

Kuzey Kıbrıs Türk Toplumunda Güneşten Korunma: İlkokul Çağı Çocukları ve Ailelerinin Güneşten Korunma ile İlgili Bilgi, Tutum ve Davranışları

Sun Protection in the North Cyprus Turkish Population: Knowledge, Attitude and Behaviors of Elementary School Children and Their Families

Aslı Feride Kaptanoğlu, Ceyhun Dalkan*, Evren Hıncal**

Yakın Doğu Üniversitesi Tıp Fakültesi, Deri ve Zührevi Hastalıklar Anabilim Dalı,

*Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, **Eğitim Fakültesi, Matematik Bölümü, Lefkoşa, KKTC

Özet

Amaç: Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC)'nde son 25 yıla ait istatistiklere bakıldığında deri kanserleri bu ülkede en sık görülen kanserdir. Patogenezde güneş ışınlarının olumsuz etkileri bilinmekte olup, özellikle çocukluk döneminde maruz kalınan güneş ışınlarının rolü üzerinde durulmaktadır. KKTC gibi güneşli ülkelerde genç nüfusun sağlıklı bireyler olarak yetişmeleri, erken dönemde edindikleri doğru bilgi ve alışkanlıklara bağlıdır. Bu çalışmada KKTC'de çocukların ve ailelerinin güneşten korunma ile ilgili bilgi, tutum ve davranışlarının saptanması, ailelerin eğitimi, bilgi, tutum ve davranışlarının çocuklarının bilgi tutum davranışları üzerindeki etkisi ve ilişkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: KKTC'de en çok öğrenciyi sahip olan ilkokuldaki öğrencilere ve ailelerine güneşten korunma ile ilgili anket uygulanmıştır. Ailelerin bilgi düzeyi için 7, tutum için 7 ve davranışları için 5 soru, çocuklara 6 soru hazırlanmıştır.

Bulgular: Ailelerin %41,1'i güneşten korunmak için sürekli ve düzenli korunma gerektiğini biliyorken, %21,8 i sadece erken bebeklik döneminde korunmanın önemli olduğunu düşünmektedir. Ailelerin büyük çoğunluğunun (%44,5) bilgi kaynağını medya araçları oluşturmaktadır. Ailelerin çoğu gerekli araştırmaları yaptığını ve korunmayı doğru olarak uyguladığını düşünürken, %33'ü yeterli bilgisi olsa da tam olarak uygulayamadığını bildirmiştir. Ailelerin %64,8'i güneşten korunma konusunda daha çok bilgiye ihtiyacı olduğunu belirtirken, %85,4'ü eğitimlere katılmaya istekli olduklarını belirtmişlerdir. Çocukların çoğu (%96,3) "güneşten koruyucu krem" i bilmekte iken, sadece %2,7 bilmediğini belirtmiştir. Ebeveynlerin bilgi, tutum ve davranışlarıyla çocukların davranışları arasındaki ilişki değerlendirilmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,001$). Anne ve babaların bilinçlilik düzeyi arttıkça çocukların da artmaktadır.

Sonuç: Bu çalışma ile Kuzey Kıbrıs Türk toplumunun güneşten korunma ile ilgili bilinçli olduğu, ancak daha çok eğitici faaliyete ihtiyaç duyulduğu ortaya konulmuştur. Çocukların davranışları üzerinde ailenin belirgin etkisi gösterilerek eğitime çocukluk döneminde ve aile ile birlikte başlanmasının gerekliliği gösterilmiştir. (Türkderm 2012; 46: 121-9)

Anahtar Kelimeler: Güneşten korunma, davranış, çocukluk, bilgi, tutum

Summary

Background and Design: Skin cancer is the most common cancer in the Turkish Republic of North Cyprus (TRNC) according to the last 25 years' statistics of the country. The harmful effect of ultraviolet light is well-known and exposure especially in childhood has an important role in the pathogenesis. Having healthy individuals in sunny countries like the TRNC is related with the public knowledge and early gained behaviors. This study aims to determine the children's knowledge, attitude and behaviors towards sun, as well as the impact of familial attitudes on the behaviors of the children.

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Dr. Aslı Feride Kaptanoğlu, Yakın Doğu Üniversitesi Tıp Fakültesi, Deri Ve Zührevi Hastalıklar Anabilim Dalı, Lefkoşa, KKTC
Gsm: +90 542 857 70 40 E-posta: dr.aslikaptanoglu@gmail.com **Geliş Tarihi/Received:** 14.07.2011 **Kabul Tarihi/Accepted:** 19.09.2011

Türkderm-Deri Hastalıkları ve Frengi Arşivi Dergisi, Galenos Yayınevi tarafından basılmıştır.
Türkderm-Archives of the Turkish Dermatology and Venerology, published by Galenos Publishing.



Materials and Methods: Questionnaires about sun protection were applied to the children and their families in the most crowded elementary school in the TRNC. Seven questions for knowledge, 7 for attitudes, and 5 for behaviors of families as well as 6 questions for the children were prepared.

Results: Forty-one percent of families were aware of the need of regular and continuous sun protection, while 21.8% thought sun protection is important only in early infancy. Families reported media (44.5%) as the most common source of their knowledge regarding sun protection. Most of the families thought that they had performed sufficient research and had applied sun protection correctly, whereas 33% of the families reported lack of application in daily life. Almost 65% of the families reported a "need for additional knowledge" and 85.4% were eager to join educations. Most of the children had knowledge about sunscreens, whereas 2.7% had no idea. The relation between knowledge, attitude and behaviors of parents and children was evaluated and found to be significant statistically ($p<0.001$). The consciousness level of children increases with the parental consciousness.

Conclusion: The results of this study revealed that the Turkish population in the NC is aware of sun protection but needs more education. The parental impact on children's behaviors was shown and the necessity of early education starting in the family was emphasized. (Türkdern 2012; 46: 121-9)

Key Words: Sun protection, behavior, childhood, knowledge, attitude

Giriş

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde (KKTC) son 25 yıla ait istatistiklere bakıldığında deri kanserlerinin en sık görülen kanser tiplerinden olduğu anlaşılmaktadır¹. Deri kanserlerinin oluşumunda güneş ışınlarının olumsuz etkileri pek çok bilimsel veri ile kanıtlanmıştır. Ayrıca son yıllarda, özellikle çocukluk döneminde maruz kalınan güneş ışınlarının ve güneş yanıklarının deri kanseri patogeneğinde önemli yer tuttuğu bildirilmektedir². Bu nedenle tüm dünyada çocukların güneşten korunmaları ve güneşten korunma bilincinin erken yaşta oluşturulması için yoğun çalışmalar yürütülmektedir^{3,4,5,6}. KKTC, güneş ışınlarının yoğun ve dik olarak geldiği bir coğrafyada bulunmaktadır. Bu güneşli ülkede yaşayan ve yaşayacak olan genç nüfusunu sağlıklı bireyler olarak yetiştirmeleri, erken dönemde edindikleri doğru bilgi ve alışkanlıklara bağlıdır. Bu çalışmanın amaçları;

1. Kuzey Kıbrıs Türk toplumunda ilkokul çağı çocuklarının ve ailelerinin güneşten korunma ile ilgili bilgi, tutum ve davranışlarının saptanması
2. Ailelerin eğitimi, bilgi, tutum ve davranışlarının çocuklarının bilgi tutum davranışları üzerindeki etkisi ve ilişkisinin değerlendirilmesidir.

Yöntem ve Gereçler

KKTC'nin merkezinde yer alan ve çok sayıda öğrencisi olan bir ilkokuldaki öğrenciler ve ailelerinden gönüllülük ilkesine dayalı olarak anket formları doldurmaları istenmiştir. Anket formunun ilk sayfasında, çalışmanın amacı hakkında ailelere bilgi verilmiş ve ailelerin yazılı onayları alınmıştır. Anket formları, yaş grubu, coğrafi bölge ve sosyokültürel özellikler göz önüne alınarak literatürdeki benzer çalışmalarda yer alan anket formlarının modifikasyonu ile hazırlanmıştır. (Ek 1)

İsimsiz olarak doldurulan anketlerin ilk bölümünde demografik özelliklere yer verilmiştir. Ailelerin bilgi düzeyini ölçmek için çoktan seçmeli 7 soru, tutum için 7 soru ve davranışları için 5 soru hazırlanmıştır. Tutum değerlendirmesinde ailelerin güneşten koruyucu kullanmayı isteyip istemedikleri ve eğitimsel faaliyetlere olan yaklaşımları sorgulanmıştır. Ailenin uygun bir tutumu olsa dahi çeşitli zorluklar veya alışkanlıklar nedeni ile davranışlara yansımabileceği için, davranış değerlendirmesinde ise günlük hayattaki uygulamaları ve alışkanlıkları değerlendirilmiştir. Çocuklar için hazırlanan anketlerde soru sayısı daha az tutulmuş, bilgi için 1, tutum için 1 ve davranışları için 4 soru hazırlanmıştır. Okulda çocuklara 1200 anket dağıtılmış, evde aileleri ile yanıtlamaları istenmiş ve 1 hafta sonra formlar toplanmıştır. Çalışmaya tüm soruları yanıtlayan 587 aile dahil edilmiştir. İstatistiksel değerlendirmelerde Ki-kare testi ve SPSS'in 12. versiyonu olan bilgisayar programı kullanılmıştır. Tüm analizlerde 0,001 anlamlılık düzeyi olarak kabul edilmiştir. Güneşten korunma konusundaki bilgiye dair 7 soruda 4 ve 4'ten fazla doğru yanıt veren

aileler doğru biliyor kabul edilmiştir. Yedi soruya 3 ve 3'ten az doğru yanıt olanlar bilmiyor kabul edilmiştir. Bilgi sahibi olan ebeveynlerin yaş ve eğitim durumları Ki-kare testi ile karşılaştırılmıştır.

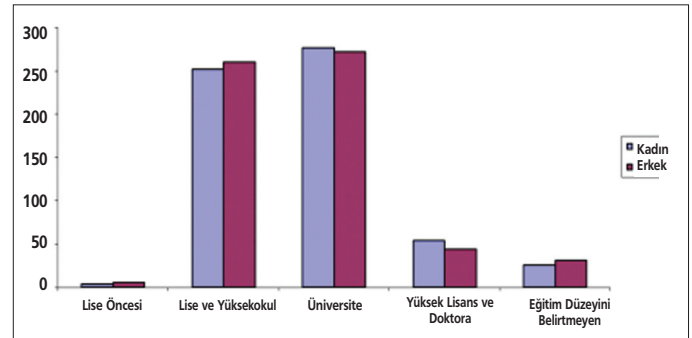
Bulgular

Ebeveylere Ait Sonuçlar

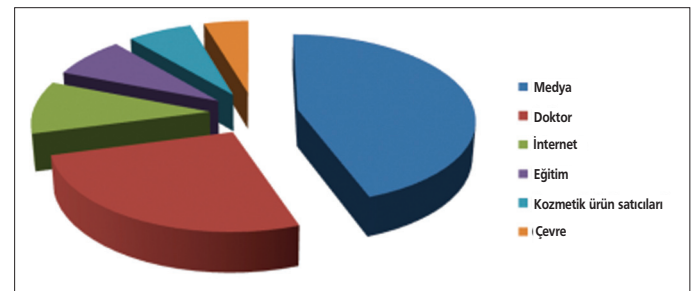
Çalışmaya katılan ebeveynlerin yaş ortalaması; anneler için 36,4±5,5, babalar için 39,9±5,6 olarak saptanmıştır. Ebeveynlerin eğitim düzeyleri; anneler için %56,4 üniversite ve üzeri, %40,7 lise ve %0,7 ilk-orta öğretim; babalar için %53,8 üniversite ve üzeri, %42,8 lise ve %1,1 ilk-orta öğretim olarak saptanmıştır. (Şekil 1).

1.Bilgi Düzeyi

Ailelerin büyük çoğunluğu (%44,5) güneşten korunma konusundaki bilgi kaynaklarını TV, dergi, gazete gibi medya araçları, %26,4'ü doktor, %10'u internet, %7,8'i eğitim faaliyetleri, %6,7'si kozmetik ürün satıcıları ve %4,7'si aile, komşu ve arkadaş olarak belirtmiştir (Şekil 2). Güneşten koruyucu krem tercihlerini bir hekime sorarak yapan annelerin %85,2'si, babaların %86,2'si üniversite mezunu olarak saptanmıştır. Doktora danışanların %40'sı çocuk doktoruna, %20,6 dermatoloğa danışmaktadır.



Şekil 1. Ailelerin eğitim düzeyleri



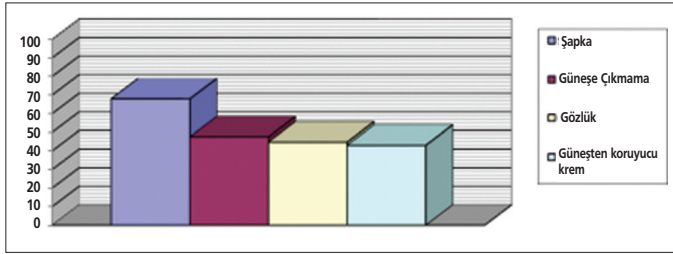
Şekil 2. Ailelerin güneşten korunma konusunda bilgi kaynakları

Tablo 1. Ailelerin çocuklarıyla ilgili güneşten korunma hakkında sahip oldukları bilgiler

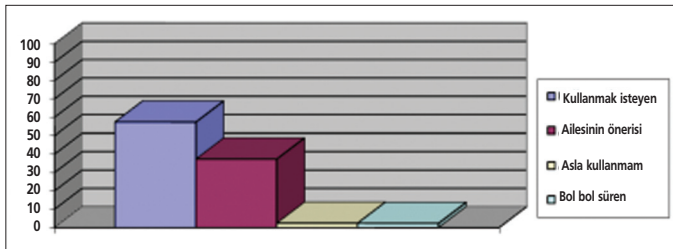
Bilgi	Evet %	Hayır %	Bilmiyor %
Bronzlaşınca güneşten korunmaya ihtiyaç kalmıyor	3,5	88,5	8
Koyu tenli (esmer) çocukların güneşten koruyucuya ihtiyacı yoktur	1,3	92,6	6,1
Açık tenli kişiler için güneş daha zararlıdır	63,9	23,1	13
Çocuklukta çok güneş/güneş yanıkları deri kanserine zemin olur	62	2,5	35,5
Çocuklukta çok güneş/güneş yanıkları erken deri yaşlanmasına zemin olur	76,6	2	21,4

Tablo 2. Ailelerin çocuklarının güneş altında kalma süreleri konusunda davranışları

	Yaz (%)	Kış (%)
1-3 saat	69,5	86,5
3-6 saat	30	13,2
6 saatten çok	0,5	0,3



Şekil 3. Tercih edilen güneşten korunma yöntemleri



Şekil 4. Çocukların güneş koruyucu kullanma konusunda yaklaşımı

Güneşten korunma için, ailelerin %41,1'i sürekli ve düzenli korunma gerektiğini biliyorken, %21,8'i erken bebeklik döneminde, %17,5'i oyun çaığında, %13,4'ü sadece deniz kenarında ve %6'sı çocuk yürümeye başladığı zaman güneşten korunmanın önemli olduğunu düşünmektedirler. Ailelerin güneşten korunma konusundaki diğer bilgileri Tablo 1 'de gösterilmiştir.

2. Tutum

Ailelerin tutumları 7 soru ile değerlendirilmiştir. Ailelerin %46'sı faydasına inandığı için sürekli güneşten koruyucu krem kullandığını, %49'u ise yazları, deniz mevsiminde güneşten koruyucu krem kullandıklarını belirtmişlerdir. Sadece %2'lik bir grup kimyasal madde içermesinden endişe duyduğu için kullanmadığını belirtmiştir. Güneşten koruyucu kremlerin moda ya da pazarlama taktiği olduğunu düşünen aile ise yoktur. Ailelerin %54'ü güneşten korunma konusunda gerekli araştırmaları yaptığını ve doğru uyguladığını düşünürken, %33'ü yeterli bilgisi olsa da tam olarak uygulamadığını bildirmiştir. Ailelerin %13'ü ise bu konuda ilgisiz ve

bilgisiz bir tutum ifade etmişlerdir. Güneşli bir ülkede yaşadıkları için çocuklarının buna alışması gerektiğini düşünen aileler çok az sayıdadır (%8,7). Ailelerin %64,8'i güneşten korunma konusunda daha çok bilgiye ihtiyacı olduğunu belirtirken, %85,4'ü bu konudaki eğitimlere katılmaya istekli olduklarını belirtmişlerdir. Ailelerin %48,8'i sadece çocuğunun güneşten korunmayı öğrenmesi gerektiğini düşünürken, ailelerin %48,8'i kendisinin ve çocuğunun birlikte öğrenmesi gerektiğini düşünmektedirler. Ailelerin büyük çoğunluğu (%74,9) bronzlaşmış bir deriyi sağlıklı bulmazken, sadece %9,8'i bronzlaşmış ten renginin sağlıklı olduğunu düşünmektedir.

Güneşten korunma konusunda doğru bilgi sahibi olanlar (n=383) ile olmayanların (n=133) yaş ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır (p>0,001). Doğru bilgi sahibi olan grup ile olmayan grupta anne eğitim düzeyi açısından anlamlı fark saptanmıştır (p<0,001). Güneşten korunma konusunda doğru bilgi sahibi olan annelerin %75,2'si üniversite ve üzeri eğitim seviyesinde iken, yetersiz bilgi sahibi olan annelerin hiçbiri üniversite mezunu değildi. Yetersiz bilgi sahibi olan annelerin %80'i lise, %13'ü orta okul, %7'si ise ilköğretim mezunuydu. Sonuçlarımız anne eğitim düzeyi arttıkça bilgi düzeyinin de arttığını desteklemektedir. Güneşten korunma konusunda doğru bilgi sahibi olan babalar ile yetersiz bilgi sahibi olan babaların eğitim düzeyleri arasında anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,001).

Ankete katılan anne ve babaların hiçbirinde deri kanseri öyküsü yoktu. Ailesinde ya da diğer akrabalarında deri kanseri öyküsü olanların (%5), güneşten korunma konusundaki bilgi düzeyleri karşılaştırıldı. "Çocuklukta çok güneşe maruz kalmanın deri kanserine olabilir mi?" sorusuna %48,5'i fikri olmadığı yanıtını verirken, %33,3'ü hayır yanıtı vermiştir. Ailesinde deri kanseri olanların sadece %18,2'si çocuklukta çok güneş maruziyetinin kanserle ilişkisi olabileceğini bildiğini belirtmiştir. Benzer şekilde çocuklukta aşırı güneş maruziyetinin fotoyaşlanma ile ilişkisi konusunda %42,4'ü ilişki olmadığını düşünürken, %39,4'ü fikri olmadığını belirtmiş, sadece %18,2'si ilişki olduğunu bildirmiştir. Sonuçlarımız ailesinde deri kanseri olanların güneşten korunma konusunda yeterince bilgi sahibi olmadıklarını göstermektedir.

3. Davranış

KKTC'de yaşayan aileler çocuklarının uzun süre güneş altında kalmamaları yönünde bir davranış eğilimi sergilemektedir (Tablo 2). Güneşten korunma yöntemi olarak ise sırasıyla en çok giysi (%67,9), şapka (%47,5), güneşe çıkmama (%44,7), güneş gözlüğü kullanma (%43) ve güneşten koruyucu krem kullanımını (%34) tercih etmektedirler (Şekil 3). Güneşten koruyucu krem tercih ve temin etme sürecinde ise büyük çoğunluk (%40) çocuk doktorlarına danışırken, %20 kadar aile dermatoloji uzmanına, %23 aile ise eczacıya danışmaktadır. Ailelerin %12,4'ü bu konuda medya ve reklamları göz önüne alırken, %2,4'ü arkadaş tecrübesine göre hareket etmektedir. Ürün fiyatına göre tercih yapan ailelerin oranı ise çok azdır (%0,8).

Güneşten koruyucu kullanma alışkanlıkları konusunda; pek çok aile kış aylarında (%61,5) ya da bulutlu günlerde (%79,6) hiç güneşten koruyucu krem kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra büyük oranda yazları olmak üzere her gün düzenli (%83,3), saat 11-15 arası (%84,6), yüzerken (%71,9) ve açık havaya çıkınca (%70,9) güneş koruyucu kullandıklarını ifade etmişlerdir.

Güneşten koruyucu krem uygulama sıklığı olarak ailelerin %47,4'ü sadece güneşe çıktığında uygulama yaparken, %18,6'sı 2-3 saatte bir uygulamakta, %13,3'ü ilk kez güneşe çıktığında 1 kez uygulamakta, %9,2'si ise 4-5 saatte bir uygulamaktadır. Ailelerin %11,7'si ise kullanılan ürün markasına göre uygulama sıklığının değiştiğini belirtmiştir.

Çocuklara Ait Sonuçlar

Anketleri cevaplayan 587 çocuğun yaş ortalamaları 8,89±1,04 yaş olup, 305'i kız ve 282'i erkek çocuk idi.

1. Bilgi Düzeyi

Çocukların %95,3'ü "güneşten koruyucu krem" in ne ifade ettiğini bilmekte ve kullanmakta iken, sadece %3,9 bilmediğini belirtmiş, %0,8 i ise gördüğünü ama hiç kullanmadığını ifade etmiştir.

2. Tutum

Çocukların %76,5'i güneşten korunmanın en iyi yolunun kapalı ortamda olmak olduğunu düşünürken, %14,6'sı güneşten koruyucu kullanmanın, %8,2'si giysi-şapka kullanmanın korunmada iyi bir yöntem olduğunu düşünmektedir. Çok küçük bir oran (%0,7) önceden bronzlaşmanın iyi bir yöntem olduğunu belirtmiştir.

3. Davranış

Çalışmaya katılan çocukların %52,6'sı yazları güneşte kalmaktan rahatsız olduğunu belirtmiş, %35,4'ü ise rahatsız olduğunu ama oyundan ayrılmamak için dayandığını ifade etmiştir. %12 çocuk ise güneşli havalarda dışarda oynamayı sevdiğini bildirmiştir.

Çocukların yazları güneşe çıkma davranışları büyük oranda aileleri tarafından düzenlenmektedir (%84,2). Çocukların %9,4'ü bu konunun farkında olmadığını belirtmiş, %6,4 kadarı ise güneşe göre değil ailenin günlük programına göre davranışlarının belirlendiğini ifade etmiştir.

Çocuklar güneşten korunma yöntemi olarak en çok gölgede oyuna devam etmeyi tercih etmektedirler (%38). Ancak %36,5'i de güneşten korunmak için kapalı ortama gireceğini ifade etmiştir. %23,5 çocuk güneşten koruyucu kullanarak oyuna devam edeceğini belirtirken, sadece %2 çocuk hiçbir şey yapmadan oyuna ve güneşte kalmaya devam edeceğini bildirmiştir.

Güneşten koruyucu kullanma konusunda; çocukların %57,4'ü krem kullanmak isteyeceklerini belirtmiş, %37,4'ü ailesinin önerisine göre davranmaya çalışacağını bildirmiştir. %2,4 çocuk ise asla kullanmayacağını ifade ederken, %2,3 çocuk ise bol bol sürerek güneşten kalma süresini uzatmaya çalışacağını ifade etmiştir. (Şekil 4) Ebeveynlerin bilgi, tutum ve davranışlarıyla çocukların davranışları arasındaki ilişki değerlendirilmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0,001). Anne ve babaların bilinçlilik düzeyi arttıkça çocuklarındaki de artmaktadır.

Tartışma

Kıbrıs adası 34,33°C ve 35,41°C kuzey enlemleri ve 32,23°C ve 34,55°C doğu boylamları arasında yer alan, Akdeniz'in doğusunda güneşli bir adadır. Aralık ayında ortalama 5-6 saat, Temmuz ayında ise

ortalama 12-13 saat günde güneş ışığının olduğu Kıbrıs, subtropikal iklime sahip olup, aralık ayı gündüz sıcaklığı ortalama 17-18°C, temmuz ayında ise 35°C'dir¹. Gerek kırsal kesimde gerekse de kentlerde yaşayan çocuklar gündüz saatlerinin büyük kısmını güneş altında dışarıda oynayarak, yazları ise yüzerek geçirmektedir. Fazla miktarda güneş ışığına maruz kalmak, kısa dönemde güneş yanıklarına, uzun dönemde ise fotoyaşlanma (deride kırışıklıklar, pigmentasyon değişiklikleri) ve deri kanserlerine eğilimi artırır^{7,8,9}.

Melanom dışı deri kanserlerinden biri olan bazal hücreli karsinom en sık görülen deri kanseridir. Ayrıca skuamöz hücreli kanser ve malin melanom da beyaz ırkta görülen diğer deri maligniteleridir. Bu kanserlerin gelişiminde için esas risk faktörü ultraviyole (UV) ışığın neden olduğu DNA kırıklarındır. Özellikle çocukluk ve adolesan dönemde güneşe fazla miktarda maruz kalmak ve bülül güneş yanığı geçirmek ileri yaşlarda deri kanseri olma riskini artırmaktadır^{7,8,9}.

K.K.T.C. Sağlık Bakanlığı verilerine göre, ülkede en sık görülen kanser türü deri kanserleridir^{1,10}. Özellikle çocukların derileri ince ve çok duyarlı olduğu ve prekanseröz lezyonların gelişimi çocukluk çağından başladığı için¹¹, çocukları güneşten korumak ve güneşten korunma konusunda eğitmek çok önemlidir. Ayrıca çocukluk çağına güneşten korunmayı alışkanlık haline getirmek ileri yaşlarda bu alışkanlığı kazanmaktan daha kolaydır. Stern ve arkadaşları çocuklarda düzenli olarak güneşten koruyucu krem kullanımı ile deri kanseri gelişiminin %78 oranında azaltıldığını göstermişlerdir¹². Dolayısıyla deri kanserini önlemeye yönelik koruyucu sağlık hizmetleri öncelikle çocuklara odaklanmalıdır. Bu nedenle, çocukların günlerinin büyük zamanını geçirdikleri kreşlerde, anaokullarında ve orta öğretim kurumlarında hem çocuklar hem de aileler güneşten korunma yolları konusunda eğitilmeli ve bu bir devlet politikası haline getirilmeye çalışılmalıdır. Bu çalışmayı yaparken amacımız, Kuzey Kıbrıs'taki çocukların ve ailelerinin güneşten korunma yolları hakkındaki bilgi düzeylerini, tutum ve davranışlarını saptamak, ailenin eğitim düzeyi, bilgisi ve davranışlarının çocukların tutum ve davranışlarına olan etkisini araştırmak ve daha sonra eksiklik olan konulara yönelik eğitim programları düzenlemektir.

Dünya Sağlık Örgütü, Amerikan Dermatoloji Akademisi, Amerikan Kanser Birliği, Avustralya Ulusal Sağlık Örgütü gibi pek çok sağlık örgütü çocuklar için geniş kapsamlı güneşten korunma önlemlerini önermektedir³. Güneşten korunma konusundaki bilgi, tutum ve davranışları değerlendiren pek çok çalışma mevcuttur. Türk toplumunda da güneşten korunma ile ilgili çok çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Filiz ve arkadaşları lise öğrencilerinde, Kaymak ve arkadaşları üniversite öğrencilerinde, Köktürk ve arkadaşları ise dermatoloji polikliniğine başvuran hastalarda güneşten korunma ile ilgili bilgi tutum ve davranışları değerlendirmişlerdir^{13,14,15}. Bu 3 çalışmada da Türk toplumunda güneşten korunma bilincinin oluşturulması için daha yoğun çaba sarf edilmesi gerektiği sonucuna varılmıştır. Bizim çalışmamızın sonuçları da bu çalışmalar ile benzer bulunmuştur. Güneşten korunma bilincinin oluşturulması sürecinde erken eğitim kadar, ailenin ve çevrenin tutum ve davranışları da önemli olmaktadır¹⁶. Güneşten korunma ile ilgili literatürdeki pek çok çalışma erişkinlerin bilgi tutum ve davranışlarını değerlendirmekte olup, tanımlayıcı çalışma niteliğindedir. İlkokul çağındaki çocukların güneşten korunması konusunda da benzer tanımlayıcı çalışmalar mevcuttur^{17,18}. Ancak aileleri ve çocukları birlikte değerlendiren, ebeveynlerin bilgi, tutum ve davranışları ile çocuklarının bilgi tutum davranışlarını karşılaştıran az çalışma vardır^{19,20,21}. 2005'te yapılan bir çalışma ise ailelerin sosyoekonomik özelliklerinin çocukların güneşten

korunma bilinci üzerinde hem direk, hem de indirek olarak etkili olduğunu ortaya koymuştur¹⁹. Glanz ve arkadaşları 1999 yılındaki çalışmalarında ebeveynlerin eğitim ve gelir durumu gibi sosyoekonomik parametrelerin çocukların güneşten korunmasında önemli olduğunu bildirmişlerdir²⁰. 2001 yılında ise Johnson ve arkadaşları, ebeveynlerin bilgi düzeyleri ve davranışlarının çocukların güneşten korunmasını nasıl etkilediğini araştırmışlar ve sadece bilgi sahibi olmanın güneşten korunmada yeterli olmadığını ortaya koymuşlardır²¹. 2005'te ise Turner ve arkadaşları yaptıkları davranışsal model çalışmasında, ebeveynlerin sadece sosyoekonomik durum ya da bilgi düzeyleri değil, ebeveynlerinin kendi davranışlarının ve alışkanlıklarının çocuklara bir model oluşturarak daha etkili olduğunu ortaya koymuşlardır¹⁹. Bizim çalışmamızda da eğitim düzeyi yüksek ebeveynlerin güneşten korunma konusunda daha bilgili olduğu ve daha bilinçli davranışları olduğu izlenmiştir. Bu nedenle ebeveynleri hedefleyen eğitsel faaliyetler daha çok amaca ulaşacak gibi görünmektedir. Zira çalışmamıza katılan çocukların güneşten korunma konusundaki davranışlarının ebeveynlerinin davranışları ile paralellik gösterdiği ortaya konulmuştur. Çocukların yazları güneşe çıkma davranışları büyük oranda aileleri tarafından düzenlendiği gibi (%84,2), çocukların bir kısmı (%37,8) "ailelerinin uygun gördüğü şekilde" davranacaklarını belirtmiştir. Bu, çocukların hiç de az olmayan bir bölümünün ailesi yanlış davranırsa ona itaat edeceğini ifade etmektedir. Bu nedenle çocuklar için ebeveynlerin neleri bildiği ve önerdiği değil, nasıl uyguladığı daha belirleyici olabilmektedir.

Akdeniz'de bir ada olan ve benzer iklimsel özellikler taşıyan Malta'da Scerri ve arkadaşlarının yaptığı çalışmaya katılanların %51'i düzenli olarak güneş kremi kullandığını belirtmesine rağmen, Kıbrıs Türk toplumunda bu oran %34 olarak saptanmıştır²². Öte yandan, Malta'daki çalışmaya katılanların %32'sinin düzenli olarak şapka kullandığını belirtmesine rağmen bizim sonuçlarımızda bu oran %47,5 olarak daha yüksek bulunmuştur.

Yaptığımız anket çalışması sonucunda, ankete katılan ailelerin %54'ü gerekli araştırmaları yaptığını ve güneşten korunma önlemlerini doğru uyguladığını düşünmektedir. Fakat %64,8'i güneşten korunma konusunda daha fazla bilgiye ihtiyacı olduğunu, %85,4'ü doğru bilgi ve eğitim verilirse katılabileceğini ve %48,8'i çocukların öğrenmesinin önemli olduğunu belirtmiştir. Ayrıca güneşten korunma konusundaki bilgi kaynaklarının %44,5'inin televizyon, dergi ve gazeteler olması nedeni ile, ülkede toplumsal bilinç düzeyinin artırılması için ailelere ve çocuklara yönelik eğitim programları planlanmalıdır.

Çocukların güneşin yararlı ve zararlı etkileri konusunda bilgilendirilmeleri, bilinçlendirilmeleri ve buna uygun alışkanlıklar edinmelerinin sağlanması ile uzun dönemde güneşe bağlı hastalıkların ve en önemlisi deri kanseri insidanslarının azaltılması mümkün olabilecektir. Toplum sağlığının korunması ancak iyi bilgilendirme ve eğitim ile olabilir. Bu eğitimin de amacına ulaşması ancak yerel halkın ve sosyokültürel yapısının iyi tanınması ve eğitsel faaliyetlerin halkın düzeyinde olması ile mümkün olabilir.

Sonuç

Bu çalışma ile Kuzey Kıbrıs Türk toplumunun güneşten korunma ile ilgili bilinçli olduğu, ancak daha çok eğitici faaliyete ihtiyaç duyulduğu ortaya konulmuştur. Çocukların davranışları üzerinde ailenin belirgin etkisi gösterilerek eğitime çocukluk döneminde ve aile ile birlikte başlanmasının gerekliliği gösterilmiştir. Çocukluk döneminde eğitim yapılması önemlidir, zira çocukların güneşten korunma konusunda

doğru ve yeterli bilgilere sahip olup, bunu bir yaşam tarzına dönüştürmeleri sağlanabilecektir. Dermatologlar, pediatristler ve pedagoglar tarafından organize edilmiş eğitim programları düzenlenmelidir. Böylece, daha bilinçli bir yeni nesil yaratılarak uzun dönemde deri kanseri oranının azalması sağlanabilir.

Kaynaklar

1. KKTC Sağlık Bakanlığı 2007 istatistik verileri. http://www.saglikbakanligi.com/html_files/istatistikler
2. Diffey BL: Ozone depletion and skin cancer. Epidemiology, Causes and Prevention of Skin Diseases. Eds. Grob JJ, Stern RS, Mackie RM, Weinstock WA. 1st edition. London, Blackwell Science, 1997:77-85.
3. World Health Organization: Sun Protection and Schools: How to make a difference. World Health Organization Publications, Geneva, 2003.
4. Lin JS, Eder M, Weinmann S: Behavioral counseling to prevent skin cancer: a systematic review for the U.S. Preventive Services Task Force: Ann Intern Med. 2011;154:190-201.
5. Geller AC, Sayers L, Koh HK, et al: The New Moms Project: educating mothers about sun protection in newborn nurseries. Pediatr Dermatol. 1999;16:198-200.
6. Grant-Petersson J, Dietrich AJ, Sox CH, Winchell CW, Stevens MM: Promoting sun protection in elementary schools and child care settings: the SunSafe Project. J Sch Health 1999;69:100-6.
7. Rodenas JM, Delgado-Rodriguez M, Herranz MT, Tercedor J, Serano S: Sun exposure, pigmented traits, and risk of cutaneous malignant melanoma: a case-control study in a Mediterranean population. Cancer Causes Control 1996;7:275-83.
8. Zanetti R, Rosso S, Martinez C, et al: The multicentre south European study "Helios" I: Skin characteristics and sunburns in basal cell and squamous cell carcinoma of the skin. Br J Cancer 1996;73:1140-6.
9. English DR, Armstrong BK, Kricke A, et al: Case-control study of sun exposure and squamous cell carcinoma of the skin. Int J Cancer 1998;77:347-53.
10. Hincal E, Taneri B, Taneri U, Djamgoz MB: Cancer incidence in North Cyprus (1990-2004) relative to European rates. Asian Pac J Cancer Prev 2008;9:725-32.
11. Paller AS, Hawk JL, Honig P, et al: New insights about infant and toddler skin: implications for sun protection. Pediatrics 2011;128:92-102.
12. Stern RS, Weinstein MC, Baker SG: Risk reduction for nonmelanoma skin cancer with childhood sunscreen use. Arch Dermatol 1986;122:537-45.
13. Filiz TM, Cinar N, Topseven P, Ucar F: Tanning youth: knowledge, behaviours and attitudes toward sun protection of high school students in Sakarya, Turkey. J Adolesc Health 2006;38:469-71.
14. Kaymak Y, Tekbaş ÖF, Simsek I: Üniversite öğrencilerinin güneşten korunma ile ilgili bilgi, tutum ve davranışları. Türkderm 2007;41:81-5.
15. Köktürk A, Baz K, Buğdaycı R, et al: Dermatoloji polikliniğine başvuran hastalarda güneşten korunma bilinci ve alışkanlıkları. T Klin Dermatoloji 2002;12:198-203.
16. Aydın A: Gelişim ve öğrenme psikolojisi. İstanbul, Alfa yayınları, 2000;29-47.
17. Harrison SL, Saunders V, Nowak M: Baseline survey of sun-protection knowledge, practices and policy in early childhood settings in Queensland, Australia. Health Educ Res 2007;22: 261-71.
18. De Giorgio V, Gori A, Grazzini M, et al: Sun exposure and children: what do they know? An observational study in an Italian school. Prev Med 2011;52:186-7.
19. Glanz K, Lew RA, Song V, Cook VA: Factors associated with skin cancer prevention practices in multiethnic population. Health Educ Behav 1999;26:344-59.
20. Turner L, Mermelstein RJ: Psychosocial characteristics associated with sun protection practices among parents of young children. J Behav Med 2005;28:77-90.
21. Johnson K, Davy L, Boyett T, Waethers L, Roetzheim RG: Sun protection practices for children: Knowledge, attitudes, and parent behaviors. Arch Pediatr Adolesc Med 2001;155:891-6.
22. Scerri L, Aquilina S, Amato GA, Dalmás M: Sun awareness and sun protection practices in Malta. J Eur Acad Dermatol Venereol 2002;16:47-52.

Katılımınız zorunlu değildir..

KKTC güneş ışınlarının yoğun olarak dik geldiği bir coğrafyada bulunmaktadır. Bu güneşli ülkede yaşayan ve yaşayacak olan genç nüfusun sağlıklı bireyler olarak yetişmeleri, erken dönemde edindikleri doğru bilgi ve alışkanlıklara bağlıdır.

İlkokul çağındaki çocuklara yapılacak anket çalışması ile çocukların ve ailelerinin güneşten korunma konusundaki bilgi tutum ve davranışlarının

değerlendirilmesi; sık olduğu saptanan yanlış veya eksik bilgi, tutum ve davranışlar konusunda aileler, spor eğitimcileri ve öğretmenlere eğitici seminerler verilmesi, çocuklara güneşten korunmanın anlatılması, ve deri kanserlerinin önlenmesinde güneş ışınlarından korunma bilincinin erken yaşta oluşturulması amaçlanmaktadır. Bu süreçte hangi noktalarda yoğunlaşılacağına sizin doldurduğunuz bu formlar kılavuzluk edecektir.

Aileler İçin

1. Sizin ve çocuklarınızın yaşları, cinsiyetleri, ve eğitim durumu:					
	Cinsiyet	Yaş	Eğitim durumu	Güneş yanığı öyküsü	Sigara
Anne	K				
Baba	E				
Çocuk 1					
Çocuk 2					
Çocuk 3					
Çocuk 4					
Diğerleri					

2- Çocuklarınız bir günde en fazla kaç saat güneş ışığına maruz kalmaktadır?		
	Yaz	Kış
1-3 saat		
3-6 saat		
6 saatten fazla		

3- Çocuklarınızın güneşten korunması için tercih ettiğiniz yöntem?				
	Hiç	1-3 kez/hafta	4-5 kez/hafta	Hergün
a- Sunblock				
b- Şapka				
c- Giysi				
d- Güneşe çıkmama				
e- Güneş gözlüğü				

f- Güneşin faydalı olduğuna inanıyorum. Özellikle kullanmıyorum.

g- Bilgim yok, dikkat etmiyorum.

4- Deri ve güneşten korunma konusundaki bilgilerinizin kaynağı?

a- Aile, arkadaş, komşu

b- TV, dergi ve gazeteler

c- İnternet

d- Eğitim faaliyetleri (okul, kanser dernekleri vs)

e- Eczane-parfümeri gibi ürün satan yerler

f- Doktor

5- Güneşten koruyucu tercihinizi neye göre yapıyorsunuz?

a- Medyadaki reklamlarına göre (tv, gazete, broşür vs)

b- Fiyat

c- Arkadaslara sorarak

d- Eczacıya sorarak

e- Çocuk doktoruna danışarak

f- Dermatoloğa danışarak

6- Güneşten koruyucu kremleri kullanma hakkında fikirleriniz nelerdir?

- a- Faydasına inanıyorum, sürekli kullanıyorum.
- b- Yazın veya deniz kenarında önerildiği için kullanıyorum.
- c- Herkes kullandığı için kullanıyorum.
- d- Pazarlama taktikleri ve moda olduğunu düşünüyorum.
- e- Kimyasal maddeler içermesinden ve zararlı olmasından korktuğum için kullanmıyorum.
- f- Kullanmak istiyorum, faydasına inanıyorum ama krem yapısından-kozmetik uyumundan hoşlanmadığım için kullanmıyorum.
- g- Kullanmak istiyorum, faydasına inanıyorum ama pahalı oldukları için kullanmıyorum.
- h- Kullanmak zor geldiği veya unuttuğum için kullanamıyorum.
- l- Çocuğum sürdürmediği için kullanamıyorum.

7- Sizce güneşten korunmaya ne zaman başlanmalı?

- a- Derisinin hassas olduğu erken bebeklik döneminde.
- b- Çocuk yürümeye başladığı zaman.
- c- Oyun çağıında çok güneşte kalacağı zamanlarda.
- d- Deniz kıyısında.
- e- Her zaman.

8- Güneşten korunma konusunda:

- a- Bu konuda hiç düşünmediğimi farkettim.
- b- Bu konuda yeterli bilgim olmadığını farkettim.
- c- Gerekli araştırmaları yaptığımı ve doğru uyguladığımı düşünüyorum.
- d- Bu konuda yeterli bilgim olsa da, çok fazla uygulayamıyorum.

9- Bana göre:

- a- Ten rengi koyulaştıktan sonra güneşten koruyucuya ihtiyaç kalmıyor.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

- b- Koyu tenli çocukların güneşten koruyucuya ihtiyacı yoktur, yanmazlar.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

- c- Güneşli bir ülkede yaşıyoruz, ne kadar koruyabilirim ki, alışmaları gerek.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

- d- Güneşten korunma konusunda daha çok bilgiye ihtiyacım var.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

- e- Doğru bilgilendirme ve eğitim verilirse katılıırım.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

- f- Benim değil, çocuğumun kendisinin bunu öğrenmesi gerekli.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

- g- Bronzlaşmış bir cilt sağlıklı görünür.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

- h- Açık ten renkli kişiler için, koyu tenli kişilere nazaran, güneş daha zararlıdır.

EVET

HAYIR

FİKRİM YOK

10- Ne zamanlarda çocuklarınızı güneşten koruyorsunuz?				
	Hiç	1-3 kez/hafta	4-5 kez/hafta	Hergün
Yaz				
Kış				
Hafta sonları				
Tatillerde				
Bulutlu günlerde				
Yürerken				
Spor yaparken				
Dışarıda olunca				
Saat 11-15 arası				

11- Yazın güneşten koruyucuları ne sıklıkta uyguluyorsunuz?

- a- 2-3 saatte bir
b- 4-5 saatte bir
c- Sadece güneşe çıktığında
d- Sabah ilk güneşe çıkarken (1 kez)
e- Kullanılan ürüne göre değişiyor

12- Lütfen işaretleyin

Çocuklukta çok güneşe maruz kalmak ya da güneş yanıkları erişkinlikte cilt kanserine neden olur:

Evet Hayır Bilmiyorum

Çocuklukta çok güneşe maruz kalmak erişkinlikte ciltte erken yaşlanma, lekeler ve kırışıklıklara neden olur:

Evet Hayır Bilmiyorum

13- Ailenizde-yakınızda cilt kanseri olan var mı?

Evet Hayır

Çocuklar İçin

Kız: Erkek: Kaç yaşındasın:

Kaç Kardeşin var mı? Yaşları:

1- Yazın öğlen güneşte kalmayı istiyormusun?

- a- Hayır, güneşten rahatsız oluyorum.
b- Bazen, oyun ve arkadaşlarımdan ayrılmamak için sabredebilirim.
c- Evet, en çok o zaman dışarıya çıkmayı seviyorum.

2- Büyüklerin güneşe çıkma saatlerini düzenliyor mu?

- a- Farkında değilim, bilmiyorum.
b- Evet, annem öğlen güneşe çıkmama izin vermez.
c- Hayır, güneşe göre değil, günlük işlere göre düzenlerler.

3- Güneşten koruyucu kremlerin ne olduğunu biliyormusun?

- a- Evet, deniz kenarında süreriz.
b- Evet, güneşli günlerde, denize gitmesek de süreriz.
c- Hayır, bir fikrim yok.
d- Çevremde kullananlar var, ama ben hiç kullanmadım.

4- Güneşten koruyucu bir kremin olsa ne yaparsın?

- a- Güneşten korunmada işe yarar herhalde ama hiç kullanmadım, bilmiyorum.
- b- Krem sürmeyi sevmiyorum, asla kullanmam.
- c- Ailemin önerilerine göre davranmaya çalışırım.
- d- Güneşe çıkmadan önce sürer, güneşin zararlı etkilerinden korunurum.
- e- Bol bol sürer, bol bol güneşte kalırım. Krem nasılsa korur.

5- Güneşten korunmak için, mesela öğlen, oyun oynarken ne yapıyorsun?

- a- Bir gölge bulup oyuna ara veririm, o arada gölgede oyun oynarım.
- b- İçeri girerim.
- c- Eğer oyun yeri güneşliyse birşey yapmadan oyuna devam ederim.
- d- Güneşten koruyucu sürer, ya da şapka takar oyuna devam ederim.

6- Sence çok sıcak ve güneşli bir havada güneşten korunmanın en iyi yolu nedir?

- a- İçerde olmak.
- b- Şapka, güneş gözlüğü, takmak, uzun kollu giymek.
- c- Güneşten koruyucu sürmek.
- d- Öncesinde çok yanıp, kararıp, güneşten etkilenmez hale gelmek.
- e- Bilmiyorum.

Soruları yanıtladığın için TEŞEKKÜRLER