

## Aroma Masajının Yaşlılardaki Konstipasyona Etkisi

Yrd. Doç. Dr. Diğdem LAFÇI<sup>1</sup>

Prof. Dr. Mağfired KARA KAŞIKÇI<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mersin Üniversitesi İçel Sağlık Yüksekokulu

<sup>2</sup> Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

**Amaç:** Bu araştırma, yaşlılarda aroma masajının konstipasyona etkisini incelemek amacıyla girişim-kontrol deseninde yarı deneysel olarak yapıldı.

**Materyal ve Metot:** Araştırma, Gaziantep Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi'nde 01 Aralık 2012–01 Mart 2013 tarihleri arasında 48 yaşlı ile yürütüldü. Veri toplama araçları olarak “Birey Tanıtım Formu” “Görsel Kıyaslama Ölçeği” ve “Günlük Konstipasyon İzlem Formu” kullanıldı. Girişim grubundaki yaşlılara yağ karışımı ile 3 hafta boyunca günde bir defa 15 dakika düzenli masaj yapıldı. Kontrol grubundaki yaşlılara ise herhangi uygulama yapılmadı. Her iki grupta yer alan yaşlılar araştırmacı tarafından, aroma masajı öncesi (7 gün), aroma masajı sırası (21 gün) ve aroma masajı sonrası (7 gün) olmak üzere toplam 35 gün “Günlük Konstipasyon İzlem Formu” ile izlendi. “Birey Tanıtım Formu” ve “Görsel Kıyaslama Ölçeği” yalnızca ilk hafta uygulandı. Verilerin değerlendirilmesinde ortalama, yüzdelik, ki kare, t testi, bağımlı gruplarda t testi ve bağımsız gruplarda t testi kullanıldı.

**Bulgular:** Aroma masajı sırası ve sonrası girişim grubunda, “dışkılama sayısı” “dışkı miktarı” ve “dışkı kıvamı” puan ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde arttığı, “dışkılama sırasında ıkınma” ve “dışkılama sonrası tam boşalamama hissi” puan ortalamalarının ise azaldığı belirlenmiştir. Kontrol grubunda ise “dışkılama sayısı” ve “dışkı miktarı” puan ortalamalarının arttığı, “dışkılama sırasında ıkınma” puan ortalamasının ise azaldığı belirlenmiştir.

**Sonuç:** Aroma masajı uygulaması, yaşlıların konstipasyon belirtilerinden dışkılama sayısı, dışkı miktarı ve dışkı kıvamını arttırdığı, dışkılama sırasında ıkınma ve dışkılama sonrası tam boşalamama hissini azalttığı saptanmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Aroma masajı, hemşirelik, konstipasyon, yaşlılar.