



DÜNYADA ÇOCUK SAĞLIĞI

CHILD HEALTH IN THE WORLD

Doç. Dr. Kudret Kulak

KORUYUCU SAĞLIK PREVENTIVE HEALTH

Prof. Dr. Oğuz Özyaral

GÜNÜMÜZDE KADIN ANNE-ÇOCUK SAĞLIĞININ ÖNEMİ

THE IMPORTANCE OF
WOMEN-MOTHER
CHILD HEALTH
TODAY

Prof. Dr. Ayşe Akın



İÇİNDEKİLER

- 04 Editöryal
Editorial
- 05 Doğa bize neler hissettiriyor?
What nature makes us feel?
- 06 Koruyucu sağlığın önemi
The importance of preventive health
- 14 Günümüzde kadın-anne-çocuk sağlığının önemi
The importance of women-mother-child health today
- 24 Sağlık istatistikleri raporu 2024
Health statistics report 2024
- 28 Çocuklar kültürel değerlerimizi öğrendiler
Learning our cultural values
- 30 Dünyada çocuk sağlığı
Child health in the world

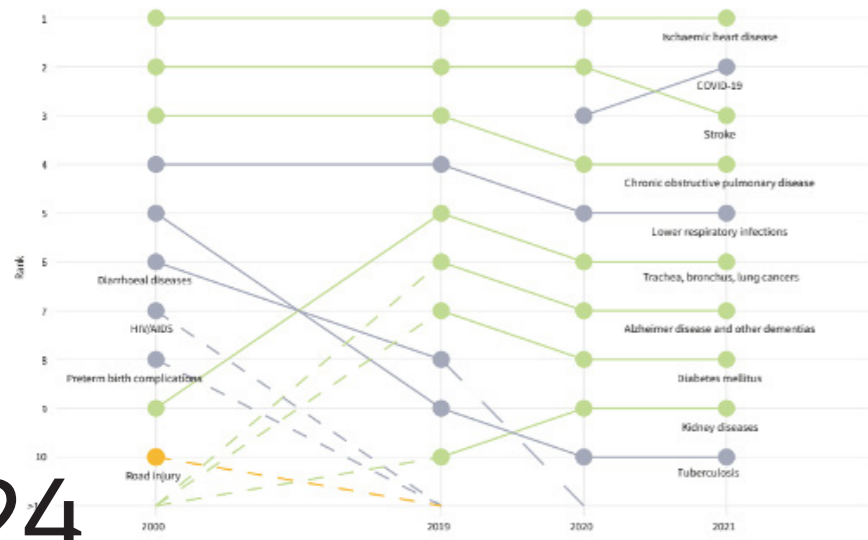
SAYI 06
HAZİRAN 2024



WALD E-NEWSLETTER
Sayı 06 | Haziran 2024 | www.wald.org.tr

İmtiyaz Sahibi
Dünya Yerel Yönetim ve
Demokrasi Akademisi Vakfı

Figure 1.7 Top 10 causes of death globally in 2000, 2019, 2020 and 2021



24



Sabra Altı Afrika ve Güney Asya ülkelerine baktığımızda ise bu oranların küçümsenmeyecek düzeyde yüksek olduğunu söyleyebiliriz.

When we look at Sub-Saharan Africa and South Asian countries, we can say that these rates are significantly high.

Dr. Mehmet Duman / WALD Yönetim Kurulu Başkanı

Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Evrensel Bildirgesi Madde 25, herkesin sağlık ve refahını güvence altına almak için gerekli sağlık hizmetlerine ve sosyal hizmetlere erişim hakkına sahip olduğunu belirtir. Bu çerçevede "Sağlığım Hakkımdır" ifadesinden yola çıkarak hazırladığımız dünyada anne-çocuk ölüm oranları, çocukların sağlığı ve beslenmenin önemini ele aldığımız Haziran sayımızda, her bireyin sağlıklı bir yaşam sürme hakkına sahip olduğunu vurgulayarak sağlık hizmetlerine erişim, sağlıklı yaşam koşulları, yeterli beslenme, temiz su ve hijyen gibi temel sağlık gereksinimlerinin herkes için ulaşılabilir ve erişilebilir olması gerektiğini uzman kişilerin yorumlarını alarak anlatık.



Article 25 of the Universal Declaration of Human Rights states that everyone has the right to access healthcare services and social services necessary to secure their health and well-being. In this regard, inspired by the phrase "Health is My Right" we have prepared our June Newsletter, which addresses global maternal and child mortality rates, child health, and the importance of nutrition. We emphasize that every individual has the right to lead a healthy life, and we discuss the need for essential health requirements such as access to healthcare services, healthy living conditions, adequate nutrition, clean water, and hygiene to be accessible and attainable for everyone, incorporating the insights of experts.

Dünya genelinde anne ve çocuk ölüm oranları ülkeden ülkeye ve bölgeden bölgeye büyük farklılıklar gösteriyor. Anne ve çocuk ölüm oranlarını etkileyen faktörler arasında; sağlık hizmetlerine erişim, ekonomik durum, eğitim seviyesi, beslenme, hijyen ve sanitasyon koşulları gibi birçok etken bulunuyor. Anne ölüm oranlarında gelişmiş ülkelerde bu oran genellikle düşüktür. Örneğin, ABD, Kanada ve Avustralya gibi bazı ülkelerde anne ölüm oranları daha düşük yüzdelerde seyredirken gelişmekte olan veya az gelişmiş ülkelerde bu oran oldukça yüksektir. Sahra Altı Afrika ve Güney Asya ülkelerine baktığımızda ise bu oranların küçümsenmeyecek düzeyde yüksek olduğunu söyleyebiliriz.

Çocuk ölüm oranları ise gelişmiş ülkelerde genellikle daha düşüktür. Batı Avrupa, Kuzey Amerika ve Avustralya gibi bölgelerde çocuk ölüm oranları az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelere göre daha düşüktür.

Birçok uluslararası kuruluş ve hükümet, anne ve çocuk ölüm oranlarını azaltmak için çeşitli programlar yürütürken bu oranları iyileştirme çabaları da günden güne artıyor. Bu programlar arasında; sağlık hizmetlerinin erişilebilirliğini artırmak, sağlık çalışanlarını eğitmek, anne ve çocuk beslenmesini iyileştirmek, aşılama kampanyaları düzenlemek ve hijyen koşullarını iyileştirmek yer almaktadır.

Özellikle Birleşmiş Milletler'in Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları (SKA) kapsamında anne ve çocuk sağlığını iyileştirmek öncelikli hedefler arasında yer almaktadır. SKA 3, anne ölüm oranını 2030 yılına kadar 100.000 canlı doğumda %70'ine indirmeyi amaçlamaktadır. Sağlık hakkı sağlıklı olma hakkı demek değildir. Sağlık hakkı; hükümetlerin ve yöneticilerin mümkün olan en kısa sürede herkesin ulaşabileceği ve yararlanabileceği bir sağlık sistemini kurmalarını bu alanda politikalar ve eylem planları ortaya koymalarını gerektirir.

Bunların gerçekleşmesini güvence altına almak, hem insan hakları hem de halk sağlığı çalışanlarının karşı karşıya olduğu en büyük mücadeledir. Hepimizin özlemi; dünya çapında sağlık ve refahın teşvik edilmesi hedefiyle, sağlığın elde edilmesi için mücadele edilen bir insan hakkı değil, kamu tarafından sağlanan bir unsur olarak görülmesidir.

Globally, maternal and child mortality rates vary significantly from country to country and region to region. Factors influencing maternal and child mortality rates include access to healthcare services, economic status, education level, nutrition, hygiene, and sanitation conditions. In developed countries, maternal mortality rates are generally low. For instance, in countries like the United States, Canada, and Australia, maternal mortality rates are lower, while in developing or underdeveloped countries, these rates are quite high. In Sub-Saharan Africa and South Asian countries, these rates are notably high.

Child mortality rates are generally lower in developed countries. In regions such as Western Europe, North America, and Australia, child mortality rates are lower compared to less developed and developing countries.

Many international organizations and governments are implementing various programs to reduce maternal and child mortality rates, and efforts to improve these rates are increasing day by day. These programs include enhancing access to healthcare services, training healthcare workers, improving maternal and child nutrition, conducting vaccination campaigns, and improving hygiene conditions.

Improving maternal and child health is among the priority goals, especially within the scope of the United Nations' Sustainable Development Goals (SDGs). SDG 3 aims to reduce the maternal mortality rate to below 70% per 100,000 live births by 2030. The right to health does not mean the right to be healthy. The right to health requires governments and leaders to establish a healthcare system that is accessible and beneficial to everyone as soon as possible and to develop policies and action plans in this area.

Ensuring these goals are achieved is the greatest challenge faced by both human rights and public health workers. Our collective aspiration is for health to be seen not as a human right to be fought for, but as an element provided by the public, in line with the goal of promoting health and well-being worldwide.

DOĞA BİZE NELER HİSSETTİRİYOR?

Dünya Yerel Yönetim ve Demokrasi Akademisi Vakfı (WALD), Uluslararası Göç Örgütü (IOM) ve Sultangazi Belediyesi iş birliği ve ev sahipliğinde, Sultangazi Mimar Sinan Kent Ormanı'nda çocukların ve ebeveynlerinin katılımıyla Doğa Atölyesi yapıldı.

The World Local Government and Democracy Academy Foundation (WALD), in collaboration with the International Organization for Migration (IOM) and Sultangazi Municipality, organized a Nature Workshop at Sultangazi Mimar Sinan City Forest with the participation of children and parents.



Oldukça renkli geçen geçen etkinliği; çok sayıda kız ve erkek çocuğunun ebeveynleri ile katılımları dikkat çekiciydi. Harmoni olarak değerlendirdiğimiz bu etkinlikte, birbirinden farklı birçok aktivite yapıldı. Etkinlik kapsamında birçok oyun oynandı. Bunlardan ilki, renkli kumaştan oluşan paraşüt ile ısınma oyunu oldu. Buz kırıcı etkinliğin ardından ilk aktivite olan "Doğa Evimiz" oturumu başlatılarak tüm katılımcılara iki soru yöneltildi.

Bu iki soru: "Evde ne var? Evimizde ne yaparız?" oldu. Katılımcılar bu sorulardan ilkinde; çatı, duvar, pencere, halı, koltuk, lamba, komşularımız, kardeşlerimiz cevabını verdi. Verilen cevapların ardından doğada neler olduğu ile karşılaştırmaları istendi.

Katılımcılar evimizde neler yaparız sorusuna ise; Evimizde televizyon izleriz, odamızı toplarız, evimizi temizleriz, komşularımıza gideriz, yanlarımızın verilmesinin ardından doğada ne yaparız sorusuna geçildi. Bu sorunun cevabı ise, çöpleri toplamak, piknik yapmak, doğaya çöp atmamak, hayvanlara iyi davranmak oldu. Doğa evimiz oturumunda ise; doğa ve evimizin benzerliği, doğayı ve evimizi oluşturan şeylerin benzerlikleri ve farklılıkları üzerinden konuşularak doğanın evimiz olarak benimsenmesi fikri ortaya çıkarıldı.

DOĞANIN HİSSETTİRDİKLERİNİ ANLAMAK

Program kapsamında yapılan diğer çalışma ise duyu etkinliği oldu. Duyu oyununda katılımcılardan öncelikle gözlerini kapatmaları istendi ve ne duydukları soruldu. Bu soruya rüzgâr, kuş, çocuk sesleri cevapları verildi. Gözlerin ardından kulakların kapatılması istendi ve katılımcılara kulakları kapalıyken neler gördükleri soruldu. Bu soruya karıncalardan, böcekler, yapraklar, gökyüzü, ağaçlar, bulutlar yanıtları geldi.

Duyu etkinliğinde; doğanın hissettirdiklerini anlamak, akışta fark edemediklerimize dikkat kesildiğimizde neleri fark ettiklerimizi deneyimlemek oldu. Tüm bu deneyimlemelerin yanında; çocuklara ve ebeveynlerine resim defterlerine önceki etkinliklerde gördükleri ve hissettikleri şeyleri resimlemeleri istendi. Tüm etkinliklerde özellikle ebeveynlerin dahil olmaları desteklendi. Atölyenin en belirgin amacı aile etkinliği tasarlayabilmek, çocuklar ve ebeveynlerinin birlikte kaliteli zaman geçirmelerini noktasında farkındalık oluşturmak oldu. Tüm gün süren program; günün anısına çocuklarla paylaşılan hediyelerle son buldu.

The event was quite colorful, with significant participation from both girls and boys along with their parents. During this vibrant event, various activities took place. One of the first activities was a warm-up game using a colorful parachute made of fabric. After an icebreaker session, the main activity called "Our Nature Home" began, where all participants were asked two questions.

These two questions were: "What do we have at home? What do we do in our home?" Participants responded to the first question with answers like roof, wall, window, carpet, couch, lamp, neighbors, and siblings. Following their responses, they were asked to compare these items with what exists in nature.

For the second question, "What do we do at home?" participants mentioned activities such as watching television, tidying up their rooms, cleaning the house, and visiting neighbors. Then, the focus shifted to what we do in nature. The answer to this question included actions like picking up trash, having picnics, avoiding littering in nature, and treating animals kindly. During the "Our Nature Home" session, the discussion revolved around the similarities and differences between our homes and nature, emphasizing the idea of embracing nature as our home.

UNDERSTANDING WHAT NATURE CONVEYS

Another activity conducted as part of the program was a sensory workshop. Participants were asked to close their eyes and share what they heard. Responses included wind, birds, and children's voices. Next, participants were asked to close their ears and describe what they saw. They mentioned ants, insects, leaves, the sky, trees, and clouds.

The sensory workshop aimed to help participants understand what nature communicates to us. By paying attention to details we often overlook, we can experience what we truly notice. Alongside these experiences, children and parents were encouraged to illustrate what they had seen and felt during previous activities in their sketchbooks. Throughout the workshops, parental involvement was particularly emphasized. The main goal of the workshop was to design family activities, fostering awareness about spending quality time together for children and parents. The full-day program concluded with children receiving commemorative gifts as a lasting memory of the event.



KORUYUCU SAĞLIĞIN ÖNEMİ

Antalya Belek Üniversitesi Rektör Yardımcısı, Koruyucu Sağlık Uzmanı, Mikrobiyolog Prof. Dr. Oğuz ÖZYARAL ile temel koruyucu sağlık konusunda Türkiye'deki eksiklikler ya da geliştirilmesi gereken alanlara, sağlıklı yaşam ve hijyen konusuna dair birçok önemli konuyu konuştuk.

dan kaynaklanıyor. Eğitimim süresince, hastalıkların tedavisinden çok, bu hastalıkların önlenilebilir olduğunu fark ettiğimde, koruyucu sağlık hizmetlerinin toplum sağlığı üzerindeki etkisinin ne kadar büyük olabileceğini gördüm.

Bu yolculukta beni en çok etkileyen olaylardan biri, bir halk sağlığı kampanyası sırasında karşılaştığım bir aileydi. Bu aile, basit hijyen ve beslenme alışkanlıklarını öğrenerek, çocuklarının sık sık hastalanmasını önleyebilmişti. Bu küçük ama etkili değişikliklerin bir ailenin hayatını nasıl dönüştürebileceğini görmek, koruyucu sağlık çalışmalarının önemini bir kez daha anlamama yardımcı oldu.

Koruyucu Sağlık konusundaki uzmanlığınız ve bu alandaki çalışmalarınızla Türkiye'deki sağlık bilincinin artırılmasında önemli katkılarınız bulunmaktadır. Bu alanda çalışmaya nasıl karar verdiniz, bu yolculukta sizi en çok etkileyen olay ne oldu?

Koruyucu Sağlık alanında çalışmaya karar vermem, sağlığın korunmasının tedavi edici sağlık hizmetlerinden daha etkili ve sürdürülebilir olduğuna inanmamdan kaynaklanıyor.

You have made significant contributions to raising health awareness in Turkey with your expertise and work in the field of Preventive Health. How did you decide to work in this field, and what event had the most impact on you during this journey?

I decided to work in the field of Preventive Health because I believe that maintaining health is more effective and sustainable than curative health services. During my education, I realized that many diseases are preventable, and I saw how significant the impact of preventive health services could be on public health.

One of the most impactful events on this journey was meeting a family during a public health campaign. This family was able to prevent their children from frequently getting sick by learning simple hygiene and nutrition habits. Seeing how these small but effective changes could transform a family's life helped me understand the importance of preventive health efforts once again.

THE IMPORTANCE OF PREVENTIVE HEALTH

We discussed many important topics with Prof. Dr. Oğuz Özyaral, Vice Rector of Antalya Belek University, Preventive Health Specialist, and Microbiologist, regarding the deficiencies or areas that need improvement in preventive health in Turkey, as well as issues related to healthy living and hygiene.

Beni etkileyen bir diğer olguyu da paylaşmak isterim. Anadolu'da yürüttüğümüz kapsamlı bir farkındalık çalışması esnasından bir köyde yapılan sağlık taramaları sırasında, düzenli sağlık kontrollerinin önemini anlamamı sağlayan bir olay yaşandı. Bu köyde yaşayan bir kadın, tarama programına katıldı ve daha önce yapılmış olan kan testleri sonucu kendisine hipertansiyon (yüksek tansiyon) teşhisi konmuştu. Ancak bu kadın, hipertansiyon belirtilerinin farkında değildi ve bu durumu ciddi bir sağlık sorunu olarak görmüyordu.

Ekibimiz, kadına hipertansiyonun kalp krizi, inme ve böbrek hastalıkları gibi ciddi komplikasyonlara yol açabileceğini anlattı. Bu bilgilendirme sayesinde kadın, anlattıklarımızı çok ciddiye aldı ve hemen tedaviye başladı ve yönlendirmelerimizle sağlıklı yaşam alışkanlıkları konusunda eğitim aldı. Tekrar karşılaştığımızda düzenli kontrollerini yaptığını, ilaç tedavisine devam ettiğini ve sağlıklı yaşam tarzı alanındaki değişiklikleri sayesinde, tansiyonunu kontrol altına alabildiğini öğrenmek beni çok heyecanlandırmıştı.

Bu vb. onlarca örnek vaka, koruyucu sağlık hizmetlerinin erken teşhis ve bilgilendirmenin ne kadar önemli olduğunu gösteriyor. Hastalık belirtilerini fark etmeyen bireyler, bu tarz düzenli sağlık kontrolleri sayesinde ciddi komplikasyonlardan korunabilirler. Bu tür önleyici tedbirler, bireylerin sağlık durumunu iyileştirir ve genel toplum sağlığını artırır.

Koruyucu sağlık hizmetlerinin bireysel yaşamlar üzerindeki büyük etkisini gösteren bu tür örnekler, bu alanda çalışmanın ve toplumu bilinçlendirmenin ne kadar değerli olduğunu bir kez daha kanıtıyor.

Bu deneyim, toplum sağlığı bilincini artırma konusundaki kararlılığımı pekiştirdi ve bu alanda daha fazla çalışmak için beni motive etti. Koruyucu sağlık kavramı bütüncül olarak hastalıkların ortaya çıkmasını önlemek ve genel sağlığı korumak amacıyla alınan önlemler ve uygulamalardır. Tüm sağlık çalışanlarının birincil görevi budur. Aldığımız eğitimlerin temeli bunu icra etmemiz gerektiği yönündedir.

Ben bu konudaki çalışmalarımı yoğunlaştırdığımda insanlığa gerçek anlamda fayda sağladığıma olan inancım kat be kat arttı. Bu çalışma tarzı, bireylerin ve toplumların sağlıklı kalmasını yaşam kalitesini arttırmak için en etkili yoldur.

Kısaca koruyucu sağlık hizmetlerinin önemini birkaç başlık altında özetleyebiliriz:

- Hastalıkların Önlenmesi:** Koruyucu sağlık hizmetleri, aşılar, düzenli sağlık taramaları, sağlıklı beslenme, egzersiz ve özellikle temel hijyen uygulamaları gibi yöntemlerle hastalıkların önlenmesini sağlar. Bu, bireylerin daha sağlıklı ve daha uzun bir yaşam sürmesine katkıda bulunur.
- Maliyet Etkinliği:** Hastalıkların tedavi edilmesi genellikle çok daha pahalıdır. Halbuki koruyucu sağlık hizmetleri, hastalıkların önlenmesi yoluyla sağlık harcamalarını azaltır. Bu, hem bireyler hem de sağlık sistemi için daha ekonomik bir çözümdür.
- Yaşam Kalitesinin Artırılması:** Sağlıklı bir yaşam tarzı benimseyen bireyler, daha yüksek bir yaşam kalitesine sahip olur. Koruyucu sağlık hizmetleri, bireylerin daha enerjik, üretken ve mutlu olmasını sağlar.
- Toplum Sağlığının İyileştirilmesi:** Koruyucu sağlık hizmetleri, toplumun genel sağlık seviyesini yükseltir. Sağlıklı bireyler, sağlıklı toplumlar oluşturur ve bu da sosyal ve ekonomik kalkınmayı destekler.

I would also like to share another impactful experience. During an extensive awareness campaign we conducted in Anatolia, an incident occurred during health screenings in a village that helped me understand the importance of regular health check-ups. A woman living in this village participated in the screening program and had previously been diagnosed with hypertension (high blood pressure) through blood tests. However, this woman was unaware of the symptoms of hypertension and did not consider it a serious health issue.

Our team explained to her that hypertension could lead to serious complications such as heart attacks, strokes, and kidney diseases. Thanks to this information, the woman took our advice very seriously and immediately started treatment. She also received education on healthy living habits through our guidance. When we met again, I was thrilled to learn that she was getting regular check-ups, continuing her medication, and had managed to control her blood pressure thanks to the lifestyle changes she made.

Dozens of similar cases demonstrate the importance of preventive health services, early diagnosis, and education. Individuals who do not notice disease symptoms can be protected from serious complications through such regular health check-ups. These preventive measures improve individuals' health conditions and enhance overall public health.

Examples like these, which show the significant impact of preventive health services on individual lives, prove once again how valuable it is to work in this field and raise public awareness.

This experience reinforced my determination to raise public health awareness and motivated me to work more in this field. The concept of preventive health encompasses measures and practices taken to prevent the occurrence of diseases and to protect overall health. This is the primary duty of all healthcare professionals. The foundation of our education is that we should carry out these responsibilities.

As I intensified my work in this area, my belief that I was genuinely benefiting humanity increased significantly. This approach is the most effective way to help individuals and communities stay healthy and improve their quality of life.

Summary of the Importance of Preventive Health Services:

- Disease Prevention:** Preventive health services help prevent diseases through methods such as vaccinations, regular health screenings, healthy nutrition, exercise, and especially basic hygiene practices. This contributes to individuals living healthier and longer lives.
- Cost-Effectiveness:** Treating diseases is generally much more expensive. However, preventive health services reduce healthcare costs by preventing diseases. This is a more economical solution for both individuals and the healthcare system.
- Improving Quality of Life:** Individuals who adopt a healthy lifestyle have a higher quality of life. Preventive health services help individuals be more energetic, productive, and happy.
- Enhancing Community Health:** Preventive health services elevate the overall health level of the community. Healthy individuals form healthy communities, which supports social and economic development.



- Erken Teşhis: Düzenli sağlık kontrolleri ve taramalar, hastalıkların erken teşhis edilmesini sağlar. Erken teşhis, tedavi sürecini daha etkili ve başarılı hale getirir.
- Eğitim ve Farkındalık: Koruyucu sağlık hizmetleri, bireylerin ve toplumun sağlık konusunda bilinçlenmesini sağlar. Eğitim programları ve farkındalık kampanyaları, sağlıklı yaşam alışkanlıklarının benimsenmesine yardımcı olur.

Ayrıca bu yaşam tarzı ile gereksiz ilaç kullanımı ve israfının önüne geçilmiş olur.

Sonuç olarak, koruyucu sağlık hizmetleri, bireylerin ve toplumların sağlıklı kalmasını sağlamak için hayati öneme sahiptir. Bu hizmetler, hastalıkları önler, yaşam kalitesini artırır ve sağlık harcamalarını azaltır. Bu nedenle, koruyucu sağlık hizmetlerine yatırım yapmak, toplum sağlığını korumanın en etkili yoludur.

Temel Koruyucu Sağlık konusunda Türkiye'deki eksiklikler ya da geliştirilmesi gereken alanlar nelerdir?

- Farkındalık ve Eğitim: Halkın koruyucu sağlık hizmetleri konusunda bilinç düzeyinin artırılması gerekiyor. Sağlıklı yaşam tarzı, hijyen, aşılar ve düzenli sağlık kontrolleri konusunda daha fazla eğitim ve bilgilendirme çalışmaları yapılmalı.
- Aşı Uygulamaları: İkametgaha kayıtlı sistem sayesinde aşılamaların artmasına rağmen aşı karşıtı gurupların ciddi sorunlar oluşturduğu gerçeğini unutmamak gerekir. Dolayısıyla aşılamaların önemi konusunda bilinçlendirme kampanyalarının artırılması gerekiyor. Özellikle çocuk aşılarının eksiksiz yapılması ve erişimin artırılması önemli. Aşı karşıtlığıyla etkin mücadele edilmelidir.
- Düzenli Sağlık Taramaları: Erken teşhis için düzenli sağlık taramalarının yaygınlaştırılması gerekiyor. Özellikle kanser taramaları, diyabet, hipertansiyon ve kalp hastalıkları gibi kronik hastalıklar için düzenli kontrollerin artırılması önemli.
- Sağlık Hizmetlerine Erişim: Kırsal bölgelerde ve dezavantajlı grupların sağlık hizmetlerine erişimini artırmak gerekiyor. Sağlık merkezlerinin sayısı artırılmalı ve bu merkezlerin donanımı güçlendirilmelidir.
- Sağlık Personeli Eğitimi: Sağlık personelinin koruyucu sağlık hizmetleri konusunda eğitimi ve sürekli mesleki gelişimi sağlanmalı. Sağlık çalışanlarının halkı bilgilendirme ve bilinçlendirme konusundaki yetkinlikleri artırılmalı.
- Beslenme ve Fiziksel Aktivite: Sağlıklı beslenme ve düzenli fiziksel aktivitenin teşvik edilmesi gerekiyor. Okullarda ve toplumsal alanlarda sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırılmalı ve spor faaliyetleri teşvik edilmelidir.
- Çevre Sağlığı: Temiz ve içilebilir suya erişim ve hijyen koşullarının sağlanması, hava kirliliğiyle mücadele ve atık yönetimi gibi çevre sağlığı konularına daha fazla önem verilmelidir. Bu alanlarda gerekli altyapı yatırımları artırılmalı.
- Psikososyal Destek: Ruh sağlığı hizmetlerinin geliştirilmesi ve psikososyal destek mekanizmalarının yaygınlaştırılması gerekiyor. Stres, depresyon ve diğer ruh sağlığı sorunlarına karşı bilinçlendirme ve destek programları artırılmalı.
- Politikalar ve Stratejiler: Koruyucu sağlık hizmetlerinin güçlendirilmesi için ulusal düzeyde daha etkili politikalar ve stratejiler geliştirilmelidir. Sağlık Bakanlığı ve diğer ilgili kurumlar arasında koordinasyonun artırılması önemlidir.
- Teknoloji ve Dijital Sağlık: Dijital sağlık teknolojilerinin ve tele-tıp uygulamalarının yaygınlaştırılması gerekiyor. Sağlık hizmetlerine erişim ve takibin kolaylaştırılması için bu teknolojilerden daha fazla yararlanılmalı.

- Early Diagnosis: Regular health check-ups and screenings allow for early diagnosis of diseases. Early diagnosis makes the treatment process more effective and successful.
- Education and Awareness: Preventive health services raise awareness about health among individuals and communities. Educational programs and awareness campaigns help in adopting healthy lifestyle habits.

Additionally, this lifestyle prevents unnecessary medication use and waste.

In conclusion, preventive health services are vital for ensuring the health of individuals and communities. These services prevent diseases, improve quality of life, and reduce healthcare costs. Therefore, investing in preventive health services is the most effective way to protect public health



What are the deficiencies or areas that need improvement in basic preventive health in Turkey?

- Awareness and Education: The public's awareness of preventive health services needs to be increased. More educational and informational efforts should be made regarding healthy lifestyles, hygiene, vaccinations, and regular health check-ups.
- Vaccination Programs: Despite the increase in vaccinations due to the residence registration system, we must not overlook the serious problems caused by anti-vaccination groups. Therefore, awareness campaigns about the importance of vaccinations need to be intensified. Ensuring that children receive all their vaccinations and improving access to vaccines is crucial. An effective fight against anti-vaccination sentiment is essential.
- Regular Health Screenings: Regular health screenings need to be widespread for early diagnosis. Increasing regular check-ups, particularly for cancer screenings, diabetes, hypertension, and heart diseases, is important.
- Access to Health Services: Access to health services for rural areas and disadvantaged groups needs to be improved. The number of health centers should be increased, and their equipment should be enhanced.
- Training of Health Personnel: The education and continuous professional development of health personnel in preventive health services should be ensured. The competencies of healthcare workers in informing and raising awareness among the public need to be enhanced.
- Nutrition and Physical Activity: Promoting healthy eating and regular physical activity is necessary. Healthy eating habits should be instilled in schools and community settings, and sports activities should be encouraged.
- Environmental Health: Greater emphasis should be placed on environmental health issues such as access to clean and potable water, ensuring hygiene conditions, combating air pollution, and waste management. Necessary infrastructure investments in these areas should be increased.
- Psychosocial Support: Mental health services need to be developed, and psychosocial support mechanisms should be expanded. Awareness and support programs should be increased to address stress, depression, and other mental health issues.
- Policies and Strategies: More effective national-level policies and strategies should be developed to strengthen preventive health services. Enhancing coordination between the Ministry of Health and other relevant institutions is crucial.
- Technology and Digital Health: The widespread adoption of digital health technologies and telemedicine applications is needed. These technologies should be utilized more to facilitate access to and monitoring of health services.

health centers should be increased, and their equipment should be enhanced.

- Training of Health Personnel: The education and continuous professional development of health personnel in preventive health services should be ensured. The competencies of healthcare workers in informing and raising awareness among the public need to be enhanced.
- Nutrition and Physical Activity: Promoting healthy eating and regular physical activity is necessary. Healthy eating habits should be instilled in schools and community settings, and sports activities should be encouraged.
- Environmental Health: Greater emphasis should be placed on environmental health issues such as access to clean and potable water, ensuring hygiene conditions, combating air pollution, and waste management. Necessary infrastructure investments in these areas should be increased.
- Psychosocial Support: Mental health services need to be developed, and psychosocial support mechanisms should be expanded. Awareness and support programs should be increased to address stress, depression, and other mental health issues.
- Policies and Strategies: More effective national-level policies and strategies should be developed to strengthen preventive health services. Enhancing coordination between the Ministry of Health and other relevant institutions is crucial.
- Technology and Digital Health: The widespread adoption of digital health technologies and telemedicine applications is needed. These technologies should be utilized more to facilitate access to and monitoring of health services.

Bu alanlardaki hızla yürütülen çalışmalar ve gelişmeler, Türkiye'de koruyucu sağlık hizmetlerinin etkinliğini artırabilir ve toplumun genel sağlık seviyesini yükseltebilir. Burada en önemli konu toplu bilincinin artması, farkındalığın sağlanması ve katılımdır. Koruyucu sağlık hizmetlerine yapılan yatırımlar, uzun vadede sağlık harcamalarının azalmasına ve yaşam kalitesinin artmasına katkı sağlayacaktır.

When providing information on health topics in the media, what are the most important aspects you pay attention to? In your opinion, what role does the media play in informing and raising awareness about health issues?

- Konuşmalarınız ya da yazılı demeceleriniz asla reyting ya reklam kokmamalıdır. Halkımız bunu çok net görebilmektedir. Benim özenle üzerinde durduğum ve bu nedenle de medyada sağlık konularında bilgi verirken dikkat ettiğim en önemli hususlar şunlardır: Doğruluk ve Güvenilirlik: Verilen bilgilerin bilimsel olarak doğrulanmış ve güvenilir kaynaklardan alınmış olması çok önemlidir. Yanlış veya eksik bilgi, insanların sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratabilir.
- Anlaşılabilirlik: Sağlık konularının karmaşık olabileceği göz önünde bulundurularak, bilgilerin sade ve anlaşılır bir dille sunulması gereklidir. Tıbbi terimler yerine, halkın anlayabileceği basit ve net ifadeler kullanılmalıdır.
- Objektiflik ve Tarafsızlık: Sağlık bilgileri sunulurken tarafsız ve objektif olunmalıdır. Bilgiler herhangi bir ticari veya kişisel çıkar gözetmeden verilmelidir.
- Güncellik: Sağlık alanında sürekli yeni gelişmeler ve araştırmalar yapılmaktadır. Bu nedenle, verilen bilgilerin güncel ve en son araştırmalara dayalı olmasına dikkat edilmelidir.
- Etik Kurallar: Sağlık konularında bilgi verirken etik kurallara uyulmalıdır. İnsanların mahremiyeti ve kişisel bilgileri korunmalı, tıbbi tavsiyeler kişiselleştirilmemelidir.
- Kaynak Gösterme: Verilen bilgilerin kaynağını belirtmek, okuyucunun ve izleyicilerin bu bilgileri doğrulamasına ve güven duymasına yardımcı olur. Bu aynı zamanda medyanın güvenilirliğini artırır.

MEDYANIN ROLÜ

- Konunun Medya ayağına ele alacak olursak, yazılı, işitsel, görsel medya ile yeni medya olarak günümüzde popüler olan dijital mecralar da halkı bilgilendirme ve bilinçlendirme konusunda çok önemli bir rol oynar. Bu rol şu başlıklar altında özetlenebilir:
- Bilgi Aktarımı: Medya, sağlık konularında geniş kitlelere ulaşarak önemli bilgilerin aktarılmasını sağlar. Bu, özellikle halk sağlığı kampanyaları, salgınlar ve yeni sağlık tedavileri hakkında farkındalık yaratmak için kritik öneme sahiptir.
- Eğitim: Medya, sağlık okuryazarlığını artırarak bireylerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmalarına yardımcı olabilir. Doğru bilgi ve rehberlik sağlandığında, bireyler daha bilinçli ve sağlıklı yaşam seçimleri yapabilirler.
- Farkındalık Yaratma: Medya, toplumda sağlık konularında farkındalık yaratarak önleyici tedbirlerin alınmasını teşvik edebilir. Örneğin, kanser taramaları, aşı kampanyaları veya hijyen uygulamaları hakkında bilgi vererek toplum sağlığını iyileştirebilir.
- Destek ve Dayanışma: Medya, hastalıklarla mücadele eden bireylere ve ailelerine destek ve dayanışma mesajları iletebilir. Toplumda duygudaşlık ve anlayış geliştirerek, hastalıklarla mücadelede moral ve isteklendirme sağlayabilir.
- Politika ve Karar Alıcıları Etkileme: Medya, sağlık politikalarının oluşturulmasında ve iyileştirilmesinde önemli bir rol oynayabilir. Kamuoyu oluşturma gücü sayesinde, sağlık alanında iyileştirmeler yapılması için karar alıcıları ve yetkilileri etkileyebilir.

Sonuç olarak, medyada sağlık konularında bilgi verirken dikkat edilmesi gereken hususlar ve medyanın halkı bilgilendirme ve bilinçlendirme konusundaki rolü büyük bir sorumluluk taşır. Doğru, güvenilir ve anlaşılır bilgilerle toplumun sağlık bilincini artırmak, medyanın en önemli görevlerinden biridir.

The rapidly conducted work and developments in these areas can enhance the effectiveness of preventive health services in Turkey and improve the overall health level of society. The most crucial aspect here is increasing collective awareness, ensuring awareness, and participation. Investments in preventive health services will contribute to reducing healthcare expenditures in the long term and improving quality of life.



When providing information on health topics in the media, what are the most important aspects you pay attention to? In your opinion, what role does the media play in informing and raising awareness about health issues?

- Your speeches or written statements should never smell of ratings or advertising. Our people can see this very clearly. The most important aspects I carefully emphasize and focus on when providing information on health topics in the media are:
- Accuracy and Reliability: It is crucial that the information provided is scientifically validated and sourced from reliable sources. Incorrect or incomplete information can have adverse effects on people's health.

- Clarity: Considering that health topics can be complex, it is necessary to present information in a simple and understandable language. Instead of medical terms, use plain and clear expressions that the public can comprehend.
- Objectivity and Impartiality: When presenting health information, it is crucial to be impartial and objective. Information should be provided without any commercial or personal interests.
- Timeliness: Health fields continually see new developments and research. Therefore, ensure that the information given is up-to-date and based on the latest research.
- Ethical Standards: Adhere to ethical standards when providing health information. Respect people's privacy and safeguard personal information; medical advice should not be personalized.
- Citing Sources: Indicating the source of information helps readers and viewers verify and trust the information provided. It also enhances the credibility of the media.

THE ROLE OF MEDIA

- When we consider the media aspect of the issue, written, audio, visual media, and the increasingly popular digital platforms in today's world play a crucial role in informing and raising awareness among the public. This role can be summarized under the following headings:
- Information Dissemination: Media plays a crucial role in reaching large audiences with important health information. This is particularly critical for creating awareness about public health campaigns, outbreaks, and new health treatments.
- Education: Media can help increase health literacy by guiding individuals towards adopting healthy lifestyle habits. With accurate information and guidance, individuals can make more informed and healthier lifestyle choices.
- Awareness Building: Media can promote awareness about health issues in society, encouraging preventive measures to be taken. For example, by providing information on cancer screenings, vaccination campaigns, or hygiene practices, media can contribute to improving public health.
- Support and Solidarity: Media can convey messages of support and solidarity to individuals and families battling illnesses. By fostering empathy and understanding in the community, media can boost morale and motivation in the fight against diseases.
- Influencing Policy and Decision Makers: Media can play a significant role in shaping and improving health policies. Through its power to shape public opinion, media can influence decision makers and authorities to implement improvements in the field of health.

As a result, the considerations to be taken into account when providing information on health issues in the media and the role of the media in informing and raising awareness among the public carry significant responsibility. Increasing public health awareness with accurate, reliable, and understandable information is one of the media's most important duties.



Sağlıklı yaşam ve hijyen konusunda toplumda farkındalığı artırmak için bireylere ne tür tavsiyelerde bulunursunuz?

Sağlıklı yaşam ve hijyen konusunda farkındalığı artırmak için bireylere şu tavsiyelerde bulunabiliriz:

SAĞLIKLI YAŞAM TAVSİYELERİ

1. Dengeli Beslenme:

- Çeşitli ve dengeli beslenmeye özen gösterin.
- Taze meyve ve sebzeler, tam tahıllar, protein kaynakları ve sağlıklı yağlar tüketin.
- Şekerli, işlenmiş ve fast food gıdalardan kaçının.
- Yeterli miktarda su içmeye dikkat edin.
- Günde en az 8 bardak su içmeye çalışın.

2. Düzenli Egzersiz:

- Haftada en az 150 dakika orta düzeyde aerobik aktivite yapın (örneğin yürüyüş, bisiklet, yüzme).
- Kas güçlendirici egzersizleri haftada en az iki gün yapın.
- Fiziksel aktiviteyi günlük rutininize dahil edin, asansör yerine merdiven kullanmak gibi.

3. Yeterli Uyku:

- Her gece 7-9 saat uyumaya özen gösterin.
- Düzenli uyku saatleri belirleyin ve bu saatlere uymaya çalışın.
- Uyumadan önce ekran süresini sınırlayın ve rahatlatıcı bir rutin oluşturun.

4. Stres Yönetimi:

- Stresle başa çıkmak için meditasyon, yoga veya derin nefes alma gibi gevşeme tekniklerini deneyin.
- Hobiler ve sosyal aktivitelerle kendinizi meşgul edin.
- Gerekliğinde profesyonel destek alın.

5. Rutin Sağlık Kontrolleri:

- Düzenli olarak sağlık taramaları ve kontroller yaptırın.
- Aşılarınızı güncel tutun.
- Kendi kendine meme muayenesi veya cilt kontrolleri gibi evde yapılabilecek basit taramaları öğrenin ve uygulayın.

HİJYEN TAVSİYELERİ

1. El Hijyeni:

- Ellerinizi sık sık ve doğru şekilde yıkayın (en az 20 saniye boyunca su ve sabun kullanarak).
- Su ve sabun olmadığında alkol bazlı el dezenfektanı kullanın.

2. Solunum Hijyeni:

- Öksürürken veya hapşırırken ağzınızı ve burnunuzu mendille kapatın ve mendili hemen atın.
- Mendil yoksa dirseğinizin iç kısmını kullanın.
- Kullanılan mendilleri hemen çöpe atın ve ellerinizi yıkayın.

3. Kişisel Hijyen:

- Düzenli olarak duş alın ve kişisel bakımınızı yapın.
- Dişlerinizi günde en az iki kez fırçalayın ve düzenli diş ipi kullanın.
- Tırnaklarınızı temiz ve kısa tutun.

4. Ev ve Çevre Hijyeni:

- Yaşadığınız alanları düzenli olarak temizleyin ve dezenfekte edin.
- Yemek hazırlarken mutfak hijyenine dikkat edin, özellikle çiğ ve pişmiş gıdaları ayrı tutun.

What kind of advice would you give to individuals to increase awareness in the community about healthy living and hygiene?

To increase awareness in the community about healthy living and hygiene, I can offer the following advice:

HEALTHY LIVING TIPS

1. Balanced Nutrition:

- Strive for a varied and balanced diet.
- Consume fresh fruits and vegetables, grains, protein sources, and healthy fats.
- Avoid sugary, processed, and fast foods.
- Pay attention to drinking enough water.
- Aim for at least 8 glasses of water per day.

2. Regular Exercise:

- Engage in at least 150 minutes of moderate aerobic activity per week (e.g., walking, cycling, swimming).
- Include muscle-strengthening exercises at least two days per week.
- Incorporate physical activity into your daily routines, such as using stairs instead of elevators.

3. Adequate Sleep:

- Strive to sleep 7-9 hours every night.
- Establish regular sleep hours and try to stick to them.
- Limit screen time before bed and create a relaxing bedtime routine.

4. Stress Management:

- Try relaxation techniques such as meditation, yoga, or deep breathing to cope with stress.
- Engage in hobbies and social activities to keep yourself occupied.
- Seek professional support when needed.

5. Routine Health Check-ups:

Regularly undergo health screenings and check-ups. Keep your vaccinations up to date. Learn and perform simple screenings that can be done at home, such as self-breast examinations or skin checks.

HYGIENE RECOMMENDATIONS

1. Hand Hygiene:

Wash your hands frequently and properly (for at least 20 seconds using soap and water). Use alcohol-based hand sanitizers when soap and water are not available.

2. Respiratory Hygiene:

- Cover your mouth and nose with a tissue when coughing or sneezing, and dispose of the tissue immediately.
- If tissues are not available, use the inside of your elbow.
- Dispose of used tissues immediately and wash your hands afterward.

3. Personal Hygiene:

- Take regular showers and maintain personal grooming.
- Brush your teeth at least twice a day and use dental floss regularly.
- Keep your nails clean and trimmed.

4. Home and Environmental Hygiene:

- Clean and disinfect the areas where you live regularly.
- Pay attention to kitchen hygiene while preparing meals, especially keeping raw and cooked foods separate.

- Çöp ve atıkları düzenli olarak atın ve çöp kutularını temiz tutun.

5. Gıda Hijyeni:

- Gıdaları uygun şekilde saklayın ve son kullanma tarihlerine dikkat edin.
- Yemek hazırlarken temiz su kullanın ve mutfak gereçlerini düzenli olarak temizleyin.
- Çiğ gıdalarla temas eden yüzeyleri ve ellerinizi iyice yıkayın.

GENEL TAVSİYELER

1. Bilgi Edinme:

- Sağlık ve hijyen konularında güvenilir kaynaklardan bilgi edinmeye çalışın.
- Sağlık profesyonellerinin tavsiyelerine uyun ve gerektiğinde danışın.

2. Toplumsal Sorumluluk:

- Hastayken evde kalın ve başkalarına hastalığı bulaştırmamaya özen gösterin.
- Topluluk içinde hijyen kurallarına uyun ve çevrenizdekileri bilinçlendirin.

Bu tavsiyelere uymak, bireylerin sağlıklı bir yaşam sürmesine ve hastalıkların önlenmesine katkı sağlayacaktır. Sağlık ve hijyen konularında bilinçli olmak, hem bireysel sağlığımızı korur hem de toplum sağlığına önemli katkılarda bulunur.

PANDEMİ BİZE, DİJİTALLEŞMENİN ÖNEMİNİ VE HIZINI ÖĞRETTİ

Bir dönüm noktası olan Pandemi sonrası toplumun psikolojik durumunu nasıl buluyorsunuz?

Öncelikle şunu ifade etmek isterim Pandemi hepimizin hayatında önemli bir değişikliği yarattı dijital yaşam tarzını günlük yaşamımıza soktu ve dijitalleşmenin önemini ve hızını öğretti.

Öte yandan Pandemi, dünya genelinde toplumların psikolojik durumunu önemli ölçüde etkiledi ve birçok insan üzerinde kalıcı izler bıraktı. Türkiye’de de bu etkinin çeşitli boyutları gözlemlenebilir. Pandemiden sonra toplumun psikolojik durumunu değerlendirirken dikkate alınması gereken bazı ana noktalar vardır, işte onlardan bazıları:

Artan Anksiyete ve Stres: Pandemi sürecinde yaşanan belirsizlikler, sağlık kaygıları ve ekonomik zorluklar, insanların genel anksiyete seviyelerini artırdı. İşsizlik, gelir kaybı ve ekonomik belirsizlikler, bireylerde stres ve endişe düzeylerinin yükselmesine neden oldu.

Depresyon ve Yalnızlık: Uzun süreli sosyal izolasyon, karantinalar ve kısıtlamalar, birçok insanın yalnızlık hissi yaşamasına ve depresyon belirtileri göstermesine yol açtı. Sosyal bağların kopması, destek sistemlerinin zayıflaması ve normal sosyal aktivitelerin kısıtlanması, ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yarattı.

Trauma ve Yas: Pandemi sürecinde birçok insan sevdiklerini kaybetti ve bu kayıpların yasını tutmak zorunda kaldı. Bu durum, toplumsal travmanın ve bireysel yas süreçlerinin artmasına neden oldu. Ayrıca, hastalıkla doğrudan mücadele eden sağlık çalışanları gibi belirli gruplar, yoğun travma ve tükenmişlik yaşadı.

Sağlık Anksiyetesi: Pandemi, insanların sağlık konusunda daha fazla endişe duymasına neden oldu. Hem kendi sağlıkları hem de sevdiklerinin sağlıkları konusunda duyulan kaygılar, sağlık anksiyetesi ve hipokondriya belirtilerini artırdı.

Değişen Alışkanlıklar ve Rutinler: Pandemi süreci, birçok insanın günlük rutinlerini ve alışkanlıklarını değiştirmek zorunda kalmasına neden oldu. İş ve eğitim süreçlerinin dijital ortama taşınması, sosyal etkinliklerin kısıtlanması ve fiziksel aktivitelerin azalması, ruh sağlığını olumsuz etkiledi.

Ruh Sağlığı Hizmetlerine Erişim: Pandemi döneminde ruh sağlığı hizmetlerine olan ihtiyaç arttı, ancak bu hizmetlere erişim konusunda çeşitli zorluklar yaşandı. Özellikle kırsal bölgelerde ve dezavantajlı gruplarda bu

- Dispose of garbage and waste regularly and keep trash bins clean.

5. Food Hygiene:

- Store food properly and pay attention to expiration dates.
- Use clean water when preparing meals and clean kitchen utensils regularly.
- Thoroughly wash surfaces and hands that come into contact with raw foods.

GENERAL RECOMMENDATIONS

1. Obtaining Information:

- Seek information from reliable sources on health and hygiene topics.
- Follow advice from healthcare professionals and consult them when necessary.

2. Social Responsibility:

- Stay at home when sick and take precautions not to spread illness to others.
- Adhere to hygiene rules within the community and raise awareness among those around you.

Adhering to these recommendations contributes to maintaining a healthy lifestyle and preventing diseases. Being conscious of health and hygiene not only preserves individual health but also makes significant contributions to public health.



“PANDEMIC HAS TAUGHT US THE IMPORTANCE AND SPEED OF DIGITALIZATION”
How do you find the psychological state of society after the Pandemic, which is a turning point?

Firstly, I would like to express that the pandemic has created a significant change in all of our lives, introducing a digital lifestyle into our daily routines and teaching us the importance and speed of digitalization.

On the other hand, the pandemic has significantly affected the psychological state of societies worldwide and left lasting impacts on many individuals. This effect can be observed in various dimensions in Turkey as well. When evaluating the psychological state of society after the pandemic, there are several key points that should be considered.

Increased Anxiety and Stress: Uncertainties, health concerns and economic difficulties experienced during the pandemic have increased people’s general anxiety levels. Unemployment, loss of income and economic uncertainties have caused increased levels of stress and anxiety in individuals.

Depression and Loneliness: Prolonged social isolation, quarantines and restrictions have led many people to experience feelings of loneliness and show symptoms of depression. The loss of social ties, the weakening of support systems, and the restriction of normal social activities have had negative effects on mental health.

Trauma and Grief: Many people lost loved ones during the pandemic and had to mourn these losses. This situation caused an increase in social trauma and individual mourning processes. Additionally, certain groups, such as healthcare workers directly combating the disease, have experienced intense trauma and burnout.

Health Anxiety: The pandemic has made people more concerned about health. Concerns about both their own health and the health of their loved ones increased symptoms of health anxiety and hypochondria.

Changing Habits and Routines: The pandemic process has caused many people to have to change their daily routines and habits. Moving business and education processes to the digital environment, restricting social activities and decreasing physical activities have negatively affected mental health.

Access to Mental Health Services: The need for mental health services increased during the pandemic period, but there were various difficulties in accessing these services. These access problems have become more evident,

erişim sorunları daha belirgin hale geldi. Online terapi ve danışmanlık hizmetleri yaygınlaştı, ancak bu hizmetlere erişim imkanı olmayan kişiler için bu bir çözüm olamadı.

Toplumsal Dayanışma ve Dirençlilik: Öte yandan, pandemi süreci bazı topluluklarda dayanışma ve dirençliliğin artmasına da neden oldu. Birbirine destek olan, yardımlaşma ve dayanışma içinde hareket eden topluluklar, bu süreçte psikolojik olarak daha güçlü kalabildi.

Çözüm Önerileri: Pandemi sonrası toplumun psikolojik iyileşme sürecini desteklemek için bazı adımlar atılabilir:

1. **Ruh Sağlığı Farkındalığı:** Ruh sağlığı konusunda farkındalık yaratmak ve stigma ile mücadele etmek önemlidir. İnsanların ruh sağlığı hizmetlerine başvurmadan çekinmemesi sağlanmalıdır.

2. **Erişilebilir Ruh Sağlığı Hizmetleri:** Ruh sağlığı hizmetlerinin erişilebilirliğini artırmak, özellikle dezavantajlı gruplar için bu hizmetlere ulaşımı kolaylaştırmak gereklidir.

3. **Toplumsal Destek Mekanizmaları:** Toplumsal dayanışma ve destek gruplarının teşvik edilmesi, bireylerin yalnızlık ve stresle başa çıkmasına yardımcı olabilir.

4. **Ekonomik Destekler:** Pandeminin ekonomik etkilerini hafifletmek için yapılan destekler, bireylerin ekonomik kaygılarını azaltarak ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaratabilir.

5. **Eğitim ve Bilgilendirme:** İnsanların stres yönetimi, anksiyete ve depresyonla başa çıkma yöntemleri konusunda eğitilmesi, psikolojik sağlamlıklarını artırabilir.

6. **Aktif Yaşam ve Sosyal Bağlar:** Fiziksel aktivitenin ve sosyal bağların güçlendirilmesi, ruh sağlığını iyileştirmede önemli bir rol oynar.

Sonuç olarak, pandemiden sonra toplumun psikolojik durumunu iyileştirmek için çok yönlü ve bütüncül yaklaşımlar benimsemek gereklidir. Bireylerin ve toplumun ruh sağlığını desteklemek, genel sağlık ve iyilik halinin sürdürülebilirliği açısından büyük önem taşır.

Sağlıklı yaşam için püf noktalarınız nelerdir?

Sağlıklı yaşam için bazı temel püf noktaları şu şekildedir:

Beslenme

1. **Dengeli ve Çeşitli Beslenme:** Her öğünde çeşitli besin gruplarını içeren dengeli bir diyet benimseyin. Taze meyve ve sebzeler, tam tahıllar, protein kaynakları ve sağlıklı yağları tüketmeye özen gösterin.

2. **Şeker ve İşlenmiş Gıdalardan Kaçınma:** Şekerli içecekler, abur cuburlar ve işlenmiş gıdaları mümkün olduğunca sınırlayın. Doğal ve işlenmemiş gıdaları tercih edin.

3. **Porsiyon Kontrolü:** Porsiyonları kontrol altında tutarak aşırı yemekten kaçının. Küçük tabaklar kullanmak ve yavaş yemek, bu konuda yardımcı olabilir.

4. **Yeterli Su Tüketimi:** Günde en az 8 bardak su / sıvı içmeye özen gösterin. Bu 8 bardağın içerisinde



especially in rural areas and disadvantaged groups. Online therapy and counseling services have become widespread, but this has not been a solution for people who do not have access to these services.

Social Solidarity and Resilience: On the other hand, the pandemic process has also caused an increase in solidarity and resilience in some communities. Communities that supported each other and acted in cooperation and solidarity were able to remain psychologically stronger in this process.

Solution Suggestions: Some steps can be taken to support the psychological healing process of the society after the pandemic:

1. **Mental Health Awareness:** It is important to raise awareness about mental health and combat stigma. People should not hesitate to seek mental health services.

2. **Accessible Mental Health Services:** It is necessary to increase the accessibility of mental health services and facilitate access to these services, especially for disadvantaged groups.

3. **Social Support Mechanisms:** Promoting social solidarity and support groups can help individuals cope with loneliness and stress.

4. **Economic Supports:** Supports provided to alleviate the economic effects of the pandemic can have positive effects on mental health by reducing individuals' economic concerns.

5. **Education and Information:** Educating people on stress management and methods of coping with anxiety and depression can increase their psychological resilience.

6. **Active Living and Social Bonds:** Strengthening physical activity and social bonds plays an important role in improving mental health.

As a result, it is necessary to adopt multifaceted and holistic approaches to improve the psychological state of society after the pandemic. Supporting the mental health of individuals and society is of great importance for the sustainability of general health and well-being.

What are your tips for a healthy life?

Some basic tips for a healthy life are as follows:

Nutrition

1. **Balanced and Varied Diet:** Adopt a balanced diet that includes various food groups in each meal. Pay attention to consuming fresh fruits and vegetables, whole grains, protein sources, and healthy fats.

2. **Avoid Sugar and Processed Foods:** Limit sugary beverages, snacks, and processed foods as much as possible. Opt for natural and unprocessed foods.

3. **Portion Control:** Avoid overeating by keeping portions under control. Using smaller plates and eating slowly can help with this.

4. **Adequate Water Intake:** Aim to drink at least 8 glasses of water/fluids per

ayran, doğal meyve suları, bitki çayları, 2 fincan kahve, sulu gıdalar da yer alabilir. Vücudun su ihtiyacını karşılamak, genel sağlığını korumada önemli bir rol oynar.

Fiziksel Aktivite

1. **Düzenli Egzersiz:** Haftada en az 150 dakika orta düzeyde aerobik aktivite (örneğin yürüyüş, bisiklet, yüzme) yapın. Ayrıca kas güçlendirici egzersizleri haftada en az iki gün yapın.

2. **Günlük Aktiviteleri Artırma:** Günlük rutinlerinize daha fazla hareket katın. Asansör yerine merdiven kullanmak, kısa mesafeleri yürüyerek gitmek gibi basit değişiklikler yapın.

Ruh Sağlığı

1. **Stres Yönetimi:** Stresi azaltmak için meditasyon, yoga, derin nefes alma egzersizleri veya hobiler gibi gevşeme tekniklerini deneyin.

2. **Sosyal Bağlar:** Aile ve arkadaşlarla güçlü sosyal bağlar kurun ve bu ilişkileri sürdürün. Sosyal destek, ruh sağlığını korumada önemli bir faktördür.

3. **Yeterli Uyku:** Her gece 7 ila 9 saat uyumaya özen gösterin. Düzenli uyku saatleri belirleyin ve bu saatlere uymaya çalışın.

Hijyen

1. **El Hijyeni:** Ellerinizi sık sık ve doğru şekilde yıkayın. Özellikle yemek hazırlamadan önce ve tuvalet kullanımından sonra el hijyenine dikkat edin.

2. **Kişisel Bakım:** Düzenli duş alın, dişlerinizi günde en az iki kez fırçalayın ve kişisel bakımınıza özen gösterin.

Genel Sağlık

1. **Düzenli Sağlık Kontrolleri:** Rutin sağlık taramalarını ve kontrolleri aksatmadan yaptırın. Erken teşhis, birçok hastalığın tedavisinde kritik öneme sahiptir.

2. **Aşılar:** Aşı takvimine uygun olarak gerekli aşıları yaptırın ve aşılarınızı güncel tutun.

3. **Sigara ve Alkol:** Sigara ve tütün ürünlerinden uzak durun. Alkol tüketimini sınırlı tutun veya tamamen bırakın.

4. **Doğal Işık ve Temiz Hava:** Mümkün olduğunca doğal ışık alın ve temiz hava soluyun. Açık hava yürüyüşleri yapmak hem fiziksel hem de zihinsel sağlığınızı destekler.

Bu püf noktaları, sağlıklı bir yaşam sürdürmek için temel prensiplerdir. Düzenli uygulamalarla, bu alışkanlıklar genel sağlık ve iyilik halinizi önemli ölçüde artırabilir.

SÜREKLİ YENİLİKÇİ VE ÜRETKEN OLMAK BENİM HAYAT FELSEFEMDİR

Şu anda üzerinde çalıştığınız bir kitap var mıdır? Kısa da olsa biraz bahsedebilir misiniz?

Koruyucu Sağlık ve Sağlık Kültürü, Acil Durumlar ve Afet Yönetimi, Ürün Güvenliği ve Gıda Hijyeni Yönetimi, Yedik İçtik Mutfakta Sıfır Atık. Tüm kitaplarımız baskıya hazır beklemektedir. Bu kitapların hazırlanmasındaki temel amaç toplum sağlığını korumak ve toplumsal farkındalığı güçlendirmektir.

Önümüzdeki dönem planlarınız nelerdir?

Bir akademisyen olarak öğrencilerimle sahada olmak ve çok daha fazla proje yönetmek. İçinde bulunduğumuz dijital çağda bilgiye ulaşmak çok hızlı ve çok kolay.

Onlarca diploma biriktirmek başarı değildir. Önemli olan; elinizden gelenin en iyisini yapmak, öğrendiklerini geliştirmek, toplum için üretebilen kişi olmak, doğru bilgiye ulaşmak ve anlamlı projeler yürütmektir. Benim için öğrencilerim çok kıymetli bütün bilgi birikimlerimizi hızla onlarla paylaşmak ve sürekli yenilikçi, üretken olmak benim hayat felsefemdir. Sağlığım elverdiğince bu yolda yürüme devam edeceğim.

day. This can include but is not limited to ayran (buttermilk), natural fruit juices, herbal teas, 2 cups of coffee, and watery foods. Meeting your body's water needs plays a significant role in maintaining overall health.

Physical Activity

1. **Regular Exercise:** Engage in at least 150 minutes of moderate-intensity aerobic activity per week (such as walking, cycling, swimming). Also, include muscle-strengthening exercises at least two days per week.

2. **Increase Daily Activities:** Incorporate more movement into your daily routines. Make simple changes like using stairs instead of elevators or walking short distances.

Mental Health

1. **Stress Management:** Try relaxation techniques such as meditation, yoga, deep breathing exercises, or hobbies to reduce stress.

2. **Social Connections:** Build strong social bonds with family and friends, and maintain these relationships. Social support is crucial for maintaining mental health.

3. **Adequate Sleep:** Aim to sleep 7 to 9 hours every night. Establish regular sleep times and try to stick to them.

Hygiene

1. **Hand Hygiene:** Wash your hands frequently and properly, especially before preparing food and after using the toilet.

2. **Personal Care:** Take regular showers, brush your teeth at least twice a day, and maintain good personal hygiene.

General Health

1. **Regular Health Check-ups:** Attend routine health screenings and check-ups without skipping. Early diagnosis is crucial for the treatment of many diseases.

2. **Vaccinations:** Get necessary vaccinations according to the immunization schedule and keep them up to date.

3. **Smoking and Alcohol:** Avoid tobacco and cigarette products. Limit alcohol consumption or quit altogether.

4. **Natural Light and Fresh Air:** Get as much natural light as possible and breathe clean air. Outdoor walks support both physical and mental health. These tips are fundamental principles for maintaining a healthy lifestyle.

With regular practice, these habits can significantly improve your overall health and well-being.

BEING CONTINUALLY INNOVATIVE AND PRODUCTIVE IS MY LIFE PHILOSOPHY

Is there a book you are currently working on? Can you talk a little bit about it, even if briefly?

Preventive Health and Health Culture, Emergencies and Disaster Management, Product Safety and Food Hygiene Management, We Ate and Drunk and Died Zero in the Kitchen. All Our Books are Ready for Printing. The main purpose of preparing these books is to protect public health and strengthen social awareness.

What are your plans for the coming period?

As an academician, being in the field with my students and managing many more projects. In the digital age we live in, accessing information is very fast and easy.

Accumulating dozens of diplomas is not success. The important thing is; Doing your best, improving what you learn, being a person who can produce for society, accessing accurate information and carrying out meaningful projects. My students are very valuable to me, my philosophy of life is to quickly share all our knowledge with them and to be constantly innovative and productive. I will continue walking on this path as long as my health allows.





GÜNÜMÜZDE KADIN-ANNE-ÇOCUK SAĞLIĞININ ÖNEMİ

Türkiye’de halk sağlığı, doğum ve kadın sağlığı alanlarında önemli çalışmalara imza atmış Prof. Dr. Ayşe Akın ile dünya genelinde ve Türkiye’deki anne-çocuk sağlığını, Türkiye’de doğurganlık hızının güncel durumunu ve Türkiye’deki sağlık sistemini konuştuk.

Röportaj: Eda Erendağ

THE IMPORTANCE OF WOMEN-MOTHER-CHILD HEALTH TODAY

We spoke with Prof. Dr. Ayşe Akın, who has contributed significantly to public health, childbirth, and women’s health in Turkey, about mother-child health globally and in Turkey, the current fertility rate in Turkey, and the healthcare system in the country.

Interview: Eda Erendağ

ANNE VE ÇOCUĞUN SAĞLIĞININ TEMELİ KADIN SAĞLIĞI

Dünya genelinde ve Türkiye'deki anne-çocuk sağlığını nasıl değerlendiriyorsunuz?

Anne ve çocuk sağlığı denildiğinde her şeyden önce konunun kadın-anne ve çocuk bütününde ele alınması gerekir. Çünkü temelde "kadın sağlığı, anne ve çocuğun sağlıklı olmasının temelini oluşturur.

Gerek dünya genelinde gerekse Türkiye'de kadın ve çocuk sağlığına geniş bir perspektiften ve bütüncül bakmak gerekir. Her iki grup da yani kadın ve çocuk grubu özelliği olan gruplardır ve sağlıklarını daha duyarlı yapan olayları yaşayan gruplardır.

Örneğin kadın sağlığı denildiğinde sadece üreme yeteneğinin olduğu 15-49 yaş aralığını değil, uluslararası belgelerde de vurgulandığı gibi doğum öncesi dönemden ölüme dek geçen sürenin yani tüm dönemlerin anlaşılması gerekiyor. Benzer şekilde çocuk denildiğinde de 18 yaş ve altındaki tüm çocukların anlaşılması gerekir.

Kadın sağlığını özel yapan onun diğer cinsiyete göre 3 misli daha ağır olan üreme sağlığı yüküdür. Yine çocuk sağlığı için de büyüme ve gelişme olaylarının en yoğun yaşandığı dönem olması çocuk grubunun sağlığını daha özel ve kırılabilir yapmaktadır.

Diğer taraftan sağlığın değerlendirilmesi yapılırken sadece sonuçlara değil o sonuçları etkileyen faktörlere ve sağlığın Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından yapılmış olan tanımı kapsamında yapılması yani sağlığın fiziksel, ruhsal ve sosyal yönlerini de değerlendirmelerde dikkate almak gereklidir.



THE FOUNDATION OF MATERNAL AND CHILD HEALTH WOMEN'S HEALTH

How do you evaluate maternal and child health globally and in Turkey?

When we talk about maternal and child health, first and foremost, the issue needs to be considered in the context of women-mother-child as a whole. Because fundamentally, 'women's health' forms the basis for the health of a healthy mother and child.

Both globally and in Turkey, it is necessary to approach women's and children's health from a broad and holistic perspective. Both groups, women and children, are characterized as groups with specific features that make their health more sensitive.

For example, when we talk about women's health, it is necessary to understand not only the 15-49 age group where reproductive ability exists, as emphasized in international documents, but also all periods from pre-conception to death. Similarly, when we talk about children, it is necessary to understand all children under the age of 18.

What makes women's health special is the reproductive health burden, which is three times heavier than that of the opposite sex. Similarly, the fact that growth and development events are most intense during childhood makes the health of the child group more special and fragile.

On the other hand, when assessing health, it is necessary not only to focus on outcomes but also to consider the factors influencing those outcomes and to evaluate health according to the definition provided by the World Health Organization (WHO), which includes physical, mental, and social aspects.

Tarihsel süreçte sağlık alanında Birleşmiş Milletler (BM) ve DSÖ'nün öncülüğünde uluslararası büyük toplantılar ve araştırmalarla önemli değerlendirmeler yapılmış olup bu değerlendirmeler konuyu irdeleme bağlamında yol göstericidir.

1994 yılında Kahire'de yapılan Uluslararası Nüfus ve Kalkınma Konferansında (ICPD) Üreme Sağlığı başta olmak üzere diğer pek çok alanda tanımlar yapılmış, amaçlar- hedefler belirlenmiş, yapılması gerekenlerle ilgili dünyanın gelecek 20 yılının planı yapılmıştır. İleriki yıllarda yapılan global sağlık araştırması ile olan ya da olamayan ilerlemeler ortaya konulmuştur.

Dünya genelinde anne ve çocuk sağlığında önemli ilerlemeler kaydedilmiş olsa da, bazı bölgelerde ciddi sorunlar devam etmektedir. Bu sorunların çözümü nasıl olmalıdır?

Bu sorunun yanıtı kolay ancak önerileceklerin uygulamalara yansımaları için öncelikle güçlü bir politik iradenin varlığına ihtiyaç vardır. Çözüm için; Sorunların, sözü edilen eşitsizliklerin nedenlerinin güvenilir kayıt bildirimlerle, bilimsel araştırmalarla ortaya konulması, bu sonucu hazırlayan etkili faktörlerin iyi bilinmesi ve bunlara uygun çözüm önerilerinin yasalar, stratejik planlar ve en önemlisi de liyakatli- güçlü bir politik irade ile toplum düzeyinde gerçek uygulamalara yansıtılması sonrasında da objektif olarak izlenmesi gerekir.

Biraz gıpta ederek baktığımız "gelişmiş ülkelerin" yıllardan beri izledikleri strateji bu olup ödün vermeden uygulamakta ve olumlu sonuçlarını ancak bu şekilde almaktadırlar. Bilimselliğe ve liyakata dayandırılmayan bir yönetimin başarılı olamayacağı hele de çok faktörden etkilenen sağlık konusunda başarılı olunamayacağını 100 yıllık deneyimlerimiz ve diğer ülke örnekleri bize net olarak göstermektedir.

"DOĞURGANLIK VE DOĞUM KARARI BİR İNSAN HAKKIDIR VE BU HAK HERKES TARAFINDAN ÖZGÜRCE KULLANILMALIDIR"

Türkiye'de doğurganlık hızının genel durumunu nasıl ele alıyorsunuz? Doğurganlık hızını etkileyen faktörler nelerdir? Doğurganlık konusu her bir bireyin doğuştan sahip olduğu insan haklarının başında gelmektedir. Türkiye bu konuda, doğurganlıkla ilgili mevcut yasalarını ülkenin ihtiyacı doğrultusunda her zaman son kararı bireylere, çiftlere-ailelere bırakan kanunlar çıkarmış ve buna dayalı olumlu sonuçlar almıştır. Örnek vermek gerekirse Cumhuriyetin ilk yıllarında sadece 13 milyon nüfusa sahip olan Türkiye Pronatalist nüfus politikası izlemiştir.

O dönem için bu doğru bir politikadır ancak 1950 li yıllarda isteyerek-tehlikeli koşullarda yapılan düşüklerle bağlı anne ölümlerinin çok artması nedeni ile bilim insanları, kara vericiler, medya mensuplarının da ortak savunuculuk faaliyetleri ile 1965 yılında ilk antinatalist nüfus politikasına geçilmiş nitekim 557 sayılı yasanın doğru bir sağlık sistemi modeli ile uygulanması



In the historical context of health, significant evaluations have been conducted through major international meetings and research under the leadership of the United Nations (UN) and WHO, providing guiding principles for examining the subject.

The International Conference on Population and Development (ICPD) held in Cairo in 1994 defined various areas, particularly Reproductive Health, along with setting goals and objectives, and outlining plans

for the world's next 20 years. Subsequent global health research has highlighted progress made or not made in these areas.

Although significant progress has been made in maternal and child health globally, serious challenges continue in some regions. How should these problems be addressed?

The answer to this question is straightforward, but implementing the recommendations requires a strong political will. For a solution: It is necessary to identify the causes of these problems and mentioned inequalities through reliable data reporting and scientific research. Understanding the effective factors that lead to these outcomes and proposing appropriate solutions should be reflected in laws, strategic plans, and most importantly, through competent and strong political will for implementation at the community level, followed by objective monitoring.

The strategy that we somewhat envy in 'developed countries' has been consistently followed for years without compromise, yielding positive results only through this approach. Our 100 years of experience and examples from other countries clearly demonstrate that a governance not based on scientific rigor and merit cannot succeed, especially in health, which is influenced by multiple factors.

"FERTILITY AND THE DECISION TO GIVE BIRTH ARE HUMAN RIGHTS AND SHOULD BE FREELY EXERCISED BY EVERYONE"

How do you assess the overall fertility rate in Turkey? What factors influence fertility rates?

Fertility is among the fundamental human rights inherent to each individual from birth. In Turkey, laws concerning fertility have consistently entrusted the final decision to individuals, couples, and families according to the country's needs, yielding positive results. For example, in the early years of the Republic when Turkey had a population of only 13 million, the country pursued a pronatalist population policy. This was appropriate for that period.

However, in the 1950s, due to a significant increase in maternal deaths linked to induced abortions performed under dangerous conditions, scientists, opinion leaders, and media advocates collectively pushed for the transition to the first antinatalist population policy in 1965, notably with the implementation of Law No. 557 in line with a sound healthcare system model.





sonucu bebek, çocuk ölüm hızları, anne ölüm oranı gibi göstergelerde belirgin somut iyileşmeler olmuştur.

Yine toplumun gereksinimi ve talebi nedeni ile 1983 yılında kabul edilen 2827 sayılı yasa ile kadın-anne ve çocuk sağlığı göstergelerinde daha da belirgin iyileşmeler olmuştur. Örneğin çok önceleri tehlikeli – anneyi ölüme götüren düşüklerin anne ölümleri içindeki payı %53 iken 2005 yılında % 2 ye kadar düşmüştür. Bu sonuç bilimsel yaklaşımlarla doğru teşhis ve doğru müdahale programlarının başarısı bağlamında dünyaya örnek olabilecek önemli bir kanıttır.

Sonuç olarak doğurganlık ve doğum kararı bir insan hakkıdır ve bu hak herkes tarafından özgürce kullanılmalıdır. Burada devletin görevi; toplumun ihtiyaç ve talebi doğrultusunda güvenli hizmet ortamının yasalarla değil o yasaların gerçek uygulamalara da yansımaları garantileyerek sağlamasıdır. Kadın bedeni asla demografik bir araç gibi algılanmamalıdır.

Mevcut bilimsel değerlendirmeler, yapılan projeksiyonlar Türkiye’de nüfusun 2050 yılına dek artmaya devam edeceğini ortaya koymaktadır. Henüz olmayan gerekçelerle doğurganlığın teşviki kadınların eşit istihdam, eğitim, karar mekanizalarında eşit temsil imkanlarını kullanmalarını engelleyecek olup toplumun yarısını oluşturan kadın grubunun insan haklarını özgürce ve eşit kullanmada geri plana atarak ülkenin gelişme – demokratikleşme adımlarında engelleyici olacağı gerçeği asla göz ardı edilmemelidir.

Türkiye’de nüfusun yaşlanıyor olması beklenen yaşam süresinin her iki cinsiyet için de artıyor olması bir gerçek olup bu olumlu bir durumdur. Burada da kamuya düşen görev; Yaşlanan grubun sağlık ve sosyal gereksinimlerinin öngörülerek gerekli önlemleri zamanında almasıdır. Bunun çözümü asla kadınların doğurganlığını teşvik etmek

This resulted in substantial improvements in indicators such as infant and child mortality rates and maternal mortality.

Furthermore, in response to societal needs and demands, Law No. 2827 was enacted in 1983, further enhancing indicators of women’s, mothers’, and children’s health. For instance, the proportion of maternal deaths attributed to dangerous abortions decreased from 53% in earlier years to as low as 2% by 2005. This outcome serves as a significant testament to the success of correct diagnosis and intervention programs based on scientific approaches, potentially setting an example for the World.

As a result, fertility and the decision to give birth are human rights and should be freely exercised by everyone. The role of the state here is to ensure a safe service environment not only through laws but also by guaranteeing their implementation into real practices according to the needs and demands of society. The female body should never be perceived as a demographic tool.

Current scientific assessments and projections indicate that the population in Turkey will continue to increase until 2050. Promoting fertility for reasons that do not yet exist could hinder women from equally participating in employment, education, and decision-making processes, thus undermining the free and equal exercise of human rights by the half of society that comprises women. This fact should never be overlooked as it could pose obstacles to the country’s development and democratization efforts.

It is a reality in Turkey that the population is aging and life expectancy is increasing for both genders, which is a positive development. Here, the responsibility of the public sector is to anticipate the health and social needs of the aging population and take timely measures. The solution should never be to encourage fertility among women. Real

olmamalıdır. Gerçek çözüm olarak düşünülmesi gerekenler: ülkede milli gelirin toplum kesimlerinde eşit / adaletli dağıtımının sağlanarak yoksulluğun, yeni iş imkanları yaratarak işsizliğin azaltılması, çağdaş / eşit eğitim ve sosyal destek mekanizmalarının geliştirilmesi gibi çözümler öncelikle akla gelmeli ve gerçekleştirilmelidir.

Dünyada kadınlar her yıl yaklaşık 22 milyon sağlıksız düşük yapıyor. Düşüklerin sebebini neye bağlayabiliriz?

Gerek dünyada gerekse ülkemizde sağlıksız düşüklerin tek sebebi vardır denilebilir o da toplumun gereksinimine uygun hizmet verilmiyor olması. Bir kadının-ailenin her bir gebeliği isteyerek planlayabilmesi için öncelikle konu bağlamında yeterli bilgi ve sağlık bilincine sahip olması gerekir. Diğer bir gereksinim ise bireylerin (kadın ve erkek), ailelerin ihtiyaç duydukları hizmetin kolay ulaşılabilir ve nitelikli olması gerekir. Bu bağlamda ülkede mevcut olan sağlık sistemi yaşamsal önemdedir.

Türkiye, uygun yasaların varlığı, ailelerin sağlık bilincinin yeterli olması, birinci basamak sağlık hizmetlerinin nitelikli ve ulaşılabilir olması ile tehlikeli düşüklerin anne ölümleri içindeki payını % 53 den % 2 ye indirmiş olan bir ülkedir. Dolayısı ile geçmiş başarılı uygulamalarımız günümüze ve geleceğimize yol gösterebilir.

Düşükler konusunda Türkiye’deki güncel durumu özetleyecek olursam: Ailelerin /kadının isteği ile 10 hafta dahil toplumda kürtaj olarak bilinen isteyerek düşük yapılması halen yasal ancak mevcut olumsuz atmosfer nedeni ile bu konuda hizmet kamu sağlık kuruluşlarında giderek daha az verilmekte.

Bu konuda Kadir Has Üniversitesi’nin 2016 ve 2020 yılında gerçekleştirdiği araştırma sonuçları konu hakkında yeterli

solutions should focus on ensuring equitable distribution of national income among societal sectors, reducing poverty, creating new job opportunities to alleviate unemployment, and developing contemporary and equitable education and social support mechanisms.

In the world, women experience approximately 22 million unsafe miscarriages every year. What can we attribute as the causes of these miscarriages?

If we were to say that there is a single reason for unsafe miscarriages both globally and in our country, it could be that services tailored to the needs of the community are not being provided. For a woman or a family to be able to intentionally plan each pregnancy, they first need to have sufficient knowledge and health awareness on the subject. Another requirement is that individuals (both women and men) and families need the services they require to be easily accessible and of high quality. In this context, the existing healthcare system in the country is vital.

Turkey has reduced the share of unsafe miscarriages in maternal deaths from 53% to 2% through the presence of appropriate laws, sufficient health awareness among families, and the availability of quality and accessible primary healthcare services. Therefore, our past successful practices can guide us in the present and future.

If I were to summarize the current situation regarding miscarriages in Turkey: Abortions, known as voluntary miscarriages, are still legal up to 10 weeks upon the request of families/women, but due to the current negative atmosphere, services in public healthcare facilities are decreasing.

Research conducted by Kadir Has University in 2016 and 2020 provides sufficient insights into the matter; In this

fikir vermektedir; Bu değerlendirmede toplam 295 kamu hastanesi ile görüşülmüş; sadece 10 hastanede (Ankara, Amasya, Bayburt, Burdur, Hakkâri, Şanlıurfa, Tekirdağ ve Tunceli) isteğe bağlı kürtaj hizmeti herhangi bir şart gösterilmeden sağlanmakta, 185 hastanede ise sağlanmamaktaydı.

Kadın Hastalıkları ve Doğum Bölümüne sahip 295 hastanenin yalnızca yüzde 3'ü isteğe bağlı kürtaj hizmeti verdiklerini belirtmiş olup, isteğe bağlı kürtaj yapmıyoruz diyen hastanelerin oranının 2016-2020 yılları arasında yani 4 yılda yüzde 12'den yüzde 54'e çıkmış olduğu saptanılmıştır.

Kürtajın bütün uluslararası belgelerde başta kadın olmak üzere ailelerin özgürce kullanabilmesi gereken bir insan hakkı, sağlık hakkı olduğu belirtilmektedir. Sağlıkta bir kural vardır o da olumsuz bir olay önce önlenmeli gerekirse müdahale edilmelidir. İstenmeyen-planlanmamış gebeliklerin engellenmesinin en sağlıklı yolu kuşkusuz kontraseptif yöntemler yani gebeliği önleyici yöntem kullanımıdır. Ancak bunun olamadığı durumlarda ise mevcut yasalar uyarınca gebeliğin sağlıklı koşullarda ehil ellerle sonlanması bir sağlık hakkıdır devlet bu konuda engelleyici olmamalıdır.

İnfertilite Prevalansı'nın belli başlı sebepleri var. Bu sebepler ele alındığında gündün gününe İnfertilite oranlarında ciddi bir artış görülüyor. Siz bu artışı nasıl yorumluyorsunuz? Bu artışı önlemek mümkün mü?
Cinsel sağlık ve üreme sağlığı (CSÜS) bağlamında çok önemli bir soru...

İnfertilite bireyler ve aileler, toplum için pek çok psikososyal sonuçları da olan önemli bir CSÜS sorunudur. Günümüzde bilinçsiz cinsel sağlık davranışları, konu bağlamında ergenler ve erişkin grubun kolay ve uygun nitelikli danışma ve klinik hizmet olarak önleyici, erken tanı ve tedavi hizmetlerine ulaşamama konusu bağlamında önemli faktörlerdir.

Bir ülkede cinsel yolla bulaşan enfeksiyon (CYBE) prevalansının artması durumunda infertilite prevalansı da artar. Çünkü enfeksiyon nedeni ile kadında ve erkekte yumurtanın/ spermilerin geçtiği kanallar kapanabilir. Yine önceki sorularda değindiğimiz gibi son 20 yılda CYBE'lerde % 40 lık bir artış söz konusudur.

Kuşkusuz infertilitenin diğer başka hazırlayıcı nedenleri de var bunlar da dikkate alınmalıdır. Ancak iyi haber: Günümüzde baş döndürücü hızda ilerleyen bilimsel / teknolojik gelişmeler pek çok infertilite sorununa çözüm bulmaktadır. Ne var ki en sağlıklı olan infertilitede önlenemez nedenlerin daha başlangıçta engellenmesidir, burada da yine ülkedeki mevcut sağlık sisteminin uygunluğu kullanıcı dostu olması önem arzeder. Bunda da çözüm yine kamuya düşmektedir.



evaluation, a total of 295 public hospitals were surveyed; voluntary abortion services without any conditions were provided only in 10 hospitals (Ankara, Amasya, Bayburt, Burdur, Hakkâri, Şanlıurfa, Tekirdağ, and Tunceli), while they were not provided in 185 hospitals.

Of the 295 hospitals with Obstetrics and Gynecology departments, only 3% reported that they provide elective abortion services, while the proportion of hospitals stating they do not perform elective abortions increased from 12% to 54% between 2016 and 2020, within a span of four years.

It is stated in all international documents that abortion is a human right, a health right, that families, especially women, should be able to freely exercise. There is a rule in healthcare: a negative event should be prevented first and then intervened if necessary. The healthiest way to prevent unwanted or unplanned pregnancies is undoubtedly the use of contraceptive methods. However, in cases where this is not possible, ending the pregnancy under healthy conditions by competent hands in accordance with existing laws is a health right, and the state should not be obstructive in this regard.

The prevalence of infertility has specific reasons. When these reasons are considered, there is a significant increase in infertility rates day by day. How do you interpret this increase? Is it possible to prevent this increase?
In the context of sexual health and reproductive health (SHRH), a very important question...

Infertility is a significant SHRH issue affecting individuals, families, and society with many psychosocial consequences. In today's context, unaware sexual health behaviors are important factors in adolescents and adults not accessing preventive, early diagnosis, and treatment services easily and appropriately.

An increase in the prevalence of sexually transmitted infections (STIs) in a country also leads to an increase in infertility prevalence. This is because infections can lead to blockages in the channels through which eggs/sperms pass in women and men. As mentioned earlier, there has been a 40% increase in STIs in the past 20 years.

Certainly, there are other contributing factors to infertility that should also be considered. However, the good news is that scientific and technological advancements progressing at an astonishing pace are finding solutions to many infertility issues. Nevertheless, the healthiest approach is to prevent preventable causes of infertility from the outset, underscoring the importance of the adequacy and user-friendliness of the current healthcare system in the country. The solution to this also lies with the public.



Cumhuriyetimizin Kurucu felsefesinde ifade edilmiş olan önemli bir ilke sağlık kişilere ve şirketlere bırakılmayacak bir devlet görevidir denilerek toplumun sağlıklı olmasında temel sorumlunun aynen eğitim, adalet, savunma gibi alanlarda olduğu gibi devletin / kamunun sorumluluğu altında olduğunun altı çizilmektedir. Bu anlayışın günümüzde de sürdürülmesi, kabul ettiğimiz uluslararası ve ulusal yasalarımızın da bir gereğidir.

Düşük Doğum Ağırlıklı Bebek Prevalansının sebepleri nelerdir? Bunun önüne nasıl geçebiliriz?
Bebeğin 2500 gram ya da daha düşük kiloda olması durumunda düşük doğum ağırlıklı bebekten (DDA) söz edilir. Dünyada görülme sıklığı ülkeden ülkeye değişmekle birlikte ülkenin gelişmişlik düzeyi arttıkça görülme sıklığı azalmaktadır. Bebeğin düşük doğum ağırlıklı olmasının teknik ayrıntılarına girmeden nedenleri şu şekilde sıralanabilir: DDA, erken dönem bebek ölümlerinin en önemli nedenlerindedir.

Nedenleri incelendiğinde; Gebelikler arası sürenin kısa olması, gebenin düzenli nitelikli doğum öncesi bakım (DÖB) almaması, yoksulluk, gebelikte birlikte varolan sistemik hastalıklar, riskli yaş grubundaki gebelikler (20 yaşın altında ya da 35 yaşından sonraki) annede mevcut beslenme bozukluğu; önemli bir neden de gebelikte kan basıncının yüksek olması (toksemi)dir. Çoğul gebelik, gebeliğin erken sonlanması, diyabet, kansızlık (anemi), kalp, ve enfeksiyon gibi hastalıklar da düşük doğum ağırlığı riskini artırmaktadır.

DDA bebeğin doğumdan sonraki ilk haftada ya da ilk 4 haftada ölme riskini arttıran bir durumdur bu nedenle önlemede temel müdahalenin ilki, önlenemez nedenlerin temel müdahale programları ile önlenmesi gebelikteki riskli durumların DÖB'la erken tanı ve gerekli müdahalelerin yapılması, doğumun mutlaka yeni doğan için yoğun bakım koşullarının da olduğu hastanede yapılmasının sağlanması. DDA'lı bebeğin uygun süre sağlık personeli tarafından izlenmesi temel önleme ve müdahale stratejileridir.

Dünya genelinde kadın/anne ve çocuk sağlığının sosyoekonomik farklılıklardan olumsuz etkilendiği biliniyor. Bu şartlar nasıl iyi hale getirilebilir?
Sağlık çok fazla faktörden etkilenen bir sonuçtur. Bu bağlamda en kırılgan grup da kadın-anne ve çocuk grubudur. Sosyoekonomik eşitsizlikler sağlığın en temel belirleyicileri olup düzenlenmesinde de makro yani global ve ulusal düzeylerde gerekli olanların sağlığa evrensel erişim çerçevesinde mevcut güvenilir kanıtlar, talep ve ihtiyaçlar paralelinde neoliberal politikalar gibi olumsuz etki yaratacağı, eşitsizlikleri arttıracığı kesin olan, bilimsel olarak bilinen yaklaşımlardan en azından bir insan hakkı olan sağlık alanında kaçınılması gereklidir.

An important principle expressed in the founding philosophy of our Republic is that health, like education, justice, and defense, is a state duty that cannot be left to individuals or companies. It emphasizes that the fundamental responsibility for the health of the society rests squarely with the state/public, as it is a requirement of our accepted international and national laws to uphold this understanding.

What are the causes of Low Birth Weight prevalence? How can we prevent it?
When a baby weighs 2500 grams or less at birth, it is considered low birth weight (LBW). The prevalence of LBW varies from country to country, generally decreasing with higher levels of development. Without delving into the technical details of LBW, the reasons can be outlined as follows: LBW is a significant cause of early neonatal mortality.

Reasons include short intervals between pregnancies, lack of regular and quality prenatal care (PNC) for the mother, poverty, pre-existing systemic diseases during pregnancy, pregnancies in risky age groups (under 20 or over 35 years old), maternal nutritional deficiencies, and high blood pressure during pregnancy (preeclampsia). Multiple pregnancies, premature labor, diabetes, anemia, heart conditions, and infections also increase the risk of LBW.

LBW increases the risk of infant mortality within the first week or first four weeks after birth, underscoring the importance of preventive measures. Key interventions include addressing preventable causes through basic interventions, early identification and management of risky conditions through PNC during pregnancy, and ensuring that delivery occurs in a hospital setting equipped with neonatal intensive care facilities. Monitoring LBW infants by trained healthcare personnel is essential as part of preventive and intervention strategies.

The adverse impact of socioeconomic disparities on women/mothers' and children's health is known globally. How can these conditions be improved?
Health is an outcome heavily influenced by numerous factors. In this context, the most vulnerable group is women/mothers and children. Socioeconomic inequalities are fundamental determinants of health and addressing them requires necessary actions at both macro-global and national levels within the framework of universal health access, based on reliable evidence, demands, and needs. Avoiding approaches known scientifically, at least in the human rights realm of health, to create negative impacts like neoliberal policies that increase inequalities is essential.

Bu gerçek gözardı edilerek sağlığın iyileştirilmesi öngörülen - olması gereken “insani hedeflere varılabilmesi” olası değildir. Bunun kanıtları Türkiye dahil dünyanın pek çok ülkesinde ve global dünyada, değerlendirmeler objektif ve toplumdan yana olan bilimsel yaklaşımlarla yapıldığında açık bir biçimde görülmektedir.

Sosyo ekonomik eşitsizliklerin düzeltilmesi ve sonuçta sağlığın olumsuz ekilenmemesi için diğer gerçekleştirilmesi gereken husus sektörler arası işbirliğidir. Yani her sektörün eğitim, istihdam vb. kendi işlevini yeterli yapması sağlık düzeyinin yükselmesinde temel faktörlerin başında gelmektedir.

Hiçbir politika şablon şeklinde-diğer bir ifade ile stereotip olarak bir ülkeye ya da dünyanın gelişme düzeyi farklı bölgelerine aynı şekilde uygulanamaz-uygulanmamalıdır. Ülkelerin sosyo ekonomik koşullarının iyileştirilmesi, ülkenin genel yönetim biçiminin ne ölçüde demokratik eşitlikçi bir perspektifle yapıldığına bağlı bir durumdur. Diğer bir ifade ile “politik iradenin hangi yönde kullanılacağı ile ilgili” bir durumdur.

Dünya ve Türkiye genelinde konuyu uluslararası düzeyde vurgulanan bir çözüm cümlesi ile bitirecek olursak en temel müdahale kadının özellikle kız çocuğunun güçlenmesi olarak ifade edilebilir ya da bu grupların önündeki engellerin kaldırılması ve toplumsal cinsiyet eşitliğine duyarlı politikaların özümsererek ülkenin tüm plan – programlarına entegre edilmesi olmalıdır.

Türkiye'nin sağlık sistemi hakkında neler düşünüyorsunuz? Ülke olarak anne-bebek sağlığı açısından yeterli olanaklara sahip miyiz?

Bu sorunun belki de en temel sorusunun bu olduğunu düşünüyorum. Çünkü kadın-anne-bebek-çocuk grubunun sağlık alanında maksimum ya da daha iddiasız olarak optimum hizmet alabilmesinin esas kilit faktörü o ülkede uygulanan sağlık hizmet sisteminin özellikleridir.

Öncelikle belirtilmesi gerekir ki Türkiye insan gücü, imkanları, birikimi, kaynakları bağlamında potansiyeli son derece yüksek olan bir ülkedir. Ancak potansiyel liyakatli yönetimle harekete geçirildiği iyi kullanıldığı takdirde halka yansıyan sağlığa yansıyan sonuçları olur.

Özellikle bu yazı kapsamında ele alına gurubun hizmetlerden eşit yararlanmasında hizmet sistemi bağlamında belirtilmesi gerekenler: 1978 yılında Almaata'da uluslararası düzeyde temelleri atılan Temel Sağlık Hizmetleri hizmet modeli, daha sonra DSÖ tarafından Health For All- olarak desteklenen ve son olarak Astana'da 2018 yılında yapılan uluslararası düzeyde güncellenmiş olan “Temel Sağlık Hizmetleri” modeli, sistemin esasını teşkil etmekte olup Türkiye bu sistemi 1961’ de yani Almaata’dan 17 yıl önce kabul edip yaklaşık 40 yıl uygulamış olup kadın anne-çocuk grubundaki hızlı, köklü mevcut istatistiklere yansımış olan iyileşmeleri bu uygulamalarla sağlamıştır. Sözü edilen sistemin en büyük ve etkileyici özelliği Temel Sağlık Hizmetlerinin verilmesi gereken “birinci basamakta- yani sağlık ocakları düzeyinde” kırsal alanlara da ulaşan ve hekim-ebe-hemşirenin de olduğu güçlü bir ekiple ev-köy ziyaretleri de yapılan, yönetilen bir sağlık sisteminin olmasıydı.

2004 yılında pilot proje olarak başlatılan 2011 yılından itibaren ülkeye genellenmiş olan aile hekimliği sistemi bir önceki sistemden çok farklı olarak sağlıkta neoliberal yasaların egemen olduğu, koruyucu hizmetlerin geri, tedavi hizmetlerinin ön planda, ekip hizmetinin zayıflatıldığı diğer bir ifade ile birinci basamakta aile hekiminin tek başına olduğu bir sistem olup sağlık hizmetlerinde hak temelli yaklaşım, koruyucu hizmetlerin öncelenmesi gibi ilkeler uygulamalar sistemin doğası gereği yeterince yerine getirilememektedir. Bu uygulamalardan en olumsuz etkilenenler ise duyarlı gruplar olan kadın-anne ve çocuk grubu ilaveten yaşlılar ve engelliler, yoksullar, eğitim düzeyi yeterli olmayanlardır.

Türkiye genelinde on yılı aşan bir süredir uygulanmakta olan mevcut sağlık sistemin objektif yani bilimsel değerlendirilmesi yapılarak eksiklerin ortaya konulması ve gerekli düzeltmelerin yapılması temel önerimdir.

Without acknowledging this reality, achieving the envisaged or necessary “human goals” for health improvement is not feasible. Evidence from evaluations, objectively and with scientific approaches favoring society, clearly indicates this in many countries worldwide, including Turkey.

Correcting socioeconomic inequalities and thereby avoiding negative impacts on health necessitates intersectoral collaboration. Each sector's effective functioning in areas such as education and employment is crucial in elevating the level of health.

No policy should be applied to a country or different regions of the world in a template or stereotypical manner—it should not and cannot be. Improving the socio-economic conditions of countries depends on the extent to which the country's governance is conducted with a democratic and egalitarian perspective. In other words, it depends on how political will is used.

In summary, on an international level, the most fundamental intervention can be expressed as empowering women, especially girls, or removing barriers in front of these groups and integrating policies that are sensitive to gender equality into all of the country's plans and programs.

What do you think about Turkey's healthcare system? Do we, as a country, have sufficient opportunities for mother and baby health?

I think this interview's most fundamental question is this. Because the key factor for the maximum or more modestly, optimal service delivery in the health sector for the women-mother-baby-child group is the characteristics of the healthcare system implemented in that country.

Firstly, it should be noted that Turkey is a country with extremely high potential in terms of human resources, facilities, accumulated knowledge, and resources. However, this potential yields results that reflect positively on public health when effectively utilized under competent management.

Particularly within the scope of this article, regarding equal access to services by the mentioned group, the following should be noted in the context of the healthcare system: The Primary Health Care service model, which laid its international foundations in Alma-Ata in 1978, subsequently supported by WHO as “Health For All,” and most recently updated internationally in Astana in 2018 as the “Primary Health Care” model, constitutes the essence of the system. Turkey adopted this system 17 years before Alma-Ata, in 1961, and implemented it for approximately 40 years, achieving rapid and profound improvements in existing statistics concerning the women-mother-child group through these implementations. The most significant and impactful feature of the aforementioned system was the provision of Primary Health Care services reaching rural areas, specifically at the level of health clinics, with a strong team including doctors, midwives, and nurses, conducting household and village visits, managed by a health system.

Initiated as a pilot project in 2004 and expanded nationwide since 2011, the family medicine system differs significantly from the previous system: it operates under neoliberal laws dominating healthcare, prioritizing preventive over curative services, and weakening team-based care, meaning the family doctor operates alone at the primary care level. Principles such as rights-based approaches in healthcare and prioritizing preventive services are not adequately fulfilled due to the nature of these practices. The most adversely affected by these practices are sensitive groups such as women-mothers and children, in addition to the elderly, disabled, impoverished, and those with inadequate education levels.

My fundamental recommendation is for the current healthcare system in Turkey, implemented for over a decade nationwide, to undergo an objective, scientific evaluation to identify deficiencies and make necessary improvements.



Prof. Dr. Ayşe Akın

Tıp Doktoru, Kadın Hastalıkları ve Doğum ve Halk Sağlığı uzmanı olup, 43 yıl Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD öğretim üyesi olarak çalışmış, emekliliği müteakip halen Başkent Üniversitesi Kadın – Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Araştırma ve Uygulama Merkezi Müdürü ve Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Öğretim Üyesidir.

Prof. Akın Türkiye’de Erzurum-Çat Sağlık Ocağı Hekimliğinden başlayarak, Türkiye’nin sağlık sisteminin her basamağında; 4 yıl- Sağlık Ocağı Hekimliği, 15 yıl - Hastane Başhekimliği, 3 yıl -Grup Başkanlığı ve 5 yıl - Sağlık Bakanlığında Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması (AÇAP) Genel Müdürü olarak görev yapmıştır.

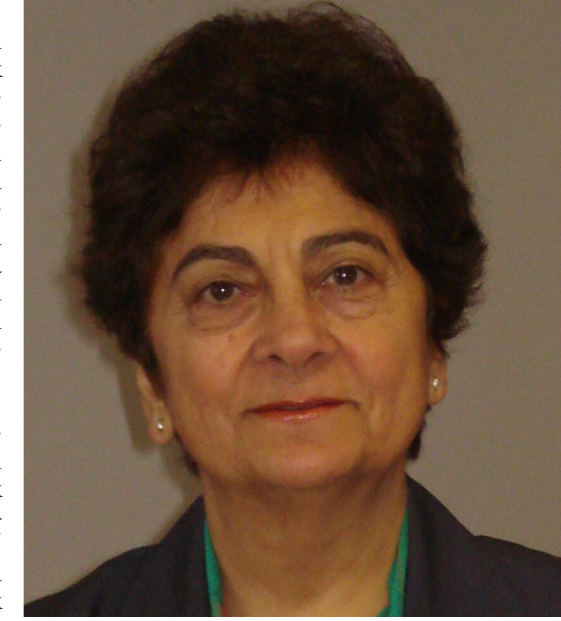
İngiltere’de Southamton Üniversitesi ve London School of Hygien and Tropical Diseases’de toplam 4 yıl ileri eğitim deneyimi olan Prof. Akın, uzun süre Dünya Sağlık Örgütü’nün, çeşitli danışma kurulları ve yönetim Komitelerinde görev almış, başkanlık yapmış olup halen “Dünya Sağlık Örgütü-Birleşmiş Milletler Nüfus Fonu (UNFPA) gibi Uluslararası kuruluşların danışmanıdır.

Prof. Akın’ın temel ilgi-çalışma alanı “Kadın Sağlığı / Üreme Sağlığı ve Toplumsal Cinsiyet (Gender) konularıdır, bu konularda çeşitli araştırma ve yayınları mevcuttur.

Prof.Akın, çalıştığı alanlarda pek çok, “bilim ve hizmet ödülü” almıştır. Aldığı ödüllerin bazıları:

- 1994 yılında, Türk Tabipleri Birliği (TTB) - Onur Ödülü
- 1995 yılında, Prof. Dr. Nusret Fişek, Halk Sağlığı Bilim Ödülü.
- 2012 yılında, Dünya Sağlık Örgütü – Cenevre İcra Kurulu Kararı ile İhsan Doğramacı Aile Sağlığı ödülü.
- 2019 yılında, Türk Üniversiteli Kadınlar Derneği Bilim Ödülü
- 2019 yılı Birleşmiş Milletler – Dünya Nairobi Zirvesinde “İnsan Hakları ve Kadın Haklarına yaptığı katkılar için – Hizmet Ödülü verilmiştir; Bu ödül, Global düzeyde 12 kişiye verilmiş olup Dr. Akın’a Kadın Sağlığına ve İnsan Haklarına son 25 yılda yaptığı katkılar nedeni ile verilmiştir.

Bu ödüller, Prof. Akın’ın Kadın Sağlığı ve Cinsiyetle ilgili konularda hem ulusal hem de küresel düzeydeki önemli etkisini ve liderliğini vurgulamaktadır.



Prof. Dr. Ayşe Akın

A medical doctor specializing in Obstetrics and Gynecology and Public Health. She worked as a faculty member in the Department of Public Health at Hacettepe University Faculty of Medicine for 43 years before retiring. Currently, she serves as the Director of the Women's and Children's Health and Family Planning Research and Application Center at Başkent University, and as a faculty member in the Department of Public Health at the Faculty of Medicine.

Prof. Akın's career spans various levels of Turkey's healthcare system, starting from her work as a physician at Erzurum-Çat Health Center. She has served as a Health Center Physician for 4 years, Hospital Chief Physician for 15 years, Group Head for 3 years, and as the General Director of Maternal and Child Health and Family Planning (MCHFP) at the Ministry of Health for 5 years.

With advanced training experience totaling 4 years at the University of Southampton and the London School of Hygiene and Tropical Medicine in the UK, Prof. Akın has been extensively involved with the World Health Organization (WHO), serving on various advisory boards and management committees, including as chairperson. She currently acts as a consultant to international organizations such as the WHO and the United Nations Population Fund (UNFPA).

Prof. Akın's primary research and professional interests lie in Women's Health, Reproductive Health, and Gender Studies, areas in which she has conducted various research studies and published extensively.

Throughout her career, Prof. Akın has been honored with numerous awards recognizing her contributions to science and service, including:

1994: Honor Award from the Turkish Medical Association (TTB).

1995: Prof. Dr. Nusret Fişek Public Health Science Award.

2012: Ihsan Doğramacı Family Health Award by the World Health Organization Executive Board in Geneva.

2019: Science Award from the Turkish University Women's Association.

2019: Service Award at the United Nations - World Nairobi Summit for her contributions to Human Rights and Women's Rights. This award, given to only 12 individuals globally, recognized Prof. Akın for her contributions to Women's Health and Human Rights over the past 25 years.

These awards underscore Prof. Akın's significant impact and leadership in advancing Women's Health and Gender-related issues both nationally and globally.

DÜNYA SAĞLIK İSTATİSTİKLERİ RAPORU 2024

WORLD HEALTH STATISTICS REPORT 2024

2024

Dünya Sağlık İstatistikleri Raporu, 2005 yılından itibaren Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından yayımlanan, sağlık ve sağlıkla ilgili göstergelerin yer aldığı yıllık derlemedir.

Bu rapor, büyük ölçüde COVID-19 pandemisinin etkisi nedeniyle, küresel yaşam beklentisi ve sağlıklı yaşam beklentisinin on yıl önceki seviyelere gerilediği gerçeğini vurgulamaktadır. Bu etkinin, bölgeler ve gelir grupları arasında eşit olmadığı belirtilen raporda bu gerileme ve bununla ilişkili eşitsizlik, sağlık sistemlerine önemli zorluklar sinyali vermekte olduğu, acil dikkat ve eylem gerektirdiği üzerinde durulmaktadır.

WORLD HEALTH STATISTICS REPORT 2024

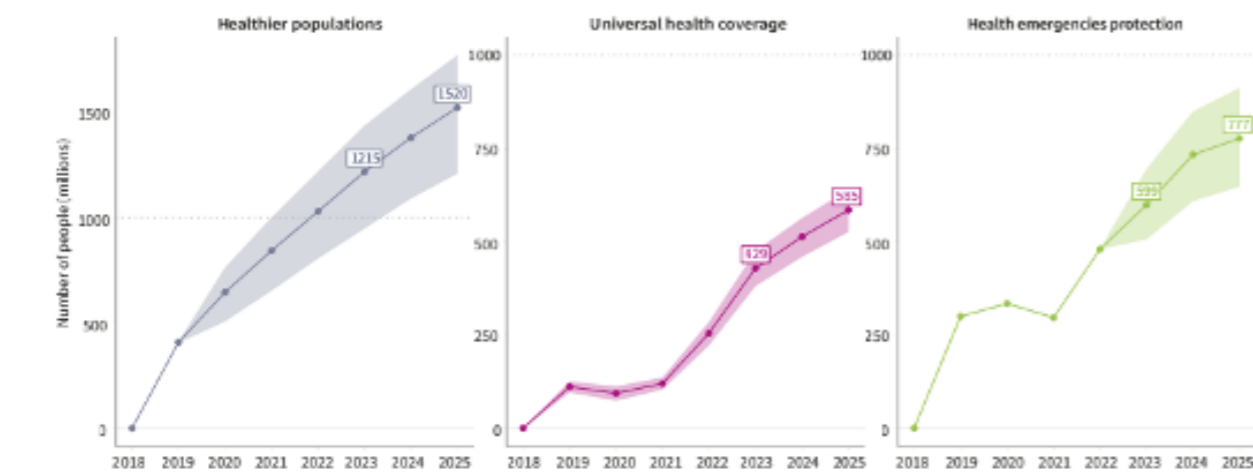
WORLD HEALTH STATISTICS REPORT 2024

2024

The World Health Statistics Report is an annual compilation of health and health-related indicators published by the World Health Organization (WHO) since 2005.

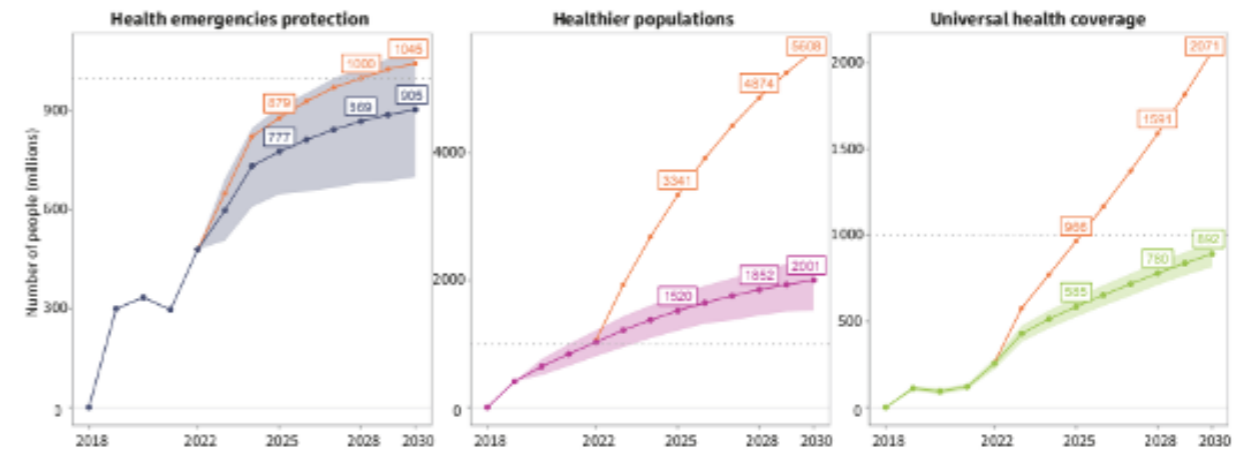
This report highlights the fact that, largely due to the impact of the COVID-19 pandemic, global life expectancy and healthy life expectancy have reverted to levels seen a decade ago. The report notes that this effect is not equal across regions and income groups. This regression and the associated inequality signal significant challenges for health systems, emphasizing the need for urgent attention and action.

Figure 3.1 WHO Triple Billion target progress and forecast, 2018–2025



Key: main line and circles: actual numbers and projections; shaded areas: confidence intervals for projections. Source: WHO (5).

Figure 3.7 Triple Billion target contribution scenario by achieving health-related SDGs



Key: main line and circles: actual numbers and projections; shaded areas: confidence intervals for projections; orange lines: progress required to reach the SDG targets. Source: WHO (5).

2024 raporunun merkezinde, Dünya Sağlık Örgütü'nün 13. Genel Çalışma Programı'nda belirlenen "üçlü milyar" (triple billion) hedeflerine ve bunların dayandığı Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarına (SKA) yönelik ilerlemeyi hızlandırmak için kritik bir eylem çağrısı bulunmaktadır. Rapor, Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları (SKA) ve Dünya Sağlık Örgütü'nün 13. Genel Çalışma Programı (GPW13) kapsamındaki sağlıkla ilgili 50'den fazla göstergesi gözden geçirmektedir. Rapor, küresel / bölgesel trendler, temel ölüm sebepleri, ölüm oranlarıyla ilişkili SKA'lar, bulaşıcı hastalıklar, sağlığa yönelik riskler, SKA gelişimleri, küresel sağlık konularında temel meseleler gibi göstergeler ile 2024 yılı değerlendirmelerini yapmaktadır.

Küresel olarak, 2025 yılına kadar 2018'e kıyasla 585 milyon daha fazla insanın, yıkıcı sağlık harcamaları olmadan temel sağlık hizmetlerine erişmesi beklenmektedir ki bu hedeflenen 1 milyarın biraz üzerindedir. Ayrıca, 777 milyon daha fazla insanın sağlık acil durumlarına karşı daha iyi korunması beklenirken sağlıklı nüfuslar ise tek parlak noktayı oluşturmaktadır. Bu bağlamda 2025 yılına kadar tahminen 1.5 milyar daha fazla insanın daha sağlıklı yaşamlar süreceği öngörülmektedir. Ancak genel olarak, 2030 yılına kadar sağlıkla ilgili Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarına ulaşmak için ilerleme yetersiz kalmaktadır.

Önde gelen ölüm nedenlerine bakıldığında, bulaşıcı hastalıklardan bulaşıcı olmayan hastalıklara belirgin bir geçiş olduğu görüldü. Küresel olarak, 2000 yılında önde gelen 10 ölüm nedeninden beşi bulaşıcı hastalıklar ve dördü bulaşıcı olmayan hastalıklardı, yol kazası ise tek yaralanma nedeniydi. 2019 yılında, önde gelen 10 ölüm nedeninden yedisi bulaşıcı olmayan hastalıklardı ve geri kalan üçü bulaşıcı hastalıktı.

2000li yılların başından bu yana, annelerin ve çocukların sağlığını iyileştirmek küresel kalkınmanın en öncelikli

At the heart of the 2024 report is a critical call to action to accelerate progress towards the "triple billion" targets set out in the World Health Organization's 13th General Programme of Work (GPW13) and the Sustainable Development Goals (SDGs) on which they are based. The report reviews more than 50 health-related indicators within the framework of the SDGs and the WHO's GPW13. It assesses 2024 trends and indicators such as global/regional trends, leading causes of death, mortality-related SDGs, infectious diseases, health risks, SDG progress, and key issues in global health.

Globally, by 2025, it is expected that 585 million more people will have access to essential health services without incurring catastrophic health expenditures compared to 2018, slightly exceeding the target of 1 billion. Additionally, 777 million more people are expected to be better protected against health emergencies, while healthy populations represent the only bright spot. In this context, it is projected that by 2025, an estimated 1.5 billion more people will lead healthier lives. However, overall progress towards achieving the health-related Sustainable Development Goals by 2030 remains insufficient.

Looking at the leading causes of death, there was also a clear transition from communicable causes to NCD(Non-Communicable Disease)s. Globally, five of the 10 leading causes in 2000 were communicable and four were NCDs, with road injury being the only injury cause. In 2019, seven of the 10 leading causes were NCDs and the remaining three communicable.

Since the turn of the millennium, enhancing the health of mothers and children has been a top pri-

konularından biri olmuştur. Anne ve çocuk ölümlerinin azaltılması, 2015 yılına kadar küresel çabaları yönlendiren Milenyum Kalkınma Amaçları (MDG'ler) arasında yer alıyordu. Bu hedefler, 2015'ten 2030'a kadar süren Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları (SKA) döneminde de küresel hedefler arasında yer almaktadır.

Raporda ifade edildiği üzere her yıl milyonlarca ölüm, hava kirliliği ve güvenli olmayan içme suyu, sanitasyon ve hijyen (WASH) gibi çevresel faktörlere bağlanabilir.

KADINLAR VE KIZ ÇOCUKLARI İÇİN SAĞLIK

Kadınlar ve kız çocukları, sadece biyolojik faktörler nedeniyle değil, bazı toplumlarda sosyokültürel faktörler nedeniyle de dezavantajlı bir konumda olduklarından belirli sağlık riskleriyle karşı karşıya kalmaktadır. Örneğin, kadınların üreme rollerine verilen önem ve potansiyel veya gerçek fiziksel, cinsel ve psikolojik şiddet deneyimleri, kadınların ve kız çocuklarının kaliteli sağlık hizmetlerine tam olarak erişmelerini ve mümkün olan en iyi sağlık düzeyine ulaşmalarını engelleyebilir.

Partner şiddeti (fiziksel, cinsel ve psikolojik şiddet dahil) ve kadınlar ile kız çocuklarına yönelik cinsel şiddet, kadınlar ve kız çocukları için ciddi kısa ve uzun vadeli fiziksel, zihinsel, cinsel ve üreme sağlığı sorunlarına neden olur. Aynı zamanda çocuklarının ve ailelerinin sağlığını ve refahını da etkiler. Bu etkenlere

ority for global development. Maternal and child mortality reductions were among the Millennium Development Goals (MDGs), steering the global efforts through to the year 2015. They remain among the global targets in the SDG period, which runs from 2015 to 2030

Millions of deaths annually can be attributed to environmental factors, such as air pollution and unsafe drinking-water, sanitation and hygiene (WASH).

HEALTH FOR WOMEN AND GIRLS

Women and girls face specific health risks not only due to biological factors but also because of socio-cultural factors in some societies that put them at a disadvantage. For instance, the emphasis on women's reproductive roles and their potential or actual experiences of physical, sexual, and psychological violence can prevent women and girls from fully accessing quality health services and achieving the highest possible standard of health.

Intimate partner violence (including physical, sexual, and psychological violence) and sexual violence against women and girls cause serious short- and long-term physical, mental, sexual, and reproductive health problems for women and girls. They also affect the health and well-being of their children and fami-

ek olarak erkekler ve kadınlar cinayet sebepli ölümler konusunda da orantısız risk ile karşı karşıyadırlar ve bu cinsiyet farkı Dünya Sağlık Örgütü bölgeleri arasında eşit olmayan şekilde dağılmıştır. Bu dezavantajlara çocuk evlilikleri ve çocuk hamilelikleri ile kadına yönelik şiddet vakaları da eklendiğini belirten raporda kadın ve kız çocuğu sağlığı ayrı bir başlık altında incelenmiştir.

WHO ÜÇLÜ MİLYAR HEDEFLERİ

WHO Üçlü Milyar (Triple Billion), küresel sağlığı zamanında iyileştirmeyi amaçlayan bir çerçeve ve stratejidir. Hedefler, küresel düzeyde belirlenmiş olmakla birlikte, yalnızca altta yatan iz sürme göstergelerine dayalı olarak hesaplanan ülke düzeyindeki tahminlerin bir toplamıdır. Üçlü Milyar projeksiyonları, WHO, üye devletler ve ortaklarına Üçlü Milyar hedeflerini ve sağlıkla ilgili Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları (SKA) yerine getirme taahhütlerini değerlendirmek için gereken çok önemli değerlendirmeyi sağlar.

İzleme göstergeleri, Üçlü Milyar hedeflerinin temel taşı olarak oluşturulmuş kalmaz, aynı zamanda ülkelerin nüfuslarının sağlığını iyileştirmek için stratejileri belirlemeleri ve önceliklendirmeleri için kritik bir araçtır. Göstergeler düzeyindeki öngörülen katkıları inceleyerek, politika yapımcılar küresel toplum tarafından belirlenen Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarını başarmak için bilinçli rota ayarlamaları yapabilirler.

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları döneminin ortasında, sağlıkla ilgili alanlarda karışık ilerleme kaydedilmiştir. Bu raporda incelenen sağlıkla ilgili 53 SKA göstergesinden 32'si sayısal SKA veya diğer küresel hedeflere sahiptir. Bu hedeflerden hiçbiri şu ana kadar başarılmamış olup, mevcut eğilimler devam ederse hiçbirinin de karşılanması olası değildir. Ancak, göstergelerin çoğu (53'ten 42'si) küresel olarak doğru yönde ilerleme göstermektedir; kalan göstergeler ya yanlış yönde ilerlemekte ya da sınırlı veri nedeniyle değerlendirilememektedir.

Ulusal, bölgesel ve küresel düzeyde yeni ve odaklanmış taahhütler ve kapasiteler, ilerlemeyi hızlandırmak ve endişe verici eğilimleri tersine çevirmek için önemlidir.

lies. In addition to these factors, men and women face disproportionate risk of homicide deaths, and this gender disparity is unevenly distributed across World Health Organization regions. The report notes that child marriages, teenage pregnancies, and cases of violence against women further exacerbate these disadvantages, and women's and girls' health is examined under a separate heading.

WHO TRIPLE BILLION TARGETS

The WHO Triple Billion is a framework and strategy aimed at improving global health in a timely manner. While the targets are set at the global level, they are merely the sum of country-level estimates calculated based on the underlying tracking indicators. The Triple Billion projections provide WHO, member states, and partners with the crucial assessment needed to evaluate the commitments to achieving the Triple Billion targets and health-related Sustainable Development Goals (SDGs).

Monitoring indicators not only form the cornerstone of the Triple Billion targets but also serve as a critical tool for countries to determine and prioritize strategies to improve the health of their populations. By examining the projected contributions at the indicator level, policymakers can make informed course adjustments to achieve the Sustainable Development Goals set by the global community.

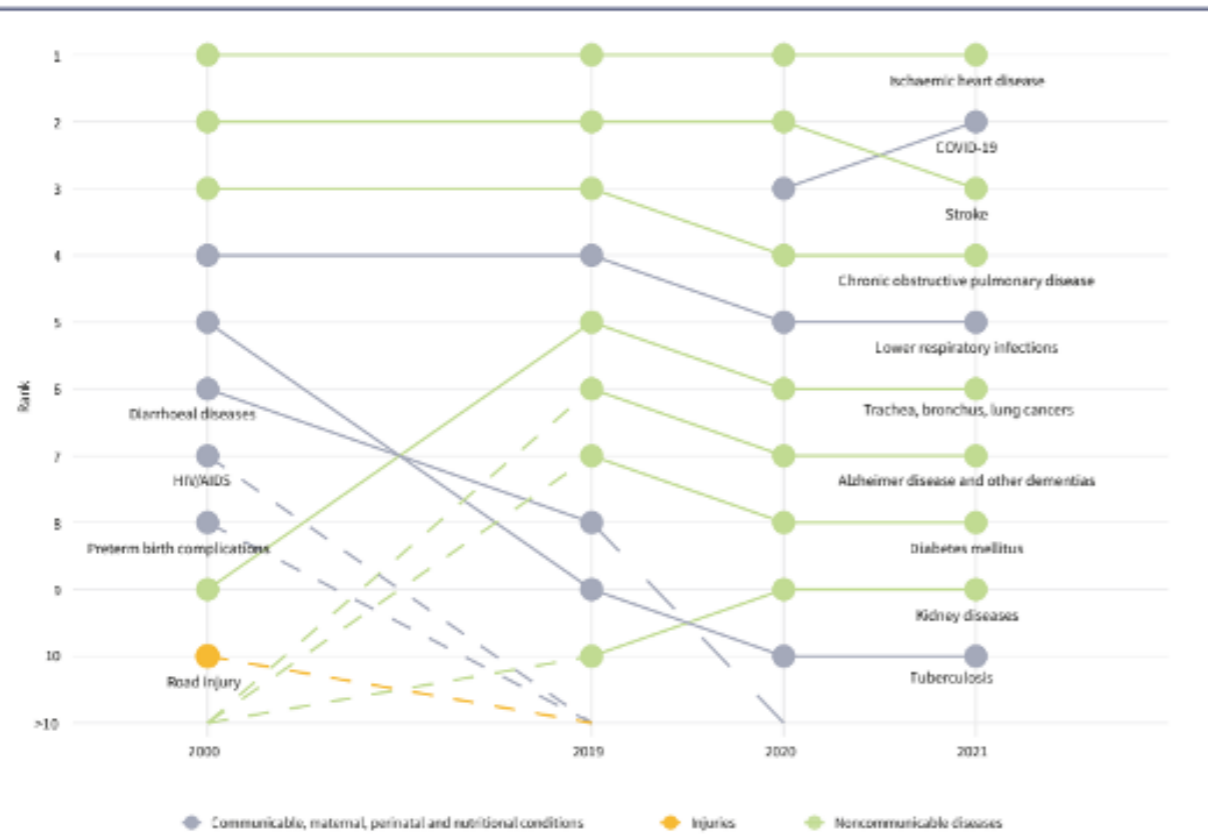
Midway through the SDG period, there has been mixed progress in the health-related areas. Among the 53 health-related SDG indicators reviewed in this report, 32 have numeric SDG or other global targets. None of these targets has been achieved thus far, and none is likely to be met if current trends continue. However, most of the indicators (42 out of 53) are showing progress in the right direction globally; the remaining indicators are either moving in the wrong direction or cannot be assessed due to limited data.

New and refocused commitment and capacities at national, regional and global levels are key to accelerate progress and reverse worrying trends.

Raporun tümüne aşağıdaki linkten ulaşabilirsiniz:
<https://www.who.int/data/gho/publications/world-health-statistics>

You can access the full report at the following link:
<https://www.who.int/data/gho/publications/world-health-statistics>

Figure 1.7 Top 10 causes of death globally in 2000, 2019, 2020 and 2021



Note: Solid lines represent movement within the top 10 causes of death. Dashed lines represent movement in or out of the top 10 causes of death.
Source: WHO (7).

ÇOCUKLAR KÜLTÜREL DEĞERLERİMİZİ ÖĞRENDİLER

Dünya Yerel Yönetim ve Demokrasi Akademisi Vakfı (WALD) olarak, sosyal koruma alanında hizmet sunduğumuz Kağıthane Belediyesi Sosyal Koruma Masası işbirliğinde ve İş Bankası Resim Heykel Müzesi Sanat Müze Uzmanı İpek Şengül'ün destekleri ile yaşları 9 ila 15 arasında değişen kız ve erkek çocuklarından oluşan bir grup genç katılımcı Resim Heykel Müzesi'ne ziyarette bulundular.

Programda öncelikli olarak 9-15 yaş grubu çocukların; sosyal becerilerini geliştirmeleri, sanatsal farklılıklarını ortaya koymaları, duygu ve düşüncelerini sanat yoluyla ifade etmelerini ön planda tutuldu.

Bu çerçevede programa katılan çocuklar; bir rehber eğitiminin gözetiminde yaptıkları sergi gezisinin ardından, eserlerden aldıkları ilhamlar sonrasında, basit materyaller kullanarak yaratıcı heykel çalışmaları yaptılar. Ayrıca çocuklar, İş Bankası Heykel ve Sanat Müzesi'nde Zühtü Müridoğlu'nun sanat çalışmalarını inceleyerek Müridoğlu'yla ilgili bilgi edindiler.

Çocuk ziyaretçilerine bilinçli bir yaklaşım sergileyen müze görevlileri; çocukların bu gözlemlerini iyi değerlendirip, onların yeni yaratılar oluşturma noktalarında teşvik edici oldular. Bu program aynı zamanda; çocukların estetik beğenilerinin gelişmesine de katkı sunmuş oldu.

Müze ziyaretleri kapsamında gezilen ve hakkında bilgi edinilmiş olan eserler çocukların, kültürel değerlerimizi tanıma, onları benimseme ve koruma bilinçlerinin gelişmesi noktasında da destekleyici olmuştur.



LEARNING OUR CULTURAL VALUES

AS WALD, we paid a visit to The State Art and Sculpture Museum with the support of Ipek Sengül, Who is an expert on art in Is Bank State and Art Sculpture Museum, and the cooperation of Kagithane Municipality Social Protection Department, to which we provide service in the field of social protection. There were with us a group of young participants whose ages are between 9 and 15.

We gave priority in this program to children's improving their social abilities, showing creative, differences, presenting their thoughts and ideas through art, Whose ages are between 9 and 15.

Thus, the children Who participated in the program, tried to make creative art works such as sculpture by using simple materials under the control of an advisor after completing the visit. Also, the children got some Information about Müridoğlu while analyzing and viewing his Art works in the Is Bank State Art and Sculpture Museum.

Officials paying much attention to children helped and urged them to create nev ideas through art and their observations. This program also helped the children increase awareness of their a esthetics.

Those art works viewed through Museum visits aided children in knowing ,adopting and protecting their cultural values.



DÜNYADA ÇOCUK SAĞLIĞI

Doç. Dr. Kudret Kulak ile tüm dünyada çocuk ölüm oranlarındaki güncel durumdan çocuklarda beslenme yetersizliğine ve çocuklarda aşının önemine kadar pek çok konuyu konuştuk...



CHILD HEALTH IN THE WORLD

We talked with Associate Professor Dr. Kudret Kulak about the current situation of child mortality rates around the world, malnutrition in children and the importance of vaccination of children and so on...

Kudret Bey, tüm dünyada çocuk ölüm oranlarındaki güncel durum hakkında bilgi verir misiniz?

Son yüzyılda tıbbi alanda inanılmaz gelişmeler yaşansada çocuklarımız dünyamızda ciddi sağlık problemleri yaşamakta ve yaşamaya da devam edecektir. Tüm dünyada çocuk ölüm oranları aslında ülkelerin sağlık sistemlerinin ve sosyo ekonomik durumlarının bize yansımaları göstermektedir. Son yıllarda küresel çapta çocuk ölümleri azalmış olsa da hala oran çok yüksektir. UNICEF ve WHO verilerine göre beş yaş altı çocuklarda ölüm oranı 1990 yılında binde 93 iken 2020 yılında bu oran binde 37'ye düşmüştür. Batı Avrupa'da bu oranın binde 4 olduğunu düşünürsek eğitim ve sosyokültürel durumun ne kadar önemli olduğunu görebiliriz.

Beslenme yetersizliği çocukların gelişiminde nasıl rol oynuyor?

Beslenme yetersizlikleri özellikle düşük gelirli dünya ülkelerinin en büyük problemi olmaya devam etmektedir. Bu sebeple büyüme -gelişme problemleri yaşanmaktadır. Beslenme yetersizliğinin olduğu durumlarda basit bir şekilde tedavi olacak ishal ve zatürre gibi hastalıklar da bile hala ölüm oranı giderek artmaktadır. Yetersiz beslenme çocuk ölümlerinin yaklaşık % 40'ından sorumludur. Bağışıklık sistemi düşük olan bu çocuklarda hastalıklar çok daha ağır seyretmektedir.



Aşının öneminden biraz bahseder misiniz?

Enfeksiyon hastalıkları ve aşılama ekonomik durumu iyi olmayan ülkelerde temiz suya ve hijyenik koşullarına ulaşamayan çocuklarımızda ishal, zatürre, sıtma HIV gibi enfeksiyonların sıklığı artmaktadır. Bu da çocuk ölüm oranlarında artışa sebep olmaktadır. Aşılama programları düzenli olmayan bu ülkelerde bu tür basit enfeksiyonların sıklığı ve ölüm oranları çok daha yüksek durumdadır. Bazı ülkelerde temel çocukluk çağı aşıları bile uygulanamamaktadır. Öncelikle ülkemizde de başarılı bir şekilde uygulanan ulusal aşı programımızı uygulayamamız gerekmektedir. Aşı karşıtı olan kişilere de bu aşıların gerekliliği anlatılmalı uygulama olmazsa oluşabilecek risklerin anlatılması kesinlikle gereklidir. Devletimizin yaptığı duyuruların dışında bireysel olarak birebir anlatarak hatta bu konu da gerekli toplumsal seminerler ile hedefimize ulaşabiliriz. Sağlık sistemi tam bir ekip işidir. Gerekli

Mr. Kudret, could you provide information regarding the current situation of child mortality rates around the world?

Although there have been incredible advancements in the medical field over the last century, our children continue to experience serious health problems worldwide, and they will continue to experience. Child mortality rates around the world actually reflect the health systems and socio-economic conditions of countries. In recent years, global child mortality has decreased, but the rate is still very high. According to UNICEF and WHO data, the mortality rate for children under five was 93‰ in 1990, and this rate dropped to 37‰ in 2020. Considering that this rate is 4‰ in Western Europe, we can see how important education and socio-cultural conditions are.

How does malnutrition play a role in children's development?

Malnutrition continues to be the biggest problem, especially in low-income countries. As a result, growth and development issues occur. In cases of malnutrition, mortality rates continue to increase even for easily treatable diseases such as diarrhea and pneumonia. Malnutrition is the cause for approximately 40% of child deaths. Diseases are experienced much more

severely in these children with weak immune systems.

Could you talk about the importance of vaccination?

Infectious diseases and vaccination are crucial, especially in economically disadvantaged countries where children do not have access to clean water and hygienic conditions. The frequency of infections such as diarrhea, pneumonia, malaria, and HIV increase in these areas, leading to higher child mortality rates. In countries where vaccination programs are irregular, the frequency and mortality rates of such simple infections are significantly higher. Basic childhood vaccines are not administered in some countries. We must implement our national vaccination program, which has been successfully applied in our country. It is essential to explain the necessity of these vaccines to those who oppose vaccination and to communicate the potential risks if vaccination is not carried out. Beyond the announcements made by our government, we can achieve our goal by explaining it individually and through necessary community seminars. The health system is a

teknik altyapının olması, hastane, tıp merkezi poliklinik gibi yerlerde bu hizmetlerin sunulması ve gerekli personelin eğitilmesi ve hizmet içi eğitimin devam etmesi gereklidir. Aynı şekilde anne ve baba da çocuk sağlığı konusunda eğitilmeli, farkındalığı artırılmalıdır.

Yenidoğan sağlığı nasıl bir önem arz ediyor?

Anne ve yenidoğan sağlığında annenin sağlığının iyi olmaması direkt olarak çocuğu etkilemekte ve yeni doğan çocukta ciddi ölümcül sağlık problemleri oluşturabilmektedir. Aslında sadece gebe annenin bakımı ve doğuma hazırlanması başlı başına bir süreç içermektedir. Eğitilmiş bir annenin kendi gebeliğinin takibi, doğumdan sonra çocuğunun bakımını ve takibini yapabilmesi tamamen annenin beden ve zihin sağlığının iyi olması ile doğru orantılıdır. Anne ölümlerinin daha sık olduğu ülkelerde çocuk ölümleri de orantılı olarak yükselmiştir. Yenidoğan ölümleri (hayatın ilk 28 günü) tüm beş yaş altı çocuk ölümlerinin %47'sini oluşturmaktadır. Doğumda yaşanan asfiksi, enfeksiyon ve prematürelite başlıca yeni doğan ölüm sebepleridir.

Çocuk gelişiminde ailenin öneminden bahseder misiniz?

Son yıllarda başta Gazze olmak üzere tüm dünyadaki savaş, göç, yoksulluk hatta aile içi şiddet olaylarının artması ile birlikte çocuklarımızın ruh sağlığı bozulmakta ve geleceğe yönelik bu bireyler toplumda gerekli katkıyı sağlayamamaktadır. Hatta ruh sağlığı bozulmuş bireylerin toplumda oluşturduğu bozukluk nesiller boyunca devam etmektedir. Her şeyin çekirdek ailede başladığını bilmemiz lazım ona göre ailenin önemi ve korunmasına yönelik bilinçlendirme çalışmaları planlamamız gerekmektedir.

Çocukların sağlığını korumak için neler yapılmalı?

Aileler kendi çocuklarının beslenme durumlarını ve vitamin/mineral takviye ihtiyaçlarının bilgisine sahip olmalıdır aynı zamanda çocuklarını belli aralıklarla doktor kontrolüne götürmelidirler. Sonuç olarak aslında hem ülkemiz için hem dünya için sağlık hizmetine erişimin artırılması, beslenme ve hijyen koşullarının iyileştirilmesi, eğitim ve farkındalık çalışmaları hedefe ulaşmada kritik noktalar. Uluslararası organizasyonlar, hükümetler ve sivil toplum kuruluşları ile birlikte sürdürülebilir çözümler üreterek çocuklarımızın sağlığını ve geleceğimizi korumak zorundayız.



complete team effort. It is necessary to have the required technical infrastructure, provide these services in places such as hospitals, medical centers, and clinics, and continuously educate and train the necessary personnel. Similarly, parents should be educated and their awareness about child health should be increased.

How important is newborn health?

In maternal and newborn health, the mother's poor health directly affects the child and can create serious, life-threatening health problems in the newborn. In fact, the care and preparation for childbirth of a pregnant mother is a comprehensive process. An educated mother's ability to monitor her pregnancy and take care of and monitor her child after birth is directly proportional to her physical and mental health. In countries where maternal mortality is higher, child mortality has also increased proportionally. Newborn deaths (within the first 28 days of life) constitute 47% of all under-five child deaths. Birth asphyxia, infections, and prematurity are the main causes of newborn deaths.

Could you talk about the importance of family in child development?

In recent years, with the increase in conflicts, migration, poverty, and even domestic violence worldwide, especially in places like Gaza, the mental health of our children is deteriorating. These individuals cannot contribute effectively to society in the future. In fact, the disruptions caused by individuals with compromised mental health can persist for generations. We must recognize that everything begins within the nuclear family. Therefore, we need to plan awareness campaigns emphasizing the importance of the family and its protection.

What should be done to protect children's health?

Families should know about their children's nutritional status and the need for vitamin/mineral supplements, while also ensuring regular doctor check-ups for their children. Ultimately, improving access to healthcare, enhancing nutrition and hygiene conditions, and conducting education and awareness campaigns are critical steps to achieving our goals both in our country and globally. We must work together with international organizations, governments, and non-governmental organizations to develop sustainable solutions to protect our children's health and secure our future.

