

Salgınları önleme ve kontrolde sağlık okuryazarlığının katkısı

Prof. Dr. Selma Altındış



İlk ve orta öğrenimini İstanbul'da tamamladı. Selçuk Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesinden mezun oldu. Bir süre Konya'da serbest diş hekimliği yaptı. Afyon Kocatepe Üniversitesi İşletme Ana Bilim Dalı'nda doktorasını tamamladı. Altındış halen Sakarya Üniversitesi İşletme Fakültesi Sağlık Yönetimi Bölümü'nde görev yapmaktadır.

Günümüzde pandeminin ortaya koyduğu kısıtlar ve bunlara ilişkin olumlu ve olumsuz tüm sonuçlar, sağlık sektörünü ilgilendiren temel bazı konuları dikkatlerimize sundu. Pandemi, ülkelerin sağlık ve sağlık hizmetleri konusunu merkeze almaları gerektiğini ve bu konuda kendi kendine yetebilmenin önemini şaşırtıcı bir şekilde ortaya koydu. Bunlara ilave olarak, bu pandemi döneminde hükümetlerin ve sağlık hizmeti sunucularının işlerini kolaylaştıracak daha az vaka ve daha kolay yönetilebilir sağlık hizmetlerinin sunulmasında toplum davranışlarının önemi ortaya çıktı. Başka bir ifade ile salgınların kontrol altına alınmasında ve alınan önlemlerin istenen sonuca ulaşmasında birçok paydaşın yanı sıra toplum reaksiyonunun da ne denli önemli olduğu görüldü. Sıklıkla literatürde farklı başlıklarla araştırılan konularda (hastalıkların yönetimi, akılcı ilaç kullanımı, sağlık hizmetlerinin etkili ve verimli sunumu gibi) toplum davranışlarının önemi vurgulanıyordu. Ancak böyle hızlı değişim gerektiren dönemlerde değişime ayak uydurulmasında toplumun ne kadar önemli bir aktör ve paydaş olduğu, hem politika yapıcılar hem ilgili taraflarca daha net görülmüş oldu. Özellikle alınan kararlara uyumun, sonuçlar üzerindeki etkisi görüldükçe bu farkındalık daha da bariz hale geldi.

Aslında bu noktada toplumların hızla alınması gereken eylemlere uyum ka-

biliyetini de artıran sağlık okuryazarlık düzeylerinin geliştirilmesi ya da iyileştirilmesi, salgınlarda yararlanılabilecek önemli bir araç ya da yöntem olarak değerlendirilebilir. Çünkü toplumların sağlık okuryazarlık düzeylerinin sağlık davranışları ile uyumlu olduğu ilgili literatürde belirtilmektedir. Dolayısıyla salgınların kontrol edilmesinde toplumların sağlık okuryazarlık düzeylerinin önemli bir avantaj yaratacağını söylemek ütopyik bir düşünce olmayacaktır.

Salgın ve Diğer Hastalıkların Yönetiminde Sağlık Okuryazarlığının Önemi

Hiç kuşkusuz sağlık okuryazarlığı, her dönemde önemlidir. Ancak salgın dönemlerinde daha da önemli hale gelen sağlık okuryazarlığının ortaya koyduğu yararlar bunun göstergesidir. Bu yararlar:

Yüksek okuryazarlık düzeyi, birey ve toplum için;

Sağlıklı yaşam yılını ve kalitesini artırır. Yüksek okuryazarlık düzeyine sahip bireyler ve toplumun sağlığa ilişkin davranış ve tutumları da olumlu yönde geliştirmektedir. Yapmaları gereken davranışlar konusunda öz etkililikleri gelişen bireylerin motivasyonları ve sorun çözme becerilerinin artması, diğer bireylerle etkili ilişkiler kurabilmeleri, karar verme yetkinliği kazanmaları sonucu daha fazla sağlıklı yaşam biçimi geliştirirler.

Sağlıkları ile ilgili konularda aktif rol alırlar. Doğru sağlık bilgisine sahip bireyler, gereksiz sağlık hizmeti almaya- rak ya da verilen hizmeti sorgulayarak muhtemel gelişebilecek tıbbi hataların azalmasına destek olabilirler.

Sağlıkları ile ilgili konularda öz-yönetim becerileri ve uyumlarında artış görülür. Gerek aldıkları sağlık hizmetine gerek tedaviye ilişkin olarak daha uyumlu, verilen yönergeleri yerine getirme konusunda daha istekli ve başarılı olmaları söz konusudur.

Sağlıkları ile ilgili konularda kararlara katılırlar. Tedavi seçeneklerini anlaması ve uygun tedavi seçeneğine karar verebilmesinin yanı sıra hekimini, sağlığına ilişkin konuda kolaylıkla bilgilendirebilir. Çünkü bazen verilecek sağlık hizmeti için en küçük bir detay bile çok değerlidir, tedavinin seyrini ve sonucunu değiştirebilir. Bu bilginin hasta tarafından sağlık profesyoneline sunulması ancak aktif katılımı mümkün olabilir ki, bu da sağlık okuryazarlık düzeyiyle çok ilişkilidir.

Yaptığının sonuçlarını bilen bir bilinç ile hareket ederler. Aldıkları tedavide kendilerinin de önemli sorumluluklarının olduğu bilincine sahiptirler. Hastane sonrası bakım ve işlevler örneğin maske, fiziksel mesafe, diyet, egzersiz yapma ya da düzenli uyku, beslenme gibi kendisine dönük işlevlerin önemini farkında olması, bunlara dikkat etmediğinde ne şekilde sonuçlanacağını bilir.

Sağlık profesyonelleri için;

Etkin iletişim sağlama: Yüksek sağlık okuryazarlığına sahip bireyler, doktorları ya da kendisine sağlık hizmeti sunan sağlık profesyonelleri ile daha iyi ve kolay iletişim kurarlar.

Daha etkili sonuçlar ve mesleki tatmin: Daha iyi iletişim kurma becerisi ve yetkinliği kazandıran sağlık okuryazarlığı, sağlık sonuçlarının etkinliğini de artırır. Bu durum ise verdiği hizmetlerde başarılı sonuçlar elde eden sağlık profesyonellerinin mesleki tatminini yükseltir.

Sağlık sistemi için;

Sağlık hizmetinin gereksiz kullarımlarını azaltma: Hangi sağlık hizmetini nerede, nasıl, ne zaman ve kimden alacağını bilme becerisini de geliştiren sağlık okuryazarlığı böylece bilgisizlikten kaynaklanan gereksiz hizmet alımlarını azaltacaktır. Ayrıca birey olarak kendisinin yapabilecekleri konusunda da bilgi ve beceriye sahip olmasını sağlayacak sağlık okuryazarlığı ile basit işlemler için sağlık kurum ve profesyonellerini meşgul etmeyecektir.

Acil servis kullanımında azalma: Sağlık okuryazarlığı kişiye özellikle pandemi dönemlerinde gereksiz yere sağlık kuruluşlarının meşgul edilmesini gerektirdiğini ve acil durum gereken durumları iyi bilir.

Hastane yatışlarda, kalma süresinde ve mortalite oranlarında azalma: Sağlık okuryazarlığı olan bireyler, sağlık profesyonelleri ile daha kolay iletişim kurar ve iş birliği geliştirirler. Bunlar da hastanede kalış süresini azaltır.

Ülkeler için;

Sağlıktaki eşitsizlikleri azaltır: Bireyler ihtiyaçlarına göre sağlık hizmetlerinden yararlanmalıdır. Ancak düşük düzeyde sağlık okuryazarlığına sahip olan yaşlılar, düşük eğitim ve gelirli olan bireyler gibi grupların sağlık hizmetlerini kullandırmalarında eşitsizliklerle karşılaşmaları daha olasıdır. Bu durumda önemli bir eşitsizlik yaratır. Sağlık okuryazarlığı bu bireylere yukarıda da ifade edilen becerileri kazandırarak bu bireylerin bu konuda güçlendirilmesini sağlayacaktır.

Sosyokültürel yapıyı zenginleştirir:

Sağlık okuryazarlığı hem bireysel hem toplumsal fayda sağlar. Bu fayda salgın dönemlerinde daha görünür hale gelir. Salgının riskleri konusunda yüksek bir bilinç düzeyine sahip bireyler, kendilerini korurken aslında bulaşı engellemekle toplumu da korumuş olurlar. Birbirini uyararak, örnek olan bireylerden oluşmuş bir toplumun salgını kırmaya çok daha kolay olacaktır.

Sağlık harcamalarını azaltır: Gereksiz kullanımların ve acillere gereksiz müracaatların azalması, sevk zincirine riayet yani öncelikle 1. basamakta ihtiyaçların giderilmesi, tıbbi hataların azalması ve daha kısa süreli yatışlar sağlık harcamalarının azalmasına kaynakların gereksiz bir şekilde heba edilmesine engel olacaktır.

İnsan kaynağı gibi önemli bir sermayeyi koruma ve ekonomik dinamikler açısından daha güçlü bir pozisyonda kalabilme: Bir ülkenin en değerli sermayesi insan kaynağıdır. Ekonominin çarklarının dönmesi için insan kaynağına ihtiyaç vardır. Eğer bir ülke, ne yapacağını bilemeyen, kendini koruyacak bilince sahip olmayan insan kaynağına sahipse o ülkede vaka sayısının artması da kuvvetle muhtemeldir. Onları güçlü kılacak, hastalanmasını azaltacak, hastalandığında tedaviye ve önlemlere uyumlu, koordine olabilmelerini sağlayacak bir güçlü bir araçtır sağlık okuryazarlığı.

İş gücü ve verimlilik kayıplarının önüne geçme: Salgın dönemlerinde sağlık bilinci gelişmiş bireyler, daha iyi korunacak, daha az hastalanacaklar, dolayısıyla iş gücü ve verimlilik kaybı da minimum düzeyde kalacaktır.

Salgın gibi durumlarda daha hızlı ve etkili sonuçlara ulaşılır: Sağlık okuryazarlığı, toplumların daha etkili ve işlevsel olmalarına yardımcı olur. Yüksek okuma yazma düzeyine sahip bireylerden oluşan topluma ulaşan doğru bilgi ve davranış modelleri, onlar tarafından hızlıca alınıp değerlendirilecek ve doğru davranış gösterilecektir. Böylece sağlık sisteminde aksamalar yaşanmayacak, sistemin çökmesi engellenmiş olacaktır. Ayrıca rutine dönüş ya da yeni normallere hızla adapte olunacaktır. Dolayısıyla bu denli faydalara sahip olan sağlık okuryazarlık konusunun ilgililerin gündemine alınmasında yarar olduğu

Sağlık okuryazarlığı, toplumların daha etkili ve işlevsel olmalarına yardımcı olur. Yüksek okuma yazma düzeyine sahip bireylerden oluşan topluma ulaşan doğru bilgi ve davranış modelleri, onlar tarafından hızlıca alınıp değerlendirilecek ve doğru davranış gösterilecektir. Böylece sağlık sisteminde aksamalar yaşanmayacak, sistemin çökmesi engellenmiş olacaktır. Ayrıca rutine dönüş ya da yeni normallere hızla adapte olunacaktır.

söylenbilir. Konuya ilişkin ivedilikle bir eylem planının yapılıp, uygulamaya konulması gerek bireyler ve sağlık kuruluşlarına gerek ülkelere önemli avantajlar sunacaktır.

Kaynaklar

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

Güven Ali (2016). Sağlık Okuryazarlığını Etkileyen Faktörler ve Sağlık Okuryazarlığı ile Hasta Güvenliği İlişkisi, Yüksek Lisans Tez, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Nutbeam, D. (2000). Health Literacy as A Public Health Goal: A Challenge for Contemporary Health Education and Communication Strategies into the 21st Century. Health Promotion International, 15 (3), 259-267.

Nutbeam, D. (2008). The Evolving Concept of Health Literacy, Journal of Social Science & Medicine, (67), 2072-2078.

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.

SB, Türkiye Sağlık Okuryazarlık Düzeyi ve İlişkili Faktörleri Araştırması, <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/SOYA%20RAPOR.pdf>.

Yılmazel, G., & Çetinkaya, F. (2016). Sağlık Okuryazarlığının Toplum Sağlığı Açısından Önemi. TAF Prev Med Bull, Vol 15 (1). 69-74.

Yılmaz, M., & Tıraki, Z. (2016). Sağlık Okuryazarlığı Nedir? Nasıl Ölçülür? Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 9(4).142-147.