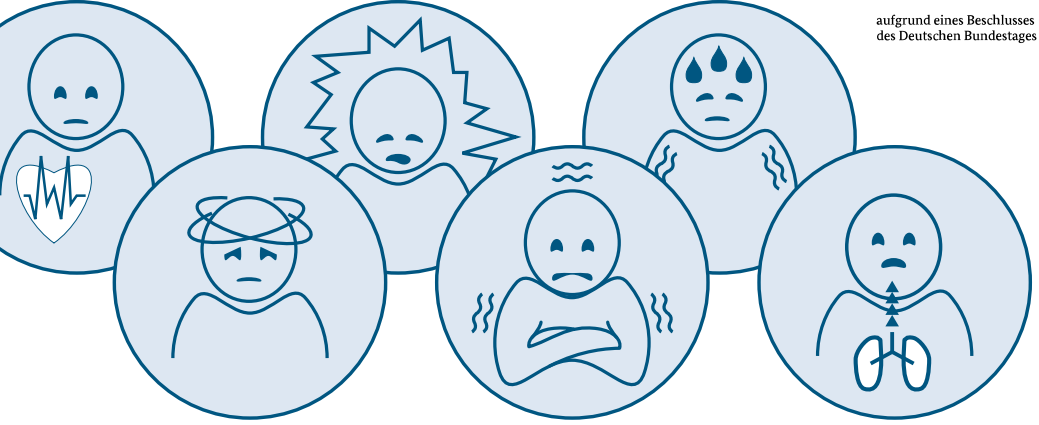


HASTA BİLGİLENDİRME KILAVUZU

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Sepsis herkesi ilgilendirir! Bu konuda bilmeniz gerekenler



DEUTSCHLAND
**ERKENNT
SEPSIS**

Eine Initiative des
Aktionsbündnis Patientensicherheit
und seiner Partner



AKTIONSBÜNDNIS
PATIENTENSICHERHEIT



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	4
1 SEPSİS NEDİR?	6
2 SEPSİSE HERKES YAKALANABİLİR!	8
3 SEPSİS NE ZAMAN OLUŞUR?	10
4 ACABA SEPSİS OLABİLİR Mİ?	10
5 SEPSİSİN TEDAVİSİ	13
6 SEPSİSİN UZUN VADELİ ETKİLERİ	13
7 SEPSİSİN ÖNLENMESİ	16
8 DAHA FAZLA BİLGİ	18
9 KAYNAKÇA	19
KÜNYE	20
YORUMLAMA VE GERİ BİLDİRİM	22

ÖNSÖZ

Halk arasında “kan zehirlenmesi” olarak da bilinen sepsis, bir enfeksiyonun en ağır biçimidir. Sepsiste vücudun enfeksiyona karşı verdiği savunma tepkisi, kendi doku ve organlarına hasar verir.

Sepsis acil bir durumdur, erken teşhis ve tedavi hayat kurtarır!

Hastane dışında sepsise yakalanan kişi sayısı çok fazladır. Ancak çoğu insan, sepsisin ne olduğu veya hangi erken belirtilerin bir sepsise işaret edebileceğini bilmiyor. Almanya’da her yıl yaklaşık 75.000 kişinin öldüğü sepsis, kalp-damar sistemi ve kanser hastalıklarından sonra en sık üçüncü ölüm sebebi hâline geldi. Dünya genelinde yılda yaklaşık 11 milyon insan sepsis nedeniyle yaşamını yitirmektedir. Dolayısıyla bu hastalığın toplum ve sağlık ekonomisi açısından çok büyük önem taşıyor. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), 2017 yılında sepsisi küresel bir tehdit olarak tanımladı. Daha sonra bir DSÖ kararında, sepsisin önlenmesine, tanısına ve yönetimine yönelik hizmetlerin geliştirilmesinin ne kadar gerekli olduğu vurgulandı.

Sepsisle ilgili üç eylem önerisini şu hedef kitleler için hazırladık:

- Halk geneli
- Hekimler, bakım personeli ve diğer sağlık çalışanları
- Ayakta ve yatılı sağlık hizmeti sunan kuruluşlarının yöneticileri

Bu eylem önerileriyle, gerek sepsis konusundaki duyarlılığın artırılması, gerekse muhatapların uygun bir şekilde hastalığın tablosu, sebepleri, semptomları, tedavisi ve önleme olanakları hakkında bilgilendirilmesi amaçlanmaktadır.

Bu tür eylem önerilerinin gerekliliği özellikle, prensipte sepsise de yol açabilecek SARS-CoV-2, Ebola veya MERS gibi yeni tip mikroplar ortaya çıktığında belli olur. Fakat yeni mikropların neden olduğu pandemiler bir yana, kritik olarak gelişen tüm hastalıklarda da her zaman řu soruyu sormak gerekir: “Acaba sepsis olabilir mi?”

Eylem önerilerinin hayat kurtarmaya ve sepsisin etkilerini azaltmaya katkı sağlarnasını temenni ediyoruz.

Sepsis herkesi ilgilendirir!

* Hekimlere, bakım personeline ve diğer sağlık çalışanlarına ile ayakta ve yatılı sağlık hizmeti sunan kuruluşların yöneticilerine yönelik eylem önerilerini řu adreste bulabilirsiniz: <https://www.aps-ev.de/handlungsempfehlungen/>.

1 SEPSİS NEDİR?

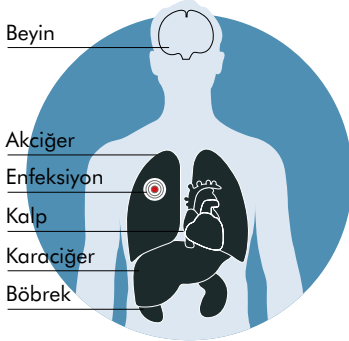
Genelde kan zehirlenmesi olarak bilinen duruma tıp dilinde sepsis denir.

Sepsis, sıklıkla ölümlle sonuçlanan hayati tehlike arz eden bir hastalıktır.

SEPSİS HER ZAMAN ACİL BİR DURUMDUR!

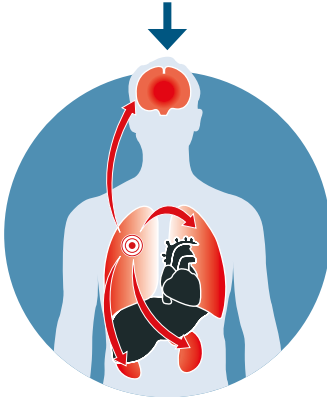
DERHAL hastanede tedavi görmek, hayatta kalabilmek için şarttır!

SEPSİSİN OLUŞUMU



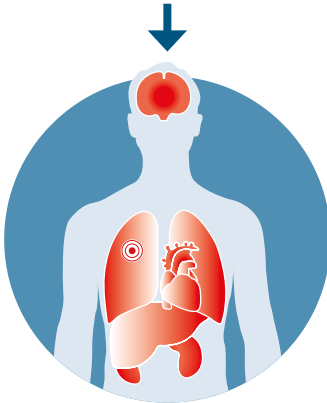
Lokal bir enfeksiyonun tüm vücuda yayılması

Örn. zatürre veya şiddetli bir yumuşak doku enfeksiyonu (enfekte yara, kızamık şişlik) gibi lokal bir iltihap, vücudun savunma mekanizmalarını aşar. Vücuda giren mikroorganizmalar ve ürettikleri zehirler, bağışıklık sisteminin güçlü bir savunma tepkisine neden olur.



Sepsis

Bu savunma tepkisi, vücut tarafından kontrol edilemeyecek kadar güçlü olabilir. Yanlış ayarlanan bu bağışıklık yanıtı, doku ve organların zedelenmesine ve tahrip olmasına yol açabilir, buna da sepsis denir.



Septik şok ve çoklu organ yetmezliği

Bu durumda, "septik şok" olarak adlandırılan, ani tansiyon düşmesi ile gelen kalp-dolaşım yetmezliği gelişebilir. Bunun sonucunda hayati öneme sahip organlar sırasıyla veya aynı anda çalışmayı bırakır. Bu tür bir çoklu organ yetmezliği sıklıkla ölümlü sonuçlanır.

2 SEPSİSE HERKES YAKALANABİLİR!

Dünyada her 3 saniyede bir insan sepsisten yaşamını yitirmektedir¹.

Almanya'da²

- ▶ her yıl yaklaşık 75 bin kişinin yaşamını yitirdiği sepsis, kalp-damar hastalıkları ve kanserden sonra en sık üçüncü ölüm sebebidir
- ▶ yılda yaklaşık 320 bin sepsis vakası görülür – bu da Bonn kentinin nüfusuna denk geliyor
- ▶ sepsis vakalarının %80'i hastane dışında oluşur
- ▶ erken teşhis ve tedavi, aşılama ve hastane enfeksiyonlarının önlenmesiyle 20 bine varabilen sepsis ölümünün önüne geçilebilir

Herkes sepsise girebilir; ancak bazı grupların hastalanma riski daha yüksektir.

RİSK GRUPLARI



Örn. akciğer, karaciğer
veya kalp olmak üzere
kronik hastalığı
olan insanlar



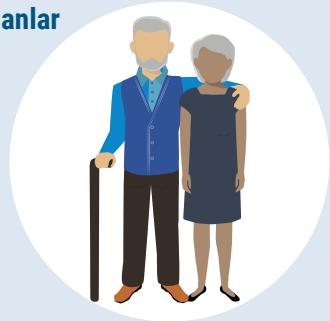
Örn. diyabet,
kanser, diyaliz veya
AIDS hastaları gibi
bağışıklık sistemi
zayıflamış olan
insanlar



Dalağı olmayan insanlar



1 yaşından küçük çocuklar



60 yaş üstü insanlar

Şek. 2: "Risk grupları", Kaynak: Kendi grafiğimiz, Global Sepsis Alliance temelinde uyarlanmıştır

3 SEPSİS NE ZAMAN OLUŞUR?

Sepsis bir enfeksiyona bağlı olarak ortaya çıkar. Bir enfeksiyonun en ciddi komplikasyonudur denebilir.

Sepsis Őu durumlarda oluŐ**abilir**:

- Zatürrelerde
- İdrar yolu enfeksiyonunda
- Batında oluşan bir iltihapta
- Ameliyattan sonra
- Cilt yaralarında (sıyrıklar, kaŐınarak açık yara hâline gelen böcek ısırmaları)
- Vücuttaki çeşitli tüp veya cihazlar (örn. idrar sondası/port kateter, eklem protezleri, kalp pili) vasıtasıyla

4 ACABA SEPSİS OLABİLİR Mİ?

Sepsisin semptomları başlangıçta belirgin olmadığı için, bunları normal bir gripten ayırmak çok zordur.

AŞağıdaki hastalık belirtilerinden en az ikisi görölüyorsa (bkz. Őekil 3 ve 4) bir sepsis söz konusu olabilir:

YETİŞKİNLERDE VE ÇOCUKLARDA SEPSİS BELİRTİLERİ



Zihin bulanıklığı veya kişilik değişimi
("her zamankinden farklıdır", "tamamen değişmiş")



Hızlanmış solunum
(≥ 22 solunum/dakika)



Aşırı hastalık hissi
("berbat durumdayım", "hiç bu kadar hasta hissetmedim") / şiddetli ağrılar

YENİDOĞANLARDA SEPSİS BELİRTİLERİ



- **Cildi anormal soğuk veya ateşli bir his veriyor**
- **Zor nefes alıyor**
- **Tekrarlanan kusma ve/veya ishal**
- **Yavaşlamış tepkiler/hareketler**
- **Süt/mama alımı bozulmuş**
- **Kramp nöbetleri**

Şek. 4: "Yenidoğanlarda sepsis belirtileri", Kaynak: Kendi grafiğimiz, Sepsis-Stiftung temelinde uyarlanmıştır

Hasta Güvenliği İçin Eylem Birliği Derneği tavsiyesi:

Sepsis semptomlarından en az ikisi görülürse, her zaman Acil'i arayın!

Bir doktora veya Acil Çağrı Merkezi'ne sorun:

"Acaba sepsis olabilir mi?"

Sizi "baştan savmalarına" izin vermeyin!

**112
Acil'i arayın**

5 SEPSİSİN TEDAVİSİ

Sepsis tanısı hastanede doğrulanırsa hastanın yoğun bakıma sevk edilmesi mümkündür.

Tanı konulduktan sonra en kısa sürede tedaviye başlamak gerekir. Tedavi, hayati öneme sahip aşağıdaki önlemlerden oluşur:

- Kan kültürleri için kan alınması
- Laboratuvar tetkikleri için kan alınması
- Antibiyotiklerin verilmesi
- İntravenöz sıvı verilmesi ("serum" takılması)
- İdrar çıkışının kontrol edilmesi
- Gerekğinde oksijen maskesinin takılması

Ayrıca iltihabın odağını bulduktan sonra bu odağı daha hedefe yönelik şekilde (ameliyat gibi) tedavi edebilmek.

6 SEPSİSİN UZUN VADELİ ETKİLERİ

Bir sepsis sonrası uzun vadeli etkiler oluşabilir. Çok çeşitli olabilen bu etkiler, bazen yıllar sonra da ortaya çıkabilir.

Bir yandan sık görülen fakat hemen fark edilemeyen, diğer yandan kolayca fark edilebilen fiziksel hasarlar ile psikolojik ve sosyal etkiler arasında ayırım yapılır.

1. Sık görülen fakat hemen fark edilemeyen fiziksel hasarlar

Bunlar özellikle, ileride bilişsel bozukluklar ile kas ve sinir zayıflığına yol açan beyin ve sinir yolu hasarlarıdır. Beyindeki hasarlar çoğu zaman radyolojik incelemelerde (örn. manyetik rezonans görüntüleme, yani MR'da) tespit edilemiyor.

Bu bozuklukların belirtileri aşağıdaki gibi olabilir:

- Fiziksel ve/veya zihinsel dayanıklılığın önemli ölçüde azalması
- Konsantrasyon bozukluęu
- Azalmıř reaksiyon yeteneęi
- Dikkat problemleri
- Son derece kısıtlı hafıza gücü
- Azalmış zihinsel algılama yeteneği
- Görme ve konuşma bozuklukları
- Denge problemleri ve baş dönmesi
- Solunum problemleri
- Kas zayıflığı
- Kronik ağrılar, polinöropati
- Uyku bozuklukları

Bu problemler görüldüğünde hastanın muayene ya da tedavi amaçlı olarak Klinik Nöropsikoloji ya da Bilişsel Nöroloji bölümlerine sevk edilmesini tavsiye ederiz.

2. Kolayca fark edilebilen fiziksel hasarlar

Bunlar ampütasyonlar ve gerekli cerrahi girişimler sonucunda oluşan diğer fiziksel hasarlardır (örn. karın duvarı zayıflığı, kalp ve böbrek işlev bozuklukları gibi organ hasarları).

3. Psikolojik etkiler

Bunlar özellikle depresyonlar ve posttravmatik stres bozuklukları biçiminde ortaya çıkar ve uygun psikoterapötik yöntemlerle tedavi edilebilir.

4. Sosyal etkiler

Bunlar, hastalığın uzun sürmesi ve birçok durumda maluliyete yol açmasıyla ortaya çıkar. Yeni ortaya çıkan sorunların nereden kaynaklandığının anlaşılması sebebiyle, hastaların yakın çevresinde de stres durumları olur. Gerek başka hastalar gerekse yakınlarla yapılacak deneyim ve fikir alışverişi bu durumda çok faydalı olabilir.

Sepsisin etkileri çok yaygın bilinmediğinden birçok hekim ve terapist bu problemlere aşına değildir. Bunun için doktorunuza mevcut şikâyetlerinizi tam olarak ifade etmeniz, sepsis geçirmiş olduğunuzu ve ne zaman geçirdiğinizi kendisine bildirmeniz gerekir. Doktorunuz size bir uzmana yönlendirebilir.

Erken rehabilitasyon önlemlerinin alınması önemlidir:

- Fizyoterapi
- Ergoterapi
- Psikoterapi
- Klinik Nöropsikoloji/Bilişsel Nöroloji
- Ortoptik (görme bozuklukları)
- Logopedi (konuşma bozuklukları)
- Rehabilitasyon
 - Terapötik önlemlerle kombine yatılı tedavi.
 - Bugüne kadar sepsise özgü (erken) rehabilitasyon hizmetleri henüz bulunmadığından mevcut etkilerin tümünü ya da mümkün olduğu kadar çoğunu tedavi edebilen bir kuruluşu aramanız tavsiye edilir.

Size sunulan yardımları kabul edin!



Şek. 5: "Sepsisin etkileriyle baş etmenin yolları", Kaynak: Kendi grafiğimiz, Sepsis-Stiftung temelinde uyarlanmıştır

7 SEPSİSİN ÖNLENMESİ

ENFEKSİYONLARIN ÖNLENMESİ	EVDE	→ Genel hijyen kurallarına uyulması örneğin el hijyeni, gıda hijyeni → Aşılardan faydalanması
	DOKTOR MUAYENE-HANESİNDE	→ Enfeksiyon hastalıkları hakkında bilgilendirme yapılması → Tehdit altındaki hasta gruplarının saptanması örn. hamileler, diyabet hastaları → Aşı hizmetinin sunulması
	HASTANEDE	→ Hastanelerde geçerli hijyen standartlarına uyulması Hastane Hijyeni ve Enfeksiyon Önleme Komisyonu (KRINKO) tavsiyeleri
		ÖNLEYİCİ TEDBİRLER

Şek. 6: "Sepsisin önlenmesi", Kaynak: Kendi grafiğimiz, RKI temelinde uyarlanmıştır

Birçok sepsis vakası ve dolayısıyla etkileri de önlenebilir!

Önemli olan:

- Her zaman sepsis olabileceğinin de düşünülmesi ve semptomlarının bilinmesi. Sepsis semptomlarından (bkz. s. 11/12) en az ikisini tespit ederseniz 112 Acil'i arayın. 116117 numaralı telefonda ulaşabileceğiniz Nöbetçi Hekim Servisi de sepsis şüphesinin değerlendirilmesinde yardımcı olur.
- Özellikle bebeklerde ve küçük çocuklarda ile ileri yaşta veya kronik hasta olan insanlarda enfeksiyonlar görüldüğünde sepsis olabileceğinin de düşünülmesi
- Böcek ısırılmaları ve cilt yaralarında dikkat ve gerektiğinde dezenfeksiyon
- Enfeksiyonların etkili bir şekilde tedavi edilmesi
- Zatürre, grip ve kızamık gibi önlenebilir enfeksiyonlara karşı

aşı olunması

- Kronik hastalıkların (örn. diyabetin) uygun bir şekilde tedavi edilmesi
- Sağlıklı bir yaşam tarzı ve hijyen

Enfeksiyonlara karşı koruyan tüm önlemler, sepsisi önlemeye de katkıda bulunur.

Önemli aşılar:

- Bakteriyel zatürrenin önlenmesi için pnömokok aşısı
- Yıllık grip aşısı
- Robert Koch Enstitüsü'ndeki Daimi Aşı Komisyonu tarafından tavsiye edilen tüm aşılar aile hekiminize danışabilirsiniz

El hijyeni, enfeksiyonlardan korur:

- Ellerin düzenli ve detaylı olarak su ve sabunla yıkanması (yaklaşık 20 - 30 saniye)!
- Özellikle tualete gittikten, burnu temizledikten ve hayvanlara veya çiğ ete temas ettikten sonra, yemek hazırlamadan ve yemekten önce
- Hastalara temas etmeden önce ve ettikten sonra ellerin dezenfekte edilmesi

8 DAHA FAZLA BİLGİ

Daha fazla bilgi ve destek bu kurum ve kuruluşlarda da bulabilirsiniz:

- Aktionsbündnis Patientensicherheit e.V.
[Hasta Güvenliği İçin Eylem Birliği Derneği]
www.aps-ev.de
- Global Sepsis Alliance [Küresel Sepsis İttifakı]
www.global-sepsis-alliance.org
- Sepsis-Stiftung [Sepsis Vakfı]
<https://www.sepsis-stiftung.eu/>
- Deutsche Sepsis-Hilfe e.V. [Alman Sepsis Yardımı Derneği]
<https://sepsis-hilfe.org/de/>
- Deutsche Sepsis-Gesellschaft [Alman Sepsis Derneği]
<https://www.sepsis-gesellschaft.de/>
- Robert Koch-Institut [Robert Koch Enstitüsü]
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/S/Sepsis/Sepsis_allgemein.html
https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Krankenhaushygiene/Haendehygiene/Haendehygiene_node.html
https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Impfempfehlungen_node.html
- Sepsisin etkileri ile ilgili bilgiler
<https://www.sepsisfolgen.info/>
- Stiftung Neuronales Netzwerk – Deutsche Stiftung für Menschen mit erworbenen Hirnschäden [Nöronal Ağ Vakfı – Almanya Edinilmiş Beyin Hasarları Olan İnsanlar İçin Vakfı]
<http://neuronales-netzwerk.org/start.html>
- Almanya’da klinik nöropsikoloji ile ilgili adresler
<https://www.gnp.de/behandlerliste>
- Almanya Genel Sağlık Sigortasına Bağlı Hekimler Birliği
<https://www.kbv.de/html/sepsis.php>

9 KAYNAKÇA

- 1 Rudd KE, Johnson SC, Agesa KM et al. Global, regional, and national sepsis incidence and mortality, 1990-2017: analysis for the Global Burden of Disease Study. *Lancet*. 2020 Jan 18;395(10219):200-211. doi: 10.1016/S0140-6736(19)32989-7.
- 2 Fleischmann-Struzek C, Mikolajetz A, Schwarzkopf D et al. Challenges in assessing the burden of sepsis and understanding the inequalities of sepsis outcomes between National Health Systems: secular trends in sepsis and infection incidence and mortality in Germany. *Intensive Care Med*. 2018 Nov;44(11):1826-1835. doi: 10.1007/s00134-018-5377-4.

KÜNYE

Yayımlayan

Aktionsbündnis Patientensicherheit e.V.

[Hasta Güvenliği İçin Eylem Birliği Derneği]

Alte Jakobstr. 81, 10179 Berlin

www.aps-ev.de

“Sepsis” çalışma grubu

Yönetici

Prof. Dr. Dr. Rainer Petzina, Universitätsklinikum Schleswig-Holstein

Yönetici vekili

Dr. Antje Erler, Sepsis-Stiftung

Yönetim Kurulunun temsilcisi

Dr. Ruth Hecker

Yayına hazırlayan ekip

“Halk” alt çalışma grubunun yöneticileri

Prof. Dr. Christiane Hartog, Charité – Universitätsmedizin Berlin,

KLINIK BAVARIA Kreischa

Frank Köhler, Deutsche Sepsis-Hilfe e.V.

“Uzman Tıbbi Personel” alt çalışma grubunun yöneticisi

Manuela Forster, BD – Becton Dickinson

“Yönetim” alt çalışma grubunun yöneticisi

Prof. Dr. Herwig Gerlach, Vivantes Klinikum Neukölln

Delia Strunz, Johnson & Johnson

“Halk” alt çalışma grubunun diğer üyeleri

Susanne Eberl, Sana Kliniken AG

Dr. Eike Eymers, AOK Bundesverband

Jutta F. Maywald Kessel, AFK

Arne Trumann, Sepsis-Stiftung

1. baskı, Aralık 2021

Mizanpaj ve grafik: Alice Golbach, APS

Kapak resmi: Adobe Stockphoto

Şek. 2: Global Sepsis Alliance'in değerli destekleriyle

Telif ve kullanım hakları

Bu eylem önerisini ücretsiz olarak indirmek üzere internette www.aps-ev.de/patienteninformation/ adresinde bulabilirsiniz. Broşür telif haklarıyla korunmuş olup hiçbir şekilde –ne tasarım ne de metin yönünden– değiştirilemez. Ticari amaçla kullanılamaz.

Alıntılama

APS e.V. (Yayımlayan) 2021: "Sepsis herkesi ilgilendirir! Bu konuda bilmeniz gerekenler", Berlin.

DOI: 10.21960/202202/T

YORUMLAMA VE GERİ BİLDİRİM

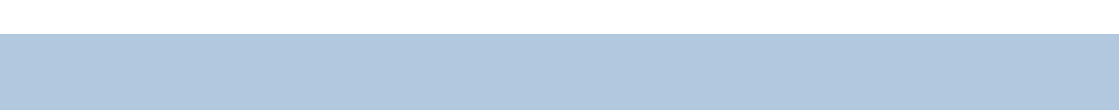
Bu eylem önerisi, yayımlanmadan önce kamuoyunun yorumlamasına sunulmuştur.

Nihai yorumlamaya katılanların bütün içeriklerde hemfikir olması söz konusu değildir. Yorumlamanın dokümantasyonunu www.aps-ev.de/kommentierung/ adresinde bulabilirsiniz.

APS eylem önerileri, hasta güvenliğini artırmaya yönelik araçlardır. APS, sunduğu ürünleriyle katılan kişilerin geniş fikir birliğine ve uzmanlığına dayanan güncel ve uygulama odaklı tavsiyeler sunmayı hedefliyor. Buna APS'in ürünlerinin düzenli aralıklarla güncellik bakımından gözden geçirilmesi de dâhildir.

Sorularınızı, önerileriniz ve geri bildiriminizi lütfen bu adrese gönderin:

Aktionsbündnis Patientensicherheit e.V., info@aps-ev.de.





şirketinin değerli destekleriyle



AKTIONSBÜNDNIS
PATIENTENSICHERHEIT