



**T.C.  
BİRÜNİ ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
BESLENME VE DİYETETİK ANABİLİM DALI  
BESLENME VE DİYETETİK YÜKSEKLİSANS PROGRAMI**

**MEME KANSERLİ VE KEMOTERAPİ TEDAVİSİ  
BAŞLANGICINDAKİ HASTALARDA BESLENME  
DURUMUNUN  
DEĞERLENDİRİLMESİ**

**DYT. BEYZA BİTLİSLİ  
190807042**

**DANIŞMAN  
Prof. Dr. YUSUF ÇELİK**

Kasım, 2022



**T.C.  
BİRÜNİ ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
BESLENME VE DİYETETİK ANABİLİM DALI  
BESLENME VE DİYETETİK YÜKSEKLİSANS PROGRAMI**

**MEME KANSERLİ VE KEMOTERAPİ TEDAVİSİ  
BAŞLANGICINDAKİ HASTALARDA BESLENME  
DURUMUNUN  
DEĞERLENDİRİLMESİ**

**DYT. BEYZA BİTLİSLİ**

**DANIŞMAN  
Prof. Dr. YUSUF ÇELİK**

Kasım, 2022

**T.C.**  
**BİRÜNİ ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**YÜKSEKLİSANS TEZ ONAY SAYFASI**



**BEYAN**

Bu tezin bana ait olduğunu, tüm aşamalarında etik dışı davranışımın olmadığını, içinde yer alan bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, kullanmış olduğum bütün bilgilere kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin yürütülmesi ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.

**Dyt. Beyza BİTLİSLİ****İmza**

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim süresince, bilgi ve deneyimleriyle yol gösteren, çalışmamın planlanması ve yürütülmesi sürecinde desteğini esirgemeyen Öğr. Gör. Ayşe AKGÜL IŞIK ve danışman hocam Prof. Dr. Yusuf ÇELİK'e

Çalışma sırasında yardımları için Doç. Dr. Adem DELİGÖNÜL hocama ve Uludağ Üniversitesi Araştırma Hastanesi Onkoloji Bölümü Kemoterapi ekibine,

Yüksek lisans eğitimim sürecinde bilgi ve tecrübelerini açık gönüllülükle paylaşan bölüm başkanım Prof. Dr. Fatma ÇELİK ve tüm hocalarıma,

Beni bugünlere getiren ve her zaman desteklerini arkamda hissettiğim aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

## İÇİNDEKİLER

|                                                                  | Sayfa No |
|------------------------------------------------------------------|----------|
| TEZ ONAY FORMU.....                                              | ii       |
| BEYAN.....                                                       | iii      |
| TEŞEKKÜR.....                                                    | iv       |
| İÇİNDEKİLER.....                                                 | v        |
| SİMGE/SEMBOL VE KISALTMALAR.....                                 | vii      |
| TABLolar LİSTESİ.....                                            | viii     |
| ÖZET .....                                                       | x        |
| ABSTRACT .....                                                   | xi       |
| 1.GİRİŞ VE AMAÇ .....                                            | 1        |
| 2.GENEL BİLGİLER.....                                            | 3        |
| 2.1. Kanser Tanımı.....                                          | 3        |
| 2.2. Meme Kanseri .....                                          | 3        |
| 2.3. Meme Kanseri Epidemolojisi.....                             | 3        |
| 2.4. Meme Kanseri Risk Faktörleri .....                          | 4        |
| 2.4.1 Meme Kanseri ve Obezite .....                              | 5        |
| 2.4.2.Meme Kanseri ve Fiziksel Aktivite.....                     | 6        |
| 2.5. Meme Kanseri ve Beslenme Yaklaşımı.....                     | 7        |
| 2.5.1. Karbonhidrat.....                                         | 7        |
| 2.5.2. Protein.....                                              | 8        |
| 2.5.3. Yağ .....                                                 | 8        |
| 2.6. Meme Kanseri ve Beslenmeyle ilgili Yapılan Çalışmalar ..... | 9        |
| 2.6.1. Soya.....                                                 | 9        |
| 2.6.2. Süt .....                                                 | 9        |
| 2.6.3. Yeşil Çay.....                                            | 10       |
| 2.6.4. Kahve .....                                               | 11       |
| 2.6.5. Probiyotikler.....                                        | 11       |
| 2.6.5.1. Kefir.....                                              | 11       |
| 2.6.6. Baharatlar .....                                          | 12       |

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.6.7. <i>Omega 3</i> .....                                              | 12 |
| 2.6.8. <i>C Vitamini</i> .....                                           | 12 |
| 2.6.9. <i>D vitamini</i> .....                                           | 12 |
| 2.6.10. <i>Alkol</i> .....                                               | 13 |
| 3. GEREÇ VE YÖNTEM .....                                                 | 14 |
| 3.1. Araştırmanın Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi... ..                  | 14 |
| 3.2. Araştırmanın Genel Planı... ..                                      | 14 |
| 3.2.1. <i>Veri Toplama Formu</i> .....                                   | 15 |
| 3.2.2. <i>Antropometrik Ölçümler ile Vücut Bileşim Analiz</i> ... ..     | 16 |
| 3.2.3. <i>Biyokimyasal Parametreler</i> ... ..                           | 16 |
| 3.2.4. <i>Beslenme Durumları</i> ... ..                                  | 17 |
| 3.3. Verilerin İstatistiksel Değerlendirilmesi... ..                     | 17 |
| 4. BULGULAR.....                                                         | 18 |
| 5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....                                     | 31 |
| 5.1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Sonuçlar..... | 31 |
| 5.2. Bireylerin Antropometrik Ölçümlerine İlişkin Sonuçlar .....         | 32 |
| 5.3. Bireylerin Beslenme Durumlarına İlişkin Sonuçlar .....              | 34 |
| 5.4. Besin Tüketim Sıklığına İlişkin Sonuçlar .....                      | 35 |
| 5.5. Biyokimyasal Analizlere İlişkin Sonuçlar .....                      | 37 |
| 5.6. Sonuç ve Öneriler .....                                             | 39 |
| 6. KAYNAKÇA.....                                                         | 42 |
| 7. EKLER.....                                                            | 54 |
| 8. ÖZGEÇMİŞ .....                                                        | 70 |
| 9. İNTİHAL RAPORU.....                                                   | 71 |

**SİMGE/SEMBOL VE KISALTMALAR**

|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| BKİ  | Beden Kütle İndeksi                              |
| CRP  | C-reaktif Protein                                |
| ÇDYA | Çoklu Doymamış Yağ Asidi                         |
| DSÖ  | Dünya Sağlık Örgütü                              |
| DYA  | Doymuş Yağ Asidi                                 |
| EGCG | Epigallocateşin Gallat                           |
| EPIC | Avrupa Prospektif Kanser ve Beslenme Araştırması |
| ER   | Östrojen Reseptörü                               |
| HPV  | İnsan Papilloma Virüsü                           |
| IARC | Uluslararası Kanser Ajansı                       |
| SERM | Seçici Östrojen Reseptör Modülatörleri           |
| TBSA | Türkiye Beslenme Sağlık Araştırması              |
| TDYA | Tekli Doymamış Yağ Asidi                         |
| TÜİK | Türkiye İstatistik Kurumu                        |
| WCRF | Dünya Kanser Araştırma Fonu                      |
| WHF  | World Health Federation                          |
| WHO  | World Health Organization                        |



## TABLOLAR LİSTESİ

| Tablo No          | Tablo Adı                                                                    | Sayfa No |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------|
| <b>Tablo 1.</b>   | Meme Kanserinin Değiştirilebilir Ve Değiştirilemez Risk Faktörleri.....      | 5        |
| <b>Tablo 4.1.</b> | Hasta ve Kontrol Gruplarına Ait Bilgiler.....                                | 19       |
| <b>Tablo 4.2.</b> | Katılımcıların Yaşı ve Bazı Bilgilerine İlişkin İstatistiksel Sonuçlar ..... | 20       |
| <b>Tablo 4.3.</b> | Katılımcılara Ait Antropometrik Ölçüm İstatistikleri .....                   | 21       |
| <b>Tablo 4.4.</b> | Katılımcıların Öğünlerine İlişkin Özellikler .....                           | 23       |
| <b>Tablo 4.5.</b> | Katılımcıların Yemeklerinde Kullandıkları Yağ Türleri.....                   | 24       |
| <b>Tablo 4.6.</b> | Katılımcıların Kullandıkları Yemek Pişirme Yöntemleri .....                  | 25       |
| <b>Tablo 4.7.</b> | Katılımcıların Zararlı Alışkanlıklara Ait Bilgileri .....                    | 26       |
| <b>Tablo 4.8.</b> | Besin Tüketim Sıklıklarına İlişkin Karşılaştırmalar.....                     | 27       |
| <b>Tablo 4.9.</b> | Biyokimyasal Analizlere İlişkin Karşılaştırmalar .....                       | 28       |

## ÖZET

Bitlisli B. (2022). Meme Kanserli Ve Kemoterapi Tedavisi Başlangıcındaki Hastalarda Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi, Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul

Çalışma kemoterapi tedavisi alan meme kanserli hastalarda beslenme durumunun değerlendirilmesi amacı ile Uludağ Üniversitesi Araştırma Hastanesi Onkoloji Bölümü'ne başvuran, 18 yaş ve üzeri yeni meme kanseri tanısı almış 42 hasta (hasta grubu) ile aynı hastane iç hastalıkları bölümüne akut hastalık olarak başvuran ancak her hangi bir kronik hastalığı bulunmayan 42 gönüllü (kontrol grubu) üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamına alınan tüm bireylere konuya ilişkin geliştirilmiş bir veri toplama formu ve 'Erişkin Semi-Kantitatif Besin Tüketim Sıklığı Anketi' araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme yöntemi ile uygulanmıştır. Çalışma gruplarına ait tüm bireylerin beslenme durumu değerlendirilmesi, antropometrik ölçümleri alınmış ve gerekli hesaplamalar bu veriler üzerinden yapılmıştır. Besin tüketim sıklığı, pişirme yöntemleri, kullandıkları yağ çeşitleri ve miktarları saptanmıştır. Hasta grubunda antropometrik ölçümlerden boy uzunluğu, bel çevresi, üst orta kol çevresi ve BKİ sonuçları kontrol ile karşılaştırıldığında önemli olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Hasta grubunda besin tüketimleri açısından beyaz ekmek, yağlı ekmek, ayran, meyveler, ceviz ve zeytinyağı tüketim sıklığı kontrole göre önemli olarak daha yüksek belirlenmiştir ( $p<0.05$ ). Aksine tavuk eti, balık, makarna vb., kahve gibi besinler ise kontrol grubunda hasta grubuna göre önemli miktarda yüksek tüketildiği görülmüştür ( $p<0.05$ ). Çalışmada incelenen biyokimyasal parametreler açısından hasta grubundaki bireylerin hemoglobin ve d vitamin değeri kontrole göre önemli derecede düşük olduğu ve total kolesterol, LDL kolesterol, trigliserid, total kolesterol/HDL oranı, SGOT, SGPT, total protein, ferritin, folik asit, t3 değerlerinin önemli derecede yüksek olduğu görülmüştür ( $p<0.05$ ).

**Anahtar Kelimeler:** Meme kanseri, beslenme alışkanlıkları, beden kütle indeksi

## ABSTRACT

Bitlisli B. (2022). Evaluation of Nutritional Status in Patients at the Beginning of Breast Cancer and Chemotherapy Treatment, Biruni University Graduate Education Institute, Istanbul

This study was conducted with 42 patients (case group) aged 18 years and older who applied to Uludağ University Research Hospital Oncology Department to evaluate the nutritional status of breast cancer patients receiving chemotherapy treatment and 42 patients (patient group) who applied to the internal diseases department of the same hospital as acute disease, but each patient had an acute illness. It was carried out on 42 volunteers (control group) without any chronic disease. A questionnaire form developed for the study. Also adult semi-quantitative nutrition consume rate form was used in interview. These forms are applied on all the individuals taken into the scope of the study by the researcher through face-to-face interview method. Nutritional status and anthropometric measurements of all individuals belonging to the study groups were taken and necessary calculations were made according to these data. Frequency of food consumption, cooking methods, types and amounts of oil used were determined. It was found that BMI, height, waist circumference, and middle circumference of the upper arm were significantly higher in the case group compared to the control group ( $p<0.05$ ). The frequency of consumption of buttermilk, fruits, walnuts etc., white bread, fatty bread, olive oil was found to be significantly higher in the case group than in the control group ( $p<0.05$ ). On the otherhand chicken meat, fish, pasta, etc., coffee was found to be significantly higher in the control group than in the case group ( $p<0.05$ ). In terms of biochemical parameters examined in the study, hemoglobin and vitamin D values of individuals at Hg were significantly lower than the control, and total cholesterol, LDL cholesterol, triglyceride, total cholesterol/HDL ratio, SGOT, SGPT, total protein, ferritin, folic acid, t3 values were found to be significantly higher ( $p<0.05$ ).

**Keywords:** Breast cancer, dietary habits, body mass index

# 1.GİRİŞ VE AMAÇ

Kanser, vücudun hemen her organında veya dokusunda başlayabilen, vücuttaki hücrelerin kontrolsüz ve hızlı şekilde bölünerek çoğalmasıyla pek çok organa yayılım gösterebilen patolojik durumdur. Kanser hücreleri ikincil süreçte kan ve lenf damarları ile uzak metastaz yapabilmektedir ve kanserden ölümlerin başlıca sebebidir. Normal bir hücrenin farklılaşarak kanser hücresine nasıl dönüştüğünün altında yer alan mekanizmalar halen netlik kazanmamıştır (WHO, 2018).

Önümüzdeki yirmi yılda küresel kanser yükünün iki kattan fazla artması beklenmektedir ve bu da muazzam bir halk sağlığı ve dolayısıyla tıbbi bakım sorunu olasılığını artırmaktadır (Vineis and Wild, 2014). GLOBOCAN 2020 verilerine göre meme kanseri şu anda dünya çapında tahmini 2,3 milyon yeni vaka sayısı ile en yaygın teşhis edilen kanserlerden biridir ve kansere bağlı ölümlerin 5. nedenidir (Sung, H et al., 2021). Ayrıca yapılan çalışmalarda 2030 yılına kadar dünya çapında teşhis edilen yeni vaka sayısının yılda 2,7 milyona, ölüm sayısının ise 0,87 milyona ulaştığını göstermektedir (Ferlay, J et al, 2020).

Nüfusun yaşlanması ve değişen risk faktörlerinin dağılımı, gelişmiş ülkelerde bir takım kanser türleri için düşük kanser insidansı ve ölüm oranlarına yönelik genel eğilimlere rağmen, artan mutlak kanser yüküne katkıda bulunmaktadır (Vineis and Wild, 2014; Siegel et al., 2014). Kanser teşhisi konan insan sayısındaki sürekli artış, kanserin önlenmesi çabalarının genişlemesine acil ihtiyaç olduğunu vurgulamaktadır. (American Cancer Society, 2012; Rey-Ares et al., 2012). Nüfus temelli müdahaleler, tütün kontrolüne yönelik olanlar gibi, aşırı alkol tüketimini azaltmak, insan papilloma virüsü (HPV) enfeksiyonuna karşı aşılama, açık ve kapalı bronzlaşma ile ilişkili ultraviyole radyasyon maruziyetinin azaltılması, çeşitli kanserlerin görülme sıklığını azaltmaya yardımcı stratejilerdir (Marley et al., 2016).

Beslenme ile kanser arasındaki ilişki ilk kez 1981 yılında gerçekleştirilen bir araştırmada ortaya konmuştur. Doll ve Peto, ABD'deki kanser vakalarının % 35'inin beslenme düzeni ilgili etkenlerden kaynaklandığını öngörmüştür (Warren and Devine, 2013). Klinik ve epidemiyolojik çalışmalarda yapılan hayvan deneyleri sonucunda, meme kanserinin hormon bağımlı bir kanser türü olduğu ve hormon düzeylerini etkileyen çeşitli faktörlerin (menarş yaşı, ilk doğum yaşı ve menopoza girme yaşı gibi) meme kanseri ile bağlantılı olduğu bulunmuştur. Bu risk faktörleri değiştirilemediğinden dolayı, yapılan araştırmalar meme kanseri görülme olasılığını azaltabilecek, yani kısaca değiştirilebilir risk faktörlerini incelemeye yönelmiştir (Wakai et al., 2005; Smith-Warner et al., 2001; Howe et al., 1990).

Meme kanserini önleme stratejilerinin başarılı bir şekilde geliştirilmesi, diyetle maruz kalmanın biyolojik belirteçlerinin belirlenmesini ve diyetin etkilerini ayırt etmek için dünya çapında araştırmaları koordine etmeyi gerektirecektir (Chajès, V., and Romieu, I., 2014)

Bazı çalışmalarda, meme kanseri için değiştirilebilir risk faktörlerinden birinin de beslenme şekli olduğu ve diyetin değiştirilmesi sonucunda meme kanserine yakalanmanın üçte bir oranında önleneceği bildirilmiştir (Brennan et al., 2010).

Bu nedenle, bu çalışmanın amacı meme kanserinde beslenmenin ne kadar önemli olduğunu vurgulamak ve yapılan çalışmalara dikkat çekmektir.



# 1. GENEL BİLGİLER

## 2.1. Kanser Tanımı

Kanser, anormalleşmiş hücre gruplarının kontrolsüz bir şekilde çoğalarak yayılması ile karakterize olan bir hastalık grubudur. Anormal hücrelerin çoğalmasına ve yayılmasına engel olunmazsa, hastanın ölümü ile sonuçlanmaktadır (Mathur et al, 2015). Çocukluk döneminde gözlemlenen kanserlerin nedenleri büyük ölçüde bilinmese de, yetişkin kanserleri bilinen birçok faktör vardır. Kalıtsal genetik mutasyonlar, hormonlar ve bağışıklık koşulları gibi değiştirilemez faktörler ile tütün kullanımı ve obezite gibi değiştirilebilir faktörler de bu riskler arasındadır (Yıldız, M. S., ve ark, 2022).

## 2.2. Meme Kanseri

Meme kanseri kadınlar arasında en sık görülen kanserdir. Her yıl dünya çapında 2,3 milyon yeni vakanın teşhis edildiği tahmin edilmektedir. (Łukasiewicz et al, 2021). Gelişmiş ülkelerdeki kadınlar arasında daha sık görülmekle beraber, sadece gelişmiş ülkelerde değil, neredeyse her bölgede görülme sıklığı giderek artmaktadır (WHO, 2019). Meme kanseri hem sistemik hem de kronik hastalık olarak tanımlanmaktadır (WHO, 2021a).

Meme kanseri, histolojik olarak incelenmiştir. İncelemenin sonucunda in situ ve invaziv karsinoma olarak iki ana gruba ayrılmaktadır. İn situ ve invaziv karsinomlarda, kanser hücrelerinin invazyon düzeyleri farklıdır (Koray Fedai, N., 2022).

## 2.3. Meme Kanseri Epidemolojisi

Kanser dünya üzerinde en çok yaygın olan hastalıklardan bir tanesidir. Meme kanseri de yaygınlığı fazla olan kanser çeşitleri arasındadır (Bağca ve ark, 2022). Dünya genelinde en sık rastlanan kanser türleri, % 11.6 oranı ile akciğer, yine % 11.6 oranı ile meme ve % 10.2 oranı ile kolon kanseridir (GLOBOCAN, 2018). Dünyada bu oran giderek artış gösterirken ülkemiz de de yaygınlığı oldukça artmaktadır (Aydın ve ark 2022).

Kadınlardaki görülme sıklığı yapılan araştırmalarda ortaya konmuştur. Kadınlar arasında görülen tüm yeni kanser vakaları incelendiğinde % 22'sini meme kanseri vakalarının oluşturduğu görülmektedir (Arslan, 2007). Türkiye'de 2015 yılında yapılan çalışmalardan bir tanesinde kadınlarda görülen kanser çeşitleri arasında ilk 10'da yer almaktadır (Kayar, 2019). Ülkemizdeki meme kanseri vakalarının görülme sıklığı ise yüz binde 47.7 oranındadır (Sağlık İstatistikleri Yıllığı, 2020). Kanser tanısı oranı bu kadar yüksek olmasıyla birlikte kanser sebebiyle ölenlerin yaygınlığı da gözardı edilmemelidir. Türkiye'de kadınlarda meme kanseri en çok görülen kanser olarak bulunmuştur ve kanser teşhisi konulan her 4 kadından biri meme kanseri tanısı almaktadır (WCRF International 2018).

Araştırmalar, 2030 yılına kadar dünya çapında teşhis edilen yeni vaka sayısının yılda 2,7 milyona, ölüm sayısının ise 0,87 milyona ulaştığını göstermektedir (Ferlay, J et al, 2020).

GLOBOCAN (2018) istatistiklerine göre ise, toplamda 18.1 milyon yeni kanser teşhisi konulmuş, bununla birlikte kanser türlerine bağlı meydana gelen ölüm sayısı 9.6 milyon olmuştur.

Meme kanseri, uzun yıllardır kadınlar arasında en sık rastlanan kanser çeşitleri arasında yer almayı sürdürmüştür (IARC 2020). Uluslararası Kanser Ajansı istatistiklerine göre, kadınlar arasında meme kanseri sıklığının daha önceki yıllardaki tahminlere göre % 20, meme kanserine bağlı meydana gelen ölümlerin ise % 14 oranında arttığını bildirilmiştir.

#### **2.4. Meme Kanseri Risk Faktörleri**

Meme kanseri risk faktörleri değiştirilebilir ve değiştirilemez faktörler olarak ikiye ayrılır. Değiştirilebilir faktörler; Hormon replasman tedavisi, dietilstilbestrol, fiziksel aktivite, obezite, alkol ve sigara kullanımı, yetersiz vitamin takviyesi, radyasyona maruz kalma, işlenmiş gıda alımı, kimyasallara maruz kalma ve diğer uyuşturuculardır (Łukasiewicz, S et al, 2021).

Değiştirilemeyen faktörler; cinsiyet, yaş, ailede meme veya yumurtalık kanser geçmişi, genetik mutasyonlar, ırk, hamilelik ve emzirme, adet dönemi ve menopoz, meme dokusunun yoğunluğu, önceki meme kanseri öyküsü, kanserli olmayan meme hastalıkları, önceki radyasyon tedavisidir (Łukasiewicz, S et al, 2021).

Meme kanseri risk faktörlerinin sayısı önemlidir ve hem değiştirilebilir faktörleri hem de değiştirilemeyen faktörleri içerir (Tablo 1).

**Tablo 1.** Meme Kanserinin Değiştirilebilir Ve Değiştirilemez Risk Faktörleri.

| Değiştirilemeyen Faktörler                 | Değiştirilebilir Faktörler |
|--------------------------------------------|----------------------------|
| Kadın cinsiyeti                            | Hormon replasman tedavisi  |
| Yaşlılık                                   | dietilstilbestrol          |
| Aile öyküsü (meme veya yumurtalık kanseri) | Fiziksel aktivite          |
| Genetik mutasyonlar                        | Obezite                    |
| İrk                                        | Alkol alımı                |
| Hamilelik ve emzirme                       | Sigara içmek               |
| Adet dönemi ve menopoz                     | Yetersiz vitamin takviyesi |
| Meme dokusunun yoğunluğu                   | Radyasyona maruz kalma     |
| Önceki meme kanseri öyküsü                 | İşlenmiş gıda alımı        |
| Kanserli olmayan meme hastalıkları         | Kimyasallara maruz kalma   |
| Önceki radyasyon tedavisi                  | Diğer uyuşturucular        |

#### **2.4.1 Meme Kanseri ve Obezite**

Obezite ile ilgili yapılan çalışmalarda meme kanseri görülme sıklığı açısından önemli risk faktörleri arasında değerlendirilmektedir. 2017-2018'de, ABD'li yetişkinler arasında vücut kitle indeksi (BMI) 30 kg/m<sup>2</sup> veya daha fazla olarak tanımlanan yaşa göre düzeltilmiş obezite prevalansı %42,4'tür (Hales, C. M., et al., 2020). Obezitenin meme kanseri riskini arttırdığına dair yapılan birçok çalışma vardır (American Cancer Society, 2020).

Obezite, postmenopozal kadınlarda meme kanseri de dahil olmak üzere en az 15 kanser türünün insidansını ve ilerlemesini teşvik eder (Lohmann, A. E., et al, 2021). Yağ dokusu, menopozdan sonra östrojen üretiminin baskın bölgesi haline gelir. Bu nedenle, obez kadınlar daha yüksek postmenopozal östrojen seviyelerine sahiptir ve sonuç olarak östrojenin protumoriyenik etkilerine daha fazla maruz kalmaktadır (Bhardwaj, P., et al., 2019). Bu nedenle, kanserin obezite aracılı alevlenmesi acil bir endişe kaynağıdır. Tüm meme kanseri alt tiplerinde, obezite daha kötü hastalıksız sağkalım ve genel sağkalım ile ilişkilidir (Lohmann, A. E., et al, 2021).



Obezite ve meme kanseri arasındaki ilişki kilolu veya obez olarak geçirilen süre ve yağ dokusu dağılımı ile açıklanmaktadır (Magné et al. 2011; Warren and Devine, 2013). Obezitenin, özellikle postmenopozal meme kanseri riskini arttırdığı ve ilişkinin doz-cevap ilişkisi biçiminde olduğu belirtilmektedir (Howe et al., 1990; Warren and Devine, 2013).

La Vecchia ve ark. tarafından yürütülen bir çalışmaya 3108 postmenopozal meme kanseri olup 50 yaş ve üzerindeki kadınlar ile birlikte, aynı yaştaki 2664 kadın kontrol grubu dahil edilmiştir. Bu vaka-kontrol çalışmasının sonuçlarına göre, obezitesi bulunan kadınlar arasında meme kanseri riskinin 1.4 kat daha yüksek olduğu saptanmıştır. 60 yaş üzerinde olan kadınlarda meme kanseri riski, 2.1 kat daha yüksek olarak bulunmuştur (Rose and Stephenson, 2003). Şişmanlığın tipi de önemlidir. Örneğin karın tipi şişmanlık ile bel/kalça oranının yüksek olması da risk faktörü olarak tanımlanmaktadır (Rose and Davis, 2010).

Obezite yukarıdaki araştırmaların aksine meme kanseri için koruyucu etki de oluşturabilmektedir. Yapılan bir çalışmada premenopozal dönemde meme kanserinin koruyucu olduğu görülmüştür (Eichholzer M. et al, 2020).

Obezitenin koruyucu etkisinin yaş farklılıklarına göre değiştiği ve 21-45 yaş arasında daha belirgin olduğu araştırmalarda gösterilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bu veri, daha sonra yapılan kohort çalışmaları ile desteklenmiştir (Magné et al. 2011; Rose and Stephenson, 2003). Premenopozal dönemdeki obezitenin meme kanseri riskini azaltması teorisi şu mekanizmaya dayanır: Anovulatuvar ve düzensiz siklusa neden olan premenapozal dönemdeki obezite, ovulasyon sıklığı azaltır.

Sonuç olarak da progesteron salınımı azalır ve meme dokusunun proliferasyonu azalır. Tüm bunları bir sonucu olarak premenapozal dönemdeki obeziteye bağlı meme kanseri riski azalmaktadır (Rose and Davis, 2010; Warren and Devine, 2013; Rose and Stephenson, 2003). Yine de obezitenin koruyucu etkisine dair her hangi kesin bir araştırma bulunmamaktadır (Rose and Davis, 2010).

#### **2.4.2.Meme Kanseri ve Fiziksel Aktivite**

Fiziksel aktivitenin ve egzersizin varlığı meme kanseri için koruyucu etkiye sahiptir (Orlandella, F. M., et al, 2021). Fiziksel aktivitenin bu olumlu etkisini, endojen steroid hormon mekanizmasını, toplam vücut yağ kitlesini, dolaşımda bulunan östrojen ve androjen hormon düzeylerini etkileyerek ortaya koyduğu bilinmektedir (Magné et al. 2011).

Düzenli fiziksel aktivite, bağışıklık sistemini güçlendirmekte ve meme kanserine karşı koruyucu etki göstermektedir (Fong DY et al. 2012). Düzenli fiziksel aktivitenin bu etkisi, postmenopozal dönemde daha belirgindir ancak, premenopozal dönemdeki kadınlarla ilgili olan araştırma sonuçlarında çelişkiler vardır. Postmenopozal dönemdeki kadınlarda meme kanseri gelişiminde obezite birinci sıradaki risk faktörü iken, ikinci sırada da sedanter yaşam gelmektedir ve tüm postmenopozal meme kanseri riskinin % 15 kadarından sorumlu tutulmaktadır (Magné et al. 2011).

Düzenli olarak egzersiz yapmak, kadınlardaki üreme hormonlarının metabolizmasını düzenler. Ayrıca insüline duyarlılığı azaltır (Tanık ve ark, 2021). Tüm bunların yanında yağ dokusu ve östrojen düzeyini azalttığı için menstrüasyonun uzamasını sağlar.

Meme kanseri hastalarında düzenli egzersizin tümör büyümesini ve hayatta kalma oranını olumlu yönde etkilediği gösterilmiştir. Ortaya çıkan çalışmalar, düzenli egzersizin, kanseri etkileyebileceğini göstermektedir (Orlandella, F. M., et al, 2021).

## **2.5.Meme Kanseri ve Beslenme Yaklaşımı**

### **2.5.1.Karbonhidrat**

Karbonhidrat ve meme kanseri arasındaki ilişki daha önceki yıllarda araştırılmıştır. Karbonhidrat ana enerji kaynaklı ve karbonhidrattan zengin bir beslenme düzeninin meme kanseri riskini arttırdığı varsayılmaktadır (Maino Vieytes et al., 2019). Bazı otoritelere göre karbonhidratlar günlük alınması gereken toplam kalorinin yarısından fazlasını oluşturması önerilir ancak karbonhidrat metabolizmasındaki bazı faktörlerin, yapılan araştırmalar sonucunda meme kanseri riski ile bağlantılı olduğu tespit edilmiştir. Diyetle alınan karbonhidratlar, kandaki glikoz ve insülin hormonu düzeyini etkileyen tek besin bileşenleri olsa da kronik hastalıkların önlenmesinde karbonhidrat kalitesinin, diyet enerjisinin yüzdesi olarak toplam karbonhidrat miktarından daha önemli bir rolü olduğu görülmektedir (Romanos-Nanclares et al., 2021).

### **2.5.2. Protein**

Yüksek miktarda kırmızı et tüketimi genel olarak artan meme kanser riskiyle ilişkili bulunmuştur (Farvid et al., 2021). Aynı zamanda yüksek miktarda kümes hayvanları, balık, yumurta, bakliyat ve kuruyemiş tüketimlerinin meme kanseri ile bağlantısı olmadığı görülmüştür (Farvid et al, 2014).

Meme kanseri insidansının en yüksek olduğu ülkeler olarak bilinen Kuzey Amerika ve Batı Avrupa ülkelerine bakıldığında kırmızı et tüketiminin fazla olduğu görülmektedir. Diyetle alınan kırmızı et miktarının fazla olmasının ve özellikle de kızarmış olarak et tüketmenin meme kanseri riskini arttırdığı gösterilmiş olsa da, beyaz et ya da domuz eti ile ilişkili bulunmamıştır (Warren et al., 2013).

### **2.5.3. Yağ**

Diyetle ilişkili meme kanseri riskini artırmasında etkili olan faktörlere bakıldığında, kanda bulunan östrojen hormonu düzeyini arttırarak doğrudan ve obeziteyi artırarak dolaylı etkileri bulunduğu görülmektedir (Bray et al., 2004). Yağ alımı ve meme kanseri riskini araştıran epidemiyolojik çalışmaların sonuçları çelişkilidir. Meme kanseri ve yağ ters orantılıdır (Dönmez ve ark, 2010). Vücut yağ oranı, yüksek enerji alımı, lif ve antioksidan gibi değişken diyet bileşenleri yağ alımının meme kanseri riski üzerindeki gerçek etkisini değiştirebilir. Her 10 gr yağ/gün riski %19 arttırmaktadır. Enerjinin yağdan gelen yüzdesinin her 10 birim artışı riski %82 arttırmaktadır. Her 10 gr doymuş yağ/gün riski %66 arttırmaktadır (Warren and Devine, 2013).

Doll ve Peto'nun yaptığı çalışmalar ile yağ tüketimi ile kanser arasındaki ilişki araştırılmaya başlanmıştır (Warren and Devine, 2013). Birçok vaka- kontrol ve kohort çalışmasında, yağdan zengin bir beslenme düzeninin, kadınlarda meme kanseri görülme riskini arttırdığı belirtilmektedir fakat yapılan bazı çalışmalarda da ikisi arasında güçlü bir nedensel ilişki saptanamamıştır (Dierssen-Sotos et al., 2019).

Meme kanserini önlemek adına yağ alımının azalması gerektiği savunulmaktadır. Doymuş yağ asitleri ve toplam yağın azaltılması önerilmektedir (Dierssen-Sotos et al, 2019). Sınırlı kanıtlar bulunmasına rağmen yağ alımının meme kanserini olumsuz yönde etkilediği çalışmalarca desteklenmektedir. Yağ alımı ve mortalite arasında pozitif bir ilişki vardır (WCRF International 2018).

### **2.6.1. Yeşil Çay**

Yapılan çalışmalarda yeşilçayın kanser üzerinde etkisi olduğu görülmüştür. In vitro kanıtlar yeşil çayın antikanserojen etkisini desteklemektedir. Yeşil çay polifenollerini epigenetik süreçleri değiştirme potansiyeline sahiptir. İleriye dönük, gelecek çalışmalarda yeşil çayın epigenetik faktörler üzerindeki etkisinin daha iyi anlaşılacağı söylenebilmektedir (Santos, R. A. et al, 2021).

Yeşil çayın meme, akciğer, yemek borusu, ağız, mide, ince bağırsak, kolon, karaciğer, pankreas, prostat bezi ve meme kanserinin önlenmesinde yaygın olarak kullanılabileceği saptanmıştır (Kuban-Jankowska, A. et al, 2020) .

Tahminlere göre %80'e varan birçok kanser hastası, kanser önleyici tedavileriyle birlikte tamamlayıcı ve alternatif ilaçlar kullanmaktadır. Göğüs kanseri hastaları arasında en popüler bitkisel takviyelerden biri de yeşil çaydır (Baal, C. L. et al, 2020). Bugüne kadar yapılan araştırmalar, yeşil çay kateşinlerinin serbest radikallerin üretimini sınırladığını ve ayrıca tümör oluşum süreci başlamadan önce hücrelerin antioksidan sürecini uyardığını göstermiştir (Filippini, T. et al, 2020).

### **2.6. Meme Kanseri ve Beslenmeyle ilgili Yapılan Çalışmalar**

Beslenmenin önemi kanser hastalığı sürecinde de gözardı edilmemelidir. Kanser hastalarında beslenme durumu sıklıkla değerlendirilmeli ve değişen duruma göre beslenme planı güncellenmelidir (Dede, 2014).

Antropometrik ölçümler, medikal hikâye, diyet öyküsü ve besin alımının saptanması, biyokimyasal parametreler bakılarak beslenme durumu değerlendirilmeli ve takip planı oluşturulmalıdır (ESPEN 2016).

### **2.6.2. Soya**

İzoflovanlar çoğunlukla soya ve soya ürünlerinde bulunur. Yapıları memeli östrojenine benzerdir (Messina, 2016). İzoflovan alımının meme kanseri riskini azalttığını gösteren çalışmalar mevcuttur. Fitoöstrojenleri, seçici östrojen reseptör modülatörleri (SERM) olarak bilinen östrojen agonistleri ve antagonistleri gibi davranabilir (Caan et al. 2011).

SERM'ler östrojene benzer bir yapıya sahip olan stroid olmayan kimyasallardır. Genomik eylemle, enzimler ve reseptörlerle etkileşime girmek için hücre membranından geçebilir. Östrojen Reseptörüne bağlanan ters mekanizma, Erpozitif meme kanseri hücresinin büyümesini uyarabilen östrojene duyarlı gen ürünlerini indükler (Guha et al. 2009).

Genomik olmayan eylemler sonucunda fitoöstrojen, bazı kanser hücrelerinin farklılaşmasını indükleyebileceği gibi, tirozin kinaz ile DNA topoizomeraaz aktivitesini inhibe edebilir ve anjiogenezi inhibe edebilir. İzoflavanlar ve flavonoidler androjenleri östrojenlere dönüştüren enzim aromatazın en güçlü inhibitörlerindendir. Soyanın riski azalttığına dair sınırlı da olsa araştırmalar mevcuttur (Kang et al. 2010; Shu et al. 2009).

### **2.6.3. Süt**

Süt ve süt ürünlerinin tüketimi ile meme kanseri riski arasında ilişki bildirilmiştir. Son çalışmalar, süt ürünlerinin kanser önleyici etkilere sahip olduğunu göstermiştir. Süt ürünleri, hücre proliferasyonunu ve farklılaşmasını etkileyen ve tümör gelişimini engelleyebilen kalsiyum, D vitamini ve konjuge linoleik asit (CLA) açısından zengindir (He et al, 2021) .

Bununla birlikte son yıllarda kalsiyum katkılı bitki esaslı içecekler birçok ülkede beslenme önerilerinde süt ürünlerine alternatif olarak dahil edilmiştir. Düşük yağlı süt ürünleri ve yoğurt tüketiminin de meme kanseri riskini azalttığı bildirilmiştir. Yine de unutulmaması gerekir ki inek sütü ve bitki esaslı içecekler tamamen farklı gıdalardır ve bitki esaslı içeceklerin sağlık değeri üzerinde etkisini inceleyen kanıta dayalı daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır. (Zang et al.2015).

Zang ve ark. tarafından yapılan bir meta analiz çalışmasında 22 prospektif kohort çalışması (1.566.940 katılımcı) ve 5 vaka kontrol çalışması (33.372 katılımcı) analiz edildi. Yüksek (600g'dan yüksek/gün) ve orta (400-600g/gün) süt tüketiminin düşük (400 g 'ın altı/gün) süt tüketimi ile karşılaştırıldığında meme kanseri riskini (sırasıyla %10-%6) azalttığı bulunmuştur (Zang et al. 2015).Mevcut bilimsel kanıtlar süt ve süt ürünlerinin beslenme gereksinmelerini karşılamak için gerekli bir besin grubu olduğunu gösterir ve bazı kronik

hastalıklara karşı koruma sağlarken çok az yan etki oluşturduğu bildirilmiştir (Patel and Agnetta 2016).

Diyette alınan süt ve ürünleri ile meme kanseri görülme riski arasındaki ilişki halen tartışmalıdır. Bazı kaynaklarda süt ürünlerinin meme kanseri riskini azalttığı belirtilirken, bazı kaynaklarda ise arttırdığı ya da herhangi bir ilişkisinin olmadığı ifade edilmiştir (He, Y. et al, 2021). Özellikle yüksek doymuş yağ alımı ile meme kanseri insidansı ilişkilendirilmiştir. Bu konu ile ilgili olarak ileri araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Bray et al., 2004).

#### **2.6.4. Kahve**

Postmenapozal öyküsü olmayan kadınlar üzerinde yapılan bir çalışmada günde dört kupa tüketenlerin haftada yedi kupa tüketenlere göre %16 oranında daha az meme kanseri görüldüğü saptanmıştır (Kahır, N., ve Gezer, C. 2021).

Kahvenin zararlı etkisinden de söz etmek faydalı olacaktır. Akrilamid içerir, yüksek miktarda tüketimi diyetin akrilamid içeriğini arttıracaktır. Akrilamid kanserojen etki gösteren bir maddedir (Gündüz, D., 2021). Buna karşın; meme kanserinde kahve içmenin koruyucu etki oluşturabileceği düşünülmektedir. Çünkü içeriğindeki polifenoller sayesinde vücuttaki zararlı oksidasyon süreçlerini inhibe eder (Alkan, Ş. B. ve Rakıcıoğlu, N., 2021).

#### **2.6.5. Probiyotikler**

Probiyotikler ve laktik asit bakterileri içeren fermente ürünlerin meme kanseri ile ilişkisi Bir çok araştırmacının ilgisini çekmiştir. Bazı epidemiyolojik çalışmalar bu ürünlerin tüketimi ile meme kanseri gelişimi arasında negatif bir ilişki olduğunu göstermektedir (Koyu, E. B., ve Demirel, Z. B., 2018).

##### **2.6.5.1. Kefir**

Bir meta analiz çalışmasında meme kanserinde dahil olduğu bir dizi kanserde kefirin önleme ve tedavi sürecinde faydalı etkisinin olduğu gösterilmiştir. Kefirin bu faydalı etkisinin içerdiği peptidler, polisakkaritler ve sfingolipidler de dahil olmak üzere biyoaktif bileşenleri ile bağlantılı olduğu düşünülmektedir (Koyu ve ark, 2018)

### **2.6.6. Baharatlar**

Zerdeçal, zencefil, siyah kimyon, sarımsak, safran, karabiber, kırmızıbiber, biberiye, galangal, kişniş, wasabi, tarçın, kekik, kakule baharatları ile ilgili çalışmalar vardır. Zerdeçal preperat kullanımı için yeterli kanıt olmasa da yemeklere eklenebilir. Polifenollerin zengin diyeti, rekürrensi azaltmak açısından yararlı olabileceği düşünülmektedir (Braakhuis, A. J., Campion, P., and Bishop, K. S., 2016).

### **2.6.7. Omega 3**

Omega- 3 yağ asidi ile ilgili olan araştırmaların sonuçlarına göre, özellikle sardalya, uskumru ve somon gibi yağlı balıklarda bulunan eikosopentanoik asit (EPA) ve dokosahegzanoik (DHA) asit gibi omega-3 içeren diyetle alınmasıyla birlikte, kadınlarda görülen meme kanseri riskinin azaldığı bulunmuştur (Terli, E. P., 2019).

### **2.6.8. C Vitamini**

C vitaminin bazı faktörlere bağlı olarak değişiklik gösterdiği ve bazı faktörlere göre negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Şahin Kaya, A., 2019). Menaş yaşı, menapoz yaşı ve ilk doğumdaki yaş, hızlı yeme, sigara içme ve meme kanseri arasında negatif ilişki saptanmıştır.

Diyet lifi ve C vitamini alımı meme kanseri arasında belirgin negatif ilişki bildirilmiştir (Alim ve Kızıltan 2016).

### **2.6.9. D vitamini**

D vitaminin meme kanserinde progresyon ve mortalite azaltabileceği söylenmektedir (Jacobs et al. 2016). D vitamininin meme kanseri riskini azaltabileceği hipotezi ileri sürülmüş ve birçok çalışma ile bu desteklenmiştir (Bulut, G. ve Rıdvanoğulları, M., 2022). Meme kanseri hücrelerinde apoptoz ile ilişkili morfolojik değişiklikleri indükleyebilir. Aromataz geninin ekspresyonunu azaltabilecek şekilde östrojen yolunu inhibe eder (Eroğlu, C., 2019).

#### **2.6.10. Alkol**

Alkol bazı kanser türleri ile doğrudan ilişkili olabilmektedir; bunlar ağız, farenks, larenks, ösafagus, karaciğer, kolon ve rektum, meme kanserleridir (Demiray, E., 2022). Alkol dünya genelindeki kansere bağlı ölümlerin bazılarında sorumlu olduğu görülmüştür. Alkollü içecek tüketimi arttıkça meme kanseri riskinin arttığı bildirilmektedir (Karaaslan, E. ve ark. 2022)





## **2. GEREÇ VE YÖNTEM**

### **3.1. Araştırmanın Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi**

Bu araştırma, Uludağ Üniversitesi Araştırma Hastanesi Onkoloji Bölümü'ne başvuran, 18 yaş ve üzeri yeni meme kanseri tanısı almış 42 hasta (vaka grubu) ile aynı hastane iç hastalıkları bölümüne akut hastalık olarak başvuran ancak her hangi bir kronik hastalığı bulunmayan 42 gönüllü (kontrol grubu) üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu uygulamalar için 84 kişilik bir örneklem belirlenmiştir ve örneklem genişliğinin elde edilebilmesi için power analizi yapılmıştır.

Beklenen oran %10 olarak alındığında %80 power'a göre, R(software/programming-version 3.6.2 – CRAN) programında en az toplam olarak 84 hasta alınması gerektiği hesaplanmıştır (Kara K., 2015).

Araştırma protokolü, Uludağ Üniversitesi Tıp ve Sağlık Bilimleri Etik Kurulu tarafından incelenmiş, 16.06.2021 tarihinde onaylanmıştır (Ek-2). Katılımcılardan araştırma için onay alındıktan sonra bilgileri alınmış ve onam formu okutulup imzalanmıştır

### **3.2. Araştırmanın Genel Planı**

Araştırma kapsamına alınan tüm bireylere demografik özellikler, antropometrik özellikler, beslenme alışkanlıkları, biyokimyasal parametrelerden oluşan bir veri toplama formu (Ek-1), erişkin bireylerde semi-kantitatif besin tüketim sıklığı (Ek-2) araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme yöntemi ile uygulanmıştır.

Çalışmaya katılan hasta ve kontrol grubundan ayrıca bir kan alınmamış olup, hastaların kemoterapi başlangıcında verdikleri kan tahlilleri ve kontrol grubu bireylerin araştırma günü verdikleri kan tahlilleri Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi hastane sisteminden alınmıştır.

### **3.2.1. Veri Toplama Formu**

Araştırma kapsamında uygulanmak üzere bu konudaki yayınlar doğrultusunda geliştirilen veritoplama formu; bireyleri tanımlayıcı bilgiler, genel sağlık durumları, beslenme alışkanlıkları, biyokimyasal parametreleri ile erişkinlerde semi-kantitatif besin tüketim sıklığı bölümlerden oluşturulmuştur ve HG'deki bireyler için ek olarak; hastalık öyküsü sorgulanmıştır.

### **3.2.2. Antropometrik Ölçümler ile Vücut Bileşim Analizi**

Hasta ve kontrol grubunun vücut ağırlıkları, boy uzunlukları, bel çevresi, kalça çevresi, üst orta kol çevresi, triceps deri kıvrım kalınlığı ölçümleri araştırmacı tarafından alınmış ve Ek-1'deki forma kaydedilmiştir.

#### **Antropometrik Ölçümler:**

**Boy (cm):** Sırt düz bir yüzeye dayalı durumda, ayakta, baş dik ve gözler tam karşıya bakar durumdayken (Frankfurt düzlemi) başın tepe noktası ile ayak tabanları arası mesafe dayarılan düzleme yapıştırılmış ölçüm yapılmıştır (Mazıcıoğlu, M. M., 2011).

**Ağırlık (kg):** Ağırlık ölçümü yaygın olarak hata payı 100 g olan tartılarla yapılır (Mazıcıoğlu, M. M., 2011). Bireylerin ağırlık ölçümleri hafif giysili, ayakkabıları ve çorapları çıkartılarak hassas tartı ile yapılmıştır.

**Beden Kütle İndeksi (BKİ):** Araştırma grubunun beden kütle indeksleri (BKİ); vücut ağırlıkları ve boy uzunlukları kullanılarak;  $\text{Beden Kütle İndeksi (kg/m}^2\text{)} = \text{Vücut Ağırlığı} / (\text{Boy Uzunluğu})^2$  formülüyle hesaplanmıştır (WHO., 2020).

**Bel Çevresi (cm):** Bel çevresi değeri abdominal yağ dokusunu yani organların yağlanması yansıtır. Ölçümü alınacak kişi ayakta iken sağ tarafında en alt kaburga kemiği bulunur ve işaret konulur. Kalçada ise kalça kemik çıkıntısı (iliyak) bulunur ve işaretlenir.

İki işaretin arasındaki orta nokta bulunur ve bulunan noktadan geçen bel çevresi esnemeyen bir mezura ile ölçülmüştür (TÜBER, 2019).

**Kalça Çevresi (cm):** Standart ölçümde kişi bel ölçümündeki gibi hazırlanıp ve mezura kalçaların üzerinden en geniş yerden geçirilerek ölçüm yapılmıştır (Ata, A. M. 2016).

**Bel/ Kalça Oranı:** Bel çevresinin kalça çevresine bölümüyle hesaplanır. Yetişkinlerde bel/kalça oranı kronik hastalıklar için risk değerlendirmesi amacıyla kullanılır. İdeal bel/kalça oranı erkeklerde 1.0, kadınlarda 0.8'dir (Pekcan, G., 2008).

Bel çevresinin kalça çevresine bölünmesi ile hesaplanmaktadır. DSÖ standartlarına göre erkekler için  $\geq 0.90$  cm, kadınlar için  $\geq 0.85$  cm'nin üzerinde olması risk olduğunu göstermektedir (WHO, 2011).

**Üst Orta Kol Çevresi (cm):** Kişi ayakta dik durur pozisyonda kolu dirsekten  $90^\circ$  bükülüp, omuzda akromial çıkıntı ile dirsekte olekranon çıkıntı arası orta nokta işaretlenerek esnemeyen mezürle yardımıyla çevre ölçülmüştür (Pekcan, G., 2008).

**Triceps deri kıvrım kalınlığı (cm):** Deri kıvrım kalınlığı ölçümleri vücut yağ yüzdesi hesaplamak amacıyla kullanılır. Ölçümler kaliper yardımıyla yapılmıştır. Triseps deri kıvrım kalınlığı ölçümü sağ kol dirsekten  $90^\circ$  bükülüp, akromion (omuz) ve olekranon (dirsek) çıkıntıları arası nokta bulunup, işaretlenerek alınır. Kol serbest bırakılarak katman sol elin işaret ve baş parmağı ile işaretin bir santimetre üzerinden tutulur.

Sağ elle kaliperle işaretli yerden ölçüm yapılır. Ölçüm sırasında kişi ayakta dik pozisonda olacaktır (Kaner, G., Pekcan, G., Pamuk, G., & Pamuk, B. Ö., 2015). Bu bilgilere dikkat edilerek ölçüm yapılmıştır.

### **3.2.3. Biyokimyasal Parametreler**

Biyokimyasal testler, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Biyokimya Laboratuvarında analiz edilmiştir. Bireylerin kan lipidleri (total kolesterol, HDL kolesterol, LDL kolesterol, trigliserit), karaciğer fonksiyon testleri (SGOT, SGPT), hemoglobin, açlık kan glikozu, HbA1c, total protein, albumin, ürik asit, kalsiyum, demir, ferritin, folik asit, B12, D vitamini, tiroid fonksiyon testleri (T3, T4, TSH), CRP ve bunlara ek olarak hasta grubundaki hastaların kanlarındaki CEA (karsinoemriyojenik antijen), Ca 125, Ca 19-9 ve Ca 15-3 düzeyleri de hasta dosyalarından temin edilmiştir. Biyokimyasal ölçüm sonuçları forma kaydedilmiştir (Ek-1).

#### **3.2.4. Beslenme Durumları**

Bireylerin beslenme alışkanlıkları, ankette yer alan “Erişkinlerde Semi-Kantitatif Besin Tüketim Sıklığı” formu ile kaydedilmiştir. Besin veya besin gruplarının tüketim miktarları; besin tüketim sıklığı ile gün, hafta, ay olarak miktar belirtilerek saptanır. Ayrıca pişirme yöntemleri ve yemeklerde kullandıkları yağ türleri ve miktarları sorgulanmıştır.

#### **3.3. Verilerin İstatistiksel Değerlendirilmesi**

Yapılan araştırma sonucu elde edilen veriler, R(software/programming-version 3.6.2 – CRAN) programı ile yapılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu incelendiğinde veriler normal dağılıma uyduğu değişkenler ile parametrik testlerden yararlanılmıştır.

Niteliksel verilerin gösterilmesinde sayı (n) ve yüzde (%) verilmiştir. Normal dağılıma uyan değişkenler için ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmıştır.

Bağımlı ve bağımsız değişkenlerin arasındaki farklılıklar veri normal dağılıma uygun olduğu için iki kategorili değişkenler için Student t testi uygulanmıştır. Kategorik değişkenler arasında ilişki olup olmadığına khi-kare testi ile karar verilmiştir. İstatistiksel değerlendirmeler %95 güven düzeyinde ve  $p=0,05$  önemlilik düzeyinde karşılaştırılmıştır.

### 3. BULGULAR

Hasta ve kontrol grubuna ait sosyo-demografik özellikler ve ailede kanser tanısı durumuna ait test sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 4.1.** Hasta ve Kontrol Gruplarına Ait Bilgiler

| Değişkenler                              | Hasta Grubu |      | Kontrol Grubu |       |
|------------------------------------------|-------------|------|---------------|-------|
|                                          | n           | %    | n             | %     |
| <b>Medeni Durum</b>                      |             |      |               |       |
| Bekar                                    | 13          | 31,0 | 12            | 28,6  |
| Evli                                     | 24          | 57,1 | 30            | 71,4  |
| Dul                                      | 3           | 7,1  | -             | -     |
| Boşanmış                                 | 2           | 4,8  | -             | -     |
| <b>Ailede Meme Kanseri Tanısı Durumu</b> |             |      |               |       |
| Var                                      | 21          | 50,0 | -             | -     |
| Yok                                      | 21          | 50,0 | 42            | 100,0 |
| <b>Ailede Kanser Tanısı Durumu</b>       |             |      |               |       |
| Var                                      | 29          | 69,0 | -             | -     |
| Yok                                      | 13          | 31,0 | 42            | 100,0 |
| <b>Tanımlanan Hastalık Durumu</b>        |             |      |               |       |
| Var                                      | 5           | 12,5 | -             | -     |
| Yok                                      | 35          | 87,5 | 42            | 100,0 |

Hasta grubunun %50’sinin (n=21) ailesinde meme kanseri tanısı vardır. Ayrıca ailesinde kanser tanısı alan kişi sayısı hasta grubunda %69’dur. Hasta grubunda hastalığı bulunmayan kadın sayısı hasta grubunun %87’sini (n=35) oluşturduğu saptanmıştır.

Hasta ve Kontrol grubunda bulunan katılımcıların yaşı, menarş yaşı, adet görme durumu ve çocuk sahibi olup olmadığı ile alakalı bilgilere ait tanımlayıcı istatistikler ve test sonuçları Tablo 4.2.'de verilmiştir.

**Tablo 4.2.** Katılımcıların Yaşı ve Bazı Bilgilerine İlişkin İstatistiksel Sonuçlar

| Değişkenler              | Hasta Grubu |          | Kontrol Grubu |          |                            |                  |
|--------------------------|-------------|----------|---------------|----------|----------------------------|------------------|
|                          | $\bar{x}$   | SD       | $\bar{x}$     | SD       |                            |                  |
| Yaş                      | 47,10       | 7,72     | 40,02         | 10,67    |                            |                  |
| Menarş Yaşı              | 13,26       | 1,76     | 13,02         | 1,47     |                            |                  |
| <b>Adet Görme Durumu</b> | <b>n</b>    | <b>%</b> | <b>n</b>      | <b>%</b> | <b><math>\chi^2</math></b> | <b>p</b>         |
| Evet                     | 5           | 11,9     | 36            | 85,7     | 45,788                     | <b>p&lt;0,05</b> |
| Hayır                    | 37          | 88,1     | 6             | 14,3     |                            |                  |
| <b>Çocuk Durumu</b>      |             |          |               |          |                            |                  |
| Var                      | 34          | 81,0     | 28            | 66,7     | 2,217                      | 0,13             |
| Yok                      | 8           | 19,0     | 14            | 33,3     |                            |                  |

$\bar{x}$  : Ortalama; SD: Standart sapma

Hasta grubunda adet görme durumu devam etmeyen kadınlar %88,1 (n=37), kontrol grubunda adet görme durumu devam etmeyen kadınların sayısı kontrol grubunun %14,3'ünü oluşturmuştur. Gruplar ile adet görme durumu arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $\chi^2=45,78$ ; **p<0,005\***).

Araştırmada yer alan bireylerin antropometrik sonuçlara ilişkin karşılaştırma Student t testi ile karşılaştırılarak Tablo 4.3.'de sunuldu.

**Tablo 4.3.** Katılımcılara Ait Antropometrik Ölçüm İstatistikleri

|                                           | <b>Hasta Grubu</b> |       | <b>Kontrol Grubu</b> |       | <b>t</b> | <b>p</b>      |
|-------------------------------------------|--------------------|-------|----------------------|-------|----------|---------------|
|                                           | $\bar{x}$          | SD    | $\bar{x}$            | SD    |          |               |
| Vücut Ağırlığı (kg)                       | 70,21              | 7,91  | 66,52                | 12,32 | 1,62     | 0,109         |
| Beden Kütle İndeksi (kg/m <sup>2</sup> )  | 27,27              | 3,47  | 24,85                | 4,22  | 2,84     | <b>0,006*</b> |
| Boy (m)                                   | 1,61               | 0,04  | 1,64                 | 0,05  | 2,79     | <b>0,006*</b> |
| Bel Çevresi (cm)                          | 91,15              | 10,11 | 85,95                | 12,25 | 2,10     | <b>0,039*</b> |
| Kalça Çevresi (cm)                        | 108,95             | 8,01  | 106,40               | 10,26 | 1,26     | 0,211         |
| Üst Kol Orta Çevresi (cm)                 | 30,07              | 2,65  | 28,24                | 3,4   | 2,74     | <b>0,007*</b> |
| Triseps Deri Kıvrım Kalınlığı (cm)        | 2,59               | 0,35  | 2,45                 | 0,51  | 1,38     | 0,170         |
| Üst Orta Kol Kas Alanı (cm <sup>2</sup> ) | 31,4               | 10,56 | 27,67                | 9,58  | 1,68     | 0,095         |

$\bar{x}$  : ortalama; SD: Standart sapma; t; Student t test

Hasta grubunda beden kütle indeksi  $27,27 \pm 3,47$  iken kontrol grubunda beden kütle indeksi  $24,85 \pm 4,22$ 'dir.

İki grup arasında yapılan Student t testi sonucu istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t:2,85$ ;  $p<0,05$ ). Hasta grubunda boy uzunluğu  $1,61 \pm 0,04$  iken kontrol grubunda boy uzunluğu  $1,64 \pm 0,05$ 'dir. İki grup arasında yapılan Student t testi sonucu istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur ( $t:2,79$ ;  $p<0,05$ ). Hasta grubunda bel çevresi  $91,15 \pm 10,11$  iken kontrol grubunda bel çevresi  $85,95 \pm 12,25$ 'dir. İki grup arasında yapılan Student t testi sonucu istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur ( $t:2,10$ ;  $p<0,05$ ). Hasta grubunda üst kol orta çevresi  $30,07 \pm 2,65$  iken kontrol grubunda üst kol orta çevresi  $28,24 \pm 3,4$  'dir. İki grup arasında yapılan Student t testi sonucu istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur ( $t: 2,74$ ;  $p<0,05$ ).

Katılımcıların beslenme durumlarına ilişkin bilgiler Tablo 4.4.'te verilmiştir.

**Tablo 4.4.** Katılımcıların Öğünlerine İlişkin Bilgiler

| Değişkenler                            | Hasta Grubu |       | Kontrol Grubu |      |
|----------------------------------------|-------------|-------|---------------|------|
|                                        | n           | %     | n             | %    |
| <b>Öğün Tüketimi</b>                   |             |       |               |      |
| İki öğün                               | 6           | 14,3  | 7             | 16,7 |
| Üç öğün                                | 2           | 4,8   | 16            | 38,1 |
| Dört öğün                              | 6           | 14,3  | 11            | 26,2 |
| Beş öğün                               | 14          | 33,3  | 7             | 16,7 |
| Altı öğün                              | 14          | 33,3  | 1             | 2,4  |
| <b>Öğün Atlama</b>                     |             |       |               |      |
| Var                                    | 16          | 38,1  | 19            | 45,2 |
| Yok                                    | 26          | 61,9  | 14            | 33,3 |
| Bazen                                  | -           | -     | 9             | 21,4 |
| <b>Atlanılan Öğün</b>                  |             |       |               |      |
| Sabah                                  | -           | -     | 5             | 11,9 |
| Öğle                                   | 16          | 100,0 | 22            | 52,4 |
| Akşam                                  | -           | -     | 1             | 2,4  |
| <b>Öğün Atlama Nedeni</b>              |             |       |               |      |
| Zaman Yetersizliği                     | 4           | 25,0  | 6             | 14,3 |
| Canı İstemiyor                         | 1           | 6,25  | 5             | 11,9 |
| Geç uyanma                             | 6           | 37,5  | 10            | 23,8 |
| Kilo almak istememe                    | 2           | 12,5  | 4             | 9,5  |
| Alışkanlığı yok                        | 3           | 18,75 | 4             | 9,5  |
| <b>Haftaiçi Öğün Saatleri Düzeni</b>   |             |       |               |      |
| Var                                    | 7           | 16,7  | 13            | 31,0 |
| Yok                                    | 35          | 83,3  | 29            | 69,0 |
| <b>Hafta Sonu Öğün Saatleri Düzeni</b> |             |       |               |      |
| Var                                    | 7           | 16,7  | 20            | 47,6 |
| Yok                                    | 35          | 83,3  | 22            | 52,4 |
| <b>Besin Desteği Durumu</b>            |             |       |               |      |
| Var                                    | 10          | 76,2  | 11            | 26,2 |
| Yok                                    | 32          | 23,8  | 31            | 73,8 |
| <b>Yemek Yeme Hızı</b>                 |             |       |               |      |
| Yavaş                                  | 4           | 9,5   | 3             | 7,1  |
| Orta                                   | 17          | 40,5  | 26            | 61,9 |
| Hızlı                                  | 19          | 45,2  | 8             | 19,1 |
| Çok Hızlı                              | 2           | 4,8   | 5             | 11,9 |



Hasta grubunda katılımcılar en çok 5 ve 6 öğün tükettikleri bu iki öğün toplamda hasta grubunun %66,6'sını oluşturmuştur. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların %38,1'i (n=16) 3 öğün beslendiği görülmüştür. Hasta grubunda yer alan kadınların %38,1'inin (n=16) öğün atladığı, kontrol grubunda öğün atlama sayısının ise %45,2 (n=19) olduğu saptanmıştır. Hasta grubunun tamamı “öğle” öğününü atlarken, kontrol grubunun %52,4'ü (n=22) “öğle” öğününü atlamıştır. Hasta grubunda yer alan kadınların %37,5'i (n=6) sabahları geç kalktığı için öğün atladığı görülmüştür. Kontrol grubunda yer alan kadınların ise %23,8'i (n=10) sabahları geç kalktığı için öğün atladığı görülmüştür. Hasta grubunda yer alan katılımcıların yemek yeme hızlarına göre %45,2'i (n=19) öğünlerini “hızlı” tüketmektedir. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların ise %61,9'u (n=26) “orta” hızda tüketmektedir.



Hasta ve Kontrol grubunda yer alan katılımcıların yemek yaparken kullandıkları yağ çeşitlerine ilişkin test sonuçları Tablo 4.5.'te verilmiştir.

**Tablo 4.5.** Katılımcıların Yemeklerinde Kullandıkları Yağ Türleri

| Yemekler                         | Ayçiçek |      | Zeytinyağ |      |       |      | Tereyağ |      |       |      |         |      |
|----------------------------------|---------|------|-----------|------|-------|------|---------|------|-------|------|---------|------|
|                                  | Hasta   |      | Kontrol   |      | Hasta |      | Kontrol |      | Hasta |      | Kontrol |      |
|                                  | n       | %    | N         | %    | n     | %    | n       | %    | n     | %    | n       | %    |
| Çorba                            | 9       | 21,4 | 9         | 21,4 | 16    | 38,1 | 13      | 31,0 | 13    | 31,0 | 20      | 47,6 |
| Salata                           | 6       | 14,3 | 2         | 4,8  | 36    | 85,7 | 39      | 92,9 | -     | -    | -       | -    |
| Soğuk Yenilen<br>Sebze Yemekleri | 7       | 16,7 | 3         | 7,1  | 32    | 76,2 | 38      | 90,5 | -     | -    | 1       | 2,4  |
| Soğuk Yenilen<br>Kurubaklagiller | 12      | 28,6 | 6         | 14,3 | 27    | 64,3 | 34      | 81,0 | -     | -    | 2       | 4,8  |
| Sıcak Sebze<br>Yemekleri         | 22      | 52,4 | 11        | 26,2 | 19    | 45,2 | 31      | 73,8 | 1     | 2,4  | -       | -    |
| Et Yemekleri                     | 10      | 23,8 | 9         | 21,4 | 9     | 21,4 | 17      | 40,5 | 8     | 19,0 | 15      | 35,7 |
| Etli/Etsiz<br>Kurubaklagiller    | 13      | 31,0 | 13        | 31,0 | 26    | 61,9 | 21      | 50,0 | 3     | 7,1  | 7       | 16,7 |
| Börek/Hamur<br>İşleri            | 12      | 28,6 | 11        | 26,2 | 6     | 14,3 | 15      | 35,7 | 11    | 26,2 | 10      | 23,8 |
| Pilav/makarna                    | 5       | 11,9 | 4         | 9,5  | 1     | 2,4  | 4       | 9,5  | 32    | 76,2 | 32      | 76,2 |

Genel olarak yemeklerde kullanılan yağ türleri incelendiğinde, çorbalarda HG %38.1'i zeytinyağ kullanırken, KG %47.6'sı tereyağı kullanmaktadır. Salatalarda (HG: %85.7, KG:% 92.9), soğuk yenilen sebze yemeklerinde (HG:% 76.2, KG:% 90.5), soğuk yenilen kuru baklagil yemeklerinde (HG: %64.3, KG:%81.0), etli/etsiz kurubaklagil yemeklerinde (HG:% 61.9, KG:% 50) her iki grup için de en çok tercih edilen yağ zeytinyağ olmuştur. Et yemeklerinde HG %35.7'si yağsız, KG ise %40.5'i zeytinyağ kullanılmakta olup her iki grup içinde pilav/makarna yapılırken (HG:% 76.2, KG:% 76.2) tereyağ kullanılmaktadır. Börek/hamur işlerinde KG 35,7'si zeytinyağ kullanırken, HG 28,6'sı ayçiçek yağını tercih etmektedir.

Hasta ve Kontrol grubunda yer alan katılımcıların yemek yaparken kullandıkları pişirme yöntemlerine ilişkin test sonuçları Tablo 4.6.'te verilmiştir.

**Tablo 4.6.** Katılımcıların Kullandıkları Yemek Pişirme Yöntemleri

| Yemekler                                    | Sebze yemekleri<br>(etli/etsiz) |      |         |      | Kırmızı et |      |         |      | Tavuk eti |      |         |      | Balık |      |         |      | Yumurta |      |         |      |
|---------------------------------------------|---------------------------------|------|---------|------|------------|------|---------|------|-----------|------|---------|------|-------|------|---------|------|---------|------|---------|------|
| Gruplar                                     | Hasta                           |      | Kontrol |      | Hasta      |      | Kontrol |      | Hasta     |      | Kontrol |      | Hasta |      | Kontrol |      | Hasta   |      | Kontrol |      |
| Piştirme Yöntemleri                         | n                               | %    | n       | %    | n          | %    | n       | %    | n         | %    | n       | %    | n     | %    | n       | %    | n       | %    | n       | %    |
| Fırlnlama/Izgara/Teflon<br>Tavada (Yağısız) | 14                              | 33,3 | 7       | 16,7 | 7          | 16,7 | 7       | 16,7 | 14        | 33,3 | 19      | 45,2 | 17    | 40,5 | 28      | 66,7 | -       | -    | 2       | 4,8  |
| Az/Çok Suda<br>Piştirme/Buğulama            | 18                              | 42,9 | 17      | 40,5 | 6          | 14,3 | 7       | 16,7 | 8         | 19,0 | 6       | 14,3 | 4     | 9,5  | 1       | 2,4  | -       | -    | 2       | 4,8  |
| Haşlayıp<br>Süzdürme(Suyunu<br>Dökme)       | -                               | -    | -       | -    | 10         | 23,8 | 3       | 7,1  | 13        | 31,0 | 3       | 7,1  | -     | -    | 1       | 2,4  | 33      | 78,6 | 27      | 64,3 |
| Buharda                                     | -                               | -    | 4       | 9,5  | -          | -    | -       | -    | -         | -    | 1       | 2,4  | 2     | 4,8  | -       | -    | -       | -    | -       | -    |
| Kavurma                                     | 9                               | 21,4 | 7       | 16,7 | 2          | 4,8  | 11      | 26,2 | 1         | 2,4  | 7       | 16,7 | 1     | 2,4  | -       | -    | 1       | 2,4  | 5       | 11,9 |
| Köz/Mangal Gibi Direkt<br>Ateşte            | -                               | -    | -       | -    | -          | -    | 1       | 2,4  | -         | -    | 2       | 4,8  | 2     | 4,8  | 1       | 2,4  | -       | -    | -       | -    |
| Yağda Kızartma                              | -                               | -    | -       | -    | 5          | 11,9 | 1       | 2,4  | 2         | 4,8  | 1       | 2,4  | 13    | 31,0 | 9       | 21,4 | 8       | 19,0 | 5       | 11,9 |
| Düdüklü/Basınçlı<br>Tencere                 | 1                               | 2,4  | 7       | 16,7 | 12         | 28,6 | 11      | 26,2 | 2         | 4,8  | 2       | 4,8  | -     | -    | -       | -    | -       | -    | -       | -    |
| Piştirmiyor                                 | -                               | -    | -       | -    | -          | -    | 1       | 2,4  | 2         | 4,8  | 1       | 2,4  | 3     | 7,1  | 2       | 4,8  | 3       | 7,1  | 2       | 4,8  |

Yemekler pişirme yöntemleri incelendiğinde, sebze yemeklerini her iki grup için de en çok tercih edilen az suda pişirme yöntemi olmuştur (HG %42.9, KG %40.5).

Kırmızı et pişirirken, düdüklü/basınçlı tencere kullanımı (HG: %28,6, KG:% 26,2), sebze yemeklerinde az/çok suda pişirme/buğulama (HG:%42,9, KG:%40,5), tavuk eti yemeklerinde fırınlama/ızgara/teflon tavada (yağsız) (HG: %33.3, KG:%45,2), balık pişirirken (HG:% 40,5 KG:%6,7), her iki grup için de en çok tercih edilen fırınlama/ızgara/teflon tavada (yağsız) olmuştur. Her iki grup için de yumurta için haşlama yöntemi (HG:% 76.2, KG:% 76.2) kullanılmaktadır.



Katılımcıların zararlı alışkanlıklarının olup olmama durumuna ait yapılan test sonuçları Tablo 4.7.'da verilmiştir.

**Tablo 4.7.** Katılımcıların Zararlı Alışkanlıklara Ait Bilgileri

|                        | Hasta Grubu |       | Kontrol Grubu |      |
|------------------------|-------------|-------|---------------|------|
|                        | n           | %     | n             | %    |
| <b>Sigara Tüketimi</b> |             |       |               |      |
| Evet                   | 6           | 14,3  | 8             | 19,0 |
| Hayır                  | 36          | 85,7  | 33            | 78,6 |
| Bıraktım               | -           | -     | 1             | 2,4  |
| <b>Alkol Tüketimi</b>  |             |       |               |      |
| Evet                   | -           | -     | 9             | 21,4 |
| Hayır                  | 42          | 100,0 | 33            | 78,6 |

Hasta grubunda sigara tüketen katılımcı sayısı %14,3 (n=6) sigara tüketmeyen katılımcı sayısı ise %85,7'dir (n=36). Hasta grubunda alkol tüketen katılımcı yoktur.

Kontrol grubunda sigara tüketen katılımcı sayısı %19,0 (n=8) sigara tüketmeyen katılımcı sayısı ise %78,6'dır (n=33). Yalnızca 1 kişi sigarayı bırakmıştır. Kontrol grubunda katılımcıların %78,6'sı (n=33) alkol tüketmektedir.

İki gruba ilişkin besin tüketim sıklıklarına ilişkin karşılaştırmalar Tablo 8’da sunuldu.

**Tablo 4.8.** Besin Tüketim Sıklıklarına İlişkin Karşılaştırmalar

| Miktar            | Hasta Grubu |        | Kontrol Grubu |        | t     | p             |
|-------------------|-------------|--------|---------------|--------|-------|---------------|
|                   | $\bar{x}$   | SD     | $\bar{x}$     | SD     |       |               |
| Süt               | 255,77      | 152,53 | 224,0         | 66,33  | 0,971 | 0,338         |
| Ayran             | 270,0       | 106,69 | 217,65        | 57,58  | 2,678 | <b>0,009*</b> |
| Dondurma          | 89,29       | 40,08  | 84,0          | 31,35  | 0,457 | 0,651         |
| Yoğurt            | 230,95      | 109,29 | 236,59        | 121,97 | 0,222 | 0,825         |
| Peynir            | 55,71       | 23,49  | 55,0          | 23,81  | 0,138 | 0,890         |
| Kefir             | 200,0       | 0,0    | 171,42        | 75,59  | 1,000 | 0,356         |
| Kırmızı Et        | 116,43      | 35,80  | 130,49        | 31,93  | 1,889 | 0,063         |
| Tavuk Eti         | 105,0       | 27,47  | 129,02        | 27,79  | 3,609 | <b>0,001*</b> |
| Hindi             | 120,0       | 32,86  | 130,0         | 48,16  | 0,420 | 0,683         |
| Balık             | 151,83      | 61,97  | 213,16        | 41,40  | 5,130 | <b>0,001*</b> |
| Yumurta           | 1,05        | 0,22   | 1,23          | 0,48   | 2,101 | <b>0,04*</b>  |
| Kuru baklagiller  | 115,85      | 34,34  | 127,38        | 38,57  | 1,437 | 0,155         |
| Sebzeler          | 190,48      | 61,72  | 197,62        | 41,24  | 0,624 | 0,535         |
| Meyveler          | 3,89        | 2,19   | 2,0           | 1,10   | 4,825 | <b>0,001*</b> |
| Zeytin            | 6,25        | 3,06   | 6,92          | 3,38   | 0,912 | 0,365         |
| Ceviz vb.         | 8,95        | 5,20   | 5,28          | 3,07   | 3,931 | <b>0,001*</b> |
| Beyaz Ekmek       | 86,29       | 28,01  | 51,08         | 21,94  | 5,176 | <b>0,001*</b> |
| Tam tahıllı ekmek | 50,19       | 60,11  | 58,93         | 37,28  | 0,655 | 0,516         |
| Yağlı ekmek       | 75,0        | 0,0    | 57,14         | 18,89  | 2,500 | <b>0,047*</b> |
| Pirinç            | 203,94      | 108,04 | 160,81        | 63,61  | 2,114 | 0,039         |
| Bulgur            | 166,67      | 62,12  | 158,33        | 50,0   | 0,637 | 0,526         |
| Makarna vb.       | 89,28       | 20,76  | 113,51        | 38,47  | 3,418 | <b>0,001*</b> |
| Bisküvi/kraker    | 3,17        | 1,33   | 3,64          | 2,11   | 0,799 | 0,429         |
| Unlu mamuller     | 2,09        | 0,83   | 1,7           | 1,29   | 1,234 | 0,223         |
| Tereyağı          | 14,87       | 6,01   | 17,0          | 9,39   | 1,196 | 0,235         |
| İç yağ            | 17,5        | 5,0    | 16,67         | 16,33  | 0,097 | 0,925         |
| Margarin          | 23,57       | 9,28   | 18,33         | 16,02  | 0,929 | 0,365         |
| Zeytinyağı        | 35,95       | 14,66  | 28,92         | 14,37  | 2,217 | <b>0,029*</b> |
| Ayçiçek yağı      | 33,64       | 17,28  | 32,90         | 15,95  | 0,176 | 0,861         |
| Şeker             | 12,5        | 4,85   | 22,25         | 20,29  | 2,035 | 0,054         |
| Çikolata/gofret   | 18,57       | 12,77  | 16,67         | 14,12  | 0,434 | 0,666         |
| Reçel             | 13,68       | 8,79   | 11,95         | 6,16   | 0,747 | 0,460         |
| Bal               | 10,44       | 3,96   | 10,14         | 1,94   | 0,389 | 0,699         |
| Pekmez            | 12,11       | 4,51   | 10,19         | 3,77   | 1,592 | 0,118         |
| Kahve             | 100,0       | 50,33  | 150,77        | 105,21 | 2,287 | <b>0,012*</b> |
| Çay               | 428,71      | 266,70 | 452,5         | 223,01 | 0,430 | 0,668         |
| Bitki çayı        | 226,08      | 86,43  | 224,0         | 87,93  | 0,083 | 0,934         |

$\bar{x}$  : ortalama; SD: Standart sapma. t; Student t test

Hasta grubu ile kontrol grubu arasında ayran tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t: 2,678;  $p<0,05$ ).

Hasta grubu ile kontrol grubu arasında tavuk eti tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t:3,609;  $p<0,05$ ). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında balık tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t:5,130;  $p<0,05$ ). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında yumurta tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t: 2,101;  $p<0,05$ ). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında meyve tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t:4,825;  $p<0,05$ ). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında ceviz vb. tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t: 3,931;  $p<0,05$ ). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında beyaz ekmek tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t:5,176;  $p<0,05$ ). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında makarna vb. tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t: 3,418;  $p<0,05$ ).

İki gruba ait biyokimyasal sonuçları Student t testi ile karşılaştırılarak sonuçlar Tablo 9' da sunuldu.

**Tablo 4.9.** Biyokimyasal Analizlere İlişkin Karşılaştırmalar

|                            | Hasta Grubu |       | Kontrol Grubu |       | t     | p             |
|----------------------------|-------------|-------|---------------|-------|-------|---------------|
|                            | $\bar{x}$   | SD    | $\bar{x}$     | SD    |       |               |
| Hemoglobin (g/dL)          | 11,75       | 1,03  | 12,91         | 1,01  | 5,177 | <b>0,001*</b> |
| Açlık glikoz(mg/dL)        | 97,62       | 20,10 | 92,95         | 11,36 | 1,312 | 0,193         |
| HbA1c (%)                  | 5,15        | 0,26  | 5,00          | 0,46  | 1,842 | 0,070         |
| Toplamkolesterol (mg/dL)   | 217,10      | 27,26 | 192,01        | 33,12 | 3,790 | <b>0,001*</b> |
| HDL-kolesterol (mg/dL)     | 55,71       | 6,97  | 54,03         | 10,30 | 0,877 | 0,384         |
| LDL-kolesterol (mg/dL)     | 130,83      | 26,20 | 118,44        | 27,94 | 2,096 | <b>0,039*</b> |
| Trigliserit (mg/dL)        | 155,79      | 32,70 | 103,05        | 37,69 | 6,848 | <b>0,001*</b> |
| Total kolesterol/HDL oranı | 3,95        | 0,65  | 3,63          | 0,75  | 2,054 | <b>0,043*</b> |
| SGOT (U/L)                 | 21,33       | 4,22  | 17,92         | 8,17  | 2,402 | <b>0,019*</b> |
| SGPT (U/L)                 | 22,43       | 7,67  | 17,66         | 7,77  | 2,829 | <b>0,006*</b> |
| Total Protein (g/dL)       | 72,07       | 3,89  | 69,77         | 3,46  | 2,859 | <b>0,005*</b> |
| Albumin (g/dL)             | 42,30       | 2,83  | 42,73         | 2,03  | 0,802 | 0,425         |
| Ürik asit (mg/dL)          | 4,34        | 0,70  | 4,42          | 0,98  | 0,416 | 0,679         |
| Ca (mg/dL)                 | 9,69        | 3,26  | 9,46          | 0,56  | 0,450 | 0,654         |
| Demir (µg/dL)              | 72,13       | 12,05 | 81,43         | 62,72 | 0,943 | 0,351         |
| Ferritin (ng/mL)           | 53,80       | 26,29 | 30,25         | 23,20 | 4,351 | <b>0,001*</b> |
| Folik asit (ng/mL)         | 9,35        | 3,19  | 7,59          | 2,32  | 2,872 | <b>0,005*</b> |
| B12 vitamini(pg/mL)        | 319,60      | 93,56 | 327,81        | 80,49 | 0,431 | 0,667         |
| D vitamini (µg/L)          | 11,51       | 9,73  | 22,97         | 14,19 | 4,315 | <b>0,001*</b> |
| CRP (mg/dL)                | 1,94        | 3,06  | 1,56          | 0,71  | 0,769 | 0,446         |
| T3 (pmol/L)                | 3,36        | 0,81  | 2,60          | 0,55  | 5,035 | <b>0,001*</b> |
| T4 (pmol/L)                | 1,07        | 0,20  | 1,62          | 2,07  | 1,718 | 0,093         |



**Tablo 4.9.(Devamı) Biyokimyasal Analizlere İlişkin Karşılaştırmalar**

|                   | <b>Hasta Grubu</b> |           | <b>Kontrol Grubu</b> |           | <b>t</b> | <b>p</b> |
|-------------------|--------------------|-----------|----------------------|-----------|----------|----------|
|                   | $\bar{x}$          | <b>SD</b> | $\bar{x}$            | <b>SD</b> |          |          |
| TSH ( $\mu$ U/mL) | 2,01               | 0,69      | 1,78                 | 0,66      | 1,557    | 0,123    |
| CEA (ng/mL)       | 4,46               | 2,41      | -                    | -         | -        | -        |
| Ca 125 (U/mL)     | 20,05              | 8,27      | -                    | -         | -        | -        |
| Ca 19-9 (U/mL)    | 10,90              | 5,56      | -                    | -         | -        | -        |
| Ca 15 (U/mL)      | 34,14              | 54,27     | -                    | -         | -        | -        |

$\bar{x}$  : ortalama; SD: Standart sapma; t; Student t test

Hasta grubu ile kontrol grubu arasında hemoglobin düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur (t: 5,177; p<0,05). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında total kolesterol düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur (t:3,790; p<0,05). Hasta grubu ile kontrol grubu arasında LDL düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur (t: 2,096; p<0,05).

## 4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Meme kanserinin ortaya çıkma nedeni olarak genelde genetik ve genetik olmayan faktörlerden kaynaklandığı bilinmektedir (Milne, R. L et al., 2010). Çalışmada kemoterapi tedavisi alan meme kanseri hastalarının 42'si hasta grubu 42'si kontrol grubu olacak şekilde toplamda 84 kişi üzerinden tanı öncesi ve sonrası beslenme durumlarının karşılaştırılmasını amaçlamaktadır. Buradan hareketle bireylerin sosyodemografik özellikleri, antropometrik ölçüm sonuçları ve genel sağlık durumları değerlendirilmiştir.

### 5.1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Sonuçlar

Yaş değişkeninin meme kanseri hastalığı için bir risk faktörü olduğu bilinmektedir (Hulka, B. S., & Moorman, P. G., 2008). Çalışmamızda hasta grubunda bulunan bireylerin %57,1'i 40-49 yaş grubu arasında, kontrol grubunda ise 40-49 yaş grubunda olan katılımcı sayısı %35,7'dir. Hasta grubuna ait yaş ortalaması  $47,1 \pm 7,72$  iken, kontrol grubunda  $40,0 \pm 10,67$  olarak saptanmıştır. Alim Erzurum, (2016) meme kanseri tanısı almış bireyler üzerinden yapmış olduğu doktora tezinde hasta grubu için 40-49 yaş grubunda olan bireyler katılımın %25'ini oluştururken yaş ortalaması  $51,8 \pm 12,9$  ve kontrol grubu için 40-49 yaş grubunda olan bireyler katılımın %22,5'i oluşturmuştur. Kontrol grubuna ait yaş ortalaması  $50,9 \pm 13,05$  olarak hesaplanmıştır (Erzurum Alim N, 2016). Başka bir çalışmada meme kanseri tanısı alan bireylerin %31,8'inin 40-49 yaş grubunda olduğu görülmüştür (Mohite, V. R., Pratinidhi, A. K., & Mohite, R. V., 2015). Toklu, (2017), meme kanseri tanısı almış bireyler üzerinden yapmış olduğu yüksek lisans tezinde yaş gruplarında 40 yaşın altındakiler ve 40 yaşın üzerindeki diye ayırmış ve hasta grubunda yaş ortalamasını  $50,1 \pm 11,02$  olarak, kontrol grubunda ise yaş ortalamasını  $52,3 \pm 9,92$  olarak hesaplamıştır (Toklu, H., 2017). Türkiye'de meme kanseri hastalığı 25-49 yaş grubunda yer alan kadınlarda gerçekleşmektedir. Buradan hareketle meme kanseri, orta yaş grubu bir hastalıktır sonucuna ulaşılabilmektedir.

Medeni durum değişkeni incelendiğinde hasta grubunda evli olan katılımcılar toplam katılımın %57,1'ini oluştururken kontrol grubunda evli olan katılımcılar toplam katılımın %71,4'ünü oluşturmuştur. Benzer iki çalışmada medeni durumlar hasta grubunda ve kontrol grubunda %90'nın üzerindedir (Erzurum Alim N., 2016; Toklu, H., 2017).

Meme kanseri için diğ er önemli bir risk faktörü de aile de meme kanseri öyküsünün olup olmama durumudur. Çalışmamızda hasta grubunda yer alan bireylerin %50'sinde ailesinde kanser öyküsünün olduğu kontrol grubunda yer alan bireylerin ailesinde kanser öyküsü olmadığı belirlenmiştir. Çalışmamıza paralel olarak Erkan, (2019) yüksek lisans tezinde ailesinde kanser öyküsü durumunu incelemiş ve ailede kanser öyküsünün yalnızca hasta grubunda olduğunu belirtmiştir (Yücel, S., & Erkan, A., 2019).

Katılımcıların sigara ve alkol tüketimleri incelendiğinde; hasta grubunun %14,3'  kontrol grubunun ise %19'u sigara tüketmektedir. Alkol tüketiminde ise hasta grubunun alkol tüketmediği kontrol grubunda ise alkol tüketen katılımcı sayısı %21,4'tür. Yapılan bir çalışma sonrası katılımcıların sigara ve alkol tüketimleri incelenmiş ve sigara ve alkol tüketiminin meme kanseri riskini artırdığı belirlenmiştir (M rch, L. S et al., 2007). Ayrıca sigara kullanımının meme kanseri ile arasında bir ilişki olmadığı gösteren bazı çalışmalarda bulunmaktadır (Lash, T. L., & Aschengrau, A, 2002; Fink, A. K & Lash, T. L, 2003).

Erken yaşta gerçekleşen menarşın meme kanseri riskini artırdığı bilinmektedir (Winters, S., Martin, C., Murphy, D., & Shokar, N. K., 2017).

Çalışmada katılımcıların menarş yaşı hasta grubunda ve kontrol grubunda merkezi eğilim ölçülerinden ortanca değeri kullanarak 13 olarak belirlenmiştir. Başka bir çalışmada hasta grubunda  $14,6 \pm 1,79$  yıl, kontrol grubunda ise  $15,4 \pm 1,9$  yıl olarak bulunmuştur (Kim, E. Y et al, 2007). Başka bir çalışmada 8421 meme kanseri vakasıyla çalışma gerçekleştirilmiş ve 12 yaş ve altında menarş olan kadınların 12 yaş üzerinde menarş olan kadınlara göre meme kanseri riskinin 1,17 kat fazla olduğu belirlenmiştir (Tamimi RM, Spiegelman D, Smith-Warner SA. et al., 2016).

## **5.2. Bireylerin Antropometrik  l  mlerine İlişkin Sonuçlar**

Hasta grubuna ait v c t ağırlıkları (kg) incelendiğinde; hasta grubunda yer alan bireylerin  $70,21 \pm 7,91$  kg, kontrol grubunda yer alan bireylerin ise  $66,52 \pm 12,32$  kg olarak hesaplanmıştır. Yapılan Student t testi sonucu iki grup arasında v c t ağırlığı açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ). Benzer bir çalışmada katılımcıların v c t ağırlıkları ölçülmüş ve hasta grubu için  $3,36 \pm 11,48$  kg, kontrol grubu için  $74,23 \pm 15,75$  kg olarak hesaplanmış ve iki grup arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır ( $p > 0,05$ )(Yücel, S., & Erkan, A., 2019).

Benzer başka bir çalışmada katılımcıların vücut ağırlıkları ölçülmüş ve hasta grubu için  $78,5 \pm 14,5$  kg, kontrol grubu için  $79,5 \pm 14,02$  kg olarak hesaplanmış ve iki grup arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunamamıştır ( $p>0,05$ ) (Toklu, H., 2017).

Hasta grubunda beden kütle indeksi  $27,27 \pm 3,47$  kg/m<sup>2</sup> iken kontrol grubunda beden kütle indeksi  $24,85 \pm 4,22$  kg/m<sup>2</sup>'dir. İki grup arasında yapılan Student t testi sonucu istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t:2,849$ ;  $p<0,05$ ). Bir çalışmada bizim çalışmamızdan farklı olarak hasta grubuna ait beden kütle indeksi  $28,1 \pm 6,75$  kg/m<sup>2</sup> iken kontrol grubunda beden kütle indeksi  $30,1 \pm 6,18$  kg/m<sup>2</sup> olarak verilmiş ve iki grup arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanamamıştır ( $p>0,05$ ) (Erzurum Alim N., 2016).

Başka bir çalışma da bizim çalışmamızdan farklı olarak hasta grubuna ait beden kütle indeksi  $31,21 \pm 6,07$  kg/m<sup>2</sup> iken kontrol grubunda beden kütle indeksi  $30,3 \pm 5,1$  kg/m<sup>2</sup> olarak verilmiş ve iki grup arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanamamıştır ( $p>0,05$ ) (Toklu, H., 2017).

Çalışmamızda hasta grubuna ait boy uzunluğu  $1,61 \pm 0,04$  m, kontrol grubunun boy uzunluğu  $1,64 \pm 0,05$  m olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında yapılan Student t testi sonucu istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t: 2,795$ ;  $p<0,05$ ). Benzer bir çalışmada hasta grubunun boy uzunluğu  $1,58 \pm 0,06$  m, kontrol grubunun boy  $1,62 \pm 0,05$  m olarak bulunmuştur. Kontrol grubundakilerin boylarının uzunluğu hasta grubuna göre önemli olarak yüksek bulunmuştur ( $p< 0,05$ )(Toklu, H, 2017). Başka bir çalışmada çalışmamızdan farklı olarak boy uzunluğu (cm) hasta grubunda  $161,5 \pm 6,29$  cm olarak, kontrol grubunda ise  $160,1 \pm 6,66$  cm olarak hesaplanmıştır. Bu iki grup arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunamamıştır ( $p>0,05$ )(Erzurum Alim N., 2016).

Çalışmamızda bel çevresi (cm) hasta grubunda  $91,15 \pm 10,11$  cm, kontrol grubunda ise  $85,95 \pm 12,25$  cm olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında bel çevresi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık vardır ( $p<0,05$ ). Çalışmamız ile benzer bir çalışmada bel çevresi (cm) hasta grubunda  $84,5 \pm 8,96$  cm, kontrol grubunda ise  $91,0 \pm 11,13$  cm olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında bel çevresi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık vardır ( $p<0,05$ )(Erzurum Alim N, 2016).

Çalışmamızda kalça çevresi (cm) hasta grubunda  $108,95 \pm 8,01$  cm, kontrol grubunda ise  $106,40 \pm 10,265$  cm olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında bel çevresi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık yoktur ( $p>0,05$ ). Çalışmamız ile benzer bir çalışmada kalça çevresi (cm) hasta grubunda  $108,4 \pm 8,97$  cm, kontrol grubunda ise  $111,9 \pm 10,78$  cm olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında bel çevresi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık vardır ( $p<0,05$ )(Erzurum Alim N., 2016). İki grup arasında bel çevresi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık yoktur ( $p>0,05$ )(Erzurum Alim N., 2016).

### 5.3. Bireylerin Beslenme Durumlarına İlişkin Sonuçlar

İnsanların beslenme alışkanlıkları ile insan sağlığı arasında bir ilişki bulunmaktadır (Özçelik, A. Ö, 2000). Çalışmada yer alan bireylerden hasta grubunda yer alan bireylerin %33,3'ü 5 öğün %33,3'ü ise 6 öğün ve yalnızca %4,8'i üç öğün beslenmektedir. Kontrol grubunda yer alan bireylerin ise %38,1'i üç öğün %26,2'si ise 4 öğün beslenmektedir. Alim Erzurum, (2016) çalışmasında iki grup içinde katılımcıların günde üç öğün tüketme alışkanlığının diğer öğünlere göre fazla olduğu görülmüştür. Bu çalışmada bulunan hasta grubunun öğün tüketim sayısı ile bizim çalışmamızda yer alan hasta grubunun öğün tüketimi sayısı birbirinden farklıdır (Erzurum Alim N., 2016).

Çalışmamızda hasta grubunda yer alan katılımcıların %38,1'i öğün atlamaktadır. Kontrol grubunda ise öğün atlayan katılımcı sayısı %45,2'dir. Hasta ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların hepsi “öğle” öğünü atlamıştır. Öğün atlama nedeni olarak en çok yüzde iki grup içinde “sabahları geç kalkıyor” seçeneği olmuştur. Benzer bir çalışmada katılımcıların %34'ü öğün atlamıştır ve öğün atlama nedeni %67,6 ile “sabahları geç kalkıyor” seçeneği olmuştur. Ayrıca iki çalışma içinde öğün saatleri hafta içi ve sonu düzenli değildir sonucuna ulaşılmıştır (Şahin Kaya, A., 2019).

Çalışmamızda katılımcıların yemek yeme hızlarına ilişkin sonuçlar yer almaktadır. Hasta grubunda yemek yeme hızı “hızlı” olan katılımcı sayısı %45,2; yemek yeme hızı “orta” olan katılımcı sayısı %40,5'tir. Kontrol grubunda ise yemek yeme hızı “orta” olan katılımcı sayısı %61,9; yemek yeme hızı “hızlı” olan katılımcı sayısı %19,1'dir. Genel olarak bakıldığında hasta grubu kontrol grubuna göre hızlı yemek yemektedir. Benzer bir çalışma bireylerin yemek yeme hızlarını bu çalışmada da hasta grubunun yemek yeme hızının kontrol grubunda yer alan bireylere göre hızlı olduğu sonucuna ulaşmıştır (Erzurum Alim N., 2016).

Çalışmada ayçiçek yağının tüketimi en çok sıcak sebze yemeklerinde olmuştur. Hasta grubunda ayçiçek yağının tüketimi sıcak sebze yemekleri için %52,4; kontrol grubunda ise %26,2'dir. Zeytinyağı kullanımı iki grup içinde oldukça yüksektir. Salata için kullanılan zeytinyağı oranı hasta grubunda %85,7 kontrol grubunda %92,9 olarak saptanmıştır. Soğuk yenen sebze yemekleri için hasta grubunda zeytinyağı kullanım oranı %76,2; kontrol grubunda %90,5'tir. Benzer bir çalışmada bireylerin salatalarda, soğuk sebze ve kurubaklagil yemeklerinde benzer oranlarda kullanılmıştır. Pilav ve makarna için ise tereyağı kullanıldığı saptanmıştır. Bu sonuç bizim çalışmamızla örtüşmektedir (Erzurum Alim N., 2016). Besin gruplarında meme kanserinin risklerinin araştırıldığı bir çalışmada tereyağı tüketiminin hasta grubunda kontrol grubuna göre daha yüksek olduğunu göstermiştir (Vahid, F et al, 2008).

Bizim çalışmamızda ise bu çalışmanın tam tersi yönünde kontrol grubunda yer alan bireylerin tereyağ kullanımı daha yüksek çıkmıştır.

Pişirme teknikleri incelendiğinde fırınlama/ızgara/teflon tavada pişirme tekniği, az veya çok suda pişirme haşlama ve kavurma teknikleri çalışmamızda en çok tercih edilen tekniklerdir. Sebze yemeklerinin pişirilmesi sürecinde belirtilen tekniklerin kullanımına göre hasta grubunun bu teknikleri kullanması kontrol grubunun aynı teknikleri kullanımına göre daha fazla olduğu görülmüştür. Kırmızı etlerin pişirilmesinde hasta grubunda fırınlama/ızgara/teflon tavada pişirme tekniği kontrol grubuna göre yüksektir. Az veya çok suda pişirme veya haşlama tekniği yine kırmızı etlerde hasta grubunda kontrol grubuna göre düşüktür. Ayrıca haşlayıp süzdürme tekniği kırmızı etin pişirilmesinde hasta grubunda daha yüksektir.

Tavuk etinin pişirilmesinde hasta grubunda az veya çok suda pişirme/buğulama ve haşlayıp süzdürme tekniği yüksek çıkmıştır. Fırınlama/ızgara/teflon tavada pişirme tekniği tavuk etinin pişirilmesi tekniğine göre kontrol grubunda daha yüksek çıkmıştır. Balık etinin pişirilmesinde en çok tercih edilen yöntem fırınlama/ızgara/teflon tavada pişirme tekniğidir. Bu tekniğin kullanımı kontrol grubunda daha yüksektir. Yumurtanın en çok tercih edilen tekniği haşlayıp süzme tekniğidir. Bu tekniğin kullanımı hasta grubunda daha yüksektir. Çalışmamıza paralel olarak yapılan tez çalışmasında hasta ve kontrol grubuna göre en çok tercih edilen yöntem fırınlama/ızgara/teflon tavada pişirme tekniğidir. Fakat balık pişirmede hasta grubunun bizim çalışmamızdan farklı olarak yağda pişirmeyi tercih ederken kontrol grubunda balık pişirme tekniği aynıdır. Yine farklı olarak çalışmamızda yumurta pişirme tekniğinde bireylerin kızartma tekniğinin hasta grubunda daha çok tercih edildiği fakat benzer çalışmada bu durumun kontrol grubunda daha çok tercih olduğu görülmüştür (Erzurum Alim N., 2016).

#### **5.4. Besin Tüketim Sıklığına İlişkin Sonuçlar**

Süt tüketimi hasta grubunda  $255,77 \pm 152,53$  ml, kontrol grubunda ise  $224,0 \pm 66,33$  ml olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında süt tüketimi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunamamıştır ( $p > 0,05$ ).

Erzurum Alim, (2016) doktora tezinde süt tüketimini hasta grubunda  $38,4 \pm 57,7$  ml ve kontrol grubunda  $41,6 \pm 58,66$  ml olarak hesaplanmıştır. Benzer olarak bu tez çalışmasında da iki grup arasında süt tüketimi açısından önemli farklılık bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

Tavuk eti tüketimi hasta grubunda  $105,0 \pm 27,47$  gram, kontrol grubunda  $129,02 \pm 27,79$  gram olarak belirlenmiştir. İki grup arasında tavuk eti tüketimi bakımından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Erzurum Alim, (2016) doktora tezinde besin tüketim sıklıklarını incelemiş ve tavuk eti tüketiminde hasta grubu  $35,4 \pm 20,37$  gram, kontrol grubunda ise  $33,3 \pm 21,35$  gram olduğunu saptamıştır ve iki grup arasında tavuk eti tüketimi bakımından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunamamıştır. Katılımcıların tavuk tüketimi karşılaştırıldığında referans çalışmaya göre tavuk eti tüketimi yaklaşık 4 kattır ve iki çalışma karşılaştırıldığında Erzurum Alim, (2016) tavuk eti tüketimi bakımından farklılık bulmamışken bizim çalışmamızda tavuk eti tüketimi bakımından istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur. Kontrol grubunun tavuk etini olarak daha çok tükettiği saptanmıştır.

Yumurta tüketimi hasta grubunda  $1,05 \pm 0,22$ , kontrol grubunda  $1,23 \pm 0,48$  olarak belirlenmiştir. İki grup arasında yumurta tüketimi bakımından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Wu et al. (2016) ve Farwid et al. (2014) çalışmalarında benzer olarak iki grup arasında yumurta tüketimi bakımından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptamışlardır.

Ekmek tüketimi incelendiğinde beyaz ekmek tüketimi hasta grubunda  $86,29 \pm 28,01$  gr ve kontrol grubunda  $51,08 \pm 21,94$  gr olarak belirlenmiştir. İki grup arasında beyaz ekmek tüketimi bakımından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Erzurum Alim, (2016) doktora tezinde çalışmamızdan farklı olarak ekmek (tuzsuz) tüketimini hasta grubunda  $59,7 \pm 73,1$  gr ve kontrol grubunda  $70,7 \pm 66,93$  gr olarak hesaplamıştır ve iki grup arasında ekmek tüketimi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulamamıştır.

Taze meyve tüketimi incelendiğinde hasta grubu ve kontrol grubu arasında meyve tüketimi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Erzurum Alim, (2016)'nin yapmış olduğu doktora tezinde meyve tüketimi incelenmiş ve çalışmaya benzer olarak iki grup arasında meyve tüketimi açısından istatistiksel olarak önemli farklılık saptanmıştır.

Do et al. (2007), Koreli kadınlar üzerinde yapılan çalışmada meyve alımı ile meme kanseri riski arasındaki ilişki incelemiştir. 1999-2003 yılları arasında bireysel görüşme yoluyla diyetisyen tarafından besin tüketim sıklığı anketi uygulanmış ve meyve alımı ile meme kanseri riski arasında herhangi bir ilişki saptamamıştır (Van et al., 2005).

Avrupa Prospektif Kanseri ve Beslenme Araştırması (EPIC)'nda yaşları 25-70 arasında değişen 285.526 kadın üzerinde e meyve alımı ile meme kanseri insidansı arasındaki ilişki incelenmiştir ve meyve tüketimi ile meme kanseri riski arasında herhangi önemli bir ilişki saptayamamıştır.

Makarna tüketimi incelendiğinde hasta grubunda  $89,28 \pm 20,76$  gr ve kontrol grubunda  $113,51 \pm 38,47$  gr olarak belirlenmiştir. İki grup arasında beyaz ekmek tüketimi bakımından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Erzurum Alim, (2016) doktora tezinde çalışmamızdan farklı olarak makarna tüketimini hasta grubunda  $28,9 \pm 36,44$  gr ve kontrol grubunda  $19,6 \pm 16,69$  gr olarak hesaplamıştır ve iki grup arasında ekmek tüketimi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulamamıştır.

Zeytinyağı tüketimi hasta grubunda  $35,95 \pm 14,66$  ve kontrol grubunda  $28,92 \pm 14,37$  olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında zeytinyağı tüketimi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur. Zeytinyağı tüketim ortalaması hasta grubunda daha fazladır. Toklu, (2017) yüksek lisans tezinde zeytinyağı tüketiminin hasta ve kontrol grubunda farklı olduğu ve kontrol grubunda zeytinyağı tüketiminin daha fazla olduğunu belirlemiştir.

Kahve tüketimi hasta grubunda  $100,0 \pm 50,332$  ve kontrol grubunda  $150,77 \pm 105,216$  olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında kahve tüketimi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur. Harris et al. (2012), İsveç Mamografi Kohortu'nda invaziv meme kanseri olan 3243 kadın üzerinde kahve tüketimi ile sağkalım arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Kahve tüketiminin meme kanserine bağlı sağkalımı ve genel sağkalımı etkilemediği sonucuna ulaşmışlardır. Oh et al. (2015), yaşları 30-49 yıl aralığında değişen 42.099 kadın üzerinde kahve ve kafein alımı ile meme kanseri arasındaki ilişki incelemişlerdir. Daha yüksek kahve tüketimi olan kadınlarda günde 1-2 kupa kahve tüketen kadınlara göre azalan bir meme kanser riski saptamışlardır. Elde edilen bulgulara göre kahve tüketimi ve kafein alımının genel ve ER1/PR2 meme kanseri riskiyle negatif ilişkide olduğunu ortaya koymuştur.

### **5.5. Biyokimyasal Analizlere İlişkin Sonuçlar**

Hemoglobin düzeyi hasta grubunda  $11,75 \pm 1,03$  g/dL, kontrol grubunda ise  $12,91 \pm 1,01$  g/dL olarak hesaplanmış ve iki grup arasında hemoglobin düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Kontrol grubunun hemoglobin düzeyi hasta grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

Erzurum Alim, (2016) doktora tezinde çalışmamızdan farklı olarak hemoglobin düzeyini hasta grubunda  $12,6 \pm 1,14$  g/dL ve kontrol grubunda  $12,4 \pm 1,24$  g/dL olarak hesaplamıştır ve iki grup arasında hemoglobin düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulmamıştır.



Toplam kolesterol düzeyi hasta grubunda  $217,10 \pm 27,26$  g/dL, kontrol grubunda ise  $192,01 \pm 33,12$  g/dL olarak hesaplanmış ve iki grup arasında hemoglobin düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Hasta grubunun toplam kolesterol düzeyi kontrol grubuna göre daha yüksek çıkmıştır. Erzurum Alim, (2016) doktora tezinde toplam kolesterol düzeyini hasta grubunda  $211,9 \pm 37,88$  g/dL ve kontrol grubunda  $179,5 \pm 31,36$  g/dL olarak hesaplamıştır ve iki grup arasında hemoglobin düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptamıştır. Benzer olarak hasta grubunun toplam kolesterol düzeyi kontrol grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

Ray and Husain (2001), toplam kolesterolün ve trigliseritin meme karsinogenezinde önemli bir rolü olduğu belirtmişlerdir. Liu et al. (2012) çalışmasında 324 birey üzerinde metastaz varlığı ile serum lipidleri arasındaki ilişki incelenmiştir. İnceleme sonucunda Metastaz oranının toplam kolesterol ve LDL-kolesterol ile anlamlı derecede ilişkili olduğu saptamışlardır. Yüksek derece toplam kolesterol düzeylerinin meme kanserinde metastaz varlığı için bağımsız bir risk faktörü olduğunu saptamışlardır.

SGOT(U/L) değeri hasta grubunda  $21,33 \pm 4,223$ ; kontrol grubunda ise  $17,92 \pm 8,17$  olarak hesaplanmıştır. SGPT(U/L) değeri aritmetik ortalaması hasta grubunda  $22,43 \pm 7,67$ ; kontrol grubunda ise  $17,66 \pm 7,77$  olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında SGOT ve SGPT değerleri açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanmıştır. Bu değerler hasta grubunda daha yüksek çıkmıştır. Erzurum Alim, (2016) doktora tezinde SGOT(U/L) değeri aritmetik ortalaması hasta grubunda  $20,0 \pm 14,29$  ve SGPT (U/L) değeri  $23,1 \pm 17,49$  çıkmıştır. Kontrol grubunda SGOT(U/L) değeri  $21,6 \pm 7,5$  ve SGPT (U/L) değeri  $23,5 \pm 6,6$  olarak hesaplanmıştır ve çalışmamızla benzer olarak iki grup arasında SGOT ve SGPT değerleri açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanmıştır. Farklı olarak bu değerler kontrol grubunda daha yüksek çıkmıştır.

Ferritin değeri hasta grubunda  $53,80 \pm 26,29$  ng/mL kontrol grubunda ise  $30,25 \pm 23,20$  ng/mL olarak hesaplanmıştır. Folik asit değeri hasta grubunda  $9,35 \pm 3,198$  ng/mL kontrol grubunda ise  $7,59 \pm 2,32$  ng/mL olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında Ferritin ve Folik asit değerleri açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanmıştır. Ferritin ve folik asit değerlerinin hasta grubunda daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Erzurum Alim, (2016) tez çalışmasında Ferritin değeri hasta grubunda  $63,6 \pm 15,1$  ng/mL kontrol grubunda ise  $21,1 \pm 2,6$  ng/mL olarak hesaplanmıştır. Folik asit değeri hasta grubunda  $9,8 \pm 4,24$  ng/mL kontrol grubunda ise  $13,5 \pm 2,57$  ng/mL olarak hesaplamıştır.

İki grup arasında Ferritin ve Folik asit değerleri açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanmış ve Ferritin değerini çalışmamızla benzer olarak hasta grubunda daha yüksek bulurken folik asit değerini çalışmamızdan farklı olarak kontrol grubunda daha yüksek olarak saptamıştır.

D vitamini değeri hasta grubunda  $11,51 \pm 9,73$  µg/L kontrol grubunda ise  $22,97 \pm 14$  µg/L olarak hesaplanmıştır. İki grup arasında D vitamini değeri açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanmıştır ( $p < 0,05$ ) ve kontrol grubuna ait D vitamini değeri daha yüksek çıkmıştır. Erzurum Alim, (2016) tez çalışmasında D vitamini değeri hasta grubunda  $11,7 \pm 8,03$  µg/L kontrol grubunda ise  $24,5 \pm 5,55$  µg/L olarak hesaplamıştır. İki grup arasında D vitamini değeri açısından istatistiksel olarak önemli bir farklılık saptanmış ve çalışmamızla benzer olarak kontrol grubunda D vitamini değerini yüksek bulmuştur. Liu et al. (2012) Avusturalya'lı kadınlar üzerinde yürüttükleri çalışmada meme kanseri riski ile D vitamini durumu arasındaki ilişkiyi incelemiş ve tanı sırasında 75 nmol/L'nin altındaki 25(OH) D yoğunlaşmasının önemli biçimde daha yüksek meme kanseri riskiyle ilişkili olduğunu saptamışlardır. Shao et al. (2012) D vitamini değerinin meme kanseri türüne karşı anti-kanser özelliklere sahip olduğu belirtmişlerdir.

Ca 125 değeri hasta grubunda  $20,05 \pm 8,27$  U/mL olarak hesaplanmıştır. Erzurum Alim, (2016) tez çalışmasında Ca 125 değeri hasta grubunda  $20,6 \pm 21,09$  U/mL olarak hesaplamıştır. Kontrol grubunda bu değer hesaplanmadığı için istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemiştir. Fakat bu çalışma ile bizim çalışmamız arasında hasta grubuna ait Ca125 değeri neredeyse aynı çıkmıştır.

## 5.6. Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada meme kanserli bireylerin genel özellikleri, antropometrik ölçümleri, biyokimyasal ölçümleri ve beslenme alışkanlıkları incelenmiş ve elde edilen veriler kontrol grubundaki bireylerin verileri ile karşılaştırılarak ortaya çıkan sonuçlar aşağıda özetlenmiştir.

- Meme kanserli bireylerin (HG) yaş ortalaması  $47,10 \pm 7,720$  yıl, kontrol grubundaki (KG) bireylerin yaş ortalaması  $40,02 \pm 10,669$  yıldır.
- Meme kanserli bireylerin %57.1'i evli, %31'i bekar, %7.1'i dul, %4.8'i KG'deki bireylerin ise %71.4'ü evli, %28.6'sı bekadır.
- Meme kanserli bireylerin %50'sinin ailesinde meme kanseri öyküsü vardır. Ayrıca ailesinde kanser tanısı alan kişi sayısı hasta grubunda %69'dur.

- Hasta grubundaki bireylerin %66.6'sı en çok 5 ve 6 öğün tükettikleri, kontrol grubunda yer alan katılımcıların ise %38.1'i (n=16) 3 öğün beslendiği görülmüştür.
  - Hasta grubunda yer alan kadınların %38,1'inin (n=16) öğün atladığı, kontrol Hasta grubunun tamamı “öğle” öğününü atlarken, kontrol grubunun %52,4'ü (n=22) “öğle” öğününü atlamıştır. Hasta grubunda yer alan kadınların %37,5'i (n=6) sabahları geç kalktığı için öğün atladığı görülmüştür. Kontrol grubunda yer alan kadınların ise %23,8'i (n=10) sabahları geç kalktığı için öğün atladığı görülmüştür.
- HG'deki bireylerin %45.2'sinin hızlı, %4.8'inin çok hızlı KG'dekilerin ise %19.1'unun hızlı, %11.9'unun çok hızlı yemek yediklerini bulunmuştur.
- Genel olarak yemeklerde kullanılan yağ türleri incelendiğinde, çorbalarda HG %38.1'i zeytinyağ kullanırken, KG %47.6'sı tereyağı kullanmaktadır. Salatalarda (HG: %85.7, KG:% 92.9), soğuk yenen sebze yemeklerinde (HG:% 76.2, KG:% 90.5), soğuk yenen kuru baklagil yemeklerinde (HG: %64.3, KG:%81.0), etli/etsiz kurubaklagil yemeklerinde (HG:% 61.9, KG:% 50) her iki grup için de en çok tercih edilen yağ zeytinyağ olmuştur. Et yemeklerinde HG %35.7'si yağsız, KG ise %40.5'i zeytinyağ kullanılmakta olup her iki grup içinde pilav/makarna yapılırken (HG:% 76.2, KG:% 76.2) tereyağ kullanılmaktadır. Börek/hamur işlerinde KG 35,7'si zeytinyağ kullanırken, HG 28,6'sı ayçiçek yağını tercih etmektedir. İki grubun boy uzunluğu, vücut ağırlığı, BKİ, bel çevresi ortalama ölçümleri arasından istatistiksel olarak açıdan önemli bulunmuştur ( $p < 0.05$ ).
- Hasta grubunda üst kol orta çevresi  $30,07 \pm 2,649$  cm iken kontrol grubunda üst kol orta çevresi  $28,24 \pm 3,399$  cm'dir. İki grup arasında yapılan Student t testi sonucu istatistiksel olarak önemli farklılık bulunmuştur ( $t: 2,747; p < 0,05$ ).
- Hasta grubu ile kontrol grubu arasında ayran tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t: 2,678; p < 0,05$ ).
- Hasta grubu ile kontrol grubu arasında tavuk eti tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t: 3,609; p < 0,05$ ).
- Hasta grubu ile kontrol grubu arasında balık tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t: 5,130; p < 0,001$ ).
- Hasta grubu ile kontrol grubu arasında yumurta tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t: 2,101; p < 0,05$ ).
- Hasta grubu ile kontrol grubu arasında meyve tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t: 4,825; p < 0,001$ ).
- Hasta grubu ile kontrol grubu arasında ceviz vb. tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur ( $t: 3,931; p < 0,001$ ).

- Hasta grubu ile kontrol grubu arasında beyaz ekmek tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t:5,176; p<0,001).
  - Hasta grubu ile kontrol grubu arasında makarna vb. tüketim durumuna göre istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmuştur (t: 3,418; p<0,001).
  - HG’de serum total kolesterol düzeyi  $217,10 \pm 27,261$  mg/dL, KG’de  $192,01 \pm 33,123$  olarak belirlenmiştir ve aradaki fark istatistik olarak önemli bulunmuştur (p < 0.05).
  - HG’de serum LDL-kolesterol düzeyi  $130,83 \pm 26,202$  mg/dL, KG’de ise  $118,44 \pm 27,948$  mg/dL olarak belirlenmiş ve aradaki fark istatistiksel açıdan önemli bulunmuştur (p < 0.05).
- ❖ Meme kanserlerinde beslenme, hastalığın prognozu açısından önem taşımaktadır. Meme kanseri hastalarında, teşhis sonrası beslenme durum değerlendirmesi yapılmalıdır. Sağlıklı vücut ağırlığına ulaşmaları ve sürdürmeleri yönünde teşvik edilmelidir. Yağsız kütlenin korunması ve yağ kütlesinin artışının önlenmesi hedeflenmelidir.
- ❖ Sigara ve özellikle alkol kullanımının meme kanseri oluşumunda etkili faktörler arasında yer aldığı bilinmektedir. Bunların kullanımının sınırlandırılarak tamamen sonlandırılması meme kanserine karşı korunmada en yararlı ve en düşük maliyetli yöntem olabilir. Vücut ağırlığı kontrolünün sağlanması ve obezitenin azaltılması ile meme kanserinden korunma sağlanabilir. Beslenme müdahalesinde spesifikasyonlar hastanın beslenme durumuna göre belirlenmelidir ve beslenme alışkanlıkları, günlük beslenme düzeni, aktivite düzeyi ve kültürel tercihleri değerlendirilmelidir.

## 5.KAYNAKÇA

Aksoy, P. D. M., Başoğlu, P. D. S., Beyhan, P. D. Y., Ersoy, P. D. G., Garipağaoğlu, P. D. M., Özçelik, P. D. A. Ö., Tayfur, P. D. M., & Yıldırım, D. D. H. (2019). TÜBER. [https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat/db/Turkiye\\_Beslenme\\_Rehberi\\_TUBER\\_18\\_04\\_2019.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat/db/Turkiye_Beslenme_Rehberi_TUBER_18_04_2019.pdf).

Alim, N. E., & Kiziltan, G. (2016). Assessment of risk factors of obesity and diet on breast cancer in Ankara, Turkey. *Pakistan journal of medical sciences*, 32(6), 1537.

Alkan, Ş. B. & Rakıcıoğlu, N. (2021). Kanserin Önlenmesi ve Tedavisinde Polifenollerin Rolü. Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8 (2) , 372-379. DOI: 10.34087/cbusbed.814154

American Cancer Society 2020; <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/risk-and-prevention/lifestyle-related-breast-cancer-risk-factors.html> [Erişim Tarihi: 02.06.2020].

Aragón, F., Perdigón, G., & de LeBlanc, A. D. M. (2014). Modification in the diet can induce beneficial effects against breast cancer. *World journal of clinical oncology*, 5(3), 455.

Arzu, T. U. N. A., VURAL, G., & KARAASLAN, E. (2022) Meme Kanseri Hastalarında Risk Faktörlerinin Belirlenmesi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 6(2), 180-192.

Ata, A. M. (2016). Antropometrik Değerlendirmede Kas İskelet Sistemi Ultrasonografisinin Yeri.

Autier, P., Boniol, M., LaVecchia, C., Vatten, L., Gavin, A., Héry, C., & Heanue, M. (2010). Disparities in breast cancer mortality trends between 30 European countries: retrospective trend analysis of WHO mortality database. *Bmj*, 341.

Aydın, N., & Hosseini-zhad, (2022). F. Covid-19 Pandemisi Sürecinde Kanseri Hastalarının Yaşadığı Sorunlar: Nitel bir çalışma. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 16(3), 493-502.

Aydoğan, T., Cakcak, E., Şimşek, O., Erginöz, E., Aydoğan, F., Hatipoğlu, S., et al. (2013). Güncel çevresel risk faktörlerinin meme kanserine etkisi. *Bakırköy Tıp Dergisi*, 9, 176-182.

Bağca, B. G. (2022). Meme kanseri hücrelerinde anastaz fenomeninin tanımlanması. *Ege Tıp Dergisi*, 61(3), 387-396.

Bakanlığı, S. (2020). Sağlık Bakanlığı İstatistik Yıllığı 2018.

Bhardwaj, P., Au, C. C., Benito-Martin, A., Ladumor, H., Oshchepkova, S., Moges, R., & Brown, K. A. (2019). Estrogens and breast cancer: Mechanisms involved in obesity-related development, growth and progression. *The Journal of steroid biochemistry and molecular biology*, 189, 161-170.

Booth FW, Chakravarthy MV, Spangenburg EE. Exercise and gene expression: physiological regulation of the human genome through physical activity. *J Physiol*. 2002 Sep1;543(Pt 2):399-41.

Braakhuis, A. J., Campion, P., & Bishop, K. S. (2016). Reducing breast cancer recurrence: the role of dietary polyphenolics. *Nutrients*, 8(9), 547.

Braal, C. L., Hussaarts, K. G. A. M., Seuren, L., Oomen-de Hoop, E., de Bruijn, P., Buck, S. A. J., Bos, M. E. M. M., Thijs-Visser, M. F., Zuetenhorst, H. J. M., Mathijssen-van Stein, D., Vastbinder, M. B., van Leeuwen, R. W. F., van Gelder, T., Koolen, S. L. W., Jager, A., & Mathijssen, R. H. J. (2020). Influence of green tea consumption on endoxifen steady-state concentration in breast cancer patients treated with tamoxifen. *Breast cancer research and treatment*, 184(1), 107–113. <https://doi.org/10.1007/s10549-020-05829-6>

Brennan, S. F., Cantwell, M. M., Cardwell, C. R., Velentzis, L. S., & Woodside, J. V. (2010). Dietary patterns and breast cancer risk: a systematic review and meta-analysis. *The American journal of clinical nutrition*, 91(5), 1294-1302.

Bulut, G. & Rıdvanogulları, M. (2022). Erken Evre Meme Kanseri Hastalarında Patolojik Subtiplere Göre D Vitamin Eksikliği; Tek Merkez Deneyim. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 9 (2) , 256-261. DOI: 10.34087/cbusbed.1052112

Caan, B. J., Natarajan, L., Parker, B., Gold, E. B., Thomson, C., Newman, V., Rock, C.L., Pu, M., Al-Delaimy, W., & Pierce, J. P. (2011). Soy food consumption and breast cancer prognosis. *Cancer epidemiology, biomarkers & prevention: a publication of the American Association for Cancer Research, cosponsored by the American Society of Preventive Oncology*, 20(5), 854–858. <https://doi.org/10.1158/1055-9965.EPI-10-1041>.

Chajès, V., & Romieu, I. (2014). Nutrition and breast cancer. *Maturitas*, 77(1), 7-11.

Chandra, R. K. (2002). Nutrition and the immune system from birth to oldage. *European journal of clinical nutrition*, 56(3), S73-S76.

Clark, R. A., Snedeker, S., & Devine, C. (1998). Estrogen and Breast Cancer: What Factors Might Affect a Woman's Exposure to Estrogen, BCERF Fact Sheet No. 10.

De Cicco, P., Catani, M. V., Gasperi, V., Sibilano, M., Quaglietta, M., & Savini, I. (2019). Nutrition and breast cancer: a literature review on prevention, treatment and recurrence. *Nutrients*, 11(7), 1514.

Dede Ö. Hastanede uygulanan kanserden korunma ve erken teşhis programının kanserhastası yakınlarının bilgi, tutum ve davranışlarına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2014.

Demiray, E. (2022). Olay Yeri İncelemelerinde Bulunan Sakızdan Alkol Analizi Ve Değerlendirilmesi.

Devericks, E. N., Carson, M. S., McCullough, L. E., Coleman, M. F., & Hursting, S. D. (2022). The obesity-breast cancer link: a multidisciplinary perspective. *Cancer and Metastasis Reviews*, 1-19.

Dierssen-Sotos T, Gómez-acebo I, Palazuelos C, Gracia Lavedan E, Pérez Gómez B, Oribe M, et al. Fatty acid intake and breast cancer in the Spanish multicase–control study on cancer (MCC-Spain). *Eur J Nutr*. 2019; 59(3):1171-79. DOI: 10.1007/s00394-019-01977-8

Do, M. H., Lee, S. S., Jung, P. J., & Lee, M. H. (2007). Intake of fruits, vegetables, and soy foods in relation to breast cancer risk in Korean women: a case-control study. *Nutrition and cancer*, 57(1), 20-27.

Dönmez, M., Cankurtaran, M., Diken, F., & Günendi, P. (2010). Gıda beslenmesi ve kanser ilişkisi. *MYO-ÖS Ulusal Meslek Yüksekokulları Öğrenci Sempozyumu*, 21, 22.

Düzen, Z. N. (2022). *Juglon ve fluorouracil kombinasyonlarının LNCaP ve PC-3 prostat kanser hücreleri üzerindeki in vitro sitotoksik ve genotoksik etkilerinin araştırılması* (Master's thesis, Bursa Uludağ Üniversitesi).

Eichholzer, M., Huang, D. J., Modlasiak, A., Schmid, S. M., Schötzau, A., Rohrmann, S., & Güth, U. (2013). Impact of body mass index on prognostically relevant breast cancer tumor characteristics. *Breast Care*, 8(3), 192-198.

Eroğlu, C. (2019). *Uzun Kodlamayan Rna ZEB2'nin MCF7 Ve Mda-Mb-231 Meme Kanseri Hücre Hatlarında Emt, Metastaz Ve Apoptoz Üzerinden Etkilerinin Araştırılması* (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).

Erzurum Alim N., (2016). 'Meme Kanseri Oluşumunda Obezitenin ve Beslenmeye Bağlı Risk Faktörlerinin Belirlenmesi'. Doktora Tezi. Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara, (Danışman: Prof. Dr. Gül KIZILTAN).

Farvid, M. S., Cho, E., Chen, W. Y., Eliassen, A. H., & Willett, W. C. (2014). Dietary protein sources in early adulthood and breast cancer incidence: prospective cohort study. *Bmj*, 348. study. *Nutrition and cancer*, 57(1), 20-27.

Farvid, M. S., Sidahmed, E., Spence, N. D., Angua, K. M., Rosner, B. A., Barnett, J. B. (2021). Consumption of red meat and processed meat and cancer incidence: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. *European Journal of Epidemiology*, 36, 937-951.

Ferlay, J.; Laversanne, M.; Ervik, M.; Lam, F.; Colombet, M.; Mery, L.; Piñeros, M.; Znaor, A.; Soerjomataram, I.; Bray, F. Global Cancer Observatory: Cancer Tomorrow. International Agency for Research on Cancer: Lyon, France, 2020; Available online: <https://gco.iarc.fr/tomorrow> (accessed on 9 July 2021).

Filippini, T., Malavolti, M., Borrelli, F., Izzo, A. A., Fairweather-Tait, S. J., Horneber, M., & Vinceti, M. (2020). Green tea (*Camellia sinensis*) for the prevention of cancer. *The Cochrane database of systematic reviews*, 3(3), CD005004. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD005004.pub3>



Fink, A. K., & Lash, T. L. (2003). A null association between smoking during pregnancy and breast cancer using Massachusetts registry data (United States). *Cancer Causes & Control*, 14(5), 497-503.

Fong, DY, Ho, JW, Hui, BP, Lee, AM, Macfarlane, DJ, Leung, SS, ... & Cheng, KK (2012). Kanserden kurtulanlar için fiziksel aktivite: randomize kontrollü çalışmaların meta-analizi. *Bmj*, 344, e70.

Ganmaa, D., Willett, W. C., Li, T. Y., Feskanich, D., van Dam, R. M., Lopez-Garcia, E., ... & Holmes, M. D. (2008). Coffee, tea, caffeine and risk of breast cancer: a 22-year follow-up. *International journal of cancer*, 122(9), 2071-2076.

Goodwin, P. J., Boyd, N. F., Hanna, W., Hartwick, W., Murray, D., Qizilbash, A. M.,... & Page, D. L. (1997). Elevated levels of plasma triglycerides are associated with histologically defined piemenopausal breast cancer risk.

Guha, N., Kwan, M. L., Quesenberry, C. P., Weltzien, E. K., Castillo, A. L., & Caan, B. J. (2009). Soy isoflavones and risk of cancer recurrence in a cohort of breast cancer survivors: the Life After Cancer Epidemiology study. *Breast cancer research and treatment*, 118(2), 395-405.

Gündüz, D. (2021). *Akrilamid verilen sıçanlarda yüzme egzersizinin koruyucu etkisinin araştırılması* (Master's thesis, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü). (Danışmanı: Prof. Dr. Hülya ÇETİN)

Hales, C. M., Carroll, M. D., Fryar, C. D., & Ogden, C. L. (2020). Prevalence of obesity and severe obesity among adults: United States, 2017–2018. *NCHS data brief*, 360(360), 1-8.

Harris, H. R., Bergkvist, L., & Wolk, A. (2012). Coffee and black tea consumption and breast cancer mortality in a cohort of Swedish women. *British journal of cancer*, 107(5), 874-878.

He, Y., Tao, Q., Zhou, F. *et al.* (2021). The relationship between dairy products intake and breast cancer incidence: a meta-analysis of observational studies. *BMC Cancer* 21, 1109. <https://doi.org/10.1186/s12885-021-08854-w>

Howe, G. R., Hirohata, T., Hislop, T. G., Iscovich, J. M., Yuan, J. M., Katsouyanni, K., ... & Shunzhang, Y. (1990). Dietary factors and risk of breast cancer: combined analysis of 12 case—control studies. *JNCI: Journal of the National Cancer Institute*, 82(7), 561-569.

Hulka, B. S., & Moorman, P. G. (2008). Reprint of Breast cancer: hormones and other risk factors. *Maturitas*, 61(1-2), 203-213.

IARC. International Agency for Research on Cancer. World Health Organization. Cancer Fact Sheets, All Cancers, 2020; Retrieved from <chromeextension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fgco.iarc.fr%2Ftoday%2Fdata%2Ffactsheets%2Fcancers%2F39-All-cancers-fact-sheet.pdf&clen=737289&chunk=true> (Erişim 22.11.2021).

Jennings-Dozier, K., & Mahon, S. M. (Eds.). (2002). *Cancer prevention, detection, and control: a nursing perspective*. Oncology Nursing Society.

Kahır, N., & Gezer, C. (2021). Kahve: Hastalıklara Karşı Koruyucu mu?. *Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Dergisi*, 4(2), 263-274.

Kaner, G., Pekcan, G., Pamuk, G., & Pamuk, B. Ö. (2015). Biyoelektrik impedans analizine karşı deri kıvrım kalınlığı ölçümü: yetişkinlerde vücut yağının tahmini. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 43(2), 111-118

Kang, X., Zhang, Q., Wang, S., Huang, X., & Jin, S. (2010). Effect of soy isoflavones on breast cancer recurrence and death for patients receiving adjuvant endocrine therapy. *Cmaj*, 182(17), 1857-1862.

Kara, K. (2015). Onkoloji hastalarına uygulanan farklı tıbbi tedavi yöntemlerinin beslenme durumu ve kaygı düzeyi üzerine etkisi. *Tez). Başken Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi*, (Danışman: Prof. Dr. GülKIZILTAN).

Kim, E. Y., Hong, Y. S., Jeon, H. M., Sung, M. K., & Sung, C. J. (2007). Comparisons of food intake between breast cancer patients and controls in Korean women. *Nutrition Research and Practice*, 1(3), 237-242.

Koray Fedai, N. (2022). İnvaziv Duktal Meme Kanseri Hastalarında Eşlik Eden İn Situ Duktal Karsinomun Prognoza Ve Sağkalıma Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi İç Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Uzmanlık Tezi*, (Danışman: Doç. Dr. Neyran Kertmen)

Kotsopoulos, J., Ghadirian, P., El-Sohemy, A., Lynch, H. T., Snyder, C., Daly, M., ... & Narod, S. A. (2007). The CYP1A2 genotype modifies the association between coffee consumption and breast cancer risk among BRCA1 mutation carriers. *Cancer Epidemiology and Prevention Biomarkers*, 16(5), 912-916.

Koyu, E. B., & Demirel, Z. B. (2018). Fonksiyonel bir besin: kefir. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 46(2), 166-175.

Kuban-Jankowska, A., Kostrzewa, T., Musial, C., Barone, G., Lo-Bosco, G., Lo-Celso, F., & Gorska-Ponikowska, M. (2020). Green tea catechins induce inhibition of PTP1B phosphatase in breast cancer cells with potent anti-cancer properties: in vitro assay, molecular docking, and dynamics studies. *Antioxidants*, 9(12), 1208.

Kushi, L. H., Doyle, C., McCullough, M., Rock, C. L., Demark-Wahnefried, W., Bandera, E. V., Gapstur, S., Patel, A. V., Andrews, K., Gansler, T., & American Cancer Society 2010 Nutrition and Physical Activity Guidelines Advisory Committee (2012). American Cancer Society Guidelines on nutrition and physical activity for cancer prevention: reducing the risk of cancer with healthy food choices and physical activity. *CA: a cancer journal for clinicians*, 62(1), 30–67. <https://doi.org/10.3322/caac.20140>

Lash, T. L., & Aschengrau, A. (2002). A null association between active or passive cigarette smoking and breast cancer risk. *Breast cancer research and treatment*, 75(2), 181-184.

Li, J., Seibold, P., Chang-Claude, J., Flesch-Janys, D., Liu, J., Czene, K., ... & Hall, P. (2011). Coffee consumption modifies risk of estrogen-receptor negative breast cancer. *BreastCancer Research*, 13(3), 1-10.

Limon-Miro, A. T., Lopez-Teros, V., & Astiazaran-Garcia, H. (2017). Dietary guidelines for breast cancer patients: a critical review. *Advances in Nutrition*, 8(4), 613-623.

Liu, Y. L., Qian, H. X., Qin, L., Zhou, X. J., Zhang, B., & Chen, X. (2012). Association of serum lipid profile with distant metastasis in breast cancer patients. *Zhonghuaazhong liu za zhi [Chinese journal of oncology]*, 34(2), 129-131.

Łukasiewicz, S., Czezelewski, M., Forma, A., Baj, J., Sitarz, R., & Stanisławek, A. (2021). Breast Cancer—Epidemiology, Risk Factors, Classification, Prognostic Markers, and Current Treatment Strategies—An Updated Review. *Cancers*, 13(17), 4287.

Maino Vieytes, C. A., Taha, H. M., Burton-Obanla, A. A., Douglas, K. G. (2019). Carbonhydrate nutrition and the risk of cancer. *Current Nutrition Reports*, 8, 230-239.

Mamede, A. C., Tavares, S. D., Abrantes, A. M., Trindade, J., Maia, J. M., & Botelho, M. F. (2011). The role of vitamins in cancer: a review. *Nutrition and cancer*, 63(4), 479-494.

Mathur G, Nain S, Sharma PK. (2015). Canser: An overview. *Academic Journal ofCanser Research*, 8(1), 01-09.

Mazıcıoğlu, M. M. (2011). Büyüme gelişme izleminde kullanılan antropometrik ölçüm yöntemleri: Büyüme takibinin metodolojisi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 15(3),101-108.

Messina, M. (2016). Soy and health update: evaluation of the clinical and epidemiologic literature. *Nutrients*, 8(12), 754.

Milne, R. L., Gaudet, M. M., Spurdle, A. B., Fasching, P. A., Couch, F. J., Benítez, J.,... & Chang-Claude, J. (2010). Assessing interactions between the associations of common genetic susceptibility variants, reproductive history and body mass index with breast cancer risk in the breast cancer association consortium: a combined case-control study. *Breast cancer research*, 12(6), 1-11.

Mohite, V. R., Pratinidhi, A. K., & Mohite, R. V. (2015). Dietary factors and breast cancer: A case control study from rural India. *Asian Journal of Medical Sciences*, 6(1), 55- 60.

Mørch, L. S., Johansen, D., Thygesen, L. C., Tjønneland, A., Løkkegaard, E., Stahlberg, C., & Grønbæk, M. (2007). Alcohol drinking, consumption patterns and breast cancer among Danish nurses: a cohort study. *European journal of public health*, 17(6), 624-629.

Nöthlings, U., Murphy, S., Wilkens, L., Henderson, B., & Kolonel, L. (2007). Dietary Glycemic Load, Added Sugars and Carbohydrates As Risk Factors For Pancreatic Cancer: The Multiethnic Cohort Study. *Am J Clin Nutr*, 86(5), 1495-501.

Oh, J. K., Sandin, S., Ström, P., Löf, M., Adami, H. O., & Weiderpass, E. (2015). Prospective study of breast cancer in relation to coffee, tea and caffeine in Sweden. *International journal of cancer*, 137(8), 1979-1989.

Orlandella, F. M., De Stefano, A. E., Iervolino, P. L. C., Buono, P., Soricelli, A., & Salvatore, G. (2021). Dissecting the molecular pathways involved in the effects of physical activity on breast cancers cells: a narrativerewiew. *Lifesciences*, 265,118790.

Özçelik, A. Ö. (2000). Sağlık personelinin beslenme alışkanlıkları üzerinde biraraştırma. *Gıda*, 25(2).

Pan, S. Y., Zhou, J., Gibbons, L., Morrison, H., & Wen, S. W. (2011). Antioxidants andbreast cancer risk-a population-based case-control study in Canada. *BMC cancer*, 11(1), 1-12.

Patel, D. R., & Agnetta, A. (2016). Food insecurity and nutrition. *Journal of AlternativeMedicine Research*, 8(1), 17.

Pekcan, G. (2008). Beslenme durumunun saptanması. *Diyet El Kitabı*, 67-141.

Rafie, N., Hamedani, S. G., Ghiasvand, R., & Miraghajani, M. (2015). Kefir and cancer: A systematic review of literatures. *Archives of Iranian medicine*, 18(12), 0-0.

Ray, G., & Husain, S. A. (2001). Role of lipids, lipoproteins and vitamins in womenwith breast cancer. *Clinical biochemistry*, 34(1), 71-76.

Rodriguez, C., Freedland, S. J., Deka, A., Jacobs, E. J., McCullough, M. L., Patel, A. V., ... & Calle, E. E. (2007). Body mass index, weight change, and risk of prostate cancer in the Cancer Prevention Study II Nutrition Cohort. *Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention*, 16(1), 63-69.

Romanos-Nanclare, A., Gea, A., Martinez-Gonzalez, M. A., Zazpe, I., Gardeazabal, I., Fernandez-Lazaro, C. I., Toledo, E. (2021). Carbohydrate quality index and breast cancer risk in a Mediterranean cohort: The SUN Project, *Clinical Nutrition*, 40(1), 137-145.

Santos, R. A., Andrade, E. D., Monteiro, M., Fialho, E., Silva, J. L., Daleprane, J. B., & Ferraz da Costa, D. C. (2021). Green Tea (*Camellia sinensis*) Extract Induces p53- Mediated Cytotoxicity and Inhibits Migration of Breast Cancer Cells. *Foods*, 10(12), 3154.

Shao, T., Klein, P., & Grossbard, M. L. (2012). Vitamin D and breast cancer. *Theoncologist*, 17(1), 36–45. <https://doi.org/10.1634/theoncologist.2011-0278>

Sung, H., Ferlay, J., Siegel, R. L., Laversanne, M., Soerjomataram, I., Jemal, A., & Bray, F. (2021). Global cancer statistics 2020: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA: a cancer journal for clinicians*, 71(3), 209-249.

Şahin Kaya, A. (2019). ‘Meme Kanseri Hastalarının Kemoterapi Sürecinde Beslenme Durumu, Bazı Biyokimyasal Parametreler ve Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi.’ *Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara*. (Danışman: Doç.Dr. Aslı AKYOLMUTLU)

Tamimi, R. M., Spiegelman, D., Smith-Warner, S. A., Wang, M., Pazaris, M., Willett, W. C., ... & Hunter, D. J. (2016). Population attributable risk of modifiable and nonmodifiable breast cancer risk factors in postmenopausal breast cancer. *American journal of epidemiology*, 184(12), 884-893.

Tanık, F., & Gürşan, İ. N. Kanserde Fiziksel Aktivite ve Egzersiz-Koruyucu ve Tedavi Edici Etki. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7(1),129-132.

Terli, E. P. , Mutlu, F. , Uluçay, C. , Kılıç, N. , Akkır, M., Atılğan, O. , Özgün, E. & Kabadere, S. (2019). D vitamini: Yapısı, Sentezi ve Çeşitli Hastalıklardaki Önemi. *Türk Tıp Öğrencileri Araştırma Dergisi*, 1 (1) , 1-6. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/toad/issue/52445/687801>.

Toklu, H., (2017). ‘Beslenme ve Yaşam Tarzı Alışkanlıklarının Meme Kanseri Üzerindeki Etkisinin Değerlendirilmesi’. Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri. (Danışman: Doç. Dr. Nalan Hakime NOGAY)

Üstündağ, S. (2013). Kemoterapi Alan Kanser Hastalarının Semptom Yönetiminde Kullandıkları Tamamlayıcı Tedavi Yaklaşımlarının Yaşam Kalitesine Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.* (Danışman: Doç.Dr. Ayten DEMİR ZENCİRCİ)

Vahid, F., Hatami, M., Sadeghi, M., Ameri, F., Faghfoori, Z., & Davoodi, S. H. (2018). The association between the index of nutritional quality (INQ) and breast cancer and the evaluation of nutrient intake of breast cancer patients: A case-control study. *Nutrition, 45*,11-16.

Van Gils, C. H., Peeters, P. H., Bueno-de-Mesquita, H. B., Boshuizen, H. C., Lahmann, P. H., Clavel-Chapelon, F., ... & Riboli, E. (2005). Consumption of vegetables and fruits and risk of breast cancer. *Jama, 293*(2), 183-193.

Warren, B. S., & Devine, C. (2000). Meat, Poultry and Fish and the Risk of Breast Cancer Fact Sheet No. 39.

WCRF International WCRFI for CR. Diet, nutrition, physical activity and breast cancer. Continuous Update Project Expert Report 2018. WHO cancer, (2018)(Erişim Tarihi: 05.03.2021). [https://www.who.int/healthtopics/cancer#tab=tab\\_1](https://www.who.int/healthtopics/cancer#tab=tab_1).

WHO. (2020). *Body mass index - BMI*. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi>.

WHO. (2021a). Breast Cancer. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/breast-cancer> (Erişim Tarihi: 4 Nisan 2021).

Wierzejska, R. (2015). Coffee consumption vs. cancer risk-a review of scientific data. *Roczniki Państwowego Zakładu Higieny, 66*(4).

Winters, S., Martin, C., Murphy, D., & Shokar, N. K. (2017). Breast cancer epidemiology, prevention, and screening. *Progress in molecular biology and translational science, 151*, 1-32.

World Cancer Research Fund, & American Institute for Cancer Research. (2007). *Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective* (Vol. 1). Amer Inst for Cancer Research.

World Health Organization. (2011). Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation, Geneva, 8-11 December 2008.

World Health Organization. (2019). *WHO global report on traditional and complementary medicine 2019*. World Health Organization.

Wu, J., Zeng, R., Huang, J., Li, X., Zhang, J., Ho, J. C. M., & Zheng, Y. (2016). Dietary protein sources and incidence of breast cancer: a dose-response meta-analysis of prospective studies. *Nutrients*, 8(11), 730.

Yıldız Çilengiroğlu, İ. , Ünsar, S. & Erol, Ö. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Kansere Farkındalık Düzeylerinin Belirlenmesi. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3) , 19-27. DOI: 10.53493/avasyasbd.1032065

Yıldız, M. S., Önder, Y., ÇITIL, R., & Okan, İ. (2022). Aile Sağlığı Merkezlerine Başvuran Yetişkinlerde Kolorektal Kansere Risk Faktörleri ve Kolorektal Kansere Taraması Farkındalık Düzeyleri: Yetişkinlerde Kolorektal Kansere Taraması Farkındalık Düzeyleri. *Chronicles of Precision Medical Researchers*, 3(2), 68-77.

Yücel, S., & Erkan, A. (2019). ‘Diyetin Fitokimyasal İndeksi Ve İnflamatuar İndeksi İle Meme Kanseri Riski Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi’ 11. Klinik Enteral Parenteral Nutrisyon Kongresi, Antalya.

Zang, J., Shen, M., Du, S., Chen, T., & Zou, S. (2015). The association between dairy intake and breast cancer in Western and Asian populations: a systematic review and meta- analysis. *Journal of breast cancer*, 18(4), 313-322.



## 5. EKLER

### EK-1. VERİ TOPLAMA FORMU

#### KEMOTERAPİ TEDAVİSİ ALAN MEME KANSERLİ HASTALARIN TANI ALMADAN ÖNCEKİ VE SONRAKİ BESLENMESİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Katılımcı No: .....

Tarih:.....

#### A.GENEL BİLGİLER

1. Adı Soyadı: .....

2. Yaşınız: .....

3. Medeni durum: 1. Bekar 2.Evli 3.Dul 4.Boşanmış

4. Telefon:.....

5. Eğitim durumu: 1. Okur yazar değil 2. Okur yazar 3. İlkokul 4. Ortaokul 5. Lise 6. Lisans  
7.Lisansüstü

#### B. GENEL SAĞLIK DURUMU

6. Tanı:..... Evre:..... (Not... ..)

7. Ailenizde meme kanseri tanısı almış başka biri var mı? Tanısı ve yakınlığı nedir?

(kontrol grubu cevaplamayacak)

1.Evet 2.Hayır 3.Bilmiyorum Tanı:..... Yakınlık:.....

8. Ailenizde bir kanser tanısı almış başka birisi var mı? Yakınlığı nedir? (kontrol grubu  
cevaplamayacak) 1. Evet 2. Hayır 3. Bilmiyorum Tanı:.....

Yakınlık:.....

9. Tanılanan başka bir hastalığınız var mı? 1. Evet 2. Hayır

Cevabınız “Evet” ise seçiniz:

| Hastalık         | Süresi | Hastalık             | Süresi | Hastalık           | Süresi |
|------------------|--------|----------------------|--------|--------------------|--------|
| 1. Yok           |        | 7. Diyabet           |        | 12. Anemi          |        |
| 2. Kalp-damar    |        | 8. Solunum yolları   |        | 13. Eklem ve Kemik |        |
| 3. Hipertansiyon |        | 9. Üriner sistem     |        | 14. Nörolojik      |        |
| 4. Felç          |        | 10. Sindirim Sistemi |        | 15. Psikiatrik     |        |
| 6. Şişmanlık     |        | Guatr                |        | 16.Diğer.....      |        |

10. Menarş (adet görme) yaşıınız nedir?.....

11. Hala adet görüyor musunuz? 1.Evet 2. Hayır

Cevabınız “Hayır” ise en son ne zaman adet gördünüz?.....

12. Çocuğunuz var mı? 1. Evet 2.Hayır

Cevabınız “Evet” ise kaç tane çocuğunuz var?.....

13. İlk doğum yaşıınız nedir? .....

**14. Çocuğunuzu ne kadar süre emzirdiniz?.....yıl .....ay ( 12. Soruya “Hayır” dediyseniz bu soruyu geçiniz.)**

### **C. BESLENME ALIŞKANLIKLARI**

**15. Günde kaç öğün yemek yersiniz? ..... ana öğün..... ara öğün**

**16. Öğün atlar mısınız?** 1. Evet 2 Hayır 3. Bazen  
Cevabınız “evet” veya “bazen” ise hangi öğünü atlıyorsunuz?  
1. Sabah 2. Öğle 3. Akşam

**17. Öğün atlama nedeniniz nedir?**

1. Zaman yetersizliği
2. Canı istemiyor, iştahsız
3. Sabahları geç kalkıyor
4. Hazırlanmadığı için
5. Kilo almak istemiyor
6. Alışkanlığı yok
7. Diğer .....

**18. Öğün saatleriniz düzenli midir?**

Hafta içi: 1. Hayır 2. Evet Hafta Sonu: 1. Hayır 2. Evet

**19. Günde kaç bardak su tüketiyorsunuz?**

Ölçü..... su bardağı Miktar .....mL

**20. Son bir aydır düzenli besin desteği kullandınız mı?**

1. Hayır 2. Evet (Adı: ..... Adedi/gün: ..... )

**21. Genellikle yemek yeme hızınız nedir?** 1.yavaş 2. orta 3. hızlı 4. çok hızlı

**22. Yemeklerde kullanılan yağ/yağların türleri?**

|                                      | YAĞSIZ | AYÇİÇEK | MISIRÖZÜ | SOYA | FINDIK YAĞI | ZEYTİNYAĞI | KANOLA | TEREYAĞI | KUYRUK<br>YAĞI/ İÇ | SERT<br>MARGARİN | YUMUŞAK<br>MARGARİN | YEMEK<br>YAPILMIYOR |
|--------------------------------------|--------|---------|----------|------|-------------|------------|--------|----------|--------------------|------------------|---------------------|---------------------|
| Çorbalar                             |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Salatalar                            |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Soğuk yenilen sebze yemekleri        |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Soğuk yenilen kurubaklagil yemekleri |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Sıcak sebze yemekleri                |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Et yemekleri                         |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Etli/etsiz kurubaklagil yemekleri    |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Börek,hamur işleri                   |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |
| Pilav/makarna                        |        |         |          |      |             |            |        |          |                    |                  |                     |                     |

### 23. Yemek pişirme yöntemleri?

|                                 | FIRINLAMA/IZGARA/TEYFLO<br>N TAVADA (YAĞSIZ) | ISLATMA | AZ/ÇOK SUDA<br>PIŞIRME/BUĞULAMA | HAŞLAYIP<br>SÜZDÜRME(SUYUNU DÖKME) | BUHARDA | KAVURMA | KÖZ/MANGAL GİBİ DİREKT<br>ATEŞTE | YAĞDA KIZARTMA | DÜDÜKLÜ/BASINÇLI<br>TENCERE | PIŞIRMIYOR |
|---------------------------------|----------------------------------------------|---------|---------------------------------|------------------------------------|---------|---------|----------------------------------|----------------|-----------------------------|------------|
| Sebze yemekleri<br>(etli/etsiz) |                                              |         |                                 |                                    |         |         |                                  |                |                             |            |
| Kırmızı et                      |                                              |         |                                 |                                    |         |         |                                  |                |                             |            |
| Tavuk eti                       |                                              |         |                                 |                                    |         |         |                                  |                |                             |            |
| Balık                           |                                              |         |                                 |                                    |         |         |                                  |                |                             |            |
| Yumurta                         |                                              |         |                                 |                                    |         |         |                                  |                |                             |            |

**24. Sigara kullanıyor musunuz?** 1. Evet 2. Hayır 3. Bıraktım  
Cevabınız “Evet” veya “Bıraktım” ise günde kaç adet?.....

**25. Alkol kullanıyor musunuz?** 1. Evet 2. Hayır  
Cevabınız “Evet” ise ne sıklıkla ve ne miktarda tüketiyorsunuz?.....

### D.ANTROPOMETRİK ÖLÇÜMLER:

**26. Son 6 ayda vücut ağırlığınızda bir değişme oldu mu (kg)?**

1. Evet a. Artma.....kg b. Azalma..... kg
2. Hayır, değişme olmadı
3. Bilmiyor

**27. Vücut Ağırlığı (kg):.....**

**28. Beden Kütle İndeksi (kg/m<sup>2</sup>):.....**

**29. Boy (cm):.....**

**30. Bel Çevresi (cm):.....**

**31. Kalça Çevresi (cm):.....**

**32. Üst Orta Kol Çevresi (cm):**

**33. Triseps Deri Kıvrım Kalınlığı (cm):**

**34. Üst Orta Kol Kas Alanı (cm<sup>2</sup>):**

## E. BİYOKİMYASAL ANALİZ

| BİYOKİMYASAL ANALİZLER    |  |
|---------------------------|--|
| Hemoglobin (g/dL)         |  |
| Açlık glikoz(mg/dL)       |  |
| HbA1c (%)                 |  |
| Total kolesterol (mg/dL)  |  |
| HDL-kolesterol (mg/dL)    |  |
| LDL-kolesterol (mg/dL)    |  |
| Trigliserit (mg/dL)       |  |
| Total kolestrol/HDL oranı |  |
| SGOT (U/L)                |  |
| SGPT (U/L)                |  |
| Total Protein (g/dL)      |  |
| Albumin (g/dL)            |  |
| Ürik asit (mg/dL)         |  |
| Ca (mg/dL)                |  |
| Demir (µg/dL)             |  |
| Ferritin (ng/mL)          |  |
| Folik asit (ng/mL)        |  |
| B12 vitamini(pg/mL)       |  |
| D vitamini (µg/L)         |  |
| CRP (mg/dL)               |  |
| T3 (pmol/L)               |  |
| T4 (pmol/L)               |  |
| TSH (µU/mL)               |  |
| CEA (ng/mL)               |  |
| Ca 125 (U/mL)             |  |
| Ca 19-9 (U/mL)            |  |
| Ca 15 (U/mL)              |  |

## EK 2. ERİŞKİN SEMİ-KANTİTATİF BESİN SIKLIĞI ANKETİ

### PURE/Türkiye

---

**Bu anket hanenin herhangi bir bilgili üyesi tarafından tamamlanacaktır.**

Bu çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederiz. Tarafınızdan verilen tüm bilgiler gizlilik içinde korunacaktır ve kişiyi belirleyici olan bilgiler çıkarıldıktan sonra bu çalışmada kullanılacaktır.

# Erişkin Semi-Kantitatif Besin Sıklığı Anketi

## YÖNERGE

Lütfen (aksi söylenmedikçe) HER soruyu her satırdaki BİR KUTUYA “X” işareti koyarak cevaplayınız



veya

boşluklara sayı(ları) yazınız



veya

çizgilere cevabı yazınız

3 Ekim 2007

## Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri

İ O S

Bugünün  
Tarihi:

yıl

ay

gün

Geçtiğimiz yıl içinde aşağıda belirtilen hayvansal ürünleri ne sıklıkta tükettiniz?

Hayvansal ürünler Ortalama miktar Hiç<ayda1 Ayda 1-3 Haftada 1 Haftada 5-6 Günde 1 Günde 2-3 Günde 4-5 Günde>6

1 Süt

|             |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|-------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tam yağlı   | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| standart %2 | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| az yağlı    | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

2 Krem peynir (krem, karper, labne peynir)

|           |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|-----------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tam yağlı | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Az yağlı  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3 Beyaz peynir (Beyaz peynir, tulum peyniri, çökelek ve lor)

|           |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|-----------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tam yağlı | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| az yağlı  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

4 Kaşar peynir, tel peynir, mihaliç peyniri, urfa peyniri

|           |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|-----------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tam yağlı | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| az yağlı  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

5 Yoğurt

|           |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|-----------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tam yağlı | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| az yağlı  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

6 Ayran

|                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|

7 Margarin

|      |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Katı | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sıvı | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

8 Tereyağ

|                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|

9 Dondurma

|                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|

10 Krema

|                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|

11 Kaymak

|                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|

Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri

I O S

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıda belirtilen meyveleri ne sıklıkta tükettiniz?

| Meyveler                                                  | Ortalama miktar | Hiç/<ayda1               | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde>6                  |
|-----------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 12 Elma                                                   |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 Kivi                                                   |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 Muz                                                    |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 Kuru meyveler<br>(erik, incir, kaysı, dut, hurma gibi) |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 Limon                                                  |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Geçtiğimiz yıl aşağıda belirtilen meyveleri mevsiminde bir ay boyunca ne sıklıkta tükettiniz?

|                    |  |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 17 Çilek           |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 Portakal        |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 Greyfurt        |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 Üzüm            |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21 İncir           |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 Erik            |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 Karpuz          |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 Kavun           |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25 Nar             |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26 Trabzon hurması |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27 Kayısı          |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28 Malta eriği     |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29 Dut             |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30 Ayva            |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31 Kiraz           |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32 Vişne           |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33 Mandalina       |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34 Şeftali         |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35 Armut           |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36 Kızılcık        |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri   

I O S

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıda belirtilen sebzeleri ne sıklıkta tükettiniz?

| Sebzeler            | Ortalama miktar           | Hiç/<ayda1               | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|---------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 37 Patlıcan         | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38 Kabak            | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39 Havuç            | Çiğ _____<br>Pişmiş _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40 Soğan            | Çiğ _____<br>Pişmiş _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41 Marul            | Çiğ _____                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42 Pancar           | Pişmiş _____              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43 Şalgam           | Pişmiş _____              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44 Brokoli          | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45 Mantar           | Pişmiş _____              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46 Turp             | Çiğ _____                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47 Yeşil fasulye    | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48 Yeşil taze bakla | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49 Ispanak          | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50 Salatalık        | Çiğ _____                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 51 Pazı             | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52 Domates          | Çiğ _____<br>Pişmiş _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 53 Lahana           | Çiğ _____<br>Pişmiş _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 54 Maydonoz         | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 55 Yeşil çarliston  |                           |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| biber               | Çiğ _____<br>Pişmiş _____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 56 Kırmızı          |                           |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| çarliston           | _____                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| biber salçalık      |                           |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| 57 Dolmalık         |                           |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| yeşil biber         | pişmiş _____              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



## Hane Protokol No.

|            |            |          |  |  |  |
|------------|------------|----------|--|--|--|
|            |            |          |  |  |  |
| Merkez No. | Toplum No. | Hane No. |  |  |  |

Katılımcı adının baş harfleri 

|   |   |   |
|---|---|---|
|   |   |   |
| I | O | S |

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıda belirtilen sebzeleri ne sıklıkta tükettiniz?

| Sebzeler devam    | Ortalama miktar | Hiç/ayda1                | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|-------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 58 Acı biber      |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| yeşil kırmızı çığ |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 59 Bezelye        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 60 Bamya          |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 61 Karnabahar     |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 62 Mısır          |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 63 Pırasa         |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 64 Balkabağı      |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 65 Zeytin         |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Yeşil             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kara              |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 66 Kereviz        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 67 Enginar        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 68 Sarımsak       |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Çığ               |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pişmiş            |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 69 Semizotu       |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Çığ               |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pişmiş            |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 70 Nane           |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 71 Dereotu        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki kuru baklagilleri ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| Kuru baklagiller | Ortalama miktar | Hiç/ayda1                | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 72 Mercimek      |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Sade             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etlı             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 73 Kuru fasulye  |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Sade             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etlı             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 74 Nohut         |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Sade             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etlı             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 75 Bögürölce     |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 76 Fava          |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri

İ O S

Geçtiğimiz yıl boyunca yumurta ve et çeşitlerini ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| <u>Yumurta ve Etler</u>                        | Ortalama miktar      | Hiç/ayda1                | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|------------------------------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 77 Yumurta                                     | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Haşlanmış</b>                               |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| <b>Yağda</b>                                   | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 78 Sucuklu, pastırma<br>etli, peynirli yumurta | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 79 Menemen ve diğer<br>sebzeli yumurtalar      | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 80 Tavuk derisiyle                             | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 81 Tavuk derisiz                               | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 82 Sebzeli tavuk                               | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 83 Koyun/kuzu                                  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Yağlı</b>                                   |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| <b>Yağsız</b>                                  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Sebzeli</b>                                 | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 84 Dana /siğir                                 | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Yağlı</b>                                   |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| <b>Yağsız</b>                                  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Sebzeli</b>                                 | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 85 Köfte <b>Sade</b>                           | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Sebzeli</b>                                 |                      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| 86 Balık <b>Kızarmış</b>                       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Buğulama / fırında</b>                      | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 87 Balık <b>Konserve</b>                       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Lakerda / çiroz</b>                         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 88 Pastırma                                    | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 89 Sucuk                                       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|                                                | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri

I O S

Geçtiğimiz yıl boyunca yumurta ve et çeşitlerini ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| Yumurta ve Etler | Ortalama miktar      | Hiç<ayda1                | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde>6                  |
|------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 89 Salam         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 90 Sosis         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 91 Dil           | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 92 Beyin         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 93 Kelle         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 94 Kokoreç       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 94 Tuzlama       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 95 İşkembe       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 96 Ciğer         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki yemekleri ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| Yemekler                                          | Ortalama miktar      | Hiç<ayda1                | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde>6                  |
|---------------------------------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 97 Sebzeler Sade                                  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kızartmalar                                       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 98 Dolma ve sarmalar                              | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zeytinyağılı                                      | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 99 Çorbalar                                       | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Şehriye, piring, un çorbası gibi                  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| un, piring ya da hamur katılarak yapılan çorbalar | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sebze çorbaları                                   | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Yoğurtlu çorbalar                                 | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Domates çorbası                                   | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mercimek çorbası                                  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tarhana çorbası                                   | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Köfteli çorbalar                                  | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hazır çorbalar                                    | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 100 Kızartılarak hazırlanan börekler              | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ıspanaklı, sebzeli peynirli, kıymalı,etli         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 101 Fırında pişirilen börekler                    | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ıspanaklı, sebzeli peynirli, kıymalı,etli         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 102 Pizza                                         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 103 Lahmacun                                      | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 104 Gözleme/katmer                                | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ıspanaklı, sebzeli peynirli, kıymalı,etli         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 105 Manti                                         | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri

I O S

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki ekmek, tahıl ve nişasta türlerini ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

Ekmek ve tahıllar Ortalama miktar Hiç/<ayda1 Ayda 1-3 Haftada 1 Haftada 5-6 Günde 1 Günde 2-3 Günde 4-5 Günde >6

|                                 |  |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|---------------------------------|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 106 Pirinç                      |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Sade</b>                     |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Etlı tavuklu</b>             |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 107 Pide                        |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 108 Ekmek                       |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Beyaz</b>                    |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>esmer (işlenmemiş)</b>       |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 109 Yufka ekmeği                |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 110 Mısır ekmeği                |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Saf mısır unundan</b>        |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Diğer unlarla karışık</b>    |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 111 Bulgur                      |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Sade</b>                     |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Kısır gibi sebze katkılı</b> |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 112 Makarna                     |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Sade</b>                     |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Sebzeli</b>                  |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>peynirli, kıymalı, etli</b>  |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 113 Patates Kızarmış            |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Haşlanmış</b>                |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>patates / kumpir</b>         |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Püre</b>                     |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 114 Musli                       |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 115 Puaça                       |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 116 Açma                        |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 117 Simit                       |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 118 Bisküvi                     |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Normal</b>                   |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>Diyet</b>                    |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 119 Patlamış mısır              |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 120 Közlenmiş /                 |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| haşlanmış mısır                 |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 121 Közlenmiş /                 |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| haşlanmış kestane               |  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri

I O S

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki içecekleri ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| <u>Alkolsüz içecekler</u> | Ortalama miktar | Hiç/<ayda1               | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|---------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Kahve                     |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Çay                       |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kola, Pepsi, fanta, gazoz |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Diyet kola, gazoz         |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meyve suyu                |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Limonata                  |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Şerbet                    |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki alkollü içecekleri ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| <u>Alkollü içecekler</u> | Ortalama miktar | Hiç/<ayda1               | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Bira                     |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rakı                     |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Şarap                    |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Votka, cin, viski        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki kuruyemişleri ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| <u>Kuruyemişler</u> | Ortalama miktar | Hiç/<ayda1               | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|---------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ceviz               |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Badem               |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fıstık              |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ayçekirdeği         |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fındık              |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Antepfıstığı        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kabak çekirdeği     |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Leblebi             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki abucubur ve tatlılar ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| <u>Tatlı ve atıştırma</u>                            | Ortalama miktar | Hiç/<ayda1               | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Cips, krakerler                                      |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Baklava, kadayıf,<br>künefe, revani,<br>şambaba gibi |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| fırında pişirilen tatlılar                           |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Tulumba, lokma,<br>hanım göbeği,<br>bademiye gibi    |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| kızartılan tatlılar vb)                              |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Sütlü tatlılar                                       |                 |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
| Muhallebi, sütlaç                                    |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kazan dibi, tavuk göğsü                              |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| İrmik helvası                                        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Un helvası                                           |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tahin helvası                                        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## Hane Protokol No.

|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|

Merkez No. Toplum No. Hane No.

Katılımcı adının baş harfleri

I O S

Geçtiğimiz yıl boyunca aşağıdaki abucubur ve tatlılar ortalama olarak ne sıklıkta tükettiniz?

| Tatlı ve atıştırma                                         | Ortalama miktar | Hiç/<ayda1               | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ayva tatlısı, kabak tatlısı gibi sebze ve meyveli tatlılar |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Aşure                                                      |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Yaş pasta                                                  |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kek                                                        |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Şeker                                                      |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Şekerleme                                                  |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Çikolatalı bar                                             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Çikolatalı bar                                             |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Gofret                                                     |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Bal, reçel                                                 |                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Ne sıklıkta dışarıda yemek yersiniz  
(hazır yemek ya da lokantalarda)

## Vitaminler

Düzenli olarak vitamin alır mısınız? Hayır ☐ Evet ☐  
Düzenli olarak mineral alır mısınız? Hayır ☐ Evet ☐

Eğer evetse kaç yıldır ve ne sıklıkta kullandınız?

|                        | Bir yıldan kısa          |                          | 1-3 yıl                  |                          | 4-6 yıl                  |                          | 6 yıldan uzun            |                          |
|------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                        | Sıkça                    | Ara sıra                 | Sıkça                    | Ara sıra                 | Sıkça                    | Ara sıra                 | Sıkça                    | Ara sıra                 |
| A vitamini             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| D vitamini             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| E vitamini             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| B vitamini             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| C vitamini             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kalsiyum               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Demir                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Çinko                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Multivitamin preparatı | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Hane Protokol No.

Merkez No.

Toplum No.

Hane No.

Katılımcı adının  
baş harfleri

İ O S

Evinizde ne tür yağ kullanırsınız, yağ kullanma sıklığınız nedir?

|                           | Ortalama miktar      | Hiç/ayda1                | Ayda 1-3                 | Haftada 1                | Haftada 5-6              | Günde 1                  | Günde 2-3                | Günde 4-5                | Günde >6                 |
|---------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Zeytinyağı                | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Çiçek yağı                | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mısır yağı                | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mısır yağı                | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Soya yağı                 | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Bitkisel yağ (katı) solid | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pamuk yağı                | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sıvı yağ, bitkisel        | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Anketörün adı:  
(lütfen yazın)ilk adın  
baş harfi

Soyad

Anketör Kodu:



### EK-3. ETİK KURUL ONAYI

| ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------|
| <b>ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI</b>                                                  |                                    | <b>Kemoterapi Tedavisi Alan Meme Kanseri Hastalarda Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
| <b>Karar No: 2021-8/34</b>                                                    |                                    | <b>Tarih: 16 Haziran 2021</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
| <b>KARAR BİLGİLERİ</b>                                                        |                                    | <p>Yukarıda başvuru bilgileri verilen araştırma başvuru dosyası ve ilgili belgeler araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelendi.</p> <p>1-Araştırmanın başvurusu dosyasında belirtilen merkezde gerçekleştirilmesinin uygun olduğuna,</p> <p>2-Araştırmanın yürütülmesi sırasında Etik kurul kaşesi bulunan "Onam" formlarının kullanılması ve bu formun çalışmaya katılan gönüllülere çalışma hakkında sözlü bilgi verilmesi sonrasında eksiksiz bir şekilde doldurulmasına,</p> <p>3-Araştırmanın başlama tarihinin bildirilmesi ve araştırma tamamlandığında özet bir sonuç raporunun hazırlanarak kurulumuza iletilmesine,</p> <p>4-Araştırma protokolünde ve başvuru formunda yapılacak tüm değişiklikler için Etik Kuruldan izin alınması gerektiğinin sorumlu araştırmacılara iletilmesine toplantıya katılan etik kurul üye tam sayısının salt çoğunluğu ile karar verilmiştir.</p> |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
| <b>ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU</b>      |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
| <b>ÇALIŞMA ESASI</b>                                                          |                                    | İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik, İyi Klinik Uygulamalar Kılavuzu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
| <b>BAŞKANIN UNVANI/ADI SOYADI</b>                                             |                                    | Prof.Dr.Mustafa HACIMUSTAFAOĞLU                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
| <b>ÜYELER</b>                                                                 |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                       |                               |                                       |                                       |                                       |             |
| <b>Unvanı/Adı/Soyadı</b>                                                      | <b>Uzmanlık Alanı</b>              | <b>Kurumu</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Cinsiyet</b>                       |                                       | <b>Araştırma ile ilişkisi</b> |                                       | <b>Katılım *</b>                      |                                       | <b>İmza</b> |
| Prof.Dr.Mustafa HACIMUSTAFAOĞLU<br>Başkan                                     | Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları      | Bursa UÜ.Tıp Fakültesi<br>Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları AD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Prof.Dr.Elif BAŞAĞAN MOĞOL<br>Başkan Yardımcısı                               | Anesteziyoloji                     | Bursa UÜ.Tıp Fakültesi<br>Anesteziyoloji ve Reanimasyon AD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | E <input type="checkbox"/>            | K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Prof.Dr.M.Sertaç YILMAZ<br>Üye                                                | Farmakoloji                        | Bursa UÜ.Tıp Fakültesi<br>Tıbbi Farmakoloji AD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Prof.Dr.Hilal ÖZKAN<br>Üye                                                    | Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları      | Bursa UÜ.Tıp Fakültesi<br>Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları AD<br>Yenidoğan BD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | E <input type="checkbox"/>            | K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Prof.Dr.Hasan ARI<br>Üye                                                      | Kardiyoloji                        | Bursa Yüksek İhtisas EAH<br>Kardiyoloji Kliniği                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/>            | H <input checked="" type="checkbox"/> |             |
| Doç.Dr.Alpistan TÜRKKAN<br>Üye                                                | Halk Sağlığı                       | Bursa UÜ. Tıp Fakültesi<br>Halk Sağlığı AD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/>            | H <input checked="" type="checkbox"/> |             |
| Doç.Dr.Kağan HUYSAI<br>Üye                                                    | Biyokimya                          | Bursa Yüksek İhtisas EAH<br>Biyokimya                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Doç.Dr.Özen ÖZ GÜL<br>Üye                                                     | İç Hastalıkları Endokr.ve Metab.   | BUÜ.Tıp Fakültesi<br>İç Hastalıkları AD Endokrinoloji ve Metabolizma BD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | E <input type="checkbox"/>            | K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Doktor Öğretim Üyesi Engin SAĞDİLEK<br>Üye                                    | Biyofizik                          | Bursa UÜ.Tıp Fakültesi<br>Biyofizik AD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Doktor Öğretim Üyesi Sezer ERER KAFA<br>Üye                                   | Tıp Tarihi ve Etik                 | Bursa UÜ.Tıp Fakültesi<br>Tıp Tarihi ve Etik AD.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | E <input type="checkbox"/>            | K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Av. Ahmet BAYRAM                                                              | Hukuk                              | Bursa UÜ.Rektörlüğü Hukuk Bürosu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |
| Tolga MUHTAR<br>Üye                                                           | Sağlık mesleği mensubu olmayan üye | Serbest Meslek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/>            | E <input type="checkbox"/>    | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/>            |             |

\*.Toplantıda Bulunma

Sayfa 2



## 8. ÖZGEÇMİŞ



## 9. İNTİHAL RAPORU

### KEMOTERAPİ TEDAVİSİ ALAN MEME KANSERLİ HASTALARDA BESLENME DURUMUNUN DEĞERLENDİRİLMESİ

ORJİNALLİK RAPORU

%**22**

BENZERLİK ENDEKSİ

%**20**

İNTERNET KAYNAKLARI

%**7**

YAYINLAR

%**5**

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

**1**

acikerisim.baskent.edu.tr

İnternet Kaynağı

%**9**

**2**

openaccess.biruni.edu.tr

İnternet Kaynağı

%**1**

**3**

acikbilim.yok.gov.tr

İnternet Kaynağı

%**1**

**4**

paperzz.com

İnternet Kaynağı

%**1**

**5**

www.researchgate.net

İnternet Kaynağı

%**1**

**6**

Submitted to Eastern Mediterranean  
University

Öğrenci Ödevi

%**1**

**7**

www.eylulsenol.com

İnternet Kaynağı

<%**1**

**8**

Submitted to Erciyes Üniversitesi

Öğrenci Ödevi

<%**1**

i-rep.emu.edu.tr:8080

