MEDİKAL ESTETİK KLİNİK REHBERİ

Peptit Kullanmanın Olası Zararları Nelerdir?

Riskleri tanımak, önlemek ve doğru yönetmek
Kanıta dayalı, abartısız ve güvenlik odaklı rehber

GÜVEN • ZARAR VERMEME • DOĞAL SONUÇ • UYGUN FİYAT • BİLİMSEL TECRÜBE

Prof. Dr. Hasan Ahmet Özdoğan

Hasta ve uygulayıcı bilgilendirme rehberi

REHBER HARİTASI

İçindekiler ve Sayfa Dağılım Planı

Sayfa	Bölüm	İçerik özeti
1	Kapak	Rehberin adı, yazar ve beş temel ilke
2	İçindekiler ve sayfa dağılım planı	Rehberin yol haritası
3	Yazar yaklaşımı: beş temel ilke	Güven, zarar vermeme, doğal sonuç, uygun fiyat, bilimsel tecrübe
4	1. Zarar nedir, nerede başlar?	Risk basamakları: sürülen üründen onaysız enjeksiyona
5	2. Zararın dört kaynağı	Ürün, kullanıcı, yöntem ve bağlam
6	3. Sürülen ürünlerde zararlar	Tahriş, alerji, akne, pigment ve diğer sorunlar
7	4. Tahriş ve alerjiyi ayırmak	Reaksiyon zamanlaması, peptit dışı içerikler
8	5. Klinik işlemlerle çakışma	Bariyer zayıflığı döneminde ürün kullanımı
9	6. Enjeksiyon yoluyla zararlar	Enfeksiyon, kontaminasyon, doz hatası
10	7. Onaysız ve “araştırma amaçlı” ürünler	Etiket gerçekliği ve sahte ürün riski
11	8. Onaylı peptit ilaçların yan etkileri	GLP-1 analogları ve estetik açıdan önemi
12	9. Bağışıklık, hormon ve uzun dönem belirsizlikler	Bilinenler, bilinmeyenler ve teorik riskler
13	10. Özel gruplar	Gebelik, çocuk, yaşlı, kronik hastalık, koyu ten
14	11. Zarar görürsem ne yapmalıyım?	Yanıt algoritması, kayıt ve bildirim
15	12. Önleme, uygun fiyat ve sonuç	Kontrol listesi, maliyet ilkeleri, özet
16	Prof. Dr. Hasan Ahmet Özdoğan diyor ki	Hekimden danışanlara mesaj
17	Kaynaklar	Bilimsel ve Amerika kaynaklı referanslar

Planlama notu: Rehber toplam 17 sayfadır. Görseller 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11 ve 14. sayfalarda yer alır. Son sayfa yalnızca kaynaklara ayrılmıştır; sık sorulan sorular ve iletişim sayfası bulunmaz.

YAZAR YAKLAŞIMI

Rehberin Temeli: Beş Temel İlke



Şekil 1. Prof. Dr. Hasan Ahmet Özdoğan'ın medikal estetik yaklaşımının beş temel ilkesi.

Bu rehber, peptit kullanımının olası zararlarını anlatır. Amaç, korku yaratmak ya da peptitleri tümüyle kötülemek değildir; hastanın hangi riskin hangi durumda ortaya çıktığını bilmesini ve doğru kararı verebilmesini sağlamaktır. Peptitlerin bir bölümü, hekim izleminde kullanıldığında değerli ilaçlardır. Zarar, çoğunlukla yanlış ürün, yanlış yol, yanlış zaman ve yanlış bilgiden doğar. Prof. Dr. Hasan Ahmet Özdoğan'ın beş temel ilkesi, rehberin her bölümüne yön verir.

1. Güven

Riskler olduğu gibi anlatılır; ne gizlenir ne de abartılır. Hasta, sorun yaşadığında klinikle açıkça iletişime geçebileceğini bilir.

2. İnsanlara zarar vermeme

Bu rehberin asıl konusu budur. Her bölüm, zararın nasıl oluştuğunu ve nasıl önlenebileceğini gösterir. Şüphe varsa kullanılmaz; riski faydasından fazla olan ürün önerilmez.

3. Doğal sonuç

Nazik, sade ve ihtiyaca uygun bakım, doğal sonucun temelidir. Aşırı ürün kullanımı hem cilde zarar verir hem de doğal görünümü bozar.

4. Uygun fiyat politikası

Zarar görmenin maliyeti, ürünün fiyatından çok daha yüksek olabilir. Gereksiz ve riskli ürünlere para harcamamak, hem güvenlik hem de bütçe açısından en doğru yoldur.

5. Bilimsel tecrübe

Bilgiler, Amerika Birleşik Devletleri kaynaklı hakemli yayınlara, FDA ve CDC bilgilendirmelerine ve ilaç prospektüslerine dayanır. Kanıtın zayıf olduğu yerlerde bu açıkça belirtilir. Kaynaklar son sayfadadır.

BÖLÜM 1

Zarar Nedir, Nerede Başlar?



Şekil 2. Kullanım yoluna ve ürün güvencesine göre genel risk basamakları (şematik).

"Peptit" sözcüğü çok farklı ürünleri kapsar: yüze sürülen bir serum, ağızdan alınan bir takviye, hekim reçetesiyle kullanılan bir ilaç ya da internetten alınan enjeksiyonluk bir toz. Bunların zarar profilleri birbirinden çok farklıdır. Bu nedenle "peptit zararlı mı?" sorusunun tek bir cevabı yoktur; doğru soru, "hangi peptit, hangi yolla, kim tarafından ve hangi güvence ile kullanılıyor?" sorusudur.

Risk Basamakları

- **1. Yasal cilt bakım ürünü:** Genellikle düşük riskli; en sık sorun tahriş, alerji ve akne olarak ortaya çıkar [1,2,3].
- **2. Ağızdan takviye:** Etkisine dair kanıt sınırlı; içerik ve saflık farkları ile alerji riski olabilir.
- **3. Onaylı peptit ilaç:** Klinik çalışmalardan geçmiş, bilinen yan etkileri olan ilaçlar; hekim izleminde kullanılır [7,9].
- **4. Bileştirilmiş ya da onaysız ürün:** Doz ve içerik belirsizliği taşır; FDA bu ürünler konusunda uyarılarda bulunmuştur [10,11].
- **5. "Araştırma amaçlı" enjeksiyon:** İnsan kullanımı için onaylı değildir; enfeksiyon, reaksiyon ve bilinmeyen etkiler açısından en yüksek riski taşır.

Önemli Ayrım: Zarar Kesin Değildir, Risk Artar

Bu rehberde anlatılan zararların hiçbiri her kullanıcıda ortaya çıkmaz. Çoğu kişi peptitli bir cilt bakım ürününü sorunsuz kullanır. Ancak riskin ne zaman arttığını bilmek, önlemenin ilk adımıdır.

> **Güven ilkesi:** Bir ürünün "doğal" ya da "peptit" olması, onu güvenli yapmaz. Güvenliği belirleyen, ürünün kalitesi, yasal durumu ve kullanım biçimidir.

BÖLÜM 2

Zararın Dört Kaynağı



Şekil 3. Peptit kullanımında zararın dört temel kaynağı (şematik).

Zararın nedenlerini anlamak, onu önlemenin yoludur. Peptit kullanımında olumsuz sonuçlar dört ana kaynaktan doğar. Çoğu olayda bunlardan birden fazlası birlikte rol oynar.

1. Ürün

Ürünün kalitesi, saflığı, formülasyonu ve içerdiği diğer maddeler belirleyicidir. Pek çok tahriş ve alerji, peptidin kendisinden değil, ürünün koruyucu, parfüm ya da emülsiyon bileşenlerinden kaynaklanır [3]. Denetimsiz ürünlerde bu risk çok daha yüksektir.

2. Kullanıcı

Cilt tipi, daha önce alerji öyküsü, kronik cilt hastalıkları, kullanılan ilaçlar ve gebelik gibi özellikler riski değiştirir. Aynı ürün, bir kişide sorunsuz kullanılırken başka bir kişide ciddi tepkiye neden olabilir.

3. Yöntem

Dozun, kullanım sıklığının, uygulama sırasının ve yolunun doğru olması gerekir. Gereğinden çok ürün, çok sık kullanım ya da steril olmayan enjeksiyon, tüm risk profilini değiştirir.

4. Bağlam

Cildin o anki durumu (bariyer bütünlüğü), yakın zamanda yapılmış klinik işlemler, mevsim ve aynı anda kullanılan diğer ürünler, bağlamı oluşturur. Yeni açılmış bir cilt bariyerinde güvenli bir ürün bile tahriş edebilir.

> **Zarar vermeme ilkesi:** Zararı önlemek için dört kaynağın hepsine bakılır: ürünü, kullanıcıyı, yöntemi ve bağlamı. Hekim değerlendirmesi, bu dört alanın birlikte gözden geçirilmesidir.

Bu dört kaynağın her birinde atılacak küçük bir adım, toplam riski belirgin biçimde düşürür. Örneğin yasal ürün seçmek, alerji öyküsünü hekimle paylaşmak, doğru dozda ve sırada kullanmak ve bariyer zayıfken ürün eklememek, zararların büyük bölümünü önler.

BÖLÜM 3

Sürülen Ürünlerde Zararlar

Peptit içeren cilt bakım ürünleri genellikle iyi tolere edilir; ancak hiçbir cilt bakım ürünü risksiz değildir. Yayınlanmış derlemeler, bu ürünlerle ilgili güvenlik verilerinin ve uzun dönem izlem çalışmalarının sınırlı olduğunu belirtmektedir [1,2]. Aşağıdaki tablo, sürülen ürünlerde görülebilen başlıca sorunları özetler.

Sorun	Belirtiler	Olası neden
İrritan kontakt dermatit	Yanma, batma, kızarıklık, kuruluk	Bariyer zayıflığı, yoğun veya sık kullanım, tahriş edici içerik [3]
Alerjik kontakt dermatit	Kaşıntı, egzamatöz döküntü, şişlik	Peptit veya ürünün diğer bileşenlerine duyarlılık [3]
Akne alevlenmesi	Yeni sivilce ve komedon	Ağır, yağlı formülasyonlar; tıkayıcı içerikler
Rozasea alevlenmesi	Kızarıklık, damarlanma, papül	Hassas cilt, çok sayıda aktif ürün
Pigment değişikliği	Koyu lekeler (özellikle koyu ten)	Tahriş sonrası inflamasyon [4,5]
Güneş duyarlılığı	Kolay yanma, kızarma	Birlikte kullanılan diğer aktifler; güneş korumasız kullanım
Verim kaybı ve boşa harcama	Sonuç alınmaması	Ürün kalitesi, yanlış kullanım, gerçekçi olmayan beklenti

Peptit Mi, Başka İçerik Mi?

Bir ürünle tahriş ya da alerji yaşandığında, sorumlunun peptit olduğu varsayılır; oysa çoğu zaman ürünün diğer bileşenleri (koruyucular, parfüm, çözücüler, emülgatörler) asıl nedendir. Bu ayrım, yalnızca yama testi ve hekim değerlendirmesiyle yapılabilir [3]. Bu nedenle tepki veren bir hasta, hangi ürünü kullandığını ve içerik listesini hekime göstermelidir.

Çoğu Sorun Önlenebilir

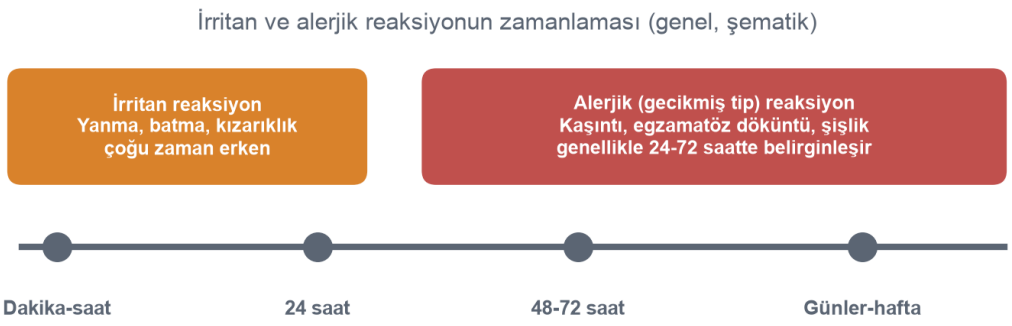
- Yeni ürünü önce küçük bir alanda deneyin ve kademeli başlayın.
- Aynı anda tek bir yeni ürün ekleyin.
- Bariyer zayıfken (kuruluk, soyulma, işlem sonrası) yeni ürün başlamayın.
- Güneş koruyucuyu ihmal etmeyin.

Kullanım Hatalarının Sık Görülen Örnekleri

- Yeni bir ürüne başlamadan önce yama testi yapmamak.
- Aynı anda birkaç yeni aktif ürüne başlamak.
- Ürünü önerilenden daha fazla miktarda ya da daha sık kullanmak.
- Tahriş belirtisini “ürün işe yarıyor” diye yorumlayıp kullanmaya devam etmek.
- Güneş koruyucuyu ihmal etmek.

BÖLÜM 4

Tahriş ve Alerjiyi Ayırmak



Şekil 4. İrritan ve alerjik reaksiyonun zamanlaması (genel, şematik).

Cilt reaksiyonlarının iki ana türü vardır: irritan (tahriş edici) ve alerjik. Bu ikisini ayırmak, hem ürünü bırakma kararı hem de ileride aynı içeriğin kullanılıp kullanılamayacağı açısından önemlidir [3].

İrritan Reaksiyon

Ürünün cilt bariyerini doğrudan tahriş etmesiyle ortaya çıkar. Alerji gibi bağışıklık sisteminin özel bir yanıtı gerekmez; bariyeri zayıf olan herkeste görülebilir. Belirtiler genellikle yanma, batma, kızarıklık ve kuruluktur ve çoğunlukla kullanımdan kısa süre sonra başlar.

Alerjik Reaksiyon

Bağışıklık sisteminin bir içeriğe karşı duyarlılaşmasıyla gelişir. Kaşıntı, egzamatöz döküntü ve şişlik tipiktir. Gecikmiş tipte alerjik reaksiyon genellikle 24-72 saat içinde belirginleşir ve duyarlılaşma gelişince, ileride aynı içerikle her temasta tekrarlayabilir [3]. Bu nedenle bir kez alerjik reaksiyon geliştiren içerikten kaçınmak önemlidir.

Peptit Dışı İçerikler

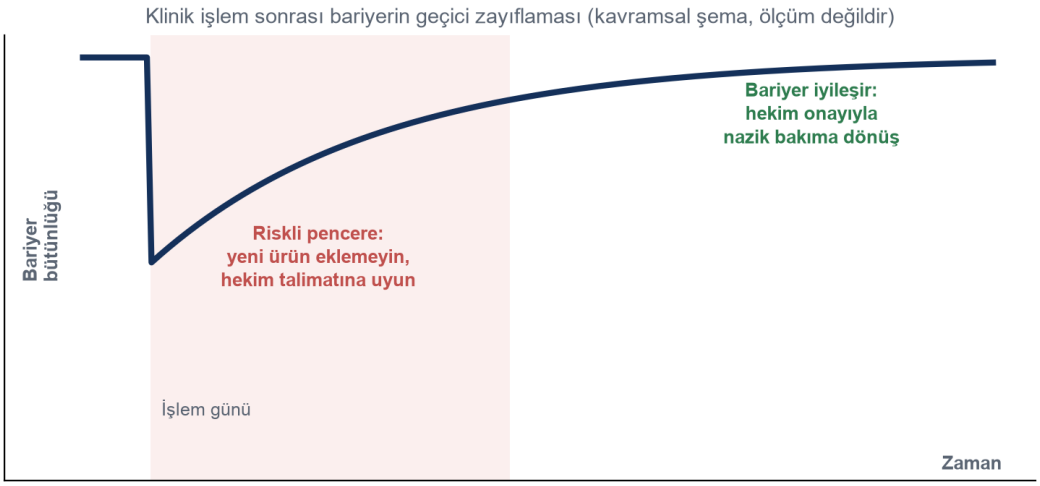
- **Parfüm ve esansiyel yağlar:** Sık görülen alerjenlerdir.
- **Koruyucular:** Ürünün mikrop üremesini önlemek için kullanılır; bazı kişilerde duyarlılık yapabilir.
- **Boyalar ve renklendiriciler:** Hassas ciltlerde reaksiyon yapabilir.
- **Bitkisel ekstreler:** “Doğal” olmaları alerji riskini ortadan kaldırmaz.

Ne Zaman Hekime Başvurulmalı?

Birkaç gün içinde geçmeyen kızarıklık, yaygınlaşan döküntü, kabarcık, belirgin şişlik ya da sürekli yanma durumunda ürün bırakılmalı ve hekime başvurulmalıdır. Yüz, dudak ya da dilde şişlik ya da nefes darlığı, acil durumdur ve derhal acil servise başvurmayı gerektirir.

BÖLÜM 5

Klinik İşlemlerle Çakışma



Şekil 5. Klinik işlem sonrası bariyerin geçici zayıflaması (kavramsal şema).

Peeling, lazer, mikroiğneleme ve benzeri işlemler cilt bariyerini geçici olarak zayıflatır. Bu dönemde, normalde sorunsuz kullanılan bir ürün bile tahriş, alerji ya da enfeksiyon riskini artırabilir. Bilimsel uzlaşı metinleri, birleşik estetik uygulamalarda sıra ve aralıkların bilinçli planlanması gerektiğini vurgular [15].

Başlıca Risk Durumları

- **İşlem sonrası kendi başına ürün sürmek:** Zayıflamış bariyerden ürün normalden fazla geçebilir; tahriş ve alerji riski artar.
- **Mikroiğneleme ile ürün uygulamak:** Açılan mikro kanallara steril olmayan ya da içeriği doğrulanmamış ürünler uygulanırsa, enfeksiyon ve iltihabi reaksiyon riski doğar.
- **İşlem öncesi yeni ürüne başlamak:** Tahriş olursa işlem ertelenebilir ve cilt hazırlıksız hâle gelebilir.
- **Birden fazla aktifi aynı döneme sığdırmak:** Hangi ürünün soruna yol açtığı anlaşılamaz.

Güvenli Zamanlama İlkeleri

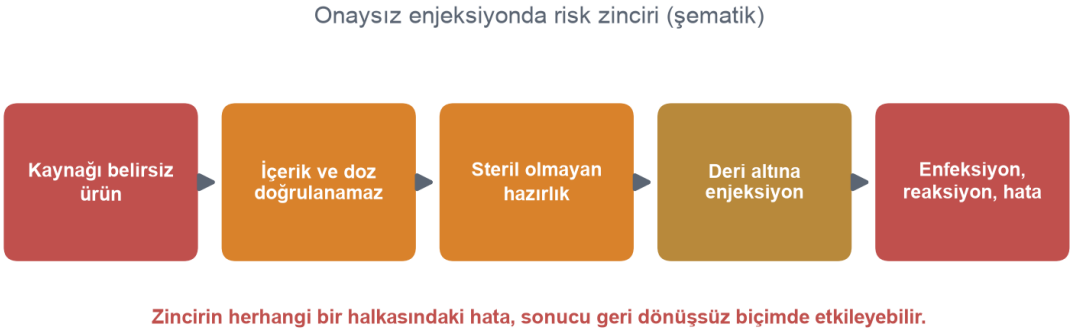
- İşlem günü ve sonrasında, hekimin verdiği talimat dışında ürün sürülmez.
- İyileşme tamamlanmadan peptitli bakıma dönülmez; dönüş için hekim onayı alınır.
- Planlanan bir işlemden önce yeni ürünlere başlanmaz.
- Her işlem öncesi, kullandığınız tüm ürünler hekime bildirilir.

> **Bilimsel tecrübe:** İşlem sonrası dönemde en güvenli yaklaşım, “sade ve hekim yönlendirmeli” olandır. Bu dönemde ek ürün ekleme isteği, çoğu zaman sorun çıkaran en sık nedendir.

Hasta ve uygulayıcı arasındaki dürüst iletişim, bu bölümdeki risklerin çoğunu azaltır: ne kullandığınız, ne zaman kullandığınız ve neyi denemeyi düşündüğünüz hakkında açık olmak, hekimin sizi korumasını kolaylaştırır.

BÖLÜM 6

Enjeksiyon Yoluyla Zararlar



Şekil 6. Onaysız enjeksiyonda risk zinciri (şematik).

Enjeksiyon, bir maddeyi cilt bariyerini tamamen aşarak doğrudan dokuya vermek demektir. Bu nedenle ürün kalitesi, sterilite ve doz doğruluğu, sürülen ürünlere göre çok daha kritiktir. Amerika Birleşik Devletleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri (CDC), enjeksiyon güvenliğinin steril teknik ve tek kullanımlık malzeme gibi temel ilkelere dayandığını vurgular [14].

Başlıca Riskler

- **Enfeksiyon:** Steril olmayan hazırlık, yeniden kullanılan malzeme ya da hijyensiz ortam; deri enfeksiyonlarına, apselere ve nadiren sistemik enfeksiyonlara yol açabilir [14]. Yabancı materyal bulunan dokuda bakteriyel biyofilm oluşumu da tanımlanmıştır [16].
- **Kontaminasyon:** Üretim veya saklama sırasında bulaşan mikroorganizmalar ya da yabancı partiküller.
- **Doz hatası:** Toz hâlindeki peptitlerin kendi başına sulandırılması ve ölçülmesi, hatalı dozlara yol açabilir. FDA, bileştirilmiş ve onaysız bazı ürünlerde doz hatalarına bağlı yan etkilere karşı uyarıda bulunmuştur [11].
- **Yerel reaksiyon:** Enjeksiyon yerinde ağrı, kızarıklık, sertlik, morluk ve nodül.
- **Sistemik reaksiyon:** Alerji, bayılma hissi, kalp çarpıntısı ve ciddi durumlarda anafilaksi.

Kendi Kendine Enjeksiyon

Eğitimsiz ve denetimsiz kendi kendine enjeksiyon, bu risklerin tümünü artırır. Hekimin reçete ettiği, eğitim verdiği ve izlediği ilaçlar bunun dışındadır. Bu rehber, kaynağı doğrulanamayan hiçbir peptit ürününün enjekte edilmesini önermez.

Sonuç yerine Hasta Güvenliği

Enjeksiyon dışındaki uygulamalarda bile steril olmayan bir ortamda yapılan işlemler enfeksiyon taşır. Bu nedenle ürünün hangi ortamda, kimin tarafından ve hangi malzemelerle uygulandığı sorulmalıdır. Klinik ortamı, sterilizasyon uygulamaları ve ekibin eğitimi, güvenliğin ayrılmaz parçalarıdır [14].

BÖLÜM 7

Onaysız ve “Araştırma Amaçlı” Ürünler



Şekil 7. Denetimsiz üründe etiket ile gerçek içerik arasındaki fark (şematik).

İnternet ve sosyal medya üzerinden, “yalnızca araştırma amaçlı” ya da “insan tüketimi için değildir” ibaresiyle satılan peptit ürünleri bulunmaktadır. Bu ifadeler, ürünün insanlarda kullanım için onaylanmadığını gösterir; bazı satıcılar bu ibareyi, yasal sorumluluktan kaçmak için kullanır. Bu ürünler, klinik çalışmalardan geçmemiştir ve üretim denetimine tabi değildir.

Neden Riskli?

- **Kalite güvencesi yoktur:** Saflık, doğru dizilim ve sterilite bağımsız olarak doğrulanmaz.
- **İnsan güvenlik verisi yoktur:** Çoğunun uzun dönem etkileri bilinmemektedir.
- **Doz belirsizdir:** Etiketteki miktar ile gerçek içerik farklı olabilir.
- **Sahte ürün riski:** Marka ya da ilaç adını taşıyan taklit ürünler, ABD'de de sağlık otoritelerinin uyarılarına konu olmuştur [10,11].

Resmî Yaklaşım

FDA, bileştirme alanında bazı peptit maddelerle ilgili güvenlik endişelerini dile getirmiş ve onaysız ürünlerin kullanımına karşı halkı uyarmıştır [10]. Kanıt ve izleme eksikliği, bu ürünlerin “zararsız” olduğu anlamına gelmez; yalnızca zararın bilinmediği ve ölçülemediği anlamına gelir.

“Wellness” Kliniklerinde Peptit Enjeksiyonları

Bazı kliniklerde “gençleşme”, “performans” ya da “iyileşme” adı altında peptit enjeksiyonları sunulabilmektedir. Bu ürünlerin yasal durumu, kaynağı ve kanıtı mutlaka sorgulanmalıdır. Hekimin ürünün onay durumunu, içeriğini ve kaynağını açıkça söyleyememesi, ciddi bir uyarı işaretidir.

Sonuç olarak, cilt bakımı ve estetik alanında peptit kullanımı, ürünün türüne ve yoluna bağlı olarak çok farklı risk profillerine sahiptir. Güvenli yol, bu farkı bilmek, şüphede hekime danışmak ve kanıtı zayıf ürünlerden uzak durmaktır.

BÖLÜM 8

Onaylı Peptit İlaçların Yan Etkileri



Şekil 8. GLP-1 reseptör agonistlerinin yan etki kategorileri (genel özet; ayrıntı için ilaç prospektüsüne bakınız).

Onaylı peptit ilaçlar da yan etki yapabilir; fark, bu etkilerin bilinmesi, izlenmesi ve yönetilmesidir. Bu bölümde, estetik pratiğiyle ilişkisi nedeniyle en sık gündeme gelen GLP-1 reseptör agonistleri (örneğin semaglutid) ele alınmaktadır.

Bilinen Yan Etkiler

Büyük randomize çalışmalarda ve ilaç prospektüslerinde, en sık bildirilen yan etkilerin mide-bağırsak sistemiyle ilgili olduğu (bulantı, kusma, ishal, kabızlık) görülmüştür [7,9]. Daha az sık görülen ya da nadir ama ciddi durumlar arasında dehidrasyon, safra kesesi sorunları ve pankreatit şüphesi sayılmaktadır [9]. Diyabetik hastalarda, retinopati komplikasyonları konusunda hekim izleminin önemi bir çalışmada vurgulanmıştır [8].

Estetik Açıdan Önemi

Hızlı ve belirgin kilo kaybı, yüzde hacim kaybı ve ciltte sarkma gibi estetik şikâyetlere yol açabilir. Bu nedenle bu ilaçları kullanan hastalar, estetik konsültasyonda mutlaka bilgi vermelidir. Dolgu ve sıkılaştırma gibi uygulamaların zamanlaması, kilonun stabil hâle gelmesi beklenerek planlanır. Ayrıca, bir işlem ya da anestezi öncesinde bu ilaçların kullanıldığının ilgili hekimlere bildirilmesi önemlidir.

İlaç Doğru Kaynaktan, Doğru Dozda

- İlaç yalnızca reçete ve hekim izleminde, yasal eczaneden temin edilir.
- Doz hekimin belirlediği şekilde ayarlanır; kendi kendine artırılmaz.
- Onaysız, bileştirilmiş ya da internetten alınan benzer ürünlerde doz ve içerik hataları bildirilmiştir [11].
- Yan etki durumunda ilacı kendi başınıza bırakmadan önce hekime danışın; ciddi belirtilerde acil başvurun.

BÖLÜM 9

Bağışıklık, Hormon ve Uzun Dönem Belirsizlikler

Peptitlerin güvenliğiyle ilgili tartışmanın önemli bir bölümü, bilinenlerden çok bilinmeyenlerle ilgilidir. Bu bölümde, kanıtın sınırlı olduğu alanlar ve teorik riskler, kesinlik taşımadan, bu sınırlamalar açıkça belirtilerek ele alınmaktadır.

Bağışıklık Yanıtı (İmmünojenisite)

Peptit ve protein tabanlı ilaçlar, vücut tarafından yabancı olarak algılanıp bağışıklık yanıtı doğurabilir; bu, ilaç geliştirme alanında bilinen bir zorluktur [6]. Bu yanıt, alerjik reaksiyonlara ya da ilacın etkisini azaltan antikorların oluşmasına yol açabilir. Onaylı ilaçlarda bu risk çalışmalarda izlenir; denetimsiz ürünlerde ise hiç değerlendirilmez.

Hormonal Etkiler

Bazı peptitler hormon düzeyini ya da hormon salınımını etkiler. Bu tür ürünlerin gelişigüzel ve uzun süreli kullanılması, vücudun doğal hormon dengesini etkileyebilir. Hangi peptidin hangi hormonal etkisinin olduğu, ürün özelinde değerlendirilir; bu nedenle “hormon düzeyini etkileyen” iddiasıyla satılan ürünler, ancak hekim kontrolünde düşünülmelidir. Bu alandaki uzun dönem güvenlik verileri, onaysız ürünler için çoğunlukla yoktur.

Teorik Riskler

Doku büyümesini ya da yeni damar oluşumunu uyardığı ileri sürülen bazı peptitler için, bu etkilerin istenmeyen dokularda da ortaya çıkabileceğine dair teorik endişeler dile getirilmektedir. Bu endişeler çoğunlukla laboratuvar ve hayvan verilerine ya da mekanizma tahminlerine dayanır; insanlarda kesinleşmiş bir zarar gösterilmiş değildir. Ancak güvenlik verisinin yokluğu, bu tür ürünlerin ihtiyatla yaklaşılması gereken ürünler olduğunu gösterir.

Bilinmeyenin Kendisi de Bir Risktir

Uzun dönem izlem verisi olmayan bir ürünün güvenli olduğunu söylemek bilimsel değildir. “Zararı gösterilmemiş” ile “güvenliği gösterilmiş” aynı şey değildir. Bu nedenle, güvenlik verisi bulunmayan ürünler özellikle gençlerde ve gebelik planlayanlarda kullanılmamalıdır.

Ne Yapmalı? Ne Yapmamalı?

- Bir peptit ürününün güvenlik verisi hakkında soru sorun; “henüz çalışma yok” cevabı bir uyarıdır.
- Satıcı ya da klinik, ürünün onay durumunu açıkça belgeleyemiyorsa kullanmayın.
- “Herkes kullanıyor” ya da “fenomen önerdi” bir güvenlik kanıtı değildir.
- Bir ürünü kullanan başkalarının memnuniyeti, sizin cildinizdeki güvenliği garanti etmez.
- Kanıtı zayıf bir ürünü ancak sade ve düşük riskli biçimde (sürülen, yasal ürün) ve hekim bilgisiyle deneyin.

BÖLÜM 10

Özel Gruplar

Bazı kişi grupları peptit kullanımında daha fazla dikkat gerektirir. Aşağıdaki tablo, genel çerçeveyi özetler; her bireysel durum hekim değerlendirmesi gerektirir.

Grup	Neden dikkat gerekir?	Genel yaklaşım
Gebelik ve emzirme	Güvenlik verisi sınırlı; ilaç ve ürünlerin etkisi tam bilinmiyor	Ürün kullanmadan önce hekime danışın; onaysız ürünlerden kaçının
Çocuk ve ergenler	Anti-aging amaçlı peptitlere ihtiyaç yok; gelişim dönemindeki etkiler bilinmiyor	Temel bakım ve güneş koruması yeterlidir
Yaşlılar	Cilt daha ince ve hassas; çoklu ilaç kullanımı sık	Nazik formüller; ilaç etkileşimi için hekime danışın
Kronik cilt hastalığı (egzama, sedef, rozasea)	Bariyer zayıf; alevlenme riski	Yeni ürün öncesi dermatoloji değerlendirmesi
Koyu ten (Fitzpatrick IV-VI)	Tahriş sonrası kalıcı leke riski yüksek [4,5]	Kademeli, nazik ve test uygulamalı yaklaşım
Bağışıklık baskılayıcı tedavi alanlar	Enfeksiyon riski artmış	Özellikle enjeksiyonlardan kaçının; hekim kontrolünde karar verin
Diyabet, böbrek, karaciğer hastalığı olanlar	İlaç ve ürün etkisi değişebilir	Hekim izlemi olmadan peptit ürünü kullanmayın

Sporcular ve Performans Amaçlı Kullanım

Bazı peptitler “performans” ve “kas gelişimi” iddiasıyla pazarlanmaktadır. Bu ürünlerin birçoğu onaylı ilaç değildir ve ciddi güvenlik soruları taşır; ayrıca spor kuruluşlarının yasaklı maddeler listesinde yer alabilir. Bu tür amaçlarla kullanım, hem sağlık hem de hukuki sonuçlar açısından risk oluşturur.

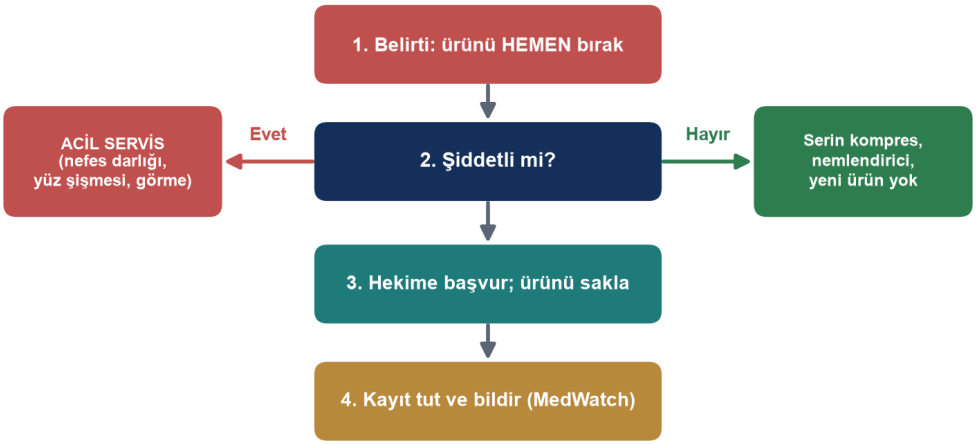
> **Zarar vermeme ilkesi:** Risk grubunda olan bir kişi için, “denemek” bir seçenek değildir. Önce hekim değerlendirmesi, sonra karar.

Hekime Hangi Bilgiyi Vermeliyim?

Kullandığınız ya da kullanmayı düşündüğünüz tüm ürünleri, takviyeleri ve ilaçları hekiminize bildirmeniz önemlidir. Bu bilgi, etkileşim ve risk değerlendirmesinde belirleyicidir. Özellikle internetten ya da başka bir kaynaktan temin edilen enjeksiyonluk ürünleri, utanç ya da çekinme nedeniyle saklamayın; hekim yargılamak için değil, sizi korumak için sorar.

BÖLÜM 11

Zarar Görürsem Ne Yapmalıyım?



Şekil 9. Peptitli ürün sonrası olumsuz bir belirtide genel yanıt algoritması (özet, şematik).

Olumsuz bir belirti fark ettiğinizde atacağınız ilk adımlar, sorunun büyümesini önleyebilir. Aşağıdaki adımlar genel bir çerçevedir; ciddi belirtilerde bekleme yapılmaz.

Adım Adım Yanıt

- **Ürünü hemen bırakın:** Belirtinin nedeni anlaşılana kadar kullanımı durdurun.
- **Şiddeti değerlendirin:** Nefes darlığı, yüz-dudak-dil şişmesi, yaygın döküntü, bayılma hissi, ağrılı ve hızla yayılan kızarıklık ya da görme sorunu varsa acil servise başvurun.
- **Hafif durumlarda:** Serin kompres ve basit nemlendirici kullanın; yeni ürün eklemeyin.
- **Hekime başvurun:** Belirtiler 48-72 saatte düzelmiyorsa ya da kötüleşiyorsa.
- **Ürünü saklayın:** Ambalajı, içerik listesini, parti numarasını ve satın alma bilgisini muhafaza edin.
- **Kayıt tutun:** Belirtilerin ne zaman başladığını ve neler değiştiğini yazın; fotoğraf çekin.

Olayı Bildirmek

Amerika Birleşik Devletleri'nde FDA, tüketicilerin ve sağlık çalışanlarının ilaç ve ürünlere bağlı olumsuz olayları bildirebilmesi için MedWatch programını yürütmektedir [13]. Benzer bildirim sistemleri çoğu ülkede bulunur. Olumsuz olayların bildirilmesi, başkalarının aynı zararı görmesini önlemeye yardımcı olur.

> **Güven ilkesi:** Klinik, zarar gören hastanın yanındadır. Sorunu gizlemek ya da utanmak yerine, hızlıca ve açıkça iletişime geçmek, hem tedavi hem de güven açısından en doğru adımdır.

Aileniz ve Çevreniz

Peptit kullanımıyla ilgili kararlar, çoğu zaman sosyal çevre ve sosyal medya etkisiyle verilir. Yakınlarınızın ya da tanıdıklarınızın deneyimleri bilgilendirici olabilir; ancak kanıt yerine geçmez. Özellikle gençleri, doğrulanmamış peptit ürünlerine yönlendirebilecek içerikler konusunda bilinçlendirmek, toplumsal bir sorumluluktur.

BÖLÜM 12

Önleme, Uygun Fiyat ve Sonuç

Zararların büyük bölümü önlenebilir. Aşağıdaki kontrol listesi, peptitli bir ürüne başlamadan önce gözden geçirilebilecek pratik bir rehberdir.

Önleme Kontrol Listesi

- Ürün yasal ve kaynağı belli mi? Üretici, parti numarası ve içerik listesi var mı? [12]
- Etiketteki iddia makul mü; “mucize” ya da “araştırma amaçlı” ifadesi var mı?
- Yama testi yapıldı mı; kademeli başlangıç planlandı mı?
- Cilt bariyeri sağlam mı; yakın zamanda klinik işlem yapıldı mı?
- Aynı anda tek yeni ürün mü ekleniyor?
- Gebelik, kronik hastalık ya da ilaç kullanımı hekime bildirildi mi?
- Enjeksiyonluk bir ürün söz konusuysa, reçeteli ve hekim izlemli mi?

Uygun Fiyat Politikası ve Zarar

Zarar görmenin maliyeti, ürünün fiyatından çok daha yüksek olabilir: ek muayeneler, tedaviler, işten uzak kalma ve estetik sorunların giderilmesi gibi. Bu nedenle uygun fiyat politikası, yalnızca ucuz ürün anlamına gelmez; gereksiz ve riskli ürünlerden kaçınmayı da içerir. Şeffaf fiyat, aşamalı plan ve “önce temel bakım” ilkesi, hem güvenliği hem de bütçeyi korur.

Rehberin Özeti

- Zarar kesin değildir; risk, ürün, kullanıcı, yöntem ve bağlama göre değişir.
- Yasal sürülen ürünlerde en sık sorunlar tahriş, alerji, akne ve pigmenttir; çoğu önlenebilir.
- Klinik işlem sonrası dönemde hekim talimatı dışında ürün eklemeyin.
- Enjeksiyon, en yüksek riskli yoldur; onaysız ve “araştırma amaçlı” ürünlerden uzak durun.
- Onaylı peptit ilaçların da yan etkileri vardır; yalnızca hekim izleminde kullanın.
- Güvenliği gösterilmemiş ürün, güvenli olduğu kanıtlanmış ürün demek değildir.

Beş İlkenin Rehberdeki Yansıması

İlke	Bu rehberde nasıl uygulanır
Güven	Riskin dürüstçe anlatılması, sorun hâlinde açık iletişim
İnsanlara zarar vermeme	Risk basamakları, kontrol listesi, yanıt algoritması
Doğal sonuç	Sade, nazik ve ihtiyaca uygun bakım
Uygun fiyat politikası	Zarar maliyeti, gereksiz ürüne para harcamama
Bilimsel tecrübe	Amerikan kaynaklı yayınlar, FDA ve CDC bilgilendirmeleri

Sorumluluk notu: Bu rehber genel bilgilendirme amacıyla hazırlanmıştır; tıbbi tavsiye, tanı ya da kişisel tedavi planı yerine geçmez. Olumsuz bir belirtide derhal hekime ya da acil servise başvurun. Ürün ruhsatları ve düzenlemeler zamanla değişebilir.

HEKİMDEN MESAJ

Hekimden Danışanlara

Prof. Dr. Hasan Ahmet Özdoğan diyor ki:

“Değerli şişli estetik danışanları,

Cilt bakımında ve rejeneratif yaklaşımlarda sıkça karşımıza çıkan peptitler, doğru bağlamda değerlendirildiğinde anlamlı birer destek unsuru olabilir. Ancak günümüzde sosyal medyanın ve pazarlama dilinin yarattığı "peptitlerin hiçbir zararı veya riski yoktur, dilediğiniz gibi kullanabilirsiniz" algısı, ne yazık ki tıbbın ve doku biyolojisinin temel kurallarıyla çelişmektedir. Hiçbir biyolojik etken madde veya uygulama, bağlamından ve güvenlik koşullarından koparıldığında mutlak risksiz değildir.

Peptit kullanımına bağlı olası zararlar; yalnızca molekülün kendisinden değil, çoğu zaman ürünün formülasyonundaki diğer bileşenlerden, cilt bariyerinin o anki hassasiyetinden, çok sayıda ürünün bilinçsizce üst üste yığılmasından veya denetimsiz/uygunsuz uygulama yöntemlerinden kaynaklanır. Hassaslaşmış ya da bariyeri zayıflamış bir ciltte tahriş, kızarıklık, yanma ve kontakt duyarlılık gelişebilir; kaynağı veya sterilitesi belirsiz ürünlerde ya da tıbbi denetimden uzak girişimlerde ise doku enflamasyonu, enfeksiyon veya istenmeyen reaksiyonlar gibi daha ciddi riskler ortaya çıkabilir. Ayrıca "her sorunu tek başına çözer" yanılgısıyla altta yatan gerçek cilt veya sağlık sorunlarının gecikmesi de göz ardı edilmemesi gereken bir kayıptır. Niye, neden ve nasıl sorularını cevabını vermeden peptit uygulamaları yapılmamalıdır.”

KAYNAKLAR

Kaynaklar

Aşağıdaki kaynaklar, bilimsel dergilerden ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki mesleki ve resmî kuruluşlardan seçilmiştir. Köşeli parantezli numaralar metindeki atıflara karşılık gelir.

[1] Lupo MP, Cole AL. Cosmeceutical peptides. *Dermatol Ther.* 2007;20(5):343-349.

[2] Gorouhi F, Maibach HI. Role of topical peptides in preventing or treating aged skin. *Int J Cosmet Sci.* 2009;31(5):327-345.

[3] Fonacier L, Bernstein DI, Pacheco K, et al. Contact dermatitis: a practice parameter — update 2015. *J Allergy Clin Immunol Pract.* 2015;3(3 Suppl):S1-S39.

[4] Fitzpatrick TB. The validity and practicality of sun-reactive skin types I through VI. *Arch Dermatol.* 1988;124(6):869-871.

[5] Davis EC, Callender VD. Postinflammatory hyperpigmentation: a review of the epidemiology, clinical features, and treatment options in skin of color. *J Clin Aesthet Dermatol.* 2010;3(7):20-31.

[6] Henninot A, Collins JC, Nuss JM. The current state of peptide drug discovery: back to the future? *J Med Chem.* 2018;61(4):1382-1414.

[7] Wilding JPH, Batterham RL, Calanna S, et al. Once-weekly semaglutide in adults with overweight or obesity. *N Engl J Med.* 2021;384(11):989-1002.

[8] Marso SP, Bain SC, Consoli A, et al. Semaglutide and cardiovascular outcomes in patients with type 2 diabetes. *N Engl J Med.* 2016;375(19):1834-1844.

[9] Novo Nordisk. *WEGOVY (semaglutide) injection — Prescribing Information*; U.S. Food and Drug Administration onaylı ürün bilgisi.

[10] U.S. Food and Drug Administration. Human drug compounding: bulk drug substances and peptide products — uyarı ve bilgilendirme sayfaları. Silver Spring, MD: FDA.

[11] U.S. Food and Drug Administration. Onaysız ve bileştirilmiş GLP-1 ürünlerine ilişkin güvenlik bildirimleri. Silver Spring, MD: FDA.

[12] U.S. Food and Drug Administration. *Is It a Cosmetic, a Drug, or Both? (Or Is It Soap?)* — kozmetik ve ilaç ayrımı bilgilendirme sayfası. Silver Spring, MD: FDA.

[13] U.S. Food and Drug Administration. *MedWatch: The FDA Safety Information and Adverse Event Reporting Program.* Silver Spring, MD: FDA.

[14] Centers for Disease Control and Prevention. *Injection Safety* — sağlık hizmetlerinde enjeksiyon güvenliği bilgilendirme sayfaları. Atlanta, GA: CDC.

[15] Carruthers J, Burgess C, Day D, et al. Consensus recommendations for combined aesthetic interventions in the face using botulinum toxins, fillers, and energy-based devices. *Dermatol Surg.* 2016;42(5):586-597.

[16] Rohrich RJ, Monheit G, Nguyen AT, Brown SA, Fagien S. Soft-tissue filler complications: the important role of biofilms. *Plast Reconstr Surg.* 2010;125(4):1250-1256.

Not: Yayın öncesinde künye ve sayfa bilgilerinin, ilgili derginin veya kuruluşun güncel kaynağından yazar tarafından son kez doğrulanması önerilir.