

Ümit Öner ile

# Göktürk

HABER KÜLTÜR ve MAGAZİN DERGİSİ  
YIL:5 SAYI: 19 ÜCRET: 20 TL AGUSTOS - EYLÜL 2021



**SBRAIN**  
**Oğuzhan Aydın**  
Yapay Zeka ile  
Omurga Terapisti

**Vedat Delek**  
Burç Yorumları

**Kutay Koç**  
"Sevilen bir oyuncu ve sevilen  
bir insan olmak kesinlikle önceliğim.."

**ASLI  
HÜNEL**

"Bu Dönemde Elimizi,  
Taşın Altına Koymalıyız"

**Belgin Dal**  
Renklerin İnsan  
Hayatında ki Önemi

**Aynur Tümen**  
Kendi Kaderini mi  
Yaşıyorsun?

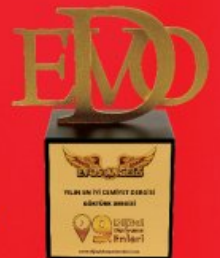
**Prof. Dr.  
Oğuz Özyaral**  
Saç Dökülmesine Karşı  
Doğal Çözümler

**Semra Kara**  
Bozcaada Gezi  
Rehberi

**Esra Ertuğrul**  
Bebeklerin Uyku  
İhtiyaçları Nelerdir?

**liv**  
HOSPITAL

YILIN EN İYİ  
CEMİYET DERGİSİ  
"GÖKTÜRK DERGİSİ"



## Ergoterapi Nedir?

Ergoterapi birey odaklı bir sağlık mesleğidir. Ergoterapistler temel olarak kişilerin günlük yaşama ve anlamlı aktivitelere bağımsız katılımlarını sağlamak için çalışır.

## Duyu Bütünleme Nedir?

Bedenimiz ve çevremizden gelen bilgilerin duyu organlarımız aracılığıyla alınması, bu bilgilerin beyne ulaşması, beyinde işlenerek anlamlandırılmasının ardından, bu bilgiye uygun bir davranışın oluşturulması sürecidir. Bu süreçler hem duyu, hem de sinir sisteminde karmaşık bir takım nörolojik işlemler gerektirir.

**Peki bu duyularımız nelerdir? İki başlık altında ayırabiliriz. Dışsal ve içsel duyularımız.**

### Exteroseptif (Dışsal) Duyularımız

**D**ışsal Duyularımız beynimizde kendi vücudumuz dışında kalan ve bizden bağımsız olan dış dünyanın temsilini oluşturur.

Bize ilkokuldan beri öğretilen 5 duyumuz dışsal duyumuzdur. Bunlar görme, işitme, tat duyası, koklama, işitme, dokunma (taktil) duyularımızdır. Bu duyularımızda duyu bütünleme sorunları olduğunda çıkan davranışsal sonuçlar nelerdir?

#### Görme Duyusu Sorunları

- Okuma ve yazmada sorunlar
- Tahtadan kopyalamakta sorunlar
- Zayıf göz teması
- Hareket eden nesnelere ve insanları takip etmekte zorluk
- Parlak ışıklardan kaçma isteği
- Parmaklarını ya da objeleri gözü önünde hareket ettirme
- Parlak renkli ışıklardan objelerden hoşlanma
- Görsel uyaran arama defterini kitabını karalama
- Ellerini sallama parmaklarını sıraya vurma kalemi döndürme isteği
- El-göz koordinasyon sorunları
- Sağını solunu öğrenmede zorluk



#### İşitme Duyusu Sorunları

- Yüksek sesten duyulan rahatsızlık (elektrikli süpürge, düdük sesi, düğün gibi kalabalık ortamlar gibi)
- Seslendiğinizde duymuyor gibi görünmesi
- Kendi kendine ses çıkarması
- Bazen fazla yüksek sesle konuşması
- Kalabalık ortamlardan rahatsız olması

Ebru BALANTEKİN  
Pediatrik Ergoterapist



### Dokunma Duyusu Sorunları

- Dokunulduğunda öpüldüğünde sinirlenmesi
- Sosyalleşme sorunları
- Saçının taranmasından ellenmesinden, tırnak kesmekten rahatsız olması
- Her şeye herkese dokunmak istemesi
- Ağrı ve ısıya düşük reaksiyon
- Basıncı hoşlanmaz
- Vurmalı oyunlardan hoşlanmaz, kendine zarar vermeye eğilimlidir
- Çıplak ayakla yere basmak istememesi
- Ayakkabı, çorap ve kıyafet giymekten rahatsız olması
- Ellerini yıkamaktan ve banyodan rahatsız olması
- Üstünün dağınık olmasından rahatsız olması
- Tat, Oral Motor Ve Koku Duyusu Sorunları
- Tırnaklarını yeme ve parmak emme
- Yemek ayırt etme, her zaman aynı şeyleri yemeyi isteme
- Kokulara aşırı tepki verme
- Her şeyi ağzına sokmak istemesi
- Kendini, insanları ve objeleri koklar
- Yatağı ıslatma
- Yiyeceklerin kokusu sertliği ve dokusuna karşı hassas olması
- Konuşma çığneme ve üfleme sorunları



## İnteroseptif (İçsel) Duyularımız

İç organlarımızdan ve duyularımızdan gelen bilgileri algılamamızı sağlayan duyularımızdır. Yaşamımızı bağımsız sürdürebilmemiz için doğru çalışması çok önemlidir. Duyusal ve davranışsal sorunun da kaynağı olabilen interoseptif duyular karakteristik özelliklerimize de etki eder.

Bu duyularımız,

Vestibüler Duyu; Vestibüler sistem beynimizin beyincik adını verdiğimiz kısmında bulunur. Türkçeye hız, hareket ve denge olarak çevrilir. Vestibüler duyu anne karnında 4. ve 5. haftada gelişen ilk duyularımızdan birisidir. Vestibüler duyumuz başımızın içinde, iç kulakta bulunur. Hareket hızını ve yönünü keşfetmemizi sağlar, denge ve koordinasyon becerimizi geliştirir, beden hareket ve pozisyonunu ayarlamakta görevlidir.

### Vestibüler duyu sorunları

- Sırada sakin durmakta zorlanabilir
- Ufak hareketlerden rahatsız görünebilir
- Sürekli koşmak isteyebilir
- Koordinasyon gereken oyunlardan uzak kalabilir
- Merdiven inip çıkmada zorluk, sakarlık, uyuşuk ve tembel görünebilir
- Yerden yüksek yerlerden korkabilir
- Dönmekten, koşmaktan, sallanmaktan çok hoşlanır
- Zıplamayı, atlamayı sever
- Kendi kendine döner
- Bilinçsizce sallanır
- Parktaki oyuncaklardan hoşlanır
- Tehlikeli hareketleri yapmaktan keyif alıyor gibi görünebilir
- Bisiklete binmek, scooter kullanmak gibi becerilerde zorlanabilir
- Sık duygusal patlamalar yaşıyor olabilir

Proprioseptif Duyu; Proprioseptif duyumuz beynimizin somatik beyin kısmında işlenir. Eklem, tendonlar ve kaslarımızdan bilgi olarak bu bilgilerin beynimizde işlenmesini sağlar. Proprioseptif duyumuzun görevi beynimizde vücudumuzun fiziksel bir temsilini sağlamaktır. Kas gücü kontrolümüz, vücut pozisyonumuz, uzaysal algı yeteneklerimiz, postüral farkındalığımız ve motor planlama becerimizin bizim bilinçli farkındalığımız olmadan bilinmesini ve kontrol edilmesini sağlar.

### Proprioseptif duyu sorunları

- Arkadaşlarına ya da eşyalara vurma davranışı olabilir
- Sakar olabilir, düşer, çarpar
- Kötü bir postür (anatomik duruş) vardır
- Motor becerilerde, yazı yazmakta, elinde bir şey tutmakta zorlanabilir
- Özgüven sorunları yaşayabilir
- Matematik, geometri gibi üç boyut düşünmede zorlanabilir
- Çok terleyebilir, yorgun hissedebilir
- İnsanları veya eşyaları çok sıkı ya da gevşek tutabilir
- Sıklıkla insanlara, mobilyalara, duvara yaslanır
- Ezilmekten hoşlanır
- Çarpışma, ezilme düşme gibi oyunları çok sevebilir
- Bir aleti nasıl kullanacağını öğrenmekte zorluk yaşayabilir
- Çok fazla dokunmak ve sıkıştırmak isteyebilir
- Motor becerilerde zorluk yaşayabilir
- Dikkat sorunları
- Planlama sorunları



## DUYU BÜTÜNLEME SORUNLARI hangi durumlarda görülebilir?

- Otizm
- Öğrenme güçlükleri
- Hiperaktivite ve dikkat dağınıklıkları
- Gecikmiş konuşma
- Dil/ Artikülasyon bozuklukları
- İşitme ve dil problemleri
- Görsel problemler
- Davranışsal problemler
- Hipo-hipertonus ve motor koordinasyon problemleri
- Yaygın gelişimsel bozukluklar
- Serebral paralizi
- Kafa travmaları

### Değerlendirme ve Tedavi:

Duyu bütünleme modelinde değerlendirme ve müdahale yöntemleri standardize olarak geliştirilmiştir.

Bu modeldeki değerlendirme yöntemleri geleneksel olarak standardize bir test bataryası, performansın gözlemlenmesi ile bakım verenlerden ve diğer kaynaklardan toplanan verilerin kullanımınıdır.

Standardize test bataryasının sonuçlarıyla birlikte diğer veriler, bir kişinin duyusal bütünleme bozukluğuna sahip olup olmadığını ve bu bozukluğun niteliğini belirlemek için kullanılır.

### TEDAVİ:

Geleneksel olarak duyusal bütünleme modeline dayanan terapi, duyusal bütünlemedeki sorunun iyileştirilmesine yöneliktir. Bu nedenle, duyu bütünleme terapisinin amacı çocuklarda kontrollü duyusal girdilerin sağlanması ile adaptif cevapların açığa çıkmasını sağlayarak beynin duyusal bilgiyi bütünleştirme yeteneğini geliştirmektir.

### DUYU BÜTÜNLÜĞÜ TEDAVİSİNDE AMAÇ:

- Algılama için beyin kapasitesini artırmak.
- Daha normal adaptif cevap elde etmek için duyu bütünlüğünü organize etmek.
- Daha sonra akademik görevleri yönetebilmenin geliştirilmesidir. Duyu bütünleme modelinde müdahale planlaması çocuğun sorunlarının ve bu sorunların altında yatan nedenlerin belirlenmesine dayanır; yani bu durum duyusal bilgilerin işlenmesiyle ilgili özel zorluklardır.
- Tedavi; vestibüler, proprioseptif ve taktil duyuların da bütünleştirilmesini içerir.
- Terapist, terapi sürecini belirlemek için müdahale öncesi değerlendirmelerle çocuk hakkında mevcut tüm bilgileri kullanır.