GÜNCEL ARAŞTIRMA Eyvah, çocuğum ateşlendi!

Ateş, anne ve babaların en fazla endişelendikleri sağlık sorunlarının başında geliyor. Hemen ilaçlara sarılarak çocuğun ateşi düşürülmeye çalışılıyor. Amerikan Pediyatri Akademisi'nin yayın organında yayımlanan bir araştırmanın sonuçlarına göre, çocukta sadece ateş varsa ateşi düşürmek şart değil. Çocuğun ateşini ve genel durumunu takip etmek yeterli oluyor.

Genel duruma bakın!

Araştırmacılardan Dr. Janice Sullivan, sonuçları şöyle yorumladı: "Ateşe değil, çocuğun genel durumuna odaklanmak gerekiyor. Vücut sıcaklığının artışı, bağışıklık sisteminin bakteri veya virüslerle savaşının bir yoludur. Ateşin yanında dalgınlık, ağrı veya susuzluk gibi belirtiler yoksa hekime başvurmaya ya da ateş düşürücü ilaç kullanmaya gerek olmayabilir. Ateşli hastalıklarda hedef, çocuğun genel durumunu kontrol altında tutup gerekirse hekim önerisiyle ilaç vermektir."

Ateş düşürücü olarak sıklıkla kullanılan ilaçların bazılarının yüksek dozda alımının karaciğere, bazılarının da böbreğe zararlı olabileceğine dikkat çeken araştırmacılar, uygun doz ve yerinde kullanım konusunda hekimleri ve aileleri uyarıyor. Dr. Sullivan'a göre çocuğu uykudan uyandırıp ateş düşürücü vermek de gereksiz. Aileleri bundan vazgeçirmeye çalıştıklarını ifade eden araştırmacı, çocuğun uyumasının genel durumunun iyi olduğunun bir işareti olduğunu kaydetti.

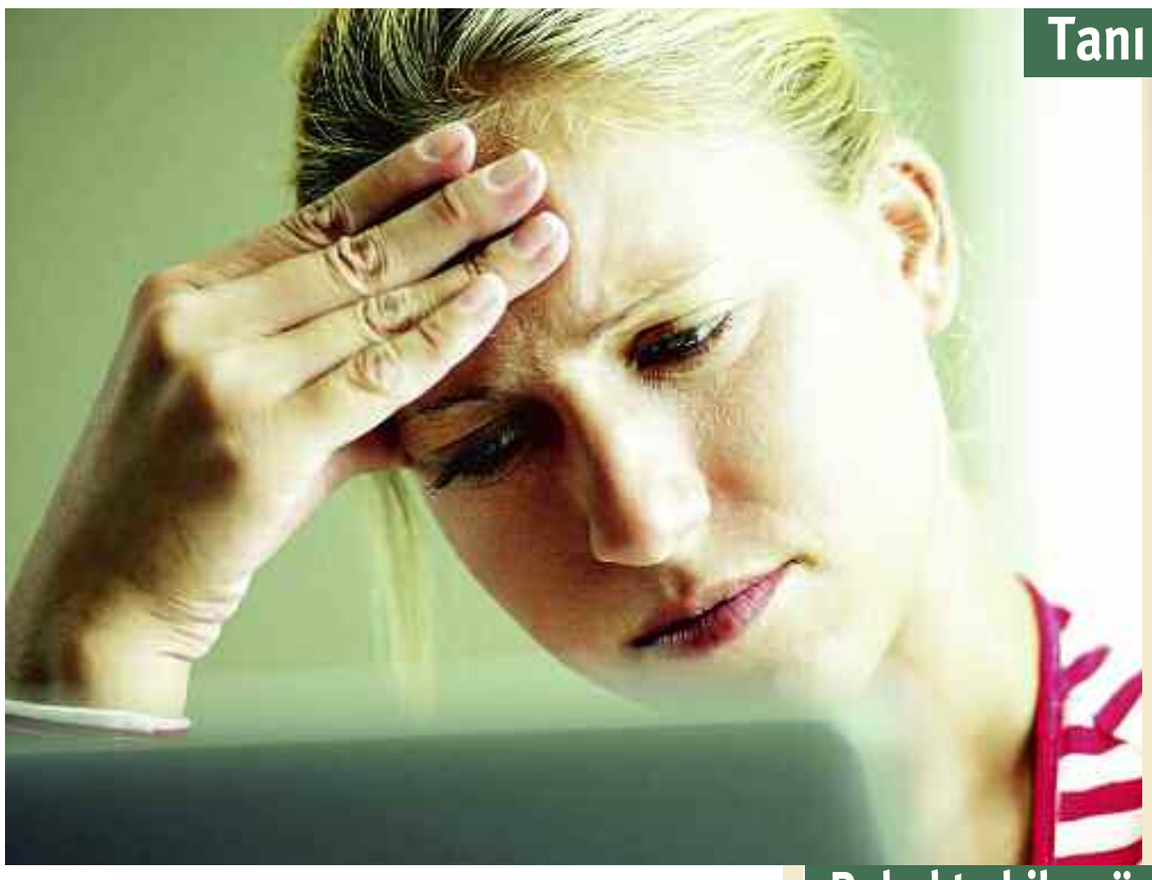
Aydınlık

KURULUŞ 1921 | 25 NİSAN 2011 PAZARTESİ | VATAN - EMEK - NAMUS

Gereksiz ağrı kesici kullanımı ağrıya neden olabilir!

Yanlış tedavi migreni tetikler

Tedavisi mümkün olan bu hastalıkta, ilaçları doğru zamanda ve doğru dozlarla kullanmak gerekiyor. Ataklarda faydalanılan ilaçların ayda 10 gün veya daha fazla alınması hızlıca bağımlılık yapıyor ve hasta tedavi oluyorum zannederken ağrılar her gün gelmeye başlıyor



Günümüzde bir beyin hastalığı olarak kabul edilen migren, baş ağrılarının en sık gözlenen nedeni. 3 yıl önce yapılan bir çalışma Türkiye'de migren sıklığının yüzde 16.4 olduğunu gösteriyor. Migren kadınlarda erkeklere göre 3 kat daha sık görülüyor ve 35-40 yaş arasındaki her 3 kadından 1'i migrenli. Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Mustafa Ertaş, migreni Aydınlık'a değerlendirdi.

Temel özellikleri

Prof. Dr. Ertaş, migrende ağrı gelişmesinin nedeninin beynin bir uyaranla uyarılmasından sonra, beyin zarının gösterdiği reaksiyon olduğunu kaydederek şu bilgileri verdi: "Migren ağrısı daha çok tek taraflı olur, zonklayıcıdır ve şiddetlidir. Bulantı genellikle vardır. Kişi ağrı sırasında ışıktan rahatsız olur, başını hareket ettirmek istemez, ettirirse ağrı artar. Ağrı her zaman 4 saatten uzundur. Genellikle 3 günden fazla sürmez. Migren ağrısı 15 dakikada gelip geçmez. Geçerse, başka bir hastalık düşünürüz. Eskiden klasik migren olarak adlandırdığımız auralı tip migrende, ağrı gelmeden 5-60 dakika önce bir tarafı görememe, gözde ışık çakması, çizgiler görme gibi belirtiler ortaya çıkabilir, bazen de daha seyrek olarak kol veya bacakta uyuşma, karıncalanma gibi hem duyusal hem de hareketle ilgili belirtiler gözlenir. Bunlar kaybolduktan sonra da baş ağrısı başlar. Bu belirtiler de değişik zamanlarda tekrarlanarak yaşanabilir."

Prof. Dr. Mustafa Ertaş

Kadınlarda daha şiddetli

Migrenin östrojen hormonuyla sıkı bir ilişkisi olduğunu vurgulayan Prof. Dr. Ertaş, adet dönemiyle migrenin belirginleştiğini ve kadın hastaların yarıya yakınında menopozla birlikte yakınmaların azaldığı veya kaybolduğunu dile getirdi. Prof. Dr. Ertaş'ın verdiği bilgilere göre hamilelikte, östrojen düzeyi dalgalanmıyor, bu nedenle de hamilelikte migren ağrısı gözlenmiyor. Oysa kadınların çoğunda adetten 2-3 gün önce şiddetli migren ağrısı ortaya çıkıyor. Doğum kontrol hapı kullanan kadınlarda da migren daha şiddetli seyrediyor.

'İlaç bağımlılık yapıyor'

Prof. Dr. Mustafa Ertaş, yanlış tedavi sonucunda Türkiye'de sokakta dolaşan 100 kişiden 2'sinin ağrı kesici kullandığı oranda migren ağrısı yaşadığını dile getirerek migren tedavisi hakkında şu bilgileri verdi:

"Aslında çok daha seyrek ağrı çekecekken, insanlar tedavi oluyorum diye her gün migren ağrısı çekiyorlar. Bunların oranı migrenlilerin yüzde 2'si değil, Türk toplumunun yüzde 2'si. Bunun nedeni de, aşırı ağrı kesici kullanımı. Migren hastalarında, migren atak ilaçlarının ayda 10 gün veya daha fazla kullanılması hızlıca bağımlılık yapıyor ve ağrılar her gün gelmeye başlıyor. Bu yüzden migrenli hastaların bu ilaçları sık kullanmaması gerekiyor.

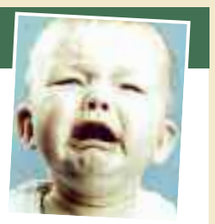
Örneğin, migreni çoktan kaybolmuş, menopoza girmiş bir kadın yaşlılığında romatizma ilacı kullanmaya başlıyor ve birkaç hafta sonra yeniden migreni başlıyor, sadece bu nedenle! Migren için standart bir reçete yok, hastaya göre tedavi var. Örneğin; ayda 10 atak gibi çok sık atak geçirenlere ağrı kesicileri hemen hiç vermeyiz. Başka yollarla ataklarını seyreltiriz. Ne zaman ki atak sayısı ayda 10'un altına iner, o zaman ağrı kesici ilaçları, daha etkin dozlarda veririz. Migren tedavisi olan bir hastalıktır, fakat doğru ilaçlarla ve doğru dozlarla."

Tanı için 3 kritik soru

ID-migren testiyle, hastaya "Son 3 ay içinde en az 2 kere baş ağrısı yaşadınız mı?" diye sorduklarını ifade eden Prof. Dr. Ertaş, sonrasını şöyle anlattı: "Eğer 'Evet yaşadım' diyorsa, 'Bu ağrılar sizi işten, güçten, eğlenceden kısıtladı mı?' veya 'Bu ağrılar için bir hekime danıştınız mı?' diye soruyoruz. Bunlardan birine bile 'Evet' dediyse, şu 3 soruyu soruyoruz:

1. Hiç ağrı sırasında ışık sizi rahatsız etti mi? 2. Hiç ağrı sırasında mide bulantısı yaşadınız mı? 3. Hiç ağrı nedeniyle bir gün işten, güçten kısıtlandınız mı? Hasta bu 3 sorunun 2'sine bile 'Evet' cevabını veriyorsa, bu kişinin migren olma olasılığı yüzde 93.3'tür."

Bebekte bile görülebilir



Migrende genetik geçişin söz konusu olduğunu ve ayrıntılı bilinmemekle birlikte hastalığın daha çok anneden geçtiğini ifade eden Prof. Dr. Mustafa migren eşdeğeri yakınmalar olabildiğini şu örneklerle açıkladı: "Hemen doğumdan sonra bebekte örneğin haftada 2 kez tekrarlayan çok şiddetli ağlamalar gözlenir.

Çocuk 3-5 yaşına geldiğinde migren eşdeğeri olarak tekrarlayan karın ağrıları veya kusmalar, 7 yaşında iken de 1 saat süren alın ağrıları ortaya çıkar ve yaş ilerledikçe yetişkin baş ağrıları meydana gelir".

GÜNDEM

Uzm. Dr. Rıfat Yücel

Bakanlık haberimizi görmedi mi!

Sağlık sistemimiz son 30 yıldır Dünya Bankası'nın, IMF'nin dayatmalarıyla adım adım özelleştirildi. Son hamleler de AKP Hükümeti'nden geliyor. Okumuşsunuzdur, Aydınlık'ın geçen Salı günü yaptığı haberde başeditörlüğünü Sağlık Bakanı'nın gerçekleştirdiği kılavuz kitap vardı. 4 Amerikalı'nın yazdığı kılavuzda, reforma karşı çıkanlar düşman, reformu destekleyenler ise müttefik olarak niteleniyor ve psikolojik savaş yöntemleri en ince ayrıntısına kadar öğretiliyor. Müttefiklere olanak sağlanması, düşmanların itibarsızlaştırılması, medyanın yönlendirilmesi... Hepsi var. Sağlık Bakanlığı da bu kılavuzu Türkçe'ye çeviriyor, sahipleniyor ve "müttefiklerine" öneriyor.

Kılavuzda yazdığı şekliyle söyleyelim: Operasyonun çoğunu tamamladılar ama unuttukları başlarına geldi. 400 bin sağlık çalışanı ayağa kalktı ve sözde reforma isyan etti. Sağlık Bakanlığı'ndan henüz bir ses yok. Reform yürütücülerinde tam bir sessizlik hakim. Görmemiş, görmek istememişlerdir. Kılavuzlarında da böyle yazıyor zaten!

Katkılarınızı, sorunlarınızı, anılarınızı, görüş ve eleştirilerinizi **saglik@aydinlikgazete.com** adresimize bekliyoruz. Sağlıkla kalın.

SORU - YORUM

Gözleriniz kurumasın!

"27 yaşındayım, bir muhasebe bürosunda çalışıyorum. Gözlerimde yanma, ağırlık hissi ve bazen batma oluyor. Son aylarda başım da çok ağrıyor. 'Göz kuruluğu olabilir' dediler. Ne yapmam lazım?" Hanife Z.-İstanbul

Göz kuruluğu, büro çalışanları arasında sıklıkla görülebilen bir tür meslek hastalığıdır. Muhtemelen mesai içinde uzun süre bilgisayar karşısındasınız ve hareket etmiyorsunuz. Göz kırpma sıklığındaki azalma bu sağlık sorununun ortaya çıkmasında önemli rol oynar. Ayrıca düşük nemli ve aşırı sıcak ortamlar, klimalar ve elektromanyetik alan yaratan cihazlarla uzun süre yakın temas da göz kuruluğunun diğer sebeplerindendir. Öncelikle ayrıntılı bir göz muayenesi olmalısınız. Belki gözlük ihtiyacınız da vardır.

Göz kuruluğundan korunmak için şunlar öneriliyor: Özellikle bilgisayar kullanırken ya da okurken göz kırpma işlemi unutulmamalı. Örneğin yarım saatte bir yerinizden kalkıp biraz hareket etmeniz, büroda dolaşmanız bile göz ve kas-iskelet sistemi sağlığı için çok önemlidir. Ayrıca gözler ovuşturulmamalı ve sigara dumanından uzak durulmalıdır. Bir de ortam havasının nemli olmasına ve aşırı sıcak olmamasına dikkat edilmelidir.

SAĞLIK ANILARI

Dr. Adem Akdamar

Aşiret reisinin oğulları

"Nöbette acil servise aşiret reisi olan bir amcayı getirdiler, ciddi bir trafik kazası geçirmişti. Hemen yoğun bakım servisine yatırıldı. 2 oğlu vardı, ikisi de 40 yaşlarında, iri yarı ve pala bıyıklıydı. Genellikle hastaneye ziyaret saati dışında gelirler ve babalarını yoğun bakımda görmek isterlerdi. Her seferinde de hastane savaş alanına dönerdi.

Yaklaşık 1 ay sonra hasta vefat etti. Hoca durumu bildirmek için hastane polisi ve güvenlik personeliyle birlikte hastanın oğullarının yanına gitti. Biraz korkuyorlardı! '1 ay boyunca çok sıkıntı çektiniz ama maalesef hastanızı kaybettik.' Büyük oğul şaşırdı ve ellerini birbirine vurarak arkasındaki 20-30 kişilik gruba o yöreye özgü şiveyle seslendi: 'Doktor ne söylüyor yav, koskoca hastanede bubamızı kaybetmişler, koşun bubayı arıyah." Hocamız ne diyeceğini şaşırmıştı: 'Beyefendi hastanız ex oldu.' Hastanın oğlu bu sefer de 'Ya doktor bey, eks ne?'

Hoca dayanamayarak 'Hastanız öldü, başınız sağ olsun' dedi. Herkes merak ve kaygıyla ne olacağını bekliyordu. Hastanın oğlu derin bir nefes aldı ve 'Hoca, yav senin ağzının içini öpim' dedikten sonra da arkasına dönerek akrabalarına, 'Ula tutun bubayı götürek' dedi."

İZ BIRAKANLAR

Prof. Dr. Hulusi Behçet (1889-1948)

İlk profesörümüz

Askeri tıbbiyeyi 1910 yılında bitiren Hulusi Behçet, Gülhane Hastanesi'ndeki asistanlık döneminden sonra Kırklareli ve Edirne askeri hastanelerinde, ardından da Budapeşte ve Berlin'de çalışmış ve 1919 yılında da yurda dönmüştür. Dr. Hulusi Behçet'i üniversite reformuna kadar serbest hekimlik, Hasköy Zührevi Hastalıklar Hastanesi Başhekimliği ve Gureba Hastanesi cildiye uzmanlığı görevlerinde görüyoruz. 1933 yılında gerçekleşen üniversite reformunda Deri Hastalıkları ve Frengi Kliniği'ne profesör olarak atanmış ve böylece Türkiye akademik hayatında profesör unvanını alan ilk kişi olmuştur. Prof. Dr. Hulusi Behçet'in o yıllarda şark çıbanı, arpa uyuzları, parazitler ve incir dermatiti üzerine araştırmaları olmuştur. Şark çıbanında çivi belirtisini dünyada ilk kez Prof. Dr. Hulusi Behçet tarif etmiştir. Prof. Dr. Hulusi Behçet, kendi ismiyle bilinen hastalığı da tanımlamıştır. Ağız ve genital bölgede aftlar ve göz bulgularıyla seyreden bu hastalığı, 1937'de Paris'te düzenlenen Dermatoloji Kongresi'nde sunmuş, 1947'de de hastalık Behçet hastalığı adıyla dünya tıp literatürüne girmiştir.

TIP KİTAPLIĞI

Sağlık piyasaya teslim edilirse...

İzmir Tabip Odası ve Yordam Kitap'ın birlikte yayımladığı "Paran Kadar Sağlık-Türkiye'de Sağlığın Ticarileşmesi" isimli kitap, gazeteci ve iktisatçı Mustafa Sönmez'in imzasını taşıyor. Dünya egemenleri, temel insan hakkı olan sağlık hakkını, sermaye birikimi ve kâr sağlamanın aracı haline getirmek için sistemli uğraş veriyor. 1990 sonrasında Dünya Bankası-IMF dayatmalarıyla başlatılan sağlığın özelleştirilmesi süreci, özellikle neoliberal AKP iktidarında hızlandırıldı. Uygulanan sağlık politikalarının son 20 yılını ve gelinen noktayı irdeleyen eserde, AKP iktidarının sağlıkta yarattığı dönüşümün yıkıcı örnekleri gözler önüne seriliyor.

Kitapta sağlığın bir meta gibi alınır satılır bir "şey" haline getirilmesi ve piyasalaştırılması ile tesis edilen "kapitalist tıp modeli" bütün boyutlarıyla inceleniyor, yaşadığımız sorunlara tatminkâr cevaplar veriliyor. Kitap, İzmir Tabip Odası'ndan da (0232 463 11 33) temin edilebilir.

SİZDEN GELENLER 'İşçi değil köleyiz'

"Bir devlet hastanesinde taşeron sağlık işçisi olarak çalışıyorum. 3 çocuğum var. Sorunlarımız çok, nereden başlayacağımı bilmiyorum. Ayda 630 TL maaş alıyorum, yani asgari ücret. Eşim çocuklara bakıyor. Köyden destek gelmese ayakta kalmamız mümkün değil. İki göz bir gecekonduda yaşam savaşı veriyoruz. Mahallede tarikatlar, cemaatlar cirit atıyor. Eşimi de tembihledim, 5 kuruşlarını almıyoruz.

Devletten istediğim insanca yaşayacağımız bir ücret. Çalışmak istiyorum ama köle gibi değil. Her sene ihale usulü o firmadan bu firmaya adeta köle gibi taşınıyoruz. İhale dönemlerinde işten çıkarılan çok arkadaşımız oldu. Hemen sigortalı yapmıyorlar, zaten emekliliği ancak mezarda görürüz. Geçen haftaki greve de her şeyi göze alıp bütün arkadaşlar katıldık. Fakirlik çok ağrıma gidiyor ama bu benim suçum değil ki. Bazen çocuklarımın yüzüne bakarken utanıyorum, elde değil. Bu arada 5 arkadaş anlaştık. Her gün birimiz alıyoruz Aydınlık Gazetesi'ni. İyi ki varsınız."

İSMAİL KARAKAYA

12 erkekten 1'i osteoporozlu

ABD'deki Washington Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde yapılan bir araştırmada; aktif östrojen yıkım ürünlerinin miktarındaki azalmanın erkeklerde de osteoporoz riskini artırdığı gösterildi. Bazı erkeklerde menopoz sonrası dönemdeki bir kadından daha fazla östrojen var. Araştırmacılardan Dr. Reina Armamento-Villareal, kemik sağlığı için östrojenin testosterondan daha önemli olduğunu belirterek erkeklerde östrojen yıkım ürünlerinin düzeyindeki azalmanın osteoporoz riskini artırdığını kaydetti. Araştırmada gözlenen bir başka sonuç da vücut kitle indeksi fazla olan erkeklerin östrojen yıkım ürünlerinin de fazla olması. Dr. Armamento-Villareal, sonuçları şöyle yorumluyor: "İleri yaştaki erkeklerde de kemik yoğunluğu ölçümü yapılmalı ve östrojen düzeyine bakılmalı. Östrojenin aynı zamanda prostat kanseri için de risk değerlendirme yöntemi olduğunu unutmamak gerekir."