



T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi Anabilim Dalı

Biyoloji Eğitimi Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

**BİYOLOJİ VE FEN BİLİMLERİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ “KİŞİSEL  
HİJYEN VE TEMİZLİK” KONUSUNDAKİ FARKINDALIK VE  
ALİŞKANLIKLARININ ARAŞTIRILMASI**

Fatma OKUYAN  
ORCID: 0000-0002-4980-2405

Danışman  
Prof. Dr. Ali ALAŞ  
ORCID: 0000-0001-7594-5752

Konya – 2022

## ÖN SÖZ

Bu çalışmanın hazırlanmasında her türlü bilgi, öneri ve deneyimiyle bana yol gösteren, ihtiyaç duyduğum her konuda yardımlarını esirgemeyen ve tecrübelerinden yararlanırken göstermiş olduğu hoşgörü ve sabırdan dolayı değerli hocam Sayın Prof. Dr. Ali ALAŞ'a sonsuz saygı ve teşekkürlerimi sunarım. Tez çalışmamdaki verilerin istatistiksel analizlerine yardımcı olan Prof. Dr. Hikmet ORHAN'a teşekkür ederim.

Bu çalışmada ve yüksek lisansa başlamam da beni teşvik eden ve her daim destek olan, eğitim yaşamım boyunca hiçbir şekilde maddi ve manevi desteklerini esirgemeyip bana inanan annem Sıddıka OKUYAN, babam Mustafa OKUYAN ve kardeşlerim Serap KOÇAŞ, Hanife OKUYAN ÇAY ve Rumeysa OKUYAN DİNÇEL'e teşekkürlerimi sunarım.

**Fatma OKUYAN**

Haziran 2022

## İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ (TEŞEKKÜR).....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU .....	v
BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ .....	vi
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	vii
TABLolar DİZİNİ.....	viii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xi
ÖZET .....	xivv
ABSTRACT .....	xv
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	2
1.3. Araştırmanın Önemi .....	3
1.3.1. Ellerin Bakımı ve Temizliği. ....	4
1.3.2.Kişisel Hijyeni Etkileyen Faktörler Nelerdir?.....	4
1.3.3.El Yıkama Alışkanlığın Davranışa Dönüştürülmesi.....	4
1.3.4.Doğru El Yıkamanın Aşamaları.....	5
1.3.5.El Nasıl Ovulur?.....	6
1.3.6.El nasıl yıkanır?.....	8
1.3.7. Bulaşıcı Hastalıklardan Korunmada Ellerin Doğru Yöntemlerle Yıkanması.....	9
1.3.8.Tırnakların Bakımı ve Temizliği.....	10
1.3.9.Beden ve Cilt Temizliği.....	10
1.3.10.Göz, Kulak, Burun, Boyun ve Koltuk Altı Temizliği.....	10
1.3.11.Saç Bakımı ve Temizliği.....	11
1.3.12.Ağız ve Diş Bakımı.....	11
1.3.13.Ayak Temizliği.....	11

1.3.14.Düzenli Banyo Yapılması ve Yararları.....	12
1.3.15.Tuvalet Alışkanlığı ve Temizliği.....	12
1.3.16.Yeni Coronavirüs (2019-nCoV).....	13
1.3.17.Koronavirüs Hastalığı Nedir? .....	14
1.3.18.COVID-19 Nasıl Yayılır?.....	14
1.3.19.Koronavirüslerin Yüzeylede Hayatta Kalma Süresi.....	14
1.3.20.Türkiye’de İlk Koronavirüs Vakasının Görülmesi.....	15
1.3.21.COVID-19 pandemisi ile ilgili Türkiye verileri .....	16
1.3.22.COVID-19 pandemisi ile ilgili küresel veriler .....	16
1.4. Sayıtlar (Varsayımlar).....	17
1.5. Sınırlılıklar.....	17
1.6. Tanımlar .....	17
<b>2. ALAN YAZIN (İLGİLİ ARAŞTIRMALAR).....</b>	<b>20</b>
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>23</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	23
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme (Araştırmanın Çalışma Grubu) (Katılımcılar) ..	23
3.3. Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri.....	23
3.4. Verilerin Toplanması.....	23
3.5. Verilerin Çözümlemesi (Verilerin Analizi).....	24
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>25</b>
4.1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular .....	25
4.2. Öğretmen Adaylarının Kişisel Hijyen ve Temizlik Konusundaki Farkındalık ve Alışkanlıklarına İlişkin Bulgular .....	35
<b>5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>73</b>
5.1. Tartışma.....	73
5.2. Sonuç.....	75
5.3. Öneriler.....	76
<b>KAYNAKLAR.....</b>	<b>78</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>84</b>

## TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

*Biyoloji ve Fen Bilimleri Öğretmen Adaylarının “Kişisel Hijyen ve Temizlik” Konusundaki Farkındalık ve Alışkanlıklarının Araştırılması* başlıklı tez çalışmamın toplam **102** sayfalık kısmına ilişkin, 15/08/2022 tarihinde tez danışmanım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı **%27** olarak belirlenmiştir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Tez çalışması orijinallik raporu sayfası hariç
2. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç
3. Önsöz hariç
4. İçindekiler hariç
5. Simgeler ve kısaltmalar hariç
6. Kaynaklar hariç
7. Alıntılar dahil
8. 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve tez çalışmamın, bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranının (%30) altında olduğunu ve intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

15/08/2022

Fatma OKUYAN

Prof. Dr. Ali ALAŞ

## **BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ**

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar tüm aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez hazırlama kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını ve bu kaynakların kaynaklar listesine eklendiğini beyan ederim.

15/08/2022

Fatma OKUYAN

## **Kısaltmalar**

**WHO:**Dünya Sağlık Örgütü

**TDK:**Türk Dil Kurumu

**MEB:**Milli Eğitim Bakanlığı

**M.Ö.:**Milattan Önce

**DSÖ:**Dünya Sağlık Örgütü

**UNICEF:**Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu

**nCoV:**Yeni Koronavirüs

**MERS-CoV:**Orta Doğu Solunum Sendromu

**SARS-CoV:**Şiddetli Akut Solunum Sendromu

**UHC:**Evrensel Sağlık Kapsamı

**IATA:** Uluslararası Hava Taşımacılığı Birliği

**HACCP :**Kritik Kontrol Noktalarında Tehlike Analizi

**TSE:** Türk Standartları Enstitüsü

**ISO:**Uluslararası Standartlar Örgütü

**N:**Birey Sayısı

**E:**Erkek Birey

**K:**Kız Birey

**NEÜ:**Necmettin Erbakan Üniversitesi

**ASÜ:**Aksaray Üniversitesi

**DPÜ:**Dumlupınar Üniversitesi

## TABLolar DİZİNİ

Tablo 4.1. Öğretmen adaylarının demografik özelliklerinin dağılımları.....	25
Tablo 4.2. Sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığınız nasıldır? sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	35
Tablo 4.3. Yüzünüzü ne sıklıkta yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	36
Tablo 4.4. Ellerinizi hangi sıklıkla yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	37
Tablo 4.5. El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları .....	38
Tablo 4.6. El yıkamak için ne tür sabun kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	39
Tablo 4.7. Ellerinizi sabunla hangi şekilde yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	41
Tablo 4.8. Yemek yemeden önce ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	42
Tablo 4.9. Yemek yedikten sonra ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	43
Tablo 4.10. El tırnaklarınızı ne sıklıkta kesersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslar .....	44
Tablo 4.11. Dişlerinizi fırçalıyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	45
Tablo 4.12. Dişlerinizi günde kaç kez fırçalıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	46
Tablo 4.13. Dişlerinizi fırçalama süreniz ne kadardır? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	47
Tablo 4.14. Diş fırçası değiştirme sıklığınız nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	49
Tablo 4.15. Hangi diş fırçalama tekniğini kullanırsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	50
Tablo 4.16. Haftada genel olarak kaç kez banyo yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	51
Tablo 4.17. Ayaklarınızı hangi sıklıkla yıkıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	52

Tablo 4.18. Ayak tırnaklarınızı ne sıklıkta kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	53
Tablo 4.19. El ve ayak tırnaklarınızı nasıl kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslar.....	54
Tablo 4.20. Çoraplarınızı hangi sıklıkta değiştirirsiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	55
Tablo 4.21. Kulaklarınızı ne sıklıkta temizlersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	56
Tablo 4.22. Kulaklarınızı nasıl temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	57
Tablo 4.23. Saç temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	58
Tablo 4. 24. İç çamaşırlarınızın dokuması nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	59
Tablo 4. 25. İç çamaşırlarınızı ne sıklıkta değiştiriyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	60
Tablo 4.26. Tuvalet sonrası beden temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	61
Tablo 4.27. Yemek ve salata hazırlamadan önce aşağıdakilerden hangisini yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	62
Tablo 4.28. Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra; Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	63
Tablo 4.29. Koltuk altı genital bölge ve bacaklarındaki kılları hangi yöntemle temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	64
Tablo 4.30. Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden alıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	65
Tablo 4.31. Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	66
Tablo 4.32. Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için aşağıdaki yöntemlerden hangisi daha etkilidir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	68
Tablo 4.33. Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkili midir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....	69
Tablo 4.34. İçme suyu olarak ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	70

Tablo 4. 35. Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle aşağıdaki önlemlerden hangisini uyguluyorsunuz/uyguladınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.....71



## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Doğru el yıkamanın aşamaları .....	5
Şekil 1.2. Ellerin dezenfektan sıvı ile ovulma aşamaları .....	7
Şekil 1.3. Doğru el yıkama aşamaları .....	8
Şekil 1.4. Doğru Yöntemle El Yıkama Aşamaları .....	9
Şekil 1.5. Sağlık Bakanı Fahrettin Koca'nın Koronavirüs vakası ile ilgili Twitter'dan yaptığı ilk açıklaması.....	15
Şekil 1.6. DSÖ Koronavirüs (COVID-19) Türkiye pandemi verileri.....	16
Şekil 1.7. DSÖ Koronavirüs (COVID-19) küresel pandemi verileri.....	17
Şekil 4.1. Öğretmen adaylarının cinsiyet dağılımı.....	27
Şekil 4.2. Öğretmen adaylarının doğum tarihleri dağılımı.....	28
Şekil 4.3. Öğretmen adaylarının annelerinin öğrenim durumu.....	29
Şekil 4.4. Öğretmen adaylarının annelerinin mesleklerine göre dağılımı.....	30
Şekil 4.5. Öğretmen adaylarının babalarının mesleklerine göre dağılımı.....	31
Şekil 4.6. Öğretmen adaylarının babalarının öğrenim durumlarına göre dağılımı.....	32
Şekil 4.7. Öğretmen adaylarının kardeşlerinin dağılımı.....	33
Şekil 4.8. Öğretmen adaylarının ailesinin aylık gelir dağılımı.....	34
Şekil 4.9. Sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığınız nasıldır? sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	35
Şekil 4.10. Yüzünüzü ne sıklıkta yıkarsınız? sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	36
Şekil 4.11. Ellerinizi hangi sıklıkla yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	37
Şekil 4.12. El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	39
Şekil 4.13. El yıkamak için ne tür sabun kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	40
Şekil 4.14. Ellerinizi sabunla hangi şekilde yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	41
Şekil 4.15. Yemek yemeden önce ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	43

Şekil 4.16. Yemek yedikten sonra ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	44
Şekil 4.17. El tırnaklarınızı ne sıklıkta kesersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	45
Şekil 4.18. Dişlerinizi fırçalıyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	46
Şekil 4.19. Dişlerinizi günde kaç kez fırçalıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	47
Şekil 4.20. Dişlerinizi fırçalama süreniz ne kadardır? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	48
Şekil 4.21. Diş fırçası değiştirme sıklığınız nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	49
Şekil 4.22. Hangi diş fırçalama tekniğini kullanırsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	50
Şekil 4.23. Haftada genel olarak kaç kez banyo yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	51
Şekil 4.24. Ayaklarınızı hangi sıklıkla yıkıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	52
Şekil 4.25. Ayak tırnaklarınızı ne sıklıkta kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	53
Şekil 4.26. El ve ayak tırnaklarınızı nasıl kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	54
Şekil 4.27. Çoraplarınızı hangi sıklıkta değiştirirsiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	55
Şekil 4.28. Kulaklarınızı ne sıklıkta temizlersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	56
Şekil 4.29. Kulaklarınızı nasıl temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	57
Şekil 4.30. Saç temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	58
Şekil 4.31. İç çamaşırlarınızın dokuması nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	59
Şekil 4.32. İç çamaşırlarınızı ne sıklıkta değiştiriyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	60

Şekil 4.33. Tuvalet sonrası beden temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	61
Şekil 4.34. Yemek ve salata hazırlamadan önce aşağıdakilerden hangisini yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	62
Şekil 4.35. Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra;Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	63
Şekil 4.36. Koltuk altı, genital bölge ve bacaklarımızdaki tüyleri hangi yöntemle temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	65
Şekil 4.37. Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden alıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	66
Şekil 4.38. Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	67
Şekil 4.39. Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için aşağıdaki yöntemlerden hangisi daha etkilidir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik....	68
Şekil 4.40. Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkili midir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	69
Şekil 4.41. İçme suyu olarak ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	70
Şekil 4.42 . Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle aşağıdaki önlemlerden hangisini uyguluyorsunuz/uyguladınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.....	72

## ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi Anabilim Dalı  
Biyoloji Eğitimi Bilim Dalı  
Yüksek Lisans Tezi

### **BİYOLOJİ VE FEN BİLİMLERİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ “KİŞİSEL HİJYEN VE TEMİZLİK” KONUSUNDAKİ FARKINDALIK VE ALIŞKANLIKLARININ ARAŞTIRILMASI**

Fatma OKUYAN

Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'ne göre hijyen, kişisel sağlığın ve halk sağlığının korunmasına ve hastalıkların yayılmasını önlemeye yardımcı olan uygulamalardır. Diğer taraftan, bulaşıcı hastalıkların geçişi ve yayılmasının önlenmesi için el hijyeninin önemi 1850 yılından beri bilinmektedir.

Bu çalışmada, Biyoloji ve Fen Bilgisi öğretmen adaylarının “kişisel hijyen ve temizlik konusundaki farkındalık ve alışkanlıkları araştırılmıştır. Bu amaçla 94 öğretmen adayına kapalı uçlu soruları içeren bir anket uygulanmıştır. Bu adaylardan toplanan veriler, SPSS programı ile analiz edilmiştir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; El yıkama süresi bakımında erkek bireylerin daha bilinçli olduğu dikkati çekmektedir ( $p < 0.04$ ). Erkeklerin %57,1'sinin, kızların ise %18,4'ünün gribal ve viral hastalıklardan korunmak için ellerini sabunlu suyla yıkadıkları belirlenmiştir ( $p < 0.03$ ).

Katılımcıların diş fırçalama tekniği incelendiğinde; Katılımcıların diş fırçalama tekniği incelendiğinde; erkek öğretmen adaylarının kızlara göre daha bilinçli olduğu belirlenmiştir ( $p < 0.02$ ).

Öğretmen adaylarının çorap değiştirme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %28,6'sının, kızların %81,6'sı her gün değiştirdiği saptanmış ve istatistiksel olarak kızların daha bilinçli olduğu görülmüştür ( $p < 0.0001$ ). İç çamaşırlarını her gün değiştiren öğretmen adaylarının (E+K) oranı %59,6 olarak tespit edilmiştir. Fakat cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p > 0.05$ ).

Katılımcılar (E+K) arasında ayaklarını günde bir ya da iki kez yıkayanların oranı % 63,8'dir. Ancak cinsiyetler arasındaki fark önemsiz bulunmuştur ( $p > 0.05$ ). Ayrıca katılımcıların (E+K) % 83'ünün iki-üç günde banyo yaptığı tespit edilmiştir. Bu parametre bakımından erkek ve kız öğretmen adayları arasındaki fark önemsizdir ( $p > 0.05$ ).

Sonuç olarak öğretmen adaylarının farkındalık ve bilinç düzeylerinin artırılması için öğretmenlik lisans programlarında kişisel ve temizlikle ilgili seçmeli dersler açılması yararlı olabilir.

**Anahtar kelimeler:** Biyoloji Öğretmen adayı, Fen Bilimleri Öğretmen adayı, Kişisel Hijyen, Temizlik, Farkındalık.

## ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Educational Sciences  
Department of Mathematics and Sciences Education  
Biology Education Program  
Master Thesis

### INVESTIGATION OF AWARENESS AND HABITS OF BIOLOGY AND SCIENCE TEACHER CANDIDATES ON PERSONEL HYGIENE AND CLEANING Fatma OKUYAN

According to the World Health Organization (WHO), hygiene is practices that help protect personal and public health and prevent the spread of diseases. On the other hand, the importance of hand hygiene for the prevention of transmission and spread of infectious diseases has been known since 1850.

In this study, Biology and Science teacher candidates' awareness and habits about personal hygiene and cleanliness were investigated. For this purpose, a questionnaire containing closed-ended questions was applied to 94 pre-service teachers. The data collected from these candidates were analyzed with the SPSS program.

According to the findings obtained from the research; It is noteworthy that male individuals are more conscious in terms of hand washing time ( $p < 0.04$ ). It was determined that 57.1% of the boys and 18.4% of the girls washed their hands with soapy water to prevent influenza and viral diseases ( $p < 0.03$ ).

When the tooth brushing technique of the participants was examined; When the tooth brushing technique of the participants was examined; It was determined that male teacher candidates were more conscious than females ( $p < 0.02$ ).

When examining the frequency of changing socks of teacher candidates; It was determined that 28.6% of boys and 81.6% of girls changed every day, and statistically it was seen that girls were more conscious ( $p < 0.0001$ ). The rate of teacher candidates who change their underwear every day (M+F) was determined as 59.6%. However, no significant difference was found between the genders ( $p > 0.05$ ).

Among the participants (M+F), the rate of those who wash their feet once or twice a day is 63.8%. However, the difference between the genders was found to be insignificant ( $p > 0.05$ ). In addition, it was determined that 83% of the participants (M+F) took a bath in two or three days. In terms of this parameter, the difference between male and female teacher candidates is insignificant ( $p > 0.05$ ).

As a result, it may be beneficial to open personal hygiene and cleaning-related elective courses in teaching undergraduate programs in order to increase the awareness and consciousness levels of teacher candidates.

**Keywords:** Biology teacher candidate, Science teacher candidate, Personal Hygiene, Cleanliness, Awareness

# BÖLÜM 1

## 1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırmaya ait problem durumu, problem cümlesi, alt problemler, araştırmanın amacı, önemi, sayıtları, sınırlıkları yer almaktadır.

### 1.1. Problem Durumu

Kişisel sağlığın ve halk sağlığının korunmasına ve hastalıkların yayılmasını önlemeye yardımcı olan uygulamalar hijyen olarak adlandırılmaktadır (www.who.int).

İshal, Kolera, Trahom, Ebola, H1N1, Kovid-19 vb. bulaşıcı enfeksiyon hastalıklarının önlenmesi için el, yüz ve beden temizliği oldukça önemlidir. Diğer taraftan halk sağlığı açısından enfeksiyon zincirinin kırılması ve gıda güvenliği için üretimden son tüketiciye kadar besinlerin taşınması ve saklanması da dahil bütün üretim aşamalarında hijyen kurallarına riayet edilmesi de oldukça önemlidir. Bu amaçla ellerin sabunlu su ile yıkanması, vücut temizliği ve bakımı için kullanılan materyallerin, çamaşırların ve giysilerin kişiye özgü olmalıdır.

Sağlıkla ilgili olumlu davranışların kazanılması öncelikle ailede başlar ve okul çağlarında gerçekleştirilir. Diğer taraftan kişinin hayatı boyunca sağlıklı olarak yaşaması aile ve okulda aldığımız eğitim ile yakından ilişkilidir (Köroğlu, 2005).

Birçok ülkede olduğu gibi Türkiye'deki sağlık problemlerinin bir kısmı doğru olmayan bilgilere dayanan uygulamalardan kaynaklanmaktadır. Bu nedenle çocuklara ve gençlere temizlik ve hijyen kuralları ile bilgilerin bu konuda yetkin kişiler tarafından bilimsel verilere göre uygulamalı bir şekilde verilmesi gerekir.

Hayatımızda olası sağlık sorunları ile başa çıkabilmek için temizlik ve hijyen kurallarına riayet etmek, sağlıklı ve güvenli gıdalarla beslenmek, bedensel ve zihinsel olarak çalışmak, sigara, alkol, uyarıcı ve uyuşturucu maddeler gibi zararlı alışkanlıklardan uzak durmak önemlidir.

Yapılan araştırmalar ellerin sabunlu su ile yıkanması halinde ishal riskini %40'dan daha fazla azalttığını ortaya koymuştur (WHO, 2021).

Okul dönemi çocukları ile yapılan bir araştırmada el yıkama oranı, eller kirlendiğinde %33,3, yemeklerden önce ve sonra %31,2, tuvaletten çıktıktan sonra %16,7 olarak belirlenmiştir. Aynı çalışmada, düşük sosyoekonomik düzeydeki çocukların elleri kirlendiğinde, yemek öncesi ve sonrasında, tuvalet ihtiyacı giderildikten sonra ellerini yıkama oranı düşük bulunmuş ve düşük sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin el yarası oranı %38,7 olarak saptanmıştır (Aydın, 1996). Okul dönemi çocukları ile yapılan başka bir çalışmada ellerin tuvaletten önce yıkanma oranı %8,6, tuvalette kaka yaptıktan sonra yıkanma oranı ise %43,1 olarak belirlenmiştir (Örsal ve ark.2002).

Çok partili sisteme geçişten sonra Türkiye’de hızlı bir toplumsal değişim süreci yaşanmaktadır. Bu süreç, teknolojik gelişmelerle ivme kazanmıştır. Ülkemizde 1950’li yıllarda köylerden kentlere başlayan göç hadisesi önemli toplumsal sorunları da beraberinde getirmiştir. Köylerden kentlere doğru gerçekleşen nüfus hareketleri sonucu şehirlere göç eden bireylerin yaşam biçimleri, kendilerini toplum içinde algılama şekillerinde önemli değişiklikler meydana gelmiştir. Diğer taraftan medyanın etkisiyle ülkemiz insanı tüketim toplumuna dönüşürken, bilhassa gençler, güvenilir olmayan kaynaklardan elde ettikleri için sağlıklarını ilgilendiren konularda yanlış uygulamalar sebebiyle sağlıklarını riske atabilmektedirler (İKGV, 2003).

Temizlikte su ve sabun kullanımı uygar olmanın bir göstergesi sayılmaktadır. Kişisel temizlikte kullanılan diş fırçası, tarak, jilet, makas vb. malzemelerin temiz tutulması ve kişiye özel olması hem hijyen kuralları açısından hem de bireysel sağlığın ve halk sağlığının korunması açısından çok önemlidir (T.C Sağlık Bakanlığı, 2003).

Çeşitli literatürlerden elde edilen bilgilere göre kişisel vücut temizliği ile ishal, soğuk algınlığı, mantar, uyuz, paraziter ve alerjik hastalıklar gibi birçok önemli hastalık önlenebileceği anlaşılmaktadır.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Okul çağındaki çocuklar anatomik ve fizyolojik olarak hızlı gelişim ve öğrenme dönemindedir. Bu çağıdaki çocukların bedensel ve zihinsel gelişimlerinin sağlıklı olması doğru ve bilimsel bilgileri edinmelerine bağlıdır. Bu ise okul ortamında verilecek eğitimle mümkün olabilir (Örsal ve ark. 2002).

Sağlık sorunları birçok ülkede ve Türkiye’de en önemli sorunlardan birisidir. Sağlık sorunlarının birçoğu eğitim ile önlenir. Çocuk ve gençlerin sağlıklı olabilmesi için onlara sağlığın korunması ile ilgili davranışlar kazandırılması gerekir. Birçok önemli hastalık, koruyucu sağlık hizmetleri ile ortaya çıkmadan önlenmektedir. Bu nedenle çocuklara, gençlere ve hatta bütün aile bireylerine temizlik ve hijyen konusunda verilecek eğitim ile hem bireysel sağlığın hem de halk sağlığının korunmasına çok önemli katkılar sağlanabilir.

Söz konusu bu çalışma ile Biyoloji ve Fen Bilimleri öğretmen adaylarının hijyen ve temizlik konusundaki farkındalıkları araştırılması amacıyla yapılmıştır.

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

İnsan bedeninin çeşitli hastalık etkenleri ve patojen organizmaların zararlarından korunması için kişisel temizlik ve hijyen kurallarına riayet edilmesi son derece önemlidir. Diğer taraftan gıda zincirinde besin güvenliği açısından bu sektörde çalışanların kişisel hijyen ve temizlik kurallarına harfiyen uyması toplum sağlığı açısından gereklidir. Bu sebeple gıda sektöründe çalışanların portör muayenelerinin düzenli olarak yapılması, temizlik ve hijyen uygulamaları ile ilgili eğitimlerden geçirilmesi elzemdir. Nitekim dinimiz de temizliği emretmektedir. Hadis-i şerifte “Temizlik imanın yarısıdır” buyurulmuştur.

Bireylerin sağlıklı hayat sürdürmesi için ömürleri boyunca bireysel temizliklerini düzenli bir şekilde gerçekleştirmeleri önemlidir. Bu nedenle kişisel temizlik uygulamaları önce ailede daha sonra da okulda öğretmenler vasıtasıyla uygulamalı olarak doğru ve eksiksiz bir şekilde öğretilmelidir (Yılmaz ve Özkan, 2009).

Temizlik ve hijyen kuralları arasında; el ve yüz temizliği, saç ve cilt bakımı, dişlerin doğru yöntemler ile düzenli olarak fırçalanması, tırnakların belirli aralıklarla kesilmesi, mahrem bölgelerdeki kılların uygun yöntemlerle kesilmesi, tuvaletten sonra beden temizliği ve ellerin sabunlu su ile yıkanması, yemeklerden önce ve sonra ellerin sabunlu su ile yıkanması, temizlik ve hijyen ile ilgili kullanılan araç ve gereçlerin kişiye özgü olması, çorap ve çamaşırların düzenli aralıklarla sık sık değiştirilmesi, kadınlarda menstruasyon periyotlarında hijyenik petler kullanılması vb. uygulamalar sayılabilir. Söz konusu bu uygulamaların doğru yöntemlerle yapılması hem bireysel sağlık ve halk sağlığı açısından hem de salgın hastalıkların önlenmesi açısından önemlidir. Nitekim yaşamakta olduğumuz covid-19 pandemi sürecinde temizlik ve hijyen kurallarına riayet etmenin önemi acı tecrübelerle anlaşılmıştır.

Bulaşmayı engellemek için yukarıda belirtilen kişisel alanlarının düzenli olarak temizlenmesi gerekmektedir. Bu şekilde tüm temizlik alanlarımızdaki mikroorganizma yükü normal flora denilen miktarlarda kalacaktır.

### **1.3.1. Ellerin Bakımı ve Temizliği**

Birçok viral, mikrobiyal ve paraziter hastalığın önlenmesinde el hijyeni ve temizliğinin yapılması son derece önemlidir. Çünkü ellerimiz kontaminasyona ve açık olan organlarımızdandır. Ellerin temizliği yeterince yapılmadığı takdirde patojen mikroorganizmalar ve parazit yumurtaları ağız yoluyla hastalık etkenleri vücudumuza kolaylıkla giriş yapabilir. Bu sebeple ellerimizin yemek yemeden önce ve sonra, tuvaletten sonra, kontamine yüzeylerle temastan sonra sabunlu su ile uygun süre ovularak yıkanması gerekir. Nitekim yapılan çalışmalar hastalık etkenlerinin ekonomik yetersizliklerden ziyade kişisel hijyen uygulamalarının eksikliğinden kaynaklandığını göstermiştir (Biçer, 1996).

Enfeksiyonların kontrolü ve önlenmesinde el hijyeninin önemi birçok çalışma ile vurgulanmıştır (Steere and Mallison, 1975; Albert and Condie, 1981; Larson, 1988; Henderson, 2000).

### **1.3.2. Kişisel Hijyeni Etkileyen Faktörler Nelerdir?**

Kişisel hijyen ve temizliği etkileyen faktörleri genel olarak şöyle sırlamak mümkündür;

- Bireyin ve ailenin kültür Seviyesi
- Kişinin ekonomik durumu ve sosyal statüsü
- Ailenin eğitim düzeyi ve aile içinde alınan terbiye ve eğitim
- Hastalık Durumu
- Bireysel özellikler ve karakter

Bu faktörler bireyin temizlik ve hijyen konusundaki alışkanlık ve davranışların ne şekilde gerçekleşeceğine yön vermektedir.

### **1.3.3. El Yıkama Alışkanlığın Davranışa Dönüştürülmesi**

Hayatımızı sağlıklı bir şekilde sürdürebilmemiz ellerimizin yeterince temiz tutulması ve hijyen kurallarına riayet edilmesi ile mümkündür. Yapılan araştırmalar ellerin sabunlu su ile yıkanması halinde paraziter hastalıkların önlenebileceğini, ishal gibi hastalıkların da en az % 40 oranında önlenebileceğini göstermiştir. Nitekim peygamber efendimiz de ellerini sık sık

yıkayıp, ağız bakımını yaparak ve kişisel bakımını yapıp, temiz elbiseler giyerek bize örnek olmuştur.

Dünyanın muhtelif ülkelerindeki insanların el yıkama konusunda bilinçlendirilmesi için 2009 yılında 5 Mayıs “Dünya El Yıkama Günü” olarak ilan edilmiştir. Bu tarihten beri her yıl 5 Mayıs günü “Dünya El Yıkama Günü” olarak kutlanmaktadır. Dünya El Yıkama Günü kapsamında yapılan çeşitli etkinlikler ile insanlara bireysel sağlığın korunması için ellerini sabunlu su ile yıkamalarının önemi anlatılmakta ve teşvik edilmektedir (WHO, 2021).

Etkin bir el hijyeni, her seferinde doğru yıkama tekniğinin uygulanması ile sağlanabilir. Doğru el yıkama tekniğiyle kişi ve toplum sağlığının korunmasına önemli bir katkı sağlanabilir (www.shgm.saglik.gov.tr). Ellerin düzenli olarak yıkayanların yaklaşık 1/3’ünü önlediği (138 kişiden 38’inde) bulaşıcı hastalıklara karşı korunduğu belirtilmektedir (Baker *et al.*, 2012).

### 1.3.4. Doğru El Yıkamanın Aşamaları

Doğru el yıkama aşamaları Şekil 1.1.’de verilmiştir (www.saglik.gov.tr).

1. El ve bilekler su ile ıslatılır,



2. Avuç içine yeteri kadar sabun alınır,



3. Sabun ellerin bütün yüzeylerine dağıtılarak iyice köpürtülür,



4. El sırtları diğer elin avucu ile ovulur,



5. Avuçlar birleştirilip parmak araları temizlenir,



6. Eller kenetlenip parmak uçları ovulur,



7. Başparmak diğer elin avucunda ovulur,



8. Parmak uçları diğer elin avucunda ovulur,



9. Eller bol su ile durulanır,



10. Eller temiz bir havlu veya kağıt havlu ile kurulanır.



Şekil 1.1. Doğru el yıkamanın aşamaları (www.saglik.gov.tr).

### 1.3.5. El Nasıl Ovulur?

El hijyeni için ellerimiz aşağıdaki Şekil 1.2’de gösterildiği gibi alkol bazlı dezenfektan sıvı ile ellerimizin ovulmalıdır.

El Ovalama Süresi: 20-30 saniyedir.



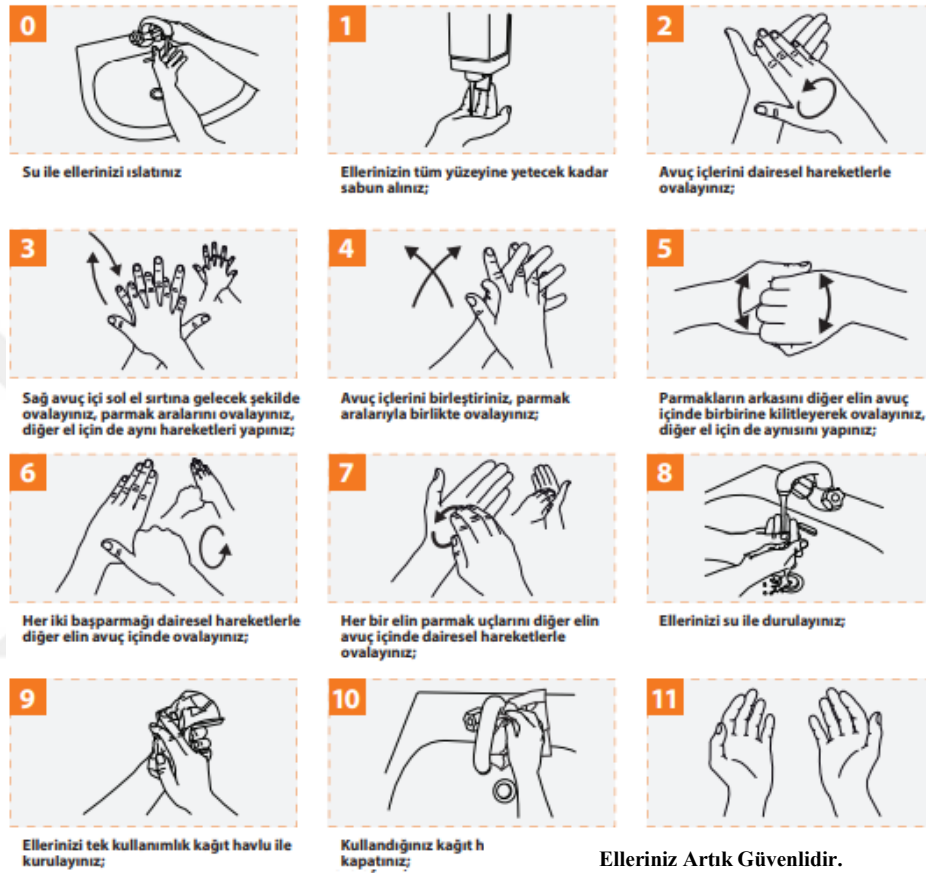
Şekil 1.2. Ellerin dezenfektan sıvı ile ovulma aşamaları ([www. /hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

- 1a)** Toplam prosedür süresi: 20–30 saniyedir.
- 1b)** Elinizin tüm yüzeylerini kaplayacak kadar ürünü avucunuza doldurunuz,
- 2)** Ellerin avuç içleri karşılıklı gelecek şekilde ellerinizi ovunuz,
- 3)** Sağ el avuç içi, sol elin dış kısmı üzerinde olacak ve sağ el parmakları sol el parmaklarının arasına girecek şekilde ovunuz.
- 4)** Avuç içleri karşılıklı gelecek ve parmaklar birbiri arasına girecek biçimde ovunuz.
- 5)** Parmak arka yüzeyleri diğer elin avuç içine gelecek şekilde ovunuz.
- 6)** Sol el başparmağını sağ el avuç içine alarak sağ el parmaklarıyla sol el başparmağını kavrayınız ve eksenini etrafında ovunuz ve tersini sağ el için yapınız,
- 7)** Birleştirdiğiniz sağ el parmaklarını, sol el avuç içinde saat yönünde ve ters yönde rotasyon hareketi yaptırarak ovunuz, tersini sol el için yapınız,
- 8)** Ellerinizi kurulandıktan sonra artık güvenlidir.

### 1.3.6.El nasıl yıkanır?

Ellerinizi sadece gözle görünür derecede kirli olduğunda yıkanması gerekir. Doğru el yıkama aşamaları Şekil 1.3'te verilmiştir.

El Yıkama Süresi: 40-60 saniyedir.



Şekil 1.3. Doğru el yıkama aşamaları ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

Toplam prosedür süresi: 40–60 saniye.

0) Ellerinizi suyla ıslatın

1) Elinizin tamamını kaplayacak kadar sabun kullanınız

2) Ellerin avuç içleri karşılıklı gelecek şekilde ellerinizi ovunuz,

3) Sağ el avuç içi sol elin dış kısmı üzerinde olacak ve sağ el parmakları sol el parmaklarının arasına girecek şekilde ovunuz,

4) Avuç içleri karşılıklı gelecek şekilde, parmaklar birbiri arasına girecek biçimde ovunuz,

5) Parmak arka yüzeyleri diğer elin avuç içine gelecek şekilde ovunuz,

- 6) Sol el başparmağını sağ el avuç içine alarak sağ el parmaklarıyla sol el başparmağını kavrayınız ve eksen etrafında ovunuz ve tersini sağ el için yapınız,
- 7) Birleştirdiğiniz sağ el parmaklarını, sol el avuç içinde saat yönünde ve ters yönde rotasyon hareketi yaptırarak ovunuz, tersini sol el için yapınız,
- 8) Ellerinizi suyla durulayınız,
- 9) Ellerinizi bir havlu yardımıyla kurulayınız,
- 10) Musluğu kapatırken havluyu kullanınız,
- 11) Elleriniz artık güvenlidir.



Şekil 1.4. Doğru Yöntemle El Yıkama Aşamaları (www.sggm.saglik.gov.tr).

### 1.3.7. Bulaşıcı Hastalıklardan Korunmada Ellerin Doğru Yöntemlerle Yıkınması

Ellerimizin doğru yöntemler kullanılarak yıkanması bireysel sağlığımızın korunması için önemli olduğu gibi halk sağlığı açısından da önemlidir. Çünkü günlük hayatımızda işlerimizin birçoğunu ellerimizi kullanarak yaparız. Bu sebeple birçok hastalık etkeni temiz olmayana ellerimiz vasıtasıyla bulabilmektedir. Ellerimizin su ve sabun kullanarak en az 20-30 saniye süreyle yıkanmalıdır. Bu konuda Sağlık Bakanlığının yayınladığı prosedürlerin uygulanması gerekir.

### **1.3.8.Tırnakların Bakımı ve Temizliği**

Tırnaklar keratin denilen boynuzsu maddeden yaratılmışlardır. El ve ayak parmaklarının son falankslarının uçlarının dorsal bölümlerinde bulunurlar. Tırnaklar şeffaf yapıda yaratılmıştır. Ancak altındaki vasküler doku sebebiyle pembemsi görünüşe sahiptir. Tırnakların beyaz olması karaciğer hastalıklarının işareti sayılmaktadır. Ellerimizdeki tırnaklarımız daha hızlı büyüme özelliğinde yaratılmıştır ve her hafta yarım milimetre civarında uzarlar (Aktümsek, 2010; Yıldırım, 2015;). Sağlık açısından tırnakların bakımının yapılması ve düzenli aralıklarla kesilmelidir. Özellikle diyabet hastalarının tırnak bakımlarına özen göstermeleri gerekir.

### **1.3.9.Beden ve Cilt Temizliği**

Sağlıklı bir yaşam için alınması gereken önlemlerden biri de deride yapılacak uygulamalardır. Sağlıklı bir deriye doğru davranış ve alışkanlıklar ile sahip olunabilir. Beden sağlığımız için doğru davranışa sahip olmazsak pek çok hastalıkla karşılaşmak durumunda kalırız. Örnek vermek gerekirse, ishal, mantar, uyuz, bitlenme gibi deri hastalıkları yaşamımızı olumsuz etkileyecektir. Bu yüzden doğru ve düzenli olarak yapılan beden temizliği birçok hastalığı önleyerek ortadan kaldıracaktır.

Fazla miktarda terleme vücudumuzda kötü kokulara sebep olabilir. Bu sebeple bedensel olarak yoğun şekilde çalışanlar ile sporcular ve ergenlik ve menopoz evrelerinde olanlarda fazla terleme söz konusu olabilir (Güler, 2004).

Cilt ve beden temizliği için her gün yıkanılması gerekmektedir imkân yoksa haftada en az iki defa mutlaka yıkanılmalıdır.

### **1.3.10.Göz, Kulak, Burun, Boyun ve Koltuk Altı Temizliği**

Gözlerimiz, ruhumuzun dünyaya açılan bir penceresidir. Gözlerimiz sağ ve sol göz çukurunda yerleştirilmiştir, göz kapakları ile korunan gözlerimizin normalde özel bir bakım uygulamasına gereksinimi yoktur. Çünkü, göz küresinin konjunktival yüzünü sürekli nemlendirmekle görevlendirilmiş gözyaşının muhtevasında antibakteriyal ve lizomal enzimler mevcuttur. Bu özelliği ile gözyaşı konjunktivaya ulaşan mikropları öldürür. Gözyaşının bir diğer vazifesi ise, muhtevasındaki besinleri ve suyu korneaya iletmeğdir (Ulusoy ve Görgülü, 1997; Alaş, 2017). Ancak, göz sağlığımız için yüzümüzü yıkadığımızda kişisel havlularımız ile kurulanmalıdır. Yine kontak lens kullananların lenslerini özel

antibakteriyel sıvılar ile temizlemesi gerekir (Yavuz, 2000). Aksi takdirde patojen bakteriler gözümüze bulaşp, enfeksiyonlara ve trahom gibi körlüğe sebep olan hastalıklara neden olabilir.

Kulaklarımız işitme ve denge ile görevlendirilmiş organımızdır. Dış kulakta bulunan özel bezler serumen denilen bir salgı yaparlar. Bu özel bezler enfeksiyon sebebiyle kulak kirini meydana getirebilirler. Bu nedenle kulak temizliği çok önemlidir. Ancak, kulak çubuğu vb. sivri cisimler kulağa sokulmamalıdır (Ulusoy ve Görgülü, 1997; Aktümsek, 2010).

### **1.3.11.Saç Bakımı ve Temizliği**

Vücudumuzdaki kılların dağılımı yaş, cinsiyet ve ırklara göre değişim gösterebilir. Kılların ve saç tellerinin kendine has rengi kalıtsal olup, melanin pigmentinin yoğunluğuna bağlıdır. Vücudunda testosteron homonu fazla olan ya da östrojen hormonu az olan kişilerde kellik görülür (Aktümsek, 2010). Saçların bakımı sağlıklı olmanın bir göstergesidir. Vücudumuzda bulunan yağ bezleri tarafından salgılanan, bir çeşit yağ olan ve sebum denilen madde kıl ve saç köklerine verilir. Salgılanma miktarı kişiden kişiye değişen bu madde, saç diplerinin nemli kalmasına yardımcı olmakla görevlidir. Saçların canlı ve sağlıklı olması için düzenli ve sıkça sabun ya da şampuanla yıkanması gerekir (Ulusoy ve Görgülü, 1997).

### **1.3.12.Ağız ve Diş Bakımı**

Ağzımız ve dişlerimiz besin maddelerinin fiziksel olarak sindirilmesinde görevli organlarımızdır. Ancak yemeklerden sonra dişlerin düzenli olarak, doğru yöntemlerle fırçalanmazsa dişlerin arasında kalan besin parçacıkları bakteriyel faaliyetler ile asidik bir ortam oluşumuna sebep olur. Bu durum ağız kokusuna ve dişler üzerinde plakların oluşumuna neden olur. Plaklar diş eti iltihaplanmalarına ve diş çürüklerine yol açabilir.

Dişlerin fırçalanması konusunda okul öncesi çağından itibaren çocukların eğitilmesi, gereklidir (Yalçın, 1983). Bu durum çocuklarda ağız ve diş bakımı konusunda farkındalık oluşturma ve davranışa dönüştürme bakımından önemlidir.

### **1.3.13.Ayak Temizliği**

Ayaklarımız, vücudumuzun yükünü çeken ve aktif hareket etmemizi sağlamakla görevli, vücut yapımıza uygun olarak tasarlanıp, yaratılmış organlarımızdır. Hareket yeteneğimizin düzenli olması için ayak bakımı ve sağlığı oldukça önemlidir (Biçer, 1996).

Bu nedenle; ayağımızın anatomik yapısına uygun, doğal malzemelerden yapılmış ayakkabılar giyilmeli, cilt sağlığınıza uygun çoraplar tercih edilmeli ve sık sık değiştirilmeli, ayak tırnakları düzenli olarak kesilmeli, yıkandıktan sonra mutlaka kurulanmalıdır (Yalçın ve Birol, 2005).

#### **1.3.14.Düzenli Banyo Yapılması ve Yararları**

Beden ve cildimizin diri olması, sağlığının korunması ve güzel görünüm için her gün banyo yapılması tavsiye edilmektedir. Şayet imkânlar müsait olmazsa haftada iki veya üç kez banyo yapılması sağlık açısından önemlidir. Banyo yaparken su ve sabun kullanılması gerekir. Ayrıca lif ya da kese de yapılabilir (Sağlık Bakanlığı, 2003).

Rabbimiz cildimizi ter ve yağ bezleri ile donatmıştır. Cildimizin koltuk altları ve genital bölge gibi kıllı olan kısmında çok fazla sayıda ter bezleri bulunur. Metabolik faaliyetler ve fiziksel aktiviteler sonucu bu bezlerden ter salgılanır. Bu bölgeler mikroorganizma faaliyetlerine elverişli olduğu için hoş olmayan kokular ortaya çıkabilir. Bu tür kokuların önlenmesinin en iyi yolu düzenli olarak banyo yapmaktır. Eğer bu mümkün olmazsa koltuk altı ve genital bölge gibi kısımların sabunlu su ile temizlenip kurulanmalıdır. Genital bölgelere deodorant veya tıraş losyonu sürülmesi sakıncalı olabilir. Deodorant ya da tıraş losyonları temizlik aracı olmayıp, kokuyu geçici olarak maskeler. Koltukaltı ve pubis bölgesindeki kılların düzenli aralıklar ile kesilmesi ya da alınması sağlık açısından çok önemlidir.

#### **1.3.15.Tuvalet Alışkanlığı ve Temizliği**

Tuvaletler, sağlığımız açısından en riskli mekânlardır. Çünkü başka insanların idrar ve dışkı gibi atıklarında bulunabilecek patojen mikroorganizmalar tuvalet ortamında kolayca bulunup, çoğalabilir. Böyle durumlarda kapı kolları, musluklar, lavabolar vasıtasıyla kolayca kontaminasyon olabilir. Bu sebeple tuvaletten sonra genital bölgelerin temizlenip kurulanması ve ellerin sabunlu su ile ovularak yıkanması oldukça önemlidir.

Bazı durumlarda özellikle tuvaletten sonra ellerin su ve sabunla yıkanması, *Clostridium difficile* gibi patojenlerin imha edilmesinde alkol bazlı solüsyonlara göre daha etkili olduğu tespit edilmiştir (WHO, 2021).

### 1.3.16.Yeni Coronavirüs (2019-nCoV)

Yerküremizde bir kıta ya da kıtalarda hatta tüm dünya yüzeyi gibi çok geniş bir alanda yayılan ve etkisini gösteren salgın hastalıklara (epidemi) genel olarak pandemi veya pandemik hastalıklar denir.

El hijyeninin tarihsel gelişimi incelendiğinde dünyada üç tane önemli pandemi görülmüştür. Bunlar; 2009 yılında H1N1 pandemisi ortaya çıktı, 2014 yılında Batı Afrika'da Ebola salgını başladı ve 2020 yılında Covid-19 pandemisi görüldü. DSÖ tarafından hayat kurtarıcı önlem olarak “Ellerinizi Temiz Tutun” kampanyası başlatıldı (WHO, 2021).

DSÖ, 31 Aralık 2019'da Çin'in Hubei Eyaleti, Wuhan şehrindeki çeşitli pnömöni vakalarına karşı uyarıldı. Virüs bilinen başka herhangi bir virüsle eşleşmedi. Bu bir endişe kaynağıdır. Çünkü yeni virüsün insanlara nasıl bulaştığı ve etkilediği bilinmiyordu. Bir hafta sonra, 7 Ocak'ta Çinli yetkililer yeni bir virüs tespit ettiklerini doğruladılar. Çin'in Hubei Eyaleti, Wuhan şehrinde daha önce hiç görmeyen ve insanlara nasıl bulaştığı bilinmeyen viral bir hastalığa karşı Çin hükümeti, DSÖ tarafından 31 Aralık 2019 tarihinde uyarıldı. Daha sonra yapılan detaylı araştırmalar sonucu koronavirüs ailesinden olan bu yeni virüs Covid-19 olarak isimlendirildi. Dünya üzerinde hızla yayılan bu virüse bütün ülkelerin sağlık kuruluşları, bilim araştırma merkezleri, üniversitelerin ilgili birimleri ve ilaç firmaları ile birlikte karşı DSÖ liderliğinde ne gibi önlemler alınabileceği müzakere edilmeye başlandı. Diğer taraftan insanlar arasında nasıl yayıldığı incelendi(WHO, 2019).

Koronavirüsler zoonotik özellikte virüslerdir. Bir başka ifade ile hayvanlardan insanlara bulaşır ve insanlar arasında yakın temas, solunum yolu vb yollarla bulaşıp yaygınlaşabilir. Ayrıntılı araştırmalar SARS-CoV'nin misk kedilerinden insanlara ve MERS-CoV'un tek hörgüçlü develerden insanlara bulaştığı tespit edilmiştir (WHO, 2019).

Koronavirüs bulaşmasının belirtileri arasında solunum semptomları, ateş, öksürük, nefes darlığı ve solunum güçlüğü mevcuttur. İlerleyen safhalarda enfeksiyon pnömöniye, ciddi akut solunum sendromuna, böbrek yetmezliğine ve hatta ölüme neden olabilir. Enfeksiyonun yayılmasını önlemek için standart öneriler arasında düzenli el yıkama, öksürme ve hapşırma sırasında ağız ve burnun kapatılması, et ve yumurtaların iyice pişirilmesi yer alır. Öksürme ve hapşırma gibi solunum yolu hastalık belirtileri gösteren herhangi biriyle yakın temastan kaçınım (WHO, 2019).

### **1.3.17.Koronavirüs Hastalığı Nedir?**

Yeni virüs, soğuk algınlığı ve SARS ve MERS gibi virüsler içeren bir virüs ailesi olan bir koronavirüstür. Bu virüs “koronavirüs (COVID-19) hastalığı” denilen bir enfeksiyona sebep olmaktadır.

COVID-19 virüsü bulaşmış çoğu insan hafif veya orta şiddette solunum hastalığı yaşayacak ve özel tedavi gerektirmeden iyileşecektir. Yaşlılarda kalp ve damar hastalıkları, diyabet (şeker hastalığı), kronik solunum yolları enfeksiyonları ve kanser gibi önemli hastalıkların gelişebilme potansiyeli vardır.

Bulaşmayı önlemenin ve yavaşlatmanın en iyi yolu COVID-19 virüsü, neden olduğu hastalık ve nasıl yayıldığı hakkında iyi bir şekilde bilgilendirilir. Ellerin sabunlu suyla yıkanması veya alkol bazlı dezenfektan maddelerle ovalanması önerilmiştir. Ayrıca kontaminasyon ihtimaline karşı ellerimizin yüzümüze sürülmemesi ve başka insanlarla temas edilmemesi önerilmiştir.

COVID-19 virüsü, enfekte bir kişi öksürdüğünde veya hapşırıldığında öncelikle tükürük damlacıkları veya burun akıntısı yoluyla yayılır. Bu sebeple öksürürken bükülmüş dirseğimizi ağız ve burnumuza doğru kapatmamız damlacıkların etrafa yayılmasını önleyen önemli bir tedbirdir (WHO, 2019).

### **1.3.18. COVID-19 Nasıl Yayılır?**

Bu hastalık, COVID-19 virüsünü taşıyan kişiler ile yakın temas ile nefes veya öksürük ile etrafa saçılan virüslerin vücuda girmesi ya da bu virüsler ulaştığı yüzeyler ile temas neticesinde insanlara bulaşabilmektedir. Bu sebeple hasta bireyler ile 1,5 m mesafe yani sosyal mesafe bırakılması gerekmektedir (WHO, 2020).

### **1.3.19.Koronavirüslerin Yüzeylerde Hayatta Kalma Süresi**

COVID-19'a neden olan virüs, temas ettiği yüzeylerin niteliğine, ortamın nem ve sıcaklık durumuna göre enfekte yapma özelliğini taşıyabilir. Bu sebeple yüzeylerin alkol bazlı dezenfektan ile temizlenmesi virüslerin imha edilmesi için önemlidir. Bunun için temas yüzeylerinin dezenfekte edilmesi ya da alkol bazlı temizleyiciler ile temizlenmesi, hijyen kuralları açısından önemlidir (WHO, 2020).

Şüpheli ya da hasta olan kişiler ile yakın temastan kaçınılması. COVID-19 salgını ile mücadelede hastalığın yayılmasını önlemek ve bireylerin kendilerini korumaları amacıyla DSÖ tarafından maske, mesafe ve temizlik kuralları getirildi. Bu bağlamda; diğer insanlarla en az bir metre mesafe bırakılması, maske takılması ve ellerin sık sık alkol bazlı dezenfektanlarla ovulması ya da su ve sabunla yıkanması önerildi. Ayrıca öksürürken veya hapşırırken ağzın tek kullanımlık bir mendil ile kapatılması ya da dirsek ile kapatılması, kalabalık ortamlardan mümkün olduğunca uzak durulması, yaşam alanlarının sık sık havalandırılması tavsiye edildi (www.who.int).

Çin'de ortaya çıkan ve pek çok ülkede görülen bu koronnavirüs yayılması Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak ilan edildi.

Basın toplantısı düzenleyen Dünya Sağlık Örgütü Genel Sekreteri Tedros Adhanom Ghebreyesus, 11 Mart itibarıyla 114 ülkede 118 bin vakanın görüldüğünü ve 4 bin 291 kişinin hayatını kaybettiğini açıkladı. Ghebreyesus, "Binlerce kişi hastanelerde yaşam mücadelesi veriyor. Önümüzdeki günler ve haftalarda vaka ve ölüm sayılarının artmasını bekliyoruz" dedi ve ekledi: "Virüsün yayılma hızı, ciddiyeti ve yetkililerin gerekli önlemleri almaması bizi alarm seviyesine getirdi."

### 1.3.20. Türkiye'de İlk Koronavirüs Vakasının Görülmesi

Sağlık Bakanı Fahrettin Koca tarafından 11 Mart 2020 tarihinde Türkiye'deki ilk defa bir vatandaşımızın koronavirüs testinin pozitif çıktığı ve bu kişinin izole edildiği açıklandı (Şekil 1.5).



Dr. Fahrettin Koca

11 Mart, 10:14 · 🌐

Dün, bir vatandaşımızın test sonucu pozitif çıktı. Virüsü, Avrupa teması üzerinden aldığı bilinmektedir. Dış dünyadan izole edilmiştir. Ailesi gözetim altındadır. Karantinaya alınmış hasta, toplumu tehdit edemez. HABER ÜZÜCÜDÜR, KORKUTUCU DEĞİLDİR.



Dr. Fahrettin Koca

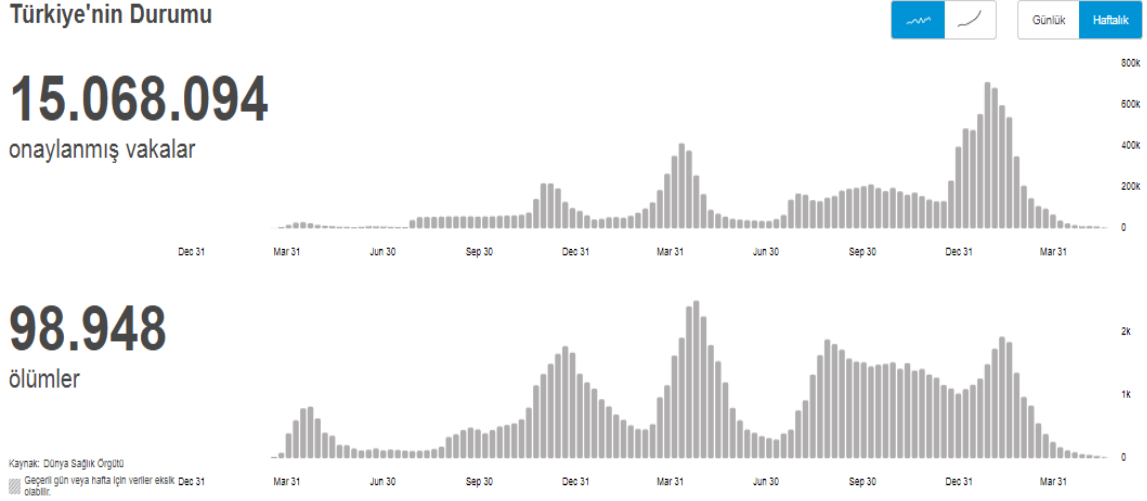
18 Mart, 03:44 · 🌐

"Bu cümleyle bu toplumun Sağlık Bakanı olmak yanında bir hekim olarak da kuruyorum: Koronavirüsle mücadelemizde bugün ilk kez bir hastamı kaybettim. Kendisi 89 yaşındaydı. Virüsü, Çin temaslı bir çalışanından aldı. İLK KAYBİMİZ OLAN beyefendiye Allah'tan rahmet diliyorum."

Şekil 1.5. Sağlık Bakanı Fahrettin Koca'nın Koronavirüs vakası ile ilgili Twitter'dan yaptığı ilk açıklaması.

### 1.3.21.COVID-19 pandemisi ile ilgili Türkiye verileri

Türkiye'de; 3 Ocak 2020'den 27 Mayıs 2022, 17. 52'ye kadar, DSÖ'ye bildirilen 98.948 ölümlle birlikte 15.068.094 onaylanmış COVID -19 vakası olmuştur. 23 Mayıs 2022 tarihi itibariyle toplam 147.625.535 doz aşı yapılmıştır (Şekil 1.6 ).



Şekil 1.6. DSÖ Coronavirüs (COVID-19) Türkiye pandemi verileri (www. covid19.who.int).

### 1.3.22.COVID-19 pandemisi ile ilgili küresel veriler

DSÖ tarafından yayınlanan 27 Mayıs 2022 tarihli durum raporuna göre bütün dünyadaki COVID-19 vakası sayısı 525.467.084 olarak açıklandı ve bu rakam içinde ölen kişi sayısı 6.285.171 olarak ifade edildi. Yapılan aşı miktarı 24 Mayıs 2022 tarihi itibariyle 11.811.627.599 doz olduğu belirtildi (Şekil 1.7).

## Küresel Durum

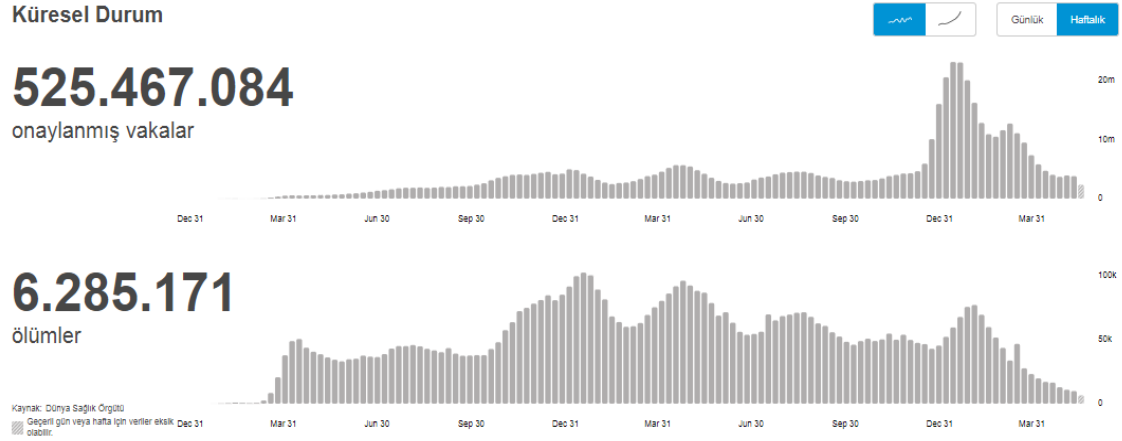
**525.467.084**

onaylanmış vakalar

**6.285.171**

ölümler

Kaynak: Dünya Sağlık Örgütü  
Geçerli gün veya hafta için veriler eksik olabilir.



Şekil 1.7. DSÖ Coronavirüs (COVID-19) küresel pandemi verileri (www. covid19.who.int).

### 1.4. Sayıtlar (Varsayımlar)

Bu araştırma; Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitim Bölümü, Biyoloji Öğretmenliği Programı ile ASÜ Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği ve Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında son sınıfta okuyan öğretmen adaylarından oluşan, anket grubu öğrencilerinin kontrol altına alınamayan iç ve dış faktörlerden eşit düzeyde etkilendiği varsayılacaktır. Öğrencilerin, ilgili soruları cevaplarken gerçek duygu ve düşünceleri ile hareket edecekleri düşünülmektedir.

### 1.5. Sınırlılıklar

Bu çalışmada hedef kitle; Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitim Bölümü, Biyoloji Öğretmenliği Programı ile ASÜ Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği ve Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği programındaki öğretmen adayı olarak belirlenmiş ve sınırlandırılmıştır.

### 1.6. Tanımlar

**Temizlik:** 1. Temiz olma durumu, saffet, nezafet, arılık 2. Temiz durma ve tutma durumu 3. Temizleme işi (www.sozluk.gov.tr).

**Hijyen:** 1. Sağlık bilgisi 2. Sağlık koruma, hıfzıssıhha 3. Sağlık kurallarına uygun olan 4. Sağlığa zarar verecek ortamlardan korunmak için yapılacak uygulamalar ve alınacak temizlik önlemlerinin tümü (www.sozluk.gov.tr).

**Kişisel Hijyen:** Kişilerin kendi sağlığını korudukları ve devam ettirdikleri öz bakım uygulamalarıdır ([www.antalyaeahesh.saglik.gov.tr](http://www.antalyaeahesh.saglik.gov.tr))

**Sağlık:** Sağlık sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, bedence, ruhça ve sosyal yönden tam iyilik halidir." Sağlık sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, bedence, ruhça ve sosyal yönden tam iyilik halidir "(Kesgin ve Topuzoğlu, 2006).

**Mikroorganizma:** Mikroskop aracılığıyla görülebilen organizma ([www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org))

**Dezenfeksiyon:** Patojen mikroorganizmaların ve çok dirençli olmayan diğer mikroorganizmaların tahrip edilmesi, ortamın hijyenik hale getirilmesi için sıcak ya da soğuk su ve deterjan ya da kimyasal maddelerin uygulandığı tüm işlemlere dezenfeksiyon işlemleri denir ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Sterilizasyon:** Herhangi bir maddenin veya cismin birlikte bulunduğu tüm mikroorganizmaların her türlü canlı ve aktif şekillerinden temizlenmesi, vejetatif ve spor şekillerinin öldürülmesi işlemidir ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Dezenfektan:** Dezenfektan maddeler patojen mikroorganizmaların tahrip edilmesi için kullanılan kimyasal maddelerdir. Ancak bunların bakteri sporlarını ve tüm virüsleri öldürmeleri beklenmez ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Sanitasyon:** Genelde mikroorganizma sayısının emniyetli bir seviyeye düşürülmesi sanitasyon olarak tanımlanır. Bilimsel olarak da mikroorganizmaların 30 saniye içinde %99.9 ölümü şeklinde ifade edilir ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Antisepsi:** Patojen mikroorganizmaların üremelerini durdurmak veya öldürmek için canlı doku üzerine kimyasal maddelerin uygulanmasıdır. Antisepsi için kullanılan kimyasal maddelere antiseptik denir ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Bakterisit/Bakterisidal:** “Sıt” ve “sidal” ekleri öldürme etkisi için kullanılır. Dezenfektan madde öldürücü etki gösterdiği mikroorganizmanın tipine göre virüsit, fungusit, bakterisit, sporisit olarak adlandırılabilir ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Bakteriostatik:** Bakteriler üzerine üremeyi durdurucu etki yapan maddeleri ifade eder. Dezenfektanlar genellikle düşük konsantrasyonlarda bakteriostatik, yüksek konsantrasyonlarda bakterisit etkinlik gösterir ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Düz sabun:** Antimikrobiyal içermeyen ya da sadece koruyucu olacak kadar içeren deterjanı ifade eder. Kir ve beraberindeki mikroorganizmaların fiziksel olarak giderilmesi amacı ile kullanılır([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Antimikrobiyal sabun:** Antiseptik madde içeren sabunu ifade eder([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**El yıkama:** Ellerin düz sabun ve su ile yıkanmasıdır ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**El hijyeni:** El yıkama, antiseptik ile yıkama, antiseptik ile ovma gibi uygulamaları kapsayan genel bir tanımdır ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Besin hijyeni:** Besin maddelerinin sağlıklı olması için alınması gereken tüm tedbirleri ifade eder ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Kontaminasyon:** İstenmeyen zararlı maddeler ve mikroorganizmaların herhangi bir yolla besinlere bulaşmasıdır. Besinler, kimyasal, fiziksel ve biyolojik etmenlerle kontamine olabilirler. Kontaminasyon direkt olabildiği gibi çapraz kontaminasyon yoluyla dolaylı da gerçekleşebilir. ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Çapraz kontaminasyon:** Çapraz kontaminasyon zararlı etkenlerin besinlere dolaylı yoldan bulaşmasıdır ([www.hsgm.saglik.gov.tr](http://www.hsgm.saglik.gov.tr)).

**Mikrop:** Sadece mikroskopla görülebilen ve çeşitli hastalıklara sebep olan tek hücreli canlıların ortak adı ([www.lugatim.com](http://www.lugatim.com))

## BÖLÜM 2

### 2. ALAN YAZIN (İLGİLİ ARAŞTIRMALAR)

Ulusal ve uluslararası literatür taramaları kişisel hijyen ve temizlik ile ilgili birçok eğitim faaliyetlerinin yapıldığı görülmüştür. Çalışmalardan bazıları aşağıda verilmiştir.

İstanbul'da “öğrencilerin kişisel temizlik bilgileri ve uygulamaları” ile ilgili bir araştırmada, ilkokul öğrencilerinin %94,7'sinin her gün yüzünü yıkadığını tespit etmiştir (Erdem, 1990).

Sağlık çalışanları ile yapılan çalışmalarda patojenik bakteri kontaminasyonlarının %60'nın eller ile olduğu gösterilmiştir. Hastalar ile temastan sonra eller sabun ve su ile yıkandığında, patojen mikroorganizmanın eradike edildiği gösterilmiştir (Samore et al., 1996).

Kocaeli Üniversitesinde “Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Bilgilerinin Saptaması” ile ilgili araştırmada; üniversite öğrencilerinin dişlerini günde iki defa fırçalayanların oranı % 29,9 olarak tespit edilirken, ayaklarını her gün yıkayanların oranı % 59,8 olarak belirlenmiştir (Sefit, 1996).

“Lise Öğrencilerinin Vücut Hijyenine İlişkin Alışkanlıklarının İncelenmesi” isimli bir araştırmada katılımcıların % 87,4'ü tırnaklarını haftada bir defa kestiği, % 61,3'ünün banyo yapınca kestiği tespit edilmiştir. Kulaklarını yanlış veya kısmen doğru temizleyenlerin oranı ise % 58 olarak bulunmuştur. Bu çalışma, Kastamonu İli Merkez İlçesinde yapılmıştır (Ulaş, 1998).

Hemşirelik bölümü “I. Ve IV Sınıf Öğrencilerinin Bireysel Hijyen Alışkanlıkları”nın incelendiği çalışmada, ellerini tuvalete gitmeden önce yıkayanların oranı % 1 olarak, tuvaletten çıktıktan sonra yıkayanların ise % 32 olduğu tespit edilmiştir (Özhan, 1993). Diğer taraftan bir başka çalışmada Sosyoekonomik Düzeyin Öğrencilerde El Yıkama Alışkanlıklarını nasıl etkilediği araştırılmış ve bu amaçla Ankara'da iki farklı ilköğretim okulunda araştırma yapılmıştır. Araştırma sonucunda sosyoekonomik düzeyi iyi olan öğrencilerin en fazla "tuvaletten çıktıktan sonra", sosyoekonomik düzeyi kötü olan öğrencilerin ise "yemekten önce" ellerini yıkadıkları rapor edilmiştir (Güleç ve ark., 2000).

1847'de Macar asıllı bir kadın doğum uzmanı olan Ignaz P. Semmelweis, uygun el hijyeninin lohusalık enfeksiyonlarını ve anne ölümlerini önlediğini gösteren ilk deneysel çalışmayı gerçekleştirdi (Hugonnet and Pittet, 2000; WHO, 2021).

Bir diğer araştırmada katılımcı talebelerin % 72,8'inin sabah kalkınca, % 87,3'sinin yemekten önce, % 78,6'sının yemekten sonra, % 11,6'sının tuvaletten önce, % 89,6'sının tuvaletten sonra, %83,2'sinin ellerini kirlenince yıkadıkları tespit edilmiştir (Örsal ve ark. 2002).

ABD'de yurtlarda kalan üniversite öğrencileri ile el hijyeni konusunda uygulamalı olarak yapılan araştırma sonunda, el hijyeni uygulamalarını gerçekleştiren öğrencilerde solunum yolu enfeksiyonlarına yakalanma oranının %14,8 ile %39,9 azaldığı, hastalıklardaki iyileşme sebebiyle okul devamsızlıklarının da %43 oranında düştüğü tespit edilmiştir (White *et al.* 2003).

Trabzon'da Çan ve Topbaş tarafından yapılan bir çalışmada, “İki Farklı Yerleşim Yerindeki İlköğretim Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Alışkanlıkları” incelenmiştir. Bu çalışmaya göre katılımcılar içinde ellerini yıkama oranları; sabah kalkınca % 92,3, yemekten önce % 89,7, yemekten sonra % 95,5, tuvaletten önce %35,9, tuvaletten sonra % 98,7 olarak belirlemişlerdir (Çan ve Topbaş, 2004).

Çetinkaya ve ark. 2005, “İlköğretim Okulu Öğrencilerinde Kişisel Hijyen Alışkanlıkları” çalışmasında öğrencilerin diş fırçalama sıklığını % 39,4'ünde günde bir kez, % 8,7'sinde günde iki kez, % 41,6'sında her yemekten sonra, diş fırçalama süresini % 3'ünde iki dakikadan fazla olarak saptamıştır.

Erbil ve Aşık, 2005, yükseköğretimdeki 309 tane kız öğrenci ile gerçekleştirdiği bir araştırmada, araştırmaya katılan öğrencilerin % 27,9'unun haftada bir-iki kez, % 59,2'sinin haftada üç kez, % 12,9'unun her gün banyo yaptığını belirlemiştir. Katılımcıların iç çamaşırlarını değiştirme oranı; % 6,1'inin üç-dört günde bir, % 52,1'inin iki günde bir, % 41,8'inin ise günde bir-iki kez olarak tespit edilmiştir.

Tıp öğrencileri arasında yapılan bir araştırmada el hijyeni konusundaki farkındalık % 56 olarak tespit edilmiştir (Kadi and Salati, 2012).

Chicago’da (ABD) iki devlet okulunda yapılan bir çalışmada ğretmenler (N=23), okulda el hijyeni ile ilgili malzemeler ve sabun kullanıma sunulduğu halde ilköğretim ğrencilerinin el hijyenine dikkat etmediğini ifade etmişlerdir (Lau *et al.* 2012).

Malezya’da adölesan dönemindeki Yemenli ğrenciler üzerine yapılan bir çalışmada el yıkama becerilerinin bilhassa erken yaşlarda iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir (Saeed *et al.* 2018).



## BÖLÜM 3

### 3. YÖNTEM

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, tanımlayıcı nitelikte bir araştırmadır.

*Çalışmanın problem cümlesi*

Bu çalışmanın problem cümlesi olarak öğrencilerin "kişisel hijyen ve temizlik" ile ilgili tutum ve davranışlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

#### 3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi (Araştırmanın Çalışma Grubu) (Katılımcılar)

Araştırmanın evreni, Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitim Bölümü, Biyoloji Öğretmenliği Programı ile ASÜ Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği ve Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği programındaki öğretmen adayları aday olarak belirlenmiştir. Katılımcının adı ve soyadı belirtilmeden yaş, cinsiyet, vb. kişisel bilgileri içeren maddeler ile kapalı uçlu soruları içeren anketin hedef kitlede yer alan öğretmen adaylarına uygulanması planlanmıştır.

#### 3.3. Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri

Bu çalışmada veriler konunun amacına uygun anket tekniği ile toplanacaktır.

#### 3.4. Verilerin Toplanması

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitim Bölümü, Biyoloji Öğretmenliği Programı ile ASÜ Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği ve Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği programındaki öğretmen adaylarına "kişisel hijyen ve temizlik" konusundaki görüşlerini belirlemek üzere hazırlanan kapalı uçlu anket soruları uygulandı. İki bölümden oluşan anketin birinci bölümde yaş, cinsiyet, vb. kişisel bilgileri içeren maddeler, ikinci bölümde ise "kişisel hijyen ve temizlik" ile ilgili kapalı uçlu anket soruları vardır. Ankette, katılımcının ad ve soyadı istenmemiştir.

### **3.5. Verilerin Çözümlemesi (Verilerin Analizi)**

Araştırmada elde edilen veriler, SPSS paket programı ile analiz edildi. Verilerin analizinde chi-kare önemlilik testi kullanılmış ve kritik p değeri olarak 0.05 kabul edilmiştir ( $p < 0.05$ ). Sonuçlara ait bulgular tablolar ve grafikler halinde verildi.



## BÖLÜM 4

### 4. BULGULAR

Bu araştırma Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitim Bölümü, Biyoloji Öğretmenliği Programı ile ASÜ Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği ve Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği programındaki öğretmen adaylarının kişisel hijyen ve temizlik konusundaki farkındalık ve alışkanlıklarını belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapıldı. Çalışmaya 94 öğrenci dahil edildi. Elde edilen bulgular iki başlık altında ele alındı.

1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular
2. Öğretmen adaylarının kişisel hijyen ve temizlik konusundaki farkındalık ve alışkanlıklarına İlişkin Bulgular

#### 4.1. Öğretmen adaylarının Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Örnekleme oluşturan öğretmen adaylarının demografik özellikleri ile ilgili değişkenlere ait frekans dağılımları Tablo 4.1’de gösterilmektedir.

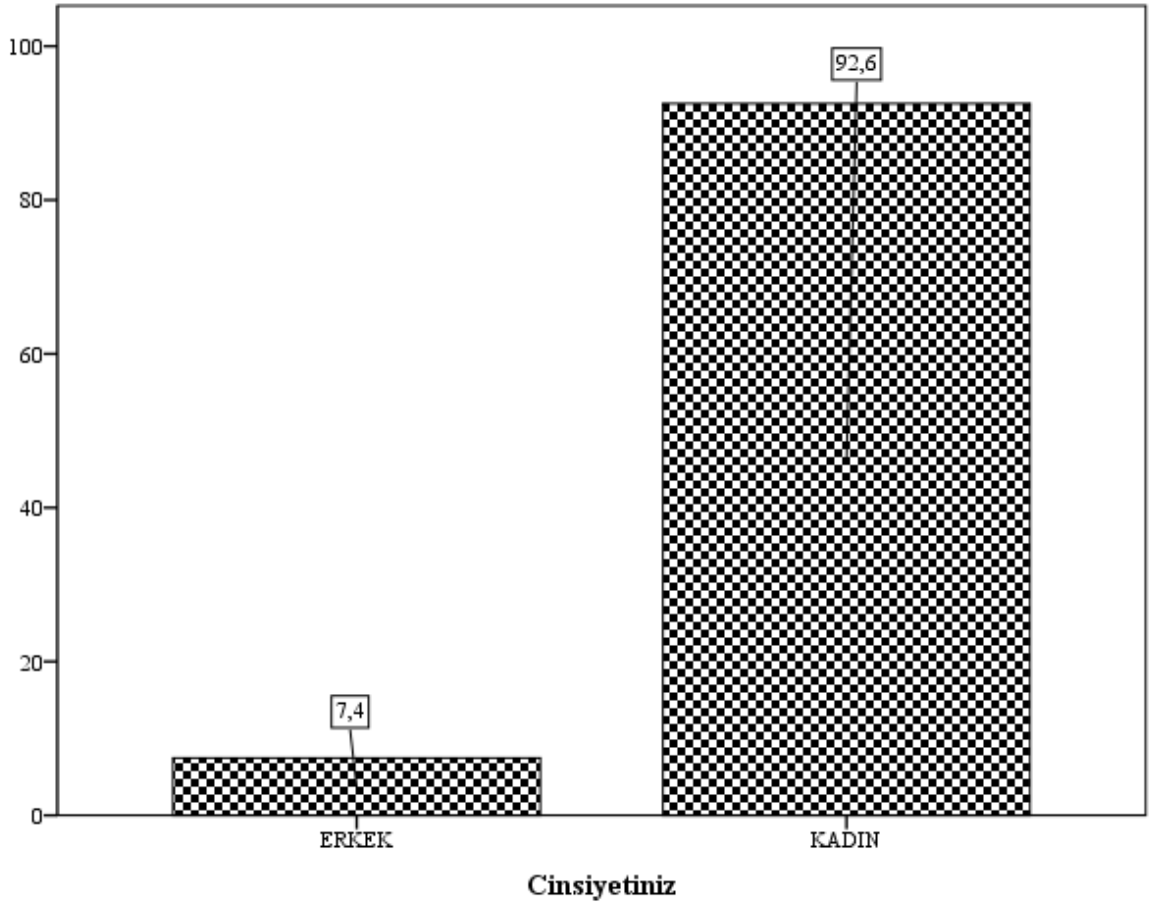
Çalışma, %7,4’ü (n=7) erkek, %92,6’sı (n=87) kız olmak üzere toplam 94 öğretmen adayı ile yapılmıştır.

**Tablo 4.1.** Öğretmen adaylarının demografik özelliklerinin dağılımları

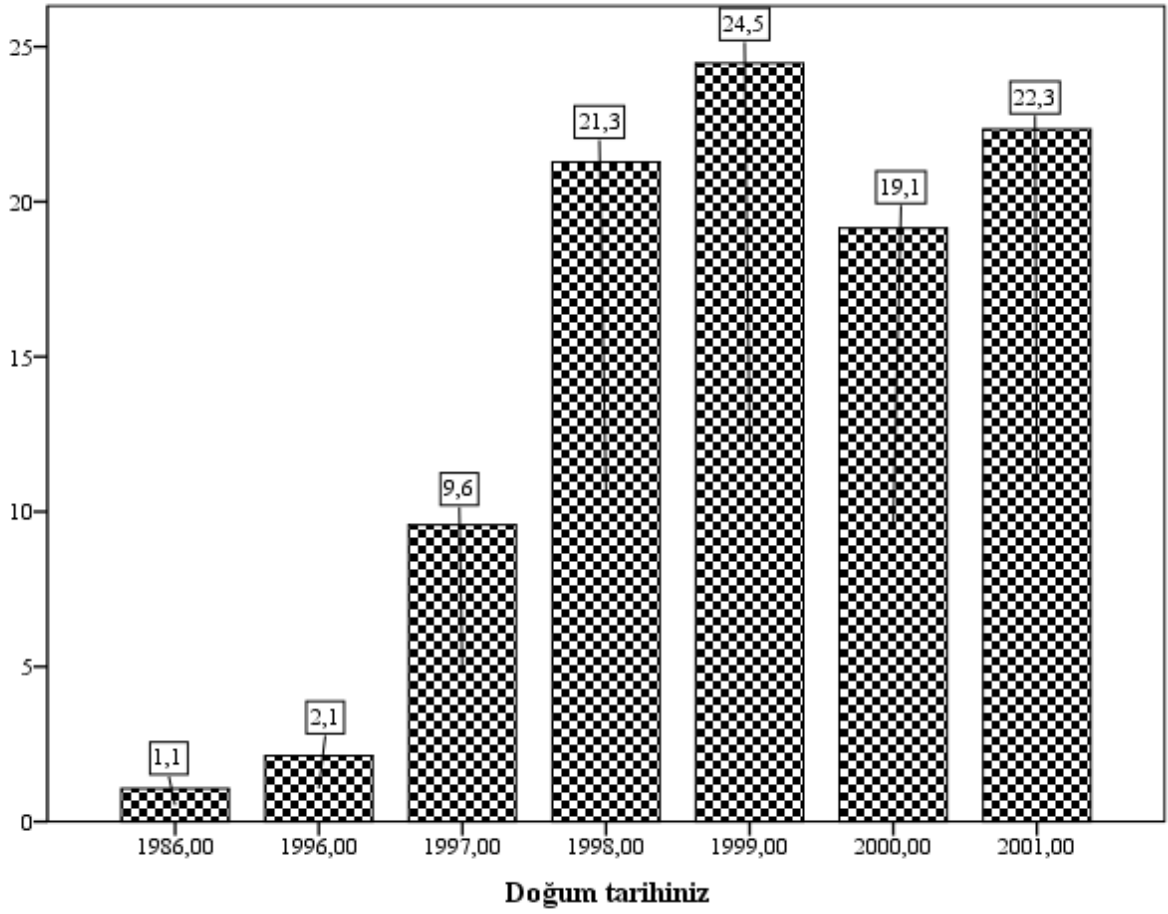
Cinsiyet	<b>N</b>	
	<b>Erkek</b>	7
	<b>Kız</b>	87
Doğum Tarihiniz	<b>N</b>	
	<b>1996</b>	2
	<b>1997</b>	9
	<b>1998</b>	20
	<b>1999</b>	23
	<b>2000</b>	18
	<b>2001</b>	21
	<b>1986</b>	1
Annenin Öğrenim Durumu	<b>N</b>	
	<b>Okur yazar değil</b>	3
	<b>İlkokul mezunu</b>	43
	<b>Ortaokul mezunu</b>	22
	<b>Lise mezunu</b>	18
	<b>Üniversite mezunu</b>	5
<b>Diğer</b>	3	

**Tablo 4.1.** Öğretmen adaylarının demografik özelliklerinin dağılımları devamı

	<b>N</b>	
<b>Babanın Öğrenim Durumu</b>	<b>Okur yazar değil</b>	1
	<b>İlkokul mezunu</b>	34
	<b>Ortaokul mezunu</b>	26
	<b>Lise mezunu</b>	22
	<b>Üniversite mezunu</b>	11
<b>Annenizin Mesleği</b>	<b>Memur</b>	3
	<b>İşçi</b>	10
	<b>Ev Hanımı</b>	72
	<b>Emekli</b>	4
	<b>Serbest Meslek</b>	2
	<b>Diğer</b>	3
<b>Babanızın Mesleği</b>	<b>Memur</b>	6
	<b>İşçi</b>	33
	<b>Emekli</b>	14
	<b>Serbest Meslek</b>	20
	<b>Diğer</b>	21
<b>Kardeş Sayısı</b>	<b>1</b>	4
	<b>2</b>	32
	<b>3</b>	30
	<b>4</b>	21
	<b>5</b>	6
	<b>9</b>	1
<b>Gelir Durumu</b>	<b>500-1000 TL</b>	7
	<b>1000-2000 TL</b>	7
	<b>2000-4000 TL</b>	61
	<b>4000-8000 TL</b>	17
	<b>8000 TL ve üzeri</b>	2
	<b>Toplam</b>	<b>94</b>

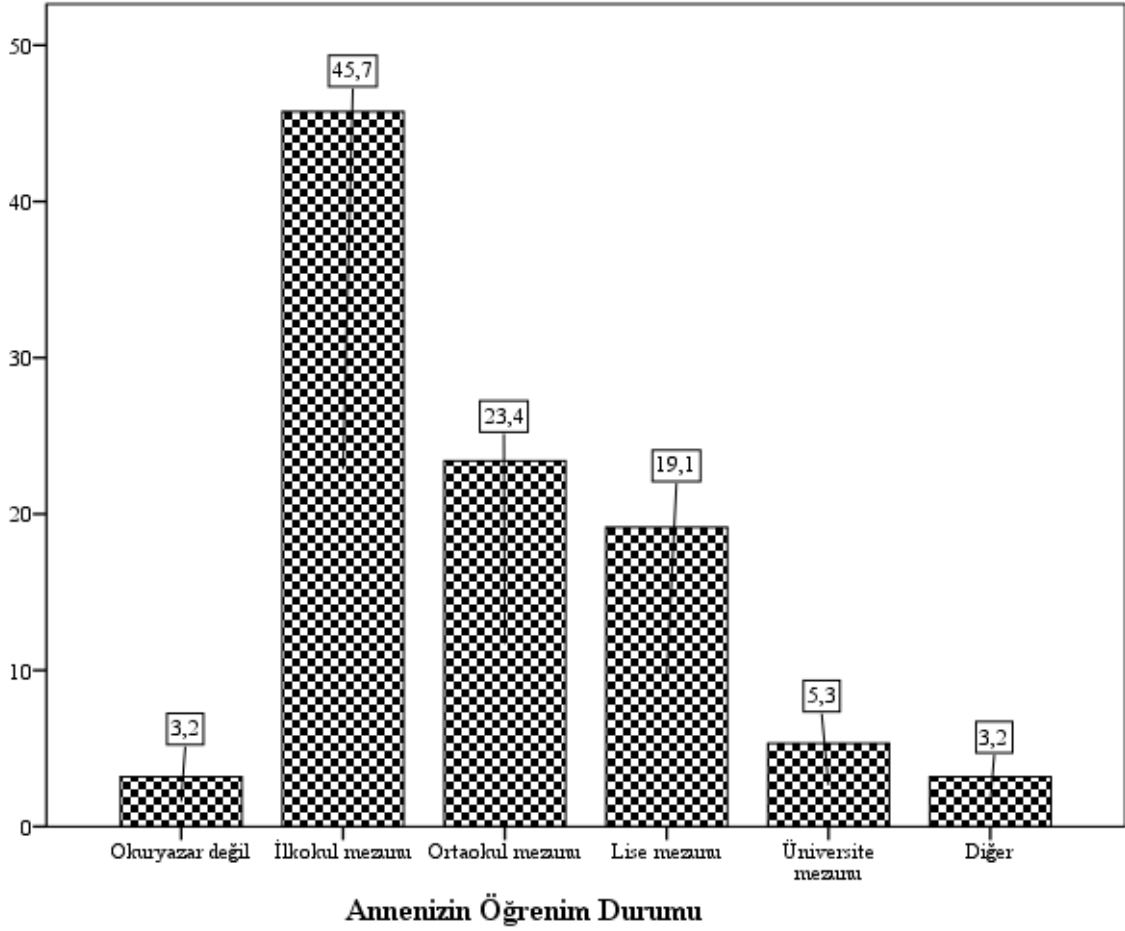


Şekil 4.1. Öğretmen adaylarının cinsiyet dağılımı.



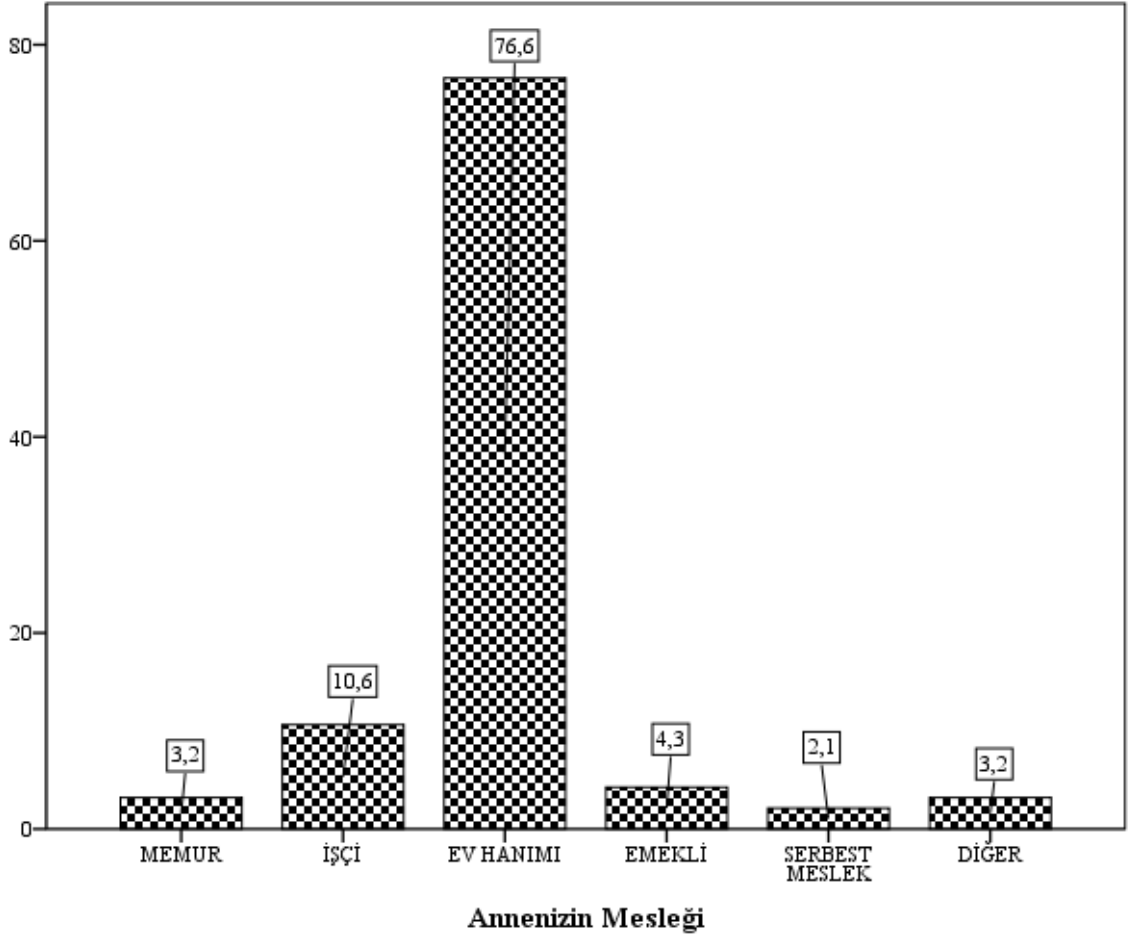
Şekil 4.2. Öğretmen adaylarının doğum tarihleri dağılımı.

Öğretmen adaylarının doğum tarihleri 1986 doğumlular %1,1'i (n=1), 1996 doğumlular %2,13'ü(n=2), 1997 doğumlular %9,6'si (n=9), 1998 doğumlular %21,3'ü (n=20), 1999 doğumlular %24,5'i (n=23), 2000 doğumlular %19,1'i (n=18), 2001 doğumlular %22,3'ü (n=21) (Şekil 4.2).



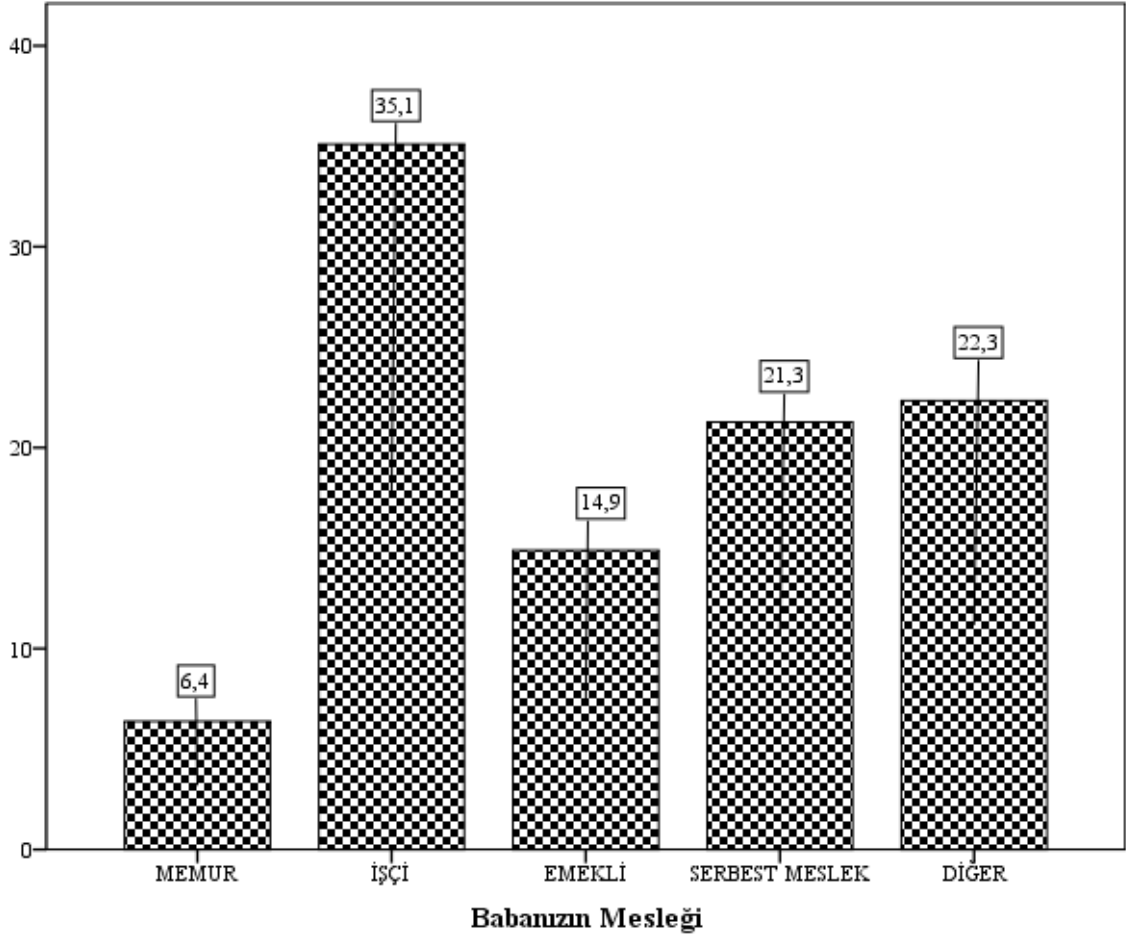
Şekil 4.3. Öğretmen adaylarının annelerinin öğrenim durumu.

Öğretmen adaylarının annelerinin %3,2'si (n=3) okuryazar değil, %45,7'si (n=43) ilkokul mezunu, %23,4'ü (n=22) ortaokul mezunu, %19,1'i (n=18) lise mezunu, %5,3'ü (n=5) üniversite mezunu ve %3,2'si (n=3) diğer (Şekil 4.3).



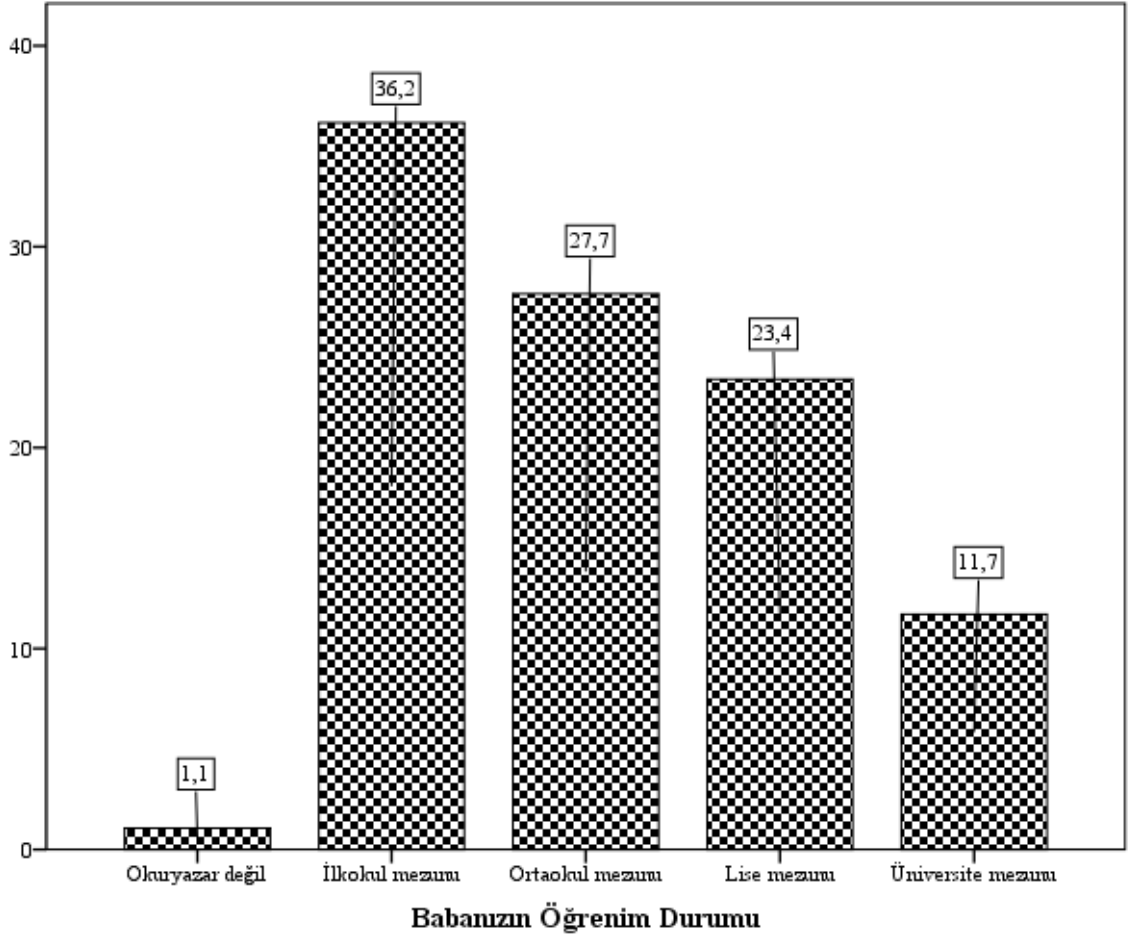
**Şekil 4.4.** Öğretmen adaylarının annelerinin mesleklerine göre dağılımı.

Annelerin %76,6'sı (n=72) ev hanımı , %10,6'sı (n=10) işçi , %3,2'si (n=3) memur, %4,3'ü (n=4) emekli, %2,1'i (n=2) serbest meslek ve %3,2'si (n=3) diğer çalışmaktadır (Şekil 4.4).



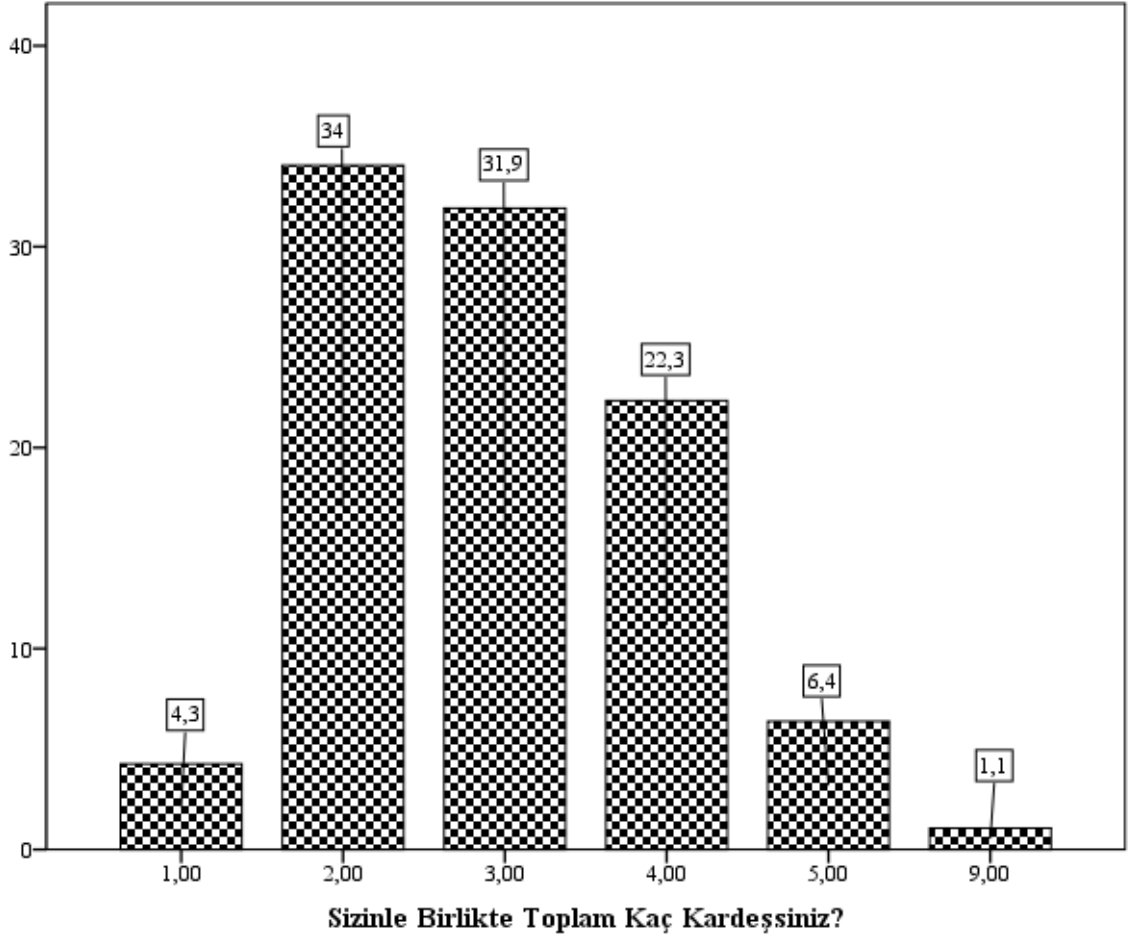
**Şekil 4.5.** Öğretmen adaylarının babalarının mesleklerine göre dağılımı.

Babaların %6,4'ü (n=6) memur , %35,1'i (n=33) işçi , %14,9'u (n=14) emekli, %21,3'ü (n=20 serbest meslek ve %22,3'ü (n=21) diğer meslek dallarında çalışmaktadır (Şekil 4.5).



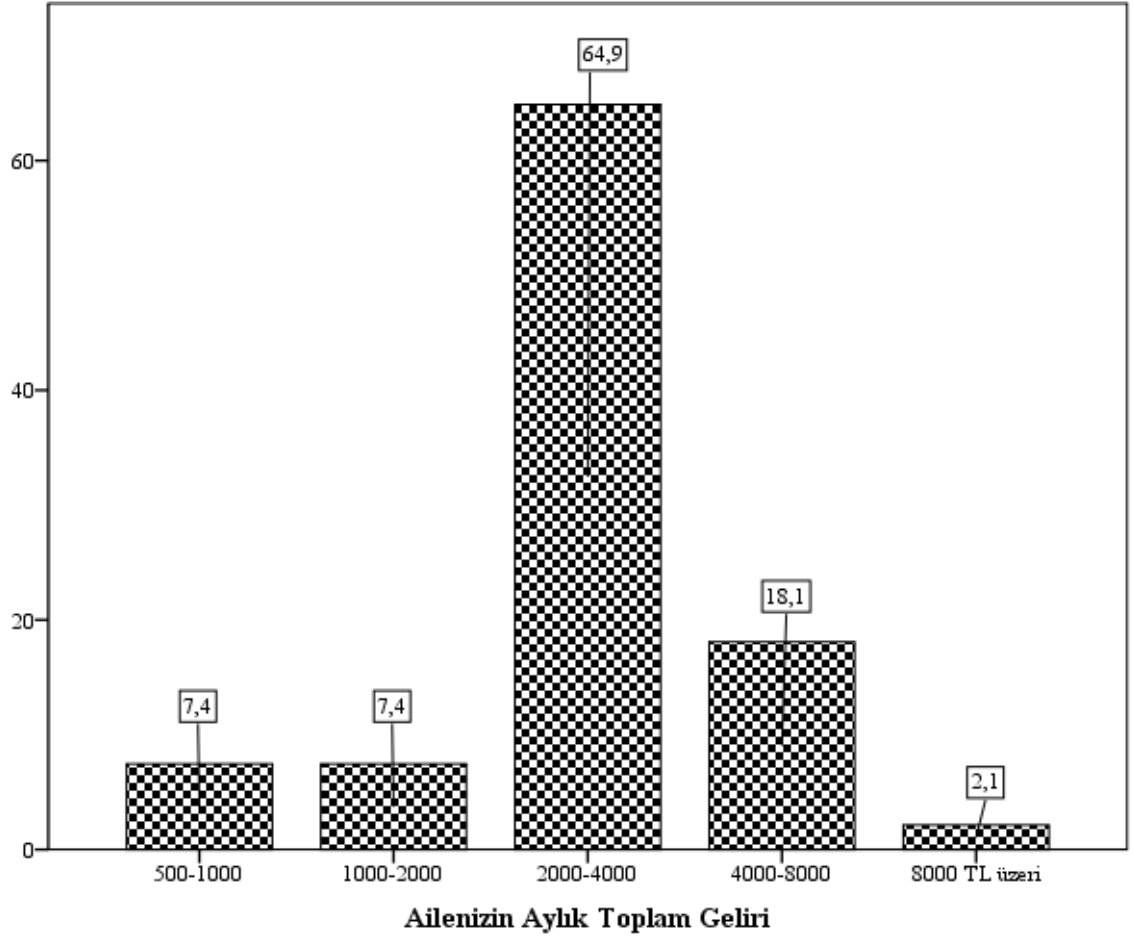
**Şekil 4.6.** Öğretmen adaylarının babalarının öğrenim durumlarına göre dağılımı.

Öğretmen adaylarının babalarının %1,1'i (n=1) okuyazar değil, %36,2'si (n=34) ilkokul mezunu, %27,7'si (n=26) ortaokul mezunu, %23,4'ü (n=22) lise mezunu ve %11,7'si (n=11) üniversite mezunudur (Şekil 4.6).



Şekil 4.7. Öğretmen adaylarının kardeşlerinin dağılımı.

Öğretmen adaylarının % 4,3'ünün (n=4) 1 kardeşi; % 34'ünün (n=32) 2 kardeşi, % 31,9'unun (n=30) 3 kardeşi, % 22,3'ünün (n=21) 4 kardeşi, % 6,4'ünün (n=6) 5 kardeşi; % 1,1'inin (n=1) 9 kardeşi vardır (Şekil 4.7).



**Şekil 4.8.** Öğretmen adaylarının ailesinin aylık gelir dağılımı.

Gelir durumu aile bazında incelendiğinde (n=61) ise; aylık gelirlerinin 2000-4000 TL olduğu (% 64,9) belirlenmiştir (Şekil 4.8).

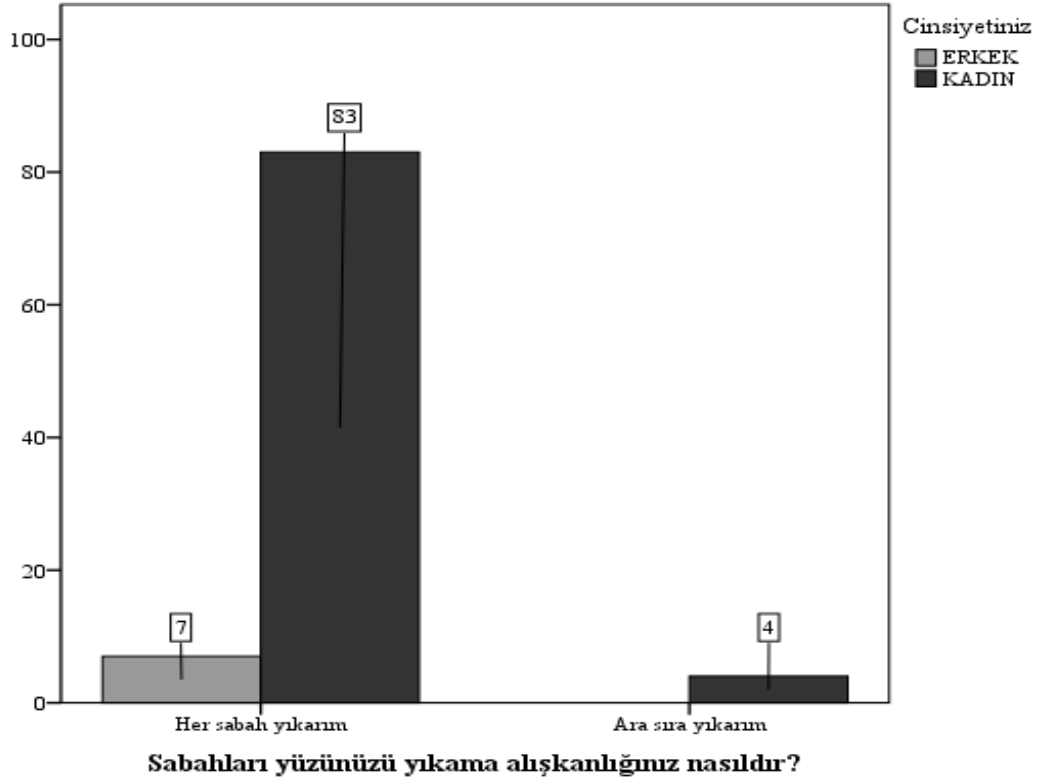
#### 4.2.Öğretmen adaylarının kişisel hijyen ve temizlik konusundaki farkındalık ve alışkanlıklarına ilişkin bulgular

Öğretmen adaylarının “Sabahları yüz yıkama alışkanlığınız nasıldır?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.2’de verilmiştir.

**Tablo 4.2.** Sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığınız nasıldır? sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

1.Soru: Sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığınız nasıldır?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Her sabah yıkarım	7	100	83	95,4	90	95,7
Ara sıra yıkarım	0	0	4	4,6	4	4,3
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.562</b>					

Cinsiyete göre sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığı incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık ( $p>0.05$ ) göstermektedir (Tablo 4.2).



**Şekil 4.9.** Sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığınız nasıldır? sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

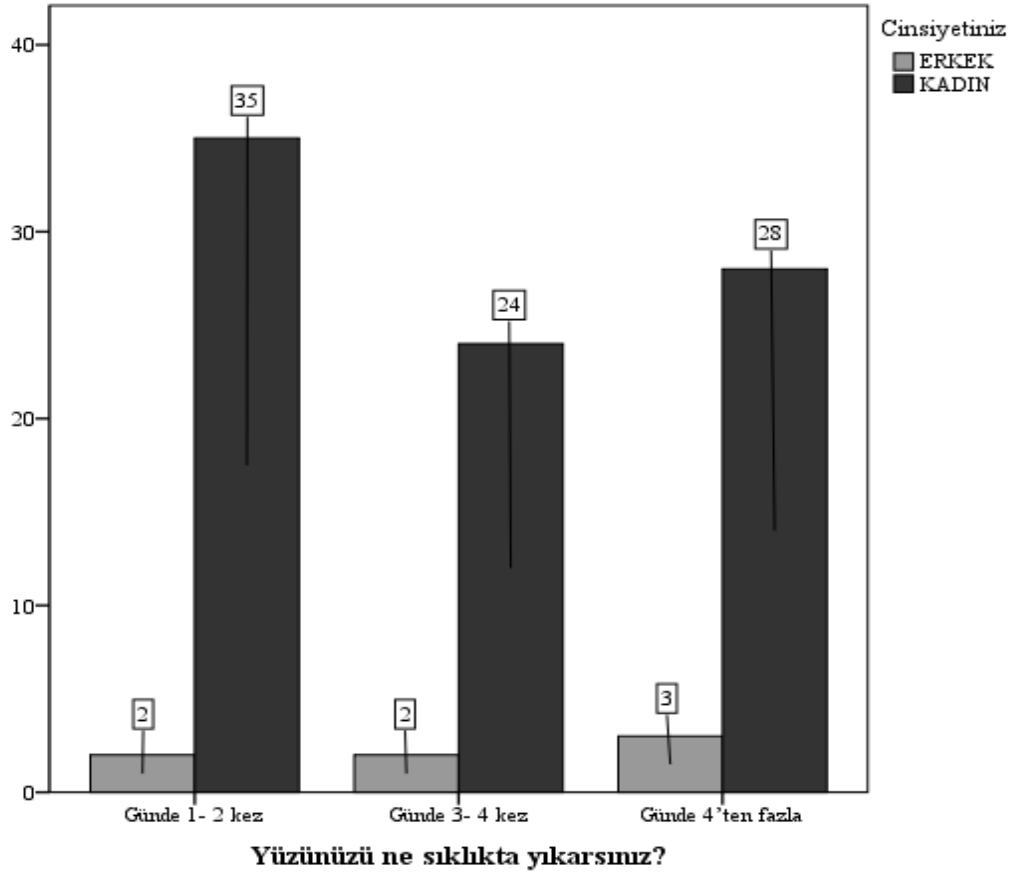
Cinsiyete göre sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığı incelendiğinde; erkeklerin %100'ü (n=7), kızların %95,4'ü (n=83) her sabah yıkarım, kızların %4,6'sında (n=4) ara sıra yüzünü yıkamaktadır (Şekil 4.9).

Öğretmen adaylarının “Yüzünüzü ne sıklıkta yıkarsınız?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.3 ve Şekil 4.10'da verilmiştir.

**Tablo 4.3.** Yüzünüzü ne sıklıkta yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

2. Soru: Yüzünüzü ne sıklıkta yıkarsınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Günde 1- 2 kez	2	28,6	35	40,2	37	39,4
Günde 3- 4 kez	2	28,6	24	27,6	26	27,6
Günde 4'ten fazla	3	42,8	28	32,2	31	33
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.799</b>					

Cinsiyete göre yüzünüzü yıkama sıklığı incelendiğinde; istatistikî olarak farklılık anlamsız ( $p>0.05$ ) bulunmuştur (Tablo 4.3).



**Şekil 4.10.** Yüzünüzü ne sıklıkta yıkarsınız? sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

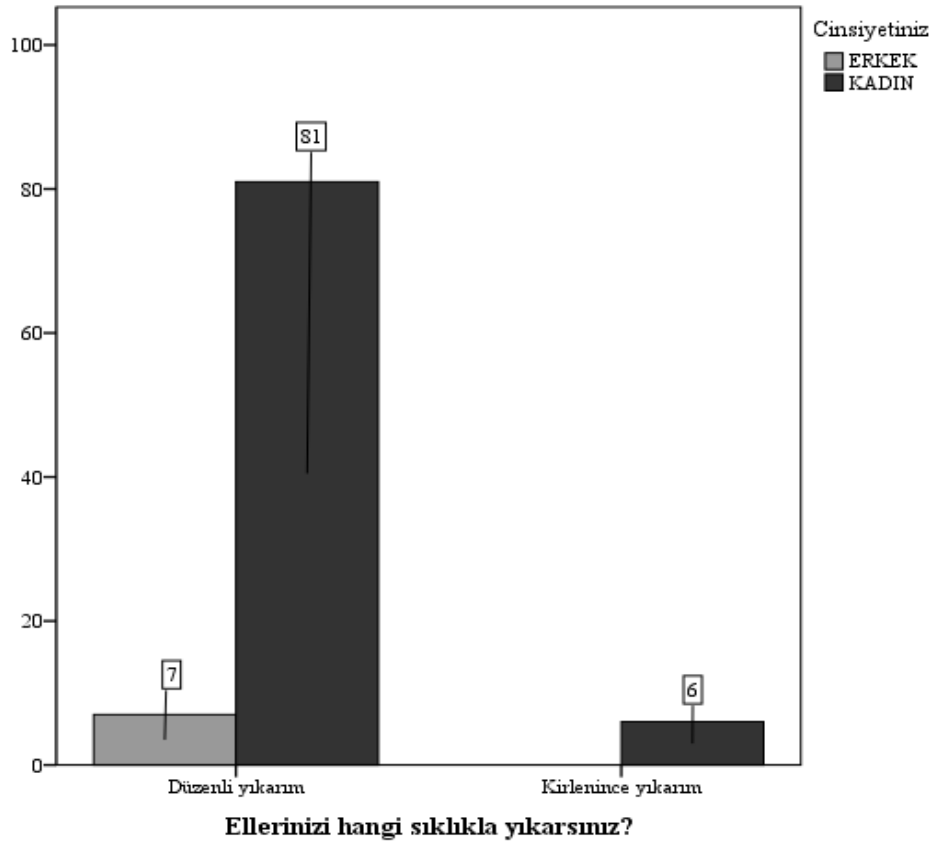
Cinsiyete göre yüzünüzü yıkama sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %40,2'si(n=35) Günde 1- 2 kez, erkeklerin %(n=2), kızların %(n=24) Günde 3- 4 kez, erkeklerin %42,8(n=3), kızların %32,2(n=28) Günde 4'ten fazla yüzünü yıkamaktadır (Şekil 4.10).

Cinsiyete göre elleri yıkama sıklığı incelendiğinde; farklılık istatistikî olarak anlamsız ( $p>0.05$ ) bulunmuştur (Tablo 4.4).

**Tablo 4.4.** Ellerinizi hangi sıklıkla yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

3. Soru: Ellerinizi hangi sıklıkla yıkarsınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Düzenli Yıkırım	7	100	81	93.1	88	93.6
Kirlenince Yıkırım	0	0	6	6.9	6	6.4
Hiç Yıkamam	0	0	0	0	0	0
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.473</b>					

Cinsiyete göre elleri yıkama sıklığı ile ilgili verilerin dağılımı Şekil 4.11'de verilmiştir.



**Şekil 4.11.** Ellerinizi hangi sıklıkla yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

Cinsiyete göre elleri yıkama sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %100'ü (n=7), kızların %93,1'i(n=83) Düzenli Yıkamam; kızların %6,9(n=6) Kirlenince yıkamaktadır. Erkeklerin hepsi el yıkama sıklığı konusunda bilinçlidir (Şekil 4.11).

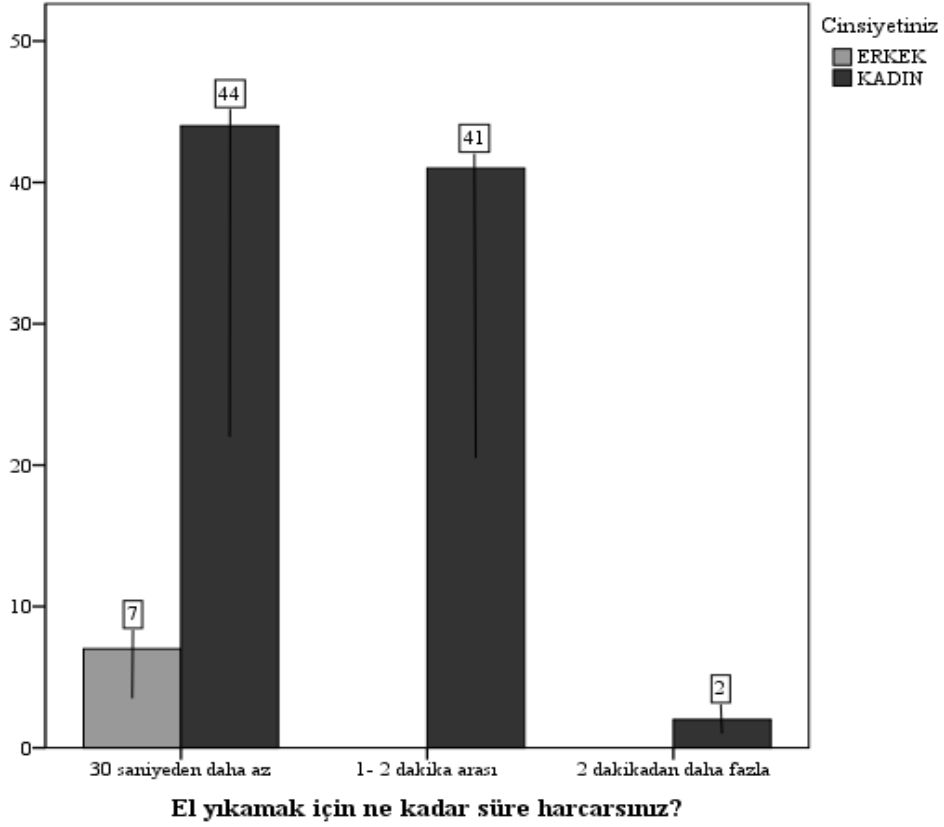
Cinsiyete göre elleri yıkama süresi incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır (p=0.041). Bu konuda erkek öğrencilerin daha bilinçli oldukları (p < 0.041) anlaşılmaktadır (Tablo 4.5).

**Tablo 4.5.** El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

4. Soru:El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
30 saniyeden daha az	7	100	44	50.6	51	54.3
1- 2 dakika arası,	0	0	41	47.1	41	43.6
2 dakikadan daha fazla	0	0	2	2.3	2	2.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.041</b>					

Ellerin sabunlu su ile en az 20 saniye süre ile yıkanması patojenlerin imha edilmesinde önemli olduğu bildirilmiştir (Samore *et al.*, 1996; WHO, 2021).

El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre dağılımları Şekil 4.12'de verilmiştir.



**Şekil 4.12.** El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

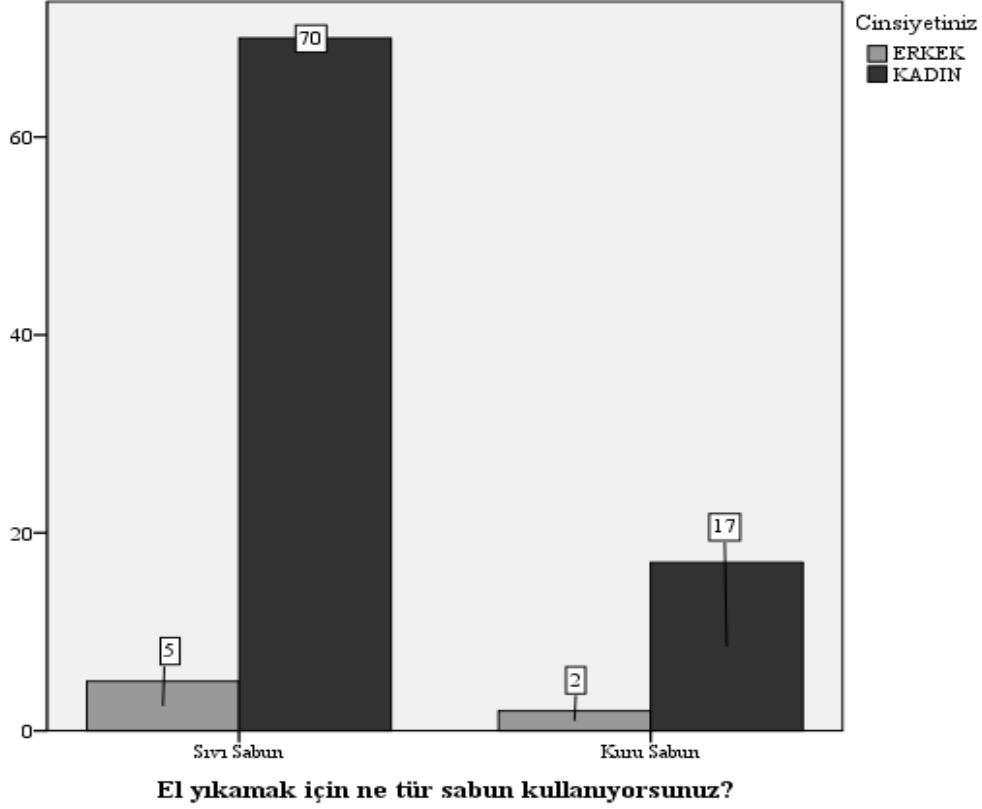
El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız? Sorusuna cevap verenler cinsiyete göre incelendiğinde; erkeklerin %100'ü (n=7), kızların %50,6'sı(n=44) 30 saniyeden daha az; kızların %47,1'i(n=41) 1- 2 dakika arası, kızların %2,3'ü (n=2) 2 dakikadan daha fazla ellerini yıkamaktadır (Şekil 4.12).

Elleri yıkamak için kullanılan sabun türü cinsiyete göre dağılımları Tablo 4.6'da ve Şekil 4.13'te gösterilmiştir.

**Tablo 4.6.** El yıkamak için ne tür sabun kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

5.Soru: El yıkamak için ne tür sabun kullanıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Sıvı Sabun	5	71.4	70	80.5	75	79.8
Kuru Sabun	2	28.6	17	19.5	19	20.2
Sadece su ile yıkırım	0	0	0	0	0	0
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.567</b>					

Elleri yıkamak için kullanılan sabun türü cinsiyete göre incelendiğinde (Tablo 4.6); istatistiksel olarak cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ( $p>0.05$ ). Ellerin yıkanmasında sabun kullanımı hem ellerin dezenfeksiyonunda hem de nikel, demir ve diğer allerjen metaller vb. zararlı bulaşanların vücudumuzdan uzaklaştırılmasını sağlayan etkili bir yöntemdir (Roter, 1996).



**Şekil 4.13.** El yıkamak için ne tür sabun kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

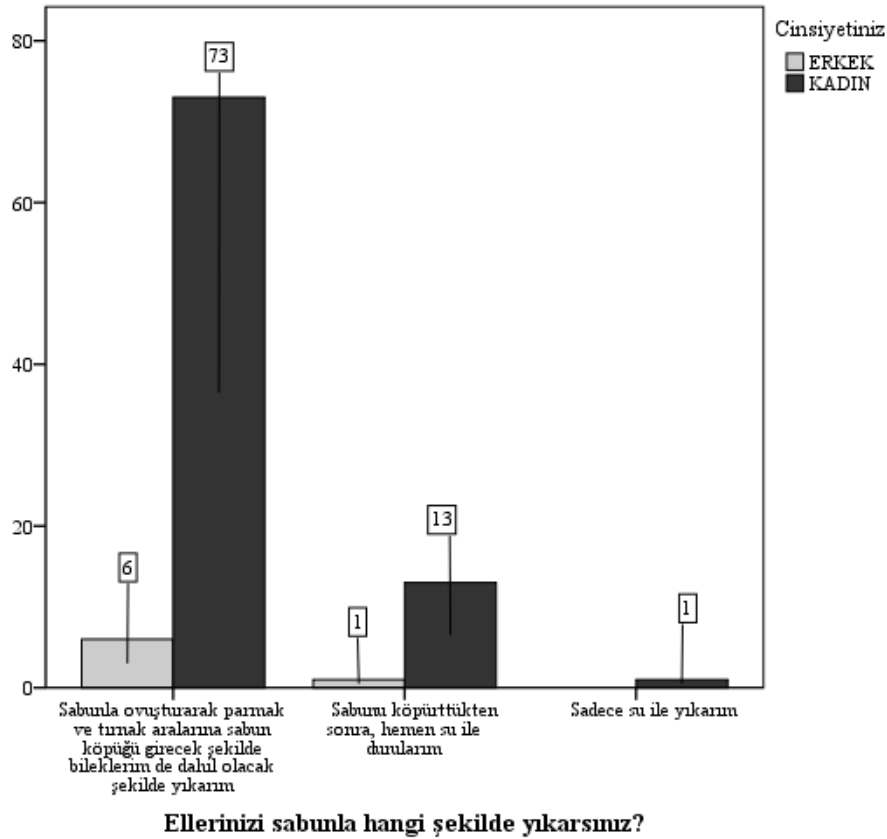
Cinsiyete göre elleri yıkamak için kullanılan sabun türü incelendiğinde; erkeklerin %71,4'ü ( $n=5$ ), kızların %80,5'i ( $n=70$ ) Sıvı Sabun; erkeklerin %28,6'ü ( $n=2$ ), kızların %19,5'i ( $n=17$ ) Kuru Sabun ile ellerini yıkamaktadır. Erkekler ve kızlardan sadece su ile yıkayan kimse görülmemektedir ( Şekil 4.13).

Öğretmen adaylarının ellerinizi sabunla hangi şekilde yıkarsınız? Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.7 ve Şekil 4.14'te verilmiştir.

**Tablo 4.7.** Ellerinizi sabunla hangi şekilde yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

6. Soru: Ellerinizi sabunla hangi şekilde yıkarsınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Sabunla ovuşturarak parmak ve tırnak aralarına sabun köpüğü girecek şekilde bileklerim de dahil olacak şekilde yıkırım,	6	85.7	73	83.9	79	84.0
Sabunu köpürttükten sonra, hemen su ile durularım,	1	14.3	13	14.9	14	14.9
Sadece su ile yıkırım	0	0	1	1.1	1	1.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.958</b>					

Cinsiyete göre ellerini sabunla yıkama şekli incelendiğinde; istatistikî olarak fark anlamsızdır ( $p>0.05$ ). Ellerini sabunla yıkama konusunda her iki cinsiyetin de bilinçli olduğu anlaşılmaktadır (Tablo 4.7).



**Şekil 4.14.** Ellerinizi sabunla hangi şekilde yıkarsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

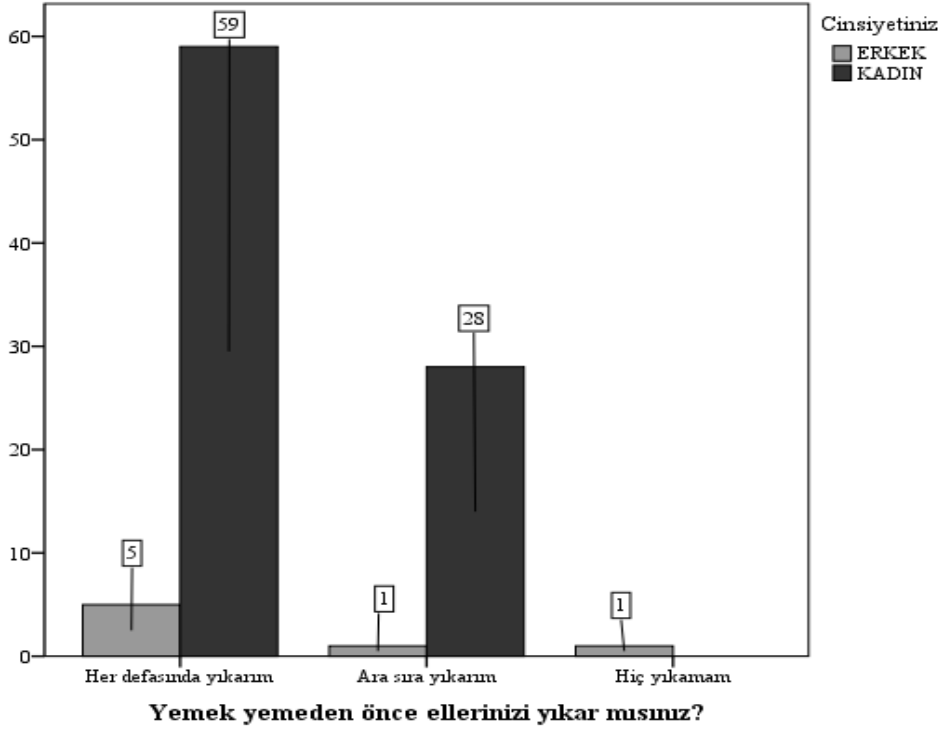
Cinsiyete göre ellerini sabunla yıkama şekli incelendiğinde; erkeklerin %85,7'si (n=6), kızların %83,9'u(n=73) Sabunla ovuşturarak parmak ve tırnak aralarına sabun köpüğü girecek şekilde bileklerin de dahil olacak şekilde yıkarım; erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %14,9'u (n=13) Sabunu köpürttükten sonra, hemen su ile durularım; kızların %1,1'i(n=1) sadece su ile yıkamaktadır ( Şekil 4.14).

Yemek yemeden önce ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4.8 ve Şekil 4.15'te gösterilmiştir.

**Tablo 4.8.** Yemek yemeden önce ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

7. Soru: Yemek yemeden önce ellerinizi yıkar mısınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Her defasında yıkarım	5	71.4	59	67.8	64	68.1
Ara sıra yıkarım	1	14.3	28	32.2	29	30.9
Hiç yıkamam	1	14.3	0	0	1	1.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.001</b>					

Cinsiyete göre yemek yemeden önce elleri yıkama incelendiğinde; istatistikî olarak anlamlı bir farklılık mevcuttur ( $p<0.001$ ). Cinsiyet dikkate alındığında erkek öğrencilerin “yemek yemeden önce ellerini her defasında yıkarım” cevabı verenlerin oranı kız öğrencilere göre yüksek bulunmuştur (Tablo 4.8).



Şekil 4.15. Yemek yemeden önce ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

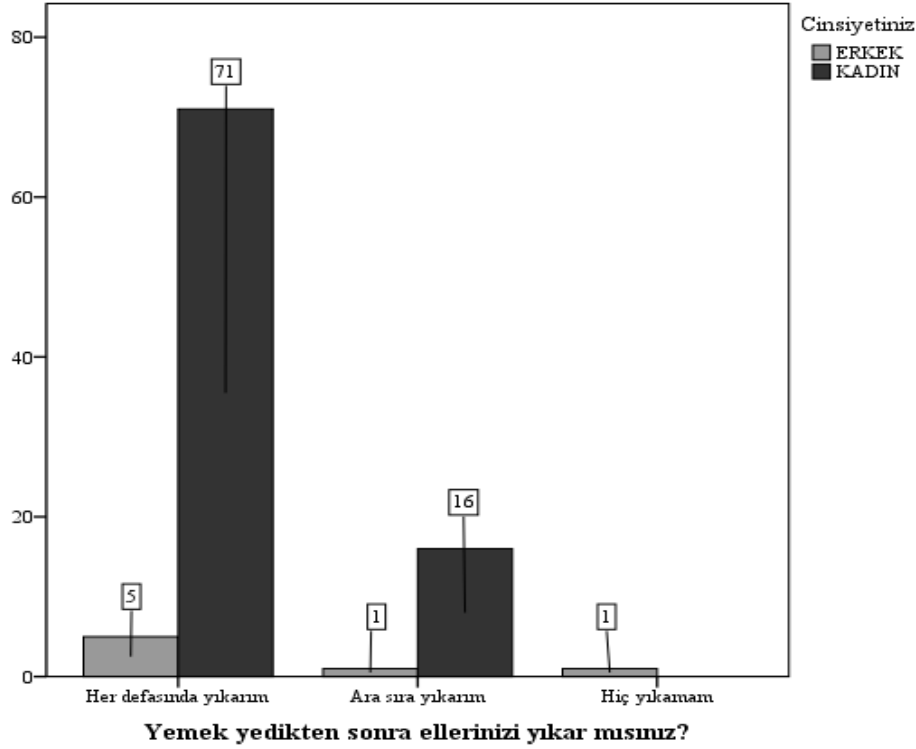
Cinsiyete göre yemek yemeden önce elleri yıkama incelendiğinde; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %67,8'i (n=44) Her defasında yıkarım; erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %32,2'si (n=28) ara sıra yıkarım; erkeklerin %14,3'ü (n=1) hiç yıkamamaktadır (Şekil 4.15).

Öğretmen adaylarının “Yemek yedikten sonra ellerinizi yıkar mısınız?” Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 1.9 ve Şekil 4.16'da verilmiştir.

Tablo 4.9. Yemek yedikten sonra ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

8. Soru: Yemek yedikten sonra ellerinizi yıkar mısınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Her defasında yıkarım	5	71.4	71	81.6	76	80.9
Ara sıra yıkarım	1	14.3	16	18.4	17	18.1
Hiç yıkamam	1	14.3	0	0	1	1.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.002</b>					

Cinsiyete göre yemek yedikten sonra elleri yıkama incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ( $p < 0.02$ ). Cinsiyete göre kız öğrencilerin yemek yedikten sonra ellerini her defasında yıkarım oranı erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur (Tablo 4.9).



Şekil 4.16. Yemek yedikten sonra ellerinizi yıkar mısınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

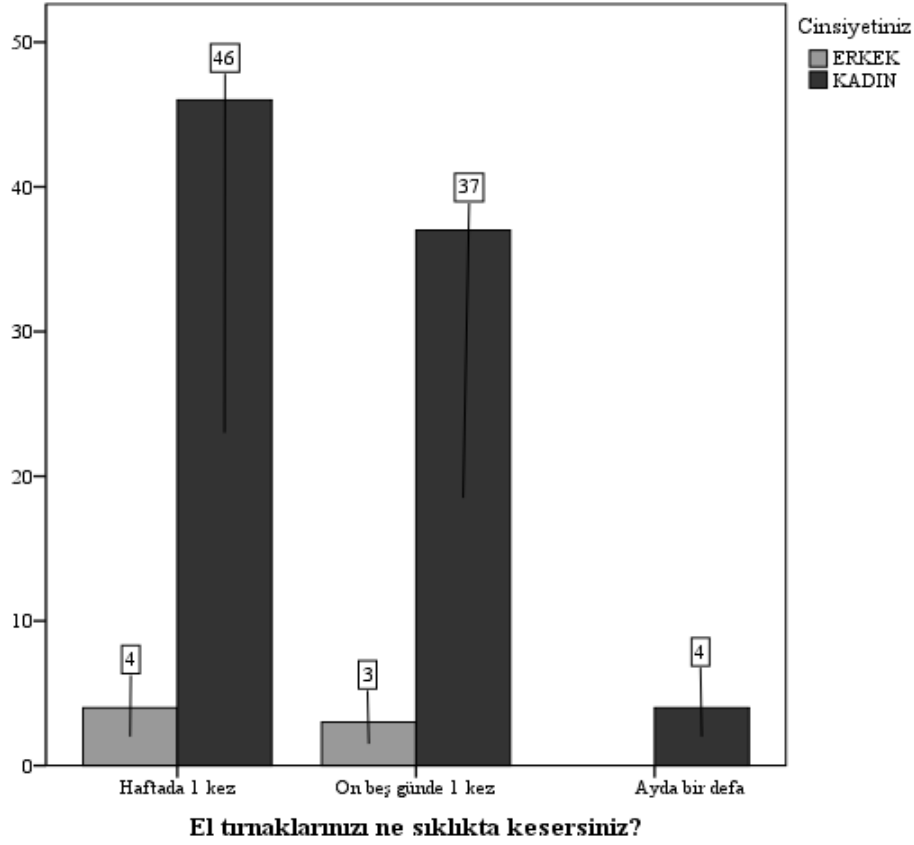
Cinsiyete göre yemek yemeden önce elleri yıkama incelendiğinde; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %67,8'i (n=44) Her defasında yıkarım; erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %32,2'si (n=28) ara sıra yıkarım; erkeklerin %14,3'ü (n=1) hiç yıkamamaktadır (Şekil 4.16).

Öğretmen adaylarının "El tırnaklarınızı ne sıklıkta kesersiniz?" sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.10 ve Şekil 4.17'de gösterilmiştir.

Tablo 4.10. El tırnaklarınızı ne sıklıkta kesersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

9. Soru: El tırnaklarınızı ne sıklıkta kesersiniz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Haftada 1 kez	4	57.1	46	52.9	50	53.2
On beş günde 1 kez	3	42.9	37	42.5	40	42.6
Ayda bir defa	0	0	4	4.6	4	4.3
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.842</b>					

Cinsiyete göre el tırnaklarını kesme sıklığı incelendiğinde (Tablo 4.10); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ). Erkek ve kız öğrenciler el tırnaklarını Haftada bir kez kesme konusunda bilinçlidirler.



Şekil 4.17. El tırnaklarınızı ne sıklıkta kesersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

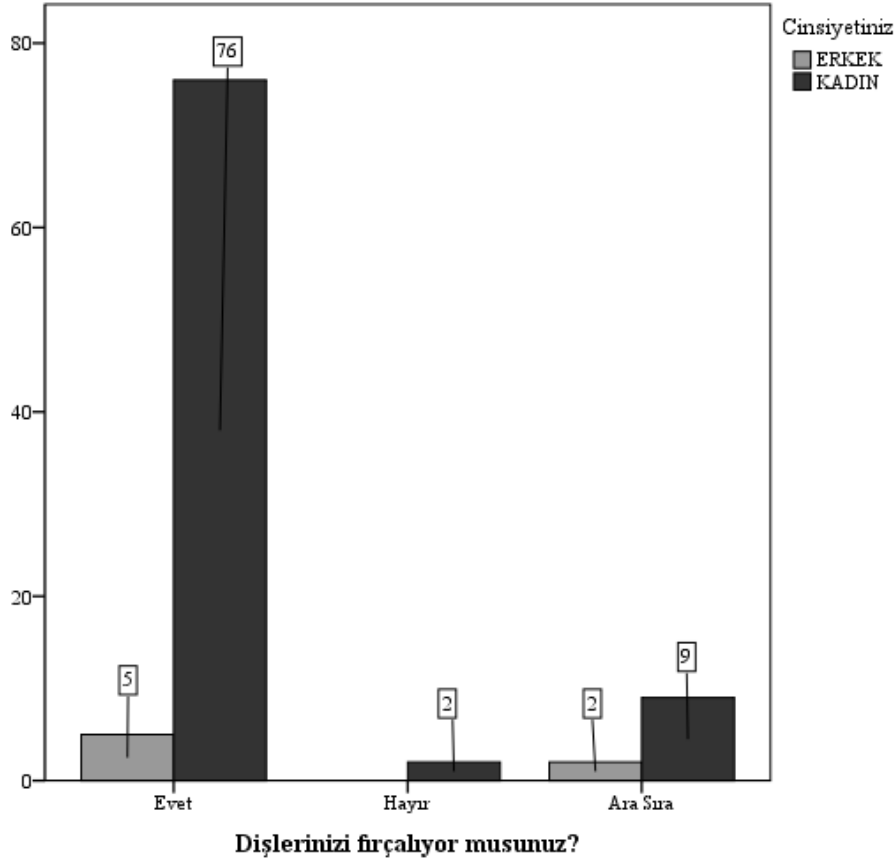
Cinsiyete göre el tırnaklarını kesme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %57,1'i (n=4), kızların %52,9'u (n=46) Haftada bir kez; erkeklerin %42,9'u (n=3) , kızların %42,5'i(n=37) On beş günde bir kez; kızların %4,6'sı (n=4) ayda bir defa kesmektedir (Şekil 4.17).

“Dişlerinizi nasıl fırçalıyorsunuz?” sorusuna verilen cevaplar Tablo 4.11 ve Şekil 4.18’de ifade edilmiştir.

Tablo 4.11. Dişlerinizi fırçalıyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

10. Soru: Dişlerinizi fırçalıyor musunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Evet	5	71.4	76	87.4	81	86.2
Hayır	0	0	2	2.3	2	2.1
Ara sıra	2	28.6	9	10.3	11	11.7
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.334</b>					

Bu sonuçlara göre erkek ve kız öğretmen adayları arasında istatistikî olarak fark önemsizdir ( $p>0.05$ ).



Şekil 4.18. Dişlerinizi fırçalıyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

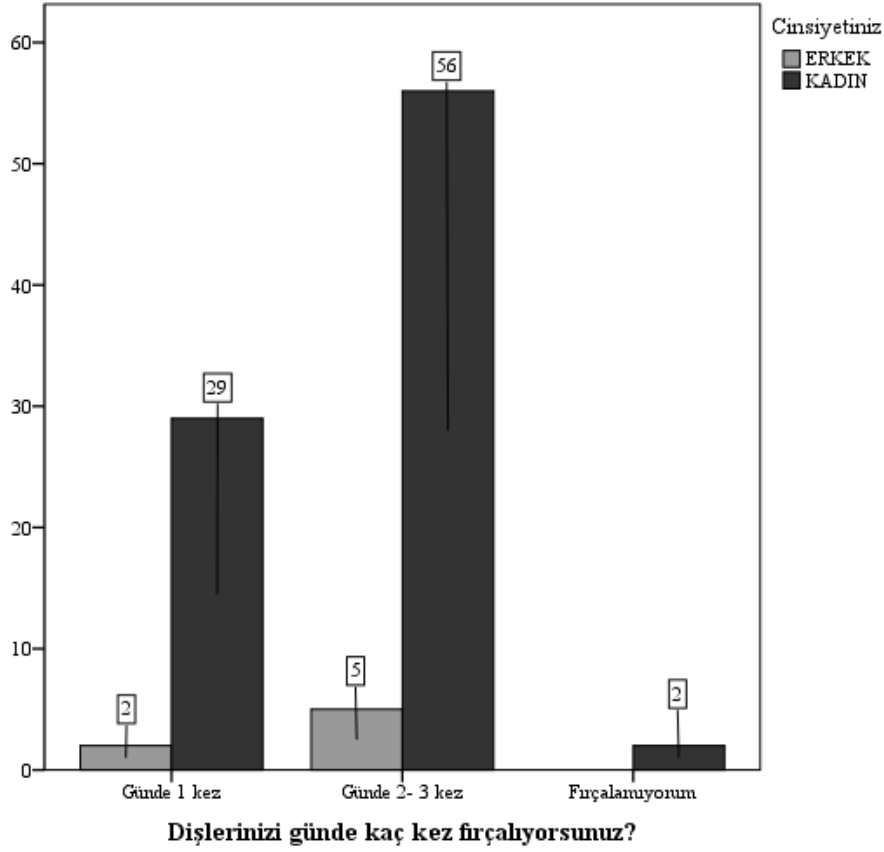
Cinsiyete göre dişleri fırçalaması incelendiğinde; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %87,4'ü (n=76) Evet; kızların %2,3'ü (n=2) Hayır; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %10,3'ü (n=9) ara sıra fırçalamaktadır (Şekil 4.18).

Öğretmen adaylarının “Dişlerinizi günde kaç kez fırçalıyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.12 ve Şekil 4.19’da verilmiştir.

Tablo 4.12. Dişlerinizi günde kaç kez fırçalıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

11. Soru: Dişlerinizi günde kaç kez fırçalıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Günde 1 kez	2	28.6	29	33.3	31	33.0
Günde 2- 3 kez	5	71.4	56	64.4	61	64.9
Fırçalamıyorum	0	0	2	2.3	2	2.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.880</b>					

Cinsiyete göre dişlerin günde kaç kez fırçalandığı incelendiğinde (Tablo 4.12); istatistikî olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.19.** Dişlerinizi günde kaç kez fırçalıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

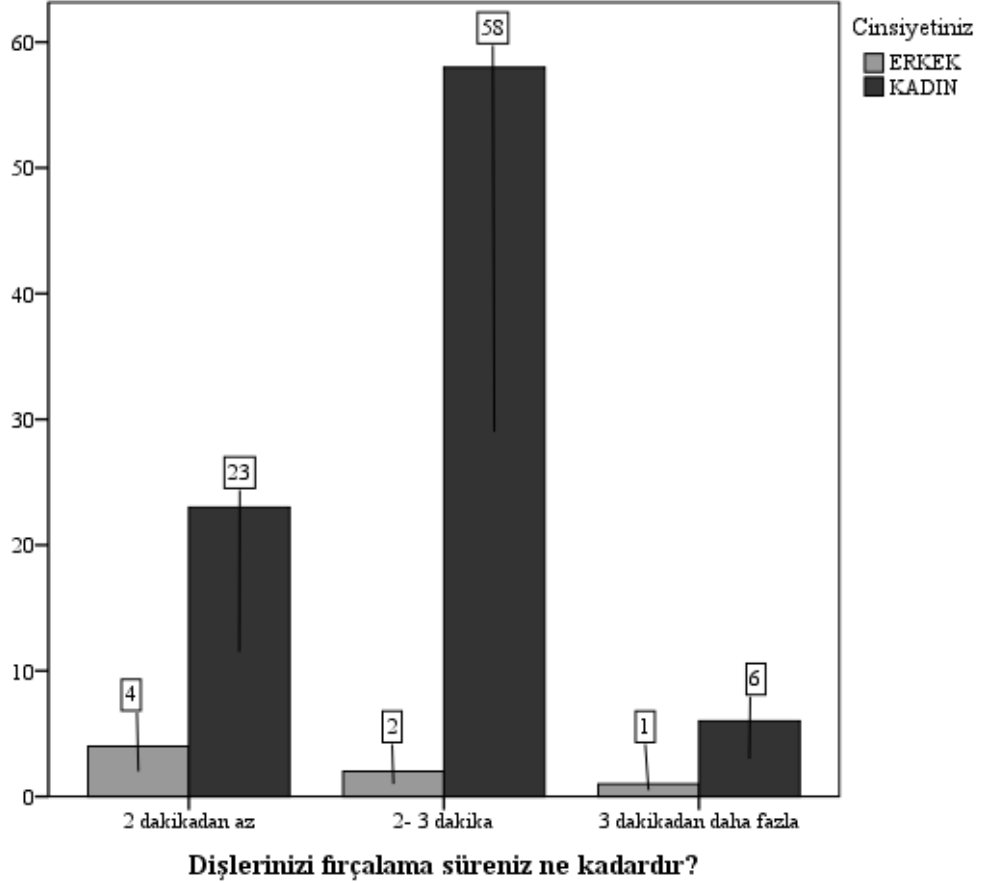
Cinsiyete göre dişleri fırçalama sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %2,8'i (n=2), kızların %33,3'ü (n=29) Günde bir kez; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %64,4'ü (n=56) Günde 2-3 kez; kızların %2,3'ü (n=2) Fırçalamıyorum fırçalamaktadır (Şekil 4.19).

Dişlerinizi fırçalama süreniz ne kadardır? Sorusuna verilen cevaplar Tablo 4.13 ve Şekil 4.20'de gösterilmiştir.

**Tablo 4.13.** Dişlerinizi fırçalama süreniz ne kadardır? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

12. Soru: Dişlerinizi fırçalama süreniz ne kadardır?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
2 dakikadan az	4	57.1	23	26.4	27	28.7
2- 3 dakika	2	28.6	58	66.7	60	63.8
3 dakikadan daha fazla	1	14.3	6	6.9	7	7.4
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.130</b>					

Tablo 4.13’ teki cinsiyete göre dişleri fırçalama süresi incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ). Erkek ve kız öğrenciler dişlerini fırçalama süresi bakımından bilinçlidirler. Doğru diş fırçalama eylemi ortalama iki-üç dakika olmalıdır (Özcebe ve Gülşen 2017).



**Şekil 4.20.**Dişlerinizi fırçalama süreniz ne kadardır? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

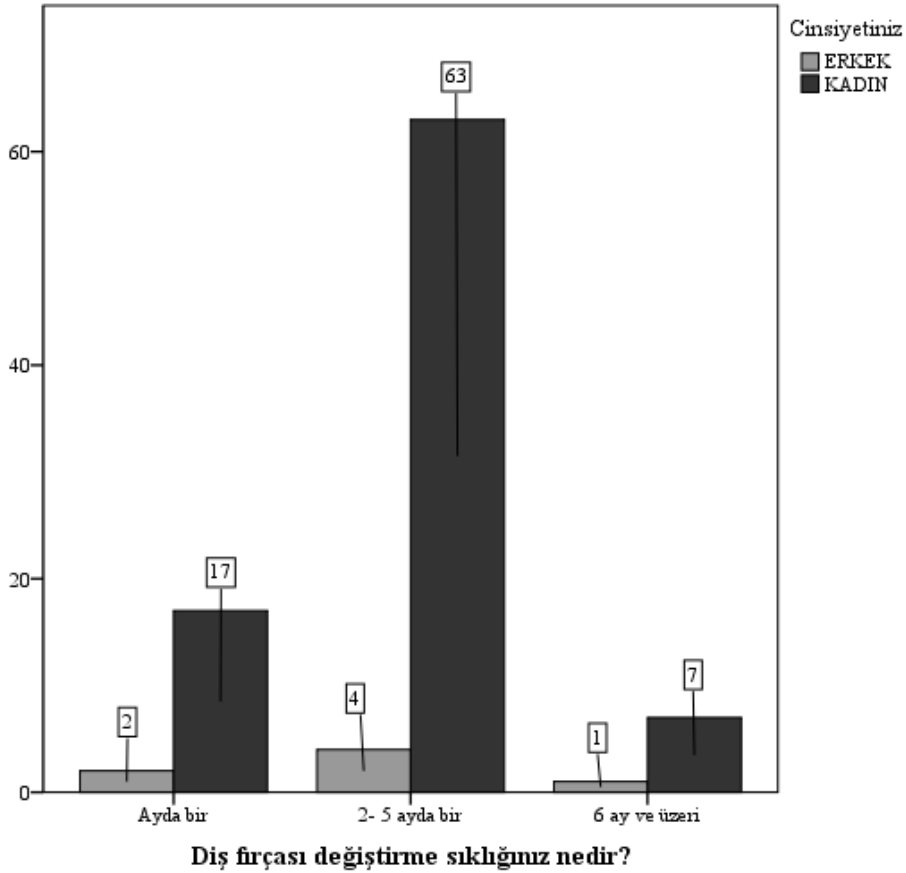
Cinsiyete göre dişleri fırçalaması incelendiğinde; erkeklerin %57,1’i(n=4), kızların %26,4’ü (n=23) 2 dakikadan az; erkeklerin %28,6’sı(n=2), kızların %66,7’si (n=58) 2- 3 dakika; erkeklerin %14,3’ü(n=1), kızların %6,9’u (n=6) 3 dakikadan daha fazla fırçalamaktadır (Şekil 4.20).

Öğretmen adaylarının “ Diş fırçası değiştirme sıklığınız nedir?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.14 ve Şekil 4.21’de gösterilmiştir.

**Tablo 4.14.** Diş fırçası değiştirme sıklığınız nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

13. Soru: Diş fırçası değiştirme sıklığınız nedir?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Ayda bir	2	28.6	17	19.5	19	20.2
2- 5 ayda bir	4	57.1	63	72.4	67	71.3
6 ay ve üzeri	1	14.3	7	8.0	8	8.5
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.681</b>					

Cinsiyete göre diş fırçası değiştirme sıklığı incelendiğinde (Tablo 4.14); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.21.** Diş fırçası değiştirme sıklığınız nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

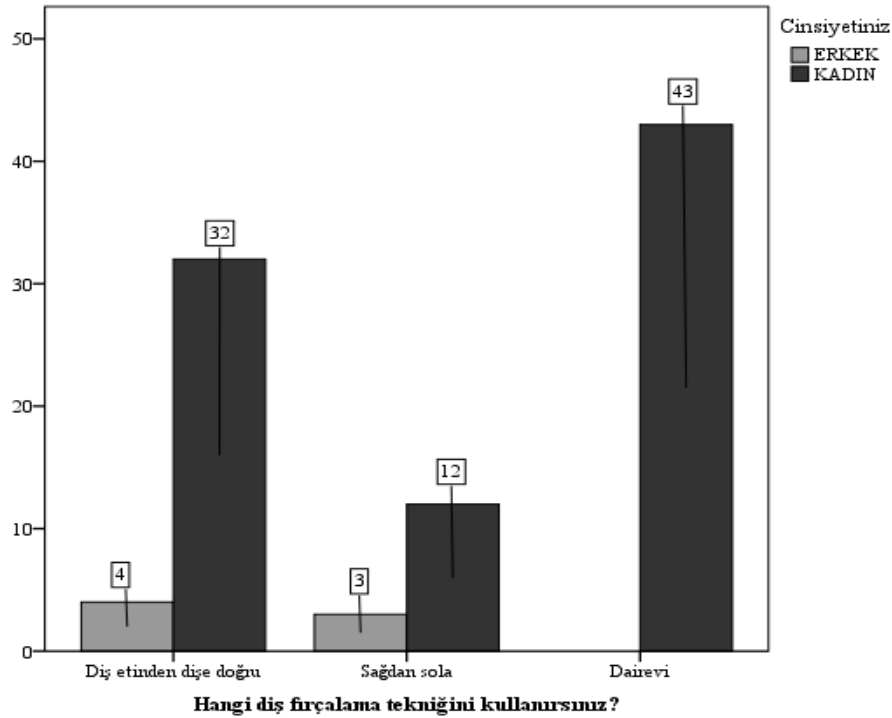
Cinsiyete göre diş fırçası değiştirme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %28,6'sı ( $n=2$ ), kızların %19,5'i ( $n=17$ ) Ayda bir; erkeklerin %57,1'i ( $n=4$ ), kızların %72,4'si ( $n=63$ ) 2- 5 ayda bir; erkeklerin %14,3'ü ( $n=1$ ), kızların %8'i ( $n=7$ ) 6 ay ve üzeri diş fırçası değiştirmektedir (Şekil 4.21).

Diş fırçalama tekniklerinin tekniği konusunda verilen cevaplar ise Tablo 4.15 ve Şekil 4.22’de gösterilmiştir.

**Tablo 4.15.** Hangi diş fırçalama tekniğini kullanırsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

14. Soru: Hangi diş fırçalama tekniğini kullanırsınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
<b>Diş etinden dişe doğru</b>	4	57.1	32	36.8	36	38.3
<b>Sağdan sola</b>	3	42.9	12	13.8	15	16.0
<b>Dairevi</b>	0	0	43	49.4	43	45.7
<b>Toplam</b>	7	100	87	100	94	100
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.022</b>					

Cinsiyete göre diş fırçalama tekniğini incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ( $p<0.022$ ). Erkek öğrencilerin diş etinden dişe doğru dişlerini fırçalama tekniğini kullanma oranı kız öğrencilere göre yüksek bulunmuştur (Tablo 4.15).



**Şekil 4.22.** Hangi diş fırçalama tekniğini kullanırsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

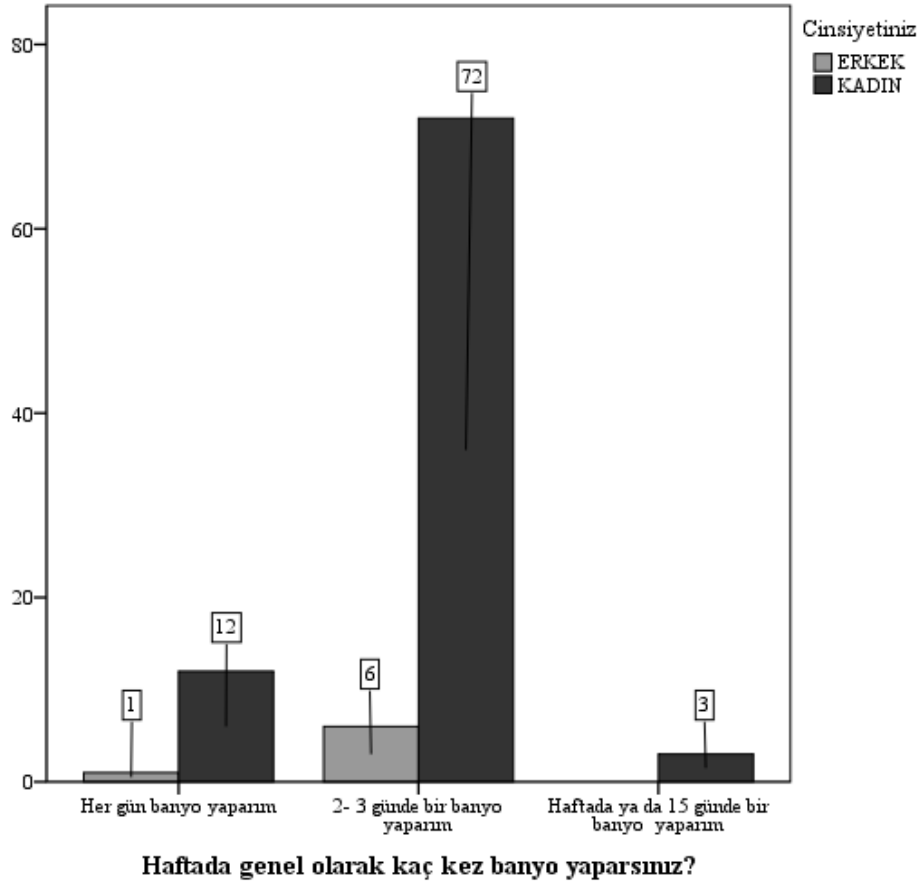
Cinsiyete göre diş fırçalama tekniğini incelendiğinde; erkeklerin %57,1’i (n=4), kızların %36,8’i (n=32) diş etinden dişe doğru; erkeklerin %42,9’u(n=3), kızların %13,8’i (n=12) Sağdan sola; kızların %49,4’ü (n=43) Dairevi tekniğini kullanmaktadır (Şekil 4.22).

Öğretmen adaylarının “Haftada genel olarak kaç kez banyo yaparsınız?” sorusu için verdikleri cevaplar Tablo 4.16 ve Şekil 4.23’te verilmiştir.

**Tablo 4.16.** Haftada genel olarak kaç kez banyo yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

15. Soru: Haftada genel olarak kaç kez banyo yaparsınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Her gün banyo yaparım	1	14.3	12	13.8	13	13.8
2- 3 günde bir banyo yaparım	6	85.7	72	82.8	78	83.0
Haftada ya da 15 günde bir banyo yaparım	0	0	3	3.4	3	3.2
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.883</b>					

Cinsiyete göre haftada kaç kez banyo yaparsınız? Sorusu incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Kız ve erkek öğrenciler 2-3 günde bir banyo yapma oranı her iki grupta da yüksek bulunmuştur (Tablo 4.16).



**Şekil 4.23.** Haftada genel olarak kaç kez banyo yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

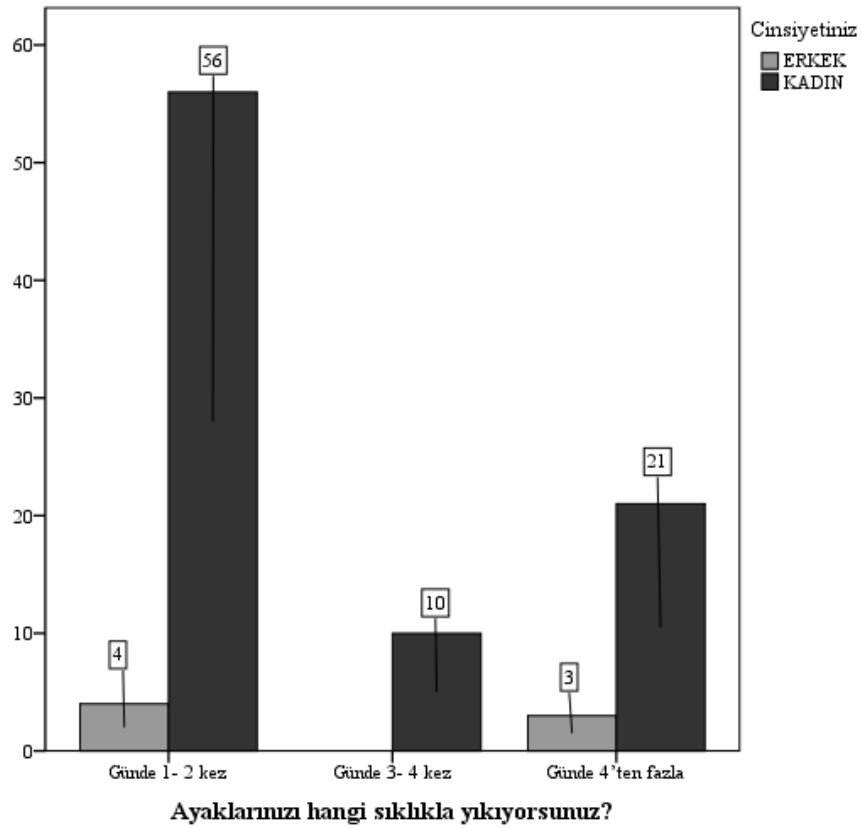
Banyo yapma sıklığı cinsiyete göre incelendiğinde; erkeklerin %14,3'ü(n=1), kızların %13,8'i (n=12) Her gün banyo yaparım; erkeklerin %85,7'si(n=6), kızların %82,8'i (n=72) 2- 3 günde bir banyo yaparım; kızların %3,4'ü(n=3) Haftada ya da 15 günde bir banyo yapmaktadır (Şekil 4.23).

Ayaklarınızı hangi sıklıkla yıkıyorsunuz? sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4.17 ve Şekil 4.24'te gösterilmiştir.

**Tablo 4.17.** Ayaklarınızı hangi sıklıkla yıkıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

16. Soru: Ayaklarınızı hangi sıklıkla yıkıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Günde 1- 2 kez	4	57.1	56	64.4	60	63.8
Günde 3- 4 kez	0	0	10	11.5	10	10.6
Günde 4'ten fazla	3	42.9	21	24.1	24	25.5
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.418</b>					

Cinsiyete göre ayakları yıkama sıklığı incelendiğinde (Tablo 4.17); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ )



**Şekil 4.24.** Ayaklarınızı hangi sıklıkla yıkıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

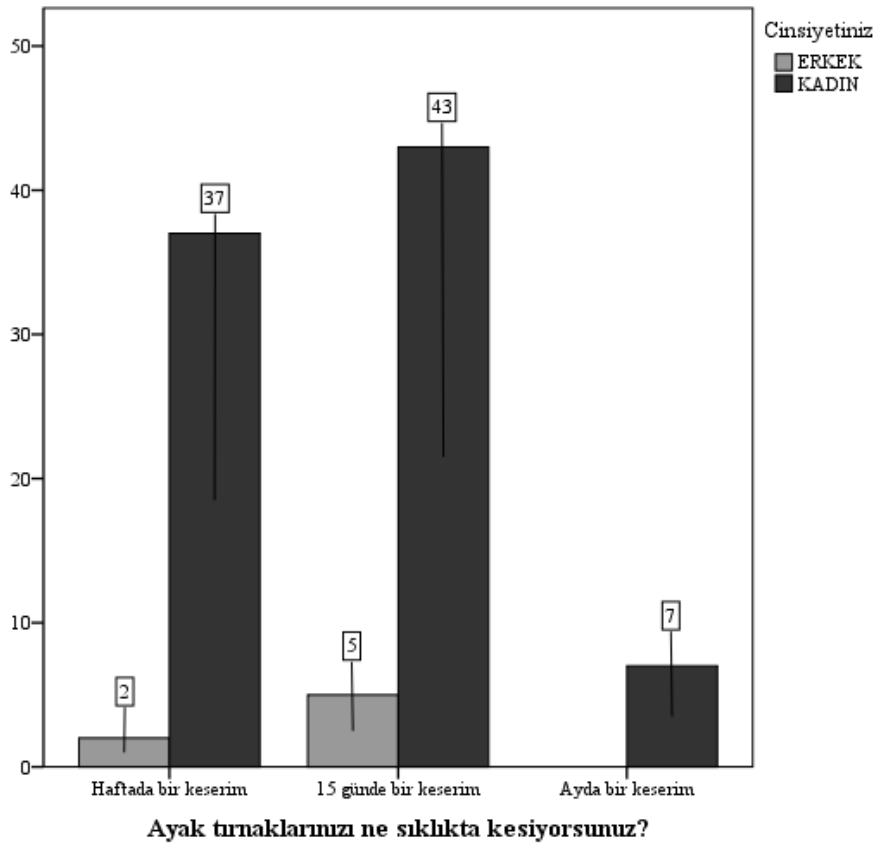
Cinsiyete göre ayakları yıkama sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %57,1'i(n=4), kızların %64,4'ü (n=56) Günde 1- 2 kez; kızların %11,5'i (n=10) Günde 3- 4 kez; erkeklerin %42,9'u(n=3), kızların %24,1'i(n=21) Günde 4'ten fazla ayaklarını yıkamaktadır (Şekil 4.24).

Öğretmen adaylarının “Ayak tırnaklarınızı ne sıklıkta kesiyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.18 ve Şekil 4.25'te gösterilmiştir.

**Tablo 4.18.** Ayak tırnaklarınızı ne sıklıkta kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

17. Soru: Ayak tırnaklarınızı ne sıklıkta kesiyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
<b>Haftada bir keserim</b>	2	28.6	37	42.5	39	41.5
<b>15 günde bir keserim</b>	5	71.4	43	49.4	48	51.1
<b>Ayda bir keserim.</b>	0	0	7	8.0	7	7.4
<b>Toplam</b>	7	100	87	100	94	100
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.477</b>					

Cinsiyete göre ayak tırnaklarını kesme sıklığı incelendiğinde (Tablo 4.18); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.25.** Ayak tırnaklarınızı ne sıklıkta kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

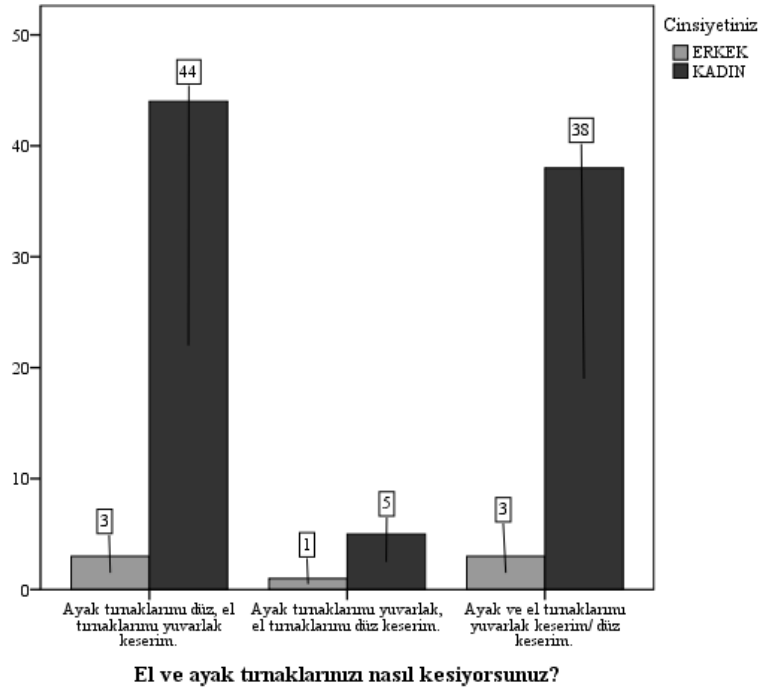
Cinsiyete göre ayak tırnaklarını kesme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %28,6'sı(n=2), kızların %42,5'i (n=37 ) Haftada bir keserim; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %49,4'ü (n=43) 15 günde bir keserim; kızların %8'i (n=7) Ayda bir keserim ayak tırnaklarını kesmektedir (Şekil 4.25).

Öğretmen adaylarının “El ve ayak tırnaklarınızı nasıl kesiyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.19 ve Şekil 4.26’da verilmiştir.

**Tablo 4.19.** El ve ayak tırnaklarınızı nasıl kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

18. Soru: El ve ayak tırnaklarınızı nasıl kesiyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Ayak tırnaklarımı düz el tırnaklarımı yuvarlak keserim.	3	42.9	44	50.6	47	50.0
Ayak tırnaklarımı yuvarlak el tırnaklarımı düz keserim	1	14.3	5	5.7	6	6.4
Ayak ve el tırnaklarımı yuvarlak keserim/ düz keserim.	3	42.9	38	43.7	41	43.6
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.664</b>					

Cinsiyete göre el ve ayak tırnaklarını kesme şekilleri incelendiğinde (Tablo 4.19); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.26.** El ve ayak tırnaklarınızı nasıl kesiyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

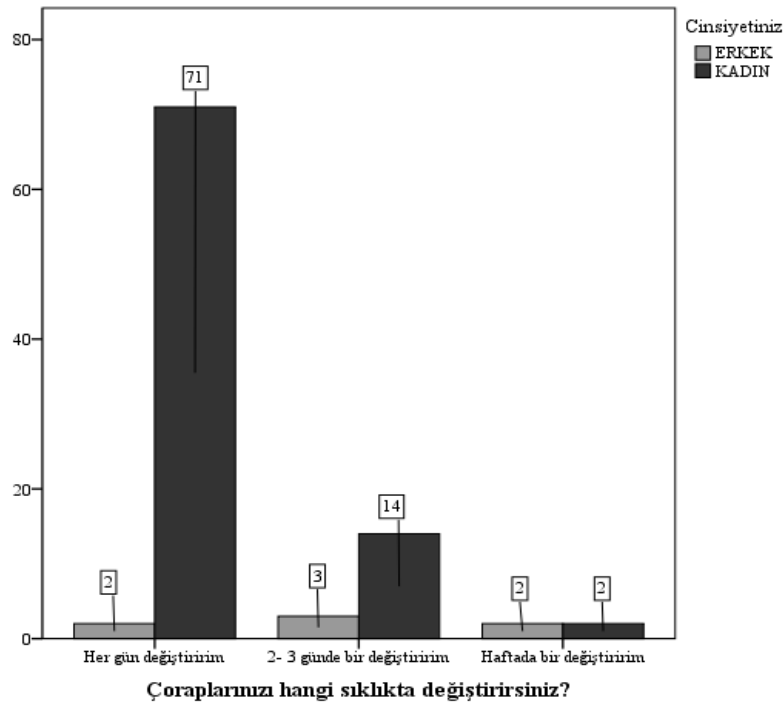
Cinsiyete göre el ve ayak tırnaklarını kesme şekilleri incelendiğinde; erkeklerin %42,9'u (n=3), kızların %50,6'sı (n=44) ayak tırnaklarını düz el tırnaklarını yuvarlak keserim; erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %5,7'si (n=5) ayak tırnaklarını yuvarlak el tırnaklarını düz keserim; erkeklerin %42,9'u (n=3), kızların %43,7'si (n=38) ayak ve el tırnaklarını yuvarlak keserim/ düz kesmektedir (Şekil 4.26).

Çoraplarınızı hangi sıklıkta değiştirirsiniz? Sorusunun cinsiyete göre dağılımları Tablo 4.20 ve Şekil 4.27'de gösterilmiştir.

**Tablo 4.20.** Çoraplarınızı hangi sıklıkta değiştirirsiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

19. Soru: Çoraplarınızı hangi sıklıkta değiştirirsiniz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Her gün değiştiririm	2	28.6	71	81.6	73	77.7
2- 3 günde bir değiştiririm	3	42.9	14	16.1	17	18.1
Haftada bir değiştiririm	2	28.6	2	2.3	4	4.3
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.000</b>					

Cinsiyete göre çorapları değiştirme sıklığı incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ( $p < 0.0001$ ). Kız öğrencilerin çoraplarını her gün değiştirim oranı erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur (Tablo 4.20).



**Şekil 4.27.** Çoraplarınızı hangi sıklıkta değiştirirsiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik

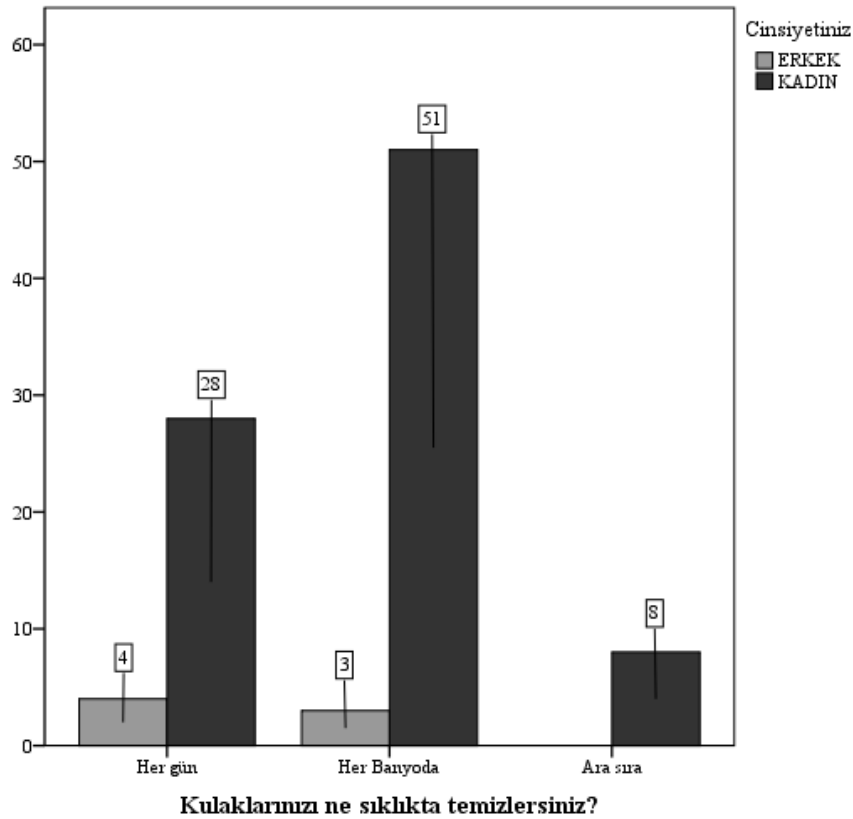
Cinsiyete göre çorapları değiştirme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %81,6'sı (n=71) Her gün değiştiririm; erkeklerin %42,9'u (n=3), kızların %16,1'i (n=14) 2- 3 günde bir değiştiririm; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %2,3'ü (n=2) Haftada bir değiştirmektedir (Şekil 4.27).

Öğretmen adaylarının “Kulaklarınızı ne sıklıkta temizlersiniz?” Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.21 ve Şekil 4.28’de verilmiştir.

**Tablo 4.21.** Kulaklarınızı ne sıklıkta temizlersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

20. Soru: Kulaklarınızı ne sıklıkta temizlersiniz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Her gün	4	57.1	28	32.2	32	34.0
Her banyoda	3	42.9	51	58.6	54	57.4
Ara sıra	0	0	8	9.2	8	8.5
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.348</b>					

Cinsiyete göre kulakları temizleme sıklığı incelendiğinde (Tablo 4.21); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.28.** Kulaklarınızı ne sıklıkta temizlersiniz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

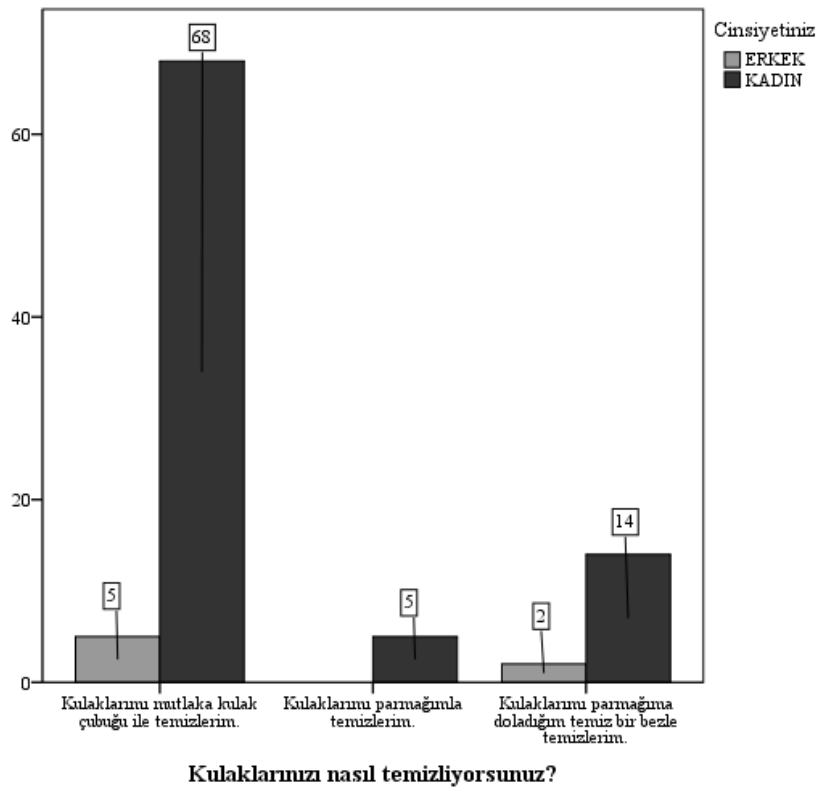
Cinsiyete göre kulakları temizleme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %57,1'i(n=4), kızların %32,2'si(n=28) Her gün; erkeklerin %42,9'u(n=3), kızların %58,6'sı (n=51) her banyoda; kızların %9,2'si(n=8) ara sıra temizlemektedir (Şekil 4.28).

Kulaklarınızı nasıl temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4.22 ve Şekil 4.29'da verilmiştir.

**Tablo 4.22.** Kulaklarınızı nasıl temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

21. Soru: Kulaklarınızı nasıl temizliyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Kulaklarımı mutlaka kulak çubuğu ile temizlerim.	5	71.4	68	78.2	73	77.7
Kulaklarımı parmağımla temizlerim.	0	0	5	5.7	5	5.3
Kulaklarımı parmağıma doladığım temiz bir bezle temizlerim.	2	28.6	14	16.1	16	17.0
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.597</b>					

Cinsiyete göre kulakları temizleme şekli incelendiğinde (Tablo 4.22); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.29.** Kulaklarınızı nasıl temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

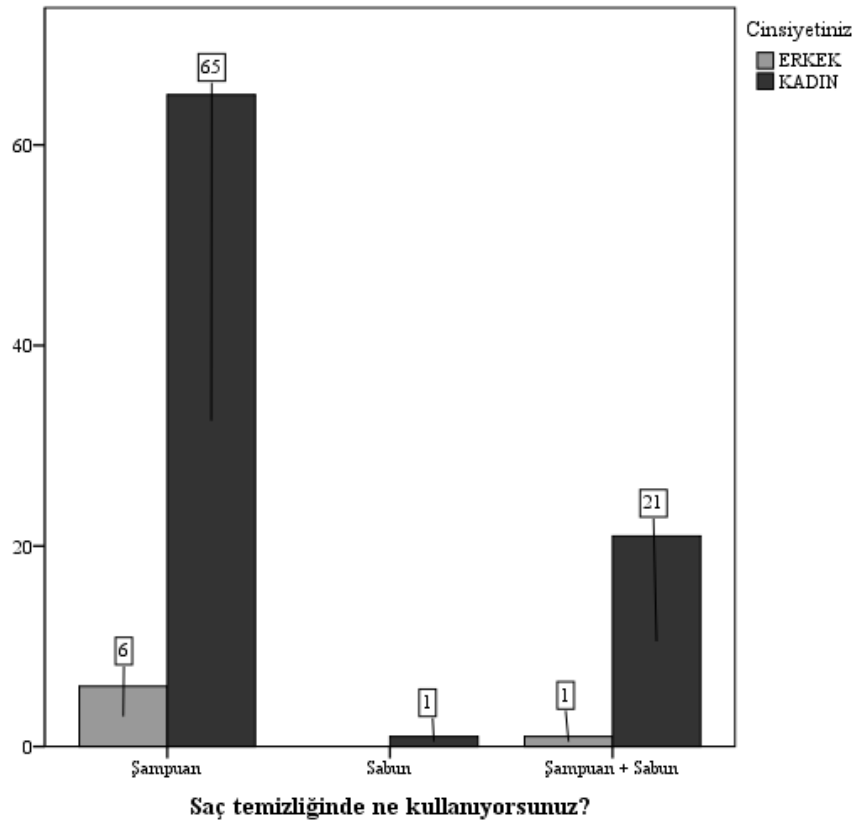
Cinsiyete göre kulakları temizleme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %78,2'si (n=68) Kulaklarımı mutlaka kulak çubuğu ile temizlerim; kızların %5,7'si (n=5) Kulaklarımı parmağım ile temizlerim.; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %16,1'i (n=14) Kulaklarımı parmağıma doladığım temiz bir bezle temizlemektedir (Şekil 4.29).

Öğretmen adaylarının “Saç temizliğinde ne kullanıyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.23 ve Şekil 4.30'da verilmiştir.

**Tablo 4.23.** Saç temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

22. Soru: Saç temizliğinde ne kullanıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Şampuan	6	85.7	65	74.7	71	75.5
Sabun	0	0	1	1.1	1	1.1
Şampuan + Sabun	1	14.3	21	24.1	22	23.4
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.797</b>					

Cinsiyete göre saç temizliğinde ne kullanıldığı incelendiğinde (Tablo 4.23); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.30.** Saç temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

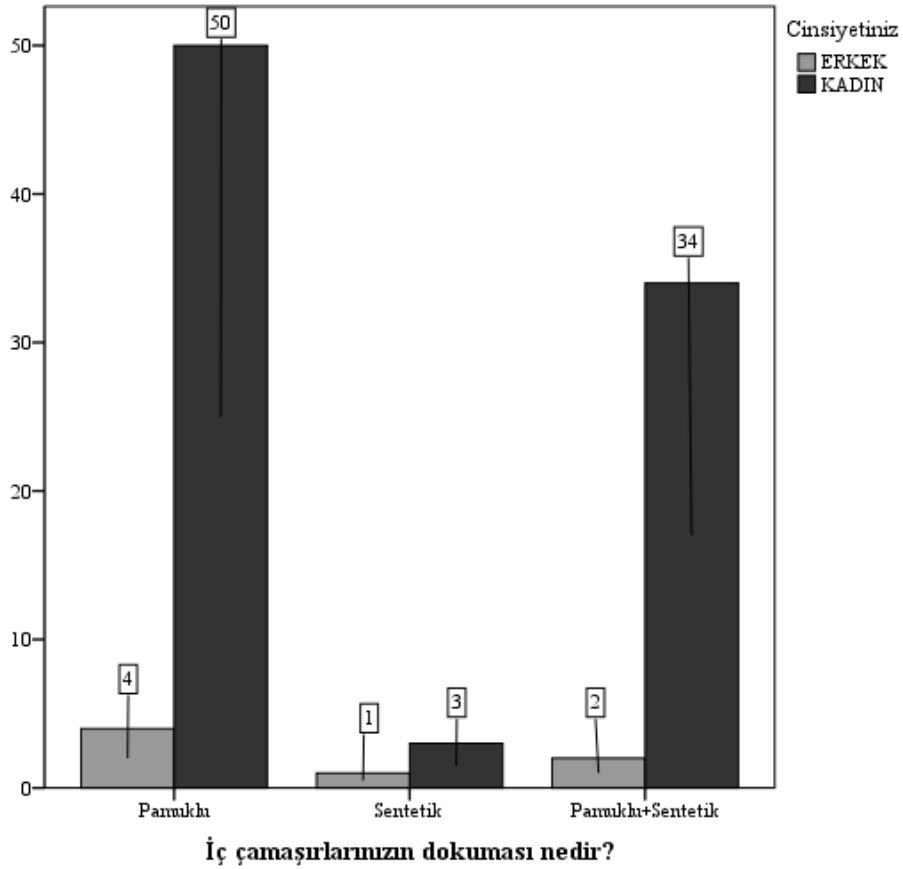
Cinsiyete göre saç temizliğinde ne kullanıldığı incelendiğinde; erkeklerin %85,7'si (n=6), kızların %74,7'si (n=65) Şampuan; kızların %1,1'i (n=1) Sabun; erkeklerin %14,3'ü(n=1), kızların %24,1'i (n=21) Şampuan + Sabun (Şekil 4.30).

İç çamaşırlarınızın dokuması nedir? Sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4. 24 ve Şekil 4.31'de gösterilmiştir.

**Tablo 4. 24.** İç çamaşırlarınızın dokuması nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

23. Soru: İç çamaşırlarınızın dokuması nedir?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
<b>Pamuklu</b>	4	57.1	50	57.5	54	57.4
<b>Sentetik</b>	1	14.3	3	3.4	4	4.3
<b>Pamuklu + Sentetik</b>	2	28.6	34	39.1	36	38.3
<b>Toplam</b>	7	100	87	100	94	100
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.372</b>					

Cinsiyete göre iç çamaşırı dokumasında ne kullanıldığı incelendiğinde (Tablo 4.24); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.31.** İç çamaşırlarınızın dokuması nedir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

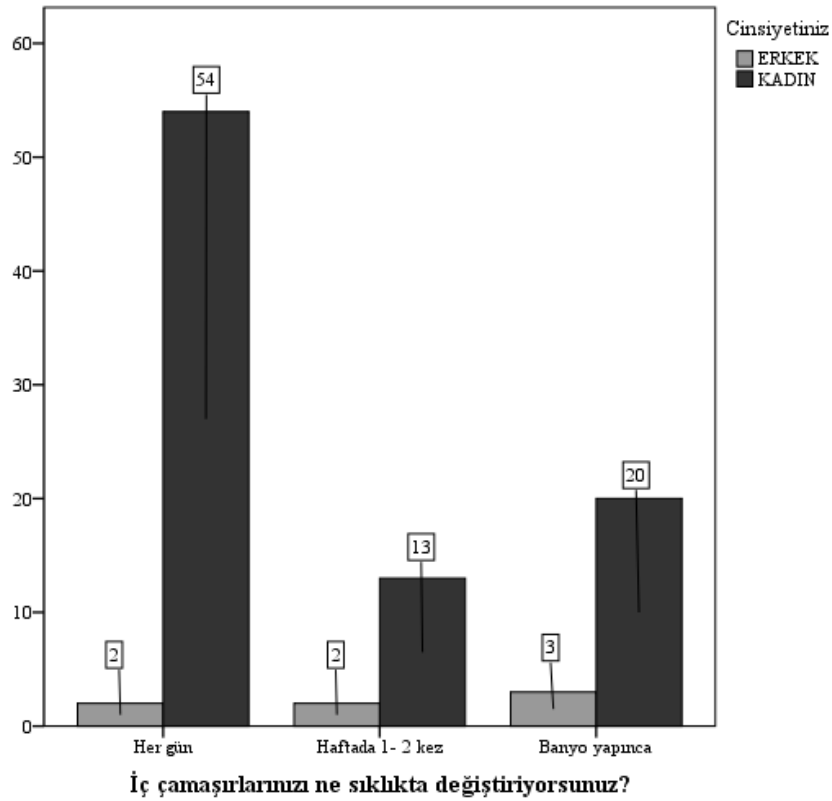
Cinsiyete göre iç çamaşırını dokumasında ne kullanıldığı incelendiğinde; erkeklerin %57,1'i (n=4), kızların %57,5'i (n=50) Pamuklu; erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %3,4'ü (n=3) Sentetik; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %39,1'i (n=34) Pamuklu + Sentetik kullanmaktadır (Şekil 4.31).

Öğretmen adaylarının “İç çamaşırınızı ne sıklıkta değiştiriyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4. 25 ve Şekil 4.32’de verilmiştir.

**Tablo 4. 25.** İç çamaşırınızı ne sıklıkta değiştiriyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

24. Soru: İç çamaşırınızı ne sıklıkta değiştiriyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
<b>Her gün</b>	2	28.6	54	62.1	56	59.6
<b>Haftada 1- 2 kez</b>	2	28.6	13	14.9	15	16.0
<b>Banyo yapınca</b>	3	42.9	20	23.0	23	24.5
<b>Toplam</b>	7	100	87	100	94	100
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.221</b>					

Cinsiyete göre iç çamaşırını değiştirme sıklığı incelendiğinde (Tablo 4.25); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.32.** İç çamaşırınızı ne sıklıkta değiştiriyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

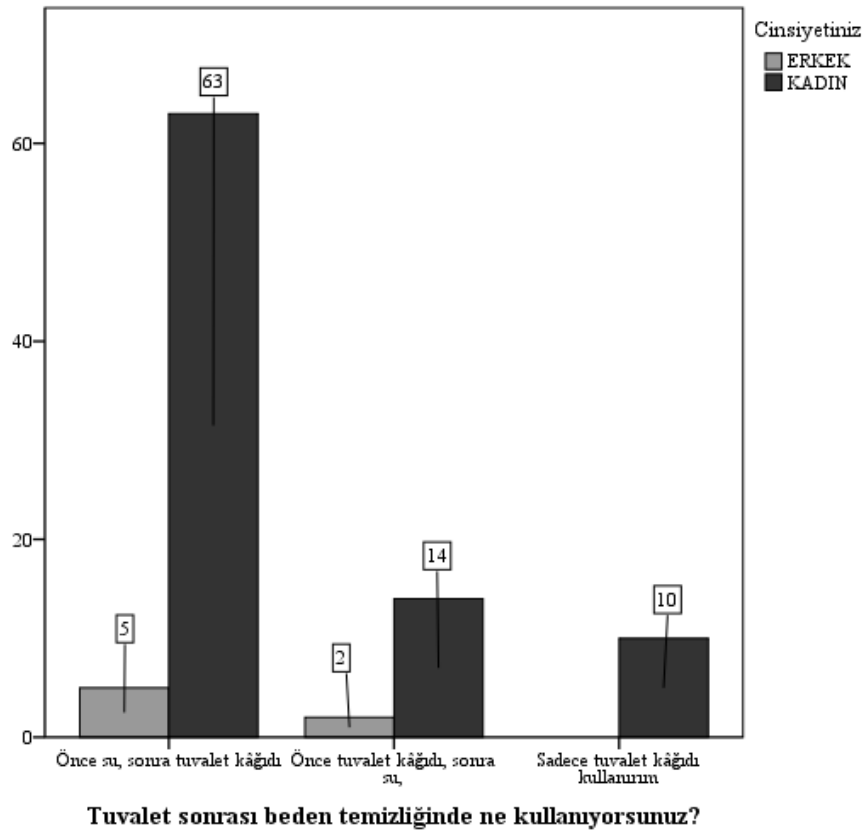
Cinsiyete göre iç çamaşırını değiştirme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %62,1'i (n=54) Her gün; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %14,9'u (n=13) Haftada 1- 2 kez; erkeklerin %42,9'u (n=3), kızların %23,0'ı (n=20) Banyo yapınca değiştirmektedir (Şekil 4.32).

Tuvalet sonrası beden temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4.26 ve Şekil 4.33'te verilmiştir.

**Tablo 4.26.** Tuvalet sonrası beden temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

25. Soru: Tuvalet sonrası beden temizliğinde ne kullanıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Önce su sonra tuvalet kâğıdı	5	71.4	63	72.4	68	72.3
Önce tuvalet kâğıdı sonra su	2	28.6	14	16.1	16	17.0
Sadece tuvalet kâğıdı kullanırım	0	0	10	11.5	10	10.6
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.497</b>					

Cinsiyete göre tuvalet temizliğinde beden temizliğinde ne kullanılıyorsunuz incelendiğinde (Tablo 4.26); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.33.** Tuvalet sonrası beden temizliğinde ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

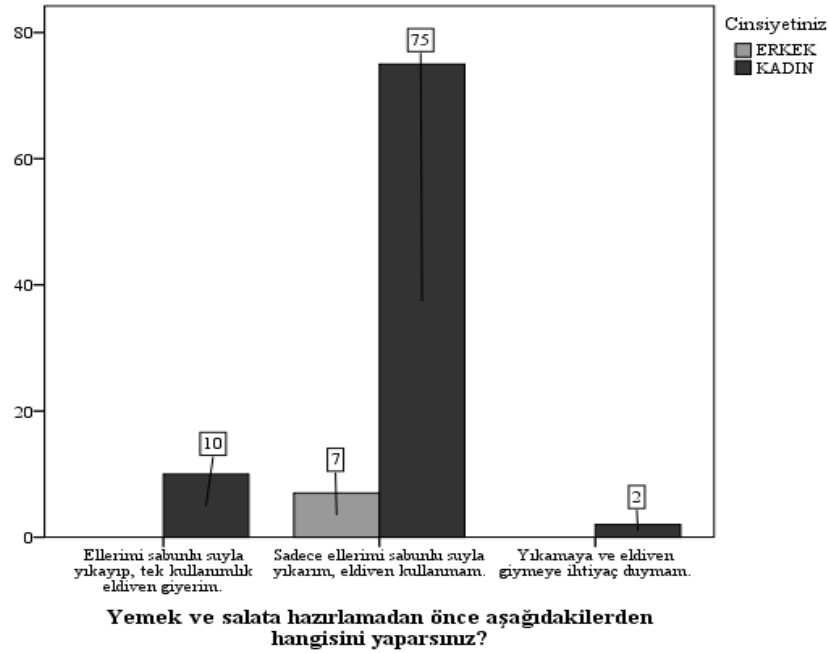
Cinsiyete göre tuvalet temizliğinde beden temizliğinde ne kullanılıyorsunuz incelendiğinde; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %72,4'ü (n=63) Önce su sonra tuvalet kâğıdı; erkeklerin %28,6'sı (n=2), kızların %16,1'i (n=14) Önce tuvalet kâğıdı sonra su; kızların %11,5'i (n=10) Sadece tuvalet kâğıdı kullanmaktadır (Şekil 4.33).

Öğretmen adaylarının “Yemek ve salata hazırlamadan önce aşağıdakilerden hangisini yaparsınız?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.27 ve Şekil 4.34 verilmiştir.

**Tablo 4.27.** Yemek ve salata hazırlamadan önce aşağıdakilerden hangisini yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

26. Soru: Yemek ve salata hazırlamadan önce aşağıdakilerden hangisini yaparsınız?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Ellerimi sabunlu suyla yıkayıp tek kullanımlık eldiven giyerim.	0	0	10	11.5	10	10.6
Sadece ellerimi sabunlu suyla yıkarım eldiven kullanmam	7	100	75	86.2	82	87.2
Yıkamaya ve eldiven giymeye ihtiyaç duymam.	0	0	2	2.3	2	2.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.575</b>					

Cinsiyete göre yemek ve salata hazırlamadan önce ne yapıldığı incelendiğinde (Tablo 4.27); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.34.** Yemek ve salata hazırlamadan önce aşağıdakilerden hangisini yaparsınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

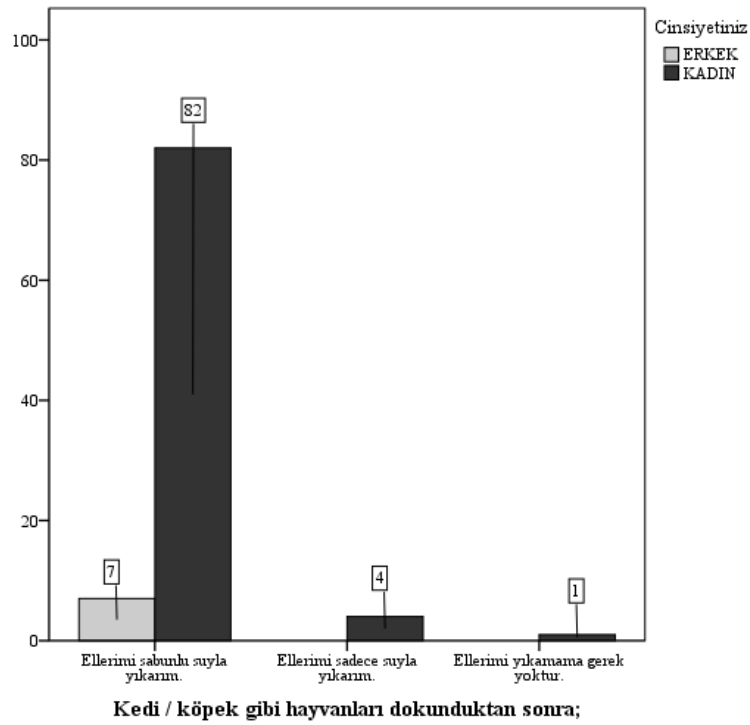
Cinsiyete göre yemek ve salata hazırlamadan önce ne yapıldığı incelendiğinde; kızların %11,5'i (n=10) Ellerimi sabunlu suyla yıkayıp tek kullanımlık eldiven giyerim.; erkeklerin %100'ü (n=7), kızların %86,2'si (n=75) Sadece ellerimi sabunlu suyla yıkırım eldiven kullanmam; kızların %2,3'ü (n=2) Yıkamaya ve eldiven giymeye ihtiyaç duymamaktadır (Şekil 4.34).

Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra; Sorusuna verilen cevapların cinsiyete göre dağılımları Tablo 4.28 ve Şekil 4.35'te gösterilmiştir.

**Tablo 4.28.** Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra; Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

27. Soru: Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra;	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Ellerimi sabunlu suyla yıkırım.	7	100	82	94.3	89	94.7
Ellerimi sadece suyla yıkırım.	0	0	4	4.6	4	4.3
Ellerimi yıkamama gerek yoktur.	0	0	1	1.1	1	1.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.809</b>					

Cinsiyete göre; Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra ne yapıldığı incelendiğinde (Tablo 4.28); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ). Erkek öğrencilerin hepsi hayvanlara dokunduktan sonra ellerini sabunlu suyla yıkamaktadır.



**Şekil 4.35.** Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra; Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

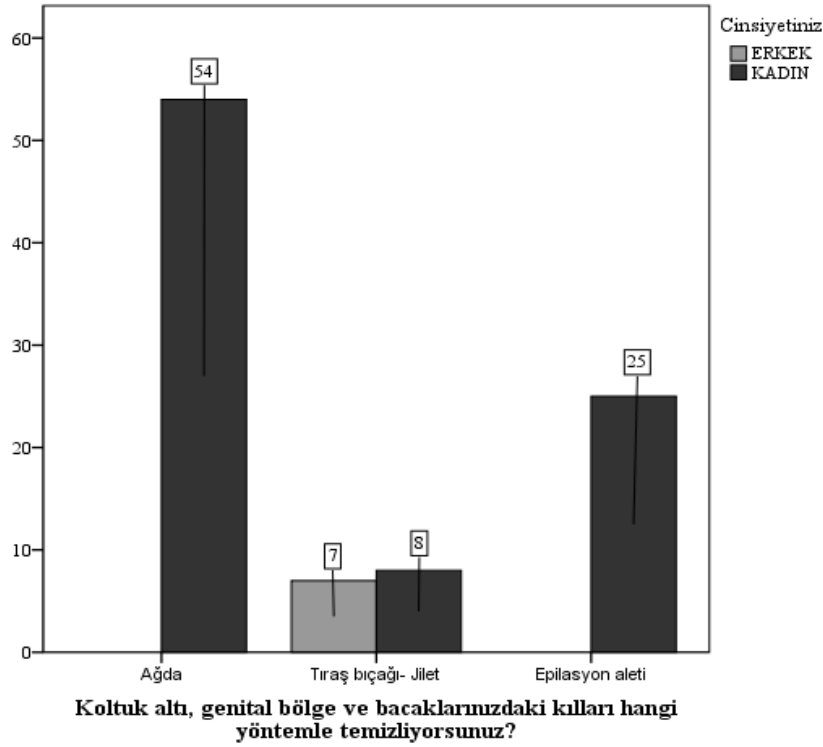
Cinsiyete göre; Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra ne yapıldığı incelendiğinde; erkeklerin %100'ü (n=7), kızların %94,3'ü (n=82) Ellerimi sabunlu suyla yıkarım; kızların %4,6'sı (n=4) Ellerimi sadece suyla yıkarım; kızların %1,1'i (n=1) Ellerimi yıkamama gerek yoktur (Şekil 4.35).

Öğretmen adaylarının “Koltuk altı genital bölge ve bacaklarındaki kılları hangi yöntemle temizliyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.29 ve Şekil 4.36'da verilmiştir.

**Tablo 4.29.** Koltuk altı genital bölge ve bacaklarındaki kılları hangi yöntemle temizliyorsunuz?  
Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

28. Soru: Koltuk altı genital bölge ve bacaklarındaki kılları hangi yöntemle temizliyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Ağda	0	0	54	62.1	54	57.4
Tıraş bıçağı- Jilet	7	100	8	9.2	15	16.0
Epilasyon aleti	0	0	25	28.7	25	26.6
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.000</b>					

Cinsiyete göre; Koltuk altı, genital bölge ve bacaklarındaki kılları temizleme yöntemi incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir. Erkek öğrencileri hepsi kıllarını temizleme yönteminde tıraş bıçağı-jilet kullanırken, kız öğrencilerin ağda yöntemini daha çok tercih etmektedirler ( $p<0.0001$ ). Sonuç oldukça anlamlı çıkmıştır (Tablo 4.29).



**Şekil 4.36.** Koltuk altı, genital bölge ve bacaklarındaki kılları hangi yöntemle temizliyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

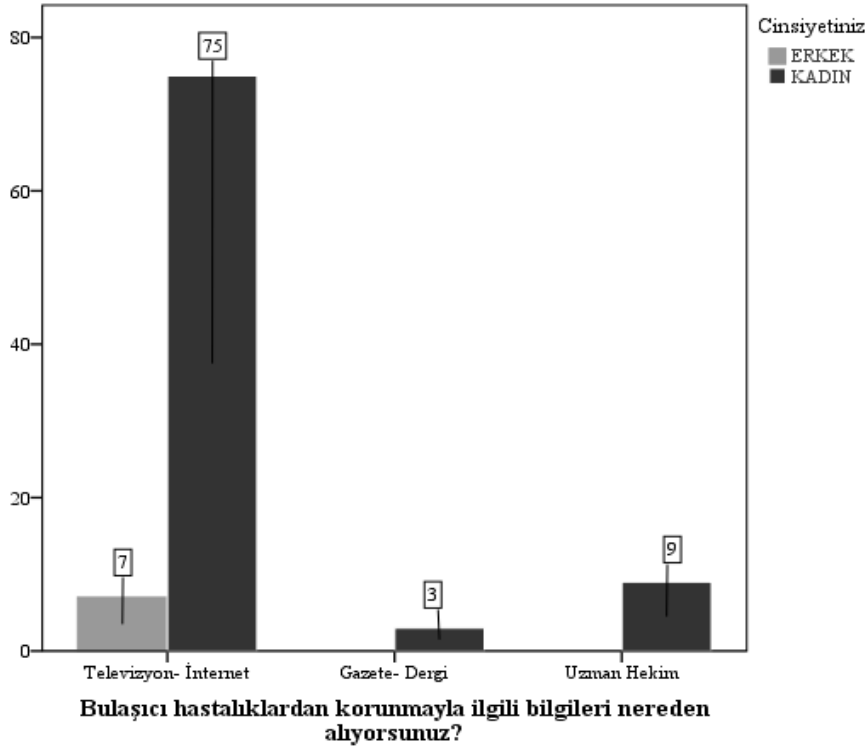
Cinsiyete göre; Koltuk altı, genital bölge ve bacaklarındaki kılları temizleme yöntemi incelendiğinde; kızların %62,1'i (n=54) Ağda; erkeklerin %100'ü (n=7), kızların %9,2'si (n=8)Tıraş bıçağı-Jilet; kızların %28,7'si (n=25) Epilasyon aleti kullanmaktadır (Şekil 4.36).

Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden alıyorsunuz? Sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4.30 ve Şekil 4.37'de gösterilmiştir.

**Tablo 4.30.** Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden alıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

29. Soru: Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden alıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Televizyon- İnternet	7	100	75	86.2	82	87.2
Gazete- Dergi	0	0	3	3.4	3	3.2
Uzman Hekimlerden	0	0	9	10.3	9	9.6
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.575</b>					

Cinsiyete göre; Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden aldıkları incelendiğinde (Tablo 4.30); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



Şekil 4.37. Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden alıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

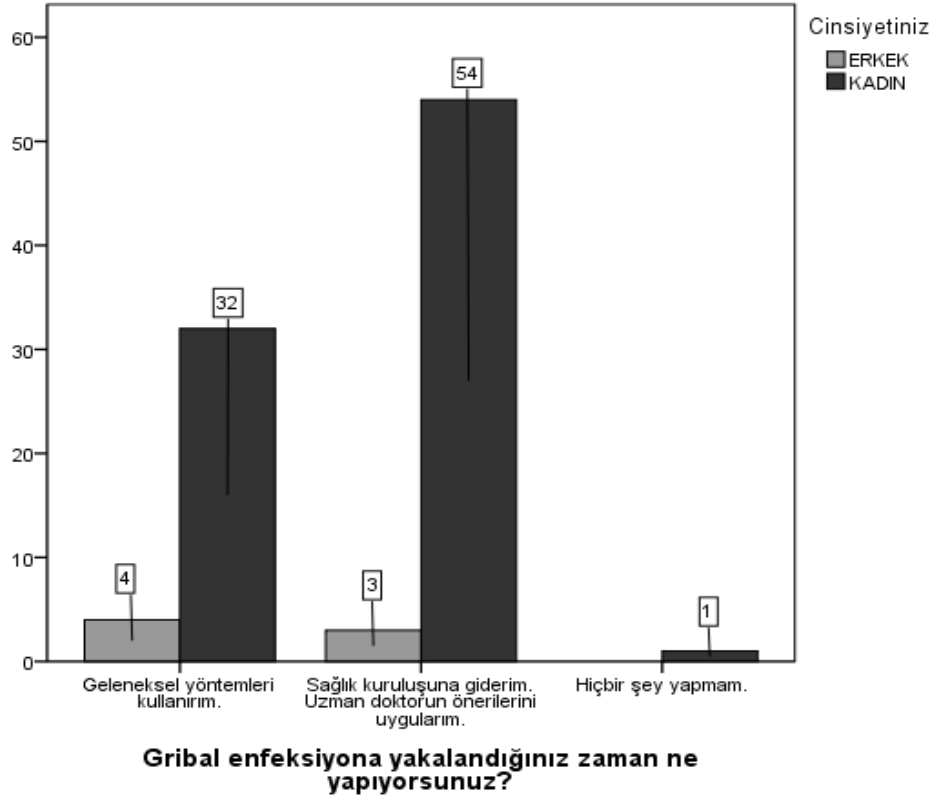
Cinsiyete göre; Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden aldıkları incelendiğinde; erkeklerin %100’ü (n=7), kızların %86,2’si (n=75) Televizyon- İnternet; kızların %3,4’ü (n=3) Gazete- Dergi; kızların %10,3’ü (n=9) Uzman Hekimlerden almaktadırlar (Şekil 4.37).

Öğretmen adaylarının “Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıyorsunuz?” Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.31 ve Şekil 4.38’de gösterilmiştir.

Tablo 4.31. Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

30. Soru: Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Geleneksel yöntemleri kullanırım.	4	57.1	32	36.8	36	38.3
Sağlık kuruluşuna giderim. Uzman doktorun önerilerini uygularım.	3	42.9	54	62.1	57	60.6
Hiçbir şey yapmam	0	0	1	1.1	1	1.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.555</b>					

Cinsiyete göre; Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıldığı incelendiğinde (Tablo 4.31); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.38.** Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

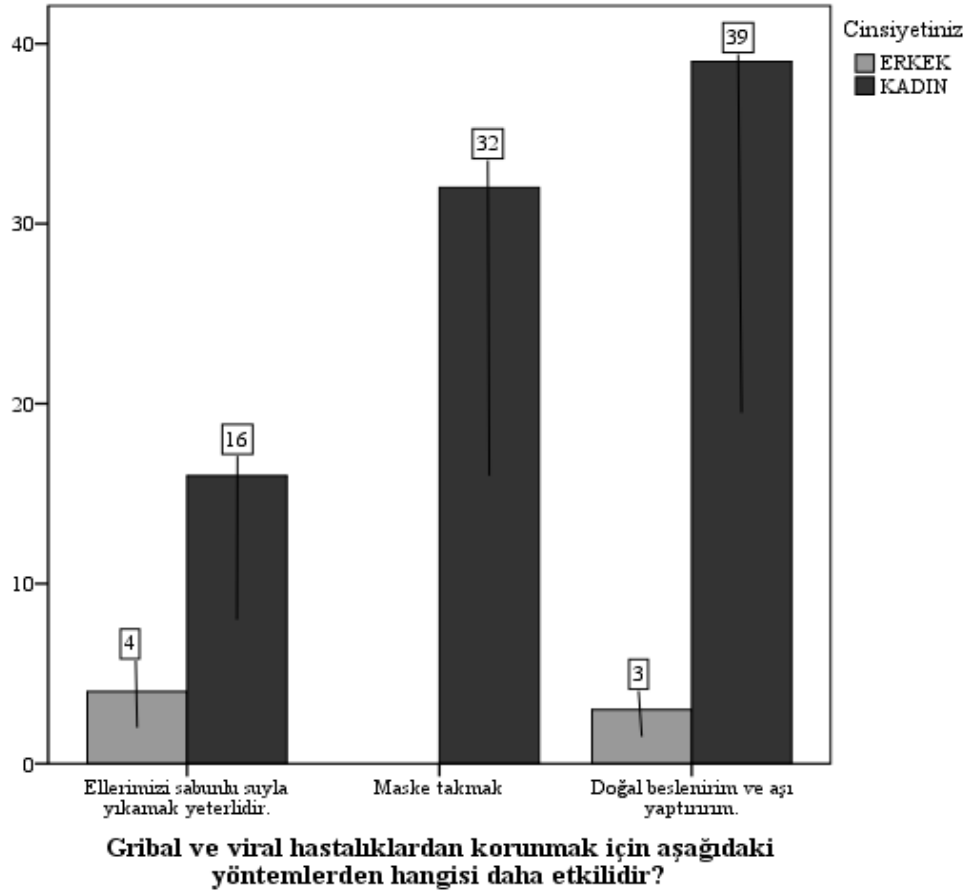
Cinsiyete göre; Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıldığı incelendiğinde; erkeklerin %57,1'i (n=4), kızların %36,8'i (n=32) Geleneksel yöntemleri kullanırım; erkeklerin %42,9'u (n=3), kızların %62,1'i (n=54) Sağlık kuruluşuna giderim. Uzman doktorun önerilerini uygularım; kızların %1,1'i (n=1) Hiçbir şey yapmamaktadırlar (Şekil 4.38).

Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için aşağıdaki yöntemlerden hangisi daha etkilidir? Sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4.32 ve Şekil 4.39'da verilmiştir.

**Tablo 4.32.** Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için aşağıdaki yöntemlerden hangisi daha etkilidir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

31. Soru: Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için aşağıdaki yöntemlerden hangisi daha etkilidir?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Ellerimizi sabunlu suyla yıkamak yeterlidir.	4	57.1	16	18.4	20	21.3
Maske takmak.	0	0	32	36.8	32	34.0
Doğal beslenirim ve aşı yaptırırım.	3	42.9	39	44.8	42	44.7
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.028</b>					

Cinsiyete göre; Gribal ve viral hastalıklardan korunma yöntemi incelendiğinde; farklılık anlamlıdır ( $p < 0.028$ ). Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için; erkek öğrencilerin ellerini sabunlu yıkamanı yeterli bulurken, Kız öğrenciler doğal beslenme ve aşı yaptırma oranı yüksek bulunmuştur (Tablo 4.32).



**Şekil 4.39.** Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için aşağıdaki yöntemlerden hangisi daha etkilidir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

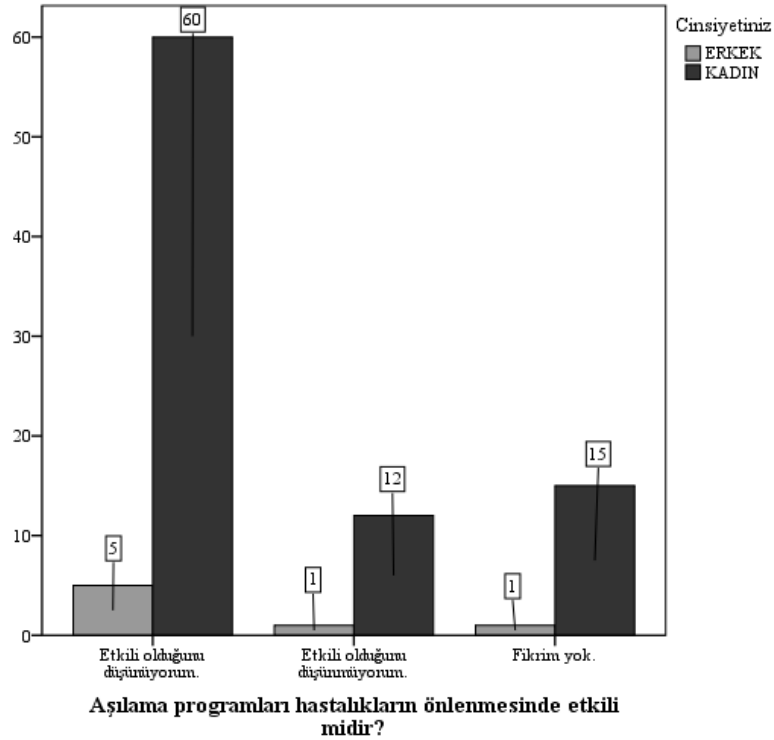
Cinsiyete göre; Gribal ve viral hastalıklardan korunma yöntemi incelendiğinde; erkeklerin %57,1'i (n=4), kızların %18,4'ü (n=16) Ellerimizi sabunlu suyla yıkamak yeterlidir. Kızların %36,8'i (n=32) Maske takmak; erkeklerin %42,9'u (n=3), kızların %44,8'i (n=39) Doğal beslenirim ve aşı yaptırmaktadır (Şekil 4.39).

Öğretmen adaylarının “Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkili midir?” Sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.33 ve Şekil 4.40’da gösterilmiştir.

**Tablo 4.33.** Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkili midir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

32. Soru: Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkili midir?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
<b>Etkili olduğunu düşünüyorum.</b>	5	71.4	60	69.0	65	69.1
<b>Etkili olduğunu düşünmüyorum.</b>	1	14.3	12	13.8	13	13.8
<b>Fikrim yok.</b>	1	14.3	15	17.2	16	17.0
<b>Toplam</b>	7	100	87	100	94	100
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.980</b>					

Cinsiyete göre Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkisi incelendiğinde (Tablo 4.33); istatistikî farklılık anlamsızdır ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.40.** Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkili midir? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

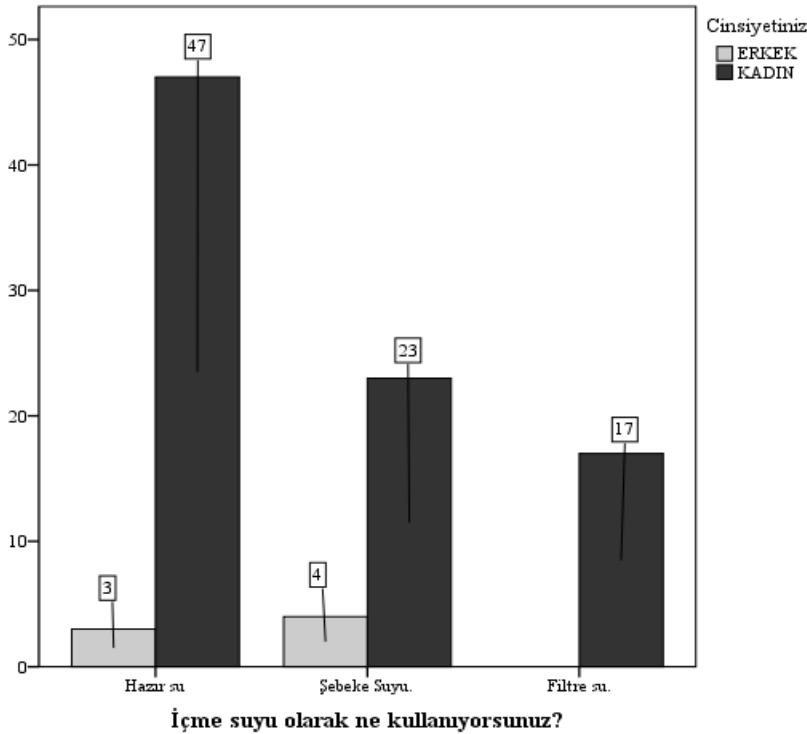
Cinsiyete göre Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkisi incelendiğinde; erkeklerin %71,4'ü (n=5), kızların %69'u (n=60) Etkili olduğunu düşünüyorum; erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %13,8'i (n=12) Etkili olduğunu düşünmüyorum; erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %17,2'si (n=15) Fikrim yok (Şekil 4.40).

İçme suyu olarak ne kullanıyorsunuz? sorusuna verilen cevaplarla ilgili sonuçlar Tablo 4.34 ve Şekil 4.41 gösterilmiştir.

**Tablo 4.34.** İçme suyu olarak ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

33. Soru: İçme suyu olarak ne kullanıyorsunuz?	N	E (%)	N	K (%)	Toplam N	E+K (%)
Hazır su	3	42.9	47	54.0	50	53.2
Şebeke Suyu	4	57.1	23	26.4	27	28.7
Filtre su	0	0	17	19.5	17	18.1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>100</b>
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.162</b>					

Cinsiyete göre içme suyu olarak ne kullandığı incelendiğinde (Tablo 4.37); istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).



**Şekil 4.41.** İçme suyu olarak ne kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

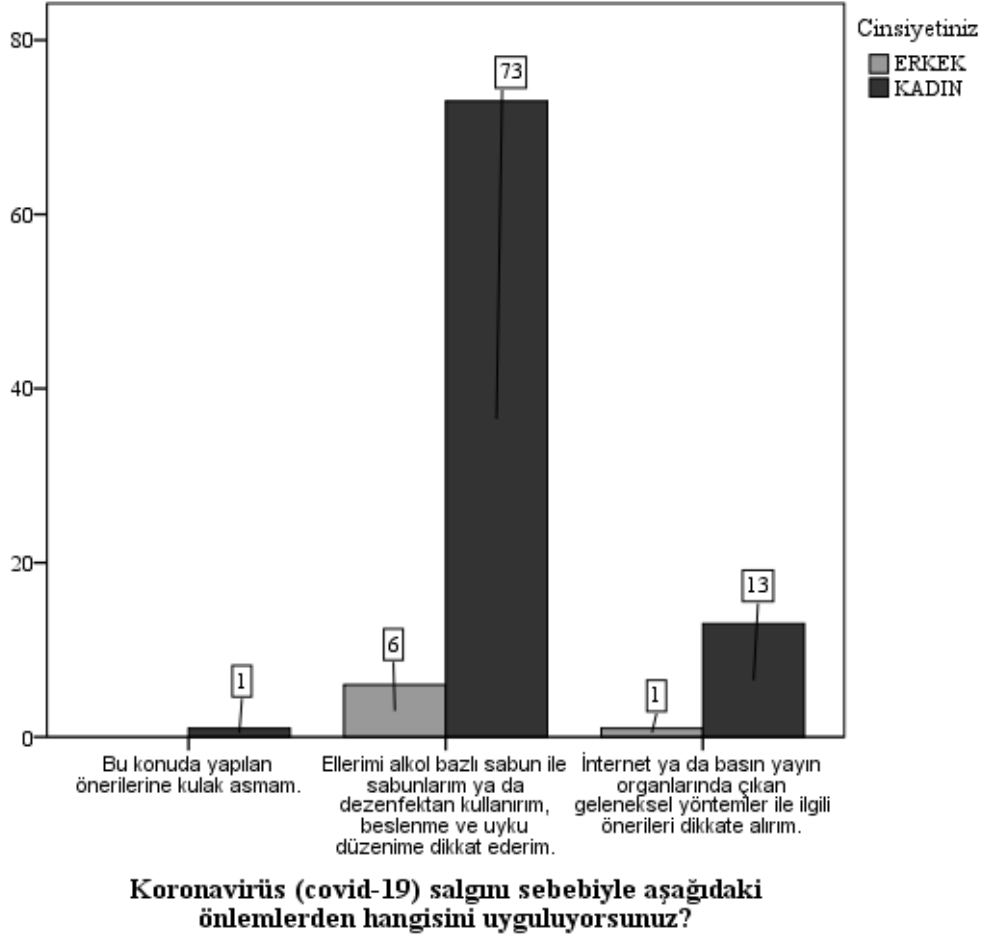
Cinsiyete göre içme suyu olarak ne kullandığı incelendiğinde; erkeklerin %42,9'u (n=3), kızların %54,0'ı (n=47) Hazır su; erkeklerin %57,1'i (n=4), kızların %26,4'ü (n=23) Şebeke Suyu; kızların %19,5'i (n=17) Filtre su kullanmaktadır (Şekil 4.41).

Öğretmen adaylarının “Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle aşağıdaki önlemlerden hangisini uyguluyorsunuz/uyguladınız?” sorusuna verdikleri cevaplar Tablo 4.35 ve Şekil 4.42’de verilmiştir.

**Tablo 4.35.** Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle aşağıdaki önlemlerden hangisini uyguluyorsunuz/uyguladınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekansları.

<b>34. Soru: Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle aşağıdaki önlemlerden hangisini uyguluyorsunuz/uyguladınız?</b>	<b>N</b>	<b>E (%)</b>	<b>N</b>	<b>K (%)</b>	<b>Toplam N</b>	<b>E+K (%)</b>
<b>Bu konuda yapılan önerilerine kulak asmam.</b>	0	0	1	1.1	1	1.1
<b>Ellerimi alkol bazlı sabun ile sabunlarım ya da dezenfektan kullanırım beslenme ve uyku düzenime dikkat ederim. Ayrıca evde kalma ya da sosyal mesafeye dikkat ederim.</b>	6	85.7	73	83.9	79	84.0
<b>İnternet ya da basın yayın organlarında çıkan geleneksel yöntemler ile ilgili önerileri dikkate alırım.</b>	1	14.3	13	14.9	14	14.9
<b>Toplam</b>	7	100	87	100	94	100
<b>Pearson Chi-Square</b>	<b>0.958</b>					

Cinsiyete göre Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle hangi önlemleri uygulandığı incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ). Kız ve erkek öğrenciler koronavirüs salgınında alınan tedbirler konusunda bilinçlidirler (Tablo 4.35).



**Şekil 4.42 .** Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle aşağıdaki önlemlerden hangisini uyguluyorsunuz/uyguladınız? Sorusuna verilen cevapların cinsiyetlere göre frekanslarını gösteren grafik.

Cinsiyete Koronavirüs (covid-2019) salgını sebebiyle hangi önlemleri uygulandığı incelendiğinde; kızların %1,1'i (n=1) Bu konuda yapılan önerilerine kulak asmam; erkeklerin %85,7'si (n=6), kızların %83,9'u (n=73) Ellerimi alkol bazlı sabun ile sabunlarım ya da dezenfektan kullanırım beslenme ve uyku düzenime dikkat ederim. Ayrıca evde kalma ya da sosyal mesafeye dikkat ederim erkeklerin %14,3'ü (n=1), kızların %14,9'u (n=13) İnternet ya da basın yayın organlarında çıkan geleneksel yöntemler ile ilgili önerileri dikkate almaktadır (Şekil 4.42).

## BÖLÜM 5

### 5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 5.1. Tartışma

Kişisel hijyen kurallarına uymak, insanları başta kovid-19 olmak üzere soğuk algınlığı, grip, mide ve bağırsak sistemi enfeksiyonları gibi viral ve bakteriyel kökenli bulaşıcı hastalıklardan korur. Ellerimizin sabunlu suyla yıkanması hastalık etkeni olan mikroorganizmaları yok eder. Aynı zamanda kişisel hijyen bulaşıcı hastalıkların toplumda yayılmasına engel olur.

İyi bir kişisel hijyen için; vücudumuzu daima temiz tutmalı ve temiz giysiler giymeliyiz, günde en az iki defa dişlerimizi fırçalamalıyız, tuvaletten sonra, yemeklerden önce ve sonra, ellerimizi sabunlu suyla yıkamalıyız, kontamine yüzeylere temas ettikten sonra, evcil hayvanlara ve diğer hayvanlara dokunduktan sonra ellerimizin sabunlu suyla yıkanması önemlidir. Ayrıca yemek hazırlama aşamalarında ellerimizin sabunlu suyla yıkanması ve mümkünse tek kullanımlık eldiven takılmalıdır ([www.healthdirect.gov.au](http://www.healthdirect.gov.au)).

Tanımlayıcı nitelikte bir araştırma olan bu çalışmada; NEÜ, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitim Bölümü, Biyoloji Öğretmenliği Programı ile ASÜ Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği programındaki ve DPÜ Eğitim Fakültesi Fen Bilimleri Öğretmenliği programındaki öğretmen adaylarının kişisel hijyen ve temizlik konusundaki farkındalık ve alışkanlıklarını belirlenmesi amaçlanmıştır.

Çalışma kapsamında öğretmen adaylarının (E+K) %95,7'si sabahları yüzünü yıkamaktadır. Öğretmen adaylarının (E+K) %93,6'sı ellerini düzenli yıkamaktadır. Öğretmen adaylarının (E+K) %68,1'i yemek yemeden önce, %80,9'u yemeklerden sonra, Öğretmen adaylarının (E+K) %94,7'si kedi köpek gibi hayvanlara dokunduktan sonra ellerini yıkamaktadır. Aynı çalışmada 30 saniyeden daha kısa süre ellerini yıkayan öğretmen adaylarının (E+K) oranı %54,3, 1-2 dakika arası yıkayanların oranı %43,6; 1-2 dakikadan daha uzun süre yıkayan öğretmen adayı oranı %2,1 olarak saptanmıştır. Aynı çalışmada katılımcıların %79,8'i ellerini sıvı sabunla, %20,2'si kuru sabun ile ellerini yıkadıkları belirlenmiştir.

“Kişisel hijyen davranışların belirlenmesi” amacıyla Ankara'daki liselerde yapılan bir çalışmada talebelerin ellerini yıkama oranları; sabah kalkınca %91,9, yemekten önce %80,

yemekten sonra %79.5 olarak rapor edilmiştir (Kaya ve ark., 2006). Bizim bu çalışmada elde ettiğimiz bulgular Kaya ve ark., 2006'nın yaptığı araştırma elde ettiği bulgularla örtüşmektedir.

Hastalıklardan korunmak için ellerimizin düzenli olarak en az 20 sn. yıkanması gerekir (www.healthdirect.gov.au). DSÖ'ye göre, ellerin yıkanmasındaki tüm aşamaların süresinin 40-60 saniye olması gerekmektedir (WHO 2009).

Amerika Birleşik Devletleri'nde Borchgrevink ve ark., (2011)'nin üniversite öğrencilerinin el yıkama alışkanlıkları ve davranışları ile ilgili yaptığı çalışmada; ellerini sabahları veya öğleyin ya da gece yatarken yıkayan öğrencilerin oranı sırasıyla %69,6; %66,7; %58 olarak tespit edilmiştir. Öğretmen adayları ile ilgili yaptığımız bu çalışmada ellerini düzenli olarak yıkayanların oranı %93.6 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre Türkiye'deki öğrencilerin el yıkama alışkanlıkları bakımından daha bilinçli olduklarını ifade edebiliriz.

Sefit (1996)'nin üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada haftada 2 kez banyo yapan katılımcıların oranı % 51,8 olarak bulunmuştur. Bizim çalışmamızda ise öğrencilerin %83'ünün 2-3 günde bir banyo yaptığı belirlenmiştir. Bu sonuçlar Sefit (1996)'nin tespit ettiği değerlere göre oldukça yüksektir. Bu durum Biyoloji ve Fen Bilimleri öğretmen adaylarının kişisel hijyen konusunda daha bilinçli olduğunun bir göstergesi sayılabilir.

Biyoloji ve Fen Bilimleri öğretmen adayları ile ilgili yaptığımız çalışmada iç çamaşırlarını her gün değiştirenlerin oranı %59,6, banyo yaptıktan sonra değiştirenlerin oranı ise %24,5 olarak tespit edilmiştir. Öğretmen adaylarının (E+K) çoraplarını her gün değiştirme oranı %77.7 olarak bulunmuştur.

Şimşek (2006)'ın lise öğrencileri ile ilgili yaptığı çalışmada iç çamaşırlarını haftada bir-iki kez değiştirenlerin oranı %21,5, günde bir-iki kez değiştirenlerin oranı ise %39,5 olarak bulunmuştur. Bu sonuçların bizim çalışmamızda elde ettiğimiz bulgularla uyumlu olduğu ifade edilebilir. Aynı çalışmada katılımcıların çoraplarını her gün değiştirme oranı %87 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre lise öğrencilerinin çoraplarının günlük değiştirme duyarlılığının daha fazla olduğunu söyleyebiliriz.

Bu çalışmadaki araştırma grubunu oluşturan öğretmen adaylarının, % 33'ü günde bir kez, %64,9'u günde iki-üç kez dişlerini fırçaladığı tespit edilmiştir. Şimşek (2006)'in yaptığı

çalışmada öğrencilerin bir gün içinde dişlerini fırçalama sıklığı bakımından; %19,2'si bir defa, %59,1'i iki kez, %21,7'sinin ise üç defa ve daha fazla sayıda olduğu belirlenmiştir.

Malezya'da adolesan öğrenciler arasında el hijyeni ve ağız bakımı ile ilgili yapılan bir çalışmada, katılımcıların tuvaletten sonra her zaman ellerini yıkayanların oranı % 95 olarak tespit edilirken, dişlerini günde iki defa fırçalayanların oranı % 86,6 olarak bulunmuştur (Salleh *et al.* 2019). Japonya'da yapılan bir başka çalışmada ise günde iki ve üç defa fırçalayan öğrencilerin toplam oranı %79 olarak bulunmuştur (Saito *et al.* 2009). Diş fırçalama davranışları bakımından çalışma grubumuzu oluşturan öğretmen adaylarının Malezya'daki adolesan gruba ve Japonya'daki öğrenci grubuna göre bilinç düzeylerinin daha az olduğu ifade edilebilir.

Biyoloji ve Fen Bilimleri öğretmen adaylarının diş fırçalarını iki-beş ayda değiştirme oranı %71,3 olarak bulunmuştur. Şimşek (2006)'in yaptığı çalışmada ise bu oran % 54,7'dir. Bu sonuçlara göre öğretmen adaylarının diş fırçası değiştirme davranışı bakımından daha duyarlı oldukları ifade edilebilir.

## 5.2. Sonuç

Temizlik ve kişisel hijyen davranışları birey bakımından önemli olduğu gibi halk sağlığı açısından da oldukça önemlidir. Çünkü bu davranışlar, medeni ve uygar insan olma ölçütleri içerisinde değerlendirilir. Uygar insan, kişisel hijyenine ve bakımına dikkat eden kişidir.

Her konuda bizim rehberimiz ve önderimiz olan Hazreti Muhammed (S.A.V.) kişisel hijyen ve temizliğine çok önem verirdi. Bilhassa ağız, burun ve diş sağlığı için bu organların temizliğine ayrı bir hassasiyet gösterirdi. Ayrıca saç, sakal ve bıyık bakımına da önem vermiştir. Bununla ilgili çok sayıda hadis-i şerif vardır. Bunlardan bazıları:

"Dört şey geçmiş peygamberlerin sünnetlerindedir. Haya duygusu, kokulanmak, diş temizliği ve nikâh". Beden temizliği ile ilgili olarak; Tırnakların düzenli olarak kesilmesi, koltuk altı ve kasık kıllarının temizlenmesi, bıyıkların uzun kısımlarının kesilmesi ve özellikle dişlerin temiz tutulması bunlar arasında sayılabilir ([www.sorularlailslamiyet.com](http://www.sorularlailslamiyet.com))

Bu araştırmada; öğretmen adaylarının % 92,6'sı kız, annelerinin % 76,6'sı ev hanımı ve % 45,7'si ilkokul mezunu, babalarının % 35,1'i işçi, % 36,2'si ilkokul mezunu olduğu

belirlenmiştir. Grubun % 64,9'unun ekonomik durumu 2000-4000 TL, % 34,0'ünün 2 kardeşi vardır.

Öğretmen adaylarının el yıkamak için harcadığı süre incelendiğinde; erkeklerin %100'ünün, kızların %50,6'sı 30 saniyeden daha az süre ellerini yıkadıkları belirlenmiştir. El yıkama süresi bakımında erkek bireylerin daha bilinçli olduğu dikkati çekmektedir ( $p < 0.041$ ).

Katılımcıların diş fırçalama tekniği incelendiğinde; erkeklerin %57,1'inin, kızların %36,8'inin diş etinden diş doğru dişlerini fırçaladıkları saptanmış ve diş fırçalama teknikleri bakımından erkeklerin kızlara göre daha bilinçli olduğu belirlenmiştir ( $p < 0.022$ ).

Öğretmen adaylarının çorap değiştirme sıklığı incelendiğinde; erkeklerin %28,6'sının, kızların %81,6'sı her gün değiştirdiği saptanmış ve istatistiksel olarak kızların daha bilinçli olduğu görülmüştür ( $p < 0.0001$ ).

Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için ellerini sabunlu suyla yıkama cevabı verenler bakımından erkeklerin oranı %57,1; kızların oranı ise %18,4 olarak saptanmıştır ( $p < 0.028$ ).

Öğretmen adaylarının (E+K) iç çamaşırlarını her gün değiştirenlerin oranı %59,6 olarak tespit edilirken, cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p > 0.05$ ). Diğer taraftan ayaklarını günde 1- 2 kez yıkayanların oranı %63,8'dir. Cinsiyetler arasındaki fark önemsiz bulunmuştur ( $p > 0.05$ ). Ayrıca katılımcıların (E+K) % 83'ünün iki-üç günde banyo yaptığı tespit edilmiştir. Bu parametre bakımından da erkek ve kızlar arasındaki fark önemsiz olduğu tespit edilmiştir ( $p > 0.05$ ).

### 5.3. Öneriler

Araştırmamızda elde ettiğimiz bulgu ve sonuçlara göre aşağıdaki önerileri yapmak mümkündür.

Milli Eğitim ders programlarında kişisel hijyen ve temizlikle ilgili uygulamalar yaygınlaştırılmalıdır.

Toplumun bütün katmanlarının doğru bilgilerle eğitilebilmesi için konunun uzmanları tarafından kitle iletişim araçları ile eğitici programlar yapılmalıdır.

Üniversite ders programlarında kişisel hijyen ve temizlik konusunda seçmeli dersler açılmalıdır.

Kişisel hijyen ve temizlik ile ilgili öğrenci toplulukları kurularak aktifleştirilmelidir.

Kişisel hijyen ve temizlik konusunda ilk ve ortaöğretim okullarında öğrencilere konunun uzmanları tarafından uygulamalı eğitim seminerleri verilmelidir.



## KAYNAKLAR

- Aktümsek, A. Anatomi ve Fizyoloji- İnsan Biyolojisi. 5. Baskı. Nobel Yayın Dağıtım. 2010. p. 438.
- Alaş, A. (2017). Gözümüzdeki Tevhid Delilleri. I. Uluslararası Bilimler Işığında Yaratılış Kongresi. 30 Kasım – 2 Aralık 2017, Harran Üniversitesi Şanlıurfa, Türkiye. Sayfa 238-243.
- Albert RK, Condie F. Hand-washing patterns in medical intensive care units. N Engl J Med 1981;304:1465-6.
- Aslan D. ve Kaya, M. (2006). Ankara'da Bir Lisenin 9 ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Konusunda Davranışlarının Belirlenmesi, Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 15(10), 179-183.
- Aydın A. Okul Çağı Çocuklarının Beslenme, Ağız ve Genel Vücut Hijyenine İlişkin Uygulamalarının ve Bunlara Bağlı Gelişebilecek Sağlık Sorunlarının Belirlenmesi, Bilim Uzmanlığı Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara: 1996.
- Ayhan B, Tümerdem B, Tümerdem Y. Toplumda Sık Görülen El, Ayak, Mantar Enfeksiyonları, Etkileyen Faktörler Ve Birinci Basamak İçin Çözüm İlkeleri. III. Halk Sağlığı Günleri, Gençlerin Sağlık Sorunları Erciyes Üniversitesi Yayınları, No:46, Kayseri: 1993
- Ayhan, E., Gökler, M. E., Işıklı, B., Önsüz, M. F., Özay, Ö., Aydın, E. ve ark. (2015). Eskişehir Kırsal İlköğretim Öğrencilerinde El Hijyeni Bilgi ve Uygulaması: Müdahale Çalışması, Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 24(3), 99-108.
- Azzam al Kadi, Sajad Ahmad Salati, "Hand Hygiene Practices among Medical Students" , Interdisciplinary Perspectives on Infectious Diseases, vol. 2012, Article ID 679129, 6 pages, 2012. <https://doi.org/10.1155/2012/679129>.
- Baker, A.D., Gilley, J., James (2012). High five to healthy living: a health intervention program for youth at an inner city community center. J Community Health. 37:1-9.
- Biçer T. Erlerin Kişisel Hijyen Bilgilerinin Saptanması ve Bu Konudaki Sağlık Eğitimi Yöntemlerinin Değerlendirilmesi Bilim Uzmanlığı Tezi. Gülhane Askeri Tıp Akademisi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara: 1996. (Erişim Tarihi:19.01.2020)
- Borchgrevink, C. P., Cha, J., Kim, S., Frangos, M., Clark, M., Bradford, A. 2011). Handwashing Compliance Rates and Predictors in a College Town Environment, International CHRIE Conference-Refereed Track, 22.
- Çan, G., Topbaş, M. ve Kapucu, M. (2004). Trabzon'da İki Farklı Yerleşim Yerindeki İlköğretim Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Alışkanlıkları, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 3(8), 170-177.
- Çan, G., Topbaş, M. (2004). Trabzon'da İki Farklı Yerleşim Yerindeki İlköğretim Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Alışkanlıkları, TSK Kor. Hek. 3 (8), 170-177.

- Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N. (2005). İlköğretim Okulu Öğrencilerinde Kişisel Hijyen Alışkanlıkları, STED, C: 14, S: 10, 229-236.
- Erbil, N., Aşık, F. (2005). Sağlık ve Toplum, yıl: 15, Sayı: 2, 91-95.
- Erdem S. İstanbul İlinin Ataköy ve Sultan Çiftliği Bölgelerinde İki İlkokulundaki Öğrencilerin Kişisel Temizlik Bilgi ve Uygulamaları. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: 1990.
- Fişek, N. H. (1983). Halk Sağlığı'na Giriş, Ankara: Çağ Matbaası.
- Güleç M, Topbaş M, Kır T, Hadse M. Ankara'da Sosyoekonomik Düzeyi Farklı İki Yerleşim Yerindeki İki İlköğretim Okulundan Seçilen Öğrencilerde El Yıkama Alışkanlıkları. Türk Hijyen Deneysel Biyoloji Dergisi. 2000; 57(2):71-76.
- Güler Ç. Kişisel Hijyen. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 2004, 3(6), 119-132.
- Henderson CW. Handwashing is most effective way to prevent disease transmission. World Disease Weekly 2000:19-21.
- Hugonnet, S, Pittet, D. Hand hygiene—beliefs or science? Clinical Microbiology and Infection. Volume 6, Issue 7, July 2000, Pages 348-354.
- İKGV (2003). Cinsel Sağlık Bilgileri Eğitimi, İstanbul: Ceren Yayın Dağıtım.
- Kalıncı, N. (2006). Zonguldak İl Merkezi İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerinin El Hijyenine Yönelik Davranışlarının Belirlenmesi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı Zonguldak, Yüksek Lisans Tezi.,
- Kaya, A. (2001). İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi, Bitirme Tezi, M.Ü., Sağlık Eğitim Fakültesi.
- Kaya, M. ve Aslan D. (2006). Ankara'da Bir Lisenin 9 ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Konusunda Davranışlarının Belirlenmesi, Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 15(10), 179-183.
- Kesgin C. ve Topuzoğlu A.(2006). “Sağlığın Tanımı: Başaçıkma”, Cilt 4, Sayı 3, Ekim 2006 [23] <http://hdl.handle.net/11413/397>
- Kırım, C. ve Hırça, N. (2015). Lise Öğrencilerinin Kişisel Hijyen ve Temizlik Alışkanlıklarının Fen Okur-Yazarlığına Göre Değerlendirilmesi, Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 4(2), 790-802.
- Kocakaya (Koroğlu), A. (2005). Lise Yaş Grubu Gençlerin Kişisel Hijyen Alışkanlıkları ile İlgili Bilgi, Tutum, Davranışları ve Verilen Eğitimin Etkisi, Isparta, Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Köse, S., Güven, D., Mert, E., Eraslan, E., Esen, S. ve Esen, S. (2010). 12-13 Yaş Grubu Çocuklarda Oral Hijyen Eğitiminin Etkinliği, Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 13(4), 44-52.

- Larson E. A causal link between handwashing and risk of infection? Examination of the evidence. *Infect Control Hosp Epidemiol* 1988;9:28-36.
- Lau, C.H., Springston, E.E., Sohn, M.W., Mason, I., Gadola, E., Damitz, M., Gupta, R.S. (2012). Hand hygiene instruction decreases illness-related absenteeism in elementary schools: a prospective cohort study. *BMC Pediatrics*, 12:52, 1-7.
- MEGEP, Hastanın Kişisel Bakımı Modülü (2015). Ankara: Akademi Basın.
- Sahar Saeed, M.B., Luam Ghebrehiwot, L.G., Muhamad Hanafiah, J. Factors Associated with hand washing practices among adolescents Yemeni students in Klang Valley, Malaysia. *International Journal of Public Health and Clinical Sciences*. Vol. 5:No. 6 December/December 2018.
- Önsüz, M. F. ve Hıdıroğlu, S. (2008). İstanbul'da Farklı İki İlköğretim Okulundaki Öğrencilerin Kişisel Hijyen Alışkanlıklarının Belirlenmesi, *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 9(1), 9-17, Klinik Araştırma
- Örsal, Ö., Tezcan, S., Tokur, M. ve Gülmez, G. (2002). Öğrencilerin Kişisel Temizlik Bilgileri ve Durumlarının Değerlendirilmesi, 8. Ulusal Halk Sağlığı Kongre Kitabı, Diyarbakır: Dicle Üniversitesi Basımevi, ss. 609-615.
- Özcebe, H. ve Gülşen, M. (2017). Gençlerde Hijyen ve Cilt Sağlığı, Beslenme ve İlk Yardım El Kitabı, Ankara, Türk Kızılayı Genel Müdürlüğü, 15-16.
- Özhan, N. (1993). Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Bazı Bireysel Hijyen Alışkanlıkları, *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 125-127.
- Pekcan H., Güler Ç. Okul Sağlığı, Tıbbi Dökümantasyon Merkezi, Yayın No:7, Ankara: 1993. 17
- Pepe, K., Kara, D., Konar, N. ve Vardar, T. (2012). Investigation of the Individual Hygiene Routine and Self Care Methods of Sportsmen, *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 42-55.
- Rotter M. Procedures for hand hygiene in German-speaking countries. *Zentralbi Hyg Umweltmed* 1996; 199 (2-4): 334-349.
- Saito, A., Kikuchi, M., Ueshima, F., Matsumoto, S., Hayakawa, H., Masuda, H., ve ark. (2009). Assessment of oral self-care in patients with periodontitis: a pilot study in a dental school clinic in Japan, *BMC Oral Health*, 9, 27.
- Salleh, N.C., Anuar, M. F.M., Abdullah, N.A., Yaw, S.L., Wong, N.I, Pei, T.T., Awaluddin, S. M., Aris, T. (2019). Prevalence and Factors Associated With Oral and Hand Hygiene Practices Among Adolescents in Malaysia: Findings From the National Health and Morbidity Survey 2017. *Asia Pasific Journal Health*. 3(8):97-104. <https://doi.org/10.1177/1010539519880998>.

- Samore MH, Venekartaraman, De Girolami PC, et al. Clinical and molecular epidemiology of sporadic and clustered cases of nosocomial Clostridium difficile diarrhea. Am J Med 1996, 100:32-40.
- Sefit Ü. Kocaeli Üniversitesi Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Bilgilerinin Saptaması. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: 1996.
- Steere AC, Mallison GF. Handwashing practices for the prevention of nosocomial infections. Ann Intern Med 1975;83:683-90.
- Şimşek, Ç. (2006). Onbirinci Sınıf Öğrencilerinin Kişisel Bakım ve Sağlığın Korunmasına Yönelik Davranışlarının İncelenmesi, Tezsiz Yüksek Lisans Dönem Projesi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Şimşek, Ç., Piyal, B., Tüzün, H., Çakmak, D., Turan, H. ve Seyrek, V. (2010). Ankara İl Merkezindeki Bazı Lise Öğrencilerinde Kişisel Hijyen Davranışları, TAF Preventive Medicine Bulletin, 9(5), 433-440.
- Şimşek A. Ç. Onbirinci Sınıf Öğrencilerinin Kişisel Bakım ve Sağlığın Korunmasına Yönelik Davranışlarının İncelenmesi (Üç Lise Örneği- Ankara), Tezsiz Yüksek Lisans Dönem Projesi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara 2006, 87.
- Tartaç, Y. (2007). Bir Kız Meslek Lisesi Öğrencilerinin Kişisel Hijyenle İlgili Alışkanlıklarının Belirlenmesi ve Yapılan Eğitim Sonrası, Eğitimin Etkinliğinin Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksek Okulu, Halk Sağlığı Anabilim Dalı.
- TC. Sağlık Bakanlığı .Sağlığın Teşviki ve Geliştirilmesi Sözlüğü, Ankara, 2011.
- Tümerden Y. Halk Sağlığı II., Üniversite Yayınları, 3625 Fakülte Yayını, 182, İstanbul: 1992.
- Ulaş G. Kastamonu İli Merkez İlçesindeki Lise Öğrencilerinin Vücut Hijyenine İlişkin Alışkanlıklarının İncelenmesi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara. 1998.
- Ulusoy M.F, Görgülü R.S. Hemşirelik Esasları Temel Kuram, Kavram İlke ve Yöntemler. Cilt:1,3.bs., TDFO Ltd.Şti., Ankara: 1997; 35-71
- Ural, D. (2007). Konaklama İşletmelerinde Çalışan Personelin Kişisel Hijyen Bilgileri ve Uygulamaları Üzerine Bir Araştırma, Ankara, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Yalçın G. Ağız-Diş Sağlığı. Türk Hemşireler Dergisi, Sayı:4 1983.
- Yalçın, H. ve Birol, Ö. (2005). Vücut Hijyeninin Önemi ve Yara Bakımında Yeni Gelişmeler, KARAMAN, Ulusal Sterilizasyon Dezenfeksiyon Kongresi, Selçuk Üniversitesi, ss. 287-308.
- Yavuz Ş. Özel Ve Devlet Okullarında Kişisel Hijyen Alışkanlıkları. Marmara Üniversitesi Sağlık Eğitim Fakültesi Bitirme Tezi, İstanbul: 2000. (Erişim Tarihi:19.01.2020).

Yıldırım, M. İnsan Anatomisi. 7. Baskı. Nobel Tıp Kitapevleri; 2015. P.381

Yılmaz, E. ve Özkan, S. (2009). Bir İlçede İki Farklı Yerleşim Yerindeki İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Kişisel Hijyen Alışkanlıklarının Karşılaştırılması, Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 4(10), 19-34.

Wenzel R.P. The economics of nosocomial infections. J Hosp Infect. 1995; 31: 79-87.

White, C., Kolble, R., Carlson, R., Lipson, N., Dolan, M., Ali, Y., Cline, M., Colorado, B., Ohio, A. (2003). The effect of hand hygiene on illness rate among students in university residence halls Cindy. **American Journal of Infection Control**. **31(6)**, 364-370.

WHO, 2021. State of the World's Hand Hygiene: A global call to action to make hand hygiene a priority in policy and practice, UNICEF, New York, 2021.

<https://www.who.int/gpsc/tools/GPSC-HandRub-Wash.pdf?ua=1> (Erişim Tarihi:16.02.2020).

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> (Erişim Tarihi:16.02.2020).

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> (Erişim Tarihi:16.02.2020).

<https://www.who.int/health-topics/coronavirus>(Erişim Tarihi:19.02.2020).

[https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1) (Erişim Tarihi:11.03.2020).

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses> (Erişim Tarihi:20.03.2020).

<https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020> (Erişim Tarihi:18.03.2020).

<https://covid19.who.int/region/euro/country/tr> (Erişim Tarihi:16.02.2020).

<https://www.saglik.gov.tr/TR,2600/brel-yikamayi-aliskanlik-haline-getirin.html> (Erişim Tarihi: 08/06/2022) .

[https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/Bulasici-hastaliklar-db/hastaliklar/SHIE/Afis\\_ve\\_Brosurler/EL\\_HIJYENI\\_\\_turuncu.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/Bulasici-hastaliklar-db/hastaliklar/SHIE/Afis_ve_Brosurler/EL_HIJYENI__turuncu.pdf) (Erişim Tarihi: 08/06/2022).

<https://sggm.saglik.gov.tr/TR,49668/dunya-el-yikama-gunu.html> (Erişim Tarihi:19.01.2020).

<https://shgmkalitedb.saglik.gov.tr/TR-9058/dso-el-hijyeni-kilavuzu.html> (Erişim Tarihi:12.01.2020).

<https://sozluk.gov.tr/> (Erişim Tarihi:16.02.2020).

<https://www.healthdirect.gov.au/personal-hygiene> (Erişim Tarihi:21.05.2022).

<https://sorularlailamiyet.com/> (Erişim Tarihi:21.05.2022).

<https://antalyaeahesh.saglik.gov.tr/TR-129617/yataga-bagimli-hastanin-gunluk-bakimi.html> (Erişim Tarihi:21.05.2022).

<https://tr.wikipedia.org/wiki/Mikroorganizma> (Erişim Tarihi:21.05.2022).

<https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/beslenme/besin-guvenligi-ve-hijyen.html> (Erişim Tarihi:21.05.2022).

<https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Yeterli-ve-Dengeli-Beslenme/Besin-Guvenligi-ve-Hijyen/Saglik-Personeline-Yonelik-El-Yikama-ve-El-Dezenfeksiyonu-Rehberi.pdf> (Erişim Tarihi:21.05.2022).

<https://o.ogren-sen.com/cografya/7630/index.html?page=2> (Erişim Tarihi:21.05.2022).

<http://www.lugatim.com/s/mikrop> (Erişim Tarihi:21.05.2022).



## EKLER

### EK: ANKET FORMU

- Bu anketle elde edilecek veriler ve ulaşılabacak sonuçlar, bilimsel amaçlar dışında kullanılmayacaktır.
- Ankete ad ve soyadınızı yazmayınız.
- Lütfen size uygun seçeneğin başına(X) işareti koyunuz.
- Sizlerden beklenen, ankette yer alan soruları dikkatlice okuyup samimi cevaplar vermenizdir.
- İlgi ve katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

### Tanımlar

**Temizlik:** 1. Temiz olma durumu, saffet, nezafet, arılık 2. Temiz durma ve tutma durumu 3. Temizleme işi (Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük).

**Hijyen:** 1. Sağlık bilgisi 2. Sağlık koruma, hıfzıssıhha 3. Sağlık kurallarına uygun olan 4. Sağlığa zarar verecek ortamlardan korunmak için yapılacak uygulamalar ve alınacak temizlik önlemlerinin tümü (Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük).

### A. KİŞİSEL BİLGİLER

1. Doğum tarihiniz (yıl olarak) : .....

2. Cinsiyetiniz : ( ) E, ( ) K

3. Annenizin öğrenim durumu

( ) Okuryazar değil, ( ) Okuryazar, ( ) İlkokul mezunu, ( ) Ortaokul mezunu, ( ) Lise mezunu, ( ) Üniversite mezunu, ( ) Diğer

4. Babanızın öğrenim durumu

( ) Okuryazar değil, ( ) Okuryazar, ( ) İlkokul mezunu, ( ) Ortaokul mezunu, ( ) Lise mezunu, ( ) Üniversite mezunu, ( ) Diğer

5. Annenizin Mesleği

( ) Memur, ( ) İşçi, ( ) Ev Hanımı, ( ) Emekli, ( ) Serbest Meslek, ( ) Diğer

6. Babanızın Mesleği

( ) Memur, ( ) İşçi, ( ) Emekli, ( ) Serbest Meslek, ( ) Diğer

7. Sizinle birlikte toplam kaç kardeşiniz? .....

8. Ailenizin aylık toplam geliri aşağıdakilerden hangi gruba uyar?

( ) 500- 1000 TL, ( ) 1000- 2000 TL, ( ) 2000- 4000 TL, ( ) 4000- 8000 TL, ( ) 8000 TL ve üzeri

## B.KİŞİSEL HİJYEN VE TEMİZLİK DEĞERLENDİRME FORMU

### 1.Sabahları yüzünüzü yıkama alışkanlığınız nasıldır?

( ) Her sabah yıkarım, ( ) Ara sıra yıkarım, ( ) Hiç yıkamam

### 2.Yüzünüzü ne sıklıkta yıkarsınız?

( ) Günde 1- 2 kez, ( ) Günde 3- 4 kez, ( ) Günde 4'ten fazla

### 3.Ellerinizi hangi sıklıkla yıkarsınız?

( ) Düzenli yıkarım, ( ) Kirlenince yıkarım, ( ) Hiç yıkamam

### 4.El yıkamak için ne kadar süre harcarsınız?

( ) 30 saniyeden daha az, ( ) 1- 2 dakika arası, ( ) 2 dakikadan daha fazla

### 5.El yıkamak için ne tür sabun kullanıyorsunuz?

( ) Sıvı Sabun, ( ) Kuru Sabun, ( ) Sadece su ile yıkarım.

### 6.Ellerinizi sabunla hangi şekilde yıkarsınız?

( ) Sabunla ovuşturarak parmak ve tırnak aralarına sabun köpüğü girecek şekilde bileklerim de dahil olacak şekilde yıkarım,

( ) Sabunu köpürttükten sonra, hemen su ile durularım,

( ) Sadece su ile yıkarım

### 7.Yemek yemeden önce ellerinizi yıkar mısınız?

( ) Her defasında yıkarım, ( ) Ara sıra yıkarım, ( ) Hiç yıkamam

### 8. Yemek yedikten sonra ellerinizi yıkar mısınız?

( ) Her defasında yıkarım, ( ) Ara sıra yıkarım, ( ) Hiç yıkamam

### 9. El tırnaklarınızı ne sıklıkta kesersiniz?

( ) Haftada 1 kez, ( ) On beş günde 1 kez, ( ) Ayda bir defa

### 10. Dişlerinizi fırçalıyor musunuz?

( ) Evet, ( ) Hayır, ( ) Ara sıra

### 11.Dişlerinizi günde kaç kez fırçalıyorsunuz?

( ) Günde 1 kez, ( ) Günde 2- 3 kez, ( ) Fırçalamıyorum

### 12. Dişlerinizi fırçalama süreniz ne kadardır?

( ) 2 dakikadan az, ( ) 2- 3 dakika, ( ) 3 dakikadan daha fazla

### 13.Diş fırçası değiştirme sıklığınız nedir?

( ) Ayda bir, ( ) 2- 5 ayda bir, ( ) 6 ay ve üzeri

### 14. Hangi diş fırçalama tekniğini kullanırsınız?

( ) Diş etinden dişe doğru, ( ) Sağdan sola, ( ) Dairevi

**15.Haftada genel olarak kaç kez banyo yaparsınız?**

( ) Her gün banyo yaparım, ( ) 2- 3 günde bir banyo yaparım, ( ) Haftada ya da 15 günde bir banyo yaparım

**16. Ayaklarınızı hangi sıklıkla yıkıyorsunuz?**

( ) Günde 1- 2 kez, ( ) Günde 3- 4 kez, ( ) Günde 4'ten fazla

**17. Ayak tırnaklarınızı ne sıklıkta kesiyorsunuz?**

( ) Haftada bir keserim, ( ) 15 günde bir keserim, ( ) Ayda bir keserim.

**18. El ve ayak tırnaklarınızı nasıl kesiyorsunuz?**

( ) Ayak tırnaklarımı düz, el tırnaklarımı yuvarlak keserim.

( ) Ayak tırnaklarımı yuvarlak, el tırnaklarımı düz keserim.

( ) Ayak ve el tırnaklarımı yuvarlak keserim/ düz keserim.

**19.Çoraplarınızı hangi sıklıkta değiştirirsiniz?**

( ) Her gün değiştiririm, ( ) 2- 3 günde bir değiştiririm, ( ) Haftada bir değiştiririm

**20.Kulaklarınızı ne sıklıkta temizlersiniz?**

( ) Her gün, ( ) Her banyoda, ( ) Ara sıra

**21. Kulaklarınızı nasıl temizliyorsunuz?**

( ) Kulaklarımı mutlaka kulak çubuğu ile temizlerim.

( ) Kulaklarımı parmağımla temizlerim.

( ) Kulaklarımı parmağıma doladığım temiz bir bezle temizlerim.

**22. Saç temizliğinde ne kullanıyorsunuz?**

( ) Şampuan, ( ) Sabun, ( ) Şampuan + Sabun

**23.İç çamaşırlarınızın dokuması nedir?**

( ) Pamuklu, ( ) Sentetik, ( ) Pamuklu + Sentetik

**24.İç çamaşırlarınızı ne sıklıkta değiştiriyorsunuz?**

( ) Her gün, ( ) Haftada 1- 2 kez, ( ) Banyo yapınca

**25. Tuvalet sonrası beden temizliğinde ne kullanıyorsunuz?**

( ) Önce su, sonra tuvalet kâğıdı,

( ) Önce tuvalet kâğıdı, sonra su,

( ) Sadece tuvalet kâğıdı kullanırım.

**26.Yemek ve salata hazırlamadan önce aşağıdakilerden hangisini yaparsınız?**

( ) Ellerimi sabunlu suyla yıkayıp, tek kullanımlık eldiven giyerim.

( ) Sadece ellerimi sabunlu suyla yıkarım eldiven kullanmam

( ) Yıkamaya ve eldiven giymeye ihtiyaç duymam.

**27. Kedi / köpek gibi hayvanları dokunduktan sonra;**

- Ellerimi sabunlu suyla yıkarım.  
 Ellerimi sadece suyla yıkarım.  
 Ellerimi yıkamama gerek yoktur.

**28. Koltuk altı, genital bölge ve bacaklarındaki kıllarınızı hangi yöntemle temizliyorsunuz?**

- Ağda,  Tıraş bıçağı- Jilet,  Epilasyon aleti

**29. Bulaşıcı hastalıklardan korunmayla ilgili bilgileri nereden alıyorsunuz?**

- Televizyon- İnternet  
 Gazete- Dergi  
 Uzman Hekim

**30. Gribal enfeksiyona yakalandığınız zaman ne yapıyorsunuz?**

- Geleneksel yöntemleri kullanırım.  
 Sağlık kuruluşuna giderim. Uzman doktorun önerilerini uygularım.  
 Hiçbir şey yapmam.

**31. Gribal ve viral hastalıklardan korunmak için aşağıdaki yöntemlerden hangisi daha etkilidir?**

- Ellerimizi sabunlu suyla yıkamak yeterlidir.  
 Maske takmak.  
 Doğal beslenirim ve aşı yaptırırım.

**32. Aşılama programları hastalıkların önlenmesinde etkili midir?**

- Etkili olduğunu düşünüyorum.  
 Etkili olduğunu düşünmüyorum.  
 Fikrim yok.

**33. İçme suyu olarak ne kullanıyorsunuz?**

- Hazır su,  Şebeke Suyu,  Filtre su.

**34. Koronavirüs(covid-2019) salgını sebebiyle aşağıdaki önlemlerden hangisini uyguluyorsunuz/uyguladınız?**

- Bu konuda yapılan önerilerine kulak asmam.  
 Ellerimi alkol bazlı sabun ile sabunlarım ya da dezenfektan kullanırım, beslenme ve uyku düzenime dikkat ederim. Ayrıca, evde kalma ya da sosyal mesafeye dikkat ederim.  
 İnternet ya da basın yayın organlarında çıkan geleneksel yöntemler ile ilgili önerileri dikkate alırım.