



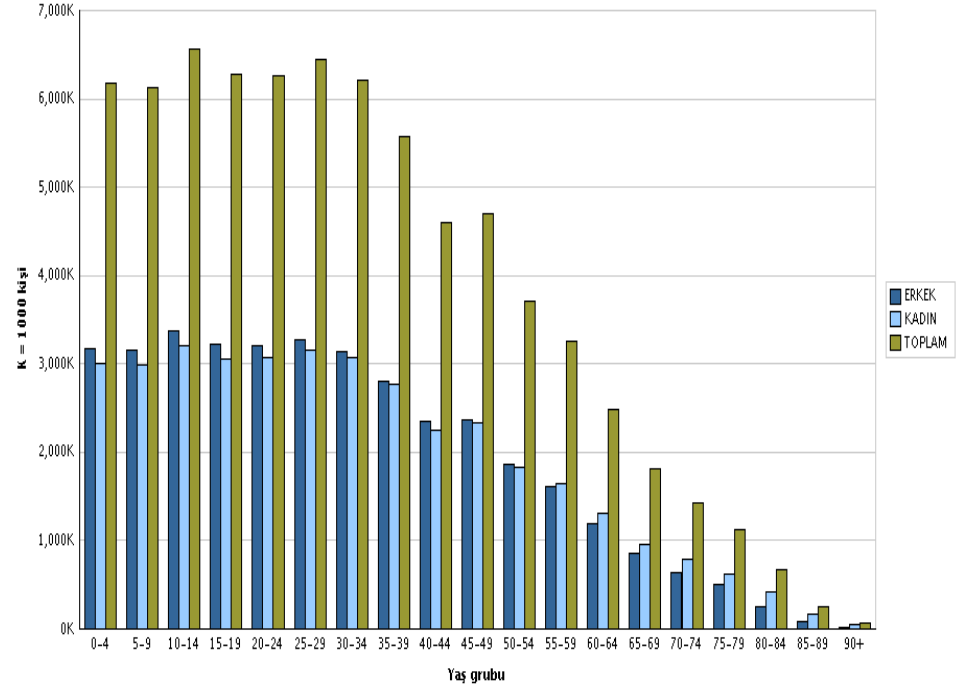
YAŞLI HASTALAR, SAĞLIK HİZMETLERİ ve ZORLUKLAR

Uzm. Dr. Mehmet Emin KUYUMCU

Hacettepe Üniversitesi İç Hastalıkları ABD,
Geriatric BD

Türkiye yaşılanıyor...

- 2010 yılı Türkiye toplam nüfusu 73.722.988
- 65 yaş ve üstü: % 7.2 (5.327.736)
- 2015... (%8.2) 8.4 milyon
- 2025...12 milyon



- **Daha fazla yaşı hasta ile karşılaşacağız...**
- **Yaşlı hastaların kronik hastalıkları ile mücadelenin önemi daha da artacak...**
- **Bu mücadele için ayrılan sağlık harcamaları daha da artacak...** (İngiltere’de hastane hizmetlerinin ve akut hospitalizasyonların % 36’sını ve sağlık harcamalarının %50’lere yaklaşan kısmını 65 yaş üstü hastalar kullanmaktadır (British Geriatrics Society)

Yaşlı hasta neden zor ?

- Yaşa bağlı fizyolojik değişiklikler / patolojik olaylar ayırımı
- Atipik semptomlarla başvuru...



- Randevu alma ile ilgili zorluklar;
Yalnız yaşama, telefon edememe,
internet kullanamama, bekleme
süresinin uzunluğu
- Aile hekimliği sisteminin daha
efektif kullanılması bu problemi
çözebilir.

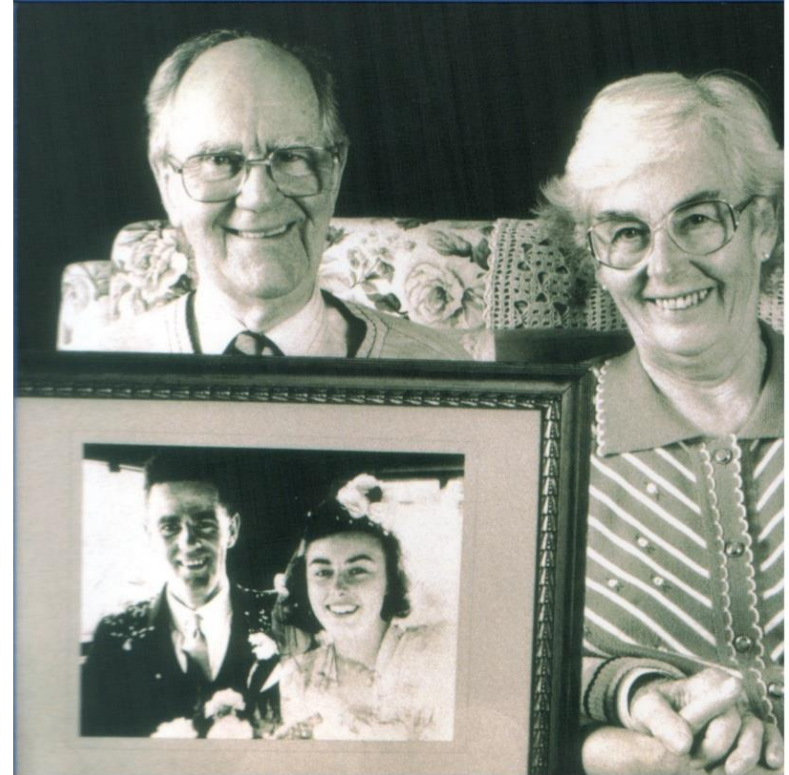
Bebek & Yaşlı takibi

Bu sayede ek değerlendirmeye
ihtiyacı olan hastanın randevusu
ve hatta ulaşımı sağlanabilir.



- Ulaşım; yaşlı ve engeli olan hastalar hastaneye ulaşımında ambulans, nakil aracı veya özel araçla gelmek zorunda kalabilmekte veya bu yüzden sağlık hizmetinden mahrum kalabilmektedir.
- Evde bakım veya ambulans hizmetleri yetersiz kalabilmektedir

- Muayene; ortamın uygun olmaması, dar odalara sedye ve tekerlekli sandalye sığmayabilmekte
- Hastane dizaynları... 'Yaşlı dostu hastane'
- Sağlık çalışanlarının tutumu; yaşlılara hizmet verme güçlüğü hastaya olumsuz yansıyabilmektedir.



- Yaşlıda fizyolojik değişiklikler & Patolojik değişiklikler...!!!

Albümin...

Üriner inkontinans... HÜTF Geriatri BD polik.
Prevelans %35.9

Semptomlar farklı olabilmekte...



Kapsamlı Geriatrik Değerlendirme

- Morbidite...azalma
- Mortalite... azalma
- Maliyet-etkin
- GTYA
- EGYA
- MNA-SF
- MMT
- GDS
- Tinetti
- Üriner inkontinans
- Polifarmasi
-

KATZ GÜNLÜK YAŞAM AKTİVİTELERİ TESTİ

Etkinlikler	Bağımsız (1 Puan) Gözetim, yönlendirme ve yardım ihtiyacı YOK	Bağımlı (0 Puan) Gözetim, yönlendirme ve yardım ihtiyacı VAR
Banyo yapma	Tamamen kendi başına yıkanabiliyor veya vücudunun tek bir parçasının (sırt, genital bölge, disabilitesi olan ekstremiteler gibi) yıkanması için yardım alıyor ✓	Kendi başına yıkanamıyor veya vücudunun birden fazla parçasının yıkanmasında başkasına ihtiyaç duyuyor
Giyinme	Kendi başına dolaptan kıyafetlerini çıkarıp giyinebilir. Ayakkabısını bağlarken yardım alabilir. ✓	Giyinirken yardım alıyor veya tamamen başkası tarafından giydiriliyor
Tuvalet yapma	Tuvalete gitme, tuvaletini yapma, temizlenme, kıyafetlerini düzeltme etkinliklerini kendi başına yapabiliyor. ✓	Tuvalete giderken yardım alıyor, tek başına temizlenme vb. etkinlikleri yapamıyor
Transfer	Yataktan sandalyeye veya tersi etkinliği tek başına veya baston, walker gibi cihaz ile yapabiliyor ✓	Yataktan sandalyeye veya tersi etkinliği bir başkası olmadan yapamıyor ya da tamamen bağımlı
Kontinans	Defekasyon ve mesane üzerine tam kontrolü mevcut	Kısmi veya tam mesane veya bağırsak inkontinansı mevcut ✓
Beslenme	Yemeği tabaktan ağzına kendisi götürebiliyor. (Yemeğin hazırlanması, kesilmesi gibi işlemleri başkası yapabilir) ✓	Bir başkası tarafından yediriliyor veya parenteral beslenmeye muhtaç

LAWTON-BRODY ENSTRUMENTAL GÜNLÜK YAŞAM AKTİVİTE SKALASI

TELEFONU KULLANABİLME	PUAN
Telefonu rahatlıkla kullanabilir	1
Bir kaç iyi bilinen numarayı çevirebilir	1
Telefona cevap verir, ancak arayamaz	1
Telefonu hiç kullanamaz	0
ALIŞVERİŞ	
Tüm alışverişini bağımsız olarak kendisi yapar	1
Küçük alışverişlerini kendisi yapar	0
Tüm alışverişlerinde yardıma ihtiyaç duyar	0
Alışveriş yapamaz	0
YEMEK HAZIRLAMA	
Yeteri kadar yemeği planlar, hazırlar ve servis edebilir	1
Kullanılacak malzeme sağlanırsa yeteri kadar yemek hazırlayabilir	0
Hazır yemeği ısıtır ve sunar veya yemek hazırlar ancak yeterli diyeti sağlayamaz	0
Yemeklerinin hazırlanması ve servis edilmesine ihtiyacı vardır	0
EV TEMİZLİĞİ	
Yalnız başına veya nadir destekle evin üstesinden gelir	1
Bulaşık yıkama, yatak yapma gibi günlük hafif işleri yapabilir	1
Günlük hafif işleri yapar ancak yeterli temizliği sağlayamaz	1
Tüm ev idame işlerinde yardıma ihtiyaç gösterir	1
Hiç bir ev temizliği işine katılamaz	0

ÇAMAŞIR

Kişisel çamaşırını tamamen kendisi yıkar	1
Çorap, mendil gibi küçük malzemeleri yıkayabilir	1
Tüm çamaşır işi başkaları tarafından halledilmek zorundadır	0
YOLCULUK	
Toplu taşıma araçlarından bağımsız olarak faydalanır veya kendi arabasını kullanır	1
Taksiye biner, toplu taşıma araçlarını kullanamaz	1
Başkalarının yardımı ile toplu taşıma araçlarından faydalanabilir	1
Yolculuğu başkalarının yardımı ile taksi veya otomobile sınırlıdır	0
Yolculuk yapamaz	0
İLAÇLARINI KULLANABİLME SORUMLUĞU	
İlaçlarını zamanında ve belirtilen dozda alabilir	1
İlaçları önceden farklı dozlarda hazırlanırsa düzenli kullanabilir	0
İlaçlarını kendi başına düzenli kullanamaz	0
MALİ İŞLER	
Bağımsız olarak tüm mali işlerinin üstesinden gelir	1
Günlük mali işlerini halleder ancak büyük mali işlerde ve banka işlerinde yardıma ihtiyaç gösterir	1
Mali işlerini takip edemez	0
TOPLAM PUAN	
3 / 17	

KONTINANS DEĞERLENDİRMESİ

Fekal inkontinans

∅

Üriner inkontinans;

- Kaç kez

- Sıkışma

- Yetişememe

2yıldır, hergün / en az
2 kez

- Stres (öksürük, ıkınma)

- Gece Gece
gündüz

MİNİ NÜTRİSYONEL TEST

	0	1	2	3	PUAN
BMI	<19	19-21	21-23	>23	
Kilo Kaybı (Son 3 ayda)	>3 kg	Bilmiyor	1-2 kg	Yok	
Son 3 ayda psikososyal bir stres veya akut bir hastalık geçirdiniz mi?	Evet		Hayır		
Mobilite	Yatak veya tekerlekli sandalye bağımlı	Ev dışına çıkmıyor	Düzenli olarak dışarı çıkıyor		
Nöropsikolojik problemler	Ciddi demans veya depresyon var	Hafif demans veya depresyon	Problem yok		
Son 3 ayda, iştah kaybına bağlı gıda alımında azalma var mı? (Sindirim prob, çiğneme veya yutma prob)	Ciddi iştah kaybı var	Orta derecede iştah kaybı var	Iştah iyi		

TOPLAM PUAN

9/14

KOGNİTİF DEĞERLENDİRME

» Unutkanlık Var Yok

Unutkanlık günlük hayatını etkiliyor mu?

Unutkanlık varsa; Neleri unutuyor, ne zamandır?

İsimleri unutma, _____

İnsanları karıştırma _____

Torun adları _____

Gazete, kitap ya da televizyon takip etmekte sorun _____

Eşya kaybetme _____

Hesap, alışveriş _____

Aynı konuları tekrar tekrar sorma _____

Yeni olan olayları hatırlayamama _____

Kişilik değişikliği _____

Yolları karıştırma _____

Kaybolma _____

Adresleri unutma _____

Unutkanlıkta son 6 ayda ilerleme var mı?

Evde odaları karıştırma _____

Afazi _____

Apraksi _____

Agnozi _____

Halusinasyon _____

Sann _____

Ajitasyon _____



Anksiyete _____

Amaçsız gezinme _____

Uyku sorunu _____

MİNİ MENTAL TEST

	SORU	CEVAP	PUAN	
ORYANTASYON	Tarih	✓	1	+
	Gün	12-13	1	+
	Ay	Nisan	1	+
	Mevsim	İlkbahar	1	+
	Yıl		1	-
	Şu anda bulunduğunuz yerin adı	Hacettepe	1	+
	Kaçıncı kattayız		1	-
	Bulduğumuz şehrin adı	Ankara	1	+
	Ülkenin adı	Türkiye	1	+
	Cumhurbaşkanımızın adı		1	-
HAFIZA (KAYIT ETME)	Şu kelimeleri tekrarlayın Mavi, şahin, lale			
	Hemen hatırlama		3	+
	Hasta her üç kelimeyi de öğrenene kadar tekrarlayın Kaç tekrarda öğrendi? (Skor yok)			
DİKKAT ve HESAPLAMA	100 den başlamak üzere 7 çıkararak say 93 86 79 72 65 veya Dünya kelimesini hecele Şimdi geriden başlayarak hecele (Eğitimsizse hesap yerine haftanın günlerini geriye saydır)	Haftanın günleri geriye doğru say	5	-
	HATIRLAMA	Daha önce verilen üç kelimeyi hatırla	3	-

LİSAN	Gösterilen cisimlerin adları			
	Kalem		1	+
	Saat		1	+
	Aşağıdaki cümleyi tekrarlamasını iste "Sen gidersen, ben de giderim"		1	+
MOTOR FONKSİYON ve ALGILAMA	Verilen direktifleri izleme			
	Kağıdı sağ elinle al		1	+
	İkiye katla		1	+
	Masaya koy		1	+
	Altta ki cümleyi okutup söyleneni yapmasını iste <i>Eğitimsiz ise testi yapan okur, hasta söyleneni yapar</i>		1	+
	Gözlerini Kapa			
Altta ki bölüme bir cümle yazmasını iste, <i>Eğitimsiz ise hasta anlamlı bir cümle söyler</i>		1		
Altta ki şekli kopye etmesini iste, <i>Eğitimsiz ise, içiçe iki kare şekli çizdirilir</i>		1	- ?	
				
				
	TOPLAM PUAN		30	18 / 30 / 9

DUYGU-DURUM DEĞERLENDİRMESİ

Uyku süresi	~ 4 saat
Uykusuzluk (Varsa Açıklayınız)	Sik tuvalete kullunma.
Sık ağlama	+
Can sıkıntısı	+
Ölüm istği	φ
İntihar düşüncesi	φ.

YESAVAGE GERİATRİK DEPRESYON SKALASI (KISA FORM)

Aşağıdaki sorulara,geçen hafta süresince hissettiklerinizi belirtir EVET veya HAYIR şeklinde yanıt veriniz.

1. Temel olarak yaşamdan zevk alıyor musunuz?	<input checked="" type="radio"/> Hayır	1 Puan
2. Aktivitelerinizin ve ilgilerinizin çoğundan uzaklaşıyor musunuz?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan
3. Hayatınızın boş olduğunu düşünüyor musunuz?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan
4. Çoğunlukla camınız sıkılır mı?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan
5. Çoğu zaman moraliniz iyi midir?	<input checked="" type="radio"/> Hayır	1 Puan
6. Kendinize kötü bir şeyler olacağını düşünerek korkar mısınız?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan
7. Çoğunlukla kendinizi mutlu hissediyor musunuz?	<input type="radio"/> Hayır	1 Puan
8. Sıklıkla kendinizi yardıma muhtaç hissediyor musunuz?	<input type="radio"/> Evet	1 Puan
9. Dışarı çıkmak veya yeni şeyler yapmak yerine evde mi oturmayı tercih edersiniz?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan
10. Hafızanızla ilgili olarak, çoğu kişiden daha fazla mı probleme sahip olduğunuzu düşünüyorsunuz?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan
11. Şu an hayatta olduğunuz için mutlu musunuz?	<input type="radio"/> Hayır	1 Puan
12. Son zamanlarda kendinizi değersiz olarak hissediyor musunuz?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan
13. Enerji dolu musunuz?	<input type="radio"/> Hayır	1 Puan
14. Durumunuzun ümitsiz olduğunu mu düşünüyorsunuz?	<input type="radio"/> Evet	1 Puan
15. Çoğu kişinin sizden daha iyi durumda mı olduğunu düşünüyorsunuz?	<input checked="" type="radio"/> Evet	1 Puan

TOPLAM

10 / 15

Polifarmasi

- Birden fazla kronik hastalık için **çoklu ilaç** kullanımı
- **Reçetesiz** ilaç kullanımı, antiaging ürünlerinin kontrolsüz kullanımı
- İlaçların farmakokinetik ve farmakodinamik özellikleri
- İlaç-ilaç, ilaç-hastalık etkileşimleri
- Hastanın tedaviye uyumu düşük
- HÜTF Geriatri BD... 3.6 ilaç....> 6.2 ilaç
- Uygunsuz ilaç kullanımı



İnterdisipliner Ekip

- Konsultan geriatrist
 - Doktor (geriatrist, iç hastalıkları uzmanı, pratisyen hekim, aile hekimi...)
 - Hemşire
 - Sosyal hizmet uzmanı
 - Fizyoterapist
 - İş ve uğraşı terapisti
 - Beslenme uzmanı
 - Psikolog
-
- Gerektiğinde diğer bilim dallarından yaşlı ile daha sık çalışacak hekimler



- Tetkik yaptırma güçlüğü; hastane içinde dolaşma zorluğu, bekleme süreleri, tetkik yerlerinin birbirinden uzak olması gibi problemler yaşlı hastalar için sıkıntı oluşturabilmektedir.

Böyle hastalar için uygun hastane personeli görevlendirilebilir.

- Farklı bölümlere gitmek zorunda kalma; konsültasyonlar, her hastalığın farklı bölümce takip edilmesi hastaların tekrar tekrar gidip gelmelerine neden olmaktadır.
- Geriatri bilim dallarının yaygınlaştırılması bu problemin azaltılmasında faydalı olacaktır.
- Yine konsültasyon ihtiyacı olursa yaşlı hastalara pozitif ayrımcılık yapılması sağlanmalıdır.

Koruyucu Hekimlik

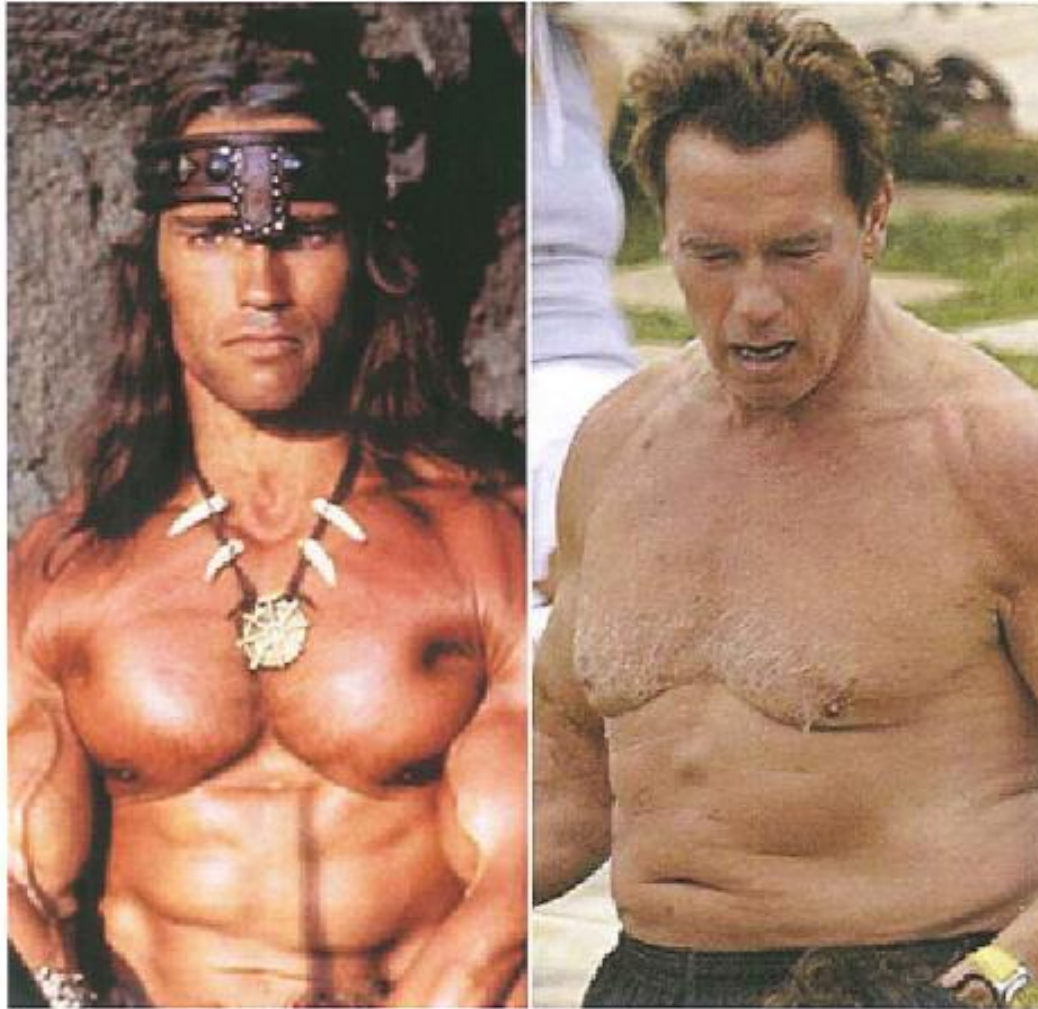
- Kanser taramaları
- Erişkin aşılama

- Yatış; özellikle üniversite hastanelerinde yaşlı hastaların yatış için randevu alması ve uzun süre beklemesi gerebilmektedir.
- Yaşlıların bazen belirli tetkikler için bile yatışı gerekebilmektedir.

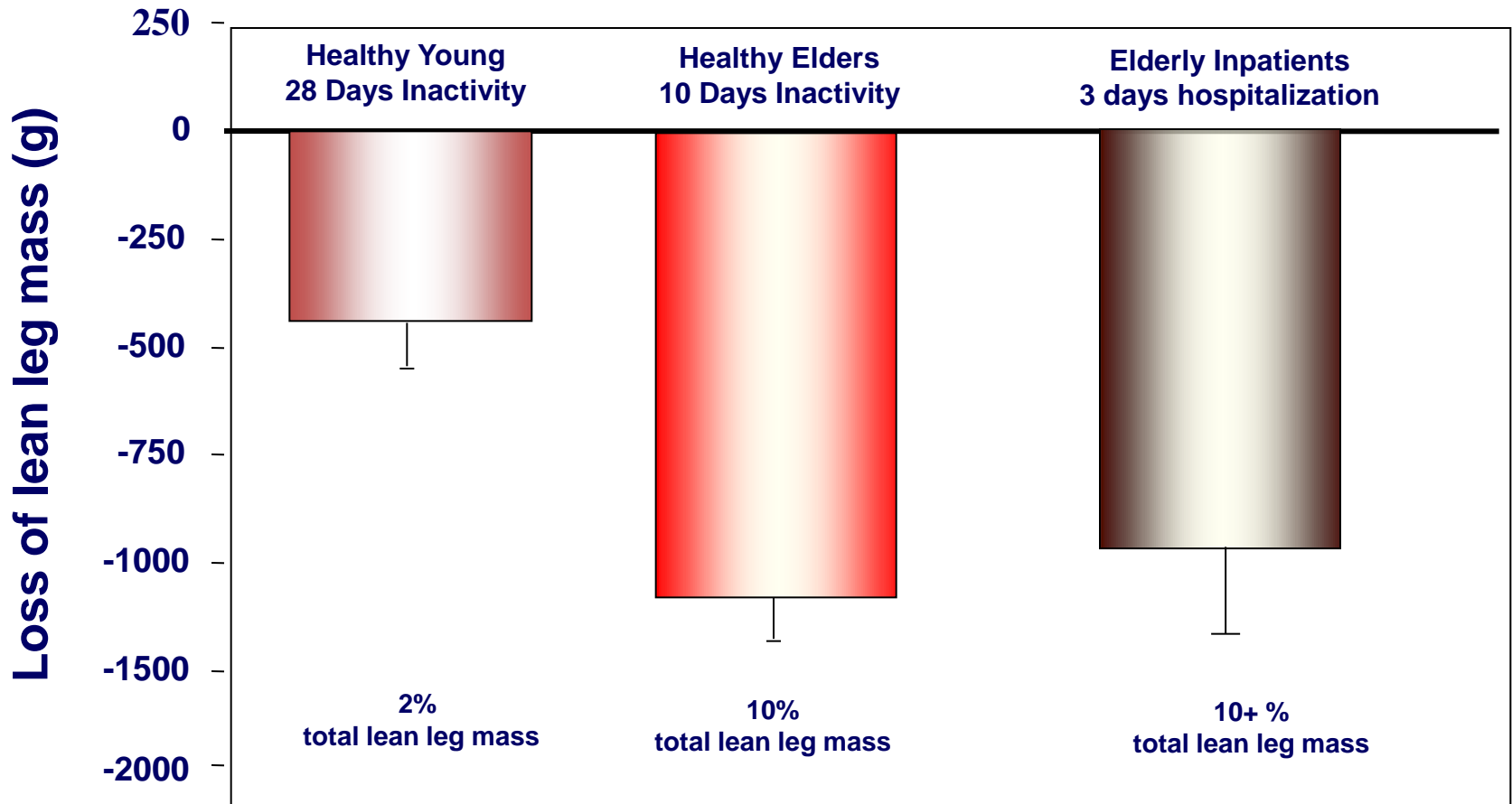
Burada pozitif bir ayrımcılık yapılabilir.

- Yaşlıların çoğunun hastaneye yatışta refakatçi ihtiyacı olmaktadır. Odaların buna uygun olmaması hasta yakınlarının tükenmişliğine ekstra katkı sağlayabilmektedir.

Sarkopeni



Hospitalize yaşlılarda kas kaybı çok daha hızlı...



- Aslında yaşı hastaların yatış süreleri mümkün olduğunca kısa tutulmalıdır.
- Yatış süresi uzadıkça yaşlılar daha komplike olmaktadır. Mümkün olduğu kadar çabuk tedavi planlanmalı, uygulanmalı ve yaşlı hasta en kısa sürede taburcu edilmelidir.
- İnfeksiyon riski...
- Malnütrisyon riski
- Sarkopeni riski
-

- Taburculuk sonrası bakım problemleri tekrarlayan yatışlara sebep olmaktadır.
- Taburculuk öncesi yaşlı hastaların sosyal hizmet uzmanı ile görüşmesi sağlanıp, taburculuk sonrası bakım hakkında detaylı bilgi sahibi olunabilir ve gerekli önlemler alınabilir.

- Evde sağlık hizmetleri eskiye kıyasla daha iyi olsa da hala yetersiz. Bunun gelişimi için gerekli eğitim programları ve stratejiler planlanabilir.
- Örneđin evdeki yaşlının beslenme durumu, fonksiyonelliği, bası yarası bakımı ..vb gibi durumlarda sağlık personelinin farkındalığı ve bilgi düzeyi arttırılabilir.

- Hastanın ve/veya hasta yakınlarının ekonomik yetersizlikleri de yaşlı hastalarda tüm süreçlerde problem oluşturabilmekte...

Bilimsel alıřmalar

- Aydınlatılmış onam formu

Kognitif problemler (hasta & hasta yakını)
diğer problemler...



Teşekkürler...