

**SAĞLIĞIN KORUNMASI  
VE  
GELİŞTİRİLMESİ**

**Prof. Dr. Ayfer TEZEL**

# Sağlık ölüm döngüsü

Mükemmel sağlık

Orta düzey

Düşük sağlık

Yaşam  
sitalinde  
n  
kaynaklı  
riskler

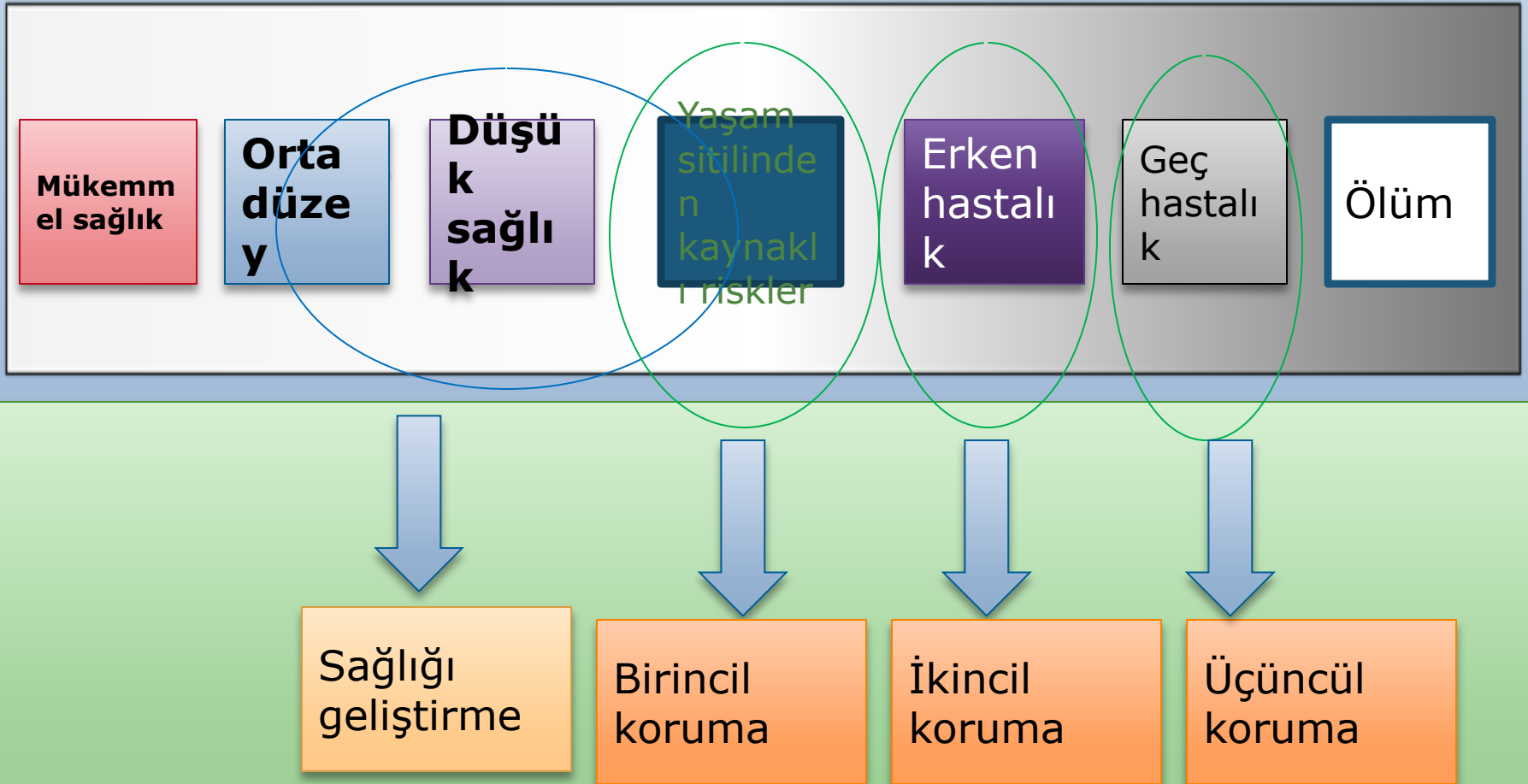
Erken hastalık

Geç hastalık

Ölüm

Yaşam boyunca, insanlar sağlık ve hastalık arasında geçişler yaşayabilirler.

# Sağlık ölüm döngüsü



# **SAĞLIĞIN GELİŞTİRİLMESİ**

DSÖ, 1986 yılında Birinci Uluslararası Sağlığı Geliştirme Konferansını düzenlemiş ve bu konferans sonucunda Ottawa Sözleşmesini yayınlamıştır (<http://www.wacc.mu.edu.tr/ozet%20kitabi.pdf>).

# **OTTOWA SÖZLEŞMESİ'NDE**

**Sağlığın geliştirilmesi  
(Health Promotion),  
insanların kendi sağlıkları  
üzerindeki kontrollerini  
artırma ve sağlık düzeylerini  
daha da iyiye götürme  
sürecinin bütünü olarak  
tanımlanmıştır (WHO, 1986).**

## **Ottawa Sözleşmesi;**

**(a) Sağlığın bir dizi temel ön koşulunu (gıda, barınma, barış, gelir, stabil ekosistem, sürekliliği olan kaynak kullanımı, toplumsal adalet ve hakkaniyet) belirlemiştir,**

**(b) Daha geniş tanımlanmış "iyilik hali"ne odaklanarak, sağlığı geliştirmeyi sağlık bakımı ve sağlıklı yaşam biçimlerinden farklı bir dayanağa oturtmuştur,**



**(c) Sağlığı geliştirme için beş anahtar strateji belirlemiştir:**

- 1. Sağlıklı kamu politikaları oluşturmak,**
- 2. Destekleyici çevreler yaratmak,**
- 3. Toplum eylemini gclendirmek,**
- 4. Kişisel beceriler geliştirmek,**
- 5. Sağlık hizmetlerini yeniden düzenlemek.**



**1. Sağlıklı halk politikası,  
daha güvenli ve sağlıklı mal  
ve hizmetler, daha sağlıklı  
halk hizmetleri ve daha  
temiz evre koşulları  
oluşturmayı kapsar.**

**2. Destekleyici çevreler  
oluşturma karşılıklı destek ve  
sürdürülebilirliğin  
sağlanması, yani bireylerin  
birbirlerini, toplumlarını ve  
doğal çevrelerini koruma  
görevlerini yerine getirmeleri  
doğrultusunda teşvikte  
bulunmaları anlamındadır.**

**3. Topluluk eylemlerinin  
güçlendirilmesi, sağlığı  
geliştirme sürecinin  
merkezinde, toplumu  
kendi çaba ve kaderlerine  
sahip çıkma ve bunları  
kontrol edebilme yönünde  
güçlendirme  
olarak tanımlanmıştır.**

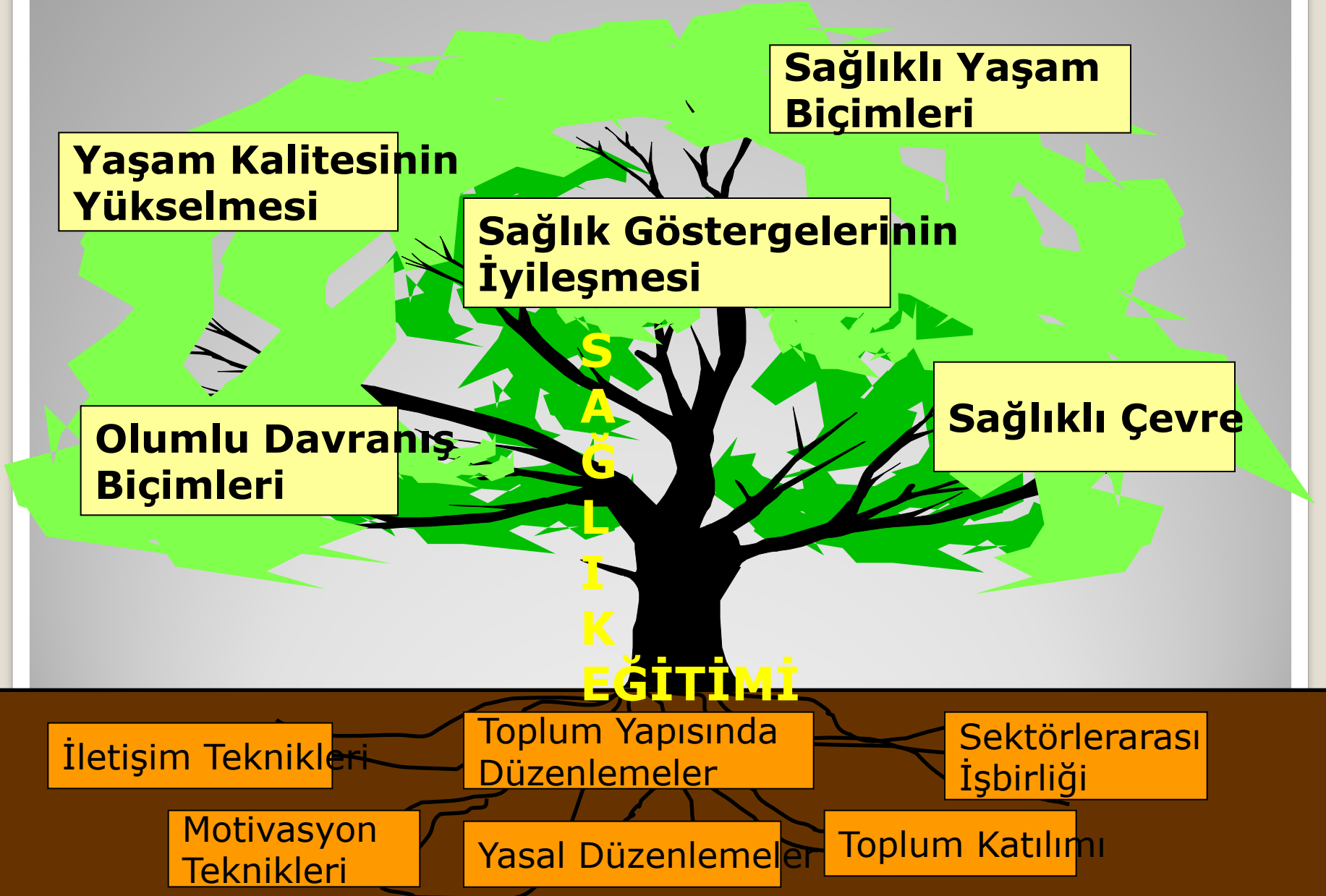
**4. Kişisel yeteneklerin geliştirilmesi, insanların kendi sağlıkları adına, çevrelerinde daha fazla kontrole sahip olabilmeleri ve sağlığa yönelik seçimler yapabilmeleri için mevcut seçenekleri arttırmasıdır. İnsanları geçirecekleri tüm dönemlere hazırlamak, onların kronik hastalık ve yaralanmalarla baş edebilmelerini sağlamak için öğrenim en temel koşul olarak varsayılmıştır.**

***5. Sağlık hizmetlerinin yeniden yönlendirilmesi başlığı altında profesyonel eğitimdeki değişiklikler kadar sağlık araştırmaları üzerinde ciddi şekilde durulması gerekliliği ifade edilmiştir.***

Sağlığı geliştirme,  
yalnızca bireyler dőzeyinde  
çalışmayı değil, aynı zamanda  
sosyo-ekonomik yapılar  
dőzeyinde çalışmayı ve ulaşım,  
çevre, tarım ve diğerleriyle ilişkili  
sağlıklı kamu politikalarının  
(eylem planları) yaratılmasını ve  
uygulanmasını gőçlendirmeyi de  
amaçlar.



# SAĞLIĞI GELİŞTİRME



**Sağlığı geliştirmenin ana  
ekseni olan “sağlıklı toplum  
politikası” için en uygun  
ortam Birincil Sağlık  
Hizmetleridir.**

***Temel Sağlık Hizmetleri ile  
Sağlığın geliştirilmesi:***

Birinci Basamak Sağlık Hizmetleri koşullarında Sağlığı Geliştirmek amacıyla 3 tamamlayıcı yaklaşım vardır: 1.Tibbi yaklaşım,  
2.Yaşam tarzı yaklaşımı,  
3.Sosyal ve çevresel yaklaşım.

## **Temel Sağlık Hizmetlerinin** **Sınıflandırma Sıralaması**

- \* Sağlığın geliştirilmesi**
  - \* Sağlığın korunması**
  - \* Erken tanı**
  - \* Tedavi hizmetleri**
  - \* Rehabilitasyon hizmetleri**
  - \* Sakatlıkların ve sınırlılıkların giderilmesi**
- şeklindedir.**

# **Sağlığı Geliştirmede Hemşirenin Rolü**

# **Topluma yönelik olarak hemşirelik eylemleri;**

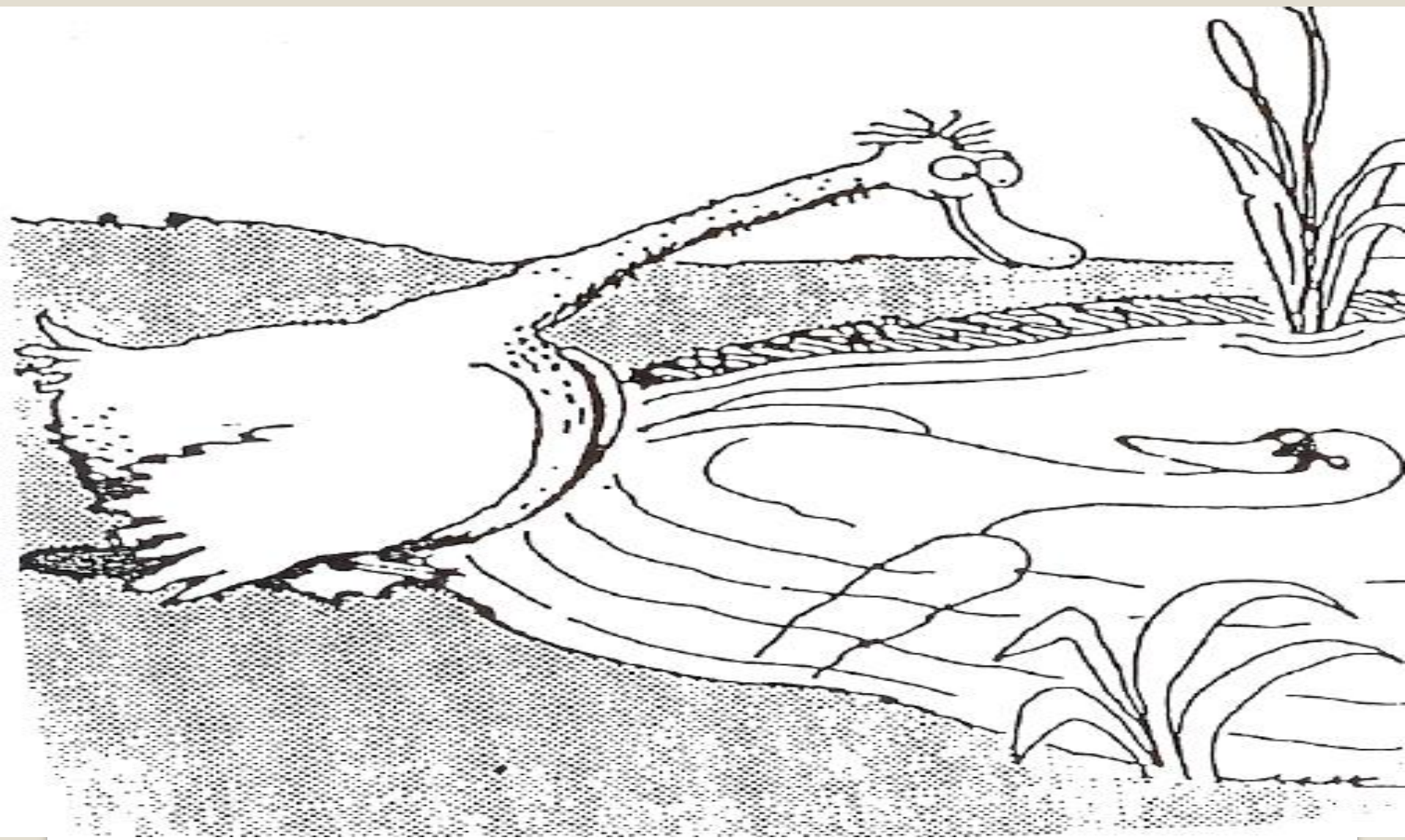
Sağlığı olumsuz etkileyebilecek alışkanlıkların toplumdaki yaygınlığının tespit edilmesi, topluma sağlıklı yaşam bilincinin kazandırılması ve sağlıksız davranışların sağlığı geliştirme davranışlarıyla değiştirilmesini kapsar.

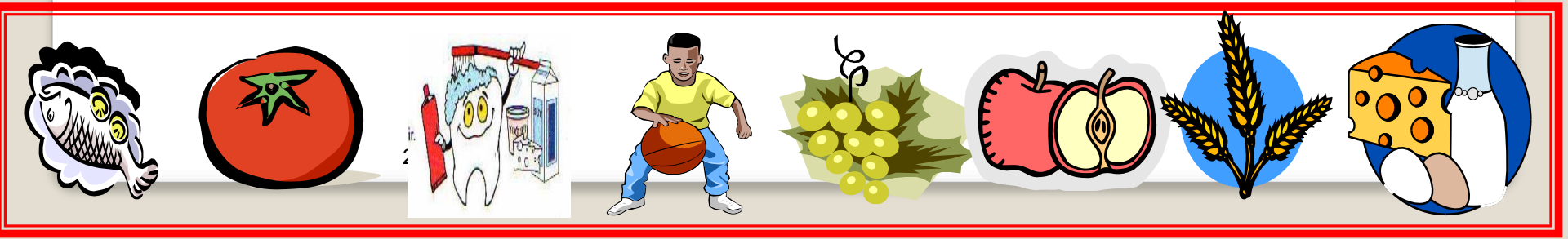
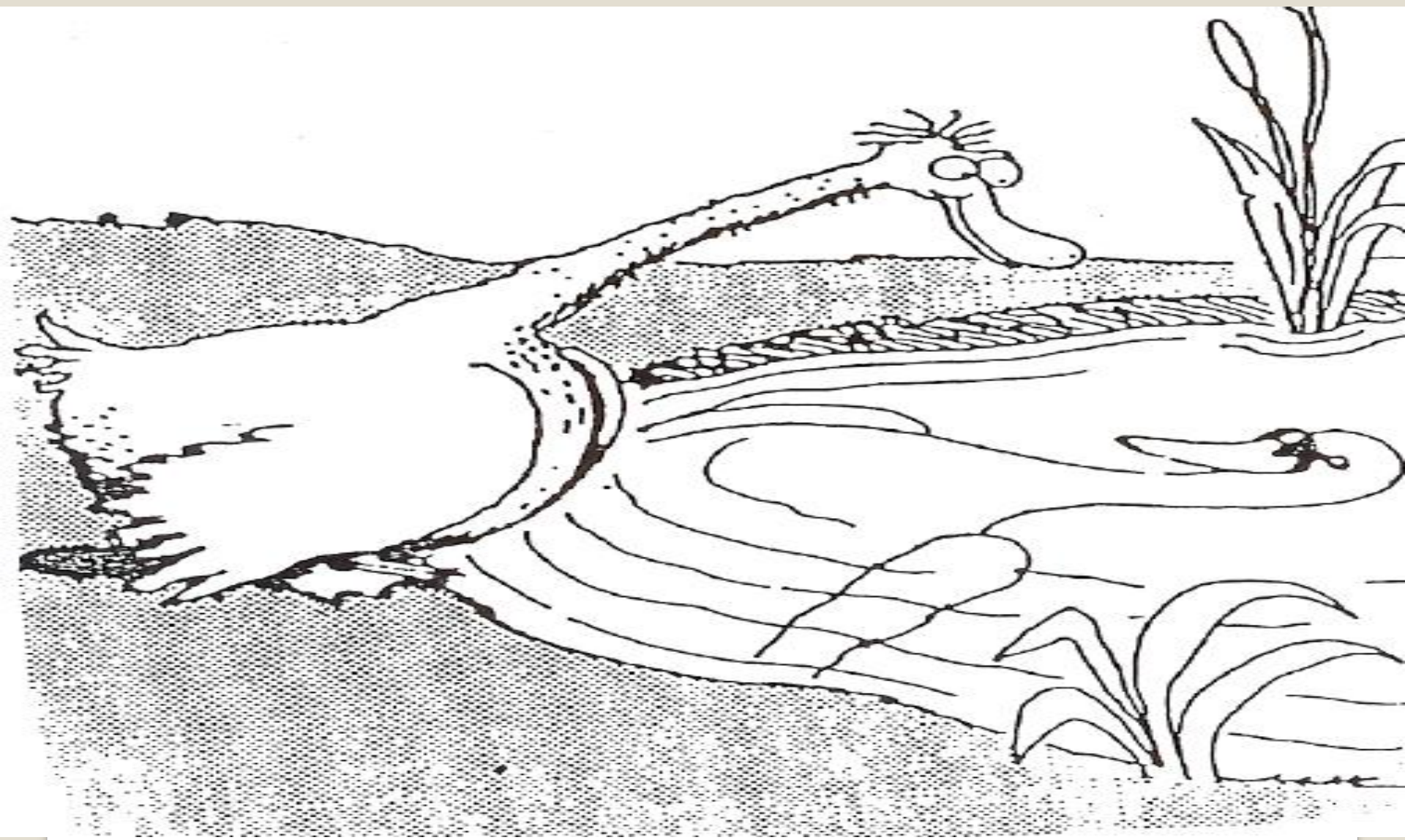
## Bireye yönelik hemşirelik eylemleri;

- Bireysel ve ailesel potansiyel risk faktörlerini belirleme,
- Risk faktörlerine yönelik uygulamalarda bulunma,
- Bireyin kendi sağlığıyla ilgili sorumlulukları taşımasına ve sağlığı geliştiren aktivitelerin önemini algılaması ve uygulamasına yardımcı olma,
- Bireyin davranış değiştirme girişimini destekleme ve cesaretlendirme,
- Uygulamaları ve davranış değişikliklerini izlemeyi kapsar.









# **SAĞLIĞIN KORUNMASI**

# **Koruma;**

*Hastalıkların ortaya çıkmasının  
önlenmesidir.*

# **Koruma Düzeyleri**

Sağlığı  
geliştirme

Birincil koruma

İkincil koruma

Geç Hastalık  
Dönemi  
(Üçüncül  
Koruma)

Erken hastalık dönemi

Maruz kalınan riskler/ risk faktörleri

Bütün toplum

Temel Koruma  
(Primordial prevention)

Birincil Koruma  
(Primary prevention)

İkincil Koruma  
(secondary prevention)

Üçüncül Koruma  
(Tertiary prevention)

**zeyleri**



# **Primordial (Temel) Koruma**

# **Primordial (Temel) Koruma**

Bu koruma düzeyi risk faktörlerinin ortaya çıkmasının engellenmesi aşamasıdır. Yani hastalıkların oluşmasında rolü olduğu bilinen sosyal, ekonomik ve kültürel yaşam örüntülerinin ortaya çıkmasının engellenmesidir.

Yüksek riskli çocuklar, adolesanlar ve yetişkinler için sosyal ve çevresel koşulların düzenlenmesidir.

Örneğin; bireylerin çocukluk  
döneminde obezite için risk  
faktörlerine sahip olduğunun  
belirlenmesi ve buna yönelik  
girişimlerin yapılması.

Yada insanların sigara içme, anormal beslenme örüntüleri ve egzersiz gibi olumsuz davranışlar göstermesine neden olan sosyo-ekonomik durumun yükseltilmesi bir primordial korumadır.

# Primordial koruma;

- Tarım sektörünü, yiyecek sektörünü ve yiyecek transferini sağlayan kuruluşların ulusal beslenme programlarına dahil edilmeleri,
- Sigara içmenin önlenmesi için kapsamlı politikalar oluşturma,
- Düzenli fiziksel egzersizi geliştirme programları gibi faaliyetleri kapsar.

# Primordial korumadan

Hükümetler,  
Profesyoneller,  
Endüstri kuruluşları,  
Hastaneler ve diğer sağlık kuruluşları sorumludurlar.

# **Birincil Koruma**

**Birincil koruma;  
Amaç, hastalıkların risk ve  
nedensel etmenlerini kontrol  
ederek hastalık başlamadan  
ve oluşmadan önce  
önlemektir.**

**Koruyucu özel önlemler bu  
grupta yer alır.**

**Bireylere ve topluma yönelik  
olabilir.**



# Birincil koruma

## Sağlığı geliştirme

**Sağlık eğitimi**

**Çevresel düzenlemeler/iyileştirme**

**Beslenme müdahaleleri**

**Yaşam stili ve davranış değişiklikleri**

## Spesifik koruma

**Bağışıklama ve seroprofilaksi**

**Kemoprofilaksi**

**Spesifik besin ve desteklerin kullanılması**

**İşten kaynaklı tehlikelere karşı koruma**

**İlaç ve besin güvenliği**

**Hava kirliliği gibi çevresel faktörlerin kontrolü**

# **İkincil Koruma**

## **İkincil koruma**

**Amaç, hastalıkların erkenden saptanarak tedavi edilmesi ve ciddi sonuçlarının azaltılmasıdır.**

**Ciddi ilerlemeler önlenir, en aza indirilir ya da yavaşlatılır. Erken dönemde tanılanabilen ve etkili bir tedavisi olan hastalıklar için uygundur.**

**Erken Tanı**

Hastalıkların, klinik bulgu ve belirtileri ortaya çıkmadan tespit edilmesine "**erken tanı**" denir.

- Tedavi şansı yükselir,
- Tedavisi kolaylaşır,
- Tedavi süresi ve harcamaları azalır,
- Hastalığın ilerlemesi önlenir ve sakatlığın en aza indirilmesi sağlanır,
- Ve en önemlisi iyileşme şansı artar.

**Tanı ne kadar erken konulursa hastalığın;**

- Erken tanıya yönelik bireysel uygulamalar (Kendi kendine meme muayenesi),
- Sağlığın değerlendirilmesi (gebe ve çocuk izlemi gibi periyodik muayeneler,),
- Toplum kitle taramaları (fenilketonüri, işitme, görme vb.).

## **Erken Tanı Yöntemleri**

# **TARAMALAR**



- Hastalık toplum için önemli bir sağlık sorunuysa,
- Tanı konulabilecek bir presemptomatik dönemi varsa,
- Basit, güvenilir ve toplum tarafından benimsenen bir tanı yöntemi varsa,
- Tedavisi olanaklıysa,
- Erken tanı harcamaları çok fazla değilse,
- Sağlık insan gücü israfına yol açmıyorsa yapılmalıdır.

# **Genetik Taramalar ve Genetik Danışmanlık;**

**1. Koruyucu Genetik  
Danışmanlık: Bir ailenin  
genetik nedenli bir  
hastalığa yakalanma  
riskinin olduğu durumlarda  
aileye yol göstermek için  
yapılan danışmanlıktır. Aile  
soy ağacı bu danışmanlıkta  
önemli rol oynar.**

**2. Hasta Ailesine  
Danışmanlık: Danışmanlığın  
temeli anne ve babaya  
özgüven kazandırma ve  
destek vermedir.**

## **Genetik Danışmanlığın Gerekli Olduğu Durumlar:**

- \* İlerlemiş anne yaşı,**
- \* Ailede bilinen, şüphelenilen kalıtsal hastalıklar,**
- \* Tek veya çoklu malformasyonları olan doğumsal defektli bir fetus ya da çocuk sahibi olan ebeveynler,**
- \* Mental retardasyonu olan bireylere sahip aileler,**
- \* Öyküsünde yineleyen spontan abortusu olan bireylerin sonraki gebeliklerinde.**

## **Genetik Danışmanlığın Gerekli Olduğu Durumlar 2:**

- \* Bilinen veya şüphelenilen terotojen ile karşılaşan gebeliklerde,**
- \* Öyküsünde akraba evliliği olan gebelere verilmelidir.**

# Üçüncül Koruma

**Üçüncül korumada Amaç,  
önceden oluşan hastalığın  
ilerlemesinin ve  
komplikasyonlarının  
önlenmesidir.**

**Hastalığın oluşturduğu  
sakatlıkların ya da acının  
azaltılmasıdır.**

**Özellikle kronik hastalıklarda  
ilerlemenin önlenmesine çalışılır.  
Yaşam kalitesinin arttırılması  
sağlanır.**



**Koruma düzeylerinde halk  
sağlığı hemşireliği;**

<b>Hastalık</b>	<b>Birincil</b>	<b>İkincil</b>	<b>Üçüncül</b>
<b>Hedef grup</b>	<b>Tüm toplum yada risk altındaki grup</b>	<b>Erken tanı</b>	<b>Hastalığın ileri dönemi yada Komplikasyonlar</b>
<b>Amaç</b>	<b>Yeni vaka sayısını azaltmak</b>	<b>Ciddi vakaları azaltmak Komplikasyonları azaltmak</b>	<b>Komplikasyonları azaltmak Ölümü azaltmak</b>
<b>Gerekçe/ Neden</b>	<b>Riski azaltmak Maruziyeti azaltmak</b>	<b>Erken tanı ve erken tedavi</b>	<b>Hastalığın bireyde etkilerini azaltmak</b>
<b>Uygulamalar</b>	<b>Eğitim Profilaksi Sağlığı geliştirme</b>	<b>İzleme Erken tanı Hizmete ulaşım</b>	<b>Tedavi Rehabilitasyon</b>
<b>Değerlendirme (Çıktılar)</b>	<b>Maruziyet sayısını azaltmak</b>	<b>Hastalık insidansını ve Morbiditeyi azaltmak</b>	<b>Prevelans, Morbidite ve Mortaliteyi azaltma</b>

- **Mutluluğun öncelik taşıyan bir ögesidir ve**
- **Doğum öncesi dönemden itibaren çaba gösterilmesi gereken bir durumdur...**



**SAĞLIK**

...

**Bu dersin kendi hayatınıza  
da katkı sağlaması  
dileğimle...**