

**BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ LİSANS VE
LİSANS ÜSTÜ MEZUNLARI TARAFINDAN
HAZIRLANAN TEZLERİN ÖZETLERİ**

Açkurt, F. : Havuç ve İspanak Karotenlerinin Karaciğerden Sağlanan Retinole Göre İnsan Organizmasında Kullanılması, H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1977.

Ülkemizde sıklıkla tüketilen sebzelerden havuç ve ıspanaktaki karotenlerin ve karaciğerden sağlanan retinolün insan organizmasında kullanılma durumları araştırılmıştır. Bitkisel kaynaklı yiyeceklerden havucun içerdiği karoten ıspanağa kıyasla insan vücudunda daha iyi emilmektedir. Diyete havuç eklenen dönemde karoten emilimi ortalama %58.9 iken ıspanak eklenen dönemde %41.7'dir. Aradaki ayrıcalık istatistiksel olarak önem taşımaktadır. Retinol emilimi ise diyete karaciğer eklendiğinde en yüksek (%89.9) olup, bunu havuç (%55.5) ve ıspanak (%45.5) dönemleri izlemektedir. Havuç karoteninin ıspanak karotenine kıyasla daha fazla retinole çevrilerek organizmada kullanıldığı saptanmıştır.

Akdağ (Akman), F. : Türkiye'de Bebek ve Çocuk Ölümleri ile Ailelerin Beslenme Durumu, Sosyo-Ekonomik ve Kültürel Düzeyi ve Nüfus Yapısı Arasındaki İlişkileri, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1977.

1974 yılında yapılan Ulusal Beslenme - Sağlık ve Gıda Tüketimi Araştırması çalışmalarından elde edilen verilerden yararlanılarak bebek ve çocuğu ölen ailelerin beslenme durumu, sosyo-ekonomik ve kültürel düzeyi, nüfus yapısı ile ilgili bilgiler analiz edilmiş ve değerlendirilmiştir. Türkiye'de ulusal düzeyde tüm kadınların %80.5'inin gebeliğinin olduğu, %22.8'inin düşük yaptığı, %88.7'sinin yaşayan çocuklarının olduğu, %55.9'unun ölen çocuğunun bulunduğu ve ölen çocuğu olan kadın-

ların çoğunlukla çocuklarının 0 - 12 aylar arasında iken öldüğü saptanmıştır. Okuma yazma bilmeyen ve çalışan annelerin çocuklarında daha yüksek oranda ölüme rastlanmış, ailelerin kalori, total protein, hayvansal protein tüketim düzeyleri düştükçe daha fazla çocuğunun öldüğü görülmüştür. Ailelerin gelir düzeyi ile çocuk ölüm sayıları arasında ters yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Ailelerdeki nüfus sayısı ile çocuk ölüm sayıları arasında paralellik olduğu görülmüştür.

Aksoy, C. : Emzikli Annenin Beslenme Durumunun Sütün Bileşimi Üzerine Etkisi ve İlk Üç Aylık Dönemde Bebeğin Büyüme Durumu, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1982.

Emzikli annenin beslenmesinin süt bileşimine etkisini ve ilk üç aylık dönemde bebeklerin beslenme şekilleri ile büyüme durumlarının izlenmesiyle anne sütünün yeterlilik durumu araştırılmıştır. 55 emzikli annenin doğumdan sonra 3 aylık dönemde her ay besin tüketim durumu saptanmış ve araştırma süresinde toplam 155 süt örneği alınmıştır. Annelerin tükettikleri enerjinin büyük bir kısmının karbohidrattan sağlandığı, enerji, hayvansal protein, niasin, C vitamini, kalsiyum, demir, A vitamini ve riboflavini büyük bir çoğunluğunun yetersiz miktarda tükettiği bulunmuştur. Anne sütünün protein, yağ, su, kül analizleri yapılmış, sonuçta protein ve karbohidrat miktarı normal sınırlar içinde, fakat yağ miktarı normal değerlerden düşük olarak bulunmuştur.

Aksoy, M. : Studies on the Metabolic Effects of 5-Fluorouracil With Particular Reference to Thiamin Metabolism, University of Surrey Biochemistry Department, Doktora Tezi, Guildford - Surrey/England, 1979.

Sıklıkla kanser tedavisinde kullanılan bir sitotoksik ilaç olan 5-fluorouracil-(5-FU) tedavisinin kanser hastalarında ve yetişkin normal ratların tiamin durumlarına etkisi incelenmiştir.

5-Fu ile hastaların ve deney hayvanlarının tedavisi biokimyasal bulgularla tiamin yetersizliği oluşturmuştur. Bu etki hayvanlarda karaciğer ve dalaktan tiamin çekilmesi olarak yansımıştır. Uzun süre takip edilen hastalardaki yetersizlik yüksek dozda tiamin (günde 100 mg) verilmesi ile bir ay içinde normale dönmüştür. Hastalar aynı zamanda kendilerini fiziksel olarak da iyi hissetmişlerdir. Üstelik normal değerlerin üstünde bulunan plazma ve idrar ribonukleaz ve idrar hidroksprolin seviyeleri de tiamin verilmesi ile normale dönmüştür. Hayvanlarda ise,

kan TPP etkisi ve doku vitamin depoları ilacın vitamin ile beraber verilmesi halinde etkilenmemiştir.

Yüksek dozda 5-Fu, hayvanlarda glikoz tolerans testini bozmuş, kan piruvat ve laktat seviyeleri yükselmiştir. Bu bozulma yüksek dozda tiamin veya tiamin pirofosfat verilerek düzelmiştir. Tiamin pirofosfatın etkisi, tiaminden daha fazla olmuştur.

Arslan, P. : Orta Zincirli Yağ Asitlerinin Malnütrisyonlu Çocuklarda Kullanılması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1975

6 ay - 2 yaş arası 4 sağlam, 5 kuvaşiorakorlu, 12 görünüşte marasmus benzeyen, fakat laboratuvar bulguları ile marasmik - kuvaşiorakor olduğu düşünülen toplam 21 çocukta MCT'nin (orta zincirli trigliseritler) kullanılması üzerinde çalışılmıştır. Malnütrisyonlu çocuklara üçer gün LCT (Uzun zincirli trigliseritler) ve MCT içeren diyetler verilerek gaitada yağ atımı yüzdeleri saptanmış ve MCT'li diyetle yağ atımı, LCT diyetle kıyasla daha az olup, gaitada yağ atım yüzdesi ortalamaları arası fark, istatistikî olarak önemli bulunmuştur. MCT'nin emilim oranının sağlam çocuklarda bile, LCT'ye kıyasla daha fazla olduğunu göstermiştir. LCT içeren diyet aldıklarında kuvaşiorakorlu çocuklarda daha belirkin olmak üzere, malnütrisyonlu çocukların gaitalarındaki yağ atımı yüzdesi, normalin üstünde değerlerde bulunmuştur. Bu bulgular, malnütrisyonda bozulan yağ emiliminin, MCT'nin kullanılması ile normale ulaştığını ve MCT'in, malnütrisyonlu çocukların diyet tedavilerinde başarı ile kullanılacağı kanısını vermiştir.

Arslan, P. : Çalışan Yetişkin Kadınların Enerji Gereksinmelerinin Değerlendirilmesi Üzerine Bir Araştırma, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Doçentlik Tezi, Ankara, 1982.

Bu çalışma Hacettepe Üniversitesi ve Hastanelerinde Çalışan 25 - 40 yaş grubu kadınların beslenme alışkanlıkları, enerji tüketim düzeyleri, fiziksel aktivite durumları ve bazal metabolizma hızları saptanarak bu etmenlerin vücut ağırlık durumları ile ilişkilerini incelemek ve enerji gereksinmesinin değerlendirilmesi amacı ile planlanıp yürütülmüştür.

Araştırma kapsamına giren 547 kadının boy uzunluğu ortalaması 159 - 6.79 cm, ağırlık ortalaması ise 57.01 - 5.32 kg olarak bulunmuştur.

Araştırmanın ilk aşamasına 547 kadından 123 denek katılmıştır. Bunların deri kıvrım kalınlıkları ölçülmüştür. Beslenme alışkanlıkları incelendiğinde deneklerin %72.3'ünün orta ve iyi beslenme alışkanlığına sahip oldukları bulunmuştur. Öğün atlama deneklerin ağırlık durumlarını etkilemiştir.

Deneklerin günde ortalama $1825 \pm 496,4$ Kkal. tükettikleri ve ortalama $2094 \pm 116,6$ Kkal. harcadıkları saptanmıştır. Denekler, genellikle hafif türde aktivite yapmaktadırlar. Bu çalışmada deneklerin enerji gereksinimleri 1900 - 2300 Kkal. ortalama 2100 Kkal. olarak bulunmuştur.

Araştırmanın ikinci aşamasında 30 deneğin bazal metabolizması oksijen tüketimine göre hesaplanmıştır. Deneklerin yağsız mevcut kütlesi ile bazal metabolizma hızları (BMH) arasındaki ilişki önemli bulunmuştur ($r = 0,79$).

Oksijen tüketimine göre bulunan BM'larına en yakın değerleri, yağsız mevcut kütesine göre hesaplanan BMH değerleri vermiştir ($r=0.81$).

Araştırmada, bireylerin ağırlık durumlarına sadece enerji tüketimi ve harcamasının etkin olmadığı aktivite türünün ve beslenme alışkanlıklarının da ağırlık durumunu etkilediği gösterilmiştir.

Atilla, S. : Çalışan Annelerin 0 - 36 Ay Yaş Grubu Çocukların Bakımı ve Beslenmesi Konusunda Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1980.

Çalışan ve çalışmayan 300 annenin 0 - 36 ay yaş grubu çocuklarının anne sütü emme süreleri, ek gıdalara başlama zamanları, sağlık ve bakım durumları saptanmıştır. Annenin çalışma durumunun, eğitiminin ve ailenin gelir düzeyinin çocuğun beslenmesine ve bakımına etki eden önemli etmenler olduğu istatistiksel analizlerle gösterilmiştir.

Aykut (Şenyüz), M. : Ekmeklerdeki Demirin İnsanlarda Kullanılması ve Bunu Etkileyen Bazı Etmenler, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1976.

Ülkemizde sıklıkla tüketilen ve demirle zenginleştirilen ekmeklerin kullanıldığı diyetlerde demirin 6 genç kadında kullanılma durumu saptanmıştır.

Ekmeklerin demir, protein ve fitik asit içerikleri kullanılan unun kepeğinin ayrılma derecesine ve ekmek yapım süresine göre değişmek-

tedir. Tam buğday unundan yapılan kepekli ekmekler bu öğeleri daha yüksek miktarlarda içermektedir. Mayalandırma fitik asit miktarını azaltmaktadır. Laboratuvarında %80 randımanlı undan yapılmış ekmekte fitik asit bulunamamış aynı undan yapıldığı bilinen çarşı ekmeğinde ise bir miktar fitik asit bulunmuştur. Saç üzerinde pişirilen yufka ekmeklere saçı demir karıştığı ve bunun emildiği kanısına varılmıştır. Çeşitli ekmeklerin kullanıldığı diyetlerden demirin emilim oranı %22.1 ile %36.8 arasında değişmektedir. Fitik asit miktarı fazla olan tam buğday unundan yapılan ekmeğin yenilen dönemde diyet demirinin emilim oranı diğer dönemlerden daha düşük bulunmuştur. Bu dönemde serum demir ve hemoglobin değerleri diğer dönemlerden düşük, demir bağlama kapasitesi ise yüksek düzeyde bulunmuştur. Diyetle fitik asit miktarının artmasıyla proteinin kullanılma oranında bir azalma olmaktadır. Araştırma süresince deneklerin menstrüasyonla kaybettikleri demir miktarı 2.6 mg ile 13.6 mg. arasında değişmektedir. Tam buğday unundan yapılan yufka ekmeklerde fitik asitin fazla olmasının demir miktarının da yüksek olması nedeniyle demir yönünde beslenmeye olumsuz etkisinin önemsiz sayılabileceği sonucuna varılmıştır.

Baykan, S. : Türkiye'de Yaşlıların Barındırıldığı Altı Kurumda Beslenme Durumu ve Bununla İlgili Bazı Faktörler, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1972.

Türkiye'de yaşlıların barındırıldığı çeşitli kuruluşlara ait üç ayrı ildeki altı kurumda 203 yaşının özgeçmişleri, alışkanlıkları, sağlık ve beslenme durumları saptanmıştır. Yaşlıların çoğu belirli sürelerde klinik muayenelerden geçirilmemektedirler. Kadınların %66'sı, erkeklerin %29'u şişman olup, şişmanlık önemli bir sorun gibi görünmektedir. Besin tüketim araştırmasının sonuçları genellikle kurumlarda kalori, protein, yağ, tiamin ve niasinin önerilen tüketim standartlarının üstünde, kalsiyum, riboflavin, A vitamininin ise altında olduğunu göstermiştir.

Baykan, S. : Ankara'nın Çubuk İlçesi ve Köylerinde Kırk Yaş Üstü Nüfus Grubundaki Bireylerin Beslenme Alışkanlıkları ve Sağlık Durumları Üzerinde Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu, Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doçentlik Tezi, Ankara, 1976.

Bu araştırmada, Çubuk ilçesi ve 20 köyünde 40 yaş üzerindeki 432'si erkek ve 504'ü kadın olmak üzere 936 bireyin beslenme ile ilgili uygulama ve alışkanlıkları, sosyal ve eğitimsel durumları ile sağlık sorunları

soruşturma, gözlem, fizik muayene ve laboratuvar testleri ile saptanmış, elde edilen bilgiler istatistikî olarak değerlendirilmiştir.

Beyhan, Y. : Ekmeklerdeki Çinkonun İnsanlarda Kullanımı, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1982.

Ekmeklerdeki çinkonun kullanılma durumu altı sağlıklı, istekli 19 - 25 yaşları arasında genç kadında incelenmiştir. Araştırma dönemlerinde deneklere değişik randımanlı unlardan yapılan, kepek miktarları farklı, mayalı ve mayasız ekmekler yedirilmiş ve kan, idrar, gaita, diyet ve ekmek örneklerinde çinko ve protein analizleri yapılmıştır. Tam buğday unu ve çavdar unundan yapılan ekmeklerin çinko ve protein miktarları %80 randımanlı undan yapılan ekmeklere göre daha fazla bulunmuştur. En yüksek çinko emilim oranı (ortalama %12) %80 randımanlı undan mayalı ekmek yenilen dönemde, tam buğday unundan mayalı ekmek yenilen dönemde %4'e düşmüştür. %80 randımanlı undan mayasız yufka tüketildiğinde çinko emilimi sıfıra inmiştir. Kepeği yüksek ve mayasız ekmeklerin yenildiği dönemlerde proteinin emilimi diğer ekmeklerin yenildiği dönemlerden daha düşük bulunmuştur. Ekmeklerdeki kepek miktarı deneklerde protein kullanımını olumsuz yönde etkilemektedir.

Birer, S. : Kurum Beslenme Servislerinde Çalışan Personelin Fonksiyonel Analizi ve Verimlilik Değerlendirilmesi Üzerinde Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1974.

Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri mutfağında sebze ve meyva hazırlama bölümünde yapılan işlemler için standart zaman saptayıp, buna göre çalışan personelin verimlilik derecelerini bulmak, personelin yaş, tecrübe, eğitim düzeyleri ile verimlilikleri arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya çıkarmak, iş yaparken kullanılan çeşitli araç ve gereçlerle soyma işlemi esnasında meydana gelen artık miktarlarını saptamak, personelin hangi iş konularında eğitilmesi gerektiğini saptamak ve ileride toplu beslenme yapan kurumlarda bu konularda yapılacak araştırmaların öncelikle hangi tip konulara yönelmesi gerektiği saptanmıştır.

Bozkurt, N. : Beslenme Eğitiminin, Yetişkin Şişman Diyabetes Mellituslu Hastaların Vücut Ağırlığı, Kan Bulguları ve Beslenme Alışkanlıklarına Etkisi Üzerinde Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doçentlik Tezi, Ankara, 1981.

50 kontrol, 50 deney olmak üzere 100 şişman diyabet hasta üzerinde eğitimin ağırlık kontrolü, AKŞ (açlık kan şekeri), serum kolesterol ve total lipid düzeyleri ile diyabetle ilgili bilgi durumlarına etkisi saptanmıştır. Tüm diyabetiklerin %67'sinin ailesinde özellikle yakın akrabalarında diyabet görülmektedir. Araştırmanın başında hastaların hemen hemen yarısı oral antidiyabetik ilaç kullanırlarken araştırma sonunda ya tamamen ilaç almayı bırakmışlar ya da miktarını azaltmışlardır. Hastalara diyabetleri ilk teşhis edildiği zaman diyetler verilmiş, ancak %87'si verilen diyeti uygulamamışlardır. Diyabetiklerin %77'si günde 2 - 4 öğünde yemek yemekteyler. Genellikle hastalar et ve türevleri, sebze ve meyvaları, tahıl grubunu ve yememeleri gereken yiyecekleri (her türlü tatlılar, kızartma, kuruyemiş..) severek tüketmekte, süt ve kuru baklagilleri daha az oranlarda tüketmektedirler.

Araştırmanın başında kontrol grubu erkek hastaların %35'inin, kadınların %6.7'sinin olmaları gereken ağırlıktan 5 - 9 kg, erkeklerin %65'inin, kadınların %93.3'ünün 10 - 19 kg fazla kiloları, deney grubu erkekleri nise %20'sinin, kızların %10'unun, 5 - 9 kg, erkeklerin %80'inin, kızların ise %90'ının 10 - 19 kg fazla kiloları olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda ise kontrol grubundaki erkek hastaların %20'sinin, kadınların %13'ünün 5 - 9 kg, erkeklerin %80'inin, kadınların %86.7'ninin 10 - 19 kg arasında fazla kiloları olduğu bulunmuştur. Araştırma sonunda deney grubunda AKŞ, kolesterol ve total lipid düzeyleri daha çok normal sınırlarda bulunmuştur. Hastalara araştırmanın başlangıcında ve sonucunda diyabet ve diyetiyle ilgili test uygulanmış, ilk testte sorulara her iki gruptaki hastalar genellikle yanlış cevaplar vermişler, son testte ise deney grubu hastalarının doğru cevap oranının epey yüksek olduğu gözlenmiştir.

Cehrelî, R. : Kronik Böbrek Yetmezliği Nedeniyle Tedavi Gören Hastalara Uygulanan Diyetlerin Etkinliğinin Saptanması ve Hastalar Tarafından Kabul Edilebilecek Diyetlerin Geliştirilmesi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1982.

Kronik böbrek yetmezliği hastalıklarında uygulanan diyetin protein, potasyum, tuz, fosfor ve su yönünden kısıtlı olmanı nedeniyle hastala-

rın görünüşü ve lezzeti güzel olmayan diyetleri tüketmeleri güçleşmektedir. Bu nedenle Hacettepe Üniversitesi Hastanesi Transplantasyon Ünitesinde yatmakta olan 10 hastaya enerji değeri yüksek ve hayvansal proteini arttırılmış, psikolojik doyum sağlayan diyetler verilmiştir. Araştırmanın birinci döneminde hastalar hastanede uygulanan diyetleri tüketmişlerdir. İkinci döneminde ise hastalara istekleri doğrultusunda diyetler hazırlanmış, proteini düşük iki tatlı örneği geliştirilmiş ve hastaların günde 2 adet yumurta ile birlikte bu tatlıları tüketmeleri istenilmiştir. Her iki devrede de hastalara aynı medikal tedavi uygulanmış ve hastaların ağırlık durumları ile rutin olarak bakılan kan bulguları değerlendirilmiştir. Hastaların serum total protein, albumin, potasyum değerlerinde ikinci dönemde istatistiksel olarak önemli bulunan artışlar olmuştur.

Araştırmanın ikinci devresinde görünüşü güzel, psikolojik doyum sağlayabilen, enerji değeri uygun diyetler hazırlanmıştır. Bu diyetler daha fazla tüketilmiştir. Birinci dönemde hastaların enerji tüketimleri ortalama 1884 kalori iken, ikinci dönemde 2129 kalori olmuş ve bu artış istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($P < 0.05$).

Çorakçı, T. : Hacettepe Üniversitesi Mutfağında Yiyeceklerin Alınımından Servise Kadar Geçirdiği İşlemlerde Sanitasyon Durumu, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1975.

Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri mutfağında kullanılan yiyeceklerin alınmalarında, yiyeceklerle ilişkide olan kişilerde, yiyeceklerin hazırlanması, saklanması, pişirilmesi için kullanılan yer ve kaplarda, besin zehirlenmelerine ve çeşitli enfeksiyonlara etken olan mikroorganizmalardan ölçüt olarak alınan Staphylococcus aureus araştırılmış, mutfağın sanitasyon kurallarına uygun olarak çalışıp çalışmadığı saptanmıştır. Kültürlerin değerlendirilmesi sonucunda % 60 oranla sebze kontrol ve et hazırlama bölümünde, %50 oranla sebzelerde, %40 oranla meyvelerde, sebze hazırlama bölümünde, yemek fazlalarının saklandığı depoda, bulaşık suyunda, %30 oranla etlerde, pişirme bölümünde, %25 oranla kullanılan araç ve gereçlerde, %20 oranla soğuk et deposunda, süt ve süt türevlerinde, %15 oranla tahıllarda, %16.9 oranla personelde, %6.6 oranla kurubaklagillerde, %6.2 oranla pişirilmiş yemeklerde patojen stafilokok bulunmuştur. Yapılan gözlemlerde de mutfakta sanitasyon koşullarına tam olarak uyulmadığı kanısına varılmıştır.

Elmacioğlu (Demirdiş), F. : Basit Guvatr Sorununun Türkiye'de Verleşme Yerlerine Göre Durumu, Bu Sorunun Ailenin Beslenmesi Sosyo - Kültürel Yapıları ve Yaşadıkları evre İle İlişkisi, H. . Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1977.

1974 yılında yapılan Ulusal Beslenme ve Gıda Tüketim ve Sağlık Araştırmasında hekim tarafından basit guvatr tanısı konan hastaların Türkiye'deki prevalansı, bölgelere, yerleşim yerlerine, illere dağılımı, beslenme düzeyleri ve sosyo - kültürel yapıları ile ilgili bilgiler toplanmıştır. Türkiye'de basit guvatr prevalansı %6.1 olup, bu oran Karadeniz bölgesinde (%14.8), Akdeniz bölgesinde (%7.9) oranındadır. Basit guvatrlı kişilerin ailelerinde düşük hemoglobulin düzeyi ile birlikte demir, kalsiyum, vitamin A, riboflavin, hayvansal protein yönünden yetersiz tüketim düzeyleri görülmektedir.

Erdem, S. : Ekmeklik Un ve Bu Un'lardan Yapılmış Ekmek'erde Aflatoksin Durumunun Araştırılması, H. . Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1982.

Un ve ekmeklerde aflatoksin durumu Ankara'da rasgele olarak seçilen 25 fırın ve bu fırınlardan 25 un ve 25 ekmek örneğinde incelenmiştir. Örneklerin hiçbirinde ölçülebilir miktarda aflatoksin bulunmadığına karar verilmiştir.

Erim, A. : Ankara Kentindeki Altı Yuvalarda Beslenme Durumu ve Bununla İlgili Bazı Faktörler, H. . Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1972.

Ankara kentinin sosyo - ekonomik yönden farklı semtlerinden seçilen altı yuvada 129 çocuğun sağlık ve beslenme durumları saptanmıştır.

Araştırma sonuçları, çalışma kapsamında olan yuvalardaki çocukların büyüme ve sağlık durumlarının normal olduğunu, beslenme bozukluğu belirtilerinin genellikle olmadığını ortaya koymuştur. Yanız ocuk Esirgeme Yuvasında boy ve ağırlığı standartların altında olan ocuk sayısı fazladır. Besin tüketimi araştırmasının sonucu genellikle yuvalarda kalsiyum, demir ve C vitamininin önerilen tüketim standartlarının altında olduğunu göstermiştir. Artık miktarlar saptandığında en çok sebze yemeklerinin tabakta arttığı saptanmıştır. Diş rklerinin oranı yüksektir. Yuvalarda beslenme standartlarını kurmak, beslenme du-

rumunu düzenlemek ve eğitim yapmak üzere bu konuda eğitim görmüş personelin (diyetisyen vb.) çalıştırılması gereği önerilmiştir.

Geyik, Ç. : Ankara Numune Hastanesi'nde Tedavi Gören 11 - 19 Yaşlarındaki Adolesan Çağı Çocukların Sağlık ve Beslenme Durumları, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1978.

Ankara Numune Hastanesi'nde tedavi edilmekte olan 200 hasta deneyin sosyal, bireysel ve sağlık durumları ile beslenmeleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Güneyli, U. : Ankara - Çubuk İlçe Merkezi ve Köylerinde Ailelerin Beslenme Durumlarını Saptamada Uygulanan Değişik Araştırma Yöntemlerinin Değerlendirilmesi, H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu, Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doçentlik Tezi, Ankara, 1977.

Gıda tüketim araştırmalarında kullanılan tartı ve soruşturma teknikleri ile bilgi toplamada önemli bir fark bulunup bulunmadığını saptamak ve araştırma süresinin uzunluğunu belirlemek amacıyla Çubuk ve köylerinde gıda tüketim araştırması yapılmıştır. Bu araştırmada 300 aileye soruşturma yöntemiyle daha sonraki günlerde aynı ailelerden 100 tanesine tartı yöntemiyle gıda tüketim araştırması uygulanmıştır.

Araştırma sonucunda tartı ve soruşturma teknikleri ile elde edilen bulgular arasında ortaya çıkan farkların istatistiksel yönden önemli olmadığı, ekonomik olması ve kolaylık sağlaması bakımından soruşturma yönteminin her zaman tercih edilebileceği, ayrıca bilgi toplamak için araştırma süresini uzun tutmanın sonucu etkilemediği ortaya konmuştur.

Elde edilen bulgulara göre ilçe merkezinde enerji, kalsiyum, demir, A vitamini ve riboflavin yetmezliği ile ilgili sorunlar önem kazanırken, köylerde aşırı enerji tüketimi yanında hayvansal protein, demir, A vitamini ve riboflavin tüketimindeki yetersizlik bir sorun olarak ortaya çıkmaktadır.

Güneyli, U. : Mamak Gaz Maske Fabrikası İşçilerinin Beslenme Durumu, Bunun Sağlık ve İşe Devama Etkisi, Hacettepe Üniversitesi Ev Ekonomisi Yüksek Okulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doktora Tezi, Ankara, 1973.

Bu araştırmada Makine Kimya Endüstrisi Kurumu Mamak Gaz Maske Fabrikasındaki 201 erkek, 49 kadından oluşan toplam 250 işçinin,

kurumdaki beslenme durumları, yaptıkları işe göre enerji harcamaları, bir senelik sağlık ve devamsızlık durumları ve nedenleri, beslenme durumu ile sağlık ve devamsızlık arasındaki ilişkiler, kurum beslenme servisinin işleyişi ve beslenme durumunu etkileyen etmenler ve 181 erkek işçinin evlerindeki beslenme durumu ve beslenme ile ilgili bazı etmenler araştırılmıştır.

İşçilerin %72.3'ünün yaptıkları işe göre yetersiz düzeyde enerji tükettikleri saptanmıştır. Ayrıca günlük diyetler A vitamini, kalsiyum ve riboflavinden de yetersiz bulunmuştur. Evlerindeki tüketimde de aynı besin öğelerinin yetersizliğine rastlanmıştır. Bu besin öğelerinin yetersiz tüketimi ile hastalıktan dolayı işe devamsızlık ve iş kazaları arasındaki ilişki istatistiksel yönden önemli bulunmuştur.

İşçilerin fabrikadaki beslenme düzeyini etkileyen etmenler arasında enerji harcamasına göre beslenme uygulanmaması, yalnız bir öğün beslenme yapılması, konuyla uğraşanların yeterli bilgiye sahip olmamaları ve kurum beslenme servisinin işleyişindeki çeşitli aksaklıklar yer almaktadır.

Gündem, G. : 6 - 60 Ay Yaş Grubu Çocuklarda Üst Kol Orta Çevresi Ölçülerek Beslenme Durumunun Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1978.

6 - 60 ay yaş grubundan 434 çocuğun üst kol orta çevresi değerleri saptanmıştır. Yaş gruplarına göre kol çevresi ortalama ve standart saptamaları 6 - 12 ay için 14.7 ± 0.72 cm, 13 - 18 ay için 15.6 ± 0.65 cm, 19 - 24 ay için 15.7 ± 0.61 cm, 25 - 30 ay için 15.7 ± 0.66 cm, 31 - 36 ay için 15.8 ± 0.62 cm, 37 - 42 ay için 15.9 ± 0.54 cm, 43 - 48 ay için 15.9 ± 0.59 cm, 49 - 54 ay için 16.2 ± 0.49 cm, 55 - 60 ay için 16.7 ± 0.62 cm olarak saptanmıştır. Araştırmanın diğer bölümünde. vücut ağırlığı ve boy uzunluğu standardına göre büyüme ve gelişmeleri geri olan 194 çocuğun kol çevresi ölçümleri standart değerlerle karşılaştırılmış, ayrıcalık önemli bulunmuştur ($p < 0.001$). Ağırlık ve boy uzunluğu standardına göre, hafif ve ağır malnütrisyon için sınır değerler saptanmıştır. Buna göre kol çevresi 13.5 cm üzeri normal, 13.4 - 12.5 cm arası hafif malnütrisyon, 12.5 cm altı malnütrisyon olarak saptanmıştır. Kol çevresinin ağırlıkla korelasyonu 0.86, boy uzunluğu ile 0.70 olarak saptanmıştır.

Gürdağ, M. : Gülhane Askerî Tıp Akademisi ve Eğitim Hastanesi'ne Başvuran 1 - 6 Yaş Çocuklarının Genel Sağlık Durumları, Beslenme - Alışkanlıkları ve Bunları Etkileyen Etmenler, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı, Ankara, 1977.

Gülhane Askerî Tıp Akademisi ve Eğitim Hastanesi'ne başvuran 1 - 6 yaş grubu 50 çocuğun genel sağlık durumları, beslenme alışkanlıkları ve bunları etkileyen faktörler incelenmiştir. Annenin eğitim durumunun çocuğun ailedeki çocuk sırasına göre genel sağlık durumunu ve dolayısıyla beslenme alışkanlığını etkilediği bulunmuştur.

Ailelerin gelir durumu ile çocuğun beslenme alışkanlığı arasındaki ilişki istatistiksel olarak önemlidir. Çocuklarda %6 oranında protein-enerji malnütrisyonu, %8 oranında raşitizm, %14'ünde diğer beslenme bozuklukları, %20'sinde anemiye rastlanmıştır. Ek yiyeceklere genellikle zamanında başlanmakta olup verilmiş sıklığı yeterlidir. İlk aylarda ailenin büyük çoğunluğunun evde hazırladıkları piring unu, nişasta, tahıl unu, şeker, süt karışımlarını bebeğe verdikleri, ticarî mama kullananların çoğunun SMA, Lamed, Bebefe'yi tercih ettikleri, bir kısmının da Arı - Paro mamayı kullandığı bulunmuştur. Ailelerin büyük bir kısmının çocuk beslenmesi hakkındaki bilgilerini doktor, diyetisyen ve hemşireden öğrendikleri; ancak aile büyükleri, komşu ve kendi bilgilerinin, reklâmların etkisinde de kaldıkları saptanmıştır. Ailelerin bir kısmı yemek yerken çocuğunu serbest bırakmakta, bir kısmı ise oyun oynatma, masal anlatma, peşinde dolaşma gibi davranışlarda bulunmaktadır. Yemek yeme, ödül veya ceza aracı olarak kullanılmaktadır.

Hacıbeyoğlu (Ataürnal), G. : Ankara Merkez İlkokullarında Görevli Öğretmenlerin Beslenme Bilgi Düzeylerinin Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı, Ankara, 1976.

Ankara merkezine bağlı 20 ilkokulda görevli 400 öğretmenin beslenme bilgi düzeyleri saptanmıştır. Öğretmenlerin tamamı herhangi bir beslenme semineri veya kursuna katılmamış olup, öğretmenlerin ortalama dörtte üçü fiilen beslenme eğitimi uygulaması yapmaktadır. Sonuç olarak öğretmenlerin beslenme konusunda yeterli bilgiye sahip oldukları görülmüştür.

İçer, S. : Türkiye'de Üretilen Bazı Yiyeceklerin Fosfor Değerleri, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Programı Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1977.

Hayvansal kaynaklı yiyecekler (süt ve türevleri, et, yumurta), kurubaklagiller, tahıllar ve türevleri, sebze ve meyvalarda fosfor analiz çalışması yapılmıştır. Araştırma sonuçları hayvansal kaynaklı yiyeceklerin fosfor değerlerinin Gıda Kompozisyon Cetvelindeki fosfor değerleri ile istatistikî yönden kıyaslanmasında, aradaki farklılığın önemli olmadığını ;ancak tahıl ve türevleri kurubaklagiller meyva ve sebzelerde ise aradaki farklılığın önemli olduğunu göstermiştir.

Kasap, G. : Ankara Bölgesi Aktif Güreşçilerinin Beslenme Alışkanlıkları ve Sağlık Durumları Üzerine Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı, Ankara, 1979.

Bu araştırmada güreşçilerin sosyal yaşantıları, yarışma başarıları, sağlık durumları saptanarak bu etkenlerin beslenme alışkanlıkları ile ilişkisi araştırılmıştır. İncelenen güreşçilerin çoğunluğunun 17 - 25 yaşlarında bulunduğu ve %42'sinin 4 - 6 yıldır sporla uğraştığı görülmüştür. %53.3'ünün standarda göre şişman olduğu ve tüm güreşçilerin kilolarını sikletlerine uygun olarak koruyamadıkları, yarışmadan birkaç gün önce çok sıkı diyet ve saunaya girerek kilo verdikleri bulunmuştur.

Antrenman öncesi çoğunun (%84.4) sindirimi kolay ve az miktarda besin tükettiği ,acı yağlı yemediği ve az su içtikleri, antrenman sonrası ise çay içerek su gereksinimini karşıladıkları saptanmıştır. Ayrıca güreşçiler arasında vitamin ve mineral hapları, sigara, alkol içme alışkanlığının yaygın olmadığı gözlenmiştir.

Araştırmada, güreşçilerin başarı ve sağlık durumlarını etkileyen etmenler arasında beslenme bilgi ve alışkanlıklarının önemli yeri olduğu görülmüş, etkin bir beslenme eğitiminin yararlı olacağı sonucuna varılmıştır.

Kasap, G. : Kısa ve Orta Mesafe Erkek Koşucuların Beslenme ve Sağlık Durumları ile Vitamin - Performans Etki'simi Üzerine Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1982.

Kısa ve orta mesafe erkek koşucuların, vitamin ve diğer hapları kullanım durumları ve bunun etkileri konusunda kendilerinin ve antrenörlerinin görüşleri, diyetek ek olarak alınan B kompleks vitamin hapının et-

kisi, besin tüketim düzeyleri, günlük fiziksel uğraşları, beslenme ile ilişkili sağlık sorunları incelenmiş, boy ve ağırlık ölçüleri ile başarı durumları saptanmıştır.

Koşucuların %79'u diyetle ek olarak alınan vitamin haplarının besinleri destekleyici ve yorgunluğu giderici etkileri nedeniyle yararlı olduğunu söylemişlerdir. Vitamin hapının deneysel olarak yapılan testler sonucu performansı arttıran bir öge olmadığı psikolojik olarak olumlu etki yaptığı bulunmuştur.

Günlük enerji harcamaları 3425 Kal.dir. Antrenman süresince harcadıkları ortalama enerji 1123 Kal. dir. Koşucuların diyeti genel olarak gereksinmelerine yeterlidir. Diş çürükleri bütün yaşlarda en önemli sağlık şikâyetidir. Saptanan Hb değerleri ortalaması 14.6 gm/100 ml dir. Ayrıca %26.7'sinin gaitasında değişik tipte helmint yumurtası gözlenmiştir. Bulgular beslenme sorunlarının koşucuların bu konuda yeterli bilgilerinin bulunmayışından ileri geldiğini göstermiştir.

Karaağaoğlu, N. : Gebe Beslenmesi, Saç Kökü Morfolojisi ve Bebeğin Doğum Ağırlığı Arasındaki İlişkiler, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Aile Sağlığı Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1981.

Gebe kadının beslenmesi, saç kökü morfolojisi ve bebeğin doğum ağırlığı arasındaki ilişkiler 150 gebe kadın ve doğan bebeklerinde incelenmiştir. Gebeliğin son trimestrinde 3 günlük besin tüketimi yapılmış ve her deneğin oksipital bölgesinden bir defada en az 50 - 75 adet saç örneği alınmıştır. Gebe kadınların genellikle beslenmelerinin yetersiz olduğu görülmüştür. Saç morfolojisi bulgularının, günlük enerji, protein ve hayvansal protein tüketim yetersizliğini gösterir nitelikte değiştiği saptanmıştır. Bebeğin doğum ağırlığı ile gebenin beslenmesi ve saç kökü morfolojisi arasında bir ilişki saptanamamıştır. Gebelikte yetersiz ağırlık kazanımı ile bebeğin doğum ağırlığı arasındaki ilişki önemli bulunmuştur.

Keçecioglu, S. : Kronik Böbrek Yetmezliğinde Besin İçinde Verilen Alüminyum Hidroksit'in Renal Osteodistrofinin Önlenmesindeki Etkinliği, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1981.

Suspansiyon şeklinde alüminyum hidroksit ($Al(OH)_3$) renal distrofi tedavisinde kullanılmaktadır. Ancak lezzet ve volum sorunları nedeniyle hastalara önerilen şekliyle alınmasında önemli güçlüklerle karşılaşıl-

maktadır. Bu güçlükleri azaltmak amacıyla, $Al(OH)_3$ etkinliği bozulmaksızın kurabiye içinde 9 hastada denenmiş ve bu şekliyle hastaların daha kolay alabildikleri belirlenmiştir.

Koçoğlu, G. : Ankara - Ortabereket Köyünde Aylara ve Mevsimlere Göre Gıda Tüketimindeki Değişiklikler, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1978.

Ayaş'a bağlı Ortabereket Köyünde 15 aile üzerinde 12 ay yürütülen araştırmada aylara ve mevsimlere göre besin tüketiminde değişim olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre hayvansal protein, kalsiyum, A vitamini ve C vitamini aylara ve mevsimlere göre önemli derecede farklı tüketilmektedir. Besin gruplarından et, süt, yumurta, taze sebze ve meyve tüketimleri aylara ve mevsimlere göre değişmektedir. Kışın sebze ve meyve yeterli bulunamadığından az tüketilmekte, et, yumurta bol tüketilmekte, yazın ise tersi olmaktadır. Tahıllar her mevsimde en çok tüketilen besin grubudur.

Riboflavin yetersizliği her mevsim vardır. A ve C vitaminleri kışın yetersiz, yazın aşırı miktarda tüketilmektedir. Hayvansal protein kışın yeterli yazın yetersiz tüketilmektedir. Kalsiyum, demir, tiamin ve niasin genellikle yeterli tüketilen besin öğeleridir. Aileler arasında enerji tüketimi yazın yetersiz, kışın yeterli olmaktadır.

Beslenme sorunlarının ortaya çıkmasının esas nedeni beslenme konusunda yeterli bilgilerinin olmayışıdır.

Köksal, G. : Çocuk Hastahkları Klinik ve Polikliniklerinde 0 - 6 Yaş Grubu Çocuklar Arasında Saptanan Malnütrisyon Vakalarının Morbidite İstatistik Kayıtlarının Yapılabilmesi İçin Yöntem - Uygulama Araştırması, H. Ü. Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1975.

Bugün dünya ve ülkemiz için önemli bir çocukluk çağı sorunu olan malnütrisyonu etkileyen bütün etmenlerle inceleyen ve kapsamına malnütrisyon ile ilgili verilerini toplayan bir kayıt formu geliştirilerek araştırmacılar için ve sağlık sorunlarıyla yakından ilgilenen kuruluşların kullanabileceği bir yöntem olarak hazırlanmıştır.

Bu kayıt yöntemi geliştirilirken bilgi içeriği geniş tutulmuş, araştırmalardaki olağan hata olasılığı formların anlaşılabilirliği sayesinde en az düzeye indirilmiştir.

Ankara'nın çeşitli hastanelerinde toplam 340 vaka taranarak %70.62 si kentte, %29.37'si kırsal kesimde yaşayan çocuklarda %89.97 marasmus, %7.66 marasmik kuvaşiorakor ve %2.35 de kuvaşiorakor naptanmıştır.

Köksal, G. : Ankara Çevresinde Anne Sütü İle Beslenme Durumunun Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Doktora Tezi, Ankara, 1980.

Ankara kentinin değişik semtleriyle Etimesğut ve Beypazarı bölgelerinde yaşayan 450 sağlıklı annenin durumu (a) Ailenin sosyal, ekonomik ve kültürel koşulları, (b) Bebeğe ve beslenmeye ilişkin görüşleri konusunda veriler saptanmıştır. Yüksek ya da orta öğrenim görmüş annelerde daha kısa süre emzirme, daha erken ek besinlere başlama, hazır mama verme eğiliminin arttığı, ailenin yaşadığı yöreye göre de bu konularda farklı davranışlar bulunduğu saptanmıştır. Gecekondu bölgelerinde yaşayan ailelerin bebeklerini aşırı uzun süre emzirmeye gerek görmedikleri ve ek besinlere kırsal alanlara göre daha erken başlama eğilimleri bulunmuştur.

Kömürcü, A. : Şişmanlığın Oluşumunu Etkileyen Etmenlerin ve Şişmanlığın Düzeltilmesinde Uygulanan Zayıflatma Diyetlerinin Etkinliğinin Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1978.

20 - 24 yaş grubu 20 normal ve 20 şişman denek üzerinde yapılan çalışmada şişmanlık ile bireylerin beslenme alışkanlıkları ve fiziksel uğraşmaları arasında ilişki olduğu, sosyo - ekonomik düzey ve fizik çevre arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. Bireylerin beslenme alışkanlıkları, fiziksel uğraşmaları, sosyo - ekonomik düzeyleri ve fizik çevrelerine uygun zayıflatma diyetleri düzenlendiğinde ağırlık kaybında etkin olduğu ve uygulanmasının kolay olduğu gösterilmiştir.

Kutluay (Ekinciler), T. : Toplu Beslenme Yapılan Kurumlarda Yemek Standartlaştırma ve Bilgisayarla Menü Planlama Yöntemi Geliştirme, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1974.

Toplu beslenme yapılan kurumlarda yemek pişirme ve menü planlama süreçleri incelenerek, bu kurumlarda kullanılacak 90 yemeğin tarifesi standartlaştırılmış, bu tarifeler yardımı ile bilgisayarla menü planlama yöntemi geliştirilmiştir.

Kutluay, T. : Ankara Kız Lisesi 16 - 19 Yaş Grubu Öğrencilerin Kahvaltı Alışkanlığı İle Sağlık ve Başarı Durumu İlişkileri Üzerinde Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doçentlik Tezi, Ankara, 1979.

Ankara Kız Lisesinde okuyan 16 - 19 yaş grubu 238 kız, 102 erkek toplam 340 öğrenci üzerinde kahvaltı alışkanlığının öğrencilerin sağlık ve başarılarına etkisi incelenmiştir. Öğrencilerin %68.24'ünün okula kahvaltı yapmadan geldikleri saptanmıştır. Kahvaltıda genellikle çay (%73.66), peynir (%48.79), zeytin (%36.04), reçel (%30,56), yağ (%29.40), ekmek (%84.23) tüketilmektedir. Bu kahvaltı enerji ve besin öğeleri açısından önerilenin (günlük gereksiniminin 1/4'ü) ancak yarısını karşılamaktadır. Öğrencilerin günlük besin tüketimlerinde kızlarda enerji, protein, kalsiyum, demir, riboflavin ve niasin yönünden yetmezlik olduğu görülmüştür. Kız öğrencilerde kahvaltı yapmayan grupta, kahvaltı yapan ve ara öğün yiyenlere oranla enerji ve besin öğelerinin daha yetersiz alındığı görülmüştür. Öğrencilerin %5.59'u çok zayıf, %29.4'ü şişmandır. Kız öğrencilerde kahvaltı yapmayan grupta ara öğün yiyen gruba göre ağırlık ortalaması daha yüksek bulunmuştur. Ara öğün yiyenlerle, hem kahvaltı hem ara öğün yiyenlerde diğer gruplara oranla kan şekeri önemli ölçüde yüksek bulunmuştur Bu grupta kız öğrencilerde hız ve doğruluk testinden alınan puanlar da kahvaltı yapmayan ve ara öğün yiyenlere oranla yüksek bulunmuştur. Kız öğrencilerde kahvaltı yapan grupla ara öğün yiyen grup arasında ders notu ortalamaları arası fark önemli bulunmuştur. Kız öğrenciler hem kahvaltı hem ara öğün yiyen grupta son ders saatlerinde yorgunluk ve açlık hissi ile birlikte dikkatlerinin azaldığını, halsizlik, baş ağrısı ve huzursuzluk duyduklarını belirtmişlerdir.

Manav, N. : Erken Yaşlardaki Yetersiz ve Dengesiz Beslenmenin Davranış ve Gelişim Üzerine Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1975.

Kayseri ilinin Tomarza ilçe merkez ve altı köyünde 1968 yılında araştırmaya alınan 0 - 6 yaşlarındaki 260 çocuktan 1974 yılında yerlerinde bulunabilen 177'sinin boy ve ağırlık ölçüleri, sağlık muayeneleri, mental gelişimleri, aile yapıları ve beslenme alışkanlıkları araştırılmıştır. Tüm deneklerin boyları normal ölçülerde bulunmuş, ağırlık ölçülerine göre deneklerin % 20.9'u standartların altında bulunmuştur. 1968 yılında malnütrisyonlu olanlardan %66.36'sının sağlık durumları geçen

altı yıl içinde düzelmiş, %24.54'ü aynı malnütrisyon derecelerinde kalmışlar, %9.09'u daha da kötüleşmişlerdir. Okul çağında olup da okula gitmeyen çocuklar %20.70, ilkokula devam edenler %77.9, bitirenler ise %1.4 oranlarındadır. Soyut Düşünme Testi (SDT) sonuçlarına göre her üç test grubunda daha önce yetersiz ve dengesiz beslenmiş ve böylece malnütrisyonlu kabul edilmiş olanlar daha düşük puanlar almışlardır ve aradaki fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur. Sonuç olarak erken yaşlardaki yetersiz ve dengesiz beslenmenin fiziksel ve mental gelişimi olumsuz yönde etkilediği, beslenme koşulları düzeltilindiği zaman fiziksel gelişimin düzelebilmesine karşın mental gelişimin pek düzelemediği saptanmıştır.

Mengilik, G. : Hacettepe Hastanesinde Diyabet Tanımı Konarak Yatan 15 Yaşından Büyük Hastaların Hastalıklarının Beslenme, Sosyo - Ekonomik ve Kültürel Durumlarıyla İlgili Hususların Etki Derecelerinin Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1976.

Diyabet tanısı konmuş 15 yaşından büyük 100 diyabetli ve 50 diyabeti olmayan hasta kontrol grubunda araştırma yapılmıştır. Deneklerin diyet tedavisine inandıkları ve diyetisyen - doktor tarafından önerilen diyetlerinin %32'sinin uygulandığı görülmüştür.

Merdol, T. O. : Türkiye'de Kullanılan Bazı Çocuk Mamalarının Protein Kalitesi Üzerine Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1977.

Ülkemizde sıklıkla kullanılan SMA S - 26, Arımama, Sekmama ve Pınar Süttozunda protein kalitesi (biyolojik değer, NPU, PER, NPR, NDpV, NDpE %) saptanmıştır. Sekmama'nın, protein kalitesi yüksek bulunmuştur. SMA S - 26 sığanlarda yeterli bir büyüme sağlayamamıştır. Bu mamayla beslenen hayvanlarda şiddetli ishal gözlenmiştir. Arımama alan hayvanlarda büyüme ve gelişme Sekmama'ya göre yetersizdir. Pınar Süttozu alan hayvanlarda ise diyetdeki protein yoğunluğunun yüksek olması nedeniyle proteinlerden azami yararlanma sağlanamadığından, gelişme yeterli olamamıştır. Araştırma sonuçlarının kanıtlanması için insanlara uygulanabilecek daha geniş ve geliştirilmiş araştırmalara gereksinim vardır.

Okbay, N. : Ankara Bağcılar Gecekondu Bölgesine Kırsal Bölgelerden Göç Eden Annelerin 0 - 2 Yaş Çocuk Beslenmesine İlişkin Davranış Değişimleri ve Bunu Etkileyen Faktörler, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1976.

Bu araştırma, Ankara gecekondu bölgelerinden, Bağcılar mahallesinde yaşayan 15 - 42 yaş grubunda evli veya dul annelerde, şehre göç ettikten sonra 0 - 2 yaş bebek beslenmesi konusunda davranış değişimlerinin olup olmadığını, oldu ise bu değişimlerin neler olduğunu ve hangi faktörlerin rol oynadığını, zaman faktörünün (yıl) annelerin davranışları üzerinde bir değişim meydana getirip getirmediğini saptamak amacıyla yapılmıştır.

Elde edilen bulgular, emzirme süresinin gereğinden uzun olduğunu, şehirde büyütülen çocuklara köydeki çocuklara nazaran daha erken aylarda ek yiyecek verilmeye başlandığını, fakat verilen yiyecek çeşitlerinin yetersiz olduğunu göstermiştir.

Köyde iken anneler çocuklarını su ve nişasta karışımı mama ile beslerken, gecekondu annelerin çoğunluğu çocuklarını Arı - Paro mamlarını sadece su ile hazırlayıp besledikleri görülmüştür.

Araştırma sonucu elde edilen veriler, deneklerin 0 - 2 yaş çocuk beslenmesi konusundaki davranışlarında şehirde, çok az değişimler olduğunu, deneklerin şehirdeki sağlık örgütlerinden gerektiği şekilde faydalanamadığını göstermiştir.

Önaldı, A. : Yapay Tatlandırıcılar ve Özel Diyabetik Gıdaların Diyabetik Hastalar Arasında Kullanılma Durumu, Özel Diyabetik Gıdaların İçerdikleri Besin Elementlerinin Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1975.

Hacettepe Üniversitesi Hastanelerinde yatan 50 kadın ve 55 erkek olmak üzere 105 diyabetik vaka incelenmiştir. Hastaların yapay tatlandırıcıları kullanma oranı %81.9'dur. Yapay tatlandırıcıları 54 kişi (%51.4) bilinçli, 40 kişi (%38.1) ise bilinçsiz olarak kullanmaktadır. En fazla %53.3 oranında sakkarin ve %24.8 oranında Dulcaryl kullanılmaktadır. Özel diyabetik gıdaları kullanma düzeyi ise oldukça düşüktür (%9.5). Özel diyabetik gıdalardan en çok kullanılan diyabetik reçellerdir (%4.7).

Örer, N. : Ankara'da Ekmek Tüketimi ve Zayıfatı, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1975.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre Ankara'da kişi başına ortalama günlük tüketilen ekmek miktarı 597.6 gm'dir. Çarşıdan ekmek alan ailelerin %68.2'si francala, %31.6'sı somun ekmeğini tercih etmektedirler. Ailelerin %28.3'ü evde ekmeği tencerede, %27.7'si de naylon torbada saklamayı yeğ tutmakta, %46.7'si naylon torbada, %25.3'ü de kâğıda sarılı olarak satılmasının uygun olacağı görüşünde olduklarını açıklamışlardır.

Soruşturma sonuçlarına göre Ankara'da aile başına artan günlük ortalama ekmek miktarı 176 gm, kişi başına günlük ortalama artık miktarı da 39.1 gm olarak bulunmuştur. Artan ekmeğin değerlendirilme şekli ailelere göre değişmektedir. En çok köfte ve çorba gibi yemeklerde kullanılmaktadır. İkinci olarak seçilen değerlendirme şekli, hayvan yemi olarak kullanılmasıdır. Zayıf olma nedenlerinin başında ihtiyaçtan fazla yapma veya satın alma gelmekte, bunu saklama koşullarının yetersizliği izlenmektedir. Aileler ekmeğin bayatlamasını önlemek için ya naylon torba kullanmakta veya fazla almamaya çalışmaktadırlar.

Elde edilen verilere göre ekmek tüketimini önleyecek çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Özarslan, Ü. : Sanayi Kesiminde Çalışan 12 - 18 Yaş Arasındaki Çırakların Enerji Harcamaları, Beslenme ve Sağlık Durumları Üzerinde Bir Araştırma, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1981.

Antalya sanayi kesiminde çalışan 100 çırağın enerji harcamaları, besin tüketim düzeyleri, beslenme ve sağlık sorunları, boy ve ağırlık ölçüleri, hemoglobin düzeyleri incelenmiştir.

Çırakların yaş ortalaması 15'dir ve %77'si günde 9 - 10 saat çalışmaktadırlar. Günlük diyet ile birey başına 2706 kalori ve 87.6 gm protein sağlanmaktadır. Kalsiyum, A vitamini ve riboflavin tüketim düzeyi salık verilen tüketim standardından düşüktür. Çırakların %12'sinde diş eti kanaması, %11'inde angular lezyon ve skar, %9'unda konjunktiva solukluğu, %28'inde guatr, %44'ünde çürük diş saptanmıştır.

Çırakların beslenme sorunlarının; beslenme düzeylerinin düşüklüğü, ailelerinden ayrı kalmaları, beslenme konusunda yeterli bilgilerin olmayışı ve beslenme alışkanlıklarından kaynaklandığı saptanmıştır.

Özcan, G. : Ankara Huzurevi'ndeki Yaşlılarda Sosyal Sağlık ve Beslenme Durumları İle İlgili Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1978.

Ankara Huzurevi'nde kalan 67 kadın ve erkek yaşının sosyal, sağlık ve beslenme durumları saptanmıştır. Yaş ortalaması 73.4, okur yazar olmayanların oranı %45'dir. Kadınların %86.6'sı, erkeklerin %54.5'i normalin üstünde ağırlığa sahiptirler. Deneklerin %46'sı diyet uygulamakta ve en sık uygulanan diyet ise kalp koruma diyetidir. Deneklerin %52'sinin yiyecekleri fazla geldiğinden artık bıraktıkları saptanmıştır. Yemek servisinden hoşnut olan deneklerin oranı %80'dir.

Özcan (Topçam), F. : Beş - Altı Yaş Okul Öncesi Çağı Çocukları İçin Geliştirilen Beslenme Eğitimi Programının Çocukların Beslenme Bilgilerine ve Yemek Yeme Durumlarına Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1979.

Beş - altı yaş okul öncesi çağı çocuklarına verilen beslenme eğitiminin, çocukların beslenme bilgi düzeylerine ve yemek yeme ile artık bırakma durumlarına etkisi 20 kişilik deney ve 15 kişilik kontrol grubunda araştırılmıştır. Bilgi ölçme testinden eğitim önce ve sonrasında elde edilen veriler karşılaştırılmış, sonuçta deney grubunun beslenme bilgi düzeyi kontrol grubuna oranla daha yüksek bulunmuştur. Eğitim önce ve sonrasında kurumdaki artık bırakma durumları 5 gün süresince gözlenmiş, gözlemler eğitim sonrasında artık bırakma miktarlarında önemli bir azalma olmadığını göstermiştir.

Pekcan, G. : 0 - 60 Ay Yaş Grubu Çocuklarda Deri Kıvrım Kalınlığı Ölçülerek Beslenme Durumunun Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Doktora Tezi, Ankara, 1977.

Araştırmanın birinci bölümünde, 0 - 60 ay yaş grubu 588 yeterli ve dengeli beslendiği saptanan çocukta triseps ve subskapula üzerinden deri kıvrım kalınlığı (DKK) ölçülmüş ve standart değer geliştirilmiştir. Standart deri kıvrım kalınlığı triseps için doğumda 4.5 ± 0.7 mm, 1 - 3 ay da 8.3 ± 1.5 mm, 4 - 36 ayda 9.2 ± 1.9 mm, 37 - 60 ayda 10.0 ± 2.1

mm, Subskapula için doğumda 4.0 ± 0.7 mm, 1 - 6 ayda 6.8 ± 1.5 mm, 7 - 60 ayda 5.8 ± 1.3 mm bulunmuştur. Cinsler arası ayrıcalık önemsizdir.

Araştırmanın ikinci bölümünde toplam 707 çocuğun triseps ve susbskapula DKK ölçümleri standarda göre değerlendirilmiştir.

Pirkul, T. : Ankara - Çubuk Bölgesi Toplumunda Riboflavin Yetersizliği Sorunu ve Bu Sorunun Gıdalara Uygulanam İşleme Yöntemleri İle İlişkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Doktora Tezi, Ankara, 1977.

Ankara - Çubuk bölgesinden seçilen altı köyde riboflavin yetersizliği sorunu ve bu soruna neden olan etmenler 412 kişi taranarak saptanmıştır. Bölgede bir yaş üstündeki kişilerde klinik olarak %16.2 oranında riboflavin yetersizliği belirtileri saptanmıştır. Besinlerin tüketim sıklığı ve miktarlarının saptanması sonucu riboflavin tüketimi ortalama kişi başına 0.83 mg/gün olarak bulunmuştur. Ailelerin besinlerin saklama, hazırlama, pişirme ve tüketme alışkanlıkları riboflavin kaybına neden olmaktadır. Serum riboflavin düzeyleri kontrol grubunda ortalama 0.59 ± 0.23 μ g/100 ml, yetersiz grupta 0.44 ± 0.17 μ g/100 ml'dir ve aradaki fark istatistiksel olarak önemlidir.

Sacı, H. : Türkiye'deki Ekmek Türleri, Bunların Tüketim Durumu ve Protein Değerleri Üzerinde Bir Araştırma, Hacettepe Üniversitesi Ev Ekonomisi Yüksek Okulu, Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doktora Tezi, Ankara, 1973.

Bu araştırmanın birinci aşamasında Türkiye'nin dokuz tarımsal bölgesinden seçilen 10 il ve bu illerin tüm ilçeleri ile bu illerin köylerinden toplam 472 aile seçilerek en çok tüketilen ekmek türeri ile bunların tüketim durumları saptanmıştır. İkinci aşamada ise kalorinin %50'si ekmekten gelen diyetlerin protein değerleri albino soyu sığanlar kullanılarak biyolojik deneylerle tayin edilmiştir.

Sonuçlara göre Türkiye'de en çok tüketilen ekmek türleri genellikle yüksek randımanlı buğday unundan yapılan yufka, somun, bazlama tipi ekmeklerdir. Kentlerde kişi başına düşen günlük ekmek tüketimi 386 gm, kırsal bölgelerde 558 gm'dir. Evlerde ekmek ziyarı fazla değildir. Yenilmeyen ekmek en çok hayvan yemi olarak değerlendirilmektedir. Kimyasal analiz sonuçlarına göre tam buğday unundan yapılan ek-

mekler ile bu ekmeklerin %50 oranında kullanıldığı diyetlerin protein miktarları, beyaz un ekmekleri ile bu ekmekleri içeren diyetlerinkinden yüksek bulunmuştur. Ayrıca tam buğday unu ekmeği içeren diyetlerin NPU değeri 54, PER değeri 1.92, beyaz un ekmeği içeren diyetlerin ise NPU değeri 64, PER değerleri 2.7 bulunmuştur.

Sağlam (İbrahimoglu), F. : Kurum Beslenme Servislerinde Uygulanan Değişik Kızartma Yöntemlerinin Kızartılan Yiyeceğin Kalitesi Üzerine Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1977.

Yiyeceklere uygulanan değişik kızartma yöntemleri sonunda patatesten ve yağda oluşan fiziksel ve kimyasal değişiklikler ve kızartma işlemleri sonunda patatesin çekmiş olduğu yağ miktarı saptanmıştır. Kızartma işlemleri sonunda alınan yağ örneklerinde yapılan peroksit tayinlerinde peroksitlerde «geriye dönüş» olayından dolayı önemli bir bulgu bulunamamış ve yağın bozulmuşluğunun saptanmasında peroksit sayısının bir gösterge olamayacağı sonucuna varılmıştır. Derin yağda kızartılan patatesler az yağda kızartılana oranla daha az yağ çekmektedir ve bu istatistiksel olarak önemli bulunmuştur. Derin yağda kızartmada az yağda kızartmaya oranla yiyecek daha az yağ çektiğinden, daha kısa sürede kızardığından ve daha çok beğenildiğinden kurumlarda derin yağda kızartma işlemi uygulanmalıdır.

Sağlam, F. : Gebelik Döneminde Annenin Beslenme Durumu ve Bunun Yeni Doğan Bebeğin Sağlığı Üzerine Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doktora Tezi, Ankara, 1981.

16 - 40 yaşları arasındaki 100 gebe kadının gebelik dönemindeki beslenme durumu, bu durumun doğan çocuğun sağlığı ve ilk altı aylık dönemdeki gelişimi üzerine etkisi incelenmiştir. Gebe kadınların enerji ve bazı besin öğelerinden yetersiz beslendiği ve proteini daha çok bitkisel yiyeceklerden, özellikle tahıllardan karşıladığı saptanmıştır. Annelerin gebelikteki beslenme düzeyi ile bebeğin doğum ağırlığı arasındaki ilişki istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır. Anneler gebelikleri süresince hafif ve orta derecede yetersiz ve dengesiz beslenmiş olmalarına karşın, doğan bebeklerin büyük çoğunluğu gerek fiziksel, gerekse psikomotor gelişim bakımından normal gelişim göstermektedirler. Altı ay süreyle anne sütüyle beslenen bu bebeklerin çoğunluğu iyi kabul edilebilir düzeyde fiziksel ve psikomotor gelişim göstermişlerdir.

Şahlan, V. : Ortopedik Hareketsiz Yatan Hastaların Tedavilerinde Değişik Kalsiyum Alımlarının Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1976.

14 ortopedik hastanın iyileşmelerinde diyet kalsiyumun etkinliği araştırılmıştır. Hastalara normal düzeyde kalsiyum (günde 500 - 600 mg), yüksek düzeyde (günde 1000 mg) kalsiyum içeren diyet uygulanmış, serum kalsiyumu, 24 saatlik idrarla kalsiyum atımı ve serum alkalin fosfataz aktivitesi saptanmıştır. Normal kalsiyumlu diyet alan hastalarda serum kalsiyumu düşük düzeylerde, idrar kalsiyum atımı dört hastada yüksek, alkalin fosfataz aktivitesinde artış saptanmıştır. Yüksek kalsiyumlu diyet alan hastalarda ise serum kalsiyumu normal düzeyde kalmış, idrar kalsiyum atımı yükselmemiş, alkalin fosfataz aktivitesinde ise yükselme görülmüştür. Yüksek kalsiyumlu diyet alan, alt ekstremitelere geçirilmiş hastaların, hareketsizliğinin otuzuncu gününde radyografilerinde hareketsizliğe bağlı osteoporozun gelişmediği, buna karşın aynı tür kırıklı normal kalsiyumlu diyet alan hastalarda ise osteoporotik bir görünüm görülmüştür. Yüksek kalsiyumlu diyet alan hastaların normal kalsiyumlu diyet alan hastalara kıyasla hareketsizlik sonundaki rehabilitasyonları süresince daha olumlu sonuçlar alınmıştır.

Şener (Beyhan), Y. : Yiyeceklerin Sağlıkla İlişkisi Konusunda Halkın İnanç ve Uygulamaları Üzerine Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1978.

Yiyeceklerin sağlıkla ilişkisi halkın inanç ve uygulamalarının neler olduğu Yozgat merkez ve köyleri ile Ankara merkezde araştırılmıştır. Deneklerin sosyo - kültürel durumları, yiyecekleri, sağlık açısından ne şekilde değerlendirdikleri, varolan inançların kaynakları, bu inançların uygulanıp uygulanmadığı saptanmıştır.

Soysal, G. : Ankara İli İçinde Oturan Ev Kadınlarının Beslenme Bilgilerinin Saptanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1979.

Araştırmada; Ankara ili içinde oturan 15 - 70 yaş arasındaki 352 kadının beslenme bilgileri saptanmış ve bunları etkileyen etmenler araştırılmıştır.

Araştırma anket uygulanarak yapılmıştır. Ev Kadınlarını tanıttıcı sorulardan başka; çeşitli besin elementleri (Enerji, CHO, vitamin, mine-

ral vs), yemek pişirme yöntemleri, yanlış beslenme alışkanlıkları ve çocuk beslenmesi hakkındaki bilgi düzeylerini saptamak amacı ile de çeşitli sorular sorulmuştur.

Elde edilen verilere göre, %28'i yeterli, %51'i orta derecede, %21'i ise yetersiz beslenme bilgisine sahiptir.

Deneklerin öğrenim durumları, meslekleri, okul çağındaki çocuklarından bilgi kazanmaları, Ankara'ya gelmeden önceki yerleşme merkezlerinin niteliği ve kitle iletişim araçları beslenme bilgilerini etkilemektedir.

Sükan, G. : The Caecal Enlargement on Feeding Potato Starch. Physical, Chemical and Microbiological Aspects. University of Reading, National Collage of Food Technology, Weybridge, Surrey, Doktora Tezi, 1979.

Çiğ, özütlenmiş ve kalsiyumla zenginleştirilmiş patates nişastasının sıçanlarda sekum genişlemesindeki etkisi incelenmiştir. Kontrol grubu olarak çiğ, özütlenmiş ve kalsiyumla zenginleştirilmiş mısır nişastası kullanılmıştır. Kullanılan nişastanın hidroliz hızları *in vitro* olarak saptanmış ve sonuçta patates nişastasının mısır nişastasına oranla çok daha düşük oranda hidrolize olduğu gözlenmiştir. Patates nişastası ile beslenen sıçanlarda sekumda büyük ölçüde genişleme görülmüş olup, bunun nedenleri araştırılmıştır. Sekum ve duodenumun pH'sı yaş ve kuru ağırlığı ozmotik basıncı, *in vitro* gaz oluşumu, sodyum, potasyum, kalsiyum, fosfor, toplam çözünür ve indirgen şekerler, nişasta, toplam ham protein, toplam ham yağ, uçucu ve uçucu olmayan yağ asitleri, α - amilaz aktivitesi ve mikrobiyolojik flora incelenmiştir. Sekum genişlemesi en fazla sırasıyla; çiğ patates nişastasında, özütlenmiş patates nişastasında ve kalsiyum ile zenginleştirilmiş patates nişastasında görülmüştür. Sonuçta sekum genişlemesi görülen sıçanlarda düşük α - amilaz aktivitesi, düşük pH toplam şekerlerde artış ile mikrobiyal aktivitenin arttığı saptanmış olup, sekum genişlemesinin ozmotik basınçla doğrudan ilişkisi görülmüştür.

Taşçı, N. : Kentsel ve Kırsal Alandaki 0 - 5 Yaş Grubu Çocukların Beslenmesini Etkileyen Ekolojik Etmenler, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1980.

Ekolojik etmenlerden sosyo - ekonomik yapının, annenin eğitiminin, kültürel etmenlerin, gelenek ve göreneklerin çocuk beslenmesine etkisi

toplam 450, 0 - 5 yaş grubu çocukta araştırılmıştır. Özellikle kırsal alanda, çocuk beslenmesi konusunda mevcut olan ilke ve uygulamalar ailelerin bu konuda yeterli bilgilere sahip olmadıklarını göstermiştir. Kırsal alanda çocukların uzun süre emzirildiği ve annenin eğitim durumu ile emzirme süresi arası zıt ilişki saptanmıştır. Annelerin çalışması emzirme süresini kısaltmakta ya da tamamen ortadan kaldırmaktadır. Çocuklara verilen ek besinler arasında süt, pirinç unu, meyve suları başta gelmektedir. Annelerin %66'sı hayvan sütünü sulandırarak çocuklara vermektedirler. Sütü üç aydan daha uzun süre sulandıran annelerin oranı kırsal ve kentsel alanda azdır. Çocukların ortalama 3/4'ü güneşe çıkarılmaktadır. Sosyo - ekonomik durumu düşük olan bölgelerde çocukların %26.7'si, kırsal alanda % 20.3'ü malnütrisyonludur, ağırlık ve boy ortalamaları standardın altındadır.

Temurkutluğ, M. : Kan Kolesterol Düzeyine Beslenme Alışkanlıklarının Etkisi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1976.

Kan kolesterol düzeyine etki eden beslenme alışkanlıkları saptanmıştır. Deney grubu olarak 40 hiperkolesterolemik hasta (kan kolesterol düzeyi %240 mg üzerinde) ve kontrol grubu olarak kan kolesterol düzeyi normal sınırlarda (%240 mg'ın altında) olan 40 hasta seçilmiştir. Sonuç olarak beslenme alışkanlıklarının kan kolesterol düzeyine etkisinin olduğu saptanmıştır.

Toksöz, P. : A Vitamini Tüketimi İle Trahom Arasındaki Etkileşimler, Diyarbakır Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Kürsüsü Doktora Tezi, Diyarbakır, 1976.

A vitamini tüketimi ile trahom arasında nasıl bir ilişki olabileceğini saptamak amacıyla trahom yaygınlığının en düşük olduğu Diyarbakır Kasımlı köyü ile, yaygınlığın en yüksek olduğu Darköprü köylerinde inceleme yapılmıştır.

Araştırma sonuçları yiyecek tüketiminin mevsim değişmelerine bağlı olarak değiştiğini göstermektedir. Mevsimler arası ortalama yiyecek tüketimi Kasımlı köyünde daha yüksektir. İncelenen gruplarda A vitamini ve C vitamini dışında kalan enerji ve besin öğeleri tüketimi yeterli düzeydedir. A vitamini tüketimi Darköprü köyünde diğer gruba göre önemli derecede yetersiz bulunmuştur. Trahom etkenleri bakımından aynı koşullara sahip bulunan iki köy toplumunda A vitamini tüketimi

minin ayrıcalık göstermesi trahom oluşumunda yetersiz A vitamini tüketiminin etken olabileceğini göstermektedir. Trahom tedavisi ile birlikte A vitamini verilen grupta hastalığın iyileşme oranı %60.0, A vitamini verilmeyip yalnız ilaç tedavisi yapılanlarda %34.6 olarak bulunmuştur. Buna göre trahom tedavisinde ilaçla birlikte vitamin A verilmesinin yararlı olacağı sonucuna varılmıştır.

Tunca, Ş. : Ülserin Oluşumunda ve Tedavisinde Beslenmenin Etkisi Üzerine Bir Araştırma, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1977.

Toplumumuzda sık görülen fazla acıya ve iş kaybına neden olan, toplumun ekonomik gücü üzerine etkin, önemli bir hastalık olan ülserin oluşumunda ve tedavisinde beslenmenin etkisi, Ankara Hastanesine yatan 200 hastada saptanmıştır. Hastalığın tanımlanması, beslenme alışkanlıkları (günde öğün sayısı, en çok tükettiği yiyecekler, yemek pişirme yöntemleri) ile değişik diyetlerin ülser tedavisindeki etkinliği araştırılmıştır. Araştırmada II, III, IV nolu ülser ve V nolu sık yemeğe dayalı diyet, yedişer gün süreyle uygulanmış, diyetlerin tedavideki etkinlikleri arasında bir fark saptanamamıştır. Ancak ülser tedavisinde sık sık yemenin önemli bir yeri olduğu saptanmıştır. Ülser diyetinin bireysel olması gerektiği önerilmiştir.

Tülay, V. : Çukurova'daki Pamuk İşçi Ailelerinin Beslenme Durumları, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Toplum Hekimliği Bölümü, Bilim Uzmanlığı Tezi, Adana, 1979.

Çukurova yöresinde Adana iline bağlı Ceyhan ve Karataş köylerinde, pamuk toplayan 200 işçi ailesinin beslenme durumları, bunu etkileyen etmenler ve alınabilecek önlemler araştırılmıştır.

Aielerdeki birey sayısı ortalama 6.4'tür ve ailelerin %92.5'i sürekli olarak 1 - 2 ay pamuk tarlasında çalışmaktadır. Ailelerin %40'ı çalışma süresinde yapılan işe göre yetersiz enerji tüketmektedir. Ayrıca ailelerin %96'sı riboflavini, %47'si kalsiyumu, %71'i A vitamini, %63'ü de niasini yetersiz tüketmektedirler. Alınan toplam protein miktarı yetersiz, hayvansal protein ise oldukça düşük bulunmuştur.

İşçi ailelerinin beslenmelerindeki yetersizliğin; gelir, aile kalabalıklığı, eğitim düzeyleri, çevre koşulları ve yaşadıkları konutlardan ileri geldiği görülmüştür.

Ulubeyligil, M. : Toplu Beslenme Yapılan Kurumlarda Porsiyon Kontrolünün Sağlanması, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1975.

Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri Mutfağında kullanılan yemek listelerinde bulunan yemeklerin standart yemek tarifelerine göre yapıp, buna göre yemeklerde kullanılan yiyecek tür ve miktarlarını, yiyecek ve yemek artık oranlarını saptamak, pişirilen yemeklerin bireylere, porsiyon miktarlarına uygun bir şekilde servis edilmesini sağlamak, bununla beraber ekonomik kaybı en aza indirmek üzere bu araştırma yapılmıştır. Toplu beslenme yapan kurumlarda beslenme servisinin düzenli işlemesi ve ekonomik kaybı önlemek için standart yemek tarifelerinin kullanılması ve çalışan bireylerin bu konuda eğitilmesi gerektiği sonucuna varılmıştır.

Ünver, B. : Effect of Refrigerator Storage, Cooking Methods and Hot Counter Holding on Chlorophyll Content and Palatability of Green Beans. Master of Science Thesis, University of Illinois, Urbana, Ill. U.S.A., 1972.

Araştırma yeşil fasulye çeşidinin, buzdolabında pişmeden önce saklamanın, pişirme yönteminin ve piştikten sonra sıcak yemek servis bankosunda bekletmenin yeşil fasulye rengine (klorofil miktarına) ve yeme kalitesine etkisini incelemek amacı ile yapılmıştır. Araştırmanın birinci aşamasında pazardan alınan ve özel olarak Üniversite Ziraat Fakültesi bahçesinde yetiştirilen yeşil fasulye üzerinde klorofil analizleri ve duyuşal değerlendirme testleri yapılmıştır. Pazardan alınan yeşil fasulyede alındığı gün, Üniversitede yetiştirilenin bir örneğinde hemen toplandığı gün ve bir örneğinde de 4 gün buzdolabında plastik torbada sakladıktan sonra çiğ ve pişmiş örneklerde klorofil analizleri yapılmıştır. Pişirme yöntemi olarak az suda kaynatma ve düdüklü tencerede pişirme karşılaştırılmıştır.

Araştırmanın ikinci aşamasında üniversitede yetiştirilen ve toplandığı gün düdüklü tencerede pişirilen örnekler belirli süre sıcak yemek servisi bankosunda tutulduktan sonra klorofil analizi ve duyuşal değerlendirme yapılmıştır. Araştırma sonucuna göre klorofil miktarının ve yeme kalitesinin fasulyenin çeşidine yani pazardan almışına veya taze olarak toplanmışına ve gördüğü işleme göre değiştiği görülmüş, özellikle pazardan alınan yeşil fasulyede klorofil miktarı çok daha düşük bulun-

muştur. Genel olarak pişirme ile klorofil miktarının azaldığı fakat pişirme yönteminin fazla etkilemediği saptanmıştır. Duyusal değerlendirme sonuçları da klorofil analizi sonuçlarına benzerlik göstermiştir.

Ünver, B. : Niacin/Pantothenic Acid/Protein Interrelationships Affecting The Nutritive Values of Winter Wheat. Ph. D. Thesis, University of Nebraska, Lincoln, Neb. U.S.A., 1974.

Bu araştırma dört aşamada yürütülmüştür :

1) Yetişkin insanda metabolik çalışma : Protein miktarı yüksek yeni bir buğday türünün beslenme değeri ve niasin/pantotenik asit/proteinin metabolik etkileşimleri çalışılmıştır. Bunun için yetişkin insanlara günlük protein miktarları farklı (4.5, 5.5 ve 6.5 g N/birey) olan 3 ayrı diyet uygulanmıştır. Azot dengesi, idrarda niasin ve pantotenik asit atımı ve bu vitaminlerin diyetle ilaç olarak eklenmesinin azot dengesine ve idrardaki düzeylerine etkileri çalışılmıştır. Beklendiği gibi diyetle günlük protein miktarı arttıkça azot dengesinin de yükseldiği görülmüştür. Ancak insanlara gerek niasin gerekse pantotenik asit ilaç olarak verildiğinde protein düzeyi düşük diyet alanlarda azot dengesinin düştüğü, protein düzeyi yüksek diyet alanlarda azot dengesinin de yükseldiği görülmüştür.

2) Büyüyen albino farelerde metabolik çalışma : Aynı araştırma büyümekte olan albino farelerde tekrarlanmış ve benzer sonuçlar elde edilmiştir. Azot dengesinin ve büyümenin niasin ve pantotenik asitten çok diyetle protein miktarına bağlı olduğu büyümenin diyetle protein miktarına paralel olarak arttığı saptanmıştır. Ayrıca diyetle yalnızca pantotenik asit eklendiğinde organizmada besin öğelerinin metabolik dengesinin bozulmasından dolayı idrarla niasin atımının arttığı görülmüştür.

3) Duyusal değerlendirmesi : Yeni üretilen yüksek proteinli buğday ununun duyusal değerlendirilmesini araştırmak üzere yapılan ekmelekler pazardan alınan undan yapılan ekmelekle karşılaştırılmış ve her iki çeşit ekmeğin de duyusal değerlendirmelerinin benzer olduğu görülmüştür.

4) Kimyasal değerlendirme : Yüksek proteinli buğday türünün amino asit, niasin ve pantotenik asit kompozisyonu 5 ayrı çeşit buğday

türü ile karşılaştırılmıştır. Buğdayda protein miktarı arttıkça buna paralel olarak lizin, niasin ve pantotenik asit miktarlarının artmadığı görülmüştür.

Ünver, B. : Yenilen Otların Karoten Değerleri ve İnsan Beslenmesine Katkıları İle İlgili İki Ayrı Köyde Yapılan Araştırma, H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doçentlik Tezi, Ankara, 1979.

Anadolu'nun her yerinde yaygın olarak tüketilen yabancı otların İç Anadolu'nun Ankara ilinden Ortabereket ve Batı Karadeniz'in Bolu ilinden Karaisak köylerinde tüketim durumları ve bunların günlük vitamin A gereksinimine katkısı incelenmiştir.

Ortabereket köyünde tüketim süresi boyunca toplam ot tüketimi birey başına 2973.7, T.Ü. başına 3560.6 gr, Karaisak köyünde ise birey başına 5012.4, T.Ü. başına 6468.5 gr'dır. Ortabereket köyünde incelenen 6 otun en düşük çiğ karoten değeri 3248.95 ± 67.91 I.U./100 gr ve en yüksek çiğ karoten değeri 7662.50 ± 94.38 I.U./100 gr'dır. Otlar pişirildiğinde kayıp %5 - 16 oranındadır.

Karaisak köyünde incelenen 12 ottan en düşük ortalama çiğ karoten değeri semizotunda (3538.95 ± 67.99 I.U./100 gr), en yüksek ortalama çiğ karoten değeri ebegümecinde (10364.97 ± 96.12 I.U./100 gr) dir. Pişirilerek tüketilen 11 otun pişirme kayıpları %5 - 28 arasında değişmektedir.

Ortabereket köyünde birey ve T.Ü. başına düşen günlük karoten miktarları sırasıyla 283.07 ve 338.93 μ g, Karaisak köyünde 503.99 ve 650.40 μ g'dır. İki köyde incelenen 18 otta çiğ ortalama pH=3.72 - 7.28 arasında değişmektedir. Genel olarak pişirme ile otların pH'larında az miktarda artma olmuştur.

Araştırma sonucuna göre halka yapılacak yaygın bir beslenme eğitimi ile yenilen otların beslenme kurallarına uygun olarak pişirilmesi, ilkbahar ve yaz aylarında bu otlardan bol miktarda tüketilmesinin yararlı olacağı önerilmiştir.

Yeğınobalı, S. : Gebelikte Anne Beslenmesinin Bebek Doğum Ağırlığına Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1981.

Gebelik sırasındaki beslenmenin, bebek doğum ağırlığını etkilediği 110 sağlıklı anne ve bebek üzerinde saptanmıştır. Annenin eğitim düzeyi, geliri, yaşadığı yöre ile gebelikteki beslenme arasında belirgin bir ilişki bulunmuştur; ancak bu değişkenlerin bebek doğum ağırlığını etkilemedikleri görülmüştür. Annenin yaşı, mesleği, gebeliği kabullenme durumu, doğum sayısı, gebelikte kazanılan ağırlık ve gebelik öncesi beslenme durumu ile bebek doğum ağırlığı arasında ilişki bulunamamıştır.

Yenipınar, G. : Farklı Düzeylerde Protein Alımının Çinko, Bakır, Kalsiyum Dengesi Üzerine Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1982.

Hacettepe Üniversitesi'nde okuyan yaşları 19 - 26 arasında değişen 12 yetişkin erkek üzerinde, farklı düzeylerde protein alımının çinko, bakır, kalsiyum dengesi üzerine etkisi incelenmiştir. 0.97 g/kg, 0.75 g/kg, 0.54 g/kg, 0.39 g/kg gibi farklı düzeylerde protein içeren dört dönemde gerçekleştirilmiştir. Protein alımının gaita ile çinko atımını etkilediği, idrarla çinko atımının ise etkilenmediği saptanmıştır. Diyet protein düzeyi ile bakır metabolizması ilişkili bulunmamıştır. Artan protein düzeyi ile birlikte idrarla kalsiyum atımının arttığı, gaita ile kalsiyum atımının ise azaldığı saptanmıştır.

Yurttagül, M. : Tahılların Küflenme Durumu ve Üretilen Küf Türleri, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1980.

Araştırmanın ilk aşamasında 455 hanede tahılların küflenme durumu incelenmiş ve %64.2'sinde küflenme olduğu saptanmıştır. Küflenmiş tahılların %77.7'sinin sıcak ve nemli ortamda saklandığı gözlenmiştir. İkinci aşamada tahıllarda hangi küflerin ürettiği araştırılmıştır. Toplu beslenme yapılan kurum, toptancı ve satış yerlerinden toplanan 166 örnekte en çok üreyen küflerin Arpergillus ve Penicillium olduğu saptanmıştır.

Yücecan, S. : Türkiye'de Uygulanmakta Olan Hazırlama, Pişirme ve Saklama Süreçlerinin Yeşil Yapraklı Sebzelerin C Vitamini Değerine Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Doktora Tezi, Ankara, 1973.

Ülkemizde fazla miktarda tüketilen ve vitamin C yönünden zengin bir kaynak olan yeşil yapraklı sebzelerden örnek olarak alınan ıspanağa uygulanan çeşitli hazırlama, pişirme ve pişirdikten sonra bekletip ısıtma, kısa ve uzun süreli saklama süreçleri uygulanarak bu süreçlerin sebzelerin vitamin C değerine etkileri ile değişik yerlerden sağlanan ıspanaklarda ve ülkemizde yetişen ıspanak çeşitleri arasında vitamin C değerleri yönünden bir ayırım olup olmadığı araştırılmıştır.

Bahçe, toptancı hali ve manavdan alınan ıspanakların vitamin C değerlerinin ayrımlı olduğu görülmüştür. Sebzelerin tazelik derecesi ile içerdikleri vitamin C değerleri arasında doğru orantılı bir ilişki olduğunu da göstermektedir.

Araştırma sonuçları ülkemizde yetişen sebze çeşitlerinde saptanan vitamin C değerlerinin ekolojik şartlara bağlı olmakla beraber yapraklı sebzelerin içerdikleri yaprak ve sap miktarlarına göre değişiklikler gösterdiğini işaretlemektedir.

Çeşitli hazırlama işlemlerine ilişkin bulgular, yıkayıp kesme, hazırlama sürecine kıyasla kesip - yıkama sürecinin %18.1, yıkayıp - kesip - tekrar yıkama sürecinin %24.4, yıkayıp - kesip - tuzla ovma sürecinin ise %32.2 oranında vitamin C kayıplarına sebep olduğunu göstermektedir. Çeşitli hazırlama işlemlerine ait kayıp oranları ortalamaları arasındaki ayırımlar istatistikî yönden önemli bulunmuştur.

Uygulanan pişirme işlemleri arasında en fazla vitamin C kaybına yol açan %88.8 ile bol suda pişirdikten sonra soğuk suda yıkanan ve suyu sıkılan pişirme sürecidir. Bol suda pişirildikten sonra hemen suyu sıkılan pişirme süreci ile pişirdikten sonra soğuk suda yıkayıp suyu sıkılan pişirme sürecine ait kayıp oranları ortalamaları arasındaki ayırımlar istatistikî olarak önemsiz bulunmuştur.

Kavurma süreci ile ıspanaktaki vitamin C kayıp oranı %41.2, sade yağlı - az suda pişirme süreci ile ise %38.1 olarak bulunmuştur ve aradaki ayırım istatistikî olarak önemsiz bulunmuştur.

Piştikten sonra bekletip tekrar ısıtma işlemleri sonucu elde edilen bulgular, vitamin C kayıp oranlarının bekletme süresi ve ısısına ilişkin bir artış kaydettiğini göstermektedir.

Kısa ve uzun süre saklama süreçleri sonucu saptanan vitamin C kayıp oranları, saklama koşulları, ısısı ve süresi ile ilişkin görünmektedir. Kısa süre saklama süreçleri sonucu elde edilen bulgular, sebze de sıcaklığında bir gün bekletme sonucu saptanan vitamin C değerindeki kayıp miktarının buzdolabında bir hafta süre sonunda oluştuğunu göstermektedir. Uzun süre saklama süreçleri sonucu sebzelerde saptanan vitamin C kayıp oranları arasındaki ayrımlılık ise istatistikî yönden önem taşımaktadır. Buna göre kurutma ile sebze de ki C vitamini kaybı %83.9, tuzla saklama ile ise %49.3'dür.

Yücecan, S. : İnşaat İşçilerinin Enerji Harcamaları Beslenme ve Sağlık Durumları Üzerinde Bir Araştırma, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Doçentlik Tezi, Ankara, 1979.

Bu araştırmada, Ankara çevresindeki iki inşaat işyerinde çalışan 311 işçinin enerji harcamaları, besin tüketimleri, sağlık durumları ve bazı antropometrik ölçümleri saptanmıştır. Elde edilen verilere göre işçiler 9 saatlik çalışma süresinde ortalama 3216 Kal, gün boyu 4682 kalori harcamaktadırlar. İşçilerin diyeti genellikle tahıla dayalıdır. Diyetin hayvansal protein kaynakları yumurta, yoğurt ve peynirdir. Günlük diyet ortalama 3634 kalori ve 90 gm protein sağlamaktadır. Kalsiyum ve riboflavin dışındaki diğer besin öğelerinin ortalama tüketim düzeyi salık verilen tüketim standartlarına uygundur. İşçilerde avitaminoz ile ilgili klinik belirtiler düşük oranlarda saptanmıştır. Diş çürükleri ise bütün yaşlarda en önemli sağlık şikâyetidir. Genel olarak 311 işçinin % 37.9'u sağlıklıdır.

Yüçemen (Ersoy), J. : Kaliteli Proteinlerin (Yumurta Proteinin) Yanıklı Hastalarda Kan Proteinleri ve İyileşme Sürecine Etkisi, H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1980.

Araştırma, Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri Yanık Ünitesinde yatan vücut yüzeyi ikinci ve üçüncü dereceden %18 - 70 yanıklı 12 hasta üzerinde yapılmıştır. Kaliteli yumurta proteininin kan proteinleri, plazma total lipiti, ağırlık kaybı ve iyileşme gün sayısına etkisi saptanmıştır. Kaliteli yumurta proteininin serum total proteininin artmasında etkili olduğu görülmüştür. İstatistiksel olarak önemli bulunmamasına karşın, serum albumini belirgin bir şekilde artmıştır. Plazma total lipitinde artma görülmemiş, normal düzeyinde altında bulunmuştur. Kaliteli yumurta proteininin iyileşme gün sayısına etkisi olmadığı görülmüş; fakat bu denek sayısının az olmasına bağlanmıştır.