İZMİR KATİP ÇELEBİ ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ

HALK SAĞLIĞI ANA BİLİM DALI

“SAĞLIKTA ÖNEMLİ GÜN VE HAFTALAR”

DÜNYA KULAK VE İŞİTME GÜNÜ (3 MART)

Dünya Kulak ve İşitme Günü, her yıl 3 Mart gününde işitme kaybı ve sağırlığın önlenmesi amacıyla farkındalığı artırmak için düzenlenmektedir. Her yıl Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından bir tema belirlenmektedir. Bu tema doğrultusunda DSÖ tarafından bilgilendirici posterler, afişler, infografikler ve sunumlar hazırlanarak tüm üye ülkeler ve sivil toplum örgütleriyle paylaşılmaktadır. Bu şekilde doğru bilimsel bilginin topluma yayılması amaçlanmaktadır (1).

Dünya Kulak ve İşitme Günü 2023 teması “*Herkes için kulak ve işitme bakımı! Hadi gerçeğe dönüştürelim*” olarak belirlenmiştir. Bu yılki tema ile kulak ve işitme bakımının birinci basamakta sağlanmasının önemi vurgulanmaktadır (2).

Dünya Sağlık Örgütü tarafından belirlenen 2023 temasının temel mesajları:

* Toplumda en sık görülen problemlerden biri kulak ve işitme rahatsızlıklarıdır,
* Bunların %60’ından fazlası birinci basamak sağlık hizmetlerinde belirlenebilir,
* Bu hizmetlerin birinci basamak sağlık hizmetlerine entegre edilmesi eğitim yoluyla sağlanabilir,
* Dünya Kulak ve İşitme Günü’nde DSÖ “Birincil kulak ve işitme sağlığı eğitim kılavuzu” çıkararak rehberlik sağlayacaktır (2).
* İşitme kaybının birçok nedeni önlenebilir nedenlerdir,
* İşitmenizle ilgili herhangi bir endişe duyduğunuzda mutlaka doktora görünün. İşitme kaybının dereceleri vardır ve ilerlemesini durdurmaya yönelik tedavi seçenekleri olabilir (3).

Yenidoğan her 1000 bebekten 1-3’ünde işitme kaybı görülmektedir. Buna ek olarak çocukluk çağı hastalıkları, kulak enfeksiyonları, travmalar, bazı ilaçlar da işitme kaybı yapabilmektedir. İşitme kaybı ile doğan ya da sonradan işitme kaybı gelişen çocuklar erken teşhis ile rehabilitasyon programlarına alınırlarsa psikolojik, sosyal ve dil gelişim sorunu yaşamadan büyüyebilmektedirler. Bu nedenle ülkemizde “Yenidoğan İşitme Taraması Programı” yürütülmektedir (4).

İşitme kaybının saptanması için en kritik dönem yenidoğan dönemidir, bu nedenle doğum sonrası taburcu olmadan önce bebeklere mutlaka işitme testi yaptırılmalıdır. Eğer doğum hastanede gerçekleşmediyse doğumdan sonraki 3 gün içinde mutlaka işitme taraması amacıyla bir sağlık kuruluşuna başvuru sağlanmalıdır. Çünkü doğumdan sonraki 6 ay içinde işitme engeli tanısı konulup işitme cihazı kullanımına başlanan çocuklarda dil gelişimi yaşıtlarına yakın seviyede olmaktadır. Eğer bu fark edilmez ve tedaviye başlanmazsa çocuğun dil gelişimi duracak, sosyal ve psikolojik gelişimi yavaşlayacaktır (4).

Kalıcı işitme kaybı sıklığı okul çağı döneminde 1000 çocukta 9’a kadar yükselmektedir. Bu nedenle ülkemizde ilkokul 1.sınıf çocuklarında da işitme taraması yapılmakta ve bir sorun saptandığında kulak burun boğaz uzmanlarına başvuruları önerilmektedir (4). Ailelerin bilgilendirilmesi çocuktaki işitme sorunun erken tespiti açısından oldukça önemlidir. Aileler çocukların gelişim basamaklarındaki işitme ve dil kilometre taşlarını bilmeli ve gecikme olursa doktora başvurmaları hakkında bilgilendirilmelidir (5).

İşitme kaybı her yaştan insanın karşılaşabileceği bir sorundur. Bununla karşılaşmamak için yüksek seslerden korunmaya özen göstermeliyiz. Yüksek seslerden korunmanın yollarından birkaçı sıralanmıştır:

* Kulaklık gibi kişisel dinleme cihazlarını yüksek sesle dinlemekten kaçının,
* Mümkün olduğunca yüksek seslerden uzak kalmaya çalışın,
* Kulaklarınızı dinlendirin, gürültüye ara verin,
* Eğlence amaçlı yüksek seslerden kaynaklanan işitme kaybı riskinizi azaltın,
* Eğer gürültülü ortamda çalışıyorsanız kulak tıkaçları veya gürültü önleyici kulaklıklar gibi işitme koruması kullanın (3).

Dünya Sağlık Örgütü’ne göre, dünyada 360 milyondan fazla insan işitme kaybıyla yaşamakta ve 12-35 yaş arası 1 milyardan fazla insan ise eğlence amaçlı gürültü maruziyeti nedeniyle işitme kaybı yaşama riski altındadır (6).

Her yıl 3 Mart tarihinde Dünya Kulak ve İşitme gününde yapılan etkinlikler ile toplumun bilinçlenmesi hedeflenmektedir. Bu yılki tema ile herkes için birinci basamakta kolay ulaşılabilir işitme bakımı sağlanması hedeflenmektedir (2). İşitme sağlığımızı göz ardı etmemeli ve özellikle yüksek seslerden korunmak için önlemlerimizi almayı unutmamalıyız.

KAYNAKLAR

1. World Hearing Day [Internet]. [Erişim Tarihi: 25 Şubat 2023]. Erişim adresi: https://www.who.int/campaigns/world-hearing-day

2. World Hearing Day 2023 [Internet]. [Erişim Tarihi: 25 Şubat 2023]. Erişim adresi: https://www.who.int/campaigns/world-hearing-day/2023

3. World Hearing Day | CDC [Internet]. 2022 [Erişim Tarihi: 25 Şubat 2023]. Erişim adresi: https://www.cdc.gov/nceh/features/world-hearing-day/index.html

4. 3 Mart Dünya Kulak ve İşitme Günü [İnternet]. [Erişim Tarihi: 25 Şubat 2023]. Erişim adresi: https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler/3-mart-dunya-kulak-ve-i-sitme-gunu.html

5. World Hearing Day - Promotional Material 2023 [Internet]. World Hearing Day. [Erişim Tarihi: 25 Şubat 2023]. Erişim adresi: https://worldhearingday.org/educational-material-2023/

6. Making listening safe [Internet]. [Erişim Tarihi: 25 Şubat 2023]. Erişim adresi: https://www.who.int/activities/making-listening-safe

HAZIRLAYANLAR

1. Arş. Gör. Dr. Ilgın Timarcı Becerik (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı)
2. Doç. Dr. Asya Banu BABAOĞLU (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı)
3. Doç. Dr. Melih Kaan SÖZMEN (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı)
4. Prof. Dr. Mustafa TÖZÜN (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı)