

Üniversite Öğrencilerinin Zayıflama Haplarına Yönelik Tutumları

Ayşegül Bayramoğlu*^{ID}, Pelin Demir^{ID}, Sibel Buzkurt^{ID}

Artvin Çoruh Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme Ve Diyetetik Bölümü, 08000 Artvin, Türkiye

ÖZET:

Amaç: Obezitenin ve zayıf beden algısının artması ile birlikte bireyler zayıflayabilmek için birçok yöntem başvurmaktadır. Bunlardan biri de bilinçsizce kullanılan zayıflama haplarıdır. Bu araştırma Artvin Çoruh Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin zayıflama haplarına dair tutumunun saptanması amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya katılan 248 öğrenciye Zayıflama Haplarına Yönelik Tutum Ölçeği (ZHTÖ) uygulanmıştır. Anket sonuçlarını değerlendirmek için SPSS 22 programı kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %68.1'i kadın, %31.9'u ise erkek bireylerden oluşmaktadır. Kadın katılımcıların zayıflama haplarına yönelik tutumları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların, %82.3'ü 18-22 yaş aralığında, %14.9'u 23-27 yaş aralığında, %2.08'i ise 28 yaşından büyüktür. Katılımcıların %33'ü 40-55 kg aralığında, %45'i 56-70 kg aralığında, %22'si ise 71 kg ve üzerindedir. Katılımcıların %12.9'u zayıf, %72.2'si normal kilolu, %12.5'i hafif kilolu ve %2.4'ü ise obezdir. Zayıflama haplarına yönelik tutum puanlarının boy/kilo indeksi değişkenine göre istatistiksel olarak farklı olmadığı bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak araştırmaya katılan bireylerden kadın cinsiyetinde olanların zayıflama haplarına yönelik tutum puanlarının yüksek olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Zayıflama hapları; Zayıf beden algısı; Öğrenci; Obezite

Attitudes of University Students for Diet Pills

ABSTRACT:

Purpose: People try out many methods to lose weight with the increase of obesity and weak body perception. One of these methods are slimming drugs that are used unconsciously. This study was conducted to determine slimming drugs attitudes of the students enrolled in Artvin Çoruh University.

Material and Methods: A slimming drugs attitude scale was administered to 248 students. The results of the questionnaire were evaluated using SPSS 22.

Results: Of the participants, 68.1% were female and 31.9% were male. Attitudes of female participants towards slimming drugs were significantly higher than males. Of the participants, 82.3% aged between 18 and 22 years, 14.9% aged between 23 and 27 years, and 2.08% aged 28 years and above. Of the participants, 33% weighed 40-55 kg, 45% weighed 56-70 kg, 22% weighed 71 kg and above. Of the participants, 12.9% were weak, 72.2% were normal weight individuals, 12.5% were slightly overweight and 2.4% were obese. The slimming drugs attitude scores did not differ statistically according to height/weight index.

Conclusion: As a result, it was determined that among the individuals participating in the study, those with a female gender had high attitude scores towards weight loss pills.

Keywords: Diet Pills; Slim Body Perception; Student; Obesity

*Corresponding author: Ayşegül Bayramoğlu, email: atbayramoglu@gmail.com

GİRİŞ

Günlük kullanılan enerjinin, kazanılan enerjiden az olması sonucu harcanamayan enerjinin vücutta yağ olarak birikmesi obeziteye neden olmaktadır. Yetişkin kadınların kütlelerinin %20-25'i, yetişkin erkeklerin ise kütlelerinin %15-18'i yağ dokusudur. Kadınlarda bu yağ dokusu oranının %30'u, erkeklerde ise %25'i geçmesi obeziteyi oluşturmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından da bedende sağlığa zarar verecek şekilde yağ toplanması obezite olarak tanımlanmıştır (Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, 2017). Obezite prevalansı dünyada artmaktadır. Önlenebilir ölümlerin birinci sırasını sigara almakla birlikte ikinci sırada obezite yer almaktadır. DSÖ araştırmalarında ekonomide artışın ve kalkınmanın obezitenin küresel bir sorun hale gelmesine neden olduğu, obeziteye bağlı hastalıkların ve ölümlerin gittikçe artacağı ve 21. yüzyılın en büyük sağlık problemi olduğu belirtilmiştir (Satman, 2016). DSÖ tarafından yapılan Monica araştırmasında, Asya, Afrika ve Avrupa kıtalarının 6 ayrı bölgesinde 10 yıl içerisinde obezite oranlarında %10-30 arasında artış gözlemlendiği bildirilmiştir. Bu araştırmanın verilerine göre fazla kilolu bireylerin ve obezitenin en sık görüldüğü ülkeler; Bosna-Hersek, İngiltere ve Arnavutluk olup, en az sıklıkta görüldüğü ülkeler ise Özbekistan ve Türkmenistan'dır. Obezite prevalansı bu ülkelerde erkeklerde %5-23 arasında kadınlarda ise bu oran %7-36 arasında değişkenlik göstermektedir (Branca vd., 2007).

Türkiye'deki obezite görülme oranı, 15 yaş ve üzeri bireylerde 2014 verilerine göre %19.9 iken 2016 verilerine göre %19.6'ya düştüğü gözlemlenmektedir. Cinsiyet dikkate alındığında obezite oranı kadınlarda %23.9 olan ve obezite sınırındakiler %30.1 olarak, erkeklerde ise obezite bireylerin oranı %15.2 iken obezite sınırındakilerin oranı %38.6 olarak belirtilmiştir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2016). Obezite sebebi ile birçok sağlık sorunu da ortaya çıkmaktadır. Bu yüzden tedavi edilmesi gerekmektedir. En büyük tedavi yöntemi ise obezite oluşumunu engellemektir. Bunun için; beslenme davranışının değiştirilmesi, fiziksel aktivitenin artırılması, cerrahi operasyonların geçirilmesi ve ilaç tedavisi uygulanması gibi tedavi yöntemleri uygulanabilir (Mercanlıgil, 2012). Piyasada etkinliği, güvenilirliği ve kalitesi tam olarak

ispatlanmamış birçok bitkisel ürün bulunmaktadır. Bu ürünlerin çoğu vücuttan su atılması şeklinde etki göstermekte ve kısa süre içerisinde kullanan kişinin sanki kilo vermiş gibi hissetmesine sebep olmaktadır. Aslında kaybedilen yağ değildir. Diüretik olan bu bitkiler, uzun süreli kullanıldıklarında vücutta dehidratasyona sebep olabilirler. Laksatif (bağırsak çalıştırıcı) etkileri olan Sinameki (*Cassia acutifolia*), barut ağacı (*Rhamnus frangula*), sarısabır (*Aloe sp.*), ravent (*Rheum sp.*) türleri zayıflama amaçlı uzun süre kullanılmıştır (Aslan ve Orhan, 2010). Laksatif bitkiler, bağırsakları boşaltarak yiyeceklerin emilimini engeller. Uzun süre kullanıldıklarında, karında şişkinlik, bağırsak tembelliği, karın ağrısı, kaşıntı, mide-bağırsak kanamaları, yağlı dışkı, ürtiker, böbrek yetmezliği, su ve elektrolit dengesi bozukluğu, kas zayıflıklarına neden olabilirler (Aslan ve Orhan, 2010; Saraçoğlu ve Ergün, 2006). Metabolizmayı hızlandıran bitkiler ise termojenik olarak isimlendirilmektedirler. Bu bitkiler yağ yakımını enerji tüketimini arttırmak suretiyle yapmaktadır. Yeşil çay, kahve, kırmızıbiber, turunç, deniz üzümü (kullanımı yasaklanmıştır) metabolizmayı hızlandırılması için en çok kullanılan bitkilerdendir (Aslan ve Orhan, 2010). Obezite ile mücadele etmek için, bireylerin kullandığı bitkisel ürünler ciddi yan etkiler oluşturabilir (Erkekoğlu vd., 2009). Bu ürünler kurşun, arsenik ve civa gibi birçok madde ile kontamine olmuş olabilirler (Giray vd., 2009). Ancak toplumda bitkisel ürünlerin zararsız olduğuna dair genel ve yaygın bir inanış vardır.

Obezitenin bu kadar yaygın olması ve obezite ile savaşta çok fazla yöntemler olmasına karşın, bireylerin kısa zaman içerisinde, çok fazla emek vermeden, kilo vermek isteği ile zayıflama haplarına yönelimleri mevcuttur. Reçete dışı ürünlerden olan zayıflama hapları, Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı onayı ile satılabilmektedir (Türkiye Eczacılar Birliği, 2009) ve gerek internetten, gerek eczanelerden gerekse aktarlardan kolayca alınabilmektedir. Bu yüzden; Zayıflama Haplarına Yönelik Tutum Ölçeği ile bireylerin bu haplara tutumları belirlenerek, önleyici sağlık hizmetleri kapsamında yararlı bilgiler sağlayabileceği de düşünülmektedir (Cihan ve Bozo, 2012). Bahsedilen nedenlerden dolayı, bizde üniversite öğrencilerinin zayıflama haplarına dair tutumları hakkında bilgi sahibi olmak amacı ile bu

çalışma yapılmıştır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın Amacı ve Türü

Üniversitemiz öğrencilerinin zayıflama haplarına dair tutumlarını ölçmek amacı ile bu çalışma yapılmıştır. Tanımlayıcı tipteki bu kesitsel çalışma Artvin ilinde Kasım 2018-Ocak 2019 tarihleri arasında yürütülmüştür.

Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini Artvin Çoruh Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Artvin Çoruh Üniversitesi şehir yerleşkesinde yürütülen çalışma kapsamında, çalışmaya katılmayı kabul eden 248 öğrencinin verileri değerlendirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri, Bilgi Formu ve Zayıflama Haplarına Yönelik Tutum Ölçeği (ZHTÖ) ile toplanmıştır.

Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından literatürden yararlanarak hazırlanmış olup, katılımcıların cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, boy ve kilo özelliklerini belirlemeye yönelik 6 sorudan oluşmuştur.

Zayıflama Haplarına Yönelik Tutum Ölçeği (ZHTÖ):

ZHTÖ; oldukça yüksek bir Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısına sahip ($\alpha = .93$), 5'li Likert tipinde bir tutum ölçeğidir. Ölçeğin ilk faktörü sekiz maddeden oluşmuş ve "kilo yönetimi" olarak adlandırılmıştır. "Kişisel normlar" olarak isimlendirilmiş olan ikinci faktör, altı maddeden oluşmuştur. Dört maddeden oluşan son faktör ise "güvenilir olma" olarak adlandırılmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda, ölçek yapı geçerliliğine sahiptir. ZHTÖ'nün ayrışan geçerliliğine sahip olduğu görülmüştür. Buna göre, beden imajından memnun olma azaldıkça (ölçekten alınan puandaki artma ile belirlenen) zayıflama hapları kullanmaya yönelik tutumlar artmaktadır. Katılımcıların beden imajlarından memnuniyetleri azaldıkça ZHTÖ'nün kilo yönetimi ve kişisel normlar alt faktörlerinden aldıkları puanların arttığı bulunmuştur. ZHTÖ aynı zamanda ölçüt geçerliliğine de sahiptir (Cihan ve Bozo, 2012).

Verilerin Toplanması

Öğrencilere Kasım 2018-Ocak 2019 tarihleri arasında veri toplama araçları karşılıklı görüşme ile uygulanmıştır. Araştırmaya katılan gönüllülerin boy ve kiloları da kayıt altına alınarak beden kütle indeksi (BKİ) $Vücut\ ağırlığı\ (kg)/boy\ (m)^2$ formülü ile hesaplanmış, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) sınıflamasına göre; BKİ 18.5'ten küçük olanlar zayıf, 18.5-24.9 arasında olanlar normal, 25.0-29.9 arasında olanlar fazla kilolu ve 30'dan büyük olanlar ise obez olarak sınıflandırılmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen bulguların istatistiksel analizleri IBM SPSS Statistics 19 (IBM SPSS, Türkiye) programı ile yapılmıştır. Verilerin analizinde ilk olarak uç değer analizi yapılmış ve uç değer olarak tespit edilen 9 veri çalışma kapsamından çıkartılmıştır. Daha sonra dağılımın normalliği incelenmiş ve basıklık çarpıklık katsayısını -1 ve + 1 aralığında olduğu gözlemlendiğinden dağılımın normal olduğu kabul edilmiştir. Cinsiyete göre katılımcıların zayıflama haplarına yönelik tutum puanlarının farkını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Katılımcıların zayıflama haplarına yönelik tutum puanlarının yaş, kilo ve boy/kilo indeksi değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Scheffe testi ile ortalamalar arası farkın kaynağı analiz edilmiştir.

Çalışmanın Etik Yönü

Bu çalışmayı yapmak için Artvin Çoruh Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar ve Etik Kurulu'ndan 18700 sayılı 30.11.2018 tarihli "Etik Kurul Onayı" alınmış olup, katılımcılardan çalışmaya gönüllü olarak katıldıklarına dair yazılı onay formu da alınmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların cinsiyeti %31.9'u erkek, %68.1'i ise kadındır. Katılımcıların %82.3'ü 18-22 yaş aralığında, %14.9'ı 23-27 yaş aralığında, %2.8'i ise 28 yaşından büyüktür. Katılımcıların %33'ü 40-55 kg aralığında, %45'i 56-70 kg aralığında, %22'si ise 71 kg ve üzerindedir. Katılımcıların %12.9'u zayıf, %72.2'si normal kilolu, %12.5'i hafif kilolu ve %2.4'ü ise obezdir (Tablo 1).

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre zayıflama

haplarına yönelik tutumlarını gösteren dağılım Tablo 2’de gösterilmiştir. Görüldüğü gibi katılımcıların cinsiyet değişkenine göre puanları istatistiksel olarak farklıdır. Kadın katılımcıların zayıflama haplarına yönelik tutumları anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Katılımcıların zayıflama haplarına yönelik tutum puanlarının boy/kilo indeksi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur (Tablo 3).

Tablo 1. Katılımcıların bazı demografik özellikleri

Değişkenler	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	169	68.1
Erkek	79	31.9
Yaş		
18-22	204	82.3
23-27	37	14.9
> 28	7	2.8
BKI		
< 18(Zayıf)	32	12.9
18-24.9 (Normal)	179	72.2
25-29 (Hafif Kilolu)	31	12.5
> 30 (Obez)	6	2.4
Kilo		
40-55 kg	82	33
56-70 kg	112	45
> 71 kg	55	22

Tablo 2. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre zayıflama haplarına yönelik tutumları

Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	*p
Kadın	169	78.38	9.12	3.172	0.00
Erkek	79	74.22	10.68		

*bağımsız örneklem t-testi

Tablo 3. Katılımcıların BKİ değerlerine göre zayıflama haplarına tutumu

BKİ	n	%	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	*p
Zayıf	32	12.9					
Normal	179	72.2	82.406	3	27.469	0.282	0.838
Fazla kilolu	31	12.5					
Obez	6	2.40					

*tek yönlü varyans analizi

TARTIŞMA

Ülkemizde birçoğunun kalite kontrolleri yapılmamış, zayıflama üzerine nasıl etki sağladığına dair bilimsel verileri olmayan gıda takviyesi olarak isimlendirilen bir çok bitkisel ürün internette, yurt içi ya da yurt dışı menşeli yerel televizyon programlarında ve aktarlarda kolay bir şekilde satılmaktadır (Kaner vd., 2017). Ünlü olsun veya olmasın bazı kişilerde sosyal medya kanalları üzerinden zayıflama ürünlerinin tanıtımını yapmaktadırlar. Üstelik toplumumuzdaki

bireylerin bu kişilere güvenerek bitkisel ürünlerin bilinçsizce kullanımının zararlarının olmadığı algısı da çok üzüntü vericidir. Bu araştırma, Eğitim Fakültesindeki öğrencilerin zayıflama haplarının sağlığa etkileri, kişisel normlar ve güvenilir olma faktörlerine göre tutumunun ne oranda değişiklik gösterdiğini saptamak amacıyla Artvin Çoruh Üniversitesi Eğitim fakültesinde yapıлып yürütülmüştür.

Çalışma yapılan bireylerin %68.1’i kadın %31.9’u

erkek bireylerden oluşmaktadır. Kadın katılımcıların zayıflama haplarına yönelik tutumları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç beklenen bir sonuçtur, çünkü toplumdaki fiziksel güzellik ölçütlerine göre kadınlar kendilerini çok daha zayıf olma baskısı altında hissedebilmektedir. Toplumda yaygın bir görüş olarak karşımıza çıkan zayıf kadın güzeldir, algısı sebebi ile kadınlarda kısa süre içerisinde hızlı bir şekilde kilo verebilmek için sağlıklarına zarar verecek yöntemleri uygulamada artış meydana geldiği görülmüştür. Zayıflama hapları (altın çilek, Hatay biberi, elma krom) kullanma, aşırı diyet yapma, kendini kusturma bu yöntemler arasında yer almaktadır (Erden ve Tanrıyeri, 2004; Chao vd., 2008; Cihan ve Bozo, 2012). Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş dağılımı 18-47 yaş arasındadır. Malatya’da 658 lise öğrencisi ile yapılan bir çalışmada; zayıflama hapi kullananların tüm öğrencilere oranı %7 olarak bulunmuştur (Güneş ve Altınok, 2010). Yine 326 lise öğrencisi ile yapılan başka bir çalışmada, öğrencilerin %9’unun zayıflama hapi kullandığı belirtilmiştir (Özdemir, 2008).

Çalışmamızda, boy/kilo indeksi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Zayıflama hapi kullanımını belirlemeye yönelik çok fazla çalışma olmadığından tartışmada sınırlılıklar yaşanmıştır. Ancak, zayıflama hapi kullanmanın yan etkilerinin çok fazla olduğu da bir gerçektir. Bu yan etkilerinden bir kaç; kalp ritm bozukluğu, hipertansiyon, anksiyete, kardiyo vasküler semptomlar, felç, akut miyokard infarktüsü, titreme, çarpıntı, duyu durum bozukluğudur (Cihan ve Bozo, 2012).

ABD’de her yıl 100.000’den fazla ölümün yan etkiler nedeniyle ve bunun da bir bölümünün ilaç etkileşimleriyle olabileceği belirtilmiş olup, ölüm nedenleri arasında dördüncü ve altıncı sıralarda yer aldığı ve ilaç etkileşimlerinin bir bölümünün bitkisel ürün kullanımıyla bağlantılı olabileceği ifade edilmiştir (Sparreboom vd., 2004; Kaner vd., 2017). Ülkemizde de Söğüt ve arkadaşları, zayıflama amaçlı acı biber hapi kullanımı sebebi ile kardiyotoksitite geçiren iki kişiyi (Söğüt, Kaya, Gökdemir vd., 2010), yine aynı yılda Binbay (Binbay, 2010) ise psikotik bulgulu ilk manik dönem tarif eden bir vakayı rapor etmişlerdir. İçerisinde sibutramin bulunan zayıflama ürünlerinin merkezi sinir sistemi üzerine etkilerinden

dolayı hem ülkemizde hem de ülke dışında piyasadan toplatılmak suretiyle kaldırılmıştır (Cihan ve Bozo, 2012). Yalçın ve arkadaşları Zayıflama İlacına Bağlı Gelişen Supraventriküler Taşikardi Atağı isimli olgu sunumunda, hastanın kullandığı vücutta yağ yakmak, tokluk hissi oluşturmak suretiyle kilo vermediği düşünülen Mangostana (mango), Hibisküs, Citrus Mat, L-Karnitin ve Guarana karışımından oluşan ‘Afrikan Mango’ isimli ürünün; daha önce çarpıntı şikayeti olmayan hastada, supraventriküler taşikardi atağı geliştirmesi, ürünün bırakılmasından sonra tekrar etmemesi sebebi ile etki ve yan etkileri bilimsel verilerle ispatlanmadıkça bu ürünlerin kullanılmamaları gerektiği kanaatinde olduklarını bildirmişlerdir (Yalçın vd., 2015).

Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışmanın Artvin Çoruh Üniversitesi, Eğitim Fakültesi öğrencileri ile yapılması, sadece anket kullanılarak veri toplanması araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır.

SONUÇ

Bilinçsizce yapılan diyetler ve zayıflama haplarının kullanımı, insan sağlığını tehdit etmektedir. Özellikle üniversite öğrencilerinin de içerisinde bulunduğu genç kesimin toplumun dayattığı zayıf olmanın güzel olmak olduğu; algısına bağlı olarak zararlı yollara başvurmalarının önüne geçilmesi gerekmektedir. Bu amaçla Artvin Çoruh Üniversitesi öğrencilerinin zayıflama haplarına karşı tutumlarını öğrenmek için yapılan bu anketin sonucu olarak, kilosu 40-55 kg arası olan kadın öğrencilerin zayıflama haplarına yönelik tutumları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öte yandan; zayıflama haplarına yönelik çok fazla çalışma olmadığı için, tartışma zor ve kısıtlı olmuştur. Bu yüzden bu konu ile ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Çıkar Beyannamesi

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Teşekkür

Leyla Etdöğür’e teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

- Aslan, M., Orhan, N. (2010). Obezite tedavisinde yardımcı olarak kullanılan doğal ürünler, *Mised*, **23** (24), 91-105.
- Binbay, T. (2010). Sibutramin içerdiği saptanan reçetesiz zayıflama ürününün yol açtığı psikotik bulgulu ilk manik dönem. *Türk Psikiyatri Dergisi*, **21**(4), 335-337.
- Branca, F., Nikogosian, H., Lobstein, T. (2007). The Challenge of Obesity in the WHO European Region and the Strategies for Response. [WHO Europeanreport: Denmark](#).
- Chao, Y. M., Pisetsky, E. M., Dierker, L. C., Dohm, F. A., Rosselli F, May AM. ve ark. (2008). Ethnic differences in weight control practices among U.S. adolescents from 1995 to 2005. *International Journal of Eating Disorders*, **41**(2), 124-133. <https://doi.org/10.1002/eat.20479>
- Cihan, B., Bozo, Ö. (2012). Genç Yetişkin Kadınlarda Zayıflama Haplarına Yönelik Tutumları Ölçen Bir Ölçeğin Geliştirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, **15** (30), 63-69.
- Erden, F. B, Tanriyeri, P. (2004). Ülkemizde vitamin ve mineral eklentilerin akılcı kullanımı. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, **11**(13), 411-414.
- Erkekoğlu, P., Baydar, T., Şahin, G. (2009). Geriatrik Grupta Obezite Tedavi Yaklaşımlarının Toksikolojik Açıdan Değerlendirilmesi-II: Obezite Tedavisinde Kullanılan İlaçlar, *Turkish Journal Of Geriatrics*, **12** (4), 202-216.
- Giray, B., Erkekoğlu, P., Şahin, G. (2009). Zayıflama Amacıyla Kullanılan Çok Etken Maddeli Bazı Preparatların Toksikolojik Açıdan Değerlendirilmesi: Fen-Phen ve Usnik Asit. *Hacettepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Dergisi*, **29**(2), 131-148.
- Güneş, G., Atik Altunok, Y. (2010). Malatya'da lise öğrencilerinin kilo kontrolüyle ilgili inanışları ve kilo verme davranışları. *Türk Pediatri Arşivi*, **45**(1), 41-48.
- Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (HSGM), (2017). "Obezite Nedir?", <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezite-nedir.html> (Erişim: 11.02.2021)
- IBM SPSS, Türkiye. https://www.ibm.com/tr-tr/products/spss-statistics?mhsrc=ibmsearch_p&mhq=Statistics%2019
- Kaner, G., Karaalp, C., Seremet-Kürklü, N. (2017). Üniversite öğrencileri ve ailelerinde bitkisel ürün kullanım sıklığının ve bitkisel ürün kullanımını etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, **74**(1), 37-54. [DOI: 10.5505/TurkHijyen.2016.21347](https://doi.org/10.5505/TurkHijyen.2016.21347)
- Mercanlıgil, S. M. (2012). Şişmanlığın Tedavi Yöntemleri Doğrular Ve Yanlışlar, Sağlık Bakanlığı Yayın No: **729, 7-10, Ankara**
- Özdemir, N. (2008). Liseye devam eden kız öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ve buldukları kilolarından memnuniyet durumlarının incelenmesi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi](#): Gazi Üniversitesi, Ankara-Türkiye.
- Saraçoğlu, A., Ergun, B. (2006). Türkiye'de satılan bazı bitkisel zayıflama çaylarının içerikleri ve bu çayların kullanımına bağlı ortaya çıkabilecek istenmeyen etkiler. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, **26**,355-63.
- Satman, İ. (2016). Türkiye'de Obezite Sorunu. *Türkiye Klinikleri J. Gastroenterohepatol-Special Topics*, **9**(2), 1-11.
- Söğüt, Ö., Kaya, H., Gökdemir, M. T., Nimetoğlu, M. S., Solduk, L. (2010). Zayıflama amacıyla acı biber hapi kullanımı sonrasında gelişen kardiyotoksikite: iki olgu sunumu. *Türkiye Acil Tıp Dergisi*, **10**(3), 133-136.
- Sparreboom, A., Cox, C. M., Acharya, R. M., Figg, D. W.(2004). Herbal remedies in the United States: potential adverse interactions with anticancer agents. *Journal of Clinical Oncology*, **22**(12), 2489-503. <https://doi.org/10.1200/JCO.2004.08.182>
- TEB (Türk Eczacılar Birliği) (2009). Reçetesiz ilaçlar ve ilaç dışı ürünler: Betimleme ve müdahale. *Türk Eczacılar Birliği, Raporlar Dizisi I, Ankara*.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2016) "Türkiye Sağlık Araştırması", Sayı: 24573 Erişim Adresi: <http://tuikweb.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24573> [Erişim Tarihi: 01.07.2020]
- Yalçın, M., Erdal, E., Özmen, N.(2015). Zayıflama İlacına Bağlı Gelişen Supraventriküler Taşikardi Atağı. *Journal of Clinical and Analytical Medicine*, **6**(2), 208-209. [DOI: 10.4328/JCAM.1505](https://doi.org/10.4328/JCAM.1505)