

Adolesan Sağlığı

“Koruyucu Hekimlik ve Erken Tanı”

medikal
Akademi

Adolesan Sağlığı

“Koruyucu Hekimlik ve Erken Tanı”

Editör: Doç. Dr. Çiğdem Apaydın Kaya



Medikal Akademi Yayıncılık ve Prodüksiyon Tic. Ltd. Şti.

Şişli - İstanbul - Türkiye

www.medikalakademi.com.tr

info@medikalakademi.com.tr

Halaskargazi Cd. No: 172 / 134, Şişli - İstanbul

Tel: 0212 233 90 61

1. Baskı 2015 - ISBN - 978-605-4626-03-8

Yasalar uyarınca bu eserin tüm yayın hakları Medikal Akademi Yayıncılık ve Prodüksiyon Tic. Ltd. Şti'ne aittir. Kitabın içeriğinde yer alan bilgi ve görsel materyal ile ilgili her türlü sorumluluk yazarlara aittir. Kitabın tamamı ya da bir bölümü izin alınmaksızın elektronik ya da mekanik yöntemlerle kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayınlanamaz. Ancak kaynak olarak belirtilmesi koşuluyla alıntı yapılabilir.

Yayına Hazırlayanlar:

Yayın Yönetmeni: Hüseyin Kandemir

Kapak ve Grafik Tasarım: Tuna Yıldırım

Baskı ve Cilt: Özlem Matbaacılık ve Reklamcılık Ltd. Şti.

Adres: Litros yolu 2. Matbaacılar st. No: 2BB4 Topkapı / İstanbul

Telefon : 0212 501 66 00 / info@ozlemmatbaa.com.tr

Adolesan Sağlığı

“Koruyucu Hekimlik ve Erken Tanı”

Editör:

Doç. Dr. Çiğdem Apaydın Kaya

Yardımcı Editörler:

Doç. Dr. Mehmet AKMAN

Doç. Dr. Saliha Serap ÇİFÇİLİ

Prof. Dr. Arzu UZUNER

Prof. Dr. Pemra CÖBEK ÜNALAN

Doç. Dr. Çiğdem Apaydın Kaya

Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği AD, İstanbul

1968 yılında Kuyucak'ta doğdu, ilk, orta ve lise eğitimini Samsun'da tamamladıktan sonra 1993 yılında Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesinden mezun oldu.

1993-1998 yılları arasında sırasıyla Ordu Fatsa 2 nolu Sağlık Ocağı, Kırıkkale Karakeçili Sağlık Ocağı ve Ankara Ufuktepe Sağlık Ocağında pratisyen hekim olarak görev yaptı.

1998-2002 yılları arasında Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesinde Aile Hekimliği Uzmanlığı eğitimi aldı.

2004 yılında Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde Tıbbi Farmakoloji Anabilim Dalı'nda doktorasını tamamladı.

2002-2006 yılları arasında İstanbul Alemdağ Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Merkezinde Aile Hekimliği Uzmanı olarak görev yaptı.

2006 yılından beri Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalında görev yapmaktadır.

İçindekiler

Tanımlar ve Kısaltmalar	11
 Önsöz ve Giriş	
Doç. Dr. Çiğdem APAYDIN KAYA	13
 1. Bölüm: Adolesanla Karşılaşma	
Editör: Doç. Dr. Çiğdem APAYDIN KAYA	
Adolesan Dönemin Özellikleri ve Riskleri	
Doç. Dr. Çiğdem APAYDIN KAYA.....	15
 Adolesanla Görüşme ve Öykü Alma	
Uzm. Dr. Nurdan TEKGÜL.....	23
 Adolesanla İletişim-Ebeveynlere Mesajlar	
Uzm. Dr. Nurdan TEKGÜL.....	37
 Adolesan Döneme Özgü Fizik Muayene	
Doç. Dr. Çiğdem APAYDIN KAYA.....	59

Birinci Basamakta Adolesan Sağlığını Değerlendirmede Kullanılan
Kılavuzlar ve Ölçekler

Uzm. Dr. Demet MERDER COŞKUN,

Doç. Dr. Çiğdem APAYDIN KAYA..... 69

Birinci Basamakta Adolesan Sağlığı Nereye Kadar?

Uzm. Dr. Şenol GÜMÜŞDERE..... 115

Adolesan Sağlığı Üniteleri - Hacettepe Örneği

Prof. Dr. Orhan DERMAN..... 119

2. Bölüm Sağlığın Korunması

Editör: Doç. Dr. Saliha Serap ÇİFÇİLİ

Periyodik Muayene

Doç. Dr. Saliha Serap ÇİFÇİLİ..... 125

Adolesan Aşıları

Doç. Dr. Perran BORAN, Prof. Dr. Mustafa BAKIR..... 139

Adolesan Dönemde Beslenme

Doç. Dr. Mehmet AKMAN..... 153

Sağlıklı Yaşam İçin Egzersiz

Doç. Dr. Özgür KASIMAY ÇAKIR..... 169

Adolesan Sağlığını Geliştirmeye Yönelik Projeler

Uzm. Dr. Tevfık Tanju YILMAZER..... 179

Adolesanlarda Sağlık Eğitimi

Doç. Dr. Özlem SARIKAYA..... 189

3. Bölüm Adolesanlarda Büyüme ve Gelişmenin Değerlendirilmesi

Editör: Prof. Dr. Pemra CÖBEK ÜNALAN

Pubertenin Değerlendirilmesi ve Puberte Problemleri Doç. Dr. Zeynep ATAY, Uzm. Dr. Serpil BAŞ.....	215
Boy Kısıtlılığına Yaklaşım Uzm. Dr. Serpil BAŞ, Prof. Dr. Serap TURAN	229
Adolesan Psikososyal Gelişimi ve Değerlendirilmesi Öğr. Görv. Uzm. Dr. Özlem CİĞERLİ, Doç. Dr. Hülya PARILDAR.....	235

4. Bölüm Mental Sağlık

Editör: Doç. Dr. Pemra CÖBEK ÜNALAN

Duygudurum Bozuklukları, Yas ve İntihar Prof. Dr. Ayşe ARMAN.....	245
Anksiyete Bozuklukları Doç. Dr. Neşe PERDAHİ FİŞ.....	257
Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Doç. Dr. Osman SABUNCUOĞLU.....	265
Özgül Öğrenme Bozukluğu Yrd. Doç. Dr. A. Tuğba BAHADIR, Dr. Ümmügülsüm GÜNDOĞDU.....	271
Adolesanlarda Tütün Kullanımı Uzm. Dr. Tijen ŞENGİZER.....	281
Adolesanda Madde Kullanımı Uzm. Dr. Tijen ŞENGİZER.....	293

İnternet Bağımlılığı	
Prof. Dr. Kültegin ÖGEL.....	303

Yeme Bozuklukları	
Prof. Dr. Pemra C. ÜNALAN.....	311

5. Bölüm: Üreme Sağlığı ve Cinsel Sağlık

Editör: Prof. Dr. Arzu UZUNER

Adolesanların Cinsel ve Üreme Sağlığı	
Doç. Dr. Nilüfer ÖZAYDIN.....	327

Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar ve Korunma	
Prof. Dr. Arzu UZUNER.....	357

Adolesan Dönemde Kontrasepsiyon	
Uzm. Dr. Işık GÖNENÇ, Doç. Dr. Zeynep Tuzcular VURAL.....	401

Adolesan Gebelikler	
Doç. Dr. Zeynep Tuzcular VURAL, Uz. Dr. Işık GÖNENÇ.....	423

6. Bölüm Sık karşılaşılan hastalıklar ve durumlar

Editör: Doç. Dr. Mehmet AKMAN

Adolesan Çağda Menstrüel Siklus ve Bozuklukları	
Doç. Dr. Tefik YOLDEMİR.....	435

Akne	
Uzm. Dr. Emrah KIRIMLI.....	451

Anemi	
Doç. Dr. Mehmet AKMAN.....	459
Obezitenin Değerlendirilmesi ve Yönetimi	
Prof. Dr. Serap TURAN, Uzm. Dr. Serpil BAŞ.....	467
Birinci Basamakta Adolesanlarda Hipertansiyon Tanısı ve Yönetimi	
Doç. Dr. Hülya AKAN, Doç. Dr. Çiğdem APAYDIN KAYA.....	483
Jinekomasti	
Uzman Dr. Serpil BAŞ, Prof. Dr. Serap TURAN.....	503
Ergenlik Çağında Baş Ağrısına Yaklaşım	
Prof. Dr. Dilşad TÜRKDOĞAN.....	509
Adolesanlarda Astım ve Alerji	
Prof. Dr. Bülent KARADAĞ.....	527
Adolesan Sporcularda En Sık Karşılaşılan Sorunlar	
Op. Dr. B. Yağmur ÖZTÜRK, Prof. Dr. Mustafa KARAHAN.....	533
7. Bölüm Adolesan Döneme Özgü Adli ve Hukuki Problemler	
Editör: Doç. Dr. Mehmet AKMAN	
Adli Tıp Açısından Ergenlik	
Doç. Dr. Nurşen TURAN YURTSEVER, Prof. Dr. Nesime YAYCI.....	549
Reşit Olmayanlara Tıbbi Müdahalenin Gerçekleştirilmesinde Etik ve Yasal Sorunlar	
Doç. Dr. Gürkan SERT.....	567
İndeks.....	575

Önsöz

Bu kitap, Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2013 verilerine göre ülkemiz nüfusunun yaklaşık %16,77'sini oluşturan adolesanlarla her gün temas etme olanağı olan aile hekimleri ve okul hekimlerine yönelik hazırlanmıştır. Aynı zamanda bir fırsat dönemi olarak da anılan adolesan dönem, riskli davranışların tanınması ve gerekli önlemlerin alınması, erişkinlikte ortaya çıkabilecek olası birçok hastalık ya da olumsuz durumun engellenmesine yönelik davranış değişikliği oluşturulması açısından önemli bir dönemdir. Kendisine başvuranları hem sağlıklı iken hem de hastalıkların erken döneminde görme şansı olan aile hekimleri ve okul hekimlerinin bu fırsat dönemini tanımaları koruyucu hekimlik ve toplum sağlığı açısından oldukça önemlidir.

UNICEF'in Türkiye'de Çocuk ve Genç Nüfusun Durumunun Analizi 2012 raporunda Türkiye'nin çabalarını ana-çocuk ve küçük çocuk sağlığı alanlarında yoğunlaştırması nedeniyle adolesan sağlığı konusunun ihmal edildiği ileri sürülmektedir.¹ Aynı raporda Aile hekimliği sistemine geçilmiş olmasının, farklı yaş gruplarından nüfus kesimlerinin sağlık durumlarının daha iyi izlen-

1. Türkiye'de Çocuk ve Genç Nüfusun Durumunun Analizi 2012. UNICEF.
<http://abdigm.meb.gov.tr/projeler/ois/egitim/033.pdf>

mesi ve gerektiğinde sağlıkla ilgili daha fazla tavsiye ve bilgi sunulması açısından bir fırsat yaratabileceği vurgulanmıştır. Ancak adolesan döneme özgü aile hekimlerine yönelik Türkçe kaynak kitap yoktur.

Bu kitapta, adolesan sağlığında koruyucu, erken tanı ve tedavi uygulamalarının kanıta dayalı ve hekimlerin günlük pratiklerinde kullanabilecekleri şekilde yer almasına özen gösterilmiştir. Kitapta geçen adolesan kavramı Dünya Sağlık Örgütü'nün tanımına göre 10-19 yaş arasındaki bireyleri tanımlamaktadır. "Adolesan" ya da "ergen" olarak kullanım yazarların tercihlerine bırakılmıştır.

Kitapta, Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölge Komitesi tarafından hazırlanan "Sağlık 21" (Health 21) Raporunda, Türkiye İstatistik Kurumu raporlarında veya konu ile ilgili özellikle ülkemizde yapılan güncel araştırmalar ile kılavuzlarda yer alan ortak sorun ve uyarılara yer verilmiştir. Bu doğrultuda, kitapta, adolesanı diğer yaş gruplarından farklı kılan biyopsikososyal özellikler, bu dönemde sık karşılaşılan sağlık problemlerinin taranması, tanınması ile bu problemlere birinci basamak yaklaşım ve koruyucu hekimlik uygulamaları yer almaktadır. Ayrıca sağlık hizmeti sunumu sırasında bu yaş grubu ile ilgili çok sık karşılaşılan hukuki ve adli problemler ve çözümleri de kitapta yer bulmuştur.

Daha önce yaptığımız bir araştırmanın sonuçları birinci basamakta, önlenbilir riskler açısından adolesanlarda birçok fırsatın kaçınıldığını düşündürmektedir.² Birinci basamağa ve adolesan döneme özgü yeterli kaynağın olmadığı ülkemizde, kitabın, adolesan sağlığı konusunda birinci basamakta görev yapan hekimlerin ihtiyaçlarına yanıt vereceğini umuyorum.

Doç. Dr. Çiğdem APAYDIN KAYA
İstanbul, 2015

2. İstanbul'da Aile Sağlığı Merkezlerinde Koruyucu Adolesan Sağlığı Yaklaşımında Kaçınılmış Fırsatlar. Turkish Family Physician 2015;6(1) / e-ISSN 2148-550X