



## Çocuklar hepimizin gözbebeği.

### ÇOCUK GÖZ SAĞLIĞI

Çocuklardaki göz rahatsızlıkları birkaç aylık bebekken, hatta doğuştan ortaya çıkabilir. Dikkatli ailelerin gözlemleri ve peşinden gelecek hekim tedavisi ile sorun çözülebilir. Tedavide geç kalınması ise kronik sorunlara yol açabilir.

444 MEDI  
444 6334  
www.medicana.com.tr



ÖZEL MEDICANA INTERNATIONAL İSTANBUL HASTANESİ  
ÖZEL MEDICANA INTERNATIONAL ANKARA HASTANESİ  
ÖZEL MEDICANA SAMSUN HASTANESİ  
ÖZEL MEDICANA AVCILAR HASTANESİ  
ÖZEL MEDICANA BAĞÇELİEVLER HASTANESİ  
ÖZEL MEDICANA HAZNEDAR HASTANESİ  
ÖZEL MEDICANA ÇAMLIÇA HASTANESİ  
ÖZEL MEDICANA BAĞÇELİEVLER DIŞI  
ÖZEL MEDICANA ÇİFTHAVUZLAR DIŞI



## OKUL KORKUSUNDAN MEZUN OLMAK

Eylül'de ziller çalacak, okullar açılacak. Milyonlarca çocuk, yeni eğitim yılına başlayacak. Ama okula gitmeyi istemeyen veya okuldan korkan çocukların sayısı, epey fazla. Okul korkusu sadece birinci sınıflarda değil, üst sınıflarda da karşılaşılan bir sorun.

Çocukların yaşadıkları sorunlar, kaçınıcı sınıfta olduklarına göre değişmektedir. Okula yeni başlayanların, ilköğretime devam edenlerin ve lise çağındakilerin okulla ilgili sorunları farklıdır. Lise çağı, ergenlikle ilgili sorunların yaşandığı ve ciddi psikiyatrik hastalıkların başladığı bir dönemdir; bu yüzden lise çağındaki sorunlar ciddi olarak incelenmelidir. O dönemlerde yaşanan olumsuzlukların kaynağı ergenliğe mi, madde kullanımına mı, yoksa ciddi psikiyatrik hastalığa mı bağlı olduğu araştırılmalıdır.

### OKULA YENİ BAŞLAYANLARIN, İLKÖĞRETİME DEVAM EDENLERİN VE LİSE ÇAĞINDAKİLERİN OKULLA İLGİLİ SORUNLARI FARKLIDIR.

Okula yeni başlayan çocuklarda okul korkuları, okula gitmek istememe gibi sorunlar sık görülmektedir. Bu korkular genellikle önemli değil, gelip geçicidir; çocuk birkaç gün içinde okula alışıp arkadaşlarına ısınca kendiliğinden geçer. Bazen de bu süreç uzar. Okula gitme isteksizliğine, davranışla ilgili problemler eşlik ediyorsa, çocuklar sorunlu ailelerden geliyorsa ve okul korkusunun süresi uzuyorsa, tedavi gerekebilir. Okul korkusu veya okula gitmeyi istememe, sadece okula yeni başlayanlarda değil, okula devam eden çocuklarda

da görülebilir. İleri yaşlardaki çocuklarda görülen isteksizlik, genellikle aile içi sorunlarla veya okuldaki sıkıntılarla ilgilidir. Eğer çocukta psikolojik problem yoksa, ailedeki ve okuldaki sıkıntıların sebepleri ortadan kaldırıldığında sorun çözülebilir.

Çocukluk çağında ortaya çıkan depresyon, obsesif kompulsif bozukluklar gibi problemler olabilir. Rehber öğretmenler, aileyle işbirliği yaparak, sorunlu çocukları uzmanlara yönlendirmelidirler.

### İLERLEYEN SINIFLARDA HANGİ PROBLEMLER GÖRÜLÜR? NELER YAPILABİLİR?

İlköğretimin son sınıfları, ergenliğin başladığı dönemlerdir. Sigara, alkol ve uyuşturucu maddelerin kullanımı bu yaşlara kadar inmiştir. Çocuklar, kendiliğinden bu zararlı maddelere başlamaz; onları bu maddelerle tanıştıran bir ortamın olması gerekir. Dolayısıyla okullar gerekli önlemleri alarak, bu ortamı asgariye indirmelidir. Aile, okul yönetimi ve rehber öğretmenler, sorunlara karşı birlikte hareket etmelidir. Öğretmenler de meslek içi eğitimlerine önem vermeli ve uzmanlarla temas halinde olmalıdır.

### OKUL SORUNLARINI AZALTMAK İÇİN YAPILACAKLAR:

Okullardaki ortamın iyileştirilerek, sorunların ortaya çıkması engellenmelidir. Sınıflar, çocukların arasındaki ilişkiler ve öğretmen-çocuk ilişkileri düzenlenmelidir. Rehber öğretmenler, çocukları tanımalı ve sorunlarıyla ilgilenmelidir. Aile de önemlidir; çocuğun beslenmesinden, uyku düzenine ve ailenin huzuruna kadar, evdeki şartlar da iyileştirilmelidir. Ailelerde, okullarda ve toplumda, çocukları etkileyecek pek çok durum mevcuttur. Ekonomik anlamda sıkıntı çeken aileler ve mesleğinden memnun olmayan somurtan öğretmenler konusunda, devlete de pek çok görev düşmektedir. Çünkü çocukluk döneminde başlayan sorunlar, ileride ciddi psikiyatrik hastalıklara yol açmaktadır.

### OKUL BAŞARISI NASIL ARTIRILIR?

İyi işleyen sistemde öğretmenler, rehberlik birimi ve aile bir arada hareket etmelidir. İlköğretimde çocuklara bilgileri yüklemek yerine, davranış kalıpları kazandırılmalıdır. Çocuklara nasıl çalışacakları, bilgiye nasıl erişecekleri, küçük yaşlardan itibaren öğretilmelidir.

#### BU SAYIDA:



OKUL  
KORKUSUNDAN  
MEZUN OLMAK



YENİDOĞAN  
SARILIĞI



ÇOCUKLARDA  
GÖZ SAĞLIĞININ  
ÖNEMİ



## YENİDOĞAN SARILIĞI



Yenidoğan sarılığı, hayata yeni başlamış bebeklerde en sık görülen sıkıntılardan birisidir. Normal doğan bebeklerin %60'ında görülürken, erken doğan bebeklerin %80'inde görülebilmektedir.

### YENİDOĞAN SARILIKLARI

Yenidoğan sarılığı ya da bebek sarılığı, yeni doğmuş bebeklerin kanlarındaki sarı renkli bilirubin miktarının artması sonucu görülen bir çeşit sarılıktır. Doğumdan sonraki ilk haftada, her bebeğin kanındaki bilirubin miktarında az veya çok derecede artış gözlenmektedir.

### NEDENLERİ:

- Yeni doğmuş bebeklerdeki alyuvarların aşırı hızlı bir şekilde ve aşırı miktarda parçalanması (Bebek kanının normalleşmesi, bebeğin kanının yüksek hematokrit değerinin olması...),
- Bebeğin karaciğerinin, kanındaki aşırı miktardaki bilirubin oluşumunu işleyecek kapasiteye sahip olmaması,
- Bebeğin yeteri kadar sıvı alamaması veya beslenememesi,
- Bebeğin anne ve babasının Rh ve ABO uyumsuzluğu veya minör kan grubu uyumsuzlukları,
- Bebeğin alyuvarlarındaki (kırmızı kan hücreleri) şekil ve işlev anormallikleri (orak hücre, sferositoz gibi),
- Doğum esnasındaki zorlanmalara bağlı aşırı ezik ve çürükler,
- Vücutta herhangi bir yerde toplanan kan birikimi,
- Bazı konjenital hastalıklar,
- Hepatitler veya karaciğerdeki bilirubin işlenmesini etkileyecek sorunlar,
- Prematüre doğum.

### BELİRTİLERİ

Yenidoğan sarılığı, doğumdan sonraki 2. veya 3. gün gözlenir ve bir hafta ile 10 gün arasında yok olur. Sarılığın kaybolması en son yüz, boyun ve de onu takiben göz aklarında olur. Prematüre veya düşük kilolu doğan bebeklerde hastalığın belirtileri 4. ile 6. günler arasında meydana çıkabilir.

### KOMPLİKASYONLARI

Birçok bebek için fizyolojik sarılık tedavi gerektirmeden geçebilecek bir durum olsa da, bu dönemin düzenli olarak doktor gözetiminde geçirilmesi önemlidir. Aksi takdirde sarılığın seviyesi yükseldiğinde ve tedavisinde geç kalındığında, kernikterus ismi verilen bir hastalık bebekte görülebilir. Kanda aşırı derecede artan miktardaki bilirubin beyinde birikir ve beyin bazal ganglion bölgesini etkileyerek beyinde hasar oluşmasına neden olur. Bebeğe yavaş hareketler, güçsüz ağlamalar, zayıf ve isteksiz emmeler, yavaş refleksler, kusma ve ateş gibi belirtiler gözlenir. Bu şekilde hastalanan bebeklerde ölüm de hastalığın getirdiği bir sonuçtur. Kalıcı spastisite (felç) ve zeka geriliklerine sebep olabilir.



## ÇOCUKLARDA GÖZ SAĞLIĞININ ÖNEMİ



Çocuklardaki göz rahatsızlıkları birkaç aylık bebekken, hatta doğuştan ortaya çıkabilir. Dikkatli ailelerin gözlemleri ve peşinden gelecek hekim tedavisi ile sorun çözülebilir. Tedavide geç kalınması ise kronik sorunlara yol açabilir.

### GÖZ TEMBELLİĞİ

Göz tembelliği, retinaya net görüntü gelmemesi nedeniyle retinanın görmeyi öğrenememesi halidir. Genellikle iki göz arasında gözlük kusuru numarasının farklı olmasından kaynaklanır. Özellikle 7 yaşından sonra tembelliği yenmek çok zordur. Bu nedenle göz tembelliğinin çok erken yaşlarda tespit edilmesi, tembelliğe neden olan sorununun tedavi edilmesi için çok önemlidir.

### GÖZ KAYMASI

Göz kaymaları, doğuştan ya da sonradan olabilir. Doğuştan olanlarda erkenden ameliyat gerekmektedir. Sonradan olanlarda ise zamanında kullanmaya başlamak kaydıyla sadece gözlük bile bazen yeterlidir. Ancak bu gibi durumlarda bazen hem ameliyat hem de gözlük gerekebilmektedir. Gözlük ile düzeltilmeyen kaymaların en kısa zamanda cerrahi ile düzeltilmeleri gerekmektedir. Aksi takdirde göz tembelliği gelişecektir.

### KONJONKTİVİT

Konjonktivitler, mikrobik ve alerjik olmak üzere çeşitlilik göstermektedir. Sulanma, çapaklanma, kaşıntı, batma, kızarıklık, gibi belirtiler verebilir. Zamanında tedavi edilmezse kronikleşebilir, gözbebeğinde kalıcı lekeler bırakabilir.

### GÖZYAŞI KANALI TIKANIKLIĞI

Bebeğin gözlerinde sürekli çapaklanma oluyorsa gerekli tedavi verilerek en geç 6 aya kadar beklenir. Sulanma devam ediyorsa, hafif bir anestezi verilerek gözyaşı kanallarının basit bir müdahale ile açılması gerekebilir. Aksi halde uzun süren enfeksiyon sonrası gözde ciddi, tedavisi güç problemler yaşanabilir. Bu nedenle tedavide gecikmemek gerekmektedir.

### DÜZENLİ KONTROL ÖNEMLİ

Okul öncesi dönemde ailenin gözlemleri, okul çağına gelindiğinde aileden ayrı

olarak öğretmen ve eğitimcilerin de çocukları izlemeleri, onlar hakkında gerekirse notlar tutmaları, anormal davranışlara dikkat etmeleri, bir sorun gördükleri ya da hissettiklerinde aileyi uyararak çocuğun göz muayenesinin yaptırılmasına yardımcı olmaları çok yararlı olacaktır.

Pek çok göz problemi erken yaşlarda başladığından çocukların belli zamanlarda gözleri kontrolden geçirilmelidir. Çocukta bir problem görülmesi bile okul öncesi çağda 6'ncı ayda, 3 ve 5 yaşlarda ve okula başlamadan önce; okul sırasında da 2 yılda bir göz muayenesi yapılması uygundur. Eğer herhangi bir sorun varsa tabii ki bu dönemler beklenmemelidir.

