

# İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİSEL HİJYEN KONUSUNDA BİLGİ VE DAVRANIŞLARI

Dr. Sevda Özel<sup>1</sup>, Dr. Suna Erbil<sup>2</sup>, Doç. Dr. A. Emel Önal<sup>2</sup>, Dr. Özkan Ayvaz<sup>2</sup>, Başak Gürtekin<sup>1</sup>,  
Prof. Dr. Günay Güngör<sup>2</sup>

<sup>1</sup> İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Biyoistatistik ve Demografi Bilim Dalı, Çapa, İstanbul

<sup>2</sup> İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Çapa, İstanbul

## ÖZET

• **Amaç:** Kişisel hijyen, bireyin sağlığını sürdürmek için yaptığı sağlıklı bakım uygulamalarıdır. Bu uygulamalar sağlığın korunması açısından çocukluk çağından itibaren edinilmiş bir davranış haline gelmelidir. Bu nedenle, bu çalışmada ilköğretim öğrencilerinin kişisel hijyene yönelik bilgi ve davranışlarının saptanması amaçlandı.

• **Materyal ve Metod:** Mart-Mayıs 2006'da İstanbul'un Bahçelievler ilçesinde, rastlantısal olarak seçilen bir özel okulda ve bir devlet ilköğretim okulunda "Okul Sağlığı ve Kişisel Hijyen" konusunda önceden hazırlanan dört günlük bir eğitim programı uygulandı. Eğitimden önce öğrencilere, kişisel hijyen konusunda bilgi ve davranışlarını sorgulayan görüşme formları (Form I), gözlem altında yanıtlama metoduyla uygulandı. Okulların fiziki şartlarını sorgulayan görüşme formları (Form II) okul idarecileri ile yüz yüze görüşülerek dolduruldu, gözlem yapılarak yanıtlar doğrulandı.

• **Bulgular:** Çalışmaya alınan 257 öğrencinin yaş ortalaması  $12,7 \pm 1,5$  idi. %49,4'ü (n=127) kız, %50,6'sı (n=130) erkekti. El yıkama alışkanlığı (ellerini ne zaman yıkadıkları ve yıkarken nelere dikkat ettikleri gibi) ile ilgili davranışları sorgulamak amacıyla verilen 11 doğru öneriden alınan puan ortalaması  $9,2 \pm 2,5$  (minimum: 0-maksimum: 11) idi.

El yıkama alışkanlıkları ile ilgili puanlar özel ve devlet okulu öğrencileri arasında karşılaştırıldığında istatistiksel anlamlı fark bulunamadı (Mann-Whitney U,  $z=1,4$ ,  $p=0,15$ ;  $z=1,3$ ,  $p=0,21$ ).

• **Sonuç:** Bulgular öğrencilerin kişisel hijyen konusunda daha fazla eğitime gereksinimleri olduğu sonucunu göstermektedir. Ayrıca fiziki şartlar ve genel olanakların düzeltilmesi çocukların davranışlarını olumlu yönde etkileyecektir.

• **Anahtar Kelimeler:** Kişisel hijyen, okul sağlığı, el yıkama. Nobel Med 2009; 5(Ek 1): 45-48

## ABSTRACT

### KNOWLEDGE AND BEHAVIOR OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS ON PERSONAL HYGIENE

• **Objective:** Personal hygiene is health maintenance activities to sustain one's health. These activities should become personal behavior from childhood from the preventive health perspective. Therefore, determination of knowledge and behavior of elementary school students regarding personal hygiene is aimed in this study.

• **Material and Method:** Between 2006 March - May, at Bahçelievler district in Istanbul in a randomly selected private elementary school and a government elementary school, 4 days training programme is applied on "Health at School and Personal Hygiene".

Prior to the training, students were given questionnaires (Form I) seeking students' knowledge and behavioral information on personal hygiene with the method of "Answering under supervision". The schools' physical

conditions are questioned through interviewing with the school managers face to face applying the questionnaire Form II and the answers were approved through observation.

• **Results:** Out of 257 students who joined this study, the average age was  $12.7 \pm 1.5$ , 49.4% (n=127) were girls and 50.6% (n=130) were boys. To be able to understand the behavioral activities on hand washing, out of 11 correct suggestions, the points received were  $9.2 \pm 2.5$  (minimum:0-maximum:11) When these questions were compared between private and government school, there was no significant difference (Mann-Whitney U,  $z=1.4$ ,  $p=0.15$ ,  $z=1.3$ ,  $p=0.21$ ).

• **Conclusion:** In the elementary school, students' personal hygiene and hand washing behavior have shown that further training is required in this area. Additionally, since the physical and general conditions are known to be related to transform knowledge into behavior, correction of these will improve behavior of children positively.

• **Key Words:** Personal hygiene, school health, hand washing. Nobel Med 2009; 5(Suppl 1): 45-48

## GİRİŞ

Okul sağlığı hizmetleri içinde sağlık eğitimi önemli bir yer tutmaktadır.<sup>1</sup> 1985'te MEB Sağlık İşleri Daire Başkanlığının hazırladığı Okul Sağlığı Eğitimi ve Uygulama Rehberi'ne göre, ilköğretim çocuklarına verilecek sağlık eğitimi başlıkları arasında "Hastalıklardan korunma", "Kişisel hijyen" ve "Çevrenin temizliği ve bakımı" yer almaktadır.<sup>2</sup>

Kişisel Hijyen; bireyin sağlığını sürdürmek için yaptığı "Öz bakım" uygulamalarını içerir. Bir başka tanıma göre ise, "Kişisel hijyen; kişinin anatomik, fizyolojik, psikolojik, genetik, kalıtsal özellikleri gibi doğuştan var olan nitelik ve yetenekleriyle sonradan kazandığı, geliştirdiği yetenekleri, kültürel, moral özellikleri, giyim, temizlenme, kültür-fizik, beslenme alışkanlıkları gibi kişisel davranışlarına ait çalışmaların düzenlenmesidir". Kişisel hijyen, kişinin inançları, değerleri ve alışkanlıkları doğrultusunda geliştirdiği uygulamalardır. Bu nedenle kişisel hijyen uygulamalarını, kültürel, sosyal, ailesel faktörler ile bireyin sağlık ve hijyene ilişkin bilgi düzeyi ve gereksinimleri etkiler. Kişisel hijyen konusu içinde vücut bakımı ve temizliği, yüz-boyun temizliği, ayak temizliği, kulak temizliği, saçların temizliği, ağız-diş bakımı, beslenme, tuvalet alışkanlığı ve temizliği ve giyim konuları yer alır.<sup>3</sup>

Bu nedenlerle, bu çalışmada ilköğretim öğrencilerinin kişisel hijyene yönelik bilgi ve davranışlarının saptanması amaçlandı.

## MATERYAL ve METOD

Mart-Mayıs 2006'da İstanbul'un Bahçelievler ilçesinde, bir özel okulda ve bir devlet ilköğretim okulunda uygulanmak üzere, "Okul Sağlığı ve Kişisel Hijyen" konusunda dört günlük bir eğitim programı hazırlandı.

Çalışmanın yürütülmesi için okul idaresinden izin alındı; öğrencilerin gönüllü olarak katılımı sağlandı. Öğrencilere eğitimden önce kişisel hijyen konusunda bilgi ve davranışlarını sorgulayan görüşme formları (Form I), gözlem altında yanıtlama metoduyla uygulandı. Ardından görüşme formunda sorulan soruların cevaplarını da içerecek şekilde hazırlanmış olan sunum görsel eğitim teknikleri kullanılarak yapıldı. Okulların fiziki şartlarını sorgulayan görüşme formları (Form II) okul idarecileri ile yüz yüze görüşülerek dolduruldu, gözlem yapılarak yanıtlar doğrulandı. Veriler frekans ve yüzde olarak derlendi. İstatistiksel karşılaştırmalar Ki-kare ve Mann-Whitney U testleri ile yapıldı.  $p \leq 0,05$  değeri anlamlı kabul edildi.

## BULGULAR

Çalışmaya katılan bireylerin psikotrop ilaç kullanma durumu, cinsiyet ve BKİ grubuna göre dağılımları Tablo 1'de verilmiştir. Çalışmaya alınan 257 öğrencinin yaş ortalaması  $12,7 \pm 1,5$  idi. %49,4'ü (n=127) kız, %50,6'sı (n=130) erkekti. Öğrencilerin %41,2'si (n=106) mikropoları "hastalık yayan canlılar, bakteri-virüs, gözle görülmeyen canlılar" olarak tanımlarken, %33,5'i (n=86) →

yanlı tanımladı, %25,3'ü (n=65) ise hiç tanımlayamadı. Mikropların vücuda giriş yolları ve nerelerde ürediği ile ilgili olarak hazırlanan 14 soruya verilen doğru cevapların ortalaması 10,6±3,9, medyanı 12 (minimum: 0-maksimum: 14) idi. Tablo 1'de öğrencilerin mikropların vücuda giriş yolları ve nerelerde ürediği ile ilgili bilgi düzeyleri görülmektedir.

Öğrencilerin kişisel eşyalarını kullanma alışkanlıkları sorgulandığında, %93,8'i (n=241) diş fırçasının, %68,5'i (n=176) banyo havlusunun, %53,7'si (n=138) yüz havlusunun, %40,5'i (n:104) tırnak makasının, %67,7'si (n=174) tarağının, %80,5'i (n=207) ise terliğinin yalnızca kendileri tarafından kullanıldığını belirtti.

Öğrencilerin el yıkama alışkanlığı sorgulandığında, %86,8'inin (n=223) sıvı, %26,5'inin (n=68) katı sabun kullandığı, %0,8'inin (n=2) sadece su ile ellerini yıkadığı saptandı. Öğrenciler ellerini ortalama 2,6±3,4; (medyan: 2; minimum: 0,1-maksimum: 3,3) dakika yıkadıklarını ifade etti. Öğrencilerin %92,6'sı (n=238) ellerini havlu ile, %8,2'si (n=21) kağıt havlu ile, %4,3'ü (n=11) el kurutma makinesi ile kurutmaktaydı. El yıkama alışkanlığı (ellerini ne zaman yıkadıkları ve yıkarken nelere dikkat ettikleri gibi) ile ilgili davranışları sorgulamak amacıyla verilen 11 doğru öneriden alınan puan ortalaması 9,2±2,5; medyanı 10 (minimum: 0-maksimum: 11) idi. Tablo 2'de öğrencilerin el yıkama alışkanlıkları ile ilgili bilgi düzeyleri verilmektedir. Mikroplar ve el yıkama alışkanlıkları ile ilgili puanlar özel ve devlet okulu öğrencileri arasında karşılaştırıldığında istatistiksel anlamlı fark bulunamadı (Mann-Whitney U, z=1,4, p=0,15; z=1,3, p=0,21).

Özel okulda okuyanlarda kişisel banyo havlusu ve yüz havlusu kullanma devlet okulunda okuyarlardan istatistiksel olarak anlamlı olacak şekilde fazla idi ( $\chi^2=7,7$ , p=0,005;  $\chi^2=4,4$ , p=0,037).

Öğrencilerin %16'sı (n:41) yaşamları boyunca bir besin zehirlenmesi geçirdiğini belirtti. Öğrencilerin %46,3'ü (n=19) lokantada, %36,6'sı (n=15) evde, %14,6'sı (n=6) misafirlikte yedikleri yemekten zehirlendiğini belirtti. Özel okulda 27 öğrenciye, devlet okulunda ise 35 öğrenciye bir tuvalet düşmekteydi. Özel okulda sıvı ve katı sabun devlet okulunda yalnızca sıvı sabun kullanılıyordu. Özel okulda kağıt havlu ve tuvalet kağıdı vardı. Devlet okulunda öğrenciler kendi imkanları ile ellerini kurutuyorlardı.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Enfeksiyon hastalıklarının kontrolünde, kişisel hijyen alışkanlıklarının önemli olduğu bilinmektedir. Hijyen, sağlıklı ortamın korunması ve her türlü hastalık etkeninden arındırılması anlamına gelmektedir.<sup>4</sup> Sağ-

**Tablo 1:** İlköğretim öğrencilerinin mikropların vücuda giriş yolları ve nerelerde ürediği ile ilgili bilgi düzeyleri (n=257)

Mikropların vücuda giriş yolları	n	%
Ağızdan alınan yiyecek, içecek ve kirlili ellerle	229	89,11
Burundan solunan hava ile	178	69,26
Deriden kirlili yerlere dokunma ile	175	68,09
<b>Mikropların üreme yerleri</b>		
Kirli ortamlarda	247	96,11
Sık yıkanmayan ellerde	211	82,10
Sık banyo yapmayan vücutlarda	205	79,77
Sigara içilen havasız odalarda	201	78,21
Fırçalanmayan dişlerde	201	78,21
Açıkta bekletilen yiyeceklerde	193	75,10
Yıkanmayan meyve, sebze gibi yiyeceklerde	191	74,32
Sık yıkanmayan saçlarda	191	74,32
Sık yıkanmayan çamaşırlarda	188	73,15
İyi pişmemiş, çiğ etlerde	152	59,14
Dolapta bile olsa uzun süre bekleyen yiyeceklerde	150	58,37

**Tablo 2:** İlköğretim öğrencilerinin el yıkama alışkanlıkları (n=257)

Ellerinizi ne zaman yıkarsınız?	n	%
Tuvalete girdikten sonra	239	93,00
Dışarıdan eve geldiğinizde	237	92,22
Tırnaklarını kestikten sonra	229	89,11
Yemekten sonra	227	88,33
Yemeğe oturmadan önce	210	81,71
Sofrayı hazırlamadan önce	190	73,93
<b>Ellerinizi yıkarken nelere dikkat edersiniz?</b>		
Avuç içini temizlemeye	227	88,33
Parmak aralarını temizlemeye	213	82,88
Tırnak içlerini temizlemeye	208	80,93
El sırtını temizlemeye	199	77,43
El bileklerini temizlemeye	183	71,21

lıklı ortamın korunmasında temizliğin önemi bilinmektedir. Bu bilginin halk tarafından kullanılması sağlığın korunması açısından önemlidir. İnsan vücudunun çeşitli bölgelerinde bulunan mikroorganizma sayıları dikkate alındığında (cm<sup>2</sup>'de: Ellerde 100-1000 adet; kafa derisinde 1 milyon adet ve 1 gram tükürükte 100 milyon adet, 1 gram dışkıda 1 milyar adet) el yıkamanın ve vücut temizliğinin ne kadar önemli olduğu ortaya çıkmaktadır.<sup>5</sup> ABD'de yapılan bir çalışmada kötü el hijyeni ve yetersiz el yıkamanın bir yılda bir milyon gastrointestinal hastalık görülmesine ve 250 ölüme neden olduğu saptanmıştır.<sup>6</sup> ABD'de yapılan bir meta-analiz çalışmasında el yıkama alışkanlığının diyare riskini %47 azalttığı saptanmıştır.<sup>7</sup> CDC hijyenik el yıkamayı en az 20 sn. akan temiz su altında ellerin bütün yüzeyinin sabunla yıkanması, musluğun el değmeden kapatılması ve temiz bir havluya (tercihen →

kağıt havlu) ellerin kurulanması şeklinde tanımlanmaktadır.<sup>8,9</sup> Bu çalışmada öğrenciler arasında 33 dk. el yıkadığını söyleyenlerin bile olması okullarda el yıkama konusunda eğitime gereksinim olduğunu göstermektedir. Okullarda sağlık eğitimi çalışmalarında kişisel hijyen eğitimine bu nedenlerle önem verilmektedir ve çalışmalar yapılmaktadır.

Trabzon'da iki ilköğretim okulunun 5. ve 8. sınıflarında yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %98,7'si tuvaletten çıkınca, %89,7'si yemek yemeden önce ve %95,5'i yemek yedikten sonra ellerini yıkamaktaydı.<sup>10</sup> Ankara'da bir ilköğretim okulunda yapılan çalışmada ise birinci sınıfların %51'i, ikinci sınıfların %49'u tuvaletten çıktıktan sonra, birinci sınıfların %55'i ve ikinci sınıfların %45'i yemeklerden önce, ve aynı yüzdelerle yemeklerden sonra ellerini yıkamaktaydı.<sup>11</sup> İstanbul'da bir ilköğretim okulunda yapılan çalışmada öğrencilerin %23,5'i tuvaletten çıktıktan sonra ellerini suyla, %69,6'sı sabunla yıkıyordu.<sup>2</sup> Isparta'da bir lisede yapılan çalışmada öğrencilerin %5,5'i yemek yemeden önce, %33,3'ü yemekten sonra, %26,5'i tuvaletten sonra ellerini yıkamaktaydı.<sup>12</sup> Bu çalışmada ise öğrencilerin %93'ü tuvaletten çıkınca, %81,7'si yemekten önce ve %88,3'ü yemekten sonra ellerini yıkadıklarını belirtmişti. Başta Hepatit A virüsü, salmonella, shigella, *E. histolytica*, giardia ve *E. coli* olmak üzere fekal oral yolla bulaşan mikroorganizmaların kontrolünde en etkili

yöntemin el yıkama alışkanlığı olduğu bilinmektedir.<sup>13</sup> Dolayısı ile saptadığımız el yıkama oranları düşük kabul edilmeli ve bu oranların %100 olması hedeflenmelidir.

Okul sağlığı hizmetleri, öğrencilere sağlıklı bir ortam hazırlamayı da gerektirir. Bunun için okul binasının yeri, yapısı, dershanelerin büyüklüğü, tuvalet ve lavabolar, yemekhane, spor salonu gibi tesislerin öğrenci sayısına yetecek nitelikte ve nicelikte olması gerekmektedir. Bu nedenle çalışmadaki devlet okulunda tuvalet kağıdı ve el kurutma için gerekli malzemenin bulunmaması önemli bir eksiklikti. TS 9518'e göre okullarda her 20 kız ve her 25 erkek öğrenci için bir tuvalet bulunmalıdır.<sup>14</sup> Çalışmaya aldığımız okullardaki tuvalet sayısı artırılmalıdır. Okul çağı temel sağlık alışkanlıklarının edinildiği bir dönem olduğu için bu dönemde yapılacak hijyen ve sağlık eğitimi çalışmaları, öğrencilerde olumlu gelişmelere katkı sağlayacaktır.

Bu çalışmada ilköğretim öğrencilerinin "Mikropların vücuda giriş yolları ve nerelerde ürettiği" ile ilgili bilgileri ve "El yıkama alışkanlığı" ile ilgili davranışlarının tam yeterli olmadığı, bu konuda daha fazla eğitime gereksinimleri olduğu saptandı. Bilginin davranışa dönüştürülmesinin fiziki şartlar ve genel olanaklarla ilişkili olduğu bilindiğinden, bunların düzeltilmesi çocukların davranışlarını olumlu yönde etkileyecektir.

İ	İLETİŞİM İÇİN: Doç. Dr. A. Emel Önal İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı, AD, Çapa/İstanbul onale@istanbul.edu.tr
✓	GÖNDERİLDİĞİ TARİH: 24 / 10 / 2008 • KABUL TARİHİ: 15 / 03 / 2009

#### KAYNAKLAR

- 1 UNESCO, Focusing Resources on Effectives School Health, [http://portal.unesco.org/education/admin/ev.php?URL\\_ID=35170&URL\\_DO=DO\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201](http://portal.unesco.org/education/admin/ev.php?URL_ID=35170&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201)
- 2 Pekcan H. Okul sağlığı. Editörler Bertan M., Güler C. Halk Sağlığı (Temel Bilgiler). Güneş Kitabevi, Ankara 1995: 210-224.
- 3 Kaya A. Ülkü Bora ilköğretim okulu beşinci sınıf öğrencilerinin kişisel hijyen alışkanlıklarının değerlendirilmesi, Bitirme Tezi, İstanbul 2001 <http://www.saglikplatformu.com/statik/hijyen.htm>
- 4 Bulduk S. Gıda ve Personel Hijyeni. Detay Yayıncılık, Ankara. 2003:1.
- 5 Merdol TK, Beyhan Y, Ciğerim N, et al. Sanitasyon/Hijyen Eğitimi Rehberi, İkinci baskı. Hatiboğlu Yayınları, Ankara 2003: 47.
- 6 Wenzel RP. The Economic of Nasocomial Infections. J. Hosp.Infect. 1995; 31: 79-87.
- 7 Curtis V, Cairncross S, Effect of washing hands with soap on diarrhea risk in the community: a systematic review, The Lancet Infectious Diseases, 3: 275-281.
- 8 Clean hands save lives, 21 Mayıs 2008 <http://www.cdc.gov/cleanhands/>
- 9 Wash Your Hands Often, 21 Mayıs 2008 [http://www.cdc.gov/ounceofprevention/docs/ooop\\_brochure\\_eng.pdf](http://www.cdc.gov/ounceofprevention/docs/ooop_brochure_eng.pdf)
- 10 Çan G, Topbaş M, Kapucu M. Trabzon'da iki farklı yerleşim yerindeki ilköğretim öğrencilerinin kişisel hijyen alışkanlıkları. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 2004: 3.
- 11 Örsal Ö, Tezcan S, Çakır B, Tokur M, Gülmez G. Öğrencilerin Kişisel temizlik bilgileri ve durumlarının değerlendirilmesi. <http://www.dicle.edu.tr/~halks/m126.htm>
- 12 Köroğlu A, Uzun E, Kişioğlu AN, Öztürk M, Uskun E. Lise öğrenci-

lerinde kişisel hijyen, tutum ve davranışlar açısından durum tespiti: Isparta ili kırsalı. IX. Halk Sağlığı Günleri, 28 Eylül - 1 Ekim 2005, Ankara. Kongre kitabı, s:343.

- 13 Wallace RB., Doebebling BN. Maxcy-Rosenau-Last. Public Health & Preventive Medicine. 14th edition. Appleton&Lange. 1998;1
- 14 Türk Standardı 9518, İlköğretim Okulları, Fiziki Yerleşim, Genel Kurallar, Türk Standartları Enstitüsü, İkinci baskı, Ankara, Nisan 2000.