

DÜNYA GÖRME GÜNÜ (9 EKİM 2025)

Görme duyusunun insan yaşamındaki işlevleri nelerdir ve bu duyunun eksikliği hangi alanlarda engeller oluşturur?

Görme duyusu, insan yaşamının tüm evrelerinde bilişsel, sosyal ve fiziksel işlevlerin sürdürülebilirliği açısından temel bir rol oynar. Çoğu zaman farkında olmadan kullandığımız bu duyunun eksikliği; öğrenme, hareket etme, okuma ve toplumsal yaşama katılım gibi temel süreçlerde ciddi engeller oluşturabilir.¹

Görme duyusunda bozulma ya da kayıplara yol açabilen risk faktörleri nelerdir?

Yaşlanma, genetik faktörler, tütün ürünü kullanımı, A vitamini eksikliği gibi beslenme ilişkili faktörler, enfeksiyonlar, temiz suya erişememe ve hijyen eksiklikleri, kronik hastalıklar (şeker hastalığı, eklem romatizması gibi hastalıklar), uzun süreli steroid ilacı kullanımı, göz yaralanmasına yol açabilen bazı meslekler ve hobiler, kaliteli göz bakım hizmetlerinin eksikliği görme duyusunda bozulma ya da kayıplara yol açabilen risk faktörlerindendir.²

Dünya’da ve Türkiye’de görme kayıplarının yaygınlığı nedir?

Görme ile ilgili sağlık sorunları oldukça yaygındır. Yaşam süresi uzadıkça, bireylerin hayatlarında en az bir görme rahatsızlığı yaşaması kaçınılmaz hale gelmektedir. Dünya genelinde 2,2 milyar kişinin görme yetisinde çeşitli düzeylerde azalma bulunmaktadır. Bu kişilerin yarısından fazlası ya önlenabilir bir görme bozukluğuna sahiptir ya da tanı almamış veya henüz tedavi edilmemiş durumdadır.³ Ülkemizde “2023 Sağlık İstatistikleri Yıllığı” verilerine göre 15 yaş ve üzeri nüfusta yaklaşık 20 kişiden 1’inde görme sorunu bulunmaktadır ve kadınlarda görme sorunu yaşama sıklığı erkeklere göre fazladır.⁴

Küresel düzeyde görme bozukluğu ve görme kaybının önde gelen nedenleri nelerdir?

Kırma kusurları (miyopi, hipermetropi, astigmatizma, presbiyopi), katarakt (merceğin bulanıklaşması), diyabetik retinopati (şeker hastalığına bağlı gözün arkasındaki kan damarlarında hasar meydana gelmesi), glokom (göz tansiyonu), trahom (özellikle düşük gelirli, hijyen koşulları yetersiz bölgelerde yaygın olan bulaşıcı bir göz hastalığı) görme bozukluğu ve görme kaybının önde gelen nedenleri arasındadır.⁵

Görme kayıpları neden önemlidir? Neden halk sağlığı sorunu olarak değerlendirilebilir?

Görme kayıpları Dünya’da çok sayıda insanı etkilemektedir. Görme bozuklukları yaş gruplarına özgü farklı sorunlara yol açabilmektedir. Küçük çocuklarda erken başlayan ciddi görme bozuklukları; motor, dil, duygusal, sosyal ve bilişsel gelişimde gecikmelere yol açmaktadır. Okul çağındaki çocuklarda görme sorunları nedeniyle akademik başarıda düşüş yaşanabilmektedir. Yetişkinlerde, görme bozukluğu yaşam kalitesini azaltmakta; istihdama katılımı geriletmekte, depresyon ve anksiyete riski artmaktadır. Yaşlı

¹ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment> Erişim Tarihi: 03.10.2025

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

³ [Internet] https://www.who.int/health-topics/blindness-and-vision-loss#tab=tab_1 Erişim Tarihi: 04.10.2025

⁴ Bora Başara, B. B., Aygün, A., Özdemir, T. A., & Kulalı, B. (Ed.). (2023). *Sağlık İstatistikleri Yıllığı 2023* (s. 58). Sağlık Bilgi Sistemleri Genel Müdürlüğü, T.C. Sağlık Bakanlığı. <https://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/50500/0/siy202307032025pdf.pdf>

⁵ [Internet] https://cdn.who.int/media/docs/default-source/infographics-pdf/world-vision-infographic-final.pdf?sfvrsn=85b7bcde_2 Erişim Tarihi: 04.10.2025

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-3)

erişkinler arasında düşme ve kırık riski artmaktadır. Görme sorunları yılda yaklaşık 411 milyar Amerikan doları küresel mali yük oluşturmaktadır. Yaşlanan nüfus, uzayan yaşam süresi ve kronik hastalıkların yaygınlaşması (örneğin şeker hastalığı ve hipertansiyon), dünya genelinde görme bozukluğu ve görme kaybı yaşayan bireylerin sayısında artışa yol açmaktadır. Görme ile ilgili sorunların erken tanı ve tedavi olanaklarının olması, bu sayede sorunların önlenmesi mümkündür. Bu nedenlerle görme kaybı önemli ve önlenebilir bir halk sağlığı sorunu olarak da düşünülebilir.^{1,6}

Ülkemizde görme bozukluklarını erken dönemde saptayabilecek bir tarama faaliyeti yürütülmekte midir?

Evet, ülkemizde bu kapsamda T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından ulusal görme tarama programı yürütülmektedir. Programın amacı görmenin normal gelişimini engelleyecek risk etmenlerini saptamak ve yetersiz görmesi olan bebek ve çocuklara erken dönemde tanı koymak ve tedavilerini sağlamaktır. Görme taramaları ile tanınabilen hastalıkların başında; şaşılık, kırma kusurları, katarakt ya da göz tembelliği gelmektedir. Taramalar 0-3 aylık bebekler, 36-48 aylık çocuklar ve ilkokul 1. sınıf çocuklara uygulanmaktadır. Görme taraması Aile Sağlığı Merkezlerinde aile hekimlerince ücretsiz olarak yapılmaktadır. Aile hekimlerinin gerekli gördüğü durumlarda bebek ve çocuklar göz hastalıkları uzmanlarına sevk edilmektedir.⁷

Kapsamlı bir göz muayenesi gereken durumlar nelerdir?

Her yaştan bireyin yaşamı boyunca belirli aralıklarla göz muayenesi olması gerekmektedir. Türk Oftalmoloji Derneği'nin belirttiği aşağıdaki bazı durumlarda en kısa sürede göz hastalıkları uzmanına başvurmak gerekmektedir:⁸

- ✓ 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,
- ✓ Göz kayması, çift görme,
- ✓ Şeker hastalığı, yüksek tansiyon, damar sertliği ve böbrek hastalığı varlığı,
- ✓ Ailede göz hastalığına ilişkin öykünün bulunması.

Dünya Görme Günü için 2025 yılında belirlenmiş olan tema nedir?

Dünya Görme Günü, görme bozuklukları ve görme kaybı konusunda küresel farkındalık oluşturmak amacıyla Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ve Uluslararası Körlüğü Önleme Ajansı (IAPB) iş birliğinde başlatılan bir girişimdir. İlk kez 1998 yılında düzenlenen bu etkinlik, günümüzde çeşitli ülkelerde sağlık otoriteleri, sivil toplum kuruluşları ve göz sağlığı uzmanları tarafından desteklenen uluslararası bir farkındalık

⁶ [Internet] <https://www.cdc.gov/vision-health/about-eye-disorders/vision-loss-public-health-problem.html> Erişim Tarihi: 04.10.2025

⁷ [Internet] <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler-cocukergen/dunya-gorme-gunu.html> Erişim Tarihi: 04.10.2025

⁸ [Internet] <https://gozsagligi.todnet.org/mutlaka-kapsamli-bir-goz-muayenesi-gereken-durumlar-nelerdir/index.html#more-419> Erişim Tarihi: 04.10.2025

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-3)

kampanyası olarak sürdürülmektedir. Dünya Görme Günü başlangıcından bu yana göz sağlığının savunulmasında, önlenebilir görme kaybının azaltılmasında ve kaliteli göz bakımı hizmetlerine erişimin iyileştirilmesinde önemli bir rol oynamıştır.⁹

Her yıl ekim ayının ikinci Perşembe günü etkinlikler yapılan Dünya Görme Günü'nün 2025 yılı teması **"Gözlerinizi sevin"** olarak belirlenmiştir. **"Gözlerinizi sevin"** teması, her yerde herkese kendi göz sağlığına öncelik vermesini hatırlatmaya devam ederken herkes için erişilebilir, ulaşılabilir ve uygun fiyatlı göz bakımı hizmeti çağrısında bulunmaktadır. Temanın bu yıl odaklandığı konular arasında göz sağlığına dair gerçek yaşam deneyimlerini paylaşarak verilerin ardındaki insanları görünür kılmak, siyasi liderlere göz taraması sunarak göz sağlığının kalkınma için önemini göstermek, herkesi görme testi yaptırmaya ve sosyal medyada #GözleriniziSevin etiketiyle farkındalık oluşturmaya davet etmek ve dünyanın dört bir yanından profesyonel ve amatör fotoğrafçıları göz sağlığının küresel etkisini görsel anlatımla ortaya koyan uluslararası bir fotoğraf yarışmasına katılmaya teşvik etmek yer almaktadır.¹⁰



⁹ [Internet] <https://www.awarenessdays.com/awareness-days-calendar/world-sight-day/> Erişim Tarihi: 04.10.2025

¹⁰ [Internet] <https://www.iapb.org/news/world-sight-day-to-put-people-at-its-heart/> Erişim Tarihi: 04.10.2025