

ÖZET

Tip 1 Ve Tip 2 Diyabetik Hastaların Uyku Kalitesi, Anksiyete, Depresyon ve Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi

Diyabet Mellitus (DM), diğer kronik fiziksel hastalıklar gibi hastanın tüm yaşamını etkileyen, sosyal ya da psikolojik uyum sorunlarına yol açabilen bir hastalıktır. Diabetes Mellitus, fiziksel bir hastalık olmanın yanında, psikiyatrik ve psikososyal boyutları olan bir durumdur ve diyabetli hasta fiziksel, duygusal, sosyal ve cinsellikle ilgili bir dizi sorun ve çatışmayla karşı karşıyadır. Diyabetli bir hastanın kronik bir hastalığa sahip olduğunu ve yaşam biçimini değiştirmesi gerektiğini kabullenmesi çoğu zaman zordur.

Bu araştırmamızda, tip1 veya tip2 diyabet tanısı alan hastaların anksiyete, depresyon durumlarını, yaşam ve uyku kalitelerini değerlendirmeyi planladık.

Ankara Fatih Üniversitesi Hastanesi Endokrinoloji ve Metabolizma Bilim Dalı'na bağlı Diyabet Polikliniği'ne gelen 60 tip 2 DM ve AKÜ İç Hastalıkları AD. Diyabet polikliniğine gelen 31 tip 1 DM'li toplam 91 hasta örneklemini oluşturmuştur. Veriler, sosyodemografik soru formu, anksiyete-depresyon düzeyini, yaşam ve uyku kalitesini değerlendirmek için ilgili ölçeklerle toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesi ikili karşılaştırmalarda dört gözlü tablolarda Fisher's exact test, çok gözlü tablolarda Chi-square testi, ortalamaların karşılaştırılmasında non-parametrik testlerden Student's t testi kullanılmıştır.

Beck Depresyon ve Anksiyete ölçekleri hastalarla birebir görüşülerek dolduruldu. Buna göre; 31 Tip 1 diyabetli hastanın %9,7'sinde yüksek depresyon, %12,9'unda anksiyete puanı yüksek bulunurken, 60 Tip 2 diyabetli hastanın %25'inde yüksek depresyon, %20'sinde anksiyete puanı yüksek bulunmuştur. Depresyon ve anksiyete düzeylerinin hastaların cinsiyetiyle, yaşıyla, medeni durumlarıyla, mesleki durumları ile önemli derecede ilişkili olduğu belirlenmiştir. HbA1c ve AKŞ değerleriyle anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Hastaların uyku kalitesi Pittsburg Uyku Kalitesi İndeksiyle birebir görüşme yöntemiyle ölçüldü. Buna göre; 31 tip 1 diyabetli hastanın 8'i (%25,8) iyi uyku kalitesine sahipken, 23'ü (%74,2) kötü uyku kalitesine sahip oldukları saptanmıştır. Tip 2 diyabetli 60 hastanın 14'ünün (%23,3) uyku kalitesinin iyi olduğu, 46'sının (%76,7) uyku kalitesinin kötü olduğu saptanmış olup uyku kaliteleri arasında fark yoktur ($p>0.05$). Uyku kalitesi düzeylerinin hastaların yaş, cinsiyet, medeni hal, eğitim durumu, başka rahatsızlık olması gibi parametrelerle ilişkisi araştırıldı. Yaşın tip 1 DM'li hastalarda uyku kalitesi üzerine herhangi bir etkisi olmadığı, tip 2 DM hastalarında ise yaşın uyku kalitesini anlamlı derecede olumsuz

etkilediği saptanmıştır ($p= 0,000$). Medeni hal tip 1 ve tip 2 DM'lerde uyku kalitesini etkilemektedir. şöyleki; tip 1 DM olup evli olanların bekar hastalara göre, Tip 2 DM olup dul olanların evli olan hastalara göre uyku kalitelerinin kötü olduğu saptanmıştır.

Hastaların yaşam kalitesi EORTQ (version 3) anketiyle birebir görüşme yöntemiyle ölçülmeye çalışıldı. Yaşam kalitesi 3 alt grup (genel iyilik hali, fonksiyonel durum, semptom kontrolü) ve onlara ait öğelerden oluşmaktadır. Değerlendirmede bunlar dikkate alınmıştır. Tip 1 DM hastalarının kendi sağlık ve hayat kalitelerini Tip 2 DM'li hastalara göre daha iyi buldukları görülmüştür ($p=0.01$). Fonksiyonel durum ve semptom kontrolünde ise tip 2 DM hastalarının daha kötü olduğu ve aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Bu çalışma kronik hastalıklardan diyabet olan hastaların anksiyete ve depresyon gibi psikolojik problemlere eğilim gösterdiğini ortaya koymuştur. Diyabetik hastalarda uyku kalitesinin bozulduğunu göstermiştir. Bu özellikle tip 2 DM'li hastalarda daha fazla saptanmıştır. Diyabetik hastalarda evli olma, dul olma, eğitim durumunun düşük olması, yaşın büyük olması, komplikasyonların gelişmesi, insülin kullanmaları, eşlik eden başka rahatsızlıkların olması gibi etkenlerin hastanın uykusunu olumsuz etkilediği saptanmıştır. Ayrıca, tüm diyabetik hastalarda yaşam kalitesinin azaldığı belirlendi. Gruplar arasında da yaşam kalitesinin farklı olduğu gözlendi. Hastaların iyi uykuya sahip olmalarının yaşam kalitelerini olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Anksiyete, Depresyon, Tip1 ve Tip2 Diyabet, Uyku Kalitesi, Yaşam Kalitesi