

AFETLERDE ERGOTERAPİ YAKLAŞIMLARI

Editörler

Prof. Dr. Hülya KAYIHAN
Dr. Öğr. Üyesi Sinem SALAR

Hipokrat
Yayıncılık

© 2023 AFETLERDE ERGOTERAPİ YAKLAŞIMLARI

ISBN: 978-625-6429-33-8

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bölümler içinde kullanılan resim ve bilgilerin sorumluluğu o bölümün yazar(lar)ına aittir.

Editörler

Prof. Dr. Hülya KAYIHAN
Dr. Öğr. Üyesi Sinem SALAR

Kapak Görseli

Prof. Dr. Hülya KAYIHAN

Yayıncı

Hipokrat Yayınevi

Grafik-Tasarım

Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt

Ankara Özgür Matbaacılık Basım Yayın Dağ. San. Tic. A.Ş.

1250 Cadde No: 25 Ostim OSB Yenimahalle / Ankara

Hipokrat
Yayıncılık

Süleyman Sırrı Cad. No:16/2 Sıhhiye
Tel: (0312) 433 03 05 - 15 ANKARA
www.hipokratkitabevi.com



Önsöz

Bilimsel kaynaklar, gezegenimizde, son elli yılda doğal afetlerin sayısında beş kat artış olduğunu bildirmektedir. Ülkemiz, Küresel Risk Endeksi'nde "yüksek risk" grubundaki ülkeler arasında bulunmakta ve 191 ülke arasında 45'inci sırada yer almaktadır. Ayrıca ülkemiz deprem riskinin artma eğiliminde olduğu ülkelerden birisidir.

Sağlık hizmetlerinde, olabildiğince erken, rutin koruyucu sağlık hizmetlerini hayata geçirmek ve ilgili tüm disiplinlerden koordineli bir şekilde yararlanmak önemlidir. Bozulan çevre koşullarına ek olarak, toplumun uzun süre sağlık hizmetlerinden yoksun kalması afet sonrası ölüm ve hastalık risklerinin artmasına yol açacaktır. Göçük altında kalmak, yakınlarının kaybı nedeniyle yaşanan travma sonrası kırıklar, sinir yaralanmaları, anksiyete ve stres bozuklukları gibi pek çok fiziksel ve zihinsel problemlere yol açar. Afetzedeler için baş edilmesi çok zor olan bu problemlerin yanı sıra günlük rutinlerini sürdürememek, aile içi ve toplumsal rollerini kaybetmek, günlük yaşam aktivitelerini alışılmışın çok dışında sürdürmek zorunda kalmak, yaşam kalitesi ve sağlık açısından önemli riskler olmasına karşılık genellikle göz ardı edilirler. Oysaki bireyler için günlük yaşamlarında rutin aktiviteleri özgürce yerine getirememek, olağan toplumsal yaşamdan çok farklı kısıtlayıcı bir çevrede yaşamak zorunda kalmak yeni fiziksel ve zihinsel sağlık sorunlarına yol açar. Yeni çevre koşullarına ve rutinelere adapte olamamak yaşamın amaç ve anlamını ve genel iyilik halini bozan bir durumdur.

Ergoterapi, yaşam rollerinin gereği görev ve aktivitelere katılımı kolaylaştırarak, sağlık ve iyilik halini geliştirmeyi hedefleyen bir bilim dalıdır. Ergoterapinin birincil amacı, insanların çeşitli ortamlarda günlük yaşam aktivitelerine katılımını arttırmayı sağlamaktır. Toplumun dayanıklılığı ve olumlu iyilik hali, afet müdahalesinde kilit temalardır ve anlamlı aktivitelerle desteklenir.

Ergoterapi dâhil tüm sağlık meslekleri, insanlara ve topluluklara doğal afetlerden sonra normallik duygusunu yeniden inşa etme ve sağlık ve esenliği yeniden tesis etme konusunda yardım etmeye odaklanmaktadır.

Bireylerin, toplulukların sağlığı ve refahı, disiplinlerarası ekiplerde ergoterapinin dâhil edilmesiyle daha etkin şekilde kurulabilmekte ve yeniden tasarlanabilmektedir.

Ergoterapistler afet yönetiminin hazırlık, müdahale ve afet sonrasında rehabilitasyon süreçlerinin tüm aşamalarında rol alırlar. Toplum temelli rehabilitasyon ekibinin bir üyesi olarak toplumda kapasite oluşturmak amacıyla aktivite temelli projeler yürütürler.

Bireylerin ve toplumun günlük yaşam aktiviteleri, serbest zamanları ve sosyal katılımları ve iş yaşamları arasındaki dengeyi yeniden oluşturmak için müdahaleler planlar ve çözüm oluştururlar.

Özellikle afet öncesi engelli, yaşlı ve diğer dezavantaja sahip olan bireyler için, afet sonrasında günlük yaşama adaptasyon, bağımsız ve kaliteli yaşamın yeniden şekillenmesinde ergoterapi yaklaşımları önem kazanır. Bireyi fiziksel, bilişsel ve psikososyal açıdan güçlendirici, çevrenin kısıtlayıcı etkilerini en aza indirici ve aktivite modifikasyonlarını içeren müdahale programları ergoterapistlerin görevleri arasındadır.

Dünya Ergoterapi Federasyonu (WFOT) Afet Yönetim Komitesi tarafından yönetilen “Afet Yönetim Programı”, dünya çapında afetlere ve acil durumlara yanıt vermek için ergoterapistlerin kapasitesini güçlendirmeyi amaçlayan küresel bir girişimdir. Program 2007 yılında oluşturulmuş olup Program afete müdahale ve iyileştirme çabalarında yer alan ergoterapistlere kaynak eğitim ve destek sağlamaktadır. Bu programın faaliyetleri arasında; ergoterapistler ve diğer sağlık profesyonelleri için afet yönetimi kılavuzu ve kaynaklarının oluşturulması ve yaygınlaştırılması, çevrimiçi kurslar, çalıştaylar ve konferanslar aracılığıyla afet yönetimi ve hazırlıklı olma konusunda eğitim ve öğretim sağlanması, çeşitli ülke ve bölgelerde ergoterapi afet müdahale ekiplerinin gelişiminin desteklenmesi, afet yönetiminde ergoterapinin rolünü teşvik etmek için afete müdahale ve iyileştirme çabalarında yer alan diğer kuruluşlar ve paydaşlarla işbirliği yapmak, ergoterapi ve afet yönetimi konusunda araştırma ve bilgi alışverişini kolaylaştırmak gibi konular yer almaktadır. Ergoterapi Derneğimiz ve WFOT arasında “Afet Yönetim Programları” konusunda ergoterapistlerin güçlendirilmesi açısından yapılan işbirliği kapsamında ergoterapistler için afet sonrası eğitim kursu düzenlenmiştir. Yine derneğimiz tarafından Adıyaman’da, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı ve AFAD ile işbirliği içinde hayata geçirilen “Yaşam Çarkı Projesi” kapsamında kurulan Ergoterapi Konteynirında gönüllü ergoterapistler ve stajyerlerle toplumsal hizmet başlatılmıştır.

Ülkemizde ergoterapistlerin sağlık alanında özellikle toplumsal katılım boyutundaki hizmetleriyle etkinlikleri giderek artmaktadır. Ergoterapi Derneği olarak, afetlere hazırlık, akut ve kronik müdahale safhalarında sağlık hizmetlerine ergoterapinin katılımının sağlanması, ergoterapistlerin bu alandaki bilgi ve becerilerinin geliştirilmesi, ilgili kurumların ve toplumun farkındalığının artırılması için uluslararası bağlantılı eğitimler ve işbirlikleri sağlamanın yanı sıra bu kitabın hazırlanmasının faydalı olacağını düşünüyoruz. “Afetlerde Ergoterapi Yaklaşımları” adlı bu kitabın, WFOT “Ergoterapi Eğitimi için Minimum Standartlar” belgesinde eğitim programı amaçları arasında yer alan “afetlere hazırlıklı olma ve iyileşme” konusunda öğrencilere ve kliniklerde/toplum temelli rehabilitasyon programlarında görev alan ergoterapistlere kaynak sağlayacağını ümit ediyoruz.

Ülkemizde meydana gelen tüm depremler sonrası yitirdiğimiz vatandaşlarımızı rahmetle anıyor, yakınlarına sabırlar diliyoruz. Kitabın hazırlanmasına emeği geçen tüm yazarlara teşekkür ederken, okuyucuya yararlı olmasını diliyoruz.

2023, Ankara

Prof. Dr. Hülya KAYIHAN

Dr. Öğr. Üyesi Sinem SALAR

Katkıda Bulunanlar

vii

Editörler

Hülya KAYIHAN, Prof. Dr.

Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü

Sinem SALAR, Dr. Öğr. Üyesi

Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, Edirne

Yazarlar

Ayşenur BAYSAL YIĞIT, Uzm. Erg.

Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, Ankara

Başar ÖZTÜRK, Doç. Dr.

Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, İstanbul

Ekin AKPINAR, Uzm. Erg.

Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü

Esra ÜNSAL, Uzm. Erg.

İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sinirbilim Doktora Programı

Ezginur GÜNDOĞMUŞ, Uzm. Erg.

Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ergoterapi Ana Bilim Dalı, Ankara

Gonca BUMİN, Prof. Dr.

Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ergoterapi Ana Bilim Dalı, Ankara

Gözde ÖNAL, Dr. Öğr. Üyesi

Ankara Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü

Hülya KAYIHAN, Prof. Dr.

Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü

İbrahim Yavuz TATLI, Dr. Öğr. Üyesi

Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü

Nursena ULAŞ, Erg.

Gülhane Sağlık Bilimleri Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Ergoterapi Yüksek Lisans Programı

Remziye AKARSU, Öğr. Gör.

Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, İstanbul

Safa HEYBET, Dr. Öğr. Üyesi

Biruni Üniversitesi Meslek Yüksekokulu Terapi ve Rehabilitasyon Bölümü
İş ve Uğraşı Terapisi Programı, İstanbul

Sinem SALAR, Dr. Öğr. Üyesi

Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, Edirne

Tunçay PALTEKİ, Doç. Dr.

Biruni Üniversitesi

Yasin TEKECİ, Öğr. Gör.

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü

Zeynep ÇORAKCI YAZICIOĞLU, Öğr. Gör.

Bezmiâlem Vakıf Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, İstanbul

İçindekiler

ix

Bölüm 1

Doğa Kaynaklı Afetler ve Türkiye'nin Deprem Tarihçesi 1

TUNÇAY PALTEKİ

Doğa Kaynaklı Afetlerin Sınıflandırılması	2
Kavramsal Olarak Deprem	3
Ülkemizin Deprem Tarihi	6
Depremlerin Sağlık Hizmetleri Üzerine Etkileri	7
Depremlerin Sağlık Çalışanları Üzerine Etkileri	8
Afet Yönetimi	10
Sonuç	12

Bölüm 2

Depremin Sağlık, Yaşam Kalitesi ve Okupasyonel Performansa Etkileri ...15

EKİN AKPINAR • HÜLYA KAYIHAN

Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Akut Stres Bozukluğu	17
Depresyon ve Anksiyete	19
Yas	20
Davranışsal Sonuçlar	20
Depremin Yaşam Kalitesine Etkisi.....	21
Deprem ve Okupasyonel Performans	22

Bölüm 3

Ergoterapi ve Afet Yönetimi.....27

SİNEM SALAR

Afet Yönetimi	27
Ergoterapide Afet Yönetimi	30
Ulusal Eylem Planı	34
Sonuç	36

Bölüm 4**Afet Öncesi Planlama ve Risk Azaltıcı Faaliyetler.....39****NURSENA ULAŞ**

Giriş.....	39
Afetlerde Risk Azaltıcı Faaliyetler.....	40
Afet Yönetimi	40
Ergoterapi Açısından Afet Öncesi Planlama ve Risk Azaltıcı Faaliyetler.....	42

Bölüm 5**Afet Sırası ve Hemen Sonrasında Erken Cevaplar.....47****GÖZDE ÖNAL**

Afetler ve Toplumsal Etkileri	47
Bireylerde Açığa Çıkan Erken Cevaplar.....	48
Psikolojik İlk Yardım Kavramı.....	53
Afet Sonrası Erken Dönemde Ergoterapinin Rolü	54

Bölüm 6**Afet Sonrası Rehabilitasyonda Ergoterapi.....59****EZGİNUR GÜNDOĞMUŞ • GONCA BUMİN**

Giriş.....	59
Afet Terimi ve Türkiye’de Afet.....	59
Afet Sonrası Ortaya Çıkan Sağlık Problemleri	60
Afet ve Kriz Yönetiminde Ergoterapi.....	61
Afet Sonrası Erken (Akut Dönemde) Müdahalede Ergoterapi.....	65
Afet Sonrası (Kronik Dönem) Rehabilitasyonda Ergoterapi	66
Sonuç	67

Bölüm 7**Afetlerde Psikososyal Rehabilitasyon ve Ergoterapi.....71****YASİN TEKECİ**

Afet, Afet Çeşitleri ve Süreç.....	71
Afet Sonrası Psikososyal Durum ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu	73
Afet Sonrası Psikososyal Rehabilitasyonda Ergoterapi	74
Müdahale Sürecinde Ergoterapi	76
İyileşme/Rehabilitasyon/Yeniden Yapılandırma Sürecinde Ergoterapi	77

Bölüm 8**Biyomekaniksel Yaklaşım85****BAŞAR ÖZTÜRK**

Deprem-Biyomekani İlişkisi.....	85
Ergoterapi Biyomekaniksel Yaklaşımı	88
Şehir Mimarisine Özgü Biyomekaniksel Yaklaşımlar	98
Sonuç	99

Bölüm 9**Oyun ve Eğitim 101****ZEYNEP ÇORAKCI YAZICIOĞLU**

Giriş.....	101
Ergoterapi ve Afet Yönetimi	101
Afetlerde Çocuk Merkezli Ergoterapi Uygulamaları	105
Sonuç	112

Bölüm 10**Mesleki Rehabilitasyon 115****AYŞENUR BAYSAL YİĞİT**

Afet Sonrası Meydana Gelen Sağlık Sorunları	115
Afetlerin Ekonomik Etkileri	116
Afet Sonrası İşe Dönmek Neden Önemlidir?	117
Ergoterapistlerin Rolü	119

Bölüm 11**Erişilebilirlik ve Çevresel Düzenlemeler 125****REMZİYE AKARSU • SAFA HEYBET**

Afet Yönetimi ve Dezavantajlı Bireyler.....	125
Erişilebilirlik ve Evrensel Tasarım	126
Afetler İçin Evrensel Tasarım İlkelerini Kullanma.....	128
Depremlerde Erişilebilirlik	129
Türkiye’de Erişilebilirlik ile İlgili Düzenlemeler	133
Afet Alanlarındaki Güncel Gerçekler	134
Barınma Alanları ve Erişilebilirlik	136
Banyo ve Tuvaletler.....	139
Sonuç	139

Bölüm 12**İyi Uygulama Örnekleri ve Ergoterapi Projeleri143****ESRA ÜNSAL**

Dünya Ergoterapi Federasyonu (World Federation of Occupational Therapy - WFOT)	
Afet Yönetim Programı	145
Louisiana Eyalet Üniversitesi- Selden Kurtulma Projesi.....	146
Handicap Uluslararası Acil Rehabilitasyon Programı	147
Afet Yönetiminde Ergoterapi Hizmetleri – Hindistan Örneği	148
Avustralya Orman Yangınları İyileştirme Servisi (Australian Occupational Therapy Bushfire Recovery Service-AOTBRS).....	149
Türkiye - Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD).....	150
Afet Yönetiminde Ergoterapi Hizmetleri – Türkiye Örneği	150
Bölüm Özeti	152

Bölüm 13**Kanıta Dayalı Ergoterapi Literatürü155****İBRAHİM YAVUZ TATLI**

Kanıta Dayalı Literatüre Giriş.....	155
Rehabilitasyon Hizmeti ve Afetler	156
Ergoterapi Hizmetinin Afetlerdeki Etkinliği	157
Farklı Hastalık Türlerine Literatürde Dikkat Çekilmesi	159
Travma Sonrası Kullanılan Yaklaşımlarla Sürece Farklı Bir Bakış	160