

Radyoda öncü bir sağlık programı: Bir Nefes Sıhhat

Yrd. Doç. Dr. Mahmut Tokaç



1963 yılında Ordu, Ünye'de doğdu. 1979'da Ünye Lisesi'nden, 1985'te İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nden mezun oldu. 2000 yılında İÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Deontoloji ve Tıp Tarihi Bölümü'nde doktorasını tamamladı. 2002 – 2003 tarihleri arasında İstanbul 112 Ambulans Komuta Merkezi Başhekimliği, 2003 – 2009'da Sağlık Bakanlığı İlaç ve Eczacılık Genel Müdürlüğü'nde Genel Müdür Yardımcılığı ve Genel Müdürlüğü ile 2009-2013 arasında İstanbul Başakşehir Devlet Hastanesi Başhekimliği görevlerinde bulundu. Dr. Tokaç halen İstanbul Medipol Üniversitesi Tıp Fakültesi Deontoloji ve Tıp Tarihi Anabilim Dalı Başkanı ve Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulama Araştırma Merkezi Müdürü olarak görev yapmaktadır.

Türkiye'de ilk radyo yayını 1927 yılında başlamıştır. Pek çok ülkeye göre erken sayılabilecek bir tarihte başlayan radyoculuk Türkiye'de idari açıdan 8 farklı dönem geçirmiştir. (Tablo 1) 1927 yılında TTTAŞ adlı özel teşebbüs ile başlayan radyo işletmeciliği 1964 yılında TRT'nin kurulması ile devlet tekeline girmiş ve 1993 yılına kadar TRT'nin tekelinde gerçekleştirilmiştir. 1992 yılı Türkiye'de özel sermayeli radyo kanallarının yayına başladığı yıl oldu. Henüz yasal altyapısı olmadan yayına başlayan özel radyolar, Anayasanın 133. Maddesini, 2954 sayılı TRT Yasasını, 2813 sayılı Telsiz Yasasını ihlal etmekteydilerse de birçok özel radyo yayına başladı.

1993 yılı Nisan ayında İçişleri Bakanlığı'nın Emniyet Genel Müdürlüğü ve valiliklere gönderdiği bir yazısıyla Anayasanın 133. maddesi ve 2954 sayılı Radyo ve Televizyon Kanunu'na göre özel radyoların kanunsuz olduğu hatırlatıldı ve kapatılmaları istendi. 200 üyeli Radyo Televizyon Sahipleri ve Yayıncıları Derneği'nin girişimleri de fayda vermedi ve özel radyolar kapatıldı. Bu yasaklama kararının ardından otomobillerin antenlerine siyah kurdeleler bağlanarak "radyomu geri istiyorum" kampanyası başlatıldı. Sonuçta özel radyoların tekrar yayına başlayabilmeleri için Anayasanın 133. Maddesi "Radyo ve Televizyon istasyonları kurmak ve işletmek kanunla düzenlenerek şartlar çerçevesinde serbesttir." şeklinde değiştirildi. 10 Temmuz 1993 tarihli Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe giren bu yasa ile birlikte radyo yayıncılığında devlet tekeli de kaldırılmış oldu.

Özel radyoların yayına başlaması ile birlikte 1993 yılında yayın hayatına başlayan ilk radyolardan biri de Akra FM'di. Tarihler 12 Şubat 1994'ü gösterdiğinde Akra FM'de "Bir Nefes Sıhhat" isimli yeni bir program

yayına başlıyordu. Barış Manço'nun *Bir Nefes Sıhhat Gibi* adlı eserinin müziği eşliğinde "Bu program Sağlık Vakfı tarafından hazırlanmıştır." ön anonsu ile girilen yayında, bu satırların yazarı olan sunucusu şu sözlerle programın amacını ve muhtevasını açıklıyordu:

"Hayırlı günler sevgili dinleyiciler! Bugünden itibaren yeni bir programa başlıyoruz. Programımızda sizlere sağlıklı ilgili konularda bilgiler verilecek, problemlerinize çözümler getirilmeye çalışılacak. Programımızın muhtevası hakkında sizlere kısaca bilgi verelim. Programımızın amacı, dinleyicilerimizi sağlık konularında bilgilendirmenin yanında, sağlığın korunması hususunda bilinçlendirmektir. Her programda müstakil bir konu işlenecek, bu konuyla ilgili sorularınıza cevaplar verilmeye çalışılacak. Ayrıca her konudaki değişik sorularınız da işinin ehli uzmanlar tarafından cevaplandırılacaktır. Tarihimizdeki değerli hekimler ve tıbbı yaptıkları katkıları tanıtacağız. Bunun yanında Peygamber Efendimizin (SAV) hadislerinden sağlıklı ilgili olanları derlenip tıbbi yorumlar yapılacaktır. Memleketimizde halen yürürlükte olan sağlık sistemimizin aksayan yönleri ele alınacak, çözümler araştırılacaktır. Tabii sanatkar hekimlerimiz ve hekimle ilgili çalışma yapan sanatçılarımız da bu programın ilgi alanında olacak. Siz değerli dinleyicilerimizin yapacağı eleştiriler ve tekliflere de açık olduğumuzu ve programımızda en güzele ulaşacağımızı da antreparantez belirtelim."

Bu ilk programla ilgili oldukça olumlu tepkiler gelince 19 Şubat 1994 günü yapılan ikinci program o heyecanla ve yeni dinleyicilerin olması ihtimali üzerine amacı ve muhtevayı bir kez daha açıklama ihtiyacını hisseden bir duyguyla başladı ve orada da aynen şu cümleler aktarıldı: "Merhaba sevgili Akra FM dinleyenleri! "Bir nefes sıhhat" programımızın bir yenisi ile yine karşınızdayız. Geçen haftaki programımızı

dinleyememiş olanlar için programımızın muhteva ve mahiyetini bir defa daha açıklamak istiyoruz. Programımızın amacı halkımızın sağlık bilincinin oluşmasında yardımcı olmak, siz değerli dinleyicilerimizin sağlık problemlerine çözümler getirmektir. Sağlığın korunması konuları ile aktüel sağlık meseleleri ilgi alanımız içinde olacak. Tıbb-ı Nebevi dediğimiz sağlıkla ilgili hadislere günümüz bilgileri ışığında yorumlar getirilecek. Her hafta bir konuda bir uzmanın görüşleri aktarılacak, sizlerden gelen sorulara cevaplar verilmeye çalışılacak. Ayrıca tarihimizdeki değerli hekimler ve tıbbı yaptıkları katkıları tanıtılacaktır. Bu programa neden ihtiyaç duyulduğuna gelince; Eski tıp yazmalarının pek çoğunun mukaddimesinde yer alan şu cümleler bu hususa açıklık getirecektir sanıyorum. "İlim iki türdür, birisi beden ilmi, diğeri din ilmi. Ama beden ilmi önce anıldı, çünkü bir kişi hasta olsa, aklı bağlanmış ve gönlü kırık olup, bedeni zayıf ve gevşek olur, din ilmini tahsil edemez. Öyle olunca beden ilmini önce bilip öğrenmek gerekir."

Buradan da anlaşılacağı üzere sağlıklı ilgili temel bilgileri öğrenmek herkesin en önemli görevlerindedir. Sağlığın önemini ifade eden Kanuni Sultan Süleyman'ın şu veciz beyti, başka bir söze hacet bırakmayacak kadar açık değil mi: "Halk içinde muteber bir nesne yok devlet gibi / Olmaya devlet cihanda bir nefes sıhhat gibi." Sağlığın ne demek olduğunun tarifini de yapmak gerekir sanıyorum. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre sağlık; yalnız hastalık ve maluliyetlerin yokluğu olmayıp bedence, ruhça ve sosyal bakımdan tam bir iyilik halidir. Bu tariften anlaşılacağı gibi sağlığı sadece hastalandığı zaman doktora gidip tedavi olmak olarak görmeyip, beden ve ruh sağlığını koruyacak bir sosyal seviyeye ulaşmak olarak anlamak gerekir.

Her hafta canlı olarak yayınlanan program 1997 yılına kadar yaklaşık 4 yıl boyunca

devam etti. Programın en belirgin özelliği, etik konulara olan hassasiyeti ve dinleyicilere sağlıklarını koruma hususunda yol gösterici olması idi. Canlı yayında uzmanlara sorulan dinleyici soruları alınsa da bunun amacı sadece fikir vermektir ve asla herhangi bir ilaç tavsiyesinde bulunmamak düsturu benimsenmişti. Günümüzde çeşitli mecralarda çok sayıda sağlık programı ya da bilgilendirme yer almakla birlikte birçoğunda etik dışı davranışlar ve hatta şarlatanlık düzeyinde yanıltıcı bilgilerin var olması dikkate alındığında Bir Nefes Sıhhat programının etik kaygılarının ne kadar yerinde olduğu gözlerden kaçmayacaktır.

Hangi konular işlendi?

Bu programlarda neler yer almıştı? Program kayıtlarının taranması sonucu ortaya çıkan durum, programların ne kadar kapsamlı olduğunun göstergesidir. **Bir Konu Bir Uzman** başlıklı bölümümüzde işlenen konular ve konuklarımız kronolojik sıra ile aşağıdaki şekilde gerçekleşmiştir:

Anne sütü ve beslenme (H. Yayla)
Check-up (M. Ak)
Ellerin temizliği
Aft (A. Arpacı)
Oruç sonu tıbbi tavsiyeler (A.F. Ağan)
Aşılar (H. Yayla)
Allerjik rinit (H. Özkul)
Astım (R. Dodurgalı)
Allerjik deri (A. Arpacı)
Mantar (A. Arpacı)
Barsak-mide hastalıkları (A.F. Ağan)
Sünnet/Hitan (T. Çaşkurlu)
Çocuk eğitimi (M. Tosun)
İshaller (R. Öztürk)
Halk sağlığı (N. Akman)
Gebelik ve cilt hastalıkları (A. Arpacı)
Kuduz (M. Ak)
Hepatit A (M. Ak)
Böbrek taşları (M. Baykal)
Artrozlar (H. Ertürk)
Frengi (A. Arpacı)
Ü.S.Y.E. (M. Ak)
Kızamık (H. Yayla)
Çocuk psikolojisi (A. Duran)
Çocuklarda ortopedik bozukluklar (M. Tezer)
Çocuklarda KBB hastalıkları (S.A. Aydoğmuş)
Yenidoğan sarılığı (H. Yayla)
Hepatit B (M. Ak)
Diş Sağlığı (B. Altundaş)
Kaşıntı (M. Erbay)
Oruç (A.F. Ağan)
Sigara ve çocuk (H. Yayla)
Anemiler (M. Güney)
Rahim boynu kanserleri (K. Ceylan)
Ebola-Polio-Hepatit-Yaz ishalleri (M. Ak)
İshaller (M. Ak)
Ruh sağlığı (A. Duran)
Kısırlık (T. Çaşkurlu)
Tüberküloz (R. Dodurgalı)
Gastroskopi (A.F. Ağan)
Grip (M. Ak)
Meme hastalıkları (N. Ülker)
Jinekolojik ağrılar (M. Dai)
Bel fıtıkları (T. Bilge)
Çene cerrahisi (B. Altundaş)
Ülser (Z. Yazkili)

Hemoroid (Z. Yazkili)

Bazı **Özgün Konular** da programımızda işlenmiştir ki bunlar da aşağıda gösterilmektedir:

Ellerin temizliği
Beden temizliği
Gürültü
Bel ağrıları
Tıbbi abortus
Hipertansiyon
Tüp bebek
Sigara
Dişler
Şeker
Çevre
Ağrı
Etler
Eximer laser
Çevre ve çocuk

Beslenme konusu her zaman çok önem verilen konular arasında yer almış olup sağlıklı ve doğal beslenmenin önemi o yıllarda ısrarla vurgulanmıştır.

Ramazan ve oruç,
Beslenme kültürümüz
Beslenme 1
Beslenme 2
Beslenme 3
Beslenme 4
Beslenme ve etler (H. Farımaç).

Bazı **Özel Günler** programımızda unutulmamış ve bu günlere denk düşen programlarımızda bu günler özel olarak işlenmiştir:

14 Mart Tıp Bayramı
12 Mayıs Hemşireler günü
14 Mayıs Eczacılık günü
Özürlüler Günü
Bayram özel.

Etik ve sağlık politikaları üzerine yaptığımız programlarımız belki de en fazla ilgi çeken programlar olmuştur. Bunlar başlıklar halinde aşağıdaki şekilde gerçekleşmiştir:

Hasta-hekim ilişkileri
Hasta hakları
Hastaneler
Organ nakli
Nüfus planlaması ve kürtaj
Basında hasta-hekim ilişkisi
Sempozyum özetleri
Ötanazi
Sağlık eğitimi (M. Aydınlı)
Bilgilendirme hakkını kullanmama
Aile hekimliği (U. Baran)
İlaç (Ö. Alkan)
Hekim hataları (S. Pençe-Z.Yazkili)

Programlarımızda önemli bir bölüm olarak yer alan **Tıbb-ı Nebevi** ile bazı büyük zatların eserlerinden sağlıkla ilgili hususların aktarıldığı bölümümüzün konu başlıkları da şunlardır:

Tedavi olmak
Hasta ziyareti
Hastalıklardan korunma
El temizliği
Beden temizliği
Sabır

Dua
Kaynaşma
Alkol-sigara
Spor
Misvak
Yemek adabı
Üzüm
Sünnet
Sıhhat ilminin önemi (MZK)
Sıhhat kaideleri (MZK)

Tıp tarihimizdeki önemli şahsiyetlerin hayatlarından bahsettiğimiz **tıp tarihi** bölümümüzde ele aldığımız kişiler ise şunlardır:

Süheyl Ünver
Hulusi Behçet
Akşemseddî

Bazı kurum ve kuruluşların tanıtıldığı **Tanıtım** bölümlerimizle basın yayın organlarından alıntılar yaptığımız **Basından** bölümlerimizde de aşağıdaki konu başlıkları işlenmiştir:

Sağlık Vakfı
Yeşilay
İBB Sağlık Daire Başkanlığı (B. Zülfikar)
Darülaceze (Z. Birkan)
Ruh-Sağ (Y. Bayraklı-F. Yavuz)
Doktorlara rotasyon (A. Songar'ın Makalesi)
Panzehir Dergisi
Sağlık Vakfı Bülteni

Programımız içerisinde zaman zaman aktardığımız **Vecizeler**'den ve buna bağlı olarak aktardığımız hekimlere yönelik taşlama şiirlerinden birini örnek verelim: "*Sevgili dinleyenlerimiz! 'Sağlık en kıymetli hazinedir. Hekimler ise Allah'ın hazinedarlarıdır. Sağlık hazinesini korumaya memur edilmişlerdir.'*" "*Allah kimseyi hekimsiz ve hâkimsiz bırakmasın.'*" gibi sözler mevcutsa da herkes hekimlerden memnun değildir. Bunun bir örneği de *Neyzen Tevfik*'dir. Şöyle yazmıştır: "*Bir hazâkatzedeyim, midemi tıp tepti benim / Kırk katır tepseydi yıkılmazdı şu aciz bedenim / Kapladı her yanımı ağrı, elem, keder, bere / Bir mezar oldu cihan, sanki etibba haşere.'*"

Evet, bundan tam 20 yıl önce Akra FM'de gerçekleştirdiğimiz ve alanında öncü görevi gören Bir Nefes Sıhhat programımızla ilgili yazımızı, o günlerde yaptığımız selamlama ile bitirelim: "*Akra FM stüdyolarından hepimizi en içten, en samimi, en sıcak, en güzel duygularla, en hikmetli, en zarif, en güzel kelimeler ve selam sahibinin selamıyla selamlıyorum. Yüce Rabbimizin selamı, rahmeti, bereketi, lütuf ve keremi üzerinize olsun. Her şey gönlünüze, gönlünüz de Hakka göre şekillensin.'*"

Kaynaklar

Hakkımızda, Ak radyo web sitesi, www.akradyo.net/content.aspx?id=25. (Erişim tarihi: 09.03.2014)

Mihalıs Kuyucu, "Türkiye'de Özel Radyo Yayıncılığı: Ulusal Ölçekte Yayın Yapan Özel Radyo Kanallarının Yapılan Üzerine Bir Araştırma", *Global Media Journal*, Güz 2013, 4(7), 135-155.

Radyo Tarihi, www.eskıradyo.co/pdf/radyo_tarihi.pdf. (Erişim tarihi: 09.03.2014)