

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2022/2023-67)

25 TEMMUZ (2023) DÜNYA BOĞULMALARIN ÖNLENMESİ GÜNÜ

Boğulma farklı nedenlerle meydana gelebilir. Suda boğulma suya dalma veya batma nedeniyle solunum bozukluğu yaşama sürecidir. Boğulma vakaları; ölümcül olabileceği gibi beyin hasarı ya da kalıcı yeti kaybına da neden olabilir. Acil servise gelen diğer yaralanma vakalarında hastaneye yatırılma sıklığı %10 iken boğulma nedeniyle hastaneye gelen vakalarda bu sıklık %40'tır. Acil servise başvuran her sekiz boğulma vakasından birisi ölümle sonuçlanmaktadır.¹

Boğulma nedeniyle son on yılda toplam 2,5 milyondan daha fazla sayıda kişi hayatını kaybetmiştir. Her yıl 236000 kişinin boğulma nedeniyle öldüğü ifade edilmektedir. Ölümlerin %90'ı düşük ve orta gelişmişlik düzeyine sahip ülkelerde meydana gelmektedir.²

Boğulma riski yüksek olan bazı gruplar aşağıda sıralanmıştır: ^{1,3}

- ✓ **Çocuklar**
 - **1-4 yaş grubu:** Bu yaş grubunda boğulma vakaları daha çok yüzme havuzlarında meydana gelir.
 - **5-14 yaş grubu:** Kasıtsız yaralanmaların öne çıkan nedenleri arasındadır.
- ✓ **Erkekler:** Boğulma nedeniyle ölenlerin %80'i erkektir.
- ✓ Epilepsi, otizm, panik atak, kalp ritim bozuklukları gibi **bazı hastalıkları olan kişiler**
- ✓ **Yüzme bilmeyen kişiler**
- ✓ **Doğa kaynaklı afetler**

Boğulma özellikle çocuklar açısından bir halk sağlığı sorunu olarak kabul edilmektedir.³

Boğulmaya bağlı meydana gelen ölümlerin önlenmesi için aşağıdaki konular öne çıkmaktadır: ^{2, 4}

- ✓ Temel yüzme becerilerinin öğrenilmesi
- ✓ Havuzların çevresinde güvenlik bariyerlerinin yapılması
- ✓ Çocukların gözetim altında suya erişiminin sağlanması
- ✓ Can yeleği kullanımının teşvik edilmesi
- ✓ Temel yaşam desteğinin öğrenilmesi
- ✓ Yüzme eyleminden önce alkollü içecek içilmesinden kaçınılması
- ✓ Yüzerken yalnız olmamak, arkadaşlar eşliğinde yüzmek
- ✓ Denge ve koordinasyon bozukluğuna yol açabilecek ilaç kullanımı varsa yüzmekten kaçınmak
- ✓ Su altında nefesi uzun süre tutmamak

¹ [Internet] <https://www.cdc.gov/drowning/facts/index.html> Erişim tarihi: 24.07.2023

² [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-drowning-prevention-day/2023> Erişim tarihi:24.07.2023

³ McCall JD, Sternard BT. Drowning. 2022 Aug 8. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. PMID: 28613583.

⁴ [Internet] <https://www.cdc.gov/drowning/prevention/index.html> Erişim tarihi:24.07.2023

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2022/2023-67)

Dünya Sağlık Örgütü her yıl temmuz ayının 25'inde Dünya Boğulmaları Önleme Günü için çeşitli aktiviteler yapılmaktadır. Bu yıl (2023) da benzer etkinliklerin yapılması planlanmıştır.²

Aşağıdaki görselde boğulmaları önlemek için temel adımlar tanımlanmıştır.¹



Bu belge, Dr. Bilal Buzgan tarafından, Prof. Dr. Dilek Aslan danışmanlığında 22.07.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik, vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Buzgan B, Aslan D. 25 Temmuz (2023) Dünya Boğulmaların Önlenmesi Günü Bilgilendirme Notu-HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi 2022/2023-67 [Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/>. Erişim:24.7.2023.