

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-4)

DÜNYA GÖRME GÜNÜ (10 EKİM 2024)

Vücudumuzda duyuşal fonksiyonlarımız, içinde bulunduğumuz çevre ve insanlarla etkileşim kurma, topluma aktif katılımıda önemli rol oynamaktadır. Duyularımızın en önemlilerinden biri de görmedir. Görme; bireyin yürümesi, öğrenmesi, okuması, okul ve çalışma yaşamına katılması, işlevsel ve ekonomik olarak bağımsız bir yaşam sürmesinde kritik role sahiptir.¹

Görme duyusunda bozulma ya da kayıplara yol açan nedenler çok faktörlüdür. Bu risk faktörleri arasında kronolojik ve genetik faktörler, tütün kullanımı ve sağlıksız beslenmeye ilişkin yaşam biçimi davranışları, mesleki etkilenim, enfeksiyonlar, kötü hijyen koşulları, temiz suya erişememe gibi çevresel faktörler, kullanılan ilaçlar, çeşitli sağlık durumları ve kronik (süreğen) hastalık varlığı yer almaktadır. Bu durum her yaşta insanı etkileyebilmekte olup etkiler bireysel, aile üyeleri ve bakım verenler, toplum düzeyinde olmak üzere geniş aralıkta ortaya çıkabilmektedir.²

Dünya'da yaklaşık 2,2 milyar kişi görmeye ilişkin herhangi bir düzeyde yeti yitimine sahiptir. Bu kişilerin en az yarısında görme bozukluğu/kaybı önlenemez ya da tanı almamış durumdadır. Küresel düzeyde görme bozukluğu ve görme kaybının önde gelen nedenleri arasında kırma kusurları (miyopi, hipermetropi, astigmatizma, presbiyopi), katarakt (merceğin bulanıklaşması), diyabetik retinopati (şeker hastalığına bağlı gözün arkasındaki kan damarlarında hasar meydana gelmesi), glokom (göz tansiyonu), yaşa bağlı makula dejenerasyonu (gözde ışığa duyarlı dokuların giderek bozulması) yer almaktadır.³

Görme kaybı; görülme sıklığının yüksek olması, depresyon, anksiyete, işitme sorunları, inme, bilişsel fonksiyonlarda gerileme gibi ek sağlık sorunlarına ve sağlık harcamalarında artışa neden olması, yaşam kalitesinde gerileme, erken ölümler, üretkenliğin azalması gibi nedenlere bağlı olarak Dünya'da **önemli bir halk sağlığı sorunu** olarak kabul edilmektedir. Küresel olarak nüfusun yaşlanması, doğuştan beklenen yaşam sürelerinin artması, diyabet (şeker hastalığı) ve hipertansiyon (yüksek tansiyon) gibi kronik hastalıkların görülme sıklığındaki artışın görme bozukluğu ve görme kaybı yaşayan birey sayısında da artışa katkıda bulunacağı tahmin edilmektedir. Tüm bunlara rağmen görmenin taranabilir olması, görme bozukluğu ve görme kaybının erken tanı ve tedavi ile önlenmesi halk sağlığı müdahaleleri açısından önemlidir.⁴

Türkiye'de görmenin normal gelişimini etkileyecek risk faktörlerini belirlemek ve yetersiz görmesi olan kişileri erken dönemde saptamak için ulusal görme tarama programı yürütülmektedir. Çocuklarda görülebilen şaşılık, kırma kusurları, katarakt, korneal skar ve ambliyopi (göz tembelliği) gibi hastalıklar program kapsamında yapılan taramalar ile tanınabilmektedir. Ek olarak bebeklik döneminde retinoblastom (bir tüp göz içi tümörü), doğumsal glokom (göz tansiyonu) ve katarakt gibi doğuştan olan hastalıklar da görülebilmektedir. Görme tarama programı kapsamında yenidoğan (0-3 ay bebekler), okul öncesi (36-48 ay çocuklar) ve okul çağı çocuklarda (6 ya da 7 yaş - ilköğretim 1. sınıfa başlayacağı yıl) taramalar yapılmaktadır. Taramalar, bebek izlemlerinde aile hekimi tarafından 0-3 aylık bebeklerin risk faktörleri açısından sorgulanması, görme muayenesi ve kırmızı refle testinin yapılması; çocuk izlemlerinde aile hekimi tarafından 36-48 aylık çocuklar ile 6 yaş ya da 7 yaşındaki çocukların risk faktörleri

¹[İnternet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment> Erişim tarihi: 04.10.2024

²World report on vision. Geneva: World Health Organization; 2019.

³[İnternet] https://www.who.int/health-topics/blindness-and-vision-loss#tab=tab_1 Erişim tarihi: 04.10.2024

⁴[İnternet] <https://www.cdc.gov/vision-health/about-eye-disorders/vision-loss-public-health-problem.html> Erişim tarihi: 04.10.2024

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-4)

açısından sorgulanması, görme muayenesi, kırmızı refle testi ve aile sağlığı çalışanı tarafından Lea Sembol Testinin yapılması şeklindedir. Yapılan taramalarda bebeklerde/ çocuklarda pozitif muayene bulgusu ya da risk faktörlerinden herhangi birinin varlığı durumunda aile hekimi tarafından ileri tetkik ve muayene için göz hastalıkları uzmanına sevk edilmektedir. Aynı zamanda 32 hafta ve altı tüm prematürelere ile 1500 gram ve altında doğan tüm bebeklerin 4. haftada prematüre retinopatisi açısından değerlendirilmek üzere göz muayenesi için sevk gerçekleştirilmektedir.⁵

Sağlığı korumak ve geliştirmek, iyilik halini sürdürmek için her yaşta bireyin yaşamı boyunca belirli aralıklarla göz muayenesi olması gerekmektedir. Ancak aşağıda yer verilen Türk Oftalmoloji Derneği'nin belirttiği bazı durumlarda en kısa sürede göz hastalıkları uzmanına başvurmak gerekmektedir.^{6 7}

- ✓ Görmede azalma,
- ✓ Göz önünde yüzen-uçuşan cisimlerin varlığı,
- ✓ Olmayan ışık parlamaları-çakmaları görme,
- ✓ Işıkların etrafında renkli halkalar görme,
- ✓ Bir perde arkasından bakıyormuş gibi görme hissi varlığı,
- ✓ Gözde ve göz çevresinde ağrı,
- ✓ Göz çevresindeki deride ve gözde kızarıklık,
- ✓ Göz kapaklarında şişlik ve sulanma,
- ✓ Gözlerin birinin ya da ikisinin öne doğru çıkması, fırlaması,
- ✓ Göz kayması,
- ✓ Çift görme,
- ✓ Şeker hastalığı, yüksek tansiyon, damar sertliği ve böbrek hastalığı varlığı,
- ✓ Ailede göz hastalığına ilişkin öykünün bulunması.

Önlenebilir görme kaybını sona erdirmek misyonu ile kapsayıcı göz bakımı ve rehabilitasyon hizmetlerinin her birey için var olması-bulunabilir, erişilebilir ve ekonomik olarak karşılanabilir olması için küresel savunuculuk faaliyetlerini yürüten Uluslararası Körlüğü Önleme Organizasyonu (IAPB) dünya çapında yaklaşık 250 üye kuruluş tarafından desteklenmektedir.⁸ Görme bozukluğu ve görme kaybı konusunda farkındalık oluşturmak amacıyla Uluslararası Körlüğü Önleme Organizasyonu ile Dünya Sağlık Örgütü öncülüğünde oluşturulan **Dünya Görme Günü**⁹ ilk kez 1998 yılında kutlanmıştır. Her yıl ekim ayının ikinci perşembe günü kutlanan bu özel günde düzenli göz muayenelerinin, göz sağlığı ile ilgili sorunlara erken müdahalenin ve önlenebilir görme kaybının önüne geçilmesinin önemine vurgu yapılmaktadır.¹⁰ Aynı zamanda bu özel gün, göz sağlığına ilişkin sorunların küresel bir sorun olduğuna tüm dünyanın dikkatini çekmek, birey, aile ve toplumlarda göz sağlığı konusunda farkındalık yaratmak ve göz sağlığı hizmetlerine olan talebi artırmak ile karar vericileri etkileyerek göz sağlığı ile ilgili müdahalelere öncelik vermesini sağlamak açısından önemli fırsatlar sunmaktadır. Dünya Görme Günü 2024 yılı teması, geçtiğimiz yıllarda belirlenen '**Gözlerinizi Sevin (Love Your Eyes)**' teması ile

⁵[İnternet] <https://khgmsaglikhizmetleridb.saglik.gov.tr/TR-57047/ulusal-gorme-taramasi-programi-genelge-201917-ve-rehberi.html> Erişim tarihi: 05.10.2024

⁶[İnternet]<https://gozsagligi.todnet.org/mutlaka-kapsamli-bir-goz-muayenesi-gereken-durumlar-nelerdir/index.html#more-419> Erişim tarihi: 05.10.2024

⁷[İnternet] <https://www.cdc.gov/vision-health/about-eye-disorders/why-eye-exams-are-important.html> Erişim tarihi: 05.10.2024

⁸[İnternet] <https://www.iapb.org/about/> Erişim tarihi: 06.10.2024

⁹ World Sight Day

¹⁰[İnternet] <https://www.awarenessdays.com/awareness-days-calendar/world-sight-day-2024/> Erişim tarihi: 06.10.2024

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-4)

sürdürülmektedir. Bu yılki tema özelinde çocukların ve genç bireylerin göz bakımı-göz sağlığı ve bu konudaki gereksinimlerine odaklanılmaktadır. Dünya'da 450 milyon çocuk tedavi gerektiren görme bozukluğuna sahip olmasına rağmen birçoğu için bu hizmetlerin erişilebilir ve karşılanabilir olmaması, eşitsizliklere bağlı düşük ve orta gelirli ülkelerde görme kaybı olan çocukların okula gitme olasılığının 2 ila 5 kat daha az olması, genç bireylerin tedavi edilebilen ve çoğu zaman iyileşebilen bir görme sorunu nedeniyle öğrenme ve sosyal fırsatlardan mahrum kalması gibi durumlar güncel sorun alanlarını oluşturmaktadır. Mevcut sorunların çözümüne yönelik olarak çocukların ve genç bireylerin göz sağlığını korumanın önemini anlaması, bunun için ihtiyaç duyduğu tüm bilgilere ve göz bakımı-sağlığı hizmetlerinin entegre edildiği insan odaklı nitelikli sağlık bakım hizmetlerine ulaşabilmesi, gerekli durumlarda kullanılan gözlük ya da diğer düzeltici-yardımcı araçların/tedavilerin kullanımına bağlı toplumsal damgalamanın da ortadan kaldırılması gerekliliğine vurgu yapılmaktadır.^{11 12}



**Dünya Görme Günü'nde, çocukların bugün ve gelecekte iyi görmeleri için
gözlerini koruma sözü verelim.**

¹¹[Internet] <https://preventblindness.org/2024-world-sight-day/> Erişim tarihi: 06.10.2024

¹²[Internet] https://www.iapb.world/world_sight_day Erişim tarihi: 06.10.2024