

### **Akademik geçmişinizden biraz bahseder misiniz?**

Doç. Dr. Fatih Hilmi Çetin: Meram Tıp Fakültesi 2009 yılı mezunuyum. Çocuk-ergen psikiyatri ihtisasımı Gazi Üniversitesi Çocuk-Ergen Psikiyatri Anabilim Dalında, 2014 yılında tamamladım. Sonrasında Kayseri Erkelit Çocuk Hastalıkları Hastanesinde, devlet hizmet yükümlülüğü görevimi 2017 yılında bitirdim. Bu tarihten eylül 2022'ye kadar, yaklaşık 5,5 yıl, Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk-Ergen Psikiyatri Anabilim Dalında öğretim üyesi olarak çalıştım. Bu süreçte 2020 yılında doçentlik unvanı almaya hak kazandım. Akademisyenlik sürecimin en keyifli yanı birçok makale yazmanın, birçok ödülle taltif edilmenin gururunu da bir yandan hissederek, asistan hekimlerin yetişmesine katkı sağlamak ve nasıl iyi birer uzman olduklarına şahitlik etmektir.

Doç. Dr. Halit Necmi Uçar: Meram Tıp Fakültesi 2011 yılı mezunuyum. Çocuk-ergen psikiyatri ihtisasımı Uludağ Üniversitesi Çocuk-Ergen Psikiyatri Anabilim Dalında 2016 yılında tamamladım. Sonrasında Van Eğitim-Araştırma Hastanesinde devlet hizmet yükümlülüğü görevimi 2018 yılında bitirdim. Bu tarihten eylül 2022'ye kadar, yaklaşık 4,5 yıl, Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk-Ergen Psikiyatri Anabilim Dalında öğretim üyesi olarak çalıştım. Bu süreçte, 2021 yılında doçentlik unvanı almaya hak kazandım. Bir çocuğun doğup büyümesine şahit olmanın heyecanını akademisyenlik sürecimde uzmanlarımızın yetişirken nasıl geliştiklerine şahitlik ettiğim ve katkı verdiğim her anda duydum.

### **DiaMind Zihin Akademisini kurmaya nasıl karar verdiniz?**

Fatih H.Ç.: Bir gece ansızın... Akademisyenlik az önce belirttiğim gibi bir uzman yetiştirme sürecine katkı, "hocalık" deneyimi, gururlu ve huzur veren bir süreç. Bir yandan da öğretirken öğreniyorsunuz, zamanla bilgi ve tecrübeniz derinleşiyor, eskilerin "meleke kesbetmek" tabiri ettiği bir süreç. Bir zaman sonra derinleştiğimiz bu bilgi halkımıza sunma arzusu zihnimizde belirginleşti. Vakit baskısı olmaksızın, bir hastamız geldiğinde bütüncül bir bakış açısıyla dört başı mamur eksiksiz ve kapsamlı bir mekânda olabilecek en güzel haliyle hizmet verme arzusu bu kararın arka planı diyebilirim.

Halit N.U.: Sanırım akademisyenlik sürecinden aldığım keyif nedeniyle başta veri toplayıp analiz yapmak olmak üzere bazı işleri hiç bırakmayacağım... Nesnesi de öznesi de insan olan hekimlik sanatını tam düşlediğimiz gibi icra edebileceğimiz bir alan arayışı içindeydik. Sahada çocuklarımız için emek veren özel eğitimci, psikolog, psikolojik danışman ve rehber öğretmen, çocuk gelişim uzmanı gibi tüm meslek elemanları ile dirsek teması iletişim kurmak ve omuz omuza mücadele vermek hayalini ancak DiaMind çatısı altında gerçekleştirebileceğimizi anladığımızda yola çıkmış olduk. Bugün itibarıyla üç ay oldu, iyi ki de çıktık...

### **Bu alanı tercih etme sebepleriniz nelerdir?**

Fatih H.Ç.: Halit hocamızla tıp fakültesi yıllarında tanıştık, yirmi yıla yakındır dostluğumuz var, beşinci sınıftayken biz çocuk-ergen psikiyatristi olmalıyız düşüncesi zihnimizde netleşmişti. Bir dönem çocuk hastalıkları uzmanı olmayı da çok istedim. Yaptığınız işle hemhâl olursunuz, ruhunuza sirayet eder ya, ben hep çocukla çalışmak istedim. Bir taraftan büyürken ve gelişirken belki hep çocuk kalmak istedim...

Halit N.U.: Fakülte yıllarında Fatih hocamla yaptığımız kuyu sohbetlerde insana en çok çocukluk döneminde dokunduğumuzda faydalı olabileceğimizi fark ettik. Sağlık bilimcisi olarak psikoloji, sosyoloji ve felsefe gibi sosyal bilimlere de seviyorsunuz ve çocukla çalışmak istiyorsanız, tüm bu hayallerin kesişim kümesinde çocuk zihni karşınıza çıkıyor. Çocuk zihnine ve ruhsallığına dokunmak isteşimin hikâyesi böyle başladı, çocuk-ergen psikiyatri uzmanlığı ile devam etti. Şimdi DiaMind çatısı altında taçlandı diyelim...

### **Otizme neden olan faktörler nelerdir?**

Fatih H.Ç.: Otizm, nörogelişimsel bir bozukluk. Özellikle daha anne karnında iken başlayan ve hayatın ilk iki yılında daha belirgin olmak üzere beyin gelişimiyle ilgili süreçlerin aksadığı bir bozukluk. Beyin gelişiminde aksamanın en temel nedeni de genetik ve epigenetik faktörler. Çevresel faktörler direkt bir neden olmaktan daha çok, var olan genetik kusurun ne kadar şiddetli açığa çıkacağını epigenetik mekanizmalar üzerinden belirliyor. Epigenetik mekanizmalar, gende doğrudan bir kusur olmaksızın genin okunmasında artma ya da azalmayla sonuçlanan süreçleri tanımlar. Genin okunmasını ne değiştirir? Stres, inflamasyon, beslenme, yaşam tarzı, sosyal uyaran... birçok faktör sayabiliriz. Genetik bir kusur varlığında epigenetik faktörlerin etkisiyle beyin gelişimi aksıyor, yavaşlıyor, duraksıyor ya da geriliyor...

Halit N.U.: Genetik faktörler dediğimizde mutasyon, polimorfizm, delesyon gibi doğrudan bir genetik kusuru ifade ediyoruz. Tanımlanmış yaklaşık 30 binden fazla genin 10 binden fazlası beyin gelişimi ile ilgili ve otizmde şu ana kadar tanımlanmış binden fazla genetik kusur var. Özetle otizm -tıptaki tabirle- bir tek gen hastalığı değil, birçok

farklı gendeki minimal kusurun bir araya gelerek kümülatif etkiyle hastalığa yol açtığı çok gen hastalığı. Bu durum spektrum kavramının arka planını yani neden hiçbir otizmlı yavrumuzun birbirine benzemediğini de açıklıyor.

### **Aileler çocuklarında ne gibi farklılıklar hissettiklerinde bir uzmana danışmalılar?**

Fatih H.Ç.: Dil gelişiminde gecikme en önemli ipucu. Bir yaşında 5-10 arası kelime söylemeye başlamayan ve iki yaşında iki kelimelik cümleleri söylemeye başlamayan her çocuğumuzun ayırıcı tanı açısından çocuk-ergen psikiyatri uzmanınca değerlendirilmesi gerekir.

Halit N.U.: Sosyal ve duygusal gelişimde gecikme diğer önemli ipucu. Sosyal gülümseme 1 aylıkken, göz teması 2 aylıkken, yabancı kaygısı 6 aylıkken ve isme bakma en geç bir yaşa kadar gerçekleşmeli. Ortak dikkat dediğimiz çocuğun dikkatini çekebilme ve yönlendirebilme ve çocuğun başta anne olmak üzere diğerlerinin dikkatini çekme çabasını en geç bir yaşa kadar görmeliyiz. Gecikme olan her çocuğumuz ayırıcı tanı açısından değerlendirmek gerekir.

### **Tanı koyma sürecinden sonra aileleri nasıl bir süreç bekliyor?**

Fatih H.Ç.: Çocuk-ergen psikiyatri değerlendirmesi ile tanınan süreç tamamlanıyor. Sonrasında her çocuğa göre farklı bir plan yapıyoruz ama ortak nokta yoğun bir özel eğitim sürecinin hızlıca başlaması gerekliliği. Aileler ve çocuklarımız uzun soluklu eğitim dolu bir yolculuğa başlıyor. Düzenli çocuk-ergen psikiyatri takibi de gerekli olduğunda ilaç tedavisi müdahalesi ve özel eğitim sürecinde gelişimin izlenmesi açısından oldukça kıymetli. Hekim-özel eğitim-aile üçgeni ne kadar sağlıklı kurulursa aileler ve çocuklarımız doğru bilgiye ve doğru müdahaleye o kadar kolay ulaşıyor.

### **Bu süreçte ailelere önerileriniz nelerdir?**

Halit N.U.: Uzun soluklu bir süreçte dayanıklılık en önemli faktör. Bir sloganımız var: Ayakta kalırsan elinden tutarsın... Ailelere en önemli önerim bu bağlamda kendilerini ve varsa diğer çocuklarını ihmal etmemeleri. Birkaç aylık bir süreçten bahsetmiyoruz, mevcut tıbbi ve eğitsel imkânlarla tam şifa ile sonuçlanan az bir yüzde dışında ömür boyu sürecek, nihai hedefimizin tek başına yaşayabilme becerisi kazandırmak olduğu bir süreçten bahsediyoruz. Aileler maddi manevi güçlerini en doğru şekilde kullanmalı, hekimleri ile düzenli görüşerek kaynaklarını doğru kullanma ve kendi ruhsal dayanıklılıkları konularında destek almalı.

### **Otizme en sık eşlik eden tıbbi ve psikiyatrik bozukluklar nelerdir?**

Fatih H.Ç.: Elbette ki diğer nörogelişimsel hastalıklar en sık eşlik eden psikiyatrik sorunlar oluyor. Başta dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu otizmlı çocuklarımızın neredeyse yüzde ellisinde var. Daha düşük bir oranda zihinsel gerilik de diğer önemli eşlik eden tanı. Bunun dışında depresyon, kaygı bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk ve yıkıcı davranış bozuklukları diğer önemli sorunlar. Bir belirti olarak da irritabilite, yani sinirlilik ya da diken üstünde olma hali çocuğun hayatını ve eğitim verimliliğini oldukça olumsuz etkileyen önemli bir faktör. İyi haber ise ilaç tedavileri ile eşlik eden psikiyatrik belirti ve tanıları büyük oranda tedavi edebiliyoruz. Diğer tıbbi sorunların başında ise nörolojik hastalıklar geliyor. Epilepsi ve motor gelişimde gecikmeleri en başta sayabiliriz. Bunun dışında gastrointestinal ve alerjik/immünolojik hastalıklar genel topluma göre daha sık gözlenmekte.

### **Otizmin artışıdaki sebepleri nasıl değerlendiriyorsunuz?**

Halit N.U.: Az önce nedenleri konuşurken biraz değinmiştik. Genetik ve epigenetik faktörler otizmin nedeni. Epigenetik mekanizmaları etkileyen faktörlerin modern yaşamda arttığını ve var olan ama açığa çıkmayan genetik kusurların görünür hale gelmesine neden olduğunu söyleyebilirim. Literatür vaka artışının yaklaşık yarısını bu hipotezle açıklıyor. Bu durum basitçe, yaşamda stres arttı, o nedenle otizm artıyor demek değil... Genetik zemin olmadan sadece epigenetik değişiklikler otizmle sonuçlanmıyor, genetik zemin varlığında epigenetik değişiklik hastalığı ortaya çıkartıyor. Bir diğer faktör de farkındalık artışı, hekime daha kolay ulaşma ve eğitim olanaklarındaki artış. Vaka artışının dörtte birinden de bu farkındalık hali sorumlu. Son olarak giderek daha da bireyselleşen ve toplumsallıktan uzaklaşan yaşamlarımızda insan zihninin sosyal bilişten uzaklaşan bir değişim sürecinde olabileceği hipotezi var, belki epigenetik mekanizmalarla açıklanabilir, ama geri döndürebilir bir süreç mi, henüz bilmiyoruz. Temennim insanı insan yapan sosyal biliş becerimizin hep var olması.