

Salgında ön cephedekiler

Prof. Dr. İbrahim İkizceli
(İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa)

"Korona günlerinde cepheyi yönetmek"

Göremediğin, duymadığın, dokunmadığın, hissedemediğin ve tam olarak tanımlayamadığın mini minnacık ölümcül bir düşmana karşı savaşmak çok zor. Hele de hakkında hiçbir bilgi kesin değilse... Aralık 2019 sonundan beri dünya gündeminde olan, mart başında Türkiye'de ortaya çıkmaya başladıktan sonra bizler için de acı bir gerçeğe dönüşen COVID-19 hastalığı tüm düzenimizi alt üst etti. Önce bir afet planı yapılması gerekti. Bu plan doğrultusunda seçilen birçok servis boşaltıldı ve karantina kurallarının uygulandığı COVID-19 servislerine dönüştü. Kalan az sayıdaki normal servislerde çalışanların dışındaki tüm çalışanlar, karışık olarak bu servislerde nöbet tutmaya başladı. Önceleri Çin ve İtalya'dan gelen veriler ve kılavuzlar sürekli okundu ve değerlendirildi. Bu belirsizlik içinde hastanemizdeki COVID-19 hastalarına yaklaşım için tanı, tedavi ve takip yönergeleri düzenlendi. Çalışanların alması gereken tedbirler, maske, önlük ve siperlik kullanılması, nasıl giyiniş ve çıkarılacağı ve temizlik kuralları ayrıntılı şemalar ve yönergelerle çalışanlara iletilti. Hastalar COVID-19 olanlar ve olmayanlar olarak ikiye ayrıldı. COVID-19 olanlar il sağlık müdürlüğüne bildirildi ve takibe alındı. Örnek alınan her hasta takip sistemine kaydedildi. Önceleri gribal şikâyetleri olanlara acaba COVID-19 mu? diye yaklaşırken sonraları herkesin COVID-19 olabileceği anlaşıldı. Gelen veriler ışığında "Sağlık Bakanlığı Kılavuzu" nun yayımlanması bir nebze rahatlama getirdi. En azından artık net ve standart bir yaklaşım biçimimiz oluşmuştu. Ancak sürekli yeni ve değişken verilerin gelmesi de kılavuzun bazen haftalık bazen de günlük olarak sürekli değişmesine sebep

oldu. Biz de bir önceki hafta yatırarak tedavi verdiğimiz vakayı sonraki hafta ayaktan tedavi ettik, öncesinde akciğer grafisi çektiğimiz hastaya sonra tomografi çekmeye başladık, bir önceki hafta verdiğimiz ilacı bir sonraki hafta vermedik. Sonra yeni ilaçlar geldi, yeni tedavi ve yatış protokolleri düzenlendi ve sonunda kılavuz kabaca sabitlendi. Gün ve gün COVID-19 hastaları artmaya başladı, her gün "Bugün yeni bir servisi daha COVID-19 servisine çevirmemiz gerekir mi?" diye konuşuldu, yeni COVID-19 servisleri açıldı, yeni nöbet listeleri yapıldı. Bu arada sağlık çalışanlarımız da hasta olmaya başladı, onlar için endişelenirken bir yandan da yerlerine bakacak birilerini bulma telaşına girdik. Velhasıl bazıları kaybettik, bazıları kurtuldu. Yoğun bakımlar dolarken ve insanlar ölümlerine biz çalışmaya devam ettik, işler düzgün yürüsün diye her gün yeni değişiklikler yaptık olası problemler için yeni önlemler almaya devam ettik. Sonuçta her şeye rağmen hayat bir şekilde devam ediyordu. Bir karabasan misali her yerde gerilim, korku, endişe ve tedirginlikle...

Tüm bunlar yaşanırken ben de bir yandan kendi ailemi korumak için neler yapabileceğimi düşündüm. Eşim ve ben doktorduk. Ben acil servisin başındaydım dolayısıyla COVID-19 Bilimsel Kurulunda da yer alıyordum. Bunların yanında da Adli Tıp Enstitüsünde bilirkişilik yapıyordum. Eşim de kliniğinde radyoloji şefiydi aynı zamanda İstanbul'daki Radyoloji Derneğinin Başkanı'ydı. Yani ikimizi de çok yoğun bir çalışma süreci bekliyordu. Üç oğlum vardı. İki tanesi yetişkin ve yakın zamanda çalışmaya başlamışlardı. İlk iş onları iş yerlerine yürüme mesafesinde olan bir eve yerleştirdim ama üçüncüsü daha küçüktü ve evde onunla ilgilenebilecek kimse kalmamıştı. Ben de onu en yakında oturan halasının yanına bırakmaya karar verdim. Tabii çocuğumuzu aylarca göremeyeceğimizi

bilemeden... Neyse ki bugün Sağlık Bakanı, hastalığın "kontrol altına alındığı" açıklamasını yaptı. Gerçekten de birkaç haftadır COVID-19 hasta yoğunluğumuz azaldı ama normal hasta yoğunluğumuz arttı. İkinci dalga gelir mi bilemem ama umarım gelmez. Çünkü artık gerçekten bir nefes almaya ihtiyacımız var.

Dr. Öğr. Üye. Yonca Senem Akdeniz
(İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa)

"Ön cephe de olmak"

Her şey, önce Çin'deki haberlerden ibaretti. Daha önceki kuş ve domuz gribi salgınlarından çok da farklı bir süreç beklemiyordum açıkçası. Ancak basındaki haberler gün geçtikçe daha endişe verici olmaya başladı. Hepimizde tedirginlik oluşmaya başlamıştı. Tedirgin bir bekleyiş... Kendimi bir bilim kurgu filminin içinde gibi hissediyordum. Görünmeyen sessiz bir düşmanı bekliyorduk hep beraber. Her yerde fırtına öncesi bir ölüm sessizliği vardı. İlk hastalar yavaş yavaş gelmeye başlamıştı. Darbe beklemediğimiz yerden geldi... İlk ölen COVID-19 hastası meğer bize gelmiş! Herkesin başından kaynar sular döküldü özellikle de ona bakan asistanımın... Gün geçtikçe hastalar artıp yoğun bakıma gittikçe, gerilimimiz daha da arttı.

Çalışma şartları zordu, sadece koruyucu önlemler bile katlanılmazdı. Hiçbir şeye dokunmamaya çalışmak çok zor ve sinir bozucuydu. Maskeyle nefes almak zordu, verdiğimiz nefesi yeniden geri aldığımız için muhtemelen karbondioksit retansiyonu oluyordu ve yorgunluğumuz artıyordu. Lastikleri kulakları acıtıyor yaralara sebep oluyordu. Maskeyle konuşmaya çalışmak daha da zor ve yorucuydu. Gözlük ve siperlikler sürekli buğu yaptığı için etrafı görmek zorlaşıyordu. Boneler bir süre sonra baş ağrıyordu. Önlükler özellikle de



tulumlar insanı terden sırlıklam hale getiriyordu. Her şey sentetik maddelerden yapıldığı için birçok kişide dermatit oluşturuyordu. Tüm bunlara eklenen yer temizliğinde kullanılan çamaşır suyunun ve dezenfektanların alkol kokusu nefes almayı iyice zorlaştırıyordu.

COVID-19 şüphesi olan hastaların odasına her giriş çıkışta tüm kıyafet ve ekipmanlar değiştirilmek ve temizlenmek zorundaydı. Her şeye dokunmadan önce ve sonra el yıkamak veya dezenfektan kullanmak gerekiyordu. Bir süre sonra birçok asistanımın elinde ciddi dermatitler oluştu. Her yer sürekli havalandırıldığı için terliken sürekli soğuk havaya maruz kalıyorduk. Yani hem terleyip hem üşüyorduk dolayısıyla her yerimiz tutuluyordu.

Her gün yeni bilgiler geliyordu ve her gün hasta yaklaşımımız değişmek zorunda kalıyordu. İlk başlarda kılavuzlara göre COVID-19 şüphesi olmayan hastalara da tesadüfen COVID-19 tanısı koyuyorduk. Yoğun bakımda yatan tomografisi ve kliniği COVID-19 ile uyumlu olan bazı hastaların sürüntü testi negatif gelirken hiç bir şikâyeti olmayıp tarama amaçlı test yapılan bazı hastalarda test pozitif gelebiliyordu. Hastaların bazıları kılavuzlardaki kriterlere uymuyordu. Artık herkes şüpheliydi... Her şey başlarda çok belirsizdi. Bilgiler geldikçe birçok yaklaşım düzene girdi ancak tam olarak netleşmedi. Hala yeni tip vakalar ortaya çıkıyordu. Martın sonu ve nisan ayında hasta sayısı gittikçe arttı. COVID-19 nedeniyle yatan hastaların yakınları da pozitif çı-

kiyordu hatta oturdukları apartmandakilerde de hastalık saptıyorduk. İnsanlar izolasyon önlemlerini muhtemelen yanlış anlıyorlardı. Evden dışarı çıkmayı yeterli görüyorlardı ama komşuları veya akrabalar ile evlerde görüşmeye devam ediyorlar ve muhtemelen ev içinde izolasyon önlemi almıyorlardı.

Herkes her an virüs kapabileceğini bildiği için tedirgindi. Ailesine ve sevdiklerine bulaştırma endişesi had safhadaydı. Ayrıca bazı insanlar doktorları virüs taşıyıcısı olarak görüyorlardı. Tüm bunlar çalışanların psikolojisinin daha da bozulmasına sebep oluyordu. Birçok meslektaşım istifa etmeyi düşündü bazıları da etti...

Tam olarak bilgi sahibi olmadığınız bir hastalığa karşı savaşmak çok zor. Kendimi doktorluğa başladığım ilk günlerdeki gibi; tedirgin, bilgisiz ve deneyimsiz hissettim. Daha ilk haftalarda yakın bir doktor arkadaşımın babasını kaybettik. Bu korkularımı özellikle de ailemden birine zarar verebileceğim endişemi çok artırdı.

Bu tip durumlarda bir yandan kendini yetiştirmeye ve korumaya çalışırken bir yandan da ekibinizi yetiştirip moral vermeye çalışmak çok önemli. Ancak böyle yoğun çalışma gerektiren stresli zamanlarda acil servis gibi ekip çalışması yapılan bir yerde olduğum için kendimi çok şanslı görüyorum. Çünkü herkesin izole olmak zorunda olduğu bir dönemde endişenizi ve korkularınızı paylaşabileceğiniz bir ortam size zorlukları aşabilecek güç verebiliyor.

Deniz Özgel

(Zeynep Kâmil Kadın ve Çocuk Hastalıkları EAH)

“Zorlu süreci beraber atlatacağız”

COVID-19 pandemisi ile birlikte tüm sağlık kurumlarında olduğu gibi hastanemizde de planlamalar ve organizasyonlar yapıldı. Aslında bizler bu pandemiyi ülkemizde yaşadığımız için çok şanslıyız. Çünkü bu süreci, sağlıkta önemli başarılarla imza atan ve bu pandemi döneminde birçok ülkeye örnek olan ülkemizde yaşıyoruz. Benim sorumlu olduğum servis, COVID-19 Kadın Doğum Servisi olarak planlandı. COVID-19 servisi olduğumuzu öğrendiğimde ve bunu ekibimle paylaştığımda hepimizde öncelikle bir panik havası, stres, endişe ve korku oluştu. Fakat bizim hastanemizde süreç o kadar güzel ilerledi ki uyumumuz kolay oldu. Sürece yönelik tüm eğitimleri aldık, bütün koruyucu ekipmanlarımızın oluşturulması, organizasyonların düzenli yapılması ve Sağlık Bakanlığımızın yayınladığı rehberler doğrultusunda hareket edilmesi sayesinde endişemiz kısa sürede geçti, endişe yerini bize ihtiyacı olan hastalarımızın sağlığına kavuşması için fedakârca ve profesyonel şekilde mesleğimizi icra etmeye kaldı.

Bir sorumlu olarak bundan sonraki günlerimizde en önemli şeyin moral olduğunu bildiğim için güne servise girer girmez arkadaşlarımı ve hastalarımızı motive etmekle başladım. Bize gelen

hastalar genç ve bağışıklığı düşük gebelerden oluşuyor. Bu yüzden bizim için anne ve bebeklerin bu dönemi daha sağlıklı ve en az hasarla geçirmesi için bütüncül bir hizmet yürütmek en önemli rolümüz oldu. Ben mesleğini çok seven ve 20 yıldır bu mesleği gururla icra eden bir hemşireyim. Aynı zamanda evliyim ve 3 çocuk annesiyim. COVID-19 pandemi sürecinde gerçekten çok özverili bir şekilde çalıştık, giyilen tulumlar, sürekli maske ile çalışmaya bağlı yüzde yaralanmalar ve sürekli yıkamaya bağlı ellerde egzama gibi birçok sorun yaşasak da beni bu süreçte en çok zorlayan ailemden uzak kalmak oldu. Aileme bulaştırma riski nedeniyle Müdürlüğümüzün ayarladığı misafirhanede kaldık. Bir anne olarak bu beni çok üzdü. Ancak mesleğimi o kadar seviyorum ki tüm zorlu süreçlere rağmen yaklaşık 4 ayı geride bıraktığımızda, hastalarımız iyileştiğinde ve onları alkışlarla uğurladığımızda, içimde tarifsiz bir mutluluk, yüzümde tebessüm oluşuyor. Bir anne bebeğini sağlıklı kucacağına aldığımda yaptığım fedakârlıkların hepsi yerini eşsiz bir gülümsemeye bırakıyor. Servisimizde çalıştığımız süreçte COVID-19 pozitif ve şüpheli hastaların birebir bakım, tedavi süreçlerine katıldığımız halde hiçbir arkadaşımızın hasta olmaması benim için en büyük mutluluk. Hepimizin yüksek gözlem kabiliyeti, mesleğimize olan bağlılığımız, güçlü ki-

şiliklerimiz ve yönetimimizin desteği ile bu zorlu süreci hep beraber atlatacağımızı düşünüyorum. Bu zorlu süreçte emeği geçen herkese çok teşekkürler.

Seyhan Turgut Baş
(Medipol Üniversitesi Çamlıca Hastanesi)

“Görmediğimiz
çetin bir virüsle
mücadele ediyoruz”

Toplum olarak zor günlerden geçiyoruz. Pandemi herkes gibi beni ve ailemi de tehdit ediyor. Endişeliyim. Kaygılıyım. Bizler her koşulda işlerimizi en iyi şekilde tutkuyula, metanetle, cesaretle yapmaya alışkınız. Öyle de yapmaya çalışıyorum. Çünkü ben bir sağlık profesyoneliyim. Hastalarımız ve kendimiz için tüm önlemleri alıyoruz. Hastalar önce triyaja başvuruyor. İlk muayeneleri orada çalışan arkadaşımızca yapıyor. Koruyucu önlük, maske, eldiven ve siperlikle önlem alan sağlık profesyoneli tarafından ateşi ölçülüyor, şikayetleri dinleniyor. Şikayetleri doğrultusunda ilgili bölüme yönlendiriliyor.

Pandemi ile ilgili hastanemiz de bizlerin ve hastaların güvenliği için gerekli önlemleri almış durumda. Bununla ilgili polikliniğimiz ve izolasyon odalarımız,

gerekli ekipman, test ve tedavi için her şey mevcut. Hepimiz bu özel süreçte nasıl davranmamız gerektiğini biliyoruz ve elimizden gelenin en iyisini yapmaya özen gösteriyoruz. Görmediğimiz çetin bir virüsle mücadele veriyoruz. Bizler bu savaşın en ön cepesinde savaşan sağlık neferleriyiz. İyileşen her hasta ile sevinç duyuyor, kazandığımız zaferle gururlanıyoruz.

Bizler aynı zamanda birer evlat, birer anne, kardeş, eşiz. Ailelerimiz için endişeleniyoruz. Onlar da bizler için tabii. Motivasyonumuzu yüksek tutarak, bu sinsi düşman karşısında uyanık olmaya özen göstersek de bazen bizler de kırılıyoruz sevdiğimiz yerlerden. Aldığımız haberlerle sarsılabiliyoruz. Kıymetli profesörlerimizin, hekimlerimizin, sağlık çalışanı arkadaşlarımızın kaybında, onlarca yitirdiğimiz canlarla, bizim de göğsümüz sıkışıyor, nefesimiz daralıyor. Korkmuyor değilim. Benim gibi sağlık çalışanı olan eşimin sağlığından, oğlumun hastalık bulaştırma ihtimalinden... Eve gittiğimde ona sarılamamak, uzak kalmak ne acı. Doya doya kokusunu ciğerlerine çekememek. En acısı da dayanamayıp çocuğuna sarıldığında çocuğunun suçluluk hissederek seni uyarması!

Biliyorum ben bir sağlık profesyoneliyim, bir hemşireyim. Güçlü ve metanetli





olmalıyım. Hem de her zaman ve her koşulda. Umutsuzluk yakışmaz bize. Ben inanıyorum, umutluyum. Bizler hep beraber ortak bir bilinçle üstesinden geleceğiz bu illetin. Lütfen sizler de bizlere yardımcı olun, kurallara uyun. Maskeli, mesafeli, el hijyeni kontrollü bir yaşam sürün. Bir müddet daha koronavirüs ile yaşamak zorunda olduğumuz aşıkâr. Tedbirleri bırakmayın. Sabredin biraz daha. Yakındır, güzel günler göreceğiz.

Aydan Çankara

(Medipol Üniversitesi Çamlıca Hastanesi)

“Süreç henüz bitmiş değil”

Hastanemizin pandemi için hazırlanan servisinde görev aldım. COVID-19 süreci mesleğimde bambaşka bir deneyim kazandırdı. Hiç alışkın olmadığım ve içinde rahat hareket edemediğim üstelik çok terlediğim yeni bir kıyafet ile çalıştım. Daha önce bu kadar uzun süre kullanmadığım maskeler, bu sefer burnumda iz bıraktı ve kulak arkalarımdaya dayanılmaz ağrılara sebep oldu. Çok alışkın olduğum halde el hijyeni ve eldiven uygulamasından yara olan ellerim... İstediyim zaman su içmemek ve köpük tabaktan yemek bu süreçte yaşadığım diğer olumsuzluklar. Bunların dışında fiziksel olarak daha çok yorulmadım çünkü izole kat

olması sebebiyle ortalama baktığım hasta sayısında ciddi bir azalma oldu. Kişisel Koruyucu Ekipmanlara ulaşmada kurumumda hiç sıkıntı çekmediğim için kendimi şanslı ve güvende hissediyordum. Asıl beni yoran düşünceler, hastaneden ayrıldığımda başlıyordu. O kadar korunduğumu bildiğim halde evime, aileme, bindiğim otobüse bu virüsü taşıyor olabilir miydim? Test verdiğim süreçte hiçbir belirti yokken, sonucu pozitif çıkarsa ne yapardım? Tüm bunlarla beraber benim yüzümden ailemden ya da çalışma arkadaşlarımdan birinin hastalanabileceği ihtimalini düşünmekten uyuyamadığım geceler oldu. Ama gene de sürece ilişkin olumlu düşüncelerim ve umudum var. 2020 yılı Dünya Sağlık Örgütü ve Uluslararası Hemşireler Birliği tarafından “Hemşire ve Ebe Yılı” olarak seçildi ve pandemide en ön cephede yine hemşireler var. İzole hastanın bakımında yanında tek bir refakatçisi yokken hemşiresi en yakınında. Gözlemleri sayesinde belirti bulguları en erken fark eden ve bildiren, ekipman kaynaklarını adil yöneten yine hep hemşireler.

Bir kimya profesörüne ait alıntıyı okuduğumda içinde olduğumuz sürece benzettim. Alıntıda “Bir su dolu bardağı birkaç dakika tuttuğumuzda bir değişiklik hissetmeyeceğimiz, birkaç saat daha tutmaya devam ettiğimizde kolumuzun ağrımasına ve hissizleşmeye başlayacağı ve gün boyu elimizden bırakmadığı-

“Kişisel koruyucu ekipmanlara ulaşmada kurumumda hiç sıkıntı çekmediğim için kendimi şanslı ve güvende hissediyordum. Asıl beni yoran düşünceler, hastaneden ayrıldığımda başlıyordu. O kadar korunduğumu bildiğim halde evime, aileme, bindiğim otobüse bu virüsü taşıyor olabilir miydim? Test verdiğim süreçte hiçbir belirti yokken, sonucu pozitif çıkarsa ne yapardım?”

mız takdirde kas spazmı geçirebileceğimiz hatta hastaneye kaldırılacak duruma gelebileceğimiz” yazıyordu. Aslında suyun ağırlığı değişmedi fakat kişilerin dayanma gücü kalmadı. Olayın çözümü ise bardağı bırakmak. Süreç henüz bitmiş değil. Bakanlığımızın önerileri ile hijyen, maske, sosyal mesafe kurallarını hiçe saymayalım tedbiri elden bırakmayalım. Tedbiri elden bırakırsak “Bardağımızı” (maske, eldiven, siperlik) hiç bırakamayız.