ANKARA ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ

HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI

2011- 2012 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

DÖNEM 3 ALAN ÇALIŞMASI RAPORU

FATİH RÜŞTÜ DELEN

08090070

ZİYARET **Tarih:27\09\2011**

Ziyaretin başlıkları:

- Doğdu ailesi ile tanışma ve ilk izlenimler
- Doğdu ailesinin sosyal durumunu öğrenme
- Doğdu ailesinin genel sağlık sorunlarını öğrenme
- Doğdu ailesinin beklentilerini kavrama

Doğdu Ailesi :

Çekirdek bir aile olan Doğdu ailesi üç kişiden oluşmaktadır. Ali Doğdu, Ferdane Doğdu ve oğulları Yusuf Doğdu… Ziraat mahallesi sağ sokak 21/1, Dışkapı /Ankara adresli bahçe katı olarak nitelendirilen apartman dairesinde oturuyorlar. Yazın ve kışın güneş almayan bu bahçe katı ev kışları kalorifere destek olarak soba da yakılarak ısıtılmaya çalışılmaktadır. İçme suyu olarak damacana suyunu tercih eden doğdu ailesinin evi gayet temiz fakat maddi imkanlar neticesinde ev bakımsız durumdadır. Son derece misafirperver olan doğdu ailesi bana son derece sıcaktılar.

Ferdane Doğdu :

Ferdane hanım 48 yaşındadır. Herhangi bir eğitim almamıştır ve okuma yazması yoktur. Ev hanımı olan Ferdane hanımın maddi geliri yoktur. Ferdane hanım kendini ifade etmekte zorluk çekmektedir. Sürekli ilaca mahkum olma düşüncesi ve şikayetlerinin düzelmemesi nedeniyle kendisini çaresiz hissetmektedir. Bu çaresizlik düşüncesinden olsa gerek sağlık kuruluşlarına güveni son derece azalmış ve sağlık konusunda destek almaktan son derece uzaktır. Temizliğe son derece önem verdiği evin durumundan anlaşılmaktadır. Şeker ve kolesterol hastası olmasına rağmen yemesine dikkat

etmemektedir. Kilosu 95.3 kg, boyu ise 1.60 m'dir. Beden kitle endeksi hesaplamalarıma göre 37.22 olup obez bulunmuştur. Yemeklerini tuzsuz yiyemediğini, yaptığı yemeğe son haliyle ailesiyle yerken kendi porsiyonuna ek olarak muhakkak tuz atarmış. Bu durum üzerine konuşmalarımızda bunun hipotansiyon hastası olduğunu ve tuz kısıtlaması yaptığında tansiyonunun iyice düştüğünü ve bu sebeple tuzdan vazgeçmek istemediğini söylemiştir. Aynı zamanda astım bronşit hastası olan Ferdane Doğdu izlenimlerime göre bu rahatsızlığı oldukça ileri boyuttadır. Geçmiş zamanlara ait epikriz raporları, tahlil sonuçları mevcuttur.

Bu konudaki sohbetlerimiz sonucunda Ferdane Doğdu' nun son zamanlarda düzenli olarak kontrollerine gitmediği izlenimlerim arasındadır. Bunca şikayetine rağmen İlaç kullanımı da son derece düzensizdir. İlaç kullanımı hakkındaki sohbetlerimiz sonucunda da ilaç kullanımı hakkında yeterli düzeyde de bilgisi olmadığı düşüncesindeyim.

Yaklaşık dört yıl önce belinden operasyon geçirmiştir. Beline dört adet platin desteği yapılmıştır. Ayrıca yakın zamanlarda sol ayağında karıncalanma, uyuşma şikayetleri artmış fakat bu konuda herhangi bir sağlık kuruluşuna başvurmamıştır. Üç kez doğum yapan Ferdane Doğdu; herhangi bir ölü doğum yapmamış ve 2 kez kendiliğinden düşük meydana gelmiştir. Doğumlardan birini ise evde yapmıştır. Doğan çocuklarının kilosu söylediğine göre 4.5 kg şeklinde ifade edilmiş olup dikkatimi çekmiştir. Ferdane hanım menopoza girdiği için korunma yolları hakkında konuşma gereği duymadım. Sürekli kullandığı 6 adet ilacı olduğunu öğrendim. Eşi Salih beyin yanında sigara içmesinden ise son derece şikayetçidir.

Ferdane Doğdu'nun kullandığı ilaçlar:

- Ventolin inhaler (Salbutamol 100 mcg)
- Seredite (Salmeterol-flutikazon 250 mcg)
- Newcal D3 (Kalsiyum-Vitamin D3 45 efeversan tablet)
- Dispril (Asetilsalisilik asit 300 mg)
- Divator (Atorvastatin kalsiyum 40 mg)
- Glifor (Metformin HCl 1000 mg)

Salih Doğdu:

Salih Bey 48 yaşında ve ilkokul mezunudur. Mesleği kapıcılık olan Salih Bey başka hiçbir meslekle uğraşmamıştır. Salih Beyin mesleğinden geliri ise 700 TL dir. Fazla miktarda sıkıntılı ve stresli ruh halinde görünmektedir. Günde ortalama 30 adet sigara içmektedir fakat bedensel olarak aşırı bir zararını görmediği kanısındadır. Dolayısı ile sigarayı bırakmayı düşünmemektedir. Önceleri birkaç kez bırakmayı denemiş fakat bırakamamıştır. Sigarayı bırakmayı denemesi dikkatimi çekmiş olup bu konunun üzerinde durulması gerektiği kanaatindeyim. Özofagial karsinom tanısı alan Salih Bey nodüllerin alınması sırasında hastanede geçirmiş olduğu kötü anılar nedeniyle hastaneye gitmeyi kesinlikle reddetmektedir. Hastalığının araştırılması konusunda da çekinen Salih Bey bu durumdan son derece kaçınmaktadır. Sıkça hazımsızlık geçirmekte ve ülser tanısı alması dolayısıyla proton

pompa inhibitörü kullanmaktadır. İlaç kullanımı son derece düzensiz olmasına rağmen günlük yaşamı ve yemek yeme düzeni son derece düzgündür. Konuşması ve diksiyonu güzeldir.

Salih Doğdu' nun kullandığı ilaçlar:

- Debridat (Trimebutin maleat 200 mg)
- Nexium (Esomeprazol 40 mg)

Doğdu Ailesinin Sosyal Durumu;

Doğdu ailesini aylık geliri 700 TL'dir. Sosyal güvence olarak bağ kur emeklisi olan Salih Bey üzerinden sağlık harcamalarını karşılamaya çalışmaktadırlar. Hastane olarak da devlet hastanelerini tercih etmektedirler.

Ziyaret sonrası ilk belirlenen hedefler:

Ferdane Doğdu' ya yönelik ilk belirlenen hedefler;

- İlaç kullanımı hakkında bilgilendirmek,
- Düzenli tetkiklerin öneminin anlatılması,
- Beslenme konusunda bilgiler vermek ve diyetisyen eşliğinde diyet programına almaya çalışmak,
- Düzenli bir şekilde kan, şeker ve kolesterol düzeyi takibi yapmak,
- Düzenli tansiyon takibi yapmak,
- Astım, bronşit hakkında genel bilgilerin verilmesi ve bu rahatsızlığa yönelik tedbirlerin alınması,
- Bel ameliyatı sonrası gelişen karıncalanma, uyuşma ve ağrı semptomlarını değerlendirme ve buna bağlı olarak Ferdane hanımın yönlendirilmesi ilk belirlenen hedeflerimin arasındadır.

Salih Doğdu' ya yönelik ilk belirlenen hedefler;

- Özefagial karsinom tanısı alan Salih Bey'e psikolojik destek sağlanması,

- Düzenli ilaç kullanımı hakkında bilgi vermek ve bunun peptik ülser için gerekliliğinin anlatmak,
- Sigara bırakma konusunda ikna etmek ve tedavi konusunda gerekli bilgileri vermek,
- Özefageal nodüllerin araştırılması konusunda bilgilendirmek ve düzenli izlemini sağlamaya çalışmak,
- Gastroösofageal sistem izlenmesi ve tedavisi amacıyla yönlendirmek ve tedavisini sağlamak,
- İş sağlığı konusunda bilgiler vermek ve tedbirlerini almasını sağlamak ilk belirlediğim hedeflerimin arasındadır.

Aileye yönelik ilk genel hedefler;

- Genel sağlık bilgisini vermek,
- Olası hastalıklar konusunda bilgilendirmek,
- Yaşlarına bağlı olarak yaptırmaları gereken testler hakkında bilgi vermek , bu testler hakkında yönlendirmesini yapmak ve takibini sağlamak,
- Beslenme bilgisi vermek,
- İlaç kullanım bilgisi vermek,
- Hastalıklardan korunma bilgisi vermek,
- Evsel tedbir ve önlemlerin alınması konusunda bilgilendirmek,
- Genel sağlık parametrelerini düzenli tutmaya çalışmak hedeflerimin arasındadır.

2. ZİYARET Tarih:01\10\2011

Aileye yönelik ilk ziyaretim sonrasında doğru ve düzenli takibi yapabilmem için Doğdu ailesinin genel sağlık sorunlarını derinlemesine çalışmaya başladım. Hayatlarının nasıl etkilendiğini, nelerin risk faktörleri olduğunu, bu hastalıkların nasıl bir şey olduğunu düzenli bir şekilde çalışma programıma aldım. Hastalıkların çalışılmasına ek olarak ilaç bilgilerini, ilaç içeriğini, fiyatını, muadillerinin fiyatlarını, endikasyonlarının neler olduğunu, nasıl bir rahatlama sağladığını anlayarak

ve ilişkilendirerek çalışmaya başladım. Aileyi yoksun bırakan durumlarla nasıl mücadele edilebileceğini düşünmeye başladım. Ayrıca bu konularda üst dönemlerimdeki arkadaşlarıma, konuşma fırsatı bulduğum hocalarıma bu konular üzerine bilgiler edinmek için sorular sorarak öğrenmeye çalıştım.

İkinci ziyaretime başlangıç tetkiklerini yaptırmak konusunda konuşmak üzere gittim. Bu tetkikler tam kan tetkiki, tansiyon takibi başlangıcıdır. Bu tetkikleri aileyi sağlık açısından daha detaylı tanımak ve düzenli takibini yapacağım dosyamda ailenin sağlık gidişatı konusunda genel fikre sahip olmam içindi. Aileye bu konu hakkında gerekçelerimi söyleyerek izin aldım. Tansiyon takibini kendim yaptım. Tam kan tetkikini ise aile hekimlerinden rica etmelerini istedim.

Astım ve bronşit üzerine genel olarak konuştum. Nelere bağlı olabileceği, nelerle tetiklenebileceği ve nasıl tedbirlerin alınması konusunda açıklama yaptım. Genel açıklamalarım Şu şekildedir:

- Çevrenizde sigara içilmesine izin verilmemesi,
- Toz böceklerini önleme açısından temizlik ve tedbirler,
- Evde hayvan beslenilmemesi gerektiği,
- Hamam böceklerinin kuru döküntü ve dışkılarına bağlı tetiklenebileceği dolayısıyla böcek tehdidi varsa tuzaklar ve ilaçlarla yok edilmesi gerektiği,
- Ev küfü hususunda tedbirlerin alınması gerekliliği,
- Odunlu sobalarda oluşan kuvvetli kokular, duman vb. etkenlerden uzak durulması,
- Polen ve açık hava küflerine dikkat edilmesi gerekliliği
- Soğuk algınlığı ve gribal enfeksiyonlardan korunması gerekliliği gibi konularda konuştuk ve daha rahat nefes alması için, trake ve bronşlarındaki mukusun rahat atılması için iyonizen soğuk su buharı veren bir cihazla daha rahat nefes alması sağlanılmaya çalışıldı. Ferdane Hanımın bu uygulamayı günde yarım saat uygulamasını ve herhangi bir rahatsızlık belirtisi durumunda aniden kesmesini defalarca kez söyledim. Bu cihazın toz akarlarını önlemek amacıyla filtreleri de

bulunmaktadır. Bu filtrelerin temizliğini kendim yaptım. Filtredeki akarların tekrar buharla havaya karışmaması ve kalıcı olarak temizlenmesi için temizliği her hafta yapmaya özen gösterdim. Filtreleri temizlemek için yoğun deterjan yerine Zefisol (benzalkonyum klorür) dezenfektan solüsyon ile yaptım. Bu maddeyi kullanmamdaki amacım ev temizlik ürünleriyle tetiklenen astım durumunun oluşmaması içindir.

Ferdane hanımın kriz dönemlerinde rahat nefes alması içim güçlü solunum kaslarına ihtiyacı vardı. Özellikler astımın getirmiş olduğu zorluklarla iyice yorulan kasları ile gerçekleştirdiği yüzeysel solunumu engellemek için bu solunum kaslarının düzenli egzersiz edilmesi hususunda konuştuk. Bu konuda yaygın olarak kullanılan Triflo uygulamasıyla egzersizine başladık. Bu egzersizi günde 15 kez yapması gerektiğini ve herhangi bir yakınmada bu uygulamayı bırakmasını sık sık anımsattım.

Bu ziyaretimde son olarak tansiyonlarını ölçerek izlem kartlarına başladım.
Tansiyon ölçümünü sonuçları etkileyecek faktörlerin en asgariye indirmeye çalışarak ölçümü yaptım. Bu uygulamayı aileye yakın ikamet etmem avantajını kullanarak sabah akşam ölçümü yapmaya çalıştım. Fakat bu durum derslerimin yoğunluğu, aileyle uygun olan vakitlerimizin uyuşmaması ve izlemin düzeninin bozulmaması için otomatik tansiyon ölçen bir aygıt kullanarak sürekliliğini sağlamaya çalıştık. Ölçüm sonuçlarını düzenli not etmek için izlem kartı sağladım ve bu kartlara doğru saatlerde, sabah akşam birer kez olmak üzere iki sonuçlarını kaydetmelerini istedim. Bu sonuçları değiştirecek açlık, tokluk, hareket, pozisyon, doğru ölçüm ilkelerini de elimden geldiğince anlattım.

3. ZİYARET Tarih:07\10\2011

Bu ziyaretimde doğdu ailesinin evlenerek evden ayrılan büyük oğlu, gelini ve iki torunu vardı. Bu ziyaret bu durumdan dolayı daha genel sağlık hakkında konuşma üzerinden gitti. Hastalıklardan nasıl korunmamız gerektiği, otobüste nasıl davranılması gerektiği, el hijyeninin önemi gibi konular konuştuk. İzlenim süresince Doğdu ailesinin küçük ferdi olan 9 aylık Poyraz bebek dikkatimi çekti. Poyraz bebekte balgamlı öksürük vardı. Nefes darlığı ve ateşinin ataklar halinde yükselip düştüğünü öğrendim. Bu konu önemli olduğu için bu konu üzerinde durdum. Poyraz bebeğe bu yakınmalarından dolayı;

- Fixef 100 mg/5ml (sefiksim)

- Katarin 100 ml ilaçları verilmiş.

Fakat ateşinin önüne geçilememiş ve bebekte bir rahatlama yokmuş. İlaçları düzenli kullanıp kullanmadıklarını sorduğumda sabah, öğle ve akşam düzenli olarak kullandıklarını öğrendim. Ateşten dolayı bebekte konfüzyon meydana gelebileceği, Nervus abducens gibi göz sinirlerinin etkilenebileceği ve dahası menenjit gibi tehlikeli durumlara haberci olacağı endişesiyle bu durumun çek ciddi bir durum olabileceğini ve bebeğin en azından bir çocuk doktorunun daha görmesi gerektiğini ve bunun en kısa zamanda yapmaları gerektiğini söyledim. Ateş ataklarını ölçebilecekleri bir termometrelerinin de olmadığını öğrenince evimin yakın olmasından dolayı müsaade isteyerek evime geldim ve bende mevcut olan elektronik kolay ölçüm yapan termometremi aileye götürerek verdim. Bu termometreyle ara ara ölçüm yapmasın ve ateşinin 38 ^{0}C 'yi geçmesi halinde temkinli olmaları gerektiğini ve ıslak bir bezle koltuk altlarında boynundan uygulamayla ateşi normale indirmeye çalışmalarını söyledim.

Ateşin düşmeyip yükselmeye devam etmesi durumunda ne zaman olursa olsun hemen acil servise bebeği götürmelerini söyledim. Görüşmem böylece son buldu.

4.ZİYARET **Tarih:24\10\2011**

Bu ziyaretimde aileden istediğim kan tahlil sonuçları gelmişti. Ailenin tahlil sonuçlarını bildiğim kadarıyla yorumladım. Tahlil sonuçları korkulacak durumda değildi. Çağdaş yaşam kurallarıyla çok daha güzel sonuçların elde edileceğini aileye ilettim. Düzenli egzersizle, fazla kilolardan kurtularak ve sigaradan uzak durularak ailenin çok daha sağlıklı ve rahat yaşayacağını söyledim. Bu konuda konuşmalarımız sonucunda Ferdane Hanım diyete ve düzenli spora istekli

duruma geldi. Ferdane hanım mevsimlerin artık nefesini daraltabileceğini sporu ilkbahara ertelemek gerektiğini söyledi. Sonuçta vardığımız durum ise evde de bir temizliğin biraz daha aktif hareketlerinde egzersizlerinde faydalı olabileceğini ve spora kendini hazır hissettiği zaman gitmesi gerektiğini söyledim. Ayrıca tahlil sonuçları raporun ek dosyalarında bulunmaktadır.

Verdiğim tansiyon takip kartının kontrolünü beraber yaptık. Sonuçları ayrıca grafik üzerinden işaretleyerek kan basıncı izlemini değerlendirdik. Ferdane Hanımda kuşkulandığı gibi hipotansiyon olmadığını ,tansiyonunun normal gittiğini söyledim.

Bu ziyaretime gittiğimde hazırlıklı gittim ve diyet hakkında bilgiler verdim. Bilgileri:

http://www.ailehekimligi.gov.tr/index.php?option=com_content&view=article&id=278:-diyet-tedavisi&catid=57:salk-ve-bakm&Itemid=200 adresinden ve çeşitli ders notlarımdan hazırlanarak aileye anlattım.

Ferdane Hanıma diyabet komplikasyonlarından ve kullandığı ilaçlardan dolayı böbreğinin tehlike altında olabileceği ve günde en az 1.5 lt su içmesi gerektiğini belirttim.

Ağız hijyeninin ilerleyen yaşlarda önemli olduğunu belirterek bu konu üzerinden konuşmalara devam ettik. Diş fırçaları ve macunları vardı bu yüzden tedarik etmek gerekmiyordu. Ancak en fazla 6 ayda bir fırçalarını değiştirmeleri gerektiğini ve dişlerini düzenli olarak günde iki kez fırçalamaları gerektiğini belirttim. Bu konuda gereksinimi olan bilgileri:

http://www.tdb.org.tr/tdb/v2/solmenu_goster.php?yer_id=13&id=229

http://www.ailehekimligi.gov.tr/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=74&Itemid=205 adresinden elde ettiğim bilgilerle sundum.

5. ZİYARET Tarih:07\11\2011

Aileye olan bu ziyaretimde Ferdane Hanımın yakınmasını izleme alarak başladık. Ferdane Hanım uzanmayla ve yan yatar pozisyonda şiddetli batar tarzda ağrı yakınması vardı. Böbreklerinden kuşkulanarak daha önce MR görüntü yöntemiyle incelenmesine karşın böbreklerde taş ve patolojik bir durum saptanamamış. Belindeki platin endişesiyle ortopedi kliniğine yönlendirmiştim. Yıldırım Bayezid Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ne giden Ferdane Hanıma:

- Muscoflex 8 mg

- Magnorm 365 mg efeversan tablet verilmiş. Ferdane hanım rahatsızlığının hafiflediğini belirtmesi üzerine bu konudaki tedirginliğimiz geçmiştir.

Ferdane Hanım ayrıca yakın zamanlarda göğsünde kendi ifadesiyle; koca koca sivilceyle başlayan, irinli olarak belirttiği büyükçe (ortalama tahminen 2 cm çapında) kaşıntısı olmayan ve sıktığı zaman yaraların oluştuğunu belirtti. Herhangi bir şekilde inspekte etme şansım yoktu. Ferdane Hanımın diyabet hastası olduğunu göze alarak herhangi bir yaralanmanın büyük sonuçlarla karşılaşılabileceğini düşünerek cildiye polikliniğine rica ederek tedavisini olmasını sağladık. Cildiye polikliniği

Ferdane Hanıma:

- Stafine 500 mg
- Etopan 500 mg
- Fucidin 20 mg vermiştir.

Ferdane Hanım ayrıca mevsimsel olduğu kestirilen ve geçmiş senelerde de hemen hemen aynı zamanlarda olduğunu belirttiği solunum sıkıntısı da yaşamaktaydı. Son görmeye gittiğimde rahatlama sağlanmıştı. Bu süreç içerisinde Ferdane Hanımla görüşmelerimizde bir rahatlık ve güven oluşmuştu. Edinebildiğim kadar bilgi edinmeye çalıştım. Ferdane Hanım son iki çocuğunu yaklaşık 5 ‘er kilo doğurmuş ve evde doğum yapması durumunu oldukça zorlaştırmış. O sıralar rahminde sarkma olduğunu anlattı. Bu sebepten kadın hastalığından ameliyat olduğunu ara sıra idrarını tutmakta zorlandığını ve çok ender bu durumunun yinelendiğini anlattı. Bu durumun diabetes mellitus komplikasyonlarının da olabileceğini bilmemden dolayı, tedaviye gitmesini söylememe karşın bu konuya sıcak bakmadı. Ben rahatlama sağlayacağını düşünerek sfinkter kasma hareketini göstererek yarar sağlayabileceğini söyledim. Durumun ağırlaşması durumunda mutlaka bir doktorun görmesi gerektiğini de belirttim.

6.ZİYARET **Tarih:20\11\2011**

Bu ziyaretimde Salih Beyle konuşma fırsatı elde ettim. Sigara hakkında konuşarak izlenime başladım. Salih Bey sigara konusuna fazla sıcak bakmadı. Bunun gerekçesi olarak da aşırı sinirli hale geldiğini ve kendisinin sakinleştirilemediğini anlattı. Bu olayları konuşurken eskiden bir trafik kazası geçirdiğini ve kafasına arabanın metal aksamının girmiş olduğunu ve ameliyat olduğunu anlatan Salih Bey bu olaydan sonra duygularını kontrol etmekte zorlandığını anlatmıştır. Bu anlattıkları aklıma frontal lobda lezyon olabileceğini de getirdi. Derinleşen konuşmalarımızda geçmiş zamanlarda

boyun fıtığı ameliyatı olduğunu, ardından bir yıl kadar süre sonra bel fıtığı ameliyatı olduğunu, geçirmiş olduğu trafik kazası sonrası burnunda kırılan kemiğin nefes darlığı yapması sebebiyle burnundan ameliyat olmuş, koluna platin takılmış, idrar kesesinden ameliyat olmuş; fakat bu ameliyatlarla ilgili herhangi bir detaylı bilgiye ve epikriz raporlarına ulaşamadım.

Salih Bey 2009 yılında disfaji nrdeniyle gittiği Yüksek İhtisas Eğitim ve Sağlık İşletmesi'nde yapılan incelemeler ve patoloji raporları sonucu özefagusta mezankimal tümör olduğu ortaya konmuş ve bir kez operasyon geçirmiş. Daha sonraki tetkiklerin ağır olması ve bu süre boyunca yakınmalarının azalması nedeniyle bir daha hastaneye gitmemiş. Bugünlerde hastaneden soğuduğunu ve oralara gitmenin hastalığının ta kendisi olduğunu söylüyor.

Salih Bey'e sigara konusunda tıbbi desteğin kendisine çok yararlı olacağını üstelememe rağmen isteksizdi. Bu konunun önemini anlaması için konuyu geniş boyutlara taşıdık. Sigaranın Ferdane Hanımın hastalığına olan etkisini; çocuğuna, torununa olan etkisini; maddi boyutta aileye verdiği zararı; kendi rahatsızlıklarına olan etkisini… Sigara bırakma programı olarak Sağlık Bakanlığı'nın bir programı olduğunu ve bu konuda bilgi edinip kendisine sunacağımı belirttim.

Bu ziyaretimde de Ferdane Hanımın kolesterol konusunda http://tr.wikipedia.org/wiki/Kolesterol adresinden Vahe ALEKSANYAN'ın Propedötik kitabından elde ettiğim bilgilerle bilgi vermeye çalıştım. Diyetin neden gerekli olduğunu anlaması açısından yüksek kolesterol sonucu oluşan önemli hastalıkları dile getirerek anlamasını sağlamaya çalıştım.(Bu bilgiler ek klasörde yer almaktadır.)

7. ZİYARET Tarih:04\01\2012

Bu ziyaretimde Ferdane Hanıma hastanelerden elde ettiğim Lilly ilaç firmasının şeker hastalarına yönelik yayınladığı;

- Şeker Hastaları İçin Beslenme Önerileri
- Diyabetle İlgili Temel Bilgiler
- Sağlıklı Beslenme adlı kitapçıklarından götürerek beraber inceledik.

Bunları yapmamdaki amacım Ferdane Hanımın bilinçli bir hasta olması, geçireceği süreci az çok tanıması ve normal gitmeyen bir durumda farkında olup gerekli müdahaleyi yapmasıdır. Böylece Ferdane Hanım hastalığı doğrultusunda ilaçlarını düzenli kullanan; tanıdığı hastalığın bir çaresizlik, ölene kadar sadece ilaç mahkumu düşüncesini atmasını sağlamaktı.

Ferdane Hanım hamur işlerine aşırı düşkündü. Bu doğrultuda glisemik indeks bilgisi verdim. Bunun kan şekerine nasıl yansıdığını sonucunu anlattım. Belki de ömrü boyunca hiç unutmayacağı bu gerçeği bir bakıma görmesini sağlamış oldum.

Ferdane Hanım idrar kaçırmaya yönelik sfinkter kasma hareketlerinin olumlu sonuçlar verdiğini söylemesi kendimce bir mutluluk kaynağı oldu.

8.ZİYARET **Tarih:08\01\2012**

Bu ziyaretimde sigara konusunda elde ettiğim bilgilerle Salih Beyle konuşmaya başladık. Sigara bırakma konusunda Sağlık Bakanlığı'nın Champix (Vareniklin tartarat) ve Zyban (Bupropion HCl) ilaç destekli yürütmüş olduğu sigara bırakma kampanyası varmış. Bu süreçte hastaların ilgili sağlık merkezlerine başvurmaları, solunum fonksiyon testlerine girmeleri ve ilgili anket vb. bilgileri vererek merkezlerdeki hekimlerden kısa bir sigara bilgisi eşliğinde ilaç desteğinin verildiğini öğrendim. Ancak bu tedavinin kanser hastalarında uygulanmadığı, ilaç tedavisi yerine sözlü ikna yoluyla bırakmalarına yönelik çalışmalar varmış. Salih Bey bu duruma sıcak bakmadı sigarayı kendisinin azaltabileceğini ve bu konunun konuşulmasının kendisini daralttığını söylemesi üzerine bu konuya son verdik.

Ferdane Hanıma yönelik diyabet hastalığında arteryal beslenememe sonucu uzuvlarda sinirlerin etkilendiğini, periferik nöropati rahatsızlığına yol açtığını ayrıca beslenemeyen uzuvlarda enfeksiyonun oluşturduğu tahribatı çalıştığım kaynaklar neticesinde bilmem dolayısıyla bir el ayak bakımı anlatımının, enfeksiyonlardan korunmanın gerekliliği ve periferik nöropatinin risklerinin anlatılmasını uygun buldum. Lilly ilaç firmasından elde ettiğim "Ayak Bakımı" adlı kitapçıkla destekleyerek Ferdane Hanıma sundum. Ferdane hanımın sıkça uzuvlarını kontrol etmesi gerektiğini enfeksiyonlardan haberdar olması gerektiğini de vurgulayarak ziyaretimi sonlandırdım.

9. ZİYARET **Tarih:13\02\2012**

Bu ziyaretim yapılanların uygulanma dikkatini görmek ve takibini yapmak içindi. Konuşmalarım içinde olayların farkındalığını sorguladım. Bir bakıma yargılamadan anamnez almaya çalıştım. Ferdane Hanıma yönelik olarak tespitlerim;

- İlaçlarını düzenli kullanıyor,
- Su tüketimi iyi,

- Diş bakımına özen gösteriyor,
- Yemelerine dikkat ediyor,
- Spor ve egzersiz konusunda istekli duruş sergiliyor,
- Sfinkter kasma hareketleri yapıyor,
- Alerjenlere tedbirli davranıyor,
- Düzenli Triflo kullanıyor.

Tüm bunlar güzel gelişmelerdi. Bunun yanı sıra yeme içmesine dikkat etmesinin yanında özellikle diyetisyen kontrolünde kalori azaltımının yapılması gerektiğini, hastalıklarının yanında kilo vermenin en doğru yolunu onların gösterebileceği hususunda temkinlerde bulundum.

Salih Bey'e yönelik saptamalarım :

- Sigarayı azaltmak konusunda kararlı görünüyor, mümkün olduğunca az içmeye çalıştığını ve kendine uğraşlar çıkararak sigaraya olan bağını azaltmaya çalıştığını anlattı.
- Sigarayı eşinin yanında içmeyi bırakmış.
- Ağız ve diş sağlığına özen gösteriyor.

Bu gelişmeler ve göstermiş oldukları inançlı çabalarından dolayı kendilerini tebrik ettim ve teşekkür ettim.

10. ZİYARET **Tarih:28\02\2012**

Bu ziyaretimde planlamış olduğum Salih Bey'in iş sağlığı konusunda bilgilendirilmesi ve bu konularda tedbirleri alması bilincini aşılamaktı. Bu konu hakkında okumuş olduğum Prof. Dr. Münevver Bertan hocanın "Halk Sağlığı Temel Bilgiler" kitabından elde edindiğim bilgiler hususunda konuştuk. Bu konuda bulaşıcı hastalıklardan, akciğer hastalıklarına pek çok konuda konuştuk.
Bu konuda Salih Bey'in ilgisi de tamdı.

11. ZİYARET **Tarih:05\03\2012**

Bu ziyaretimde Ferdane Hanımın diyabet hastası olması ve oğlu Yusuf Doğdu'nun 4.5 kg gibi bir kiloyla doğması ile anlattıkları ilk görüşmemde dikkatimi çekmişti. Bu konuda Yusuf Doğdu'nun olası bir diyabet riskiyle baş başa olması ve bu konunun aileye anlatılması bilgilendirilmesi gerekiyordu. Ailenin dikkatini bu konuya çekmeme karşın genç bir insanın böylesi bir hastalığa bulaşmayacağından emin bir tutum aldılar veya bu konuya inanmak istemediler. Bu konunun gerçekten ciddi bir durum olduğunu ve en kısa zamanda değerlendirilmesini rica ettim.
Sonraki ziyaretlerimde bu konuyla ilgili bir bilgiye ulaşamadım. Bu duruma gerekçe olarak da oğulları Yusuf'un işini ve izin almasının çok zor olduğunu gösterdiler.

12. ZİYARET **Tarih:19\03\2012**

Bu ziyaretimde ailenin Kırşehir'de tıbbi sekreterlik okuyan küçük oğulları Serdar' la tanışma fırsatım oldu. Serdar'ın yaklaşık bir aydır yemek yemesinin ardından bulantı ve kusmasının olduğu ve bu durumun çok sık tekrar ettiğini anlattı. Yakınmasını artıran, azaltan durumları sorguladığımda ise net bit veri elde edemedim. Kusmanın birçok nedeni olabilirdi ve bunların araştırılması erken teşhis ve tedavisinin yapılması gerekmekteydi. Ankara Numune Hastanesi'nde gastroenteroloji polikliniğinde muayenesini yaptırdık. Olası durumun obstrüksiyon veya başka nedenlerle olabileceği kaygısıyla endoskopi tetkiki istendi. Endoskopi tetkikinin yapılması için bir ay sonrasına gün verildi ve bu sürede bir çeşit proton pompa inhibitörü ve sistem düzenleyiciyle semptomatik sağaltım yapılmak istendi.

13 .ZİYARET **Tarih:27\03\2012**

Bu ziyaretim ilaç kullanım vakitlerini karıştıran Ferdane Hanıma ilaçlarının düzenli kullanması için ilaç kutusu götürdüm. İlaç kutusu haftalık ve günlük küçük bölmelerden oluşuyordu.
Sürekli kullanması gereken ilaçları bölmelere yerleştirdik. Daha sonraki ziyaretimde Newcal D3 efeversan tabletin nem dolayısıyla reaksiyona girdiğini gördüm ve bu uygulamanın sağlıksız olacağı kanaatiyle bu uygulamaya son verdim. İlaçların fazlalığı beni çok tedirgin etmektedir. Bu konuda hassasiyetle durmaktayım. Bu durumun en kısa zamanda bir dahiliye doktorunun görmesi gerektiği kanaatindeyim. Bununla ilgili yönlendirme yapmaktansa bizzat kendimin de eşlik ederek tüm etken hastalık ve ilaçlarını anlatarak uyumlu bir tedavi programının seçilmesi düşüncesindeyim. Böylelikle ilaçlarının da denetimini ele almamız olanaklı olacaktır. Bu uygulamanın hakkıyla yerine getirilmesi için sınavlarımın bitmesini beklemekteyim.

Salih Bey'deki bir gelişme de dikkatimi çekti. Artık sigara içerken temkinli ve anlayışlıydı. Sigara tüketimi yarı yarıya azalmıştı (günde 30 adet→15 adet). Dahası sigarayı bırakma düşüncesi ve sağlığını koruma niyeti vardı.

14. ZİYARET **Tarih:10\04\2012**

Bu ziyaretimde Ferdane Hanıma ihmal ettiği egzersiz ve gitme kararı alıp gitmediği diyetisyen hususunda konuşmalarımız oldu. Ferdane hanım ayda ortalama 1 (bir) kg vermiştir. Yeni kilosu 89 kg dır. Beden kitle indeksi 37.22 den 34.76 ' ya düşmüştür. Bu hususta kendisini kutladım ve normal kilosunun ne olması gerektiği hususunda hesaplamalar yaptık. Ferdane hanımın normal kilosunun üst sınırı 64 kg'dır. Kilo vermesi hususunda acele etmemesi gerektiğini ayda 1-2 kg'ın ideal olduğunu ama bunun izleminde mutlaka bir diyetisyenin denetimi olması gerektiğini anlattım. Kilo vermesinin mutlak gerekli olduğunu bu durumun gerek diyabet gerekse ileriki yaşlarda ateroskleroz ve osteoporoz etkeni olabileceğini, beyin kanaması gibi ciddi komplikasyonlar doğurabileceğini belirttim.
Bu nedenle bu izlemin gerektiği biçimde yapılmasını ve en kısa zamanda diyetisyen denetimine girmesinin gerekliliğini kezlerce kez anlattım.

Yaklaşık bir ay önce gastroenterolojiden gösterdiğimiz ailenin küçük oğlu (Kırşehir'de oturduğu için izleme alınmamıştır) endoskopi incelemesi için gününün yaklaştığını belirttim ancak Serdar'ın okulu nedeniyle gelemediği devamsızlıklarının da işi zorlaştırdığı için okulu bitirip öyle sağaltımı sürdüreceklerini söylediler.

15. ZİYARET **Tarih:25\04\2012**

Bu ziyaretimde ailedeki gelişmeleri konuştuk. Hastalıkların karşısındaki tutumun nasıl olduğu nasıl sonuçlar getirebileceğini gördük. Kendilerine gelişimimde destek oldukları beni kırmayıp bana yardımcı oldukları için teşekkür ettim. Aileyi izlemek, dertleri aile ortamında yaşamak, bunun çarelerini gözetlemek ve tedavi süreçlerinde onlarla beraber olmam gelişimimde ve mesleğimde son derece olumlu, derin ve etkili bir tecrübe oldu. Yapılan hatalardan uzaklaşmanın ve sağlığa yatırım yapmanın aileyi sosyal konuda daha rahat ettirdiğine kanaat getirdim. Tedavinin asıl evlerde başladığını basit hataların ağır sonuçlar doğurabileceğini anladım. Sağlık konusunda oldukça duyarlı bir karaktere girdim.

Genel Değerlendirme:

Bu ders çalışmaları boyunca yapılan toplantılarımızda bilgi alış verişi içinde olduğumuz arkadaşlarımızla beraber aslında bir aileyi değil 12 aileyi de izlediğimiz kanaatindeyim. Farklı farklı

olgularla kendimizi geliştirme fırsatı elde ettik. Farmakolojinin, patolojinin hasta merkezli öğrenilmesi deneyimini paylaştık. Farklı olaylara nasıl yaklaşmamız gerektiğini sizin yol göstericiliğinin ışığında çok geniş bir pencereden bakma fırsatı bulduk. Küçük bir olgunun, kişide gözlenen küçük bir hareketin altında yatabilecek düşünce karmaşası ve buna nasıl hakim yaklaşılabileceğini gördük. Not tutmanın araştırma ve öğrenmenin zevkini hep beraber yaşadık. Bu süreçte:

- Bebek gelişimi, fontaneller, fimosis muayenesi, aşı takvimi, gelişim gözlemi için yüzdelik (persantil) cetvelleri ve bu verilerin değerlendirilmesinde güvenilir standartlar (Olcay Neyzi Standartları), doğumsal kalça displazisi gibi pek çok konuda bilgilendik.
- Çocuk gelişimi, sünnet yaşı, kardeşiyle olan ilişkilerine dair, oyuncaklarına ilişkin ve bu dönemde verilebilecek eğitimler üzerinden tartışmalar eşliğinde bilgilendirildik.
- Anne sağlığı, meme başı bakımı, kansere yönelik meme muayenesi, hastalıklara yönelik tarama yöntemleri vb. konularda gereken bilgileri aldık.
- Korunma yöntemlerine dair koitus interruptus gibi geleneksel korunma yöntemlerinden tüp ligasyonu yöntemlerine dek birçok konuda bilgilendik.
- İş sağlığı üzerine konuştuk.
- Diyabetes mellitus, glisemik indeks, beslenme.. gibi konularda konuştuk.
- Glokom hastalığı ve sağaltımı üzerine konuştuk. Daha pek çok konularda tartışmalar eşliğinde öğrenme heyecanını yaşadık.

Bu süreç içinde kendi gelişimime çok önem verdim.

Aileye yön gösterebilmek için hastalıklar, ilaçlar konusunda, ailenin sağlık sorunları üzerinde bilgilerimin sürekli artması gerekmekteydi. Bu süreçte birçok kitap okudum. Bu kitaplarda okurken ezberlemek için değil artık öğrenmek için okuyordum. Bu okuduklarımın gerçek olduğunu ve bu konuda kendimi geliştirmem gerektiğini fark ettim. Bu bilgilerin yalnızca kelimelerden oluşmadığını bir bireyin yeri geldiğinde umudu, yeri geldiğinde çektiği sıkıntı olduğunu anladım. Bu bilinci bu eğitimim boyunca aldığıma inanıyorum. Asıl eğitimimin yeni başladığına inanıyorum. Boş konuşmaktansa öğrenmenin, bilimin ışığının her şeyden önce olduğunu anladım. Bu süreçte bu anlayışın bir ürünü olsa gerek, **sınav notlarım yükseldi** ama bu durumun benim için artık çok önemi yok. Bu ders sonucunda artık not için değil **öğrenmek için çalışan**, çabalayan bir birey oldum.

Sokaktaki olaylara, hastalara, hastanedeki olaylara artık bir farklı pencereden baktığıma inanıyorum. En önemlisi sağlık sorunlarına olan tepkim son derece değişti. Bu durumun gerçek ***toplum sağlığı merkezli anlayışa*** kayması gerekliliğini anladım.

Tıbbın, hastane merkezli değil toplum (sağlığı) merkezli olması gerekliliğini anladım.

Ders amacının başarıya ulaştığı düşüncesindeyim…

TEŞEKKÜRLER