



Sevgili anne adayları... Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Doktor **Hüseyin Güntaş**, hamilelik dönemine ve doğuma yönelik sorularınızı yanıtıyor. Sorularınızı sadece mektupla değil elektronik posta ile de gönderebilirsiniz.

Dr. Hüseyin Güntaş / Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı

BEBEĞİME MÜZİK DİNLETEBİLİR MİYİM?

Bebekler anne karnında kaçınıcı ayda duymaya başlarlar? Onlara müzik dinletmek doğumdan sonra uyuturken avantaj sağlar mı?

Ana rahminde bebeklerin ses duyumunu sağlayan kemik ve sinirlerin olgunlaşması gebeliğin 24. haftasının sonunda tamamlanır ve 25. haftadan itibaren de önce annenin seslerini ve 27. haftadan itibaren de babasının ve diğer sesleri bebekler duymaya başlarlar. Haftalar ilerledikçe sesleri daha net ve ayırımları daha kesin bir halde algılarlar. Sesler bebeklerin vücudunun üzerinde ve kulaklarının girişinde bulunan beyaz vernik yapısındaki krem nedeniyle muhtemelen başlangıçta boşuk olarak duyulur, ancak vernik azaldıkça sesler daha bir net halde duyulur. Bebeklere slow(yavaş) ve klasik müzik dinletilmelidir. Müzik dinletilen bebeklerin doğumdan sonra daha sakin ve daha huzurlu oldukları görülmüştür. Şahsen bebeklere klasik müzik dinletmeyi ivedilikle öneriyorum.

BACAK KRAMPLARINA KARŞI NE YAPMALIYIM?

Bacak kramplarım çoğaldı? Beslenmemde dikkat etmem gereken bir şey var mı? Vitamin ya da ilaç kullanmam gerekir mi?

Bacaklarda kramplar genellikle gebeliğin 20. haftasından sonra görülmeye başlanır ve önlem alınmadığı takdirde hamilelere büyük problemler yaşatır. Çok önceleri krampların kalsiyum eksikliğinden dolayı oluştuğu sanılıyordu. Ancak günümüzde bunun sadece kalsiyum değil, büyük oranda magnezyum eksikliğinden ötürü oluştuğu ispatlanmış bulunmaktadır. Bunun yanı sıra fosfor fazlalığının da kramplara neden olduğu bugün artık bilinen bir başka gerçektir. Süt ve süt ürünleri kalsiyum eksikliği için verince fosfor fazlalığı oluştuğu için artık kalsiyum ve magnezyum eksikliğini gidermekte ilaç kullanmak daha akıllı bir tedavi oluşturmaktadır. Kramp tedavisi için ilaç alımının yanı sıra aşağıda verilen önlemleri de uygulamakta yarar vardır: Uzun süre ayakta durmamak, otururken bacakları yukarıda tutmak, uzun süre bacak bacak üstüne atarak oturmamak, bacaklarda varis varsa varis çorabı kullanmak, uyurken sol tarafa yatmak.

SAÇ DÖKÜLMESİNE KARŞI NE YAPABİLİRİM?

Hamilelikte saç dökülmesi artar mı? Demir takviyesi yaparsam dökülmeyeceği söyleniyor, doğru mu?

Gebelikte saç dökülmeleri çok sık görülen bir durumdur. Dökülmelerin birçok nedeni vardır. Bu nedenlerin başında troid bezinin hastalıkları gelir. Troid bezinin fazla veya az hormon salgıladığı durum saptanırsa çözüm kolay olur. Vitamin ve mineral eksikliği özellikle çinko eksikliği saç dökülmelerine neden olur. Burada da ilaç alımı sorunu çözebilir. Saç örgüsü, saçları topuz yapmak ve sıkı atkuyruğu gibi saç şekiller vermekte dökülmeleri provoke edebilir. Alınacak ilaç ve diğer önlemlerin yanı sıra biotin ve silika içeren şampuanlar kullanılabilir. Ayrıca yeşil elma, üzüm, nane ve brokoli gibi yiyeceklerin, antioksidan özelliklere sahip oldukları için tüketilmeleri önerilmektedir. Bütün bu anlatılanlardan bağımsız olarak gebelik hormonuna bağlı olarak da saç dökülmeleri görülmüyor. Doğum gerçekleştikten sonra saç dökülmeleri de genellikle bitmektedir. Her halükarda gebelikteki saç dökülmeleri gelip geçicidir, bunun bilinmesinde yarar vardır. Gebelikte kan ilacı (demir) mutlaka alınır ancak saç dökülmesi için değil.

DOĞUMUN İŞARETLERİ NELERDİR?

Doğumun başladığını nasıl anlarım?

39 veya 40. haftada genellikle doğum sancıları ile birlikte doğum olayı başlar. Doğum sancılarında, önce belde başlayan bir ağrı olur ve bu ağrı kasıklara doğru yayılır, karın kaskatı kesilir ve yavaş yavaş ağrı biter. Önceleri 5-10 dakikada bir aynı şekilde ağrı belde başlar ve kasıklara yayılır, ağrının en zirvede olduğu an karnın en sert olduğu anla eşzamanlı olur. Bu ağrıların sıklığı artar ve araları gittikçe daralır(3-4 dakika). Bu ağrılar bir kaç saat sürer ve bu sayede rahim ağzı yeterli genişliğe ulaştıncaya doğumun ıkınma safhası başlar. Bazen hiç bir ağrı olmadan suların gelmesi durumu olabilir. Rahim içindeki amnion sıvısı geldikten sonra genellikle doğum sancuları da başlar. Kendiliğinden sancılar başlamadığı takdirde suni sancılarla doğum sancuları provoke edilerek doğum başlatılabilir. Sular kendiliğinden gelirse ilk 24 saat içerisinde doğumun gerçekleşmesi gerekir. Bu anlatılanlar normal doğum(vajinal yoldan) için gelişen safhalardır.



“Psikolojik destek her aşamada önemlidir!”



Yaklaşık her iki bin çocuktan beşinde ve erken doğan bebeklerin %15'inde görülen Serebral Palsi, tedavi ile tamamen iyileşemeyen bir durum olsa da doğru yaklaşım ile belirtileri hafifletilebilir bir rahatsızlık. Sosyal hayatta var olabilmeleri için bizlerinde gönüllü olarak onlara yardım edeceğimiz bu süreçte neler yapmamız gerektiğini, nasıl gönüllü olduğunu, ailelerin ne gibi sorunlarla ya da çözümlerle karşılaştıklarını, vakfın neler yaptığını TSÇV (Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı) Yönetim Kurulu Başkanı Hüsnü Paçacıoğlu'dan öğrendik ve tabii öncesinde Serebral Palsi'nin ne olduğu Prof. Dr. Erbil Dursun'a sorduk.

Aslıhan GÜNDÜZ



Prof. Dr. Erbil Dursun:
“Doğum kilosu 1500 gramdan daha düşük olan bebeklerde normal doğum ağırlıklı olanlara oranla Serebral Palsi riski 25 kat daha yüksektir.”

malarda doğum asfiksisinin pek çok olguda Serebral Palsi'ye neden olmadığı bildirilmektedir. Asfiksi beyin bozukluğuna neden olmayıp, beyin bozukluğunun bir göstergesi olarak doğum sırasında gelişebilmektedir. Serebral Palsi'li olguların az bir kısmında bebeğe oksijen sağlayan plasentanın (eş) anormalliklerine de rastlanmaktadır. Doğum sonrası nedenler içinde beynin oksijensiz kalması (zehirlenme, boğulma gibi nedenlerle), kafa travması veya beyne zarar veren enfeksiyonlar (menejit vb.) örnek gösterilebilir.

Serebral Palsi'nin belirtileri nelerdir?

En sık görülen belirtiler; spastisite (kasların aşırı kasılması), paralizisi (felç), havale,

konuşma bozukluğu ve denge bozukluğudur. Çocuğun normal gelişiminde önemli dönüm noktaları oyuncaklara uzanma (3-4 aylıkken), oturma (6-7 aylıkken) veya yürüme (10-14 aylıkken) gibi motor fonksiyonlardır. Çocuğun yaşına göre bu hareketler normal bir gelişim göstermezse aile Serebral Palsi'den şüphelenmelidir.

Serebral Palsi sıklığı nedir?

Çocukluk çağıının en sık görülen nöromusküler (kas ve sinir) hastalığıdır. Yaklaşık her 2000 çocuktan 5'ini etkiler. Prematür (erken doğum) doğumların ise %15'ini etkiler.

Serebral Palsi'nin çaresi var mıdır? Tedaviyi kimler uygular?

Serebral Palsi, tedavi ile tamamen iyileşemez ancak belirtileri az veya çok hafifletilebilir. Öncelikle unutulmamalıdır ki Serebral Palsi'nin tedavileri bu konudaki tecrübeli bir ekipçe yapılmalıdır. Aksi durumda tedavilerden bir yarar sağlanamayabilir. Aşağıda belirtilen ve özellikle Serebral Palsi ile uğraşan uzmanlardan yardım alabilirsiniz:

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Hekimi

Serebral Palsi nedir?

Serebral Palsi; henüz gelişimini tamamlamamış beyinde, doğum öncesi/sırası/sonrasında ilerleyici olmayan tıbbi problemlerle oluşan hasar neticesinde meydana gelen hareket, postür ve kas gerilimi bozuklukları ile karakterize olan bir durumdur. Bu hastalık ayrıca konuşma, görme ve işitme bozuklukları gibi çok çeşitli problemlere neden olabilir ancak özellikle kas kontrolü ve vücut hareketlerinin kaybiyla karakterizedir.

Serebral Palsi'nin sebepleri nelerdir?

- Doğum öncesi nedenler
- Doğum esnasındaki nedenler ve
- Doğum sonrası nedenler olarak ayrılabilir.

Erken doğum (prematürite) ve düşük doğum ağırlığı en önemli doğum öncesi nedenler arasında bulunmaktadır. Doğum kilosu 1500 gramdan daha düşük olanlarda normal doğum ağırlıklı olanlara oranla Serebral Palsi riski 25 kat daha yüksektir. Doğum esnasındaki nedenlere kafa travması veya beynin oksijensiz kalması (asfiksi) örnek gösterilebilir. Ancak yeni yapılan çalış-





(fiziyatrist): Kas-iskelet sistemini ilgilendiren problemlerin çözümü, kas gerilimlerinin (spastisitenin) tedavisi, hareket bozukluklarının tedavisi, takibi ve desteklenmesi, yürümenin tedavisi ve takibi gibi konularla ilgili çalışmalar yapar.

Ortopedist: Gerektiğinde Serebral Palsi'li çocuğun operasyonunu yaparak hareket tedavisi ve gelişimine katkıda bulunur. Ancak cerrahi girişim kararı çok titizlikle ve ekip elemanlarının ortak kararı ile alınmalıdır.

Fizyoterapist: Hareket bozukluklarını düzeltmek için çeşitli egzersiz programlarını düzenler.

İş Uğraşı Terapisti: Günlük yaşamda, okulda veya işte Serebral Palsi'lilerin daha bağımsız olmaları için çalışırlar.

Konuşma Terapisti: İletişim problemlerinin terapilerinde rol alırlar.

Sosyal Hizmet Uzmanı: Ailenin özürülere ait toplumsal kaynaklara erişimine yardımcı olurlar.

Psikolog: Serebral Palsi stresiyle baş etmede hasta ve yakınlarına yardımcı olurlar.

Serebral Palsi nasıl tedavi edilir?

Serebral Palsi hastalığını tamamen iyileştiren bir tedavi yoktur. Fakat mevcut tedaviler ile hastalığın neden olduğu bulgular hafifletilebilir, çocuğun bağımsızlık düzeyi artırılabilir, bakımı kolaylaştırılabilir. Her çocuk için tedavi hedefleri farklı olup tedavi seçenekleri de farklıdır. Serebral Palsi tedavisinde uygulanabilecek birçok tedavi yöntemi mevcuttur. Önemli olan, çocuğa o dönemde en uygun ve gerekli olan tedavi seçeneklerinin doğru olarak belirlenmesi ve uygulanmasıdır. Serebral Palsi için çeşitli ilaç tedavileri verilebilir, egzersiz ve fizyoterapi yöntemleri, iş ve uğraşı tedavisi, ortez uygulamaları yapılabilir. Botulinum Toksin uygulamaları hastalığın tedavisinde merkezi bir öneme sahiptir. Ancak Botulinum Tok-



sin uygulamaları, çok detaylı postür/yürüme analizlerinden sonra doğru kaslara tecrübeli hekimlerce yapılmalıdır. Aksi takdirde bu uygulamalar çocuğa yararlı olmayabilir. Ayrıca aktivite temelli tedaviler, vücut ağırlığı destekli yürüme bandı eğitimi, Hippoterapi (Atla terapi), Transkraniyal Elektrik Tedavisi, Nörofeedback (Nörogeribildirim), seri alçılamlar, Kinezyo-bantlama gibi yeni tedavi yöntemleri mevcuttur. Çocuğunuza hangi tedavilerin uygulanacağına titizlikle karar verilmelidir.

Vakıf çalışmalarınızdan bahseder misiniz? Serebral Palsi başlığı altında ne gibi çalışmalar yapıyorsunuz?



Vakfımız 1989 yılında kuruldu. Rahmetli Prof. Dr. Hıfzı Özcan beyefendinin azmi, Sakıp Sabancı ve ailesinin yüreklendirmesi ve destekleri ile bugünlere ulaştık. Bugüne kadar sürdürdüğümüz özel eğitim ve rehabilitasyon çalışmalarımız kapsamında yaklaşık 15 bin çocuğumuza ve ailelerine ulaştık. Bir yandan da farklılıkları anlamaya ve anlatmaya çalıştık. Çocuklarımız ve aileleri-

nin kendi ihtiyaçlarını karşılayabilen, sosyal hayatta daha fazla yer edinebilen bireyler olmaları için gayret ettik.

Vakfımıza bağlı olan Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde Serebral Palsi'li ve ilişkili eğitilebilir engel grubundaki çocuklarımıza özel eğitim ve rehabilitasyon hizmeti vermekteyiz. Ben, teknik konularda Direktörümüz Sn. Bülent Madi'den aldığım eğitime ve bilgilere dayanarak yanıt vermeye, izlenimlerimi aktarmaya çalışacağım: Merkezimizde, tanılama, fizyoterapi, özel eğitim, okul öncesi eğitim, grup eğitimi, çocuk gelişimi, hidroterapi, konuşma terapisi, psikolojik danışmanlık ve aile ilişkileri ile yönlendirme hizmetleri vererek çalışmalarımızı sürdürmekteyiz.

Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Hüsni Paçacıoğlu "Çocuklarını hayata kazandırmak isteyen ailelerimize destek olabilmek en öncelikli amaçlarımızdan birisidir."

Erken müdahale programınızdan da bahseder misiniz?

Bu program, erken doğan ya da zamanında doğup da risk faktörü bulunan bebeklerin tanımlanması ve tedavi önerilerini içeren bir programdır. Bebeğin değerlendirilmesi, tedavi ve aile bilgilendirilmesini içeren, devamlılığı olan bir süreçtir. Riskli bebeğin ilk olarak video analizi ile GMS değerlendirmesi yapıp, bu analizin neticesinde bebek tedavi programına alınmasının önerilmesi ile süreç başlamaktadır. Tedavi sık-

lığı bebeğin durumuna göre belirlenmekte, bebekte çok ciddi bir problem varsa uygun görülen tedavi programı tasarlanmaktadır.

2011 yılı Ekim ayında Serebral Palsi'li çocuklarımız için bir ilke imza attık...

Onlar için bir okul kurduk. Metin Sabancı'nın başışıyla Sabancı Vakfı tarafından yaptırılan Okul Öncesi ve İlköğretim Okulları 16 Ekim 2011 tarihinde, Sayın Hayrünnisa Gül'ün katılımı ile Vakfımız çatısı altında, kapılarını Serebral Palsi'li çocuklarımıza açtı. Bunun dışında Yaratıcı Sanatlar Terapisi programı da Vakfımız bünyesinde çalışmalarına başlamıştır.

Yaratıcı Sanatlar Terapisi nedir?

Yaratıcı Sanatlar Terapisi, çeşitli sanat dallarının (Müzik, görsel sanatlar, drama, dans vb.) kullanımı yoluyla insanların psikolojik, kişisel-duygusal gelişim ve iyileşmelerine hizmet eden bir çeşit terapi olarak tanımlanabilir ve herhangi bir yaş sınırlaması olmaksızın gelişimsel engellerden, ruh hali rahatsızlıklarına, psikotik bozukluklardan travmalara kadar uygulanabilmektedir.

Amaç, sanatlar aracılığı ile bireylerin yaratıcı sürece aktif olarak katılmalarını ve bu yolla kendi içsel güç ve potansiyellerini keşfetmelerini sağlamak, farkındalıklarını arttırmak ve yaşamlarında istedikleri yönde değişim ve dönüşüm sağlayabilmek için gereken cesareti kazandırmaktır.

Türkiye'de Yaratıcı Sanatlar Terapisi, bilimsel anlamda, ilk defa Vakfımızda uygulanmaktadır. Programımız Kuzey Amerika'da 12 yılı aşkın zamandır bu alanda çalışmalarını sürdüren Yaratıcı Sanatlar Terapisti Nilgün Türkcan tarafından koordine edilmekte ve yürütülmektedir.

Bu çalışmalarınıza kimler katılabilir?

Bir sivil toplum kuruluşu olmanın farkındalığı ile "gönüllülük" başlığı altında yeni bir yaklaşım içine girdik. Bir sistem kurmaya çalışıyoruz. "Gönüllümüz Olun, Gönüllünüz Olalım" sloganı ile yola çıkmayı planlıyoruz. Gönüllülerimizden öğreneceğimiz çok fazla şey olduğunu biliyor ve aynı zamanda onların kişisel ve sosyal gelişimlerine çok fazla destek olabileceğimizi düşünüyoruz. Bu sebeple hazırladığımız sistemi bu kabul üzerinden yapılandırmaya ve sistemi geliştirmeye çalışıyoruz. Çalışmalarımıza destek

olmak amacı ile herkes gönüllü olarak Vakfımıza başvuruda bulunabilir. Başvuru sonrasında tüm başvurular değerlendirilerek ihtiyaç duyduğumuz alanlarımızda "gönüllü" desteği ile ilerliyor olacağız. Vakfımız web sitesi www.tscv.org.tr üzerinden gönüllü başvuruları alıyoruz.

Hali hazırda 16 gönüllümüz var. Bu gönüllülerimiz lise ve üniversite gençlerimiz, annelerimiz ve Vakfımızda rehabilitasyon hizmeti alan gençlerimizden oluşuyor. Şu anda aktif olarak Yaratıcı Sanatlar Terapisi programımız ve organizasyon çalışmalarımıza destek veriyorlar.

Gönüllü olarak yer alabilmek ve çalışmalarımıza destek olabilmek için aranan şartlarımız:

- 18 yaşını bitirmiş ve en az lise mezunu olmak
- 18 yaş için bağlı bulunan örgün eğitim kurumundan ya da aileden gönüllü çalışma izin belgesi almak
- Belirlenen alanlarda yeterli donanım ve kişisel becerilere sahip olmak
- Vakfımızca belirlenen prosedür ve etik değerlere uyum sağlamak

Sahiplenme programınız hakkında bilgi verebilir misiniz?

Vakıf olarak çocuklarını hayata kazandırmak isteyen ailelerimize destek olabilmek en öncelikli amaçlarımızdan birisidir. Bu kapsamda ihtiyacı olan ailelere kaynaklarımız ölçüsünde burs olanakları sağlamaktayız. Burs olanaklarımızın yeterli olmadığı durumlarda ailelerin ihtiyaçlarının karşılanabilmesine destek olmak üzere yeni hayata geçirdiğimiz "Sahiplenme Programı" bizim için büyük bir önem taşıyor. "Sahiplenme" çok

Mevcut tedaviler ile hastalığın neden olduğu bulgular hafifletilebilir, çocuğun bağımsızlık düzeyi artırılabilir, bakımı kolaylaştırılabilir.

kısaca, halihazırda özel eğitim ve rehabilitasyon hizmeti alan veya almayı düşünen çocuklarımızın ailelerinin ya da yakınlarının ödemesi gereken ücretlerin tamamı veya bir kısmını hayırseverlerin üstlenmesini kapsayan bir programdır. Tam tutarlar ayda 500 ile 700 TL arasında değişebilmekte olup belirlenen ihtiyaca göre %50 oranında da katılmak mümkündür. Ayrıca katılımcının arzusuna göre bu süre altı aylık veya yıllık olabilmektedir.

Bağış yapan kişilere de çocuğun gelişimi ile ilgili bilgi veriyor musunuz?

Sahiplenme programı süreci içerisinde istenirse çocuğumuzun gelişimi ile ilgili Vakfımız tarafından bağışçılarımıza düzenli olarak bilgilendirme yapılmakta ve sahiplenme süreci sonunda gelinen durum hakkında sonuç raporu çıkarılmaktadır. Bağışçılarımız programı seçtiklerinde arzu ederlerse, gelişme bilgilerini sunmayı ve ilişki sürecini sürdürmeyi önemsiyoruz. Ve biliyoruz ki gelişim ve ilerleme raporlarında aktardığımız bilgiler bağışçılarımız için de çok





önemli, aynı zamanda destek verdikleri alan hakkında da oldukça bilgilendirici. Bağışçılarımız ile kurduğumuz bu iletişim biçiminin hem Vakfımız hem de çalıştığımız alan açısından önemli bir toplumsal fayda yarattığını düşünüyoruz.

Çocuklarımızın ve ailelerinin, bu uzun süreli rehabilitasyon ve okulumuzdaki eğitim süreçlerine destek verecek bağışçıları sayesinde hayatlarında büyük farklılıklar oluşacaktır.

Sahiplenme Programı için farklı seçenekler oluşturduk. Bir çocuğumuzun gelişim sürecini sahiplenmek ve bunu sertifikalandırarak bir başka kişiye hediye etmek mümkün olabildiği gibi, çocuklarımızı şirketlerin çalışanlarının toplu olarak sahiplenmesi de mümkün. Bunun için gelen taleplere göre süreci yönlendiriyoruz. Belirttiğimiz gibi bizim için bu konuda en önemli çıktılardan biri 'toplumsal fayda'dır.



Vakfınız bünyesinde açılan Metin Sabancı Özel Eğitim Okulu'nun diğer okullardan farkı nedir?

Vakfımıza bağlı olarak açtığımız Metin Sabancı Özel Eğitim Okulu, Türkiye'de Serebral Palsi'li çocuklarımıza en uygun ve en kaliteli hizmeti sağlama anlayışıyla yola çıkmış olan Vakfımızın Türk eğitim sistemine önemli bir katkısıdır. Tabii burada Metin Sabancı bağıışı ve Sabancı Vakfı'nın katkılarını bir kez daha gururla hatırlatmaktan mutluluk duyacağız.

Okulumuz, dünyadaki örnekleri de incelenerek tasarlanmış, bir taraftan Milli Eğitim Sistemi içerisinde okulöncesi ve ilköğretim programlarını, diğer taraftan da hem her çocuğun bireysel gereksinimlerine cevap verecek hem de aile ve okulun işbirliğiyle geliştirilecek sosyalleşme programlarını içermektedir.

Okulumuzun en önemli özelliklerinden birinin son yıllarda özel eğitimde en önemli konulardan biri haline gelmiş olan "erişilebilirlik" olduğunu söyleyebiliriz. Okulda hem fiziksel hem de eğitsel alanlarda tüm öğrenci ve velilere erişilebilir bir ortam sağlanmış, fiziksel mekanlarda, Serebral Palsi'li öğrencilerimizin hareket kabiliyetlerini destekleyecek ortamlar oluşturulmuştur. 2011-2012 Eğitim/Öğretim Yılı için okul kayıtlarımız halen devam etmektedir.

Burada ne gibi eğitimler verilmekte?

Eğitimler hem her çocuğun bireysel gereksinimlerine cevap verecek hem de aile ve okulun işbirliğiyle geliştirilecek şekilde planlanmaktadır.

Okulumuzda, tam günlük okul öncesi ve ilköğretim programının içerdiği ders ve faaliyetlerin yanı sıra bireysel ve grup fizyoterapi desteği, bireysel özel eğitim desteği, müzik terapisi, yaratıcı sanatlar terapisi ve konuşma terapisi gibi destek hizmetler de sunulmaktadır.

Eğitim maliyeti nedir? Durumu olmayanlar için bir çözüm yolunuz var mı?

İlköğretim Okulu Anasınıfı ve ilköğretim sınıfları 2011-2012 Eğitim/Öğretim Yılı ücretimiz 30.000 TL'dir. Bu ücret öğrenim yılı içine yayılan belirlenmiş taksitlerle ödenilmekte, peşin ödemelerde indirim uygulanabilmektedir. Okula başvuru ve kayıt sırasında maddi durumu yeterli olmayan velilerimizin burs ihtiyaçlarına kaynaklarımızıza göre planlanmış burs sistemi içerisinde



Esra Altaş / Zeynep'in Annesi

"Sosyal ortamlarda olmalarının onları daha mutlu ettiğini gördüm!"

Ben de her anne gibi evladının üzerine titreyen belki de kızıma konulan teşhisinde getirmiş olduğu üzüntüden dolayı, onunla ilgili her konuda aşırı duyarlı yapıya sahip bir anne oldum. Kızımın bu durumunun kendisinde savunma zafiyeti doğurduğuna inandım ve tecrübelerine inandığım eğitimcilerimizin anaokullarının oyun guruplarına ikna ile bile kızımı yollamadım. Ancak şimdi düşüncelerimin ne kadar yersiz olduğunu anladım. Şu anda kızım Zeynep ilkokul anasınıfına gidiyor.

Bu süreci yaşarken ne kadar geç kaldığımı, onun arkadaşlığa olan özlemini ve gelişimindeki olumlu ilerlemeyi gördüm ve okula başlatmakla doğru bir karar verdiğimi anladım. Şimdi kızımla ilgili geleceğe daha olumlu bakabiliyorum. Ve buradan tüm annelere sesleniyorum. Çocuklarının diğer çocuklarla birlikte öğrenme becerilerinin daha hızlı olduğunu kabul etmeli-ler. Sosyal ortamlarda olmalarının onları daha mutlu ettiğini gördüm. Ve kaynaştırmanın önemini anladım.

cevap vermeye çalışmaktayız. 2011-2012 öğrenim yılında öğrencilerimizin önemli bir kısmına öğrenim ücretinin %50 veya %35'i oranında burs sağlanmıştır.

Eğitilere aileler de katılıyor mu?

Özellikle gelişimin erken basamaklarındaki çocuklarda ebeveynler seanslara katılmakta, hem çocuklarının durumları hakkında bilgilendirilmekte hem de evlerinde tekrarlamak üzere egzersizlerin nasıl yapılacağını öğrenmektedirler.

Özel eğitim seanslarına kurumumuza yeni gelen aileler başlangıç seanslarında katılmaktadırlar. Bu süreç terapistlerin ve ailelerin birbirlerini tanıdıkları, eğitimsel aktarımın yapıldığı, kurum dışında bu eğitimlerin nasıl sürdürülebileceği hakkında bilgilendirmeyi içermektedir.

Ailelerimiz kurumsal düzeyde ve terapistlerce verilen seminer, bilgilendirme ve teknik müdahalelerle yardımcı terapist konumuna çıkarılmaya çalışılmaktadır.

Ailelerin çocuklarına yaklaşımlarını, sizin gözleminizden alabilir miyiz?

Özellikle doğum sonrası ve takip eden ilk yıllarda koruyucu bir tutum sergilendiği ve özellikle annelerin çocuklarıyla aralarında doğum sonrası bir türlü kopmayan hayali bir kordon varmış gibi davrandıkları gözlenmektedir. Bu hayali kordonun kesilememesi çocukların seanslarda ebeveynlerini yanlarında istemeleri ve ağlayarak istediklerini yaptırmaya yönelik davranışlar geliştirmelerine yol açmaktadır. Kabullenme süreçleri olarak da açıklanan aşamalardan geçip, uygun eğitim kurumlarını, hastane ve doktorlarını seçerek hayatlarında sabitler oluşturdukları bir düzene geçmektedirler. Bütün bu süreçler yaşanırken çocuğun eğitimiyle annelerin yoğun olarak ilgilendiklerini, babaların bu süreçleri geri çekilerek izlediği söylenebilir. Psikolojik destek ise her aşamada önemlidir.

Psikoloji Ünitemizde seansta bulunan, Serebral Palsi'li ve konuşamayan bir çocuğa sahip olan annemizle ilgili bir anımız var...

Anne çocuğunun konuşmamasından yakınlıkla çocuğu yanında olduğu halde şikayette bulunuyor, gündelik hayatta yaşadığı sıkıntıları paylaşıyordu. Bu esnada çocuk ayağa kalkıp mırıldanmaya, sıkıntısını belli



etmeye başlıyor, fakat anne hala durumun farkında değil. Psikoloğumuzun gözleriyle işaret etmesine rağmen anne hala durumun farkında değil. Çocuk bir süre sonra çöp kutusunu tekmelemeye başlıyor ve o sırada psikoloğumuz anneden sadece çocuğuna sarılmasını istiyor. Öylece bir süre sarılıyorlar ve anne bu sefer durumu fark ediyor, çocukta annede sakinleşiyorlar. Anneyi tek başına seansa alıp ne olduğu üzerine konuşulduğunda, sözel ifadelerle yoğunlaşmanın ve iletişimin yüzde seksenini oluşturan sözel olmayan iletişim biçimlerinin dikkate alınmamasının, çocuğun varlığının yok sayılmasına yol açtığı, bununda iletişimin kalitesini düşürdüğü kendisiyle paylaşılıyor. Asla unutulmaması gereken bir sonuç var: "Bir çocuk herhangi bir kelime konuşamıyor olsa bile iletişim kuramadığı tek bir an yoktur."

Son olarak ailelere mesajınız nedir?

Engelli bir çocuğa sahip olduğunu öğrendiği anda aile uzun bir yolculuğun başında olduğunu da fark eder. Aile fertleri bu gerçeği birlikte kabullenip paylaştıkları ve sosyal hayatlarını sürdürürken çocuklarının gelişmesine destek olacak ortamları araştırıp buldukları zaman çok önemli bir mesafe kat ederler. Bu yolculukta Vakfımızın rolü aileye yönlendirici şekilde yol arkadaşlığı yapmak, hem kendilerine hem de çocuğa



gereken desteği sağlamaktır. Biliyoruz ki ailelerimizle uyum içinde çalıştığımız sürece, çocuklarımız ve aileleri için en iyisini gerçekleştirmek mümkün olabilmektedir.

Amacımız, erken müdahale çalışmaları, özel eğitim ve rehabilitasyon hizmetleri ve Serebral Palsi'li öğrenciler için açılmış olan okulumuz aracılığı ile hem aileyi çocuklarının eğitim ve tedavi sürecine dahil etmek hem de aile fertlerinin her birine gerekli psikolojik ve sosyal destek yoluyla zorlu bir süreci kolaylaştırmak olarak özetlenebilir. Bu sistemin ancak var olan devletin katkıları, bizlerin kaliteli hizmet sunması ve ailelerin de maddi ve manevi fedakarlıkları ile üstün bir başarıya ulaşabileceğine inanıyoruz.



Mukadder Yeniay
Kıvanç'ın annesi

“Biz onunla göz göze bakıp anlaşıyoruz.”

Konuşacaklarıma başlık seçemiyorum çünkü aklıma binlercesi geliyor. Hiç birine karar veremiyorum. Bunu okuyan kendisinde uyandırdığı duyguya göre isimlendirebilir. Benim daha önce yazmaya başladığım üç tane dünyalar tatlısı hikayem vardı. Nerden bilebilirdim ki bu hikayem diğerlerinden farklı olacak. Oğlumla hikayem 91 yılının nisan ayının 25. günü saat 12.40'da başladı. "Çok tatlı tam 4.150 gr. bir oğlum oldu" diyen ebenin sesi hala kulağımda. Anneler çok iyi bilir, bebeğinizi ilk kucağınıza aldığınızdaki mutluluğu.

Ama ben bugün hala anlayamadığım bir tuhaf hisle doldum. O güzel yüze bakınca sanki içim yandı. Hatta severken dördüncü oğlum olmasına rağmen "iyi ki doğurmuşum" diye bağırdığım zamanlar olmuştur. Taa ki oğlum dokuz aylık oluncaya kadar. Hatırlamak istemediğim 17 Ocak 1992 tarihine kadar... Tanı konmadan geçen dört koca gün. İşte hikayemizin acıya dönüş noktası. Sonra bebeğimin altı gün komada kalması, 26 gün sonra anlamadığım sözlerle dolu epikrizle bir hastanenin nöroloji birimine yollanmamız. Şu an film şeridi gibi gözümün önünden geçiyor. Uçan kuştan bile medet umuyorduk. Kelimeler yetersiz kalıyor çaresizliğimizi anlatmak için. Sanki güneşli bir yolda yürürken birden her şey alt üst oldu ve biz kara saplandık. Sanki çıplaktık ve donuyorduk. Daha ne söyleyeyim gökdelenden düşüp yere çakıldık. Her yanımız sağlam ama ayağa bile kalkamıyoruz. Nasıl bir duygu yaşadık bizler!

"Bizler" diyorum çünkü ağabeyleri (11, 8 ve 7 yaşında) bile çok şaşkındı. Tam kardeşlerinin tadına varırken ne olmuştu. Ünlü profesörün muayenehanesine gidişimiz, bilmediğimiz her şeyin açıklıkla bize anlatılması bütün ümitlerimizin yıkılması dün gibi. Peki, şimdi ne yapacaktık? İsmi abisinin isteğiyle Kıvanç verdiğimiz oğlumuzla birlikte yeni yolumuzda dimdik utanmadan, sorulara, saçma sözlere kulağımızı kapatarak sevgimizle yumak olup yürüyecektik. Profesörün söylediği: "Yürüyemez, yürüse de 5-6 yaşında çok zor ancak yardımla birkaç adım gider" dediği oğlumun önce muhakkak yürütmeliydim. Kendimi öyle inandırdım. Yürürse ilk zincirini kıracaktık oğlumun. Yavrum, oğlum, canım benim ne kadar gayretli ne kadar dirençli çıktı. 2,5 yaşında, önce Allah, sonra fizyoterapistlerin sayesinde canım yürüdü. Hikayemizin ilk başarı dolu sayfasını yazmıştık oğlumla.

Karşımıza hep çok iyi insanlar çıktı. Galiba çok şanslıyız diyordum artık. Dile kolay 13 yıl aynı kuruma gittik ve Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı gibi muhteşem bir yerle tanışmamız mümkün oldu. Beklentimi asla çok yüksek tutmadım ama ümidimi hiç yitirmedim. Bugün oğlum 19 yaşında. Oğluma 9 aylık iken "ensafalit nedeniyle CP ve mental gerilik" tanısını koyan doktorumuz 8 sene önce "bundan sonra ümitlenme konuşması ancak bu kadar" diye söylemesine rağmen, belki bir ümit "neden olmasın?" diye aileme bile söylemeden her şeye devam ettim. Ancak geçen yıl babasına ve ağabeylerine bu kadar olacak dedim. Olsun benim oğlum her şeyi anlıyor ya biz onunla göz göze bakıp anlaşıyoruz. Biz onunla duygularımızla, hissettiklerimizle konuşuyoruz ya o yeter.

Aslında Kıvanç'la yirmi senedir her günümüz bir anı... Ama ben sizinle bu yaz yaşadığımız bir olayı da paylaşmak istiyorum. Okula giderken giydirdiğim "v" yakalı t-shirt içinden yarım parmak görünen atletinden rahatsız olup içindeki atleti çıkarmamı istedi.

Bu duruma karşılık bende gideceğimiz mesafenin kısa oluşundan ötürü: "Bir şey olmaz, çıkartmayaalım." diyerek ikna etmeye çalıştım. Birden yüksek bir ses tonu ile: "Ben yirmi ..." diyerek çok net bir şekilde büyüdüğünü ve giyeceği kıyafeti kendi seçeceğini bana anlatmaya çalıştı...

Ben onunla hep gurur duydum. Her ne kadar bir annenin çocuğunun büyüdüğünü kabul etmesi zor olsa da, o artık "20" yaşında ve Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı'nın organizasyonlarına gönüllü olarak destek veren bir delikanlı...