

Kadın ve Ana Sağlığı

Doç. Dr. Yıldız TÜMERDEM

Çocuk, ülkenin sosyal, ekonomik, kültürel ve dışı karşı korunmada güç üstünlüğünün simgesidir. Çocuk ailenin neşe, mutluluk, gurur kaynağıdır. Bütün bu güzel cümlelerin gerçek olması için de çocuğun gerçekten sağlıklı olması gerekmektedir.

Çocukları dünyaya getiren, onları büyütme için çaba sarfeden binlerce ananın hayatı da bu varlıklar yüzünden yitilmektedir. Gebelik, doğum, lohusalık süresince analık nedenleri ile görülen hastalık ve bozukluklar sonucunda **her yıl ülkemizde yüz bin kadından 2210'u hayatını yitirmektedir** ve bu sayı bu konuda geri kalmış ülke olan Seylan'daki %000511'den dört kat daha fazladır. Ana ve çocuğunun yaşamı ile ilgili olan bu sonuç, ülkemizin sağlık kapasitesinin bugün bile henüz istenen düzeye erişemediğini göstermektedir. Bu konuda aşama ancak geniş kapsamlı bir eğitimle olabilir.

Anaya analık sanatını öğretmek için onu eğitmek gerekir. Eğitilen kadın her şeyden önce başarılı bir evlilik yapacak, sağlıklı çocuklar yetiştirecektir. Okuyan kadın bu konudaki bâtil inançları ve kötü alışkanlıkları da yenebilecektir. Böylece sağlık eğitiminden ilk eğitici ana olacaktır. Ananın sorumlu olduğu aile düzenini sağlaması için çocukları ve eşi kadar kendi sağlığına da önem vermelidir. Kadına kendi ve çocuğunun sağlığı konusunda gerekli doğru bilgi, bu konuda yeterli eğitim görmüş hekim, eczacı, psikolog, hemşire, ebe, toplum bilimcileri gibi kadın eğitimciler tarafından verildiği zaman eğitim daha başarılı olacaktır.

Kadının normal bir gebeliğe hazırlanması doğum öncesi, doğum ve doğum sonrası dönemlerinin sağlıklı seyretmesi, bebeğine ve kendine iyi bakabilmesi için :

- Evlenmeden önceki döneme,
- Gebelik,
- Doğum,
- Lohusalık ve doğum sonrası dönemine özge gereken bilgiler verilmelidir.

— Evlenmeden önceki dönemi kapsayan eğitime çok erken başlanmalıdır. Kadın ta bebeklikten ele almak gerekir. Puberte bu gerekseminin ilk dev noktasıdır. Evlenmeden önce genç kıza cinsiyet konusunda doğru ve yeterli bilgi, bu konuda yeterince eğitilmiş aile büyükleri, ki ana başta gelir, öğretmenler, hekim ve diğer eğitimciler

tarafından verilmeli, onlara arkadaşları, seksfilmleri ve bu tür kitaplardan ve yerlerden cinsel konularda bilgi almalarının sakıncaları sık sık tekrarlanarak anlatılmalıdır. Gebe kalma ve doğum konusunda yanlış ve eksik bilgi büyük zararlara ve babasız çocuk sorunu gibi umulmadık felâketlere sebep olabilir.

Bu dönemde özellikle kırsal alanda utanma duygusu, erkekten kaçma duygusu ağır basar. Genç kızın ailesi onu erkek sağlık eğitimcisine götürmez, varsa kadın eğitici arar. Kentlerde bile gelişme çağındaki genç kız bu konudaki sorunlarını aileye yönelmez. Çocukluktan kurtulup genç kızlığa dönüşü simgeleyen vücut gelişmesi menstruasyonun başlaması, onda utanç duygusu, heyecan ve şaşkınlık yaratır. Bazen genç kıza ruhsal bunalıma sürükleyebilir. Örneğin dine aşırı düşkünlük veya aileyi dinlememe, aşırı serbestlik, evden kaçma şeklinde isyankâr bir yapının ortaya çıkışı gibi...

Ülkemizde geleneksel ve ekonomik temellere dayanan aile içi evlenmeleri kırsal alanda ve küçük kentlerde, gecekondu bölgelerinde hâlâ yaygındır ve henüz menstruasyon bile görmemiş, cinsel bilgidен yoksun, çocukluğunu bile yaşamamış, kız çocukları evlendirilmektedir. Bu ufacık çocuklarda bilgisizlik sonucu ruhsal ve fiziksel bozukluklar ortaya çıkacak, sakat kalacaklar, hattâ bu onların ölümlüne sebep olacaktır. Oysa eğitim görmüş kadın evlilik ve doğum için fizyolojik yaşın 17-21 olacağını bilecek ve ortaya çıkabilecek sorunları engelleyebilecektir.

Aile içi evlenmelerin kuşaktan kuşağa artarak geçen genetik bozuklukları da arttıracaklarını sağlık eğitimi ile öğrenen kadın gelecek kuşakların da sağlıklı olması konusunda çaba gösterecektir. Bu arada 28 yaş gibi ileri yaşlardaki evliliklerin ana ve doğacak çocuğun sağlığı yönünden zararlı olabileceğini ve mongolizm gibi anomalili çocukların doğabileceğini eğitimci kadın eğitim sırasında belirtmelidir.

Evlilik hayatı süresince evlilikle ilgili empotans, cinsel soğukluk, doğum kontrolü gibi konularda yeterince bilgisi olan genç kızın kuracağı aile düzeni sağlıklı olacaktır. Bütün bu konularda başta eğitim görmüş anne olmak üzere okullarda öğretmenler, hekim, eczacı, ebe, hemşire gibi sağlık eğitimi alanında çalışanlar genç kızlara yararlı olabilirler.

Gebelik ve doğum hiçbir zaman fizyolojik ve psikolojik bozulma anlamına gelmemelidir. Doğanın kadına bir armağanıdır bu. Kadının kendi ve doğacak bebeğinin sağlığının bozulmaması için gebelik süresince kontrol edilmesi gerektiğini eğitimle öğrenebilir. Eğitim-

den yoksun kırsal alan ve gecekondü bölge kadını her yıl doğum yapar. Kendi ve doğacak çocuğunun kaderini bu işi bilmeyen mahalle ebelerinin kirli ellerine bırakır. Böylece eklampsi, sepsis vb. gibi bozukluklar ananın ölümüne, bebeğin daha doğduğu gün öksüz kalmasına sebep olur.

Oysa yeterli eğitim görmüş kadın gebelikte her ay devamlı kontrolün gerekli olduğunu bilir. Bu konuda eğitimci kadın ona pek çok şey öğretmiştir : Tansiyon yüksekliğinin zararlı olduğunu, idrarda şeker, albümin, vb. ödemi, kan tetkiki, çocuk kalb seslerini ve çocuk hareketini izleme, ağız ve diş bakımı, aşırı kilo almama, gebelik diyeti, gebelik temizliği, dinlenme, açık havada yürüyüş ve beden hareketleri, gebelik için gerekli giysi konusunda yeterli bilgisi vardır.

Gebelik sırasında antibiotik, sülfamid, analjezik, uyku ilaçları, hormon vb. nin hekime sorulmadan alınması çeşitli anomalilere neden olabilir. 1960-61 yıllarında Talidomid adlı ilâcın yol açtığı ve 6000'den fazla bebeğin anomalilerle doğduğu Almanya'da Wiedman tarafından açıklanmış ve bütün dünyada unutulmayan kötü bir anı olmuştur. Yine kadının gebelik süresince geçirdiği kızamık, kızamıkçık gibi hastalıklar, beslenme bozuklukları, röntgen ışınlarından etkilenme, ruhsal ve traumatik stresler aile içi evlenmeleri kadar anomalili doğumlara nedendir. Bugün ülkede 1000 bebekten altısı anormal olarak doğmaktadır. Ana 9 ay merakla ve sevinçle beklediği, kendinin bir parçası olan yavrusunun sağlıklı doğmasını diler. Atalarımızın «eli ayağı düzgün olsun» deyişi de buradan gelir. Ama dilemek yeterli değildir. Bu konuda gerekeni bilmek için çaba harcamak gerekir. Gelecek kuşakların sağlıklı olması konusunda eğitim evlilik öncesi dönemde başlamalı gebelik süresince devam etmelidir.

Doğuma hazırlanan kadının aşırı heyecana kapılmaması, doğum olayından korkmaması, doğum ağrısını abartmaması gerektiği konusunda kadın doktor psikologlar ve ruh hekimleri hattâ ebe ve hemşireler tarafından verilen bilgi kadında olumlu bir etki bırakır ve kadının fizyolojik olan gebelik olayını ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı olarak tamamlar ve bebeğini doğum kliniklerinde, doktor veya diplomalı ebelerin yardımı ile dünyaya getirir. Toprak üstünde, tezekler içinde, temiz olmayan bir ortamda doğum yapan kadın eğitimden yoksun bırakılmış kadındır, bilmeden bu hataları yapmakta, tetanoz veya sepsis sonucu kendi ve çocuğunun hayatına kıymaktadır. Doğum sırasında kolaylık olması için kocasının pabucu ile su içen, placenta'nın tümü çıkmadığı için eşikten 40 kez atlatılan kadın cehalet yüzünden hayatını yitirmiş, çocuklarını öksüz bırakmıştır.

Kırsal alanda ve gecekondu bölgelerinde doğumda ve lohusalık (doğum sonrası) döneminde kanamadan, enfeksiyondan, eklampsiden her yıl binlerce kadın yine bilgisizlik ve eğitim noksanlığı nedeniyle ölmektedir.

Ana sağlığı diğer halk sağlığı sorunları ile yakından ilgilidir. Enfeksiyon hastalıklarının bir kısmı örneğin, tbc, kadını analık denen kutsal ve güzel duygudan yoksun bırakabilir. Buna karşı her yıl yapılan doğumlar ve düşükler sonucu çocuğunu kaybeden kadında ise ruhsal ve fiziksel çöküntü görülecektir.

Çoğalma biyolojik bir olaydır. Sağlığı tehdit edici aşırı çoğalma ise patolojiktir. Aile için çocuk sahibi olmak bir zevk, ülkeye sağlıklı evlât yetiştirmek bir görevdir. Doğa yasalarına göre çocuk, soyunu devam ettirecek bir varlıktır. Büyüdüğü zaman her bakımdan övünme kaynağı olmalıdır. Bunun için de aile, çocuklarının sağlığı ve sorunları ile tek tek uğraşmalı, onları titizlikle eğitmelidir. Aile, bakabileceği, yetiştirebileceği sayıda evlât sahibi olursa mutluluğa erişebilir. Her yıl bir çocuğu olan anne nasıl kendi sağlığını koruyabilecek, doğacak her çocuğa nasıl bakacak, baba ekonomik yönden nasıl aileyi geçindirecektir? İstenmeyen çocuk, ya hizmetçilik yapmak için satılacak, böylece sosyal, ruhsal, fiziksel yönden sağlıksız, problemlili çocuklar sorunu ortaya çıkacaktır veya yeterince bakılmıyan çocuk, sağlığını yitirecek ve ölecektir. 1963 yılında ülkemizde yapılan bir araştırma ile 100 kadından 84'ünün artan doğumlarından şikâyetçi oldukları, bu konuda çaresiz kaldıkları, çocuk yapma yöntemlerinin kendilerine öğretilmesini istedikleri, sonucu çıkarılmıştır. Yalnız kent kadınları değil kırsal bölge kadınının da bu fikri benimsediği bir gerçektir. Her yıl onbinden fazla kadının tavuk tüyü, tığ, çöp gibi ilkel ve düşüncesi bile dehşet verici yolları deneyerek sakat kaldığı veya yaşamından olduğu gerçeğine göz yumulamaz. Gebe kalan kadın doğum yapmalıdır. Gerek kentlerde yapılan kürtaj, gerekse kırsal bölgedeki ilkel yöntemlerle düşük yapma sağlığa zararlıdır. Ama gebeliğin oluşumunu RIA, doğum kontrol hapları vb. ile engellemek mümkündür. Bu konuda kadına verilecek doğru ve yeterli eğitim, istenmeyen çocuk sorununu çözümlenecektir. Böylece ananın ve doğacak çocuğun sağlığı korunacak ailenin ekonomik durumu sarsılmayacak, ana ve bebek ölüm hızları düşecektir.

Ülkenin geleceği demek olan çocuklarımız daha yaşını bile doldurmadan bakımsızlık nedeniyle ölmektedir. Her yıl doğum yapan bin anneden 152'si bebeğini kaybetmenin acısını kolay kolay unutmaz. Çocuk ölümünün fazla olması ile ülke gelecekte gerekli insan

gücünden yoksun kalmaktadır. Ananın çocuğuna verdiği emek ve ailenin maddî harcamaları boşa gitmektedir. Ana ister istemez tekrar çocuk yapacak ve bu çocukları da benzer nedenlerle kaybedecektir. On - onbeş doğum yapıp yarısından çoğunu yitiren Anadolu kadını «Allah verdi Allah aldı» felsefesi ile, kendi deyimini ile bağına taş basmaktadır.

Dokuz ay gibi uzun ve zahmetli bir gebelikten sonra, bebeğini kucağına alamamanın veya alıp da yitirmenin acısını, türküler söyleyerek dile getirmeye çalışır Anadolu kadını, henüz genç yaşta olmalarına rağmen çökmüş, yorulmuş, çalışma gücünün çoğunu yitirmiş, gülmeyi unutmuş olan köysel bölge ve gecekondü bölge kadınının bu acıklı duruma düşmesine neden, onların sağlık eğitiminden yoksun olmalarıdır.

Eğitimden yoksun olan kadınlara bu konuda yardım etmek, onların sorunlarını çözümlenmek biz eğitimci kadınların amacı ve görevi olmalıdır.

— DÜZELTME —

Toplum ve Hekim'in 8. sayısında Prof. Dr. Nusret Fişek'in «TOPLUMUN SAĞLIK DÜZEYİNİN YÜKSELTİLMESİNDE EN ÖNEMLİ ARAÇ : EĞİTİM» adlı yazısında aşağıdaki dizgi hataları olmuştur. Okuyucularımızdan özür dileriz.

Sayfa 19 (Son paragraf) :

2. Sağlık Hakkı İçin Temel Eğitim : Tüm halkın sağlık hizmetlerinden yararlanmasına politik düzenin veya yöneticilerin davranışlarının engel olduğu ülkelerde — örneğin Türkiye'de — halka sağlık hakkını ve sağlık hizmetini mümkün olan en yüksek düzeyde elde edememesinin temel nedenlerini göstererek hükümetler üzerinde baskı yapmasını ve sağlık hizmeti üretim düzeninin değiştirilmesini amaçlayan temel eğitim çalışmaları bu gruba girer.

Sayfa 20 (Son paragraf) :

Eğitim : Eğitim toplumu daha ileri ve varlıklı düzeye ulaştırmak amacı ile yeni düşünce, bilgi ve becerilerin kazandırılması, benimsenmesi ve uygulatılması için okulda ve okul dışında belirli bir plan ve program çerçevesinde bilinçli olarak yürütülen çalışmaların tümüdür. Davranış değişmesiyle sonuçlanmayan ve uygulanmayan bilgilerin kazandırılması eğitim değil öğretimdir.
