



# İNSAN VE SAĞLIK

Doç. Dr. Ferda Şenel  
fsenel@excite.com

## Egzema

Egzema, tıptaki adıyla “dermatit”, cildin değişik maddelerle temas etmesi sonucu duyarlı hale gelmesiyle, veya çeşitli genetik ve çevresel etkenlere bağlı ortaya çıkan bir deri hastalığı. Her yıl yaklaşık olarak 15 milyon insanın egzema şüphesiyle doktora başvurduğu sanılıyor. Egzemada, şişkin, pütürlü, kırmızı renkte, kabuklu cilt yaraları oluşuyor ve bunlar çok kaşınıyor. Aşırı kaşınmaya bağlı olarak yaralar mikrop kapıp sulu ve iltihaplı bir görünüm alabiliyor. Egzema, vücudun birçok bölgesinde ya da belirli bir yerde görülebiliyor. Tedavi edilmezse ciltte soyulma ve kalınlaşma başlayıp, cildin rengi koyulaşiyor. Toplumda çok sık görülen egzema, genellikle erken çocukluk dönemlerinde ortaya çıkıyor ve çocukların ortalama olarak % 2'sinde görülüyor. Eğer annede alerjik bir hastalık varsa yeni doğan bebekte egzema görülme riski artıyor; bazen kendiliğinden 2-3 yaş civarında kaybolursa da, ergenlik sonuna kadar ya da uzun yıllar devam edebiliyor. Egzema, ölüme yol açan ya da insandan insana bulaşan bir hastalık değil. Ancak, kişinin günlük yaşamında kendini sürekli rahatsız hissetmesine yol açan ve psikolojisini olumsuz etkileyen bir durum.

Birçok farklı nedene bağlı olarak ortaya çıkabilen egzemada kendini en büyük sıklıkla gösteren neden, alerjik durumlar. Astım ve saman nezlesi olan hastalarda egzema çok sık görülüyor. Alerjiye bağlı egzema, “atopik dermatit” olarak adlandırılıyor. Alerji yaratan maddelere maruz kalındığında ciltte tipik yaralar oluşuyor. Yaralar, bu maddelerle doğrudan temas edildiğinde ortaya çıkıyorsa bu duruma “temas



dermatiti” veya “kontakt dermatit” deniyor. Zehirli sarmaşık, parfümler, bazı antibiyotikli kremler, kozmetik ürünleri, sabun gibi birçok temizlik maddesi temas dermatitine neden olabiliyor. Sürekli kaşınan kişilerde, egzema kaşımaya da meydana gelebiliyor. Sıklıkla ellerde ve ayaklarda görülen bu egzema tipi de “nörodermatit”. Egzema, bunların dışında genetik nedenlere bağlı olarak, yağlı ciltlerde ve saçlı deride de ortaya çıkabiliyor. Kötü sağlık koşulları, stres, duygusal etkilenmeler, psikolojik sorunlar da egzemaya yol açan nedenler arasında.

Tam olarak tedavi edilemese de kontrol altına alınabilen egzema için kullanılan birçok ilaç var. Bu ilaçlar genelde kaşıntıyı, cilt yaralarını ve derinin kuruyup çatlamasını önlemeye yönelik. Kişilere en büyük sıkıntıyı veren kaşıntıyı önlemek için “antihistaminik” olarak nitelendirilen ilaçlar kullanılıyor. Yaraların kaşın-

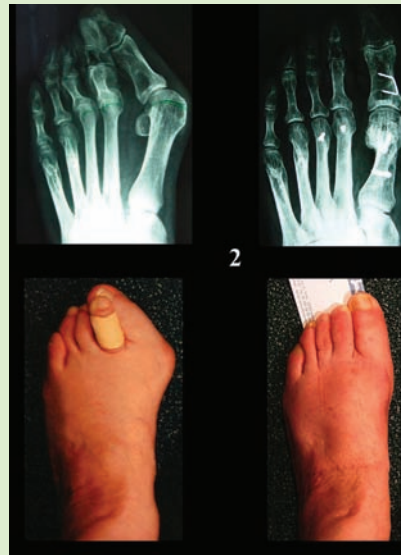
ması durumu daha da kötüleştirileceği için, antihistaminiklerin düzenli kullanılması ve yaraların kesinlikle kaşınmaması gerekiyor. Kıyafet seçerken kaşıntıya neden olacak yünlü kumaşların kullanılmaması öneriliyor. Yaraların tedavisinde, dermatoloji uzmanları tarafından önerilen steroid türü ilaçlar da kullanılıyor. Egzema hastalarının derileri oldukça kuru oluyor. Bu nedenle deriyi nemli tutmak oldukça önemli. Egzemalı kişilerin sık banyo yapması cilt kuruluğunu artırıyor. Bu kişilerin haftada üçten fazla banyo yapması sakıncalı. Cildi tahriş etmemek için ılık su kullanılması öneriliyor. Önerilenler arasında özel sabunlar ve nemlendiricilerin kullanımı da var. Cildi tahriş ettiği bilinen maddelerden kaçınılması, işi gereği bu maddelerle temas halinde olan kişilerinse eldiven ve maske kullanmaları, alınması gereken önlemler arasında.

## Halluks Valgus

Ayak başparmağının başladığı yerde, yani tarak kemiğiyle parmağın birleşim yerinde görülen aşırı şişlik ve çıkıntı, tıpta “halluks valgus” olarak adlandırılıyor. Bu durum, ayak başparmağının diğer parmağın üstüne binmesinden kaynaklanıyor. Sonuç olarak buradaki kemik, ayağın normal profilinin dışına taşarak, “bunyon” denilen bir çıkıntı yapıyor. Bun-



yon sürekli sürtünmeye maruz kaldığı için, bu bölgedeki deri zamanla kalınlaşıyor, yaralar



oluşabiliyor ve kemik ağrısına ortaya çıkabiliyor. Ayak estetiğini bozan halluks valgus, kadınların neredeyse % 40'ında görülen bir durum. Bu hastalıkta %70 oranında genetik yatkınlık söz konusu. Birinci ve ikinci tarak kemikleri arasındaki açı, yapısal olarak fazla olduğunda başparmak diğer parmaklara yaklaşıyor ve bu keskin açılanma bir çıkıntı olarak görülüyor. Genetik yatkınlık dışında, uzun süre topuklu, sivri burunlu ayakkabı giymek de halluks valgus'a yol açan etkenler arasında. Halluks valgus'u olan her 10 kişiden 9'u kadındır. Ayakta şekil bozukluğuna neden olan halluks valgus, aynı zamanda ağrı, hareket kısıtlılığı ve eklemde katılığa da yol açıyor. Kemik çıkıntısı, ayağa uygun ayakkabı bulmayı da oldukça zorlaştırıyor. Tedavideki temel ilke, ayağa uyan geniş ayakkabıların kullanılması. Ayak biçimindeki bozulma ve ağrı, uygun ayakkabı kullanımına karşın rahatsızlık verici boyuta ulaşırsa, ameliyatla fazla kemik dokusu çıkartılıp ayağa eski biçimi veriliyor.