

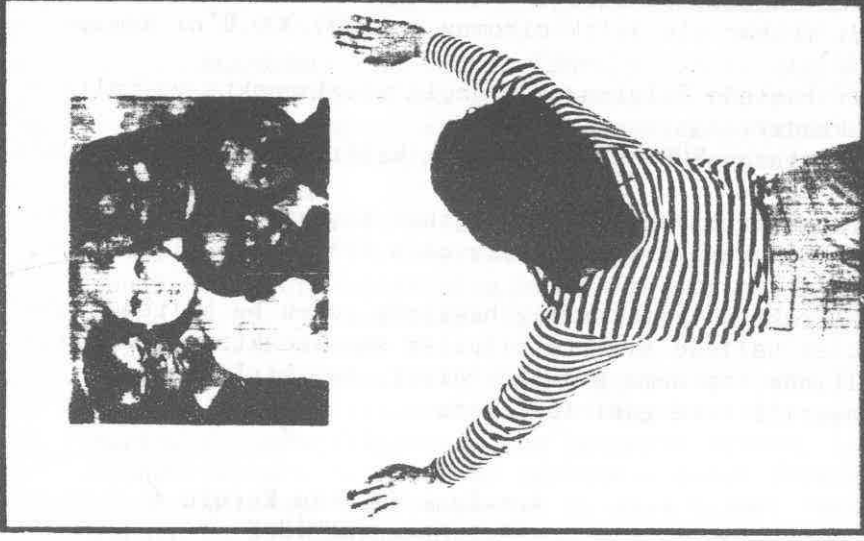
1. ÖDÜL

Tuğrul Çakar

“Çocuklar
Öldürülmesin”

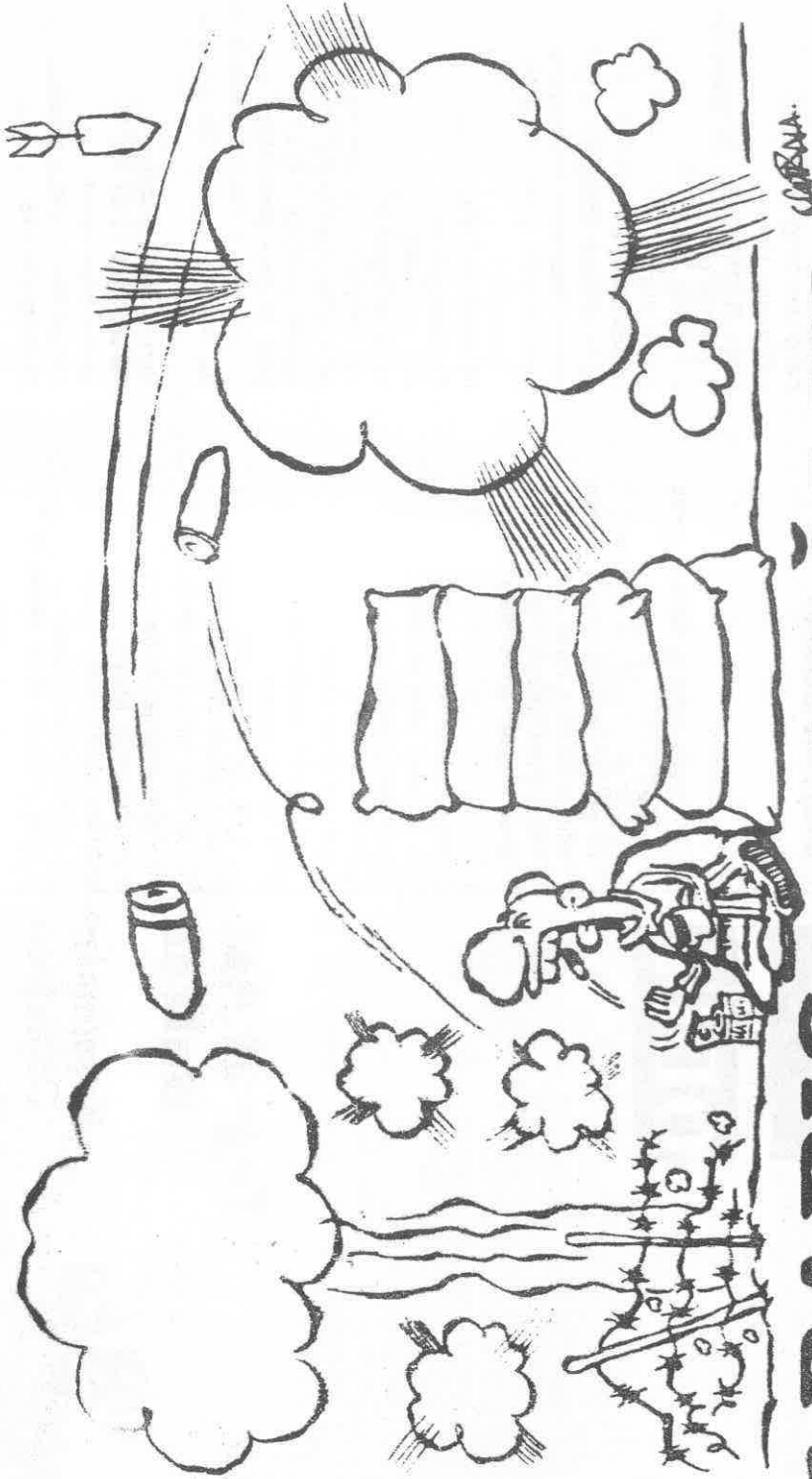
'86 BARIŞ ve SAĞLIK

Fotoğraf Yarışması



1. ÖDÜL

Sadık Pala



86 BARIŞ ve SAĞLIK Karikatür Yarışması

1.

ÖDÜL

Tuğrul Asi
Balkar

Kuşatmalar
Coğrafyası

'86

BARIŞ ve SAĞLIK Şiir

Yarışması

KUŞATMALAR COĞRAFYASI

(sormasam o kardeş söylemezdi; belki de cam kırıklarıyla parçaladığımız geceyi)

İki

BAŞTAN SONA

Bir

Yankıldım.
Yankılanan dalgalar koşuyor kıyıya
iz bırakmadan
yankılanan unutulmuş ve uzak
bir şarkının son dizeleriyde anımsa
anımsa camlara vuran
yağan kardı bütün bir gece
gider mi gider gitme desen de

göçebe bir güvercin
o, kanatsız belki sevdalı
kim hayır diyecek
kim yadsıyacak
tek ışık gözlerimizdi
tek sıcaklık soluğumuz
sözlerimiz yorgun
düştü, kim kaldıracak
kim tanık bir an mı
kim tanık bir yaşam mı
bütün zamanları birden
bütün aşkları birden
bütün acıları birden
yaşamının zorunluluğu
gider mi gider gitme desen de.

Hangi güz fırtınası
hangi gün hangi gece
çalınan her kاپیyı
korku açarken
o yanımda olsa,
o yanımda olsa
çocuk elleriyle
incecik elleriyle
eğilip alırdan öptüğüm
yeryüzü depremini kucaklayarak
gider mi gider gitme desen de

ne desek korkunç
ne desek gerçek
olur, şiir yalancı
kar örter duvarları
işte her yer kan ve cam kırıkları
sirtında geçmişin dengi
işyarak geleceğe doğru
gider mi gider gitme desen de.

Üç

Nereye göçmen gözüm
nereye böyle yaralı
nereye böyle kararlı
her yer kan ve cam kırıkları
geceden çalınmış

ne bir ses
ne bir kimse
gider mi gider gitme desen de
kal diyen ellerin
kalır gecede
kal diyen gözlerin
kalır gecede
bir de boğazına dayalı
bir hıçkak gibi yalnızlığın
gider mi gider gitme desen de.

Dört

Nereye göçmen çiçek eyül mü
hicretin kaçıncı yenilgisi
cildüler doğru.
Ölümü dalgaların itişiyile
kıyıya vurarak karşılayan
bir yengeç gibi değil,
yüreğimizi ısıtan sesleriyle
bir insan gibi karşıladılar,
bak işte, bu en doğrusu.

nereye göçmen çiçek eyül mü
hicretin kaçıncı yenilgisi
bakardık özünle uzaktan
değdikçe tenlerine ilk ışıkları sabahın
bakardık uzaklaşırdı karanlık.
gördün mü kanatlanmış
hırçın bir sesle
hırçın ve kararlı
gider mi gider gitme desen de

46

birkaç söz
birkaç resim
birkaç anı
bir mektup
hepsi bu
yalnızlığımızı aydınlatan bir tutam ışık
dostça bir gülüş
ışıldayan yıldız denizi
olur, şair yalancı
acılarımızın ağırlığıyla boynumuzu geren ip
gider mi gider gitme desen de.

Beş

Avlunun ortasına dikilir yorgun
gelmesiyle geçmesi bir
olan beklenmedik bir bulut
yüreğini dolduran bir bulut
küçük, coşku neferi, özünle karışık
çalar mı yüreğini ipek dokunuşuyla
okşar gibi, dudağının kenarında
takılı bir sızıyla
bana dünyayı yaşanır kılan
bir adres söyle ve git
gider mi gider gitme desen de.

Altı

O bendim, beni unutm
diyen sesinin çınlamasıyla şaşkın
ellerimi tuttuğunda uslu bir çocuk
gözlerini kapayınca karanlıkta kalan

O bendim
bir düştün uyanmışcasına serserim
bir güle baktıkça solan
bir serçe saliverince köle
aklı hep o şarkıya takılı
gider mi gider gitme desen de.

SONDAN BAŞA

Yedi

O bendim, gökyüzüne bakarak
yıldız kaymalarından kendine umut biçen
her yıldızın bir ömrün
bedeli olduğunu bilmeyen
yanılan yıkılmış ve sürgün
O bendim
boşlukta dağılan
ellerimle dalgın
kirlenmiş düşlerimden
soyunup
bekleyen,
seni bekleyen
çoktandır yaşamayan birine
arada gelen mektuplar için
şiiier yazan, uçurumun kıyısında
uyuyan ve uyanan
gider mi gider gitme desen de

Sekiz

-ya sonra
-sonrası yok
-sonrası var

hergün dün, hergün bugün
hergün yarın, değildi bir başına

hergün hepsi birden
iki yakamızı bırakmadan
gider mi gider gitme desen de
dün olunca havlaz bir uçurtma
dün olunca kolkola
dün olunca tek tek ve topluca
dün olunca **sustuğumuz** her çiçekte
bir Eylül izi ve gözyaşı
dün olunca sevgi hani o içli sızı
dün olunca bütün kapılar kapalı
çirpınan korkuları örtmeye
dün olunca umudun içinden
dün olunca **bizimdir güzel günler**
diyen kardeşin yarasına basılan yaşam
gider mi gider gitme desen de

bugün olunca ipini koparmış bir uçurtma
rüzgârda savrulan, tek tek ve topluca
bugün olunca bütün kapılar açık
çirpınan korkularla yalnız kalmamak için
bugün olunca adılarımız uzar
sözlerimiz söner, her sokak kör bir duvar
her oda bir zindan
bugün olunca yüreği, yitenleri örten toprak
gözleri, yitenlerin gözleri
yalnız ölümler dönmemiş yanlış
bugün olunca umudun içinden
bugün olunca **bizimdir güzel günler**
diyen kardeşin yarasına basılan yaşam
gider mi gider gitme desen de

yarın olunca kuyruğu papatyalardan bir uçurtma
yarın olunca gömleğine dokunan kan pıhtıları silinir
yarın olunca ne yıkım ne gözyaşı
yarın olunca bir başka dünya
yarın olunca bir başka yaşam
yarın olunca umudun içinden
yarın olunca **bizimdir güzel günler**
diyen kardeşin gözbebeklerinde
renklerine kavuşur gökkuşağı
gider mi gider gitme desen de.

YENİ BAŞTAN

Dokuz

gidiyorum. yitirdim gündüzümü
gidiyorum. bir cumhuriyetçi daha
düşüyor bağımsızlık tüfeği elinde
gidiyorum. ölü bir kent
ayaklanıyor içimde.
bir pazar sabahı bombalar düşüyor
junkerlerden
-nereye
-guernica'ya
bir pazar sabahı bombalar gürlüyor
heinkellerden
-nereye
-guernica'ya
kutsal meşe ağacı paramparça
çocuklar paramparça
gençler paramparça
kadınlar paramparça
erkekler paramparça

yaşlılar paramparça
gökkuşağı paramparça

her şey paramparça: viva la muerte! adına.

açık kalmış lorca'nın penceresi üşüyor gitarı ve karanfili,
gerda taro bir tankin altında ezilmiş yatıyor aşk ve barış
adına,

yaşamın bütün trajikliği ile konuşuyor unamuno:

-evet beyler, sizler kazanacaksınız savaş! kaba güçle
ama

demokrasiye yenileceksiniz sonunda.

çizmeye başlıyor Picasso'nun fırçası Guernica'yı

inançla umutla bilinçle ve aşkla

yeniden kuruyor Guernica'yı Picasso'nun fırçası

aşkla bilinçle umutla ve inançla

ve **yaşasın barış!**

diyen kardeşin omzuna konan güvercin

gider mi gider gitme desen de.

gidiyorum. yitirdim gündüzümü

gidiyorum. bir serçe daha

düşüyor intihari anımsatan bir ötüşle

gidiyorum. ölü bir kent

ayaklanıyor içimde,

gün doğmadan gün doğuyor birdenbire

-nerede

-nagazaki'de

gün doğmadan gün çokuyor birdenbire

-nerede

-hiroşima'da

e eşittir m çarpı c kare

zenginleştirilmiş iki uranyum parçasıyla

dönüşüyor ölüm sağanağına

48

bir yangın sağırılığı kalıyor değdiği yerde
ısı yakıp kavuruyor ışık kırbaç sallıyor

hedefini buluyor salgın

yılların içine giriyor

insanların tenine

insanların ruhuna

yıllar sonra bile ölüm kusuyor

dokunduğu yerde

deri isyan ediyor kemik isyan ediyor

sinir isyan ediyor kan hücreleri isyan ediyor

oğmuşlar doğanlar ve doğacaklar isyan ediyor

ve umut ve dünya ve insanlık isyan ediyor el ele

ve **yaşasın barış!**

diyen kardeşin omzuna konan güvercin

gider mi gider gitme desen de.



**TEKTİP SÖZLEŞMENİN
EMEKLİ SANDIĞI'NA UYGULAMASINA
İLİŞKİN AÇIKLAMALAR**

T.C.
TİBBİ ECZACILARI BİRLİĞİ
MERKEZ HEYETİ

Farabi Sokak No. 35
Çankaya-ANKARA

Sayı: 23.77.A.32

ANKARA
15.1.1987

**BÖLGE ECZACI ODALARI
YÖNETİM KURULL BAŞKANLIKLARINA,**

11 Ocak 1987 tarih 19338 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanmış bulunan 1987 Mali Yılı Bütçe Uygulama Talimatında yer alan ilaçların temin edilmesi adlı 4 bölümün 4.2 bendi ve a, b, d fıkraları uyarınca Kurum ve Kuruluşlarla yapılacak olan anlaşma esasları ve buna ek olarak aynı Resmî Gazete'nin konuyla ilgili olan Ek-3 ündeki protokol hükümleri 1.1.1987'den itibaren yürürlüğe girmiş bulunmaktadır.

1987 Bütçe Uygulama Talimatı çerçevesinde 11.1.1987 tarih ve 19338 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanmış olan tebliğe uygun olarak sözleşme yapılması gereken kurumlar arasında Türkiye Cumhuriyeti Emekli Sandığı Genel Müdürlüğü de bulunmaktadır.

Bu yıla değin, kurum ile eczaneler arasında yapılmakta olan sözleşmeler 1425 sayılı Kanunun geçici 7 nci maddesi uyarınca hazırlanmış bulunan tüzük hükümlerine bağlı bir biçimde düzenlenmekte idi.

1987 yılı itibariyle de ilgili kanun ve tüzük hükümleri içerisinde uygulama yapılabilmesi için yeni protokol hükümleriyle paralellik sağlayacak maddeler aşağıda belirtilmekte ve Emekli Sandığı reçeteleri düzenlenirken bu maddelere göre hareket edilmesi gerekmektedir.

Bu hususlar yine ekte göndermiş olduğumuz kaşenin sözleşme formuna basılmasıyla sağlanmış olacaktır.

Uygulamada herhangi bir aksaklığa meydan vermemek ve ödemeler konusunda bir aksaklıkla karşılaşmamak için gereken duyarlılığın gösterilmesi hususunda bilgilerinizi rica ederim.

Yr.Doç.Dr. Nurettin ABACIOĞLU
Genel Sekreter
İmza-Mühür

1. 1425 sayılı Kanunun geçici 7 nci maddesi uyarınca, emekli, adi malüllük veya vafaze malüllüğü aylığı bağlanmış olanlarla, bunların bakmakla yükümlü oldukları aile fertleri ile dul ve yetim aylığı alanların muayene ve tedavilerinin usul, şekil ve şartlarını



gösteren tüzük hükümleri uyarınca verilmesi gereken ilaçların saptanması konusunda aşağıdaki hususlara uygunluk gösterilmesi gerekmektedir.

2. Eczane, Sandığın muayene ve tedavilerle ilgili Tüzük'ün değişik 4. maddesinde tanımlanmış bulunan Resim Sağlık Kurumlarınca verilen reçetede muhteviyatı ilaçları verilir.

3. Resmi Sağlık Kurumlarınca verilen reçete muhteviyatı ilaç tutarlarının eczaneye ödenebilmesi için sağlık karnesinin reçete ile birlikte eczaneye ibraz gerekmektedir olup, reçetede yazılı ad ve soyadının sağlık karnesi sahibiyle aynı olduğunun tesbitinden sonra eczane, sağlık karneleri ve reçetelerde aşağıda açıklanan nitelikleri aramakla yükümlü bulunmaktadır. Bu niteliklerden herhangi birinin bulunmaması halinde, bu reçeteye göre verilen ilaçların tutarı eczaneye ödenmez.

a) Resmi Sağlık Kurumlarınca verilen reçetelerde ilgilinin ad ve soyadının Resmi Sağlık Kurumu adı ile protokol numarası ve reçete düzenleme tarihinin yazılmış ve kurum yetkilisince imza ve mühürlenmiş olması şarttır.

b) Sağlık karnesinin ilgili sayfasında muayenenin yapıldığı tarih ile sağlık kurumu yetkilisinin mühür ve imzasının bulunması gerekir.

c) İlgililerin sağlık karneleri hiç bir şekilde eczanede alınılmayacak, öğrencilerin sağlık karnelerinde belirtilen geçerlilik süresi hitamındaki taleplerin de ilaçları karşılanmayacak ve sağlık karnesinin ilgili sayfasına eczane kaşesi basılacaktır.

d) Reçetelerin uygun bir yerine karne seri nosu ve Emekli Sicil numarası yazılarak Emeklinin imzası veya ilacı bir başkası alıyorsa alanın adı soyadı ve imzası alınacaktır.

4. SSBY'nin Ruhsat verdiği ilaçlar dışında hiçbir sıhhi malzeme ve benzerleri eczaneye verilmeyecek verilse dahi bedelleri ödenmeyecektir.

5. Sandık gerek gördüğü hallerde

a) Sözleşme hükümlerinin uygulanması ile ilgili hususları yerinde kontrol ve teftiş ettirmeye,

b) Şüpheli gördüğü reçetelerle ilgili araştırmaya sonuç alınıncaya kadar geçici olarak ilaç verilmesini durdurmaya yetkilidir.

c) Sandık kontrol ve teftiş konuları hakkında Türk Eczacıları Birliğine bilgi verecek ve Rapor suretlerini T.E.B. ne gönderecektir.

6. Eczanenin devir edilmesi, kapatılması, adresi veya mesul müdürünün değiştirilmesi hallerinde, durum en kısa sürede Sandığa bildirilecek ve bu süre zarfında elde mevcut reçeteleri fatura edecektir. Aksi takdirde doğacak ihtilaflardan sandık sorumlu tutulamaz.

BASINDAN

SEÇMELER

Milliyet

9 HAZİRAN 1987

Sağlığımız

Allah'a emanet

Her 100 doktordan 40'ının yazdığı
reçetede hayati tehlike var

ÖLDÜREN REÇETELER

- Birbirine ters etki yapan ve ölümcül tehlikeler yaratan ilaçlar, bir arada yazılıyor. Hasta, şifa ararken, farkına varmadan ölüme itiliyor
- Ankara Tıp Fakültesi'nden Prof. Kâzım Türker'in 5031 reçete üzerinde yaptığı araştırma, vahim sonuçlar verdi

940'ının reçete, ruhsat ve dozaj formülü yok

..Ve başıboş ilaçlar

- Türk Eczacılar Birliği Merkez Heyeti üyesi Adnan Ülkü, çok sayıda ilacın reçetesiz, ruhsatsız ve dozaj formülleri olmaksızın satıldığını belirterek, "Bu, bir cinayettir" dedi

Reçete ile gelen ölüm

● Farmakoloji Profesörü Kâzım Türker'in yaptığı bir araştırma, her 100 doktordan 40'ının "hatalı reçete" yazdığını ortaya koydu.

● Birbirine ters etki yapan ve vücut için ölümcül tehlikeler yaratan ilaçlar bir arada yazılıyor. Hasta şifa ararken farkında olmadan ölüme itiliyor

● Uzmanlar, reçetelerin yanlış yazılmasının daha çok hastaların toplu biçimde muayene edildiği polikliniklerde rastlandığını bildirerek tedbir alınmasını önerdiler

Elvan FEYZİOĞLU • İZMİR (MİL-HA)

ANKARA Üniversitesi Tıp Fakültesi Farmakoloji Ana Bilim dalı öğretim üyelerinden Prof. Dr. Kâzım Türker'in yaptığı bir araştırma, "reçetelerle ölümün de geldiğini" ortaya koydu. Prof. Kâzım Türker, Ankara'da 22 eczaneye gelmiş 5031 reçete üzerinde bir araştırma yaptı. Araştırmacı, reçetelerin hastanın hayatını tehlikeye atacak ölçüde "hatalı yazıldığını" belirtti.

Doktorların özellikle hastaların toplu olarak başvurdukları hastane ya da polikliniklerde yeterli teşhisi koymadan "belirtilere göre" ilaç yazdıkları saptandı.

YANLIŞ İLAÇ YAZIYORLAR

Prof. Kâzım Türker, incelediği reçetelerin yüzde 40,8'inin bir hastanın tedavisi için yazılan ilaçlardan kaynaklanan başka bir hastalığa yakalatacak ölçüde ilaç kullanmaya ittiğini tespit etti. Araştırmacının bulunduğu diğer bulgular ise ana başlıklarla şöyle:

- Lokal antiasitlerle (alcid, dank gibi pastiller) tetrasiklin grubu aynı hastaya yazılıyor. İlaçlar birbirini absorbe ettiği için, hasta için bir şifa getirmiyor. Tehlikeli oluyor.
- Kardiyonetik glikozidlerle (kalp ve damar ilaçları) kuvvetli tüp diuretikler (idrar söktürücü ilaçlar) bir arada yazılıyor. Bunun ikisini kullanan hastanın vücudunda mineral dengesi bozuluyor. Hayati tehlikeler ortaya çıkabiliyor.
- Oral antikoagulantlarla (kanın pıhtılaşmasını önleyen ilaçlar) bileşiğinde barbitür ve benzodiazepin bulunan müstahzarlar (yatıştırıcı, uykucu verici ilaçlar) birlikte yazılıyor. Bu durumda pıhtılaşmayı önleyen ilaçlar hastanın karaciğerinde parçalanıyor ve bu organı tahrip ediyor.

- Ortalama olarak bir reçeteye 4,5 mg. penisilin dışı antibiyotik ve 124965 ünite penisilin düşüyor. Bu değerler vücudu korkunç boyutlarda olumsuz olarak etkileyebiliyor.

İzmir Eczacı Odası Başkanı Ahmet Karaca, Ankara'da yapılan bu araştırmanın tüm Türkiye'de "hastaların toplu olarak başvurdukları sağlık kurumları için geçerli" olduğunu belirterek, tedbir alınmasını önerdi.

Reçetesiz ilaç cinayeti

• Metin TURSUN • ADANA (MİL-HA)

TÜRK Eczacılar Birliği merkez heyeti üyesi Ecz. Adnan Ülkü, Türkiye'de OTC (rafta reçetesiz satılan ilaç) ilaç kullanımının çekici reklam kampanyasıyla yaygın hale getirilip yurttaşların sağlığı ile oynandığını söyledi ve "Bu bir cinayettir. Halkı sömürmekten başka bir şey değildir" dedi.

Adnan Ülkü, devlet denetiminden uzak seri ve ruhsat numaraları bulunmayan ne olduğu belirsiz bu ilaçların yan etkilerinin olup olmadığı araştırılmadan satışı yapıldığını belirterek şöyle konuştu:

"Bir madde ya ilaçtır ya da değildir. Eğer ilaçsa bunun ruh-

satı olmak, devlet kontrolünü yapmalı. Bu ilacın üzerinde formülü olmalı, dozajı belirlenmeli. Oysa bu ilaçların dozajının belirlendiğine dair bir işaret yok. İlaçlar yoğun reklam kampanyalarıyla tanıtılıyor. Sanki bu ilacı alan kişi hiç hasta olmayacak gibi reklam kampanyasının etkisiyle vatandaş hemen bakkala koşarak sebze ya da meyve alışmasına bu ilacı alıp kullanıyor, yan etkisinin olup olmadığını bilmeden. Aynı şekilde bir öksürük hapının reklamı da yapılıyor. Oysa doktora başvurmadan bu ilacı kullanan bir tüberkülozlu hasta iç kanama geçirebilir, ölebilir de.

"Tüm denetimlerden uzak ne olduğu belli olmayan bu ilaçların satışını yaygınlaştırmak buna izin vermek cinayettir. Sömürü düzenidir."

Cumhuriyet

TAKVİM 12 MART 1987

Tombul bebekleri gelecek yaşlarda birçok hastalık bekliyor.

Şişman çocuğun



Batı toplumlarında şişman çocukların sayısı giderek artıyor. Bu artışta televizyon ve tembellik büyük rol oynuyor. ABD'de çocukların bir haftada oyun oynamak ve enerji harcamakla geçirebilecekleri ortalama 24 saati TV karşısında geçirdikleri belirtiliyor. Bunun sonucunda çocuğun fiziki becerisi zayıflıyor.

Çocuğunun ileriki yaşlarda şişman biri olmasını istemeyen anne babaların, bebeklerine çok sık mama vermemeleri, katı besinlere erken başlamamaları öğütleniyor. Aşırı beslenen bebeklerde iri yağ hücrelerinin oluşması, gelecekteki kilo için temel oluşturuyor. Bu çocukların gelecekte yüksek tansiyonlu, kalp ve şeker hastalıklarına eğilimli kişiler olmaları olasılığı artıyor.

Türk Eczacılar Birliği'nin önerisi:

Eczanede üretim ilacı ucuzlatır

İZMİR (Cumhuriyet Bürosu) — Türkiye Eczacılar Birliği'nin, "ucuz ilaç" için önerdiği "eczane üretim" alternatifinin fiyatları yüzde 20 düşüreceği belirtildi. TEB Başkanı Prof. Metin Tanker, eczanelerde ilaç üretiminin 1987 yılında başlayacağını söylerken, uygulamanın sağlayacağı yararları, "tedavi maliyetleri düşecek, ilaç israfı önlenecek, gereksinime göre ilaç üretilerek" biçiminde açıkladı.

Eczaanelerde ilaç üretimi için yurtdışından gerekli hammadde ve cihazları sağlayacak Ecza-

neçileri Anonim Şirketi'nin kurulduğunu belirten Tanker şunları söyledi:

"Eczanede ilaç üretiminin getireceği birçok yararlar vardır. Öncelikle gereksinime göre ilaç üretilmektedir. Hasta hangi ilaca ve hangi doza gereksinim duyuyorsa ona göre bir üretim yapılacaktır ki, bu sanayi için mümkün değil. Sanayide standart dozlar kullanılır, bunu azaltmak ya da arttırmak mümkün değildir. Ayrıca beklemeyle ilaçların etkileri azaldığından dozları artırılır. Oysa eczane üretiminde böyle bir

sorun yoktur. Böylece gereksinime göre ilaç üretiminin yanı sıra, ilaç savurganlığı da önlenmektedir."

Türkiye'de uygulanan karar-nameler gereği, sanayinin giderek pahalı ilaçlara yöneldiğini belirten Prof. Tanker, eczanelerde üretimle tedavi masraflarının nasıl azalacağını şöyle açıkladı:

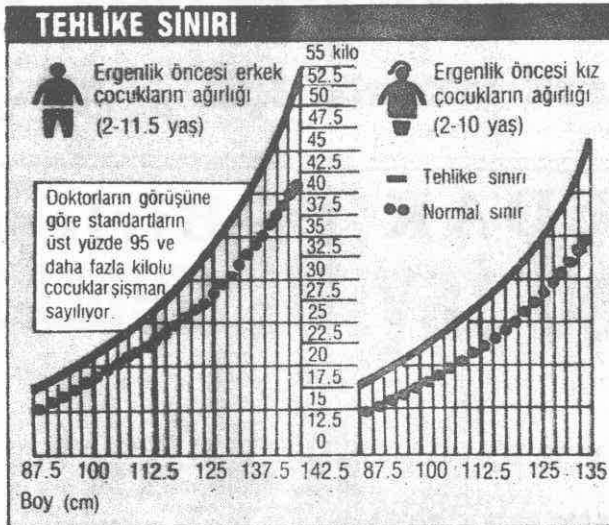
"Türkiye'de pahalı ilaç hammaddelerinin kullanılması kolaylaştı. Bunların kârlılık oranları daha fazla olduğu için sanayi de bunları kullanmayı yeğliyor. Ucuz hammaddeler ise etkileri

hâlâ sürmesine karşın kullanım alanından yavaş çekiliyor. Oysa Dünya Sağlık Teşkilatı'nın belirlediği toplam 600 hammadde arasında bunlar da var. İşte bunların hammadde olarak kullanılması mümkün. Böylece ilaç fiyatlarında bu ucuzlama sağlanabilir."

Eczaanelerde yapılabilecek ilaçların formülleri TEB tarafından belirlenip kitap haline getirilirken, çalışmaların hızla sürdüğünü belirten TEB Başkanı "İlaç sanayinin bundan tedirgin olmasına gerek yoktur" dedi.

geleceği tehlikeli

Magazin Servisi — Herkes ne derece sevimli görünen toml bir bebeğin büyük bir olasılıkla şıman, kendinden hoşnutmayan ve çevresinde beğenil-yen bir yetişkin olacağını bi-or muydunuz? Yetişkin kişile-şımanlığı çocuklukta ki faz-kilolarına bağlanıyor ve şı-mnhk genç yaşlarda tedavi edil-izse geri dönüşü olmayan bir stalık olarak niteleniyor. Batı toplumlarında ve özellikle 3D'de vücut ağırlığı, standart-ın yüzde 95'inden fazla oldu- için şıman kabul edilen çok-ların sayısı gün geçtikçe ar-or. Önceki yıllarda yüzde 15 an şıman çocuk oranı son yan-lanan raporlarda yüzde 40 arak belirleniyor. Şımanlığın denleri arasında soyaçekim kar-, gelişmiş toplumların ortak runu olan televizyon ve tem-lik de büyük rol oynuyor. S.News dergisinde yayımlanan habere göre geçen yıl yapılan ar-aştırmada çocukluklarında lat edinilen 540 kişinin ağırlık-ı, yanlarında yetiştikleri aile-değil asıl anne babalarına nzer şekilde gelişiyor. Bundan man anne babaların çocuklan-ın şıman olacağı sonucuna rılıyor. Uzmanlar soyaçekimin ğrudan şımanlığa yol açma-ğın, fakat kişide kilo almayla ilim yarattığını belirtiyorlar. Şıman insanların çoğu çocuk-larında da şıman oluyorlar.



0-6 aylık arasındaki tumbul olan bebekler normalden iki misli fazla bir olasılıkla şıman bir yetişkin oluyor. 7 yaşına kadar olan süre içindeki şımanlıkta, bu oran yedi katına çıkıyor. Bu konuda Pittsburg Üniversitesi'nden psikolog Leonard Epstein "Çocuğun şımanlık süresi ne kadar uzun olursa bu çocuğun şıman bir yetişkin olma olasılığı o kadar artar" diyor.

Bu açıdan çocuğunun ileriki yaşlarda şıman biri olmaını istemeyen sorumlulukta ki anne babaların bebeklerine çok sık

mama vermemeleri ve katı besinlere erken başlamamaları öğütleniyor. Daha ileriki yaşlardaki çocukların ise istedikleri kadar yemelerine izin verilmesi ve kesinlikle yemek için ısrar edilmemesi gerekiyor.

Ote yandan televizyon seyretme ve buna bağlı olarak tembelliğin çocuklar arasında çok yaygın olması, çocukların yorucu fiziki hareketlerden kaçmaları ve hamburger tipi tuzlu ve yağlı besinleri yeğlemesi, şımanlığın diğer ana nedenleri olarak kabul ediliyor. ABD'de çocukların bir

hafta içinde oyun oynamakla ve enerji harcamakla gecirebilecek ortalama 24 saati TV karşısında geçirdikleri bildiriliyor. Bunun sonucunda çocukların fiziki becerileri de zayıflıyor.

Şımanlığın çocuklukta önlenmesi gerektiği, gelişme çağının bitiminden ve özellikle 18 yaşından sonra fazla kilolarını atamamış ve hareketli bir yaşam biçimi edinmemiş kişilerin, vücut yağlarının her yıl yarım kilo arttığı ve kaslarının zayıfladığı açıklanıyor. Bu açıdan hem çocukların sağlıklı beslenmesine yardımcı olmak, hem de onları spor yapmaya teşvik etmek gerekiyor.

Aşırı beslenen bebeklerde iri yağ hücrelerinin oluşması gelecekteki kilo için temel oluşturuyor. Bu çocukların gelecekte yüksek tansiyonlu, şeker ve kalp hastalıklarına eğilimli kişiler olmaları ihtimali artıyor. Bu konuda yapılan bir araştırma 5 ve 18 yaşları arasındaki şıman çocukların yüzde 5'inde kandaki kolesterol düzeyinin sağlıklı oranlarda olduğunu ortaya koyuyor.

Şıman çocukların tedavisi konusunda birçok görüş ileri sürülüyor. Kimi doktorlar gelişmeyi engeller korkusuyla çocuklara rejim uygulamaktan kaçınırken, en iyi sonuçları düşük yağlı, yüksek karbonhidratlı ve egzersizlerle kuvvetlendirilmiş bir diyet programını verdiği kabul ediliyor.