

Hazırlayan: Uz. Dr. Halük Çağlayaner

Doktor-Hasta İlişkilerine Yeni Bir Bakış

*Doktor-Hasta İşbirliği
Hastanın Bakımıyla İlgilenen Herkes için
Gerekli İletişim Becerileri
Dr. Thomas Gordon - W. Sterling Edwards
Çeviren: Emel Aksay
1997, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 294+VIs.*

“Jinekoloğa ilk gittiğimde, hemşire beni muayene odasına aldı, elbiselerimi çıkartmamı, verdiği kağıt elbiseyi giymemi istedi. Doktorun hemen geleceğini söyledi. Donup kaldım. Sonunmadan önce doktoru göremeyecek miydim. Muayene masasında elbiselerim olmadan otururken yetenekli, bilgili bir kişi olarak kendimi nasıl takdim edebilecektim. Ama vücudumda kansere dönüşebilecek bir gelişme vardı, bu nedenle söylenenleri yaptım... Birkaç dakika içinde hemşire geri geldi ve “Uzanın doktor geliyor” dedi. İstenilene yaptım. Doktor geldi, kartımı okurken benden tarafa başıyla bir işaret yaptı ve benimle tek sözcük konuşmadan muayenesini bitirdi.” Sue Fisher *In the Patient's Best Interest: Women and the Politics of Medical Decisions.*

Hekim ve hakim Arapça hüküm ortak kökünden türemiştir. Hekim kelimesi hikmet (bilgelik) sahibi anlamının yanı sıra hüküm veren anlamını da içerir. Tarih boyunca hekimler yöneticilere yakın bir konumda bulunmuşlardır. 19. Yüzyılda da durum farklı değişti; ünlü psikoterapist Irvin Yalom 1880'ler Viyana'sını konu alan “Nietzsche Ağladı” romanında hasta-hekim ilişkilerinden şöyle söz eder: “O zamanın bütün doktorları gibi Breuer de hastalarının ona biraz aşağıdan yukarıya doğru bakmalarını tercih ederdi.” O günden bu yana yaşanan teknolojik gelişme sonucu hasta bakımının bir ekip işi haline gelmesi, toplum genelinde ilişkilerin demokratikleşmesi, hasta hakları hareketleri gibi bir çok etken birleşerek hasta ile hekim arasındaki mesafeyi azaltmıştır. Ancak, tıbbi terimlerden başlamak üzere birçok etken hala hasta ile hekim arasında önemli bir engel oluşturmaktadır. Elimizdeki kitap bu konuyu ele alıyor.

“Sağlık personelinin kullanabileceği inanılmaz teknolojik ve bilimsel ilerlemelere karşın, iletişim, hala hastalıkların teşhis ve tedavisinde klinik işlemlerin özü olarak görünür; çünkü hastaların sağlık personeliyle ilişkilerinin niteliği, kendilerine yapılan muameleden duydukları memnuniyeti güçlü bir biçimde etkiler.”

“Kuşkusuz sağlık personeli hastalarla iyi ilişkiler geliştirip bunları sürdürmeyi içtenlikle ister. Ne var ki, başka meslek üyelerine olduğu gibi, sağlık personeline de karşılıklı iyi ilişkiler kurmalarına yardımcı olacak iletişim becerileri hakkında çok az eğitim verilir. Aslında bu konuyla ilgili eğitimin temel yöntemliliği ve kuramı çok yenidir, 1950'lerden önceye gitmez. Ancak son yıllarda bazı tıp fakültelerinde ve hemşirelik okullarında öğrencilere iletişimle ilgili eğitim verilmeye başlanmıştır.”

Kronik hastalığı olanların doktorları, hemşireleri ve aileleri ile iletişimlerinde problemleri kardiyovasküler cerrahi profesörü Sterling Ed-

wards'ın dikkatini çekmiş; hastayla ilgilenen herkesin hastalıkla ilgili bilgi ve öneriler vermek istediklerini ama hiçbirinin korku, belirsizlik, depresyon gibi duyguları dinlemek istemediklerini görmüş. Elimizdeki kitabı etkin dinleme (empatik dinleme, ben iletleri, katılımcı sorun çözme, kaybeden yok çatışma çözümü) yöntemini geliştiren (Etkili Anababa Eğitimi kitabı ülkemizde de yayınlanan) Thomas Gordon ile birlikte kaleme almışlar.

Çocuk doktoru Naomi Remen'in “Son 50 yıllık sürede, tıp bilimi tıp sanatından yavaş yavaş uzaklaştı. Modern doktorlar hastalarına yalnızca bilimle hizmet verme eğilimindedir. Hastalar bilimsel bakımdan değerini bildikleri halde bundan hoşnut değiller, daha çok eleştiriyor ve eskiye göre daha düşmanca duygular besliyorlar” sözlerini aktaran yazarlar şu uyarıyı yapıyorlar: “Hastaların hoşnutsuzluğu tedaviye uymama, yanlış tedavi için dava açma, hastalara kişi olarak daha fazla ilgi gösterdikleri düşünülen (akupunktur, hipnoz, masaj yapan) şifa dağıtan kişilere gitme gibi çeşitli biçimlerde kendini gösterebilir.”

Hem hastalar, hem de sağlık personeli için yararlı bir kitap.

Uyku Uyuyamamak mı, Uyanamamak mı?

*Prof. Dr. Hakan Kaynak
1998, Miliyet Yayınları, İstanbul, 198s.
ISBN 975-313-001-5*

Uyku bozuklukları özellikle ülkemizde yeni yeni ele alınmaya başlanan bir konu. Oysa hayatımızın üçte bir uykuda geçiyor, uykunun istenen nitelikte olmaması uyanık olarak geçirdiğimiz üçte ikiyi de olumsuz yönde etkiliyor.

“Toplumun yaklaşık %90'ı hayatın bir döneminde uykusuzluk problemiyle karşılaşılıyor, üçte biri haftanın birkaç gecesini istediği gibi uyuyamadan geçiriyor.

Her 100 kişiden en az beşi solunum problemleri nedeniyle uykusunu alamadan uyanıyor, birçoğu ertesi gün uyuklamasına engel olamıyor. Toplumun %40'ı horluyor ve daha da önemlisi horlamayı normal olarak kabul ediyor.”

Kitap uykuya ilgili genel bilgiler, Uykunun mekanizmaları, Uykunun organizmadaki rolü, Rüyalar, Uykusuzluk, Uykusuzluk çekenlerin uykusu laboratuvarında izlenmesi, Sürelerine göre uykusuzluklar, Uzun süreli uykusuzluğun nedenleri, Uykusuzluğun tedavisi, Hiper-somni ve gündüz aşırı uykululuk, Horlama ve uykuda solunum bozuklukları, Obstrüktif uykusu-apne sendromu, Diğer uykuda solunum bozukluğu sendromları, Narkolepsi-katepleksi sendromu, Klein-Lewin sendromu, Parasomniler bölümlerinden oluşuyor. Sonunda konuyla ilgili küçük bir sözlük yer alıyor.

Sağlık alanında çalışmayanların da anlayacağı sade bir dille kaleme alınan kitap birinci basamak hekimlerinin hem yararlanabilecekleri, hem de bakımını üstlendikleri kişilere önerebilecekleri bir kaynak.