

Geriatri Konusunda Düşünceler

Memleketimizde çok az işlenmiş konulardan biri de Geriatri dir. Çok genç bir toplum olmamız ve tıbbi sosyal konulara fazla eğilemememiz nedeniyle Geriatri üzerinde fazla çalışma olmamıştır. Yaşlılarda olabilecek metabolik ve psikososyal değişikliklerin analizini, araştırmalarını yapmak ayrı bir özelliktir. Bunlar üzerinde çalışacak hekim ve bilim adamlarının yetişmesi ve bu konulara heves ederek çalışması gerekmektedir. Bütün klinisyen doktorlar yaşlı hastalar da görmektedir. Bu geriatriye servis vermektir. Geriatri nin özellikleri daha başka olmaktadır. Yaşlanmakla meydana gelen metabolik, kimyasal, biyolojik ve hatta psikososyal değişiklikleri araştırmak, uygulamalar yapmak ve bunu kendine meslek edinmek, bu hususta uzmanlaşmak Geriatri biliminde ancak gelişmeler sağlayacaktır.

Biz Başkent Üniversitesi içinde Ankara'nın Eskişehir yolu üzerinde 25. kilometredeki Yapracık Köyü civarında kurduğumuz Rehabilitasyon Merkezini Geriatri Psiko-Sosyal Rehabilitasyon Merkezi adını vererek genç yetişen hekim arkadaşlarımıza Geriatri üzerinde de çalışmalarını için bir fikir vermeye çalıştık. Genç ve dinamik meslektaşım ve öğrencim Prof. Dr. Yeşim GÖKÇE-KUTSAL'ın Geriatri dergisinin editörlüğünü yaparak bu konuda öncü olmasını büyük bir takdirle karşılıyorum. Kendisini Hacettepe Üniversitesi Hastanesinde Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği ile beraber kurduğumuz Osteoporoz çalışma grubuna üye yaptığım zaman bu konuda da başarılı çalışmalar yapacağından emindim. Geriatri konusunda da başarılarını sürdürecektir.

Hayat dinamik bir yapı içindedir. Statik durum kronolojik yaşa bakmadan insanda metabolik ve psikososyal yavaşlama meydana getirmektedir. Bu yüzden daima dinamik olabilen bir kişinin yaşlanması da geç olacaktır. Erken veya zamanında olacak bir emeklilik insanı statik yani hiçbir şey yapmaz duruma getirmemelidir. Böyle bir kişi mesleği müsait ise çalışmaya devam etmeli veya kendisine dinamizm kazandıracak hobi denilen aktiviteler yaratmalıdır. Yaşam boyu spor da bu arada dinamik yapıyı meydana getiren önemli bir aktivitedir. Bedensel veya mental bir hastalık yoksa hayat ve yaşam kalitesini insan, çalışmaya veya dinamik yaşamaya borçludur. Bedensel bir özrürlük olduğu zaman geriye kalan yeteneklerle yaşama dinamizmini yaratmak rehabilitasyonun esasını oluşturur. Örneğin omurilik zedelenmelerinde kişi tekerlekli koltuğa bağımlı ise omuriliği tedavi edemediğimiz için kişiye üst ekstremiteleriyle ve geriye kalan yetenekleriyle mümkün olduğu kadar bağımsız yaşama filozofisi vermek, onu canlı tutacak, hayata bağlayacaktır. Çalışmak veya dinamik yaşamak insanı ihtiyarlamaktan korumaktadır. İhtiyarlamamak için, bedensel veya mental yapının korunması için dinamik yaşam ne kadar önemli ise muntazam yaşantı da o kadar önemlidir. Örneğin içki, sigara gibi alışkanlıklardan kaçınmak, aşırı beslenme ile şişmanlamamaya çalışmak, aşırı fiziksel ve ruhsal yorgunluktan, streslerden, davranış bozukluklarından sakınmak gereklidir.

Her yaşta yaşamak bir sanattır. Her yaşın kendine göre güzelliği vardır. Özürlü olmak buna engel değildir. Özürlü olarak da insan mevcut yetenekleriyle hayatı güzelleştirebilir. Yaşama sanatının altında insanları sevmek, adaletli olmak ve mizah duygusunu daima muhafaza etmek vardır. Yaşlılık ve ihtiyarlık kavramlarının birbirine paralel olmadığı da bir gerçektir. İhtiyarlamayı önlemek ve insanları yaşa bakmadan ataletten ve sakatlıklardan korumak yaşlılıkla olabilecek sakatlıklara (osteoporoz, ve kemik kırıkları gibi) mani olacak sistemleri kurmak toplumsal bir görevidir.

Prof. Dr. Rıdvan ÖZKER

Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi

Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı Başkanı

Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı, Ankara