

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-78)

ULUSAL HALK SAĞLIĞI HAFTASI

(2026)

Winslow'a göre halk sağlığı "organize edilmiş toplum çalışmaları sonunda çevre sağlığı koşullarını düzelterek, bireylere sağlık bilgisi vererek, bulaşıcı hastalıkları önleyerek, hastalıkların erken tanı ve tedavisini sağlayacak sağlık örgütleri kurarak, toplumsal çalışmaları her bireyin sağlığını sürdürecektir bir yaşam düzeyini sağlayacak biçimde geliştirerek hastalıklardan korunmayı, yaşamın uzatılmasını, beden ve ruh sağlığı ile çalışma gücünün artırılmasını sağlayan bir bilim ve sanat"tır.¹

Bu tanım doğrultusunda halk sağlığı yaklaşımı sağlığın yalnızca hastalıkların tedavisiyle sınırlı olmadığını; sağlığın korunması ve geliştirilmesinin birey, çevre ve toplumun birlikte ele alınmasını gerektirdiğini ortaya koymaktadır. Bu yaklaşıma göre sağlık bir haktır ve sağlık hizmetlerinde hakkaniyet esastır. İnsan, çevresi ve toplumla birlikte bir bütün olarak değerlendirilmekte; yaşam, doğum öncesi dönemden ölüme kadar bir bütün olarak ele alınmaktadır.²

Halk sağlığının bu bütüncül ve koruyucu yaklaşımının toplumda benimsenmesi ve bu konudaki farkındalığın artırılması büyük önem taşımaktadır. Bu doğrultuda ülkemizde, halk sağlığının ve koruyucu sağlık hizmetlerinin önemini vurgulamak, toplumun sağlığının korunması ve geliştirilmesi konusundaki farkındalığı artırmak ve bu alanda yürütülen çalışmaları görünür kılmak amacıyla her yıl 3–9 Eylül tarihleri arasında Ulusal Halk Sağlığı Haftası kutlanmaktadır.³

Her yıl farklı temalar çerçevesinde düzenlenen Ulusal Halk Sağlığı Haftası, 2026 yılında "**Her Gün Halk Sağlığı**" ana temasıyla gerçekleştirilecektir. Hafta boyunca "Yedi günde yedi tema" belirlenmiştir. Halk sağlığının korunması ve geliştirilmesi, hastalıkların ortaya çıkmadan önlenmesi ve erken tanının önemine dikkat çekmek amacıyla hafta boyunca anne ve çocuk sağlığından aşıya, bağımlılıkla mücadelede kronik hastalıkların kontrolüne, sağlıklı beslenmeden kanser taramalarına kadar geniş bir yelpazede farkındalık çalışmaları yürütülecektir.⁴

Bu kapsamda belirlenen günlük temalar şu şekildedir:

Sağlıklı Anne, Sağlıklı Nesil

Haftanın ilk gününde anne ve yenidoğan sağlığına dikkat çekilecektir. Bu kapsamda anne ve yenidoğan ölümlerinin önlenmesi, kadınların gebelik öncesi dönemden doğum sonrasına kadar nitelikli sağlık hizmetlerine erişiminin sağlanması ve annelerin fiziksel ve ruhsal iyilik

¹ Fişek N. Halk sağlığına giriş. Ankara; 1985.

² [Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/hakkinda/kavram.php> Erişim: 19.08.2026.

³ [Internet] <https://sggm.saglik.gov.tr/TR-111132/halk-sagligi-haftasi-2025.html> Erişim: 21.08.2026.

⁴ Ulusal Halk Sağlığı Haftası 2026 yılı temaları, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğünden sözlü olarak öğrenilmiştir.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-78)

hâlinin desteklenmesi büyük önem taşımaktadır. Anne ve bebek sağlığının korunması, sağlıklı ailelerin ve toplumların temelini oluşturmaktadır.⁵

Sağlıklı Çocuk, Sağlıklı Nesil

Anne ve yenidoğan sağlığının ardından, haftanın bir diğer gününde çocuk sağlığının korunması ve geliştirilmesine dikkat çekilecektir. Çocuk ölümlerinin önlenmesi, çocukların nitelikli sağlık hizmetlerine erişiminin artırılması ve sağlıklı büyüme ve gelişmelerinin desteklenmesi önem taşımaktadır. Çocukların yeterli beslenme, güvenli bir çevre, korunma ve eğitim olanaklarına erişiminin sağlanması, sağlıklı nesillerin ve güçlü toplumların oluşmasına katkı sağlamaktadır.⁶

Bilgiyi Sorgula, Kaynağı Doğrula, Sağlığını Aşı ile Koru

Hafta kapsamında ele alınacak bir diğer konu, doğru sağlık bilgisine ulaşma ve bağışıklamanın önemidir. Sağlıkla ilgili bilgilerin güvenilir kaynaklardan edinilmesinin ve doğrulanmasının önemine dikkat çekilecektir.

Sağlığın korunması ve geliştirilmesinde doğru, güvenilir ve güncel bilgi büyük önem taşımaktadır; çünkü bireyler sağlıkla ilgili kararlarını sahip oldukları bilgi doğrultusunda vermekte, bu bilgi ise zamanla tutum ve davranışlara yansımaktadır. Bilginin doğru olması davranışların da doğru olmasına katkı sağlarken; yanlış ya da yanıltıcı bilgiler sağlıklı olumsuz yönde etkileyen karar ve uygulamalara yol açabilmektedir.⁷

Doğru bilgiye ulaşmanın önemli olduğu alanlardan biri de aşılamadır. Nitekim aşılarda hakkında güvenilir kaynaklardan edinilen doğru bilgi, toplumda aşıya duyulan güveni pekiştirerek bağışıklama oranlarının yükselmesine doğrudan katkı sağlamaktadır. Aşı uygulamaları, her yıl milyonlarca insanın hayatını kurtarmaktadır. Aşı hem bireyi hem de toplumu korumaktadır. Bu bakımdan aşılamaya her birey için yaşamsal bir ihtiyaç, sağlıklı yaşam ise herkesin hakkıdır.⁸

Kaybetmeden Fark Et

Bu başlık altında bağımlılıkların birey ve toplum sağlığı üzerindeki etkilerine dikkat çekilecektir. Tütün ve alkol kullanımı ile davranışsal bağımlılıklar, bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığının yanı sıra aile, sosyal, eğitim ve iş yaşamını da olumsuz etkileyebilmektedir. Tütün ürünleri kullanımı başta kanser, kalp ve damar ve solunum sistemi hastalıkları olmak üzere birçok hastalıkla ilişkilidir.⁹ Alkol kullanımı da önemli sağlık sorunlarına, kazalara, sosyal ve ekonomik kayıplara yol açabilmektedir.¹⁰ Davranışsal bağımlılıklar ise bazı bireylerde kontrol kaybı, işlevsellikte bozulma ve psikolojik sıkıntı ile seyreden bağımlılık tablolarına dönüşebilmektedir. Bu nedenle bağımlılıkların ve riskli kullanım davranışlarının erken dönemde fark edilmesi, koruyucu önlemlerin güçlendirilmesi ve ihtiyaç duyan bireylerin uygun destek hizmetlerine yönlendirilmesi büyük önem taşımaktadır.¹¹

⁵ [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-health-day/2025> Erişim: 31.08.2026.

⁶ [Internet] <https://www.un.org/en/global-issues/children> Erişim: 03.09.2026.

⁷ Aslan D. Halk Sağlığı Bakış Açısı İle İnfodemi Yönetimi. Ankara: Hipokrat Yayınevi; 2022. p. 1-5.

⁸ [Internet] <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler-5/24-30-nisan-2026-dunya-asi-haftasi.html> Erişim: 31.08.2026.

⁹ [Internet] https://www.who.int/health-topics/tobacco#tab=tab_1 Erişim: 31.08.2026.

¹⁰ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol> Erişim: 31.08.2026.

¹¹ [Internet] https://www.who.int/health-topics/addictive-behaviour#tab=tab_1 Erişim: 31.08.2026.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-78)

Sağlıklı Yaş Al, Sağlıklı Kal

Bu tema kapsamında diyabet, hipertansiyon, kalp ve damar hastalıkları, kanser ve kronik solunum yolu hastalıkları gibi bulaşıcı olmayan hastalıklara dikkat çekilmek istenmektedir. Dünya’da hastalık ve ölümlerin önemli bir bölümünü bu hastalıklar oluşturmaktadır. Tütün ve alkol kullanımı, sağlıksız beslenme, fiziksel inaktivite ve hava kirliliği bu hastalıklar için önemli değiştirilebilir risk faktörleri arasındadır. Sağlıklı yaş almak için bireylerin kendi risk faktörlerinin farkında olması, sağlıklı yaşam alışkanlıklarını benimsemesi ve düzenli sağlık kontrollerini yaptırması önem taşımaktadır. Özellikle kan basıncı ve kan şekerinin düzenli izlenmesi; diyabet, hipertansiyon ve kalp ve damar hastalıklarının erken dönemde fark edilmesine ve gerekli müdahalelerin zamanında yapılmasına olanak sağlamaktadır. “Riskini bil, kontrolünü yaptır, sağlığını koru” yaklaşımıyla hastalıkların erken tanısı ve düzenli izlemi desteklenerek sağlıklı yaşlanmaya katkı sağlanabilir.¹²

Bedenini Dinle, Harekete Geç

Sağlıklı yaşamın temel bileşenlerinden biri de düzenli fiziksel aktivitedir. Bu tema kapsamında fiziksel aktivitenin her yaşta fiziksel ve ruhsal sağlığın korunmasındaki önemine dikkat çekilecektir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre yetişkinlerin %31’i, ergenlerin ise yaklaşık %80’i önerilen fiziksel aktivite düzeyine ulaşamamaktadır. Fiziksel olarak yeterince aktif olmayan bireylerde ölüm riski, yeterince aktif olanlara göre %20–30 daha yüksektir. Düzenli fiziksel aktivite; kalp ve damar hastalıkları, hipertansiyon, tip 2 diyabet ve bazı kanserlerin önlenmesine katkı sağlarken ruh sağlığını, uyku kalitesini ve genel iyilik hâlini de desteklemektedir.¹³

Dünya Sağlık Örgütü, yetişkinlerin haftada en az 150–300 dakika orta şiddette veya 75–150 dakika yüksek şiddette fiziksel aktivite yapmasını önermektedir. Bu süre günlük yaşama uyarlandığında, haftanın çoğu günü yaklaşık 30 dakika orta şiddette aktivite yapılması hedeflenebilir. Çocuk ve ergenlerde ise günde ortalama en az 60 dakika orta-yüksek şiddette fiziksel aktivite önerilmektedir. Yürüme, bisiklete binme, spor yapma ve günlük yaşam içinde hareketi artırma gibi aktiviteler fiziksel aktivite kapsamında değerlendirilmektedir. Ayrıca DSÖ, herhangi bir miktarda fiziksel aktivitenin hiç hareket etmemekten daha iyi olduğunu ve uzun süre hareketsiz kalınan sürenin azaltılması gerektiğini vurgulamaktadır.¹³

Kanserde Erken Teşhis Hayat Kurtarır

Haftanın bir diğer önemli başlığını kanserden korunma, tarama ve erken tanı oluşturmaktadır. Bu başlık altında kanser taramalarının ve erken tanının önemi vurgulanacaktır.

Kanser hem dünyada hem ülkemizde ölüm nedenleri arasında ikinci sırada yer almaktadır. Dünyada ve ülkemizde yaklaşık her 6 ölümden birinin kanser nedeniyle gerçekleştiği görülmektedir. Dünyada her yıl yaklaşık 19,9 milyon kişi kansere yakalanmakta, 9,7 milyon kişi

¹²[Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases> Erişim: 31.08.2026.

¹³ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity> Erişim: 01.09.2026.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-78)

ise kanser nedeniyle hayatını kaybetmektedir. Benzer seyir devam ettiği takdirde, 2040 yılında 30 milyon yeni vaka ortaya çıkması beklenmektedir.¹⁴

Ülkemizde Ulusal Kanser Tarama Programı yürütülmektedir. Program kapsamında 40–69 yaş arasındaki kadınlara yılda bir kez klinik meme muayenesi yapılması ve iki yılda bir mamografi çekilmesi; 30–65 yaş arasındaki kadınlara beş yılda bir HPV-DNA testi ile rahim ağzı kanseri taraması yapılması; 50–70 yaş arasındaki kadın ve erkeklere ise iki yılda bir gaitada gizli kan testi uygulanması ve on yılda bir kolonoskopi önerilmektedir.¹⁴

Tarama sonucunda pozitif ya da şüpheli bulgu saptanan kişiler, ileri değerlendirme amacıyla ikinci ve üçüncü basamak sağlık kuruluşlarına yönlendirilmektedir. Gerekli tanı ve tedavi hizmetleri bu merkezlerde sürdürülmektedir. Bunun yanı sıra kanser taramalarına katılımın artırılması ve toplumun sağlık okuryazarlığının geliştirilmesi amacıyla illerde farkındalık çalışmaları yürütülmektedir. Kanser taramaları; Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM), İlçe Sağlık Müdürlükleri, Toplum Sağlığı Merkezleri (TSM), Sağlıklı Hayat Merkezleri (SHM) ve Aile Sağlığı Merkezlerinde (ASM) ücretsiz olarak yapılmaktadır.¹⁴

Sonuç olarak bu özel hafta kapsamında, koruyucu sağlık hizmetlerinin görünürlüğünü artırmak, tüm illerde halk sağlığı mesajlarının geniş kitlelere ulaştırılmasını sağlamak ve toplumsal farkındalığı güçlendirmek amacıyla çeşitli etkinlikler gerçekleştirilecektir.⁴

¹⁴[Internet] <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler-kanser/4-subat-duenya-kanser-guenue.html>.
01.09.2026.

Erişim: