

# ELLERİNİZ SAĞLIĞINIZ HAKKINDA NELER SÖYLER

Don. A. SCHANCHE

**D**iğer doktorlar gibi Dr. Edward J. Kowalewski de hastalarının ellerini titizlikle inceler. Maryland Tıp Fakültesinde profesör olan Dr. Kowalewski, hastaları daha bekleme odasında iken onların ellerini incelediğini ve bazı ipuçları ele geçirmeğe çalıştığını belirtmektedir.

İnsanlar gerilim (stress) halinde olduklarını elleri ile belirtirken, taktıkları ziynetlerle de bencilliklerini belli ederler. Kişiler, adeta elleri ile konuşurlar. Bir kişi, bir fikre "HAYIR" derken, elleri ile onun "EVET" olduğunu gösterebilir. El ve tırnaklar kişinin tüm vücut organları hakkında fikir sahibi olmamıza yardımcıdırlar.

29 yaşındaki bir hastası, ellerini Dr. Kowalewski'nin masasına koyarak derterini anlatmaya başladı. Bu elleri gören Dr. Kowalewski hastasının akciğerlerinden şüphelendi, hastasının tırnaklarında bir şişme ve gri - mavi bir renk gözledi.

Bu belirtiler bir çocukta bulunsa idi, konjenital (kalıtsal) bir kalb rahatsızlığından şüphe edilirdi, fakat bir büyükte gözlenince akciğerlerdeki bazı hastalıklardan örneğin bu hastada rastlandığı gibi kanserden şüphe edilir.

Chicago Üniversitesi Pritzker Tıp Fakültesi yardımcı profesörlerinden Dr. Louis Cohen vücudun herhangi bir yerindeki bir aksaklığın, diğer bir vücut bölgesinde belirti göstereceğini söylemekte ve ellerin zengin birer belirti kaynağı olduklarını sözlerine eklemektedir.

Bunlardan başka, bir elin parçalarına ayrı ayrı dikkat edilince de onların olağanüstü oldukları ortaya çıkacaktır. Bir el incelenince; üst deri, alt deri, deri kıvrımları, tırnaklar, 27 tane kemik, eklemler, bağ ve yağ dokusu, kaslar, kan damarları ve sinirler gözlenir.

Eldeki renk değişimleri de bazen önemli olabilir. Dr. Cohen, avucunun içi anormal sarı bir renk almış bir hastasında Tip III Hiperlipoproteinemia'dan şüphe etmiştir. Bu hastalık çok yüksek düzeyde kolesterolün, kanda yine yüksek düzeyde trigliserit ile belirir ve önemli kardiyovasküler problemlerin ortaya çıkmasına neden olur. Hastada yapılan kan tahlilleri de bu durumu kanıtlamıştır. Dikkatli bir perhizle hastadaki bu yüksek düzeydeki kan yağları indirgenmiştir.

Eller, genellikle vücudun herhangi bir yerinde aksayan bir durumu söyleyen bir oparlör gibi görev yaparlar.

Adının açıklanmasını istemeyen aile doktorumuz 38 yaşında, eşinden boşanmış bir kadın hastasının aşırı sinirli olması şikâyeti ile kendisine başvurduğunu söyledi. Doktor, hastasının ellerini görünce hemen onun Erythema (Kızarıklık hastalığı) olduğunu anlamıştı. Bu hal hamile hanımlarda normal ve sık görülen bir durumdu. Bu hasta, bir kaç yıl önce hysterectomy (rahmin alınması) geçirdiği için, doktor sirozdan şüphelenmişti.

Hastanın karaciğeri üzerinde yapılan dikkatli çalışmaları, onun belirli şekilde büyüdüğünü göstermiş ve testlerle de erken devrede siroz saptanmıştır. Hasta, boşandıktan sonra, kendisini fazlasıyla içkiye vermiş, hatta o kadar ki, bu durum bu şekilde devam etseymiş, hasta ölüme kadar gidebilirmiş, fakat hasta durumunu öğrenince, alkolü bırakıp iyileşmiştir.

Başka bir sefer de, doktorum el sıkıştığı genç bir hanımda romatizmal arteritin (= eklem iltihabı) ilk belirtilerini gözlemiştir. Doktor; ince tenli, nemli ve sıkıca tutmayan ellerden şüphelenilebileceğini belirtmektedir.

El ve tırnaklardaki değişmelerin gösterdiği bütün rahatsızlıkları sıralamak zordur. Yale Üniversitesi Tıp Fakültesi doktorlarından dermatolog (Deri ve cilt hastalıkları uzmanı) Dr. Marguerite Lerner; Vitamin eksikliği, hormon bozukluğu, kansızlık (genellikle tırnaklarda kendisini belli eder) gibi rahatsızlıklarla, sinir, kardiyovasküler veya lenfatik gibi önemli sistemlerin herhangi birinde oluşan bir hastalığın elin her yerinde veya belli kısımlarında belirti verdiğini söylemektedir.

Plâstik cerrah Dr. J. Edward Flynn'a göre yalnızca tırnaklarda görülen kolay kırılabilirlik, fazla kalınlık veya renk değişimi gibi belirtiler, damarlardaki ciddi hastalıklarla, cinsiyet, tiroid ve hipofiz gibi endokrin (hormon) sisteminde yer alan çeşitli hormonların bozukluklarına işaret olabilir.

Tarih boyunca, ellerin anlaşılması yalnız doktorlara değil, eldeki kıvrıntı, çizgi ve buruşuk-