

## Araştırma Makalesi / Research Article

DOI: <http://dx.doi.org/10.61535/bseusbfd.1409173>

## Akut Miyokard İnfarktüsü Geçiren Yoğun Bakım Hastalarında Çevresel Stresörlerin Uyku Kalitesini Etkileme Düzeyi\*

Ezgi Nur Akar<sup>1\*</sup>, Nuray Enç<sup>2</sup>, Sevdâ Türen<sup>3</sup><sup>1</sup> Arş. Gör., İstanbul Atlas Üniversitesi, İstanbul, Türkiye / ezginurakar@hotmail.com.<sup>2</sup> Prof. Dr., İstanbul Üniversitesi, İstanbul, Türkiye / nurayenc@gmail.com.<sup>3</sup> Doç. Dr., İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul, Türkiye / sevdamercahm@hotmail.com.

**Öz:** Yoğun bakım üniteleri her ne kadar gelişmiş olsalar da içerisinde yer alan çevresel stresörler sebebiyle hastaları olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu çalışmada akut miyokard infarktüsü (AMI) geçiren yoğun bakım hastalarında çevresel faktörlerin uyku kalitesini etkileme düzeyi incelenmiştir. Çalışma tanımlayıcı ve kesitsel tipte tasarlandı. Araştırmanın verileri; "Veri Toplama Formu", "Yoğun Bakım Ünitesinde Çevresel Stresörler Ölçeği (YBÜÇSÖ)" ve "Richards-Campbell Uyku Ölçeği (RCSQ)" kullanılarak elde edildi. Araştırmaya katılan hastaların (n=145) %76,6'sını erkekler oluşturdu. Hastaların yaş ortalaması 58,27±11,34 yıl olarak belirlendi. YBÜÇSÖ toplam puan ortalaması 94,17±24,36 iken, RCSQ'nun toplam puan ortalaması 50,10±22,78 olarak belirlendi. YBÜÇSÖ ile RCSQ arasında negatif yönde ilişki olduğu saptandı (r=-0,319 ve p<0,0001). AMI geçiren yoğun bakım hastalarının çevresel stresörlerden etkilendiği ve bunun sonucunda uyku kalitesinin düştüğü saptandı.

**Anahtar Kelimeler:** Yoğun Bakım Ünitesi, Uyku Kalitesi, Akut Miyokard İnfarktüsü, Çevresel Stresörler.

**JEL Sınıflandırması:** I1, I12, I19

**Başvuru Tarihi:** 24.12.2023

**Kabul Tarihi:** 09.07.2024

**Bu Makaleye Atf İçin:** Akar, E. N., Enç, N., & Türen, S. (2025). Akut Miyokard İnfarktüsü Geçiren Yoğun Bakım Hastalarında Çevresel Stresörlerin Uyku Kalitesini Etkileme Düzeyi. *Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(1), 39-47.

## Effect of Environmental Stressors on Sleep Quality in Intensive Care Patients with Acute Myocardial Infarction

Ezgi Nur Akar<sup>1\*</sup>, Nuray Enç<sup>2</sup>, Sevdâ Türen<sup>3</sup><sup>1</sup> RA., İstanbul Atlas University, İstanbul, Türkiye / ezginurakar@hotmail.com.<sup>2</sup> Prof., İstanbul University, İstanbul, Türkiye / nurayenc@gmail.com.<sup>3</sup> Assoc. Prof., İstanbul Arel University, İstanbul, Türkiye / sevdamercahm@hotmail.com.

**Abstract:** Despite the advanced features of intensive care units, environmental stressors within them can negatively impact patients. This study aimed to investigate the extent to which environmental factors affect sleep quality in intensive care patients who have experienced acute myocardial infarction (AMI). The study was designed as descriptive and cross-sectional. Data were obtained using a "Data Collection Form," the "Intensive Care Unit Environmental Stressors Scale (ICUESS)," and the "Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ)." Male patients comprised 76.6% (n=145) of the participants, with an average age of 58.27±11.34 years. The mean total score for ICUESS was 94.17±24.36, while the total score for RCSQ was found to be 50.10±22.78. A negative correlation was identified between ICUESS and RCSQ (r=-0.319 and p<0.0001). It was concluded that intensive care patients who have experienced AMI are affected by environmental stressors, leading to a decrease in sleep quality.

**Keywords:** Intensive Care Unit, Sleep Quality, Acute Myocardial Infarction, Environmental Stressors.

**JEL Classification:** I1, I12, I19

**Received Date:** 24.12.2023

**Accepted Date:** 09.07.2024

**How to Cite this Article:** Akar, E. N., Enç, N., & Türen, S. (2025). Akut Miyokard İnfarktüsü Geçiren Yoğun Bakım Hastalarında Çevresel Stresörlerin Uyku Kalitesini Etkileme Düzeyi. *Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(1), 39-47.

♦ **Sorumlu Yazar / Corresponding Author**

\* Bu çalışma, birinci yazarın lisansüstü tezinden türetilmiştir.

\* Bu çalışma, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Girişimsel Olmayan Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulunun 21.01.2022 tarihli ve 295959 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

## EXTENDED SUMMARY

### *Research Problem*

This study was conducted to investigate the impact of environmental factors on sleep quality in intensive care patients who have experienced acute myocardial infarction (AMI).

### *Research Questions*

The study aimed to address the following questions:

1. What are the socio-demographic and clinical characteristics of intensive care patients who have experienced AMI?
2. What extent are intensive care patients who have experienced AMI affected by environmental stressors?
3. How is the sleep quality of intensive care patients who have experienced AMI affected?
4. How do environmental stressors impact the sleep quality of intensive care patients who have experienced AMI?

### *Literature Review*

Patients diagnosed with AMI are under intense stress due to the fear of death. Being in the intensive care unit on top of this stress, and experiencing a disruption in sleep quality and sleep deprivation in this unit, can create even more stress for patients. The deterioration of sleep quality and the experience of insomnia further negatively impact the treatment process. This is because disturbances in the body's circadian rhythm occur due to environmental stressors. For the recovery of patients in intensive care, it is essential for them to rest well, and their sleep quality needs to be at its highest level.

Since environmental stressors are preventable, taking necessary precautions can improve the level of sleep quality in patients. In this improvement process, the role of nurses is crucial. Nurses are professional members of the healthcare team who are present with the individual at every moment in the intensive care unit, providing personalized care. Nurses have important roles and responsibilities related to sleep quality, such as early detection of insomnia, reducing environmental stressors, and organizing the environment. Therefore, sleep activity should not be overlooked in patients, and all activities aimed at improving noise and light stressors should be identified and implemented using available resources.

### *Methodology*

The study was conducted between August 2022 and February 2023 with 145 patients meeting the inclusion criteria admitted to the Coronary Intensive Care Unit. Research data were collected using a Data Collection Form, the Intensive Care Unit Environmental Stressors Scale (ICUESS), and the Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ). In the analysis of the numerical data between the two groups, Independent Samples t-test was used when the data were normally distributed, and Mann-Whitney U Test was used when they were not. Relationships between numerical data were assessed using the non-parametric Spearman Correlation Test.

### *Results and Conclusions*

While 76.6% of the participating patients were male, the average age of the patients was determined to be  $58.27 \pm 11.34$  (18-82). The mean total score of the ICUESS was  $94.17 \pm 24.36$  (51-161), and the mean total score of the RCSQ was found to be  $50.10 \pm 22.78$  (1-98). A weak negative correlation was identified between the ICUESS and RCSQ ( $r = -0.319$ ,  $p < 0.0001$ ). Significance was observed in terms of income levels and previous experiences of intensive care admission for ICUESS ( $p < 0.05$ ), while no significant finding was noted for other variables and RCSQ.

Upon examining the ICUESS in this study, it was determined that patients were most affected by feelings of boredom, uncertainty about time, and restrictions. In conclusion, it was found that patients in intensive care units who had experienced AMI were affected by environmental stressors, leading to a decrease in sleep quality.

## GİRİŞ

Akut miyokard infarktüsü (AMI) tanısı konmuş hastalar ölüm korkusu sebebiyle yoğun bir stres altındadır (Nehir ve Çam, 2010). Bu stresin üzerine yoğun bakım ünitesinde (YBÜ) olmak ve bu birimde uyku kalitesinin bozulması, uyku yoksunluğu çekilmesi hastalarda daha da stres yaratabilir. Uyku kalitesinin bozulması ve hastanın uykusuzluk çekmesi tedavi sürecini de olumsuz yönde etkiler. Çünkü vücudun sirkadiyen ritminde çevresel stresörler sebebiyle bozulma meydana gelmektedir. Yoğun bakımda bulunan hastaların iyileşmesi için iyi dinlenmesi ve uyku kalitesinin de en üst düzeyde olması gerekmektedir (Koçak ve Arslan, 2020). Çevresel stresörler önlenebilir olduğu için gerekli önlemlerin alınması ile hastalarda uyku kalitesinin düzeyi yükselmektedir.

Bu iyileştirme aşamasında hemşirelerin rolü çok önemlidir. Hemşireler, yoğun bakımlarda bireyin her anında yanında olan ve ona bireyselleştirilmiş bakım veren profesyonel meslek grubu üyeleridir. Hemşirelerin uyku kalitesine yönelik olarak; uykusuzluğu erken dönemde fark etme, çevresel stresörleri azaltma, çevreyi düzenleme gibi önemli rol ve sorumlulukları bulunmaktadır (Demir ve Öztunç, 2017; Yalın, 2016). Bu sebeple hastalarda uyku aktivitesi geri planda bırakılmamalı ve eldeki imkanlarla gürültü ve ışık stresörlerini iyileştirmeye yönelik tüm faaliyetler belirlenmeli ve uygulanmalıdır.

## 2. LİTERATÜR TARAMASI

Kardiyovasküler hastalıklardan biri olan AMI, kalbin miyokard dokusunun yeterince kanlanamaması sonucu ortaya çıkmaktadır. AMI, acil ve hızlı bir müdahaleyi gerektiren ciddi bir durumdur (Ahraz, 2019). Akut koroner sendromların temel belirtisi göğüs ağrısı olduğu için AMI'yı fark etmek ve etkin tedavinin başlatılmasını sağlamak önemlidir. AMI durumunda 20 dakika veya daha uzun süren, nitrogliserine yanıt vermeyen bir göğüs ağrısı ile karşı karşıya kalınmaktadır (Kalkan Uğurlu vd., 2019). Yaşam için tehdit oluşturan AMI durumunda, hastaların takip ve tedavisi, sürekli izlem ve gözlemin olduğu YBÜ'de yapılır (Candan vd., 2020). YBÜ'ne girdikleri andan itibaren hastalar, YBÜ ortamına uyum gerektiren zorluklarla fiziksel ve psikososyal yönden çevresel stresörlere maruz kalmaktadır (Bülbül ve vd., 2023) Bu zorluklardan biri uyku aktivitesi ile ilgili yaşanan problemlerdir. Hastalarda sıklıkla uyku yoksunluğu görülebilmektedir (Czempik ve vd., 2020). Uyku, temel yaşam gereksinimlerinden biridir ve hastalıkların iyileşmesi üzerinde olumlu etkileri bulunmaktadır (Miranda-Ackerman vd., 2020; Bülbül vd., 2023). Hastalarda yaşanan uyku anormallikleri sonucunda immün sistem üzerinde fizyolojik ve psikolojik negatif geri bildirimlere neden olmaktadır. Bu nedenle hastalıkların iyileşmesinde gecikmeler yaşanmaktadır (Gencer ve Kumsar, 2020) Yoğun bakım hastalarının en çok çevresel stresörlerden etkilendiği, gürültü ve ışık faktörlerinin uyku kalitesini olumsuz yönde etkileyen faktörlerin başında yer aldığı çeşitli çalışmalarda ele alınmıştır. (Özkan ve Boyacıoğlu, 2018; Souza vd., 2022). Ayrıca YBÜ hastaları; monitör ve ventilatör cihazlarının seslerinin, infüzyon pompalarının seslerinin, çalışan sağlık personelinin çıkarmış olduğu seslerin, alarm ve telefon seslerinin etkilediği belirtilmiştir (Koçak ve Arslan, 2020). Uyku yoksunluğunu etkileyen bir diğer çevresel faktör ışıktır. YBÜ'lerde sürekli aydınlatmanın olması gece gündüz farkını zorlaştırmaktadır. Ayrıca sirkadiyen ritmi bozup melatonin seviyesini düşürmektedir (Koçak ve Arslan, 2020; Zengin, 2015). Çevresel stresörler önlenebilir olduğu için gerekli önlemlerin alınması ile hastalarda uyku kalitesinin düzeyi yükselmektedir. Bu iyileştirme aşamasında hemşirelerin rolü çok önemlidir. Hemşirelerin uyku kalitesine yönelik olarak uykusuzluğu erken dönemde fark etme, çevresel stresörleri azaltma, çevreyi düzenleme gibi önemli rol ve sorumlulukları bulunmaktadır (Demir ve Öztunç, 2017; Yalın, 2016).

Bu sebeple çevresel stresörleri iyileştirmeye yönelik tüm faaliyetler belirlenmeli ve uygun bakım sağlanmalıdır. Bu çalışmanın amacı, AMI geçiren yoğun bakım hastalarında çevresel faktörlerin uyku kalitesini etkileme düzeyinin incelenmesidir.

### **.3. MATERYAL VE METOD**

#### **3.1. Araştırmanın Tipi**

Bu çalışma tanımlayıcı ve kesitsel nitelikte bir tasarımla gerçekleştirilmiştir.

#### **3.2. Katılımcılar**

Araştırmanın evrenini, hastanede AMI tanısı ile yatan 1200 yoğun bakım hastası oluşturdu. Bu sayıya göre %80 güven aralığında 0,05 hata payı ve 1200 populasyon sayısı ile en az 145 hastanın çalışmaya alınması uygun bulundu. İstanbul'da bulunan bir Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde, Ağustos 2022- Şubat 2023 tarihleri arasında; 18 yaş ve üzeri, iletişim engeli olmayan, AMI tanısı ile YBÜ'de tedavi gören, en az 24 saat yoğun bakımda yatışı olan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan 145 hasta örneklemini oluşturmuştur. Son 48 saat içinde narkotik ve sedatif alan, kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOA) uyku apnesi gibi uyku sorunlarına neden olabilecek kronik hastalığa sahip, psikiyatrik rahatsızlığı bulunan ve buna yönelik ilaç tedavisi alan, göğüs ağrısı olan, durumu stabil olmayan ve araştırmaya katılmayı kabul etmeyen hastalar çalışmaya alınmamıştır.

#### **3.3. Verilerin Toplanması**

Veriler çalışmaya katılmaya gönüllü, en az 24 saat yoğun bakım deneyimi yaşamış yoğun bakım hastalarından elde edilmiştir. Formlar dağıtılmadan önce çalışma ile ilgili bilgiler verilmiş ve katılmaya gönüllülük durumunda veri toplama formu, Yoğun Bakım Ünitesinde Çevresel Stresörler Ölçeği (YBÜÇSÖ) ve Richards-Campbell Uyku Ölçeği (RCSQ)'nin yer aldığı formlar katılımcılara tanıtılmış ve veriler yüz yüze görüşme yöntemi ile toplanmıştır.

**Veri Toplama Formu:** Araştırmacı tarafından geliştirilen Veri Toplama Formu; Sosyodemografik Özellikler ve Sağlık-Hastalık Hikayesi olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Sosyodemografik özellikler; hastanın yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, eğitimi düzeyi, çalışma durumu, sosyal güvencesi, gelir durumu, alkol kullanım durumu, kiminle birlikte yaşadığına ilişkin, sağlık-hastalık hikayesi ise; tıbbi tanı, daha önce AMI tanısı ile hastaneye yatma durumu, daha önce yoğun bakımda yatma durumu, kronik hastalık durumu, yoğun bakıma yatış tarihi, yoğun bakımda kalış süresi, yoğun bakıma yatış öncesi uyku sorunu yaşama durumu, uyku ilacı kullanma durumu, yoğun bakıma yatış sonrası uyku sorunu yaşama durumuna ilişkin 18 sorudan oluşmaktadır.

**Yoğun Bakım Ünitesinde Çevresel Stresörler Ölçeği:** YBÜÇSÖ, Ballard tarafından 1981 yılında geliştirilmiştir. Ballard'dan sonra 1989 yılında Cochran ve Ganong tarafından bu 40 maddelik ölçeğin revizyonu yapılmış toplam 42 maddeden oluşan bir ölçek ortaya çıkmıştır. Türkiye'de de 2011 yılında Aslan, Çınar ve Kurtoğlu tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bu ölçeğin derecelendirmesini 4'lü likert oluşturmaktadır: "Hiç etkilemez" "(1)", "çok az etkiler" "(2)", "sıklıkla etkiler" "(3)", "çok fazla etkiler" "(4)" şeklindedir ve her madde için verilen puan esas alınmaktadır. Ölçeğin tamamı için en düşük 42, en yüksek de 168 puan elde edilmektedir. Ölçek puanı arttıkça çevresel stresörlerden etkilenme oranının arttığını gösterir. Aslan (2010) tarafından geçerlik ve güvenilirliği yapılan ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,94 olarak bulunmuştur. (Ballard, 1981; Cochran ve Ganong, 1989; Aslan, 2010). Bu çalışmada YBÜÇSÖ'nün Cronbach alfa değeri 0,958 bulunmuştur.

**Richards-Campbell Uyku Ölçeği:** RCSQ, Richards tarafından 1987 yılında geliştirilmiş ve Türkiye'de de

2015 yılında Karaman Özlü tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Gece uykusunu derinlik, uykuya dalma süresi, uyanma sıklığı, uyandığında uyanık kalma süresi, uykunun kalitesi ve ortamdaki gürültü düzeyini değerlendiren bir ölçektir. 6 maddeden oluşur. Her madde görsel analog skala ile 0-100 arasında değerlendirilir. Ölçekten alınan "0-25" arası puan çok kötü uykuyu, "76-100" arası puan çok iyi uykuyu ifade etmektedir. Ortam gürültü düzeyini değerlendiren 6. Madde, toplam puan değerlendirmesi dışında bırakılır. Ölçekten alınan puan arttıkça hastaların uyku kaliteleri de artmaktadır. Karaman-Özlü ve Özer (2015) tarafından geçerlik ve güvenilirliği yapılan ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,91 olarak bulunmuştur (Karaman-Özlü ve Özer, 2015). Bu çalışmada RCSQ'nun Cronbach alfa değeri 0,978 bulunmuştur.

### 3.4. Verilerin Değerlendirilmesi

Bu çalışmada analizler SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 23.0 programı ile yapılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, medyan, minimum, maksimum değerleri ile sunulmuştur. Normallik varsayımı Shapiro Wilk Testi ile kontrol edilmiştir. İki grubun sayısal verileri arasındaki farkın analizinde veriler normal dağılıma uyduğu durumda Bağımsız İki Örneklem t Testi, uymadığı durumda Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. Sayısal veriler arasındaki ilişkiler non-parametrik Spearman Korelasyon Testi ile değerlendirilmiştir.  $P < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

### 3.5. Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmaya başlamadan önce çalışmanın gerçekleştiği kurumdan kurum izni ve İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Girişimsel Olmayan Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan Etik Kurul (Tarih: 21.01.2022, Sayı: 295959) onayı alındı. Araştırmada kullanılan ölçeklerin Türkçe geçerlik ve güvenilirliğini yapan araştırmacılardan mail ile izin alındı. Katılımcılara çalışmanın amacı açıklandıktan sonra sözlü ve yazılı onamları alındı. Çalışma boyunca etik ilkelere ve Helsinki Bildirgesine uygun hareket edildi.

## 4. BULGULAR

Araştırmada, katılımcıların yaş ortalaması  $58,27 \pm 11,34$  yıldır. Hastaların %76,6'sı ( $n=111$ ) erkek, %91,7'si ( $n=133$ ) evli ve %66,9'u ( $n=97$ ) ilköğretim mezunuydu. Araştırmada yer alan hastaların %62,1'inde ( $n=90$ ) en az bir kronik hastalık olduğu, %71'inin daha önce yoğun bakımda yatmadığı, %88,3'ünün daha önce AMI tanısı almadığı ve hastaların yoğun bakımda ortalama kalış süresinin  $41,21 \pm 19,53$  saat olduğu tespit edildi. Yoğun bakıma yatış öncesi hastaların %95,9'unun uyku sorunu yaşamadığı, yoğun bakıma yatış sonrası ise %97,9'unun uyku sorunu yaşadığı saptandı (Bkz. Tablo 1).

**Tablo 1. Hastaların Sosyo-Demografik Özellikleri**

Sosyo-Demografik Özellikler	Ortalama $\pm$ SD	Min-Max.	
Yaş (yıl)	58,27 $\pm$ 11,34	18-82	
	<b>n</b>	<b>%</b>	
Cinsiyet	<i>Kadın</i>	34	% 23,4
	<i>Erkek</i>	111	% 76,6
Eğitim Durumu	<i>Okuma yazma bilmiyor</i>	2	% 1,4
	<i>Okur-yazar</i>	6	% 4,1
	<i>İlköğretim mezunu</i>	97	% 66,9
	<i>Lise mezunu</i>	35	% 24,1
	<i>Lisans mezunu</i>	5	% 3,4

Medeni Durum	<i>Evli</i>	133	% 91,7
	<i>Bekar</i>	12	% 8,3
Kronik Hastalık Durumu	<i>Evet</i>	90	% 62,1
	<i>Hayır</i>	55	% 37,9
Daha Önce YBÜ'nde Yatma Durumu	<i>Evet</i>	42	% 29
	<i>Hayır</i>	103	% 71
Daha Önce AMI ile Yatış Durumu	<i>Evet</i>	17	% 11,7
	<i>Hayır</i>	128	% 88,3
		<b>Ortalama ± SD</b>	<b>Min-Max.</b>
Hastaların Yoğun Bakımda Kalış Süreleri (st)		41,21±19,53	24-96

*Min-Max= Minimum-Maximum, Ortalama± SD= Ortalama± Standart Sapma*

YBÜÇSÖ toplam puan ortalaması 94,17±24,36 (51-161) olarak, RCSQ toplam puan ortalaması ise 50,10±22,78 (1-98) olarak bulundu (Bkz. Tablo 2).

**Tablo 2. Yoğun Bakım Çevresel Stresörler Ölçeği ve Richards-Campbell Uyku Ölçeği Toplam Puan Ortalamaları**

Değişkenler	$\bar{X} \pm SS$ (Min-Maks.)	Cronbach alfa
YBÜÇSÖ Toplam Puanı	94,17±24,36 (51-161)	0,958
RCSQ Toplam Puanı	50,10± 22,78 (1-98)	0,978

*Min-Max= Minimum-Maximum*

Bağımsız değişken YBÜÇSÖ bir birim arttıkça bağımlı değişken RCSQ'nin 1,31 birim azaldığı belirlendi (Bkz. Tablo 3).

**Tablo 3. YBÜÇSÖ ve RCSQ Arasındaki Korelasyon**

Etki	Tahmin	Std. Hata	%95 Güven Aralığı		t	p
			Alt limit	Üst limit		
Sabit	373,917	36,512	301,744	446,091	10,241	<0,0001
YBÜÇSÖ	-1,31	0,375	-2,053	-0,568	-3,49	0,001

$R^2=0,078$

Hastaların yoğun bakım çevresel stresörler ölçeğine ait tanımlayıcı özelliklerinde hastaları çok fazla etkileyen stresörlerde en fazla yüzdeyi YBÜÇSÖ27 (“Sürekli tavana bakmak [tavanı izlemek]”) ve YBÜÇSÖ39’dan (“Sıkılmak”) %90,34 oranında olduğu görülürken, en az yüzdeyi ise YBÜÇSÖ21’den (“Erkek ve kadınların aynı odada kalmaları”) %0,69 oranı ile aldığı görüldü (Bkz. Tablo 4).

**Tablo 4. Yoğun Bakım Çevresel Stresörler Ölçeğine ait Tanımlayıcı Özellikler (N:145)**

Ölçek Madde Numarası	Hiç Etkilemez (n;%)	Çok Az Etkiler (n;%)	Sıklıkla Etkiler (n;%)	Çok Fazla Etkiler (n;%)
YBÜÇSÖ 7. Telefon sesini duymak (telefonun çalması)	31; %21,38	38; %26,21	22; %15,17	54; %37,24
YBÜÇSÖ 9. Etrafta garip (tuhaf) makinelerin olması	31; %21,38	37; %25,52	22; %15,17	55; %37,93
YBÜÇSÖ 11. Makinelerin seslerini ve alarmları duymak	31; %21,38	37; %25,52	21; %14,48	56; %38,62
YBÜÇSÖ 12. Hemşire ve doktorların yüksek sesle konuşmaları	36; %24,83	37; %25,52	20; %13,79	52; %35,86
YBÜÇSÖ 14. Eşinizi özlemek	8; %5,52	3; %2,07	22; %15,17	112; %77,24



YBÜÇSÖ 19. Saatin kaç / zamanın ne olduğunu bilmemek	14; %9,66	8; %5,52	14; %9,66	109; %75,17
YBÜÇSÖ 21. Erkek ve kadınların aynı odada kalmaları	90; %62,07	43; %29,66	11; %7,59	1; %0,69
YBÜÇSÖ 22. Aile ve arkadaşları günde birkaç dakika görmek	17; %11,72	28; %19,31	22; %15,17	78; %53,79
YBÜÇSÖ 25. Alışılmadık sesler duymak	32; %22,07	42; %28,97	21; %14,48	50; %34,48
YBÜÇSÖ 27. Sürekli tavana bakmak (tavanı izlemek)	3; %2,07	3; %2,07	8; %5,52	131; %90,34
YBÜÇSÖ 28. Uyuyamamak	2; %1,38	4; %2,76	13; %8,97	126; %86,90
YBÜÇSÖ 29. Serum setleri nedeniyle ellerinizi ve kollarınızı kıpırdatamamanız (hareket ettirememeniz)	17; %11,72	23; %15,86	17; %11,72	88; %60,69
YBÜÇSÖ 31. Işıkların sürekli (açık) olması	32; %22,07	39; %26,90	18; %12,41	56; %38,62
YBÜÇSÖ 39. Sıkılmak	3; %2,07	2; %1,38	9; %6,21	131; %90,34

## SONUÇ VE TARTIŞMA

YBÜ'ler ileri düzeyde bakım veren birimlerdenidir. AMI tanılı hastaların takibi bu birimlerde yapılmaktadır. AMI'lı hastalarda, hastalığın getirdiği stres, YBÜ ortamı ve YBÜ'de algılanan stresörlerin etkisiyle uyku kalitesinde sorunlar yaşanmaktadır. Bu nedenle hemşirelere önemli rol ve sorumluluklar düşmektedir (Bodur ve Aslan,2022; Demir ve Öztunç, 2017; Yalın, 2016). YBÜ'deki çevresel stresörler ile ilgili çalışmalar incelendiğinde, Miranda-Ackerman (2020)'a göre en yaygın çevresel stresörün gürültü olduğu belirtilmiştir. Aynı çalışmada ışık stresörü sorgulandığında hastaların %19,7'si ses kaynaklarının rahatsız edici olduğunu ifade etmiş ve birincil kaynakların da personel faaliyetleri, telefon zil sesi, monitör ve infüzyon pompa alarmlarından kaynaklandığını belirtmiştir. Literatürdeki bir başka çalışmada, hastaları gürültü, yapılan girişimsel müdahaleler ve hastalık ile ilgili endişelerin etkilediği belirtilmiştir (Gencer ve Kumsar, 2020). Literatür bilgileri ile çalışma karşılaştırıldığında gürültü ve ışık faktörlerinden hastaların etkilenme oranları benzerlik göstermektedir. Elde edilen verilere göre hastalar kendilerini, makine ve alarm seslerinin, telefon seslerinin ve sağlık personellerinin yüksek sesle konuşmalarının çok fazla etkilediğini belirtmişlerdir.

Yaman-Aktaş vd. (2015)'e göre hastalar tarafından en ağır stresör olarak algılanan faktörler; “ağrı, uyuyamamak”, “mahremiyetin olmaması”, “eşini özlemek”, “erkek ve kadınların aynı odada kalmaları” olarak belirtilmiştir. Çalışma verileri incelendiğinde hastaların tek kişilik odalarda kalması sebebiyle bu stresörlerin etkileme düzeyi çalışma grubumuzda daha düşük çıkmıştır. YBÜ'lerinde çevresel stresörlerin düzenlenmesi ve stres yaratabilecek faktörlerin azaltılmasına yönelik girişimler önemlidir. Gürültü için, daha düşük dB'deki cihazların kullanılması, görevli olan sağlık profesyonellerinin daha düşük tonda konuşması, bağırması, telefon seslerini kısmaları gibi düzenlemeler yapılabilir. Işık faktörü için ise gece ve gündüz ayırımı kolaylaştıran sistemlerin kullanımının yaygınlaşması planlanabilir. Hastanın hangi zamanda olduğunu bilmesi ve strese girmemesi için her alandan görülebilecek saatlerin yoğun bakım ünitesine yerleştirilmesine dikkat edilebilir. Böylece hastaların fazlaca etkilendiği stresörler hasta bireyi daha az etkileyebilir ve tedavi sürecine olumlu katkılar sağlayacak olabilir.

Bu çalışmada RCSQ'nun ortalama puanlarına bakıldığında birinci sırada gürültü seviyesinden etkilenme, ikinci sırada uykuya dalmada zorlanma yaşama ve üçüncü olarak da bir önceki gecenin uyku kalitesi ile ilgili ölçek sorularında ortalama puanların yüksek olduğu görüldü. Bu sonuçlardan yola çıkılarak hastaların gürültüden etkilendikleri ve yoğun bakım ortamı nedeniyle uyku düzenlerinin bozulduğu, bu sebeple de uykuya geçişte ve uyku kalitesinde sorun yaşadıkları yorumlarına ulaşılabilir. Literatürde uyku üzerine yer alan çalışmalardan Demir ve

Öztunç (2017)'a göre yoğun bakıma yatan hastalarda uykuya yönelik sorun yaşama olasılığının %50 oranına yakın bir oranda artış gösterdiği belirtilmiştir. Aynı çalışmada hastaların %75'inin YBÜ'de buldukları sürece, uyku sorunu yaşadıkları ve YBÜ'de çok sık uyandıkları ifadelerine değinilmiştir. Hastaların kendi ev ortamlarından ayrılmaları, rutinlerinin bozulması, YBÜ'lerin kompleks bir yer olması ve algılanan birçok stresörün bulunması sebebiyle bu sonuçlar ile karşılaşmanın mümkün olabileceği düşünülebilir. Elliot vd. (2013)'e göre, yoğun bakım hastalarında, uyku kalitesinin düşük seviyelerde olduğu ve etkileyebilecek pek çok faktörün yer aldığı belirtilmiştir. Gencer ve Kumsar (2020)'a göre, hastaların uykusuzluk yaşamı nedenlerindeki en büyük etmenin, uyku saatleri esnasında gerçekleşen, tıbbi girişimler ve hemşirelik girişimleri olduğuna değinilmiştir.

Uykunun iyileşme üzerine etkisi büyük olduğu için hastaların uyku kalitesine yönelik girişimlerin planlanması önem arz etmektedir. Gürültü, sıcaklık ve ışık stresörleri düzenlenebilir stresörlerdendir ve farmakolojik olmayan pek çok yöntem YBÜ'lerde kullanılabilir (Bülbül vd., 2023). Uyku sorunlarının giderilmesine yönelik olarak; YBÜ'de kulak tıkaçlarının kullanılması, müzik terapisi, tek kişilik odaların kullanılması, hasta yanında gerçekleştirilen konuşmaların minimum seviyeye indirilmesi, bu konulara yönelik sağlık personellerine eğitimlerin düzenlenmesinin etkili olacağı belirtilmiştir (Yalın,2016). YBÜ'lerinde gece gündüz ayrımının zor yapılmasından dolayı, doğal ışık kaynakları ya da floresan lambaların kullanılması, gece ise ışıkların karartılması ya da gece gündüz ayrımını sağlayan aydınlatıcı sistemlerin kullanılması gerektiği çeşitli çalışmalarda belirtilmektedir (Thompson vd., 2012; Yalın, 2016).

Bu çalışmada hastaların YBÜ'de çevresel stresörlerden etkilendikleri ve bu sebeple de uyku kalitesinde bir azalma olduğu görüldü. Çevresel stresörler hastaların uykuya dalmada güçlük çekmesine sebep oldu. Hemşireler ve sağlık profesyonellerinin çevresel stresörler ve etkilerine yönelik bilgi düzeyinin belirlenmesi için bu konuya ilişkin çalışmaların artırılması, yoğun bakımlarda düzenleme yapılabilecek çevresel stresörlerin belirlenmesi, çevresel stresörlere yönelik iyileştirici adımların artırılması, hastalar ile daha fazla iletişim kurulması ve yoğun bakım ortamında özellikle sağlık personeli kaynaklı gürültünün azaltılmasına yönelik eğitimlerin planlanması, yoğun bakıma ilk kez yatan hastalar için ortam oryantasyonunun sağlanması olumlu katkı sağlayacaktır.

### **ARAŞTIRMACILARIN KATKI ORANI BEYANI**

Yazarların çalışmadaki katkı oranları eşittir.

### **DESTEK VE TEŞEKKÜR BEYANI**

Çalışma herhangi bir destek almamıştır. Çalışmaya dahil olan katılımcılara teşekkür ederiz.

### **ÇIKAR ÇATIŞMASI BEYANI**

Çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.



## KAYNAKÇA

- Ahraz, S. (2019). Miyokard İnfarktüsü Geçiren Geriatrik Bireylerde Ağrı ve Uyku Kalitesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aslan, F. (2010). Yoğun Bakım Ünitesinde Tedavi Gören Hastaların Algıladıkları Çevresel Stresörler: Geçerlik Güvenilirlik Çalışması. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ballard, K. S. (1981). Identification of environmental stressors for patients in a surgical intensive care unit. *Issues Ment Health Nurs*, 3(1-2), 89-108. <https://doi.org/10.3109/01612848109140863>
- Bodur, İ., & Aslan, Ö. (2022). Koroner yoğun bakım ünitesinde yatan hastaların algıladıkları çevresel stresörlerin Belirlenmesi. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 5(3), 298-305. <https://doi.org/10.38108/ouhcd.962590>
- Bülbül, E., Çelik, S., Özçelik, E. E., & Yıldırım, S. (2023). The relationship between environmental stressors and sleep quality in patients in intensive care unit. *Fenerbahçe University Journal of Health Sciences*, 3(2), 268-276. <https://doi.org/10.56061/fbujohs.1267575>
- Cochran, J., & Ganong, L. H. (1989). A comparison of nurses' and patients' perceptions of intensive care unit stressors. *J Adv Nurs*, 14(12), 1038-43. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.1989.tb01515.x> PMID: 2613957.
- Czempik, P. F., Jarosińska, A., Machlowska, K., & Pluta, M. P. (2020). Impact of sound levels and patient-related factors on sleep of patients in the intensive care unit: a cross-sectional cohort study. *Sci Rep*, 10(1), 19207. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-76314-9> PMID: 33154537; PMCID: PMC7644698.
- Demir, G., & Öztunç, G. (2017). Gürültünün Yoğun Bakım Ünitesinde Yatan Hastaların Gece Uykusu ve Yaşamsal Bulguları Üzerine Etkisi. *Turk J Intense Care*, 15, 107-116. <https://doi.org/10.4274/tybd.85866>
- Dönmez, Y. C., Korkmaz, F. D., & Geçit, S. (2020). Yoğun bakım ünitesindeki çevresel stresörlerin hastalar tarafından algılanması. *Türkiye Klinikleri J Nurs Sci*, 12(2), 190-7. <https://doi.org/10.5336/nurses.2019-72255>
- Elliott, R., McKinley, S., Cistulli, P., & Fien, M. (2013). Characterisation of sleep in intensive care using 24-hour polysomnography: an observational study. *Crit Care*, 17(2):R46. <https://doi.org/10.1186/cc12565> PMID: 23506782; PMCID: PMC3733429.
- Gencer, A., Kumsar, A. K. (2020). Yoğun Bakım Ünitesinde Tedavi Gören Hastaların Algıladıkları Çevresel Stresörlerin Uyku Kalitesine Etkisi. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3), 434-443. <https://doi.org/10.26453/otjhs.694088>
- Kalkan-Uğurlu, Y., Öz Alkan, H., & Enç, N. (2019). *Akut Koroner Sendromlar*. N.Enç (Der.) Kardiyovasküler Hemşirelik içinde (ss.55-68). Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul.
- Karaman-Özlu, Z., & Özer, N. (2015). Richard-Campbell Uyku Ölçeği Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 2, 29-32. <https://doi.org/10.4274/jtms.02.008>
- Koçak, A. T., & Arslan, S. (2020). Yoğun Bakımda Uyku Yoksunluğuna Bir Çözüm: Uyku Bandı Ve Kulaklık. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 23(2), 298-303. <https://doi.org/10.17049/ataunihem.455023>
- Miranda-Ackerman, R. C., Lira-Trujillo, M., Gollaz-Cervantez, A. C., Cortés-Flores, A. O., Zuloaga-Fernández del Valle, C. J., García-González, L. A.,... González-Ojeda, A. (2020). Associations between stressors and difficulty sleeping in critically ill patients admitted to the intensive care unit: a cohort study. *BMC Health Serv Res*, 20, 631. <https://doi.org/10.1186/s12913-020-05497-8>
- Nehir, S., & Çam, O. (2010). Miyokard İnfarktüsü Geçiren Hastalarda Psikososyal Sağlık ve Hastalık Uyumu. *Ege Üniversitesi Yüksek Okulu Dergisi*, 26(3), 73-84. 24 Aralık 2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/825562> adresinden ulaşıldı.
- Özkan, S., & Boyacıoğlu, N. (2018). Yoğun Bakım Hastalarında Gürültünün Etkisi. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 1(1), 27-32. 24 Aralık 2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/480732> adresinden ulaşıldı.
- Souza, R. C. D. S., Calache, A. L. S. C., Oliveira, E. G., Nascimento, J. C. D., Silva, N. D. D., & Poveda, V.B. (2022). Noise reduction in the ICU: a best practice implementation Project. *JBİ Evid Implement*, 20(4), 385-393. <https://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000311> PMID: 35200201; PMCID: PMC9794159.
- Thompson, D. R., Hamilton, D. K., Cadenhead, C. D., Swoboda, S. M., Schwindel, S. M., Anderson, D. C.,...Petersen, C. (2012). Guidelines for intensive care unit design. *Crit Care Med*, 40(5):1586-600. <https://doi.org/10.1097/CCM.0b013e3182413bb2> PMID: 22511137.
- Yalın, H. (2016). Yoğun Bakımda Uykusuzluk. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*, 20(1), 9-15. 24 Aralık 2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/260203> adresinden ulaşıldı.
- Yaman-Aktaş, Y., Karabulut, N., Yılmaz, D., & Özkan, A. S. (2015). Kalp Damar Cerrahisi Yoğun Bakım Ünitesinde Tedavi Gören Hastaların Algıladıkları Çevresel Stresörler, *Kafkas J Med Sci*, 5(3), 81-86. <https://doi.org/10.5505/kjms.2015.29591>
- Zengin, N. (2015). Yoğun Bakım Ünitesinde Yaşlı Hastalarda Uyku Sorunları ve Çözüm Önerileri. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*, 19(2), 80-87. 24 Aralık 2023 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/260167> adresinden ulaşıldı.