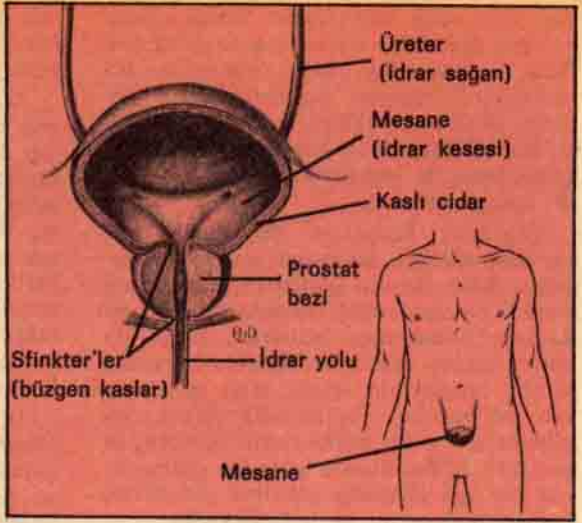


BEN EROL'UN MESANESİ'YİM

Erol belki bensiz idare edebilir. Fakat ben birkez alkol, endişe, mikrop alma ve baharlı yemeklerle etkilendim mi o zaman Erol'u bir başka türlü canlandırırım.



İtiraf edeyimki, insan vücudunda organlar arasında yapılacak bir güzellik yarışmasında sonuncu olacağımdan kuşku yoktur. Ben Erol için devamlı bir üzüntü ve sıkıntı kaynağıyım. Onu soğuk gecelerde rahat yatağından kaldıran bir uykubozanım ben. Önemli iş toplantılarında, Erol'un patronundan veya müşterilerinden daha büyük bir otorite ile konuşurum. Onların önemli söyleyecekleri olabilir. Amma benimki yine onlardan üstün bir öncelik taşır. Ben yalnız dikkat çekmekle kalmam, isterim, hatta emrederim, İşte ben Erol'un MESANE'siyim.

Erol barsaklarımı, kendi ana temizlik sistemi, dışarı çıkarma sistemi sanır amma bunda yanılmaktadır. Bu sistem bir haftalığına grev yapabilir, hatta bazı hallerde bu birkaç hafta da sürebilir. Bu durumda Erol yine de büyük bir tehlike ile karşı karşıya değildir. Fakat onun idrar sistemi bir iki günden fazla dükkânı kapayacak olursa hali dumandır.

Dolu olduğum zaman hemen hemen boksörlerin yumruk attıkları torba şeklini alırım. Mesane hacmi kişiden kişiye 180 santimetre küpten 750 santimetre küp'e kadar değişir. Erol'un mesanesi normal büyüklükte, yaklaşık yarım litredir. Gece gündüz, böbrekler kandaki atılacak şeyleri süzerek içime idrar damlatırlar. Bunlar, bir kurşun kalemin kurşunu kalınlığında ve 30 santimetre uzunluğundaki üreterlerle (idrar toplayıcıları) bana ulaşır. Benim dışarı çıkış yolum da, kurşunkalem büyüklüğündeki idrar yolum (üretera'm) dur. Bu yoldan bir günde boşalttığım sıvı miktarı yarım litreden yedi litreye kadar değişir. Erol

günde ortalama bir buçuk litre idrar boşaltır. Fakat bu da günden güne değişebilir. Bu miktar daha çok ter bezlerinin ve ciğerlerin dışarı çıkardığı sıvı kayıplarıyla değişir. Erol çok terlerse benim çalışmam yavaşlar. Erol için sevinilecek birşey varsa o da geceleri idrar üretiminin, hemen hemen gündüz üretilenin dörtte birine düşüşüdür. Aksi halde o geceleri pek istirahat etmek olanağı bulamazdı.

Boşalacağım zaman önce üstteki kaslar büzülerek sıkılaşmaya başlar ve sonra da aşağıdaki kaslar aynı şeyi yaparlar. Bunun için ben burularak içimdeki dışarı atmaya çalışırım. Bu işi ne kadar sık yapmam sorunu birçok şeylere bağlıdır. Kaygı, endişe ve korku kan basıncını yükseltir ve böylece böbreğin çalışması ve idrar üretimi de hızlanır. Ruhsal gerilimler, top oyunlarında duyulan heyecanlar veya kızmalar, benim kaslardan yapılmış olan cidarlarımı sıkır. Bu sırada dolu olmayabilirim. Fakat dolu imişcesine boşalmak ve sıkıntıdan kurtulmak ihtiyacını duyarım.

Erol'un eşi Esin gebe iken, bebeği onun idrar kesesi (mesanesi) üzerinde oturuyor ve bu devamlı baskı nedeniyle onun dışarı çıkma ihtiyacı daha sık oluyordu. Erol de, soğuk günlerde benim daha çok sıkışma sinyalleri verdiğime dikkat etmiştir. Olay şundan ibarettir: Isıyı korumak için kan dolaşımı ciltteki kan damarlarına pek uğramaz ve daha çok iç organlara yönelir. Böbrekler de çok miktarda kan süzeceği için çok da idrar üretilmiş olur. Kahve, çay, hardal, biber ve özellikle zencefil gibi bazı baharat ta beni çok uyarır. Alkol ve özellikle

cin'e çeşni veren şeyler de beni bir hayli harekete getirir.

İdrarının muayenesiyle Erol'un vücudunda neler olup bittiğini, çoğu kez anlamak mümkündür. İdrar muayenesi tıbbi testlerin en değerlisi sayılabilir. Erol eğer idrarının devamlı olarak bulanık, fena kokulu veya rengi bozuk olduğunu görürse bir doktora başvurması tavsiye edilir. İdrar koyu kehlibar renginde mi? O zaman böbrekler idrar toplama görevlerini çok iyi yapıyor veya Erol tenis oynayarak çok terliyor ve böbrekleri dışarı çıkaracak fazla bir sıvı bırakmıyor demektir. İdrar bulanık mı? Bu da böbrek hastalığını gösterdiği gibi hiçbir anlama da gelmeyebilir. İdrar ağır ekzersizlerden sonra bulanık halde olabilir. İdrarda kan mı vardır? Bu da çok ciddi ve tehlikeli olabilir. Erol şayet böyle birşey görürse hemen bir doktora koşmalıdır.

Bugünün doktorları daha çok idrar testlerine göre teşhisler yapmaktadırlar. İdrarın özgül ağırlığı —ki bu aynı hacimdeki saf suyun ağırlığına oranı demektir— çok düşük ise, bu böbrekler dışarı atılması gereken artıkları toplamak yönünden görevlerini iyi yapmıyor, yok eğer çok yüksek ise ozaman da o kimse susuz kalmış demektir. İdrarda asit ürik görülürse? Bunun çokluğu da böbreklerde taş olduğuna veya böbreklerin GUT hastalığına tutulmuş olduğuna işaret eder. Bunlara ilâve olarak kalp hastalığı, başka cinsten böbrek hastalığı, psoriasis denen müzmin bir cilt hastalığı ve iç salgılarıyla ilgili hastalıkların göstergesi de olabilir.

Aslında, bir dereceye kadar bütün organlar artıklarını ve üretim fazlalarını idrara boşaltırlar. Bu husus özellikle bezler yönünden doğrudur. Örneğin gebelikte, fazla kadınlık hormonları idrar aracılığıyla vücuttan dışarı çıkar. İşte bunun için dirki gebeliğin anlaşılmasında idrar testi yapılır.

İdrar etmek sadece bir su torbasını boşaltmaktan oldukça daha karmaşık bir şeydir. Benim sfinkter (büzgen kaslar) adında iki sübabım vardır. Bunlardan biri dip tarafımda olup ihtiyaç duyduğum zaman otomatik olarak açılır. İkincisi biraz daha aşağıdadır, ve istenildiği gibi kontrol edilir. Birincisinin açılması Erol'a idrar yapmak ihtiyacında olduğunu hissettirir. İkincisinin açılması ise idrar etmek olayını başlatır. Ölüm halinde Erol bu isteğe bağlı kontrolü kaybeder.

Yatak ıslatmak, çeşitli nedenlerden ileri gelir. Birincisi bebeklerde benim çok küçük oluşumdandır. İki yaş ile dört yaş

arasında hacmim iki misli olur. Korku, emniyetsizlik, çeşitli psikolojik sıkıntılar yatak ıslatmanın bilinen nedenleridir. Yalnız pek iyi bilmediğim bir nedenle bu gibi haller, oğlanlarda kızlardan daha çok görülür. Bir çocuk yeni ve yabancı bir çevreye katıldığı zaman çoğu kez kendini emniyette hissetmez ve yatağını ıslatır. Arkadaşlar edindikten sonra, sorun da yok olur. İdrarını tutamamak felçlilerde ve yaşlılarda genellikle görülür. Neurologenic (felçli) mesaneler de başka bir şeydir. Bunda normal olarak doğuştan bir çeşit beyin veya omurilik tahribatı aramak gerekir.

İdrar sırasındaki akış gücü, bir dereceye kadar benim genel sağlığımın iyi bir ölçüsüdür. Dışarı çıkarma borum Erol'un prostatı içinden geçer. Büyümüş veya hasta olmuş prostat idrar akışını azaltır veya büsbütün keser. Zührevi (bulaşıcı) hastalık veya başka hastalıklar nedeniyle meydana gelen tıkanmalar da aynı şey sebeptir. Bu işe tümör'ler de karışır.

Garip görünmekle beraber, Erol benimsiz de pekala idare edebilir. Eğer ilerlemiş bir kanser benim alınmamı gerektiriyorsa, operatörler, böbreklerden gelen üreterleri doğrudan doğruya kalın barsağa bağlarlar. Ozaman Erol, idrar keseleri olmayan, kuşları taklit eder. Bir yandan Erol'un vücudunun başka yerlerindeki sıkıntıları aksettiren bir yandan da benim bir sürü kendi hastalıklarım da vardır. Taşlar genellikle benim içimde teşekkül ederler. Bunlar giriş ve çıkış borularımı tıkayabilirler. Bu da çok şiddetli sancılar demektir. İdrarın uzunca bir süre böbreklerde tıkanıp kalması üre zehirlenmesine ve ölüme yol açabilir.

Taşlar, idrar içinde bulunan ve bazı nedenlerle çok konsantrasyon hâle gelen maddenin tortularından teşekkül eder. Çok karmaşık olan bazı nedenlerle taş teşekkülüne sıcak iklimlerde soğuk bölgelere oranla daha çok raslanır. Ekzersiz yapmaktaki ihmâlin de taş teşekkülüne sebep olduğu sanılmaktadır. Bunlar büyüklük bakımından çok değişiklikler gösterir. Bazıları çok küçük bir çakıl büyüklüğünde olur ki bunların dışarı çıkması kolay olur. Bazı olağanüstü hallerde bu taşların altı kiloya kadar büyüklüklerine raslanmıştır.

Gariptir ki bir portakal büyüklüğündeki taşlara, ciddi bir tepkiye yol açmadan, yıllarca tahammül edilebilmektedir. Bu ancak taşların dokuları yırtan veya kesen keskin ve tahriş edici kenarları olmaması ve benim hayatı olan kanallarımı tıkamaması şartıyla mümkündür. ve ben bu taşlarla yaşantımı sürdürür-

rüm. Taşlar sıkıntılara sebep oldukları zaman, bir operatörün bunları çıkarması lâzımdır. Yahut da operatörler özel sistiskop aletleri kullanarak idrar yolundan girmek suretiyle mesaneyi incelerler. Mesanenin içini görebilmek için ucunda mercekle bulunan bu aletin, aynı zamanda içerideki taşları ufaltarak idrar yolundan dışarı çıkmasını sağlayacak ceviz kırıcı gibi tertibatı da vardır.

Herneyse, Sistit (mesane iltihabı) benim en büyük sorunumdur. Mikroplar bunların içine girerek çok rahatsız edici enfeksiyonlara yol açarlar. Erinde gence hemen bütün kadınlar bu durumla karşılaşır. Bu hastalığa karşı erkeklerle oranla kadınların daha çok duyarlı olmalarının nedeni kendiliğinden bellidir. Çünkü kadın idrar yolu ancak 3 : 5 santimetre uzunluğundadır. Buna karşın erkeklik organı (penis) içinden uzanan idrar yolu daha uzun, 20 : 30 santimetre kadardır. Bu durumda kadınlarda mikrop- lar bana ulaşmak için çok kısa bir yolu

yürümekle yetineceklerdir. Şükür ki sistit tehlikeli ve öldürücü bir hastalık olmaktan çok insanı rahatsız edici bir şeydir. Bu, daha çok sık idrar yapmalara, yanmaya ve genel bir huzursuzluğa sebep olur ve antibiyotikler ve sülfamitli ilaçlarla düzeltilebilir.

İstemiş olduğum bütün dikkatlerden ve sebep olduğum sıkıntılardan da anlaşılacağı üzere, benim de Erol'un organları arasında oldukça yüksek decerede bir önem taşımam gerekmektedir. Amma bununla birlikte itiraf edeyimki bana bu kadar önem verilmesini beklemiyorum. En nihayet ben düzenli olarak dolan ve boşalan bir çeşmeden başka bir şey olarak görülmem. Bununla beraber ben yine de Erol'un kalan günleri için de onun yaşantısına hükmetmekte devam edeceğim. Örneğin şu anda ona : «Erol, hadi bakalım ayakyoluna.» diyorum.

READER'S DIGEST'den
Çeviren : Galip ATAKAN

Y A Ş D A L

- Eğer bir çocuk düşman bir çevrede yaşarsa, kavgacılık öğrenir.
Eğer bir çocuk korku içinde yaşarsa, korkmağı öğrenir.
Eğer bir çocuk daima ona acıyan insanlarla beraber yaşarsa,
kendini zavallı hissetmeğı öğrenir.*
- Eğer bir çocuk kıskançlık içinde yaşarsa, nefret etmeğı öğrenir.
Eğer bir çocuk ona cesaret veren bir çevrede yaşarsa, kendine
güvenmeyi öğrenir.*
- Eğer bir çocuk onu öven bir çevrede yaşarsa, o da takdir etmesini
öğrenir.*
- Eğer bir çocuk sevgi içinde yaşarsa, sevmeyeğı öğrenir.
Eğer bir çocuk kendine değer veren bir çevrede yaşarsa, bir gayesi
olmasını öğrenir.*
- Eğer bir çocuk dürüst muamele görürse, adaletin ne olduğunu
öğrenir.*
- Eğer bir çocuk doğruluk içinde yaşarsa, hakikatin ne olduğunu
öğrenir.*
- Eğer bir çocuk ona daima dostluk, güler yüz ve anlayış gösteren
bir çevrede yaşarsa, dünyanın içinde yaşanacak
güzel bir yer olduğunu öğrenir.*

ANN LANDERS