

BİRLEŞMİŞ MİLLETLER SÜRDÜRÜLEBİLİR KALKINMA AMAÇLARINA YÖNELİK ÇALIŞMALAR

Hedef: 4

Etkinliğin adı: “Dismenore yaşayan üniversite öğrencilerinde menstruasyon bilgisi ve ağrı yönetimi kazandırılması: ÖZEL GÜNDE ÖZEL HİSSET” (Toplumsal Duyarlılık Projesi)

Etkinliğin zamanı: 30.12.2021

Etkinliğin yeri: Sağlık Bilimleri Fakültesi

Ekip: Zehra Demet ÜST TAŞĞIN (Yürütücü), Serap EJDER APAY (Danışman), Sultan Esra SAYAR (Araştırmacı), Melis METİNKAYA, Eda DEVECİ, Aslı TÜFENKÇİ, Yaren DURUSU (Araştırmacı-lisans Öğrencileri)

Etkinliğin Özeti: Dismenore menstruasyon öncesi başlayan ve kanamanın olduğu birkaç gün devam eden periyodik bir ağrı durumudur. Ülke ve yaşlar açısından farklılık göstermekle beraber kadınların %45-94’ünün bu problemi yaşayabileceği, ancak %10’unun durumdan şiddetli olarak muzdarip olduğu bildirilmektedir. Herhangi bir sağlık problemi sonucunda (sekonder dismenore) ortaya çıkabileceği gibi üreme sistemine yönelik herhangi bir sorunu olmayan (primer dismenore) kişilerde de görülebilmektedir. Dismenore kişilerin sadece fiziksel sağlığını tehdit etmekle kalmayıp, psikolojik sağlık ve yaşam kalitesini de olumsuz etkilemektedir. Okula/ işe gidememe, günlük aktivitelerin kısıtlanması ve ilaç kullanımı dismenore yaşayan kadınlarda çok sık görülebilen olumsuz etkilerdendir. Dismenore için farmakolojik ve nonfarmakolojik birçok ağrı hafifletme yöntemi bulunmaktadır. Durumun kabulyetini artırmak ve ilaç kullanımını en aza indirmek için risk faktörleri ile ağrı yönetimi hakkında öğrencileri bilgilendirmek hem sürecin sağlıklı ve konforlu geçirilmesi hem de öğrencilerin akademik başarıları açısından da oldukça önemlidir. Ağrı, tüm insanların yaşadığı, evrensel bir deneyimdir. Ağrının giderilmesi ya da hafifletilmesi amacıyla kullanılabilecek çeşitli yöntemler bulunmaktadır. Ağrıyı gidermeye yönelik farmakolojik ve nonfarmakolojik yöntemler kullanılmaktadır. Analjeziklerin kullanılmadığı ya da etkileri yetersiz kaldığında, ilaçların etkisini artırmak için farmakolojik yaklaşımların yanı sıra bireyin aktif rol oynadığı uygulamaları kapsayan nonfarmakolojik yaklaşımlar kullanılır.

Giderilemeyen ağrı, bireyin sağlık ve iyilik hali üzerinde önemli fizyolojik/psikolojik tehditler oluşturmaktadır. Bu projenin amacı, “Dismenore yaşayan (ağrılı adet görme) üniversite öğrencilerinde menstruasyon bilgisi ve ağrı yönetiminin kazandırılması”dır. Kız öğrencilerin bu süreci daha rahat ve konforlu geçirmelerine yardımcı olmak için projenin yapılmasına karar verilmiştir. Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri tarafından desteklenen projenin gerçekleştirilebilmesi için, Projenin gerçekleştirildiği kurumun yönetiminden sözlü izin alınmış olup, kız öğrencilere bu döneme özgü bilgileri içeren eğitim broşürü ve rahatlatıcı hediye paketleri dağıtılmıştır

Etkinliğin Görselleri:



