

Bölüm 1

GEZGİN TIBBINA GİRİŞ VE GEZİ ÖNCESİ TIBBİ DEĞERLENDİRME

Doktor Öğretim Üyesi Celal KUŞ

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile
Hekimliği Anabilim Dalı

Günümüzde ülkeler arası ilişkilerin gelişmesi ile ticari ve turistik geziler artmaktadır. Seyahat imkanlarının iyileşmesi ve uluslararası seyahatlerin kolaylaşması da ticari ve turistik gezilerin yaygınlaşmasına önemli katkı sağlamıştır. Birleşmiş milletler dünya turizm örgütü (UNWTO) 2017 yılı verilerine göre 1,326 milyar kişi uluslararası seyahat etmiştir ve bu geziler için 1,340 trilyon dolar harcama yapılmıştır. Uluslararası seyahat sıklığının günden güne artması beklenmektedir (1). Buna ek olarak tropik ve subtropik bölgelerdeki kısa süreli gezilerde kişilerin % 75'inin, Atlantik aşırı yolculuklarda ise kişilerin %50'sinin sağlık problemleri yaşadığı bildirilmiştir (2). Ancak bu problemlerin çok azı ciddidir. Gelişmekte olan ülkelere yapılan seyahatte gezginlerin %14'ü yurt dışındayken gezemez olmuştur, %10'u doktor gereksinimi duymuştur ve sadece %1'i için birkaç günlük hastaneye yatış gerekmiştir. Gelişmekte olan ülkelere yapılan gezilerde ölüm sıklığı ise 1/100000'dir. En sık ölüm nedeni kardiyovasküler olaylar ve kazalardır (sıklıkla motor kazaları ve boğulma). Tehlikeli sporlarda ölüm oranı çok yüksektir. Ölüm oranı yokuş aşağı kayakta %52'ye, yüksek dağ yürüyüşlerinde %30'a ulaşmaktadır. Enfeksiyon hastalıkları nedeniyle görülen ölüm oranı ise sadece %0,1-3,6'dır ve sıklıkla sıtma nedeniyle olmaktadır. En sık görülen enfeksiyöz neden turist ishali dir. Endüstrileşmiş ülkelerde turist ishali sıklığı %8 iken, Güney Afrika'da %20-66'dır (3).

Gezi tıbbı seyahatlerde yaşanan sağlık problemleri nedeniyle 1970'lerden günümüze gelişmiş ve tıp disiplini haline gelmiştir (4). Gezi tıbbının amacı seyahat bölgesindeki risk faktörlerini değerlendirip uygun koruyucu önlemler ile gezgini hastalık ve ölümden korumaktır. Ayrıca hastalık ve kazalardan kaynaklanan zaman kaybını kendi kendine tedavi yöntemi ile en aza indirmek ve uygun sağlık danışmanlığı hizmetinin alınmasını sağlamak amaçlanmaktadır. Gezi tıbbı yapısı gereği birçok geleneksel tıp disiplini ile ilişki halindedir. Sadece gezgine değil seyahat bölgesindeki halkın sağlığına da katkı sağlar. Önerilerin etkili olması için gezgin kendi sağlığı için sorumluluk almalıdır. Seyahat bölgesi hakkında bilgi edinmeli, uygun gezi acenteleri ile ulaşımı sağlamalı, geziden en az 4-6 hafta önce sağlık profesyonellerinden danışmanlık almalıdır (2,5).

3. Çocuklarda Ek Seyahat Önerileri

Çocuklar da aynı yetişkinler gibi yolculuk sırasında birçok tehlike ile yüzleşmek zorunda kalır. Seyahatte en sık çocuk ölüm sebepleri trafik kazaları (araç içi, bisiklet binme ve yaya), boğulma, yanıklar, düşme, hayvan ısırığı, yılan sokması ve zehirlenmelerdir. Bu ölümlü kazaların engellenebilmesi için araç içinde uygun koltuğa çocuk oturtulup emniyet kemeri takılmalı, bisiklet sürerken kask kullanılmalı, yüzerken can yelekleri kullanılmalı, yangın bölgelerinden uzak durulmalı ve hayvanlardan sakınılmalıdır (20). Çocuklarda araç tutması sık görülmektedir. Araç tutmaması için yola çıkmadan önce çocuklar aşırı yemek yememeli, araçta pencere kenarına oturmalı, yüzü ileriye bakmalı ve mümkünse güneş gözlüğü kullanılmalıdır. Diphenhydramine, dimenhydrinate tablet ve şuruplar araç tutma tedavisinde kullanılabilir. Çocukların yolculuk öncesi aşıları kontrol edilmeli, eksik aşılar tamamlanmalı ve seyahat aşıları yapılmalıdır. Sarı humma aşısının 9 aydan küçük çocuklara yapılması önerilmez. Hepatit A aşısı 1 yaşından büyük çocuklara, influenza aşısı 6 aydan büyük çocuklara yapılabilir (5).

SONUÇ

Birinci basamak seyahat öncesi danışmanlığın önemli bir parçasıdır. Gezi öncesi tıbbi değerlendirmede gezgin multidisipliner bir yaklaşımla değerlendirilmelidir. Görüşme sırasında tıbbi özgeçmiş ile birlikte seyahat bölgesindeki riskler de tartışılmalı, kişisel önerilerde bulunulmalıdır. Seyahat bölgesine yönelik koruyucu sağlık hizmetleri konusunda gezgin bilgilendirilmeli, gerektiğinde kendi kendine tedavi seçeneklerini nasıl uygulayabileceği ve istendiğinde sağlık hizmetine nasıl ulaşılabileceği anlatılmalıdır.

KAYNAKLAR

1. World Tourism Organisation (UNWTO). UNWTO tourism highlight 2018. Available at: <https://www.e-unwto.org/doi/pdf/10.18111/9789284419876>.
2. Gezi Tıbbı, Gezgin Sağlığı ve Hastalıkları El Kitabı. Steffen R., DuPont H.L., Wilder-Smith A. Çev: Uzun C. Yumruk Z. Anę Ö. 2012. Nobel Kitabevi. İstanbul.
3. Grieve S, Steffen R. Epidemiology: Morbidity and Mortality in Travelers In: Keystone JS, Kozarsky PE, Connor BA, Nothdurft HD, Mendelson M, Leder K. Travel Medicine. 4th ed. Elsevier Health Sciences; 2018. p. 19-31.
4. Steffen, R. Travel health-Travel medicine. Journal of Health Specialties, 2017;5(1), p.42.
5. Christopher A. Sanford, Elaine C. Jong, Paul S. Pottinger. The Travel and Tropical Medicine Manual. 5th ed. China: Elsevier; 2017.
6. Europe, W. O. N. C. A. (2002). The European definition of general practice/family medicine. Barcelona: WONCA Europe.
7. Bazemore AW, Huntington M. The pretravel consultation. Am Fam Physician 2009;80(6):583-90.

8. Glen TA. Seyahat ncesi Tıbbi Değerlendirme. *Turkiye Klinikleri Journal of Infectious Diseases Special Topics*. 2017;10(3):274-82.
9. Brunette G.W., et al. *CDC Yellow Book 2018: health information for international travel*. Oxford University Press, 2017.
10. World Health Organization. *International Travel and Health. Health risks and precautions: general considerations*.
11. Yung A, Leder K, Torresi J, Ruff T, O'Brien D, Starr M, Black J. *Manual of travel medicine*. IP Communications; 2011.
12. Hill DR, Ericsson CD, Pearson RD, Keystone JS, Freedman DO, Kozarsky PE, DuPont HL, Bia FJ, Fischer PR, Ryan ET. The practice of travel medicine: guidelines by the Infectious Diseases Society of America. *Clinical Infectious Diseases*. 2006 Dec 15;43(12):1499-539.
13. Dawood R, editor. *Travellers' health: how to stay healthy abroad*. OUP Oxford; 2012.
14. Seluk E.B., Karataş M., Barış Ő. Seyahatin Kronik Hastalıklara Etkisi. *Turkiye Klinikleri Journal of Infectious Diseases Special Topics*, 2017, 10.3: 283-286.
15. Ramos-Sesma, V., Mora M.G.H., Ramos-Rincn J.M. The elderly traveler. *Revista Clínica Española (English Edition)*, 2018.
16. Freedman DO, Chen LH, Kozarsky PE. Medical considerations before international travel. *New England Journal of Medicine*. 2016 Jul 21;375(3):247-60.
17. Hezelgrave NL, Whitty CJ, Shennan AH, Chappell LC. Advising on travel during pregnancy. *Bmj*. 2011 Apr 28;342:d2506.
18. Antony KM, Ehrenthal D, Evensen A, Iruretagoyena JI. Travel during pregnancy: considerations for the obstetric provider. *Obstetrical & gynecological survey*. 2017 Feb 1;72(2):97-115.
19. Petrikovsky B, Terrani M, Sichinava L. Transatlantic Air Travel in the Third Trimester of Pregnancy: Does It Affect the Fetus?. *AJP reports*. 2018 Apr;8(2):e71.
20. Zuckerman JN, Brunette G, Leggat P. *Essential travel medicine*. John Wiley & Sons; 2015 Jul 20.