

AKAHRAMAN

KIRKLARELİ ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

2024

**T.C.
KIRKLARELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**KADINLARIN PROBİYOTİKLER VE PROBİYOTİK
ÜRÜNLER İLE İLGİLİ BİLGİ VE TÜKETİM
ALİŞKANLIKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ**

AYCAN KAHRAMAN

**EBELİK ANABİLİM DALI
EBELİK TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**HAZİRAN
2024**

**T.C.
KIRKLARELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**KADINLARIN PROBİYOTİKLER VE PROBİYOTİK
ÜRÜNLER İLE İLGİLİ BİLGİ VE TÜKETİM
ALİŞKANLIKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ**

AYCAN KAHRAMAN

**DANIŞMAN
DR.ÖĞR.ÜYESİ ÖZGENUR HACIOĞLU**

**EBELİK ANA BİLİM DALI
EBELİK TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAM
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**HAZİRAN
2024**

ETİK BEYAN

Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi; kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

AYCAN KAHRAMAN

TEZ ONAYI

Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ebelik Anabilim Dalı, Ebelik Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans öğrencisi Aycan KAHRAMAN tarafından Dr. Öğr. Üyesi Özgenur HACIOĞLU’nun danışmanlığında hazırlanan “Kadınların Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler İle İlgili Bilgi ve Tüketim Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi” başlıklı tez aşağıdaki jüri üyeleri tarafından 04/06/2024 tarihinde yapılan Tez Savunma Sınavında başarılı bulunmuş ve Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı

Dr. Öğr. Üyesi Sibel OCAK AKTÜRK

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

Ebelik Anabilim Dalı

Jüri (Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Özgenur HACIOĞLU

Kırklareli Üniversitesi,

Sağlık Bilimleri Fakültesi

Ebelik Anabilim Dalı

Jüri

Dr. Öğr. Üyesi Neriman GÜDÜCÜ

Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri

Fakültesi

Ebelik Anabilim Dalı

İTHAF

Her zaman beni destekleyen sevgili aileme ithafen...

TEŞEKKÜR

Araştıma süreci boyunca her daim yanımda hissettiğim, bilgi ve deneyimlerini benden esirgemeyen, umutsuz hissettiğim anlarda hoşgörü ve bilgisiyle beni destekleyen değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Özgenur HACIOĞLU'na en içten duygularıyla teşekkür ederim. Ayrıca eğitim hayatım boyunca beni her konuda destekleyen ve bu seviyelere gelmemde büyük emeği geçen annem Hanım KARAEEL'e, maddi ve manevi olarak hep yanımda olan eşim Gürkan KAHRAMAN'a, kızımın bakımında bana yardımcı olan kayınvalidem Nevin KAHRAMAN'a, çalışma arkadaşlarım Ebe Suna Burgalak'a, Ebe Merve Doğan'a, Hemşire Sevtap ARAS'a sonsuz teşekkür ederim.

Aycan KAHRAMAN

İÇİNDEKİLER

ETİK BEYAN.....	İİ
TEZ ONAYI.....	İİİ
İTHAF	İV
TEŞEKKÜR.....	V
İÇİNDEKİLER	VI
TABLolar LİSTESİ.....	Vİİİ
SEMBOLLER / KISALTMALAR LİSTESİ.....	İX
ÖZET.....	X
ABSTRACT.....	Xİ
1. GİRİŞ VE AMAÇ	1
2. GENEL BİLGİLER	2
2.1. Probiyotikler.....	2
2.1.2. Probiyotik Mikroorganizmaların Özellikleri.....	2
2.1.3. Probiyotiklerin Etki Mekanizmaları.....	3
2.1.4. Probiyotiklerin Kadın Sağlığı Üzerine Etkileri.....	5
3. GEREÇ VE YÖNTEM	12
3.1. Araştırmanın Amacı ve Türü	12
3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı.....	12
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	12
3.3.1. Araştırma Evreni	12
3.3.2. Araştırmanın Örneklemi	12
3.4. Araştırmanın Değişkenleri	13
3.4.1. Bağımlı Değişkenler	13
3.4.2. Bağımsız Değişkenler	13
3.5. Araştırmanın Hipotezleri.....	13
3.6. Veri Toplama Araçları	13
3.7. Verilerin Toplanması	14
3.8. Araştırmaya Dahil Edilme ve Edilmeme Kriterleri	14
3.8.1. Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri.....	14
3.8.2. Araştırmaya Dahil Edilmeme Kriterleri.....	14

3.9. Araştırmanın Sınırlılıkları	14
3.10. Araştırmanın Etik Boyutu	14
3.11. Verilerin İstatistiksel Analizi ve Değerlendirilmesi.....	15
3.12. Araştırma Takvimi	15
4. BULGULAR	16
5. TARTIŞMA	38
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	45
6.1. Sonuç.....	45
6.2. Öneriler	48
KAYNAKLAR	49
EK-1 ETİK KURUL KARARI.....	53
EK-1 ETİK KURUL KARARI (DEVAMI)	54
EK-1 ETİK KURUL KARARI (DEVAMI)	55
EK-2 İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İZİN FORMLARI	56
EK-2 İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İZİN FORMLARI (DEVAMI)	57
EK-2 İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İZİN FORMLARI (DEVAMI)	58
EK-3 ANKET FORMU	59
EK-4 GÖNÜLLÜ OLUR FORMU	63
7. GÖNÜLLÜ ONAY FORMU.....	65
EK-5 ÖZGEÇMİŞ.....	66

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Katılımcıların Tanıtıcı Bilgileri.....	17
Tablo 2. Katılımcıların Probiyotik ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgileri.....	18
Tablo 3. Katılımcıların Probiyotik ve Probiyotik Ürünleri Tüketim Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi	20
Tablo 4: Yaşa Göre Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgiler.....	23
Tablo 5: Eğitim Durumuna Göre Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgiler.....	28
Tablo 6: Mesleğe Göre Probiyotik ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgiler.....	31
Tablo 7: Çalışma Durumuna Göre Probiyotik ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgiler.....	34
Tablo 8: Gelir Durumuna Göre Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgiler.....	36

SEMBOLLER / KISALTMALAR LİSTESİ

WHO : Dünya Sağlık Örgütü

FAO : Gıda Tarım Örgütü

BV : Bakteriyel Vajinozis

ISAPP : Uluslararası Probiyotik ve Prebiyotik Bilim Derneği

PKOS : Polikistik over sendromu

HPV : Human Papilloma Virüs

GDM : Gestasyonel Diabetes Mellitus

ÖZET

Kadınların Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler İle İlgili Bilgi ve Tüketim Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi

Son yıllarda, probiyotikler kadın sağlığını desteklemek, obstetrik ve jinekolojik komplikasyonları önlemek için potansiyel olumlu etkileriyle dikkat çekmektedir. Kadın mikrobiyotasının en büyük destekleyicisi olan probiyotiklerin, kadınlar tarafından tanınması ve beslenme süreçlerine dahil edilmesi önerilmektedir. Yapılan bu araştırmada, kadınların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırma tanımlayıcı kesitsel tasarımda 298 kadın katılımcıyla yürütülmüştür. Araştırma verileri, katılımcıların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarını sorgulayan soruların yer aldığı soru formu ile toplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.0 kullanılmıştır. Katılımcılar arasından 26-35 ve 36-45 yaş aralığındaki grubun, probiyotik terimini bilme oranı daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların eğitim seviyesi arttıkça probiyotik terimini, probiyotik besinleri ve faydalarını bilme oranının paralel olarak arttığı görülmüştür. Katılımcıların %45,3'ünün probiyotik ürün tükettiği, %73,3'ünün probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalığa ilişkin semptomlarının azalmış olduğunu bildirdikleri belirlenmiştir. Katılımcıların %22,5'inin kabızlık, %20,1'inin ishal sorunları için fayda gördüğü tespit edilmiştir. Probiyotik ürün tüketmeyen katılımcıların %45,3'ünün probiyotiklerin önemi hakkında bilgisi olmadığından tüketmediklerini bildirdikleri görülmüştür. Probiyotikler arasında en çok bilinen besinin yoğurt ve kefir olduğu tespit edilmiştir. Tüketim sıklıklarına bakıldığında; probiyotik besin oranlarında en çok günde bir kez ile sofralık zeytinin tüketildiği, ikinci olarak günde bir kez peynir tüketildiği, üçüncü sırayı ise günde bir kez ile yoğurdun aldığı belirlenmiştir. Araştırma bulguları neticesinde, sağlıklı toplumun temelini oluşturan kadınların probiyotiklerinin önemi hakkında bilinçlendirilmesi gerektiği, probiyotik tüketmeleri konusunda teşvik edilmesi sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar sözcükler: Probiyotik, bilgi düzeyi, kadınlar, tüketim durumu

ABSTRACT

Evaluation of Women's Knowledge and Consumption Habits on Probiotics and Probiotic Products

In recent years, probiotics have gained attention for their potential positive effects in supporting women's health and preventing obstetric and gynecological complications. Probiotics, which are the major supporters of women's microbiota, are recommended to be recognized and included in women's dietary processes. This study aimed to evaluate the knowledge and consumption habits of women regarding probiotics and probiotic products. The research was conducted with 298 female participants using a descriptive cross-sectional design. Data were collected through a questionnaire containing questions about participants' knowledge and consumption habits regarding probiotics and probiotic products. SPSS 25.0 was used for data analysis. Among the participants, it has been found that the age groups of 26-35 and 36-45 have a higher rate of awareness of the term probiotic. As the education level of the participants increases, it is observed that the awareness of the term probiotic, probiotic foods, and their benefits also increases in parallel. It has been determined that 45.3% of the participants consume probiotic products, and 73.3% reported a reduction in disease-related symptoms as a result of probiotic product consumption. It has been determined that 22.5% of the participants benefited from probiotics for constipation, while 20.1% benefited for diarrhea issues. Among participants who do not consume probiotic products, 45.3% reported that they do not consume them due to lack of knowledge about the importance of probiotics. It has been found that yogurt and kefir are the most well-known probiotic foods. When looking at consumption frequencies; it has been determined that the most consumed probiotic food is olives consumed once a day, followed by cheese consumed once a day, and yogurt taking the third place with once a day consumption. Based on the research findings, it has been concluded that there is a need to raise awareness about the importance of probiotics for the health of women, who constitute the foundation of a healthy society, and to encourage their consumption of probiotics.

Keywords: Probiotic, knowledge level, women, consumption characteristics

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Probiyotikler, yeterli ve düzenli olarak tüketildiklerinde insan sağlığını olumlu yönde destekleyen canlı mikroorganizmalardır. Son yıllarda özellikle kadın sağlığının korunması ve desteklenmesindeki potansiyel olumlu etkileriyle dikkat çekmektedir. Bu hususta probiyotiklerin kadın sağlığının çeşitli yönlerindeki faydalı etkilerine dair temel klinik bulguları içeren literatürde çeşitli çalışmalar olduğu görülmektedir. (Zakaria vd., 2024).

Lactobacillus türleri gibi probiyotiklerin, dengeli bir vajinal mikrobiyomun korunmasını ve enfeksiyonları önlemek için asidik bir ortamı teşvik ederek vajinal sağlığa katkıda bulunduğu değerlendirilmektedir. Jinekolojik hastalıklarda probiyotiklerin, bakteriyel vajinozis, vulvovajinal kandidiyazis ve cinsel yolla bulaşan enfeksiyonların önlenmesi ve tedavisinde potansiyel gösterdiği bildirilmektedir (Thapa vd., 2024). Polikistik over sendromu hastalarında probiyotik takviyesinin metabolik parametrelerde ve adet düzensizliklerinde iyileşmelerle ilişkilendirildiği çeşitli çalışmalar vardır. Gebelik sırasında, probiyotiklerin gestasyonel diyabet, maternal grup B streptokok kolonizasyonu, obstetrik anemi ve doğum sonrası meme iltihabı riskini azaltmada yardımcı olabileceği de bildirilen diğer potansiyel etkilerindendir (Frei vd., 2015; Wu vd., 2024).

Probiyotiklerin, kadın sağlığını desteklemek ve obstetrik ve jinekolojik komplikasyonları önlemek için invaziv olmayan ve maliyeti düşük bir yaklaşım sunduğu değerlendirilmektedir (Wu vd., 2024). Kadınların probiyotik hakkındaki bilgileri ve probiyotik tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi, kadınlar arasında probiyotik farkındalık bilincinin mevcut durumunun anlaşılmasına katkı sağlayan bir süreçtir. Bu sayede kadın sağlığına pek çok olumlu etkisi olan probiyotiklerin bilinme ve tercih edilme durumlarına göre belirlenen eksikliklerin giderilmesi için yapılacak çalışmalara zemin hazırlayabilir. Bu amaçlar doğrultusunda, yapılan bu tez çalışmasında, 18 yaş ve üzeri kadınların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi hedeflenmiştir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Probiyotikler

İnsan vücudu, farklı bölgelerinde yaşayan mikroorganizmaların toplulukları olan mikrobiyomlar için doğal bir konakçısıdır. Vücutta bakteriler, virüsler, mantarlar ve diğer mikroplar da dahil olmak üzere trilyonlarca mikroorganizmanın bulunduğu tahmin edilmektedir. Bu mikrobiyomlar, barsak, cilt, ağız boşluğu, solunum yolları, ürogenital sistem ve diğer bölgelerde bulunur. Bu mikrobiyomların bileşimi ve çeşitliliği, insan sağlığı açısından önemli olduğu bilinmektedir ve dengesinin bozulması çeşitli hastalık ve durumlarla ilişkilendirilmiştir (Wu vd., 2024).

Probiyotiklerin klinik kullanımları son yıllarda hız kazanmış ve yapılan in vitro çalışmalarla da mekanizmaları aydınlatılmaya başlanmıştır. “Probiyotik” kelimesi Yunanca kökenli olup “yaşam için” anlamına gelmektedir. Probiyotikler: Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ve Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) tarafından “Yiyeceklerle beraber uygun miktar alındığında, bağırsakta üreyerek konağa yarar sağlayan canlı mikroorganizmalar” olarak tanımlanmaktadır (Hill vd., 2014). 2013 yılında ISAPP, probiyotik terimini "Yeterli miktarda uygulandığında konakçıya sağlık yararı sağlayan canlı mikroorganizmalar." olarak tanımlamıştır. Bu, Dünya çapında probiyotiklerin yaygın olarak kabul edilen bilimsel bir tanımıdır.

2.1.2. Probiyotik Mikroorganizmaların Özellikleri

Probiyotikler, yeterli miktarda tüketildiğinde insan sağlığı için faydalı olan canlı mikroorganizmalardır, genellikle bakterilerdir (Hill vd., 2014). Probiyotik mikroorganizmalar içerisinde birçok tür yer almakla beraber, en uzun süredir çalışılan ve güven kriterlerinde başarılı olanları: *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, *Streptococcus*, *Enterococcus* ve *Saccharomyces* türleridir (Lukic vd., 2017). Bu mikroorganizmalar, yoğurt, kefir, turşu, kimchi ve kombucha gibi belirli yiyeceklerde veya diyet takviyelerinde doğal olarak bulunur. Probiyotikler, bağırsak mikrobiyotasındaki dengeyi yeniden sağlama, yararlı bakteri kolonilerinin kurulması ve bağırsakla ilişkili lenfoid dokudaki bağışıklık hücreleri ile etkileşim yoluyla işlev görür. Bu işlevlerin, sindirim, cilt sağlığı, bağışıklık sistemi fonksiyonu gibi süreçleri

geliştirir ve bağırsak-beyin eksenini aracılığıyla zihinsel sağlık üzerinde de etkili olduğu bildirilmiştir (Frei vd., 2015).

Bir ürünün probiyotik olarak kabul edilebilmesi için belirli özelliklere sahip olması gerekmektedir. Probiyotikler; insan kaynaklı, fenotip ve genotip özellikleri belirlenmiş, konakçı üzerinde zararlı etkileri olmayan canlı mikroorganizmalardır. Probiyotiklerin faydalarının görülebilmesi için insan vücuduna alındıklarında safra tuzlarına, enzimlere ve mide asidine karşı direnç göstermeleri, insan sindirim sisteminde yaşayabilme yeteneğine sahip olmaları, konakçının hedef bölgelerinde yerleşebilmeleri, metabolik aktivitelerini sürdürebilmeleri ve üretim sürecinde canlılıklarını koruyabilmeleri gerekmektedir (Demir vd., 2023).

Probiyotikler tipik olarak şu özelliklere sahiptir; hastalık yapıcı değildir, antibiyotiklere karşı dirençli genler taşımaz ve genetik olarak istikrarlıdır, mide asidi, safra ve sindirim enzimlerine karşı dirençlidir, bağırsak mukozasına yapışarak hastalık yapıcı mikroorganizmalarla mücadele eder, mutasyonları engelleyici etkilere sahiptir, bağışıklık sistemini uyarırken iltihaplanmaya neden olmaz, kansere karşı koruyucu etkilere sahiptir, sindirim sistemi hareketlerini hızlandırır, sağlıklı mukus üretimini teşvik eder ve besin maddelerinin emilimini artırır. Ek olarak; patojenlerin çoğalmasını engelleyen antimikrobiyal peptidler (bakteriyosin gibi) ve bakteri toksinlerini engelleyen enzimler üretirler (Kuter vd., 2020).

Bu mikroorganizmaların ortak özelliği karbonhidratlardan fermentasyon yoluyla laktik asit oluşturmalarıdır. Bu bakteriler fermente edilmiş veya edilmemiş gıdalarda bulunabilirler ve aynı zamanda insan kommensal mikroflorasının önemli bir bileşenlerindendir (Tercan, 2019).

2.1.3. Probiyotiklerin Etki Mekanizmaları

Probiyotik bakterilerin, bağırsak florasında uygun miktarlarda bulunduklarında, vitamin ve amino asit sentezledikleri bilinmektedir. Bu bakterilerin ürettiği önemli vitaminler arasında tiyamin (B1), riboflavin (B2), piridoksin (B6) ve naftokinon (K) bulunmaktadır (Çetinbaş vd., 2017). Ayrıca probiyotik bakteriler, bağışıklık sisteminin düzenlenmesinde önemli bir rol oynarlar. Bunun yanı sıra, zararlı

mikroorganizmalarla rekabet ederek bu mikroorganizmaların bağırsak hücrelerinden dolaşım sistemine geçişini engellemeye yardımcı olurlar (Yılmaz ve İpek 2021).

Probiyotiklerin sağlık üzerine yararlı etkileri, genel görüşe göre muhtemel dört mekanizmayla sağlanmaktadır. Öne sürülen bu mekanizmalar antimikrobiyal maddelerin üretimi yoluyla antagonizma, epitelyuma ve besin maddelerine yapışma için patojenlerle rekabet, konağın immünomodülasyonu ve bakteriyel toksin üretiminin inhibisyonu olarak karşımıza çıkmaktadır (Kılıcı, 2024).

Probiyotiklerin etki mekanizmalarını aşağıda yer alan maddeler ile özetleyebiliriz (Sarao ve Arora 2017).

- Patojen mikroorganizmaların üremelerine engel olmaktadır.
 - Bağırsak pH' sını düşürür.
 - Bakterisidal proteinler salgılar.
 - Paneth hücreleri ve epitel hücrelerinde defensin yapımını uyarır.
 - Kolonizasyonlarına direnç gösterir.
 - Nitrik oksit yapımını artırır.
- Patojenlerin epitele tutunma ve epiteli istila etmesine engel olmaktadır.
 - Müsin yapımını uyararak tutunmalarına engel olur.
 - Mukus yapımını uyarır.
- Epitel ve mukozanın engel oluşturma işlevini güçlendirmektedir.
 - Bütirat da dahil kısa zincirli yağ asitleri oluşturur.
 - Mukus yapımını artırır.
 - Engel oluşturan kısımların bütünlüğünü artırır.
- Konakçının immün yanıtını değiştirmektedir.
 - IL- 10, TGF- β ve COX-2 (PGE2) ekspresyon ve salınımını artırır.
 - Salgısal IgA yapımını artırır.
 - TNF ve IFN- γ ekspresyonunu azaltır.
 - T hücrelerini aktive eder.

- Naturel killer hücre aktivitesini artırır.
- Dendritik hücre fenotip ve işlevlerini düzenler.

2.1.4. Probiyotiklerin Kadın Sağlığı Üzerine Etkileri

Bağırsak mikrobiyotası çeşitli çevresel faktörlere karşı hassastır. Yapılan araştırmalar bozulmuş bağırsak mikrobiyotasının bir dizi hastalıkla ilişkilendirildiğini göstermektedir. Bu hastalıklar arasında obezite, tip 2 diyabet, metabolik sendrom, kardiyovasküler hastalıklar, Alzheimer ve depresyon bulunmaktadır. Probiyotik mikroorganizmaların, bağırsak florasının dengesini sağlamaya yardımcı olabileceği ve bu hastalıklara karşı koruyucu etki gösterebileceği bildirilmiştir (Fındık, 2019).

Sağlıklı kadınlarda normal vajinal mikrobiyomu genellikle *Lactobacillus* türlerinin hakimiyetindedir, ancak yaşa ve hormonal ortama bağlı varyasyon belirgindir (Göker vd., 2021). Kadın mikrobiyotası; genital enfeksiyonlar, fertilizasyon olasılığı, gebelik sonuçları ve yenidoğan sağlığı açısından büyük öneme sahiptir. Sağlıklı vajinal floranın ana bileşenleri olan *Lactobacillus* Doderlein tarafından tanımlanmıştır. Kadınlarda genital sağlığının korunması ve genitoüriner enfeksiyonların önlenmesinde laktobasiller etkilidir (Hütt vd., 2016). *Lactobacillus* vajinal epitele yapışır ve patojenlerin kolonizasyonunu rekabetçi bir şekilde antagonize edebilir. Bakteriyosin ve hidrojen peroksit gibi *Lactobacillus* tarafından üretilen faktörler, patojenik mikroorganizmaların büyümesini engelleyebilir ve vajinanın düşük pH ortamını koruyabilir (Mei ve Li 2022).

Filogenetik analizler, doğurganlık çağındaki kadınların vajinal florasında başta *Lactobacillus crispatus*, *Lactobacillus gasseri*, *Lactobacillus iners* ve *Lactobacillus jensenii* türlerinin ön planda olduğunu göstermektedir. Bu bakteri grubunun, vajinal ortamı dengeleyerek patojenlerin istilasını engellediği ve vajinal sağlığın korunmasında önemli bir rol oynadığına dair kanıtlar mevcuttur. Bununla beraber; vajinal ortamın dengesinin bozulması, bakteriyel vajinoz, cinsel yolla bulaşan hastalıklar ve vulvovajinal kandidiyazis gibi vajinal enfeksiyonlara neden olan patojenlerin çoğalmasıyla ilişkilendirilmektedir (Demir vd., 2023).

Vajinal disbiyosis ile ilişkilendirilen klinik durumlardan biri olan bakteriyel vajinozis (BV), vajinal mikrobiyomun en fazla görülen dengesizliklerindendir. BV'nin tedavisinde laktobasil içeren probiyotik suşlarından geliştirilen türlü farmasötik formülasyonlar kullanılmaktadır. Yapılan araştırmalarda, laktobasil içerikli probiyotiklerin BV belirtilerini azalttığı, vajinal mikroflorayı düzelttiği ve genellikle iyi tolere edildiği gösterilmiştir (Uslu Yuvacı ve Cevrioğlu 2017). Günümüzde, probiyotiklerin BV tedavisinde etkili olduğuna dair artan kanıtlar vardır. 30 çalışmanın meta-analizinde, BV hastaları tedaviden sonra probiyotik müdahalesinin vajinitin nüks oranını azalttığını, vajinit iyileşme oranını iyileştirdiği bulunmuştur (Jeng vd., 2020). Bakteriyel vajinozis tedavisi için probiyotik etkinliğinin değerlendirildiği randomize kontrollü 2093 katılımcının yer aldığı 20 ilgili makalede, antibiyotiklerle kombine edilen probiyotiklerin kür oranının, tek başına antibiyotiklerden daha iyi olduğu, tek başına probiyotikler ve antibiyotikler arasında fark olmadığı ve BV tedavisinde tek başına probiyotiklerin etkinliğinin plasebodan daha iyi olduğunu sonucuna ulaşıldığı gösterilmiştir (Wu vd., 2024).

Probiyotik kullanımında BV tedavisinde oral probiyotiklerin vajinal uygulamadan daha iyi olduğu, BV tedavisinde *Lactobacillus rhamnosus* oral yoldan verilmesinin vajinal uygulamadan daha etkili olduğu, yüksek doz probiyotiklerin düşük doz probiyotiklerden daha etkili olduğu ve kısa dönem takipte etkinlik oranının farklı olduğu ancak uzun dönem takipte olmadığı saptanmıştır. Bu sonuçların BV'nin gelecekteki klinik tedavisi için bir referans sağlayabileceği bildirilmiştir (Chen vd., 2022). 18 çalışmanın başka bir meta-analizinde, antibiyotik ve probiyotik kombinasyonunun, tek başına antibiyotiklere kıyasla BV'nin nüks oranını önemli ölçüde azalttığı tespit edilmiştir (Liu ve Yi 2022). Araştırmacılar, probiyotiklerin vajinal mikroflorayı etkili ve istikrarlı bir şekilde eski haline getirebildiğini ve normal vajinal florayı daha uzun süre koruyabildiği bildirmiştir. Söz konusu bu yaklaşım, BV tedavisi için yeni bir yaklaşım olarak değerlendirilmiştir (Chen vd., 2022).

BV ve Human Papilloma Virüs (HPV) enfeksiyonu arasında ilişkiyi araştıran çalışmalarda, BV'li kadınların yüksek riskli HPV tiplerinin enfeksiyon oranı, BV'si olmayan kadınların neredeyse iki katı olduğu, probiyotiklerin BV'nin iyileşme

oranını arttırmada etkili olabileceği bildirilmiştir. Araştırmalar, probiyotiklerin HPV klirensinde önemli bir role sahip olduğunu göstermektedir (Wu vd., 2024).

2018 yılında anormal servikal sitolojisi ve kalıcı yüksek riskli HPV enfeksiyonu olan ve 3 ay veya 6 ay vajinal probiyotik içeren *L. rhamnosus* almak üzere randomize edilen 117 kadınla yapılan bir çalışmada; daha uzun probiyotik kullanan grubun, daha kısa gruba kıyasla, daha yüksek riskli HPV enfeksiyonu temizleme oranına sahip olduğunu göstermiştir (Palma vd., 2018). Oral *L. crispatus* kullanarak HPV tip 35 ile enfekte kadını araştıran bir başka çalışmada; araştırmacılar HPV enfeksiyonunun temizleme oranını 3 ayda ölçmüş ve 35 kadından 25'inin HPV negatif olduğunu değerlendirmiştir (Di Pierro vd., 2021). 2019 yılında, oral probiyotiklerin (*L. rhamnosus/reuteri*) yüksek riskli HPV'nin temizlenmesi üzerindeki etkisini değerlendirmek için 121 kadını içeren randomize, çift kör, plasebo kontrollü bir çalışmada ise, probiyotik ve plasebo grupları arasında HPV klerens oranlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu bulguları doğrulamak ve viral kalıcılığın olası belirleyicilerini belirlemek için daha yüksek kaliteli klinik çalışmaya ihtiyaç olduğu bildirilmiştir (Ou vd., 2019).

Vajinal mikrobiyom hamilelik sırasında yeniden şekillenir ve *Lactobacillus* türlerinin baskınlığı ile daha az mikrobiyal çeşitlilik gösterir. Bununla birlikte, özellikle gebelik sırasında düşük laktobasil bolluğu ile değişmiş bir vajinal mikrobiyota aşırı inflamasyon ve erken doğum eylemine neden olabilir. Anormal vajinal floranın erken doğum için potansiyel bir risk faktörü olduğuna inanılmaktadır. Gebeliğin ilk trimesterinde bol olan *Lactobacillus*'lu kadınların, bakteriyel vajinozisle ilişkili bakterilerin kolonizasyonu ile karakterize olanlara kıyasla erken doğum yapma riski % 75 daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, *Lactobacillus* tür çeşitliliği de gebeliğin sonucunu belirlemede kritik bir faktör olarak değerlendirilmektedir. 98'i term ve 13'ü preterm doğum yapmış 111 hamile kadını içeren bir kohort çalışmasında, hamilelik sırasında sadece bir *Lactobacillus* türü barındıran kadınların, vajinal mikrobiyotanın bir parçası olarak birden fazla türe sahip olanlara kıyasla preterm doğum riskinin daha yüksek olduğu değerlendirilmiştir (Saraf vd., 2021).

İn vitro çalışmalar, embriyo implantasyonu ve sonuçta ortaya çıkan gebelik sonucu sırasında vajinal mikrobiyomun önemli rolünü göstermektedir. Vajinanın hidrojen

peroksit üreten *L. crispatus* ile kolonizasyonu, olumsuz gebelik sonucu olasılığını azaltırken, implantasyon ve canlı doğum oranını artırmada belirgin bir etkiye sahip olduğu değerlendirilmiştir (Saraf vd., 2021).

Vajinal mikrobiyota, yenidoğanın doğum sırasından annenin vucüt dokularıyla temas etmesini sağlayan önemli bir alandır. Bu mikrobiyota etnik kimlik, menstrüasyon döngüsü, cinsel aktiflik ve çevresel faktörler gibi durumlardan etkilenmektedir (Gökdağ Balcı ve Oskay 2021). Vajinal yolla doğan bebekler annenin vajina ve bağırsak mikrobiyotasının çeşitliliği ile karşılaşır. Bununla birlikte, sezaryen ile doğan bebekler, annenin cilt mikrobiyotası ve hastane ortamı mikrobiyotasıyla karşılaşır. Sonuç olarak, vajinal doğum ve sezaryen doğumun yenidoğan mikrobiyotaları üzerinde önemli farkları vardır. Vajinal yolla doğan yenidoğanların bağırsağında *Lactobacillus* ve *Prevotella* bakterilerinden zengin koloniler oluşurken diğer yandan sezaryen ile doğan bebeklerde annenin cilt bakterileri olan *Staphylococcus*, *Corynebacterium* ve *Prepionibacterium* gibi türler aktarılır (Nacar ve Timur 2021).

Gestasyonel diyabet, gebelik sırasında fazla ağırlık kazanımı, batı tipi yemek alışkanlıkları, genetik faktörler, geç anne yaşı, aile öyküsü ve polikistik over sendromu gibi etmenlerle ilişkilendirilmiştir. Bu durum, insülin direncinin gelişmesiyle, direkt veya dolaylı olarak bozulmuş β -hücre fonksiyonu veya insülin duyarlılığı ile bağlantılıdır. Gestasyonel diyabet oluşumunun, kadının mikrobiyota dengesizliğinden kaynaklanabileceği öne sürülmektedir (Demir vd., 2023). Gestasyonel diyabet, gebelikte spontan hipergliseminin geliştiği, sık görülen bir gebelik komplikasyonudur (American Diabetes Association, 2018). Gestasyonel diyabetli kadınlarda probiyotik ve sinbiyotik kullanımının glisemik kontrol üzerine etkisinin araştırıldığı sistematik bir derleme ve meta-analizde; GDM'li kadınlarda probiyotik kullanımı açlık plazma glukozunu, açlık serum insülinini ve insülin direnci için homeostatik model değerlendirmesi düzeylerini azalttığı bulunmuştur. Probiyotik/sinbiyotik kullanımı, gestasyonel diyabette glisemik kontrole yardımcı olmak için potansiyel bir tedavi olarak umut verici olarak değerlendirilmiştir (Özdemir vd., 2022).

Anne sütü, prebiyotik ve probiyotik içerikli simbiyotik bir besin kaynağı olup, bebeğin bağırsak florasının yapılanmasında büyük bir öneme sahiptir (Balcı Gökdağ ve Oskay Yeşiltepe 2021). Anne sütü, yenidoğanın bağırsak mikrobiyotasını şekillendiren birçok bakteri içerir. Emzirme, anne sütünde bulunan faydalı bakteriler nedeniyle yenidoğan sağlığına fayda sağlamaktadır (Saeed vd., 2024). Anne sütünde en çok bulunan bakteri türleri; *Staphylococcus*, *Streptococcus*, *Lactobacillus*, *Propionibacterium* ve *Bifidobacterium*'dur. Bu bakterilerin anneden bebeğe geçtiği yapılan çalışmalarla değerlendirilmiştir (Wu vd., 2024).

Anne sütüyle beslenen bebeklerde, formülle beslenenlere göre daha fazla sayıda *Bifidobacterium infantis* ve diğer iyi bakteriler bulunur. Anne sütünün barındırdığı özel bir mikrobiyota esas olarak *Staphylococcus hominis*, *Staphylococcus epidermidis*, *Streptococcus salivaries* ve *Streptococcus lactarius*'tan oluşmaktadır. Flora, yenidoğanın bağırsaklarını kolonize eder ve simüle edilmiş anne sütü formülünde kullanılan önemli bir probiyotik kaynağı haline gelir. Bu nedenle, anne sütü bebekler için iyi bir probiyotik kaynağı olarak değerlendirilmektedir (Saeed vd., 2024). Anne sütü alan bebeklerin bağırsak mikrobiyomunun, formül sülle beslenen bebeklerinkinden farklı olduğu bilinmektedir. Çalışmalar, anne sütüyle beslenen bebeklerde, formülle beslenen bebeklere kıyasla sağlıklı bir mikrobiyotanın üyesi olan *Bifidobakteri* seviyelerinin daha yüksek olduğunu bildirmektedir. Bebeklik dönemindeki beslenme şeklinin, bağırsak mikrobiyal kompozisyonunun gelişimini ve oluşumunu belirlemede en önemli faktörlerden biri olduğu gösterilmiştir. Anne sütü mükemmel bir bebek beslenmesi kaynağıdır ve birçok sağlık yararı sağladığı gösterilmiştir, bu nedenle emzirme teşvik edilmelidir. Bununla birlikte, bazı durumlarda, anneler bebeklerini emziremeyebilir veya formül mama ile beslemeye karar veremeyebilir. Bu nedenle, bebek maması geliştirmedeki sürekli ilerlemeler ve yenilikler, anne sütüyle beslenmeyen bebekler için en iyi alternatifi üretmek için önemlidir (Chong vd., 2022).

Emzirme, döneminde mastit, enfeksiyonlu ve enfeksiyonsuz inflamatuvar bir hastalıktır. Doğumdan sonraki 4 hafta içinde özellikle primiparlarda yaygındır. Mastit sadece emzirmeyi etkilemekle kalmaz, aynı zamanda annenin fiziksel ve zihinsel sağlığını da etkiler. 6 randomize kontrollü çalışmanın incelendiği bir meta-analizde, probiyotiklerin oral yoldan verilmesinden sonra, sağlıklı kişilerin ve mastit

hastalarının sütündeki bakteri sayılarının önemli ölçüde azaldığı sonucu görülmüştür. Probiyotiklerin emzirme döneminde mastit insidans oranını ve bazı ilgili mastit semptomlarını azaltmada faydalı olabileceği, bununla birlikte bu sonucu desteklemek için daha fazla klinik çalışmalara ihtiyaç vardır (Yu vd., 2022)

Polikistik over sendromu (PKOS), yumurtalıklar tarafından aşırı androjen üretimi ile karakterizedir ve kronik anovulasyon, yumurtalıklardaki kistler, akne, hirsutizm, insülin direnci ve kilo alımı gibi çok çeşitli semptomlara yol açmaktadır. Aynı zamanda kadınlarda yaygın bir kısırlık nedeni olarak değerlendirilmektedir. PKOS'un patogenezi bilinmemektedir çünkü karmaşık multigenetik bir hastalıktır (Deswal vd., 2020). Probiyotiklerin PKOS'ta rol oynayabileceğini gösteren bazı kanıtlar vardır. Yakın zamanda yapılan bir meta-analiz, toplam 1049 katılımcıyla 17 randomize kontrollü çalışmada, probiyotik takviyesinin PKOS'lu kadınlarda açlık kan şekeri, insülin seviyelerini ve insülin direncini önemli ölçüde azalttığı bulunmuştur. Probiyotik takviyesi ayrıca toplam kolesterol, LDL kolesterol ve trigliserit seviyelerinde önemli bir azalma ile ilişkilendirilmiştir. Bununla birlikte, HDL kolesterol seviyelerinde önemli bir değişiklik gözlenmemiştir. Hormonal profiller açısından, meta-analiz, probiyotik takviyesinin PKOS'lu kadınlarda luteinize edici hormon (LH) ve testosteron düzeylerini önemli ölçüde azalttığını, folikül uyarıcı hormon (FSH) düzeylerinde önemli bir değişiklik gözlenmediğini göstermiştir. Genel olarak, bu meta-analiz, probiyotik takviyesinin PKOS'lu kadınlarda metabolik parametreleri ve hormonal profilleri iyileştirmede güvenli ve etkili olabileceğini düşündürmektedir (Li vd., 2023).

Polikistik over sendromu olan kadınlarda probiyotik (veya sinbiyotik) takviyesinin etkisini değerlendirmek için PKOS'lu 236 kadını ve 235 kontrolü içeren yedi çalışma meta-analizde; kontrol grubu ile karşılaştırıldığında, probiyotikler (veya sinbiyotikler) kantitatif insülin duyarlılık kontrol indeksini iyileştirebildiği, trigliserit seviyesini azalttığına ulaşılmıştır. Bununla birlikte, çeşitli probiyotik suşların ve çeşitli probiyotik dozlarının etkinliğini daha fazla aydınlatmak ve karşılaştırmak, optimal tedavi süresini belirlemek ve probiyotiklerin (veya sinbiyotiklerin) PKOS'ta klinik sonuçlar üzerindeki sağlıklı faydalarını göstermek için iyi tasarlanmış ek klinik çalışmalara ihtiyaç duyulduğu bildirilmiştir (Heshmati vd., 2019).

Menopoz döneminde, östrojen seviyelerindeki azalma nedeniyle kadınlarda osteoporoz riski artar, böylece kemik mineral yoğunluğunu azalır ve kırık riski artar. Postmenopozal kadınlarda, probiyotik desteğindeki gelişmelerin tartışıldığı bir literatür derlemesinde, spesifik olarak, *Lactobacillus acidophilus* gibi bazı probiyotik türlerinin, bağırsak pH'ını düşüren ve kalsiyumun çözünmesini ve emilmesini kolaylaştıran kısa zincirli yağ asitleri üreterek kalsiyumun biyoyararlanımını arttırdığı gösterilmiştir. Ayrıca, probiyotiklerin bağışıklık sistemini modüle edebileceği ve kemik sağlığı için de faydalı olan iltihabı azaltabileceği bildirilmiştir (Harahap ve Suliburska 2023). Kadınlar menopoza girdiğinde, östrojen seviyesinin azalması, epitel hücrelerindeki glikojen içeriği ve *Lactobacillus* sayısı nedeniyle patojenik bakterilerin istila etmesi ve çoğalması kolaydır, bu da yaşlılık vajinitine neden olur. Kadınların %50'sinden fazlasında vajinal kuruluk, kaşıntı, cinsel ilişkide zorluk ve artan idrara çıkma sıklığı ve idrar yolu enfeksiyonu gibi bir dizi can sıkıcı semptom olmaktadır. Vajinal mikroçevredeki en baskın bakteri türü olan *Lactobacillus*, vajinal mikroekolojik dengeyi koruyabilir veya değiştirebilir (Mei ve Li 2022). Probiyotikli ve probiyotiksiz östrojenin menopozun genito-üriner sendromu üzerindeki etkisini araştıran randomize klinik bir çalışmada tek başına östrojen ile karşılaştırıldığında, probiyotiklerle birleştirilen östrojenin, başta vajinal kuruluk ve dispareni olmak üzere semptomları önemli ölçüde iyileştirdiği ve vajinal sağlık puanlarını arttırdığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Ribeiro vd., 2018).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı ve Türü

Tekirdağ iline bağlı Çorlu İlçe Devlet Hastanesi polikliniklerine (poliklinik ayrımı gözetmeksizin, tüm poliklinikler) başvuran 18 yaş ve üzeri, iletişim problemi olmayan kadınların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesini belirlemek amacıyla yaptığımız bu çalışma, kesitsel tipte tanımlayıcı nitelikte bir anket çalışmasıdır.

3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Bu araştırma 03.04.2023- 30.06.2023 tarihleri arasında Tekirdağ Çorlu İlçe Devlet Hastanesi'nde gerçekleştirilmiştir.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

3.3.1. Araştırma Evreni

Araştırma evrenini 03.04.2023- 30.06.2023 tarihleri arasında Tekirdağ Çorlu İlçe Devlet Hastanesine başvuran 18 yaş ve üzeri, iletişim problemi olmayan kadınlar oluşturmaktadır.

3.3.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmada örneklem seçimine gidilmemiş olup, araştırmaya katılma kriterlerini karşılayan ve katılmayı kabul eden kadınlar araştırma örneklemi oluşturmaktadır.

3.4. Araştırmanın Değişkenleri

3.4.1. Bağımlı Değişkenler

Probiyotik ve probiyotik ürünler bilgi testi.

3.4.2. Bağımsız Değişkenler

Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri, probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili görüşleri.

3.5. Araştırmanın Hipotezleri

H_0 : Kadınların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıkları arasında fark yoktur.

H_1 : Kadınların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıkları arasında fark vardır.

3.6. Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı literatür doğrultusunda hazırlanmış olup üç bölümden oluşmaktadır. Katılımcı tanıma formunda; katılımcılar ile ilgili tanımlayıcı bilgileri içeren 8 soru (yaş, öğrenim durumu, meslek, çalışma durumu, gelir durumu, sigara kullanımı, alkol kullanımı ve varsa tanısı konmuş hastalık durumu) yer almaktadır. Devamında yer alan anket formunda; katılımcıların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarını sorgulayan 2 ön bilgi sorusu (probiyotik terimini açıklayabilme, probiyotik ve probiyotik ürünleri hangi kaynak/kaynaklardan duydukları) ve probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili genel bilgilerin yer aldığı 20 soruluk bir bilgi testi yer almaktadır. Bilgi testinde probiyotiklerin özelliklerine göre 20 tane soru cümlesine ilişkin cevaplar “Evet”, “Hayır” ve “Bilmiyorum” olarak kategorize edilmiştir. Ardından, katılımcıların probiyotik ve probiyotik ürünleri tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesine yönelik 3 soru (probiyotik ürün tüketim nedeni, son bir ayı kapsayan seçili besin ve içecekleri tüketim sıklıkları ve probiotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalık/hastalığa ilişkin semptomların iyileşme/gerileme durumu) yer almaktadır.

3.7. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri, yüz yüze görüşme tekniğiyle kadın katılımcılara ulaşım sağlanarak, katılımcıların kendi kendine cevaplaması ile toplanmıştır. Araştırmaya katılma kriterlerini taşıyan ve araştırmayı kabul eden kadın katılımcılara araştırma öncesinde çalışmanın amacı, verilerin içeriği, verilerin amaç dışı kullanılmayacağı hakkında bilgi verilmiştir. Gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra veri formları katılımcılara verilip doldurmaları istenmiştir.

3.8. Araştırmaya Dahil Edilme ve Edilmeme Kriterleri

3.8.1. Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri

03.04.2023- 30.06.2023 tarihleri arasında Tekirdağ Çorlu İlçe Devlet Hastanesine başvuran, 18 yaş ve üzeri, araştırmayı kabul eden, bilgilendirilmiş gönüllü olur formunu onaylayan, iletişim problemi olmayan kadın katılımcılar dahil edilmiştir.

3.8.2. Araştırmaya Dahil Edilmeme Kriterleri

18 yaş altı, iletişim problem olan, gönüllü olur formunu onaylamayan kadınlardır.

3.9. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmaya katılan kadınların sosyodemografik özelliklerine ve kadınların farkındalık düzeyine ilişkin veri kaynağı anket formunda bulunan sorularla sınırlıdır.

3.10. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmaya başlamadan önce Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Etik Kurulundan (Protokol No: PR0417R0, Karar No: 6, Karar Tarihi: 17.10.2022) ve Tekirdağ İl Sağlık Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır (Sayı: E-12641312-044-213230767, Karar Tarihi: 10.04.2023). Araştırmaya dahil edilen kadınlarla görüşme öncesi araştırmanın amacı açıklanarak sözel bilgilendirme yapılmış ve bilgilendirilmiş gönüllü olur formunu doldurmaları istenmiştir.

3.11. Verilerin İstatistiksel Analizi ve Değerlendirilmesi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotlar (sayı, yüzde) kullanılmıştır. Değişkenlerin aralarındaki ilişki Ki-kare analizi ile analiz edilmiştir. Yapılan istatistiksel anaizler %95 güven aralığı ile analiz edilmiş ve belirlenen 0.05 alfa değeri ile anlamlılığı test edilmiştir.

3.12. Araştırma Takvimi

- Literatür tarama:** 15.10.2022 - 27.12.2022
- Araştırmanın planlanması:** 01.01.2023 – 30.03.2023
- Verilerin Toplanması:** 03.04.2023 - 30.06.2023
- Veri tabanının oluşturulması ve düzenlenmesi:** 01.09.2023 - 10.01.2024
- Verilerin analizi ve tezin yazımı:** 15.02.2024 -30.04.2024

4. BULGULAR

Araştırmaya 298 kadın katılımcı katılmıştır. Katılımcıların %41,9'unun 26-35, %31,2'sinin 36-45 yaş gruplarında olduğu görülmüştür. Katılımcıların %42,6'sının lise, %25,8'inin ilkokul öğrenim durumu olduğu görülmüştür. Katılımcıların %48'inin ev hanımı, %20,8'inin sağlık alanı çalışanı olduğu görülmüştür. Katılımcıların %55'inin çalışmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların %61,7'sinin gelir gidere denk olduğu görülmüştür. Katılımcıların %28,2'sinin sigara kullandığı, %9,1'inin alkol kullandığı görülmüştür. Katılımcıların %24,8'inin tanısı konulmuş hastalığı olduğu, katılımcıların %6'sının yüksek tansiyon, %5,4'ünün diyabet, %5,4'ünün tiroid hastalığı olduğu görülmüştür (Tablo 1).

Katılımcıların %64,8'inin "Probiyotik" teriminin ne olduğunu açıklayabildiği görülmüştür. Katılımcıların %45'inin probiyotik ve probiyotik ürünleri uzman (Diyetisyen / Doktor / Sağlık Çalışanı), %31,2'sinin reklam, %20,8'inin eczane/satış noktası kaynaklarından duyduğu görülmüştür (Tablo 2).

Katılımcıların %68,1'inin "Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır" önermesini bildiği görülmüştür. Katılımcıların %28,5'inin "Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz" önermesini bildiği görülmüştür. %58,1'inin "Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur" önermesini bildiği görülmüştür. %66,4'ünün "Turşu probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. %77,5'inin "Kefir probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. %51,7'sinin "Boza probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. %81,5'inin "Yoğurt probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. %52,7'sinin "Tarhana probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. %25,2'inin "Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. %63,8'inin "Peynir probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. %63,8'inin "Probiyotikler düzenli tüketilmelidir" önermesini bildiği görülmüştür. %49,7'sinin "Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır" önermesini bildiği görülmüştür. %70,8'inin "Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir" önermesini bildiği görülmüştür. %71,1'inin "Probiyotik kullanımı ishal

sorununa iyi gelir” önermesini bildiği görülmüştür. %80,5’inin “Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler” önermesini bildiği görülmüştür. %64,8’inin “Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler” önermesini bildiği görülmüştür. %49,’unun “Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır” önermesini bildiği görülmüştür. %70,1’inin “Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür. %14,8’inin “Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür. %17,8’inin “Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür (Tablo 2).

Tablo 1. Araştırmaya katılan katılımcıların tanıtıcı bilgileri

Değişkenler	Sayı	%
Yaş	25 ve altı	42
	26-35	125
	36-45	93
	46+	38
Öğrenim durumu	İlkokul	77
	Lise	127
	Üniversite ve üstü	94
Meslek	Ev hanımı	143
	Sağlık alanı çalışanı	62
	İşçi	33
	Diğer	60
Çalışma durumu	Evet	134
	Hayır	164
Gelir durumu	Gelir giderinden az	78
	Gelir gidere denk	184
	Gelir giderden fazla	36
Sigara kullanma	Evet	84
	Hayır	214
Alkol kullanma	Evet	27
	Hayır	271
Tanısı koyulmuş bir hastalık	Evet	74
	Hayır	224
Hastalık*	Diyabet	16
	Yüksek tansiyon	18
	Kalp-damar Hastalığı	9
	Böbrek Hastalığı	3
	Tiroid	16
	Obezite	4
	Alerji	8
	İnflamatuvar Barsak Hastalığı	1
	Depresyon	3
	Laktoz intoleransı	1
	Anemi	3
	Diğer	17
*Çoklu cevap		

Tablo 2. Katılımcıların probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgileri

Değişkenler	Sayı	%	
“Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme	Evet	193	64,8
	Hayır	105	35,2
Probiyotik ve probiyotik ürünleri hangi kaynak/kaynaklardan duydu*	Uzman (Diyetisyen / Doktor / Sağlık Çalışanı)	134	45,0
	Reklam (gazete, dergi, televizyon)	93	31,2
	Konferans / Bilimsel toplantı	14	4,7
	Eczane / Satış noktası	62	20,8
	Aile / Arkadaş / Tanıdık	28	9,4
Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır	Evet	203	68,1
	Hayır	14	4,7
	Bilmiyorum	81	27,2
Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz.	Evet	85	28,5
	Hayır	110	36,9
	Bilmiyorum	103	34,6
Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur	Evet	173	58,1
	Hayır	39	13,1
	Bilmiyorum	86	28,9
Turşu probiyotik bir gıdadır	Evet	198	66,4
	Hayır	32	10,7
	Bilmiyorum	68	22,8
Kefir probiyotik bir gıdadır	Evet	231	77,5
	Hayır	11	3,7
	Bilmiyorum	56	18,8
Boza probiyotik bir gıdadır	Evet	154	51,7
	Hayır	39	13,1
	Bilmiyorum	105	35,2
Yoğurt probiyotik bir gıdadır	Evet	243	81,5
	Hayır	8	2,7
	Bilmiyorum	47	15,8
Tarhana probiyotik bir gıdadır.	Evet	157	52,7
	Hayır	43	14,4
	Bilmiyorum	98	32,9
Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır	Evet	75	25,2
	Hayır	96	32,2
	Bilmiyorum	127	42,6
Peynir probiyotik bir gıdadır	Evet	190	63,8
	Hayır	40	13,4
	Bilmiyorum	68	22,8
Probiyotikler düzenli tüketilmelidir	Evet	190	63,8
	Hayır	40	13,4
	Bilmiyorum	68	22,8
Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır	Evet	148	49,7
	Hayır	45	15,1
	Bilmiyorum	105	35,2
Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir	Evet	211	70,8
	Hayır	12	4,0
	Bilmiyorum	75	25,2
Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir	Evet	212	71,1
	Hayır	12	4,0
	Bilmiyorum	74	24,8

Tablo 2. (Devamı). Katılımcıların probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgileri

Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler	Evet	240	80,5
	Hayır	7	2,3
	Bilmiyorum	51	17,1
Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler	Evet	193	64,8
	Hayır	26	8,7
	Bilmiyorum	79	26,5
Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır	Evet	146	49,0
	Hayır	20	6,7
	Bilmiyorum	132	44,3
Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır	Evet	209	70,1
	Hayır	6	2,0
	Bilmiyorum	83	27,9
Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	44	14,8
	Hayır	44	14,8
	Bilmiyorum	210	70,5
Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	53	17,8
	Hayır	35	11,7
	Bilmiyorum	210	70,5

*Çoklu cevap

Katılımcıların %45,3'ünün probiyotik ürün tükettiği belirlenmiştir. Probiyotik ürün tüketmeyen katılımcıların %45,3'ünün önemi hakkında bilgisi olmadığından tüketmediği, %24,2'sinin probiyotik kullanımını gereksiz bulduğundan tüketmediği görülmüştür. Probiyotik ürün tüketen katılımcıların %42,5'inin sağlık sorunları olmayıp uzman tavsiyesi üzerine tükettiği, %26,1'inin sağlık sorunları sebebiyle uzman tavsiyesi üzerine tükettiği, %25,4'ünün probiyotik gıdalara ilişkin tanıtımlardan etkilenip tükettiği tespit edilmiştir (Tablo 3).

Katılımcıların %34,6'sının günde 1 kez ev yoğurdu, %7,7'sinin ayda 1 kez probiyotik içerikli yoğurt tükettiği, %6,0'ının haftada 1-2 kez probiyotikli ayran, %21,1'inin ayda 1 kez kefir, %28,2'sinin haftada 1-2 kez tarhana, %49,'unun günde 1 kez peynir, %5,'inin günde 1 kez probiyotikli peynir, %52,7'sinin günde 1 kez sofralık zeytin, %22,5'inin ayda 1 kez boza, %32,2'sinin haftada 1-2 kez turşu tüketim alışkanlıkları olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3).

Ürün tüketenlerin %73,3'ünün probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalığa ilişkin semptomların azaldığını kendi düşündüğü tespit edilmiştir. Katılımcıların %22,5'inin kabızlık için, %20,1'inin ishal için faydası olduğunu düşündüğü görülmüştür (Tablo 3).

Ürünü tüketenlerin %50,9'unun kapsül ile ağızdan, %42,5'inin toz ile ağızdan tükettiği, kullanım adet ortalaması 1,61, kullanım şase ortalaması 2,29, kullanım süre ortalaması 38,23 gün olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3).

Tablo 3. Katılımcıların probiyotik ve probiyotik ürünleri tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi

Değişkenler		Sayı	%
Probiyotik ürün tüketme durumu	Evet	135	45,3
	Hayır	163	54,7
Probiyotik ürün tüketmeme nedeni*	Probiyotik kullanımını gereksiz buluyorum	39	24,2
	Önemi hakkında bilgim yok	73	45,3
	Lezzetli bulmuyorum	9	5,6
	Probiyotik ürünleri satın almaya bütçem uygun değil	30	18,6
	Diğer	10	6,2
Probiyotik ürün tüketim nedeni*	Sağlık sorunları sebebiyle uzman tavsiyesi üzerine	35	26,1
	Sağlık sorunları olmayıp uzman tavsiyesi üzerine	57	42,5
	Probiyotik gıdalara ilişkin tanıtımlardan etkilenme	34	25,4
	Yapılan akademik çalışmalara ilişkin literatürlerin okunmasından/takibinden	8	6,0
Ev yoğurdu	Günde 1 kez	103	34,6
	Günde 2 kez	18	6,0
	Günde 3 kez	10	3,4
	Haftada 5-6 kez	21	7,0
	Haftada 3-4 kez	24	8,1
	Haftada 1-2 kez	41	13,8
	15 günde 1 kez	10	3,4
	Ayda 1 kez	20	6,7
	Hiç	51	17,1
Probiyotik içerikli yoğurt	Günde 1 kez	17	5,7
	Günde 2 kez	5	1,7
	Haftada 5-6 kez	8	2,7
	Haftada 3-4 kez	6	2,0
	Haftada 1-2 kez	20	6,7
	15 günde 1 kez	15	5,0
	Ayda 1 kez	23	7,7
	Hiç	204	68,5
Probiyotikli ayran	Günde 1 kez	12	4,0
	Günde 2 kez	1	0,3
	Günde 3 kez	6	2,0
	Haftada 5-6 kez	7	2,3
	Haftada 3-4 kez	8	2,7
	Haftada 1-2 kez	18	6,0
	15 günde 1 kez	13	4,4
	Ayda 1 kez	12	4,0
	Hiç	221	74,2

Tablo 3. (Devamı). Katılımcıların probiyotik ve probiyotik ürünleri tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi

Kefir	Günde 1 kez	24	8,1
	Günde 2 kez	7	2,3
	Günde 3 kez	3	1,0
	Haftada 5-6 kez	4	1,3
	Haftada 3-4 kez	5	1,7
	Haftada 1-2 kez	50	16,8
	15 günde 1 kez	39	13,1
	Ayda 1 kez	63	21,1
	Hiç	103	34,6
Tarhana	Günde 1 kez	14	4,7
	Günde 2 kez	4	1,3
	Günde 3 kez	2	0,7
	Haftada 5-6 kez	6	2,0
	Haftada 3-4 kez	15	5,0
	Haftada 1-2 kez	84	28,2
	15 günde 1 kez	44	14,8
	Ayda 1 kez	55	18,5
	Hiç	74	24,8
Peynir	Günde 1 kez	146	49,0
	Günde 2 kez	20	6,7
	Günde 3 kez	8	2,7
	Haftada 5-6 kez	39	13,1
	Haftada 3-4 kez	42	14,1
	Haftada 1-2 kez	27	9,1
	15 günde 1 kez	2	0,7
	Hiç	14	4,7
Probiyotikli peynir	Günde 1 kez	15	5,0
	Günde 2 kez	10	3,4
	Haftada 5-6 kez	3	1,0
	Haftada 3-4 kez	1	0,3
	Haftada 1-2 kez	10	3,4
	15 günde 1 kez	3	1,0
	Ayda 1 kez	5	1,7
	Hiç	251	84,2
Sofrahk zeytin	Günde 1 kez	157	52,7
	Günde 2 kez	11	3,7
	Günde 3 kez	7	2,3
	Haftada 5-6 kez	34	11,4
	Haftada 3-4 kez	42	14,1
	Haftada 1-2 kez	27	9,1
	15 günde 1 kez	2	0,7
	Ayda 1 kez	1	0,3
	Hiç	17	5,7
Boza	Günde 1 kez	9	3,0
	Günde 2 kez	5	1,7
	Günde 3 kez	1	0,3
	Haftada 5-6 kez	2	0,7
	Haftada 3-4 kez	1	0,3
	Haftada 1-2 kez	10	3,4
	15 günde 1 kez	21	7,0
	Ayda 1 kez	67	22,5
	Hiç	182	61,1

Tablo 3. (Devamı). Katılımcıların probiyotik ve probiyotik ürünleri tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi

Turşu	Günde 1 kez	39	13,1
	Günde 2 kez	6	2,0
	Günde 3 kez	7	2,3
	Haftada 5-6 kez	19	6,4
	Haftada 3-4 kez	33	11,1
	Haftada 1-2 kez	96	32,2
	15 günde 1 kez	41	13,8
	Ayda 1 kez	27	9,1
	Hiç	30	10,1
Probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalığınızın ve/veya hastalığınıza ilişkin semptomlarının azaldığını/tamamen kaybolduğunu düşünüyor musunuz ya da size böyle bir uzman (Diyetisyen/Doktor) görüşü yapıldı mı*	Evet kendim düşünüyorum	110	73,3
	Evet uzman görüşü (diyetisyen/doktor)	20	13,3
	Faydasını görmedim	20	13,3
Probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak fayda gördüğünüz veya faydası olduğunu düşündüğünüz hastalığınız**	İrritabl Barsak Sendromu	16	5,4
	İnflamatuvar Barsak Hastalığı	7	2,3
	Obezite	14	4,7
	Kabızlık	67	22,5
	İshal	60	20,1
	Alerji	9	3,0
	Laktoz intoleransı	6	2,0
	Depresyon	5	1,7
	Ürogenital Enfeksiyonlar	2	0,7
Kullandığınız probiyotik ürün/ürünlerin tüketim şekli, kullanım miktarını ve kullanım süresi*	Kapsül ile ağızdan	54	50,9
	Toz ile ağızdan	45	42,5
	Fiti ile vajinal	4	3,8
	Sprey ile burundan	1	0,9
	Krem ile deri yüzeyine	2	1,9
Kullanım miktarını adet*	($\bar{X}$:1,61; SS:1,64; min-max:1-12)		
Kullanım miktarını şase*	($\bar{X}$:2,29; SS:2,75; min-max:1-14)		
Kullanım süresi*	($\bar{X}$:38,23; SS:90,03; min-max:1-450)		

*n<298;**çoklu cevap

Yaş göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler incelendiğinde, yaş ile “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme, Turşu probiyotik bir gıdadır, Kefir probiyotik bir gıdadır, Boza probiyotik bir gıdadır, Probiyotikler düzenli tüketilmelidir, Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler, Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır ve

Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır” maddelerine yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$) (Tablo 4).

26-35 yaşında olanların %72,8’inin “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabildiği görülmüştür. 46 ve üzeri yaşında olanların %76,3’ünün “Turşu probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. 26-35 yaşında olanların %82,4’ünün “Kefir probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. 26-35 yaşında olanların %60,0’ının “Boza probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. 26-35 yaşında olanların %72,8’inin “Probiyotikler düzenli tüketilmelidir” önermesini bildiği görülmüştür. 36-45 yaşında olanların %78,5’inin “Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir” önermesini bildiği görülmüştür. 26-35 yaşında olanların %76,8’inin “Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir” önermesini bildiği görülmüştür. 26-35 yaşında olanların %86,4’ünün “Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler” önermesini bildiği görülmüştür. 26-35 yaşında olanların %59,2’sinin “Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır” önermesini bildiği görülmüştür. 26-35 yaşında olanların %77,6’sının “Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür (Tablo 4).

Tablo 4. Yaşa göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Değişkenler		25 ve altı		26-35		36-45		46 ve üzeri		X ²	p
		n	%	n	%	n	%	n	%		
“Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme	Evet	17	40,5	9 1	72,8	6 6	71,0	1 9	50,0	19,593	0,000*
	Hayır	25	59,5	3 4	27,2	2 7	29,0	1 9	50,0		
Probiyotikler vücuda yeterli kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır	Evet	22	52,4	9 5	76,0	6 4	68,8	2 2	57,9	11,864	0,051
	Hayır	4	9,5	4	3,2	3	3,2	3	7,9		
	Bilmiyorum	16	38,1	2 6	20,8	2 6	28,0	1 3	34,2		
Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz.	Evet	11	26,2	3 6	28,8	3 0	32,3	8	21,1	5,855	0,444
	Hayır	14	33,3	5 3	42,4	3 0	32,3	1 3	34,2		
	Bilmiyorum	17	40,5	3 6	28,8	3 3	35,5	1 7	44,7		

Tablo 4. (Devamı). Yaşa göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Probiyotikler fermente ürünlerinde bulunur	Evet	19	45,2	7 6	60, 8	5 7	61, 3	2 1	55, 3	9,853	0,1 30
	Hayır	3	7,1	1 8	14, 4	1 1	11, 8	7	18, 4		
	Bilmiyoru m	20	47,6	3 1	24, 8	2 5	26, 9	1 0	26, 3		
Turşu probiyotik bir gıdadır	Evet	18	42,9	8 5	68, 0	6 6	71, 0	2 9	76, 3	15,53 4	0,0 16*
	Hayır	9	21,4	1 5	12, 0	6	6,5	2	5,3		
	Bilmiyoru m	15	35,7	2 5	20, 0	2 1	22, 6	7	18, 4		
Kefir probiyotik bir gıdadır	Evet	25	59,5	1 0 3	82, 4	7 6	81, 7	2 7	71, 1	12,62 7	0,0 35*
	Hayır	2	4,8	4	3,2	2	2,2	3	7,9		
	Bilmiyoru m	15	35,7	1 8	14, 4	1 5	16, 1	8	21, 1		
Boza probiyotik bir gıdadır	Evet	13	31,0	7 5	60, 0	5 2	55, 9	1 4	36, 8	23,02 0	0,0 01*
	Hayır	5	11,9	1 7	13, 6	7	7,5	1 0	26, 3		
	Bilmiyoru m	24	57,1	3 3	26, 4	3 4	36, 6	1 4	36, 8		
Yoğurt probiyotik bir gıdadır	Evet	28	66,7	1 0 5	84, 0	7 8	83, 9	3 2	84, 2	8,049	0,1 90
	Hayır	2	4,8	4	3,2	1	1,1	1	2,6		
	Bilmiyoru m	12	28,6	1 6	12, 8	1 4	15, 1	5	13, 2		
Tarhana probiyotik gıdadır.	Evet	15	35,7	6 6	52, 8	5 5	59, 1	2 1	55, 3	8,232	0,2 23
	Hayır	9	21,4	1 8	14, 4	9	9,7	7	18, 4		
	Bilmiyoru m	18	42,9	4 1	32, 8	2 9	31, 2	1 0	26, 3		
Sofrahk zeytin probiyotik gıdadır	Evet	7	16,7	2 7	21, 6	2 9	31, 2	1 2	31, 6	8,510	0,2 04
	Hayır	11	26,2	4 4	35, 2	2 7	29, 0	1 4	36, 8		
	Bilmiyoru m	24	57,1	5 4	43, 2	3 7	39, 8	1 2	31, 6		
Peynir probiyotik bir gıdadır	Evet	23	54,8	7 4	59, 2	6 5	69, 9	2 8	73, 7	8,828	0,1 84
	Hayır	4	9,5	2 1	16, 8	1 1	11, 8	4	10, 5		
	Bilmiyoru m	15	35,7	3 0	24, 0	1 7	18, 3	6	15, 8		
Probiyotikler düzenli tüketilmelidir	Evet	17	40,5	9 0	72, 0	6 3	67, 7	2 0	52, 6	19,41 2	0,0 03*
	Hayır	6	14,3	1 4	11, 2	1 1	11, 8	9	23, 7		
	Bilmiyoru m	19	45,2	2 1	16, 8	1 9	20, 4	9	23, 7		

Tablo 4. (Devamı). Yaşa göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır	Evet	15	35,7	70	56,0	46	49,5	17	44,7	7,537	0,276
	Hayır	6	14,3	16	12,8	17	18,3	6	15,8		
	Bilmiyorum	21	50,0	39	31,2	30	32,3	15	39,5		
Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir	Evet	19	45,2	96	76,8	73	78,5	23	60,5	21,318	0,001*
	Hayır	2	4,8	3	2,4	4	4,3	3	7,9		
	Bilmiyorum	21	50,0	26	20,8	16	17,2	12	31,6		
Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir	Evet	21	50,0	96	76,8	70	75,3	25	65,8	14,119	0,020*
	Hayır	2	4,8	5	4,0	2	2,2	3	7,9		
	Bilmiyorum	19	45,2	24	19,2	21	22,6	10	26,3		
Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler	Evet	26	61,9	108	86,4	78	83,9	28	73,7	16,676	0,005*
	Hayır	2	4,8	1	0,8	1	1,1	3	7,9		
	Bilmiyorum	14	33,3	16	12,8	14	15,1	7	18,4		
Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler	Evet	21	50,0	88	70,4	63	67,7	21	55,3	8,598	0,197
	Hayır	4	9,5	11	8,8	7	7,5	4	10,5		
	Bilmiyorum	17	40,5	26	20,8	23	24,7	13	34,2		
Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır	Evet	15	35,7	74	59,2	46	49,5	11	28,9	20,451	0,002*
	Hayır	1	2,4	11	8,8	4	4,3	4	10,5		
	Bilmiyorum	26	61,9	40	32,0	43	46,2	23	60,5		
Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır	Evet	23	54,8	97	77,6	69	74,2	20	52,6	17,017	0,004*
	Hayır	0	0,0	3	2,4	1	1,1	2	5,3		
	Bilmiyorum	19	45,2	25	20,0	23	24,7	16	42,1		
Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	3	7,1	26	20,8	11	11,8	4	10,5	8,307	0,217
	Hayır	6	14,3	17	13,6	17	18,3	4	10,5		
	Bilmiyorum	33	78,6	82	65,6	65	69,9	30	78,9		
Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	7	16,7	28	22,4	13	14,0	5	13,2	4,261	0,644
	Hayır	4	9,5	15	12,0	13	14,0	3	7,9		
	Bilmiyorum	31	73,8	82	65,6	67	72,0	30	78,9		

Eğitim durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler incelendiğinde, eğitim durumu ile “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme, “Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır, Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz, Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur, Turşu probiyotik bir gıdadır, Kefir probiyotik bir gıdadır, Boza probiyotik bir gıdadır, Yoğurt probiyotik bir gıdadır, Tarhana probiyotik bir gıdadır, Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır, Peynir probiyotik bir gıdadır, Probiyotikler düzenli tüketilmelidir, Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır, Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler, Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler, Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır, Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır, Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır ve Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır” maddelerine yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$) (Tablo 5).

Üniversite ve üzeri olanların %87,2’sinin “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %91,5’inin “Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %37,2’sinin “Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %81,9’unun “Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %81,9’unun “Turşu probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %95,7’sinin “Kefir probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %75,5’inin “Boza probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %94,7’sinin “Yoğurt probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %73,4’ünün “Tarhana probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %39,4’ünün “Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %77,7’sinin “Peynir probiyotik bir gıdadır” önermesini

bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %78,7'sinin “Probiyotikler düzenli tüketilmelidir” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %68,1'inin “Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %87,2'inin “Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %87,2'inin “Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %94,7'sinin “Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %81,9'unun “Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %76,6'sının “Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %95,7'sinin “Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %25,5'inin “Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Üniversite ve üzeri olanların %29,8'inin “Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür (Tablo 5).

Tablo 5. Eğitim durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Değişkenler		İlkokul		Lise		Üniversite ve üstü		X ²	p
		n	%	n	%	n	%		
“Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme	Evet	35	45,5	76	45,5	82	87,2	34,727	0,000*
	Hayır	42	54,5	51	54,5	12	12,8		
Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır	Evet	36	46,8	81	46,8	86	91,5	44,294	0,000*
	Hayır	6	7,8	7	7,8	1	1,1		
	Bilmiyorum	35	45,5	39	45,5	7	7,4		
Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz.	Evet	22	28,6	28	28,6	35	37,2	42,678	0,000*
	Hayır	11	14,3	53	14,3	46	48,9		
	Bilmiyorum	44	57,1	46	57,1	13	13,8		
Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur	Evet	32	41,6	64	41,6	77	81,9	34,896	0,000*
	Hayır	13	16,9	18	16,9	8	8,5		
	Bilmiyorum	32	41,6	45	41,6	9	9,6		
Turşu probiyotik bir gıdadır	Evet	45	58,4	76	58,4	77	81,9	28,916	0,000*
	Hayır	3	3,9	18	3,9	11	11,7		
	Bilmiyorum	29	37,7	33	37,7	6	6,4		
Kefir probiyotik bir gıdadır	Evet	49	63,6	92	63,6	90	95,7	32,875	0,000*
	Hayır	4	5,2	6	5,2	1	1,1		
	Bilmiyorum	24	31,2	29	31,2	3	3,2		
Boza probiyotik bir gıdadır	Evet	28	36,4	55	36,4	71	75,5	37,420	0,000*
	Hayır	8	10,4	23	10,4	8	8,5		
	Bilmiyorum	41	53,2	49	53,2	15	16,0		
Yoğurt probiyotik bir gıdadır	Evet	53	68,8	101	68,8	89	94,7	22,084	0,000*
	Hayır	2	2,6	5	2,6	1	1,1		
	Bilmiyorum	22	28,6	21	28,6	4	4,3		
Tarhana probiyotik bir gıdadır.	Evet	33	42,9	55	42,9	69	73,4	26,374	0,000*
	Hayır	10	13,0	22	13,0	11	11,7		
	Bilmiyorum	34	44,2	50	44,2	14	14,9		
Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır	Evet	17	22,1	21	22,1	37	39,4	20,222	0,000*
	Hayır	22	28,6	42	28,6	32	34,0		
	Bilmiyorum	38	49,4	64	49,4	25	26,6		
Peynir probiyotik bir gıdadır	Evet	46	59,7	71	59,7	73	77,7	16,189	0,003*
	Hayır	7	9,1	23	9,1	10	10,6		
	Bilmiyorum	24	31,2	33	31,2	11	11,7		
Probiyotikler düzenli tüketilmelidir	Evet	38	49,4	78	49,4	74	78,7	24,504	0,000*
	Hayır	11	14,3	16	14,3	13	13,8		
	Bilmiyorum	28	36,4	33	36,4	7	7,4		
Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır	Evet	30	39,0	54	39,0	64	68,1	24,124	0,000*
	Hayır	9	11,7	23	11,7	13	13,8		
	Bilmiyorum	38	49,4	50	49,4	17	18,1		
Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir	Evet	46	59,7	83	59,7	82	87,2	22,052	0,000*
	Hayır	2	2,6	8	2,6	2	2,1		
	Bilmiyorum	29	37,7	36	37,7	10	10,6		

Tablo 5. (Devamı). Eğitim durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir	Evet	46	59,7	84	59,7	82	87,2	21,686	0,000*
	Hayır	2	2,6	8	2,6	2	2,1		
	Bilmiyorum	29	37,7	35	37,7	10	10,6		
Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler	Evet	54	70,1	97	70,1	89	94,7	25,040	0,000*
	Hayır	1	1,3	4	1,3	2	2,1		
	Bilmiyorum	22	28,6	26	28,6	3	3,2		
Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler	Evet	42	54,5	74	54,5	77	81,9	27,188	0,000*
	Hayır	5	6,5	12	6,5	9	9,6		
	Bilmiyorum	30	39,0	41	39,0	8	8,5		
Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır	Evet	19	24,7	55	24,7	72	76,6	56,717	0,000*
	Hayır	5	6,5	8	6,5	7	7,4		
	Bilmiyorum	53	68,8	64	68,8	15	16,0		
Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır	Evet	33	42,9	86	42,9	90	95,7	63,839	0,000*
	Hayır	2	2,6	4	2,6	0	0,0		
	Bilmiyorum	42	54,5	37	54,5	4	4,3		
Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	6	7,8	14	7,8	24	25,5	17,862	0,001*
	Hayır	6	7,8	23	7,8	15	16,0		
	Bilmiyorum	65	84,4	90	84,4	55	58,5		
Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	11	14,3	14	14,3	28	29,8	15,321	0,004*
	Hayır	6	7,8	17	7,8	12	12,8		
	Bilmiyorum	60	77,9	96	77,9	54	57,4		

*p<0,05; X²: Kikare testi

Mesleğe göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler incelendiğinde, meslek ile “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme, Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır, Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz, Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur, Turşu probiyotik bir gıdadır, Kefir probiyotik bir gıdadır, Boza probiyotik bir gıdadır, Yoğurt probiyotik bir gıdadır, Tarhana probiyotik bir gıdadır, Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır, Peynir probiyotik bir gıdadır, Probiyotikler düzenli tüketilmelidir, Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır, Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler, Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler, Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır, Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır, Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır ve Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır maddelerine yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 6).

Sağlık alanı çalışanı olanların %96,8'inin "Probiyotik" teriminin ne olduğunu açıklayabildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %98,4'ünün "Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır" önermesini bildiği görülmüştür. Diğer meslek grubu olanların %40,'ının "Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %80,6'sının "Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %80,6'sının "Turşu probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %96,8'inin "Kefir probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %82,3'ünün "Boza probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %96,8'inin "Yoğurt probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %75,8'inin "Tarhana probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %40,3'ünün "Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği değerlendirilmiştir (Tablo 6).

Sağlık alanı çalışanı olanların %77,4'ünün "Peynir probiyotik bir gıdadır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %87,1'inin "Probiyotikler düzenli tüketilmelidir" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %77,4'ünün "Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşıyor" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %88,7'sinin "Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %88,7'sinin "Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %95,2'sinin "Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %96,8'inin "Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %83,9'unun "Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %96,8'inin "Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık alanı çalışanı olanların %32,3'ünün "Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır" önermesini bildiği görülmüştür. Sağlık

alanı çalışanları olanların %32,3'ünün "Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır" önermesini bildiği belirlenmiştir (Tablo 6).

Tablo 6. Mesleğe göre probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Değişkenler		Ev hanımı		Sağlık alanı çalışanı		İşçi		Diğer		X ²	p
		n	%	n	%	n	%	n	%		
“Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme	Evet	73	51,0	60	96,8	16	48,5	44	73,3	45,390	0,000*
	Hayır	70	49,0	2	3,2	17	51,5	16	26,7		
Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır	Evet	74	51,7	61	98,4	18	54,5	50	83,3	60,520	0,000*
	Hayır	11	7,7	0	0,0	2	6,1	1	1,7		
	Bilmiyorum	58	40,6	1	1,6	13	39,4	9	15,0		
Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz.	Evet	33	23,1	20	32,3	8	24,2	24	40,0	46,680	0,000*
	Hayır	41	28,7	39	62,9	9	27,3	21	35,0		
	Bilmiyorum	69	48,3	3	4,8	16	48,5	15	25,0		
Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur	Evet	69	48,3	50	80,6	13	39,4	41	68,3	28,375	0,000*
	Hayır	21	14,7	7	11,3	6	18,2	5	8,3		
	Bilmiyorum	53	37,1	5	8,1	14	42,4	14	23,3		
Turşu probiyotik bir gıdadır	Evet	81	56,6	50	80,6	23	69,7	44	73,3	22,782	0,001*
	Hayır	14	9,8	8	12,9	2	6,1	8	13,3		
	Bilmiyorum	48	33,6	4	6,5	8	24,2	8	13,3		
Kefir probiyotik bir gıdadır	Evet	91	63,6	60	96,8	25	75,8	55	91,7	38,400	0,000*
	Hayır	8	5,6	0	0,0	2	6,1	1	1,7		
	Bilmiyorum	44	30,8	2	3,2	6	18,2	4	6,7		
Boza probiyotik bir gıdadır	Evet	49	34,3	51	82,3	16	48,5	38	63,3	44,616	0,000*
	Hayır	24	16,8	4	6,5	4	12,1	7	11,7		
	Bilmiyorum	70	49,0	7	11,3	13	39,4	15	25,0		
Yoğurt probiyotik bir gıdadır	Evet	99	69,2	60	96,8	29	87,9	55	91,7	30,221	0,000*
	Hayır	7	4,9	1	1,6	0	0,0	0	0,0		
	Bilmiyorum	37	25,9	1	1,6	4	12,1	5	8,3		
Tarhana probiyotik bir gıdadır.	Evet	62	43,4	47	75,8	13	39,4	35	58,3	24,180	0,000*
	Hayır	22	15,4	8	12,9	5	15,2	8	13,3		
	Bilmiyorum	59	41,3	7	11,3	15	45,5	17	28,3		
Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır	Evet	28	19,6	25	40,3	2	6,1	20	33,3	24,959	0,000*
	Hayır	41	28,7	22	35,5	15	45,5	18	30,0		
	Bilmiyorum	74	51,7	15	24,2	16	48,5	22	36,7		
Peynir probiyotik bir gıdadır	Evet	79	55,2	48	77,4	18	54,5	45	75,0	17,540	0,007*
	Hayır	21	14,7	9	14,5	5	15,2	5	8,3		
	Bilmiyorum	43	30,1	5	8,1	10	30,3	10	16,7		
Probiyotikler düzenli tüketilmelidir	Evet	72	50,3	54	87,1	19	57,6	45	75,0	36,219	0,000*
	Hayır	20	14,0	5	8,1	6	18,2	9	15,0		
	Bilmiyorum	51	35,7	3	4,8	8	24,2	6	10,0		
Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır	Evet	54	37,8	48	77,4	11	33,3	35	58,3	42,190	0,000*
	Hayır	19	13,3	10	16,1	8	24,2	8	13,3		
	Bilmiyorum	70	49,0	4	6,5	14	42,4	17	28,3		

Tablo 6. (Devamı). Mesleğe göre probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir	Evet	85	59,4	55	88,7	20	60,6	51	85,0	27,825	0,000*
	Hayır	7	4,9	1	1,6	3	9,1	1	1,7		
	Bilmiyorum	51	35,7	6	9,7	10	30,3	8	13,3		
Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir	Evet	84	58,7	55	88,7	23	69,7	50	83,3	26,469	0,000*
	Hayır	7	4,9	2	3,2	1	3,0	2	3,3		
	Bilmiyorum	52	36,4	5	8,1	9	27,3	8	13,3		
Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler	Evet	98	68,5	59	95,2	26	78,8	57	95,0	31,844	0,000*
	Hayır	5	3,5	1	1,6	1	3,0	0	0,0		
	Bilmiyorum	40	28,0	2	3,2	6	18,2	3	5,0		
Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler	Evet	72	50,3	60	96,8	18	54,5	43	71,7	51,782	0,000*
	Hayır	13	9,1	0	0,0	4	12,1	9	15,0		
	Bilmiyorum	58	40,6	2	3,2	11	33,3	8	13,3		
Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır	Evet	43	30,1	52	83,9	12	36,4	39	65,0	62,291	0,000*
	Hayır	12	8,4	2	3,2	2	6,1	4	6,7		
	Bilmiyorum	88	61,5	8	12,9	19	57,6	17	28,3		
Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır	Evet	73	51,0	60	96,8	20	60,6	56	93,3	69,641	0,000*
	Hayır	6	4,2	0	0,0	0	0,0	0	0,0		
	Bilmiyorum	64	44,8	2	3,2	13	39,4	4	6,7		
Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	9	6,3	20	32,3	4	12,1	11	18,3	26,263	0,000*
	Hayır	22	15,4	6	9,7	4	12,1	12	20,0		
	Bilmiyorum	112	78,3	36	58,1	25	75,8	37	61,7		
Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	17	11,9	20	32,3	0	0,0	16	26,7	25,161	0,000*
	Hayır	15	10,5	5	8,1	6	18,2	9	15,0		
	Bilmiyorum	111	77,6	37	59,7	27	81,8	35	58,3		

*p<0,05; X²: Kikare testi

Çalışma durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler incelendiğinde, çalışma durumu ile “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme, Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır, Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur, Turşu probiyotik bir gıdadır, Kefir probiyotik bir gıdadır, Boza probiyotik bir gıdadır, Yoğurt probiyotik bir gıdadır, Tarhana probiyotik bir gıdadır, Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır, Probiyotikler düzenli tüketilmelidir, Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır, Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir, Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler, Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler, Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır, Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır ve Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır maddelerine yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır (p<0,05) (Tablo 7).

Çalışan grubun %77,6'sının “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabildiği görülmüştür. Çalışan grubun %79,1'inin “Probiyotikler vücuda yeteri kadar

alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %66,4’ünün “Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %76,1’inin “Turşu probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %90,3’ünün “Kefir probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %65,7’sinin “Boza probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %91,8’inin “Yoğurt probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %61,9’unun “Tarhana probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %29,9’unun “Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %76,1’inin “Probiyotikler düzenli tüketilmelidir” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %56,’sının “Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %81,3’ünün “Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %82,8’inin “Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %88,8’inin “Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %76,9’unun “Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %62,7’sinin “Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %83,6’sının “Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Çalışan grubun %23,9’unun “Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür (Tablo 7).

Tablo 7. Çalışma durumuna göre probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Değişkenler		Çalışan		Çalışmayan		X ²	p
		n	%	n	%		
“Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme	Evet	104	77,6	89	54,3	17,610	0,000*
	Hayır	30	22,4	75	45,7		
Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır	Evet	106	79,1	97	59,1	15,057	0,000*
	Hayır	2	1,5	12	7,3		
	Bilmiyorum	26	19,4	55	33,5		
Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz.	Evet	46	34,3	39	23,8	5,600	0,062
	Hayır	50	37,3	60	36,6		
	Bilmiyorum	38	28,4	65	39,6		
Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur	Evet	89	66,4	84	51,2	8,315	0,016*
	Hayır	17	12,7	22	13,4		
	Bilmiyorum	28	20,9	58	35,4		
Turşu probiyotik bir gıdadır	Evet	102	76,1	96	58,5	12,851	0,001*
	Hayır	14	10,4	18	11,0		
	Bilmiyorum	18	13,4	50	30,5		
Kefir probiyotik bir gıdadır	Evet	121	90,3	110	67,1	22,832	0,000*
	Hayır	2	1,5	9	5,5		
	Bilmiyorum	11	8,2	45	27,4		
Boza probiyotik bir gıdadır	Evet	88	65,7	66	40,2	19,136	0,000*
	Hayır	13	9,7	26	15,9		
	Bilmiyorum	33	24,6	72	43,9		
Yoğurt probiyotik bir gıdadır	Evet	123	91,8	120	73,2	18,502	0,000*
	Hayır	0	0,0	8	4,9		
	Bilmiyorum	11	8,2	36	22,0		
Tarhana probiyotik bir gıdadır.	Evet	83	61,9	74	45,1	9,974	0,007*
	Hayır	19	14,2	24	14,6		
	Bilmiyorum	32	23,9	66	40,2		
Sofrahk zeytin probiyotik bir gıdadır	Evet	40	29,9	35	21,3	9,553	0,008*
	Hayır	50	37,3	46	28,0		
	Bilmiyorum	44	32,8	83	50,6		
Peynir probiyotik bir gıdadır	Evet	94	70,1	96	58,5	5,070	0,079
	Hayır	17	12,7	23	14,0		
	Bilmiyorum	23	17,2	45	27,4		
Probiyotikler düzenli tüketilmelidir	Evet	102	76,1	88	53,7	18,861	0,000*
	Hayır	16	11,9	24	14,6		
	Bilmiyorum	16	11,9	52	31,7		
Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır	Evet	75	56,0	73	44,5	6,271	0,044*
	Hayır	22	16,4	23	14,0		
	Bilmiyorum	37	27,6	68	41,5		
Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir	Evet	109	81,3	102	62,2	14,021	0,001*
	Hayır	5	3,7	7	4,3		
	Bilmiyorum	20	14,9	55	33,5		
Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir	Evet	111	82,8	101	61,6	16,465	0,000*
	Hayır	4	3,0	8	4,9		
	Bilmiyorum	19	14,2	55	33,5		
Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler	Evet	119	88,8	121	73,8	11,955	0,002*
	Hayır	3	2,2	4	2,4		
	Bilmiyorum	12	9,0	39	23,8		
Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler	Evet	103	76,9	90	54,9	16,739	0,000*
	Hayır	10	7,5	16	9,8		
	Bilmiyorum	21	15,7	58	35,4		

Tablo 7. (Devamı). Çalışma durumuna göre probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır	Evet	84	62,7	62	37,8	18,311	0,000*
	Hayır	7	5,2	13	7,9		
	Bilmiyorum	43	32,1	89	54,3		
Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır	Evet	112	83,6	97	59,1	22,979	0,000*
	Hayır	0	0,0	6	3,7		
	Bilmiyorum	22	16,4	61	37,2		
Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	32	23,9	12	7,3	16,080	0,000*
	Hayır	18	13,4	26	15,9		
	Bilmiyorum	84	62,7	126	76,8		
Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	29	21,6	24	14,6	3,015	0,227
	Hayır	17	12,7	18	11,0		
	Bilmiyorum	88	65,7	122	74,4		

*p<0,05; X²: Kikare testi

Gelir durumu ile “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme, Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır, Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır, Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır ve Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır maddelerine yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 8).

Gelir giderden fazla olanların %83,3’ünün “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabildiği görülmüştür. Gelir giderden fazla olanların %75,’inin “Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Gelir giderden fazla olanların %91,7’sinin “Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Gelir giderden fazla olanların %33,3’ünün “Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür. Gelir giderden fazla olanların %36,1’inin “Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesini bildiği görülmüştür (Tablo 8).

Tablo 8. Gelir durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Değişkenler		Gelir giderden az		Gelir gidere denk		Gelir giderden fazla		X ²	p
		n	%	n	%	n	%		
“Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilme	Evet	49	62,8	114	62,0	30	83,3	6,204	0,045*
	Hayır	29	37,2	70	38,0	6	16,7		
Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır	Evet	55	70,5	119	64,7	29	80,6	6,728	0,136
	Hayır	1	1,3	11	6,0	2	5,6		
	Bilmiyorum	22	28,2	54	29,3	5	13,9		
Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz.	Evet	18	23,1	50	27,2	17	47,2	9,458	0,050
	Hayır	27	34,6	71	38,6	12	33,3		
	Bilmiyorum	33	42,3	63	34,2	7	19,4		
Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur	Evet	43	55,1	103	56,0	27	75,0	5,120	0,277
	Hayır	12	15,4	24	13,0	3	8,3		
	Bilmiyorum	23	29,5	57	31,0	6	16,7		
Turşu probiyotik bir gıdadır	Evet	55	70,5	116	63,0	27	75,0	2,748	0,610
	Hayır	7	9,0	22	12,0	3	8,3		
	Bilmiyorum	16	20,5	46	25,0	6	16,7		
Kefir probiyotik bir gıdadır	Evet	59	75,6	140	76,1	32	88,9	3,212	0,509
	Hayır	4	5,1	7	3,8	0	0,0		
	Bilmiyorum	15	19,2	37	20,1	4	11,1		
Boza probiyotik bir gıdadır	Evet	40	51,3	90	48,9	24	66,7	4,338	0,366
	Hayır	12	15,4	24	13,0	3	8,3		
	Bilmiyorum	26	33,3	70	38,0	9	25,0		
Yoğurt probiyotik bir gıdadır	Evet	66	84,6	144	78,3	33	91,7	3,653	0,419
	Hayır	2	2,6	6	3,3	0	0,0		
	Bilmiyorum	10	12,8	34	18,5	3	8,3		
Tarhana probiyotik bir gıdadır.	Evet	41	52,6	93	50,5	23	63,9	3,775	0,441
	Hayır	12	15,4	25	13,6	6	16,7		
	Bilmiyorum	25	32,1	66	35,9	7	19,4		
Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır	Evet	19	24,4	40	21,7	16	44,4	8,598	0,072
	Hayır	27	34,6	60	32,6	9	25,0		
	Bilmiyorum	32	41,0	84	45,7	11	30,6		
Peynir probiyotik bir gıdadır	Evet	53	67,9	112	60,9	25	69,4	2,082	0,725
	Hayır	9	11,5	26	14,1	5	13,9		
	Bilmiyorum	16	20,5	46	25,0	6	16,7		
Probiyotikler düzenli tüketilmelidir	Evet	47	60,3	114	62,0	29	80,6	5,711	0,222
	Hayır	13	16,7	24	13,0	3	8,3		
	Bilmiyorum	18	23,1	46	25,0	4	11,1		
Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşıır	Evet	36	46,2	87	47,3	25	69,4	6,609	0,158
	Hayır	12	15,4	29	15,8	4	11,1		
	Bilmiyorum	30	38,5	68	37,0	7	19,4		
Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir	Evet	55	70,5	126	68,5	30	83,3	3,594	0,442
	Hayır	2	2,6	9	4,9	1	2,8		
	Bilmiyorum	21	26,9	49	26,6	5	13,9		

Tablo 8. (Devamı). Gelir durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler

Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir	Evet	52	66,7	131	71,2	29	80,6	3,652	0,433
	Hayır	3	3,8	7	3,8	2	5,6		
	Bilmiyorum	23	29,5	46	25,0	5	13,9		
Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler	Evet	62	79,5	146	79,3	32	88,9	1,566	0,806
	Hayır	2	2,6	5	2,7	0	0,0		
	Bilmiyorum	14	17,9	33	17,9	4	11,1		
Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler	Evet	50	64,1	115	62,5	28	77,8	3,102	0,550
	Hayır	7	9,0	17	9,2	2	5,6		
	Bilmiyorum	21	26,9	52	28,3	6	16,7		
Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır	Evet	32	41,0	87	47,3	27	75,0	12,745	0,013*
	Hayır	7	9,0	11	6,0	2	5,6		
	Bilmiyorum	39	50,0	86	46,7	7	19,4		
Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır	Evet	50	64,1	126	68,5	33	91,7	10,131	0,026*
	Hayır	2	2,6	4	2,2	0	0,0		
	Bilmiyorum	26	33,3	54	29,3	3	8,3		
Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	7	9,0	25	13,6	12	33,3	11,553	0,019*
	Hayır	11	14,1	27	14,7	6	16,7		
	Bilmiyorum	60	76,9	132	71,7	18	50,0		
Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır	Evet	7	9,0	33	17,9	13	36,1	13,359	0,010*
	Hayır	10	12,8	20	10,9	5	13,9		
	Bilmiyorum	61	78,2	131	71,2	18	50,0		

*p<0,05; X²: Kikare testi

5. TARTIŞMA

Kadın sağlığı, beraberinde eş ve çocuk sağlığı dolayısıyla toplum sağlığıyla ilişkidir. Kadın sağlığını etkileyen faktörler arasında beslenmenin önemli bir rolü vardır. Beslenmede probiyotiklerin kullanımının, kadın mikrobiyotasına olumlu etkisi yapılan çalışmalarla ortaya konmuştur. Çalışmalarda kadınların probiyotik ve probiyotik besin kaynakları hakkındaki bilgilerinin probiyotik tüketim alışkanlıklarını etkilediği vurgulanmıştır. Bu noktada kadınlarda probiyotik farkındalığı ve probiyotik ürün tüketimlerini değerlendiren çalışmaların literatüre sunulması önemlidir.

Yapılan bu çalışmada 298 kadınla, probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarını sorgulayan, probiyotik ve probiyotik ürünler ile ilgili genel bilgilerin yer aldığı, probiyotik ve probiyotik ürünleri tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesine yönelik verdikleri cevaplar ile katılımcıların tanımlayıcı bilgileri karşılaştırılarak tartışılmıştır. “Probiyotik teriminin ne olduğunu açıklayabilir misiniz” sorusuna katılımcıların %64,8’i “evet” yanıtını verirken, %35,2’sinin “hayır” yanıtı verdiği belirlenmiştir. Literatürde katılımcıların probiyotik terimi hakkındaki düşüncelerini içeren çeşitli çalışmalar vardır. Emirhüseyinoğlu (2023), bireylerin probiyotik ve probiyotik takviyeleri hakkında bilgi, tutum ve davranışlarını değerlendirilmiş ve sorulan “Probiyotik nedir?” sorusuna katılımcıların %48’inin doğru cevap verdiklerini bildirmiştir. Ermumcu vd. (2022) 19-65 yaş arası 385 yetişkin bireyin %95,1’inin probiyotik ve %89,9’unun prebiyotik kavramını bildiklerini değerlendirmişlerdir. Zemzemoğlu vd. (2019), katılımcıların %55,6’sının “evet” yanıtını, %44,4’ünün “hayır” yanıtını verdiklerini bildirmişlerdir. Özdemir (2019), katılımcıların %42,7’sinin doğru cevap verdiklerini bildirmiştir. Aslantürk (2019), 100 yetişkin bireyin yer aldığı katılımcılardan %85’inin probiyotik terimini bildiklerini tespit etmiştir. Başkan (2021), katılımcıların %92,4’ünün probiyotik ürünün ne olduğunu bildiğini değerlendirmiştir. Yücelşengün vd. (2019), katılımcıların %49’unun probiyotik ve prebiyotik kavramını bildiğini tespit etmişlerdir. Kardeş (2020), katılımcıların %77,3’ünün doğru cevabı vermiş olduğunu kaydetmiştir.

Çalışma bulguları incelendiğinde; probiyotik teriminin ne olduğunun açıklayabilme oranı 26-35 yaş arasında %72,8, 25 yaş altında %40,5 olarak tespit edilmiş olup, yaş ve probiyotik ürünler ile bilgi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır. Literatürde araştırma bulgularını destekleyen çeşitli çalışmalar olduğu görülmektedir. Özdemir (2019), katılımcıların yaş gruplarına göre probiyotikleri duyma durumlarını karşılaştırmış; 25-34 yaş grubunun %82,5'inin probiyotik terimini duyduğunu, 55-64 yaş grubunun %82,6' sının probiyotik terimini duymadığını bildirmiştir. Probiyotik terimini duyma açısından gruplar arasında anlamlı bir fark saptandığı belirtilerek, genç yaş grubunun probiyotikleri duyma oranlarının daha yüksek olduğu değerlendirilmiştir. Küçük ve Yıbar (2021) postmenopozal kadınların probiyotik bilgi düzeylerini ve probiyotik tüketim durumlarını belirlemek amacıyla 50 yaş ve üzeri 150 kadın ile gerçekleştirdiği çalışmada; kadınların %66,7'si probiyotik terimini bildiğini, %33,3'ünün probiyotik kavramını bilmediği değerlendirilmiştir. Araştırmacıların örneklem grubunun tamamının postmenopozal kadınlar olmasından dolayı araştırmamız bulgusuyla farklılık göstermektedir. Araştırmacıların bulgusuna paralel olarak probiyotik teriminin ne olduğunun açıklanabilme oranının örneklem grubunda 26-35 yaş arasında %72,8 olarak yüksek bulunması, yaş parametresi ile probiyotik ürünler ile bilgi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptandığı sonucuna ulaşılabilir. Kardeş (2020), tarafından ise probiyotik kavramını bilinme durumu ile cinsiyet ve yaş grupları arasında anlamlı bir fark olmadığı bildirilmiştir.

Yapılan bu çalışmada, katılımcıların probiyotik ve probiyotik ürünleri duydukları kaynaklar incelendiğinde; katılımcıların uzman (%45), reklam (gazete, dergi, TV) (%31,2), eczane ve satış noktaları (%20,8), aile (%9,4), konferans, bilimsel toplantı (%4,7) cevaplarını vermiş oldukları görülmektedir. Aslantürk (2019), “probiyotik besinlerin duyulduğu kaynaklar” sorusuna, katılımcıların %40 aile, arkadaş, yakın çevre; %37 uzman, %36 reklamlar, %20 internet, %12 eğitim, konferans, %8 eczane ve satış noktaları cevaplarını verdiklerini bildirmiştir. Öztürk (2018), katılımcıların %48,4 reklamlar, %44,1 uzman, %32,8 arkadaş, aile, tanıdık, %24,6 internet, %9,4 eczane ve satış noktaları, %7 eğitim, konferans ve satış noktaları cevap verdiklerini tespit etmiştir. Kardeş (2020), katılımcıların %84,7 medya kaynakları (gazete, dergi, internet, TV, sosyal medya), %35,94 bilimsel dergi, makale, %33,59 doktor, %3,13

eczacı cevaplarını verdiklerini bildirmiştir. Horasan (2021), katılımcıların %47,5 internet, %43,7 arkadaş, tanıdık, aile, %33,2 uzman, %25,1 eğitim, konferans, %14,3 eczane ve satış noktaları cevaplarını verdiklerini tespit etmiştir. Özdemir (2019), katılımcıların %16,3'ü TV reklamlarından, %13,3'ü diyetisyen, %12,3'ü internet/sosyal medya, %7,3'ü doktor, %3,7'si eczacıdan duyduğunu bildirmiştir. Fındık (2019), katılımcıların %35,2'si uzmanlardan (Doktor veya Diyetisyen), %39,2'si arkadaş, tanıdık, aile vb'den, %21,0'i reklamlardan (Gazete, Dergi, Televizyon), %1,1'i eczane ve satış noktalarından, %3,4'ü internet üzerinden öğrendiğini belirlemiştir. Bulgularımızda en yüksek oranın uzman tavsiyesi olduğu tespit edilmiş ve çeşitli literatürlerle paralel gösterdiği değerlendirilmiştir. Katılımcıların %31,2'sinin reklamlardan öğrendiklerini göz önüne aldığımızda, son yıllarda probiyotiklerin sağlık üzerindeki etkilerinin medyanın da ilgi göstermiş olmasına bağlayabiliriz.

Araştırmaya katılan katılımcıların %45,3'ünün probiyotik ürün tükettiği belirlenmiştir. Probiyotik ürün tüketen katılımcıların %42,5'inin sağlık sorunları olmayıp uzman tavsiyesi üzerine tükettiği, %26,1'inin sağlık sorunları sebebiyle uzman tavsiyesi üzerine tükettiği, %25,4'ünün probiyotik gıdalara ilişkin tanıtımlardan etkilenip tükettiği tespit edilmiştir. Ürün tüketenlerin %73,3'ünün probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalığa ilişkin semptomların azaldığını, kendi düşündüğü tespit edilmiştir. Katılımcıların %22,5'inin kabızlık için, %20,1'inin ishal için faydası olduğunu düşündüğü görülmüştür. Literatürde bireylerin probiyotik ürün tüketim durumlarını değerlendiren çeşitli araştırmaların yapıldığı görülmektedir. Küçük ve Yıbar (2021) yapmış oldukları çalışmalarında katılımcıların %26'sının probiyotik katkılı gıda tükettiğini, probiyotik katkılı gıda tüketen kadınların %84,6'sının, sağlık yararı gördüğü için tükettiğini, %81,8'inin sindirim sorunlarına iyi geldiğini, %18,2'sinin bağışıklık sisteminin güçlenmesine katkı sağladığını değerlendirmiştir. Kılıcı'nın (2024), katılımcıların hekim, hemşire ve diğer sağlık çalışanlarından oluşan 302 sağlık personeliyle yaptığı çalışmasında; "Probiyotik katkılı gıdalar tüketiyor musunuz?" sorusuna 69 katılımcının evet (%22,8), 232 katılımcının ise hayır (%76,8) yanıtını vermiş olduklarını belirlemiştir. Başkan (2021), "probiyotik ürün tüketme" sorusuna bakıldığında katılımcıların %63,6'sının probiyotik ürün tükettiği, %36,4'ünün probiyotik ürün tüketmediği,

“probiyotik ürün tüketme nedeni/nedenleri” sorusuna 150 kişiden %90,7’si bağırsak sağlığına faydası, % 88’i bağışıklık sistemini güçlendirdiği, %26’sı kansere faydalı, %10’u lezzetli bulduğu için, %4’ü reklamların etkisi nedeniyle cevaplarını vermişlerdir. Çalışmamızda fayda görülen rahatsızlıklardan kabızlık ve ishal oranları birbirine yakın olup Başkan (2021)’in çalışmasındaki kabızlığa fayda oranı benzer çıkmıştır. Horasan (2021), çalışmasında probiyotik besin tüketen katılımcıların oranını %73,5 olarak tespit etmiştir. “Probiyotik besinlerden fayda görenler” sorusuna bakıldığında %64,4’ü fayda gördüğünü, %35,2’si kararsız olduğu, %0,4’ünün fayda görmediği cevaplarını verdikleri görülmüştür. “Probiyotik besinlerden görülmüş olduğu belirtilen faydalar” sorusuna bakıldığında katılımcıların %72,5’i kabızlık, %33,4’ü diyare (ishal), cevapları verildiği görülmüştür. Eyoğlu (2019) çalışmasında katılımcıların %51,3’ünün probiyotik ürün tükettiğini değerlendirmiştir. Katılımcıların %52’sinin probiyotikler hakkında bilgi sahibi olduğu görülmüştür.

Bulgular irdelendiğinde katılımcıların %54,7’sinin probiyotik tüketmediği görülmüştür. Probiyotik ürün tüketmeyen katılımcıların %45,3’ünün önemi hakkında bilgisi olmadığından tüketmediği, %24,2’sinin probiyotik kullanımını gereksiz bulduğundan, %18,6’sı probiyotik ürünleri satın almaya bütçesi uygun olmadığından tüketmediği tespit edilmiştir. Küçük ve Yıbar (2021) yapmış oldukları çalışmalarında probiyotik tüketmeyen kadınların %36,4’ünün probiyotikleri pahalı bulduğu, %30,3’ünün ihtiyaç duymadığı, %27,3’ünün doğal bulmadığı ve %6,1’inin bu gıdaların neler olduğunu bilmediği için tüketmediklerini değerlendirmiştir.

Emirhüseyinoğlu (2023) katılımcıların %36,4 “bilmemek”, %5,1 “doğal bulmamak”, %47,5 “ihtiyaç duymamak”, %5,9 “pahalı bulmak” ve %5,1 “lezzetsiz bulmak” yanıtlarını verdiklerini bildirmiştir. Horasan (2021), çalışmasında probiyotik besin tüketmeyenlerin oranını %26,5 olarak tespit etmiştir. “Probiyotik besin tüketmeme nedenleri” sorusuna katılımcıların % 62,1’i ne olduğunu bilmeme, % 26,7’si ihtiyaç duymama, %7,5’i lezzetsiz bulma, %9,3’ü pahalı bulma, %6,2’si doğal bulmama cevaplarını verdiği görülmüştür. Literatür incelendiğinde probiyotik ürün tüketmeme nedenlerinin çoğunlukla ne olduğu bilinmemesi ve kullanımının gereksiz bulunması oranları çalışmamızda da benzer şekilde yüksektir.

Çalışmamızda üniversite ve üzeri olanların %87,2'sinin "Probiyotik" teriminin ne olduğunu açıklayabildiği, %91,5'inin "Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır" önermesini bildiği, ilkokul mezunlarının %45,5'inin önermeyi bilmediği görülmüştür. Eğitim durumu ile probiyotiklere yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Tercan (2019), okuryazar-ilköğretim mezunu katılımcıların %5,6'sının fonksiyonel gıda kavramını bildiği, %94,4'ünün bilmediğini bildirmiştir. Lise mezunu katılımcıların %9,4'ü fonksiyonel gıda kavramını bilirken, %90,6'sı bilmemektedir. Üniversite ve lisans üstü mezunu katılımcıların %29,5'i fonksiyonel gıda kavramını bilirken, %70,5'i bilmediğini tespit etmiştir. Özdemir (2019), bireylerin eğitim düzeyleri ile probiyotik tüketimine özen gösterme durumları karşılaştırılmış ve yüksek öğrenim/lisansüstü grubuna dâhil olan bireylerin probiyotik tüketimlerine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek özen gösterdiklerini saptamıştır. Yücelşengün vd. (2019), eğitim durumuna göre tüketicilerin bilgi düzeyleri değerlendirildiğinde, kavramlar hakkında bilgiye sahip olan en yüksek grubun (%66,7) yüksek lisans seviyesindeki tüketicilerin oluşturduğu grup olduğunu tespit etmişlerdir. Pehlivan (2020), eğitim düzeyi üniversite olan katılımcıların %80'ninin orta, %73,1'inin iyi, %35,7'sinin kötü probiyotik bilgi düzeyine sahip olduğunu saptamıştır. Katılımcıların eğitim düzeyi arttıkça probiyotikler hakkındaki bilgi düzeylerinin de arttığı yapılan çalışmalar sonucunda görülmektedir. Çalışmamızın sonuçları mevcut literatüre benzer bulguları içerdiği görülmektedir.

Katılımcıların %34,6'sının günde 1 kez ev yoğurdu, %7,7'sinin ayda 1 kez probiyotik içerikli yoğurt tükettiği, %6,'sının haftada 1-2 kez probiyotikli ayran, %21,1'inin ayda 1 kez kefir, %28,2'sinin haftada 1-2 kez tarhana, %49,'unun günde 1 kez peynir, %5,'inin günde 1 kez probiyotikli peynir, %52,7'sinin günde 1 kez sofralık zeytin, %22,5'inin ayda 1 kez boza, %32,2'sinin haftada 1-2 kez turşu tüketim alışkanlıkları olduğu tespit edilmiştir. Başkan (2021), katılımcıların "Probiyotik ürün/ürünleri tüketme sıklığı" sorusuna; 150 kişiden %60,'ının kefir, %56,'sının probiyotikli yoğurt, %21,3'ünün probiyotikli süt, %17,3'ünün probiyotikli ayran, %10,7'sinin probiyotikli smoothie, %7,3'ünün probiyotikli çay, %7,3'ünün probiyotikli peynir, %1,3'ünün kırmızı tüketmediği cevapları vermiş olduğunu

bildirmiştir. Horasan (2021), “Tüketilen probiyotik besin çeşitleri” incelendiğinde %66,4 probiyotik ibaresi bulunan yoğurt, %44,2 probiyotik ibaresi bulunan süt, %42,2 probiyotik ibaresi bulunan kefir, %39’u probiyotik ibaresi bulunan ayran, %33 probiyotik ibaresi bulunan peynir cevapları verildiği görülmüştür. Özdemir (2019), katılımcılar tarafından hergün en sık tüketilen probiyotik besinlerin peynir (%48,0) ve salamura zeytin (%45,3) olduklarını belirlemiştir. Katılımcıların %70,3’ünün doğal probiyotik besinlerden kefirini hiç tüketmediği bildirilmiştir. Yücelşengün vd. (2019) katılımcıların probiyotik gıda tercihinde %51 oranında kefir, %49,5 ile probiyotik yoğurt, %12,2 probiyotik peynir tükettiklerini tespit etmişlerdir. Pehlivan (2020) kadınların %92,6’sının haftada 1-2 kezden fazla yoğurt, %20,3’ünün haftada 1-2 kezden fazla probiyotik katkılı yoğurt tükettiğini belirtmiştir.

Çalışmamızda gelir durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler incelendiğinde; gelir giderden fazla olanların %83,3’ünün “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabildiği, “Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır, Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır, Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır ve Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır” maddelerine yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki belirlenmiştir ($p<0,05$). Başkan (2021), katılımcıların probiyotik ürün tüketme durumları ile cinsiyet, gelir durumları, aile bireylerinin probiyotik ürün tüketme durumları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu değerlendirmiştir.

Araştırma bulgularımız değerlendirildiğinde çalışma durumuna göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler incelendiğinde; çalışma durumu ile probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgileri bilmeye yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Özdemir (2019), katılımcıların çalışma durumları ile probiyotik tüketimine özen göstermeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu saptamış, çalışan bireylerin daha yüksek oranda probiyotik tüketimine dikkat ettiklerini bildirmiştir.

Çalışmamızda, mesleğe göre probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgiler incelendiğinde, meslek ile probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgileri bilmeye yönelik bilgiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu

görülmüştür ($p<0,05$). Sağlık çalışanı olan katılımcıların %96,8'inin "Probiyotik" teriminin ne olduğunu açıklayabildiği, %98,4'ünün "Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır" önermesini bildiği görülmüştür. Diğer meslek grubu olanların %40'ının "Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz" önermesini bildiği görülmüştür. Başkan (2021) tarafından sağlık personelinin probiyotik içeren besinlere karşı tutumu ve algısının belirlenmesi çalışmasında, katılımcıların "probiyotikler, yeterli miktarda alındığında kişinin sağlığı için faydalı olan canlı mikroorganizmalardır." Düşüncesine %54,2'si "kesinlikle katılıyorum", %36,9'u "katılıyorum" cevabı verdikleri tespit edilmiştir.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Yapılan bu çalışma Çorlu İlçe Devlet Hastanesi polikliniklerine başvuran 298 kadınla probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi amacıyla planlanmış ve yürütülmüştür. Çalışmamızın sonuçlarına göre;

Katılımcıların %64,8'inin "Probiyotik" teriminin ne olduğunu açıklayabildiği, %68,1'inin "Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır" önermesini bildiği sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcılar arasından 26-35 ve 36-45 yaş aralığındaki grubun, probiyotik terimini bilme oranı daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların %45,3'ünün probiyotik ürün tükettiği, probiyotik ürün tüketmeyen katılımcıların %45,3'ünün önemi hakkında bilgisi olmadığından tüketmediği, probiyotik kullanımını gereksiz bulduğundan tüketmeyenlerin oranı %24,2 olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre probiyotikler hakkında daha fazla bilgilendirmeye ihtiyaç olduğu sonucuna varılmıştır.

Probiyotik ürün tüketen katılımcıların %42,5'inin sağlık sorunları olmayıp uzman tavsiyesi üzerine tükettiği, ürünü tüketenlerin %50,9'unun kapsül ile ağızdan, %42,5'inin toz ile ağızdan tükettiği, kullanım adet ortalaması 1,61, kullanım şase ortalaması 2,29, kullanım süre ortalaması 38,2 gün olduğu tespit edilmiştir. Probiyotik ürün tüketenlerin %73,3'ünün probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalığa ilişkin semptomların azaldığını kendi düşündüğü, %22,5'inin kabızlık için, %20,1'inin ishal için fayda gördüğünü tespit edilmiştir.

Probiyotikler arasında en çok bilinen besinin yoğurt ve kefir olduğu en az bilinen besinin ise sofralık zeytin olduğu tespit edilmiştir. Tüketim sıklıklarına bakıldığında probiyotik besin oranlarında en çok günde bir kez ile sofralık zeytinin tüketildiği, ikinci olarak günde bir kez peynir tüketildiği, üçüncü sırayı ise günde bir kez ile yoğurdun aldığı görülmüştür. Günümüzde ev yoğurdu yerine daha çok market yoğurdunun tercih ediliyor olması yoğurdun üçüncü sırada olmasının nedeni olabilir.

Probiyotik yoğurt, probiyotik peynir ve probiyotikli ayran tüketim oranının ise çok az olduğu tespit edilmiştir. Bulgular dahilinde, probiyotik etiketli gıdalar ile probiyotik besinler arasındaki farkın anlaşılması için katılımcıların daha fazla bilgilendirilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Eğitim seviyesi arttıkça probiyotik terimini, probiyotik besinleri ve ürünleri, faydalarını bilme oranının da arttığı görülmüştür. Bu nedenle eğitim seviyesi düşük bireylerin de probiyotikler hakkında bilgilendirilmesi ve tüketim düzeylerinin artırılması için probiyotik konusunda eğitim planlamalarına bu grubun dahil edilmesi sağlanabilir.

Sağlık alanında çalışanların probiyotikler hakkında bilgi düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Özellikle birinci basamakta görev yapan sağlık çalışanlarının, kadınlara probiyotikler hakkında gerekli bilgi ve danışmanlık hizmeti vererek bilinçlendirilmesi önerilir.

Çalışan grubun probiyotik bilgi düzeyleri anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Bu sonuç kişiler arasındaki fikir alışverişi ve önerilerden kaynaklanabileceği düşünülebilir.

Gelir düzeyi yüksek olan katılımcıların probiyotik terimini, vajinal ve topikal formlarını bilme oranının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Gelir düzeyi yüksek olan katılımcıların probiyotik ürün çeşitlerine ulaşım imkanlarıyla paralel olmasından kaynaklanabilir.

Katılımcıların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili önermelere verilen yanıtları incelendiğinde ulaşılan sonuçlar doğrultusunda yapılan öneriler şöyledir:

- Katılımcıların %68,1'inin "Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır" önermesine "evet cevabını vermiştir.
- Katılımcıların %28,5'inin "Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz" önermesine "evet" cevabını vermiştir.
- Katılımcıların %58,1'inin "Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur" önermesine "evet" cevabını; %66,4'ünün "Turşu probiyotik bir gıdadır" önermesine "evet" cevabını; %77,5'inin "Kefir probiyotik bir gıdadır"

önermesine “evet cevabını; %51,7’sinin “Boza probiyotik bir gıdadır” önermesine “evet cevabını; %81,5’inin “Yoğurt probiyotik bir gıdadır” önermesine “evet cevabını; %52,7’sinin “Tarhana probiyotik bir gıdadır” önermesine “evet cevabını; %25,2’inin “Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır” önermesine “evet %42,6 “hayır” cevabını; %63,8’inin “Peynir probiyotik bir gıdadır” önermesine “evet cevabını vermiştir.

- Katılımcıların %63,8’inin “Probiyotikler düzenli tüketilmelidir” önermesine “evet” cevabını vermiştir. Bu sonuç probiyotiklerden fayda gören bireylerin yüksek oranda olması, probiyotikleri düzenli tüketen bireylerin cevapları olabilir.
- Katılımcıların %49,7’sinin “Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır” önermesine “evet” cevabını vermiştir. Halk arasında hastalık döneminde özellikle tarhana ve turşu tüketiminin öneminin biliniyor olmasından kaynaklanabilir.
- Katılımcıların %70,8’inin “Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir” önermesine “evet” cevabını; %71,1’inin “Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir” önermesine “evet” cevabını; %80,5’inin “Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler” önermesine “evet cevabını; %64,8’inin “Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler” önermesine “evet” cevabını vermiştir. Probiyotiklerin kabızlık ve ishal sorununda etkili olarak kullanılması, katılımcılara hekimler tarafından daha önce önerilmiş olmasına bağlanabilir. Katılımcıların çoğunluğu probiyotik tüketiminin kendisi için faydalı olduğu görüşündedir.
- Katılımcıların %49,0’ının “Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprey ürün çeşitleri vardır” önermesine “evet”, %44,3’ü “bilmiyorum” cevabını; %70,1’inin “Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır” önermesine “evet” cevabını; %14,8’inin “Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesine “evet”, %70,5’i “bilmiyorum” cevabını; %17,8’inin “Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır” önermesine “evet”, %70,5’i “bilmiyorum” cevabını vermiştir. Katılımcıların vajinal ve topikal probiyotik ürünler hakkında bilgisi yetersizdir, nedeninin daha çok oral formülasyonların kullanılmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

6.2. Öneriler

Araştırmaya katılan katılımcıların probiyotik etiketli gıda ve probiyotik ürün tüketiminin çok az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Probiyotiklerin bir ilaç olmadığı sağlık için yararlı oldukları hakkında eğitimler verilerek kişiler teşvik edilebilir. Kefirin probiyotikler arasında bilinme oranı yüksek olmasına rağmen tüketim oranı düşüktür. Kefirin faydaları hakkında daha fazla bilgilendirmeye ihtiyaç olduğu görülmüştür.

Araştırma bulguları neticesinde, sağlıklı toplumun temelini oluşturan kadınların probiyotiklerinin önemi hakkında bilinçlendirilmesi gerektiği, probiyotik tüketimleri konusunda teşvik edilmesi sonucuna ulaşılmıştır. Bu hususta gerekli eğitim planlarının yapılması ve özellikle her eğitim seviyesine hitap edebilecek eğitim materyallerinin hazırlanması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Aslantürk, A. (2019). *Yetişkin bireylerin probiyotik besinler hakkında bilgi düzeyleri ve tüketim durumlarının belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Beslenme ve Diyetetik Programı. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> sayfasından erişilmiştir. (Tez Numarası 577691).
- Başkan, N. (2021). *Sağlık personelinin probiyotik içeren besinlere karşı tutumu ve algısının belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. İstanbul Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> sayfasından erişilmiştir. (Tez numarası 714834).
- Çetinbaş, S., Kemeriz, F., Göker, G., Biçer, İ., & Velioglu, Y. S. (2017). İnsan mikrobiyomu: beslenme ve sağlık üzerindeki etkileri. *Akademik Gıda*, 15(4).
- Chen, R., Li, R., Qing, W., Zhang, Y., Zhou, Z., Hou, Y., et al. (2022). Probiotics are a good choice for the treatment of bacterial vaginosis: a meta-analysis of randomized controlled trial. *Reproductive Health*, 19(1), 137.
- Chong, H. Y., Tan, L. T. H., Law, J. W. F., Hong, K. W., Ratnasingam, V., Ab Mutalib, N. S., et al (2022). Exploring the potential of human milk and formula milk on infants' gut and health. *Nutrients*, 14(17), 3554.
- Demir, G., Sandıkcı, Z., & Özen, R. (2023). Kadın sağlığında probiyotiklerin rolü. *Selçuk Sağlık Dergisi*, 4(Kongre Özel Sayısı) 66–88.
- Deswal, R., Narwal, V., Dang, A., & Pundir, C. S. (2020). The prevalence of polycystic ovary syndrome: a brief systematic review. *Journal of human reproductive sciences*, 13(4), 261-271.
- Di Pierro, F., Criscuolo, A. A., Dei Giudici, A., Senatori, R., Sesti, F., Ciotti, M., et al. (2021). Oral administration of *Lactobacillus crispatus* M247 to papillomavirus-infected women: results of a preliminary, uncontrolled, open trial. *Minerva Obstet. Gynecol*, 73, 621-631.
- Emirhüseyinoğlu, A. (2023). *Üniversite öğrencilerinin probiyotikler ve probiyotik takviyeleri hakkında bilgi tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. İstanbul Atlas Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> sayfasından erişilmiştir. (Tez Numarası 811905).
- Ermumcu, M. Ş. K., Gürel, S., & Çelik, Ö. M. (2022). Yetişkin Bireylerde Probiyotik ve Prebiyotik Besin Tüketimi ile Depresyon Durumu ve Antropometrik Ölçümler Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. *Black Sea Journal of Health Science*, 5(2), 259-266.
- Eyioğlu, M. (2019). Öğretmenlerin beslenme alışkanlıkları ve probiyotik ürün tüketim durumları (İstanbul Arnavutköy örneği) (Yüksek Lisans Tezi). T.C Gazi Üniversitesi, EğitimBilimleri Enstitüsü. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> sayfasından erişilmiştir. (Tez Numarası 589519).
- Fındık, B. N. (2019). *İstanbul'da özel bir tıp merkezinin beslenme ve diyet polikliniğine başvuran yetişkin bireylerin probiyotik besin bilinci ve tüketim sıklığının değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. İstanbul Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme Ve Diyetetik Anabilim Dalı. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> sayfasından erişilmiştir. (Tez Numarası 614783).
- Frei, R., Akdis, M., & O'Mahony, L. (2015). Prebiotics, probiotics, synbiotics, and the immune system: experimental data and clinical evidence. *Current opinion in gastroenterology*, 31(2), 153-158.

- Gökdağ Balcı, E., & Oskay, Ü. (2021). Yenidoğan Bağırsak Mikrobiyotasına Etki Eden Faktörler. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 4(3), 156-162. <https://doi.org/10.54189/hbd.873965>
- Göker, E.N.T., Şahin, G., Tavmergen, E., & Acet, F. (2021). Mikrobiota ve İnfertilite. *Türk Üreme Tıbbı ve Cerrahisi Dergisi (Online)*
- Harahap, I.A., & Suliburska, J. (2023). Can probiotics decrease the risk of postmenopausal osteoporosis in women?, *PharmaNutrition*, 100336.
- Heshmati, J., Farsi, F., Yosae, S., Razavi, M., Rezaeinejad, M., Karimie, E., et al. (2019). The effects of probiotics or synbiotics supplementation in women with polycystic ovarian syndrome: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *Probiotics and Antimicrobial Proteins*, 11, 1236-1247.
- Hill, C., Guarner, F., Reid, G., Gibson, G. R., Merenstein, D. J., Pot, B., et al. (2014). Expert consensus document: The International Scientific Association for Probiotics and Prebiotics consensus statement on the scope and appropriate use of the term probiotic. *Nature reviews Gastroenterology & hepatology*, 11(8), 506-514.
- Horasan, B. (2021). *Pamukkale üniversitesi öğrencilerinde probiyotik besinler hakkında bilgi düzeyi ve tutumlarının belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi) T.C. Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> sayfasından erişilmiştir. (Tez Numarası 656603).
- Horasan, B., Sevinç, Ö., & Çelikyürek, N.A. (2021). Üniversite öğrencilerinin probiyotik bilgi düzeyi ve tüketim durumlarının belirlenmesi. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, (31), 446-453.
- Hütt, P., Lapp, E., Štěpetova, J., Smidt, I., Taelma, H., Borovkova, N., et al. (2016). Characterisation of probiotic properties in human vaginal lactobacilli strains. *Microbial ecology in health and disease*, 27(1), 30484.
- Jeng, H. S., Yan, T. R., & Chen, J. Y. (2020). Treating vaginitis with probiotics in non-pregnant females: A systematic review and meta-analysis. *Experimental and Therapeutic Medicine*, 20(4), 3749-3765.
- Kardeş, Ö.A. (2020). *Van il merkezindeki aile sağlığı elemanlarının probiyotik ve prebiyotik besinler hakkındaki bilgi düzeyleri ve tüketim durumlarının irritabl bağırsak sendromu(ibs) ile ilişkisinin değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi) T.C. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı (Tez Numarası 652372).
- Kılıcı, H. (2024). *Bir devlet hastanesinde çalışan sağlık personellerinin probiyotikler hakkında bilgi düzeyi ve tüketim alışkanlıklarının saptanması* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> sayfasından erişilmiştir. (Tez Numarası 854310).
- Kuter, E., Gümüş, H., & Karakaş Oğuz, F. (2020). Probiyotik ve prebiyotiklerin bağırsak sağlığı üzerine etkileri. *Türkiye Klinikleri*, 31-6.
- Küçük, S. C., & Yıbar, A. (2021). Postmenopozal Kadınların Probiyotikler Hakkındaki Bilgi Düzeylerinin ve Tüketim Durumlarının Belirlenmesi. *Journal of Research in Veterinary Medicine*, 40(2), 125-130.
- Li, Y., Tan, Y., Xia, G., & Shuai, J. (2023). Effects of probiotics, prebiotics, and synbiotics on polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 63(4), 522-538.
- Liu H. F., & Yi, N. (2022). A systematic review and meta-analysis on the efficacy of probiotics for bacterial vaginosis. *European Review for Medical & Pharmacological Sciences*, 26(1).

- Lukic, J., Chen, V., Strahinic, I., Begovic, J., Lev-Tov, H., Davis, S. C., et al. (2017). Probiotics or pro-healers: the role of beneficial bacteria in tissue repair. *Wound Repair and Regeneration*, 25(6), 912-922.
- Mei, Z., & Li, D. (2022). The role of probiotics in vaginal health. *Frontiers in cellular and infection microbiology*, 12, 963868.
- Nacar, G., & Timur, S. (2021). Kadın Sağlığı ve Mikrobiyota. *Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 7(1), 48-70.
- Ou, Y. C., Fu, H. C., Tseng, C. W., Wu, C. H., Tsai, C. C., et al. (2019). The influence of probiotics on genital high-risk human papilloma virus clearance and quality of cervical smear: a randomized placebo-controlled trial. *BMC women's health*, 19, 1-7.
- Özdemir Petek, M. (2019). *Sanko üniversitesi sani konukoğlu uygulama ve araştırma hastanesi gastroenteroloji polikliniğine başvuranların probiyotiklere ilişkin bilgi düzeyleri ve tüketim sıklıkları* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/sayfasından> erişilmiştir. (Tez Numarası 617590).
- Özdemir, S. Ç., Paşa, B. K., Metin, T., Dinçer, B., & Sert, H., (2022). The effect of probiotic and synbiotic use on glycemic control in women with gestational diabetes: A systematic review and meta-analysis. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 194, 110162.
- Öztürk, M., R. (2018). Kadınların probiyotik besinler hakkında bilgi düzeyi ve tüketim durumlarının değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi). T.C Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/sayfasından> erişilmiştir. (Tez Numarası 521005).
- Palma, E., Recine, N., Domenici, L., Giorgini, M., Pierangeli, A., & Panici, P. B. (2018). Long-term Lactobacillus rhamnosus BMX 54 application to restore a balanced vaginal ecosystem: a promising solution against HPV-infection. *BMC infectious diseases*, 18, 1-7.
- Pehlivan, B. (2020). Yetişkin Bireylerin Probiyotik Besinleri Tüketim Sıklıklarının ve Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi. *Bilimsel Tamamlayıcı Tıp, Regülasyon ve Nöral Terapi Dergisi*, 14 (3), 69-79.
- Ribeiro A. E., Monteiro N. E. S., Moraes A. V. G., Costa-Paiva L. H., & Pedro A. O. (2018). Can the use of probiotics in association with isoflavone improve the symptoms of genitourinary syndrome of menopause? results from a randomized controlled trial. *Menopause* 26 (6), 643–652. doi: 10.1097/gme.0000000000001279.
- Saeed, A., Yasmin, A., Baig, M., Pervaiz, M., Ahmed, M. A., Tabish, M., et al. (2024). Microbial goldmine: Investigating probiotic floral diversity in human breast milk. *Bioactive Carbohydrates and Dietary Fibre*, 31, 100419.
- Saraf, V. S., Sheikh, S. A., Ahmad, A., Gillevet, P. M., Bokhari, H., & Javed, S. (2021). Vaginal microbiome: normalcy vs dysbiosis. *Archives of microbiology*, 203, 3793-3802.
- Sarao, L. K., & Arora, M. (2017). Probiotics, prebiotics, and microencapsulation: A review. *Critical reviews in food science and nutrition*, 57(2), 344-371.
- Tercan, D. Y. (2019). *Özel bir şirkette çalışan bireylerin fonksiyonel gıdalar, probiyotikler ve prebiyotikler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. <http://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/sayfasından> erişilmiştir. (Tez Numarası 587477).
- Thapa, R., Gilhotra, R. M., Bhat, A. A., Purohit, M., Kulshrestha, R., Singla, N., et al. (2024). Role of Synbiotics in Reproductive Disorders. In *Synbiotics in Human Health: Biology to Drug Delivery* (pp. 169-194). Singapore: Springer Nature Singapore.

- Uslu Yuvacı, H., & Cevrioğlu, S. A. (2017). Kadın üreme sistemi mikrobiyotası. *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research*; 1:95-103.
- Wu, L. Y., Yang, T. H., Ou, Y. C., & Lin, H. (2024). The role of probiotics in women's health: An update narrative review. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 63(1), 29-36.
- Yılmaz, H. K., & İpek, K. D. (2021). Probiyotikler ve Kadın Sağlığı Üzerine Etkileri. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, (23), 518-523.
- Yu, Q., Xu, C., Wang, M., Zhu, J., Yu, L., Yang, Z., et al. (2022). The preventive and therapeutic effects of probiotics on mastitis: A systematic review and meta-analysis. *Plos one*, 17(9), e0274467.
- Yücelşengün, İ., Kırmızıgül, A., Özaydın, İ., & Yarım, H. (2019). Tüketicilerin probiyotik ve prebiyotik gıdalara yönelik bilgi düzeyleri ve tüketim durumlarının belirlenmesi: İzmir/Bornova örneği. *Gıda* 45(1) 103-114.
- Zakaria, I. A., Mohammed Zain, N. A., Teik, C. K., Abu, M. A., Zainuddin, A. A., Abdul Aziz, et al. (2024). The role of probiotics in improving menstrual health in women with primary dysmenorrhoea: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial (the PERIOD study). *Women's Health*, 20, 17455057241234524.
- Zemzemoğlu, T. E. A., Uludağ, E., & Uzun, S. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Probiyotik Bilgi Düzeyi Ve Tüketim Durumlarının Belirlenmesi. *Gıda*, 44(1),118-130

EK-1 ETİK KURUL KARARI

EK-1 ETİK KURUL KARARI (DEVAMI)

EK-1 ETİK KURUL KARARI (DEVAMI)

EK-2 İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İZİN FORMLARI

EK-2 İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İZİN FORMLARI (DEVAMI)

EK-2 İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İZİN FORMLARI (DEVAMI)

EK-3 ANKET FORMU

KATILIMCI TANIMA FORMU

Sayın katılımcı bu araştırma, Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ebelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Aycan KAHRAMAN'ın **“Kadınların Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgi ve Tüketim Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi”** başlıklı Yüksek Lisans Tez çalışmasına aittir. Sizden alınacak olan tüm bilgiler bilimsel bilgi olarak kullanılacak ve gizli tutulacaktır.

Katılımınız için teşekkür ederiz.

Aşağıda tanımlayıcı bilgilerinizi içeren sorular yer almaktadır. Lütfen tercihinize uyan ya da en yakın seçeneği işaretleyiniz ve boşluk bırakılan yerleri doldurunuz.

Tanımlayıcı Bilgiler

1. Kaç yaşındasınız?

2. Öğrenim durumunuz nedir?

İlkokul %o Lise %o Üniversite %o Lisansüstü (master/doktora) %o

3. Mesleğiniz nedir?

Ev Hanımı %o Öğretmen %o Akademisyen %o Ebe %o Hemşire %o Doktor %o Diş hekimi %o Eczacı %o Diyetisyen %o Veteriner Hekim %o Bankacı %o İşçi %o Polis memuru %o

Diğer %o Yazınız:

4. Çalışıyor musunuz? Evet %o Hayır %o

5. Gelir durumunuzu nasıl değerlendirirsiniz?

Gelir giderden az %o Gelir gidere denk %o Gelir giderden fazla %o

6. Sigara kullanıyor musunuz? Evet %o Hayır %o

7. Alkol kullanıyor musunuz? Evet %o Hayır %o

8. Tanısı koyulmuş bir hastalığınız var mı? Evet %o Hayır %o

Cevabınız evet ise, hastalığınızın adı nedir?

Diyabet %o Yüksek tansiyon %o Kalp-damar Hastalığı %o Böbrek Hastalığı %o Tiroid %o Obezite %o Alerji %o İrritabl Barsak Sendromu %o İnflamatuvar Barsak Hastalığı %o Depresyon %o Laktoz intoleransı %o Anemi %o Ürogenital Enfeksiyonlar %o Diğer %o Yazınız:

ANKET FORMU

Aşağıda probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarınızı sorgulayan sorular yer almaktadır. Lütfen tercihinize uyan ya da en yakın seçeneği işaretleyiniz ve boşluk bırakılan yerleri doldurunuz.

Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgiler

1. “Probiyotik” teriminin ne olduğunu açıklayabilir misiniz?

Evet % Hayır %

2. Probiyotik ve probiyotik ürünleri hangi kaynak/kaynaklardan duydunuz?

Uzman (Diyetisyen / Doktor / Sağlık Çalışanı) % Reklam (gazete, dergi, televizyon) %

Konferans / Bilimsel toplantı % Eczane / Satış noktası % Aile / Arkadaş / Tanıdık %

Diğer % Yazınız: ...

Tablo 1: Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgiler	Evet	Hayır	Bilmiyorum
1. Probiyotikler vücuda yeteri kadar alındıklarında insan sağlığını olumlu yönde etkileyen canlı mikroorganizmalardır*.			
2. Probiyotiklerin içerisinde hem yararlı hem de zararlı mikroorganizmalar yer almaz.			
3. Probiyotikler fermente süt ürünlerinde bulunur.			
4. Turşu probiyotik bir gıdadır.			
5. Kefir probiyotik bir gıdadır.			
6. Boza probiyotik bir gıdadır.			
7. Yoğurt probiyotik bir gıdadır.			
8. Tarhana probiyotik bir gıdadır.			
9. Sofralık zeytin probiyotik bir gıdadır.			
10. Peynir probiyotik bir gıdadır.			
11. Probiyotikler düzenli tüketilmelidir.			
12. Probiyotikler hastalıklara neden olan mikroorganizmalar ile savaşır.			
13. Probiyotik kullanımı kabızlık sorununa iyi gelir.			
14. Probiyotik kullanımı ishal sorununa iyi gelir.			
15. Probiyotik kullanımı sindirim sistemini düzenler.			
16. Probiyotik kullanımı bağışıklık sistemini düzenler			
17. Farklı formülasyonlarda probiyotik kapsül, toz, krem, macun, sprej ürün çeşitleri vardır.			
18. Ağız yoluyla tüketilen probiyotik ürünler vardır.			
19. Vajinal kapsül olarak uygulanan probiyotik ürünler vardır.			
20. Topikal olarak deriye uygulanan probiyotik ürünler vardır.			

*Mikroorganizma: Gözle görülemeyen küçük canlı

Probiyotikler ve Probiyotik Ürünleri Tüketim Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi

1. Probiyotik ürün tüketiyor musunuz? Evet % Hayır %

Cevabınız hayırsa, probiyotik ürün tüketmeme nedeniniz nedir?

Probiyotik kullanımını gereksiz buluyorum % Önemi hakkında bilgim yok %

Lezzetli bulmuyorum % Probiyotik ürünleri satın almaya bütçem uygun değil %

Diğer %Yazınız:.

Cevabınız evet ise, probiyotik ürün tüketim nedeniniz nedir?

Sağlık sorunları sebebiyle uzman tavsiyesi (Diyetisyen/Doktor) üzerine %

Sağlık sorunu olmayıp, uzman tavsiyesi (Diyetisyen/Doktor) üzerine %

Probiyotik gıdalara ilişkin tanıtımlardan (sosyal medya, televizyon reklamları vd.) etkilenme%

Yapılan akademik çalışmalara ilişkin literatürlerin okunmasından/takibinden %

Diğer %Yazınız: ...

2. Son 1 ayı düşündüğünüzde aşağıdaki besin ve içecekleri tüketim sıklığınız nedir?

	Günde 1 kez	Günde 2 kez	Günde 3 kez	Haftada 5-6 kez	Haftada 3-4 kez	Haftada 1-2 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez	Hiç
Ev yoğurdu									
Probiyotik içerikli yoğurt									
Probiyotikli ayran									
Kefir									
Tarhana									
Peynir									
Probiyotikli peynir									
Sofralık zeytin									
Boza									
Turşu									

3. Probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalığınızın ve/veya hastalığınıza ilişkin semptomlarının azaldığını/tamamen kaybolduğunu düşünüyor musunuz ya da size böyle bir uzman (Diyetisyen/Doktor) görüşü yapıldı mı?

Evet, kendim düşünüyorum % Evet, Uzman görüşü (Diyetisyen/Doktor) %
Faydasını görmedim %

Cevabınız evet ise (sizin görüşünüz ve/veya uzman görüşü), probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak fayda gördüğünüz veya faydası olduğunu düşündüğünüz hastalığınız aşağıdakilerden hangisidir?

İrritabl Barsak Sendromu % İnflamatuvar Barsak Hastalığı % Obezite % Kabızlık %
İshal % Alerji % Laktoz intoleransı % Depresyon % Ürogenital Enfeksiyonlar %
Diğer % Yazınız: ...

Cevabınız evet ise, kullandığınız probiyotik ürün/ürünlerin tüketim şeklini, kullanım miktarını ve kullanım süresini belirtiniz?

Tüketim şekli: Kapsül ile ağızdan % Toz ile ağızdan % Fitol ile vajinal % Sprey ile
burundan %

Krem ile deri yüzeyine %

Kullanım miktarı:adet/Şase.....

Kullanım süresi:

gün/hafta/ay

EK-4 GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

Sayın katılımcı bu araştırma, Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ebelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Aycan KAHRAMAN'ın “Kadınların Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgi ve Tüketim Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi” başlıklı Yüksek Lisans Tez çalışmasına aittir.

Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın niçin ve nasıl yapılacağını, bu araştırmanın gönüllü katılımcılara getireceği olası faydaları, riskleri ve rahatsızlıklarını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz. Katılmayı kabul ettiğiniz takdirde, gerekli yerleri siz ve sorumlu araştırmacı tarafından doldurup imzalanmış bu formun bir kopyasını saklamanız için size verilecektir. Sizden alınacak olan tüm bilgiler bilimsel bilgi olarak kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Katılımınız için teşekkür ederiz.

I-Araştırmayla İlgili Bilgi

Davet edilen araştırmanın adı: **“Kadınların Probiyotikler ve Probiyotik Ürünler ile İlgili Bilgi ve Tüketim Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi”**.

Ailelerin ve toplumun sağlık durumuyla yakından ilişkili olması ve kadın sağlığı ve beslenmesinden kaynaklanan sorunların çocuklara aktarımı olmasından, kadınların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi oldukça önemlidir. Yapılması planlanan bu çalışmada, 18 yaş ve üzeri kadınların probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Katılımcı tanıma formunda, tanımlayıcı bilgilerinizi içeren 8 soru (yaş, öğrenim durumu, meslek, çalışma durumu, gelir durumu, sigara kullanımı, alkol kullanımı ve varsa tanısı konulmuş hastalık durumu) yer almaktadır. Devamında anket formunda, probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgi ve tüketim alışkanlıklarınızı sorgulayan sorular yer almaktadır. Probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili bilgilerinizi sorgulayan 2 ön bilgi sorusu (probiyotik terimini açıklayabilme, probiyotik ve probiyotik ürünleri hangi kaynak/kaynaklardan duyduklarınız) ve probiyotikler ve probiyotik ürünler ile ilgili genel bilgilerin yer aldığı 20 soruluk anket tablosu yer almaktadır. Tabloda probiyotiklerin özelliklerine yönelik 20 tane soru cümlesine ilişkin cevaplar “Evet”, “Hayır” ve “Bilmiyorum” olarak kategorize edilmiştir. Ardından, probiyotikler ve probiyotik ürünleri tüketim alışkanlıklarınızın değerlendirilmesine yönelik 3 soru (probiyotik ürün tüketim nedeni, son bir ayı kapsayan seçili besin ve içecekleri tüketim sıklıkları ve probiyotik ürün tüketimine bağlı olarak hastalık/hastalığa ilişkin semptomların iyileşme/gerileme durumu) yer almaktadır. Anketin tamamlanma süresi yaklaşık 15 dakika olarak ayarlanmıştır. Bu araştırmanın size getirebileceği herhangi bir risk veya rahatsızlık olmayacaktır. Çünkü anketsel bir çalışma olacağı için sadece soruları size uygun şıkları işaretleyerek

doldurmanız istenecektir. Bu araştırmada yer almanız nedeniyle size hiçbir ödeme yapılmayacaktır.

II-Gönüllünün Haklarıyla İlgili Bilgi Verilmesi

Araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkında sahipsiniz. Ayrıca sorumlu araştırmacı gerek duyarsa sizi çalışma dışı bırakabilir. Çalışmaya katılmama, çalışmadan çıkma veya çıkarılma durumlarında bir ceza, yaptırım veya hakkınız olan yararların kaybı kesinlikle söz konusu olmayacaktır. Araştırma konusuyla ilgili ve sizin araştırmaya katılmayı devam etme isteğinizi etkileyebilecek yeni bilgiler elde edildiğinde, size zamanında bilgilendirme yapılacaktır. Araştırmanın yürütücüleri, Etik Kurul Üyeleri, Sağlık Bakanlığı ve diğer ilgili sağlık otoriteleri sizin bu araştırmadaki tıbbi kayıtlarınıza doğrudan erişebileceklerdir; ancak kimlik bilgileriniz kesinlikle gizli tutulacaktır ve bu çalışmadan elde edilen bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

Katılımcının/Hastanın Beyanı

Sayın Aycan KAHRAMAN tarafından Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ebelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tez çalışmasında kullanılacak olan anket çalışması ile ilgili yukarıdaki bilgiler bana aktarıldı. Bu bilgilerden sonra böyle bir araştırmaya “katılımcı” olarak davet edildim. Eğer bu araştırmaya katılırsam araştırmacı ile aramda kalması gereken bana ait bilgilerin gizliliğine bu araştırma sırasında da büyük özen ve saygı ile yaklaşılacağına inanıyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin ihtimamla korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Projenin yürütülmesi sırasında herhangi bir sebep göstermeden araştırmadan çekilebilirim. (Ancak araştırmacıları zor durumda bırakmamak için araştırmadan çekileceğimi önceden bildirmemim uygun olacağının bilincindeyim) Ayrıca tıbbi durumuma herhangi bir zarar verilmemesi koşuluyla araştırmacı tarafından araştırma dışı da tutulabilirim. Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum. Bana da bir ödeme yapılmayacaktır. İster doğrudan ister dolaylı olsun araştırma uygulamasından kaynaklanan nedenlerle meydana gelebilecek herhangi bir sağlık sorunumun ortaya çıkması halinde, her türlü tıbbi müdahalenin sağlanacağı konusunda gerekli güvence verildi. (Bu tıbbi müdahalelerle ilgili olarak da parasal bir yük altına girmeyeceğim). Bu araştırmaya katılmak zorunda değilim ve katılmayabilirim. Araştırmaya katılmam konusunda zorlayıcı bir davranışla karşılaşmış değilim. Eğer katılmayı reddedersem, bu durumun tıbbi bakımına ve hekim ile olan ilişkiye herhangi bir zarar getirmeyeceğini de biliyorum.

Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Kendi başıma belli bir düşünme süresi sonunda adı geçen bu araştırma projesinde “katılımcı” (denek) olarak yer alma kararını aldım. Bu konuda yapılan daveti büyük bir memnuniyet ve gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

İmzalı bu form kağıdının bir kopyası bana verilecektir.

7. GÖNÜLLÜ ONAY FORMU

Yukarıda gönüllüye araştırmadan önce verilmesi gereken bilgileri gösteren metni okudum. Bunlar hakkında bana yazılı ve sözlü açıklamalar yapıldı. Bu koşullarla söz konusu klinik araştırmaya kendi rızamla hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Gönüllü:

Adı, Soyadı:

Adres:

Tarih:

İmza:

Gönüllü ile görüşen araştırmacı:

Adı, Soyadı, Unvanı: Aycan KAHRAMAN, Yüksek Lisans Öğrencisi

Adres: Kırklareli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Tarih:

İmza

EK-5 ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı	Aycan	Soyadı	KAHRAMAN
Doğ.Yeri		Doğ.Tar.	
Uyruğu	T.C	Email	

Eğitim Düzeyi

	Mezun Olduğu Kurumun Adı	Mez. Yılı
Doktora		
Yük.Lis.		
Lisans	Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksek Okulu	2014

İş Deneyimi (Sondan geçmişe doğru sıralayın)

	Görevi	Kurum	Süre (Yıl - Yıl)
1.	Ebe		
2.	Ebe		
3.	Ebe		
4.	Ebe		
5.	Ebe		
6.	Ebe		
7.	Ebe		

Yabancı Dilleri	Okuduğunu Anlama*	Konuşma*	Yazma*	ÜDS/YDS/YÖK DİL Puanı	(Diğer) Puanı
İngilizce	Orta	Orta	Orta		

*Çok iyi, iyi, orta, zayıf olarak değerlendirin

	Sayısal	Eşit Ağırlık	Sözel
ALES Puanı	67,2	63,5	58,8
(Diğer) Puanı			

Bilgisayar Bilgisi

Program	Kullanma becerisi
Microsoft Office programları	orta

Yayınları/Tebliğleri Sertifikaları/Ödülleri

- Neonatal Resüstasyon Programı 2014
- Acil Obstetrik Bakım Eğitimi 2016

- Anne Sütü ve Emzirme Danışmanlığı 2017
- Yılmaz O., Kahraman A., Aka N. The Relationship of Vaginal Microbiota and Women's Health: A Concise Review. 2. Uluslararası Ebeler Derneği Kongresi (19-22 Mayıs 2022, Eskişehir),
- Emzirme Danışmanlığı Eğitimi 2024

