

YEDİTEPE SAĞLIK

2013, Sayı: 14

SOHBET

DOKTORLARIMIZIN
AVRUPA BOARD SINAVI
BAŞARILARI

YAKIN PLAN

YÜZ GENÇLEŞTİRME
AMELİYATI

MİKROSKOP

YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ
HASTANESİ
BAĞDAT CADDESİNDE

GÖZ'DE

ÇOCUKLARDA
GÖZ SAĞLIĞI

SORU CEVAP

PALYATİF BAKIM

“ARDA’NIN HAYATA DÖNÜŞ HİKAYESİ”

TEKNOLOJİ

PHILIPS INGENIA MRI CİHAZI

YEDİTEPE ÇOCUK

BİR ÇOCUK HAŞTALIĞI OLARAK
REFLÜ

SAĞLIKLI YAŞAM

ORGANİK GIDALARLA BESLENME

YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ



YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ

Devlet Yolu Ankara Cad. No:102-104
34752 Kozyatağı-İstanbul
Tel: (0216) 578 40 00 Faks: (0216) 469 37 96
www.yeditepehastanesi.com.tr



YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ BAĞDAT CADDESİ POLİKLİNİĞİ

Bağdat Caddesi No: 238 34728 Göztepe-İstanbul
Tel: (0216) 467 88 60 - 65 Faks: (0216) 385 48 96
www.yeditepehastanesi.com.tr



YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ GÖZ HASTALIKLARI ARAŞTIRMA VE UYGULAMA MERKEZİ

Şakir Kesebir Cad. Gazi Umur Paşa Sk. No: 28
34349 Balmumcu, Beşiktaş-İstanbul
Tel: (0212) 211 40 00 Faks: (0212) 211 25 00
www.yeditepegoz.com.tr



YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ GENETİK TANI MERKEZİ

İbrahimağa Mah. Köftüncü Sok. İstek Vakfı
No: 8/3 Acıbadem, Kadıköy-İstanbul
Tel: (0216) 326 58 19
Faks: (0216) 326 58 39
www.yeditepehastanesi.com.tr

merhaba



Prof. Dr. Sina Ercan
Tıbbi Koordinatör
Yürütme Kurulu Üyesi

Değerli Okuyucularımız,

Bu sayımızda Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nin açıldığı ilk günden beri ortak gururumuz olan akademik ve bilimsel seviyesi yüksek, öğretim üyesi kadromuzun Avrupa Board Sınavları'ndaki başarısını sizlerle paylaşıyor ve öğretim üyesi arkadaşlarımızı kutluyoruz.

Yüksek akademik seviyenin yanında kaliteli, temiz, hasta güvenliğinin en önde olduğu çevre dostu hastane olma yönünde tekrar tekrar başarıyla aldığımız akreditasyonlarımızla da gurur duymaya devam ediyoruz.

Derin Bakış bölümünde toplum hayatında verimi düşürebilen ve etkilenen bireyler açısından zaman zaman ciddi bir problem haline gelebilen korkular ve takıntılar konusunda Yrd. Doç. Dr. Hakan Atalay birçok faydalı bilgiyi bizlerle paylaşıyor.

Ülkemizde bir ilk olan yeni ve geniş çaplı 3 Tesla MRI cihazıyla hangi hastalıkların daha iyi ve yüksek güvenilirlikle teşhis edilebildiğini de teknoloji bölümündeki ilgili yazıda görebilirsiniz.

Geleceğimizin güvencesi çocuklarımızın hayatlarının erken dönemlerinde göz ve reflü problemlerinin erken teşhisi ve zamanında tedavisi noktasında Prof. Dr. Ferda Çiftçi ve Yrd. Doç. Dr. Meltem Uğraş'ın tavsiyelerine kulak vermenizi öneririz.

Ve belki de yılın en önemli bilimsel faaliyetlerinden 3. Mikronöroşirürji Kursu ve Prof. Dr. Gazi Yaşargil'in canlı anlatımıyla Prof. Dr. Uğur Türe tarafından gerçekleştirilen üç boyutlu beyin cerrahisi operasyonları uluslararası çok geniş bir ilgili uzman topluluğu tarafından takip edildi.

Sağlıklı bir yaşam dileğiyle...

Dear our readers,

In this issue, we will share success of our academic and scientifically sound faculty member personnel, who have been our proud since foundation of Yeditepe University Hospital, in European Board Examination and we congratulate our faculty member friends.

We are also proud of the accreditations which certify quality, clean and environment-friendly hospital where safety of patient is prioritized in addition to high academic level.

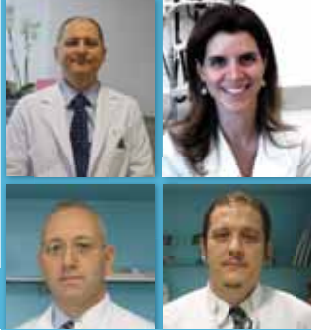
In the section "Insight", Assist. Prof. Dr. Hakan Atalay shares many useful information on fear and obsession which may decrease productivity in social life and may sometimes lead to a severe problem in the part of affected subjects.

In the section "Technology", you may read the letter on diseases which can be safely and more precisely diagnosed with 3 Tesla MRI which is put into service first at our hospital in our country.

We recommend you follow advices of Prof. Dr. Ferda Çiftçi and Assist. Prof. Dr. Meltem Uğraş on early diagnosis and timely treatment of ophthalmic problem and reflux problems at early life stages of our children, who are assurance of our future.

Three microsurgery courses, which are among most scientific activities of this year, and three dimensional neurosurgery operations, which are performed by Prof. Dr. Uğur Türe and are explained by Prof. Dr. Gazi Yaşargil in a real time manner, are followed by a very large scale of international experts.

We wish you a healthy life...
All the best,



SOHBET

04



DERİN BAKIŞ

10



MİKROSKOP

20



İŞTE HAYAT

24



YEDİTEPE'NİN
RENKLERİ

34



SAĞLIKLI YAŞAM

38



SORU CEVAP

48



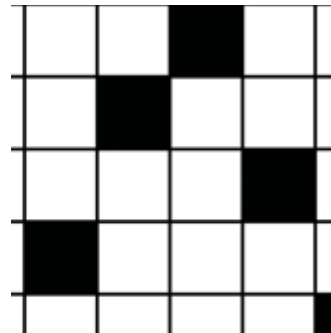
TIP DÜNYASINDAN
HABERLER

52



SAĞLIKLI YEMEK
TARİFLERİ

62



BULMACA

64

İmtiyaz sahibi

Yeditepe Üniversitesi Adına
Prof. Dr. Nurcan Baç

Yayın Adı

Yeditepe Sağlık

Yayın Türü

Yerel Süreli / 3 ayda bir

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Prof. Dr. Canan AYKUT BİNGÖL

Yonetim Yeri

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Devlet Yolu Ankara Cad. No: 102/104
Kozyatağı/İstanbul
Tel: 0216 578 40 00
Faks: 0216 469 37 96
infohastane@yeditepe.edu.tr
www.yeditepehastanesi.com.tr

Editör

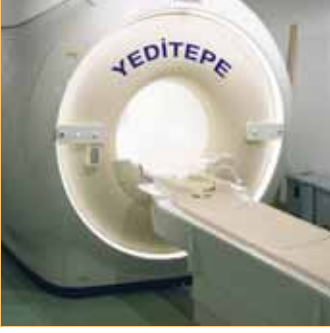
Canberk UYAR, Enes BULADİ

Baskı

Matsis Matbaa Hizmetleri

Fotograf

Canberk UYAR
TUBA HANÇER
SEDA EVRAN



TEKNOLOJİ

14



YEDİTEPE'DEN

16



AKTÜEL

28



YAKIN PLAN

30



GÖZ'DE

42



YEDİTEPE ÇOCUK

44



KÜLTÜR SANAT

57



SINIRSIZ SAĞLIK

60



KISA KISA

68

Tasarım ve Uygulama

Fabrika 360
Terminal Binası, Burhaniye mah.
Abdullahaga Cad. No:51, Kat:3/A
Beylerbeyi, İstanbul
www.fabrika360.com

Yayın Kurulu

Prof. Dr. Sina ERCAN - Prof. Dr. Ferda ÇİFTÇİ
Prof. Dr. Reha CENGİZLİER - Prof. Dr. Ferda ÖZKAN
Doç. Dr. Faruk YENCİLEK - Doç. Dr. Baki EKÇİ
Yrd. Doç. Dr. N. Berfu AKBAŞ - Hülya BİLEN
Sevinç BİREKUL - Rina SALTİ - Sevim ŞEN
Seda EVRAN - Tuba HANÇER

Tüm hakları
Yeditepe Üniversitesi
Hastanesi'ne aittir.
Alıntı yapılmaz.



Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, Avrupa Board Sınav'larında Büyük Başarı Elde Etti

Avrupa Board Sınavı (Yeterlilik) belirli zamanlarda, doktorların Avrupa tıp standardizasyonuna yeterliliğini sağlamak için yapılan sınavdır. Bu sınav doktorların kendi bilgilerini sınamasının dışında, Avrupa'da bulunan diğer doktorlar kadar başarılı olduklarını göstermeleri açısından önemlidir. Diğer birçok sınavdan farklı olarak iki basamaktan oluşan Avrupa Board Sınavı'nda yazılı sınavdan sonra, Avrupa'nın çeşitli ülkelerinden gelen jüri tarafından hasta örnekleri üzerinde çalışarak tanı, tetkik ve tedavi yaklaşımı hakkında mülakattan geçilmesi gerekmektedir. Böylece doktorun günlük pratikteki yeterliliği de test edilebilmektedir.

Avrupa Board Sınavı'nda başarı göstermiş olan hekimlerimizden **Prof. Dr. Başar Atalay, Doç. Dr. Canan Aslı Yıldırım, Doç. Dr. Faruk Yencilek ve Doç. Dr. Melih Güven** Yeditepe Üniversitesi Hastanesi **Avrupa Board Sınavı** ile Avrupa standartlarında bir hastane haline geldiğini ifade ederlerken, diğer sorularımızı da yanıtladılar.

“Avrupa'nın tıp alanında en prestijli sınavlarından biri olan Avrupa Board Sınavı'nda Yeditepe'nin doktorları başarılarla döndü.”

“Doç. Dr. Canan Aslı Yıldırım bu sınavda birinci olarak, elde etmesi güç bir başarıya imza attı.”

The European Board Examination is a periodical test performed to establish physicians' standard practice in European medicine. Besides giving the opportunity for physicians to test themselves, it offers a chance to show they are equally as successful as their colleagues in Europe. Unlike many other examinations, the European Board Examination consists of two levels. Following a written examination, applicants are expected to demonstrate their diagnostic, testing and treatment skills working on patient samples in front of a jury board consisting of specialists from various European countries. This method also tests the physicians' practical competency.

European Board Examination qualifiers Professor Başar Atalay, MD, Assistant Associate Canan Aslı Yıldırım, MD, Associate Faruk Yencilek, MD, Associate Melih Güven, MD and Assistant Associate Şafak Karaçay MD agree that the examination results have increased the credibility of Yeditepe University Hospital and prove that the hospital has reached European standards. Here are their opinions:



Disiplinli ve Hevesli Çalışma ile Gelen Başarı

“Bu sınav, kısa süre içinde aşırı yoğun çalışılarak geçilebilecek bir sınav değil. Uzun dönemde elde etmiş olduğunuz birikim test ediliyor.”



Doç. Dr. Canan Aslı Yıldırım
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Göz Hastalıkları Anabilim Dalı

Kısaca kariyerinizden bahsedebilir misiniz?

2001 yılında Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi İngilizce Tıp Bölümü'nden birincilik derecesi ile mezun oldum. 2005 yılında Göz Hastalıkları ihtisasımı tamamladım. 2007 yılında Yeditepe Üniversitesi'nde Yrd. Doç. Dr. olarak çalışmaya başladım. Ekim 2012'de Doç. Dr. unvanını aldım.

Uzmanlık alanlarınız nelerdir?

Kornea ve Oküler Yüzey Hastalıkları, Katarakt ve Refraktif Cerrahi ile uğraşmaktayım. Özellikle yüksek riskli kornea nakilleri ve yapay kornea (keratoprotez) cerrahileri ile ilgilenmekteyim.

Avrupa Board Sınavı'nın kariyerinizde yarattığı değişimler nelerdir?

2012 yılı Nisan ayında Avrupa Board Sınavları'na girerek başarılı oldum. Henüz kariyer açısından hayatımda bir değişiklik yarattığını söyleyemem. Ancak Avrupa Board Sınavı'nı birincilik derecesi ile geçmem, hem Türkiye'de hem Avrupa'da ilgi uyandırdı ve çeşitli basın organlarında yer aldı. Toplam 9 Türk göz doktoru ile birlikte sınavı böyle bir başarı ile geçince, Türkiye adına gurur verici bir sonuç ortaya çıkmış oldu.

Başarınızı etkileyen faktörler nelerdir?

Yıllara yayılan disiplinli yaklaşım ve öğrenme hevesi diyebilirim. Bu sınav, kısa süre içinde aşırı yoğun çalışılarak geçilebilecek bir sınav değil. Uzun dönemde elde etmiş olduğunuz birikim test ediliyor.

Tedavisini gerçekleştirdiğiniz ve unutmadığınız bir hastanız var mı?

En çok etkilendiğim ve uğraşmaktan zevk duyduğum hasta grubu, standart kornea nakli için yüksek riskli kabul edilen, kornea reddi geçirmiş ve yeni bir kornea nakli sonucu başarı ihtimali öngörülmeleyen hastalar. Bu hastalar, başka bir çareleri

olmadığı düşüncesiyle görmeyerek yaşayabiliyorlar. Körlük, hem hastanın kendisi hem de onun bakımını üstlenen kişiler için hayatta büyük maddi manevi sıkıntılara ve işgücü kaybına neden olur. Oysa ki bu hastaların önemli bir kısmı yapay kornea (keratoprotez) cerrahisi sonrası görme yetilerine kavuşabiliyor. Tüm zorluklarına karşın, başka görme şansı olmayan bazı hastaların bu şekilde görebilmeleri hem hasta hem biz doktorlar için büyük bir heyecan ve sevinç kaynağı oluyor.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nde Avrupa Board Sınavı'nda başarı sağlayan birçok doktor bulunmakta. Sizce bu durum kaliteyi nasıl etkilemekte?

Avrupa'da yeterliliğini kanıtlamış doktorlardan oluşan kadrosu ile Yeditepe Üniversitesi Hastanesi hem vizyon hem hizmet hem akademik açıdan dünya standartlarındadır.

Chat – European Board Examination - Associate Canan Aslı Yıldırım, MD

I successfully passed the European Board Examinations held in April 2012. To be honest, I haven't felt any impact on my career. However getting the highest marks in the European Board Examination has gained attention in Turkey and Europe, and has appeared in various media. Nine Turkish ophthalmologists getting such high degrees was a proud moment for Turkey.

I attribute my success in the examinations to years of disciplined studies and my passion to learn. This is not an exam where you can work hard for a short period and be successful. You are tested on years of experience. Employing physicians trained at European standards Yeditepe University Hospital is at its peak for its vision, services and academia.

Yeditepe University Hospital has proven it is at its peak for its vision, services and academia by the success of its physicians at the European Board Examinations

Başarı, Titiz Çalışmaktan Geçiyor

“Doktorlar arasında bilgi uçurumunun olmaması için standardizasyon gereklidir. Board veya Uzmanlıkta Yeterlilik Sınavları bu standardizasyonda çok önemlidir.”



Prof. Dr. Başar Atalay
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Beyin ve Sinir Cerrahisi Anabilim Dalı

Kısaca kariyerinizden bahsedebilir misiniz?

1993 yılında Hacettepe Üniversitesi İngilizce Tıp Fakültesi'nden mezun oldum. 1995-2001 yılları arasında Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde Nöroşirürji ihtisasımı tamamlayarak Nöroşirürji uzmanı oldum. 2006 yılında Beyin ve Sinir Cerrahisi dalında Üniversite Doçenti unvanını aldım, 2006 senesinde Türk Nöroşirürji Yeterliliği'ni (Board), 2007 yılında ise Avrupa Nöroşirürji sınavlarına katılarak Avrupa Yeterliliği'ni (Board) tamamlayarak diplomasını aldım. Avrupa Board Sınavı Beyin Omurlilik ve Sinir Cerrahisi branşında 3 aşamalıdır. Öncelikle yazılı sınavı geçmek gerekir. Ben Yazılı sınavı henüz asistanlığım sırasında geçmiştim. Daha sonra uzmanlık sonrası ameliyat ettiğim yaklaşık 1000 adet hastanın ameliyat sonuçları bu sınavın ikinci aşamasını oluşturdu bu aşamayı uzman olup 2 sene çalışarak belirli ameliyatlara yapmadan geçemezsiniz. En son olarak ise 8 farklı ülkeden gelen jüri üyeleri tarafından sözlü sınav yapıldı. Bu sınav yaklaşık 4 saat kadar sürdü.

Avrupa Board Sınavı'nın kariyerinizde yarattığı değişimler nelerdir?

Türkiye'de yaşadığımız için kariyerimde bir değişiklik olduğunu düşünmüyorum. Ama tabii ki akademik hayatıma ve bilgi düzeyime büyük katkısı oldu. Kendimi geliştirmek ve denemek için, Avrupa standartlarına göre düzeyimi görmek ve motivasyon olsun diye bu sınavlara girdim diyebilirim.

Başarınızı etkileyen faktörler nelerdir?

Başarımı etkileyen tek faktör çalışmaktır. Biz haftanın her günü çalışırız. Pazar günü bile hastaneye giderek ameliyat ettiğimiz hastaları kontrol ederiz. Cerrahide sorunlu sonuçlar olabilir, komplikasyonları ağırdır, hayati tehlike vardır. En iyi sonuçları almak için hem hasta hem de kendimiz için titiz çalışmak zorundayız.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nde Avrupa Board Sınavı'nda başarı sağlayan birçok doktor bulunmakta. Sizce bu durum kaliteyi nasıl etkilemekte?

Hiç kuskusuz bu durum başarıyı çok etkiler ve kesinlikle çok büyük bir ayrıcalıktır. Tıp bilgisi ve tedavi yaklaşımlarında standardizasyonu getirir. Böyle bir merkezde bana uygulanan tedavi şu anda dünyada en ileri ülkelerde uygulanan tedaviler

ile aynı standartta diye düşünmek gerekir. Birçok hastanın daha iyi tıp hizmeti almak için farklı ülkelere gittiğini biliyoruz ancak ne yazık ki Avrupa da bile bütün doktorların Avrupa Board yeterliliği yoktur. Hatta Amerika Birleşik Devletlerinde dahi her doktorun board yeterliliği bulunmamaktadır. Bu nedenle günümüzde bu ileri ülkelerde Board sınavları sürekli olarak teşvik edilmekte hatta bazı uzmanlık öğrencilerine bu sınavı geçmeden uzmanlık dahi verilmemektedir.

Chat – European Board Examination - Profesör Başar Atalay, MD

The European Board Examination for Brain, Spine and Neurosurgery consists of three stages. First I passed the written examination. Later I made a presentation of the surgery results from approximately 1000 patients, which I operated on after acquiring my proficiency. That was the second step. Finally I completed a verbal examination in front of a jury board consisting of physicians from eight countries.

I don't think the European Board Examination has influenced my career directly. That said, it was a serious plus for my academic standing and know-how. To be honest none of my patients have questioned me if I have a European Board Examination certificate. Why did I take the examination? It was for personal motivation as much as it was to test my knowledge at European standards.

Hard work is the only key to success. We work seven days a week. We check on our patients who have undergone surgery on Sundays. My colleagues here are equally as qualified and successful as me. The personnel are dedicated and care for patients. I am only trying to catch up.

Standardisation is essential in medical knowledge and approaches to treatment. In other words, this means, I know that the treatment here is at equal standard to facilities in developed countries.

Avrupa Board Sınavı Ayrıcalıktır

“Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, Avrupa Board Sınavı ile teorik ve klinik yeterliliğini kanıtlamıştır.”



Doç. Dr. Faruk Yencilek
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Üroloji Anabilim Dalı Başkanı

Kısaca kariyerinizden bahsedebilir misiniz?

1996'da Marmara Üniversitesi İngilizce Tıp Fakültesi'den mezun oldum. 2001 yılında Üroloji ihtisasımı tamamladım. 2003 yılında Yeditepe Üniversitesi kadrosuna girerek 2004'te Yrd. Doç. Dr. olarak çalışmaya başladım. Ocak 2011'de Doç. Dr. unvanını aldım. Halen Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Üroloji Anabilim Dalı'nda bölüm başkanlığı görevini yürütmekteyim.

Uzmanlık alanlarınız nelerdir?

Üriner Sistem Taş Hastalıkları ve Ürolojik Kanserlerin Endoürolojik ve Laparoskopik Cerrahisi ile ilgileniyorum.

Avrupa Board Sınavı'nın kariyerinizde yarattığı değişimler nelerdir?

Avrupa Üroloji Board Sınavı'nı başardığımda zaten üroloji doçenti olduğum için Türkiye'deki kariyerime ek katkısı olmadı. Ancak meslektaşlarımdan takdir ve beğeni topladım. Ayrıca daha önce almış olduğum "Türk Üroloji Yeterlilik Sertifikasına" ek olarak Avrupa Üroloji Board'unu almış olmam, yeni nesil ürologların geldiği çizgiyi göstermesi açısından da önemli olmuştur.

Başarınızı etkileyen faktörler nelerdir?

Bu sınav yıllara bağlı olarak edindiğiniz klinik ve teorik bilgiyi standardize olarak ölçtüğünden kısa süreli çalışma ile değil uzun soluklu ve sürekli olarak bilgilerinizi yenilemeyle başarılabilir bir sınavdır. Dolayısıyla temel faktör içinizde var olan öğrenme isteğidir.

Tedavisini gerçekleştirdiğiniz ve unutamadığınız bir hastanız var mı?

Bir cerrah olarak tedavisine katıldığım hastalarımı asla unutmam. Ancak endoüroloji ve laparoskopik ürolojinin sınırlarını zorlayan hastalarımı tüm seceresiyle hatırlarım.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nde Avrupa Board Sınavı'nda başarı sağlayan birçok doktor bulunmaktadır. Sizce bu durum kaliteyi nasıl etkilemekte?

Yakın gelecekte bilgi ve becerinin standardizasyonu daha da önemli olacaktır. Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, Avrupa Board Sınavı ile teorik ve klinik yeterliliğini kanıtlamış doktorlardan oluşan bir kadrosu vardır.

Chat – European Board Examination - Associate Faruk Yencilek, MD

I was an associate in urology when I passed the European Urology Board Examination. That is why it was not so influential in my career in Turkey. Having said that, it gave me credibility amongst my colleagues. It goes without saying that, topping my previously acquired Turkish Certificate of Proficiency in Urology with the European Urology Board title was important to demonstrate the level new generation urologists have reached. The European Board Examination has a standardised method of measuring your clinical and theoretical knowledge acquired over the years. So, a short spell of hard work will not suffice. Succeeding in this examination depends on years of dedicated work and constantly keeping-up with developments. I could say that the core factor is your passion to keep learning.

The standardisation of knowledge and skills will become much more important in the near future. Employing a team of physicians whose theoretical and clinical proficiency is certified with the European Board Examination, Yeditepe University Hospital is a step ahead in its vision, service quality and academia.

Sertifikalarla Kurum Prestiji

“Hekimlerin elde etmiş olduğu sertifikasyonlar kurumun akademik, bilimsel ve tıbbi uygulamalar açısından dünya standartlarında olduğunu açık bir şekilde göstermektedir.”



Doç. Dr. Melih Güven
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Ortopedi ve Travmatoloji Anabilim Dalı

Kısaca kariyerinizden bahsedebilir misiniz?

1992 – 1998 yılları arasında Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde tıp eğitimimi, 1999 – 2004 yılları arasında İstanbul Göztepe Eğitim ve Araştırma Hastanesi 2. Ortopedi ve Travmatoloji Kliniğinde ihtisas eğitimi tamamladım. 2008 – 2010 yılları arasında Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Ortopedi ve Travmatoloji Anabilim Dalında Yardımcı Doçent olarak görev yaptım. 2010 – 2011 yılları arasında ise aynı klinikte Doçent ve Anabilim Dalı Başkanı olarak çalıştım. 2011 yılı Mart ayından itibaren Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Ortopedi ve Travmatoloji Anabilim Dalı'nda görev yapmaya başladım.

Uzmanlık alanlarınız nelerdir?

Pediyatrik Ortopedi, Pediyatrik ve Erişkin Travmatoloji, Eklem Replasman ve Protez Cerrahisi (Artroplastisi), Deformite Düzeltme ve Boy Uzatma Cerrahisi, Omurga Cerrahisi, Ayak Cerrahisi, Spor Yaralanmaları ve Artroskopik Cerrahi.

Avrupa Board Sınavı'nın kariyerinizde yarattığı değişimler nelerdir?

Avrupa Board Sınavı sonrasında elde etmiş olduğum yeterlilik belgesi ile Avrupa Birliği üyesi olan ülkelerde çalışabilme hakkını elde ettim ve Avrupa ülkelerindeki bazı hastanelerden iş teklifleri aldım.

Başarınızı etkileyen faktörler nelerdir?

Sistematiik ve disiplinli çalışma temposu olmaksızın, güncel bilimsel verileri takip etmeksizin başarılı olmak zor. En önemli faktörlerden biri de yanınızda sizi özveriyle destekleyecek bir ailenizin olması. Başarılı olmamda eşim ve oğlumun anlayışlarının, annem ve babamın desteklerinin çok fazla olduğunu düşünüyorum.

Tedavisini gerçekleştirdiğiniz unutamadığınız bir hastanız var mı?

Halihazırda takiplerini düzenli olarak yaptığım bir çocuk hastam; gerek tanısı, gerekse uyguladığım tedaviye vermiş olduğu yanıt açısından beni oldukça etkilemiştir.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nde Avrupa Board Sınavı'nda başarı sağlayan birçok doktor bulunmaktadır. Sizce bu durum kaliteyi nasıl etkilemekte?

Hekimlerin elde etmiş olduğu sertifikasyonlar kurumun akademik, bilimsel ve tıbbi uygulamalar açısından dünya standartlarında olduğunu açık bir şekilde göstermektedir.

Chat – European Board Examination - Associate Melih Güven, MD

The certificate of proficiency issued after passing the European Board Examination gave me the right to practice medicine in European Union member countries. In fact I was offered positions in certain hospitals around Europe.

Gaining success without a systematic and dedicated working schedule and a close eye for scientific developments is rather unlikely. One of the key factors is having a supporting family behind you. I could not have got this far without the support of my wife and son and the encouragement of my dear parents.

These certificates we get increase the credibility of the institution we work for. It is clear proof that this facility has reached global standards academically, scientifically and in terms of medical practice.


**YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ
HASTANESİ**

Hasta Adı / Soyadı: _____

Protokol No: _____

Tarih: _____

Seri No: _____

Tanı: _____

Rp

Kardiyoloji,
Kalp ve Damar Cerrahisi,
Onkoloji,
Organ Nakli

**Birimlerimiz
SGK anlaşmalıdır.**

Doktor Adı / Soyadı: _____

İmza: _____

Devlet Yolu Ankara Cad. No: 102 - 104 34752 Kozyatağı - İstanbul
Tel: 0216 578 40 00 Faks: 0216 469 37 96
www.yeditepehastanesi.com.tr

TAKINTI: Hayatınız Etkilenmesin!

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Psikiyatristi Yrd. Doç. Dr. Hakan Atalay; sosyal, akademik ve iş hayatını etkileyebilen **"Takıntı"** konusunda sorularımızı yanıtlıyor.



Yrd. Doç. Dr. Hakan Atalay
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Psikiyatri Anabilim Dalı

“Midemde ülser varsa bunu ben halletmeliyim denmiyor, ama depresyona girilince bu bir iç zaaf gibi görünüyor.”

Takıntı nedir?

Takıntılar ya da tıbbi adıyla obsesyon; insanın mantık dışı olduğunu bildiği halde, aklına gelmekten alıkoymadığı düşüncelere denir. Genel olarak takıntılar, zorlantılı (kompulsif) davranışları beraberinde getirir. Yani, kişinin sıkıntısını gidermek için yaptığı veya yapmak zorunda hissettiği davranışlar veya düşüncelerdir. Bu sebeplerden dolayı takıntı hastalığı psikiyatride obsesif-kompulsif bozukluk olarak geçer.

En çok hangi tür takıntı ile karşılaşılıyorsunuz?

Takıntı toplumda çok yaygın, birçok insanda var, ama hastalığa dönüşmesi o kadar yaygın değil. En sık gördüğümüz takıntı, temizlik takıntısı. Daha çok ev kadınlarında görülüyor. Çalışanlarda ise kontrol takıntısı sık görülüyor.



“Ergenliğe doğru; hem toplumsal hem biyolojik değişiklikten sonra, takıntı daha çok ortaya çıkmaya başlıyor.”

En çok hangi yaşlarda görülür?

Aslında ikiye ayırabiliriz. Biri gerçekten takıntılı kişilikler. Aslında hasta olmuyorlar, hayatları takıntılı geçiyor. Diğeri ise gerçekten hastalar. İkisi farklı olabiliyor. Takıntılı kişiler çocukluktan itibaren belirtilerini gösteriyorlar; yazılarını aşırı titizlikle yazıyorlar, beğenmeyip silip tekrar yazıyorlar, kalemlerini defterlerini daha titiz, tertipli ve düzenli tutuyorlar. Ergenliğe doğru, hem toplumsal, hem biyolojik değişiklikten sonra daha çok ortaya çıkmaya başlıyor. İş hayatı, askerlik, evliliğe kadar tedaviye gelinemeyebiliyor, ama büyük olaylar hastalığın çıkmasına yol açabiliyor.

Bir takıntının hastalık haline dönüştüğünü ne zaman anlarız?

Bütün psikiyatrik hastalıklarda belirli bir ölçüt vardır, hangi belirti olursa olsun kişinin hayatını etkilemesi gerekmektedir. Sosyal hayatını, akademik hayatını, meslek hayatını ve ilişkilerini etkilemeli. Etkilemiyorsa teşhis konulmuyor. Şizofren bile olsa, belirtilerin tümünü karşılaya bile; işini, sosyal hayatını sürdürebiliyorsa, evliliği iyiyse hastalık teşhisi konulmuyor.

Ocağı kapattım mı diye düşünmek takıntı mıdır? Böyle düşünen herkesin tedavi olması gerekiyor mu?

Bu, durumun sıklığı ve sosyal hayatını nasıl etkilediğine bağlı. Bir kere kontrol edip çıkıyorsa sorun teşkil etmiyor



ama tekrar tekrar oluyorsa, evden çıkmış 2 kilometre yol gitmiş, işine yaklaşmış tekrar dönüp kontrol ediyorsa hastalık olarak kabul edilebilir.

“Erken tedavide başarı yükseliyor.”

Tedavi mümkün müdür?

Tabii ki mümkündür. Kişilik özellikleri ağırlıklı ise giderek kronikleşiyor ve sorun ağırlaşıyor. Çöp evden çıkanların büyük bir kısmı obsesiftir. Tedavi olmayan hastalar çöpleri atamadıkları için biriktirirler, atamadıkça ev çöp eve dönüşür. Erken tedavide başarı yükseliyor. Obsesif kompleksif bozukluk gibi biyolojik bir hastalık olduğunda; sadece psikolojik bir hastalık değil, genetik yönleri de vardır ve mutlaka aile içinde bulunuyordur. Bu durumda zorunlu olarak ilaç verilir. Eğer buna psikolojik destek önlemleri eklenmiyorsa tedavi her zaman yarım kalacaktır. En önemlisi herkesin öğrenebileceği başa çıkma yöntemlerinin öğrenilmesidir.

“İlaç tedavisinde depresyon hastalığı için 1 ay beklemek yetebiliyor ama takıntı hastalığı için 2 ay beklemek gerekebilir.”

Antidepresan ilaçlar her zaman çözüm müdür? Ne zaman etkisini gösterir?

Dozuna, süresine göre mutlaka etkisi oluyor. Depresyon hastalığı için 1 ay beklemek yetebiliyor ama takıntı hastalığı için 2 ay beklemek gerekebilir ve dozunu biraz daha yüksek tutmak gerekebilir. Çok acele etmemekte fayda var.

Paranoya nedir? Takıntı bir süre sonra paranoyaya dönüşebilir mi?

Ayrı hastalıklar olduğundan paranoyanın takıntıya dönüşmesi söz konusu değildir. Paranoya daha ciddi bir durumdur. Belirli bir konuda sarsılmaz ve değiştirilemez inançtır. Kültüre çok uyumlu olmayan, yanındaki insanların çok inanmadığı bir inancı ısrarla sürdürmektir. Takıntıdan daha ciddi bir durumdur çünkü tedavisi gerçekten kolay değildir.



Takıntılı insan, takıntılı olduğunu bilir, fakat paranoyaklarda öyle bir inanç sistemi oluşur ki paranoyak olduklarını kabul etmezler.

“Paranoyak insanın tedavisinde çevresinin de yardımcı olması gerekmektedir.”

Paranoyanın tedavisi mümkün müdür?

Paranoyanın tedavisi biraz güç. Çünkü paranoyak kişi paranoyak olduğunu kabul etmez. Paranoyak insan doktora gitmez, çünkü onun için bu bir gerçekliktir ve ona uygun davranır. Çevresinin yardımcı olması gerekmektedir. Tedavi olması gerektiğine inandırabilecek kişilerin ikna etmesi gerekmektedir. Tedavi olma ihtimali çok yüksek değil, ama yapılabilecek başka bir şey yok. Bu sebeple mutlaka tedaviye gelmesi gerekmektedir.

Aklınızdan çıkmayan bir hastanız var mı? Varsa doktor-hasta gizliliği altında kısaca anlatabilir misiniz?

Hepsinin hikayesi apayrıdır. Çevirdiğim kitaplardan birinde yer alan hikayede iki asistan aralarında konuşurken biri diğerine “Psikiyatristlikte bana ilginç gelen bütün hastaların aynı hikayeye sahip olması.” diyor. Diğer ise “Tam tersi bana da ilginç gelen bütün hastaların farklı hikayeye sahip olması.” diyor. O yüzden nereden baktığınıza bağlı. Herkesin hikayesi birbirine benziyor fakat bir o kadar da farklı.

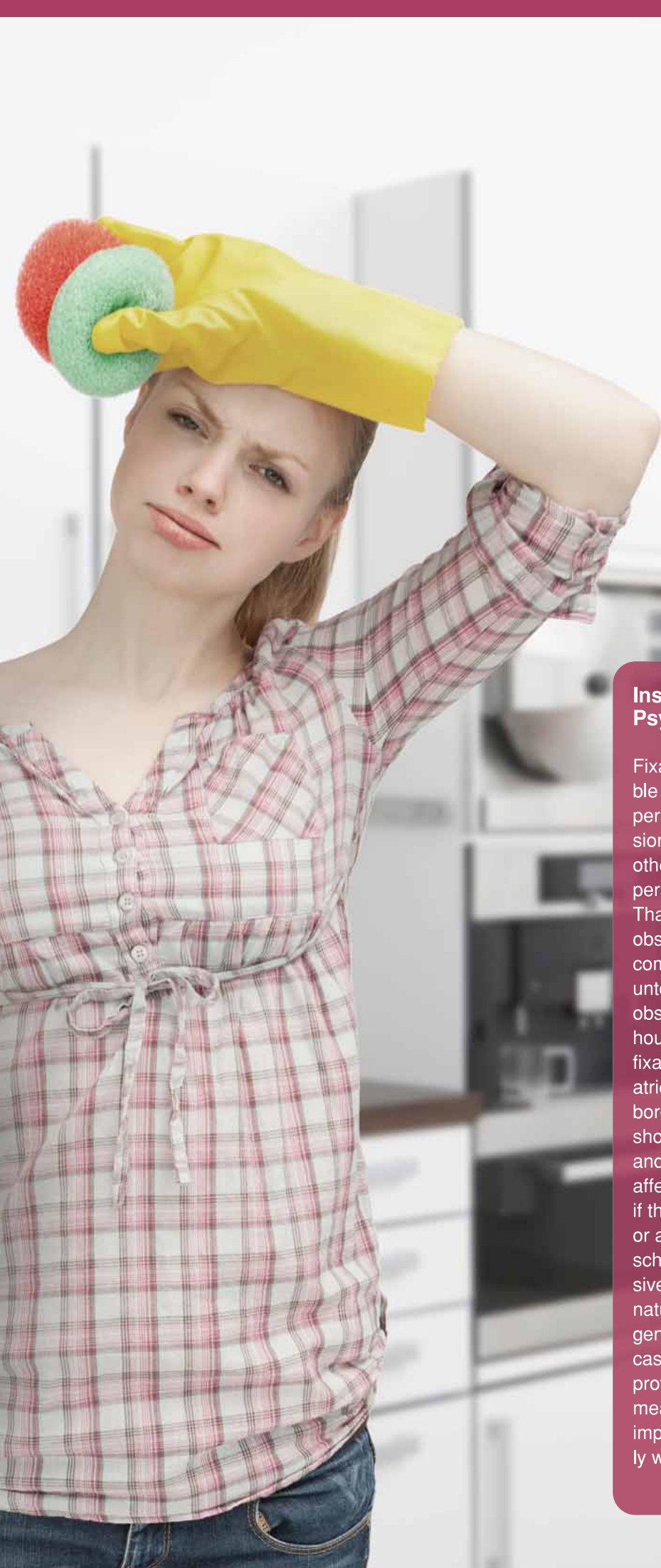
Bazı insanlar psikiyatriste gitmeye çekiniyor, onlara söylemek istediğiniz şeyler nelerdir?

Eğitim ile tedavi başarısı insanlar tarafından görülüyor. Böylece insanlar daha rahat bir şekilde geliyor. İnsanları suçlamak doğru değil, bilinmezlikten dolayı oluyor. İnsan bilmediklerinden korkar.

İnsanların psikiyatriste gitme konusundaki yanılgılarını değiştirmek için söylemek istedikleriniz var mı?

Her hareketimiz, her düşüncemiz ve her duygumuz beyinden kaynaklanıyor. Nasıl midemiz ve kalbimiz aksıyorsa beynimizde aksıyor. Fakat insanlarda, bende bir sorun varsa bunu ben halletmeliyim düşüncesi görülen en yaygın yanlış düşünce. Bunu insanlar mideleri için, tansiyonları için söylemiyor. Midemde ülser varsa bunu ben halletmeliyim demiyor ama depresyona girince akıl ile ilgili olduğu için bunu bir iç zaaf gibi görüyor. Hâlbuki hiçbir farkı yok. Nasıl diğer organları aksıyorsa beyin de aksayabiliyor ve bir doktordan yardım almanın hiçbir sakıncası yok.





Insight- Fixations- Assistant Prof. of Psychiatry, Hakan Atalay, MD

Fixations or, medically, obsessions are uncontrollable thoughts in the person's mind although the person knows they are clearly irrational. Obsessions usually present compulsive behaviour. In other words, these are thoughts or behaviour the person feels or executes to relieve the agitation. That is why, in psychiatry, fixations are defined as obsessive-compulsive disorder. Fixations are very common in society however it is rare for it to turn unto an illness. The most frequent version is an obsession for hygiene. It is more common amongst housewives. People with careers usually develop a fixation for control. There are scales for all psychiatric conditions. Whatever the symptoms, the borderline is when they affect the person's life. It should affect social, academic, professional life and relations. There is no diagnosis if it does not affect the person. The illness cannot be diagnosed if the person maintains professional and social life or a marriage - even if the he/she suffers from schizophrenia and presents the symptoms. Obsessive-compulsive disorder, which has a biological nature, is not purely psychological. There are genetic factors, which run in the family. These cases demand use of medication. Failing to provide complimentary psychological support will mean that treatment is never complete. The most important thing is to learn ways of coping effectively with the condition.

Doğru Tanı, Doğru Tedavi

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, hastalıkların doğru ve sağlıklı tespiti konusunda bir adım daha attı.



Doç. Dr. Neslihan Taşdelen
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Radyoloji Anabilim Dalı

Yeditepe Üniversitesi Türkiye’de yine bir ilki gerçekleştirdi ve bünyesine son teknoloji ürünlerinden olan ikinci jenerasyon tam dijital 3.0 Tesla MR sistemi Philips Ingenia’yı kattı. Peki bu ne anlama geliyor? Hastaların bu konuda ne gibi avantajları olacak? Her şeyden önce en son teknolojilerden biri olan 3.0 Tesla MR sistemleri ile çok daha temiz görüntüler elde edilerek doğru tanımlar konulabilecek.

Doç. Dr. Neslihan Taşdelen ne kadar güçlü bir manyetik alan sağlanabilirse, incelenen dokudan o kadar güçlü bir sinyal alınabileceğini söylüyor. “Öncelikle manyetik alan gücü fazla olduğu için dokudan daha fazla sinyal toplayacağız. Yeni sistemin tam dijital olması da gürültüyü azaltmada yararlı olmakta ve dolayısıyla sinyal gürültü oranı artarak daha net görüntüler elde edilebilecek. Ayrıca yüksek Tesla’lı cihazlarda, daha güçlü sarmallar kullanıyoruz. Bu nedenle de diffüzyon tensor görüntüleme (DTG), fonksiyonel değerlendirmeler (fMRG) ve suseptibilite ağırlıklı sekansları daha yüksek kalitede alabileceğiz.” şeklinde konuşan Taşdelen önceki jenerasyonda bazı dezavantajların olduğunu da ifade ediyor. İlk jenerasyon 3.0 Tesla MRG sistemini de Türkiye’de ilk olarak kullanmış olan Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, ikinci jenerasyon cihazla bu dezavantajları da yok etmiş oldu. Taşdelen, ilk jenerasyonda, güçlü sinyal yüzünden o dokuda bazı istenmeyen, görüntüyü bozan değişiklikler olduğunu, ancak ikinci jenerasyondaki eklenmiş özelliklerle bunun ortadan kalktığını söyledi. Özellikle karın ve meme MR görüntülerinin çok kaliteli bir şekilde yapılabildiğini ifade etti.

“Sistemin tüm sarmalları ile birlikte kurulması nedeniyle önceden oldukça rahatsız koşullarda yapılabilen el ve elbise görüntülemeleri konforlu şekilde yapılmaktadır.”

Yeni sistem sayesinde prostat MR incelemesi hasta konforu ön planda tutularak, yüzeysel sarmal ile gerçekleştirilebilmektedir. Önceden ultrasonografi eşliğinde

biyopsi uygulanmış ancak net sonuç alınamamış olgularda MR eşliğinde biyopsi yapılarak prostat kanserinde kesin tanı sağlanabilmektedir.

Ayrıca meme sarmalı yalnızca tanınasal amaçlı kullanılmayıp, kuşku alan alanlardan biyopsi yapılmasına da imkan sağlayarak meme kanserinde erken tanı sağlanabilmektedir.

Sisteme eklenen DynaCad ve eSys fMRI yazılımları ile de nöroradyoloji ekibi DTG ve fMRG konusundaki öncülüğünü devam ettirecek ve bu konuda yeni ufuklar açmaya devam edecektir.

Daha Sağlıklı, Daha Kullanışlı

Taşdelen, mümkün olduğunca hastaları bu cihazla incelemeye çalıştıklarını, yeni cihazın özellikle çok daha güvenli olduğunu söyledi. Cihazın, asla hastayı herhangi bir konuda rahatsız edebilecek limite çıkmadığını, böyle bir limite yaklaşırsa otomatik olarak durduğunu anlatan Taşdelen, uygun endikasyonlarda MR’ı tercih etmeye çalıştıklarını çünkü manyetik alan gücü ile görüntüleme yapılmasından mütevellit, hastanın radyasyona bağlı yan etkilerden korunduğunu söyledi.



Kilolu Hastalar da Yararlanabilecek

Taşdelen, eski cihazda, cihazın çapı yüzünden kilolu hastaların bundan yararlanamadığını söyledi. Ancak yeni cihazın daha geniş olması sebebiyle daha kilolu hastalar da kaliteli bir şekilde değerlendirilebiliyor ve çekim sırasında daha konforlu bir ortam sağlıyor. Var olan geniş çapı gözönüne alındığında manyetik alan homojenizasyonunun 3.0 Tesla MR sistemleri arasında en yüksek olduğu bu yeni cihaz, Türkiye’de yine ilk ve şimdilik tek olarak Yeditepe Üniversitesi Hastanesi’nin bünyesine katıldı.

Technology – Philips Ingenia MRI

Yeditepe University Hospital recently purchased a Philips Ingenia MRI device, a second-generation digital 3.0 Tesla MR system that is considered state of the art. According to Associate Neslihan Taşdelen, MD, a strong magnetic field provides stronger signals from the examined tissue. “Firstly, we will be able to get more signals from the tissue because the magnetic field is stronger. The new system is completely digital and this reduces noise. So, we are able to acquire clearer images due to increased signal noise rates. More so, it is possible to use more powerful coils with high Tesla devices. Consequently we will be able to get higher quality diffusion tensor imaging (DTI), functional assessments (fMRG) and susceptibility weighted sequences.” Taşdelen points out to certain disadvantages of older generation devices. Having also used the first generation 3.0 Tesla MRG system, Yeditepe University Hospital has been able to overcome such disadvantages. According to Taşdelen, the strong signal of the first generation would produce certain unwanted distortions in the tissue images. However, the improved features of the second-generation device has eliminated these issues. The new device is especially good at delivering very high quality MR images of the abdomen and breast.

Taşdelen also said that overweight patients were unable to benefit from the old device due to its size. The new device is wider so, overweight patients can now undergo testing without problems. Not only can they get good quality results they also have a more comfortable imaging session.

Kaliteli, Temiz, Çevre Dostu Hastane

Yeditepe Üniversitesi Hastaneleri sunduğu Kaliteli ve Güvenli Sağlık Hizmeti yanında çevre korumaya yönelik hassasiyetini de bir kez daha belgeledi.

Yeditepe Üniversitesi Hastaneleri ve Bağlı Kurumları Kasım 2007'de kendi sektöründe dünyanın en önemli kuruluşu sayılan JCI (Joint Commission International) tarafından denetlenmiş ve tüm sistemiyle, tüm standart maddelerinde akredite olmuştu. Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, Ekim 2010'da ikinci kez akredite edildi.

2011'de kalite ve çevre yönetimi alanındaki en önemli iki belge olan İSO 9001 Kalite Yönetim Sistemi ve 14001 Çevre Yönetim Sistemi Kalite Belgelerine Yeditepe Üniversitesi Hastaneleri ve bağlı kurumlarına layık görüldü. Bu başarı 2012'deki 1'inci Gözlem Denetimi'nde de onaylandı.

Doğruluk, gizlilik ve güvenilirlik ilkelerini benimsemiş olan Merkez Laboratuvarları da Aralık 2008'de Alman Laboratuvar Akreditasyon Kuruluşu (DACH) tarafından denetlendi ve akredite edildi. Nisan 2010'da 1'inci, Ekim 2011'de 2'inci ve Kasım 2012'de 3'üncü Gözlem Denetimi'ne tabi tutulan Merkez Laboratuvarları başarılarını devam ettirerek akreditasyonun devamlılığını sağladı.

“Tesadüf Değil Azim”

Yeditepe Üniversitesi Hastaneleri ve Bağlı Kurumları Kalite Bölümü'nden Prof. Dr. Selami Sözübir ve Emine Kurt başarılarının tesadüfle değil titiz ve azimli çalışmalarıyla açıklanabileceğini söyledi.

Kurt, hastanelerin genel olarak çok fazla atık çıkaran kuruluşlar olduğunu ifade ederek, bu konuda alınacak önlemlerin de esasında koruyucu sağlık hizmeti başlığı altında değerlendirilmesi gerektiğinin altını çizdi. “Biz çevre dostu hastane yolunda işe koyulmaya karar verdiğimizde dikkatimizi çeken bir şey oldu. Sağlık sektörünün de azımsanmayacak ölçüde atık çıkaran bir

sektör olduğunu fark ettik. Bu sektör ciddi oranda tıbbi, evsel, kimyasal ve geri dönüşüm atıkları çıkarmaktadır. Böyle bir sektörde çalışan bizlerin de bu atıklar ile mücadele eden ve çevre dostu hastane olduğumuzu belgelememiz gerektiği kanısına vardık. Amaç, bu atıkları en doğru şekilde ayrıştırarak, doğaya en az zararı vermektir. Bu hedef toplumsallaşmış herkesin hedefi olur ise, çocuklarımıza temiz bir gelecek bırakmış olacağız.”

“Atıklar Kanalizasyona Bırakılmıyor”

Özellikle laboratuvarlarda kullanılan kimyasal kitler, doğaya bırakıldığında ciddi bir kirliliğe neden oluyor. Prof. Dr. Selami Sözübir ve Emine Kurt, Yeditepe Üniversitesi Hastaneleri ve Bağlı Kurumları'nın bu konuda da bilinçli davrandığını söylüyor. “Kimyasallar çok fazla. Yeditepe olarak farklı lokasyonlarda toplamda altı laboratuvarımız var. Bu altısında da test güvenliği için kullanılan binlerce kit var. Her bir kit de kimyasal demek. Sektörde bu atıklar kanalizasyona bırakılabiliyor. Fakat biz bunu yapmıyoruz. Atıklarımızı biriktirerek onları geri dönüşüm firmalarına uygun depolama/transfer koşulları ile veriyoruz. Hatta olur da gözümüzden bir şey kaçmış olabilir mi diye, her ay kanalizasyon giderlerinden alınan örneklerin analizlerini yaptırarak kaçığımız olup olmadığını da kontrol ediyoruz. Radyoaktif atıklarımız ile ilgili olarak hem radyasyon güvenlik komitemiz hem de fizik mühendisimiz aldığımız örnekleri değerlendiriyor. Bunların akabinde de atıklarımızı elimine ediyoruz.”

“Önemli Olan Başarıyı Sürdürmek”

Yeditepe Üniversitesi Hastaneleri ve Bağlı Kurumları'nın almaya hak kazandığı dünyanın en önemli belgeleri esasında şu önemli noktayı ortaya çıkarıyor: “Başarı, sürdürülebilir ve üstüne daha konulabilir olduğunda başarıdır.” Prof. Dr. Selami Sözübir ve Emine Kurt da bunu ifade ederek JCI gibi dünyanın en prestijli kurumlarından birine üye olarak giriş yapmanın kolay olup, esas zorluğun, yeni denetimlerden geçebilmek olduğunu söylüyor. Eylül 2013'te tekrar reakkreditasyon denetimine girecek olan Yeditepe Üniversitesi Hastanesi ve Bağlı Kurumları, kazandığı belgelere yenilerini katmaya hazırlanıyor.





DACH
DAC-ML-0614-09



DAC-ML-0614-09



Certification International

News from Yeditepe – ISO9001 and 14001 Environmental Management

In November 2007 Yeditepe University Hospital and all its affiliated institutions were audited by JCI (Joint Commission International), the world's most important organisation in the healthcare sector and Yeditepe's systems were fully accredited according to standards. The accreditation was renewed in October 2010, proving that this achievement was not a coincidence.

In 2011, Yeditepe University Hospital and all its affiliated institutions were awarded with the ISO 9001 Quality Management System and ISO 14001 Environmental Management System Quality Certificates, two of the most important certificates in quality and environmental management. This achievement was re-approved during the 1st Observation Audit that took place in 2012.

The chemical kits used in laboratories in particular are very hazardous to the environment when disposed directly in natural habitats. Professor Selami Sözübir, MD and Emine Kurt point out that, Yeditepe University Hospital and its affiliated institutions act very consciously regarding these matters. "There is a chemical substance surplus. At Yeditepe, we have a total of six laboratories at different locations. And there are thousands of kits used for test accuracy at the laboratories. Each kit contains chemicals. It is common practice for some hospitals to dispose of such substances in the wastewater system. However we are strictly against such practices. We collect our waste and periodically deliver them to recycling companies under suitable storage and transfer conditions. There is a radiation safety committee supported by physics engineers who regularly conduct tests on the hospital's radioactive waste. Subsequently, we eliminate waste according to standards.



YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ
HASTANESİ

EKLEM YARALANMALARINDA ARTROSKOPİK TEDAVİ YÖNTEMİ



Eklem içi yaralanmaları genellikle genç, aktif ve spor yapan kişilerde görülüyor. Az bir oran da olsa yaşlı hastalarda oluşan kas güçsüzlüğü nedeniyle de eklem sorunları ortaya çıkabiliyor.

Eklem Yaralanmaları

Ayağa kalkmaya, yürümeye, hatta kolun kalkmasına bile engel olabilen bu hastalık spor yaparken, koşarken, arabaya binip inerken ya da düşme burkulma gibi travmalar sonucu ortaya çıkabiliyor.

Artroskopik Tedavi Yöntemi

Çevre dokulara zarar vermeden, büyük kas kesileri yapmadan, doğrudan eklem içine girilmesine ve sadece hasta olan dokulara müdahale edilmesine olanak sağlıyor. Böylece operasyon sonrası iyileşme süreci çok daha rahat ve ağrısız geçiyor.

Yaralanmaları Azaltmak İçin

Eklemleri çevreleyen kas gruplarını güçlendirmek gerekiyor. Günde 30 dakika yürüyerek, egzersiz yaparak ya da yüzerek kas gruplarını güçlendirebilirsiniz.

Bağdat Caddesi Polikliniği Şehrin Tam Kalbinde

Anadolu Yakası'nın tam kalbinde, Yeditepe'nin sağlık hizmetlerini başarıyla devam ettiren bir poliklinik olduğunu biliyor muydunuz?

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Bağdat Caddesi Polikliniği Başhekimisi Prof. Dr. Reha Cengizlier ile bir araya geldik ve Bağdat Caddesi'nde poliklinik hakkında kendisinden bilgi aldık.



Prof. Dr. Reha Cengizlier
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Bağdat Caddesi Polikliniği Başhekimisi

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Bağdat Caddesi Polikliniği; toplam 2650 metrekare içinde, 43 muayene, teknik ve işlem odası ile birçok branşta başarıyla hizmet veriyor.

Bağdat Caddesi Polikliniği, Yeditepe Üniversitesi Hastanesi ile işbirliği içinde olan ve çalışmalarını paralel sürdüren bir birim. Prof. Dr. Reha Cengizlier'den bize, polikliniği kısaca tanıtmalarını istiyoruz: "Bu birimde her zaman bulunan birkaç doktorun yanı sıra hastanedeki birimlerden de doktorlar belirli günlerde gelmektedir. Buradaki hastalarına bakmakta ve gerekli işlemlerini yapmaktadırlar. Dolayısıyla hastanede bulunan bütün birimler Bağdat Caddesi Polikliniği'nde de bulunmaktadır. Hastalara randevu doktorun bulunduğu yere göre belirlenir. Doktor poliklinikte ise polikliniğe; hastanede olma durumunda ise hastaneye randevu verilir. Polikliniğimiz hafta içi 09:00 ile 18:00 arası hizmet vermektedir. Ancak akşam 18:00'den sonra da bazı bölümler ya da doktorlar 20:00 - 20:30'a kadar kalıp hastalarına bakmaktadırlar. Cumartesi günleri ise saat 09:00 ile 14:00 arasında hizmet vermektedir. Ancak bazı durumlarda saat 18:00'e kadar mesai uzatılabilmektedir."



“Örnek alma laboratuvarında kan ve diğer örnek alma işlemleri yapılabilen, kuryemiz ile taşıma koşullarına uygun bir şekilde hastanemize aktarılmaktadır.”

Prof. Dr. Reha Cengizlier sözlerine şöyle devam ediyor: "Polikliniğimizde sadece doktorluk, hekimlik hizmetleri değil, hastaneye de destek olacak birtakım laboratuvar hizmetleri yapılmaktadır. Örneğin, ürolojinin taş kırma hizmeti burada yapılmaktadır. Küçük bir laboratuvar da kan ve diğer örnek alma işlemleri yapılabilen, kuryemiz ile taşıma koşullarına uygun bir şekilde hastanemize aktarılmaktadır. Ancak acil durumlarda kuryeyi beklemeden de örnek hemen hastaneye ulaştırılmaktadır. Küçük cerrahi işlemlerin yapılabileceği müdahale odası ve ortopedinin basit alçıları yapabileceği bir sistem kuruludur. Gözlem altında kalması gereken hastalar olursa burada gözlenebileceği yataklar da mevcut. Ancak 24 saat hizmet vermediğimiz için uzun süre gözlem altında kalması gereken hastalar uygun koşullarla, uygun hastaneye nakil edilmektedir."

“Devamlı olarak bulunan aile hekimi check-up hizmetini de yürütmektedir.”

Burada radyoloji ünitemiz de görev yapmaktadır. Basit radyoloji tetkiklerin dışında, radyoloji doktorları burada olduğu zaman ultrason tetkiki de yapılmaktadır. Kadın doğum hekimlerimiz radyoloji ünitemizi kullanmaktadır.



Gastroenteroloji bölümünün endoskopi yapması için gerekli teknik donanım, uygun teçhizat, aletler ve personel bulunmaktadır. Bu personelimiz düzenli olarak gelmekte ve burada gerek alt, gerek üst endoskopi işlemleri yapılmaktadır. Göz bölümü, göz hastanesi ile işbirliği içerisinde. Aile hekimliği burada devamlı olarak bulunmakta ve check-up hizmetini de yürütmektedir.”

“**Fizyoterapistler oldukça gelişmiş teknik imkanlarla hastalara yardımcı olmaktadır.**”

Dermatoloji bölümü ayakta yapılabilecek, ameliyathane gerektirmeyen girişimsel işlemleri yapıldığını belirten Prof. Dr. Reha Cengizlier poliklinik hakkında son olarak: “Aynı şekilde sadece doktorların değil estetsiyenlerin de bulunduğu bir birimimiz bulunmakta. Lazer epilasyon, estetik işlemler ve diğer estetik müdahaleleri yapılabilmektedir. Fizik tedavi bölümümüzün gelişmiş bir fizyoterapi ünitesi vardır. Fizyoterapistler oldukça gelişmiş teknik imkanlarla hastalara yardımcı olmaktadır. Psikiyatri bölümünde doktorların kullandığı ve hastalarla uzun görüşmelerin yapılabileceği iyi dizayn edilmiş odalarımız bulunmaktadır. Bunların yanı sıra hastalar beklerken daha iyi vakit geçirebileceği kafeterya ve bekleme salonlarımız vardır.” dedi.



Polikliniğimizde denge testi

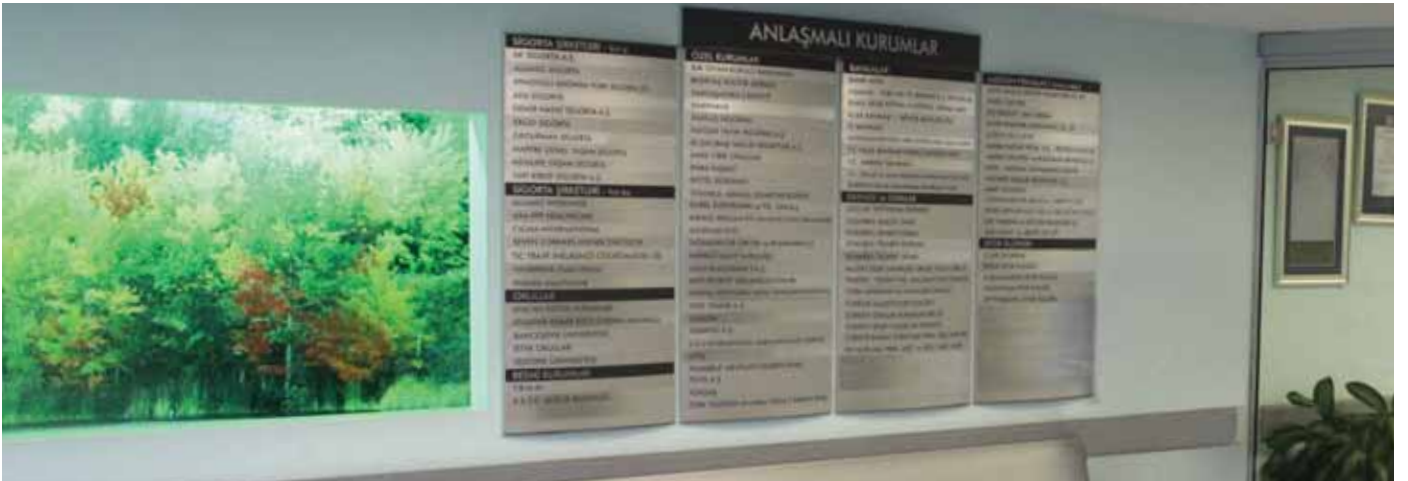


Şehrin tam kalbindeki Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Bağdat Caddesi Polikliniği'nde yer alan branşlar:

Aile Hekimliği
 Acil Polikliniği
 Beslenme ve Diyet
 Çocuk Allerjisi
 Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları
 Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları
 Deri ve Zührevi Hastalıklar
 Dil ve Konuşma Bozuklukları
 Endokrinoloji
 Erişkin Allerji
 Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon
 Genel Cerrahi
 Göz Hastalıkları
 Kadın Hastalıkları ve Doğum
 Kulak Burun Boğaz
 Nefroloji
 Ortopedi ve Travmatoloji
 Romatoloji
 Üroloji
 Nöroloji
 Nöroşirürji

Tetkikler ve İşlemler:

Alerji (çocuk ve yetişkin) Testleri
 Dijital Röntgen
 Kemik Yoğunluğu
 Endoskopi Birimi
 Laboratuvar
 Odyoloji Tetkikleri
 Geniş Fizyoterapi Alanı
 Görme Alanı, Göz Anjiyosu, Hess Perdesi Tetkikleri
 Lazer (fotokoagülasyon)
 Özelleşmiş Nöropsikiyatri Alanı
 Ses-Yarık Damak ve Dudak Hastalıkları Birimi
 Taş Kırma (ESWL)
 Ultrasonografi
 Ürodinami
 Üroflowmetri
 Mesane Rezidü
 Yürüme Analizi
 Bilgisayarlı Dermatoloji
 Deri Prick Testi
 Elektrokoter
 Deri yama Testi
 Kriyoterapi
 Deri ve Deri Altı Biyopsileri





Microscope - Bağdat Caddesi Out Patient Clinic - Professor Reha Cengizlier, MD

Yeditepe University Hospital's Bağdat Caddesi Out Patient Clinic successfully serves patients in many branches in a facility consisting of 43 examination rooms, technical and procedure rooms that spread out over 2650 square meters. Besides full time physicians, the facility has regular visits from specialists working at other units of the institution. Specialists are able to see patients and perform necessary procedures. In other words, all specialist disciplines available at the hospital are at the disposal of patients at the Bağdat Caddesi Out Patient Clinic. Depending on the date and appointment schedule, patients are referred to the main hospital or the Bağdat Caddesi Out Patient Clinic. Our Out Patient Clinic is open between 9 AM and 6 PM on weekdays. Having said that, certain departments or physicians will receive patients until 8 - 8.30 PM. The Out Patient Clinic is open between 9 AM and 2 PM on Saturdays however some services may continue until 6 PM upon demand.

Besides physician examinations and certain general practices our polyclinic is capable of performing a number of laboratory tests. Patients can also make use of the intervention room ready to perform minor surgeries. The facility also offers observation rooms for overnight patients. If necessary, and depending on medical conditions, inpatients will be referred to other medical facilities.

Arda Nasıl Hayata Döndü?

Doğru düzgün nefes bile alamayan bir çocuktan Arda. Hatta aldığı her nefes için 15 kiloluk bir akü ve yine aynı ağırlıkta bir aspirasyon cihazı taşımak zorundaydı ailesi. İşte Prof. Dr. Sina Ercan'ın başarıyla gerçekleştirmiş olduğu ameliyat ve Arda'nın yaşama dönüş hikayesi.



Prof. Dr. Sina Ercan

Göğüs Cerrahisi Anabilim Dalı Başkanı
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Başhekimi

Arda'nın sorunları henüz 6 aylıkken ortaya çıkmış ve ailesi iyileşmesi için tüm imkanlarını seferber etmiş. Fakat yapılan müdahalelerle durumu daha da kötüleşmiş. Biz şimdilik bu kadarını anlatalım ve Arda'nın hikayesini bir de babasından dinleyelim.

Arda'nın problemi nasıl başlamıştı? Ameliyata kadar hangi işlemler yapıldı?

Arda doğumdan yaklaşık 6 ay sonra gribal bir hastalık geçirdi ve hırlamaya başladı. Bu hırlamaları giderek artmaya başladı. Arda'ya alerjik tedaviler uygulandı fakat bu da sonuç vermedi. Son olarak yoğun bakıma ihtiyaç duyuldu. Yoğun bakımdayken 3 gün entübe edilerek solunum aletine bağlandı, 5 günün sonunda yoğun bakımdan çıktı. Yoğun bakımdan sonra da hırlamaları devam etti, buna bağlı olarak trakeostomi açıldı. Eğitim araştırma hastanesinde gözetim altında bulunduruyorduk. Orada bir hocamız vardı ve kendisinden pek memnun değildik çünkü hiçbir bilgi alamıyorduk. Sonra devlet ve doktorlarla alakalı bir problem çıktı bundan sonra da öğretim üyeleri ameliyatlara girmeye başladı. Çok yılmıştık, hayatımızı kötü etkiliyordu o dönem. Bizi doktorun asistanı Yeditepe Üniversite Hastanesi'nde Prof. Dr. Sina Ercan hocaya yönlendirdi. Biz de bir deneyelim dedik. Çünkü koşamıyordu bile, nefesi hemen tıkanıyordu. 4 yıl boyunca nereye gidersek aspirasyon ve buhar makinesini de yanımıza almak zorunda kalıyorduk.

Bu problemler ebeveyn olarak sizi nasıl etkiledi?

En basitinden Arda ile markete çıkacağımız zaman bir elimizde 15 kiloluk bir akü, diğer elimizde hemen hemen aynı ağırlıkta olan aspirasyon cihazı ile hareket etmek zorunda kalıyorduk. Arda'nın sürekli nefesini dinleyip, kontrol etmek zorundaydık. Sosyal hayatımız neredeyse yoktu. Arda'ya göre yaşıyorduk.

Arda'nın problemi ile ilgili size daha önce hangi tedaviler önerilmişti ve nasıl bir sonuç beklentisi içindeydiniz?

Arda'nın nefes borusunun ağıza çıkışında bir darlık olduğu söyleniyordu ve lazer ile bir ameliyat yapıp genişletildiği söylendi bize. Buraya geldiğimizde anladık ki Arda'ya takılan trakeostomi ve yapılan ameliyatlar orayı daha da zedelemiş. Hocamız gerekli ameliyatı yaptı ve iyileştirdi. Arda şu anda çok iyi.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'ne gelirken ne gibi beklenti ve kaygılarınız vardı? Bu kararı verdiğinizde çevrenizin tepkisi nasıl oldu?

Çevremiz bize artık pek karışmıyordu çünkü artık profesyonel olmuştuk neredeyse. Mesela Arda yan yatırsa şu sıkıntısı var ya da bu sıkıntısı var diyebiliyorduk. Sadece bizi buraya yönlendirdiler. Bir deneyelim dedik, pek umudumuz yoktu açıkcası. Hatta oğlum böyle iyi, daha fazla ameliyat ettirmek istemiyorum bile dedim.

Göğüs cerrahisi kliniğimizde ilk muayene, tetkik ve değerlendirmeden sonra aklınızda ki sorulara cevap bulabilmiş miydiniz?

Aklımda hiçbir soru kalmadı diyebilirim. Dediğim gibi geldiğimizde hocamız bizi kendi tomografiye soktu. Arda'nın kanülü vardı, onu çıkardılar ve cihazda 2 dakikaya yakın kanülsüz nefes aldı. Sonuçlara baktı hocamız ve şu bölümü alacağım dedi, aldı ve oğlum iyileşti.





Prof. Dr. Sina Ercan'ın Arda'yı muayene ettikten sonra rahatsızlığı ve tedavisi ile ilgili öneriler ve açıklamalar sizin o güne kadar yaşamış olduğunuz problemlerin çözümü ve aklınızda oluşan sorulara cevap olma konusunda yeterli miydi?

Tamamiyle yeterliydi. Sina Bey öyle bir anlatıyor ki, söylediği her şey santim santim, saniye saniye kafama giriyordu. Anlattıktan sonra neredeyse kafamızda soracak soru kalmıyordu.

Arda'nın ameliyatı sonrası hayatınızda ne gibi değişiklikler oldu?

Ameliyattan önce top oynayamıyordu, oyun oynayamıyordu hatta neredeyse hareket bile edemiyordu. Yemek yerken bile zorluk çekiyordu. Her yemek sonrası buhar ve aspirasyon yapıyorduk. Arda ameliyattan sonra tamamen iyileşti ve bunların hepsi bitti, istediğimiz zaman, istediğimiz yere gidebiliyoruz. Her türlü oyunumuzu oynayabiliyoruz artık. Hocamıza ve ekip arkadaşlarına teşekkür ederim.

Hastanemizi ve ameliyatınızı yapan hekimlerimizi, benzer sorunlar yaşayanlara tavsiye eder misiniz?

Tabii ki ederim. Karşıma böyle bir insan gelirse mutlaka yönlendiririm, bundan mutluluk duyarım.

Biz de size ve Arda'ya sağlıklı günler dileriz.

Insight – Arda's Story

Six months into life little Arda suffered from influenza related complications and started wheezing. The level of wheezing increased gradually. Arda received anti allergic treatments however his conditions did not improve. Finally Arda had to enter intensive care. In intensive care, he was entubed for three days and connected to a respirator before he was well enough to leave five days later. The wheezing still persisted however this required a tracheostomy. They were keeping him under observation at a state operated research and training hospital. We were not very happy with our specialist physician mainly because we were not given adequate explanations. Just then, a dispute broke out between the state and physicians working for the government. Consequently specialists at state universities could not perform surgery. We were devastated. There was no progress with the treatment. The assistant there recommended Professor Sina Ercan at Yeditepe University Hospital. We decided to give it a try.

Professor Ercan examined Arda. Then he provided a detailed explanation of his condition and treatment methods. By the time he was finished we had no questions on our minds.

Arda underwent surgery and all his conditions were cured. We can now take Arda outside freely. He is able to play games. I am grateful to our doctor and his colleagues.



**YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ
HASTANESİ**

Doğum Sonrası Anne Estetiği

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Plastik Cerrahi Kliniği'nde doğum sonrası oluşan deformasyonların tedavi hizmeti verilmektedir.



Kliniğimizde verilen hizmetler:
Karın Estetiği Ameliyatları
Meme Dikleştirme ve Toparlama
Lazer ile Kılcal Damar Tedavileri

Detaylı bilgi ve randevu için;
Yeditepe Üniversitesi Plastik, Rekonstrüktif ve
Estetik Cerrahi Anabilim Dalı
Tel: 0216 578 42 20 – 0216 578 42 21



Toplu Sünnet Değil “Çağdaş Sünnet”

“Sahada cerrahi işlem yapılmaz, sahada eğlence düzenlenir” Bu cümle aslında, Yeditepe Üniversitesi Hastanesi ve Ataşehir Belediyesi'nin düzenlediği Çağdaş Sünnet kampanyasının özeti. Bilinçle yola çıkıldığında her şeyin ne kadar sağlıklı ve risksiz yapılabileceğinin de kanıtı...



Prof. Dr. Selami Sözübir
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Çocuk Cerrahisi ve Ürolojisi Anabilim
Dalı Başkanı

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, Ataşehir Belediyesi'yle ortak olarak emsal gösterilebilecek bir projeye imza attı. Çocuk Cerrahisi bölümüyle gerçekleştirilen “Çağdaş Sünnet Kampanyası” gövde gösterisi şeklinde yapılan, birçok komplikasyonun görüldüğü, steril ortamlarda yapılmayan toplu sünnet kampanyalarının aslında nasıl yapılması gerektiğini gösterdik.

Toplu Sünnet Kampanyaları Bilinçli Yapılmıyor

Projenin mimarlarından Prof. Dr. Selami Sözübir toplu sünnet kampanyalarının iyi niyet gösterilerek yapılmasına rağmen, bilinçsizce yapıldığını ifade etti ve Yeditepe Üniversitesi Hastanesi olarak esas hedeflerin bir sosyal sorumluluk duygusu yaratmak olduğunu söyledi. Sözübir, “Türkiye’de sünnet kampanyaları bu konunun uzmanları tarafından reddedilen, karşı durulan, hatalı, problemlili bir olaydır. Belediyeler bunu rant aracı olarak görüyor ve yaz başında başlayan toplu sünnet kampanyaları alıyor başını gidiyor” dedi.

Prof. Dr. Selami Sözübir’e göre gövde gösterisi olarak yapılan sünnet kampanyaları komplikasyonların en çok görüldüğü yerler olarak akıllarda yer ediyor. Zira bir anda ve hızlı şekilde yapılan sünnet operasyonlarında sünnet hataları, kanama, enfeksiyon gibi komplikasyonlara davet çıkarılıyor. Bu şekilde toplu sünnet kampanyalarında zarar gören birçok çocuğu tedavi ettiğini de ekleyen Sözübir, toplu sünnet kampanyalarını “Toplu Kıyım” olarak nitelendiriyor ve esas amacın “Çağdaş Sünnet Kampanyası” olması gerektiğini ekliyor.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi ve Ataşehir Belediyesi İşbirliği

Bu sosyal sorumluluk bilinciyle yola çıkan Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Ataşehir Belediyesi'yle ortak bir şekilde kampanya düzenledi. Günde en fazla beş çocuğun, steril ortamlarda sünnet edildiği kampanya, bilinçsizce yola çıkılmadan da bu işin yapılabileceğini göstermiş oldu. Prof. Dr. Selami Sözübir kendilerine daha önce de defalarca bu şekilde isteklerin geldiğini ancak gelen isteklerin her birinin içinde “Toplu” kelimesinin geçmesinden dolayı bu tip projelere sıcak bakmadıklarını söyledi. Sözübir, Ataşehir Belediye Başkanı'nın da bilinçli bir şekilde konuya değindiğini ifade ederek “Bu kampanya her türlü başarılı oldu. Öncelikle belediyelere güzel bir ders oldu. Bunun böyle de yapılabileceği gösterilmiş oldu. Toplu sünnet olmadan da ücretsiz sünnet olunabileceğini kanıtladı. İnsanlar da bilinçlenmiş oldu. Hastanemiz açısından da sosyal bir kurum olmanın parçası olan sosyal yardımda bulunabilmeyi, insanlara yardım edebilmeyi gerçekleştirmek bizi onurlandırdı” şeklinde konuştu.





Actuality – Mass Circumcision

In cooperation with Ataşehir Municipality, Yeditepe University Hospital initiated an exemplary project. Led by the Paediatric Surgery Department, the “Modern Circumcision Campaign” was clear proof that mass circumcisions can be healthy, safe and carried out consciously rather than turning into a show in which unsterile operation conditions lead to a number of complications.

According to Professor Selami Sözübir the traditional mass circumcisions that are mostly for show are notorious for medical complications. Hurried circumcision operations can result in many problems including incision errors, bleeding and infections. Sözübir said, “I have treated a substantial number of boys who have suffered complications from traditional mass circumcisions. For many, these organisations have come to be regarded as Mass Carnage. The aim should be to facilitate Modern Circumcision Campaigns.”

Sözübir mentioned that the Mayor of Ataşehir approached this matter seriously, which was crucial. “This campaign was a complete success. Firstly, it was a good lesson for other municipalities who organise these events. It was a good lesson for the public as well. People realised that they could get their boys circumcised for free without having to suffer at mass circumcisions. There is a higher degree of awareness now. The hospital is a social institution that should help people at a social scale. We are honoured to be able to succeed in being part of this initiative.”

Estetik Cerrahi ile Yüzünüz Gülsün

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Plastik Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi
Anabilim Dalı'ndan Doç. Dr. Can Çınar,
"Yüz Gençleştirme" ile ilgili sorularımızı
yanıtlıyor.



Doç. Dr. Can Çınar
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Plastik Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi
Anabilim Dalı

Plastik, Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi nedir?

Plastik Cerrahi'nin iki temel alanı olduğu söylenebilir. Estetik Plastik Cerrahi ve Rekonstrüktif Plastik Cerrahi. Rekonstrüktif Plastik Cerrahi, vücut bütünlüğündeki çeşitli nedenlere bağlı bozulmaların onarılmasıdır. Travma (yanık, kaza vb.), doğumsal anomaliler (dudak, damak yarıkları) ya da tümöral hastalıkların cerrahi rezeksiyonu sonucu ortaya çıkan doku yokluklarının (meme kanseri cerrahisi sonrası meme onarımı) onarılması rekonstrüktif plastik cerrahinin ana konusudur.

"Estetik plastik cerrahi, kişiyi rahatsız eden kusurların iyileştirilerek, kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlıyor."

Estetik Plastik Cerrahi ise yaşlanma ya da diğer nedenlere bağlı olarak vücudun herhangi bir yerinde ortaya çıkan, kişiyi rahatsız eden görünüm bozukluklarının iyileştirilmesi ile ilgilidir. Özetle, rekonstrüktif plastik cerrahinin temel amacı vücut bütünlüğünün ve fonksiyonunun yeniden sağlanması, estetik plastik cerrahinin amacı ise kişiyi rahatsız eden kusurların iyileştirilerek kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlamaktır.

Yüz Gençleştirme nedir?

Günümüz toplumunda insanlar genç bir görünümün giyebilecek en iyi şey olduğunun farkındalar. Bu amaca ulaşmanın en etkili yolu ise yüz gençleştirme uygulamaları. Yüz gençleştirmede amaç, yüzü ele geçiren ve kişiyi rahatsız eden yaşlanma belirtilerini azaltarak kişiyi daha genç ve doğal görünüm kazandırmaktır.

"Her yüz aynı yaşlanma belirtilerini göstermeyebilir."

Yüzdeki yaşlılık belirtileri nelerdir?

Yüz yaşlanmasının iyi değerlendirilmesi ve analizi yüz gençleştirmede başarılı sonuçlar için büyük önem taşır. Her yüz aynı yaşlanma belirtilerini göstermeyebilir. Yüz yaşlanma bulgularını analiz ederken yüzü genellikle 4 bölgeye ayırırız. Alın, göz kapakları ve göz çevresi, yanakları ve elmacık kemiğini içeren orta yüz bölgesi ve son olarak da alt çene ve boyun bölgesi. Yaşa, çevresel faktörlere ve genetik özelliklere göre her bölgede ortaya çıkan yaşlanma bulguları farklı olabilmektedir. Genel olarak, alın ve göz çevresinde ortaya çıkan kırışıklıklar, kaş düşüklükleri, göz altı torbaları, yanak sarkmaları, alt çene kenarı sarkıklıkları ve boyun sarkması en sık rahatsızlık veren yaşlanma bulguları olarak sayılabilir.

Yüz estetiğinin bozulmasına etki eden faktörler nelerdir?

Pek çok faktör sayılabilir. Bunlar genellikle yaşlanmayı hızlandırıcı faktörlerdir. Sigara ve Ultraviyole ışınları yüz yaşlanmasını hızlandırma konusunda bilinen en etkili faktörlerdir.

Botoks, plazma jel, hazır dolgu maddeleri, lazerli cilt gençleştirme, peeling ve endoskopik yöntemler arasındaki farklar nelerdir?

Bu yöntemlerden endoskopik yöntemler hariç hepsi ameliyatsız yüz gençleştirme yöntemleridir. Özellikle botoks ve dolgu maddeleri ameliyatsız yüz gençleştirmede en etkili silahlarımızdandır. Hızlı uygulama-



nabilirliği ve çabuk iŖe dnŖ süreleri nedeniyle günümüzde en çok rağbet gören ameliyatsız estetik yöntemlerini oluŖtururlar. Deneyimli ve eğitimi ellerde uygulandıklarında, hasta memnuniyet oranı oldukça yüksek sonuçlar verir.

Endoksojik yöntemler özellikle orta yüz ve alın bölgesi genleŖtirmeye ihtiyaç duyan hastalar için modern ve etkili czmler sunar. Özel bir cerrahi kamera ve aletler yardımı ile sa içerisinden yapılan kesiler ile gerekleŖtirilirler ve bu nedenle izziz yüz germe ameliyatları olarak da bilinirler. Cilt sarkıklığı fazla olmayan özellikle orta yaŖ grubu hastalarda oldukça tatmin edici sonuçlar verebilen yöntemlerdir.

“Sadece genleŖtirme değil aynı zamanda ciltte yenilenme sağlanır.”

Yüz yaŖlanmasının en önemli nedenlerinden bir tanesi de hacim kaybı. Bu nedenle, son yıllarda yüz genleŖtirmede yeniden popüler olan diğer bir yöntem de yağ enjeksiyonları. Uygulama ve yağ alma tekniklerindeki geliŖmeler ile birlikte memnuniyet oranları ve kalıcılığı oldukça üst düzeylerde. Ayrıca, enjekte edilecek yağın kök hcrenden zengin olması sadece genleŖtirme değil aynı zamanda ciltte rejenerasyonda (yenilenme) sağlamakta. Yöntemin bu artılarının, “kendi yağınla genleŖ ve gzelleŖ” konseptini yüz genleŖtirme uygulamalarının önemli bir bileŖeni haline getirdiğini söyleyebiliriz.

Diğer bir yöntem olan yüz mezoterapisi nedir?

Mezoterapi iğne ile yüz bölgesine ilaç karıŖımlarının uygulanması ile yapılan bir genleŖtirme yöntemidir. Ancak, mezoterapi için güvenilirliği ve etkinliği bilimsel olarak kanıtlanmış standart bir ilaç karıŖımı olmadığından dikkatle yaklaŖılması gereken bir uygu-

lamadır. Her hasta, yüzüne bir Ŗey enjekte ettirmeye karar verirken uygulanan maddenin içeriği ve uygulayan kiŖinin eğitimi konusunda oldukça dikkatli olmak zorundadır. Aksi takdirde ortaya telafisi oldukça güç sonuçlar çıkabilir.

GenleŖtirme iŖlemi yaparken en çok hangi iŖlemi yapıyorsunuz?

Yüz genleŖtirme iŖlemlerini baŖlıca iki grupta incelemek mümkün. Bunlar, Estetik Yüz Ameliyatları ve Ameliyatsız Yüz GenleŖtirme Yöntemleri. Hastanın Ŗikayetleri ve beklentileri ile yüzün detaylı analizi sonrası en uygun yöntem ya da yöntemleri seçmek baŖarı için ilk Ŗart. Seçilen yöntemin sağlayacakları, iyileŖme süresi ve kalıcılığı hasta ile tartıŖıldıktan sonra en uygun yönteme karar vermek gerekiyor.

“iyileŖme sürecinin çok kısa olması ile, uygulama sonrası hemen iŖe dnlebiliyor.”

Estetik yüz ameliyatları; klasik ya da endoskopik yüz germe, göz kapağı estetiği, yağ enjeksiyonları ve boyun germe en etkili ve kalıcı yüz genleŖtirmeyi sağlıyor. Ameliyatsız yüz genleŖtirme yöntemleri (botoks, dolgu, prp gibi) ise uygun hastalarda uygulandığında oldukça tatmin edici sonuçlar verebiliyor. İyileŖme sürecinin çok kısa olması, uygulama sonrası hemen iŖe dnlebilmese, iŖlem sresinin daha kısa olması nedeniyle özellikle alıŖan kesim tarafından daha çok tercih ediliyor.

Yüz gençleştirmede kombine ameliyatlar nasıl yapılıyor?

Kombine ameliyatlar ya da kombine uygulamalar, modern “Global” yüz gençleştirme ve güzelleştirme yaklaşımı için çok önemli. Yüzdeki yaşlılık belirtileri aynı anda düzeltilmezse yüz güzelliğinin en önemli ölçütlerinden birisi olan uyum ve bütünlük kavramı bozulacağından elde edilen sonuçlar tatmin edici olmaktan uzak kalır. Günümüzün modern teknikleri sayesinde kombine uygulamaları tek seansta gerçekleştirmek mümkün olmaktadır. Diğer bir kavram ise yüz yaşlanmasının 3 boyutlu görülebilmesidir. Bu sayede uygun yöntemler kombine edilerek elde edilecek sonuçlar en üst düzeye çıkartılabilmektedir.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi’nde hangi yüz gençleştirme işlemleri yapılmaktadır?

Bilimsel kanıtlara dayalı olarak güvenilirliği ve etkinliği ispatlanmış her türlü yüz gençleştirme yöntemini uyguluyoruz.

“Hastanede yatış süresi 1 gece olup, hastalar günlük rutin işlerini kendileri yapabilmektedir.”

Yüz germe ameliyatı sonrası iyileşme sürecinde neler yaşanır?

Bu uygulanacak yüz germe ameliyatının tipine göre değişebilir. Örneğin, tüm yüz germe ameliyatlarında bu süre 10-14 gün iken, orta yüz ya da boyun germe ameliyatlarında 7-10 gün arasındadır. Hastanede yatış süresi 1 gece olup, hastalar günlük rutin işlerini kendileri yapabilmektedir. Modern yüz germe teknikleri sayesinde yüz germe ameliyatlarının kalıcılık süresi oldukça uzun ve işe dönüş süresi de öncelere kıyasla oldukça kısadır.

Anlatabileceğiniz farklı ya da aklınızdan çıkmayan bir ameliyat ya da hasta var mı? Var ise hasta-doktor gizliliğinden uzaklaşmadan anlatabilir misiniz?

Yüz gençleştirme hastalarımın hepsi çok özel. Benim için en büyük mutluluk başarılı bir yüz gençleştirme sonrası hastaların yüzüne yansıyan mutluluk ve özgüven artışı oluyor.





Close-up – Facial Rejuvenation - Plastic Reconstructive and Aesthetic surgery Department Associate Can Çınar, MD

Members of today's society know well that the best thing to have is a young appearance. One of the best ways to do this is facial rejuvenation. The main objective in facial rejuvenation is to reduce the discomforting signs of aging that appear on the face and ultimately reach a young and natural appearance.

Facial rejuvenation could be grouped in two. These are aesthetic facial surgery or non-surgical facial rejuvenation. The first key to success is to choose the suitable treatment method(s) following a detailed facial analysis. After briefing the patient about the benefits of the methods, healing time and permanency, the next step is to choose the best option.

We usually separate the face into four when analysing facial aging effects. The forehead, eyelids and periphery of the eye, central face including cheeks and cheek bones and finally the lower jaw and neck. Signs of aging can be very different between regions depending on age, environmental factors and genetic traits. Smoking and exposure to ultraviolet rays are known facial aging factors.

The healing duration for face-lift is usually between 10-14 days however this time goes down to 7-10 days for middle face and neck lift operations. There is only a single night in hospital and patients are able to care for themselves and perform routine tasks. Thanks to modern face-lifting techniques the surgery results are very long lasting, with short recovery periods.

Tezhip Sanatında Usta Bir Yeditepeli

Tezhip sanatına gönül veren Prof. Dr. Yaşar Küçükardalı, tezhip sanatı ile ilgili sorularımızı yanıtlayarak bizi aydınlatıyor.



Prof. Dr. Yaşar Küçükardalı
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
İç Hastalıkları Anabilim Dalı

Tezhip sanatına gönül vermiş bir Yeditepeli, Prof. Dr. Yaşar Küçükardalı. Kendisiyle evinde buluştuk ve hem tezhip üzerine hem de bu sanata ilişkin hayalleri üzerine keyifli bir söyleşi gerçekleştirdik.

Tezhip sanatı nedir?

Öncelikle bu konunun uzmanı değil, sadece gönüllüsü olduğumu söylemek isterim. Ömrünü bu sanata verenler ile sadece gönlünü verenler arasında habbe ile kubbe arasındaki gibi fark vardır.

“İyi bir işçilik ve fırça, desenin ve eserin tamamlayıcısıdır.”

El yazması eserlere, kitaplara, padişah ferman ve beratlarına, altın ve boya ile yapılan süsleme sanatına tezhip adı verilir. Bu işi yapan erkek sanatçılara “müzehip”, kadın sanatçılara ise “müzehibe” denmektedir. Tezhibin ana malzemesi altındır. Altın, özel aletlerle dövülerek, varak, yani ince yapraklar haline getirilerek kullanılır. İlk önce boyutları belirlenir. Daha sonra esere desen çizme aşamasına geçilir. Esere en uygun desen belirlenir. Desen çizildikten sonra altınlama ve boyama aşamasına geçilir. İyi bir işçilik ve fırça, desenin ve eserin tamamlayıcısıdır.

Tezhip sanatına ilginiz nasıl gelişti?

1997 yılında Kültür Bakanlığı'nca her ilde açılan “Geleneksel Türk Sanatları Kursları” kapsamında Amasya'da Mehmet Tektaş Bey'in yönetiminde açılan tezhip kursuna 6 ay süreyle devam ettim. Amasya Beyazıt Kütüphanesi'nde, hafta sonları 20 kişilik bir kursiyer grubu ile çok keyifli atölye çalışmaları yaptık.

“Klasik tarz tezhipte, altın ya da lacivert zemin üzerine rumi veya çiçek bezemeler hakimdir.”

Tezhipte bir tarzınız var mı? Ya da hangi tarzdan etkilendiniz?

Türk Tezhip Sanatı'nda; Selçuklu ve Beylikler Dönemi, Osmanlı Klasik Dönem ve Osmanlı Batılılaşma Dönemi'nde sanat anlayışlarının değişimine paralel olarak farklı üsluplar doğmuştur. Benim çalışmalarım daha çok klasik dönem çalışmalarından esinlenmedir. Klasik tarz tezhipte, altın ya da lacivert zemin üzerine rumi veya çiçek bezemeler hakimdir. Bu tarzda kullanılan ana motifler bordürler, geçmeler, rumiler ve münhaniler (stilize kuş kanatları, gaga, boyun ve kuyruklarından oluşan hayvansal motifler), hatayiler (stilize bitkisel motifler) ile geometrik motiflerdir. Ayrıca, tezhiplerin kenar hatlarında sayfa dışına doğru sivri uçlar şeklinde uzanan renkli veya altınlı tığları da sıkça kullanıyorum. Sıkça kullandığım bir tezhip türü de Halkâr'dır. Altının az ya da çok yoğun, ince ya da kalın çizgiler halinde kullanılması ile farklı renk etkileri oluşturulmaktadır. Genellikle az renk kullanılır ve yumuşak tonlar tercih edilir.



Tezhipte bütün bu şekil ve renklerin anlamı var mı?

Tezhibin belki de en uzak olduğu şey rastlantısallık ve doğaçlamadır. Dolayısıyla tezhibin de kendi içinde sistematiği, renklere ve şekillere yüklenen anlamlar vardır. Tezhip sadece yan yana gelen motiflerden oluşan bir süsleme sanatı değildir. Kullanılan motifler ve renkler rastgele seçilmemiştir, hepsinin birer sembolik anlamı bulunmaktadır.





“Ortak merkezli daireler de, biri diğerinin gerisinde bir hayali uzay oluşturmaktadır.”

Tezhipte çok kullanılan kare ve dikdörtgenler yeryüzünü, yarım daireler ve üçgenler ise gök yüzünü işaret etmektedir. Aynı motiflerin devamlı şekilde tekrarı dünya ve kâinattaki ritmi simgelemektedir. Tek sayfa üzerindeki bezeme kâinatın küçük bir parçasını; çift sayfa üzerindeki bezeme kâinatın uyumunu ve en küçük zerrenin bu armoniye katılışını temsil etmektedir. Ortak merkezli daireler de, biri diğerinin gerisinde bir hayali uzay oluşturmaktadır. Bütün bunlar İslâm dininin görkem ve güzellik doktrini ile yakından ilgilidir. Tığlar, bir merkezden kollar halinde sonsuz çıkmalar olarak sürekliliği belirtir.

Renkler de bu sembolik dünyada yerini almıştır. Altın, baş eleman olarak güneşi, ışığın rengi olan sarı da bilgi sembolü olarak kullanılmıştır. Mavi ise sonsuzluğun rengi olarak gökyüzünü simgeler.

“Daha fazla çalışmalar yapabilirsem bir sergi açmayı düşünebilirim.”

Sergi açtınız mı? Ya da açmayı düşünüyor musunuz?

Fırsat buldukça amatör olarak çalışmalarımı sürdürüyorum ve bundan çok keyif alıyorum. Aslında sergi açmak gibi bir hedefim olmadı. İyi eserler ortaya çıkarmaya çalışıyorum. 1997 yılında kurs döneminin sonunda Amasya’da karma sergi açmıştık. O sergide 100’e yakın çalışma bir hafta süre ile sergilendi. Bunların içerisinde benim çalışmalarım da 6 tane bulunuyordu. Halen küçük ve büyük olmak üzere 25 esere yakın

çalışmam var. Bunların hem kalite olarak hem de sayı olarak bir sergi açmak için yeterli olmadığını düşünüyorum. Ancak sonraki dönemlerde daha iyi ve daha fazla çalışmalar yapabilirsem bir sergi açmayı düşünebilirim.

Mesleğiniz ile bu sanat arasında bir bağ kuruyor musunuz?

Tıp ve tezhip sanatı arasında en önemli benzerlikler; her ikisinin de büyük dikkat, titizlik, maharet ve sabır gerektiren yönlerinin olması ve bunların her birinin de ameliye boyunca vazgeçilmez olmalarıdır. Her ikisinde de uzun çalışmalardan sonra meyve alınmaya başlanır.

Bir cerrah vücudun kritik bölgelerinde neşterine büyük bir dikkat ile yön ve seviye vererek hastalıklı dokuyu tamir etmeye çalışırken, bir müzehhip de aynı titizlik, dikkat ve sabır ile motifler arasında fırçası ile dolaşarak duygu dünyasındaki manayı, kağıt üzerinde maddeye dönüştürmeye çalışmaktadır

Örnek aldığınız tezhip sanatçıları kimlerdir?

Tezhip ile ilgili bilgileri Mehmet Tektaş Bey’den aldım. Birlikte çalışma imkanımız oldu. Ancak Cumhuriyet döneminde yaşamış ve bazıları hala hayatta olan, kültür dünyamıza çok değerli eserler kazandıran tezhip üstatlarının eserlerini biliyorum, inceleme imkanım oldu.

Bu alanda çok isim zikredilebilir ancak kendilerinden feyz alınan hocalar, rahmetli Dr. A. Süheyl Ünver, Muhsin Demironat, Rikkat Kunt, Mamure Öz ve Semih İrteş ve Süreyya Alper bu sanatı yeniden hayata kavuşturmayı gaye edinmiş müstesna kişilerdir.



Bu sanat dalı ile ilgilenmenize çevrenizin tepkisi nasıl oldu?

Evde yol açmış olduğum dağınıklığı toplamam şartı ile sevgili eşim Handan bana her zaman yardımcı oldu. Kendisi de bir dönem kumaş boyama, ahşap eskitme, transfer gibi el sanatları ile uğraştı. Evimizdeki süs eşyalarının önemli bir kısmını kendisi yapmıştır. Dolayısıyla biz karşılıklı olarak birbirimize iltifat edip marifetimizi arttırmaya çalıştık. Çocuklarımızın da ilgilenmesini arzu ettim, hatta kızım Betül ile birlikte yaptığımız bir iki ufak çalışma oldu ancak çocuklar bu çalışmalara devam edemediler. Arkadaşlarımdan çalışmalarımı bilenler biraz şaşkınlık, biraz da hayranlıkla izlediler. Kendilerinin asla böyle bir çalışmayı yapamayacaklarını söyleyip, devam etmem konusunda cesaretlendirdiler. Eve gelen misafirlerimizle konuşmalarımızda çoğu zaman tezhipten de konu açılır ve çalışmalarımı büyük bir keyif ile onlarla paylaşıyorum.

“Sanatın bütün şubelerinin gerek görsel gerek işitsel anlamda insanları iyiye ve güzele davet mesajları taşıyor.”

Başka sanatlar ile de ilgileniyor musunuz?

Lise yıllarımda biraz müzik ile ilgilendim. Edirne’de Halk Eğitim Merkezi’nde bağlama kurslarına katıldım. Lisenin halk müziği korosunda bağlama çalıyordum. Ankara’ya Gülhane Askeri Tıp Akademisi’ne bağlamam ile gelmiştim. Ama gerek askeri okul kuralları gerekse derslerin yoğunluğu nedeniyle devam edemedim ve bağlamamı okulun berberinde sattım. Bazen yine aile içinde bağlama çalma denemelerim oluyor. Sanatın bütün şubelerinin gerek görsel gerek işitsel anlamda insanları iyiye ve güzele davet mesajları taşıdığını düşünüyorum.

Yeditepe’s Colours– The Art of Tezhip (Illumination) – Professor Yaşar Küçükardalı, MD

A Tezhip (illumination) enthusiast Professor Yaşar Küçükardalı from Yeditepe University talks about this centuries old form of art.

Tezhip (illumination) is a decorative art form using gold and paint on manuscripts, books, imperial orders and certificates. Those who are involved in the practice of this art are called müzehhip (for males) and müzehhibe (for females). The main material in tezhip is gold. Very thin sheets of gold are hammered out using special tools. These sheets are then used in the art. The first step is to set out dimensions. Then the artist starts drawing a design. The design that suits the work best is chosen. Once the design is drawn the final step is to gilding and painting.

Fine workmanship and a good brush are indispensable factors in design and the final work of art. Randomness and improvising is maybe what tezhib is most distant to. Tezhip has a unique system within itself. Colours and figures all have special meanings. Tezhip is not merely a decorative art form that consists of motifs laid side by side. The motifs and colours are not random. They all carry symbolic meaning. And colours have made a place for themselves in this symbolic world. Gold is in the foreground as the sun. Yellow represents knowledge. Blue represents the sky and its infinity.

One can draw important similarities between tezhip and medicine. Both demand great concentration, meticulousness, skill and patience.

Organik Gıdalar Hayat Kalitemizi Artırıyor

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Uzman Diyetisyeni Derya Dinçer Akın: “Organik gıdalar vitamin, mineral ve diğer besin değerleri; geleneksel yöntemlerle yetiştirilmiş gıdalara göre daha yüksektir.” diyor.



Uzm. Dyt. Derya DİNÇER AKIN
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Uzman Diyetisyen

“Etini yediğimiz hayvanlara hormon ve antibiyotik verilip verilmediğinden emin olamıyoruz.”

Uzm. Dyt. Derya Dinçer Akın organik gıdalar hakkında: “Gün geçtikçe artan hastalıklar, çevre kirliliği, gıda zehirlenmeleri ve bazı gıda maddelerinin zararlarına ilişkin duyduğumuz ve okuduğumuz birçok haber kabuslar görmemize neden oluyor. Gıda paketlerinin üzerine yapıştırılan bilgiler zamanla daha kapsamlı ve bilgilendirici bir hale getirilmişse de, satın aldığımız havuçların zirai ilaçlardan etkilenip etkilenmediğinden ya da etini yediğimiz hayvanlara hormon ve antibiyotik verilip verilmediğinden emin olamıyoruz.” diyor. Birçoğumuzun oldukça yoğun ve yorucu bir hayat akışının olduğunu göz önünde bulundurursak, yediğimiz ve çocuklarımıza yedirdiğimiz yiyecekleri kılı kırk yararak araştırmanın ne kadar güç bir hal aldığını da açıkça görebildiğimizi belirtip şu şekilde ekliyor: “Bu konuda organik gıdalar imdadımıza koşup, sorumlu birer tüketici olan biz ebeveynlerin gıdaların içeriği konusunda bilinçlenmesine katkıda bulunuyor.”

“Organik gıdalar geleceğin gıdası haline geliyor.”

Sağlıklı beslenme konusunda artan bilinç ile birlikte organik gıdaya olan talebin artması; organik gıdaları beslenme tarzımızda yeni bir eğilim yaratmanın ötesine geçirip, geleceğin gıdası haline getiriyor.

Neden organik?

Neden organik gıdalar kullanmamız gerektiği konusunda şu bilgileri veriyor: “Organik gıdaların vitamin, mineral ve diğer besin öğeleri bakımından çok zengin olduğu

biliniyor. Doğal yollarla yetiştirilip doğal güneş ışığı ile olgunlaştıklarından (güneş ışığı meyve ve sebzelerin besin değerini artırır), kamyonların soğutucularında veya marketlerin raflarında aylarca bozulmadan kalabilsin diye koruyucu maddelerle spreylenmediklerinden ve suni gübre içermeyen topraklarda yetiştirildiklerinden organik besin maddelerinden vücut için daha fazla yarar sağlayabiliriz.”

“Organik gıdalar, diğer gıdalarda kullanılan kimyasalları içermez.”

Diğer gıdalarda kullanılan yüzlerce çeşit katkı maddesi, koruyucu maddeler, gıda dolgu maddeleri ve diğer kimyasalların organik gıdalar için kullanılmadığını söyleyen Uzm. Dyt. Derya Dinçer Akın: “Bu sayede kanser, hiperaktivite, uykusuzluk, doğuştan gelen birçok hastalık, sinirlilik hali, astım ve alerji gibi birçok hastalığa yol açan bu maddelerin etkilerinden korunabiliriz.” diyor.

Bunun yanında şu bilgileri de paylaşıyor:

- Organik meyve ve sebzeler çok sıkı denetimlerden geçerek üretilir.
- Organik sebzeler suni gübre ve zirai ilaçların etkisi altında kalmadan yetiştirilir.
- Organik sebze ve meyveler herhangi bir atık ya da pisliğin kaldığı alanlarda yetiştirilmez.
- Organik gıda etiketini taşıyan hiçbir ürün radyasyon ışığı tekniğine ya da genetik değişim programına tabi tutulmaz.

“Organik et amaçlı beslenen hayvanlar, besinlerini doğal ortamlarında bulunan otlaklardan sağladıklarından etleri sağlıklı olur.”

“Önceleri oldukça yüksek olan organik gıda fiyatları, son yıllarda daha çok insanın organik gıdaya yönelmesi ile yavaş yavaş düşüyor, aynı şekilde talep doğrultusunda organik gıda çeşidinde de artış görülüyor.”

doğal ortamlarında bulunan otlaklardan sağladıklarından etleri sağlıklı olur çünkü hayvanların bulunduğu otlaklarda zirai ilaçlar ve diğer kimyasal spreyler kullanılmaz. Bunun yanında hayvanlara (çok ciddi hastalıklar söz konusu olmadıkça) antibiyotik türü ilaçlar verilmez ve genellikle otobur bir beslenme düzenine sahip olduklarından, bu hayvanlara başka hayvanların leşleri ya da kalıntıları yem olarak verilmez.

Organik gıdaların maliyeti ve bütçemiz

Organik gıdaların diğer gıdalardan neden daha pahalı olduğunu şu şekilde açıklıyor: “Suni ve kimyasal sistemlere dayanan yoğunlaştırılmış tarımdan elde edilen meyve ve sebzeler hepimiz için hastalık riski taşısa da, bu riskleri taşımayan organik tarım maalesef çok az destek görüyor. Organik tarım ve hayvancılık için yapılan masrafların, geleneksel yollarla sürdürülen tarımcılık için yapılan masraflardan çok daha ağır olmasına rağmen çiftçiler geleneksel tarımcılık için devletten sübvansiyon alırken, organik tarımla uğraşan çiftçilere herhangi bir sübvansiyon ödemesi yapılmıyor.”

“Önceleri oldukça yüksek olan organik gıda fiyatları, son yıllarda daha çok insanın organik gıdaya yönelmesi ile yavaş yavaş düşüyor, aynı şekilde talep doğrultusunda organik gıda çeşidinde de artış görülüyor. Bu sayede organik gıdaya ulaşmak her geçen gün daha da kolaylaşıyor. Öyle ki organik ürünlere artık açık pazarlardan veya ucuz manavlardan dahi kolayca ulaşılabilir.”

Sınırlı bir bütçe ile organik gıda alabilmenin yolları

Sınırlı bir bütçe ile organik gıda alabilmenin yollarını şöyle açıklıyor: “Öncelikle en çok tükettiğiniz gıdaları tespit etmelisiniz. Sıklıkla yenilen belirli gıda maddelerinin organik olanlarını tercih ederseniz; zirai ilaç, suni

madde ve kimyasal ürünlerden korunabilirsiniz. Örneğin; ekmek, çocukların bolca tükettiği süt, en sık tüketilen meyvenin de organik tercih edilmesi bizi risklerin bir kısmından uzak tutabilir.”

Organik olmayan gıdalar nasıl tüketilmeli?

Uzm. Dyt. Derya Dinçer Akın organik gıdaların nasıl tüketilmesi gerektiği sorusunu şu şekilde cevaplandırıyor: “Organik olan gıdaları alamayacak kadar çok sebze ve meyve tüketiyorsanız, satın aldığınız meyve ve sebzeyi bol suyla yıkayın. Meyve ve sebzelerin kabuklarındaki zirai ilaç ve kimyasal kalıntıları yok etmek için piyasaya sürülen özel yıkayıcıları kullanabileceğiniz gibi, üzüm sirkesi katılmış sularla da sebze ve meyvelerinizi en az 30 dakika kadar bekleterek de kimyasalların vücudunuza verdiği zararı en aza indirmiş olursunuz. Hatta içinizin rahat etmesi için meyve ve sebzelerin kabuklarını soyabilirsiniz.”

“Organik değil diye meyve ve sebze yemeyi bırakmamalısınız.”

Organik gıdaların çok değerli gıdalar olmasının yanında, organik olmasa bile taze olan gıda maddelerinin de sağlığımız için oldukça yararlı olduğunu söyleyen Uzm. Dyt. Derya Dinçer Akın sözlerini şöyle sürdürüyor: “Bu nedenle taze meyve ve sebzeleri sırf ‘organik değil’ diye tamamen bırakmamalısınız. Sağlığımız için en büyük tehdidi oluşturan işlenmiş gıdalardan uzak durmaya özen göstermelisiniz. İşlenmiş gıdalar yerine, organik olmasa bile mevsiminin taze sebze ve meyvelerini tercih edebilirsiniz.”

“Gıda çeşidini mümkün olduğunca artırın.”

Uzmanımızın son olarak önerisi ise; “Alabileceğiniz bir diğer tedbir ise gıdaların çeşidini mümkün olduğunca arttırmanız. Bu sayede çeşit çeşit gıdalardan farklı farklı vitamin ve mineral alabilirsiniz. Belirli bir gıda türü sıklıkla ve çok fazla miktarda tüketilirse ve bu gıdanın üretiminde katkı maddesi ve zirai ilaç kullanılmışsa, büyük bir tehlike ile karşı karşıyasınız demektir. Bu nedenle tek tip gıda maddesi ile beslenmekten kaçınmalısınız.” tavsiyesinde bulunuyor.

Healthy Living – Organic Foods and Their Significance in Nutrition– Dietician Derya DİNÇER AKIN

We all know that organic foods are much richer in vitamins, minerals and other nutrients. Organic produce is grown naturally and matures in sunlight (increasing the nutritional value). They aren't sprayed with preservative chemicals so they can endure long journey in freezer trucks and look fresh for weeks on supermarket shelves. Organic produce is grown in soils free of chemical fertilisers. These factors make organic foods much healthier for the body. By consuming organic products we can stop the intake of artificial substances that present the risk of conditions like hyperactivity, insomnia, congenital diseases, anxiety, asthma and allergies.

You might be consuming too much fruit and vegetables to afford the organic range. If that is the case rinse all products thoroughly. Fruit and vegetables will contain traces of pesticides and chemicals. You can use special solutions made for this purpose. It goes without saying that adding a little vinegar to the soaking bowl is a good option. Soak for at least 30 minutes to minimise the potentially harmful effects of residual chemicals. To be extra cautious, you can easily peel your fruit and vegetables.



YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ
HASTANESİ

Varis lazerle tedavi edilebilir.

Kliniğimizde “Endovenöz Lazer (EVLT)”
uygulaması ile varis tedavisi yapılmaktadır.

Varisin Nedenleri

Ailevi yatkınlık, yaşam tarzı, meslek,
cinsiyet, hamilelik, geçirilmiş toplar damar
hastalıkları gibi nedenler varise yol açabilir.

Detaylı bilgi ve randevu için;
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Kalp ve Damar Cerrahisi Anabilim Dalı
Tel: 0216 578 42 20 – 0216 578 42 21

Çocuklarda Göz Muayenesinin Önemi

Göz muayenesinde ilk 3 yaşın önemini vurgulayan Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Göz Hastalıkları Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Ferda Çiftçi, Çocuklarda Göz Sağlığı'nı anlatıyor.



Prof. Dr. Ferda Çiftçi
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Göz Hastalıkları Anabilim Dalı Başkanı

Prof. Dr. Ferda Çiftçi, çocuklarda göz sağlığı için dikkat edilmesi gerekenleri şöyle anlatıyor: "İlk göz muayenesini 1 yaşında yaptırmak oldukça önemlidir. Her göz hekiminin çocuk hastaların muayenelerini yapma yetkinliği vardır ve tıpkı erişkinlerde olduğu gibi özel bir durumu varsa örneğin şaşılık varsa şaşılık uzmanına, sulanma veya kapak hastalıkları varsa oküloplastik uzmanına, glokom varsa glokom uzmanına sevk edilebilirler."

“Erken teşhis ve doğru tedavi ile başarılı sonuçlar elde edilebilir.”

Göz hastalıkları ile ilgili bilgi eksikliğinden kaynaklanan ihmaller sonucu çocukların ileri yaşlarda tedavisi oldukça zorlaşıp, sorunlarla karşılaşabileceğini belirtiyor ve ek olarak: "Pek çok önemli göz hastalığı küçük yaşlarda ortaya çıkar ancak, erken teşhis ve doğru tedavi ile başarılı sonuçlar elde edilebilir. İlk olarak 1 yaşında, 3 yaşında, okula başlamadan önce ve okul süresince muayene yapılması gerekir." diyor.

“Okulda öğrenme güçlüğü çeken çocukların %80'inden fazlasında fark edilmemiş görme sorunları bulunmaktadır.”

Küçük yaştaki çocuklar şikayetlerini tam olarak anlatamadığı için problemin farkına varmanın zor olduğunu ve bununla birlikte hayatlarını etkilediğini vurgulayarak sözlerine şöyle devam etti: "Okulda öğrenme güçlüğü çeken çocukların %80'inden fazlasında fark edilmemiş görme sorunları bulunmaktadır. Küçük yaştaki çocuklar şikayetlerini tam olarak anlatamadıklarından göz sorunlarının çok uzun süre farkına varamayabilirler. Bu

nedenle doğumdan itibaren düzenli göz kontrollerinin yapılması çok önemlidir. Çocuklarda farkına varılmayan ve tedavisi yapılmayan kırma kusurları (gözlük ihtiyacı) kalıcı görme kayıplarına (göz tembelliği) yol açabilir."

“Çocukların iyi görme seviyesine sahip olmaları, okul başarıları için önemlidir.”

Çocuklarda göz tembelliği için göz muayenesi ne zaman yapılmalıdır sorusunu: "Göz tembelliği nadiren şikayete neden olur bu nedenle ilk 3 yılda yapılacak göz kontrolü teşhis ve tedavi için büyük önem taşımaktadır. İlk muayene için ideal zaman 1 yaş civarıdır. Göz tembelliğinin tedavisi ilk 9 yaş içerisinde yapılabilir. Tedavi iki basamaktan oluşur. Bunlardan biri, göz tembelliğine yol açan faktörlerin tedavisi, diğeri ise direkt göz tembelliğinin tedavisidir. Göz kapağı düşük doğanlarda kapak görme eksenini kapatıyorsa hemen ameliyat edilmesi göz tembelliğini önleyecektir. Ayrıca erken tedaviye başlanarak sağlam göz kapatılıp tembel göz çalıştırılırsa görme geliştirilebilir, aksi takdirde göz tembelliği kalıcı olabilir." şeklinde cevaplandırıyor.

Çocuklarda Göz Sulanması

Prof. Dr. Ferda Çiftçi çocuklarda göz sulanması için "Zamanında doğmuş bebeklerin yaklaşık olarak %5'inde gözlerde sürekli sulanma ve çapaklanma görülebilir. Bu bebeklerde gözyaşı kanalının gelişimi doğumda tamamlanmamıştır ve kanalın burun boşluğuna açıldığı noktada ince bir zar bulunur. Bu durum doğumsal gözyaşı kanalı tıkanıklığı olarak adlandırılır. Tıkanıklık nedeniyle gözde sürekli sulanma ve çapaklanmanın yanı sıra kanal tıkanıklığına bağlı olarak enfeksiyon gelişmesi durumunda gözlerde kızarıklık ve kapaklarda şişme de görülebilir." diye belirtiyor.



“Doğumsal kanal tıkanıklıklarının %95’i gözyaşı kanalına masaj uygulanması ile kendiliğinden açılır.”

Sözlerine devam eden Prof. Dr. Ferda Çiftçi: “Doğumsal kanal tıkanıklıklarının %95’i gözyaşı kanalına doğru ve uygun masaj uygulanması ile kendiliğinden açılır. Bu nedenle ilk 6 ay sadece masaj uygulaması ve gerektiğinde çapaklanmayı azaltmak için kısa süreli antibiyotikli damlalar kullanılması yeterlidir. Masaj uygulamasına rağmen sulanma ve çapaklanma devam ediyorsa sondalama işlemi uygulanır.” diyor. Sulanma en sık olarak doğumsal gözyaşı kanalı tıkanıklığına bağlı olmakla beraber, allerjiden ya da doğuştan olan göz tansiyonu hastalığından da kaynaklabileceğini belirtiyor. Sözlerine ek olarak: “Bu sebepler daha nadir olarak görülmekle beraber, sorunun neden kaynaklandığının belirlenmesi açısından göz sulanması olan bebeklerin bir göz doktoru tarafından değerlendirilmesi önem taşır.” diyor.

Çocuklarda Göz Yaralanmalarına Dikkat!

Göz yaralanmalarına karşı Prof. Dr. Ferda Çiftçi evdeki kimyasal maddelerin gözden uzak tutulması gerektiğini ve boncuk atan tabancalar gibi oyuncaklardan uzak durulması gerektiğini ifade ediyor. Olası bir yaralanmaya karşı ilk anda yapılması gerekenleri şu şekilde anlatıyor: “Göz kapaklarına dıştan bir darbe gelmişse ilk anda buz kompresi o bölgedeki şişliği ve ödemi engelleyecektir. Travmalarda kesinlikle göze baskı yapmadan temiz bir bandajla göz kapatılmalı, kimyasal maddelerin göze kaçması durumunda hemen serum fizyolojik ile yıkanması gerekmektedir. Göz doktoruna gidinceye kadar yapılması gereken önlemler büyük önem taşımaktadır.”

Vision – Paediatric Eye Health– Professor Ferda Çiftçi

Many important eye problems emerge at young ages however, successful results depend on early diagnosis and correct treatment. Children should have an eye examination at age 1, 3, before starting school and periodically thereafter throughout school years. More than 80% of children with learning difficulties at school usually suffer from undiagnosed vision problems. It might be difficult to notice children with eye conditions because they are generally unable to express the problem accurately. This makes periodical eye examinations from birth very important. Unnoticed and untreated vision problems (need for spectacles) in children could lead to permanent vision problems (lazy eye/amblyopia).

Amblyopia rarely causes complaints. That is why it is very important to have children seen by an eye doctor in the first three years. The ideal time for the first examination is 1 years of age. Amblyopia has to be treated before age 9. There two steps in treatment. The first step is treating factors that cause amblyopia and then treat amblyopia itself. Some children might have a droopy eyelid. Surgical correction must be performed to prevent amblyopia should this condition obstruct the axis of sight. Early treatment involving closing the good eye and working the lazy eye will also help prevent otherwise permanent problems.

Reflüye Karşı Doğru Beslenerek Korunun

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı
Yrd. Doç. Dr. Meltem Uğraş;
çocuklarda reflü hastalığı ve tedavi
yöntemleri ile ilgili sorularımızı yanıtlıyor.



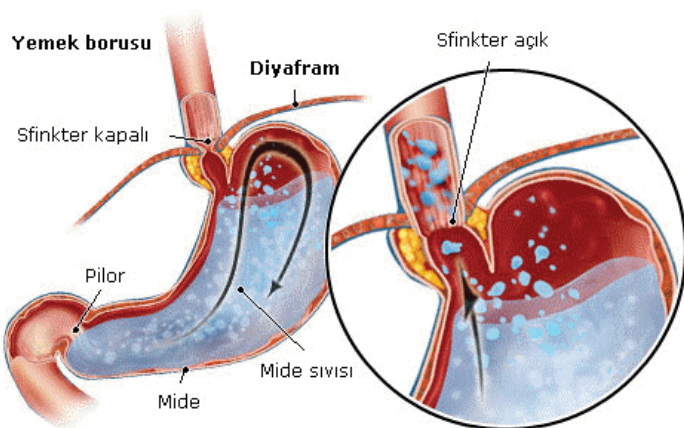
Yrd. Doç. Dr. Meltem Uğraş
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı

“Reflü hastalığı çocukların sağlığını ve gelecek yaşamını etkiliyor.”

Reflü nedir?

Gastroözofageal reflü genellikle yemek borusu ile mide arasında yer alan kapakçık olarak tanımladığımız bölgeyi etkileyen bazı durumlarda ortaya çıkar. Bu kapakçığın görevi yemek borusundan geçen gıdaların mideye gitmesini sağlamak ve daha sonra kapanarak gıdaların geri kaçmasını önlemektir. Bebeklerde bu kapakçık gevşek olabildiğinden reflü sık görülür. Bununla birlikte bu kapakçık geliştikçe çocukların çoğunda 1-2 yaşına kadar reflü yakınmaları ortadan kalkacaktır.

“Reflü hastalığı bazı durumlarda ani bebek ölümüne bile neden olabiliyor.”

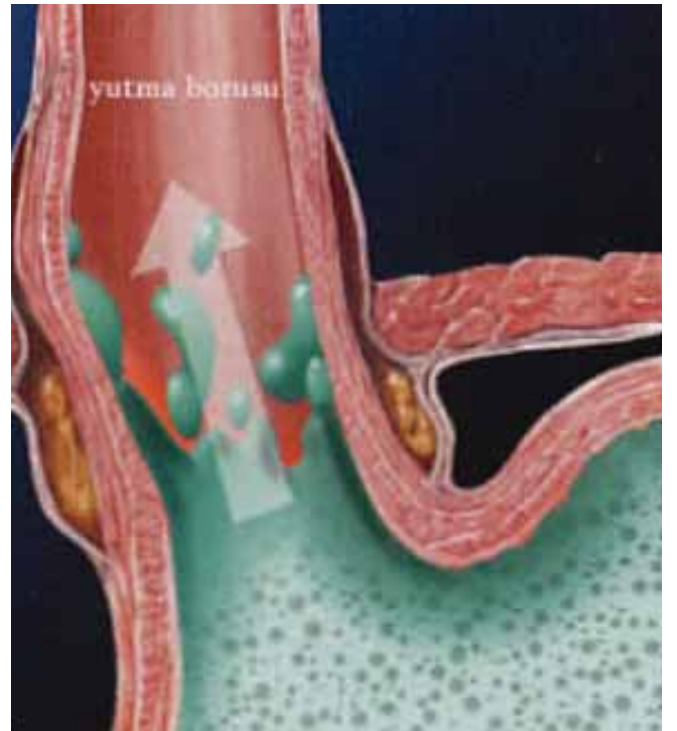


Reflü hastalığı neden önemlidir?

Reflüsü olan çocukların tümünde kusma olmamaktadır. Ancak mide içeriği yemek borusuna doğru hareket ederek, yakında bulunan soluk borusuna ve akciğerlere kaçabilir. Bu durum; astım, bronşit, zatürre, hırıltılı solunum ve hatta bazen ani bebek ölümüne dahi neden olabilmektedir.

Reflü hastalığı olan bebek ve çocuklarda tartı alımı iyi olmayıp, büyümeleri geri kalabilir veya durabilir. Bu durum çocukların ileri hayatlarını da etkileyen çok önemli bir durumdur.

Mideden yemek borusuna kaçan asit içerik, burada dokuda hasarlanmaya ve küçük yaralara yol açabilir. Bu yaralardan da sızıntı şeklinde oluşan kanama hastada kansızlık gelişmesine neden olabilir.



“Her hastaya aynı yöntem değil, uygun hastaya gerekli görülen yöntem tercih edilmeli.”

Reflü tanısı nasıl konur?

Tanı koymada en önemli olan; aileden oldukça detaylı bilgi alınması, hastanın beslenmesinin şekil ve içerik açısından dikkatlice sorgulanmasıdır. Dikkatli hikaye ve fizik muayene reflü tanısı koymada önemlidir. Reflü tanısı koymak için geliştirilen çeşitli yöntemler mevcuttur. Her hastaya aynı yöntem değil, uygun hastaya gerekli görülen yöntem tercih edilmelidir.

Reflü hastalığının günlük hayatta en sık görülen belirtileri nelerdir?

Bebeklerde;

- Sık sık bulantı, kusma
- Öğürme
- Huzursuzluk
- Sık ağlama nöbetleri
- Tekrarlayan öksürük
- Ses kısıklığı
- Tekrarlayan orta kulak iltihabı
- İyi beslenememe
- Gelişimde yavaşlama

Çocuklarda;

- Göğüste yanma
- Ağıza acı su gelmesi
- Diş parlaklığının kaybolması
- Ses kısıklığı
- Gelişimde yavaşlama
- Sık görülen pnömoni reflü belirtilerindedir.





“Sık sık az miktarda beslemek ve yatarken başın yükseltilmesi önemlidir.”



Reflü hastalığı nasıl tedavi edilebilir?

Yaşam şekli değişiklikleri: Süt çocuklarında mama içeriği değiştirilmeli (yoğunlaştırılmalı), mümkünse sık sık az miktarda yedirilmeli ve yatarken başı yükseltilmelidir. Daha büyük çocuklarda ise; portakal suyu, çikolata, nane gibi reflüye yol açabilen gıdalar diyetten çıkarılmalı ve akşam yemeğinden sonra sıvılar alınmamalıdır.

Hastanın karın içi basıncı artışına yol açan kabızlık, şişmanlık gibi durumlar varsa bunlar çözümlenmeli, yine beli çok sıkı kıyafetler giydirilmemelidir. Yemek yerken masada oturulmalı, sık sık ve az miktarda yenmelidir. Yatmadan 3 saat önce yiyecek tüketilmemesi ve yatarken başın yükseltilmesi alınabilecek diğer tedbirlerdendir.

Tıbbi tedavi: Doktor kontrolünde, hastaya uygun olarak sindirim sisteminin hareketlerini düzenleyici ve mide asidini azaltıcı, kapakçık fonksiyonlarını güçlendirici ilaçlar kullanılabilir.

Tedavi duruma göre 4-6 aya kadar devam edebilir. Uzun süren tedaviye rağmen düzelemeyen seçilmiş vakalarda cerrahi tedavi bir seçenek olabilmektedir.

Cerrahi tedavi: Nörolojik sorunları olan bazı hastalarda çok nadir olarak kapağın cerrahi yöntemlerle tedavisi gerekebilmektedir.

Yeditepe Paediatrics – Infantile Reflux and Treatment Methods – Assistant Associate Meltem Uğraş, MD

Gastrooesophageal reflux affects the region known as the valve between the oesophagus and stomach, and appears under certain conditions. This one-way valve helps food enter the stomach and prevents it from coming back out. In babies this valve might be slightly loose and this is why reflux becomes a common symptom in those ages. Having said that, complaints of reflux will recede as the child completes key stages of development by 1-2 years of age.

Not all children with reflux suffer from vomiting. However contents of the stomach may enter the oesophagus and might leak into the respiratory tract and lungs. This is a serious condition and could lead to asthma, bronchitis, pneumonia, wheezing and in some rare occasions, sudden death.

To treat reflux:

Changes in lifestyle: Change the contents of supplement food in breastfed children (increase consistency). If possible feed small amounts frequently and keep head slightly propped up when sleeping.

Medical Treatment: Under medical supervision, patients may use medication designed to regulate the movements of the digestive system, reduce stomach acids and strengthen valve activity.

Surgical Treatment: For some patients with neurological problems, surgical intervention might be needed on the valve.

Palyatif Bakım Hayat Kalitesini Arttırıyor!

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
İç Hastalıklar Anabilim Dalı Başkanı
Prof. Dr. Başak Oyan Uluç,
kanser hastalarının hayat kalitesini arttıran
palyatif tedaviler hakkında
sorularımızı yanıtlıyor.



Prof. Dr. Başak Oyan Uluç
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Onkoloji Bilim Dalı

Palyatif tedavi nedir? Ne işe yarar?

Palyatif tedavi, destek tedavi demektir. Hastaların şikayetlerini gidermek, onları rahatlatmak için yapılan tedavilerdir. Örneğin; kansere bağlı ağrısı olan ya da yemek yiyemeyen hastaların sıkıntılarını gidermek için uyguladığımız tedaviler, destek tedavilerdir.

Palyatif bakım örgütlenmesi nasıl olmalıdır?

Palyatif bakım giderek önem kazanan bir konu. Yalnız onkoloji alanında değil, birçok kronik hastalık için de tedavinin olmazsa olmaz parçası. Palyatif bakım örgütlenmesi Avrupa ve Kuzey Amerika'da uzun yıllardır var. Türkiye'de ise önemi ve eksikliği son yıllarda anlaşılma-ya başladı. Bu sebeple son 1-2 yıldır az sayıda merkezde palyatif bakım üniteleri açılmaya başladı.

“Palyatif bakım ünitelerine erken yönlendirilen hastaların yalnız yaşam kaliteleri değil, yaşam süreleri de artıyor.”

Palyatif bakım örgütlenmesinin multidisipliner olması gerekiyor. Çünkü, kanser hastalarının destek gerektiren şikayetleri çok yönlü ve çok sayıda branşın ortak çalışmasını gerektiriyor. Bir diğer önemli nokta hastaların son dönemde değil, tanı anından itibaren bu palyatif bakım ünitelerine yönlendirilmesi. Çünkü kanser hastaları her evrede şikayetleri doğrultusunda destek tedaviye ihtiyaç duyabiliyorlar. Artık biliyoruz ki, palyatif bakım ünitelerine erken yönlendirilen hastaların yalnız yaşam kaliteleri değil, yaşam süreleri de artıyor.

Bunun dışında Kuzey Amerika'da “hospis” denilen sistemler var. Hospisler, yaşam beklentisi 6 aydan kısa olan hastalar için düzenlenmiş palyatif bakım örgütlenmesidir. Hospisler iki şekilde hizmet veriyor; hasta evinde uzmanlar tarafından belirli aralıklarda ziyaret ediliyor, reçeteleri yazılıyor ve gerekli tedavileri yapılıyor ya da hastalar hospislere yatırılıyor ve destek tedavi alıyorlar.

Türkiye'de palyatif bakımı genelde onkologlar ve dahiliye uzmanları yapıyor ama henüz düzenli bir palyatif bakım örgütlenmesi olduğunu söylemek mümkün değil.

Palyatif kemoterapi, palyatif radyo terapi ve palyatif cerrahi arasındaki farklar nelerdir? Hangi durumlarda uygulanır?

Palyatif ve küratif tedavi birbirinden farklıdır. Küratif tedavi; tümörü yok etmeye, kür elde etmeye yarayan tedavi yöntemidir. Cerrahi, radyoterapi ve kemoterapi küratif amaçlı uygulanabilen tedavilerdir. Palyatif tedavi-deki amaç ise, tümörü yok etmek değil, kanserin oluşturduğu yan etkileri ve şikayetleri azaltmaktır. Bu amaçla da cerrahi, radyoterapi ve kemoterapi kullanılabilir.

Örneğin, kemiğe metastaz yapmış kanseri olan hastanın kemik ağrısı şikayeti varsa, bu bölgelere ışın tedavisi (radyoterapi) verilerek hastanın ağrısı dindirilebilir. Tümör tedavi edilmiş olmaz, fakat ağrılar geçer.

Palyatif cerrahiye örnek vermek gerekirse; sinire baskı yapan bir tümörü olan hastanın, buna bağlı kuvvet kaybı veya ağrıları varsa, buradaki baskıyı engelleyici veya giderici cerrahi işlemler yapılabilir. Bu işlem tümörü yok etmedese de hastanın şikayetlerini giderecektir.

Palyatif kemoterapi ise ilaçlı tedavi yöntemidir. Tedavi ile kanserin tam olarak yok edilemeyeceği hastalara ilaç verilerek yaşam kalitesi artırılabilir. Örneğin; hastanın ağrıları vardır, kemoterapi ile tümörü küçültülür ve ağrıları geçer. Kemoterapinin bu durumlarda başka bir amacı da hastanın yaşam süresini uzatmaktır.

“Kanserli hastalarda Türkiye, Avrupa ülkeleri arasında en az ağrı kesici ve morfin türevi ilaç kullanan ülkelerden biridir.”

Palyatif kanser hastalarında en sık karşılaşılan semptomlar nelerdir?

En önemli semptomlardan biri ağrıdır. Hem hastalarda hem de doktorlarda; “Şimdi ağrı kesici verirsem/kullanırsam, ileride verecek/kullanacak ağrı kesici bulamam.” korkusu var. Fakat bu yanlış, çünkü kullanabileceğimiz ağrı kesicilerin sınırı yok. Artık elimizde çok sayıda ağrı kesici ilaç/yöntem var. Bazı doktorlarda morfin grubu ilaçların hastada alışkanlık yapabileceği ya da bir süre sonra hastanın tolerans kazanıp ağrılarının kesilmeyeceği korkusu var.

Bunlar yanlış, çünkü kanser hastalarında ağrı için kullanırsanız morfin bağımlılığı gelişmiyor. Ağrı dışı sebeplerle morfin alıyorsa, tabii ki hastada bağımlılık gelişebilir. Hasta yakınlarında da aynı yanlış inanış var. Hastaya morfin yazıyorsunuz hasta yakını bağımlılık yapacak diye hastaya morfini vermiyor. Kanserli hastalarda Türkiye, Avrupa ülkeleri arasında en az ağrı kesici ve morfin türevi ilaç kullanan ülkelerden biridir.

“Ağrı kesiciyi ağrı olduğu zaman vermek en büyük yanlışlardan biridir.”

Kanser hastalarının en büyük korkularından biri olan ağrının tedavi edilmemesi demek, çok ciddi bir yaşam kalitesi bozukluğu demektir. Ağrı kesiciyi ağrı olduğu zaman vermek en büyük yanlışlardan biridir, çünkü kanser ağrısı genelde sürekli bir ağrıdır.

Düzenli aralıklarla ağrı kesici vermek gerekir. Ağrı olunca verirsiniz, normalin iki katı kadar ağrı kesici vermek zorunda kalıyorsunuz. Düzenli aralıklarla verirsiniz, hastanın yaşam kalitesi artar, ağrısız bir yaşam sürebilir.



“Oral olarak alınan ilaçlar da en az diğer ilaçlar kadar etkilidir.”

Çok sayıda ağrı kesici ilaç vardır, morfin ve türevlerini kullanmaktan hiçbir şekilde korkulmamalıdır. Eğer kalıcı bir ağrı değilse, ağrıya sebep olan durum ortadan kalktıktan sonra morfin kesilebilir.

Hastalar genellikle enjeksiyon olarak uygulanan ilaçların oral yollardan alınan ilaçlardan daha etkili olduğunu düşünüyorlar, fakat oral olarak alınan ilaçlar da en az diğer ilaçlar kadar etkilidir. Hasta enjeksiyon için birilerine ihtiyaç duymadığı için de daha konforludur.

“Bulantı ilaçlarının doğru ve zamanında kullanılması önemlidir.”

Diğer bir sorun ise beslenme. Bazı hastalar yemek borusu tıkanıklığı, iştahsızlık, bulantı ve kusma gibi sorunlar yüzünden beslenemiyor. Bulantı ve kusmayı önleyici çok etkin ilaçlar bulunmaktadır. Bunları doğru kullandığımız zaman hastalarımızın %90'ına bu durumu hiç yaşatmıyoruz. Bulantı ilaçlarının doğru ve zamanında kullanılması çok önemlidir.


Uykusuzluk, nefes darlığı, öksürük ve psikolojik sorunlar da son derece önemli semptomlardır ve bunların da etkin tedavileri vardır.

İlaçtan başka semptomatik tedavi yöntemleri nelerdir?

Girişimsel yöntemler kullanılabilir. Hastanın ağrıyı hissetmemesi için sinir blokajı yapmak, radyoterapi ve bazen cerrahi yöntemler yapılarak ağrılar kesilebilir. Her durum için ilaçlar olduğu gibi radyoterapi ve cerrahi yöntemlerle de palyasyon sağlanabilir.

“Hasta ve hasta yakınlarının bilinçlenmesi son derece önemli.”

En kritik konu ağrıdır. Ağrının önlenemez olduğu, ağrısız yaşamın mümkün olduğunu bilmek son derece önemlidir. Hasta ve hasta yakınlarının bilinçlenmesi son derece önemli, aynı şekilde doktorunda korkusuzca ilaç verebilmesi önemlidir. Doktor bu konuda çekingen ise hasta ve yakınlarının ısrar etmesi gerekiyor.



Q&A – Palliative Treatment Methods in Cancer Patients - Professor Başak Oyan Uluç

Palliative treatment is complimentary treatment. Such practices focus on relieving patients' complaints and provide comfort. For example, palliative treatments for patients suffering from cancer related pain or loss of appetite, are designed to offer relief. One of the foremost concerns of cancer patients is the inability to relieve pain. This brings with it serious implications on quality of life. One of the biggest mistakes is taking painkillers when pain symptoms appear because cancer pain is usually persistent. Painkillers should be taken regularly. A double dose of painkillers is needed to combat pain when symptoms arise. Regular use of painkillers will increase patients' quality of life and offer the chance to live without pain. There are several types of painkillers. There is nothing to fear from morphine and derivatives (opiates). If conditions are temporary, morphine can be ceased once the discomfort is gone. Patients are inclined to think that injected drugs are more effective than oral alternatives however this is a misconception. Oral preparations are just as effective. More so, oral intake is more practical since the patient is not dependent on a healthcare worker for the injection. Some patients cannot eat properly due to obstruction of digestive tract, loss of appetite, nausea or vomiting. There are excellent drugs designed to combat nausea and vomiting. Prescribed at the proper dose 90% of patients do not suffer these symptoms.

Dünyada Mikronöroşirurji Eğitiminin Adresi: İstanbul

Mikronöroşirurji, yani modern beyin cerrahisi...
Bu sanatı öğrenmek isteyen öğrencilerin,
akademisyenlerin en üst düzeyde eğitim
almak için geldikleri yer İstanbul...



Prof. Dr. Uğur Türe
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Nöroşirurji Anabilim Dalı Başkanı

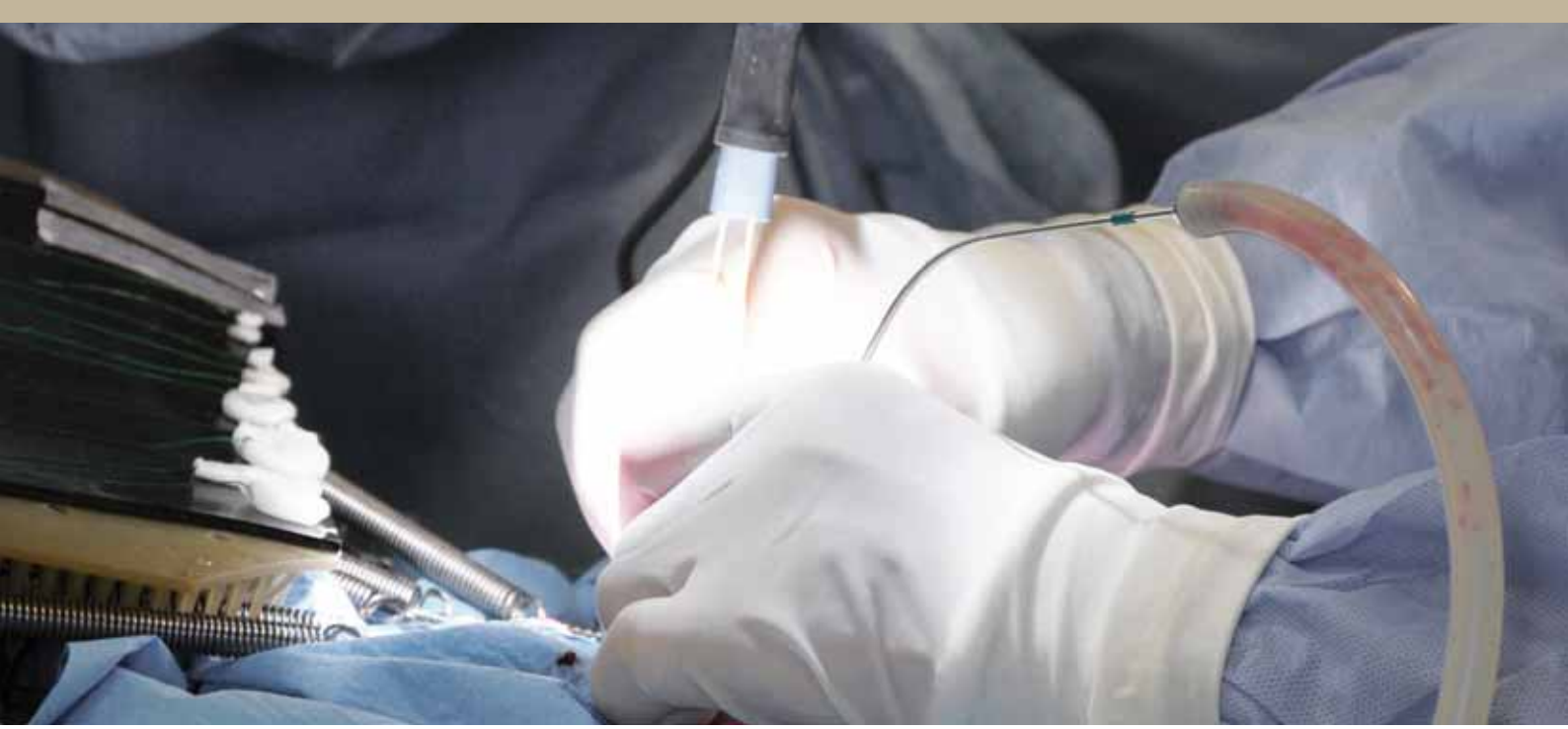
Öğrenciliğini dünyanın en önemli cerrah ve bilim adamlarından biri olan Prof. Dr. Gazi Yaşargil'in yanında yaptı. Bugün ise, bir yandan mikronöroşirurjide yeni ameliyat teknikleri geliştirip, diğer yandan hocası ile birlikte dünyanın her yerinden gelen beyin cerrahlarına, temel mikronöroşirurji eğitimi vermeye devam ediyor.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Nöroşirurji Anabilim Dalı Başkanlığı görevini sürdürmekte olan Prof. Dr. Uğur Türe; dünyadan birçok cerrah, akademisyen ve öğrencinin katılımı ile gerçekleşen bir mikronöroşirurji kursu düzenledi. Katılım talebinin çok yüksek olmasına karşın sınırlı sayıda kursiyerin kabul edildiği kursta, dünyanın birçok ülkesinden bilim adamlarına mikronöroşirurji tekniği öğretildi.

"Lif Diseksiyonu Tekniği (Fiber Dissection Technique), 18'inci ve 19'uncu yüzyıllarda geliştirilen ve beyni anlamak için ideal olan bir yöntemdi.

Ancak 20'inci yüzyılda histoloji tekniklerinin ve görüntüleme yöntemlerinin gelişmesinden sonra, zor ve zaman alan bir teknik olduğu için unutuldu. Kesit teknolojisine geçilince lif diseksiyonu tekniğini bilen kalmadı, ancak yerine yeni bir şey de konulamadı. Anatomistler beyinle ilgili birçok bilgiyi bu yöntemle öğrenmişlerdi. Maalesef, bağlantıyı kopardığınız zaman, bugün gündelik olan şey, kırk seneden sonra kimse tarafından hatırlanmayabiliyor. Ben, bu tekniği 20'inci yüzyılda bu yöntemi mükemmel hale getiren ve aynı zamanda Prof. Yaşargil'in anatomi hocası olan Prof. Klingler'in Basel Anatomi Müzesi'ndeki çalışmalarını inceleyerek anlamaya çalıştım. Prof. Dr. Gazi Yaşargil'in önderliğinde kendi yorumumu katıp mikroşirurjiyi de kullanarak yöntemi geliştirdim. En önemlisi ise, özellikle son 10 yılda, yoğun bir şekilde dünyanın 4 kıtasında kurslar düzenleyerek bilim adamlarına bu tekniği öğretmeye devam ettim. Ülkemizde de artık bu kursları vermeye başlamış olmanın gururunu hep birlikte yaşıyoruz."





“Dünyada İlk ve Tek...”

Dünyanın birçok ülkesinden her yaşta bilim adamlarının katıldığı “İstanbul Mikronöroşirurji Kursu”, içeriği ve üç boyutlu olması açısından dünyada tek olma özelliği taşıyor.

“Hastanemizde bu yıl yaptığımız kurs, temel mikronöroşirurji, temel beyin anatomisi ve canlı ameliyat eğitimi birlikte içermesi ve tüm eğitimlerde üç boyutlu görüntülerin kullanılması nedeniyle dünyada bir ilktir ve bu çok önemli bir milattır.

Mikronöroşirürjinin babası Prof. Dr. Gazi Yaşargil’in onur konuğu olarak bulunduğu kursta belirli bir sistematik plan içinde önce mikroskop, mikroalet gibi mikroşirurjide kullanılacak olan araç gereçleri öğretip sonra hayvanlarda mikrodamar bağlantılarının nasıl yapıldığını gösteriyoruz. Bu eğitim, -kendisi benim de hocam olan- Zürih üniversitesinden Rosmary Frick’in katılımı ile verilmektedir. Sıçanların milimetrelık damarlarının birbirine bağlanması bu eğitimde çok kritik olan ilk bölümü oluşturmaktadır. İkinci bölümde verilen eğitim beyin üzerinde yapılmaktadır. Bu aşamada, beynin yollarını, lif diseksiyonu tekniğini kullanarak öğretiyoruz. Ben bu uygulamaları yaparken kursiyerler de üç boyutlu ekrandan benim mikroskop görüntülerimi takip ediyor ve kendi mikroskoplarında aynı diseksiyonları yapma şansını buluyorlar. Prof. Dr. Yaşargil de kursiyerlerin diseksiyonlarını ayrıntılı olarak takip ediyor. Üçüncü bölümde Profesör Yaşargil ile canlı ameliyat yaparken, kursiyerler özellikli beyin ameliyatlarının ayrıntılarını takip ediyor ve interaktif olarak ameliyat ile ilgili bilgi alıyorlar.

Kurs süresince beyin cerrahları, anestezi doktorları, servis, ameliyathane ve yoğun bakım hemşireleri ve teknisyenleri ile teknik personelimiz yoğun bir program içinde çalışıyorlar. Sayın Dianne Yaşargil de kursun her aşamasında yoğun olarak emek harcıyor. Tüm ekibin çalışmaları sonucunda da hastanemizde dünya düzeyinin çok üzerinde bir kurs yapmanın mutluluğunu hep birlikte yaşıyoruz.

Kursun altı çizilmesi gereken diğer bir noktası da şu: kursiyerler sadece görerek değil, kendileri de deney hayvanları üzerinde çalışarak bu işi öğreniyorlar. Bunun için en uygun denek ne yazık ki hayvanlar. Ancak bu hayvanlara eziyet edildiği şeklinde düşünülmemesi gerekir. Sınırlı sayıda hayvana ve anestezi uygulanarak, son derece titiz bir şekilde bu işlem uygulanıyor. Ayrıca cerrahların insanlara hizmet ettiğini düşünürseniz, bu eğitim ne kadar önemli olduğu ortaya çıkacaktır.”



“Ameliyat, Daha Fazla Ameliyat Yapılarak Öğrenilmez”

Prof. Dr. Uğur Türe en bilinen yanlışlardan birinin, tecrübenin sadece daha çok ameliyat yapılarak kazanıldığı yönünde olduğunu belirtiyor. Türe'ye göre; eğer cerrahın yanlış alışkanlıkları varsa, bazen daha çok ameliyat yapmak, yanlışların devam ettirilmesine sebebiyet verebilir. Cerrahinin doğru eğitimle, gerçek ustadan veya ustalardan eğitim alarak öğrenilmesi çok önemli.

“Mikronöroşirürjiyi kurup geliştiren hocamız Prof. Dr. Gazi Yaşargil'in kursun her aşamasında eğitmeni olarak bulunması kursiyerler ve bizler için çok özel bir şans. Şimdi bu kurs sayesinde birçok beyin cerrahı hem ameliyat öncesi eğitim, hem de ameliyat eğitimini birlikte alma şansını yakalıyor.

Kursta teknolojik olarak sunduğumuz imkanlar da çok ileri yöntemler. Üç boyutlu kamera, üç boyutlu mikroskop gibi ileri yöntemler cerrahide öğrenmeyi kolaylaştıran çok önemli unsurlardır. Kursiyerlerin geri bildirimlerinde, organizasyon ve eğitim düzeyinin yanında teknolojideki önderliğimizden bahsetmeleri de ayrıca kurumumuz ve bizler için gurur vericidir.”

“Beynini Bağışlayan Beyin Cerrahisi”

Nöroşirürji eğitiminin temellerinden birisi kadavra beyin dokularında cerrahi çalışabilmektir. Çünkü canlı olmayan beyinle çalışmadan, doğrudan canlı insanlara ameliyat yapmak son derece tehlikeli olabilir. Cerrahın kendisini kadvrada çalışarak geliştirmesi, ameliyat başarısını birebir etkileyen bir unsurdur.

Ancak ne yazık ki Prof. Dr. Uğur Türe'ye göre, bir süre sonra tüm dünyada anatomi kursları düzenlenemeyebilir. Çünkü, yeterli sayıda kadavra bulunamayacağından, bu kursları düzenleme imkanı da ortadan kalkabilir. Çalışmaların devam edebilmesi ve insan beyni ile ilgili daha fazla bilgiye ulaşmanın tek yolu, öldükten sonra beynini bağışlayan kişi sayısının artması.

“Halkımızın Bilinçlendirilmesi Gerekir”



“Beyin cerrahisinin gelişebilmesi ve beynin çözümlenebilmesi için yapılacak çalışmalarda en büyük engel, maalesef beynini bağışlayan insan bulamamaktır. Buna örnek olması dileğiyle benim de beynimi bağışladığımı bildirmek isterim. Ancak bu konuda kamuoyu bilgilendirilebilirse eminim birçok insan katkıda bulunmak isteyecektir. Bu konuda sağ duyu sahibi insanlar şu anda ne gibi bir prosedür izlemeleri gerektiğini bilememektedir. Bu nedenle tıpkı organ bağışı konusunda olduğu gibi, öncelikle halkımızın bu konuda bilinçlendirilmesi gerekir ki bağışçılar bulunabilsin.”

“Beyin bağışı demek daha çok beyin araştırması, beyin hakkında daha çok bilgi ve daha iyi bir nöroşürüri eğitimi demektir. Beyin bağışı, bilim adamlarına insan beynini çözebilmek için yardım eder ve insanlığa daha iyi hizmet etmemizi sağlar. Bu konuda devlete, sivil toplum örgütlerine, medyaya ve en önemlisi halkımızın sağduyusuna ihtiyaç vardır.”

The correct address of Micro-neurosurgery around the world: İstanbul

Prof. Uğur Türe had been student of Prof. Gazi Yaşargil, who is among pioneering neurosurgeons all around the world, and he is the Head of Neurosurgery Department, Yeditepe University; Prof. Uğur Türe organized the first ever micro-neurosurgery course. Training was offered on “Fiber Dissection Technique” in this course. The course was also participated by Prof. Gazi Yaşargil and academician, student and surgeon participants were provided with totally three dimensional training.


İSTEK OKULLARI

en duyarlı
öğrenciler
İSTEK'lidir.
www.istek.k12.tr

**Kayıtlarımız
devam ediyor!**



KİTAP

İkibinseksendört



Eliza...Her şeyi bilen, herkesin her anını izleyen, sayısız insanla aynı anda konuşabilen, koruyan, cezalandıran, kaderleri yönlendiren bir 21. Yüzyıl tanrısı. İnternetin bilinç kazandığı, Eliza adını aldığı, devlet yönetimi, güvenlik, ekonomik istikrar fonksiyonlarını üstlendiği bir dünya. Ama insanların gönüllü yarattıkları, belki de bu yüzden

Orwellinkinden daha karanlık bir dünya. Güvenlik özgürlükle satın alınan bir şey olduğu için çaresiz, hayal gücü ve dil fark edilmeden şekillendirildiği için sinsi bir dünya. Aris lanonun, doğası bilinmediği için tehlikeli, fiziksel bir mekanı olmadığı için yenilmez bir iktidara karşı açtığı ümitsiz savaşa sahne olan bir dünya. Mantıkçı Kurt Gödel, fizikçi Roger Penrose ve matematikçi - şifreci Alan Turing gibi isimlerin ürettiği argümanlar üzerinde, iyi bir araştırmaya dayanan sağlam kurgusuyla İkibinseksendört, okuyucuya sadece heyecan ve gerilim yüklü sürükleyici bir macera değil, insan bilinci, yapay bilinç ve formel sistemlerle ilişkileri hakkında entelektüel hazlar da vaat ediyor.

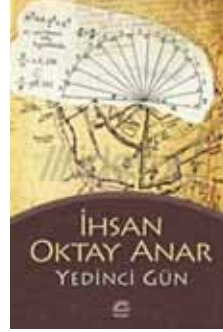
Sekizinci Seksek



Sekizinci Seksek, dünyanın yedi, en fazla sekiz harikasından biri olmaya aday bir kitap. Yeryüzünün bir noktasında başlayan seksek oyunu, bütün meridyenlere yayılıyor ve bir türlü bitmek bilmiyor. Karşımızda haylaz bir çocuk mu var, yoksa iflah olmaz bir seri katil mi? Aslında her ikisi de!

Günün birinde Aytaç Ars diye genç bir yazarın ortaya çıkacağını, dile parendeler attıracağını, her anlama farklı bir anlam daha yükleyip kavramları çaprazlayacağını söyleselerdi, heyecandan terletmiyor; aksine, zevkten şıpır şıpır terleyip meraktan ve heyecandan kahkaha atıyorsunuz.

Yedinci Gün



Çizgilerin kürelere, zamanın sonsuzluğa, sonsuzlukların da hayâllere dönüştüğü bir hikâyedir bu. Sıradan insanların sıra dışılığı, bilinen hikâyelerin düşlere dönüşümü, zaafların asilleşmesi, erdemlerin ardındaki günâhkârlık tüm içtenliğiyle akacak zihinlere. İnsan olmanın en zayıf ve en yüce yanları, bir hikâyenin dokunuşuyla

bir kez daha bilinebilir olacak. İhsan Oktay Anar, bu yeni düşünle sizleri bir kez daha şaşırtacak. Çizgilerde değil kürelerde gezinecek, bilinen zamanların bilinmeyen anlarına yolculuk edeceksiniz. Alışık olmadığınız bu dünyanın kapısından girdiğinizde âşinalık hissedecek, sadeliğin ihtişamına teslim olmanın rahatlığıyla kendinizi akışta yolculuk ederken bulacaksınız.

DVD

Silver Linings Playbook - Umut Işığım



Geçen yılın en çok konuşulan, "En İyi Kadın Oyuncu" dalında Oscar ödülünü kazanan bol ödüllü Silver Linings Playbook - Umut Işığım, dram ve komedinin iç içe geçtiği bir film. Eski bir tarih öğretmeni olan Pat Salitano (Bradley Cooper), yaşamında değer verdiği her şeyi bir günde yitirmiş bir adamdır. Yaşadığı ciddi bir travma sonrası bir sinir krizi

geçirince, mahkeme kararı ile sekiz ay rehabilitasyon merkezinde tedavi görür. Çıktıktan sonra hayatını düzene koymak şartıyla ailesinin evine geri yerleşen Pat'in yegane amacı düzgün bir adam olup, işini geri almak ve karısı Vicky'yi bu sayede geri kazanmaktır. Fakat durum Pat için sandığından daha zor olacaktır. Bir yemekte, aile dostu Tiffany ile karşılaşan Pat, genç kadınla eski eşine ulaşmak amacıyla yakınlaşır. Bir yıllık karşılığı Pate yardım teklif eden Tiffany, her ikisi içinde umut ışığı olacak yeni bir kapı açacaktır...

Cloud Atlas - Bulut Atlası



Matrix serisinin yaratıcıları Wachowski kardeşler ile Koş Lola Koş ve Koku filmlerinin yönetmeni Tom Tykwer'in görkemli ve etkileyici yeni filmi Bulut Atlası, insanların eylemlerinin geçmişi, bugünü ve geleceği nasıl etkilediğini gözler önüne seriyor. Baştan sona aksiyon, gizem ve romantizmin hâkim olduğu filmde izleyiciler, katil bir ruhun kahramana dönüşmesine, tek bir iyiliğin yüzyıllar boyu dalga dalga büyüyerek uzak bir gelecekte devrim yaratmasına tanık oluyorlar.

CM101MMXI Fundamentals



Cem Yılmaz'ın son gösterisi Cm101mmxı Fundamentals günlük hayatta başımızdan geçen ancak üzerinde durmadığımız birçok olayı ve detayı mizahi bir bakış açısı ile gözler önüne serdiği bir gösteridir. Yılmaz, kadın/erkek ilişkilerinin, günümüz insanının teknolojiyle imtihanının ve meslek hayatındaki yansımalarının, basit gibi görünen

bir yemek siparişinin ve hatta bir cenaze töreninin ne kadar komik olabileceğini göstermekte ve seyircilerine uzun yıllar unutamayacakları bir performans sunmaktadır. Sinemalarda uzun süre vizyonda kalan gösteri 4.000.000'a yakın izleyiciyle buluştu.

ETKİNLİK

Anadolu Ateşi, Harbiye Açık hava'yı Yakacak!

"Anadolu Ateşi Evolution" ve "Troya" gösterileriyle aralıksız olarak gösterilerine yurtiçi ve yurtdışında devam eden Anadolu Ateşi Dans Topluluğu, muhteşem 14 Temmuz'da Harbiye Açık hava'da sanatseverlerle buluşacak.

Barselo

Geçtiğimiz sezonun adından sıkça söz ettiren oyunu Aut'un yazarlarından Alper Kul, yeni oyunu "Barselo" ile ikinci defa İkincikat'ta sahaya çıkıyor. Doğudan İstanbul'a göç eden bir çocuğun erkek olabilme hikâyesine odaklanan oyunda bizi bekleyenlerse aşk, tutsaklık, kötü deneyimler ve hayal kırıklıkları.

Bir otogarın bodrumunda yaşayacağımız bu yüzleşmenin kahramanları ise İsmail Karagöz, Deniz Celiloğlu, Musab Ekici, Emre Yetim, Elit Çam, Aslı Menaz ve Canan Atalay. Heves Duygu Tüzün'ün yardımcı yönetmenlik yaptığı metnin yönetmeni ise Eyüp Emre Uçaray.

KONSER

20. İstanbul Caz Festivali

2-18 Temmuz tarihleri arasında gerçekleşecek İstanbul Caz Festivali, bu yıl 20. yaşını kutluyor! Cazdan dünya müziği, soul ve R&B'ye uzanan geniş yelpazedeki konserler festival takipçilerini bekliyor. Cazın yenilikçi örneklerini alışılmadık mekânlarda sunan "Caz İçin Tuhaf Bir Yer", festival içinde festival Tünel Şenliği, Avrupa ve Türkiye'den caz ustalarını buluşturan Avrupa Caz Kulübü gibi serilerle festival 20. yılında da müzik-severlere dopdolu bir program sunuyor. İstanbul Caz Festivali, 14 farklı mekânda 400'ü aşkın yerli ve yabancı sanatçının katılımıyla gerçekleştirilecek 40'ı aşkın konserle, Temmuz ayında cazın yıldızlarını yirminci defa müzikseverlerle buluşturmaya hazırlanıyor.

Roger Waters: The Wall

Rock Müziğin efsane grubu Pink Floyd'un kurucusu Roger Waters "The Wall" turnesiyle 7 yılın ardından Garanti Bankası Ana sponsorluğu'nda BKM ve GNL organizasyonu ile yeniden İstanbullularla buluşacak.

4 Ağustos 2013 tarihinde İTÜ Arena'da konser verecek olan Roger Waters, daha önce 2006 yılında geldiği 'The Dark Side Of the Moon' turnesiyle İstanbul'da 17 bin kişilik muhteşem hayran kitlesiyle o yazın en unutulmaz konserine imza atmıştı.

Uğur, Doktor Yeditepe'nin Gururu

> İzmir Bergama Akif Ersezgin Anadolu Lisesi'ni bitirdi. Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu. 2012 Tıpta Uzmanlık Sınavı (TUS) Türkiye beşincisi. İngilizce, İspanyolca ve Rusça biliyor.



yeditepeningururu.com

yeditepe.edu.tr


YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ

Yeditepe'de Yabancı

Gürcistan'dan Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'ne tedavi için gelen doktor Nino Prangishvili sorularımızı yanıtlıyor



Prof. Dr. Sina Ercan
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Başhekim

Siz de bir doktor olarak, tedavi için farklı bir ülkeye gittiğinizde, sıradan bir hastanın düşündüklerinin ötesinde çeşitli etmenleri düşünmüş olmalısınız. Tedavi için Türkiye'ye gelme kararını nasıl aldınız ve neden Yeditepe Üniversite Hastanesi'ni seçtiniz?

Ben Gürcistan'da bir hastanede hekimim. Hastane direktörümüz, Prof. Dr. Sina Ercan'ı tanıyor ve bana buraya gelmemi kendisi tavsiye etti. Kendisinin önerileri benim için önemlidir. Dolayısıyla onun dediklerini yaptım ve buraya geldim. Gelmemin sebebi Prof. Dr. Sina Ercan'dır.

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'ne gelme kararı verdiğinizde beklentileriniz ve korkularınız nelerdi?

Korkum dil farklılığıyla ilgiliydi. Yanlış anlaşılmaktan da korkuyordum. Personelle irtibat kuramam ve doktorla görüşmem diye düşünüyordum.

Sağlık hizmetleri ekibinizin çalışmalarını nasıl buldunuz?

Buradaki doktorların, hemşirelerin ve anestezi uzmanlarının arasında mükemmel bir iş birliği olduğunu düşünüyorum. Herkes işini biliyor ve işini mükemmel düzeyde yapıyor. Bu iş birliği gerçekten etkileyici.

Gireceğiniz ameliyat ve yapılacak işlemlerle ilgili açıklamalar sizin için tatminkar mıydı?

Prof. Dr. Sina Ercan bana ameliyatla ilgili en ince ayrıntıları, ameliyat öncesi ve sonrası tedaviyle ilgili bilgileri verdi. Dolayısıyla her şeyi biliyordum ve verilen bilgiler benim için son derece tatmin ediciydi.

Tıbbi tedavi için diğer hastalara Türkiye'yi ve özellikle Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'ni önerir misiniz?

Kesinlikle önereceğim. Türkiye'den, hastaneden ve personelden son derece memnun kaldım. Memnuniyetle öneririm.

Health Tourism – Nino Prangishvili- Professor Sina Ercan, MD

MD Nino Prangishvili from Georgia shares his experiences as a patient at Yeditepe University Hospital

I am a physician at a hospital in Georgia. The director of our hospital knows Professor Sina Ercan. He suggested that I come here. His opinions are very important to me so I listened to him and came. The reason I am here is Professor Sina Ercan. I was worried that I would not be able to contact personnel or consult the physician. However none of this became an issue.

If you ask me, there is a great degree of cooperation between the physicians, nurses and anaesthetists. Everyone knows their duty and works for perfection. The degree of cooperation is truly impressive. Professor Sina Ercan provided me detailed explanation about details of the surgery and the pre/post surgical treatment periods. So I knew everything and I was completely satisfied with the explanations. I will not hesitate to recommend Turkey and particularly Yeditepe University Hospital to my patients. I am going home very happy with Turkey, the hospital and all its personnel.

ci Misafirlerimiz.

Rusya'nın Krosnodor kentinden gelen Natalia Bushueva ve annesi Yekaterina Lepa, Prof. Dr. Uğur Türe tarafından başarıyla gerçekleştirilen ameliyat ile ilgili sorularımızı yanıtlıyor.



Prof. Dr. Uğur Türe
Yeditepe Üniversitesi Hastanesi
Nöroşirürji Anabilim Dalı Başkanı

Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'ni Nasıl Buldunuz?

Hastane muhteşem. Hizmet kalitesi çok yüksek. Bu seviyede hizmet beklemiyorduk. Ama en önemlisi Prof. Dr. Uğur Türe'nin altın elleri.

Hastanemize geldiğinizde endişeleriniz var mıydı? Çevrenizdeki insanlar Türkiye'de ameliyat olma kararınıza nasıl bir tepki verdi?

Evet endişelerim vardı. Almanya ve İsrail'den de teklif almıştık. Fakat nöroloji hekim doktorumuz bu kliniği ziyaret edip Prof. Dr. Uğur Türe'nin çalışmalarını gördükten sonra, sadece ondan yardım alabileceğimizi ve bu tür ameliyatlarda en iyi hekimlerden biri olduğunu söyledi. Bunun üzerine MR sonuçlarımızı ve sorularımızı kendisine iletip ameliyat olma şansımız olduğunu öğrenince hiç düşünmeden geldik. Çevremiz bu kadar zor bir ameliyatı Türkiye'de yaptırmaya karar verdiğimizizi öğrenince şok yaşadılar.

Ameliyat öncesi ve sonrası işlemlerden memnun kaldınız mı?

Kızım Natalya'nın muayenesinden sonra kafamızdaki tüm soruların cevaplarını aldık. Buraya gelmeden önce oldukça uzun süre hastanenizin hem tıp hem de finans departmanı görevlileriyle yazıştık ve her zaman çok ayrıntılı ve hızlı cevaplar aldık. Bizim için şaşırtıcı derecede iyi bir hizmet seviyesiydi. 2 yıl hastane hastane dolaştık. Memleketimizde birçok kliniği görmemize rağmen böyle bir hizmet seviyesiyle karşılaşmadık.

Hastanemizi ve ameliyatı yapan hekiminizi aynı sorunu olan hastalara tavsiye eder misiniz?

Tabii ki. Çevremizde, internette ya da herhangi başka bir yerde aynı durumda olan ve yardım bekleyen hasta hakkında haber alırsam mutlaka Prof. Dr. Uğur Türe'ye ve Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'ne başvurmalarını tavsiye edeceğim. Bütün beklentilerimizi karşıladı, bu kadar pozitif bir sonuç beklemiyorduk.

Health Tourism – Natalia Bushueva – Yekaterina Lepa

I had certain concerns before coming to Yeditepe University Hospital. We had received offers from Germany and Israel. However, once our neurologist visited this clinic and saw the works of Professor Uğur Türe, MD, he convinced us that he was the only person that could help. Apparently he was one of the best in his field. In the next stage we sent Professor Türe our MR results along with our questions. We did not hesitate any more once we heard that we could undergo surgery. Our friends and family were shocked at our decision to have such a complicated surgery in Turkey.

I was very concerned that Natalya would not be able to communicate her problems in intensive care, after the surgery. But our translator helped us over the phone. We were pleasantly surprised at the high degree of service. We had been to countless hospitals over the past two years. We had visited many clinics in our country but none of them offered such service.

It goes without saying that I will not hesitate to recommend Professor Türe and Yeditepe University Hospital to anyone in the same condition, whether amongst my friends, on the internet or any other place. All our expectations were met. We were not expecting such positive results.

Diyet Hünkar Beğendi Tarifi

Osmanlı Saray Mutfağı'ndan gelen bir lezzet.
Diyet hali ile hem sağlıklı hem de leziz.

Malzemeler:

- 250 gr. yağsız dana eti / yağsız kuzu eti
- 1 adet kuru soğan
- 2 adet domates
- 3 adet sivri biber
- 1 tatlı kaşığı domates ya da biber salçası
- ½ litre ya da 2 su bardağı su*
- Tuz
- Karabiber

Beğendi için Malzemeler:

- 3 adet büyük boy kemer patlıcan
- 1 çorba kaşığı beyaz un
- 1 çorba kaşığı tam buğday unu
- 2 su bardağı soğuk light süt
- 1 fincan rendelenmiş light dil peyniri
- Tuz ve karabiber
- 1 çorba kaşığı fındık yağı

Etin Yapılışı:

Dana veya kuzu etlerini küp küp doğrayın. Tencereye koyduğunuz etlere küp küp doğranmış soğanı ilave ederek kısık ateşte etin suyuyla kavurun. Daha sonra salça ve sıcak su* ilave ederek etleri pişmeye bırakın. Pişmeye yakın incecik doğranmış sivri biberleri, küp küp doğranmış kabuksuz domatesleri, tuzu ve karabiberi ilave edin.

*Not: Etleri düdüklü tencerede pişirecekseniz yarım su bardağı su ilave edin. Tüm malzemeleri karıştırıldıktan sonra 18-20 dakika pişirin.

Beğendi Tarifi:

Patlıcanları 4-5 yerinden bıçakla deldikten sonra fırında (fırın tepsisine yağlı kağıt sererek) ya da ocakta közleyin. Közlenmiş patlıcanların kabuklarını soyun ve küçük küçük doğrayın. Tencereye yağ koymadan beyaz ve tam buğday ununu rengi pembeleşinceye kadar kısık ateşte karıştırarak kavurun. Tencereyi ocaktan alıp soğumaya bırakın. Soğuyan tencerenin içine soğuk light süt ilave ederek topaklanma olmayacak şekilde el çırpıcısı ile karıştırın. Bu karışıma fındık yağı ilave ederek kısık ateşte karıştırmaya devam edin ve karışımı pişirin. Daha sonra doğranmış patlıcanları unlu karışımın içine koyun ve karıştırın. Tuz, karabiber ve light dil peynirini ilave edin. (Kıvamını ayarlamak için light süt veya sıcak su kullanabilirsiniz.)

Hazırladığınız malzemeyi servis tabağına koyup, ortasını çukur hale getirin. Bu çukur kısma etli harcı doldurup servis edin.

Afiyet Olsun!

Healthy Recipes Alternatives to Traditional Turkish Cuisine

Low-Cal Hünkâr Beğendi Recipe a speciality from the kitchens of the Ottoman Palace.

This Low-Cal version is both healthy and delicious.

Recipes of
Dietetician
Derya DİNÇER AKIN



Ingredients:

- 250 gr. lean beef or lamb
- 1 large onion
- 2 tomatoes
- 3 fresh chilli/sweet peppers
- 1 teaspoon of tomato or pepper paste to taste
- ½ litre or 2 cups of water
- Salt & Pepper to taste

Ingredients for Beğendi Puree:

- 3 large long aubergines
- 1 large spoon full of flour
- 1 large spoon full of whole-wheat flour
- 2 cups of cold skimmed milk
- 1 cup of grated mild cheddar (dil peyniri)
- Salt and Pepper
- 1 tbs of hazelnut oil

Cooking the meat

Dice the meat, place it in a large pan and add the diced onions, simmer until meat releases juices. Then add the tomato paste and hot water and allow for the meat to cook. Just before the meat is cooked add the finely chopped peppers, peeled diced tomatoes, salt and pepper.

*Note: If you use a pressure cooker please add half a cup of water. Cook for 18-20 minutes after mixing all the ingredients.

Preparing Beğendi Puree: Pierce the aubergine skin randomly 4-5 times with a knife and place them on a baking tray or on the gas hob to grill.

Once they are soft peel the grilled aubergines and dice finely. Pour the white and whole-wheat flour in the pan without any oil and stir until mildly brown on low heat. Remove the pan from the heat and leave to cool. Add cold skimmed milk into the cooled pan and use a whisk to mix the contents thoroughly. Add the hazelnut oil to the mixture and continue whisking on low heat. Now add the diced aubergines into the flour mixture and mix well. Add salt, pepper and mild cheddar (You may use skimmed milk or hot water to adjust consistency) until a puree consistency is reached. Dish the puree onto a plate and open a crater in the middle. Finally add the meat mixture in the middle and serve hot.

Enjoy!

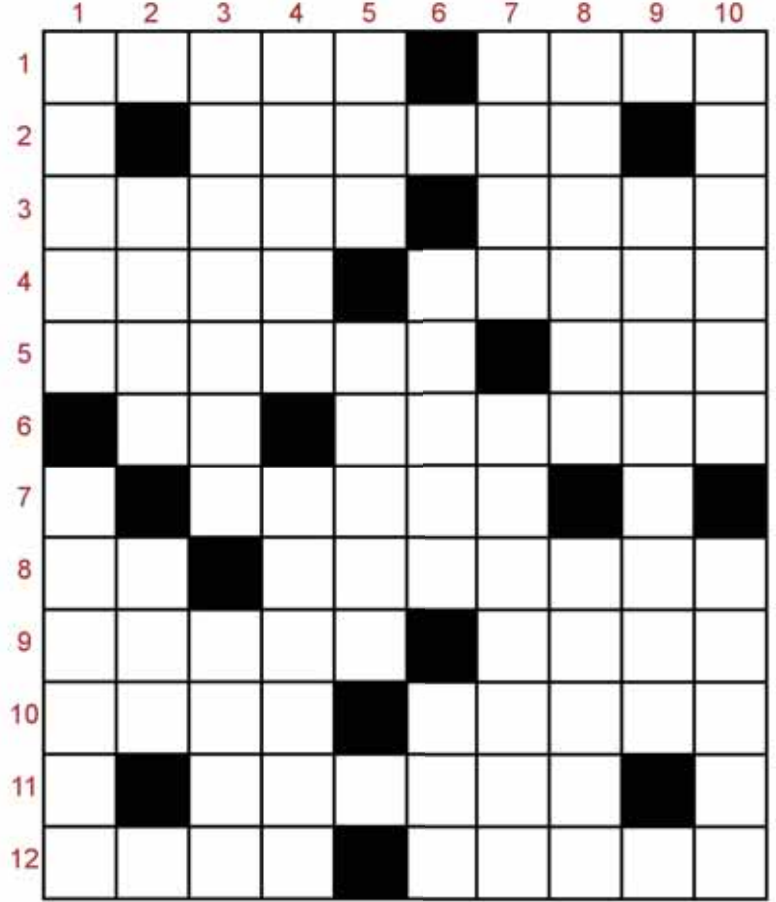
KARE BULMACA

SOLDAN SAĞA

1. Güneşin doğduğu andan öğleye kadar geçen zaman - Su taşımaya yarayan üstünden kulplu kap
2. Görelk, bağıntı
3. Hayvanların su içtikleri kap - Aldatıcı şey, tuzak
4. Yapılmış iş, fiil - Yanda olan, yana düşen
5. Banka ve her tür piyango ikramiyesinde çekme, çekiliş - Bel kemiği
6. Boru sesi - Atomlarla ilgili olan
7. Yüz, el hareketiyle anlatma
8. Tarla sınırı - Eski Türkiye Büyük Millet Meclisnin genel kurulu
9. Yanlara doğru çekilerek gerilmiş - Bayat olmayan
10. Kadınların kullandığı bir seslenme sözü - Gıpta
11. Çağırtmaç
12. Alt tabaka, havas karşıtı - Gelerek

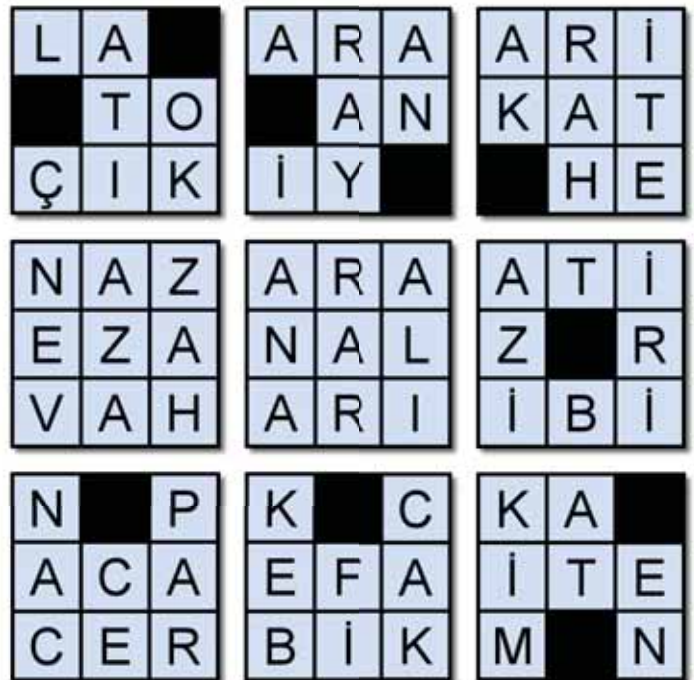
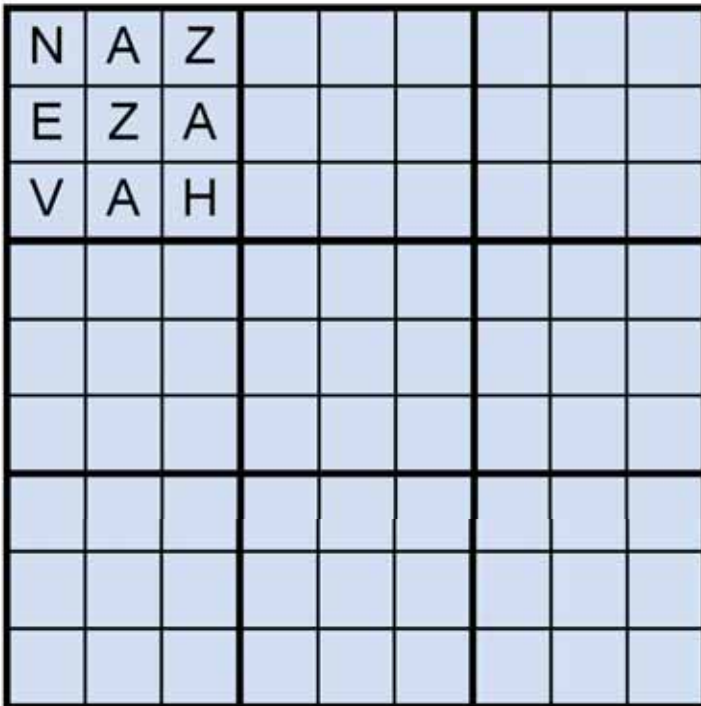
YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Zarla oynanan oyunlarda zarlardan birinin üçlü, öbürünün birli gelmesi, üç bir - Meksika'dan yayılmış, hareketli, modern bir dans
2. Sayı, tane - Kamıştan üflemlerli bir çalgı
3. Enformatik - İthalatta yapılan sınırlama
4. En çok, en üst, maksimum - İki önermesi bulunan ve her iki önermenin varlığı olan tasım, dilemma
5. Tanrı - Ağız boşluğunun tavanı
6. Babasız - '-den -e kadar' anlamında bir kelime
7. Aynı biçimde - Lektör
8. Özerk - Tarıma elverişli toprak parçası
9. İkinci Dünya Savaşı yıllarında Japonların kullandığı intihar uçağı
10. Tombul, gürbüz, iri bebek - Bir kimsenin kardeşinin karısı



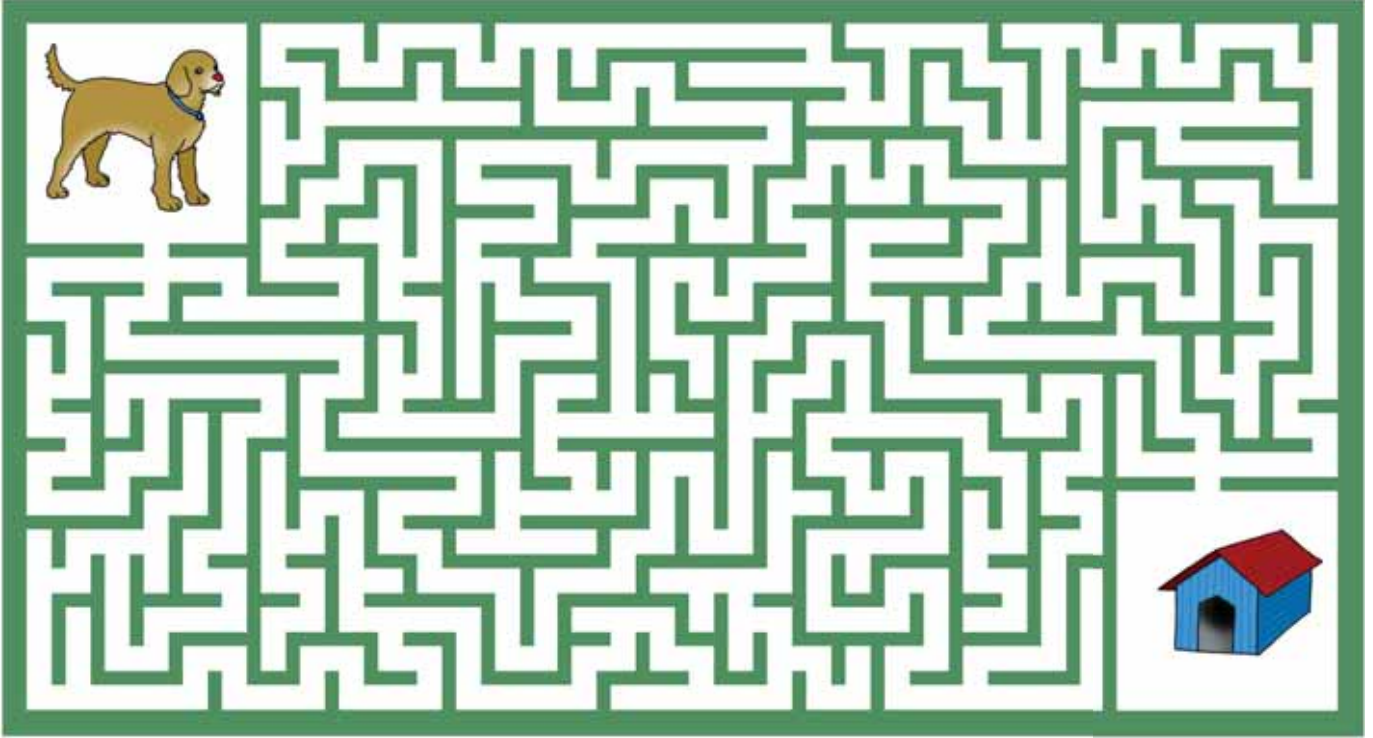
YAPBOZ BULMACA

Verilen ipucunu kullanarak parçaları doğru yerine koyduğunuzda çözülmüş bir kare bulmacayı tamamlamış olacaksınız.



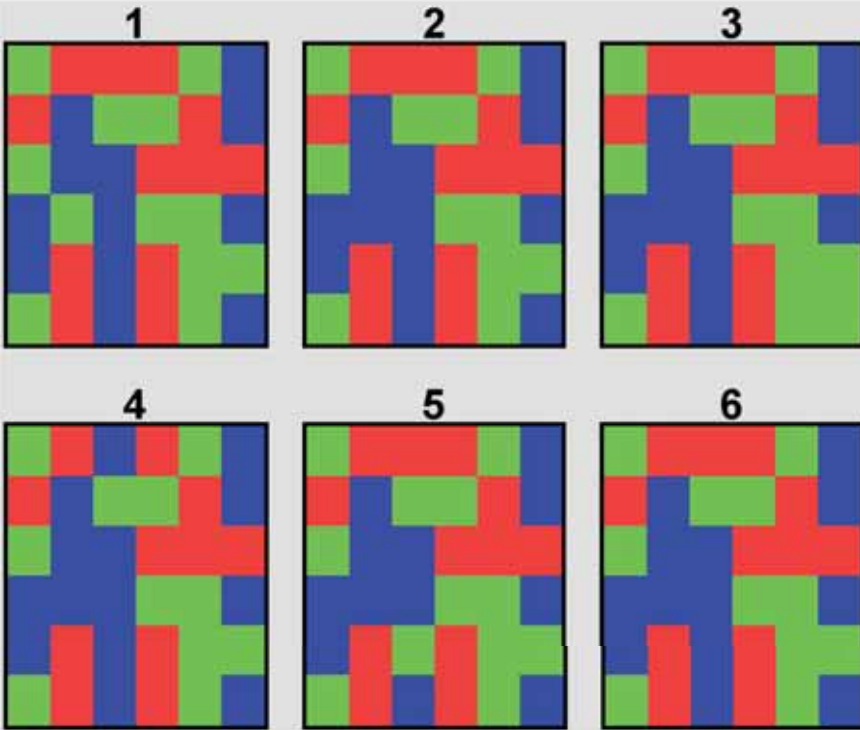
LABİRENT BULMACA

Boncuk evine gitmek istiyor. Ona yardımcı olur musunuz?



EŞLERİ BUL

Altı şekilden sadece ikisi birbirinin aynısıdır.
Bakalım bu eş iki şekli bulabileceğiniz misiniz?



MİNİK SUDOKU

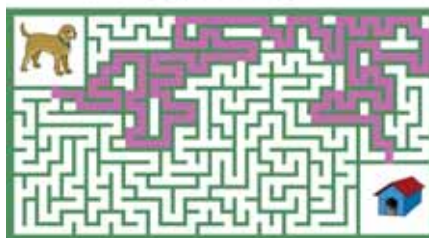
Boş karelere 1'den 6'ya kadar rakamları yerleştirin.
Her satır, sütun ve 3x2'lük bölümdede 1'den 6'ya kadar olan rakamlar sadece birer kez kullanılabilir.

2	4	5	3		
	5		4		
			6	5	
	2	5			
		1		6	
6	2	1			3
	6		5		4
4	5			1	6
6					
					1
5	2			6	3
3		6		4	

BULMACALARIN ÇÖZÜMLERİ

S	A	B	A	H	K	O	V	A	N	A	Z	A	R	A	N	P
E	I	Z	A	F	E	T	P	E	Z	A	A	N	A	C	A	
Y	A	L	A	K	Z	O	K	A	V	A	H	I	Y	C	E	R
E	D	I	M	Y	A	N	A	L	A	T	I	K	C	A	R	I
K	E	Ş	I	D	E	O	M	A	Z	R	E	F	A	K	A	T
T	I	A	T	O	M	I	K	Z	I	B	I	B	I	K	H	E
C	M	I	M	I	K	K	I	B	I	B	I	B	I	K	H	E
A	N	K	A	M	U	T	A	Y	L	A	A	R	A	K	A	
Ç	E	K	I	R	T	A	Z	E	L	A	A	R	A	K	A	
A	Y	O	L	I	M	R	E	N	Ç	T	O	N	A	L	I	T
C	T	E	L	L	A	L	G		Ç	I	K	A	R	I	M	N
A	V	A	M	A	N	A	N	E								

EŞLERİ BUL: 2 ve 6



2	1	4	5	3	6
3	5	6	4	2	1
1	4	3	6	5	2
6	2	5	3	1	4
4	3	1	2	6	5
5	6	2	1	4	3
1	6	3	5	2	4
4	5	2	3	1	6
6	3	1	4	5	2
2	4	5	6	3	1
5	2	4	1	6	3
3	1	6	2	4	5

TÜP BEBEK TEDAVİSİNDE BAŞARIYI ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Tüp bebek tedavisinde başarıyı etkileyen birçok faktör bulunmaktadır.

KADININ YAŞI

Yaşla birlikte yumurtalık kapasitesi ve yumurta kalitesinde bozulma olur ve bu 35 yaşından sonra daha belirgindir. Öyle ki 35 yaş altı kadınlarda başarı oranı %44.2 iken 42 yaş ve üstü kadınlarda %13'lere kadar düşer.

KADININ YUMURTALIK REZERVİ

Yaşla birlikte yumurtalıktaki yumurta sayısı azalır. Infertilite (kısırlık) nedeni ve süresi: Diğer faktörlerin yanı sıra, çiftin çocuk sahibi olmasını engelleyen problem ve kısırlık süresi de tüp bebek tedavisindeki başarı şansını etkileyen faktörlerdendir.

DAHA ÖNCE GERÇEKLEŞTİRİLEN BAŞARISIZ TÜP BEBEK UYGULAMALARININ SAYISI

Deneyimli merkezlerde yapılan ilk dört uygulamadaki başarı şansı her bir uygulama için aynı iken dördüncü uygulamadan sonra başarılı sonuç alma ihtimali düşüş gösterir.

EMBRİYO KALİTESİ

Transfer edilen embriyonun kalitesi de başarıyı etkileyen önemli faktörlerden biridir. Rahim içinde tutunmayı engelleyen faktörler: İyi kalite embriyo transfer edilmesine rağmen rahim iç duvarının yeterince gelişmemesi veya polip, miyom veya yapışıklık gibi tutunmayı engelleyecek problemlerle karşılaşılabilir. Bu gibi durumlarda gerekirse rahim içi histeroskopi ile değerlendirilmelidir.



Doğa'da
tatıl
çok yakın
Doğa Tatıl Köyü
Tatılseverlere fırsatlar sunuyor.



Doğa Tatıl Köyü
Tel: 0216 711 20 20
0216 386 85 26
Şile-İstanbul
www.dogatatilkoyu.com





Nöroşirürji alanında dünyaca tanınmış bir isim olan ve Gama Knife cihazının ilk uygulayıcılarından olan Prof. Dr. Ladislau Steiner, Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nin konuğu oldu. 10 gün boyunca hastanede ameliyatları izleyen ve Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroşirürji Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Uğur Türe ile birlikte vaka değerlendirmeleri yapan Prof. Dr. Steiner, 28 Aralık 2012 tarihinde Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nde "Creativity and Ethics in Neurosurgery" (Beyin Cerrahisinde Yaratıcılık ve Etik) başlıklı bir konferans verdi.



6-7 Kasım 2012 tarihinde Yeditepe Üniversitesi Hastanesi ve Türk Hastane Enfeksiyonları ve Kontrolü Derneği işbirliği ile "1. Cerrahi Alan Enfeksiyonlarının Önlenmesi ile İlgili Uygulamalar" başlıklı eğitim gerçekleştirilmiştir. Türkiye'nin farklı illerinden birçok hekim ve hemşirenin katıldığı bu etkinlikte konu ile ilgili yenilikler paylaşılarak ulusal ve uluslararası rehberler tartışılıp karşılıklı fikir alışverişlerinin yapıldığı bir ortam sağlanmıştır. Katılımcılar teorik eğitimin arkasından cerrahi alan enfeksiyonlarının önlenmesi ile ilgili uygulamaları da alanlarda gözlemlene fırsatı bulmuşlardır.



Yeditepe Üniversitesi Hastanesi, Üsküdar Belediyesi iş birliği ile "Kısırlık Tedavisi ve Tüp Bebek Uygulamaları" semineri 29 Ocak Salı günü, 14:00 – 16:00 saatleri arasında Üsküdar Yavuztürk Niyazi Sayın Kültür Merkezi'nde gerçekleşmiştir. Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Anabilim Dalı Başkanı ile Tüp Bebek Merkezi Direktörü Prof. Dr. N. Cem Fıçıcıoğlu, kısırlık tedavileri ve tüp bebek konusunda tüm merak edilenler katılımcılara aktarılmış, tüp bebek konusunda ki son gelişmeler hakkında da ayrıntılı bilgiler vermiştir.



"Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Hemşirelik Hizmetleri Direktörlüğü tarafından 16 Nisan- 31 Mayıs 2013 tarihleri arasında Hemşirelik Kariyer Günleri toplantıları Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, Dokuz Eylül Hemşirelik Fakültesi, Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Kırklareli Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Koç Üniversitesi, Çanakkale 18 Mart Hemşirelik Y.O, Haliç Üniversitesi Hemşirelik Y.O, Marmara Üniversitesi Hemşirelik Y.O, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Hemşirelik Y.O, Gazi Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi'nde eğitici seminerler gerçekleştirilmiştir."



Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Yalova Belediyesi iş birliğiyle gerçekleşen "Kısırlık Tedavisi ve Tüp Bebek Uygulamaları Semineri" 23 Şubat 2013 tarihinde gerçekleşmiştir. Yeditepe Üniversitesi Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. N. Cem Fıçıcıoğlu önderliğinde gerçekleşen halk toplantısında Doç. Dr. Gazi Yıldırım halkı bilgilendirici konulara değinmiştir.



7 Nisan 2013 "Temel Laparoskopi Becerileri Kursu" konusunun moderatörlüğünü Prof. Dr. N. Cem Fıçıcıoğlu ve Doç. Dr. Gazi Yıldırım üstlenmiştir. Uzman hekimlerin konu anlatımları Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nde gerçekleşti.



31 Ocak 2013 tarihinde hekimlerin katılımıyla gerçekleşen "Olgu Sunumları ile Dahiliye Acilleri" toplantısı Yeditepe Üniversitesi Hastanesinde gerçekleşti. Prof. Dr. Sami Kartı'nın oturum başkanlığı yaptığı toplantıda "Hematoloji Acilleri" konusunda faydalı bilgiler aktarırken, "Endokrinoloji Acilleri" konusunda Doç. Dr. Hasan Aydın, "Nefroloji Acilleri" konusunda Yrd. Doç. Dr. Zehra Eren dikkat çekici sunumları paylaştı.



15 Nisan 2013 tarihinde Doç. Dr. Ebru Görgün tarafından "Nadir Retina Hastalıkları" konusunda meslek içi eğitim programı Yeditepe Göz Hastalıkları Araştırma ve Uygulama Merkezi'nde gerçekleşti.

YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ ANLAŞMALI KURUMLAR

SİGORTA ŞİRKETLERİ - YURT İÇİ

AK SİGORTA
ALLIANZ SİGORTA
AMERİKAN LIFE HAYAT SİGORTA
ANADOLU ANONİM TÜRK SİGORTA
AXA SİGORTA
GROUPAMA SİGORTA
DEMİR HAYAT SİGORTA
ERGO SİGORTA A.Ş.
GÜNEŞ SİGORTA
MAPFRE GENEL SİGORTA
YAPI KREDİ SİGORTA

SİGORTA ŞİRKETLERİ - YURT DIŞI

ALLIANZ WORLDWIDE CARE
AXA-PPP HEALTHCARE
CIGNA INTERNATIONAL
SEVEN CORNERS
TIC TRAVEL
VANBREDA
WIENER STADTISCHE

ASİSTAN KURUMLAR

AGIS
EURO CENTER
HS GROUP / TAS YARDIM
INTER PARTNER ASSISTANCE
MARM / RED STAR
MARS SİGORTA ve
REASÜRANS BROKERLİĞİ - AVANTAJ KART
MDS - MEDİKAL DANIŞMANLIK SERVİSİ
NART SİGORTA
COMPOGROUP
REMED
SAT YARDIM VE DESTEK HİZMETLERİ (MONDIAL)
TUR ASSIST

RESMİ KURUMLAR

K.K.T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ TARAFINDAN
VERİLEN SAĞLIK RAPORLARI

ÖZEL KURUMLAR

BERK MEDİKAL
BEŞİKTAŞ KÜLTÜR MERKEZİ
BJK DIVAN KURULU BAŞKANLIĞI
DARÜŞŞAFAKA CEMİYETİ
DOĞAN YAYIN HOLDİNG
DOĞUŞ HOLDİNG
E BEBEK
ECZACIBAŞI SAĞLIK HİZMETLERİ
EMEK TIBBİ CİHAZLAR
ENKA İNŞAAT
HOTEL BOSTANCI
İSTANBUL MENKUL KIYMETLER BORSASI
KAREL AR-GE
KAREL ELEKTRONİK
KENT PLUS
KIRMIZI REKLAM EVİ (RED ROYAL STATÜ CARD)
KOSİFLER OTO
LİGNADECOR
MERKEZİ KAYIT KURULUŞU
MİLLİ REASÜRANS
MİMAR VE MÜHENDİSLER GRUBU
NORTEL NETAŞ
OFİS TEKNİK
PERPA TİCARET MERKEZİ
S.O.S INTERNATIONAL AMBULANS KART SAHİPLERİ
SESKOM
SIEMENS
STFA
TASARRUF MEVDUATI SİGORTA FONU (TMSF)
TELPA
TÜMSAŞ
TÜRK TELEKOM (ANADOLU YAKASI)
TÜRKİYE JOKEY KLÜBÜ
YAPI MERKEZ

DERNEK VE ODALAR

ÇOCUK İSTİYORUM DERNEĞİ
İSTANBUL MALİYE VAKFI
İSTANBUL SANAYİ ODASI
İSTANBUL TİCARET BORSASI

İSTANBUL TİCARET ODASI

MUSUKİ ESERİ SAHİPLERİ GRUBU MESLEK BİRLİĞİ
TİMDER
TRT
TÜRK AMERİKAN İŞ ADAMLARI DERNEĞİ
TÜRKİYE EMEKLİ SUBAYLARI DERNEĞİ (ŞİŞLİ ŞUBE)
TÜRKİYE GAZETECİLER CEMİYETİ
TÜRKİYE ODALAR BORSALAR BİRLİĞİ
TÜRKİYE SPOR YAZARLARI DERNEĞİ

BANKALAR VE VAKIFLAR

BANK ASYA
FORTIS BANK A.Ş. MENSUPLARI
EMEKLİ SANDIĞI VAKFI
FORTISBANK (VAKIF EMEKLİ - ÇALIŞAN)
İLLER BANKASI 1. BÖLGE MÜDÜRLÜĞÜ
T.C.HALK BANKASI EMEKLİ SANDIĞI VAKFI
T.C.ZİRAAT&HALK BANKASI MENSUPLARI
EMEKLİ SANDIĞI VAKFI
TÜRKİYE ENGELLİLER SPOR YARDIM ve
EĞİTİM VAKFI (TESYEV)
TÜRKİYE İŞ BANKASI
TÜRKİYE SINAI KALKINMA BANKASI

SPOR KULÜPLERİ

CLUB SPORIUM
ENKA SPOR KULÜBÜ
KARAGÜMRÜK SPOR KULÜBÜ
KASIMPAŞA SPOR KULÜBÜ
ZEYTİNBURNU SPOR KULÜBÜ

OKULLAR

ATACAN EĞİTİM KURUMLARI
BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ
İSTEK OKULLARI
MURAT AÇIKÖĞRETİM DERSANELERİ
YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ
ALLIANZ WORLDWIDE CARE
AXA-PPP HEALTHCARE
CIGNA INTERNATIONAL
VANBREDA



28. Yıl

İSTEK OKULLARI

en mutlu öğrenciler İSTEK'lidir.

www.istek.k12.tr



**Kayıtlarımız
devam ediyor!**