



**HACETTEPE
ÜNİVERSİTESİ**

HÜ-SOY

**TÜRKİYE'DE OKURYAZAR
ERİŞKİN YAŞ GRUBUNA ÖZGÜ
SAĞLIK OKURYAZARLIĞI ÖLÇEĞİ**

Yazarlar

Şevkat BAHAR ÖZVARIŞ

Bahar GÜÇİZ DOĞAN

Özge KARADAĞ ÇAMAN

Hande KONŞUK ÜNLÜ

Nuri DOĞAN

Selahattin GELBAL

Sibel SAKARYA

Haziran 2018

ANKARA

Bu yayın, Hacettepe Üniversitesi tarafından hazırlanmış ve bastırılmıştır.

Her türlü yayın hakkı Hacettepe Üniversitesi'ne aittir. Kaynak gösterilmeksizin alıntı yapılamaz; her hakkı mahfuzdur. Ölçek, internet ortamında ya da halkın erişebileceği diğer ortamlarda açık biçimde paylaşamaz. Ölçek kullanılmadan önce, uygulama rehberinde verilen iletişim bilgileri kullanılarak yazarlardan izin alınmalıdır.

ISBN: 978-605-83315-4-9

Baskı: UZERLER Matb. Rek. Turz. San. ve Tic. Ltd. Şti.
T. Güneş Bulvarı Selin İş Merk. No:22/26
Çankaya/Ankara Matbaa Sertifika No. 13654

HÜ-SOY Ölçeği - Uzun Form Uygulama Rehberi

Hacettepe Üniversitesi
Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği
(HÜ-SOY Ölçeği) Uzun
Form

Uygulama Rehberi

HÜ-SOY Ölçeği, 18 yaş ve üzeri, Türkçe konuşan bireylerde sağlık okuryazarlığı düzeyini kapsamlı ve standart bir biçimde değerlendirmek üzere geliştirilmiş ve Türkiye’de 12 İstatistik Bölge Birimini ve 2411 erişkini kapsayan bir araştırma ile erişkinlere özgü geçerliliği ve güvenilirliği gösterilmiş bir “sağlık okuryazarlığı ölçeği”dir.

Bu ölçek, Türkiye’de erişkin bireylerde sağlık okuryazarlığı düzeyini belirlemek, ileride yapılacak sağlığı geliştirme müdahaleleri ve sağlık eğitimlerinin sağlık okuryazarlığı üzerindeki etkilerini standart bir biçimde izlemek ve değerlendirmek için referans bir ölçektir. Ölçeğin aynı zamanda yurtdişında yaşayan ve Türkçe konuşan göçmenlerde de kullanılma imkanı bulunmaktadır. Ölçeğin kullanım amacına göre uzun ve kısa formları geliştirilmiştir.

HÜ-SOY Ölçeği gözlem altında kendi kendine doldurma şeklinde uygulanır. Bu nedenle okuma-yazma bilmeyen bireylere yüzyüze görüşme şeklinde uygulanamaz.

HÜ-SOY Ölçeği Uzun Formu, toplam 71 maddenin yer aldığı 38 sorudan ve 16 maddelik (16 soru) **Öz Yeterlilik** bölümünden oluşur; öz yeterlilik bölümü uzun formdan bağımsız kullanılamaz. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri saptanmak istendiğinde bu araştırmada kullanılan anket formundan yararlanılabilir.

ÖLÇEĞİN PUANLAMASI

HÜ-SOY Ölçeği Uzun Formunda, her madde 0-1 puana dönüştürülür. Bunun için soru tiplerine göre aşağıda belirtilen dönüştürme prosedürü uygulanır.

1. Yanıtın bir çizelge içinde “Doğru”, “Yanlış”, “Bilmiyorum” şeklinde belirtilmesinin istendiği sorularda doğru işaretlenen her madde **1**, diğer verilen yanıtlar **0** olarak kodlanır.

Örnek:

Aşağıdaki cümleler ile ilgili yanıtlarınızı Doğru, Yanlış, Bilmiyorum sütunlarında yer alan kutulara çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

	Doğru	Yanlış	Bilmiyorum
Bir gebe kadının herhangi bir şikâyeti yoksa doğuma kadar doktora gitmesine gerek yoktur.			

Yukarıda verilen madde için doğru yanıt, “Yanlış” kutusunun işaretlenmesidir. Bu durumda kişi bu madde için “Yanlış” seçeneğini işaretlemişse **1**, “Doğru” ya da “Bilmiyorum” seçeneğini işaretlemişse **0** puan alacaktır.

2. Çoktan seçmeli maddeler için kişi doğru seçeneği işaretlemişse **1**, doğru seçenek dışındaki seçenekleri işaretlemişse **0** puan alacaktır.

Örnek:

Diş macunu içinde bulunan ve dişleri koruyan madde hangisidir?

- a) Klor
- b) Flor
- c) D vitamini
- d) Kalsiyum
- e) Bilmiyorum

Yukarıda verilen madde için doğru yanıt “B” seçeneğidir. Bu durumda kişi bu madde için “B” seçeneğini işaretlemişse **1**, diğer seçenekleri işaretlemişse **0** puan alacaktır.

3. Eşleştirme şeklinde verilen sorularda birden çok madde söz konusudur. Her bir madde ayrı ayrı olarak doğru yanıt **1**, yanlış yanıt **0** olacak şekilde puanlanır.

Örnek:

Aşağıda hastanelerde bulunan bazı klinikler ile bazı hastalık gruplarının adları verilmiştir. Hastalık gruplarını ilgili olan klinikle eşleştiriniz ve uygun rakamı, klinik adlarının yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

- | | |
|---|-----------------|
| 1) Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları | () Dermatoloji |
| 2) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları | () Pediatri |
| 3) İç Hastalıkları | () Dâhiliye |
| 4) Deri ve Zührevi Hastalıklar | |

Yukarıda verilen eşleştirme sorusunda 3 madde bulunmaktadır. Dermatoloji maddesi için doğru yanıt “Deri ve Zührevi Hastalıklar”, Pediatri maddesi için “Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları”, Dahiliye maddesi için “İç Hastalıkları” yanıtları doğru yanıtlardır. Bu durumda maddelerin tamamını doğru yanıtlayan bir kişi için yanıtların görünümü şöyle olacaktır:

- | | |
|---|-------------------|
| 1) Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları | (4) Dermatoloji |
| 2) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları | (1) Pediatri |
| 3) İç Hastalıkları | (3) Dâhiliye |
| 4) Deri ve Zührevi Hastalıklar | |

Eğer verilen boşluklara doğru yanıtın numarası yazılmışsa kişi her bir doğru madde için **1** puan alacaktır. Puan alınan maddelerin toplamı kişinin toplam ölçek puanını verecektir.

Bu şekilde yapılan dönüştürme sonrasında uzun formdan alınabilecek toplam puan en az **0**, en çok **71**'dir. Ölçekten alınan puan, alınabilecek toplam puana yaklaştıkça “sağlık okuryazarlık düzeyinin yüksek olduğu” şeklinde yorumlanır.

Ölçeğin alt boyutlarının puanları uzun formun toplam puanının hesaplamasına benzer şekilde, Ek 1’de belirtilen madde listeleri ve Ek 8’de belirtilen Cevap Anahtarı doğrultusunda, doğru maddelere **1** puan verilerek hesaplanır.

HÜ-SOY Ölçeğinin Öz Yeterlilik Bölümünün toplam puanı, her bir madde için işaretlenen seçeneklerin puanlarının toplanması ile elde edilir. Seçeneklerin puan değerleri şöyledir: “Hiçbir zaman”: 1; “Bazen”: 2; “Her zaman”:

3. HÜ-SOY Ölçeğinin Öz Yeterlilik bölümünden alınabilecek toplam puan en az **1**, en çok **48**'dir. Ölçeğin Öz Yeterlilik bölümünün puanı ayrıca hesaplanır; Öz Yeterlilik puanı toplam ölçek puanına dahil edilmez. Ölçekten alınan puan, alınabilecek toplam puana yaklaştıkça “öz yeterlilik düzeyinin yüksek olduğu” şeklinde yorumlanır.

Ölçeğin uzun formunun kullanıldığı saha araştırmalarında sağlık okuryazarlığı düzeyi aşağıdaki gibi gruplanarak da değerlendirilebilir:

0-32 puan: Düşük

33-52 puan: Orta

53-71 puan: Yüksek

Ölçeğin her hakkı saklı olup, yazarlardan izin alınması koşulu ile kullanılabilir. Ölçeğin internet ortamında ya da halkın erişebileceği diğer ortamlarda açık biçimde paylaşılması gerekmektedir. Ölçeğin kullanıldığı her çalışmada aşağıdaki iletişim bilgileri kullanılarak yazarlara haber verilmesi ve yayınlarda aşağıdaki biçimde kaynak gösterilmesi gerekmektedir.

Özvarış Bahar Ş, Güçiz Doğan B, Karadağ Çaman Ö, Konşuk Ünlü H, Doğan N, Gelbal S, Sakarya S. Hacettepe Üniversitesi Sağlık OkurYazarlığı Ölçeği (HÜ-SOY Ölçeği), Ankara, 2018. ISBN: 978-605-83315-4-9

Ölçek ve ölçeğin uygulanması ile ilgili her türlü soru ve önerileriniz için:

Posta Adresi: Hacettepe Üniversitesi Halk Sağlığı Enstitüsü, 06100,

Sıhhiye, Ankara Tel: 0.312.3053141 /0.312.3051590

E-posta: husoy2018@gmail.com

HÜ-SOY Ölçeği - Uzun Form

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ ERİŞKİN SAĞLIK OKURYAZARLIĞI ÖLÇEĞİ-UZUN FORM (HÜ-SOY ÖLÇEĞİ)

Bu ölçek, ülkemizde erişkin bireylerin sağlık konuları ile ilgili genel bilgi, tutum ve davranışları hakkında bazı sorular içermektedir.

Tablo şeklinde olan sorularda, yanıtınızı her sorunun karşısındaki uygun kutuya çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

Eşleştirme yapılması istenen sorularda yönergeye göre seçeneğin başındaki rakamı veya harfi kullanarak eşleştirme yapınız.

Seçim gerektiren sorularda, sorunun altında yer alan seçenekler arasında uygun gördüğünüz yanıtı daire içine alınız.

Ölçek puanının hesaplanabilmesi açısından hiçbir maddeyi boş bırakmamanız önemlidir. Bu nedenle tüm sorulara sizin için uygun cevabı vermeniz beklenmektedir.

Teşekkür eder, sağlıklı bir yaşam dileriz.
Hacettepe Üniversitesi HÜ-SOY Çalışma Grubu

1. Aşağıdaki cümleler ile ilgili yanıtlarınızı **Doğru, Yanlış, Bilmiyorum** sütunlarında yer alan kutulara çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

	Doğru	Yanlış	Bilmiyorum	
Aşırı alkol tüketmek, karaciğer hastalıkları için önemli bir risk faktörüdür.				Madde 1
Kadınlar rahim ağzı kontrolü yaptırmalıdır.				Madde 2
Bir gebe kadının herhangi bir şikâyeti yoksa doğuma kadar doktora gitmesine gerek yoktur.				Madde 3
Kapalı yerlerde sigara içme yasağı, herkesin sağlığının korunması içindir.				Madde 4
Hepatit B hastalığı, hasta kişinin kanıyla temas edince bulaşabilir.				Madde 5

2. Aşağıdaki aşılarından hangileri çocukların, hangileri yaşlıların ve hangileri her ikisinin de yaptırabileceği aşılandıdır? Yanıtınızı, sütunlardaki kutulara çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz. Bilmiyorsanız “Bilmiyorum” kutucuğunu işaretleyiniz.

	Çocuklar (0-6 yaş arası)	Yaşlılar (65 yaş ve üstü)	Bilmiyorum	
Grip aşısı				Madde 6
Zatürre aşısı				Madde 7
Hepatit B aşısı				Madde 8
Tetanos aşısı				Madde 9

3. Aşağıdahastanelerdebulunanbazı kliniklerlebazı hastalık gruplarınınadları verilmiştir. Hastalık gruplarını ilgili olan klinikle eşleştiriniz ve uygun rakamı, klinik adlarının yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

1) Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	() Dermatoloji	Madde 10
2) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları	() Pediatri	Madde 11
3) İç Hastalıkları	() Dâhiliye	Madde 12
4) Deri ve Zührevi Hastalıklar		

4. Aşağıda sağlıkla ilgili bazı kelimeler ve anlamları verilmiştir. Bu kelimeler ile ilgili olan anlamları eşleştiriniz ve uygun rakamı kelimenin yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

1) Kansızlık	() Hemoroit	Madde 13
2) Sarılık	() Obezite	Madde 14
3) Şişmanlık	() Romatizma	
4) Basur	() Tüberküloz	Madde 15
5) Verem	() Hepatit	Madde 16
6) Kalp krizi	() Anemi	Madde 17
7) Kemik erimesi	() Enfarktüs	Madde 18
	() Osteoporoz	Madde 19

5. Aşağıda sağlıkla ilgili bazı tıbbi kelimeler ve anlamları verilmiştir. Bu kelimeler ile ilgili olan anlamları eşleştiriniz ve uygun rakamı kelimenin yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

1) Ağrı kesici	() Analjezik	Madde 20
2) İğne	() Batın	Madde 21
3) İltihap	() Enjeksiyon	Madde 22
4) Karın	() Enfeksiyon	Madde 23
5) Bozukluk		

6. Aşağıda sağlıkla ilgili bazı tetkikler ve anlamları verilmiştir. Bu tetkikler ile ilgili olan anlamları eşleştiriniz ve uygun rakamı tetkikin yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

1) Meme filmi	() PAP smear	Madde 24
2) Rahim ağzından sürüntü alma	() Kolonoskopi	Madde 25
3) Kamera ile kalın bağırsakların içinin incelenmesi	() Gastroskopi (Endoskopi)	Madde 26
4) Kamera ile yemek borusu, mide ve ince bağırsakların incelenmesi	() Mamografi	Madde 27
	() eMaR (Manyetik Rezonans)	

7. Aşağıda bazı sağlık mesleklerinin adları verilmiştir. Bu meslekler ile ilgili olan anlamları eşleştiriniz ve uygun rakamı kelimenin yanındaki parantez içine yazınız.

1) Sağlıklı veya hasta bireylere uygun beslenme planlarını belirleyen kişi	() Ebe	Madde 28
2) Gebeliğin teşhisi, gebe izlemi ve normal doğum yaptırmakla görevli kişi	() Fizyoterapist	Madde 29
3) Hastaların ağrı ve fiziksel işlev bozukluklarının ortadan kaldırılması veya işlevlerinin iyileştirilmesi amacıyla gerekli tedavi programını oluşturup uygulayan kişi	() Diyetisyen	Madde 30
	() Sağlık teknisyeni	

8. Aşağıda bazı hastalıklar ve en sık nasıl bulaştığı belirtilmiştir. İlgili olan hastalığın numarasını karşısındaki bulaşma yolu ile eşleştiriniz ve parantez içine hastalık numarasını yazınız.

1) Menenjit	() Hasta hayvanın etine temas edilmesiyle veya etin yenilmesiyle	Madde 31
2) Brusella	() Salamura edilmemiş taze peynir tüketilmesiyle	Madde 32
3) Hepatit A	() Dışkı ile kirlenmiş içme ve kullanma sularıyla	Madde 33
4) Tetanos	() Paslı aletlerle yaralanmayla	Madde 34
5) Şarbon		

9. Diş macunu içinde bulunan ve dişleri koruyan madde hangisidir?

Madde 35

- Klor
- Flor
- D vitamini
- Kalsiyum
- Bilmiyorum

10. Aşağıdakilerden hangisi ciddi tansiyon yüksekliği belirtisi değildir?

Madde 36

- a) Baş ağrısı
- b) Kulak çınlaması
- c) Karın ağrısı
- d) Ensedede ağrı
- e) Bilmiyorum

11. AIDS hastalığına neden olan HIV virüsü aşağıdaki yollardan hangisi ile bulaşmaz?

Madde 37

- a) Tokalaşmak
- b) Virüsü taşıyan annenin bebeğini emzirmesi
- c) Virüsü taşıyan kişinin kanı ile temas etmek
- d) Korunmasız cinsel ilişkide bulunmak
- e) Bilmiyorum

12. Aşağıda verilen maddelerden hangileri hasta hakları açısından yanlıştır?

Madde 38

- a) Hastalar sağlık kuruluşunu seçme ve değiştirme hakkına sahiptir.
- b) Hastalar hekimi seçme ve değiştirme hakkına sahiptir.
- c) Hastalar tedaviyi durdurma hakkına sahiptir.
- d) Hastalar sağlık personeline şiddet uygulama hakkına sahiptir.
- e) Bilmiyorum

13. Piknikte kendisini arı soktuğunu söyleyen bir kişi aniden soluk almakta güçlük çektiğini belirterek fenalaşıyor. Bu durumda aşağıdaki telefon numaralarından hangisi aranmalıdır?

Madde 39

- a) 155
- b) 183
- c) 110
- d) 112
- e) Bilmiyorum

14. Aşağıdakilerden hangisi erken tanı hizmetlerindedir?

Madde 40

- a) Aile planlaması hizmetleri
- b) Hastalık taramaları
- c) Sağlık personeli tarafından yapılan ev ziyaretleri
- d) Sağlık personeli tarafından verilen evde bakım hizmetleri
- e) Bilmiyorum

15. Aşağıdakilerden hangisi içilebilir suyun özelliklerinden değildir?

Madde 41

- a) Berrak olması
- b) Kokusuz olması
- c) İçinde mikrop olmaması
- d) Kaynak suyu olması
- e) Bilmiyorum

16. Unutkanlık ve huy değişiklikleri olan 80 yaşındaki bir kişi için aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

Madde 42

- a) Bu yaş için normaldir
- b) Bu kişide depresyon veya bunama olabilir
- c) Bu kişi nöroloji bölümüne başvurabilir
- d) Bu kişi psikiyatri bölümüne başvurabilir
- e) Bilmiyorum

17. Çocuğun büyümesinin izlenmesinde önemli hususlardan biri aşağıdakilerden hangisidir?

Madde 43

- a) Yaşına ve boyuna göre vücut ağırlığının değerlendirilmesi
- b) Kol uzunluğunun boyuna göre değerlendirilmesi
- c) Bacak uzunluğunun değerlendirilmesi
- d) Vücut ağırlığının değerlendirilmesi
- e) Bilmiyorum

18. Psikolog ve psikiyatristler ile ilgili aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

Madde 44

- a) Aldıkları üniversite eğitimi farklıdır.
- b) Her ikisi de ilaç reçetesi yazabilir.
- c) Her ikisi de ruhsal sorunlarla ilgilenir.
- d) Her ikisi de psikoterapi yapmak için ek eğitim almalıdır.
- e) Bilmiyorum

19. Doktorunuz kan şekerinizin yüksek olduğundan şüphelendiğinde, yaptırdığınız kan tetkikinın sonuç kâğıdında hangi değere bakılmalıdır?

Madde 45

- a) Glukoz
- b) Kolesterol
- c) Hemoglobin
- d) Üre
- e) Bilmiyorum

20. Komşunuz, size omzunda bulunan bir benin son birkaç aydır büyüdüğünü ve bir önceki gün kanadığını anlattı. Komşunuzun sorunuyla ilgilenen tıbbın uzmanlık alanı aşağıdakilerden hangisidir?

Madde 46

- a) Ortopedi
- b) Dermatoloji
- c) Nefroloji
- d) Kardiyoloji
- e) Bilmiyorum

21. Doktoru, Birol Bey'e kızının rahatsızlığı için antibiyotik reçete ediyor. İlacı 10 gün boyunca sabah akşam birer tablet şeklinde kullanmasını söylüyor. İlacını kullanmaya başlayan çocuk birkaç gün içinde iyileşiyor. Bu durumda Birol Bey için en uygun davranış aşağıdakilerden hangisi olacaktır?

Madde 47

- a) İlacı vermeyi bırakmalıdır
- b) İlacı birkaç gün daha devam edip sonra kesmelidir
- c) İlacı sadece sabahları vermelidir
- d) İlacı 10 gün boyunca sabah akşam kullanmaya devam etmelidir
- e) Bilmiyorum

22. İki yaşındaki Ahmet günde dört defa sulu şekilde kaka yapmaktadır, ancak kusması yoktur. Ahmet'e aşağıda listelenen meyvelerden hangisinin verilmesi uygun değildir?

Madde 48

- a) Muz
- b) İncir
- c) Elma
- d) Şeftali
- e) Bilmiyorum

23. Aşağıdakilerden hangisi hamileler için riskli olabilecek bir tetkik değildir?

Madde 49

- a) Şeker yükleme testi
- b) İlaçlı Bilgisayarlı Tomografi (BT)
- c) Röntgen
- d) İlaçlı eMaR (Manyetik Rezonans)
- e) Bilmiyorum

24. Bitkisel ürün ve/veya vitaminlerin kullanımı ile ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

Madde 50

- a) İstenmeyen etkileri olabilir
- b) Fazlası zehir etkisi yapabilir
- c) Doktora danışılmadan kullanılabilir
- d) Kullanılan başka ilaçlar ile etkileşime girebilir
- e) Bilmiyorum

25. Öğle yemeğinden sonra, saat 15.00 sularında göğsünüzde sol kola yayılan ağrı, midenizde hazımsızlık hissi, soğuk terleme gibi şikâyetleriniz oldu. Bu durumda nereye gidersiniz?

Madde 51

- a) Fizik tedavi
- b) Gastroenteroloji
- c) Nöroloji
- d) Acil servis
- e) Bilmiyorum

26. Kırk yaşındaki bir kişinin ağabey ve babası kalp krizi nedeniyle vefat etmiştir. Bu kişi ile ilgili özelliklerden hangisi kalp krizi riskini azaltır?

Madde 52

- a) Masa başı çalışmak
- b) Hafif egzersiz yapmak
- c) Sigara içmek
- d) Yağlı yemek yemek
- e) Bilmiyorum

27. Eklemlerinde sorun olan bir kişide, doktorun reçete ettiği ilacın ilk dozunu aldıktan 2 saat sonra kaşıntılı döküntü oluyor. Bu durumda bu kişinin nereye başvurması uygun olur?

- a) Eczaneye
- b) İnternete
- c) Hastaneye
- d) En yakın komşuya
- e) Bilmiyorum

Madde 53

28. Ateşi olan bir çocuk 24 Ağustos 2016'da muayene edilmiştir ve bir antibiyotik reçete edilmiştir. Bu çocuğa aşağıda son kullanma tarihleri belirtilen antibiyotiklerden hangisinin verilmesi uygun değildir?

- a) Son Kullanım Tarihi: 22.06.2016
- b) Son Kullanım Tarihi: 25.08.2017
- c) Son Kullanım Tarihi: 01.08.2018
- d) Son Kullanım Tarihi: 27.09.2018
- e) Bilmiyorum

Madde 54

29. Gebelik kuşkusu olduğunda sağlık kuruluşuna ilk olarak ne zaman başvurulmalıdır?

- a) İlk 3 ay içinde
- b) 3-6 ay arasında
- c) 6 aydan sonra
- d) Karın belirginleşince
- e) Bilmiyorum

Madde 55

30. Aşağıdakilerden hangisi kalp hastalığı riskini belirlemek için kullanılan ölçümdür?

- a) Bel çevresi
- b) Kalça çevresi
- c) Boyun çevresi
- d) Kol çevresi
- e) Bilmiyorum

Madde 56

31. Doktorunuz size hastalığınızdan dolayı antibiyotik reçete etti ve eczacınız tarafından günde iki kez, birer tablet almanız gerektiği söylendi. Eğer ilk hapınızı saat 07.00'de aldıysanız, bir sonrakini ne zaman almanız gerekir?

- a) Saat b) Bilmiyorum

Madde 57

32. Size doktor tarafından yüksek tansiyon tanısı kondu ve bir ilaç reçete edildi. Eczacınız tarafından da sekiz saatte bir, bir tablet almanız gerektiği söylendi. Bu ilacınızın ilk dozunu sabah saat 8.00'de alırsanız aynı gün son dozunuzu ne zaman almanız gerekir?

- a) Saat b) Bilmiyorum

Madde 58

33. Doktorunuz gün aşırı kullanacağınız idrar söktürücü bir ilaç reçete etti. Bu ilacın ilk dozunu perşembe günü alırsanız ikincisini hangi gün almanız gerekir?

- a) günü b) Bilmiyorum

Madde 59

34. Ayşe Hanım, bir hastalığından dolayı iki farklı ilaç kullanıyor. Ayşe Hanım düzenli olarak her gün akşam yemeğini saat 7'de yiyor. Doktoru ona, birinci ilacı akşam yemeğinden 1 saat önce ve ikinci ilacı akşam yemeğinden 2 saat sonra alması gerektiğini anlatıyor. Bu durumda Ayşe Hanım, birinci ilacı ve ikinci ilacı günün hangi saatlerinde almalıdır?

Birinci ilaç : b) Bilmiyorum

Madde 60

İkinci ilaç : b) Bilmiyorum

Madde 61

35. Günde 3 kez alınması gereken bir ilaç kaç saatte bir alınmalıdır?

- a) saatte bir b) Bilmiyorum

Madde 62

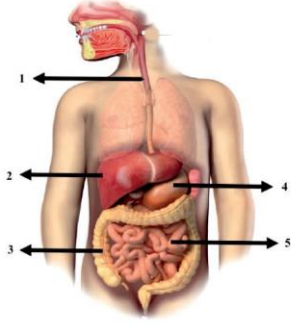
36. Doktoru Ali Bey'e, bir öğünde en az 100 gram protein almasını önerdi. Bir tavuk budunda yaklaşık 20 gram yağ, 30 gram karbonhidrat, 50 gram protein bulunuyor. Bu durumda Ali Bey, bir öğünde kaç adet tavuk budu yemelidir?

- a) adet b) Bilmiyorum

Madde 63

37. Şekilde oklarla belirtilen organların yanındaki rakamları, listedeki organ adlarıyla eşleştiriniz.

Örneğin, 1'in karşılığı olan organ "yemek borusu" dur ve aşağıda gösterilmiştir. Yaptığınız eşleştirme sonucunda bir organın karşılığı boş (numarasız) kalacaktır.



Yemek Borusu :1.....
Mide :
Kalın Bağırsak :
Karaciğer :
İnce Bağırsak :
Safra kesesi :

Madde 64

Madde 65

Madde 66

Madde 67

38. Aşağıda tedavi yöntemleri ile ilgili bazı resimler ve adları verilmiştir. Bu resimleri ilgili olan adları ile eşleştiriniz ve uygun harfi kelimenin yanına yazınız.

a)



b)



c)



d)



1) Şurup
2) Kapsül
3) Fitil
4) Tablet
5) Ampul

Madde 68

Madde 69

Madde 70

Madde 71

39. Aşağıda sağlık hizmetlerinden faydalanırken nasıl bir davranış içinde olduğunuzu ölçen bazı ifadeler yer almaktadır. Her bir ifadeyi kendiniz için değerlendiriniz. Yanıtınızı sütunların altında, uygun kutuya çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

	Hiçbir Zaman	Bazen	Her Zaman	
Hastanede rahatsızlığım ile ilgili bölümü kendi başıma bulabilirim.				Madde 1
Doktorun, hastalığım ve kullanmam gereken ilaç ile ilgili anlattıklarını anlayabilirim.				Madde 2
Hasta onay formunu yardım almadan doldurabilirim.				Madde 3
Gerektiğinde durumumla ilgili olarak doktordan ek bilgi isteyebilirim.				Madde 4
Sağlık kuruluşlarında bana verilen kâğıtlarda yazılanları anlayabilirim.				Madde 5
Boy uzunluğuma göre olması gereken vücut ağırlığımı hesaplayabilirim.				Madde 6
Gıdaların üzerindeki kullanımla ilgili talimatları anlayabilirim.				Madde 7
Yaşam tarzımın sağlığım üzerine olan etkilerinin farkındayım.				Madde 8
Kimseden yardım almadan bir hastaneden randevu alabilirim.				Madde 9
Kanser taramaları ile ilgili olarak ücretsiz tetkik yapılan merkezlerden yararlanabilirim.				Madde 10
İlaç kutusu içinde yer alan tanıtıcı kılavuzu (prospektüsü) her zaman okurum.				Madde 11
Kapalı bir ortamda sigara içen birini uyarırım.				Madde 12
Televizyonda sağlıkla ilgili programlarda verilen bilgilerin doğru olup olmadığını araştırırım.				Madde 13
Asansör kullanmak yerine merdiven kullanmayı tercih ederim.				Madde 14
Arabaya bindiğimde mutlaka emniyet kemeri takarım.				Madde 15
Her gün yarım saat yürüyüş yaparım.				Madde 16

ÖLÇEĞİ TAMAMLADIĞINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ.

EK 1

HÜ-SOY Ölçeği Uzun Form Alt Boyutlarında Yer Alan Maddeler

“Tedavi-Sağlık Hizmetlerine Ulaşma”
Madde10
Madde11
Madde12
Madde13
Madde14
Madde15
Madde16
Madde17
Madde18
Madde19
Madde20
Madde21
Madde22
Madde23
Madde24
Madde25
Madde26
Madde27
Madde28
Madde29
Madde30
Madde31
Madde32
Madde33
Madde34
Madde38
Madde39
Madde40
Madde42
Madde44
Madde45
Madde46
Madde47
Madde48
Madde50
Madde51
Madde53
Madde54
Madde56
Madde57
Madde58
Madde59
Madde60
Madde61
Madde62
Madde68
Madde69
Madde70
Madde71

“Sağlığı Koruma – Sağlığı Geliştirme”
Madde1
Madde2
Madde3
Madde4
Madde5
Madde6
Madde7
Madde8
Madde9
Madde35
Madde36
Madde37
Madde41
Madde43
Madde49
Madde52
Madde55
Madde63
Madde64
Madde65
Madde66
Madde67

EK 2

Uzun Form Cevap Anahtarı

M1. Doğru	M25. (3)	M49. (a)
M2. Doğru	M26. (4)	M50. (c)
M3. Yanlış	M27. (1)	M51. (d)
M4. Doğru	M28. (2)	M52. (b)
M5. Doğru	M29. (3)	M53. (c)
M6. Her ikisi de	M30. (1)	M54. (a)
M7. Her ikisi de	M31. (5)	M55. (a)
M8. Her ikisi de	M32. (2)	M56. (a)
M9. Her ikisi de	M33. (3)	M57. 19:00 (Akşam 7'de)
M10. (4)	M34. (4)	M58. 24:00 (Gece 12'de)
M11. (1)	M35. (b)	M59. Cumartesi
M12. (3)	M36. (c)	M60. 18:00 (Akşam 6'da)
M13. (4)	M37. (a)	M61. 21:00 (Akşam 9'da)
M14. (3)	M38. (d)	M62. (8)
M15. (5)	M39. (d)	M63. (2)
M16. (2)	M40. (b)	M64. (4)
M17. (1)	M41. (d)	M65. (3)
M18. (6)	M42. (a)	M66. (2)
M19. (7)	M43. (a)	M67. (5)
M20. (1)	M44. (b)	M68. (d)
M21. (4)	M45. (a)	M69. (c)
M22. (2)	M46. (b)	M70. (a)
M23. (3)	M47. (d)	M71. (b)
M24. (2)	M48. (b)	

HÜ-SOY Ölçeği - Kısa Form Uygulama Rehberi

Hacettepe Üniversitesi
Sağlık Okur Yazarlığı
Ölçeği (HÜ-SOY Ölçeği)
Kısa Form

Uygulama Rehberi

HÜ-SOY Ölçeği Kısa Formu, uzun formun toplam 24 maddesinin yer aldığı 18 sorudan ve öz yeterlilik bölümünden (16 madde/soru) oluşmaktadır. Öz yeterlilik bölümü kısa formdan bağımsız kullanılamaz. Katılımcıların sosyodemografik bilgilerini saptamak istendiğinde bu araştırmada kullanılan anket formundan yararlanılabilir.

Ölçeğin kısa formunun ve öz yeterlik bölümünün puanlaması, uzun formun puanlamasının açıklandığı yönerge (EK 3) izlenerek yapılır ve ayrı ayrı toplam puanlar hesaplanır. HÜ-SOY Ölçeği Kısa Formunda alt boyut puan hesaplaması yapılmaz, ölçek tek boyut olarak değerlendirilir. Bu şekilde yapılan hesaplama sonrasında ölçekten alınabilecek toplam puan en az **0**, en çok **24**'tür. Ölçekten alınan puan, alınabilecek toplam puana yaklaştıkça "sağlık okuryazarlık düzeyinin yüksek olduğu" şeklinde yorumlanır.

HÜ-SOY Ölçeği Kısa Formunun Öz Yeterlilik bölümünden alınabilecek toplam puan en az **1**, en çok **48**'dir. Öz Yeterlilik puanı toplam ölçek puanına dahil edilmez. Ölçekten alınan puan, alınabilecek toplam puana yaklaştıkça "öz yeterlilik düzeyinin yüksek olduğu" şeklinde yorumlanır.

Hizmet sunumu ya da sağlık eğitimleri öncesi-sonrası gibi kişilerin sağlık okuryazarlığı düzeylerinin hızlı bir şekilde değerlendirilmesini gerektiren durumlarda kısa form kullanılabilir. Yazarlar tarafından kısa form için kullanılabilir kesme noktası belirlenmemiştir ve değerlendirmenin toplam puanlar üzerinden yapılması önerilmektedir.

Ölçeğin her hakkı saklı olup, yazarlardan izin alınması koşulu ile kullanılabilir. Ölçeğin internet ortamında yayımlanması, halka açık diğer ortamlarda açık biçimde paylaşılması gerekmektedir. Ölçeğin kullanıldığı her çalışmada aşağıdaki iletişim bilgileri kullanılarak yazarlara haber verilmesi ve yayınlarda aşağıdaki biçimde kaynak gösterilmesi gerekmektedir.

Özvarış Bahar Ş, Güçüz Doğan B, Karadağ Çaman Ö, Konşuk Ünlü H, Doğan N, Gelbal S, Sakarya S. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Okur Yazarlığı Ölçeği (HÜ-SOY Ölçeği), Ankara, 2018. ISBN: 978-605-83315-4-9

Ölçek ve ölçeğin uygulanması ile ilgili her türlü soru ve önerileriniz için:

Posta Adresi: Hacettepe Üniversitesi Halk Sağlığı Enstitüsü, 06100, Sıhhiye, Ankara

Tel: 0.312.3053141 / 0.312.3051590

E-posta: husoy2018@gmail.com

ÖLÇEĞİN PUANLAMASI

HÜ-SOY Ölçeği Kısa Formunda, her madde 0-1 puana dönüştürülür. Bunun için soru tiplerine göre aşağıda belirtilen dönüştürme prosedürü uygulanır.

1. Yanıtın bir çizelge içinde “Doğru”, “Yanlış”, “Bilmiyorum” şeklinde belirtilmesinin istendiği sorularda doğru işaretlenen her madde **1**, diğer verilen yanıtlar **0** olarak kodlanır.

Örnek:

Aşağıdaki cümleler ile ilgili yanıtlarınızı Doğru, Yanlış, Bilmiyorum sütunlarında yer alan kutulara çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

	Doğru	Yanlış	Bilmiyorum
Bir gebe kadının herhangi bir şikâyeti yoksa doğuma kadar doktora gitmesine gerek yoktur.			

Yukarıda verilen madde için doğru yanıt, “Yanlış” kutusunun işaretlenmesidir. Bu durumda kişi bu madde için “Yanlış” seçeneğini işaretlemişse **1**, “Doğru” ya da “Bilmiyorum” seçeneğini işaretlemişse **0** puan alacaktır.

2. Çoktan seçmeli maddeler için kişi doğru seçeneği işaretlemişse **1**, doğru seçenek dışındaki seçenekleri işaretlemişse **0** puan alacaktır.

Örnek:

Diş macunu içinde bulunan ve dişleri koruyan madde hangisidir?

- a) Klor
- b) Flor
- c) D vitamini
- d) Kalsiyum
- e) Bilmiyorum

Yukarıda verilen madde için doğru yanıt “B” seçeneğidir. Bu durumda kişi bu madde için “B” seçeneğini işaretlemişse **1**, diğer seçenekleri işaretlemişse **0** puan alacaktır.

3. Eşleştirme şeklinde verilen sorularda birden çok madde söz konusudur. Her bir madde ayrı ayrı olarak doğru yanıt **1**, yanlış yanıt **0** olacak şekilde puanlanır.

Örnek:

Aşağıda hastanelerde bulunan bazı klinikler ile bazı hastalık gruplarının adları verilmiştir. Hastalık gruplarını ilgili olan klinikle eşleştiriniz ve uygun rakamı, klinik adlarının yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

- | | |
|---|-----------------|
| 1) Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları | () Dermatoloji |
| 2) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları | () Pediatri |
| 3) İç Hastalıkları | () Dâhiliye |
| 4) Deri ve Zührevi Hastalıklar | |

Yukarıda verilen eşleştirme sorusunda 3 madde bulunmaktadır. Dermatoloji maddesi için doğru yanıt “Deri ve Zührevi Hastalıklar”, Pediatri maddesi için “Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları”, Dahiliye maddesi için “İç Hastalıkları” yanıtları doğru yanıtlardır. Bu durumda maddelerin tamamını doğru yanıtlayan bir kişi için yanıtların görünümü şöyle olacaktır:

- | | |
|---|-------------------|
| 1) Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları | (4) Dermatoloji |
| 2) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları | (1) Pediatri |
| 3) İç Hastalıkları | (3) Dâhiliye |
| 4) Deri ve Zührevi Hastalıklar | |

Eğer verilen boşluklara doğru yanıtın numarası yazılmışsa kişi her bir doğru madde için **1** puan alacaktır. Puan alınan maddelerin toplamı kişinin toplam ölçek puanını verecektir.

Bu şekilde yapılan dönüştürme sonrasında kısa formdan alınabilecek toplam puan en az **0**, en çok **24**'tür. Ölçekten alınan puan, alınabilecek toplam puana yaklaştıkça “sağlık okuryazarlık düzeyinin yüksek olduğu” şeklinde yorumlanır.

HÜ-SOY Ölçeğinin Öz Yeterlilik Bölümünün toplam puanı, her bir madde için işaretlenen seçeneklerin puanlarının toplanması ile elde edilir. Seçeneklerin puan değerleri şöyledir: “Hiçbir zaman”: 1; “Bazen”: 2; “Her zaman”:

HÜ-SOY Ölçeği Kısa Formunun Öz Yeterlilik bölümünden alınabilecek toplam puan en az **1**, en çok **48**'dir. Ölçeğin Öz Yeterlilik bölümünün puanı ayrıca hesaplanır; Öz Yeterlilik puanı toplam ölçek puanına dahil edilmez. Ölçekten alınan puan, alınabilecek toplam puana yaklaştıkça “öz yeterlilik düzeyinin yüksek olduğu” şeklinde yorumlanır.

Ölçeğin her hakkı saklı olup, yazarlardan izin alınması koşulu ile kullanılabilir. Ölçeğin internet ortamında ya da halkın erişebileceği diğer ortamlarda açık biçimde paylaşılması gerekmektedir. Ölçeğin kullanıldığı her çalışmada aşağıdaki iletişim bilgileri kullanılarak yazarlara haber verilmesi ve yayınlarda aşağıdaki biçimde kaynak gösterilmesi gerekmektedir.

Özvarış Bahar Ş, Güçiz Doğan B, Karadağ Çaman Ö, Konşuk Ünlü H, Doğan N, Gelbal S, Sakarya S. Hacettepe Üniversitesi Sağlık OkurYazarlığı Ölçeği (HÜ-SOY Ölçeği), Ankara, 2018. ISBN:

Ölçek ve ölçeğin uygulanması ile ilgili her türlü soru ve önerileriniz için:

Posta Adresi: Hacettepe Üniversitesi Halk Sağlığı Enstitüsü, 06100, Sıhhiye, Ankara

Tel: 0.312.3053141 / 0.312.3051590

E-posta: husoy2018@gmail.com

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
ERİŞKİN SAĞLIK OKURYAZARLIĞI ÖLÇEĞİ -KISA FORM
(HÜ-SOY ÖLÇEĞİ)

Bu ölçek, ülkemizde erişkin bireylerin sağlık konuları ile ilgili genel bilgi, tutum ve davranışları hakkında bazı sorular içermektedir.

Tablo şeklinde olan sorularda, yanıtınızı her sorunun karşısındaki uygun kutuya çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

Eşleştirme yapılması istenen sorularda yönergeye göre seçeneğin başındaki rakamı veya harfi kullanarak eşleştirme yapınız.

Seçim gerektiren sorularda, sorunun altında yer alan seçenekler arasında uygun gördüğünüz yanıtı daire içine alınız.

Ölçek puanının hesaplanabilmesi açısından hiçbir maddeyi boş bırakmamanız önemlidir. Bu nedenle tüm sorulara sizin için uygun cevabı vermeniz beklenmektedir.

Teşekkür eder, sağlıklı bir yaşam dileriz.
Hacettepe Üniversitesi HÜ-SOY Çalışma Grubu

a. Aşağıdaki cümleler ile ilgili yanıtınızı “Doğru”, “Yanlış”, “Bilmiyorum” sütunlarında yer alan kutulara çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

	Doğru	Yanlış	Bilmiyorum	
Aşırı alkol tüketmek, karaciğer hastalıkları için önemli bir risk faktörüdür.				<i>Madde 1</i>
Bir gebe kadının herhangi bir şikâyeti yoksa doğuma kadar doktora gitmesine gerek yoktur.				<i>Madde 2</i>
Kapalı yerlerde sigara içme yasağı, herkesin sağlığının korunması içindir.				<i>Madde 3</i>

- b. Aşağıda sağlıkla ilgili bazı kelimeler ve anlamları verilmiştir. Bu kelimeler ile ilgili olan anlamları eşleştiriniz ve uygun rakamı kelimenin yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

1) Kansızlık	() Romatizma	
2) Verem	() Tüberküloz	Madde 4
	() Anemi	Madde 5

- c. Aşağıda sağlıkla ilgili bazı tetkikler ve anlamları verilmiştir. Bu tetkikler ile ilgili olan anlamları eşleştiriniz ve uygun rakamı tetkikin yanındaki parantez içine yazınız. Parantezlerin içlerine yalnızca tek rakam yazılmalıdır.

1) Kamera ile kalın bağırsakların içinin incelenmesi	() Kolonoskopi	Madde 6
	() Gastroskopi (Endoskopi)	

- d. Aşağıda bazı sağlık mesleklerinin adları verilmiştir. Bu meslekler ile ilgili olan anlamları eşleştiriniz ve uygun rakamı kelimenin yanındaki parantez içine yazınız.

1) Sağlıklı veya hasta bireylere uygun beslenme planlarını belirleyen kişi	() Fizyoterapist	Madde 7
2) Hastaların ağrı ve fiziksel işlev bozukluklarının ortadan kaldırılması veya işlevlerinin iyileştirilmesi amacıyla gerekli tedavi programını oluşturup uygulayan kişi	() Diyetisyen	Madde 8
	() Sağlık teknisyeni	

- e. Aşağıda bazı hastalıklar ve en sık nasıl bulaştığı belirtilmiştir. İlgili olan hastalığın numarasını karşısındaki bulaşma yolu ile eşleştiriniz ve parantez içine hastalık numarasını yazınız.

1) Şarbon	() Hasta hayvanın etine temas edilmesiyle veya etin yenilmesiyle	Madde 9
	() Salamura edilmemiş taze peynir tüketilmesiyle	

6. AIDS hastalığına neden olan HIV virüsü aşağıdaki yollardan hangisi ile bulaşmaz?

Madde 10

- Tokalaşmak
- Virüsü taşıyan annenin bebeğini emzirmesi
- Virüsü taşıyan kişinin kanı ile temas etmek
- Korunmasız cinsel ilişkide bulunmak
- Bilmiyorum

7. Aşağıda verilen maddelerden hangileri hasta hakları açısından **yanlıştır**?

Madde 11

- a) Hastalar sağlık kuruluşunu seçme ve değiştirme hakkına sahiptir
- b) Hastalar hekimi seçme ve değiştirme hakkına sahiptir
- c) Hastalar tedaviyi durdurma hakkına sahiptir
- d) Hastalar sağlık personeline şiddet uygulama hakkına sahiptir
- e) Bilmiyorum

8. Piknikte kendisini arı soktuğunu söyleyen bir kişi aniden soluk almakta güçlük çektiğini belirterek fenalaşüyor. Bu durumda aşağıdaki telefon numaralarından hangisi aranmalıdır?

Madde 12

- a) 155
- b) 183
- c) 110
- d) 112
- e) Bilmiyorum

9. Aşağıdakilerden hangisi içilebilir suyun özelliklerinden **değildir**?

Madde 13

- a) Berrak olması
- b) Kokusuz olması
- c) İçinde mikrop olmaması
- d) Kaynak suyu olması
- e) Bilmiyorum

10. Çocuğun büyümesinin izlenmesinde önemli hususlardan biri aşağıdakilerden hangisidir?

Madde 14

- a) Yaşına ve boyuna göre vücut ağırlığının değerlendirilmesi
- b) Kol uzunluğunun boyuna göre değerlendirilmesi
- c) Bacak uzunluğunun değerlendirilmesi
- d) Vücut ağırlığının değerlendirilmesi
- e) Bilmiyorum

11. Komşunuz, size omzunda bulunan bir benin son birkaç aydır büyüdüğünü ve bir önceki gün kanadığını anlattı. Komşunuzun sorunuyla ilgilenen tıbbın uzmanlık alanı aşağıdakilerden hangisidir?

Madde 15

- a) Ortopedi
- b) Dermatoloji
- c) Nefroloji
- d) Kardiyoloji
- e) Bilmiyorum

12. Aşağıdakilerden hangisi hamileler için riskli olabilecek bir tetkik değildir?

Madde 16

- a) Şeker yükleme testi
- b) İlaçlı Bilgisayarlı Tomografi (BT)
- c) Röntgen
- d) İlaçlı eMaR (Manyetik Rezonans)
- e) Bilmiyorum

13. Bitkisel ürün ve/veya vitaminlerin kullanımı ile ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

Madde 17

- a) İstenmeyen etkileri olabilir
- b) Fazlası zehir etkisi yapabilir
- c) Doktora danışılmadan kullanılabilir
- d) Kullanılan başka ilaçlar ile etkileşime girebilir
- e) Bilmiyorum

14. Kırk yaşındaki bir kişinin ağabey ve babası kalp krizi nedeniyle vefat etmiştir. Bu kişi ile ilgili özelliklerden hangisi kalp krizi riskini azaltır?

Madde 18

- a) Masa başı çalışmak
- b) Hafif egzersiz yapmak
- c) Sigara içmek
- d) Yağlı yemek yemek
- e) Bilmiyorum

15. Gebelik kuşkusunu olduğunda sağlık kuruluşuna ilk olarak ne zaman başvurulmalıdır?

Madde 19

- a) İlk 3 ay içinde
- b) 3-6 ay arasında
- c) 6 aydan sonra
- d) Karın belirginleşince
- e) Bilmiyorum

16. Ayşe Hanım, bir hastalığından dolayı iki farklı ilaç kullanıyor. Ayşe Hanım düzenli olarak her gün akşam yemeğini saat 7’de yiyor. Doktoru ona, birinci ilacı akşam yemeğinden 1 saat önce ve ikinci ilacı akşam yemeğinden 2 saat sonra alması gerektiğini anlatıyor. Bu durumda Ayşe Hanım, birinci ilacı ve ikinci ilacı günün hangi saatlerinde almalıdır?

Birinci ilaç : b) Bilmiyorum

Madde 20

İkinci ilaç : b) Bilmiyorum

Madde 21

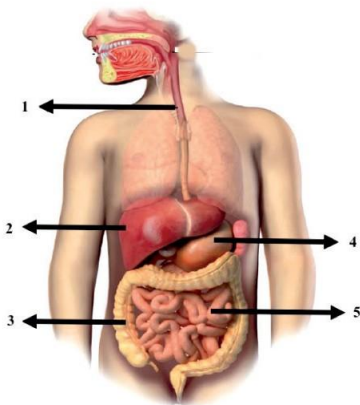
17. Doktoru Ali Bey’e, bir öğünde en az 100 gram protein almasını önerdi. Bir tavuk budunda yaklaşık 20 gram yağ, 30 gram karbonhidrat, 50 gram protein bulunuyor. Bu durumda Ali Bey, bir öğünde kaç adet tavuk budu yemelidir?

Madde 22

- a) adet
- b) Bilmiyorum

4. Şekilde oklarla belirtilen organların yanındaki rakamları, listedeki organ adlarıyla eşleştiriniz.

Örneğin, 1’in karşılığı olan organ “yemek borusu”dur ve aşağıda gösterilmiştir. Yaptığınız eşleştirme sonucunda bir organın karşılığı boş (numarasız) kalacaktır.



Yemek Borusu : 1.....

Karaciğer :

İnce Bağırsak :

Safra kesesi :

Madde 23

Madde 24

5. Aşağıda sağlık hizmetlerinden faydalanırken nasıl bir davranış içinde olduğunuzu ölçen bazı ifadeler yer almaktadır. Her bir ifadeyi kendiniz için değerlendiriniz. Yanıtınızı sütunların altında, uygun kutuya çarpı işareti (X) koyarak belirtiniz.

	Hiçbir Zaman	Bazen	Her Zaman	
Hastanede rahatsızlığımla ilgili bölümü kendi başıma bulabilirim.				Madde 1
Doktorun, hastalığım ve kullanmam gereken ilaç ile ilgili anlattıklarını anlayabilirim.				Madde 2
Hasta onay formunu yardım almadan doldurabilirim.				Madde 3
Gerektiğinde durumumla ilgili olarak doktordan ek bilgi isteyebilirim.				Madde 4
Sağlık kuruluşlarında bana verilen kâğıtlarda yazılanları anlayabilirim.				Madde 5
Boy uzunluğuma göre olması gereken vücut ağırlığımı hesaplayabilirim.				Madde 6
Gıdaların üzerindeki kullanımla ilgili talimatları anlayabilirim.				Madde 7
Yaşam tarzımın sağlığım üzerine olan etkilerinin farkındayım.				Madde 8
Kimseden yardım almadan bir hastaneden randevu alabilirim.				Madde 9
Kanser taramaları ilgili olarak ücretsiz tetkik yapılan merkezlerden yararlanabilirim.				Madde 10
İlaç kutusu içinde yer alan tanıtıcı kılavuzu (prospektüsü) okurum.				Madde 11
Kapalı bir ortamda sigara içen birini uyarırım.				Madde 12
Televizyonda sağlıkla ilgili programlarda verilen bilgilerin doğru olup olmadığını araştırırım.				Madde 13
Asansör kullanmak yerine merdiven kullanmayı tercih ederim.				Madde 14
Arabaya bindiğimde mutlaka emniyet kemerini takarım.				Madde 15
Her gün yarım saat yürüyüş yaparım.				Madde 16

ÖLÇEĞİ TAMAMLADIĞINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ.

EK 3

Kısa Form Cevap Anahtarı

M1. Doğru

M2. Yanlış

M3. Doğru

M4. (2)

M5. (1)

M6. (1)

M7. (2)

M8. (1)

M9. (1)

M10. (a)

M11. (d)

M12. (d)

M13. (d)

M14. (a)

M15. (b)

M16. (a)

M17. (c)

M18. (b)

M19. (a)

M20. 18:00 (Akşam 6'da)

M21. 21:00 (Akşam 9'da)

M22. (2)

M23. (3)

M24. (4)