

## ÖZET

Bu çalışma Şubat-Ekim 1999 tarihleri arasında ülkemizdeki erişkinlerin ağrı sıklığı ve ağrı şikayeti olanların baş etme yöntemlerini belirlemek amacıyla planlanmıştır. Kesitsel tip bir araştırmadır.

Araştırma, dokuz aylık bir süre içinde beş demografik bölgede bulunan 15 ilde 3026 katılımcıyla yüz yüze görüşülerek; 28 açık ve kapalı uçlu sorudan oluşan bir soru formunun doldurulması ve SPSS'de analiz edilmesiyle tamamlanmıştır. Frekans, ortalama gibi tanımlayıcı istatistiklerin yanında, veriler ki kare ile test edilmiştir.

Türkiye'deki erişkinlerin ağrı prevalansı %63.5 olup, bu ağrılarının %73.2'si kronik ağrıdır. Ağrı prevalansı kadınlarda, kentte, batı ve doğu bölgelerinde yaşayanlarda ve alt sosyo ekonomik tabakada bulunanlarda daha fazladır. Ağrı sıklığı yaş arttıkça artmakta, ağrısı olanlarda ise yaş küçüldükçe aldığı pay büyümekte ve de sosyo ekonomik düzey düştükçe hem ağrı prevalansı, hem de ağrısı olanlardaki pay artmaktadır. Ağrı sıklığı demografik bölge, yerleşim yeri (kır-kent), cinsiyet, yaş grubu gibi özellikler ile test edildiğinde istatistiki anlamlılık bulunur iken ( $P < 0.05$ ), sosyo ekonomik tabaka ile arasında bir anlamlılık bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ).

Katılımcıların %65.5'i bir, %25.4'ü ise iki farklı ağrı yeri tanımlamaktadır. Ağrısı olanların yaklaşık beşte biri haftada bir aralıklarla ağrı duyduğunu (%21.9), yaklaşık yarısı ağrısının sürekli olduğunu (%44.0), yarısı ağrı şiddetinin başlangıçtan bu yana değişmediğini (%41.7), %25.5'i şiddetinin arttığını, %39.2'si de vücudunun her yerinin ağrıdığını ifade etmektedir. Ağrı sayısı arttıkça ağrı ile ilgili özelliklerin hatırlanmama oranı da artmaktadır.

Mevcut ağrılarının yaklaşık beşte biri yarım- bir saat (%19.9), dörtte biri de 4-12 saat (%23.7) sürmektedir. Ağrısı olanların %44.0'ü ağrının başlangıç nedenini bilmemekte, "kendiliğinden" olarak tanımlamaktadır. Soğuk hava, yorgunluk, stres ve ayakta durma ağrıyı arttıran, sert zeminde yatma, masaj, uyuma, sıcak hava ve dinlenme de ağrıyı azaltan faktörlerdir.

Baş (%26.2), bel (%14.1), alt ekstremitte (%13.2) ve batin (%11.2) en sık görülen ağrı yerleri olup, ilk üç ağrı kentte yaşayanlarda kırsal bölgeye göre üç kat daha fazladır. Baş ve batin ağrıları genç yaş grubunda (%38.8), daha fazla ve de yaş arttıkça azalmaktadır. Ayrıca bel, alt ekstremitte ağrılarının yaklaşık yarısı (%45.2, %45.4) sadece alt sosyo ekonomik tabakada bulunmaktadır.

Ağrısı olanların yarısından fazlasında fiziksel (%67.7), ve sosyal (%56.6), dörtte birinde de (%27.0) mesleki aktiviteler kısıtlanmaktadır. En şiddetli ağrılar sırasıyla alt ekstremitte, baş, batin ve beldir. Ağrının şiddetiyle en fazla kısıtlanan aktiviteler ise ev işleri, sosyal aktiviteler ve iş yaşamıdır. Kısıtlanan bu aktiviteler orta derecede bir şiddete sahiptir.

Ağrısı olanların %7'si hiçbir başetme yöntemi kullanmamaktadır. Beşte biri de analjezik dışı yöntemleri tercih etmektedir. %23'ü sadece analjezik, yarısı da hem analjezik, hem de analjezik dışı yöntemleri kullanmaktadır. Ağrı kırdada daha az görülmesine rağmen, analjezik kullananların içindeki pay olarak değerlendirildiğinde kır kentten iki kat daha fazladır. Erkeklerle göre daha fazla ağrısı olan kadınlarda analjezik kullanımı da yüksektir. Analjezik kullananların %56.2'si kadın, %43.8'i erkektir. Analjezik kullananların büyük bir çoğunluğunu ağrı sıklığı en düşük olan kuzey ve güney bölgesi oluşturmaktadır. Analjezik kullanımı demografik bölge, yerleşim yeri (kır-kent), cinsiyet, yaş grubu gibi özellikler ile test edildiğinde istatistiki olarak anlamlılık bulunur iken ( $P < 0.05$ ), sosyo ekonomik tabaka ile arasında bir anlamlılık bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ).

Analjeziğin reçetede belirtilen dozda kullanımı %59.6'dır. Kadınlarda, kuzey ve güneyde yaşayanlar, kırsal yerleşim yerinde bulunanlarda doza uygun kullanım daha yüksektir. Yaş arttıkça ve sosyo ekonomik tabaka yükseldikçe doza uygun kullanım artmaktadır. Dozuna uygun kullananların içinde ise büyük bir çoğunluğu kadınlar, batı bölgesi ve kentte yaşayanlar oluşturmaktadır.

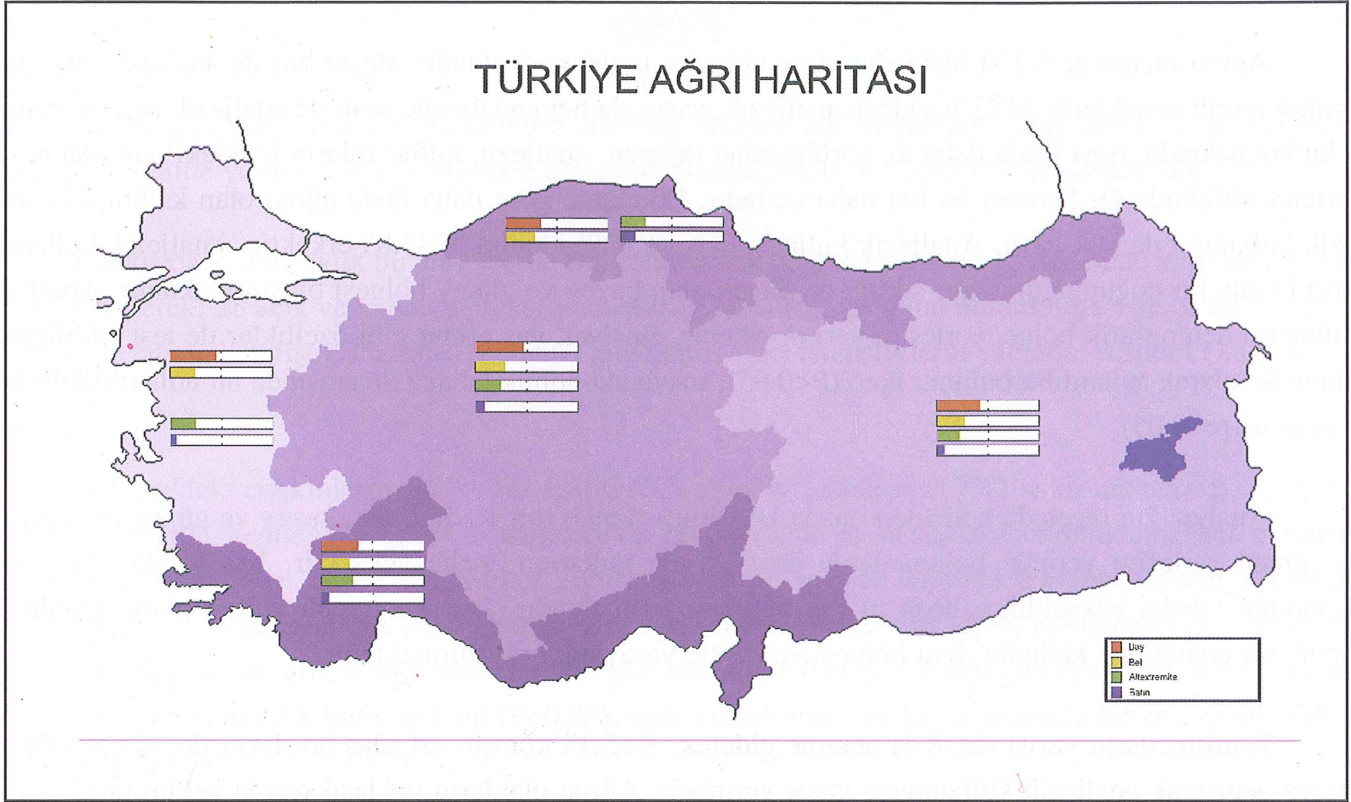
Katılımcıların yarısı (%58.4) hekime giderek, %15.1'i komşu- arkadaş tavsiyesi ile, %7.5'i de eczacıya danışarak analjezik kullanmaya karar vermiştir. Ağrısı olanların yaklaşık yarısı hekim tavsiyesi ile reçeteye uygun olarak ağrı kesici kullanmaktadır.

Analjezik dışında en fazla tercih edilen başetme yöntemleri sırasıyla dinlenme (%31.5), masaj (%16.9) ve soğuk- sıcak uygulama (%14.1) dır. Son üç ayda ağrı nedeniyle acile başvuru %12.9, hastaneye yatma ise %4.3'tür.

Tüm ağrılarda son üç aydaki iş günü kaybı 2830 gündür. Ağrısı olanlar arasında (1922 kişi) üç ayda kişi başına düşen iş günü kaybı 1.5'dur. Bel ağrısında iş günü kaybı ise toplam 825 iş günü olmuştur.

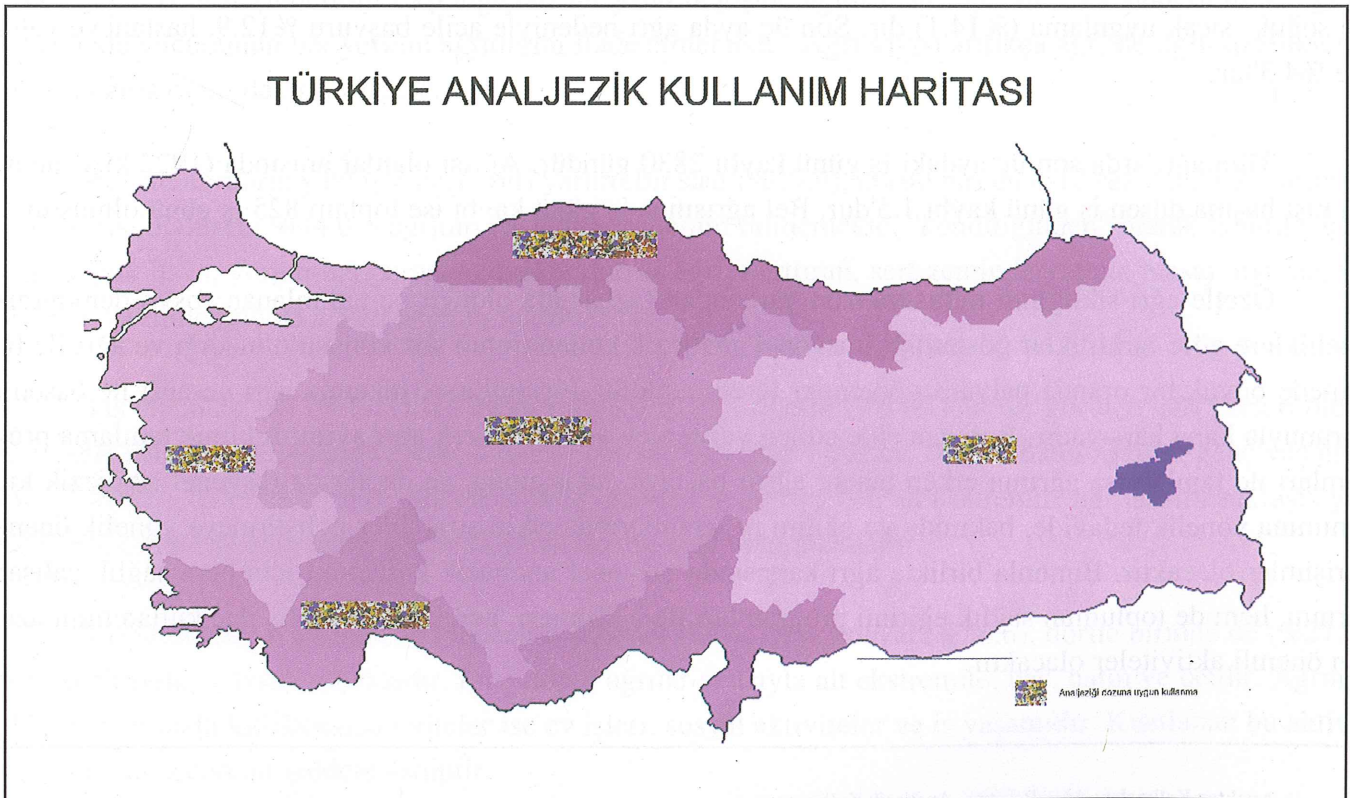
Özetle ağrı sıklığının nüfusumuzun yarısından fazlasında olduğu ve tanımlanan sosyo demografik özelliklere göre farklılıklar gösterdiği, rasyonel analjezik kullanımının söz konusu olmadığı ve ağrı ile baş etmede büyük bir oranda palyatif yöntemler tercih edildiği düşünülürse; ülkemiz ağrı ve ağrı ile başetme sorunuyla karşı karşıyadır. Buradan elde edilen verilerden yola çıkılarak ağrı ayrıntılı klinik tanılama programları ile tanılabilirse ağrının erken tanısı, ağrılı hastaya yaklaşımda, ya da ağrıda rasyonel analjezik kullanımına yönelik tedavide, bakımda ve eğitim programlarında etkin stratejiler geliştirmeye yönelik önemli girişimler olacaktır. Bununla birlikte ağrı karşısında rasyonel analjezik kullanımı için hem sağlık çalışanlarının, hem de toplumun sağlık eğitimi programları ile eğitilmesi, gereksiz ve yanlış ilaç kullanımını azaltan önemli aktiviteler olacaktır.

### TÜRKİYE AĞRI HARİTASI



\* Açık renk yüksek yüzdeyi göstermektedir.  
\* Koyu renk düşük yüzdeyi göstermektedir.

### TÜRKİYE ANALJEZİK KULLANIM HARİTASI



\* Koyu renk yüksek yüzdeyi göstermektedir.  
\* Açık renk düşük yüzdeyi göstermektedir.