

ÖNCE DÜŞÜN!

“Vücudunu Korumak İçin Aklını Kullan”

Dr. Ethem Beşkonaklı

18 Şubat 2009, Ankara, Basın, Yayın ve
Enformasyon Genel Müdürlüğü.

önce



DÜŞÜN!

Doç. Dr. Ethem Beşkonaklı

- **Beyin ve Sinir Cerrahisi Uzmanı**
- **Ankara Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesi Beyin ve Sinir Cerrahisi (Nöroşirürji) Klinik Şefi**
- **Türk Nöroşirürji Derneği (TNDER) Başkanı**
- **TNDER Nörotravma ve Yoğun Bakım Grubu üyesi**
- **TNDER “Önce**DÜŞÜN**” Çalışma Grubu Başkanı**
- **Bilim İnsanları Dayanışma Derneği (BİDDER) ve Türkiye Sağlık Araştırmaları Vakfı (TÜSAV) üyesi**

Önce Düşün!

- **Sakarya'da Trafik Kazası: 18 ölü,21 yaralı var.**
- **Kazaya sebep olan kamyon şoförü şöyle söylüyordu: “aşırı yorgun ve uykusuzdum”**



Önce Düşün!

- **Anadolu Ajansı:**
“İzmir’de Kask
takmayan
motosiklet
sürücüsü aracından
fırlayınca kafa
travmasından öldü.
Araçta hasar
bulunamadı”



Önce Düşün!

Hürriyet, 7.7 2007;

**Motorsiklet
sürücüsü kask
taktı, hayatı
kurtuldu...**



Hürriyet; 7.10.2008



ÖNCE DÜŞÜN!

“Vücudunu Korumak İçin Aklını Kullan”

THINKFIRST (Beyin ve omurilik yaralanmasını önleme programı)

Dr. Etem Beşkonaklı
Atatürk Hastahanesi Nöroşirürji Kliniği
Dr. Ömer Faruk Türkoğlu
Numune Hastahanesi Nöroşirürji Kliniği

Biz Kimiz?

- Türk Nöroşirürji Derneği (TNDer)
- Türk Nöroşirürji Derneği (TNDer)
“Önce**DÜŞÜN**” Çalışma Grubu
- TNDer Nörotravma ve Yoğun Bakım Öğretim ve Eğitim Grubu
- TNDer Spinal ve Periferik Sinir Cerrahisi Öğretim ve Eğitim Grubu

Amaç ?

- Ülkemizde kafa ve omurilik travma ve hasarlarını en aza indirmek için gerekli eğitim etkinliklerinde bulunmak,
- Özellikle çocuk ve gençleri riskli davranışlardan caydırıcı programlar hazırlamak,
- Bu programları toplantılar ve basın-yayın yoluyla hedef gruplara ulaştırmak...

Neden Amaç?

Bütün Dünya'da Kafa ve Omurilik travması, genç ve orta yaş' da en yaygın sakatlık ve ölüm sebebi...

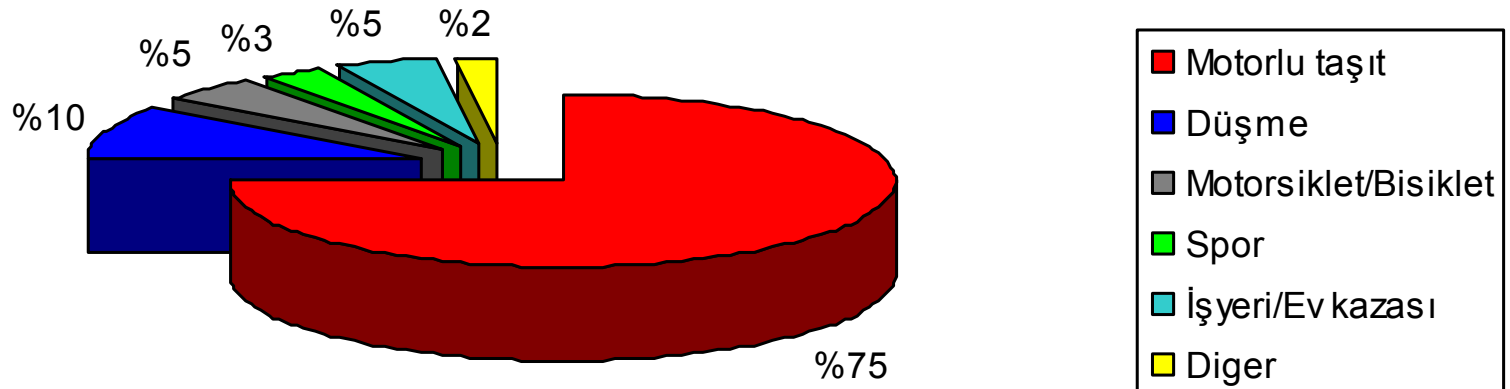
SOSYAL SORUMLULUK!

Neden Amaç?

- Travma 1-44 yaş arası en sık ölüm sebebi
- **Çoğu önlenabilir!!!**
- En yüksek risk grubu:15-24 yaş grubu
- Erkekler daha fazla etkileniyor
- Bütün travmalar içinde en yüksek ölüm ve sakatlık sebebi; **Kafa ve omurilik yaralanması**
- ABD' de her bir kafa ve omurilik sakatlığı 4 Milyon USD harcamaya yol açıyor

Kafa ve Omurilik Travması

NEDENLER



Ölüm ve Sakatlık

Nedenler:

- **Trafik Kazası (Motorlu taşıt, Yaya)**
- **Düşme**
- **İş ve Ev Kazası**
- **Spor Kazaları** (Yüzme-Dalma, Bisiklet, Paten, Kaykay, Kayak...)

Veriler...

AB:

- **50.000 ölüm/yıl**
- **150.000 sakatlık/yıl**

ABD:

- **1.4 Milyon toplam travma/yıl**
- **500.000 kafa ve omurilik travması/yıl**
- **235.000 hastane yatışı/yıl**
- **50.000 ölüm/yıl**
- **64 Milyar USD/yıl harcama**

DÜNYA:

- **1.2 Milyon Ölüm/yıl**
- **518 Milyar USD harcama/yıl**
- **Dünya GSMH'sinin % 1.5' u**

Veriler...

Türkiye:

- 10.000 ölüm/yıl 1980'ler
- İstatistik Kurumu:
 - *Kaza Sayısı: 466 Bin (1999)- 570 Bin (2005)
 - *Ölüm: 6320(1990)-4600(1999)-3215(2005)
 - *Yaralanma: 88 Bin (1990) - 110 Bin (1999) - 135 Bin (2005)
- Uluslar arası yol verileri: Ülkemiz kaza başına ölüm oranında **birinci...**
- **Spor ve eğlence kazası oranları???**

KAZALARDA EĞİTİM DURUMU!

- **% 49 İlkokul Mezunu**
- **% 12 Ortaokul Mezunu**
- **% 1 ilköğretim Mezunu**
- **% 19 Lise Mezunu**
- **% 9 Üniversite Mezunu**

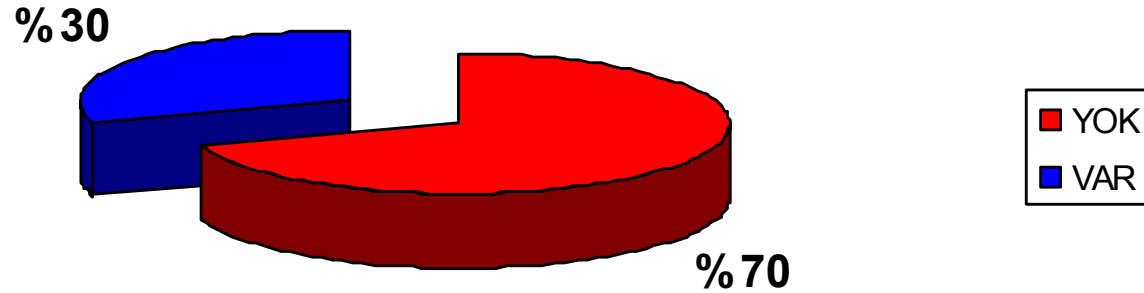
**Tüm yol kullanıcılarının eğitime
ağırlık verilmesi gerekiyor!!**

Travma zamanı

- Haziran/Temmuz en fazla
- Cuma/Cumartesi (haftanın %45' i)
- İş Çıkış/Başlama saatleri (Rush Hour)
- Gece daha fazla (ölümlerin yarısı)

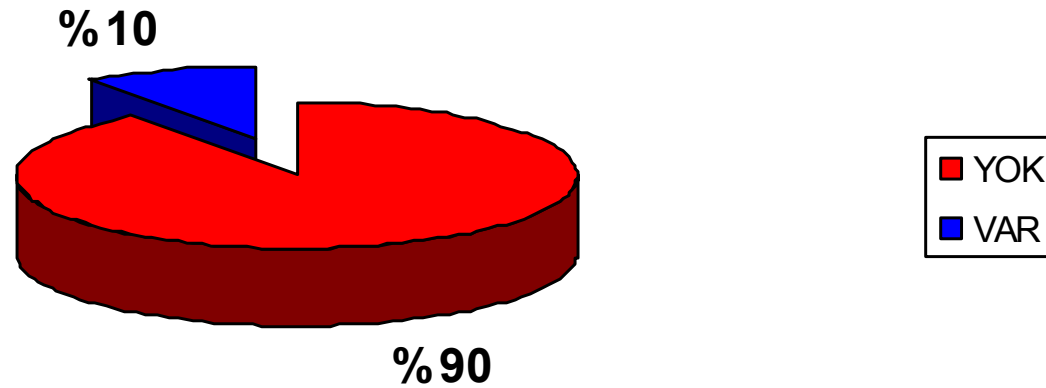
Türkiye Taşıt Kazaları (tahmini)

EMNİYET KEMERİ



Motorsiklet/Bisiklet (tahmini)

BAŞLIK



KAFA VE OMURİLİK TRAVMASI

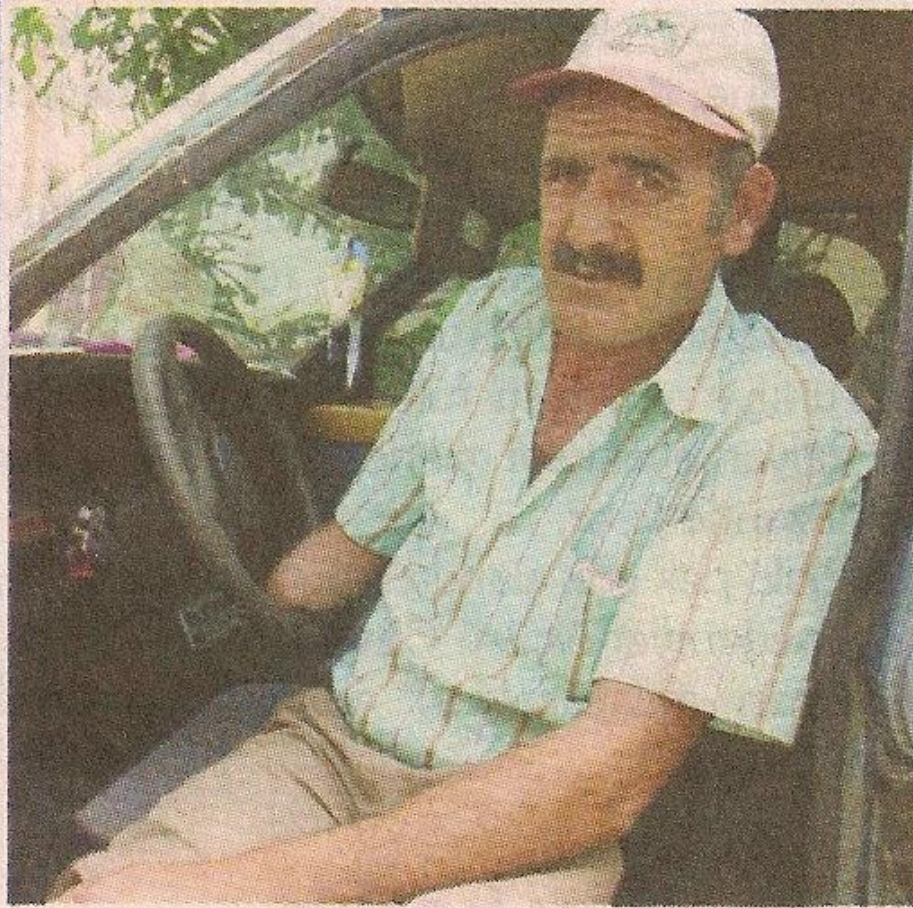
NEDEN??

- **KontROLSÜZ ve hatalı Spor etkinlikleri**
- **Hatalı sürüş alışkanlığı**
- **Hatalı Yollar (Ölüm ve sakatlığa katkısı ??)**
- **Bozulmuş fiziksel ve ruhsal durum**

*** Sürücü ehliyeti olmaması gerekenler! Kulağı duymayan, gözü görmeyen, bir uzvu olmayanlar...**

*** Uykusuzluk, alkol ve ilaç kullananlar...**

Akşam Gazetesi: 18.06.2008



Hem tek kollu, hem alkollü hem ehliyetsiz

SAKARYA'DA trafik denetimleri sırasında durdurulan aracın sürücüsü Hüseyin Özbek hem tek kollu hem de ehliyetsiz çıktı.

Aracın içindeki kokudan ve sürücünün tavrından şüphelerek jandarmanın alkol muayenesi yaptığı Özbek 186 promil alkollü de çıkınca adliyeye sevk edildi.

Murat KOÇER/ADAPAZARI

ALKOL!!

- **Alkole bağlı kaza oranında 1. sıradayız.**
- **Kanında 50 promil alkol bulunan yani 1kadeh içki içen sürücü, hiç alkol almamış sürücüye göre 2 kat daha fazla kaza riskine sahip.**
- **Alkol oranı 100 promil olursa, yani 2 kadeh içildiğinde sürücünün aldığı risk 10 katına çıkmaktadır.**
- **Alkol oranı 150 promil olursa, sürücünün aldığı risk 25 katına çıkmaktadır**



Hatalı Sürüş Alışkanlığı

NASIL?

- Öndeki araçla uygunsuz takip aralığı
- Yüksek hız (% 1 azalma, kaza oranını % 5 azaltıyor)
- Eski ve Bakımsız araç kullanımı (%10 etkili)
- Sinyallere dikkat etmeme
- Hatalı Sürüş yapanı bağışlamama...
- Emniyet kemeri!!!

KONTROLSÜZ VE HATALI SPOR ETKİNLİKLERİ...



KONTROLSÜZ VE HATALI SPOR ETKİNLİKLERİ...



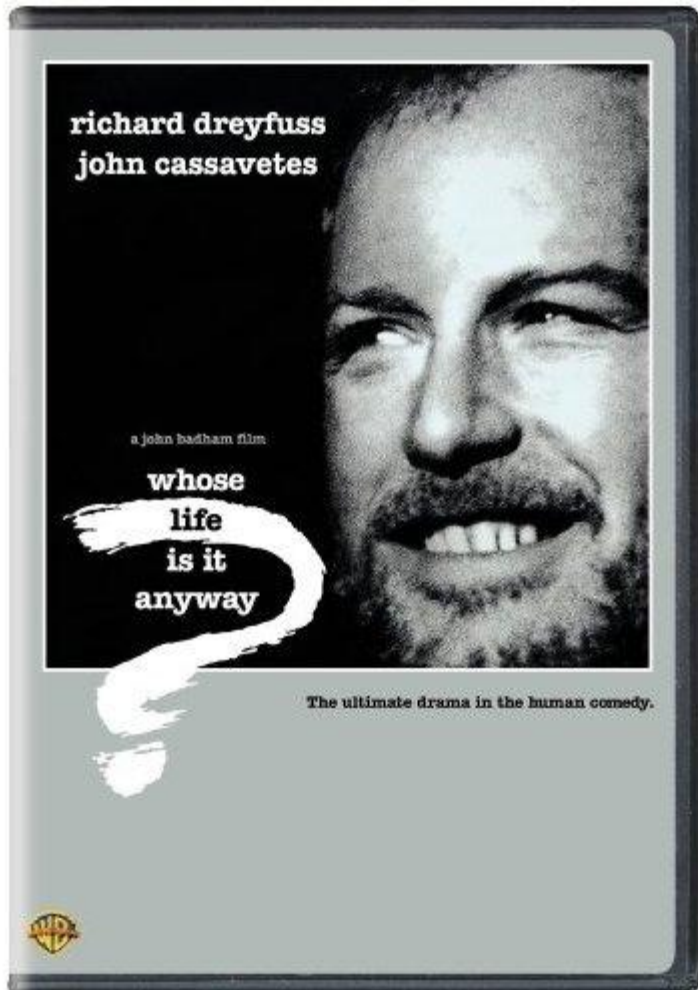
OLMASI GEREKEN!



Bedel??

- İnsan kaybı
- Sakatlık
- Üretim ve kapasite kaybı
- Sağlık harcamaları
- Kişisel, aile, toplumsal, sosyal ve psikolojik bedeller

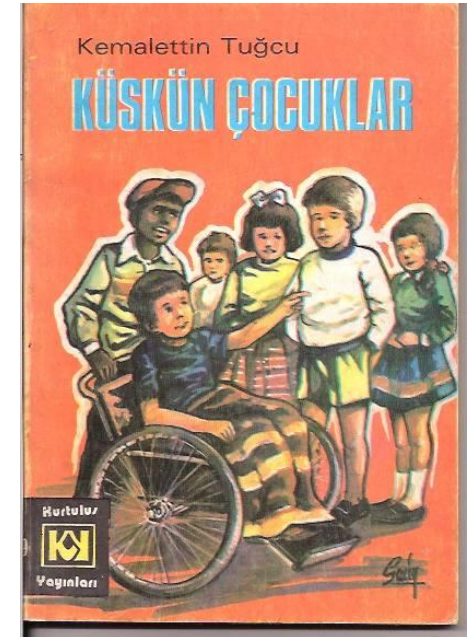
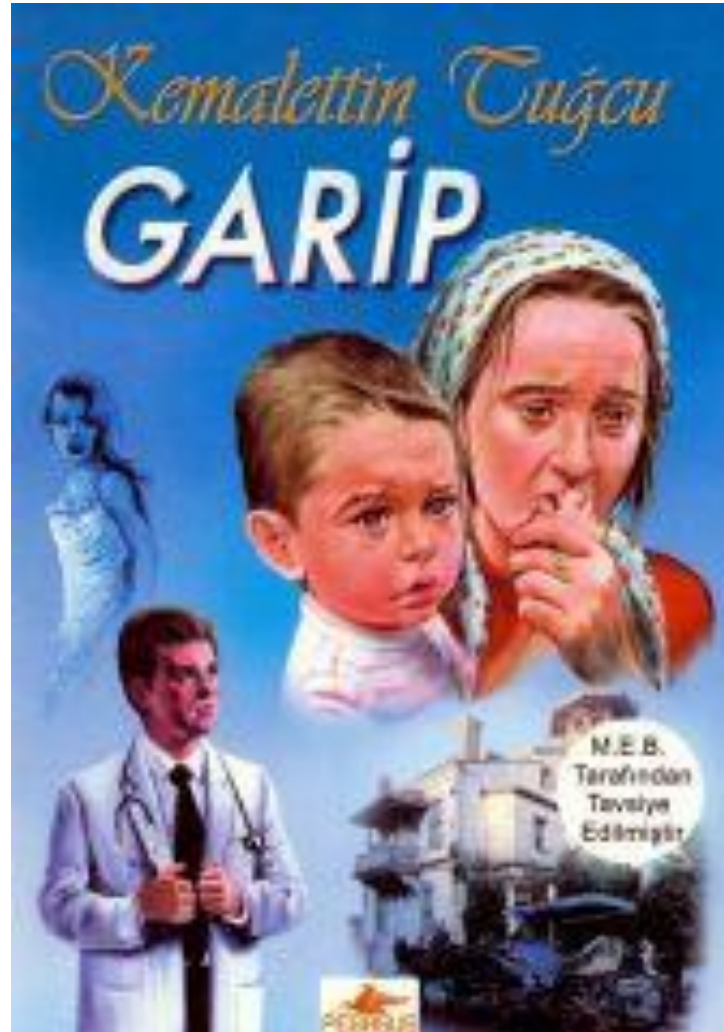
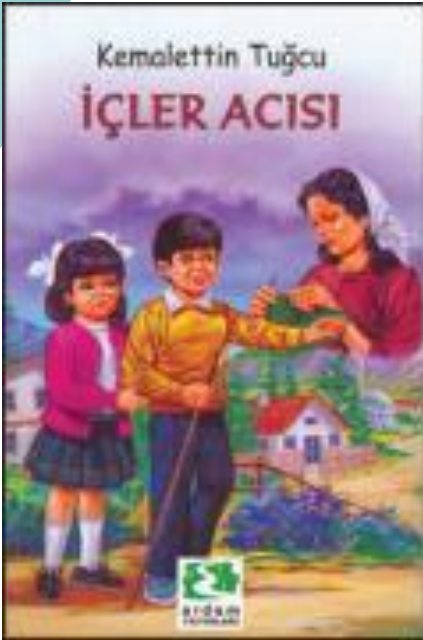
WHOSE LIFE IS IT ANYWAY?



WHOSE LIFE IS IT ANYWAY?



ACI!!!



BİZLER!!!

- **Ne Yapmalıyız?**
- **Neleri Yapabiliriz?**
- **Nasıl Yapabiliriz?**

Önlem Seviyeleri

- **Seviye 1:** Kaza olmamasına yönelik önlemler
- **Seviye 2:** Kaza sırasında en az hasara yönelik önlemler
- **Seviye 3:** Kaza yeri ve hastanede önlemler
- **Seviye 4:** Tedavi ve hasar sonrası sakatlığı azaltıcı önlemler

Bizler Neleri Yapabiliriz??

- **Seviye 1** için çalışabiliriz (Kazayı önleme)
- **Seviye 2** için çalışabiliriz (Hasarı en aza indirme)
- Toplumsal davranış analizlerine yardımcı olabiliriz
- Doğru sürüş alışkanlığı için uyarı ve eğitimlerde yer alabiliriz
- Önlem planlarının değerlendirilmesi ve geliştirilmesi

Hekimler seviye 3 ve 4 için çalışıyorlar...

Hedef Kitle!

GENÇLER!!!

Genç olmak...



Bazen heyecan...



Bazen risk ve macera demektir...



Hedef Kitlemiz...

- **Gençler ABD' de tüm sürücülerin % 7' si olmasına rağmen kazalardan % 15 sorumlu.**
- **Gençlere yapacağı davranışların olası olumsuz sonuçlarını göstermek gereklidir!**
- **Bunun için eğitime okul öncesi başlamak gereklidir!**



Neler Yapabiliriz?

Eğitim:

- Okul öncesi
- İlk Öğretim

Öğretim:

- Aile
- Liseler
- Spor Merkezleri
- Profesyonel sürücüler/Tüm sürücüler

Neler Yapabiliriz?

- **Resmi ve Sivil Toplum Kuruluşlarıyla işbirliği**
- **Yasal olarak görevli kuruluşlarla işbirliği; Milli Eğitim, Emniyet, Karayolları, Sağlık, Adalet Bakanlığı, Sigorta kurumları, TBMM...**
- **Epidemiyolojik veri toplanması, analizi, öneriler...**

Nasıl?

Seviye 1 Önlemler İçin

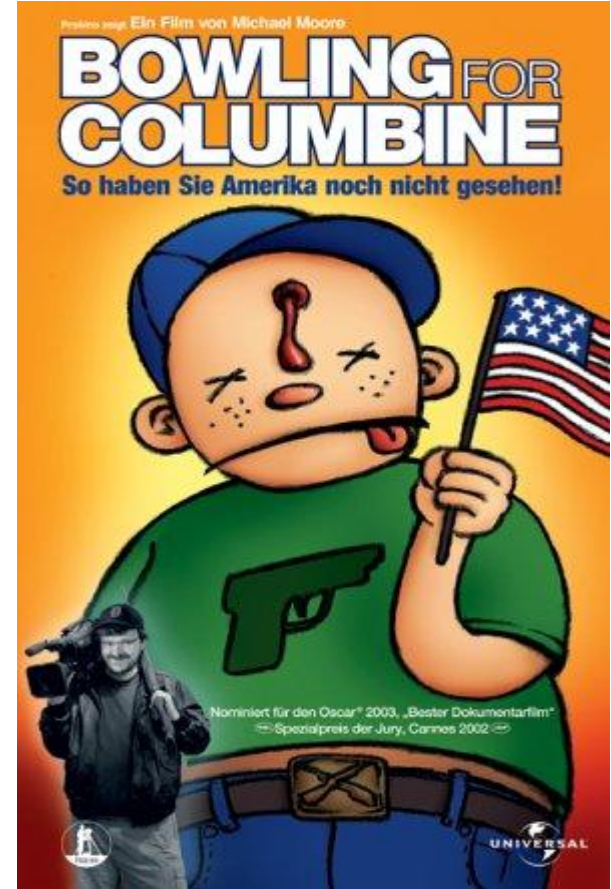
- Yol güvenliği, Yol tasarım ve yapımı
- Araç ve sürücü kontrolleri
- Yaygın hız ve alkol kontrolleri
- Trafik, sürüş ve araç eğitimi
- Spor ve oyun etkinliklerinin kontrolü
- Savunma ve dikkat amaçlı davranış eğitimi
- Yanlış kültürel davranış değişiklikleri...

TOPLUMSAL KÜLTÜR...

Silah kültürü???

ABD!!

**Ülkemiz! (düşün, asker
uğurlama, maçlar...)**



Nasıl?

Seviye 2 Önlemler İçin

- **Güvenli araç üretimi...**
- **Hız kontrolü sağlayan kilit sistemleri.**
- **Emniyet kemeri kullanım zorunluluğu
(Sadece uyarı sesi değil, kemer
takılmadan hareket etmeyen araçlar).**
- **Zorunlu baş ve boyun koruyucuları,
hava yastığı vb...**

Nasıl?

Seviye 2 Önlemler İçin

- Çocuk engelleri ve kilitleri, 12 yaş altı çocuklar daima arka koltukta olmalı.
- Kafa, kol ve bacaklar daima araç içinde olmalı.
- Araçlara yol akışına uygun taraftan inme-binme sağlanmalı.
- **Kaza sonrası araçta sıkışan kişilere yetkisiz kişilerce müdahale edilmemeli.**
- Araç içinde sürücüyü rahatsız etmeyen ses ve davranışlar.
- Her zaman yaya yolunda yürüme alışkanlığı olmalı.

Nasıl?

Seviye 2 Önlemler (Spor-Eğlence etkinlikleri için)

- **Güvenli bisiklet yolları, spor ve oyun alanları sağlanmalı.**
- **Bisiklet/kullanıcı oranı uygun olmalı.**
- **Tek kişilik bisiklete tek kişi binmeli.**
- **Bisiklet sürüşünde de normal trafik sinyal ve işaretlerine uygun sürüş alışkanlığı sağlanmalı.**
- **Uygun koruma başlığı takılmalı.**
- **Fren, lastik, ışık ve korna kontrolleri yapılmalı.**

Nasıl?

Seviye 2 Önlemler (Spor-Eğlence etkinlikleri için)

- Daima uygun gereçlerle donanımlı oyun alanları kullanılmalı.
- Yüzme ve havuz oyunlarında erişkin kontrolü sağlanmalı, gerekirse can yeleği kullanılmalı.
- Dalma için yeterli derinliğin olduğu bilinmeli(en az 2.75 metre).
- Havuz kenarı koşu engellenmeli.
- Kış sporlarında (**Buz pateni, kayak, kızak, kar yürüyüşü vb...**) uygun gereç ve beceriye uygun sahalar kullanılmalı.

Özetle Yapılması Gerekenler!

- Önleyici eğitim **(Okullar ve her yerde)**
- Etkileşimli grup eğitimleri
- Basın/yayın, sinema,TV eğitimleri
- Yeni ehliyetlilerin gözlemi
- İnternet sayfaları
- Kampanyalar, broşürler, filmler, çizgi seriler
- İlgili kurum ve kişilerle yakın çalışma

Gelecek!

- Ülkemize yayılım
- Her çocuğa, her genç'e ulaşım
- Travma sonrası olabileceklerin gösterilmesi
- Ulusal travma veri tabanı oluşturulması, analizi ve kullanılması

Eğitim...

Birlikte Çok Şey Yapabiliriz!

- **SİZLER!**
- Doktorlar
- Hemşireler
- Sağlık Eğitimcileri
- Öğretmenler
- Hukukçular
- Mühendisler
- Basın-Yayın çalışanları
- Sigorta Şirketleri
- Tüm Kamu ve Sivil Toplum Kuruluşları
- Tüm gerçek aydınlar!
- **HEPİMİZ!**

Önce DÜŞÜN!

Trafik Kazaları ve Yaralanmalardan Nasıl Korunabiliriz?

İlköğretim 4-5. Sınıf Öğrencileri Resim Yarışması

Türk Nöroşirürji Derneği “ÖnceDÜŞÜN!” çalışma grubu, trafik kazaları, düşmeler, spor yaralanmaları ve şiddet gibi önlenabilir konularda toplum ve kurumlarımızı düşünme, olası kazaları öngörme ve önlem almaya yöneltme amacına hizmet etmektedir.

ÖnceDÜŞÜN!

“Vücudunu Korumak İçin Aklını Kullan!”

YARIŞMA KATILIM KOŞULLARI:

- Yarışmaya katılacak eserler “trafik kazaları ve yaralanmalardan nasıl korunabiliriz” konulu olmalıdır. Her öğrenci yarışmaya, daha önce herhangi bir yarışmada ödül kazanmamış bir eseriyle katılabilir.
- Yarışma, Türk Nöroşirürji Derneği Yönetim Kurulu ve Seçici Kurul üyelerinin birinci derece yakınları dışında tüm öğrencilere açıktır.
- Yarışmaya katılacak eserlerin pastel veya sulu boya tekniği ile çalışılması gerekmektedir.
- Yarışmaya katılacak eserler en fazla 35X50 cm boyutunda olmalıdır.
- Eserlerin arka sağ alt köşesine öğrenci bilgilerinin yazılması gerekmektedir.
- Okul müdürlüklerince seçilecek 1 eserin, İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri'ne 10 Nisan 2009 tarihine kadar, bu eserler arasından İlçe Milli Eğitim Müdürlükleri'nin seçtiği 3 eserin de İl Milli Eğitim Müdürlükleri'ne 20 Nisan 2009 tarihine kadar teslim edilmesi gerekmektedir.
- İlçelerden gelen eserler arasından İl Milli Eğitim Müdürlüklerince seçilecek 1 eser, 27 Nisan 2009 Pazartesi günü sonuna kadar aşağıdaki iletişim adresine elden ya da kargo yolu ile ulaştırılmalıdır.
- Bu tarihten sonra gelecek eserler değerlendirmeye alınmayacaktır.
- Yarışmacılar, eserleri üzerinde hiçbir hak talep etmeyecektir. Eserlerin yayın ve kullanım hakkı Türk Nöroşirürji Derneği'ne ait olacaktır.
- Son değerlendirmede ilk üç dereceye girecek eserler, Milli Eğitim Bakanlığı ve Türk Nöroşirürji Derneği tarafından oluşturulacak bir seçici kurul tarafından belirlenecektir.
- Yarışmanın sonuçları Trafik Haftasında açıklanacaktır. 81 il den gelen eserler Basın, Yayın ve Enformasyon Genel Müdürlüğü Sanat Galerisi'nde sergilenecek ve kazananlara ödülleri sergi açılış töreni sırasında verilecektir.
- Ödül kazanan öğrencilerin okul müdürü, sınıf öğretmeni ve velisi ile birlikte Ankara'ya gidiş-dönüş seyahat ücretleri ve konaklamaları Türk Nöroşirürji Derneği tarafından karşılanacaktır.

Yarışmanın Ödülleri:

Birincilik Ödülü: Dizüstü bilgisayar, yazıcı, dijital fotoğraf makinesi + Başarı Plaketi	İkincilik Ödülü: Dizüstü bilgisayar, yazıcı + Başarı Plaketi	Üçüncülük Ödülü: Dizüstü bilgisayar + Başarı Plaketi
--	--	--



İletişim Adresi:

TÜRK NÖROŞİRÜRJİ DERNEĞİ

Taşkent Caddesi 13/4 Bahçelievler-06500, ANKARA

Tel: (0312) 212 64 08 Faks: (0312) 215 46 26

Web: www.turknorosirurji.org.tr



önce



DÜŞÜN!

TEŞEKKÜR EDERİM...

