

Dermatoloji Polikliniğine Başvuran Hastalarda Güneşten Korunma Bilinci ve Alışkanlıkları

SUN PROTECTION KNOWLEDGE AND ATTITUDES IN PATIENTS PRESENTING TO DERMATOLOGY OUTPATIENT CLINIC

Ayşın KÖKTÜRK*, Kıymet BAZ*, Resul BUĞDAYCI**, Tamer İrfan KAYA*, Aynur KOCA***, Güliz İKİZOĞLU****

* Yrd.Doç.Dr., Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Dermatoloji AD,
** Yrd.Doç.Dr., Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD,
*** Araş.Gör.Dr., Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Dermatoloji AD,
**** Doç.Dr., Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Dermatoloji AD, MERSİN

Özet

Amaç: Bu çalışma, yıl boyu yoğun güneş alan bir Akdeniz ili olan ilimizde, polikliniğimize çeşitli nedenlerle başvuran olgularda güneşten korunma bilinci ve alışkanlıklarını araştırmak amacıyla planlandı.

Materyal-Metod: Yaşları 20-67 arasında değişen, 96'sı kadın 83'ü erkek, toplam 179 olgu çalışma kapsamına alındı. Olgulardan, güneşten korunma bilinc ve alışkanlıklarına yönelik sorular içeren anket formlarını yanıtlamaları istendi. Elde edilen veriler "ki-kare" testi ve "Fisher's exact test" ile değerlendirildi.

Bulgular: Olguların %76'sının güneşten korunmaya özen gösterdiği, %24'ünün ise göstermediği belirlendi. Çalışmamızda güneşten korunmaya özen gösteren olgularda eğitim ve geçirilmiş yanık öyküsünün önemli rol oynadığı, koruyucu krem kullanımının ise açık deri rengine sahip, eğitim düzeyi ve aylık gelir düzeyi yüksek olanlarda ve yanık öyküsü bulunanlarda daha fazla olduğu saptandı. Güneşten korunmaya özen gösterenlerin kullandıkları yöntemler, %54.4'ünde güneş gözlüğü kullanımı, %53'ünde saat 10-16 arasında güneşe çıkmama, %46.3'ünde güneşten koruyucu krem kullanımı, %43.4'ünde şapka ile korunma, %18.3'ünde ise örtüne rek korunma olarak saptandı.

Sonuç: Elde ettiğimiz sonuçlar, olguların çoğunun güneşten korunma ve uygun korunma yöntemi seçimi konusunda yeterli bilince sahip olmadığını; güneşten korunma alışkanlıklarının, eğitim düzeyi ve maddi koşullardan etkilendiğini ortaya koymuştur. Güneşin etkilerinin yoğun olarak gözlendiği ülkemizde, düzenlenecek temel eğitim ve halka yönelik eğitim programları ile güneşten korunma bilincinin geliştirilmesi gerektiği kanısındayız.

Anahtar Kelimeler: Güneşten korunma, Ultraviyole, Güneşten koruyucular

T Klin Dermatoloji 2002, 12:198-203

Summary

Background and design: Mersin is a city, located in the Mediterranean region of Turkey, exposed to intensive sunlight during nearly the whole time of the year. The aim of this study was to investigate awareness and attitudes of the subjects about sun protection. The subjects are included randomly from our outpatient clinic.

Material and Method: 179 subjects (96 female, 83 male) were included in the study; the ages of the subjects ranged from 20 to 67 years. A questionnaire, including the questions about sun protection awareness and attitudes was requested to be answered by the subjects. Responses to the questionnaires were analyzed by "chi-square test" and "Fisher's exact test".

Results: Seventy-six percent of the subjects were detected to have sun protection behavior and 24% did not. Our study revealed that education and sunburn experience were important factors in sun protection behavior. Among the sun protection behaviors; wearing sunglasses, avoiding sun-exposure during the interval of 10 AM to 16 PM, applying sunscreens, wearing a hat and using the other protective clothes were detected 54%, 53%, 46.3%, 43.4%, and 18.3% respectively. The rate of sunscreen application was high in the subjects who have a fair skin, a history of sunburn, a higher education level and a higher family income.

Conclusion: The results revealed that the great majority of our subjects had inadequate sun protection knowledge and were unable to select a proper method for sun protection. We believe that sun protection knowledge must be enhanced by the way of education programs in elementary schools and with public education programs.

Key Words: Sun protection, Ultraviolet, Sunscreens

T Klin J Dermatol 2002, 12:198-203

Güneş, deri kanserleri ve birçok deri hastalığının etyolojisinde rol oynayan önemli bir fiziksel

ajandır (1-7). Bu nedenle güneşten korunma, bu hastalıkların önlenmesinde üzerinde durulması

gereken önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu hastalıkların insidansında azalma sağlayacak ilk önlem, bireylerin bu konuda bilinçlendirilmesidir. Bu çalışmada, bir Akdeniz ülkesi olan yurdumuzun, bol güneş alan bir ili olan Mersin’de, erişkin bireylerin güneşten korunma bilincinin, bu konu ile ilgili tutum ve davranışlarının incelenmesi amaçlandı.

Materyel ve Metod

Polikliniğimize çeşitli nedenlerle başvuran, 96’sı kadın, 83’ü erkek toplam 179 olgu çalışma kapsamına alındı. Olgulardan, güneşten korunma bilinci, tutum ve davranışlarına yönelik soruları içeren anket formlarını yanıtlamaları istendi. Formda, olguların sosyodemografik özelliklerinin yanısıra, yanık öyküsü, ailede deri kanseri olup-olmadığı, gün boyu güneşte kalma süreleri, güneşten korunmaya özen gösterip göstermedikleri, güneşten korunma yöntemleri ve yazın mı, yıl boyu mu korundukları sorgulandı. Korunma yöntemi olarak; güneşten koruyucu krem kullanımı, şapka kullanımı, diğer örtünme yöntemlerinin (uzun kollu giysi, şemsiye kullanımı v.b) kullanımı, gözlük kullanımı ve 10-16 saatleri arasında güneşe

çıkma yöntemleri tek tek sorgulandı. Fitzpatrick sınıflamasına göre deri tipleri belirlendi: Deri tipi 2 ve 3 olanlar açık; 4 ve 5 olanlar koyu tonda deri rengi olarak değerlendirildi. “Güneşten korunmaya özen gösterme” ve “güneşten koruyucu krem kullanma” bağımlı değişkenler olarak belirlendi. Güneşten korunma yöntemlerinden en az birini kullanan bireyler "Güneşten korunmaya özen gösteriyor" olarak kabul edildi. Değişkenlerin analizinde ki-kare ve dört gözlü tablolarda gerektiğinde Fischer’s Exact Test (FET) kullanıldı.

Bulgular

Çalışma kapsamına alınan olguların 96’sı kadın (%53.6); 83’ü erkek (%46.4) idi. Olguların yaşları 20 ile 67 arasında olup, kadın olguların yaş ortalaması 37.01 ± 10.2 ; erkek olguların yaş ortalaması 38.7 ± 9.1 olarak saptandı. Erkek ve kadınlar arasında yaş dağılımı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı ($t=1.1$, $p=0.24$)

Olguların %76’sının güneşten korunmaya özen gösterdiği, %24’ünün ise bu yönde herhangi bir çaba harcamadığı belirlendi (Tablo 1). Korunmaya özen gösterenlerin ise %80.1’inin sadece

Tablo 1. Güneşten korunmaya özen gösteren ve göstermeyen olguların demografik ve anamnestik özellikleri

		Güneşten korunmaya özen		X ² ; p değeri
		Gösteriyor* n (%)	Göstermiyor** n (%)	
Cins	Erkek	61 (73.5)	22 (26.5)	X ² =0.52; p=0.4
	Kadın	75 (78.1)	21 (21.9)	
Eğitim (yıl)	0-7	23 (60.5)	15 (39.5)	X ² =6.31; p=0.012
	>8	113 (80.1)	28 (19.9)	
Aylık gelir (milyon TL)	0-300	39 (69.6)	17 (30.4)	X ² =1.80; p=0.40
	300-500	35 (79.5)	9 (20.5)	
	>500	62 (78.5)	17 (21.5)	
Deri tipi	Açık	98 (78.4)	27 (21.6)	X ² =1.33; p=0.24
	Koyu	38 (70.4)	16 (29.6)	
Yanık öyküsü	Var	83 (70.9)	34 (29.1)	X ² =4.69; p=0.030
	Yok	53 (85.5)	9 (14.5)	
Deri karsinomu öyküsü	Var	7 (87.5)	1 (12.5)	X ² ***=0.60; p=0.43
	Yok	129 (75.4)	42 (24.6)	
10-16 arası güneşte kalma süresi	≤ 1 saat	90 (79.6)	23 (20.4)	X ² =2.2; p=0.13
	> 1 saat	46 (69.7)	20 (30.3)	

Yaş (ortalama±SD): 37.2±9.7*; **39.6±9.7; ***Fisher’s exact test

Tablo 2. Koruyucu krem kullanan ve kullanmayan olguların demografik ve anamnestik özellikleri

		Güneşten koruyucu krem		x ² ; p değeri
		Kullanan* n (%)	Kullanmayan** n (%)	
Cinsiyet	kadın	33(44)	42(56)	0.36; 0.54
	erkek	30(49.2)	31(50.8)	
Eğitim (yıl)	0-7	3(13.0)	20(87.0)	12.33; 0.000
	>8	60(53.1)	53(46.9)	
Aylık gelir (milyon-TL)	0-300	10(25.6)	29(74.4)	14.12; 0.001
	300-500	14(40.0)	21(60.0)	
	>500	39(62.9)	23(37.1)	
Deri tipi	Açık	51(52.0)	47(48.0)	4.61; 0.031
	Koyu	12(31.6)	26(68.4)	
Yanık öyküsü	Var	31(37.3)	52(62.7)	6.89; 0.009
	Yok	32(60.4)	21(39.6)	
Deri karsinomu öyküsü	Var	2(28.6)	5(71.4)	0.93; 0.28
	Yok	61(47.3)	68(52.7)	
Güneşte kalma süresi	<1saat	39(43.3)	51(56.7)	0.95; 0.32
	>1saat	24(52.2)	22(47.8)	

Yaş (ortalama±SD): 37.1±8.2*; 37.3±10.7**

deniz mevsiminde korundukları gözlemlendi.

İstatistiksel olarak, eğitim düzeyi yüksek olanlarda (p=0.012) ve geçirilmiş yanık öyküsü olanlarda (p=0.030), güneşten korunmaya özen gösterenlerin oranı göstermeyenlerden anlamlı olarak yüksek bulundu. Güneşten korunmaya özen gösterenlerin kullandıkları yöntemler, %54.4'ünde güneş gözlüğü kullanımı, %53.0'ında saat 10-16 arasında güneşe çıkmama, %46.3'ünde güneşten koruyucu krem kullanımı, %43.4'ünde şapka ile korunma, % 18.3'ünde ise örtünerek korunma olarak tespit edildi. Olguların %46.3'ünün güneşten koruyucu krem kullandığı, %53.7'sinin ise güneşten koruyucu krem kullanmadığı öğrenildi (Tablo 2). İstatistiksel olarak, yanık öyküsü olanlarda (p=0.009), deri tipi açık tonda olanlarda (p=0.032), eğitim düzeyi yüksek bulunanlarda (p=0.001) ve aylık gelir düzeyi yüksek olanlarda (p=0.000) güneşten koruyucu krem kullanım oranı, kullanmayanlardan anlamlı olarak yüksek bulundu.

Eğitim süresi 0-7 yıl olan olgularla 8 yıl ve üzerinde eğitim alanların güneşten korunmak için seçtikleri yöntemler belirlendi: koruyucu krem, gözlük kullanımı ve örtünmeye özen gösterme oranı, eğitim süresi uzun olan olgularda, eğitim süresi 7 yıl ve altı olan olgulara göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek bulundu (Tablo 3). Olguların %25.8'inin SPF'ü 15 ve altı, %41.9'unun 16-28; %8.1'inin 30 ve üzeri değere sahip koruyucu krem kullandıkları; %24.2'sinin ise kullandıkları koruyucu kremin SPF'ü konusunda bilgi sahibi olmadıkları saptandı. Koruyucu krem kullanan olguların %59.7'sinin günde 1 kez, %40.3'ünün ise 2 ve daha fazla sayıda krem uyguladıkları öğrenildi. Olguların %93.5 gibi bir çoğunluğu, yüzü için koruyucu krem kullanırken, en az koruyucu krem uygulanan bölgenin (%37.1) bacaklar olduğu saptandı (Tablo 4).

Aylık gelir dağılımına göre güneşten korunma yöntemleri incelendiğinde; koruyucu krem kullanımı ve örtünerek korunmanın, gelir düzeyi yüksek olanlarda anlamlı olarak daha yüksek olduğu gözlemlendi (Tablo 5).

Tablo 3. Eğitim süresine göre, kullanılan güneşten korunma yöntemleri.

		Eğitim süresi		x ² ; p değeri
		>8 yıl n(%)	0-7 yıl n(%)	
Güneşten koruyucu krem	kullanıyor	60(95.2)	3(4.8)	12.33; 0.000
	kullanmıyor	53(72.6)	20(27.4)	
Şapka	kullanıyor	52(88.1)	7(11.9)	1.88; 0.16
	kullanmıyor	61(79.2)	16(20.8)	
Örtünmeye özen	gösteriyor	14(56.0)	11(44.0)	*15.99; 0.000
	göstermiyor	99(89.2)	12(10.8)	
Gözlük	kullanıyor	66(89.2)	8(10.8)	4.30; 0.038
	kullanmıyor	47(75.8)	15(24.2)	
Güneşe çıkmamaya özen	gösteriyor	59(81.9)	13(18.1)	0.14; 0.70
	göstermiyor	54(84.4)	10(15.6)	

*Fisher's exact test

Tartışma

Çalışmamızda güneşten korunmaya özen gösteren olgularda (%76) eğitim süresi ve geçirilmiş yanık öyküsünün önemli rol oynadığı ortaya çıktı. Buna karşın, güneşten korunmaya özen gösterme eğiliminin yaş, cinsiyet, deri tipi, aylık gelir, ailede deri kanseri öyküsü, güneşe maruziyet süresi ile ilişkisiz olduğu gözlemlendi.

Güneşten korunmaya yönelik etkin korunma yöntemleri ve alışkanlıklarıyla, deri kanserlerinin %80 oranında önlenebileceği ortaya konmuştur (9). Çalışmamızda ise olguların çoğunun (%54.4) güneşten korunmak için gözlük kullandıkları; deriye yönelik korunma yöntemi olarak da en sık seçilen yöntemin (%53.0) güneşli saatlerde dışarı çıkmama olduğu belirlendi. En az kullanılan korunma yöntemi olarak (%18.3) örtünmenin belirtildiği saptandı. Amerika'da yapılan çalışmalarda koruyucu krem kullanımının güneşten korunma yöntemleri arasında en sık kullanılanı olduğu; kadınlarda, çocuklarda ve açık tenlilerde, oranın daha yüksek olduğu belirtilmiştir (9,10). Koruyucu kremlerin güneş yanığı ve dolayısıyla melanomayı önleyici etkileri olduğu değişik çalışmalarda bildirilmiştir (11-14). Çalışmamızda ise olguların çoğunun güneş-

Tablo 4. Güneşten koruyucu krem kullananların* özellikleri

		n (%)
Cinsiyet	kadın	33(52.4)
	erkek	30(47.6)
Eğitim (yıl)	0-7	3(4.8)
	>8	60(95.2)
Güneşten korunma zamanı	yıl boyu	7(11.1)
	deniz mevsiminde	56(88.9)
SPF	<15	16(25.8)
	15-30	26(41.9)
	>30	5(8.1)
Uygulama sıklığı(günde)	1 kez	37(59.7)
	1'den fazla	25(40.3)
Uygulama bölgesi	Yüz	58(93.5)
	El-kol	43(69.4)
	Bacak	23(37.1)
	Gövde	30(48.4)
Güneşte kalma süresi (saat/gün)	0-1	39(61.9)
	2-4	20(31.7)
	5-9	3(4.8)
	bilmiyor	1(1.6)

*Yaş (ortalama+SD): 37.1+8.2

ten koruyucu krem kullanmaması; kullananların da bir kısmının, kullandıkları kremin SPF'ünden haberdar olmaması, bireylerin bu konuda da yeterli bilince sahip olmadıklarını ortaya koydu.

Tablo 5. Aylık gelir dağılımına göre güneşten korunma yöntemleri

		Aylık gelir (milyon-TL)			x ² ; p değeri
		0-300	300-500	>500	
Güneşten koruyucu krem	kullanıyor	10(15.9)	14(22.2)	39(61.9)	12.33; 0.000
	kullanmıyor	29(39.7)	21(28.8)	23(31.5)	
Şapka	kullanıyor	15(24.5)	16(27.1)	28(47.5)	0.54; 0.76
	kullanmıyor	24(31.2)	19(24.7)	34(44.2)	
Örtünmeye özen	gösteriyor	13(52.0)	5(20.0)	7(28.0)	8.28; 0.016
	göstermiyor	26(23.4)	30(27.0)	55(49.5)	
Gözlük	kullanıyor	15(20.3)	19(25.7)	40(54.1)	6.55; 0.38
	kullanmıyor	24(38.7)	16(25.8)	22(45.7)	
Güneşe çıkmamaya özen)	gösteriyor	25(34.7)	20(27.8)	27(37.5)	4.39; 0.11
	göstermiyor	14(64.1)	15(23.4)	35(54.7)	

Koruyucu krem kullanımının açık deri rengine sahip, eğitim düzeyi ve aylık gelir düzeyi yüksek olanlarda, yanık öyküsü bulunanlarda daha fazla olduğu, buna karşın yaş, cinsiyet, ailede tümör öyküsü ve güneşe maruziyet süresi ile ilişkisiz olduğu saptandı. Olguların büyük çoğunluğunun yıl boyu değil, sadece deniz mevsiminde koruyucu krem kullandıkları ortaya çıktı. Bu durum, güneşin kış mevsiminde de etkin olabildiği konusunda bireylerin yeterli bilince sahip olmaması ve maddi yetersizlikler yüzünden bu ürünlerin kullanımının kısıtlanması ile açıklanabilir. Koruyucu krem kullanan olguların çoğunun, kremi günde sadece 1 kez ve genellikle sadece yüze uygulamaları, güneşten koruyucuların kullanımı konusunda da doğru bir tutum sergilemediklerini göstermektedir.

Elde ettiğimiz sonuçlar, çalışmaya alınan olguların güneşten uygun ve etkin bir şekilde korunma konusunda yeterli bilince sahip olmadıklarını göstermektedir. Kişilerin güneşten korunma ve uygun korunma yöntemi seçimi konusundaki eğilimleri, özellikle eğitim düzeyi ile paralellik göstermekte; maddi olanaksızlıklar ve bilinçsizlik, koruyucu krem gibi etkin korunma yöntemlerinin kullanımını kısıtlamaktadır. Sorunun maddi yönü bir yana bırakılacak olursa; güneşin etkilerinin yoğun olarak gözlemlendiği ülkemizde, güneşten korunma bilincinin geliştiril-

mesine yönelik konuların temel eğitim kapsamına alınması gerektiği ve bu konuda yapılacak yaygın ve düzenli halk eğitim programlarına ihtiyaç olduğu kanısındayız.

KAYNAKLAR

1. Hawk. Cutaneous photobiology. In: Champion RH, Burton JL, Ebling FJG, eds. Textbook of Dermatology. 6th ed. Oxford: Blackwell Scientific Publ. 1998; 973-93.
2. Pathak MA, Nghiem P, Fitzpatrick TB. Acute and chronic effects of the sun. In: Freedberg IM, Eisen AZ, Wolff K, Austen KF, Goldsmith, Katz et al, eds. Dermatology in General Medicine. 5th ed. New York: McGraw Hill, 1999: 1598-607.
3. English DR, Armstrong BK. Identifying people at high risk of cutaneous malignant melanoma: results from a case control study in Western Australia. Br Med J 1993; 296: 1285-8.
4. Green AC, Siskind V, Bain C. Sunburn and malignant melanoma. Br J Cancer 1985; 51: 393-7.
5. Kricger A, Armstrong BK, English DR, Heenan PJ. Does intermittent sun exposure cause basal cell carcinoma? A case control study in Western Australia. Int J Cancer 1995; 60: 489-94.
6. Osterlind A, Tucker MA, Stone BJ, Jensen OM. The Danish case-control study of cutaneous malignant melanoma: the importance of UV-light exposure. Int J Cancer 1988; 42: 319-24.
7. Armstrong BK, Kricger A. How much melanoma is caused by sun exposure? Melanoma Res 1993; 3: 395-401.
8. Moshovitz M, Modan B. Role of sun exposure in the etiology of malignant melanoma: epidemiologic influence. J Natl Cancer Inst 1973; 51: 777-9.

9. Robinson JK, Rigel DS, Amonette RA. Summertime sun protection used by adults for their children. *J Am Acad Dermatol* 2000; 42: 746-53.
10. McCarthy EM, Ethridge KP, Wagner RF. Beach holiday sunburn: The sunscreen paradox and gender differences. *Cutis* 1999; 64:37-42.
11. De Rijcke S, Heenen M. Decrease of ultraviolet-induced DNA injury in human skin by p-aminobenzoic acid esters. *Dermatologica* 1989; 179: 11-5.
12. Lowe NJ, Breeding J. Evaluation of sunscreen protection by measurement of epidermal DNA synthesis. *J Invest Dermatol* 1980; 74: 181-2.
13. Kaidbey KH. Substantivity and water resistance of sunscreens. In: Lowe NJ, ed. *Physician's guide to sunscreens*. New York: Marcel Dekker, 1991. 177-82.
14. Stern RS, Weinstein MC, Baker SG. Risk reduction for non-melanoma skin cancer with childhood sunscreen use. *Arch Dermatol* 1986; 122: 537-45.

Geliş Tarihi: 16.04.2002

Yazışma Adresi: Dr.Ayşın KÖKTÜRK

Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi
Dermatoloji AD,
33079, Zeytinlibahçe, MERSİN
aysinkokturk@hotmail.com.tr