

BÖLÜM 24

YAŞLIDA ENDOKRİN SİSTEM SORUNLARINDA DESTEK BAKIM

Nazmiye ÇIRAY¹

DIABETES MELLİTUS

Diabetes Mellitus (DM), yaşlanan nüfus için önemli bir sağlık sorunudur. Toplumda 65 yaşın üzerindeki bireylerin yaklaşık dörtte biri diyabet hastası, yarısı prediyabetdir. Önümüzdeki yıllarda bu sayıların hızla artması beklenmektedir. Yaşlanmaya bağlı olarak vücut kas dokusunda azalma, yağ dokusunda artma insülin direncinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu nedenle yaş ilerledikçe erişkin diyabet görülme sıklığı daha artmaktadır. Yaşlı diyabetiklerin yaklaşık %90'ı Tip 2 diyabetidir. DM insülin hormon sekresyonu, insülinin etkisi veya her ikisindeki bozukluklardan kaynaklanan, özellikle hiperglisemi ile karakterize, karbonhidrat, lipid ve protein metabolizması bozuklukları ve hızlanmış aterosklerozla birlikte mikrovasküler ve makrovasküler komplikasyonlarla seyreden kronik, metabolik bir hastalıktır. Diyabetli yaşlı bireylerin hipertansiyon, iskemik kalp hastalığı, kronik böbrek hastalığı (KBH) ve bilişsel bozukluk gibi yandaş hastalıklarının olma olasılığı daha yüksektir. Bu durum diyabeti olmayan bireylere göre daha yüksek hastane yatış oranlarına yol açmaktadır.

Yaşlıda DM'a yatkınlığın artışı neden olarak; genetik yapı, yaşlanmayla insülin salgısında azalma, insülin direnci gelişimi, yağ dokusunda artma, fiziksel aktivitenin azalması, ilaçlar (tiyazid, glukokortikoid vb.) gibi birçok faktör bir arada bulunması bildirilmektedir. (Tablo 1). Özellikle yaşlılarda sık görülen artrit, konjestif kalp yetmezliği ve periferik vasküler hastalıklar sonucu fiziksel kapasitenin azalmasıyla birlikte sedanter yaşam biçimi, yaşlı bireylerde insülin direnci ve diyabete zemin hazırlamaktadır.

¹ Dr. Öğr.Üyesi. Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi. nazmiye.ciray@hotmail.com

- Anksiyete ve depresyon uyku için olumsuz risk etkenleri olduğundan, yatmadan önce gevşeme yöntemleri uygulaması için yönlendirilmesi sağlanmalıdır.
- Gün içerisinde yorgunluk, uyuklama, etkinliklere katılmada isteksizlik, huzursuzluk gibi yeterli uyku uyuyamadığının göstergeleri yönünden yaşlı birey izlenmelidir.

KAYNAKLAR

1. Aidar R, Gosmanov CE ,Mendez A.Challenges and strategies for inpatient diabetes management in older adults *Diabetes Spectrum*, 2020 ; 33(3): 227-235. <https://doi.org/10.2337/ds20-0008>
2. American Diabetes Association Older adults: standards of medical care in diabetes-2020 *Diabetes Care* 2020;43(Suppl. 1): 152–162
3. American Diabetes Association. Classification and diagnosis of diabetes..*Diabetes Care* . 2017; 40: 11–24
4. American Geriatrics Society .Updated AGS beers criteria.for potentially inappropriate medication use in older adults by the 2019 american geriatrics society beers criteria update expert panel .*JAGS* 2019; 67:674–694, 2019 DOI: 10.1111/jgs.15767
5. Avdal, Ü E. (2019). Yaşlıda sık görülen kronik hastalıklar ve hemşirelik bakımı Sevgişun Kapucu (Edt), *Geriatri Hemşireliği* (168-172). Ankara. Hipokrat Kitabevi.
6. Bakır KG, Akın S. Yaşlılıkta kronik hastalıkların yönetimi ile ilişkili faktörler, *Sağlık ve Toplum*. 2019;29(2), 17-25
7. Bektaş H, Çelik F.(2019). Yaşlı bireyin formal bakımı evde ve kurumda bakımı Sevgişun Kapucu (Ed), *Geriatri Hemşireliği* (293 -338). Ankara: Hipokrat Kitabevi
8. Bensenor MI, Olmos RD, Lotufo AP.Hypothyroidism in the elderly: diagnosis and management .*Clinical Interventions in Aging*. 2012;7 97–111
9. Birol, L. Olgun, N. Çelik, S (2020).Hipofiz fonksiyon .bozuklukları ve hemşirelik bakımı İç Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı. (901-937).Nuran Akdemir. Leman Birol L (Ed), Ankara: Akademisyen Kitabevi
10. Birol, L. Olgun, N. Çelik ,S (2020). Pankreas hastalıkları ve hemşirelik bakımı İç Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı. (937-966).Nuran Akdemir. Leman Birol L (Ed), Ankara: Akademisyen Kitabevi.
11. Bölükbaş S .Yaşlı obezlerde egzersiz yaklaşımı ve etkileri *Türkiye Diyabet ve Obezite Dergisi*. 2020;4(1):54-59 DOI: 10.25048/tudod.689751
12. Çiğçili S,Dişçigil G . Yaşlılıkta obezite .*Turkiye Klinikleri J Fam Med-Special Topics*. 2015; 6(3):85-9
13. Çurgunlu A,Türkmen Ö B.Diyabet *Turkiye Klinikleri J Geriatr-Special Topics* 2015;1(1):8-12
14. Douglas S. Ross, Henry B. Burch, David S. Cooper et all American thyroid association guidelines for diagnosis and management of hyperthyroidism and other causes of thyrotoxicosis *thyroid* 2016;26(10): 1343-1420. DOI: 10.1089/thy.2016.0229

15. Eliopoulos C .Endocrin Function .Gerontological Nursing Seventh Edition.2010: 354
16. Faggiano A, Prete DM, Marciello F et al.Thyroid diseases in elderly Mınerva Endocrinol.2011: 36:211-31
17. Friedman TC. Thyroid gland. Andreoli and Carpenter's Cecil Essentials of Medicine .Andreoli Carpenter Griggs Benjamin (Edts). 7th. Edition 2008: 47-656
18. Gill L E, Bartles S J, Batsis J A. Weight management in older adults. Current obesity reports, 2015;4(3), 379–388 DOI: 10.1007/s13679-015-0161-z
19. Hatemi H.,Ergüden B Yaşlılıkta diyabet ve beslenme. Türkiye Klinikleri J Nutr Diet-Special Topics. 2018;4(1):8-12
20. Jasim S, Gharib H. Thyroid and aging. Endocr Pract. 2018;24:369–74 DOI: 10.4158/EP171796.RA
21. Karaca SS.(2019). Geriatrik diyabetlinin bakım yönetimi. Elif Ünsal Avdal (Ed) Güncel Diyabet Yönetimi. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; p.29-33
22. Karadakovan A (2014). Yaşlı sağlığı ve bakım. (1.baskı). Ankara : Akademisyen Tıp Kitapevi
23. Naharcı İM, Doruk H. Yaşlılarda tiroit hastalıkları. Klinik Gelişim.2012;25: 66-70
24. Olgun N .Yaşlı değerlendirilmesi ve klinik karar verme .Sağlığın Değerlendirilmesi ve Klinik Karar Verme. Aslan EF(Edt) Akademisyen Kitabevi Ankara:2017;687-735
25. Özdemir O (2018). İleri yaşlarda fiziksel aktivite. Geriatrik Bilimler (467-470). Yeşim Gökçe Kutsal, Banu Cangöz. Terken Bayder T (Ed). Ankara. Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
26. Rakıcıoğlu N (2018). Yaşlılık Döneminde Beslenme. Geriatrik Bilimler (439-454). Yeşim Gökçe Kutsal, Banu Cangöz. Terken Bayder T (Ed). Ankara. Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
27. Rakıcıoğlu N. Yaşlıda şişmanlık. Ankara, T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Beslenme ve Fiziksel Aktiviteler Daire Başkanlığı, 2008. 5.08.2020 tarihinde <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/t51.pdf> adresinden ulaşılmıştır.)
28. Selçukbiricik SÖ. Yaşlıda tiroit hastalıkları. Türkiye Klinikleri J Geriatr-Special Topics. 2015;1(1) :70-5.
29. Sezgin S (2019). Tiroit fonksiyon bozuklukları ve bakım yönetimi. Olgu Senaryolarıyla İç Hastalıkları Hemşireliği (255-257) Serap Özer (Edt). İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi.
30. Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği Diabetes Mellitus Ve Komplikasyonlarının Tanı, Tedavi Ve İzlem Kılavuzu-2020 17.08.2020 tarihinde temd.org.tr/admin/uploads/tbl_kilavuz/20200625154506-2020tbl_kilavuz86bf012d90.pdf adresinden ulaşılmıştır.)
31. Yaşlılıkta endokrinolojik hastalıkların tedavi kılavuzu 2019. BAYT Bilimsel Araştırmalar Basın Yayın ve Tanıtım Ltd. Şti,3.Baskı, Ankara.2019. 17.08.2020 tarihinde http://temd.org.tr/admin/uploads/tbl_kilavuz/20190527160452-2019tbl_kilavuz-b69ed4ee53.pdf adresinden ulaşılmıştır.)

32. Yılmaz D, Rakıcıoğlu N. Yaşlılık Döneminde Obezite Beslenme ve Diyet Dergisi 2012;40(1):79-87.
33. <https://www.obesityaction.org/community/article-library/obesity-in-the-elderly/> (Erişim Tarihi :17.08.2020)