

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
MEDYA VE İLETİŞİM ANABİLİM DALI
MEDYA VE İLETİŞİM SİSTEMLERİ BİLİM DALI

**DİJİTAL DÜNYADA SAĞLIK İÇİN
BİLGİ ARAYIŞI: COVID-19 ÖRNEĞİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan

Nergiz KILIÇ

İstanbul, 2021

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
MEDYA VE İLETİŞİM ANABİLİM DALI
MEDYA VE İLETİŞİM SİSTEMLERİ BİLİM DALI

**DİJİTAL DÜNYADA SAĞLIK İÇİN
BİLGİ ARAYIŞI: COVID-19 ÖRNEĞİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan

Nergiz KILIÇ

Öğrenci No:

17550950011

Orcid No:

0000-0002-5567-1958

Danışman:

Dr. Öğr. Üyesi Alper DEĞERLİ

İstanbul, 2021

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum **“Dijital Dünyada Sağlık İçin Bilgi Arayışı: Covid-19 Örneği”** başlıklı olan bu araştırma, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun tarafımdan yazıldığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, yararlandığımı, eserlerin tamamını kaynaklarda gösterdiğimi ve çalışmanın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yaptığımı, patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 22/04/2021

Nergiz KILIÇ

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

22.03.2021

Enstitümüz *Medya ve İletişim* Anabilim Dalı *Medya ve İletişim Sistemleri* Programı yüksek lisans öğrencilerinden **17550950011** numaralı **Nergiz MAKAS**'ın "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "***Dijital Dünyada Sağlık İçin Bilgi Arayışı: Covid-19 Örneği***" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 30/03/2021 tarih ve 2021/10 sayılı toplantısında seçilen ve On-Line toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 29. maddesinin 3. fıkrası gereğince 45 dakika süre ile Microsoft Teams programı aracılığıyla on-line olarak aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında "**ÖYBİRLİĞİ**" ile "**KABUL**" kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 2 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Al*** DE***
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Prof. Dr. Mi*** DE***
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Doç. Dr. Ya*** ÖZ*** AK***
(İstanbul Arel Üniversitesi)

Adı ve Soyadı : Nergiz KILIÇ
Danışman : Dr. Öğr. Üyesi Alper DEĞERLİ
Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans, 2021
Alanı : Medya ve İletişim Sistemleri
Anahtar Kelimeler : Covid-19, Pandemi, Sosyal Medya, İnternet, Bilgi Arayışı,
Hipokondriazis, Siberkondria, Çevrim İçi Uygulamalar

ÖZ

DİJİTAL DÜNYADA SAĞLIK İÇİN BİLGİ ARAYIŞI: COVID-19 ÖRNEĞİ

İnsanlar, dijital dünyanın gelişimi ile sosyal medya platformları, web siteleri gibi ağlardan birçok alanda hızlı ve kolay şekilde bilgiye ulaşmaktadır. Ulaşılan bilgilerin gerçekliği, güvenilirliği, doğruluğu önemlidir. Sağlık alanı, insanlar için büyük önem taşıyan ve hakkında en çok araştırma yapılan alanlardan biridir. Hastaneler ve doktorlar tarafından hazırlanan ve dijital ortamlarda paylaşılan bilgilendirici yazı ve videolar da bu alanda yapılan araştırmaların bir sonucu olarak vardır. Bu yayınlar insanların ilgisini çekmekte, böylece yazı, resim, fotoğraf ve video yayınlarında süreklilik sağlanmaktadır.

Bu durumun çeşitli olumsuzluklarının olduğu da bilinmektedir. Örneğin, sosyal ağları bilinçli bir medya okuryazarlığı ile kullanmayan kişilerin sağlık alanında geçerli kaynağın yalnızca bu yazı ve videolar olacağı yaklaşımı ve ilgilendiği sağlık sorunu hakkında her tür olumlu/olumsuz veya yetkili/yetkisiz yayını takip etmesi kişilerde panikatak, hipokondriazis veya siberkondria rahatsızlıklarına yol açmaktadır.

Sosyal medyada bilgi paylaşımı ve arayışları Covid-19 virüsü sürecinde de güncelliğini sürdürmektedir. Bu nedenle çalışmamızda pandemi sürecinde sosyal medyada Covid-19 ile ilgili yapılan aramalar, bu bilgilerin güvenilirliği ve kişilerin ulaştığı bilgilere verdiği tepkiler hakkında bir sonuca varılması hedeflenmiştir. Bu sonuçlara ulaşmak için araştırma yöntemi kullanılmış, nitel veri toplama yöntemi ile elde edilen sonuçlar verilmiştir.

Araştırma, Covid-19 virüsü pozitif çıkan 30 kişi üzerinden yürütölmüştür. Katılımcıların çalışmaya dâhil olma onayı pandemi nedeniyle telefonla görüşölerek alınmıştır. Katılımcılara yöneltölen sorulara verilen cevapların ve ses kayıtlarının yalnızca tez sahibi tarafından arşivlenip saklanacağı bilgisi onay alınırken kişilere verilmiştir. Katılımcılara sorulacak sorular hazırlanmış, Ek 1 bölümünde hem sorular hem de katılımcıların cevapları belirtilmiştir.

Bu araştırmadan dijital dünyanın gelişimi ile sosyal ağıların genişlediğı, bu ağlarda sağıık konusunda yayınlanan bilgileri insanların doğru bulduğı ve uyguladığı, bunun sonucu olarak panikatak, hipokondriasis veya siberkondria hastalıklarında artış olduğı bulgularına ulaşılmıştır.



Name and Surname : Nergiz KILIÇ
Supervisor : Dr. Lecturer Alper DEĞERLİ
Degree and Date : Master, 2021
Major : Media and Communications Systems
Key Words : Covid-19, Pandemic, Social Media, İnternet, Search for
Knowledge , Hypochondriasis, Siberkondria, Online
Applications

ABSTRACT

THE SEARCH FOR INFORMATION FOR HEALTH IN THE DIGITAL WORLD; THE CASE OF COVID-19

With the development of the digital world, society in many areas is gaining information quickly and easily. But this process also has an important place in the reality, reliability and accuracy of the information distributed to society. Thanks to technology, when society needs information, they can reach their goals quickly and free of charge by applying to areas such as social media platforms, websites. As in all areas, the issue of health, which is most researched and takes people's interest, can be called the issue that is at the forefront. Because doctors, hospitals, free articles, videos, experts and thousands of people who are not experts manage to attract the attention of the society and the continuity of the situation continues as they share information free of charge. Information in social media also continues to be popular in the Covid-19 pandemic process because people in need of information are generally seen as social media or websites, the platforms where they do their initial research. But people have exaggerated this situation and started to cause different ailments. For example, panic attacks, hypochondriasis, or cyberchondria can cause discomfort when a person feels uncomfortable and reads articles from people without expertise.

Research has been conducted to answer questions about the place, credibility and reliability of information on social media in health issues from the point of view of society, and how people's behavior results. In order to achieve these results, it was

written using the research method and qualitative data collection method. Research was conducted on 30 people who tested positive for the Covid-19 virus. The questions asked to these people are written in Annex 1, and the comments of the participants are stated in detail in other additional parts. Because of the pandemic, the interviews were approved by people over the phone and the information that the audio recordings would only be archived and stored by me was given and approved. Findings of the research; With the development of the digital world, online networks have expanded, the information on these platforms such as health, current news and recommendations are seen as correct by the society, and as a result of the research, the information in the health field is generally applied and accepted as correct, it has been concluded that people have an increase

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZ

ABSTRACT

ŞEKİLLER LİSTESİ	iv
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

DİJİTAL DÖNÜŞÜM VE BASAMAKLARI

1.1.Dijital Dönüşüm ve Basamakları	2
1.2. İnternet ve Dijital Ağın Gelişimi.....	2
1.3.Web Teknolojilerin Evrimi	3
1.4. Nesnelerin İnterneti	18

İKİNCİ BÖLÜM

DİJİTAL DÜNYADA SAĞLIK İÇİN BİLGİ ARAYIŞI

2.1. Sağlık Kavramı.....	20
2.2. Sağlık İletişimi ve Düzeyleri.....	21
2.3. İnternet Tabanlı Sağlık Araştırmaları ve E-Sağlık.....	23
2.4. Sağlık İçin Bilgi Arayışında Sosyal Medya	24
2.4.1. Bilgi Akışında Sosyal Medyanın Rolü	25
2.4.2. Sağlık Arayışında Dijital Hastalıklar.....	27
2.4.2.1. Panik Atak.....	28
2.4.2.2. Bilişsel Uyumsuzluk	29
2.4.2.3. Hipokondriasis.....	30
2.4.2.4. Siberkondria Nedir?	32
2.4.3. Dijital Dünyanın Hastalıkları İçin Çözüm Yolları	33
2.4.3.1. Sağlık Okuryazarlığı	33
2.4.3.2. Medya Okuryazarlığı	35
2.4.3.3. Sağlık İnancı Modeli.....	35
2.5. Salgın Hastalıklarda İletişim ve Bilgi Arayışı	36
2.5.1. Salgın Hastalıklarda İnfodemi	37
2.5.2. Covid-19 Salgınında Bilgi Arayışı	39

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

COVID-19 PANDEMİSİNDE DİJİTAL DÜNYADA BİLGİ ARAMA SÜRECİ

3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi	42
3.2. Araştırmanın Yöntemi.....	42
3.3. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları	43
3.4. Araştırmanın Bulguları ve Analizi	43
3.5. Araştırmanın Sonucu.....	45
SONUÇ	48
KAYNAKÇA.....	51
EKLER	58
Ek-1: Araştırma da Covid-19 testinin Pozitif çıkan kişilerle Bu süreç de ve öncesinde nasıl Bilgi arayışı yaptıkları ilgili ilgi Röportaj Formu	58
Ek-2: 1 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	60
Ek-3: 2 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	64
Ek-4: 3 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	67
Ek-5: 4 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	69
Ek-6: 5 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	71
Ek-7: 6 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	74
Ek-8: 7 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	76
Ek-9: 8 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	78
Ek-10: 9 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	80
Ek-11: 10 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	82
Ek-12: 11 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	84
Ek-13: 12 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	86
Ek-14: 13 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	88
Ek-15: 14 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	90
Ek-16: 15 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	92
Ek-17: 16 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	94
Ek-18: 17 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	96
Ek-19: 18 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	98
Ek-20: 19 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	100

Ek-21: 20 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	102
Ek-22: 21 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	104
Ek-23: 22 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	106
Ek-24: 23 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	108
Ek-25: 24 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	110
Ek-26: 25 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	112
Ek-27: 26 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	114
Ek-28: 27 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	116
Ek-29: 28 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	118
Ek-30: 29 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	120
Ek-31: 30 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi	122

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1: Web 1.0 Yayılım Gösterimi	4
Şekil 2: Web 1.0 ile Web 2.0 Arasındaki Farklar	5
Şekil 3: Whatsapp Üzerinden Gelen Toplu Mesaj	7
Şekil 4: Whatsapp Üzerinden Gelen Toplu Mesaj	8
Şekil 5: Zayıflama Hakkında Youtube Kanalında Yayınlan Video	9
Şekil 6: Zayıflama Hakkında Youtube Kanalında Yayınlanan Videonun Yorumları	10
Şekil 7: Instagram Hesabının Tarihsel Açıdan Gelişim Evresi	12
Şekil 8: Web 3.0 Ağlarının Dağılımı.....	13
Şekil 9: Web Gelişimi Piramidi.....	14
Şekil 10: Web 1.0, Web 2.0, Web 3.0 Ağlarının Bölümsel Farkları.....	14
Şekil 11: Covid-19 Virüsüne Yakalanmamak İçin Alınan Önleme Örnek	17
Şekil 12: Sağlığın Boyutları	21
Şekil 13: Covid-19 Virüsüne Yakalanmamak İçin Alınan Önleme Örnek	26
Şekil 14: İnfodemi Yönetim Şekli.....	38
Şekil 15: Hayat Eve Sığar Programı Açılış Görüntüsü	41

GİRİŞ

Teknolojinin gelişmesi dijital dünyanın gelişimini hızlandırmıştır. Dijital dünyanın gelişimi ise insanların istedikleri birçok bilgiye sosyal ağlar üzerinden ulaşmasını sağlamıştır. Bu durum toplumların bilgi arayışını davranışsal açıdan da etkilemiştir çünkü daha önce yalnızca tek taraflı bir bilgi aktarımı sağlayan internet daha sonra insanların karşılıklı etkileşimine, yorumlarına açık hâle gelmiştir.

Sağlık, insanların sosyal ortamlarda arama yaptığı alanların başında gelmektedir ve bu alanda yayınlanan yazı, resim, fotoğraf ve videolar kullanıcıların ilgi odağı olmaktadır. Instagram, Facebook, Youtube, Twitter gibi sosyal ağlar veya çeşitli bloglar diğer birçok alanda olduğu gibi sağlık alanında da insanların bilgi edinmek için yöneldiği mecralardır.

Bu çalışmada pandemi sürecinde Covid-19 virüsü hakkında yapılan aramalar, sosyal ağlarda virüs hakkında verilen bilgiler, insanların bu bilgilerden etkilenmesi ve ulaşılan bilgilere verdiği tepkiler incelenmiştir. Ayrıca pandemiden önce sağlık alanında dijital ortamda insanların arama yapıp yapmadığı, Covid-19'dan sonra sağlık alanındaki aramaların artış gösterip göstermediği, Covid-19 testi pozitif çıkanların internet üzerinden araştırma yapıp yapmadığı ve bu durumun psikolojik olarak kendilerinde nasıl bir etki yarattığı araştırılmıştır.

Çalışmada sağlık terimleri, sağlık okuryazarlığı ve sağlığa dair inanışlar hakkında bilgiler verilmiştir. Dijital dünyanın gelişimi ile sağlık alanında bilgi arayışındaki tutum ve davranışlar Covid-19 virüsü, panikatak, hipokondriasis, siberkondria bağlamında incelenmiştir.

Araştırmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile otuz kişiye açık uçlu sorular sorulmuş, cevaplardan nitel verilere ulaşılmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

DİJİTAL DÖNÜŞÜM VE BASAMAKLARI

1.1. Dijital Dönüşüm ve Basamakları

Çevrim içi araştırmalar, küreselleşen dünyanın gelişimi ile ortaya çıkmıştır. Sınır tanımayan çevrim içi araçlar her kitleye hitap etmekte, istenilen zaman ve yerde bilgi akışını sağlanmaktadır. İlk çevrim içi iletişim örneği (1969) ABD'nin kendini korumak ve savunmak için kullandığı bilgisayar ağında görülür. İlerleyen zamanda ise sadece kendini korumak için değil, tüm dünyaya bu ağı yaymak için belirlenen bir hedefle karşılaşılır. Böylece bu ağ “ağların ağı” olarak bilinir.

Hızlı bir ilerleme gösteren çevrim içi iletişim, sağlık alanında da büyük bir etki yaratmaktadır. Araştırmalar ve bilgi akışını güçlendiren gelişmeler farklı çevrim içi alanlarda kullanılmaktadır.

Web kelimesi ilk olarak Tim Barners-Lee tarafından 1898 yılında kullanılır. Barners-Lee'nin web kelimesini kullanmasındaki amacı yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçlara kolayca ulaşılabilmesidir. Web kelimesi İngilizcede “örümcek ağı” anlamına gelmektedir. Bu benzetmenin nedeni, bilgisayar ağlarında gerçekleşen bağlantılardır. Web, fiber yazılarından oluşan bilgi sistemi olarak nitelendirilmektedir. Dijital dünyanın gelişimi ile tüm iletişim, araştırma, bilgi yöntemleri değişmektedir ve bu değişimler web yöntemleri açısından bakıldığında Web 1.0, Web 2.0, Web 3.0 ve Web 4.0 olarak ayrılmaktadır.

1.2. İnternet ve Dijital Ağın Gelişimi

İnternet birçok bilgisayar protokollerini iç içe alan ve birbirine bağlayan dünya geneline yayılmış bir iletişim ağıdır. İnternet ağı insanlara ihtiyaç duyduğu bilgiyi hızlı, kolay, ücretsiz ve güvenilir şekilde ulaştırmaktadır. Kişiler arası bilgi aktarımı yapmak da internet ile mümkün olmaktadır. İnternet ilk defa 1969 yılında karşımıza çıkar. Bu dönemde interneti kullanan kişi ve kurum oldukça azdır. İnternetin temelini atan ARPANET, o dönemde yaklaşık 50 milyar nesnesin internete bağlanacağına dair öngöründe bulunmuştur.

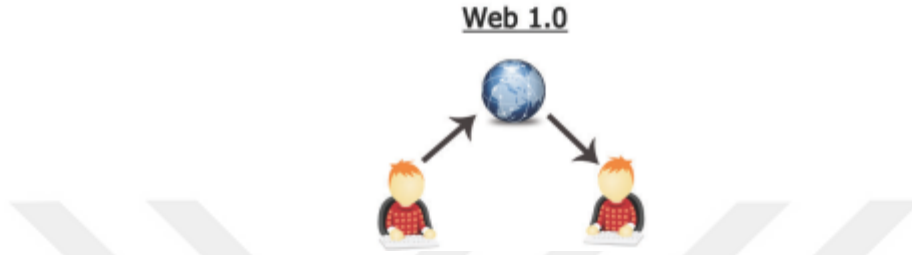
Günümüzdeki internet ağına bakıldığında interneti ağların ağı olarak nitelendirmek mümkündür (Gündüz ve Daş, 2018: 327). Kitle iletişim araçlarından biri olan internetin sahip olduğu kolaylık, esneklik ve evrensellik sayesinde gelecekte de gelişerek devam edeceği düşünülmektedir. Bu özelliklerinden dolayı internet insanların herhangi bir konuda bilgiye ihtiyaç duyduklarında başvurdukları ilk kaynak olmuştur. Tezimizin konusunu oluşturan sağlık da insanların internet üzerinden bilgiye ulaşma çabalarında internetten arama yaptıkları alanlar kapsamındadır. İnsanlar; hastalıkların özellikleri, belirtileri, tedavi yöntemleri, doktor ve hastane bilgilerini internet üzerinden aramaktadır.

Söz konusu bu durum kimi insanların yaptıkları araştırmalar sonucunda kendi sağlıkları ve ihtiyaç duydukları tedavi noktasında doktordan önce söz söyleme yetkisine sahip olduğu zannına kapılmasına ve doktorların uzmanlık alanlarındaki otoritelerine güvenmemelerine neden olmaktadır. Çok farklı yerlerde yaşayan insanlar kendi hastalığı ile aynı ya da benzer durumu yaşayanlarla iletişime geçmekte, hastalığa teşhis koymaya çalışmaktadır. Bu ve benzeri durumlar insanların sağlık alanında uygun olmayan davranışları geliştirmesi ve maddi manevi zarar görmesi ile sonuçlanabilmektedir (Günler, 2015: 35).

1.3. Web Teknolojilerin Evrimi

Web 1.0; toplumun kullanması için kısıtlayıcı içerik yapıları oluşturmayı ve bu yapıların az sayıda hedef kitleye ulaşıp okunmasını sağlamaktadır. İnternet ortamının temelini Web 1.0 atmıştır, bu nedenle teknolojiye önemli bir yere sahiptir. Fakat Web 1.0 ile kullanıcıların istedikleri bilgilere tam olarak ulaşmadığı görülmektedir (Çakır, 2016: 1). Geniş içerikli bilgileri bünyesinde barındırmayan Web 1.0 kullanıcılarına kendilerine ait öz-içerik sergileme fırsat vermemektedir. Web 1.0 sisteminde internet kullanıcılarının internet ağlarına girmelerinin başka yolu yoktur. Daha fazla bilgiye ihtiyaç duyulduğunda paylaşılan bilgilere yorum yapılmamakta, başka görüşlerden faydalanmak mümkün olmamaktadır. Web 1.0'da bilgi akışının tek taraflı olması ile geri bildirim alınamamakta, ne bilgiyi paylaşan ne de bilgiye ulaşan birbirlerinden haberdar olamamaktadır.

Web 1.0 sisteminde yalnızca HTML ismiyle bilinen yapı kullanılmış ve bu yapı insanlara bilgi akışını sağlayan web siteleri olmuştur. Bu sitelerin isteğe bağlı değişme sürümleri bulunmamaktadır. Sitede bulunan GIF kısımları hedef kitlenin dikkatini çekmektedir. Flash türü minimal görüntüler de bu sayfalarda bulunmaktadır.



Şekil 1: Web 1.0 Yayılım Gösterimi

[\(https://esmacalisir.com/\)](https://esmacalisir.com/)

Web 1.0'ın genel görevi bir konu üzerinde açıklama yapmak ve karşı tarafa bilgi aktarmaktır. Çevrim içi platformlardaki kullanıcı kitle, bilgileri okur. Adminin karşı tarafla iletişime geçebileceği bir platform Web 1.0'da bulunmamaktadır. Dijital ağlarda gelişmeler arttıkça karşılıklı iletişim, admin panelleri ve yorumlar da oluşmuş, böylece Web 2.0 dönemi başlamıştır.

Web 2.0; internet kullanıcılarının karşılıklı iletişimine imkân vermektedir. Web 2.0'ı oluşturan kişi O'Reilly Media'dan Tim O'Reilly'dir. Web 2.0, bilgi akışı ile beraber tüm düşüncelerin ve paylaşımların karşılıklı yapılmasını sağlar. Web 2.0 ağını kullananlar karşı taraf ile iletişime geçer, farklı bilgilere erişebilir ve sahip oldukları bilgileri internet ortamda paylaşabilir. Kullanıcılar hem bilgiyi veren hem alan konumundadır. Gelişen ağlar sayesinde insanlar ve toplumlar tüm dünyaya ait eğitim, kültür, finans, sosyal etkinlikler gibi bilgilere aktif biçimde sahip olmaya başlamıştır.

Web 2.0; kolektif zekâ ile bir arada düşünülmektedir. Kolektif zekâ; farklı kaynaklardan elde edilen bilgiler ile gerçekleşen zekâdır (Morvo, Saka, 2018: 1). Kolektif zekâyâ günümüz dünyasında yeni bilgi edinme kuramı da denilebilmektedir.

Kolektif zekânın gelişmesi ile yeni dünyadaki bilgi akışı da etkilenmiş ve değişmiştir. Web 2.0'ın bilgi akışını değiştirmesi de çevrim içi platformların artmasını sağlamıştır. Yayınlanan bilgilerin gerçekliği hedef kitle üzerinde etkilidir; ilgi çeker ve ciddiye alınır. Bu durum insanların bilgiye ulaşmak için online ortamları tercih etmeye başlamasını sağlamıştır (Horzum, 2020: 607).

Web 1.0	→	Web 2.0
Statik bannerlar	→	Sitedeki içeriğe göre reklâm gösteren Google AdSense
ofoto.com gibi fotoğrafları sadece kendi kullanımınız için saklayacağınız ortamlar	→	Milyonlarla paylaşabileceğiniz Flickr veya Facebook
mp3 indirmek için listeleri gezeceğiniz bir mp3.com sayfası	→	Şarkı adını yazıp arama yaptığınız ve P2P indirebilme imkânı veren, Kazaa
Ansiklopedik bilgiyi arayacağınız yer Britannica Online	→	Ansiklopedik bilginin aşamalı bir şekilde birçok yazar tarafından oluşturulduğu, Wikipedia
Kişisel web siteleri	→	Bloglar
Domain name için akılda kalıcı tanımlamalar seçmek	→	Akılda kalmak ya da öne çıkmak için arama motorları optimizasyonları geliştirmek
Sayfa görüntülenmesi	→	Tıklamaların değerlendirildiği dönem
İçerik yönetim sistemleri	→	Herkesin bir şeyler söyleyebildiği Wikipedia
Klasör yapıları (taxonomy)	→	Tag yapıları (tagging, "folksonomy")

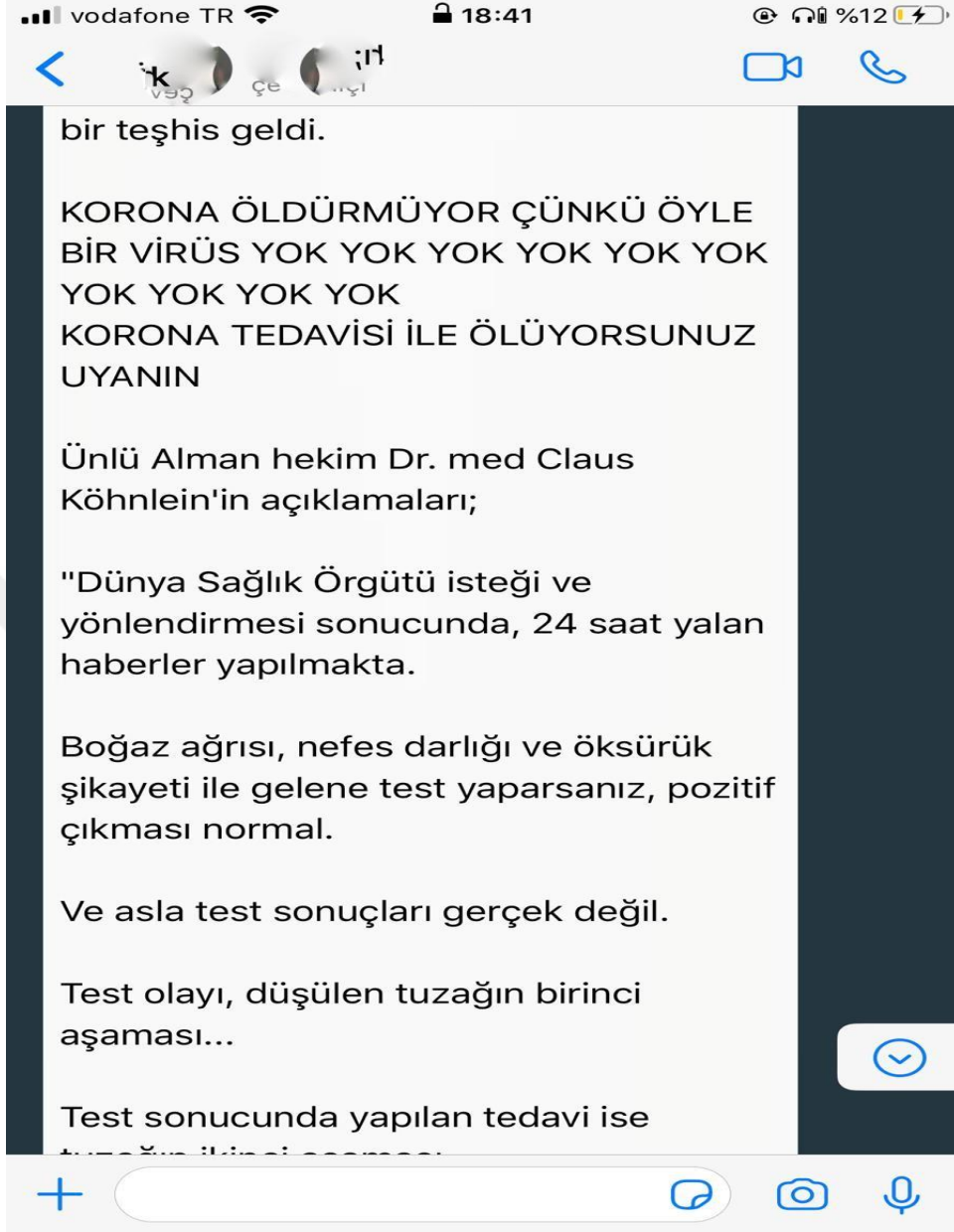
Şekil 2: Web 1.0 ile Web 2.0 Arasındaki Farklar

Web 1.0 ve Web 2.0 arasında birçok farklılık bulunmaktadır. Örneğin, Web 1.0'da firmalar, insanlara ulaştırmak istedikleri bilgileri veya etkinlikleri statik platformlarla bildirirken Web 2.0 ile sosyal medya platformları üzerinden bildirmeye başlamıştır. Kavramsal açıdan bakıldığında kullanılan terimin Web 1.0'da HTML iken Web 2.0'da XML olduğunu söylemek mümkündür. Web 1.0'da pazarlama ön planda değildir, Web 2.0'da ön plandadır. Bu iki ağ arasındaki en büyük fark Web 1.0'da bilginin yalnızca paylaştan kişi tarafından verilmesi ve bilgiyi alanlarla etkileşimin olmaması iken Web 2.0'da bilgi alışverişinin karşılıklı olması ve geniş bir bilgi akışına sahip olunmasıdır. Günümüzde aktif biçimde kullanılan Facebook, Instagram, Twitter, Google, Youtube gibi platformların yanı sıra çeşitli bloglar, forum sayfaları, e-posta gibi çevrim içi ağlar bu akışı sağlamaktadır.

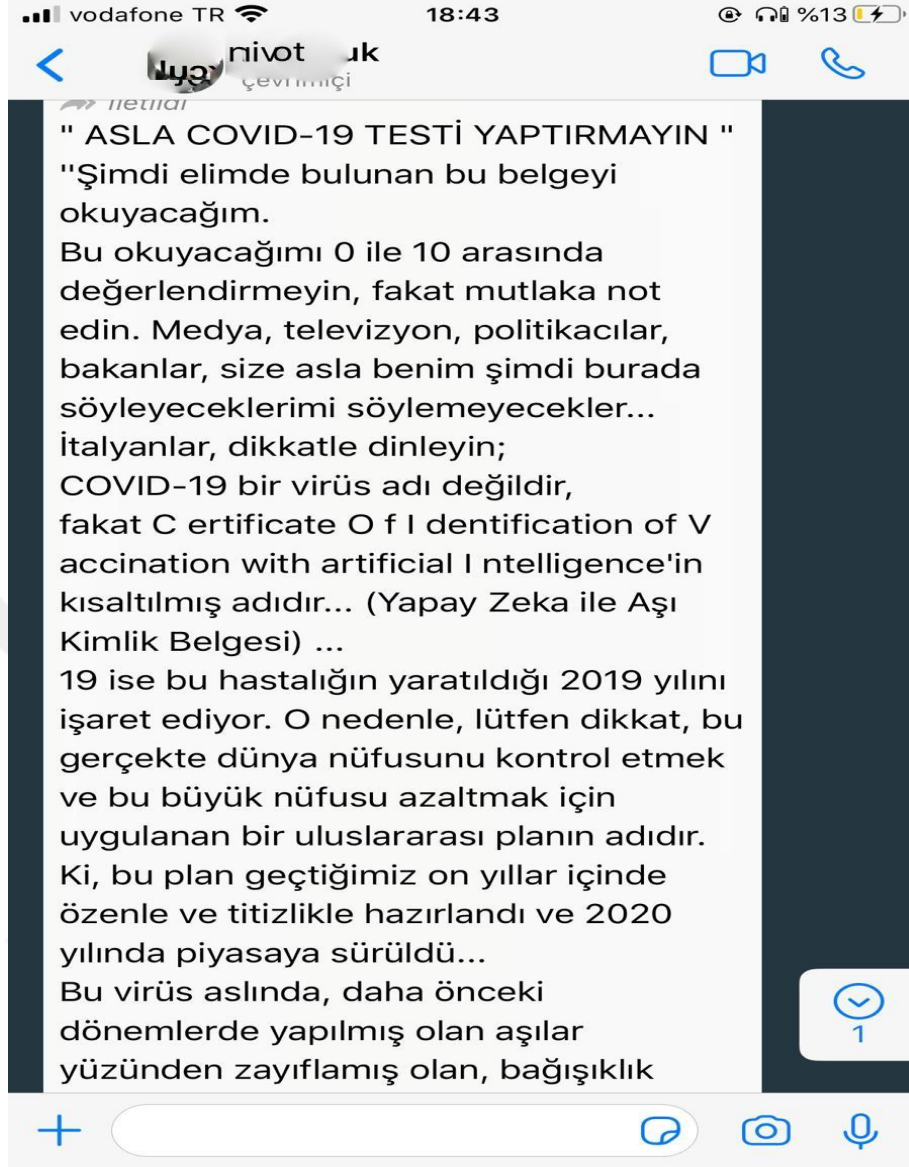
Bu ağlardan e-posta daha resmî bir çerçeve çizmesi nedeniyle kişilerin hekimlerine danışabilecekleri, sorunları iletebilecekleri bir platform sağlamaktadır. Sağlıkla ilgili kullanılan ağlardan bir diğeri ise forum siteleridir. Forum siteleri; belirli konu ve ilgili bölümler içinde toplanmış, insanların kendi aralarında bir konu üzerine tartışıp bilgi paylaştığı online platformlardır (Tuncer, 2014: 21). Sağlık alanında yapılan araştırmalar için sıklıkla tercih edilen forum sitelerinden biri "frmtr.com"dur. Bu site üzerinden konuya açıklık getirmek gerekirse örneğin, sitede

boy uzamasından diş teline, tırnak batmasından sigarayı bırakmaya kadar çok geniş bir alanda sağlık içerikli bilgiler ve yorumlar bulunmaktadır. Buradaki yorumlar, öneriler ve kimi bilgiler kişisel olmasına rağmen oldukça rağbet görmektedir. Bu forum sitesinde 09.03.2012 tarihli bir yorumda boy uzaması ve kilonun aileden genlerle aktarıldığının kesin olmadığı söylenir. Yorumu yapan kişi kendi yöntemleri ile boy ve kilo konusunda hedeflediği amaca ulaştığını söylemekte, böylece uzmanların görüşlerini geçersiz kılmaktadır. Bilimsel gerçeklikten uzak olduğu hâlde bu yoruma 1148 adet yorumla karşılık verilmiştir. Bu durum göstermektedir ki sağlık konusunda insanlar çevrim içi ağlardan geçerli ya da geçersiz her türlü bilgiye ulaşmak için yararlanmaktadır.

Günümüzde aktif olarak kullanılan çevrim içi ağlardan biri Whatsapp uygulamasıdır. İnsanlar bu uygulamayı telefon, tablet vb. teknolojik araçlar üzerinden kullanmaktadır. Bu uygulama sayesinde bir paylaşımın birden fazla kişiye ulaşması toplu mesajlarla mümkündür. Birçok konuda olduğu gibi insanlar sağlık konusunda da ulaştığı bilgileri başka kişilerle paylaşmaktadır. Şekil 4 ve 5 bu duruma örnek olarak verilmiştir.



Şekil 3: Whatsapp Üzerinden Gelen Toplu Mesaj



Şekil 4: Whatsapp Üzerinden Gelen Toplu Mesaj

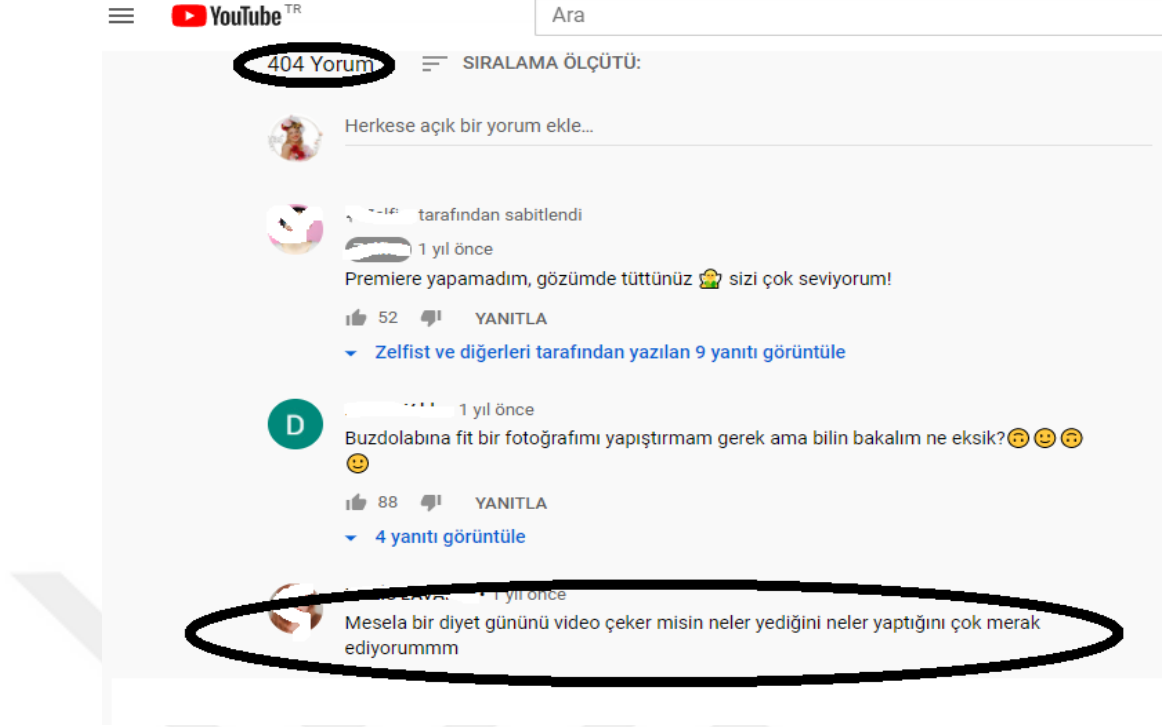
Çevrim içi platformlardan bir diğeri Youtube uygulamasıdır. Yazı ve fotoğraf paylaşılan birçok platformun yanında Youtube video paylaşılmasına imkân tanıdığı için rağbet görmüştür ve sıklıkla kullanılmaktadır. Youtube bu özelliği ile insanların sağlık alanındaki bilgi arayışlarına cevap vermiştir. Örneğin; zayıflama, diyabet, bel ağrısı egzersizleri gibi arayışlar için çekilen videolar ilgi görmektedir. Bu videolar, insanların zahmetsizce ulaşacağı hizmetler olarak algılanmakta, zaman ve para açısından kazanç olarak görülmektedir. Youtube uygulamasındaki videoların içerikleri sayesinde insanların hekime danışmadan tedavi yöntemlerini kullandığı bilinmektedir.

Sağlıkla ilgili videoların içeriğinin doğruluğu ve bilimselliği kesin olmayabilir. Buna rağmen videolara yapılan yorumlarda içerik hazırlayanlardan hastalığın tedavisi için destek ve öneriler beklenmektedir.

Bu konu ile ilgili aşağıda verilen örnekte kendi yöntemleri ile kilo veren kişinin eski ve yeni hâlindeki görselleri de bulunmaktadır. Video, 70.169 kez izlenmiş, 1,6 bin kez beğenilmiş ve videonun 101 kez de beğenilmediği belirtilmiştir. Video hakkında yorum panelinde 404 adet yorum yapılmıştır. Bu yorumlardan birinde “Mesela bir diyet gününü video çeker misin neler yediğini neler yaptığını çok merak ediyorummm” denilmiştir.



Şekil 5: Zayıflama Hakkında Youtube Kanalında Yayınlan Video



Şekil 6: Zayıflama Hakkında Youtube Kanalında Yayınlanan Videonun Yorumları

Televizyonda izlenen haberler yerini çevrim içi platformlardan biri olan Youtube kanalına bırakmıştır. Görülmektedir ki eski medya platformlarının yerini yeni medya almaktadır (Sanlav, 2014: 80). Günümüzde Covid-19 virüsüyle ilgili aramalar yeni medya platformlarından biri olan Youtube üzerinden de yapılmaktadır. Pandemi sürecinde doktorlar, uzmanlar, bilim insanlarının paylaşımları buradan yapılmakta ve izlenmektedir.

Blog, İngilizce “web” ve “log” kelimelerinin kısaltılarak kullanılmasıyla oluşmuştur. Blog sayfalarının kullanımı kolaydır ve sayfalarda bilgi içerikli yazılar bulunmaktadır. Blog sayfaları, yoruma dayalı geniş bir veri tabanı olmasından dolayı insanlar tarafından rahatça ulaşılır ve okunur (Çakır, 2016: 6). Bloglar kurumsal ve bireysel olarak ikiye ayrılmaktadır. Kurumsal bloglar şirketlerin kendi içindeki iletişimi veya basına vermek istedikleri bilgileri paylaşmak için kurulmaktadır. Bireysel bloglar ise kişinin kendi hayatıyla veya dikkatini çeken bir konuyla ilgili bilgi ve düşünce paylaşımı için kullanılmaktadır (Öztürk, 2015: 84).

Blog sayfalarında yazıların altında genellikle yazarın adı ve yazının tarihi bulunur. Metinlerin sonunda okuyucuların bilgi alışverişi için kullandığı yorum kısmında okuyucuların konuya ilgisi, konuyla ilgili soruları ve şikâyetleri yer alır. Bu sayfalar, insanların sağlıkla ilgili aramalar yaptığı platformlar arasında yer alır. Kişilerin sağlıkla ilgili bir deneyimi paylaşması ve bununla ilgili yorumlar yapılması etkileşimi artırmaktadır.

Örneğin, bu blog sayfalarından biri olan “ipuçlarım” adlı sayfada sağlık alanında yazılar bulunmaktadır. “Karın Ağrısına Ne İyi Gelir” başlığını taşıyan yazıya fazlaca yorum yapılması sağlık alanında bu sayfaların da tercih edildiğine örnek teşkil etmektedir.

Çevrim içi ağlardan biri olan Facebook da dünya genelinde kullanıcısı bulunan platformlardandır. Mark Zuckerberg ve arkadaşları tarafından 2004 yılında kurulmuş, önceleri yalnızca Harvard Üniversitesi öğrencileri kullanırken daha sonra dünya çapına yayılmıştır. Facebook, yukarıda sözü edilen sosyal ağlardan daha önce oluşturulduğu için insanların farklı yerlerdeki kişilere rahatça ulaşmasını sağlamış ve kullanan bireyler karşı tarafla kolayca iletişime geçebilmiştir (Gümüş, 2013: 89).

Facebook kendi içinde kurallara sahip bir iletişim ağıdır ve dikkat çekicidir (Irak, Yazıcıoğlu, 2012: 16). Günümüzde 200 milyondan fazla kullanıcısı vardır. Ortalama 120 kişi, en az bir kullanıcının profilini takip eden arkadaş kitlesine sahiptir (Ergenç, 2011: 78). Facebook kendine güncelleme getirerek hedef kitlelerin ihtiyaçlarına hitap etmektedir. Facebook kanalı üzerinden iletişimin yanı sıra haberlere ve çeşitli bilgilere ulaşmak da mümkündür. Sanal bir dünya olduğu için sahte hesaplar üzerinden verilen bilgilerin doğruluğu konusunda titiz davranılmalıdır. Çünkü insanlar sağlıkla ilgili araştırmalarını da bu platform üzerinden yapabilmektedir (Tuncer, 2014: 39).

Instagram uygulaması da insanların dijital alanda kullandığı uygulamalardan biridir. Paylaşılan fotoğrafların altına yapılan işleri, gezilen yerleri ya da ruh hâlini anlatan açıklamalar yazılabilir (Sanlav, 2014: 82). Instagram hesapları bilgi akışını sağlamak veya insanları çeşitli konularda motive etmek için de kullanılabilir. Kültür, sağlık, ekonomi, siyaset gibi alanlarda aktif paylaşım yapılabilir.

Uygulamanın kullanımda tercih edilmesi, hedef kitleye ulaşmaktaki kolaylık nedenleriyle hastaneler, firmalar, holdingler gibi kurumsal yapılarında kendilerine ait Instagram hesabı açmıştır.

Tarih	Gelişim
Mart 2010	Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından kuruldu.
Aralık 2010	Instagram, bir milyon kullanıcıya ulaştı.
Ocak 2011	Instagram, kendi hashtaglerini üretti.
Mart 2011	Instagram, beş milyon kullanıcıya ulaştı.
Ağustos 2011	Instagram, yüz elli milyar fotoğrafa ulaştı.
Eylül 2011	Instagram, on milyon kullanıcı ve farklı filtreler sahibi oldu.
Nisan 2012	Instagram, otuz milyon kullanıcıya ulaştı ve Facebook tarafından satın alındı.
Mart 2015	Sponsor destekli reklam uygulamasına geçildi.
Ekim 2019	Instagram bir milyar kullanıcıya ulaştı.

Şekil 7: Instagram Hesabının Tarihsel Açıdan Gelişim Evresi

Yukarıdaki tablodan anlaşılabacağı üzere Instagram uygulaması kısa süre içinde geniş bir kullanıcı kitlesine ulaşmıştır. İnsanlar ve kurumlar hemen her konu üzerinde bilgi, resim, video paylaşabilmektedir. Diğer dijital platformlarda olduğu gibi burada da insanlar sağlıkla ilgili araştırmalar yapmaktadır ve bu bilgilerin doğruluğu teyit edilmelidir. Yetkili kişilerin yaptığı açıklamalar bu platformda hızla geniş kitlelere ulaşmaktadır. Covid-19 sürecinde Sağlık Bakanı Dr. Fahrettin Koca'nın kendi Instagram hesabından yaptığı açıklamalar bu duruma örnek teşkil etmektedir.

Bu konu kapsamında sözü edilecek son bir platform ise Twitter'dır. Twitter, iletilmek istenen mesajı 140 karakter sınırlaması ile insanlara ulaştırmaktadır ve bu yönü ile "mikroblogging" olarak adlandırılmaktadır (Mısırlı, Timar, Gunuc, Ersoy, 2012: 94). Twitter, içerik olarak hem tüketen hem de üretendir. Kısa bir zaman içinde geniş bir alana yayılmış ve toplumun hemen her kesiminden insanın kullanmasının yanı sıra resmî açıklamaların bile yapıldığı bir platform olmuştur.

Diğer platformlarda olduğu gibi burada da insanlar birçok konuda etkileşim ve araştırma içindedir; sağlık alanında da Twitter üzerinden sorularına cevap aramaktadır. Bilgilerin doğruluğu farklı yollardan teyit edilmelidir, uzmana danışmadan platform üzerinden alınan bilgilerle tanı, tedavi vb. içine girilmemelidir.

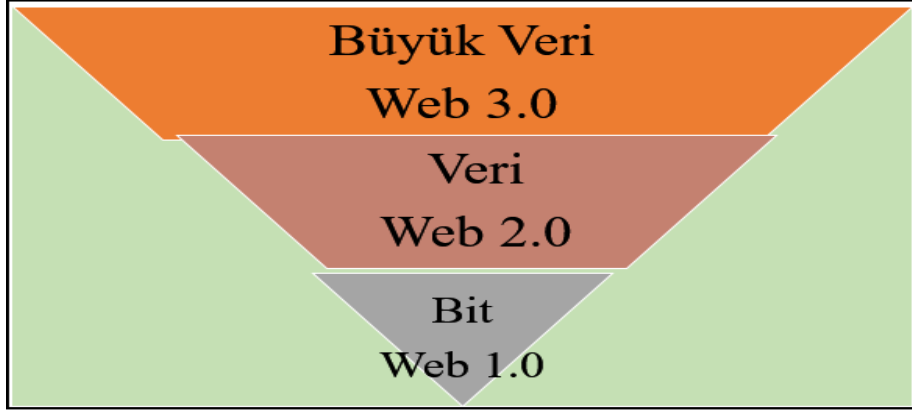


Şekil 8: Web 3.0 Ağlarının Dağılımı

(<https://akin12blog.wordpress.com/>)

İnternet, kullanılmaya başlandığı günden bugüne sürekli değişim ve gelişim göstermiş, hayatın olmazsa olmaz bir parçası hâline gelmiştir. Çeşitli sosyal ağlar, bilgi akışı, web sayfalarının artışı, resmî ve gayriresmî işlemlerin internet üzerinden hızlı ve kolay yapılması gibi birçok etken interneti günümüzde oldukça önemli bir noktaya taşımıştır. Tüm bu durumların yanı sıra yapay zekâ ile birlikte Web 3.0 gündeme gelmektedir.

Web 3.0 semantik kavramı ile açıklanabilir ve içerik kontrolünün yazılımların eline geçtiği bir dünya olarak tanımlanabilir. Web 2.0'ın sanal dünyaya aktardıklarını anlamlandıran bir “yapay zekâ”dır. Birbiri ile konuşan veri tabanları sayesinde insanların neyi sevip neyi sevmediğini anlayan ve buna göre içerik üreten bir web dünyasıdır (<https://www.volkaninanc.com/web-3-0-nedir/>). İnternetin bir sonraki adımı olarak nitelenen Web 3.0 şu anda hâlâ inşa edilmektedir, bu nedenle henüz Web 3.0'ın tam olarak ne olduğu veya ne olacağına dair tek ve yerleşik bir tanım yoktur (<https://kriptokoin.com/web-3-nedir/>).



Şekil 9: Web Gelişimi Piramidi

(<https://www.bilimcag.com>)

İnternetin üç önemli gelişim aşamasına bakıldığında görülür ki Web 1.0’da çoğu kullanıcı, içeriğin pasif tüketicileridir. Bir başka deyişle Web 1.0 yazmakla değil, okumakla ilgilidir. Dinamik değil, statiktir. İnternetin bir sonraki aşaması olan Web 2.0 tamamen etkileşim ve kullanıcılarla ilgilidir. Bu aşamada kullanıcılar içeriğin çoğunu Youtube, Facebook, Twitter gibi platformlarda oluşturdu. Bu internet daha sosyal ve iş birliğine dayalıdır. Web 3.0 ise merkezî olmayan ağlar tarafından mümkün kılınan internet anlamına gelir. Bu ağların temel yeniliği tek bir kuruluşun kontrol etmediği ancak yine de herkesin güvenebileceği platformların oluşturulmasıdır (<https://kriptokoin.com/web-3-nedir/>).

	Web 1.0	Web 2.0	Web 3.0
İletişim	Yayın	İnteraktif	Çevrimiçi
Enformasyon	Statik	Dinamik	Taşınabilir ve kişisel
Hedef	Kurum	Topluluk	Kişisel
Kullanım	Kişisel web siteleri	Bloglar/Wikiler	Dosya akışları
Üretim	Eğlence	Yayıncılık	Yaratıcılık
Etkileşim	Web Biçimleri	Web Uygulamaları	Akıllı Uygulamalar
Tarama	Dizinler	Anahtar Kelimeler	Bağlam-Uygunluk
Reklam	Durağan	İnteraktif	Kişisel
Araştırma	Britannica Online	Wikipedia	Anlamsal Web
Teknoloji	Html/Ftp	Flash/Java/XML	Rdf/Rdfs/Owl

Şekil 10: Web 1.0, Web 2.0, Web 3.0 Ağlarının Bölümsel Farkları

(Aslan ve Kolancı, 2018: 210)

Yukarıdaki tabloda Web 1.0, 2.0 ve 3.0 arasındaki gelişim farkları görülmektedir. Bu hızlı gelişimde bilgi akışı da oldukça hız kazanmıştır. Web sayfaları, sosyal medya platformları gibi çevrim içi ağların arama motorlarından istenilen bilgilere ve kaynaklara ulaşılmaktadır. Bilgilerin doğruluğundan emin olmak için uzman kişilere başvurmak önemlidir. Örneğin, ergenlik çağındaki bir genç, kilo vermek için bir diyet planı uygulamak istemektedir. Ücretsiz ve hızlı olduğundan online ortamda kendine çözüm arayabilir. Çevrim içi ağlarda reklamları yapılan zayıflama çayları bu çözüm arayışı nedeniyle tercih edilebilmektedir. Kullanıcı yorumları ve paylaşılan fotoğraflar da bu tercihlerin yapılmasında etkili olabilir. Ancak kişinin bu çayların kendine uygunluğunu araştırması, uzmanından bilgi alması gerekir. Aksi takdirde zayıflama çayının mide rahatsızlığına, düzensiz kilo almaya veya vermeye, güçsüz düşmeye veya psikolojik sorunlara neden olma ihtimali de olabilir. Bu örnekte görüldüğü gibi kişilerin rahatsızlıkları, hastalıkları için web sayfalarında araştırmalar yapmaya alışması ile “siberkondri”ye kapılması söz konusu olabilir. Siberkondri, yalnız internette bilgi aramak değil, sağlıklarıyla ilgili endişeleri olanların bu konudaki bilgilere ulaşmak için internette tekrarlayıcı biçimde ve uzun süre araştırma yapmaları ile tanımlanan bir davranış çeşididir. Bu nedenle internet üzerinden yapılan bütün araştırmalar mutlaka uzmanına sorularak sonuçlandırılmalıdır.

İnternet, birçok bilgisayar protokollerini iç içe alan ve birbirine bağlayan dünya geneline yayılmış bir iletişim ağıdır. İnternet ağı insanlara ihtiyaç duyduğu bilgiyi hızlı, kolay, ücretsiz ve güvenilir şekilde ulaştırmaktadır. Kişiler arası bilgi aktarımı yapmak da internet ile mümkün olmaktadır. İnternet ilk defa 1969 yılında karşımıza çıkar. Bu dönemde interneti kullanan kişi ve kurum oldukça azdır. İnternetin temelini atan ARPANET, o dönemde yaklaşık 50 milyar nesnesin internete bağlanacağına dair öngöründe bulunmuştur.

Günümüzdeki internet ağına bakıldığında interneti ağların ağı olarak nitelendirmek mümkündür (Gündüz ve Daş, 2018: 327). Kitle iletişim araçlarından biri olan internetin sahip olduğu kolaylık, esneklik ve evrensellik sayesinde gelecekte de gelişerek devam edeceği düşünülmektedir. Bu özelliklerinden dolayı internet insanların herhangi bir konuda bilgiye ihtiyaç duyduklarında başvurdukları ilk

kaynak olmuştur. Tezimizin konusunu oluşturan sağlık da insanların internet üzerinden bilgiye ulaşma çabalarında internetten arama yaptıkları alanlar kapsamındadır. İnsanlar; hastalıkların özellikleri, belirtileri, tedavi yöntemleri, doktor ve hastane bilgilerini internet üzerinden aramaktadır.

Söz konusu bu durum kimi insanların yaptıkları araştırmalar sonucunda kendi sağlıkları ve ihtiyaç duydukları tedavi noktasında doktordan önce söz söyleme yetkisine sahip olduğu zannına kapılmasına ve doktorların uzmanlık alanlarındaki otoritelerine güvenmemelerine neden olmaktadır. Çok farklı yerlerde yaşayan insanlar kendi hastalığı ile aynı ya da benzer durumu yaşayanlarla iletişime geçmekte, hastalığa teşhis koymaya çalışmaktadır. Bu ve benzeri durumlar insanların sağlık alanında uygun olmayan davranışları geliştirmesi ve maddi manevi zarar görmesi ile sonuçlanabilmektedir (Günler, 2015: 35).

Web 2.0, geniş bir kitleye hitap etmesi ve dünya genelinde kullanılması ile bilgi kaynağı olarak önemli bir role sahiptir (Darı, 2017: 733). Günlük hayatta alışveriş merkezine gitmeden alışveriş yapmak, okula gitmeden eğitim almak, iş yerine gitmeden işleri sürdürmek Web 2.0 ile mümkün olmuştur. Bu durum sağlık alanında da bilgiye ulaşmak noktasında yarar sağlamıştır. İnsanlar internet üzerinden bilgi alışverişini sağlamıştır (Darı, 2017: 732). Twitter, Instagram, Facebook gibi çevrim içi ağlardan yapılan araştırmaların bilgi kirliliğine de yol açtığı göz önünde tutulmalı, sağlık okuryazarlığında bilinçli davranmak gerektiği unutulmamalıdır.

Sağlık enformasyonun amacı sağlık alanında maddi süreci doğru şekilde değerlendirmek, verimliliği yükseltmek, klinik alandaki doğru bilgiye ulaşmak olarak söylenebilir. Sağlık enformasyonu tanı, tedavi ve veri toplamada bilimsel çözümlemeyi içermektedir. Sağlık alanında internetin sunduğu imkânları amacının dışında kullanmak, hastalık nedeni, tedavisi gibi sorulara verilen cevapları kaynağına bakılmaksızın doğru kabul etmek, bunları uygulamak ve uzmana danışmamak bu sürecin olumsuz yönetimine örnektir. Bu durum daha da ilerlerse sağlık anksiyetesine neden olmaktadır. Kendini hasta hisseden bireyler çevrim içi platformlardaki bilgileri ve yorumları okuyarak, kendi durumları ile kıyaslayarak birçok hastalığı veya hastalık belirtisini kendisinde var zannına kapılabilir.

Türkiye İstatistik Kurumunun 2015'te yaptığı Hane Halkı Bilişim Teknolojilerinin Kullanım Amaçları adlı araştırmasında %80,9 oranındaki sosyal medya kullanımının ve %66,3'lük oranı sağlık alanında bilgi arayışını içermektedir (Tosyalı ve Sütçü, 2016: 16). Bu da internet ve sosyal ağların sağlık alanında insanlar tarafından başvurulmuş bir kaynak olduğunu gösterir.

Sosyal medyanın sağlık üzerindeki bilgilendirici rolü büyük önem taşımaktadır. Teknolojinin gelişmesiyle insanlar sosyal medyada sağlığı korumak, tedavi yöntemlerini öğrenmek gibi nedenlerle çeşitli araştırmalara girmiştir. Ek gıdalar, ilaçlar, evde yapılan ilaçlar, tedavi yolları, tedavi için hastalara uygulanan işlemler, yan etkiler vb. durumlar sıkça sorulan sorular arasındadır.

İnternet kullanıcılarının %40'ı sağlık sorunlarını çevrim içi ortamlardan araştırmaktadır. Teknolojik araçları aktif olarak kullanan 18-24 yaş aralığındaki gençlerden ileri yaşlardaki yetişkinlere kadar her kesimden insan internetin sunduğu araştırma imkânlarından sağlık alanında yararlanmaktadır. Covid-19 virüsü hakkında da bu araştırmalar Twitter, Instagram, Facebook, Google, Whatsapp gibi birçok platformdan yapılmaktadır.

Rusya'da su içer gibi dezenfektan içen adam kamerada!



Şekil 11: Covid-19 Virüsüne Yakalanmamak İçin Alınan Önleme Örnek

(www.Facebook.com)

Şekil 10’da Rusya’da yaşayan bir kişinin dezenfektan içerek kendini Covid-19 virüsüne karşı korumaya çalıştığı görülmektedir. İnternet kullanıcılarının görmesi için tüm dünyaya servis edilen bu fotoğraftaki davranışın doğru olacağını ve bunu uygulamayı düşünebilecek insanların varlığı göz ardı edilmemeli, davranışın yanlışlığı da vurgulanmalıdır.

Türkiye’de ve dünyada Covid-19 ile ilgi haberler yayınlanmaktadır. Hastalığa karşı alınması gereken önlemler, virüs için aşının geliştirilmesi, virüs testi pozitif çıkan kişilerin yapması gerekenlerle ilgili binlerce haber yayınlanmaktadır. Bütün bu bilgilerin doğruluğu, yanlışlığı, uygulanacak önlemlerin geçerliliği gibi durumlarda insanlar belirsizlik içinde kalmakta, neyi uygulayacağına kendisi karar vermektedir. Covid-19 virüsü ile ilgili haberlere ve bilgilere gümüş takmanın koruyuculuğu, sıcak su ile duş almanın virüsleri yok edeceği, bebek ve çocukların Covid-19 hastalığına yakalanmadığı, D vitamininin virüse karşı bir önlem olduğu, maskelerin mikrodalga fırında ısıtıldığında maskedeki mikropların yol olduğu gibi birçok örnek verilebilir. Zihinlerde soru işareti uyandıran ve belirsizlik içeren bu bilgiler insanların alacağı tedbirlerde yanlış hareket etmesine de neden olmaktadır.

Covid-19 hastalığı belirtileri de sıkça konuşulan, paylaşılan bilgiler arasındadır. Bu belirtiler arasında öksürme, ateş, bağırsaklarda bozulma, eklem ağrıları vardır ancak insanlarda farklı semptomlar yaşanılabileceği göz ardı edilmektedir. Bundan dolayı bu belirtilerden birini kendinde gören ve bilinçsiz davranan bir kişi Covid-19 hastalığına yakalandığını düşünerek önlem almaya başlayabilir ve internette okuduğu, izlediği tedavi yöntemlerini uygulayabilir. Yapılması gereken, belirtilerden biri veya birkaçı görüldüğünde hastaneye gidilmesidir.

1.4. Nesnelerin İnterneti

Nesnelerin interneti kavramı yani IoT (internet of things) teknolojisi akıllı cihazların birbiriyle iletişime geçmesi, haberleşmesidir (<https://proente.com/nesnelerin-interneti-nedir/>). Nesnelerin interneti, teknolojik aletlerin kullanımı sonucunda birden fazla nesnenin bir araya gelmesi ile komut verilerek kullanılarak ortaya çıkan bir terimdir (Kabaklarlı, 2018: 32). Örneğin;

kolunuzda bir akıllı saat var. Bu akıllı saat gittiğiniz mesafeyi, attığınız adımları ve bu aktiviteleri yaparken kalbinizin nasıl attığını algılayan sensörlere sahiptir. Burada toplanan bu veriler bir istemci (bilgisayar, cep telefonu vb.) tarafından analiz edilip hayatımızı düzene koymamızda yardımcı olmaktadır. İşte bu iki cihazın arasındaki iletişim, nesnelerin internetini oluşturan en temel özelliktir.

James Watt, kömürle çalışan bir buharlı makine ile Sanayi Devrimi'ni başlatır, daha sonra elektrik, petrol gibi ürünler de hızlı bir şekilde kullanılır. 1999 yılında Kevin Ashton ilk kez P&G şirketindeki çalışmaları ile nesnelerin internetini tanımlar (Görkem ve Bozuklu, 2016: 48). Ashton; nesnelerin internetinin insanlar üzerindeki etkisinin bilgisayarlara, web sayfalarına, internet ağlarına ve bu ağlardaki bilgilere bağlı olduğunu ifade eder.

İnternet ortamında bilgi paylaşımları insanlar tarafından yapılmakta iken nesnelerin internetinde bilgiler nesnelerden alınmaktadır. Bu bilgi alışması devam ettikçe nesnelerle iletişime geçip doğru bilgilere ulaşmaya da devam edilecektir (Kablan, 2018: 1564). 2010 yılından itibaren gelişen internet ağları “4. Nesil İnternet” adıyla anılmıştır. 4. Nesil İnternet ağlarına bakıldığında Web 3.0'ın canlı cansız nesneler ayırt edilmeksizin çevrim içi ağlar ile birlikte kullanıldığı görülmektedir (Altınpulluk, 2018: 95). Nesnelerin interneti ile nesneler sahip oldukları bilgileri kendi içinde barındırabilir ve insanlara yayabilir (Altınpulluk, 2018: 97).

Daha önce kas gücü ile ya da teknolojik gelişmeler sonucu makineler ile yapılan işler internetle beraber nesneler üzerinden yapılmaya dönmüştür. Örneğin, motorlar, sokak lambaları, yaya geçitleri statik yapıdan nesnelerin interneti ağına geçmiştir. Nesnelerin internetinde nesneler kendini yönetmekte ve kararlar her birimin teknoloji ağı ile verilmektedir. Nesneler; isim olarak tek anlamı içermeli, başka bir ağa bağlanabilmeli, böylece dünyanın hemen her noktasından görevini yerine getirebilmelidir (Karagöz, 2018: 32). Nesnelerin barındırdığı bilgiler doğru ve güvenilir olmalıdır. Nesneler bilgileri barındırdığı için kişilere ait özel bilgiler sosyal ağlarda paylaşılmamalı, bilginin gizliliği korunmalıdır. Bunu sağlamak için de onay olmadan nesnelere kendiliğinden harekete geçme ve sisteme girme izni verilmemektedir (Ercan ve Kutay, 2016: 605).

İKİNCİ BÖLÜM

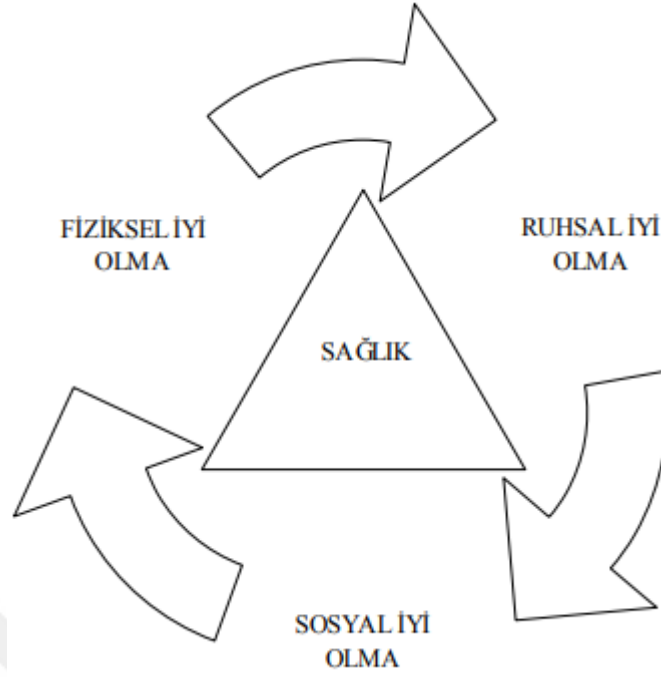
DİJİTAL DÜNYADA SAĞLIK İÇİN BİLGİ ARAYIŞI

2.1. Sağlık Kavramı

Sağlık tanımı kişilere, toplumlara, coğrafi konumlara ve zamana göre farklılık göstermektedir. Lorson (1991), sağlığı kişilerin “yaşamlarını sürdürebilmeleri”, “hasta olmamaları”, “günlük aktivitelerini yerine getirebilme yeterlilikleri”, “mutluluk duygusuna sahip olmaları” ve “iyilik hâlinin sağlanması” olarak tanımlar. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ise sağlığa dair “sadece hastalık ve sakatlığın olmaması değil, fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hâli” tanımını yapar (Keskin ve Topuzoğlu, 2016: 47).

Sağlık, kesin bir tanıma sahip değildir ve subjektif ve objektif sağlık olarak ele alınmaktadır:

1. Subjektif Sağlık: Kişilerin kendilerini sosyal, ruhsal ve fiziksel yönden incelemesi ve algılaması hâlidir. Sosyal sağlık; bireyler arasındaki iletişim bağının olması, farklı ortamlara adapte olunması ve aktif yaşam ortamlarını içermektedir. Ruhsal sağlık; kişinin başarıları ve gün içindeki davranışları doğrultusunda çevreye olumlu davranışlar sergilemesidir. Fiziksel sağlık; kişilerin kendilerini dinç hissetmesi, güçlü şekilde günlük hayatlarını devam ettirmesidir. Fiziksel sağlığı sürdürebilmek için doğru beslenmek, varsa ilaçları düzenli kullanmak, mutlu olmak ve varsa hastalıkları bu şekilde iyileştirme çabası gerekir.
2. Objektif Sağlık: Uzmanlar tarafından yapılan tahlil ve tetkikler sonucunda belli bir hastalığın olmamasıdır.



Şekil 12: Sağlık Boyutları

Subjektif ve objektif sağlık açıklamaları düşünüldüğünde bireye sağlıklı demek için bu iki yönde de kişinin kendini sağlıklı hissetmesi ve tetkik ve tahlillerinin olumlu sonuçlarla çıkması gerekir (Bolsoy ve Sevil, 2005: 78).

2.2. Sağlık İletişimi ve Düzeyleri

İletişim; kişiler arasında, duygu, düşünce, bilgi, haber alışverişi, duygu, düşünce, bilgi ve haberlerin, akla gelebilecek her türlü biçim ve yolla kişiden kişiye karşılıklı olarak aktarılmasıdır. İletişim; yazmak, konuşmak, duygularını ve düşüncelerini belirtmek amacını taşır. Sözlü iletişimin yanında vücut dili de iletişim için kullanılmaktadır (Danayiyen, Kıyak, Ünal, 2020: 3).

Hayatın her alanında doğru ve etkili iletişime ihtiyaç duyulur. İnsanlar doğru iletişim sayesinde sosyal hayatta ve iş hayatında huzurlu, güvenli olur. İletişim becerileri sevgi ve saygı gereksinimini de olumlu etkiler.

İnsan hayatının ayrılmaz bir parçası sağlık ve dolayısıyla sağlık sektörüdür. Doğru ve etkili iletişim, sağlık alanında da oldukça önem taşır. Bireylerin bu alandaki en büyük ihtiyacını karşılamak için “sağlık iletişimi” oluşmuştur. Sağlık

iletişimi, iletişim biliminin araç, yöntem ve stratejilerini kullanarak sağlığın korunması, iyileştirilmesi ve geliştirilmesi amacıyla uygulamaya yönelik bilgi üreten bir bilim alanıdır.

Sağlık iletişiminin geçmişi 1970 yılına kadar uzanmaktadır. Sağlık iletişiminin görüldüğü ilk yer kamuoyunu bilgilendirme kampanyaları olmuştur. Ancak bu gibi kamuoyu kampanyaları, ilaç isimleri ve etkileri, pazarlama gibi alanlar günümüz dünyasında yerini sosyal medya platformlarına bırakmıştır ve buradaki çevrim içi platformlar üzerinden iletişim ihtiyaçları sağlanmaktadır (Başol, 2020:5).

Bu platformların gelişmesi ve artması ile sağlık iletişimi eski ve yeni dönem olarak ayrılmıştır. Örneğin, sağlık iletişiminin eski döneminde hasta ve hekim ilişkisine bakıldığında hekimin ön planda olduğu, tedavi önerilerinin hasta için büyük önem taşıdığı ve bu nedenle hastanın gözünde hekimin güçlü bir yere sahip olduğu bilinir. Sağlık iletişiminin yeni döneminde ise hastanın söylediklerinin daha önemli olduğu ve isteklerinin baskın bir yer aldığı görülür (Başol, 2020:6). Eski ve yeni dönem arasındaki bu farklılık örneğin hekim-hasta ilişkisi grup iletişimi ve kitle iletişimde de önemli yer almaktadır. Hekim-hasta ilişkisi daha çok yüz yüzedir ve bu iletişimde davranışsal faktörler önem taşımaktadır. Ancak teknolojinin gelişimi ile hastalar da hekimlere ulaşmaktadır ve bu durum artış göstermektedir (Koçak ve Bulduklu, 2020: 8).

Hastalar, hekimlerden özellikle doğru iletişim bekler. Kendilerinin anlaşılması, sağlık alanında ihtiyaçlarının karşılanması hastaların isteğidir; bu nedenle hekim ile hasta arasındaki iletişim kusursuz ve doğru olmalıdır (Çelik, 2008: 30). Hasta; hekimi anlamazsa, hekimin sözlerine inanmazsa hekimin verdiği ilaçları veya tedavi yöntemlerini reddedebilir ya da farklı tedavi yöntemleri arayabilir. Hasta ve hekim arasında fiziksel görünüm, konuşma tarzı ya da davranışlardan duyulabilecek rahatsızlıklar da iletişimin olumsuz olmasına yol açabilir.

Teknolojinin gelişmesi ile hasta, sağlık alanında bilgi içeren platformlarda arama yapmaktadır. Sosyal medya, web siteleri, Google gibi çevrim içi ağlarda araştırma yapan hastalar kimi zaman kendilerine uygun olan sonuçları ve yöntemleri kabul edip uygulamaktadır. Kimi zaman da hastalar, kendi ulaştıkları bilgiler ile

hekime gidip bu bilgilere uygun cevap almazsa iletişimde sorunlar ortaya çıkmaktadır. İnternetteki bilgilerin hasta tarafından yanlış kullanılması bu sonucu doğurmaktadır.

2.3. İnternet Tabanlı Sağlık Araştırmaları ve E-Sağlık

Farklı coğrafyalara, insanlara, hedef kitlelere hitap eden internet sağlık alanında aktif olarak kullanılmaktadır. İnsanlar internetin hızla bilgi ulaştırması nedeniyle sağlıkla ilgili konularda araştırmalarını çeşitli dijital platformlardan yapmaktadır. Araştırma yapılan sistemlerden biri “tele-tıp”tır.

Dünya Sağlık Örgütü tele-tıp için kişiler ve toplumlardaki sağlık sürecinin olumlu devam etmesi, hastalıkların ilerlememesi ve kazaların olmaması amacıyla sağlık alanında çalışanların doğru ve gerçek bilgileri teknolojiyi kullanarak insanlara aktardığı sağlık hizmeti tanımını yapmaktadır. (Korkmaz ve Hoşman, 2018: 235-254). Tele-tıp maddi durumu uygun olmayan, sağlık kurumlarına yakın olmayan ve hızlı sonuç almak isteyen hastalar için kurulmuştur.

Tele-tıp uygulamasında iki alan vardır. Birincisi hekimlerin kendi aralarında iletişime geçip bilgi alışverişi yaptıkları platformdur. Bir diğeri ise hekimlerin hastaları ile iletişime geçtiği platformdur. Bu platformda video konferans yoluyla muayene yapılabilmektedir (Kılıç, 2017: 206). Tele-tıbbı özellikle psikolojik rahatsızlığı olan hastalar tercih etmektedir. Burada sözlü tedavi imkânının olması tercih edilmesinde önemli etkindir.

Teknolojik gelişmelerin varlığını gösterdiği sağlık uygulamalarından bir diğeri e-sağlıktır. E-sağlık terimi Sağlık Bakanlığı tarafından şu şekilde tanımlanmaktadır: Bilgi ve iletişim teknolojilerinin tüm fonksiyonlarının vatandaşların ve hastaların sağlığının iyileştirmek ve sağlık hizmetlerine ulaşılabilirliği artırmak, sağlık sektöründe yer alan tüm paydaşlara kaliteli, verimli ve etkili hizmetleri sunmak için oluşturulmuş bir sistemdir.

E-sağlık; Avrupa Birliği Sağlık Komisyonu tarafından bilişim ve iletişim teknolojilerin sağlık alanında kullanımını ile teşhis, tedavi, hastalıkların önlenmesi, sağlığın yönetilmesi olarak tanımlanmaktadır (Kılıç, 2017: 205). E-sağlık teriminde

kullanılan “e” harfi günümüzdeki dijitalleşmeyi göstermekte ve “elektronik” anlamına gelmektedir. Hızlı iletişim, aktif ve internet tabanlı yapıya sahip olması, video konferanslar yapılması, bilgi alışverişine imkân tanınması nedeniyle Dünya Sağlık Örgütü tarafından e-sağlık terimi kullanılmıştır (Kılıç, 2017: 205).

E-sağlık uygulamasının yanı sıra ürün satan web sayfalar, sağlık hizmet akışını sağlayan web sayfalar, özel sağlık enformasyonu, bültenler ve sohbet odaları gibi ağlar da bilgi akışını sağlamaktadır. Bu sayfalardan edinilen bilgilerde dikkatli olmak, bilgilerin doğruluğunu uzmanlardan teyit etmek gerektiği unutulmamalıdır (Özer, Şantaş ve Budak, 2012: 131). Bu sayfalardan araştırılan bilgilerle hareket eden kimi insanların kendi kendisinin doktoru olmaya başladığı, tedaviye karar vermeye çalıştığı bilinmektedir. İnsanların bu sayfalarda okuduğu bilgileri kendilerinde uygulaması, kendi rahatsızlığı ile kıyaslaması olumsuz sonuçlar doğurabilir (Özer, Şantaş ve Budak, 2012: 132).

Banker ve Arıkan’ın Türkiye’de yaptığı araştırmaya göre sağlık alanında internet kullanımının temel amacı hastalıklar hakkında (%42) ve ilaçların kullanımı ve etkileri (%40) üzerinde bilgi sahibi olmaktır. Araştırmada göze çarpan durum “hastalık hakkında bilgi”ye ulaşma isteği (%66) olarak dikkat çekmektedir (Yılmaz, 2013: 102). Bu duruma Instagram sayfalarındaki aramaların %4,5 oranında sağlık alanı ile ilgili olması örnek verilebilir (Kara, 2017: 11). Özellikle gençlerin ve orta yaşlıların 2013 yılından itibaren interneti kullanım oranı %85’tir ve bu oranın sağlık alanına yansması %72’dir (Kara, 2017: 11). Türkiye geneline bakıldığında 2015’te internet üzerinden sağlıkla ilgili aramaların %66,3’lük oranla tedavi, doktor, ilaç ve kullanımı, beslenme gibi soruları kapsadığı belirlenmiştir (Kara, 2017: 11). Söz konusu çalışmalar insanların sağlıkla ilgili bilgileri internet üzerinden araştırdığını ortaya koymaktadır.

2.4. Sağlık İçin Bilgi Arayışında Sosyal Medya

Web 2.0, geniş bir kitleye hitap etmesi ve dünya genelinde kullanılması ile bilgi kaynağı olarak önemli bir role sahiptir (Darı, 2017: 733). Günlük hayatta alışveriş merkezine gitmeden alışveriş yapmak, okula gitmeden eğitim almak, iş yerine gitmeden işleri sürdürmek Web 2.0 ile mümkün olmuştur. Bu durum sağlık alanında

da bilgiye ulaşmak noktasında yarar sağlamıştır. İnsanlar internet üzerinden bilgi alışverişini sağlamıştır (Darı, 2017: 732). Twitter, Instagram, Facebook gibi çevrim içi ağlardan yapılan araştırmaların bilgi kirliliğine de yol açtığı göz önünde tutulmalı, sağlık okuryazarlığında bilinçli davranmak gerektiği unutulmamalıdır.

Sağlık enformasyonun amacı sağlık alanında maddi süreci doğru şekilde değerlendirmek, verimliliği yükseltmek, klinik alandaki doğru bilgiye ulaşmak olarak söylenebilir. Sağlık enformasyonu tanı, tedavi ve veri toplamada bilimsel çözümlemeyi içermektedir. Sağlık alanında internetin sunduğu imkânları amacının dışında kullanmak, hastalık nedeni, tedavisi gibi sorulara verilen cevapları kaynağına bakılmaksızın doğru kabul etmek, bunları uygulamak ve uzmana danışmamak bu sürecin olumsuz yönetimine örnektir. Bu durum daha da ilerlerse sağlık anksiyetesine neden olmaktadır. Kendini hasta hisseden bireyler çevrim içi platformlardaki bilgileri ve yorumları okuyarak, kendi durumları ile kıyaslayarak birçok hastalığı veya hastalık belirtisini kendisinde var zannına kapılabilir.

Türkiye İstatistik Kurumunun 2015'te yaptığı Hane Halkı Bilişim Teknolojilerinin Kullanım Amaçları adlı araştırmasında %80,9 oranındaki sosyal medya kullanımının ve %66,3'lük oranı sağlık alanında bilgi arayışını içermektedir (Tosyalı ve Sütçü, 2016: 16). Bu da internet ve sosyal ağların sağlık alanında insanlar tarafından başvurulmuş bir kaynak olduğunu gösterir.

2.4.1. Bilgi Akışında Sosyal Medyanın Rolü

Sosyal medyanın sağlık üzerindeki bilgilendirici rolü büyük önem taşımaktadır. Teknolojinin gelişmesiyle insanlar sosyal medyada sağlığı korumak, tedavi yöntemlerini öğrenmek gibi nedenlerle çeşitli araştırmalara girmiştir. Ek gıdalar, ilaçlar, evde yapılan ilaçlar, tedavi yolları, tedavi için hastalara uygulanan işlemler, yan etkiler vb. durumlar sıkça sorulan sorular arasındadır.

İnternet kullanıcılarının %40'ı sağlık sorunlarını çevrim içi ortamlardan araştırmaktadır. Teknolojik araçları aktif olarak kullanan 18-24 yaş aralığındaki gençlerden ileri yaşlardaki yetişkinlere kadar her kesimden insan internetin sunduğu araştırma imkânlarından sağlık alanında yararlanmaktadır. Covid-19 virüsü hakkında

da bu araştırmalar Twitter, Instagram, Facebook, Google, Whatsapp gibi birçok platformdan yapılmaktadır.

Rusya'da su içer gibi dezenfektan içen adam kamerada!



şekil 13: Covid-19 Virüsüne Yakalanmamak İçin Alınan Önleme Örneğ

(www.Facebook.com)

şekil 12’de Rusya’da yaşayan bir kişinin dezenfektan içerek kendini Covid-19 virüsüne karşı korumaya çalıştığı görülmektedir. İnternet kullanıcılarının görmesi için tüm dünyaya servis edilen bu fotoğraftaki davranışın doğru olacağını ve bunu uygulamayı düşünebilecek insanların varlığı göz ardı edilmemeli, davranışın yanlışlığı da vurgulanmalıdır.

Türkiye’de ve dünyada Covid-19 ile ilgi haberler yayınlanmaktadır. Hastalığa karşı alınması gereken önlemler, virüs için aşının geliştirilmesi, virüs testi pozitif çıkan kişilerin yapması gerekenlerle ilgili binlerce haber yayınlanmaktadır. Bütün bu bilgilerin doğruluğu, yanlışlığı, uygulanacak önlemlerin geçerliliği gibi durumlarda insanlar belirsizlik içinde kalmakta, neyi uygulayacağına kendisi karar vermektedir. Covid-19 virüsü ile ilgili haberlere ve bilgilere gümüş takmanın koruyuculuğu, sıcak

su ile duş almanın virüsleri yok edeceği, bebek ve çocukların Covid-19 hastalığına yakalanmadığı, D vitamininin virüse karşı bir önlem olduğu, maskelerin mikrodalga fırında ısıtıldığında maskedeki mikropların yol olduğu gibi birçok örnek verilebilir. Zihinlerde soru işareti uyandıran ve belirsizlik içeren bu bilgiler insanların alacağı tedbirlerde yanlış hareket etmesine de neden olmaktadır.

Covid-19 hastalığı belirtileri de sıkça konuşulan, paylaşılan bilgiler arasındadır. Bu belirtiler arasında öksürme, ateş, bağırsaklarda bozulma, eklem ağrıları vardır ancak insanlarda farklı semptomlar yaşanabileceği göz ardı edilmektedir. Bundan dolayı bu belirtilerden birini kendinde gören ve bilinçsiz davranan bir kişi Covid-19 hastalığına yakalandığını düşünerek önlem almaya başlayabilir ve internette okuduğu, izlediği tedavi yöntemlerini uygulayabilir. Yapılması gereken, belirtilerden biri veya birkaçı görüldüğünde hastaneye gidilmesidir.

2.4.2. Sağlık Arayışında Dijital Hastalıklar

İnternetin gelişmesi ile ekonomi, kültür, siyaset gibi alanlarda bilgi akışı sağlanmaktadır. Söz konusu durum sağlık alanında da birçok değişikliği sağlamış ve insanların bilgiye ulaşmasına etki etmiştir (Vardarlier ve Öztürk, 2020; 10). Çevrim içi ağlardan sağlıkla ilgili sorulara cevap aranmaktadır. Hekim, hastane, hastalıklar, ilaçlar gibi konularda araştırmalar yapılmaktadır (Vardarlier ve Öztürk, 2020; 10). Çeşitli web sayfaları hastalıkları hakkında bilgiler içermektedir ve bu platformlarda kişiler kendi düşüncelerini belirtmektedir. Kimi zaman bilgilerin gerçekliği göz ardı edilmekte, insanlar edindikleri bilgileri kendi hastalıkları ile eş değer tutmaktadır. Bu yaklaşım nedeniyle hekime danışmadan kendi tedavi sürecine karar vermektedir. Örneğin, öksürme ile ilgili bir paylaşıma bir internet kullanıcısı tarafından “Ben de bir haftadır öksürüyordum ve doktora gittiğimde bana akciğer kanserisin dedi.” şeklindeki yorumu okuyan diğer kullanıcılar kendinde de aynı durumun söz konusu olabileceğini düşünmektedir. Orada önerilen tedavi yöntemlerini, evde yapılan ilaçları uygulamaya çalışmaktadır. Çevrim içi platformlardaki bu türlü bilgi ve yorumlar kişileri sağlığa kavuşturmaktan ziyade tam tersi etki yaratabilir (Tosyalı, Sütçü, 2016: 6).

Doktora başvurmak yerine çevrim içi ağlardan bilgi edinme bir süre sonra doktora inanma ve güvenme duygusunu da yok etmektedir (Yılmaz, 2013: 96). Doktorun karar verici, hastanın uygulayıcı olduğu mekanizma ortadan kalkmaktadır. Hastanın ön araştırmaları neticesinde doktorun tedaviyi belirlemesi gerektiği gibi yanlış bir yaklaşım oluşmaktadır. Bu durumda doktorlar, tedaviye henüz başlamadan hastalarını tedaviyi kabul etmeleri ve uygulamalarına izin vermeleri yönünde ikna etmeye çalışmaktadır (Yılmaz, 2013: 98).

Sonuç olarak insanların bilgiye bu şekilde ulaşması, bilgileri ve yorumları kendi durumu ile kıyaslaması, kendi inandığı tedavinin uygulanmasını istemesi gibi durumlar kaygıya kapılmaya ve “hipokondriasis” rahatsızlığına yakalanmaya neden olabilmektedir. Bu duruma maruz kalmamak için bilgilerin doğruluğu güvenilir kaynaklardan araştırılmalı, uzmana ve hekime danışılmalıdır.

2.4.2.1. Panik Atak

Panik, Antik Yunan’da hayatını tek başına sürdüren, mutsuz olan insanları yalnız kalması için mağaraya kapatan ve kişiler herhangi biri tarafından rahatsız edildiğinde bağırarak karşısındakini korkutan tanrının ismi “Pan”dan gelmektedir. Panikatak somut bir nedene bağlı olmadan kişileri rahatsız eden bir korkudur ve bu durum kaygı bozukluğuna neden olmaktadır. Panikatak belirtileri içinde çarpıntı, nabız artışı, vücutta ani terlemeler, nefes alıp vermede sorun, nefeste sıkışma, mide bulantısı, hâlsizlik, mutsuzluk, üşüme gibi durumlardır (Köroğlu, 2013: 117). Panikatağın ne zaman ve nasıl geçirileceği belli değildir.

Bir kez panikatak geçiren kişide bu rahatsızlık tekrar olacak düşüncesi ile “beklenti anksiyetesi” oluşmaktadır. Bu düşünceler panikatak geçirme riskini artırmaktadır (Tükel, 2020: 8) çünkü kişi bu endişe ile nabızda yükselme, mide bulantısı gibi durumları yaşayabilmektedir.

Günümüzde panikatak daha çok yaşanmakta ve insanlar arasında yayıldığı duyulmaktadır. Bunun nedenlerinden biri sosyal medyanın geniş bir kullanım alanına sahip olmasıdır. İnsanlar her türlü olumlu olumsuz haberi sosyal medyadan öğrenmekte; toplumsal ve bireysel sorunlardan daha çok haberdar olmaktadır.

Olumsuz durumlar kişilerde mutsuzluğa neden olmakta, bu mutsuzluk uykusuzluk, stres gibi kişiyi daha da etkileyen sonuçlar doğurmaktadır. İnsanlar ölüm, kaza, ayrılık, hastalık durumlarında da olumsuz etkilenmektedir. Bu ve benzeri durumlarda da sosyal medyadan edindikleri çeşitli bilgiler, okudukları yorumlar insanların mutsuzluk ve umutsuzluğa daha çok kapılmasına yol açmaktadır. Bunlara bir de sosyal medyadan panikatak ile ilgili bilgileri edinmek eklenince insanların çeşitli belirtileri kendinde var sanması kaçınılmaz olmaktadır.

Bir kez panikatak geçirmiş kişilerin internet ortamında bu rahatsızlığı araştırması mümkündür ancak araştırma sonuçlarına göre kendine teşhis koyması ve tedavi uygulaması doğru değildir. Bu durum rahatsızlıklarının artmasına da neden olabilir. Panikatak geçirmiş kişiler aynı belirtileri kendisinde tekrar gördüğünde hekime danışmalıdır.

2.4.2.2. Bilişsel Uyumsuzluk

Bilişsel Çelişki Kuramı ya da Bilişsel Uyumsuzluk Teorisi, Leon Festinger tarafından ortaya atılmış bir psikoloji bilimi kuramıdır. İnsanların edimlerini ve düşüncelerini geçmişteki tecrübe ve değerlerine göre -bu değerler futbol takımı taraftarlığı, bir dine dâhil olma, siyasi bir partiyi destekleme gibi değerler olabilir- belirlediklerini savunur. Bilişsel uyumsuzluk, daha önce tasarlanmış bir konuyu, hareketi, fikri veya duyguyu da ters düşünceye girerek algılamadır. Kişi yaşadığı bir sorunu veya durumu bilişsel yoldan anlamaya çalışır ve araştırma yapar. İki kişinin sahip olduğu bilgilerin aynı olmaması durumunda da ortaya çıkmaktadır. Bu gibi durumlarda insanlar kendi içinde bir çelişki yaşayabilir. Sosyal psikolog Leon Festinger'in (1957) ortaya koyduğu Bilişsel Uyumsuzluk Teorisi, sosyal psikoloji döneminde oldukça popülerdir ve toplum üzerinde etkili bir teoridir. Arason, teorinin psikoloji alanında en çarpıcı ve heyecanlı teori olduğunu söyler. Heider de kişilerin bilişsel durumu üzerinde nesnelerin çevresel faktörler kuramını çelişkilendirdiğini belirtir (Akhanlı, 2019: 2).

Geçmişe ve günümüze bakıldığında toplumların genellikle dış etkenler doğrultusunda ilerlediği görülür. Dış etkenlerden kaynaklanan fikirlere toplumların uyması da toplumların uyumlu olduğunu gösteren bir örnektir (Elüstün, 2020: 40).

Festinger, kişinin kendisine doğru gelen bir düşünce veya duygunun diğer insanlarla uyuşmamasından psikoloji bilimi çerçevesinde bahsetmektedir.

Günümüze yaklaştıkça bilişsel uyumsuzluk kuramında farklı terimler ortaya çıkmaktadır. Matthew Rabin (1994), şahsi tutumlarının tam tersi davranıldığında bireylerin olumsuz bir duygu içine girdiğinden söz eder. Marcel Zeelenberg (1999), herhangi bir konu üzerindeki onayın pişmanlık duygusuna sebep olduğunu söyler. McKimmie (2003), normatif bilgi içeren düşünceleri tam tersi etkisini vurgular (Elüstün, 2020: 41).

Bu kuramlarda ön plana çıkan durum sosyolojik olarak düşünce ve inanışların birbirleri ile uyumsuzluklarıdır. Bu durum insanların davranış ve tutumlarına yansır; insanlar kendilerine uygun olan düşünceye inanır, olmayana inanmaz ve onu reddeder (Kiraz, 2020: 12).

2.4.2.3. Hipokondriazis

Hipokondriazis; çok eski çağlardan beri “hastalık hastalığı” olarak da bilinen, kişinin vücut belirtilerini yanlış yorumlamasına bağlı olarak ciddi bir hastalığı olacağı korkusunu ya da ciddi bir hastalığı olduğu düşüncesini taşıyıp durması, yeterli tıbbi değerlendirme yapılmasına ve güvence verilmesine rağmen bu düşüncelerin sürüp gitmesi ile karakterize bir bozukluktur. Hipokondriazis, öncelikle bireyin şahsi olarak sağlık kaygısını ifade eder. Kişi, kendinde bir hâlsizlik hissettiğinde ağır bir rahatsızlığa kapıldığını düşünmektedir. Panikatak gibi rahatsızlıkları olan insanlar bu durumla daha fazla karşı karşıya gelmektedir (Karapıçak, Aslan ve Utku, 2011: 44). Bu tarz rahatsızlıkları olanlar hasta olduğuna veya olacağına dair sürekli kuşku içindedir. Bu durum beyinde yorgunluğa ve karışıklığa neden olur. Bu kişiler doktorun teşhis ve tedavisini de yanlış bulmaya açıktır.

Hipokondriazis kişiler doktorların dediğini doğru bulmadığı ve önerilerini kabul etmediği hâlde en ufak rahatsızlıkta doğrudan doktora başvurmaktadır. Örneğin, yağmur yağdığında ıslanmamak için hızla koşan kişinin kalp ritminde değişiklik olur. Hipokondriazis kişiler bu durumu kalp rahatsızlığı olarak yorumlar

ve doktora danışır. Doktorun bir sorun olmadığını söylemesine rağmen kişi tereddüt yaşamaya devam eder. Bir başka doktora başvurur, yine tereddütten kurtulamaz.

Bu kişiler, doktora başvurma süreci devam ederken bir yandan da internet ortamında araştırma yapmaya devam eder. Ulaştıkları bilgileri, yorumları okur, videoları izler, kendi durumuna benzer hastalıkların belirtilerini öğrenir ve o rahatsızlık kendisinde var zannına kapılır. Bu durum sonuçta kaygı bozukluğuna yol açar; ellerde uyuşma, kalp çarpıntısı, terleme, nefes almada sorun yaşama gibi durumlarla hipokondriazis belirtilerini gösterir.

Hipokondriazis kişiler “somatik sanrılar” geliştiremez. Somatik sanrılar; içeriği, kişinin vücudunun görünümü ya da işlevi ile ilgili sanıdır. Hasta bir şekilde vücudunun hastalandığına, anormal olduğuna ya da değiştiğine inanır. Somatik sanrılar gerçekte tamamen zıt fikirlerdir. Buna göre kişiler hipokondriazis olduğunu onaylar fakat olumsuz bir durum olduğunu asla kabul etmez. Çünkü kendi doğrularına sahiptir ve hastalıkla ilgili yaptıkları araştırmalarda tedavi süreçlerini bildiklerini düşünürler. Bu insanlar kimi zaman doktorlarına kendi belirtilerini söyleyip hastalıklarının adını ve tedavinin nasıl olması gerektiğini söylemektedir. Dr. Rıdvan Üney bu durumu “Tüm bunlar basit bir meraktan başlamakta ve sonucu hastalık hastalığına kadar gitmektedir.” diyerek yorumlar.

Dijital dünyanın ilerlemesi hipokondriazis bağlamında düşünüldüğünde “Google Doktor” olarak ifade edilebilecek bir durum ortaya çıkmaktadır. Google gibi arama motorları üzerinden sağlıkla ilgili ulaşılan bilgiler insanları “hastalık hastası” hâline getirebilecek etkiye sahiptir. Web sayfaları, sosyal medya, sağlık ile ilgili dergiler, makaleler, akademik yazılar ve internet kullanıcılarının yorumları sınırsız bilgi içermektedir. Yukarıda belirtilerinden söz edilen hipokondriazis rahatsızlığından sakınabilmek için ulaşılan her bilgiyi doğru kabul etmemek, bilgi kirliliğinden kaçınmak, sağlık okuryazarlığında bilinçli olmak ve hastalık hâlinde doktora danışmak gerekir.

2.4.2.4. Siberkondria Nedir?

Siberkondria, sağlıklı ya da hasta bireylerin, hastalığı/tedavisi ile alakalı detaylı bilgi alması, kaygılarını hafifletmesi, korunma/tedavi üzerine güncel bilgiler araştırması sonucu çevrimiçi yollardan yanlış bilgiler alma ve beraberinde kaygılarının daha da artması ile tekrarlayan çevrimiçi sağlık bilgisi arayışıdır. Bu rahatsızlığa sahip olanların internete bağımlı olduğu söylenebilir. Kendinde fiziksel ya da psikolojik rahatsızlık hissedenlerin bu konudaki bilgiyi internetten almaya çalıştığı bilinmektedir. İlk başvuru noktası gibi görülen internette hastalığın belirtileri, nedenleri, tedavi yolları gibi bilgilere kolayca ulaşmak ve bunu tek kaynak gibi görmek insanlarda bir süre sonra siberkodria hastalığına yol açabilmektedir (Özyurt, Aydemir, Aydın, İnci, Ekerbiçer, Muratdağı ve Kurban, 2020:2).

Teknolojik aletleri rahatça kullanan genç kuşağın varlığı, bu gençlerin teknolojiden kısmen uzak olan yetişkinlere de internet kullanımında yardımcı olduğu göz önüne alındığında internetin geniş bir kullanıcı kitlesine sahip olduğu görülür (Taş, Demirdöğmez ve Küçüköğlu, 2017: 1034). Ancak sağlıkla ilgili araştırmalarda başlıca problem insanların bu araştırma sonuçlarına göre hareket etmesi, kendi teşhislerini koyup tedavi yöntemlerini belirlemesindedir.

Ulaşılan bilgilerin gerçekliğinin teyit edilmemesi, insanların her bilgiyi doğru kabul etmesi ve internetten araştırmalara devam etmesi bu süreci kaygı bozukluğu, panikata ve siberkondria rahatsızlığına kadar ilerletecektir.

Siberkondria hastalığı günümüzde sıklıkla görülmeye başlamıştır. İnternetin kullanımının artması, insanların sağlık sorunlarını bu ortamlardan araştırması, edindikleri bilgileri kendileri ile kıyaslayıp kendilerinde hastalık araması ve bu durumun sürekliliği siberkondrianın güncel bir rahatsızlık hâline gelmesine yol açmıştır.

Dr. Öğretim Üyesi Aylin Tutkun Ünal ve sağlık çalışanı Yücel Ekinci tarafından “Yeni Medya Çağında Kuşakların Siberkondria Düzeyleri ile Sağlık Okuryazarlığı İlişkisi” ve “İstanbul İli Kuşakların Siberkondria ve Sağlık Okuryazarlığı Haritası” başlıkları altında araştırma yapılmıştır. Bu araştırmada uygulanan anketlere 196 kişi katılmıştır. Ankette internette araştırma yapılması

durumu 101,68 ile en yüksek puan olurken sağlık okuryazarlığı 26,77 ile en düşük puanı almıştır. Demografik dağılıma göre “eğitim”in siberkondria rahatsızlığına sahip olanlar üzerindeki etkisi de belirlenmiştir. Eğitim seviyesi yükseldikçe internet kullanımının arttığı, sağlık okuryazarlığında bilinçli davranıldığı görülmüştür. Bunun tersi olarak eğitim seviyesi düştükçe sağlık okuryazarlığında bilinçli davranılmadığı ve internetten edinilen bilgilere daha çok inanıldığı tespit edilmiştir. Bu durumun internetteki bilgilerin doğru kullanılmadığı zaman kaygıya, huzursuzluğa ve siberkondriaya yol açtığı anlaşılmıştır.

Barke ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise kadınların siberkondriaya kapılma oranlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Ertaç, Kırac ve Ünal, 2020: 17).

2.4.3. Dijital Dünyanın Hastalıkları İçin Çözüm Yolları

Dijital Dünyanın gelişimi ile hastalıklar alanında gelişme durumları söz konusu olmaya başlanmıştır. İnternet ağları sayesinde kullanıcılar hastalıkları hakkında ki çözüm yollarını hızlı şekilde sonuçlandırmaya çalışmaktadırlar.

2.4.3.1. Sağlık Okuryazarlığı

Sağlık okuryazarlığı, bireylerin uygun sağlık kararları verebilmek için gereksinim duydukları sağlık bilgilerine erişme imkânlarının, bilgiyi anlama ve amaçları yönünde kullanabilme yeterliliklerinin düzeyini tanımlayan bir kavram olarak kullanılmaktadır Sağlık okuryazarlığı normal okuryazarlıktan sağlık ile ilgili veri, bilgi ve araştırmaları inceleme, eleştirebilme, anlayabilme ve sorgulamayla ilgili olması yönüyle ayrılır (<https://www.iienstitu.com/blog/saglik-okuryazarligi-nedir>). Sağlık okuryazarlığı sağlık hizmeti ve tedavi hakkında temel bilgilere sahip olup olmamayı ifade eder. Örneğin; tansiyonun hesaplanması ve bunun için günlük hayatta yapılması gereken yürüyüş, yemek, ilaç isim ve ölçeklerini bilmek ve matematiksel oranlar üzerinden yorumlamayı bilmek önemlidir. Randevu, reçete ve diğer tıbbi materyallerin okunup doğru anlaşılması sağlık okuryazarlığı kapsamındadır. Özetle sağlık okuryazarlığı, bireyin kendi sağlığı ve toplumsal sağlık

hakkında ilgili karar, bilgi, enformasyon, hizmet ve davranışları anlamasını, değerlendirebilmesini ve kullanmasını kapsar.

İlk kez 1974 yılında S.K Simonds ile gündeme gelen sağlık okuryazarlığı, 2000'li yıllardan bugüne oldukça fazla araştırma ve çalışmanın da konusu olmuştur. Sağlık okuryazarlığını gündeme getirmenin en önemli nedenlerinden biri, bireyin ve toplumun sağlığını etkileyebilecek olumsuzlukları önleyebilmesidir. Günümüzden örnek vermek gerekirse maske kullanımı, aşı karşıtlığı, diyet uygulamasının illegal yolları, doktor-hasta ilişkisini anlayamama ve tedavi yollarını araştırmama gibi unsurları sayılabilir.

Sağlık okuryazarlığı (SOY) ile insanlar kendi sağlığı hakkında doğru karar verebilir ve bunu hekimine iletebilir. Kendi rahatsızlıkları hakkında doğru bilgiye ulaşan kişi hastaneye daha az gider, zaman ve ekonomi yönünden kazançlı olur.

Sağlık okuryazarlığında bilinçli olmayanlar ise yanlış bilgilere ulaşıp rahatsızlıklarını hekime anlatma, hastaneye daha çok gitmek zorunda kalma ve zaman ve ekonomi açısından kayıplara uğrama riski ile karşı karşıya kalır (Çopurlar ve Kartal, 2016: 45).

Sağlık okuryazarlığı; yaş, gelir ve eğitim durumuna göre değişiklik göstermektedir. Sağlık okuryazarlığının ileri yaşlardaki kişilerde daha düşük olduğu görülmektedir. Gelir ve eğitim seviyesi nispeten düşük olanlar da bilgiye ulaşma noktasında daha geride kalmıştır. Kendini sürekli rahatsız hisseden bireylerin de sağlık okuryazarlığında bilinçli olmadığı belirtilmektedir. Sağlık okuryazarlığı yüksek olanlar ise eğitim ve gelir seviyesi daha yüksek kişilerdir ve doktora daha az başvurmaktadır (Yılmaz, 2016: 143-144).

Sağlık okuryazarlığına sahip kişilerin düşünceleri ve yaşam tarzları edindikleri bilgilerle değişmekte ve gelişmektedir. Çevrim içi iletişim araçları da sağlık okuryazarlığının gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Örneğin, bulaşıcı bir hastalık olan Covid-19, insanları doğrudan ilgilendirmekte ve insanlarda olumlu ve olumsuz etkiler yapmaktadır. İnsanların daha duyarlı, temiz ve dikkatli hareket etmeleri olumlu olarak değerlendirilirken siberkondria rahatsızlığına kapılması

olumsuz etkilerden sayılmaktadır. İnsanlar, Covid-19'a dair bilgileri internetten sürekli araştırdıkça hastalığın nedenleri, belirtileri vb. hakkında daha çok fikir sahibi olmakta, bu da siberkondriaya yol açmaktadır.

2.4.3.2. Medya Okuryazarlığı

Medya, topluma ulaştırdığı bilgilerle insanların hareketlerini, düşüncelerini, tavırlarını ve bakış açılarını değiştirebilmektedir. Medya okuryazarlığı görsel, basılı, sözlü olarak mesaj iletmenin yanı sıra eleştirel bir yapıya da sahiptir. Teknolojinin gelişmesi ile medyanın yapısı ve içeriği de değişiklik göstermektedir.

Okuryazarlık; analiz, sentez, gerçekleştirme, yorumlama gibi gereklilikleri içinde barındırır. Medya okuryazarlığı da bu durumu kapsamaktadır ve üzerinde birçok yorum gerçekleşmektedir (Sezer, 2019: 49). Yayınlanan haberleri, bilgileri araştırmak, doğruluğundan emin olmak, yanlış bilgi ve uygulamalardan kaçınma becerilerini beraberinde getirir. 80'li yıllardan sonra teknolojinin gelişmesi ve yayılması ile kitaplara, dergilere, haberlere, gazetelere ulaşmanın kolaylığı ve çevrim içi platformların varlığı medya okuryazarlığını daha da gerekli hâle getirmiştir. Bu konuda insanları bilinçlendirme gerekliliği doğmuş ve ilköğretimden başlayarak eğitim hayatında medya okuryazarlığı yerini almıştır.

Medya okuryazarlığı sağlık alanında da önem arz etmektedir. Doğru olmayan, doğruluğu ya da yanlışlığı ayırt edilmeyen bilgiler insanların hatalı bir tedavi uygulaması, yanlış ilaç içmesi, psikolojik rahatsızlıklar, maddi sıkıntılar gibi olumsuz sonuçlar yaratabilmektedir.

2.4.3.3. Sağlık İnancı Modeli

Sağlık inancı modeli, sağlığı koruyan ve geliştiren davranışların yanı sıra pek çok sağlık probleminde hastanın tedaviye uyumunu, neyin motive ettiğini ya da engellediğini açıklamada ve ölçmede etkin bir modeldir. Amerika'daki psikologların yorumuna göre bu model toplum üzerinde olumlu etkiler yapan, sağlık konusundaki davranışları etkileyen ve olumsuz davranışlardan vazgeçmede yol gösterici olan bir yapı oluşturmaktadır (Kılınç ve Gür, 2018: 468). Sağlık inancı modelinde ele alınan konulardan birkaçı arasında aşının kimlere yapılması gerektiği, toplumun sağlığını

ilgilendiren testlerin nasıl yapılacağı sayılabilir (Bulduk, Dinçer, Yurt ve Ardiç, 2015: 29).

Sağlık inancı modelinde insanların düşünce ve davranışlarını değiştirmekten veya hastalıklara teşhis koymaktan çok hastaların tedaviye uyum sağlayarak yüksek bir moral ile hekime eşlik etmesi amacı vardır. Örneğin, insanlar aşı, genel tarama testleri gibi işlemleri yapmaları için bilinçlendirilmektir (Kılınç, Gür, 2018: 469). Sağlık inancı kuramının yatkınlık algısı, ciddiyet algısı, yarar algısı ve engel algısı gibi modelleri bulunmaktadır. Gelişim gösterdikten sonra güven ve sağlık motivasyon algısı da bunlara eklenmektedir. Bu algılar yaşam kalitesinde büyük rol oynamaktadır. Örneğin, kişi yaşadığı baş ağrısından dolayı beyinde ciddi bir hastalık olduğunu düşünebilir. Bunun üzerine beyin tomografisine girebilir ancak bu süre içinde olumsuz düşüncelerle sorunu daha da büyütebilir. Sosyal medya platformlarında baş ağrısı ile ilgili birçok olumsuz yazı ve yorumu okuması da sorunu büyütmesine neden olabilir. Ancak ciddi bir sorunun olmadığına inanarak yalnızca önlem amacıyla beyin tomografisini yaptırmak ve hekimine güvenerek hareket etmek daha uygun bir davranıştır. Bu da sağlık inancı modelinin toplumlarda yayılması ile gerçekleşebilir.

2.5. Salgın Hastalıklarda İletişim ve Bilgi Arayışı

Bir hastalığın pandemi tanısına girmesi için insanlar arasında kolayca yayılması, daha önce maruz kalınmamış olması, hastalığa yol açan etmenin insanları etkilemesi, bulaşıcı ve tehlikeli olması gerekir (<https://estethica.com.tr/blog/saglikli-yasam-ve-beslenme/pandemi-nedir-gecmisten-gunumuze-salginlar>). Salgın hastalıklar, toplumu derinden etkileyen ciddi bir önem ve sonuçlar doğuran aynı zaman da kişileri korkutan bir durumdur (Gönüllü, 2008: 446). Salgın hastalıklar geniş kitlelere ulaşır ve insanların sağlığını olumsuz etkiler. Bu nedenle bir hastalığın insandan insana geçmesi ve böylece yayılması küresel salgın olarak da adlandırılır (Akyol, 2020: 74). Günümüzde ulaşımın gelişmiş olması Covid-19 virüsünün hızla yayılmasına neden olmuştur. Dünya Sağlık Örgütü tüm dünya için pandemiye sona erecek önlemler almak için çalışmaktadır (Kaya ve Şimşek, 2020: 992).

Savaşlar, doğal afetler, siyasi olaylar, iklim farklılığı, barınma sorunları ve çevresel sorunlar salgını tetikleyebilmektedir. Geçmişten günümüze dünyada çeşitli dönemlerde ve bölgelerde salgın hastalıklar yaşanmıştır. Kolera salgını, çiçek hastalığı, veba gibi geçmişte görülen salgınlara günümüzde Covid-19 eklenmiştir.

Salgınlar, hastalığın özelliklerine göre çeşitli önlemler ile sona erdirilmeye çalışılmıştır. Örneğin, kolera salgınında temizliğe dikkat edilmesi, çiçek hastalığında aşılarda zamanında ve eksiksiz yapılması, vebada insanların izole ortamlarda bulunması gerekmiştir. Covid-19'da ise sosyal mesafenin korunması, insanlarla temas edilmemesi ve maskesiz dolaşılması gerekliliği belirlenmiştir (Parıldar, 2020: 20). Kişilerin birbirinden uzaklaştığı, fiziksel olarak temas etmekten kaçındığı bu salgında uzaktan iletişim ön plana çıkmıştır. Günlük hayatın yanı sıra iş ve eğitim hayatında da temas engellenmeye çalışılmış, sokağa çıkma yasağı gibi kısıtlamalar getirilmiş, iş yerleri ve okullar, alışveriş merkezleri kapatılmış, toplantılar iptal edilmiş ve bu ihtiyaçlar internetin kullanımıyla uzaktan yürütülmeye çalışılmıştır.

Pandemi sürecinde insanların beden ve ruh sağlığının korunması, toplumlarda infialler olmaması için doğru ve güvenilir bilgiye ulaşılması önem kazanmıştır.

2.5.1. Salgın Hastalıklarda İnfodemi

İnfodemi, aşırı ve asılsız bilgi veya haber salgınının, toplumda korku ve paniğe yol açarak esas salgının yönetimini zorlaştırması olarak ifade edilmektedir (<https://digitalage.com.tr/koronavirus-gunlerinde-dijital-yasam-infodemi-nedir/>).

Dünya Sağlık Örgütüne göre infodemi, gerçek ve sahte haberlerin iç içe girerek toplumların yanlış bilgi edinmesine sebep olmalıdır. Salgın hastalığın yaşandığı bu dönemde infodemi kavramı ön plana çıkmıştır. Çünkü insanlar tüm dünyayı ilgilendiren salgın hastalıkla ilgili bilgi edinmek için haberleri takip etmektedir ve bu süreci televizyon ve radyonun yanı sıra sosyal medyadan yürütmektedir. Bilgilerin yanlış, eksik ve tutarsız verilmesi bilgi kirliliğine, belirsizliğe ve karmaşaya neden olmaktadır. Dr. Tedros bu durumu “Biz sadece Covid-19 ile savaş vermiyoruz, bununla beraber tüm toplumlar olarak infodemi ile de mücadele ediyoruz.” şeklinde yorumlamaktadır (Gölbaşı ve Metintaş, 2020: 127).

Dünya Sağlık Örgütü infodemiği beş grupta incelemektedir:

1. Kanıt Üzerinde Bir Tanımlama Yapmak
2. Bilgi İçeren Konuları Toplum Tarafından Uygulanabilir Hâle Getirmek
3. Pozitif Olarak Süreci Geliştirmek, Yaymak ve Sağlamlaştırmak
4. Gerçekleşen Etkileşimleri Ele Alarak Ölçümlendirmek
5. Koordinasyon ve Yönetim



Şekil 14: İnfodemi Yönetim Şekli

(Gölbaşı ve Metintaş, 2020: 131)

Covid-19 sürecinde infodemi kavramı ilk kez kullanılmıştır. Bunun nedeni 02.02.2020 tarihinden itibaren yanlış haberlerin yayılmaya başlamasıdır. Pandemi ile ilgili merak edilen soruların cevapları doğruluğu kanıtlanmadan çevrim içi ortamlarda yayılmıştır. Bu durum insanların kaygı düzeylerinin artarak hipokondriasis hastalığına kapılmasına yol açmıştır. Prof. Dr. Ümit Atabek “İnternet üzerinden sağlıkla ilgili yayılan yanlış bilgiler yüksek riskli bir ortama zemin hazırlamaktadır. Hastanelerde virüs kapma endişesi ile insanlar sağlık sorularını internet ortamında çözmeye çalışmaktadır. Orada bulduğu bilgilerin doğruluğunu tam olarak önemsememektedir. Bu durum infodemidir.” diyerek insanların ve

toplumların içinde bulunduğu durumu özetlemiştir. Covid-19 sürecinde Avrupa Birliği EUvsDisinfo Araştırma Grubu'nun yayınladığı bir araştırmada corona virüsü hakkında yanlış haberlerin çok fazla olduğu ortaya konulmuştur.

Dünya Sağlık Örgütü, bu problemi çözmek için Whatsapp, Facebook ile iş birliği yapmış, bilgi ve haber akışının doğru bir şekilde yürütülmesini istemiştir.

Salgın hastalıklardan olan Covid-19'la ilgili doğru bilgilerin yayınlanması hayati önem taşımaktadır. İnfodemi bu süreçte maddi manevi önem taşımaktadır. Çünkü insanlar edindikleri bilgilerle hayatlarına ve davranışlarına yön vermektedir. Doğru bilgi edinmeleri de ruhsal açıdan sağlıklı olmalarını, doğru düşüncelerini, tedavi süreçlerinde maddi ve bedensel kayba uğramamalarını sağlamaktadır.

2.5.2. Covid-19 Salgınında Bilgi Arayışı

Covid-19 virüsü dünyada ilk kez Çin'in Vuhan şehrinde ortaya çıkmış, kısa sürede dünyaya yayılmıştır. Virüsün insanlar üzerindeki olumsuz ilk etkisi solunum yolunda görülmekte, öksürük, ateş, boğazda ağrı veya acı, burunda akıntı, kas ağrısı, eklem ağrısı, bağırsaklarda bozulma gibi belirtileri de beraberinde getirmektedir. Covid-19'dan korunmak için temizliğe dikkat etme, temastan kaçınma ve insanlarla sosyal mesafeyi koruyarak ilişkileri yürütmek gerekliliği doğmuştur. Bu durum günlük hayat akışına engel olmuş, seyahatleri kısıtlamış hatta ölüm oranları, vaka sayıları yükseldikçe sokağa çıkma yasakları getirilmiştir (Üstün ve Özçiftçi, 2020: 143-144).

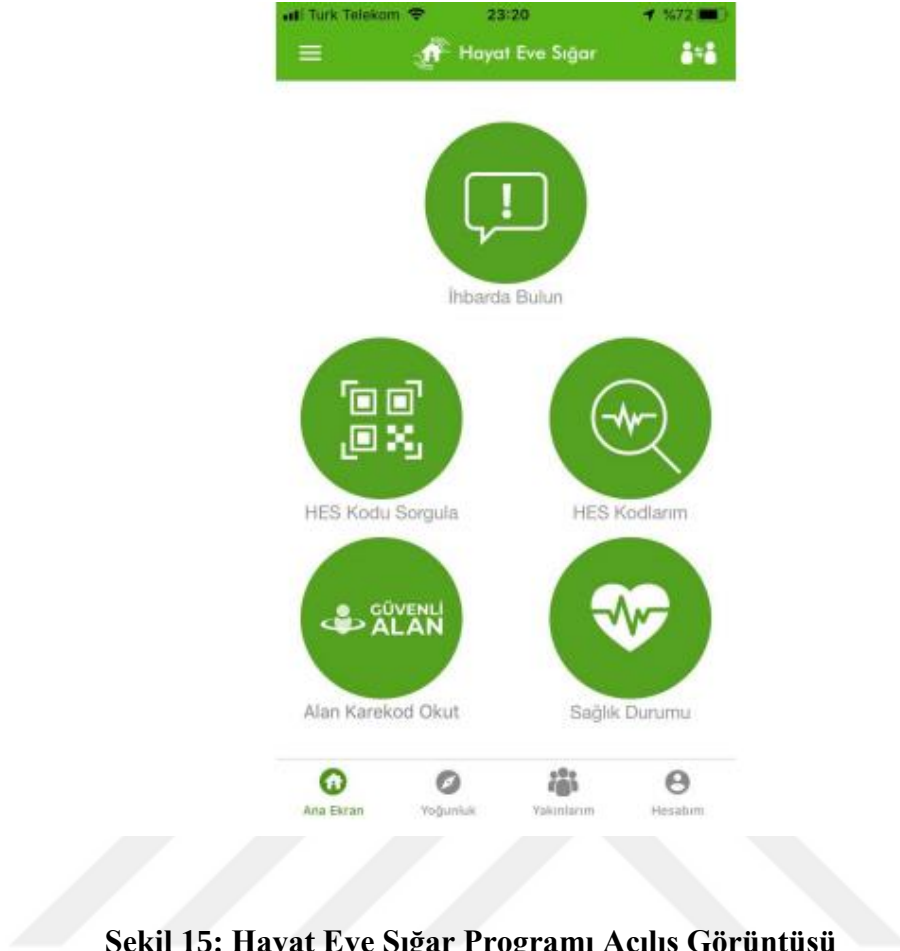
Türkiye'de ilk Covid-19 virüsü pozitif vaka haberi 11 Mart 2020'de duyurulmuş, ilk ölüm 18 Mart 2020'de gerçekleşmiştir. Virüsün ve virüse bağlı problemlerin engellenmesi amacıyla okullarda eğitime ara verilmiş, iş yerlerinde esnek çalışma saatlerine geçilmiş, kronik rahatsızlığı olanlar ve 60 yaş üzerindekiiler iş yerine gitmekten muaf tutulmuş, 65 yaş üzerine ve çocuklara sokağa çıkma kısıtlaması getirilmiş, belli sürelerde tüm insanlar için sokağa çıkma yasakları ilan edilmiştir. Sayıların artması ile asker izinleri, sosyal veya kültürel etkinlikler ve konserler iptal edilmiş, kuaförler ve lokanta vb. kapatılmıştır. Süreci daha iyi

yönetmek için Sağlık Bilim Kurulu kurulmuş, Sağlık Bakanı Fahrettin Koca ve kurul tarafından topluma gerekli açıklamalar yapılmıştır.

Covid-19 sürecinde başta Sağlık Bakanlığında olmak üzere insanları bilgilendirmek için birçok haber yayınlanmıştır. Bu süreçte insanlar hem sağlığını korumak hem hayat akışını devam ettirmek amacıyla çaba sarf etmiş, doğru bilgilerle doğru kararları almak için de haberleri yakından takip etmiştir. Resmî kanallardan yayınlanan haberlerin dışında çeşitli sosyal ağlardan da pandemi süreciyle ilgili birçok bilgi verilmiştir. Öyle ki UNESCO, Covid-19'un tüm dünyayı etkilediği bu dönemi insanların haber alma ihtiyaçları üzerinden değerlendirmiş ve “Bilgiye Evrensel Erişim Uluslararası Günü”nün temasını Covid-19’la ilgili olarak belirlemiştir. Günü sloganını ise “Enformasyona erişim hayat kurtarır, güven sağlar, umutları yükseltir.” olarak belirlemiştir.

Pandemi sürecinde evinde kalan insanlar gündemi çevrim içi ağlardan takip etmiştir. Instagram, Facebook, Twitter gibi sosyal medya ağlarının kullanıcıları artmıştır. TÜBİTAK tarafından konuyla ilgili yapılan araştırmada 65 yaş üzeri 1075 kişi ile çalışılmış, bu yaş aralığındaki kişilerin sosyal medyayı kullanmalarında artış saptanmış ve sosyal medyadan edindiği haberlerin doğruluğuna %25’lik oranda inanılmadığı sonucuna varılmıştır.

Sağlık Bakanlığı tarafından başlatılan “Hayat Eve Sığar” uygulaması cep telefonlarından takip edilmektedir. Bu durum teknolojinin ve internetin hayatı ilgilendiren konularda ne kadar kullanılır olduğunu bir kez daha göstermiştir.



Şekil 15: Hayat Eve Sığar Programı Açılış Görüntüsü

(Karanfiloğlu ve Kara, 2020: 92)

Covid-19 sürecinde gerçekleşen ölümler, hastanede tedavi süreçleri, hayat akışının bozulması, kısıtlamalara başlanması gibi olumsuz durumlar insanları psikolojik yönden de etkilemiştir. İnsanlarda anksiyete, hipokondriazis, depresyon görülmeye başlanmıştır.

Bu durumu pandemi sürecinde yayınlanan haberlerin niteliği de etkilemiştir. Covid-19'un belirtilerini öğrenen kimi insanlar sağlıklarındaki değişimlerden virüse yakalandığı zannına kapılarak önlemler almaya, kendilerine tedavi uygulamaya başlamıştır. Hastalığa yakalanma korkusu da kimi insanların hastaneye gitmesine engel olmuştur. Böylece insanlar hem bedensel hem ruhsal yönden kendilerine zarar vermiştir. Resmî kanallardan yapılan açıklamalar doğrultusunda gerekli önlemleri alarak hareket etmenin kişinin beden ve ruh sağlığını koruyacağı unutulmamalıdır

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

COVID-19 PANDEMİSİNDE DİJİTAL DÜNYADA BİLGİ ARAMA SÜRECİ

3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı insanların Covid-19'dan önce ve Covid-19 sürecinde internet ortamında sağlık alanı ile ilgili araştırmaları ne sıklıkta yaptığı ve hangi platformları kullandığını göstermektir. Edinilen bilgilerin insanlar üzerindeki etkisinin yanı sıra Covid-19 testi pozitif çıkan kişilerin psikolojik durumlarının nasıl olduğu da belirlenmeye çalışılmıştır.

Çalışmada kaynak olarak kitaplar, süreli yayınlar ve internetten yararlanılmıştır. Çalışma nitel araştırma yöntemi olarak gerçekleştirilmiş, yarı yapılandırılmış görüşme ile Covid-19 testi pozitif çıkan kişilerle mülakat yapılmıştır.

İnsanların ulaşmak istediği birçok bilgiyi internetten araştırdığı gerçeğinden yola çıkarak sağlık alanında bu durumun nasıl seyrettiği, sağlıkla ilgili haber, fotoğraf, resim, video vb.nin insanları nasıl etkilediği, Covid-19 sürecinde bu durumun daha da artarak devam edip etmediği ve insanları nasıl etkilediği tespit edilmeye çalışılmıştır.

Bu çalışmanın pandemi, sosyal medya, bilgi edinme ve insanlar üzerindeki etkisi ile ilgili farklı çalışma ve araştırmalara ışık tutacağına inanılmaktadır.

3.2. Araştırmanın Yöntemi

Araştırmada nitel araştırma yöntemi kullanılmış, yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile Covid-19 testi pozitif çıkan kişilerden bilgi alınmıştır. Nitel araştırmalar, görüşme ve duygular gibi yöntemler üzerinden nitel kapsamlı veriler doğrultusunda doğal ve gerçek biçimde ortaya konulan sonuç olarak tanımlanabilir (Zeki Karataş, 2015: 63). Araştırmada toplam otuz kişi ile soru-cevap şeklinde görüşülmüş, edinilen bilgilerin katılımcıların isimleri verilmeden kullanılacağı belirtilmiştir. Görüşmelerin ses kaydı alınmış, katılımcıların izni doğrultusunda görüşmeler çalışmaya aktarılmıştır.

Katılımcılara sorulacak sorular önceden hazırlanmış, cevaplara göre gerekirse başka soruların eklenmesi uygun görülmüştür. Belli bir yaş aralığı, cinsiyet, eğitim durumu ve yerleşim yeri seçilmeden 30 kişi ile görüşmeler tamamlanmıştır.

3.3. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları

Araştırmada “amaçsal örneklem” yöntemi tercih edilmiş, bu nedenle Covid-19 testi pozitif çıkan kişilerle görüşme yapılmıştır. Bu kişilerin Covid-19 öncesi ve esnasında bilgi kaynakları olarak interneti kullanıp kullanmadığı, bu bilgilerin kendilerini nasıl etkilediği hakkında sonuca ulaşmaya çalışılmıştır. Araştırmanın sınırlılığı ise görüşmelerin salgın hastalık nedeniyle yüz yüze değil, telefonla yapılması olmuştur.

3.4. Araştırmanın Bulguları ve Analizi

Görüşmelerin cevapları tek tek incelenmiş, ulaşılan sonuçlar aşağıda verilmiştir.

“Ses kaydı için izniniz var mı?” sorusuna 30 kişi tarafından “Evet” cevabı verilmiştir.

“Kaç yaşındasınız?” sorusundan katılımcıların 15-60 yaş aralığında olduğu öğrenilmiştir.

“Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?” sorusundan 10 erkek ve 20 kadın katılımcı olduğu belirlenmiştir.

“Nerede yaşıyorsunuz?” sorusuna 26 İstanbul, 2 Ordu, 1 Sapanca ve 1 Kocaeli cevapları alınmıştır.

“Günlük hayatınızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?” sorusundan sosyal medyayı 20 kişinin kullandığı, 2 kişinin kullanmadığı ve 8 kişinin de nadiren ya da bazen kullandığı bilgisine ulaşılmıştır.

“Sosyal medya mecralarında en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?” sorusundan haberleri takip etmek, Facebook sayfalarında arkadaşlar ile görüşmek, alışveriş yapmak, gündemi takip etmek, Covid-19 virüsü vakalarını takip etmek, yemek tariflerine bakmak, araştırma yapmak için sosyal medyanın kullanıldığı sonucuna ulaşılmıştır.

“Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu? sorusuna 10 kişi “Hayır”, 4 kişi “Biraz” ve 16 kişi “Evet” cevabını vermiştir. Evet cevabı veren kişiler Covid-19 virüsü hakkında araştırma yaptığını belirtmiştir.

“İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?” sorusuna 18 kişi “Evet”, 8 kişi “Hayır” ve 4 kişi “Biraz” cevabını vermiştir. Evet cevabını veren kişiler genellikle dikkatlerini çeken ve kendilerine yakın olan hastalıkları okuduğunu dile getirmiştir.

“Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?” sorusuna 17 kişi “Evet”, 13 kişi “Hayır” cevabını vermiştir.

“Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz? En çok hangi hastalık alanında doktora gidersiniz?” sorusuna 28 kişi “Evet”, 2 kişi “Bazen” cevabını vermiştir.

“Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygular mısınız?” sorusuna 20 kişi “Evet”, 6 kişi “Bazen” ve 4 kişi “Hayır” cevabını vermiştir.

“Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?” sorusuna 22 kişi “Evet”, 2 kişi “Bazen” ve 6 kişi “Hayır” cevabını vermiştir.

“Covid-19 testini yaptırmadan önce internette veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?” sorusuna 25 kişi “Evet” ve 5 kişi “Hayır” cevabını vermiştir.

“Sağlık Bakanlığının Covid-19 ile ilgili bilgilerini nerelerden takip ediyorsunuz?” sorusundan bilgilerin Instagram, web siteleri, gazetelerin haber siteleri ve televizyondan takip edildiği sonucuna ulaşılmıştır.

“Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?” sorusuna birbirine yakın cevaplar verilmiştir.

“Covid-19 virüsü Türkiye’ye ilk kez geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?” sorusuna birbirine yakın cevaplar verilmiştir.

3.5. Araştırmanın Sonucu

Bu çalışma için yapılan görüşmelerin cevapları genel olarak birbirine yakındır. Katılımcılar 15-60 yaş aralığındadır ve yaşları birbirine yakın olanların verdiği cevaplar ortak özellikler göstermiştir. Yaş aralığı 15-40 olanların çevrim içi ağları daha çok kullandığı belirlenmiştir. Bu kişilerin günlük 4-5 saatini sosyal medyada geçirdiği anlaşılmıştır. 40 yaş üzeri olanların sosyal medyayı daha az kullandığı ancak çocuklarına ya da yakınlarına merak ettikleri konularla ilgili araştırma yaptırdığı saptanmıştır. Bu durum her yaş aralığından insanın çevrim içi ağları kullandığını örneklendirmektedir.

Yaş aralığı 15-35 olanların sosyal medya platformlarından Instagram’ı, 35-65 olanların da Facebook’u kullandığı öğrenilmiştir. Bunun yanı sıra televizyonun da bilgi edinmek için tercih edildiği belirlenmiştir.

Bu çalışma ile pandemi süreci başladıktan sonra sosyal medyada sağlıkla ilgili araştırmalarda artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Covid-19 virüsünün ne olduğu, hasta vaka ve ölüm sayıları, virüse karşı alınacak önlemler, yeme içmede dikkat edilecek hususlar araştırılmıştır.

İnternetteki platformlardan hastalıklar veya tedavi yolları ile ilgili yazılar okunduğu, bilgiler alındığı tespit edilmiştir. Örneğin, karın ağrısı, boğaz ağrısı,

Covid-19 virüsü için önlemlere dair yazılar okunmuştur. Salgın hastalık nedeniyle hastaneye gitmek istemeyenlerin internet ortamlarında araştırma yaptığı belirlenmiştir.

Katılımcılara hastalıklar ve tedavi yolları için başkalarına danışıp danışmadıkları sorulduğunda olumlu cevap alınmış, danışılan kişilerin genellikle aile büyükleri olduğu, bunun yanı sıra internetten araştırıp doktora başvurdıkları bilgisine ulaşılmıştır.

Katılımcılara doktora gidip gitmediklerine ilişkin soru sorulmuş, 28 kişi “Evet” derken 2 kişinin gerek duyduğunda doktora gittiği tespit edilmiştir.

Katılımcıların internetten sağlıkla ilgili edindikleri bilgileri uygulama durumlarını öğrenmek amacıyla yöneltilen sorulardan sağlıkla ilgili öneriler mantıklı bulunursa uygulandığı bilgisi elde edilmiştir. Katılımcılar hastalıklar ve belirtileri kendilerine yakınsa tedavi yöntemlerini veya ilaçları doktora danışmadan uygulamakta sakınca görmemiştir.

Covid-19 testi yaptırmadan önce katılımcıların internetten araştırma yapıp yapmadığı sorusuna genel olarak “Evet” cevabı verilmiştir. Videoların izlendiği, test esnasında yapılan işlemlerin katılımcılarda korku uyandırdığı anlaşılmıştır.

Covid-19 testi pozitif çıkan kişilerin bundan psikolojik olarak etkilenip etkilenmediği sorulmuş ve birbirine yakın cevaplar alınmıştır. Katılımcıların virüsü ailelerine, sevdiklerine bulaştırma ve ölüm korkusu yaşadıkları, bunun yanı sıra virüsün dünyadan hiç kalkmayacağı, bundan sonra bu hastalığın hep olacağı endişesini taşıdıkları tespit edilmiştir. Bu durumun sonucu olarak kimi katılımcılar kendisinin “panikatak hastası” olduğunu belirtmiştir.

Covid-19 virüsünün Türkiye’de ilk kez görülmesiyle ilgili düşünceleri sorulduğunda katılımcıların sevdiklerine zarar gelmesi ihtimalinden dolayı korku ve endişe yaşadığı öğrenilmiştir. Çin’de virüsün etkilediği insanlarla ilgili yayınlanan videoları izledikleri, aynı hâli yaşamak riskinden duydukları tedirginlik ve ölüm korkusunun baskın olduğu da belirtilen düşünceler arasındadır.

Nitel araştırma yöntemi tekniği olan yarı yapılandırılmış görüşme şeklinde yapılan bu araştırmadan insanların interneti ve sosyal ağları kullanmasının birbirine benzediği, çevrim içi ağlardaki ortak platformları kullandığı, sağlıkla ilgili merak ettikleri konularda internetteki bilgi ve yorumlara başvurduğu, kendilerine uygun gelen önerileri doktora danışmadan uyguladığı, Covid-19 sürecinde psikolojik olarak etkilendiği, sevdiklerine ve kendilerine zarar gelmesinden endişe duyduğu ve ölüm korkusu yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma da yapılan röportaj da ki soruların cevapları kısa şekilde cevaplar verilmiştir. Günümüz de yaşadığımız olan salgın hastalık sebebi ile cevap veren kişiler hızlı şekilde cevaplar verip detaya inmediler. Bazı kişiler ise akciğerlerin de hala sorun yaşadıkları için konuşmakta dahi zorluk çekiyorlardır. Be neden ile cevaplar kısa şekilde olmaktadır.

SONUÇ

Bu çalışma 2020 yılında dünya geneline yayılan ve hâlâ devam eden salgın hastalık Covid-19 sürecinde insanların sağlıkla ilgili bilgi arayışında interneti nasıl kullandığı, pandemi sürecinin insanları psikolojik olarak nasıl etkilediği hakkında veri elde etmek için yapılmıştır.

Araştırmanın birinci bölümünde sağlık tanımı ve sağlık iletişiminin ne olduğu hakkında bilgi verilmiştir. Pandemi sürecinde dijital dünyanın sağlık alanındaki bilgi arayışına nasıl etki ettiği, hangi sosyal ağların kullanıldığı sorusuna cevap aranmıştır. Instagram, Facebook, Youtube gibi çevrim içi ağların bu arayışta sıklıkla kullanıldığı tespit edilmiştir. Buradan hareketle tutum ve davranışlardaki değişiklikler belirlenmiş, sağlık okuryazarlığının önemi ortaya konulmuştur.

Araştırmanın ikinci bölümünde internetin tanımı yapılmış, gelişim aşamaları anlatılmıştır. Sosyal medyanın günümüzde hemen her kesimden insanın kullandığı bir alan hâline geldiği, birçok konuda bilgi arayışının internet üzerinden yapıldığı ifade edilmiştir. Bu bağlamda sağlıkla ilgili yazı, video, fotoğraf, resim vb.nin paylaşıldığı, resmî ya da gayriresmî birçok açıklamanın bu kanallar üzerinden dünyaya yayıldığı anlatılmıştır. Bu platformların bilgilendirici rolü ve insanları etkileyen yönleri hakkında tespitler yapılmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın üçüncü bölümünde çevrim içi ağlarda yapılan araştırmalar sonucunda artan kaygılar nedeniyle çeşitli psikolojik sorunlar yaşandığı belirtilmiştir. Bu noktada “anksiyete, panikatak, hipokondriasis ve siberkondria”dan söz edilmiştir. Söz konusu rahatsızlıkların tanımı yapılmış, Covid-19 sürecinde insanlardaki duygu durumu değiştikçe bu rahatsızlıklarda artış görüldüğü ifade edilmiştir.

Bu temel bilgilerden yola çıkılarak görülmektedir ki dijital dünyanın gelişimi ile hayatın birçok alanında farklılıklar yaşanmaya başlamıştır. İnsanlar resmî ve özel işlerini internet üzerinden yapmaya başlamıştır. Hemen her alanda başvuru alan bir kaynak olan internet sağlık alanında da araştırmalar için vazgeçilmez bir platform olmuştur.

Sosyal medya da bu süreç içinde gelişmiş, geniş bir kullanıcı kitlesine sahip olmuştur. Instagram, Facebook, Youtube gibi çevrim içi ağların kullanıcı sayısı günden güne artmıştır. İnsanlar hızlı, ücretsiz ve kolay ulaşılabilen bu platformlardan istediği bilgiye ulaşabilmiştir. Bu ağlar sağlık hakkındaki sorulara da cevap aranan bir ortam hâline gelmiştir.

Tüm dünyayı ilgilendiren ve etkileyen Covid-19’la ilgili araştırmalar internet ve sosyal ağlar üzerinden sürmüştür. İnsanların virüsün bulaşma endişesini duyarak hastaneye gitmemesi de sosyal ağlardan bilgi edinmeyi kaçınılmaz kılmıştır. “Pandemi süreci nasıl ilerliyor, hastalığın belirtileri, etkileri nedir, nasıl ilaçlar kullanılmalıdır, tedavi yöntemleri nedir, hangi hastanelere gidilmelidir, nasıl önlemler alınmalıdır?” gibi birçok sorunun cevabı internetten araştırılmıştır.

İnternet ortamında Sağlık Bakanlığı, hastaneler ve doktorların dışında birçok kullanıcının da bilgi paylaştığı görülmektedir. Yazılar, videolar, fotoğraflar, resimlerin yanı sıra yorumlar da paylaşılmıştır. Bilinçli sağlık okuryazarlığına sahip olunmazsa her türlü bilgiye inanma ihtimalinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bilgilerin doğruluğu teyit edilmeden ve doktora danışılmadan önerilen ilaçların kullanılması, tedavi yöntemlerinin denenmesi söz konusudur. Bu da maddi manevi zarar görme riskini ortaya çıkarmaktadır.

Bu çalışmada ulaşılan bu sonuçların yanı sıra Covid-19 testi pozitif çıkmış 30 kişi ile yarı yapılandırılmış teknik ile görüşülmüş ve çalışmanın konusu bağlamında bilgiler edinilmiştir.

Yaş aralığı 15-65 yaş olan katılımcıların sosyal medyayı kullandığı, bu platformlardan en çok Instagram, Facebook, Youtube gibi çevrim içi ağları tercih ettiği tespit edilmiştir. Gündemi takip etmek, merak edilen konularla ilgili araştırma yapmak, fotoğraf ve videolara bakmak, alışveriş yapmak gibi amaçlarla bu ağlar kullanılmıştır. Pandemi süreci ile Covid-19 vakalarını takip etmek, hastalığın seyri, niteliği, hastalığa karşı alınacak önlemleri öğrenmek de bu ağların kullanım amacına eklenmiştir.

Görüşmelerden ulaşılan sonuçlar içinde insanların internetteki bilgilere inandığı, hastalıklar konusunda aile büyüklerine danıştığı, doktora başvurmadan

önerilen tedavi yöntemlerini uyguladığı bulunmaktadır. Katılımcıların pandemi sürecinden psikolojik olarak etkilendiği, ölüm ve sevdiklerini kaybetme korkusu yaşadığı, salgının hiç bitmeyeceği endişesini taşıdığı da verilen cevaplardan anlaşılmıştır. Bütün bunların sonucunda panikatak, hipokondriazis ve siberkondria rahatsızlıklarında artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır.



KAYNAKÇA

KİTAPLAR

Hilal Özdemir Çakır, **Sosyal Medyada Kurumsal İtibar Yönetimi**, Kriter Yayın Evi İstanbul, 2016.

Oya Morva, Erkan Saka, **Kolektif Zekâ- Yeni Medya Perspektifinden Katkılar** (1. Baskı), Kalkedon Yayın Evi, 2018.

Emre Tuncer, **Sosyal Medya İmparatorluğu Patron**, Akis Yayınları (1.Baskı), İstanbul, 2014.

Ümit Sanlav, **Sosyal Medya Savaşları**, Hayat Yayınları, İstanbul, 2014.

Dağhan Irak, Onur Yazıcıoğlu, **Türkiye ve Sosyal Medya** (2.Baskı), Okyanus Yayın Evi, İstanbul, 2012.

Jülide Güzin Karagöz, **Sağlıkta Dijital Dönüşüm- Yapay Zekâ ve Nesnelerin İnterneti** (1. Baskı), Kutlu Yayın Evi, İstanbul, 2018.

Ertuğrul Köroğlu, **DSM-5 Tanı Ölçütleri** (1. Baskı), Hyb Yayıncılık, 2013.

Mesuda Canan Öztürk, **Dijital İletişim ve Yeni Medya** (2. Baskı), Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir, 2015.

Nilüfer Sezer, **Medya Okuryazarlığı**, İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi, 2019, 49

Esra Kabaklarlı, **Endüstri 4.0 ve Paylaşım Ekonomi**, (2. Basım), Nobel Bilimsel Eserler, Ankara, 2018.

SÜRELİ YAYINLAR

Aysun Danayiyen, Mithat Kıyak, Erдің Ünal, **Hastanelerde Yeni İletişim Teknolojileri Kullanımının Kurum İçi İletişim Doyumuna Etkisi**, Selçuk İletişim Dergisi, 13, 3, 2020, 3.

Emel Başoll, **Hasta ile Sağlık Çalışanları (Doktor ve Hemşire) Arasındaki İletişim Sorunları ve Çözüm Önerileri**, International Anatolia Academic Online Journal Sosyal Bilimler Dergisi, 6, 2, 2020, 5.

Abdullah Koçak, Yasin Bulduklu, **Sağlık İletişimi: Yaşlıların Televizyon da Yayınlanan Sağlık Programlarını İzleme Motivasyonları**, Selçuk İletişim Dergisi, 13, 3, 2020, 8.

Fatih Çelik, **Sağlık Kurumlarında İletişim: Hasta ile Sağlık Personeli İletişimi Üzerine Bir Araştırma**, Selçuk Üniversitesi Dijital Arşiv Sistemi, 2008, 30.

Necmi Emel Dilmen, **Yeni İletişim Ortamları ve Etkileşim ile İletişimsel Bilişim Yaklaşımı**, 2006, 1-2.

Z. Veril Akıncı, Mikail Batı, **Yeni Bir İletişim Raporu Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma**, Journal Of Yaşar Üniversitesi, 2010, 3.350.

Mehmet Barış Barzum, **Öğretmenlerin Web 2.0 araçlarından haberdarlığı, kullanım sıklıkları ve amaçlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi**, Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi, 2020, 7, 1, 607.

Niyazi Gümüş, **Sosyal Medya Aracı Olarak Facebook Uygulamalarının Marka Denklığı Üzerindeki Etkisi: Bir Sms Oporetörünün Facebook Sayfası Üzerinde Araştırma**, Sakarya İktisat Dergisi, 2, 2, 2013, 89.

Ayfer Er Genç, **Web 2.0 ve Sanal Sosyalleşme: Facebook Örneği**, Kurumsal Akademik Arşiv, 2011, 78.

- Ebru Onurlubaş, Derya Öztürk, **Sosyal Medya Uygulamalarının Y Kuşağı Satın Alma Davranışı Üzerine Etkisi: Instagram Örneği**, Uluslararası Toplum Araştırma Dergisi, 9, 16, 2018, 990.
- Rabia Pelin Yaş, **Sosyal Medyanın Bilgilendirici İşlevi: Kadın Hastalıkları ve Doğum Alanın da Instagram Paylaşımları Üzerine İçeriksel Analiz**, Kocaeli Üniversitesi İletişim Fakültesi Araştırma Dergisi, 15, 2020, 169.
- Özge Mısırlı, Zeynep Şahin Timar, Selim Gunuç, Mehmet Ersoy, **Eğitim İçin Yeni Bir Ortam: Twitter, Anadolu Journal Of Educational Sciences International**, 2012, 94.
- Emre S. Aslan, Demet Kolana, **Semantik Web Marka İtibarının Etkisi Üzerine Bir Araştırma**, The Journal Of International Scientific Desarches, 2018, 210.
- Medine Yılmaz, Sağlık **Okuryazarlığı Nedir? Nasıl Ölçülür?**, 9 Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 9, 4 2016, 143-144.
- Şebnem Çağlar, Sağlık **Haberciliği**, İstanbul Üniveristy Faculty Of Communication Jouncl, 2012, 112.
- Eda Kılınç, Kamel Gür, **Okul Yaralanmalarını Önlemede Sağlık İnanç Modeli temel Girişimlerin Etkisi**, Journal Of Health Sciences and Professions, 5, 3, 2018, 468.
- Serap Bulduk, Seher Yurt, Yeliz Dinçer, Elif Ardınç, **Sağlık Davranış Modeli**, Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 5, 1, 2015, 29.
- Muhammet Zekeriye Gündüz, Resul Daş, **Nesnelerin İnterneti Gelişimi Bileşenleri ve Uygulama Alanları**, Pamukkale Üniversitesi Mühendislik Bilimler Dergisi, 24, 2, 2018, 327.
- Oya Elyiğit Günler, **Bilgi Toplumunda İnternetin Önemi ve Sağlık Üzerinde ki Etkileri**, KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 17, 29, 2015, 35.

- Levent Görkem, Mehmet Bozuklu, **Nesnelerin İnterneti: Yapılan Çalışmalar ve Ülkemizde ki Mevcut Durum**, Gaziosmanpaşa Bilimsel Araştırma Dergisi, 13, 206, 48.
- Ali Kaplan, **Endüstri 4.0 Nesnelerin İnterneti- Akıllı İşletmeler ve Muhasebe Denetimi**, Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve idari Bilimler Fakóltesi Dergisi, 23, 2018, 1564.
- Hakan Altınpulluk, **Nesnelerin İnterneti Teknolojisinin Eēitim Ortamlarında Kullanımı**, Açııkēretim Uygulamaları ve Araştırma Dergisi, 4, 1, 2018, 95.
- Tuncay Ercan, Mahir Kütay, **Endüstride Nesnelerin İnterneti Uygulamaları**, Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi, 16, 3, 2016, 605.
- Sezer Korkmaz, İsmihan Hormen, **Saēlık Sektöründe Tele-Tıp Uygulamaları: Tele-Tıp Uygulama Boyutlarını İçeren Bir Araştırma**, Uluslararası Saēlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi, 4, 3, 2018, 250-254.
- Taşkın Kılıç, **E-Saēlık da İyi Uygulama Örneēi; Hollanda**, Gümüşhane Üniversitesi Saēlık Bilimler Dergisi, 6, 3, 2017, 206.
- Özlem Özer, Fatih şantaş, Fatih Budak, **Saēlık Web Sitelerinin Kullanım Düzeylerinin İncelenmesi: Örnek Bir Uygulama**, Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakóltesi Elektronik Dergisi, 1, 4, 2012, 131.
- Elgiz Yılmaz, **Türkiye de Hastaların İnternetle Tıbbi Enformasyon Arama Davranışlarının Doktor-Hasta İletişimine Etkileri**, Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi, 2013,102.
- Tolga Kara, **İnstagram'ın Saēlık İletişimi Baēlamında Kullanımı: Özel Hastaneler Üzerine Bir İnceleme**, Global Media Journal Tr Edition, 7, 14, 2017, 11.
- A. Bahadır Darı, **Sosyal Medya ve Saēlık**, 21. Yüzyılda Eēitim ve Toplum Eēitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi, 6,18, 2017, 733.

- Hikmet Tosyalı, **Sağlık İletişiminde Sosyal Medya Kullanımının Bireyler Üzerindeki Etkileri**, Maltepe Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi, 3, 2, 2016, 16.
- Pelin Vardarlier, Ceren Öztürk, **Sağlık İletişimin de Sosyal Medya Kullanımının Rolü**, Sosyolojik Düşün, 5, 1, 2020, 10.
- Raşit Tükel, **Panik Bozukluğu**, Klinik Psikiyatri Dergisi, 2, 3, 4, 2020, 8.
- E. Sercan Akhanlı, **Bilimsel Çeşitlilik Kuramı Kapsamında Replikasyon Çalışması**, 2019, 2.
- Okan Elüstün, **Tüketici Davranışlarında Bilimsel Uyumsuzluk: Kavramsal Bir İnceleme**, Economics Business and Organization Resevch, 2, 1, 2020, 40.
- Ersel Kiraz, **Sosyal Medya da Sahte Haberin Yayınlanmasında Kullanıcı Faktörü**, İnif E-Dergi, 5, 1, 2020, 12.
- Özgün Kaçer Karapıçak, Selçuk Aslan, Çisen Utku, **Panik Bozukluğu Somatizasyon Bozukluğu ve Hipokondriasis de Sağlık Kaygısı**, 2011, 44.
- Tuğçe Erdoğan Özyurt, Yusuf Aydemir, Abdulkadir Aydın, Mustafa Varan İnci, Hasan Ekerbiçer, Gürkan Murat Doğu, Aykut Kurban, **İnternet ve Televizyonda Sağlık Bilgisi Arama Davranışı ve İlişkili Faktörleri**, Sakarya Tıp Dergisi, 10, 2020, 2.
- H. Yunus Taş, Mehmet Demir Döğmez, Mehmet Küçükoğlu, **Geleceğimiz Olan Z Kuşağının Çalışma Hayatına Muhtemel Etkileri**, Uluslararası Toplum Araştırmalar Dergisi, 7, 13, 2017, 1034.
- Handan Ertaş, Ramazan Kırac, Sedanur Ünal, **Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerin Siberkondria Düzeyleri ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi**, Uluslararası Toplum Araştırma Dergisi, 15, 23, 2020, 17.
- Ali Rıza Gönüllü, **Antalya’da Salgın Hastalıklar**, Atatürk Araştırma Merkezi Dergisi, 24, 71, 2008, 446.

Pınar Kasapoğluakyol, Covid-19 **Küresel Salgın Dönemi ve Sonrası Müze Etkinlikleri**, Milli Folklor, 32, 127, 2020, 74.

İbrahim Kaya, Galip Engin Şimşek, **Dünya Sağlık Örgütü ve Uluslararası Sağlık Tüzüğü: Covid-19 Örneğinde Uluslararası Hukukta Salgın Hastalıklar Mücadele**, İstanbul Hukuk Mecmuası, 78, 2, 2020, 992.

Hülya Parıldar, **Tarihte Bulaşıcı Hastalık Salgınları**, Tepecik Eğitim ve Araştırma Dergisi, 30, 2020, 20.

Selva Dilan Gölbaşı, Selma Metin Taş, **Covid-19 Pandemisi ve İnfodemi**. Enstüdem Halk Sağlığı Dergisi, 5, 2020, 127.

Çağatay Üstün, Seçil Özçiftçi, **Covid-19 Pandemisinin Sosyal Yaşam ve Etik Düzlem Etkileri: Bir Değerlendirme Çalışması**, Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi, 25, 2020, 143-144.

Mehmet Karanfiloğlu, Murat Kaya, **İletişimin Dijitalleşmesi: Pandemi (Covid-19) ve Enformasyon Teknolojileri**, AJIT-E: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi, 11, 42, 2020,92.

İnternet Kaynakları

(<https://www.volkaninanc.com/web-3-0-nedir/>) (E.T: 14.03.2021).

(<https://kriptokoin.com/web-3-nedir/>) (E.T: 14.03.2021).

(<https://kriptokoin.com/web-3-nedir/>) (E.T: 15.03.2021).

(<https://www.iienstitu.com/blog/saglik-okuryazarligi-nedir/>) (E.T: 15.03.2021).

(<https://www.iienstitu.com/blog/saglik-okuryazarligi-nedir/>) (E.T: 15.03.2021).

(<https://proente.com/nesnelerin-interneti-nedir/>) (E.T: 16.03.2021).

(<https://proente.com/nesnelerin-interneti-nedir/>) (E.T: 17.03.2021).

(<https://www.fethiyepsikiyatri.com/hastalik-hastaligi-hipokondriyazis/>)(E.T: 17.03.2021).

(<https://www.sdplatform.com/Dergi/1268/Saglikta-bir-dezenformasyon-sonucu-olarak-siberkondria.aspx>) (E.T: 19.03.2021).

(<https://estethica.com.tr/blog/saglikli-yasam-ve-beslenme/pandemi-nedir-gecmisten-gunumuze-salginlar>) (E.T: 19.03.2021).

(<https://digitalage.com.tr/koronavirus-gunlerinde-dijital-yasam-infodemi-nedir/>) (E.T: 19.03.2021).



EKLER

Ek-1: Araştırma da Covid-19 testinin Pozitif çıkan kişilerle Bu süreç de ve öncesinde nasıl Bilgi arayışı yaptıkları ilgili ilgi Röportaj Formu

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?
2. Kaç yaşındasınız?
3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?
4. Nerede yaşıyorsunuz?
5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?
6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?
7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?
8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?
9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?
10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz? En çok hangi hastalık alanında doktora gider misiniz?

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

13. Covit 19 testi neyi yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?
Sosyal medyadan ve internetten takip ediyorum.

15. Covit 19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Ek-2: 1 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet, ses kaydı için izin verdim.

2. Kaç yaşındasınız?

26 yaşımdayım

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet kullanıyorum.

Peki, ne kadar sıklıkla kullanıyorsunuz?

Günde 4 saatimi sosyal medyada geçiriyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Gündemi takip etmek için, Arkadaşlarımın resimlerine bakmak için, Haberleri Takip etmek için kullanıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet değişiklik oldu Daha öncesinde bu kadar çok sağlık ile ilgili araştırma sosyal medyalarda veya internet ortamlarında araştırma yapmıyordum fakat günümüzdeki Covid-19 hastalığından sonra bu Derneği araştırmalar yapmaya başladım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Dediğim gibi daha öncesinde bu konularda ki yazıları çok inancım yoktu fakat Covid-19 virüsünden sonra hem araştırmalara başladım okumaya başladım fakat tedavi sürecinde Tabii ki de yazıları okudum ama Doktora da daha sonra başvuru yapmayı tercih ediyorum.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hastalık belirtilerine ve çözümlerini başkalarına Tabii ki de danışırım Çünkü ben bunu Eğer ki kendim de uyguluyorsam bu şekilde yaradığını da görüyorsan başkalarını Tabii ki de yansıtırım ve söylerim yani.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Hastalıkların çözüm için Tabii ki de doktora giderim ama bir önceki sorudaki gibi yani daha ilk önce yazıları okurum araştırma yaparım Doktor için de araştırma yaparım çözüm içinde tedavi için de ilaç için araştırma yaparım Daha sonrasında doktora giderim tabii ki de

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygular mısınız?

İnternetteki gördüğüm mesela sağlık ile ilgili örnek olan videoların altındaki yorumlar veya işte kişinin Şahsına ait çektiği videolar hastalıklarla ya da herhangi başka bir örneklerle ilgi ve Evet tedavi yöntemlerini belki uygulayabilirim. En doğrusu bana en yakın olanı varsa yazdığı belirtilerde benimki ile uyuyorsa belki bir ihtimal de derim özellikle şu pandemi sürecinde hastaneye gidememe ve dışarı Çıkamama korkusu tereddüt ediyor insanlarda bende de dâhil Bundan dolayı da başvuru yaparım belki

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Kendim de hissettim belirtileri internette Tabii ki de araştırma yaptım. Zaten kendim pozitif olmadan önce de internet üzerinden belirtilerine bakmıştım ne nasıl oluyor

hangi belirtiler üzerinden pozitif sonucu çıkıyor diye. Pozitif çıktıktan sonra da internetten baktım sosyal medyadan araştırma yaptım. Kim nasıl atlatmış hangi tedaviyi görmüş hangi ilacı kullanmış diye. Ne yapsaydılar da pozitif olmasalardı veya hangi ilacı içip Hangi evde tedavi görüp daha çabuk iyileşir bunların hepsine baktım. Hatta bir ara kendimde mesela gargara yaptım boğazıma limonlu su hani bu tarz izleri görünce ben de uygulamıştım.

13. Covid-19 testi Neyi yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet, videolarını izledim nasıl yapıldığına dair Çünkü gittiğimde testi yaptırdığımda neyle karşılaşacağımı bilmek için. Bazı yorumlar da biraz açıkçası beni görmüştü işte beyine kadar çubuğun girdiğini gibi ama yaptırdığımda hiçbir canımın acımadığını hissettim Bundan dolayı da gereksiz bir yorum kalabalığı Maalesef ki bu konu hakkında bulunmakta.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Sosyal medyadan ve internetten takip ediyorum.

Peki, daha çok hangisinde takip ediyorsunuz veya hangisindeki yazıları daha çok inanıyorsunuz?

Daha çok Instagram'ı kullanıyorum ve Instagram'daki yazıları bilmiyorum ama daha çok bana İnanıracı ve doğru geliyor.

15. . Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Covid-19 virüsünün ilk Türkiye'ye geldiğinde Tabii ki de bir telaş sardı bir korku sardı etrafımdaki yaşlılara annelere babamlara daha uzaklaştım. Maalesef ki psikolojik olarak biraz çöküntüye uğradık özellikle ilk etaptaki süreçte. Babam mesela Koah hastası dışarıya çıkmasına müsaade edemedik aynı şekilde ben de annem de çıkmadık çünkü biraz korktuk. İlk etapta internetten Araştırmalar yaptım nasıl bulaşmaz bize nasıl kendimizi koruyoruz maskeler dezenfektanlar bütün hepsini Tabii ki de kullanıyoruz Hala da kullanmaya devam ediyoruz ya Baya bir ilk başta korkmuştuk. Şu anda da hala korkunuz devam ediyor.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

İlk başta biraz tereddüt ettim malum haberlerdeki internetteki ve sosyal medyalardaki videolar yorumlar Maalesef ki bütün dünyayı biraz ürkütüyor Evet riskli bir durum ciddi bir durum ama semptomlar bazen farklı olabiliyor. Ben hafif ve rahat atlattım bu durumu İnşallah en kısa zamanda bu durumda biter.



Ek-3: 2 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2. Kaç yaşındasınız?

24 yaşımdayım

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

Sapanca

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Günlük hayatımda sosyal medyayı oldukça fazla kullanıyorum. Çünkü hem işim hem de gündemi takip etmek için aynı zamanda bilgi araştırmak için doğru ve hızlı bir alternatif geliyor bana.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Günlük hayatımda iş odaklı araştırma yapıyorum ve aynı şekilde gündemi takip etmek için de araştırmalar yapıyorum. Özellikle bulunduğumuz süreçteki popülerliğini sürdüren Covid-19 virüs hakkında da araştırma yapıyorum haberleri vaka sayıları sosyal medyalar üzerinden takipteyim.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Aslında evet diyebiliriz. Daha öncesinden de sağlık alanı ile ilgili Ben sosyal medyada İnternet platformlarında araştırma yapıyordum. Pandemi ile birlikte bu Tabii ki de daha da arttı.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

İnternette ve sosyal medyadan bu tarz ihtiyaç duyduğum okuduğum oluyor. Bir önceki soruda da söylediğim gibi hastalıklar hakkındaki haberleri ilaç tedavileri veya bitkisel evde yapılacak olan çözüm odaklı ilaçları tedavileri okuyorum ki en çok evde annem okur.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet, başkalarına danışırım. Nasıl bir tedavi uyguladığını da sorarım. Örneğin benden önce pozitif olan bir arkadaşına evde ekstradan ilaçlar dışında bir şey yaptı mı diye sordum ben uyguladıkları mı da başkalarına da söylüyorum.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Hastalıklarımın çözümü için doktora giderim ama ilk önce doktoru da mesela internet ortamda da araştırıyorum işte hangisine en çok olumlu yorumlar var bunları okurum sonra da doktora giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygular mısınız?

Tedavi yöntemlerini uyguladığım oluyor yani internet ortamlarında yazılı olarak belirtilen paylaşımları. Örnek olarak Bir ara boğazımda tahriş olmuştu. İnternette nasıl geçer diye araştırma yapmıştım. Yazılara şu an hatırlamıyorum bir hastanenin altında yorumlar vardı işte belirtilerin benim gibiydi orada bir bayan zencefil bal diyordu bunu yaptım.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet, kendi hissettiğim belirtiler üzerinde özellikle sosyal medyada araştırma yaptım videolar izledim bunun üzerine de hekime tekrardan başvuru yaptım Test yaptırdıktan sonra da pozitif olduğumu öğrendim.

13. Covid-19 testi Neyi yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet, araştırma yaptım çünkü ilk önce belirtilerim olmaya başladı örnek veriyorum boğaz ağrısı halsizlik biraz da Ateş belirtileri olduktan sonra İnternet'ten araştırmaya başladım. Çünkü belirtilerimi söyledikten sonra test yaptıracaklarını tahmin ediyordum.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İşte genelde olduğumuzdan dolayı çok fazla gazete maalesef de okuyamıyoruz eski Teknoloji çok farklı artık Hani bununla alakası yok şarkı günümüzdeki teknoloji ile alakası yok maalesef sosyal medyalardan özellikle Facebook veya gazetelerin internet sayfalarında takip ediyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Covid-1 9 virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşüncem Tabii ki de endişelendirdi. Bütün herkes olumsuz etkileyeceğini Tahmin etmiştim Çünkü internetten haberlerden gördüğümüz kadarıyla bulaşıcı olduğu için geniş kapsamlı etki yapacağını düşünmüştüm.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Çok fazla psikolojik olarak etki yapmadı ama etrafımda ki insanların bazılarının da yoğun bir psikoloji olumsuz olarak etkiledi ve panik atak hastalığına giden akrabalarımızı da oldu maalesef.

Ek-4: 3 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2. Kaç yaşındasınız?

28 yaşımdayım

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Çok fazla kullanmıyorum ortalama bakarsak günde 1 saat.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

En çok haberlere bakıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Biraz oldu diyebilirim. Belirtilerine falan baktım yani açık söylemek gerekirse.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Karşıma çıkanları okumam ihtiyaç duyduğumda kendim araştırırım.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Danışmam.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Çok zora kalmadığım sürece gitmem evden çözüm bulmaya çalışırım kendimce yöntemler uygulamam sonrasında geçmiyorsa giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Bana yakın gelirse mantıklı bulursam uygulamam.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Yaparım ki ona göre kendime yön veririm.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Araştırma yaptım nasıl yapılıyor diye.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İstagramdan ve web sayfalarından.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Ya yakınlarıma yaşlılarıma etrafımdakilere olursa diye telaşlandım.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Biraz korktum sevdiklerime bulaştırırım diye bu durum beni baya bir tedirgin etmedi diyemem.

Ek-5: 4 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2. Kaç yaşındasınız?

24

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet, giriyorum kullanıyorum. Canım sıkıldıkça boş kaldıkça özellikle Instagram hesabımı kullanıyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Gündemi takip ediyorum komik videolar izliyorum

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Oldu aslında daha fazla haberlere bakmaya başladım. Tedavi yöntemlerini araştırdım. Nasıl bulaşmaz ne yapmamız gerekiyor diye bu tarz yazıları okudum.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Okurum dikkatimi çeken maişetli yazılar olunca.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Danışırım yöntemleri belki bana da iyi gelebilir.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim ama ondan önce kendim evde araştırma yaparım internetten sonra annemler de kendi bildikleri ev usulü yöntemler uygularlar.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygular mısınız?

Uygularım.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Yapıyorum bir karnım ağardığın da bu konu ile ilgili araştırma yapmışlığımda olmuştur.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Araştırma yaptım hatta korktum ama sonunda 3 kere yaptırdım.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İstagramdan, haberlerden takip ediyorum.

15. . Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Bekliyordum aslında Türkiye'ye de geleceğini. Korktum diyemem ama uzamaması için kısa şekilde bitmesi için dua ettim.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Beni baya yordu bu süreç halsiz kaldım psikolojik olarak da biraz mutsuz oldum.

Ek-6: 5 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2. Kaç yaşındasınız?

24

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Günlük hayatımın neredeyse 4-5 saatini sosyal medyada gezinirken geçiyor.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Arkadaşlarımı takip ediyorum, gündemi takip ediyorum aynı şekilde herhangi bir konuda bilgiye ihtiyacım olduğunda internet üzerinden araştırma yapıyorum.

Bana bu konuda örnek verebilir misiniz?

Tabi ki de verebilirim. Günümüz de biliyorsunuz Covid-19 virüsü ile mücadele ediyoruz. Bunun ile ilgili mesela araştırma yapıyorum.

Başka?

Annemin mesela kulağında bir ağrı problemi var bunun için neler yapılmalı şeklinde bir araştırmaya girmiştım. Aynı şekil de doktorunu da sosyal medya, internet sayfalarında ki yorumlar şeklinde de araştırma yaptım.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Bir önceki soruda da bunun ile ilgili aslında rengimi belli etmiş oldum. Evet değişiklik oldu. Zaten araştırma yapıyordum sağlık ile ilgili. Bu dönem de biraz daha bu durum da artış oldu.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Okurum. İlğimi çeken bir durum ise birden fazla da okurum.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Danışırım ama bu bilmediğim bir konu ise.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygular mısınız?

Uygularım.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Gerektiğinde yaparım ve doğru geldiyse de bana uygularım.

13. Covit 19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Yaptım.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Sosyal medyalardan takip ediyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

İlk başta bu kadar kötü hal alacağımızı düşünmemiştim ama şimdiye bakarsak durum gerçekten içler acısı.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Pozitif olduğumu öğrendiğimde korktum hatta geçmiycek diye de panik oldum. Ya internette ki gördüğüm ve duyduğum gibi bir sonuç alırsam ya kalıcı etki bırakırsa diye kendi kendimi yedim ve zor şekilde atlattım.



Ek-7: 6 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2. Kaç yaşındasınız?

22

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Günlük hayatım da soysa medyayı kullanıyorum.

Ortalama kaç saat vakit geçiriyorsunuz?

2-3 saat ortalama olur yani. Çünkü sosyal medyayı seviyorum. Oradakiler haberler, resimler, yazılar dikkatim çekiyor.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Ödev araştırmalarında, haberleri takip etmekte, merak ettim bir konu üzerinde araştırma yapmakta, alışverişte.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Hayır.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Çok nadir.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hiç diyebilirim.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Nadiren.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Çok zora kalmazsam hayır.

13. Covit 19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Yaptım.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Sosyal medyalardan özellikle intagramdan.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Orda da aynı nötr kaldım.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Nötr kaldım. Tepkisiz açıkçası.

Ek-8: 7 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet var.

2. Kaç yaşındasınız?

27

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet kullanıyorum. Ürünlerimi satıyorum. Aynı zamanda hamileyim onun ile ilgili araştırmalara yapıyorum. Bana bir zararı yok.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

İhtiyacım olduğu bilgilere ulaşmak için araştırmalar yapıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet yaptım. Nasıl oluyor, nasıl bulaşıyor ve evde neler yapabilirim diye.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet okurum.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Danışırım çevremdeki tecrübeli insanlara ve benden yaş olarak büyük olan insanlara.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Evet uygulamam.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Tabi ki de yapıyorum ondan dolayı doktora daha az gitmeye başladım eskisi gibi değil zaman.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Yaptım. Videoları izlem. Yorumları okudum.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İnstagramdan.

15. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Baya korktum çünkü norma de biraz panik biriyim.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

İlk etap da ne olduğunu anlamadım bir korku vardı sadece sonra önlemler alındı maske falan derken bir süre sonra alışkanlığı dönüştü bu durum maalesef.

Ek-9: 8 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

1. Kaç yaşındasınız?

45

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Çok sık kullanmıyorum. Genel de işte olduğum için evde olduğum zaman da yemek yapıyorum çok vaktim kalmıyor.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Facebook sayfasına giriyorum. Hastalandığımda bitkisel şeylere bakıyorum. Yemek tariflerine bakıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Ben yaptım oğluma da yaptırdım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet okurum.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Danışırım ama genelde bana danışıyorlar yaşıma büyük olduğu için.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim hatta fazla giderim çünkü bir yerim ağrıdığına direk okuyorum yazıları sonra evhamlanıyorum gidiyorum.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Evet.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Yaptım eşimle birlik de videoları da izledik.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden, televizyondan, İnternette.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Direk aklıma çocuklarım geldi onlara bir şey olursa diye ve oğlum eşim bende pozitif maalesef çıktık.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Baya korktum çünkü norma de biraz panik biriyim.

Ek-10: 9 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2. Kaç yaşındasınız?

47

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanmıyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Facebook.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Hayır.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Hayır.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Danışmam.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Bazen uygulayım.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Bazen.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Yaptım yorumları da okudum hatta videoları da izledim.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden izliyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Açık söylemek gerekirse korktum çünkü çocuklarım eşim annem ve dostlarımız var. Ben dâhil ya bir tanıdığımı sevdiğime hatta tüm Ükelere büyük sorun yaratırsa diye

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Çok büyük bir etki yapmadı bana.

Ek-11: 10 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2.Kaç yaşındasınız?

55

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanıyorum ama çok az. Çünkü çok fazla anlamıyorum ondan. Anladığım yerleri de giriyorum. Örneğin yemek tarifi, dantel örnekleri, bazen de ilaçlara bakıyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

İnstagram sayfamda arkadaşlarımdan resimlerine bakıyorum, web sitelerinde aynı şekilde instagram hesabımı kullanıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet.

Nasıl peki değişiklik olduğunu düşünüyorsunuz?

Daha fazla sağlık konusunda araştırma yaptım. Önlem için araştırma yaptım. Hangi kolonya, dezenfektan daha iyi bunları araştırdım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Okuyorum bazen kendimde de özellikle araştırıyorum

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Danışırım benden büyüklere özellikle danışmadan da bazı hastalıklar ile ilgili danışmadan bana söylenilenler de oluyor onları da yapıyorum.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim. Aslında çok sevmiyorum gitmeyi ama yaş ilerledikçe daha sık gitmeye başladık.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor mısınız?

Bazen.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Ben yapıyorum bulamazsam da kızıma da baktırıyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet yaptım.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden izliyorum, Instagramdan da bakıyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Tüm sülalem için korktum. Eşim çocuklarım. Panik atak hastalığı olacağım diye de açıkçası korktum. Çünkü kafama çok taktım. Ya olursam diye.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Çok büyük bir etki yapmadı bana.

Ek-12: 11 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2.Kaç yaşındasınız?

33

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanıyorum. Alışveriş yapıyorum özellikle Covid-19 sürecinde daha fazla kullanmaya başladım. Çünkü bulaşmasın diye her şeyimi internetten almaya başladım.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Alışveriş yapıyorum, Haberleri okuyorum Bazen spor videolarını izliyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet, çok oldu. Bu süreç de hamileydim bundan dolayı daha çok araştırma yaptım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Okuyorum aşırı fazla belki de denilebilir. Her konuda neredeyse yapıyorum. Özellikle gebelik sürecimde neler iyi gelir nasıl olur bu süreç de ne yapmalıyım hepsini internetten baktım. Doğum yaptıktan sonra da doktorun söylediklerini bebeğim ile ilgili ilaçlarını hep internetten baktım ve okudum.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Daha çok internetten okurum.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Tabi ki de giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uyguluyorum. Sonra da doktora gittiğimde bunları okuduğumu uyguladığımı söylerim.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Korona virüsü ilk Türkiye'ye geldiğinden beri araştırmaları okuyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İnstagram hesabını kendim günlük hayatım da da aktif olarak kullandığım için bu şekilde ki haberleri sosyal medyalardan takip ediyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Gerçekken ilk bir ay uyuyamadım korkuda haberleri okumaktan. Ne biliyim Gerçekken anlatılmaz duygular

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Korktum bebeğime bir şey olur mu bulaşır mı diye. Panik hastalığa kapıldım. Korkudan.

.

Ek-13: 12 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2. Kaç yaşındasınız?

32

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanıyorum ve sosyal medyayı da seviyorum. Fırsatım çok olmadığı için çok fazla vakit geçiremiyorum. Ama buldukça müsait oldukça giriyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Instagram hesaplarını çok kullanıyorum.

Peki, hangi sayfalarda daha çok vakit geçiriyor unuz?

Videolar izliyorum, capslere bakıyorum, arkadaşlarımı takip ediyorum, dikkatimi çen bazen yazılar oluyor onları okuyorum ki hatta bazen uyguluyorum.

Mesela, hangi yazıları okuyup uyguluyorsunuz?

Biraz kilo problemim olduğu için zayıflama videoları falan izlediğim olmuştu. Bazen de uyguladığım da olmuştur.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Hayır demem doğru cevap olur.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Dikkatimi çekmezse hayır.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor mısınız?

Uygulayabilirim.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Okuyorum bunu saklayamam sonuçta bence herkes yapıyordur diye düşünüyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden, televizyondan.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Neler bizi beklediğine dair kendi kendime düşünüyordum fakat bu kadar kötü bir hal alacağımız aklıma gelmezdi.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Sakindim sadece aileme bulaştıracağım diye korktum..

Ek-14: 13 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2.Kaç yaşındasınız?

22

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanıyorum çok fazla da diyebilirsiniz. Çünkü resim paylaşmayı video paylaşmayı seviyorum. Haberi falan takip ediyorum kullanıyorum yani.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

İstagramı çok kullanıyorum.

İstagram da peki hangi alanlar da daha çok kullanım sağlıyorsunuz?

Videolar izliyorum, ünlüleri takip ediyorum, bazen de alışveriş yapıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Olmadı.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Hayır

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet özellikle anneme.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygulayabiliyor musunuz?

Uygulayabilirim.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Okuyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Hayır

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İnstagramdan.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Aileme bir şey olması beni bir süre uykusuz bıraktı.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Psikolojim açıdan korktum çünkü ölme korkusu sardı beni ve iyileştikten sonra da hep bir etkisi varmış gibi hissettim uzun bir süre.

Ek-15: 14 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2.Kaç yaşındasınız?

55

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanıyorum ama çok fazla değil genel de Facebook sayfamı kullanıyorum. Özlü sözleri okuyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Facebook çok kullanıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Oldu daha çok yapmaya başladım.

Hangi konuda daha çok araştırma yapmaya başladınız peki?

Videolar izledim özellikle Çin de ki biz de böyle olacak mıyız sorusu beni yordu.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet, özellikle facebook sayfalarında karşıma çıkıyor. Hatta uyguluyorum. Bir senedir 5 şişe beklide daha fazla sirke bitirdim. Virüse iyi geliyor olmuyormuş diye.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim. Bu süreç de belirtilerden bir tanesi olduğunda direk gidip test yaptırıyorum.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uygulayabilirim.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Yapıyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Hayır.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberler, Faecebook.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Sadece ailem aklıma geliyor onları elimden geldiği kadar korumaya çalışıyorum.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Çok fazla bir etki olmadım ama etrafımdakiler de panik atak hastalığına kapılanlar oldu.

Ek-16: 15 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2. Kaç yaşındasınız?

53

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Çok nadir.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Facebook çok kullanıyorum. Çünkü oradaki haberleri okumak hoşuma gidiyor. Şuan ki gündemde olan Covid-19 virüs vakalarını oradan takip ediyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Biraz.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Hayır.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygulayabiliyor musunuz?

Uygulayabilirim.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Hayır.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden takip ediyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Neler yaşayacağımızı merak ettim ve kötü durumdayız maalesef.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Kısacası panik atak oldum diyebiliriz. Bitmeyecek gibi geldi ve bittik den sonra da bir daha olacağım korkusu başladı hala da devam ediyor.

Ek-17: 16 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2.Kaç yaşındasınız?

15

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Çok fazla kullanıyorum bundan dolayı ailem tarafından da uyarılıyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

İnstagram hesabımı aktif olarak kullanıyorum. Youtube ve tiktok da aslında kullanıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet, yaptım annem ile beraber.

Hangi konular da yaptınız?

Annem özellikle bu süreç de panik atak hastalığına kapıldı oldum olacağım beklide coronayım diye diye hep nasıl olmaz nasıl önlem alırız konusunda.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Çok okumam belki yaşımdan kaynaklı da olabilir. Belki ihtiyacım olursa ama kullanabilirim.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor mısınız?

Bilmem bu gibi bir olay başıma gelmedi.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet yaparım.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İnstagram hesabından takip ediyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

İlk başta ne olduğunu anlamadım fakat zaman geçtik de evden çıkamadım okula gidemedim bu durum beni gerçekten korkutuyor.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Ben aileme bulaştıracağım diye korktum açıkçası.

Ek-18: 17 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet.

2.Kaç yaşındasınız?

35

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanıyorum özellikle işimden kaynaklı kullanmam gerekiyor. Çünkü bazen bir malzeme veya program araştırmak zorunda kalıyorum ve ön bilgiler elde ediyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Web sayfalarında araştırma yapıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Hayır.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Çok nadir.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uygulamam.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Hayır.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Sosyal medya platformlarında, web sayfalarında.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Ülkemin kötü bir hal almasından korktum, sevdiklerime bir şey olacak diye korktum.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Ailemden uzak tutmaya çalıştım kendimi özlem oldu onlara da acaba bulaştırdım mı soruları içi içimi yedi.

Ek-19: 18 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

29

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Kullanıyorum normalinden fazla hatta. Çünkü çocuğumla resimler atıyorum onda video izletiyorum çizgi film falan.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Alışveriş yaparken, gündemi takip etmek için, haberleri okumak için.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet oldu.

Hangi hastalıklar üzerinde mesela?

Covid-19 ile ilgili araştırmalara yapmaya başladım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet okuyorum. Bence sadece ben yapmıyorum bunu.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uygularım ama iyi geleceğini düşünürsem.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet, yapıyorum sanırım bu huyumu da annemden aldım.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet. Hatta görünce yaptırmaktan az kalsa vazgeçiyordum.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İnstagramdan.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Çocuğum aklıma geldi ilk ne olur nasıl yaparız ne hal alacağız bu korkular içinde hala devam ediyorum.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Hiç iyileşemiycem sandım. Hatta ölme korkusu sardı. Ya ben ölürsem çocuğum ne olur korkusu vardı. İnternette o kadar çok haberler yazılar okudum ki aklıma her türlü felaket geldi.

Ek-20: 19 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

32

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet, ama bağımlısı değilim. Canım isterse girerim isterse girmem. Bazen aslında yani diyebiliriz.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Haberleri takip ediyorum, ihtiyacım olduğu bilgileri araştırıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet, oldu daha fazla sağlık ile ilgili araştırmalara yapmaya başladım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet okuyorum.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Gidiyorum.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygular mısınız?

Uygularım yani neden uygulamayayım ki karşı tarafta ki kişiye iyi geldiyse bana da gelebilir belki.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet, yapıyorum. Boğazım ağardığında karnım ağardığında ne yapmam gerektiğine dair araştırmalar yapıyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İstagramdan, internet sayfalarından.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Dediğim gibi tam olarak durumun ne olacağını kestiremedim ama şimdi ki düşüncelerim bir kâbus gibi korkunç zamanlar bizi bekliyor çünkü devam edecek bu durum diye düşünüyorum.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

İlk süreç de ben pozitif çıktım ve tam anlamıyla ne nasıl ne yapmalı anlamamıştım. Gerçekten şimdi olsa belki daha çok gergin olurum. Çünkü o kadar şeyler okuyorum duyuyorum ki ne yapacağımı tam olarak bilemem

Ek-21: 20 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

60

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Çok çok nadir instagram hesabım var kızımınla resim paylaşıyorum o kadar.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Resim atmak arada yemek tarifi bakıyorum. Bir kere de zayıflamak için bir su gibi karışım vardı ona bakmıştım.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet, oldu aslında. Nasıl bulaşmaz diye evde ne yapmamız gerektiğine dair araştırma yapmaya başladım ben yapamasam da çok anlamadığım için kızımın baktırıyorum.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Gidiyorum hatta kızım bana hastalık hastasıym diyor.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uyguluyorum yani Allahın bildiğini kuldan saklayamam.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet, genelde kızıma yaptırıyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Hayır.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Televizyon haberlerinde.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Hep dua ettim ve korkuyla evden çıkamadım sadece ufak belirtiler gibi oldu hissettim hastaneye gittim birkaç kez.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Kendimde ilk başlarda çok belirti olmamıştı fakat nefes almamda sorun yaşadığım için hastanede yatmak zorunda kaldım. Asla geçmeyecek ve çıkamayacak diye düşünüyordum. Testim negatif çıktıktan sonra da yine mi oldum diye çok kez hastaneye gittim.

.

Ek-22: 21 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

24

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet, fırsat bulduğum zamanlar da en çok da instagram hesabımı kullanıyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Alışveriş yapmak gerektiğinde bilgi araştırması yapmak, arkadaşlarımla iletişime geçmek.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Biraz oldu sağlık alanında pek araştırma yapmıyorum fakat bu süreç de belirti tedavi vakalar derken baya yapmaya başladım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır kendim araştırırım ya da doktora başvuru yaparım.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Evet gidiyorum.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uygularım bana yakın gelirse tedavi veya öneriler.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet, birden fazla video izledim hatta.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Gazetelerin web sitelerinden bakıyorum, Instagram hesaplarından bakıyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Sadece haberleri izledim izledikçe korktum endişem arttı yorum yapamayacağım bu konuda çünkü çok kötü bir durumdayız.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Bu durum psikolojimi ciddi anlamda yıprattı. Anneme bulaştırdım ve benim yüzümden hastanede yatmak zorunda kaldı. Hiç bitmeyecek diye düşünmüştüm ama şükür bitti.

Ek-23: 22 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

28

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Tabi ki kullanıyorum. Kullanmayan bizim yaşımızdakiler için konuşuyorum özellikle yoktur diye düşünüyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

İnstagram hesabım da video paylaşıyorum işim gereği danışanlarım ile konuşuyorum. Onlara online diyet veriyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Olmadı.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Çok nadir.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim gidiyorum da.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Hayır.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Bir iki kere belki yapmışımdır.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Hayır.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İnstagram hesabımdan.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Hastanede çalıştığım için daha bir korktum vakalar bize gelirse diye. Sonra hastalar geldikçe alıştım ama durumumuz gerçekten çok kötü bir hal aldı.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Hastanede çalıştığım için ben oldum diye düşünüyorum sonra anneme ablama babama bulaştırdım beni o korkuttu. Çünkü ilk pozitif olduğumu duyduğum an onlara da bulaştırdım mı endişesi oldu ve düşündüğümde maalesef doğru çıktı.

Ek-24: 23 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

50

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Hayır.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Kullanmıyorum ama kızımı söylemek gerekirse Instagram hesabını o kullanıyor bana da oradan bir şey gösteriyor. Yemek tarifi baktırıyorum ona.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Oldu kızım ile ilgili internetten virüs ile ilgili araştırmalar yaptık.

Hangi konular ile ilgili araştırmalar yaptınız?

Nasıl bulaşıyor, bulaşılmaması için neler yapmalıyız diye.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Kızıma okutturuyorum.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır ben kendi bildiklerimi yaparım.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Gidiyorum hatta fazla gidiyorum diye eşim laf ediyor.

Neden fazla gidiyorsunuz diye düşünüyorlar?

Hep bir yerim ağrıyor gibi hissediyorum ondan doktora gidiyorum.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor mısınız?

Evet.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Hayır. Ben çok anlamıyorum diye kızıma yaptırıyorum.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet. Baş ağrısına ne iyi gelir diye yeğenime de araştırma yaptırmıştım.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Düşüncem olmadı ama inşallah en kısa sürede biter diye dua ediyorum hep.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Bu süreç de çok kez sağlık bakanlığını aradım nasıl geçer ne yapmalıyız gelen hemşirelere çok soru sordum kaç kere bu süreç de ellerimi yıkadım ilaçlar yaptım kendime anlatamam.

Ek-25: 24 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

42

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet kullanıyorum. Çocuklarım ile resimlerimizi paylaşıyorum.

İş arkadaşlarımı takip edip iletişime geçiyoruz.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

İşim için genel de web sayfalarında malzeme bakıyorum alışveriş yapıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Yapmadım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Hayır.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet genelde anneme eşime.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Çok nadir giderim çok hastalanmadım için.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Hayır.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Hayır.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden, internetten.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Ne olduğunu tam anlamamıştım adını duymuştum fakat gün geçtikçe durumun nasıl zor ve sıkıcı olduğunu anladım.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Çocuğuma aileme bulaştırdım mı acaba korkusu oldu bende. Onlara da test yatırdım ve hepsi pozitif çıktı. Sonuç böyle olunca kendi mi suçlu hissettim.

Ek-26: 25 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

41

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Alışveriş yapıyorum, yemek tariflerine bakıyorum, bazen bilgiye ihtiyacım oluyor herhangi bir konuda onları araştırıyorum. Çocuklarımin ev ödevlerine bakıyoruz.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet oldu. Hastalık hakkında geçmişi nereden geldiği neler yapmalıyız evde ki çocuklarıma bulaşmasın falan hepsine baktım.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Hayır, kendim araştırırım.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uygularım. Bu süreç de özellikle zencefiller ballar sirkeler hepsini uyguladık.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet yaptım. Ona göre zaten korktum doktora gittim.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Televizyondan.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Aklıma direk ailem geldi çocuklarım geldi ya onlara bir şey olursa diye korkuyu düşündüm aslında genelde.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Ben o kadar önlemler aldım ki olmayız diye hep düşünüyordum. Fakat ben ve ailem de hepimiz olduk. Evden çıkamadım çocuklarıma sarılamadım inanın ki çok zor bir süreçti bizim için. Psikolojik olarak beni yıprattı.

Ek-27: 26 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2. Kaç yaşındasınız?

38

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet. Resim paylaşmayı çok seviyorum. Ünlüleri takip edip alışveriş yapıyorum. Araştırmam gereken bir konu olduğunda bakıyorum giriyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Aslında genelde yemek tarifi bakarım, haber sitelerine bakarım.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Evet oldu.

Hangi hastalıklar konusunda artış olduğunu düşünüyorsunuz?

Covid-19 önlemleri konusunda oldu.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet. Eğer ki bu tarz bir hastalık geçirdiyse sorarım.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uygular mısınız?

Uygularım.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet yaptım.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Haberlerden, internetten yaptım.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Bir düşüncem olmadı ama haberleri daha çok izler oldum.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Panik atak oldum diye cevap verebilirim sizlere. Çünkü ha oldum ha oldum diye kendi kendimi yedim ve oldum.

Ek-28: 27 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2. Kaç yaşındasınız?

31

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Kadın

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet. Ama bağımlısı değilim. Bazen giriyorum gün içerisinde.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Alışveriş yapıyorum, haberleri takip ediyorum, araştırma yapıyorum.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Çok yapmadım ama hiç yapmadım da diyemem.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet, danışırım bu kişi de genel de annem olur.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Uygularım.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet, yaptım tabii ki.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Sosyal Medyadan.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Haberlerde ki videolar, internetteki yazılardan sonra Türkiye ilk çıkan ilk vakadan sonra korktum.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Karmaşık bir duygu bir halsizlik koku yok falan. Hep böyle mi olacağım ne kadar sürecek diye kendi kendime konuştum

Ek-29: 28 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

23

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet. İşten fırsat kaldığında giriyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Haberleri takip ederim, maç videolarına bakarım.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Ben yapmıyorum ama annemle babam yapar.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Hayır.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet, danışırım anneme oda başkasına hayır.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Bazen yapıyorum.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet, yaptım. Daha da çok gerildim bu durumda.

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

İnstagram hesabımdan takip ediyorum.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Düşüncem değişmedi ama daha çok haber izlemeye başladım.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Evde nasıl yaparım evdekilere bulaştırır mıyım korkusu oldu.

Ek-30: 29 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

29

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

İstanbul

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet. Komik videolar izliyorum, araştırma yapıyorum.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Dergiler ve otomobil incelemeleri.

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Hayır.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Hayır.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet danışırım arkadaşlarıma ve aileme.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Hayır.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Hayır, işi ehline bırakırım

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Hayır.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Televizyon ve sosyal tüm mecralar.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Çok korktum ve hala korkuyorum ne zamana bitecek bu illet diye düşünmekteyim.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Evimde yaşlı dedem olduğunda ilk başta çok korktum sonra bir alt katta ki evimize geçtim.

Ek-31: 30 Numaralı Ses Kaydı Deşifresi

1. Ses kaydı için İzniniz var mı?

Evet

2.Kaç yaşındasınız?

25

3. Cinsiyetinizi öğrenebilir miyim?

Erkek

4. Nerede yaşıyorsunuz?

Kocaeli

5. Günlük hayatımızda sosyal medyayı kullanıyor musunuz?

Evet.

6. Sosyal medya mecraların da en çok hangi alanda kullanım gösteriyorsunuz?

Dergiler ve haberler, etkinlikler

7. Pandemi başlangıcı ile birlikte internetten ve sosyal medyadan hastalık ile ilgili bilgi arayışı davranışınızda değişiklik oldu mu?

Hayır.

8. İnternette ve sosyal medyada karşınıza çıkan hastalıklar ve tedavi yolları ile ilgili yazı, paylaşım vs. okur musunuz?

Evet.

9. Hastalıkların belirtileri ve olası çözümleri için başkalarına danışır mısınız?

Evet, akrabalarım ve anne babama.

10. Hastalıklarınızın çözümü için doktora gider misiniz?

Giderim.

11. Söz konusu yazı ve paylaşımlarda yer alan belirtilere uygun tedavi yöntemlerini uyguluyor musunuz?

Bazen hastalık çeşidine göre değişir.

12. Kendinizde hissettiğiniz belirtiler üzerine internette ve sosyal medyada araştırma yapar mısınız?

Evet

13. Covid-19 testini yaptırmadan önce İnternet'ten veya sosyal medyadan nasıl yapıldığına dair bir araştırma yaptınız mı?

Evet üstüne olan arkadaşlarımı aradım bilgi aldım.

14. Sağlık Bakanlığı'nın Covid-19 ile ilgili bilgileri nerelerden takip ediyorsunuz?

Televizyon ve sosyal tüm mecralar.

15. Covid-19 Virüsünün ilk Türkiye'ye geldikten sonraki düşünceniz ne oldu?

Ne zaman bana bulaşacak ve hayat ne zaman düzelecek kaygısı yaşamaya başladım.

16. Covid-19 testinizi pozitif çıktığını öğrendikten sonraki psikolojik açıdan durumunuzdan biraz bahsedebilir misiniz?

Panikledim fakat sonradan ağır atlatmadığım için çok takmadım

