

## ÇOCUKLARIN SORUNLARINDA BİLİMSEL OLMAYAN TEDAVİLER

**Prof. Dr. Bengi Semerci**

### **Çocuk-Genç ve Erişkin Psikiyatristi**

Hasta olmak zordur. Çoğu kez doktora gitmek, ilaç kullanmak, kontrole gitmek hem zor gelir, hem de yorar ve endişelendirir. Hele bir de hastalığınız zor, uzun süreli bir hastalıksa kaygınız da, sıkıntınız da artar. Hasta olan çocuğunuzsa durum daha da zordur. Çocuğunuza konulan tanı hemen tedavi olamayan, ömür boyu sürecektir ya da çaresiz denilen türde ise ailenin duyguları çok karışır. Daha çabuk çözüm getirecek, çare olacak herşey, herkes denemeye başlar. Bu araştırmalar sırasında doğruyu bulmak kadar, yanlış bulmak da olanaklıdır. Özellikle denetlemenin çok iyi olmadığı, henüz yasaların engel olamaması nedeniyle bilimsel olmayan yöntemlerin mucize gibi basında kolayca tanıtılması, üstelik bunların dürüstçe reklam adı altında değil de, bilimsel yöntem gibi sunulması sorunlara yol açmaktadır. Bu sorunların en önemlisi çocukların elde olan, yapılabilecek tedavilerden mahrum kalmaları, gecikmeleridir. Bazen bu gecikmenin sonuçları çok ağır olmaktadır. Yersiz umutlara kapılıp, uğranan hayal kırıklıkları, büyük maddi kayıplar ve bu nedenle sonra gerçek tedavilerin ve gerekli bakımın yapılmasında çekilen sıkıntılar gittikçe artmaktadır. Her alanda olan ve umut diye sunulan bu bilimsel olmayan tedaviler psikiyatri alanında da vardır. Hem çocuklarda, hem de erişkinlerde ileri sürülen, ama bilimsel etkinliği kanıtlanmamış yöntemler vardır. Bir de NLP gibi başka amaçlarla uygulanan yöntemlerin, her türlü hastalık tedavisinde, üstelik hastalık tanıma ve tedavi etme eğitimi, yasal hakkı olmayan kişilerce kişilerce uygulanması söz konusudur.

Çocuk ruh sağlığı alanında özellikle iki sorunda benzer tedavilere ilişkin sorularınız çok sık geliyor. Otizm ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu konusunda uygulanan ve çare olduğu söylenen bu bilimsel olmayan yöntemleri gözden geçirelim.

Bazı yiyeceklerin ve diyet programlarının Otizm ve Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu üzerinde etkinliği olduğu düşünülmüştür. Birçok anne-baba kanda şeker yükselmesi, alerji, bazı yiyeceklerin fazla alınmasının Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu yapabileceği düşüncesini benimsemiştir. Bu nedenle çocuklara şeker miktarı kısıtlı, boya katılmayan yiyecek ve içeceklerden oluşan diyetler uygulamaktadırlar. Yapılan çalışmalarda, Otizm ve Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun ortaya çıkışında, kötüleşmesinde herhangi bir yiyeceğin, vitaminin eksikliği ya da fazlalığı bulunamamıştır. Yüksek dozlarda verilen vitaminlerin soruna iyi geldiğine ilişkin bir veri de yoktur. Ayrıca çalışmalar zaten sorunu nedeniyle sık uyarılan, engellenen çocuklara uygulanan yiyecek-içecek kısıtlamasının yarardan çok zarar getirdiğini göstermektedir. Naturopathic, homeopathic, herbaleklerin, bazı yağ asitlerinin, vitaminlerin ve balık yağının ne kadar etkili olduğu bilinmemektedir. Çinko eksikliğinin dikkati azalttığı bulunmuştur. Ancak çinko verilmesi bulguları düzeltmemektedir.

Son yıllarda beyin elektroensefalografisi ve buna bağlı görüntüleme yöntemlerini kullanarak, biofeedback ve nörofeedback uygulamaları dünyanın her yerinde görülmüştür. Defalarca eğitilince, hastaların beyin elektro fizyolojik akımlarını değiştirerek ilaç kullanmadan sorunu çözebileceklerini ileri sürmüşlerdir. Ancak bu varsayımlar bilimsel olarak ispatlanmamış ve ulusal sağlık örgütlerince kabul görmemiştir. Bu nedenle Amerikan ve Kanada psikiyatri birlikleri bu tedavileri “tartışmalı” bulmakta ve üyelerine kullanmamalarını önermektedir.

Çocukların yeterli fiziksel harekete ve spora yönelmeleri ruh ve bedensel sağlığı için çok gereklidir. Bu her çocuk için gereklidir. Ancak aşırı hareket ettirilerek, Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu olan çocukların enerjilerini boşaltmak amaçlı yorgunluk derecesine getirilmesi uygun değildir. Bunun Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu belirtilerini azalttığına ve eğitim başarısını artırdığına ilişkin bilimsel kanıt yoktur.

EEG bulgularına bakılarak tanı koymak ve hangi ilacın iyi geleceğini saptamak mümkün değildir. Renkli beyin görüntüleme yöntemlerini kullanarak bu hastalıklara tanı koyma, tedaviyi seçme ve tedavinin etkinliğini izleme gibi bir bilimsel bulgu yoktur.Sadece bu hastalıklarda değil, ruhsal hasatalıkların hiç birinde bu tür incelemelere bakarak karara varılamaz.

Son zamanlarda artan bir şekilde hiperborik oksijen tedavisinin otizm ve zeka geriliği tedavisinde etkili olduğu basında sıkça yer alıyor. Oldukça pahalı olan ve sadece bir kaç kişinin yapabildiği söylenen bu yöntemin bu hastalıklar üzerinde olumlu bir etkisi saptanmamıştır.Asıl olarak vurgun yiyenlerde, ayrıca karbonmonoksit zehirlenmesi, crush sendromu, diabetik yaralar gibi sorunların tedavisinde kullanılan bu yöntem otizm ve zeka geriliğinde etkili değildir.

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu aile, çocuk eğitimi, Otizm ise eğitim ile sonuç alınabilen hastalıklardır.Her ikisi de tedavi edilmediğinde ve eğitim verilmediğinde çocuğun zarar görmesi ile sonuçlanır. Ailelerin bilimsel etkinliği kanıtlanmamış önerilere zaman ve para harcamaları çocuklara zarar vereceğinden önerilmez. Onaylanmamış ve denetlenmeyen ürünlerin saflığı ve zarar vermeyecekleri bilinemeyeceğinden uzmanlar tarafından önerilmemektedir. Gereksiz olarak alınan ve vücutta gereğinden fazla bulunan her şey ister vitamin, ister doğal ürün olsun dengeyi bozar ve zarar verebilir. Bilimsel etkinlikleri kanıtlanmamış yöntemlerin en zararlı etkisininin tedavi geciktirmek olduğunu unutmayarak, çocuğumuzu ve ailemizi umut satanlardan korumamız gerekir..