

Pandemilerde sağlık okuryazarlığı ve medya

Prof. Dr. Selma Altındış



İlk ve orta öğrenimini İstanbul'da tamamladı. Selçuk Üniversitesi Dış Hekimliği Fakültesi'nden mezun oldu. Bir süre Konya'da serbest dış hekimliği yaptı. Afyon Kocatepe Üniversitesi İşletme Anabilim Dalında doktorasını tamamladı. Altındış halen Sakarya Üniversitesi İşletme Fakültesi Sağlık Yönetimi Bölümünde görev yapmaktadır.

Günümüzde teknolojinin sunduğu imkanlarla topluma yön veren, onları şekillendiren, davranış kalıplarını geliştirenler, bilgilere çok kolay ve hızlı bir şekilde erişilmektedir. Bu erişim hızı, medya ve iletişim teknolojileri ile her geçen gün artmaktadır. Özellikle toplumun bu teknolojileri kullanım miktarı ve sıklığının artmasıyla, bu bilgilerin etkisi de artmaktadır. Dolayısıyla edinilen sağlık bilgilerinin olumlu/olumsuz, toplumsal ve bireysel etkilerinin olabileceği bu yönüyle eleştirel incelenmesi, özümsemesi ve yaşama uygulanma biçimini de belirleyen sağlık okuryazarlığı konusunun bu anlamda dikkate alınması son derece önemlidir (1). Ayrıca günümüz ve içinde bulunduğumuz dönemde, insanlık, yeni davranış değişikliklerini de beraberinde getiren ve kıtaları aşan bir salgınla karşı karşıya kalmıştır. Ülkemiz de bundan, gerek ekonomik, sosyal ve kültürel yönden, gerek sağlık ve sağlık hizmetleri yönüyle etkilenmektedir. Böylesi dönemlerde işimizi kolaylaştıracak, doğru bireysel ve toplumsal hareketlerin gelişmesini sağlayacak bir sağlık bilinci, diğer bir ifade ile sağlık okuryazarlığı gerekli görülmektedir.

Nedir Sağlık Okuryazarlığı?

Sağlık okuryazarlığı kısaca "hastaya tıbbi bir konuda herhangi bir bilgi verilmesi istendiğinde, kişinin bu bilgiyi

anlayıp, yorumlaması ve buna uygun davranış göstermesi"dir (2). Daha kapsamlı bir ifade ile sağlık okuryazarlığı "*insanların sağlıkları ile ilgili olarak günlük yaşamlarında karar almak, yaşam kalitelerini yükseltmek ve sürdürmek, sağlıklarını geliştirmek, hastalıklarını önlemek amacıyla gerekli sağlık bilgisine erişme, anlama, değer biçme, onu kullanma motivasyonu ve yeterliliğidir*" (3).

Sağlık okuryazarlığı "*sağlık hizmetleri çevresindeki işlevler için temel okuma ve gerekli işlevsel görevleri yerine getirebilmeyi kapsayan beceri kümesi*" şeklinde de tanımlanmaktadır. Bu beceriler, bireylerin reçete edilen ilaçları, hasta eğitim broşürleri, taburculuk sonrası hastalara verilen talimatlar gibi diğer sağlıkla ilgili materyalleri okuma ve anlama kabiliyetlerini içerir (2, 4, 5). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) de benzer şekilde bir tanım yapmıştır. Bu tanımda elektronik sağlık okuryazarlığından bahsetmiş ve onu şöyle tanımlamıştır: "*Sağlık bilgilerini elektronik kaynaklardan arama, bulma, anlama ve değerlendirme ve kazanılan bilgileri bir sağlık sorununun önlenmesi, ele alınması veya çözülmesine uygulama becerisidir*" (6).

Bu iki tanımda da bireylerin sağlık okuryazarlığının, onlara sağlık hizmetleri ile ilgili konularda bilgi sahibi olmaları ve karar verebilmelerini destekleyici özelliğinden bahsedilmektedir. Ayrıca sağlık okuryazarlığı bireylerin sağlıkla-

rını koruma ve geliştirmenin yanı sıra; yaşam kalitesini yükseltecek sağlık ile ilgili bilgi kaynaklarına ulaşabilmeleri, bu amaçlarla bireylerin erişmiş oldukları bu bilgilerin mesajları doğru olarak algılamaları ve anlamlandırmaları yönündeki istek, çaba ve kapasitelerini geliştirmektir (7).

Sağlık okuryazarlığı her dönemde, özellikle de yaşadığımız salgın dönemlerinde hastalıkların önlenmesi, sağlıklı olmanın ve sağlıklı kalmanın teşviği ve geliştirilmesi açısından önem teşkil eder. Bunun yanı sıra sağlık okuryazarlığı; sağlık hizmetlerinin kullanımı ile bu bilgilerin elde edilebilmesi, anlaşılabilirliği, değerlendirilerek karar verilebilmesi ve kullanılabilirliği hususlarında toplumun ya da bireyin yetkinlik kazanması adına son derece önemlidir (9). Ancak burada vurgulanması gereken önemli bir nokta vardır. O da sağlık okuryazarlığında bilgi sahibi olmanın yeterli olmadığı, davranış değişikliğine yol açacak bir bilincin sağlanması gerektiği olduğudur. Zira bilgi davranışı değiştirmez. Eğer değiştirseydi herkes istisnasız emniyet kemeri takardı ya da sigara içme oranları bu düzeyde olmazdı. Dolayısıyla burada elde edilen bilgileri doğru davranışa yönlendirecek bir sağlık okuryazarlık düzeyinden bahsediyoruz.

Bir toplumda ya da bölgede belirli bir hastalığın, içinde bulunulan dönemde (mevsim, ay gibi) normal şartlarda

beklenenden daha çok kişide görülmesi olarak tanımlanan epideminin, pek çok ülkeyi pek çok etkisi altına alarak kıtaları aşmasına ve büyük salgınlara dönüşmesine pandemi denir. Bugünlerde Covid 19'un enfekte ettiği birçok insan hayatını kaybetmiştir ve bu kıtaları aşan bir durumdur. Dünyada çok sık rastlanmayan ve etki alanı bu denli genişlemiş pandemilerde, hastalıkla baş edebilmek ve bunu en az zararla atlatabilmek için konunun çok kapsamlı bir şekilde ele alınması gerekir. Böyle bir yaklaşım sergilenmesi için ise birçok paydaşın (medya, sağlık kuruluşları, eğitimciler, sağlık profesyonelleri ve eğitimcileri, iş dünyası ya da ekonomik faaliyetler, genel eğitim hizmetleri, kamu kuruluşları, tüm akademik alanlar vs.) birlikte hareket etmesi son derece önemlidir. Bu doğrultuda istenen sonuçlara ulaşmak için topluma da büyük sorumluluklar düşmektedir. Ancak, burada toplumun beklenen davranışları gösterebilmesinde önce onların genel okuryazarlık, arkasından da belirli bir sağlık okuryazarlık düzeyine erişmesi gerekir (8).

İdeal sağlık okuryazarlığına sahip birey/toplumların, şu konularda sağlık bilgilerini araştırabilme ve değerlendirebilme yeteneğine sahip olması beklenir (9):

- Bireylerin, doktor ifadelerini doğru ve tam olarak anlaması.
- Hastalıklara ilişkin, kitle iletişim araçlarıyla iletilen bilgilerin doğru olup olmadığının değerlendirilebilmesi.
- Stres veya depresyon gibi birtakım ruh sağlığı sorunlarının yönetilebilmesinde doğru bilgileri ayırt edip bulabilmesi.
- Tıbbi tedavilerinde öz bakım için gerekli olan talimatları anlaması ve uygulayabilmesi.
- Bilgiye dayanan, sağlığı geliştirici kararları alabilmesi.
- Sağlığını geliştirme ve iyileştirmesine yönelik yaşam tarzı değişikliklerini, önerilen şekilde planlayabilmesi ve uygulayabilmesi.
- İhtiyacı olduğunda sağlık hizmetlerine nasıl, ne zaman ve nereden erişebileceğini bilmesi.

• Sağlığı geliştirici bilgi ve deneyimleri başkalarıyla paylaşabilmesi.

• Gıda paketlerinde ya da kullandığı diğer malzemelerde yer alan bilgileri, sağlıkla ilişkilendirebilecek şekilde doğru anlayabilmesi.

• Toplumda yapılan sağlık ve esenlik verici aktivitelere katılım sağlayabilmesi.

Sağlık okuryazarlığı, aslında günlük yaşam içerisinde ihtiyaç olan, ancak pandemilerde daha da önem kazanan hastalık ve hastalıklardan korunmayı, gerektiğinde sağlık hizmetlerini kullanmayı ve sağlığın geliştirilmesini hedefler. Bu hedeflere ulaşmak için de bireylerin bu konularda, özellikle içinde bulunduğumuz salgın döneminde, gerek sağlık risklerini gerek bu riskleri bertaraf edecek bilgileri anlayabilecek ve uygulamalarına ilişkin istek ve kapasitelerini geliştirebilecek sağlık okuryazarlık düzeyine ulaşması gerekir (9).

Medyanın verdiği mesajların eğitim ve bilgilendirmenin yanı sıra yaşam biçimini etkilediği ve şekillendirdiği ileri sürülmektedir. Bu bağlamda gencinden yaşlısına kadar farklı bireye kolayca ulaşan medya, sadece bilgi kaynağı değil; eğitici, eğlendirici ve çeşitli yönlerden etkileyicidir, hatta davranış değişikliğine neden olan yakın arkadaş işlevi görmektedir (1, 10).

Bireylerin ve dolayısıyla da toplumların sağlıklarını geliştirebilmesi için lüzumlu konularda bilgiye ulaşması ve bu bilgilerin kullanımında/paylaşımında medyanın sıklıkla yer alması söz konusudur (11).

Medya araçları, kişilerin sağlıklarıyla ilgili bilgilere hızlı bir şekilde ulaşması ya da birçok kişiye aynı anda ulaşabilme imkanı sunması gibi avantajlara sahiptir. Hiç kuşkusuz ki bu avantajların, doğru sağlık bilgilerinin ve doğru davranışların topluma aktarılabilmesi, sunulan sağlık hizmetlerinden insanların haberdar olması, olumlu sağlık davranışlarının geliştirilmesi, birey ve toplum sağlığı gibi konularda farkındalığın artırılması, kısaca sağlık bilincinin geliştirilmesi alanlarında önemli katkılar sunduğu belirtilmektedir (12, 13, 14, 15). Ancak bu noktada medya okuryazarlığına, en az sağlık okuryazarlığı kadar ihtiyaç duyulduğunu vurgulamak yanlış olmayacaktır.

Sonuç olarak pandemilerde daha da önem kazanan sağlık okuryazarlığının artırılmasında medyanın kullanımını önem kazanır. Ancak medyanın istenen davranış değişikliğini yaratması için medya okuryazarlığına sahip toplumların olması da son derece önemlidir.

Kaynaklar

1) Önal, H.İ. (2007). *Medya Okuryazarlığı: Kütüphanelerde Yeni Çalışma Alanı, Türk Kütüphaneciliği*, 21(3), 335-359.

2) Balçık, Pınar Yalçın; Taşkaya, Serap; Şahin, Bayram(2014), "Sağlık-Okur Yazarlığı",TAF Preventive Medicine Bulletin, ss. 321-326.

3) Çopurlar, C.K. ve Kartal, M. (2016). "Sağlık Okuryazarlığı Nedir? Nasıl Değerlendirilir? Neden Önemli?" *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, ss. 42-47.

4) Parker, R. M., Williams, M. V., Weiss, B. D., Baker, D. W., Davis, T. C., Doak, C. C., ... & Schwartzberg, J. G. (1999). *Health literacy-report of the council on scientific affairs. Jama-Journal of The American Medical Association*, 281(6), 552-557.

5) Yılmazel, G., & Çetinkaya, F. (2016). *Sağlık okuryazarlığının toplum sağlığı açısından önemi. TAF Prev Med Bull*, Vol 15 (1), 69-74.

6) WHO,(2019). https://www.who.int/global-coordination-mechanism/working-groups/digital_hl.pdf (Erişim Tarihi: 10.04.2020).

7) Yıldırım, F., Keser, A. (2015). *Sağlık Okuryazarlığı. Ankara Üniversitesi Basımevi, Ankara.*

8) Sorensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J. et al. *Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health* 12, 80 (2012). [HTTPS://DOI.ORG/10.1186/1471-2458-12-80](https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-80)

9) Kickbusch, I., Pelikan, JM., Apfel F., and Tsouros AD. (2015). *Sağlık Okuryazarlığı: Sağlam Kanıtlar. http://www.skb.gov.tr/wp-content/uploads/2015/05/saglik-okur-yazarligi-WEB.pdf* Erişim Tarihi.7 Nisan 2020.

10) Erkoç, Y., Çom, S., Keskinlikç, B., Karakaya K. (2011). *Sağlığın Teşviki ve Geliştirilmesi Sözlüğü. Anıl Matbaacılık. Ankara.*

11) Saçan, S., & Adıbelli, D. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Medya Okur-Yazarlık Düzeylerinin Bazı Faktörlerle İlişkisi, Global Media Journal TR Edition*, 6(12), 27-43.

12) Mendi, B. (2015), "Sağlık İletişiminde Sosyal Medyanın Kullanımı: Dünya'daki ve Türkiye'deki Uygulamalar," *Marmara Üniversitesi Öneri Dergisi*, s:275-290.

13) Kırgız, A.C. (2015) "The Key Role of Media Literacy in the Forming of Critical Health Literacy: The Case of Social Media in Turkey", *Journal of Social and Administrative Sciences*, ss.18-27.

14) Sütçü, C.S. ve Tosyalı H. (2016) "Sağlık İletişiminde Sosyal Medya Kullanımının Bireyler Üzerindeki Etkileri", *Maltepe Üniversitesi İletişim Dergisi*, Sayı 2, s:1-20, İstanbul

15) Güler, Ç. (2006). *Kitle İletişim Araçları ve Sağlık. Toplum Hekimliği Bülteni*, 25(1), 1-4.