

Abstract Book
(Poster Presentation)

regulation of telomere length; Vitamin A plays an important role in immune response and deficiency of this can lead to telomere attrition; higher vitamin D concentrations are associated with longer leukocyte telomere length. From minerals; Magnesium intake has been shown to be positively related to telomere length in women; Zinc may affect telomere length by influencing telomerase activity, DNA integrity, oxidative stress and susceptibility to infection; Selenium level is decline with the aging process and significantly extends the telomere length of hepatocytes. In contrast to the effect of other nutrients, use of Iron supplements is associated with shorter telomeres. Consequently, this review summarizes the current knowledge on nutrition and telomere length and mentions mechanisms by which various nutrients may influence telomere length.

Keywords: Telomere length, Nutrition, Diet, Vitamins, Minerals

**TRAVAYDA HİDROTERAPİ
UYGULAMALARININ DOĞUM SONUÇLARINA
ETKİSİ**

Sümevra Tosun*, Ayşe Koyun**

**Hemşire, Afyon Devlet Hastanesi,
smyratsn40@hotmail.com*

***Afyon Kocatepe Üniversitesi Afyon Sağlık
Yüksekokulu, ayse.tastekin@hotmail.com*

Konfor günlük hayatı değiştiren rahatlık anlamına gelmektedir. Doğumda kadının memnuniyetini sağlamak büyük ölçüde konforunu sağlamakla ilişkilidir. Ancak doğum esnasında konforu sağlamak zordur çünkü doğum ağrılı bir eylemdir. Doğum ağrısı mutlaka kontrol altına alınmalıdır. Bu yüzden doğum yapan kadınların konforunun sağlanmasında, bakım veren sağlık personeli de önemlidir. Non-farmakolojik yöntemler, doğum desteği ile olumlu doğum deneyimi sağlar ve annenin kararlara katılmasını sağlayarak annelerin doğum memnuniyeti arttırmaktadır. Çeşitli veritabanları ve Cochrane sistematik incelemeleri değerlendirilerek, doğumda ağrının azaltılması ile ilgili girişimler; işe yarar, işe yarayabilir ve yetersiz veri olarak üç kategoride toplanmıştır. Ağrı yönetiminde "işe yarayabilir" uygulamalar kategorisinde; akupunktur, gevşeme relaksasyon, masaj, suyun içinde olma, lokal anestetikler ele alınmıştır. Bu girişimlerin standart bakım ile

1st International Health Sciences and Life Congress
02-05 May 2018 Burdur/TURKEY

karşılaştırıldığında ağrı azalttığı ve doğum memnuniyetini arttırdığı bulunmuştur. Hidroterapi-banyo (jet hidroterapi, masaj küvetleri) ya da suda doğum, doğum ağrısında ve doğumdan sonra rahatı arttırmak ve gevşeme sağlamak için kullanılan bir yöntemlerdir. Doğumda hidroterapi kullanımının annenin rahatını arttırdığı, ağrıyı azalttığı, kan basıncını düşürdüğü ve diüzezi arttırdığı bildirilmiştir. Doğumun birinci evresinde suda bulunan kadında artan hidrostatik basıncın, kadında venöz dönüşü ve ekstrasellüler sıvı hareketini arttırarak kardiyovasküler fizyolojiyi olumlu etkilediği, vazodilatasyonu sağladığı, maternal stresi azalttığı, kadında kontrol ve iyi olma duygusu geliştirdiği belirtilmiştir. Bunlara bağlı olarak da suda bulunma ile ağrının ve anestezi kullanımının azalması, doğum süresinin kısalması ilişkili bulunmuştur. Bu derlemenin hidroterapi uygulamalarının doğum sonuçlarına etkisi tartışılmaktadır.

Anahtar Sözcükler: Doğum, Doğum memnuniyeti, Doğum konforu, Doğum sonu konfor, Duş alma.

**SÜT VE SÜT ÜRÜNLERİ TÜKETİMİNİN İNSAN
SAĞLIĞI ÜZERİNE POTANSİYEL FAYDALARI**

Sinan AKBAL¹, Zübeyde ÖNER²

¹*Pamukkale Üniversitesi, Acıpayam Meslek Yüksekokulu,
Gıda İşleme Bölümü, Denizli/Türkiye*

Sinanakbal@windowslive.com

²*Süleyman Demirel Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi,
Gıda Mühendisliği Bölümü, Isparta/Türkiye*

zubeydeoner@sdu.edu.tr

Son zamanlarda, artan kronik bazı hastalıkların gıda ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle insanların diyet içeriği ve beslenme alışkanlıkları bir çok hastalığın önlenmesi için önemli bir parametredir. Günlük diyetle sıklıkla tüketilen süt ve süt ürünlerinin sağlık üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Yapılan çalışmalar neticesinde süt ve ürünlerinin kardiyovasküler, kanser ve metabolik sendrom (hipertansiyon, obezite, şeker hastalığı vb.) gibi birçok hastalığa karşı koruyucu etkisi olduğu belirtilmiştir. Ayrıca bu ürünlerin tüketiminin beyin aktivitesi, bağırsak düzenleyici (probiyotik özellik) ve kemik gelişiminde de etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu

Abstract Book
(Poster Presentation)

çalışmada, süt ve ürünleri tüketiminin insan sağlığı üzerine faydalarına dikkat çekilmiş ve bu konuda yapılan çalışmalar özetlenmiştir.

KADIN VE GÖÇ

Nurvet BÜYÜKYÖRÜK

*Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Bilimleri
Fakültesi, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği
Anabilim Dalı, Burdur*

Amaç

Göç olgusu günümüzde küresel bütünleşme sürecinin bir parçası olarak gittikçe hızlanan bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal, kültürel, ekonomik pek çok soruna neden olan zorunlu göç süreci özellikle kadınları etkilemektedir. Bu derlemenin amacı göçün kadın üzerindeki olumsuz etkilerini gözler önüne sermek ve toplumda bu konuyla ilgili farkındalık oluşturmaktır.

Yöntem

Literatür taraması için son yıllarda yapılmış güncel veri tabanları içinden, “göç, göçün kadın üzerindeki etkileri, kadın sağlığı, anahtar sözcükleri taranarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Göç süreci göçe katılan bireylerin her biri için farklı sonuçlara neden olmaktadır. Son yarım yüzyılda göç olgusunda yaşanan en önemli değişimlerden birisi kadın göçünün artmasıdır. Kadınlar uluslararası göçmenlerin yarısını oluşturmaktadır. Kadınların göç etme nedenlerinin başında; ekonomik nedenler, yoksulluk, işsizlik, savaşlar, doğal afetler, şiddet, geleneksel kadın rollerinin baskısı gibi sosyal ve kültürel nedenler gelmektedir. Kadınlar göç sürecine toplumsal cinsiyet rolleri gereği üstlendikleri sorumluluklar ile katıldıklarından hem göçün hem de kadın olmanın mağduriyetini bir arada yaşamaktadırlar. Kadınlar göç ettikleri yerlerde toplumsal cinsiyet rollerine uygun olarak görülen temizlik, çocuk, hasta, yaşlı bakımı gibi işlerde ve tarım, turizm ve eğlence sektöründe yine kayıt dışı, düşük ücret ve kötü çalışma koşullarına maruz kalmaktadır. Ayrıca göçün yol açtığı bulaşıcı hastalıklar, üreme sağlığı sorunları, yetersiz beslenme, post travmatik stres, depresyon, kaygı gibi ruhsal sorunlar, göç edilen yere ya da kültüre uyum sorunları, ekonomik sorunlar,

1st International Health Sciences and Life Congress
02-05 May 2018 Burdur/TURKEY

hizmete ulaşamama, iletişim sorunları ve sosyal dışlanma gibi sorunlar ile karşı karşıya kalmaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Göç sürecinde ve sonrasında kadınların yaşadıkları uyum sorunları ve güçlükler hem ruhsal hem de fiziksel sağlıklarının olumsuz etkilenmesine neden olmaktadır. Kadının eğitilmesi, güçlendirilmesi, sosyal bütünleşmesinin sağlanması için gerekli sosyal politikaların oluşturulması kadının sorunlarının çözümü için önemlidir.

Anahtar kelimeler: Göç, kadın sağlığı, kadın sorunları

TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTSİZLİĞİ VE KADIN YOKSULLUĞU

Nurvet BÜYÜKYÖRÜK

*Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Bilimleri
Fakültesi, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği
Anabilim Dalı, Burdur*

Amaç

Yoksulluk Dünya’da ve ülkemizde uzun yıllardır var olan çok boyutlu bir sorundur. Yoksulluğa sebep olan süreçler kadınları ve erkekleri farklı şekillerde ve derecelerde etkilemektedir. Yoksulluk içinde yaşayan kadınların sayısı son yıllarda, özellikle gelişmekte olan ülkelerde erkeklere oranla büyük artış göstermiştir. Kadınlar yoksulluğu erkeklere göre daha yoğun ve derin yaşamaktadır. Bu derlemede toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin kadın yoksulluğu üzerindeki etkilerini gözden geçirmek amaçlanmıştır.

Yöntem

Literatür taraması için son yıllarda yapılmış güncel veri tabanları içinden, “toplumsal cinsiyet, toplumsal cinsiyet eşitsizliği, yoksulluk, kadın sağlığı”, anahtar sözcükleri taranarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Kadın yoksulluğu, toplumsal normlarla belirlenen ve toplumsal yapılarla yeniden üretilen toplumsal cinsiyet rollerinin etkisiyle farklılaşmaktadır. Toplumsal cinsiyet, kadın ve erkeğin biyolojik yönden farklılıklarını anlatan biyolojik cinsten farklı olarak, kadın ve erkek için toplumsal olarak oluşturulmuş roller ile öğrenilmiş davranış ve beklentilerine dikkat çeken bir kavramdır. Bu kavram, bireyler için beklenti örüntüleri oluşturan günlük yaşamın toplumsal süreçlerini düzenleyen; ekonomi, ideoloji, aile, siyaset gibi toplumsal örgütlenmelerin içine