

# Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Baş Ağrısı Sıklığı ve İlişkili Faktörler

## Prevalence of Headache and Related Factors in Erciyes University Medical Faculty Students

Seçkin ÖZSAYDI, Elçin BALCI

### ÖZ

Baş ağrısı insanlarda bilinen en eski semptomlardan biri ve baş ağrısı bozuklukları nöroloji polikliniklerinde en çok konulan tanılardandır. İnsanların %90'ından fazlasında yaşamı boyunca en az bir kez baş ağrısı meydana gelmektedir. Tıp öğrencileri uykusuzluk, yorgunluk, stres gibi baş ağrısı tetikleyici durumları sık yaşayabilmektedir. Bu araştırmanın amacı; Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin baş ağrısı yakınması yaşama sıklıklarını, baş ağrısı yakınması olanlarda ağrının niteliğini ve bununla ilişkili faktörleri incelemektir.

Tanımlayıcı nitelikteki bu çalışma; Erciyes Üniversitesi'nde öğrenim gören tıp fakültesi öğrencileri ile yapılmıştır. Mart 2019 tarihinde tıp fakültesinde 1602 öğrenci öğrenim görüyor durumdadır ve tümünün çalışmaya alınması planlanarak örneklem hesabı yapılmamış, veri toplama aşaması bittiğinde toplam 1296 kişiye ulaşılabilmektedir. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında değerlendirilmiş, istatistik analizlerde  $p < 0.05$  değerleri anlamlı kabul edilmiştir.

Çalışmaya katılanların %46.5'i erkek, %53.5'i kadındır. Katılımcıların %6.9'u tanı konulmuş bir baş ağrısı hastalığı olduğunu, %31.7'si haftada en az bir kez baş ağrısı yaşadığını belirtmiştir. Tetikleyici faktörler sırasıyla en çok; uykusuzluk (%77.4), stres-üzüntü (%72.4), yorgunluk (%70.0), gürültü (%59.4), ders çalışma (%44.5) olarak bulunmuştur. Kadınlarda, aile öyküsü olanlarda ve ailesi ile birlikte yaşayanlarda baş ağrısı yaşama sıklığı anlamlı derecede daha yüksektir. Daha çok migrende görülen keskin ve zonklayıcı tarzda ağrı tarif edenlerin şiddet puan ortalaması, gerilim ve ağırlık hissine göre anlamlı derecede daha yüksektir.

Katılımcıların üçte biri haftada bir ve daha fazla kez baş ağrısı yaşadığını belirtmiştir. Baş ağrısı ile cinsiyet, aile öyküsü ve barınma yeri faktörleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Ağrıyı tetikleyen faktörlerin ise en çok uykusuzluk, stres-üzüntü ve yorgunluk gibi nedenler olduğu saptanmıştır. Tıp öğrencilerine baş ağrısı yakınmalarının hekim tarafından incelenmesi ve gerekli tedavilerin düzenlenmesi konusunda bilgilendirme yapılabilir, ayrıca uyku hijyeni, stresle baş etme konularında eğitim verilebilir ve sosyal destek sağlanabilir.

**Anahtar Sözcükler:** Baş ağrısı, Tıp öğrencileri, Migren, Tetikleyici faktör

### ABSTRACT

Headache is one of the oldest known symptoms in humans, and headache disorders are among the most common diagnoses in neurology clinics. More than 90% of people experience a headache at least once in their lifetime. Medical students may frequently experience headaches triggering situations such as insomnia, fatigue, and stress. The purpose of this research; The aim of this study is to examine the frequency of headaches in Erciyes University Faculty of Medicine students, the nature of the pain in patients with headaches and related factors.

Özsaydı S., & Balcı E., (2021). Erciyes Üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinde baş ağrısı sıklığı ve ilişkili faktörler. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 11(3), 496-502. <https://doi.org/10.5961/jhes.2021.469>

### Seçkin ÖZSAYDI (✉)

ORCID ID: 0000-0001-8350-288X

Kayseri İl Sağlık Müdürlüğü Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı, Kayseri, Türkiye  
Kayseri Provincial Health Directorate Public Health Services Presidency, Kayseri, Turkey  
seckinozsaydi@gmail.com

### Elçin BALCI

ORCID ID: 0000-0003-3203-198X

Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Kayseri, Türkiye  
Erciyes University Faculty of Medicine, Department of Public Health, Kayseri, Turkey

Geliş Tarihi/Received : 02.04.2021

Kabul Tarihi/Accepted : 02.11.2021

**Materials-Methods:** This descriptive study; It was conducted with medical faculty students studying at Erciyes University. In March 2019, 1602 students were enrolled in the medical faculty and all of them were planned to be included in the study and the sample size calculation was not made, and a total of 1296 people could be reached when the data collection phase was completed. The obtained data were evaluated in computer environment and  $p < 0.05$  values were accepted as significant in statistical analysis.

**Results:** 46.5% of the participants in the study were men and 53.5% were women. 6.9% of the participants stated that they had a diagnosed headache disease, 31.7% stated that they had a headache at least once a week. The triggering factors were mostly; insomnia (77.4%), stress-sadness (72.4%), fatigue (%70.0), noise (%59.4), study (%44.5). The frequency of headache is significantly higher in women, those with a family history and those living with their families. The mean severity score of those who describe sharp and throbbing pain, which is mostly seen in migraine, is significantly higher than the feeling of tension and heaviness.

**Conclusion:** One-third of the participants stated that they experienced a headache once or more per week. A significant relationship was found between headache and the factors of gender, family history and place of residence. It has been determined that the factors that trigger pain are mostly insomnia, stress-sadness and fatigue. Medical students can be informed about the examination of headache complaints by the physician and the arrangement of necessary treatments, as well as training on sleep hygiene and coping with stress, and social support can be provided.

**Keywords:** Headache, Medical students, Migraine, Trigger factor

## GİRİŞ

Baş ağrısı insanlarda bilinen en eski semptomlardan biri ve baş ağrısı bozuklukları nöroloji polikliniklerinde en çok konulan tanılardandır. İnsanların %90'ından fazlasında yaşamı boyunca en az bir kez baş ağrısı meydana gelmektedir. Amerikan Ulusal Sağlık İstatistikleri Merkezi'nin verilerine göre baş ağrısı 2009-2010 yılında acil servis başvuru nedenlerinin %3,1'i ve tüm nedenler arasında dördüncü sıradadır (Burch vd., 2015).

Uluslararası Baş Ağrısı Derneği 2018 sınıflamasına göre baş ağrıları primer ve sekonder baş ağrısı bozuklukları olarak sınıflandırılmaktadır. Primer baş ağrısı bozuklukları çok fazla alt tipleri olmakla beraber; migren, gerilim tipi, trigeminal otonomik sefalaljiler (küme baş ağrısı vb) ve diğer primer baş ağrısı bozuklukları olarak 4 ana başlık altında toplanmaktadır. Primer baş ağrıları içinde en sık karşılaşılan gerilim tipi baş ağrısıdır ve Türkiye'de yıllık prevalans yaklaşık %31,7'dir (Ekizoğlu, 2019). Ancak gerilim tipi baş ağrısında semptomlar migrene göre daha hafif olduğundan hekim başvurularında migren tanısı ilk sıradadır. Migren prevalansının ise kadınlarda %20, erkeklerde %8 civarında olduğu belirtilmektedir (Ekizoğlu, 2019). Kronik baş ağrılarında kadın cinsiyet ve aile öyküsünün risk faktörü olduğu bilinmektedir (Scher, 2008).

Baş ağrısı bozukluklarının niteliği, atak sıklığı, yerleşimi, atak süresi gibi klinik özellikleri farklı karakter gösterebilmektedir. Migren tipi baş ağrıları daha çok 4-72 saat arasında süren, sıklıkla tek taraflı, şiddetli ve zonklayıcı karakterde iken, gerilim tipi baş ağrıları daha uzun süren (30 dakika-1 hafta), daha az şiddetli ve sıklıkla çift taraflıdır. Küme tipi baş ağrıları ise genellikle ani başlangıçlı, tek taraflı, 15-180 dakika süren, keskin, oyucu tarzda ağrılarıdır. Açlık, yetersiz sıvı alımı, uykusuzluk veya aşırı uyku, stres, yorgunluk, gürültü, aşırı sıcak veya soğuk hava, bazı gıdalar, kimyasal maddeler, menstrüasyon, yükseklik ve basınç değişiklikleri gibi nedenler baş ağrısını tetikleyebilmektedir. Migren hastalarının yaklaşık üçte birinde ağrı başlangıcından 15-60 dakika önce bulantı-kusma, ışık-ses hassasiyeti gibi geçici nörolojik disfonksiyonlarla karakterize aura fazı görülür ve

hastalar atak başladığında karanlık bir odada uzanma, uyuma, analjezik kullanma gibi davranışlarla rahatlamaya çalışır (International Headache Society, 2004; Sayilgan vd., 2018; Weaver-Agostoni, 2013; Biçakci vd., 2018).

Tıp eğitimi uzun süren, teorik ve pratik olarak karmaşık ve zorlu bir süreçtir. Tıp öğrencileri bu süreçte sıklıkla stresli, uykusuz, yorgun olabildiklerinden ve yetersiz fiziksel aktivite davranışında bulunabildiklerinden dolayı baş ağrısı açısından hassas gruplardan sayılabilir ve bu gibi nedenlerle tıp öğrencilerinde baş ağrısı yakınması sıklığı genellikle yüksektir (Almeida vd., 2015). Brezilya'da tıp öğrencileriyle yapılan bir çalışmada baş ağrısı yakınması sıklığı %47 olarak bulunmuştur. Yine tıp öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada baş ağrısı yakınması sıklığı %80 olarak bulunmuştur ve sıklıkla baş ağrısı yaşadığını belirtenlerin oranı %16'dır (Sanvito vd., 1996; Costa vd., 2000).

Bu araştırmanın amacı; Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin baş ağrısı yakınması yaşama sıklıklarını, baş ağrısı yakınması olanlarda ağrının niteliğini ve bununla ilişkili faktörleri incelemektir.

## GEREÇ ve YÖNTEM

Tanımlayıcı nitelikteki bu çalışma; Erciyes Üniversitesi'nde öğrenim gören tıp fakültesi öğrencileri ile yapılmıştır. Mart 2019 tarihinde tıp fakültesinde 1602 öğrenci öğrenim görüyor durumdadır ve tümünün çalışmaya alınması planlanarak örneklem hesabı yapılmamış, veri toplama aşaması bittiginde toplam 1296 kişiye ulaşılabilmıştır (ulaşma yüzdesi: %80,9). Veriler Mart-Nisan 2019 tarihleri arasında Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı'nda stajlarını tamamlayan intern doktorlar tarafından, eğitim içeriğinde yer alan saha araştırması uygulaması kapsamında öğretim görevlileri gözetiminde toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak literatür taranarak hazırlanan katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin, baş ağrısı şikayetlerinin ve baş ağrısı ile ilişkili durumların sorgulandığı, 25 soruluk anket formu kullanılmıştır. Katılımcılardan baş ağrısı şiddetini değerlendirmek amacıyla; "1" en hafif ağrı, "10" en şiddetli ağrı olmak üzere ağrıların şiddetine

puan vermeleri istenmiş ve baş ağrısı şiddet puanları buna göre belirlenmiştir. Erciyes Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik onay ve kurum idari izinleri alındıktan sonra çalışmaya başlanmış, anketler yüz yüze görüşme yöntemiyle çalışmaya katılmayı kabul eden kişilere yapılmıştır.

Elde edilen veriler bilgisayar ortamında değerlendirilmiş, istatistik analizlerde frekans tablolarının gösteriminde sayı ve yüzdelere kullanılmıştır. Baş ağrısını etkileyen faktörlerin incelendiği karşılaştırma tablolarında "sıklıkla" ve "nadiren" cevaplarını verenler "baş ağrısı var" şeklinde tek grup olarak birleştirilmiştir. Ölçümle elde edilen verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testiyle değerlendirilmiş, grupların karşılaştırmalarında ortalama, standart sapma değerleri, tek yönlü ANOVA ve ki kare testleri kullanılmıştır. Analizlerde  $p < 0,05$  değerleri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

### BULGULAR

Çalışmaya katılanların %46,5'i erkek, %53,5'i kadındır. Tüm grubun yaş ortalaması  $21,6 \pm 2,0$  (min:17, max:33), erkeklerin yaş ortalaması  $21,8 \pm 2,1$ , kadınların yaş ortalaması  $21,4 \pm 1,9$

**Tablo 1:** Araştırma Grubunun Bazı Sosyodemografik Özellikleri ve Hastalık Öykülerine Göre Dağılımı

Özellik	Sayı	%
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	603	46,5
Kadın	693	53,5
<b>Öğrenim yılı</b>		
Dönem 1	208	16,0
Dönem 2	273	21,1
Dönem 3	264	20,4
Dönem 4	209	16,1
Dönem 5	206	15,9
Dönem 6	136	10,5
<b>Barınma yeri</b>		
Aile ile	575	44,4
Yurt	341	26,3
Arkadaşlarıyla evde	270	20,8
Tek başına evde	98	7,6
Diğer	12	0,9
<b>Kronik hastalık</b>		
Var	144	11,1
Yok	1152	88,9
<b>Tanı konmuş baş ağrısı hastalığı varlığı</b>		
Var	89	6,9
Yok	1207	93,1
<b>Birinci derece akrabalarda sürekli baş ağrısı yakınması olan</b>		
Var	448	34,6
Yok	687	53,0
Bilmiyor	161	12,4
<b>Toplam</b>	1296	100,0

yıldır. Katılımcıların %44,4'ü ailesi ile, %26,3'ü yurttan ve %20,8'i arkadaşları ile evde yaşadığını belirtmiştir (Tablo 1).

Öğrencilerin %58,2'si nadiren, %17,1'i sıklıkla olmak üzere toplam %75,3'ü baş ağrısı yakınması olduğunu, %24,7'si ise hiç baş ağrısı yakınması olmadığını belirtmiştir. Baş ağrısının niteliğini ise sırasıyla en çok zonklayıcı (%49,6), ağırlık hissi şeklinde (%19,7) ve gerilim şeklinde (%16,5) tarif etmişlerdir (Tablo 2).

**Tablo 2:** Araştırma Grubunun Baş Ağrısı Olanların Bazı Özelliklerine Göre Dağılımı

Özellik	Sayı	%
<b>Baş ağrısının sıklığı</b>		
Ayda birden az	156	16,0
Ayda bir kez	186	19,1
Ayda iki-üç kez	325	33,2
Haftada bir kez	149	15,3
Haftada birden çok	160	16,4
<b>Baş ağrısının niteliği</b>		
Zonklayıcı	484	49,6
Ağırlık hissi	192	19,7
Gerilim	161	16,5
Keskin	104	10,7
Yanma hissi	18	1,8
Diğer	17	1,7
<b>Baş ağrısının başladığı zaman dilimi</b>		
Sabah uyanınca	89	9,1
Öğlene doğru	78	7,9
Öğleden sonra	272	27,9
Akşam saatlerinde	490	50,3
Gece	47	4,8
<b>Baş ağrısı olduğunda süresi</b>		
<1 saat	414	42,4
1-4 saat	498	51,0
>4 saat	64	6,6
<b>Baş ağrısı şiddet puanı</b>		
$\leq 5$	515	52,8
$> 5$	461	47,2
<b>Baş ağrısının yerleşimi</b>		
Tek taraflı	106	10,8
İki taraflı	227	23,3
Göz ve göz çevresi	216	22,1
Ense	51	5,3
İki taraflı ve ense	80	8,3
Alın	190	19,4
Diğer	106	10,8
<b>Aura varlığı</b>		
Sıklıkla	37	3,8
Bazen	80	8,2
Nadiren	152	15,6
Hiç	707	72,4
<b>Toplam</b>	976	100,0

## TARTIŞMA

Tablo 3'te görüldüğü üzere, baş ağrısını tetikleyen faktörlerin sorgulandığı soruya katılımcıların %77,4'ü 'uykusuzluk', %72,4'ü 'stres-üzüntü', %70,0'ı ise 'yorgunluk' cevabını vermiştir.

Araştırma grubunda baş ağrısına eşlik eden yakınmalar sırasıyla; sese karşı hassasiyet (%47,3), aktivite ile ağrı artışı (%39,9) ve ışığa karşı hassasiyettir (%38,3) (Tablo 4).

Katılımcılar baş ağrısı yakınması olduğunda sırasıyla en çok; dinlenip geçmesini beklediklerini (%73,9), uyuduklarını (%56,9) ve kendi kendilerine ilaç kullandıklarını (%37,4) belirtmiştir (Tablo 5).

Katılımcıların %42,0'ı baş ağrısı yakınmalarının okul devam ve başarı durumlarını nadiren, %14,5'i ise sıklıkla etkilediğini belirtmiştir (Tablo 6).

**Tablo 3:** Baş Ağrısı Yakınması Olanların Baş Ağrısını Tetikleyen Faktörlere Göre Dağılımı

Tetikleyici faktör (n=976)*	Sayı	%
Uykusuzluk	755	77,4
Stres-üzüntü	707	72,4
Yorgunluk	683	70,0
Gürültü	580	59,4
Ders çalışma	434	44,5
Açlık-susuzluk	420	43,0
Fazla uyku	375	38,4
Soğuk	321	32,9
Yolculuk	302	30,9
Parlak ışık	271	27,8
Menstrüel dönem	169	17,3
Sıcak	155	15,9
Sigara içmemek	102	10,5
Sigara içmek	97	9,9
Egzersiz	92	9,4
Banyo yapmak	55	5,6

\* Birden çok cevap verilebilmiştir

**Tablo 4:** Baş Ağrısı Yakınması Olanların Baş Ağrısına Eşlik Eden Yakınmaya Göre Dağılımı

Eşlik eden yakınma (n=976)*	Sayı	%
Sese karşı hassasiyet	462	47,3
Aktivite ile ağrı artışı	389	39,9
Işığa karşı hassasiyet	374	38,3
İştahsızlık	256	26,2
Bulantı	202	20,7
Göz yaşarması-burun akıntısı	150	15,4
Kokuya karşı hassasiyet	123	12,6
Kusma	76	7,8

\* Birden çok cevap verilebilmiştir

Çalışmaya katılan bireylerin %75,3'ü baş ağrısı yakınması yaşadığını belirtmiştir. Barros tarafından Brezilya'daki tıp ve psikoloji bölümü öğrencileri ile yapılan çalışmada yaşam boyu en az bir kez baş ağrısı yaşama sıklığı %99, son bir yıldaki sıklık ise %91 olarak bulunmuştur (Ferri-de-Barros vd., 2011). Tıp öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada son üç ayda baş ağrısı yaşama sıklığı %93,5 bulunmuştur (Almeida vd., 2015). Görüldüğü gibi tıp fakültesi öğrencilerinde baş ağrısı prevalansı yüksektir, öğrencilerin dörtte üçü ve daha fazlası en az bir kez baş ağrısı yaşadığını belirtmiştir. Bahsedilen çalışmalardaki farklar ülkelere göre değişebilen yaşam biçimi farkları, beslenme alışkanlıkları gibi nedenlerden kaynaklanıyor olabilir. Genel popülasyonda baş ağrısının küresel yükünün araştırıldığı çok merkezli bir çalışmada son bir yıldaki baş ağrısı prevalansının %53-75 aralığında olduğu bulunmuştur (Saylor, 2018). Tıp fakültesi öğrencilerindeki sıklığın genel popülasyona göre biraz fazla olması, stresli eğitim koşulları ve öğrencilik dönemindeki sağlıksız davranışlara eğilim nedeniyle olabilir.

Araştırma grubunda baş ağrısı yaşayan öğrenciler birden çok cevap verebildikleri soruda, baş ağrılarını tetikleyen faktörlerin sırasıyla en çok; uykusuzluk (%77,4), stres-üzüntü (%72,4) ve

**Tablo 5:** Baş Ağrısı Yakınması Olanların Baş Ağrısı Atağı Olduğunda Yaptıkları Uygulamalara Göre Dağılımı

Uygulama (n=976)*	Sayı	%
Dinlenip geçmesini beklemek	721	73,9
Uyumak	555	56,9
Kendi kendine ilaç kullanmak	365	37,4
Açık havaya çıkmak	225	23,1
Duş almak	166	17,0
Doktora başvurmak	35	3,6
Geleneksel tıp yöntemi kullanmak	30	3,1
Diğer	9	0,9

\* Birden çok cevap verilebilmiştir

**Tablo 6:** Baş Ağrısı Yakınması Olanların Baş Ağrısının Okul Durumu ve Sosyal Aktivitelerini Olumsuz Etkileme Durumlarına Göre Dağılımı

Özellik	Sayı	%
<b>Baş ağrısının okul devamı ve başarısını olumsuz etkileme durumu</b>		
Sıklıkla	142	14,5
Nadiren	410	42,0
Hiç	424	43,5
<b>Baş ağrısının sosyal aktiviteleri olumsuz etkileme durumu</b>		
Sıklıkla	165	16,9
Nadiren	457	46,8
Hiç	354	36,3
<b>Toplam</b>	<b>976</b>	<b>100,0</b>



yorgunluk (%70,0) olduğunu belirtmiştir. Al-Hashel ve arkadaşları tarafından migrenli tıp fakültesi öğrencileri ile yapılan çalışmada öğrenciler, sırasıyla en çok stres (%24,9), düzensiz uyku (%20,8) ve fazla okumanın (%14,9) baş ağrılarını tetiklediğini belirtmiştir (Al-Hashel vd., 2014). Wang tarafından nöroloji kliniğine başvuran migrenli kişiler en çok uyku problemi (%40,1) ve olumsuz duygu durumunun (%34,2), gerilim tipi baş ağrısı olanlar ise olumsuz duygu durumu (%32,3) ve uyku problemlerinin (%28,8) baş ağrılarını tetiklediğini belirtmiştir. Aynı çalışmada iki grup hasta da baş ağrısını tetikleyen neden olarak güneş ışığını üçüncü sırada belirtmiştir (Wang vd., 2013). Farklı çalışmaların bulguları birlikte değerlendirildiğinde baş ağrısını tetikleyen faktörlerin birbirine benzediği, uyku problemleri, olumsuz duygu durumu ve stresin en çok öne çıkan tetikleyici faktörler olduğu görülmektedir.

Çalışmaya katılanlar baş ağrısı olduğunda sırasıyla en çok dinlenip geçmesini beklediklerini (%73,9), uyuduklarını (%56,9) ve kendi kendilerine ilaç kullandıklarını (%37,4) belirtmiştir. Diyarbakır'da hemşirelerin baş ağrısında kullandıkları tamamlayıcı ve geleneksel yöntemlerin sorgulandığı bir çalışmada, katılımcılar baş ağrısı olduğunda en çok müzik dinlediklerini (%68), uyuduklarını (%64) ve duş aldıklarını (%50) belirtmiştir (Hanazay, 2014). Akkaya'nın çalışmasında ise hemşirelik ve paramedik öğrencileri baş ağrısı olduğunda sırasıyla en çok geçmesini beklediklerini (%67,4), alternatif yöntemlere başvurduklarını (%25,0) ve ağrı kesici ilaç kullandıklarını (%7,6) belirtmiştir (Yorulmaz vd., 2019). Ağrı olduğunda sergilenen davranışlar incelendiğinde dinlenip geçmesini bekleme ve uyuma ilk sırada başvuru yöntemleri olarak öne çıkmaktadır. Bu durum, ağrıyı tetikleyen faktörler arasında en çok belirtilenlerden uykusuzluk, stres ve yorgunluk cevaplarıyla uyumludur ve kişiler tetikleyici faktörlere göre ağrı giderme davranışı gösterme eğilimindedir. Baş ağrısı sonrası ilaç kullanma davranışı ise tıp öğrencilerinde daha fazladır. Bunun nedeni tıp öğrencilerinin aldıkları eğitim nedeniyle, diğer alternatif yöntemlere göre farmakoterapiye daha meyilli olmaları olabilir.

Kadın öğrencilerde baş ağrısı sıklığı %83,7, erkek öğrencilerde ise %65,7 olarak bulunmuştur ve gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p<0,001$ ) (Tablo 7). Algoloji polikliniğine başvuran bireylerle yapılan bir çalışmada baş ağrısı olduğunu belirten hastaların %71,8'i kadın, %28,2'si erkektir (Ayvat vd., 2011). Sağlık çalışanlarında baş ağrısı sıklığının araştırıldığı başka bir çalışmada ise yine baş ağrısı yakınması olanların %71,6'sının kadın olduğu bulunmuştur (Dikici vd., 2013). Bunun nedenleri arasında baş ağrısının sık tetikleyicilerinden olan üzüntü ve emosyonel stres durumlarında kadınların baş ağrısı gibi somatik belirtiler göstermeye daha yatkın olması olabilir.

Primer baş ağrısı bozukluğu olanlarda, özellikle migrende aile öyküsünün önemli bir faktör olduğu bilinmektedir. Katılımcıların %34,6'sı birinci derece akrabalarında sürekli baş ağrısı yakınması olduğunu belirtmiştir. Ailesinde sürekli baş ağrısı öyküsü olanlarda baş ağrısı yakınması varlığı anlamlı derecede daha yüksektir ( $p<0,001$ ). Rozen ve arkadaşlarının çalışmasında küme tipi baş ağrısı olanlarda %17, migren tipi olanlarda ise %52 oranında aile öyküsü olduğu bulunmuştur (Rozen&Fishman 2012).

Katılımcılarda baş ağrısı varlığının barınma yeri ile ilişkisi incelendiğinde ailesi ile yaşayanlarda, yurttan, kendi başına veya arkadaşlarıyla evde kalanlara göre baş ağrısı yakınmasının anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür ( $p=0,011$ ). Yapılan literatür taramasında benzer bir analize rastlanamamıştır. Araştırma grubunda saptanan bu durum, sık baş ağrısı yaşayan kişilerin, yaşam kalitesi daha fazla düştüğünden ailesi ile kalmaya daha meyilli olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırma grubundaki bireylerin baş ağrısının şiddetini -10 en şiddetli olmak üzere -1 ile 10 arasında puanlanması istenmiştir. Ağrı şiddetine 5 ve daha az puan verenlerin oranı %52,8, 5'ten fazla puan verenlerin oranı %47,2'dir. Ağrının niteliğine göre baş ağrısı şiddet puanları karşılaştırıldığında keskin ve zonklayıcı tarzda baş ağrılarının şiddet puanı ortalamalarının, gerilim ve ağırlık hissi şeklindeki ağrılara göre daha yüksek olduğu ve gruplar arası farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ( $p<0,001$ ) (Tablo 8). Aslantaş ve arkadaşlarının çalışmasında benzer şekilde bireylerin %42,5'i ağrısını hafif, %57,5'i ise orta-şiddetli olarak ifade etmiştir (Aslantaş vd., 2007).

## SONUÇ

Araştırmaya katılan bireylerin çok az bir kısmı (%6,9) tanı konulmuş bir baş ağrısı hastalığı olduğunu belirtirken üçte biri haftada bir ve daha fazla kez baş ağrısı yaşadığını belirtmiştir. Ağrıyı tetikleyen faktörlerin en çok uykusuzluk, stres-üzüntü ve yorgunluk gibi nedenler olduğu bulunmuş ve katılımcıların yarısı baş ağrılarının zonklayıcı tarzda olduğunu belirtmiştir. Tıp öğrencilerinin yarısından fazlası baş ağrılarının okul devam durumu ve okul başarısını olumsuz etkilediğini, bunların dörtte biri ise sıklıkla olumsuz etkilediğini belirtmiştir.

Katılımcıların bir kısmı sık baş ağrısı şikayeti yaşamalarına rağmen, buna nispeten tanı alma oranları düşüktür. Bu nedenle tıp öğrencilerine baş ağrısı yakınmalarının hekim tarafından incelenmesi ve gerekli tedavilerin düzenlenmesi konusunda bilgilendirme yapılabilir. Ayrıca tetikleyici faktörlerin kontrolü için tıp öğrencilerine uyku hijyeni, stresle baş etme konularında eğitim verilebilir ve sosyal destek sağlanabilir.

**Tablo 7:** Araştırma Grubundaki Bireylerin Aile Öyküleri, Öğrenim Dönemleri ve Barındıkları Yere Göre Baş Ağrısı Yakınması Yaşama Durumlarının Karşılaştırılması

Özellik	Baş ağrısı yakınması varlığı*				X <sup>2</sup>	p
	Var		Yok			
	Sayı	%	Sayı	%		
<b>Cinsiyet</b>						
Erkek	396	65,7	207	34,3	<b>56,323</b>	<b>&lt;0,001</b>
Kadın	580	83,7	113	16,3		
<b>Toplam</b>	<b>976</b>	<b>75,3</b>	<b>320</b>	<b>24,7</b>		
<b>Kronik Hastalık</b>						
Var	118	81,9	26	18,1	3,836	0,050
Yok	858	74,5	294	25,5		
<b>Toplam</b>	<b>976</b>	<b>75,3</b>	<b>320</b>	<b>24,7</b>		
<b>Ailede baş ağrısı öyküsü</b>						
Var	389	86,8	59	13,2	<b>39,742</b>	<b>&lt;0,001</b>
Yok	486	70,7	201	29,3		
<b>Toplam</b>	<b>875</b>	<b>77,1</b>	<b>260</b>	<b>22,9</b>		
<b>Öğrenim Yılı</b>						
Dönem 1	155	74,5	53	25,5	5,282	0,382
Dönem 2	194	71,1	79	28,9		
Dönem 3	202	76,5	62	23,5		
Dönem 4	159	76,1	50	23,9		
Dönem 5	156	75,7	50	24,3		
Dönem 6	110	80,9	26	19,1		
<b>Toplam</b>	<b>976</b>	<b>75,3</b>	<b>320</b>	<b>24,7</b>		
<b>Barınma Yeri**</b>						
Aile ile	455	79,1 <sup>a</sup>	120	20,9	<b>11,048</b>	<b>0,011</b>
Yurtta	245	71,8 <sup>b</sup>	96	28,2		
Tek başına evde	65	66,3 <sup>b</sup>	33	33,7		
Arkadaşlarıyla evde	201	74,4 <sup>b</sup>	69	25,6		
<b>Toplam</b>	<b>966</b>	<b>75,2</b>	<b>318</b>	<b>24,8</b>		

\*: Satır yüzdelerinin toplamı 100'dür.

\*\*: Aynı satırda farklı üstel harflerle belirtilen gruplar arasındaki farklar istatistiksel olarak anlamlıdır.

**Tablo 8:** Araştırma Grubundaki Bireylerin Ağrı Niteliğine Göre Ağrı Şiddeti Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Parametre	Ağrı niteliği*				F	p
	Keskin n=104	Zonklama n=483	Gerilim n=161	Ağırlık hissi n=192		
<b>Ağrı şiddeti</b>	$\bar{X} \pm SD$ 5,74 <sup>a</sup> ±1,67	$\bar{X} \pm SD$ 5,58 <sup>a</sup> ±1,63	$\bar{X} \pm SD$ 5,20 <sup>b</sup> ±1,50	$\bar{X} \pm SD$ 4,88 <sup>b</sup> ±1,67	<b>10,973</b>	<b>&lt;0,001</b>

\*: Aynı satırda farklı üstel harflerle belirtilen gruplar arasındaki farklar istatistiksel olarak anlamlıdır.

## KAYNAKLAR

- Al-Hashel JY, Ahmed SF, Alroughani R, Goadsby PJ. (2014). Migraine among medical students in Kuwait University. *J Headache Pain*, 15(1):26. doi:10.1186/1129-2377-15-26
- Almeida CMO de, Lima PAM da S, Stabenow R, Mota RS de S, Boechat AL, Takatani M. (2015). Headache-related disability among medical students in Amazon: a cross-sectional study. *Arq Neuro-Psiquiatr*, 73(12):1009-1013. doi:10.1590/0004-282X20150172
- Aslantaş D, Metintaş S, Ünsal A, Kalyoncu C. (2007). Eskişehir kırsal kesim öğrencilerinde baş ağrısı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Sted*, 16(1):1-5.
- Biçakci Ş, Öztürk M, Üçler S, Karli N, SiVa A. (2018). Baş ağrısı Tanı Ve Tedavi Güncel Yaklaşımlar. *Türk Nöroloji Derneği*.
- Burch RC, Loder S, Loder E, Smitherman TA (2015). The prevalence and burden of migraine and severe headache in the United States: updated statistics from government health surveillance studies. *Headache*, 55(1):21-34. doi:10.1111/head.12482.
- Costa MZG, Soares CB, Heinisch LMM, Heinisch RH. (2000). Frequency of headache in the medical students of Santa Catharina's Federal University. *Headache*, 40(9):740-4. doi:10.1046/j.1526-4610.2000.00129.x.
- Dikici S, Baltacı D, Arslan G, et al. (2013). Headache frequency among the health care workers and the relationship working conditions. *Abant Medical Journal*, 2:106-113. doi:10.5505/abantmedj.2013.07379
- Ekizoğlu E, Orhan E, Baykan B. (2019). <http://www.itfnoroloji.org/basagrisi/basagrisi.htm>. Accessed July 20, 2020.
- Ferri-de-Barros JE, Alencar MJ de, Berchielli LF, Castelhamo Junior LC. (2011). Headache among medical and psychology students. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 69(3):502-508. doi:10.1590/S0004-282X2011000400018
- Hanazay B. (2014). Cerrahi Hemşirelerinin Baş Ağrısında Kullandıkları Tamamlayıcı Tedavi Ve Geleneksel Yöntemler. Accessed February 28, 2021. <http://abakus.inonu.edu.tr/xmlui/handle/11616/5754>
- International Headache Society. (2004). The International Classification of Headache Disorders: 2nd edition. Cephalalgia, 24(Suppl 1): 9-160.
- Rozen TD, Fishman RS. (2012). Cluster Headache in the United States of America: Demographics, Clinical Characteristics, Triggers, Suicidality, and Personal Burden\*. *Headache: The Journal of Head and Face Pain*, 52(1):99-113. doi:https://doi.org/10.1111/j.1526-4610.2011.02028.x
- Scher AI, Midgette LA, Lipton RB. Risk Factors for Headache Chronification (2008). *Headache: The Journal of Head and Face Pain*, 48(1):16-25. doi:https://doi.org/10.1111/j.1526-4610.2007.00970.x
- Sanvito WL, Monzillo PH, Prieto Peres MF, Martinelli MO, Fera MP, Cruz Gouveia DA et al. (1996). The epidemiology of migraine in medical students. *Headache*, 36(5):316-9. doi:10.1046/j.1526-4610.1996.3605316.x.
- Sayilgan N, Güleç H, Domaç FM. Migren ve gerilim tipi baş ağrısı olan hastalarda psikosomatik tanı (2018). *Cukurova Medical Journal*, 43(Ek 1):262-267. doi:10.17826/cumj.448171
- Saylor D, Steiner TJ. (2018). The Global Burden of Headache. *Semin Neurol*, 38(2):182-190. doi:10.1055/s-0038-1646946
- Unde Ayvat P, Aydın ON, Ogurlu M. (2011). Sociodemographic properties and pain prevalence of patient's applied to policlinic of Algology Department of Adnan Menderes University Medical Faculty. *Agri*, 23(1):28-39. doi:10.5505/agri.2011.18480
- Wang J, Huang Q, Li N, Tan G, Chen L, Zhou J. (2013). Triggers of migraine and tension-type headache in China: a clinic-based survey. *European Journal of Neurology*, 20(4):689-696. doi:https://doi.org/10.1111/ene.12039
- Weaver-Agostoni J. Cluster Headache (2013). *AFP*, 88(2):122-128.
- Yorulmaz H, Akkaya AD, Yıldırım M. (2019). Hemşirelik İle İlk Ve Acil Yardım Bölümü Öğrencilerinin Ağrı İle İlgili İnançlarının Belirlenmesi. *Journal of Anatolian Medical Research*, 4(2):47-56.