

# Ortorektik Eğilimlerin Yeme Tutumu ve Obsesif Kompulsif Belirtilerle İlişkisi intihal.docx



## 1. Giriş

Hastalıkların önlenmesi, tedavisi ve sağlığın geliştirilmesinde, beslenmenin çok önemli bir yeri bulunmaktadır (Acar Tek ve Karaçil Ermumcu 2016). Bireylerin beslenme biçimi biyolojik, psikolojik ve sosyokültürel birçok faktöre göre değişiklik göstermektedir (Gezer ve Kabaran 2013, Segura-García 2012, Fidan ve ark 2010). Günümüzde sağlıklı beslenme, sağlığı geliştirme adına en önemli yaklaşımlardan biridir (Bağcı Bosi et al. 2007). Sağlıklı yeme davranışı masum gibi gözükse de yeme davranışı bozukluğu ve obsesif kompulsif bozuklukla ilişkili hale geldiğinde malnütrisyon, kilo kaybı, sosyal ilişkilerde bozulma gibi ciddi sonuçlar yaratabilmektedir (Arusoglu ve ark. 2008, Fidan ve ark 2010). Ortoreksiya nevroza sağlıklı besin tüketimi ile ilgili takıntıyı ifade eden henüz resmi tanılama sistemine girmemiş bir kavramdır (Acar Tek ve Karaçil Ermumcu 2016, Brytek Matera 2012).

Ortoreksiyada sağlıklı besin tüketimi ile aşırı uğraş, yağ, tuz, şeker, yapay maddeler içeren ya da genetiği oynanmış tüm yiyeceklerden kaçınma davranışı, kendi sağlığı hakkında olağan dışı kaygı, günlük yaşamındaki büyük bir vakti sağlıklı yeme, hazırlama ve satın alma ile harcama davranışları görülmektedir (Alvarenga et al. 2012, Brytek Matera 2012, Dalmaz ve Tekdemir Yurtdaş 2015, Donini et al 2004). Ortorektik bireylerde sağlıklı olduğu ya da sağlıklı pişirildiği gerekçesiyle seçici yeme davranışı beslenme yetersizliklerine sebep olmakta, buna bağlı olarak anoreksiya nevrozadakin benzer metabolik asidoz, hiponatremi, osteopeni, bardikardi gibi ciddi tıbbi komplikasyonlar görülmektedir (Koven ve Abry 2015, Alvarenga et al. 2012, Duran 2016). Ancak anoreksiya nevrozada niceliksel olarak yemek miktarından kaçınma davranışı bulunuyorken, ortoreksiyada niteliksel olarak hazırlanan yemeğin uygun koşullarda hazırlanmaması, saf ve doğal olmamasına yönelik bir kaçınma söz konusudur (Aksoy Poyraz et al. 2015, Duran 2016, Kummer et al 2008, Varga et al. 2013). Ortorektik bireylerde malnütrisyonla bağlı komplikasyonların yanı sıra, sağlıklı yeme takıntısı kişilerarası ilişkileri, kariyer planlarını ve sosyal ilişkileri önemli ölçüde etkilemektedir (Koven ve Senbonmatsu 2013, Brytek Matera 2012, Duran 2016, Segura-García et al 2012, Gezer ve Kabaran 2013, Dunn ve Bratman 2016).

Dunn ve Bratman'ın (2016) yaptığı bir gözden geçirme çalışmasında ortorektik bireylerde malnütrisyon, hipoproteinemi, vitamin B 12 eksikliği, metabolik asidoz, amfizem, pnömotoraks, pansitopeni geliştiği hatta bir olgunun tek düze beslenmeye bağlı yatağa bağımlı hale geldiği tespit edilmiştir (Dunn ve Bratman 2016).

Literatür incelendiğinde anoreksiya, bulimiya ve tanılama sistemine girmemiş olsa da ortoreksiya nevroza gibi yeme bozuklukları riskinin, özellikle belli bir kiloda kalmaya dikkat eden mankenler, dansçılar, yoga yapanlar, sporcular, sağlık personelleri özellikle diyetisyenler arasında daha yaygın olduğu görülmektedir (Oğur ve ark 2015, Alvarenga et al. 2012, Valera et al 2014). Tüm bu bilgiler ışığında, bu çalışma ülkemizde ortoreksiya nevrozanın diyetisyen, sağlık personeli, spor yapan kişiler gibi risk gurubu dışında genel popülasyondaki yaygınlığına ve özelliklerine ilişkin literatüre katkıda bulunmak için yürütülmüştür.

**2. Amaç:** Bu araştırma, ortorektik eğilimlerin, yeme tutumu ve obsesif belirtilerle ilişkili olma durumunun araştırılması amacıyla planlanmıştır.

## 3. Yöntem ve Gereç

### 3.1. Evren ve Örneklem

# Ortorektik Eğilimlerin Yeme Tutumu ve Obsesif Kompulsif Belirtilerle İlişkisi intihal.docx

ORIGINALITY REPORT

8%

SIMILARITY INDEX

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://www.msxlabs.org">www.msxlabs.org</a> Internet	56 words — 2%
2	<a href="http://www.ices-uebk.org">www.ices-uebk.org</a> Internet	51 words — 2%
3	<a href="http://dergipark.ulakbim.gov.tr">dergipark.ulakbim.gov.tr</a> Internet	49 words — 2%
4	<a href="http://halksagligiokulu.org">halksagligiokulu.org</a> Internet	37 words — 1%
5	<a href="http://turkpsikiyatri.com">turkpsikiyatri.com</a> Internet	27 words — 1%
6	Gungor, Buket, Seref Gulseren, Arzu Dalmis, and Nabi Zorlu. "The relation of alcohol addiction onset and family history with impulsivity and compulsivity", <i>Anatolian Journal of Psychiatry</i> , 2013. Crossref	16 words — 1%
7	<a href="http://dergipark.gov.tr">dergipark.gov.tr</a> Internet	12 words — < 1%
8	<a href="http://www.uri.edu">www.uri.edu</a> Internet	10 words — < 1%
9	<a href="http://www.psikiyatridizini.org">www.psikiyatridizini.org</a> Internet	10 words — < 1%

---

EXCLUDE QUOTES OFF

EXCLUDE MATCHES OFF

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY OFF