

Çocuk Sağlığı ve İlk Yardım

Editör: Sibel SÖNMEZ

3. Baskı





Editör: Prof. Dr. Sibel SÖNMEZ

ÇOCUK SAĞLIĞI VE İLK YARDIM

ISBN 978-605-241-711-9

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2024, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınevidir**. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 2000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

1. Baskı: Ağustos 2019, Ankara

3. Baskı: Ekim 2024, Ankara

Yayın-Proje: Selcan Durmuş

Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan

Kapak Tasarım: Pegem Akademi

Baskı: Sonçağ Yayıncılık Matbaacılık Reklam San Tic. Ltd. Şti.
İstanbul Cad. İstanbul Çarşısı 48/48 İskitler/Ankara

Yayıncı Sertifika No: 51818

Matbaa Sertifika No: 47865

İletişim

Pegem Akademi: Shira Ticaret Merkezi
Macun Mahallesi 204 Cad. No: 141/33, Yenimahalle/Ankara
Yayınevi: 0312 430 67 50
Dağıtım: 0312 434 54 24
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

ÖN SÖZ

Yaşamın erken yıllarında sağlık - aslında hamile kalmadan önce annenin sağlığıyla başlayan - ömür boyu refah için zemin hazırlar. Gelişmekte olan biyolojik sistemler olumlu erken deneyimler ile güçlendirildiğinde, sağlıklı çocukların sağlıklı yetişkinlere dönüşme olasılığı daha yüksektir. Sağlıklı bir çocukluk beraberinde güçlü beyin yapısının yanı sıra yetenek ve öğrenme kapasitelerinin bir araya getirilmesi içinde temel oluşturmaktadır.

Çocuklukta erken yaşta ortaya çıkan olumsuz olaylar veya deneyimler hem fiziksel hem de zihinsel refah için yaşam boyu etkilere neden olabilir. Diğer bir deyişle, doğum öncesi dönemde ve yaşamın ilk yıllarındaki gelişimsel ve biyolojik bozulmalar, zayıflamış fizyolojik tepkilere (örneğin bağışıklık sisteminde), sağlıkta daha sonra bozulmalara (örn. Yüksek kan basıncı) ve sinir sisteminde değişikliklere neden olabilir. Bebek bekleyen annelerin yüksek stresli ortamlara maruz kalmaları, bebeklerinin doğum ağırlığını etkileyebilir.

Sağlık sadece hastalığın yokluğundan daha fazlasıdır; çocuklara ve yetişkinlere günlük yaşamın zorluklarına uyum sağlama, enfeksiyonlara direnme, sıkıntılarla başa çıkma, kişisel refah duygusu hissetme ve çevreleriyle etkileşime girme konusunda yardım eden bir kaynaktır. Daha uzun yaşam beklentisi ve düşük bebek ölümü gibi, nüfus sağlığının en olumlu göstergelerine sahip olan ülkeler tipik olarak daha yüksek zenginlik seviyelerine ve düşük gelir eşitsizliğine sahiptir. Kısacası, çocukların sağlığı bir ulusun servetidir, çünkü sağlıklı bir beden ve zihin, çocukların başarılı bir toplumun üyesi olmak için gerekli olan çok çeşitli yetkinlikleri geliştirme kapasitesini artırır.

Bireyler üzerindeki etkisinin ötesinde, erken yaşlarda sağlığın kötü olması, aynı zamanda sağlıklı toplum içinde önemli maliyetleri de beraberinde getirir. Örneğin, çok sayıda çocuk, aşılarını alamadıkları için hastalandığında, tüm nüfus bulaşıcı hastalıkların salgınlarına karşı savunmasız hale gelir. Benzer şekilde, çocuklukta sıkıntı ve sağlıksızlığın sonuçları, diyabet, hipertansiyon, kardiyovasküler hastalık ve çeşitli kanser türlerinin yanı sıra depresyon, anksiyete bozuklukları, bağımlılıklar ve diğer zihinsel hastalık gibi erişkinlerde daha yüksek kronik hastalık oranlarına neden olabilir. Bu koşullar işgücünün verimliliğini azaltarak ve engellilik oranını, tıbbi tesislere olan talebi ve tıbbi bakım maliyetlerini artırarak tüm toplumu etkiler. Bu nedenle, erken çocukluk döneminde sağlığın teşviki konusuna odaklanılması, çocukların yaşamlarının yörüngesini değiştirebilecek etkili önleme programlarının desteklenmesi sadece çocukluk çağında değil aynı zamanda yetişkin yıllar boyunca hastalığın sosyal ve ekonomik yüklerinin azaltılmasına yardımcı olabilir.

Bilim bize, küçük çocukların gelişimsel ihtiyaçlarını karşılamanın, okulda başarılı olmaya hazır olmanın yanı sıra, yaşam boyu fiziksel ve zihinsel sağlık için de güçlü bir temel oluşturma konusunda destek olduğunu söylüyor. Bu iç görü, sağlık hizmetlerinin sosyal yüklerini, insan sermayesi sonuçlarını ve erişkin yıllardaki sağlık bozulmalarının tıbbi bakım maliyetlerini azaltmada potansiyel olarak önemli araçlar olarak, tıbbi hizmetlerin sağlanmasının ötesinde çok çeşitli politika ve programlara bakmanın önemine işaret etmektedir. Başka bir deyişle, yaşam boyu sağlığın teşviki ve geliştirilmesindeki ilerleme, küçük çocuklar üzerindeki önemli sıkıntıların yükünün azaltılmasıyla sağlanabilir. Bunlardan sadece birkaçı, çocuk bakımı ve erken eğitim, çocuk refahı, düşük gelirli ebeveynler için sosyal yardımlar ve istihdam programları, konut politikaları ve toplumu geliştirme girişimleri olarak sıralanabilir.

Erken çocukluk eğitimi kurumlarında çalışanların, günlük olarak karşılaşabileceği sağlık ve güvenlik sorunları ve prosedürleri hakkında da bilgi sahibi olmaları ve uygulamaları bilmeleri önemlidir. Bu kitap öğretmenlerin bilmesi gereken çocuk sağlığını etkileyen faktörleri ve çocukluk döneminde sık görülen hastalıkların yanı sıra istismar, kazalar ve temel ilk yardım uygulamaları ile okul öncesi eğitim kurumlarında sağlığın geliştirilmesi konularını içermektedir.

BÖLÜMLER VE YAZARLARI

Editör: Prof. Dr. Sibel SÖNMEZ

1. Bölüm: Sağlık ve Hastalık Kavramı, Sağlığın Belirleyicileri

Doç. Dr. Nilgün KURU ALICI - Hacettepe Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-5200-6821

2. Bölüm: Ülkemizde ve Dünyada Anne Çocuk Sağlığının Durumu ve Temel Göstergeler

Doç. Dr. Nilgün KURU ALICI - Hacettepe Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-5200-6821

3. Bölüm: Kadın Sağlığı ve Hamilelik

Prof. Dr. Hilmiye AKSU - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-6975-3172

4. Bölüm: Sağlıklı Çocuk İzlemi ve Bağışıklama

Prof. Dr. Hüsnüye ÇALIŞIR - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-5440-5431

5. Bölüm: Bağışıklama

Prof. Dr. Hüsnüye ÇALIŞIR - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-5440-5431

6. Bölüm: Çocuklarda Sık Görülen Hastalık Bulguları

Prof. Dr. Hüsnüye ÇALIŞIR - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-5440-5431

7. Bölüm: Enfeksiyon Hastalıkları

Prof. Dr. Hüsnüye ÇALIŞIR - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-5440-5431

8. Bölüm: 0-6 Yaş Grubu Çocuklarda Sık Karşılaşılan Kaza ve Yaralanma Durumları

Prof. Dr. Hüsnüye ÇALIŞIR - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-5440-5431

Prof. Dr. Sibel SÖNMEZ - Ege Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-9257-8920

9. Bölüm: Çocuk İstismarı ve İhmali

Doç. Dr. Sibel SÖNMEZ - Ege Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-9257-8920

10. Bölüm: Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında Sağlık Eğitimi ve Sağlığın Geliştirilmesi

Arş. Gör. Gamze BİLİR SEYHAN - Ege Üniversitesi

İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	iii
Bölümler ve Yazarları.....	v

1. BÖLÜM

SAĞLIK VE HASTALIK KAVRAMI, SAĞLIĞIN BELİRLEYİCİLERİ

Sağlık Kavramı	1
Tıbbi Model (The Medical Model)	2
Holistik Model (The Holistic Model)	2
İyilik Modeli (The Wellness Model)	3
Çevre Modeli (The Environment Model)	3
Hastalık Kavramı	3
Sağlığın Belirleyicileri	4
Kaynaklar.....	7

2. BÖLÜM

ÜLKEMİZDE VE DÜNYADA ANNE ÇOCUK SAĞLIĞININ DURUMU VE TEMEL GÖSTERGELER

Türkiye’de ve Dünya’da Anne Çocuk Sağlığı, Temel Sağlık Ölçütleri	9
Türkiye’de ve Dünya’da Anne Sağlığının Durumu	9
Anne Sağlığını Gösteren Ölçütler	10
Bazı Ana Sağlığı Göstergeleri	11
Türkiye’de ve Dünya’da Çocuk Sağlığının Durumu	14
Kaynaklar.....	20

3. BÖLÜM

KADIN SAĞLIĞI VE HAMİLELİK

Kadın Sağlığı Nedir	21
Kadın Üreme Organlarının Anatomisi.....	22
Embriyonel ve Fetal Dönem	25
Doğum Öncesi Bakım	28
Aile Planlaması	30
Adet Döngüsü (Siklus) Anomalileri	35
Premenstrual Sendrom (PMS)	40
Kısırlık (İnfertilite).....	42

Menopoz.....	44
Jinekolojik Kanserler.....	48
Kaynaklar.....	53

4. BÖLÜM

SAĞLIKLI ÇOCUK İZLEMİ VE BAĞIŞIKLAMA

Sağlıklı Çocuk İzlemi.....	55
Çocukluk Dönemlerinde Fiziksel Gelişim	58
Yenidoğan Dönemi (0-28 gün).....	59
Süt Çocukluğu Dönemi (29 gün-1 yaş).....	59
Oyun Çocukluğu Dönemi (1-3 yaş).....	60
Okul Öncesi Çocukluğu Dönemi (4-6 yaş)	61
Okul Çocukluğu Dönemi (7-11 yaş)	61
Büyümenin İzlenmesi	62
Kaynaklar	63

5. BÖLÜM

BAĞIŞIKLAMA

Giriş.....	65
Aşıların Uygulanması ile İlgili Genel İlkeler	67
Aşıların Yapılmaması Gereken Durumlar	67
Aşılanmaya Engel Oluşturmamayan Durumlar	67
Aşıların Olası Yan Etkileri.....	68
Aşılar ve Genel Özellikleri.....	69
Sonuç.....	74
Kaynaklar.....	75

6. BÖLÜM

ÇOCUKLARDA SIK GÖRÜLEN HASTALIK BULGULARI

Giriş.....	77
Ateş.....	78
Nöbet (Havale).....	80
Bulantı ve Kusma	81
Karın Ağrısı.....	82
Kabızlık	83

İshal	84
İştahsızlık.....	85
Kaynaklar	88

7. BÖLÜM

ENFEKSİYON HASTALIKLARI

Giriş.....	89
Konuyla İlgili Kavramlar	89
Enfeksiyon Hastalıklarının Genel Özellikleri.....	90
Çocuklarda Enfeksiyon Hastalıkları İçin Risk Faktörleri	91
Üst Solunum Yolu Enfeksiyonları (ÜSYE)	92
Otitis Media (OM)	92
Soğuk Algınlığı.....	93
Alt Solunum Yolu Enfeksiyonları (ASYE).....	94
Krup (Akut Laringotrakeobronşit)	94
Bronşiyolit	95
Pnömoni	96
Sindirim Sistemi Enfeksiyonları	97
Akut Gastroenteritler (AGE)	97
Üriner Sistem (İdrar Yolu) Enfeksiyonları	99
Bulaşıcı Hastalıklar.....	100
Grip	101
Boğmaca	103
Kızamık.....	104
Kızamıkçık	105
Suçiçeği.....	106
Kızıl	107
Viral Hepatitler	108
Hepatit A	108
Hepatit B.....	108
Beşinci Hastalık (Eritema Enfeksiyozum)	110
Altıncı Hastalık (Roseola Infantum)	110
El-Ayak-Ağız Hastalığı	111
Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında Bulaşıcı Hastalıklardan Genel Korunma	
Önlemleri	112
Kaynaklar.....	114

8. BÖLÜM

0-6 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARDA SIK KARŞILAŞILAN KAZA VE YARALANMA DURUMLARI

Çocuklarda Kaza ve Yaralanma Nedenleri	116
Yaş Dönemlerine Göre Sık Karşılaşılan Kazalar	117
Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Kazaları Önleme Stratejileri	118
İlkyardım	119
Hasta/Yaralının ve Olay Yerinin Değerlendirilmesi	120
Temel Yaşam Desteği (CPR)	122
Kaza ve Yaralanmaların Türüne Göre Genel Önlemler	127
Düşme ve Kırıklarda Alınacak Önlemler	127
Kanamalar	134
Isırıklar ve Böcek Sokmaları	135
Kaynaklar	138

9. BÖLÜM

ÇOCUK İSTİSMARI VE İHMALİ

Çocuk İstismarının Nedenleri	142
Çocuk İstismarının Türleri	144
Çocuk İstismarı ve İhmalinin Önlenmesi	145
Çocuk İstismarına Yaklaşım ve Tedavi	146
Çocuk İstismarı ve Okullar	147
Kaynaklar	148

10. BÖLÜM

OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMLARINDA SAĞLIK EĞİTİMİ VE SAĞLIĞIN GELİŞTİRİLMESİ

Sağlık Eğitimi	154
Sağlığı Geliştirilmesi ve Sağlığı Geliştiren Okullar	159
Okul Öncesi Dönem, Eğitim ve Sağlık	161
Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Sağlık Algısı: Sağlık mı? Hasta Olmamak mı?	164
Kaynaklar	167
Yazarlar Hakkında	171

TABLolar LİSTESİ

2. BÖLÜM

Tablo 1. Genel Doğurganlık Hızı.....	11
Tablo 2. Yaşla Özel Doğurganlık Hızları Kır/Kent/Toplam	12
Tablo 3. İstatistiki Bölge Birimler Sınıflamasına Göre Anne Ölüm Oranı	13
Tablo 4. Toplam Düşük Hız	14
Tablo 5. Yenidoğan (Neonetal) Ölüm Oranları.....	15
Tablo 6. 10 Yıllık TNSA, Bebek Ölüm Hızları.....	16
Tablo 7. TNSA Perinatal Ölüm Hızları.....	16
Tablo 8. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Neonatal Ölüm Hızları.....	17
Tablo 9. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Postneonatal Ölüm Hızı.....	18
Tablo 10. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü 5 Yaş Altı Ölüm Hızları	19

ŞEKİLLER LİSTESİ

1. BÖLÜM

Şekil 1. Sağlık Haritası	6
--------------------------------	---

5. BÖLÜM

Şekil 1. T.C. Sağlık Bakanlığı Çocukluk Dönemi Aşı Takvimi.....	66
---	----

RESİMLER LİSTESİ

3. BÖLÜM

Resim 1. Dış Üreme Organları.....	23
Resim 2. İç Üreme Organları	23
Resim 3. Gebelikten Koruyucu Yöntemler.....	30
Resim 4. Menstruasyon Fizyolojisi.....	36
Resim 5. Menstruasyon Fizyolojisi.....	36

7. BÖLÜM

Resim 1. Suçiçeği Döküntüsü	106
Resim 2. Beşinci Hastalıkta Yüz ve Cilt Döküntüsü	110

1. BÖLÜM

SAĞLIK VE HASTALIK KAVRAMI, SAĞLIĞIN BELİRLEYİCİLERİ

Doç. Dr. Nilgün KURU ALICI - Hacettepe Üniversitesi

1.1. Sağlık Kavramı

Sağlık tanımlanması oldukça güç bir kavramdır. Sağlığın hem objektif hem de subjektif olarak tanımı yapılmıştır. Subjektif açıdan sağlık kişinin belli bir zaman diliminde kendini nasıl hissettiği (canlı ve sağlıklı hissetmesi), objektif açıdan ise fiziki muayene ve laboratuvar sonuçları doğrultusunda bir bozukluk, yetersizlik veya hastalığının olmamasıdır. Kimileri herhangi bir rahatsızlık hissetmedikleri halde hastalık tanısı alabiliyorken, kimileri ise tıbbi açıdan hastalık tanısı konulmasa bile hasta hissedebilmektedir. Belirtilen her iki durumda sağlık ya subjektif ya da objektif olarak ele alınmıştır. Sağlık kavramı kişiden kişiye değişiklik gösterebilmekte, kimileri iyi hissetmeyi sağlık göstergesi olarak algılayırken, kimilerine göre hasta olmamak ya da eğer hasta ise hızlıca iyileşmek sağlıklı olunduğunun göstergesi olabilmektedir (Beale, 2017). Günümüzde en yaygın olarak kullanılan sağlık tanımı Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) yapmış olduğu sağlık tanımıdır. Dünya Sağlık Örgütü sağlığı "sadece hastalık ve sakatlığın olmaması değil, fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hali" olarak tanımlamaktadır (WHO,1948). Ayrıca Dünya Sağlık Örgütü Ottawa Sözleşmesinde, sağlık için barış, barınma, eğitim, gıda, gelir, stabil bir eko-sistem, sürdürülebilir kaynaklar, sosyal adalet ve eşitlik ilkelerinin gerekli ve temel olduğunu vurgulamaktadır (WHO,1986). Bu nedenle Dünya Sağlık Örgütü'nün sağlık tanımı savaştan dolayı barışın olmadığı yerlerde, bulaşıcı hastalıkların yaygın görüldüğü ülkelerde, sel ve deprem gibi doğal felaketlerden dolayı harap olmuş alanlarda, eğitime herkesin ulaşamadığı bölgelere de dikkat çekmektedir (Raingruber, 2014). Tanımına göre, hastalık ve sakatlık durumlarının olmamasının kişinin sağlıklı olarak ifade edilmesine yetmeyeceği, sağlıklı olmanın aynı zamanda fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam olarak iyi olma haline ulaşılması ile gerçekleşeceği ifade edilmektedir. Bu tanım günümüzde geniş ölçüde kabul gören bir tanım olmasına rağmen pek çok açıdan da eleştirilmektedir. Sağlığın iyilik halinin sadece bir bileşeni olarak görüldüğü,

sağlık ve iyilik tanımlarının karıştığı, fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden **tam iyilik halinin** ölçülebilmesinin oldukça güç olduğunu tanımına getirilen eleştirilerdendir (Crombie & Davies, 1996). Diğer bir eleştiri ise sağlığı etkileyen, çevresel, ekonomik, kültürel faktörler gibi pek çok faktörün göz ardı edildiğidir.

Bu bölümde sağlığın tanımlanmasında genel olarak kullanılan 4 modelden bahsedilecektir.

1.1.1. Tıbbi Model (The Medical Model)

1.1.2. Holistik Model (The Holistic Model)

1.1.3. İyilik Modeli (The Wellness Model)

1.1.4. Çevre Modeli (The Environment Model) (Larson, 1991).

1.1.1. Tıbbi Model (The Medical Model)

Tıbbi Model sağlığın en geniş kabul gören tanımlarından biridir. Sağlığı, basitçe hastalığın olmaması olarak tanımlamaktadır. Hastalığın olmaması, sağlığın var olduğu anlamına gelmektedir. Modele göre sağlığın derecesi de, hastalığın ciddiyeti ile ölçülebilir (Larson, 1991). Ne demek istendiğine örnek verirsek eğer, tüberküloz 19.yüzyılın ikinci yarısında tüm ölümlerin dörtte birinden sorumlu ve o zamanlarda sağlığı tehdit eden en önemli enfeksiyon hastalıklarından biriydi. Tıbbi modele göre tüberküloz, vücudun organlarının (genellikle akciğer, fakat bazen omurga gibi diğer bölgeler) tüberküloz basiline maruz kalması olarak tanımlanmaktadır. Modele göre hastalığın altında yatan neden tüberküloz basilidir ve vücuttan elimine edilmesi ile vücut sağlığa kavuşur. Bu modelin ana noktası hastalığın altında yatan patolojik süreci ve bunların belirli etkilerini ortaya çıkarmaya çalışmaktır (Bury, 2005). Modele göre, sağlığı etkileyen diğer önemli etkilerin gücü göz ardı edilmektedir. Model hastalıkların oluşumundaki sosyal nedenleri ve hastalığın tanımlanmasındaki sosyal gelenekleri görmezden gelmektedir.

Tıbbi model ile toplumların sağlık durumları tanımlamak, ülkelere ve aynı toplumdaki bölgeler arasında karşılaştırma yapmaya olanak sağlayan ölçütler mortalite (ölüm), morbidite (hastalık), prevelans ve insidans verileri elde edilmektedir (Edlin, Golanty & Brown, 2000).

1.1.2. Holistik Model (The Holistic Model)

Holistik modele göre sağlığın tanımı Dünya Sağlık Örgütü'nün yapmış olduğu sağlık tanımıyla benzer özelliktedir. Ancak çok küçük bir farkla Dünya Sağlık Örgütü'nün yapmış olduğu tanımdan ayrılmaktadır. Model, sağlığı fiziksel, ruhsal ve mental boyutların çok daha ötesinde ele almaktadır (Larson, 1991). Holistik Model kişi ve toplumların fizyolojik, mental, emosyonel, sosyal, spiritüel ve çev-