



Hatırlamanın Evi ve Toplumsal Sorumluluk

Türkiye’de Alzheimer hastalarının sayısı her yıl biraz daha artıyor. Bugün 700 bin civarında olan hasta sayısının 2030’da 1 milyona yaklaşması bekleniyor. Bu hızlı artış yalnızca sağlık sistemini değil, aile yapısını, sosyal dayanışmayı ve ekonomik düzeni de etkiliyor.

Alzheimer, bir kişinin değil, bir ailenin; hatta bir toplumun hastalığına dönüşüyor. Bakım yükü çoğu zaman evlerin içinde sessizce taşınıyor. Çalışan kadınlar işinden kopuyor, yaşlı bakımını üstlenen yakınlar tükeniyor, ekonomik yük giderek ağırlaşıyor. Bu büyük ve görünmez yükün neredeyse tamamı bugün ailelerin omzunda.

Bu nedenle Alzheimer hastalarının bakımında iki temel kamusal yapının önemi artıyor: Gündüz Yaşam Evleri ve Alzheimer’a özel Yaşlı Bakım Merkezleri.

GÜNDÜZ YAŞAM EVLERİ

Gündüz Yaşam Evleri yaşamın içinde bir liman, bir durak, bir nefes alanıdır. Hafif ve orta evre Alzheimer hastaları günün belirli saatlerinde bu merkezlere gelir; bilişsel egzersizler, müzik ve sanat terapileri, yürüyüş, resim ve sosyal etkinliklerle zihinsel canlılığını korur. Akşam olduğunda kendi evlerine dönerler. Bu model hem hastanın yaşam ritmini düzenler hem de bakım verenlere nefes olanağı sağlar.

Her etkinlik unutmaya karşı bir direniştir; her küçük ayrıntı “Sen hala buradasın” diyen bir hatırlama biçimidir.

GÖRÜNMEYEN YÜK

Alzheimer yalnızca hastanın değil, en yakınındaki kişinin de hayatını dönüştüren bir süreçtir. Bakım verenler çoğu zaman sessiz bir yalnızlığın içindedir: sosyal hayattan kopar, iş gücünden uzaklaşır, ekonomik olarak zorlanır ve çoğu zaman kimseye söyleyemediği bir tükenmişlikle baş başa kalır. Uykusuz geceler, davranış değişiklikleriyle baş etme çabası, sürekli tetikte yaşamak ve günlerce süren izolasyon... Bunların her biri ruhsal bir yıpranmayı beraberinde getirir. Depresyon, kaygı bozukluğu ve kronik stres bakım verenlerde sık görülür; fakat bu görünmez yük çoğu zaman fark edilmez, hatta “görev” duygusuyla taşındığı için dile bile getirilmez. Bu nedenle Alzheimer bakım politikaları yalnızca hastayı değil, bakım verenleri de korumak zorundadır.

DÜNYA DİLİ: HATIRLATMAK

Türkiye’de İstanbul, Ankara, İzmir, Eskişehir ve Bursa gibi şehirlerde belediyelere bağlı Alzheimer Gündüz Yaşam Evleri faaliyet göstermektedir. Bu merkezlerin kapısından içeri adım atan herkes fark eder ki, aslında dünyanın pek çok yerinde aynı dil konuşuluyor.

Almanya’daki ‘Tagespflege für Demenzpatienten’, ABD’deki ‘Adult Day Health Care’, Hollanda’nın ‘yaşam köyleri’ ve İtalya’daki ‘Memory Café modelleri’...

Hepsinin ortak bir cümlesi var: Hatırlamak, insan onurunun bir parçasıdır.

Dünyanın farklı coğrafyalarında Alzheimer’ın sessiz ağırlığını hafifletmek için aynı soruya yanıt aranıyor: “İleri evre Alzheimer tanılı bir insan nasıl daha onurlu yaşlanabilir?” Hollanda’daki De Hogeweyk, sokakları, tiyatrosu, marketi ve evleriyle bir demans köyü olarak kaybedilen gündelik ritmi geri verirken; ABD’deki Green House Project, 10-12 kişilik küçük evlerde “kurum değil, ev” hissi yaratıyor. Kanada’nın yaşlı bakım merkezleri ve İrlanda’nın küçük ölçekli demans birimleri ise aynı ortak dili fısıldıyor: İnsan, bir binanın içinde değil; hatırlamanın, dokunmanın ve güvenli bir aidiyetin içinde iyileşir.

Bu nedenle Alzheimer gündüz bakım modelinin ve ileri evre bakım merkezlerinin güçlendirilmesi, yalnızca yerel bir politika değil, insanlığın ortak vicdanına verilen bir cevaptır.

LÜKS DEĞİL, ZORUNLULUK

Hastalık ilerledikçe tablo değişir. Artık yönelim bozukluğu, gece-gündüz karışması, davranışsal sorunlar, yürüme ve beslenme güçlükleri ortaya çıkar. Evde bakım çoğu aile için imkânsız hale gelir.

Bu evrede profesyonel Alzheimer bakım merkezleri devreye girer. 24 saat hemşirelik hizmeti, tıbbi takip, güvenli alanlar, fizik tedavi ve davranışsal destek...

Bugün bu merkezlerin çoğu özel sektör eliyle yürütülüyor ve maliyeti pek çok aile için karşılanabilir değil. Kamusal destek olmadan bu yükün altından kalkmak imkansız. Bu nedenle, her şehirde, her ilçede devlet destekli Alzheimer bakım merkezlerine ihtiyaç vardır.

TOPLUMSAL BİR SINAV

Türkiye’de Alzheimer bakımının yüzde 90’ı aile bireylerinin omzunda. Bu sürdürülebilir değil. Ne hastaya adil, ne bakım verene insani, ne de toplumsal olarak gerçekçi.

Kamusal politikalara ihtiyaç açıktır:

Gündüz yaşam evlerinin yaygınlaştırılması,
Alzheimer bakım merkezlerinin kamu kaynaklarıyla güçlendirilmesi,
Bakım verenlere yönelik psikososyal ve ekonomik desteklerin artırılması...
Bu adımlar artık ertelenemez bir zorunluluktur.

Çünkü yaşlısına gösterdiği özen, bir toplumun kendi geleceğine tuttuğu aynadır.

Ve unutmayalım: İnsan, hatırladığı sürece insandır. Bazen hatırlamak, bir merkezin kapısından içeri adım atmaktır.

Doç.Dr. Tamer Yazar
Nöroloji Uzmanı