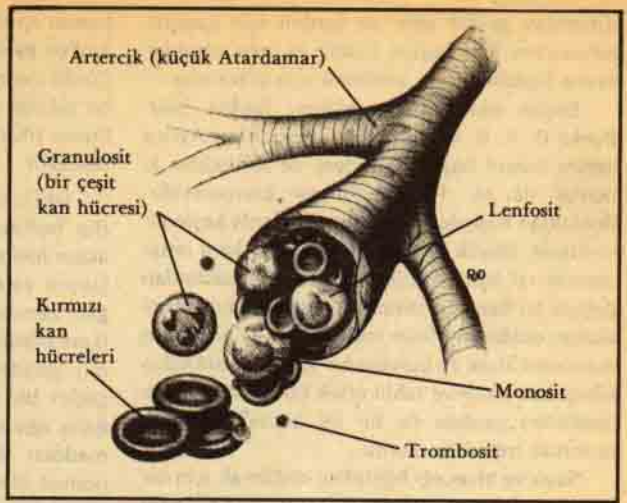


BEN EROL'UN KAN DOLAŞIMI'YIM

J. D. RATTCLIFF



Benim 120.000 kilometrelik karmaşık koridorlarımda olup bitenler, herşeyden önce, Erol'un sağlam veya hasta olduğunu belirler.

Beni düşündüğünüz zaman büyük düşününüz. Ben dünya çapında herhangi bir havayolu şirketinin toplam hava hatlarından daha uzun, yani 120.000 kilometrelik bir ulaştırma sistemiyimdir. Ben aynı zamanda 60 trilyon müşteriye hizmet eden (ki bu dünya nüfusunun 17.000 katıdır) ve bunların ihtiyaçlarını karşılayan, çöplerini döken bir işçi, bir kapıcıyım. Müşterilerim, Erol'un vücudundaki hücrelerdir. Onların işe yaramayan artıklarını götürür, yerine yaşantıları için gerekli maddeleri getiririm. Ben Erol'un kandaşımı'yım.

Erol beni tembel tembel akan bir nehir gibi düşünürse de, ben her zaman coşkun bir hareketlilik içindeyimdir ve Erol bunun nerdeyse farkında bile değildir. Erol gözlerini açıp kapayınca kadar geçen bir saniyede alyuvarlarımdan, 1,2 milyonu 120 günlük yaşantılarının sonuna gelmiş ve yok olmuşlardır. Aynı saniyede Erol'un kaburga kemiklerinde, kafatasında ve omurgasında bulunan ilikler bir okadar yeni hücreler üretirler. Bir yaşantı boyunca bu kemikler yarım tona yakın alyuvar üretir. Kısa süren yaşantısı boyunca her alyuvar hücresi, Erol'un kalbinden, vücudunun başka yerlerine yaklaşık 75.000 kez dolaşımda bulunur.

Erol'un vücudunu nasıl dolaşırım? Bana kalırsa Erol'un kalbi pek de iyi bir pompa olmamakla birlikte yine de benim esas pompamı teşkil eder. Kalp vuruşlarla kanı pompalar ve akış muntazam olmaz. Ancak atardamarlarım kan çoğaldığı zaman genişlemek ve azaldığı zaman

daralmak suretiyle kanın akışını devamlı ve muntazam bir hale sokar. Kanın toplardamarlar yoluyla tekrar kalbe dönme zamanında da basınç hemen hemen sifıra düşer. Eğer kan kendi haline bırakılmış olsaydı, hiçbir zaman geri gitmezdi.

Halbuki şimdi ben kanı ayak parmaklarının ucundan kalbe taşımak için, benim dış tarafımda bulunan kaslardan yardım görürüm. Bu garip bir iştir ama olur. Erol'un bacak kasları kasıldıkça toplardamarları sıkar ve kanı yukarı doğru muntazam bir şekilde iter. Toplardamarlar içinde aralıklarla dizilmiş olan sübaplar da bu kanın geri akmasını önler. İşte yürüyüş, bunun içindir ki kan dolaşımı için en iyi hareket getircisi olarak faydalıdır. Eğer sübaplar kanı geri kaçırarak olursa toplardamarların genişlemesi ve pıhtılaşmış kanla tıkanması ihtimali vardır. Buna varis denir ve daima sıkıntı, bazan da çok acı verir.

Esas olarak benim karışık boru sistemimde akan sıvı kırmızı hücrelerden ve bir de hayretler uyandıran bir dizi lokositlerden veya beyaz kan hücrelerinden ibarettir. Bunlarda granulositler, lenfositler, monositler, plateletler, ayrıca kolesterol, şeker, tuzlar, enzimler, yağlar ve bunların hepsinin içinde yüzeceği plazma denen sıvı bulunur. Kan hacmini ve basıncını muhafaza edebilmek için sıvılık derecem daima istenilen belirli düzeyde tutulmalıdır. Bunu sağlayabilmek için de Erol'un içtiği suyun hemen hepsini ben sindiririm. Bu suyun fazlasını idrar yoluyla, ter ile ve nefes içerisindeki buharlaşma ile dışarı çıkarırım. Su az olduğu zaman damlasını ziyan

etmemeye gayret eder ve yardım için çağrıda bulunurum. İşte bunun içindir ki, ağır yaralılar daima kendilerine su verilmesi için yalvarırlar.

Benim esas kan gruplarımı herkes bilir. Bunlar O, A, B, ve AB kan gruplarıdır. Ayrıca benim kanım başka faktörlere de sahiptirler ki bunlar da M, N, P, Rh ve benzerleridir. Bunlardan başkaları da son zamanlarda keşfedilmektedir. Büyük bir olasılıkla Erol'un kanı onun parmak izi kadar bütün dünyadaki insanlardan değişik bir özelliğe sahiptir. Gerçekten bir futbol alanını dolduran bütün insanlardan şu anda kan numunesi alsak ve bundan bir yıl sonra onlardan tekrar kan alsak ve tahlil etmek bu insanları, kan özellikleri yardımı ile bir yıl önceki yerlerine oturtmak mümkün olurdu.

Suyu ve yiyeceği hücrelere dağıtmak için bir şehrin su dağıtma sistemi gibi çalışırım. Kalp kanı pompalar ve kan gittikçe daralan atardamarlardan akar ve sonunda kılcal damarlara ulaşır. Bu çok ince ve örümcek ağına benzeyen ve arterlerle venlerin birbirine karıştığı kılcal damarlarda hakiki faaliyeti kendini gösterir.

Kılcal damarlar okadar küçüktürler ki bunların içinden kırmızı kan hücreleri birbiri arkasında tek sıraya girerek geçmek zorunda kalırlar ve bazan da bunların sıkışarak acayip şekillere girdikleri de olur. Fakat bir iki saniye sonra yol açılır ve buralarda bir faaliyet fırtınası başlar. Burada adeta yük getiren bir kamyonun boşaltılması ve işe yaramayacak, geri götürülecek yükün de tekrar kamyonu yüklenmesi gibi çalışmalar görülür. Boşaltılacak en önemli şey muhakkak ki oksijen ve bunun yerine yüklenecek şey de hücresel yanmadan meydana gelen ve başlıca üretim artığını teşkil eden karbondioksittir.

Fakat vücut dokusuna teslim edilecek başka malların çeşidi şaşılacak kadar çoktur. Her çeşit dokuya da organa ait hücrelerin sipariş listeleri hiçbir zaman aynı değildir. Bir hücre çok az miktarda kobalt ister. Ötekiler, madenler, vitaminler, hormonlar, glikozlar, yağlar, aminoasitler veya sadece içme suyu isterler. Eğer Erol idman yapıyorsa, ozaman dokunun her hususta duyacağı ihtiyaçlar ve istekler pek çok artar. Derisi kızarır ve bu kılcal damarlarının tam kapasite ile çalıştığını gösterir. Yok eğer uyuyorsa hücresel gıda ihtiyacı asgariye düşer. Ve bu durumda kılcal damarlarının yüzde doksani kapanır.

Nihai analizde denebilir ki Erol kılcal damarlarının sıhatten olduğu kadar sağlıklıdır. O ciğerleriyle nefes aldığını, ağzı ile yediğini, barsakları ile yiyeceği sindirdiğini sanır. Hakikatte o bunları hep kılcal damarları ile yapar. İşte

bunun içindir ki, doktoru göz aynası ile daima Erol'un gözünün retinasını bir iyi muayene eder. Çünkü insan vücudunda kılcal damarların en açık bir şekilde görülebileceği yer retina tabakasıdır. Burası tıkanmış ve şişmiş ise Erol'un başı dertte demektir.

Erol'u sıkıntılardan uzak tutmak için, normal dışı herhangi bir hal için ben devamlı surette alârm halindeyimdir. Küçük bir kesikten veya bir kurşun yarasından olsun bir kan kaybını anladığım zaman, yara yerine hemen platelet'lerimi (kanı pıhtılaştırmaya yarayan küresel elemanlarımı) gönderirim. Birkaç saniye içinde bunlar geçici bir sargı görevi yaparlar. Ondan sonra daha ağır savunma tedbirlerine girişirim. Fibrin maddesi de esaslı bir yara kapayıcısıdır. Bu normal olarak benim kanımda mevcut değildir. Eğer olsaydı, atardamarları kapatır ve hemen hemen ölüme neden olurdu. Fakat ben fibrin üretimi için gerekli ham maddeleri ve kimyasal işlem için gerekli enzimleri el altında hazır bulundurur, üretime birkaç saniye içinde başlayabilirim. Olağanüstü durum geçştirildikten sonra da eldeki ham maddeleri bu kez de devamlı bir tedavi için kullanma yollarını ararım.

Boru sistemimde herhangi bir kopma veya kırılma çok ciddi bir olağanüstü hal yaratır. Grip virüsleri, çiçek tozu, kıymık (liste çok uzundur) gibi şeyler de büyük tehlikeler yaratır. Benim de sayısı milyonu bulan bu istilâcılara karşı kullanmak üzere antikor denen silâhlarım vardır. Bu silâhlarımın herbiri bu düşmanlardan ayrı birine karşı kullanılmak üzere hazırlanmıştır. Sanki bunlar, herbiri bir ayrı saldırıya karşı uzmanlaştırılmış bir milyon polis kuvveti gibidir.

Benim antikorlarımın belki en önemli özelliği bunların bellekleri (hafızaları)dır. Belki Erol 6 yaşında iken, yani 41 yıl önce geçirmiş olduğu kabakulak hastalığını hatırlayamaz, ama benim kabakulak antikorlarım bunu hatırlar. Kabakulak virüslerinin Erol'un vücuduna girdiklerini kabul edelim. Hemen bu antikorlar bir farenin peşine düşen kedi gibi bir virüslerin peşine düşerler. Erol'un bu mücadeleden haberi yoktur ama, savaş her ikisi arasında bir ölüm kalım savaşı halindedir. Bunlar mahv ve perişan olduktan sonra, bazı beyaz hücreler (Fagosit'ler) meydana çıkar ve her iki savaşıları yerler. Ben çok iyi ve temiz bir hizmetçiyim ve evimin birtakım cesetlerden geçilememesine tahammül edemem.

Bu satırları okuduğunuz sırada ben milyarlarca yeni Antikor almış bulunacağım. Eğer bunlar korumasalardı, en küçük bir enfeksiyon bile Erol için öldürücü olabilirdi.

İhtiyaçlarım çok belirli olmakla beraber, birçok hastalıklara yakalanmaya müsait olmamda şaşılacak birşey yoktur. Atardamarlarım kalsiyum sızması yüzünden porselenden yapılmış borular gibi sertleşebilir. Yağlı maddeler içimde toplanır. Bunlar kandolaşımında durgunluklara ve tikanıklıklara yol açar ve dolayısıyla ayak parmaklarının kangren olmasından tutunuz da, kalp krizlerine kadar birçok şeylere sebep olabilir. Bendeki şeker (glikoz) çok yükseldiği zaman Erol şeker hastası (diabet) olmuş demektir. Bu şeker çok aşağı düşerse bu kez de Hypoglycemi olacak, bu da kalbin hızlı atmasına, rengin solmasına, terlemeye, baş dönmesine ve halsizliğe sebep olacaktır. Çok az ve kusurlu kırmızı hücreler anemi'ye neden teşkil edecektir. Kanda bulunan grannulosit'lerin azalması sonucunda agranulocytosis denilen hastalık meydana gelir ve bunda da beyaz hücrelerin sayısı azalır. Eğer Antibiyotik ilaçlarla enfeksiyon önlenemezse birkaç gün içinde ölüm vaki

olabilir. Bazan da beyaz hücreler çoğalır, sayıları milimetre küpde 6000 : 8000'den 100.000 ve daha yukarı çıkar. Bu da lösemi'de meydana gelen bir durumdur.

Erol yükümü hafifletmek için birşey yapabilir mi ? Evet birçok şey yapabilir. Kan basıncı çok fazla olduğu zaman ben devamlı gerilim altındayım demektir ki, çok dikkat etmesi lâzımdır. Basıncı emniyetli seviyelerde tutmak hususunda doktor bakımına ihtiyaç vardır. Kanın iyi bir şekilde hareketini sağlamak için ekzersize mutlak ihtiyaç vardır. Perhiz de aynı derecede önemlidir. Buna karşın çok fazla yağ, tecrübe ile doğruluğu kabul edilmiş bir ömür kısıltıcısıdır.

Sonuç olarak ben başka dokular ve organlardan daha çok dikkat ve ilgi isterim. Amma buna da lâyıkımdır. Çünkü diğer bütün öteki organların sağlığı da —ve Erol'un sağlığı da— genellikle bana bağlıdır.

READERS DIGEST'ten
Çeviren : Galip ATAKAN

• *Zaman büyük doktordur.*

Benjamin DISREALI

• *Günün uzamasını mı istiyorsunuz ?
Perhiz yapınız.*

Jack ROSENBAUM

• *Mantık bazan korkaklığı kabul edebilme cesaretinden
başka birşey değildir.*

Bernard SHAW

- *1. Hürriyeti herşeyden çok seviniz.*
- *2. Elinizden gelen bütün iyiliği yapınız.
İyilikten başka hiçbir tercih hakkı tanımıyorum.*
- *3. Bir taht için dahi olsa hakikate ihanet etmeyiniz.*

L.v. BEETHOVEN

• *Talebenizin başlangıçta kusur ve meziyetleri görünür. Siz daim meziyetleri geliştiriniz. Kusurları unutturmaya çalışınız.*