

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-31)

DÜNYA İŞİTME GÜNÜ 3 MART (2025)

İşitme, çevremizdeki sesleri algılamamızı sağlayan hayati bir duydur. Bu sayede çevremizle etkileşime girer, düşüncelerimizi ifade eder ve öğrenme sürecimizi sürdürür. Kulaktan beyne uzanan karmaşık bir sistemin uyum içinde çalışmasıyla gerçekleşen işitme işlevi, bu sistemin herhangi bir bileşeninde meydana gelen bir aksaklık sonucu bozulabilir. Erken teşhis edilmediğinde işitme kaybı, bireylerin yaşam kalitesini düşüren ve toplumsal etkileri olan önemli bir sağlık sorunu haline gelebilir.¹

İşitme kaybı ve sağırılık, dünya genelinde yaygın bir sağlık sorunudur ve her ülkede, her yaş grubunda görülmektedir. Günümüzde dünya nüfusunun yaklaşık %20'sine denk gelen 1,5 milyardan fazla insan işitme kaybıyla yaşamaktadır. Bu kişilerden 430 milyonu ise günlük yaşamlarını önemli ölçüde etkileyen ileri derecede işitme kaybına sahiptir. 2050 yılına kadar bu sayının 700 milyonu aşması beklenmektedir. İşitme kaybı küresel bir sorun olmakla birlikte, düşük ve orta gelirli ülkelerde yaşayan bireyler bu durumdan orantısız şekilde etkilenmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre, bu ülkelerde işitme cihazına ihtiyacı olan bireylerin yalnızca %3'ü bu cihazlara ulaşabilmektedir. Bu durum, işitme kaybı olan bireylerin eğitim ve istihdam fırsatlarını kısıtlamakta, sosyal hayata katılımlarını zorlaştırmaktadır.²

Dünya genelinde 34 milyon çocuk işitme kaybı veya sağırılık ile yaşamaktadır. Bu vakaların %60'ı önlenemez nedenlerden kaynaklanmaktadır. Erken tanı ve uygun önlemler alındığında birçok çocuğun işitme sağlığı korunabilir. Yaşamın ileri dönemlerinde ise işitme kaybı daha sık görülmektedir. 60 yaş üstü bireylerin yaklaşık %30'u işitme kaybı yaşamaktadır.²

Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre, işitme kayıplarının %50'si halk sağlığı önlemleri ile önlenemez.³

➤ Bireysel Önlemler

Gürültülü ortamlara maruz kalmamak, yüksek sesle müzik dinlememek ve kulak tıkacı gibi koruyucu ekipmanlar kullanmak işitme kaybını önlemede etkili stratejilerdir. Kişisel ses sistemleri ve cihazlar için ses seviyelerinin sınırlandırılması da önemli bir adımdır.³

➤ Enfeksiyon Hastalıklarının Önlenmesi

Kızamık, menenjit, kızamıkçık ve kabakulak gibi hastalıklar işitme kaybına yol açabilir. Bu nedenle aşılama, işitme sağlığını korumada kritik rol oynar. Hamilelik öncesinde kadınların kızamıkçık aşısı olması ve enfeksiyonlarının önlenmesi, doğumsal işitme kaybı riskini azaltabilir.³

¹ [Internet] <https://www.cdc.gov/hearing-loss-children/about/index.html> Erişim: 20.02.2025

² [Internet] https://www.who.int/health-topics/hearing-loss#tab=tab_2 Erişim: 20.02.2025

³ [Internet] https://www.who.int/health-topics/hearing-loss#tab=tab_3 Erişim: 20.02.2025

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-31)

➤ Erken Tarama ve Müdahale⁴

Çocukluk döneminde yapılan işitme taramaları, yardımcı işitme cihazları veya cerrahi müdahaleler gibi erken müdahale yöntemleri, işitme kaybının ilerlemesini önleyebilir. Ayrıca, yüksek riskli hastalarda işitmeye zarar verebilecek ilaçların kullanımının önlenmesi de önemlidir.

Türkiye’de her yıl yaklaşık 1.100.000 bebek doğmakta ve her 1000 bebekten 1-3’ü işitme kaybı ile dünyaya gelmektedir. Çocukluk döneminde geçirilen hastalıklar, kulak enfeksiyonları, kazalar ve bazı ilaçların kullanımı nedeniyle bu sıklık binde 6’ya kadar çıkabilmektedir. 2008 yılından itibaren Sağlık Bakanlığı tarafından 81 ilde Yenidoğan İşitme Tarama Programı yürütülmektedir. Bu kapsamda, tüm yenidoğan bebeklere hastaneden taburcu olmadan önce işitme taraması yapılmaktadır.

Program kapsamında:

- İlk 1 ayda tarama testlerinin tamamlanması,
- İlk 3 ayda tanının konulması,
- 6. aya kadar işitme cihazı desteği ve rehabilitasyona başlanması hedeflenmektedir.

Aileler, tarama sürecinde önemli bir rol oynamaktadır. Tarama süreci devam eden veya ileri değerlendirmeye yönlendirilen bebeklerin zaman kaybetmeden ilgili sağlık merkezlerine götürülmesi gerekmektedir.

İşitme, sadece bebeklik döneminde değil, okul çağı çocukları için de kritik öneme sahiptir. İşitme kaybı, akademik başarıyı olumsuz etkileyebileceğinden, Sağlık Bakanlığı 2015 yılından itibaren ilkökul 1. sınıf öğrencilerine yönelik "Okul Çağı İşitme Tarama Programı"nı yürütmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü tarafından, işitme kaybı olan kişiler için yapmış olduğu çalışmalardan dolayı Alexander Graham Bell’in doğum günü olan 3 Mart günü **“Dünya İşitme Günü”** olarak organize edilmektedir. Dünya genelinde 2015 yılından itibaren her yıl çeşitli etkinlikler düzenlenen bu özel günün 2025 yılı teması “Bakış açılarını değiştirilim: herkesin kulak ve işitme bakımını gerçekleştirmek için kendimizi güçlendirelim” olarak belirlenmiştir.⁵

Bu yılki tema kapsamında bazı noktalara dikkat çekilmektedir⁶;

- 2030 yılına kadar, 500 milyondan fazla insan rehabilitasyon gerektiren ileri derecede işitme kaybına sahip olacaktır.
- Günümüzde 1 milyardan fazla genç, yüksek sesli müziğe maruz kalma, video oyunları gibi eğlence aktiviteleri sırasında yüksek ses kullanımı nedeniyle kalıcı işitme kaybı riskiyle karşı karşıya kalmaktadır.
- Gelecekte nasıl işittiğimiz, bugün kulak sağlığımız ile nasıl ilgilendiğimize bağlıdır. İşitme kaybı, güvenli dinleme alışkanlıkları ve iyi işitme bakımı uygulamaları ile önlenir.

⁴ [İnternet] <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler/3mart-dunya-kulak-isitme-gunu.html#:~:text=Kulak%20ve%20i%C5%9Fitme%20sa%C4%9FI%C4%B1%C4%9F%C4%B1n%C4%B1n%20nas%C4%B1,ve%20%C4%B0%C5%9Fitme%20G%C3%BCn%C3%BC%20olarak%20kutlanmaktad%C4%B1r>. Erişim: 20.02.2025

⁵ [İnternet] <https://www.who.int/campaigns/world-hearing-day/2025> Erişim: 20.02.2025

⁶ [İnternet] <https://worldhearingday.org/> Erişim: 20.02.2025

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-31)

- İşitme kaybı ile yaşayan bireyler için ise erken teşhis ve zamanında rehabilitasyona erişim, yaşam kalitesini artırmak ve bireyin potansiyelini en üst düzeye çıkarmak için kritik öneme sahiptir.
- Ömür boyu sağlıklı bir işitme için bugün önlem alabilirsiniz.

Erken teşhis ve müdahale, işitme kaybının etkilerini azaltmada kritik bir rol oynar. Özellikle bebeklerde erken tanı, dil ve iletişim becerilerinin gelişimini destekler. İşitme kaybının duygusal ve psikolojik etkileri arasında yalnızlık, özgüven kaybı, stres ve depresyon yer alır. Bu etkiler, bireylerin sosyal etkileşimlerini ve genel yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkileyebilir. Bu nedenle, işitme kaybının erken teşhisi ve uygun tedavisi büyük önem taşımaktadır. İşitme cihazları ve diğer rehabilitasyon yöntemleri, bireylerin işitme yetilerini iyileştirerek sosyal hayata katılımlarını artırabilir. Erken dönemde işitme kaybı tespit edilen çocuklar için özel eğitim programları, işaret dili eğitimi gibi destekleyici uygulamalar büyük fayda sağlar. Ayrıca, işitme cihazları, koklear implantlar, altyazı sistemleri ve diğer yardımcı teknolojiler işitme kaybı olan bireylerin yaşam kalitesini artırabilir. Her yaş grubundaki bireyler konuşma terapisi, işitsel rehabilitasyon ve benzeri destekleyici hizmetlerden yararlanarak iletişim becerilerini geliştirebilir.⁷

Erken tanı ve doğru müdahalelerle işitme kaybının etkileri büyük ölçüde azaltılabilir. İşitme sağlığımızı korumak hem bireysel hem de toplumsal refah için kritik bir öneme sahiptir.

⁷ Kan Chen, Bo Yang, Xiaoyan Yue, He Mi, Jianjun Leng, Lujie Li, Haoyu Wang & Yaxin Lai. (2024) Global, Regional, and National Burdens of Hearing Loss for Children and Adolescents from 1990 to 2019: A Trend Analysis. *Trends in Hearing* 28.