

# Aile Hekimliğinde Bilimsel Araştırma

Doç. Dr. Zekeriya Aktürk

Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Ana Bilim Dalı, Erzurum

## Özet

Bilimsel araştırma yapmak ve kendi kanıt veritabanını oluşturmak bir disiplinin vazgeçilmez özellikleri arasındadır. Dünyada ve Türkiye’de aile hekimliği alanındaki bilimsel makalelerin sayısı az olmakla birlikte giderek artmaktadır. Bu artışı hızlandırmak ve özellikle Türk aile hekimlerinin literatüre olan katkılarını artırmak için konuyla ilgili eğitim, bilgilendirme ve destek çalışmaları gerekmektedir. Bu makalede aile hekimliğinde bilimsel araştırmanın önemine değinilmekte ve araştırmacılara bazı pratik önerilerde bulunmaktadır.

**Anahtar kelimeler:** bilimsel araştırma, aile hekimliği.

## Scientific Research in Family Medicine

### Abstract

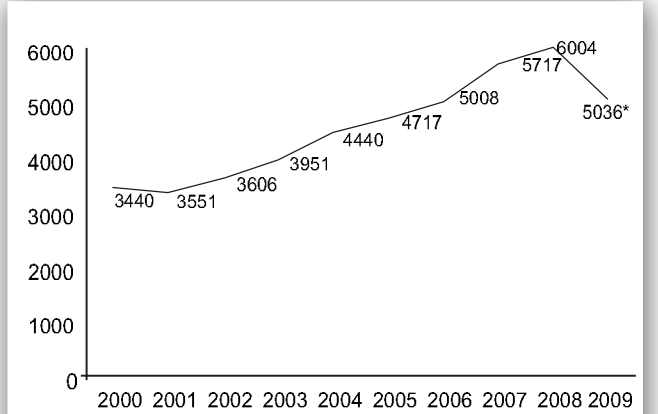
Scientific research and accumulation of own evidence base are inevitable for any medical discipline. Although the amount of papers published by family physicians is comparably low both in Turkey and the World, there is a constant hope-promising increase. In order to speed up this process and promote the contribution of Turkish family physicians to the medical literature, trainings as well as other kinds of support are necessary. This article focuses on the importance of medical research in family practice and gives some practical hints to the potential researchers.

**Key words:** scientific research, family medicine.

### Giriş

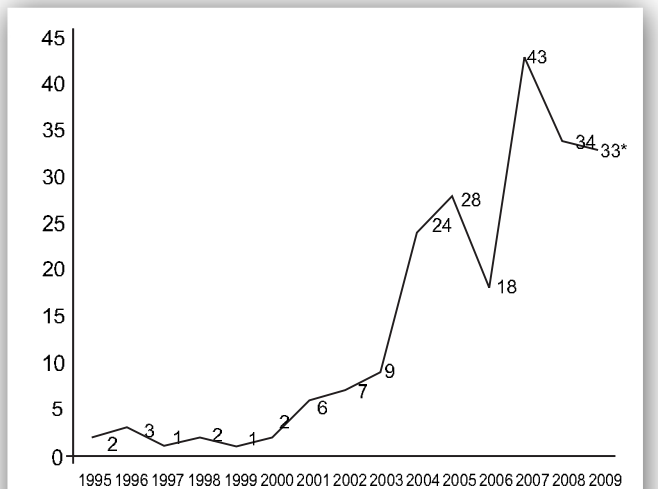
Aile hekimliğini ayrı bir disiplin yapan özellikler arasında kendine ait bir bilgi birikiminin olması ve karşılaştığı soruların bazılarını diğer disiplinlerden bağımsız olarak kendi kaynaklarıyla cevap verebilmesi sayılmaktadır<sup>1</sup>. Sadece bu nedenle bile aile hekimlerinin kendi kanıt kaynaklarının temelini oluşturacak bilimsel araştırmalara öncelik vermeleri önemlidir. Diğer taraftan, kendi bölgesel kanıtlarımızın ve rehberlerimizin oluşması için de bölgesel araştırmalara önem verilmesi gerekmektedir.

Web of Science’ta ["family practice") VEYA ("family medicine") VEYA ("general practice") VEYA ("primary care")] anahtarlarıyla arama yapıldığında aile hekimliğiyle ilgili 71.848 yayınlanmış makale olduğu görülmektedir. Yıllar içerisinde tüm tıp alanlarında olduğu gibi aile hekimliği



\* 12.11.2009'a kadar.

**Grafik 1:** Web of Science'ta aile hekimliği anahtar kelimeleriyle kayıtlı makale sayıları.



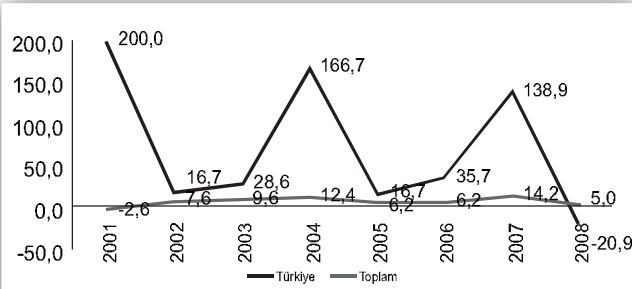
\* 12.11.2009'a kadar.

**Grafik 2:** Web of Science'ta Türkiye kökenli aile hekimliği anahtar kelimeleriyle kayıtlı makale sayıları.

alanındaki tıbbi yayınlarda da bir artış söz konusudur (Grafik 1).

Bu yayınlardan sadece 213'ü Türkiye'den yapılmış olup ülkeler açısından yapılan bir sıralamada Türkiye 24. sıradadır. Diğer taraftan, PubMed'e 1865 yılından 12 Kasım 2009 tarihine kadar kayıtlı 19.293.250 makale olduğu dikkate alınır<sup>3</sup> aile hekimliği alanında yapılan yayınların da henüz çok az olduğunu söyleyebiliriz.

Sevindirici olarak (sabit bir ivme göstermese de) Türkiye'den yapılan yayınlarda da yıllar içerisinde belirgin bir artış vardır (Grafik 2) ve yıllık yayınlardaki artış trendi açısından Türkiye toplam yayınlardan daha yüksek görünmektedir (Grafik 3).



**Grafik 3:** Web of Science kayıtlarına göre Türkiye kökenli ve toplam aile hekimliği makalelerinin yıllık artış yüzdeleri.

Bilimsel araştırmanın önemini kavramış bir disiplinin mensupları olarak yapmamız gereken, araştırma yöntemlerine daha iyi hakim olmamız ve gerek yöntem ve gerekse istatistik analiz açısından daha kaliteli, uluslararası bilime katkısı olan çalışmalar çıkarmaktır. Bu makalede bilimsel araştırmanın önemine dikkat çekildikten sonra aile hekimlerine pratik önerilerde bulunmaktadır.

### Bilimsel araştırma için neler gerekli?

Şüphesiz belli altyapıların (proje desteği, istatistik desteği, para kaynağı vb) ve ülke genelinde bir sistemin olması bilimsel araştırma yapılmasını kolaylaştıracaktır. Kaynak açısından TÜBİTAK ve üniversitelerin araştırma fonları önemli bir ihtiyacı karşılamaktadır. Daha da öncelikli olan ise araştırmacının isteği (motivasyonu), araştırma fikri ve konusunun belirlenmesi, araştırmacının temel bilgi ve beceriye sahip olması ve günlük rutini arasında araştırmaya zaman ayırabilmesidir.

Araştırma konusunun bulunması, yöntemin yazılması ve proje kaynakları konusunda araştırmacıların birbirini desteklemeleri ve karşılıklı bilgi ve becerilerinden yararlanmaları doğru olacaktır. 1000'in üzerinde üyesi olan grubu bu açılarından uygun bir iletişim ortamı sayılabilir.

Bu noktada hemen belirtmeliyiz ki, araştırma yapmış olmak için araştırma yapmak sıkça rastlanan ve çokça zaman ve kaynak israfına yol açan bir yaklaşımdır. Bunun yerine günlük uygulamalarımızda karşılaştığımız bir

sorunun çözümü için araştırma yapmayı düşünmeliyiz. Böylece ortaya koyduğumuz emeğin tıbbi uygulamalara daha fazla katkısı olacaktır.

### Bir araştırmacının aşamaları

Bilimsel araştırmalarda sık yapılan hatalardan birisi belli bir sistematik izlemeden direkt veri toplama aşamasına geçilmesidir<sup>4</sup>. Başarılı bir araştırma için belli bir sistematik takip etmeli ve aşama aşama ilerlemelidir. Aksi halde zaten literatürde cevabı olan bir soruyu araştırmak, yöntem hatası nedeniyle araştırmacının değersiz hale gelmesi, elde edilen verilerin sorunlu olması ve istatistik analiz yapılamaması gibi bir dizi problem ortaya çıkabilir. Bilimsel araştırmalarda belli bir sistematik sıranın izlenmesi önerilmektedir<sup>5</sup>. Aile hekimliği pratiği için uygun olabilecek bir sıra aşağıda verilmiştir:

#### 1. Konu belirleme.

#### 2. Yanıtlanabilir bir soru sorma.

**3. Literatür tarama.** Sorunuz daha önce cevaplanmış olup olmadığını tıp veritabanlarının kullanılarak araştırılmak istenen konuyla ilgili bilgi toplanması

**4. Hipotez kurma.** Cevabı aranan soruyla ilgili uygun bir hipotez kurulması.

**5. Yöntem belirleme.** Araştırma tasarımının nasıl olacağı, evren ve örneklemin hesaplanması, verilerin nasıl toplanacağı gibi soruların cevabının verilmesi.

**6. Uygulama.** Yöntemin uygulanması ve verilerin toplanması

#### 7. İstatistik.

Veri analizi, anlamlılık testlerinin yapılması

**8. Yorum.** Bulguların yorumlanması ve literatür bilgileriyle karşılaştırılması

**9. Rapor yazımı.** Araştırma sonuçlarının yayınlanması aşamasıdır.

### Araştırma panosu

Bir araştırmacının planlanmasından yayınlanmasına kadar ortalama altı ay geçmektedir<sup>6</sup>. Bu nedenle, araştırmacının bir araştırmayı yürütürken diğer taraftan da yeni araştırmalar planlaması önemlidir. Kendisine bir "Araştırma Panosu" oluşturması (Şekil 1) araştırmacıyı sürekli zinde tutması ve en fazla verimle çalışmasını sağlayabilir. Araştırma panosu bilgisayarda tutulabileceği gibi, çalışma odasındaki bir panoya renkli kartonların yapıştırılmasıyla da oluşturulabilir. Böylece araştırmacı her gün aklındaki ve uygulamadaki konuları görebilir fırsat bulduğu ilk anda uygun çalışmaları yapabilir.

Sırada bekleyen çalışmalar araştırma panosunun "fikir" sütununu oluşturur. Uygun araştırma fikrini yakalayabilmek için sürekli uyanık olunmalı, klinik uygulamalar, çalışma ortamı, hastalardan gelen fikirler, hastane koridorları, arkadaşlar, beklenmeyen sağlık sonuçları gibi akla gelebilecek her uyarıcı bir araştırma fikri olarak panoya eklenmeli, gerekirse daha sonra modifiye edilmelidir.

## Araştırma Panosu

Sırada bekleyen çalışmalar	Yöntem yazım aşamasındakiler	Uygulama aşamasındakiler	Rapor ve yayın aşamasındakiler
1. Halk arasında bitkisel ilaçların kullanma durumu 2. Kabızlığın zihinsel fonksiyonlara etkisi 3. Danışmanlığın ergenlerdeki riskli davranışlara etkisi. 4. .	1. Türkiye'de tıpta uzmanlık eğitimi 2. .	1. Yapılandırılmış egzersizin kilo vermeye etkisi 2. Birinci basamak için bir ulusal kayıt yazılımı geliştirilmesi 3. .	1. Edirneli kadınlarda osteoporoz prevalansı 2. Tıp öğrencilerinin bitkileri tanıma durumu 3. .

**Cevaplanabilir klinik soru (PICO)**

En iyi kanıtı bulmak, uygun bir araştırma sorusu sormayı ve literatürü incelemeyi gerektirir. Belirlenen konuyu araştırmaya başlamadan önce sorumuzu uygun bir formata sokmalı ve böylece araştırma konumuzu netleştirmeliyiz. PICO akronimiyle bilinen yaklaşım, basit bir şekilde incelemek istediğimiz sorunu bileşenlerine ayırmaktadır<sup>7</sup>.

PICO yaklaşımında klinik soruda dört bileşenin olması istenir:

**Problem** (araştırılan sorun)

**Intervention** (girişim) Hangi tedaviyi ya da müdahaleyi yapacağız?

**Comparison** (karşılaştırma) Verdiğimiz tedaviyi neyle karşılaştıracağız?

**Outcome** (çıktı) Girişimimizin başarısını hangi çıktıya göre değerlendireceğiz?

Günlük pratiğimizde sık karşılaştığımız durumlardan birisi özellikle bayanlardaki şişmanlık sorunudur. Aile hekimlerine bu sorunla mücadelede önemli görevler düşmektedir. Oysa uygulama ortamımızda bir diyetisyenden destek almamız veya hastaların egzersiz yapmasını sağlamamız her zaman mümkün olamamaktadır. Aklımıza şöyle bir soru gelebilir: "Acaba diyetisyene bağımlı olmadan hastalarımı basit birkaç

diyet önerisinde bulunsam ve egzersiz için de muayenehane içerisinde imkanlar sunsam daha başarılı olabilir miyim?" Bu soruyu PICO formatında aşağıdaki gibi sorabiliriz:

"Şişmanlığın tedavisinde kalori diyeti ile glisemik endekse bağlı bir diyet arasında vücut kitle endeksini düşürme ve yaşam kalitesini artırma açısından fark var mıdır?" bu soruyu PICO açısından analiz edecek olursak:

P: şişmanlık

I: kalori diyeti

C: glisemik diyet

O: vücut kitle endeksindeki değişim.

**Sonuç**

Bilimsel araştırma yapmak aile hekimliği disiplininin bir gereğidir ve kendine ait kanıtları oluşturabilmesi için de aile hekimlerinin araştırmaya önem vermesi gerekir. Türkiye, aile hekimliği araştırmaları açısından iyi bir ivme yakalamıştır. Araştırma yöntemleri ve istatistik konusunda araştırmacılarımızın bilgilendirilmesi ve zaman, para yardımı ve olabilecek başka yöntemlerle destelenmesi Türk aile hekimlerinin uluslararası düzeyde daha başarılı olmasını sağlayacaktır.

**Kaynaklar**

- Stephens GG. The intellectual basis of family practice. Tucson AZ: Winter Publishing; 1982: 7.
- Web of Science. ISI Web of Knowledge. <http://isiknowledge.com> adresinden 12 Kasım 2009 tarihinde erişilmiştir.
- PubMed. U S National Library of Medicine. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed> adresinden 12 Kasım 2009 tarihinde erişilmiştir.
- Hoiseith A. Unacceptable quality in certain sectors of medical research. Tidsskr Nor Laegeforen 1997; 117(4):531-535.

- Bogacki S. Methodology of scientific research. Klin Oczna 1981; 83(6):277-278.
- Diospatonyi I, Horvai G, Braun T. Publication speed in analytical chemistry journals. J Chem Inf Comput Sci 2001; 41(6):1452-1456.
- da Costa Santos CM, de Mattos Pimenta CA, Nobre MR. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. Rev Lat Am Enfermagem 2007; 15(3):508-511.