

Hasta Eğitiminde Bilgi Teknolojileri: Web Tabanlı Beslenme Eğitimi

Selen BOZKURT, Neşe ZAYİM, K. Hakan GÜLKESEN

Biyoistatistik ve Tıp Bilişimi AD, Akdeniz Üniversitesi, Antalya

selenb@akdeniz.edu.tr, nzayim@akdeniz.edu.tr, hgulkesen@akdeniz.edu.tr

Özet: Sağlık yönetiminde önemli rolü olan hasta eğitimi, hastaların kendi sağlık yönetimlerini sağlamalarına yardımcı olur ve sağlık bakım maliyetini düşürmede etkilidir. Geçmiş çalışmalar, geleneksel hasta eğitimi yöntemlerinin önünde zaman, eğitime erişim ve maliyet gibi bazı engeller olduğunu ortaya koymuştur. Bu engelleri internet ve web teknolojilerinin sunduğu olanaklarla ortadan kaldırmak mümkündür. Web tabanlı hasta eğitimi teknolojileri çoğunlukla kronik hastalıklarla ilgili olarak tasarlanmış olsa da kullanım alanları geniştir. Bu çalışmada, şimdiye kadar yapılmış olan web tabanlı hasta eğitimi programlarına ilişkin tüm çalışmalar taranmış, içerik, tasarım, değerlendirme ve sonuçları incelenmiş ve özetlenmiştir. Ayrıca, beslenme eğitimi üzerine tasarlanan bir web tabanlı eğitim uygulaması olan “Beslenme Eğitimi Modülü”nün algoritması ve içeriği anlatılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık Eğitimi, World Wide Web, Beslenme

1. Giriş

Hasta Eğitimi (HE), sağlığı iyileştirmek için sağlık konusunda bilgi edinimi ve gerekli davranışsal değişikliklerin sağlanmasını amaçlayan bir çeşit öğrenme ve öğretme sürecidir ve sağlık yönetiminde önemli rol oynar [1]. Geçmiş çalışmalarda hasta eğitiminin, hastaların kendi sağlık yönetimlerini sağlamalarına yardımcı olduğu ve de sağlık bakım maliyetini düşürdüğü belirtilmiştir. Özellikle kronik hastalık durumlarında, hasta eğitimi tekniklerinin kullanımıyla yaşam kalitesinin anlamlı ölçüde arttığı gözlenmiştir [2].

Geçmiş çalışmalar, geleneksel hasta eğitimi yöntemlerinin önünde zaman, eğitime erişim ve maliyet gibi bazı engeller olduğunu ortaya koymuştur [3]. Bu engelleri internet ve web teknolojilerinin sunduğu olanaklarla ortadan kaldırmak mümkündür.

Web tabanlı hasta eğitimi teknolojileri çoğunlukla kronik hastalıklarla ilgili olarak tasarlanmış olsa da kullanım alanları geniştir. Bu

çalışmada, şimdiye kadar yapılmış olan web tabanlı hasta eğitimi programlarına ilişkin tüm çalışmalar taranmış, içerik, tasarım, değerlendirme ve sonuçları incelenmiş ve özetlenmiştir. Ayrıca, beslenme eğitimi üzerine tasarlanan bir web tabanlı eğitim uygulaması olan “Beslenme Eğitimi Modülü”nün algoritması ve içeriği anlatılmıştır.

Web tabanlı hasta eğitimi uygulamasının beslenme konusunda tasarlanmasının nedeni obezite gibi beslenmeyle ilişkili sağlık sorunlarının tüm dünyada yaygınlaşması ve halk sağlığını tehdit etmesidir. Obezite ve fazla kiloluluk ile mücadelede beslenme eğitimi önemli yer tutmaktadır. Fazla kiloluluk ve obezitenin sağlık üzerindeki olumsuz etkilerini engellemek için sağlık profesyonelleri ve kuruluşları tarafından birçok beslenme eğitimi programı düzenlenmektedir. T.C. Sağlık Bakanlığı ve diğer bazı kuruluşlar da birçok beslenme eğitimi programı planlamakta ve sürdürmektedir fakat ülkemizde web tabanlı bir beslenme eğitimi programı bulunmamaktadır. Bu nedenlerden dolayı, bu çalışmada bireylerin beslenme

bilgilerinin geliştirilmesi amacıyla web tabanlı bir beslenme eğitimi programı tasarlanmıştır. Bu programla kişilere temel beslenme bilgisi edinebilecekleri, ulaşımı ve kullanımı kolay etkin bir eğitim programının sağlanması amaçlanmaktadır.

2. Metot: Beslenme Eğitimi Modülü Tasarım Süreci

Beslenme Eğitimi Modülü; kişisel beslenme yönetimi aracı olarak geliştirilen “Beslenme Portalı”nın ilk modülü olarak tasarlanmıştır. Beslenme Eğitimi Modülü’nün öğretim tasarımı, hızlı prototip geliştirme yaklaşımını da içeren modifiye edilmiş ADDIE(Analysis, Design, Development, Implementation and Evaluation) modeli kullanılarak yapılmıştır. Beslenme Eğitimi Modülü’nün prototipi “Temel Besin Grupları Alt Modülü” için tasarlanmıştır. Bu alt modülün içeriği öğrenme hedefleri belirtildikten sonra bu hedefleri karşılayacak şekilde, Sağlık Bakanlığı ve Devlet Planlama Teşkilatı’nın ortak planı çerçevesinde Türk halkının yeterli, dengeli ve sağlıklı beslenmesi amacıyla uzman kişilerce hazırlanan “Türkiye’ye Özgü Beslenme Rehberi”nden sağlanmıştır. Modül içeriği, “Temel Besin Grupları” ile ilgili temel bilgilerin yanı sıra öğrenme sürecine katkı sağlayacak, modül sonunda yer alan, konuyla ilgili oyun ve testler de içermektedir. Ayrıca, Beslenme Eğitimi Modülü içerisinde, eğitime katılan bireylerin bir araya gelip beslenme konusunda bilgi paylaşımında bulunabilecekleri bir forum bölümü, ihtiyaç duyduklarında detaylı bilgiye ulaşmaları için “Referans Kaynaklar” bölümü yer almaktadır. Programla ilgili geri bildirimlerin iletilmesi için ise “Geri Bildirim” bölümü bulunmaktadır.

Bunlara ek olarak, Beslenme Portalı’nın diğer modüllerinde kişisel kilo ve beslenme duru-

munun değerlendirilmesi için geliştirilmiş hesaplama ve kayıt araçları yer almaktadır. Beslenme eğitimi alan bireyler bu araçları kullanarak bireysel beslenme durumları hakkında da bilgi edinip kişisel beslenme alışkanlıklarını iyileştirebilirler.

3. Sonuç

Geçmiş çalışmaların bulguları Web tabanlı hasta eğitiminin hastalar ve hasta bakımı sonuçları üzerindeki olumlu yönde etkisi olduğunu göstermiştir. Web tabanlı hasta eğitimi sağladığı olanaklar nedeniyle hasta eğitiminde tercih edilmektedir.

Tüm dünyada olduğu gibi obezite ve fazla kiloluluk Türkiye için de önemli sağlık problemleridir. Bu problemlerle mücadelede beslenme eğitimi önemli rol oynamaktadır. Bilgisayar tabanlı beslenme eğitimi programları üzerine yapılan çalışmalar, bu programların programı kullananların beslenme davranışları üzerinde etkisi olduğunu kanıtlamıştır [6,7].

Türkiye’de ise beslenme üzerine web tabanlı bir eğitim programı bulunmamaktadır. İnternet ortamında var olan web sitelerindeki beslenme bilgisi ise yetersizdir. Değerlendirilme aşamasında olan Beslenme Eğitimi Modülü Türkiye için yetişkin bireylerin beslenme bilgisini arttırmada ve kişisel beslenme alışkanlıklarını geliştirmede alternatif bir yol olabilir.

4. Kaynaklar

- [1] Rankin SH, Stallings KD, Patient Education: Principles and Practice, Philadelphia: Lippincott, 2001:p.78-129.
- [2] Spath PL, Evaluating the Long-term Impact of Patient Education Brown-Spath & Associates, 2001.

[3] Gordon D, Cancer Pain Education for Patients and the Public Module VIII Overcoming Institutional Barriers to Pain Education. *Journal of Pain and Symptom Management*, 2002: 23(4): p. 329-336.

[4] Kruse K, Introduction to Instructional Design and the ADDIE Model. *E-Learning Guru*. 2003

[5] Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü 2004 Ankara

[6] Oenema A, Tan F, Brug J, Short-term efficacy of a web-based tailored nutrition intervention; main effects and mediators. *Ann Behav Med*; 2005: 29(1):p. 54-63.

[7] Oenema A, Brug J, Lechner L, Web-based tailored nutrition education: results of a randomized controlled trial. *Health Educ Res*. 2001: 16(6):647-60.