

## GEBE KADINLARIN BİTKİSEL ÜRÜN TÜKETİM VE SIKLIĞININ DEĞERLENDİRİLMESİ

**AMAÇ:** Gebelik döneminde bireyler, çeşitli sebeplerle bitkisel ürünlerden, bitki çaylarına yönelebilmektedir. Çalışmamızın amacı gebelerde, gebelik süresince tüketilen bitkisel ürün türü ve sıklığını saptamaktır.

**YÖNTEM:** Örneklem Konya’da, bir kamu hastanesi kadın doğum polikliniğine 2017 Şubat ayında başvuran 120 gebeden oluşmuştur. Çalışmada gönüllülük esas alınarak katılımcılara anket uygulanmıştır. Form, gebelerin demografik verileriyle bitkisel ürün tüketim düzeylerini ölçen 9 sorudan oluşmuştur. Veriler SPSS 15.0 programıyla analiz edilerek, değerlendirilmesinde tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

**BULGULAR:** Çalışmadaki gebelerin minimum ve maksimum yaşları sırasıyla 17 ve 43’tür. Gebelerin yaş ortalaması  $26.6 \pm 5.77$ , vücut ağırlığı ortalamaları  $75.3 \pm 12.5$ ’dir. Katılımcılar, gebeliklerinin 38. (%17.5) ve 40. (%15) gebelik haftasındadır. Örneklemin %30’u en az lise mezunudur. Katılımcılar arasında bitkisel ürün tüketenler, örneklemin %30.8 ‘ini (n:37) oluşturmuştur. Gebelerin eğitim durumu ile bitkisel ürün tüketim durumları ilişkilendirildiğinde anlamlı sonuç elde edilememiştir ( $p > 0.05$ ). Bitkisel ürün tüketen gebeler, en çok ihlamur (%35.1) ve naneyi (%35.1) tercih etmiş ve bitkisel ürün kullanan tüm gebeler, bitkilerin çay formunu tüketmişlerdir. Bu ürünleri tüketenlerin %48.6’sı kendi iradeleriyle, %27’si çevre tavsiyesiyle ürünleri kullanmaya başlamış ve %70.2’si bunları kullanmalarıyla ilgili sağlık personeline bilgi vermemiştir. Bitki çaylarını tüketen gebelerin %78.3’ü, ürünlerden fayda gördüğünü belirtmiştir. Gebelerin, gebelik sürecinde bitkisel ürün kullanım sebepleri değişmekle beraber %64.8’i grip, nezle gibi üst solunum yolu hastalıklarının tedavisi ve bu hastalıklardan korunmak için bu ürünlere başvurmuştur. Katılımcıların su tüketim durumlarına bakıldığında, bitkisel ürün tüketen gebelerin %43.2’si 6 ile 10 su bardağı, %32.4’ü 1 ile 5 su bardağı ve %24.3’ü 11 su bardağı ve üzeri miktarda su tüketmektedir.

**SONUÇ:** Gebelik dönemi anne ve fetüsün sağlığı açısından hayati önem taşımaktadır ve annenin beslenmesi, kendisi ve bebeğinin sağlığını doğrudan etkilemektedir. Gebelik süresince tüketilen bitkisel ürünlerin dozu, sıklığı, türü, yan etkileri, riskleri ve güvenilirliği tartışmalıdır. Gebe kadınlar, tükettikleri bitkisel ürünle ilgili bilgileri sağlık personeliyle paylaşmalı ve gebelik döneminde bitkisel ürün kullanımının güvenilirliğine ilişkin eğitimler verilerek bilinçlendirme yapılmalıdır.

**Anahtar kelimeler:** Beslenme, bitkisel ürün, gebelik.