



HALK SAĞLIĞI BAKIŞ AÇISIYLA

**SAĞLIK VE HASTALIKLARIN
BELİRLEYİCİLERİ**

Prof. Dr. Günay SAKA
DÜTF Halk Sağlığı Anabilim Dalı

Amaç:

- Bu dersin sonunda dönem I öğrencileri, sağlık ve hastalık kavramlarını ve sağlığı etkileyen faktör konularında bilgi sahibi olacaklardır.

Öğrenim hedefleri

- Sağlığın tanımını yapabilecek
- Hastalık nedenlerini sıralayabilecek
- Yeterli – gerekli neden tanımlarını bilecek
- “epidemiyolojik üçlü” kavramını açıklayabilecek
- Halk sağlığı bakışıyla sağlığın belirleyicilerini bilecek
- Sağlık ve hastalığın davranışsal belirleyicilerini bilecek
- Sağlık ve hastalığın sosyoekonomik ve kültürel bilecek
- Sağlık ve hastalığın genetik belirleyicilerini açıklayabilecek
- Sağlık ve hastalığın küresel belirleyicilerini açıklayabileceklerdir.

Sağlığın tanımı:

- Sağlık çoğunlukla hastalığın olmayışı olarak tanımlanır. Ancak bu tanımlama bu günkü görüşlerin gerisinde kalan bir tanımlamadır.
- Günümüzde Dünya Sağlık Örgütü anayasasında sağlık “*sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, bedence, ruhça ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir*” diye tanımlamıştır.

- Hekimlere göre hastalık “doku ve hücrelerde yapısal ve fonksiyonel ve normal olmayan değişikliklerin yarattığı hal”dir.
- Ancak hastalık sadece biyolojik bir süreç değildir. Aynı zamanda sosyal ve kültürel bir olgudur da.
 - Bir toplumda hastalık sayılan durum, diğer bir toplumda hastalık sayılmayabilir.
 - İlkel kültürlerde hastalık ölçütlerinden biri kişinin kendisinden beklenen işi yapıp yapamamasıdır.

- Hastalıklar hafif bir hastalıktan öldürücü bir hastalığa kadar çeşitli düzey ve ağırlıkta olabilir. Sağlıklılık durumu da farklı düzeylerde tanımlanabilir.
- İnsanlar sağlıklarına genellikle hasta oldukları, ölümden korktuklarında önem verirler. Davranışlarını sağlıklarını ön plana almadan ayarlarlar. Sağlıktan daha ağır basan bir güdü de zevk alma güdüsüdür.

Hastalıklar:

- Doğuştan – sonradan olan
- Akut – kronik
- Enfeksiyöz – enfeksiyöz olmayan
- Psikolojik - Psikosomatik – organik
- Kazalar - yaralanmalar – zehirlenmeler
-

Hastalık nedenleri:

- Çağlar boyu hastalıkların nedenlerinin tanrıların kızması, büyü ve nazar gibi etkenler olduğu kabul edilmiştir.
- Hipokrat'ın bilimsel hekimliğin kurucusu olarak kabul edilmesinin nedeni ilk kez hastalık nedenlerini doğüstü güçlerde aramamış olmasıdır. Ona göre hastalıklar bünyedeki kan, sarı safra, kara safra ve balgam arasındaki dengenin bozulması veya dış etkenlerdir.

Hastalık nedenleri kısaca aşağıdaki gibi sıralanabilir:

- **Bireysel nedenler**
 - Gen, hormon ve metabolizma bozuklukları v.b.
- **Çevresel nedenler**
 - Fizik nedenler: ısı, soğuk, ışınlar, travmalar
 - Kimyasal nedenler: zehirler, kanserojenler v.b.
 - Esansiyel madde eksiklikleri: vitaminler, esansiyel aminoasitler, mineraller
 - Biyolojik etkenler: mikroorganizmalar, parazitler, mantarlar
 - Psikolojik nedenler
 - Sosyal, kültürel ve ekonomik nedenler

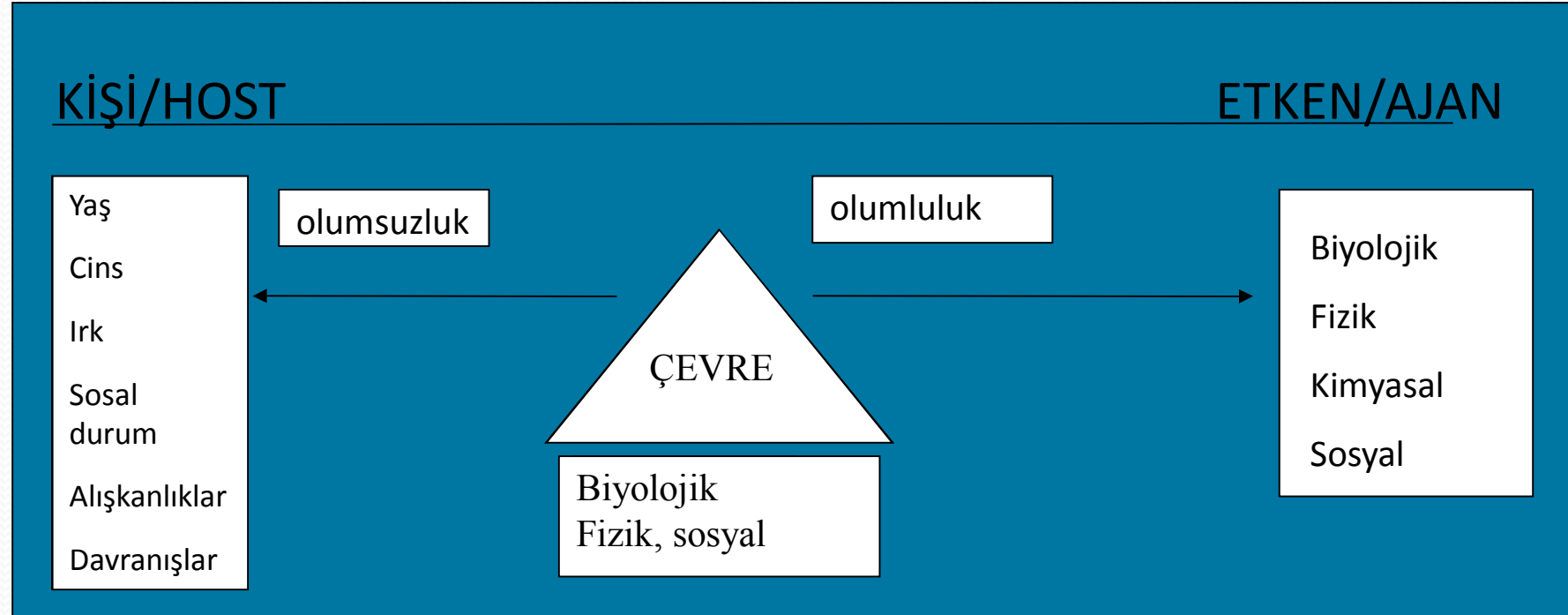
- Bir hastalığın oluşması için *mutlaka bulunması gereken* faktöre “**gerekli neden – etken**” denir.
- Hastalıkların oluşması için tek başına etkenin varlığı da yetmemekte, diğer bazı faktörlerin de birlikte bulunması gerekmektedir. *Hastalık oluşma riskini arttıran, ya da etkenin kişileri yenmesini kolaylaştıran faktörlerin tümüne* “**yeterli neden**” denir.

- Etken ortamda var olsa da, yeterli nedenlerin bir ya da birkaçının yokluğu kişilerde hastalık oluşma riskini, toplumlarda ise hastalık sıklığını önemli ölçüde azaltmaktadır.
- Yeterli nedenler azaltılarak veya giderilerek de hastalıklar önlenabilir.
- Yeterli nedenler çevre (fizik, biyolojik, sosyal) ile ilgilidir.

- İnsanların ve toplumun sağlıklı ya da sağlıklısız oluşunu belirleyen esas faktör çevredir denebilir.
- Bazı hastalıkların belirli ve tek bir gerekli nedeni yoktur. Kalp damar hastalıkları, şeker hastalığı, kanserler gibi. Bu hastalıklar yeterli nedenlerin bir araya gelmesi ile oluşmaktadır. Bu hastalıklarda doğrudan etkene yönelik tedavi söz konusu değildir.

Etiyoloji (nedenbilim)

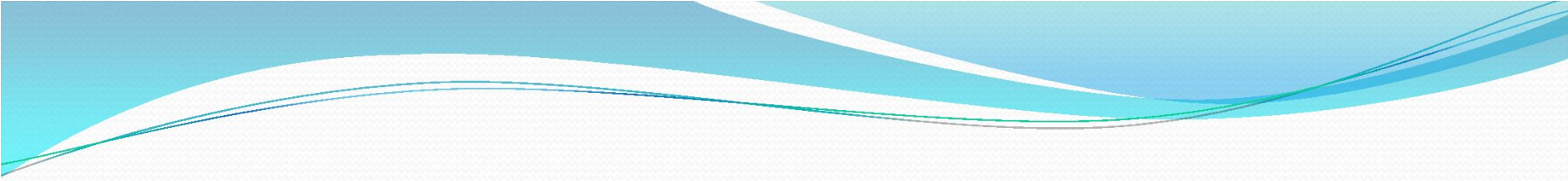
- Bir hastalığın gelişmesinde rol alan faktörler bütünü ya da yumağını açıklar.
- Bir hastalığın oluşması için yan yana bulunması gereken faktörler kendi içinde **etken (ajan)**, **kişi (host)** ve **çevre** olarak üç grupta toplanabilir. Hastalıklar “**epidemiyolojik üçlü**” olarak adlandırılan bu üç grup faktörün aralarındaki ilişkiler ve etkileşimler sonucunda oluşmaktadır. Çevrenin etken ile kişinin ilişkilerinde belirleyici bir rolü vardır.



Kişi ve etkene ait faktörler sabit ya da değiştirilmesi güç özelliklerdir. Çevreyi olumlu hale getirmek ise olanaklı ve kolaydır.

Halk Sağlığı Bakış açısıyla sağlık ve hastalığın belirleyicileri

- Dört farklı fakat birbiriyle örtüşen bakış ağısı bulunmaktadır.
 - Biyomedikal bakış
 - Yaşam tarzı ağısı
 - Geniş anlamda sosyo-ekonomik bakış
 - Toplum sağlığı bakışı

- 
- **Biyomedikal bakışta** hastalıkların temelinde mikroorganizmalar, genetik faktörler bulunmaktadır. Günümüzde moleküler genetik biliminin güçlenmesiyle dominantlığını sürdürmektedir.

- Özellikle kronik hastalıklarda şışmanlığın, sedanter yaşam tarzının, alkol, sigara bağımlılığının önemli belirleyici olması **yaşam tarzı bakış açısını** geliştirmiştir.

- Yoksulluğun, geri kalmış toplumlarda hastalıkların daha sık olması da **sosyo-ekonomik bakış** açısını geliştirmek mümkündür. Ekonomik krizle gündeme gelen sağlık sistemlerindeki arayış çabaları toplum sağlığı bakış açısını ortaya çıkarmıştır.
- Sağlığı geliştirme modeliyle bütünleşen **toplum sağlığı bakışında** sağlık politikaları ve uygulamaları ana çatıyı oluşturmaktadır.

Sağlık ve hastalıkların belirleyicileri:

Gelir düzeyi ve sosyal statü (yoksulluk)

Sosyal destek ağlarının varlığı

Eğitim düzeyi

İşsizlik ve çalışma koşulları

Sosyal çevre

Fiziki çevre

Bireysel sağlık, sağlık uygulamaları ve beceriler

sağlıklı çocukluk geçirme

Biyoloji ve genetik

Sağlık hizmetlerinin durumu

Toplumsal cinsiyet

Kültür

Sağlık ve hastalıkların davranışsal belirleyicileri:

- Bazı hastalıklar için yaşam tarzı ve davranışlar belirgin olarak riskleri arttırmaktadır.
- Bazı davranışlar da sağlığın daha iyiye gitmesini sağlarlar.
- Hastalıklar için nedenselliğin ispat edilmesi multifaktöriyel olmaları nedeniyle oldukça zordur. Ancak günümüzde üç temel davranış için koroner hastalıklarla nedensellik gösterilmiştir.
 - **Sigara içiciliği, beslenme ve fizik aktivite** ile koroner hastalıklar arasında direk nedensellik gösterilmiştir

Bazı Sağlık Sorunlarının Risk Faktörleri ve Davranışsal Belirleyicileri:

Hastalık yada ölüm nedeni	Risk faktörleri	Davranışsal belirleyiciler
Kalp hastalıkları	Sigara içiciliği Fiziksel aktivite eksikliği Yüksek serum kolesterolü Şişmanlık Hipertansiyon Diyabetes mellitus	Yüksek yağlı yiyecek yeme Yüksek kalorili yeme Aşırı tuzlu yeme Şişmanlık Sigara içiciliği
Malign tümörler	Sigara içiciliği Yüksek yağlı diyet Düşük posalı diyet Fizik egzersiz eksikliği Cinsel yolla bulaşan hastalıklar	Sigara içiciliği Dengesiz beslenme Fizik egzersiz yapmama Güvenli olmayan cinsel yaşam

Serebrovasküler hastalıklar	Hipertansiyon Aterosklerozis Sigara içiciliği	Aşırı tuzlu beslenme Aşırı yağlı beslenme Sigara içiciliği
Kronik obstrüktif akciğer hastalığı	Sigara içiciliği	
Kazalar (ev içi, trafik vs.)	Alkol bağımlılığı Güvenli olmayan sürücü Emniyet kemeri takmama Sigara içiciliği Madde bağımlılığı	

Pnömoni ve grip	İlaç kullanımı Bağışıklanma durumu Malnütrisyon	Aşı olamama Kötü beslenme
Tip 2 Diyabet	Fizik aktivite eksikliği Şişmanlık	Yüksek kalorili beslenme Fizik aktivite yapmama
Şiddet ve cinayet	Alkol kullanımı Silah kullanımı Madde bağımlılığı	

Nefrit ve diğer böbrek hastalıkları	Alkol kullanımı Aşırı yağlı beslenme Toksik maddelere maruz kalma	
Kronik karaciğer Hastalıkları ve siroz	Alkol kullanımı Güvensiz cinsel yaşam Bağışıklanamama Diş çekimi, sünnet, sakal tıraşı gibi uygulamaları sağlıksız ortamlarda yaptırma	

Sigara içiciliği belirleyicileri

Tütünün sağlık üzerine olumsuz etkilerini bilmeme
Sigara ve diğer tütün ürünlerine ilişkin tutum
Sigara bırakma veya engelleme becerileri
Sigaranın fiyatı
Sigaranın ulaşılabilirliği
Sigara reklamları
Sigarada akran davranışları
Sigara içmeyenlere sosyal destek

Sağlık ve Hastalığın Sosyo-ekonomik ve Kültürel Belirleyicileri:

• Ekonomik yapı:

- Düşük gelir düzeyine sahip insanların ölüm oranları yüksek gelir düzeyine sahip olanlarla karşılaştırıldığında oldukça yüksektir.
- Sosyo ekonomik yapı ile ölümler, hastalık sıklıkları, hastalıkların prognozu ilişkilidir.
- Sağlık ve hastalıkların belirleyicilerinden biri olan sağlıklı davranış tarzıyla sosyo-ekonomik yapı arasında çok önemli ilişki bulunmaktadır.
 - Gelir düzeyi düşük olan toplumlarda sigara içiciliği çok daha yaygındır.

Amerika Birleşik Devletlerinde 25-64 yaş grubunda gelir düzeyi ile ölüm oranlarının karşılaştırılması (Pappas 1993)

Gelir düzeyi	Yaşla düzeltilmiş ölüm oranı
25 bin doların üzeri	3,6
19-24,9 bin dolar arası	4,7
14,9-18,9 bin dolar arası	9,8
9-13,9 bin dolar arası	10,8
9 bin doların altı	19,5

Bireylerin eğitim durumları sağlıklarını dört yolla etkiler.

1. Eğitimli kişiler daha fazla olanaklara sahiptir,
2. Kendilerine sunulan olanakların farkındadır ve kullanırlar,
3. Kendilerine güven ortam yaratırlar ve
4. Sağlıkla ilgili davranışları geliştirme becerilerine sahiptirler.



- **Kültür ve sağlık:**

- Toplumların sağlıkla ilgili davranışlarını şekillendirir.
- Kültürün sağlığa etkisi ekolojik çalışmalarla ortaya konmuştur.
 - Başka toplumlara göç etmiş bireylerin kültürel yapılarını korudukları ve sağlıkla ilgili davranışlarının geldikleri topluma benzediği fark edilmiştir.

• Toplumsal cinsiyet:

- Toplumlarda erkeklerle kadınların sağlık davranışları birbirinden farklıdır. Bu farklılık sadece biyolojik cinsiyet özellikleriyle açıklanamaz.
- Toplumsal cinsiyet ayrımcılığı o toplumun kültürel, ekonomik, eğitim düzeyi gibi pek çok sosyal özellikleriyle ilişkilidir.
- Toplumsal cinsiyet ayrımcılığı kadınların olanaklardan daha kısıtlı yararlanmasına neden olur. Bununla birlikte cinsiyet ayrımcılığını açıklamak oldukça güçtür

• İşsizlik ve çalışma koşulları:

- İşçiler/alışanlar toplumda dış etkenlere en yoğun olarak maruz kalan grubu oluşturur.
 - Kadmiyum, kurşun, civa gibi ağır metaller, benzen, toluen, aromatik hidrokarbonlar, radyasyon, gürültü, titreşim, tozlar (asbest, silisyum, pamuk tozu vb.), pestisitler sanayide çalışan işçilerin diğer insanlara göre çok daha yoğun olarak maruz kaldığı zararlılardır.
 - Çalışma koşullarının ağır olması, emeğin karşılığının alınamaması, iş ortamındaki stres, iş güvencesinin olmayışı gibi sosyopolitik etkenler yine iş yaşamının önemli konularını oluşturmaktadır.
 - ocuk işçiliğinin toplumdaki algılanışı ve ocuk işçiliğinin yaygınlığı da sağlık ve hastalığın önemli bir belirleyicisidir.

- **Sosyal çevre:** yaşanan toplumda insan hak ve özgürlüklerine verilen değer, ekonomik olarak güvence altında olma, farklılıkların kabulü, göçler, savaşlar, çatışma ortamları sağlık ve hastalıkları etkileyen önemli değişkenlerdir.
- **Sosyal destek mekanizmalarının varlığı:** İnsanlara yardım etmek üzere kurulmuş sosyal destek organizasyonlarının varlığı, çalışma kapasiteleri, ulaşılabilirliği sağlığı etkileyen önemli bir değişkendir. Sivil inisiyatifin de görev aldığı bu destek mekanizmaların gelişmiş ülkelerde yaygınlığı bilinmektedir

• **Etnik köken:**

- Bilimsel literatür incelendiğinde Amerika'da yaşayan zencilerin beyazlara göre daha sık hastalandığı, standardize ölüm oranlarının daha yüksek olduğuna dair bir çok çalışmaya rastlanabilir.
- Etnik özellikler insanlar arası ilişkiyi, yaşadıkları yerleri, çalıştıkları işleri, ne kadar eğitim aldıklarını etkileyen bir faktördür.
- Hastalıkların belirleyicisi olarak etnik kökeni diğer belirleyicilerden ayırt etmek oldukça zordur.

• **Ülkedeki halk sağlığı politikaları:**

- Ülkedeki halk sağlığı politikaları sağlığın bir hak olduğu görüşüyle temel alınıyorsa o ülkede yaşayanlar sağlık hizmetlerine ulaşabiliyor, daha kaliteli bir yaşam sürebiliyor demektir.
- Sağlık hakkına ulaşmada topluma olanaklar sağlamak devletin yasal zorunluluğu olarak görülmelidir. Ülkede halk sağlığı politikalarının bu yönde olduğu sosyal devlet anlayışının hakim olması sağlık durumunu etkilemektedir.

Sağlık ve Hastalığın Genetik Belirleyicileri:

- Halk Sağlığı açısından genetik belirleyicileri bilmenin yararları Őu Őekilde sıralanabilir.
 1. Taramalarla erken tanının sağlanması,
 2. Risk altındaki grupların belirlenmesi,
 3. Mutajenik ajanlara yönelik önlemlerin alınması.

Sağlık ve Hastalığın Genetik Belirleyicileri:

- Genetik geçiş gösteren bazı sağlık sorunları aşağıdaki gibidir:
 - Kromozomal hastalıklar
 - Trizomiler: Down sendromu, Klinefelter sendormu gibi trizomiler amniyosentezle erken tanısı olası hastalıklardır. Pek çok gelişmiş ülkede 35 yaş üstü gebeliklerde amniyosentez rutin uygulamaktadır.
 - Diğer kromozom bozuklukları: Sık görülen olgular; düşük doğum ağırlığı, mental ve fizik retardasyon, multiple malformasyonlar, kulak, el displazileri, yüz dismorfolojileri.

Sağlık ve Hastalığın Genetik Belirleyicileri:

- Genetik geçiş gösteren bazı sağlık sorunları aşağıdaki gibidir:
 - Monogenetik hastalıklar
 - Mutasyonlar ve kalıtsal hastalıklar
 - Multifaktöriyel kompleks hastalıklar:
 - Kronik hastalıklar: Diyabet
 - Psikolojik hastalıklar: mental retardasyon, major psikozlar, alkolizm, intihar
 - Kanserler: erken yaşta saptanmış kanserler, meme kanseri, kolon kanseri,
 - İlaç ve dış etkenlere karşı reaksiyonlarda farklılıklar: Alkol intöleransı, laktoz intöleransı,

Sağlık ve hastalığın küresel belirleyicileri:

- Sağlık ve hastalığın küresel belirleyicileri iki yönlüdür.
 - Gelişen teknoloji sayesinde **korunma** (yeni aşılar, aile planlaması yöntemler, gıdaların dayanıklılığının artması vb.) hastalık erken tanıları (yeni bulunan erken tanı yöntemleri),
 - ve **tedavileri** olanaklı hale gelmiş ve beklenen yaşam süresi artmıştır.

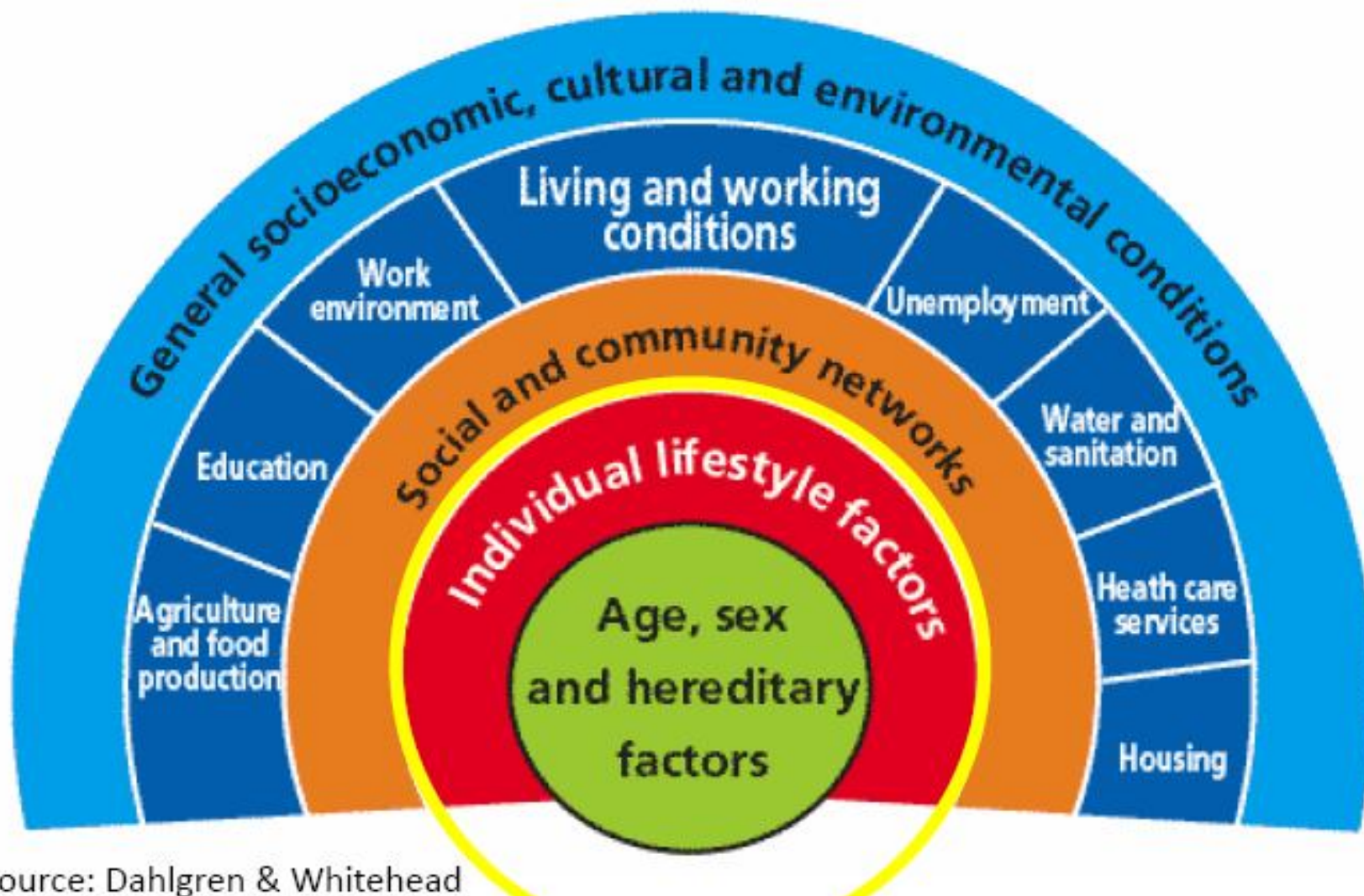
Küreselleşmenin sağlık ve hastalığa etkileri:

- Ülke içinde yada uluslar arası platformda gelir dağılımının neden olduğu zararlar sağlığı olumsuz etkileyen yoksulluğu arttırmaktadır
- İş pazarındaki uluslar arası hareket bir başka deyişle uluslar arası kartellerin gelişmekte olan ülkelerde ucuz, sosyal güvenceden yoksun, düşük standartlardaki yaşam ve çalışma koşullarına neden olmuş ve çalışanların ve ailelerinin sağlığı bozulmuştur.
- Sağlık hizmetlerinde fon ile hizmeti buluşturan aracı kurumların uluslar arası şirketlerce ele geçirilmesi. Sonuç olarak eşitlik ilkesinin ihlal edilmesi.

- *Sanayileşmiş ülkelerin neden olduğu çevre kirliliğinden tüm dünya etkilenmiştir.*
- *Tütün endüstrisinin pazarının küreselleştirmesi sigara nedeni ölümleri arttırmıştır.*
- *Gıda üretiminin küreselleşmesi özellikle kentlerde beslenme şekillerini etkilenmiştir.*
 - hazır gıda tüketimi,
 - fast food tarzı yeme alışkanlığı
 - gıda katkı maddelerinin yoğunluğunu,
 - genleriyle oynanmış, hibrit gıdaların yaygınlığını
 - Şişmanlık

- Otomobil endüstrisinin etkileri ile bireysel otomobil sayısının artması çevre sorunların neden olurken, trafik kazalarının arttırmıştır.
- İlaç ve aşıların küreselleşmesi ile ulusal düzeyde aşı üretiminde sorunlar olmakta ve ülkeler kendi sağlıklarını korumada yetersiz bırakılmıştır. Ayrıca ilaç endüstrisinin küresel güçleri dezenformasyon taktikleri uygulayarak gereksiz ilaç tüketimini arttırmıştır.
- Enfeksiyon ajanları küreselleşmeyle birlikte artık çok daha kolay uluslar arası boyut kazanmaktadır.
- Kentlerde depresyon gibi sağlık sorunlarının artmış olmasında küreselleşmenin etkisi bulunmaktadır.

The determinants of health



Source: Dahlgren & Whitehead

Sağlığın belirleyicileri

- Genetik
 - Genetik ve genomlar
 - Yenidoğan izleme programları
 - DNA bankası
- Sosyal
 - Sosyo-ekonomik
 - Eşitsizlikler
 - Yoksulluk
 - İşsizlik
 - Çocuk işçiliği

Sağlığın belirleyicileri

- Psikososyal faktörler
 - Stres
 - Şiddet
- Yaşam stili riskleri
 - Tütün
 - Alkol
 - Diyet, beslenme
 - Fiziksel aktivite

Sağlığın belirleyicileri

- Çevresel faktörler
 - Hava kirliliği
 - Endüstriyel kirlilik
 - Atıklar
 - İyonize, noniyonize radyasyon
 - Ulaşım,
 - İklim, hava koşulları
- İşyeri faktörleri
- Halk sağlığı politikaları

