

namaya başlayabilir, kaşınabilir, acıyabilir. Benin etrafında beyaz hale oluşması bazen normal bir olay olabildiği gibi (haleli ben = halo nevus) bazen de habis melanom anlamına gelir. Melanomun kenarları ve yüzeyi düzensizdir.

HANGİ BENLER MELANOMU ÖNLEMENİN AMACIYLA ÇIKARTILMALIDIR?

Melanoma dönüşme olasılığı en fazla olan benler şunlardır: Doğuştan mevcut renkli ve kabarık benler, 30 yaşından sonra beliren benler, 1 cm'den büyük kabarık benler, görülmesi zor yerlerdeki benler (saçlı deri, ağız ve burun içi, vagina, anüs, cinsel organlar). Ailesinde melanom olanlar daha dikkatli olmalıdır, bunlarda melanom olasılığı 12 kat artmaktadır.

GÜNEŞ YANIĞINDA TEDAVİ

Deriye soğuk, ıslak % 0,9 NaCl çözümü pansumanla konulmalı, steroid (bethamethasone vb.) veya antihistaminik tipi krem ve losyonlar, ağızdan indomethacine gibi prostaglandin karşıtı tabletler, antihistaminikler, gerekirse 3-5 gün ağızdan steroid tedavisi (prednisolone vb.), deri ağrısı için hap veya iğneler verilmelidir. Ağır olgular yanık gibi tedavi edilir. Sıvı ve tuz kaybı damardan sıvı vererek giderilmelidir. **En iyi tedavi korunmadır.** % 10-40 etil alkol içinde % 5 PABA ve % 65-95 etil alkol içinde % 2,5 P-N,N-dimetilaminobenzoat bugün için en iyi güneşten koruyucu ilaçlardır.

ABD'de deri kanserlerinin bütün kanserlerin % 40'ını oluşturması üzerine önlemler alınmaktadır. 1930'dan bu yana bu ülkede melanomlar her 10 yılda bir 2 kat artmaktadır. Her 150 kişiden biri melanoma adaydır. Bu nedenle erken teşhis için geniş halk kütlelerinde deri taraması yapılmaktadır. Melanom 0,7 mm'den ince iken yakalanırsa, % 100 tedavi edilebilir. 3 mm'den kalın melanomlarda bu oran % 50 altına düşer. Şu gerçeği kaç kişi biliyor: Habis melanom olan 113 hastanın önemli bir bölümü bu kansere yakalanmadan önceki 5 yıl içinde ağır güneş yanıkları geçirmişti. Hayatı boyunca 2-5 güneş yanığı geçirmek melanom riskini 1.5 kat, 6 veya daha fazla güneş yanığı geçirmek 2.4 kat artırmaktadır. Özellikle sarışın, mavi gözlü olanlar, çilliler veya çil geçirmiş olanlar, kolay yanıp asla bronzlaşmayanlar tehlikededir. Ailesinde melanom olanlar, daha önce melanom geçirmişler, bağışıklık azaltıcı ilaçlar alanlar, doğuştan benleri olanlar, erişkinler, özel benleri (lentigo maligna, displastik benler) olanlarda da melanom riski artmaktadır.

GÜNEŞE KAÇ DAKİKA MARUZ KALINMALIDIR?

Bu, mikro-bilgisayarlarla hesaplanmaktadır. Bilgisayara şunlar yüklenmektedir: Yılın ayı, hava durumu, kişinin sarışın, esmer vb. oluşu, kişinin daha önce açık havada güneşe maruz kalıp kalmadığı, kul-

lanılan güneşten koruyucu krem SPF numarası, bulunulan enlem ve günün hangi saati olduğu. Bilgisayar minimal kızarıklık dozu (MED) almak için kaç dakika gerektiğini vermektedir.

SON BİR SORU: GÜNEŞTEN EN ÇOK KİMLER ZARAR GÖRMEKTEDİR?

Güneşi en çok sevenler.

ZEKÂSAYAR

(Geçen sayıdaki soruların cevapları)

YAYLAR : Hepsisi de eşit.

SARIŞIN-KUMRAL-ESMER : Ayşe sarışın ve mimar olup en büyüktür. Cemile esmer ve mühendis olup en küçüktür. Yaş olarak ortada olan Belma ise kumraldır ve doktordur.

İLGİNÇ SAAT : Saatteki bütün rakamlardan başlayarak 1'den 12'ye kadar sayma yapılır. Bu saymalar sırasında doğru yerinde olan (yani sayarken çakışan) rakamların sayılmasının 0, 1, 2 ve 3 olduğu görülür. (Örnek olarak 6'dan başlayarak 1'den 12'ye kadar sayma yapıldığında 5, 7 ve 12 rakamları doğru yerinde olarak çıkar. Yani 3 adet rakam doğru yerindedir). Bütün rakamlar denendiğinde doğru yerinde olarak çıkan rakamların adedinin 0, 1 ve 3 olduğu durumlar 1'den fazladır. Oysa iki adet rakamın doğru yerinde olduğu tek bir durum vardır. 12'den başlayarak sayma yapıldığında 4 ve 6 rakamlarının doğru yerinde olduğu görülür. 12'nin yerine 1 karşılık geldiğinden saatin 1 olduğu ortaya çıkar.

MÜZİSYENLER : En az yüzde 10'u aletlerin tümünü de çalabilir.

BİLGİSAYAR ÇOCUK

8 yaşında bilgisayarlarla ilgilenmeye başladı, 18 yaşına geldiğinde ise, doktorların bilgisayar sendromu dedikleri bir hastalığa yakalanmıştı. Tıbbi bir dergide belirtildiğine göre çocuk bilgisayarlara o derece düşkünlü ki, duygusal gelişimini durduran ve çocuğun bilgisayar dilinde düşünüp hayal kurmasına yol açan mekânik bir ruh karakterine sahip oldu.

Mesela çocuk şöyle diyor: "Cece kalkınca söyle düşünürüm; Satır 10 banyoya git". O derece garipleşmişti ki, normal insan ilişkilerindeki üstü kapalı ve şifreli iletişimlerini anlayamıyor. En basit bir işi yapabilmesi için bilgisayar diline benzer komutlara ihtiyaç duyuyordu.

Technostress kitabının yazarı Psikolog Craig Brod, bilgisayara çok düşkün olan yetişkin ve çocukların böyle semptomlardan sık sık şikâyetçi olduklarını belirtiyor ve ekliyor: "İnsanlara mahsus duygularını kaybederek yetişen bir nesille karşı karşıyayız. Kendileri için mekânik standartlar geliştiriyorlar ve ben bunun, sağlıklı gelişmeleri için hiç de iyiye işaret olduğunu zannetmiyorum.

Omni'den cev: Gürkan ÖZTÜRK