



Farklı Okullarda Okuyan Lise Öğrencilerinin Yeme Tutum ve Davranışlarının Değerlendirilmesi

Evaluation of Eating Habits and Behaviors of High School Students Attending Different Schools

Esra Tural Büyük, Gamze Duman

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi, Sağlık Meslek Yüksekokulu, Samsun, Türkiye

ÖZET

Amaç: Bu araştırma, farklı okullarda okuyan lise öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarını belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak planlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma bir ilçede sağlık meslek lisesi ve diğer liselerde okuyan ve araştırmayı kabul eden 174 kişi ile yapılmıştır. Verilerin toplanmasında öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerini ve yeme tutumu davranışlarını belirlemek için "Yeme Tutumu Testi" (YTT) kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 21 programında frekans, yüzdeler, ki kare ve t testi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Çalışmaya alınan 174 lise öğrencisinin Yeme Tutum Ölçeği puan ortalaması 16,35±8,31 ve yeme bozukluğu riski görülme oranı %8 bulunmuştur. Öğrencilerin %19,5'inin beden ağırlığının normalin altında ve %7,5'inin beden ağırlığının ise normalin üzerinde olduğu görülmüştür. Öğrencilerin %27,6'sı kendilerini kilolu bulduklarını ve %21,3'ü de kendilerini zayıf bulduklarını belirtmişlerdir. Lise öğrencilerinin %52,9'u beden ağırlığıyla ilgili hiçbir şey yapmadığını, %34,5'i kilo vermeye çalıştığını ve %12,6'sı da kilo almaya çalıştığını belirtmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla yeme bozukluğu davranışı gösterdiği ve Sağlık Meslek Lisesi öğrencilerinin diğer liselerde okuyan öğrencilere göre daha fazla yeme bozukluğu davranışı gösterdiği görülmüş olup bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Araştırmanın sonucunda risk altında olan öğrencilerin erken müdahale için elde edilen bulgular doğrultusunda ilgili birimlere yönlendirilmesi, beslenmeyle ilgili eğitim programlarının düzenlenmesi ve ailelere gerekli eğitimin verilmesi önerilerinde bulunulmuştur. *The Journal of Pediatric Research* 2014;1(4):212-7

Anahtar Kelimeler: Lise öğrencileri, yeme davranışları, yeme bozukluğu

ABSTRACT

Aim: This descriptive study aims to determine the eating habits and behaviors of high school students studying in different schools.

Materials and Methods: The study included 174 high school students who volunteered to participate in the study and who were attending a medical vocational high school and other high schools in a district. For data collection, "Eating Habits Test" was used to determine the students' sociodemographic characteristics and eating habits. The data obtained were analyzed using frequency, percentage, chi-square and t-tests on a SPSS 21 program.

Results: The mean eating habit score of 174 high school students participating in the study was 16.35±8.31 and the risk of eating disorders was 8%. Of the students, 19.5% had body weights below normal and 7.5% had above the normal body weights. Of the students 27.6% thought that they were overweight and 21.3% thought they were slim. 52.9% of high school students stated that they did nothing about their body weights, 34.5% were trying to lose weight and 12.6% were trying to gain weight. The study results showed that female students and those studying in medical vocational high school exhibited more eating disorders than male students and those attending other high schools, and this difference was statistically significant ($p<0.05$).

Conclusion: It was concluded that at-risk students should be directed to the related units for early intervention in accordance with the findings obtained and that education programs about healthy nutrition should be organized for both students and their families. *The Journal of Pediatric Research* 2014;1(4):212-7

Key Words: High school students, eating habits, eating disorder

Yazışma Adresi/Address for Correspondence

Dr. Esra Tural Büyük, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi, Sağlık Meslek Yüksekokulu, Samsun, Türkiye
Tel.: +90 362 312 19 19-6354 E-posta: esratural55@gmail.com

Geliş tarihi/Received: 05.06.2014 Kabul tarihi/ Accepted: 22.07.2014

Giriş

Yeme bozuklukları vücut ağırlığı takıntısı, vücudun şekli ile ilgili olumsuz düşünceler ve beraberinde gelişen duygulanım bozukluklarının görüldüğü özel bir hastalık grubu olarak açıklanır. Ayrıca psikiyatrik hastalıklar arasında ölüm oranı yüksek bir hastalık grubudur. Farklı toplumlarda farklı yaygınlık oranları görüldüğü ve gelişmiş ülkelerde Anoreksiya ve Bulimiya Nervosa insidanslarının gün geçtikçe artmakta olduğu bilinmektedir (1). Yeme bozukluklarının etiolojisi üzerine yapılan çok sayıda çalışma, bu bozuklukları gelişiminde bireysel, çevresel ve sosyal pek çok etmenin rol oynadığını göstermektedir. Bununla birlikte yeme bozuklukları çoğunlukla ergenlik döneminde başlamakta beraber, yeme tutumu ve davranışları yaşamın daha erken dönemlerinde şekillenmektedir (2). Yeme bozukluğu açısından yüksek riskli grupları en iyi temsil edenler lise ve üniversite öğrencileridir. Günümüzde genç nüfusta, yeme bozukluklarıyla birlikte, tanı konulacak düzeye ulaşmayan sağlıksız yeme davranışları çok sık görülebilmektedir (1). Yeme bozuklukları son yıllarda tüm dünyada hızla artış göstermekte, bununla birlikte ülkemizde de bu artış eğiliminden söz edilmektedir (3). Ergenlik döneminde oluşturulan yanlış beslenme alışkanlıkları bireyin sağlığını yaşamı boyunca olumsuz etkiler (4,5). Ergenlik dönemi bedeninin gelişiminin hızlı olduğu ve buna bağlı olarak birçok değişimin yaşandığı bir dönem olmakla beraber, beden imgesi bu dönemde önemli bir yere sahiptir (6). Bu dönemde, ergen bireylerin bedenlerinde yaşanan değişimlere uyum sağlama sürecinde yaşanan bir takım zorlukların ileride yeme bozukluğu patolojisi geliştirme olasılığını arttırabileceği düşünülmektedir (7).

Toplum sağlığı alanında yeme bozukluğu riskinin belirlenmesinde ve erken müdahalede hemşirenin rolü en az klinikte olduğu kadar önemlidir. Okul sağlığı taramaları ve sağlık danışmanlığı çocukluk, adolesan ve gençlik döneminden çok önemlidir. Çünkü birçok hastalık bu dönemlerde başlamakta ve belirti vermektedir. Bu nedenle sağlıksız yeme davranışlarını belirlemek, yeme bozuklukları oluşmadan önce müdahale etme ve önleme fırsatı sağlar. Bu araştırma, lise öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarını değerlendirmek ve risk altında olan öğrencileri ilgili birimlere yönlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın evrenini bir ilçede bulunan iki anadolu lisesi ve sağlık meslek lisesinde öğrenim gören tüm öğrenciler oluşturmuş olup 17.01.2014-22.01.2014 tarihleri arasında okulda olan ve araştırmayı kabul eden 174 kişi araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmanın yapıldığı liselerden gerekli izinler alındıktan sonra, araştırmacı tarafından literatür bilgisine dayalı olarak geliştirilen sosyo-demografik özellikleri sorgulayan bilgi formu (öğrencilerin yaş, cinsiyet gibi demografik özellikleri ve yaşanan yer, ailenin gelir düzeyi, boy, kilo ve yeme davranışlarına ilişkin değişkenleri içermektedir) ile Yemem Tutum Testi kullanılmıştır. Öğrencilerin yaşa göre

vücut ağırlıkları ve boy uzunlukları, ülkemizde yaygın kullanılan Neyzi ve ark. tarafından oluşturulmuş persentil değerlerine göre değerlendirilmiştir (8). Çocukların Beden Kitle İndeksi (BKİ), vücut tartısı (kg)/boy(m²) formülüyle hesaplanmıştır. Çocuklarda yaşa göre BKİ persentil değerlendirilmesinde Nelson sınıflamasına göre 5. persentil altı zayıf, 5-85. persentiller arası normal, 85-95. persentiller arası fazla tartılı, 95. persentil ve üzeri obez olarak değerlendirilmiştir. Garner ve Garfinkel tarafından 1979 yılında geliştirilen, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, 1989 yılında Savaşır ve Erol tarafından yapılmış olan Yeme Tutumu Testi (YTT) kullanılmıştır. YTT, Anoreksiya Nevroza belirtilerini objektif olarak değerlendirmek ve yemek yeme ile ilgili davranış ve tutumları ölçmek amacı ile geliştirilmiş bir kendini bildirim ölçeğidir. Ölçek 40 maddeden oluşmakta ve maddeler cevapları her zaman-hiçbir zaman arasında değişen 6'lı likert tipi bir ölçek üzerinde işaretlenmektedir. Puanlama patolojik olarak uç noktalarda yer alan yanıtlara göre yapılmakta ve puanlar 0-3 arasında değişmektedir. Ölçekte yer alan 1, 18, 19, 23, 27 ve 39 numaralı sorular için bazen seçeneği 1, nadiren seçeneği 2, hiçbir zaman seçeneği 3 puan alırken diğer seçenekler 0 puan almaktadır. Ölçekte yer alan tüm diğer sorularda ise daima, çok sık ve sık sık seçenekleri sırasıyla 3, 2 ve 1 puan alırken diğer seçenekler 0 puan almaktadır. Ölçekten alınan toplam puan tüm sorulara verilen puanların toplanmasıyla elde edilmekte ve puan artışı yeme tutumlarındaki bozulmayı ifade etmektedir. Ölçeğin orijinal formunda kesme noktası 30 puan olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Savaşır ve Erol tarafından gerçekleştirilmişti (9). Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 21 programında ortalama, frekans, yüzdellik, ki kare ve t testi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular

Çalışma 174 lise öğrencisi ile gerçekleştirilmiş olup, çalışmaya alınan bireylerin yaş ortalaması 16,57±1,36 (min: 14-max: 20) ve yeme tutum ölçeği puan ortalamaları 16,35±8,31'dir (min: 2-max: 63). Yeme tutumu puanı 30 ve üzeri olanlar yeme bozukluğu riski yüksek olarak saptandığından değerlendirmeleri bu sınıflamaya göre yapılmıştır. Yeme bozukluğu riski görülme oranı çalışmamızda %8 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin %64,9'u kız öğrenci olduğu ve %45,4'ü sağlık meslek lisesinde okuduğu görülmüştür. Öğrencilerin %43,7'si dördüncü sınıf öğrencisidir. Lise öğrencilerinin %54'ü ailesiyle birlikte yaşamakta ve %73'ünün gelir düzeyi orta düzeyde olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin %83,9'unun annesinin ve %77'sinin babasının eğitim düzeyinin ilköğretim-ortaokul mezunu olduğu görülmüştür (Tablo I).

Çalışmaya katılan öğrencilerin %95,4'ünün herhangi bir kronik hastalığı olmadığı ve %73'ünün beden ağırlığının normal sınırlarda olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin %88'i günde 3-4 öğün beslenirken, %46'sının sıklıkla atladığı öğün kahvaltı olduğu ve %52,3'ü öğün atlama nedeni olarak ihtiyaç duymadığı için öğün atladığını belirtmiştir. Katılımcıların

%48,3'ü sağlıklı beslenip beslenmediğinden emin değilken, %51,1'i beden ağırlığını normal bulduğunu, %52,9'u beden ağırlığıyla ilgili hiçbir şey yapmadığını ve %34,5'i kilo vermeye çalıştığını belirtmiştir (Tablo II).

Öğrencilerin %31,6'sı son bir yıl içinde kilo vermeyi denediğini ve kilo vermeye çalışanların hiçbirisi bilgi almak için diyetisyene başvurmadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların %25,9'u kilo vermek için egzersiz yaptıklarını ve %12,1'i diyet yaptıklarını belirtmiştir. Yine katılımcıların kilo vermek için %10,3'ü öğün atladıklarını ve %1,7'si sigara içtikleri görülmüştür (Tablo III).

Öğrencilerin yeme bozukluğu riski ile sosyodemografik özellikleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, kız öğrencilerin %7,5'inin yeme bozukluğu davranışı riski gösterdiği, erkek öğrencilerde ise bu oranın oldukça düşük olduğu (%0,6) görülmüştür. Öğrencilerin cinsiyeti ile yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0,05$). Okul türü ve yeme bozukluğu riski arasındaki ilişkiye bakıldığında, sağlık meslek lisesi öğrencilerinin %5,7'sinin yeme bozukluğu riski taşıdığı, diğer liselerde okuyan öğrencilerde ise bu oranın %2,3 olduğu görülmüştür. Okul türü ve yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Öğrencilerin yeme bozukluğu riski ile yaşadıkları yer arasındaki ilişkiye bakıldığında, ailesiyle kalanların %6,4'ünün yeme bozukluğu davranışı riski gösterdiği, yurttaki kalanlarda ise

		n	%
Cinsiyet	Erkek	61	35,1
	Kız	113	64,9
Okul Türü	Sağlık meslek lisesi	79	45,4
	Diğer liseler	95	54,6
Sınıfı	1. sınıf	47	27,0
	2. sınıf	23	13,2
	3. sınıf	28	16,1
	4. sınıf	76	43,7
Nerede Kalıyor	Aile ile birlikte	94	54,0
	Yatılı okulda	80	46,0
Gelir Durumu	İyi	37	21,3
	Orta	127	73,0
	Kötü	10	5,7
Annenin Eğitim Düzeyi	Okur yazar değil	12	6,9
	İlkokul-ortaokul	146	83,9
	Lise	12	6,9
	Üniversite	4	2,3
Babanın Eğitim Düzeyi	Okur yazar değil	2	1,1
	İlkokul-ortaokul	134	77,0
	Lise	14	13,8
Üniversite	24	8,0	
Toplam		174	100,0

bu oranın daha da arttığı (%10,0) görülmüştür. Öğrencilerin kaldıkları yer ile yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0,05$) (Tablo IV).

Öğrencilerin yeme bozukluğu riski ve BKİ'leri arasındaki ilişkiye bakıldığında, normalden fazla olanların ise %23,1'inin yeme bozukluğu açısından risk taşıdığı, BKİ ile yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($p>0,005$). Sağlıklı beslendiğine inmayan öğrencilerin %10,2'sinin ve sağlıklı beslendiğinden emin olmayan öğrencilerin ise %9,5'inin yeme bozukluğu açısından risk taşıdığı görülmüştür. Öğrencilerin sağlıklı beslendiğine inanma durumları ve yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0,005$). Kendilerini kilolu olduğunu düşünen öğrencilerin %18,8'inin yeme bozukluğu açısından risk taşıdığı görülmüştür. Öğrencilerin beden ağırlıklarıyla ilgili düşünce durumları ve yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0,005$). Kilo almaya çalışan öğrenciler yeme bozukluğu riski taşımazken, kilo vermeye çalışan öğrencilerde yeme bozukluğu %15 olarak saptanmıştır.

		n	%
Kronik Bir Hastalığının Olması Durumu	Evet	8	4,6
	Hayır	166	95,4
Beden Kitle İndeksi	Zayıf	34	19,5
	Orta	127	73,0
	Normal üstü	13	7,5
Öğün sayısı	2 öğün	7	4,0
	3-4 öğün	153	88,0
	5 öğün ve fazla	14	8,0
Atlama öğün	Kahvaltı	80	46,0
	Öğle	15	8,6
	Akşam yemeği	8	4,6
	Ara öğünler	71	40,8
Öğün atlama nedeni	Zaman yetersizliği	56	32,2
	İhtiyaç duymamak	91	52,3
	Kilo vermek için	6	3,4
	Diğer	21	12,1
Sağlıklı beslendiğine inanma durumu	Evet	41	23,6
	Hayır	49	28,2
	Emin değil	84	48,3
Vücut ağırlığı ile ilgili düşüncesi	Zayıf	37	21,3
	Normal	89	51,1
	Kilolu	48	27,6
Beden ağırlığı ile ilgili yaptığı uygulamalar	Hiç bir şey	92	52,9
	Kilo vermeye çalışmak	60	34,5
	Kilo almaya çalışmak	22	12,6
Toplam		174	100,00

Tablo III. Öğrencilerin son bir yılda kilo vermek için yaptıkları uygulamaların dağılımları			
		n	%
Son bir yılda kilo vermek için çaba gösterme durumu	Evet	55	31,6
	Hayır	119	68,4
Egzersiz yapma durumu	Evet	45	25,9
	Hayır	129	74,1
Diyet yapma durumu	Evet	21	12,1
	Hayır	153	87,9
Öğün atlama durumu	Evet	18	10,3
	Hayır	156	89,7
Sigara kullanma durumu	Evet	3	1,7
	Hayır	171	98,3
Diğer yöntemler (idrar söktürücü, bağırsak çalıştırıcı, kilo verdirici ilaç kullanımı)	Evet	3	1,7
	Hayır	171	98,3
Toplam		174	100,00

Tablo IV. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerinin yeme bozukluğu riski ile ilişkisi						
		Yeme Bozukluğu Riski				X ² , p
		Yok		Var		
		n	%	n	%	
Cinsiyet	Kız	100	57,5	13	7,5	5,211
	Erkek	60	34,5	1	0,6	0,017
Okul	Anadolu Liseleri	91	52,3	4	2,3	4,160
	Sağlık Meslek Lisesi	69	39,7	10	5,7	0,039
Yaşanan yer	Aile ile yaşama	88	93,6	6	3,4	0,764
	Yurtta yaşama	72	90,0	8	4,6	0,275

Tablo V. Sağlıklı beslendiğine inanma ve beden ağırlığı algılarına göre yeme bozukluğu riski dağılımları						
		Yeme Bozukluğu Riski				X ² , p
		Yok		Var		
		n	%	n	%	
Beden Kitle İndeksi	Zayıf	31	91,2	3	8,8	4,521 0,104
	Normal	119	93,7	8	6,3	
	Normal üstü	10	76,9	3	23,1	
Sağlıklı beslendiğine inanma durumu	Evet	40	97,6	1	2,4	2,299 0,317
	Hayır	44	89,8	5	10,2	
	Emin değil	76	90,5	8	9,5	
Ağırlığı ile ilgili düşüncesi	Zayıf	36	97,3	1	2,7	10,379 0,006
	Normal	85	95,5	4	4,5	
	Kilolu	39	81,3	9	18,8	
Beden ağırlığı ile ilgili yaptığı uygulamalar	Hiçbir şey	87	94,6	5	5,4	6,695 0,035
	Kilo vermeye çalışmak	51	85,0	9	15,0	
	Kilo almaya çalışmak	22	100,0	0	0,0	

Öğrencilerin beden ağırlıklarıyla ilgili yaptıkları uygulamalar ile yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p<0,05$) (Tablo V).

Tartışma

Çalışmada lise öğrencilerinin yeme tutum ölçeği puan ortalamalarının $16,35\pm 8,31$ (min: 2-max: 63) olduğu ve yeme bozukluğu riski %8 olduğu görülmüştür. Ülkemizde lise öğrencilerinin beslenme durumlarına ilişkin tanımlayıcı çalışmalar yapılmasına rağmen, yeme bozukluğuna yönelik çalışmalar sınırlıdır. Yapılan çalışmalar daha çok üniversite öğrencileri arasında yeme bozukluklarının yaygınlığını ortaya koymuştur. Arnik, üniversite öğrencilerin yeme tutum puan ortalamasını $15,99\pm 8,65$ olarak, Erzi, üniversitede okuyan kız öğrencilerin yeme tutum puan ortalamasını $23,14\pm 10,78$ olarak ve Ünal ve ark. ise sağlık yüksekokulu öğrencilerin YTT puan ortalamasını $20,9\pm 9,3$ olarak bulmuştur (10-12). Yeme bozukluğu riski oranı yönünden üniversite öğrencilerinde diğer çalışmalara bakıldığında, Toker bu riski %4,8 oranında, Özmen ve ark. %7 oranında ve Kuğu ve ark. %2,2 oranında bulmuştur (13-15). İlhan ve ark., tıp fakültesi öğrencileri arasında olası yeme bozukluğu riskini ise %13,5 oranında diğer üniversite öğrenci gruplarına göre daha yüksek bulmuştur (16). İzmir ve ark. lisede okuyan 206 kız öğrenci ile yapmış olduğu bir araştırmada bu oran %9,9 olarak bulmuştur (17). Bu sonuçlar bizim çalışmamız ile paralellik göstermekte olup, yeme bozukluklarının literatürde belirtildiği gibi giderek artmakta olduğunu göstermektedir. Bu yüzden yeme bozuklukları riskinin belirlenmesi ve sıklığının saptanması gençlerin yeme bozukluğuna karşı korunabilmesi yönünden oldukça önemlidir.

Araştırmada, yeme bozukluğu riski ile cinsiyetleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise kız öğrencilerin yeme bozukluğu davranışı riski gösterdiği, erkek öğrencilerde bu oranın oldukça düşük olduğu görülmüştür. Bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Cinsiyet faktörü açısından yeme bozukluklarının kızlarda erkek öğrencilere göre 8-12 kez daha fazla görülmektedir (18). Bunun sebebi olarak genç kızların özellikle ergenlik döneminde yaşadıkları bedensel değişimler nedeniyle olduğu düşünülmektedir (19). Türk ve ark. lise öğrencileri arasında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla öğün atladıkları (kızlar %85,2, erkekler %76,7) ve kendilerini daha kilolu algıladıkları (kızlar %47,8, erkekler %17,8) ve diyet yaptıkları (kızlar %36,7, erkekler %7,5) bulunmuş olup bu durumlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (20). Kadioğlu, üniversite öğrencilerinde kız öğrencilerin olası yeme bozukluğu puan ortalamasının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu belirlemiştir (21). Arnik, cinsiyet ile YTT puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla yeme bozukluğu riskine sahip olduğunu bulmuştur (10). Özmen ve ark., üniversite öğrencilerinde YTT'den alınan puan ortalamaları arasında cinsiyetlere göre anlamlı farklılık olduğu ($p<0,05$), kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha fazla yeme bozukluğu riski taşıdığını

saptamıştır (14). Polat ve ark., Siyez ve Baş, Ünal ve ark. ve Erol ve ark. çalışmalarında yeme bozukluğu riski bulunan kız öğrencilerin oranının erkek öğrencilerin oranından yüksek olduğu bildirilmiştir (3,12,22,23). Demirezen ve ark. ise kız öğrencilerin aksine 11-17 yaş grubu adolesanlar içinde (n=638) erkek öğrencilerin beslenme alışkanlıklarını daha riskli olduğunu ve erkek öğrencilerin daha sık yağlı ve şekerli yiyecekler tükettiğini bulmuştur (24). Araştırma bulgularımız diğer bulgularla benzerlik göstermektedir. Bu sonuçlar kızların vücutları ile ilgili düşüncelere daha fazla yoğunlaştığını göstermektedir. Günümüzde özellikle kadınların zayıf ve ideal olma baskılarıyla yüz yüze geldiği, toplumun da birçok yönden bu etkiyi arttırdığı görülmektedir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin okul türü ve yeme bozukluğu riski arasındaki ilişkiye bakıldığında, sağlık meslek lisesi öğrencilerinin %12,7'sinin yeme bozukluğu riski taşıdığı, diğer liselerde okuyan öğrencilerde ise bu oranın çok daha düşük olduğu (%3,5-5,3) saptanmıştır. Çalışmamızda okul türü ile yeme bozukluğu davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmış olup, sağlık meslek lisesinde okuyan öğrencilerin yeme bozukluğu açısından daha fazla risk taşıdığı görülmektedir. Bu oranın sağlık meslek lisesinde yüksek olması orada okuyan kız öğrenci sayısının daha fazla olmasından ve sağlık bilgisi alan öğrencilerin zayıf olma konusunda daha fazla duyarlı olabileceklerinden kaynaklandığını düşündürmektedir. Turan ve ark. araştırmaya katılan meslek lisesi öğrencilerinin tümünün beslenme alışkanlıkları yönünden riskli olduğunu (%47,4'ü orta, %42,1'i yüksek, %5,8'i çok yüksek risk) ve %30,7'sinin öğün atladığını bulmuştur (25). Türk ve ark. kentsel bölgedeki lise birinci sınıf öğrencilerinin beslenme davranışlarını irdelediği çalışmada, öğrencilerinin %81'inin öğün atlama alışkanlığı olduğu ve en çok kahvaltı öğününü (%45,6) atladıkları saptanmıştır (20). Batıgün ve ark. ilköğretim, lise ve üniversite öğrencileri (n=675) ile yapmış oldukları çalışmada 13-16 yaş grubundaki gençlerin yeme bozukluğu riskinin 22-25 yaş grubundaki gençlerden daha yüksek olduğunu görmüştür (26).

Yeme tutumunu etkileyen en önemli değişkenlerden biri BKİ'dir. Fazla kilolu ve obez öğrencilerde normal kilolulara göre yeme bozukluğu riski 2 kat daha fazla olduğu belirtilmektedir (27). Çalışmamızda ise öğrencilerin yeme bozukluğu riski ve BKİ'leri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Arnik çalışmasında da yeme bozukluğu riski ile BKİ arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (10). Thomas ve ark. ise obezitenin yeme bozukluğu etiolojisinde yer aldığını göstermiştir (28). Kadıoğlu aşırı kilolu ve obez bireylerin %23,7'sinde olası yeme bozukluğu olduğunu bulmuştur (21). Forman ve ark.'nın lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada ise yeme bozukluğu riskinin obez öğrencilerden çok, zayıf olan kişilerde daha fazla olduğunu bulmuştur (29). Çalışma sonuçları arasında ki farklılık, örneklem yaşlarının farklı olması ve kültürler arası farklılık ile ilişkilendirilebilir.

Çalışmada ele alınan ve yeme tutumunu etkileyen diğer bir değişken beden algısıdır. Vücut ağırlığından memnun olmayanlar da yeme bozukluğu sıklığının daha fazla görüldüğü bilinmektedir (30). Toplumun zayıflıkla ilgili normlarının yeme

bozuklarının etiolojisinde önemli olduğu bilinmektedir (19). Araştırmamızda, kilo vermeye çalışan öğrencilerde göre yeme bozukluğu riskinin daha fazla olduğu görülmüştür (p<0,05). Nişancı ve ark., sağlık meslek lisesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile ilgili araştırmalarında, öğrencilerin %13,2'si kendilerini zayıf ve %17,1'i kendilerini şişman olarak gördüklerini ve %13,9'unun BKİ'ye göre kilolu ve şişman olduğu görüşmüştür (31). Kara ve ark., lise öğrencilerinin sağlık açısından riskli davranışlarını belirlemeye yönelik çalışmasında, öğrencilerin %23'ü kendilerini obez olarak gördüğü ve %48,10'u son bir ay içinde kilo vermek için çabaladıklarını bulmuştur. Bu çalışmada, tartısını obez olarak algılayan kızların yaklaşık 2/3'ünün normal olduğu da bulunmuştur (32). Kadıoğlu çalışmasında, vücut ağırlığını korumak için çaba gösteren üniversite öğrencilerinin %20,9'unda, çaba harcamayanların ise %9,3'ünde olası yeme bozukluğu olduğunu saptamıştır (21). Özgen ve ark. 12-18 yaş arası ergenlerin yeme davranışları ile beden imajeri, ağırlık kontrolleri ve duygusal durumları arasındaki ilişkiye yönelik çalışmasında, BKİ'si 23 ve üzeri olan ergenlerin yemek yedikten sonra suçluluk duyduklarını fakat buna karşın akıllarının hep yemekte olması ifadelerini belirttikleri görülmüştür (33). Özmen ve ark. yeme bozukluğu riski ile kilo vermeye çalışma, kilo vermek amaçlı egzersiz yapma, uzun süreli aç kalma ve kusma arasında anlamlı bir ilişki saptamıştır (p<0,01) (14). Arnik çalışmasında, son üç ay içerisinde kilo vermek/kilo almayı önlemek için kusma ya da laktatif ilaç kullanma durumu ile YTT puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptamıştır (p<0,05) (10). Literatüre göre de yeme bozukluğu bulunan bireylerde sürekli olarak zayıf olmaya yönelik bir çaba vardır (21). Yapılan araştırma sonuçları bulgumuzu desteklemektedir.

Sonuç

Çalışmada kız öğrencilerin yeme bozukluğu davranışı riski gösterdiği, sağlık meslek lisesi öğrencilerinin yeme bozukluğu riski taşıdığı ve kilo vermeye çalışanlarda yeme bozukluğu riskinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin sağlıklı beslenme alışkanlıkları edinmeleri yaşamlarının ileri döneminde sağlıklarını korumaları açısından önemli olup, bunun için de, beslenme bilgisindeki yetersizlikleri sağlık ekibi tarafından etkin ve sürekli verilecek beslenme eğitimi ile giderilmelidir. Yeme bozukluğu belirlenen vakaların gerekli durumlarda diğer sağlık profesyonelleri (psikiyatrist, diyetisyen vb.) ile iş birliği yaparak tedavisi sağlanmalıdır. Aşırı yeme ya da yemeyi reddetme gibi davranışlara sebep olan anksiyete ve stresin azaltılması için gençlere stresle baş etme yöntemleri öğretilmelidir. Bu çalışma ve benzerlerinin daha geniş gruplarda ve farklı özelliklere sahip adolesanlar üzerinde gerçekleştirilmesi verilerin çeşitliliği ve konunun daha ayrıntılı olarak ortaya konmasını sağlayabilir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar bu makale ile ilgili olarak herhangi bir çıkar çatışması bildirmemiştir.

Kaynaklar

1. Vardar E, Erzengin M. Ergenlerde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıları iki aşamalı toplum merkezli bir çalışma Türk Psikiyatri Dergisi 2011; 22:205-12.

2. Öztürk MO. Ruh sağlığı ve bozuklukları. Ankara, Nobel Tıp Kitapevi Yayınları, 2004; 472-6.
3. Polat A, Yücel B, Genç A, Meteris H. Bir grup üniversite öğrencisinde yeme davranışı özellikleri: Bir ön çalışma. *Nöropsikiyatri Arşivi* 2005; 42:5-9.
4. Menteş E, Menteş B, Karacabey K. Adölesan dönemde obezite ve egzersiz. *İnsan Bilimleri Dergisi* 2011; 8:963-77.
5. Şahin GT. 14-15 yaş grubu kız çocuklarında bazı antropometrik ölçümler ve bu ölçümleri etkileyen faktörlerin belirlenmesi. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Ankara 2005.
6. Göksan B. Ergenlerde beden imajı ve beden dismorfik bozukluğu [Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi]. Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul 2007.
7. Baş M, Aşçı FH, Karabudak E, Kızıltan G. Eating attitudes and their psychological correlates among Turkish adolescents. *Adolescence* 2005; 39:593-9.
8. Neyzi O, Günöz H, Furman A, Bundak R, Gökçay G, Darendeliler F ve ark. Türk çocuklarında vücut ağırlığı, boy uzunluğu, baş çevresi ve vücut kitle indeksi referans değerleri. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi* 2008; 51:1-14.
9. Savaşır I, Erol N. Yeme tutum testi: anoreksiya nevroza belirtileri indeksi. *Psikoloji Dergisi* 1989; 7:19-25.
10. Arnik Çelik M. Bir üniversite kampüsündeki öğrencilerin yeme yutumu ve davranışlarının değerlendirilmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul 2009.
11. Erzi S. Kız üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile yetişkin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma yollarının ilişkisi. [Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi, İstanbul 2012.
12. Ünalın D, Öztop D, Elmali F, Öztürk A, Konak D, Betül Pırlak B, ve ark. Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 2009; 16:75-81.
13. Toker Ertuğ D. Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon Sağlık Yüksek okulu öğrencilerinde yeme tutumu ve aile yapısı arasındaki ilişki. [Yüksek Lisans Tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon 2008.
14. Özmen D, Çetinkaya ÇÇ, Ergin D, Şen N, Erbay PD. Lise öğrencilerinin yeme alışkanlıkları ve beden ağırlığını denetleme davranışları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni* 2007; 6:98-105.
15. Kuğu N, Akyüz G, Doğan O, Ersan E, İzgic F. The prevalence of eating disorders among university students and the relationship with some individual characteristics. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 2006; 40:129-35.
16. İlhan MN, Özkan S, Aksakal FN, Aslan S, Durukan E, Maral I. Bir tıp fakültesi öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı. *Türkiye'de Psikiyatri Dergisi* 2006; 8:151-5.
17. Izmir M, Erman H, Canat S. Ankara'da üç değişik okulda uygulanan yeme tutumu testi sonuçlarının değerlendirilmesi. *Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği Dergisi* 1994; 1:70-4.
18. Maner F. Yeme bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası* 2001; 5:130-9.
19. Siyez DM. Yeme bozukluğu olan çocuklar ve ergenler etiyolojisi ile ilgili çalışmalar, müdahale, değerlendirme ve tedavi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* 2006; 20:21-7.
20. Türk M, Gürsoy T, Ergin I. Kentsel bölgede lise birinci sınıf öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. *Genel Tıp Dergisi* 2007; 17:81-7.
21. Kadioğlu M. Üniversite öğrencilerinde yeme bozuklukları ve öz-etkililik. [Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul 2009.
22. Siyez DM, Baş A. Bir grup üniversite öğrencisinin anoreksik yeme tutumları ile aile yapısı arasındaki ilişki. *New Symposium Journal* 2006; 44:37-43.
23. Erol A, Toprak G, Yazıcı F. Psychological and physical correlates of disordered eating in male and female Turkish College Students. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 2006; 60:551-7.
24. Demirezen E, Coşansu G. Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Sted Dergisi* 2005; 14:174-8.
25. Turan T, Ceylan SS, Çetinkaya B, Altundağ S. Meslek lisesi öğrencilerinin obezite sıklığının ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni* 2009; 8:5-12.
26. Batıgün AD, Utku Ç. Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi* 2006; 21:65-78.
27. Garibağaoğlu M, Budak N, Öner N, Sağlam Ö, Nişli K. Üç farklı üniversitede eğitim gören kız öğrencilerin beslenme durumları ve vücut ağırlıklarının değerlendirilmesi. *Journal of Health Sciences* 2006; 15:173-80.
28. Thomas CL, James AC, Bachmann MO. Eating attitudes in english secondary school students: influences of ethnicity, gender, mood and social class. *International Journal of Eating Disorders* 2002; 31:92-6.
29. Forman- Hoffman V. High prevalence of abnormal eating and weight control practices among u.s. High-School Students. *Eating Behaviors* 2004; 5:325-36.
30. Kocabaşoğlu N. Yeme bozuklukları. *Yeni Symposium Dergisi* 2001; 39:95-9.
31. Nişancı Kılınç F, Çağdaş D. Sağlık meslek lisesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının, beslenme bilgi düzeylerinin ve vücut bileşimlerinin değerlendirilmesi. *Türk Pediatri Arşivi* 2012; 47:181-8.
32. Kara B, Hatun Ş, Aydoğan M, Babaoğlu K, Gökalp AS. Kocaeli ilindeki lise öğrencilerinde sağlık açısından riskli davranışların değerlendirilmesi. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi* 2003; 46:30-7.
33. Özgen L, Kınacı L, Arlı M. Eating attitudes and behaviors of adolescents. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi* 2012; 45:229-47.