

GÖSTERİ SANATLARI HEKİMLİĞİ: BİR YAPILANMA PROJESİ ÖNERİSİ

Mesut NALÇAKAN*

ÖZET

Gösteri (sahne) sanatlarını icra eden sanatçılar, küçük yaşlardan itibaren ve uzun yıllar boyunca günde 10-12 saate ulaşan çalışma süreleri nedeniyle pek çok sağlık sorunu ile karşı karşıya kalırlar. Yapılan işin özelliğine bağlı olarak oluşan ve meslek hastalıkları kapsamında ele alınabilecek bu sağlık sorunları nedeniyle gösteri sanatçıları özel bir grup olarak karşımıza çıkar. Değişik alanlarda çalışan hekim ve sağlık görevlileri bu sanatçılara farklı yaklaşımlarla hizmet etmektedir. Bu meslek grubunun, ve özellikle dansçıların karşılaştıkları sağlık sorunları sporcularla büyük benzerlikler göstermektedir. Günlük hayatta çok fazla önemsenmeyecek medikal sorunlar sanatçıların mesleki performanslarını etkilemekte, başarı ve kariyerlerine engel olabilmekte, hatta meslek yaşantılarına son verebilecek düzeylere ulaşabilmektedir. Bu sorunlar birinci basamak sağlık hizmetleri aracılığında yetersiz çözülebilmektedir. Burada gösteri sanatları hekimliği için bir çalışma grubu yapılanması önerilecektir.

Anahtar sözcükler: Gösteri sanatları, sahne sanatları, dans, egzersiz

SUMMARY

AN ORGANIZATION PROJECT PROPOSAL FOR STAGE ARTS MEDICINE

People involved in stage and show arts form a special community. Starting from early childhood, their daily working routines may reach up to 10-12 hours for many years. These people may have special health problems that can be considered as occupational disorders. Medical doctors and related health care staff of varying background provide the required medical services. Conventional medicine does not satisfy the

* İl Sağlık Müdürlüğü, İzmir

performers' needs in many instances. The morbidity pattern is very similar to sports injuries. The largest group of injuries involve soft tissue overuse and misuse. Performers dealing with art, much like athletes, often suffer minor injuries that may become career threatening. Unfortunately, these are often minimized, misunderstood and mistreated if only a general medical approach is used. An organization project will be proposed for stage arts medicine in the following article.

Keywords: Stage arts, performing arts, dance, exercise

GİRİŞ

Sahne ya da gösteri sanatçıları, çalışmalarına özgü pek çok sağlık sorunu yaşarlar. Bunların büyük bölümü yumuşak dokulara ait aşırı veya yanlış kullanma yaralanmaları olup, özellikle profesyonellik yolunda ilerlemeye çalışan amatör sanatçılarda daha sık gözlenmektedir. Yanlış teknikle çalışmalar, profesyonellik basamaklarının zorlamasını güçleştirmektedir. Bu sanatçılarda karşılaştığımız sinir-kas-iskelet sistemi hastalıklarının morbiditesi spor yaralanmaları ile çok benzerlik göstermektedir. Bir anlamda meslek hastalıkları ile uğraşan gösteri sanatları hekimliği; spor hekimliği ve egzersiz fizyolojisinin çalışma alanları ile büyük benzerlikler içermektedir (1,2,3,4,6,7,9,13).

Gösteri veya sahne sanatları hekimliği, "performing arts medicine"; birçok ülkede uzun süre önce kurumsallaşmasını tamamlamıştır. Özellikle bir alt çalışma alanı olan dans hekimliğinin konuları; dansdaki artistik kaygıların spordaki derece ya da puan kaygısına benzemesi açısından dansçı bir sporcu olarak değerlendirildiğinde, spor hekimliği ile örtüşmektedir. Ancak yapılan işin özelliğine uygun koruyucu çalışmaların farklı olacakları ortaya konmuştur (1,2,5,6,7,8,10,11,12,14).

Dans dışındaki sahne sanatçısı gruplarını farklı değerlendirmek daha doğru bir yaklaşım olur. Bir ses sanatçısının doğaldır ki ana sorunları ses ile ilgili olacaktır ve bu konuda yükün büyük bölümü bir kulak-burun-boğaz uzmanına düşecektir. Aynı şekilde keman, bağlama, flüt, darbuka gibi herhangi bir saz icracısında ise kas iskelet sistemine ait aşırı kullanma sorunları ön planda olacaktır (7,13).

Dans, müzik, oyunculuk ve diğer sahne sanatları ana başlıkları birçok alt grup içerir. Dans için bunlar bale, halk dansları, modern dans, jazz dans, oryantal, flamenko, aerobik dans, vb. iken; müzik için ses sanatçıları, saz veya değişik çalgı icra sanatçıları, vb.'dir. Sirk ve diğer

sahne sanatları ülkemizde ve hatta dünyada fazla kalabalık olmayan bir sanatçı-sporcu grubu ile karşımıza çıkmaktadır. Tüm bu sanatlarla ilgili çalışan sanatsal ve teknik grup (tonmeister, koreograf, direktör, kostümcü, dekorcu ve ışıkçı gibi) da yapılan işe özgü meslek hastalıkları geçirebilir.

Gösteri sanatları hekimliği, medikal ve paramedikal birçok bilim dalını ilgilendiren mültidisipliner bir alandır. Spor hekimliği, ortopedi, fizik tedavi rehabilitasyon, kulak-burun-boğaz, fizyoloji, biyokimya, nöroloji, psikiyatri ve meslek hastalıkları hekimliği başta olmak üzere; göğüs hastalıkları, dahiliye, dermatoloji, diş hekimliği, ağız ve çene cerrahisi ve endokrinoloji uzmanlıklarının bu alana katkıları gereklidir. Ayrıca beslenme, psikoterapi, kinesiyoloji, konuşma terapisi ve tamamlayıcı tıp (Mezoterapi, yoga, pilates, Alexander tekniği, Feldenkrais metodu, Tai-Chi ve akupunktur gibi) uzmanları ve benzeri yardımcı medikal alanlar ile spor ve antrenman bilimleri, ergonomi, ve ses-ışık mühendisliği gibi çeşitli bilim dallarında çalışan uzmanlar da bu alana hizmet vermelidir. Tüm bu alanların ortak ve senkronize çalışmaları gereklidir. (7,9,10,12,14).

Bu tür yapılanmalar ülkenin genel ekonomik, sosyal ve kültürel yapısıyla çok yakından ilgilidir. Gösteri sanatları büyük kentlerle, biraz daha gerçekçi olunursa bugün için İstanbul, Ankara ve İzmir gibi üç büyük kentle sınırlı olacaktır. Bu sektördeki gelişmeye bağlı olarak sanatçı sayısındaki artış, diğer destekleyici meslek alanları ile birlikte sanat hekimliğinde çalışan hekim ve bilim adamı sayısını da arttıracaktır.

İcra sanatçılarına verilecek sağlık hizmetinin bir disiplin içerisinde ve bu konuda onay almış kişilerce gerçekleştirilmesi daha akılcı olacaktır. Bunun için de düzenli ve zengin içerikli eğitim programları planlanmalıdır. Bunun sonucunda sahne sanatçılarına hizmet veren kliniklerin kurulması, büyük orkestra ve dans topluluklarında takım doktorluğuna benzer şekilde hekim ve sağlık personeli çalıştırılması söz konusu olacaktır.

"Raymond Chandler'in Defteri", (Ecco Press, 1938)'nde şöyle denmektedir: "İki tür gerçek vardır; bir kısmı yolumuzu aydınlatır, bir kısmı ise kalbimizi ısıtır. Bunlardan birincisi **Bilim**dir, ikincisi ise **Sanat**. Bu iki gerçek birbirinden bağımsız olmadığı gibi, biri diğerinden daha önemli değildir. Sanatsız bir bilim makasın bir parçasının olmamasına benzer şekilde saçmadır, bilimsiz bir sanat ise kaba bir folklor derlemesi ya da duygusal bir şarlatanlık olarak görülebilir. Sanat bilimin insancılıktan uzaklaşmasını, bilim de sanatın komik ve saçma olmasını engeller".

GÖSTERİ SANATLARI HEKİMLİĞİ ve BİLİMİ ÇALIŞMA GRUBU ÖNERİSİ

Tanım: Gösteri sanatları hekimliği ve bilimi çalışma gurubu; sanatçı sağlığını koruma ve sanatı tedavide kullanma temelinde, sanat ve sağlık ile ilgili disiplinler arası bir forum oluşturmayı ve bu alanlar arasındaki iletişim ve koordinasyonu sağlamayı hedefler

Üyeler: Bu alanda gruba katılabilecek kişiler öncelikle gösteri sanatları alanında icra sanatçıları ile ilgilenen bu konuda deneyimli hekimler, alternatif tıp ile uğraşan hekimler ve diğer yardımcı sağlık personeli-dir. Diğer katılımcıları icra sanatçıları (dansçılar, müzisyenler, şarkıcılar, tiyatrocular ve çalgıcılar gibi); gösteri sanatları alanında yöneticilik yapanlar, eğitmenler, öğretmenler; gösteri sanatlarına ilişkin diğer alanlarındaki bilim adamları; sahne sanatları teknik hizmetlerine yönelik bilim adamları ve uzmanlardır.

Amaçlar: Sanat hekimliği ve bilimi ile bu konuda çalışanlarla ilgili olarak toplumun bilinç ve eğitimini arttırmak; hedef kitle olan gösteri sanatçılarının bu çalışma alanlarına ilişkin bilincini ve katkısını arttırmak; dünyadaki benzer kuruluşlarla bağlantıyı ve bilgi akışını sağlamak; bu konuda çalışan tüm kurum, kuruluş ve organizasyonları aynı platformda bir araya getirmek ve senkron çalışmalarını sağlamak; ilgili çalışma alanlarının uzmanlarını organizasyon ve araştırmalara katılmaya teşvik etmek; sahne sanatları alanında bilimsel amaçlı dernek, vakıf ve benzeri kurumların kuruluş ve çalışmalarının sürdürülmesine destek olmak; çalışma grupları oluşturarak bilimsel ve eğitim çalışmaları yapmak; icra sanatçılarının sağlığını korumaya yönelik çalışmaları destekleyecek tüm kuruluşları bir araya getirmek, bu amaçla da yeni vakıf, dernek ve kuruluşlarının yapılanmasını desteklemek; büyük dans ve müzik topluluklarında düzenli sağlık hizmetlerini sağlamak, bu amaçla sağlık görevlilerinin bulundurulmasını ve bu personelin eğitim desteğini sağlamak ve bunlar için danışma kurulu görevi üstlenmek şeklinde sayılabilir.

Sanatın sağlık amaçlı kullanımı: Sağlık eğitiminin ve sağlık kuruluşlarının daha çok insancillaştırılması için uygun sanat dallarının eğitimlerde yer alması sağlanmalıdır. Sanatın iyileştirici potansiyelinin bireyler, kurum ve kuruluşlar için yaratıcı sanat terapisi uygulamalarında kullanımı gerçekleştirilmelidir. Yaratıcılık ve üretim aşamasında çalışanlarda estetik ve artistik aktivitelerin (müzik, dansi, ritim ve sanat terapileri) insan sağlığı ile ilişkisini araştıran ve geliştiren bilimsel araştırmalar desteklenmelidir.

Sağlık çalışmalarının hedefleri: Öncelikle sahne sanatları sanatçıları ile ilgili olarak:

- Her anlamda sağlıklı olmalarını sağlamak,
- Koruyucu hekimlik hizmetlerini sağlamak,
- Performans kapasitelerinin üst düzeyde olmasını sağlamak,
- Gerektiği durumlarda tedavi olanakları ile ilgili bilgi desteği sağlamak,
- Geleneksel, alternatif ve bedensel tüm tedavi seçeneklerini sunmak,
- Sanat ile ilgili hekim ve diğer sağlık çalışanlarını (fizyoterapistler, chiroprakterler, osteopatlar, Feldenkreis ve Alexander tekniği çalışanları, ses terapistleri), hizmet ve tedavileri sağlamak,
- Konservatuarlarda, dans ve müzik topluluklarındaki sağlık hizmetlerinin yürütülmesi için çalışmalar yapmak ve bu konuda koordinasyonu sağlamak,
- Hedef kitleye yönelik koruyucu ve tedavi edici sağlık hizmetleri veren sağlık personeline ve bu konuda çalışan bilim uzmanlarına eğitim kaynakları konusunda bilgi sağlamak ve desteklemek,

Yaralanmalara yol açan faktörlere yönelik olarak:

- Bu faktörleri belirlemek,
- Hareketlerin teknik analizini yaparak eksik ve yanlışları saptamak, yaralanma mekanizmasının analiz ve klinik çalışmalarının sonuçlarını hareketin öğretimi (ders, çalışma ve prova) ve tekrarı (gösteriler) sırasında uygulamaya koymak,
- Bu yaralanmaların yenilerine yol açmaması için uygun rehabilitasyonun yapılmasının sağlamak.

Eğitim çalışmalarının hedefleri:

- Öncelikle sanatçılara yönelik olmak üzere alanla ilgili tüm çalışanları kapsayan eğitim programları (kongre, toplantı, panel, workshop, halk eğitimleri) düzenlemek,
- Sanat içerikli tüm toplantılarda sağlık ve bilim amaçlı oturumlar oluşturmak,
- Konu ile ilgili kurum, kuruluş, dernek, vs. ile işbirliği içinde ulusal veya uluslararası toplantı, panel, kongre ve seminer organizasyonlarını gerçekleştirmek,

- Sanatçılar, eğiticiler, öğrenciler ve aile ile tıp ve bilim ekibi arasında iletişimi ve koordinasyonu sağlamak,
- Sanatçıların güvenli ve sağlıklı icra yapabilmelerine yönelik, kariyerlerini etkileyebilecek faktörler ve yaşam tarzına ilişkin eğitim gereçlerini ve yayınları hazırlamak ve dağıtılmalarını sağlamak,
- Konu ile ilgili temel bilgilendirici broşür, kitap, bibliyografya, üye rehberi, yıllık ve kaynakçaların basımlarını yapmak, süreli dergi ve haber bültenlerini yayınlamak,
- Web sitesi oluşturarak konuyu yaygınlaştırmak, konu ile uğraşanların sanal ortak platformda buluşmalarını sağlamak,
- Bu alanda hizmet verenleri sertifikasyon programları ile eğitmek.

Araştırma çalışmalarının hedefleri:

Sanatçıların sağlıklı olmalarını ve performanslarını arttırmayı hedefleyen tıbbi, bilimsel ve eğitimsel araştırmalar desteklenmelidir. Bu amaç için gerekenler şunlardır:

- Gösteri sanatları hekimliği ve bilimi ile ilgili araştırmaların yapılmasına yardımcı olmak,
- Yeni projeler oluşturmak,
- Araştırma yöntemleri ile ilgili panel, tartışma ve forumlar düzenlemek,
- Araştırma yöntemlerine ilişkin bilgileri yayınlamak ve dağıtmak,
- Dansçı ve müzisyenlerde kapasiteleri değerlendirmek için standardize edilmiş ölçüm ve yöntemler geliştirmek, var olanların uygulanmasını sağlamak,
- İleride planlanan araştırmalar için fon oluşturmak ve projeler üretmek, öğrenciler için araştırma desteği sağlamak; ödüllü araştırmalar yönetmek, araştırma veya seyahat bursu için fon oluşturmak.

Not: *Bu çalışma grubu organizasyon örneği hazırlanırken, değişik ülkelerdeki benzer kuruluşların yapılanmalarından faydalanılmıştır.*

KAYNAKLAR

1. Bejjani FJ: Occupational biomechanics of athletes and dancers a comparative approach. *Clin Ped Med Surg* 4: 671-711, 1987.
2. Caroline GS: The dancer as athlete. Preface in: *1984 Olympic Scientific Congress Proceedings*, Vol 8. J Broekhoff, MJ Ellis, DG Tripps, Eds. Human Kinetics, Illinois, 1986, pp XV-XVI.

3. Clarkson PC: Science in dance. In: *Science of Dance Training*. PC Clarkson, M Skrinar, Eds, Human Kinetics Books, Illinois, 1988, pp 17-21.
4. Garrick JG, Requa RK: Ballet injuries: an analysis of epidemiology and financial outcome. *Am J Sports Med* **21**: 586-90, 1993.
5. Hamilton WG, Hamilton LH, Marshall P, Molnar M: A profile of the musculoskeletal characteristics of elite professional ballet dancers. *Am J Sports Med* **20**: 267-73, 1992.
6. Hardaker WT, Erickson L: Medical considerations in dance training for children. *Am Fam Physician* **35**: 93-9, 1987.
7. Haris B, Helesic D, Mascal J, Ramsbottom G: *Preventing Musculoskeletal Injury for Musicians and Dancers: a Resource Guide*. SHAPE, Vancouver, 2002, pp 5-14.
8. Koff SR: Dance science considerations for dance educators *J Phys Ed & Dance* **69**: 61-3, 1998.
9. Koutedakis Y: Fitness and health in dance. *Sports & Medicine Today* **2**: 16-9, 1999.
10. Micheli LJ, Salomon R, Gerbino PG: *Ballet and Dance Sports Neurology*. 2nd ed, Barry D Jordan, Ed, Lippincott-Raven Publishers, Philadelphia, 1998, pp 331-49.
11. Micheli LJ: Dance injuries: the back, hip and pelvis. In: *Science of Dance Training*. PC Clarkson, M Skrinar, Eds, Human Kinetics Books, Illinois, 1988.
12. Myers M: What dance medicine and science mean to dancers. In: *Science of Dance Training*. PC Clarkson, M Skrinar, Eds, Human Kinetics Books, Illinois, 1988, pp 3-15.
13. On A, Özer Ö, Durmaz B: Müzisyenlerde görülen kas-iskelet sistemi bozuklukları. *Ege Üniversitesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi* **5**: 99-105, 1999.
14. Ryan J: What is dance medicine? A physician perspective. In: *Science of Dance Training*. PC Clarkson, M Skrinar, Eds, Human Kinetics Books, Illinois, 1988, pp 23-28.

Yazışma adresi:

Dr. Mesut NALÇAKAN
Spor Hekimi, PhD
İzmir İl Sağlık Müdürlüğü
GSM: 0532 4130420
E-mail: mesutn@egenet.com.tr