

Aileye Yapılan Beslenme Eğitiminin Malnütrisyonun İyileşmesine Olan Etkinliği

Dr. Perihan ARSLAN* / Nesrin BÜYÜKTOPÇU**

GİRİŞ

Malnütrisyon günümüzde Türkiye'nin olduğu kadar dünyanın birçok ülkelerinin önemli bir sorunu olmuş ve gelişmekte olan ülkelerde halen olmaktadır.

Malnütrisyonun oluşumunda örf ve adetlerin yanı sıra iklim, coğrafik koşullar, mevsimler, sosyo ekonomik düzey, sağlık eğitimi, nüfus artışı ve yiyecek üretimi de büyük rol oynamaktadır. Ayrıca yanlış beslenme alışkanlıkları ve beslenme eğitiminin yetersizliğinde önde gelen nedenlerdendir.

Çocuklar bir ülkenin en değerli varlıklarıdır. Gelecek nesillerin sağlıklı ve başarılı olabilmeleri için sosyo - ekonomik yönden kalkınmak, geniş çapta sağlık hizmetlerini yurdun her tarafına yaymak ve halkı beslenme konusunda bilinçli kılmak gerekir.

Türkiyede malnütrisyonla ilgili çalışma ve araştırmaların yapılmasına karşın halka beslenme eğitimi yapılmasındaki araştırmalar yok denecek kadar azdır (1.2.3).

Biz bu araştırmayı malnütrisyonlu çocukların iyileşmesinde hasta ailesine yapılan beslenme eğitiminin etkinliğini ortaya çıkarmak amacı ile plânlayıp yürüttük.

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE ARAÇLARI

Araştırma yeri, zamanı, süresi ve örneklem

Araştırma 10 Aralık 1977-10 Ocak 1978 tarihleri arasında Çankırı ili'nin Pelitözü köyünde bulunan, 0-2 yaş arası 30 malnütrisyonlu çocuk üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonucuna göre çocukların %

(*) Hacettepe Üniversitesi Çocuk Hastahanesi Diyet Bölümü Şefi ve Beslenme Diyetetik Bölümü Öğretim Görevlisi.

(**) Çankırı Devlet Hastahanesi Diyetisyeni.

40'ı 1° malnütrisyonlu, % 44'ü II° malnütrisyonlu, %16'sı ise 3 ncü dereceden malnütrisyonlu olarak belirlenmiştir.

Çocukların malnütrisyon derecesinin saptanmasında, Doğramacı ve Wray'ın (4) Gomez ve arkadaşlarından modifiye ettikleri standartlar kullanılmıştır. Buna göre vücut ağırlığı, o yaş için ortalama ağırlığın % 85-75'i arasında ise 1 nci, % 75-60'ı arasında ise 2 nci, % 60-50si arasında ise 3 ncü, % 50'nin altında ise 4 ncü dereceden malnütrisyon olarak sınıflandırılmıştır.

Araştırma Süreci

30 tane malnütrisyonlu çocuk ailesine 1 ay süre ile eğitim yapılarak çeşitli diyetler verilmiştir. Ayrıca anket de uygulanarak ailelerin sosyo - ekonomik ve kültürel düzeyleri hakkında bilgi sahibi olunmuştur.

Çocukların malnütrisyon dereceleri yaş, boy, ağırlık ve ailelerin ekonomik durumu, annelerin eğitim durumu ve içlerinde buldukları koşulları da göz önünde bulundurarak diyetler birer haftalık listeler şeklinde düzenlenmiştir. Diyetlerin uygulanıp uygulanmadığı her hafta sonu kontrol edilerek çocukların yiyecekleri alabilme durumlarına göre miktarlar artırılmış ve yeni besinler eklenmiştir.

BULGULAR

Ailedeki çocuklar ve birey sayısı ailenin beslenme durumunu etkilediğinden araştırmada bunlar içinde soruşturma yapılmıştır. Araştırmaya alınan ailelerin % 43,4'ünü 1-2 çocuklu, % 33,3 ünü 3-4 çocuklu, % 13,3 ünüde 6 dan daha çok çocuklular oluşturmaktadır.

Yine ailedeki birey sayısı 3-4 olanlar % 26,6'sını, 7'den fazla olanlar ise % 30unu oluşturmaktadır.

Ailelerin % 40 ının aylık geliri 2000-3000 TL., % 53,3 ünün aylık geliri 4000-5000 TL., % 6,7 sinin 5000-6000 TL olarak bulunmuştur.

Ailenin eğitim durumunun malnütrisyonu etkilediği düşünülerek anne ve babanın eğitim durumu ile meslek durumu da saptanmıştır. Buna göre annelerin % 50 sinin okuma yazma bilmedikleri % 36,7 sinin okuma yazma bildikleri % 13,3 ünün ilk okul çıkışı oldukları saptanmıştır.

Babaların ise % 26,6 sinin okuma yazma bilmedikleri, % 36,7 sinin okur yazar oldukları, % 33,3 ünün ilk okul, % 3,4 ününde orta okullu oldukları bulunmuştur.

Annelerin % 50'si ev hanımı, % 43,4 ü tarım işçisi, % 6,6 sı sanayi işçisidir. Babaların ise % 16 sı serbest meslek sahibi, % 40'ı tarım işçisi % 36,7 si sanayi işçisi % 3,4 ü işsizdir.

74 BESLENME EĞİTİMİNİN MALNÜTRİSYONUN, İYİLEŞMESİNE OLAN ETKİNLİĞİ

Geri kalan % 3,4 ünün ise diğer mesleklerden olduğu saptanmıştır.

Ölen çocuk sayısı ile çocukların ölüm nedeninin de malnütrisyonla ilişkili olduğu düşünülerek bunlarda araştırmada incelenmiştir. Ailelerde ölen çocuk sayısı 1-2 olanlar % 76,7, 3-4 arasında olanlar % 16,5, 5-6 olanlar % 7 sini oluşturmaktadır. Çocukların ölüm nedenleri arasında ise beslenme yetersizliği % 46,2 sini, herhangi bir hastalık % 46,2 sini, kazalar % 7,6 sini oluşturmaktadır.

Araştırmaya alınan çocukların araştırma öncesi beslenme yüküleri de saptanmıştır. Ailelerin % 94 ünün çocukları anne sütü ile beslenmeye devam etmekte oldukları belirlenmiştir. % 90 ı inek sütüne ortalama 4-5 inci ayda başlamıştır. Çocuklar ortalama 5-6 inci ayda muhallebi, yoğurt ve peynir ile beslenmeye başlamışlardır. % 36 sı et, yumurta ve kurubaklagillere ortalama 11-12 inci ayda başlamışlardır. % 46 sı tahıllara (ekmek, bisküvi) ortalama 8 nci ayda başlamıştır. % 70 i ortalama 6 ncı ayda sebze ve meyva vermeye başlamıştır. % 50 sine ortalama 13-14 üncü ayda yemek suları verilmeye başlanmıştır. % 87'sine ortalama 3 üncü ayda arı-Paro ve nişasta verilmeye başlanmıştır.

Araştırma öncesinde çocukların belirli yiyecek gruplarını ne sıklıkla tükettikleri tablo 1 de gösterilmiştir.

Beslenme eğitimi başında ve sonunda hastaların fiziki ölçütlerindeki değişiklikler de izlenmiştir. Bir aylık eğitim sonunda hastaların ilk ağırlıkları ile son ağırlıkları birbiri ile karşılaştırıldığında 500, 1000,, 1250, 1500, 1750 ve 2000 gm. arasında kilo aldıkları bulunmuştur.

Tablo : 1 — Araştırma Öncesi Çocukların Değişik Besin Gruplarını Tüketme Sıklığı

Yiyecek Grubu	Haftada 1-2 defa		Haftada 3-4 defa		Her Gün		Seyrek	Hiç	Toplam			
	Sayı :	%	Sayı :	%	Sayı :	%	Sayı :	%	Sayı : %			
Süt - Yoğurt												
Peynir	12	40,0	11	36,7	4	13,3		3	10,0	30	100	
Yumurta	2	6,7					9	30,0	19	63,3	30	100
Et							11	36,7	19	63,3	30	100
Sebze ve meyva	8	26,7	13	43,3			9	30,0			30	100
Tahıllar												
Ekmek	3	10,0	9	30,0	2	6,7		16	53,3	30	100	
Nişasta												
Şeker - Lokum	1	3,4	3	10,0	21	70,0						

Malnütrisyonlu çocuklarda beslenme eğitimi yapılmadan önce ve yapıldıktan sonra boy ve ağırlık artışı için ortalamalar arası fark kontrolü yapılmıştır. Buna göre hastaların eğitim öncesi ve eğitim sonrası ağırlıkları ortalamaları arasında fark $P > 0.05$ eşliğinde önemli bulunmuştur. Eğitim öncesi ve eğitim sonrası boy ortalamaları arası fark ise önemsiz bulunmuştur (Tablo - 2).

Beslenme eğitimi sonrası hastaların genel görünümü ise şöyledir; iyi olanlar % 33,3, orta olanlar % 63,3, kötü olanlar ise % 3,4 oranındadır.

TARTIŞMA

Malnütrisyon, yeterince besin alınmamasına veya alınan besinin değişik nedenlerle kullanılmamasına bağlı olarak ortaya çıkan ve şiddetine göre değişik dönemler gösteren patolojik bir durumdur (5).

Malnütrisyonun oluşumunda örf ve adetlerin yanı sıra iklim, coğrafik koşullar, mevsimler, sosyo ekonomik düzey, sağlık eğitimi, nüfus artışı ve yiyecek üretimi de büyük rol oynamaktadır. Ayrıca yanlış beslenme alışkanlıkları ve beslenme eğitiminin yetersizliği de önde gelen nedenlerdendir.

Baysal (1) 1970'de Kayseri iline bağlı Tomarza ilçe merkezi ve altı Köyünde yaptığı araştırmada bölge halkının % 83'nün okumayazma bilmediklerini ve iki yaşına kadar olan çocuklarda malnütrisyonun görülme sıklığının % 66 olduğunu saptamıştır.

Tablo : 2 — Malnütrisyonlu Çocuklarda Beslenme Eğitimi Yapılmadan Önce Ve Yapıldıktan Sonra Boy Ve Ağırlık Artışı İçin Ortalamalar Arası Fark Kontrolü.

	Eğitim Öncesi		Önem Kontrolü	Eğitim sonrası
N = 30	Ağırlık gm.			Ağırlık gm
X	6366			8500
S	62,52			36,44
S X	11,57		$P < 0,05$	6,74
N = 30 Eğitim öncesi boy cm. Önem kontrolü Eğitim sonrası boy cm.				
X	63			63
S	21551,604			25513,426
S X	3934,929		$P > 0,05$	4658,284

S X = Standard hata

$P >$ Önemli

S = Standard sapma

X = Ortalama

$P <$ Önemsiz

Köksal (2) 1970 yılında Doğu Karadeniz bölgesinde yaptığı araştırmada 0-1 yaş grubunda malnütrisyonu seyrek raslandığını bildirmiştir.

Oral (3) 1966 yılında Ankara civarında dört köyde okul öncesi çocuklarda, beslenme ve sağlık durumu araştırmasında, 1 yaşına kadar yetersiz anne sütüyle beslenmenin % 25,62 olduğu, çocukların % 13,64'ünün ise 24 aya kadar anne sütü ile beslendikleri belirlenmiştir. Ayrıca çocuklara verilen ek yiyeceklerinde çoğunlukla 6-12 ay arası % 27,05 arasında ve 18-24 ay arası % 16,43 arasında olduğu gösterilmiştir.

Çankırı iline bağlı Pelitözü köyünde yapılan bu araştırma sonuçlarına göre 0-2 yaş grubu çocukların % 40'ı 1° de malnütrisyonlu, % 44 ü 2° de malnütrisyonlu, % 16'sı ise 3° de malnütrisyonlu olarak bulunmuştur. Malnütrisyonu oluşturan etkenlerden ailelerin eğitim durumu incelendiğinde annelerin % 50'sinin okuma yazma bilmediği % 13,3 ünün ilk okulu bitirmiş olduğu % 36,7'sinin okuma yazma bildiği saptanmıştır. Babalarında % 26,6 sının okuma yazma bilmediği, % 36,7'sinin okuma yazma bildiği % 33,3'ünün ilk okulu, % 3,4 'nün ise orta okulu bitirmiş olduğu belirlenmiştir. Ailelerin eğitim düzeyinde malnütrisyon oluşumu ve derecesi ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre annelerin % 94'ü bebeklerini kendi sütleri ile beslemeleri 20 aya kadar sürmektedir. Ek besinlere ise eğitim yetersizliği nedeniyle geç başlamaktadırlar. Özellikle hangi ayda hangi besine başlanacağı ve nasıl hazırlanıp çocuğa ne şekilde verileceği konusunda oldukça bilgisizdirler. Bu nedenle eğitimde özellikle bu yönler eğilinerek anneler yeterince aydınlatılmaya çalışılmıştır.

Malnütrisyonlu çocukların ailelerine yapılan beslenme eğitimi sonunda çocukların boy ve ağırlıkları tekrar ölçülmüştür. Hastaların eğitim öncesi ve eğitim sonrası ağırlıkları ortalamaları arasında fark önemli bulunmuştur.

(Tablo 2.) ($P > 0.05$). Eğitim öncesi ve eğitim sonrası boy ortalamaları arası fark ise önemsiz bulunmuştur. ($P < 0.05$) Buda beklenen bir sonuçtur. Çünkü boy ölçüsüne beslenmenin etkisi uzun sürelidir.

Araştırmada beslenme eğitimi sonrası genel görünümü iyi olanlar % 33,3, orta olanlar % 63,3, kötü olanlar ise % 4,4 oranındadır. Bu sonuçlar malnütrisyonun önlenmesinde ve iyileştirilmesinde beslenme eğitiminin yararlı olduğunu göstermektedir.

SONUÇ — ÖZET

Çankırı'nın Pelitözü köyünde yaşları 0-2 arası olan 30 tane malnütrisyonlu çocuk üzerinde beslenme eğitiminin malnütrisyonun tedavisi-

ne etkisi incelenmiştir. 30 çocuğun on tanesi 1° nci, 13 tanesi 2° nci yedi tanesinde 3° ncü derecede malnütrisyonlu olduğu saptanmıştır. Malnütrisyonlu çocuk ailelerine eğitim yapılarak birer haftalık diyetler verilmiştir. Diyetlerin uygulanıp uygulanmadığı her hafta sonu kontrol edilerek gerekli görüldüğü şekilde değiştirilmiştir. Bir aylık eğitim sonunda çocukların ağırlık kazandıkları ve genel durumlarının daha iyi olduğu görülmüştür. Beslenme eğitimi başındaki ve eğitim sonundaki ağırlıkları ortalamaları arasında fark istatistiki olarak önemli bulunmuştur. Boy ortalamaları arası fark ise önemsiz bulunmuştur. Beslenme eğitimi sonrası hastaların % 33,3'ünün iyi olduğu % 63,3'ünün durumunun orta olduğu, % 3,4'ünün de kötü olduğu belirlenmiştir.

Bu bulgular, malnütrisyonun tedavisinde halka yapılan beslenme eğitiminin çok etkili olacağı kanısını vermiştir.

SUMMARY

Malnutrition is very wellknown disease in Turkey, as well as in other underdeveloped countries.

Nutrition education of the population is one of the most important approach to prevent the children from malnutrition.

In this survey we have got 30 malnourished children between 0 and 2 years from the village of Pelitözü in Çankırı, We have given nutrition education to mothers, and they have been controled every week by dietitian about a month. At the end of the month almost every child gained weight between 500 gm. to 2000 gm.

We can say that the nutrition education must be given to every mother for child health.

KAYNAKLAR

1. Baysal A.: Kayseri iline bağlı Tomarza ilçe merkezi ve altı köyünde Beslenme Durumu ve Eğitimi Araştırması. Beslenme ve Diyet Dergisi, 1: 26, 1972.
2. Köksal O.: Doğu Karadeniz Bölgesi İllerinde Rize, Trabzon ve Giresun'da yapılan beslenme araştırması ile tespit edilen basit guatr sorunu. Beslenme ve Diyet Dergisi. Cilt 1, S.: 15, 1972.
3. Oral S.:Ankaracivarında dört köyde okul öncesi çocuklarında yapılan beslenme ve sağlık durumu araştırması Hacettepe Tıp ve Sağlık Bilimleri Çocuk Kliniği çalışmaları, 1966.
4. Doğramacı İ. : and wray J.: Severe Infantile malnutrition and Its Management. Turkish J. of Pediatrics. 1: 29, 1968
5. Arslan P. and Köksal G.: Süt çocuğu çağında görülen beslenme bozuklukları ve Diyet Tedavileri. Beslenme ve Diyet Dergisi, Cilt: 3, sayı: 3, S: 143. 1974