

AĞRI “ACI” DEVİRİMİ

Ağrı “acı”, ateş ya da buz kadar doğaldır. Genlerimize ve kromozomlarımıza yazılan milyonlarca temel biyolojik mirasa aittir. Dahası, acı, aşk gibi, bizi biz yapan insani değerlerden birisidir. Şavet yarın birisi ortaya çıkıp ömür boyu acıya karşı bağışıklık vaat eden güvenli, hiçbir yan etkisi olmayan bedava bir ilaç bulursa, derhal bunun insanlar için ne ifade ettiği tekrar gözden geçirilmelidir.

**Prof. Dr. Adil Denizli &
Handan Yavuz**
Hacettepe Üni.
Kimya Böl. Biyokimya ABD

Acı sadece insan hayatının bir gerçeği değil, aynı zamanda varoluşun bizi içerisine soktuğu her onsuz hasara karşı o kadar olağan ve kaçınılmaz bir olaydır. Eğer sadece ilaçların acıyı dindireceği düşünülüyorsa, tıbbi tedavi ve sağlık politikaları büyük bir yanlış içerisindedir. Problem tek çözüm için oldukça büyük ve karmaşıktır.

İstatistikçilerin ulaştıklarının ötesinde, tabiki, sadece sayılar insan acısının etkilerini ölçemezler. Ancak bir takım sayılar problemin konusunu anlamada yardımcı olabilir. Bu konuda en güvenilir veriler, beklendiği üzere, kuvvetli sağlık bürokrasilerine sahip ve kayıtların düzenli olarak tutulduğu endüstri ülkelerinden gelmektedir. Örneğin Birleşik Devletlerde, ağrı, yılda toplam 120 milyar dolara mal olan 900 milyon kayıp işgününe neden olmaktadır. Amerikalıların yüzde 3’ü her gün, yüzde 10’u her hafta baş ağrısından yakınmaktadır. 20 milyon insan arthritisten, 7 milyon insan sırt ağrısından şikayetçidir. Kanser, AIDS, depresyon ve hesaplanamayan durumlar Amerikalıların yılda en az 1 milyar dolar analjeziklere harcadığını göstermektedir. Bu sadece ABD’deki durumdur. Avrupa, Asya, Afrika ve



Çelik ahtapot, sırt ağrıların tedavisinde kullanılan bir elektroterapi aletidir. İçteki küçük resimlerde lumbago hastalarının tedavisi için bilinen akupunkturdan biraz daha farklı olarak belirli noktalara iğne ile uyarı sağlayan yeni geliştirilen bir tedavi yöntemi görülmektedir.

Güney Amerika için karşılaştırılabilir veriler henüz mevcut değildir.

Her ülke ya da her kıta için doğru rakamların yokluğunda, ağrının, kağıtlara dökülmemiş, evrensel derecesini ifade etmek için dünyada her yıl harcanan 30 bin ton aspirinden yola çıkılabilir. Aspirin ticari olarak ilk kez 1899'da ortaya çıkmıştır. Bu yüz küsür yıllık ilaç dağı, her geçen gün giderek artarak, ağrının tedavisinin henüz uzak olduğunu göstermektedir.

Modern tıptaki gelişmelere rağmen ağrı neden halen bu kadar dirençli? Cevap, çağdaş düşüncedeki yavaş devrimin altında yatan iki temel prensibi anlamayı gerektirir. İlk önce, ağrı sadece tıbbi bir durum olmanın ötesindedir. Kaynağı, ilaçların tedavi edemeyeceği çevresel, sosyal ve politik felaketler olabilir. Ağrının durdurulması demek zulmün ve işkencelerin sona ermesi, yoksulluk ve suçun, açlık ve depresyonların durdurulması demektir. Bu açıkça, sadece doktorların yapabileceğini çok aşmaktadır.

İkinci olarak, ağrı sadece bir sinirsel ve sinir iletilicileriyle ilgili bir sorun haline indirgenmemelidir. Sadece sinir sistemimizin biyokimyasına değil, aynı zamanda kişiliğimize ve kültürümüze de aittir. Ağrı, geleneksel tıbbın tamamen ihmal ettiği şekilde oldukça kişiseldir. Geçmişe bağlıdır. Ortam değişimlerinde ve sosyal gruplara göre değişiklik gösterir. Değişik toprakların ürünü olan şarapların farkı gibi, ağrı



Piero della Francesca'nın La Flagellazione isimli tablosu. Bir yorumla göre dıştaki figürlerden ikisi Piero zamanında yaşamış, evlatlarını kaybeden iki babaya aittir. Üçüncü kişi ideal oğlu simgelemektedir. İki babanın çektiği acı için İsa'nın çarmıha geriliş sahnesi ile botimlenmek istemiştir.

yöresel çevresinin kokusunu taşır. Kişisel inançlar ve sosyal deneyimler ağrı ile öyle girişimde bulunur ki analjezikler bu durumda etkisiz ya da gereksiz olabilir.

Ağrı, kültür farklılıklarının etkisini de yansıtmaktadır. Bazı toplumlarda ve ülkelerde bugün bile devam eden kamçılama ve sopa ile dövme gibi acı verici yasal cezalar kullanılmıştır. Ağrıya karşı böyle farklı tepkilere dünya çapında tüm kliniklerde rastlanmaktadır. 1992'de kronik sırt ağrılı hastalar için yapılan, Amerika, Japonya, Meksika, Kolombiya, İtalya ve Yeni Zelanda'yı kapsayan kültürel bir çalışmada fonksiyon bozukluğu seviyelerinde, en yüksek oranda Amerikalılar olmak üzere, önemli farklılıklar belirlenmiştir. Sakatlık tazminatı ya da sigortabiyolojinin değil, kültürün bir gerçeği- sırt ağrısı şikayetleriyle çok yakından ilgilidir. Örneğin, İsveç'te, 1952 ve 1982 yılları arasında rheumatoid artrit için kalıcı sakatlık tazminatı artış göstermezken, sırt sakatlanmalarından kaynaklanan kalıcı sakatlıklar için sigorta oranı yüzde 38 artış göstermiştir.

Kısacası ağrı, sadece biyolojinin bir ürünü değil karmaşık bir biyokültürel olaydır. Tabiki, akut ya da kronik, kötü huylu ya da kötü huylu olmayan farklı türlerdeki ağrıyla tamamlanırken dikkatli olunmalıdır.

Ayrıca yeni ilaç tedavileri geliştirme-ye olanak verecek, sinir bilimindeki son gelişmelerin anlaşılması gerektirir. Bu tedaviler bazen ilaçların (anti-depresanlar ve steroidler gibi) kombinasyonunu içerebilir. Kombinasyonlar, tek bir ilacın gücünü artırır ve sinir sisteminde daha fazla bölgeyi etkiler. Ancak, ağrının giderilmesi için etrafı bir program ne kadar akılcı olursa olsun, ilaç biyolojimizi ya da kültür etkilerini hesaba katmaksızın verilir.

Acıya bu biyokültürel yaklaşım, batı tibbinin çok öncesine, Descartes zamanına kadar uzanmaktadır. Bu zamanlardan üç resim çalışması ağrı düşüncesinin batı kronolojisindeki yerini belirlememize yardımcı olabilir. Bunlardan ilki İtalyan Rönesansı'nın meşhur tablolarından Piero della Francesca'nın 'The Flagellation' (1450) çalışmasıdır. Tablo gizemlerle dolu olmasına rağmen, acının kültürel bir modelde, teknik bir dille ağrı hakkındaki düşünceleri de yansıtmaktadır.

Ağrı gibi, resim de cevaplardan çok sorulardan esinlenir. Kamçılanan kim? Resim tarihçileri genellikle içteki manzara: İsa'nın cezalandırılması olarak tarif etmektedirler, ancak şüpheli de vardır. Dış tarafta duran üç kişi kimdir? Kostümleri açıkça resmin aynı çağda yaşamış olduklarını göstermektedir. Fakat,

tek bir resim neden bu kadar farklı zaman dönemlerini birlikte içermektedir? Uzmanlar farklı teoriler önermelerine rağmen, açık bir yorum mevcut değildir. Bu tablo ağrı hakkında bize ne anlatmaktadır?

Resim tarihçisi Marilyn Lavín'in, dışarıda duran üç figürden ikisini tanımlaması cevap için bir dayanak oluşturmaktadır: Her ikisi de yakın bir zamanda oğullarını ölüme ya da kötürüm bırakan bir hastalığa kurban vermişlerdi. Aralarında duran çıplak ayaklı adam kaybedilen evladı simgeleyen ideal bir figürdü. Birdenbire, Piero'nun bu figürüne kamçılanan İsa'yı yerleştirmesi daha açıklık kazandı. İsa'ya uygulanan acı iki babanın duygularını ifade etmeye yanyordu. Sonuç olarak, resim ağrının insan davranışına yön veren dinsel bir yorumunu (Tannın oğluna bile uygulayabildiği) ortaya koymaktadır. Resim iki babanın çektiği anlatılamaz acıyı bu kutsal drama ile özdeşleştirmiştir.

Bu noktada belirtilmesi gereken, acının tıpta olduğundan daha fazla sosyal çevrede yer almasıdır. Bundan başka, acı, henüz fiziksel acı ve zihinsel ya da duygusal acı kategorilerine bölünmemiştir. Piero, bu tabloda her ikisini eşit olarak aynı zeminde ele almıştır.

Piero della Francesca'dan 200 yıl kadar sonra Descartes sıklıkla batı bilimsel yönteminin kurucusu olarak alınır, acının anlamı problemine ustaca ve büyük ölçüde etkili bir çözüm getirdi: Onu kafasından çıkardı. Anlamın ortadan kalkması için onun çok bilindik diz çökmüş adam figürünü içeren bilimsel incelemesi De l'Homme'den (1664) çok da uzaklara bakmaya gerek yoktur. Burada Descartes acıyı insan sinir sistemini kullanarak açıklamıştır. Cartesian fizyolojisi sinirleri "hayvansal ruh" denilen küçük varlıkların oluşup beyinde birikmesini sağlayan içi delikli bağlantı tüpleri olarak ele alınmaktadır. Örneğin, ateş ayakta-ki bir sinir lifini etkilediğinde bu his doğrudan beyine iletilir ve hayvansal ruhlar aşağıya doğru salınarak ayağın ateşten çekilmesi sağlar. Onun bu benzetmesi Descartes'in vücudun temel olarak bir mekanizma olduğu düşüncesini yansıtmaktadır. Ayaktan

beyine giden uyan, tıpkı bir kablunun bir ucundan çekilmesiyle karşı tarafta takılı bir zilin çalması gibi acıyı üretmektedir.

Acının bu mekanistik yorumu üçyüzyıllık bir bilimsel antımdan geçerek hayvansal ruhların yerini sinir iletilicileri almıştır. Descartes acının onu oluşturan vücutsal mekanizmanın tanımlanmasıyla tamamen anlaşılacağını öngörmektedir. Bu yaklaşım organik ya da tıbbi model olarak bilinir, insan sinir sistemi ile ilgili kayda değer ayrıntılı bilgi sağlamıştır. Ancak, Descartes'in bu düşüncesinin dezavantajı da apaçık ortadadır.

Neyin eksik olduğuna yeniden bakalım: Bu figürden diz çökmüş adamın inancını, fakir mi yoksa zengin mi, aristokrat mı, halktan biri mi, genç mi, orta yaşlı mı, Fransız ya da Finli mi, hatta erkek mi yoksa dişi mi olduğunu anlamak mümkün değildir. Piero della Francesca'ya göre oldukça önemli olan sosyal yapı burada atmamın gözardı edilmiştir. Giysi yok, aile yok, iklim yok, sadece figürün sayfadan fırlamasını önleyen boş bir zemin üzerinde dalgın bir çıplak resmi.

Bu eksiklik aslında bir kusur sayılmaz. Descartes burada sinir sisteminin bir X-ışını resmini yansıtmak istemiştir. Resimden evrensel bilimi bozabilecek faktörleri uzaklaştırmıştır. Acının herkeste, her yerde herhangi bir zamanda yaşanabileceğini göstermek istemiştir. Acının bu evrensel resmi, aynı zamanda da tarafsız olduğunu göstermektedir. Ağrı tartışmasını bir anatomi ve fizyoloji tartışmasına dönüştürmüştür. Piero acıya kültürel bir model önerirken, Descartes alternatif olarak güncelleştirilmiş, tamamen biyolojik bir bilimsel açıklama getirmiştir.

Descartes'in De l'Homme'yi yayınlaması ile acı ve anlam arasındaki ilişki tarih uçup gitmemiş şüphesiz. Bunun yerine, Descartes'in yardımı ile bilimdeki durağanlık acı hakkındaki biyolojik olmayan yorumları bastırmıştır. 19. yüzyıl boyunca ana-



George Dergails'in Anguish isimli eseri (1928)

tom ve fizyolojideki büyük gelişmelerle, din bilimi, filozofi, folklor ve edebiyatın bir zamanlar baskın olan sesi acı tartışmalarına gelince kısalmış ya da ilgisiz kalmıştır. Daha sonra doktorlar tüm acıyı zarar gören dokudan beyine giden sinir sistemi boyunca iletilen elektro kimyasal uyanların etkisi olarak ele aldı. Hiçbir lezyon bulunmadığı durumlarda, histeri teşhisi konan kadınlarda sıklıkla olduğu gibi, doktorlar ağrı yakınmalarının yersiz olduğunu savundular.

Kısacası tıp, acının anlamının resmen ortadan kaldırılmasıydı. Ancak, bu resmi yok sayma insanların acının kaynağını bulma isteğini tamamen yok edemedi, sadece yeniden şekillendirdi ve onu biraz bilinçaltına itti.

Komedi, örneğin, kahramanın aptalca savaşarak kendini yaralayıp berelediği bir rönesans klasiği Don Kişot'a olduğu gibi acı ve gülmeyi bir araya getirmektedir. Acılarına rağmen bu yılmaz kahraman en komik yel değirmeni sahnelerine bile önemli bir anlam yüklemektedir.

Batı kültürü acının tıbaa ait olduğunda hemfikirler. Doktorların tüm cevapları bildiğini kabul etmekteyiz (Aslında bilmiyorlar). Ancak biyomedikal araştırmalar, komedinin işe yaramaz bir gülmece olduğunu dü-



Descartes'in De l'Homme (1664) adlı eserinde, insan sinir sisteminin gösterilişi.



Kineziterapi lumbago ve sialikten yakınan hastalarda büyük bir rahatlık sağlamaktadır.

şüenler için sürpriz olabilir. Bazı araştırmacılar, gülmenin analjeziye karşı vücudun kendi tepkisini uyara-bileceğine inanmaktadır. İyimser bir bakış açısının hastalıkların atlatıl-masında ve daha sağlıklı olunmasında yardımcı olduğuna dair giderek artan bir kanı vardır. Komedi, aslında kısmen insanların ne kadar sıklıkla bilinçsizce acıya verdiği kültürel ve kişisel anlamları ortaya çıkar-maktadır. İşkence ve kanı-koca kav-gası acıyı politik, sosyal ve seksüel güç üretmede kullanır. Profesyonel güreş ve boks acıyı eğlenceye ya da spora dönüştürmektedir. Mahkemelere başvurmak acının verdiği zararı nakite çevirme olanağı sağlar. Bazen bu miktar kişinin tıbbi tedavisi için gerekenin de üzerindedir.

Acının resmi olarak anlamı olmadı-gına inanmakta birlikte, henüz bu anlamın ihmal edildiği bir durumu görmüş ya da işitmiş değiliz. Bu tür bir ikili düşüncenin sonucu derin bir karmaşadır.

Çağdaş görüşün karmaşıklığı Amerikalı ressam George Dergalis'in (b.1928) Anguish (acı) isimli tablosunda mükemmel bir biçimde anlatılmaktadır. Bu resimde Dergalis anlamsız acının tam anlamıyla bir portresini çizmiştir. Saf biyolojik ya

da tıbbi modelin zaferinin bir betimlemesidir. Acı, burada konusu olmayan, kendini çevreleyen sosyal dünyadan tamamen soyutlanmış sessiz bir çığlık olarak kendini göstermektedir. Ayrılmış dikey düzlemler bölünmeyi dağılmayı ifade etmektedir. Ayrıca, acı, boşlukta gidip gelen elektro kimyasal uyanılardan daha fazla değildir. Dolayısıyla acı, bizi saygınlıktan, kendi kendine hakim olmaktan ve kişiliğimizden bile sıyırdığı şekilde yeniden tanımlanmıştır.

George Dergalis'in resminde ima edilen terör bugün birçok insanın ölüm korkusundan çok daha fazla, acı çekmekten korktuğunu hatırlatmaktadır. Şüphesiz, doktorlar ve halkın kendilerini bu tür bir korkuyu yenecek etkili ilaç tedavileri ile ilgili olarak eğitimleri gereklidir. Örneğin, morfin kanser hastalarının yüzde 95'inde ağrıyı kontrol edebilmektedir. Sürekli olarak gereken dozlarda analjezinin intravenöz (damar içi) olarak verilmesine olanak sağlayan bilgisayar kontrollü bir sistem olarak bilinen yeni bir teknoloji, hastaların kendi tedavilerine doğrudan katılmalarını sağlamıştır. Ayrıca, hastalar daha az acı rapor etmişler, daha az analjezik kullanmış ve daha

kısa hastanede kalmışlardır.

Acıyla ilişkilerimizde kültür ve inançların önemi, etkili ilaç tedavilerine karşı oluşan direncin keskin bir ifadesidir. Hastalar sıklıkla doktorun verdiği narkotikleri kullanmayı reddetmektedirler. Örneğin, birçok Amerikalı acıyı iyileştirmek için daha fazlasının yapılmasını düşünmekte, fakat aynı zamanda ilaç almayı da istememektedirler. Bu inceleme acıyı dindirmede ilaçların kullanımında yanlış birşeyler olduğu yönünde yaygın kültürel olguyu belgelemektedir. Bu ağır kesici narkotiklere olan direnç yılda milyonlarca yasal ya da yasal olmayan ilaçları tüketen bir ülkede karşımıza çıkmaktadır. Bu paradoks Amerikan kültürünün ve belki genel olarak batı kültürünün bir şekilde insanlarda acı ile ilgili çok fazla ve tutarsız inanışlar kurduğunu göstermektedir. Yapılması gereken iş, muhtemelen imkansız olan ve bizi George Dergalis'in korku verici boşluğuna hapsedecek olan, acıyı bütün anlamından soyutlamak değil, daha çok acının muhtemel biyokültürel modelini oluştur-maktır. Biyokültürel model yeni ilaç tedavilerinden faydalanırken, bizim de acının kültür ve inanışın derin tabakalarına nasıl indiğini anlamamız



Yukarıda: Elektroensefalografi, epilepsi, tümör ve operasyon sonrası durumlarda ortaya çıkan serebral ağrıların kaynağını anlamak üzere kullanılmaktadır.

Üstte solda: Bilgisayar kontrollü ilaç salım sistemi hastanın morfine karşı tepkisini doktorun programladığından daha az miktarlarla etkin olarak sağlamaktadır.

Altta solda: Vücut içerisine bir morfin deposu yerleştirilir. Bir kateter yardımı ile morfin serebrospinal sıvıya dağıtılır. Bu teknik sadece kanser kaynaklı ağrıların tedavisinde kullanılır.

gereklidir. Houston'daki Baylor Tıp Fakültesi'nde 100 gönüllü ile yapılan araştırmada, kişilere elektrik etkisinin baş ağrısını yapabileceği söylenmiştir. Daha sonra uyarıcı hastalara söylenmeksizin çok düşük, ağrı oluşturamayacak seviyelerde gönüllülere uygulanmıştır. Sonuç, gönüllülerin yüzde 50'si baş ağrısı rapor etmişlerdir.

Acıyı ayarlama inancının gücü bilinmektedir. Operasyon geçirmiş hastalara ağrı kesici adı altında verilen placebo şeker tabletlerinin hastalarda morfinin yüzde 35'i oranında ağrıyı giderdiği belirtilmiştir. Başka bir karşılaştırmalı çalışmada ise hastaların placeboya karşı tepkilerinin duruma göre sıfıra yakından yüzde yüze kadar de-

ğiştiği gösterilmiştir.

Acı kliniği süre gelen gelişmeyi anlamada iyi bir kriter olabilir. 1960 yılında dünyada sadece iki acı kliniği varken bu sayı şimdi binlerin üzerindedir. Çok sayıda disiplinlerarası acı merkezlerinde, farklı alanlardan uzmanlar görev almaktadır. Bu tür merkezlerde acı semptomdan teşhise temel bir değişiklik geçirmektedir; bir duyu yerine algı olarak yeniden tanımlanmaktadır, vücudun ve benliğin etkileştiği karmaşık biyokültürel bir arena olarak ele alınmaktadır.

Biyomedikal düşüncedeki köklü değişikliğe acının her zaman subjektif olduğundan her zaman fizyolojik bir durum olduğundan ve zararlı bir uyarıya karşı mekanik

bir tepki olmadığından daha açık bir işaret olamaz. Bu yeni bakış açının kültürel ve etnik boyutları üzerindeki aktif çalışmaların temelinde yatmaktadır. Acı hakkındaki inanışlar, tedavinin sonuçlarını tahmin etmede de önemlidir.

Birgün belki bazı acıların sadece kafamızın içinde olduğunu bile düşünebiliriz. Acı başka nerede olabilir? Kolu ve bacağı kesilen kişilerin bu uzuvlarında hissettiği acı ve sancılar, acıyı hissetmek için kolun ya da bacağın olması gerekeceğini göstermektedir. İhtiyacınız olan akıl ve beyindir. Bu radikal düşünce gelecek on yıl içerisinde acının tam şeklini ve boyutunu belirleyecektir.

Kaynak: ODYSSEY •