



Geriatrik Egzersiz Programı Hakkındaki Türkçe Videolar Uygun mu ve YouTube Güvenilir ve Kaliteli Bilgiler Sağlıyor mu?

Are Turkish Videos About Geriatric Exercise Program Appropriate and Does YouTube Provide Reliable and Quality Information?

✉ **Mustafa Tuna**, ✉ **Hatice Ağır**

Şanlıurfa Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, Şanlıurfa, Türkiye

Öz

Amaç: Bu çalışmanın amacı YouTube'da yer alan ileri yaş egzersiz programı hakkındaki Türkçe videoların güvenilirliğini ve kalitesini araştırmaktır. **Gereç ve Yöntem:** 22 Ağustos 2022 tarihinde Türkiye'deki popüler arama motoru olan YouTube kullanılarak bir internet taraması yapılarak ileri yaş için önerilen egzersizler değerlendirildi. Kırk tane YouTube videosu iki denetçi (fiziyatrist) tarafından puanlandırıldı. Çalışmaya dahil edilen videolar, Tüketici Sağlığı Bilgileri için Kalite Kriterleri (*Quality Criteria for Consumer Health Information-DISCERN*) aracı ve Global Kalite Değerlendirme skalası (*Global Quality and Services-GQS*) kıyaslamaları kullanılarak değerlendirildi. Ayrıca video süresi, beğenmesi, beğenmemesi, yorum sayısı, videonun internetteki süresi, video power indeksi, görüntüleme oranı ve beğenme oranları değerlendirildi.

Bulgular: Her iki gözlemcinin değerlendirilmesine göre videolar orta-kötü kalitede olduğu saptandı. Birinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması 41,3±17,5 iken ikinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması 44,2±17,1 olarak bulunmuştur ve yapılan analize göre sınıflar arası korelasyon katsayısı değeri 0,898 olarak bulunmuş olup çok iyi uyum olduğu görülmüştür. İki gözlemci arasında DISCERN skoru kategorisi açısından yüksek düzeyde uyum olduğu görülmüştür ($\kappa=0,683$, $p<0,001$). Yine her iki gözlemciye göre videoların GQS ortalaması orta-kötü sonuç olarak saptandı ve her ikisi arasında pozitif yönde korelasyon saptandı.

Sonuç: YouTube üzerinde ileri yaş egzersiz programları hakkında yer alan videoların içeriği genel olarak yetersiz veya kalitesiz olduğu saptandı. Uluslararası kılavuzları baz alan daha yüksek kalitede ve bilgi seviyesinde videolar hazırlanması, hasta uyumu ve egzersiz programlarına yönelik kamu farkındalığının artırılmasına katkı sağlayabilecek videolara ihtiyaç olduğu saptandı.

Anahtar kelimeler: İleri yaş, ev egzersiz programı, YouTube, güvenilirlik, kalite, video

Abstract

Objective: The aim of this study was to investigate the safety and quality of Turkish videos about the provincial age exercise program on YouTube.

Materials and Methods: On August 22, 2022, an internet search was made using YouTube, the popular search engine in Turkey, and the exercises recommended for the ages were evaluated. Forty YouTube videos were rated by two supervisors (physiatrists). The videos included in the study were evaluated using the Quality Criteria for Consumer Health Information (DISCERN) tool and Global Quality and Services (GQS) benchmarks. In addition, video duration, likes, dislikes, number of comments, duration of the video on the internet, video power index, viewing rate and liking rates were evaluated.

Results: According to the evaluation of both observers, the videos were found to be of medium to poor quality. While the average DISCERN score of the first observer was 41.3±17.5, the average of the DISCERN score of the second observer was 44.2±17.1, and according to the analysis, the intraclass correlation coefficient value was found to be 0.898 and it was seen that there was a very good agreement. There was a high level of agreement between the two observers in terms of the DISCERN score category ($\kappa=0.683$, $p<0.001$). Again, according to both observers, GQS average of the videos was determined as moderate-poor results and positive correlation was found between both.

Conclusion: It was determined that the content of the videos on YouTube about the age exercise programs was generally inadequate or of poor quality. It has been determined that there is a need for videos that can contribute to the preparation of higher quality and informational videos based on international guidelines, and to increase public awareness about patient compliance and exercise programs.

Keywords: Advanced age, home workouts, YouTube, reliability, quality, video

Giriş

İnternet, hem sağlık personelin hem de hastalar tarafından giderek daha fazla kullanılan bir bilgi kaynağı olmaya başladı. Türkiye İstatistik Kurumu tarafından yayınlanan istatistiklere göre internet kullanım oranı 2021 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde %82,6 olarak tespit edildi. Ayrıca istatistiklere göre 16-74 yaş grubundaki tüm bireylerin %80,5'inin, 2021 yılı ilk üç ayını kapsayan dönemde interneti düzenli olarak (hemen her gün veya haftada en az bir defa) kullandığı saptandı. İnternet kullanıcılarının interneti genellikle sosyal medyada profil oluşturmak, video paylaşmak ve web sitelerinde alışveriş yapmak için kullandıkları tespit edildi (1).

Demirel ve ark. (2) göre internet; bilgiye ulaşmanın kolay, ucuz ve hızlı bir yolu olduğu için tercih edilmektedir. İnternet kullanıcılarının çoğu, sağlıkla ilgili kararlarını internete dayalı olarak veriyorlar (2).

Geriatri, 65 yaş ve üstü bireylerin dahili hastalıkları, sosyal ve fonksiyonel yaşamları, yaşam kaliteleri, koruyucu sağlık hizmetleri ve yaşlılarda sık görülen hastalıklarla ilgilenen bir bilim dalıdır. Altmış beş yaş ve üstündeki bireyler geriatrik hasta grubuna dahil edilir.

Osteoporoz ve sarkopeni geriatrik hastalarda sık görülen hastalıklardan olup kas ve kemik erimesine bağlı meydana gelmektedir. Kas güçsüzlüğüne bağlı denge koordinasyon ve yürüyüş bozukluğu ile kolay düşmeler meydana gelebilir. Uygun egzersizler yapıldığında kas kitlesinde ve kemik kalitesinde artış gerçekleşir (3). Geriatrik hastalar egzersiz ihtiyaçları için bir fizyotrist veya geriatri uzmanından kendileri için uygun egzersiz programları alabilirler. Ancak hastaların çoğu doktora gitmeden internet aracılığıyla önerilen egzersizleri yapmaktadır. Bu nedenle webdeki bilgilerin kalitesi, güvenilirliği ve doğruluğu kritik öneme sahiptir. Hem klinisyenlerin hem de hastaların sağlıkla ilgili bilgiler konusunda kaliteli web siteleri seçmelerine yardımcı olmak için internet sitelerinin çeşitli özelliklerini değerlendirebilen doğrulama araçları geliştirilmiştir. Tüketici Sağlığı Bilgileri için Kalite Kriterleri (*Quality Criteria for Consumer Health Information-DISCERN*) (4), Global Kalite Değerlendirme skalası (*Global Quality and Services-GQS*) (5), Amerikan Tabipler Birliği Dergisi (*Journal of American Medical Association-JAMA*) (6) ve İnternette Sağlık Davranış Kuralları (*Health on the Net Code of Conduct*) (7) kullanılan sitelerden bazılarıdır.

Geriatrik hasta sayısının artması, doktora ulaşılabilirliğin zor olması ve ileri yaş egzersiz ihtiyacından dolayı internetteki videoların kullanımı giderek artmaktadır. Bu çalışmadaki amacımız ileri yaş için önerilen egzersiz videolarının DISCERN ve GQS ölçeklerini kullanarak ilgili bilginin kalitesini değerlendirmektir.

Gereç ve Yöntem

22 Ağustos 2022 tarihinde Türkiye'deki popüler arama motoru olan YouTube kullanılarak bir internet taraması yapıldı. Anahtar kelime olarak "ileri yaş egzersizleri, ileri yaş ev egzersizleri, geriatrici egzersizler, 65 yaş üstü için egzersizler" terimleri kullanıldı. Bunlar hastalar tarafında en sık kullanılan ifadelerdir.

Her bir anahtar kelime ve arama motoru için ilk 560 tane YouTube videosu değerlendirildi. Yenelenenler ve alakasız videolar hariç tutulduktan sonra kalanlar iki denetçi (fizyotrist) tarafından puanlandırıldı. Ayrıca yüklenen videolar üç gruba ayrılarak fizyotristlerin yüklediği videolar 1. gruba, fizyoterapistlerin yüklediği videolar 2. gruba ve diğer kişilerin (spor eğitmeni, pilates eğitmenleri, diğer sağlık çalışanları ve yüklenin belli olmayan videolar) yüklediği videolar 3. gruba alındı. Çalışmaya dahil edilen videolar, DISCERN aracı ve GQS kıyaslamaları kullanılarak değerlendirildi. Ayrıca video süresi, beğenmesi, beğenmemesi, yorum sayısı, videonun internetteki süresi, video power indeksi (VPI), görüntüleme oranı ve beğenme oranları kaydedildi.

DISCERN Ölçeği

DISCERN ölçeği Charnock (4) tarafından geliştirilmiş olup sağlık alanı için 1998 yılında kullanılmaya başlanmıştır. Gökdoğan ve ark. (8) tarafından Türkçeye çevrili yapılmıştır. DISCERN, 16 sorudan oluşup 1'den 5'e kadar derecelendirilir. 1 derece videonun kötü, 5 derece çok iyi olduğunu gösterir. Ayrıca üç bölümden oluşup ilk 8 soru güvenilirliği, 9 ile 15 arasındaki sorular tedavi için kaliteli bilgiyi ve son soru genel bilgiyi değerlendirir. Bu araca göre toplam ortalama puanlar dikkate alınarak web siteleri 5 gruba ayrılır: 16-26 arası çok kötü, 27-38 arası zayıf, 39-50 arası orta, 51-62 arası puan iyi ve 63'ten yüksek puan mükemmel puan olarak değerlendirilir.

GQS: GQS 5 puandan meydana gelmiştir. Bir puan; videonun kalitesiz, bilgi akışın zayıf, çoğu bilginin eksik ve hastalar için yararlı olduğunu, 2 puan; videonun bazı bilgiler vermekle birlikte hastalar için kaliteli bilgiler içermediğini ve 3 puan ise orta kalitede olup hastalar için bazı önemli bilgiler içerdiğini gösteriyor. Dört puan videonun kaliteli olduğunu ve hastalar için faydalı bilgiler içerdiğini ve 5 puan ise videonun mükemmel olduğunu ve hastalar için çok faydalı bilgiler içerdiğini gösteriyor.

Video görüntüleme oranı: Videonun görüntüleme sayısının internet üzerindeki süreye bölünmesiyle elde edilir.

Video beğenme oranı: Videoyu beğenen kişi sayısının beğenen ve beğenmeyenlerin toplamına bölünmesiyle elde edilir.

VPI: Videoyu beğenen kişi sayısının görüntüleme sayısına çarpılmasıyla elde edilen sonucu 100'e bölünmesiyle elde edilir.

İstatistiksel Analiz

Analizler SPSS (Statistical Package for Social Sciences; SPSS Inc., Chicago, IL) 22 paket programında değerlendirilmiştir. Çalışmada tanımlayıcı veriler kategorik verilerde n, % değerleri, sürekli verilerde ise ortalama ± standart sapma ve medyan çeyrekler açıklığı (25-75 persantil değerleri) değerleri ile gösterilmiştir. Gruplar arası kategorik değişkenlerin karşılaştırılmasında ki-kare analizi (Pearson ki-kare) uygulanmıştır. Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. İki den fazla değişkenlerin karşılaştırılmasında One-Way ANOVA analizi yapılmıştır. Sürekli değişkenlerin birbiriyle ilişkisinin incelenmesinde Pearson testinden yararlanılmıştır. İki puanlayıcı arasındaki uyuma derecesini belirlemek için sınıflar arası korelasyon katsayısı (ICC) hesaplanmıştır (Model: İki Yönlü Karışık; Tip: Tutarlılık). Puanlayıcıların puanları için puanlayıcılar

arası anlaşmayı ölçmek için Cohen'in kappa katsayısı (κ) da hesaplanmıştır. Analizlerde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Çalışmaya dahil edilen 40 videonun 5'i (%12,5) fiziyatrist, 10'u (%25) fizyoterapist ve 25'i (%62,5) diğerleri tarafından yüklenmiştir. Ortalama video süresi $14,0 \pm 11,1$ dk, izleyen sayısı ortalaması $9409,9 \pm 14648,0$, beğenme sayısı ortalaması $139,4 \pm 204,4$ olup yorum sayısı ortalaması $9,2 \pm 17,4$ şeklindedir. Videoların yükleme zamanı ortalaması $809,4 \pm 295,9$ gün olarak bulunmuştur. Görüntüleme oranı $11,2 \pm 17,8$ iken VPI ise $161894,4 \pm 847997,9$ olarak tespit edilmiştir. Birinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması $41,3 \pm 17,5$ olup 10'u (%25) çok kötü, 5'i (%12,5) kötü, 15'i (%37,5) orta, 5'i (%12,5) iyi ve 5'i (%12,5) çok iyi olarak değerlendirilmiştir. Yine birinci gözlemcinin GQS skoru incelendiğinde 8'i (%20) çok kötü, 5'i (%12,5) kötü, 17'si (%42,5) orta, 8'i (%20) iyi ve 2'si (%5) çok iyi olarak değerlendirilmiştir. İkinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması $44,2 \pm 17,1$ olup 8'i (%20) çok kötü, 9'u (%22,5) kötü, 10'u (%25) orta, 7'si (%17,5) iyi ve 6'sı (%15) çok iyi olarak değerlendirilmiştir. Yine ikinci gözlemcinin GQS skoru incelendiğinde 4'ü (%10) çok kötü, 13'ü (%32,5) kötü, 11'i (%27,5) orta, 8'i (%20) iyi ve 4'ü (%10) çok iyi olarak değerlendirilmiştir (Tablo 1).

Birinci gözlemcinin DISCERN skoru ile birinci gözlemcinin GQS skoru ve VPI'si arasında pozitif yönde anlamlı bir korelasyon görülmüştür. İkinci gözlemcinin DISCERN skoru ile ikinci gözlemcinin GQS skoru arasında pozitif yönde anlamlı bir korelasyon görülmüştür (Tablo 2).

Birinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması $41,3 \pm 17,5$ iken ikinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması $44,2 \pm 17,1$ olarak bulunmuştur ve yapılan analize göre ICC değeri $0,898$ bulunmuş olup her iki gözlemci arasında çok iyi uyum olduğu görülmüştür.

İki gözlemci arasında DISCERN skoru kategorisi açısından yüksek düzeyde uyum olduğu görülmüştür ($\kappa = 0,683$, $p < 0,001$) (Tablo 3). İki gözlemci arasında GQS skoru kategorisi açısından orta düzeyde uyum olduğu görülmüştür ($\kappa = 0,550$, $p < 0,001$) (Tablo 4).

Videoyu yükleyenler arasında video kalitesi açısından anlamlı farklılık görülmemiştir ($p > 0,05$) (Tablo 5).

Tartışma

Birçok kişi hastalıkların teşhisinde, tedavisinde veya önlemesi hakkındaki konularda bilgi sahibi olabilmek için sosyal medya platformlarına başvururlar. YouTube kolay ulaşılabilirliği ve içerik çeşitliliği nedeniyle güçlü bir bilgi kaynağı olmasına rağmen yayınlanan videoların kalitesi ve bilgi düzeyi ile ilgi hala soru işaretleri taşımaktadır. Yayınlanan videoların çoğunluğunun içeriği bilimsel verilerden ziyade kişisel deneyimlere dayanmaktadır (9). Biz de geriatrik hastaların evde yapabileceği ve geriatrik hastalar için yayınlan bu YouTube videolarının DISCERN ve GQS'ye göre kalitesini değerlendirmek istedik.

Çalışmamızdan elde ettiğimiz veriler, YouTube kullanıcılarının geriatrik ev egzersizi programı ile ilgili videoları sıklıkla

yüklediklerini, izleyicilerin bu videoları izleme, beğeni ve yorum yapma özelliği sayesinde diğer kullanıcılarla sık sık iletişim halinde olduğunu göstermiştir. Çalışmamızda DISCERN 50 ve üstü puan alan videolar iyi, 50 altı puan alanlar ise orta-kötü olarak değerlendirilmiştir. Her iki gözlemciye göre yüklenen videoların çoğunluğun kalitesi DISCERN'e göre orta-kötü kalitede saptandı (birinci gözlemci %75, ikinci gözlemci %67,5). Çalışmamıza göre birinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması $41,3 \pm 17,5$ iken ikinci gözlemcinin DISCERN skoru ortalaması $44,2 \pm 17,1$ olarak bulunmuştur. Bu analize göre ICC değeri $0,898$ olarak bulunmuş olup her iki gözlemci arasında çok iyi uyum olduğu gösterilmiştir. Ayrıca iki gözlemci arasında DISCERN skoru kategorisi açısından yüksek düzeyde uyum olduğu saptanmıştır ($\kappa = 0,683$, $p < 0,001$). Bu da yaşlı kişiler için YouTube üzerinde yayınlanan egzersiz programların yetersiz olduğunu ve daha kaliteli videolara ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Araştırmamızda incelenen videoların egzersiz programları hakkında yeterli bilgi vermediği, egzersizin nasıl yapılacağı, egzersiz öncesi ve sonrası ısınma ve soğuma periyotları anlatılmadığından ve egzersizin faydalarından bahsedilmediğinden dolayı düşük içerikli videoların sayısında artışa neden olduğu düşünülmektedir.

Çalışmamızda videoların kalitesi GQS'ye göre incelendiğinde videoların kalitesinin orta-kötü kalitede olduğu saptandı. Yine her iki gözlemcinin GQS skoru kategorisi açısından orta düzeyde uyumlu olduğu görülmüştür ($\kappa = 0,550$, $p < 0,001$). Ayrıca gözlemcilerin DISCERN skoru ile GQS açısından kıyaslandığında her iki gözlemcinin DISCERN skoru ile GQS skoru arasında pozitif yönde anlamlı bir korelasyon olduğu görülmüştür.

Çalışmaya dahil edilen videoların çoğunluğu spor ve pilates eğitmeni ile spor solanları tarafından yüklendiği saptanmıştır. Ayrıca çalışmamızın bulgularına göre videoyu yükleyenler arasında video kalitesi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmamakla birlikte fiziyatristlerin yükledikleri videoların zengin içerikli video sayısı fakir içerikli video sayısından daha fazlaydı. Böylece fiziyatristlerin daha fazla zengin içerikli video ürettikleri sonucuna varılmaktaydı.

YouTube'daki sağlık hizmetiyle ilgili videolar hakkındaki bilgiler genellikle yanlış olup hastaların bu yanıltıcı bilgilere ulaşması oldukça olasıdır. Bu, kamuoyunu ve hastalığın birincil algısını ve yönetimini etkileyebileceği için tehlikeli olabilir (10). Ayrıca internet üzerinden egzersiz programları hakkında bilgi edinmeye çalışan kişiler yorumlardan yanlış bilgi edinebilir ve uygunsuz egzersiz tedavileri yaparak kendisi için daha kötü sonuçlar elde edebilir. Çalışmamızda da videoların egzersiz öncesi ve sonrası ısınma ve soğutma periyotlarına çok fazla yer vermediği tespit edildi. Bu da egzersiz sırasında önemli yaralanmalara neden olabilir.

YouTube'da tıbbi bilgi videolarının kalitesini araştıran çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalarda YouTube'daki sağlık hizmetiyle ilgili videoların kalitesinin düşük olduğu tespit edilmiştir (11-16). Çalışmamızda da benzer şekilde sonuçlar elde edilmiştir.

2014 yılında Brooks ve ark. (17) YouTube'da hastalar için bilgilendirici bir kaynak olan lomber diskektomi videolarını

Tablo 1. Çalışmaya dahil edilen videoların tüm özellikleri

		Ort ± SS	Ortanca (IQR)
Yükleyen, n (%)	Fiziyatrist	5	12,5
	Fizyoterapist	10	25,0
	Diğer	25	62,5
Video süresi (dk)		14,0±11,1	11,0 (5,5-20,0)
İzleyen sayısı		9409,9±14648,0	1623,5 (516,0-10179,0)
Beğenme sayısı		139,4±204,4	41,5 (16,0-220,5)
Yorum sayısı		9,2±17,4	2,0 (0,0-11,0)
Yükleme zamanı (gün)		809,4±295,9	850,0 (835,0-860,0)
Görüntüleme oranı		11,2±17,8	1,9 (0,6-14,4)
Video power indeksi		161894,4±847997,9	609,5 (56,0-18673,5)
DISCERN skoru		41,3±17,5	42,5 (26,5-51,5)
DISCERN kategori n (%)	Çok kötü	10	25,0
	Kötü	5	12,5
	Orta	15	37,5
	İyi	5	12,5
	Çok iyi	5	12,5
GQS skoru n (%)	Çok kötü	8	20,0
	Kötü	5	12,5
	Orta	17	42,5
	İyi	8	20,0
	Çok iyi	2	5,0
DISCERN skoru 2		44,2±17,1	40,0 (34,0-57,0)
DISCERN kategori 2 n (%)	Çok kötü	8	20,0
	Kötü	9	22,5
	Orta	10	25,0
	İyi	7	17,5
	Çok iyi	6	15,0
GQS skoru 2 n (%)	Çok kötü	4	10,0
	Kötü	13	32,5
	Orta	11	27,5
	İyi	8	20,0
	Çok iyi	4	10,0
Ort ± SS: Ortalama ± standart sapma, IQR: Çeyrekler açıklığı, DISCERN: Tüketici Sağlığı Bilgileri için Kalite Kriterleri, GQS: Global Kalite Değerlendirme skalası			

incelemiş ve düşük kalitede olduğunu saptamışlar. Yine yakın zamanda Celik ve ark. (14) YouTube'da rotator manşet yaralanmasıyla ilgili videoları incelemişler ve bunların kalitesiz olduğunu bulmuşlar. Dinçel ve ark. (18) osteoporoz ile ilgili YouTube videolarını incelemiş ve düşük kalitede olduğunu tespit etmişlerdi. Demirsoy Kurt ve ark. (19) beyaz nokta lezyonlarıyla ilgili YouTube videolarının bilgi güvenilirliği ve kalitesinin değerlendirilmesini incelediği bir çalışmada video kalitelerinin yeterli düzeyde olmadığını saptamışlardır. Çalışmamızda literatür ile uyumlu olup ileri yaş için önerilen videoların orta düzeyde bir kalitede olduğu saptandı. Yüklenen videolara yapılan yorumlar genellikle beğenilmeye ve tavsiye edilmeye yönelik yorumlardı. Ancak bu yorumları

yapanların videoyu yükleyeninin yakın çevresi olup olmadığı bilinmediğinden yorumlara göre hareket etmek doğru olmaz. Ayrıca videoyu izleyen, beğenen, yorum yapan ve tavsiye eden kişilerin yaşları, tıbbi bilgi düzeyleri ve eğitim düzeyleri hakkında da bilgi sahibi olunmadığından videoyu beğeni ve görüntüleme sayısına göre kaliteli bulmak doğru olmayabilir. Bundan dolayı bir videonun kaliteli olup olmadığını değerlendirmek için DISCERN, GQS veya JAMA gibi doğrulama araçları kullanılmalıdır. Tüm dünyayı etkisi altına alan koronavirüs hastalığı-2019 pandemisi döneminde insanlar evde daha çok vakit geçirdi. Bu da internet kullanımının artmasına neden oldu. Özellikle çoklu sistemik hastalıkları olan ve dışarıya çıkmayan geriatrik hastalar

Tablo 2. Çeşitli parametrelerin korelasyonu

		DISCERN skoru	DISCERN kategori	GQS skoru	Video power indeksi	DISCERN 2	DISCERN kategori 2
DISCERN kategori	r	0,965	-	-	-	-	-
	p	0,000	-	-	-	-	-
GQS skoru	r	0,938	0,968	-	-	-	-
	p	0,000	0,000	-	-	-	-
Video power indeksi	r	0,437	0,446	0,438	-	-	-
	p	0,005	0,004	0,005	-	-	-
DISCERN 2	r	0,808	0,813	0,790	0,268	-	-
	p	0,000	0,000	0,000	0,094	-	-
DISCERN kategori 2	r	0,799	0,803	0,761	0,267	0,980	-
	p	0,000	0,000	0,000	0,096	0,000	-
GQS skoru 2	r	0,703	0,725	0,722	0,188	0,930	0,896
	p	0,000	0,000	0,000	0,245	0,000	0,000

DISCERN: Tüketici Sağlığı Bilgileri için Kalite Kriterleri, GQS: Global Kalite Değerlendirme skalası

Tablo 3. Gözlemciler arasında DISCERN skoru uyumu

		Birinci gözlemci				
		Çok kötü	Kötü	Orta	İyi	Çok iyi
İkinci gözlemci	Çok kötü	8	0	0	0	0
	Kötü	0	5	4	0	0
	Orta	0	0	9	1	0
	İyi	2	0	2	3	0
	Çok iyi	0	0	0	1	5

DISCERN: Tüketici Sağlığı Bilgileri için Kalite Kriterleri

egzersiz ihtiyaçlarını internet üzerindeki videolarla gidermeye çalıştılar. İnternet üzerindeki videoların bu kadar kötü-orta kalitede olması insanları yanlış yönlendirmeye veya egzersizlerin yanlış yapılmasına sebep olabilir. Bu durum da hekimlerin interneti daha aktif kullanması ve hastalıklarla ilgili bilgileri daha çok paylaşması gerekliliğini doğurmaktadır. Hem dünyada hem de ülkemizde insanların sağlık personeline güveninin daha fazla olması nedeniyle onların yüklediği videolar daha çok tercih edilebilir.

Tablo 4. Gözlemciler arasında GQS skoru uyumu

		Birinci gözlemci				
		Çok kötü	Kötü	Orta	İyi	Çok iyi
İkinci gözlemci	Çok kötü	4	0	0	0	0
	Kötü	2	5	6	0	0
	Orta	1	0	9	1	0
	İyi	0	0	2	6	0
	Çok iyi	1	0	0	1	2

GQS: Global Kalite Değerlendirme skalası

Tablo 5. Video kalitelerinin yükleyene göre karşılaştırılması

		Fiziyatrist	Fizyoterapist	Diğer	p-değeri
		Sayı (%)	Sayı (%)	Sayı (%)	
Birinci gözlemci DISCERN skoru		50,0±24,6	41,6±16,8	39,5±16,4	0,480*
Birinci gözlemci DISCERN kategori	Çok kötü	1 (20,0)	2 (20,0)	7 (28,0)	0,588**
	Kötü	1 (20,0)	2 (20,0)	2 (8,0)	
	Orta	1 (20,0)	3 (30,0)	11 (44,0)	
	İyi	0 (0,0)	2 (20,0)	3 (12,0)	
	Çok iyi	2 (40,0)	1 (10,0)	2 (8,0)	
Birinci gözlemci GQS skoru	Çok kötü	0 (0,0)	1 (10,0)	7 (28,0)	0,148**
	Kötü	2 (40,0)	2 (20,0)	1 (4,0)	
	Orta	1 (20,0)	4 (40,0)	12 (48,0)	
	İyi	1 (20,0)	3 (30,0)	4 (16,0)	
	Çok iyi	1 (20,0)	0 (0,0)	1 (4,0)	
İkinci gözlemci DISCERN skoru		50,8±25,0	47,3±15,8	41,6±16,0	0,452*
İkinci gözlemci DISCERN kategori	Çok kötü	1 (20,0)	1 (10,0)	6 (24,0)	0,423**
	Kötü	1 (20,0)	3 (30,0)	5 (20,0)	
	Orta	1 (20,0)	1 (10,0)	8 (32,0)	
	İyi	0 (0,0)	4 (40,0)	3 (12,0)	
	Çok iyi	2 (40,0)	1 (10,0)	3 (12,0)	
İkinci gözlemci GQS skoru	Çok kötü	0 (0,0)	0 (0,0)	4 (16,0)	0,481**
	Kötü	3 (60,0)	2 (20,0)	8 (32,0)	
	Orta	0 (0,0)	5 (50,0)	6 (24,0)	
	İyi	1 (20,0)	2 (20,0)	5 (20,0)	
	Çok iyi	1 (20,0)	1 (10,0)	2 (8,0)	

*One-Way ANOVA analizi, **Ki-kare analizi yapılmıştır,
DISCERN: Tüketici Sağlığı Bilgileri için Kalite Kriterleri, GQS: Global Kalite Değerlendirme skalası

Sonuç

Sonuç olarak çalışmamız, Türkçe videolarda ileri yaş egzersizleri ile ilgili bilgi sayısının ve video kalitesinin düşük olduğunu ve bu durumun risk altındaki kişilere yetersiz bilgi kaynağı sunduğu sonucuna varılmıştır. Daha kaliteli ve güvenli videolar paylaşması için hekimlere ihtiyaç olduğunu göstermiştir.

Etik

Etik Kurul Onayı: Bu çalışma için etik kurulu onayı gerekmemektedir.

Hasta Onayı: Çalışma hasta onamı gerektirmemektedir.

Hakem Değerlendirmesi: Editörler kurulu ve editörler kurulu dışında olan kişiler tarafından değerlendirilmiştir.

Yazarlık Katkıları

Cerrahi ve Medikal Uygulama: M.T., H.A., Konsept: M.T., H.A., Dizayn: M.T., Veri Toplama veya İşleme: M.T., H.A., Analiz veya Yorumlama: M.T., Literatür Arama: M.T., H.A., Yazan: M.T.

Çıkar Çatışması: Yazarlar tarafından çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışma için herhangi bir finansal destek almadıklarını bildirmişlerdir.

Kaynaklar

1. TÜİK. Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2021. Available from: URL: [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437). Accessed August 23, 2022.
2. Demirel M, Tekin A, Özbek S, Kaya E. E-Sağlık kapsamında internet kullanıcılarının sağlık web sitelerini kullanma durumu üzerine bir araştırma. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonu (Proje No: 0016-NAP-07) 2008.
3. Kutsal YG, Özdemir Ö, Sarıdoğan M, Günendi Z, Küçükdeveci A, Kirazlı Y, ve ark. Osteosarkopeni: Klinik Perspektif. Turk J Osteoporos 2020;26:47-57.
4. Charnock D. The DISCERN Handbook. Quality criteria for consumer health information on treatment choices. Radcliffe: University of Oxford and The British Library; 1998:7-51.
5. Kılınc DD, Sayar G. Assessment of reliability of YouTube videos on orthodontics. Turk J Orthod 2019;32:145-50.
6. De Angelis C, Drazen JM, Frizelle FA, Haug C, Hoey J, Horton R, et al. Clinical trial registration: a statement from the International Committee of Medical Journal Editors. Ann Intern Med 2004;141:477-8.
7. Boyer C, Selby M, Scherrer JR, Appel RD. The Health On the Net Code of Conduct for medical and health Websites. Comput Biol Med 1998;28:603-10.
8. Gökdoğan F, Kır E, Özcan A, Cerit B, Yıldırım Y, Akbal S. Eğitim kitapçıkları güvenilir mi? 2. Uluslararası & IX. Ulusal Hemşirelik Kongresi Kongre Kitabı, Antalya, Türkiye; 2003 s. 517-21.

9. Üstgörül S. İlk Cinsel İlişki Korkusu ve Bekaret ile İlgili Youtube Videolarının DISCERN Aracıyla Değerlendirilmesi. Sosyal Çalışma Dergisi 2022;6:73-81.
10. Otu M, Karagözoğlu Ş. Investigating the Websites in Turkey that Providing Information on Fibromyalgia Syndrome by Readability, Content and Quality. Turk J Osteoporos 2022;28:19-25.
11. Gök PY. Prematüre bebek bakımına yönelik hazırlanan web tabanlı ve bireysel eğitim programının annelerin öz güven gücüne etkisi (tez). Akdeniz Üniversitesi; 2018.
12. Pamukçu M, Duran Tİ. Youtube as a Source of Information on Gout Disease: Cross-Sectional Evaluation. Türkiye Klinikleri J Med Sci 2021;41:461-9.
13. Gökay GD, Görürgöz C. Laminate Veneer: A Quality Assessment of Turkish-Written Internet Information. Türkiye Klinikleri J Dental Sci 2021;27:660-6.
14. Celik H, Polat O, Ozcan C, Camur S, Kilinc BE, Uzun M. Assessment of the Quality and Reliability of the Information on Rotator Cuff Repair on YouTube. Orthop Traumatol Surg Res 2020;106:31-4.
15. Welbourne DJ, Grant WJ. Science communication on YouTube: Factors that affect channel and video popularity. Public Underst Sci 2016;25:706-18.
16. Cakmak F, Ozkan S, Ipekci A, Kanbakan A, Demirtakan T, Biberoglu S, et al. Transition from pandemic to infodemic: an analysis of Turkishlanguage COVID-19 YouTube videos. East Mediterr Health J 2021;27:443-51.
17. Brooks FM, Lawrence H, Jones A, McCarthy MJ. YouTube™ as a source of patient information for lumbar discectomy. Ann R Coll Surg Engl 2014;96:144-6.
18. Dinçel MY, Can E, Amiry M, Genç E, Çağlar S, Morina M, et al. What Information is Provided in Turkish Videos About Osteoporosis and Does YouTube Provide Reliable and High-quality Information: A Systematic Analysis of YouTube Videos. Turk J Osteoporos 2022;28:118-24.
19. Demirsoy Kurt K, Kaplan MH, Büyük SK. Evaluation of Information Reliability and Quality of Youtube™ Videos About White Spot Lesions. ADO Klinik Bilimler Dergisi 2023;12:87-94.