

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-26

12 KASIM DÜNYA ZATÜRRE GÜNÜ

Zatürre nedir?

Zatürre (tıp dilinde pnömoni), kısaca akciğer dokusunun iltihaplanmasıdır.¹ Çoğunlukla bakteri, virüs ve mantar gibi mini canlıların akciğerde meydana getirdiği bir enfeksiyon olmakla birlikte nadiren toz, parazit, kimyasal maddeler ve gıda artıklarının akciğerlere kaçması nedeniyle de oluşabilmektedir.^{2,3}

Zatürrede, akciğerdeki küçük hava kesecikleri (alveoller) iltihap nedeniyle sıvıyla dolar ve solunan temiz havanın (oksijenin) hava keseciklerinden kana geçmesi zorlaşır. Bu durum hastalarda öksürük, ateş, üşüme-titre ve solunum problemleri gibi hastalık belirtilerinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır.²

Zatürre neden önemli bir hastalıktır?

Zatürre dünya genelinde diğer hastalıklara göre daha çok ölüme neden olmaktadır.^{2,4,5,6,7}

- ✓ Zatürre dünyada yaklaşık her yıl 450 milyon insanda görülen yaygın bir hastalıktır.
- ✓ Zatürre beş yaş altı çocuklarda en fazla ölüme neden olan bir enfeksiyon hastalığıdır.
- ✓ Tek başına zatürre dünyada beş yaş altı çocuklarda, AIDS, sıtma ve verem hastalıklarına bağlı ölümlerin toplamından daha fazla ölüme neden olmaktadır.
- ✓ 2012 yılında dünyada 1,1 milyon beş yaş altı çocuk zatürreden dolayı hayatını kaybetmiştir ve bu çocukların büyük bir kısmı iki yaşına dahi ulaşmadan kaybedilmiştir.
- ✓ Ölümlerin ne yazık ki %99'u sağlık hizmetlerine ve tedaviye ulaşımın yetersiz olduğu gelişmekte olan ülkelerde gerçekleşmiştir.

Zatürrenin belirtileri nelerdir?

Zatürre ve belirtileri kişilerin sağlık durumuna ve yaşına göre değişiklik göstermektedir. Hastalık bazen hafif belirtilerle kendini gösterirken bazen de hayatı tehdit eden ciddi sakatlıklara ve ölümlere neden olmaktadır. Zatürreli hastalarda sıklıkla öksürük (balgamlı veya kuru), halsizlik, ateş, nefes darlığı ve solunum sayısı artışı görülmektedir.^{2,4}

Zatürre kimlerde daha sık görülür?

Hiç kimse zatürreye karşı bağışık değildir.⁵ Bu hastalık;

- ✓ Bebek ve küçük çocuklar (iki yaş altı)
- ✓ Altmış beş yaş ve üzeri kişilerde (yaşlılarda) **ciddi** seyredebilmektedir.⁴

Hastalık ayrıca aşağıdaki gruplarda daha sık ve tehlikeli seyredebilmektedir:

- ✓ Astım, kronik bronşit gibi akciğer hastalığı ve kalp hastalığı gibi kronik hastalığı olanlar arasında
- ✓ Organ nakli olanlar, kemoterapi alanlar, uzun dönem steroid kullananlar, HIV/AIDS gibi bağışıklık sistemi zayıf olanlar arasında
- ✓ Sigara içen ve aşırı alkollü içecek tüketen kişiler arasında

¹ McLuckie, [editor] A. (2009). *Respiratory disease and its management*. New York: Springer. p. 51.

² http://en.wikipedia.org/wiki/Pneumonia#cite_note-RespText09-1. Erişim tarihi: 10.11.14.

³ <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pneumonia/basics/causes/con-20020032>. Erişim tarihi: 10.11.14.

⁴ <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pneumonia/basics/risk-factors/con-20020032>. Erişim tarihi: 10.11.14.

⁵ <http://www.healthline.com/health/pneumonia#Overview1>. Erişim tarihi: 10.11.14.

⁶ http://www.who.int/pmnch/media/events/2013/pneumonia_day/en/. Erişim tarihi: 10.11.14.

⁷ <http://worldpneumoniaday.org/wp-content/uploads/2014/11/World-Pneumonia-Day-Infographic-2014.pdf>. Erişim tarihi: 10.11.14.

Bu doküman Dr. Ömer Turhan ve Dr. Levent Akın tarafından hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik, vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:
Turhan Ö, Akın L. Dünya Zatürre Günü. HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-26 [İnternet] <http://www.halksaqliqi.hacettepe.edu.tr/>.
Erişim:11.11.2014.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-26

Tedavi

Yukarıda belirtilen yakınmaları olan kişiler muhakkak hekime başvurulmalıdır. Bazı hastaların hastaneye yatırılarak tedavileri gerekebilir.

Zatürreden korunmak için ne tür önlemler almak gereklidir?

Birçok faktör zatürreye neden olabilmektedir. Bu nedenle sadece tek bir önlem hastalığın önlenmesi, tedavisi ve kontrolünde etkili olmamaktadır. Dünya Sağlık Örgütü uygulanması basit ancak uygulandığı takdirde hastalığın olumsuz sağlık sonuçlarını azaltacak beş etkili önleme dikkati çekmektedir. Bu önlemler aşağıda sıralanmıştır:⁶

- ✓ Bebekler ilk 6 ay sadece anne sütü, iki yaşına kadar da anne sütüyle birlikte besleyici katı gıdalarla beslenmeli
- ✓ Çocuklar boğmaca, kızamık, hemofilus influenza tip b (bir bakteri türü) ve pnömokok (bir bakteri türü) aşılarıyla aşılanmalı
- ✓ Güvenli içme suyu, sanitasyon ve el yıkama imkanlarının sağlanması
- ✓ Kapalı alan hava kirliliğinin azaltılması (evde sigara içilmemesi, ısıtma ve yemek pişirme sistemlerinin daha sağlıklı hale getirilmesi gibi)
- ✓ Hastalar tedavi edilmeli (ilaç ve oksijen kullanılarak)

DİKKAT!

***Zatürre kaynaklı ağır hastalıklardan ve ölümlerden korunmak mümkündür.
Zatürreyle başa çıkmak için karmaşık çözümlere gerek yoktur.***

Bu doküman Dr. Ömer Turhan ve Dr. Levent Akın tarafından hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik, vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:
Turhan Ö, Akın L. Dünya Zatürre Günü. HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-26 [İnternet] <http://www.halksaqliqi.hacettepe.edu.tr/>.
Erişim:11.11.2014.