

## Sağlığımı Garantiye Aldım; Çünkü "Check-up" Yaptırdım Acaba?

"Check-up" ya da Türkçe söylemle genel sağlık denetimi, sağlıklı insanların, tıp merkezlerinde, belirli taramaları yaptırarak kendilerini olası risklerden korumaları anlamına gelir. Bazı hastalıkların tanısının erken dönemlerde konulması aslında hem insanları hem de hekimler açısından çok önemlidir. Böylece sağlıklı yaşamın sürekliliği bir anlamda güvence altına alınmış olur.

Son yıllarda, özellikle de son günlerde, insanlara check-up yaptırmaları için inanılmaz olanaklar sunuluyor. Bu olanaklar da her türlü yazılı, görsel, işitsel iletişim araçlarıyla insanlara anlatılıyor. Bir bakıyorsunuz heyecanlı seyrettiğiniz bir televizyon filmi, en heyecanlı yerinde kesiliyor ve bir banka reklamında check-up yaptırmazın ne denli gerekli olduğu anlatılıyor. Odukları sevimli, ama bir o kadar da şişman bir aile babası yaşamını nasıl güvence altına aldığını söylüyor saniyeler içinde size. Ya da bir gün posta kutunuzda bir broşür buluyorsunuz: Broşürün ön yüzünde, kocaman puntolarla, "Sağlığınız için neler yapıyorsunuz?" sorusu soruluyor? Kâğıdın hemen sol üst köşesinde de "..... Check-up Merkezi" yazmakta. Broşürün katını açıp içindekileri okumaya başladığımızda bir mini anketle karşılaşıyorsunuz. Anketin ana amacı, sizi sağlığınızla ilgili kuşkuya düşürüp, "check-up" merkezine gitmenizi sağlamak. Bu anketin ardından o sağlık merkezine giderseniz size sunulacak olan inanılmaz (!) indirimlerden de söz ediliyor. Oduğu gibi pazar paylaşımına, var olan potansiyelden pay elde almaya yönelik bir yaklaşım bu; ama ustaca bir uygulamayla, sağlığınızı düşündükleri izlenimi verilerek bizlere sunuluyor.

Aslında toplumda sağlık kontrolü bilincinin yaratılması, gerçekten çok önemli bir konu. Zaten sağlığın korunmasıyla ilgili yöntemlerin insanlara anlatılması, insanların bu konularda

bilgilenmesinin sağlanması, koruyucu hekimliğin ve bu alanda hizmet veren hekimlerin belli-başlı görevleri arasında. Ama pek çok konuda olduğu gibi bu konuda da insanlar, bilgili ve bilinçli olarak değil, kulaktan dolma bilgilerle, moda diye, herkes öyle yaptırdığı için check-up yaptırıyorlar. İşin kötü yanı birçok kişi, sağlık gibi çok önemli bir konuda, hem kendisi, hem de bu işi uygulayanlar tarafından kandırılabilir.

"Check-up"ın amacı, cinsiyet ve yaşla ilişkili sağlık koruma paketleriyle yaşamboyu sağlığı sürekli kılmaktır. Bu paketler sayesinde, sağlıklı insanlarda taramalar yapılır ve bu yolla bazı hastalıkların tanısının erken evrelerde konulması, eğer bir risk saptanmışsa ilgili tedavinin bir önce başlatılması, ve "riskin" giderilmesi sağlanır. Program uygulanırken, kişiye, toplumun genelinde yaygın olan riskleri taşıyıp taşımadığını belirleme, tanı amacıyla fizik muayene, laboratuvar testleri ve radyolojik testler yapılmaktadır. Eğer tarama sonuçları "pozitif çıkmışsa" başka testlerin yapılması da gerekir.

İnsanların karşı karşıya oldukları risklerle ilgili olarak sağlık kontrolleri yapılması gerektiği ilk kez 1920'li yıllarda



ABD'de önerildi. Böylece hastalıklar önlenecek, erken tanı ve tedavi sağlanacaktı. Ama bu öneri fazla rağbet görmedi. Çünkü birçok hastalığın ilk evrelerde saptanamadığı, saptananlarsa sonucu pek de değiştirmede kabul edilirdi. Sonra yine Amerika'da, 1950'li yıllarda, süregelen hastalıkların kontrol altına alınmasında yöntem belirleme amacıyla birçok kurumdan oluşan bir birlik kuruldu. Birlik, bir süre sonra sağlıklı insanların da olası hastalıklara karşı tarama yaptırmaları gerektiğine karar verip bir program geliştirdi. Program, zamanında saptanmadığında ciddi sorunlar ortaya çıkarabilecek hastalıkların erken evrelerde saptanıp, etkin bir tedaviyle giderilmesini ve insanların sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sürmelerini amaçlandı. İşte bu programlara, kendi anadilimizdeki bir sözcük gibi, yabancı olmadığı, yadırgamadığımız "check-up" adı veriliyor. Ama

zamanla şöyle bir gerçek ortaya çıktı: "Check-up" adı altında uygulanan pek çok program bilimsel bir dayanağı olmadan yapılıyor. Bu da, check-up yaptıranların harcadığı paranın, bunun için harcanan malzemelerin ve zamanın boşa kaybedildiği anlamına geliyor. Sonuçta, check-up programları sorgulanmaya başlandı. Örneğin belirli aralarla yapılan fizik muayeneler yapılmaya değer nitelikte mi? Kitlesel taramalar, bazı hastalıklar için ne denli önem taşıyor? Sağlam bireyler, hastalık ortaya çıkartabilecek alışkanlıklarından vazgeçme konusuna ne derece duyarlı yaklaşıyorlar? Bu konuda da yine bilim adamları devreye girdi. Hastalar üzerinde yapılan taramaların, muayenelerin kimlere ve nasıl yapılması gerektiği konusunda araştırmalar, çalışmalar başlatıldı.

Dr. Tümay Sözen, "Sağlık Taramaları Kimlere ve Nasıl Yapılmalıdır?" başlıklı bir makalesinde şunları söylüyor: "İdeal tarama testi ucuz, kansız, duyarlılığı ve özgüllüğü yüksek ve sık rastlanan, tedavi edilmediği takdirde önemli bir hastalanma sıklığına ve ölümlerine sahip bir hastalığı belirleyen bir test olmalıdır."

Yine aynı konuyla ilgili olarak Dr Melih Elçin, "Check-up Ticari Bir Uygulama mı, Bir Sağlık Hizmeti mi?" başlıklı yazısında şunları söylüyor: "Artık sağlık alanında kabul edilen tek düşünce var: Yaş, cinsiyet ve risk gruplarına yönelik periyodik sağlık kontrolleri. Örneğin, 40-64 yaş grubunda, herhangi bir risk faktörü taşımayan bir bireyde kan basıncı, boy ve kilo ölçümü, erkeklerde 35-65 ve kadınlarda 45-65 yaş arası total kolesterol düzeyinin ölçülmesi, kadınlarda smear (döl yolundan sıvı) alınması, 50 yaş üzerinde gaıtada (dışkıda) gizli kan bakılması, kadınlarda 50-69 (bazı gruplarca 40-69) yaş arası mamografi ve meme muayenesi, sigara ve egezersiz alışkanlıkları ve şifalanma konularında danışmanlık sunulması önerilir. Bunun dışında ya-

### Değerli Okurlar,

Temmuz sayımızdan başlayarak Forum köşesini yeniden başlatıyoruz. Ama bu kez formatımız geçmiş sayılardakinden biraz farklı olacak. Nasıl mı? Her ay Forum'un konusunu Bilim ve Teknik ekibimiz belirleyecek. Örneğin bu sayımızda sağlığımızı yakından ilgilendiren bir konuyu, genel sağlık kontrollerini ve bilgisayar sözcüğünün doğru bir tercüme olup olmadığını gündeme getirdik. Ağustos sayımızın konusuya "Bilim Etiği" olacak. Bu konulardaki görüşlerinizi bize yazın. Ayrıca tartışma açmak istediğiniz, bilimi ilgilendiren konuları da bizlere önerebilirsiniz. Ama unutmayın, sayfalarımızın kısıtlı olması ve bunun yanı sıra olabildiğince çok görüşe yer vermemiz için görüşlerinizi en çok 400 kelimeyi geçmeyecek biçimde özetlemeniz gerekiyor. Mektuplarınızı "TÜBİTAK Bilim ve Teknik Dergisi, Forum Köşesi, Atatürk Bul. No:221 Kavaklıdere- Ankara" adresinde, sabırsızlıkla bekliyoruz.

Gülgün Akbaba

kınması olmayan bir bireyden istenen diğer tüm tetkiklerin amaçsız, verimsiz ve etkisiz olduğu bilinmektedir."

Dr. Elçin'in vurguladığı tetkikler, tıp alanında çalışmalar yapan uluslararası sağlık komitelerince şöyle açıklanıyor. Örneğin 1-3 yılda bir rutin olarak boy ve ağırlık ölçümü öneriliyor. Düşük sosyoekonomik durumda olanlara, ya da tek yönlü beslenenlere bu kontrol seçici olarak öneriliyor. Kan basıncı konusunda söylenilirse şöyle: 18 yaşından büyüklerde, diastolik kan basıncının 85 mm'den küçük ve sistolik kan basıncının 140 mm'den düşük olması normal kabul ediliyor. Rutin olarak, bu değerleri taşıyan bireylerde en az 2 yılda bir kan basıncı ölçülmeli. Bu öneri yaşlılar için de, gençler için de geçerli; çünkü, bu tarama yaşlılarda inme ve koroner arter hastalığı riskini azaltır. Tüm dünyada yüksek kan

basıncı ölümlerinin önemli bir yüzdesinin nedeni olarak gösteriliyor. Kan basıncı ölçülmesinin hastaya getireceği maliyetse sifiri.

Total kolesterol için önerilirse 20-60 yaşlarda, 5 yılda bir rutin olarak ölçümü yapılması. Eğer 18 yaş üzerinde bulunan kişi (kadın ya da erkek) sigara kullanıyorsa, ailesinde kalple ilgili sorunları olan ya da inme geçiren biri varsa, HDL'si (High density lipoprotein-yüksek yoğunluklu lipoprotein) 35'ten fazlaysa bu durumda önerilen, 5 yıldan daha az sıklıkta, güvenilir laboratuvarlarda yapılmak üzere kan kolesterol düzeyinin ölçülmesi.

Ayrıca, 50 yaşın üzerindeki kadınlara, 1-2 yılda bir kere mamografi yapılması öneriliyor. Ailesinde meme kanseri olanlar, yağ ağırlıklı beslenenler, geç yaşlarda gebe kalanlar, 40 yaş sonrasında yılda 1 kez mamogra-

fi yaptırmalı. Çünkü bu test sayesinde, meme kanserinden ölenlerin sayısında bir düşüş gözlenmiştir.

Gaitada gizli kan tayini hem kadın hem erkekte, 40-50 yaş sonrasında rutin olarak yapılmalı. Bu test, kolon kanserlerinin erken tanısında etkin.

Ülkemizde yapılan istirahat EKG'si, tiroid fonksiyon testleri, tiroid ultrasonografisi, tümör belirleyiciler gibi testlerin yapılmasının hiçbir anlamı olmadığını savunanlar da var. Dr. Elçin bu konuda şunları söylüyor: "Türkiye'de 'check-up' adı altında yapılan uygulamaların, bilinçsiz hastanın tatmini ve sağlık kuruluşunun para kazanmasından öte bir amacı yoktur. Başvuran kişi kendisine sunulan teknoloji ağırlıklı tetkik listesinden etkilenmekte ve içeriğini öğrenmemekte. Tetkik sonuçlarında genel bir sağlamlık hali onu tehlikeli olabilecek bir rehavete bile

sürükleyebilmektedir. Çünkü birçok hastalık bu testlerle erken dönemde tanınmamakta ve 'check-up'tan kısa süre sonra ortaya çıkan bulgular kişi tarafından önemsenmeyerek hastalığın tanısında gecikmeye neden olabilmektedir."

Dr. Tümay Sözen'se şu önerilerde bulunuyor: "Gelişmekte olan bir ülke olarak sağlık sorunlarımız gelişmiş ülkelerden farklıdır. Gelişmiş ülkelerdeki gibi ülkemizde de uzmanlardan oluşmuş sağlık komiteleri kurulmalı, taramaların nasıl yapılacağı konusunda esaslar saptanmalıdır. Bu komiteler, uluslararası kabul görmüş tarama ölçütlerine göre, halkımızın irksal, yöresel, ekonomik ve çevresel koşullarını göz önüne alarak sağlık taraması yapılması konusunda raporlar yayımlamalıdır. Kuşkusuz bu raporlar, gelişmiş ülkelere farklı sonuçlar içerecektir."

Gülşün Akbaba

## "Bilgisayar" mı, "Bilgişler" mi?

Bilindiği gibi "computer"ler İngilizce'nin konuşulduğu ülkelerde geliştirilmiştir. İngilizce "Computer" sözcüğü bir küçük bilim sözlüğünde çevirisini verdiğim şu şekilde tanımlanmıştır: Veri kabul edebilen, ona bir dizi mantıksal işlemler uygulayabilen, bu işlemlerin sonuçlarını bilgi (information) olarak sunabilen bir elektronik aygıt. Computer'ler karmaşık matematiksel hesaplamalar dizilerini çok büyük hızda yerine getirmek için kullanılır; bu onları her günkü büro hesaplamaları, endüstriyel işlemlerin kontrolü ve uzay aracı uçuş yollarının kontrolü gibi çeşitli amaçlar için çok faydalı yapar. Bu işlemleri yerine getirme yetenekleri yalnızca matematiksel yeteneklerine değil, fakat bilgi depo edebilme ve uygun koşullarda belirtilen bilgi (information) bir'lerini yeniden kullanabilme yeteneklerine dayalıdır."

"Computer" sözcüğünün İngilizce günlük dilde karşılığı ise "hesaplayıcı" sözcüğüdür.

"Computer" sözcüğü Türkçe'ye "bilgisayar" sözcüğü ile karşılanarak girmiştir. Bilgisayar

sözcüğü için Türk Dil Kurumu sözlüğünde şu tanım verilmektedir: "Bilgisayar (bileşik ad) kendine verilen bilgi ve verilere göre, yalın ya da karmaşık işlemleri yapıp sonuçlandıran elektronik makine. Buna elektronik beyin de denir, kompüter."

Günümüzde, kişisel computer'lerin büyük bir hızla yaygınlaşması ile "bilgisayar" sözcüğü geniş bir kullanım bulmuştur ve kullanımı gün geçtikçe daha da yaygınlaşmaktadır. Türkçe'de computer karşılığı kullanılan "bilgisayar" sözcüğünün "computer=hesaplayıcı" sözcüğünden farklı bir yönü, yapısında "bilgi" sözcüğünün bulunmasıdır.

Computer sözcüğünün çevirisini verdiğimiz tanımında ise İngilizce "information" sözcüğü, birkaç kere, şu kullanımlar içinde kullanılmıştır: "information olarak sunabilen bir elektronik aygıt..." "information depo edebilme ...belirtilen information bir'lerini yeniden kullanabilme yeteneklerine dayalıdır..."

İngilizce "information" sözcüğüne Türkçe şu karşılıklar verilmektedir. Information: Bilgi, haber.

İngilizce "information" sözcüğünün Türkçe karşılığı "bilgi" sözcüğü olarak alınırsa, computer'lerin Türkçe adlandırılma-

sında (bilgisayar) kullanılmış olan "bilgi" sözcüğü Türk Dil Kurumu sözlüğünde bilgisayar (computer) sözcüğünün tanımında bulunan ve çevirisini verdiğimiz "computer" sözcüğünün tanımında da birkaç kez kullanılmış bu sözcüğün computer'lerle kurulan ilişkisi nedeni ile kullanılmış olmalıdır.

"Computer=hesaplayıcı" lar gerçekten de zaman içinde yalnızca matematiksel hesaplamalar yapmaktan daha geniş işler



yapar duruma gelişmişlerdir. Bu aygıtların gelişme çizgileri, gün geçtikçe daha da değişik işlevler gerçekleştirebileceklerini önermektedir. Yazının başında aktardığım tanım 1986 tarihidir, ancak orada dahi üç kere computer'lerin "information işlediği" anlamında bir tanım vardır. Bu durumda computer'lerin yalnız hesaplamalar işleri yapmadıkları, genel olarak "bilgi işledikleri" nitelenebilir.

"Computer=hesaplayıcı" sözcüğünün anlamında olan hesap-

lama işleri ise bu sözcüğe Türkçe'de karşılık olarak kullanılan "bilgisayar" sözcüğünde "sayar" sözcüğü ile belirtilmiştir. "Saymak-sayar" sözcükleri hesaplama ile ilgili, hesaplamayı çağrıştıran sözcüklerdir ama computer'lerin yaptıkları işlemlerle ilgili olarak bütünüyle ilgisiz, yanlış nitelendirmelerdir.

"Computer'lerin giderek genişleyen işlevleri içinde "bilgi üzerine işlem yaptıkları" "bilgi işledikleri" kabul edilirse, bilgi üzerine yapılan işlem "bilgi saymak" değildir ve bunu yürüten aygıt da "Bilgisayar" olarak adlandırılmaz. Bilgi üzerine işlem yapan aygıt daha doğru olarak "Bilgişler" olarak adlandırılmalıdır.

Computer'ler için "bilgisayar" değil "bilgişler" sözcüğü kullanılırsa, "Computer Center" sözcüğünün doğal karşılığı "Bilgişler Merkezi" ya da "Bilgişleme Merkezi" olmaktadır ve "Bilgişler" sözcüğü "Bilgişlem" sözcüğü kullanımıyla uyum sağlanmaktadır.

"Computer'ler için "bilgisayar" karşılığının kullanılması günümüzde büyük yaygınlık kazanmıştır. Bu yanlış Türkçe karşılığın daha da yaygınlaşmasına izin verilmemelidir.

Alper Davutoğlu