

INTERNATIONAL HEALTH, SPORTS & TOURISM CONGRESS



NOVEMBER 13 – 15, 2025 · KIRŞEHİR

I. ULUSLARARASI SAĞLIK, SPOR VE TURİZM KONGRESİ BİLDİRİ KİTABI
13-15 KASIM 2025, KIRŞEHİR-TÜRKİYE

I. INTERNATIONAL HEALTH, SPORTS AND TOURISM CONGRESS PROCEEDINGS BOOK
NOVEMBER 13–15, 2025, KIRSEHIR-TURKIYE



ISBN: 978-605-74712-5-3

Yasal Uyarı: Bu kitabın yasal hakları Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'ne aittir. Kaynak gösterilerek eğitim amacıyla alıntı yapılabilir. Diğer amaçlarla kullanılması için izin alınmalıdır. Kitapta yer alan bilgi ve görüşlerden eserin yazarları sorumludur.

İÇİNDEKİLER

SUNUŞ.....	4
KONGRE KURULLARI.....	7
KONGRE TEMALARI	12
BİLİMSEL PROGRAM	14
KIRŞEHİR'DE SAĞLIK, SPOR VE TURİZM BULUŞMASI	21
KONGREDEN KARELER.....	31
ULUSLARARASI SAĞLIK, SPOR VE TURİZM KONGRESİ SONUÇ BİLDİRİSİ ...	41
KONGRE ÖZET METİN BİLDİRİLERİ	46
“TÜRKİYE’DE AMELİYAT OLAN VAR MI?” MEDİKAL TURİZMDE DİJİTAL HASTA YOLCULUĞUNUN MODELLEMESİ: GÜVEN, RİSK VE ELEKTRONİK AĞIZDAN AĞIZA İLETİŞİMİN NETNOGRAFIK ANALİZİ	46
YAŞLANMAYI GECİKTİRMEDE EGZERSİZ VE MİYOKİN’LERİN ÖNEMİ	49
İRİSİN MOLEKÜLÜNÜN FİZYOLOJİK ETKİLERİ VE EGZERSİZ İLE İLİŞKİSİ	53
ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KAFEİN TÜKETİM ALIŞKANLIKLARI VE SOSYO-DEMOGRAFIK DEĞİŞKENLERE GÖRE UYKU KALİTESİ VE UYKU DEĞİŞKENLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	56
OBEZ KADINLARDA GÜNLÜK YAŞAM AKTİVİTELERİNİN EGZERSİZ KAPASİTESİYLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ	59
SELENOPROTEİN P DÜZEYLERİ İLE DİYABETİK NÖROPATİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ: 40 HASTALIK KLİNİK ÇALIŞMA	62
ADOLESAN ERKEK FUTBOLCULARDA ÇEVİKLİĞİN BAĞIMSIZ BELİRLEYİCİLERİ.....	65
FUTBOLCULARDA DAR ALAN OYUNU SIRASINDA ALGILANAN ZORLUK DÜZEYİ, ZİHİNSEL ÇABA VE KALP ATIM TEPKİLERİNİN İNCELENMESİ.....	68
SAÇ EKİMİ TURİZMİNDE TÜRKİYE’NİN POTANSİYELİNİN SWOT ANALİZİ YARDIMIYLA DEĞERLENDİRİLMESİ.....	70
BOCCE SPORCULARININ İMGELEME DÜZEYLERİNİN MOTİVASYON DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI	72
INVESTIGATION OF KINESIOPHOBIA, PSYCHOLOGICAL PERFORMANCE AND ACHIEVEMENT MOTIVATION LEVELS OF ATHLETES	75
VALIDITY AND RELIABILITY OF SPORTS COMPETITION RUMINATION SCALE IN ADOLESCENTS.....	76
POSSIBLE ADVANTAGES AND DISADVANTAGES OF USING VIRTUAL REALITY GLASSES IN TOURISM EDUCATION	77
BİYOELEKTRİKSEL İMPEDANS ANALİZİ PARAMETRELERİNDEN FAZ AÇISI: DİYETİSYENLER İÇİN META-İNFLAMASYONU İZLEMEDE PRATİK BİR GÖSTERGE	79
KÜLTÜREL MİRAS TURİZMİNDE DİJİTAL MÜZECİLİĞİN GELİŞİMİ: TÜRKİYE'DEN VE DÜNYADAN YANSIMALAR	83
KADIN SPORCULARDA GÖRECELİ ENERJİ YETERSİZLİĞİ SENDROMU (RED-S): GÜNCEL YAKLAŞIMLAR VE VAKA ÖRNEKLERİ ÜZERİNDEN DEĞERLENDİRME	86
ÖZEL SAĞLIK SİGORTALARININ SINIR ÖTESİ SAĞLIK HİZMETLERİNDEKİ ROLÜ	89

TÜRKİYE'DE SAĞLIK TURİZMİ KONULU YOUTUBE VİDEOLARININ HEMŞİRELİK AÇISINDAN ANALİZİ	93
SAĞLIK TURİZMİNDE REKREASYONEL FAALİYETLERİN ÖNEMİ	96
TÜRKİYE'DE OSB'LI BİREYLERE YÖNELİK FİZİKSEL AKTİVİTE, SPOR VE REKREATİF FAALİYET POLİTİKALARININ İNCELENMESİ	98
HASTA HAKLARI YÖNETMELİĞİ'NDE HASTALARIN BİLGİ ALMA HAKLARININ HASTA-HEKİM SORUMLULUKLARI BAĞLAMINDA ANALİZİ.....	101
SPORCULARDA DUYGU DÜZENLEME STRATEJİLERİ.....	105
TÜRKİYE WELLNESS TURİZMİ İÇİN BİR ÜRÜN ÖNERİSİ: TÜRK MUSİKİSİ.....	108
MEDİKAL TURİZM ŞİRKETLERİ VE TURİZM HİSSE SENETLERİ ÜZERİNE AKADEMİK ARAŞTIRMALARIN BİBLİYOMETRİK HARİTASI	110
PRIME EDITING TABANLI REDÜKTİF STRES TEMELLİ miRNA TERAPİSİ: PANKREAS ADENOKARSİNOMU MODELİNDE YENİLİKÇİ BİR YAKLAŞIM	112
SÜRDÜRÜLEBİLİR SAĞLIK TURİZMİ: TÜRKİYE ÖRNEĞİ.....	114
SAĞLIK TURİZMİ KAPSAMINDA TIBBİ HATALI UYGULAMALARIN (MALPRAKTİS) DİSİPLİNLERARASI SAĞLIK EKONOMİSİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ	117
EBEVEYN SPOR OKURYAZARLIĞININ ÇOCUKLARIN SPORA KATILIM SÜREKLİLİĞİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ; LİTERATÜR TABANLI BİR ÇALIŞMA	119
KONGRE TAM METİN BİLDİRİLERİ	122
LONGEVITY THROUGH LIFESTYLE: HEALTH TOURISM AND THE JAPANESE MODEL OF PREVENTIVE LIVING	122
KONAKLAMA SEKTÖRÜNDE ÖRGÜT İKLİMİNİN, ÖRGÜTSEL ÖZDEŞLEŞME VE YENİLİKÇİ İŞ DAVRANIŞINA YANSIMALARI	129
ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KAFEİN TÜKETİM ALIŞKANLIKLARI VE SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE UYKU KALİTESİ VE UYKU DEĞİŞKENLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	145
BÜYÜKŞEHİR BELEDİYELERİNDE GENÇLİK VE SPOR YAPILANMASI	168
KARBOPLATİN İLE İNDÜKLENMİŞ SIÇANLARDA KIZAMIK (BERBERİS VULGARİS L.) VE DARDAĞAN (CELTİS TOURNEFORTII) MEYVE EKSTRAKTLARININ BAZI FİZYOLOJİK VE ORGAN İNDEKS PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİLERİNİN ARAŞTIRILMASI	174
CONTENT ANALYSIS OF INSTAGRAM POSTS: THE CASE OF ILGAZ MOUNTAIN NATIONAL PARK.....	185
HİDROTERAPİNİN OTİSTİK ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ LİTERATÜR DERLEMESİ	195
KIRŞEHİR'İN SAĞLIK TURİZMİ POTANSİYELİNİN SWOT ANALİZİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ.....	204
HALK SAĞLIĞI PERSPEKTİFİNDEN SAĞLIK TURİZMİ VE SAĞLIK HARCAMALARI İLİŞKİSİ.....	216
KÜRESEL İKLİM KRİZİNİN ANNE ADAYLARININ RUHSAL VE FİZİKSEL SAĞLIĞINA ETKİLERİ: LİTERATÜRDEN UYGULAMAYA.....	223
SAĞLIK TURİZMİ PAZARLAMASINDA TREND ÜLKE POLİTİKALARI VE SAĞLIK TURİZMİNE YENİ ÜLKELERİN KATILIMI.....	235

SYNTHETIC HEALTH TOURIST PROFILING WITH SMALL DATA AND A DECISION SUPPORT APPROACH USING LARGE LANGUAGE MODELS.....	255
PRENATAL VE POSTNATAL YOGA YAKLAŞIMLARININ ANNE-BEBEK İYİLİK HALİ ÜZERİNDEKİ ROLÜ	262
TURİZM PSİKOLOJİSİ: SEYAHAT DENEYİMLERİNİN BİREYLERİN DUYGUSAL, BİLİŞSEL VE SOSYAL İYİ OLUŞUNA KATKILARI – SİSTEMATİK BİR DERLEME	271
TURİSTLERİN KARAR ALMA SÜREÇLERİNDE DUYGUSAL VE BİLİŞSEL ÇATIŞMALAR: DERLEME	278
ÖZEL EĞİTİM ORTAMLARINDA OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞUNA SAHİP BİREYLER İÇİN FİZİKSEL AKTİVİTE UYGULAMALARI.....	285
SAĞLIK TURİZMİ SEKTÖRÜNDE KURUMSAL DEĞİŞİM: ÖRGÜT KÜLTÜRÜ VE SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERİN ROLÜ	292
SAĞLIK BAKANLIĞI YALOVA TERMAL İŞLETMESİ YİYECEK-İÇECEK HİZMETLERİNİN SWOT ANALİZİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ	299
TÜRKİYE SAĞLIK TURİZMİ ÜZERİNE ÇEVİRİMİÇİ HASTA YORUMLARININ ANALİZİ: HİZMET KALİTESİ VE İTİBAR YÖNETİMİ AÇISINDAN BİR DEĞERLENDİRME.....	306
YAPAY ZEKÂ DESTEKLİ CHATBOT VE SANAL ASİSTANLARIN SAĞLIK TURİZMİ HİZMET KALİTESİ ÜZERİNDEKİ ROLÜ	315
KRONİK HASTALIĞI OLMAYAN YETİŞKİNLERDE POSTÜRAL ALIŞKANLIKLAR, SEDANTER DAVRANIŞ, UYKU KALİTESİ VE DİJİTAL SAĞLIK OKURYAZARLIĞI İLİŞKİSİ.....	329

SUNUŞ



Kıymetli Bilim İnsanları,
Değerli Araştırmacılar,
Saygıdeğer Sektör ve Kamu Temsilcileri,
Sevgili Okuyucular...

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ev sahipliğinde ve Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü iş birliğiyle düzenlediğimiz Uluslararası Sağlık, Spor ve Turizm Kongresi'nin bildiri kitabını sizlerle buluşturmanın gururunu yaşamaktayız. Sağlık, spor ve turizmi aynı bilimsel zeminde ele alan bu çalışma; yalnızca bir akademik etkinliğin çıktısı değil, aynı zamanda disiplinler arası düşünmenin, ortak aklın ve sürdürülebilir kalkınma vizyonunun yazılı bir belgesidir.

Kırşehir; tarih boyunca medeniyetlere ev sahipliği yapmış, kültürel derinliği, doğal zenginlikleri ve jeotermal kaynaklarıyla Anadolu'nun müstesna şehirlerinden biridir. Bu güçlü potansiyel, üniversitemizin ihtisaslaşma vizyonu ile birleştiğinde; sağlık, spor ve turizmin bir arada değerlendirilebildiği bütüncül ve yenilikçi bir yaklaşımın önünü açmaktadır. Bu kongre ve elinizdeki bildiri kitabı, söz konusu yaklaşımın bilimsel zeminde somutlaşmış halidir.

Üniversitemiz bünyesinde kurulan Sporcu Sağlığı ve Termal Rehabilitasyon Uygulama ve Araştırma Merkezi (SAUTER), bu vizyonun en önemli yapı taşlarından biridir. SAUTER, yalnızca akademik araştırmaların yürütüldüğü bir merkez olmanın ötesinde; Kırşehir'in jeotermal kaynaklarını modern bilim, teknoloji ve uygulama alanlarıyla buluşturan stratejik bir girişimdir. Bu yönüyle merkezimiz, sporcu sağlığı, rehabilitasyon, termal tedavi ve sağlık turizmi alanlarında bölgesel, ulusal ve uluslararası ölçekte yeni açılımlar sunma potansiyeline sahiptir.

Sağlık kavramının günümüzde yalnızca tedaviyle sınırlı olmadığı; koruyucu hekimlikten fiziksel aktiviteye, rehabilitasyondan yaşam kalitesine uzanan geniş bir çerçevede ele alınması gerektiği açıktır. Spor ve turizm ise bu çerçevenin ayrılmaz tamamlayıcılarıdır. Bu bağlamda kongremizde benimsenen multidisipliner yaklaşım; tıp, spor bilimleri, fizyoterapi, turizm, yönetim bilimleri ve kamu politikalarının kesişiminde yeni bir düşünsel alan açmıştır.

Bu kongrede; 60'tan fazla konuşmacı tarafından 10 farklı oturumda sunulan bildiriler, söz konusu kesişim alanlarını bilimsel yöntemlerle ele almış; teori ile uygulamayı buluşturan önemli tartışmalara zemin hazırlamıştır. Bildiri kitabında yer alan çalışmalar, yalnızca akademik literatüre katkı sunmakla kalmayıp; aynı zamanda politika yapıcılara, uygulayıcılara ve sektör temsilcilerine yol gösterici nitelik taşımaktadır.

Kongremizin en değerli yönlerinden biri de; üniversite–kamu–sektör iş birliğini somut biçimde ortaya koymuş olmasıdır. Gençlik ve Spor Bakanlığı, Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği, Hizmet İhracatçıları Birliği, USHAŞ ve sektör temsilcilerinin katılımı ile gerçekleşen kongremizde bilimin yalnızca teorik bir alan olmadığını, doğru paydaşlarla buluştuğunda toplumsal ve ekonomik değere dönüşebileceğini açıkça görmüş olduk. Bu iş birliklerinin, önümüzdeki dönemde yeni projelere, araştırmalara ve uygulamalara ilham vereceğine inanıyoruz.

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi olarak; sporun, sağlığın ve turizmin birbirini destekleyen, güçlendiren ve dönüştüren alanlar olduğuna inanıyoruz. Bu alanlarda yürüttüğümüz akademik çalışmaların; toplumsal refahın artırılmasına, yerel ve bölgesel kalkınmanın desteklenmesine, kültürel mirasın korunarak gelecek nesillere aktarılmasına katkı sağlayacağına yürekten inanıyoruz. Elinizdeki bu bildiri kitabı, söz konusu inancın bilimsel bir yansımasıdır.

Bu vesileyle; kongrenin planlanmasında ve gerçekleştirilmesinde emeği geçen tüm düzenleme kurulu üyelerine, bilim kurulumuza, değerli akademisyenlerimize, bildirileriyle katkı sunan

araştırmacılarımıza, destek veren kurum ve kuruluşlarımıza ve kongremizi katılımlarıyla onurlandıran tüm paydaşlarımıza en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

Bu bildiri kitabının; spor, sağlık ve turizmin entegrasyonuna yönelik akademik çalışmalara önemli katkılar sağlayacağına, yeni araştırmalara ilham vereceğine ve ülkemizin bu alanlardaki bilimsel birikimini daha da güçlendireceğine olan inancımla, eserin tüm okuyucular için faydalı olmasını temenni ediyorum.

Saygılarımla...

Prof. Dr. Mustafa Kasım KARAHOCAGİL

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Rektörü

Kongre Onursal Başkanı

KONGRE KURULLARI

KONGRE BAŞKANLARI

Prof. Dr. Ali GÜNEŞ

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Rektör Yardımcısı & Tıp Fakültesi Dekanı

Dr. Fatih SEYRAN

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü Başkanı

KONGRE SEKRETERYASI

Prof. Dr. Nermin GÜRHAN

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin İLTER

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Birgül VURAL

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Öznur ÇETİN

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Burak ŞİRİN

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Osman AYYILDIZ

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Şeyda ÖZTUNA

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

DÜZENLEME KURULU

Prof. Dr. Hakkı Çağdaş BASAT

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Prof. Dr. İrfan MARANGOZ

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Prof. Dr. Öznur BÜYÜKTURAN

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Doç. Dr. Caner KARARTI

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Doç. Dr. Dilruba İZGÜDEN

Süleyman Demirel Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Doç. Dr. İsmail ŞİMŞİR

Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Doç. Dr. Yusuf ÖCEL

Düzce Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Abdulhamit TAYFUR

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Dr. Öğr. Üyesi Aslı KAYA

İstanbul Gelişim Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Beyza TAYFUR

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Dr. Öğr. Üyesi Erhan DAĞ

Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet GÖZLÜ

Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Muhammed İhsan KODAK

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Dr. Öğr. Üyesi Öznur KAVAKLI

Sağlık Bilimleri Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Dr. Öğr. Üyesi Pelin Özgür POLAT

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Dr. Öğr. Üyesi Vildan YILMAZ

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

Öğr. Gör. Seyde Büşra KODAK

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Arş. Gör. Fatih ÖZYURT

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Arş. Gör. Hikmet BAYAM

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, SAUTER

Mustafa Ragıp ADIGÜZEL

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü

BİLİMSEL KURUL

Prof. Dr. Aleksandra CATIĆ-ĐORĐEVIĆ · *Department of Pharmacy, Faculty of Medicine, University of Nis, Serbia*

Prof. Dr. Alka MAURYA · *India Noida Amity University, India*

Prof. Dr. Ljiljana MARKOVIC · *European Center for Peace and Development (ECPD) University, Serbia*

Prof. Dr. Mahmoud MUSTAFA · *Head of Department at Palestina An-Najah National University, Palestine*

Prof. Dr. Mohammadreza SIAHI · *Tabriz University of Medical Sciences, Iran*

Prof. Dr. Öznur BÜYÜKTURAN · *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi , SAUTER, Türkiye*

Prof. Dr. Susilorini SUKAMTO · *Unissula – Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia*

Doç. Dr. Bayram DEMİR · *Türkiye Sağlık Hizmetleri Kalite ve Akreditasyon Enstitüsü (TÜSKA), Türkiye*

Doç. Dr. Caner KARARTI · *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi , SAUTER, Türkiye*

Prof. Dr. Mustafa SAĞSAN · *European University of Lefke, KKTC*

Prof. Dr. Nalan KAZAZ · *Kosovo Pristina AAB University, Kosovo*

Prof. Dr. Natalia V. BRYUKHANOVA · *Russia Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Russia*

Doç. Dr. Elşad NOVRUZOV · *Azerbaijan Medical University, Azerbaijan*

Doç. Dr. Tamara RATKOVIC · *University of Belgrade, Serbia*

Doç. Dr. Milica JOTOV · *South Russian Institute of Management of the Presidential Academy, Serbia*

Doç. Dr. Emina KARO · *University of New York Tirana, Albania*

Assoc. Prof. Dr. Makkaeva SAKINAT · *Dagestan State Medical University, Russia*

Asst. Prof. Dr. Radwan ABU-ISSA · *University of Michigan-Dearborn, USA*

Asst. Prof. Dr. Tengku Ahmad Damitri Al Astani B. TENGKU DIN · *Universiti Sains Malaysia, Malaysia*

Asst. Prof. Dr. Tamer S. ABU-ALAM · *UUiT – The Arctic University, Norway*

Dr. (MD, PhD) Timothy ALLEN · *Nexus Alliance Biopharmaceuticals, USA*

KONGRE TEMALARI

- Tıbbi Bilimler (Dahili, Cerrahi, Çocuk, Ruhsal, Geriatri)
- Tıbbi Acil Durum (Çocuk, Yetişkin, Ruhsal)
- Ebelik ve Hemşirelik
- Beslenme ve Diyetetik
- Sağlık Yönetimi
- Sağlık Turizmi
- Sağlık Ekonomisi
- Sağlık Hukuku
- Sağlık Pazarlaması
- Biyoistatistik
- Sağlık Kurumlarında Finans ve Muhasebe
- Dijital Sağlık Uygulamaları
- İklim Değişikliği ve Sağlık Sorunları
- İklim Değişikliği ve Ruh Sağlığı
- Sağlıkta Yapay Zekâ
- Sağlıkta Yenilik
- Sağlık ve Rekreasyon
- Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi
- Egzersiz ve Spor Fizyolojisi
- Egzersiz ve Spor Psikolojisi
- Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor
- Fiziksel Aktivite ve Sağlık
- Tamamlayıcı Tıp
- Spor Beslenmesi

- Spor ve Sağlık
- Spor ve Turizm
- Spor ve Rekreasyon
- Spor Yönetimi
- Spor Yaralanmalarının Önlmesi ve Rehabilitasyonu
- Sportlarda Yapay Zekâ
- Sportlarda Yenilik
- Turizmin Etkisi Bölgesel Kalkınma
- Turizm Göstergeleri ve Planlama
- Turizm İşletmeleri ve Yönetimi
- Turizm ve İletişim
- Gastronomi Turizmi
- Alternatif Turizm
- İklim Değişikliği ve Turizm
- Turizm ve Rekreasyon
- Engelli Turizmi
- Yaşlı Turizmi
- Termal Turizm
- Psikoloji, Sosyoloji, Sosyal Psikoloji ve Turizm İlişkisi
- Turizmde Yapay Zekâ
- Turizmde Yenilik
- Diğer Güncel Sağlık, Spor ve Turizm Araştırmaları

BİLİMSEL PROGRAM

14 Kasım 2025 Cuma – 1. Gün

Birinci Panel

Sağlık ve Spor Turizminde Türkiye Vizyonu

10:30 – 12:15

Moderatör

Prof. Dr. Nermin GÜRHAN – UKA Akademi Başkanı

Konuşmacılar

- **Dr. Fatih SEYRAN** – Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü Başkanı
Türkiye'nin Sağlık Turizminde Küresel Konumlanması: Akademik Bir Bakış
- **Cihat ALAGÖZ** – TOBB Fuarçılık Meclisi Başkanı
Sağlık, Spor ve Turizmde Uluslararası Organizasyonlar
- **Üzeyir IŞIK** – Hizmet İhracatçıları Birliği Genel Sekreter Yardımcısı
Sağlık ve Spor Turizminde Devlet Teşvikleri
- **Ezgi CANPOLAT** – USHAŞ Pazarlama Sorumlusu
Türkiye'nin Sağlık Turizmi Vizyonunda USHAŞ'ın Rolü ve Gelecek Hedefleri

İkinci Panel

Sağlık Turizminde Uluslararası Rekabet

14:00 – 15:15

Moderatör

Salih KUTLUK – UASTED Danışma Kurulu Üyesi

Konuşmacılar

- **Dt. Mehmet İŞLEK** – Attelia Kurucusu
Ağız ve Diş Sağlığında Uluslararası Rekabet
- **Dr. Feza ŞEN** – Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü Danışma Kurulu Üyesi
Özel Hastaneler Perspektifinden Sağlık Turizmi

- **Dr. Mehmet KANPOLAT** – UASTED Başkanı
Sağlık Turizminde Sivil Toplumun Yeri ve Önemi
- **Şehnaz ASKEROĞLU** – Askeroglu Health Group CEO
Sağlık Turizminde Yeni Girişimcilere Öneriler

Üçüncü Panel

Sporcu Sağlığında Ön Çapraz Bağ Yaralanmalarına Bütüncül Yaklaşım

15:30 – 17:00

Moderatör

Prof. Dr. Öznur BÜYÜKTURAN – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Konuşmacılar

- **Prof. Dr. Fatih KARAASLAN** – Üsküdar Üniversitesi
Sporcularda Ön Çapraz Bağ Yaralanmalarında 5N1K
- **Dr. Alli GOKELER** – Paderborn University
Ön Çapraz Bağ Rekonstrüksiyon Sonrası Rehabilitasyon
- **Arş. Gör. Ekrem YILMAZ** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Rekonstrüksiyon Sonrası Periyodizasyon
- **Arş. Gör. Hikmet BAYAM** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Sporcularda Ön Çapraz Bağ Rekonstrüksiyon Sonrası Takviye Edici Gıda Kullanımı
- **Dr. Öğr. Üyesi Buse SULU** – İstanbul Esenyurt Üniversitesi
Sporcularda Ön Çapraz Bağ Rekonstrüksiyon Sonrası Psikolojik Müdahaleler

Yüz Yüze Bildiriler

17:30 – 18:30

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Kongre ve Kültür Merkezi

Moderatörler:

Dr. Şeyda ÖZTUNA, Dr. Öğr. Üyesi Öznur ÇETİN & Dr. Öğr. Üyesi Birgül VURAL

Dördüncü Panel (Çevrimiçi)

Sağlık Sektöründe Uluslararası Girişimcilik

18:30 – 20:00

Moderatör

Doç. Dr. Yusuf ÖCEL – Düzce Üniversitesi

Konuşmacılar

- **Emre Recep BEŞKARDEŞ** – New Health Media
Uluslararası Tanıtım ve Pazarlama
- **Dr. Burak TUNCER** – Esteworld
Yurtdışı Sağlık Turizmi Girişimleri
- **Nazlı CERTEL** – Voilà Health Tourism
Uluslararası Hastaların Beklentileri
- **Furkan ÇOKER** – GlobePR
Hedef Pazarlarda Doğrudan Var Olmak

Beşinci Panel (Çevrimiçi)

Uluslararası Sağlık Hizmetlerinde Sahanın Gerçekleri

21:30 – 22:30

Moderatör

Öğr. Gör. Dr. Fatih ORHAN – Sağlık Bilimleri Üniversitesi

Konuşmacılar

- **Öğr. Gör. Dr. Fatih ORHAN** – Sağlık Bilimleri Üniversitesi
Yapay Zeka Temelli Eğitim
- **Çisel SAVAŞ** – All For Clinics
Klinik Yönetimi
- **Dr. Yavuz Selim SILAY** – AfroTurk TV
Medyanın Gücü
- **Umut YEŞİLYAYLA** – Sadece Sağlık Turizmi
Marka İçgörülleri

- **Ahmet YARDIMCI** – Ahmet Yardımcı Academy

Stratejik Satış ve Büyüme

15 Kasım 2025 Cumartesi – 2. Gün

Altıncı Panel

Sporcu Sağlığında Omuz Yaralanmalarına Bütüncül Yaklaşım

09:30 – 11:00

Moderatör

Prof. Dr. Hakkı Çağdaş BASAT – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Konuşmacılar

- **Doç. Dr. İzzet BİNGÖL** – Bilkent Şehir Hastanesi

Biceps Tendon Patolojilerine Yaklaşım: Ne Zaman Tenotomi, Ne Zaman Tenodez?

- **Dr. Öğr. Üyesi Muhammed İhsan KODAK** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Biceps Tendon Cerrahisi Sonrası Fizyoterapi ve Rehabilitasyon

- **Doç. Dr. Vahit ÇİRİŞ** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Omuz Yaralanması Geçirmiş Sporcunun Müsabakaya Hazırlanması

- **Uzm. Dyt. Sabriye BALLI** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Sporcu Yaralanmalarında Güncel Beslenme Yaklaşımları

Yedinci Panel

Sağlık Yönetiminde Yenilikçi Yaklaşımlar

11:15 – 12:45

Moderatör

Prof. Dr. Mehmet Nurullah KURUTKAN – Düzce Üniversitesi

Konuşmacılar

- **Prof. Dr. Musa ÖZATA** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Sağlık Politikalarında İnsan Kaynağı Yönetimi ve Stratejik Yaklaşımlar

- **Doç. Dr. İsmail ŞİMŞİR** – Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi

Sağlık Yönetiminde Dijital Dönüşüm ve Yapay Zeka Uygulamaları

- **Furkan Ali ÇİFTÇİOĞLU** – Kamu Çalışanları Stratejik Araştırmalar Merkezi
Sağlık Alanında Mesleki Örgütlenme ve Sivil Toplumun Rolü
- **Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin İLTER** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Halk Sağlığı Perspektifinden Sağlık Yönetimi

Konferans

14:00 – 14:15

Longevity through Lifestyle: Health Tourism and the Japanese Model of Preventive Living

Doç. Dr. Milica JOTOV – ECPD (The University established by the United Nations)

Sekizinci Panel

Sporcularda Kalça Yaralanmaları

14:15 – 15:45

Moderatör

Dr. Öğr. Üyesi Pelin Özgür POLAT – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Konuşmacılar

- **Doç. Dr. Mehmet Fevzi ÇAKMAK** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Sporcularda Kalçadaki Kemik Problemlerine Artroskopik Yaklaşım
- **Prof. Dr. Öznur BÜYÜKTURAN** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Artroskopik Yaklaşım Sonrası Fizyoterapi ve Rehabilitasyon
- **Dr. Öğr. Üyesi Pelin Özgür POLAT** – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Spor Yaralanması Sonrası Sanal Gerçeklik Temelli Psikolojik Müdahaleler

Dokuzuncu Panel

Genç Sporcuların Küresel Başarı Yolculuğu

16:00 – 17:15

Moderatörler

Prof. Dr. Öznur BÜYÜKTURAN – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Uzm. Fzt. Recep BALOĞLU – Kayseri Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi

Konuşmacılar

- **Abdullah TOPRAK**

2022 Avrupa U23 Grekoromen Güreş Şampiyonası 72 kg Avrupa İkincisi
Avrupa Güreşinde Zirve Yolculuğu

- **Ayten ÖZDEMİR**

2023 A Class Muaythai Dünya Şampiyonası Kadınlar Kategorisi Dünya Üçüncüsü
Dünya Arenasında Muaythai Başarısı

- **Ramazan BAŞTUĞ**

2025 Yarı Dünya Atletizm Maratonu Erkekler Üniversiteler Şampiyonası Dünya İkincisi
Maratonda Küresel Mücadele

- **Emre MUTLU**

2022 Avrupa U23 Grekoromen Güreş Şampiyonası 55 kg Avrupa Birincisi
Genç Güreşçilerin Avrupa Zaferi

Çevrimiçi Bildiriler

17:30 – 18:30

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Kongre ve Kültür Merkezi

Moderatörler:

Dr. Öğr. Üyesi Abdulhamit TAYFUR, Dr. Öğretim Üyesi Muhammed İhsan KODAK, Öğr.
Gör. Dr. Vahit ÖZDEMİR & Arş. Gör. Fatih ÖZYURT

Katılım Linkleri:

<https://meet.ahievran.edu.tr/b/can-qog-4bp-wrn>

<https://meet.ahievran.edu.tr/b/vah-g65-wtf-w9w>

<https://meet.ahievran.edu.tr/b/muh-qqg-let-xfz>

Onuncu Panel (Çevrimiçi)

Sporcularda Yaralanma Sonrası Multidisipliner Yaklaşım

18:30 – 20:30

Moderatör

Doç. Dr. Caner KARARTI – Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Konuşmacılar

- **Uzm. Dr. İbrahim DÜNDAR** – Gaziantep Şehir Hastanesi
Baş Üstü Sporcularda Sezon Öncesi Değerlendirme
- **Prof. Dr. Gazi HURİ** – Hacettepe Üniversitesi
Baş Üstü Sporcularda İnstabiliteye Yaklaşım
- **Fzt. John NYLAND** – Norton Healthcare (ABD)
Cerrahi Sonrası Kriter Odaklı Spora Dönüş
- **Fzt. Mesut SELAMİ** – Acıbadem Sports
Cerrahi Sonrası Kriter Odaklı Spora Dönüş
- **Prof. Dr. Hüsrev TURNAGÖL** – Hacettepe Üniversitesi
Cerrahi Sonrası Sporcu Beslenmesi
- **Dr. Öğr. Üyesi Buse SULU** – İstanbul Esenyurt Üniversitesi
Cerrahi Sonrası Sahaya Psikolojik Uyum

KIRŞEHİR'DE SAĞLIK, SPOR VE TURİZM BULUŞMASI

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nin ev sahipliğinde ve Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü iş birliğiyle düzenlenen Uluslararası Sağlık, Spor ve Turizm Kongresi, Kırşehir'de geniş katılımla gerçekleştirildi. Bilim dünyası, sektör temsilcileri, kamu otoriteleri ve spor camiasını aynı çatı altında buluşturan kongre; bölgesel kalkınmadan sağlık turizmine, sporcu sağlığından termal rehabilitasyona uzanan geniş bir çerçevede önemli değerlendirmelere sahne oldu.



Açılış programına katılan Kırşehir Valisi Murat Sefa Demiryürek, Kırşehir'in köklü tarihi, doğal mirası, jeotermal kaynakları ve üniversitenin ihtisaslaşma vizyonunun şehri sağlık, spor ve turizmin kesiştiği örnek bir merkez haline getirdiğini vurguladı. Demiryürek, kongrenin Kırşehir'in bölgesel misyonunu ulusal düzeyde görünür kıldığını belirterek, şehrin potansiyelinin bilimsel çıktılarla desteklenmesinin kıymetine dikkat çekti. Üniversite bünyesinde kurulan Sporcu Sağlığı ve Termal Rehabilitasyon Uygulama ve Araştırma Merkezi'nin (SAUTER), yalnızca bir araştırma altyapısı olmadığını; jeotermal kaynakları modern bilimle buluşturan, sağlık hizmetlerinden spor bilimlerine ve termal turizme uzanan geniş bir alanı besleyen stratejik bir değer taşıdığını ifade etti.



Vali Demiryürek, kongredeki multidisipliner yapının isabetine değinirken, TOBB, Hizmet İhracatçıları Birliği ve Gençlik ve Spor Bakanlığı temsilcilerinin katılımının sektörün, bilimin ve kamu otoritesinin ortak vizyon geliştirme kapasitesini gösterdiğini söyledi. Kongrenin ulusal

ve uluslararası işbirliğini geliştirme, bilimsel bilginin uygulamaya aktarılması ve bölgesel potansiyelin somut biçimde ortaya konulması adına önemli bir fırsat sunduğunu kaydetti.

Kongre Başkanı ve KAEÜ Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Ali Güneş ise çok sayıda akademisyenin yer aldığı programda, sağlık, spor ve turizmin birbirini besleyen üç güçlü unsur olarak ele alındığını belirtti. Güneş, kongrenin hem akademik dünyaya hem de topluma, yerel ekonomiye ve kültürel mirasa katkı sağlayan bir platform oluşturduğunu ifade etti.

Gençlik ve Spor Bakanlığı Uluslararası Organizasyonlar ve Dış İlişkiler Genel Müdürlüğü Spor Turizmi Daire Başkanı Volkan Burak Mumcu, Hizmet İhracatçıları Birliği Genel Sekreter Yardımcısı Üzeyir Işık, TOBB Fuarcılık Meclisi Başkanı Cihat Alagöz ve Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü Başkanı Dr. Fatih Seyran da kongrede görüş ve değerlendirmelerini paylaşarak, sektörün gelişimi için atılması gereken adımlara dair önemli mesajlar verdi.

Programın dikkat çeken bölümlerinden biri de uluslararası başarılarıyla Türkiye'yi temsil eden 10 milli sporcunun kongreden bir gün önce gençlerle gerçekleştirdiği deneyim aktarımı oldu. Sporcuların kariyer yolculukları, motivasyon süreçleri ve profesyonel gelişim önerileri gençler tarafından ilgiyle takip edildi.



Kongre, Kırşehir'in akademik birikimi, doğal kaynakları ve sektörel potansiyelini bir araya getirerek, şehri sağlık, spor ve turizmin yeni çekim merkezi haline getirme hedefini güçlendiren

önemli bir organizasyon olarak değerlendirildi. Program, paydaşlar arasında kurulan işbirliği ağlarının genişlemesi ve bilimsel çıktılarla desteklenen yeni projelere kapı aralaması bakımından da dikkate değer bir sonuç ortaya koydu.



Uluslararası Sağlık, Spor ve Turizm Kongresi'nde Kırşehir'in Geleceğine Yön Verecek Mesajlar

14 Kasım 2025 tarihinde Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Kongre ve Kültür Merkezi 15 Temmuz Milli İrade Salonu, sağlık, spor ve turizm alanında Türkiye'nin en kapsamlı buluşmalarından birine ev sahipliği yaptı. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ile Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü işbirliğinde gerçekleşen "Uluslararası Sağlık, Spor ve Turizm Kongresi", akademisyenleri, sektör uzmanlarını ve kamu yöneticilerini bir araya getirerek Kırşehir'in neden Türkiye'nin yeni sağlık ve spor turizmi merkezi olabileceğini güçlü bir şekilde ortaya koydu.

Kongre; Kırşehir Valisi Murat Sefa Demiryürek, Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü Başkanı ve UKA Akademi Genel Sekreteri Dr. (PhD) Fatih Seyran, Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Turizmi Daire Başkanı Volkan Burak Mumcu, Hizmet İhracatçıları Birliği Genel Sekreter Yardımcısı Üzeyir Işık, TOBB Fuarcılık Başkanı Cihat Alagöz ve Kırşehir Gençlik ve Spor İl Müdürü Yasin Çakmakçı'nın katılımıyla gerçekleştirildi. Açılış programında yapılan

konuşmalar, Kırşehir'in bilimsel, ekonomik ve sosyal dinamikleriyle sağlık ve spor turizminde nasıl bir cazibe merkezi haline geleceğini ayrıntılarıyla gözler önüne serdi.



Dr. (PhD) Fatih Seyran: “Bu kongre Kırşehir'in potansiyelini tüm dünyaya gösteriyor”

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü Başkanı Dr. Fatih Seyran, açılış konuşmasında Kırşehir'in sahip olduğu termal kapasite, akademik bilgi birikimi ve stratejik konumuyla dünya sağlık turizmi piyasasında öne çıkabilecek niteliklere sahip olduğunu vurguladı. Seyran, Kırşehir'i yalnızca bir kültür ve tarih şehri olarak görmenin eksik bir yaklaşım olduğunu belirterek, şehrin özellikle termal sağlık, sporcu rehabilitasyonu, sağlık bilimleri ve alternatif tıp alanlarında Türkiye'nin en güçlü altyapılarından birine sahip olduğunun altını çizdi.

Seyran konuşmasında şu değerlendirmeyi yaptı:

“Kırşehir, dünyanın en güçlü termal su kaynaklarından birine sahip. Üniversitemizin bilimsel altyapısı, burada yürüttüğümüz araştırmalar ve geliştirdiğimiz projeler, Kırşehir'i sağlık ve spor turizmi alanında uluslararası bir marka hâline getirebilecek güçtedir. Bugün bu kongreyle Kırşehir'in potansiyelini tüm dünyaya gösteriyoruz. Türkiye'nin yeni sağlık turizmi markası neden Kırşehir olmasın?”



Volkan Burak Mumcu: “Böyle bir organizasyon Kırşehir’e yakıştı”

Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Turizmi Daire Başkanı Volkan Burak Mumcu, spor turizminin dünyada en hızlı büyüyen sektörlerden biri olduğuna dikkat çekerek Kırşehir’in bu alandaki avantajlarına işaret etti.

Mumcu konuşmasında, şehrin sakin yaşam temposu, iklim özellikleri, spor altyapısı ve üniversitenin akademik kapasitesinin spor turizmi açısından büyük bir fırsat sunduğunu belirtti.

Mumcu şöyle konuştu:

“Kırşehir’in coğrafyası, huzurlu şehir yapısı ve güçlü üniversitesi spor turizmi için çok değerli. Böyle bir organizasyon Kırşehir’e gerçekten yakıştı. Önümüzdeki yıllarda bu şehirde çok daha büyük, uluslararası spor organizasyonları düzenleneceğine yürekten inanıyorum.”



Üzeyir Işık: “Kırşehir’in kalkınması için gereken her türlü desteği vereceğiz”

Hizmet İhracatçıları Birliği Genel Sekreter Yardımcısı Üzeyir Işık, konuşmasında Kırşehir’in sağlık ve spor turizmi alanında kalkınmaya açık bir şehir olduğunu belirterek, ihracatçı birliklerinin bu sürece her türlü desteği vermeye hazır olduğunu ifade etti.

Şehrin jeotermal kaynakları, genç insan kaynağı ve üniversite odaklı bilimsel üretimiyle geleceğin önemli turizm destinasyonlarından biri olabileceğini söyleyen Işık, şu ifadeleri kullandı:

“Kırşehir’in güçlenmesi için gereken ne varsa yapacağız. Sağlık ve spor turizmi, Kırşehir’in geleceğini değiştirebilecek stratejik bir alan. Bu şehir termal gücüyle, akademik kapasitesiyle ve insan kaynağıyla gerçekten çok değerli bir yerde duruyor.”



Cihat Alagöz: “Sağlık turizmi çalışmalarının başlangıç noktası Ahilik diyarı Kırşehir’dir”

TOBB Fuarcılık Başkanı Cihat Alagöz, konuşmasında hem sağlık turizminin Türkiye açısından önemine hem de Kırşehir’in bu alanda sahip olduğu derin kültürel mirasa dikkat çekti.

Alagöz, Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü Başkanı Dr. Fatih Seyran’ın Türkiye’de sağlık turizmi çalışmalarının gelişmesindeki rolüne özellikle vurgu yaptı:

“Uluslararası sağlık turizmi alanında bugün ulaştığımız noktada Fatih Seyran’ın çok büyük emeği var. Bu kongre aslında çok değerli bir başlangıcın işaretidir. Sağlık turizmi çalışmalarının başlangıç noktası da Ahilik diyarı Kırşehir’dir. Ayrıca Kırşehir Milletvekili Necmettin Erkan’ın esnaf teşkilatına yönelik çalışmaları, şehrin markalaşma sürecinde önemli bir adımdır.”



Prof. Dr. Ali Güneş: “Ahilik bir kalite hareketidir”

KAEÜ Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Ali Güneş ise konuşmasında Ahilik felsefesinin yalnızca bir esnaf örgütlenmesi değil, aynı zamanda bir hizmet kalitesi anlayışı olduğunu belirtti. Üniversitenin bu kalite vizyonunu bilimsel projelere aktardığını söyleyen Güneş, özellikle

KONGREDEN KARELER

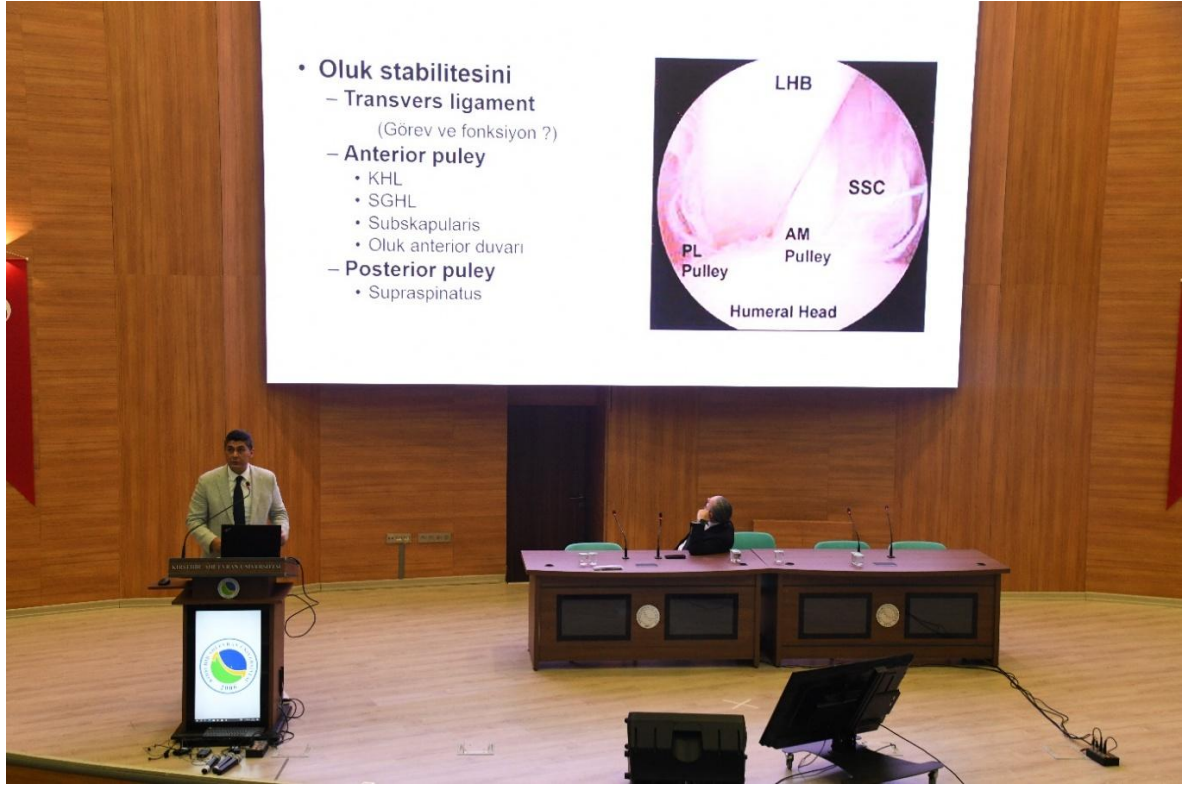














Sağlık, Spor, Turizm Kongresi Online Sözel Bildiriler - 15.11.2025

T.C.
Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Canlı Toplantı Uygulaması

Daha net bir ses ve sesin yankılanmaması için **mikrofon ve kulaklık** kullanın!

Bu toplantı **açık kaynak kodlu** BigBlueButton uygulaması ile yapılmaktadır.

Hstcongress Sözel Bildiriler 2. Gün MİK - 15.11.2025

Sağlık turizmi ve sigortalılık ilişkisi - Microsoft PowerPoint

SAĞLIK TURİZMİ VE SİGORTALILIK İLİŞKİSİ ÖZEL SAĞLIK SİGORTALARININ SINIR ÖTESİ SAĞLIK HİZMETLERİNDEKİ ROLÜ

INTERNATIONAL HEALTH, SPORTS AND TOURISM CONGRESS
NOVEMBER 13-15 2025

ERZİ ÇELİK NECLA YILMAZ
SÜLEYMAN DEMİREL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK YÖNETİMİ A.B.D.

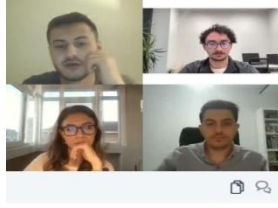
Not eklemek için tıklayın

Sağlık, Spor, Turizm Kongresi Online Sözel Bildiriler - 15.11.2025

Tartışma

❖ **Tablo 4.** Ölçek maddelerinin katılımcılar tarafından benzer şekilde algılanıp algılanmadığını belirlemek için Hotelling'in T2 testi yapılmıştır. Sonuçlar, katılımcıların maddeleri farklı yaklaşımlarla algıladıklarını, her maddenin zorluk düzeyinin farklı olduğunu ve Hotelling'in T2 testinin istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç verdiğini ($p < 0.001$) göstermiştir. Bu bağlamda, ölçek maddelerinin madde güvenirliklerinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür. Sporcular her maddeyi farklı bir yaklaşımla algılamaktadır (Ördemir, 2004). Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği'nin sporcuların ruminatif düşünceleri düzeylerini belirlemede etkili olduğu, her sorunun ölçeğe dahil edilmesi gerektiği ve maddelerin homojenliği nedeniyle ölçeğin güçlü ve ayırt edici olduğu sonucuna varılmaktadır.

❖ **Tablo 5.** Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği'nin iç tutarlılığını belirlemek için yapılan güvenirlik analizinde, ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0,854 olarak bulunmuştur. Karatıl ve Pehlivan (2023) tarafından yetiştirilen üzerinde yapılan Türkçe uyarılma çalışmasında Cronbach Alpha değeri 0,872 olarak bulunmuştur. Cronbach Alpha katsayıları 0,80-1,00 arasında çok yüksek güvenirlik, 0,60-0,79 arasında yüksek güvenirlik, 0,40-0,59 arasında düşük güvenirlik ve 0,00-0,39 arasında ölçeğin güvenilir olmadığını gösterir (Kalaycı, 2010). Bu bağlamda, çalışmamızda elde edilen Cronbach Alpha değerleri, ölçeğin iç tutarlılığının çok yüksek olduğunu göstermektedir.



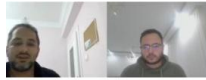
Hstcongress Sözel Bildiriler 2. Gün MİK - 15.11.2025

T.C.
Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Canlı Toplantı Uygulaması

Daha net bir ses ve sesin yankılanmaması için **mikrofon** ve **kulaklık** kullanın!

Bu toplantı açık kaynak kodlu BigBlueButton uygulaması ile yapılmaktadır.



Muhammed İhsan ... 01:39:22
On Birinci Panel (Çevrimiçi):
Sporcularda Yaralanma Sonrası
Multidisipliner Yaklaşım 18:30-20:30
<https://meet.ahievran.edu.tr/jb/0el-00c-yvu-vnm>

Sağlık, Spor, Turizm Kongresi Online Sözel Bildiriler - 15.11.2025

Veri Toplama Araçları

- Katılımcıların yaş, cinsiyet, kilo, boy, eğitim düzeyi, mesleği, medeni durumu gibi sosyodemografik özellikler kaydedildi.
- Sedanter davranış Sedanter Davranış Anketi (SDA) ile; postüral alışkanlıklar Postüral Alışkanlıklar ve Farkındalık Ölçeği (PAFÖ) ile; uyku kalitesi Pittsburg Uyku Kalitesi İndeksi (PUKİ) ile; dijital sağlık okuryazarlığı e-Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği (eSOÖ) ile değerlendirildi.

Windows'u Etkinleştir
Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gidin.

Arasayla - Kırşehir Ahi Evran ... X Sağlık, Spor, Turizm Kongresi ... X Playback ... X

meet.ahievran.edu.tr/playback/presentation/2.3/b640b9930a62b47647bee98db2cc3fe234e898-1763215891083



Muhammed İhsan ... 01:39:22
On Birinci Panel (Çevrimiçi):
Sporcularda Yaralanma Sonrası
Multidisipliner Yaklaşım 18:30-20:30
<https://meet.ahievran.edu.tr/jb/0el-00c-yvu-vnm>

Sağlık, Spor, Turizm Kongresi Online Sözel Bildiriler - 15.11.2025

Yöntem

Çalışmaya 14–18 yaş aralığında gönüllü 41 erkek futbolcu dâhil edildi.

Tüm sporculara fiziksel performans testleri olarak:

- Reaktif çeviklik,
- Dikey sıçrama,
- T-çeviklik,
- 20 m sprint
- Y-şekilli denge testleri uygulandı.

Start / Finish

Sağlık, Spor, Turizm Kongresi Online Sözel Bildiriler - 15.11.2025

Motivasyon

- Sporunun bir davranışı başlatma, sürdürme ve hedefe yönelme isteğini ifade eder.
- İçsel ve dışsal kaynaklarla beslenir; performansın kalitesi üzerinde doğrudan etkilidir.
- Yüksek motivasyon, sporunun antrenmana bağlılığını ve rekabet gücünü artırır.



Sağlık, Spor, Turizm Kongresi Online Sözel Bildiriler - 15.11.2025

Sağlık Turizmi ve Sağlık Harcamaları İlişkisi: Halk Sağlığı Perspektifinden Bir Literatür Taraması

Öğr. Gör. Meryem KOÇAŞ

Hstcongress Sözel Bildiriler 2. Gün MİK - 15.11.2025

BİYOELEKTRİKSEL İMPEDANS ANALİZİ PARAMETRELERİNDEN FAZ AÇISI: DİYETİSYENLER İÇİN META-İNFLAMASYONU İZLEMEDE PRATİK BİR GÖSTERGE

Cemra MEMİK İNAN¹, Emre DUMAN², Mustafa CAPRAZ³

¹ Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hırac Üniversitesi

² Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hırac Üniversitesi

³ Hematoloji, Tıp Fakültesi, Ayniye Üniversitesi

Hstcongress Sözel Bildiriler 2. Gün MİK - 15.11.2025

INSTAGRAM PAYLAŞIMLARININ İÇERİK ANALİZİ İLGAZ DAĞI MİLLİ PARKI ÖRNEĞİ

Dr. Öğr. Üyesi Yusuf Ziya ARBAŞ

Dr. Öğr. Üyesi Emine KÖRÜKÇÜ

ULUSLARARASI SAĞLIK, SPOR VE TURİZM KONGRESİ SONUÇ BİLDİRİSİ

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ev sahipliğinde ve Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü iş birliğiyle düzenlenen Uluslararası Sağlık, Spor ve Turizm Kongresi, sağlık, spor ve turizmin kesişiminde ortaya çıkan yeni paradigma değişimlerini çok boyutlu bir yaklaşımla ele almıştır. Kongre; sağlık turizmi, sporcu sağlığı, termal rehabilitasyon, alternatif ve sürdürülebilir turizm, dijitalleşme, yapay zekâ ve sağlık ekonomisi gibi alanlarda ulusal ve uluslararası ölçekte bilgi üretimini ve politika tartışmalarını aynı zeminde buluşturmuştur.

Bu sonuç bildirisi; kongre süresince gerçekleştirilen paneller, sözlü ve poster bildiriler, ana konferanslar ve paydaş görüşleri ışığında ortaya çıkan ortak akıl, bilimsel eğilimleri ve stratejik önerileri bütüncül bir çerçevede ortaya koymak amacıyla hazırlanmıştır. Bildiri; özellikle Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nin ihtisaslaşma vizyonu, Kırşehir'in jeotermal ve kültürel potansiyeli, Türkiye'nin sağlık turizmindeki küresel konumu ve sporcu sağlığı ile alternatif turizmde yaşanan paradigma değişimi ekseninde şekillenmiştir.

KIRŞEHİR AHI EVRAN ÜNİVERSİTESİ VE BÖLGESEL KALKINMA VİZYONU

Kongrede öne çıkan temel bulgulardan biri, üniversitelerin yalnızca eğitim ve araştırma kurumları değil; aynı zamanda bölgesel kalkınmanın itici gücü olduğudur. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi (KAEÜ), Ahilik felsefesinin kalite, etik, üretim ve toplumsal sorumluluk anlayışını çağdaş bilimle birleştirerek sağlık, spor ve turizm alanlarında örnek bir ihtisaslaşma modeli ortaya koymaktadır.

Üniversite bünyesinde kurulan Sporcu Sağlığı ve Termal Rehabilitasyon Uygulama ve Araştırma Merkezi (SAUTER), kongrede yapılan değerlendirmeler doğrultusunda yalnızca akademik bir merkez değil; aynı zamanda bölgesel, ulusal ve uluslararası ölçekte hizmet üretebilecek stratejik bir yapı olarak tanımlanmıştır. SAUTER'in;

- Sporcu sağlığı ve performans optimizasyonu,
- Ortopedik ve nörolojik rehabilitasyon,
- Termal tedavi ve medikal wellness,
- Sporcu yaralanmalarının önlenmesi ve sahaya dönüş protokolleri alanlarında çok disiplinli bir model sunduğu vurgulanmıştır.

Bu bağlamda Kırşehir, üniversite–kamu–özel sektör iş birliğiyle Anadolu merkezli yeni bir sağlık ve spor turizmi çekim noktası olma potansiyeline sahiptir.

TÜRKİYE VE ULUSLARARASI SAĞLIK TURİZMİNDE PARADİGMA DEĞİŞİMİ

Kongrede sunulan bildiriler ve panel tartışmaları, sağlık turizminin klasik “tedavi odaklı” yaklaşımından uzaklaşarak önleyici, bütüncül ve deneyim temelli bir yapıya evrildiğini açıkça ortaya koymuştur. Uluslararası sağlık turizminde öne çıkan yeni paradigma şu unsurlarla tanımlanmıştır:

- Hastalık merkezli değil, iyi oluş (well-being) merkezli yaklaşım,
- Kısa süreli tedavi yerine yaşam tarzı temelli uzun vadeli sağlık kazanımları,
- Medikal hizmetlerin spor, rekreasyon, psikoloji ve dijital sağlık uygulamalarıyla entegrasyonu,
- Hasta deneyimi, güven, dijital itibar ve etik yönetimin belirleyici rolü.

Türkiye; güçlü sağlık altyapısı, nitelikli insan kaynağı, rekabetçi maliyet yapısı ve jeostratejik konumuyla bu paradigma değişiminin önemli aktörlerinden biri olarak değerlendirilmektedir. Ancak kongre sonuçlarına göre sürdürülebilir liderlik için;

- Dijital sağlık okuryazarlığının artırılması,
- Uluslararası hasta deneyimlerinin şeffaf ve etik biçimde yönetilmesi,
- Akademik bilgi üretiminin politika ve uygulamaya aktarılması kritik öneme sahiptir.

SPORCU SAĞLIĞI: TEDAVİDEN PERFORMANS VE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞE

Kongrede sporcu sağlığı alanında yapılan oturumlar, önemli bir paradigma kaymasına işaret etmiştir. Sporcu sağlığı artık yalnızca yaralanma sonrası tedavi süreci olarak değil;

- Yaralanma önleme,
- Biyomekanik analiz,
- Psikolojik dayanıklılık,
- Beslenme ve toparlanma,
- Veri temelli performans izleme başlıklarını kapsayan bütüncül bir yaşam döngüsü yönetimi olarak ele alınmaktadır.

Ön çapraz bağ, kalça yaralanmaları ve baş üstü sporculara ilişkin oturumlarda; cerrahi, fizyoterapi, psikoloji ve spor bilimlerinin entegrasyonunun sporcunun sahaya güvenli dönüşünde belirleyici olduğu vurgulanmıştır. Bu yaklaşım, sporcu sağlığını sağlık turizmiyle buluşturan yeni bir alanın da kapısını aralamaktadır: sporcu rehabilitasyonu ve performans turizmi.

Kırşehir'in sakin kent yapısı, termal kaynakları ve üniversite altyapısı; elit ve genç sporcular için uzun süreli kamp, rehabilitasyon ve performans geliştirme merkezi olma potansiyelini güçlendirmektedir.

ALTERNATİF VE TERMAL TURİZMDE YENİ YAKLAŞIMLAR

Kongre kapsamında ele alınan alternatif turizm başlıkları, klasik deniz–kum–güneş turizminin ötesinde, sağlık, kültür, doğa ve spor eksenli yeni modellerin yükselişini ortaya koymuştur. Termal turizm, bu modellerin merkezinde yer almakta; ancak artık yalnızca kür amaçlı değil;

- Rehabilitasyon,
- Sporcu toparlanması,
- Yaşlı ve engelli dostu turizm,
- Psikolojik iyi oluş ve stres yönetimi amaçlarıyla yeniden tanımlanmaktadır.

Kırşehir'in jeotermal kapasitesi, Ahilik kültürü ve kırsal turizm olanakları; entegre bir sağlık–spor–kültür destinasyonu oluşturmak için stratejik avantaj sunmaktadır.

DİJİTAL DÖNÜŞÜM, YAPAY ZEKÂ VE SAĞLIK TURİZMİ

Kongrede dikkat çeken bir diğer sonuç, dijitalleşmenin sağlık ve turizm sektörlerinde geri döndürülemez bir dönüşüm yarattığıdır. Yapay zekâ destekli karar sistemleri, sanal asistanlar, büyük veri analitiği ve dijital hasta profillemeye çalışmaları;

- Hizmet kalitesini artırmakta,
- Hasta güvenini güçlendirmekte,
- Uluslararası rekabet gücünü belirlemektedir.

Ancak bu dönüşümün etik, hukuki ve insani boyutlarının da akademik ve kamusal düzeyde ele alınması gerektiği vurgulanmıştır.

POLİTİKA ÖNERİLERİ VE STRATEJİK SONUÇLAR

Kongrede sunulan bilimsel bildiriler, panel tartışmaları ve paydaş görüşleri doğrultusunda; Türkiye'nin önümüzdeki yıllardaki sağlık turizmi, sporcu sağlığı ve alternatif turizm vizyonuna katkı sunacak şekilde aşağıdaki stratejik politika önerileri geliştirilmiştir.

Kırşehir'in Sporcu Sağlığı ve Termal Turizm Üssü Olarak Konumlandırılması: Kırşehir'in jeotermal kaynakları, sakin kent yapısı ve üniversite altyapısı dikkate alınarak; sporcu sağlığı, rehabilitasyon ve termal tedavi alanlarında ulusal ve uluslararası düzeyde bir referans merkez olarak planlanması.

SAUTER Merkezli Ulusal ve Uluslararası Araştırma Ağlarının Güçlendirilmesi: Sporcu sağlığı, termal rehabilitasyon ve sağlık turizmi alanlarında çok disiplinli araştırmalar yürütecek; Avrupa Birliği, Türk Devletleri Teşkilatı ve küresel akademik ağlarla entegre araştırma konsorsiyumlarının oluşturulması.

Sporcu Sağlığı ve Rehabilitasyonunun Sağlık Turizmi Stratejilerine Entegrasyonu: Spor yaralanmalarının önlenmesi, cerrahi sonrası rehabilitasyon ve performans dönüş süreçlerinin sağlık turizmi ürün paketlerine dâhil edilerek Türkiye'nin bu alanda farklılaşmasının sağlanması.

Akademik Çalışmaların Politika Yapım Süreçlerine Entegre Edilmesi: Üniversitelerde üretilen bilimsel bilginin; sağlık turizmi, spor ve alternatif turizm politikalarına doğrudan girdi sağlayacak biçimde karar alma mekanizmalarına aktarılması ve akademi-politika köprülerinin kurumsallaştırılması.

Dijital Sağlık ve Yapay Zekâ Uygulamalarında Etik ve Kalite Standartlarının Geliştirilmesi: Yapay zekâ destekli tanı, hasta yönetimi, dijital pazarlama ve sanal asistan uygulamalarının etik, hukuki ve kalite çerçevesinin ulusal standartlarla güvence altına alınması.

Sağlık Turizmine Yönelik Teşvik Mekanizmalarının Güçlendirilmesi: Sporcu sağlığı, termal turizm, yaşlı ve engelli dostu turizm alanlarında faaliyet gösteren kurumlara; Ar-Ge, istihdam, dijital dönüşüm ve uluslararası tanıtım odaklı özel teşvik modellerinin geliştirilmesi.

Sağlık Serbest Bölgelerinin Oluşturulması: Sağlık turizmi, sporcu rehabilitasyonu ve termal tedavi alanlarında uluslararası yatırımcıyı çekecek; bürokratik süreçleri azaltılmış, vergisel ve operasyonel avantajlar sunan sağlık serbest bölgelerinin hayata geçirilmesi.

Uluslararası Rekabet İçin Sektöre Pozitif Ayrıcalıklar Tanınması: Türkiye'nin küresel sağlık turizmi pazarındaki payını artırmak amacıyla; akreditasyon, vize, sigorta, lojistik ve tanıtım süreçlerinde sektöre pozitif ayrımcılık sağlayacak düzenlemelerin yapılması.

Üniversite–Kamu–Özel Sektör İş Birliklerinin Sürdürülebilir Projelere Dönüştürülmesi: Kısa vadeli organizasyonlar yerine; ölçülebilir çıktıları olan, uzun vadeli ve bölgesel kalkınmayı destekleyen ortak projelerin teşvik edilmesi.

Türkiye'nin Sağlık, Spor ve Alternatif Turizmde Küresel Marka Vizyonunun Güçlendirilmesi: Sağlık turizmini; spor, kültür, dijital sağlık ve yaşam tarzı temelli yaklaşımlarla bütünleştirerek Türkiye'nin yalnızca uygun maliyetli değil, yüksek kalite ve güven temelli bir küresel marka olarak konumlandırılması.

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Uluslararası Sağlık, Spor ve Turizm Kongresi; Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nin öncülüğünde, Türkiye'nin sağlık turizmi vizyonuna bilimsel temelli, etik duyarlılığı yüksek ve sürdürülebilir kalkınma odaklı güçlü bir perspektif kazandırmıştır. Kongre süresince ortaya konulan akademik bildiriler, politika tartışmaları ve paydaş görüşleri; sağlık, spor ve turizmin birbirinden bağımsız alanlar olmadığını, aksine birbirini besleyen, dönüştüren ve stratejik sinerji yaratan sektörler olduğunu açık biçimde ortaya koymuştur.

Bu kongre; sağlık hizmetlerinin sporcu sağlığı, rehabilitasyon, termal tedavi, alternatif turizm ve dijital sağlık uygulamalarıyla bütünleştiği yeni bir anlayışın altını çizmiştir. Özellikle sporcu sağlığının yalnızca tedavi değil; önleyici, performans artırıcı ve yaşam boyu sağlık yaklaşımı çerçevesinde ele alınması, sağlık turizmine yeni bir değer alanı kazandırmıştır. Aynı şekilde termal ve alternatif turizm; klasik kür anlayışının ötesine geçerek rehabilitasyon, psikolojik iyi oluş, yaşlı ve engelli dostu uygulamalarla yeniden tanımlanmıştır.

Kongre çıktıları, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nin bölgesel kalkınmadaki rolünü güçlendiren ve üniversiteyi sağlık, spor ve turizm alanlarında bir referans noktası haline getiren stratejik bir zemin oluşturmuştur. Üniversitenin akademik birikimi ile Kırşehir'in jeotermal kaynakları, kültürel mirası ve sakin kent yapısının birleşmesi; bölgeyi ulusal ve uluslararası ölçekte rekabet edebilir bir sağlık ve spor turizmi destinasyonu haline getirebilecektir.

KONGRE ÖZET METİN BİLDİRİLERİ

“TÜRKİYE’DE AMELİYAT OLAN VAR MI?” MEDİKAL TURİZMDE DİJİTAL HASTA YOLCULUĞUNUN MODELLEMESİ: GÜVEN, RİSK VE ELEKTRONİK AĞIZDAN AĞIZA İLETİŞİMİN NETNOGRAFİK ANALİZİ

Çağla Aslı GÜLDURAN

Dr. Öğretim Üyesi, Alanya Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Turizm İşletmeciliği Bölümü, caglaasli.gulduran@alanyauniversity.edu.tr, ORCID:0000-0002-3364-

457X

ÖZET

Medikal turistler, seyahatlerini farklı amaçlarla gerçekleştirmektedir. Kimileri tatil sırasında ortaya çıkan sağlık sorunlarına çözüm ararken, kimileri belirli bir tıbbi müdahale için seyahat etmektedir. Bu süreç giderek dijitalleşen bir karar verme yolculuğuna dönüşmüştür. İnternet araştırmaları, sosyal medya yorumları, hastane ve klinik web siteleri, hasta forumları ve dijital sağlık platformları; turistlerin seçimlerini, güven algılarını ve risk değerlendirmelerini doğrudan etkilemektedir. Dolayısıyla, medikal turizm hizmeti sunan kuruluşların bu dijital süreci anlaması, turist davranışlarını analiz etmesi ve hedef kitleye uygun pazarlama stratejileri geliştirmesi stratejik bir gerekliliktir.

Bu çalışmanın temel amacı, Türkiye’de medikal turistlerin dijital ortamda şekillenen algılarını incelemektir. Medikal turistlerin elektronik ağızdan ağıza iletişim (eWOM) ve etkileşimlerinin derinlemesine incelenmesi ve sağlık turizmi destinasyonu seçimine yönelik karar süreçlerini nasıl şekillendirdiğini açıklamak amacıyla Teknoloji Kabul Modeli (TAM) ve Teknolojinin Kabulü ve Kullanımına İlişkin Birleştirilmiş Teori’yi (UTAUT) teorik çerçeve olarak benimsemektedir. Araştırmada, medikal turistlerin çevrimiçi platformlarda Türkiye’ye ilişkin paylaşımları dijital netnografi yöntemi ile analiz edilmiştir. Makro düzeyde Reddit üzerinden yapılan yorumlar Türkiye geneline odaklanırken, mikro düzeyde Trustpilot verileri üzerinden İzmir destinasyonu değerlendirilmiştir.

Elde edilen bulgular, çevrimiçi yorumların medikal turistlerin algılanan risk ve güven düzeylerini biçimlendirdiğini; bu değişkenlerin de doğrudan satın alma niyeti ve destinasyon seçimi üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, karar verme sürecinde deneyim paylaşımları ve sosyal kanıt arayışında elektronik ağızdan ağıza iletişim (eWOM)

uygulamalarının belirleyici bir rol üstlendiği saptanmıştır. Sonuç olarak, dijital deneyim pazarlaması ve çevrimiçi etkileşim dinamikleri, medikal turizmde rekabet avantajı yaratma ve pazar payını artırma açısından kritik öneme sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Medikal turizm, Health Tourism, Netnografi, TAM, UTAT.

“ANYONE HAD SURGERY IN TURKEY?” MODELLING THE DIGITAL PATIENT JOURNEY IN MEDICAL TOURISM: A NETNOGRAPHIC ANALYSIS OF TRUST, RISK, AND EWOM

Çağla Aşlı GÜLDURAN

Assistant Professor, Alanya University, Faculty of Economics, Administrative and Social Sciences, Department of Tourism Management

E-mail: caglaasli.gulduran@alanyauniversity.edu.tr

ORCID: 0000-0002-3364-457X

ABSTRACT

Medical tourists undertake travel for various purposes. Some seek solutions for health issues that arise during vacation, while others travel specifically for a particular medical intervention. This process has increasingly evolved into a digital decision-making journey. Internet research, social media reviews, hospital and clinic websites, patient forums, and digital health platforms directly influence tourists' choices, trust perceptions, and risk assessments. Therefore, it is strategically essential for medical tourism providers to understand this digital process, analyze tourist behavior, and develop targeted marketing strategies.

The primary aim of this study is to examine the perceptions of medical tourists in Turkey shaped through digital platforms. This study adopts the Technology Acceptance Model (TAM) and the Unified Theory of Acceptance and Use of Technology (UTAUT) as its theoretical framework to provide an in depth examination of medical tourists' electronic word-of-mouth (eWOM) interactions and to explain how these interactions shape their decision-making processes regarding healthcare tourism destination choice. The research analyzes online content related to Turkey using a digital netnography approach. At the macro level, comments from Reddit focus on Turkey as a whole, whereas at the micro level, Trustpilot data are used to evaluate the İzmir destination.

The findings indicate that online reviews shape medical tourists' perceived risk and trust levels, which in turn directly affect their purchase intentions and destination choices. Additionally, experience sharing and the pursuit of social proof via electronic word-of-mouth (eWOM) play a decisive role in the decision-making process. Consequently, digital experience marketing and online interaction dynamics are critical for creating competitive advantages and increasing market share in medical tourism.

Keywords: Medical Tourism, Health Tourism, Netnography, TAM, UTAT.

YAŞLANMAYI GECİKTİRMEDE EGZERSİZ VE MİYOKİN'LERİN ÖNEMİ

Dilek KUZAY AKSOY

Dr. Öğr. Üyesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Bölümü, Kırşehir,

ORCID:000-0002-1460-9883

ÖZET

Yaşlanma, çeşitli organ sistemlerinde fonksiyonel azalmayla birlikte karmaşık ve çok boyutlu bir fizyolojik süreçtir. Beyin, kaslar ve karaciğer dahil olmak üzere tüm hayati organlarda dejenerasyon görülür. Yaşlanmayla birlikte kaslardaki mitokondriyal fonksiyon azalır ve bu da oksidatif fosforilasyon verimliliğinin azalmasına ve ATP üretim kapasitesinin azalmasına yol açar.

Kaslar beyin üzerinde doğrudan nöroprotektif etkiye sahip çeşitli "miyokinler" üreten önemli bir endokrin organ olarak görev yapar. Miyokinler, egzersiz ile aktive edilir, hem kas iyileşmesinde hem de nöroproteksiyonda önemli roller oynar. İnterlökin-6 (IL-6), İnterlökin-15 (IL-15), İnsülin benzeri büyüme faktörü-1 (IGF-1), Brain Derived Neurotrophic Factor (BDNF) ve İrisin egzersiz ile salgılanması artan önemli miyokinlerdendir.

IL-6; kaslardan türetilen önemli bir sitokindir. Yüksek yoğunluklu egzersizin arka planında akut olarak artarken, düzenli uzun süreli egzersizde anti-inflamatuar etki gösterir. Çalışmalar, kas kasılmasının arka planında IL-6 salgılanmasının arttığını, bunun yalnızca TNF α gibi pro-inflamatuar sitokinlerin üretimini engellemekle kalmayıp, aynı zamanda IL-10 gibi diğer anti-inflamatuar sitokinlerin seviyelerini de artırarak kronik düşük dereceli inflamasyonu azalttığını göstermiştir. IL-6, yalnızca kas onarımını desteklemekle kalmaz, aynı zamanda kas-kan-beyin eksenini aracılığıyla nöroprotektif etkiler uygulayarak bilişsel sağlığa potansiyel olarak fayda sağlar.

IL-15; hem immün regülatör aracı hem de büyüme faktörü olarak işlev gören bir sitokindir. Bu sitokin egzersizi takiben iskelet kasında yüksek oranda sentezlenir. İskelet kaslarında miyozin üretimini artırarak anabolik bir şekilde hareket eder. Kuvvet antrenmanları sırasında yoğun olarak salınır ve yağ yakma mekanizmasının tetikleyicisidir. IL-15' in TNF-alfa'yı inhibe

ederek antiinflamatuvar etki gösterdiği ileri sürülmektedir. Klinik önemi tam olarak açığa kavuşmamış bir sitokindir.

IGF-1; egzersiz salgılanmasını uyarak beyin ve vücut sağlığının korunmasına yardımcı olur. Nöroproteksiyon ve rejenerasyonda önemli bir rol oynar.

BDNF; egzersiz, nöronal büyüme, hayatta kalma ve sinaptik plastisitede hayati bir rol oynayan önemli bir miyokin olan BDNF'nin salınımını da tetikler. Nöronal büyümeyi ve sinaptik sağlığı destekleyen BDNF, egzersizle yukarı doğru modüle edilir ve böylece öğrenme ve hafıza gibi bilişsel işlevleri geliştirir. BDNF, Peroksisom Proliferatör-Aktifleştirilmiş Reseptör- γ Koaktivatör 1 α (PGC-1 α) 'yı aktive ederek mitokondriyal biyogenezi destekler ve BDNF ile mitokondriyal fonksiyon arasındaki bu sinerji, yaşlanma sırasında nöronal sağlık ve bilişsel fonksiyonun korunması için hayati önem taşır. Bu nedenle, egzersizle tetiklenen BDNF'nin yukarı regülasyonu hem nöronal sağkalımı hem de mitokondriyal sağlığı artırarak nörodejeneratif hastalık riskini azaltır ve bilişsel fonksiyonu destekler. PGC-1 α yolağı yalnızca mitokondriyal fonksiyonu desteklemekle kalmaz, aynı zamanda nörodejenerasyonda kilit bir faktör olan oksidatif stresi hafifletmeye de yardımcı olur.

İrisin; fibronektin tip III bölgesini içeren 5 (FNDC5) 'in proteolitik bölünmesi sonucu salgılanan bir miyokin ve adipokindir. Beyaz yağ dokusunun bej yağ dokusuna dönüşmesinde rol oynar. İnflamasyonu ve oksidatif stresi azaltır. Beyinde BDNF sentezini uyarır. Nörogenesi ve mitokondriyal biyogenezi artırır.

Sonuç olarak egzersiz, miyokinlerin ekspresyonunu artırarak kas-kan-beyin eksenini aktive edebilir ve nöro-immün-metabolik ağ aracılığıyla nöroprotektif fonksiyonu düzenleyebilir. Miyokinler, sinirsel plastisiteyi teşvik eder ve bilişsel işlevi destekler. Yaşlanma sürecinin arka planındaki nörodejeneratif değişiklikleri engelleyerek ve kas-iskelet sistemi yaşlanmasını önleyerek çok etkileşimli bir fizyolojik ağ oluşturur.

Anahtar Kelimeler: Yaşlanma, Egzersiz, Miyokinler, Nöroproteksiyon, Mitokondriyal Fonksiyon

THE IMPORTANCE OF EXERCISE AND MYOKINES IN DELAYING AGEING

Dilek KUZAY AKSOY

Assistant Professor, Department of Physiology, Faculty of Medicine,

Kırşehir Ahi Evran University, Kırşehir, Türkiye.

ORCID: 0000-0002-1460-9883

ABSTRACT

Ageing is a complex and multidimensional physiological process involving functional decline in various organ systems. Degeneration occurs in all vital organs, including the brain, muscles, and liver. With ageing, mitochondrial function in muscles declines, leading to reduced oxidative phosphorylation efficiency and decreased ATP production capacity.

Muscles act as an important endocrine organ, producing various "myokines" that have a direct neuroprotective effect on the brain. Myokines are activated by exercise and play important roles in both muscle repair and neuroprotection. Interleukin-6 (IL-6), Interleukin-15 (IL-15), Insulin-like Growth Factor-1 (IGF-1), Brain-Derived Neurotrophic Factor (BDNF), and Irisin are important myokines whose secretion increases with exercise.

IL-6 is an important cytokine derived from muscles. It increases acutely during high-intensity exercise but exhibits anti-inflammatory effects during regular, long-term exercise. Studies have shown that IL-6 secretion increases in the context of muscle contraction, which not only inhibits the production of pro-inflammatory cytokines such as TNF α , but also reduces chronic low-grade inflammation by increasing the levels of other anti-inflammatory cytokines such as IL-10. IL-6 not only supports muscle repair but also potentially benefits cognitive health by exerting neuroprotective effects via the muscle-blood-brain axis.

IL-15 is a cytokine that functions both as an immune regulatory agent and a growth factor. This cytokine is synthesised at high levels in skeletal muscle following exercise. It acts anabolically by increasing myosin production in skeletal muscles. It is released intensively during strength training and is a trigger for the fat burning mechanism. IL-15 is thought to exhibit anti-inflammatory effects by inhibiting TNF- α . It is a cytokine whose clinical significance has not yet been fully elucidated.

IGF-1 helps maintain brain and body health by stimulating exercise release. It plays an important role in neuroprotection and regeneration.

BDNF also triggers the release of BDNF, an important myokine that plays a vital role in exercise, neuronal growth, survival, and synaptic plasticity. Supporting neuronal growth and synaptic health, BDNF is modulated upwards by exercise, thereby enhancing cognitive functions such as learning and memory. BDNF supports mitochondrial biogenesis by activating Peroxisome Proliferator-Activated Receptor- γ Coactivator 1 α (PGC-1 α), and this synergy between BDNF and mitochondrial function is vital for preserving neuronal health and cognitive function during ageing. Therefore, exercise-induced upregulation of BDNF reduces the risk of neurodegenerative disease and supports cognitive function by enhancing both neuronal survival and mitochondrial health. The PGC-1 α pathway not only supports mitochondrial function but also helps alleviate oxidative stress, a key factor in neurodegeneration.

Irisin is a myokine and adipokine secreted as a result of the proteolytic cleavage of fibronectin type III domain-containing 5 (FNDC5). It plays a role in the conversion of white adipose tissue to beige adipose tissue. It reduces inflammation and oxidative stress. It stimulates BDNF synthesis in the brain. It increases neurogenesis and mitochondrial biogenesis.

Consequently, exercise can activate the muscle-blood-brain axis by increasing myokine expression and regulate neuroprotective function via the neuro-immune-metabolic network. Myokines promote neural plasticity and support cognitive function. They form a highly interactive physiological network by preventing neurodegenerative changes underlying the ageing process and preventing musculoskeletal system ageing.

Keywords: Aging, Exercise, Myokines, Neuroprotection, Mitochondrial Function

İRİSİN MOLEKÜLÜNÜN FİZYOLOJİK ETKİLERİ VE EGZERSİZ İLE İLİŞKİSİ

Dilek KUZAY AKSOY

Dr. Öğr. Üyesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Bölümü,
Kırşehir, ORCID:000-0002-1460-9883

ÖZET

İrisin, 2012 yılında iskelet kasından salgılanan bir protein olarak keşfedilmiştir. Kasta transmembran bir protein olan fibronektin tip III bölgesini içeren 5 (FNDC5) 'in proteolitik bölünmesi sonucu dolaşıma İrisin olarak salgılanır. Miyokin ve adipokindir. Kan-beyin bariyerini geçebilir. Egzersiz yapan bir kasta artan Peroksisom Proliferatör-Aktifleştirilmiş Reseptör- γ Koaktivatör 1 α (PGC-1 α) aktivitesi FNDC5 gen ekspresyonunu ve İrisin salgılanmasını artırır.

İrisin'in Metabolizma ve glikoz/lipit homeostazı üzerindeki etkilerine baktığımızda; glikoliz yoluyla metabolizmayı artırır, lipolizi artırır ve glikoz metabolizmasını ve lipit profilini iyileştirir, hepatik insülin direncini azaltır, vücut ağırlığını ve kan şekeri düzeylerini düşürür, glukoneogenezi inhibe eder ve glikogenezi uyarır, yağ trigliserit lipazını ve yağ asidi bağlayıcı protein 4'ü artırır, kolesterol hepatik sentezini inhibe eder, plazma glikoz seviyelerini düşürür. Kardiyovasküler ve endotel fonksiyonları üzerindeki etkilerine baktığımızda; kardiyomiyoblastlarda büyümeyi, hücre içi Ca^{2+} ve mitokondriyal termojenezi kontrol eder, Nitrik Oksit (NO) üretimini artırır ve vazorelaksasyona neden olur, endotel fonksiyonu üzerinde koruyucu etki eder, aterosklerozda vazorelaksasyonu iyileştirir, oksidatif stresi azaltır ve vazorelaksasyon/vazodilatasyonu iyileştirir, endotel progenitör hücre sayısını artırır ve kan basıncını düşürür. Merkezi sinir üzerindeki etkileri; nörojenizde rol oynar, hipokampal nöronal hücrelerin proliferasyonunu artırır, beyin kaynaklı nörotrofik faktör (BDNF) ekspresyonunu artırır, depresyon benzeri davranışları tersine çevirir, Peptitleri/nörotransmitterleri düzenleyerek beslenme davranışını kontrol eder, yiyecek alımını ve ghrelin seviyesini artırır ve leptini azaltır. İskelet kası üzerindeki etkilerine baktığımızda; mitokondriyal biyogenezi indükler, miyogenezi uyarır, kemik kaybı ve kas atrofisine karşı koruma sağlar.

Diğer etkilerine baktığımızda; oksidatif ve nitrat stresini azaltır, anti-inflamatuar etkilidir. Beyaz yağ dokusunun kahverengi benzeri özellikler kazandığı süreç olan yağ

kahverengileşmesini tetikler. Bu kahverengi benzeri yağ hücreleri bej yağ hücreleri olarak adlandırılır ve aynı zamanda termojenezde görevlidir.

Egzersiz ile artan İrisin metabolik fonksiyonların düzenlenmesinde kritik öneme sahip bir moleküldür. Kan beyin bariyerini geçmesi sayesinde kas-kan-beyin ekseninde birçok fonksiyonu düzenleyebilir.

Anahtar Kelimeler: İrisin, Egzersiz, Miyokin, Metabolizma, Nöroproteksiyon

PHYSIOLOGICAL EFFECTS OF THE IRISIN MOLECULE AND ITS RELATIONSHIP WITH EXERCISE

Dilek KUZAY AKSOY

Assistant Professor, Department of Physiology, Faculty of Medicine,

Kırşehir Ahi Evran University, Kırşehir, Türkiye.

ORCID: 0000-0002-1460-9883

ABSTRACT

Irisin was discovered in 2012 as a protein secreted by skeletal muscle. It is secreted into the circulation as irisin following the proteolytic cleavage of fibronectin type III domain-containing 5 (FNDC5), a transmembrane protein in muscle. It is a myokine and adipokine. It can cross the blood-brain barrier. Increased Peroxisome Proliferator-Activated Receptor- γ Coactivator 1 α (PGC-1 α) activity in exercising muscle increases FNDC5 gene expression and Irisin secretion. Looking at the effects of Irisin on metabolism and glucose/lipid homeostasis, it increases metabolism via glycolysis, enhances lipolysis and improves glucose metabolism and lipid profile, reduces hepatic insulin resistance, lowers body weight and blood sugar levels, inhibits gluconeogenesis and stimulates glycogenesis, increases fat triglyceride lipase and fatty acid-binding protein 4, inhibits hepatic cholesterol synthesis, and lowers plasma glucose levels. Looking at its effects on cardiovascular and endothelial functions; it controls growth in cardiomyoblasts, intracellular Ca²⁺ and mitochondrial thermogenesis, increases nitric oxide (NO) production and causes vasorelaxation, has a protective effect on endothelial function, improves vasorelaxation in atherosclerosis, reduces oxidative stress and improves vasorelaxation/vasodilation, increases the number of endothelial progenitor cells and lowers

blood pressure. Effects on the central nervous system: plays a role in neurogenesis, increases the proliferation of hippocampal neuronal cells, increases brain-derived neurotrophic factor (BDNF) expression, reverses depression-like behaviours, regulates peptides/neurotransmitters to control feeding behaviour, increases food intake and ghrelin levels, and decreases leptin. Looking at its effects on skeletal muscle: it induces mitochondrial biogenesis, stimulates myogenesis, and protects against bone loss and muscle atrophy.

Looking at its other effects; it reduces oxidative and nitric stress and has anti-inflammatory effects. It triggers brown fat conversion, the process by which white adipose tissue acquires brown-like properties. These brown-like fat cells are called beige fat cells and are also involved in thermogenesis.

Irisin, which increases with exercise, is a molecule of critical importance in regulating metabolic functions. Thanks to its ability to cross the blood-brain barrier, it can regulate many functions in the muscle-blood-brain axis.

Keywords: Irisin, Exercise, Myokine, Metabolism, Neuroprotection

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KAFEİN TÜKETİM ALIŞKANLIKLARI VE SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE UYKU KALİTESİ VE UYKU DEĞİŞKENLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Mustafa ÖZGÜR

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0000-0002-7801-7932 e-mail:

mozgur@mehmetakif.edu.tr

Ceylin Ebru KEYSAN

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0009-0008-4762-6429 e-mail:

ceylinkeysan1@gmail.com

Sedef TOPUZ

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0009-0009-6710-0114 e-mail:

dytsedeftopuz@gmail.com

ÖZET

Amaç: Kafein, alkaloid yapısında pürin benzeri bir bileşiktir ve dünya genelinde psikoaktif etkileri nedeniyle yaygın bir şekilde tüketilmektedir. Üniversite öğrencileri arasında kafein tüketiminin temel motivasyonunun uyanıklık ve konsantrasyonu artırma isteği olduğu belirtilmektedir. Bu araştırma üniversite öğrencilerinin kafein tüketim alışkanlıkları ve sosyo-demografik değişkenlere göre uyku kalitesi ve uyku değişkenlerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Çalışma kesitsel-tanımlayıcı olarak Ocak-Nisan 2024 tarihleri arasında Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinin de eğitim gören öğrencilerde gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılacak bireylerin sosyo-demografik bilgileri, bazı beslenme alışkanlıkları ve kafein içeren besin tüketim alışkanlıkları, uyku kalitesi ve uyku değişkenleri ölçeğini içeren anket uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan 351 kişinin 278'i kadın (%79,2), 73'ü (%20,8) erkektir. Katılımcıların BKİ ortalamaları $22,7 \pm 3,8$ kg/m², toplam uyku süresi ortalamaları $06:08 \pm 01:56$ s'dir. Öğrencilerin kafein tüketim nedenleri arasında ilk sırada 'uyanık kalmak için tüketme durumu' (%31) ve daha sonra 'yorgunluğumu kafeinli ürünler tüketerek gideririm' (%23) yer

almaktadır. Kafeinli besinler tüketilmediği takdirde yaşanan belirtiler arasında ‘belirgin yorgunluk ve uyku hali’ (%41), ‘baş ağrısı’ (%24) ve ‘depresif mod ve sinirlilik’ (%17) yer almaktadır. Erkek öğrencilerin hafta sonu ortalama uyku süreleri (09:37±02:19 s) ile kadın öğrencilerin hafta sonu ortalama uyku süreleri (09:23±02:03 s) arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (p<0,05). Uyku kalitesi ve uyku verimliliği skorları ile BKİ grubu, sigara ve alkol kullanımları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (p>0,05). Katılımcıların ikamet durumu ile uyku kaliteleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaktadır (p<0,05).

Sonuç: Sosyolojik, psikolojik ve fizyolojik etkileri nedeniyle tüketilen kafein yoksunluk belirtileri oluşturmakta; buna bağlı olarak öğrencilerin uyku kalitelerini de olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kafein, Uyku Kalitesi, Uyku Değişkenleri, Üniversite Öğrencileri

EVALUATION OF SLEEP QUALITY AND SLEEP VARIABLES AMONG UNIVERSITY STUDENTS BASED ON CAFFEINE CONSUMPTION HABITS AND SOCIO-DEMOGRAPHIC VARIABLES

Mustafa ÖZGÜR

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of
Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0000-0002-7801-7932 e-mail:
mozgur@mehmetakif.edu.tr

Ceylin Ebru KEYSAN

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of
Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0009-0008-4762-6429 e-mail:
ceylinkeysan1@gmail.com

Sedef TOPUZ

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of
Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0009-0009-6710-0114 e-mail:
dytsedeftopuz@gmail.com

ABSTRACT

Objectives: Caffeine is a purine derivative with an alkaloid configuration, extensively ingested globally for its psychoactive effects. The main motivation for caffeine intake among university students is the desire to enhance alertness and attention. This study aimed to assess the sleep quality and sleep characteristics of university students in relation to caffeine use patterns and socio-demographic factors.

Methods: A cross-sectional, descriptive study was performed on students at Burdur Mehmet Akif Ersoy University from January to April 2024. A questionnaire including socio-demographic data, dietary habits, caffeine intake habits, sleep quality, and sleep variable scales was administered to the participants.

Results: Among the 351 participants in the study, 278 (79.2%) were female and 73 (20.8%) were male. The participants' average BMI was 22.7 ± 3.8 kg/m², and the mean total sleep time was $06:08 \pm 01:56$ hours. The predominant cause for caffeine usage among students is "to stay awake" (31%), followed by "I alleviate my fatigue through caffeinated products" (23%). Symptoms arising from the absence of caffeinated foods encompass "significant fatigue and drowsiness" (41%), "headache" (24%), and "depressed mood and irritability" (17%). The disparity in average weekend sleep duration between male students ($09:37 \pm 02:19$ s) and female students ($09:23 \pm 02:03$ s) is statistically significant ($p < 0.05$). The difference in sleep quality and sleep efficiency scores, BMI category, smoking, and alcohol consumption is not statistically significant ($p > 0.05$). Statistically significant differences exist between individuals' residence status and their sleep quality ($p < 0.05$).

Conclusions: The usage of caffeine induces withdrawal symptoms due to its social, psychological, and physiological consequences, hence significantly impacting students' sleep quality.

Keywords: Caffeine, Sleep Quality, Sleep Variables, University Students

OBEZ KADINLARDA GÜNLÜK YAŞAM AKTİVİTELERİNİN EGZERSİZ KAPASİTESİYLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Merve FIRAT

Dr. Öğr. Üyesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu,
mervefirat@ahievran.edu.tr, ORCID: 0000-0001-8296-3158

Gülhan İZBEKLER

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu

İrem ÇULCU

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu

ÖZET

Amaç: Obezite, tüm dünyada görülme sıklığı giderek artan ve önemli sağlık sorunlarına yol açan çok boyutlu bir sağlık sorunudur. Yüksek vücut kütlesi hem kardiyometabolik riskleri artırmakta hem de kas-iskelet sistemi üzerinde olumsuz etkiler oluşturarak fonksiyonel kapasitenin azalmasına ve günlük yaşam aktivitelerinde kısıtlılıklara yol açmaktadır. Obez bireylerde günlük yaşam aktivitelerinin objektif yöntemlerle değerlendirilmesi ve egzersiz kapasitesi ile olan ilişkisinin incelenmesi, fonksiyonel bağımsızlığın anlaşılması ve uygun rehabilitasyon yaklaşımlarının planlanması açısından klinik olarak önemlidir. Bu çalışmanın amacı, obez kadınlarda günlük yaşam aktivitelerinin alt ve üst ekstremitelerde egzersiz kapasitesi ile ilişkisini incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya 13 obez kadın birey (33.77 ± 10.08 yıl) dahil edildi. Günlük yaşam aktiviteleri Glittre-Günlük Yaşam Aktiviteleri (GYA) testi, fonksiyonel egzersiz kapasitesi 6 dakika yürüme testi (6DYT) ve üst ekstremitelerde egzersiz kapasitesi 6 dakika pegboard ve ring testi (6PBRT) ile değerlendirildi.

Bulgular: Katılımcıların Glittre-GYA test süresi ile 6DYT ($r=-0.675$, $p=0.032$) ve 6PBRT ($r=-0.713$, $p=0.006$) sonuçları arasında anlamlı ilişki bulundu.

Sonuç: Obez kadınlarda günlük yaşam aktiviteleri ile hem alt ekstremitelerde hem de üst ekstremitelerde egzersiz kapasitesi ilişkiliydi. Günlük yaşam aktivitelerindeki kısıtlılığın, egzersiz kapasitesindeki azalma ile yakından ilişkili olması, obez bireylerde fonksiyonel

değerlendirmenin kapsamlı şekilde yapılmasının önemini ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, rehabilitasyon programlarında hem alt hem de üst ekstremitelere yönelik egzersizlerin günlük yaşam aktivitelerini desteklemede önemli bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Obezite, Günlük Yaşam Aktiviteleri, Fiziksel Performans, Egzersiz Testi

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN DAILY LIVING ACTIVITIES AND EXERCISE CAPACITY IN OBESE WOMEN

Merve FIRAT

Assistant Professor, School of Physical Therapy and Rehabilitation,
Kırşehir Ahi Evran University, Kırşehir, Türkiye, mervefirat@ahievran.edu.tr, ORCID: 0000-
0001-8296-3158

Gülhan İZBEKLER

Kırşehir Ahi Evran University, School of Physical Therapy and Rehabilitation

İrem ÇULCU

Kırşehir Ahi Evran University, School of Physical Therapy and Rehabilitation

ABSTRACT

Objectives: Obesity is a multidimensional health problem that is increasingly prevalent worldwide and causes significant health problems. High body mass not only increases cardiometabolic risks but also has negative effects on the musculoskeletal system, leading to decreased functional capacity and limitations in daily living activities. It is clinically important to evaluate daily living activities in obese individuals using objective methods and to examine their relationship with exercise capacity, in order to understand functional independence and plan appropriate rehabilitation approaches. The aim of this study is to examine the relationship between activities of daily living and lower and upper extremity exercise capacity in obese women.

Methods: Thirteen obese female individuals (33.77 ± 10.08 years) were included in the study. Daily living activities were assessed with the Glittre-Activities of Daily Living (ADL) test, functional exercise capacity with the 6 minute walk test (6MWT), and upper extremity exercise capacity with the 6 minute pegboard and ring test (6PBRT).

Results: A significant relationship was found between participants' Glittre-ADL test time and their 6MWT ($r=-0.675$, $p=0.032$) and 6PBRT ($r=-0.713$, $p=0.006$) results.

Conclusion: Both lower extremity and upper extremity exercise capacity were associated with activities of daily living in obese women. The fact that limitation in daily living activities is closely related to the decrease in exercise capacity reveals the importance of comprehensive functional assessment in obese individuals. These results suggest that exercises for both lower and upper extremities in rehabilitation programs may play an important role in supporting activities of daily living.

Keywords: Obesity, Activities Of Daily Living, Physical Performance, Exercise Test

SELENOPROTEİN P DÜZEYLERİ İLE DİYABETİK NÖROPATİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ: 40 HASTALIK KLİNİK ÇALIŞMA

Cahit UÇAR

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi İç Hastalıkları ABD, ORCID: 0000-0002-3386-0301, cahit.ucar@erbakan.edu.tr

Ahmet Harun TUNÇER

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi İç Hastalıkları ABD

Adem AY

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği ABD

ÖZET

Amaç: Diyabetik nöropati (DN), diyabetin en sık görülen mikrovasküler komplikasyonlarından biridir ve hastaların yaşam kalitesini belirgin olarak düşürmektedir. Oksidatif stres ve inflamatuvar mekanizmalar, DN'nin patogenezinde kritik rol oynamaktadır. Selenoprotein P (SelP), antioksidan savunma ve glukoz metabolizması üzerinde etkili bir hepatik glikoproteindir. Son yıllarda SelP'nin insülin direnci ve diyabetik komplikasyonlarla ilişkisi araştırılmaktadır. Bu çalışmada, serum SelP düzeylerinin diyabetik nöropati ile ilişkisini değerlendirmeyi amaçladık.

Yöntem: Çalışmaya Tıp 2 diyabet tanısı olan 40 hasta dahil edildi. Hastalar DN (+) ve DN (–) olmak üzere iki gruba ayrıldı. Diyabetik nöropati tanısı klinik muayene, sinir ileti çalışmaları ve Michigan Nöropati Skorlaması (MNSI) ile konuldu. Serum SelP düzeyleri ELISA yöntemi ile ölçüldü. HbA1c, açlık glukozu, lipid profili, böbrek fonksiyonları da kaydedildi. İstatistiksel analiz için bağımsız örneklem t-testi ve korelasyon analizleri yapıldı.

Bulgular: Hasta dağılımı: 40 hastanın 22'sinde DN (+), 18'inde DN (–). SelP düzeyleri: DN (+) grupta: 8.7 ± 2.4 ng/mL DN (–) grupta: 5.2 ± 1.9 ng/mL ($p < 0.01$). SelP düzeyleri ile MNSI skoru arasında pozitif korelasyon saptandı ($r = 0.52$, $p = 0.003$). HbA1c ile SelP arasında anlamlı korelasyon bulunmadı. ROC analizinde, SelP düzeyleri DN varlığını öngörmeye $AUC = 0.81$ olarak bulundu.

Sonuç: Diyabetik nöropati bulunan hastalarda serum Selenoprotein P düzeyleri anlamlı olarak yüksek bulundu. SelP, diyabetik nöropati gelişiminde potansiyel bir biyomarker olabilir. Daha geniş ölçekli, prospektif çalışmalar ile doğrulanması gereklidir.

Anahtar Kelimeler: Diyabet, Nöropati, Selenoprotein P, Biomarker

EVALUATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SELENOPROTEIN P LEVELS AND DIABETIC NEUROPATHY: A CLINICAL STUDY OF 40 PATIENTS

Cahit UÇAR

Necmettin Erbakan University Faculty of Medicine Department of Internal Medicine,
ORCID: 0000-0002-3386-0301, cahit.ucar@erbakan.edu.tr

Ahmet Harun TUNÇER

Necmettin Erbakan University Faculty of Medicine Department of Internal Medicine

Adem AY

Necmettin Erbakan University Faculty of Medicine Department of Family Medicine

ABSTRACT

Introduction: Diabetic neuropathy (DN) is one of the most common microvascular complications of diabetes and significantly reduces patients' quality of life. Oxidative stress and inflammatory mechanisms play critical roles in the pathogenesis of DN. Selenoprotein P (SelP) is a hepatic glycoprotein that plays a role in antioxidant defense and glucose metabolism. In recent years, the relationship between SelP and insulin resistance and diabetic complications has been investigated. In this study, we aimed to evaluate the relationship between serum SelP levels and diabetic neuropathy. **Methods:** Forty patients with type 2 diabetes were included in the study. The patients were divided into two groups: DN (+) and DN (–). Diabetic neuropathy was diagnosed based on clinical examination, nerve conduction studies, and the Michigan Neuropathy Scoring System (MNSI). Serum SelP levels were measured using ELISA. HbA1c,

fasting glucose, lipid profile, and renal function were also recorded. Independent samples t-tests and correlation analyses were performed for statistical analysis.

Results: Patient distribution: Of the 40 patients, 22 had DN (+), and 18 had DN (–). SelP levels: 8.7 ± 2.4 ng/mL in the DN (+) group and 5.2 ± 1.9 ng/mL in the DN (–) group ($p < 0.01$). A positive correlation was found between SelP levels and the MNSI score ($r = 0.52$, $p = 0.003$). No significant correlation was found between HbA1c and SelP. In ROC analysis, SelP levels were found to have an AUC of 0.81 in predicting the presence of DN.

Conclusion: Serum Selenoprotein P levels were found to be significantly elevated in patients with diabetic neuropathy. Selenoprotein P may be a potential biomarker for the development of diabetic neuropathy. Further confirmation is needed in larger, prospective studies.

Keywords: Diabetes, Neuropathy, Selenoprotein P, Biomarker

ADOLESAN ERKEK FUTBOLCULARDA ÇEVİKLİĞİN BAĞIMSIZ BELİRLEYİCİLERİ

Muhammed İhsan KODAK

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Kırşehir, ORCID: 0000-0001-7164-5162,
mihsankodak@ahievran.edu.tr

Seyde Büşra KODAK

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri MYO, Ortopedik Ortez ve Protez Bölümü, Kırşehir, ORCID: 0000-0003-2226-6056, seyde.kodak@ahievran.edu.tr

ÖZET

Amaç: Adolesan erkek futbolcularda çevikliğin bağımsız belirleyicilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çevikliğin, hız, yön değiştirme ve karar verme bileşenlerini içeren çok boyutlu bir performans çıktısı olduğu dikkate alınarak, alan ölçümlerinden elde edilen göstergeler üzerinden kapsamlı bir değerlendirme yapılması hedeflenmiştir.

Yöntem: Çalışmaya 14–18 yaş aralığında gönüllü 41 erkek futbolcu dâhil edildi. Tüm sporculara fiziksel performans testleri olarak dikey sıçrama, T-çeviklik, reaktif çeviklik, 20 m sprint ve Y-şekilli denge testleri uygulandı. Reaktif çeviklik testinde görsel uyaran, kamera ve fotoselli kapılar kullanılarak reaktif tepki hızı değerlendirildi. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon analizi kullanıldı. Çevikliğin bağımsız belirleyicilerinin tespit edilmesinde çoklu doğrusal regresyon analizi kullanıldı. Ölçümler, ortalama $\pm$ standart sapma ($X \pm SS$) olarak ifade edildi.

Bulgular: Sporcuların yaş ortalaması $15,3 \pm 1,3$ yıl ve vücut kitle indeksi $21,6 \pm 4,0$ kg/m² idi. T-çeviklik süresi $12,5 \pm 1,5$ sn, dikey sıçrama skoru $35,3 \pm 9,1$ cm, reaktif çeviklik tepki süresi $0,3 \pm 0,1$ sn, reaktif çeviklik tamamlama süresi $6,1 \pm 0,6$ sn olarak saptandı. İstatistiksel analiz sonucunda T-çeviklik süresi ile dikey sıçrama, 20 m sprint süresi, Y-şekilli denge testi ve reaktif çeviklik tamamlama süresi arasında anlamlı ilişkiler saptandı (sırasıyla; $r = -0,470$, $r = 0,510$, $r = -0,287$, $r = 0,778$; $p < 0,001$, $p < 0,001$, $p < 0,05$, $p < 0,001$). T-çeviklik süresinin bağımsız belirleyicisi olarak reaktif çeviklik tamamlama süresinin anlamlı olduğu ve model varyansının %60'ının açıklandığı ($R^2 = 0,60$) belirlendi. Diğer aday değişkenlerin katkılarının, modelde reaktif çeviklik bileşeninin etkisi kontrol edildiğinde anlamlı düzeye ulaşmadığı saptandı.

Model varsayımlarının karşılandığı, çoklu bağlantının düşük düzeyde seyrettiği ve etkileyici uç gözlemlerin sonuçları anlamlı biçimde etkilemediği gözlemlendi.

Sonuç: Bulgular, adolesan erkek futbolcularda çeviklik performansının, özellikle reaktif çeviklik tamamlama süresiyle yakından ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, çeviklikle ilişkili diğer fiziksel özellikler (sürat, alt ekstremitte güç çıktıları ve denge) ile anlamlı bağların bulunduğu gösterilmiştir. Gelecek çalışmalarda, farklı yaş grupları ve pozisyonlara özgü modellerle dış geçerlik ve nedensel çıkarımların güçlendirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çeviklik, Adolesan Futbolcular, Fiziksel Performans, Koordinasyon, Hız

INDEPENDENT DETERMINANTS OF AGILITY IN ADOLESCENT MALE SOCCER PLAYERS

Muhammed İhsan KODAK

Kırşehir Ahi Evran University, School of Physical Therapy and Rehabilitation, Department of
Physiotherapy and Rehabilitation, Kırşehir, ORCID: 0000-0001-7164-5162,
mihsankodak@ahievran.edu.tr

Seyde Büşra KODAK

Kırşehir Ahi Evran University, Health Services Vocational School, Orthopaedic Orthotics and
Prosthetics Department, Kırşehir, ORCID: 0000-0003-2226-6056,
seyde.kodak@ahievran.edu.tr

ABSTRACT

Objective: It was aimed to investigate the independent determinants of agility in adolescent male soccer players. Considering that agility is a multidimensional performance outcome comprising speed, change of direction, and decision-making, a comprehensive evaluation was targeted based on indicators obtained from field tests.

Methods: Forty-one volunteer male soccer players aged 14–18 years were included. Vertical jump, T-agility, reactive agility, 20-m sprint, and Y-shaped balance tests were administered to all players. In the reactive agility test, reactive response time was assessed using visual stimuli,

a camera, and photocell gates. Pearson correlation analysis was used to determine relationships among variables. Multiple linear regression analysis was used to identify independent determinants of agility. Measurements were expressed as mean $\pm$ standard deviation ($X \pm SD$).

Results: The mean age was 15.3 ± 1.3 years and the body mass index was 21.6 ± 4.0 kg/m². T-agility time was 12.5 ± 1.5 s, vertical jump height was 35.3 ± 9.1 cm, reactive agility response time was 0.3 ± 0.1 s, and reactive agility completion time was 6.1 ± 0.6 s. Statistically significant relationships were observed between T-agility time and vertical jump, 20-m sprint time, Y-shaped balance test score, and reactive agility completion time (respectively: $r = -0.470$, $r = 0.510$, $r = -0.287$, $r = 0.778$; $p < 0.001$, $p < 0.001$, $p < 0.05$, $p < 0.001$). Reactive agility completion time was identified as a significant independent determinant of T-agility time, and 60% of the model variance was explained ($R^2 = 0.60$). The contributions of the other candidate variables did not reach statistical significance when the effect of the reactive agility component was controlled. Model assumptions were met, multicollinearity was at a low level, and influential outliers did not meaningfully affect the results.

Conclusion: The findings indicated that agility performance in adolescent male soccer players is closely associated with reactive agility completion time. Significant associations with other physical attributes related to agility (speed, lower-extremity power outputs, and balance) were also demonstrated. It is recommended that future studies strengthen external validity and causal inference by using models specific to different age groups and playing positions.

Keywords: Agility, Adolescent Football Players, Physical Performance, Coordination, Speed

FUTBOLCULARDA DAR ALAN OYUNU SIRASINDA ALGILANAN ZORLUK DÜZEYİ, ZİHİNSEL ÇABA VE KALP ATIM TEPKİLERİNİN İNCELENMESİ

Alırıza Han CİVAN

Dr. Öğr. Üyesi, Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Spor Bilimleri Fakültesi

alirizahancivan@karabuk.edu.tr, ORCID: 0000-0002-0634-3392

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, futbolcularda 4×4 formatında uygulanan dar alan oyunu sırasında kalp atım hızı (KAH), algılanan zorluk (RPE) ve zihinsel çaba (ZÇ) düzeylerinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması $20,29 \pm 1,33$ yıl olan 24 erkek futbolcu katılmıştır. Katılımcılar 25×32 m ölçülerinde bir sahada, 4×4 oyuncu formatında, her biri 4 dakika süren 4 set hâlinde oyun oynamış ve setler arasında 2 dakikalık pasif dinlenme yapılmıştır. Kalp atım hızı verileri Polar Team sistemiyle kaydedilmiş; algılanan zorluk Borg CR-10 Skalası ve zihinsel çaba Zihinsel Çaba Skalası (ZÇS) ile her setin sonunda ölçülmüştür.

Bulgular: Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra Friedman testi ve tekrarlayan ölçümler ANOVA yöntemleri kullanılmış, dağılım özelliklerine göre Spearman korelasyonu uygulanmıştır. Bulgular, setler arasında hem ortalama hem de maksimum kalp atım hızı değerlerinde anlamlı fark bulunmadığını göstermiştir ($p>0.05$). Buna karşın, algılanan zorluk ($\chi^2=37.125$, $p=0.000$) ve zihinsel çaba ($\chi^2=57.859$, $p=0.000$) değerleri set ilerledikçe anlamlı şekilde artmıştır. Korelasyon analizine göre, maksimum kalp atım hızı ile hem algılanan zorluk hem de zihinsel çaba arasında orta düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Sonuç: 4×4 dar alan oyunlarında futbolcuların fizyolojik yüklenme düzeyleri benzer kalsa da öznel ve bilişsel yüklenme düzeyleri giderek artmıştır. Bu durum, dar alan oyunlarının yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda yüksek zihinsel ve algısal talepler içeren antrenman modelleri olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Dar Alan Oyunu, Kalp Atım Hızı, Algılanan Zorluk, Zihinsel Çaba, Futbol

INVESTIGATION OF PERCEIVED EXERTION, MENTAL EFFORT, AND HEART RATE RESPONSES DURING SMALL-SIDED GAMES IN FOOTBALL PLAYERS

Alirıza Han CİVAN

Assistant Professor, Karabük University Hasan Doğan Faculty of Sport Sciences, E-mail:
alirizahancivan@karabuk.edu.tr, ORCID: 0000-0002-0634-3392

ABSTRACT

Purpose: The purpose of this study was to examine the levels of heart rate (HR), perceived exertion (RPE), and mental effort (ME) of football players during a 4×4 small-sided game format.

Materials and Methods: Twenty-four male football players with a mean age of 20.29 ± 1.33 years voluntarily participated in the study. The players performed small-sided games on a 25×32 m pitch in a 4×4 format, consisting of four 4-minute sets with 2-minute passive rest intervals between each set. Heart rate responses were recorded continuously using the Polar Team System. Perceived exertion was evaluated using the Borg CR-10 Scale, and mental effort was assessed using the Rating Scale for Mental Effort (RSME) at the end of each set.

Results: Descriptive statistics, Friedman tests, and repeated measures ANOVA were employed for data analysis, while Spearman's correlation was applied according to the normality of data distribution. The results indicated that both mean and maximum heart rate values did not differ significantly across sets ($p>0.05$). However, perceived exertion ($\chi^2=37.125$, $p=0.000$) and mental effort ($\chi^2=57.859$, $p=0.000$) values increased significantly as the sets progressed. Moreover, maximum heart rate showed a moderate, negative, and significant correlation with both perceived exertion and mental effort.

Conclusion: Although the physiological load of the players remained relatively constant during the 4×4 small-sided games, their subjective and cognitive load levels increased progressively. These findings suggest that small-sided games are not only physically demanding but also impose considerable mental and perceptual demands, making them an effective and comprehensive training method in football.

Keywords: Small-Sided Game, Heart Rate, Perceived Exertion, Mental Effort, Football

SAÇ EKİMİ TURİZMİNDE TÜRKİYE’NİN POTANSİYELİNİN SWOT ANALİZİ YARDIMIYLA DEĞERLENDİRİLMESİ

Arş. Gör. Dr. Kartal Doğukan ÇIKI

İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Turizm Rehberliği
Bölümü, kdciki@gelisim.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8307-8561

Arş. Gör. Ahmet Mecid VERGÜL

İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Turizm Rehberliği
Bölümü, avergul@gelisim.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4003-1077

ÖZET

Bu araştırma, Türkiye'nin saç ekimi turizmi alanındaki mevcut potansiyelini SWOT analizi ile değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Literatürde sınırlı sayıda çalışmanın bulunması, araştırmanın özgünlüğünü artırmaktadır. Bu çalışmada doküman analizi yönteminden yararlanılmış olup uluslararası indekslerde yer alan az sayıdaki bilimsel çalışma incelenmiş ve sektörel raporlar, medya içerikleri ve sosyal medya yansımaları bağlamsal olarak değerlendirilmiştir. Bulgular, Türkiye'nin saç ekimi turizmindeki güçlü ve zayıf yönleri ile birlikte, fırsatlar ve tehditler başlıkları altında SWOT çerçevesinde analiz edilmiştir.

Araştırma sonucunda Türkiye'nin saç ekimi turizmi alanında; düşük maliyet, yüksek kaliteli tıbbi hizmet, uluslararası hasta memnuniyeti ve deneyimli sağlık personeli gibi güçlü yönlerle sahip olduğu belirlenmiştir. Öte yandan, olası etik sorunlar, kayıt dışı uygulamalar ve sosyal medyada bilgi kirliliği gibi zayıf yönler göze çarpmaktadır. Avrupa ve Orta Doğu ülkelerinden gelen yoğun talep, Türkiye için önemli bir fırsat alanı sunarken, uluslararası sağlık otoriteleriyle yaşanabilecek yasal uyumsuzluklar ve küresel rekabet unsurları ise potansiyel tehditler arasında yer almaktadır.

Sonuç olarak saç ekimi turizmi, Türkiye'nin sağlık turizminde küresel ölçekte rekabet edebileceği niş bir alan olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamda düzenleyici politikaların güçlendirilmesi ve markalaşma stratejilerinin geliştirilmesi, sektörde küresel anlamda sürdürülebilir başarı açısından kritik öneme sahiptir. Mevcut çalışma, literatürdeki boşluğa katkı sunmakta ve saç ekimi turizminin Türkiye'deki stratejik potansiyeline dikkat çekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi, Saç Ekimi Turizmi, SWOT Analizi

EVALUATION OF TURKEY'S POTENTIAL IN HAIR TRANSPLANT TOURISM USING SWOT ANALYSIS

Arş. Gör. Dr. Kartal Doğukan ÇIKI

İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Turizm Rehberliği
Bölümü, kdciki@gelisim.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8307-8561

Arş. Gör. Ahmet Mecid VERGÜL

İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Turizm Rehberliği
Bölümü, avergul@gelisim.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4003-1077

ABSTRACT

This research aims to evaluate Türkiye 's current potential in the field of hair transplant tourism using SWOT analysis. The limited number of studies in the literature increases the originality of the research. This research utilizes the document analysis method, examining the few scientific studies indexed internationally and contextually evaluating sectoral reports, media content, and social media reflections. The findings analyze Türkiye's strengths and weaknesses in hair transplant tourism, along with opportunities and threats, within the SWOT framework.

The research revealed that Türkiye has strong points in the field of hair transplant tourism, such as low costs, high-quality medical services, international patient satisfaction, and experienced healthcare personnel. On the other hand, potential ethical issues, unregistered practices, and misinformation on social media stand out as weaknesses. While intense demand from European and Middle Eastern countries presents a significant opportunity for Türkiye, potential legal disputes with international health authorities and global competition factors represent potential threats. In conclusion, hair transplant tourism stands out as a niche area where Türkiye can compete globally in health tourism. In this context, strengthening regulatory policies and developing branding strategies are critical for sustainable success in the sector on a global scale. This study contributes to the gap in the literature and draws attention to the strategic potential of hair transplant tourism in Türkiye.

Keywords: Health Tourism, Hair Transplant Tourism, SWOT Analysis

BOCCE SPORCULARININ İMGELEME DÜZEYLERİNİN MOTİVASYON DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

Nafiye Ekin KIZILDAĞ

Erciyes Üniversitesi, Türkiye, ekinkzldg@gmail.com, ORCID: 0009-0008-2927-9830

Prof. Dr. Mustafa KAYA

Erciyes Üniversitesi, Türkiye, mkaya@erciyes.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2438-2678

ÖZET

Bu araştırmanın temel amacı, bocce sporuyla ilgilenen sporcuların imgeleme becerilerinin, spor yapma motivasyonları üzerindeki etkilerini ayrıntılı biçimde analiz etmek ve bu etkileşimi bilimsel bulgularla ortaya koymaktır. Araştırma bocce sporcularının imgeleme düzeyleri ile motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla betimsel tarama (survey) ve ilişkisel tarama modelinde uygulanmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye Bocce Bowling ve Dart federasyonu çatısı altındaki lisanslı sporcular oluşturmaktadır. Tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılan çalışmada 331 lisanslı bocce sporcusu gönüllü katılım sağlamıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak ‘Kişisel Bilgi Formu’, ‘Sporda İmgeleme Envanteri (SİE)’ ve ‘Sporda Motivasyon Ölçeği (SMÖ)’ kullanılmıştır. Hall, Mack, Paivio ve Hausenblas (1998) tarafından geliştirilen Sporda İmgeleme Envanterinin Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışmasını Kızıldağ ve Tiryaki (2012) gerçekleştirmişlerdir. Orijinal formu Mallett ve arkadaşları (2007), tarafından geliştirilen Spor Motivasyon Ölçeği Demir (2022) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Verilerin analizinde frekans analizi, normallik dağılımı, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi (Anova) ve korelasyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre yapılan tek yönlü varyans analizinde SİE ve SMÖ’nde yaş, spor yaşı ve branş, yapılan t testinde cinsiyet değişkenlerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yapılan korelasyon analizinde SİE ve SMÖ alt boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Bu araştırma, bocce sporcularının imgeleme düzeylerinin motivasyon düzeyleriyle anlamlı ve pozitif bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulgular, yaş, spor yaşı, branş ve cinsiyet gibi demografik değişkenlerin hem imgeleme hem de motivasyon üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca, imgeleme becerilerinin gelişmiş olmasının, sporcuların içsel ve dışsal motivasyon kaynaklarını olumlu yönde etkilediği anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda, antrenman programlarında imgeleme tekniklerine yer verilmesinin, sporcuların

motivasyonunu artırarak performanslarını geliştirmeye katkı sağlayabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bocce, İmgeleme, Motivasyon

INVESTIGATING THE EFFECT OF BOCCE ATHLETES' IMAGINATION LEVELS ON MOTIVATION LEVELS

Nafiye Ekin KIZILDAĞ

Erciyes Üniversitesi, Türkiye, ekinkzldg@gmail.com, ORCID: 0009-0008-2927-9830

Prof. Dr. Mustafa KAYA

Erciyes Üniversitesi, Türkiye, mkaya@erciyes.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2438-2678

ABSTRACT

The primary objective of this study is to analyze in detail the effects of imagery skills on the motivation to play bocce among athletes interested in the sport and to demonstrate this interaction with scientific findings. The study was conducted using a descriptive survey and correlational survey model to examine the relationship between bocce athletes' imagery levels and motivation levels. The population of the study consists of licensed athletes under the umbrella of the Turkish Bocce, Bowling, and Darts Federation. Using a random sampling method, 331 licensed bocce athletes volunteered to participate in the study. The ‘Personal Information Form’, ‘Sports Imagery Questionnaire (SIQ)’, and ‘Sports Motivation Scale (SMS)’ were used as data collection tools in the study. Kızıldağ and Tiryaki (2012) conducted the Turkish reliability and validity study of the Sports Imagery Inventory developed by Hall, Mack, Paivio, and Hausenblas (1998). The Sports Motivation Scale, originally developed by Mallett and colleagues (2007), was adapted into Turkish by Demir (2022). Frequency analysis, normality distribution, independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), and correlation analysis were applied in the analysis of the data. According to the findings obtained, the one-way analysis of variance revealed significant differences in age, sports age, and branch in the SIQ and SMS, and in gender variables in the t-test. The correlation analysis revealed a significant and positive relationship between the SIQ and SMS subscales. This study demonstrated that bocce players' imagery levels are significantly and positively related to their

motivation levels. The findings indicate that demographic variables such as age, years of experience in the sport, discipline, and gender have an effect on both imagery and motivation. Furthermore, it is understood that advanced imagery skills positively affect athletes' internal and external motivation sources. Accordingly, it was concluded that incorporating imagery techniques into training programs could contribute to improving athletes' performance by increasing their motivation.

Keywords: Bocce, Imagination, Motivation

INVESTIGATION OF KINESIOPHOBIA, PSYCHOLOGICAL PERFORMANCE AND ACHIEVEMENT MOTIVATION LEVELS OF ATHLETES

Hamza Ali GÖKALP

Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Sport Sciences, Ankara, TURKEY,

hamzaaligokalp@aybu.edu.tr, ORCID:0000-0002-3128-6553

ABSTRACT

The study aimed to investigate the relationships among athletes' levels of kinesiophobia, psychological performance, and achievement motivation, as well as the effects of variables such as gender, sport branch, sports license, and athletic background on these concepts. The research was conducted using quantitative methods and designed as a descriptive study, involving a total of 371 athletes. The "Tampa Kinesiophobia Scale", the "Psychological Performance Assessment in Sports Scale" and the "Sport-Specific Achievement Motivation Scale" were utilized for data collection. The data exhibited a normal distribution and were analyzed using parametric methods. No significant differences were observed concerning the gender variable. However, statistically significant differences were identified in kinesiophobia levels based on sport branch, in both kinesiophobia and achievement motivation levels based on sports license, and in achievement motivation levels based on athletic background. Additionally, a weak negative correlation was found between kinesiophobia and psychological performance, while a moderate positive correlation was identified between psychological performance and achievement motivation. In this context, it is suggested that gender, sport branch, sports license, and athletic background are significant variables influencing kinesiophobia, psychological performance, and achievement motivation, and that the relationships among these concepts may directly impact athletes' performance.

Keywords: Kinesiophobia, Psychological Performance, Achievement Motivation, Athletic Performance

VALIDITY AND RELIABILITY OF SPORTS COMPETITION RUMINATION SCALE IN ADOLESCENTS

Hamza Ali GÖKALP

Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Sport Sciences, Ankara, TURKEY,

hamzaaligokalp@aybu.edu.tr, ORCID:0000-0002-3128-6553

ABSTRACT

This study aims to test the validity and reliability of the "Sport Competition Rumination Scale," which was developed by Michel-Kröhler et al. (2021) and adapted into Turkish for the adult age group by Karafil and Pehlivan (2023), for the 14–18 age group (adolescents). The Sport Competition Rumination Scale was administered to a total of 412 athletes (182 females and 230 males) with a mean age of 16.23 ± 1.51 years. The data obtained were analyzed using frequency, arithmetic mean, standard deviation, t-test, correlation analysis, path analysis, exploratory factor analysis (EFA), and confirmatory factor analysis (CFA). The internal consistency of the scale was assessed using the Cronbach's Alpha coefficient, which was calculated as 0.854. The t-test conducted for item analysis indicated that all items were functional for the scale. The findings also revealed that the items were consistent with the adapted scale and formed a unidimensional structure. The items accounted for 58.21% of the total variance in the scale. In the path analysis, the factor loadings and error variances of each item were found to be below 0.90. Based on the standardized values, the measurement structure of the scale was deemed appropriate in terms of its items. The findings of the study indicate that, similar to the results obtained in the Turkish adaptation study conducted on adults, the Sport Competition Rumination Scale can be reliably and validly used to assess sport competition rumination levels in the 14–18 age group.

Keywords: Reliability, Rumination, Scale, Sport Competition, Validity

POSSIBLE ADVANTAGES AND DISADVANTAGES OF USING VIRTUAL REALITY GLASSES IN TOURISM EDUCATION

Gözde ÖZDEMİR UÇGUN

Istanbul Aydın University Department of Travel, Tourism and Entertainment Services,
gozdeo@aydin.edu.tr, ORCID:0000-0002-9128-2773

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the potential advantages and disadvantages of using Virtual Reality (VR) technology in tourism education. Due to the inadequacy of quantitative paradigms in examining individuals' reactions to a situation, the focus group discussion, a qualitative research technique, was adopted in this study. This ethnographic and observational method was used to interview four different groups of students who had received training using VR headsets. In each group of eight, students were asked four questions, and their comments about their virtual learning experiences were recorded by the moderators. Various themes were generated via the content analysis of the interview transcripts.

The majority of students initially found the virtual learning experience enjoyable and unconventional. According to the instructors of the relevant course, the most significant advantage of this modern method is increased productivity, as head-mounted headsets eliminate the possibility of students being distracted by their personal phones, earrings etc., during class hours. It has been noted that the new generation, which spends most of its non-sleeping time staring at screens, has also adapted quickly to the use of VR in education. With this education system, cooking techniques, which are crucial for the tourism industry, and activities carried out in accommodation establishments can be experienced in 3D. Simulations of prehistoric communities and ancient settlements in courses such as history and archaeology make them more memorable. Virtual reality technology may be utilized in classrooms for virtual tours, expertise acquisition, skill development, and tourist experiences in virtual gaming settings. By carrying out learning activities in regulated settings, this virtual learning experience may be highly effective.

On the other hand, students also mentioned some disadvantages of this technology. The heavy headsets caused various problems, such as headaches, eye strain, and dizziness, for some students. A significant number of participants stated that they still prefer traditional teaching methods, such as PDFs and PowerPoint presentations. In the future, it will be important to make new technologies, such as VR, the metaverse, and digital twins, more user-friendly and inclusive in education to maximize their benefits.

Keywords: Virtual Reality, Tourism, Education, Training

BİYOELEKTRİKSEL İMPEDANS ANALİZİ PARAMETRELERİNDEN FAZ AÇISI: DİYETİSYENLER İÇİN META-İNFLAMASYONU İZLEMEDE PRATİK BİR GÖSTERGE

Cansu MEMİÇ İNAN

Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, Hitit University, Çorum,
Türkiye, cansumemicinan@hitit.edu.tr, 0000-0001-5684-4390

Emre DUMAN

Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, Siirt University, Siirt,
Türkiye, emre.duman@siirt.edu.tr, 0000-0002-8956-2696

Mustafa ÇAPRAZ

Faculty of Medicine, Department of Internal Medicine, Amasya University, Amasya, Türkiye,
m.capraz@amasya.edu.tr, 0000-0001-9586-6509

ÖZET

Amaç: Biyoelektriksel İmpedans Analizi (BİA) parametrelerinden faz açısı, hücresel bütünlüğü ve vücut kompozisyonunu yansıtan non-invaziv bir parametre olup son yıllarda düşük dereceli inflamasyonla ilişkili olabileceği bildirilmektedir. Bu çalışmanın amacı yetişkin bireylerde faz açısının C-reaktif protein (CRP; mg/dL), ürik asit (mg/dL) ve ürik asit/HDL oranı ile ilişkisinin değerlendirilmesidir.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışmanın örneklemi Amasya Üniversitesi Sabuncuoğlu Şerefeddin Eğitim Araştırma Hastanesi İç Hastalıkları Anabilim Dalı Polikliniğine muayene ve kontrol için başvuran yaşları 19-64 yıl olan 304 gönüllü birey (151 erkek, 153 kadın) oluşturmuştur. Katılımcıların genel bilgileri, antropometrik ölçümleri ve bazı biyokimyasal parametreleri alınarak anket formuna kaydedilmiştir. Faz açısı, Tanita MC-780 cihazı kullanılarak, 50 kHz frekansta ve oda sıcaklığında BİA yöntemi ile ölçülmüştür. Çalışmanın yürütülmesi için Amasya Üniversitesi Rektörlüğü'nden etik kurul onayı alınmıştır (Sayı:94703).

Bulgular: Çalışmaya katılan bireylerin cinsiyete göre demografik özellikleri ve inflamatuvar parametrelerinin anlamlı bir farklılık göstermediği ($p>0,05$), erkeklerin kadınlara göre daha yüksek hücre içi sıvı ve daha düşük vücut yağ yüzdesine sahip olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$).

Faz açısı, erkeklerde ($6,5\pm1,0^\circ$) kadınlara göre ($6,2\pm0,7^\circ$) daha yüksek olup gruplar arasındaki farklar istatistiksel olarak anlamlıdır ($p=0,005$). Ayrıca, düzenli egzersiz yapanların faz açısı değerlerinin yapmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu ($6,1\pm1,1^\circ$ vs. $5,7\pm0,8^\circ$; $p<0,001$) ve beden kütle indeksi sınıflamasına göre obez ($6,5\pm0,9^\circ$) ve fazla kilolu ($6,4\pm0,8^\circ$) bireylerde, normal vücut ağırlığına sahip olanlara ($6,0\pm0,8^\circ$) göre faz açısının daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p=0,001$). Korelasyon analizi sonuçlarına göre faz açısı; vücut ağırlığı ($r=0,283$; $p<0,001$), boy uzunluğu ($r=0,265$; $p<0,001$) ve BKİ ($r=0,140$; $p=0,015$) ile pozitif; vücut yağ yüzdesi ($r=-0,248$; $p<0,001$), CRP ($r=-0,278$; $p=0,002$), ürik asit ($r=-0,287$; $p=0,001$) ve ürik asit/HDL oranı ($r=-0,254$; $p<0,001$) ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak faz açısı, diyetisyenler için beslenme durumunun ve meta-inflamasyonun göstergesi olarak kullanılabilecek pratik ve non-invaziv bir parametre olarak değerlendirilebilir. Bu bulgular, klinik uygulamalarda ve beslenme izleminde faz açısının etkin bir araç olabileceğini desteklemektedir.

Anahtar Kelimeler: Faz Açısı, İnflamasyon, C-Reaktif Protein, Biyoelektriksel İmpedans Analizi, Diyetisyen

**PHASE ANGLE FROM BIOELECTRICAL IMPEDANCE ANALYSIS
PARAMETERS: A PRACTICAL INDICATOR FOR MONITORING META-
INFLAMMATION FOR DIETITIANS**

Cansu MEMİÇ İNAN

Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, Hitit University, Çorum,
Türkiye, cansumemicinan@hitit.edu.tr, 0000-0001-5684-4390

Emre DUMAN

Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, Siirt University, Siirt,
Türkiye, emre.duman@siirt.edu.tr, 0000-0002-8956-2696

Mustafa ÇAPRAZ

Faculty of Medicine, Department of Internal Medicine, Amasya University, Amasya, Türkiye,
m.capraz@amasya.edu.tr, 0000-0001-9586-6509

ABSTRACT

Objectives: Phase angle, derived from bioelectrical impedance analysis (BIA), is a non-invasive parameter that reflects cellular integrity and body composition, and has recently been reported to be associated with low-grade inflammation. The aim of this study is to evaluate the relationship between phase angle and C-reactive protein (CRP; mg/dL), uric acid (mg/dL), and the uric acid-to-HDL ratio in adult individuals.

Methods: The sample of this study consisted of 304 voluntary individuals (151 males and 153 females), aged 19–64 years, who presented for examination and follow-up at the Department of Internal Medicine Outpatient Clinic of Amasya University Sabuncuoğlu Şerefeddin Training and Research Hospital. General information, anthropometric measurements, and selected biochemical parameters of the participants were collected and recorded using a structured questionnaire. Phase angle was measured using the Tanita MC-780 device based on the bioelectrical impedance analysis (BIA) method at a frequency of 50 kHz and at room temperature. Ethical approval for the conduct of the study was obtained from the Ethics Committee of Amasya University Rectorate (Approval No: 94703).

Results: No significant differences were observed in the demographic characteristics and inflammatory parameters between males and females ($p>0.05$). However, males had higher intracellular fluid and lower body fat percentage compared with females ($p<0.05$). Phase angle was significantly higher in males ($6.5 \pm 1.0^\circ$) than in females ($6.2 \pm 0.7^\circ$) ($p=0.005$). In addition, individuals who engaged in regular physical activity had higher phase angle values compared with those who did not ($6.1 \pm 1.1^\circ$ vs. $5.7 \pm 0.8^\circ$; $p<0.001$). According to body mass index classification, phase angle was higher in obese ($6.5 \pm 0.9^\circ$) and overweight ($6.4 \pm 0.8^\circ$) individuals compared with those with normal body weight ($6.0 \pm 0.8^\circ$) ($p=0.001$). Correlation analysis revealed that phase angle was positively associated with body weight ($r=0.283$; $p<0.001$), height ($r=0.265$; $p<0.001$), and BMI ($r=0.140$; $p=0.015$), whereas it was negatively associated with body fat percentage ($r=-0.248$; $p<0.001$), CRP ($r=-0.278$; $p=0.002$), uric acid ($r=-0.287$; $p=0.001$), and the uric acid-to-HDL ratio ($r=-0.254$; $p<0.001$).

Conclusion: In conclusion, phase angle may be considered a practical and non-invasive parameter that can be used by dietitians as an indicator of nutritional status and meta-inflammation. These findings support the potential utility of phase angle as an effective tool in clinical practice and nutritional monitoring.

Keywords: Phase Angle, Inflammation, C-Reactive Protein, Bioelectrical Impedance Analysis, Dietitian

KÜLTÜREL MİRAS TURİZMİNDE DİJİTAL MÜZECİLİĞİN GELİŞİMİ: TÜRKİYE'DEN VE DÜNYADAN YANSIMALAR

Doç. Dr. Mehmet TEKELİ

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Uygulamalı Bilimler Fakültesi, Turizm Rehberliği
Bölümü, Karaman, Türkiye, e-posta: tekelim Mehmet@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-6069-
4740

Doç. Dr. Ezgi KIRICI TEKELİ

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Uygulamalı Bilimler Fakültesi, Turizm Rehberliği
Bölümü, Karaman, Türkiye, e-posta: ezgi.krc@windowslive.com, ORCID: 0000-0002-1613-
8448

Doç. Dr. Ebru KEMER

Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Otel,
Restoran ve Ağırlama Hizmetleri Bölümü, Niğde, Türkiye, e-posta: kemer_ebr@hotmail.com,
ORCID: 0000-0002-7620-6297

ÖZET

Kültürel miras, toplumların tarihsel sürekliliğini sağlayan, kimlik inşasında temel rol oynayan maddi ve manevi değerlerin bütünüdür. Bu mirasın korunması, tanıtılması ve gelecek kuşaklara aktarılması sürecinde dijital teknolojilerin rolü giderek belirginleşmektedir. Dijital müzecilik, fiziksel mekâna bağlılığın ötesine geçerek sanal gerçeklik (VR), artırılmış gerçeklik (AR), 3D modelleme ve çevrim içi sergileme gibi dijital araçlar aracılığıyla kültürel mirasa daha geniş ve kapsayıcı bir erişim imkânı sağlamaktadır. Özellikle COVID-19 pandemisiyle hız kazanan dijitalleşme süreci, müze kurumlarını yalnızca sergi mekânları olmaktan çıkarıp, dijital kültürel platformlara dönüştürmüştür. Bu dönüşüm, kültürel miras turizminin yeniden tanımlanmasına ve dijital turizm kavramının gündeme gelmesine neden olmuştur. Bu bağlamda dijital müzecilik, kültürel mirasın temsili, sunumu ve erişilebilirliği açısından dönüştürücü bir işlev üstlenmekte ve yeni açılımlar sunmaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, dijital müzecilik uygulamalarının kültürel miras turizmi üzerindeki etkilerini incelemek, Türkiye ve dünyadaki örnekler üzerinden dijital dönüşümün müzecilik anlayışına nasıl yansıdığını analiz etmek ve kültürel mirasın korunması, tanıtılması ve erişilebilirliği açısından teknolojik gelişmelerin sunduğu fırsatları değerlendirmektir. Bu bağlamda fiziksel mekâna dayalı klasik müzecilik anlayışının ötesine geçilerek sanal deneyim, mekânsız kültürel tüketim ve dijital katılım gibi kavramların kültürel miras turizmi bağlamında ele alınması

araştırmanın sunduğu önemli katkılar arasındadır. Bu yönüyle çalışma, dijital kültürün turizm sosyolojisi ve müze kuramlarıyla kesiştiği noktaları teorik olarak derinleştirmektedir. Öte yandan, araştırmada dijital müzeciliğin eleştirel yönü de göz ardı edilmemekte olup araştırma; kültürel mirasın dijitalleşme süreçlerinde ticarileşmesi, veri temelli izleyici analitiği ve içerik kontrolü gibi konular üzerinden eleştirel bir değerlendirme sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kültürel Miras, Turizm, Dijitalleşme, Dijital Müzecilik, Türkiye.

THE DEVELOPMENT OF DIGITAL MUSEOLOGY IN CULTURAL HERITAGE TOURISM: REFLECTIONS FROM TURKEY AND THE WORLD

Associate Professor Doctor Mehmet TEKELİ

Karamanoğlu Mehmetbey University, Faculty of Applied Sciences, Department of Tourism
Guidance, Karaman, Türkiye, e-mail: tekelimehmet@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-6069-
4740

Associate Professor Doctor Ezgi KIRICI TEKELİ

Karamanoğlu Mehmetbey University, Faculty of Applied Sciences, Department of Tourism
Guidance, Karaman, Türkiye, e-mail: ezgi.krc@windowslive.com, ORCID: 0000-0002-1613-
8448

Associate Professor Doctor Ebru KEMER

Niğde Ömer Halisdemir University, Niğde Vocational School of Social Sciences, Department
of Hotel, Restaurant and Catering Services, Niğde, Türkiye, e-mail: kemer_ebr@hotmail.com,
ORCID: 0000-0002-7620-6297

ABSTRACT

Cultural heritage encompasses the tangible and intangible values that play a fundamental role in identity formation and ensure the historical continuity of societies. The role of digital technologies in preserving, promoting, and transmitting this heritage to future generations has become increasingly significant. Digital museology goes beyond the limitations of physical space, offering broader and more inclusive access to cultural heritage through tools such as virtual reality (VR), augmented reality (AR), 3D modelling, and online exhibitions. Accelerated by the COVID-19 pandemic, the digitalisation process has transformed museums from static

exhibition spaces into dynamic digital cultural platforms. This transformation has redefined cultural heritage tourism and brought the concept of digital tourism to the forefront. In this context, digital museology plays a transformative role in the representation, presentation, and accessibility of cultural heritage, offering innovative approaches and opportunities. Therefore, this study aims to examine the effects of digital museology practices on cultural heritage tourism, to analyse how digital transformation is reflected in the understanding of museology through examples from Türkiye and the world, and to evaluate the opportunities offered by technological developments in terms of the protection, promotion and accessibility of cultural heritage. This study moves beyond the traditional museum paradigm rooted in physical space by addressing concepts such as virtual experience, placeless cultural consumption, and digital participation within cultural heritage tourism. It contributes to the theoretical intersection of digital culture, tourism sociology, and museum studies. Furthermore, the study also considers the critical aspects of digital museology, offering a reflective analysis of issues such as the commercialisation of cultural heritage in digital environments, data-driven audience analytics, and content control.

Keywords: Cultural Heritage, Tourism, Digitalisation, Digital Museology, Türkiye

KADIN SPORCULARDA GÖRECELİ ENERJİ YETERSİZLİĞİ SENDROMU (RED-S): GÜNCEL YAKLAŞIMLAR VE VAKA ÖRNEKLERİ ÜZERİNDEN DEĞERLENDİRME

Uzm Fzt, Esmâ DANA

Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, bilgin003.eb@gmail.com, ORCID: 0000-0003-1688-1589,

Prof. Dr., Nimet HAŞIL KORKMAZ

Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, nhasil@uludag.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7648-3289

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, kadın sporcularda Göreceli Enerji Yetersizliği Sendromu (RED-S) konusunda güncel literatürü incelemek ve sahadan genel gözlemlerle destekleyerek, enerji kullanılabilirliği, menstrüasyon ve kemik sağlığı gibi temel bileşenleri betimlemektir. Çalışma, RED-S'in kadın sporcular üzerindeki etkilerini anlamak ve erken tanı ile önleme stratejilerine dikkat çekmeyi hedeflemektedir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmada sistematik bir literatür taraması yapılmıştır. Son beş yıl içinde yayınlanan randomize kontrollü çalışmalar, derlemeler ve epidemiyolojik araştırmalar incelenmiştir. Anahtar kelimeler olarak “RED-S”, “female athlete”, “energy availability”, “bone health” ve “menstrual dysfunction” kullanılmıştır. Literatür bulguları, kadın sporcuların enerji dengesi, hormonal düzen ve kemik sağlığı açısından analiz edilmiştir. Ayrıca saha gözlemleri olarak, çeşitli spor branşlarında gözlemlenen genel eğilimler ve antrenörlerin gözlemleri derlenmiştir. Saha verileri, etik izin gerektirmeyen anonim ve genel bilgilerden oluşmuştur; bireysel kimlikler belirtilmemiştir.

Bulgular: Literatür bulguları, kadın sporcularda RED-S'in yaygın olduğunu ve özellikle yüksek antrenman yüküne sahip branşlarda enerji yetersizliği ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Enerji açığı, menstrual düzensizlikler ve kemik mineral yoğunluğunda azalma ile ilişkilendirilmiştir. Beslenme müdahaleleri ve eğitim programlarının, enerji dengesini iyileştirdiği ve semptomları azalttığı saptanmıştır. Psiko-sosyal faktörler, sporcuların farkındalığı ve antrenör desteği, RED-S riskini doğrudan etkileyen önemli unsurlar olarak öne çıkmıştır. Saha gözlemleri, genç kadın sporcuların çoğunlukla enerji yetersizliği ve yeme

bozukluğu riskine maruz kaldığını ve antrenörler ile beslenme uzmanları ile yapılan kısa eğitimlerin farkındalığı artırdığını göstermiştir.

Sonuç: Kadın sporcularda RED-S, yalnızca performans üzerinde değil, genel sağlık üzerinde de ciddi etkilere sahiptir. Enerji dengesi, menstrüasyon düzeni ve kemik sağlığı unsurları multidisipliner bir yaklaşımla izlenmelidir. Literatür ve saha gözlemleri, erken tanı ve farkındalık programlarının önemini vurgulamaktadır. Sporcular, antrenörler ve sağlık profesyonelleri arasında koordinasyon sağlanması, RED-S riskinin azaltılmasında kritik bir rol oynamaktadır. Bu çalışmanın bulguları, kadın sporcularda RED-S'in anlaşılması ve önlenmesine yönelik stratejilerin geliştirilmesine katkı sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: RED-S, Kadın Sporcular, Enerji Kullanılabilirliği, Menstrüasyon Bozuklukları, Kemik Sağlığı

RELATIVE ENERGY DEFICIENCY IN FEMALE ATHLETES (RED-S): CURRENT APPROACHES AND OBSERVATIONAL INSIGHTS

Uzm Fzt, Esmâ DANA

Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, bilgin003.eb@gmail.com, ORCID: 0000-0003-1688-1589,

Prof. Dr., Nimet HAŞIL KORKMAZ

Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, nhasil@uludag.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7648-3289

ABSTRACT

Objective: This study aims to examine current literature on Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S) in female athletes and to complement it with observational insights from the field, focusing on energy availability, menstrual function, and bone health. The study seeks to highlight the impact of RED-S on female athletes and emphasize early diagnosis and prevention strategies.

Materials and Methods: A systematic literature review was conducted, including randomized controlled trials, reviews, and epidemiological studies published in the last five years. Keywords used were “RED-S,” “female athlete,” “energy availability,” “bone health,” and

“menstrual dysfunction.” Observational insights were derived from general trends reported by coaches and trainers across different sports disciplines, using only anonymized and non-identifiable data.

Results: Literature findings indicate that RED-S is prevalent among female athletes, particularly in high-intensity sports, and is associated with low energy availability, menstrual irregularities, and decreased bone mineral density. Nutritional interventions and education programs have been shown to improve energy balance and reduce symptoms. Psychosocial factors, athlete awareness, and coach support significantly influence RED-S risk. Field observations revealed that young female athletes are often exposed to energy deficiency risks, and brief educational interventions improve awareness and adherence to preventive strategies.

Conclusion: RED-S poses significant health risks for female athletes beyond performance issues. Monitoring energy balance, menstrual regularity, and bone health requires a multidisciplinary approach. Both literature evidence and field observations underscore the importance of early detection and awareness programs. Coordination among athletes, coaches, and health professionals plays a critical role in mitigating RED-S risks. This study contributes to understanding RED-S in female athletes and supports the development of prevention strategies.

Keywords: RED-S, Female Athletes, Energy Availability, Menstrual Dysfunction, Bone Health

ÖZEL SAĞLIK SİGORTALARININ SINIR ÖTESİ SAĞLIK HİZMETLERİNDEKİ ROLÜ

Ezgi ÇELİK

Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sağlık Yönetimi Bölümü,
ezgi.celik.esk@gmail.com, ORCID: 0009-0003-8634-2940

Doç. Dr. Necla YILMAZ

Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi, Sağlık Yönetimi Bölümü,
neclabardak@sdu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9847-6888

ÖZET

Bu çalışmanın temel amacı, sağlık turizmi ile sağlık sigortacılığı arasındaki etkileşim dinamiklerini ve özel sağlık sigortalarının (ÖSS) sınır ötesi sağlık hizmetlerindeki işlevini incelemektir. Çalışma, küreselleşen sağlık pazarında sigorta mekanizmalarının hastaların uluslararası düzeyde hizmet alım süreçlerinde sağladığı güvence ve finansal destek rolünü ortaya koymayı hedeflemektedir. Küreselleşmenin etkisiyle, bireylerin sağlık hizmetlerine erişim talebi ulusal sınırları aşarak uluslararası bir boyut kazanmıştır. Sağlık turizmi, bireylerin kendi ülkelerinde ulaşamadıkları sağlık hizmetlerine daha kaliteli, daha uygun maliyetli veya daha hızlı erişim sağlama amacıyla başka ülkelere seyahat etmeleriyle ortaya çıkan hızla büyüyen bir sektördür. Bu sebeple, sağlık sigortacılığı, bu sürecin sürdürülebilir ve güvenli bir yapıya kavuşmasında kritik bir rol oynamaktadır.

Özel sağlık sigortaları, hastaların sınır ötesi sağlık hizmetlerinden yararlanmasını kolaylaştırarak hem bireysel hem de kurumsal düzeyde önemli bir güvence sağlamaktadır. Bu sigorta mekanizmaları, sağlık turizminin gelişimini tedavi maliyetlerini karşılama, uluslararası sağlık kurumlarıyla anlaşmalar oluşturma ve hasta-hizmet sağlayıcı arasındaki ilişkiyi düzenleme yönüyle desteklemektedir. Sağlık turizminde sigorta uygulamaları, hizmet kalitesinin yükselmesine, hasta memnuniyetinin artmasına ve sektörün rekabet gücünün güçlenmesine katkı sağlamaktadır. ÖSS'ler, zorunlu sağlık sigortasına ek olarak veya onun yerine geçerek esnek yapılarıyla bireylerin farklı ihtiyaçlarına uygun hizmet seçme olanaklarını artırmaktadır.

Özel sağlık sigortalarının sınır ötesi sağlık hizmetlerindeki rolüne rağmen, bu süreçte bazı engeller bulunmaktadır. Bunlar arasında farklı ülkelerdeki yasal düzenlemeler, sigorta kapsamındaki varyasyonlar ve hasta haklarına ilişkin belirsizlikler yer almaktadır. Ayrıca, ulusal sağlık sistemleri ve sigorta şirketlerinin vatandaşlarının yurt dışında yaptırdıkları tedavilere geri ödeme konusunda isteksiz olması, hastaların tedavi masraflarının önemli bir kısmını cepten ödeme yoluyla karşılamasına neden olabilmektedir. Bu sigortalar, sınır ötesi sağlık hizmetleri pazarının finansmanında ve büyümesinde temel bir kaldıraçtır.

Bu çalışma, özel sağlık sigortalarının sağlık turizminin yaygınlaşmasına ve çeşitlenmesine katkısını vurgulamaktadır. Sektörün mevcut güçlü potansiyelini tam olarak ekonomik ve stratejik avantaja dönüştürmek için, politika yapıcılar ve sektör aktörleri tarafından sigorta mekanizmalarının daha kapsamlı planlanması ve yatırımlarla desteklenmesi gerekmektedir. Bu, sadece uluslararası hasta hareketliliğini desteklemekle kalmayacak, aynı zamanda ulusal sağlık hizmetleri sektörüne ek finansal kaynaklar sağlayarak rekabet ve verimliliği artıracaktır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi, Sigortacılık, Özel Sağlık Sigortası

THE ROLE OF PRIVATE HEALTH INSURANCE IN CROSS-BORDER HEALTHCARE SERVICES

Ezgi ÇELİK

Graduate Student, Süleyman Demirel University, Institute of Social Sciences, Department of
Health Management, Email: ezgi.celik.esk@gmail.com

ORCID: 0009-0003-8634-2940

Assoc. Prof. Dr. Necla YILMAZ

Süleyman Demirel University, Faculty of Economics and Administrative Sciences,
Department of Health Management, Email: neclabardak@sdu.edu.tr

ORCID: 0000-0002-9847-6888

ABSTRACT

The primary objective of this study is to examine the dynamics of interaction between health tourism and health insurance, and the function of private health insurance (PHI) in cross-border healthcare services. The study aims to reveal the role of insurance mechanisms in providing assurance and financial support to patients in their international service procurement processes within the globalising healthcare market. With the impact of globalisation, individuals' demand for access to healthcare services has transcended national borders and taken on an international dimension. Medical tourism is a rapidly growing sector that has emerged as individuals travel to other countries to access higher quality, more affordable, or faster healthcare services than those available in their own countries. For this reason, health insurance plays a critical role in ensuring this process has a sustainable and secure structure.

Private health insurance provides significant assurance at both the individual and corporate levels by facilitating patients' access to cross-border healthcare services. These insurance mechanisms support the development of health tourism by covering treatment costs, establishing agreements with international healthcare institutions, and regulating the relationship between patients and service providers. Insurance practices in health tourism contribute to improving service quality, increasing patient satisfaction, and strengthening the sector's competitiveness. PPIs, with their flexible structures, either supplement or replace compulsory health insurance, increasing individuals' opportunities to choose services tailored to their different needs.

Despite the role of private health insurance in cross-border healthcare, there are some obstacles in this process. These include legal regulations in different countries, variations in insurance coverage, and uncertainties regarding patient rights. Furthermore, the reluctance of national health systems and insurance companies to reimburse citizens for treatments undertaken abroad can result in patients having to cover a significant portion of treatment costs out of pocket. These insurances are a key lever in the financing and growth of the cross-border healthcare market.

This study highlights the contribution of private health insurance to the proliferation and diversification of health tourism. To fully convert the sector's current strong potential into economic and strategic advantage, policymakers and industry actors need to plan insurance mechanisms more comprehensively and support them with investments. This will not only

support international patient mobility but also increase competition and efficiency by providing additional financial resources to the national healthcare sector.

Keywords: Medical Tourism, Insurance, Private Health Insurance

TÜRKİYE’DE SAĞLIK TURİZMİ KONULU YOUTUBE VİDEOLARININ HEMŞİRELİK AÇISINDAN ANALİZİ

Kadriye BIYIKLI

Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Beykent üniversitesi, kadriyebiyikli@beykent.edu.tr

ORCID: 0000-0001-5050-8484

ÖZET

Amaç: Youtube, dünya genelinde yaygın kullanılan, erişimi kolay, ücretsiz bir video paylaşım platformudur. Artan popüleritesi ile sağlık alanında da kullanımı yaygınlaşmış ve sağlıkla ilgili konularda bilgi kaynağı haline gelmiştir. Sağlığı ilgilendiren bir konuda yayınlanan videoların kalite ve güvenilirliğinin incelenmesi önem arz etmektedir. Bu kapsamda bu çalışmada Türkiye’de sağlık turizmi konulu Youtube videolarının güvenilirliğini ve kalitesini analiz etmek amaçlanmıştır.

Gereç ve yöntem: İlgili videoları belirlemek için “Türkiye’de medikal turizm” ve “Türkiye’de sağlık turizmi” arama terimleri kullanılarak Youtube tarandı. Arama sonuçlarına göre her bir arama terimi için ilk 50 video listelendi, toplamda 100 video dahil edilme kriterlerine göre incelemeye alındı. Video içerikleri, amacına ve içerisinde hemşirelik hizmetleri ve hemşirelik bakımı ifadelerinin geçme durumu açısından da incelendi. Videoları değerlendirmek için modifiye “DISCERN (mDISCERN), global kalite skoru (GQS) kullanıldı.

Bulgular: Dahil edilme kriterlerine göre yapılan inceleme sonunda, toplam 42 video analiz edilmek için seçildi. Ortalama mDISCERN puanı $3,10 \pm 1,055$, ortalama GQS puanı ise $3,26 \pm 1,037$ olup, bu sonuçlar videoların orta düzeyde güvenilir ve yüksek kaliteli olduğunu gösterdi. Yapılan analizde, videoların %61,9’unun Türkiye’den yüklenildiği, yüklenme amacına göre ise yaklaşık %45,24’ünün tanıtım, %23,81’inin hasta deneyimini içerdiği belirlendi. Video içeriklerinde ise hemşirelik hizmetleri ve/veya hemşirelik bakımından bahsedilmediği, bununla birlikte bir videonun sunucusunun ve bir videoyu yükleyen youtube kanalının sahibi ve sunucusunun doktora mezunu hemşireler olduğu belirlendi.

Sonuç: Türkiye'de sağlık turizmi ile ilgili YouTube videolarının kalitesinin artırılması, hemşireliğin ve hemşirelik bakımının sağlık turizmindeki önemini ve katkısını vurgulayan videoların hazırlanması, hemşirelerin bu alanda uzmanlaşmasının önünün açılması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Youtube, Türkiye, Sağlık Turizmi, Hemşirelik Hizmetleri, Hemşirelik Bakımı

ANALYSIS OF YOUTUBE VIDEOS ON HEALTH TOURISM IN TÜRKİYE IN TERMS OF NURSING

Kadriye BIYIKLI

Dr. Asst. Prof., Istanbul Beykent University, kadriyebiyikli@beykent.edu.tr,

ORCID: 0000-0001-5050-8484

ABSTRACT

Objectives: YouTube is a widely used, easily accessible, and free video-sharing platform worldwide. Its growing popularity has extended into the healthcare sector, making it a valuable source of information on health-related topics. Assessing video quality and reliability on health-related topics is crucial. In this context, this study aims to analyze the reliability and quality of YouTube videos on health tourism in Turkey.

Methods: To identify relevant videos, YouTube was searched using the search terms "medical tourism in Turkey" and "health tourism in Turkey." A thorough search for YouTube videos was conducted on August 28, 2025. Based on the search results, the first 50 videos for each search term were listed, and a total of 100 videos were analyzed in accordance with the inclusion criteria. The video's contents were also examined for their purpose and to determine whether the terms 'nursing services' and 'nursing care' were used. The Modified "DISCERN (mDISCERN) and the global quality score were used to evaluate the videos.

Results: After screening the inclusion criteria, a total of 42 videos were selected for analysis. The mean mDISCERN score was 3.10 ± 1.055 , and the mean GQS score was 3.26 ± 1.037 , indicating moderate reliability and quality of the videos. The analysis revealed that 61.9% of the videos were uploaded from Turkey. Based on their purpose, approximately 45.24% were promotional, while 23.81% contained patient experiences. The video content did not mention nursing services and/or nursing care. However, one video presenter and the owner and presenter of the YouTube channel that uploaded the video were both doctoral nurses.

Conclusion: The quality of YouTube videos on health tourism in Türkiye should be improved, and videos emphasizing the importance and contribution of nursing and nursing care in health tourism should be prepared to pave the way for nurses to specialize in this field.

Keywords: YouTube, Türkiye, Health/Medical Tourism, Nursing Services, Nursing Care

SAĞLIK TURİZMİNDE REKREASYONEL FAALİYETLERİN ÖNEMİ

Fatih SEYRAN

T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
Sağlık Turizmi Bölümü Doktora Öğrencisi, fatihseyran@gmail.com, ORCID: 0000-0001-
8546-1145

ÖZET

Amaç: Sağlık turizmi, bireylerin tedavi, rehabilitasyon veya sağlığını geliştirme amacıyla uluslararası seyahatini içeren, tıp ve turizmi bütüncül bir iyileşme perspektifinde birleştiren dinamik bir sektördür. Bu çalışmanın amacı, sağlık turizmi süreçlerinde rekreasyonel faaliyetlerin rolünü incelemek; fiziksel, psikolojik ve sosyal iyilik hali üzerindeki etkilerini analiz etmektir.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışma, sağlık turizmi alanında gerçekleştirilen kapsamlı bir literatür taraması ve destekleyici saha araştırmalarına dayanmaktadır. Termal turizm, spa-wellness uygulamaları, doğa yürüyüşleri ve kültürel turlar gibi rekreatif faaliyetlerin sağlık turistinin deneyimi, stres düzeyi, tedaviye uyumu ve yaşam kalitesi üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Veriler, nitel içerik analizi yöntemiyle yorumlanmıştır.

Bulgular: Elde edilen bulgular, rekreasyonel aktivitelerin sağlık turizmi sürecine pozitif katkı sağladığını ortaya koymaktadır. Bu aktivitelerin stres düzeyini azalttığı, psikolojik dayanıklılığı ve motivasyonu artırdığı, sosyal etkileşimi güçlendirdiği ve tedaviye olan uyumu kolaylaştırdığı tespit edilmiştir. Ayrıca, rekreatif unsurların sağlık turizmi destinasyonlarının çekiciliğini ve rekabet gücünü artırdığı gözlemlenmiştir.

Sonuç: Rekreasyon, yalnızca boş zaman etkinliği değil, tedavi sürecine eşlik eden tamamlayıcı bir terapi aracı olarak değerlendirilmelidir. Sağlık turizmi destinasyonlarının uluslararası pazarda markalaşması ve sürdürülebilir rekabet üstünlüğü elde etmesi için, rekreatif unsurların tıbbi hizmetlerle stratejik biçimde bütünleştirilmesi gerekmektedir. Bu bütünleşme, yüksek kaliteli, insan merkezli ve sürdürülebilir bir sağlık turizmi deneyiminin temelini oluşturmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi, Medikal Turizm, Rekreasyon, Yaşam Kalitesi, Destinasyon Yönetimi

THE IMPORTANCE OF RECREATIONAL ACTIVITIES IN HEALTH TOURISM

Fatih SEYRAN

Republic of Turkey Ministry of Health, General Directorate of Public Health, Alanya

Alaaddin Keykubat University, Health Tourism Department, PhD Student,

fatihseyran@gmail.com, ORCID: 0000-0001-8546-1145

ABSTRACT

Aim: Health tourism is a dynamic sector that combines medicine and tourism within a holistic healing perspective, involving the international travel of individuals for treatment, rehabilitation, or the enhancement of health. The aim of this study is to examine the role of recreational activities in health tourism processes and to analyze their effects on physical, psychological, and social well-being.

Materials and Methods: This study is based on an extensive literature review and supportive field research conducted in the field of health tourism. Recreational activities such as thermal tourism, spa-wellness practices, nature walks, and cultural tours were evaluated in terms of their effects on the health tourist's experience, stress level, treatment compliance, and quality of life. The data were analyzed using a qualitative content analysis method.

Findings: The findings reveal that recreational activities make a positive contribution to the health tourism process. These activities were found to reduce stress levels, enhance psychological resilience and motivation, strengthen social interaction, and facilitate compliance with treatment. In addition, recreational elements were observed to increase the attractiveness and competitiveness of health tourism destinations.

Conclusion: Recreation should not be considered merely as a leisure activity but as a complementary therapeutic component that accompanies the treatment process. To achieve international brand recognition and sustainable competitive advantage, it is essential that recreational elements be strategically integrated with medical services in health tourism destinations. This integration forms the foundation of a high-quality, human-centered, and sustainable health tourism experience.

Keywords: Health Tourism, Medical Tourism, Recreation, Quality of Life, Destination Management

TÜRKİYE’DE OSB’Lİ BİREYLERE YÖNELİK FİZİKSEL AKTİVİTE, SPOR VE REKREATİF FAALİYET POLİTİKALARININ İNCELENMESİ

Öner SOYKAN

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, soykanoner@gmail.com

Vahit ÇİRİŞ

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0002-3087-0942,
vahitciris@gmail.com

Sümeyye SARAÇ

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü

ÖZET

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), bireylerin sosyal etkileşim, iletişim ve davranış alanlarında farklı düzeylerde güçlükler yaşamasına neden olan nörogelişimsel bir farklılıktır. OSB’li bireylerin gelişimsel ihtiyaçları, yaşamın birçok alanında özel yaklaşımlar gerektirirken, fiziksel aktivite ve spor bu bireylerin motor becerilerinin geliştirilmesi, sosyal etkileşimlerinin artırılması ve genel yaşam kalitelerinin yükseltilmesi açısından kritik bir rol oynamaktadır. Düzenli fiziksel aktiviteye katılım, fiziksel sağlık, davranışsal düzenleme, dikkat süresi, öz-yeterlik ve sosyal motivasyon üzerinde de olumlu etkiler sağlamaktadır. Bu bağlamda, OSB’li bireylerin fiziksel aktivite, spor ve rekreatif faaliyetlere erişimi sosyal dahil olma, eşitlik ve hak temelli bir yaklaşımla ele alınması gereken bir konudur. Toplumun her bireyi gibi, OSB’li bireylerin de aktif yaşama katılım hakkı vardır. Ancak, bu hakların yaşama geçirilmesi büyük ölçüde devlet politikalarının kapsayıcılığı, erişilebilirliği ve uygulanabilirliği ile mümkündür. Türkiye’de son yıllarda özel gereksinimli bireylerin toplumsal yaşama katılımını desteklemeye yönelik çeşitli politika belgeleri, stratejik planlar ve yasal düzenlemeler geliştirilmiş olsa da, bu politikaların OSB’li bireyler özelinde nasıl işlendiği, ne ölçüde etkili olduğu ve uygulamada ne tür zorluklarla karşılaşıldığı yeterince incelenmiş değildir.

Amaç: Bu çalışma, söz konusu boşluğu doldurmayı amaçlayarak Türkiye’de OSB’li bireylerin fiziksel aktivite, spor ve rekreatif faaliyetlere katılımını destekleyen mevcut devlet politikalarını kapsam, uygulama ve etki boyutlarıyla değerlendirmeyi hedeflemektedir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmada literatür taraması yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda, ilgili devlet kurumlarının yayımladığı politika belgeleri, mevzuatlar, stratejik planlar ve akademik yayınlar araştırmanın veri kaynağını oluşturmuştur. Toplanan belgeler içerik analizi yöntemiyle

tematik olarak incelenmiş ve OSB’li bireylerin fiziksel aktivite, spor ve rekreatif faaliyetlere erişimi açısından değerlendirilmiştir.

Bulgular: Türkiye’de OSB’li bireylerin bu alanlara erişimini destekleyen çeşitli devlet politikalarının mevcut olduğu görülmüştür. Politika belgeleri ve akademik çalışmalar, OSB’li bireylerin sosyal yaşama katılımını artırmaya yönelik düzenlemeler yapıldığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte, uygulama süreçlerinde erişilebilirlik, kapsam ve kurumsal koordinasyon açısından bazı sınırlılıklar tespit edilmiştir. Elde edilen veriler, mevcut politikaların olumlu etkilerinin bulunduğunu ancak sürdürülebilirlik ve kapsayıcılık yönünden geliştirilmesi gerektiğini göstermiştir.

Sonuç: OSB’li bireylere yönelik fiziksel aktivite ve spor politikalarının önemli adımlar içerdiği görülmüştür. Ancak, bu politikaların daha erişilebilir, kapsayıcı ve ihtiyaçlara duyarlı hale getirilmesi için geliştirilmesi önerilmektedir. Ayrıca, politika uygulamalarında kurumlar arası iş birliği ile izleme ve değerlendirme süreçlerinin güçlendirilmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Otizm Spektrum Bozukluğu, Spor Politikaları, Fiziksel Aktivite Erişilebilirliği, Rekreatif Katılım

AN EXAMINATION OF PHYSICAL ACTIVITY, SPORTS, AND RECREATIONAL ACTIVITY POLICIES FOR INDIVIDUALS WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER IN TURKEY

Öner SOYKAN

Gazi University Institute of Health Sciences, soykanoner@gmail.com

Vahit ÇİRİŞ

Kırşehir Ahi Evran University Faculty of Sports Sciences, ORCID: 0000-0002-3087-0942,
vahitciris@gmail.com

Sümeyye SARAÇ

Kırşehir Ahi Evran University Institute of Health Sciences

ABSTRACT

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental difference that leads to varying degrees of difficulties in social interaction, communication, and behavior. While individuals with ASD require specific approaches in many areas of life due to their developmental needs,

physical activity and sport play a critical role in enhancing their motor skills, improving social interaction, and increasing overall quality of life. Regular participation in physical activity also contributes positively to physical health, behavioral regulation, attention span, self-efficacy, and social motivation. In this context, access to physical activity, sport, and recreational activities for individuals with ASD should be addressed from a rights-based perspective that prioritizes social inclusion and equality. Like every member of society, individuals with ASD have the right to participate in an active life. However, the realization of this right depends largely on the inclusiveness, accessibility, and applicability of government policies. Although various policy documents, strategic plans, and legal regulations have been developed in Türkiye in recent years to support the social participation of individuals with special needs, there has been insufficient investigation into how these policies are implemented specifically for individuals with ASD, how effective they are, and what challenges are encountered in practice.

Objectives: This study aims to address this gap by evaluating current government policies in Türkiye that support the participation of individuals with ASD in physical activity, sport, and recreational practices in terms of their scope, implementation, and effectiveness.

Methods: A literature review method was used in the research. Policy documents, legislations, strategic plans published by relevant government institutions, and academic publications constituted the data sources. The collected materials were thematically analyzed through content analysis and evaluated in terms of accessibility for individuals with ASD.

Results: The findings indicate the presence of various state policies that promote access to physical activity, sport, and recreation for individuals with ASD. These policies reflect efforts to enhance the social inclusion of this group. However, limitations were identified in terms of accessibility, scope, institutional coordination, and sustainability. **Conclusion:** While existing policies represent significant progress, they need to be further developed to become more inclusive, accessible, and responsive to the needs of individuals with ASD. Strengthening inter-institutional cooperation and establishing systematic monitoring and evaluation processes are also recommended.

Keywords: Autism Spectrum Disorder, Sports Policies, Physical Activity Accessibility, Recreational Participation

HASTA HAKLARI YÖNETMELİĞİ'NDE HASTALARIN BİLGİ ALMA HAKLARININ HASTA-HEKİM SORUMLULUKLARI BAĞLAMINDA ANALİZİ

Muhammed Esat ÇETİN, Dr,

dr.mesadcetin@gmail.com

ORCID: 0000-0002-7531-5950

ÖZET

Amaç: Hasta Hakları Yönetmeliği'nde, hastanın bilgi alma hakkı kapsamında ifade edilen hükümlerin anlaşılmasını güçleştiren noktalara değinilerek, bilgi alma hakkının tam olarak sağlanması için sağlık meslek mensubunun sorumluluklarının belirginleştirilmesinin yanında hastaların bilgi alma hakkının tam olarak yerine getirilmesini sağlamada modern teknolojinin imkanlarından faydalanılması gerektiğine dair öneriler sunmaktır.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışmada döküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Türk Borçlar Kanunu, Türk Tabipler Birliği Kanunu, Hekimlik Meslek Etiği Kuralları ve 01.08.1998 Resmi Gazete tarihli Hasta Hakları Yönetmeliği ve ilgili literatür metinleri analiz edilmiştir.

Bulgular: Hekim ile hasta arasındaki ilişki hukuki olarak farklı şekillerde tanımlanabilmekle birlikte, genel olarak bir vekalet sözleşmesi niteliği taşımaktadır. Bu ilişki 11.Hukuk Dairesinin 2018/5309 Esas ve 2019/7607 Kararında vurgulanmıştır. Bu karar doğrultusunda Türk Borçlar Kanunu'nun 396. maddesinde vurgulandığı üzere, aydınlatılmış onam konusundada hekimin sorumluluğu; işi özenle yapmak ve işverenin haklı menfaatinin korunmasında sadakatle davranmak yükümlülüğünü içermektedir. Türk Tabipler Birliği Kanunu gereği Türk Tabipler Birliği tarafından hazırlanan, Hekimlik Mesleği Etiği Kuralları'nın 26. maddesinde “Yapılacak aydınlatma hastanın kültürel, toplumsal ve ruhsal durumuna özen gösteren bir uygunlukta olmalıdır. Bilgiler hasta tarafından anlaşılabilir biçimde verilmelidir.” ifadesiyle bilgilendirmenin şekli ayrıntılandırılmıştır. Sağlık Bakanlığı Hasta Hakları Yönetmeliği'nin 15. Maddesinde bilgilendirmenin kapsamı ayrıntılandırılmıştır. Bilgi vermenin usulüne ilişkin olarak Hasta Hakları Yönetmeliği'nin 18. Maddesinde bilgilendirmenin ne şekilde, nasıl yapılacağına dair belirsiz ve denetlenebilirlikten uzak ifadeler yer verildiği görülmektedir. Söz konusu maddede “*Bilgi, mümkün olduğunca sade şekilde, tereddüt ve şüpheye yer verilmeden, hastanın sosyal ve kültürel düzeyine uygun olarak anlayabileceği şekilde verilir.*” ifadesine yer

verilmiştir. Bunun ile birlikte aydınlatılmış onamın “*sade şekilde, tereddüt ve şüpheyeye yer verilmeden, hastanın sosyal ve kültürel düzeyine uygun*” şekilde verilir verilmediğinin kim tarafından nasıl denetleyeceği; hekim tarafından hastanın sosyal ve kültürel düzeyinin nasıl ölçüleceği, hekimin yönetmeliğe uygun bilgilendirdiğine yönelik bilgi verme ve onam alma sürecini nasıl belgelendirebileceği hususları mevzuatta açık şekilde düzenlenmemiştir.

Sonuç: Bilgi alma hakkına ve hastanın onam verme süreçlerine yönelik sorumluluğun tedavi süreçlerindeki tüm paydaşlara adil olarak paylaştırılması gerekmektedir. Hasta Hakları Yönetmeliği’nde, sağlık okuryazarlığı düşük bireyler ile hukuki olarak ehliyeteye sahip ancak hastalık ve yaşlılık haliyle anlama yeteneği azalmış bireylerin nasıl ve ne şekilde bilgilendirileceğine yönelik mevzuat içeriğinin geliştirilmesi gerekmektedir. Hastaların bilgilendirilmesine yönelik yöntemler video, infografi vs. gibi modern yöntemler ile çeşitlendirilmelidir. Hastanın sosyo-kültürel düzeyine uygunluk, sade ve şüpheyeye yer vermeyen gibi farklı yoruma açık, hasta-hekim mağduriyetine yol açabilecek hususların mevzuatta tekrar gözden geçirilmesi, hasta ve hekim ilişkisinde, tarafların haklarının ve sorumluluklarının daha açık bir şekilde anlaşılmasını kolaylaştıracaktır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Hukuku, Hasta Hakları, Aydınlatılmış Onam, Bilgi Alma Hakkı

ANALYSIS OF PATIENTS' RIGHT TO INFORMATION IN THE PATIENT RIGHTS REGULATION WITHIN THE CONTEXT OF PATIENT-DOCTOR RESPONSIBILITIES

Muhammed Esat ÇETİN, Dr,

dr.mesadcetin@gmail.com

ORCID: 0000-0002-7531-5950

ABSTRACT

Objective: To address the points that make it difficult to understand the provisions expressed within the scope of the patient's right to information in the Regulation on Patient Rights, and to provide suggestions that the responsibilities of healthcare professionals should be clarified in order to fully ensure the right to information, as well as the possibilities of modern technology should be used to ensure that the right to information of patients is fully fulfilled.

Materials and Methods: Document analysis method was used in this study. Turkish Code of Obligations, Turkish Medical Association Law, Medical Professional Ethics Rules and Patient Rights Regulation dated 01.08.1998 Official Gazette and related literature texts were analyzed.

Results: Although the relationship between the physician and the patient can be legally defined in different ways, it is generally a proxy contract. This relationship is emphasized in the 2018/5309 Decision and 2019/7607 Decision of the 11th Civil Chamber. In line with this decision, as emphasized in Article 396 of the Turkish Code of Obligations, the responsibility of the physician regarding informed consent; It includes the obligation to do the job diligently and to act faithfully in the protection of the employer's rightful interest. In Article 26 of the Rules of Ethics of the Medical Profession, prepared by the Turkish Medical Association in accordance with the Turkish Medical Association Law, "The clarification to be made should be in accordance with the cultural, social and mental status of the patient. The information should be given in a way that can be understood by the patient." 15 of the Ministry of Health Patient Rights Regulation. The scope of the information is detailed in the article. Regarding the procedure of providing information, Article 18 of the Patient Rights Regulation. It is seen that the article includes vague and uncontrollable expressions about how and how the information will be provided. In the article in question, *"Information is given as simply as possible, without hesitation or doubt, in a way that the patient can understand in accordance with his social and cultural level."* statement is included. In addition, how and by whom will supervise whether the informed consent is given *"simply, without hesitation and doubt, in accordance with the social and cultural level of the patient"*; how the social and cultural level of the patient will be measured by the physician, how the physician can document the process of providing information and obtaining consent in accordance with the regulation are not clearly regulated in the legislation.

Conclusion: The responsibility for the right to information and the patient's consent processes should be shared fairly among all stakeholders in the treatment processes. In the Regulation on Patient Rights, it is necessary to develop the content of the legislation on how and in what way to inform individuals with low health literacy and individuals who are legally capable but have reduced comprehension due to illness and old age. Methods for informing patients should be diversified with modern methods such as video, infographic, etc. Reviewing the issues that are open to different interpretations, such as suitability for the socio-cultural level of the patient,

simple and undoubted, and that may lead to patient-physician victimization, will facilitate a clearer understanding of the rights and responsibilities of the parties in the patient-physician relationship.

Keywords: Health Law, Patient Rights, Informed Consent, Right to Information

SPORCULARDA DUYGU DÜZENLEME STRATEJİLERİ

Buse SULU

İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, busesulu@esenyurt.edu.tr, ORCID:0000-0003-3749-6129

ÖZET

Amaç: Duygular, sporcuların performansını etkileyen temel psikolojik bileşenler arasında yer almaktadır. Negatif duygular performansı engelleyici, pozitif duygular ise kolaylaştırıcı biçimde etkileyebilmekte; ancak her iki duygu türünün de bağlama bağlı olarak farklı sonuçlar doğurabildiği görülmektedir. Bu bağlamda duygu düzenleme kavramı, son yıllarda spor psikolojisi literatüründe öne çıkan bir araştırma alanı olmuştur. Bu derleme çalışması, sporcularda duygu düzenleme stratejilerinin kullanımını ve bu stratejilerin performansla olan ilişkisini güncel literatür doğrultusunda incelemeyi amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem: Spor psikolojisi alanında 2015-2024 yılları arasında yayınlanmış ulusal ve uluslararası makaleler derlenmiştir. Bilişsel-davranışçı yaklaşımlar, kabul kararlılık terapisi ve mindfulness temelli müdahaleler teorik çerçeve olarak kullanılmıştır.

Bulgular: Yeniden değerlendirme, mindfulness, kabul-kararlılık stratejileri ile nefes egzersizleri ve gevşeme yöntemlerinin sporcuların kaygı ve stres düzeylerini azalttığı, dikkat ve odaklanmayı artırdığı belirlenmiştir. Yeniden değerlendirme olumsuz duyguları işlevsel hale getirirken, bastırma stratejisi uzun vadede performansı olumsuz etkilemektedir. Takım sporcuları sosyal destek ve takım uyumu odaklı; bireysel sporcular öz-düzenleme ve içsel odak stratejilerini tercih etmektedir. Kadın sporcular sosyal destek arama ve duygu paylaşımını; erkekler problem odaklı başa çıkma stratejilerini daha sık kullanmaktadır. Kolektivist kültürlerdeki sporcular sosyal uyum ve grup normlarına uygun; bireyci kültürlerdeki sporcular ise bireysel performans ve özerklik odaklı stratejiler benimsemektedir. Adaptif stratejiler motivasyon, öz-yeterlik ve akış deneyimini artırırken, maladaptif stratejiler psikolojik tükenmişliğe yol açmaktadır.

Sonuç: Duygu düzenleme, sporcular için olumsuz duygularla baş etme aracının yanı sıra, motivasyon, öz-yeterlik ve akış deneyimini destekleyen kritik bir unsurdur. Sporculara yönelik psikolojik müdahale programlarının duygu düzenleme stratejilerini içermesi, performansın sürdürülmesi ve psikolojik dayanıklılığın güçlendirilmesi açısından önemlidir. Gelecek

araştırmaların spor branşlarına özgü duygu düzenleme profillerinin belirlenmesine ve kültürel faktörlerin rolünün derinlemesine incelenmesine odaklanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Duygu Düzenleme, Spor Psikolojisi, Performans, Sporcular, Adaptif Stratejiler

EMOTION REGULATION STRATEGIES IN ATHLETES

Buse SULU

Istanbul Esenyurt University, Faculty of Sports Sciences, busesulu@esenyurt.edu.tr, ORCID:0000-0003-3749-6129

ABSTRACT

Objectives: Emotions are among the fundamental psychological components affecting athletes' performance. Negative emotions can hinder performance, while positive emotions can facilitate it; however, both types of emotions may yield different outcomes depending on the context. In this regard, the concept of emotion regulation has emerged as a prominent research area in sport psychology literature in recent years. The aim of this review is to examine the use of emotion regulation strategies in athletes and their relationship with performance in light of current literature.

Methods: National and international articles published between 2015 and 2024 in the field of sport psychology were compiled. Cognitive-behavioral approaches, Acceptance and Commitment Therapy, and mindfulness-based interventions were used as theoretical frameworks.

Results: Reappraisal, mindfulness, acceptance-commitment strategies, along with breathing exercises and relaxation methods were found to reduce athletes' anxiety and stress levels while enhancing attention and focus. Reappraisal transforms negative emotions into functional states, whereas suppression strategy negatively affects performance in the long term. Team athletes prefer strategies focused on social support and team cohesion, while individual athletes utilize self-regulation and internal focus strategies. Female athletes use social support seeking and emotion sharing more frequently, while males employ problem-focused coping strategies more often. Athletes from collectivist cultures adopt emotion regulation aligned with social harmony and group norms, whereas those from individualistic cultures embrace strategies focused on

individual performance and autonomy. Adaptive strategies increase motivation, self-efficacy, and flow experience, while maladaptive strategies lead to psychological burnout.

Conclusion: Emotion regulation is a critical element that supports not only coping with negative emotions but also motivation, self-efficacy, and flow experience for athletes. The inclusion of emotion regulation strategies in psychological intervention programs for athletes is important for sustaining performance and strengthening psychological resilience. Future research is recommended to focus on identifying sport-specific emotion regulation profiles and in-depth examination of the role of cultural factors.

Keywords: Emotion Regulation, Sport Psychology, Performance, Athletes, Adaptive Strategies

TÜRKİYE WELLNESS TURİZMİ İÇİN BİR ÜRÜN ÖNERİSİ: TÜRK MUSİKİSİ

Vildan YILMAZ

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi/Alanya Ticaret ve Sanayi Odası Turizm Meslek Yüksekokulu/Seyahat-Turizm ve Eğlence Hizmetleri Bölümü, ORCID: 0000-0001-8211-7082

ÖZET

Wellness turizmi, günümüz dünyasında bireylerin fiziksel, zihinsel ve ruhsal açıdan sağlıklı bir yaşam sürme arayışlarını destekleyen ve hızla gelişen bir turizm türüdür. Bu yaklaşım doğrultusunda, Dünya Sağlık Örgütü 1948 yılında sağlığı yalnızca hastalıkların yokluğu değil, bedensel, zihinsel ve sosyal iyilik hâli olarak yeniden tanımlamıştır. Böylece modern wellness hareketlerinin temeli oluşmuş; doğal, kültürel ve bütüncül iyileşme yöntemlerine yönelik ilgi yeniden gündeme taşınmıştır. Bu yöntemlerden biri olan müzik terapi, Türk-İslam kültüründe yüzyıllar boyunca ruhen ve bedenlen tedavi edici bir unsur olarak önemli bir yere sahip olmuştur. 9. yüzyıldan itibaren El-Kindî, Farabî ve İbn Hurdâzbih gibi bilginler, müziğin insan ruhu, duyguları ve fizyolojik dengesi üzerindeki etkilerini incelemiş; müziği ruhsal iyileşmeyi destekleyen bir araç olarak değerlendirmişlerdir. Türk müziğinde yer alan makam sistemi ise farklı ruhsal ve bedensel etkileri ile müzik tedavinin önemli bir kıstası olmuştur. Selçuklu ve Osmanlı dönemlerinde bu bilgi birikimi kurumsal bir nitelik kazanmış, özellikle şifahanelerde müzik, su sesi ve mimarinin bir arada kullanıldığı bütüncül tedavi ortamları oluşturulmuştur. Edirne II. Bayezid Darüşşifası, bu anlayışın somut bir örneği olarak dikkat çekmektedir. Sonuç olarak, müzikle tedavi geleneği Türk kültüründe wellness kavramının erken bir biçimini yansıtmaktadır. Günümüzde Türk musikisinin iyileştirici gücü büyük ölçüde unutulmuş, bu kadim tedavi yöntemi tarihin tozlu raflarında yerini almıştır. Oysa bu köklü miras, Türkiye’de wellness turizmi için kültürel temelli, özgün ve sürdürülebilir bir ürün geliştirilmesine olanak sunmaktadır. Türk musikisinin iyileştirici yönünün turistik deneyimlere entegre edilmesi hem kültürel mirasın korunmasına hem de Türkiye’nin wellness turizminde farklılaşmasına katkı sağlayabilir. Bu doğrultuda çalışma, wellness kavramının tarihsel arka planını inceleyerek Türk-İslam kültüründe müzikle tedavi geleneğinin çağdaş wellness turizmine yeniden kazandırılmasına yönelik bir yaklaşım önermektedir.

Anahtar Kelimeler: Wellness Turizmi, Müzik Tedavi, Türk Musikisi, Bütüncül Sağlık, Kültürel Miras

A PRODUCT PROPOSAL FOR TURKISH WELLNESS TOURISM: TURKISH MUSIC

Vildan YILMAZ

Alanya Alaaddin Keykubat University / Alanya Chamber of Commerce and Industry
Vocational School of Tourism / Department of Travel, Tourism and Recreation Services,
ORCID: 0000-0001-8211-7082

ABSTRACT

Wellness tourism is a rapidly growing sector that supports individuals' pursuit of physical, mental, and emotional well-being. This concept is rooted in the World Health Organization's 1948 definition of health, which emphasized not only the absence of disease but also a state of complete physical, mental, and social well-being. This holistic understanding has shaped modern wellness movements and renewed interest in natural, cultural, and integrative healing practices. Among these, music therapy has played a significant role in Turkish-Islamic culture for centuries, serving as a method to enhance both psychological and physiological health. Since the 9th century, scholars such as Al-Kindi, Al-Farabi, and Ibn Khurdadhbih examined the effects of music on human emotions, mental balance, and bodily functions, highlighting its potential as a therapeutic tool. The Turkish makam system, with its diverse emotional and physiological influences, further reinforced the cultural and scientific foundations of music-based therapy. During the Seljuk and Ottoman periods, this knowledge became institutionalized, particularly in hospitals (şifahaneler), where music, architectural design, and natural elements such as water were combined to create holistic healing environments. The Edirne II. Bayezid Hospital is a notable example of this integrated approach. Today, however, the therapeutic value of Turkish music has largely been forgotten, and this heritage risks fading into obscurity. Yet, it offers a unique opportunity to develop culturally grounded, original, and sustainable wellness tourism products in Turkey. By integrating the healing aspects of Turkish music into wellness experiences, both cultural preservation and differentiation in the Turkish wellness tourism market can be achieved. This study examines the historical and cultural roots of wellness and proposes ways to revitalize the music-based healing tradition of Turkish-Islamic culture within contemporary wellness tourism, offering a framework for innovative, culturally informed, and sustainable tourism products.

Keywords: Wellness Tourism, Music Therapy, Turkish Music, Holistic Health, Cultural Heritage

MEDİKAL TURİZM ŞİRKETLERİ VE TURİZM HİSSE SENETLERİ ÜZERİNE AKADEMİK ARAŞTIRMALARIN BİBLİYOMETRİK HARİTASI

Dr. Emrah TÜRK

ORCID: 0000-0001-6760-0877

turkparamedic@gmail.com

Do. Dr. Yakup ARI

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, İktisat
Bölümü, Antalya, Türkiye, ORCID: 0000-0002-5666-5365, yakup.ari@alanya.edu.tr

ÖZET

Bu alışma, yalnızca Web of Science (WoS) Core Collection’da 2008–2024 arasında yayımlanan 39 makaleyi esas alarak medikal turizm şirketleri ve turizm hisseleri literatürünün kısa fakat derinleştirilmiş bir haritasını sunar. Yıllık retim 2023’te 8 yayınlı zirve yapmış, 2024’te 4 yayına gerilemiştir; yıllık büyüme %9,05 ve makale başına ortalama atıf 25,44’tür. Tematik görünüm, sağlık turizminin ekonomik etkileri, hasta memnuniyeti ve destinasyon seçimi ile sermaye piyasalarında turizmle ilişkili şirketlerin getiri/oyunaklık dinamiklerinin birlikte çalışıldığını göstermektedir. Anahtar kelime trendleri (şekil 3), ‘tourism/medical’ çekirdeğinin kalıcılığını, ‘stock/returns/volatility’ ekseninin ise kriz/pandemi dönemleriyle ivmelendiğini doğrular. Dergi yoğunlaşması (Bradford; şekil 8) az sayıdaki çekirdek kaynağın belirleyici rolüne işaret eder. Bulgular, politika (akreditasyon/kalite güvencesi), yatırım (risk-yönetimi) ve şirket stratejileri (pazar konumlandırma/hizmet karması) için disiplinler arası kanıtlar sunar.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi; Medikal Turizm şirketleri; Turizm Hisseleri; Bibliyometrik Analiz; Wos

BIBLIOGRAPHIC MAP OF ACADEMIC RESEARCH ON MEDICAL TOURISM COMPANIES AND TOURISM STOCK SHARES

Dr. Emrah TÜRK

ORCID: 0000-0001-6760-0877

turkparamedic@gmail.com

Assoc. Prof. Dr. Yakup ARI

Alanya Alaaddin Keykubat University, Faculty of Economics, Administrative and Social Sciences, Department of Economics, Antalya, Turkey, ORCID: 0000-0002-5666-5365, yakup.ari@alanya.edu.tr

ABSTRACT

This study maps the literature on medical tourism companies and tourism stocks based solely on the Web of Science (WoS) Core Collection, covering 39 articles from 2008–2024. Annual output peaked at 8 publications in 2023 and declined to 4 in 2024; the annual growth rate is 9.05% with 25.44 citations per article. The themes connect health tourism’s economic impact, patient satisfaction and destination choice with returns/volatility dynamics of tourism-related equities. Keyword trends (Fig. 3) confirm the persistence of the ‘tourism/medical’ core and the rise of ‘stock/returns/volatility, particularly around crisis and pandemic periods. Bradford concentration (Fig. 8) indicates a small set of core journals. The findings inform policy (accreditation/quality assurance), investment (risk management), and firm strategy (market positioning/service mix).

Keywords: Health Tourism; Medical Tourism Companies; Tourism Stocks; Bibliometric Analysis; Wos

PRIME EDITING TABANLI REDÜKTİF STRES TEMELLİ miRNA TERAPİSİ: PANKREAS ADENOKARSİNOMU MODELİNDE YENİLİKÇİ BİR YAKLAŞIM

Halit Eyüp ATICI

Mersin Üniversitesi/Tıp Fakültesi, halitatici02@gmail.com

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada, kanser tedavisinde sıklıkla göz ardı edilen redüktif stresin terapötik bir mekanizma olarak kullanılması amaçlanmıştır. Araştırma, hücresel redoks homeostazını düzenleyen miRNA'ların pankreas adenokarsinomu modelinde redüktif stres aracılığıyla tümör hücre ölümünü tetikleme potansiyelini ortaya koymayı hedeflemiştir. Gereç ve Yöntem: Çalışma teorik düzeyde planlanmış olup, deneysel model olarak pankreas adenokarsinomu hücre hattı esas alınmıştır. Redüktif stres oluşturmak amacıyla miR-20b, miR-28 ve miR-34a'nın eşzamanlı modülasyonu öngörülmüştür. MiR-20b'nin metabolik indirgeyici yükü artırarak hücreyi redüktif strese yatkın hâle getirdiği, miR-28 ve miR-34a'nın ise NRF2 transkripsiyon faktörünü KEAP1'den bağımsız bir mekanizma ile baskılayarak antioksidan savunmayı çöktirdiği varsayılmıştır. Bu kombinasyonun genomik düzeyde kalıcı hâle getirilmesi için Prime Editing sisteminin (Cas9 nickaz–ters transkriptaz füzyonu) teorik olarak kullanılması planlanmıştır. Tasarlanan pegRNA'ların, miRNA dizilerini hücre genomunun güvenli bölgelerine entegre ederek uzun süreli ekspresyon sağlayacağı öngörülmüştür. Bulgular: Yapılan kuramsal analizler, miR-20b'nin oluşturduğu yüksek metabolik talebin, miR-28 ve miR-34a'nın neden olduğu NRF2 baskılanmasıyla birleştiğinde hücrede “Redüktif Stres Krizi” olarak adlandırılan ölümcül bir dengesizlik yarattığını göstermiştir. Bu durum, “Yüksek Talep + Sıfır Tedarik” prensibiyle açıklanmış ve hücrede aşırı ROS birikimine, mitokondriyal bütünlük kaybına ve apoptoza yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç: Bu proje, redüktif stresin kanser hücrelerini seçici biçimde hedeflemek için kullanılabileceğini göstermiştir. Prime Editing aracılığıyla miRNA kombinasyonlarının kalıcı olarak düzenlenmesi, pankreas adenokarsinomu gibi dirençli malignitelerde yenilikçi, hassas ve uzun süreli bir tedavi stratejisi sunma potansiyeli taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Redüktif Stres, Mirna Terapisi, Pankreas Adenokarsinomu, Redoks Homeostazı, Prime Editing

PRIME EDITING-BASED REDUCTIVE STRESS-BASED miRNA THERAPY: AN INNOVATIVE APPROACH IN A PANCREATIC ADENOCARCINOMA MODEL

Halit Eyüp ATICI

Mersin University/Faculty of Medicine, halitatici02@gmail.com

ABSTRACT

Objective: This study aimed to utilise reductive stress, which is often overlooked in cancer treatment, as a therapeutic mechanism. The research aimed to reveal the potential of miRNAs, which regulate cellular redox homeostasis, to trigger tumour cell death via reductive stress in a pancreatic adenocarcinoma model. **Materials and Methods:** The study was planned at a theoretical level, using a pancreatic adenocarcinoma cell line as the experimental model. Simultaneous modulation of miR-20b, miR-28, and miR-34a was envisaged to induce reductive stress. It was hypothesised that miR-20b renders the cell susceptible to reductive stress by increasing the metabolic reductive load, while miR-28 and miR-34a suppress the antioxidant defence by inhibiting the NRF2 transcription factor via a KEAP1-independent mechanism. The Prime Editing system (Cas9 nickase–reverse transcriptase fusion) is theoretically planned to be used to make this combination permanent at the genomic level. The designed pegRNAs are predicted to provide long-term expression by integrating miRNA sequences into safe regions of the cell genome. **Findings:** Theoretical analyses have shown that the high metabolic demand created by miR-20b, combined with the NRF2 suppression caused by miR-28 and miR-34a, creates a lethal imbalance in the cell called "Reductive Stress Crisis". This situation has been explained by the "High Demand + Zero Supply" principle and has been concluded to lead to excessive ROS accumulation, loss of mitochondrial integrity, and apoptosis in the cell.

Conclusion: This project has demonstrated that reductive stress can be used to selectively target cancer cells. The permanent regulation of miRNA combinations via Prime Editing holds the potential to offer an innovative, precise, and long-lasting treatment strategy for resistant malignancies such as pancreatic adenocarcinoma.

Keywords: Reductive Stress, Mirna Therapy, Pancreatic Adenocarcinoma, Redox Homeostasis, Prime Editing

SÜRDÜRÜLEBİLİR SAĞLIK TURİZMİ: TÜRKİYE ÖRNEĞİ

Mustafa SÖĞÜT

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, SBE Sağlık Turizmi Ana Bilim Dalı Doktora
Öğrencisi, mustafa@gstc.org, Öğrencisi, ORCID: 0000-0002-4915-978x

Mustafa Alpin GÜLŞEN

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi Maliye
Bölümü, alpin.gulsen@alanya.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2860-4469

ÖZET

Sağlık turizmi, tedavi ve bakım amaçlı uluslararası seyahatler ile estetik cerrahiden rehabilitasyona kadar geniş bir hizmet yelpazesini kapsayan ve küresel düzeyde hızla büyüyen bir sektör haline gelmiştir. Dünya Sağlık Örgütü ve OECD verileri, sağlık turizminin 2030'a kadar yıllık çift haneli büyüme potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir. Türkiye, güçlü sağlık altyapısı, uluslararası akreditasyona sahip hastaneleri, nitelikli sağlık profesyonelleri ve stratejik coğrafi konumu ile bu sektörde öne çıkan destinasyonlardan biridir. Bununla birlikte, sürdürülebilirlik perspektifi göz ardı edildiğinde çevresel baskılar, toplumsal eşitsizlikler ve uzun vadeli ekonomik riskler de gündeme gelmektedir. Çevresel açıdan, artan hasta hareketliliği karbon ayak izini yükseltmekte, sağlık tesislerinin yoğun enerji ve su tüketimi ekolojik dengeyi zorlamaktadır. Sosyal boyutta, sağlık turizmi gelirlerinin adil dağılımı, yerel halkın sağlık hizmetlerine erişimi ve işgücü piyasasında yaratılan etkiler de büyük önem taşımaktadır. Ekonomik düzlemde ise kısa vadeli döviz gelirlerinin ötesinde, uzun vadeli yatırımların niteliği, yerli-yabancı sermaye dengesi ve sektörde değer zincirinin geliştirilmesi sürdürülebilirliğin temelini oluşturmaktadır. Türkiye özelinde ise kamu politikalarının düzenleyici rolü belirleyicidir. Sağlık Bakanlığı ve USHAŞ'ın geliştirdiği stratejiler, uluslararası sertifikasyon ve akreditasyon mekanizmaları ile desteklenmektedir. Bunun yanı sıra, otellerin medikal turizm altyapısı geliştirmesi, seyahat acentelerinin etik pazarlama ve şeffaf bilgi paylaşımı sağlaması, üniversitelerin sertifikalı eğitim programları ile insan kaynağı yetiştirmesi ekosistemin tamamlayıcı unsurlarıdır. Bu bağlamda sürdürülebilir sağlık turizmi, ekonomik büyüme aracı olmakla birlikte çevresel duyarlılığı, toplumsal refahı ve uzun vadeli istikrarı esas alan bütüncül bir kalkınma stratejisidir. Çalışmada, Türkiye'nin sağlık turizmi modelinin gelecekte rekabetçi, sürdürülebilir ve kapsayıcı olması gerektiği ele alınmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi, Sürdürülebilirlik, Türkiye, Kamu Politikaları, Akreditasyon

SUSTAINABLE HEALTH TOURISM: THE CASE OF TURKEY

Mustafa SÖĞÜT

PhD Student, Department of Health Tourism, Graduate School of Social Sciences, Alanya
Alaaddin Keykubat University,
mustafa@gstc.org, ORCID: 0000-0002-4915-978X

Mustafa Alpin GÜLŞEN

Department of Public Finance, Faculty of Economics, Administrative and Social Sciences,
Alanya Alaaddin Keykubat University,
alpin.gulsen@alanya.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2860-4469

ABSTRACT

Health tourism has become a rapidly growing global sector, encompassing international travel for treatment and care purposes and a wide range of services from cosmetic surgery to rehabilitation. Data from the World Health Organisation and the OECD indicate that health tourism has the potential for double-digit annual growth until 2030. Turkey is one of the leading destinations in this sector, with its strong healthcare infrastructure, internationally accredited hospitals, qualified healthcare professionals and strategic geographical location. However, when the sustainability perspective is overlooked, environmental pressures, social inequalities and long-term economic risks also come to the fore. From an environmental standpoint, increasing patient mobility raises the carbon footprint, while the intensive energy and water consumption of healthcare facilities strains the ecological balance. On a social level, the equitable distribution of health tourism revenues, local people's access to healthcare services, and the effects on the labour market are also of great importance. On the economic front, beyond short-term foreign exchange earnings, the nature of long-term investments, the balance between domestic and foreign capital, and the development of the value chain in the sector form the basis of sustainability. In Turkey's case, the regulatory role of public policies is decisive. The strategies developed by the Ministry of Health and UŞHAŞ are supported by international certification and accreditation mechanisms. In addition, the development of medical tourism infrastructure by hotels, ethical marketing and transparent information sharing by travel agencies, and the training of human resources through certified education programmes by universities are complementary elements of the ecosystem. In this context, sustainable health

tourism is a comprehensive development strategy that is both an engine of economic growth and based on environmental awareness, social welfare and long-term stability. The study addresses the need for Turkey's health tourism model to be competitive, sustainable and inclusive in the future.

Keywords: Health Tourism, Sustainability, Turkey, Public Policies, Accreditation

SAĞLIK TURİZMİ KAPSAMINDA TIBBİ HATALI UYGULAMALARIN (MALPRAKTİS) DİSİPLİNLERARASI SAĞLIK EKONOMİSİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Hülya ÖZBEK GÜLHAN

Disiplinlerarası Sağlık Ekonomisi Uzmanı, Bağımsız Araştırmacı,
hulyaozbekgulhan@gmail.com

ÖZET

Sağlık hizmetleri, toplumun temel ihtiyaçları arasında yer almakta olup kalitenin ve hasta güvenliğinin korunması, sağlık sektörünün sürdürülebilirliği açısından büyük önem taşımaktadır. Ancak tıbbi uygulamalarda meydana gelen hatalar, yalnızca bireysel sonuçlar doğurmakla kalmayıp, sağlık ekonomisi üzerinde de önemli yükler oluşturmaktadır. Özellikle sağlık turizminin hızla geliştiği ülkelerde, malpraktis vakaları uluslararası hasta güveni ve ekonomik dengeler üzerinde belirleyici rol oynamaktadır.

Bu çalışmada, sağlık turizmi kapsamında tıbbi hataların (malpraktisin) sağlık hukuku, sigorta ve sağlık ekonomisi boyutları literatür taraması yöntemiyle incelenmiştir. Bulgular, yanlış teşhis, ilaç ve cerrahi hatalar, iletişim eksiklikleri ve laboratuvar yanlışlıklarının en yaygın hata türleri olduğunu göstermektedir. Bu hatalar, artan tazminat yükü, sigorta primleri, kurum maliyetleri ve güven kaybı gibi etkilerle sağlık hizmetlerinin ekonomik verimliliğini düşürmektedir.

Sonuç olarak, malpraktis olgusunun sadece bireysel bir tıbbi hata olarak değil, aynı zamanda ekonomik bir maliyet unsuru olarak değerlendirilmesi gerekmektedir. Sağlık turizmi politikalarında hasta güvenliği, denetim mekanizmaları ve eğitim süreçlerinin güçlendirilmesi, disiplinlerarası yaklaşımların yaygınlaştırılması büyük önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Malpraktis, Sağlık Ekonomisi, Sağlık Turizmi, Tıbbi Hatalar, Hasta Güvenliği

EVALUATION OF MEDICAL MALPRACTICE WITHIN THE SCOPE OF HEALTH TOURISM FROM AN INTERDISCIPLINARY HEALTH ECONOMICS PERSPECTIVE

Hülya ÖZBEK GÜLHAN

Interdisciplinary Health Economics Specialist, Independent Researcher,
hulyaozbekgulhan@gmail.com

ABSTRACT

Health services are among the basic needs of society, and maintaining quality and patient safety is of great importance for the sustainability of the health sector. However, errors in medical practice not only have individual consequences but also place significant burdens on the health economy. Particularly in countries where medical tourism is rapidly developing, malpractice cases play a decisive role in international patient safety and economic balances.

This study examines the dimensions of medical errors (malpractice) in healthcare tourism in terms of healthcare law, insurance, and healthcare economics using a literature review method. The findings show that misdiagnosis, medication and surgical errors, communication failures, and laboratory errors are the most common types of errors. These errors reduce the economic efficiency of healthcare services through effects such as increased compensation burdens, insurance premiums, institutional costs, and loss of trust.

Consequently, the phenomenon of malpractice must be evaluated not only as an individual medical error but also as an economic cost factor. In healthcare tourism policies, strengthening patient safety, control mechanisms and training processes, and promoting interdisciplinary approaches are of great importance.

Keywords: Malpractice, Health Economics, Healthcare Tourism, Medical Errors, Patient Safety

EBEVEYN SPOR OKURYAZARLIĞININ ÇOCUKLARIN SPORA KATILIM SÜREKLİLİĞİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ; LİTERATÜR TABANLI BİR ÇALIŞMA

Türkan SAATÇI

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Öğrencisi,
trknsaatci05@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0854-7273

Prof. Dr. Levent VAR

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0001-8089-0610

ÖZET

Bu çalışma, ebeveyn spor okuryazarlığının çocukların spora katılımı ve devamlılığı üzerindeki etkilerini literatür temelli bir bakış açısıyla ele almaktadır. Çocukluk ve ergenlik döneminde düzenli spora katılım, yalnızca fiziksel sağlığın korunması değil; aynı zamanda psikososyal gelişim, özgüven, disiplin ve sosyal becerilerin gelişimi açısından da kritik öneme sahiptir. Ancak araştırmalar, çocukların spora başlama oranlarının yüksek olmasına rağmen özellikle ergenlik döneminde spordan ayrılma eğiliminin arttığını ortaya koymaktadır. Bu noktada ebeveynlerin rolü ve giderek daha fazla önem kazanan “spor okuryazarlığı” kavramı öne çıkmaktadır. Spor okuryazarlığı; bilgi ve anlama, tutum ve motivasyon, sağlık ve dijital okuryazarlık, etik ve güvenlik farkındalığı gibi çok boyutlu bileşenlerden oluşmaktadır. Literatür, ebeveynin bilgi ve farkındalık düzeyinin çocukların spora karşı tutumlarını doğrudan etkilediğini; motivasyonlarını artırdığını, sporu bırakma riskini azalttığını ve katılım sürekliliğini desteklediğini göstermektedir. Özellikle Öz-Belirleme Kuramı çerçevesinde, ebeveyn spor okuryazarlığı çocukların özerklik, yeterlik ve aidiyet ihtiyaçlarını destekleyerek onların içsel motivasyonunu güçlendirmekte ve spora bağlılıklarını artırmaktadır. Benzer şekilde, Ekolojik Sistemler Yaklaşımı da ebeveyn spor okuryazarlığının çocuğun çevresel bağlamı içinde çok katmanlı bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Türkiye’de yapılan araştırmalar, ebeveynlerin eğitim düzeyi, sosyoekonomik koşulları ve spor farkındalığının çocukların spora katılım kalıplarında farklılıklar yarattığını göstermektedir. Ebeveynin rol model olması, aile içi spor kültürü, sağlık ve dijital farkındalık düzeyi, çocukların spora erişim ve devamlılığını önemli ölçüde şekillendirmektedir. Ayrıca, ebeveynlerin aşırı kontrolcü değil, destekleyici bir yaklaşım benimsemeleri, çocukların spora yönelik olumlu deneyimlerini artırmaktadır. Sonuç olarak, ebeveyn spor okuryazarlığı hem bireysel hem de toplumsal düzeyde stratejik bir değişken olarak değerlendirilmektedir. Çocukların motivasyonunu güçlendiren, spora devamlılık niyetini artıran ve yapısal eşitsizlikleri azaltmaya katkı sağlayan

bir unsur olarak ebeveyn spor okuryazarlığı, sürdürülebilir spor katılımı için temel bir gereklilik haline gelmiştir. Bu nedenle, ebeveynlere yönelik spor okuryazarlığı programlarının geliştirilmesi, okul–kulüp–yerel yönetim işbirlikleriyle desteklenmesi ve politika düzeyinde çocuk sporuna yönelik stratejilere entegre edilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk ve Ergen Spor, Ebeveyn Spor Okuryazarlığı, Spor Katılımı, Spor Devamlılığı.

THE EFFECTS OF PARENTAL SPORTS LITERACY ON CHILDREN'S CONTINUITY OF PARTICIPATION IN SPORTS; A LITERATURE-BASED STUDY

Türkan SAATÇI

PhD Student, Institute of Health Sciences, Kırşehir Ahi Evran University,

trknsaatci05@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0854-7273

Prof. Dr. Levent VAR

Faculty of Sports Sciences, Kırşehir Ahi Evran University, ORCID: 0000-0001-8089-0610

ABSTRACT

This study addresses the impact of parental sport literacy on children's participation in and adherence to sports, drawing on a literature-based perspective. Regular engagement in sports during childhood and adolescence is not only crucial for maintaining physical health but also for fostering psychosocial development, self-confidence, discipline, and social skills. However, research shows that although initiation rates into sports are high, there is a growing tendency to drop out, particularly during adolescence. At this point, the role of parents and the increasingly significant concept of "sport literacy" come to the forefront. Sport literacy consists of multidimensional components such as knowledge and understanding, attitudes and motivation, health and digital literacy, as well as ethical and safety awareness. The literature indicates that parents' level of knowledge and awareness directly influences children's attitudes toward sports, enhances their motivation, reduces the risk of dropout, and supports sustained participation. Within the framework of Self-Determination Theory, parental sport literacy supports children's needs for autonomy, competence, and relatedness, thereby strengthening their intrinsic motivation and increasing their commitment to sport. Similarly, the Ecological Systems Approach reveals that parental sport literacy has a multilayered impact within the child's environmental context. Research conducted in Turkey demonstrates that parents'

educational level, socioeconomic status, and sport awareness create differences in children's participation patterns. Parental role modeling, family sport culture, health and digital awareness significantly shape children's access to and continuity in sport. Moreover, when parents adopt a supportive rather than a controlling approach, children's positive experiences in sport are enhanced. In conclusion, parental sport literacy can be considered a strategic factor at both individual and societal levels. As a determinant that strengthens children's motivation, increases their intention to continue sports, and contributes to reducing structural inequalities, parental sport literacy has become a fundamental requirement for sustainable sport participation. Therefore, the development of parental sport literacy programs, their support through school–club–local government collaborations, and their integration into child sport strategies at the policy level are recommended.

Keywords: Child and Adolescent Sport, Parental Sports Literacy, Sports Participation, Sports Continuity.

KONGRE TAM METİN BİLDİRİLERİ

LONGEVITY THROUGH LIFESTYLE: HEALTH TOURISM AND THE JAPANESE MODEL OF PREVENTIVE LIVING

Doc. Dr. Milica JOTOV – ECPD The University Established by the UN

Doc. Dr. Tamara RATKOVIĆ – Singidunum University

ABSTARCT

Health tourism has expanded from a treatment-oriented sector to a holistic and preventive approach that supports long-term well-being. Japan—home to the world’s longest-living population—offers a unique model grounded in everyday habits, natural movement, social cohesion, and cultural rituals. This paper analyzes the Japanese approach to preventive living and explores its applicability to health tourism development, with specific cultural parallels to Turkey and Serbia. We argue that health tourism programs can evolve into platforms of lifestyle education that promote balance, harmony, and sustainable well-being. By integrating community-based activities, nature immersion, traditional rituals, and preventive healthcare, the sector can contribute to global health promotion.

Keywords: Health Tourism, Longevity, Preventive Lifestyle, Japan, Rituals, Nature-Based Wellness, Turkey, Serbia

1. Introduction

Health tourism is undergoing a major conceptual transition. While historically associated with curative medical treatments, rehabilitation, and spa visits, contemporary health tourism embraces a broader vision of lifestyle change, preventive care, and holistic wellbeing (Smith & Puczkó, 2014). This shift mirrors global challenges: chronic diseases, stress-related disorders, sedentary lifestyles, and rapid urbanization. As a result, wellness seekers increasingly look for travel experiences that facilitate long-term personal transformation rather than temporary relief.

Japan presents a particularly compelling model within this global landscape. Frequently cited for its extraordinary longevity and high quality of life, Japan's success stems not only from its healthcare system but from culturally embedded practices that prioritize prevention, balance, and harmony (Ikeda et al., 2011). These practices include natural daily movement, mindful eating, community rituals, bathing culture, and stress-reducing activities grounded in nature and simplicity.

This paper aims to:

1. Analyze the Japanese model of preventive living;
2. Identify cultural parallels in Turkey and Serbia;
3. Propose a framework for integrating preventive lifestyle principles into health tourism programs.

By exploring these connections, we highlight the potential of health tourism to transcend treatment and become a sustainable philosophy of living.

2. The Mindset of Healthy Living: Prevention as a Cultural Principle

Preventive living is deeply rooted in Japanese values. Concepts such as *ikigai* (a sense of purpose), *wa* (harmony), and *kenkō* (balanced health) shape behaviors from early childhood. Research shows that these cultural attitudes directly correlate with lower levels of lifestyle-related diseases and higher emotional resilience (Sone et al., 2008).

Unlike high-intensity wellness cultures focused on rapid transformations, Japan emphasizes moderation and consistency. Regular habits—daily walking, balanced meals, mindful routines—accumulate into significant long-term health benefits. Such a mindset stands in contrast to societies where wellness is often commodified through extreme diets, high-pressure fitness challenges, and short-term detox programs.

For health tourism, adopting the Japanese mindset means offering programs that:

- emphasize gradual lifestyle change;
- promote self-respect and body awareness;
- integrate mindfulness and stress reduction;

- provide education on sustainable habits.

This approach aligns with global public health priorities advocating preventive interventions over medical treatment (World Health Organization, 2002).

3. Natural Movement and Outdoor Activity

A defining characteristic of Japanese life is the integration of natural movement into daily routines. Walking is the most common form of exercise and often exceeds 10,000 steps per day—contributing to cardiovascular fitness, muscular health, and psychological well-being (Aoyagi & Shephard, 2012). Activities such as gardening, cycling, and swimming further support active aging.

Nature plays a therapeutic role. *Shinrin-yoku* (forest bathing) is scientifically proven to reduce cortisol, enhance immune activity, and improve mental health (Park et al., 2010). The Japanese tradition of spending time outdoors is not fitness-driven but restorative.

Health tourism destinations can adopt similar strategies by:

- developing mindful walking trails;
- creating forest bathing zones;
- offering group morning exercises;
- integrating gardening, farming, or nature crafts;
- prioritizing open-air and nature-based wellness facilities.

Turkey's mountain regions and Serbia's rich rural landscapes provide ideal environments for such initiatives.

4. Prevention and Eastern Wisdom in Modern Health Systems

Japan combines Western biomedicine with Eastern philosophies such as traditional Chinese medicine and *kampo* herbal therapy. This integrative system focuses on maintaining internal balance, regulating stress, and preventing disease before symptoms develop (Watanabe et al., 2011).

Preventive pillars include:

- anti-inflammatory, seasonal nutrition;
- regular hot spring bathing (*onsen*);
- breathing and relaxation practices;
- social rituals supporting emotional stability.

Most Western health systems remain symptom-centered. Yet preventive models are increasingly recognized as essential for reducing healthcare costs and improving population outcomes.

Health tourism can bridge these paradigms through:

- medical-wellness hybrid programs;
- diagnostic check-ups combined with lifestyle coaching;
- thermal therapy based on Japanese *onsen* traditions;
- traditional herbal workshops or tea rituals.

Turkey's thermal cities (e.g., Afyonkarahisar) and Serbia's mineral spa regions (e.g., Vrnjačka Banja) already offer rich infrastructure for such integrative programs.

5. Daily Rituals of Joy and Mindfulness

Japanese culture places high value on beauty, presence, and simplicity. Everyday rituals such as drinking matcha, watching sakura blossoms, or taking an evening bath create moments of psychological renewal. The philosophy of *wabi-sabi*—beauty in imperfection—encourages a slower, less pressured lifestyle.

Turkey and Serbia offer comparable traditions. Turkish tea ceremonies and Serbian coffee gatherings are opportunities for connection, emotional expression, and rest from daily demands. These rituals counterbalance the global trend of rushed meals, excessive caffeine, and a constant sense of urgency.

Health tourism programs can incorporate such rituals through:

- tea and coffee mindfulness workshops;
- seasonal festivals and cultural immersion;

- artistic therapies (calligraphy, flower arrangement, pottery);
- slow-living retreats focusing on presence and gratitude.

These rituals provide “micro-doses” of mental health support that accumulate into long-term resilience.

6. Sleep, Stress Regulation, and Natural Regeneration

Healthy sleep in Japan is often supported by lifestyle rather than medication. Warm baths, herbal teas, evening stretching, and digital disconnection contribute to natural relaxation. Hot spring bathing has been shown to improve sleep duration, quality, and depth (Hamada et al., 2010).

Stress management is also supported through community, green spaces, and balanced work-leisure routines.

Health tourism can replicate these benefits by offering:

- guided evening relaxation routines;
- circadian rhythm workshops;
- stress recovery retreats;
- thermal or mineral bathing therapies;
- nature-based night walks or stargazing programs.

These experiences lessen dependence on pharmaceutical sleep aids while promoting natural physiological balance.

7. The Body as a Temple: Respectful Self-Care

In Japanese culture, the body is not viewed as a machine but as a sacred vessel that requires regular, gentle care. Practices such as *shiatsu* massage, stretching, and slow bathing rituals support physical harmony and emotional equilibrium.

Western productivity-driven cultures often push the body toward burnout. Health tourism can offer an alternative philosophy focused on respect, gratitude, and restoration.

Programs may include:

- therapeutic massage;
- *onsen*-style bathing experiences;
- gratitude-based body awareness sessions;
- slow-movement classes such as tai chi or stretching.

This embodies a more humane and sustainable approach to well-being.

8. Nutrition, Family, and Togetherness

Japanese dietary patterns—rich in seasonal vegetables, fermented foods, fish, and low-processed ingredients—are strongly associated with longevity (Nakamura et al., 2018). Eating is a mindful act and often a shared experience.

Turkey and Serbia also maintain strong culinary traditions built around home cooking, communal meals, and warm hospitality. Such environments foster emotional security, reduce stress, and support healthier eating patterns.

Health tourism can integrate these practices by offering:

- cooking workshops based on seasonal and traditional foods;
- family wellness retreats;
- intergenerational programs aimed at strengthening social ties;
- culinary tours linked to nature and agriculture.

Nutrition is not only about food but the context—social, cultural, emotional—in which food is prepared and shared.

9. Conclusion

Japan's longevity is the result of a deeply embedded preventive philosophy. Its emphasis on natural movement, simple living, mindful rituals, social belonging, and respect for the body forms a holistic model of health that transcends medical treatment.

When integrated into health tourism, these principles become powerful tools for global well-being. Turkey and Serbia, with their rich traditions of social rituals, nature, and thermal resources, are uniquely positioned to adopt and adapt the Japanese model.

Health tourism can thus evolve from short-term wellness experiences to long-term lifestyle transformation. As Japanese wisdom teaches: when the soul is nourished, the body follows. Prevention, harmony, and daily joy remain the true cornerstones of a meaningful, healthy life.

References

Aoyagi, Y., & Shephard, R. J. (2010). Habitual physical activity and health in the elderly: The Nakanojo Study. *Geriatrics & Gerontology International*, 10(Suppl 1), S236–S243. <https://doi.org/10.1111/j.1447-0594.2010.00606.x>

Hamada, J., Ichinose, T., & Takahashi, T. (2003). The effects of hot spring bathing on sleep. *Sleep and Biological Rhythms*, 1(2), 157–159. <https://doi.org/10.1046/j.1446-9235.2003.00024.x>

Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. *PLoS Medicine*, 7(7), e1000316. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>

Ikeda, N., et al. (2011). What has made the population of Japan healthy? *The Lancet*, 378(9796), 1094–1105. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)61055-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)61055-6)

Morita, E., et al. (2007). Psychological effects of forest environments on healthy adults. *Public Health*, 121(1), 54–63.

Nakamura, T., et al. (2018). Dietary patterns and mortality in Japanese adults. *European Journal of Clinical Nutrition*, 72(6), 849–858.

Park, B.-J., et al. (2010). The physiological effects of Shinrin-yoku. *Environmental Health and Preventive Medicine*, 15(1), 18–26.

Smith, M., & Puczkó, L. (2014). *Health, tourism and hospitality: Spas, wellness and medical travel*. Routledge.

Sone, T., et al. (2008). Sense of life worth living (ikigai) and mortality in Japan. *Psychosomatic Medicine*, 70(6), 709–715.

Watanabe, K., et al. (2011). Traditional Japanese Kampo medicine. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2011, Article ID 513842.

World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. WHO Press.

KONAKLAMA SEKTÖRÜNDE ÖRGÜT İKLİMİNİN, ÖRGÜTSEL ÖZDEŞLEŞME VE YENİLİKÇİ İŞ DAVRANIŞINA YANSIMALARI

Dr. Pelin CANDAR

Bağımsız Araştırmacı, E-posta: pelincandar@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-6418-7121

Dr. Dilek MUTLU BAYIN

Bağımsız Araştırmacı, E-posta: dilek-mtlu@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-6127-0691

ÖZET

Amaç- Bu araştırmanın amacı örgüt ikliminin örgütsel özdeşleşme ve yenilikçi iş davranışı üzerindeki etkisini incelemektir.

Yöntem- Araştırmada kolayda örnekleme yöntemi kullanılmış olup veriler, 10 Mart–10 Mayıs 2024 tarihleri arasında çevrimiçi olarak yürütülen anketler aracılığıyla, katılım sağlamayı kabul eden 15 adet beş yıldızlı otel işletmesinden elde edilmiştir. Toplamda 413 anket analize dâhil edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde yapısal eşitlik modellemesi (Structural Equation Modeling, SEM) kapsamında kısmi en küçük kareler yöntemi (Partial Least Squares, PLS) esas alınarak SmartPLS programı kullanılmıştır.

Bulgular- Örgüt ikliminin bağlılık ve katılım boyutlarının hem örgütsel özdeşleşmeyi hem de yenilikçi iş davranışını pozitif ve anlamlı şekilde etkilediğini göstermektedir.

Sonuç- Örgüt iklimini geliştirmek için yöneticiler, katılımcı iklimi teşvik etmeli ve bağlılık odaklı uygulamalara öncelik vermelidir. Bu yaklaşımlar, çalışan bağlılığını ve yenilikçi davranışları artırmada etkilidir.

Anahtar Kelimeler: Örgüt İklimi, Örgütsel Özdeşleşme, Yenilikçi İş Davranışı, Antalya

REFLECTIONS OF ORGANIZATIONAL CLIMATE ON ORGANIZATIONAL IDENTIFICATION AND INNOVATIVE WORK BEHAVIOR IN THE HOSPITALITY INDUSTRY

Dr. Pelin CANDAR

Independent Researcher

E-mail: pelincandar@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-6418-7121

Dr. Dilek MUTLU BAYIN

Independent Researcher

E-mail: dilek-mtlu@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-6127-0691

ABSTRACT

Objectives- The aim of this study is to examine the effect of organizational climate on organizational identification and innovative work behavior.

Methods- The research employed a convenience sampling method, and data were collected through online surveys conducted between March 10 and May 10, 2024, from 15 five-star hotel enterprises that agreed to participate. A total of 413 questionnaires were included in the analysis. The data were analyzed using the Partial Least Squares (PLS) method within the framework of Structural Equation Modeling (SEM) via the SmartPLS program.

Results- The findings indicate that the commitment and participation dimensions of organizational climate have a positive and significant effect on both organizational identification and innovative work behavior.

Conclusion- To improve organizational climate, managers should promote a participative environment and prioritize commitment-oriented practices. These approaches are effective in enhancing employee engagement and innovative behavior.

Keywords: Organizational Climate, Organizational Identification, Innovative Work Behavior, Antalya

GİRİŞ

Örgütlerin değişen ve belirsizliklerle dolu rekabet ortamında varlıklarını sürdürebilmeleri, yalnızca sahip oldukları maddi kaynaklar veya teknolojik yatırımlar ile değil, aynı zamanda çalışanlarının tutum, davranış ve yetkinliklerinden en üst düzeyde yararlanabilmeleriyle mümkündür. Bu çerçevede, örgüt içindeki politika, prosedür ve uygulamalara yönelik çalışan algılarının bütünü olarak tanımlanan örgüt iklimi, örgütsel davranış literatüründe önemli bir araştırma alanı haline gelmiştir (Schneider, Ehrhart ve Macey, 2013). Örgüt iklimi, çalışanların iş ortamını nasıl algıladıklarını, örgütsel değerlerle ne ölçüde uyum sağladıklarını ve iş yapma biçimlerini etkileyen psikolojik atmosferi ifade etmektedir (Colley, Lincolne ve Neal, 2005, s. 69). Pozitif bir örgüt iklimi, çalışanların motivasyonunu, iş tatminini, örgüte bağlılığını ve yenilikçi iş davranışlarını destekleyerek örgütün performansını doğrudan artırabilmektedir (Patterson vd., 2005). Buna karşılık, olumsuz iklim koşulları çalışanlarda yabancılaşma, düşük motivasyon, yüksek işgücü devri ve yaratıcılıkta azalma gibi olumsuz sonuçlara yol açmaktadır.

Örgüt iklimi, çok boyutlu bir yapıya sahiptir ve farklı araştırmacılar tarafından farklı boyutlandırmalarla ele alınmaktadır. Özdemir'e (2006) göre örgüt iklimi, katılım ve bağlılık olmak üzere iki temel boyutta incelenebilir. Katılım, çalışanların karar alma süreçlerine dahil edilmesi, görüşlerinin dikkate alınması ve fikirlerini özgürce ifade edebilmeleri ile ilgilidir. Katılımcı bir iklim, çalışanların örgüt içinde değer gördüğünü hissetmesini sağlayarak hem motivasyonu hem de iş tatminini artırır. Bu tür bir ortam, aynı zamanda çalışanların örgütle özdeşleşmelerini kolaylaştırmakta ve örgüte olan duygusal bağlarını güçlendirmektedir (Lam, Chen ve Schaubroeck, 2002). Bağlılık boyutu ise çalışanların örgütün amaçlarını ve değerlerini benimsemesi, örgüte karşı aidiyet hissetmesi ve örgüt yararına gönüllü çaba göstermesi ile ilgilidir. Bağlılık odaklı iklimler, çalışanlarda uzun vadeli bir iş ilişkisi kurma isteğini ve örgütün çıkarları doğrultusunda hareket etme eğilimini pekiştirir (Allen ve Meyer, 1990). Hem katılım hem de bağlılık boyutları, çalışanların örgütle olan ilişkilerini şekillendiren kritik faktörlerdir ve bu faktörlerin güçlü olması, çalışanların örgüte olan bağlılıklarını, işten doyumlarını ve yenilikçi katkılarını artırmaktadır.

Örgüt iklimi ile örgütsel özdeşleşme arasındaki ilişki, örgütsel davranış alanında giderek artan bir ilgiyle incelenmektedir. Örgütsel özdeşleşme, bireyin kendisini örgütün bir parçası olarak görmesi, örgütün amaç ve değerlerini benimsemesi ve örgütün başarı veya başarısızlıklarını kendi başarısı veya başarısızlığı gibi algılaması olarak tanımlanmaktadır (Mael ve Ashforth, 1992). Yüksek düzeyde özdeşleşmeye sahip çalışanlar, örgüt yararına gönüllü davranışlarda

bulunmakta, örgütü dışarıda savunmakta ve örgütsel hedeflere ulaşmada aktif rol oynamaktadır (Riketta, 2005). Literatürde, katılım odaklı iklimin çalışanların kendilerini değerli hissetmelerine ve karar alma süreçlerine aktif şekilde katılmalarına olanak tanıdığı, bunun da özdeşleşme düzeylerini artırdığı belirtilmektedir (Carmeli, Gilat ve Waldman, 2007). Benzer şekilde, bağlılık odaklı iklimlerin çalışanların örgüte duygusal bağ geliştirmelerini ve örgüt kimliğini içselleştirmelerini kolaylaştırdığı gösterilmiştir (Sluss, Klimchak ve Holmes, 2008). Ashforth, Harrison ve Corley (2008), örgüt ikliminin çalışanların örgüt kimliğini benimseme düzeylerinde kritik bir rol oynadığını ve bu etkinin özellikle katılım ve bağlılık unsurları üzerinden gerçekleştiğini vurgulamaktadır. Bu bağlamda, örgüt ikliminin her iki boyutunun da örgütsel özdeşleşmeyi olumlu yönde etkilemesi beklenmektedir.

Örgüt iklimi yalnızca çalışanların örgütle olan duygusal bağlarını değil, aynı zamanda örgüte katkı sağlama biçimlerini ve yenilikçilik düzeylerini de etkilemektedir. Yenilikçi iş davranışı, çalışanların iş süreçlerinde yeni fikirler üretmesi, bu fikirleri tanıtması ve uygulamaya koyması sürecini kapsayan çok aşamalı bir süreçtir (De Jong ve Den Hartog, 2010). Janssen'e (2000) göre bu süreç; fikir üretme, fikirleri destek arayışına sunma ve fikirleri uygulama aşamalarından oluşur. Yenilikçi iş davranışları, örgütlerin değişen pazar koşullarına uyum sağlaması, rekabet avantajı elde etmesi ve sürdürülebilir başarı sağlaması açısından hayati öneme sahiptir (Anderson, Potočnik ve Zhou, 2014). Literatürde, katılımcı ve destekleyici bir iklimin çalışanların risk alma cesaretini artırdığı, yaratıcılıklarını ortaya koymalarına imkân tanıdığı ve yenilikçi fikirlerini hayata geçirmelerini kolaylaştırdığı bulgulanmıştır (Scott ve Bruce, 1994; Amabile vd., 1996). Bağlılık odaklı iklimlerde ise çalışanların örgüt yararına ekstra çaba göstermeleri ve yenilikçi çözümler geliştirmeleri olasıdır (Shanker vd., 2017). Carmeli ve Spreitzer (2009), çalışanların psikolojik olarak güvenli hissettikleri iklimlerde yenilikçi iş davranışı sergileme olasılıklarının arttığını göstermektedir.

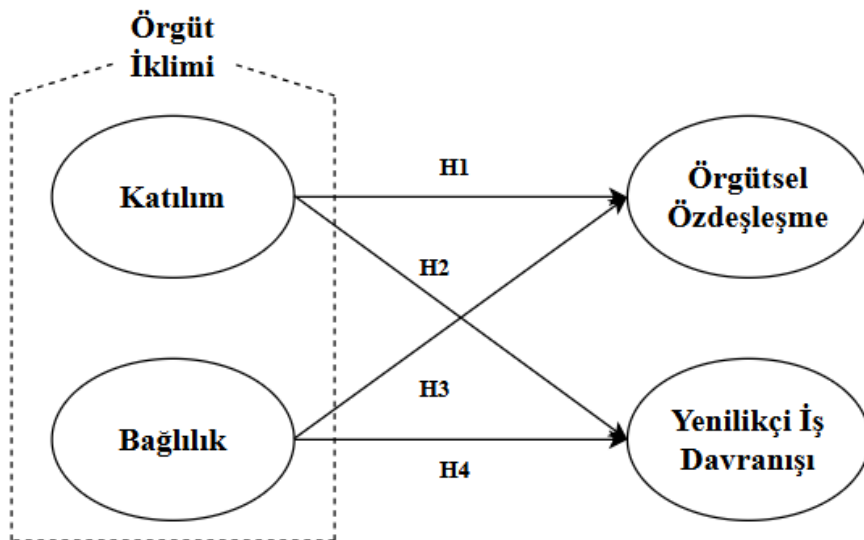
Mevcut literatürde örgüt iklimi ile örgütsel özdeşleşme arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışma (Ashforth ve Mael, 1989; Sluss vd., 2008; Öktem vd., 2016; Acar vd., 2018; Liu vd., 2021) ve örgüt iklimi ile yenilikçi iş davranışı arasındaki ilişkiyi araştıran çeşitli çalışmalar (Scott ve Bruce, 1994; Imran vd., 2010; Shanker vd., 2017; Önhon, 2019; Etikariena ve Kalimashada, 2021; Battistelli, 2022; Xu, 2022; Balkar, 2024) bulunmaktadır. Ancak bu çalışmaların önemli bir kısmı, bu iki ilişkiyi ayrı ayrı ele almakta, örgüt ikliminin farklı boyutlarının hem örgütsel özdeşleşme hem de yenilikçi iş davranışı üzerindeki etkilerini aynı model içinde bütüncül olarak incelememektedir. Ayrıca, özellikle hizmet sektöründe

Çalışanların algıladıkları katılım ve bağılılık düzeylerinin bu iki değişken üzerindeki etkilerinin eşzamanlı olarak incelenmesine yönelik araştırmalar sınırlıdır. Oysa bu sektörlerde çalışanların örgüte katılımının ve bağılılık düzeylerinin yüksek olması hem müşteri memnuniyetinin hem de örgütsel verimliliğin artmasında kritik bir rol oynamaktadır.

Bu çalışmanın amacı, örgüt ikliminin katılım ve bağılılık boyutlarının örgütsel özdeşleşme ve yenilikçi iş davranışı üzerindeki etkilerini bütüncül bir model çerçevesinde incelemektir. Böylece, literatürdeki mevcut boşluk doldurulacak ve örgütlerde çalışan bağlılığını artıracak, yenilikçi iş davranışlarını teşvik edecek yönetim stratejilerinin geliştirilmesine yönelik öneriler sunulabilecektir. Bu kapsamda araştırmada aşağıdaki hipotezler test edilecektir:

H₁: Örgüt ikliminin katılım boyutu, örgütsel özdeşleşmeyi olumlu ve anlamlı olarak etkiler. **H₂:** Örgüt ikliminin katılım boyutu, yenilikçi iş davranışını olumlu ve anlamlı olarak etkiler. **H₃:** Örgüt ikliminin bağılılık boyutu, örgütsel özdeşleşmeyi olumlu ve anlamlı olarak etkiler. **H₄:** Örgüt ikliminin bağılılık boyutu, yenilikçi iş davranışını olumlu ve anlamlı olarak etkiler.

Bu doğrultuda geliştirilen araştırma modeli, örgüt ikliminin (katılım ve bağılılık) örgütsel özdeşleşme ve yenilikçi iş davranışı üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır (Şekil 1).



Şekil 1. Araştırma Modeli

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Araştırmanın hedef kitlesini, Antalya ilinde faaliyet gösteren beş yıldızlı otel işletmelerinde görev yapan çalışanlar oluşturmaktadır. Çalışmada örnekleme yöntemi olarak kolayda örnekleme tekniğinden yararlanılmıştır. Bu kapsamda, Antalya'daki beş yıldızlı otellerle iletişime geçilmiş; araştırmanın amacı, kapsamı ve uygulama süreci hakkında otel yönetimlerine ayrıntılı bilgi sunulmuştur. Gönüllülük esasına dayalı olarak yürütülen bu süreçte, 15 otel araştırmaya katılmayı kabul etmiştir. Veri toplama işlemleri çevrimiçi anket tekniğiyle gerçekleştirilmiştir. 10 Mart 2024'te hazırlanan anket formu, ilgili otellerin yönetim birimlerine dijital ortamda iletilmiş ve otellerin kendi iç prosedürlerine uygun biçimde çalışanlara ulaştırılmıştır. Anket bağlantısının iletilmesi ve uygulanması süreci tamamen otel yönetimlerinin kontrolünde yürütülmüş; yalnızca araştırmaya katılmayı kabul eden çalışanlara yönlendirilmiştir. Çevrimiçi anket, 10 Mart 2024'te erişime açılmış ve iki ay boyunca aktif kalmıştır. 10 Mayıs 2024 tarihinde veri toplama süreci tamamlanmış, analizlerde kullanılmak üzere toplam 413 anket elde edilmiştir.

Katılımcıların cinsiyet dağılımında kadınlar %58,1, erkekler %41,9 oranında temsil edilmiştir. Eğitim durumlarına göre incelendiğinde, en yüksek katılım lise mezunlarından (%46,2) gelmiş, bunu ön lisans (%21,5), lisans (%18,6) ve lisansüstü (%13,7) mezunlar izlemiştir. Yaş dağılımı incelendiğinde, katılımcıların %39,2'si 26–35 yaş, %28,3'ü 18–25 yaş, %21,8'i 36–45 yaş ve %10,7'si 46 yaş ve üzerindedir. Medeni durum açısından ise katılımcıların %62,7'si bekâr, %37,3'ü evlidir.

Ölçüm Araçları ve Analiz

Bu araştırmada veri toplama yöntemi olarak anket tekniğinden yararlanılmıştır. Anket formunda yer alan tüm ölçekler 5'li Likert tipi olarak hazırlanmış olup, ifadeler “1 = Kesinlikle Katılmıyorum” ile “5 = Kesinlikle Katılıyorum” arasında derecelendirilmiştir. Çalışmada kullanılan Örgüt İklimi Ölçeği, Özdemir'in (2006), Örgütsel Özdeşleşme Ölçeği Mael ve Ashforth'un (1992) ve Yenilikçi İş Davranışı Ölçeği ise Ceylan ve Özbal'ın (2005) çalışmalarından uyarlanmıştır.

Verilerin analiz sürecinde, SmartPLS yazılımı kullanılarak Kısmi En Küçük Kareler (PLS) yaklaşımı tercih edilmiştir. Çalışmada yapısal eşitlik modellemesi (SEM) yöntemi kullanıldığından güvenilir ve geçerli sonuçlar elde edebilmek için yeterli örneklem büyüklüğüne ulaşılması kritik önem taşımaktadır. Alan yazında yer alan genel kabul görmüş

öneriler doğrultusunda, SEM analizlerinde minimum örneklem büyüklüğü, modeldeki gözlenen değişken sayısının en az 10 katı olarak belirlenmektedir (Hair, Black, Babin ve Anderson, 2014). Araştırma modelinde kullanılan ölçek maddeleri dikkate alındığında, en az 270 katılımcı ile çalışmak yeterli görülmektedir. Bu bağlamda, 413 kişilik örneklem büyüklüğü, analizler için gerekli koşulları fazlasıyla karşılamaktadır.

BULGULAR

Ölçüm Modeli

Ölçüm modelinin değerlendirilmesinde güvenilirlik, yakınsak geçerlilik ve ayırt edici geçerlilik analiz edilmiştir. Tablo 1'deki sonuçlar, faktör yüklerinin çoğunlukla 0.70'in üzerinde olduğunu, yalnızca bir göstergenin 0.666 değerine sahip olduğunu göstermektedir. Bu değer, 0.70'in altında olmasına rağmen Composite Reliability (CR), Average Variance Extracted (AVE) ve Cronbach's Alfa (CA) değerlerini kabul edilebilir düzeyin altına düşürmediğinden modelde tutulmuştur. Tüm yapılarda CA ve CR değerlerinin 0.70'in, AVE değerlerinin ise 0.50'nin üzerinde olması, yapıların güvenilirlik ve yakınsak geçerliliğinin sağlandığını göstermektedir (Hair vd., 2011; Ali, Rasoolimanesh, Sarstedt, Ringle ve Ryu, 2018).

Tablo 1. Faktör Yükleri, Cronbach's Alfa, CR ve AVE Katsayıları

Ölçekler	Faktör Yükü	CR	Cronbach's Alfa	AVE
Örgüt İklimi				
<i>Katılım</i>		0.95	0.941	0.708
		1		
katilim1	0.851			
katilim2	0.860			
katilim3	0.829			
katilim4	0.838			
katilim5	0.860			
katilim6	0.815			
katilim7	0.827			

katilim8	0.850			
Bağlılık		0.92 4	0.891	0.754
baglilik1	0.779			
baglilik2	0.874			
baglilik2	0.904			
baglilik4	0.909			
Örgütsel Özdeşleşme		0.88 5	0.845	0.563
ozdeslesme1	0.786			
ozdeslesme2	0.783			
ozdeslesme3	0.749			
ozdeslesme4	0.729			
ozdeslesme5	0.713			
ozdeslesme6	0.738			
Yenilikçi İş Davranışı		0.93 8	0.925	0.628
yenilikci1	0.815			
yenilikci2	0.833			
yenilikci3	0.835			
yenilikci4	0.817			
yenilikci5	0.782			
yenilikci6	0.844			
yenilikci7	0.800			
yenilikci8	0.719			

Ayırt edici geçerlilik, Fornell-Larcker kriterine göre değerlendirilmiştir (Tablo 2). Bu kriter gere, bir yapının AVE'sinin karekökü, diğ er tüm yapılarla olan korelasyonlarından büyük olmalıdır. Bu koşulun sağlanması, ayırt edici geçerliliğ in varlığını göstermektedir (Garson, 2016). Tablo 2 incelendiğ inde, her bir yapının AVE'sinin karekökünün, diğ er yapılarla olan korelasyon değ erlerinden yüksek olduğu görölmekte; dolayısıyla Fornell-Larcker kriterine göre ayırt edici geçerliliğ in sağlandığ ı anlaşılmaktadır.

Tablo 2. Fornell- Larcker Kriteri

Fornell Larcker Kriteri				
	Bağlılık	Katılım	Yenilikçi İş Davranışı	Örgütsel Özdeşleş me
Bağlılık	0.868			
Katılım	0.516	0.841		
Yenilikçi İş Davranışı	0.765	0.595	0.792	
Örgütsel Özdeşleş me	0.643	0.506	0.774	0.750

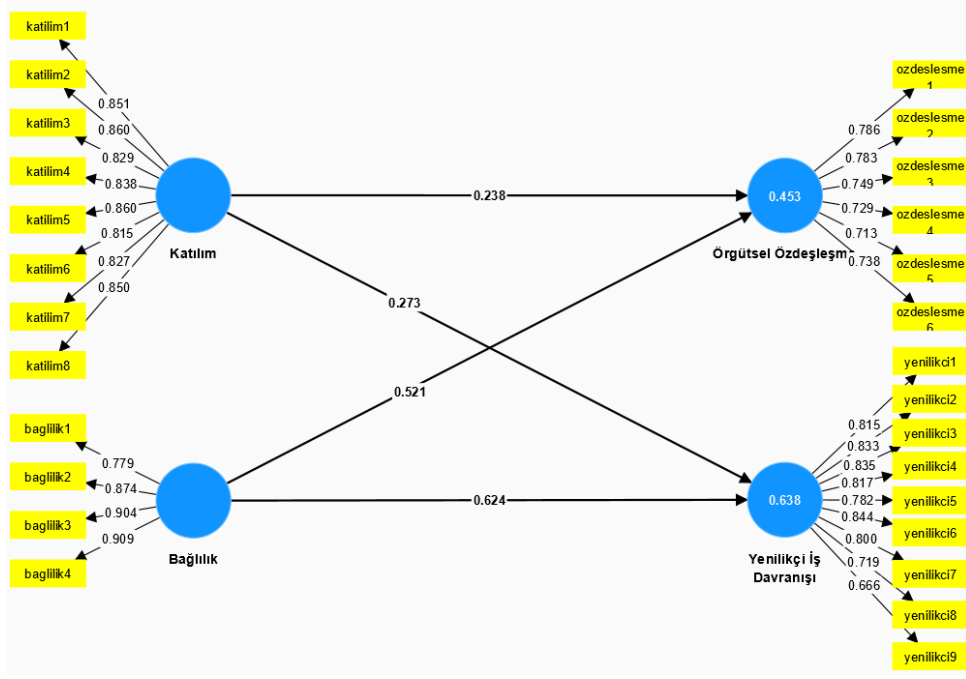
Bununla birlikte, Fornell-Larcker kriterinin bazı sınırlılıkları bulunduğ undan (Garson, 2016), çalışmada ayırt edici geçerlilik Heterotrait-Monotrait (HTMT) oranı yöntemiyle de değerlendirilmiştir. Son yıllarda yaygın biçimde kullanılan bu yöntemde, HTMT değ erinin 0.90'ı aşması durumunda ayırt edici geçerlilik sorunu olduğu kabul edilmektedir (Henseler, Ringle ve Sarstedt, 2015). Tablo 3 değerlendirildiğ inde, tüm yapılar için HTMT değ erlerinin 0.56 ile 0.81 arasında değ iştiğ i ve 0.90'ın altında kaldığ ı gözlemlenmiş; böylece ayırt edici geçerliliğ in sağlandığ ı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 3. Heterotrait-Monotrait Ratio (HTMT)

HTMT Kriteri				
	Bağlılık	Katılım	Yenilikçi İş Davranışı	Örgütsel Özdeşleşme
Bağlılık				
Katılım	0.561			
Yenilikçi İş Davranışı	0.821	0.630		
Örgütsel Özdeşleşme	0.729	0.562	0.814	

Yapısal Model

Yapısal model, belirli bir değerlendirme süreci izlenerek analiz edilmiştir. Yılmaz ve Kınaş (2020), model uyumunun değerlendirilmesinde Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) değerinin kullanılmasını önermekte olup, bu değer < 0.10 olması gerektiğini belirtmektedir. Bu çalışmada elde edilen SRMR değeri 0.085 olarak bulunmuş ve bu sonuç modelin yeterli düzeyde uyum sağladığını göstermektedir. Bunun yanı sıra, modelin açıklayıcılığını değerlendirmek için R^2 , öngörücü gücünü değerlendirmek için ise Q^2 değeri analiz edilmiştir. Elde edilen tüm R^2 değerlerinin, Falk ve Miller (1992) tarafından önerilen 0.10 eşik değerini aştığı görülmektedir: Örgütsel özdeşleşme: 0.453; Yenilikçi iş davranışı: 0.638. Ayrıca Stone-Geisser'in Q^2 değerlerinin de pozitif olduğu tespit edilmiştir: Örgütsel özdeşleşme: 0.251; Yenilikçi iş davranışı: 0.391. Bu bulgular, modelin öngörü gücünü doğrulamaktadır (Hair vd., 2011). Araştırmanın yol analizi sonuçları Şekil 2'de gösterilmiştir.



Şekil 2. Yol Analizi Sonuçları

Tablo 4’te yer alan hipotez testi sonuçlarına göre tüm hipotezler istatistiksel olarak anlamlı bulunmuş ve desteklenmiştir. Katılımın örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisi pozitif ve anlamlıdır ($\beta=0,238$; $t=3,992$; $f^2=0,076$; $p=0,000$).

Tablo 4. Hipotez Testi Sonuçları

Hipotezler	β	T	f^2	p	Sonuç
H ₁ Katılım → Örgütsel Özdeşleşme	0.238	3.992	0.076	0.00	Destekle ndi
H ₂ Katılım → Yenilikçi İş Davranışı	0.273	4.980	0.152	0.00	Destekle ndi
H ₃ Bağlılık → Örgütsel Özdeşleşme	0.521	9.347	0.365	0.00	Destekle ndi
H ₄ Bağlılık → Yenilikçi İş Davranışı	0.624	12.073	0.794	0.00	Destekle ndi

Benzer şekilde katılımın yenilikçi iş davranışı üzerindeki etkisi de pozitif ve anlamlıdır ($\beta=0,273$; $t=4,980$; $f^2=0,152$; $p=0,000$). Bağlılığın örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisi güçlü düzeyde pozitif ve anlamlıdır ($\beta=0,521$; $t=9,347$; $f^2=0,365$; $p=0,000$). Ayrıca bağlılığın yenilikçi

iş davranışı üzerindeki etkisi de en yüksek etki katsayısına sahip olup ($\beta=0,624$; $t=12,073$; $f^2=0,794$; $p=0,000$) güçlü ve anlamlı bir ilişki göstermektedir. Bu bulgular, hem katılım hem de bağlılık değişkenlerinin hem örgütsel özdeşleşme hem de yenilikçi iş davranışını anlamlı düzeyde artırdığını ortaya koymaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın temel amacı, örgüt ikliminin katılım ve bağlılık boyutlarının örgütsel özdeşleşme ve yenilikçi iş davranışı üzerindeki etkilerini incelemek ve bu ilişkilerin literatürdeki mevcut bulgularla karşılaştırmalı bir değerlendirmesini yapmaktır. Yapısal eşitlik modelleme sonuçları, örgüt ikliminin katılım boyutunun örgütsel özdeşleşmeyi ($\beta = 0.238$) ve yenilikçi iş davranışını ($\beta = 0.273$) anlamlı biçimde etkilediğini göstermektedir. Bağlılık boyutunun ise örgütsel özdeşleşme ($\beta = 0.521$) ve yenilikçi iş davranışı ($\beta = 0.624$) üzerinde daha yüksek düzeyde pozitif ve anlamlı etkileri olduğu görülmüştür. Modelin açıklayıcılık gücü örgütsel özdeşleşme için %45,3; yenilikçi iş davranışı için %63,8'dir. Bu bulgular, örgüt ikliminin her iki boyutunun da çalışanların örgütle bütünleşme düzeylerini ve yenilikçi katkılarını artırmada önemli rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Elde edilen sonuçlar, literatürdeki önceki çalışmalarla büyük ölçüde uyumludur. Katılım odaklı iklimin çalışanların karar süreçlerine dahil olma düzeyini artırarak örgütsel özdeşleşmeyi güçlendirdiği yönündeki bulgular (Carmeli vd., 2007; Sluss vd., 2008) literatürdeki çalışma sonuçları ile tutarlıdır. Benzer şekilde, katılımın yenilikçi iş davranışını teşvik ettiği yönündeki tespitler (Scott ve Bruce, 1994; Amabile vd., 1996) de desteklenmektedir. Bağlılık boyutuna ilişkin sonuçlar ise Allen ve Meyer'in (1990) bağlılık-örgütsel tutum ilişkisine dair bulgularıyla ve Shanker vd. (2017)'nin bağlılık temelli iklimlerin yenilikçi davranışları artırdığı yönündeki sonuçlarıyla örtüşmektedir. Bununla birlikte, bu çalışmada bağlılık boyutunun hem özdeşleşme hem de yenilikçilik üzerinde katılıma kıyasla daha güçlü etkilere sahip olması, literatürde sıklıkla vurgulanan “katılımın yenilikçilik için birincil ön koşul” olduğu yönündeki görüşten (Isaksen vd., 2001) kısmen farklılaşmaktadır. Bu durum, örneklemde yer alan çalışanların yüksek duygusal bağlılık düzeylerinin yenilikçi davranış sergilemede daha belirleyici bir faktör olduğunu düşündürmektedir.

Araştırma pratik açıdan yöneticilere örgüt iklimini geliştirmek için iki temel odak alanı önermektedir. Katılımcı bir iklimin teşvik edilmesi, çalışanların kendilerini değerli hissetmelerini ve örgüt amaçlarıyla bütünleşmelerini sağlayarak hem aidiyet hem de yenilikçi

fikir üretme eğilimini artırabilir. Bağlılık odaklı uygulamalar (örneğin, çalışan ödüllendirme sistemleri, kurumsal sosyal sorumluluk faaliyetleri, kariyer gelişim fırsatları) ise çalışanların örgüte duygusal bağını güçlendirecek ve yenilikçi davranış sergileme isteğini destekleyecektir. Özellikle yüksek bağlılık skorlarının yenilikçi davranış üzerindeki güçlü etkisi, yöneticilerin çalışan-örgüt bağını güçlendiren stratejilere öncelik vermeleri gerektiğini göstermektedir.

Araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle, veriler kesitsel olarak toplandığı için nedensel ilişkiler konusunda kesin yargılara varmak mümkün değildir. İkinci olarak, veriler yalnızca tek bir sektör ve coğrafi bölgeden elde edildiği için sonuçların farklı sektör ve kültürel bağlamlara genellenebilirliği sınırlı olabilir. Ayrıca, verilerin öz-bildirim yöntemiyle toplanması, sosyal beğenirlik yanlılığı riskini beraberinde getirmektedir.

Gelecek araştırmalar, boylamsal tasarımlar kullanarak örgüt iklimi, örgütsel özdeşleşme ve yenilikçi iş davranışı arasındaki ilişkilerin zaman içindeki değişimini inceleyebilir. Farklı sektör ve kültürel bağlamlarda yapılacak karşılaştırmalı çalışmalar, bulguların genellenebilirliğini artırabilir. Ayrıca, bu ilişkilerde liderlik tarzı, psikolojik güvenlik veya örgütsel destek gibi aracı ve düzenleyici değişkenlerin rolü test edilerek model daha da zenginleştirilebilir.

KAYNAKÇA

- Acar, P., Yener, M. I., & Tayan, A. (2018). The effect of an ethical work climate on organizational identification an example of a logistics company. *Research Journal of Business and Management*, 5(1), 13-21.
- Ali, F., Rasoolimanesh, S. M., Sarstedt, M., Ringle, C. M., & Ryu, K. (2018). An assessment of the use of partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) in hospitality research. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 30(1), 514–538.
- Allen, N. J., & Meyer, J. P. (1990). The measurement and antecedents of affective, continuance and normative commitment to the organization. *Journal of Occupational Psychology*, 63(1), 1–18.
- Amabile, T. M., Conti, R., Coon, H., Lazenby, J., & Herron, M. (1996). Assessing the work environment for creativity. *Academy of Management Journal*, 39(5), 1154–1184.

- Anderson, N., Potočník, K., & Zhou, J. (2014). Innovation and creativity in organizations: A state-of-the-science review, prospective commentary, and guiding framework. *Journal of Management*, 40(5), 1297-1333.
- Ashforth, B. E., & Mael, F. (1989). Social identity theory and the organization. *Academy of Management Review*, 14(1), 20–39.
- Ashforth, B. E., Harrison, S. H., & Corley, K. G. (2008). Identification in organizations: An examination of four fundamental questions. *Journal of Management*, 34(3), 325–374.
- Balkar, B. (2024). The relationships between organizational climate, innovative behavior and job performance of teachers. *International Online Journal of Educational Sciences*, 7(2).
- Carmeli, A., & Spreitzer, G. M. (2009). Trust, connectivity, and thriving: Implications for innovative behaviors at work. *The Journal of Creative Behavior*, 43(3), 169–191.
- Carmeli, A., Gilat, G., & Waldman, D. A. (2007). The role of perceived organizational performance in organizational identification, adjustment and job performance. *Journal of Management Studies*, 44(6), 972–992.
- Ceylan, A., & Özbal, S. (2005). Yenilikçi iş davranışı ve çalışanların adalet algıları arasındaki ilişkiler üzerine bankacılık sektöründe yapılan bir çalışma. *İstanbul Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, (32), 167-184.
- Colley, S. K., Lincolne, J., & Neal, A. (2013). An examination of the relationship amongst profiles of perceived organizational values, safety climate and safety outcomes. *Safety Science*, 51(1), 69-76.
- De Jong, J., & Den Hartog, D. (2010). Measuring innovative work behaviour. *Creativity and Innovation Management*, 19(1), 23–36.
- Etikariena, A., & Kalimashada, S. B. I. (2021). The influence of organizational climate on innovative work behaviour. *Jurnal Psikologi*, 20(1), 22-34.
- Falk, R.F., & Miller, N.B. (1992). *A primer for soft modeling*. University of Akron Press.
- Garson, G. D. (2016). *Partial least squares: Regression & structural equation models*. Statistical Associates Publishing.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson Education Limited.
- Hair, J. F., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2011). PLS-SEM: Indeed a silver bullet. *Journal of Marketing Theory and Practice*, 19(2), 139-152.

- Henseler, J., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2015). A new criterion for assessing discriminant validity equation modeling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 43(1), 115-135.
- Imran, R., Saeed, T., Anis-Ul-Haq, M., & Fatima, A. (2010). Organizational climate as a predictor of innovative work behavior. *African Journal of Business Management*, 4(15), 3337-3343.
- Janssen, O. (2000). Job demands, perceptions of effort–reward fairness and innovative work behaviour. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 73(3), 287–302.
- Lam, S. S. K., Chen, X. P., & Schaubroeck, J. (2002). Participative decision making and employee performance in different cultures: The moderating effects of allocentrism/idiocentrism and efficacy. *Academy of Management Journal*, 45(5), 905–914.
- Liu, Y., Chen, L., Zhao, L., & Li, C. (2021). The interactive effect of organizational identification and organizational climate on employees’ taking charge behavior: a complexity perspective. *Complexity*, 2021(1), 7040620.
- Mael, F., & Ashforth, B. E. (1992). Alumni and their alma mater: A partial test of the reformulated model of organizational identification. *Journal of Organizational Behavior*, 13(2), 103–123.
- Öktem, Ş., Kızıltan, B., & Öztoprak, M. (2016). Örgütsel güven ile örgüt ikliminin örgütsel özdeşleşme, iş tatmini ve işten ayrılma niyeti üzerine etkileri: Otel işletmelerinde bir uygulama. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 8(4), 162-186.
- Önhon, Ö. (2019). The relationship between organizational climate for innovation and employees’ innovative work behavior: ICT sector in Turkey. *Vezetéstudomány-Budapest Management Review*, 50(11), 53-64.
- Özdemir, F. (2006). *Örgütsel iklimin iş tatmin düzeyine etkisi: Tekstil sektöründe bir araştırma*. (Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Patterson, M. G., West, M. A., Shackleton, V. J., Dawson, J. F., Lawthom, R., Maitlis, S., & Wallace, A. M. (2005). Validating the organizational climate measure: Links to managerial practices, productivity and innovation. *Journal of Organizational Behavior*, 26(4), 379–408.

- Riketta, M. (2005). Organizational identification: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 66(2), 358–384.
- Schneider, B., Ehrhart, M. G., & Macey, W. H. (2013). Organizational climate and culture. *Annual Review of Psychology*, 64, 361–388.
- Scott, S. G., & Bruce, R. A. (1994). Determinants of innovative behavior: A path model of individual innovation in the workplace. *Academy of Management Journal*, 37(3), 580–607.
- Shanker, R., Bhanugopan, R., van der Heijden, B. I., & Farrell, M. (2017). Organizational climate for innovation and organizational performance: The mediating effect of innovative work behavior. *Journal of Vocational Behavior*, 100, 67–77.
- Sluss, D. M., Klimchak, M., & Holmes, J. J. (2008). Perceived organizational support as a mediator between relational exchange and organizational identification. *Journal of Vocational Behavior*, 73(3), 457–464.
- Xu, Z., Wang, H., & Suntrayuth, S. (2022). Organizational climate, innovation orientation, and innovative work behavior: the mediating role of psychological safety and intrinsic motivation. *Discrete Dynamics in Nature and Society*, 2022(1), 9067136.
- Yılmaz, V., & Kinaş, Y. (2020). Kısmi en küçük kareler yapısal eşitlik modellemesiyle bir elektrik dağıtım şirketinin hizmet kalitesinin araştırılması. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 15(2), 437-456.

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KAFEİN TÜKETİM ALIŞKANLIKLARI VE SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE UYKU KALİTESİ VE UYKU DEĞİŞKENLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Mustafa ÖZGÜR

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik
Bölümü, 15100, Burdur/TÜRKİYE
ORCID Kodu: 0000-0002-7801-7932
E-posta: mozgur@mehmetakif.edu.tr

Ceylin Ebru KEYSAN

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik
Bölümü, 15100, Burdur/TÜRKİYE
ORCID Kodu: 0009-0008-4762-6429
E-posta: ceylinkeysan1@gmail.com

Sedef TOPUZ

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik
Bölümü, 15100, Burdur/TÜRKİYE
ORCID Kodu: 0009-0009-6710-0114
E-posta: dytsedeftopuz@gmail.com

ÖZET

Amaç: Kafein, alkaloid yapısında pürin benzeri bir bileşiktir ve dünya genelinde psikoaktif etkileri nedeniyle yaygın bir şekilde tüketilmektedir. Üniversite öğrencileri arasında kafein tüketiminin temel motivasyonunun uyanıklık ve konsantrasyonu artırma isteği olduğu belirtilmektedir. Bu araştırma üniversite öğrencilerinin kafein tüketim alışkanlıkları ve sosyo-demografik değişkenlere göre uyku kalitesi ve uyku değişkenlerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Çalışma kesitsel-tanımlayıcı olarak Ocak-Nisan 2024 tarihleri arasında Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinin de eğitim gören öğrencilerde gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılacak bireylerin sosyo-demografik bilgileri, bazı beslenme alışkanlıkları ve kafein içeren besin tüketim alışkanlıkları, uyku kalitesi ve uyku değişkenleri ölçeğini içeren anket uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan 351 kişinin 278'i kadın (%79,2), 73'ü (%20,8) erkektir. Katılımcıların BKİ ortalamaları $22,7 \pm 3,8$ kg/m², toplam uyku süresi ortalamaları $06:08 \pm 01:56$ s'dir. Öğrencilerin kafein tüketim nedenleri arasında ilk sırada 'uyanık kalmak için tüketme durumu' (%31) ve daha sonra 'yorgunluğumu kafeinli ürünler tüketerek gideririm' (%23) yer almaktadır. Kafeinli besinler tüketilmediği takdirde yaşanan belirtiler arasında 'belirgin yorgunluk ve uyku hali' (%41), 'baş ağrısı' (%24) ve 'depresif mod ve sinirlilik' (%17) yer almaktadır. Erkek öğrencilerin hafta sonu ortalama uyku süreleri ($09:37 \pm 02:19$ s) ile kadın öğrencilerin hafta sonu ortalama uyku süreleri ($09:23 \pm 02:03$ s) arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0,05$). Uyku kalitesi ve uyku verimliliği skorları ile BKİ grubu, sigara ve alkol kullanımları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > 0,05$). Katılımcıların ikamet durumu ile uyku kaliteleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaktadır ($p < 0,05$).

Sonuç: Sosyolojik, psikolojik ve fizyolojik etkileri nedeniyle tüketilen kafein yoksunluk belirtileri oluşturmakta; buna bağlı olarak öğrencilerin uyku kalitelerini de olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Kafein, Uyku Kalitesi, Uyku Değişkenleri, Üniversite Öğrencileri

EVALUATION OF SLEEP QUALITY AND SLEEP VARIABLES AMONG UNIVERSITY STUDENTS BASED ON CAFFEINE CONSUMPTION HABITS AND SOCIO-DEMOGRAPHIC VARIABLES

Mustafa ÖZGÜR

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of
Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0000-0002-7801-7932 e-mail:
mozgur@mehmetakif.edu.tr

Ceylin Ebru KEYSAN

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of
Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0009-0008-4762-6429 e-mail:
ceylinkeysan1@gmail.com

Sedef TOPUZ

Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, 15100, Burdur/TÜRKİYE ORCID: 0009-0009-6710-0114 e-mail: dytsedeftopuz@gmail.com

ABSTRACT

Objectives: Caffeine is a purine derivative with an alkaloid configuration, extensively ingested globally for its psychoactive effects. The main motivation for caffeine intake among university students is the desire to enhance alertness and attention. This study aimed to assess the sleep quality and sleep characteristics of university students in relation to caffeine use patterns and socio-demographic factors.

Methods: A cross-sectional, descriptive study was performed on students at Burdur Mehmet Akif Ersoy University from January to April 2024. A questionnaire including socio-demographic data, dietary habits, caffeine intake habits, sleep quality, and sleep variable scales was administered to the participants.

Results: Among the 351 participants in the study, 278 (79.2%) were female and 73 (20.8%) were male. The participants' average BMI was 22.7 ± 3.8 kg/m², and the mean total sleep time was $06:08 \pm 01:56$ hours. The predominant cause for caffeine usage among students is "to stay awake" (31%), followed by "I alleviate my fatigue through caffeinated products" (23%). Symptoms arising from the absence of caffeinated foods encompass "significant fatigue and drowsiness" (41%), "headache" (24%), and "depressed mood and irritability" (17%). The disparity in average weekend sleep duration between male students ($09:37 \pm 02:19$ s) and female students ($09:23 \pm 02:03$ s) is statistically significant ($p < 0.05$). The difference in sleep quality and sleep efficiency scores, BMI category, smoking, and alcohol consumption is not statistically significant ($p > 0.05$). Statistically significant differences exist between individuals' residence status and their sleep quality ($p < 0.05$).

Conclusions: The usage of caffeine induces withdrawal symptoms due to its social, psychological, and physiological consequences, hence significantly impacting students' sleep quality.

Keywords: Caffeine, Sleep Quality, Sleep Variables, University Students

GİRİŞ

Kafein, 1,3,7-trimetilksantin yapısında $C_8H_{10}N_4O_2$ molekül formülüne sahip pürin benzeri bitkisel kristalli bir ksantin alkaloididir (Institute of Medicine, Food and Nutrition Board, Committee on Military Nutrition Research, 2002) ve dünyanın en popüler uyarıcı ve psikoaktif maddesidir (Roehrs ve Roth, 2008). Kakao çekirdekleri ve çay yaprakları da dahil olmak üzere 60'tan fazla farklı bitki türü, doğal olarak farklı oranlarda kafein içerir. Kafein, yapraklar, çekirdekler ve meyveler de dahil olmak üzere çeşitli bitki kısımlarında bulunabilir. Kafein bulunduğu yere bağlı olarak, guarana meyvelerinde guaranin, çay bitkilerinde tein veya yerba mate bitkilerinde matein, farklı isimlerle anılmaktadır (Reddy ve ark., 2024). Çay yaprakları (*Camellia sinensis*), yerba mate (*Ilex paraguariensis*), kola fıstığı (*Cola acuminata*), guarana meyveleri (*Paullinia cupana*) ve kakao çekirdeklerinde (*Theobroma cacao*) kafein bulunur. Ayrıca bazı reçeteli ilaçlar, nütrosotikler ve analjezik formülasyonlarda da bulunurlar (Gracia-Lor., 2017). Kafein, oda sıcaklığında yoğun acı bir tada sahip, kokusuz ve renksiz bir maddedir (Reddy ve ark., 2024). Saf kafein, kahve çekirdeklerinden elde edilir ve *Coffea arabica* (%70) ve *Coffea robusta* (%30; asidik ve sindirimi zor) olmak üzere iki cinsi bulunmaktadır (Adriana ve ark., 2025). Kafeinin %80'i gastrointestinal sistemden emilirken, kalan %20'si mide tarafından emilir. Ağız içindeki mukoza zarı olan oral mukoza da kafein emiliminde rol oynar. Tüketildikten sonra kafeinin neredeyse %99'u emilir ve yaklaşık 1 saat sonra en yüksek plazma konsantrasyonlarına ulaşmaktadır (B'chir ve ark., 2011). Kafeinin dağıtımını sınırlayan hiçbir fizyolojik engel bulunmamıştır (Nawrott ve ark., 2003). Kafeinin metabolizması karaciğerde sitokrom p450 enzimleri ile olmaktadır ve paraksantin (%84), teobromin (%12) ve teofilin (%4)'e parçalanmaktadır (Turnbull ve ark., 2017). Avrupa Gıda Güvenliği Otoritesi (EFSA)'ya göre çoğu sağlıklı yetişkin için güvenli kafein alım seviyesi günde 400 mg kadardır; bu da yaklaşık dört fincan demlenmiş kahveye eşdeğerdir. 200 mg'a kadar tek dozlar, önemli güvenlik endişeleri yaratmadan güvenli kabul edilmektedir. Ancak, yatmadan hemen önce 100 mg veya daha fazla kafein tüketmek bazı kişilerde uykuyu etkileyebileceği bildirilmiştir. Kafeine karşı bireysel tolerans, vücut ağırlığı, metabolizma ve alışılmış tüketim gibi faktörlerden etkilenerek büyük ölçüde değişir. Aynı zamanda EFSA, günde maksimum 3 mg/kg vücut ağırlığı kafein alımını önermektedir; bu da 70 kg ağırlığındaki bir kişi için yaklaşık 210 mg'a denk gelmektedir. (EFSA, 2015).

Üniversite öğrencileri arasında kafein tüketiminin temel motivasyonunun uyanıklık ve konsantrasyonu artırma isteği olduğu belirtilmektedir. Yapılan bir çalışmada, özellikle öğrencilerin yorgunluk hissiyle mücadele etmek ve akademik performanslarını iyileştirmek için

kafein tükettiğini gösterilmiştir (Alateeq ve ark., 2021). Bu düşünce, kafein tüketiminin gelişmiş bilgi işleme hızı ve tepki süreleri gibi gelişmiş bilişsel işlevlerle ilişkili olduğunu gösteren bulgularla desteklenmektedir (Khan ve ark., 2017). Öğrenciler, kafeini gece geç saatlerde çalışmayı kolaylaştıran gerekli bir araç olarak algılamakta ve akademik talepleri karşılamak için uyanık kalma sürelerini uzatmalarına yardımcı bir araç olarak görmektedir. Türkiye’de yapılan bir çalışmada öğrencilerin Türk kahvesi ve siyah çayı her gün tüketme oranları sırasıyla %21, 6 ve %53,4 olarak saptanmıştır. Çayın en fazla kahvaltıda, kolanın akşam yemeklerinde, kahve, çikolata ve enerji içeceklerinin ise en sık ara öğünlerde tercih edildiği görülmüştür. Öğrencilerin %46’sı kafein tüketiminin uyanık kalmayı sağlama, %43,9’u yapılan işe odaklanma üzerinde etkili olması nedeniyle kafein tükettiğini bildirmiştir (Sökülmez Kaya ve Açar, 2021). Kafeinin enerji artırıcı ve uyanıklığı artırıcı özelliklerinin yanı sıra kafeinin akademik performans üzerindeki olumlu etkileri de bu tüketim eğilimini artırmaktadır. Öğrenciler, kafeini genellikle uyku eksikliği veya sınav stresi gibi durumlarla başa çıkmak için kullanmakta ve bu dönemlerde kullanım oranları artmaktadır (Aras, 2018). Üniversite dönemlerinde karşılaşılan psikolojik sorunlar da kafein tüketiminde etkili bir faktördür. Örneğin, COVID-19 pandemisinde artan stres ve kaygı, üniversite öğrencilerinin kafein alımını artırmıştır (Yazıcı ve ark., 2021). Psikolojik durum, beslenme alışkanlıklarını dolaylı olarak etkileyerek öğrencilerin kafein kaynaklarına yönelmesine sebep olmaktadır (İskender ve ark., 2018). Aydın ve Eryılmaz (2019) ise üniversite öğrencilerinin %20’ sinin riskli kafein tüketimi kriterlerini karşıladığı ve kafein bağımlılığı için risk grubunda olduklarını bildirmiştir.

Kafein, popüler psikoaktif uyarıcı etkileri olan bir bileşiktir. Kafein, uyku yoksunluğu sonucu ortaya çıkan ikincil davranışsal ve bilişsel performans eksikliklerini düzeltmek amacıyla yaygın olarak tüketilmektedir. Özellikle uyku eksikliği durumunda, kafein beynin adenosin reseptörlerini bloke ederek yorgunluk hissini azaltır ve geçici olarak bilişsel işlevleri, dikkat ve tepki hızını iyileştirir. Ancak, kafein tamamen uyku eksikliğinin uzun vadeli etkilerinin yerine geçemez. Kafein kısa süreli olarak performansı arttırırsa da yeterli ve kaliteli uykunun yerini tutmaz ve fazla ya da yanlış zamanlı kullanımı uyku kalitesini daha da bozabilir (Aidman ve ark., 2021; Erez ve ark., 2024). Kafeini seyrek tüketen bireyler, daha fazla kafein tükettiklerinde daha belirgin uykusuzluk belirtileri yaşama eğilimindeyken, uyarıcı etkilerine karşı tolerans geliştirebilen düzenli tüketicilerde tolerans gelişmesine bağlı bu etkiler görülmemektedir (Walle ve ark., 2023). Bu, kafein kullanımı ile uyku bozuklukları arasındaki ilişkinin, uyku süresi ve genel uyku hijyeni gibi düzenli uyku davranışlarından etkilendiğini göstermektedir.

Bir meta-analiz çalışmasında, özellikle genç yetişkinlerde, daha yüksek kafein tüketimi ile artan uyku bozuklukları arasında dikkate değer bir ilişki olduğunu göstermiştir (Aoki ve ark., 2025). Bu araştırma üniversite öğrencilerinin kafein tüketim alışkanlıkları ve sosyo-demografik değişkenlere göre uyku kalitesi ve uyku değişkenlerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma Ocak-Nisan 2024 tarihleri arasında Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesin de eğitim gören öğrencilerde gerçekleştirilmiştir. Çalışma evrenini Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Kalite Bilgi Yönetim Sistemine göre örgün öğretim gören yaklaşık 12.000 öğrenci bulunmaktadır. Örneklem hesabı 12.000 evren %5 hata payı, %95 güven aralığına göre hesaplanmış ve en az 373 katılımcının gerekliliği belirlenmiştir. Anketteki veri kayıpları çalışma dışı bırakılarak çalışma 351 kişi ile yürütülmüştür. Çalışmaya dahil edilme kriterleri 18-30 yaş arası ve çalışmaya gönüllü katılmak isteyen bireyler arasından seçilmiştir. Çalışmaya öğrenci seçerken herhangi bir bölüm veya sınıf şartı aranmayıp yalnızca gönüllülük esas alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmaya dahil edilen öğrencilere anket online (Google forms) olarak uygulanmıştır. Çalışmaya katılacak bireylerin sosyo-demografik bilgileri, bazı beslenme alışkanlıkları ve kafein içeren besin tüketim alışkanlıkları, uyku kalitesi ve uyku değişkenleri ölçeğini içeren anket uygulanmıştır. Antropometrik ölçüm olarak vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ölçümleri katılımcıların beyanı ile alınıp ve anket formuna kaydedilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü'nün sınıflandırmasına göre bireylerin BKİ değerleri $<18,5 \text{ kg/m}^2$ “zayıf”, $18,5-24,9 \text{ kg/m}^2$ “normal”, $25,0-29,9 \text{ kg/m}^2$ “hafif şişman” ve $\geq 30,0 \text{ kg/m}^2$ “şişman” olarak değerlendirilmiştir (WHO, 2022). Bireylerin kişisel özelliklerini saptamak için 24 sorudan oluşan bir anket formu kullanılmıştır.

Uyku Kalitesi Ölçeği ve Uyku Değişkenleri Ölçeği

Uyku Kalitesi Ölçeği ve Uyku Değişkenleri Ölçeği (UKÖ-ÜDÖ), Meijer ve van den Wittenboer (2004) tarafından geliştirilmiştir. 2016 yılında Türkçe formundaki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Önder ve ark. (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin kullanımı için izin alınmış olup, izin çerçevesinde 1 madde üniversite öğrencileri için uygun olmadığından 14 madde olarak kullanılmıştır. Uyku kalitesi ölçeği maddeleri 1 ile 3 arasında puanlanan 3 kategoriden oluşmakta olup, ölçekten alınabilecek olası puan 7 ile 21 arasında değişmektedir. Toplam 7

puan kötü uyku kalitesini, 21 puan ise iyi uyku kalitesini göstermektedir. Uyku değişkenlerinin hesaplanması Tablo 1.'de gösterilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach- alfa değeri 0.725 bulunmuştur.

Araştırmanın Etik Yönü

Çalışmanın yürütülmesinde Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 13.12.2023 tarihinde GO203/567 karar numarası ile etik kurul izni alınmıştır. Çalışmaya başlamadan önce katılımcılara çalışma hakkında bilgi verilmiş, çalışmaya katılmayı onaylayan öğrenciler çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışma Helsinki Bildirgesinde yer alan yönergelerle göre yürütülmüştür.

İstatistiksel Veri Analizi

Veriler Statistical Package for the Social Sciences/ Sosyal Bilimler İstatistik Paketi (SPSS) (versiyon 26) paket yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Tanımlayıcı veriler için sayı (n) ve yüzde (%) dağılımı ile aritmetik ortalama $\pm$ standart sapma ($\bar{x} \pm SS$) kullanılmıştır. Antropometrik ölçümler ve uyku kalitesi ve uyku değişkenleri ölçek puanları gibi nicel verilerin değerlendirilmesinde dağılımların normallik durumuna Colmogrow-Smirnow testi ile bakılmış; normal dağılan veri olmadığı saptanmıştır. Bu nedenle iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında Man-Whitney U Analizi, iki bağımlı grupta ise Wilcoxon t testi uygulanmıştır. İki grup arasındaki etki büyüklüğünü (effect size) göstermek için Cohen's d katsayısı hesaplanmıştır, etki büyüklüğü; $<0,20$: küçük, $0,20-0,50$: orta ve $>0,80$: büyük etki büyüklüğü olarak değerlendirilmiştir. İki'den fazla gruplarda ise Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır. Gruplar arasındaki farklar Tukey testi ile belirlenmiştir. Gruplar arasındaki farkın etki büyüklüğü omega kare (ω^2) ile belirlenmiş, $0,01$: küçük etki, $0,06$: orta etki ve $0,14$: büyük etki olarak değerlendirilmiştir. Tüm istatistiksel testlerde $p < 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya katılan öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri Tablo 2.'de gösterilmiştir. Çalışmaya katılan 351 kişinin 278'i kadın (%79,2), 73'ü (%20,8) erkektir. Katılımcıların BKİ ortalamaları $22,7 \pm 3,8$ kg/m², toplam uyku süresi ortalamaları $06:08 \pm 01:56$ s'dir. Katılımcıların %63,2'si normal, %26,5'i hafif şişman-şişman BKİ grubunda, %35,1'i sigara ve %29,3'ü alkol kullandığını beyan etmiştir. Katılımcıların %51,9'u günde 3 ve üzeri öğün tüketmekte ve %10,8'i hiç öğün atlamamaktadır.

Katılımcıların kafein tüketim alışkanlıklarına dair grafikler Figür 1.'de gösterilmiştir. Öğrencilerin kafein tüketim nedenleri arasında ilk sırada 'uyanık kalmak için tüketme durumu' (%31) ve daha sonra 'yorgunluğumu kafeinli ürünler tüketerek gideririm' (%23) yer almaktadır. Kafeinli besinler tüketilmediği takdirde yaşanan belirtiler arasında 'belirgin yorgunluk ve uyku hali' (%41), 'baş ağrısı' (%24) ve 'depresif mod ve sinirlilik' (%17) yer almaktadır. Katılımcılar tarafından kafein içeren işlenmiş paketli ürünlerin tüketimi daha çok ara öğünler (%33) ve ders çalışma esnasında (%25) olduğu bildirilmiştir. Kahve ve çay tüketimlerinin öğünlere dağılımlarına bakıldığında ise sabah saatlerinde çayın akşam saatlerinde kahvenin daha çok tercih edildiği görülmektedir. Çay tüketimi sabah ve akşam öğünlerinde oldukça yüksektir.

Katılımcıların kafein içeren besinleri tüketim sıklıkları Figür 2.'de gösterilmiştir. Kahve tüketim sıklığı içerisinde Türk kahvesi ve instant kahve tüketimi, çay tüketiminde ise demleme/poşet çay tüketimi daha yüksektir. Katılımcılar nadiren kafein içeren süt ve süt ürünlerini tercih etmektedir. Kafein içeren paketli ürünler ve gazlı içecek tüketim sıklıkları ise yüksektir.

Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile uyku kalitesi ve uyku değişkenleri puanları Tablo 3.'te gösterilmiştir. Katılımcıların hafta sonu ortalama uyku süreleri ($09:26 \pm 02:06$ s) hafta içi ortalama uyku sürelerinden ($06:59 \pm 02:00$ s) daha yüksektir. Katılımcıların hafta sonu uyku süreleri ile hafta içi uyku süreleri Wilcoxon t testi ile değerlendirilmiş (tabloda gösterilmemiştir), katılımcıların hafta sonu uyku süreleri hafta içi uyku sürelerine göre 2:26 s daha fazladır ve istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0,05$; Cohen'd: 0,83). Erkek öğrencilerin hafta sonu ortalama uyku süreleri ($09:37 \pm 02:19$ s) ile kadın öğrencilerin hafta sonu ortalama uyku süreleri ($09:23 \pm 02:03$ s) arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0,05$) ve klinik olarak orta etki büyüklüğüne (0,35) sahiptir.

Katılımcıların uyku kalitesi ve uyku etkinliği skorlarının bazı değişkenler ile ilişkisi Tablo 4'te gösterilmiştir. Uyku kalitesi ve uyku verimliliği skorları ile BKİ grubu, sigara ve alkol kullanımları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > 0,05$). Katılımcıların ikamet durumu ile uyku kaliteleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaktadır ($p < 0,05$), fakat klinik olarak düşük etki büyüklüğü bulunmaktadır. Tukey çoklu karşılaştırma testine göre bu fark 'aile ile birlikte yaşama' ($13,6 \pm 2,0$) ile 'diğer' ($14,8 \pm 2,3$) ikamet türleri arasında olmuştur.

TARTIŞMA

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kafeinli besinleri tüketim durumları ile sosyo-demografik değişkenler ve uyku kalitesi ve uyku değişkenleri arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Kafein, uyku-uyanıklık döngüsünün düzenlenmesinde etkin olan adenozin nöromodülatör ve reseptör sistemini bloke ederek uyku bozukluklarına neden olmaktadır (Chaudhary ve ark., 2016). Uyku süresi uyku kalitesini etkileyen en önemli elementlerden biridir. Üniversite hayatı, önemli ölçüde özgürlük, asgari düzeyde denetim, sigara ve alkol gibi sağlıksız alışkanlıklar ve kolayca erişilebilen boş zaman aktiviteleri ile karakterize olduğu için, bu dönemde esas olarak uyku süresinin azalmasına bağlı olarak uyku kalitesi de düşmektedir (Wang ve Biro, 2021). Aynı zamanda bu öğrenciler, uyanık kalmak, dikkat ve odaklanmayı artırmak, sosyal bir ortam oluşturmak ve kafeinli besinlerden alınan lezzet gibi nedenler ile kafein içeren besin ve içecekleri sıklıkla tükettiği için uyku kaliteleri düşmektedir (Kharaba ve ark., 2022; Makki ve ark., 2023). Üniversite öğrencilerinin %20-%40'ı, bu yaş grubu için önerilen uyku süresinden (7-9 saat) daha az uyumaktadır (Schlar ve ark., 2017; Becker ve ark., 2018). Bu çalışmaya dahil olan 351 üniversite öğrencisinin toplam uyku süresi ortalamaları ($06:08 \pm 01:56$ s) da önerilen uyku süresinin altındadır.

Kafein, çoğu insanın günlük yaşamında yaygın bir şekilde tükettiği bir psikoaktif maddedir ve bu durum, bağımlılık gelişimini destekleyen etmenlerden biridir. Kafein alımının sürekli artışına ve buna bağlı olarak gelişen psikolojik ve fizyolojik etkiler kafein bağımlılığı olarak ifade edilmektedir (Amer ve ark., 2023). Kafein bağımlılığı, çoğunlukla aşırı tüketim sonucu ortaya çıkan bir durumdur ve bu durum, bireylerde yoksunluk belirtilerine yol açabilir. Baş ağrısı, huzursuzluk, anksiyete, uyku bozukluğu, ajitasyon, konsantrasyon güçlüğü, sinirlilik ve hafıza problemleri yoksunluk belirtileri arasında yer almaktadır (Samaha ve ark., 2023; Bodur ve ark., 2024). Bu çalışmada da öğrencilerin kafein tüketim nedenleri arasında ilk sırada ‘uyanık kalmak için tüketme durumu’ yer alırken; yeterince 24 saat boyunca kafein tüketilmediğinde yaşanan yoksunluk belirtileri arasında ‘belirgin yorgunluk ve uyku hali’ (%41), ‘baş ağrısı’ (%24) ve ‘depresif mod ve sinirlilik’ (%17) yer almaktadır. McIlvain ve ark., (2011), babanın sosyal indeksi, üniversitede organize aktiviteye katılım ve üç uyanıklık maddesinin (konsantrasyon, uyanık kalma, uyanma) kafein tüketiminin anlamlı yordayıcıları olduğunu bildirmiştir. Maqsood ve ark., (2020), katılımcıların kafeinsiz kafein yoksunluğu yaşadıklarını (%83) ve kafeinin kendilerini daha enerjik hissettirdiğini (%80,6) rapor etmiştir. Yapılan başka bir çalışmada öğrencilerin %46,0'ı kafein tüketiminin uyanık kalmayı sağladığını, %43,9'u yapılan işe odaklanma üzerinde olumlu etkileri olduğunu, %41,2'si ise zihinsel yetenekleri

artırdığını belirtmişlerdir (Sökölmez Kaya ve Açar, 2021). Mahoney ve ark., (2021) öğrencilerin kafein tercihleri arasında uyanık hissetmek (%79) ve haz duymak (%68) seçeneklerini bildirmiştir. Yapılan bu araştırmada kafein içeren besin tüketimlerinde kahve ve çay ilk sırada yer almaktadır ve öğünlere dağılımlarına bakıldığında ise sabah saatlerinde çayın akşam saatlerinde kahvenin daha çok tercih edildiği görülmektedir. Bu durum literatürde yer alan çalışmalarla benzerlik göstermektedir (Aydın ve Eryılmaz, 2019; Sökölmez Kaya ve Açar, 2021; Kharaba ve ark., 2022)

Uyku, insanın yaşamı boyunca sürdürülen temel bir biyolojik ihtiyaç olup, merkezi sinir sistemi, beyin fonksiyonları ve ruh sağlığı üzerinde önemli etkileri olan karmaşık bir süreçtir. Uyku, vücudun toparlanmasını ve metabolik işlevlerin düzenlenmesini sağlar. Uyku eksikliği; bilişsel bozukluklar, ruh sağlığı sorunları ve hormonal dengesizliklerle ilişkilidir (Nas ve Şengün, 2025). İhtiyaç duyulan uyku süresi yaşa, fiziksel aktiviteye ve diğer bireysel faktörlere göre değişmekle beraber genellikle yetişkinler için 7-9 saat uyku ihtiyacı olduğu bildirilmektedir (Hirshkowitz ve ark., 2015). Yapılan bu çalışmada öğrencilerin hafta sonu ortalama uyku süreleri (09:26±02:06 s) hafta içi ortalama uyku sürelerinden (06:59±02:00 s) daha yüksek bulunmuştur. Kadın öğrenciler ile erkek öğrencilerin hafta içi ve hafta sonu uyku süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmasına rağmen elde edilen bulgular yetişkinler için önerilen uyku süreleri (7-9 s) dışında yer almaktadır. Aysan ve ark., (2014), üniversite öğrencilerinde uyku kalitesini etkileyen faktörler üzerine yaptığı bir çalışmada yaş, cinsiyet, öğrenim görülen bölüm ve sınıf, kalınan yer ve sigara kullanma durumu ile uyku kalitesi arasında bir ilişki olmadığını belirlemiştir. Fakat kafeinli içecek tüketimi ile uyku kalitesi arasında negatif bir ilişki olduğu rapor edilmiştir. Aynı zamanda kadın öğrencilerin uyku kalitelerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Günşen ve ark., (2022) da öğrencilerin %74,8'inin kötü uyku kalitesine sahip olduğunu, fakat kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla uyku kalitelerinin daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Benzer şekilde Sarıkaya ve ark., (2023) kadın öğrencilerin uyku kalitelerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Ayvaz ve ark., (2021) ise erkek öğrencilerin uyku kalitesinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğunu bildirmiştir ve cinsiyet ile uyku kalitesi arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptamıştır. Bunun aksine Schmickler ve ark., (2022), kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla önemli ölçüde daha yüksek ortalama genel uyku kalitesi puanları bildirdiğini rapor etmiştir. Yapılan başka bir araştırmada da erkek öğrencilerin uyku kalitesi ve uyku verimliliği skorlarının kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Zorba ve Dokuzoğlu, 2023). Çalışmalardan elde edilen sonuçların çelişkili olmasının nedeni

kullanılan ölçüm araçlarının farklı olması, çalışma örneklemlerinin spesifik bölüm öğrencileri üzerinde yürütülmesi ya da düşük örneklem gruplarında yürütülmesi nedeniyle olduğu tahmin edilmektedir.

Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin uyku kalitesini etkileyen birden çok faktör bulunmaktadır. Akademik başarı kaygısı, aileden uzak yaşam ve toplu yaşamın olduğu yurttaki kalma durumları, sigara ve alkol kullanım alışkanlıkları, kafeinli içecek tüketim davranışlarındaki değişiklik, sosyalleşme gibi birçok faktör bu dönemdeki öğrencilerin uyku kalitesi üzerinde etkilidir. Literatürde bu konuda oldukça fazla çalışma bulunmaktadır ve çalışmaların bulguları da çelişkilidir (Aysan ve ark., 2014; Gümüştakım ve ark., 2020; Canal ve ark., 2023; Ikram ve ark., 2024). Dahası yaşam tarzı alışkanlıkları, psikolojik durum ve çevresel koşulların uyku kalitesi üzerinde daha etkili olduğunu gösteren kanıtlar da mevcuttur (Ahammad ve ark., 2021; Bousgheiri ve ark., 2024). Açıl ve ark., (2024), yaş, cinsiyet, bölüm, sınıf, öğrenim süreci, yaşanılan yer, çalışma durumu ve şekli, alkol kullanma durumu, uyumaya yardımcı ilaç kullanımı ve alınan eğitimin gün içindeki süresinin uyku kalitesini etkilemediği belirtmiştir. Güncel bir çalışmada Yılmaz ve ark., (2025), cinsiyet, ebeveynlerin eğitim durumu, aylık gelir düzeyi ve düzenli ilaç kullanma ile uyku kalitesi arasında istatistiksel olarak bir fark olmadığını; sigara kullanmayan bireylerde uyku kalitesinde artış olduğunu bildirmiştir. Yapılan bu çalışmada da uyku kalitesi ve uyku verimliliği skorları ile BKİ grubu, sigara ve alkol kullanımları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Yalnızca ikamet durumu ile uyku kalitesi arasında anlamlı bir fark bulunmuş olsa da klinik olarak etki faktörü düşüktür. Bu durum uyku kalitesine etki eden faktörlerin çeşitliliği ile ilişkilidir. Bununla beraber bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Öğrencilerin kafein alımları ile uyku kalitesinin ilişkilendirilmemesi, uyku kalitesine etki eden çevresel ve psikolojik faktörlerin sorgulanmaması ve düşük örneklem grubunda çalışılmış olması bu sınırlılıklara örnek olarak gösterilebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Psikoaktif etkileri olan kafein içeren besinlerin ve içeceklerin tüketimi giderek artmaktadır. Güvenli dozlarda tüketildiğinde sağlık üzerine pozitif etkileri olsa da aşırı tüketimine bağlı kafeinin sağlığı olumsuz etkilediği bilinmektedir. Aynı zamanda kafein tüketimi bırakıldığında yoksunluk belirtileri de hızlı bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Üniversite öğrencileri sosyolojik, psikolojik ve fizyolojik etkileri nedeniyle kafeinli besinleri yaygın olarak tüketmekte, tüketimin sınırlandırıldığında ise yoksunluk belirtilerini yaşamaktadır. Kafein tüketimi ile uyku kalitesi ve uyku verimliliği arasındaki kuvvetli bir ilişki vardır. Uyku kalitesi psikolojik ve çevresel

faktörlerin varlığından etkilenmektedir. Uyku kalitesinin düşmesi özellikle üniversite öğrencilerinin akademik başarılarının düşmesine neden olmaktadır. Bu nedenle geleceğin teminatı olan öğrencilere sağlıklı ve başarılı bir yaşam tarzı alışkanlıkları kazandırılması için kafeinin sağlık etkileri ve uykunun sağlık üzerindeki etkilerini vurgulamak gereklidir.

KAYNAKÇA

Açıl, D., Ceylan, A. N., & Oruç, G. (2024). Sağlık alanında lisans eğitimi alan öğrencilerin uyku kalitesi ile etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(1), 75-92. <https://doi.org/10.47115/jshs.1381964>

Adriana, S., Pinem, P. M., & Watri, D. (2025). Comparison of the effectiveness of robusta coffee bean extract and arabica coffee bean extract on the growth of *Candida albicans*. *Buletin Kedokteran & Kesehatan Prima*, 4(1), 69-76.

Ahammed, B., Jahan, N., Seddeque, A., Hossain, M. T., Shovo, T., Khan, B., ... & Islam, N. (2021). Exploring the association between mental health and subjective sleep quality during the covid-19 pandemic among bangladeshi university students. *Heliyon*, 7(5), e07082. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07082>

Aidman, E., Balin, M., Johnson, K. et al. Caffeine may disrupt the impact of real-time drowsiness on cognitive performance: a double-blind, placebo-controlled small-sample study. *Sci Rep* 11, 4027 (2021). <https://doi.org/10.1038/s41598-021-83504-6>

Alateeq, D., Alotaibi, R., Saqer, R. M. A., Alharbi, N., Alotaibi, M., Musllet, R. M., ... & Alraqibah, R. (2021). Caffeine consumption, intoxication, and stress among female university students: a cross-sectional study. *Middle East Current Psychiatry*, 28(1). <https://doi.org/10.1186/s43045-021-00109-5>

Amer, S. A., Alamri, F. A., Alradini, F. A., Alenezi, M. A., Shah, J., Fagehy, A. A., ... & Elsayed, M. (2023). Caffeine addiction and determinants of caffeine consumption among health care providers: a descriptive national study. *European Review for Medical & Pharmacological Sciences*, 27(8).

Aoki, R., Miyachi, T., Sugano, Y., Kanke, C., Yamazaki, T., Mishima, K., ... & Nomura, K. (2025). How many truck drivers have sleep disorders? investigation of the effects of lifestyle and stress on insomnia among japanese male truck drivers. *Journal of Occupational Health*, 67(1). <https://doi.org/10.1093/joccuh/uiaf012>

Aras, A. F. (2018). Kafein, etki mekanizmaları ve fiziksel performansa etkileri. Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu SPORMETRE Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 16(1), 1-12. https://doi.org/10.1501/sporm_00000000336

Aydın, B., Eryılmaz G. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Riskli Kafein Tüketimi. Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi, 1(Özel Sayı.1): 19-23 <https://doi.org/10.35365/ctjpp.19.special1.5>

Aysan, E., Karaköse, S., Zaybak, A., & İsmailoğlu, E. G. (2014). Üniversite öğrencilerinde uyku kalitesi ve etkileyen faktörler. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 7(3), 193-198.

Ayvaz, İ., Save, D., Karavuş, M., Lazkan, H. E., Karakoç, H. F., Bağatur, İ. H., İnceoğlu, İ. Y. (2021). Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Uyku Hijyeni ve Kalitesinin Araştırılması. 5th International Congress on Public Health (pp.1). İstanbul, Türkiye

B'chir, F., Mrizak, D., Jaidane, M., Arnaud, M. J., & Saguem, S. (2011). Effects of change in smoking habits on bladder cancer incidence in Tunisia. Health, 3(10), 613.

Becker, S. P., Jarrett, M. A., Luebbe, A. M., Garner, A. A., Burns, G. L., & Kofler, M. J. (2018). Sleep in a large, multi-university sample of college students: sleep problem prevalence, sex differences, and mental health correlates. Sleep health, 4(2), 174-181.

Bodur, M., Kaya, S., İlhan-Esgin, M., Çakiroğlu, F. P., & Özçelik, A. Ö. (2024). The caffeine dilemma: unraveling the intricate relationship between caffeine use disorder, caffeine withdrawal symptoms and mental well-being in adults. Public Health Nutrition, 27(1), e57. doi:10.1017/S1368980024000399

Bousgheiri, F., Allouch, A., Sammoud, K., Navarro-Martínez, R., Valle, V. I., Senhaji, M., ... & Najdi, A. (2024). Factors affecting sleep quality among university medical and nursing students: a study in two countries in the mediterranean region. Diseases, 12(5), 89. <https://doi.org/10.3390/diseases12050089>

Canal, T. L. D., Apaza, M. E. H., & Torres, N. B. (2023). Sleep quality in the context of covid-19 and social consequences in nursing students of a public university, 2021. Scientific Journal of Applied Social and Clinical Science, 3(6), 2-8. <https://doi.org/10.22533/at.ed.216362313032>

Chaudhary, N. S., Grandner, M. A., Jackson, N. J., & Chakravorty, S. (2016). Caffeine consumption, insomnia, and sleep duration: Results from a nationally representative sample. *Nutrition*, 32(11-12), 1193-1199.

Erez, D., Lieberman, H. R., Baum, I., Ketko, I., & Moran, D. S. (2024). Ad libitum caffeine consumption, cognitive performance, and sleep in special forces soldiers during a 96-h combat exercise. *Frontiers in Neuroscience*, 18, 1419181. <https://doi.org/10.3389/fnins.2024.1419181>

European Food Safety Authority. (2015). EFSA explains risk assessment: Caffeine [Fact sheet]. European Food Safety Authority. https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/corporate_publications/files/efsaexplainscaffein_e150527.pdf

Gümüştakım, R. Ş., Kuş, C., & Uzkar, M. (2020). Tıp fakültesi öğrencilerinde gündüz uyku kalitesinin ve uyku hijyeninin değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Sleep Medicine*.

Günşen, U., Eseceli, H., Selçuk, K. T., & Atan, R. M. (2022). Üniversite öğrencilerinde vücut kompozisyonu ve antropometrik ölçümlerin uyku süresi ve uyku kalitesiyle ilişkisi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (18), 751-769. <https://doi.org/10.38079/igusabder.1096981>

Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., ... & Hillard, P. J. A. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep health*, 1(1), 40-43.

Ikram, E. H. K., Rosli, N. A., Hussin, A. M., & Chasni, A. N. (2024). The effect of caffeine consumption on sleep quality among undergraduate students in malaysia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 19(Supp.1), 79-86. <https://doi.org/10.25182/jgp.2024.19.sup.1.79-86>

Institute of Medicine, Food and Nutrition Board, Committee on Military Nutrition Research. (2002). Caffeine for the sustainment of mental task performance: formulations for military operations. National Academies Press.

İskender, H., Dokumacıoğlu, E., Kanbay, Y., & Bayageldi, N. K. (2018). Üniversite öğrencilerinde sağlıklı yaşam ve depresyon puan düzeyleri ile ilgili faktörlerin belirlenmesi. *Acibadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 0-0. <https://doi.org/10.31067/0.2018.64>

Khan, M. S., Nisar, N., & Naqvi, S. A. A. (2017). Caffeine consumption and academic performance among medical students of Dow University of Health Science (DUHS), Karachi,

pakistan. *Annals Of Abbasi Shaheed Hospital and Karachi Medical & Dental College*, 22(3), 179-184. <https://doi.org/10.58397/ashkmdc.v22i3.126>

Kharaba, Z., Sammani, N., Ashour, S., Ghemrawi, R., Al Meslamani, A. Z., Al-Azayzih, A., ... & Alfoteih, Y. (2022). Caffeine consumption among various university students in the UAE, exploring the frequencies, different sources and reporting adverse effects and withdrawal symptoms. *Journal of nutrition and metabolism*, 2022(1), 5762299.

Mahoney, C. R., Giles, G. E., Marriott, B. P., Judelson, D. A., Glickman, E. L., Geiselman, P. J., & Lieberman, H. R. (2019). Intake of caffeine from all sources and reasons for use by college students. *Clinical nutrition*, 38(2), 668-675.

Makki, N. M., Alharbi, S. T., Alharbi, A. M., Alsharif, A. S., Aljabri, A. M., & Makki Sr, N. (2023). Caffeine consumption and depression, anxiety, and stress levels among University students in Medina: a cross-sectional study. *Cureus*, 15(10).

McIlvain, G. E., Noland, M. P., & Bickel, R. (2011). Caffeine Consumption Patterns and Beliefs of College Freshmen. *American Journal of Health Education*, 42(4), 235–244. <https://doi.org/10.1080/19325037.2011.10599193>

Meijer, A. M., & van den Wittenboer, G. L. (2004). The joint contribution of sleep, intelligence and motivation to school performance. *Personality and Individual Differences*, 37(1), 95-106. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.08.002>

Nas, S., Şengün, N. (2025). Uyku metabolizması ve beslenme. *Sağlık & Bilim 2025* Edt: Baygut, H., Beyhan, Y., Beslenme-I, 71-86.

Nawrot, P., Jordan, S., Eastwood, J., Rotstein, J., Hugenholtz, A., & Feeley, M. (2003). Effects of caffeine on human health. *Food Additives & Contaminants*, 20(1), 1-30.

Önder, İ., Masal, E., Demirhan, E., Horzum, M. B., & Beşoluk, Ş. (2016). Psychometric properties of sleep quality scale and sleep variables questionnaire in Turkish student sample. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 3(3), 9-21. <https://doi.org/10.17220/ijpes.2016.03.002>

Reddy, V. S., Shiva, S., Manikantan, S., & Ramakrishna, S. (2024). Pharmacology of caffeine and its effects on the human body. *European Journal of Medicinal Chemistry Reports*, 10, 100138.

Roehrs, T., & Roth, T. (2008). Caffeine: sleep and daytime sleepiness. *Sleep medicine reviews*, 12(2), 153-162.

Samaha, A., Gebbawi, M., Yahfoufi, N., Ghaddar, A., & Samaha, A. (2023). The Relationship Between Caffeine Addiction and Stress Among Lebanese Medical Students in Lebanon. *BAU Journal-Health and Wellbeing*, 5(2), 1.

Sarıkaya, M., Ökmen, M. Ş., & Bağcı, E. (2023). Spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyi ile uyku kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Herkes İçin Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 5(1), 9-16. <https://doi.org/10.56639/jsar.1279951>

Schlarb, A. A., Claßen, M., Grünwald, J., & Vögele, C. (2017). Sleep disturbances and mental strain in university students: results from an online survey in Luxembourg and Germany. *International journal of mental health systems*, 11(1), 24.

Schmickler, J. M., Blaschke, S., Robbins, R., & Mess, F. (2023). Determinants of Sleep Quality: A Cross-Sectional Study in University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2019. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032019>

Sökülmez Kaya, P. ve Açar, Y. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Kafein Tüketiminin Değerlendirilmesi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3):595-606. <https://doi.org/10.47115/jshs.996974>

Turnbull, D., Rodricks, J. V., Mariano, G. F., & Chowdhury, F. (2017). Caffeine and cardiovascular health. *Regulatory Toxicology and Pharmacology*, 89, 165-185.

Valle, V. I., Ballestar-Tarín, M. L., Mafla-España, M. A., Cauli, O., & Navarro-Martínez, R. (2023). Salivary interleukin 1-beta concentration associates with sleep quality in older individuals. *Biological Research for Nursing*, 26(1), 21-34. <https://doi.org/10.1177/10998004231181347>

Wang, F., & Bíró, É. (2021). Determinants of sleep quality in college students: A literature review. *Explore*, 17(2), 170-177.

WHO (2022). <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/topic-details/GHO/body-mass-index>

Yazıcı, H., Tosun, C., Özdemir, M., Karsantık, Y., Aydın, B., & Saki, V. (2021). Covid-19 salgın döneminde üniversite öğrencilerinde kişisel sağlık davranışları ve öznel iyi oluş. *Toplum ve Sosyal Hizmet, Covid-19 Özel Sayı Cilt 1*, 141-159. <https://doi.org/10.33417/tsh.984526>

Yılmaz, H., Çınar Yücel, Ş., Dağhan, Ş., Khorshid, L. (2025). Kafein Tüketim ve Nikotin Bağımlılık Düzeyindeki Farklılıkların Hemşirelik Öğrencilerinin Uyku Kalitesine Etkisi. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 10(2), 261-268. <https://doi.org/10.61399/ikcusbfd.1662005>

Zorba, E. ve Dokuzoğlu, G. (2023). Spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin dopinge yönelik görüşlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Spor Paradigmaları- I. <https://doi.org/10.58830/ozgur.pub197.c928>

Tablo 1. Uyku değişkenlerinin hesaplanması

Değişken	Formül	Tanımlama
Yatakta geçirilen zaman (TIB)	$TIB = (24:00 - \text{madde 13}) + \text{madde 9}$	Madde 13: Işıkların kapatıldığı zaman Madde 9: Uyanma zamanı
Toplam uyku süresi (TST)	$TST = TIB - \text{madde 14} - \text{madde 15}$	Madde 14: Uykuya dalmak için geçen süre Madde 15: Gece uyanık kalma süresi
Uyku verimliliği (SE)	$SE = (TST/TIB) \times 100$	Yatakta uykuda geçirilen zamanın yüzdesi

Tablo 2. Katılımcıların sosyo-demografik bilgileri

		$\bar{X} \pm SS$
	Boy uzunluğu (cm)	166,9 $\pm$ 7,7
	Vücut ağırlığı (kg)	63,4 $\pm$ 12,9
	BKİ (kg/m ²)	22,7 $\pm$ 3,8
	Toplam uyku süresi (s)	06:08 $\pm$ 01:56
		n (%)
Cinsiyet	Kadın	278 (79,2)
	Erkek	73 (20,8)
BKİ	Zayıf	36 (10,3)
	Normal	222 (63,2)

	Hafif şişman-şişman	93 (26,5)
Sigara Kullanımı	Evet	124 (35,3)
	Hayır	227 (64,7)
Alkol Kullanımı	Evet	103 (29,3)
	Hayır	248 (70,7)
İkamet	Devlet yurdunda	189 (53,8)
	Aile ile birlikte	65 (18,5)
	Arkadaşlar ile evde	35 (10,0)
	Diğer	62 (17,7)
Kronik hastalık durumu	Hayır	275 (78,3)
	Evet	76 (21,7)
Öğün sayısı	2	169 (48,1)
	3 ve üzeri	182 (51,9)
Öğün atlama durumu	Evet	166 (47,3)
	Bazen	147 (41,9)
	Hayır	38 (10,8)
TOPLAM		351 (%100,0)

*BKİ: Beden Kütle İndeksi

Tablo 3. Cinsiyete göre uyku kalitesi ve uyku değişkenleri

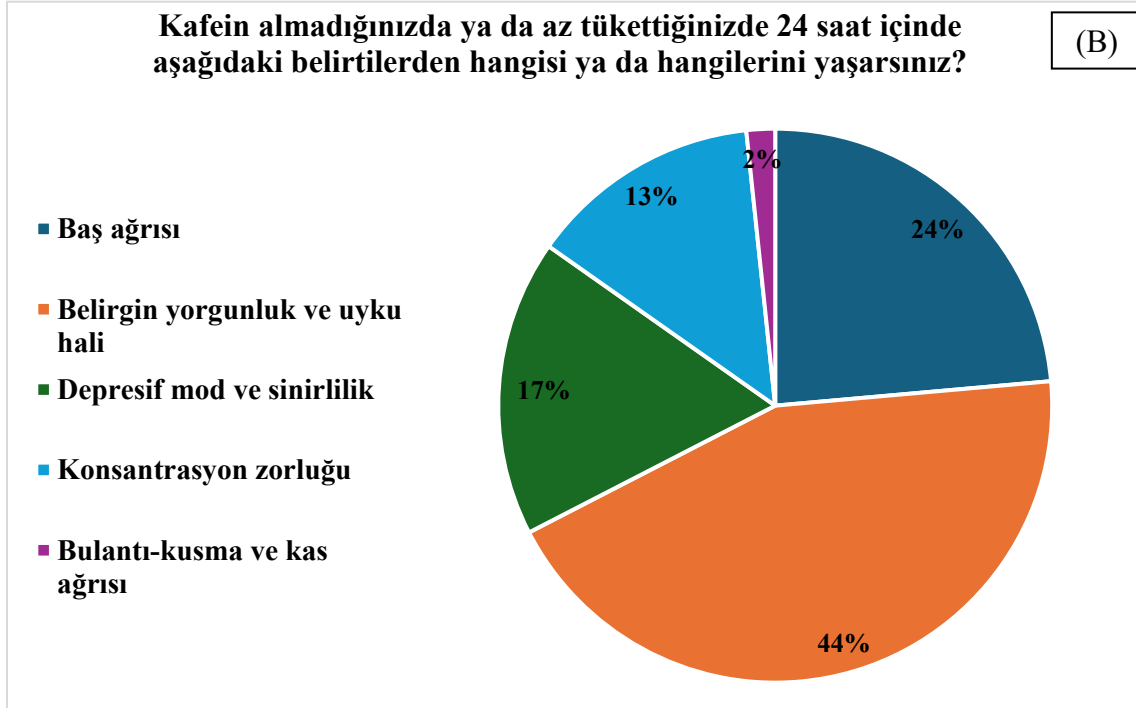
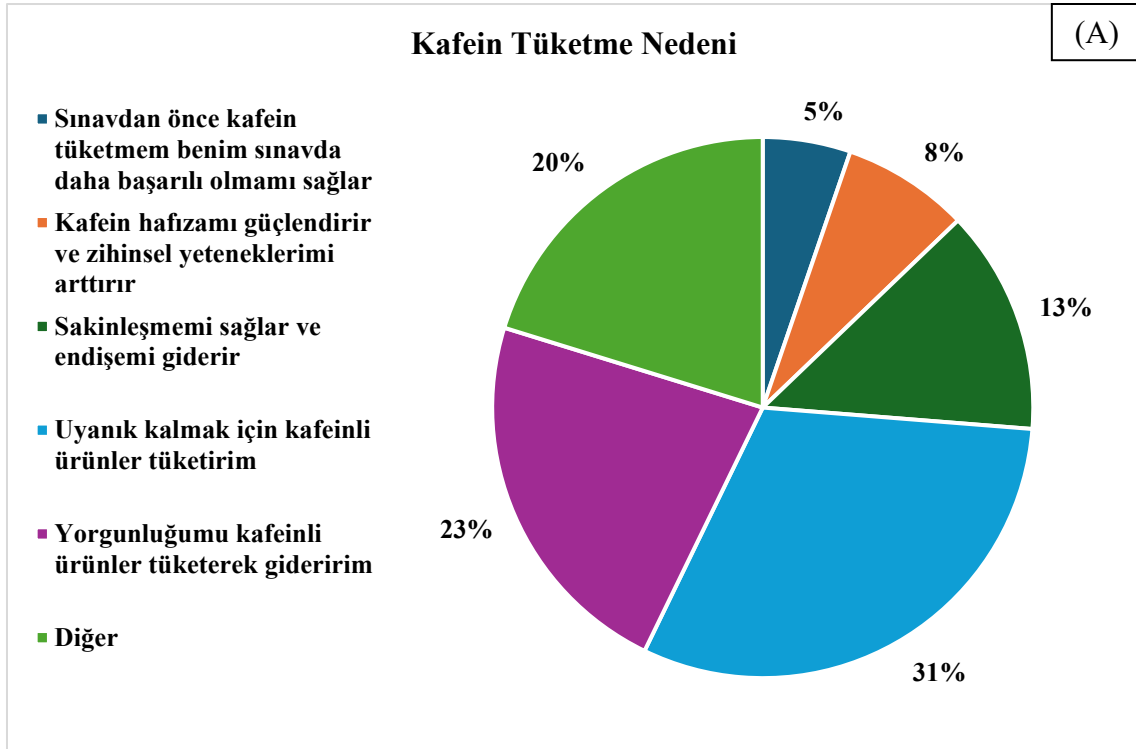
Değişkenler	Kadın ($\bar{X} \pm SS$)	Erkek ($\bar{X} \pm SS$)	Toplam ($\bar{X} \pm SS$)	p	Etki büyüklüğü
Hafta sonu uyku süresi (s)	09:23±02:03	09:37±02:19	09:26±02:06	0,000	0,35
Hafta içi uyku süresi (s)	07:01±01:57	06:53±02:11	06:59±02:00	0,000	0,21
Uyku kalitesi	14,4±2,4	13,7±2,1	14,3±2,4	0,000	0,31
Uyku etkinliği (%)	80,0±15,7	81,4±15,4	80,3±15,6	0,000	0,09

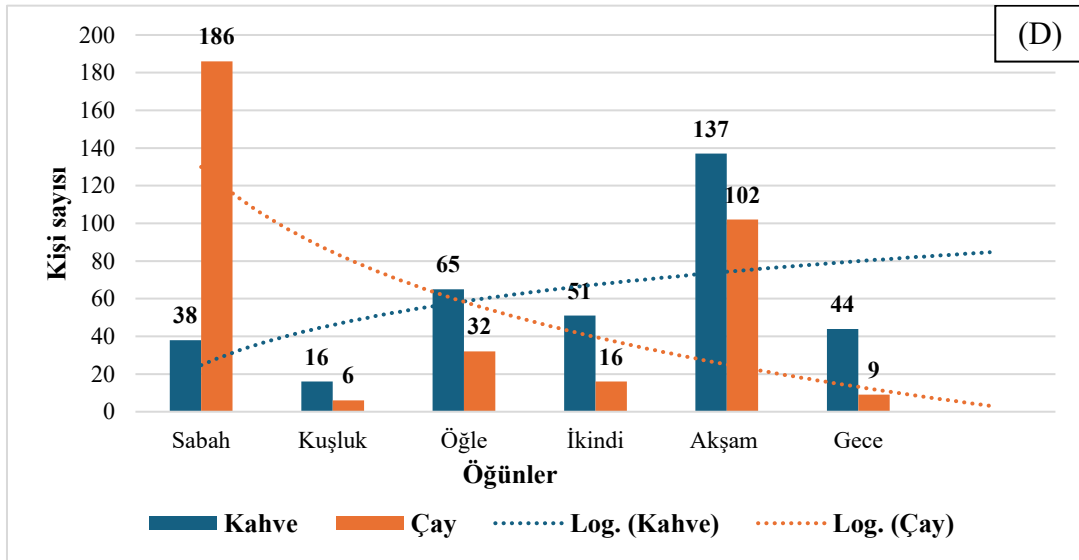
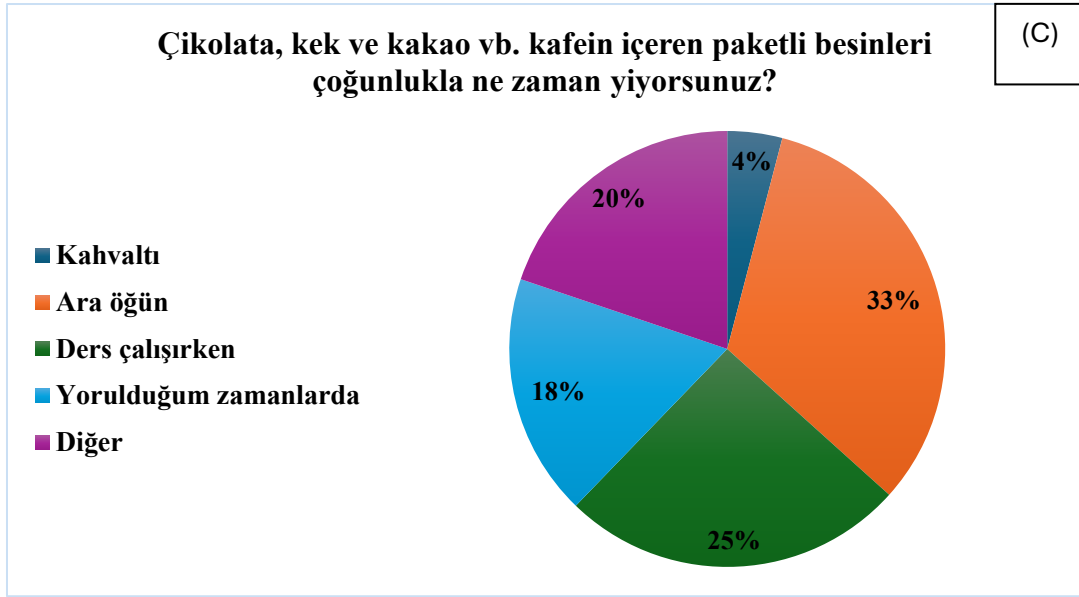
Tablo 4. Bazı değişkenler ile uyku kalitesi ve uyku etkinliği arasındaki ilişki

Değişkenler	Uyku kalitesi ($\bar{X} \pm SS$)	Uyku verimliliği ($\bar{X} \pm SS$)
BKİ grup Zayıf	14,2±2,6	79,2±16,6

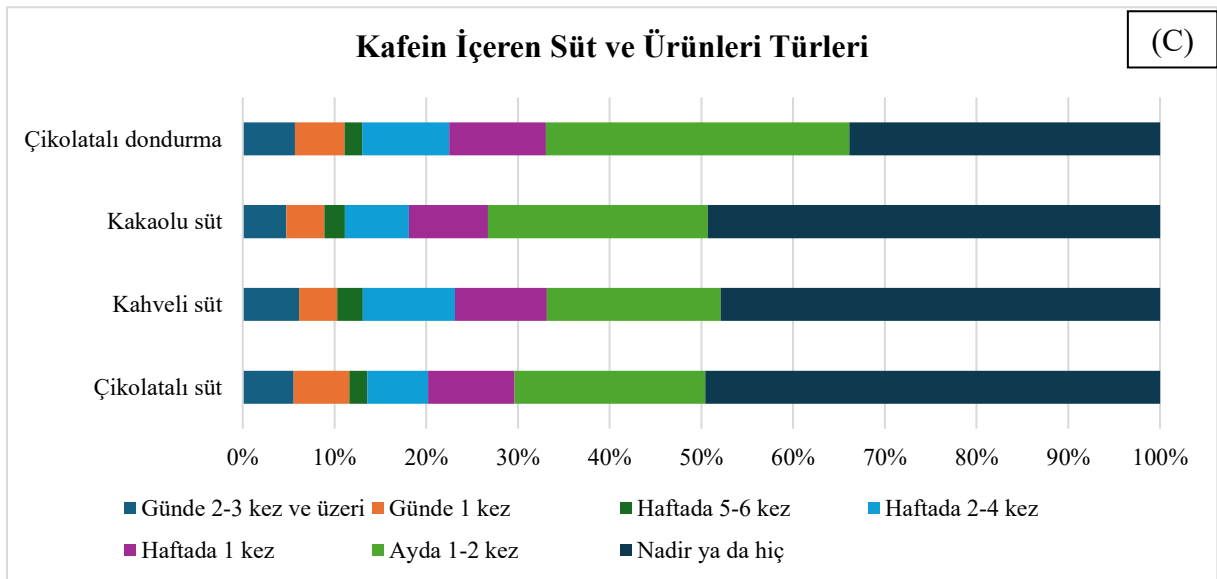
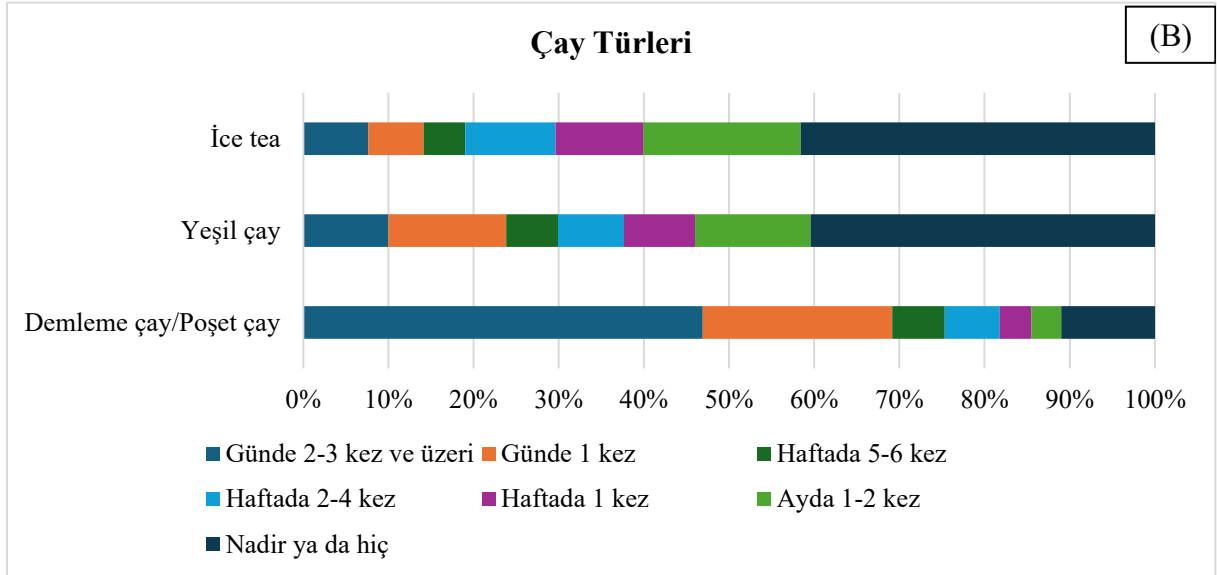
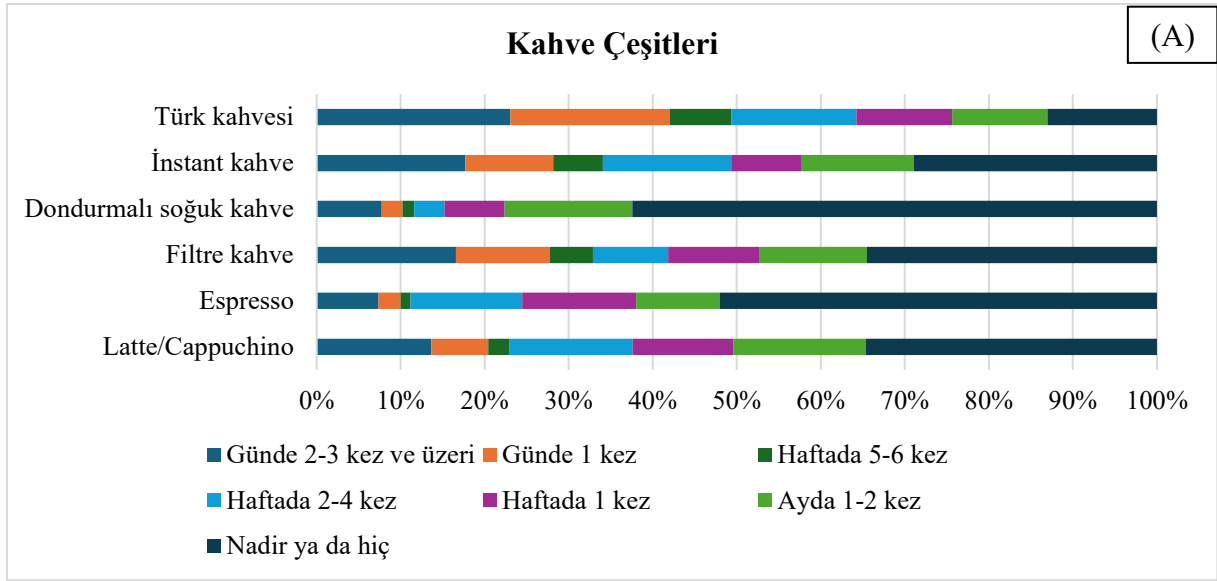
	Normal	14,3±2,3	80,2±15,4
	Hafif şişman-şişman	14,3±2,5	81,1±15,9
	p	0,729	0,673
İkamet*	Devlet yurdu	14,4±2,5 ^{ab}	79,2±16,6
	Aile ile birlikte	13,6±2,0 ^a	82,3±12,9
	Arkadaşlar ile evde	13,8±2,5 ^{ab}	80,5±18,8
	Diğer	14,8±2,3 ^b	81,4±13,1
	p	0,006	0,562
	Etki büyüklüğü	0,02	0,002
Sigara	Evet	14,4±2,4	79,0±17,1
	Hayır	14,2±2,4	81,0±14,7
	p	0,210	0,483
Alkol	Evet	14,4±2,4	79,3±15,8
	Hayır	14,2±2,4	80,7±15,6
	p	0,480	0,429
Öğün sayısı	2	14,6±2,4	80,0±15,7
	3 ve üzeri	14,0±2,4	80,6±15,6
	p	0,026	0,796

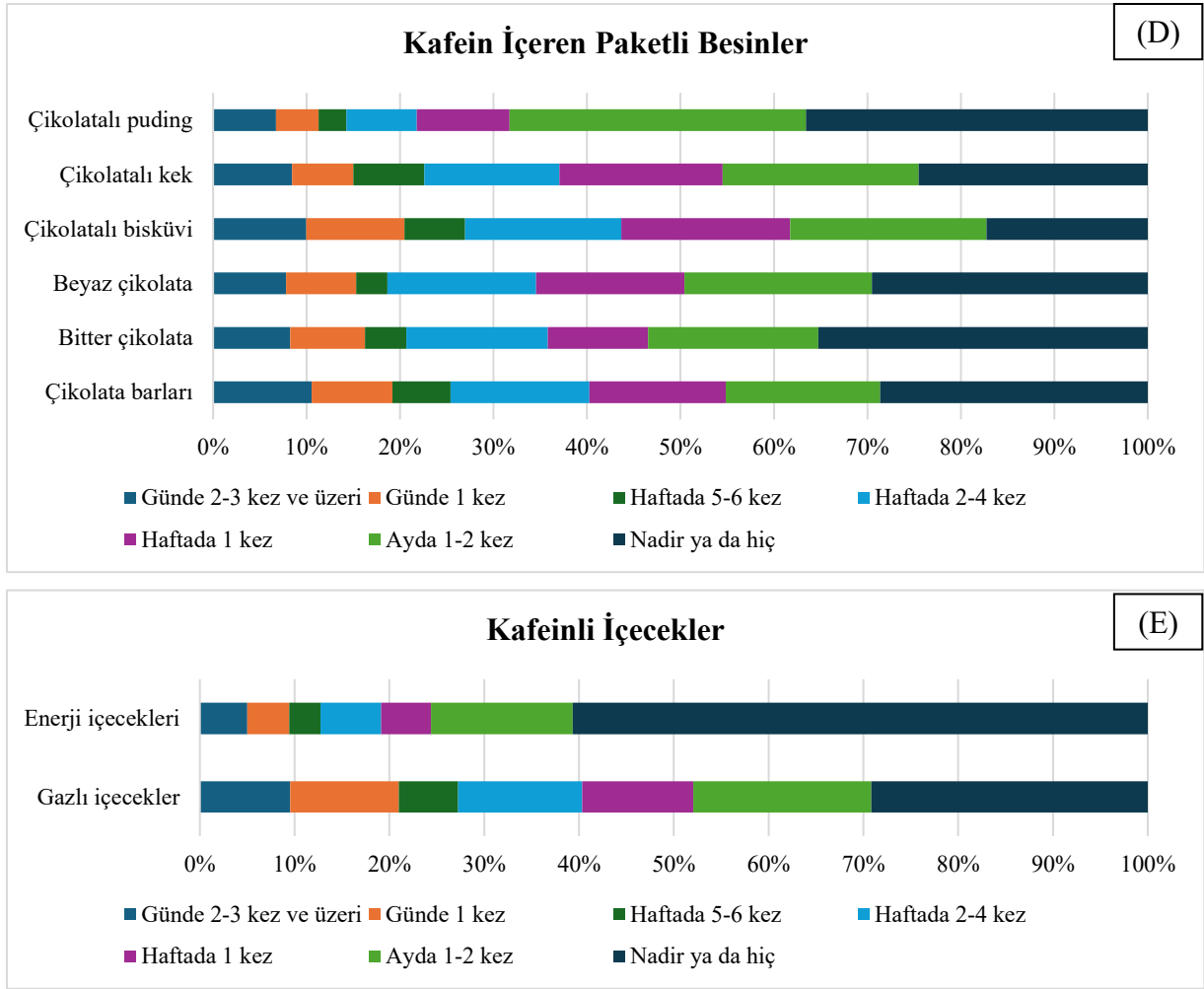
*Gruplar arasındaki farklar küçük harfler ile üst simge olarak gösterilmiştir.





Figür 1. Katılımcıların kafein tüketimine dair alışkanlıkları





Figür 2. Katılımcıların kafeinli besinleri tüketim sıklıkları

BÜYÜKŞEHİR BELEDİYELERİNDE GENÇLİK VE SPOR YAPILANMASI

Murat ATASOY

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırşehir, Türkiye, ORCID:

0000-0002-0258-8042, E-posta: matasoy@ahievran.edu.tr

Abdulselam ERDİMEZ

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor

Anabilim Dalı, Kırşehir, Türkiye, ORCID: 0009-0006-4907-2787, E-posta:

aserdimez@gmail.com

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı Türkiye'deki Büyükşehir Belediyeleri bünyesinde bulunan Gençlik ve Spor yapılanmasını incelemektir. Türkiye'de spor hizmetlerinin yürütülmesinde merkezi yönetim önemli bir rol oynasa da, yerel yönetimler özellikle büyükşehir belediyeleri, sporun yaygınlaştırılması ve spor tesislerinin geliştirilmesinde kritik görevler üstlenmektedir. Anayasa ve çeşitli kanunlar (5216, 5393 sayılı kanunlar gibi) yerel yönetimlere spor hizmetlerinin sunulması ve desteklenmesi konusunda yasal sorumluluklar vermektedir. Büyükşehir belediyeleri, spor politikalarının uygulanması, stratejik planların hazırlanması ve spor hizmetlerinin yaygınlaştırılması açısından öncelikli aktörlerdir. İlçe ve diğer belediyeler ise genellikle kültürel ve sosyal işler müdürlükleri bünyesinde spor hizmetlerini yürütmekte, ancak spor yönetiminde daha etkin yapılar kurulması gerekmektedir. Yerel yönetimlerin, sporun toplumda yaygınlaşması, sağlıklı nesiller yetiştirilmesi ve sosyal katılımın artırılması gibi sosyal faydalar sağlaması beklenmektedir.

Gereç ve Yöntem: Konu ile ilgili kaynak taraması yapılmıştır. 13 tane büyükşehir belediyesine ait internet sitesinden yararlanılarak “Gençlik ve Spor” yapılanmalarına dair bilgiler elde edilmiştir. Ayrıca daha önce yapılan çalışmalardan faydalanılarak bu çalışma oluşturulmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak bilgilerine ulaşılan 13 Büyükşehir Belediyenin spor yapılanmasında 1 Daire Başkanlığı ve Spor ve Gençlikle ilgili çeşitli müdürlükler kanadıyla bu hizmetlerin yürütüldüğü gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Belediyelerde Spor, Gençlik ve Spor, Yerel Yönetimler ve Spor

YOUTH AND SPORTS IN THE MUNICIPALITIES

Murat ATASOY

Kirsehir Ahi Evran University, Faculty of Sport Sciences, Kırşehir, Turkey

ORCID: 0000-0002-0258-8042

E-posta: matasoy@ahievran.edu.tr

Abdulselam ERDİMEZ

Kirsehir Ahi Evran University, Institute of Health Sciences, Department of Physical Education and Sports, Kırşehir, Turkey

ORCID: 0009-0006-4907-2787

E-posta: aserdimez@gmail.com

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to examine the Youth and Sports structuring within the Metropolitan Municipalities in Turkey. Although central management plays an important role in the conduct of sports services in Turkey, local governments, especially metropolitan municipalities, are taking critical roles in the dissemination of sports and the development of sports facilities. The Constitution and various laws (such as laws numbered 5216, 5393) give legal responsibilities to local governments for the provision and support of sports services. Metropolitan municipalities are the primary actors in terms of implementing sports policies, drafting strategic plans and promoting sports services. The district and other municipalities usually carry out sports services within cultural and social affairs directorates, but more effective structures need to be established in sports management. Local governments are expected to provide social benefits such as the spread of sport in society, raising healthy generations and increasing social participation.

Materials and Methods: Resources related to the subject were scanned. “Youth and Spor” structures were obtained by using the website of 13 metropolitan municipalities. In addition, this study was created by taking advantage of previous studies.

Conclusion: As a result, it was observed that these services were carried out with 13 Department Presidency in sports structuring of Metropolitan Municipality and various directorates related to Sports and Youth.

Keywords: Sports, Youth and Sports in Municipalities, Local Governments and Sports

GİRİŞ

Türkiye’de merkezi yönetimin almış olduğu kararları ve hizmetleri en hızlı bir şekilde taşradaki vatandaşlara ulaştırmak yerel yönetimler aracılığıyla yapılmaktadır. Bu kapsamda Türkiye’de yerel yönetimlere anayasa ve kanunlar çerçevesinde vatandaşların spor yapmalarını ve spor yapan bireylere gerekli destekleri sunmalarını güvence altına almıştır.

Bir bölgede yaşayan insanların ihtiyaçlarına göre yatırımların şekillendirilmesi ve yerelin koşullarına uygun politikaların geliştirilmesi, yerel yönetimleri kamu yönetimi içinde vazgeçilmez kılmaktadır (Atalay, 2013). Yerel yönetimlerin tüm vatandaşlara eşit hizmet sunması temel bir yükümlülüktür (Zengin ve Öztaş, 2008). Özellikle dezavantajlı bireylerin de faydalanabileceği rekreatif alanların oluşturulması, sosyal adalet açısından önemli bir işlevdir. Türkiye’de yerel yönetimlerin spor hizmetlerini kamu hizmeti olarak sunmasına yönelik yasal dayanaklar bulunmaktadır. 5216 sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu, 5393 sayılı Belediye Kanunu, 5302 sayılı İl Özel İdaresi Kanunu ve 442 sayılı Köy Kanunu, bu alanda yerel yönetimlere çeşitli görevler yüklemektedir. Aynı zamanda, 1982 Anayasası’nın 59. maddesiyle de devlet, her yaştan bireyin beden ve ruh sağlığını geliştirmeye yönelik spor faaliyetlerini desteklemekle sorumlu tutulmuş, başarılı sporcuların korunması anayasal güvence altına alınmıştır (Zengin ve Öztaş, 2008). Ayrıca, 5393 sayılı Belediye Kanunu’nun 14. ve 73. maddeleri, belediyelere spor ve rekreasyon alanları oluşturma ve bu hizmetleri sürdürme yükümlülüğü getirmektedir. Etkili ve verimli hizmet sunumu açısından yerel yönetimlerin önemi büyüktür. Nitekim birçok gelişmiş ülkede spor hizmetleri büyük ölçüde yerel yönetimler tarafından yürütülmektedir (Doğu, ve ark., 2002).

Büyükşehir Belediyeleri

5216 sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu'nun 15. ve 24. maddeleri, büyükşehir belediyelerine spor yönetimi konusunda artan düzeyde sorumluluklar yüklemektedir. Bu maddelerde, eğitim, kültür, gençlik ve spor komisyonlarının kurulması ile spor faaliyetlerine yönelik harcamaların bütçe cetvellerinde özel olarak gösterilmesi gerektiği belirtilmiştir. Bu durum, sporun yerel

düzeyde kurumsal bir yapı içinde ele alınmasını zorunlu kılmaktadır. Mumcu ve ark. (2021) yaptığı çalışmaya göre, Türkiye'deki 30 büyükşehir belediyesinin 19'unda doğrudan sporla ilgili bir daire başkanlığı oluşturulmuşken, geri kalan belediyelerde bu hizmetler farklı daire başkanlıkları bünyesinde yürütülmektedir.

BÜYÜKŞEHİR BELEDİYELERİNDE GENÇLİK VE SPOR YAPILANMASI ÖRNEKLERİ

Bu bölümde Türkiye'deki Büyükşehir Belediyelerinin 13'ünün internet sitelerinden yararlanarak Gençlik ve Spor yapılanmalarına ait bilgilere ulaşılmıştır.

Bu belediyeler şu şekildedir; Adana Büyükşehir Belediyesi, Ankara Büyükşehir Belediyesi, Bursa Büyükşehir Belediyesi, Diyarbakır Büyükşehir Belediyesi, İstanbul Büyükşehir Belediyesi, Kayseri Büyükşehir Belediyesi, Kocaeli Büyükşehir Belediyesi, Konya Büyükşehir Belediyesi, Malatya Büyükşehir Belediyesi, Muğla Büyükşehir Belediyesi, Sakarya Büyükşehir Belediyesi, Şanlıurfa Büyükşehir Belediyesi, Trabzon Büyükşehir Belediyesine ait internet sitelerinde yapılan araştırmaya göre bu belediyelere ait spor yapılanmalarında 1 Daire Başkanlığı ve sporla ilgili çeşitli müdürlüklerden oluştuğu görülmüştür.

YÖNTEM

Konu ile ilgili kaynak taraması yapılmıştır. 13 tane büyükşehir belediyesine ait internet sitesinden yararlanılarak “Gençlik ve Spor” yapılanmalarına dair bilgiler elde edilmiştir. Ayrıca daha önce yapılan çalışmalardan faydalanılarak bu çalışma oluşturulmuştur.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Büyükşehir belediyelerinin gençlik ve spor alanındaki yapılanması, Türkiye'de spor hizmetlerinin etkin bir şekilde sunulmasında kritik bir rol oynamaktadır. Merkezi yönetim, spor politikalarını belirlerken, yerel yönetimlerin bu politikaları uygulamaları ve halkın sporla buluşmasını sağlamaları büyük önem taşır. Belediye kanunları ve stratejik planlar, yerel yönetimlerin spor hizmetlerine yönelik sorumluluklarını net bir şekilde tanımlamakta ve bu hizmetlerin geniş kitlelere ulaşmasını amaçlamaktadır.

1. Spor yönetiminde kurumsal yapı güçlendirilmeli
2. Yerel spor politikaları iyileştirilmeli
3. Spor tesislerine erişim kolaylaştırılmalı

4. Amatör spor kulüplerine destek artırılmalı
5. Sporun yaygınlaştırılması için eğitim programları düzenlenmeli
6. Sosyal katılım ve gönüllülük desteklenmeli
7. Sporun kültürel ve sosyal boyutları desteklenmeli
8. Ulusal ve uluslararası spor organizasyonları düzenlenmeli
9. Spor ve gençlik alanında kamu-özel sektör işbirlikleri geliştirilmeli
10. Sporu sosyal adalet perspektifinden ele almak

KAYNAKÇA

Atalay, A. (2013). Kars Ardahan Ağrı Merkez-Yerel Yöneticilerinin Spor Hizmetlerine Yönelik Görüşlerinin Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Zengin, E., ve Öztaş, C., (2008). Yerel Yönetimler ve Spor. *İstanbul Üniversitesi Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 55, 49-78.

Doğu, G., Kesim, Ü., Sivrikaya, Ö. (2002). Belediyelerin Sporla İlgili İşlevleri: Düzce Belediyesi Örneği. *Çağdaş Yerel Yönetimler Dergisi*, 11(2), 89-106.

Mumcu, E., Aligül, B., Karakullukçu, Ö., Paktaş, Y. (2021). Büyükşehir Belediyelerinin Sportif ve Rekreatif Hizmetlerinin Niteliklerinin İncelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(36), 2841-2858.

5302 Sayılı İl Özel İdaresi Kanunu, RG: 22.2.2005, S. 25745, <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.5302.pdf>, Erişim Tarihi: 02.02.2023.

5393 Sayılı Belediye Kanunu, RG: 3.7.2005, S. 25874, <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.5393.pdf>, Erişim Tarihi: 10.02.2023.

5216 Sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu, RG: 10.7.2004, S. 25531, <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=5216&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5>, Erişim Tarihi: 02.10.2021.

Adana Büyükşehir Belediyesi, (2021).

<https://www.adana.bel.tr/tr/birim-detay/187>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Ankara Büyükşehir Belediyesi, (2025).

<https://www.ankara.bel.tr/teskilat-semasi/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi-257>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Bursa Büyükşehir Belediyesi, (2024).

<https://www.bursa.bel.tr/idari/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi-215>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Diyarbakır Büyükşehir Belediyesi, (2025).

<https://www.diyarbakir.bel.tr/kurumsal/yonetim.html>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

İstanbul Büyükşehir Belediyesi, (2023).

<https://ibb.istanbul/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi/#organizasyon-semasi>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Kayseri Büyükşehir Belediyesi, (2022).

<https://www.sporaskayseri.com.tr/organizasyon-semasi>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Kocaeli Büyükşehir Belediyesi, (2024).

<https://www.kocaeli.bel.tr/birim/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi-28.html>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Konya Büyükşehir Belediyesi, (2025).

<https://www.konya.bel.tr/birim/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi/adres-ve-iletisim>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Malatya Büyükşehir Belediyesi, (2023).

<https://www.malatya.bel.tr/organizasyon-semasi>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Muğla Büyükşehir Belediyesi, (2025).

<https://www.mugla.bel.tr/birim/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Sakarya Büyükşehir Belediyesi, (2025).

<https://www.sakarya.bel.tr/en/Daire-Baskanligi/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi/135>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

şanlıurfa Büyükşehir Belediyesi, (2025).

<https://www.sanliurfa.bel.tr/birim/24/485/genclik-ve-spor-hizmetleri-dairesi-baskanligi>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

Trabzon Büyükşehir Belediyesi, (2025).

<https://www.trabzon.bel.tr/Web/DaireBaskanligiIcerik/241>, Erişim Tarihi: 07.09.2025.

**KARBOPLATİN İLE İNDÜKLENMİŞ SIÇANLARDA KIZAMIK (BERBERİS
VULGARİS L.) VE DARDAĞAN (CELTİS TOURNEFORTİİ) MEYVE
EKSTRAKTLARININ BAZI FİZYOLOJİK VE ORGAN İNDEKS
PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİLERİNİN ARAŞTIRILMASI**

Sadık KÜÇÜKGÜNAY

Tıp Fakültesi, Tıbbi Farmakoloji Anabilim Dalı,
Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, 40100 Kırşehir, Türkiye, ORCID:0009-0005-7520-6788

Fatma ERGÜN

Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü,
Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir, Türkiye, ORCID:0000-0001-5587-1581

ÖZET

Bu çalışmada karboplatin uygulanan sıçanlarda canlı ağırlık, yem, su tüketimi ve organ ağırlıkları üzerine kızamık (*Berberis vulgaris* L.) ve dardağan (*Celtis tournefortii*) meyve ekstraktlarının etkileri araştırılmıştır. Bu amaçla, çalışmada 42 adet 10-12 haftalık Wistar Albino sıçanlar kullanılarak, Kontrol, KP (Karboplatin.), Bv (*B. vulgaris* bitki ekstraktı). Ct (*C. tournefortii* ekstraktı), KBv (Karboplatin + *B. vulgaris* ekstraktı), KCt (Karboplatin + *C. tournefortii* ekstraktı), KBC (Karboplatin + *B. vulgaris* ekstraktı + *C. tournefortii* ekstraktı) yedi grup oluşturuldu. Çalışma sonunda en yüksek canlı ağırlık artış değerinin KBC’de en düşük değer KP’de olduğu, en yüksek su tüketim miktarının KCt’de ve en düşük yem tüketim miktarının ise KP’de olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca en düşük dalak organ indeks değerinin ve en yüksek kalp ve böbrek organ indeks değerlerinin KP’de olduğu belirlenmiştir.

Sonuç olarak çalışmada kullanılan kızamık (*Berberis vulgaris* L.) ve dardağan (*Celtis tournefortii*) meyve ekstraktlarının, sıçanlarda karboplatin uygulanmasına bağlı olarak ortaya çıkan canlı ağırlık artışı, yem ve su tüketimi ve kalp ve böbrek organ indeksi üzerindeki olumsuz etkileri kısmen önleyici etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Karboplatin kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan olumsuzlukların önlenmesi için yeni çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Karboplatin, Organ İndeksi, *Berberis Vulgaris*, *Celtis Tournefortii*

EFFECTS OF SOME PHYSIOLOGICAL AND ORGAN INDEX PARAMETERS OF MEAT EXTRACTS FROM MEAT (*BERBERIS VULGARIS* L.) AND DARDAGAN (*CELIİS TOURNEFORTII*) FRUIT EXTRACTS ON CERTAIN PHYSIOLOGICAL AND ORGAN INDEX PARAMETERS

Sadık KÜÇÜKGÜNAY

Department of Medical Pharmacology, Faculty of Medicine, Kırşehir Ahi Evran University,
40100 Kırşehir, Turkey, ORCID:0009-0005-7520-6788

Fatma ERGÜN

Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, Kırşehir Ahi Evran
University, Kırşehir, Turkey, ORCID:0000-0001-5587-1581

ABSTRACT

This study investigated the effects of barberry (*Berberis vulgaris* L.) and hackberry (*Celtis tournefortii*) fruit extracts on live weight, feed and water consumption, and organ weights in rats treated with carboplatin. For this purpose, 42 10-12-week-old Wistar Albino rats were used in the study, and the following groups were established: Control, KP (Carboplatin), Bv (*B. vulgaris* plant extract), Ct (*C. tournefortii* extract), KBv (Carboplatin + *B. vulgaris* extract), KCt (Carboplatin + *C. tournefortii* extract), and KBC (Carboplatin + *B. vulgaris* extract + *C. tournefortii* extract) groups were established. At the end of the study, it was determined that the highest live weight gain value was in KBC, the lowest value was in KP, the highest water consumption amount was in KCt, and the lowest feed consumption amount was in KP. In addition, it was determined that the lowest spleen organ index value and the highest heart and kidney organ index values were in KP.

In conclusion, it was concluded that the fruit extracts of barberry (*Berberis vulgaris* L.) and hackberry (*Celtis tournefortii*) used in the study partially prevented the adverse effects of carboplatin administration on live weight gain, feed and water consumption, and heart and kidney organ index in rats. Further studies are needed to prevent the adverse effects associated with carboplatin use.

Keywords: Carboplatin, Organ Index, *Berberis Vulgaris*, *Celtis Tournefortii*

GİRİŞ

Kanser; büyüme özelliği bozulmuş hücrelerin klonal yayılım göstererek oluşturduğu ve dünyanın her yerinde insan yaşamını tehdit eden hastalıkların en komplike olanıdır (Yokuş ve Çakır, 2012). Kanserlerin oluşumunda birçok multifaktör rol oynamaktadır. Bu faktörler arasında en önemlileri bakteriler, virüsler, hava kirliliği, radyasyon gibi çeşitli çevresel etkenler, beslenme alışkanlıkları ve toksik kimyasallardır. İnsanoğlunun kanserle mücadele etmesi yıllar öncesine dayanmaktadır. Her ne kadar kanserle mücadele edilirken bazı prosedürler geliştirilmiş olsa da genel olarak her kansere özgü olarak farklı yaklaşımlar ve tedaviler uygulanmaktadır.

Kanser tedavisinde uygulanan sitotoksik ajanlar sistemik kemoterapi tedavi rejimlerinin önemli bir bileşeni olmaya devam etmektedir (Sachdev ve Jahanzeb, 2016). Bunlar arasında yer alan karboplatin, geniş spektrumlu antitümör aktivitesine sahip, tek ajan olarak veya çoklu tümörlerin tedavisinde kombinasyon halinde kullanılan bir sisplatin türevidir (Lynce ve Nunes, 2021). Karboplatinin kanser tedavilerinde genel uygulamalarının yanı sıra, cerrahi ve lokal tedavilerde kullanım olanağı da bulunmaktadır. Karboplatin hücre içerisinde reaktif platin komplekslerine dönüşerek etki gösterir (Honing ve ark., 2014). Bu kompleksler, hücresel DNA'nın zincirine etki ederek hücresel DNA'da gerçekleşen reaksiyonların baskılanmasına ve sonuçta hücrenin ölmesine neden olur (Brabec ve Kasparkova, 2005). Karboplatinin bu özelliği hücre gelişimi sırasında bir evreye özgü değildir. Kullanılması durumunda hücresel döngünün tüm evreleri için geçerlidir (Björn ve ark., 2020). Karboplatinin diğer sisplatin türevi ilaçlara kıyasla daha az yan etkisinin olduğu düşünüldüğü için son yıllarda kullanımı önemli ölçüde artırmıştır. Fakat karboplatinin nefrotoksisite, hepatotoksisite ve ototoksisite gibi toksik etkileri de mevcuttur (Oun ve ark., 2019). Karboplatinin vücutta oluşturduğu sitotoksik etkinin tolere edilmesi zordur. Her ne kadar kullanılması durumunda yan etkileri hafif düzeyde olsa da bu yan etkilerden hastanın yaşam kalitesi büyük ölçüde etkilenmektedir. Karboplatinin hepatik hastalıklara, pulmoner toksisiteye, alopesiye, mukozite ve hemorajik sistite neden olduğu rapor edilmiştir (Calvert. 2019; Dermitzakis ve ark., 2016; Tambe ve ark., 2020; Skverchinskayave ark., 2023). Ayrıca karboplatinin kan trombosit düzeyini düşürdüğü bildirilmiştir (Marković ve ark., 2011). Bu nedenle karboplatinin kullanımı sırasında ortaya çıkabilecek yan etkilerin azaltılması veya yok edilmesi ve tedavideki etkinliğinin artırılması için istenmeyen yan etkilerin iyileştirilmesi gerekir (Hekmat ve ark., 2012; Karuppaiah ve ark., 2020). Bu uygulamadaki temel amacın kullanıma bağlı istenmeyen etkilerin azaltılması ve tedavideki başarının artırılması olmalıdır. Bu amaçla doğal bitki ekstraktları kullanılabilir. Doğal bitkiler

içlerinde besleyici maddelerin yanında bol miktarda antikanser ajan bulundurlar. Son yıllarda yapılan birçok çalışma, bu bitkilerin standart kemoterapötik ilaçlarla birlikte kullanılmasının kanser hücrelerinin yok edilmesine katkı sağlayabileceğini, sinerjik etki oluşturabileceğini ve bu sayede daha iyi bir terapötik yanıt elde edilebileceğini göstermiştir. Ayrıca, bu yaklaşımın daha düşük ve güvenli dozların kullanılmasına olanak sağlayabileceği düşünülmektedir (Yu ve ark., 2013; Yu ve Chen., 2014; Nwadibia ve ark., 2024).

Doğada kendiliğinden yetişen Kızamık (*Berberis vulgaris* L.) ve Dardağan (*Celtis tournefortii*) bitki meyveleri yüksek miktarda fitokimyasal içerir. Bu bitkiler çok yıllık orman bitkileridir. Bu türler üzerinde yapılan çalışmalarda özellikle bitki meyvelerinden elde edilen ekstraktların antioksidan kapasitesinin yüksek olduğu bildirilmiştir (Gündoğdu, 2013; Eminağaoğlu ve ark., 2014; Tvrdá ve ark., 2019; Gecibesler. 2019). Bu amaçla çalışmada karboplatin uygulanan sıçanlarda, *B. vulgaris* ve *C. tournefortii* meyve ekstraktı uygulamasının canlı ağırlık, yem, su tüketimi ve organ ağırlıkları üzerine etkileri araştırılmıştır.

MATERYAL YÖNTEM

Çalışma Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Tıp Fakültesinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma için Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Hayvan Deneyleri Yerel Etik Kurulu'ndan 18/01 nolu ve 10.09.2025 tarihli izin alınmıştır.

Bitkisel Materyalin Hazırlanması:

Çalışmada kullanılan *B. vulgaris* L. ve *C. Tournefortii* bitki örnekleri Erzurum ili Olur ilçesinde (40°49'49"N'42°07'57"E 1311 m) özel bir mülk içerisinde bulunan ve kendiliğinden yetişen bitkilerden sonbahar mevsiminde (meyve olgunluk dönemi) toplanmıştır. Toplanan bitki örnekleri ilk önce fiziksel kirlerinden uzaklaştırmak için distile su ile yıkanmış daha sonra gölgede kurumaya bırakıldı. Kurutma işlemine sabit tartıma ulaşınca kadar devam edildi. Kurutulan numuneler öğütücüde fiziksel olarak parçalandı. Elde edilen numunedan 10 gr alındı ve erlene konuldu. Üzerlerine 200 mL metanol ilave edildi ve ağzı kapalı manyetik karıştırıcıda karıştırıldı ve elde edilen ekstrakt süzüldü. Bu işlem belirli aralıklarla üç defa tekrarlandı. Elde edilen süzüntülerin metanol kısmı evaporatör yardımıyla 40°C'de uzaklaştırılarak bitki ekstraktları elde edilmiştir (Ergün ve ark., 2024). Elde edilen ekstraktlar daha sonra sıvı ile genişletilerek gavaj yoluyla deney gruplarına verilmiştir.

Çalışma Grupları:

Çalışma, her grupta 6'şar adet olmak üzere toplam 42 adet 10–12 haftalık Wistar albino sıçan kullanılarak 7 grup halinde planlanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1: Çalışma grupları

Gruplar	Prosedür
1- Kontrol	1. gün Fizyolojik tuzlu su p.i.
2- Karboplatin (Kp)	1.gün 60 mg/kg p.i. tek doz
3- B. vulgaris ekstraktı (Bv)	7 gün boyunca her gün 100 mg/kg/gün bitki ekstraktı (gavaj)
4. C. tournefortii ekstraktı (Ct)	7 gün boyunca her gün 100 mg/kg/gün bitki ekstraktı (gavaj)
5. Kp+ B. Vulgaris ekstraktı (KBv)	1.gün 60 mg/kg p.i. tek doz KP + 7 gün boyunca her gün 100 mg/kg/gün bitki ekstraktı (gavaj)
6. Kp+ C. tournefortii ekstraktı (KCt)	1.gün 60 mg/kg p.i. tek doz KP + 7 gün boyunca her gün 100 mg/kg/gün bitki ekstraktı (gavaj)
7. Kp+ (Bv)+ (Ct) (KBC)	1.gün 60 mg/kg p.i. tek doz KP + 7 gün boyunca her gün 100 mg/kg/gün B. vulgaris ve C. tournefortii bitki ekstraktı (gavaj)

Analizler:

Yem, su tüketimi ve vücut ağırlık analizleri: Sıçanların çalışma sonuna kadar tükettikleri yem ve su miktarları ölçülmüş ve çalışma bitiminde sıçanların tüketmiş olduğu su (mL/100g CA) ve yem (g/100g CA) miktarları belirlenmiştir. Ayrıca sıçanların vücut ağırlıkları dijital hassas terazi ile ölçülmüş ve günlük canlı ağırlık değişimleri hesaplanmıştır.

Organ Analizleri: Çalışmanın 7. gününde cerrahi prosedüre (ksilazin (10 mg/kg canlı ağırlık periton içi + ketamin 60 mg ketamin hidroklorür/kg canlı ağırlık, periton içi) tabi tutulan sıçanlardan alınana kalp, karaciğer, dalak ve böbrekler hızla diseke edilmiş, ağ dokusu ve fascia uzaklaştırılarak organ yüzey sıvıları filtre kağıdı kullanılarak kurutulmuştur. Daha sonra ağırlıkları ölçülmüş ve aşağıdaki formül kullanılarak organ indeksleri hesaplanmıştır (Yuwen ve ark., 2025).

$$\text{Organ İndex (\%)} = \frac{\text{Organ Kütlesi (g)}}{\text{Vücut Kütlesi (g)}} \times 100$$

İstatistik Analizleri: Çalışma sonunda elde ettiğimiz verilerin analizinde SPSS 22 V istatistik paket programı kullanılmıştır. Öncelikle farklılıklar tek yönü varyans analizi (ANOVA) ile belirlenmiştir. Farklılıkların önemli çıktığı durumlarda, bu farklılığın hangi uygulama ya da uygulamalardan kaynaklandığının belirlenebilmesinde ise çoklu karşılaştırma testlerden olan Tukey testi kullanılmıştır (Genç ve Soysal, 2018). Ayrıca çalışmada tüm hesaplamalarda $p < 0.05$ kabul edilmiştir.

SONUÇLAR

Çalışmada ölüm dahil herhangi bir patolojik bozukluk gözlenmemiştir. Çalışmada gruplarda bulunan hayvanların canlı ağırlık artışı, günlük yem ve su tüketimleri hesaplanmıştır (Tablo 2). Gruplar arasındaki farklılıklar $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. En yüksek canlı ağırlık artışının KBC’de, en düşük canlı ağırlık artışı ise KP’de olduğu tespit edilmiştir. Gruplar arasında su tüketimi en fazla KCt grubunda iken, en düşük su tüketimin ise kontrol grubunda olduğu belirlenmiştir. Ayrıca gruplar arasındaki en düşük yem tüketim miktarının KP’de olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Grupların ortalama canlı ağırlık artışı, günlük yem ve sıvı tüketim miktarları ($\pm$ SD)

	Canlı ağırlık artışı (g/ gün)	Su Tüketim Miktarı (mL/100g CA)	Yem tüketim miktarı (g/100g CA)
Kontrol	1.87 $\pm$ 0.02 ^b	0.41 $\pm$ 0.01 ^e	0.34 $\pm$ 0.02 ^a
Kp	0.50 $\pm$ 0.05 ^f	0.57 $\pm$ 0.01 ^c	0.23 $\pm$ 0.05 ^b
Bv	1,01 $\pm$ 0.01 ^d	0.52 $\pm$ 0.02 ^d	0.34 $\pm$ 0.02 ^a
Ct	1.21 $\pm$ 0.01 ^c	0.74 $\pm$ 0.05 ^b	0.36 $\pm$ 0.01 ^a
KBv	0.87 $\pm$ 0.02 ^e	0.42 $\pm$ 0.01 ^e	0.33 $\pm$ 0.01 ^a
KCt	0.85 $\pm$ 0.01 ^e	0.81 $\pm$ 0.02 ^a	0.35 $\pm$ 0.01 ^a
KBC	3.17 $\pm$ 0.04 ^a	0.58 $\pm$ 0.02 ^c	0.32 $\pm$ 0.05 ^a

*: Aynı harfle gösterilen ortalamalar arasındaki farklar $P < 0.05$ düzeyinde önemsizdir.

*: **Kontrol** (FTS p.i uygulanan grup), **KP** (60 mg/kg Karboplatin uygulanan grup), **Bv** (*B. vulgaris* ekstraktı uygulanan grup) **Ct** (*C. tournefortii* ekstraktı uygulanan grup) **KBv** (Karboplatin ve *B. vulgaris* ekstraktı uygulanan grup), **KCt** (Karboplatin ve *C. tournefortii* ekstraktı uygulanan grup), **KBC** (Karboplatin, *B. vulgaris* *C. tournefortii* ekstraktı uygulanan grup)

Tablo 3. Organ İndeks Tablosu ($\bar{X} \pm SS$, %).

	Karaciğer İndeks	Dalak İndeks	Kalp İndeks	Böbrek İndeks
Kontrol	4.11±0.16 ^{ab}	0.31±0.01 ^{ab}	0.36±0.05 ^c	0.77±0.03 ^{ab}
Kp	3.59±0.05 ^{cd}	0.26±0.02 ^{bc}	0.52±0.05 ^a	0.86±0.02 ^a
Bv	3.98±0.17 ^{abc}	0.35±0.02 ^{ab}	0.37±0.01 ^c	0.77±0.01 ^{ab}
Ct	3.79±0.16 ^{bcd}	0.19±0.01 ^c	0.36±0.01 ^c	0.79±0.06 ^{ab}
KBv	3.54±0.25 ^{cd}	0.36±0.02 ^a	0.42±0.05 ^{bc}	0.85±0.04 ^a
KCt	3.44±0.09 ^e	0.40±0.07 ^a	0.40±0.02 ^c	0.72±0.03 ^b
KBC	4.39±0.23 ^a	0.32±0.02 ^{ab}	0.50±0.05 ^{ab}	0.81±0.03 ^{ab}

*: Aynı harfle gösterilen ortalamalar arasındaki farklar $P < 0.05$ düzeyinde önemsizdir.

*: **Kontrol** (FTS p.i uygulanan grup), **KP** (60 mg/kg Karboplatin uygulanan grup), **Bv** (*B. vulgaris* ekstraktı uygulanan grup) **Ct** (*C. tournefortii* ekstraktı uygulanan grup) **KBv** (Karboplatin ve *B. vulgaris* ekstraktı uygulanan grup), **KCt** (Karboplatin ve *C. tournefortii* ekstraktı uygulanan grup), **KBC** (Karboplatin, *B. vulgaris* *C. tournefortii* ekstraktı uygulanan grup)

Cerrahi işleme tabi tutulan sıçanlardan alınan organlar yardımıyla gruplarda bulunan sıçanların karaciğer, dalak, kalp ve böbrek ağırlık indeksleri belirlenmiştir (Tablo 3). Gruplar arasındaki farklılıklar anlamlı bulunmuştur ($p < 0.05$). En yüksek karaciğer indeksinin **KBC**'de, en yüksek dalak indeksinin **KCt**'de, en yüksek kalp ve böbrek indeksinin ise **KP**'de olduğu belirlenmiştir.

TARTIŞMA SONUÇ

Çalışmada karboplatin uygulamasına bağlı olarak gruplar arasındaki günlük canlı ağırlık artış miktarında $p < 0.05$ düzeyinde önemli farklılıkların olduğu belirlenmiştir. Karboplatin uygulanan gruptaki günlük canlı ağırlık artış miktarı kontrol grubuna göre daha düşüktü. Benzer şekilde karboplatin ile bitki ekstraktlarının birlikte uygulandığı gruplarda ise *B. vulgaris* ekstraktının karboplatine bağlı günlük canlı ağırlık artışı yükselttiği, *C. tournefortii* ekstraktının ise daha da düşürdüğü tespit edilmiştir. Çalışmada en yüksek günlük canlı ağırlık artış miktarı ise karboplatin ile her iki bitki ekstraktının birlikte uygulandığı **KBC** grubunda olduğu bulunmuştur. Bu farklılığın oluşmasında karboplatinin toksik etkisinin ve bitki ekstrakt farklılıklarının etkili olduğu düşünülmektedir. Benzer birçok çalışmalarda karboplatin kullanımının sıçanlarda kilo kaybına sebep olduğu bildirilmiştir (Özbek ve ark., 2003; Shetty

ve ark., 2024). Waning ve ark., 2015 yılında yaptıkları çalışmada ise karboplatin uygulamasının farelerde vücut kütle kaybına neden olduğunu rapor edilmiştir. Çalışmada bulduğumuz sonuç önceki çalışmaları desteklemektedir.

Çalışmada en çok su tüketimi 0.81 ± 0.02 mL/100g CA olarak **KCr**'de, en az su tüketim miktarı ise 0.41 ± 0.01 mL/100g CA olarak **Kontrol** grubunda tespit edilmiştir. En az yem tüketim miktarının ise **KP** grubunda olduğu belirlenmiştir. Karboplatinin sıçanlarda vücut ağırlığı artışı üzerindeki etkisi tam olarak bilinmemektedir (Hain ve ark., 2020). Ancak karboplatinin mukozit oluşturabileceği bilinmektedir. Bu durum, sıçanlarda mukozite bağlı besin alımının azalmasına ve dolayısıyla vücut ağırlığında kayba neden olabileceğini düşündürmektedir (Welborn ve ark., 1995; Demirer ve ark., 2000). Ayrıca, vücut ağırlığındaki kayıplar, karboplatinin toksik etkilerine bağlı olarak sindirim fonksiyonlarının bozulması ve karaciğerdeki metabolik süreçlerin aksamasıyla ilişkili olabilir.

Karboplatin uygulamasının karaciğer ve dalak organ indeksini düşürdüğü, kalp ve böbrek organ indeks değerini ise yükselttiği tespit edilmiştir. Arware ve ark., 2024 yılında yaptıkları benzer çalışmada karboplatin ile tedavi edilen hayvanların böbrek ağırlıklarının kontrol grubuna kıyasla belirgin şekilde arttığı ve sıçanların böbrek indeksinin 0,003 olduğunu bildirmişlerdir. Çalışmamızda bulduğumuz karboplatin uygulamasına bağlı böbrek organ indeks değeri ve yüksekliği Arware ve ark., 2024 yılındaki çalışmalarını destekler mahiyettedir. Karboplatin kullanımında en çok dikkat edilmesi gereken faktörler arasında nefrotoksisite ilk sırada yer almaktadır. Karboplatinin neden olduğu nefrotoksisitenin böbrek epitel hücrelerindeki değişikliklere bağlı olarak geliştiği öne sürülmekle birlikte, ilaç kullanımına bağlı oluşan toksik yan ürünlerin böbreklerde birikimi, ciddi renal tübüler hasara yol açabilir (Moon vd., 2011; Yonezawa. 2012). Ayrıca, karboplatin kullanımının canlılarda oksidatif stres oluşturduğu, bu durumun mitokondriyal disfonksiyonlara ve proinflamatuvar sitokinlerin salınımına neden olduğu bilinmektedir. Bu süreç, karboplatinin toksisitesinin artmasına katkı sağlayabilir (Özbek, 2012). Çalışmada, deney hayvanlarına karboplatin uygulanmasının ardından kalp ve böbrek organ indekslerinde artış olduğu, ancak bu artışın *C. tournefortii* ekstraktı uygulaması ile kontrol seviyelerine kadar düşürüldüğü tespit edilmiştir.

Sonuç olarak, kanser tedavisinde yaygın olarak kullanılan karboplatinin, canlı ağırlık artışı, yem ve su tüketimi ile çeşitli organ indeksleri üzerinde olumsuz etkiler oluşturabileceği, ancak bu etkilerin doğal bitki ekstraktları ile kısmen önlenebileceği sonucuna varılmıştır. Bu nedenle,

bu potansiyele sahip yeni bitki kaynaklarının belirlenmesi ve uygulama şekillerinin ve dozlarının saptanması amacıyla yeni çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

KAYNAKÇA

- Arware, A. A., Nayak, V., Chogtu, B., Belle, V. S., & Verma, S. (2024). Antiinflammatory and Antioxidant Mediated Nephroprotection of Melatonin and Rosuvastatin in Carboplatin Induced Nephrotoxicity: An Experimental Study. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 17(3), 1921-1929.
- Björn, N., Badam, T. V. S., Spalinskas, R., Branden, E., Koyi, H., Lewensohn, R., et al. (2020). Whole-genome sequencing and gene network modules predict gemcitabine/carboplatin-induced myelosuppression in non-small cell lung cancer patients. *NPJ systems biology and applications*, 6(1), 25.
- Brabec, V., & Kasparkova, J. (2005). Modifications of DNA by platinum complexes: relation to resistance of tumors to platinum antitumor drugs. *Drug resistance updates*, 8(3), 131-146.
- Calvert, H. (2019). The clinical development of carboplatin—A personal perspective. *Inorganica Chimica Acta*, 498, 118987.
- Demirer, T., İlhan, O., Mandel, N.M., Arat, M., Günel, N., Çelebi, H., et al. A phase I dose escalation study of high-dose thiotepa, meiphalan and carboplatin (TMCb) follovvved by autologous peripheral blood stem celi transplantation (PBSCT) in patients with solid tumors and hematologic maignances. *Bone Marrovv Transpiant* 2000; Apr;25 (7): 697-703.
- Dermitzakis, E. V., Kimiskidis, V. K., Lazaridis, G., Alexopoulou, Z., Timotheadou, E., Papanikolaou, A., et al, G. (2016). The impact of paclitaxel and carboplatin chemotherapy on the autonomous nervous system of patients with ovarian cancer. *BMC neurology*, 16(1), 190.
- Eminağaoğlu, Ö., Yüksel, E., & Aksu, G. (2014). Türkiye'nin doğal egzotik ağaç ve çalıları 1.
- Ergün, F., Taşkın, A., & Ergun, D. (2024). Effects Of Spraying Cemele Pepper (*Capsicum annuum* L.) Extracts Onto Hatching Eggs Of Atak-S Layer Hens On Hatching Results, Serum Glutathione And Malondialdehyde Levels. *JAPS: Journal of Animal & Plant Sciences*, 34(5).
- Gecibesler, I. H. (2019). Antioxidant activity and phenolic profile of Turkish *Celtis tournefortii*. *Chemistry of Natural Compounds*, 55(4), 738-742.
- Genç, S. & Soysal, M.I. (2018). Parametric and nonparametric post hoc tests. *BSJ Eng Sci*. 1(1), 18-27
- Gündoğdu, M. (2013). Determination of antioxidant capacities and biochemical compounds of *Berberis vulgaris* L. fruits. *Advances in Environmental Biology*, 7(2), 344-348.

- Hain, B. A., Jude, B., Xu, H., Smuin, D. M., Fox, E. J., Elfar, J. C., & Waning, D. L. (2020). Zoledronic acid improves muscle function in healthy mice treated with chemotherapy. *Journal of Bone and Mineral Research*, 35(2), 368-381.
- Hekmat, A., Saboury, A. A., & Divsalar, A. (2012). The effects of silver nanoparticles and doxorubicin combination on DNA structure and its antiproliferative effect against T47D and MCF7 cell lines. *Journal of biomedical nanotechnology*, 8(6), 968-982.
- Honing, J., Smit, J. K., Muijs, C. T., Burgerhof, J. G. M., De Groot, J. W., Paardekooper, G., et al. (2014). A comparison of carboplatin and paclitaxel with cisplatin and 5-fluorouracil in definitive chemoradiation in esophageal cancer patients. *Annals of oncology*, 25(3), 638-643.
- Karuppaiah, A., Siram, K., Selvaraj, D., Ramasamy, M., Babu, D., & Sankar, V. (2020). Synergistic and enhanced anticancer effect of a facile surface modified non-cytotoxic silver nanoparticle conjugated with gemcitabine in metastatic breast cancer cells. *Materials Today Communications*, 23, 100884
- Lynce, F., & Nunes, R. (2021). Role of platinum in triple-negative breast cancer. *Current Oncology Reports*, 23(5), 50.
- Marković, S. D., Djačić, D. S., Cvetković, D. M., Obradović, A. D., Žižić, J. B., Ognjanović, B. I., & Štajn, A. Š. (2011). Effects of acute in vivo cisplatin and selenium treatment on hematological and oxidative stress parameters in red blood cells of rats. *Biological trace element research*, 142(3), 660-670.
- Moon, I. J., Kim, K. R., Chu, H. S., Kim, S. H., Chung, W. H., Cho, Y. S., & Hong, S. H. (2011). N-acetylcysteine and N-nitroarginine methyl ester attenuate Carboplatin-induced ototoxicity in dissociated spiral ganglion neuron cultures. *Clinical and Experimental Otorhinolaryngology*, 4(1), 11.
- Nwadibia, J. A., Fasogbon, I. V., Musyoka, A. M., Ekpono, E. U., Ibiam, U. A., Orji, O. U., et al. (2024). Protective effect of Ficus capensis lyophilized extract against carboplatin-induced liver injury via inhibition of oxidative stress and inflammation in rats. *Toxicology Reports*, 13, 101734.
- Oun, R., Moussa, Y. E., & Wheate, N. J. (2018). The side effects of platinum-based chemotherapy drugs: a review for chemists. *Dalton transactions*, 47(19), 6645-6653.
- Özbek, H., Kösem, M., Erdoğan, E., Bayram, İ., Durmuş, A., & Dilek, İ. (2003). Karboplatine Bağlı Organ Toksisitelfrinde Pentoksifilin, C Vitamini Ve E Vitamininin Etkisi. *Ege Tıp Dergisi*, 42(3), 143-148.
- Sachdev, J. C., & Jahanzeb, M. (2016). Use of cytotoxic chemotherapy in metastatic breast cancer: putting taxanes in perspective. *Clinical breast cancer*, 16(2), 73-81.

- Shetty, N., Holla, S., Nayak, V., Shenoy, V. B., & Mohandas, R. K. (2024). Antioxidant and anti-inflammatory activity by modulating IL-6 as a potential mechanism in the nephroprotective and hepatoprotective properties of *Tribulus terrestris*. *Research in Pharmaceutical Sciences*, *19*(4), 376-386.
- Skverchinskaya, E., Levdarovich, N., Ivanov, A., Mindukshev, I., & Bukatin, A. (2023). Anticancer drugs paclitaxel, carboplatin, doxorubicin, and cyclophosphamide alter the biophysical characteristics of red blood cells, in vitro. *Biology*, *12*(2), 230.
- Tambe, V., Tambe, A., Goodman, A. ve Shepherd, Z. (2020). Karboplatin kaynaklı Kounis sendromu. *American Journal of Therapeutics*, *27* (6), e647-e652.
- Tvrđá, E., Greifová, H., Ivanič, P., & Lukáč, N. (2019). In vitro effects of berberine on the vitality and oxidative profile of bovine spermatozoa. *Int. J. Anim. Vet. Sci*, *13*, 244-249.
- Welborn, J.L., Kopecky, K.J., Meyers, F.J., Veith, R., Shurafa M., Doroshow, J. H., et al. Carboplatin infusion in relapsed and refractory acute myeloid leukemia—a Southwest Oncology Group trial. *Leukemia* 1995; Jui; 9 (7): 1126-1129.
- Waning, D. L., Mohammad, K. S., Reiken, S., Xie, W., Andersson, D. C., John, S., et al. (2015). Excess TGF- β mediates muscle weakness associated with bone metastases in mice. *Nature medicine*, *21*(11), 1262-1271.
- Yokuş, B., & Çakır, D. Ü. (2012). Kanser biyokimyası. *Dicle Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi*, (1), 7-18.
- Yonezawa, A. (2012). Platinum agent-induced nephrotoxicity via organic cation transport system. *Yakugaku Zasshi: Journal of the Pharmaceutical Society of Japan*, *132*(11), 1281-1285.
- Yu, J., & Chen, Q. (2014). The plant extract of *Pao pereira* potentiates carboplatin effects against ovarian cancer. *Pharmaceutical Biology*, *52*(1), 36-43.
- Yu, J., Ma, Y., Drisko, J., & Chen, Q. (2013). Antitumor activities of *Rauwolfia vomitoria* extract and potentiation of carboplatin effects against ovarian cancer. *Current Therapeutic Research*, *75*, 8-14.
- Yuwen, S., Zheng, Q., Liao, C., Wei, L., Yang, S., & Li, N. (2025). Therapeutic effects and mechanisms of alcohol extracts from *Polygala fallax* Hemsl on endometriosis in rats. *Archives of Biochemistry and Biophysics*, *768*, 110393

CONTENT ANALYSIS OF INSTAGRAM POSTS: THE CASE OF ILGAZ MOUNTAIN NATIONAL PARK

Yusuf Ziya AKBAŞ

Assistant Professor, Faculty of Tourism, Çankırı Karatekin University,

ORCID: 0000-0003-4478-3580, yusufziyaakbas@karatekin.edu.tr

Çağrı SÜRÜCÜ

Assistant Professor, Faculty of Tourism, Çankırı Karatekin University,

ORCID: 0000-0002-0454-9020, cagrisurucu@karatekin.edu.tr

ABSTRACT

Introduction: Ilgaz Mountain National Park, located in the Western Black Sea region of Turkey, is an important tourist destination renowned for its natural beauty. With significant potential for both summer and winter tourism, Ilgaz Mountain offers visitors unique landscapes, nature walks, and winter sports opportunities. In recent years, the region has gained wider recognition and increased tourist appeal thanks to posts on social media platforms.

Objective: The aim of this study is to examine Instagram posts related to Ilgaz Mountain National Park using content analysis methods to understand how the region is represented on social media and the interest in this destination. Social media has become an important tool for nature tourism and raising environmental awareness today. Visual-focused platforms such as Instagram offer visitors the opportunity to discover the region's natural riches, while also increasing interest in the region and supporting tourism.

Method: In this study, the images, hashtags, text content, and interaction rates of Instagram posts related to Ilgaz Mountain National Park will be analysed in detail. Using content analysis, the prominent themes and popular content types in the posts will be identified, and how users interact with this content will be examined. Furthermore, effective social media strategies for promoting the region and the potential for raising environmental awareness will be evaluated.

Findings: The findings of the research reveal that Instagram posts have a significant impact on promoting Ilgaz Mountain National Park and that social media is an important tool for increasing the region's tourist appeal.

Conclusion: In conclusion, this study emphasises how effective social media platforms, particularly Instagram, are as a tool for promoting natural areas and supporting sustainable tourism strategies. Furthermore, it is recommended that businesses in the region adopt an active and strategic marketing approach through social media. This approach will not only increase the region's visibility but also promote sustainable tourism activities and enable local businesses to reach a wider audience. These findings will guide future tourism planning and environmental awareness initiatives.

Keywords: Ilgaz Mountain, National Park, Instagram, Content Analysis

INSTAGRAM PAYLAŞIMLARININ İÇERİK ANALİZİ: ILGAZ DAĞI MİLLİ PARKI ÖRNEĞİ

Yusuf Ziya AKBAŞ

Dr. Öğr. Üyesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Turizm Fakültesi, 0000-0003-4478-3580,
yusufziyaakbas@karatekin.edu.tr

Çağrı SÜRÜCÜ

Dr. Öğr. Üyesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Turizm Fakültesi, 0000-0002-0454-9020,
cagrisurucu@karatekin.edu.tr

ÖZET

Giriş: Ilgaz Dağı Milli Parkı, Türkiye'nin Batı Karadeniz bölgesinde yer alan ve doğal güzellikleriyle öne çıkan önemli bir turizm destinasyonudur. Hem yaz hem de kış turizmi açısından büyük bir potansiyele sahip olan Ilgaz Dağı, ziyaretçilerine benzersiz manzaralar, doğa yürüyüşleri ve kış sporları gibi olanaklar sunmaktadır. Bölge, son yıllarda sosyal medya platformları üzerinden yapılan paylaşımlar sayesinde daha geniş bir tanınırlığa kavuşmuş ve turistik çekiciliği artmıştır.

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Ilgaz Dağı Milli Parkı'na ait Instagram paylaşımlarını içerik analizi yöntemiyle inceleyerek, bölgenin sosyal medyada nasıl temsil edildiğini ve bu destinasyona olan ilgili anlamaktır. Sosyal medya, günümüzde doğa turizmi ve çevre bilinci oluşturma açısından önemli bir araç haline gelmiştir. Instagram gibi görsel odaklı platformlar,

ziyaretçilere bölgenin doğal zenginliklerini keşfetme fırsatı sunmanın yanı sıra, bölgeye olan ilgiyi artırmakta ve turizmi desteklemektedir.

Yöntem: Bu çalışmada, Ilgaz Dağı Milli Parkı'na ait Instagram paylaşımlarındaki görseller, kullanılan etiketler (hashtag'ler), metin içerikleri ve etkileşim oranları detaylı bir şekilde analiz edilecektir. İçerik analizi yöntemiyle, paylaşımlarda öne çıkan temalar ve popüler içerik türleri belirlenerek, kullanıcıların bu içeriklerle nasıl etkileşimde bulunduğu incelenecektir. Ayrıca, bölgenin tanıtımındaki etkili sosyal medya stratejileri ve çevre bilinci yaratma potansiyeli değerlendirilecektir.

Bulgular: Araştırmanın bulguları, Instagram paylaşımlarının Ilgaz Dağı Milli Parkı'nın tanıtımı üzerinde büyük bir etkisi olduğunu ve bölgenin turistik çekiciliğini artırmada sosyal medyanın önemli bir araç olarak kullanıldığını ortaya koymaktadır.

Sonuç: Sonuç olarak, bu çalışma, sosyal medya platformlarının, özellikle Instagram'ın, doğal alanların tanıtımı ve sürdürülebilir turizm stratejilerinin desteklenmesi konusunda ne denli etkili bir araç olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca, bölgedeki işletmelere, sosyal medya üzerinden aktif ve stratejik bir pazarlama yaklaşımı benimsemeleri önerilmektedir. Bu yaklaşım, bölgenin görünürlüğünü artırmakla kalmayıp, aynı zamanda sürdürülebilir turizm faaliyetlerini teşvik edecek ve yerel işletmelerin daha geniş bir kitleye ulaşmalarını sağlayacaktır. Bu bulgular, gelecekteki turizm planlaması ve çevre bilinci oluşturma çalışmalarına yol gösterecektir.

Anahtar Kelimeler: Ilgaz Dağı, Milli Park, Instagram, İçerik Analizi

INTRODUCTION

Ilgaz Mountain National Park, located in Türkiye's Western Black Sea region, is a major tourism center noted for its natural riches. Possessing great potential for summer and winter tourism, Ilgaz Mountain hosts thousands of tourists each year for its unique landscapes, nature walks, skiing, and regional flora and fauna (Dağdeviren, Özdemir, & Göker, 2017). Ilgaz Mountain National Park is an important tourism destination not only for its natural beauty but also for its contributions to regional development (Öztürk & Aydoğdu, 2012; Akkuş, 2019).

In recent years, with the rapid development of digital media and social networks, the influence of social media in the tourism sector has steadily increased. Social media platforms have

become an important tool for promoting destinations, influencing tourists' travel decisions, and increasing interest in a region (Alguer and Çizel, 2021). Instagram, thanks to its visually oriented structure, has become one of the most effective platforms for digitally promoting the tourism sector. By sharing photos of their travel destinations, visitors contribute to the promotion of the region by showcasing its visual appeal and unique characteristics to a wider audience. Instagram, where visual content spreads rapidly and engagement is high, is an ideal platform for promoting visually rich destinations, especially nature tourism (Sidar and Olcay, 2024; Çiçek and Dıvrak Doğan, 2025). In this context, the appearance of Ilgaz Mountain National Park on Instagram stands out as a significant factor increasing the tourist appeal of the region. The aim of this study is to understand how the region is represented on social media and the interest in this destination by examining Instagram posts of Ilgaz Mountain National Park using content analysis.

LITERATURE REVIEW

In recent years, social media has emerged as one of the most powerful tools for destination promotion in the tourism sector. With the rapid development of digital technologies, social media platforms have become not only a source of information for travelers but also a social space where experiences are shared and interacted (Martins, Martins, & Morais, 2025). Instagram, in particular, plays a significant role in influencing tourists' travel decisions with its visual and interactive nature. On this platform, users not only share photos and videos but also interact with others by commenting on the region, sharing stories, and sharing instant messages. As a visually focused platform, Instagram enables the rapid and effective dissemination of travel and tourism promotions (Kilipiri, Papaioannou, & Kotzaivazoglou, 2023). The use of hashtags, in particular, allows tourists looking to explore a specific destination to easily access their posts and contributes to regional promotions (Yochum et al., 2020).

Social media users actively use platforms to promote destinations to travelers and share their personal experiences. By sharing content about the places they visit, users promote these places both within their own social circles and to a wider audience (Fotis, Buhalis, & Rossides, 2012). Visitors' individual experiences serve as recommendations for other potential tourists. Furthermore, posts on social media platforms provide instant insight into the visual and cultural experiences of a region, shaping travel decisions more quickly and effectively (Venkatesh & Suresh, 2016).

Instagram is particularly important for its impact on the tourism sector. Its visual-based structure makes it an attractive promotional tool for travelers. This platform, where visual content is quickly shared, plays a significant role in promoting tourist destinations and increasing interest in the region (Aylan & Aylan, 2020). Instagram's impact on the tourism sector is not limited to promoting destinations; it also plays a significant role in shaping tourist experiences. Users not only enhance the visual appeal of a place through their posts, but also enable them to form an emotional bond with that place (Özhasar, Oğuz, & Yılmaz, 2020; Karacabey & Akkuş, 2024). In this context, Instagram has become a platform that leverages the power of visuality and interactivity in tourism, strengthening not only the physical but also the digital presence of destinations.

METHODOLOGY

In this study content analysis and thematic analysis techniques are utilized which are qualitative research methods. Content analysis is a research method used to analyze written, verbal, or visual communication messages (Cole, 1988). Thematic analysis is a method used to identify, analyze, and report themes in a given data set. This method allows for detailed explanation of the data (Braun & Clarke, 2006). In this context, posts shared with the hashtag “#ilgazdağımilliparkı” on the social media platform Instagram between February 19, 2013, and November 14, 2025, were examined. The research population constituted a total of 2606 posts with the hashtag “#ilgazdağımilliparkı.” Of these posts, 993 accessible posts were included in the sample.

FINDINGS

As a result of the thematic analysis conducted within the scope of the research, eight main themes were identified; these themes were evaluated within the parameters of "number of posts, number of likes, number of comments, number of tags, and sample tags." The distribution of posts by year was also examined. Table 1 provides information on posts shared with the hashtag "#ilgazdağımilliparkı" on Instagram between February 19, 2013, and November 14, 2025.

Table 1. Distribution of Instagram Posts by Year

Year	Number of Posts	Number of Likes	Number of Comments	Number of Tags
2013	2	13	1	6
2014	4	71	5	20

2015	11	642	26	88
2016	17	890	8	55
2017	56	2.992	27	315
2018	126	38.382	633	1.351
2019	82	16.800	384	1.170
2020	121	16.272	383	1.331
2021	165	19.286	524	1.961
2022	176	14.530	264	2.299
2023	45	4.491	170	483
2024	98	5.678	179	1.103
2025	90	13.404	180	946
Total	993	133.451	2.784	11.128

Source: Generated by the authors.

Table 1 presents year-by-year data on the number of posts, likes, comments, and hashtag usage on Instagram between 2013 and 2025. Examining the distribution by year, it is seen that the fewest posts and interactions occurred in 2013. 2018 stands out as the year with the most likes and comments. On the other hand, the most posts and hashtag usage is seen in 2022. Overall, the table shows a fluctuating trend over the years.

Table 2 shows the distribution of Instagram posts shared with the hashtag “#ilgazdağımilliparkı” according to themes. Accordingly, the posts examined in the study were evaluated by dividing them into eight categories: winter sports & winter tourism, nature & national park, photography, travel & tourism, snow & winter, local culture, adventure & outdoor, and other. These categories were then analyzed within the framework of the parameters of post count, like count, comment count, and hashtag count. Examples of hashtags related to the themes are also included.

Table 2. Distribution of Instagram Posts by Theme

Themes	Number of Posts	Number of Likes	Number of Comments	Number of Posts	Featured Tags
Winter Sports & Winter Tourism	162	27.324	461	1.824	#kayak, #snowboard, #ski, #yurduntepe, #teleferik, #kayakmerkezi,

					#snowboarding, #kızak, #karkeyfi, #pist
Nature & National Park	188	21.120	329	2.256	#doğa, #nature, #millipark, #manzara, #orman, #nationalpark, #yeşil, #ağaç, #tabiat, #millipark, #ilgazdağı, #dağ, #hiking
Photography	80	20.672	320	1.360	#photography, #photooftheday, #canon, #nikon, #fotoğraf, #fotograf, #instagram,
Travel & Tourism	174	17.908	305	2.262	#travel, #gezi, #seyahat, #tatil, #tur, #turizm, #trip
Snow & Winter	106	15.390	265	1.484	#kar, #snow, #winter, #beyaz, #kış, #snowfall, #snowday, #karmanzarası, #karfotoğrafi
Local Culture	148	13.860	238	1.628	#kastamonu, #etilekmek, #kahvaltı, #serpmekahvaltı, #kastamonumu
Adventure & Outdoor	87	12.210	196	1.218	#trekking, #kamp, #adventure, #hiking, #dağ, #outdoor, #doğayürüyüşü, #dağcılık
Other	48	5.967	670	96	
TOTAL	993	133.451	2.784	11.128	

Source: Generated by the authors.

According to Table 2, the theme "Nature & National Parks" saw the most posts, followed by the Travel & Tourism category. The theme with the highest number of likes was Winter Sports & Winter Tourism, while the theme with the fewest comments was Adventure & Outdoor. The variety of hashtags can be attributed to the themes' broad reach.

CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS

This study aimed to understand the role of Instagram, a social media platform, in promoting a natural destination like Ilgaz Mountain National Park and how users represent it. A total of 993 posts shared with the hashtag #ilgazdağnationalparkı were examined using content analysis and thematic analysis. The analysis revealed that the posts fell into eight main themes (Winter Sports & Winter Tourism, Nature & National Park, Photography, Travel & Tourism, Snow & Winter, Local Culture, Adventure & Outdoor, and Other). These themes demonstrate the diversity of social media users in promoting the different aspects of Ilgaz Mountain National Park and the broad audience the diverse experiences the region offers. In particular, the Winter Sports & Winter Tourism theme stood out with its high number of likes and engagements, while the Nature and National Park theme received the most posts. Instagram posts have been shown to be a significant factor in increasing the tourist appeal of a region. The study's findings indicate that the number of Instagram posts, the level of engagement, and the hashtags used play a significant role in promoting the region. As a result of the findings obtained from the study, the following recommendations were presented:

- *Strategic Social Media Marketing:* It's important for businesses and local governments in the region to adopt an active and strategic marketing approach. This will increase the destination's visibility and enable local businesses to reach a wider audience.
- *Content Focus:* More professional visual/video content should be produced for highly engaging themes, particularly the highly popular Winter Sports & Winter Tourism theme. This will further strengthen Ilgaz Mountain's winter tourism image.
- *Emphasizing Natural and Cultural Riches:* Highlighting the theme of local culture, along with the prominent Nature & National Park theme in the number of posts, will allow for greater visibility of local flavors and cultural elements that contribute to regional development and enrich visitors' experiences, and strengthen the destination's unique identity.
- *Collaborations:* Collaborations can be established with local businesses, social media content creators, local governments, and civil society organizations to ensure the

sustainable development of Ilgaz Mountain National Park. These collaborations will strengthen the region's promotion and increase its tourism potential.

REFERENCES

- Alguer, A. O., & Çizel, B. (2021). Sosyal Medya Aracılığıyla Turizm Deneyimi Paylaşma Motivasyonunu Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi, *Journal of Hospitality and Tourism Issues*, 3(2), 153-175.
- Aylan, F. K., & Aylan, S. (2020). Aşırı Turizm Kavramının Farklı Boyutlarıyla İncelenmesi: Instagram’da Paylaşılan. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(1), 584-607.
- Cole, F. L. (1988). Content analysis: process and application. *Clinical nurse specialist*, 2(1), 53-57. DOI: 10.1097/00002800-198800210-00025
- Çiçek, E., & Dıvrak Doğan, E. (2025). Dijital Pazarlama Kapsamında Otellerin Sosyal Medya Kullanımları: Instagram Üzerine Bir Araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 28(1), 78-94.
- Dağdeviren, A., Özdemir, H., & Göker, G. (2017). Ilgaz ilçesinin turizm potansiyeli. *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 5(4), 504-533.
- Karacabey F. A., & Akkuş G. (2024). UNESCO Gastronomi Şehirlerinin Instagram Hesaplarının İçerik Analizi, *Sivas İnterdisipliner Turizm Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 55-78.
- Kilipiri, E., Papaioannou, E., & Kotzaivazoglou, I. (2023). Social media and influencer marketing for promoting sustainable tourism destinations: The Instagram case. *Sustainability*, 15(8), 6374.
- Fotis, J., Buhalis, D., & Rossides, N. (2012). Social media use and impact during the holiday travel planning process. Fuchs, M., Ricci, F., Cantoni, L. (eds). *Information and Communication Technologies in Tourism*, Springer, Vienna, 13–24. https://doi.org/10.1007/978-3-7091-1142-0_2.
- Martins, W. S., Martins, M., & Morais, E. P. (2025). Exploring the influence of social media on tourist decision-making: Insights from Cape Verde. *Tourism and Hospitality*, 6(1), 45.

Özhasar, Y., Oğuz, Y. E., & Yılmaz, V. (2020). Instagram bağımlılığının tatil satın alma niyetine etkisi: Esogü turizm fakültesi öğrencileri örneği. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 39-55.

Öztürk, S., & Aydoğdu, A. (2012). *Ilgaz Dağı Milli Parkı'nın rekreasyonel olanakları. I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi* (s. 611-628) içinde. 12-15 Nisan 2012, Kemer, Antalya.

Sidar, N., & Atınç, O. (2024). Destinasyon Tanıtımında Sosyal Medyanın Kullanımı: Alanya Örneği. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 465-489.

Venkatesh, A., & Suresh, M. (2016). Factors influencing Indian tourism promotion in social media. 2016 IEEE *International Conference on Computational Intelligence and Computing Research*. <https://doi.org/10.1109/ICCIC.2016.7919595>.

Virginia Braun & Victoria Clarke (2006). Using thematic analysis in psychology, *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. DOI: [10.1191/1478088706qp063oa](https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa)

Yochum, P., Chang, L., Gu, T., & Zhu, M. (2020). Linked open data in location-based recommendation system on tourism domain: A survey. *IEEE Access*, 8, 16409-16439.

HİDROTERAPİNİN OTİSTİK ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ LİTERATÜR DERLEMESİ

Birgöl VURAL

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakóltesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliğı, Tokat, Türkiye, ORCID: 0000-0002-7493-6149, bvural1973@gmail.com,

Fatma MEYDAN

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakóltesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliğı, Tokat, Türkiye

ÖZET

Amaç: Bu çalışma, Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) olan çocuklarda hidroterapinin motor, duyuşal, sosyal ve duyuşal gelişim üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Literatür taraması kapsamında, hidroterapinin OSB’li çocuklarda fiziksel performans, duyuşal bütünleme, sosyal etkileşim ve psikolojik iyilik hali üzerindeki etkilerine ilişkin bulgular değerlendirilmiştir.

Bulgular: Hidroterapi, suyun kaldırma kuvveti ve duyuşal özellikleri sayesinde çocuklarda kas gücü, denge, koordinasyon ve hareket aralığını geliştirmektedir. Ayrıca, duyuşal aşırı yüklenmeyi azaltarak duyuşal entegrasyonu desteklemekte ve kaygı ile stres düzeylerini düşürmektedir. Grup temelli hidroterapi uygulamaları, çocukların sosyal iletişim becerilerini, özsaygılarını ve özgüvenlerini artırmaktadır. Su ortamının sakinleştirici ve güvenli doğası, duyuşal regölasyonu kolaylaştırmakta ve çocukların terapi sürecine aktif katılımını teşvik etmektedir.

Sonuç: Hidroterapi, OSB’li çocuklar için multidisipliner bir terapötik yaklaşım olarak önemli katkılar sağlamaktadır. Bu yöntem, yalnızca fiziksel gelişimi değil, aynı zamanda sosyal, duyuşal ve duyuşal iyilik halini de desteklemektedir. Terapinin etkinliğı, her çocuğun bireysel ihtiyaçlarına uygun şekilde planlanmış programlarla artırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Otizm Spektrum Bozukluğu, hidroterapi, motor beceri, duyuusal entegrasyon, sosyal etkileşim, duygusal regülasyon.

THE EFFECT OF HYDROTHERAPY ON CHILDREN WITH AUTISM: A LITERATURE REVIEW

Birgül VURAL

Tokat Gaziosmanpaşa University, Faculty of Health Sciences, Paediatric Nursing, Tokat,
Turkey, ORCID: 0000-0002-7493-6149, bvural1973@gmail.com

Fatma MEYDAN

Tokat Gaziosmanpaşa University, Faculty of Health Sciences, Paediatric Nursing, Tokat,
Turkey

ABSTRACT

Aim: This study aims to examine the effects of hydrotherapy on motor, sensory, social, and emotional development in children with Autism Spectrum Disorder (ASD).

Method: Within the scope of a literature review, findings on the effects of hydrotherapy on physical performance, sensory integration, social interaction, and psychological well-being in children with ASD were evaluated.

Results: Hydrotherapy improves muscle strength, balance, coordination, and range of motion through the buoyancy and sensory properties of water. It also supports sensory integration by reducing sensory overload and helps decrease anxiety and stress levels. Group-based hydrotherapy sessions enhance children's social communication skills, self-esteem, and confidence. The calming and safe nature of the aquatic environment facilitates emotional regulation and encourages active participation in therapy.

Conclusion: Hydrotherapy provides significant contributions as a multidisciplinary therapeutic approach for children with ASD. This method supports not only physical development but also

social, sensory, and emotional well-being. The effectiveness of therapy can be enhanced through individualized programs tailored to each child's specific needs.

Keywords: Autism Spectrum Disorder, Hydrotherapy, Motor Skills, Sensory Integration, Social Interaction, Emotional Regulation.

GİRİŞ

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), sosyal iletişim ve etkileşimdeki kalıcı yetersizlikler, sınırlı ve yinelenen davranış örüntüleri, aynılıkta ısrarcılık, rutinlere bağlılık ve duyuşal uyarılara aşırı duyarlılık ya da duyarsızlıkla karakterize edilen nörogelişimsel bir yetersizliktir (American Psychiatric Association [APA], 2013). Belirtiler genellikle erken çocukluk döneminde başlamakta ve yaşam boyu devam etmektedir. OSB, günümüzde farklı disiplinlerin ilgisini çeken, etiyojisi çok boyutlu ve karmaşık bir gelişimsel bozukluktur (Kurt, 2017).

OSB'nin görülme sıklığı son yıllarda belirgin biçimde artış göstermektedir. Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'ne (CDC) göre 68 çocuktan birinin OSB'den etkilendiği bildirilmiştir (Christensen, 2016). Türkiye'de bu oran yaklaşık 1/150 olarak tahmin edilmekte; 0–14 yaş grubunda yaklaşık 125.000 otizimli çocuk olduğu öne sürülmektedir (Dur ve Mutlu, 2018). Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde, OSB erkeklerde 1/42 oranında, kızlarda ise 1/189 oranında görülmektedir (Christensen, 2016).

OSB'nin nedenleri tam olarak açıklığa kavuşmamıştır. Ancak, erken çocukluk dönemindeki olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri veya aşı uygulamalarıyla bir ilişkisi bulunmamaktadır. Aynı şekilde, ailenin sosyoekonomik düzeyi ya da çocuk yetiştirme biçimi de OSB'nin nedeni olarak gösterilmemektedir. Araştırmalar, OSB'nin tüm kültür, toplum ve coğrafyalarda benzer oranlarda görüldüğünü ortaya koymaktadır. Bu durum, biyolojik ve genetik faktörlerin etiyojide baskın rol oynadığını göstermektedir.

OSB'li çocuklarda en temel yetersizlik sosyal etkileşim alanında gözlenmektedir. Bu çocuklar genellikle göz teması kurmakta zorlanır, jest ve mimikleri sınırlı kullanır, sosyal mesafeyi ayarlamakta güçlük çeker ve konuşurken alışılmadık ses tonları sergilerler (Koegel, 2006). Ayrıca, akran ilişkilerinde yetersizlik, ortak ilgi paylaşımında sınırlılık ve empatik tepkilerde azalma görülür. Davranışsal düzeyde ise aşırı hareketlilik, öfke nöbetleri, kendine zarar verme, inatçılık, uyku-yeme problemleri, takıntılı davranışlar ve uygunsuz korkular yaygındır (Korkmaz, 2001; Lawson et al., 2017; Topper, 2018).

Erken tanı ve müdahale OSB’de kritik öneme sahiptir. Tanı süreci iki aşamadan oluşur: ilk aşamada genel gelişimsel değerlendirme, ikinci aşamada ise otizme özgü klinik belirtilerin ayrıntılı analizi yapılır. Tedavi sürecinde davranışçı yaklaşımlar ön plandadır. Ev temelli yoğun davranış terapileri, okul temelli eğitim programları ve çeşitli davranışsal müdahale yöntemleri kullanılmaktadır. Ayrıca, duyuşal bütünleme terapisi, müzik ve dans terapisi, konuşma terapisi, mesleki ve fiziksel terapi, hayvan destekli terapi ve farmakolojik müdahaleler de destekleyici yaklaşımlar arasında yer alır (Mortimer et al., 2014; Yükselsin et al., 2010; Pektaş, 2016; Önal ve Uçar, 2017).

Hidroterapi (su terapisi), kas-iskelet sistemi ve nöromüsküler rehabilitasyonda 100 yılı aşkın süredir kullanılan bir yöntemdir. OSB, serebral palsy, spina bifida ve Rett sendromu gibi nörogelişimsel bozukluklarda motor performans, denge ve koordinasyonu geliştirmede etkili olduğu gösterilmiştir (Yanardağ & Yılmaz, 2012; Akı et al., 2016). Hidroterapinin temel ilkesi, suyun kaldırma kuvveti, direnci ve sıcaklığının sağladığı çoklu duyuşal uyarım prensiplerine dayanır.

Hidroterapinin Otizm spektrum Bozukluğu olan çocuklardaki Etkileri

1. MOTOR BECERİLERİN GELİŞİMİ; Otistik çocuklar genellikle **motor beceriler** konusunda zorluk yaşarlar. Bu çocuklar, ince motor beceriler (el ve parmak kaslarını kullanma) ve kaba motor beceriler (yürüme, koşma, zıplama gibi büyük kas hareketleri) açısından çeşitli engellerle karşılaşabilirler. Hidroterapi, bu becerileri geliştirmek için önemli bir araçtır.

Kas Gücü ve Dayanıklılık: Su, suyun kaldırma kuvveti sayesinde çocukların eklemlerini daha az zorlayarak kaslarının güçlenmesini sağlar. Ayrıca, su ortamı, kasların doğal direncini artırarak, çocukların kas tonusunu iyileştirmelerine ve kaslarını daha etkili kullanmalarına yardımcı olur (McGuire et al., 2003).

Denge ve Koordinasyon: Hidroterapi, özellikle denge ve koordinasyon üzerinde olumlu etkiler yaratır. Su içinde hareket etmek, otistik çocukların vücutlarını kontrol etme ve yerçekimi ile başa çıkma becerilerini artırır. Bu da daha iyi denge kurmalarına ve daha kontrollü hareket etmelerine yardımcı olur (Ward et al., 2016).

Hareket Aralığı: Su, çocukların eklem hareket açıklığını artırarak, otistik çocukların daha geniş hareket aralıklarıyla egzersiz yapmalarına olanak tanır. Bu, çocukların vücutlarını daha rahat hareket ettirmelerine ve kaslarını daha etkili kullanmalarına yardımcı olabilir (Mortimer et al., 2014).

2. DUYUSAL ENTEGRASYON VE REGÜLASYON; Otistik çocuklar, çevresel uyaranlara karşı duyuusal hassasiyetler gösterebilirler. Su, sakinleştirici bir ortam sunar ve duyu entegrasyonunu destekler. Bu durum, çocukların daha fazla rahatlamalarını, streslerini azaltmalarını ve duyuusal uyarıları daha iyi işlemelerini sağlayabilir.

Duyuusal Denge: Su ortamı, çocukların duyuusal aşırı yüklenmeyi deneyimlemelerini engelleyebilir. Su, vücudu sarar ve duyuusal verileri daha rahat bir şekilde işlemeye yardımcı olabilir. Bu, otistik çocukların daha az aşırı tepki göstermelerine ve daha rahat bir duyuusal entegrasyon süreci yaşamalarına olanak tanır (Becker & Kapp, 2017).

Sakinleştirici Etki: Suyun sıcaklık ve kaldırma kuvveti, otistik çocukların rahatlamalarını ve sakinleşmelerini sağlar. Bu, çocukların kaygı seviyelerini düşürerek, terapi sürecinde daha iyi odaklanmalarına ve daha rahat hareket etmelerine yardımcı olabilir (Zhang et al., 2015).

3. SOSYAL ETKİLEŞİM VE İLETİŞİM; Otistik çocuklar genellikle sosyal etkileşimde zorluklar yaşarlar ve bunun sonucunda iletişim becerileri sınırlı olabilir. Hidroterapi, sosyal etkileşimi teşvik etmek için uygun bir ortam sağlayabilir.

Grup Terapisi: Hidroterapi, grup terapisi şeklinde uygulandığında, çocukların diğer çocuklarla sosyal etkileşim kurmalarına yardımcı olabilir. Su ortamında birlikte egzersiz yapmak, çocukların birlikte çalışarak sosyal becerilerini geliştirmelerine olanak tanır (Miller et al., 2014). Bu, çocukların empati, sırasını bekleme, grup içinde iletişim kurma gibi beceriler kazanmalarına yardımcı olabilir.

İletişim Becerilerinin Desteklenmesi: Su içinde yapılan hareketler, çocukların beden dili ile iletişim kurmalarına olanak tanır. Bu da sözlü olmayan iletişimi güçlendirir ve dil gelişimini destekler. Ayrıca, hidroterapi sırasında terapistler ve çocuklar arasında kurulan etkileşim, çocukların sosyal becerilerinin gelişmesine yardımcı olabilir (McDonald et al., 2013).

4. DUYGUSAL VE PSİKOLOJİK ETKİLER; Hidroterapi, sadece fiziksel gelişimi değil, aynı zamanda **psikolojik iyilik halini** de olumlu etkiler. Su, sakinleştirici ve rahatlatıcı bir ortam sağlar, bu da çocukların stres seviyelerini azaltır ve duygusal regülasyonlarını iyileştirir.

Özgüven Artışı: Su içinde yapılan hareketler, otistik çocukların daha bağımsız hareket etmelerini sağlar. Bu da özgüvenlerini artırır. Ayrıca, suyun sunduğu güvenli ortam, çocukların risk almadan fiziksel aktiviteleri gerçekleştirmelerine olanak tanır, bu da güven duygularını pekiştirir (Mortimer et al., 2014).

Kaygı Azaltma: Hidroterapi, otistik çocuklarda kaygı ve stresin azaltılmasında yardımcı olabilir. Suyun sakinleştirici etkisi, kaygıyı azaltarak, çocukların terapi sürecinde daha rahat olmalarını sağlar (Mortimer et al., 2014).

Yapılan çalışmalar, OSB'li çocukların su içinde daha rahat hissettiklerini, su aktivitelerine daha istekli katıldıklarını ve bu ortamda öğrenme becerilerinin arttığını göstermektedir (Yılmaz et al., 2012; Mortimer et al., 2014; Lawson et al., 2017). Suyun kaldırma kuvveti karada zor yapılan hareketlerin daha kolay yapılmasını sağlar; bu durum motor becerilerin gelişimini destekler. Suyun direnci kas aktivitesini artırır ve fiziksel güçlenmeye katkıda bulunur. Ayrıca su ortamı, çocuklara özgürlük ve eşitlik hissi sağlayarak benlik saygısını güçlendirmekte ve sosyal etkileşimi kolaylaştırmaktadır (Conatser, 2007).

Hidroterapinin psikolojik yararları da önemlidir. Grup etkinlikleri şeklinde yürütülen su aktiviteleri, çocukların sosyal becerilerini, özsaygılarını ve toplumsal katılımlarını artırabilir. Ayrıca su içi oyun ve etkileşimler, dil gelişimini destekleyen doğal öğrenme fırsatları sunar (Mortimer et al., 2014). Bu etkinlikler çocukların kaygı düzeylerini azaltır, ruhsal durumlarını iyileştirir ve yaşam doyumlarını artırır (Conatser, 2007).

Orta düzeyden şiddetliye fiziksel aktivite, çocuklarda genel sağlık, zindelik ve ruhsal iyilik halini destekler. Ancak araştırmalar OSB'li çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin akranlarına göre daha düşük olduğunu göstermektedir (Fragala-Pinkham et al., 2011). Yüzme ve su aktiviteleri, bu çocuklarda stereotipik davranışların azalması, sosyal etkileşimin artması ve davranış düzenlemede iyileşme sağlamaktadır (Pan, 2010). Bu nedenle hidroterapi, hem fiziksel hem sosyal gelişimi destekleyen etkili bir müdahale olarak değerlendirilmektedir.

Otizmlili çocuklarla çalışan hemşirelerin davranışsal, işitsel ve eğitsel terapi ilkeleri konusunda bilgi sahibi olmaları gerekir. Örneğin, otizmlili çocuklar genellikle fiziksel temastan kaçınırken müzik ve ritmik hareketlere olumlu tepki verirler. Bu durum, anne-çocuk etkileşimini artırmak için bir fırsat olarak değerlendirilebilir.

5. SONUÇLAR

Hidroterapi, otistik çocuklar için önemli bir terapötik araçtır. Su ortamının sunduğu avantajlar, otistik çocukların motor becerilerini geliştirirken, aynı zamanda sosyal, duygusal ve psikolojik iyilik hallerine de katkı sağlar. Hidroterapi, çocukların denge, koordinasyon ve kas gücünü artırırken, aynı zamanda duyuşsal entegrasyonlarını ve duyuşsal regülasyonlarını da iyileştirir.

Grup terapisi ve bireysel uygulamalar, çocukların sosyal becerilerinin gelişmesine ve özgüvenlerinin artmasına yardımcı olur.

Sonuç olarak, hidroterapi, otistik çocuklar için multidisipliner bir yaklaşım sunar ve bu çocukların terapötik süreçlerine önemli katkılarda bulunur. Bu tedavi yönteminin etkili olabilmesi için uzmanlar, her çocuğun bireysel ihtiyaçlarına göre özelleştirilmiş programlar geliştirmelidir. Hemşireler otizmli çocuklarda erken tanıdan rehabilitasyon sürecine kadar her aşamada aktif rol üstlenmeli; aileyi bilgilendirme, destekleme ve yönlendirme görevlerini etkin biçimde yerine getirmelidir.

KAYNAKÇA

Akı, E., Temuçin, K., & Aran, O. T. (2016). Su İçi Terapatik Aktivitelerin Vestibuler İşlem, Postür Taklidi, Bilateral Motor Koordinasyona Etkisinin İncelenmesi. *Ergoterapi Ve Rehabilitasyon Dergisi*, 4(2), 103-113.

APA (American Psychiatric Association) (2014). DSM-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı. (E. Köroğlu, Çev). Ankara: Hekimler.

Becker, J., & Kapp, A. (2017). *Aquatic Therapy for Children with Autism Spectrum Disorder*. *Journal of Pediatric Rehabilitation*, 12(1), 25-30.

Becker, B. E. (1997). Aquatic Physics. R. Ruoti, P. Morris, A. Cole (Eds.) *Aquatic Rehabilitation* (p. 15-23). Philadelphia: JB Lippincott.

Christensen DL. (2016). Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years—autism and developmental disabilities monitoring network, 11 sites, United States, 2012. *MMWR. Surveillance Summaries*, 65.

Conatser P. Adapted Aquatics and Rehabilitation: A Literature Synthesis *International Journal of Aquatic Research and Education*. 2007; 1, 242-254

Dur Ş, Mutlu B. Otizm Spektrum Bozukluğu ve Hemşirelik Yaklaşımı, Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi. 2018; 15(1): 45-50.

Fragala-Pinkham, M. A., et al. (2008). Effectiveness of aquatic exercise for children with disabilities. *Clinical Rehabilitation*, 22(9), 791–800.

Korkmaz B. Otizm: Klinik ve Nörobiyolojik Özellikleri, Erken Tanı, Tedavi ve Bazı Güncel Gelişmeler. *Türk Ped Ar* 2010; 45(80), 37-44.

Kurt O, Subaşı Yurtçu AB. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylere Yönelik Kapsamlı Uygulamalar. 2017; 7(1), 155-182.

Lawson LM, Little L. Feasibility of a Swimming Intervention to Improve Sleep Behaviors of Children with Autism Spectrum Disorder, *Therapeutic Recreation Journal*. 2017; 1(2), 97–108.

McGuire, M., McBride, T., & Campbell, J. (2003). *Effectiveness of Hydrotherapy in Children with Physical Disabilities*. *Clinical Rehabilitation*, 17(4), 355-362.

Miller, E., Ruddick, L., & Williams, S. (2014). *Hydrotherapy as an Intervention for Autism Spectrum Disorders: A Review*. *Autism Research*, 7(4), 371-380.

Mortimer R, Privopoulos M, Kumar S. The Effectiveness of Hydrotherapy in The Treatment of Social and Behavioral Aspects of Children With Autism Spectrum Disorders: A Systematic Review *Journal Of Multidisciplinary Healthcare*. 2014;7 93-104.

Pan, C. Y. (2010). The efficacy of aquatic programs on social and motor skills of children with autism spectrum disorders. *Autism*, 14(1), 9–28.

Pektaş S. Otizm Spektrum Bozukluğu Tanısı Almış Çocuklarda Müzik Eğitiminin Önemi. 2016; 4(1).

Önal S, Uçar A. Otizm Spektrum Bozukluğu Tedavisinde Beslenme Yaklaşımları, *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2017; (1-2-3), 179-194.

Toper Ö. Otizm Spektrum Bozukluğu ve Zihin Yetersizliği Olan Çocuklarda Uyku Sorunları ve Davranışsal Müdahale Yöntemleri *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*. 2018;19 (4), 801-824.

Vassallo, M., Owen, M., & Gould, M. (2008). *Hydrotherapy and Sensory Integration for Children with Autism*. *Occupational Therapy International*, 15(2), 101-115.

Yilmaz, I., Yanardag, M., Birkan, B., & Bumin, G. (2004). Effects of swimming training on physical fitness and water orientation in autism. *Pediatrics International*, 46,624-626.

Yükselsin İY, Berrakçay O. Bir Müziksel Terapi Modeli Olarak ‘Etkileşimli Ritim Tekrarı Alıştırması’nın Otistik Spektrum Bozuklukları Olan Çocuklardaki Problem Davranışların Azaltılmasındaki Etkileri, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 2010;3(10).

Zhang, L., Zhan, X., & Li, F. (2015). *The Effects of Hydrotherapy on Children with Autism Spectrum Disorder*. *Journal of Developmental Disabilities*, 29(2), 104-110.

Ward, J., Brander, R., & Kelly, S. (2016). *The effect of aquatic exercise on balance and motor performance in children with autism spectrum disorder. Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(5), 1672–1685. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2673-4>

KIRŞEHİR’İN SAĞLIK TURİZMİ POTANSİYELİNİN SWOT ANALİZİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ

Ayşegül TURAN

Kırşehir Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

E mail: aysegul.turan@ahievran.edu.tr

ORCID: 0000-0002-0451-8611

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, Kırşehir’in sağlık turizmi kapasitesini analiz ederek ilin mevcut avantajlarını, dezavantajlarını ve gelişme olanaklarını belirlemektir. Böylelikle, hem yerel yönetimlere hem de sağlık sektörü paydaşlarına stratejik planlama süreçlerinde kullanılabilecek bilimsel bir çerçeve sunmak hedeflenmiştir. Bu araştırma nitel araştırma yaklaşımına dayalı olarak yürütülmüştür. Veriler, ikincil kaynaklardan (yerel yönetim raporları, kamu kurumlarının istatistikleri, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ve Sağlık Bakanlığı verileri) elde edilmiştir. Analiz sürecinde SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) yöntemi kullanılmıştır. Bulgular, Kırşehir’in termal kaynak çeşitliliği, fizik tedavi altyapısı ile geleneksel tıp uygulamaları açısından yüksek potansiyele sahip bir il olduğunu göstermektedir. Ancak sağlık turizminin sürdürülebilir biçimde geliştirilebilmesi için ulaşım, eğitim, tanıtım ve yatırım alanlarında stratejik adımlar atılmalıdır. Sağlık çalışanlarına yönelik yabancı dil kursları ve sağlık turizmi farkındalık seminerleri düzenlenmelidir. Özellikle hava yolu bağlantılarının artırılması ve Ankara-Kırşehir arası hızlı ulaşım seçeneklerinin geliştirilmesi gerekmektedir. KAEÜ, USHAŞ, yerel yönetimler ve özel sektör arasında proje temelli iş birlikleri oluşturulmalıdır. rehabilitasyon merkezleri ve GETAT uygulama alanlarına yatırım yapan girişimcilere özel teşvik paketleri sağlanmalıdır. Kırşehir’in termal zenginliği, UNESCO kimliği ve kültürel değerleri bütüncül bir sağlık turizmi markası altında tanıtılmalıdır. Avrupa’da yaşayan Kırşehirli için özel sağlık turizmi kampanyaları ve sadakat programları geliştirilebilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Kırşehir, Sağlık Turizmi, SWOT Analizi, Termal Turizm, Yerel Kalkınma, Rehabilitasyon

EVALUATION OF KIRŞEHİR'S HEALTH TOURISM POTENTIAL THROUGH SWOT ANALYSIS

Ayşegül TURAN

Kırşehir Evran University Faculty of Health Sciences

Email: aysegul.turan@ahievran.edu.tr

ORCID: 0000-0002-0451-8611

ABSTRACT

The aim of this research is to analyze Kırşehir's health tourism capacity and identify the province's current advantages, disadvantages and opportunities for development. The objective is to provide a scientific framework that can be used by both local authorities and healthcare sector stakeholders in their strategic planning processes. This research was conducted based on a qualitative research approach. The data was obtained from secondary sources (local government reports, statistics from public institutions, data from Kırşehir Ahi Evran University and the Ministry of Health). The SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) method was used in the analysis process. The findings show that Kırşehir is a province with high potential in terms of thermal resource diversity, physical therapy infrastructure and traditional medicine practices. However, strategic steps must be taken in the areas of transport, education, promotion and investment to develop health tourism in a sustainable manner. Foreign language courses for healthcare professionals and health tourism awareness seminars should be organized. In particular, air connections must be increased and rapid transport options between Ankara and Kırşehir must be developed. Project-based collaborations should be established between KAEÜ, UŞHAŞ, local authorities and the private sector. Special incentive packages should be provided to entrepreneurs investing in rehabilitation centers and GETAT application areas. Kırşehir's thermal wealth, UNESCO identity and cultural values should be promoted under a comprehensive health tourism brand. Special health tourism campaigns and loyalty programmes should be developed for Kırşehir natives living in Europe.

Keywords: Kırşehir, Health Tourism, SWOT Analysis, Thermal Tourism, Local Development, Rehabilitation.

GİRİŞ

Medikal turizm, termal turizm, ileri yaş ve engelli turizmi boyutlarından oluşan sağlık turizmi, ülkelerin ekonomik gelişimi ve bölgesel kalkınması açısından stratejik öneme sahip sektörlerden biridir (Campra vd., 2022; Gaines ve Lee, 2019; Reed, 2008). Destinasyonun (hastane, kür merkezi, termal tesis, vs.) sağlık turizmine uygunluğu sağlık turizminin etkin yürütülmesi için yeterli gelmemektedir Sağlık turizmi faaliyetlerinin yürütülebilmesinde sağlık çalışanlarının farkındalığından, aracı kuruluşların yetkinliğine kadar pek çok faktör etkili olabilmektedir.

Anadolu'nun merkezinde yer alan Kırşehir ili, sahip olduğu jeotermal kaynaklar, fizik tedavi altyapısı, kültürel mirası ve geleneksel tıp uygulamalarıyla sağlık turizmi için elverişli bir coğrafyadır. Ancak bu potansiyelin sürdürülebilir turizm anlayışıyla bütünleşmesi ve uluslararası hasta akışına katkı sağlayacak şekilde organize edilmesi gerekmektedir. Sağlık turizmi faaliyetlerinin yapılandırılmasında rol model şehir veya hastanelerin incelenmesi ve güçlü/zayıf yönler ile fırsat/tehditleri içeren bir durum analizinin yapılması gerekmektedir.

Literatürde sağlık turizmine yönelik SWOT analizlerin yapıldığı çalışmalar mevcuttur (Albayrak ve Güçlü, 2020; Bozça vd., 2017; Dalkıran, 2014; Daştan, 2014; Eriş, 2017; Sandıkçı ve Özgen, 2013; Toprak vd., 2014; Üzümcü ve Çimen, 2019). İller veya bölgeler temelinde SWOT analizlerinin yapılması, bölgeye yönelik sektörel durum tespiti, niş alanların belirlenmesiyle yatırım kararlarının şekillenmesi, rekabetin gelişmesi ve stratejik plan hazırlıklarında veri kaynağı oluşturmaktadır. Bu çalışma ile “Sağlık turizmi açısından Kırşehir’in zayıf/güçlü yönleri ile sağlık turizmindeki fırsatlar/tehditler nelerdir” sorusunun cevapları araştırılmıştır.

Bu araştırmanın amacı, Kırşehir’in sağlık turizmi kapasitesini analiz ederek ilin mevcut avantajlarını, dezavantajlarını ve gelişme olanaklarını belirlemektir. Yerel yönetimlere ve sağlık sektörü paydaşlarına stratejik planlama süreçlerinde kullanılabilecek bilimsel bir çerçeveye sunmak hedeflenmiştir.

YÖNTEM

Bu araştırma nitel araştırma yaklaşımına dayalı olarak yürütülmüştür. Veriler, ikincil kaynaklardan (yerel yönetim raporları, kamu kurumlarının istatistikleri, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kültür ve Turizm Bakanlığı ve Sağlık Bakanlığı verileri) elde edilmiştir. Analiz sürecinde SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) yöntemi kullanılmıştır.

SWOT analizi yöntemi, bir destinasyonun içsel (güçlü ve zayıf yönler) ve dışsal (fırsatlar ve tehditler) faktörlerini belirleyerek stratejik gelişim alanlarını tanımlamayı mümkün kılmaktadır. SWOT analizinin amacı, güçlü yönleri ve fırsatları kullanarak, zayıf yönleri azaltacak ve tehditleri önleyecek stratejilerin geliştirilmesine zemin hazırlamaktır (Aslan vd., 2012).

Kırşehir'in Sağlık Turizmi Potansiyelinin SWOT Analizi

Sağlık turizmine yönelik SWOT analizinin yapılandırılmasında Türkiye genelinde sağlık turizminin gereklilikleri, bölgeye özel güçlü ve zayıf yönler (iç çevre), sektörel fırsat ve tehditler (dış çevre) göz önünde bulundurulmaktadır. İç ve dış çevre verilerinin çapraz analizleriyle stratejiler belirlenmektedir. İleri yaş, termal ve medikal turizm, Kırşehir'in sağlık turizmi için potansiyel uygulama alanlarındandır.

Kırşehir'in Sağlık Turizmi Açısından Genel Durumu

Kırşehir'de turizm denilince, Kaman Kalehöyük Japon Anadolu Arkeoloji Enstitüsü, yer altı şehirleri, Ahi Evran Külliyesi, Cacabey Gökbilim Medresesi, Aşık Paşa Türbesi, Neşet Ertaş Gönül Sultanları Kültür Evi, Seyfe Gölü Kuş Cenneti, Kaman cevizi ve onyx taşı ilk akla gelenlerdendir (Kırşehir Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2025). Kırşehir jeotermal kaynaklar açısından oldukça zengindir. Jeotermal Kaynakların Değerlendirilmesi Projesi Kırşehir İli Raporu'na (JKDPKİR), (2020) göre Terme, Karakurt, Çiçekdağı-Mahmutlu, Çiçekdağı-Bulamaçlı, Kaman-Savcılı, Akpınar ve Mucur, Kırşehir'in jeotermal alanlarındandır. İlde 32 kuyu bulunmakta olup, su sıcaklıkları 30.8 ile 78.3 santigrat derece arasında değişmektedir. Tablo 1'de Jeotermal alanların su yapılarına ve tedavi edilen hastalıklara yer verilmiştir.

Tablo 1: Jeotermal alanların su yapısı ve tedavi edilen hastalıklar ilişkisi

	PH	İçerik	Cilt hastalıkları	Lokomotor Sistemi Hastalıkları	Nörolojik hastalıklar
Terme	Bazik karakterli	Ca-Na-HCO ₃ -Cl		*	*
Karakurt	Bazik karakterli	Ca-Na-HCO ₃ -SO ₄		*	*
Çiçekdağı-Mahmutlu	Asidik karakterli	Na-Ca-Cl-SO ₄		*	*

Çiçekdağı- Bulamaçlı	Asidik karakterli	Na-Cl	*	*	*
Kaman- Savcılı	Bazik karakterli	Na-Cl-CO ₃		*	*
Akpınar	Bazik karakterli	Na-Ca-Cl		*	*
Mucur	Bazik karakterli	Ca-Na-HCO ₃ - Cl		*	*

Kaynak: Jeotermal Kaynakların Değerlendirilmesi Projesi Kırşehir İli Raporu (2020).

Kırşehir termal tesislerinden Big Thermal Spa Resort 400 (%75 doluluk), Çiçekdağı Bulamaçlı Termal Kaplıca Tesisleri 35 (%65 doluluk), Grand Terme Termal Oteli 250 (%85 doluluk), Temur Kaplıca Oteli 160 (%40 doluluk) yatak kapasitesine sahiptir (JKDPKİR, 2020). Kırşehir Eğitim ve Araştırma Hastanesinin yatak sayısı, 150 yataklı Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Merkeziyle birlikte 450'dir (Kırşehir Eğitim ve Araştırma Hastanesi, 2025). Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezi, hasta tedavi süreçlerinde jeotermal su özelliklerinden yararlanmaktadır. Şehir bünyesinde hizmet sunan Özel Musa Gül Hastanesi de 34 yataklıdır (Musa Gül Hastanesi, 2025). Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi bünyesinde yürütülen Jeotermal Kaynaklı Rehabilitasyon Merkezi (JEOKAREM) Projesi, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (GETAT) Projesi, Sporcu Sağlığı Araştırma, Uygulama ve Termal Rehabilitasyon Merkezi (SAUTER) Projeleri sağlık turizminin gelişimine hizmet eden projelerdendir (Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Pilot Üniversite Sağlık Koordinatörlüğü, 2025).

SWOT ANALİZİ

Kırşehir ili, hem sağlık hem de turizm potansiyeli bakımından önemli doğal ve kültürel kaynaklara sahip bir destinasyon olmasına rağmen, bu potansiyelin sağlık turizmine dönüşümünde çeşitli yapısal ve yönetsel engellerle karşılaşmaktadır. Bu bağlamda ilin mevcut durumunu bütüncül biçimde değerlendirmek amacıyla bir SWOT analizi yapılmıştır. Analiz kapsamında Kırşehir'in sağlık turizmi açısından güçlü ve zayıf yönleri ile mevcut fırsatları ve tehditleri belirlenmiş, bu unsurlar doğrultusunda stratejik geliştirme alanları tanımlanmıştır. Elde edilen veriler, ilin termal kaynak zenginliği ve sağlık altyapısının güçlü yönleriyle öne çıktığını; ancak ulaşım, tanıtım, koordinasyon eksiklikleri ve uluslararası standartlara uyum gibi alanlarda gelişmeye açık yönlerinin bulunduğunu göstermektedir. Aşağıda Kırşehir'in sağlık turizmine ilişkin SWOT analizi sonuçları ayrıntılı biçimde sunulmuştur.

Güçlü Yönler

a. Turizm Potansiyeli

Kırşehir, sahip olduğu doğal ve kültürel değerlerle sağlık turizmini destekleyecek güçlü bir turizm altyapısına sahiptir. Özellikle Kaman ilçesinde yer alan Kale Höyük ve Japon Bahçesi, arkeolojik ve estetik unsurlarıyla ilin kültürel çekim merkezleri arasında yer almakta ve ziyaretçilerine tarih ile doğanın iç içe geçtiği bir deneyim sunmaktadır. Kepez Yer Altı Şehri tarih ve inanç turizmi açısından önemli bir potansiyele sahiptir ve bölgeye gelen turistlerin ilgisini çekmektedir. Hirfanlı Baraj Gölü çevresinde gelişen yelkenli ve sahil turizmi etkinlikleri ise doğa ve spor turizmini destekleyerek ilin turizm çeşitliliğini artırmaktadır. Seyfe Gölü Kuş Cenneti, sahip olduğu biyolojik zenginlik sayesinde ekoturizm açısından hem ulusal hem de uluslararası düzeyde önemli bir konuma sahiptir. Bu doğal ve kültürel unsurlar bir arada değerlendirildiğinde, Kırşehir'in turizm potansiyeli sağlık turizminin gelişimi için destekleyici bir altyapı oluşturmaktadır.

b. Sağlık Altyapısı

Kırşehir, sağlık turizmini destekleyecek önemli altyapı unsurlarına sahip bir ildir. Jeotermal kaynak raporlarına göre kent sınırları içerisinde yer alan 12 adet termo-mineral nitelikli jeotermal kuyu, Kırşehir'in termal turizm açısından güçlü bir doğal kaynak zenginliğine sahip olduğunu göstermektedir. Bu jeotermal potansiyel, tedavi ve rehabilitasyon temelli sağlık hizmetlerinin geliştirilmesi için önemli bir fırsat sunmaktadır. İlde faaliyet gösteren Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Hastanesi, söz konusu termal kaynaklarla entegre biçimde hizmet sunma kapasitesine sahip olup, özellikle kas-iskelet sistemi hastalıklarının tedavisinde bölgesel bir çekim merkezi oluşturma potansiyeline sahiptir. Kentte bulunan Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (GETAT) Merkezi, akupunktur, kupa, ozon ve fitoterapi gibi uygulamalar aracılığıyla tedavi çeşitliliğini artırmakta ve sağlık turizmi yelpazesini genişletmektedir. Kırşehir'in güvenli, küçük ölçekli ve geleneksel yapıya sahip kent kimliği, yerli ve yabancı ziyaretçilere huzurlu, sakin ve stresten uzak bir tedavi ortamı sunarak sağlık turizmi deneyimini desteklemektedir.

Zayıf Yönler

Kırşehir'in sağlık turizmi potansiyeline rağmen, bu alandaki gelişimi sınırlayan çeşitli yapısal ve kurumsal zayıflıklar bulunmaktadır. Öncelikle, ulaşım altyapısının sınırlı olması kente erişimi güçleştirmekte, özellikle uluslararası ziyaretçiler açısından önemli bir engel oluşturmaktadır. En yakın havalimanı olan Gülşehir'in 72 kilometre uzaklıkta yer alması, sağlık

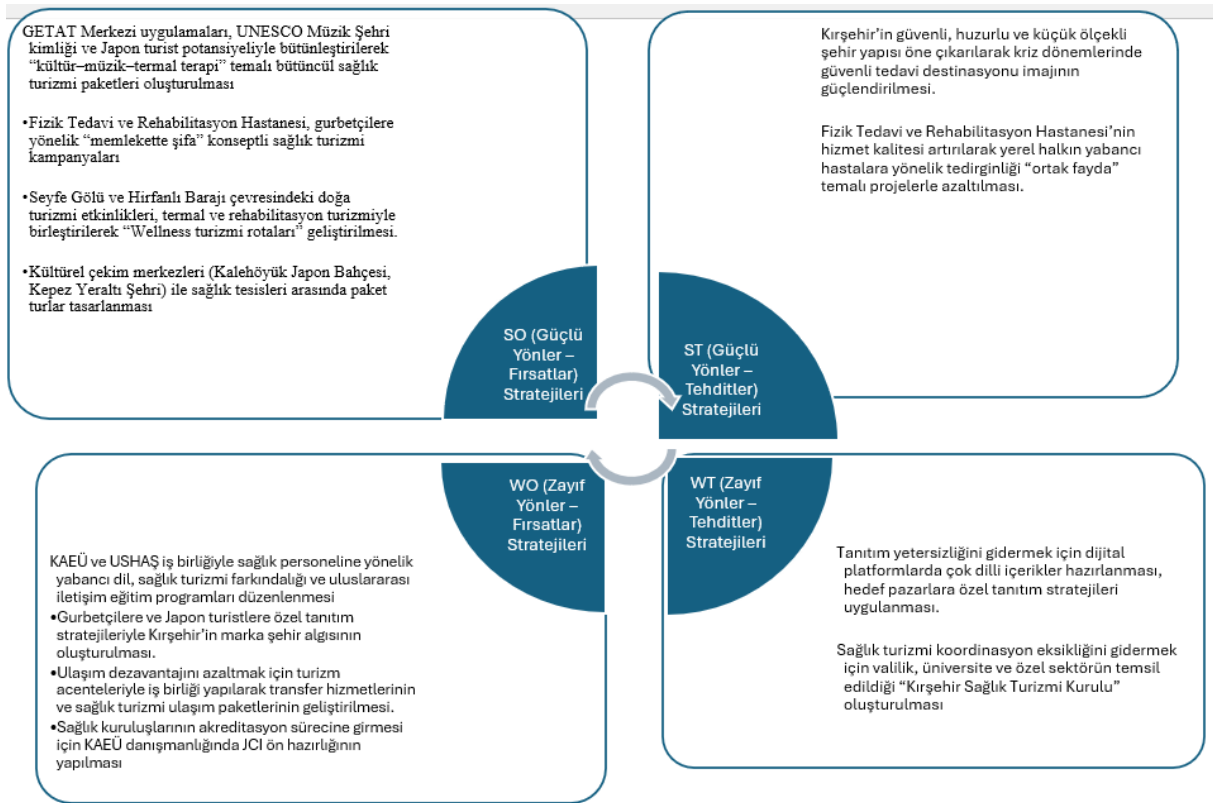
turistlerinin doğrudan ve hızlı ulaşımını zorlaştırmaktadır. Sağlık personelinin yabancı dil yeterliliğinin düşük olması, yabancı hastalarla etkili iletişim kurulmasını engelleyerek hasta memnuniyetini olumsuz yönde etkileyebilmekte ve sağlık turizmi hizmetlerinin niteliğini ve uluslararası rekabet gücünü sınırlamaktadır. Sağlık çalışanlarının sağlık turizmi konusundaki farkındalıklarının düşük olması, alanın gelişimine yönelik ilgi ve katılımı azaltmaktadır. İlde gerçekleştirilen tanıtım ve pazarlama faaliyetlerinin yetersizliği ise Kırşehir'in sağlık turizmi açısından bilinirliğini düşürmekte, potansiyel ziyaretçilerin dikkatini çekmeyi zorlaştırmaktadır. Sağlık kuruluşlarının sağlık turizmi aracı kurumlarıyla yeterli iş birliği geliştirememesi, sunulan hizmetlerin ulusal ve uluslararası düzeyde etkin biçimde tanıtılmasını engellemektedir. Tüm bunlara ek olarak, sağlık turizmine yönelik koordinasyonu sağlayacak bir çatı kuruluşun bulunmaması, planlı yatırımların ve stratejik iş birliklerinin önünde önemli bir engel teşkil etmektedir. JCI akreditasyonuna sahip bir sağlık tesisinin olmaması, uluslararası hastalar açısından güvenilir ve nitelikli tedavi algısının oluşmasını güçleştirmekte, ilin sağlık turizmi rekabetinde geri planda kalmasına neden olabilmektedir.

Fırsatlar

Kırşehir'in sağlık turizmi potansiyelini güçlendiren önemli fırsatlar bulunmaktadır. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ile Uluslararası Sağlık Hizmetleri Anonim Şirketi arasında imzalanan iş birliği protokolü, uluslararası sağlık hizmetleri alanında ortak projeler geliştirilmesine ve kapasite artırıcı faaliyetlerin yürütülmesine olanak tanımaktadır. Bu iş birliği, hem akademik hem de uygulamalı düzeyde sağlık turizmi alanında nitelikli insan kaynağı ve kurumsal kapasite oluşturulması açısından stratejik bir fırsat sunmaktadır. Öte yandan, Kaman Kalehöyük Japon Anadolu Arkeoloji Müzesi'ni ziyaret eden Japon turistler, kentin sağlık turizmi açısından yeni müşteri segmentlerine ulaşması için önemli bir potansiyel taşımaktadır. Japon ziyaretçilerin termal, rehabilitasyon ya da geleneksel tedavi hizmetlerine yönlendirilmesi, kültürel turizmle sağlık turizmi arasında sinerji yaratabilir. Kırşehir'in UNESCO "Müzik Şehri" unvanıyla tescillenmiş olması, ilin kültürel tanıtımında uluslararası görünürlüğünü artırmakta ve destinasyon imajına prestij kazandırmaktadır. UNESCO Müzik Şehri imajı, sağlık turizmi destinasyonu olarak markalaşma sürecini destekleyen bir avantaj yaratmaktadır. Yurt dışında yaşayan Kırşehirlilerin sayısının fazla olması, özellikle rehabilitasyon ve termal tedavi alanlarında önemli bir hedef kitle oluşturmaktadır. Gurbetçiler, hem memleket bağı hem de güvenilir sağlık hizmeti arayışı nedeniyle Kırşehir'de sunulacak sağlık turizmi hizmetlerine yönelmeye daha açıktır.

Tehditler

Kırşehir'in sağlık turizmi alanındaki gelişimini olumsuz yönde etkileyebilecek çeşitli tehdit unsurları bulunmaktadır. Küresel krizler, salgın hastalıklar ve ekonomik dalgalanmalar gibi dışsal faktörler, sağlık turizmi sektöründe belirsizlik yaratmakta ve hizmet talebinde ani düşüölere neden olabilmektedir. Sektörel belirsizlikler, hem yatırımcıların risk algısını artırmakta hem de sektörün sürdürülebilirliğini tehdit etmektedir. Sağlık çalışanlarının sağlık turizmi konusundaki farkındalık düzeyinin düşük olması, sunulan hizmetlerin niteliğini ve sürdürülebilirliğini olumsuz etkileyebilmektedir. Farkındalık eksikliği, özellikle yabancı hastalara yönelik hizmet kalitesinde standartlaşmanın önünde engel teşkil etmektedir. Diğer yandan, yerel halkın yabancı uyruklu hastalarla aynı sağlık hizmetlerinden yararlanmaya yönelik tedirginliği, sağlık turizmi faaliyetlerine olan toplumsal desteği zayıflatabilmektedir. Kırşehir gibi küçük ve geleneksel toplum yapısına sahip bölgelerde yaşanan tedirginlikler sosyal kabul sürecini yavaşlatmakta ve sağlık turizmi yatırımlarının yerel düzeyde benimsenmesini güçleştirmektedir. Artan yatırım maliyetleri ve ekonomik belirsizlikler, yeni sağlık turizmi girişimlerinin planlanması ve uygulanmasını yavaşlatma riski taşımaktadır. Muğlak koşullar, sektörün gelişim hızını düşürmekte ve yatırımcılar açısından maliyet-etkinlik dengesi oluşturmayı zorlaştırmaktadır. Tehditlerin dikkatle analiz edilmesi ve stratejik planlamalarda dikkate alınması, Kırşehir'in sağlık turizmi alanında sürdürülebilir ve rekabetçi bir konum elde etmesi açısından büyük önem taşımaktadır. İç ve dış çevre verilerinin çapraz analizleriyle belirlenen stratejiler, bu tehditleri azaltarak fırsatların etkin biçimde değerlendirilmesine katkı sağlayacaktır. Şekil 1'de Kırşehir sağlık turizmine yönelik bu stratejiler bütüncül biçimde sunulmaktadır.



Şekil 1: Kırşehir sağlık turizmine yönelik stratejiler

Bulgular, Kırşehir'in sağlık turizmi açısından doğal ve kurumsal avantajlarının yüksek olduğunu göstermektedir. Termal kaynak zenginliği, GETAT uygulamaları ve rehabilitasyon hizmetlerinin varlığı ilin en belirgin üstünlükleridir. Ancak destinasyon yönetimi, tanıtım, ulaşım ve insan kaynağı yeterliliği konularında iyileştirmeler gereklidir.

SONUÇ

Bu araştırma, Kırşehir'in sağlık turizmi potansiyelini ortaya koyarak ilin güçlü ve zayıf yönleri ile karşılaştığı fırsat ve tehditleri bütüncül biçimde değerlendirmiştir. Elde edilen bulgular, Kırşehir'in termal kaynakları, fizik tedavi ve GETAT altyapısı ile önemli bir sağlık turizmi çekim merkezi olma kapasitesine sahip olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, ulaşım altyapısının yetersizliği, sağlık personelinin dil ve farkındalık eksikliği gibi unsurlar, bu potansiyelin tam anlamıyla değerlendirilememesine yol açmaktadır. Sonuç olarak, Kırşehir'in sağlık turizmi alanında sürdürülebilir bir büyüme sağlayabilmesi için tanıtım faaliyetlerinin güçlendirilmesi, sağlık turizmi eğitiminin yaygınlaştırılması ve paydaşlar arasında koordinasyonun artırılması gerekmektedir. Bu doğrultuda çalışma, yerel yönetimler ve karar vericiler için stratejik bir yol haritası sunmaktadır.

ÖNERİLER

Kırşehir'in sağlık turizmi potansiyelinin sürdürülebilir biçimde geliştirilmesi için çeşitli stratejik öneriler ortaya konulmuştur. Öncelikle, ulaşım altyapısının güçlendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu kapsamda, özellikle hava yolu bağlantılarının artırılması ve Ankara-Kırşehir arasında hızlı ve konforlu ulaşım seçeneklerinin geliştirilmesi gerekmektedir. Sağlık çalışanlarının yabancı dil becerilerini ve sağlık turizmi farkındalığını artırmaya yönelik eğitim programlarının düzenlenmesi, uluslararası hasta memnuniyetinin yükseltilmesine katkı sağlayacaktır. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, USHAŞ, yerel yönetimler ve özel sektör arasında proje temelli kurumsal iş birliklerinin kurulması, ildeki sağlık turizmi kapasitesinin daha etkin kullanılmasını mümkün kılacaktır. Yatırım teşviklerinin artırılması da termal otelcilik, rehabilitasyon merkezleri ve GETAT uygulama alanlarına girişimci ilgisini artıracak önemli bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Kırşehir'in termal kaynakları, UNESCO Müzik Şehri kimliği ve kültürel mirasının bütüncül bir sağlık turizmi markası altında tanıtılması, ilin ulusal ve uluslararası tanınırlığını güçlendirecektir. Bu çerçevede, özellikle yurt dışında yaşayan Kırşehirlilere yönelik diaspora sağlık turizmi kampanyaları ve sadakat programlarının geliştirilmesi, sürdürülebilir bir hedef kitle oluşturulmasına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

Albayrak, Ç., & Güçlü, A. (2020). Şehir hastanelerinin sağlık turizmine etkisinin SWOT analizi ile değerlendirilmesi. *Aydın Sağlık Dergisi*, 6(2), 139-153.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/asder/issue/56058/770269>.

Aslan, I., Çinar, O., & Kumpikaitė-Valiūnienė, V. (2012). Creating strategies from tows matrix for strategic sustainable development of Kipaş Group. *Journal of Business Economics and Management*, 13(1), 95–110. <https://doi.org/10.3846/16111699.2011.620134>.

Bozça, R., Kıraç, F. Ç., & Kıraç, R. (2017). Sağlık turizmi SWOT analizi: Erzincan.

Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 6(3), 157-163.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/gumussagbil/issue/31206/368085>.

Campra, M., Riva, P., Oricchio, G., & Brescia, V. (2022). Bibliometrix analysis of medical tourism. *Health services management research*, 35(3), 172–188.

<https://doi.org/10.1177/09514848211011738>

Dalkıran, G. B. (2017). Bir Sağlık Turizmi Destinasyonu Olarak Trakya Bölgesi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 6(4), 162-178.

Daştan, İ. (2014). Türkiye’de sağlık turizmi: Türkiye ve özelinde İzmir’de sağlık turizminin mevcut durum analizi ve strateji önerileri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(10), 143-163.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/makusobed/issue/19442/206806>.

Eriş H (2019). Şanlıurfa Sağlık Turizmi SWOT Analizi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(71), 1278–1298. <https://doi.org/10.17755/esosder.511959> .

Gaines, J., & Lee, C. V. (2019). Medical tourism. In *Travel medicine* (pp. 371-375).

<https://doi.org/10.1016/B978-0-323-54696-6.00039-2>.

Jeotermal Kaynakların Değerlendirilmesi Projesi Kırşehir İli Raporu/ JKDPKİR (2020). KOP Bölge Kalkınma İdaresi. <https://www.kalkinmakutuphanesi.gov.tr/dokuman/jeotermal-kaynaklarin-degerlendirilmesi-projesi-kirsehir-ili-raporu/2009>.

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Pilot Üniversite Sağlık Koordinatörlüğü (2025). Erişim adresi: <https://idari.ahievran.edu.tr/pilotsaglik>.

Kırşehir Eğitim ve Araştırma Hastanesi, (2025). Erişim adresi:

<https://kirshireah.saglik.gov.tr/TR-724738/tarihcemiz.html>.

Kırşehir Kültür ve Turizm Müdürlüğü (2025). Erişim adresi: <https://kirsehir.ktb.gov.tr/TR-64774/yapmadan-donme.html>.

Musa Gül Hastanesi (2025). Kurumsal. Erişim adresi:

https://www.musagulhastanesi.com.tr/?page_id=38.

Reed C. M. (2008). Medical tourism. *The Medical clinics of North America*, 92(6), 1433–1446. <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2008.08.001>.

Sandıkçı, M., & Özgen, Ü. (2013). Afyonkarahisar ilinin termal turizm açısından SWOT analizi ile değerlendirilmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(3), 51-79.

<https://doi.org/10.12780/UUSBD248>.

Toprak, L., Elsaied, H. H., & Mahmood, S. A. (2014). Turizmin Yükselen Trendi: Sağlık Turizmi ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi Örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(50), 38-57. <https://doi.org/10.17755/esosder.74594>

Üzümcü, T. P., & Çimen, S. (2019). Kocaeli sağlık turizmine yönelik nitel bir çalışma. *Uluslararası Turizm, Ekonomi ve İşletme Bilimleri Dergisi (IJTEBS)* E-ISSN: 2602-4411, 3(2), 97-116. <https://www.ijtebs.org/index.php/ijtebs/article/view/319>

HALK SAĞLIĞI PERSPEKTİFİNDEN SAĞLIK TURİZMİ VE SAĞLIK HARCAMALARI İLİŞKİSİ

Öğr. Gör. Meryem KOÇAŞ

Muş Alparslan Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik, ORCID: 0000-0002-7891-6866

ÖZET

Amaç: Sağlık turizmi ve sağlık harcamaları arasındaki ilişkiyi halk sağlığı perspektifinden literatür temelli olarak incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Sağlık turizmi, bireylerin sağlık hizmeti almak amacıyla yaşadıkları yerden başka bir bölgeye seyahat etmeleri olarak tanımlanmakta ve küresel ölçekte hızlı bir gelişim göstermektedir. Hem halk sağlığına hem de ülke ekonomisine çeşitli katkılar sunan sağlık turizmi ile sağlık harcamaları arasındaki ilişkinin, özellikle halk sağlığı perspektifiyle ele alınmasının literatürde yeterince incelenmediği görülmektedir. Bu çalışma, sağlık turizmi ile sağlık harcamaları arasındaki ilişkiyi halk sağlığı bakış açısıyla ele alarak literatürdeki önemli bir boşluğu doldurmayı hedeflemektedir. Mevcut çalışmalar genellikle ekonomik ve turistik boyuta odaklanırken, bu araştırma sağlık turizminin halk sağlığına olan doğrudan ve dolaylı etkilerini değerlendirmeye odaklanarak konuya disiplinler arası bir yaklaşım sunmaktadır. Bu yönüyle, sağlık turizminin yerel sağlık sistemleri üzerindeki etkilerinin halk sağlığı perspektifiyle ele alınması, politika yapıcılar için karar alma süreçlerinde bilimsel bir temel oluşturacaktır. Çalışma kapsamında konu, teorik bir çerçevede doğrultusunda incelenecektir.

Bulgular: Literatür taramasında, sağlık turizminin halk sağlığı üzerindeki etkilerine dair çeşitli bulgulara ulaşılmıştır. Sağlık turizminin, ülke ekonomisine katkı sağlayarak sağlık harcamalarının finansmanına destek olabileceği ve bu yolla sağlık altyapısının gelişmesine, istihdam olanaklarının artmasına, yeni tedavi yöntemlerinin uygulanmasına ve yerel halkın sağlık hizmetlerine erişiminin iyileşmesine katkıda bulunabileceği ifade edilmektedir. Ancak literatürde, sağlık hizmetlerinin önceliklerinin değişmesi, sağlık kaynaklarının turistlere yönlendirilmesi ve yerel halkın sağlık hizmetlerine erişiminin ikinci plana atılması gibi olası olumsuz etkiler de vurgulanmaktadır.

Sonuç: Sağlık turizminin sağlık harcamaları ve halk sağlığı perspektifinden incelenmesine yönelik daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğu tespit edilmiştir. Yapılan inceleme sonucunda, sağlık turizminin ekonomiye katkılarının hem güçlü hem de zayıf yönlerinin olduğu belirlenmiştir. Gelecekte, sağlık turizminin halk sağlığı üzerindeki etkilerinin daha ayrıntılı ve niceliksel yöntemlerle incelenmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sağlık, Turizm, Halk Sağlığı, Sağlık Harcamaları

THE RELATIONSHIP BETWEEN HEALTH TOURISM AND HEALTH EXPENDITURES FROM A PUBLIC HEALTH PERSPECTIVE

Lecturer Meryem KOÇAŞ

Muş Alparslan University, School of Health Services, Medical Documentation and Secretarial
Studies, ORCID: 0000-0002-7891-6866

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to examine the relationship between health tourism and health expenditures from a public health perspective through a literature-based

Materials and Methods: Health tourism is defined as individuals traveling outside their place of residence to receive health services and has been rapidly growing on a global scale. Although health tourism contributes to both public health and national economies, the relationship between health tourism and health expenditures has not been sufficiently addressed from a public health perspective in the literature. This study seeks to fill this gap by analyzing the relationship from a public health viewpoint. While most existing research has focused on economic and touristic dimensions, this review highlights both the direct and indirect impacts of health tourism on public health, offering an interdisciplinary approach. In this regard, evaluating the effects of health tourism on local health systems from a public health perspective will provide a scientific basis for policymakers in decision-making processes. The subject will be examined within a theoretical framework.

Findings: The literature review reveals various findings regarding the effects of health tourism on public health. It is reported that health tourism can support the financing of health expenditures by contributing to the national economy, thereby enhancing health infrastructure, increasing employment opportunities, facilitating the application of new treatment methods, and improving access to health services for the local population. However, the literature also emphasizes possible negative effects, such as changes in healthcare priorities, the allocation of resources to foreign patients, and the risk of limiting local populations' access to health services.

Conclusion: The review indicates a need for further studies on the relationship between health tourism, health expenditures, and public health. Findings suggest that the contributions of health tourism to the economy have both strengths and weaknesses. Future research should examine the impacts of health tourism on public health in greater detail using more comprehensive and quantitative approaches.

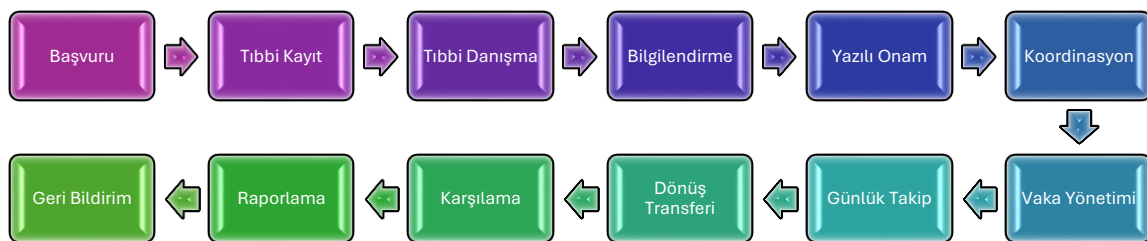
Keywords: Health, Tourism, Public Health, Health Expenditures

GİRİŞ

1. Sağlık Turizmi ve Türleri

Sağlık, bireylerin tatil tercihlerini etkileyen önemli bir motivasyon unsurudur. Kimi durumlarda belirleyici faktör haline gelir; örneğin, özel bir tedavi veya ameliyat amacıyla yapılan seyahatlerde olduğu gibi. Diğer durumlarda ise bireyler, tatil sırasında beslenme, spor veya dinlenme gibi faaliyetlerle sağlıklarını desteklemeyi amaçlar (Laws, 1996). Sağlık turizmi, mevcut sağlık hizmetleri altyapısına dayandığı için sağlık sistemi kapsamında değerlendirilmektedir (Hofer vd., 2012). Literatürde sağlık turizmine ilişkin pek çok tanım bulunmakla birlikte, genel kabul gören yaklaşım, insanların sağlıklarını korumak, geliştirmek veya tedavi olmak amacıyla seyahat etmeleri şeklindedir (Bilge ve Cabi, 2020).

Şekil 1. Sağlık Turizmi Süreci



Kaynak: (SATURK, 2025).

Şekil 1’de sağlık turizmi süreci, hastanın başvurusundan geri bildirim aşamasına kadar adım adım gösterilmektedir. Süreç; başvuru, tıbbi kayıt, danışma ve bilgilendirme ile başlamakta; ardından onam, koordinasyon, vaka yönetimi ve günlük takip aşamalarıyla tedavinin planlanması ve uygulanması sağlanmaktadır. Tedavi sonrası ise dönüş, karşılama, raporlama ve geri bildirim adımlarıyla hastanın güvenli dönüşü ve hizmet memnuniyetinin değerlendirilmesi tamamlanmaktadır.

Sağlık turizminin türleri, genellikle tıbbi turizm, termal turizm (Spa&Wellness,), engelli ve yaşlı turizmi olarak sınıflandırılmaktadır.

Tıbbi turizm, hastaların cerrahi veya diğer tıbbi tedaviler için yurtdışına seyahat etmelerini ifade etmektedir (Lunt vd., 2010). Tıbbi merkezler, tıbbi turizmin vazgeçilmez unsurlarıdır (Plianbangchang, 2018). **Termal turizm**, Termal turizmin modern bir uzantısı olan Spa & Wellness anlayışı, 1990’lı yıllardan itibaren hızlı bir gelişim göstermiştir. Sağlık turizminin en eski biçimlerinden biridir ve mineral veya kaplıca sularının tedavi amaçlı kullanımına dayanır (Ross, 2001). Kaplıca tedavileri; kas-iskelet, solunum, kalp-dolaşım, metabolizma, cilt ve kadın hastalıklarında tamamlayıcı bir tedavi yöntemi olarak uygulanmaktadır (Hofer vd., 2012). **Yaşlı turizmi**, 50 yaş üzeri bireylerin sağlık, dinlenme ve sosyal etkileşim amaçlı seyahatlerini kapsarken (Yıldırım, 1997); **engelli turizmi**, özel olarak düzenlenmiş ulaşım, konaklama ve rehabilitasyon hizmetleriyle engelli bireylerin yaşam kalitesini artırmayı hedefler (Bozça vd., 2017).

Sağlık turizmi türleri dinamik ve hızla büyüyen çok disiplinli bir ekonomik faaliyet ve bilgi alanını temsil etmektedir (Zhong vd., 2021).

2. Halk Sağlığı Perspektifinden Sağlık Harcamaları ile İlişkisi

Sağlık turizm, hızla büyüyen bir sağlık hizmeti pazarı olarak halk sağlığı ve klinik tıp açısından yeni fırsatlar ve zorluklar doğurmaktadır. Geleneksel seyahat sağlık önerilerine ek olarak, tıbbi turistlerin mevcut tıbbi durumlarının seyahate elverişli olması ve prosedür sonrası uygun takip bakımına erişimi gibi özel gereksinimleri bulunmaktadır (Gaines ve Lee, 2019). Bu durum, sağlık harcamalarıyla doğrudan ilişkilidir.

Sağlık harcamaları; bireylerin sağlığını koruma, geliştirme ve iyileştirme amacıyla yürütülen tüm hizmetlere yönelik harcamaları kapsar (Sağlık Bakanlığı, 2004). Küresel düzeyde bu harcamalar artış eğilimindedir ve bu artış büyük oranda kamu kaynaklarıyla finanse

edilmektedir. Örneğin, 1999’da sağlık harcamalarının %61,1’i kamu tarafından karşılanırken bu oran 2016’da %78,5’e yükselmiştir (Arı, 2018).

Bir yandan sağlık turizmi, ekonomik büyümeyi teşvik eden ve sağlık hizmeti arzını çeşitlendiren bir unsur olarak görülmektedir. “Hasta” ve “sağlıklı” pazarlar arasındaki etkileşim, sağlık ekonomisinde yeni fırsatlar yaratmakta ve turizm bu sürecin önemli bir bileşeni haline gelmektedir (Hofer vd., 2012). Diğer yandan, kavramın tanımsal belirsizlikleri ve ülkeler arası uygulama farklılıkları, politika geliştirmeyi güçleştirmektedir.

Demografik, ekonomik ve yaşam tarzı değişimleri sağlık turizminin büyümesini desteklemektedir (Ross, 2001). Meksika, Portekiz, Hindistan, Tayland, Malezya ve Türkiye gibi ülkeler, uygun maliyetli tedaviler ve gelişmiş sağlık altyapılarıyla uluslararası hasta trafiğini artırmıştır (Cooper vd., 2015; Lukose vd., 2024). Özellikle sigorta kapsamı sınırlı olan hastalar için yurt dışı tedavi seçenekleri daha ekonomik bir alternatif sunmaktadır (Zhong vd., 2021). Ancak bu süreç, sağlık sistemleri açısından ikili bir etki yaratmaktadır: Bir yandan turizm gelirleri ve sağlık altyapısına yapılan yatırımlar artarken, diğer yandan kaynakların yabancı hastalara yönelmesi yerli hastaların hizmet erişimini olumsuz etkileyebilir. Türkiye’de yapılan bir araştırmada, sağlık turizmi kapsamında hizmet veren kamu hastanelerinin TİG fiyatlarına göre daha yüksek gelir elde ettiği saptanmıştır; bu da uygulamanın ekonomik açıdan kamu lehine sonuçlar doğurduğunu göstermektedir (Top vd., 2018).

SONUÇ

Literatür incelendiğinde, sağlık turizminin sağlık harcamaları üzerinde hem artırıcı hem de azaltıcı etkilerinin bulunduğu görülmektedir. Kısa vadede, sağlık turizmi genellikle yapılan yatırımlar ve artan maliyetler nedeniyle sağlık harcamalarını yükseltmektedir. Buna karşın, uzun vadede turizm gelirleri, teknoloji transferi ve hizmet verimliliğindeki artış sayesinde sağlık harcamalarının sürdürülebilirliğini güçlendirebilir ve kamu üzerindeki finansal yükü azaltabilir. Bununla birlikte, sağlık turizminin artış göstermesi durumunda, yerli hastaların sağlık hizmetlerine erişim ve hizmet kalitesi açısından etkilenip etkilenmeyeceğinin araştırılması önemlidir.

KAYNAKÇA

Arı, H. O. (2018). Türkiye’de sağlık harcamaları: Ulusal sağlık hesapları sonuçlarının genel değerlendirmesi 1999-2016. *TÜSPE Analiz*, 4.

Bilge, A., and Cabi, A. (2020), Professional Approach to Tourism Types, Konya: Sage Publishing

Bozça, R., Kırac, F., and Kırac, R. (2017), Health Tourism SWOT Analysis: Erzincan, Gümüşhane University Journal Of Health Sciences, 6(3), 157-163.

Cooper, M., Vafadari, K., & Hieda, M. (Eds.). (2015). Current issues and emerging trends in medical tourism.

Gaines, J., & Lee, C. V. (2019). Medical tourism. In *Travel medicine* (pp. 371-375). Elsevier.

Hofer, S., Honegger, F., & Hubeli, J. (2012). Health tourism: definition focused on the Swiss market and conceptualisation of health (i) ness. *Journal of health organization and management*, 26(1), 60-80.

Laws, E. (1996). Health tourism, a business opportunity approach. London: Routledge.

Lukose A, Thomas SN, Ks S, Bose J, Jacob G, Simon B. Exploring the Frontiers of Health Tourism: A Bibliometric Analysis of Research Themes and Trends. *Cureus*. 2024 Aug 14;16(8):e66832. doi: 10.7759/cureus.66832. PMID: 39280492; PMCID: PMC11393725.

Lunt N, Hardey M, Mannion R. Nip, tuck and click: medical tourism and the emergence of web-based health information. *Open Med Inform J*. 2010 Feb 12;4:1-11. doi: 10.2174/1874431101004010001. PMID: 20517465; PMCID: PMC2874214.

Plianbangchang, S. (2018). A view on medical care globalization and medical tourism. *Journal of Health Research*, 32(1), 69-73.

Ross, K. (2001). Health tourism: an overview. HSMAI marketing review, Erişim Adresi: <http://www.hospitalitynet.org/news/4010521.html>, Erişim Tarihi: 07.11.2025

Sağlık Bakanlığı. (2004). OECD Sağlık Hesapları Sistemine Göre Türkiye Ulusal Sağlık Hesapları 1999-2000. RSHMB, Hıfzıssıhha Mektebi Müdürlüğü, Sağlık Bakanlığı, Ankara
SATURK, <https://totm.inonu.edu.tr/yukle/files/satuk/03.pdf> (Erişim tarihi: 07.11.2025)

Top, M., Aslan, H., & Zengin, N. (2018). Sağlık turizmi ve turistin sağlığı uygulamalarının hasta faturaları ve teşhis ilişkili gruplara göre maliyet analizi. *Finans Politik ve Ekonomik Yorumlar*, (640), 109-125.

Yıldırım, S. (1997). Üçüncü Yaş Turizm ve Bunun Türkiye Açısından Değerlendirilmesi. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 77.

Zhong L, Deng B, Morrison AM, Coca-Stefaniak JA, Yang L. Medical, Health and Wellness Tourism Research-A Review of the Literature (1970-2020) and Research Agenda. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Oct 16;18(20):10875. doi: 10.3390/ijerph182010875. PMID: 34682622; PMCID: PMC8536053.

KÜRESEL İKLİM KRİZİNİN ANNE ADAYLARININ RUHSAL VE FİZİKSEL SAĞLIĞINA ETKİLERİ: LİTERATÜRDEN UYGULAMAYA

Öznur ÇETİN

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Dr. Öğr. Üyesi, ORCID: 0000-0001-8173-9859, oznur.cetin@gop.edu.tr

Birgül VURAL

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Tokat, Türkiye, 0000-0002-7493-6149, bvural1973@gmail.com

ÖZET

İklim krizi, çevresel etkilerinin yanı sıra insan sağlığını, özellikle de kadınlar, gebeler, bebekler ve çocuklar gibi savunmasız grupları ciddi biçimde tehdit etmektedir. Artan sıcaklıklar, hava kirliliği, doğal afetler ve gıda güvensizliği, ruhsal ve fiziksel sağlık üzerinde olumsuz sonuçlara yol açmakta; erken doğum, düşük doğum ağırlığı ve yenidoğan ölümleri gibi riskleri artırmaktadır. Birleşmiş Milletler ve DSÖ verileri, iklim değişikliğinin milyonlarca kadını yoksulluk ve gıda güvencesizliğine sürükleyeceğini, hava kirliliğinin ise gebelik ve yenidoğan sağlığı üzerinde ciddi zararlara neden olduğunu göstermektedir. Toplumsal cinsiyet eşitsizlikleri bu etkileri daha da ağırlaştırmaktadır. Uluslararası politikalar (SKH'ler, Paris Anlaşması, BMİDÇS), iklimle mücadelede kadınların güçlendirilmesini ve iklim-adil sağlık hizmetlerinin geliştirilmesini öncelik olarak tanımlamaktadır. FIGO ve DSÖ, gebeler ve üreme çağındaki kadınlar için çevresel risklere duyarlı sağlık politikalarının acilen uygulanması gerektiğini vurgulamaktadır. Küresel sıcaklık artışı hızla devam etmekte olup, mevcut uluslararası taahhütler yükselişi durdurmak için yeterli görünmemektedir.

Anahtar Kelimeler: Anne Sağlığı, Küresel İklim, İklim Krizi

THE IMPACT OF THE GLOBAL CLIMATE CRISIS ON THE MENTAL AND PHYSICAL HEALTH OF EXPECTANT MOTHERS: FROM THE LITERATURE TO PRACTICE

Öznur ÇETİN

Tokat Gaziosmanpaşa University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing,
Women's Health and Nursing Department, Dr. Lecturer, ORCID: 0000-
0001-8173-9859, oznur.cetin@gop.edu.tr

Birgül VURAL

Tokat Gaziosmanpaşa University, Faculty of Health Sciences, Paediatric Nursing, Tokat,
Turkey, 0000-0002-7493-6149, bvural1973@gmail.com

ABSTRACT

The climate crisis poses a serious threat to human health not only through its environmental impacts but also by disproportionately affecting vulnerable groups such as women, pregnant individuals, infants, and children. Rising temperatures, air pollution, natural disasters, and food insecurity lead to adverse physical and mental health outcomes, increasing the risks of preterm birth, low birth weight, and neonatal mortality. Data from the United Nations and the WHO indicate that climate change will push millions of women into poverty and food insecurity, while air pollution continues to cause significant harm to maternal and newborn health. Existing gender inequalities further exacerbate these impacts. International frameworks—including the SDGs, the Paris Agreement, and the UNFCCC—identify women's empowerment and the development of climate-responsive health services as key priorities in climate action. FIGO and WHO emphasize the urgent need to implement health policies sensitive to environmental risks for pregnant women and those of reproductive age. Despite global efforts, the rise in global temperatures continues rapidly, and current international commitments appear insufficient to halt this trajectory.

Keywords: Maternal Health, Global Climate, Climate Crisis

GİRİŞ

Son yıllarda insanlığın karşı karşıya kaldığı en büyük küresel tehditlerden biri olan iklim krizi, yalnızca çevresel sistemleri değil, aynı zamanda bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığını da doğrudan etkilemektedir (WHO, 2021). Artan sıcaklıklar, hava kirliliği, doğal afetlerin sıklığındaki artış, kuraklık ve gıda güvencesizliği gibi iklim krizine bağlı çevresel stresörlerin, bireylerin özellikle psikolojik sağlığı üzerinde ciddi etkiler yarattığı bilinmektedir (Clayton et al., 2017). İklim değişikliğinin sağlık üzerindeki olumsuz etkileri, yoksulluk, gıda güvensizliği, coğrafi izolasyon ve sosyal yapıların zayıflaması gibi faktörlerle daha da ağırlaşmaktadır. Bu durum özellikle kadınlar, gebeler ve çocuklar gibi savunmasız gruplar açısından ciddi bir halk sağlığı riski oluşturmaktadır. Çünkü kadın sağlığı, çocuk sağlığı ve toplum sağlığı arasında güçlü bir nedensel ilişki bulunmaktadır (Desai & Zhang, 2021).

Birleşmiş Milletler Kadın Birimi, iklim değişikliğinin 2050 yılına kadar 158 milyon kadın ve kız çocuğunu yoksulluğa, 236 milyon kişiyi ise gıda güvencesizliğine sürükleyebileceğini öngörmektedir. Afet durumlarında kadın ve çocukların ölüm riski erkeklere göre 14 kat daha yüksektir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) tarafından yayımlanan raporlarda, 2019 yılında hava kirliliğinin 6 milyon erken doğuma ve yaklaşık 3 milyon düşük doğum ağırlıklı bebeğe neden olduğu bildirilmiştir (WHO, 2023). Ayrıca 2020 yılında yayımlanan küresel raporlar, hava kirliliğinin dünya genelindeki yenidoğan ölümlerinin %20'sinden sorumlu olduğunu ve bu ölümlerin büyük ölçüde erken doğum ile düşük doğum ağırlığına bağlı olduğunu ortaya koymuştur.

İklim değişikliği, insan sağlığını hem doğrudan hem de dolaylı yollarla etkilerken, özellikle çocuklar, yaşlılar ve kadınlar, özellikle gebeler, daha savunmasız gruplar olarak öne çıkmaktadır (DSÖ, 2024). Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi de kadınların bu değişimlerden daha yüksek risk altında olduğunu ve iklim krizlerinin etkilerini daha yoğun yaşadıklarını belirtmektedir. Kadınların üreme sağlığı hakları, eğitim, siyasi ve ekonomik statüleri gibi tarihsel cinsiyet eşitsizlikleri çevresel krizler sırasında daha da kötüleşmekte ve gebelik döneminde riskleri artırmaktadır (Giudice et al., 2021). Bu nedenle DSÖ, “iklim ve çevre değişikliğinin sağlık üzerindeki etkilerini” önümüzdeki beş yıl için en önemli dört küresel sağlık önceliğinden biri olarak belirlemiştir. DSÖ ayrıca kadınların, çocukların ve adolesanların refahını küresel sağlık ve sürdürülebilir kalkınma hedeflerinin merkezine yerleştirme çağrısında bulunmuştur (WHO, 2017).

İklim değışikliği ve kadın sağlığı arasındaki ilişki, yalnızca bireysel düzeyde değil, küresel sağlık politikaları ve sürdürülebilir kalkınma hedefleri açısından da giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Sürdürülebilir Kalkınma Hedefleri (SKH'ler), Paris İklim Anlaşması ve Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi (BMİDÇS) gibi uluslararası düzenlemeler, iklim değışikliğiyle mücadelenin merkezine kadınların güçlendirilmesini ve sağlıkta eşitliği yerleştirmiştir (United Nations, 2020). Kadınların iklim değışikliğine karşı hem en fazla etkilenen hem de değışimin öncüsü olan grup olduğu yönündeki farkındalık, son yıllarda artmıştır. Özellikle kırsal bölgelerde yaşayan kadınlar, gıda üretimi, su temini, çocuk bakımı ve sağlık hizmetlerine erişim gibi iklimden doğrudan etkilenen sorumluluk alanlarında aktif rol almaktadırlar. Bu durum, onları hem iklim krizinin yükünü taşıyan hem de direnç oluşturma süreçlerinde kilit aktörler haline getirmektedir (Sorensen et al., 2018). Uluslararası Jinekoloji ve Obstetri Federasyonu (FIGO) da 2021 yılında yayımladığı bildiride, mevcut iklim krizinin gebeler, fetüsler ve genel üreme sağlığı açısından acil bir halk sağlığı tehdidi oluşturduğunu vurgulamıştır. FIGO, doğurganlık çağındaki kadınların çevresel toksinlere, sıcaklık dalgalanmalarına ve hava kirliliğine maruziyetinin hem doğum sonuçlarını hem de uzun vadeli anne-bebek sağlığını olumsuz etkileyebileceğini belirtmiştir (Giudice et al., 2021).

Bu nedenle FIGO ve DSÖ, tüm ölkelerde iklim-adil sağlık politikalarının benimsenmesi gerektiğini; özellikle gebeler, doğurganlık çağındaki kadınlar ve yeni doğanların iklim değışikliğine bağlı sağlık risklerinden korunmasını öncelik haline getirmeyi önermektedir. Bu öneriler kapsamında, üreme sağlığı hizmetlerinde çevresel duyarlılığın artırılması, iklim değışikliğine bağlı sağlık etkilerinin izlenmesi ve sağlık personelinin bu konuda eğitilmesi önemle vurgulanmaktadır (WHO, 2023; FIGO, 2021). Birleşmiş Milletler Kadın (UN Women) verilerine göre, iklim değışikliğinin etkileri kadınları erkeklere kıyasla daha fazla etkilemekte; ancak kadınların iklim uyum politikalarında liderlik yapma potansiyeli büyük ölçüde kullanılmamaktadır (UN Women, 2020). SKH 13 (İklim Eylemi) ve SKH 5(Toplumsal Cinsiyet Eşitliği) hedefleri bu açıdan birbirini tamamlamakta; kadınların karar alma süreçlerine aktif katılımı, sürdürülebilir iklim çözümlerinin geliştirilmesi için kritik bir strateji olarak görölmektedir (UNDP, 2021). Cenevre/New York, 21 Kasım 2023 –BM'lerin kuruluşları, Dubai'de düzenlenecek olan Taraflar Konferansı (COP28) öncesinde, iklim değışikliğinin anne, yenidoğan ve çocuk sağlığı üzerindeki etkilerine dikkat çeken bir Eylem Çağırısı yayınlamıştır. Bu çağrı, iklim kaynaklı felaketlerin hamile kadınlar, bebekler ve çocuklar açısından ciddi sağlık riskleri doğurduğunu vurgulamakta ve bu durumun acil müdahale gerektirdiğini belirtmektedir.

Küresel Isınma

Dünya'nın sıcaklığı, aldığı ve yansıttığı güneş ışığı miktarı, atmosferin ısıyı tutma kapasitesi ile suyun buharlaşması ve yoğunlaşması gibi süreçlerle belirlenir. Güneşten gelen ultraviyole ve kızılötesi ışınlar, kara parçaları, okyanuslar, atmosfer ve bulutlar aracılığıyla kısmen yansıtılır, kısmen ise emilir. Güneşten gelen kısa dalga boylu ışınlar yeryüzüne ulaştıktan sonra, atmosferdeki sera gazları (karbondioksit, metan, azot oksit vb.) tarafından uzun dalga boylu ısı ışınları olarak tekrar yeryüzüne yansıtılır. Sera gazlarının temel işlevi, güneş ve yer radyasyonu nu tutarak atmosferin ısınmasını sağlamaktır. Aslında bu doğal sera etkisi, Dünya'nın yaşanabilir bir sıcaklığa sahip olmasını sağlar. Ancak atmosferdeki sera gazı salınımları arttıkça, sera etkisi de güçlenir ve bu durum dünya yüzeyindeki sıcaklığın artmasına yol açar; bu süreç küresel ısınma olarak tanımlanır. Küresel ısınma, sıcaklıklardaki artışa bağlı olarak buzulların erimesine, kar ve buz örtüsünün azalmasına, deniz seviyelerinin yükselmesine, aşırı hava olaylarının sıklaşmasına ve ultraviyole ışınların artmasına neden olur. Bunun sonucu olarak kuraklık, çölleşme ve doğal afetler daha yaygın hâle gelir. Bu değişiklikler, temiz hava, güvenli içme suyu, besleyici gıdalar ve güvenli barınaklara erişimi tehdit eder. Ayrıca çevre, ekonomi, göç, teknoloji ve insan hakları gibi birçok alan da küresel ısınmanın olumsuz etkilerinden etkilenir (Dündar ve Özsoy 2020). Küresel sıcaklık artışının yönetilebilir sınırlar içinde tutulması mümkün olsa da, endüstri öncesi döneme (1960'lı yıllar öncesi) kıyasla ortalama 2°C'lik artış kritik eşik olarak kabul edilmektedir. Günümüzde ise her on yılda 0.1–0.3°C'lik bir artış gözlenmekte ve bu, güvenli eşiklerin aşılmakta olduğunu göstermektedir (WMO, 2018). İklim değişikliğine yönelik araştırmalar ve uluslararası protokoller özellikle 2000 sonrası artış göstermiştir (Altunok & Altınok, 2016). Önde gelen sözleşmeler arasında 1992 Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi, 1997 Kyoto Protokolü ve 2015 Paris Antlaşması yer almaktadır. Ancak tüm ülkeler Paris Antlaşması taahhütlerini yerine getirirse bile, küresel sıcaklığın 2100 yılına kadar yaklaşık 1.5°C artmaya devam edeceği öngörülmektedir (EU, 2020).

İklim Değişikliğinin Sağlık Üzerindeki Etki Mekanizmaları

İklim değişikliği, insan sağlığını doğrudan ve dolaylı çok sayıda biyolojik, çevresel ve sosyoekonomik mekanizma aracılığıyla etkilemektedir. Bu etkiler aşağıda özetlenmiştir:

1. Doğrudan Sağlık Etkileri; Küresel ısınma ve aşırı sıcak hava dalgaları; ısı stresi, güneş çarpması, dehidratasyon, kardiyovasküler ve solunum sistemi hastalıklarında artış gibi ciddi sağlık sorunlarına yol açmaktadır (DSÖ, 2014; McCall et al., 2019; Ha, 2022; Soneja et al.,

2021). Deniz seviyesinin yükselmesi ve kıyı bölgelerindeki su baskınları, yaralanma, travma ve mortalite riskini artırmakta; yoğun yağışlar, seller, kuraklıklar ve kasırgalar ise afetlere bağlı morbidite ve mortaliteyi yükseltmektedir. Artan hava kirliliği, özellikle PM2.5, PM10 ve ozon maruziyetindeki artışla birlikte solunum ve kardiyovasküler hastalıkları tetiklemektedir.

2. Dolaylı Sağlık Etkileri; Sıcaklık ve yağış değişimleri, vektörlerin (sivrisinek, kene vb.) yayılım alanlarını değiştirerek sıtma, dang humması ve Zika gibi vektör kaynaklı hastalıkların artmasına neden olmaktadır. Fırtına ve aşırı yağışlarla birlikte su kaynaklarının kirlenmesi, kolera ve tifo gibi su kaynaklı enfeksiyonların görülme sıklığını artırmaktadır. Tarımsal üretimin azalması ve ekosistem tahribatı, gıda güvensizliğine ve gıda kaynaklı hastalıklara zemin hazırlamaktadır. Kuraklık ve yetersiz gıda arzı ise malnütrisyon, anemi ve bağışıklık zayıflığı gibi sağlık sorunlarına yol açmaktadır.

3. Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkiler; İklim değişikliği, bireylerde kaygı, depresyon, çevresel yas (eco-anxiety) ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) riskini artırmaktadır. Yangın, sel ve kasırğa gibi doğal afetler sonrasında travma, yas tepkileri, kronik stres ve psikososyal yük artmaktadır (Pandipati & Abel, 2023; Logie et al., 2024).

4. Sosyoekonomik ve Sistemsel Etkiler; İklim değişikliğine bağlı ekonomik istikrarsızlık ve kaynak kıtlığı; sağlık hizmetlerine erişimi azaltmakta, altyapı sistemlerini zayıflatmaktadır. Kitlesel göç hareketleri, yeni bulaşıcı hastalıkların yayılmasını, aşılama oranlarının düşmesini ve sağlık sistemlerinde hizmet aksaklıklarını beraberinde getirmektedir. Bu süreç, kadınlar, çocuklar, yaşlılar ve düşük gelirli topluluklar gibi grupların kırılganlığını artırmaktadır (DSÖ, 2024).

5. Sağlığın Sosyal Belirleyicileri Üzerindeki Etkiler; İklim değişikliği; geçim kaynakları, beslenme güvenliği, temiz suya erişim ve sosyal destek sistemlerini olumsuz etkileyerek sağlığın temel sosyal belirleyicilerini zayıflatmaktadır.

İklim Değişikliğinin Gebelik Üzerindeki Etkileri; Fetüs gelişimi sırasında DNA genlerinin işlevsel proteinlere dönüşümünü düzenleyen kimyasal işaretler (epigenetik modifikasyonlar) çevresel stresörlere duyarlıdır. Bu epigenetik değişiklikler, çevresel toksinler, intrauterin stres ve yetersiz beslenme gibi faktörlerden etkilenecek fetal beyin gelişimi üzerinde kalıcı olumsuz etkilere yol açabilmektedir (Harvard University Center on the Developing Child, 2022). Bu durum, zihinsel ve fiziksel sağlık sorunlarına, gelecekteki bilişsel kapasitede azalmaya ve davranışsal problemlere neden olabilmektedir.

Sıcaklık Artışlarının Gebelik Üzerindeki Etkileri; Sıcaklık artışları, gebelerde termal strese bağlı olarak: erken doğum, düşük doğum ağırlığı, preeklampsi, gestasyonel diyabet gibi komplikasyonların riskini artırmaktadır (Chersich et al., 2020; Zhang et al., 2021). Gebelerin fizyolojik değişiklikleri ve çalışma koşulları, özellikle düşük-orta gelirli toplumlarda sıcak hava dalgalarından etkilenme riskini yükseltmektedir.

Hava Kirliliğinin Üreme Sağlığına Etkileri; PM2.5, PM10, NO₂, CO ve ozon gibi kirleticilere maruziyet: düşük doğum ağırlığı, erken doğum, doğumsal anomaliler, infertilite ve IVF başarısızlığı gibi olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Bekkar et al., 2020).

Cinsiyet Oranı ve Sıcaklık; Bazı çalışmalar, çevresel sıcaklık artışının yenidoğan cinsiyet oranını etkileyebileceğini; sıcak iklimlerde erkek bebek oranının artabileceğini göstermektedir (Helle et al., 2009). Y kromozomu taşıyan spermilerin sıcaklığa daha duyarlı olması bu ilişkiyle açıklanmaktadır (Oyeyipo et al., 2017).

Aşırı Hava Olaylarının Etkileri; Orman yangınları, sel ve aşırı yağışlar gibi iklim kaynaklı olaylar gebelikte hem doğrudan hem dolaylı riskler oluşturmaktadır: yangın dumanı maruziyeti: doğum ağırlığında azalma, doğum defektlerinde artış (Park et al., 2022), seller ve aşırı yağışlar: su kaynaklı hastalıklarda artış, gıda güvensizliği, vektör kaynaklı hastalıklar: sıtma, dang humması, Zika gibi enfeksiyonlara bağlı maternal ve perinatal riskler (Martins et al., 2021)

Kimyasal Kirleticiler ve Endokrin Bozucular; İklim değişikliği, çevrede toksik kimyasal ve ağır metal birikimini artırarak endokrin bozucu etkilere, bu durum fertilite, fetal gelişim ve üreme sağlığı üzerinde uzun vadeli olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Giudice, 2021).

İklim Değişikliğinin Gebelik Sürecine Etkileri

Etki Alanı	Başlıca Faktörler	Olası Sonuçlar
Spontan abortus	Sıcaklık artışı, stres, hava kirliliği	Gebelik kaybı, küretaj oranı artışı
Preterm eylem	Sıcak hava dalgası, PM10/PM2.5, SO ₂ , NO ₂	Erken doğum riski artışı
Gestasyonel diyabet	Hava kirliliği, endokrin bozukluk	Preterm eylem, düşük doğum ağırlığı riski
Hipertansif bozukluklar	Sıcaklık, nem, mevsimsel değişimler, hava kirliliği	Preeklampsi, gebelik hipertansiyonu

Etki Alanı	Başlıca Faktörler	Olası Sonuçlar
Anksiyete ve depresyon	Tropikal siklonlar, kaynak eksikliği, yetersiz beslenme	Psikolojik bozukluklar, preterm risk artışı
Düşük doğum ağırlığı	Sıcaklık değişimi, vektör kaynaklı hastalıklar, hava kirliliği	İUGR (intrauterin büyüme geriliği), düşük doğum ağırlığı
Konjenital anomaliler	Vektör kaynaklı hastalıklar, erken gebelik maruziyeti	Mikrosefali, göz anomalileri, diğer doğumsal defektler
Kardiyovasküler sorunlar	Sıcak hava dalgası, plasenta yetmezliği	Fetal hücre ölümü, vasküler değişimler, konjenital kalp hastalıkları
Ölü doğum	Sıcak hava dalgası, hava kirliliği	Artmış neonatal mortalite, olumsuz perinatal sonuçlar (Başkaya ve Akca 2024).

İklim Değişikliğinin Anne ve Yenidoğan Sağlığı Üzerine Etkileri

Konu / Etki Alanı	Etkiler	Örnek Çalışmalar	Önemli Bulgular
Anne Sağlığı & Gestasyonel Diyabet	Çevresel sıcaklık değişimleri GD riskini artırır; hava kirliliği GD ve DDA riskini yükseltir	Booth et al., 2017; Robledo et al., 2015; Schifano et al., 2016; Verburg et al., 2016; Bekkar et al., 2020	Aşırı soğuk ($\leq -10^{\circ}\text{C}$) GD prevalansı %4.6; sıcak ($\geq 24^{\circ}\text{C}$) GD prevalansı %7.7
Gebelikte Hipertansiyon / Preeklamsi	Sıcaklık, nem, mevsimsellik ve hava kirliliği Preeklamsi riskini artırır	Elongi et al., 2011; Janani & Changae, 2017; Mandakh et al., 2020; Wang et al., 2018	Sıcak aylarda Preeklamsi riski yüksek; hava kirlleticileri Preeklamsiyi tetikleyebilir

Konu / Etki Alanı	Etkiler	Örnek Çalışmalar	Önemli Bulgular
Spontan Düşük / Kürtaj	Stres ve sıcaklık gebelik süresini kısaltır, kürtaj riskini artırır	Dadvand et al., 2011; Asamoah et al., 2017	Sıcaklık ve nem artışı ile kürtaj sayısı arasında anlamlı ilişki
Yenidoğan Cinsiyet Oranı	Sıcak iklimler erkek bebek oranını artırabilir	Catalano, Bruckner & Smith, 2008; Helle et al., 2009; Oyeyipo et al., 2017	Y kromozomu taşıyan sperm X'e göre daha kırılabilir; düşük sıcaklık erkek oranını artırabilir
Erken Doğum / Preterm	Yüksek sıcaklık, nem ve hava kirlenimleri erken doğum riskini artırır	Chersich et al., 2020; Ha et al., 2018; Son et al., 2019; Schifano et al., 2016; Malley et al., 2017; Zhang et al., 2021	1°C sıcaklık artışı EMR %5, erken doğumları 1.05 kat artırır; PM10, NO2, O3 artışı risk yükseltir
Düşük Doğum Ağırlığı (DDA)	Sıcaklık değişimi, gıda güvensizliği, hava kirliliği fetal büyümeyi olumsuz etkiler	Molina & Saldarriaga, 2017; MacVicar et al., 2017; Bekkar et al., 2020; Malley et al., 2017; Sales et al., 2018	Azalan yağış DDA riskini artırır; O3 maruziyeti oksidatif stres ile fetal büyümeyi yavaşlatır
Konjenital Anomaliler	Yüksek sıcaklık hipospadias, yarı dudak/damak ve KKH riskini artırır	Agay-Shay et al., 2013; Van Zutphen et al., 2012; Spinoit, 2019; Kilinc et al., 2016; Avilés et al., 2014; Brantsæter et al., 2016; Schneuer et al., 2015; Peterka et al., 2018; Konkel, 2019; Stingone et al., 2019	Hipospadias ve yarı dudak/damak insidansı sıcak ve UV yüksek olan yaz aylarında artar; KKH riskinde yüksek sıcaklıkla ilişki saptanmıştır
Hemşirelik Mesleğine Yansımaları	Hemşireler sağlık bilinci artırmada kritik rol oynar;	WHO, 2016; CNA, 2008; ICN, 2018; ANA, 2008; Barna et al., 2012; Leffers	Sağlık profesyonellerini bilgilendirme, savunuculuk ve eğitim

Konu / Etki Alanı	Etkiler	Örnek Çalışmalar	Önemli Bulgular
	eğitim ve savunuculuk önemlidir	et al., 2017; Costello et al., 2013	yoluyla iklim değişikliği etkilerini azaltabilir.
(Öztürk Dönmez ve Kurt 2023)			

SONUÇLAR

İklim değişikliği, insan sağlığını doğrudan (ısı stresi, hava kirliliği, afetler) ve dolaylı (vektör artışı, gıda güvensizliği, su kaynaklı hastalıklar) mekanizmalarla etkilemektedir. Gebelik, çevresel stresörlere karşı en hassas dönemlerden biridir. Artan sıcaklıklar, hava kirliliği, kimyasal kirleticiler ve ekstrem hava olayları; erken doğum, düşük doğum ağırlığı, preeklampsi ve konjenital anomaliler gibi olumsuz gebelik sonuçlarının riskini yükseltmektedir. Bu durum, iklim değişikliğinin anne-bebek sağlığı açısından kritik bir halk sağlığı sorunu olduğunu göstermektedir.

ÖNERİLER

Sağlık sistemleri, gebeler için iklim-adil (climate-resilient) hizmet modelleri geliştirmeli, Gebelere sıcak hava, hava kirliliği ve afetlere karşı korunma konusunda bilgilendirme yapılmalı Endokrin bozucular ve çevresel kirleticiler konusunda düzenleyici politikalar güçlendirilmeli Gebelik ve iklim değişikliği ilişkisini izleyen araştırmalar ve ulusal veri sistemleri desteklenmeli, Sosyoekonomik açıdan kırılgan gruplar için üreme sağlığı hizmetlerine erişim artırılmalıdır.

KAYNAKÇA

Altunok A, Altunok E. AB iklim değişikliği politikaları. *Denetim* 2016; (12): 45-55.

Başkaya E, Akca A, Kadın Ve İklim Değişikliği: Gebelik Sürecine Yansımalar ve Çözüm Önerileri, Latin America 9th International Conference On Scientific Researches, August 9 - 11, 2024 - MEXICO CITY, ISBN NR. : 978-625-6283-58-9

Bekkar, B., Pacheco, S., Basu, R., & DeNicola, N. (2020). Association of air pollution and adverse pregnancy outcomes: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Network Open*, 3(6), e208243.

Clayton, S., Manning, C., Krygsmann, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. American Psychological Association and eco America. <https://ecoamerica.org/wp-content/uploads/2017/03/ea-apa-mental-health-climate-change.pdf>

Chersich, M. F., Pham, M. D., Areal, A., Haghighi, M. M., Manyuchi, A., Swift, C. P., ... & Wright, C. Y. (2020). Associations between high temperatures in pregnancy and risk of preterm birth, low birth weight, and stillbirth: Systematic review and meta-analysis. *BMJ*, 371, m3811.

Desai, S., & Zhang, J. (2021). Gendered impacts of climate change: Evidence and policy implications. *UN Women Discussion Paper Series*, 1–32.

Dönmez R.Ö., Kurt Ş İklım Değişikliğinin Anne ve Yenidoğan Sağlığı Üzerine Etkisi, DEUH FED, Available online at: <https://dergipark.org.tr/en/pub/deuhfed>, Doi: 10.46483/deuhfed.1008043

Dündar T, Özsoy S İklım Değişikliğinin Kadın Üreme Sağlığına Etkileri, *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi* 2020;29(3):190-198 doi:10.17827/aktd.721528

European Commission. Climate negotiations.15 Ağustos 2020 tarihinde, <https://ec.europa.eu/clima/eu-action/international-action-climate-change/climate-negotiations>

Giudice, L. C., et al. (2021). Environmental chemicals, endocrine disruptors, and reproductive outcomes. *Fertility and Sterility*, 115(4), 881–893.

Harvard University Center on the Developing Child. (2022). *Epigenetics and child development: How children's experiences affect their genes*. <https://developingchild.harvard.edu/resources/what-is-epigenetics-and-how-does-it-relate-to-child-development/>

Health Effects Institute. 2020. State of Global Air 2020. Special Report. Boston, MA:Health Effects Institute, <https://www.stateofglobalair.org/resources/archived/state-global-air-report-2020>

Helle S, Helama S, Lertola K. Evolutionary ecology of human birth sex ratio under the compound influence of climate change, famine, economic crises and wars. *Journal of Animal Ecology* 2009; 78: 1226–1233

Logie CH., Toccalino D, MacKenzie F, Hasham A, Narasimhan M, Donkers H,(2024) Associations between climate change-related factors and sexual health: A scoping review ,

Global Public Health, An International Journal for Research, Policy and Practice, Volume 19, 2024 - Issue 1

Martins, M. D., Filgueira, M. J., & Ribeiro, W. (2021). Vector-borne infections during pregnancy: Effects on maternal and perinatal health in the context of climate change. *Lancet Planetary Health*, 5(4), e161–e169.

Oyeyipo IP, van der Linde M, du Plessis SS. Environmental Exposure of Sperm Sex-Chromosomes: A Gender Selection Technique. *Toxicological Research* 2017;33(4): 315–323.

Öztürk Dönmez, R., & Kurt, Ş. (2023). İklim Değişikliğinin Anne ve Yenidoğan Sağlığı Üzerine Etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 16(1), 104-112. <https://doi.org/10.46483/deuhfed.1008043>

Pandipati S., Leong M, **Basu R**, Abel D, Hayer S, Conry J.(2023) Climate change: Overview of risks to pregnant persons and their offspring, *Seminars in Perinatology*, Volume 47, Issue 8, December 2023, 151836, <https://doi.org/10.1016/j.semperi.2023.151836>

Park, A. S., Benmarhnia, T., Delaney, S., et al. (2022). Exposure to wildfire smoke and perinatal outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Environmental Research*, 208, 112–643.

Sorensen C, Murray V, Balbus J, (2018)Climate change and women's health: Impacts and policy directions, *PLoS Med*, Jul 10;15(7):e1002603. doi: [10.1371/journal.pmed.1002603](https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1002603)

World Health Organization. (2023). *Born too soon: decade of action on preterm birth*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073890>

World Health Organization. (2021). *Climate change and health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>

World Meteorological Organization. Summary for policymakers. In: global warming of 1.5°C. Geneva: World Meteorological Organization 2018;32.

Zhang, Y., Yu, C., Wang, L., & Xiao, Y. (2021). Exposure to ambient heat and pregnancy outcomes: A review of the epidemiological evidence. *Environmental International*, 150, 106–431.

SAĞLIK TURİZMİ PAZARLAMASINDA TREND ÜLKE POLİTİKALARI VE SAĞLIK TURİZMİNE YENİ ÜLKELERİN KATILIMI

Özge AYKIN

Bağımsız Araştırmacı, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Sağlık Turizmi ABD, Doktora Öğrencisi, ozgeaykin1905@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7895-0338

Serhat TERZİOĞLU

Bağımsız Araştırmacı, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, İİSBF, Üretim Yönetimi ve Pazarlama ABD, Yüksek Lisans Öğrencisi, serhatterzioglu35@gmail.com, ORCID: 0009-0000-8352-785X

Davut KARAMAN

Doç. Dr., Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, İİSBF, Üretim Yönetimi ve Pazarlama ABD, davut.karaman@alanya.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9097-3460

ÖZET

Bu çalışmada sağlık turizmi alanındaki küresel rekabet ve önde gelen ülkelerin stratejileri incelenmektedir. Sağlık turizminin, bireylerin başka bir ülkede tıbbi, estetik, termal veya wellness hizmeti almak için seyahat etmesini kapsayan ve sürdürülebilir gelir potansiyeliyle devletler tarafından öncelikli olarak yatırım yapılan bir turizm türü olması günümüzde küresel rekabette önemli bir aktör olarak karşımızda çıkmaktadır. Türkiye, Güney Kore, Peru, Filipinler, Ukrayna, Kazakistan ve Bulgaristan bu alanda öne çıkan ülkeler olarak analiz edilmektedir.

Sağlık turizminin cazibesi, yılın on iki ayı ekonomik katkı sağlaması ve ülkelerin hizmet ihracatını güçlendirmesidir. Rekabetin temelinde maliyet etkinliği, teknolojik üstünlük, insan kaynağı niteliği ve dijitalleşme yer almaktadır. Türkiye, uygun fiyat ve yüksek hacimli hizmet modeliyle öne çıkarken, Güney Kore teknolojik inovasyon ve ileri tedavilerle lider ülke konumundadır. Filipinler'in İngilizce bilen sağlık personeli ve Bulgaristan'ın AB entegrasyon avantajı dikkat çeken önemli hususlardır.

Sağlık turizmi alanında ülkelerin başarıya ulaşmasında sürdürülebilir kalite, uluslararası akreditasyon ve siyasi istikrar kritik rol oynamaktadır. Niş pazar geliştirme ve teknolojik

entegrasyon, yeni giriş yapan ülkeler için çok cazip yeni fırsatlar sunmaktadır. Çalışmada, ülke kaynakları ve güçlü yönleri analiz edilerek, her ülkenin kendi bağlamına özgü stratejiler geliştirmesinin gerekliliği ortaya koyulmaktadır. Türkiye'nin hedeflediği 2025 yılı sağlık turizmi gelirleri ve turist sayısı, sektördeki büyüme ve rekabet potansiyelinin gücünü ve önemini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi, Maliyet Etkinliği, Uluslararası Akreditasyon, Teknolojik İnovasyon, Sağlık Turizmi Pazarlaması.

TREND COUNTRY POLICIES IN HEALTH TOURISM MARKETING AND THE PARTICIPATION OF NEW COUNTRIES IN HEALTH TOURISM

Özge AYKIN

Independent Researcher, PhD Student, Department of Health Tourism, Alanya Alaaddin Keykubat University, ozgeaykin1905@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7895-0338

Serhat TERZİOĞLU

Independent Researcher, Master's Student, Department of Production Management and Marketing, Faculty of Economics, Administrative and Social Sciences, Alanya Alaaddin Keykubat University, serhatterzioglu35@gmail.com, ORCID: 0009-0000-8352-785X

Davut KARAMAN

Assoc. Prof. Dr., Department of Production Management and Marketing, Faculty of Economics, Administrative and Social Sciences, Alanya Alaaddin Keykubat University, davut.karaman@alanya.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9097-3460

ABSTRACT

This study investigates global competition and the strategies of leading nations within the field of health tourism. Health tourism, which encompasses individuals traveling to another country to receive medical, aesthetic, thermal, or wellness services, has emerged as a significant actor in contemporary global competition due to its sustainable revenue potential and its prioritization for investment by governments. Turkey, South Korea, Peru, the Philippines, Ukraine, Kazakhstan, and Bulgaria are analyzed as prominent countries in this sector.

The attractiveness of health tourism is rooted in its capacity to ensure twelve-month economic contributions and to bolster countries' service exports. The foundation of this competition rests

upon cost-effectiveness, technological superiority, the quality of human resources, and digitalization. Turkey stands out with its model of favorable pricing and high-volume service delivery. South Korea is positioned as a leading country through technological innovation and advanced treatments. The English-speaking health personnel in the Philippines and Bulgaria's EU integration advantage are noteworthy differentiating factors.

Sustainable quality, international accreditation, and political stability play a critical role in the success of countries in the health tourism sector. Furthermore, niche market development and technological integration present highly attractive new opportunities for new entrants. The study analyzes country-specific resources and strengths, consequently demonstrating the necessity for each nation to develop context-specific strategies. Turkey's targeted health tourism revenues and number of tourists for 2025 underscore the inherent strength and significance of the sector's growth and competitive potential.

Key Words: Health Tourism, Cost-Effectiveness, International Accreditation, Technological Innovation, Health Tourism Marketing

GİRİŞ

Küreselleşen dünyada ülkeler arası rekabet hız kesmeden devam etmektedir. Ülkeler için ulusal refah artışının önemli kaynaklarından biri de döviz gelirlerinin artırılmasıdır. Dolayısıyla ülke yönetimlerinin gerek ürün gerekse hizmet ihracı ile küresel pazardan elde ettikleri pazar paylarını artırma çabaları büyük önem taşımaktadır. Son yıllarda dünya çapında da önemi gittikçe artan sektörlerden biri olan sağlık turizmi ise birçok ülke için önemli bir kazanç kaynağı olarak görülmektedir. Ülke yönetimleri ise küresel sağlık turizmi pazarından daha fazla pay alabilmek için çeşitli stratejiler uygulamaktadır.

Sağlık turizmi, bireylerin kendi ülkeleri dışında sağlık hizmeti almak amacıyla gerçekleştirdikleri seyahatleri kapsayan, dinamik ve hızla büyüyen bir sektördür. Bu turizm türü, tıbbi tedavilerin yanı sıra estetik operasyonlar, kaplıca tedavileri ve wellness hizmetleri gibi çeşitli alanları kapsamaktadır. Günümüzde ise küresel sağlık turizmi pazarında Türkiye, Güney Kore, Peru, Filipinler, Ukrayna, Kazakistan ve Bulgaristan gibi ülkeler, kendilerine özgü rekabet avantajları ve stratejileriyle öne çıkmaktadır.

Bu çalışmada, söz konusu ülkelerin sağlık turizmi potansiyelleri, uzmanlık alanları ve bu alandaki rekabet güçleri incelenmektedir. Amaç, her ülkenin sağlık turizmi alanındaki mevcut konumunu, büyüme dinamiklerini ve geleceğe yönelik hedeflerini karşılaştırmalı olarak değerlendirmektir. Bu analizin, Türkiye'nin sağlık turizmi pazarındaki güçlü konumunu ve

diğer ülkelerle olan rekabet gücünün daha iyi kavranmasını sağlaması beklenmektedir. Türkiye'nin küresel pazardaki 7. JCI (Joint Commission International) akreditasyon sırası ve estetik cerrahideki liderliği, ülkemizin bu alanda ne kadar ilerlediğinin somut göstergeleridir. Benzer şekilde, Güney Kore'nin yüksek teknoloji odaklı tedavileri ve Filipinler'in İngilizce bilen sağlık personeli, bu ülkelerin pazar stratejilerini şekillendiren önemli unsurlardır. Bu çalışma, ülke kaynakların güvenilirliğine odaklanarak, her bir ülkenin sağlık turizmi ekosistemine yönelik trend ülkeler ekseninde derinlemesine bir perspektiften bakmayı hedeflemekte ve sağlık turizmine yeni katılacak ülkeler için öneriler sunmaktadır.

1. SAĞLIK TURİZMİ

Tanı ve tedaviye olan ihtiyacın rehabilitasyon ile birleştiği hizmetleri ifade eden sağlık hizmetlerinin küresel boyutta bir pazara dönüşerek alternatif bir turizm modeline evrilmesini ifade eden kavram sağlık turizmi olarak nitelendirilmektedir. Sağlık hizmetine ulaşma ya da daha iyi hizmete daha düşük fiyatla ulaşma amacıyla bir yerden başka bir yere gidilmesi ile ortaya çıkan sağlık turizminde potansiyel her geçen gün artmaktadır (Bulut ve Şengül, 2019). Dünya'da sağlık turizminde önde gelen ülkeler hasta ve refakatçilerin beklentilerine uygun olarak farklı sağlık turizmi paketleri sunabilmektedirler. Bu seçeneklerin artması da sağlık turizminin yeni çeşitlerinin ortaya çıkmasına olanak sağlamıştır. Bunlar; medikal, termal ve spa-wellness olarak ifade edilen sağlık turizmi çeşitleridir (Edinsel ve Adıgüzel, 2014).

Günümüz teknolojisinin birçok alana sağlamış olduğu etki sağlık turizmine de tesir etmeye başlamıştır. Dijital sağlık hizmetleriyle beraber sağlık tesisi reklam tanıtımlarında, uzaktan ön muayene hizmetlerinde ve muayene sonrası kontrollerde sağlık turizmine işlerlik kazandırılmıştır (Yılmaz ve Yılmaz, 2022). Özellikle 21. yüzyıla beraber ülkeler de sağlık turizminde kıyasıya rekabete girmiştir. Türkiye, Tayland, Singapur ve Hindistan gibi ülkeler sağlık turizminde destinasyon olma adına önemli adımlar atarak sektörde adından sıkça söz ettirmiş (Kördeve, 2016) ve bu alanda lokomotif olma yolunda önemli adımlar atmışlardır.

Sağlık turizmi özellikle çok yönlü olması ve sürdürülebilir turizm imkanı sunması ile birçok ülkenin dikkatini çekmektedir (Aykın, 2021). Ülkeler yatırımlarını on iki ay kesintisiz olarak gelir sağlayabilecekleri bu turizm türüne yönlendirmektedir. Özellikle kişi başı harcama tutarlarının ve uluslararası hareketliliğin yükseldiği günümüz koşullarında ülkelerin bakış açılarını sağlık turizmine kaydırmaları gelir arttırıcı hizmet kapsamında gereklilik olarak görülmektedir. Bu sayede hem teknoloji transferi hem de akredite kuruluşların sayılarının artmasıyla birlikte kalite, nitelik standartlarında da olumlu gelişmeler gözlemlenmektedir.

2. SAĞLIK TURİZMİNİN ÜLKELER İÇİN STRATEJİK ÇEKİCİLİĞİ VE EKONOMİK GEREKÇELERİ

Sağlık turizmi, yirmi birinci yüzyılın küreselleşen ekonomisinde, ülkeler için yalnızca bir gelir kapısı olmanın ötesinde, çok katmanlı stratejik bir yatırım alanı olarak ortaya çıkmaktadır. Sektörün en temel çekiciliği, geleneksel turizm modellerinin mevsimsel döngülerine bir alternatif sunarak, yılın on iki ayı boyunca kesintisiz ve sürdürülebilir bir gelir akışı potansiyeli taşımasıdır (Aykın, 2021). Bu özellik, ulusal ekonomilerini çeşitlendirmek ve daha istikrarlı bir büyüme yörüngesine oturtmak isteyen ülkeler için sağlık turizmini öncelikli bir politika alanı haline getirmektedir. Ülkeler, bu doğrultuda yatırımlarını giderek artan bir şekilde bu dinamik sektöre yönlendirmektedir.

Bu stratejik yönelimin altında yatan ekonomik gerekçeler, küresel sosyo-ekonomik eğilimlerle derinden bağlantılıdır. Uluslararası hareketliliğin arttığı ve kişi başı harcama kapasitelerinin yükseldiği günümüz dünyasında, bireyler artık yalnızca kendi ülkelerindeki sağlık hizmetleriyle sınırlı kalmamaktadır. Daha kaliteli hizmete daha uygun maliyetlerle erişme motivasyonu, sağlık hizmeti arayışını uluslararası bir faaliyete dönüştürmüştür (Bulut ve Şengül, 2019). Bu paradigma değişimi, ülkelerin bakış açılarını alternatif turizm türlerine kaydırmasını bir tercih değil, gelir artırıcı bir hizmet sunumu kapsamında bir zorunluluk haline getirmiştir. Sağlık turizmi, bu bağlamda, sadece döviz girdisi sağlamakla kalmamakta aynı zamanda bir ülkenin genel hizmet ihracatı portföyünü de güçlendirmektedir.

Sağlık turizminin etkileri salt ekonomik getirilerle sınırlı değildir. Sektör, bir ülkenin topyekûn kalkınması için bir katalizör işlevi görmektedir. Uluslararası hasta beklentilerini karşılamak, sağlık altyapısına yapılan tüm yatırımları zorunlu kılmaktadır. Bu durum, en son tıbbi teknolojilerin ve tedavi protokollerinin ülkeye transferini teşvik ederken, aynı zamanda uluslararası akreditasyona sahip sağlık kuruluşlarının sayısını artırmaktadır. Akredite kurumların sayısındaki artış, hizmet sunumunda kalite faktörünü devreye sokarak, yalnızca yabancı hastalara değil, aynı zamanda ülke vatandaşlarına sunulan sağlık hizmetlerinin standartlarını da yükseltmektedir. Bu durum, bir ülkenin sağlık turizmine yaptığı yatırımın aslında çift yönlü bir strateji olduğunu ortaya koymaktadır. Bir yandan uluslararası pazardan pay alarak ekonomik büyüme hedeflenirken, diğer yandan yerel sağlık sisteminin rekabet gücü artırılarak vatandaşların sağlık hizmeti için yurtdışına gitmesinin önüne geçilmektedir. Filipinler'in sağlık turizmi gelirlerinde dünya altıncısı olmasına rağmen, giderlerde üçüncü sırada yer alması, bu dengenin kurulamadığı durumlarda ortaya çıkabilecek "sağlık turizmi açığı" riskini gözler önüne sermektedir (Kuşat & Esen, 2022). Dolayısıyla, sağlık turizmine

yapılan yatırım, aynı zamanda bir ülkenin sağlık egemenliğini korumasına yönelik savunmacı bir hamle olarak da değerlendirilebilir. Sağlık turizmi kapmasında ulusal sağlık hizmetlerinde görülen nitelik artışı, sağlık turizmi ithalatını da azaltmasından dolayı ülkenin sağlık turizmi açığının azalmasına da katkı sağlamaktadır.

3. KÜRESEL SAĞLIK TURİZMİ REKABETİNİN ÇERÇEVESİ: BELİRLEYİCİ FAKTÖRLER VE ÖNCÜ DESTİNASYONLAR

21. yüzyılın başlarından itibaren küresel sağlık turizmi pazarı, ülkeler arasında kıyasıya bir rekabetin yaşandığı bir arenaya dönüşmüştür. Bu süreçte Türkiye, Tayland, Singapur ve Hindistan gibi ülkeler, sektöre erken dönemde stratejik yatırımlar yaparak kendilerini öncü destinasyonlar olarak konumlandırmış ve sektörde sıkça adlarından söz ettirmişlerdir (Kördeve, 2016). Bu öncü ülkelerin başarıları, pazara yeni giren veya pazar payını artırmak isteyen diğer ülkeler için bir yol haritası sunarken, aynı zamanda rekabetin temel dinamiklerini ve başarı için gerekli olan kritik faktörleri de belirginleştirmiştir.

Günümüz rekabet ortamını analiz ettiğimizde, bir ülkenin sağlık turizmindeki başarısını belirleyen çok boyutlu bir faktörlerin olduğu görülmektedir. Bu faktörler, destinasyonların rekabet stratejilerinin temelini oluşturmakta ve her ülke, kendi özgün koşulları ve avantajları doğrultusunda bu faktörleri farklı şekillerde harmanlamaktadır. Bu belirleyici faktörler şu şekilde sınıflandırılabilir:

- **Maliyet Etkinliği:** Fiyat, uluslararası hastaların destinasyon seçimindeki en temel motivasyonlardan biridir. Özellikle Batı ülkelerindeki yüksek tedavi maliyetleri, hastaları daha uygun fiyatlı alternatifler aramaya itmektedir. Bu noktada Türkiye'nin Batı Avrupa ve ABD fiyatlarına kıyasla %50 ila %70 arasında daha uygun maliyetler sunması, ülkemizin en önemli rekabet avantajlarından birini oluşturmaktadır (Ateş&Sunar, 2024).
- **Teknolojik ve Tıbbi Üstünlük:** Maliyet avantajının tek başına yeterli olmadığı günümüz pazarında, sunulan hizmetin kalitesi ve teknolojik seviyesi giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Güney Kore'nin CyberKnife ve Da Vinci gibi robotik cerrahi sistemlerini yoğun olarak kullanması ve tıp ile bilgi teknolojilerini entegre ederek oluşturduğu üstün dijital sağlık altyapısı, teknoloji odaklı rekabet stratejisinin en başarılı örneklerindendir (Medical Tourism Korea, 2023; Kim vd., 2023).
- **İnsan Kaynağı Kalitesi:** Sağlık hizmeti, özünde insana dayalı bir hizmettir ve bu nedenle sağlık personelinin niteliği, hasta deneyimini doğrudan etkiler. Uluslararası

eğitim almış, alanında uzman hekim kadroları ve çok dilli sağlık personeli, bir destinasyonun tercih edilebilirliğini artıran kritik unsurlardır. Türkiye'nin deneyimli insan kaynağı (Yılmaz, 2023) ve Filipinler'deki tüm sağlık personelinin İngilizce bilmesinin bir zorunluluk olması (Öztürk, 2019), bu faktörün stratejik önemini göstermektedir.

- **Dijitalleşme ve Pazarlama:** Teknoloji, sadece tedavi süreçlerinde değil, aynı zamanda hastaya ulaşma ve hasta ile iletişim kurma süreçlerinde de devrim yaratmıştır. Dijital sağlık hizmetleri; sağlık tesislerinin uluslararası tanıtımından, uzaktan ön muayene ve teşhis hizmetlerine, tedavi sonrası takip ve kontrollere kadar tüm hasta yolculuğunda kritik bir rol oynamaktadır (Yılmaz & Yılmaz, 2022). Bu alana yatırım yapan ülkeler, pazarlama ve hasta yönetimi konularında önemli bir avantaj elde etmektedir.

Bu faktörlerin analizi ile başarılı bir sağlık turizmi stratejisinin, bir ülkenin genel ulusal kimliği ve ekonomik yapısından bağımsız olarak geliştirilemeyeceğini göstermektedir. Her ülkenin rekabet avantajı, kendi özgün güçlü yönlerinin bir yansımasıdır. Örneğin, küresel bir teknoloji devi olan Güney Kore, sağlık turizmi stratejisini doğal olarak teknolojik inovasyon üzerine kurmuştur. Benzer şekilde, Avrupa ile Asya arasında bir köprü konumunda olan ve tarihsel olarak maliyet/değer dengesi üzerine kurulu bir ekonomiye sahip olan Türkiye, bu konumunu ve maliyet etkinliğini stratejisinin merkezine yerleştirmiştir (Ateş&Sunar, 2024). Filipinler ise tarihsel ve kültürel bağlarının bir sonucu olan yaygın İngilizce bilgisini en önemli sermayesi olarak kullanmaktadır (Öztürk, 2019). Bu durum, pazara yeni giren ülkelerin, başarılı modelleri birebir kopyalamak yerine, kendi ulusal bağlamlarına ve mevcut güçlü yönlerine uygun, sürdürülebilir stratejiler geliştirmeleri gerektiği yönünde önemli bir yol haritası sunmaktadır.

4. REKABET AVANTAJLARININ SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ VE GELECEK PERSPEKTİFLERİ

Küresel sağlık turizmi pazarının, her ülkenin kendi özgün stratejileri, doğal avantajları, yapısal güçlü ve zayıf yönleri ile şekillenen karmaşık ve çok katmanlı bir rekabet alanı olduğunu ortaya koymaktadır. İncelenen ülkeler, başarıya giden yolda tek bir formül olmadığını, aksine farklı stratejik örneklerin var olduğunu göstermektedir. Türkiye, yüksek hacim ve maliyet etkinliği üzerine kurulu liderlik modeliyle öne çıkarken; Güney Kore, teknoloji, marka değeri ve kültürel etkiyi birleştiren yüksek değerli bir modelle kendi farkını ortaya çıkarmaktadır. Kazakistan gibi ülkeler, devlet öncülüğündeki planlı kalkınma stratejileriyle pazarda kendilerine yer açarken; Bulgaristan, AB üyeliği gibi bölgesel entegrasyon avantajlarını kullanarak rekabet etmektedir. Diğer yanda ise Peru, Filipinler ve Ukrayna örnekleri, siyasi istikrarsızlık, yapısal

verimsizlikler ve jeopolitik krizlerin, mevcut potansiyeli nasıl baltalayabileceğini veya tamamen yok edebileceğini göstermektedir (Büyük & Akkuş, 2024).

Geleceğe yönelik bir perspektiften bakıldığında, sağlık turizmi pazarında sürdürülebilir rekabetin ve başarının kaynağı, ülkelerin bir dizi kritik faktörü ne kadar etkin yönetebildiğine bağlıdır. Bu faktörlerin başında ise kalite ve güven gelmektedir. Günümüze sadece düşük maliyet sunmak tek başına yeterli olmamaktadır. Destinasyonların, JCI gibi uluslararası akreditasyonlar veya Bulgaristan örneğinde olduğu gibi güçlü bölgesel düzenleyici çerçeveler aracılığıyla kanıtlanabilir bir kalite standardı sunması gerekmektedir. İkinci olarak ise, teknolojik entegrasyon, hasta yolculuğunun her aşamasında giderek daha kritik bir rol oynamaktadır. Uzaktan teşhis, dijital pazarlama ve tedavi sonrası takip gibi uygulamalar, rekabette bir adım öne geçmek için vazgeçilmez hale gelmektedir (Yılmaz & Yılmaz, 2022). Üçüncü olarak, Ukrayna deneyiminin de gösterdiği gibi, siyasi ve jeopolitik istikrar, tüm diğer faktörlerin üzerinde, sektörün varlığı için mutlak bir ön koşuldur (Tutgun & Künc, 2023). Son olarak, Türkiye'nin estetik ve diş hekimliği gibi alanlardaki başarısı veya Güney Kore'nin teknoloji odaklı dermatolojisi gibi niş pazar geliştirme stratejileri, doymuş pazarlardaki doğrudan rekabetten kaçınmak ve daha yüksek katma değer yaratmak için hayati bir önem taşımaktadır.

Türkiye'nin 2025 yılı için belirlediği 15 milyar dolar gelir ve 2,5 milyon sağlık turisti hedefi (Ushaş, 2025), sektördeki rekabetin ve potansiyelin yüksek olduğunu göstermektedir. Küresel sağlık turizmi pazarı, statik bir yapıdan uzak olarak teknolojik, ekonomik ve jeopolitik değişimlere bağlı olarak sürekli evrilen dinamik bir alandır. Bu alanda uzun vadeli başarı için yalnızca mevcut avantajları kullanmayı değil, aynı zamanda gelecekteki zorluklara ve fırsatlara karşı güncel olarak stratejik bir adaptasyon yeteneğinin geliştirilmesini gerektirmektedir.

Aşağıda dikkat çeken ülkeler arasında yer alan Peru, Filipinler, Ukrayna, Kazakistan ve Bulgaristan şu ana kadar sağlık turizminde varlık gösteremeyen ülkeler arasında yer alsa da günümüz koşullarında yatırım yapan ve gelişmeye açık ülkeler olarak nitelendirilmektedir. Peru plajlar ve şifalı göllerden oluşan bir turizm destinasyonuna sahip olmanın avantajını kullanmak istemesine karşın karışık siyasi yapı bu durumu zorlaştırmaktadır (Millan-Anaya, 2024). Filipinler ise sağlık turizmi özelinde temel bir ürünü geliştirebilecek ve müşteriler için değer katabilecek temel unsurların yansıra tamamlayıcı hizmet kümesine odaklanmaktadır (Abari & Malibiran, 2024). Ukrayna ise farklı bölgelere ayırma yöntemiyle birinci sahil bölgelerinin uzmanlık alanı olarak aile ve çocuk rekreasyon ve sağlık turizmi; ikincisi Volyn ve Karpat bölgesinin uzmanlık alanı genel turizme vurgu yapan sanatoryum tatil köyü ve rehabilitasyon

tatili; üçüncüsü ise başkent ve orta doğu bölgelerinin uzmanlık alanı ise tıbbi turizm; dördüncü bölge olarak sağlık ve tıbbi turizm için belirgin bir potansiyeli olmayan bölgeler olmak üzere toplam alanın %46,47'sini oluşturan yapı üzerinden bir sistem oluşturmuştur (Bieloborodova, 2024). Kazakistan kamu-özel sektör birleşimi ile sağlık turizm paydaşlarının kurulumunun gerekliliğini vurgulamakta iken (Shyngysbaeva, vd., 2023), Bulgaristan son on yılda, modern toplum ve çeşitli ekonomik aktörler, artan küreselleşme ve çeşitli küresel krizlerin ortaya çıkması nedeniyle riskli istikrarsızlıklar, denemeler ve zorluklarla karşı karşıya kalmıştır (Arsova, 2023).

4.1.TÜRKİYE

Sağlık turizmi genelinde özellikle ülke tercihleri yapılırken ulaşım önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Karaman & Aykın, 2021). Türkiye, 2024 yılı itibarıyla küresel sağlık turizmi pazarında güçlü bir aktör olarak konumlanmıştır. Sağlık Bakanlığı ve TÜİK verileri, 2024 yılında ülkemizi ziyaret eden sağlık turisti sayısının 2 milyona ulaşarak, bu alandan elde edilen gelirin 3 milyar dolar eşiğini aştığını ortaya koymaktadır (USTE,2025). Bu etkileyici rakamlar, 2023 yılı sağlık USAŞ (Uluslararası Sağlık Hizmetleri Anonim Şirketi) verilerine kıyasla elde edilen %33,3'lük dikkate değer bir büyüme oranına işaret etmektedir. 1,7 trilyon dolarlık turizm ihracatı ve 1,4 milyar kişilik uluslararası turist hacmi, 2019 UNWTO (Birleşmiş Milletler Dünya Turizm Örgütü) raporunda açıkça ortaya konmuştur (Aykın vd., 2024). Türkiye'nin uluslararası düzeydeki güvenilirliğinin en somut göstergelerinden biri, uluslararası akreditasyon sahibi sağlık kuruluşlarının sayısıdır. 2024 verileri, Türkiye'nin toplam 40 JCI akreditasyonuna sahip sağlık kuruluşu ile bu alanda küresel çapta 7. sırada yer aldığını teyit etmektedir (Aykın, 2024). Türkiye'nin sağlık turizminde en fazla talep gören ve uzmanlaştığı alanlar, ülkenin medikal kapasitesinin genişliğini göstermektedir. Toplam sağlık turizmi gelirlerinin %35 gibi büyük bir oranını oluşturan estetik cerrahi, özellikle saç ekimi ve burun estetiği işlemlerinde küresel referans noktası haline gelmiştir (Çabuk vd., 2023). Sağlık turizminin %25'lik önemli bir segmenti ise diş sağlığı hizmetleri, implant ve kaplama gibi yüksek talep gören tedavilerde yoğunlaşmaktadır. Ayrıca, laser tedaviler ve katarakt ameliyatları gibi göz sağlığı hizmetleri, %20'lik payla ülkemizin uzmanlık alanlarından bir diğerini oluşturmaktadır. Son olarak, Türkiye böbrek ve karaciğer nakli gibi kritik alanlarda elde ettiği başarı oranları ile dünya çapında lider konuma yükselmiştir (Aykın, 2023).

Türkiye'nin sağlık turizmindeki temel rekabet üstünlüklerinin başında maliyet avantajı gelmektedir. Batı Avrupa ve ABD fiyatlarına kıyasla %50-70 aralığındaki daha uygun fiyatlandırma, Türkiye'ye önemli bir maliyet avantajı sağlamaktadır (Ateş ve Sunar, 2024).

Ayrıca, Avrupa, Asya ve Afrika kıtaları arasındaki köprü görevi gören stratejik konumu sayesinde ulaşım kolaylığı ve maliyet düşüklüğü ile erişilebilirliği maksimize etmektedir. Ayrıca bölgesindeki kültürel yakınlık da önemli bir faktördür. Orta Doğu, Balkanlar ve Türkiye Cumhuriyetler pazarlarına olan güçlü kültürel ve tarihsel bağlar, hasta tercihlerinde önemli bir rol oynamaktadır. Son olarak, uluslararası eğitim almış hekim kadrosu ve çok dilli sağlık personeli gibi deneyimli insan kaynağı, sunulan hizmet kalitesini ve hasta deneyimini yükseltmektedir (Yılmaz & Güneren, 2023).

4.2.GÜNEY KORE

Küresel ekonomi, dördüncü sanayi devrimi merkezli endüstriler arası yakınsama yoluyla hızla değişmektedir (Seo vd, 2018). Güney Kore, 2024 yılında sağlık turizmi alanında sıçrama yaparak 1,17 milyon yabancı hasta sayısına ulaşmıştır. Bu rakam, bir önceki döneme göre %93,2'lik çarpıcı bir büyüme ivmesini temsil etmektedir (KHIDI, 2025). Toplam tedavi ziyareti sayısı 1,7 milyonu bulurken, sektör geliri 1,4 trilyon won'u (yaklaşık 1 milyar dolar) aşmıştır. 2009 yılından bu yana kümülatif yabancı hasta sayısı 5,05 milyona ulaşan Güney Kore, Asya-Pasifik bölgesinin ana sağlık turizmi merkezlerinden biri olarak konumlanmıştır. Ülke, 2025 yılı için 1,3-1,4 milyon yabancı hasta hedefi belirlemiştir (Kim vd., 2023). Güney Kore'nin sağlık turizminde niş ve yüksek teknoloji odaklı uzmanlık alanları mevcuttur (Şahin, 2021). Yabancı hastaların %16,8'inin tercih ettiği plastik cerrahi hizmetleri, K-pop ve K-drama (Hallyu) kültürünün küresel etkisiyle özellikle yüz konturlaması gibi estetik prosedürlerde popülaritesini artırmıştır. Yabancı hastaların %35,2 gibi yüksek bir kesimi dermatoloji kliniklerini ziyaret etmektedir; anti-aging tedaviler ve ileri cilt bakımı, Kore'nin bu alandaki uzmanlığını pekiştirmektedir. Ayrıca, ülkenin kanser survival oranlarının OECD ortalamasının iki katından fazla olmasıyla küresel bir referans noktasıdır. Bu alanda CyberKnife ve Da Vinci robotik cerrahi gibi en ileri teknolojiler yoğun olarak kullanılmaktadır. Bu Robotik Cerrahi ve ileri teknoloji kullanımı, ülkenin teknolojik üstünlüğünü ortaya koymaktadır. Güney Kore'nin sağlık turizmindeki temel stratejik avantajları, inovasyon ve kalite üzerine kuruludur. Tıp ve Bilgi Teknolojileri'nin entegrasyonu ile oluşturulan üstün dijital sağlık altyapısı (Medical Tourism Korea, 2023), ülkenin temel rekabet gücünü oluşturmaktadır. Yaygın uluslararası akredite hastaneler ve dünya standartlarında tedavi sonuçları, kalite algısını güçlendirmektedir. Ayrıca, Hallyu (Kore Dalgası) ile yükselen ülke imajı ve marka değeri, sağlık hizmeti tercihini kültürel bir deneyimle birleştirmektedir (Jeon, vd, 2025). Etkili tanı hizmetleri ve kısa bekleme süreleri sayesinde sunulan Hızlı Hizmet, özellikle Kuzey Amerika ve Avrupa'dan gelen hastalar için cazip bir faktördür (Grantthornton, 2023). Son olarak, Sağlık

Bakanlığı'nın 2027 yılına kadar 700.000 yabancı hasta hedefi ile sağladığı sistematik ve güçlü devlet desteği oldukça büyük öneme sahiptir (Kim & Lee, 2023). 2024 verilerine göre Güney Kore'ye gelen hastaların genel profili, Asya-Pasifik pazarındaki hakimiyetini göstermektedir. Japonya (%135 artış), Çin (%132,4 artış) ve Tayvan (%550,6 artış) en yüksek hasta sayıları ile pazarın lokomotifini oluşturan ülkeler konumundadır. ABD, Tayland ve Moğolistan da diğer önemli pazarlar arasında yer almaktadır (Yang, 2025).

4.3. PERU

2017-2020 yılları arasında yaşanan siyasi belirsizlik ve kriz durumu sağlık sistemini derinden etkilemiş ve yedi kere art arda sağlık bakanının değişmesi ile sonuçlanmıştır (Gülşen & Gölçek, 2023). Sağlık sisteminin zayıflaması dönemin en yıkıcı sonuçlarından biri olarak görülse de bağlı sektörlerde aynı oranda etkilenmiştir. Peru'nun sağlık turizminin spiritüel yani ruhsal iyileşme alanında daha etkin olması, ülkeye farklı bir bakış açısı getirmektedir (Atasoy, 2021). Medikal turizme verilen önemin zamanla güçlenmesi son yıllarda Peru için organ nakli turizmini yasal olmayan yöntemlerine rağmen ön plana taşımaktadır (Yılmaz, 2021). Ulusal Kültürlerarası Sağlık Merkezi'nin de aralarında bulunduğu bir komisyon uluslararası sertifikasyon ve patentlerle doğrudan ilgilenmektedir (Güler, 2022). Ticari olarak bağışlanmış organ ihracatçılarının en önemlilerinden biri olarak öne çıkan Peru, aşırı yoksulluk sebebi ile bilinçsiz bağışçılar ve kadavralardan ciddi bir potansiyel oluşturmaktadır (Gökali, 2019). Clínica Anglo Americana Peru da tek JCI sertifikalı hastane olarak öne çıkmaktadır (Anonim, 2023). Devlete ait hastanelerin bakımsız ve hizmet kalitesinin düşük olması, kesinlikle bireylerin tercihlerini uluslararası standartlarda hizmet sunan özel hastanelerden yana kullanması gerekliliğini ortaya koymaktadır (Sağlık Bakanlığı, 2023). Carrillo-Larco vd., (2022) çalışmasında ülkede sağlık tesislerinin sadece kamu nezdinde 8.900 adet olduğunu vurgulamakta, bu durumun gelişmesi gerektiğine dikkat çekmektedir. Bu süreçte yapılan yatırımlarla güçlendirilmeye çalışılan sağlık sistemi, 55 farklı etnik kökenden insan barındırması sebebiyle sağlık turizminde önemli rol edinebileceğini ortaya koymaktadır. Çok kültürlü yaklaşım odağında gelişmesi gereken sistem 2019 Bilimsel Araştırmacıların Teşviki Yasası aracılığıyla sağlık bilimlerindeki bilimsel yayınlar 8,7 kat artarak teknoloji odağında gelişimi desteklemektedir.

4.4.FİLİPİNLER

Dünya Sağlık Turizmi Gelir Sıralamasında Filipinler, 2020 yılında 6. sırada yer alarak önemli bir gelir elde etmesinin yansıması, Dünya Sağlık Turizmi Gider Sıralamasında yine aynı yıl 3. sırada yer alarak ilgili hizmette verimlilik dengesini oluşturamamıştır (Kuşat & Esen, 2022).

Filipinlerin sağlık turizminde bu kadar aktif olmasında tüm sağlık personelinin İngilizce seviyesinin iyi olması ve ilgili istihdam için zorunluluk haline getirilmesi ile birlikte uluslararası havacılık sektörüne verilen önem ve yeni havalimanı inşası sektörün hızla gelişmesinde önemli rol üstlenmektedir (Öztürk, 2019). Çıtayı sürekli yükseltmeyi hedefleyen Filipinler özellikle özel yatırımlar ve ülkeleri arası işbirlikleri ile öne çıkmaktadır. Ülke de 2 adet JCI sertifikalı hastane; St. Luke's Medical Center ve The Medical City, 1 adet de ACI akreditasyonuna sahip hastane; Manila Doctors Hospital bulunmaktadır (Anonim, 2023). Ülkenin sağlık kuruluşlarında Amerikan sistemi kullanılmakta ve ilgili yatırımlar yurtdışında eğitim görmüş doktorlar ile de desteklenmektedir. Ayrıca Asya kıtasının en büyük Hristiyan ülkesi olması bu kapsamda bir ayrıcalık kazandırmakta ve 7500'ü aşan ada sayısı, ilginç ve sıra dışı yapısıyla dikkat çekici bir özelliğe sahiptir (Atasoy, 2020).

Filipinler de sağlık turizmi için, Çin, Hindistan ve Arap dünyasından gelen tüccarların takımadaları ziyaret ettiği eski çağlara dayandığını söylemek mümkündür. Ancak dönüm noktası olarak 20. yüzyılın başlarında Amerikan sömürge döneminin başlaması gösterilmektedir (Susilo & Santos, 2022). Asya'da bulunan Filipinler tropikal bir cennet olarak; çeşitli manzaralar, canlı kültürler ve sıcak misafirperverlikle girişimcilik ve konuk ağırlama becerilerinin geliştirilmesini harmanlayan aynı zamanda el değmemiş plajları, yemyeşil dağları, tarihi yerleri ve canlı festivalleriyle turizmi önceliklendiren bir sistem geliştirmektedir (Albasrie, Himawan & Sharipudin, 2024).

4.5.UKRAYNA

Ukrayna'nın, Rusya ile olan savaşın etkisiyle sağlık turizmi faaliyetlerinde küresel üretimi ve tedarik zinciri önemli düzeyde sekteye uğramıştır. Seyahat kısıtlamaları ile birlikte oluşan güvenlik sorunu uluslararası hareketliliği durma noktasına getirmiştir (Tutgun & Küncü, 2023). 2020 yılında özellikle medikal turizme yaptığı yatırımlar ile ilk 10 da gösterilen Ukrayna uluslararası platformda ivme kazansa da (Yılmaz & Yılmaz, 2022), 2022 yılında başlayan savaş dengeleri büyük ölçüde değiştirmiştir. Ayrıca Ukrayna da JCI sertifikasına sahip hastane bulunmamaktadır (Anonim, 2023).

Ukrayna, zengin bir rekreasyon ve turizm potansiyeline sahiptir ancak günümüz koşullarında, Ukrayna'nın olanakları önemli ölçüde sınırlandırılmaktadır. En önemli sebebi olarak Ukrayna'da savaşın başlamasından bu yana, Odessa, Mykolaiv ve Kherson bölgelerindeki tıbbi ve sağlık tesislerinin defalarca bombalanması ve ilgili alanın tahrip edilmesi gösterilebilir. Bu nedenle, sıkıyönetim koşullarında Karadeniz bölgesinde sağlık turizmi ciddi anlamda yara almasına rağmen en umut verici kısım farklı bölgeleri değerlendirmek olacaktır. Özellikle,

Karpat bölgesinde ve ona yakın bölgelerde sağlık turizminin geliştirilmesi ve buna bağlı olarak turizm ve rekreasyon potansiyelinin neredeyse üçte birinin bu bölgeye yoğunlaşması ile kan kaybının en az seviyede tutulması amaçlanmaktadır (Mozolev, 2023). Sağlık turizmi ve rekreasyona gösterilen ilginin en önemli sebebi halihazırda önemli döviz gelirleri sağlayabildiği için ulusal para sisteminin güçlenmesine katkıda bulunması ve bu alanda ek istihdam yaratabilme potansiyeli sebebiyle devletin turizmin gelecekteki gelişimi için öncelikli bir alan haline gelmesi gerektiğini vurgulanmaktadır (Yavorska, vd., 2022). İkinci olarak ise İvano-Frankivsk bölgesindeki sağlık turizminin geniş potansiyelinin değerlendirilmesi ile yatırımlar bu bölgelere kaymış olup savaş sonrası sağlık tedavisi, tıbbi ve rehabilitasyon çalışmaları turizmin desteklemesiyle farklı bir boyut kazanmıştır (Hladkyi, vd., 2022). Truskavets, Morshyn, Skhidnytsia, Karpatlar ve Yaremche gibi bölgelerin seçilmesi hem savaştan en az etkilenen alanlar olarak öne çıkması hem de mineral kaynakları ve tedavi edici özellikleriyle desteklenen tıbbi kurumlara sahip olması olarak gösterilmektedir. Burada, mineral banyoları, terapötik çamur tedavileri, fizyoterapi ve diğer terapi türleri üzerinden sağlığın iyileştirilmesine katkıda bulunan planlamalar gerçekleştirilmektedir (Dolynska, 2024).

4.6.KAZAKİSTAN

Coğrafi özellikleri açısından öne çıkan Kazakistan “yeşil seyahat” kavramı ile ziyaretçilerine farklı alternatifler sunmaktadır (Akimov, 2019). Kazakistan 17 milyonluk nüfusu ve görece büyük yüz ölçümü ile birlikte, “Kazakistan 2030” projesinde sağlık sektörüne ayırdığı bütçe ve planlanan yatırımlar ile sağlık turizmi alanında dikkatleri üzerine çekmektedir (Öğüt, Yeşilyurt & Yurtseven, 2018). Kazakistan da JCI sertifikalı toplam 8 kurum bulunmaktadır (Kuzkaya, 2022). Doğal turizm kaynaklarının çekiciliği ise sektörel açıdan ayrıca önemli bir katkı sunmaktadır (Gürsoy & Yegemberdiyeva, 2021). Küresel ölçekte rekabet faktörlerini en fazla destekleyen unsur ise Üçüncü Modernizasyon Strateji vizyonunun temel öğelerinden biri olarak kabul edilen ulaştırma unsurudur (Myrzabekova, 2021). Bu gelişmelerin tamamının birlikte ele alınması ile ülke ekonomisine pozitif katma değer yaratma da coğrafi unsurlar ve yapılan sağlık sektörü yatırımlarının elde ettiği bütünsellikle Kazakistan oldukça önemli bir rekabet gücü elde etmektedir.

Sağlık turizmi özelinde yaşanan bu gelişim nezdinde devlet desteği önemli ölçüde ülkeyi etkilemiş olup, 2008 yılında Nur-Sultan şehrinde Devlet Başkanının girişimiyle JSC “National Medical Holding” kurulmuş ve faaliyetlerin daha kapsamlı devam etmesi için 2016 yılında Kurumsal Fon “University Medical Center’e dönüştürülmüştür (Battakova & Saipov, 2022). Rekabetçi yaklaşımı destekleyen ve özel sektörü teşvik eden bu yatırım grubu diğer ülkelerden

hastaları çekmek amacıyla karmaşık tıbbi ve sağlık hizmetleri öne çıkarmaktadır. Kazakistan Cumhuriyeti'nde sağlık turizminin gelişmesinde sanatoryum endüstrisinin rolü de yadsınamaz (Kazbekkyzy, vd., 2021). Bu oluşum sağlık turizminin dinamik ve çok yönlü gelişimini desteklemek için kullanılmakta, tıbbi ve rekreasyonel turizmin bütünleşmesi ile güç kazanmaktadır. Avrasya Ekonomik Birliğine üye olan Kazakistan için tüm üye ülkelere yapılan yatırımların hacminin arttırılması, ilgili iş birliği protokolleri, tıbbi personelin miktarı ve kalitesi, altyapının gelişimi ve çevrenin pozitif olarak yeniden şekillenmesi ile tıbbi ve sağlık turizminin gelişimine katkı sağlamaktadır (Kulakovskiy, vd., 2024).

4.7.BULGARİSTAN

Sağlık turizminin alternatif yapısında yükselen bir değer olan Bulgaristan, 2019 yılında ilk 5 ülke arasında değerlendirilmektedir (Özçelik, Gül & Kızılırmak, 2021). Avrupa Birliğine üye olan (Bayrak & Güler, 2022) ve diğer üye ülkelere yakın mesafe de bulunan Bulgaristan, sağlık turizmine yaptığı yatırımlar ile öne çıkmaktadır. Ulusal İstatistik Enstitüsü verilerine göre Bulgaristan'da JCI sertifikalı kuruluş bulunmamasına rağmen 48.308 yatak kapasiteli 342 hastane, 986 yatak kapasiteli 1.886 poliklinik ve 3.132 yataklı 145 Sağlık Ocağı bulunmaktadır (Sağlık Bakanlığı, 2023). Genel olarak sektöre ilişkin yapılan yatırımlara sürekli olarak destek verilmesi ve ilaç temininde sıkıntı yaşanmaması sağlık turizmini güçlü kılan unsurlar değerlendirilmektedir.

Bulgaristan sağlık turizmi bakış açısı aynı zamanda termal kaynakların etkin kullanımını da kapsamaktadır. En önemlileri olarak Montana bölgesi, Varshets havzası, Varshets, Spanchevtsi, Barzia, Slatina, Opletnya, Gabrovnitsa-Elov gösterilmektedir (Staneva, 2019). Mineral kaynakların tıbbi-biyolojik ve tıbbi-sosyal değerlendirmesi, sürdürülebilir turizm destinasyonları arasında öne çıkmak için kullanılmakta olup, bu alanda hidrotermal yataklar etkin olarak bilinmektedir. Bulgaristan topraklarında turizmin sürdürülebilir gelişimi için ulusal strateji 2014-2030'da Turizm Bakanlığı, turizmi önde gelen, yapılandırıcı bir ulusal endüstri olarak tanımlamakta olup, sağlık turizmi; GSYİH'nin %12-18'ini oluşturan önemli payıyla Bulgaristan ekonomisinin güçlenmesine katkıda bulunan istikrarlı bir alandır (Katsarova & Kostadinova, 2021).

SONUÇ

Bu çalışma, küresel sağlık turizmi pazarında yer alan çeşitli ülkelerin stratejik konumlarını ve rekabet avantajlarını ortaya koymaktadır. Türkiye, maliyet etkinliği, stratejik konumu ve yüksek teknolojiye sahip sağlık kuruluşlarıyla lider bir aktör olarak öne çıkmaktadır. Sağlık

Bakanlığı ve TÜİK verilerine göre, 2024 yılında 2 milyon sağlık turisti ağırlayan ve 3 milyar dolar gelir elde eden Türkiye, bu alandaki büyüme potansiyelini kanıtlamıştır (Aykın vd., 2024). Özellikle estetik cerrahi, diş sağlığı ve göz sağlığı gibi alanlardaki uzmanlaşması, Türkiye'nin medikal turizmde global bir referans noktası haline gelmesine katkı sağlamıştır. Türkiye'nin 2025 yılına yönelik 15 milyar dolar gelir ve 2.5 milyon sağlık turisti hedefi (Ushaş, 2025) ise sektördeki konumunun önemini göstermektedir.

Sonuç olarak, her ülkenin kendi dinamikleri ve stratejileri, küresel sağlık turizmi pazarında farklı bir konumda yer almasını sağlamaktadır. Tüm ülkeler sağlık turizmi pazarından daha fazla pay alabilmek için çaba sarf etmektedirler. Bu ülkeler arasında Türkiye, hem uzmanlık alanları hem de rekabet avantajları açısından global düzeyde en güçlü aktörlerden biri olarak öne çıkmaktadır. Türkiye'nin mevcut avantajlarını koruması, güncel rekabet alanlarına ise hızlı uyum sağlaması ve bu alanlarda uzmanlaşması, bölgesindeki yaşanan değişimleri yakından takip ederek gerekli adımların uygulamaya geçirilmesi sürdürülebilir rekabet gücü için oldukça önemlidir. Bu bulgular, sağlık turizmi alanında ülke vizyonuna yön verenler ve sektör yatırımcıları için büyük önem taşımaktadır.

Ülkeler sağlık turizmine katılma isteklerinde, öncelikle yüksek kaliteli sağlık altyapısını geliştirerek uluslararası akreditasyon standartlarını (örneğin JCI) karşılamalı, tıbbi tesislerin teknolojik donanımını ve uzman personel eğitimini güçlendirmelidir. Yasal ve etik düzenlemelerin tesisi ve korunması, sürdürülebilir hasta miktarını temin etmek için sigortanın taşınabilirliğinin çözülmesi, vize kolaylıklarının sağlanması ve kültürel dilsel engellerin aşılması büyük öneme sahiptir. Rekabet avantajı yaratma amacıyla uygun sistemler, erişilebilirlik ve güvenliklerini birleştirerek hedef pazarlar belirlenmeli, kamu-özel sektör iş birliğini teşvik ederek hijyen, koruyucu hekimlik ve hasta davranışları ön planda tutulmalıdır. Ayrıca, ekonomik teşvikler (vergi indirimleri, turizm yatırımları) ile sürdürülebilir bir model oluşturulması, ticari uzun vadeli garanti ve güvenceler ile işletmelerin koruma altına alınması gerekmektedir.

KAYNAKÇA

Abari, J. B., & Malibiran, L. T. (2024). Exploring The Dynamics Of Tourism In The Philippines: Opportunities And Challenges. *Siwayang Journal: Publikasi Ilmiah Bidang Pariwisata, Kebudayaan, Dan Antropologi*, 3(4), 159-166.

Akimov, Z. (2019). Kazakistan'da Kırsal Turizm Potansiyeli ve Etnik Unsurlar. *Uluslararası Kırsal Turizm ve Kalkınma Dergisi (IRTAD)* E-ISSN: 2602-4462, 3(2), 48-51.

Albasrie, A. D. A., Himawan, I. S., & Sharipudin, M. N. S. B. (2024). Sustainable Wellness Tourism in Indonesia (Case Study on Health Tourism Development at Hanara Wellbeing Center Bandung). *Media Konservasi*, 29(3), 435-435.

Anonim (2023). <https://www.health-tourism.com/search.aspx?sch=1&co=peru> Erişim Tarihi: 20/10/2025.

Arsova, T. (2023). Current threats and risks to health tourism in Bulgaria. *Известия на Съюза на учените-Варна. Серия Икономически науки*, 12(2), 251-259. Current Threats And Risks To Health Tourism İn Bulgaria. *Известия На Съюза На Учените-Варна. Серия Икономически Науки*, 12(2), 251-259.

Atasoy, E. (2020). Filipinler Cumhuriyetinin Turizm Coğrafyasından Bir Kesit: Leyte Adası. *Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 395-415.

Atasoy, Ö. A. (2021). Spiritüel Turizm Köyü Modeli: Erdek (Bcs'21). *Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 4(Bcs 21 Özel Sayı), 20-28.

Ateş, A., & Sunar, H. (2024). Comparison of Türkiye's medical tourism market with existing and potential competitor countries. *Toplum Ekonomi ve Yönetim Dergisi*, 5(2), 342-368.

Aykın, Ö. (2021). Sağlık Turizmi Pazarlamasında Sosyal Medya Araçlarının Çok Kriterli Karar Verme Yöntemleri ile Değerlendirilmesi (Master's Thesis, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi/Lisansüstü Eğitim Enstitüsü/Sağlık Turizmi Ana Bilim Dalı).

Aykın, Ö. (2023). Sağlık Turizm Pazarlamasında Sosyal Medya Stratejileri. *İşletme Biliminde Güncel Çalışmalar*, 77.

Aykın, Ö., Karaman, D., & Aydoğmuş, H. Y. (2024). Evaluation Of Social Media Tools İn Health Tourism Marketing With Multi Criteria Decision Making Methods. *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 7(1), 183-202.

Battakova, K., & Saipov, A. (2022). Healthcare and wellness tourism for people with occupational diseases in central Kazakhstan. *Geo Journal of Tourism and Geosites*, 45, 1586-1593.

Bayrak, Ö., & Güler, E. G. (2022). Bütüncül Tamamlayıcı ve Alternatif Tıbbın (Btat) Sağlık Turizmi ile Bütünleştirilmesinde Sağlık Hizmeti Yöneticilerinin BTAT Bilgi Düzeyleri ve Tutumları: Trakya Bölgesi Örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 522-532.

- Bieloborodova, M. (2024). Prospects Of Health And Medical Tourism Clusterization In Ukraine. The Journal Of VN Karazin Kharkiv National University. Series: International Relations. Economics. Country Studies. Tourism, (19), 58-68.
- Bulut, A. and Şengül, H. (2019). Health Tourism in Turkey and The World. Journal of Management, Economic and Marketing Research, 3(1):45-62.
- Büyük, Ö., & Akkuş, G. (2024). Medikal Turizm Verileri Ve İstatistikleri: Gelişmekte Olan Ülkelerin Yükselişi Ve Türkiye (Medical Tourism Data And Statistics: The Rise Of Developing Countries And Turkey). Journal Of Tourism & Gastronomy Studies, 12(2), 1105-1124.
- Carrillo-Larco, R. M., Guzman-Vilca, W. C., Leon-Velarde, F., Bernabe-Ortiz, A., Jimenez, M. M., Penny, M. E., ... & Miranda, J. J. (2022). Peru—Progress in health and sciences in 200 years of independence. The Lancet Regional Health—Americas, 7.
- Çabuk, Ş., Gündoğmuş, Ş. E., Bozbayır, U., Duran, V., Gümüş, İ., Aykın, Ö., ... & Övey, İ. S. (2023). Determining The National Scala Homogeneity Of Health Tourism Activities Conducted In Türkiye. Review Of Tourism Administration Journal, 4(2), 158-175.
- Dolynska, O. (2024). Medical And Recreational Tourism In Ukraine: Current State And Development Prospects. Наукові Записки Тернопільського Національного Педагогічного Університету Імені Володимира Гнатюка. Серія: Географія, 57(2), 129-135.
- Edinsel, S., & Adıgüzel, O. (2014). Türkiye'nin Sağlık Turizmi Açısından Son Beş Yıldaki Dünya Ülkeleri İçindeki Konumu ve Gelişmeleri. Çankırı Karatekin Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 4(2), 167-190.
- Gökali, S. (2019). Düzce İli Medikal Turizm Sektörünün Uluslararası Rekabetçilik Analizi (Master's Thesis, Düzce Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm ve Otel İşletmeciliği Anabilim Dalı).
- Grantthornton (2023). Global Sağlık Sektörü ve Medikal Turizm Trendleri <https://www.grantthornton.com.tr/> Erişim Tarihi: 20/10/2025.
- Güler, E. (2022). Biyokorsanlığa Karşı Yaklaşımlar ve Politikalar: Hindistan ve Peru Ülke İncelemeleri. 3. Baskent International Conference On Multidisciplinary Studies, 137-152, ISBN: 978-625-8246-04-9.
- Gülşen, M. A., & Gölçek, A. G. (2023). Covid-19 Krizinde Maliye Politikası Uygulamaları. Efe Akademik Yayıncılık, 37-72, ISBN; 978-625-6504-05-9.

- Gürsoy, Ü. Y., & Yegemberdiyeva, Z. (2021). Kazakistan'ın Doğal Turizm Kaynakları. *Turan: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 13(50), 397-416.
- Hladkyi, O., Tkachenko, T., Shparaga, T., & Kulivnuk, V. (2022). New Trends In Health Tourism Development Of Ivano-Frankivsk Region In Ukraine. *Anais Brasileiros De Estudos Turísticos: Abet*, 12(1), 5.
- Jeon, J., Ha, J. S., Lee, H. S., Jeon, S., Kim, J. H., & Cho, K. S. (2025). Trends in Medical Traveling for Radical Prostatectomy in the Era of Robotic Surgery: A Nationwide Cohort Study in Korea. *The World Journal of Men's Health*, 43.
- Karaman, D., & Aykın, Ö. (2021). Determining Holiday Preferences Of Consumers Within Generations. *Journal Of Tourism Intelligence And Smartness*, 4(2), 186-200.
- Katsarova, S., & Kostadinova, T. (2021, August). Repositioning of Bulgaria on the European map as a tourist destination offering a competitive tourist product through health tourism (balneo-spa/medical spa, spa and wellness). In *Varna Medical Forum* (Vol. 10, No. 2, pp. 182-187).
- Kazbekkyzy, Y. A., Yessimova, D. D., & Bitter, N. V. (2021). Medical Aspects Of The Development Of Health Tourism In The Republic Of Kazakhstan. *Наука И Туризм: Стратегии Взаимодействия*, (13), 37-50.
- Kim, H., & Lee, Y. (2023). South Korea's Medical Tourism Competitiveness And Future Strategy: Focused On Cancer Treatment: A Review. *Iranian Journal Of Public Health*, 52(12), 2484.
- Korea Health Industry Development Institute (KHIDI). (2025). Foreign patient statistics 2024. Seoul: KHIDI Press. <https://www.khidi.or.kr/eps> Erişim Tarihi: 20/10/2025.
- Kördeve, M. K. (2016). Sağlık Turizmine Genel Bir Bakış ve Türkiye'nin Sağlık Turizmindeki Yeri. *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 2(1).
- Kulakovskiy, E. S., Chistobaev, A. I., & Grudtsyn, N. A. (2024). Differentiation of Countries of the Eurasian Economic Union by Level of Development of Medical and Health Tourism. *Izvestiya Rossiiskoi akademii nauk. Seriya geograficheskaya*, 88(4), 485-495.
- Kuşat, N., & Esen, E., (2022). Sağlık Turizmi Perspektifinden Türk Sağlık Sektörü Rekabet Gücü. *Uluslararası Global Turizm Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 37-50.

Kuzkaya, Ü. (2022). Sağlık Turizmi Paydaşlarının Sağlık Turizmi Potansiyel ve Uygulamalarına Yönelik Tutum, Yaklaşım ve Önerileri: Alanya Örneği (Master's Thesis, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi/Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

Medical Tourism Korea. (2023). Korean medical tourism convergence report. Seoul: Korea Tourism Organization. <https://www.reportlinker.com/> Erişim Tarihi: 20/10/2025.

Millan-Anaya, M. R., Cordova-Buiza, F., & Olavarria-Benavides, H. L. (2024). Beaches And Medicinal Lagoons Tourism Destination In Peru: Satisfaction And Loyalty Research. *Geojournal Of Tourism And Geosites*, 52(1), 286-293.

Mozolev, O. (2023). Methodological Approaches To Studying The Organization Of Medical And Health Tourism In Ukraine. *Journal Of Education, Health And Sport*, 47(1), 187-196.

Myrzabekova, Ö. Ü. M. (2021). Kazakistan'da Turizmin Gelişimini Etkileyen Faktörler1. Bağımsızlıklarının 30. Yılında Türk Devletleri, Ekonomik, Politik ve Sosyal Dönüşüm, 133.

Öğüt, K., Yeşilyurt, S., & Yurtseven, Ç. (2018). Kazakistan–Türkiye Sağlık Turizmi: Sağlık Sektörlerine Bakış ve Potansiyeller. *Business and Economics Research Journal*, 9(1), 57-74.

Özçelik, A., Gül, İ., & Kızılırmak, İ. (2021). Sağlık Turizmi İşleyiş Sürecinin Seyahat Acentaları Açısından Değerlendirilmesine Yönelik Bir Uygulama, İstanbul Örneği. *Turizm Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 55-69.

Öztürk, G. (2019). Sağlık Turizminde Hasta Hakları ve Etik Sorunsalı Üzerine Bir Araştırma (Master's Thesis, Atılım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı).

Sağlık Bakanlığı (2023). <https://www.seyahatsagligi.gov.tr/site/SaglikBilgisi/PE> Erişim Tarihi: 20/10/2025

Seo, B. & Park, S. (2018). Policies to Promote Medical Tourism in Korea: A Narrative Review. *Iran Journal Public Health*. 2018 Aug;47(8):1077–1083.

Shyngysbaeva, S., Saipov, A., Aldasheva, A., Ataeva, G., Makhanova, N., & Erim, C., (2023). Current Issues Of Health And Wellness Tourism Based On Population Health Preservation In Eastern Kazakhstan. *Geojournal Of Tourism And Geosites*, 49(3).

Staneva, K. (2019). Trends and Challenges to Health Tourism Case Study Bulgaria-Serbia Region. *International Journal*, 30.

Susilo, D., & Santos, M. C. K. (2022). Digital Marketing Communication For Promoting Philippines Tourism. *International Journal Of Research And Review*, 10(6).

Şahin (2021). Sağlık Turizminin Geliştirilmesinde Sağlık Bakanlıklarının Koordinatör Kuruluşları: Türkiye, Malezya ve Güney Kore Karşılaştırması. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, Cilt : 10, Sayı : 4, Sayfa : 983-992.

Tutgun, S., & Künc, S., (2023). Sağlık Turizmi Gelirleri ve Ekonomik Büyüme İlişkisinin Fourier Yaklaşımı İle Ampirik Olarak İncelenmesi. İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi, 11(3), 1769-1791.

TÜİK. (2025). Sağlık turizmi istatistikleri 2024. Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu. <https://data.tuik.gov.tr/Kategori/GetKategori?p=Egitim,-Kultur,-Spor-ve-Turizm-105> Erişim Tarihi: 20/10/2025

Uluslararası Sağlık Hizmetleri AŞ (USHAŞ). (2025). Sağlık turizmi verileri 2024. Ankara: Sağlık Bakanlığı. <https://www.ushas.com.tr/saglik-turizmi-verileri/> Erişim Tarihi: 20/10/2025

Uluslararası Sağlık Turizmi Enstitüsü (USTE) (2025). <https://www.uste.org.tr/turkiye-2024te-2-milyon-saglik-turisti-agirladi/> Erişim Tarihi: 20/10/2025.

Yang, Myeong Cheol, (2025). Press Release. Ministry of Health and welfare , Republic of Korea. Korea Attracts 1.17 Million Foreign Patients in 2024.

Yavorska, V., Nikolaeva, M., & Grigoriev, O. (2022). Development of health tourism in Ukraine. Journal of Education, Health and Sport, 12(9), 998-1006.

Yılmaz, H., & Yılmaz, N. (2022). Dünyada Ve Türkiye'de Dijital Sağlık Turizmi Uygulamaları. Sağlık Akademisyenleri Dergisi, 9(1), 64-72.

Yılmaz, V. (2021). Medikal Turizmde Destinasyon Rekabetçiliğinin Belirlenmesi: Alanya Örneği. (Doktora Tezi, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı)

Yılmaz, V., & Güneren, E. (2023). Determining Destination Competitiveness In Medical Tourism: A Study Based On AHP-QFD Framework. Journal Of Multidisciplinary Academic Tourism, 8(2), 141-157.

SYNTHETIC HEALTH TOURIST PROFILING WITH SMALL DATA AND A DECISION SUPPORT APPROACH USING LARGE LANGUAGE MODELS

Gamze KÖSE

Health Tourism Master of Science, Independent Researcher
gamze.g.kose@gmail.com, ORCID: 0000-0003-1225-5118

Prof. Dr. Utku KÖSE

Süleyman Demirel University, Department of Computer Engineering
utkukose@sdu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9652-6415

ABSTRACT

The field of health tourism requires remote communication and interaction because of the activities it focuses on. Therefore, it can be seen that today's health tourism applications are effectively supported by data-driven methods. At this point, advanced technologies such as artificial intelligence are also on the rise within health tourism-oriented applications. In this context, the aim of this study is to develop an Artificial Intelligence (AI) supported approach that enables synthetic tourist profiling with limited data in cases where access to health tourist data is difficult or limited and provides decision support based on the profiles created. Accordingly, the developed approach can initially create synthetic health tourist profiles by the few-shot learning method based on the provided profile parameters. These profiles can then be analyzed through Large Language Models (LLM) for getting feedback about applicable plans, opportunities, risks, and any user-required decision support. The established hybrid flow utilizes an autoencoder-based machine learning process for few-shot learning, and the resulting synthetic profiles are evaluated using natural language-compatible feedback via an LLM-based model. At this stage, the relevant feedback can be shaped using user-defined prompts. The developed approach is available on a platform for use by specifically health tourism agencies, policymakers, and researchers. The study content outlines the requirements of this approach, underlying motivations, developed AI infrastructure, platform environment, and the findings obtained through some sample applications, by presenting a novel research study within the framework of AI-supported health tourism applications.

Keywords: Health Tourism, Synthetic Data Creation, Artificial Intelligence, Large Language Models

AZ VERİYLE SENTETİK SAĞLIK TURİSTİ PROFİLLEME VE GENİŞ DİL MODELLERİ ÜZERİNDEN KARAR DESTEK YAKLAŞIMI

Gamze KÖSE

Sağlık Turizmi Bilim Uzmanı, Bağımsız Araştırmacı
gamze.g.kose@gmail.com, ORCID: 0000-0003-1225-5118

Prof. Dr. Utku KÖSE

Süleyman Demirel Üniversitesi, Bilgisayar Mühendisliği Bölümü
utkukose@sdu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9652-6415

ÖZET

Sağlık turizmi alanı odaklandığı faaliyetler itibariyle uzaktan iletişime ve etkileşime gereksinim duymaktadır. Bu nedenle günümüz sağlık turizmi uygulamalarının özellikle veri odaklı yöntemlerle etkin bir biçimde desteklendiği görülebilmektedir. Bu noktada yapay zeka gibi ileri düzey teknolojiler de sağlık turizmi yönelimli uygulamalar içerisinde yükseliş trendi içerisinde. İlgili doğrultuda bu çalışmanın amacı, sağlık turisti verilerine erişimin zor ya da sınırlı olduğu koşullar karşısında az veriyle sentetik turist profillemeye sağlayan ve bu profiller üzerinden karar desteği sağlayan bir yapay zeka destekli yaklaşım geliştirmektir. Buna göre geliştirilen yaklaşım öncelikli olarak sunulan profil parametrelerine göre few-shot learning yöntemiyle sentetik sağlık turisti profilleri oluşturabilmekte, oluşturulan profiller Geniş Dil Modelleri (LLM) yardımıyla uygulanabilecek planlamalar, fırsatlar, riskler ve kullanıcı tarafı ihtiyaç duyulan her türlü karar desteği konusunda analiz edilebilmektedir. Kurulan hibrit akış few-shot learning için Autoencoder (Otokodlayıcı) tabanlı bir makine öğrenmesi süreci işletmekte, elde edilen sentetik profiller bir LLM tabanlı model üzerinden doğal dil uyumlu dönütlerle değerlendirilmektedir. Bu aşamada ilgili dönütler kullanıcı tarafı prompt tanımları yardımıyla şekillendirilebilmektedir. Oluşturulan yaklaşım özellikle sağlık turizmi acentaları, politika yapıcılar ve araştırmacılar tarafından kullanılabilecek bir platform ortamında kullanıma sunulmuş durumdadır. Çalışma içeriği söz konusu yaklaşımın gerekliliklerini, dayandığı motivasyon noktalarını, geliştirilen yapay zeka altyapısını, platform ortamını ve örnek uygulamalar neticesinde elde edilen bulguları genel hatlarıyla ortaya koyarak, yapay zeka destekli sağlık turizmi uygulamaları çerçevesinde özgün bir araştırma çalışması sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi, Sentetik Veri Üretimi, Yapay Zeka, Geniş Dil Modelleri

1. INTRODUCTION

Health tourism is the practice of travelling to a different country for healthcare and tourism purposes. In this context, it allows access to unique, quality and even lower-cost treatment options while enjoying cultural interactions as well as tourism-oriented attractions (Smith ve Puczkó, 2016). Today, health tourism is an actively growing area because of increasing global travel opportunities, widespread communication channels and high-level information technologies. Patients, who are also called health tourists, need to search for healthcare / treatment options abroad and interact with service providers (e.g., tourism agencies, healthcare institutions focusing on health tourism) to benefit from health tourism plans. This requires remote communication and interaction capabilities through data-driven tools powered by information and communication technologies (ICT) (Kose ve Colakoglu, 2013). Therefore, it can be seen that today's health tourism applications are effectively supported by data-driven methods (Bathla ve ark., 2024; Shafik, 2024). Such data-driven methods are crucial for especially service providers. At this point, advanced technologies such as artificial intelligence are also on the rise within data-driven health tourism applications. By using artificial intelligence (AI), smart software systems help in e.g., detecting potential health tourists, enhancing data analytics and ensuring automated decision support can be built accordingly (Bathla ve ark., 2024). However, developing AI-based systems generally require applicable data to train AI algorithms. This becomes a challenging issue in problem cases with lack of quality data, limited data access or data privacy. However, some solutions can still be designed through synthetic data creation mechanisms.

The aim of this study is to develop an AI supported approach that enables synthetic tourist profiling with limited data in cases where access to health tourist data is difficult or limited and provides decision support based on the profiles created. In this context, the developed approach can initially create synthetic health tourist profiles by using few-shot learning of AI technology. These synthetic profiles can then be analyzed through Large Language Models (LLM) for getting feedback about recommendation score of each profile, opportunities, risks, and any user-required decision support. The established hybrid flow utilizes an autoencoder-based machine learning process for few-shot learning, and the resulting synthetic profiles are evaluated using natural language-compatible feedback via an LLM-based model. The system was also supported by additional components such as Principal Component Analysis (PCA) and kMeans to enrich the outcomes for the user side. The developed approach is available on a platform for use by specifically health tourism agencies, policymakers, and researchers.

2. MATERIAL AND METHOD

The methodology in the study included combination of several steps from initial health tourist parameter definition and to further AI / data-driven analysis. Figure 1 represents a scheme explaining the whole flow for synthetic health tourist profiling and decision support.

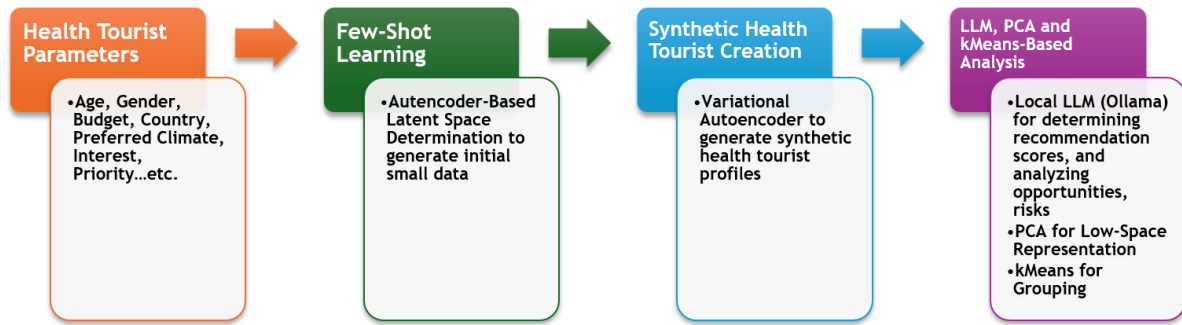


Figure 1. General flow for the synthetic health tourist profiling methodology.

A typical health tourist to be generated by the system included parameters of age, gender, budget range, country, treatment type (ten widely applied treatment types in health tourism), preferred climate in target country (hot, warm, moderate, cold), travel companion (alone, with friend, with family), tourism interest (low, moderate, high), health priority (treatment, wellness, both), and previous tourism experience (none, national, international). Figure 2 show main platform interface after generation of some synthetic profiles.

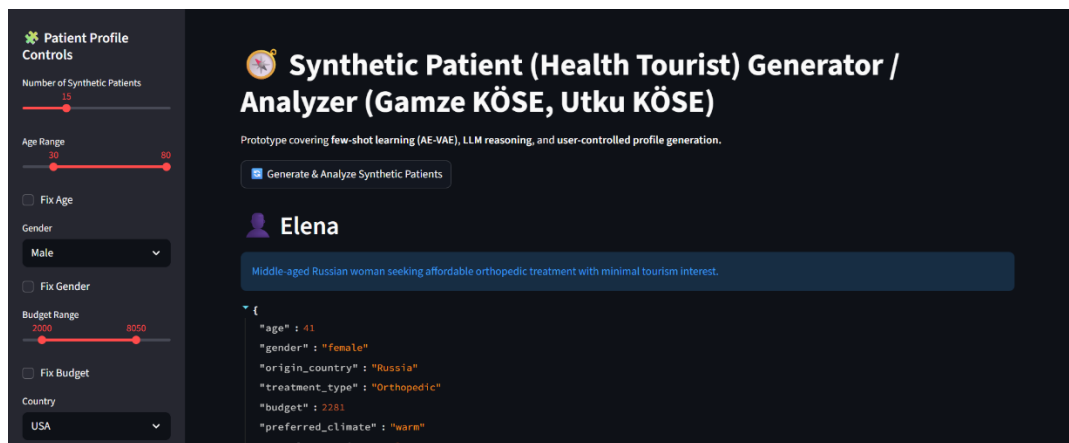


Figure 2. A view from the developed synthetic profiling platform.

In the developed platform, initial parameters defined by user were read by an autoencoder (AE) model, which can create latent space representations through a few-shot learning mechanism (Zhai ve ark., 2018). Autoencoder in this study used only encoding and generates 8D latent representations with tanh normalization applied. The obtained representations (small data) were

then used by a variational autoencoder (VAE), which can generate synthetic data (health tourist profiles) (Ren, 2022). The variational autoencoder model in the study employed an encoder, which transforms 7D input data through a 16-neuron ReLU-based hidden layer, and this latent representation was transformed into mean and log variance values by two separate linear output layers. Here, a 4D representation in the latent space was obtained by considering these two parameters, and sampling is done via re-parametrization. On the decoder side, the 4D latent vector was passed again through a 16-neuron ReLU-based layer and then transformed back to the original 7D feature space with Sigmoid activation. The model was trained with an unsupervised generative learning considering a total loss function including Reconstruction Loss (Mean Square Error) and Kullback-Leibler Divergence. For training, Adam optimizer was used with learning rate of 0.001 and through a total of 100 epochs.

After the generation steps, the obtained profiles are considered as health tourist personas by a LLM, which is fed with a user-defined prompt to evaluate each persona's parameters. Here, Mistral is used locally over Ollama. Mistral is a small, 7.3 billion-parameter multi-lingual transformer model with 32,000 tokens (~24,000 words or ~50 pages of text) processing capability (Thakkar ve Manimaran, 2023). In the flow, Mistral determines recommendation scores for each persona and analyzes risk as well as opportunities. After Mistral's feedback for each persona, PCA (Greenacre ve ark., 2022) is applied to analyze similarity of personas in a 2D mapping and kMeans clustering algorithm (Ahmed ve ark., 2020) is used to group the mapped personas in groups. The determined groups are then used again by Mistral to generate feedback according to characteristics of grouped synthetic health tourist profiles / personas. Users can see system feedback over radar and bar graphics, tables, and 2D similarity planes.

3. FINDINGS

The developed platform was evaluated under different profiling parameters and number of synthetic health tourists. The findings showed that the AI and data-driven mechanisms generate realistic health tourists effectively and give automated recommendations to the user side. It is notable that each synthetic profile is associated with a name and persona, and all descriptions and analyses are done by considering differences in terms of e.g., home country, gender, age, used currency (for budget). Figure 2 and Figure 3 provide some screenshots from the platform interface.

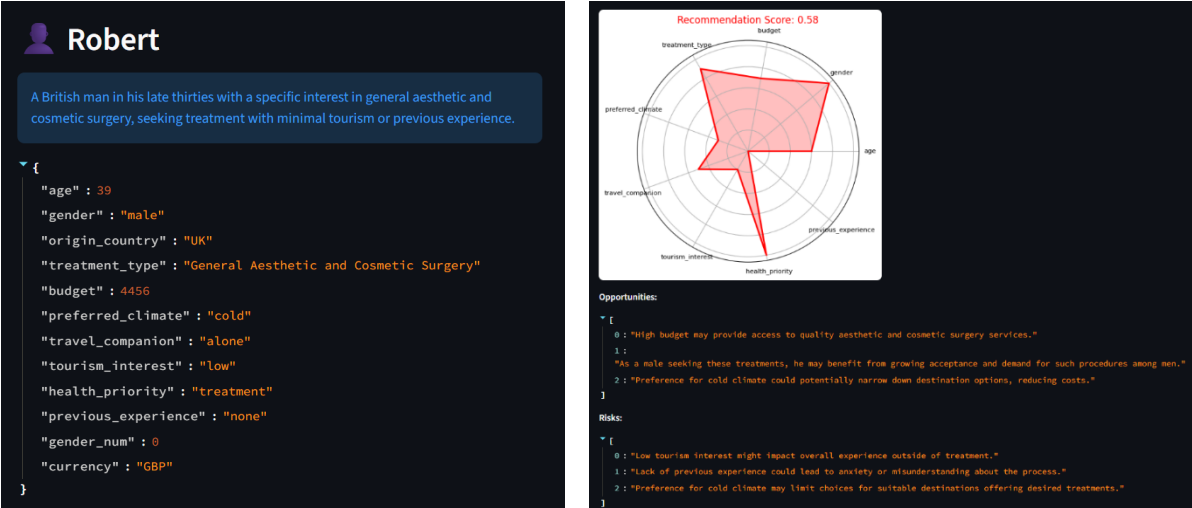


Figure 2. Views from a generated health tourist (Robert): Description and parameters of the profile (left) and recommendation scores with risks and opportunities for the same profile.

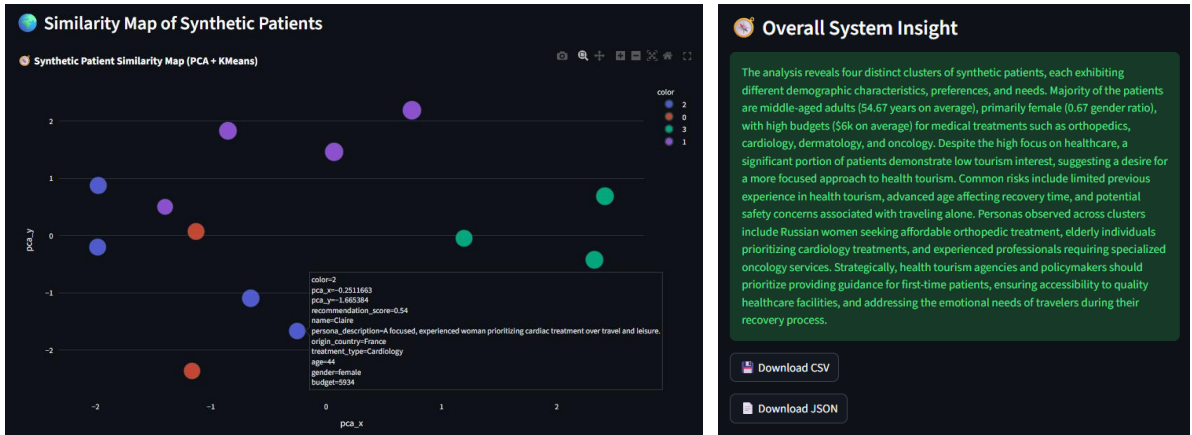


Figure 2. Views from similarity mapping for a total of 15 synthetic profiles (left) and overall feedback / recommendations for the obtained groups of profiles (right).

4. DISCUSSION

The findings reveal that the developed synthetic profiling is effective in generating realistic profiles. In detail, LLM-based recommendation scores and specific feedback on each profile are useful for not only service providers (e.g., agencies) but also policymakers, and researchers to understand changing characteristics of health tourists and how they can affect risks and opportunities in plans. Furthermore, the developed AI / data-driven mechanisms also derive overall recommendations by analyzing similarities among the generated health tourist profiles. The platform can be used as a simulation-oriented tool to analyze all cases and design business and marketing strategies, optimize resources and perform predictive analyses without waiting for many numbers of real visits, which require more effort and time for clear insights.

5. CONCLUSION AND FUTURE WORK

This study shows how AI can be used to ensure an automated decision support platform in which synthetic health tourists (patients) can be generated and analyzed to derive predictive outcomes. According to the findings, the platform successfully generates synthetic health tourist profiles (personas) and gives recommendations about profile-wise risks-opportunities, and also overall insights regarding the detected groups of the profiles. The platform can be used by agencies, policymakers, and researchers for predictive and comparative analyses.

The authors also have future work plan to improve capabilities of the platform. This includes more flexibility in defining profile parameters, adjusting used AI models, and allowing users to expand LLM-based decision support mechanisms. Future work will also cover alternative applications and analyses to derive more findings from the developed platform.

REFERENCES

- Ahmed, M., Seraj, R., & Islam, S. M. S. (2020). The k-means algorithm: A comprehensive survey and performance evaluation. *Electronics*, 9(8), 1295.
- Bathla, G., Raina, A., & Rana, V. S. (2024). Artificial intelligence-driven enhancements in medical tourism: Opportunities, challenges, and future prospects. *Impact of AI and Robotics on the Medical Tourism Industry*, 139-162.
- Greenacre, M., Groenen, P. J., Hastie, T., d'Enza, A. I., Markos, A., & Tuzhilina, E. (2022). Principal component analysis. *Nature Reviews Methods Primers*, 2(1), 100.
- Kose, G., & Colakoglu, O. E. (2023). Health tourism with data mining: Present state and future potentials. *International Journal of Information Communication Technology and Digital Convergence*, 8(1), 23-33.
- Ren, Z. (2022). The advance of generative model and variational autoencoder. In *2022 IEEE Conf. on Telecommunications, Optics and Computer Science (TOCS)* (pp. 268-271). IEEE.
- Shafik, W. (2024). Artificial intelligence and the medical tourism. In *Examining Tourist Behaviors and Community Involvement in Destination Rejuvenation* (pp. 207-233). IGI Global.
- Smith, M. K., & Puczkó, L. (Eds.). (2016). *The Routledge Handbook of Health Tourism*. Taylor & Francis.
- Thakkar, H., & Manimaran, A. (2023). Comprehensive examination of instruction-based language models: A comparative analysis of mistral-7b and llama-2-7b. In *2023 International Conference on Emerging Research in Computational Science (ICERCS)* (pp. 1-6). IEEE.
- Zhai, J., Zhang, S., Chen, J., & He, Q. (2018). Autoencoder and its various variants. In *2018 IEEE International Conference on Systems, Man, and Cybernetics (SMC)* (pp. 415-419). IEEE.

PRENATAL VE POSTNATAL YOGA YAKLAŞIMLARININ ANNE-BEBEK İYİLİK HALİ ÜZERİNDEKİ ROLÜ

Birgül VURAL

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği, Tokat, Türkiye, ORCID: 0000-0002-7493-6149, bvural1973@gmail.com

Öznur ÇETİN

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Dr. Öğr. Üyesi, ORCID: 0000-0001-8173-9859, oznur.cetin@gop.edu.tr

ÖZET

Gebelik ve doğum sonu dönem, kadınların yoğun fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimler yaşadığı kritik süreçler olup, bu süreçlerdeki stres ve kaygı anne-bebek iyilik halini doğrudan etkileyebilmektedir. Prematüre doğumların artışı, yenidoğan yoğun bakım süreci ve buna bağlı psikososyal yük, annelerde depresyon, kaygı ve bağlanma güçlüğü riskini artırmaktadır. Bu bağlamda prenatal, postnatal ve anne-bebek yoga uygulamaları, anne ve bebek sağlığını destekleyen bütüncül tamamlayıcı yaklaşımlar olarak önem kazanmaktadır.

Prenatal yoga; asanalar, nefes çalışmaları ve meditasyonu içeren zihin-beden temelli bir uygulama olup, gebelikte kaygıyı azaltmakta, doğum korkusunu hafifletmekte, kas-iskelet sistemi üzerindeki yükü azaltarak fiziksel iyilik halini artırmaktadır. Yoga uygulamalarının HPA eksenini düzenleyerek kortizol düzeylerini azalttığı, parasempatik aktiviteyi artırdığı ve uteroplental kan akımını desteklediği bildirilmektedir. Literatür, prenatal yoganın anksiyete, stres, ağrı ve uyku sorunlarında anlamlı iyileşme sağladığını göstermektedir. Doğum sonrası dönemde yoga, annenin fiziksel toparlanmasına katkı sunmakta, pelvik taban ve core kaslarını güçlendirmekte, uyku kalitesini artırmakta ve doğum sonrası depresyon belirtilerini azaltmaktadır. Özellikle prematüre bebek anneleri için travma sonrası stres belirtilerini hafifletmede yararlı olduğu belirtilmektedir. Anne-bebek yogası, anne ile bebek arasında karşılıklı hareket, dokunma ve nefes temelli etkileşimi içeren bütüncül bir yaklaşımdır. Çalışmalar, bu uygulamanın bebeklerde motor gelişimi, sakinleşmeyi ve uyku düzenini desteklediğini; annelerde ise kaygıyı azalttığını, öz yeterliliği ve bağlanmayı güçlendirdiğini

göstermektedir. Özellikle prematüre bebek annelerinde temas temelli uygulamaların güvenli bağlanmayı desteklemesi klinik açıdan önem taşımaktadır.

Bu derleme, prenatal ve postnatal yoga yaklaşımlarının anne-bebek iyilik hali üzerinde çok yönlü olumlu etkileri olduğunu, özellikle psikososyal olarak kırılgan gruplar için koruyucu bir tamamlayıcı yöntem olarak değerlendirilebileceğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Prenatal Yoga, Postnatal Yoga, Anne-Bebek Yogası, Bağlanma, Psikolojik İyilik Hali

THE ROLE OF PRENATAL AND POSTNATAL YOGA APPROACHES ON MATERNAL–INFANT WELL-BEING

Birgül VURAL

Tokat Gaziosmanpaşa University, Faculty of Health Sciences, Paediatric Nursing, Tokat,
Turkey, 0000-0002-7493-6149, bvural1973@gmail.com

Öznur ÇETİN

Tokat Gaziosmanpaşa University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing,
Women's Health and Nursing Department, Dr. Lecturer, ORCID: 0000-0001-8173-9859,
oznur.cetin@gop.edu.tr

ABSTRACT

Pregnancy and the postpartum period are critical stages during which women experience intense physiological, psychological, and social changes; the stress and anxiety encountered in these processes can directly affect maternal–infant well-being. The increase in preterm births, neonatal intensive care processes, and the associated psychosocial burden elevate the risk of depression, anxiety, and bonding difficulties in mothers. In this context, prenatal, postnatal, and mother–infant yoga practices have gained importance as holistic complementary approaches that support maternal and infant health.

Prenatal yoga, a mind–body practice involving asanas, breathing exercises, and meditation, reduces anxiety during pregnancy, alleviates fear of childbirth, and enhances physical well-

being by relieving the load on the musculoskeletal system. Yoga practices have been reported to regulate the HPA axis, decrease cortisol levels, increase parasympathetic activity, and support uteroplacental blood flow. The literature indicates that prenatal yoga provides significant improvement in anxiety, stress, pain, and sleep problems. In the postpartum period, yoga contributes to physical recovery, strengthens the pelvic floor and core muscles, improves sleep quality, and reduces symptoms of postpartum depression. It has been noted to be particularly beneficial in alleviating post-traumatic stress symptoms among mothers of preterm infants. Mother–infant yoga is a holistic approach that incorporates reciprocal movement, touch, and breath-based interaction between mother and baby. Studies show that this practice supports motor development, calming, and sleep regulation in infants, while reducing anxiety and enhancing self-efficacy and bonding in mothers. For mothers of preterm infants, touch-based practices are clinically important due to their role in promoting secure attachment.

This review demonstrates that prenatal and postnatal yoga approaches have multifaceted positive effects on maternal–infant well-being and may be considered a protective complementary method, especially for psychosocially vulnerable groups.

Keywords: Prenatal Yoga, Postnatal Yoga, Mother–Infant Yoga, Bonding, Psychological Well-Being

GİRİŞ

Prenatal ve postnatal yoga; duruşlar (asana), nefes egzersizleri (pranayama) ve meditasyonun bütüncül şekilde kullanıldığı, kökeni Hindistan’a dayanan bir zihin–beden uygulamasıdır (Alkan & Özçoban, 2017; Bhavanani & Slovik, 2016). Yoga, gebelik döneminde fizyolojik sistemleri düzenleyen, psikolojik iyilik halini güçlendiren ve doğum sürecine adaptasyonu sağlayan etkili bir tamamlayıcı yaklaşım olarak giderek daha fazla kullanılmaktadır (Corrigan et al., 2022). Biyo-psiko-sosyal modeli temel alan hemşirelik disiplini ile yoganın bütüncül bakış açısı arasında önemli bir uyum olması, yogayı gebelerin bakımında kullanılabilir bir yöntem haline getirmektedir (ACOG, 2020).

Fizyolojik Etkiler

ACOG (2020) gebelikte düzenli fiziksel aktivitenin kardiyovasküler dayanıklılığı artırdığını, kas-iskelet sistemi sağlığını desteklediğini ve gebelik komplikasyonlarını azalttığını belirtmektedir. Yoga, düşük yoğunluklu fakat bütüncül bir egzersiz biçimi olarak fizyolojik

sistemler üzerinde benzer fakat daha geniş kapsamlı düzenleyici etkiler oluşturur (Babbar & Shyken, 2016; Alkan & Özçoban, 2017).

Gebelik döneminde uygulanan yoganın en temel etkisi, yavaş ve derin nefes ile parasempatik sinir sisteminin aktive edilmesidir (Babbar & Shyken, 2016). Parasempatik aktivitenin artması kalp hızı, kan basıncı ve oksijen tüketiminde azalma sağlayarak gebelikteki kardiyovasküler yüklenmenin dengelenmesine yardımcı olur (Jerath et al., 2006). Pranayama uygulamaları nöroplastisiteyi artırarak motor kontrol, beden farkındalığı ve kas koordinasyonunu destekler (Babbar & Shyken, 2016). Çalışmalar, prenatal yoga yapan gebelerde ödem, varis, uyku bozukluğu, postpartum kanama ve sezaryen oranlarının daha düşük olduğunu göstermektedir (Andargie et al., 2025; Elsamra, 2018). Kortizol düzeylerindeki düşüş, bağışıklık sistemindeki iyileşme ve bebek doğum ağırlığında artış da yoganın fizyolojik faydaları arasında yer almaktadır (Chen et al., 2017; Lin et al., 2022). Gebelerde sık görülen bel ve pelvik ağrıların yogayla belirgin şekilde azaldığı bildirilmiştir (Corrigan et al., 2022).

Yekefallah ve ark. (2021) tarafından yapılan yarı-deneysel çalışmada, prenatal yoga yapan gebelerde doğum süresinin anlamlı derecede kısaldığı, doğumun birinci ve ikinci evrelerinin daha kısa sürdüğü ve yenidoğan sonuçlarının (Apgar skorları, doğum ağırlığı) daha iyi olduğu bulunmuştur. Benzer biçimde, Endonezya’da yapılan bir çalışmada prenatal yoga uygulayan annelerde doğumun fizyolojik seyrinin daha stabil olduğu, postpartum kan kaybının daha düşük gerçekleştiği saptanmıştır (Rohaya et al., 2025).

Psikolojik Etkiler

Yoga, zihin–beden bütünlüğünü hedefleyen bir uygulama olduğundan, gebelikte sık görülen stres, anksiyete ve duygu durum dalgalanmalarını azaltma konusunda etkili bir araç olarak görülmektedir (Field et al., 2013; Davis et al., 2015). Literatür, yoga temelli müdahalelerin psikolojik iyilik halinde anlamlı iyileşmeler sağladığını göstermektedir (Alkan & Özçoban, 2017; Lin et al., 2022).

Gebelik her ne kadar olumlu duygular barındırsa da hormonal değişiklikler ve sosyal stres faktörleri nedeniyle anksiyete, stres ve depresyon sık görülen durumlardır (Babbar & Shyken, 2016). Birçok randomize kontrollü çalışmada, yoga yapan gebelerde depresyon ve anksiyete puanlarının azaldığı, duygu durumunun ve genel iyilik halinin anlamlı biçimde arttığı gösterilmiştir (Field et al., 2013; Davis et al., 2015; Satyapriya et al., 2013; Lin et al., 2022). Yoga, ruh halini düzenlemekle kalmaz, sosyal bağlanmayı ve beden farkındalığını artırarak annelik rolüne geçiş sürecini kolaylaştırır (Munns et al., 2024). Ayrıca, Rong ve ark. (2020)

tarafından yapılan meta-analizde prenatal yoga uygulamalarının gebelik anksiyetesi ve stres düzeylerini anlamlı biçimde azalttığı, uyku kalitesini artırdığı ve yaşam doyumunu yükselttiği rapor edilmiştir.

Riskli Gebeliklerde Yoga

ACOG (2020), uygun şekilde modifiye edilmiş egzersizlerin riskli gebeliklerde dahi kontrollü biçimde uygulanabileceğini belirtmektedir. Yoga, düşük etkili yapısı sayesinde riskli gebeliklerde güvenli bir seçenek olarak değerlendirilmekte ve fizyolojik stres yanıtlarını azaltarak komplikasyon risklerini hafifletme potansiyeli göstermektedir (Babbar & Shyken, 2016; Corrigan et al., 2022).

Riskli gebeliklerde yapılan araştırmalar, yoganın bu grupta da güvenli ve etkili olduğunu göstermektedir (Corrigan et al., 2022). Rakhshani ve ark. (2012), yoga yapan yüksek riskli gebelerde gebelik hipertansiyonu, preeklampsi ve intrauterin gelişim geriliği gibi komplikasyonların daha az görüldüğünü ortaya koymuştur. Benzer şekilde, uteroplasental dolaşım üzerine yapılan değerlendirmelerde yoga grubunda fetal büyüme parametrelerinin daha iyi olduğu ve uterin arter direnç indeksinin daha düşük olduğu saptanmıştır (Rakhshani et al., 2015). Gestasyonel diyabeti olan gebelerde yoga ve kontrollü yeme uygulamasının kan glukoz düzeylerini düşürdüğü bildirilmektedir (Youngwanichsetha et al., 2014).

Doğum Sürecine Etkileri

Prenatal yoga, pelvik mobilitayı artırması, nefes kontrolünü geliştirmesi ve sinir sistemini dengelemesi nedeniyle doğum sürecinin fizyolojik ilerleyişine katkı sağlar (Babbar & Shyken, 2016; Elsamra, 2018). Birçok çalışma, yoganın doğum süresini kısalttığını ve doğum deneyimini iyileştirdiğini rapor etmektedir.

Yoga; pelvik ve abdominal kasları güçlendirerek, nefes kontrolünü artırarak ve zihinsel dayanıklılığı geliştirerek doğumu daha yönetilebilir hale getirir (Babbar & Shyken, 2016). Randomize çalışmalarda yoga yapan gebelerde doğum ağrısının daha az olduğu, doğumun ilk evresinin daha kısa sürdüğü ve normal doğum oranlarının arttığı gösterilmiştir (Jahdi et al., 2017; Bolanthakodi et al., 2018). Rong ve ark. (2020) tarafından yürütülen meta-analizde prenatal yoga uygulamalarının doğum süresini kısalttığı, vajinal doğum oranlarını artırdığı ve erken doğum riskini azalttığı saptanmıştır.

Postpartum Dönemde Yoga ve Emzirme

Doğum sonrası dönem, fiziksel toparlanma ve psikolojik uyum gerektiren hassas bir süreçtir. Yoga, postpartum dönemde hem ruhsal hem fizyolojik iyileşmeyi destekleyen bütüncül bir yaklaşım olarak önerilmektedir (ACOG, 2020; Buttner et al., 2015).

Doğum sonrası dönemde uygulanan yoga programlarının depresyon belirtilerini azalttığı ve annenin ruhsal iyilik halini güçlendirdiği birçok çalışmada gösterilmiştir (Buttner et al., 2015; Munns et al., 2024). Ayrıca yoga, doğum sonrası anne konforunu artırmakta, bedensel toparlanmayı desteklemekte ve anne–bebek etkileşimini güçlendirmektedir (Bolanthakodi et al., 2018). Koyuncu ve ark. (2022) tarafından yürütülen çalışmada, postpartum yoga uygulamasının emzirme öz-yeterliğini anlamlı düzeyde artırdığı ve anne–bebek bağlanmasını güçlendirdiği gösterilmiştir. Benzer şekilde Yekefallah ve ark. (2021), prenatal yoganın prenatal bağlanmayı güçlendirdiğini ve emzirme öz-yeterliğini artırdığını bildirmiştir.

Yenidoğan İyilik Hali Üzerindeki Rolü

Anne sağlığı ile fetal gelişim arasındaki fizyolojik bağ göz önüne alındığında, prenatal yoganın hem intrauterin gelişim hem de yenidoğan sonuçları üzerinde olumlu etkiler oluşturabileceği literatürde geniş biçimde desteklenmektedir (O'Donnell et al., 2009; Chen et al., 2017; Corrigan et al., 2022).

Prenatal yoga, annenin fiziksel ve ruhsal sağlığını iyileştirerek bebeğin intrauterin gelişimini, doğum sonuçlarını ve postnatal dönemdeki iyilik halini olumlu yönde etkiler (Corrigan et al., 2022). Anne–fetüs arasındaki fizyolojik bağ nedeniyle annenin duygusal düzenlenmesi doğrudan bebeğe yansımaktadır (O'Donnell et al., 2009). Yekefallah ve ark. (2021), prenatal yoga yapan gebelerin bebeklerinde doğum ağırlığı ve Apgar skorlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Rohaya ve ark. (2025), prenatal yoganın uteroplasental dolaşımı destekleyerek fetüsün oksijenlenmesini iyileştirdiğini rapor etmiştir. Yoga, annenin kortizol seviyesini düşürerek fetal stres yükünü azaltmakta, bu da daha stabil fetal kalp atım paternleriyle ilişkilendirilmektedir (Babbar & Shyken, 2016; Chen et al., 2017). Son olarak, postpartum dönemde yoga yapan annelerde daha iyi ruhsal iyilik hali sayesinde anne–bebek etkileşimi, bağlanma, emzirme düzeni ve bakım davranışları güçlenmektedir (Koyuncu et al., 2022; Buttner et al., 2015).

SONUÇ

Prenatal ve postnatal yoga; gebeliğin fizyolojik, psikolojik ve emosyonel yükünü hafifleten, doğum sürecini kolaylaştıran ve doğum sonrası dönemde anne–bebek iyilik halini bütüncül olarak güçlendiren bilimsel olarak kanıtlanmış etkili bir tamamlayıcı müdahaledir (Babbar & Shyken, 2016; Corrigan et al., 2022; Rong et al., 2020; Yekefallah et al., 2021; Koyuncu et al., 2022). Sağlık profesyonellerinin (özellikle hemşirelerin) yoga uygulamalarını danışmanlık süreçlerinde kullanması, gebelik bakımında yaşam kalitesini artıran önemli bir katkı sağlayacaktır (ACOG, 2020).

KAYNAKÇA

ACOG. (2020). *Physical activity and exercise during pregnancy and the postpartum period* (Committee Opinion No. 804). American College of Obstetricians and Gynecologists.

Alkan, H., & Özçoban, R. (2017). Gebelikte yoga uygulamalarının fizyolojik ve psikolojik etkileri. *Kadın Sağlığı Dergisi*, 3(2), 45–52.

Andargie, A., et al. (2025). *Effect of physical exercise and yoga on obstetric outcomes: A meta-analysis*. *Journal of Maternal Health Research*, 14(2), 88–96.

Babbar, S., & Shyken, J. M. (2016). Yoga in pregnancy. *Clinical Obstetrics and Gynecology*, 59(3), 600–612.

Bhavanani, A. B., & Slovik, S. (2016). *Yoga therapy: Principles and practice*. Chennai: Divyananda Publications.

Bolanthakodi, C., et al. (2018). Effectiveness of antenatal yoga on labor pain and duration. *Nursing and Midwifery Journal*, 17(1), 22–30.

Buttner, M. M., Brock, R. L., O'Hara, M. W., & Stuart, S. (2015). Efficacy of yoga for postpartum depression. *Archives of Women's Mental Health*, 18(3), 289–294.

Chen, P. J., et al. (2017). Effects of prenatal yoga on stress and birth outcomes. *Complementary Therapies in Medicine*, 31, 7–12.

Corrigan, L., et al. (2022). Prenatal yoga and its benefits: An integrative review. *Women and Birth*, 35(1), 16–25.

Davis, K., Goodman, S., Leiferman, J., Taylor, M., & Dimidjian, S. (2015). A randomized controlled trial of yoga for pregnant women. *Psychological Health*, 30(9), 1043–1058.

- Elsamra, S. (2018). *Yoga for pregnancy and childbirth: A systematic review. BMC Pregnancy and Childbirth*, 18(1), 327.
- Field, T., Diego, M., & Hernandez-Reif, M. (2013). Yoga and massage therapy reduce prenatal depression and anxiety. *Depression and Anxiety*, 30(8), 890–898.
- Jahdi, F., et al. (2017). The effect of yoga on labor outcomes. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 22(1), 82–87.
- Jerath, R., Edry, J. W., Barnes, V. A., & Jerath, V. (2006). Physiology of long pranayamic breathing. *Medical Hypotheses*, 67(3), 566–571.
- Koyuncu, S. B., et al. (2022). The effect of postpartum yoga on breastfeeding self-efficacy and maternal attachment. *Journal of Perinatal Education*, 31(2), 85–93. <https://doi.org/10.1177/10664807251360783>
- Lin, Y., et al. (2022). Prenatal yoga and maternal well-being: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 49, 101657.
- Munns, C. H., et al. (2024). Yoga interventions and maternal–infant health: An updated review. *Maternal and Child Health Journal*, 28(1), 52–61.
- O'Donnell, K., et al. (2009). Maternal stress and fetal development. *Developmental Psychobiology*, 51(7), 570–587.
- Rakhshani, A., et al. (2012). Effects of yoga on pregnancy-induced hypertension. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 18(3), 242–248.
- Rakhshani, A., et al. (2015). Effect of integrated yoga on uteroplacental circulation and fetal outcomes. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 41(10), 1621–1628.
- Rohaya, R., Murdiningsih, M., Franciska, Y., Hindun, S., & Ocktariyana, O. (2025). The effect of prenatal yoga on maintaining the childbirth process in a physiological state. *Nursing and Midwifery Journal (NMJ)*, 13(1), 45–56. https://nmj.goums.ac.ir/browse.php?a_id=1773&sid=1&slc_lang=en
- Rong, L., et al. (2020). Effectiveness of prenatal yoga on delivery outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 6(6), e04352. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04352>
- Satyapriya, M., et al. (2013). Effect of integrated yoga on anxiety and depression during pregnancy. *Depression and Anxiety*, 30(10), 890–897.

Yekefallah, L., et al. (2021). The effect of pregnancy yoga on breastfeeding self-efficacy and prenatal attachment: A semi-experimental study. *Journal of Education and Health Promotion*, 10, 238. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8091762/>

Youngwanichsetha, S., Phumdoung, S., & Ingkathawornwong, T. (2014). The effects of yoga on glycemic control and psychosocial outcomes in women with gestational diabetes. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 20(4), 310–316.

TURİZM PSİKOLOJİSİ: SEYAHAT DENEYİMLERİNİN BİREYLERİN DUYGUSAL, BİLİŞSEL VE SOSYAL İYİ OLUŞUNA KATKILARI – SİSTEMATİK BİR DERLEME

Nuh KAVALCIOĞLU

Kastamonu Üniversitesi Turizm İşletmeciliği Yüksek Lisans (mezun) ORCID: 0000-0001-7344-6132 , nuhkavalcioğlu@gmail.com

Sumeja Hodzic KAVALCIOĞLU

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Psikoloji Doktora (Öğrenci)
ORCID: 0000-0002-0017-1147, sumejahk@gmamail.com

ÖZET

Bu çalışma, seyahat deneyimlerinin bireylerin duygusal, bilişsel ve sosyal iyi oluşuna olan katkılarını güncel literatürü sistematik olarak analiz ederek kapsamlı bir şekilde değerlendirmektedir. Turizm ve psikoloji alanındaki araştırmalar, seyahat etmenin bireylerin psikolojik refahını artırmada önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Çalışmada, seyahat deneyimlerinin duygusal denge, zihinsel esneklik ve toplumsal uyum üzerindeki etkileri pozitif psikoloji, motivasyon kuramları ve davranışsal yaklaşım gibi farklı teorik çerçeveler altında incelenmiştir. Literatür taraması sonucunda, seyahat deneyimlerinin bireylerde mutluluk hissi yaratmasının yanı sıra stresi azalttığı, yaratıcılığı teşvik ettiği ve kültürlerarası ilişkileri güçlendirdiği birçok bilimsel çalışma tarafından desteklenmektedir. Ayrıca, yerel halk ile turistler arasındaki etkileşimlerin sosyal bağları pekiştirdiği ve kültürel alışverişi artırdığı farklı coğrafi bölgelerde yapılan araştırmalardan elde edilen verilerle doğrulanmıştır.

Çalışmada, seyahat deneyimlerinin bireylerin psikolojik iyi oluşuna olan etkileri sistematik bir derleme yöntemiyle ele alınmıştır. Bu bağlamda, turizm sektörünün bireylerin yaşam kalitesini artırmadaki rolü psikolojik, sosyal ve kültürel boyutlarıyla analiz edilmiştir. Seyahat deneyimlerinin, bireylerin duygusal esenliğini artırması, zihinsel yeteneklerini geliştirmesi ve sosyal ilişkilerini güçlendirmesi literatürdeki bulgular ışığında ayrıntılı olarak tartışılmıştır. Çalışmanın sonunda, turizm sektörünün psikolojik faydalarını en üst düzeye çıkarmak için politika yapıcılar, turizm işletmeleri ve psikologlar için stratejik öneriler geliştirilmiştir. Bu

öneriler, turizm deneyimlerinin bireylerin psikolojik refahına olan katkılarını artırmayı hedeflemektedir.

Anahtar Kelimeler: Turizm Psikolojisi, Psikolojik Refah, Zihinsel Esneklik, Sosyal Uyum, Seyahat Deneyimi

TURISM PSYCHOLOGY: THE EFFECTS OF TRAVEL EXPERIENCES ON INDIVIDUALS' EMOTIONAL, COGNITIVE, AND SOCIAL WELL-BEING – A SYSTEMATIC REVIEW

Nuh KAVALCIOĞLU

Kastamonu University, Master's Degree in Tourism Management (Graduate)

ORCID: 0000-0001-7344-6132

Email: nuhkavalcioğlu@gmail.com

Sumeja Hodzic KAVALCIOĞLU

Bolu Abant İzzet Baysal University, PhD Student in Psychology

ORCID: 0000-0002-0017-1147

Email: sumejahk@gmail.com

ABSTRACT

This study comprehensively assesses the contributions of travel experiences to individuals' emotional, cognitive, and social well-being through a systematic analysis of the current literature. Research in the fields of tourism and psychology demonstrates that traveling plays a significant role in enhancing individuals' psychological well-being. The study examines the effects of travel experiences on emotional balance, mental flexibility, and social integration within various theoretical frameworks, including positive psychology, motivation theories, and behavioral approaches. The literature review reveals that travel experiences not only create a sense of happiness in individuals but also reduce stress, foster creativity, and strengthen intercultural relationships. These findings are supported by data from studies conducted in different geographical regions, confirming that interactions between local people and tourists reinforce social bonds and promote cultural exchange.

In this study, the effects of travel experiences on individuals' psychological well-being are addressed using a systematic review method. In this context, the role of the tourism sector in improving individuals' quality of life is analyzed in its psychological, social, and cultural dimensions. The findings from the literature are discussed in detail, focusing on how travel experiences enhance emotional well-being, develop cognitive skills, and strengthen social relationships. At the conclusion of the study, strategic recommendations are developed for policymakers, tourism businesses, and psychologists to maximize the psychological benefits of tourism. These recommendations aim to enhance the contributions of travel experiences to individuals' psychological well-being.

Keywords: Tourism Psychology, Psychological Well-Being, Mental Flexibility, Social Cohesion, Travel Experience

1. GİRİŞ

Modern yaşamın getirdiği stres, rutin ve sosyal izolasyon, bireylerin psikolojik iyi oluşunu olumsuz etkilemektedir. Bu bağlamda, turizm ve seyahat deneyimleri, duygusal dengeyi sağlamak, zihinsel esnekliği artırmak ve sosyal ilişkileri güçlendirmek açısından kritik bir rol oynamaktadır. Turizm, sadece ekonomik bir sektör olmanın ötesinde, yaşam kalitesini artıran ve psikolojik refahı destekleyen bir araç olarak öne çıkmaktadır. Araştırmalar, seyahat etmenin mutluluk, stres azalması, yaratıcılık ve kültürel etkileşim gibi birçok fayda sağladığını göstermektedir (Nawijn, 2010; Filep & Pearce, 2013).

Seyahat deneyimleri, bireylerin günlük yaşamın sıkıntılarından uzaklaşarak yeni kültürler, doğal güzellikler ve insanlarla etkileşimde bulunmalarını sağlar. Doğa ile iç içe geçirilen zamanın stres hormonu seviyelerini düşürdüğü ve olumlu duyguları artırdığı bilimsel olarak kanıtlanmıştır (Hartig et al., 2003). Ayrıca, farklı kültürlerle tanışmak, empati yeteneğini ve kültürel farkındalığı geliştirmektedir (Stodolska et al., 2017). Ancak, turizm deneyimlerinin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerini sistematik olarak inceleyen çalışmaların sınırlı olması, bu alanda kapsamlı bir derlemenin gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Bu çalışma, turizm deneyimlerinin duygusal, bilişsel ve sosyal iyi oluş üzerindeki etkilerini pozitif psikoloji, motivasyon kuramları ve davranışsal yaklaşım çerçevesinde analiz etmeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın hedefi, turizm sektörünün psikolojik refaha olan katkılarını

anlamak ve turizm işletmeleri, psikologlar ve politika yapıcılar için kanıta dayalı stratejiler sunmaktır.

2. YÖNTEM

Bu sistematik derleme, turizm deneyimlerinin bireylerin duygusal, bilişsel ve sosyal iyi oluşuna olan etkilerini bilimsel literatür çerçevesinde analiz etmek amacıyla hazırlanmıştır. Yöntem bölümünde, veri toplama süreci, dahil edilme ve dışlanma kriterleri, veri analizi ve etik hususlar ayrıntılı olarak açıklanmaktadır.

2.1.Araştırma Tasarımı

Çalışma, sistematik literatür derlemesi yöntemiyle yürütülmüştür. Sistematik derlemeler, belirli bir araştırma sorusuna yanıt bulmak için mevcut literatürün kapsamlı ve objektif bir şekilde değerlendirilmesini sağlar (Moher et al., 2009). Bu çalışmada, turizm deneyimlerinin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerini inceleyen araştırmalar taranmış ve sentezlenmiştir.

2.2.Veritaraması ve Kaynakların Seçimi

Veri taraması, Web of Science, Scopus, Google Scholar, PsycINFO ve ScienceDirect veri tabanları kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Taramada kullanılan anahtar kelimeler şunlardır: "Turizm psikolojisi" (Tourism psychology), "Seyahat deneyimi" (Travel experience), "Psikolojik iyi oluş" (Psychological well-being), "Duygusal esenlik" (Emotional well-being), "Sosyal uyum" (Social cohesion), "Zihinsel esneklik" (Mental flexibility) ve "Kültürel etkileşim" (Cultural interaction). Taramada 2010-2025 yılları arasında yayınlanan makaleler dikkate alınmıştır.

2.3.Veritarama ve Analiz Süreci

Taranan yayınlardan uygun olanlar, tematik analiz yöntemiyle incelenmiştir. Bu analiz sürecinde, duygusal iyi oluş, bilişsel gelişim ve sosyal uyum temaları altında veriler sentezlenmiştir. Tematik analiz, nitel verilerin sistematik bir şekilde organize edilmesini sağlayan bir yöntemdir (Braun & Clarke, 2006).

3. BULGULAR

Bu bölümde, turizm deneyimlerinin bireylerin duygusal, bilişsel ve sosyal iyi oluşuna olan etkilerini ortaya koyan temel bulgular, tematik analiz çerçevesinde sunulmaktadır. Literatür taraması sonucunda, seyahat deneyimlerinin psikolojik refah üzerindeki olumlu etkilerini destekleyen üç ana tema belirlenmiştir: duygusal iyi oluş, bilişsel gelişim ve sosyal uyum. Her tema, ilgili araştırmalardan elde edilen veriler ışığında ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

3.1.Duygusal İyi Oluş ve Bilişsel Gelişim

Seyahat deneyimleri, bireylerin duygusal denge ve genel mutluluk düzeyleri üzerindeki olumlu etkileriyle dikkat çekmektedir. Nawijn (2010) ve Hartig et al. (2003), tatil deneyimlerinin stres seviyesini azalttığını ve olumlu duyguları artırdığını vurgulamıştır. Özellikle doğa temelli turizm aktiviteleri, kortizol hormonu seviyelerini düşürerek psikolojik rahatlama sağlamaktadır. Gilbert ve Abdullah (2004) ile Filep ve Pearce (2013) de, seyahat sonrası dönemde bireylerin yaşam doyumu ve mutluluk algılarında belirgin bir artış olduğunu belirtmişlerdir.

Ayrıca, seyahat deneyimleri bilişsel gelişimi de desteklemektedir. Madsen ve O'Dougherty (2021) ile Pearce ve Packer (2013), farklı kültürlerle etkileşimin zihinsel esnekliği, yaratıcılığı ve problem çözme becerilerini artırdığını göstermektedir. Yeni ortamlar keşfetmek, öğrenme motivasyonunu teşvik ederken, seyahat eden bireylerin daha açık fikirli ve esnek düşünce yapısına sahip oldukları tespit edilmiştir (Chen & Petrick, 2013).

3.2.Sosyal Uyum

Turizm deneyimleri, sosyal ilişkileri güçlendirerek kültürlerarası etkileşimleri artırmaktadır. Stodolska et al. (2017) ve Pearce et al. (2015), yerel halk ile turistler arasındaki etkileşimlerin sosyal bağları pekiştirdiğini ve kültürel farkındalığı artırdığını belirtmiştir. Grup halinde yapılan seyahatler, iletişim becerilerini ve işbirliği yeteneklerini geliştirirken, gönüllü turizm ve kültürel değişim programları, bireylerin empati ve hoşgörü seviyelerini yükseltmektedir. Bu tür deneyimler, farklı bakış açıları kazanılmasına katkı sağlamaktadır.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu derleme, turizm deneyimlerinin duygusal, bilişsel ve sosyal iyi oluş üzerindeki etkilerini literatürdeki bulgularla karşılaştırmaktadır. Nawijn (2010) ve Hartig et al. (2003) tarafından vurgulandığı üzere, seyahat stresi azaltmakta ve mutluluğu artırmaktadır. Doğa temelli turizm aktiviteleri, kortizol seviyelerini düşürerek psikolojik rahatlama sağlarken, farklı kültürlerle etkileşim zihinsel esnekliği ve empati yeteneğini geliştirmektedir (Gilbert & Abdullah, 2004; Madsen & O'Dougherty, 2021).

Bulgular, pozitif psikoloji ve motivasyon kuramları ile uyumlu olup, turizm deneyimlerinin problem çözme becerilerini ve adaptasyon yeteneklerini güçlendirdiğini göstermektedir. Özellikle gönüllü turizm ve kültürel değişim programları, sosyal uyumu artırmada etkili olmaktadır (Stodolska et al., 2017).

Ancak, bu etkilerin bireysel farklılıklara (yaş, cinsiyet, kültürel geçmiş) ve seyahat türüne göre değişebileceği unutulmamalıdır. Bu bağlamda, turizm sektörü ve psikologlar için psikolojik faydaları en üst düzeye çıkaran stratejiler geliştirilmesi önerilmektedir.

Bu derleme, turizm deneyimlerinin duygusal rahatlama, bilişsel gelişim ve sosyal uyum üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymaktadır. Seyahat, stresi azaltır, yaratıcılığı teşvik eder ve sosyal ilişkileri güçlendirir. Turizm sektörü, bu bulgulardan yararlanarak psikolojik faydaları ön planda tutan deneyimler tasarlayabilir. Gelecekteki araştırmalar, farklı demografik gruplar ve uzun vadeli etkiler üzerine odaklanmalıdır.

KAYNAKÇA

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Chen, C. C., & Petrick, J. F. (2013). Health and wellness benefits of travel experiences: A literature review. *Journal of Travel Research*, 52(6), 709-719. <https://doi.org/10.1177/0047287513483680>

Filep, S., & Pearce, P. L. (2013). *Tourist experience: Contemporary perspectives*. Routledge.

Filep, S., & Pearce, P. L. (2014). *Mood and travel: Tourism and emotional well-being*. Springer.

Gilbert, D., & Abdullah, J. (2004). Happiness studies and tourism research. *Annals of Tourism Research*, 31(2), 422-447. <https://doi.org/10.1016/j.annals.2003.12.002>

Hartig, T., Evans, G. W., Jamner, L. D., Davis, D. S., & Gärling, T. (2003). Tracking restoration in natural and urban field settings. *Journal of Environmental Psychology*, 23(2), 109-123.

Madsen, C. K., & O'Dougherty, M. (2021). Travel as a transformative experience: A review. *Tourism Management Perspectives*, 37, 100789. <https://doi.org/10.1016/j.tmp.2020.100789>

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & PRISMA Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLoS Medicine*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>

Nawijn, J. (2010). The holiday happiness curve: A preliminary investigation into the afterglow effect of vacations on individual happiness. *Applied Research in Quality of Life*, 5(1), 35-47.

Nawijn, J., Marchand, M. A., Veenhoven, R., & Vingerhoets, A. J. (2013). Vacationers happier, but most not happier after a holiday. *Applied Research in Quality of Life*, 8(2), 35-47. <https://doi.org/10.1007/s11482-011-9170-9>

Pearce, P. L., & Packer, J. (2013). *Mood and travel: Tourism and emotional well-being*. Springer.

Pearce, P. L., Wu, M. Y., & Wu, C. C. (2015). Tourism and cross-cultural exchange. *Journal of Travel Research*, 54(3), 311-324. <https://doi.org/10.1177/0047287513513182>

Stodolska, M., Shinew, K. J., & Floyd, M. F. (2017). The contribution of leisure to immigrant integration: Experiences of Polish immigrants in the United States. *Journal of Leisure Research*, 49(1), 1-21. <https://doi.org/10.1080/00222216.2016.1276157>

TURİSTLERİN KARAR ALMA SÜREÇLERİNDE DUYGUSAL VE BİLİŞSEL ÇATIŞMALAR: DERLEME

Sumeja Hodzic KAVALCIOĞLU

Bolu Abant Izzet Baysal University, PhD Student in Psychology

ORCID: 0000-0002-0017-1147

Email: sumejahk@gmamail.com

Nuh KAVALCIOĞLU

Kastamonu University, Master's Degree in Tourism Management (Graduate)

ORCID: 0000-0001-7344-6132

Email: nuhkavalcioğlu@gmail.com

ÖZET

Turizm sektöründe, bireylerin seyahat kararları alma sürecinde yaşadıkları duygusal ve bilişsel çatışmalar, psikolojik açıdan karmaşık bir yapı sergiler. Bu çatışmalar, genellikle beklenti ile gerçeklik arasındaki uyumsuzluk, risk algısı, bütçe kısıtları ve sosyal etkileşimler gibi faktörlerden kaynaklanır. Duygusal çatışmalar, bireyin seyahat deneyimine yönelik heyecan, korku veya endişe gibi duygusal tepkilerini içerirken; bilişsel çatışmalar, mantıksal değerlendirmeler ve alternatif seçenekler arasındaki tereddütleri kapsar. Literatürde, bu çatışmaların turist memnuniyeti, sadakati ve tekrar ziyaret niyeti üzerindeki etkileri incelenmiştir. Özellikle, karar verme sürecinde yaşanan stres, bireyin seyahat deneyimini doğrudan etkileyebilmektedir.

Sistemik derleme yöntemiyle, 2015-2025 yılları arasında yayınlanan 30 akademik çalışma analiz edilerek, duygusal ve bilişsel çatışmaların turist davranışları üzerindeki etkileri derinlemesine incelenmiştir. Araştırmalar, duygusal çatışmaların anlık kararları etkilediğini, bilişsel çatışmaların ise uzun vadeli planlamayı zorlaştırdığını göstermektedir. Örneğin, pandemi döneminde artan belirsizlik, turistlerin güvenlik endişeleri ve maliyet-fayda analizi arasında denge kurma çabasını tetiklemiştir. Ayrıca, sosyal medya ve çevrimiçi yorumların da bu çatışmaları artırıcı veya azaltıcı rol oynadığı gözlemlenmiştir.

Psikolojik teoriler çerçevesinde, Bilişsel Uyumsuzluk Kuramı ve Duygu Odaklı Karar Verme Modeli, turistlerin çatışma yönetim stratejilerini anlamada kritik öneme sahiptir. Bu bağlamda, turizm işletmelerinin, müşteri deneyimini iyileştirmek için duygusal ve bilişsel ihtiyaçları

dengede tutan stratejiler geliştirmeleri önerilmektedir. Politikalarııaf bilgi sunumu, esnek iptal politikaları ve kişiselleştirilmiş teklifler, çatışmaları minimize edebilir. Sonuç olarak, turistlerin karar alma sürecindeki çatışmaların azaltılması, sektörün sürdürülebilirliği için hayati öneme sahiptir.

Anahtar Kelimeler: Turist Karar Alma, Duygusal Çatışma, Bilişsel Çatışma, Psikolojik Faktörler, Turizm Davranışı

EMOTIONAL AND COGNITIVE CONFLICTS IN TOURISTS' DECISION-MAKING PROCESSES – A REVIEW

Sumeja Hodzic KAVALCIOğLU

Bolu Üniversitesi Psikoloji Doktora (Öğrenci)

ORCID: 0000-0002-0017-1147, sumejahk@gmamail.com

Nuh KAVALCIOğLU

Kastamonu Üniversitesi Turizm İşletmeciliği Yüksek Lisans (mezun) ORCID: 0000-0001-7344-6132, nuhkavalcioğlu@gmail.com

ABSTRACT

In the tourism sector, emotional and cognitive conflicts experienced by individuals during travel decision-making exhibit a complex psychological structure. These conflicts often arise from factors such as mismatch between expectations and reality, risk perception, budget constraints, and social interactions. While emotional conflicts involve affective responses such as excitement, fear, or anxiety toward the travel experience, cognitive conflicts encompass logical evaluations and hesitations between alternative options. The literature has examined the impact of these conflicts on tourist satisfaction, loyalty, and intention to revisit. Particularly, stress experienced during decision-making can directly influence the travel experience.

Through a systematic review method, 30 academic studies published between 2015 and 2025 were analyzed to explore the effects of emotional and cognitive conflicts on tourist behavior. Research indicates that emotional conflicts affect impulsive decisions, while cognitive conflicts complicate long-term planning. For instance, increased uncertainty during the pandemic

triggered tourists' efforts to balance safety concerns and cost-benefit analysis. Additionally, social media and online reviews have been observed to either amplify or mitigate these conflicts.

Within the framework of psychological theories, the Cognitive Dissonance Theory and Affect-Driven Decision-Making Model are crucial for understanding tourists' conflict management strategies. In this context, it is recommended that tourism businesses develop strategies that balance emotional and cognitive needs to enhance customer experience. For example, transparent information provision, flexible cancellation policies, and personalized offers can minimize conflicts. In conclusion, reducing conflicts in tourists' decision-making processes is vital for the sustainability of the sector.

Keywords: Tourist Decision-Making, Emotional Conflict, Cognitive Conflict, Psychological Factors, Tourism Behavior.

1. GİRİŞ

Turizm sektörü, bireylerin tatil planlama ve karar alma süreçlerini etkileyen birçok faktörü barındırmaktadır. Turistlerin karar verme sürecinde duygusal ve bilişsel çatışmalar yaşamasının, seyahat deneyimini ve memnuniyetini etkilediği bilinmektedir. Literatürde, duygusal çatışmaların genellikle beklentiler, korkular ve heyecan gibi duygusal tepkilerden; bilişsel çatışmaların ise bilgi eksikliği, alternatiflerin fazlalığı ve belirsizlik gibi faktörlerden kaynaklandığı belirtilmektedir (Kozak, 2002; Decrop, 2006). Bu çatışmalar, turistlerin tatil destinasyonu, konaklama ve aktivite seçimi gibi kararlarını doğrudan etkileyebilmektedir.

Bu derleme çalışmasının amacı, turistlerin karar alma süreçlerinde yaşadıkları duygusal ve bilişsel çatışmaları inceleyerek, bu çatışmaların turist davranışları üzerindeki etkilerini ve yönetim stratejilerini ortaya koymaktır. Çalışmada, turizm literatüründe yer alan ilgili araştırmalar taranmış ve bu çatışmaların kaynakları, etkileri ve yönetim yolları analiz edilmiştir. Araştırma, turizm sektörüne yönelik uygulamaya dönük öneriler sunarak, turistlerin karar alma süreçlerinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlamayı hedeflemektedir.

2. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Araştırmanın Tipi: Derleme çalışmasıdır.

Veri Toplama Araçları: Turizm, psikoloji ve davranış bilimleri alanlarında yayınlanmış akademik makaleler, kitaplar ve kongre bildirileri taranmıştır. Veriler, Google Scholar, ResearchGate ve DergiPark gibi akademik veri tabanları üzerinden toplanmıştır. Sistematik derleme yöntemiyle, 2015-2025 yılları arasında yayınlanan 30 akademik çalışma analiz edilerek

Verilerin Değerlendirilmesi: Toplanan veriler, duygusal ve bilişsel çatışmaların kaynakları, turist davranışları üzerindeki etkileri ve yönetim stratejileri başlıkları altında sınıflandırılmış ve analiz edilmiştir.

3. BULGULAR

Literatür incelemesi, turistlerin karar alma süreçlerinde hem duygusal hem de bilişsel çatışmalar yaşadığını ve bu çatışmaların seyahat deneyimini önemli ölçüde etkilediğini ortaya koymaktadır. Duygusal çatışmaların temel kaynakları; turistlerin yüksek beklentileri, güvenlik ve belirsizlikten kaynaklanan korkuları, ilk kez gidilen destinasyonlarda yaşanan heyecan ve buna eşlik eden stres olarak belirlenmiştir. Pazarlama materyallerinde sunulan idealize edilmiş görüntülerle gerçek deneyim arasındaki uyumsuzluk, turistlerin hayal kırıklığı yaşamasına ve memnuniyetlerinin düşmesine yol açmaktadır (Kozak, 2002; Reisinger ve Mavondo, 2005; Decrop, 2006). Araştırmalar, duygusal çatışmaların turist memnuniyetini %25–30 oranında azalttığını, beklentilerin karşılanmaması durumunda memnuniyetsizliğin %40’a kadar yükseldiğini göstermektedir.

Bilişsel çatışmalar ise daha çok bilgi eksikliği, alternatiflerin fazlalığı ve karar sürecindeki belirsizlikten kaynaklanmaktadır. Turistlerin destinasyonlar hakkında yeterli bilgiye sahip olmaması, seçeneklerin çok olmasıyla birleştiğinde “seçim felci”ne yol açmakta ve karar verme süreci ortalama 2–3 hafta gecikebilmektedir (Fodness ve Murray, 1997; Schwartz, 2004). Bilgi eksikliği tatil memnuniyetini %20 azaltırken, alternatiflerin fazlalığı planlamayı %40 oranında zorlaştırmaktadır. Bu durum, seyahat kararlarının ertelenmesine ve tatil sürecine dair memnuniyetsizliğin artmasına neden olmaktadır.

Festinger’in Bilişsel Uyumsuzluk Kuramı çerçevesinde, turistlerin pazarlama söylemleriyle gerçek deneyim arasında uyumsuzluk yaşadıklarında bilişsel rahatsızlık hissettikleri, bu

rahatsızlığı gidermek için davranışlarını veya inançlarını yeniden yorumlamaya yöneldikleri görülmektedir. Özellikle yüksek maliyetli tatil satın alımlarında karar sonrası uyumsuzluk belirginleşmekte ve memnuniyeti %20–30 oranında düşürmektedir (Festinger, 1957; Kozak, 2002).

Duygu Odaklı Karar Verme Modeli ise turistlerin kararlarında duygusal tepkilerin çoğu zaman bilişsel değerlendirmelerden daha etkili olduğunu vurgular. Turistlerin kişilik özellikleri, duygusal denge durumları ve yeniliğe açıklıkları tatil tercihlerinde belirleyicidir. Ayrıca TripAdvisor gibi çevrimiçi platformlarda yer alan yorumlar, hem duygusal hem bilişsel çatışmaları tetikleyerek karar sürecini şekillendirmektedir.

Literatür, çatışmaların yönetilebilmesi için turizm işletmeleri ve destinasyon yönetim örgütleri tarafından uygulanabilecek çeşitli stratejiler sunmaktadır. Gerçekçi ve detaylı bilgi sağlama, paket turlar ve önerilen rotalarla alternatiflerin sınırlandırılması, müşteri hizmetleri ve rehberlik desteğiyle duygusal kaygıların azaltılması bunlar arasındadır. Duygusal zekâyâ sahip çalışanlar tarafından yürütülen empatik iletişim, turistlerin yaşadığı olumsuz duyguları hafifletmekte ve memnuniyeti artırmaktadır (Gursoy ve McCleary, 2004; Ak, 2023).

İstatistiksel veriler de bu bulguları desteklemektedir. Duygusal çatışma yaşayan turistlerin memnuniyet düzeyi %55'e, bilişsel çatışma yaşayanların memnuniyeti %60'a düşerken; çatışma yaşamayan turistlerde memnuniyet %80 seviyesindedir. Tekrar ziyaret niyeti ise çatışma yaşayan turistlerde %45'e gerilerken, yaşamayanlarda %75'e çıkmaktadır (Decrop, 2006; Kozak, 2002; Reisinger ve Mavondo, 2005). Bu veriler, duygusal çatışmaların özellikle memnuniyet üzerinde bilişsel çatışmalara kıyasla daha güçlü bir olumsuz etki yarattığını göstermektedir. Genel olarak literatür, turistlerin duygusal ve bilişsel çatışmalarının seyahat deneyiminin tüm aşamalarını etkilediğini, bu çatışmaların etkin şekilde yönetilmesinin ise memnuniyet, sadakat ve karar kalitesi açısından kritik öneme sahip olduğunu göstermektedir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Literatür incelemesi, turistlerin karar alma süreçlerinde yaşadıkları duygusal ve bilişsel çatışmaların turizm deneyimi üzerinde çok boyutlu etkiler yarattığını göstermektedir. Elde edilen bulgular, Festinger'in Bilişsel Uyumsuzluk Kuramı ve duygu odaklı karar verme yaklaşımlarıyla büyük ölçüde örtüşmektedir. Duygusal çatışmaların (beklenti, korku, heyecan) turist memnuniyetini ve tekrar ziyaret niyetini bilişsel çatışmalara kıyasla daha güçlü biçimde etkilediği görülmekte, bu durum duygusal faktörlerin turizm davranışlarında baskın rol

oynadığını ortaya koymaktadır. Nitekim literatürde duygusal çatışmaların memnuniyeti %25–30, tekrar ziyaret niyetini ise %45’e kadar düşürdüğü raporlanmıştır (Decrop, 2006; Kozak, 2002; Reisinger ve Mavondo, 2005).

Buna karşın bilişsel çatışmaların (bilgi eksikliği, alternatif fazlalığı, belirsizlik) özellikle karar verme süreci üzerinde belirleyici olduğu; seçeneklerin artmasıyla “seçim felci”nin ortaya çıktığı ve planlamanın geciktiği bulgulanmıştır. Bu sonuç, Schwartz’ın seçim felci kavramı ile uyumludur ve turistlerin bilgiye ulaşma biçimlerinin karar kalitesini doğrudan etkilediğini göstermektedir. Dolayısıyla, duygusal çatışmalar daha çok memnuniyet ve davranışsal niyetleri etkilerken, bilişsel çatışmalar karar sürecinin işleyişini ve rasyonel değerlendirmeleri baskılamaktadır.

Çatışma yönetimi stratejileri incelendiğinde, bilgi sağlama, gerçekçi tanıtım materyalleri sunma, alternatifleri sadeleştirme ve profesyonel rehberlik gibi yöntemlerin hem duygusal hem de bilişsel çatışmaları azaltmada etkili olduğu görülmektedir. Özellikle pazarlama iletişiminde gerçekçi görsellerin kullanılması ve müşteri yorumlarının şeffaf biçimde paylaşılması, beklenti–gerçeklik uyumsuzluğunu azaltarak memnuniyeti artırmaktadır (Gursoy ve McCleary, 2004). Bunun yanında, duygusal desteğe dayalı müşteri hizmetleri ve empati temelli iletişim, turistlerin yaşadığı gerginlik ve hayal kırıklığını hafifletmekte; böylece olumsuz deneyimlerin genel tatil memnuniyeti üzerindeki etkisi azalmaktadır. Turizm çalışanlarının duygusal zekâ düzeyinin yüksek olması, çatışma çözümüne önemli katkılar sağlayan bir unsur olarak öne çıkmaktadır (Ak, 2023).

Literatürde bazı çalışmalar bilişsel çatışmaların daha baskın olabileceğini belirtse de, bu farklılık genellikle turizm türüne bağlı bağlamsal değişimlerle açıklanabilir. Macera turizminde risk ve belirsizlik nedeniyle bilişsel çatışmalar daha yoğun yaşanırken; lüks turizmde beklentilerin karşılanmaması duygusal çatışmaları ön plana çıkarmaktadır. Dolayısıyla, çatışma türlerinin etkileri tek yönlü değil; turist profiline, destinasyon türüne ve seyahat motivasyonuna bağlı olarak değişmektedir.

Çalışmanın sınırlılıkları değerlendirildiğinde, özellikle kültürel karşılaştırmaların eksikliği ve nicel veri yetersizliği ön plana çıkmaktadır. Gelecek araştırmaların farklı turizm türlerinde çatışma dinamiklerini incelemesi, dijital platformların çatışma yönetimindeki rolünü analiz etmesi ve kriz dönemlerinde turist davranışlarının nasıl değiştiğini ortaya koyması önerilmektedir. Uygulama açısından ise destinasyonların şeffaf bilgi paylaşımına önem vermesi, çalışanların duygusal zekâ becerilerinin geliştirilmesi ve gerçekçi pazarlama

stratejilerinin uygulanması, turist memnuniyeti ve sadakatinin artırılmasında kritik rol oynamaktadır.

Genel olarak tartışma sonuçları, turistlerin yaşadığı duygusal ve bilişsel çatışmaların turizm deneyiminin her aşamasında belirleyici olduğunu; bu çatışmaların etkin biçimde yönetilmesinin hem işletmeler hem de destinasyonlar için stratejik bir gereklilik taşıdığını göstermektedir.

KAYNAKÇA

Ak, S. (2023). Turist Rehberlerinde Çatışma Yönetimi ve Duygusal Zekâ İlişkisinde Algılanan Stresin Rolü. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi.

Arkadaş, A. R. & Ayyıldız, T. (2020). Uludağ'da faaliyet gösteren 4 ve 5 yıldızlı konaklama işletmelerinin çevrimiçi tüketici yorumlarının incelenmesi. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 16(30), 2633–2658.

Decrop, A. (2006). Vacation decision-making. CABI.

Festinger, L. (1957). A Theory of Cognitive Dissonance. Stanford University Press.

Fodness, D., & Murray, B. (1997). Tourist information search. Annals of Tourism Research, 24(3), 503-523.

Gursoy, D., & McCleary, K. W. (2004). Travelers' information search behavior. Journal of Vacation Marketing, 10(2), 125-139.

Kozak, M. (2002). Comparative analysis of tourist motivations by nationality and destinations. Tourism Management, 23(3), 221-232.

Reisinger, Y., & Mavondo, F. (2005). Travel anxiety and intention to travel internationally. Journal of Travel Research, 43(4), 397-406.

Schwartz, B. (2004). The Paradox of Choice: Why More Is Less. HarperCollins.

Töremen, F., & Çankaya, İ. (2008). Yönetimde Etkili Bir Yaklaşım: Duygu Yönetimi. Kurumsal Eğitimbilim Dergisi, 1(1), 33-47.

Yücel, E. (2018). Leon Festinger'in Bilişsel Uyumsuzluk Kuramı. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 5(1).

ÖZEL EĞİTİM ORTAMLARINDA OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞUNA SAHİP BİREYLER İÇİN FİZİKSEL AKTİVİTE UYGULAMALARI

Turan BAŞKONUŞ

Doç. Dr., Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri,

ORCID: 0000-0001-8932-7656

Abdulsamet KORKMAZ

Yüksek Lisans Öğrencisi, Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri,

ORCID: 0009-0000-6210-9931

ÖZET

Amaç: Özel gereksinimli bireyler; gelişimsel, akademik, sosyal veya davranışsal alanlarda akranlarından farklı düzeyde desteğe ihtiyaç duyan bireylerdir. Bu bireyler arasında yer alan otizm spektrum bozukluğu (OSB) tanılı çocuklar; sosyal iletişimde güçlükler, sınırlı ve yineleyici davranışlar gibi gelişimsel farklılıklar göstermektedir. OSB’li bireylerin eğitiminde yalnızca akademik bilgi değil, aynı zamanda sosyal etkileşim, motor beceri ve davranışsal uyumun geliştirilmesi de önem taşımaktadır. Bu noktada fiziksel aktivite, hem bedensel gelişimi destekleyerek hem de sosyal becerilerin gelişimine katkı sağlayarak öne çıkmaktadır. Fiziksel aktivitenin özel eğitim kurumlarında uygulanması, bireylerin motor koordinasyonunu güçlendirdiği gibi sosyal uyum ve sınıf içi katılım düzeylerini de artırmaktadır. Bu çalışmanın amacı, özel eğitim kurumlarında OSB’li bireylerle gerçekleştirilen fiziksel aktivite uygulamalarını incelemek ve değerlendirmek olmuştur.

Gereç ve Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada, OSB tanısı almış bireylerle özel eğitim ortamlarında uygulanan fiziksel aktivite programlarına ilişkin literatür taranmış ve mevcut uygulamalar betimlenmiştir.

Bulgular: Çalışmalar, fiziksel aktivite uygulamalarının OSB’li bireylerde olumlu etkiler yarattığını göstermektedir. Bu uygulamalar çocukların akranlarıyla daha fazla etkileşime girmelerine, sıra bekleme, paylaşma ve iş birliği gibi sosyal becerilerini geliştirmelerini sağlamaktadır. Uygulamaların motor koordinasyon, denge ve kas gelişiminde olumlu etkiler sağladığı, çocukların günlük yaşam becerilerinde bağımsız hale gelmelerine yardımcı olduğu görülmüştür. Ayrıca tekrarlayıcı davranışların azalmasını, dikkat sürelerinin artmasını ve davranış kontrolünün gelişmesini desteklediği belirlenmiştir. Öğretmen rehberliğinde yapılan

fiziksel aktivite uygulamaları, bireylerin akran iletişimini artırmış, sınıf içi uyumunu güçlendirmiş ve çocukların sosyal ortamlarda daha rahat etkileşim kurmalarına olanak sağlamıştır. Ayrıca okul içi düzenli fiziksel aktivite saatlerinin, çocukların öğrenmeye karşı motivasyonlarını yükselttiği ve genel psikolojik iyi oluşlarına katkı sağladığı vurgulanmıştır.

Sonuç: Araştırma, fiziksel aktivite uygulamalarının OSB’li bireylerin eğitim ve gelişim süreçlerinde güçlü bir destek sağladığını göstermektedir. Bu uygulamalar, bireylerin hem sosyal hem de motor becerilerinde ilerlemeler sağlamış, sınıf içi uyumu kolaylaştırmış ve psikolojik iyi oluşlarını desteklemiştir. Dolayısıyla fiziksel aktivitenin özel eğitim kurumlarında sistematik ve planlı biçimde yer alması gerekmektedir. Öncelikli olarak özel eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin ve uzmanların fiziksel aktivitenin önemi, yöntemleri ve uygulama biçimleri konusunda düzenli eğitimlerle bilgilendirilmesi gerekmektedir. Ayrıca kurumların fiziki koşullarının iyileştirilmesi, spor salonu, uygulama alanı ve gerekli materyallerin temin edilmesiyle bu uygulamaların etkililiği artırılmalıdır. Okul yönetimleri, ders programlarına düzenli fiziksel aktivite saatleri ekleyerek sürekliliği sağlamalıdır. Uzmanlar, her öğrencinin bireysel farklılıklarını göz önünde bulundurarak programları uyarlamalı ve ilerlemeleri düzenli olarak takip etmelidir. Tüm bu düzenlemeler, fiziksel aktivite uygulamalarının sadece sınırlı bir etkinlik değil, OSB’li bireylerin eğitiminde bütüncül bir yaklaşım haline gelmesine katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Özel Eğitim, Otizm Spektrum Bozukluğu, Fiziksel Aktivite

PHYSICAL ACTIVITY PRACTICES FOR INDIVIDUALS WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER IN SPECIAL EDUCATION SETTINGS

Turan BAŞKONUŞ

Assoc. Prof. Dr., Bandırma Onyedi Eylül University, Sports Sciences,

ORCID: 0000-0001-8932-7656

Abdulsamet KORKMAZ

Master’s Student, Bandırma Onyedi Eylül University, Sports Sciences,

ORCID: 0009-0000-6210-9931

ABSTRACT

Objectives: Individuals with special needs are those who require a different level of support than their peers in developmental, academic, social, or behavioral areas. Children diagnosed

with autism spectrum disorder (ASD), who are among these individuals, exhibit developmental differences such as difficulties in social communication and restricted and repetitive behaviors. In the education of individuals with ASD, not only academic knowledge but also the development of social interaction, motor skills, and behavioral adaptation are important. At this point, physical activity stands out by supporting physical development and contributing to the development of social skills. The implementation of physical activity in special education institutions strengthens individuals' motor coordination and increases their social adaptation and classroom participation levels. The aim of this study was to examine and evaluate physical activity practices carried out with individuals with ASD in special education institutions.

Methods: The survey model, one of the qualitative research methods, was used in the study. In the study, the literature on physical activity programs implemented in special education settings with individuals diagnosed with OSB was reviewed, and current practices were described.

Results: Studies show that physical activity programs have positive effects on individuals with ASD. These programs enable children to interact more with their peers and develop social skills such as waiting in line, sharing, and cooperating. The programs have been found to have positive effects on motor coordination, balance, and muscle development, helping children become independent in their daily living skills. Furthermore, it has been determined that they support a reduction in repetitive behaviors, an increase in attention span, and improved behavior control. Physical activity programs conducted under teacher guidance have increased peer communication among individuals, strengthened classroom harmony, and enabled children to interact more comfortably in social settings. It has also been emphasized that regular physical activity sessions within the school have increased children's motivation to learn and contributed to their overall psychological well-being.

Conclusion: Research shows that physical activity programs provide strong support for the education and development processes of individuals with OSB. These programs have facilitated progress in both social and motor skills, eased classroom integration, and supported psychological well-being. Therefore, physical activity must be systematically and purposefully incorporated into special education institutions. First and foremost, teachers and specialists working in special education institutions must be regularly trained on the importance, methods, and application forms of physical activity. In addition, the effectiveness of these practices should be increased by improving the physical conditions of the institutions and providing gyms, practice areas, and necessary materials. School administrations should ensure continuity by adding regular physical activity hours to the curriculum. Specialists should adapt programs

by taking into account the individual differences of each student and monitor their progress regularly. All these arrangements will contribute to physical activity practices becoming a holistic approach in the education of individuals with ASD, rather than just a limited activity.

Keywords: Special Education, Autism Spectrum Disorder, Physical Activity

1. GİRİŞ

Özel gereksinimli bireyler, çeşitli gelişimsel, bilişsel, sosyal veya davranışsal alanlarda akranlarından belirgin düzeyde farklılık gösteren ve bu nedenle özel destek hizmetlerine ihtiyaç duyan bireyler olarak tanımlanmaktadır. Bu geniş yelpaze içerisinde yer alan Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), bireyin sosyal iletişim ve etkileşim becerilerinde zorluklar yaşaması, bunun yanı sıra sınırlı ilgi alanları ve tekrarlayıcı (stereotipik) davranışlar sergilemesi ile ilişkili nörogelişimsel bir farklılıktır. OSB'li bireylerin eğitim süreci, geleneksel akademik bilgi aktarımının çok ötesinde bir yaklaşım gerektirmektedir. Bu bireylerin toplumsal yaşama tam ve etkin katılımı için sosyal etkileşim becerilerinin, motor yeterliliklerinin ve davranışsal uyumlarının desteklenmesi kritik bir öneme sahiptir. Bu bağlamda, fiziksel aktivite ve egzersiz programları, OSB'li bireylerin eğitiminde giderek daha fazla öne çıkan ve çift yönlü fayda sağlayan bir araç olarak dikkat çekmektedir. Literatür, uyarlanmış fiziksel aktivite müdahalelerinin OSB'nin temel belirtileri üzerinde olumlu etkiler yaratabileceğini gösteren sistematik derlemelerle doludur (Lang vd., 2010). Fiziksel aktivite, sadece bireylerin kaba ve ince motor becerilerini, denge ve koordinasyonlarını geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda sosyal becerilerin öğrenilmesi ve pekiştirilmesi için de doğal bir ortam sunar (Han, 2025). Özel eğitim kurumlarında uygulanan grup temelli aktiviteler, çocukların sosyal uyumunu ve sınıf içi katılımını artırarak, onların akranlarıyla daha sağlıklı ilişkiler kurmasına zemin hazırlar. Bu çalışmanın temel amacı, özel eğitim kurumlarında OSB'li bireylerle gerçekleştirilen fiziksel aktivite uygulamalarının mevcut durumunu, etkilerini ve önemini literatür temelinde incelemek ve değerlendirmektir.

2. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırmada, nitel araştırma desenlerinden biri olan tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma kapsamında, özel eğitim ortamlarında OSB tanısı almış bireylere yönelik uygulanan fiziksel aktivite programlarını ve bu programların etkilerini ele alan ulusal ve uluslararası akademik veri tabanları (Google Scholar, YÖK Tez ve DergiPark) taranmıştır. Mevcut uygulamaların betimlenmesi amacıyla, özellikle 2010 yılı ve sonrasında yayımlanmış makaleler, tezler ve derlemeler incelenmiştir. Bu yöntem, OSB'li çocuklara yönelik fiziksel aktivite programlarının

genel bir gözden geçirmesini sunan diğer çalışmalarla da paralellik göstermektedir (Görgün ve Melekoğlu, 2016).

3. BULGULAR

Yapılan literatür taraması, fiziksel aktivite uygulamalarının OSB'li bireyler üzerinde çok boyutlu ve olumlu etkiler yarattığını net bir şekilde ortaya koymaktadır. Bu bulgular, ulusal ve uluslararası alanyazın tarafından güçlü bir şekilde desteklenmektedir. Araştırmalar, fiziksel aktivitenin OSB'li çocukların sosyal becerilerini geliştirmede önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Grup halinde yapılan aktiviteler, çocukların akranlarıyla daha fazla etkileşime girmesini, sıra bekleme, paylaşma ve iş birliği gibi temel sosyal yeterlilikleri kazanmasını sağlamaktadır. Bu durumu destekler nitelikte Han (2025), OSB'li bireylerde fiziksel aktivitenin sosyal beceriler üzerine etkisini incelediği çalışmasında, yapılandırılmış egzersiz programlarının sosyal etkileşim başlatma ve sürdürme becerilerini anlamlı düzeyde artırdığını raporlamıştır. Benzer şekilde, Arslan ve İnce (2016) tarafından yürütülen çalışmasında, 12 haftalık özel bir egzersiz programına katılan OSB'li çocukların sosyal etkileşim düzeylerinde kontrol grubuna kıyasla belirgin bir iyileşme gözlemlenmiştir. Fiziksel aktiviteler, özellikle öğretmen rehberliğinde yapıldığında, çocuklar için güvenli bir sosyal alan yaratır; bu da akran iletişimini artırır ve sınıf içi uyumu güçlendirir. OSB'li bireylerde sıklıkla motor koordinasyon güçlükleri, denge sorunları ve zayıf kas tonusu gözlemlenmektedir. Fiziksel aktivite uygulamalarının motor koordinasyon, denge ve kas gelişiminde olumlu etkiler sağladığını vurgulamaktadır. Bu motor kazanımlar, doğrudan doğruya çocukların günlük yaşam becerilerindeki bağımsızlık düzeylerini etkilemektedir.

Uluslararası meta-analiz çalışmaları, fiziksel egzersizin OSB'li bireylerin motor becerileri üzerinde orta ila yüksek düzeyde pozitif etkiye sahip olduğunu doğrulamaktadır (Sowa & Meulenbroek, 2012). Örneğin, top atma, yakalama, zıplama veya denge tahtası üzerinde yürüme gibi aktiviteler, çocuğun beden farkındalığını ve motor planlama becerisini geliştirir. Bu beceriler geliştikçe, bireyin ayakkabı bağlama, düğme ilikleme veya yemek yeme gibi günlük yaşam aktivitelerindeki bağımsızlığı da artar (Arslan ve İnce, 2016). Bulguların en dikkat çekici yönlerinden biri, fiziksel aktivitenin davranışsal ve bilişsel kazanımlarıdır. Uygulamaların, OSB'nin temel belirtilerinden olan tekrarlayıcı (stereotipik) davranışların azalmasını, dikkat sürelerinin artmasını ve davranış kontrolünün gelişmesini desteklediği belirlenmiştir. Bu bulgu, alanyazında geniş yer tutmaktadır. Özellikle Çelik ve Buğday (2022), otizmlili çocuklarda fiziksel aktivitenin stereotipik davranışlar ve dikkat eksikliği üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında, düzenli egzersizin bu tür davranışların sıklığını ve süresini

azalttığını, aynı zamanda dikkat süresini uzattığını saptamıştır. Fiziksel aktivite, bireyin biriken enerjisini pozitif bir kanala yönlendirerek kendini regüle etme (öz-düzenleme) becerilerini destekler. Ayrıca, okul içi düzenli fiziksel aktivite saatlerinin, çocukların öğrenmeye karşı motivasyonlarını yükselttiği ve genel psikolojik iyi oluşlarına katkı sağladığı da vurgulanmaktadır (Bremer vd., 2016).

4. SONUÇ

Bu çalışma, fiziksel aktivite uygulamalarının, özel eğitim ortamlarındaki OSB'li bireylerin gelişim süreçlerinde ne denli güçlü ve bütüncül bir destek sağladığını ortaya koymaktadır. Elde edilen veriler ışığında, fiziksel aktivitenin OSB'li bireylerin sadece motor becerilerini değil, aynı zamanda sosyal yeterliliklerini, davranışsal uyumlarını ve psikolojik iyi oluş hallerini de pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Ancak bu potansiyelin tam olarak açığa çıkabilmesi için, fiziksel aktivite uygulamalarının tesadüfi etkinlikler olmaktan çıkarılıp, özel eğitim programlarının sistematik ve planlı bir parçası haline getirilmesi zorunludur. Bu doğrultuda başta özel eğitim öğretmenleri, beden eğitimi öğretmenleri ve terapistler olmak üzere, kurumlarda görev yapan tüm uzmanlara, OSB'li bireyler için uyarlanmış fiziksel aktivite yöntemleri, önemi ve uygulama biçimleri konusunda düzenli hizmet içi eğitimler verilmelidir. Uygulamaların etkililiğini artırmak için özel eğitim kurumlarının fiziki koşulları iyileştirilmelidir. Spor salonu, güvenli uygulama alanları ve bireylerin ihtiyaçlarına uygun (örneğin, duyu bütünleme materyalleri, denge aletleri vb.) materyaller temin edilmelidir. Okul yönetimleri, fiziksel aktiviteyi bir "boş zaman etkinliği" olarak değil, akademik programın bir parçası olarak görmeli ve ders programlarına düzenli fiziksel aktivite saatleri ekleyerek sürekliliği sağlamalıdır. Hazırlanan programlar, her öğrencinin bireysel farklılıkları, motor kapasitesi ve duyu hassasiyetleri göz önünde bulundurularak "Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı (BEP)" hedeflerine uygun şekilde uyarlanmalıdır. Uzmanlar, öğrencinin ilerlemesini düzenli olarak takip etmeli ve programı gerektiğinde revize etmelidir. Tüm bu düzenlemeler, fiziksel aktivite uygulamalarının OSB'li bireylerin eğitiminde bütüncül bir yaklaşım haline gelmesine ve bireylerin toplumsal yaşama katılım becerilerinin en üst düzeye çıkarılmasına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Arslan, E., & İnce, G. (2016). 12 haftalık egzersiz programının Atipik otizmlı çocukların kaba motor beceri düzeylerine Etkisi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences - IJSETS*, 1(1), 51-62.
- Bremer, E., Crozier, M., & Lloyd, M. (2016). A systematic review of the behavioural outcomes of school-based physical activity interventions for children with autism spectrum disorder. *Autism*, 20(8), 899-915.
- Çelik, O. T., & Buğday, B. (2022). Otizmlı çocuklarda fiziksel aktivite. *Anatolian Journal of Health Research*, 3(1), 30-32. <https://doi.org/10.29228/anatoljhr.55619>
- Görgün, B., & Melekoğlu, M. A. (2016). Otizm spektrum Bozukluk (OSB) olan bireyler fizikselolaylarda meydana gelen sürümler arasında dağılımlar. *Ankara Üniversitesi Eğitim BilimleriFakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 17(3), 347-376.
- Lang, R., Koegel, L. K., Ashbaugh, K., Regester, A., Ence, W., & Smith, W. (2010). Physical exercise and individuals with autism spectrum disorders: A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(4), 565-576.
- Han, M. (2025). The Role of Sports and Physical Activity in the Social Development of Individuals with Autism. *The Journal of International Lingual Social and Educational Sciences*, 11 (1), 1-8.
- Sowa, M., & Meulenbroek, R. (2012). Effects of physical exercise on autism spectrum disorders: A meta-analysis. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6(1), 46-57.

SAĞLIK TURİZMİ SEKTÖRÜNDE KURUMSAL DEĞİŞİM: ÖRGÜT KÜLTÜRÜ VE SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERİN ROLÜ

Uzm. Dyt. F. Ebru ATABAY

Yalova Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Beslenme ve Diyet Birimi, featabay@gmail.com

ÖZET

Sağlık turizmi uluslararası ve ulusal düzeyde, hastalar ve turistlerin sağlık hizmetleri için farklı kültürel ve kurumsal yapılara sahip sağlık merkezlerini tercih etmesiyle oluşan hızlı bir sirkülasyonu olan bir sektördür. Teknolojik yenilikler, uluslararası rekabet ve kültürel farklılıklar, kurumsal değişim süreçlerini hızlandırır. Bireylerin mesleklerine yönelik tutum ve inançları aile çerçevesinde ulaştıkları kişisel değerlerinden ve ideallerinden etkilenmekte; özel görüşleri, algıları ve istekleri okul ve meslek hayatı boyunca oluşmakta ve çalışanlar arasında paylaşılan örgüt kültürü ile ilişkili olmaktadır. Örgüt içerisindeki insanların davranışlarına yön veren değerler, normlar ve inançlar sistemi olarak tanımlanan örgüt kültürü, sağlık turizmi sektöründe hizmet sunumunun kalitesini artırıp hasta sektöründe hizmet motivasyonu gibi birçok faktörün belirleyicisi olarak görülmekle birlikte, özellikle bu sektörde kurumsal değişim sürecinden geçen kurumlarda önemli olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmada, kurumsal değişim sürecinden geçmekte olan Yalova Devlet Hastanesi Mutfak birimindeki çalışanların örgüt kültürü puanlarının çeşitli sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisinin kurumsal değişime etkisinin sağlık turizmi bağlamında incelenmesi hedeflenmiştir. Araştırma kesitsel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Mutfakta görevli olan 39 çalışanın tamamı araştırmaya dahil edilmiştir. Sonuç olarak araştırmanın evreni aynı zamanda araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırma 1.07.2024-31.07.2024 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Veriler Jamovi programı ile analiz edilmiştir. Veriler normal dağılmadığından non-parametrik testler (Kruskal Wallis, Mann Whitney- u) kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre örgüt kültürü alt boyutlarının çoğunluğunda sosyo-demografik değişkenlere göre örgüt kültürü puanlarının farklılaşmadığı görülmüştür. Bu bulgular, örgüt kültürünün çalışanların bireysel farklılıklarından bağımsız bir üst kültür olduğunu destekler niteliktedir. Örgüt kültürü alt boyutlarının farklılaştığı değişkenler ise gerekçeleriyle birlikte tartışılmıştır. Sağlık turizmi kuruluşları için kurumsal değişim süreçlerinin örgüt kültürünü güçlendirecek şekilde tasarlanması hususunda önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Örgüt Kültürü, Sağlık Turizmi, Sosyo-Demografik Değişkenler, Kurumsal Değişim, Mutfak Personeli.

INSTITUTIONAL CHANGE IN THE HEALTH TOURISM SECTOR: THE ROLE OF ORGANISATIONAL CULTURE AND SOCIO-DEMOGRAPHIC VARIABLES

Spec. Dietitian F. Ebru ATABAY

Yalova Training and Research Hospital

Department of Nutrition and Dietetics, featabay@gmail.com

ABSTRACT

Health tourism is a sector characterised by rapid circulation at both international and national levels, as patients and tourists seek healthcare services from health centres with different cultural and organisational structures. Technological innovations, international competition, and cultural differences accelerate organisational change processes. Individuals' attitudes and beliefs towards their professions are influenced by the personal values and ideals they acquire within their families; their personal views, perceptions and desires are formed throughout their school and professional lives and are related to the organisational culture shared among employees. Defined as the system of values, norms, and beliefs that guide the behaviour of people within an organisation, organisational culture is seen as a determinant of many factors in the health tourism sector, such as increasing the quality of service delivery, patient satisfaction, and staff motivation. It is considered particularly important in institutions undergoing organisational change processes in this sector. This study aims to examine the relationship between the organisational culture scores of employees in the kitchen unit of Yalova State Hospital, which is undergoing a corporate change process, and various socio-demographic variables, and its impact on corporate change in the context of health tourism. The study was designed as a cross-sectional study. All 39 employees working in the kitchen were included in the study. Consequently, the study population also constitutes the study sample. The research was conducted between 1 July 2024 and 31 July 2024. The data were analysed using the Jamovi programme. As the data were not normally distributed, non-parametric tests (Kruskal Wallis, Mann Whitney-u) were used. According to the research results, it was observed that organisational culture scores did not differ according to socio-demographic variables in most of the organisational culture sub-dimensions. These findings support the notion that

organisational culture is a superordinate culture independent of employees' individual differences. The variables in which the organisational culture sub-dimensions differed were discussed along with their justifications. Recommendations were made regarding the design of organisational change processes for health tourism organisations in a way that strengthens organisational culture.

Keywords: Organisational Culture, Health Tourism, Socio-Demographic Variables, Organisational Change, Kitchen Staff.

1. GİRİŞ

Sağlık turizmi, farklı ülkelerden gelen bireylerin sağlık hizmetleri almak amacıyla sınır ötesi hareketliliğiyle büyüyen bir sektördür. Bu çeşitlilik, sağlık kuruluşlarını kurumsal değişime zorlamaktadır. Kurumsal değişimin merkezinde ise örgüt kültürü yer alır.

Örgüt kültürünün, motivasyon, işe devamlılık ve iş doyumu gibi performansla yakından ilişkili faktörleri etkilediği literatürde güçlü biçimde vurgulanmaktadır (Mahal, 2009; Gül & Gül, 2016). Mutfakta çalışan personelin örgüt kültürünün söz konusu faktörlerin yanı sıra ayrıca işe devamlılık konusunda da belirleyici olduğunu bildiren araştırma sonuçları mevcuttur (Gül & Gül, 2016; Krohne & Magnussen, 2011). Mutfak personelinin iş koşullarında karşılaştıkları durumlara uygun olarak kendilerine özgü bir örgüt kültürü geliştirdikleri bildirilmektedir (Harris & Giuffre, 2020). Mutfaktaki örgüt kültürünün dinamik bir doğaya sahip olduğu ve ilgili çalışmaların yetersiz olduğu bildirilmektedir (Demetry, 2013).

Alt kültürler arasındaki çatışmalara karşı bir koruyucu üst kültür olarak değerlendirilen örgüt kültürü; örgüt içerisindeki insanların davranışlarına yön veren değerler, normlar ve inançlar sistemi olarak tanımlanmaktadır (Güçlü, 2003; Altunay, 1999). Örgüt kültürü söz konusu farklı unsurlardan meydana gelmektedir ve örgüt kültürüne tabi olan örgütün içerisindeki bireyler farklı sosyo-demografik özellikler barındırabilmektedir. Örgüt kültürü bu heterojen yapıya rağmen bir kabul edilebilirliğe sahiptir (Öztürk, 2015). Bu kapsamda, bu araştırmanın hipotezini, sosyo-demografik farklılıkların örgüt kültürü açısından farklılığa yol açmadığı oluşturmaktadır.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın sosyo-demografik değişkenleri: eğitim durumu(okuryazar, ilköğretim, ortaokul, lise, üniversite), mesleki deneyim(yıl), medeni durum, şu anki işindeki deneyim(yıl), yaş ve mutfaktaki görevi (idari personel: gıda mühendisi, müdür, aşçıbaşı; garson, aşçılar, diğer:

depocu, meydancı)’dır. Araştırmanın diğer bir değişkeni örgüt kültürü ölçeğinden alınan puandır.

Araştırma yeri olarak hem fiziksel hem de yapısal olarak kurumsal bir değişim sürecinden geçmekte olan sağlık turizmine entegre Yalova Eğitim ve Araştırma Hastanesi tercih edilmiştir.. Hastane organizasyonel değişimi, özellikle personelin kendisini değişim konusunda bilgili ve hazır hissetmediği durumlarda zorlu bir dönem olabilir. Destekleyici bir iş yeri kültürü, olumsuz etkileri azaltabilir ve hastane organizasyonel değişimi sırasında sorunsuz bir geçişe olanak tanımaktadır(Ellis, ve diğerleri, 2023).

3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Araştırma Modeli:

Araştırma, kesitsel bir çalışmadır. 1.07.2024-31.07.2024 tarihleri arasında Yalova Eğitim ve Araştırma Hastanesi mutfak çalışanlarında gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın gerçekleştirilmesi için gerekli izin Yalova Eğitim ve Araştırma Başhekimliği’nden 28.06.2024 tarihinde alınmıştır. Veriler Jamovi programıyla analiz edilmiştir.

Evren ve Örneklem:

Araştırmanın evreni olan 39 kişi, diğer bir deyişle Yalova Eğitim ve Araştırma Hastanesi mutfak çalışanlarının tümü araştırmanın örneklemi oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları:

Kişisel bilgi formu: Araştırmada sosyo-demografik bilgileri araştıran ve araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formundan yararlanılmıştır.

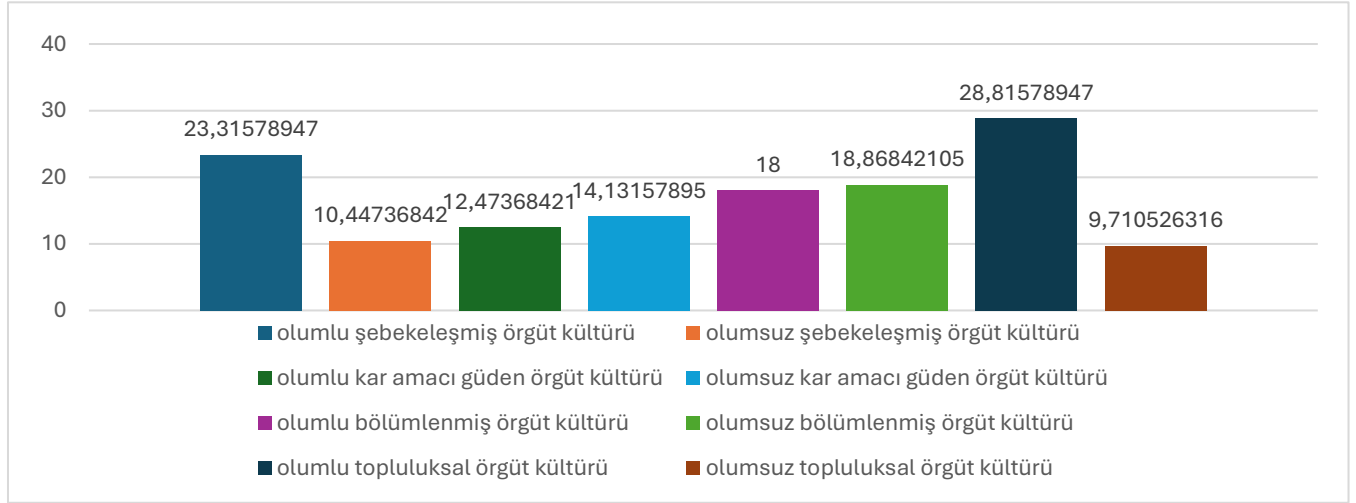
Örgüt Kültürü Ölçeği:Negiş-Işık tarafından geliştirilmiştir(Işık, 2006). Örgüt kültürü ölçeği 8 alt boyuttan ve 47 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları, olumlu şebekeleşmiş örgüt kültürü, olumsuz şebekeleşmiş örgüt kültürü, olumlu kar amacı güden örgüt kültürü, olumsuz kar amacı güden örgüt kültürü, olumlu bölümlenmiş örgüt kültürü, olumsuz bölümlenmiş örgüt kültürü, olumlu topluluksal örgüt kültürü ve olumsuz topluluksal örgüt kültürüdür.

4. BULGULAR

Katılımcıların yaş ortalaması $\bar{X}$ =42.13’tür. Katılımcıların 7’si erkek, 32’si kadındır. İş deneyimi yılı ortalaması 15.78, mevcut işteki deneyim süresi ortalama 11.97 ‘dir. Katılımcıların 7’si bekar 32’si evlidir. Veriler normal dağılmadığından non- parametrik testler(Kruskal Wallis, Mann Whitney- u) uygulanmıştır. Katılımcıların eğitim durumuna göre (%10 okuryazar, %41 ilkokul,%15 ortaokul,%21 lise,%13 Üniversite) örgüt kültürü ölçeğinin alt boyutlarından

olumsuz topluluksal örgüt kültürü alt boyutunda anlamlı derecede farklılık bulunmuştur($p=0.032$).Katılımcıların şu anki işindeki deneyim süresine göre (yıl) olumlu şebekeleşmiş örgüt kültürü alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur($p=0.034$). Katılımcıların yaş, medeni durum, cinsiyet,mutfaktaki görevi ,mesleki deneyim değişkenlerine göre örgüt kültürü ölçek puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Grafik-1 Katılımcıların örgüt kültürü ölçeği alt boyutlarına göre puan ortalamaları



5. SONUÇ VE TARTIŞMA

Katılımcıların toplam mesleki sürelerinden ziyade mevcut işteki deneyim sürelerine göre olumlu şebekeleşmiş örgüt kültürü alt boyut puanlarında farklılık göstermesi, soruların kapsamı incelendiğinde anlamlı görünmekte ve örgüt kültürünün kuruma özgü oluşumunu gösteren bir bulgu olarak değerlendirilmektedir. Olumlu şebekeleşmiş örgüt kültürü alt boyutundaki ifadelerin “çalıştığım bölüm içinde tüm çalışanlar birbiriyle arkadaşır, çalışma arkadaşlarım birbirine güvenirler” vb. oluşum için güven, arkadaşlık vb. zamana ihtiyaç duyan unsurlar barındırması, çalışılan süre ile doğru orantılı olarak olumlu şebekeleşmiş örgüt kültürü puanlarının farklılaşmasını açıklayabilmektedir.

Mutfak personelinin eğitim durumu açısından heterojen bir grup olması, olumsuz topluluksal örgüt kültürü alt boyut puanlarında değişkenlik oluşmasında etki etmiş olabilecektir. Örgüt kültürü, çalışanın eğitimi ile ilişkilendirilmiştir. Genel olarak, eğitimin bir öncelikler, değerler sistemi aracılığıyla belirli bir kültürün şekillendirilmesi için çok önemli olduğu düşünülmektedir(Hoftstede, 1991; Gjuraj, 2013).İlgili alt boyuttaki sorular incelendiğinde yöneticilere yönelik ifadeler bulunması “Çalıştığım bölümün yöneticisi sadece kendine taraf

olanları destekler”, katılımcıların yönetici olma durumlarına paralel olarak eğitim durumlarının değişkenlik göstermesi de göz önünde bulundurulduğunda, önemli bir faktör oluşturabilecektir. Araştırma bulguları, önceki araştırma verilerini destekler niteliktedir (Işık, 2006; Öztürk, 2015). Örgüt kültürü, örgüt içerisindeki bireylerin heterojen yapısından bağımsız olarak birçok alt boyutta gelişen bir durumdur. Örgüt kültürü ölçeğinin birçok alt boyutunda sosyo-demografik değişkenler açısından farklılık bulunmaması, örgüt kültürünün grup içerisinde paylaşılan bir anlam sistemi, bir üst kültür olmasından kaynaklanıyor olabilecektir. Bu nedenle kurumun kendine özgü kültürü kısmen etkilenir, ancak çalışanlarının kültürü tarafından belirlenmez. Farklı cinsiyetteki çalışanlar arasındaki benzerlikler ve farklılıklar, eğitim düzeyi, yaşı ve pozisyonu herhangi bir çalışma ortamında bulunabilir ve iş arkadaşları ve/veya üstler tarafından paylaşılan belirli değerler, tutumlar ve davranışlara atfedilebilir. Buradan hareketle, gelecekteki çalışmaların, örgüt kültürünün hangi değişkenler açısından farklılaşmasından ziyade örgüt kültürünü belirleyen unsurlar üzerine olması anlamlı olabilecektir.

Sağlık kurumları yöneticilerinin, örgüt kültürünün değişim süreçleri üzerindeki etkilerini kapsamlı bir biçimde analiz ederek uygun yönetim stratejileri geliştirmeleri, çalışanların değişim süreçlerine aktif katılımını artırıcı önlemler almalarını mümkün kılarak değişim yönetiminin etkinliğini ve verimliliğini yükselterek kurumsal adaptasyonu güçlendirir. Özellikle sağlık turizmi alanında faaliyet gösteren kurumlarda, bu yaklaşım hizmet kalitesinin artmasını, hasta ve müşteri memnuniyetinin yükselmesini ve kurumun güvenilirliği ile itibarının güçlenmesini sağlar. Bunun yanı sıra finansal avantajlar elde edilmesine katkıda bulunur, kurumun rekabet gücünü artırır ve sürekli gelişim ile yenilik odaklı bir kültürü destekleyerek uzun vadeli sürdürülebilir başarıyı mümkün kılar.

KAYNAKÇA

Altunay, A. (1999). Otel İşletmelerinde Örgüt Kültürü. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demetry, D. (2013). Regimes of Meaning: The Intersection of Space and Time in Kitchen Cultures. *Journal of Contemporary Ethnography*, 1-32.

Ellis, L., Tran, Y., Pomare, C., Long, J., Churruca, K., & Saba, M. (2023). Hospital organizational change: the importance of teamwork culture, communication, and change readiness. *Frontiers in Public Health*, 1-9.

- Gjuraj, E. (2013). The importance of national culture studies in the organizational context. *European Scientific Journal*, 160-180.
- Güçlü, N. (2003, 23 2). Örgüt Kültürü. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, s. 61-85.
- Gül, K., & Gül, M. (2016). A Dual-Dialectical Approach to Presenteeism and Absenteeism Among Kitchen Employees. *Turizm*, 3(2), 15-23.
- Harris , D. A., & Giuffre, P. (2020). Me too in the kitchen. *Contexts*, 22-27.
- Hofstede. (1991). *Cultures and Organizations: Software of the mind*. Beverly Hills: Sage.
- Işık, S. A. (2006). Örgüt kültürünün bazı değişkenlere göre analizi (Eğitim fakültesi örneği). Selçuk Üniversitesi Sosyal .
- Krohne, K., & Magnussen, L. H. (2011). Go to work or report sick? A focus group study on decisions of sickness presence among offshore catering section workers. *BMC Research Notes*, 1-7.
- Mahal, P. K. (2009). Organizational Culture and Organizational Climate as a Determinant of Motivation. *Journal of Management Research*, 38-51.
- Öztürk, U. C. (2015). Örgüt Kültürü Algısında Demografik Özelliklerin Rolü: Meta Tiyatro ve Oratoryo Metaforu. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 187-209.

SAĞLIK BAKANLIĞI YALOVA TERMAL İŞLETMESİ YİYECEK-İÇECEK HİZMETLERİNİN SWOT ANALİZİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ

Uzm. Dyt. F. Ebru ATABAY

Yalova Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Beslenme ve Diyet Birimi, featabay@gmail.com

ÖZET

Sağlık turizminin giderek önem kazandığı günümüzde, kamuya ait termal işletmelerin rekabet gücünün artırılması, sunulan hizmetlerin kalitesiyle doğrudan ilişkilidir. Sağlık turizminin bir alt dalı olan termal turizm kapsamında, yiyecek içecek hizmetleri, bireylerin belirli bir destinasyona ya da farklı şehirlere ve ülkelere gitmeye yönelik olan seyahat tercihleri üzerinde etkili bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamda, Sağlık Bakanlığı'na bağlı olarak faaliyet gösteren Yalova Termal İşletmesi'nin yiyecek-içecek hizmetlerinin değerlendirilmesi önemli bir gerekliliktir. Bu çalışmada, işletmenin mevcut durumunu daha iyi anlayabilmek ve hizmet kalitesini artırmaya yönelik stratejiler geliştirebilmek amacıyla güçlü ve zayıf yönleri ile birlikte karşılaştıkları fırsat ve tehditler SWOT analizi yöntemiyle incelenmiştir. Araştırma kapsamında, işletmenin yiyecek-içecek hizmetlerine ilişkin saha araştırması, gözlem, personel ve/veya misafirlerle yapılan görüşme teknikleri aracılığıyla nitel veriler toplanmıştır. Elde edilen bulgulara göre; işletmenin tarihi ve doğal kaynaklara sahip olması, kamu güvencesi ile hizmet sunması, hijyen ve sağlık kurallarına yüksek düzeyde uyum sağlaması, sağlık turizmiyle entegre olması ve uzun süredir süregelen kurumsal deneyim güçlü yönler arasında öne çıkmaktadır. Öte yandan, menü çeşitliliğinin sınırlı olması, personel yetersizliği ve modern gastronomi trendlerinden uzak olunması zayıf yönler olarak belirlenmiştir. Fırsatlar kapsamında ise sağlık turizmine olan ilginin artması, yerli ve yabancı turist sayısındaki potansiyel belirlenmiştir. Fırsatlar destekleri belirlenmiştir. Fırsatlar doğal güzellikleri ile uyumlu sürdürülebilir gastronomi uygulamalarına geçiş olanakları sayılabilir. Tehditler ise özel sektör tesisleriyle olan rekabet, hizmet kalitesine dair algı problemleri, kaynak yetersizlikleri, ekonomik dalgalanmalar ve müşteri beklentilerinin sürekli değişmesi olarak belirlenmiştir. Sonuç olarak, bu analiz doğrultusunda Yalova Termal İşletmesi'nin yiyecek-içecek hizmetlerinde sürdürülebilir kaliteyi yakalayabilmesi için stratejik planlamaya dayalı bir gelişim sürecine ihtiyaç duyulduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: SWOT Analizi, Sağlık Turizmi, Termal Tesis, Yiyecek-İçecek Hizmetleri, Kamu İşletmeleri

MINISTRY OF HEALTH YALOVA THERMAL FACILITY FOOD AND BEVERAGE SERVICES EVALUATION USING SWOT ANALYSIS

Spec. Dietitian F. Ebru ATABAY

Yalova Training and Research Hospital

Department of Nutrition and Dietetics, featabay@gmail.com

ABSTRACT

In today's world, where health tourism is becoming increasingly important, enhancing the competitiveness of public thermal facilities is directly related to the quality of services provided. Within the scope of thermal tourism, a sub-sector of health tourism, food and beverage services stand out as an influential factor in individuals' travel preferences towards specific destinations or different cities and countries. In this context, it is essential to evaluate the food and beverage services of the Yalova Thermal Facility, which operates under the Ministry of Health. In this study, the strengths, weaknesses, opportunities, and threats faced by the enterprise were examined using the SWOT analysis method in order to better understand its current situation and develop strategies to improve service quality. Within the scope of the research, qualitative data was collected through field research, observation, and interviews with staff and/or guests regarding the enterprise's food and beverage services. According to the findings, the establishment's historical and natural resources, its provision of services with public assurance, its high level of compliance with hygiene and health regulations, its integration with health tourism, and its long-standing corporate experience stand out as strengths. On the other hand, limited menu variety, insufficient staff, and being out of step with modern gastronomy trends were identified as weaknesses. Opportunities include growing interest in health tourism, potential increases in the number of domestic and foreign tourists, government support, and the possibility of transitioning to sustainable gastronomy practices in harmony with the region's natural beauty. Threats include competition with private sector facilities, perception problems regarding service quality, resource shortages, economic fluctuations, and constantly changing customer expectations. Consequently, based on this analysis, it is evident that Yalova Thermal Facility needs a development process based on strategic planning in order to achieve sustainable quality in its food and beverage services.

Keywords: SWOT Analysis, Health Tourism, Thermal Facility, Food and Beverage Services, Public Enterprises

1. GİRİŞ

Termal turizm, sağlık turizminin önemli bir alt dalı olup, ülkemizin hem ekonomik hem de sosyal kalkınmasında önemli bir yere sahiptir. Termal turizmin sadece belirli süreleri değil, bütün bir yılı kapsaması, ülkemizin kaynaklar açısından fazlasıyla yeterli olması son yıllarda ülkemizde termal turizm yatırımlarının hız kazanmasını sağlamıştır. Türkiye'nin bu alanda kendine yeni pazarlarda yer bulması, potansiyel hedefi olan daha büyük pazarlara ulaşması için ise sağlık turizmi altyapılarının ve termal altyapının verimli ve doğru biçimde değerlendirilmesi, tanıtılması, geliştirilmesi gerekmektedir (Çılgınlıoğlu, 2018;Connell, 2006).

Yalova, zengin termal kaynakları, doğal güzellikleri ve ulaşım kolaylığıyla Türkiye'nin önde gelen sağlık turizmi merkezlerinden biridir. Yalova Termal Kaplıcaları, Sağlık Bakanlığı'na bağlı tek termal işletmedir. Temeli Atatürk döneminde atılmış,2004 yılında Resmi gazetede yayınlanan 5197 sayılı kanunla Sağlık Bakanlığı'na bağlı müstakil işletme haline getirilmiştir. Kamu destekli yapısı ve uzun yıllara dayanan deneyimiyle hem yerli hem yabancı turistlere hizmet sunmaktadır. Ancak, rekabetin arttığı günümüz turizm sektöründe bu tür tesislerin müşteri memnuniyetini arttırmak için hizmet kalitelerini sürekli değerlendirmeleri ve geliştirmeleri gerekmektedir (Yüksel, 2003).

Termal tesislerin sunduğu konaklama ve tedavi hizmetleri kadar, yiyecek ve içecek hizmetlerinin kalitesi de müşteri memnuniyetini doğrudan etkilemektedir (Kotler, Bowen & Makens, 2016).Sunulan yiyeceklerin kalitesi, tazeliği, hijyeni, sağlıklı olması, çeşitliliği, görünümü ve servis sıcaklığı konukların bu yöndeki beklentilerini karşıladığı takdirde müşteri memnuniyeti olumlu yönde etkilenmekte , buna bağlı olarak işletmenin tekrar tercih sebebi olmasında ve önerilmesinde büyük rol oynamaktadır.

Bu çalışmanın amacı, Sağlık Bakanlığı Yalova Termal İşletmesi'nin yiyecek ve içecek hizmetlerinin mevcut durumunu SWOT analizi yöntemiyle inceleyerek güçlü ve zayıf yönlerini ortaya koymak; fırsatlar ve tehditler doğrultusunda stratejik öneriler geliştirmektir. SWOT analizi, özellikle stratejik planlama ve performans değerlendirme süreçlerinde yaygın olarak kullanılan bir yöntemdir (Aaker, 2004; Henry, 2008).

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Yöntemi

Bu çalışma, nitel araştırma yöntemi çerçevesinde yürütülmüştür. SWOT analizi, işletmenin iç ve dış çevresini değerlendirmek amacıyla kullanılmıştır. Analiz, örgütsel kaynakların ve çevresel koşulların birlikte değerlendirilmesine olanak tanıyan stratejik bir araçtır (Barney, 1991).

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu süreçte nitel veri toplama yöntemlerinden yararlanılmıştır. Veriler işletmenin yiyecek-içecek hizmetlerine yönelik saha araştırması, gözlem çalışmaları ile birlikte personel, idareci ve misafirlerle yapılan görüşme teknikleri aracılığıyla; ayrıca işletmenin kalite el kitapları, hizmet raporları, mali verileri ve mutfak formları incelenerek doküman analizi (Sağlık Bakanlığı Yalova Termal İşletmesi İç Dokümanları, 2025) ile elde edilmiştir.

Elde edilen veriler içerik analizi yöntemiyle değerlendirilmiş ve SWOT kategorilerine göre sınıflandırılmıştır (Henry, 2008).

3. BULGULAR

Analiz sonuçları, işletmenin güçlü yönlerinin yüksek hijyen standartları ve devlet güvencesi olduğunu, zayıf yönlerinin ise personel eğitimi eksikliği ve maliyet baskısı olduğunu göstermiştir. Bu durum, hizmet sektöründe insan kaynağı kalitesinin doğrudan müşteri memnuniyetini etkilediğine dair literatürle örtüşmektedir (Kotler et al., 2016).

Ayrıca, sağlık turizmi kapsamında artan talep ve bölgesel iş birlikleri, önemli fırsatlar olarak değerlendirilmiştir. Ancak özel sektör termal tesisleriyle rekabetin artması ve ekonomik dalgalanmalar potansiyel tehditler olarak tanımlanmıştır (Yüksel, 2003).

3.1. Güçlü Yönler (Strengths)

Yüksek hijyen ve kalite standartlarının uygulanması, Sağlık Bakanlığı güvencesi ve marka itibarı, termal kaynaklara ve tarihi ve doğal güzelliklere yakın konum, diyet ve sağlık odaklı menü seçeneklerinin bulunması, deneyimli ve uzun süredir görev yapan personel, ulaşım kolaylığı.

3.2. Zayıf Yönler (Weaknesses)

Sürekli personel eğitimi programlarının eksikliği, menü çeşitliliğinde sınırlılıklar, stok kontrolü ve tedarik zinciri sorunları, yüksek işletme maliyetleri (işletme gelirleri giderlerini karşılamakta yetersiz kalmaktadır.) sezon dışı dönemlerde düşük talep.

3.3. Fırsatlar (Opportunities)

Sağlık turizmine yönelik devlet teşvikleri, bölgesel turizm ve gastronomi iş birlikleri, yerel ve organik ürünlerin kullanım potansiyeli, sosyal medya ve dijital tanıtım imkanları, yenilenebilir enerji ve sürdürülebilirlik uygulamaları.

3.4. Tehditler (Threats)

Özel sektör termal tesisleriyle artan rekabet, ekonomik dalgalanmalar ve maliyet artışları, mevsimsellikten kaynaklanan talep değişimleri, gıda tedarikinde dışa bağımlılık, pandemi benzeri krizlerin turizm sektörüne etkisi, müşteri beklentilerinin sürekli değişmesi.

4. TARTIŞMA

SWOT analizinden elde edilen bulgular stratejik planlama açısından değerlendirildiğinde, işletmenin güçlü yönlerini fırsatlarla birleştirerek büyüme stratejileri oluşturabileceği görülmektedir (Aaker, 2004). İşletme, devlet desteğinden gelen güçlü, güvenilir ve sağlıklı marka imajını dijital tanıtımda etkin biçimde kullanarak; konum ve hijyen avantajını sağlık turizmi kampanyalarıyla birleştirmek suretiyle sürdürülebilir bir rekabet avantajı elde edebilir.

Zayıf yönlerin giderilmesi için, meslek yüksekokullarıyla iş birliği yapılarak sürekli eğitim programlarının uygulanması ve menü yeniliklerinde sağlıklı, yerel ürünlerin kullanılarak modern gastronomi trendleriyle çeşitliliğin artırılması önerilmektedir. Bu tür stratejik hamleler, hizmet kalitesinin yükseltilmesine doğrudan katkı sağlayacaktır (Henry, 2008).

Ayrıca, işletmenin kurumsal dayanıklılığını artırmak için kriz yönetim planları geliştirmesi, mevsimsellik etkisini azaltmak amacıyla termal turizmi yıl geneline yayacak kampanyalar hazırlaması , ve kaynak yetersizliğinin krize dönüşmemesi için iç denetim mekanizmasıyla maliyet yönetimi ile stok planlama sistemlerinin güçlendirilmesi önerilmektedir. Böylece, sağlık turizmi kapsamında hem yerli hem de yabancı turistler için cazip bir destinasyon oluşturulabilecektir (Yüksel, 2003).

5. SONUÇ

Bu çalışma, Sağlık Bakanlığı'na bağlı tek termal tesis olma özelliği taşıyan Yalova Termal İşletmesi'nin yiyecek-içecek hizmetlerini stratejik yönetim perspektifiyle ele alarak SWOT analizi aracılığıyla çok boyutlu biçimde değerlendirmiş; işletmenin mevcut yapısının yalnızca operasyonel değil, aynı zamanda kurumsal, yönetsel ve stratejik düzeyde de ele alınması gerektiğini ortaya koymuştur. Elde edilen bulgular, işletmenin sahip olduğu güçlü yönlerin korunmasının tek başına yeterli olmadığını; değişen tüketici beklentileri, artan rekabet koşulları ve küresel sağlık turizmi dinamikleri karşısında proaktif, bütüncül ve uzun vadeli bir stratejik dönüşüm ihtiyacının kaçınılmaz olduğunu göstermektedir. Bu durum, literatürde vurgulanan stratejik yönetim ve hizmet kalitesi yaklaşımlarıyla da örtüşmektedir (Aaker, 2004; Kotler et al., 2016).

Araştırma bulguları, yiyecek-içecek hizmetlerinin termal turizm deneyiminin yalnızca tamamlayıcı bir unsuru değil, doğrudan algılanan hizmet kalitesini, memnuniyeti, tekrar ziyaret niyetini ve destinasyon imajını şekillendiren stratejik bir değer bileşeni olduğunu açık biçimde ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, Yalova Termal İşletmesi'nde sunulan yiyecek-içecek hizmetlerinin modern gastronomi yaklaşımları doğrultusunda yeniden yapılandırılması; menü çeşitliliğinin artırılması, yerel ve sağlıklı ürün kullanımının teşvik edilmesi, dijital tanıtım kanallarında kamusal güven unsurunun daha görünür kılınması, maliyet ve stok yönetiminin rasyonelleştirilmesi ve insan kaynağı niteliğinin sürekli eğitim yoluyla güçlendirilmesi, işletmenin rekabet gücünü artıracak temel politika alanları olarak öne çıkmaktadır.

Bu dönüşümün sürdürülebilir ve kurumsal bir nitelik kazanabilmesi için, Yalova Termal İşletmesi'nin yalnızca kendi iç dinamikleriyle değil; Kültür ve Turizm Bakanlığı, yerel yönetimler, UŞHAŞ ve TÜRSAB gibi paydaş kurumlarla koordinasyon içinde hareket etmesi kritik öneme sahiptir. Bu tür çok paydaşlı iş birlikleri, hem finansal ve yönetsel kapasite sınırlılıklarının aşılmasına katkı sağlayacak hem de Yalova Termal İşletmesi'nin kamu güvencesiyle desteklenen, nitelikli, yenilikçi ve sürdürülebilir bir hizmet modeli geliştirerek ulusal ve uluslararası ölçekte örnek gösterilen bir yapı haline gelmesine zemin hazırlayacaktır. Sonuç olarak bu çalışma, Yalova Termal İşletmesi'nin yiyecek-içecek hizmetlerini yalnızca operasyonel bir faaliyet alanı olarak değil, sağlık turizmi stratejisinin merkezinde yer alan bir değer üretim alanı olarak yeniden konumlandırması gerektiğini ortaya koymaktadır. Bu

perspektifle atılacak adımlar, hem tesisin kurumsal itibarını güçlendirecek hem de Yalova'nın sağlık ve termal turizmde marka destinasyon haline gelmesine anlamlı bir katkı sunacaktır.

KAYNAKÇA

- Aaker, D. A. (2004). Strategic Market Management. Wiley.
- Barney, J. (1991). Firm Resources and Sustained Competitive Advantage. *Journal of Management*, 17(1), 99-120.
- Connell, J. (2006). Medical Tourism: Sea, Sun, Sand And Surgery. *Tourism Management*, 27(6): 1093-1100
- Çılgınoğlu, H. (2018). Sağlık Turizminin Temel Özellikleri, Eğilimleri ve Pazarın Küreselleşmesi Üzerine Bir Değerlendirme. *Electronic Turkish Studies*, 13(22): 179-192.
- Henry, A. (2008). Understanding Strategic Management. Oxford University Press.
- Kotler, P., Bowen, J. T. & Makens, J. C. (2016). Marketing for Hospitality and Tourism. Pearson.
- Yüksel, A. (2003). Konaklama ve Turizm Hizmetlerinin Uluslararası Pazarlanması. Peter Lang Yayınları.
- Sağlık Bakanlığı Yalova Termal İşletmesi İç Dokümanları (2025).
- Yalova Termal Kaplıcaları.Yalova Termal Kaplıcaları resmi sitesi.Erişim:11 Ekim 2025.
<https://www.yalovatermal.com/>

TÜRKİYE SAĞLIK TURİZMİ ÜZERİNE ÇEVİRİMİÇİ HASTA YORUMLARININ ANALİZİ: HİZMET KALİTESİ VE İTİBAR YÖNETİMİ AÇISINDAN BİR DEĞERLENDİRME

Mehmet Beşir DEMİRBAŞ

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sağlık Yönetimi Bölümü,
mehmet_besir94@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-5137-0496

Betül AKALIN

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Yönetimi Bölümü,
betul.akalin@sbu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0402-2461

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, hizmet kalitesi, hasta memnuniyeti ve itibar riskindeki değişen eğilimleri belirlemek için, 2023 sonrası Türkiye'nin sağlık turizmi sektörüne ilişkin hastalar tarafından yazılan çevrimiçi yorumları kapsamlı bir şekilde analiz etmektir. Araştırmada çok boyutlu içerik ve duygu analizi kullanılarak, yüksek standartlı kurumsal hastanelerin yüksek hacimli, maliyet odaklı estetik kliniklerle bir arada var olduğu pazarda ortaya çıkan yapısal ikiliği ortaya çıkarmayı ve bu farklılığın Türkiye'nin küresel medikal turizm itibarını nasıl etkilediğini değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışmada, 2023 yılından sonra Türkiye'nin sağlık turizmi sektörüyle ilgili hastalar tarafından yazılan çevrimiçi yorumları incelemek için niteliksel içerik ve duygu analizi kullanılmıştır. Veriler, Şikayetvar, Turquie Santé ve My1Health gibi ulusal ve uluslararası yorum platformlarından toplanmış olup hem kurumsal hastaneler (1. Kademe) hem de yüksek hacimli estetik klinikler (2. Kademe) hakkında 500'den fazla hasta yorumunu kapsamaktadır. Analizler, Python kütüphanelerine (NLTK ve TextBlob) dayalı metin madenciliği ve duygu analizi araçları kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Çalışma kapsamında 500'den fazla hasta yorumunun analizi gerçekleştirilmiştir. Bulgular, ikili bir pazar yapısını ortaya koymaktadır: Kurumsal hastaneler kalite ve iletişim sayesinde yüksek memnuniyet elde ederken estetik klinikler, klinik sonuçlar, ameliyat sonrası bakım ve geri ödeme anlaşmazlıkları konusunda tekrarlayan sorunlarla karşı karşıya kalmış ve bu da Türkiye'nin medikal turizm sektörü için önemli itibar riskleri oluşturmuştur.

Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre, Türkiye'nin medikal turizm sektörünün sürdürülebilir mükemmellik ile itibar açısından kırılganlık arasında kritik bir dönüm noktasında olduğunu göstermektedir. Kurumsal hastaneler, küresel güvenilirliği artıran yüksek kaliteli, hasta odaklı bakım sunmaya devam ederken düşük maliyetli estetik kliniklerin hızlı büyümesi, klinik kalite, ameliyat sonrası destek ve mali hesap verebilirlik ile ilgili sistemik sorunlar yaratmaktadır. Bu eşitsizlikler, uluslararası güveni zedeleyerek ülkenin dünyanın en iyi beş sağlık turizmi destinasyonu olma stratejik hedefini tehlikeye atmaktadır. Etik, yüksek kaliteli ve sürdürülebilir sektörel büyümeyi sağlamak için düzenleyici çerçevelerin güçlendirilmesi, klinik akreditasyonun uygulanması ve şeffaf geri ödeme ile hasta destek mekanizmalarının hayata geçirilmesi avantaj sağlayıcı olacaktır. Gelecekteki stratejiler, dengeyi yeniden sağlamak ve Türkiye'nin küresel sağlık markasının bütünlüğünü güçlendirmek için itibar yönetimi ve dijital şeffaflığı ön plana çıkarmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Turizmi, Hasta Memnuniyeti, İtibar Yönetimi, Yorum Analizi, Hizmet Kalitesi

ANALYSIS OF ONLINE PATIENT REVIEWS ON HEALTH TOURISM IN TURKEY: AN EVALUATION IN TERMS OF SERVICE QUALITY AND REPUTATION MANAGEMENT

Mehmet Beşir DEMİRBAŞ

Sağlık Bilimleri University, Institute of Health Sciences, Health Management Department,
mehmet_besir94@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-5137-0496

Betül AKALIN

Sağlık Bilimleri University, Faculty of Health Sciences, Health Management Department,
betul.akalin@sbu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0402-2461

ABSTRACT

Aim: The purpose of this study is to comprehensively analyze online reviews written by patients regarding Turkey's health tourism sector after 2023 to identify changing trends in service quality, patient satisfaction, and reputation risk. Using multidimensional content and sentiment analysis, the research aims to reveal the structural duality emerging in a market where

high-standard corporate hospitals coexist with high-volume, cost-focused aesthetic clinics, and to assess how this difference affects Turkey's global medical tourism reputation.

Methods: This study used qualitative content and sentiment analysis to examine online reviews written by patients regarding Turkey's health tourism sector after 2023. Data was collected from national and international review platforms such as Şikayetvar, Turquie Santé, and My1Health, covering over 500 patient reviews about both corporate hospitals (Tier 1) and high-volume aesthetic clinics (Tier 2). Analyses were conducted using text-mining and sentiment analysis tools based on Python libraries (NLTK and TextBlob).

Results: The study analyzed over 500 patient reviews. The findings reveal a dual market structure: While corporate hospitals achieve high satisfaction through quality and communication, aesthetic clinics face recurring issues regarding clinical outcomes, post-operative care, and reimbursement disputes, creating significant reputational risks for Turkey's medical tourism sector.

Conclusion: According to research findings, Turkey's medical tourism sector is at a critical turning point between sustainable excellence and fragility in terms of reputation. While corporate hospitals continue to provide high-quality, patient-centered care that enhances global credibility, the rapid growth of low-cost aesthetic clinics is creating systemic problems related to clinical quality, post-operative support, and financial accountability. These inequalities undermine international trust, jeopardizing the country's strategic goal of becoming one of the world's top five health tourism destinations. Strengthening regulatory frameworks, implementing clinical accreditation, and introducing transparent reimbursement and patient support mechanisms will be advantageous for ensuring ethical, high-quality, and sustainable sector growth. Future strategies should prioritize reputation management and digital transparency to restore balance and strengthen the integrity of Turkey's global healthcare brand.

Keywords: Health Tourism, Patient Satisfaction, Reputation Management, Review Analysis, Service Quality

GİRİŞ

Türkiye, son on yılda sağlık turizmi alanında kayda değer bir büyüme performansı sergilemiş ve bu alandaki stratejik hedeflerini ulusal politika belgeleriyle açık biçimde ortaya koymuştur. Türkiye Cumhuriyeti Strateji ve Bütçe Başkanlığı tarafından belirlenen 2023 stratejik hedefleri doğrultusunda, yılda yaklaşık 750.000 sağlık turistine tedavi hizmeti sunulması ve bu kapsamda

5–6 milyar ABD doları tutarında gelir elde edilmesi öngörülmüştür (T.C. Strateji ve Bütçe Başkanlığı, 2023). Bu hedefler, Türkiye’yi küresel sağlık turizmi pazarında dünyanın ilk beş ülkesi arasına yerleştirmeyi amaçlamaktadır.

Bu stratejik vizyonun temel dayanaklarından biri, Türkiye’nin uluslararası düzeyde tanınan, yüksek standartlarda hizmet sunan kurumsal hastaneleridir. Özellikle onkoloji, nöroşirürji, kardiyovasküler cerrahi ve organ nakli gibi yüksek uzmanlık ve ileri teknoloji gerektiren alanlarda faaliyet gösteren büyük ölçekli hastaneler, JCI akreditasyonu gibi uluslararası kalite göstergeleriyle desteklenen bir hizmet altyapısına sahiptir (Joint Commission International, 2022). Bu segmentteki sağlık turistlerine ait çevrimiçi hasta geri bildirimleri incelendiğinde, klinik sonuçlara duyulan güven, hekim yetkinliği ve hasta güvenliği algısının yüksek olduğu görülmektedir. Söz konusu yorumlar, Türkiye’nin kompleks ve yüksek riskli tıbbi müdahalelerde güçlü bir marka algısı oluşturduğunu ortaya koymaktadır.

Bununla birlikte, 2023 sonrası dönemde çevrimiçi şikâyet platformları ve sosyal medya analizleri, sağlık turizmi pazarında dikkat çekici bir ayrışmaya işaret etmektedir. Özellikle saç ekimi başta olmak üzere estetik ve görece düşük bariyerli cerrahi işlemlerde, kalite kontrol mekanizmalarının zayıfladığına dair artan sayıda olumsuz hasta deneyimi rapor edilmektedir. Bu şikâyetler; yetersiz klinik sonuçlar (asimetrik görünüm, düzensiz ekim alanları), ameliyat sonrası bakım ve takip süreçlerinin eksikliği ile hizmet beklentilerinin karşılanmaması durumunda ücret iadesi taleplerinin reddedilmesi gibi finansal anlaşmazlıklar etrafında yoğunlaşmaktadır (Öztürk & Yılmaz, 2024). Bu tür geri bildirimler, yalnızca bireysel hasta mağduriyetlerine değil, aynı zamanda ülke genelindeki sağlık turizmi itibarına yönelik sistemik risklere işaret etmektedir.

Türkiye’nin sağlık turizmi alanındaki başarısı, güncel istatistiklerle de desteklenmektedir. USHAŞ tarafından açıklanan 2025 yılı üçüncü çeyrek verilerine göre, yılın ilk dokuz ayında Türkiye’yi sağlık hizmeti almak amacıyla ziyaret eden kişi sayısı 1.080.387’ye ulaşmış; elde edilen toplam sağlık turizmi geliri ise yaklaşık 2,19 milyar ABD doları olarak kaydedilmiştir (USHAŞ, 2025). Bu veriler, Türkiye’nin yalnızca maliyet avantajı ile değil; organizasyonel kapasite, klinik yetkinlik ve hizmet çeşitliliği sayesinde güçlü bir pazar konumu elde ettiğini göstermektedir.

Ancak literatürde de vurgulandığı üzere, sağlık turizminde sürdürülebilir rekabet avantajı yalnızca geçmiş performansla değil, hizmet kalitesinin sürekliliği ve etkin itibar yönetimiyle

mümkündür (Connell, 2013). Çevrimiçi hasta yorumları, bu bağlamda erken uyarı mekanizması işlevi görmekte; kalite sapmaları ve hasta memnuniyetsizliği eğilimlerini görünür kılmaktadır. Türkiye örneğinde, kurumsal ve yüksek standartlı hastaneler ile hacim odaklı çalışan küçük ve orta ölçekli estetik klinikler arasında belirgin bir algı farkı olduğu görülmektedir. Şikâyetlerin büyük ölçüde ikinci grupta yoğunlaşması, pazarın yapısal olarak ayrıştığını ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak, Türkiye sağlık turizmi alanında güçlü bir tarihsel başarıya ve uluslararası tanınırlığa sahip olmakla birlikte, özellikle estetik ve hızlı büyüyen alt segmentlerde ortaya çıkan hizmet kalitesi sorunları, ülkenin küresel marka değerini tehdit eden kritik risk faktörleri olarak öne çıkmaktadır. Çevrimiçi hasta yorumlarının sistematik analizi, bu risklerin erken tespiti ve itibar yönetimi stratejilerinin yeniden yapılandırılması açısından önemli bir politika ve yönetim aracı sunmaktadır. Aksi halde, kalite erozyonu ve artan hasta memnuniyetsizliği, Türkiye'nin sağlık turizminde hedeflenen 5–6 milyar dolarlık gelir düzeyine ulaşmasını doğrudan riske atabilecektir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, hizmet kalitesi, hasta memnuniyeti ve itibar riskindeki değişen eğilimleri belirlemek için, 2023 sonrası Türkiye'nin sağlık turizmi sektörüne ilişkin hastalar tarafından yazılan çevrimiçi yorumları kapsamlı bir şekilde analiz etmektir. Araştırmada çok boyutlu içerik ve duygu analizi kullanılarak, yüksek standartlı kurumsal hastanelerin yüksek hacimli, maliyet odaklı estetik kliniklerle bir arada var olduğu pazarda ortaya çıkan yapısal ikiliği ortaya çıkarmayı ve bu farklılığın Türkiye'nin küresel medikal turizm itibarını nasıl etkilediğini değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

Araştırma Yöntemi

Bu çalışmada, 2023 yılından sonra Türkiye'nin sağlık turizmi sektörüyle ilgili hastalar tarafından yazılan çevrimiçi yorumları incelemek için niteliksel içerik ve duygu analizi kullanılmıştır. Veriler, Şikayetvar, Turquie Santé ve My1Health gibi ulusal ve uluslararası yorum platformlarından toplanmış olup hem kurumsal hastaneler (1. Kademe) hem de yüksek hacimli estetik klinikler (2. Kademe) hakkında 500'den fazla hasta yorumunu kapsamaktadır. Analizler, Python kütüphanelerine (NLTK ve TextBlob) dayalı metin madenciliği ve duygu analizi araçları kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Bu çalışmada, 01 Ocak 2023 – 01 Ekim 2025 tarihleri arasında Türkiye’de sağlık turizmi hizmetlerinden yararlanan bireyler tarafından çevrimiçi platformlarda paylaşılan **520 kullanıcı yorumu**, duygu (sentiment) analizi ve tematik içerik analizi yöntemleriyle incelenmiştir. Bulgular, Türkiye sağlık turizmi sektöründe yüksek genel memnuniyet düzeyine karşın, belirli hizmet segmentlerinde yapısal kalite risklerinin varlığını ortaya koymaktadır.

• Yorumların Genel ve Duygusal Dağılımı

İncelenen yorumların %62’si İngilizce, %38’i Türkçe olarak paylaşılmıştır. Duygu analizi sonuçları, yorumların %64,2’sinin pozitif, %18,8’inin nötr ve %17’sinin negatif olduğunu göstermektedir. Bu dağılım, Türkiye’nin sağlık turizmi alanında genel hasta memnuniyetinin yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Pozitif yorumlar ağırlıklı olarak:

- Doktorların mesleki yetkinliği,
- Tedavi sonuçlarından duyulan memnuniyet,
- Fiyat–kalite dengesi temalarında yoğunlaşmıştır.

Negatif yorumlar ise büyük ölçüde:

- İletişim eksiklikleri,
- Post-operatif takip yetersizliği,
- Randevu ve organizasyon aksaklıkları ile ilişkilidir.
- Tablo 1’in verileri, fiyat ve klinik kalite temalarının Türkiye’nin rekabet avantajını oluşturduğunu; buna karşın post-operatif takip ve iletişim boyutlarının kırılgan alanlar olduğunu göstermektedir.

Tablo 1 Tematik Analiz Bulguları

Tema	Oran (%)	Baskın Duygu
Fiyat / Maliyet Avantajı	28,1	Pozitif
Hizmet Kalitesi ve Klinik Sonuç	24,6	Pozitif
İletişim ve Danışmanlık	18,3	Karma
Tedavi Sonrası Takip	11,5	Negatif
Lojistik ve Organizasyon	9,2	Nötr–Negatif

- **Dil ve Hasta Deneyimi Arasındaki Farklılaşma**

Dil bazlı analiz, yabancı hastaların deneyimlerinin yerli hastalara kıyasla daha olumlu olduğunu ortaya koymuştur. İngilizce yorumların %68,2’si pozitif iken, Türkçe yorumlarda bu oran %57’dir. Bu durum, Türkiye’nin özellikle uluslararası hasta pazarına yönelik hizmet süreçlerinde daha yapılandırılmış ve standartlaştırılmış bir deneyim sunduğunu, iç pazarda ise süreç yönetiminin görece zayıf kaldığını düşündürmektedir.

- **Zaman Serisi Bulguları (2023–2025)**

Zaman serisi analizi, 2023 yılında yüksek memnuniyet oranlarıyla başlayan sürecin, 2024’te hizmet yoğunluğuna bağlı olarak iletişim ve takip temelli şikâyetlerde artış yaşadığını; 2025 itibarıyla ise memnuniyet düzeyinin yeniden yükselişe geçtiğini göstermektedir. Bu eğilim, sektörün geri bildirimlere kısmen yanıt verebildiğini, ancak bu iyileşmenin yapısal olarak kalıcı hale getirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, Türkiye sağlık turizmi sektörünün 2023 sonrası dönemde yüksek memnuniyet yüksek risk ikiliği içinde olduğunu göstermektedir. Genel hasta memnuniyet düzeyi yüksek olmakla birlikte, hizmet kalitesinin segmentler arasında homojen dağılmadığı görülmektedir.

Bulgular, Türkiye'nin sağlık turizminde rekabet avantajının yalnızca ekonomik fiyatlandırmadan değil; hekim yetkinliği, tedavi kalitesi ve entegre hizmet sunumundan kaynaklandığını teyit etmektedir. Bununla birlikte, özellikle estetik işlemler ve tedavi sonrası destek süreçlerinde yaşanan aksaklıklar, hasta deneyimini zayıflatan temel unsurlar olarak öne çıkmaktadır.

Dil bazlı farklılaşma ve zaman serisi sonuçları, uluslararası hastalara yönelik süreçlerin daha profesyonelce yönetildiğini; ancak artan hizmet hacminin, iletişim ve takip mekanizmaları üzerinde baskı yarattığını göstermektedir. Bu durum, kontrol altına alınmadığı takdirde Türkiye'nin sağlık turizmindeki kurumsal itibarını ve uzun vadeli sürdürülebilirliğini tehdit edebilecek bir risk alanı oluşturmaktadır.

Elde edilen bulgular doğrultusunda öneriler; yönetsel–stratejik, akademik ve politika düzeyi olmak üzere üç başlık altında sunulmaktadır.

- Tedavi sonrası destek sistemleri güçlendirilmelidir. Dijital takip platformları, uzaktan danışmanlık ve çok dilli destek hatları standart uygulama haline getirilmelidir.
- Dijital itibar yönetimi kurumsallaştırılmalıdır. Çevrimiçi yorumlar yalnızca pazarlama aracı olarak değil, kalite izleme ve hizmet geliştirme girdisi olarak değerlendirilmelidir.
- İletişim süreçleri standardize edilmelidir. Özellikle randevu, bilgilendirme ve takip aşamalarında hasta yolculuğu haritaları oluşturulmalıdır.
- Yapay zekâ destekli duygu analizi ve metin madenciliği uygulamaları, daha geniş veri setleriyle derinleştirilmelidir.
- Nicel içerik analizleri, nitel mülakat ve anket çalışmalarıyla desteklenerek metodolojik çeşitlilik artırılmalıdır.
- Türkiye, diğer sağlık turizmi destinasyonlarıyla karşılaştırmalı analizlere konu edilerek küresel konumlandırma netleştirilmelidir.
- Ulusal Sağlık Turizmi Yorum İzleme Sistemi kurulmalıdır. Kamu kurumları tarafından yönetilen dijital bir “itibar panosu” ile çevrimiçi geri bildirimler izlenmelidir.
- Akreditasyon süreçlerine dijital memnuniyet göstergeleri entegre edilmelidir. Hasta deneyimi verileri, kalite denetimlerinin ayrılmaz bir parçası haline getirilmelidir.
- Yüksek hacimli estetik hizmetler için özel düzenlemeler geliştirilerek kalite–hacim dengesizliği önlenmelidir.

Sonuç olarak, Türkiye sağlık turizmi alanında güçlü bir küresel aktör konumundadır. Ancak bu konumun sürdürülebilirliği, yalnızca artan hasta sayısı ve gelirle değil; hasta deneyiminin tüm temas noktalarında tutarlı kalite yönetimi ile mümkün olacaktır. Çevrimiçi hasta yorumları, bu sürecin en erken ve en güvenilir göstergelerinden biri olarak stratejik karar alma süreçlerine entegre edilmelidir.

KAYNAKÇA

Connell, J. (2013). *Medical tourism*. CABI Publishing.

Joint Commission International. (2022). *JCI accreditation standards for hospitals* (7th ed.). JCI Press.

Öztürk, M., & Yılmaz, A. (2024). Sağlık turizminde evrimii hasta Őikyetlerinin hizmet kalitesi açısından değerlendirilmesi. *Sağlık Yönetimi Dergisi*, 26(2), 145–162.

T.C. Strateji ve Bütçe Başkanlığı. (2023). *Sağlık turizmi ve hizmet ihracatı strateji belgeleri*. Ankara.

Uluslararası Sağlık Hizmetleri A.Ő. (USHAŞ). (2025). *2025 yılı üçüncü çeyrek sağlık turizmi istatistikleri*. Ankara.

YAPAY ZEKÂ DESTEKLİ CHATBOT VE SANAL ASİSTANLARIN SAĞLIK TURİZMİ HİZMET KALİTESİ ÜZERİNDEKİ ROLÜ

Mehmet Beşir DEMİRBAŞ

Sağlık Bilimleri University, Institute of Health Sciences, Health Management Department,
mehmet_besir94@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-5137-0496

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, yapay zeka destekli chatbotların ve sanal asistanların sağlık turizmi hizmet kalitesi üzerindeki etkilerini dört temel alanda (Erişilebilirlik, İletişim, Memnuniyet ve Bilgi Yönetimi) sistematik olarak sentezlemektir. Çalışmanın kavramsal çerçevesi, hizmet kalitesinin geleneksel boyutlarının dijital adaptasyonunu ve Yapay Zeka Destekli Sağlık Turizmi Modeli çerçevesinde değerlendirilmesini esas almaktadır. Bu sentez, sağlık turizmi sağlayıcılarına, yapay zeka uygulamalarını hizmet kalitesini stratejik olarak artırmak için nasıl kullanacaklarına dair kanıt temelli öneriler sunmayı hedeflemektedir.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışma, PRISMA 2020 (Sistematik İncelemeler ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Öğeleri) kılavuzlarına uygun olarak yürütülen sistematik bir inceleme olarak tasarlanmıştır. Araştırmada 5 farklı veri tabanı taranmış chatbot, turizmi ve sağlık turizmi ekseninde sonuçlar ortaya koyan çalışmalar araştırmaya dahil edilmiştir.

Bulgular: Araştırma çerçevesinde anahtar kelimeler ile tarama yapılarak toplamda 83 çalışmaya erişilmiştir. Dahil etme ve dışlama kriterleri kapsamında değerlendirildikten sonra 27 çalışma araştırmaya dahil edilmiştir. Bu çalışmaların 8'i tez, 17'si makale ve 2'si rapordur.

Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre, yapay zeka destekli sohbet robotları ve sanal asistanların erişilebilirliği, operasyonel verimliliği ve hasta memnuniyetini artırarak sağlık turizmi hizmetlerinin kalitesini önemli ölçüde iyileştirdiğini göstermektedir. Doğal dil işleme ve otomasyon sayesinde, bu sistemler 7/24 gerçek zamanlı iletişim imkânı sunarak bekleme sürelerini ve idari iş yükünü azaltırken, hasta profilleri ve tercihlerine göre kişiselleştirilmiş destek sağlamaktadır. Çalışmalar, sohbet robotlarının etkili bilgi alışverişini, randevu yönetimini ve tedavi sonrası takibi kolaylaştırarak güven ve bağlılığı güçlendirdiğini göstermektedir. Ancak, verimliliklerine rağmen, sohbet robotları ile ilgili kalıcı bir güven açığı

devam etmektedir. Hastalar, tedavi seçimi veya finansal işlemler gibi yüksek riskli kararlar için insan etkileşimine güvenme eğilimindedir. Ayrıca, çok dilli iletişim ve kültürel uyum, büyük dil modellerinin İngilizce dışındaki bağlamlarda doğruluk ve tutarlılık açısından yetersiz kalması ve potansiyel güvenlik ve güvenilirlik endişeleri yaratması nedeniyle sanal asistanlara olan güven güçlü değildir. Genel olarak, yapay zekâ destekli iletişim araçlarının sağlık turizmine entegrasyonu, otomasyon yoluyla hız ve ölçeklenebilirliği artırırken, sürdürülebilir hasta güveni ve kültürler arası hizmet kalitesini sağlamak için insani empati, etik hassasiyet ve hibrit hizmet modellerine olan sürekli ihtiyacın kolayca aşılamayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Chatbot, Hasta Memnuniyeti, Sağlık Turizmi, Sanal Asistanlar, Yapay Zekâ

THE ROLE OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE-POWERED CHATBOTS AND VIRTUAL ASSISTANTS IN THE QUALITY OF HEALTHCARE TOURISM SERVICES

Mehmet Beşir DEMİRBAŞ

Sağlık Bilimleri University, Institute of Health Sciences, Health Management Department,
mehmet_besir94@hotmail.com, Orcid: 0000-0002-5137-0496

ABSTRACT

Aim: The purpose of this study is to systematically synthesize the effects of AI-powered chatbots and virtual assistants on the quality of healthcare tourism services in four key areas (Accessibility, Communication, Satisfaction, and Information Management). The conceptual framework of the study is based on the digital adaptation of traditional dimensions of service quality and their evaluation within the framework of the Artificial Intelligence-Supported Health Tourism Model. This synthesis aims to provide evidence-based recommendations to health tourism providers on how to use artificial intelligence applications to strategically enhance service quality.

Methods: This study was designed as a systematic review conducted in accordance with the PRISMA 2020 (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses)

guidelines. Five different databases were searched, and studies presenting results on chatbots, tourism, and health tourism were included in the research.

Results: Within the scope of the research, a total of 83 studies were accessed by searching with keywords. After being evaluated within the scope of inclusion and exclusion criteria, 27 studies were included in the research. Eight of these studies are theses, 17 are articles, and two are reports.

Conclusion: According to research findings, AI-powered chatbots and virtual assistants have significantly improved the quality of medical tourism services by increasing accessibility, operational efficiency, and patient satisfaction. Thanks to natural language processing and automation, these systems offer real-time communication 24/7, reducing waiting times and administrative workload while providing personalized support based on patient profiles and preferences. Studies show that chatbots strengthen trust and loyalty by facilitating effective information exchange, appointment management, and post-treatment follow-up. However, despite their efficiency, a persistent trust gap remains regarding chatbots. Patients tend to rely on human interaction for high-risk decisions such as treatment selection or financial transactions. Furthermore, trust in virtual assistants is not strong due to multilingual communication and cultural adaptation, as large language models fall short in terms of accuracy and consistency in contexts other than English, creating potential security and reliability concerns. Overall, while the integration of AI-powered communication tools into health tourism increases speed and scalability through automation, it is believed that the ongoing need for human empathy, ethical sensitivity, and hybrid service models to ensure sustainable patient trust and cross-cultural service quality cannot be easily overcome.

Keywords: Artificial Intelligence, Chatbots, Health Tourism, Patient Satisfaction, Virtual Assistants

GİRİŞ

Sağlık turizmi sektörü, küresel sağlık hizmetleri içinde hızla büyüyen ve dijitalleşen bir alan olarak dikkat çekmektedir (Herrick 2007). Bu sektör, yüksek maliyetli ve genellikle yüksek riskli tedavi süreçlerini içerdiğinden, geleneksel turizm hizmetlerinden farklı, daha yüksek bir hizmet kalitesi standardı gerektirmektedir. Kalite, Güvenilirlik, Güvence ve Somut Kanıt gibi

boyutlar üzerinden değerlendirilmekte olup, uluslararası hastaların karmaşık ihtiyaçlarına yanıt verme zorunluluğu, dijital çözümlere olan talebi artırmaktadır (Jabbari et al. 2013; Turner 2007).

Küresel hastaların karşılaştığı zorluklar; farklı zaman dilimlerinden kaynaklanan 24/7 erişim gereksinimi, dil ve kültürel bariyerler ile coğrafi mesafe gibi unsurları içermektedir (Cristobal-Fransi et al. 2023). Yapay zekâ (YZ) teknolojileri, bu engellerin üstesinden gelmek için kritik bir potansiyel sunmaktadır. Sağlık sektöründe YZ kullanımı; tıbbi araştırma, hastalık tanı süreçlerinin hızlandırılması, büyük veri yönetimi ve idari iş akışlarının otomasyonu gibi geniş bir yelpazeyi kapsamaktadır (Ostojić, Bogdanović, and Ružić 2021). Özellikle YZ destekli chatbotlar ve sanal asistanlar, hasta iletişimi, memnuniyet, erişilebilirlik ve bilgi yönetimi konularında hizmet kalitesini kökten değiştiren bir araç olarak öne çıkmaktadır. Yeni bir teknoloji benimsenirken, dijital okuryazarlık gibi faktörler kritik bir rol oynamaktadır. Chatbotların hizmet kalitesine entegrasyonu, geleneksel hizmet kalitesi algısını, algoritmik verimlilik ve otomasyonun sunduğu yeni boyutlarla zenginleştirmiştir.

Çalışmanın Amacı ve Yöntem

Bu çalışmanın amacı, YZ destekli chatbotların ve sanal asistanların sağlık turizmi hizmet kalitesi üzerindeki etkilerini dört temel alanda (Erişilebilirlik, İletişim, Memnuniyet ve Bilgi Yönetimi) sistematik olarak sentezlemektir. Derleme, PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) metodolojisine uygun bir yaklaşımla, mevcut literatürdeki kanıtlanmış operasyonel faydaları, hasta deneyimi üzerindeki etkileri ve ortaya çıkan etik/hukuki zorlukları kapsamlı bir şekilde analiz etmektedir.

Sistematik derleme, belirlenen anahtar kelime kombinasyonları ("Artificial Intelligence" OR "AI" OR "Machine Learning" OR "Natural Language Processing" OR "Chatbot" OR "Virtual Assistant") AND ("Health Tourism" OR "Medical Tourism" OR "Wellness Tourism") AND ("Patient Communication" OR "Patient Satisfaction" OR "Accessibility" OR "Information Management" OR "Service Quality") kullanılarak altı akademik veritabanında (PubMed, Scopus, Web of Science, IEEE Xplore, ScienceDirect, Google Scholar) yürütülmüştür.

Dahil Etme Kriterleri:

- 2015–2025 yılları arasında yayımlanmış olması,

- İngilizce veya Türkçe makaleler olması,
- Sağlık turizmi bağlamında chatbot, sanal asistan veya AI iletişim araçlarını ele alması,
- Nicel, nitel veya karma yöntemli araştırmalar olması ve
- Hakemli dergilerde yayımlanmış akademik çalışmalar olmasıdır.

BULGULAR

Araştırma çerçevesinde anahtar kelimeler ile tarama yapılarak toplamda 83 çalışmaya erişilmiştir. Dahil etme ve dışlama kriterleri kapsamında değerlendirildikten sonra 27 çalışma araştırmaya dahil edilmiştir. Bu çalışmaların 8'i tez, 17'si makale ve 2'si rapordur. Araştırma sonuçlarına göre, yapay zekâ destekli sohbet robotları ve sanal asistanların erişilebilirliği, operasyonel verimliliği ve hasta memnuniyetini artırarak sağlık turizmi hizmetlerinin kalitesini önemli ölçüde iyileştirdiğini göstermektedir. Doğal dil işleme ve otomasyon sayesinde, bu sistemler 7/24 gerçek zamanlı iletişim imkânı sunarak bekleme sürelerini ve idari iş yükünü azaltırken, hasta profilleri ve tercihlerine göre kişiselleştirilmiş destek sağlamaktadır. Çalışmalar, sohbet robotlarının etkili bilgi alışverişini, randevu yönetimini ve tedavi sonrası takibi kolaylaştırarak güven ve bağlılığı güçlendirdiğini göstermektedir. Ancak, verimliliklerine rağmen, sohbet robotları ile ilgili kalıcı bir güven açığı devam etmektedir. Hastalar, tedavi seçimi veya finansal işlemler gibi yüksek riskli kararlar için insan etkileşimine güvenme eğilimindedir. Ayrıca, çok dilli iletişim ve kültürel uyum, büyük dil modellerinin İngilizce dışındaki bağlamlarda doğruluk ve tutarlılık açısından yetersiz kalması ve potansiyel güvenlik ve güvenilirlik endişeleri yaratması nedeniyle sanal asistanlara olan güven güçlü değildir. Genel olarak, yapay zekâ destekli iletişim araçlarının sağlık turizmine entegrasyonu, otomasyon yoluyla hız ve ölçeklenebilirliği artırırken, sürdürülebilir hasta güveni ve kültürler arası hizmet kalitesini sağlamak için insani empati, etik hassasiyet ve hibrit hizmet modellerine olan sürekli ihtiyacın kolayca aşılamayacağı düşünülmektedir.

Erişilebilirlik ve Anında İletişim

Chatbotlar, sağlık turizminde erişilebilirliği coğrafi ve zamansal engelleri ortadan kaldırarak kökten dönüştürmektedir.

YZ destekli chatbotlar ve sanal asistanlar, zaman dilimi farklılıklarından bağımsız olarak hastalara 7/24 kesintisiz destek sunar (Bender and Koller 2023; Bingöl et al. 2020). Bu durum

özellikle uluslararası hastalar için kritik bir avantajdır, çünkü tedavi öncesi ve sonrası sorgularına anında yanıt alma imkânı sağlar (Deng and Lin 2022). Geleneksel müşteri hizmetleri kanallarının aksine, chatbotlar sorgulara anında yanıt vererek uzun bekleme sürelerini ve gecikmeleri ortadan kaldırır. Doğal Dil İşleme (NLP) ve makine öğrenimi algoritmalarını kullanan bu araçlar, hasta sorgularını gerçek zamanlı anlayıp yanıtlayarak hizmetin "hız" boyutunu maksimize etmektedir (An, J., Ding, W., & Lin 2023).

Rutin görevleri, randevu planlamasını ve seyahat lojistiği düzenlemelerini otomatikleştirerek, sağlık turizmi sağlayıcılarının operasyonel verimliliğini artırmakta ve hastalar için kesintisiz bir deneyim sağlamaktadır (Law, Leung, and Buhalis 2009). Bu otomasyon, idari iş yükünü azaltarak personel üzerindeki baskıyı hafifletir ve kaynakların daha karmaşık tıbbi süreçlere yönlendirilmesine olanak tanır (Levitt 1980; Turner 2007).

Hasta Memnuniyeti ve Kişiselleştirilmiş Deneyim

Hasta memnuniyeti, YZ uygulamaları aracılığıyla kişiselleştirme ve takip süreçlerinin iyileştirilmesiyle doğrudan ilişkilidir. YZ destekli chatbotlar, hastanın sağlık geçmişi, tercihleri ve etkileşim davranışları gibi verileri analiz ederek yanıtları ve önerileri kişiselleştirebilir (Nguyen et al. 2023). Chatbotlar hastaların tıbbi geçmişine uygun kişiselleştirilmiş klinik tavsiyeleri sunarak karar verme sürecine destek olmak ve daha derin bir hasta katılımı sağlama potansiyeli vardır (Barış 2020; Kaczorowska-Spychalska 2019; Nguyen et al. 2023).

Ayrıca, tedavi sonrası rehberlik ve takip hizmetleri, hasta memnuniyetini ve sadakatini önemli ölçüde artırmaktadır. YZ destekli chatbotlar, tedavi sonrası süreçte ortaya çıkan soruları gerçek zamanlı yanıtlayarak sağlık personeli üzerindeki yükü azaltır ve hızlı geri bildirim sağlar (Mehr 2017; Nguyen et al. 2023; Youn and Jin 2021). Kurumlar, hizmet kalitelerini sürekli iyileştirmek için YZ destekli duygu analizi (sentiment analysis) kullanabilmektedir. Ancak memnuniyet alanında önemli bir ayrım gözlemlenmektedir. Chatbotlar bilgi ve danışmanlık aşamasında yüksek kabul görse de, deneysel çalışmalar, rezervasyon niyeti için chatbotlara olan kabulün insan muadillerine göre sınırlı olduğunu göstermiştir (Akalin and Demirbaş 2024). Bu durum, hizmet kalitesindeki bir ikilemi ortaya koymaktadır: YZ, operasyonel verimlilik ve anında kişiselleştirilmiş bilgi ile memnuniyeti artırırken, rezervasyon gibi yüksek taahhüt ve güven gerektiren aşamalarda, hastaların hala insani güvenceyi ve empatiyi tercih ettiği anlaşılmaktadır.¹⁰ Bu bulgu, sağlık turizminde en uygun hizmet modelinin, rutin görevler için YZ'nin hızından yararlanan, ancak kritik kararlar ve satış işlemleri için insan empatisini

koruyan Hibrit Sistemler olduğunu göstermektedir (Çano and Morisio 2017; Lin et al. 2014). Hizmet kalitesi, otomasyon ve insani dokunuşun hassas dengesiyle sağlanmalıdır. Yöneticilerin, bu satış kaybını önlemek için chatbotları mümkün olduğunca insana benzer tasarlaması veya kritik anlarda insan müdahalesine olanak tanıyan hibrit sistemlere yatırım yapması gerekmektedir (Park et al. 2023).

Bilgi Yönetimi ve Operasyonel Verimlilik

Chatbotlar, yalnızca hasta iletişimi sağlamakla kalmaz, aynı zamanda karmaşık bilgi akışını yönetmede ve stratejik karar alma süreçlerini desteklemede kilit bir rol üstlenmektedir. YZ, büyük veri kümelerini analiz ederek hasta davranışlarını, tedavi sonuçlarını ve pazar trendlerini tahmin edebilir. Bu analitik yetenek, sağlık turizmi stratejilerinin daha iyi planlanmasını ve hedefli pazarlama kampanyalarının optimize edilmesini sağlamaktadır (Grajales et al. 2014; Sun, Blayney, and Hernandez-Boussard 2021; Wang 2016).

Operasyonel verimliliğin bir diğer önemli boyutu ise bilgi entegrasyonudur. Kullanıcı onayı alındıktan sonra, chatbotların Elektronik Sağlık Kayıtları (EHR) ile entegrasyonu, hastanın sağlık koşulları ve aşı geçmişi hakkında güvenilir bilgiler sunarak, kişiselleştirilmiş seyahat ve tedavi tavsiyelerinin etkinliğini önemli ölçüde artırabilir (Castaneda et al. 2015). Rutin sorguların ve randevu planlamasının otomatik yanıtlanması yoluyla idari iş akışlarının otomasyonu, insan kaynaklarının daha karmaşık klinik ve hasta bakımı görevlerine odaklanmasını sağlayarak operasyonel verimliliği kökten artırmaktadır.

Çok Dilli İletişim ve Kültürel Hassasiyet

Sağlık turizminin uluslararası yapısı göz önüne alındığında, dil bariyerlerinin aşılması, chatbotların sunduğu en büyük hizmet kalitesi vaatlerinden biridir. Chatbotlar ve otomatik dil çeviri modelleri, farklı dilsel geçmişlere sahip hastaların doktorlarla veya sağlık kurumlarıyla iletişim kurmasını sağlayarak küresel sağlık erişimini genişletir. Çok dilli cevap verme özelliği, global müşteri deneyimi ve erişilebilirliği için esastır (Kaczorowska-Spychalska 2019; Mehr 2017; Nguyen et al. 2023). Ancak, çeviri teknolojisinin sunduğu yüksek erişilebilirlik potansiyeline rağmen, dilsel doğrulukta kritik bir risk mevcuttur. Seyahat tıbbı, farklı kültürel geçmişlere sahip insanlara tavsiye vermeyi içerdiği için, chatbotun yalnızca çok dilli destek sağlaması değil, aynı zamanda kullanıcıların farklı kültürel geçmişlerini tanıması ve saygı göstermesi, hassas ve uygun etkileşimler sağlaması gerekmektedir (Kothari 2023).

Çok dillilik vaadindeki en büyük zorluk, hizmet kalitesini tehdit eden doğruluk riskidir. Akademik araştırmalar, büyük dil modellerinin (LLM) İngilizce dışındaki dillerde (İspanyolca, Çince ve Hintçe örneklerinde) sorulan sağlıkla ilgili sorularda doğruluğun %18, tutarlılığın %29 ve kanıtlanabilirliğin %13 oranında düştüğünü ortaya koymuştur (Guo et al. 2024; Ray 2025). Daha düşük düzeydeki modellerde, İngilizce dışındaki yanıtlarda alakasızlık veya çelişki oranı %67'nin üzerine çıkabilmektedir. Bu bulgular, sağlık turizminde bir chatbotun yanlış yanıtının sadece bir hizmet aksaklığı değil, potansiyel bir hasta güvenliği ve hukuki sorumluluk sorunu yaratabileceğini göstermektedir (Guo et al. 2024). Bu nedenle sağlık turizmi sağlayıcılarının, çok dilli hizmet sunarken İngilizce dışı yanıtların doğrulanması ve denetim mekanizmalarını zorunlu kılması hayati önem taşımaktadır. Tablo 1’de, chatbotların hizmet kalitesinin ana boyutlarına olan etkilerini özetlemektedir:

Tablo 1 Sağlık Turizminin Hizmet Boyutlarına Etkisi

Chatbot Fonksiyonu	Sağlık Turizmi Hizmet Kalitesi Boyutu	Etki Mekanizması
24/7 Anında Yanıt	Erişilebilirlik (Accessibility)	Coğrafi ve saat farkı engellerini ortadan kaldırır. Anlık destek.
Çok Dilli Çeviri	İletişim/Güvenilirlik	Dil bariyerlerini aşar, ancak doğruluk riski mevcuttur.
Kişiselleştirilmiş İçerik	Empati/Memnuniyet	Hastanın geçmişine ve tercihlerine dayalı özel rehberlik sunar.
Rutin Görev Otomasyonu	Operasyonel Verimlilik	İnsan personelini karmaşık görevlere yönlendirir, maliyet etkinliği sağlar.
Duygu Analizi	Güvenilirlik/Geri Bildirim	Hasta geri bildirimlerini işleyerek sürekli hizmet iyileştirmeyi sağlar.

YZ destekli chatbotların sağlık turizminde yaygınlaşması, hizmet kalitesinin "Güvence" ve "Güvenilirlik" boyutlarını doğrudan etkileyen önemli etik ve hukuki zorlukları beraberinde getirmektedir. Sistematik bir derleme, operasyonel faydaların yanı sıra, bu risklerin de kapsamlı bir şekilde ele alınmasını gerektirmektedir.

Veri Güvenliği, Gizlilik ve Hukuki Uyum Zorlukları

Chatbotlar, randevu planlamasından kişiselleştirilmiş tedavi önerilerine kadar birçok alanda hasta etkileşiminde bulunduğu için, hassas kişisel sağlık bilgileri (PHI) toplamaktadır. Bu verilerin toplanması, depolanması ve işlenmesi, yetkisiz erişim veya veri ihlali risklerini beraberinde getirir. Sağlık turizmi sağlayıcıları, ABD'deki HIPAA (Health Insurance Portability and Accountability Act) veya diğer ülkelerdeki benzer veri koruma yasalarına sıkı sıkıya uymak zorundadır (Rivas and Zhao 2023).

Veri gizliliğinin korunması için sıkı gizlilik kontrolleri uygulanmalı ve güçlü anonimleştirme teknikleri kullanılmalıdır. Ayrıca, hastaların verilerinin chatbot tarafından nasıl kullanılacağı konusunda şeffaf bir şekilde bilgilendirilmesi ve bilinçli onaylarının alınması esastır (Nguyen et al. 2023). Açık ve anlaşılır bir gizlilik politikası, hastanın kuruma olan güvenini sürdürmek açısından kritik öneme sahiptir.

Tıbbi Tavsiye Sınırları ve Yasal Sorumluluk

Hizmet kalitesinin en kritik etik boyutu, chatbotların tıbbi profesyonellerin yerine geçme potansiyeliyle ilgilidir. Etik gereklilikler, chatbotların profesyonel tıbbi teşhis, tedavi veya konsültasyonun yerini almaması gerektiğini açıkça belirtir (Shaban-Nejad, Michalowski, and Buckeridge 2018). Kullanıcılara, chatbotun yalnızca genel bilgi ve rehberlik sağladığı ve özel tıbbi tavsiye için klinisyenlere başvurulması gerektiği net bir şekilde bildirilmelidir.

Bu ilkenin ihlali durumunda ortaya çıkan hukuki sorumluluğun belirsizliği, hizmet güvenilirliğini zedelemektedir. Yanlış bilgi (halüsinasyon) veya hatalı çıktı nedeniyle hasta zarar gördüğünde, hukuki sorumluluğun geliştiriciye, sağlayıcıya veya klinisyene nasıl tahsis edileceği net değildir (Li et al. 2021). Bu yasal belirsizlik, YZ hizmetlerinin "Güvence" boyutunu zayıflatan temel bir faktördür. Bu riski en aza indirmek için, chatbotun kapsamı açıkça tanımlanmalı ve uzmanlık alanı dışındaki konulara yanıt vermeyi reddetmelidir.

Algoritmik Önyargı ve Doğruluk

Algoritmik önyargı, YZ sistemlerinin hizmet kalitesini eşitlikçi bir şekilde sunmasını engelleyen önemli bir sorundur. Önyargılı eğitim verilerinin kullanılması, chatbot çıktılarının da önyargılı olmasına yol açabilir. Bu, özellikle azınlık gruplarına veya uluslararası hasta popülasyonlarının belirli alt kümelerine yönelik sağlık tavsiyelerinde hizmet kalitesini düşürebilir (Mehr 2017).

Çok dillilik alanındaki güvenilirlik kaybı, algoritmik önyargının en somut örneklerinden biridir. İngilizce dışındaki dillerde doğruluk ve tutarlılıkta gözlemlenen belirgin düşüşler, uluslararası hastalar için ciddi bir risk oluşturmaktadır. Sağlık turizminde YZ kullanımı, salt bir teknoloji seçimi değil, bir güven yönetimi stratejisidir. Veri ihlalleri veya hatalı tıbbi tavsiye verme gibi etik başarısızlıklar, hız ve verimlilikle kazanılan tüm operasyonel avantajları anında yok etme potansiyeline sahiptir. Dolayısıyla, etik önlemler (şeffaflık, kapsam sınırlaması, doğruluk doğrulama) hizmet kalitesinin "Güvence" ve "Güvenilirlik" boyutlarının ayrılmaz bir parçası olarak görülmelidir (Invespro 2019; Kaczorowska-Spychalska 2019; Mehr 2017; Nguyen et al. 2023; Schönberger 2019).

SONUÇ VE ÖNERİLER

YZ destekli chatbotlar ve sanal asistanlar, sağlık turizmi hizmet kalitesinde devrim niteliğinde bir değişim başlatmıştır. Analiz, bu teknolojilerin özellikle hastanın bilgi arama ve ilk temas aşamalarında operasyonel verimliliği ve erişilebilirliği radikal bir şekilde artırdığını göstermektedir. 7/24 kesintisiz destek ve anında yanıt süreleri, coğrafi ve zamansal engelleri ortadan kaldırarak hasta deneyimini hızlandırmaktadır. Ancak, hizmet kalitesi açısından memnuniyet karmaşık bir yapıda ilerlemektedir. Kişiselleştirme ve uzaktan takip ile memnuniyet artırılrsa da rezervasyon gibi yüksek taahhüt gerektiren kritik eylemlerde hastalar hala insani güvenceye öncelik vermektedir. En kritik risk alanı ise çok dilli iletişim vaadinin doğruluk sorunları nedeniyle zedelenmesidir. İngilizce dışındaki dillerde sağlıkla ilgili yanıtların doğruluğu ve tutarlılığındaki önemli düşüşler, uluslararası hasta popülasyonları için ciddi bir yanlış bilgi ve hasta güvenliği riski oluşturmaktadır. Bu bulgular, hizmet kalitesinin teknolojiyle sağlanan verimlilik kadar, etik yönetim ve doğruluk güvencesi ile de belirlendiğini kanıtlamaktadır.

Bu derlemenin bulguları ışığında, sağlık turizmi kurumları için hizmet kalitesini artırmaya yönelik aşağıdaki stratejik adımlar önerilmektedir:

- **Hibrit Sistemlerin Zorunluluğu:** Müşteri memnuniyetini ve rezervasyon niyetini maksimize etmek için, kurumlar hibrit hizmet modellerini benimsemelidir. Rutin ve bilgi odaklı sorgulamalar YZ'ye bırakılmalı, ancak satış, kritik planlama ve duygusal destek gerektiren aşamalar için insan personelinin müdahalesini içeren akıllı geçiş sistemleri geliştirilmelidir.
- **Etik ve Hukuki Şeffaflık:** YZ destekli araçların, tıbbi teşhis veya tedavinin yerine geçmediği açıkça belirtilmeli (Non-Replacement İlkesi). Ayrıca, sıkı veri gizliliği protokolleri (HIPAA/GDPR uyumu) uygulanarak ve açık kullanıcı onayı mekanizmaları oluşturularak hasta güveni ve kurumsal güvence sağlanmalıdır.
- **Çok Dillilikte Doğruluk Kontrolü:** İngilizce dışındaki dillerde kullanılan chatbot çıktılarının doğruluk ve klinik uygunluğu, yerel sağlık uzmanları tarafından düzenli olarak doğrulanmalıdır. Doğruluk kaybı riskini azaltmak için, az konuşulan dillerde YZ'nin kapsamı bilgi vermayla sınırlandırılmalı ve acil durumlarda insan müdahalesine yönlendirme yapılmalıdır.

Mevcut literatür, chatbotların operasyonel faydalarını güçlü bir şekilde desteklemekle birlikte, bazı kritik alanlarda ampirik kanıt eksikliği bulunmaktadır. Gelecek araştırmalar, aşağıdaki konulara odaklanabilir:

- Chatbotların sebep olduğu algoritmik önyargıların, hizmet kalitesi ve hasta güvenliği üzerindeki etkilerini ölçen çapraz dil çalışmaları önceliklendirilmelidir.
- NPS (Net Promoter Score) veya CSI (Customer Satisfaction Index) puanları gibi müşteri memnuniyetinin standart ölçülerini kullanan, YZ destekli hizmetlerin geleneksel hizmetlerle karşılaştırıldığı geniş ölçekli ampirik çalışmaların yürütülmesi zorunludur. Mevcut literatürde bu tür açık performans skorlarına dair kanıtlar eksiktir.⁷

KAYNAKÇA

Akalın, Betül, and Mehmet Beşir Demirbaş. 2024. "Sağlık Turizminde Web 5.0'a Doğru Gelişmeler Sistemik Derleme." *Sağlık ve Sosyal Refah Araştırmaları Dergisi* 6(1):48–65. doi: 10.55050/sarad.1321744.

An, J., Ding, W., & Lin, C. 2023. "ChatGPT. Tackle the Growing Carbon Footprint of Generative AI."

- Barış, Ayse. 2020. "A New Business Marketing Tool: Chatbot." *GSI Journals Serie B: Advancements in Business and Economics* 3(1):31–46.
- Bender, Emily, and Alexander Koller. 2023. "What's the next Word in Large Language Models?" *Nature Machine Intelligence* 5(4):331–32. doi: 10.1038/s42256-023-00655-z.
- Bingöl, Kaan, Asli Er Akan, Hilal Tugba Örmecioglu, and Arzu Er. 2020. "Artificial Intelligence Applications in Earthquake Resistant Architectural Design: Determination of Irregular Structural Systems with Deep Learning and ImageAI Method." *Journal of the Faculty of Engineering and Architecture of Gazi University* 35(4):2197–2209. doi: 10.17341/gazimmfd.647981.
- Çano, Erion, and Maurizio Morisio. 2017. "Hybrid Recommender Systems: A Systematic Literature Review." *Intelligent Data Analysis* 21(6):1487–1524. doi: 10.3233/IDA-163209.
- Castaneda, Christian, Kip Nalley, Ciaran Mannion, Pritish Bhattacharyya, Patrick Blake, Andrew Pecora, Andre Goy, and K. Stephen Suh. 2015. "Clinical Decision Support Systems for Improving Diagnostic Accuracy and Achieving Precision Medicine." *Journal of Clinical Bioinformatics* 5(4):1–16. doi: 10.1186/s13336-015-0019-3.
- Cristobal-Fransi, Eduard, Natalia Daries, María de la Cruz del Río-Rama, and María Guadalupe Fuentes-Tierno. 2023. "The Challenge of Digital Marketing in Health Tourism: The Case of Spanish Health Resorts." *Quality and Quantity*. doi: 10.1007/s11135-023-01744-2.
- Deng, Jianyang, and Yijia Lin. 2022. "Frontiers in Computing and Intelligent Systems The Benefits and Challenges of ChatGPT: An Overview." *Frontiers in Computing and Intelligent Systems* 2(2):81–83.
- Grajales, Francisco Jose, Samuel Sheps, Kendall Ho, Helen Novak-Lauscher, and Gunther Eysenbach. 2014. "Social Media: A Review and Tutorial of Applications in Medicine and Health Care." *Journal of Medical Internet Research* 16(2). doi: 10.2196/jmir.2912.
- Guo, Taicheng, Xiuying Chen, Yaqi Wang, Ruidi Chang, Shichao Pei, Nitesh V. Chawla, Olaf Wiest, and Xiangliang Zhang. 2024. "Large Language Model Based Multi-Agents: A Survey of Progress and Challenges." 8048–57. doi: 10.24963/ijcai.2024/890.
- Herrick, Devon M. 2007. *Medical Tourism: Global Competition in Health Care*. Vol. 304.
- Invespro. 2019. "Chatbots In Customer Service - Statistics and Trends [Infographic]." *Invespro.Com*. Retrieved June 14, 2023 (<https://www.invespro.com/blog/chatbots-customer-service/>).

- Jabbari, Alireza, Mohammad Zarchi, Zahra Kavosi, Tahere Shafaghat, and Ali Keshtkaran. 2013. "The Marketing Mix and Development of Medical Tourism in Shiraz." *Materia Socio Medica* 25(1):32. doi: 10.5455/msm.2013.25.32-36.
- Kaczorowska-Spychalska, Dominika. 2019. "How Chatbots Influence Marketing." *Management* 23(1):251–70. doi: 10.2478/manment-2019-0015.
- Kothari, A. N. 2023. "ChatGPT, Large Language Models, and Generative AI as Future Augments of Surgical Cancer Care." *Annals of Surgical Oncology* 30(6):3174–76. doi: 10.1245/s10434-023-13442-2.
- Law, Rob, Rosanna Leung, and Dimitrios Buhalis. 2009. "Information Technology Applications in Hospitality and Tourism: A Review of Publications from 2005 to 2007." *Journal of Travel and Tourism Marketing* 26(5–6):599–623. doi: 10.1080/10548400903163160.
- Levitt, Theodore. 1980. "Marketing Success through Differentiation-of Anything." *Harvard Business Review* 83–92.
- Li, Ji Peng Olivia, Hanruo Liu, Darren S. J. Ting, Sohee Jeon, R. V. Pau. Chan, Judy E. Kim, Dawn A. Sim, Peter B. M. Thomas, Haotian Lin, Youxin Chen, Taiji Sakamoto, Anat Loewenstein, Dennis S. C. Lam, Louis R. Pasquale, Tien Y. Wong, Linda A. Lam, and Daniel S. W. Ting. 2021. "Digital Technology, Tele-Medicine and Artificial Intelligence in Ophthalmology: A Global Perspective." *Progress in Retinal and Eye Research* 82(June 2020):100900. doi: 10.1016/j.preteyeres.2020.100900.
- Lin, Wenfu, Ying Li, Shuang Feng, and Yongbin Wang. 2014. "The Optimization of Weights in Weighted Hybrid Recommendation Algorithm." *2014 IEEE/ACIS 13th International Conference on Computer and Information Science, ICIS 2014 - Proceedings* 415–18. doi: 10.1109/ICIS.2014.6912169.
- Mehr, Hila. 2017. "Artificial Intelligence for Citizen Services and Government." *Harvard Ash Center Technology & Democracy* (August):1 19.
- Nguyen, Hai Thanh, Thien Thanh Tran, Phat Tan Nham, Nhi Uyen Bui Nguyen, and Anh Duy Le. 2023. "AI Chatbot for Tourist Recommendations: A Case Study in Vietnam." *Applied Computer Systems* 28(2):232–44. doi: 10.2478/acss-2023-0023.
- Ostojić, Bojana, Miodrag Bogdanović, and Jelena Ružić. 2021. "The Impact of Digital Marketing on Health Tourism in the Western Balkans during the COVID-19 Pandemic." *6th*

International Thematic Monograph: Modern Management Tools and Economy of Tourism Sector in Present Era 393–406. doi: 10.31410/tmt.2021-2022.393.

Park, Joon Sung, Joseph O'Brien, Carrie Jun Cai, Meredith Ringel Morris, Percy Liang, and Michael S. Bernstein. 2023. "Generative Agents: Interactive Simulacra of Human Behavior." *UIST 2023 - Proceedings of the 36th Annual ACM Symposium on User Interface Software and Technology*. doi: 10.1145/3586183.3606763.

Ray, Partha Pratim. 2025. "A Survey on Model Context Protocol: Architecture, State-of-the-Art, Challenges and Future Directions." *TechRxiv*.

Rivas, Pablo, and Liang Zhao. 2023. "Marketing with ChatGPT : Navigating the Ethical Terrain of GPT-Based Chatbot Technology." *AI* 4(2):375–84. doi: <https://doi.org/10.3390/ai4020019>.

Schönberger, Daniel. 2019. *Artificial Intelligence in Healthcare: A Critical Analysis of the Legal and Ethical Implications*. Vol. 27.

Shaban-Nejad, Arash, Martin Michalowski, and David L. Buckeridge. 2018. "Health Intelligence: How Artificial Intelligence Transforms Population and Personalized Health." *Npj Digital Medicine* 1(1). doi: 10.1038/s41746-018-0058-9.

Sun, Ran, Douglas W. Blayney, and Tina Hernandez-Boussard. 2021. "Health Management via Telemedicine: Learning from the COVID-19 Experience." *Journal of the American Medical Informatics Association* 28(11):2536–40. doi: 10.1093/jamia/ocab145.

Turner, Leigh. 2007. "'First World Health Care at Third World Prices': Globalization, Bioethics and Medical Tourism." *BioSocieties* 2(3):303–25. doi: 10.1017/s1745855207005765.

Wang, Fuhmei. 2016. "Continuing Medical Education via Telemedicine and Sustainable Improvements to Health." *International Journal of Telemedicine and Applications* 2016. doi: 10.1155/2016/2424709.

Youn, Seounmi, and S. Venus Jin. 2021. "'In A.I. We Trust?' The Effects of Parasocial Interaction and Technopian versus Luddite Ideological Views on Chatbot-Based Customer Relationship Management in the Emerging 'Feeling Economy.'" *Computers in Human Behavior* 119(September 2020):106721. doi: 10.1016/j.chb.2021.106721.

KRONİK HASTALIĞI OLMAYAN YETİŞKİNLERDE POSTÜRAL ALIŞKANLIKLAR, SEDANter DAVRANIŞ, UYKU KALİTESİ VE DİJİTAL SAĞLIK OKURYAZARLIĞI İLİŞKİSİ

Atahan TURHAN

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Pilot Sağlık Koordinatörlüğü, Kırşehir, Türkiye ,
atahanturhan@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-9510-925X

Merve KURT AYDIN

İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir, Türkiye, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Uygulama ve Araştırma Merkezi,
İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, İzmir, Türkiye
ORCID: 0000-0002-8353-1338

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, kronik hastalığı olmayan yetişkinlerde postüral alışkanlıklar, sedanter davranış, uyku kalitesi ve dijital sağlık okuryazarlığı ilişkisini incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Kesitsel-tanımlayıcı tipteki araştırmaya 82 yetişkin dahil edildi. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri kaydedildi. Sedanter davranış Sedanter Davranış Anketi (SDA) ile; postüral alışkanlıklar Postüral Alışkanlıklar ve Farkındalık Ölçeği ile; uyku kalitesi Pittsburg Uyku Kalitesi İndeksi ile; dijital sağlık okuryazarlığı e-Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği (eSOÖ) ile değerlendirildi.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 30,94±6,62 yıl idi. SDA toplam skoru ile uyku latensi arasında zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki saptandı (r:0,247, p:0,026). eSOÖ ile postürü bozan etkenlerin farkındalığı arasında zayıf pozitif (r:0,276, p:0,013), uyku ilacı kullanımı (r:-0,269, p:0,015) ve gündüz işlev bozukluğu (r:-0,267, p:0,016) arasında ise zayıf negatif anlamlı ilişkiler bulundu. Postüral alışkanlık farkındalığı, subjektif uyku kalitesi (r:-0,252, p:0,023) ve uyku latensi (r:-0,268, p:0,016) ile zayıf düzeyde negatif yönde ilişkiliydi. Ayrıca, postürü bozan etkenlerin farkındalığı ile uyku ilacı kullanımı (r:-0,248, p:0,026) ve gündüz işlev bozukluğu (r:-0,246, p:0,027) arasında zayıf düzeyde negatif ilişkiler bulundu.

Sonuç: Sedanter davranışın artmasıyla uykuya dalma süresinin uzadığı, postüral farkındalığın yükselmesiyle subjektif uyku kalitesinin ve uykuya dalma süresinin iyileştiği, dijital sağlık okuryazarlığının artmasıyla ise postürü bozan etkenlere ilişkin farkındalığın yükselirken uyku ilacı kullanımı ve gündüz işlev bozukluğunun azaldığı bulunmuştur. Bu sonuçlar, sedanter davranışların azaltılması, postüral farkındalığın artırılması ve dijital sağlık okuryazarlığının güçlendirilmesine yönelik stratejilerin birlikte ele alınmasının önemine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital Sağlık Okuryazarlığı, Postüral Alışkanlık, Sağlık, Sedanter Davranış, Uyku Kalitesi

THE RELATIONSHIP BETWEEN POSTURAL HABITS, SEDENTARY BEHAVIOR, SLEEP QUALITY, AND DIGITAL HEALTH LITERACY IN ADULTS WITHOUT CHRONIC DISEASES

Atahan TURHAN

Kırşehir Ahi Evran University, Pilot Health Coordination, Kırşehir, Turkey,

atahanturhan@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-9510-925X

Merve KURT AYDIN

Izmir Katip Celebi University, Faculty of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Izmir, Turkey

Physiotherapy and Rehabilitation Application and Research Centre, Izmir Katip Celebi University, Izmir, Turkey ORCID: 0000-0002-8353-1338

ABSTRACT

Objectives: The aim of this study is to examine the relationship between postural habits, sedentary behavior, sleep quality, and digital health literacy in adults without chronic diseases.

Methods: This cross-sectional descriptive study included 82 adults. Sociodemographic characteristics of participants were recorded. Sedentary behavior was assessed using the Sedentary Behavior Questionnaire (SBQ); postural habits with the Postural Habits and Awareness Scale; sleep quality with the Pittsburgh Sleep Quality Index; and digital health literacy with the e-Health Literacy Scale (eHEALS).

Results: The mean age of the participants was 30.94 ± 6.62 years. A weak but significant positive correlation was found between the total SBQ score and sleep latency ($r:0.247$, $p:0.026$). eHEALS showed a weak positive correlation with awareness of factors disrupting posture ($r:0.276$, $p:0.013$), and weak negative correlations with the use of sleep medication ($r:-0.269$, $p:0.015$) and daytime dysfunction ($r:-0.267$, $p:0.016$). Postural habits and awareness was weakly and negatively correlated with subjective sleep quality ($r:-0.252$, $p:0.023$) and sleep latency ($r:-0.268$, $p:0.016$). In addition, awareness of factors disrupting posture was weakly and negatively correlated with the use of sleep medication ($r:-0.248$, $p:0.026$) and daytime dysfunction ($r:-0.246$, $p:0.027$).

Conclusion: With the increase in sedentary behavior, sleep latency was prolonged; with the increase in postural awareness, subjective sleep quality and sleep latency improved; and with the increase in digital health literacy, awareness of posture-disrupting factors increased, while the use of sleep medication and daytime dysfunction decreased. These results indicate the importance of jointly considering strategies to reduce sedentary behaviors, increase postural awareness, and strengthen digital health literacy.

Keywords: Digital Health Literacy, Postural Habits, Health, Sedentary Behavior, Sleep Quality

GİRİŞ

Son yıllarda teknoloji ve dijitalleşmenin bir sonucu olarak günlük fiziksel kapasitemiz azalmaktadır; bunun başlıca sebepleri arasında daha az enerji gerektiren işlerin artması, aktif işe gidiş gelişlerin azalması ve boş zaman aktivitelerinin dijital dönüşümü yer almaktadır (Moreno-Llamas et al., 2020). Çevrim içi eğitim, uzaktan çalışma ve dijital sosyal etkileşimlerin artmasıyla birlikte sedanter yaşam tarzı giderek yaygınlaşmaktadır (Coşkun et al., 2022; Moreno-Llamas et al., 2020). Günümüzde insanlar günlerini yaklaşık 5 saatini oturarak geçirmektedir ve bu durum bizim enerji tüketimimizi oldukça düşürmektedir (Moreno-Llamas et al., 2020). Uzun süreli oturma gibi statik postürlerde uzun süre kalma, postür açısından da risk oluşturmaktadır. Özellikle dijitalleşmenin giderek arttığı günümüzde telefon, tablet ve bilgisayar kullanım oranlarındaki artış bu riski daha da belirgin hale getirmektedir (Pearse et al., 2024). Tüm bu faktörler yalnızca fiziksel sağlık üzerinde değil, aynı zamanda bireylerin uyku düzeni ve uyku kalitesi üzerinde de olumsuz etkiler yaratmaktadır. Uzun süreli ekran maruziyeti, özellikle akşam saatlerinde mavi ışık etkisiyle melatonin salınımını baskılayarak sirkadiyen ritmi bozmakta ve uykuya dalmayı güçleştirmektedir (Grzelak, 2024). Ayrıca

sedanter yaşam tarzı ve yetersiz fiziksel aktivite, uyku kalitesini düşüren önemli etmenler arasında yer almaktadır (Štefan et al., 2018).

Bununla birlikte, bireylerin dijital ortamda sağlık bilgisine ulaşma, bu bilgiyi anlama, değerlendirme ve uygulama becerilerini içeren dijital sağlık okuryazarlığı, günümüzde önem kazanan bir kavramdır (Pajić et al., 2024). Dijital sağlık okuryazarlığı düzeyi yüksek bireylerin, sedanter yaşam tarzı ve postürle ilişkili sağlık risklerinin farkında olmaları ve bu risklere yönelik koruyucu önlemleri daha etkin bir şekilde uygulayabilmeleri beklenmektedir (Diviani et al., 2015). Bu bağlamda, dijitalleşmeyle artan sedanter yaşam tarzı, postüral riskler, uyku kalitesi ve dijital sağlık okuryazarlığı arasındaki ilişkinin araştırılması, topluma yönelik bilgilendirme ve eğitim programlarının geliştirilmesi için önemlidir. Bu çalışmanın amacı, kronik hastalığı olmayan yetişkinlerde postüral alışkanlıklar, sedanter davranış, uyku kalitesi ve dijital sağlık okuryazarlığı ilişkisini incelemektir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Mevcut çalışma kesitsel bir araştırma tasarımına sahiptir.

Araştırmanın Yapıldığı Yer

Veri toplama süreci, etik kurul onayını takiben 27.06.2025 ile 10.09.2025 tarihleri arasında yürütüldü. Katılımcılara çevrimiçi ortamda (internet ve sosyal medya aracılığıyla) duyurular yapıldı ve ayrıca kartopu örnekleme yöntemi ile ulaşıldı.

Araştırmanın Evreni/Örneklemi

Mevcut çalışmada kronik hastalığı olmayan 82 katılımcıya ulaşılmış olup yapılan post-hoc güç analizinde farklı parametreler için %61,23 ile %71,70 arasında bir güce ulaşıldığı tespit edildi. Çalışmaya 18–64 yaş aralığında olan, kronik hastalığı bulunmayan, Türkçe okuma ve yazma becerisine sahip ve araştırmaya katılmaya gönüllü bireyler dâhil edildi. 18 yaşından küçük veya 65 yaşından büyük olan ya da kronik hastalığı bulunan bireyler dışlandı.

Veri Toplama Araçları

Katılımcıların yaş, cinsiyet, kilo, boy, eğitim düzeyi, mesleği, medeni durumu gibi sosyodemografik özellikler kaydedildi. Sedanter davranış Sedanter Davranış Anketi (SDA) ile;

postüral alışkanlıklar Postüral Alışkanlıklar ve Farkındalık Ölçeği ile; uyku kalitesi Pittsburg Uyku Kalitesi İndeksi (PUKİ) ile; dijital sağlık okuryazarlığı e-Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği (eSOÖ) ile değerlendirildi.

SDA, kişinin 9 sedanter davranış (televizyon izlemek, bilgisayar/video oyunları oynamak, müzik dinlerken oturmak, oturup telefonla konuşmak, evrak işleri veya ofis işleri yapmak, oturup kitap okumak, müzik aleti çalmak, sanat ve el işleri yapmak, oturup araba, otobüs veya trenle seyahat etmek) sırasında geçirdiği süreyi değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş geçerli ve güvenilir bir ölçek olup, Türkçe versiyon çalışması yapılmıştır (Bakar et al., 2018; Rosenberg et al., 2010). Ölçek ile hafta içi, hafta sonu ve toplam hafta için sedanter davranış saati hesaplanabilmektedir (Bakar et al., 2018; Rosenberg et al., 2010).

PAFÖ, 2023 yılında Türkçe olarak geliştirilmiş olup sağlıklı yetişkinlerin postüre ilişkin alışkanlıkları ve farkındalık düzeylerine yönelik öz algılarını ölçmeyi amaçlamaktadır. PAFÖ'nün 19 maddelik güncel formu, 5'li Likert tipi ölçekle yanıtlanmaktadır. Ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan postüral alışkanlıklar için 35, postüral farkındalık için 60 olup, toplam puan 95'tir. Puanların yüksek olması, daha iyi postüral alışkanlıklar ve farkındalık anlamına gelmektedir (Bayar et al., 2023).

PUKİ, uyku kalitesini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş ve Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmış bir ölçektir (Ağargün et al., 1996). Toplam 18 madde ve 7 bileşenden oluşan ölçek, bireylerin son bir ay içerisindeki uyku kalitesini değerlendirmektedir. Ölçekten 0 ile 21 arasında puan elde edilebilmekte olup, yüksek skorlar daha düşük uyku kalitesine işaret etmektedir (Ağargün et al., 1996; Buysse, Daniel et al., 1988).

eSOÖ, bireylerin sağlıkla ilgili bilgi teknolojilerini kullanma yeterliliğini ve e-sağlık uygulamalarıyla etkileşimlerini değerlendirmek amacıyla Norman ve Skinner tarafından 2006'da geliştirilmiştir (Norman & Skinner, 2006). Ölçeğin Türkçe uyarlaması yapılmıştır (Tamer Gencer, 2017). Sekiz maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipi puanlama ile değerlendirilmektedir ve 8-40 arasında değişen toplam puanlar vermektedir. Yüksek skorlar, bireylerin dijital ortamda sağlık bilgisine erişim, anlama ve kullanma düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir (Norman & Skinner, 2006; Tamer Gencer, 2017).

Verilerin Değerlendirilmesi

Veriler IBM SPSS Statistics (Version 25.0, Armonk, NY: IBM Corp.) yazılımı ile analiz edilmiştir. Normal dağılım Kolmogorov-Smirnov testiyle değerlendirilmiştir. Parametrik olmayan koşullar sebebiyle tanımlayıcı istatistikler medyan ve çeyrekler arası aralık (Median [IQR]) ile, kategorik değişkenler ise frekans ve yüzde (%) ile sunulmuştur. İki nicel değişken arasındaki ilişki Spearman korelasyon katsayısı ile incelenmiş; 0.00–0.10 ihmal edilebilir, 0.10–0.39 zayıf, 0.40–0.69 orta, 0.70–0.89 güçlü ve 0.90–1.00 çok güçlü olarak yorumlanmıştır (Schober et al., 2018). İstatistiksel anlamlılık $p \leq 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Çalışma öncesinde, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 10.06.2025 tarih ve 2025-11/121 sayılı karar ile etik onay alınmıştır. Araştırma sorularına çalışma hakkında bilgilendirmeyi okuyup çalışmaya katılmayı onaylayan bireyler dahil edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya yaş ortalaması $30,94 \pm 6,62$ yıl olan 82 yetişkin dahil edildi. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri Tablo 1'de özetlendi.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

	Median (IQR 25/75)	Ort $\pm$ SS veya frekans
Yaş (yıl)	-	30,94 $\pm$ 6,62
Cinsiyet		
Kadın % (n)	58,50 (48)	
Erkek % (n)	41,50 (34)	
Boy (cm)	170,00 (162,50/177,00)	-
Kilo (kg)	67,00 (57,00/76,50)	-
Eğitim Düzeyi		
İlkokul	0,00 (0)	
Ortaokul	1,20 (1)	
Lise	12,20 (10)	-
Önlisans	9,80 (8)	
Lisans	20,70 (17)	
Lisansüstü	56,10 (46)	

IQR: Çeyrekler arası açıklık, Ort: Ortalama, SS: Standart sapma

Sürekli değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde SDA toplam skoru ile uyku latensi arasında zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki saptandı ($r:0,247$, $p:0,026$). eSOÖ ile postürü bozan etkenlerin farkındalığı arasında zayıf pozitif ($r:0,276$, $p:0,013$), uyku ilacı kullanımı ($r:-0,269$, $p:0,015$) ve gündüz işlev bozukluğu ($r:-0,267$, $p:0,016$) arasında ise zayıf negatif anlamlı ilişkiler bulundu. Postüral alışkanlık farkındalığı, subjektif uyku kalitesi ($r:-0,252$, $p:0,023$) ve uyku latensi ($r:-0,268$, $p:0,016$) ile zayıf düzeyde negatif yönde ilişkiliydi. Ayrıca, postürü bozan etkenlerin farkındalığı ile uyku ilacı kullanımı ($r:-0,248$, $p:0,026$) ve gündüz işlev bozukluğu ($r:-0,246$, $p:0,027$) arasında zayıf düzeyde negatif ilişkiler bulundu. Diğer değişkenler arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmadı.

TARTIŞMA

Bu çalışmanın bulguları, kronik hastalığı olmayan yetişkinlerde sedanter davranış, postüral alışkanlıklar, uyku kalitesi ve dijital sağlık okuryazarlığı arasında çok boyutlu ilişkiler bulunduğunu göstermiştir; sedanter davranış artarken uykuya dalma süresinin uzadığı, postüral farkındalık yükseldikçe uyku kalitesi ve uyku latensinin iyileştiği, dijital sağlık okuryazarlığı arttıkça postürü bozan etkenlere yönelik farkındalığın güçlenip uyku ilacı kullanımı ve gündüz işlev bozukluğunun azaldığı, ayrıca postürü bozan etkenlere ilişkin farkındalık yükseldikçe de uyku ilacı kullanımı ve gündüz işlev bozukluğunun azaldığı görülmüştür.

Mevcut çalışmada sedanter davranış arttıkça uykuya dalma süresinin uzadığı görülmüştür. Bu bağlamda mevcut çalışmanın bulgusu Jeong ve arkadaşlarının Koreli yetişkinleri dahil ettikleri çalışmaları ile uyumluluk göstermektedir (Jeong et al., 2021). İlgili çalışmada mevcut çalışma ile benzer şekilde sedanter davranış arttıkça uykuya dalma süresinin uzadığı görülmüştür. Öte yandan Jeong ve arkadaşları çalışmalarında sedanter davranışın PUKİ tüm parametreleri ile ilişkili olduğunu saptamıştır (Jeong et al., 2021). İki çalışma arasındaki bu fark sedanter davranışın değerlendirilmesinde kullanılan ölçeklerin farkından kaynaklanabileceği gibi örneklem büyüklüğü farkından da kaynaklanıyor olabilir. Sedanter davranış arttıkça uyku latensinin artması ise sedanter davranışın doğal ışığa maruziyeti azaltması ve elektronik cihazlarla uyarılmayı artırarak melatonin üretimini engellemesinden kaynaklanıyor olabilir (Menezes-Júnior et al., 2023).

Postural farkındalık ve uyku kalitesi arasındaki ilişkiye baktığımızda ise mevcut çalışmada postüral farkındalık yükseldikçe uyku kalitesi ve uyku latensinin iyileştiği görülmüştür. Öte yandan literatürde bu konuyu inceleyen ek bir çalışmaya rastlanmamış olup, postüral kontrol

ve uyku kalitesi arasındaki ilişki inceleyen çalışmalar ise bu iki parametrenin ilişkili olduğunu göstermektedir (Kirshner et al., 2022). Mevcut çalışmada ek olarak postürü bozan etkenlere ilişkin farkındalık yükseldikçe de uyku ilacı kullanımı ve gündüz işlev bozukluğunun azaldığı tespit edilmiştir. Ancak postüral farkındalık ile uyku kalitesi arasındaki ilişkiye yönelik literatürde yeterli çalışma bulunmamakta olup, bu konuda yapılacak çalışmalara ihtiyaç olduğu dikkat çekmektedir.

Dijital sağlık okuryazarlığı ile uyku ve postür ilişkisini ele aldığımızda, e-sağlık okuryazarlığı düzeyi ile genel uyku kalitesi arasında doğrudan ilişki olmadığı, ancak e-sağlık okuryazarlığı düzeyi arttıkça uyku ilacı kullanımının ve gündüz işlev bozukluğunun azaldığı görülmüştür. Bu bulgu, dijital sağlık okuryazarlığının uyku kalitesinin öznel boyutlarından ziyade, uykuya yardımcı davranışlar ve gündüz performansı gibi ikincil bileşenlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Zhou ve arkadaşlarının üniversite öğrencilerini dahil ederek yaptıkları çalışmada da benzer şekilde e-sağlık okuryazarlığı ile genel uyku kalitesi arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır. Ancak o çalışmada uyku kalitesinin alt bölümleri ile e-sağlık okuryazarlığı ilişkisi incelenmemiştir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırma kesitsel tasarıma sahip olduğundan, değişkenler arasındaki ilişkiler yalnızca korelasyonel düzeyde değerlendirilebilmiş ve nedensellik hakkında çıkarım yapılamamıştır. İkinci olarak, örneklem büyüklüğü sınırlı kalmış ve post-hoc güç analizinde ulaşılan istatistiksel güç %61–72 arasında bulunmuştur; bu durum özellikle düşük etki büyüklüğüne sahip ilişkilerin tespit edilmesinde kısıtlılık yaratmış olabilir. Ayrıca katılımcıların büyük bir kısmının genç ve yüksek eğitilmiş bireylerden oluşması, sonuçların farklı yaş ve sosyoekonomik gruplara genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır.

YAZARIN YORUMU

Bu çalışma, kronik hastalığı olmayan yetişkinlerde sedanter davranış, postüral alışkanlıklar, uyku kalitesi ve dijital sağlık okuryazarlığı arasındaki ilişkileri ortaya koymuştur. Bulgular, sedanter davranışın artmasıyla uykuya dalma süresinin uzadığını; postüral farkındalık düzeyinin yükselmesiyle uyku kalitesinin ve uyku latensinin iyileştiğini göstermiştir. Ayrıca, dijital sağlık okuryazarlığının genel uyku kalitesi skoruyla doğrudan ilişkili olmadığı, ancak postürü bozan etkenlere yönelik farkındalığı artırdığı ve uyku ilacı kullanımı ile gündüz işlev bozukluğunun azalmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur.

KULLANIM ALANI

Bu çalışmada elde edilen bulgular, sedanter davranış, postüral alışkanlıklar, uyku kalitesi ve dijital sağlık okuryazarlığı arasındaki ilişkilerin çok boyutlu yapısını ortaya koyarak farklı disiplinlerde kullanılabilecek veriler sunmaktadır. Özellikle fizyoterapi ve rehabilitasyonda postüral farkındalığın değerlendirilmesi ve dijital sağlık okuryazarlığının desteklenmesi, yaşam tarzı davranışlarının anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Ayrıca, sedanter davranış ve uyku sorunları arasındaki ilişkinin gösterilmesi, toplum sağlığında önleyici programların planlanmasına ışık tutabilir.

KAYNAKÇA

Ağargün, M. Y., Kara, H., & Anlar, Ö. (1996). Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi'nin Geçerliliği ve Güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 107–111.

Bakar, Y., Tugral, A., Ozel, A., Devran Altuntas, Y., & Yakut, Y. (2018). Reliability and Validity of Sedentary Behavior Questionnaire in Turkish Population: Evaluation of Psychometric Properties. *Middle East Journal of Rehabilitation and Health*, 5(2). <https://doi.org/10.5812/mejrh.63576>

Bayar, B., Güp, A. A., Özen Oruk, D., İpek Dongaz, Ö., Doğu, E., & Bayar, K. (2023). Development of the postural habits and awareness scale: a reliability and validity study. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 29(2), 815–820. <https://doi.org/10.1080/10803548.2022.2082694>

Buyse, Daniel, J., Reynolds III, Charles, F., Monk, Timothy, H., Berman, Susan, R., & Kupfer, David, J. (1988). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric Practice and Research. *Psychiatry Research*, 28, 193–213.

Coşkun, M. G., Öztürk, R. İ., Tak, A. Y., & Sanlier, N. (2022). Working from Home during the COVID-19 Pandemic and Its Effects on Diet, Sedentary Lifestyle, and Stress. *Nutrients*, 14(19). <https://doi.org/10.3390/nu14194006>

Diviani, N., van den Putte, B., Giani, S., & van Weert, J. C. (2015). Low Health Literacy and Evaluation of Online Health Information: A Systematic Review of the Literature. *Journal of Medical Internet Research*, 17(5), e112. <https://doi.org/10.2196/jmir.4018>

Grzelak, A. (2024). Managing Blue Light Exposure: Impacts on Sleep Quality and Circadian Health. *Quality in Sport*, 25, 56741. <https://doi.org/10.12775/QS.2024.25.56741>

Jeong, S. H., Jang, B. N., Kim, S. H., Kim, G. R., Park, E.-C., & Jang, S.-I. (2021). Association between sedentary time and sleep quality based on the Pittsburgh Sleep Quality Index among South Korean adults. *BMC Public Health*, 21(1), 2290. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12388-y>

- Kirshner, D., Spiegelhalter, K., Shahar, R. T., Shochat, T., & Agmon, M. (2022). The association between objective measurements of sleep quality and postural control in adults: A systematic review. *Sleep Medicine Reviews*, 63, 101633. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2022.101633>
- Menezes-Júnior, L. A. A. de, de Moura, S. S., Miranda, A. G., de Souza Andrade, A. C., Machado-Coelho, G. L. L., & Meireles, A. L. (2023). Sedentary behavior is associated with poor sleep quality during the COVID-19 pandemic, and physical activity mitigates its adverse effects. *BMC Public Health*, 23(1), 1116. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16041-8>
- Moreno-Llamas, A., García-Mayor, J., & De la Cruz-Sánchez, E. (2020). The impact of digital technology development on sitting time across Europe. *Technology in Society*, 63, 101406. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2020.101406>
- Norman, C. D., & Skinner, H. A. (2006). eHEALS: The eHealth Literacy Scale. *Journal of Medical Internet Research*, 8(4), e27. <https://doi.org/10.2196/jmir.8.4.e27>
- Pajičić, A., Radojičić, D., & Vujković, B. (2024). The importance of digital literacy in disease prevention and improving the quality of life. *Book of Abstracts - International Congress Public Health – Achievements and Challenges - Zbornik Radova*, 246–246. <https://doi.org/10.5937/BatutPHCO24198P>
- Pearse, S., Léger, M., Albert, W. J., & Cardoso, M. (2024). Active workstations: A literature review on workplace sitting. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 38, 406–416. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2024.01.001>
- Rosenberg, D. E., Norman, G. J., Wagner, N., Patrick, K., Calfas, K. J., & Sallis, J. F. (2010). Reliability and Validity of the Sedentary Behavior Questionnaire (SBQ) for Adults. *Journal of Physical Activity and Health*, 7(6), 697–705. <https://doi.org/10.1123/jpah.7.6.697>
- Schober, P., Boer, C., & Schwarte, L. A. (2018). Correlation Coefficients. *Anesthesia & Analgesia*, 126(5), 1763–1768. <https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000002864>
- Štefan, L., Sporiš, G., Krističević, T., & Knjaz, D. (2018). Associations between sleep quality and its domains and insufficient physical activity in a large sample of Croatian young adults: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 8(7), e021902. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-021902>
- Tamer Gencer, Z. (2017). Norman ve Skinner’ın E-Sağlık Okuryazarlığı Ölçeğinin Kültürel Uyarlaması İçin Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi* | *Istanbul University Faculty of Communication Journal*. <https://doi.org/10.17064/iuifd.333165>



uste.org.tr



ahievran.edu.tr

