

# ECZACILIK AKADEMİSİ'NİN BİR YAYINI GERİATRİ

Ecz. Mehmet Erol MAHMUTOĞLU  
32. Dönem Merkez Heyeti Üyesi

**“Yaşlı Sağlığına Multidisipliner Yaklaşım”** Geriatri, bilindiği gibi yaşlanmayla ilgili sorunlar konusunda uzmanlaşmış bir bilim dalıdır. Geriatri Kitabı, yaşlılarımızı sağlık sorunları hakkında bilgilendirmeyi, yaşlanmayla birlikte ortaya çıkan olası hastalıkların insan sağlığına etkilerini ve insanların sağlıklı bir yaşlılık dönemi geçirebilme koşullarının neler olduğunu, multidisipliner bir yaklaşımla eczacıların bilgisine sunmaktadır.

Son elli yılda tıbbın hızla gelişiyor olması, hastalıkların tedavisinde kaliteli ilaçların üretilmesi, ekonomik gelişmişlik düzeyinin yükselmesi, gelişen teknoloji-

nin tıbbın hizmetinde kullanılması gibi nedenlerle, insanların günümüzde daha uzun bir ömür sürme şansına sahip olmalarının, ancak yaşam kalitelerinin de aynı oranda artması ile bir anlamı olacaktır. Tıbbın desteği ile yaşamın uzamasının, sağlıklı yaşamak anlamına gelmediği bir gerçektir. Bu nedenle; insanların eğitimle bilinç düzeylerini yükseltmenin yanında, sağlık alanında da “Koruyucu Hekimliğe” önem vererek, yaşlılıkta üretken bir yaşam sürmelerine olanak sağlanmalıdır.

Yaşlılık ve üretkenlik konusunda Prof. Dr. Yeşim Gökçe Kutsal' ın yaptığı tespiti önemli bulduğum için meslektaşlarımla paylaşmak istedim. Dünya Sağlık Örgütü yaşlılığı “Çevresel faktörlere uyum sağlayabilme yeteneğinin azalması” olarak tanımlamıştır. Yaşlanmanın üreticiliği ne oranda etkilediği ise, çoğu zaman tartışma konusu olmaktadır. Bilindiği gibi bir çok sanat, felsefe ve bilim yapıtı 65 yaşın üzerindeki kişilerce yaratılmıştır.

Beş duyu da kiler başta olmak üzere, bazı yetersizliklerin ortaya çıkmasına karşın, ilerlemiş yaşın en büyük avantajı “kristalize” yeteneklerin gelişmiş olmasıdır. Bu yetenekler insanın yaşamı boyunca geliştirdiklerinin özüdür ve yaşlılık bir anlamda “aktif ve bilinçli bir yaşamın başlangıcıdır.” Yaşama olumlu ve gerçekçi bir gözle bakan böyle bir söyleme katılmamak mümkün mü?

Geriatri Kitabı'nın “sağlıklı yaşama” ilkelerinin uygulanması konusunda da söyleyecekleri var: İnsanların yaşlanmasının kaçınılmaz olduğu, yaş-



lanmayla birlikte hastalıklara yakalanma riskinin artacağı bilinen bir durumdur. Ancak yaşlanmayla meydana gelebilecek olumsuzlukların önlenmesi için, “sağlıklı yaşam” ilkelerinin uygulanması hatta bu ilkelerin yaşam biçimine dönüştürülmesi; sağlıklı bir yaşlanma ve aktif bir yaşamın sürdürülebilmesi için ne kadar önemli olduğunu, Geriatri Kitabı, bizlere bir kez daha anımsatıyor. Bu ilkeler: sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz yapma ve sigara içmeme olarak üç ana başlık altında özetlenmiştir.

**İnsanların güvenli ve sağlıklı bir şekilde yaşlanmaları ve toplum içinde saygın bir şekilde yaşayabilmeleri için, bu ilkelerin yaşam biçimine dönüştürülmesini, Geriatri Kitabı okuyucularına özlü bir şekilde anlatmaktadır.**

Geriatri Kitabı, bir başka önemli konuya da vurgu yapmaktadır: Çoklu ilaç kullanımları nedeniyle dünyadaki ilaç tüketiminin üçte biri yaşlılara aittir. Bu nedenle; yaşlılarda ters ilaç reaksiyonları oldukça sık görülmektedir. Güvenli ilaç kullanımı bakımından en çok özen gösterilmesi gereken, en önemli risk grubunu oluşturmaları nedeniyle de eczacılarımızın dikkatli olmaları gerekmektedir. Geriatri Kitabı’na bu değerlendirmeler ışığında baktığımızda; kitaptaki bazı konuların eczacılar tarafından daha bir özenle okunması gerektiği düşüncesindeyim.

**Yaşlılıkta Güvenli İlaç Kullanımı, Yaşlılıkta Sık Kullanılan İlaçlarla Etkileşimler, Yaşlılıkta Çoklu İlaç Kullanımı** gibi konular, vurgulamak istediklerimden bazılarıdır.

Ayrıca; **Geriatride Sirkadyen Ritmi Değişiklikleri** konusundaki yazı da dikkatimi çekti. Yeni bilgiler edinmeme neden oldu. Meslektaşlarıma okumalarını öneririm.

**Yaşlılık Döneminde Malnütrisyonun (yetersiz ve aşırı beslenme) Saptanması** da ilgiyle okuduğum diğer bir yazı oldu.

**Sigara ve yaşlanma** ile ilgili yazı ise, bildiklerime yeni bilgiler kattı. Sigaranın, hastalıkları nasıl tetiklediği, yaşlanmayı nasıl hızlandırdığı, yaşlı insanlarda onarılmaz ne büyük sorunlara yol açtığını bir kez daha hatırlamamıza yardımcı olması nedeniyle önemli buluyorum.

**Yaşlanan Toplum ve Yaşlının Evde Bakımı** konulu yazı da önemli bilgiler sunuyor. Bu yazı: esas olarak, bireyin gereksinimlerinin evde karşılanmasını kapsıyor. Günümüzde evde bakım hizmetleri, hekim, hemşire, fizyoterapist, diyetisyen, psikolog, eczacı, sosyal çalışma uzmanı, diş hekimi ve ev ekonomisti gibi farklı meslek üyelerinin katılımıyla **İnterdisipliner** ekip yaklaşımıyla yürütülmesinin gerekliliğini ve yöntemlerini anlatıyor.

Geriatri Kitabı, içindeki bu çok önemli bilgiler nedeniyle okuyucuya, doyurucu bilgiler sunmaktadır. Eczacıların, hastalarına danışmanlık görevini yapmasında önemli katkısı olacağını düşündüğüm bu güzel kitap, **Türk Eczacıları Birliği Eczacılık Akademisi**’nin önemli bir yayını olarak okuyucularını bekliyor.

Yazıları ile kitabı zenginleştiren Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Araştırma ve Uygulama Merkezi-GEBAM Yönetim Kurulu üyelerine ve Bilimsel Kurul üyelerine, basımı gerçekleştiren Türk Eczacıları Birliği Eczacılık Akademisi’ne ve Türk Eczacıları Birliği Merkez Heyeti’ne içten teşekkürlerimi sunuyorum.