

# Üniversite öğrencilerinde fertilité sağlığı bilgi durumunun araştırılması

## Investigation of fertility health knowledge status in university students

Havva Şeyma Yılmaz Sinan<sup>1</sup>, Nezihe Kızılkaya Beji<sup>2</sup>

### ÖZ

**AMAÇ:** Bu çalışma, İstanbul'da bulunan bir vakıf üniversitesinin öğrencilerinde fertilité sağlığı bilgi düzeyinin araştırılması amacıyla yapılmıştır.

**GEREÇ ve YÖNTEMLER:** İstanbul'da bulunan bir vakıf üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören 495 öğrenci ile yürütülmüştür. Çalışma verileri sosyodemografik bilgi formu ve Fertilité Sağlığı Bilgi Ölçeği (FSBÖ) kullanılarak yüz yüze anket yöntemiyle toplanmıştır.

**BULGULAR:** Çalışma sonucunda elde edilen veriler değerlendirildiğinde; katılımcıların %91,7'sinin kadın, %8,3'ünün erkek olduğu, ortalama 165,51 cm boya 60,31 kg ağırlığa sahip oldukları, çoğunluğunun ailesi ile yaşıyan (%75,6), sigara ve alkol kullanmayan (sırasıyla %81 ve %74,3) ve cinsel olarak aktif olmayan (%93,7) kişilerden oluştugu saptanmıştır. Katılımcıların Fertilité sağlığı bilgi ölçeğinden ortalama 109,89±13,56 puan aldıkları, ölçekteki 30 soruya ortalama 17,11±6,26 doğru cevap verdikleri belirlenmiştir. Cinsel olarak aktif olanların ölçek sorularına verdikleri doğru cevap sayısının olmayanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Katılımcıların ölçek sorularına verdikleri cevaplar değerlendirildiğinde; sigara kullanımı fertilitéye olan etkisini bilmelerine karşın; pasif içiciliğin genel fertilitéye etkisi, uyku düzeninin kadın fertilitésini üzerinde etkisi ile yoğun egzersiz ve beslenmenin erkek fertilité sağlığına etkisi konusunda yetersiz bilgi sahibi oldukları saptanmıştır.

**SONUÇ:** Sonuç olarak araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin fertilité sağlığı konusunda farkındalıklarının istenilen düzeyde olmadığı belirlenmiştir. Fertilité sağlığı konusunda farkındalık oluşturmak için özellikle genç yetişkinlik döneminde, eğitimler verilerek sağlıklı yaşam biçimi davranışları kazandırılması ve fertilité sağlığını etkileyen faktörler hakkında bilgi verilmesi toplumsal bir gerekliliktir.

**Anahtar Kelimeler:** fertilité, fertilité sağlığı, genç yetişkin, sağlık eğitimi

### ABSTRACT

**OBJECTIVE:** This study was conducted to investigate the level of fertility health knowledge of students studying at a foundation university in Istanbul.

**MATERIAL and METHODS:** It was conducted with 495 students studying at the Faculty of Health Sciences of a foundation university in Istanbul. The study data were collected by face-to-face questionnaire method using sociodemographic information form and Fertility Health Knowledge Scale (FHQS).

**RESULTS:** When the data obtained as a result of the study were evaluated, it was found that 91.7% of the participants were female, 8.3% were male, they had an average height of 165.51 cm and weight of 60.31 kg, the majority of them lived with their families (75.6%), did not smoke and drink alcohol (81% and 74.3%, respectively) and were not sexually active (93.7%). Participants received an average of 109.89±13.56 points from Fertility health information production, and an average of 17.11±6.26 correct answers were determined from 30 sections. It was determined that the number of correct answers given by the sexually active participants to the scale questions was lower than those who were not sexually active ( $p<0.05$ ). When the participants' answers were evaluated, it was understood that although they knew the effect of smoking on fertility, they had insufficient knowledge about the effect of passive smoking on general fertility, the effect of sleep patterns on female fertility, and the effect of intense exercise and nutrition on male fertility health.

**CONCLUSION:** As a result, it was determined that the awareness of the university students participating in the research about fertility health was not at the desired level. In order to raise awareness about fertility health, it is a social necessity to provide healthy lifestyle behaviours and to provide information about the factors affecting fertility health by providing trainings, especially in young adulthood.

**Keywords:** fertility, fertility health, health education, young adult

## GİRİŞ

Fertilité, gebe kalabilme ve doğurganlık kapasitesi olarak tanımlanır.<sup>[1]</sup> İnfertilité ise; Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) bir yıl boyunca düzenli ve korunmaksızın cinsel ilişkiye girilmesine rağmen gebeliğin oluşmaması olarak tanımlanmaktadır. İnfertilitenin önlenmesi, doğurganlığın artması ve genel sağlığın iyileşmesi günümüzün önemli konularından biri olup, bu amaçla sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının geliştirilmesi öncelikli ele alınan konu başlığıdır.<sup>[2]</sup>

<sup>1</sup>Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hemşirelik Yüksek Lisans Programı, İstanbul, Türkiye

<sup>2</sup>Biruni Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İstanbul, Türkiye

#### Yazışma Adresi/ Correspondence:

Hemşire Havva Şeyma Yılmaz Sinan  
Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hemşirelik Yüksek Lisans Programı,  
İstanbul, Türkiye  
Tel: +90 542 275 19 69  
E-mail: havvaseymayilmaz@gmail.com

Geliş/ Received: 31.10.2024

Kabul/ Accepted: 14.11.2024



Sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıklarının üreme sağlığı üzerinde olumlu etkileri bulunmaktadır. Yaşamın ilerleyen dönemlerinde görülen; kanser, kardiyovasküler ve endokrin hastalıklar gibi kronik hastalıklarla ilişkili sağlık davranışları değişikliği üreme sağlığı üzerinde de etkili olmaktadır. Önerilen sağlıklı beslenme, egzersiz ve sağlıklı vücut ağırlığını korumak gibi alışkanlıklar, aynı zamanda doğurganlığı da desteklemektedir. Ayrıca sigara ve alkol tüketiminin azaltılması gibi alışkanlıkların değiştirilmesi de, üreme sağlığını olumlu yönde etkiler.<sup>[3,4]</sup> Üreme sağlığını etkileyen başka bir faktör de kişilerin psikolojik ve sosyal özellikleridir. Stres, depresyon ve ilişki sorunları gibi faktörlerin, üreme sağlığı üzerinde olumsuz etkiye sahip olduğu bilinmektedir.<sup>[5]</sup> Tüm bu faktörler ele alındığında genç yetişkinlik döneminde; ergenlik döneminin sonları, yetişkinliğe adım atılan 18–25 yaş aralığında<sup>[6]</sup>, üreme sağlığı hakkında doğru bilgilerin edinilmiş olması ve üreme sağlığını korumaya yönelik alışkanlıklar geliştirilmesi önem kazanmaktadır.

Genç yetişkinlik döneminde fertilité sağlığına ilişkin bilgi edinme süreci, sağlık eğitimi ve bilgi kaynaklarıyla başlar. Sağlık kurum ve kuruluşları, okullar ve internet gibi kaynaklar, genç yetişkinlere üreme sağlığı konusunda bilgi sağlamak için önemli bir rol oynar. Sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemek, genç yetişkinlik döneminde fertilité sağlığını korumak için önemlidir.<sup>[7]</sup>

Araştırma İstanbul'da bulunan bir vakıf üniversitesi öğrencilerinin fertilité sağlığı hakkındaki bilgi düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapıldı.

## GEREÇ ve YÖNTEMLER

Bu araştırma; tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılmıştır. Araştırma, Nisan – Mayıs 2024 tarihleri arasında İstanbul Biruni Üniversitesi'nde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın evrenini 18 yaş üzeri Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Fakültede aktif 3341 lisans öğrencisi bulunmaktadır. Araştırma kapsamında 495 öğrenci alınmıştır.<sup>[8]</sup>

Öğrencilerden sözlü onamları alındıktan sonra veri toplama araçları karşılıklı görüşme yöntemi ile uygulanmıştır.

Öğrencilerin tanıtıcı bilgilerini elde etmek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen Tanıtıcı Bilgi Formu kullanılmıştır. Fertilité sağlığına yönelik bilgi durumları ise Fertilité Sağlığı Bilgi Ölçeği ile belirlenmiştir.

### Tanıtıcı Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan formda; yaş, cinsiyet, boy, kilo, sağlıklı yaşam davranışı alışkanlıkları gibi tanıtıcı özellikleri içeren 25 sorudan oluşturulmuştur.

## Fertilité Sağlığı Bilgi Ölçeği (FSBÖ)

Fertilité Sağlığı Bilgi Ölçeği bireylerin fertilité sağlığı bilgi düzeyini belirlemek amacıyla Barron ve arkadaşları tarafından 2020 yılında geliştirilmiştir.<sup>[9]</sup> Ölçeđin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması 2022 yılında Sümen ve Teskereci tarafından yapılmıştır. İstatiksel analiz sonucunda 30 soru ve tek boyuttan oluşan ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik kat sayısı 0,949 olarak belirlenmiştir.<sup>[10]</sup> Ölçek, cinsiyete özgü üreme sağlığına yönelik biyolojik bilgileri (adet döngüsü, spermin hayatta kalması ve kalitesi, ereksiyon olma yeteneği), fertilité sağlığı ile ilgili değiştirilemeyen (yaş) ve değiştirilebilir (kilo, stres, esrar ve sigara kullanımı/maruz kalma gibi yaşam tarzı seçimleri, stres, kafein, diyet, egzersiz, uyku alışkanlıkları vb.) faktörleri içermektedir. Ölçek ile ilgili maddelere yanıtlar beşli Likert tipindedir [kesinlikle evet (5), muhtemelen evet (4), kararsızım (3), muhtemelen hayır (2) ve kesinlikle hayır (1)]. Ölçekten minimum 30 maksimum 150 puan alınabilmektedir. Deđerlendirmede 20. madde ters kodlanmaktadır. Ayrıca ölçek sorularına verilen muhtemel evet ve kesinlikle evet cevapları doğru kabul edilerek (20. Soru için muhtemelen hayır ve kesinlikle hayır), katılımcıların doğru cevap düzeyleri de belirlenebilmektedir. Ölçekte toplam puan ve doğru cevap sayısı yükseldikçe kişilerin fertilité sağlığı bilgi düzeyleri arttığı olarak yorumlanabilir.<sup>[10]</sup>

Örneklem büyüklüğü, evreni bilinen örneklem formülü kullanılarak hesaplanmıştır. Örneklem büyüklüğünün %95 güven aralığında ve minimum güç değeri olarak 0,8 kabul edilerek minimum 230 kişi olduğu bulunmuştur.

Verilerin istatiksel değerlerinin verilmesinde, nitel değişkenlerde yüzde oranı; nicel değişkenlerde ortalama, standart sapma, minimum-maksimum parametreleri, karşılaştırmalarda Pearson Student t testi ve Ki-kare testleri kullanılmıştır.

Araştırma için Biruni Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik kurul onayı (Tarih: 24.01.2024 Karar No: 2024/86–105) alınmıştır. Araştırma verilerinin toplandığı Biruni Üniversitesi Rektörlüğü'nden uygunluk (Tarih: 14.05.2024 sayı: E. 68219) alınmıştır.

## BULGULAR

Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine ilişkin veriler Tablo 1'de yer almaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin çoğunluğu kadın (%91,7), bekâr (%98,8) ve çocuğu olmayan (%99,4) bireylerdir. Ayrıca, düzenli olarak çalışmayan (%86,3) ve ailesiyle birlikte yaşayan (%75,6) öğrencilerin ağırlıkta olduğu belirlenmiştir. Çalışanların ise çoğunlukla

bir yıldan az süredir çalıştığı ve yüz yüze çalıştığı tespit edilmiştir (sırasıyla %54,1 ve %87).

Katılımcıların çoğu beslenme ve diyetetik (%25,7) ile çocuk gelişimi (%24,4) bölümlerinde öğrenim görmektedir.

**Tablo 1.** Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerinin dağılımı

Özellikler	Ort ± SS	Min-max	Çarpıklık-Basıklık
Yaş	21,15±1,86	18-31	1,454-4,909
	<i>n</i>		%
<b>Cinsiyet</b>			
Kadın	454		91,7
Erkek	41		8,3
<b>Medeni durum</b>			
Bekâr	489		98,8
Evli	6		1,2
<b>Çocuk sahibi olma durumu</b>			
Evet	3		0,6
Hayır	492		99,4
<b>Çalışma durumu</b>			
Evet	68		13,7
Hayır	427		86,3
<b>Çalışma süresi</b>			
1 yıldan az	60		54,1
1-3 yıl	39		35,1
4-6 yıl	8		7,2
7-9 yıl	2		1,8
10 yıl ve üzeri	2		1,8
<b>Çalışma şekli</b>			
Yüz yüze (Fiziki olarak)	87		87
Online	6		6
Hibrit	7		7
<b>İkamet ettikleri yer</b>			
Evde, ailemle	372		75,6
Evde, arkadaşlarımla	22		4,5
Evde, yalnız	120		4,1
Yurtta	73		14,8
Diğer	5		1
<b>Eğitim gördükleri bölüm</b>			
Beslenme ve Diyetetik	127		25,7
Çocuk gelişimi	121		24,4
Dil konuşma terapisi	86		17,3
Ebelik	18		3,6
FTR	25		5,1
Hemşirelik	89		18
Odyoloji	29		5,9
<b>Sınıf</b>			
1. Sınıf	149		30,1
2. Sınıf	135		27,3
3. Sınıf	140		28,3
4. Sınıf	71		14,3

Çalışmanın yapıldığı dönemde, öğrencilerin büyük kısmını 1. 2. ve 3. sınıfta eğitim almaktadır (sırasıyla %30,1, %28,3 ve %27,3).

Öğrencilerin büyük bir kısmının kronik hastalığı bulunmamakta (%87,3) ve düzenli ilaç kullanmamaktadır (%83,2). Sigara (%81) ve alkol (%74,3) kullanmayan öğrenciler çoğunluktadır. Sigara içenlerin çoğu günde bir paketten az sigara tüketmekte (%40) ve alkol tüketenler ise ayda bir bardak/şişe/kadehten az içmektedir (%52,4). Öğrencilerin çoğu normal kilo aralığında (%70,7), ancak düzenli egzersiz yapmamaktadır (%63). Egzersiz yapanlar ise genellikle yürüyüş yapmayı tercih etmektedir ve bu süre iki saatten azdır (%52 ve %40,1). Ayrıca, öğrencilerin çoğu cinsel olarak aktif değildir (%93,7) ve cinsel yolla bulaşan hastalıklardan korunmak için önlem almamaktadır (%83,9). Ortalama olarak öğrenciler günde altı saat telefon/bilgisayar kullanmakta, 165 cm boy ve 60 kg ağırlığa sahiptirler, beden kitle endeksleri ise ortalama 22'dir.

Fertilite Sağlığı Bilgi Ölçeği sonuçları Tablo 2'de yer almaktadır. Öğrenciler, bu ölçekte minimum 30, maksimum 150 puan alabilmektedir.

Tablo 3'te, öğrencilerin doğru ve yanlış cevaplarının dağılımları sunulmuştur. Otuz sorunun ortalama 17'sine doğru cevap vermişlerdir. En fazla doğru cevap verilen sorular arasında "Cinsel yolla bulaşan enfeksiyonu olan kişilerde doğurganlık azalabilir" (%66,1), "Kadın adet döngüsü boyunca bir kez ovulasyon olur/yumurtlar" (%71,5) ve "Sigara kullanımı kadının doğurganlığını azaltabilir" (%70,3) yer almaktadır.

Öğrencilerin cinsel olarak aktiflik durumları ile Fertilite Sağlığı Bilgi Ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ), Fertilite Sağlığı Bilgi Ölçeği doğru sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Veri incelendiğinde cinsel olarak aktif olanların ölçek sorularına verdikleri ortalama doğru cevap sayısı ( $14,77\pm 6,37$ ), olmayanlara göre ( $17,5\pm 5,93$ ) daha düşük olduğu görülmektedir.

Öğrencilerde kronik hastalık varlığı ile sigara kullanımı, düzenli egzersiz yapma durumları ve cinsel önlem alma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ). Öğrencilerde kronik hastalık varlığı ile jinekoloji/üroloji muayenesi yaptırma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır ( $p<0,05$ ). Kronik hastalığı olan öğrencilerin jinekoloji/üroloji muayenesi yaptırma oranları (%19,1) kronik hastalığı olmayan öğrencilere göre daha fazladır (%11,1).

**Tablo 2.** Öğrencilerin fertilité sağlığı bilgi ölçeğinden elde ettiği puan bilgileri

	<i>n</i>	<i>Ort ± SS</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maksimum</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
Fertilité sağlığı ölçeği toplam puanı	495	109,89±13,56	49	147	-0,549	1,967
Fertilité sağlığı ölçeği toplam doğru cevap sayısı	495	17,11±6,26	0	29	-0,696	0,358

**Tablo 3.** Öğrencilerin fertilité sağlığı bilgi ölçeğine verdikleri doğru ve yanlış cevapların dağılımları

<i>Soru</i>	<i>Doğru</i>		<i>Yanlış</i>	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
1 Çiftlerin yaklaşık %15'inde doğurganlık sorunu vardır.	251	50,7	244	49,3
2 Bir çift kontraseptif kullanmadan bir yıl düzenli cinsel ilişkide bulunmuş ve gebelik gerçekteşmemişse infertil kabul edilir.	176	35,6	319	64,4
3 Cinsel yolla bulaşan enfeksiyonu olan kişilerde doğurganlık azalabilir.	327	66,1	168	33,9
4 Diyetle alınan yağın çeşidi sağlıklı doğurganlık için önemlidir.	387	78,2	108	21,8
5 Kadın adet döngüsü boyunca bir kez ovulasyon olur/yumurtlar.	354	71,5	141	28,5
6 Bir kadın hızla kilo alır veya kaybederse, adet döngüsü bozulabilir.	369	74,5	126	25,5
7 Normal kilodaki bir kadının ovulasyon/yumurtlama için en az %18 vücut yağına ihtiyacı vardır.	191	38,6	304	61,4
8 Yılda dokuzdan az meydana gelen adet döngüleri düzensizdir.	355	71,7	140	28,3
9 Adet döngüsü uzunluğunun birkaç gün (örneğin 27 ile 35 gün arasında) değişmesi "normaldir".	363	73,3	132	26,7
10 Duygusal stres yaşaması bir kadının adet döngüsünün olağan süresini değiştirebilir.	434	87,7	61	12,3
11 Sınav kaygısı ya da işini kaybetme adet döngüsünün uzunluğunu etkileyebilir.	421	85,1	74	14,9
12 Esrar kadınların adet döngüsünü bozabilir.	354	71,5	141	28,5
13 Sigara kullanımı kadının doğurganlığını azaltabilir.	348	70,3	147	29,7
14 Pasif içicilik (sigara dumanına maruziyet) kadının doğurganlığını azaltabilir.	247	49,9	248	50,1
15 Aşırı kaçmadan ölçülü egzersiz yapmak kadının doğurganlığı için yararlıdır.	388	78,4	107	21,6
16 Geceleri uyurken işığı açık bırakmak kadınlarda doğurganlığı etkileyebilir.	95	19,2	400	80,8
17 Gece vardiyasında çalışmak, kadınlarda doğurganlığı etkileyebilir.	187	37,8	308	62,2
18 35 yaşın üzerindeki kadınlar, 35 yaşın altındaki kadınlardan daha az doğurgandır.	368	74,3	127	25,7
19 Kadın adet döngüsünün doğurgan fazındayken, sperm kadının vücudunda 3–5 gün yaşar.	235	47,5	260	52,5
20 Erkek ereksiyon olabildiği sürece doğurgandır.	106	21,4	389	78,6
21 40 yaşın üzerindeki erkekler daha az doğurgandır.	280	56,6	215	43,4
22 Esrar bir erkeğin sperm kalitesini azaltabilir.	370	74,7	125	25,3
23 Sigara kullanımını erkekte doğurganlığı azaltabilir.	322	65,1	173	34,9
24 Diyetle tüketilen trans yağlar daha sonra insan spermünde bulunabilir.	164	33,1	331	66,9
25 Günde üçten fazla kafeinli asitli içecek içmek sperm sayısını azaltabilir.	243	49,1	252	50,9
26 Kas yapımı için steroid kullanmak, sperm sayısını azaltarak erkeğin doğurganlığını olumsuz etkiler.	275	55,6	220	44,4
27 Yoğun egzersiz yapmak erkek doğurganlığını azaltabilir.	138	27,9	357	72,1
28 Obezite, erkek doğurganlığının azalmasıyla ilişkilidir.	234	47,3	261	52,7
29 Pantolon cebinde cep telefonu taşımak sperm kalitesini azaltabilir.	199	40,2	296	59,8
30 Aralıksız bir saat veya daha uzun süre dizüstü bilgisayar kullanmak, skrotumun sıcaklığını artırabilir ve sperm kalitesini etkileyebilir.	290	58,6	205	41,4

**Tablo 4.** Öğrencilerin cinsel olarak aktiflik durumları ile fertilité sağlığı bilgi ölçeği toplam puanı ve doğru sayısının karşılaştırılması

<i>Cinsel olarak aktif olma</i>						
	<i>Değişken</i>	<i>n</i>	<i>Ort ± SS</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maksimum</i>	<i>p</i>
FSBÖ Toplam puan	Evet	30	104,33±17,2	51	136	0,06 <sup>a</sup>
	Hayır	443	110,58±12,91	49	147	
FSBÖ Doğru sayısı	Evet	30	14,77±6,37	0	24	0,015 <sup>b</sup>
	Hayır	443	17,5±5,93	0	29	

<sup>a</sup> Student t testi

**Tablo 5.** Öğrencilerde kronik hastalık varlığı ile sigara kullanımı. Düzenli egzersiz yapma durumları. Jinekoloji/üroloji muayenesi yaptırmama ve ile cinsel önlem alma durumlarının karşılaştırılması

Değişken		Kronik hastalık varlığı				p
		Evet		Hayır		
		n	%	n	%	
Sigara	Evet	15	16	79	84	0,296 <sup>a</sup>
	Hayır	48	12	353	88	
Egzersiz	Evet	26	14,2	157	85,8	0,449 <sup>a</sup>
	Hayır	37	11,9	257	88,1	
Muayene	Evet	22	19,1	93	80,9	<b>0,026<sup>b</sup></b>
	Hayır	41	11,1	328	88,9	
Cinsel önlem	Evet	10	15,6	54	84,4	0,553 <sup>b</sup>
	Hayır	43	12,9	291	87,1	

<sup>a</sup> Student t testi

## TARTIŞMA

Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri incelendiğinde; ağırlıklı olarak kadın, bekâr, evde ailesiyle beraber yaşayan, kronik hastalığı olmayan ve düzenli ilaç kullanmayan, sigara ve alkol kullanmayan, normal kilo aralığında, düzenli egzersiz yapmayan, cinsel olarak aktif olmayan ve cinsel yolla bulaşan hastalıklardan korunmak için önlem almayan, jinekoloji/üroloji muayenesi yaptırmayan, ortalama günde 6 saat telefon / bilgisayar kullanan kişilerden oluştuğu belirlenmiştir. Bu özellikleri ile üniversite eğitimi görmekte olan ve çoğunlukla aktif cinsel yaşamı olmayan bir grup olduğu anlaşılmaktadır.

Çalışmamızda kullanılan FSBÖ ölçeğine verilen doğru cevap sayıları değerlendirildiğinde, katılımcıların doğru cevap oranının %57,03 olduğu saptanmıştır. Sümen ve Teskereci tarafından 2022 yılında 265 hemşirelik öğrencisi ile yapılan çalışmada FSBÖ doğru cevap verilme oranı %66,2 olarak bulunmuştur.<sup>[10]</sup> Mu et al. 2019 tarihinde yayımladığı çalışmada; katılımcıların fertilitite farkındalık düzeyinin belirlenmesi amacıyla The Mu Fertility Knowledge Assesment ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda katılımcıların bilgi düzeyi %78,04 olarak bildirilmektedir.<sup>[11]</sup> Çalışmanın; Amerika'da yapılmış olması, çalışmaya katılanların çoğunun cinsel olarak aktif olan ve kontrasepsiyon yöntemi kullanan kadınlar olması bulgular arasındaki farklılığın nedeni olarak düşünülmektedir. Yaptığımız çalışmada öğrencilerin verdikleri doğru cevapların daha az olması bu konudaki farkındalık düzeylerinin az olduğunu göstermektedir. Ayrıca cinsel olarak aktif olan öğrenci sayısının düşük olması (30/473) nedeniyle de olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmada katılımcılardan %74,4'ü kadınların 35 yaşından sonra doğurganlık düzeyinin azaldığını, %56,6'sı ise erkeklerde 40 yaşından sonra doğurganlık düzeyinin

azaldığını bilmektedir. Ancak %36,6'sı erkeklerin ereksiyon olabildikleri müddetçe doğurgan olduklarını düşünmektedir. Rovei et al, (2010) tarafından İtalya'da yapılan çalışmada öğrencilerin %53,1'i kadın doğurganlığının yaşla birlikte azaldığını bilmekte ve bu düşüşün 30–34 yaş arasında başladığını düşünmektedir. Ancak çalışmaya katılan kadınların %36,9'u kadın doğurganlığının keskin bir şekilde azaldığı yaş aralığını 45–55 olarak düşünmektedir.<sup>[12]</sup> Başka bir çalışmaya 680 üniversite öğrencisi katılmıştır; öğrencilerin %36,2 si kadınlarda doğurganlığın 45–50 yaşları arasında azaldığını, %33,2'si 40–45 yaş arasında azaldığını, %25,9'u 35–40 yaş arasında azaldığını düşünmektedir. Erkeklerde yaşa bağlı doğurganlığın azalması konusunda ise katılımcıların %57'si bunun olmadığına inanmaktadır.<sup>[13]</sup> Chan et al. (2015) tarafından Hong Kong'da 367 (kadın: 275 kişi, erkek: 92 kişi) üniversite öğrencisi ile birlikte yapılan çalışmada, kadınların %41'i, erkeklerin ise %45'i kadın doğurganlığının 35–59 yaş aralığında hafif azaldığını tahmin ettikleri gösterilmiştir.<sup>[14]</sup> Güney Kore'de 166 öğrenci ile yapılan kesitsel çalışmada kadın doğurganlığının 35 yaşından sonra azaldığını katılımcıların yalnızca %15'i bilmıştır.<sup>[15]</sup> Örnekler karşılaştırıldığında yapmış olduğumuz çalışmaya katılanların, yaşa bağlı doğurganlık değişimi hakkında yüksek bilgi düzeyine sahip oldukları gözlenmiştir.

Katılımcılarımızın kadın doğurganlığı üzerinde sırasıyla sigara ve esrar kullanımının azalttığına yönelik doğru yanıt oranları %70,3 ve %71,5 olarak ölçülmüştür. Erkeklerde sigara ve esrar kullanımının doğurganlığı azalttığına yönelik olan ölçek sorularına sırasıyla %65,1 ve %74,8 oranında evet cevabı verdikleri görülmüştür. Katılımcılarımızın %78,2'si sağlıklı beslenme alışkanlıklarının fertilititeyi olumlu etkileyebileceğini düşünmektedir. Kadınların hızlı kilo alıp vermesinin yumurtlamayı ve fertilititeyi negatif etkilediğini düşünenlerin oranı ise %74,5



olarak ölçülmüştür. Erkeklerde obezitenin fertilitiyi azalttığını düşünen öğrencilerin oranı %47,2'dir. Yoğun egzersiz yapmanın erkeklerin fertilitite düzeyini olumsuz etkilediğini katılımcıların yalnızca %27,9'u bilmektedir. Delbaere et al. (2021); İsveç'ten 275, Belçika'dan 264 ve Yunanistan'dan 86 katılımcı olmak üzere toplam 656 tıp fakültesi öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, doğurganlığı etkileyen faktörler ile ilgili açık uçlu soruya sigara kullanımının kadın doğurganlığını azalttığı yanıtını veren öğrencilerin oranı İsveç'te %55,6, Belçika'da %75,4 ve Yunanistan'da %32,6 olarak ölçülmüştür. Sigara kullanımının erkek doğurganlığını azalttığını belirten öğrencilerin oranları ise İsveç'te %42,2, Belçika'da %58,2 ve Yunanistan'da %34,9 olarak ölçülmüştür.<sup>[16]</sup> Aradaki farkın Avrupa'da açık uçlu sorularda sigara kullanımının ilk akla gelen etmenlerden biri olmamasından kaynaklandığı düşünülmüştür. Düzenli egzersiz yapmanın kadınlarda ve erkeklerde sırasıyla %60 ve %62,2 fertilitite düzeyini artırdığını düşünmektedirler. Erkeklerde ağır egzersizin fertilitiyi düşürdüğüne yönelik etkisini bilen öğrenci oranı %31,8 olarak bulunmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin verdikleri yanıtlara göre; öğrenciler BKİ (Beden kitle endeksi) yüksek olan kadınların %63,4, erkeklerin ise %69,1 fertilitite düzeyinin azaldığını düşünmektedir. Sağlıklı beslenmenin fertilitite üzerindeki etkileri ele alındığında; sağlıklı beslenmenin fertilititeye etkileri hakkında öğrencilerin %86,6'sı kadınlarda fertilitite üzerine olumlu etkisi olduğunu ve %86,2'si erkeklerde fertilitite üzerinde olumlu etkisi olduğunu bilmektedir.<sup>[17]</sup> Hindistan'da 564 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada katılımcılar yaş ve yaşam tarzı ile fertilitite arasındaki ilişkiyi iyi bildikleri gösterilmiştir. Çalışmada katılımcıların %86,35'i ileri yaşın, %90,78'i sigara, alkol ve uyuşturucu madde kullanımının, %94,15'i cinsel yolla bulaşan hastalıkların fertilitiyi azalttığını bilmektedir.<sup>[18]</sup> Yaptığımız çalışmada ise öğrencilerin %74,3'ü ileri yaşın, %70,3'ü sigara, %71,5'i esrar kullanımının, %66,1'i cinsel yolla bulaşan hastalıkların fertilitiyi azalttığını bilmişlerdir, %27,9'u yoğun egzersiz yapmanın fertilitiyi olumsuz etkilediğini bilmişlerdir. Çalışmalar göstermektedir ki çoğu genç yetişkin sigara, alkol ve kafeinin fertilitite üzerine olan negatif etkisi ile sağlıklı beslenmenin ve egzersizin olumlu etkisini bilmektedir. Ancak aşırı egzersizin olumsuz etkisi konusunda ise yeterince bilgi sahibi değildir.

Öğrencilerin en fazla doğru cevap verdikleri sorular yaptığımız çalışma ve Sümen ve Teskereci (2022)'nin ölçek geçerlilik güvenilirlik çalışması ile karşılaştırıldığında; her iki çalışmada da kadın doğurganlığına ilişkin sorulara verilen doğru cevapların oranı daha fazla bulunmuştur.<sup>[10]</sup> Katılımcıların çoğunlukla kadın olması, kadınların erkek

doğurganlık durumları hakkında daha az bilgi sahibi olması aradaki farkı açıklayabilir. Ayrıca kültürel olarak doğurganlık ve etkileyen faktörlerin öncelikle kadın bedeni ile ilişkilendirildiği düşünülebilir.

Öğrencilerin FSBÖ sonuçları değerlendirildiğinde; stresin, hızlı kilo alıp vermenin, cinsel yolla bulaşan enfeksiyonların, sigara ve esrar kullanımının kadın fertilitite sağlığı üzerinde negatif etkisini bildikleri belirlenmiştir. Ayrıca sigara ve esrar kullanımının erkek fertilitesi üzerinde negatif etkisinin kadınlar kadar olmadığını düşünmektedirler. Öğrenciler, adet döngüsünü, kadınlarda fertilitenin yaş artışı ile azaldığını, ölçülü egzersiz yapmanın kadın fertilitite sağlığı üzerinde pozitif etkisi olduğunu bilmektedir. Erkek fertilitesi hakkındaki soruların çoğunda öğrencilerin bilgi sahibi olmadıkları ya da yanlış bilgi sahibi oldukları gözlenmiştir. Uyku kalitesinin fertilitite sağlığına etkisi konusunda ise bilgi sahibi olmadıkları belirlenmiştir.

Sonuç olarak araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin fertilitite sağlığı konusunda farkındalıklarının istenilen düzeyde olmadığı görülmektedir. Fertilitite sağlığı konusunda farkındalık oluşturmak için özellikle genç yetişkinlik döneminde, eğitimler verilerek sağlıklı yaşam biçimi davranışları kazandırılması ve fertilitite sağlığını etkileyen faktörler hakkında bilgi verilmesi toplumsal bir gerekliliktir. Sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemek, genç yetişkinlik döneminde fertilitite sağlığını korumak için önem taşımaktadır. Araştırma İstanbul'da yer alan bir vakıf üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler ile yürütülmesi nedeniyle genellenemez. Araştırmanın ulusal düzeyde daha büyük örneklem gruplarıyla ve farklı alanlarda eğitim gören öğrencilerle yapılarak, sonuçlar doğrultusunda eğitim müfredatlarına fertilitite sağlığı konusunda ders eklenmesi önerilmektedir.

---

#### **Etik Kurul Onayı**

Çalışma, Biruni Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylandı. (onay tarihi ve sayısı: 24.01.2024/2024/86-105).

#### **Hakem Değerlendirmesi**

Dış bağımsız.

#### **Çıkar Çatışması**

Yazarlar çıkar ilişkisi olmadığını beyan etmişlerdir.

#### **Finansal Destek**

Herhangi bir mali destek alınmamıştır.

---

#### **Ethics Committee Approval**

The study was approved by Biruni University Non-Interventional Clinical Research Ethics Committee. (date and number of approval: 24.01.2024/2024/86-105).

#### **Peer-review**

Externally peer-reviewed.

#### **Conflict of Interest**

No conflict of interest was declared by the authors.

#### **Financial Disclosure**

No financial support has been received.

---

## KAYNAKLAR

1. ACOG. The American College of Obstetricians and Gynecologists. <https://www.acog.org/> [Erişim Tarihi: 3.02.2024]
2. WHO. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infertility> [Erişim tarihi: 3.02.2024]
3. Bala R, Singh V, Rajender S, Singh K. Environment, lifestyle, and female infertility. *Reprod Sci.* 2021;28:617–38. [CrossRef]
4. Shujaat T, Ahmed Z, Liaqat S. The impact of modifiable lifestyle factors on women's fertility. *J Pak Med Assoc.* 2024;74(5):972–5. [CrossRef]
5. Sharma B, Biedenharn KR, Fedor JM, Agarwal A. Lifestyle factors and reproductive health: taking control of your fertility. *Reprod Biol Endocrinol.* 2013;11(1):1–15. [CrossRef]
6. Oğurlu A. Genç Yetişkinlik Dönemi Kişilik Özellikleri ile Bilişsel Çarpıtmaların Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı (Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Müjgen İlnem). İstanbul; 2021.
7. Peterson BD, Pirritano M, Tucker L, Lampic C. fertility awareness and parenting attitudes among American male and female undergraduate university students. *Hum Reprod.* 2012;27(5):1375–82. [CrossRef]
8. Yazıcıoğlu Y, Erdoğan S. SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Detay Yayıncılık; 2004.
9. Barron ML, Lithgow D, Wade G, Mueller-Luckey GH. Measuring fertility health knowledge in university students: development and testing of a survey tool. *J Nurs Meas.* 2020;28(1):43–59. [CrossRef]
10. Sümen A, Teskereci G. Fertilité Sağlığı Bilgi Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Derg.* 2022;11(2):173–80. [CrossRef]
11. Mu Q, Hanson L, Hoelzle J, Fehring RJ. Young women's knowledge about fertility and their fertility health risk factors. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs.* 2019;48(2):153–62. [CrossRef]
12. Rovei V, Gennarelli G, Lantieri T, Casano S, Revelli A, Massobrio M. Family planning, fertility awareness and knowledge about Italian legislation on assisted reproduction among Italian academic students. *Reprod Biomed Online.* 2010;20(7):873–9. [CrossRef]
13. Jurkowski L, Manubens R, Ryberg JO, Rossi M. Fertility awareness, attitudes towards parenting, and knowledge about assisted reproductive technology among university students in Argentina. *JBRA Assist Reprod.* 2021;25(3):453. [CrossRef]
14. Chan CHY, Chan THY, Peterson BD, Lampic C, Tam MYJ. Intentions and attitudes towards parenthood and fertility awareness among Chinese university students in Hong Kong: a comparison with western samples. *Hum Reprod.* 2015;30(2):364–72. [CrossRef]
15. Shin H, Lee J, Kim SJ, Jo M. Attitudes towards parenthood and fertility awareness in female and male university students in South Korea. *Child Health Nurs Res.* 2020;26(3):329. [CrossRef]
16. Delbaere I, Pitsillos T, Greek Collaborating Group, Tyden T, Kerckhof L, Iliadis SI. Fertility awareness and parenthood intentions among medical students in three European countries. *Eur J Contracept Reprod Health Care.* 2021;26(4):312–22. [CrossRef]
17. Nouri K, Huber D, Walch K, Promberger R, Buerkle B, Ott J, Tempfer CB. Fertility awareness among medical and non-medical students: a case-control study. *Reprod Biol Endocrinol.* 2014;12:1–9. [CrossRef]
18. Dutta S, More A, Mahajan S, Nawale N, Choudhary N, Shrivastava D. Assessment of reproductive health knowledge among college students in northwestern India: a cross-sectional study. *Cureus.* 2024;16(2). [CrossRef]