

# Sağlığa Bütüncül Bakış

Öğr. Gör. Nurhan BİNGÖL

# SAĞLIĞA BÜTÜNCÜL BAKIŞ

- SAĞLIĞIN TANIMI ve BELİRLEYİCİLERİ
- SAĞLIK SORUNLARINA KORUYUCU YAKLAŞIM
- KORUYUCU SAĞLIK HİZMETLERİ
- TEMEL SAĞLIK HİZMETLERİ
- ÇEVRE SAĞLIĞI
- İŞ SAĞLIĞI ve MESLEK HASTALIKLARI
- AİLE PLANLAMASI

# SAĞLIĞIN TANIMI

- Sadece hastalık veya sakatlığın bulunmayışı değil,
- Fiziksel sosyal ve ruhsal açıdan
- Tam bir iyilik hali

**DSÖ (1948)**

# SAĞLIĞIN TANIMI

- İnsanların sosyal ve ekonomik bakımdan üretken bir hayat yaşayabilmelerine olanak tanıyacak bir sağlık düzeyine ulaşmasıdır.

**DSÖ 2000 yılı için sağlık hedefleri  
(1997)**

# HASTALIĞIN TANIMI

- Hastalık, doku ve hücrelerde yapısal ve fonksiyonel değişikliklerin yarattığı bir tablodur.



# HASTALIK NEDENLERİ

## 1 ) BÜNYESEL NEDENLER :

- Gen,
- Hormon,
- Metabolizma bozuklukları,

# HASTALIK NEDENLERİ

## 2 ) ÇEVRESEL NEDENLER :

- Fizik nedenler: Isı, soğuk, ışınlar ve travmalar.
- Kimyasal maddeler: Zehirler, kanserojenler.
- Esansiyel madde eksikliği: Vitaminler, aminoasitler, yağ asitleri ve mineraller.
- Biyolojik etkenler: Mikroorganizmalar, parazitler ve mantarlar.
- Psikolojik nedenler: Stres.
- Sosyal, kültürel ve ekonomik nedenler.

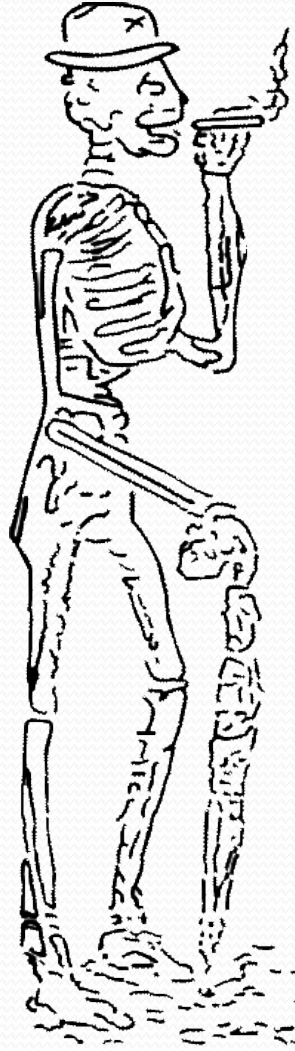


# TOPLUM SAĞLIĞINI GELİŞTİRMEK İÇİN

- 1 )Sağlık sorunlarının oluşmasını engellemek,
  - Sağlığın geliştirilmesi
  - Birincil Korunma
- 2 )Oluşan sorunların hizmetten yararlanmasını sağlamak,
  - İkincil / Üçüncül Korunma

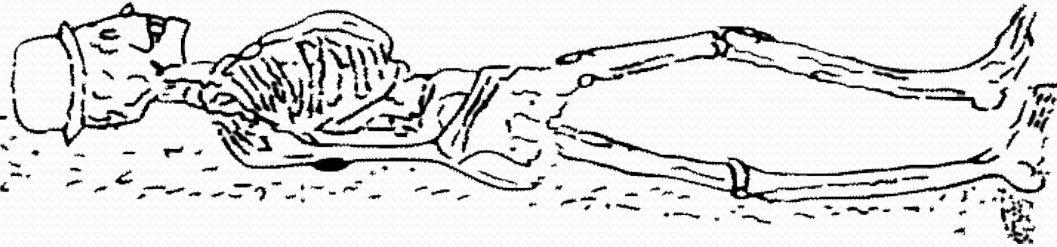
# SAĞLIĞIN GELİŞTİRİLMESİ

- Sağlığını kaybeden bundan sorumlu mu?
- Yaşam biçiminin geliştirilmesi sadece bireysel bir sorumluluk olabilir mi?



**RAHATÇA  
SİGARA İÇİNİZ (!)  
SİGARA SİZİ**

**Zayıflatır,**  
← **ve**  
↓ **Rahatlatır.**



# SAĞLIK SORUNLARINA KORUYUCU YAKLAŞIM

Dört düzeyde korunma mümkündür.

- 1- Primordial Korunma
- 2- Birincil Korunma
- 3- İkincil Korunma
- 4- Üçüncül Korunma

# PRİMORDİAL KORUNMA

- Risk faktörleri ortaya çıkmadan onların oluşmasını önlemek amaçlanır.
- Obezitenin engellenmesi,
- Çocukların sigara kullanmalarını engelleyici okul eğitimleri.



# BİRİNCİL KORUNMA

- Risk faktörleri mevcut iken hastalığın oluşmasını ve derecesini azaltmak amaçlanır.
- Obez kişilerde koroner arter hastalığı veya diabet gelişimini engellemek için diyet ve egzersiz önerilmesi, bağışıklama vb.



GRIP OLMIŞSUNUZ... MESLEK HAYATIMDA  
İLK DEFA BÖYLE Bİ VAKAYLA KARŞILAŞTIR-  
RUM...

GRIP'LE Mİ?..

DÜN MEZUN OLOUM  
DA BENZ.

DR



# KORUYUCU SAĞLIK HİZMETLERİ

- Kişiyeye Yönelik
- Çevreyeye Yönelik

# ÇEVREYE YÖNELİK SAĞLIK HİZMETLERİ

- \* Yeterli ve temiz içme suyu sağlanması
- \* Atıkların kontrolü
- \* Besin hijyeni
- \* Barınak hijyeni
- \* Hava kirliliği ve gürültüyle savaş
- \* Vektör kontrolü

# KİŞİYE YÖNELİK SAĞLIK HİZMETLERİ

- 1- Bağışıklama: Bulaşıcı hastalıklardan korunmanın en etkin yoludur.
- 2- İlaçla Koruma: Özellikle aşısı olmayan hastalıklar için geçerlidir.
- 3- Erken Tanı: Tedavi kolaylığı ve başarısı açısından önemlidir.
- 4- Beslenme: Birçok hastalığın altında yatan temel ve hazırlayıcı nedendir.
- 5- Aile Planlaması: Çok ve sık doğum yapan kadınların sağlıkları tehlike altındadır.
- 6- Sağlık Eğitimi: Kişilere, kendi sağlıklarından sorumlu oldukları bilincini sağlamayı amaçlar.
- 7- Kişisel Hijyen.

# İKİNCİL KORUNMA / UYGUN TEDAVİ

- Akılcı ilaç kullanımı
- Uygun teknoloji kullanımı
- Kanıta dayalı uygulamalar
- Tedavi hakkı
- Hastane tedavisi



# İKİNCİL KORUNMA

Hasta İçin İkincil Korunma Toplum İçin  
Birincil Korunma Olabilir

- Tüberküloz
- HIV / AIDS

# ÜÇÜNCÜL KORUNMA / REHABİLİTASYON

- Rehabilitasyon, bedence ya da ruhça sakat kalmış olanların başkalarına bağımlı olmaksızın yaşayabilmelerini sağlamak için yapılan bütün çalışmaları kapsar.
- En iyi tedavi ve rehabilitasyon olanaklarının kullanımınıdır.
- Diabeti olan kişinin göz komplikasyonları varken körlüğün
- Diabetik nöropati varken bacak amputasyonlarının engellenmesi.





# HALK SAĞLIĞI

Organize edilmiş toplum çalışmaları sonunda;

- - çevre sağlığı koşullarını düzelterek
- - bireylere sağlık bilgisi vererek
- - bulaşıcı hastalıkları önleyerek
- - sağlık örgütleri kurarak
- - yaşam düzeyini geliştirerek;

# HALK SAĞLIĞI

- - hastalıklardan korunmayı,
- - yaşamın uzatılmasını,
- - beden ve ruh sağlığını,
- - çalışma gücünün arttırılmasını

sağlayan bilim ve sanattır

# HALK SAĞLIĞI TEMEL BİLİMLERİ

- 1.Epidemiyoloji
- 2.İstatistik
- 3- Sağlık yönetimi

# HALK SAĞLIĞI

## UYGULAMALI BİLİMLERİ

- 1- Çevre Sağlığı
  - 2- AÇS-AP
  - 3- Beslenme
  - 4- Sağlık Eğitimi ve Sağlığı Geliştirme
  - 5- İş Sağlığı
  - 6- Toplum Ruh Sağlığı
- ...Diğer uygulamalı halk sağlığı bilimleri

# HALK SAĞLIĞI

## Bir Sağlık Sorunununun Halk Sağlığı Sorunu Olma Kriterleri

- Sık görülme,
- Sık öldürme,
- Sık sakat bırakma,
- Sık işgücü kaybına neden olma.

# HALK SAĞLIĞI ANLAYIŞI

## **1-Sağlık hizmetlerinde hakçılık esastır:**

- Sağlık, doğuştan kazanılmış bir insan hakkıdır.
- Irk, dil, din, cinsiyet, yerleşim yeri ve sosyal durum gözetilmeden herkes sağlık hizmetlerine erişebilme ve hizmetlerden yararlanma konusunda eşit şansa sahip olmalıdır.
- Sağlık hizmeti alması gereken herkes bu hizmeti yeterince almalıdır.

# 1-Sağlık hizmetlerinde hakçılık esastır:

- Toplumdaki kişilerden bazıları sağlık yönünden daha fazla risk altındadırlar ve daha sık hastalanıp, sağlık hizmetlerine daha fazla gereksinim duyarlar.
- O nedenle, risk altındaki kişilerin sağlık hizmetlerini daha fazla kullanmaları doğaldır.
- Bu yaklaşım “herkese biraz, gereksinmesi olana daha fazla sağlık hizmeti” biçiminde ifade edilmektedir

## 2-Kişi evresi ile bir bütündür:

- Kişiler, fiziksel, biyolojik ve sosyal çevrelerinden etkilenirler ve bu çevreden ayrı olarak ele alınamazlar.
- Sağlık hizmetinin her kademesinde, hizmet verilen kişinin (sağlam ya da hasta) içinde yaşadığı evre öğrenilmeli ve hizmette dikkate alınmalıdır.
- Örneğin, bağırsak paraziti olan bir kişiye antiparazitik ilaçlar verilmesi yetmez. Çünkü, o kişinin kullandığı tuvalet ve besin maddeleri sağlıklı duruma getirilmezse, tedavi sonucunda parazitler yok olsa bile, fiziksel evre faktörleri bozuk olduğundan kişide yeniden parazit oluşacaktır.



# 3-Yaşam, doğum öncesinden ölüme kadar bir bütündür:

- Uterus içi yaşamdan başlayarak, yaşamın her dönemi, sonraki dönemlerde kişinin sağlığını olumlu ya da olumsuz etkiler.
- O nedenle, sağlık personeli, hizmet verdiği kişinin önceki yaşamında karşılaştığı olayları ve kendisine yapılacak müdahalelerin onun bundan sonraki yaşamını nasıl etkileyebileceğini göz önünde bulundurmak zorundadır.
- Örneğin, bebeklik dönemindeki beslenme alışkanlıkları, kişinin sonraki yaşam dönemlerinde hipertansiyon, obezite gibi sorunlarla karşılaşmasına zemin hazırlayabilir;

# 4-Koruma tedaviden üstündür:

- Sağlık hizmetlerinin birinci amacı ve sağlık personelinin temel sorumluluğu, kişilerin sağlıklı yaşamaya devam etmelerini sağlamak ve hasta olmamaları için çalışmaktır.
- Toplumda görülen hastalıkların ve kazaların pek çoğu, aslında, korunulabilir olaylardır

## 5-En çok görülen, sakat bırakan ve öldüren hastalık "önemli hastalık"tır:

Toplumun sağlık düzeyini yükseltmek için yapılacak planlarda sorunların önceliklendirilmesi kaçınılmazdır.

- Kaynakların harcanmasında ve hizmetin sunulmasında, söz konusu toplumda en sık görülen, en çok ölüme ve sakatlığa yol açan durumlara öncelik verilmesi, toplumun sağlık düzeyinin iyileşmesinde temel stratejidir.
- Örneğin, Türkiye'de en çok çocuk ölümüne neden olan hastalıkların başında akciğer enfeksiyonları (bronkopnömoni) ve ishal gelir. Bu iki önemli hastalık kontrol altına alınabilirse binlerce çocuk ölümü önlenabilir

## 6-Hastalıkların nedenleri sosyal, biyolojik ve fiziki nedenlerdir:

- Hastalıklar tek nedenli değildir. Örneğin, tüberküloz hastalığının etkeni bir basildir.
- Ancak, basille karşılaşan her kişi hasta olmaz. Hasta olan kişiler, genellikle fakir, beslenmesi yetersiz, barınma koşulları kötü, kalabalık ailelerde yaşayan ve eğitim düzeyleri düşük olanlardır.
- O nedenle, tüberküloz savaşında, yalnızca tıbbi yaklaşımlar yeterli olamaz, sosyal faktörlerin de iyileştirilmesi gerekir

# 7-Kişinin hastalığı, aynı zamanda ailenin sorunudur:

- Aile bireylerinden birisinin hastalığı, ailenin düzenini, huzurunu, ekonomik ve sosyal durumunu olumsuz etkiler.
- O nedenle, yalnızca hasta olan ile ilgilenmek yetmez, o kişiyi tedavi ederken ailenin bütününe ele almak gerekir.
- Örneğin, ailede bir şeker hastasının bulunması durumunda, o evde pişen yemeklerden öğün saatlerine, yolculuk planlarından eğlence planlarına kadar bütün düzen değişir.
- Bir kişinin hastalığı çevresindeki kişileri de olumsuz etkileyebilir



# Herkes kendi sağlığından sorumludur:

- Özellikle hastalıklardan korunmada asıl yapılacak işler, kişilerin kendilerinin alacakları önlemlerdir. O nedenle, kişiler kendi sağlıklarının değerini bilmeli ve onu korumaya çalışmalıdırlar. Böyle olmazsa, sağlık hizmetlerinin sunumu zorlaşır ve başarılı olunamaz.
- Örneğin, kişiler aşılmanın önemini kavramış olurlarsa, aşılama talebi ile sağlık kuruluşlarına kendiliklerinden gelirler ve bu hizmet kolaylıkla verilir. Aksi durumda, sağlık personelinin aşılammamış kişileri bulması ve evlerine giderek onları aşılaması gerekir ki, bu uygulama bağışıklama hizmetlerini aksatır ve bulaşıcı hastalıklar kontrol altına alınamaz

# 8-Sağlık hizmeti bir ekip işidir:

- Hiçbir meslek üyesi (hekim dahil) sağlık hizmetlerini tek başına veremez.
- Çünkü, bu hizmetler çok boyutludur, yoğundur, karmaşıktır, sürekli olmalıdır ve giderek daha da teknik uzmanlık gerektirmektedir.
- Ekip üyelerinin her biri kendi işlerini uygun şekilde yaptıkları zaman sağlık hizmetinin bütünü ortaya çıkar.
- Üyelerden biri ya da bazıları işlerini düzgün yapmazlarsa, diğerleri düzgün yapsa bile sonuç başarısız olabilir.
- O nedenle, sağlık ekibinin her üyesi önemlidir ve değerlidir.



Genel anesteziye  
gerek yoktu, lokal  
aptık. Sadece dilini  
uyuşturduk.

Çığlık atıp  
bağırma  
diye.



# 9-Sağlık hizmetleri multisektöryeldir:

- Sağlık hizmetleri yalnızca “sağlık sektörü” (Sağlık Bakanlığı) tarafından verilemeyecek kadar geniş boyutludur.
- Öğretmenlerin, din görevlilerinin, köy muhtarlarının, belediye yetkililerinin, veterinerlerin, tarım uzmanlarının, kaymakamların ve daha bir çok kişinin sağlık hizmetlerinin yürütülmesinde az ya da çok sorumluluğu ve yetkileri vardır.

# Sağlığa 2 milyar, Diyanete 4.6 milyar TL bütçe ayrıldı..



# 10-Halkın sağlık hizmetlerine katılımı esastır:

- Sağlık hizmetlerinin planlanmasında ve sunulmasında, hizmeti verenler kadar hizmeti alanların (halkın) da dikkate alınması gerekir.
- Eğer, halk hizmetleri benimsemez ve tatmin olmazsa, hizmetlerde başarıya ulaşamaz.
- O nedenle, sağlık hizmetlerinin planlanması ve sunulmasında halk ile işbirliği yapmak, onların katılımını sağlamak gerekir.

# 11-Sağlık hizmetlerinde entegrasyon esastır:

- Koruyucu ve tedavi edici sağlık hizmetleri birbirlerinden kesin olarak ayrılamazlar.
- O nedenle, bu hizmetlerin bir arada verilmesi esastır.

# TEMEL SAĞLIK HİZMETLERİ

- Alma-Ata Bildirisi, sağlık hizmetleri açısından yeni düzenlemeleri gerektirecek öneriler içermektedir.

# ÇEVRE SAĞLIĞI

- Çevre sağlığı başlıca insanı ve diğer canlıları canlılıklarını sağlıklı sürdürme yönünde etkileyecek çevre koşullarını sağlama çalışmalarıdır.



# İŞÇİ SAĞLIĞI ve MESLEK HASTALIKLARI



# AİLE PLANLAMASI

AİLELERİN ;

- İstedikleri sayıda,
- İstedikleri zaman ve aralıklarda,
- Bakabilecekleri kadar...

**\*ÇOCUK SAHİBİ OLMALARIDIR\***

# UNUTMAYINIZ !

TÜZDER

Hayatımızın 3 kısmetsiz aşaması



**Gençlik :**  
ZAMAN + ENERJİ var  
fakat PARA yok

**Çalışma Yaşları :**  
PARA + ENERJİ var  
fakat ZAMAN yok

**Yaşlılık :**  
ZAMAN + PARA var  
fakat ENERJİ yok

Üstün Zekalılar Derneği  
[www.tuzder.org](http://www.tuzder.org)