilerin Menstruasyon Fizyolojisine İlişkin Bilgilerinin Dağılımı (n= 372)

Menstruasyon Fizyolojisine İlişkin Bilgiler	Sayı	%
Menarş Yaşı		
11-16	221	59.4
17-22	55	14.8
8-10	5	1.3
Bilmiyor	91	24.5
Menstruasyonun Sıklığı		
21-35 günde bir	98	26.3
10-20 günde bir	63	17.0
36-50 günde bir	19	5.1
Bilmiyor	192	51.6
Menstruasyonun Süresi		
3-7 gün	129	34.7
8 gün veya daha fazla	34	9.1
2 gün veya daha az	27	7.2
Bilmiyor	182	49.0
Menstruasyonun Miktarı/Gün		
2-3 ped	88	23.7
4-6 ped	44	11.9
8-10 ped	9	2.4
Bilmiyor	231	62.0
Menstruasyon Kanamasının Oluştığı Organ		
Yumurtalık	70	18.9
Rahim	62	16.6
Diğer	10	2.6
Bilmiyor	230	61.9

Tablo 3. Öğrencilerin Bazı Bireysel Özelliklerine Göre Menstruasyon Fizyolojisine İlişkin Puanları

Bireysel Özellikler	Sayı	Ortalama X ±SS	İstatistiksel Değerlendirmeler	
			*F	P
Yaş Grubu				
10 yaş	29	9.15 ± 8.12	7.49	0.000
11 yaş	202	11.82±8.92		
12 yaş	120	15.22 ± 9.36		
13 yaş ve üzeri	21	17.94 ± 8.45		
Anne Eğitimi (n=370***)				
Okur-yazar değil	48	12.50 ± 8.41	1.98	0.096
Okur-yazar	40	10.76 ± 9.22		
İlköğretim mezunu	203	12.82 ± 9.13		
Ortaöğretim mezunu	58	15.78 ± 10.07		
Yükseköğrenim mezunu	21	13.18 ± 8.02		
Anne Mesleği				
Ev Hanımı	335	13.05 ± 9.26	0.08	0.920
Memur	22	12.58 ± 8.49		
Diğer (İşçi, Serbest Meslek, Emekli)	15	13.84 ± 9.83		
Baba Eğitimi (n=369***)				
Okur-yazar yeğil	7	14.28 ± 6.16	1.66	0.158
Okur-yazar	30	10.00 ± 9.34		
İlköğretim mezunu	192	12.56 ± 8.70		
Ortaöğretim mezunu	86	14.58 ± 10.10		
Yükseköğrenim mezunu	55	13.70 ± 9.50		
Baba Mesleği (n=369***)				
Serbest meslek	202	13.86 ± 9.32	2.19	0.089
Memur	77	13.23 ± 9.03		
İşçi	76	10.83 ± 8.30		
Diğer (Çalışmıyor, ölmüş, emekli)	14	14.83 ± 11.76		
Ablası Olma Durumu				
Var	139	12.70 ± 9.44	0.57	0.564
Yok	233	13.27 ±9.09		

* F değeri (One Way Anova)

** t değeri (Independent samples t test)

*** Bu soruya cevap veren kişi sayısı

Geyik'in (1991) sağlık bilimleri kolejinde öğrenim gören menarş olmuş genç kızlarla yaptığı çalışmasında da öğrencilerin menarşa ilişkin bilgilerinin anne eğitim düzeyi ile bir ilişkisinin olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu çalışma sonucumuza paralellik göstermektedir. Buna karşın, Palak'ın ve Çil'in (1996) menarş olmuş genç kızlarla yapılan çalışmalarında annelerin eğitim düzeyinin artması ile öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamalarının arttığı saptanmıştır. Çil'in (1996) annelerin menarş ve menstruasyon hijyenine ilişkin genç kızlarına verdiği eğitimi değerlendirdiği çalışmasında ise, mesleği memur olan annelerin, ev hanımı ve diğer meslek sahibi annelere göre kızlarına daha fazla menstruasyon hijyenine yönelik bilgi verdiği belirlenmiştir. Oysa, bu araştırmada öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları ile annelerin eğitim düzeyi ve mesleği arasında bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonucun çalışmamızda öğrencilerin annelerinin mesleklerinin ev hanımı (%90) ve eğitim düzeylerinin ilköğretim (%54.9) de yoğunlaşmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çünkü anne eğitim düzeyinin yetersiz olmasının, öğrencilere menstruasyon fizyolojisine ilişkin verecekleri eğitiminde yetersiz olmasına ve nitelikli danışmanlık yapamamalarına neden olabilir. Toplumumuzun genel eğitim düzeyi arttıkça anneler, genç kızlara eğitim ve danışmanlık yapmada daha etkin olacaktır. Ayrıca genç kızların en sık iletişim kurdukları kişinin anneleri olduğuna dikkat edilmeli, genç kızlar kadar anneler de bu konuda hedef kitle olarak ele alınıp eğitilmelidir (Guang, 1997; Özvarış, 1995).

Babaların eğitim düzeyinin ve mesleğinin öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları üzerine etkisi incelendiğinde; bu değişkenlerin bilgi puan ortalamaları üzerine etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Yapılan istatistiksel değerlendirmede de, bu değişkenlerle bilgi puan ortalamaları arasındaki fark önemsiz

bulunmuştur ($p>0.05$). Palak'ın lise ve yüksek öğrenime devam eden menarş olmuş öğrencilerle yaptığı çalışmasında babaların eğitim düzeyi ile öğrencilerin üreme organları ve cinselliğe ilişkin bilgilerinin arttığı belirlenmiştir (Palak, 1996). Bu farkın örneklemin daha büyük yaş grubundan seçilmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılan çalışmalarda menarş olmamış kızların menstruasyon fizyolojisine ilişkin çeşitli kaynaklardan bilgiye ulaşabildiği ancak bilgi kaynağı olarak en fazla anneleri ve kız arkadaşlarını tercih ettiği belirlenmiştir (Cumming DC ve ark., 1991; Koff, Rierdan, 1995). Koff ve Rierdan'ın çalışmasında (1995) babaların menstruasyonun başlaması ve büyüme ile başatme konusunda kızların başvurmadığı bir kaynak olduğu saptanmıştır. Aynı çalışmada, menarş olmuş öğrencilerin menstruasyon konusunda babalarıyla konuşmaktan rahatsız oldukları, babalarından sadece sessiz bir destek beklemedikleri, babaların bu konudan tamamen uzak tutulması gerektiği ve babaların bu tür bir deneyim yaşamadıkları için menstruasyona ilişkin katkı sağlayamayacaklarını ifade etmiştir (Koff, Rierdan, 1995). Aynı zamanda kızlarda babadan çekinme, utanmanın oldukça yaygın olduğu ve öğrencilerin babalarla menstruasyona ilişkin iletişim kurmayı tabu olarak gördüğü saptanmıştır (Koff, Rierdan 1995). Ülkemizde de üreme sağlığı ve cinselliğe ilişkin konuların konuşulmasının tabu olması ve babanın otorite figürü olarak görülmesinden dolayı genç kızlarımız babalarından çekinerek bu konuya yönelik iletişim kurmaktan rahatsızlık duyabilir. Bu nedenle, öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puanlarını, babaların eğitim düzeyinin ve mesleklerinin etkilemediği düşünülmektedir.

Öğrencilerin ablasının olma durumu ve abla sayısının, menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları üzerine etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Yapılan istatistiksel değerlendirmede de, bu değişkenlerle bilgi puan ortalamaları arasındaki fark önemsiz bulunmuştur ($p>0.05$).

Literatürde bu konuda yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Koff ve Rierdan'ın menarş olmuş öğrencilerle yaptığı çalışmasında (1995) öğrencilerin ablalarından menarşa yönelik beklentilerinin nazik, açık, duyarlı, sakin olmaları, mahremiyete saygı göstermeleri ve kendileri ile alay etmemeleri olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda öğrenciler ablalarından duygusal destek yanında, menstruasyonla başetmek için pratik bilgiler de istedikleri saptanmıştır. Menstruasyon fizyolojisine ilişkin bir genç kızın açıkça konuşabileceği duyarlı ve anlayışlı kişilerden birisi de menarş olmuş ablalar olduğu düşünülmekle beraber günümüzde menstruasyon olayının ayıp, gizli ve utanç verici olarak görülmesinden dolayı, öğrencilerin ablalarından bu konuya ilişkin bilgi almadığı düşünülmektedir.

Bu çalışmada, menstruasyona ilişkin bilgi alan öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları (16.5) bilgi almayanlara göre (10.5) daha yüksek bulunmuştur. Yapılan istatistiksel değerlendirmede, menstruasyona ilişkin bilgi alma durumu ile menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları arasındaki fark önemli bulunmuştur ($p<0.05$) (Tablo 4).

Menarş olmamış genç kızların en önemli gereksinimlerinden biri de uygun kaynaklardan menstruasyon fizyolojisine ilişkin yeterli ve doğru bilgiler edinmektir. Menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi almada bilginin kaynağı da

önem taşımaktadır (Çıtak, 2001). Ancak örneklem kapsamına alınan öğrencilerin annelerinin %54.9'unun eğitim düzeyinin ilköğretim olması ve öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puanlarının ortalamasının 100 puan üzerinden ortalamının 13.5 olması bu konuda anneler tarafından verilen bilgilerin yeterli olmadığını göstermektedir. Bu nedenle, menarştan sonraki sürecin sağlıklı geçirilmesi açısından bu bilgilerin, öğrencilerin anlayabileceği düzeyde ve nitelikli olarak verilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırma elde edilen ancak Tablo 4'de yer almayan verilere göre öğrencilerden menstruasyona ilişkin yeterli bilgiye sahip olduğunu düşünenlerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamasının (17.8), yeterli bilgiye sahip olmadığını düşünenlere göre (11.5) daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yapılan istatistiksel değerlendirmede, menstruasyona ilişkin yeterli bilgiye sahip olduğunu düşünme ile menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları arasındaki fark önemli bulunmuştur ($p<0.05$). Aslan'ın lisede öğrenim gören menarş olmuş genç kızların menstruasyon dönemindeki bilgi düzeyini belirlediği çalışmasında da, menstruasyona ilişkin yeterli bilgi sahibi olduğunu düşünen öğrencilerin bilgi düzeylerinin, yeterli bilgi sahibi olmadığını düşünenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Aslan, 1997). Bu bulgu çalışma sonucumuzla paralellik göstermektedir.

Tablo 4. Öğrencilerin Menstruasyona İlişkin Bilgi Alma Durumlarına Göre Menstruasyon Fizyolojisine İlişkin Bilgi Puan Ortalamalarının Dağılımı (n= 372)

Menstruasyona İlişkin Bilgi Alma Durumları	Sayı	Ortalama X±SS	İstatistiksel Değerler	
			*t	P
Alan	157	16.53 ± 9.25		
Almayan	212	10.52 ± 8.36	6.52	0.000

* t değeri (Independent Samples t test)

Öğrencilerin menarşa verecekleri tepkiler incelendiğinde, olumlu (15.0) ve olumsuz (13.9) tepki vereceğini ifade edenlerin bilgi puan ortalamaları, bilmediğini ifade edenlere (10.8) göre daha yüksek bulunmuştur. Yapılan istatistiksel değerlendirmede, bu değişkenlerle menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamaları arasındaki fark önemli bulunmuştur ($p<0.05$). Pillemer ve arkadaşlarının menarş olmuş 99 kolej öğrencisiyle yaptığı çalışmada menarştan önce yeterli bilgiye sahip olduğunu düşünen öğrencilerin menarşa tepkilerinin olumlu olduğu saptanmıştır (Pillemer, 1987). Ülkemizde menarş olmuş öğrencilerle yapılan bir çok çalışmada menstruasyona ilişkin bilgisi olan öğrencilerin menarşa karşı olumlu tepkiler gösterdiği belirlenmiştir (Şahintürk, 1999; Erdoğan ve ark., 1991; Özsürekcigil, 1989; Tümerdem ve ark., 1987; Aslan, 1997). Görüldüğü gibi, adölesan öncesi dönemde fiziksel ve psikolojik değişiklikler ve özellikle menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerin verilmesi gerekmektedir. Çünkü menarş, genç kızın yaşamında bir dönüm noktasıdır (Welp, 1987). Literatürde menstruasyon hakkında doğru ve nitelikli bilgilendirme, menarşa gösterilecek tepkiyi belirlemede önemli bir faktör olarak görülmektedir (Pillemer ve ark., 1987; Koff, Rierdan, 1995; Metheny, Smith 1989; Mitcheal ve ark., 1994). Bu konuda doğru ve nitelikli bilgiye sahip olmayan genç kızlarda menarşın aniden görülmesi, olumsuz duyguların gelişmesine, benlik saygısının düşmesine neden olacaktır. Bu da genç kızların ilerideki yıllardaki üreme sağlıklarını ve cinsel yaşamlarını olumsuz olarak etkileyecektir (Pillemer ve ark., 1987; Tümerdem ve ark., 1986; Araptarlı, 1988; Koff, Rierdan, 1995).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Gaziantep ili Şahinbey ilçesi ilköğretim okullarının 5. ve 6. sınıfında öğrenim gören kız öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerinin belirlenmesine yönelik yaptığımız araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur;

Menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilginin en fazla oranda anneden alınması ve bu konuya ilişkin bilginin anneler tarafından verilmesinin istenmesi nedeniyle adölesan öncesi dönemdeki genç kızların bu konuda yeterli ve nitelikli bilgi alabilmeleri için ebeveynlere özellikle annelere yönelik eğitim programları ve eğitim materyalleri geliştirilmeli ve uygulanmalıdır.

Öğrencilerin kadın anatomisi ve menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgi puan ortalamalarının düşük olması nedeniyle ilköğretim dönemindeki genç kızlara, üreme organlarının anatomi-fizyolojisi, menarş ve menstruasyon fizyolojisi gibi konulara yönelik sağlık eğitimleri planlanmalı ve uygulanmalıdır. Okulda menstruasyona ilişkin bilgi alan öğrencilerin bilgi puan ortalamalarının almayanlara göre yüksek olması nedeniyle hemşirelerin danışmanlık, eğitim ve değişim rolleri doğrultusunda, okul sağlığı hemşireliğinin ilköğretim okullarında yaygınlaştırılması sağlanmalıdır.

KAYNAKLAR

- Sağlık Bakanlığı. (2001) Herkese Sağlık Türkiye'nin Hedef ve Stratejileri, Ankara.
- T. C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı. (1997) Türk Ailesinde Adölesanların Sorunları. Takav Matbaacılık, Ankara.
- İnsan Kaynağını Geliştirme Vakfı. (2000) Cinsel Sağlık Bilgileri Eğitimi Öğretmen El Kitabı. İstanbul.
- Akkaş, S., Türkistanlı, E. (1993) Menstruasyon Konusunda Verilen Modüler Eğitimin Değerlendirilmesi. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 9(1):33-39.
- Araptarlı, N. (1986) Gençlerin Cinsel Bilgi Düzeyi, Tutumları ve Ailelerin Cinsel Tutumlarının Karşılaştırılması. 22. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongre Kitabı, Marmaris, 105-111.
- Araptarlı, N. (1988) Avcılar Sağlık Ocağı Bölgesindeki Genç Kızların Adet Görme, Gebelik ve Aile Planlaması Hakkındaki Bilgi, Tutum

- ve Görüşleri. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi, İstanbul Üniversitesi Çocuk Sağlığı Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aslan, Ş. (1997) Lise Düzeyi Kız Çocuklarında Menstruasyon Dönemi Bilgi ve Özellikleri. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Coşkun, A. (1986) Aile Hayatı ve Cinsellik Eğitimi. Hemşirelik Bülteni, 2(6).
- Cumming, D.C., Cumming, C.E., Kieren, D.K. (1991) Menstrual Mythology and Sources of Information About Menstruation. Am. J. Obstetrics Gynaecology, 164 (2):473-476.
- Çıtak, N. (2001) Abant İzzet Baysal Üniversitesinde Öğrenim Gören Kız Öğrencilerin Dismenoreye İlişkin Bilgi ve Uygulamalarının Belirlenmesi. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çil, G. (1996) Menarş ve Menstruasyon Hijyeni Konusunda Annelerin Yaptığı Eğitimin Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Dashiff, C. (1986) Education for Menarche. Journal of School Health, 56 (2):56-60.
- Demir, Ü., Şirin, A., Saruhan, A. (1996) Doğum-Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Ders Notları. Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.
- Dinç, A. (1998) Adölesan Dönemi ve Cinsellik. Kadın Sorunlarının Çözümüne Doğru, Yöntem, Strateji ve Politikalar. 4. Ulusal Kadın Çalışmaları Toplantısı, Ege Üniversitesi Kadın Sorunları Araştırma ve Uygulama Derneği Yayınları, İzmir, 153-159.
- Erdoğan, E., Işık, A., Saruhan, A. (1991) Adölesan Kızların Menarş Deneyimleri ve Menstrual Siklus Özelliklerine İlişkin Bir Çalışma. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 7 (2):31-46.
- Genç, G. (1989) Ergenlikte Fizyolojik Değişiklikler. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 5(2):59- 63.
- Geyik, G. (1991) Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Koleji Öğrencilerinin Menarş Yaşının Araştırılması. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Golub, S. (1983) Menarche: The Beginning of Menstrual Life. Women Health, 8(2-3): 17-36.
- Guang, L., Ren, M. (1997) An Investigation of Adolescent Health from China. Journal of Adolescent Health, 20: 306-308.
- Karadağ, N. ve ark. (1990) Bir Grup Üniversite Öğrencisinin Menstruasyon Hijyeni Konusundaki Bilgi, Tutum ve Davranış Düzeylerinin Saptanması. Hemşire, 49:37-40.
- Kasule, J., Mbizvo, M.T., Gupta, V., Rusakaniko, S., Kinoti, S.N. (1997) Mpanju-Shumbushu, W. Effects of a Randomized Health Education Intervention on Aspects of Reproductive Health Knowledge and Reported Behaviour Among Adolescents in Zimbabwe. Soc. Sci. Med., 44 (5):573-577.
- Kızılkaya, N. (1994) Perimenstrual Şikayetlerin Hafifletilmesinde Hemşirelik Girişimlerinin Etkinliği. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Koff, E., Rierdan, J. (1995) Early Adolescent Girl's Understanding of Menstruation. Women Health, 22 (4):1-19.
- Koff, E., Rierdan, J. (1995) Preparing Girls for Menstruation: Recommendations from Adolescent Girls. Adolescence, 30 (120): 795-811.
- Kömürcü, N. (1990) Marmara Üniversitesi Eğitim Yüksekokulu Sınıf Öğretmenliği Son Sınıf Öğrencilerin, İlkokullardaki Cinsel Eğitime İlişkin Tutumları. II. Ulusal Hemşirelik Kongresi Kitabı, İzmir, 836-841.
- Kömürcü, N., Aksayan, S., Yıldırım, Z. (1990) Annelerin Kız Çocuklarının Cinsel Eğitimlerine İlişkin Tutum ve Davranışları. II. Ulusal Hemşirelik Kongresi Kitabı, İzmir, 678-695
- Köse, R. (1999) Türkiye' de Ana ve Çocuk Sağlığında Mevcut Durum, Kaçırılan Fırsatlar. Aktüel Tıp Dergisi, 4(1):33-36.

- Metheny, W. P., Smith, R. P. (1989) The Relationship Among Exercise, Stress and Primary Dysmenorrhea. *Journal of Behavioral Medicine*, 12: 570-586.
- Nalbant, H., Bulut, A. (2001) Gençler ve Üreme Sağlığı. *Aktüel Tıp Dergisi*, 6 (1):30-36.
- Özsürekcigil, M. (1989) Sivas İli Ortaokul Üçüncü Sınıf Kız Öğrencilerin Menarşa Karşı Tepkileri ve Menstruasyon Hijyeni Konusundaki Bilgilerinin Belirlenmesi, Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Özvarış, Ş. B., Koler, N., Erbay, A., Genç, S. (1995) Adölesanların Cinsel Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Sağlık ve Sosyal Yardım Vakfı Dergisi*, 5 (2): 2-8.
- Palak, H. (1996) Lise ve Yükseköğrenime Devam Eden Genç Kızların Evliliğe Hazırlık Açısından Cinselliğe İlişkin Görüşleri. *Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi*, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Pillemer, D.B., Koff, E., Rhinehart, E.D., Rierdan, J. (1987) Flashbulb Memories of Menarche and Adult Menstrual Distress. *Journal of Adolescence*, 10: 187-199.
- Rahman, R. (1987) Sağlık Meslek Liseleri Birinci ve Son Sınıf Öğrencilerinin Menstruasyon Hijyenine İlişkin Bilgi ve Uygulamalarının Karşılaştırılması. *Hemşirelik Bülteni*, 2 (9): 45-51.
- Scott, C. S., Arthur D., Panizo, M.I., Owen, R. (1989) Menarche: The Black American Experience. *Journal of Adolescent Healthcare*, 10: 363-368.
- Scott, J., Hammond, C. (1997) Çev. Editörü: Selçuk Erez Danforth Obstetrik ve Jinekoloji, (7. Baskı, Yüce Yayınevi, İstanbul).
- Sezgin, B., Akın, A. (1998) Adölesan Dönemi Üreme Sağlığı. *Sağlık ve Toplum*, 8 (3-4): 27-32.
- Skandhan, K. P. Et al. (1988) Menarche: Prior Knowledge and Experience. *Adolescence*, 23 (89):149-154.
- Şahin, B. (1999) Sağlık Ölçümü ve Kullanım Alanlarına Teorik Bir Bakış. *Sağlık ve Toplum Dergisi*, 9(3): 3-12.
- Şahintürk, H. (1999) İlköğretim Döneminde Öğrenim Gören Kız Çocukların Menarş ve Menstruasyon Hijyenine İlişkin Bilgilerinin Belirlenmesi. *Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi*, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Taşkın, L. Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği (2000) 4. Baskı, Sistem Ofset Matbaacılık, Ankara.
- Tümerdem, Y., Coşkun, A., Ayhan, B. (1987) Adölesan Dönemde Menarş Olayına Nörofizyolojik Yaklaşım. *Hemşirelik Bülteni*, 9: 38-43.
- Ulukol, B. (1997) İki Farklı Lisede Okuyan Ergenlerin Davranış Özellikleri. *Sağlık ve Toplum*, 11 (2):56-61.
- Vicdan, K., Kükner, S., Dabakoğlu, T., Ergin, T., Keleş, G., Gökmen, O. (1996) Demographic and Epidemiologic Features of Female Adolescent in Turkey. *J. Adolescent Health*, 18: 54-58.
- Welpel, I., Bernhard, W. (1987) Korrelate und Pradiktoren des Menarchealters *Anthrop. Anz.*, 45 (3):275-287.
- Yavuzer, H. (1999) Çocuk Psikolojisi. 18. Baskı, Remzi Kitapevi, İstanbul.
- Yazıcı, S., Kobya, H. (1999) Karadeniz Teknik Üniversitesi Merkez Öğrenci Yurtlarında Kalan Kız Öğrencilerin Menstruasyonu Algılayışları ve Menstrual Hijyene İlişkin Tutumları. VII. Ulusal Hemşirelik Kongresi Bildiri Özet Kitabı, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, Erzurum.