



Mikrobiyata

6

Çevre ile Dost Olalım; Doğum ile başlayan dostluğumuzu ilkelerle pekiştirelim

*M. Arif Akşit**, *Mehmet Arslanoğlu***, *Gizem Arıcı****

**Prof. Dr. Pediatri, Neonatoloji ve Ped. Genetik Uzmanı, Acıbadem Hastanesi, Eskişehir*

***Uzman Dr. Pediatriyen, Acıbadem Hastanesi, Eskişehir*

****Hemşire, Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi Hemşiresi, Acıbadem*

Bu Evreni paylaştığımız gibi, bedenimizi de Mikrobiyom ile paylaşmaktayız. Bunun ilişki boyutunu bu Bölümde Etik Felsefe boyutu olarak irdelemeyi amaçladık.

Mikroplar, bedenimizdeki “Mikrobiyomlar” ile ilişkimizi bilimin ötesinde etik boyut ile felsefesini ilkeler halinde tanımlamak amaçlanmıştır.

Aradaki ilişkinin dostluk çerçevesinde olması konusunda yapılan bir düşünce boyutu, bir yaklaşım sunulmaktadır.

Mikrobiyomlar ile insanlar aynı düzeyde ve konumda, mikroplar sanki bir insan gibi ele alınarak yaklaşım yapılmıştır. Felsefe olarak farklı konumu peşin aldığınızda bir tarafa haksızlık yapılmış olacağı algısı nedeniyle eşit düzeyde ele alınmıştır.

Özet**Çevre ile Dost Olalım; Doğum ile başlayan dostluğumuzu ilkelerle pekiştirelim**

Amaç: Bu evrende özellikle doğum ile başlayan yaşam sürecinde, özellikle mikro organizmalar ile paylamaktayız. Bu ortaklığın, arkadaşlığın, paylaşımın bir felsefe boyutu ile arkadaşlık yaklaşımı ile irdelenmesi, ilkeleşmesi yapılmaktadır.

Dayanaklar: Google/Internet kanalı ile Wikipedia temelli bulunan makaleler temel alınarak yapılandırılmıştır.

Giriş:

Mikrobiyom ile İnsanlar Arasındaki Arkadaşlık İlişkinin İlkeleri: 1- Arkadaşlık, dostluk akıl temelinde bilime dayalı olmalı, hayal, fantezi ve abartmalar üzerine değil, gerçekçiliğe dayanmalıdır, 2- Arkadaşlık karşılıklı ilişki ve iletişime dayalı ise, birlikte olmanın yaşamsal ve sosyal boyut olarak gerekli olduğu, bu mutluluk algısı ile kavranmalıdır, 3- Arkadaşlık ilişkilerinde birinin birisine zarar vermesi düşünülemez, etiksel denge, gerçek bilimsel fayda olması gereklidir, 4- Arkadaşlık karşılıklı sevmeye dayalı olmalıdır, zorla kurulan arkadaşlık uzun süreli olamaz, 5- Arkadaşlık ilişkileri etik ve hukuk dışı yapı üzerine kurulmamalı, yanlış giden boyutun fark edilmesi ile derhal terk veya geri dönüş imkanı olarak, gerçek dost yapılanması için arkadaş aranmalıdır, arkadaşsız yaşamayacağı sosyal, biyolojik olarak bilinmeli, kavranmalıdır, 6- Arkadaşlık doğal genetik oluşan olsa bile, gerçek arkadaşlık saygıya dayalı katkılar ile gelişir ve dostluğa dönüşür ve arkadaşlık bir değer oluşturma yaklaşımı temelinde olmalıdır, karşılıklı bir gayreti de gerekli kılar, 7- Arkadaşlık bağımlı arkadaşlık olarak yapılandırılmaz, 8- Zorunlu arkadaşlık yapısı olamaz, yürümez çünkü, bilimsel, uluslararası protokoller ve prensipler üzerine yapılandırılmalıdır, 9- Arkadaşlık karşılıklı bir alış veriş olup, bu yapı müşterek yararlılık üzerine geliştirilmelidir.

Yaklaşım: Neonatoloji evresinde. Yeni flora oluşması aşamasında mikroplarla dost olma, başka deyişle dost olanlarla birliktelik yaşamsal önemi olmaktadır.

Elde Edilenler/Sonuç: Dostluk tek taraflı değil karşılıklı güzellikler ve iyilikler temelinde kazanç sağlayan yapıyı tanımlamalıdır.

Yorum: Eğer bahçenize bakmazsanız oluşan dikenlerden bahçenizden kaçır olursunuz, bu açıdan tüm gastro-intestinal sistemde faydalı olanlar oluşması önemsenmelidir.

Anahtar Kelimeler: İnsan ve Mikrobiyom arasındaki felsefe temelli ilkeleşme

Outline**Let's be a Friend with the Environment; By Birth the Friendship will be consolidated after Birth**

Aim: The philosophical relation between the micro-organisms and human being, that started from the beginning of life, by delivery.

Groundings: The Google/internet and Wikipedia main source of the knowledge

Introduction:

The Principles of the concept of the relations between the human and microorganism: 1- Friendship between the dualistic; Human beings and microbiomes, must be grounded to science and ethical concepts as, confrontation of logic and humanity, 2- The relationship between them must be in good and benefit for both sides, for life duration with Social and Conduct to happiness, 3-*Primum non nocere*, benefit for two sides, the ethical balance must be for both sides, 4- love is the only main description of the relation, with desires, not forcefully, 5- the ethical and medical facts are real friendship, for depended both sides for goodness, have to live with themselves, 6- genetically some information given for immune response, 7- The relation is not symbiotic but for both sides benefit, 8- Forceful relations are not be long live, short time, 9- Thus close relation by gain and gain aspects.

Proceeding: At the Neonatology Period, the first establishing flora microbiomes, must be in friendship relation, not in enemy efforts.

Notions: Gain to gain aspect on goodness, charity and benefit for both sides.

Conclusion: Who wants thorn plants in their garden, thus, microbiota is vital concept for us.

Key Words: The philosophical relation between the microbiomes and human being

Sevgi temelli Dostluk

ÖNSÖZ

Karşılıklı Haklar: İnsan sadece birey olarak kendi hakkı ve toplum içinde de var olmayı, yine benliği ön plana alarak oluşturmak niyetindedir. Fedakârlık ve empati içinde olan ve insanlık değerlerini, etik boyut ile irdeleyenler ise benlik ile benlik dışının bir dengesinin olmasının bir gerçek olarak ele alınmasını gerekli görür. Gerçi gerekli görerseniz veya inkâr etseniz bile bu bir kaçınılmaz durumdur. Bilinçli olmak, farkındalık olup olmadığı, realiteyi kabulünüz ile bağlantılıdır.

Benlik ve benlik dışının dengelenmesi gereklidir. Birinin hâkim olması değil, karşılıklı ilişkinin boyutu, dostluk, arkadaşlık ve kardeşlik olmalıdır ki bu İnsan Hakları Metinlerinde, ilişkilerin kardeşlik olmasını tanımlamaktadır.

Çevremizdeki yapı, özellikle ufak canlılar, Mikrobiyom ile de dost olmamız gereklidir. Bu dostluğu bir iki insan gibi ele alarak aşağıda yapılandırılmıştır. Tüm evrendeki varlıkları aynı kendi varlığımız ile bütünleştirme ve aynı düzeyde kabul etmenin temeli ile yaklaşmaktadır.

Mikrobiyom ile dost olmanın ilkeleri

1. Arkadaşlık, dostluk akıl temelinde bilime dayalı olmalı, hayal, fantezi ve abartmalar üzerine değil, gerçekçiliğe dayanmalıdır.

1.1. **Arkadaş kimdir sorusu sorulmalıdır ve arkadaşına göre seçici davranılması beklenilebilir.** Bazı durumlarda arkadaşlar arasında hediyeleşme olabilir. Burada önemli olan bir tarafın lehine, diğerinin aleyhine olmamasıdır. Her besinde probiyotik verilmesi, bazı türlerin seçilmesi, dışkı transplantasyonu gibi durumlar bir seçicilik ve belirli türlerin alınması, üretilmesi gündeme gelmekte, bir kayırma

olmaktadır. Bunun bilimsel bir açıklaması ötesinde, her bireyin talebi, gereksinimlerine göre yapılmalıdır.

Bir yenidoğan bebeğin, özellikle prematürenin barsak ve tüm vücut florasının oluşmasında belirli türlerin seçilmesi ile bazılarını desteklemesi, arkadaş, dost yaklaşımında seçicilik oluşmaktadır.

- 1.2. **Arkadaşlık akılcılık üzerine etiksel olarak oluşmalıdır.** Bazı yaklaşımlar, hayal ve arzuya göre oluşturulmamalıdır, sonuç ve beklentiye göre oluşamaz, oluşmamalıdır. Akıl ve bilimsel gerçekçilik üzerine olmalıdır.

Tüm yaşamda, özellikle yenidoğan döneminde, ilk süreçte akılcı ve etiksel boyut ile mikro-flora oluşması önemlidir.

- 1.3. **Dostluk ve arkadaşlıkla; Mikrobiyom'larda bu kapsamda olarak, karşılıklı ilişki ve iletişimlerin olduğu dikkate alındığında, her boyutu oluşmakta ve geliştirilmektedir. Bunlar olumlu ve olumsuzlukları birlikte oluştururlar;** sevgi ve nefret, hayranlık ile düşmanlık, birbirini korumak, gözetmek boyutu karşıtı olarak, birbirini yok etmeye çalışmak, romantik sevgi, zorunlu kabul, akıl ile oluşan sevgi boyutu oluşabilir. Romantik sevgi her bireyde farklı boyutlarda gelişmektedir; kıskançlık, kendi menfaati temelinde, gurur ve kibirlenmek, Karşılıklı yarışmaya girmek, birbirinin zararına, karşıtı olarak gayret göstermek, güvensiz hissetmek ve sadakat duymamak, emniyet duymamak, kuşkulananlık and, doğal olarak düşmanını sevme ile bir çekiciliği fark etmek gibi duygular veriye dayalı olamayacağı için romantik boyut olarak irdelenebilir.

Prematüre ve Yenidoğan döneminde bu ilişkinin gebelikte kurulanın olumlu şekilde devamı için mutlak bir çabanın gösterilmesini gerekli kılmaz. Nedir denir ise anneyi emzirmedir.

2. **Arkadaşlık karşılıklı ilişki ve iletişime dayalı ise, birlikte olmanın yaşamsal ve sosyal boyut olarak gerekli olduğu, bu mutluluk algısı ile kavranmalıdır.**

- 2.1. **Dostluk sana göre değil, bana göre değil, ben ile dost arasındaki özel dengeli ilişkiye göre yapılanmalıdır.** Her bireyin Mikrobiyota farklı yapılanmakta, onun aldığı besinler, yaşama tarzına göre farklılaşmaktadır. Bu açıdan dostluk her bireye göre tıbbi ve etik gibi aynı kavramlar içinde olsa da bireylere göre farklılıklar göstermektedir.

Yenidoğan da bireye göre standart değil, bireyin yapısına uygun ve kendine özgün bir dostluk kurulmalıdır.

- 2.2. **Bu evrende birbirimize muhtaç olduğumuz farkındalığı gereklidir.** Yaşam Hakkı her iki taraf için de gereklidir, ben varsam, sen varsın, sen varsan ben de varım temelinde geçerlidir. Ancak ben olmadan da onlar vardır ama ben olmadığım için, benim ile ilişki ve iletişim oluşamaz.

Sağlıklı dünyaya gelenden daha çok sorunlu ve prematürelere arasında varlık boyutu öne çıkmaktadır. Kullanılan ilaç ve antibiyotikler bu varlığı bozmakta ve denge olumsuzların oluşmasına yol açmaktadır. Bu nedenle insan kendi seçtiği dostu ile tanımlanır boyutu gibi, prematürelere de verilen dost Mikrobiyomlar ile hekimin gerçek hekimliği tanımlanır denilebilir.

- 2.3. **Ben, sen yok, biz varız.** Benlik genellikle başkalaştırma yaklaşımı içindedir. İnsan, insan olmayanlar, insanlar içinde de kadın, erkek, zenci, beyaz, farklı milletlerden olması, hatta farklı takımdan olması bile ayrıştırma nedeni olabilmektedir. Aynı

doğayı, aynı bedeni paylaşıyorsak, savaşmak değil, barışın ötesi, birliktelik ve dostluk kurulmalıdır, ben ve benlik ile mikrop ve Mikrobiyom ile dostluk oluşturmalıdır. Bu akıldan gönüle ve tüm davranış ve tutumlara da yansımalıdır.

Mikrobiyomlar ile aynı bedeni paylaşıyoruz, bunun oluşmasını da prematürenden mahrum bırakmayalım.

2.4. ***Eudaimonia=yaşamak ne kadar güzeldir, yaşamayı güzel yapmak ile olasıdır.***

Sevgi bir birliktelik ve bu birliktelikten dolayı mutlu olmayı gerekli kılıyorsa, bu birlikteliği güzelleştirmek gerekir. Bunu ilk planda korumak, gözetmek ve geliştirmek, ilerletmek ile olmalıdır. Anne bebeğini bağımlı birliktelik haline getirir ise, ilk emzirme döneminden bebeklikten çıkamamış olur, bu nedenle güzel olan ilişki, birisinin bağımlılığı, zararına olmaktadır. Bu arkadaşlık, dostluk olamaz, güzel olan ilişkiyi güzellik dışına çıkarmak anlamındadır.

Bir prematürenin yaşamını güzel yapalım, florasını destekleyelim, geliştirelim ve öncelikle doğal yapısını sağlayalım.

3. **Arkadaşlık ilişkilerinde birinin birisine zarar vermesi düşünülemez, etiksel denge, gerçek bilimsel fayda üzerine olması gereklidir.**

3.1. ***Teorik olarak yapılan iletişim ve ilişkiler, arada bir zarar oluşturmuş ise, uygulama, elde edilen sonucun ortadaki dengeyi/ilişkiyi ters tanımladığını belirten önemli bir kanıt olmaktadır.*** Bulgun; mikro-organizmalar kana karışıp, kanda üreme yapıyorlarsa, burada bir ilişkilerde sorun oluşmaktadır. Buna karşın tamamen steril edilen barsak sistematiğinde de bir sorun oluşturulmuştur. Teorik doğru olabilir ama gerçekte bir dostluk değil, bir savaş başlatılmaktadır. İnsanı/varlığı öldürüp, barıştan söz edilemez.

Dostluk boyutunda zarar verme olamaz, bu denge karşılıklıdır ve birbirlerini yok etme ile dostluk oluşamaz, çünkü birliktelik oluşması için şart olan varlıklardan biri veya tümü/ölüm ile kalkmıştır.

3.2. ***Besini almak değil, yeterli ve etkin almak ötesinde, metabolize etmek gerektiği ortadadır. Bunun mikro flora olmadan nasıl gerçekleştirebiliriz?*** İyi günde değil, sorunda, kötü günde arkadaşlık daha genişler, derinleşir ve gelişir. Sorunlar, ortak çözüm için vardır ve birlikte çözülmelidir. Biliyorum *Prima Facie = ilk yapılacak* zararımız dokunmamasıdır ki, birbirimize zarar temelli yaklaşımımız olamaz, sadece koruma, gözetme, destek ve ilerleme, gelişim amaçlı olur ilişkiler.

Prematürelere oluşturulan floranın zararlı olduğu üzerine kanıtlar belirsizdir. Mikrop kana geçse bile üremesi ve sepsis yapması boyutu kavramsal var iken pratikte olmadığı ve sonuçta irdelenemez düzeydedir.

3.3. ***Varlığı ve aktifliği, etkinliği paylaşmak, birlikte oluşturmak, birisinin aleyhine olamaz.*** Bir maç oynandığında, birisi kazanıp, diğeri kaybettiğinde, sonuca değil, oyundaki oyun, dostluk ve etik olmaya bakılmalıdır. Dostlar arasında kazanan, kaybeden olamaz, tümü birlikte oyun oynamak ile kazanmışlardır. Oğlum ile tenis oynuyoruz, saatlerce kortta karşılıklı top atıyoruz. Birisi geldi, kim galip diye sordu ve biz ilk planda algılamadık, sonra ikimiz de kazançlıydık dedik. Nedenini sordu, şöyle açıkladık, araya kazanmak girince, teknik ve güzel oynama kalkıyor, topa vurma öne çıkmıyor, kazanma adına teknik ve temel tenis boyutu yerine; vurmak, kazanmak öne çıkıyor dedik. Tüm madalyalı tenisçiler, temel eğitiminde hiç maç

yapmadıklarını belirttik. Önemli olan topa teknik doğru vurma ve her vuruşun bir anlamı olmalıdır dedik. Anlamamış olabilir ama bu onun sorunudur.

Bir prematürenin florası; kazanma ve kaybetme güdüsü ile değil, doğal, teknik ve biyolojik, fizyolojik boyutu ile irdelenmelidir.

4. Arkadaşlık karşılıklı sevmeye dayalı olmalıdır, zorla kurulan arkadaşlık uzun süreli olamaz.

4.1. *Sevgide de denge temeldir, birisinin bilim ve karşılıklı ilişkileri bozarak, romantik bir ilişki içine girmeleri, karşıdakinin yokluğuna kadar gidebilecek bir süreci başlatır.* Mikrobiyom ile insan arasındaki ilişkiler denge içinde olmalıdır. Probiyotik ve prebiyotikler bu açıdan bu dengenin kurulmasında yaşamsal önemli katkı sunacaklardır.

Neonatojide ilişkinin kendisinin kurulmasını beklemek değil, mutlaka ilk defa oluşacağı için, ilişkilerde sevgi oluşmasında bir çaba ve uğraşı gereklidir. Anneyi emzirmek bunu oluşturmakta ama prematürelde bu mutlaka müdahale ile oluşturulmasına sıklıkla, zorunlu olarak gerek duyulmaktadır.

4.2. *Arkadaşını söyle, seni tanımlayayım deyiminde, arkadaş, senin bir benzerin olduğu vurgusu açısından önemlidir.* Yaşam kontrol edebildiğimiz bir süreç değil, tercih edebildiğimiz bir boyuttur. Aynı yolda yürüyenlerin birlikte olmasının doğal olması gibi, yaşamda da aynı yolda olanlar, aynı duyguları paylaşıp, mutluluğu yaşayanlar, bu nedenle yaşam felsefesi olarak benzerdirler. Birine bakarak, diğer algılanabilir.

Bir insanın barsak florası, onun yaşamını tanımlar. Yoğurt yiyen anne ve anne sütü içenin bebeğin florası, birbirlerine benzer.

4.3. *Seni kendim gibi seviyorum, yaşantımda yoğurt ana gıda ve destek besin olmaktadır. "Seni, kendimi sevdiğim gibi seviyorum, kendi istediğimden senin de almanı, kendime davranıldığı gibi davranılmasını (empati), anlaşmazlıklarımızın benlik çatışması olmadığı, sadece doğru nedir algısı üzerinde irdeleme olduğunun farkındayım, sen bensin, ben de senim"* demekteyim.

Bir prematürenin sevdiği emzirilme, annenin en mutlu olduğu eylem de olmaktadır.

5. Arkadaşlık ilişkileri etik ve hukuk dışı yapı üzerine kurulmamalı, yanlış giden boyutun fark edilmesi ile derhal terk veya geri dönüş imkânı olarak, gerçek dost yapılanması için arkadaş aranmalıdır, arkadaşsız yaşanmayacağı sosyal, biyolojik olarak bilinmeli, kavranmalıdır.

5.1. *Yaşamda arkadaşlık önemli boyuttur ve bu etik olarak sürdürülmelidir.* Bir insan, steril, mikropsuz bir ortamı olması imkânsız olduğuna göre, yaşamında birlikte olacağı arkadaşlarının, kendisi ile dost olması ve birlikteliği oluşturmaları gerekir. Dost olması ile diğerleri arkadaş olamayacak ve uzak boyutlarda kalacaktır.

Yaşam arkadaşsız olamaz, insanlar sosyal ortam, vücut dost mikroplarla birlikte olmalıdır ve bu ilişki yenidoğan ve özellikle prematürede oluşması, bunun için bilimsel yaklaşım yapılmasını gerekli kılabılır.

5.2. *İlişkide bozulmalar var ise, birbirlerini kabul etmeme veya ret etme söz konusu ile, bireyi izole etmek ve insanlardan uzaklaştırmak gibi bir boyut çözüm olamaz, seveceği ve kabul edebileceği seçilmeli, uzmanlardan danışmanlık*

alınmalıdır. Bazı durumlarda bireyin florası yok olduğunda, eşinden alınan kaka, dışkı transplantasyonu ile çözüm olabilmektedir.

Bir prematürenin anne memesinden alacağı Mikrobiyom'larda istenilen iletişim kurulabilir. Sizin verdiğiniz değil, bebeğin kabulüne bakılmalıdır.

- 5.3. **İlişkiler yalan üzerine kurulmuş ise, bunun devamı anlamsız olmakta, gerçek dost aranmalıdır.** Bazı durumlarda birey kendi florasına, immün karşı yanıt oluşturup, onunla mücadele içine girmiş ise bu öncelikle algılanmalı ve ilk aşamada uygun olan teminine kadar ilişki kırılmalıdır. Laktoz Entolerans'ında sorun sindirilmeyen şeker olup, gelişen sindirmeme, florayı bozacaktır. Laktoz verilmemesi ile çözüm sağlanabilir, ama sorun süt vermeme veya laktozsuz süt vermenin ötesidir. Yenidoğan da anne sütünden vaz geçilemez. Yine probiyotik işlevi ile, doğrudan verme, süte katarak yoğurtulama veya ayran boyutu ile laktoz azaltılabilir ve yine verilir.

Bir prematürenin ilişkilerinde sorunların gelişmesi beklenir ve bu açıdan da Neonatologlar her bebeğe özgü çözüm üretmeye çaba gösterirler. Ver veya vermeme yaklaşımı gibi basit çözümler yapmazlar, bireye terzilik şeklinde bir denge kurmaya çalışırlar.

- 5.4. **İlişkiler etik boyutlarda ve prensipler içinde olmalıdır.** Mikrobiyomların da etik hakları olduğu kavranmalıdır. İnsanlar gibi hayvanların, çevrenin ve mikro floranın da aynı hakları olduğu bilinç düzeyine getirmelidir. Yaşam mikrobiyomsuz olamıyorsa ona saygı duyulması gereklidir.

Bedenimizdeki mikro-flora olmadan yaşam olamayacağı ve bunun prematürelere önemi çok daha önemli olduğu farkındalık boyutunda olmalıdır.

- 5.5. **Tüm kardeşlik ilişkileri etik boyut, ahlak felsefesi temelinde olmalıdır, birisinin aleyhine ilişki olmamalıdır.** Etik yapılanma birçok etik ilkeleri kapsamakta, kurala dayalı veya sonuç temelli olanlar salık içinde tedavi yaklaşımlarında hedeflenen durumlardır. İrdelenmesi ilkeleşmenin temel veri olarak ele alınması, bunun bilimsel dayanaklarla olması öngörüdür. Farkındalık, bilinçli olması, bireysel olduğu kadar sosyal, geleneksel boyuta taşınmalı, bir adet, arzu, talep boyutuna taşınmalı, medya desteği alınmalıdır. Aşırı yorumlar, mucizevi boyutların oluşturulması etik ilkeler ve bilimden uzaklaşma, abartma ile oluşmaktadır. Bunun önlenmesi etik boyuta dönmekle olur.

Bir prematürenin gereksinimleri boyutunda bilimsel yaklaşım, etik boyutun temelidir ve bunun takibi de yine etik kapsam içindedir, ki öncelikle zarar oluşmaması esas olup, bunun takibi bu açıdan da gereklidir.

6. **Arkadaşlık doğal genetik oluşan olsa bile, gerçek arkadaşlık saygıya dayalı katkılar ile gelişir ve dostluğa dönüşür. Arkadaşlık bir değer oluşturma yaklaşımı temelinde olmalıdır, karşılıklı bir gayreti de gerekli kılar.**

- 6.1. **Birbirleri ile olan ilişkilerinde hoşlanmıyorlar ve farklı boyutta iseler, burada arada dengeyi sağlamak için katkılar kullanılmalıdır.** Bazı maddeler eksik veya fazla olabilir ve bu istenmeyen boyut oluşturabilir. Bu katkılar ile olumlu yöne çekilmesi ile denge sağlanabilir. Bir yoğurt yemeyen birey, meyveli yoğurt ve yoğurttan yapılan dondurma ile bu sağlanabilir. Ayran çoğunlukla bu dengeyi sağlamada bize örnektir. İçine sebze de katılan cacık ise bir belenme harikasıdır.

Bir prematürenin alması gereken vitamin ve mineraller, sorun oluşup, yüksek doz tedavi için verilmesi yerine, günlük katılarak sağlanabilir. Demir bunlardan biridir ve gıda demiri olarak 2-4 mg/dL kadar sütte bile emilimi dengelidir.

- 6.2. ***Doğal, yapısı gereği olanın bozulması için bir gerekçe olmalıdır. Karşılıklı yararlılık ve değer üretme, anlamı olma üzerine olmalıdır.*** Bazı durumlarda bireyin florası doğal, anne sütü ile oluşmaktadır. Vajinal doğum ile kanaldan geçerek alınan florayı, sezaryen yaparak bozabilmek için mutlaka bir tıbbi gerekçeniz olmalıdır. İnsanların isteği ötesinde bir algıdır. Bir doğanın yıkılıp, doğa tahribi ile otel yapılmasının zararları gibi, doğayı koruyarak var olma zorunluluğu vardır.

Bir prematürenin en önemli kaybı, sağlıklı yoldan gelişmemesi ve mutlaka doğal unsurların desteklenmesini gerekli kılınmasıdır ki, bunun temeli değer üretmektir.

7. **Arkadaşlık bağımlı arkadaşlık olarak yapılandırılmaz.**

- 7.1. ***Birisinin birisine muhtaç olması, diğerinin ise sadece onu beslemesi ve geliştirmesi, dostluk değil, tek taraflı analık yapmaktır ki, Mikrobiyomlar ile aramızdaki ilişki karşılıklıdır ve birisinin yokluğunda, özellikle Mikrobiyomların bozulmasında bile farkındalık oluşmaktadır.*** Bazı durumlarda ilişkiler fark edilmeyebilir. İletişim bozulması ve ilişkilerin farklı boyuta çıkması ile anlaşılabilir. Bizimle birlikte olan dostları insanın gözü net görmeyebilir, algılamayabilir. Kaybında net anlaşılır, bazıları için ana/basını kaybetmesi ile boşluğa düşmesi bunun belirtisidir.

Prematürenin Mikrobiyota ile iletişimi kurulmadığı durumda sorunlar başlar, diğerlerinden farkı, ilk oluşması açısından ele alınmalı ve yaşam boyutu ile sürdürülmelidir.

- 7.2. ***Ona bakan, onu yaratan benim yaklaşımı yerine, yaşamı ortak paylaşıyoruz denilmelidir.*** Arkadaşlık paylaşım üzerindedir. Sadece iyi günde değil, sorunlar ve hasta iken de paylaşmaya dayalıdır. Beni tifo, para tifo ve kolera gibi mikroplardan koruyan floramı iyi korumalıyım.

Prematürenin florasının korunmasının ve geliştirilmesinin önemi ve anlamı, hastalıkta belirgin ortaya çıkmaktadır.

8. **Zorunlu arkadaşlık yapısı olamaz, yürümez çünkü, bilimsel, uluslararası protokoller ve prensipler üzerine yapılandırılmalıdır.**

- 8.1. ***Dostluğun bozulması olanaksız olup, insanların toplum dışı olması anlamını taşır.*** Bazı durumlarda birey yalnız olmak isteyebilir, barsak florası temizlenmek istenebilir, ki bunun anlamı dostluk dışı yaklaşımlardır, ancak yalnızlığa etme gerekçesi olmaz. Yeniden etkin ve yeterli dost bulunup, oluşturulmalıdır.

Prematürelere bağırsağın steril olması ilk planda istenir sanılır ama bunun anlamsızlığı belirgindir ve mutlaka farklı dostlarla bu denge oluşturulmalıdır.

- 8.2. ***Arkadaşlık doğası; sevgi temelli olmalı ama görüntüde olmayabilir. Sevgi Yunan/Grek Felsefesi açısından başlıca 3 boyutta irdelenebilir, a) agape; bir değer, bir anlam ve bir fayda oluşturduğu için sevgi, b) Eros; arzu ve istek oluşturmak, yemekten lezzet almak, c) philia; saygı duymak, taktir etmek temelli sevgi.*** Arkadaşlık sevgi boyutu farklıdır. Bazı durumlar sevilebilir ama onunla arkadaş olunmak istenmez, ama bazı arkadaşlıklarda da sevgi bağı vardır ama genel sevgi kalıbı içinde değildir.

Bir Mikrobiyom veya bakterinin prematüre için anlamı önemli olup, sevgi duyabiliriz ama arkadaşlık boyutu bilimsel olarak uygulanabilir ama sosyal olarak belirtilemez. Kim ben bakteriyi seviyorum demeye cesaret edebilir?

9. Arkadaşlık karşılıklı bir alışveriş olup, bu yapı, müşterek yararlılık üzerine geliştirilmelidir.

9.1. ***Farklı boyutlarda arkadaşlık olabilir, ancak arkadaşlık karşılıklı alış-veriş boyutunu gerekli kılar. Tümünü bütünleştiren aşk denilen kavramdır ve Yaratana duyulan anlamda bütünleşir.*** Aristo'ya dayalı Felsefede, üç tip tanımlanmıştır; a) mutluluk duymayı sağlayan, b) yararlılık temelinde olan, c) değer anlamı olarak arkadaşlık. Doğu temelli olanda bunlar 7 boyuta çıkarılabilmektedir; 1) bir arada olan arkadaşlık, uçakta yanında oturan ile kurulan arkadaşlık, 2) aynı meslekte olan arkadaşlık, karşılıklı iletişim ve ilişki içinde olunan, 3) aynı düşünceyi paylaşılan arkadaşlık, 4) yaşam ortaklığı, yaşamı paylaşmak, birlikte yaşamak, 5) fedakarlık ve canını onun için verebilmek, 6) birliktelikten değer yaratmak, mutlu olmak, 7) aklını kullanmasını sağlamak, onu uyarmak, onu desteklemek, korumak ve kendi yolunu bulmasını sağlamaktır ki buna dost denilir.

Her bir prematürenin hekimin dostu olduğu ve onu eğittiği bir algılamadır ki prematürenin immün sistemini doğal oluşumunu sağlayan Mikrobiyom'lardır.

9.2. ***Arkadaşlık sözel değil, eylemler ile belli olur, başlıca belirtiler şunlardır:*** Arkadaşlık belirtileri; 1) iyiliğini istemek ve uygulamak, 2) oluşması, varlığını sürdürmesi, benliğinin devamlılığı, gelişmesi ve ilerlemesini sağlamak, desteklemek, 3) onun için zaman oluşturmak, ilgilenmek ve mekan ötesinde birliktelik gereklidir, 4) arkadaşı lehine bazı tercihlerde bulunup, onun lehine olarak yaklaşmak, kendi benliğini onun lehine uyarlamak, 5) onun için mutluluk yaratmak, zarar ve acıdan kurtarmak, 6) doğru ve yanlış boyutunu irdelemek, irdelemesini sağlamak, onu zorlamamak, ona hükmetmemek, onun otonomi ve benliğine karışmadan yapmaktır.

Mikrobiyota'yı arkadaş kabul edersek bunu davranışlarımız ve tutumumuzla belli etmeliyiz.

9.3. ***Dostluğun oluşması, kazan ve kazan prensibi üzerine, değer yaratmak olmalıdır.*** Felsefik yaklaşımda *hastalık yok, hasta vardır* yaklaşımı ilk plandadır. Burada hata var dediğimizde, flora da bizi ifade eder. Dolayısıyla; 1) bireyin lehine olan bir arkadaşlık olmalıdır, bu diğeri aleyhine olmamalıdır, her birey farklı olarak ama lehine boyut oluşturmalıdır, 2) sosyal, toplumsal boyutta da insanlığın lehine olmalıdır. Yoğurt ve turşu yiyen toplumda kolera yerleşmesi zor, kırıklarda Gazlı Kangren görülme oranı da düşük olacaktır. Bireyden yayılan flora toplumda da katkısı olacaktır.

Sadece insana değil, Mikrobiyomların da sağlıklı olması yaklaşım prensibi olmalıdır.

9.4. ***Yararlı ve doğal yapıya uygun Floraya olan değişimin, doğal çevreye katkıları olmaktadır.*** Çevremizde, zararlı böcek mücadelesi, gübrenin daha etkin olması, havuzlarda balık yaşamını sağlayan, oksijeni tüketen yosun veya bazı pütrefikasyon yapıp, serbest nitrojen çıkaran, toksik ve yaşanmaz boyut oluşturan

mikroplar yerine ters, düşük pH ve oksijen korumalı, besin değeri olan floranın oluşması arzu edilen ortam olmalıdır. Bu sağlanmaya çaba sarf edilmelidir. Bir prematürenin sadece kendi florası değil, çevresindeki florada dost olanlardan oluşmalıdır ve bu sağlanmalıdır.

Dayanaklar

1. **Mark Matousek Ethical Wisdom; Ethical Wisdom for Friends;** Navigating life's most complicated, curious, and common relationship dilemmas. Aug 02, 2013
2. <http://plato.stanford.edu/entries/friendship/>
3. <http://www.wsj.com/articles/gov-christie-says-gifts-he-accepted-were-from-friends-but-ethics-code-doesnt-say-what-constitutes-a-friend-1423792368>
4. <http://woman.thenest.com/ethical-issues-friends-workplace-11607.html>
5. <https://www.psychologytoday.com/blog/ethical-wisdom/201308/ethical-wisdom-friends>
6. Wikipedia
 - a. The four loves; Wikipedia
 - b. Intimate Relationship; Wikipedia
 - c. Fraternization; Wikipedia
 - d. Types of Friendship; Wikiedia
 - e. Friendship; Wikipedia

