

7 Adımda Kusursuz PICO Araması

Kanıtı Dayalı Hemşirelik Uygulamaları



Genel Bakış

Yüksek kaliteli klinik araştırma kanıtlarını aramak göz korkutucu bir görev olabilir, ancak kanıta dayalı uygulama sürecinin ayrılmaz bir parçasıdır. Tüm geçmişlere sahip hemşireler ve araştırmacılar için araştırma sürecini kolaylaştırmanın ve iyileştirmenin bir yolu PICO arama stratejisini kullanmaktır. PICO, araştırmaya başlamadan önce iyi bir klinik araştırma sorusu geliştirmeye yönelik bir formattır. Sağlam bir klinik ön plan sorusunun dört unsurunu tanımlamak için kullanılan bir hatırlatıcıdır (Yale Üniversitesi Cushing/Whitney Tıp Kütüphanesi).

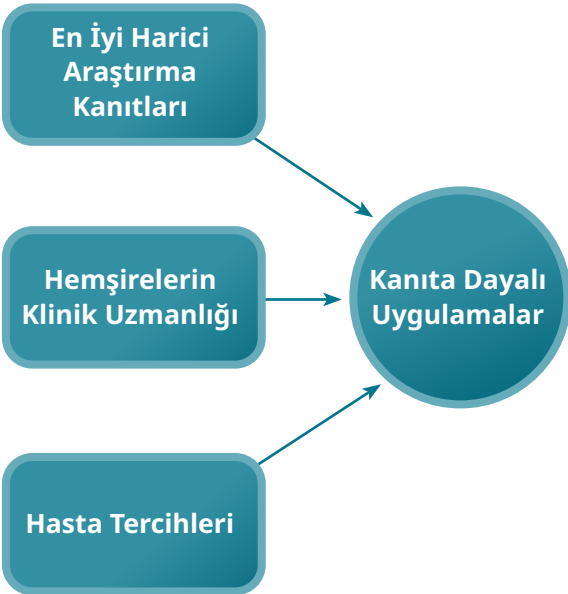
Bu teknik dokümanda, kanıta dayalı hemşirelik uygulamalarının önemini keşfedecek, PICO sürecini daha derinlemesine inceleyecek ve bir vaka örneği üzerinden PICO sürecinin nasıl işlediğine dair bir örnek sunacağız. İster kütüphaneci, ister hemşire ya da hemşirelik öğrencisi olun, **7 Adımda Kusursuz PICO Araştırması**'ni okurken yeni bir şeyler keşfetme imkanınız bulunmaktadır.

Kanıta Dayalı Hemşirelik Uygulaması Nedir ve Neden Önemlidir?



“Hemşirelikte kanıta dayalı uygulama, mevcut en iyi bilgiye dayalı hemşirelik uygulamalarını kullanmak ve yürütmektir. Kanıta dayalı uygulama, hemşirenin klinik uzmanlığını en iyi dış araştırma kanıtlarıyla bütünleştirir ve kaliteli hemşirelik bakımı sunmak için hasta tercihlerini dikkate alır.”

– Victoria Schirm, Director of Nursing Research, Penn State University



Kanıta dayalı hemşirelik, geçerli, klinik açıdan anlamlı ve uygulanabilir araştırmaların toplanması, yorumlanması, değerlendirilmesi ve entegrasyonu üzerine kurulu bir süreçtir. Yeni bilgi geliştirmek veya mevcut bilgiyi doğrulamak değil, mevcut kanıtları klinik karar verme sürecine uygulanabilecek şekilde tercüme etmekle ilgilidir. Modern sağlık sistemlerinde beklenen standart olan **kanıta dayalı hemşirelik uygulaması**, araştırma ve teoriyi uygulamaya bağlayarak klinisyenlere hasta bakım kararlarına rehberlik edecek güncel, güvenilir araştırma odaklı veriler sağlar.

Araştırmalar, sağlık hizmetlerinin yalnızca gelenekler veya klinik uzmanlık yerine iyi tasarlanmış çalışmalardan elde edilen kanıtlara dayandığında hasta sonuçlarının önemli ölçüde iyileştiğini göstermiştir. Daha iyi hasta sonuçları daha verimli performansa yol açar ki bu da kadro yetersizliği yaşayan hastaneler için hayati önem taşır.

PICO Süreci Nedir?

PICO, bir araştırmaya başlamadan önce iyi bir klinik araştırma sorusu geliştirmeye yönelik bir formattır. Sağlam bir klinik ön plan sorusunun dört unsurunu tanımlamak için kullanılan bir anımsatıcıdır. (Yale Üniversitesi Cushing/Whitney Tıp Kütüphanesi). Soru, üzerinde çalışmayı düşündüğümüz hastayı veya popülasyonu, kullanmayı planladığımız müdahaleyi veya tedaviyi, bir müdahalenin diğeriyle karşılaştırılmasını (varsa) ve beklediğimiz sonucu tanımlamalıdır. Bunlar PICO modelinin dört unsurunu oluşturur: **P**atient/Problem (Hasta/Problem), **I**ntervention (Müdahale), **C**omparison (Karşılaştırma) ve **O**utcome (Sonuç).

PICO süreci, vakayla ilgili bir sorunun oluşturulduğu ve bir cevap bulmayı kolaylaştıracak şekilde ifade edildiği bir vaka senaryosuyla başlar. İyi yapılandırılmış bir soru formüle edildiğinde, araştırmacılar orijinal PICO sorularını destekleyecek kanıtları literatürde aramak için daha iyi bir konumda olacaklardır. (Son birkaç yılda araştırmacılar PICO formülüne **(T)** ekleyerek çalışmanın zaman aralığını da belirtmişlerdir. Bu makalenin amaçları doğrultusunda çalışmaya zamanı dahil edilmedi.)

7 Adımda Mükemmel PICO Araması

PICO Sorusunun Formüle Edilmesi	Anahtar Kelimelerin Belirlenmesi	Arama Stratejisinin Planlanması	Aramanın Yürütülmesi	Sonuçların Düzenlenmesi	Literatürün Gözden Geçirilmesi	Kanıtların Değerlendirilmesi
1. PICO Sorusunun Formüle Edilmesi	2. Her PICO Ögesi için Anahtar Kelimelerin Belirlenmesi	3. Arama stratejisinin planlanması	4. Aramanın yürütülmesi	5. Sonuçların düzenlenmesi	6. Literatürün gözden geçirilmesi	7. Kanıtların değerlendirilmesi

Step 1: PICO Sorusunun Formüle Edilmesi

Örnek Senaryo:

Bir Üroloji departmanında çalışan kadrolu bir hemşiresiniz. Hastalarınızdan biri karın ameliyatından - daha spesifik olarak laparoskopik prostatektomi - çıkan 55 yaşında bir erkek. Hasta karın ağrısı ve mide bulantısından şikayetçi. Karnı şiş ve bağırsak hareketleri yok. Doktor paralitik ileustan şüpheleniyor ve klinik özellikler ile görüntülemenin kombinasyonuna dayanarak tanıyı doğruluyor.

Bir sonraki Kanıta Dayalı Hemşirelik Uygulaması Komitesi toplantısında bu vakayı tartışacaksınız. Komite, ameliyat sonrası sakız çiğnemek gibi basit bir müdahalenin abdominal cerrahiye takiben ameliyat sonrası gelişen ileusu önleyebileceğini gösteren kanıt olup olmadığını belirlemek için bir vaka çalışması yapmaya karar veriyor.

Bu senaryoya dayanarak araştırma sorusu şu şekildedir: "Abdominal cerrahi operasyonu geçiren hastalarda, ameliyat sonrası **sakız çiğnenmesinin** çiğnenmemesine kıyasla **ameliyat sonrası ileusu** etkilediğini gösteren kanıtlar var mıdır?"

Adım 2: Her PICO Öğesi için Anahtar Kelimelerin Belirlenmesi

Population (P) – Hangi birey ya da grup üzerinde çalışmak istiyoruz?

Intervention (I) – Yapmayı düşündüğümüz eylem (müdahale, tedavi) nedir?

Comparison (C) – Söz konusu eylemi başka hangi eylemle (müdahale, tedavi) karşılaştırıyoruz?

Outcome (O) – Sonuç olarak ne öngörüyoruz?

"Abdominal cerrahi operasyonu geçiren hastalarda, ameliyat sonrası sakız çiğnemenin ameliyat sonrası ileusu etkilediğini gösteren kanıtlar var mıdır?" sorusunu bir sonuç olarak öngörüyor muyuz?"

PICO Öğeleri	Anahtar Kelime
P (Patient or Population) (Hasta ve Popülasyon)	Abdominal cerrahi geçiren hastalar
I (Intervention) (Müdahale)	Sakız çiğnemek
C (Comparison) (Karşılaştırma)	Sakız çiğnememek
O (Outcome) (Sonuç)	Ameliyat sonra ileusu etkiler

Şekil 1

Adım 3: Arama Stratejisinin Planlanması

Arama stratejisini planlayın:

- Hangi veri taban(lar)ında arama yapılacağını belirleme
- Sorunuzun ana öğelerini belirleme
- Günlük dildeki terimlerin konu tanımlayıcılarına, CINAHL başlıklarına veya eşanlamlılarına çevrilmesi

Arayüz: EBSCOhost

Veri Tabanı: CINAHL Ultimate

Arama Ekranı: Gelişmiş Arama

Eşanlamlılar, başka bir kelime veya kelime grubuyla tam olarak veya neredeyse aynı anlama gelen kelimeler veya kelime grupları, aramanızı uygun şekilde genişletmenize yardımcı olabilir. Örneğin: **'ameliyat'** anahtar kelimesini ararken, bunun yerine bir hastayı **'ameliyat sonrası'** veya **'iyileşme'** sürecinde olarak tanımlayan makaleleri gözden kaçırabilirsiniz. Eş anlamlı kelimeler eklemek, sonuçlarınızı hala alakalı olan ancak 'abdominal cerrahi' kelimelerini içermeyen makalelere genişletmenize yardımcı olacaktır. Bunlar aşağıdaki tabloda 'Arama Stratejileri' olarak gösterilmektedir.

CINAHL Ultimate

CINAHL Ultimate, bir hemşirelik araştırmacısının mükemmel bir PICO araması yapmak için kullanabileceği bilgi kaynaklarından sadece biridir. Hemşirelik ve yardımcı sağlık profesyonelleri için kesin araştırma aracı olarak kabul edilen CINAHL Ultimate, en iyi hemşirelik ve yardımcı sağlık dergilerine, kanıta dayalı bakım sayfalarına, hızlı derslere ve sürekli eğitim modüllerine hızlı ve kolay erişim sunar. Bu veri tabanı, CINAHL indeksinde bulunan en çok kullanılan dergilerin çoğunun tam metnini içerir. CINAHL Ultimate ile kullanıcılar, tüm hemşirelik uzmanlık alanlarının yanı sıra konuşma ve dil patolojisi, beslenme, fizik tedavi ve çok daha fazlasını içeren yardımcı sağlık konularını da kapsayan kapsamlı bir içeriğe erişebilirler.

PICO Öğeleri	Anahtar Kelimeler	Arama Terimleri	Arama Stratejileri
P (Patient or Population) (Hasta veya Popülasyon)	Patients undergoing abdominal surgery Abdominal cerrahi geçiren hastalar	Abdominal Surgery Abdominal cerrahi	Abdominal surgery OR Surgery OR Postoperative OR Recovery
I (Intervention) (Müdahale)	Chewing gum Sakız çiğneme	Chewing Gum Sakız çiğneme	Chewing Gum OR Gum
C (Comparison) (Karşılaştırma)	Not chewing gum Sakız çiğnememe		
O (Outcome) (Sonuç)	Affects post-operative ileus Ameliyat sonrası ileusu etkiler	Postoperative Ileus Ameliyat sonrası ileus	Postoperative Ileus OR Paralytic Ileus OR Ileus

Adım 4: Aramanın Yürütülmesi

Şekil 2

Aramanıza başlamadan önce, **Arama Ayarının Boolean/Phrase** olarak ayarlandığından emin olmanız gerekmektedir. Bu seçeneğin önemli olmasının nedeni “exact phrase (tam ifade)” aramasına izin vermesidir. Örneğin, Kalp Hastalığı ifadesini aradıysanız, sistem kalp ve hastalık kelimelerinin birlikte, bir ifade olarak geçtiği kayıtları arayacak, bu iki kelimenin ayrı ayrı geçtiği kayıtları aramayacaktır.

Aramanıza başlamak için önce yukarıdaki Şekil 2’ye bakın. Her bir PICO Öğesi (P, I, C, O), ilişkili Arama Stratejisi kullanılarak ayrı ayrı aranacaktır. Her aramadan sonra sıradaki aramanıza başlamadan önce ekranı temizleyip yeni bir arama başlatacaksınız. Aramalar tamamlandığında, tüm aramalar birleştireceğiz.

- **P (Patient or Population) (Hasta veya Popülasyon):** Aramanıza “Hasta” veya “Popülasyon” ile başlayın; burada kastedilenler **abdominal cerrahi geçiren** hastalardır. Yukarıda belirtildiği gibi, arama sonuçlarınızı iyileştirmek için **Surgery (Cerrahi)**, **Postoperative (Ameliyat Sonrası)** veya **Recovery (İyileşme)** gibi aynı anlama gelen daha az tanımlayıcı terimler eklemeyi deneyin. .

**Not: Her sonucun bu arama terimlerinden en az birini içermesi için Boole operatörü “Or” kullanıldığınızdan emin olun. Şekil 3, EBSCOhost’ta gösterilen bu arama stratejisinin bir örneğidir. “Ara” düğmesine tıklayın.*

Şekil 3

- **I (Intervention) (Müdahale):** *Sakız Çiğneme* veya *Sakız* olan Intervention (Müdahale) için yeni bir arama başlatın. Boolean operatörü olan “Or” kullandığınızdan emin olun. Sonuç sayısını not edin.

Search articles, books, journals & more

Searching: CINAHL Ultimate Basic search

abdominal surgery

OR surgery

OR recovery

Add fields

Search

Şekil 4

- **C (Comparison):** Bu aramadaki Comparison (Karşılaştırma) “sakız çiğnememek” olacaktır, bu nedenle Comparison (Karşılaştırma) ögesini eklemeyeceğiz.
- **O (Outcome):** Şimdi ameliyat sonrası ileus olan Outcome (Sonuç) için bir arama yapabilirsiniz. Paralytic ileus veya ileus eşanlamlılarını ekleyiniz. Amacınız, ameliyat sonrası sakız çiğnemenin ameliyat sonrası ileusu olumlu ya da olumsuz etkileyip etkilemediğini belirlemektir. Ara’ya tıklayın ve sonuç sayısını not edin.

Searching: CINAHL Ultimate Basic search

chewing gum

OR gum

AND

Add fields

Search

Şekil 5

- **Combine searches:** Aramanızı tamamlamak için Popülasyonu (Abdominal cerrahi geçiren hastalar); Müdahaleyi (Sakız) ve Sonucu (Post-operatif ileus/paralitik ileus) birleştireceksiniz. Veri tabanınızdaki ‘Arama Geçmişi’ni kullanarak, bu aramaları önceki üç aramanızın sonuçlarını gösteren tek bir aramada birleştirebileceksiniz.

Searching: CINAHL Ultimate Basic search

Search articles, books, journals & more

Recent Activity

Search History Viewed Records

Number of searches: 3

Combine with AND

Combine with OR

Combine with NOT

paralytic ileus OR ileus

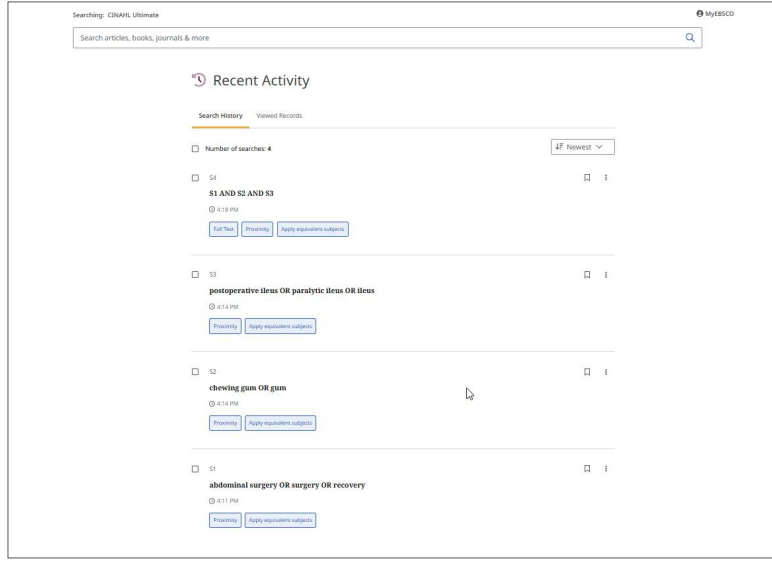
chewing gum OR gum

abdominal surgery OR surgery OR recovery

Apply equivalent subjects

Şekil 6

Adım 4, birleştirilmiş aramamızın sonuçlarını göstermektedir. Şimdi Şekil 7’de gösterildiği gibi kriterlerin-ize uyan 59 makalenin tamamını görmek için “Sonuçları Görüntüle”ye tıklayın.



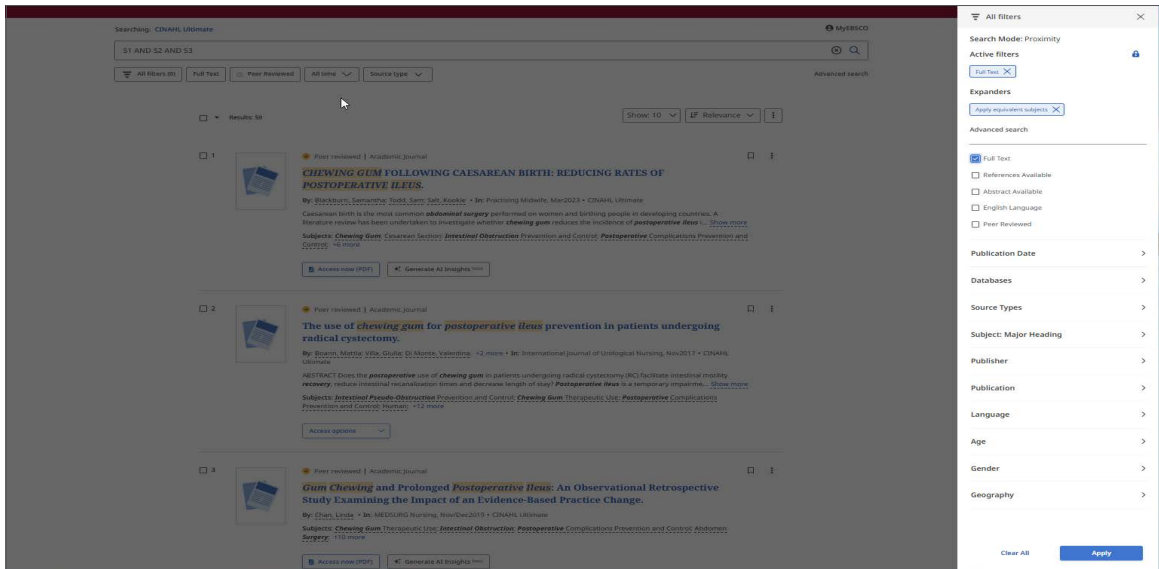
Şekil 7

Adım 5: Sonuçların Düzenlenmesi

Aramanıza sınırlayıcılar uygulamak, en alakalı makaleleri görüntülemenizi sağlar. Sonuçlarınızın en yeniye göre değil en alakalı olana göre ayarlandığından emin olun. CINAHL sonuç sayfasının sol tarafında, “Refine Results” altında yer alan “Full Text” ile sınırlandırın. Ardından, 5 yıldan daha yeni makaleleri seçmek için tarih kaydırıcısını kullanın. Gerekirse ek sınırlayıcılar için “Daha Fazla Göster” seçeneğini kullanın.

Adım 6: Literatür’ün Gözden Geçirilmesi

Şekil 8’de gösterildiği gibi birleşik aramanıza sınırlayıcılar ekledikten ve sonuçları tekrar çalıştırdıktan sonra, PICO sorunuzla en ilgili makaleleri seçin ve inceleyin.



Şekil 8

Adım 7: Kanıtların Değerlendirilmesi

The final step to the perfect PICO search is to determine the level of evidence within each relevant article. In searching for the best available evidence, a hierarchy exists regarding the level and strength of evidence. As you review the journal articles, select those that are based on highest level of evidence, such as a Meta-Analyses or a Systematic Review. Fig. 9



Şekil 9

Tanımlanan Çalışmalar

Meta Analizler: Sonuçları sentezlemek ve özetlemek için nicel yöntemler kullanan sistematik bir inceleme.

Sistematik İncelemeler: Kapsamlı bir literatür taraması ve bireysel çalışmaların eleştirel değerlendirmesi-ni yapmak için açık yöntemler kullanan tıbbi literatürün bir özeti.

Rastgele Kontrollü Deneme: Katılımcılar rastgele deney veya kontrol gruplarına ayrılır ve ilgilenilen değişkenler/sonuçlar için zaman içinde takip edilir.

Kohort Çalışması: Şu anda belirli bir rahatsızlığı olan veya bir tedavi gören ve zaman içinde takip edilen ve rahatsızlıktan etkilenmeyen başka bir grup insanla karşılaştırılan katılımcıları belirler.

Vaka Kontrol Çalışması: Belirli bir sonuca sahip olan katılımcıları (vakalar) ve bu sonuca sahip olmayan katılımcıları (kontroller) tanımlar.

Vaka Raporu/Vaka Serisi: Belirli bir sonuca sahip bir veya daha fazla katılımcı hakkında bir rapor.

(CEBM - Centre for Evidence-Based Medicine'den uyarlanmıştır)

Kapanış

Bir hastanede kanıta dayalı hemşirelik uygulaması kültürünü teşvik etmek kolay bir süreç değildir. Bu, klinik uzmanlığın, hasta değerlerinin ve en iyi araştırma kanıtlarının entegrasyonunu içerir (Sackett D, 2002). Yüksek kaliteli klinik araştırma kanıtlarının araştırılması birçok kişi için zorlayıcı olabilir. PICO formatını kullanarak, arama süreci kolaylaştırılacak ve klinik kararları desteklemek ve alternatif tedavileri ve prosedürleri keşfetmek için mevcut en iyi kanıtları sağlayacaktır.



Kathy Jensen, MHA, RN
Nurse Consultant
EBSCO Health Care

10 Estes Street
Ipswich, MA 01938
E: kjensen@ebSCO.com

Referanslar

1. Streelman, M. (2023). Nursing Research and Evidence-Based Practice. *MEDSURG Nursing*, 32(4), 209.
2. Rana, R., Caron, M., & Kanter, S. (2022). Nurse mentored, student research in undergraduate nursing education to support evidence-based practice: A pilot study. *Nursing Forum*, 57(2), 225–233. <https://doi.org/10.1111/nuf.12667>
3. A guided search: Formulating a PICOT from assigned areas of inquiry. (2022). *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 19(5), 426–427.
4. Dean, J., Gallagher, F. L., & Connor, L. (2021). Evidence-Based Practice: A New Dissemination Guide. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 18(1), 4–7. <https://doi.org/10.1111/wvn.12489>
5. Speckman, R. A., & Friedly, J. L. (2019). Asking Structured, Answerable Clinical Questions Using the Population, Intervention/Comparator, Outcome (PICO) Framework. *PM & R: Journal of Injury, Function & Rehabilitation*, 11(5), 548–553. <https://doi.org/10.1002/pmrj.12116>