medikal +PLUS

21 yıl

Haziran 2021 Yıl: 21 Sayı: 257 Sağlık ve Tıp Teknolojileri Dergisi issn 1303-345X

ACTODERM®
Hand and Skin Antiseptic with 2-Propanol 70 % (V/V)

Actolind® w Solution - Gel
Wound Irrigation, Cleaning, Moisturizing and Care Products

YOUR FIRST CHOICE FOR
HAND DISINFECTION

ACTO® Disinfection Products are effective against all enveloped viruses including
Coronavirus types.



IT ACCELERATES THE HEALING OF WOUND AND BURNS

You are in Expert Hands with ***30 Years of Experience*** *in Wound Care*

Polyhexanide + Poloxamer



BIOCIDAL · 30 sec effective · Virucidal - Fungicidal - Bactericidal - Mycobactericidal · ORIGINAL EXCELLENT dermatest 2013 dermatest-garantie.de · Certified by DGHM/VAH According to new guideline

PATENTED FORMULA · VRE Tested MRSA Effective MDRP · ORIGINAL EXCELLENT dermatest 2014 dermatest-garantie.de

Tested against Coronavirus by HygCen Germany

www.actogmbh.com - info@actogmbh.com

actopharmatr actogmbh · actopharmatr actogmbhgermany · actopharmatr actogmbh

German Company

ACTO® Pharma Disinfection Sterilisation Hygiene
Active Chemical Technology Organisation

OKUMAN
Neonatology

products are specially designed with high technology to meet all necessary requirements and makes a difference in NICU.





BC 050 000
Bilicare
Mobile Phototherapy

DESIGN TURKEY 2017 Good Design Award

MADE IN TURKEY MADE IN

OKM 730
Radiant Warmer



BC 250 LCD
Bilicare
Intensive Phototherapy



OKM 801
Infant Incubator



Okuman Medikal Sistemler A.S
Kazım Karabekir Caddesi No: 95/95 06060 Iskitler/Ankara
Tel: +90 312 384 05 20 **Fax:** +90 312 384 19 75
www.**okuman**.com.tr info@**okuman**.com.tr

OKUMAN
for Home Healthcare & Hospital Solution

Sağlık sektörünün geleceğini şekillendiriyoruz

siemens-healthineers.com/tr



Siemens Healthineers olarak amacımız, inovasyondan güç alarak insanların daha sağlıklı ve uzun yaşam sürmelerine katkı sağlamak.

Ürünlerimiz, hizmetlerimiz ve çözümlerimiz aracılığıyla hekimlere, sağlık sektörü çalışanlarına ve sağlık hizmeti sağlayıcılarına hastalıkları önlemeleri ve doğru teşhisle doğru tedavileri belirlemeleri için destek oluyoruz. Bu da daha az komplikasyon, daha kısa hastanede kalış süreleri ve hastaların daha hızlı iyileşmesi ile sonuçlanıyor.

Saatte 240 binden fazla hasta; teşhis ve tedavi amaçlı görüntüleme, laboratuvar diagnostiği ve moleküler tıbbın yanı sıra dijital sağlık ve kurumsal hizmetleri kapsayan güçlü medikal teknoloji portföyümüzden faydalanıyor.

120 yılı aşkın deneyimimiz ve dünya çapında, kendini her gün yenilik yapmaya adamış 54 binden fazla çalışanımızla birlikte tam anlamıyla sağlık sektörünün geleceğini şekillendiriyoruz.

siemens-healthineers.com/tr

SIEMENS Healthineers

başyazı

başyazı



Orhan TAŞOVA
orhan@medikalplus.com

Merhaba,

Takım olmak ve takım ruhuyla çalışmak bir işletmenin, bir kurumun başarılı olmasını sağlayan etkenlerden biri ve belki en önemlisidir.

"Ben" yerine "biz", "parça" yerine "bütün"ün egemen olduğu takım çalışması herşeyden önce, takım ruhunun çalışanlar arasında doğmasıyla yapılabilir.

Bir takım ruhu, kesinlikle kendi kendine doğmaz; insanların bireysel menfaatlerinin ön plana çıkabileceği göz önüne alındığında, birçok çalışan doğal olarak "takım"dan yana değil, "kendi"nden yana olacaklardır.

Bundan dolayı, takım ruhu şirketlerde, kurumlarda birtakım düzenlemelerle, uygulamalarla "ortaya çıkarılan", yönetim tarafından "meydana getirilen" birşeydir.

Takım ruhunun oluşması için birinci etken, yönetim tarafından, uyumlu bir ekibin kurulmasıdır.

İşe alınan kişilerde, eğitim düzeyi, kültür, bakış açısı, yaşam tarzı, iş tecrübesi, zeka biçimi gibi birçok değerlendirme noktasının bütün çalışanlar için benzer ve yakın olması uyumlu bir ekip kurmanın anahtarıdır.

Takım ruhunun oluşması için ikinci etken, bu uyumlu ekibe bireysel olarak değil, bir takım olarak "hede' verilmesidir.

Gerek performans değerlendirmesi, gerek ödüllendirme sistemleri "takım"ın başarısına göre düzenlenir.

Böylece, kendi başına değil, takım olarak başarılı olmaları gerektiğine inanan çalışanlar, birbirlerinin eksiklerini anlayış içinde tamamlayacak, birbirlerine özveriyle destek olacaklardır.

Günümüzde, her ticari ve sosyal faaliyet, birçok yönü olduğu için artık bir takım tarafından yapılabilir durumdadır. Bireyler, gerek piyasa ortamındaki ticari tecrü-belerinde, gerek şirket içi çalışma biçim-lerinde tek başlarına başarısız olmaya mahkumdurlar.

Takım ruhunun oluşması için üçüncü etken, özgür bir fikir paylaşımı ortamının gerçekleştirilmesidir.

İki kişi ellerindeki elmayı değişseler, yine her bir kişide bir elma olur, ama o iki kişi fikirlerini değiş tokuş etseler, her kişide iki fikir olur.

Özgür bir paylaşım ortamı takımın kalitesini ve verimliliğini yükseltecek, yeni projelerin doğmasına neden olacaktır.

Eski bir Türk hakanının ölüm döşeğinde oğullarını çağırarak, bir avuç dal istemesi ve bunların birlikteyken kınlamadığıat ama ayrı ayrı kınlıverdiğini göstermesi, takım ruhu konusunda bilgece bir örnektir.

Takım kurmadan maça çıkmayınız.

Sağlıcakla kalın.

PHILIPS

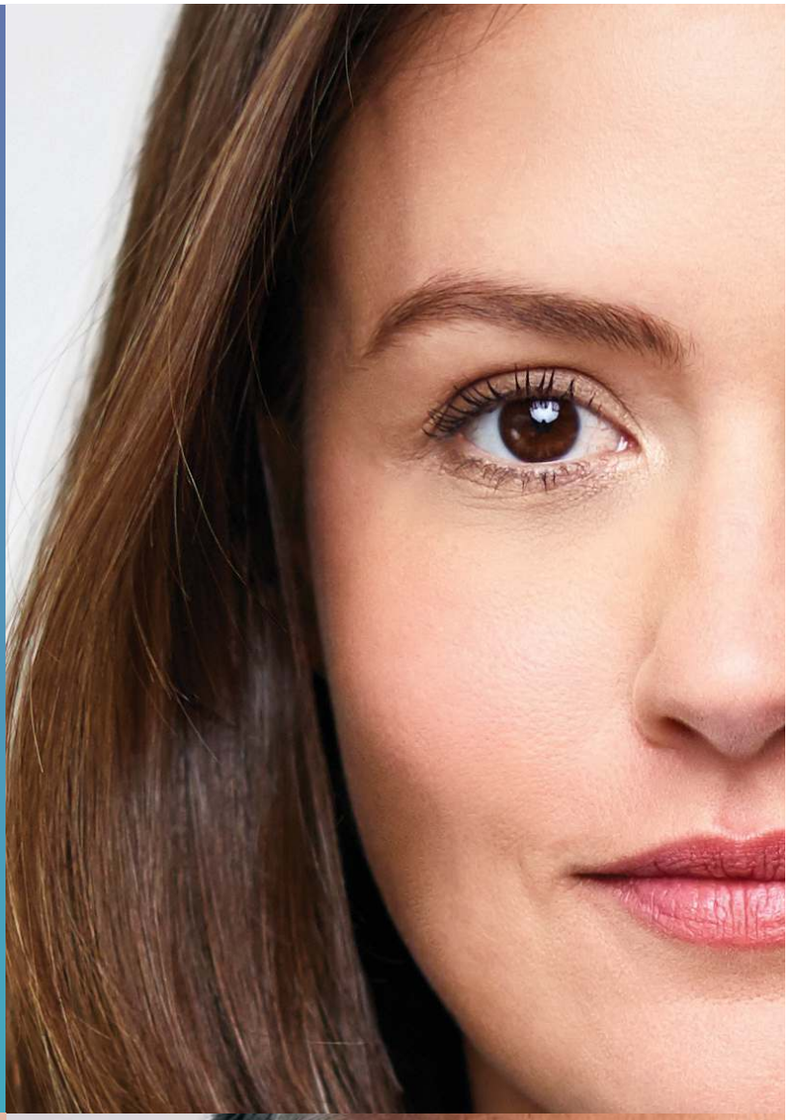
philips.com

Hayatı, birlikte iyileştiriyoruz

Philips olarak inanıyoruz ki, daha erişilebilir ve daha sürdürülebilir sağlık sistemlerinin zamanı geldi. Ancak bunu tek başımıza gerçekleştiremeyiz. Yeni fikirler üretmek için bir araya geliyor, ekipler kuruyor ve iş birlikleri yapıyoruz.
Hayatı, birlikte iyileştiriyoruz.

innovation you

philips.com/makelifebetter







İÇİNDEKİLER

48 Çocuklarda besin alerjilerinin görülmesi neden artıyor?

55 Obeziteye karşı ‘BUSE’ formülü

58 Son 20 yılda yüzde 3’ten 15’e çıktı

70 Büyümekten korkanların sorunu ‘Peter Pan’ sendromu

06



Siemens Healthineers Akademi geri dönüyor



32 Yeni nesil sağlık hizmetleri



44 Covid-19 tedavisinde yeni umut



46 Siemens Healthineers görüntüleme ve sanatı bir araya getiriyor

INDEX

MEDYA

Yayın, Tanıtım, Medikal Ürünler
Tic. ve Paz. Ltd. Şti.
adına imtiyaz sahibi

ORHAN TAŞOVA
orhan@medikalplus.com

Genel Müdür Yardımcısı
BETÜL BEYZA TAŞOVA

Genel Yayın Yönetmeni ve
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
YASEMİN TOPOĞLU
yasemin@medikalplus.com

Reklam Müdürü
REMZİYE GÜREN
remziye@medikalplus.com

Üretim ve Planlama
BAHADIR BEKTAŞ

Hukuk Danışmanı
AV. HÜSEYİN AKKAR

Mali Danışman
AHMET BİÇER

Muhasebe
muhasebe@plusmedya.com.tr

Danışma Kurulu
Prof.Dr.AHMET ARAMAN
Prof.Dr.AHMET RASİM KÜÇÜKUSTA
Doç.Dr.AHMET YILDIZHAN
Prof.Dr.HAYDAR SUR
Prof.Dr.İBRAHİM KELEŞ
Prof.Dr.MELİH BULUT
Yrd. Doç. Dr.HALUK ŞENGÜN
Dr.LEVENT SARAÇ
Uzm.Dr.MEHMET BAŞ
Uzm.Dr.UMUT YAKA
Uzm.ÜMİT ŞAHİN
Op.Dr.MEHMET ATAMAN
Dr.MUSTAFA GÜVELİ
Dr.MUZAFFER ÇELİK
Dr.ONUR YARAR
OĞUZ ENGİZ

Medikal Plus İdare Merkezi
Celaliye Mahellesi Beysan Sk. No:7/1
Büyükçekmece / İstanbul
Tel: 0212 441 03 00

Baskı : İmak Ofset Basım Yayın
Akçaburgaz Mah. 137. Sok.No: 12
Esenyurt / İstanbul / TÜRKİYE
Tel : 444 62 18

Dağıtım : Etkin Dağıtım
Yayın Türü : Yerel Süreli Aylık
Baskı Tarihi : 27.05.2021

T.C.Bir yıllık abone bedeli 300 TL.

Dergide yer alan makalelerdeki fikirler yazarlarına aittir.
Yayınlanan ilanların sorumluluğu ilan sahiplerine aittir.
Yazılar kaynak gösterilerek yayınlanabilir.

REKLAM INDEX'I

ACTO PHARMA	ÖKİ-33-AKİ	FARMEMED	12-13	OKUMAN	Ö.K.İ.
AVRASYAMED	20-21	FUJI	07	PHILIPS	03
BİLMED	15	MEDİKOZ	29	PULCUOĞLU	23
BİOREZONANS	17	NESTLE	09	SIEMENS	01
EMS	31	NÜVE	A.K		
EXPOMED	35	OCTAMED	25 - 27		

Siemens Healthineers Akademi geri dönüyor

Siemens Healthineers Türkiye, Siemens Healthineers Akademi kapsamında sunduğu eğitim programlarıyla, sağlık profesyonellerinin gelişimini desteklemeye devam ediyor.

Haziran 2021 itibarıyla ayda ortalama iki eğitim programı sunacak olan Siemens Healthineers Akademi, tüm ürün gruplarına yönelik eğitimlerini yenilikçi içerikleriyle daha da zenginleştiriyor.

Sürekli gelişen teknolojileri Türkiye'de sağlık sektörünün ihtiyaçlarına uygun şekilde kullanarak, sağlık profesyonellerine ve kurumlara yenilikçi eğitim çözümleri sunan Siemens Healthineers Akademi, zenginleştirilmiş içerikleriyle bu misyonunu sürdürmeye devam ediyor.

Siemens Healthineers Akademi'nin zengin eğitim programı, içeriklerin verimliliğini artırmaya yönelik videolar ve simülatörler gibi yenilikçi öğelerle de destekleniyor. Eğitim hizmetlerinde oldukça kapsamlı ve bütünsel bir yaklaşımı hedefleyen Siemens Healthineers Akademi'nin pandemi koşulları dolayısıyla ilk aşamada online olarak gerçekleşecek eğitim programlarına, ilerleyen zamanlarda sektörden alanında uzman konuklarla planlanacak webinar oturumları ve yüz yüze eğitimlerin de eklenmesi hedefleniyor.



Geniş ve gelişmiş eğitim portföyü

Yenilenen Siemens Healthineers Akademi, kullanıcılara temel eğitimlerden uygulamalara yönelik ileri eğitimlere kadar uzanan geniş yelpazede bir eğitim portföyü sunuyor. Eğitim programlarının içerikleri, Türkiye'ye ve Orta Doğu Avrupa (CEET) bölgesine hizmet veren, donanımlı ve deneyimli Siemens Healthineers uzmanları tarafından belirleniyor. Günümüz koşullarına uygun şekilde, online olarak satın alınabilen eğitim çözümleri, kullanıcıların gelişimlerini lokasyon engeline takılmadan, kendi programlarına uygun şekilde sürdürebilmelerine olanak veriyor.

Pandemi nedeniyle alınan önlemler ve seyahat kısıtlamaları göz önüne alınarak, sağlık profesyonellerini her koşulda destekleyebilmek amacıyla online eğitimlere öncelik veren Siemens Healthineers Akademi, Manyetik Rezonans (MR), Bilgisayarlı Tomografi (BT), Anjiyografi ve Nükleer Tıp başta olmak üzere ve Laboratuvar Diagnostiği alanını da kapsayacak şekilde, tüm ürün gruplarında eğitimler sunmayı planlıyor. Bu eğitimler kapsamında sağlık profesyonellerinin gelişimlerini desteklemeye yönelik bilgi, deneyim ve ipuçlarının paylaşımı hedeflenirken, interaktif program yapısı sayesinde katılımcıların uzman personele doğrudan soru sorarak merak ettikleri yanıtlara ulaşmaları da mümkün olacak.

Siemens Healthineers Akademi'nin Haziran 2021 itibarıyla başlayacak olan yeni eğitim programları hakkında daha ayrıntılı bilgiye https://www.siemens-healthineers.com/tr/education/saglik-akademi adresinden ulaşabilirsiniz.

WE WILL

NEVER STOP

INNOVATING FOR A HEALTHIER WORLD



Sizin için ne yapabiliriz?

Sağlık alanında daha yapılması gereken çok şey var. Konu Covid-19 olduğunda gücümüzü gerçek bir fark yaratan inovasyonlarımızdan alıyoruz. Fujifilm olarak bu savaşın ön cephesinde yer alanlara, hayat kurtarmalarına yardımcı olmak amacıyla 3 boyutlu medikal görüntüleme ve yapay zeka alanındaki yeniliklerimizle destek oluyoruz.

Kendimize her gün şu soruyu soruyoruz: Sizin için ne yapabiliriz? Hepimiz bu küresel salgını durdurmak için birlikte çalışırken, daha sağlıklı bir dünya için inovasyonlarımıza ASLA DURMADAN devam edeceğiz.

FUJIFILM
Value from Innovation

Bunu nasıl yaptığımızı öğrenin

Sağlık sektörü birleşme ve satın alma fırsatlarını değerlendiriyor

EY'nin (Ernst & Young) 23. Global Sermaye Güven Barometresi'ne göre; dünya genelinde sağlık ve yaşam bilimleri şirketleri, operasyonel yetkinliklerini artırmak ve yeni pazarlara açılmak için birleşme ve satın alma (M&A) fırsatlarını değerlendiriyor.



T. Ufuk Eren

Uluslararası denetim ve danışmanlık şirketi EY, dünya genelinde sağlık ve yaşam bilimleri sektöründe faaliyet gösteren şirketlerin ekonomik görünüme ilişkin beklenti ve yakın vadeli planlarını ortaya koyan '23. Global Sermaye Güven Barometresi' araştırmasının sonuçlarını açıkladı. Orta ve büyük ölçekli şirketlerin üst düzey yöneticilerinin görüşlerini yansıtan araştırmaya göre; pandemi, sağlık ve yaşam bilimleri şirketlerini ürün ve hizmet portföylerini yeniden şekillendirmeye yöneltti.

Büyüme için dijital dönüşüm

Şirketler, pandemi sonrası için büyüme stratejileri kapsamında, operasyonel yetkinliklerini geliştirmek ve yeni pazarlara açılmak için teknoloji yatırımlarına hız vererek dijital dönüşüme odaklanıyor; birleşme ve satın alma fırsatlarını değerlendiriyor. Araştırmaya katılan yöneticilerin %43'ü şirketlerinin gelecek 12 aylık dönemde aktif olarak birleşme ve satın alma fırsatlarını değerlendireceğini dile getiriyor.

Teletıp uygulamaları yaygınlaşıyor

Araştırmada hastaların tedavilere ulaşma biçimlerinin özellikle pandemi döneminde değiştiğine, teletıp uygulamalarının yaygınlaştığına ve klinik çalışmalarda teknoloji kullanımının arttığına vurgu yapılıyor. Araştırma sonuçlarına göre; uzun vadeli değer yaratma hedefleri doğrultusunda yöneticilerin %67'si dijital dönüşüm, %65'i ise müşteri ilişkilerine yatırımlarını artırıyor.

Karlılıktaki düşüş kısa vadeli olacak

Pandeminin sağlık ve yaşam bilimleri şirketleri üzerindeki etkilerinin incelendiği araştırmaya göre; yöneticilerin %89'u karlılıkta pandemi dolayısıyla düşüş görüldüğünü ifade ediyor. Öte yandan Covid-19 tedavisi ve aşısına yönelik çalışmalar yapan büyük ilaç şirketlerinin diğer biyofarmasötik şirketlerine göre karlılıkta olumlu ayrıştığı belirtiliyor. Medikal teknoloji (Medtech) şirketlerinin ise hastanelerde zorunlu olmayan ameliyatların ertelenmesinden olumsuz etkilendiği dile getiriliyor. Araştırmaya katılan yöneticilere pandeminin karlılık üzerindeki etkisinin ne kadar süreceği sorulduğunda ise %76'sı kısa vadeli olacağını ve 2021 veya 2022'de karlılığın geri geleceğini öngördüğünü söylüyor.

Teknolojide ek yatırım ihtiyacı doğdu

EY Türkiye Sağlık ve Yaşam Bilimleri Sektör Lideri T. Ufuk Eren, araştırma sonuçlarına ilişkin şu değerlendirmede bulundu: "Araştırmamız pandeminin, sağlık ve yaşam bilimleri şirketlerini uzun vadeli planları ve değişen ihtiyaçlar doğrultusunda portföylerini yeniden şekillendirmeye yönelttiğine işaret ediyor. Yöneticilerin büyük bir çoğunluğu (%90) iş stratejileri ve portföylerini kapsamlı bir şekilde gözden geçirdiklerini belirtirken, yarısından fazlası (%56) pandeminin iş stratejilerindeki değişimi hızlandırıcı bir etki yarattığını ifade ediyor. Pandeminin sektörde teknoloji yatırımlarının önemini ön plana çıkarmasıyla birlikte ve alanda ek yatırım ihtiyacının da doğduğunu söyleyebiliriz. Sağlık ve yaşam bilimleri şirketlerinin 2021 ve 2022'de teknoloji yatırımlarına devam ederken, bir yandan da birleşme ve satın alma alanında oluşacak olanakları uzun vadeli bir bakış açısıyla gündemlerine alacaklarını söyleyebiliriz."



Resource® 2.0 Fibre ve
Resource® Junior Fibre
Eczanelerde!



Nestlé Health Science'tan
Türkiye'nin İlk Yerli Medikal Beslenme Ürünleri
Resource® 2.0 Fibre ve Resource® Junior Fibre

Özel Tıbbi Amaçlı Beslenme Ürünlerinin Yerelleştirilmesi Programı kapsamında Nestlé Health Science olarak sözleşmeli üretici ile ürettiğimiz Türkiye'nin ilk yerli medikal beslenme ürünleri **Resource® 2.0 Fibre**'yi Mart ayında ve **Resource® Junior Fibre**'yi Nisan ayında tüketicilerle buluşturmanın gururunu yaşıyoruz.

Enteral beslenme alanında Türkiye'nin onaylı ve geri ödemeli ilk yerli ürünleri doktorlar tarafından reçeteleniyor ve Sağlık Bakanlığı'nca fiyatlandırılarak, SGK tarafından geri ödeniyor.

Nestlé Health Science olarak 250 milyon TL'lik yatırım ile Ekim 2020'de Bursa Karacabey'de Türkiye'nin bu alanda ilk kapsamlı ve kendi alanına özel fabrikasının temellerini attık. 9 bin ton üretim kapasitesine sahip fabrikada 29 oral beslenme ürünümüzün tamamını kapsayan medikal beslenme ürünlerimizin yüzde 63'ünü Türkiye'de üreteceğiz. Nestlé Health Science olarak yerlileşme kapsamında attığımız bu öncü adımlarla hem hastalarımızın sağlığına hem de ülkemizin ekonomisine katkı sağlamaya devam edeceğiz.

www.nestlehealthscience.com.tr

Nestlé HealthScience

2020'ye Türk ilaç endüstrisinin başarısı damga vurdu

Türk ilaç endüstrisi, 2020'de başlayan pandemiye rağmen yatırımlarını sürdürdü, üretim gücünü ve kapasitesini ortaya koydu. Türk ilaç endüstrisi 2020'de ihracatını bir önceki yıla oranla yüzde 27 artırdı.

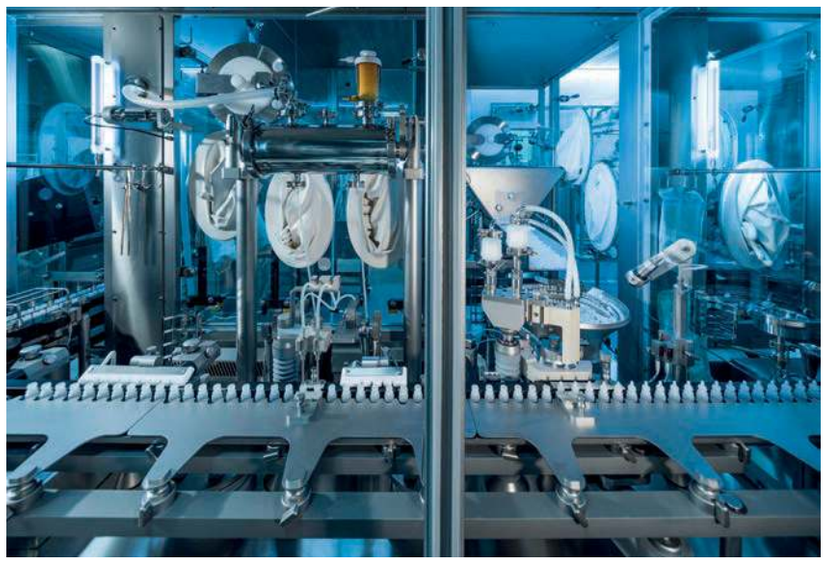


Savaş Malkoç

Tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19 pandemisi, yerli ilaç sektörünün önemini bir kez daha vurguladı. Köklü Türk ilaç endüstrisi, 2020'nin Mart ayında başlayan ve halihazırda devam eden bu süreçte önemli bir sınav verdi. Pandemi sürecinin başlangıcından itibaren sektörün mevcut gücünü ve farklı sorunları hızlı çözebilen dinamik yapısını ortaya koyan çalışmalar, Türk ilaç endüstrisinin sahip olduğu teknolojiyi, deneyimi, bilgi birikimini ve alanında uzman iş gücünü de açıkça gösterdi. İlaç Endüstrisi İşverenler Sendikası Genel Sekreteri Savaş Malkoç sürece dair değerlendirmesinde; "Covid-19 pandemisi bize yerli ilaç endüstrisinin ve ilaçta ülke olarak kendine yetiyor olmanın hayati önemini bir kez daha anımsattı. Bu süreçte hammadde temini, lojistik aksamalar, artan maliyetler, satışlarımızdaki dalgalanmalar ve bulaş riskinin yarattığı zorlayıcı koşullarda üretim tesislerimizde faaliyetlerimize aralıksız sürdürme gibi önemli zorluklarla karşılaştık. Her aşamada ülkemiz için toplumsal sorumluluğumuzun bilinciyle hareket ettik. Koşulları tüm gücümüz, bağlantılarımız ve birikimimizle sonuna kadar zorladık ve bu sayede halkımızın ve sağlık çalışanlarının ilaç erişimini kesintisiz devam ettirdik. Mevcut üretimimiz yanında, Covid-19 tedavisi protokolünde yer alan ilaçları hızla üretmeye başladık. Bugün endüstrimizin, ülkemizin ilaç ihtiyacının yüzde 88'ini yurt içi üretimle karşılıyor. Bu bizler için gurur ve mutluluk vesilesi" diye konuştu.

İlaç Endüstrisi İşverenler Sendikası her yıl olduğu gibi bu yıl da geçtiğimiz yılın sektör verilerine yönelik bir rapor hazırladı. Rapora göre Covid-19 pandemi sürecinde hekim ve hastane ziyaretlerinin azalması ve acil tedaviler dışındaki tedavilere ara verilmesi sebepleriyle ilaç pazarı kutu ölçeğinde %7 gerileyerek 2,2 milyar kutuya indi. Endüstri sürecin zorlu koşullarına rağmen yatırımlarını ve üretimini artırarak sürdürdü. Son 3 yıldır ihracatta parlak bir dönem yaşayan ilaç endüstrisi 2020'de de atılımlarına devam etti. Türk ilaç endüstrisi 2020 yılında aralarında Avrupa Birliği, Bağımsız Devletler Topluluğu, Kuzey Afrika ve Ortadoğu ülkeleri başta olmak üzere 177 ülkeye ihracat gerçekleştirdi.

Küresel bir sağlık sorunu olan Covid-19, ilacın, dolayısı ile ilaç endüstrisinin toplum sağlığı adına öneminin altını çizdi. İlaç Endüstrisi İşverenler Sendikası'nın hazırladığı rapora göre Türk ilaç endüstrisi 2020 yılında, uluslararası standartlarda üretim gerçekleştirilen 96 ilaç, 11 hammadde üretim tesisi ve 40 bin çalışanıyla toplum sağlığına hizmet sunmaya devam etti. Türkiye ilaç ve



tıbbi sağlık ürünleri pazarını oluşturan 680 firmanın yaklaşık dörtte üçü yerli sermayeli firmalardan oluşuyor.

"2021'de Türk ilaç endüstrisinin ihracatı 2 milyar doları aşacak"

2020 ihracat verilerine dair bir değerlendirme yapan İlaç Endüstrisi İşverenler Sendikası (İEİS) Genel Sekreteri Savaş Malkoç ; "İlaç ihracat artışımız Türkiye ortalamasının üzerinde gerçekleşiyor. 2019 yılında ihracatımız bir önceki yıla göre yüzde 10 oranında artarak 1,4 milyar dolar üzerinde bir büyüklüğe ulaştı. 2020 yılı sonunda ise ihracatımız yüzde 27,3 artışla 1,84 milyar dolar seviyesinde gerçekleşti. İhracatımızdaki bu artışla, 2020 yılında Türkiye ihracatı içindeki payımızı ilk kez yüzde 1'in üzerine çıkardık. Katma değeri yüksek, Ar-Ge yoğun ilaç endüstrisinin ihracatta yaşadığı bu atılım, ihracatın ithalatı karşılama oranını da tarihinin en yüksek seviyesine ulaştırdı. İlaç hammadde ithalatı ve ilaç bitmiş ürün ihracatı incelendiğinde ilaç endüstrisinin ülke ekonomisine sağladığı katkı daha net şekilde görülüyor. 2020 yılında 815 milyon dolar tutarında hammadde girişine karşın 1,79 milyar dolar ihracat gerçekleştirildi. Bu alandaki ihracat lehine olan denge her geçen gün daha da büyüyor. İlaç ithalatında bitmiş ürünlere olan ihtiyacın yurt içi üretim imkanlarıyla karşılanması sağlandığında endüstrimiz ihracatını ve dış ticaret açığının azalmasına katkısını artıracaktır. Bunun için, ilaçta yerelleşme politikasının kaldığı yerden yeniden başlaması ve özelikle biyoteknolojik ilaç üretimini canlandıracak mevzuat ve destek mekanizmalarının hayata geçirilmesi büyük önem arz etmektedir. 2021 yılında da, pandeminin yarattığı olumsuz koşullara rağmen, ihracatımızın yüzde 10'un üzerinde büyüyerek 2 milyar doları aşacağını öngörüyoruz" diye konuştu.

Covid-19 endişesi, 2020'de bağışıklık arttıran ilaç ve takviyelere zirve yaptırdı

2020, sağlık ürünleri pazarında da büyümeye sahne oldu. İlaç şirketlerinin de portföylerinde yer alan Sağlık



Bakanlığından onaylı geleneksel bitkisel tıbbi ürünler, biyosidal ürünler, farmasötik formdaki bazı tıbbi cihazlar, kozmetik ve dermokozmetik ürünler ile Tarım ve Orman Bakanlığından onaylı vitaminler ve gıda takviyelerinden oluşan pazar, 2020'de Covid-19 pandemisi nedeniyle rekor üretim ve satış rakamlarına ulaştı.

Covid-19 pandemi sürecinde doktora ve hastaneye erişimin azalması ve bağışıklık güçlendirmeye yönelik bilgilerin birçok iletişim kanalından dolaşıma girmesi pazarın büyümesine büyük etkisi oldu. 2020 yılında bu etkiler sonucu %70'in üzerinde oranla vitamin ve gıda takviyesi ürünlerinden oluşan sağlık ürünleri pazarı kutuda %34,3 artarak 80 milyon kutuya, değerde %56,6 artarak 2,87 milyar TL'ye ulaştı. 2020 yılında sağlık ürünleri pazarında yer alan ithal ürünler değerde %44,8 büyüme ile 1,8 milyar TL'ye, kutuda %25,2 büyüme ile 37,3 milyon kutuya ulaştı. İmal ürünler incelendiğinde değerde %80,2 artış ile1,1 milyar TL'ye, kutuda %43,5 artışla 42,5 milyon kutuya ulaştığı ve ilk defa ithal ürün pazarının üzerine çıktığı görüldü. 2021'de de bağışıklık arttıran ilaç ve takviyelere olan ilgi sonucu pazardaki büyümenin devam edeceği öngörülüyor.

SINO MDT



SN-1800V
İnfüzyon Pompası



SN-600N
Beslenme
Pompasi

SN-50C6
Şırınga Pompası



SN-50C66
Şırınga Pompası



SN-H10
İnfüzyon Isıtıcısı





CA-MI

CERRAHİ ASPİRATÖRLER

FS-2 - Hospivac 350
Cerrahi Aspiratör



230 - 12V BR New Askır
Taşınabilir Şarjlı Aspiratör

Lofner

HASTA POZİSYON PEDLERİ



4-12
Omuz Yastığı
Jel Pedi
32,5x11,5x10cm



FP-1
Entübe Hasta
Jel Pedi
28,5x24,5x14cm



HRS
Simit Kafa
Jel Pedi Açik
21,5x21,5x4,3cm



DA
Simit Kafa
Jel Pedi
22.5x22.5x5.5cm

Tekstilkent, Koza Plaza B Blok
K:7 N:24 Esenler / İstanbul

Telefon : 0212 438 74 43 (pbx)
Faks : 0212 252 35 11

www.farmamed.com.tr
info@farmamed.com.tr

Lofner

LARİNGOSKOP SETLERİ

30-45
Mega Light Fiber Optik
Laringoskop Seti
Miller 0 / Mach.1,2,3,4





Mega Light
Laringoskop
Handle

Hwatime

H8
Hastabaşi
Monitörü
12 Inch,
5 Parametre



ACCARE

PULSE OKSİMETRELER



FS20K
Parmak Tipi Pulse Oksimetre



HS20A
El Tipi Yetişkin Pulse Oksimetre



HS20A-Li
El Tipi, Şarj Edilebilir Yetişkin Pulse Oksimetre

BLT® BIOLIGHT

EKG CIHAZLARI



E70
EKG Cihazı 12 Kanal



E30
EKG Cihazı 3 Kanal

FARMAMED
MEDİKAL GEREÇLER SAN. VE TİC. LTD. ŞTİ.

Abdi İbrahim, geleceği bugünden yakalayacak

Türk ilaç sektörünün 19 yıldır kesintisiz pazar lideri olan Abdi İbrahim, çağın taleplerine yanıt verebilmek ve Vizyon 2025 stratejisinde ortaya konulan hedeflerine ulaşabilmek amacıyla, yeni bir yapılanmayı hayata geçirdi.



Abdi İbrahim CEO'su Dr. Süha Taşpolatoğlu

Türk ilaç sektörünün lideri Abdi İbrahim, iş dünyasının değişen taleplerine yanıt verebilmek amacıyla, organizasyonel bir yapılanmaya gitti. Şirketin Vizyon 2025 stratejisine paralel olarak hayata geçirilen ve Organizasyon 2025 adı verilen yapılanmayla, çağın gerektirdiği çevikliğe sahip bir yönetim anlayışı hedefleniyor.

Organizasyon 2025 adı verilen yapılanmayla daha çevik ve verimli bir iş modeli benimseniyor. Abdi İbrahim CEO'su Dr. Süha Taşpolatoğlu, "Bu yeni yapılanma sayesinde hedeflerimize çok daha güçlü adımlarla ilerleyeceğiz" dedi.

"Hedeflerimize çok daha güçlü ilerleyeceğiz"

Abdi İbrahim CEO'su Dr. Süha Taşpolatoğlu, yeni organizasyon yapısının önemine işaret ederek, "Değişen dünyanın iyileştiren gücü Abdi İbrahim, yeni organizasyonel yapılanması ve Abdi İbrahim ailesinin yeni üyeleriyle birlikte, Vizyon 2025 stratejisinde ortaya konulan ulusal ve global hedeflere doğru, çok daha güçlü ve kararlı adımlarla ilerleyecektir. Yeni organizasyonel yapımızın şirketimiz için hayırlı olmasını umuyorum" dedi.

Yeni yapılanmayla önemli atamalar

Organizasyon 2025, Abdi İbrahim'in uzun vadeli stratejileri doğrultusunda şirket organizasyonunun 2025 yılında nasıl olacağına yönelik geliştirilen senaryolardan hareketle oluşturuldu. Daha verimli bir iş modeli ve iş sürekliliği vadeden bu yapılanma kapsamında yeni birimler oluşturulurken, mevcut bazı birimlerin de görev kapsamı güncellendi. Bu çerçevede atılan adımlar ve yapılan görevlendirmeler özetle şu şekilde:

- Reçeteli Ürünler Pazarlama ve Satış Grup Başkanlığı oluşturuldu ve bu göreve Dr. Oğuz Mülazımoğlu atandı. Bu başkanlık bünyesinde bazı bölümler birleştirildi, Genel Tedaviler Grup Direktörlüğü ile Özel Tedaviler Grup Direktörlüğü oluşturuldu. Genel Tedaviler Grup Direktörlüğü'ne Figen Bilgen, Özel Tedaviler Grup Direktörlüğü'ne de Çiğdem Yılmaz atandı.
- Uluslararası Pazarlar Genel Müdür Yardımcılığı bölümü, Uluslararası Pazarlar Grup Başkanlığı olarak değişti ve grup başkanlığı görevine Köksal Ülgen atandı.
- Yurt içi ve yurt dışı tüm tedarik süreçleri yeniden yapılandırıldı. Tedarik Zinciri Grup Başkanlığı oluşturuldu ve bu göreve Altuğ Uysal atandı.
- Ruhsatlandırma ve Pazar Erişim ile İş Geliştirme ve Ar-Ge direktörlüklerinin eşgüdümlü ve entegre olarak çalışabilmeleri amacıyla İş ve Ürün Geliştirme Grup Başkanlığı oluşturuldu.
- Yeni Ürün, Süreç İyileştirme ve Projeler Müdürü olarak görev yapan Ramazan Karaduman, AbdiBio Ar-Ge ve Projeler Direktörü olarak terfien atandı. Karaduman, AbdiBio Grup Başkanlığı'na yeni bir atama yapılana dek AbdiBio tesisinin yönetiminden de sorumlu olacak.
- Hukuk İşleri Direktörlüğü, uyum fonksiyonunu da kapsayacak şekilde Hukuk İşleri ve Uyum Direktörlüğü adı altında CFO'ya bağlandı.
- Strateji ile ilgili tüm süreçlerin koordinasyonundan ve inovasyondan sorumlu olacak Strateji Koordinasyon ve İnovasyon Ofisi Müdürlüğü kuruldu.
- Abdi İbrahim Otsuka bünyesinde Şirket Yöneticisi olarak görev yapmakta olan Elif Elkin, Abdi İbrahim Otsuka Genel Müdürü unvanı ile çalışmalarına devam edecek.

İK yerine İnsan ve Kültür Grup Başkanlığı

- İnsan Kaynakları Genel Müdür Yardımcılığı yapısı iç iletişim fonksiyonunu da kapsayacak şekilde yeniden tasarlanarak İnsan ve Kültür Grup Başkanlığı oluşturuldu. Bu göreve Hakan Onel atandı. Bunun yanı sıra Pazarlama ve Satış İnsan Kaynakları Müdürü olarak görev yapan Engin Dirik, Pazarlama ve Satış İnsan Kaynakları Direktörlüğü, Esenyurt Kampüs İnsan Kaynakları Müdürü Tuğba Gencer de Esenyurt Kampüs İnsan Kaynakları Direktörlüğü görevlerine getirildi.

Kâğıt uçar, bilgi kalır!



BilMedical®

Hastane **B**ilgi **Y**önetim **S**istemi

• merkezi veya dağıtık, grup veya şube yapılarında dijital hastane yönetimi
• tümleşik bilgi yönetimi • karar destek sistemi • stratejik planlama
• izlenebilirlik • süreklilik • etkin kaynak yönetimi • işletme maliyeti optimizasyonu
• tümleşik finans yönetimi • hasta odaklı iletişim
• tıbbi portföy analizi • bilgi ve operasyon güvenliği • etkileşimli web uygulamaları • dijital tanı ve tetkik sistemleriyle bilgi alışverişi (PACS)
• taşınabilir dijital ortamlardan veri işletimi

BilMedical® HBYS bir bilmed yazılımıdır

Bilmed Bilgisayar ve Yazılım A.Ş. www.bilmed.com.tr

Kozyatağı Mah. Değirmen Sok. Şaşmaz Sitesi (Cemalbey İşhanı) A Blok No:15 Kat:5 Kadıköy / İSTANBUL

Tel: (0216) 410 34 58 pbx **Faks:** (0216) 410 34 62 info@bilmed.com.tr

Arçelik'ten sağlık alanında yeni bir ürün

Arçelik'in Türk mühendisleri tarafından inovatif bir çözüm olarak geliştirilen, kullanıcıların tansiyon, EKG gibi temel ölçümlerini hızlı ve yardım almadan gerçekleştirmesini sağlayan Corensis Sağlık Kiosku, hastalar ve sağlık personellerinin temasını azaltıyor.



Utku Barış Pazar

Arçelik, sağlık sektörüne yepyeni bir cihazı sundu. Yeni nesil tele-sağlık çözümü Corensis Sağlık Kiosku, acil servislerde hastaların sağlık personelleri ile temasını azaltarak, oksijen satürasyonu, EKG, tansiyon, solunum, nabız, ateş, boy ve kilo gibi temel sağlık ölçümlerini yapabilmelerine imkân tanıyor, sonuçlarını otomatik ve anlık olarak sağlık personeli erişimine sunuyor.

Corensis, hastalar ile sağlık personellerinin temasını azaltacak

Yeni cihaz hakkında bilgiler veren Arçelik Strateji ve Dijitalden Sorumlu Genel Müdür Yardımcısı Utku Barış Pazar, "Corensis Sağlık Kiosku, Covid-19 pandemisi ve dünyada yaşanan normalleşme sürecinde, sağlık çalışanlarının verimli çalışmasının sağlanması, hasta ile temasın minimumda tutulması ve hastaya en kısa sürede tanı konabilmesine destek olacak bir ürün. Nesnelerin interneti ve buna bağlı birçok akıllı sensör ve uygulama ile tele sağlık konusunda yenilikçi bir bakış açısı getiren Corensis Sağlık Kiosku ile hedefimiz, hastaların EKG, tansiyon gibi temel sağlık ölçümlerini kendi kendilerine gerçekleştirebilmelerini sağlamak. Böylece hastaların temel sağlık ölçümlerini yapabildikleri, sağlık verilerini tek noktadan yönetebilecekleri ve hatta online doktor görüşmelerini gerçekleştirebilecekleri sağlık noktaları olarak konumlayarak, Corensis Sağlık Kiosku'nu iş yerleri, aile sağlığı merkezleri, okullar, havalimanları, eczaneler gibi birçok farklı noktada kullanıma sunabileceğimizi düşünüyoruz" dedi.

Ölçüm sonuçları uzaktan görüntülenebiliyor

Sağlık personelleri, ölçüm sonuçlarını hastane yönetim sistemi üzerinden görüntüleyebiliyor, böylece hastayla temas etmeden sonuçları yorumlayarak ilave testlere ihtiyaç olup olmadığına karar verebiliyor. Intel'in Covid-19 ile mücadeleye yanıt veren teknoloji girişimlerini desteklemek üzere başlattığı "Intel Pandemic Response Technology Initiative" programı kapsamında tasarlanan Corensis'de Intel çipler kullanılıyor.

Yapılan ölçümler yapay zeka kullanılarak raporlanıyor

Corensis'in yüksek hassasiyetli medikal sensörleri yardımıyla alınan ölçümler, yapay zeka destekli akıllı algoritmalar ile analiz edilerek raporlanıyor. Sağlıkta otomasyon çözümleriyle vital ölçüm sürelerini kısaltılıyor ve insan hatası faktörünü kaldırarak standardizasyon sağlanıyor. Sesli ve görsel asistan desteğiyle ölçüm süresince kullanıcıları yönlendirerek, tüm sağlık ölçümlerini ve hastalık geçmişiyle ilgili kayıtlarını kolaylıkla tamamlayacakları bir deneyim sunuyor. İş yerleri, okullar veya diğer benzeri alanlarda ise tele sağlık çözümü olarak, toplum açısından sağlık hizmetlerinin her yerden erişilebilir olmasını sağlayan bir alt yapıya sahip olan Corensis, böylece sağlık personeline uzaktan takip imkanı sağlarken, düzenli sağlık kontrollerinin yapılmasına, sağlık okur yazarlığının arttırılmasına ve önleyici sağlık bilincinin oluşturulmasına yardımcı oluyor.





BICOM BİOREZONANS TÜRKİYE

BIOREZONANS - Alerjiye son, mutlu gülüşler!

BICOM® BIOREZONANS

Adres: Kuşadası/Aydın
Türkmen Mah.Turgut Özal
Bulvarı No:83 C Blok K:1 D:1
Telefon: 0 256 618 36 16
+ 90 549 608 09 09
E-posta: info@biorezonans.com.tr
https://www.biorezonans.com.tr

1 kişi kan verir, 1000'lerce kişiye umut olur

1kişi1000kişi projesi 8 Mayıs 2021 Talasemi Günü odağında Nobel İlaç, Türk Kızılay, Türk Hematoloji Derneği ve Türk Pediatrik Hematoloji Derneği işbirliği ile '1 kişi kan verir, 1000'lerce kişiye umut olur' sloganı kullanılarak hayata geçirildi.

1kişi1000kişi projesi ile COVID-19 pandemisi nedeniyle kan bağışı sayılarındaki azalmaya dikkat çekilerek kan bağışında bulunmak isteyen bireyleri Türk Kızılay Kan Bağışı Merkezleri'ne davet etmek ve kan bağış sayılarında artış sağlamak amaçlanıyor. Hastanedeki her 10 hastadan birinin kan nakline ihtiyacı oluyor. Kaza, anemi, kanser ve kalıtsal kan hastalığı olan hastaların tedavisi için sürekli kan ürünlerine gereksinim duyuluyor. Ülkemizde binlerce kalıtsal kan hastalığına sahip birey ve kanser hastasının sürekli kan nakline ihtiyacı bulunuyor. Örneğin talasemi hastalığı dünyada ve ülkemizde en sık görülen kalıtsal kan hastalığıdır. Talasemi hastaları hastalık tipi ve şiddetine göre 3-4 haftada 1 kan transfüzyonuna ihtiyaç duyabiliyor. Bu hastalarda kan naklinin tedavinin ana öğesi olması sebebiyle kan bağışı hayati bir öneme sahiptir. (1) Pandemi döneminde azalan kan bağışları, kan nakli olmadan hayatlarını devam ettiremeyecek bu hastaların zor günler geçirmesine sebep olmaktadır. 1kişi1000kişi projesi ile pandemi koşullarında azalan kan bağışı sayılarının artırılması için teşvikte bulunmak ve kronik kan hastalıkları hakkında farkındalık oluşturmak hedeflenmektedir.

Proje kapsamında 1kisi1000kisi.com web sitesinde yaşam kaynağı ve tedavi aracı olarak kan, kronik hastalıkların tedavisinde kan bağışının önemi ve kan bağışı hakkında sık sorulan sorular gibi içerikler yer alıyor. Ayrıca; sosyal medyada yayınlanan farkındalık filmleri, Türk Kızılay Kan Hizmetleri Kan Bağışçısı



Prof. Dr. G. Hayri Özsan



Prof. Dr. Namık Yaşar Özbek

Yönetimi Müdürü Dr. Metin Kalender ve İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları ve Çocuk Kan Hastalıkları Bölüm Başkanı Prof. Dr. Zeynep Karakaş ile çekilen uzman bilgi videolarıyla düzenli kan bağışı, kan bağışı sonrası beslenme, talasemi ve orak hücreli anemi gibi kronik kan hastalıkları hakkında farkındalık oluşturularak kan bağışı sayılarının artırılması amaçlanıyor.

Türk Pediatrik Hematoloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Namık Yaşar Özbek proje ile ilgili yaptığı açıklamada şunları belirtti: ''İçinde bulunduğumuz pandemi döneminde, ülkemizde kan bağışı sayılarının azalması, kan nakli olmadan hayatını devam ettiremeyecek hastalarımızın zor günler geçirmesine neden olmaktadır. Düzenli kan bağışı sayesinde kan ürünlerinin kesintisiz olarak temini kanser ve kalıtsal kan hastalıklarına sahip erişkin ve çocuk hastalar için hayati önem taşımaktadır.

Bu kampanyayı, diğer kan bağışı kampanyalarından ayıran en önemli nokta, kanser ve kalıtsal kan hastalıklarına sahip kişiler için sıklıkla kan nakline ihtiyaç duyulduğunun vurgulanması ve bu konuda bir farkındalık yaratması olmuştur. Ayrıca bağışların azaldığı dönemde yapılan kampanyanın, hastalar ve hasta yakınlarının umudunu artırması amaçlanmıştır. Özellikle koronavirüs nedeniyle kan bağışının azaldığı bugünlerde, hijyenik koşullara sahip Türk Kızılay Kan Bağışı Merkezleri'nin yeni bağışçılarını beklediğini tekrar hatırlatıyoruz. Çünkü 1 kişi kan verir, 1000'lerce kişiye umut olur.''



Dr. Metin Kalender

Türk Hematoloji Derneği Başkanı Prof. Dr. G. Hayri Özsan konu ile ilgili yaptığı açıklamada şu noktaları vurguladı: "Pandemide vaka sayılarının arttığı dönemlerde kan bağışındaki azalmanın getirdiği sıkıntıları kan hastalıkları ile uğraşan biz hematologlar başta olmak üzere tüm hekimler, hasta ve hasta yakınları beraberce yaşıyoruz. Kan transfüzyonunun hayati öneme sahip olduğu hastaların ve ailelerinin durumları ile ilgili farkındalık yaratmayı amaçlayan 1kişi1000kişi projesini destekliyoruz. Bağışçılarımız hem hastalarımızın hem de bizlerin umudu olan adsız kahramanlardır."

Bağışçıları kan vermeye davet eden Türk Kızılay Kan Hizmetleri Genel Müdürlüğü Kan Bağışçısı Kazanımı Müdürü Dr. Metin Kalender ise şu bilgileri verdi: "Türk Kızılay Kan Hizmetleri, Faaliyetlerini ülke genelinde 18 Bölge Kan Merkezi, 68 Kan Bağışı Merkezi, onlara bağlı kan alma birim ve ekipleriyle sürdürmektedir. Kan bağışını gönüllü bağışlarla elde eden Kızılay; kanları bileşenlere ayırmakta, laboratuvar testlerine tabi tutmakta, uygun koşullarda saklamakta ve hastanelere belirli bir plan dâhilinde nakil etmektedir. Kan, yalnızca insanda bulunan bir ilaç olması sebebiyle bağışların sürekliliği önem arz etmektedir. Tüm hastanelerin kan ihtiyaçları ancak bu şekilde karşılanabilmektedir.

Özellikle içinde bulunduğumuz dönemlerde önemi bir kat daha artmış olan kan ihtiyacı için vatandaşlarımızın duyarlılığına güvenimiz sonsuzdur. İyilik yapmak ve hiç tanımadığı birden fazla kişiye fayda sağlayabilmek duygusuyla bağışlarını yapan bağışçılarımıza teşekkür ediyoruz. Bununla birlikte özellikle kısıtlamaların olduğu günler başta olmak üzere herkesi kan bağışı noktalarımıza davet ediyoruz."

Referanslar:
(1) http://thd.org.tr/THD_Halk/?sayfa=talasemi#6 Erişim tarihi: 23.04.2021



TÜRKİYE'NİN İLK VE TEK, YERLİ OTOMATİK TURNİKE CİHAZI



TRQ-2024

Medione TRQ-2020 / TRQ-2022 / TRQ-2024

Türkiye'de üretilen ilk ve tek Otomatik Turnike Cihazıdır.
Ortopedi Ameliyatlarında, hastanın üst ve alt ekstremitesi için turnike uygulamalarında kolay kullanım, etkin ve güvenilir sonuç, düşük maliyetli çözüm sunar.

www.**avrasyamed**.com.tr

Tel: +90 (212) 590 42 40 - 41
Email: info@avrasyamed.com.tr

CE 1984 ISO 13485:2016 YERLİ ÜRETİM

TRQ-2020



MediOne®

BİR AVRASYAMED MARKASIDIR

Uygulama Yöntemleri

- Tekli manşon ile tek uzuv turnikesi
- IVRA modu – iki kanal – tek çiftli manşon
- 2 uzuv için 2 kanal ayrı basınç ve operasyon

Özellikler

- Otomatik kaçak testi ve sistem testi
- Güvenlik alarm sistemi
- Neon görsel tuş aydınlatma ve alarm sistemi
- LED gösterge ekranı
- Dahili şarj-edilebilir batarya
- Sepetli Taşıma Standı (opsiyonel)
- 4 adet Turnike Manşonu (standart)

Uygulama sırasında maksimum hasta güvenliği için hızlı basınç değişiklikleri

- Ayarlanabilir uygulama zamanı
- Ayarlanabilir basınç aralığı
- Ayarlanabilir zamanlayıcı alarmı;

(Ayarlanan manson basıncı bosaltma süresi tamamlandığında alarm-saat uyarısı aktive olur ve ilave süre girilebilir.)



TRQ-2024



www.avrasyamed.com.tr

Gökevler Mahallesi 563. sok.
A Blok 9B - Esenyurt - İstanbul

AVRASYAMED MEDİKAL
Tıbbi Cihazlar ve Ürünler Paz. San. ve Dış Tic. Ltd.Şti

Hasta ve doktor açısından büyük konfor

Kardiyoloji ve kalp damar cerrahisi alanlarında bölgede referans hastane olan SANKO Üniversitesi Hastanesi'nde bölgenin ilk başparmaktan anjiyo işlemi gerçekleştirildi.



Prof. Dr. Mustafa Çetin

SANKO Üniversitesi Tıp Fakültesi Kardiyoloji Ana Bilim Dalı Başkanı da olan Prof. Dr. Mustafa Çetin, "Bölgede ilk kez hastanemizde gerçekleştirdiğimiz 'başparmaktan anjiyo' (enfiye kutusu- snuff box) işlemi, hasta kolunu daha rahat bir pozisyonda tuttuğundan hem hasta hem de doktor açısından büyük bir konfor" dedi.

Başparmaktan anjiyo (enfiye kutusu-snuff box) yaklaşımının birçok tıbbi avantajı olduğunu belirten Prof. Dr. Çetin, bu avantajları şöyle sıraladı:

"1. Anjiyo sırasında ele kan akışı radial arterin yüzeyel dalı yoluyla devam eder.
2. Erişim alanının hemen altındaki sert yapılar (Örneğin karpal kemikler) işlem bitiminde damara baskıyı kolaylaştırır ve kanama daha hızlı durur.

3. İşlem sonrası kanı durdurmak için bilek çevresine baskıya gerek olmadığı için işlemden sonra bileğin serbestçe hareket etmesini sağlar, bu da elin venöz (toplardamar) tıkanıklığını azaltır ve eldeki şişmenin verdiği rahatsızlığı önler.
4. Girişim sırasında damarda oluşabilecek vazospazm (damar büzüşmesi) ve hematom durumunda, operatör kolaylıkla geleneksel radial yaklaşıma geçebilir.

5. Kronik böbrek hastalığı olan hastalar için, vasküler geleneksel radial yaklaşımda damardaki olası yaralanma hemodiyaliz için bu bölgenin kullanılmamasına neden olur. Dolayısıyla, enfiye kutusu yaklaşımı gelecekteki arterio-venöz fistül ihtiyacı için damarı korumuş olur.

6. Enfiye kutusu yaklaşımı radial damarı daha çok korur ve potansiyel koroner arter baypas cerrahisi adaylarında yedek damar olarak kullanılmasına olanak tanır."

Koroner anjiyografi

Prof. Dr. Çetin, koroner anjiyografinin, kalp damarlarının görüntülenmesi veya başka deyişle kalbi besleyen damarların röntgeninin çekilmesi olduğunu söyledi.

Anjiyo işleminin lokal anestezi ile yapıldığını, anjiyo sırasında hastanın uyanık olduğunu ve ağrı hissetmediğini anımsatan Prof. Dr. Çetin, bu işlemin yaklaşık 15 dakika kadar sürdüğünü kaydetti.

Koroner anjiyografi nasıl yapılır?

Koroner anjiyografinin kalp damarlarını görüntüleyebilmek için kasık damarından (femoral arter) veya el bileğinden (radial arter) girilerek yapılabileceğine dikkat çeken Prof. Dr. Çetin, şu bilgileri paylaştı:

"Damar giriş yerine lokal anestezi yapılır ve damar içine kılıf yerleştirilir, bu işlem hafif ağrılı olabilir. Sonraki işlemler ağrısızdır.

Damar kılıfından girilen kateter (ince plastik borucuk 1.5 - 2 mm.) ile kalbi besleyen damarlara ulaşılır. Kateter yoluyla koroner damarlara opak madde (boya) verilerek koroner damarların filmi çekilir."

Kasıktan anjiyografi

Kasık damarından (femoral arter) anjiyonun, işlem sonrası en az 4-6 saat yatakta kalmayı gerektirmesi ve damar sorunlarının kola göre daha fazla olması nedeniyle, hasta için daha sıkıntılı olduğunu anlatan Prof. Dr. Çetin, "Ancak bazı kompleks balon-stent işlemlerinin yapılabilmesi için kasık damarının daha büyük olması bir avantajdır" ifadelerini kullandı.

Koldan anjiyografi

Koldan anjiyonun el bilek damarından (radial arter) girilerek yapıldığını vurgulayan Prof. Dr. Çetin, şöyle devam etti:

"Koldan anjiyo, hasta konforu bakımından kasıktan anjiyodan daha üstündür. Koldan anjiyo sonrası hasta hemen ayağa kalkabilir. Bilek damarında (radial arter) anjiyoya bağlı sorun çıkma ihtimali çok daha düşüktür.

Bunun dışında çok yakın zamanda tanımlanan ve giderek popülerliği artan ve hastanemizde de uyguladığımız baş parmak (enfiye kutusu- snuff box) yaklaşımı, geleneksel radial (koldan) erişime göre çok sayıda avantaja sahiptir. Bu yaklaşımda hasta kolunu daha rahat bir pozisyonda tuttuğundan işlem hem hasta hem de operatör tarafından daha konforlu geçer."

Hangi yöntem tercih edilmelidir?

Bu yöntemlerden hasta için hangisinin daha iyi olacağının yapılacak işleme göre değiştiğinin altını çizen Prof. Dr. Çetin, "Anjiyo öncesi, hastanın durumu ve yapılacak işleme göre kasıktan mı, koldan mı yapılacağına doktor ve hastanın birlikte karar vermesi gerekir" diye konuştu.

pulcuoğlu

jinekoloji masası



Crash Cart



mobil ameliyat lambası



c kollu skopi uyumlu ameliyat masası

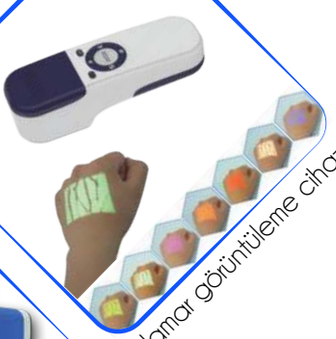


ameliyat tavan lambası



bebek kot yatağı





damar görüntüleme cihazı

seyyar ledli muayene lambası





kapnometre cihazı

Pulcuoğlu Medikal
İvedik OSB,1434.Sk.No:29
Yenimahale/Ankara
+90(312) 338 0 555
www.pulcuoglu.com.tr

Parkinson hastalarını beyin pili yaşama bağlıyor

Beyin ve Sinir Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. A. Hilmi Kaya, özellikle ilaç tedavisinden yarar görmeyen ileri evre Parkinson hastalarında beyin pili tedavisinin hastaları tekrar yaşama bağladığını söyledi.



Prof. Dr. Ahmet Hilmi Kaya

Beyinde hücreler arasındaki iletişim bir takım maddeler tarafından sağlanıyor. Hareketlerimizin kontrolü ve uyumundan da sorumlu olan dopamin üretimini sağlayan hücrelerin bozulması sonucunda Parkinson gelişiyor. Yeditepe Üniversitesi Koşuyolu Hastanesi Beyin ve Sinir Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Hilmi Kaya, genellikle 60'lı yaşlardan sonra ortaya çıkan bu sorunun özellikle genetik etkenlere bağlı olarak daha erken dönemde de görülebildiğini söyledi. Hareket bozukluğu, titreme, vücut katılığı, yavaş adımlarla yürüme, yüz ifadesinde farklılaşma, unutkanlık gibi şikâyetlerin hastalığın belirtileri arasında yer aldığını anlatan Prof. Dr. Kaya, zamanında ve doğru tanının önemine işaret etti.

"Beyin pili yaşama bağlıyor"

Erken evrede tanı konulan hastaların başlangıç aşamasında ilaç tedavisiyle tama yakın bir düzelme sağlayabileceklerine işaret eden Prof. Dr. A. Hilmi Kaya, "Erken tanı almış bu hastalarda ilaç tedavisiyle yüz güldürücü sonuçlara ulaşılır. 5-10 yıl sonrasında ileri evreye gelen vakalarda ise cerrahi tedavi gündeme gelir" diye konuştu. Parkinson'un cerrahi tedavisinde uyguladıkları beyin pili (derin beyin stimulasyonu) tedavisinde uygun hasta seçiminin çok önemli olduğuna dikkat çeken Prof. Dr. Kaya, sözlerine şöyle devam etti:

"Beyin pili ameliyatı, cerrahi ve teknik olarak modern ekipmanlar ve hesaplamalar gerektiren bir ameliyattır. İşlem sırasında bir delik açılarak kateter yardımıyla girip belirlenen noktaya elektrot yerleştiriyoruz. Burada önemli olan ameliyat sırasında kullandığımız ekipmanlar ve hesaplamalardır. Bu sayede ameliyat sırasında kapsamlı değerlendirmeler yapabiliyoruz. Beyin pili tedavisi özellikle idiyopatik Parkinson'da çok etkilidir. Dolayısıyla hasta ne kadar iyi seçebilirsek etkinliği o kadar garantileyebiliriz." Beyin pilinin Parkinson hastaları için çok önemli ve onları yaşama bağlayan bir tedavi olduğunu söyleyen Prof. Dr. Kaya, hastaların bu sayede yakınlarına olan bağımlılıklarından kurtulmaya başladığını ve kendi ihtiyaçlarını karşılayabilir hale geldiğini belirtti. Cerrahi sonrasında da hastaların düzenli kontrollerinin yapılması gerektiğini anlatan Prof. Dr. Kaya, "Beyin pilinin ömrü 5-10 yıl arasında değişir. Sonrasında ise tekrar büyük bir cerrahi işleme gerek kalmadan çok daha basit bir işlemle değiştirilebilir. Bu noktada önemli olan hastaların bu tedaviden elde ettikleri kazanımdır. Düzenli yapılacak kontrollerde de hastanın durumuna göre gerekli ayarlamalar yapılabilir" diye konuştu.

Tedavi hastalığı değil bulguları giderir

"Tedavi konusunda bir diğer önemli noktanın hasta ve hasta yakınının doğru beklentiler içinde olmasının sağlanmasıdır" diyen Prof. Dr. A. Hilmi Kaya, sözlerine şöyle devam etti: "Bilinmelidir ki Parkinson'u tamamen ortadan kaldırabilecek bir tedavi bulunmuyor. Tedaviyle hastalık değil belirtiler ortadan kaldırılır. Pil özellikle hareket sistemi üzerinde yarar sağlar. Vücut yavaşlığında azalma, hızlı hareket edebilme, vücut katılığında azalma ve daha rahat hareket edebilme gibi. Bununla birlikte hasta, titremesi azaldığı için yemeğini rahat yiyebilir, günlük işlerini yapabilir hale gelir ki bu şekilde yaşam kalitesinin yükselmesi sağlanır. Hastalar 'ben bu hastalığı atacağım' diye düşünebilir. Ancak bu düşünce hayal kırıklığı yaratabilir. Çünkü hastalıkta zaman zaman kötüleşme dönemleri yaşanabilir. Ancak günde 18 saat boyunca desteğe ihtiyaç duyan hastanın, günde yarım saat, 1 saat desteğe ihtiyaç duyacak boyuta gelmesi bile oldukça başarılı bir sonuçtur."



OctaMed®

Sağlık Ürünlerimiz ile
Her Zaman Yanınızdayız



İpek Tıbbi Plaster



Kağıt Tıbbi Plaster



Esnek Tıbbi Plaster (Fix)



Hemostatik Bası Bandı



Kateter Sabitleme Bandı



Steril Emici Kompres



Şeffaf PU Tıbbi Plaster


Kendinden Yapışkanlı Bandaj



Yapışkanlı Göz Bantları



Şeffaf PU Yara Örtüsü

OctaMed®
octamed@octamed.com
www.octamed.com
+90 533 093 82 00
/octacare
+90 216 593 17 64
+90 216 593 12 70

Kireçlenme hastalarını sevindirecek haber

Hızla ilerleyen teknolojinin son ürünü olan eklem içi enjeksiyon tedavisi, ameliyat olamayan, olmak istemeyen hastalar için umut ışığı oldu. Dünyada eklem içi enjeksiyonun 1 numaralı ürünü olarak bilinen Cingal artık Türkiye'de.

Türkiye distribütörü HerAda Grup ve Yönetici ortağı Burak Aşkın Cingal Enjeksiyon hakkında açıklamalarda bulundu. Osteoartrit ya da halk arasında bilinen adı ile kireçlenme milyonların ortak sağlık sorunu olarak karşımıza çıkıyor. Türkiye'de sadece dizinde kireçlenmesi olan hasta sayısının 11.600.000 kişi olduğunu yapılan sağlık çalışmaları gösteriyor. Kireçlenme ne yazık ki sadece dizde değil, omuz, kalça, el bileği, boyun ve hatta çene eklemlerinde de kireçlenme görülüyor.
Kireçlenme sinsi ilerliyor, belirti vermiyor Belirti verdiğinde ise ne yazık ki hastalık çok ilerlemiş oluyor. Bu nedenle özellikle de dizde, sırtta, bel ve omurgada, omuzda olan eklem ağrılarını çok ciddiye almak ve mutlaka bir hekime başvurmak gerekiyor. Diyet, egzersiz, takviye edici gıdalar ve yaşam tarzı değişiklikleri ile ameliyattan kurtulmak mümkün olabiliyor.



Tedavisi olmayan bir kronik hastalık olarak biliniyordu

Eklemler bu hastalıkta işlevlerini kaybediyorlar ve birbirleri ile kaynaşarak kişinin hareket etmesi imkansız hale getiriyorlardı. Bu durumda çare ameliyatlar ve yapılan ameliyatlarda kemik başları kesilerek yerine metal ya da plastik protezler takılması oluyordu.
Hızlı ağrı kesici etkisi ile bilinen güçlü bir kortikosteroid ve FDA onaylı, patentli Hyalüronik asit kombinasyonun bir araya geldiği Cingal tedavisi kireçlenme hastalarının yüzünü güldürüyor. Bir enjeksiyonun etkisi en az bir yıl sürüyor ve bu süre içinde hastaların başka bir tedaviye ihtiyaçları kalmıyor. Cingal'deki kortikosteroid, çocuklarda dahi kullanımı uygun olan bir molekül olduğu için ilk ve tekrar uygulamalarda güvenle kullanılıyor.

Kullanılan enjeksiyon ürününün kalitesi belirleyici

Dünya standartlarında üretilen, milyonlarca global uygulaması olan yüksek kalitedeki ürünlerin yan etkisi görülmüyor ve tedavi başarısı bir yıldan uzun sürüyor. Diğer yandan, menşei takip edilemeyen uygulamalarda şiddetli yan etkiler görülebiliyor ve bu da halk arasında eklem içi enjeksiyona dair olumsuz fikirlerin dolaşmasına neden oluyor. Bugün, Türkiye'de eklem içi enjeksiyonda tüm Dünya'da altın standart olarak kabul edilen Orthovisc'e kolayca ulaşmam mümkün. Orthovisc'in 25 milyondan fazla global işlem uygulamasında hiç yan etki görülmemiş. Yine Dünya'da eklem içi enjeksiyon tedavisinde çığır açan ve 10 milyondan fazla uygulaması bulunan Monovisc'i de Türkiye'de bulmak mümkün. Eklem içi enjeksiyon tedavisinde, hastalara da görev düşüyor. Bilinçlenme ve bilinç çok önemli. En iyi tedaviyi alabilmek için araştırma yapmak gerekiyor.

Diyet, egzersiz, takviyeler hastalığın ilerleyişini yavaşlatabilir ya da durdurabilir. Eklem içi enjeksiyonlar ise eklemleri korur, kıkırdak dokunun yıpranmasını engeller ve hareket kabiliyetini artırır. Burada önemli olan her enjeksiyonun aynı olmadığının bilincine varılmasıdır. Unutulmamalıdır ki, en ileri teknoloji ürünü olan enjeksiyonlar tedavide daha başarılı olacaktır.

OctaMed®

Sağlık Ürünlerimiz ile
Her Zaman Yanınızdayız

rossmax



Kompresörlü
Nebülizatör



Temassız
Termometre





Cutanplast
Standart



Otomatik
Tansiyon Aleti

CUTANPLAST®



Cutanplast
Dental



Cutanplast
Anal

OctaMed®

octamed@octamed.com
www.octamed.com

+90 533 093 82 00 /octacare

+90 216 593 17 64
+90 216 593 12 70

Çevrimiçi sağlık

Koronavirüs salgını tüm dünyayı etkilemeyi sürdürürken, çevrimiçi dünyada sağlık konusunda sayısız bilgi paylaşılıyor. Böylelikle bilgi sahibi olmak isteyenler yanlış yönlendirebiliyor.



Deniz Rona Bayıldıran

Sağlık uzmanları ve doktorların çevrimiçi dünyada bu konuda doğru bilgi arayanlarla etkileşimde olması artık çok daha büyük bir önem kazandı. "DijitalDr" platformu dinamik tasarımlara sahip web siteleriyle salgından etkilenen sektöre destek olmak için çalışmalarını sürdürüyor. Ajansın kurucusu Deniz Rona Bayıldıran, salgın şartları da düşünüldüğünde internette bulunmanın artık sağlık uzmanları ile doktorlar için zorunluluk olduğunu söylüyor. Çevrimiçi dünyada bu konuda artan bilgi kirliliği de dikkate alındığında, sağlık okuryazarlığının artmasında alandaki uzmanlara büyük ihtiyaç olduğunu vurgulayan Bayıldıran, ajans olarak hizmetlerini şöyle özetliyor:

"100'e yakın uzmanla çalıştık"

Biz de bugüne kadar 100'e yakın sağlık uzmanı ile çalışmış bir dijital tasarım ajansı olarak, sosyal medyada görünür olmak ve güven aşılamak isteyen sağlık uzmanları için oldukça pratik web siteleri tasarlamaya odaklandık. Beslenme uzmanları, terapistler ve doktorların ihtiyaç ve taleplerine göre seçilmiş tasarımlarla fonksiyonel ve ziyaretçi ile ilişki geliştiren web siteleri yapmaya başladık. Her sağlık uzmanının kendini en iyi şekilde ifade etmesine olanak sağlamak amacıyla kendi sözleri ve özelliklerine göre tasarlanmış web sitesi hazırlıyoruz. Dünyanın en çok kullanılan ve en güvenilir web sitesi platformu olan Wordpress üzerinden hizmet veriyoruz. Tasarımda kullanabileceğimiz tüm web sitesi şablonlarını özel olarak sağlık uzmanları için optimum faydayı elde edebilecek şekilde seçiyoruz. Dolayısıyla hekimlerimiz, yüzlerce şablon arasından seçim yapmak zorunda kalmıyorlar. Tasarımdan teslimata kadar süremiz, içerik ve tüm detayların hazır olması halinde sadece üç gün sürüyor.

"Sektörde bir adım öne geçmek için şans"

Sağlık uzmanları, dijital dünyanın bir parçası olan web sitelerini genellikle bilgi kaynağı olarak görür. Danışan ya da hastaların, uzmanlık alanları ve hizmetleri hakkında bilgi alabilmesini ister. Dolayısıyla kendilerine özel hazırlanmış tıbbi web siteleri, hekimlerin kendilerini tanıtmak ve sektörde bir adım öne geçmeleri için bir şans. Özellikle hekim kendisini bir marka olarak konumlandırma hedefindeyse, tüm bilgilerini yani marka değerini bir araya toplamak için kendi web sitesine sahip olması son derece mantıklı.

"Siteniz sizin yayın organınız"

Web siteniz bir nevi kendi yayın organınız. Hem hizmetlerinizle ilgili tüm bilgileri paylaşabilir hem de danışanlarınız ve hastalarınız ile yakın etkileşime girebilirsiniz. Web sitelerinde son dönem trend olan uygulamalar; video paylaşımları, anketler, takvim, canlı asistan ve hesap makineleri gibi bir dijital hizmet çeşitliliği ile ziyaretçilerinizle derin bir bağ kurmak çok daha kolay oluyor.

"SEO desteği veriyoruz"

Yeni web siteniz için gerek duyabileceğiniz hizmetleri hekimlerimize zaman kaybetmeden sunuyoruz. Mobil cihazlarla uyumlu web sitesi tasarımı, logo ve grafik unsurları tasarlayabileceğiniz grafik tasarım, SSL güvenlikli alan adı ve hosting, e-posta adresi ve e-posta gönderim altyapısı, görsel içerik stok yönetimi, blog yazıları ve içerik üretimi, arama motorlarında üst sıralarda masrafsız yer alınmasını sağlayan arama motoru optimizasyonu (SEO), daha büyük kitleye ulaşmak için kullanılabilen dijital reklam yönetimi, web sitesine ziyaretçi çekebileceğiniz sosyal medya hesaplarınız için içerik yönetimi, çevrimiçinde nasıl bir performansınızın olduğunu takip edebileceğiniz düzenli analitik raporlamalar.

MEDİKOZ
TERCÜME

DOĞRU YÖNLENDİRME İLE
ZAMAN TASARRUFU



Mutluluğunuza Çeviriyoruz!

www.medikozceviri.com | info@medikozceviri.com | 0312 911 1 363
Atatürk Bulvarı 46/22 Çankaya Ankara

Dijital ikizler

i2b2 tranSMART topluluğu, Dell Technologies'in modern altyapısı sayesinde kişisel bilgiler içermeyen hasta verilerini kullanarak dijital ikizler oluşturacak.

Araştırmacılar, hastalar için genetik ve tıbbi geçmişe dayalı olarak mümkün olan en iyi tedavi seçeneğini belirlemek üzere oluşturulan bu dijital ikizler üzerinde milyonlarca kişiselleştirilmiş tedavi simülasyonu gerçekleştirme olanağına sahip olacak.

Dell Technologies, dijital ikizler oluşturmak için bilgi işlem, yapay zekâ, makine öğrenimi ve gelişmiş depolama yetenekleri sağlayacak Dell EMC Power Edge, PowerStore ve PowerScale depolama sistemlerinin yanı sıra VMware Workspace One ve Boomi entegrasyon hizmetlerinden oluşan bir veri bölgesi (güvenli bir veri depolama ağı) oluşturdu. Oluşturulan bu veri alanında araştırmacılar, çeşitli izleme sistemlerine ve elektronik sağlık kayıtlarına dağılmış verileri topluyor, depoluyor ve analiz edebiliyor. Ayrıca gelecekte ventilatör ve kardiyak monitörler aracılığıyla toplanan gerçek zamanlı klinik verileriyle dijital ikizleri güncelleme kapasitesine de sahip olacaklar.

Dell Technologies Stratejik Danışmanlıklar ve Sosyal İnovasyonlardan Sorumlu Başkan Yardımcısı Jeremy Ford, "Bu proje, iyi anlaşılmayan bir durumdan mustarip insanları desteklemek için bir araya gelen küresel araştırma ve teknoloji topluluğunun mükemmel bir örneği olarak öne çıkıyor. i2b2 tranSMART Foundation ile birlikte çalışarak uzmanlığımızı ve teknolojilerimizi dijital ikizler oluşturmak, verileri paylaşmak, simülasyonlar ve analizler yapmak için kullanacağız. Bu iç görüler, COVID'in uzun vadeli etkilerinden şikayetçi olan hastaları anlamaya ve tedavi etmeye yardımcı olacak" dedi. Araştırmacılar başlangıç olarak bu veri alanını 70.00 hastanın testleri, simülasyonları ve analizleri için kullanacaklar. Bu veriler, ABD, Fransa, Almanya, İtalya, Singapur, İspanya, Brezilya, Hindistan ve İngiltere'deki veri ortakları dahil olmak üzere 200'ün üzerinde hastane ve araştırma merkezinden oluşan uluslararası 4CE Konsorsiyumu ile paylaşılacak. Bu çalışmanın önümüzdeki dört yıl içinde verileri iki milyon dijital ikiz oluşturacak şekilde genişletebilecek bir potansiyeli bulunuyor.

COVID'in uzun vadeli etkilerini anlama ve tedavi etme

COVID-19'u atlatan tahminen 20 kişiden 1'inde aşırı yorgunluk, bilinç bulanıklığı, baş ağrısı, kalp ritim bozukluğu, ateş ve nefes darlığı gibi uzun vadeli belirtiler yaşama olasılığı bulunuyor. Bu kişiler, Akut SARS-CoV-2 Sonrası Komplikasyonlar (PASC - Post-Acute Sequelae of SARS-CoV-2) olarak bilinen bir durumdan mustariptir. Virüs vücuttan atıldıktan sonra neden bazı kişilerin etkilenmeye devam ettiği veya virüsün uzun vadeli etkileri hakkında çok az şey biliniyor.

National Institutes of Health (Ulusal Sağlık Enstitüleri), bir süre önce bu konuda daha fazla araştırma yapılması adına PASC araştırmalarını destekleyecek dört yıldan oluşan ilk aşama için milyar dolarlık bir girişimi duyurdu.

Böyle bir araştırma, muazzam miktarda hasta verisi gerektiriyor. 4CE Konsorsiyumu ile doğrudan çalışan i2b2 tranSMART Foundation, dünya genelinde 200'den fazla kurumdan oluşan bir ağdan verilerin toplanmasını ve taşınmasını destekledi. Hastaların mahremiyetlerinin korunması için 4CE Konsorsiyumuna gönderilmeden önce kimlik bilgileri tüm verilerden kaldırılıyor.

İ2b2 tranSMART Foundation Yönetim Kurulu Üyesi Dr. Shawn Murphy, "Sağlık uzmanları bu aşamada COVID-19 tedavilerinin etkinliğini geliştirip değerlendirerek çığır açıyorlar. Yapay zekâ odaklı bu yeni platform, sağlık uzmanlarının hastalara daha iyi bakım ve hassas tedaviler sunmak için araştırma bulgularından faydalanmalarını sağlayacak. Bu dijital ikizleri oluşturarak klinik araştırmaları yepyeni bir seviyeye taşıyoruz" dedi.

Ek kaynaklar

- Blog: Yapay Zekanın Gücü COVID-19'un Uzun Vadeli Tedavisine Nasıl Yardımcı Oluyor?
- İnfografik: Dijital İkiz 'Uzun Vadeli Etkiler' Araştırması
- Progress Made Real sosyal etki planı ve 2030 hedefleri



EMS
Emergency Mobile Systems

Yaşam İçin
Mobil Sağlık Çözümleri



AMBULANS & AMBULANS MALZEMELERİ



MOBİL SAĞLIK ARAÇLARI



1.Organize Sanayi Bölgesi Kırım Hanlığı Cad. No: 9 06930
Sincan/Ankara/TURKEY
Tel : + 90 312 267 60 54 (pbx)
Fax : + 90 312 267 18 66

DUBAİ ŞUBE / BRANCH DUBAI
P.O. Box 261410 Dubai / U.A.E.
Tel : + 971 4 880 64 68
Fax : + 971 4 880 64 86

ALMANYA ŞUBE / BRANCH GERMANY
Kalkumer Straße 125
40468 Düsseldorf Germany
Tel : +49 (0)211 / 680 20 53
Fax : +49 (0)211 / 680 20 55

İSTANBUL ŞUBE / BRANCH ISTANBUL
İSTOÇ Oto Ticaret Merkezi H.1 Blok No: 117-118
Mahmutbey/Bağcılar/İstanbul/TURKEY
Tel : +90 212 659 22 87 / 659 22 88
Fax : +90 212 659 22 89

ISO 9001 | ISO 13485 | TS EN 1789+A1 | TS EN 1865-1 | ISO 14001 | OHSAS 18001 | TSE | TÜV CERT ISO 9001 | CE | Gost-R | 10G TESTED

www.ems.tc • info@ems.tc

Yeni nesil sağlık hizmetleri

Salgın döneminde pek çok sektör dijitalleşme alanında önemli şekilde ivme kazanırken, sağlık sektörü de bu gelişmelerin en çok görüldüğü alanlardan biri oldu. Dünya çapında dijital sağlık sektörünün pazar hacmi, 2019 yılında 100 milyar dolar seviyelerine ulaştı.

Çin'in Wuhan kentinde başlayan ve hızla dünyaya yayınlan COVID-19 salgını ve 2020 yılının Mart ayında Türkiye'de de vakalar görülmesiyle başlayan süreç, hayatımıza tam kapanma, karantina, evden çalışma, sosyal mesafe gibi pek çok kavramı da beraberinde getirdi.

Salgın döneminde pek çok sektör dijitalleşme alanında önemli şekilde ivme kazanırken, sağlık sektörü de bu gelişmelerin en çok görüldüğü alanlardan biri oldu. Dünya çapında dijital sağlık sektörünün pazar hacmi, 2019 yılında 100 milyar dolar seviyelerine ulaşırken, önümüzdeki 2026 yılına kadar bu rakamın 6 katına çıkması bekleniyor. Uzmanlara göre önümüzdeki yıllarda dijitalleşme süreciyle şekillenen sağlık yatırımları geleceğin sağlık sektörünün temellerini atıyor.

Hem sağlık hizmeti hem de danışma servisi

Ülkeler bir yandan hem kendi aşı programlarını yürütmek için araştırmalar yaparken bir yandan da dijitalleşen sağlık hizmetleri üzerine yapılan çalışmalar her geçen gün hız kazanıyor. Dijital sağlık uygulamaları hem bir sağlık hizmeti servisi hem de bir danışma ve bilgi servisi olarak kabul ediliyor. Dijital sağlık alanında faaliyet gösteren start-up'ların sayısı da dünya genelinde artış gösteriyor. Bu alanda en çok start-up'a sahip olan ülkeler, Amerika, Çin, İngiltere, Fransa ve Kanada.

Sağlık ve teknoloji iş birliği

Türkiye'de de tele sağlık, online doktor danışmanlık hizmetleri, online hasta takibi hızlı yükseliş gösteren trendlerden.



Tolga T. Tuncer



Dr. R. Erdem Erkul

Bu konuda geçtiğimiz günlerde Güven Future ile güçlü bir iş birliği kurarak, alanında öncü bir sağlık-teknoloji ekosistemi kurmayı hedeflediklerinin altını çizen Cerebrum Tech Kurucusu ve Yönetim Kurulu Başkanı Dr. R. Erdem Erkul, "Tele sağlık hizmetlerinin pandeminin etkisiyle birlikte artış gösterdiğini görüyoruz. İnsanlar hastane ortamında bulunmaktan çekiniyorlar fakat aynı zamanda sürekli takip gerektiren pek çok kronik hastalıktan da muzdarip olabiliyorlar. İşte tam olarak bu noktada Güven Future ile yaptığımız güçlü iş birliği yapısıyla, Türkiye'de bulunan doktorlara, sağlık kurum ve kuruluşlarına dijital dönüşüm hizmetleri sunabiliyoruz. Bu alanda en önemli hususlardan biri kişisel verilerin korunması ve kaliteli danışmanlık hizmeti sunulabilmesi. Bu alanda oldukça ses getirecek ürünler geliştirdik ve geliştirmeye devam ediyoruz." dedi.

Güven Future Genel Müdürü Tolga T. Tuncer ise, "Sağlık bilişimi ve dijital sağlık alanında geliştirdiğimiz çözümler ile kişilere kolay erişilebilir ve düşük maliyetli sağlık hizmetleri sunma konusunda önemli adımlar atıyoruz. Yaklaşık bir yıldır 'Online Doktor' konusunda aktif bir alt yapı ile önemli deneyimler elde ettik. Veri güvenliği ve hasta mahremiyeti birinci önceliğimiz. Çok yakında kronik hastalık takibi ve yapay zekâ destekli tanı hizmetleri ile bu alanda ses getiren çözümlere imza atmaya devam edeceğiz. Cerebrum Tech ile gerçekleştirilen iş birliğinin, yurtiçinde ve yurtdışında yeni fırsatlar yaratarak bireylerin ve kurumların dijital sağlık hizmetlerine erişimini hızlandıracağına inanıyoruz." diyerek online doktor hizmetiyle ulaşılabilir sağlık hizmetlerinin geliştirilmesine vurgu yaptı.

YOUR FOR HYGIENE

Healthy babies, happy mothers

Acto® Baby Gel - Baby Spray

Baby protection spray for the diaper region
Baby protection gel for the diaper region

- **It can also be used for whole body cleansing - except face.**
- **Prevents diaper rash formation and irritation.**
- **Protects your baby's skin.**
- **Practical use.**
- **Tested and approved by the German Dermatest Institute.**





ACTO® Baby Spray, is used to clean diaper area of your baby, when you change the diaper. It is suitable even for the most sensitive skins thanks to its non-irritating and safe formula. It cleans and moistens the skin.

It reduces the skin tension by softening. It can be used on whole skin except the face.

ACTO® Baby Gel, is used to moisten the diaper area of your baby, when you change the diaper. It is suitable even for the most sensitive skins thanks to its non-irritating and safe formula. It cleans and moistens the skin. It reduces the skin tension by moistening. It can be used on whole skin except the face.

PATENTED FORMULA

ORIGINAL 07 EXCELLENT 2019 dermatest®

dermatest-garantie.de

Potential distributors can contact us

For convenient online shopping, visit www.actomarket.com

actopharmatr actogmbh | actopharmatr actogmbhgermany | actopharmatr actogmbh

German Company

ACTO® Active Chemical Technology Organisation | Pharma Disinfection Sterilisation Hygiene

www.actogmbh.com - info@actogmbh.com

Sanofi ve GSK'nın aşı adayının Faz 2 sonuçları açıklandı

722 gönüllünün katıldığı Faz 2 çalışmasında Sanofi ve GSK'nın aşı adayının tüm yetişkin yaş gruplarında güçlü bağışıklık yanıtları gösterdiği belirtildi.

Sanofi ve GSK'nın adjuvanlan rekombinant COVID-19 aşı adayının Faz 2 sonuçları açıklandı. 722 gönüllünün katıldığı Faz 2 çalışmasının sonuçlarına göre çalışmaya katılan tüm yetişkin yaş gruplarında aşı adayının COVID-19 hastalığını atlatan kişilerde ölçülen oranlarda güçlü nötralize edici antikor tepkileri gözlemlendi.

Faz 2 ara sonuçlarına göre, Sanofi ve GSK'nın COVID-19 aşı adayının ikinci dozunun enjeksiyonun ardından tüm yaş gruplarında (18 ila 95 yaş) geçerli tolere edilebilirlik seviyesinde ve güvenlilik endişelerini bertaraf edecek şekilde %95 ile %100 serokonversiyon (aşının COVID-19 antikorlarını üretme oranı) gözlemlendi. Bu sonuçlar paralelinde aşı adayının küresel Faz 3 çalışmasının önümüzdeki haftalarda başlaması bekleniyor.

Sanofi Pasteur İcra Kurulu Başkan Yardımcısı ve Küresel Başkanı Thomas Triomphe Faz 2 verilerine ilişkin olarak yaptığı açıklamada şunları kaydetti; "Şunu çok net görüyoruz ki, özellikle COVID-19'un yeni varyantları ortaya çıkmaya devam ettikçe, pandemi ile mücadelede etkili ve bağışıklık arttırıcı pekiştirme doz (booster) aşılara duyulan ihtiyaç sürecek. Faz 2 sonuçları, normal ısı koşullarında depolanabilecek aşı adayımızın, devam eden küresel halk sağlığı krizinin yönetilmesinde önemli bir rol oynayacak potansiyele sahip olduğunu göstermektedir. Elimizdeki olumlu sonuçlarla, aşı adayımızın küresel Faz 3 etkililik çalışmasına geçmeye hazırız. Aşımızın mümkün olan en kısa sürede kullanıma sunulması adına dünya genelindeki paydaşlarımız ile birlikte çalışmalarımızı sürdürüyoruz."



GSK Aşıları Bölümü Başkanı Roger Connor da Faz 2 çalışmasının pozitif sonuçları ışığında protein bazlı adjuvanlı aşı adayının COVID-19 varyantlarına verdiği olumlu tepkiler ve bağışıklık arttırıcı pekiştirme dozlar (booster) da dahil olmak üzere pandemi ile verilen mücadelede önemli bir potansiyele işaret ettiğini belirtti. "Aşı adayımızın, COVID-19 ile devam eden mücadeleye önemli bir katkı sağlayabileceğine inanıyoruz ve yıl sonundan önce kullanıma sunma hedefimizi gerçekleştirmek için mümkün olan en kısa sürede Faz 3 çalışmalarına geçeceğiz" dedi.

Olumlu Faz 2 ara sonuçlarına dayanarak, iki şirket önümüzdeki haftalarda aşı adaylarının 10µg dozu ile GSK'nın pandemik adjuvanını kapsayacak global Faz 3 çalışmasını, randomize, çift kör çalışma yöntemi ile başlatmayı planlıyor. Faz 3 çalışmasının, çeşitli ülkelerden 35.000'den fazla yetişkin katılımcı ile gerçekleşmesi planlanıyor. Faz 3 çalışmalarında ayrıca COVID-19'un D614 (Wuhan) ve B.1.351 (Güney Afrika) varyantları dahil olmak üzere iki aşı formülasyonunun etkinliği değerlendirilecek.

Buna paralel olarak şirketler, ilk aşı platformundan bağımsız olarak daha düşük bir aşı dozunun güçlü bir destek tepkisi oluşturma yeteneğini değerlendirmek amacı ile çeşitli varyant formülasyonları destekleme çalışmaları yürütmeyi hedefliyor. Önümüzdeki haftalarda başlatılması planlanan Faz 3 çalışmaları sonuçları ve ruhsat değerlendirilmesi doğrultusunda, aşının 2021'in dördüncü çeyreğinde onaylanması bekleniyor.

COVID-19 salgınına karşı mücadelede gerçekleşen çalışmalar

GSK ile iş birliği içinde adjuvanlı rekombinant protein bazlı aşıya ek olarak Sanofi, Translate Bio ile ortaklaşa bir haberci RNA aşısı geliştiriyor. Mart 2021'de Sanofi ve Translate Bio, klinik öncesi verilerin yüksek nötralize edici antikor seviyeleri göstermesinin ardından güvenliliği, bağışıklık tepkisini ve reaktojeniteyi değerlendirmek için mRNA COVID-19 aşı adayı için bir Faz 1-2 klinik çalışmasını başlattı. Bu çalışmanın ilk sonuçlarının 2021'in üçüncü çeyreğinde alınması bekleniyor.

expomed eurasia HYBRID+

Avrasya'nın Lider Medikal Fuarı

2-4 Haziran 2021

BUSINESS CONNECT PROGRAM

Online Etkinlik Tarihleri

26 - 27 Mayıs 2021
Hastane Günleri

2 - 4 Haziran 2021
Distribütör Günleri

9 Haziran - 9 Eylül 2021
Online İş Bağlantıları

GÜVENLİ HİZMET TSE COVID-19
Ayrıntılı Bilgi



www.expomedistanbul.com

@expomedeurasia @expomed-eurasia

Reed | TÜYAP
Reed Tüyap Fuarcılık A.Ş.

T.C. TİCARET BAKANLIĞI | KOSGEB Destekleyen Kuruluş | ufi Onaylı Fuar | ICCA Üye Kuruluş Uluslararası Kongreler Birliği | TFYD Üye Kuruluş TÜRKİYE FUAR YAPIMCILARI DERNEĞİ | TS EN ISO 9001:2015

TÜYAP FUAR VE KONGRE MERKEZİ
Büyükçekmece, İstanbul

BU FUAR 5174 SAYILI KANUN GEREĞİNCE TOBB (TÜRKİYE ODALAR VE BORSALAR BİRLİĞİ) DENETİMİNDE DÜZENLENMEKTEDİR.

64 şirket arasından ilk 6'da yer aldı

Gene2info, Türkiye'de sağlık alanında yenilikçi çözümler geliştirmek ve sunmak için çalışan Sanofi'nin girişimcilik programı PharmUp 2021'e seçildi. Endeavor iş birliğinde gerçekleştirilen programda Gene2info, 64 şirket arasından ilk 6'da yer aldı.



Bahadır Onay

Genetik hastalıkların tanı sürecini, hastalığa özel tanı kitleri ve yapay zekâ destekli algoritmalarla hızlandıran Gene2info, Türkiye'de en yenilikçi 6 sağlık girişimden biri seçildi. Gene2info, Sanofi'nin hayata geçirdiği ve Endeavour Türkiye iş birliği ile yürütülen sağlık alanında fark yaratacak fikir ve proje sahiplerine yönelik PharmUp Girişimcilik Programı'na katılmaya hak kazandı. Programa başvuran 64 firma arasından ilk 6'ya giren Gene-2info,2021 yılı PharmUp kapsamında çalışmalar gerçekleştirecek.

Uygulanan teknolojiyle Türkiye'de bir ilk

Genetik tanı alanında, nadir hastalıklarla ilgili çalışan tüm hekimlere uçtan uca bir çözüm sunduklarını söyleyen Gene2info Kurucu ortağı Bahadır Onay, "Nadir hastalıkların genetik tanısında uyguladığımız teknoloji ve iş modeliyle Türkiye'de ve bölgemizde bir ilki gerçekleştiriyoruz. Standardize edilmiş ürün, yazılım ve servislerimizle tanı sürecini hızlandırıyoruz. Hastadan biyolojik örneğin alınması, dijitize edilmiş genetik verinin yapay zekâ ile analizi, varyantların saptanması ve genetik analiz raporunun doktora iletilmesine kadar tüm sürecin çevrimiçi bir platformdan yürütüldüğü bulut tabanlı bir genetik tanı çözümü sunuyoruz. Daha önümüzde pek çok hedef ve uzun bir yol var. Bu anlamda Sanofi'nin PharmUp 2021 yılı Girişimcilik Programına seçilen 6 yenilikçi sağlık girişiminden biri olduğumuz için çok heyecanlıyız. Sanofi'nin sağlıkta inovasyon tecrübesinden faydalanmak, Endeavor Türkiye mentorlerinin yenilikçi bakış açısıyla çözümlerimizi zenginleştirmek, iş birliği olanaklarını araştırmak ve sağlık teknolojilerindeki benzer girişimlerle bir arada olmak fırsatını elde ettik. Bu deneyimin bize çok büyük katkılar sunacağına inanıyoruz" dedi.

2021 yılı PharmUp programı katılımcıları Akıllı Sağlık Cihazları ve Diagnostik Çözümler, Medikal Eğitim ve İletişim Araçları, Sağlıklı Yaşam Çözümleri, Dijital Sağlık ve Teletıp, Veri Yönetimi ve Analitiği, Kurumsal Dijital Dönüşüm alanında çalışmaları bulunan sağlık alanındaki yenilikçi girişimlerden seçildi. Mentörlük desteği ve eğitimler içeren program 3 ay sürecek.



Prof. Hotamışlıgil bilim dünyasının "en"leri arasında yer aldı

Harvard Üniversitesi JS Simmons Genetik ve Metabolizma Profesörü ve Sabri Ülker Metabolik Araştırmalar Merkezi Başkanı Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil gerçekleştirdiği bilimsel çalışmalarla dünyanın "en etkin" bilim insanları arasında yer aldı.



Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil

Bilim dünyasında aktif rol oynayan akademisyenlerin görüş bildirdiği referans yayınlar özelinde yapılan araştırma 2020 yılı itibarı ile "en"lerini belirledi. Stanford Üniversitesi'nin yayınladığı Plos Biology dergisi, tüm bilim dallarını kapsayan ve 7 milyon aktif araştırmacıyı baz alan önemli bir araştırmaya ve sıralamaya yer verdi. Araştırmanın sonuçlarının yer aldığı makalede referans niteliğindeki bilimsel yayınlarda en fazla adı geçen ve etkinlik düzeyi en yüksek olan bilim insanlarını listesi okuyucularla paylaşıldı. Bu çok ses getiren makale büyük merak uyandırarak kısa sürede yarım milyon kullanıcı tarafından okundu. Aralarında, sırası ile, Gökhan Hotamışlıgil, Aziz Sancar, İlhan Fırat Akyıldız ve Daron Acemoğlu'nun yer aldığı çalışma kendi alanlarında en yüksek etkiye sahip akademisyenler olarak kayıtlara geçti. Yapılan araştırmanın veri tabanında en yüksek endekse sahip Türk bilim insanı Gökhan Hotamışlıgil, gerçekleştirdiği önemli bilimsel çalışmalarla dünya ölçeğindeki etkinlik sıralamasında tanınan isimler listesinde ilk sıralarda yer alıyor (tüm alanda 229/7 milyon, kendi alanında 13/80 bin).

Mesleğinde 25 yılı geride bırakan Harvard Üniversitesi JS Simmons Genetik ve Metabolizma Profesörü Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil, aynı zamanda Sabri Ülker Metabolik Araştırmalar Merkezi'nin de başkanlığını yürütüyor. Sabri Ülker Vakfı'nın ev sahipliğinde iki yılda bir düzenlenen Metabolizma ve Yaşam Sempozyumu'nu organize eden Hotamışlıgil, bu yıl 25 -26 Mayıs tarihlerinde online olarak gerçekleştirilecek sempozyumda metabolizma alanında dünyanın en önde gelen bilim insanlarını ağırlayacak.



Hırvat hekimlere ağrı pili eğitimi

İAÜ VM Medical Park Florya Hastanesi'nde Hırvatistan'dan gelen hekimlere Prof. Dr. Serbülent Gökhan Beyaz liderliğinde ağrı pili eğitimi verildi.



Prof. Dr. Serbülent Gökhan Beyaz

Türkiye son dönemde tıp alanında birçok ileri teknolojik uygulamalarda önemli bir eğitim üssü konumuna ulaştı. İAÜ VM Medical Park Florya Hastanesi de Türk hekimlerinin verdiği uygulamalı yeni bir eğitime ev sahipliği yaptı. Halk arasında 'ağrı pili' olarak bilinen, tıbbi literatürde ise 'Spinal Kord Stimülatörü' olarak adlandırılan tıbbı işlem, İAÜ VM Medical Park Florya Hastanesi'nde Hırvatistan'dan gelen hekimlere uygulamalı olarak gösterildi. Anestezi ve Reanimasyon Uzmanı Prof. Dr. Serbülent Gökhan Beyaz yönetiminde nöromodülasyon ekibi tarafından bir günde 3 farklı hastada misafir hekimlere uygulamalı eğitimin gösterildiği programda, ayrıca teorik ve teknik konularda detaylı bilgilendirmeler de yapıldı.

Güvenilirliği kanıtlanmış bir yöntem

Ağrı pili uygulamasının 40 yıldan fazla süredir dünyada güvenilirliği kanıtlanmış bir yöntem olduğunu belirten İAÜ VM Medical Park Florya Hastanesi Anestezi ve Reanimasyon Uzmanı Prof. Dr. Serbülent Gökhan Beyaz, "Eğitim programında ülkemizde Avrupa Birliği ülkelerinden Hırvatistan'ın CHC Osijek Kliniği'nden 5 hekimi konuk etme şerefine ulaştık. Yaptığımız işlemde nöropatik ağrısı ve ameliyat sonrası geçmeyen ağrıları olan iki hastaya ağrı pili takılırken, dışkı tutamama sorunuyla yurtdışından gelen bir hastamıza ise Gastroenteroloji Uzmanımız Prof. Dr. Orhan Kürşad Poyrazoğlu ile birlikte sakral bölgeye pil takıldı" dedi.

Dünyada yılda 100 bin kişiye uygulanıyor

Ağrı pili işlemi; başta başarısız bel cerrahisi diye adlandırılan hasta grubuyla birlikte, kronik ağrı, nöropatik ağrı, diyabetik ayak, Buerger sendromu ve periferik vasküler hastalarına Anestezi Reanimasyon Uzmanı, Beyin ve Sinir Cerrahisi Uzmanı, Psikiyatri ve Fizik Tedavi uzmanlarından oluşan bir heyetin multidisipliner değerlendirmesi sonrasında uygulanabiliyor.

Günümüzde dünyada yılda 100 bine yakın ağrı pili uygulamasının gerçekleştiğini ve gerçekleşen her 10 vakanın en az iki ya da üçünün yayına dönüştürülebilir olduğunu belirten Prof. Dr. Serbülent Gökhan Beyaz, yaptıkları işlem hakkında şu bilgileri paylaştı;

"Ağrı pili (Spinal Kord Stimülatörü) uygulamasında, hastanın omurga kanalına bir elektrot yerleştirilir ve ucu akım üreten bir jeneratöre (ağrı pili) bağlanır. Pil tarafından üretilen akım elektrot aracılığıyla omuriliğe iletilerek ağrının beyne iletilmesi engellenmiş olur. Lokal anestezi altında sakinleştirici ilaçlar eşliğinde (sedasyon) desteğiyle uygulama başarıyla gerçekleştirilmektedir."

"Ülkemiz için gurur duyduk"

Nöromodülasyon alanındaki araştırmalarına devam ettiklerini ve bu alanda ulusal ve uluslararası platformlarda bir sonraki nesillere aktarılacak yayınlar ve eserler bırakmak adına heyecanla çalıştıklarını sözlerine ekleyen Prof. Dr. Serbülent Gökhan Beyaz, "Burada eğitim veren tarafın, Türk hekimleri olması ve ülkemizin bütün hekimlerine bu başarının atfedilmesi bize gurur vermektedir" ifadelerini kullandı.

Hırvatistan'dan gelen hekim ekibinin koordinatörü Anesteziyoloji Uzmanı Prof. Dr. Ivan Rados ise, "Ülkenizi daha önce sosyal bir program için ziyaret etmiştim. Katıldığımız eğitim programından çok memnun kaldık. Bize ve hastalara gösterdikleri ilgi ve alakadan dolayı Prof. Dr. Serbülent Gökhan Beyaz ve ekibini takdir ettik" şeklinde konuştu.



İmplant teknolojisi işitme engelliliğin sonunu getirdi

İşitme engelliliğin yeni implant teknolojileri ile ortadan kaldırılabildiğini belirten Prof. Dr. Celil Göçer, erken müdahale ile başarılı sonuçların alındığını kaydetti.



Prof. Dr. Celil Göçer

Kronolojik ve fizyolojik yaşlanmayla birlikte işitme kaybı oranlarının 60 yaşından sonra artış gösterdiği biliniyor. 70 yaşından sonra nüfusun yaklaşık yarısının değişen derecelerde işitme kaybı yaşadığı belirtilirken, istatiksel olarak erkeklerde kadınlara oranla yaklaşık 2 kat daha sık işitme kaybı görülüyor.

İşitme kaybı tanısı konulduktan sonra hastanın durumuna göre yaklaşım geliştirmek gerektiğini ifade eden Göçer, nano teknoloji ve yazılım teknolojisindeki gelişmelerle birlikte işitme kaybı için kullanılan cihazlar ve implantların da sürekli gelişme kaydettiğini belirtti. Cihaz boyutları giderek küçülürken, sağladıkları ses kalitesinin arttığını söyleyen Lokman Hekim Üniversitesi KBB Kliniği Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Celil Göçer Göçer, klasik işitme cihazları sesi alıp amfi etkisi ile ses seviyesini artırarak dışkulak yoluna aktarırken, kemiğe implante edilen işitme cihazlarının, kafatasında oluşturdukları titreşimle kokleayı direkt uyarmasıyla daha net ve yüksek bir işitme sağladığına dikkat çekti. Cihaz ve implant çözümlerinin sahip oldukları yazılımlarla hastanın işitme kaybının tipine göre ayarlanabildiğini söyleyen Göçer, ileri derecede işitme kayıplarında kemiğe implante edilen cihazların tam başarı sağladığının altını çizdi.

İşitme implantları engelliliği ortadan kaldırdı

Kemiğe monte edilen işitme implantlarının doğru zamanda uygulanmasıyla önemli başarılar sağlandığını vurgulayan Prof. Dr. Göçer konu hakkında şunları söyledi: "Rahatlıkla söyleyebilirim ki işitme kaybı olan kişilerin tedavisi için geliştirilen implantlar bütün tıp uygulamaları içinde en iyi sonucu veren cihazlardır. Çünkü fonksiyonu olmayan bir organın yerini alan bu cihazlar, normalde duymayacak, duymadığı için konuşamayacak bir bireyi duyabilir ve konuşabilir hale getiriyor. Engelli sınıfında yer alacak bir bireyi bu sınıftan çıkartıyor."

Her hastalıkta olduğu gibi işitme kayıplarında da önce en basit, en az girişimsel çözümlerin önerildiğini belirten Göçer, hastanın gördüğü fayda azaldığında bir üst çözüme başvurulduğunu söyledi. Göçer şöyle devam etti: "Kolesteatoma ve sık tekrarlayan dış kulak yolu iltihaplanmaları gibi zor hastalıklarda dış kulak yolu ile uygulanılan cihazlar kullanılamayabilir. Dış kulak yolu kanalının doğuştan ya da sonradan kapanması durumunda da klasik işitme cihazları kullanılamaz. Bu tür durumlarda kemiğe monte edilen, aktif mekanizma ile çalışan implantlar iyi bir çözüm olabilmektedir. Klasik işitme cihazlarından fayda görmeyecek kadar yüksek derecede işitme kayıplarında kemik iletimli implant uygulaması tatmin edici düzeyde işitme sağlayabilir.

Tıbbi tedavi ile giderilemeyen kulak kireçlenmesi ve akıntıların yaşamı tehdit edici önemli komplikasyonlara neden olabildiğini söyleyen Prof. Dr. Göçer, akıntıların alerjik veya enfeksiyona bağlı gelişebildiğini ifade etti. Tıbbi tedavi ile düzelmeyen enfeksiyonlar sebebiyle cerrahi tedaviye gerek duyulabileceğini belirten Göçer, medikal ve cerrahi tedaviler sonunda işitme sorunu devam ediyorsa, işitmeyi artıracak cihaz ya da implantlara gerek duyulabildiğini sözlerine ekledi.

Uzun süreli işitme kaybının kişide sonradan telafisi mümkün olmayacak fizyolojik, psikolojik, sosyal sorunları beraberinde getireceğini belirten Prof. Dr. Göçer, işitme kayıplarının iletim tipi işitme kayıpları, sinirsel işitme kayıpları ve her ikisinin birlikte olduğu miks tip işitme kayıpları olarak sınıflandığını söyledi. Ayrıca işitme kaybının derecesine göre çok hafif, hafif, orta, ileri ve çok ileri derecede işitme kaybı olarak da tanımlandığını ifade eden Göçer, şöyle devam etti: "Klasik işitme cihazlarını kullanmanın anatomik olarak mümkün olmadığı ya da gücünün yeterli olmadığı ileri ve çok ileri derece işitme kayıplarında işitme implantlarını etkili çözümler olarak öneriyoruz."

Kök hücre cerrahiye alternatif olabilir

Son yıllarda, kök hücre tedavisi, kırışıklıklardan omurga onarımına kadar birçok durum için mucize bir tedavi olarak görülmektedir. Op. Dr. Sinan Karaca 'Ortopedik rahatsızlıklarda kök hücre tedavisi hangi aşamada ve nasıl uygulanmalı' konularında bilgi verdi.

Yapılan çalışmalar kök hücre tedavilerinin, kalp hastalığı, Parkinson hastalığı ve kas distrofisi dahil olmak üzere çeşitli hastalıklar için umut vaat ettiğini göstermiştir. Yeni Yüzyıl Üniversitesi Gaziosmanpaşa Hastanesi Ortopedi ve Travmatoloji bölümünden Op. Dr. Sinan Karaca 'Ortopedik rahatsızlıklarda kök hücre tedavisi hakkında bilgi verdi... Kök hücre tedavisi ayrıca potansiyel olarak diz osteoartriti (OA) yani kireçlenmeyi tedavi edebilir. OA'da kemiklerin uçlarını örten kıkırdak bozulmaya ve yıpranmaya başlar. Kemikler bu koruyucu örtüyü yitirdikçe birbirlerine sürtünmeye başlarlar. Bu ağrıya, şişmeye ve sertliğe ve nihayetinde işlev ve hareket kaybına yol açar.

Türkiye de yüzbinlerce insan diz OA ile yaşıyor. Birçoğu semptomlarını egzersiz, kilo kaybı, tıbbi tedaviler ve yaşam tarzı değişiklikleri yoluyla yönetebiliyor. Semptomlar şiddetli hale gelirse, total diz protezi bir seçenektir. Yine de kök hücre tedavisi cerrahiye alternatif olabilir.

Kök hücre tedavisi nedir?

İnsan vücudu, kemik iliğinde sürekli olarak kök hücreler üretmektedir. Vücuttaki belirli koşullara ve sinyallere göre kök hücreler ihtiyaç duyulan yere yönlendirilir.

Bir kök hücre, henüz bir deri hücresi veya bir kas hücresi veya bir sinir hücresi olmak için henüz gelişmemiş, olgunlaşmamış, temel bir hücredir. Vücudun farklı amaçlar için kullanabileceği farklı kök hücre türleri vardır.

Kök hücre tedavilerinin, vücuttaki hasarlı dokuları kendilerini onarmak için tetikleyerek işe yaradığına dair kanıtlar var. Bu genellikle "rejeneratif" terapi olarak adlandırılır.

Dizler için kök hücre enjeksiyonları

Kemiklerin uçlarını örten kıkırdak, kemiklerin çok hafif bir sürtünme ile birbirlerine karşı yumuşak bir şekilde kaymasını sağlar. OA, kıkırdakta hasara neden olur ve sürtünmenin artmasına neden olur - bu da ağrı, iltihaplanma ve nihayetinde hareketlilik ve işlev kaybına neden olur. Teorik olarak, kök hücre tedavisi, kıkırdak gibi vücut dokularının bozulmasını onarmaya ve yavaşlatmaya yardımcı olmak için vücudun kendi iyileştirme mekanizmalarını kullanır.

Dizler için kök hücre tedavisi hedefleri:

- Hasarlı kıkırdağı onarım
- İltihabı azaltmak ve ağrıyı azaltmak
- Muhtemelen diz protezi ameliyatı ihtiyacını geciktirir veya önler
- Basit bir ifadeyle, tedavi şunları içerir:

Dize kök hücre tedavisi nedir? Nasıl yapılır?

Yapılan bilimsel çalışmalarda kendi yağ dokumuzdan elden edilen kök hücreler ile gerçekleştirilen dize kök hücre tedavisinin hastalarda diz ağrısını önemli ölçüde iyileştirdiği, kıkırdak hacmini geliştirdiği ve eklem kıkırdak kalitesini önemli ölçüde artırdığının görülmüştür.

Diz eklemi tedavisinde kullanılacak kök hücrelerin elde edilmesinde göbek çevresinden girilerek cilt altından alınan



yağ dokusu kullanılır ve hastanın tedavisi kendi yağ dokusundan elde edilen canlı kök hücrelerin eklem içerisine enjeksiyon yöntemi ile yapılır. Alınan bu yağ dokusu steril laboratuar ortamı şartlarında ayrıştırılarak kök hücre bakımından zengin stromal vasküler fraksiyon sıvısı elde edilir. Elde edilen, kişinin kendi milyonlarca canlı kök hücresini içeren, Kök Hücre SVF sıvısı aktive edilerek hiç bekletilmeden hastanın diz eklemine enjekte edilir. Daha sonra kök hücreler bu bölgede çalışmaya başlayarak dokuları yenilemeye başlar.

Yaklaşık ikinci haftanın sonunda dizde ortaya çıkan ağrılar hafifler. 2-6 ay arasında ise genelde iyileşmenin tamamlanması beklenir. Gerek duyulursa ikinci bir uygulama ile bir kere daha kök hücre tedavisinin tekrarı yapılabilir.

Yarım gün süren ve hastanın kendi yağ dokusundan ayrıştırılarak kendi kök hücreleri ile gerçekleştirilen bir tedavi yöntemidir. Böylelikle kök hücrelerin vücut tarafından reddedilmesi sorunu yaşanmaz. İşlem sonrası hasta aynı gün, yürüyerek evine dönmekte ve günlük hayatına devam etmektedir.

Her mahalleye bir test merkezi

Uluslararası Sağlık Hesapları ve Değerlendirme Birimi Raporu'na göre Covid 19 kaynaklı ölüm sayısı dünyada 6,9 milyona ulaştı. Prof. Dr. Onur Başer, "Sadece temaslılara test yapmak yerine herkese test yapılması, mahallelerde test merkezlerinin kurulması sağlık sistemini rahatlatacaktır" dedi.



Prof. Dr. Onur Başer

Sağlık ekonomisi ve istatistik uzmanı, MEF Üniversitesi İktisat Bölümü Başkanı Prof. Dr. Onur Başer, Türkiye, Mısır, Ukrayna, Endonezya, Kazakistan gibi ülkelerin raporlanandan çok daha ciddi bir pandemi sorunuyla karşı karşıya olduğunu söyledi. Başer, "Sadece temaslılara test yapmak yerine herkese test yapılması, mahallelerde test merkezlerinin kurulması sağlık sistemini rahatlatacaktır" dedi.

IHME Raporu'nda pandemi dönemindeki "fazla ölümler" 6 ana faktör hesaba katılarak hesaplandı. Toplam 56 ülke üzerinde yapılan araştırmaya göre, "fazla ölümlerin" yaklaşık yüzde 80'i Covid-19 ölümleriyle ilişkilendirildi. ABD, 905 bin ölümle (598 bin açıklanmıştı) ilk sırada yer alıyor. Bu yeni hesaplama sisteminde, daha önceki yıllara göre beklenen ölümlerle gerçekleşen ölümler arasındaki fark "fazla ölüm" olarak hesaplanıyor ve pandeminin ölümlere etkisi 6 ana başlığa göre düzeltilerek Covid-19 ölümleri çıkartılıyor. Bu başlıklar ise şöyle;

1. "Fazla ölümler" içinde ölüm nedeni direkt olarak Covid-19 olan insanlar
2. Covid-19 sebebiyle tedavisini erteleyen, hastaneye gitmeyen kronik hastaların ölümleri
3. Salgın sebebiyle artışa geçen akıl sağlığı sorunları ve depresyon sebebiyle intiharlar.
4. Trafik kazaları, düşme gibi sebeplerden kaynaklanan ölümlerde diğer yıllara göre yüzde 5'lik azalma. (Bu azalma, dünya genelinde 215 bin daha az ölüme tekabül ediyor.)
5. Influenza, KOAH gibi hastalıklarda ve bu tip hastalıkların sebebiyle ölümlerde maske, mesafe ve grip aşılarına artan ilgi sayesinde pandemi sırasında önemli bir azalma var. (Örneğin, ABD'de influenza vakalarında bir önceki yıla yüzde 99,3 oranında azalma oldu. Dünya genelinde ise 400 bin daha az ölüm gerçekleştiği hesaplanıyor.)
6. Kanser, kalp, diyabet gibi kronik hastaların Covid-19 nedeniyle ölmeleri sebebiyle bu hastalıklar nedeniyle ölümlerde azalma gerçekleşti. (Dünya genelinde kronik hastalıklar sebebiyle gerçekleşen ölümlerin pandemi süresince yüzde 2 daha az olacağı öngörülüyor).

Kahvehanelerde bile test merkezleri kurulabilir

Sadece temaslılara test yapmak yerine herkese test yapılmasının sağlık sistemini rahatlatacağını belirten Başer, sözlerini söyle sürdürdü: "Bunun gibi ufak maliyetlerden kaçarak, turizm, ekonominin açılması gibi hem çok büyük gelir kapılarını kaybediyoruz, hem de birçok vatandaşımız önlenebilir bir hastalık yüzünden vefat ediyor. Özellikle test merkezleri sıkışık, gelir düzeyi düşük bölgelerde yoğunlaştırılması gerekiyor. Koronavirüs bu bölgelerde yaşayan vatandaşlarımızı orantısal olarak daha fazla etkiliyor. Testlerin hayat kurtarıyor, bulaştırma oranının yüzde 50'sinin semptom göstermeyen kişilerden kaynaklanıyor.

Sadece temaslı olanların değil, genel nüfusun test edilmesi çok önemli rol oynayacak. Test yapmak artık çok daha kolay, çabuk ve ucuz... Artık 15 dakikada sonuç veren testler geliştirildi, Türkiye'de bu testlerin yaygınlaşması çok önemli. Almanya'da alışveriş yapmak için negatif test sonuçlarınızı göstermeniz gerekiyor. Orada, mahalledeki emlakçı gibi birçok dükkan test merkezlerine çevrildi. Şu anda Türkiye'de hemen hemen her mahallede kapalı kahvehaneler bulunuyor. Devlet, bu tip yerleri test merkezlerine devlet çevirip hem esnafa yardım edebilir hem de bu test merkezlerini düşük maliyetle kurabilir" dedi.

Türkiye'de önlenebilir nedenlere bağlı anne ölümleri oranı %62

Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Hakları Platformu (CİSÜ), Türkiye'de cinsel sağlık ve üreme sağlığına ilişkin pandemi öncesinde yapılan son araştırmanın sonuçlarını açıkladı. Uzmanlar, en yakıcı sorunlardan biri olan önlenebilir anne ölümlerinin azaltılması için, özellikle ergen yaşta gebelikler ve çocuk yaşta erken ve zorla evliliklerin önlenmesi gerektiğinin altını çizdi.

Uluslararası Çocuk Merkezi (ICC) ve Başkent Üniversitesi Kadın-Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Araştırma ve Uygulama Merkezi (BÜKÇAM) tarafından hazırlanan "Türkiye'de Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Durum Analizi Raporu", CİSÜ Platformu'nun 28 Nisan'da düzenlediği çevrimiçi konferansta sunuldu. CİSÜ Platformu Yürütme Kurulu Üyesi Bahar Yavuz'un moderatörlüğünde düzenlenen etkinlikte, Başkent Üniversitesi BÜKÇAM Müdürü ve TAPV Yönetim Kurulu Üyesi Prof Dr. Ayşe Akın, Uluslararası Çocuk Merkezi Başkanı Prof. Dr. Tomris Türmen, Uluslararası Çocuk Merkezi Adolesan, Gençler ve Kadın Sağlığı ve Hakları Program Koordinatörü Dr. Ayşegül Esin ve Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Doç. Dr. Sare Mıhçıokur konuşmacılar arasındaydı. Konuşmacılar, pandemi koşullarında hazırlanan raporun ortaya koyduğu verileri değerlendirirken eğitim ve sağlık alanında yürütülmesi gereken politikalar konusunda da somut önerilerde bulundu.



Doç. Dr. Sare Mıhçıokur



Dr. Ayşegül Esin

Uluslararası Çocuk Merkezi Başkanı Prof. Dr. Tomris Türmen konuşmasında; "Türkiye'de Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Durum Analizi Raporu"nu hazırlarken son 5 yılın bilimsel yönden fotoğrafının çekildiği, yoğun literatür incelemesi ve araştırması yapıldığı ve çarpıcı sonuçlara ulaşıldığını söyledi. Özellikle önlenebilir anne ölümlerinin kabul edilemez olduğunu belirten Türmen: "Biz bu konuşmayı yaparken halen dünyada 1000 kadın aslında önlenebilir nedenlerle hayatını kaybediyor" dedi. Prof. Dr. Tomris Türmen, toplumsal cinsiyete dayalı şiddete de değindiği konuşmasında, şiddetin ortadan kaldırılmasının çocuklara çok erken yaşta toplumsal cinsiyet eşitliğini öğretmekle mümkün olduğunu belirtti.

Nitel araştırması 15 Ekim-21 Aralık 2020 tarihlerinde yürütülen rapora göre, Türkiye'de önlenebilir anne ölümleri, tüm anne ölümlerinin 3'te 2'sini oluşturuyor. Başkent Üniversitesi BÜKÇAM Müdürü ve TAPV Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Ayşe Akın, önlenebilir anne ölümlerinin halen bu denli yüksek olmasına ilişkin şu sözleri kaydetti: "Aslında Türkiye'nin anne ölümleri konusunda geçmişi, bir başarı öyküsüdür. Anne ölümleri içinde sağlıksız düşüklerin payını yasalar ve hizmetlerle önemli ölçüde düşürdük. Ne var ki hala önlenebilir nedenlere bağlı ölüm yüzde 62. Kırsal kesimde bu oran kentlerin iki katı. Bu fark, ekonomik eşitsizliklerin sağlığa erişimi engellediğini ve sağlıkta hak temelli yaklaşımın yetersiz olduğunu gösteriyor."

Uluslararası Çocuk Merkezi Adolesan, Gençler ve Kadın Sağlığı ve Hakları Program Koordinatörü Dr. Ayşegül Esin ise anne ölümlerinin düşürülmesi için toplumsal cinsiyet odaklı sağlık anlayışının benimsenmesi gerektiğini ve bu kapsamda bir eğitim sürecinin aciliyetini vurguladı. "Uluslararası Nüfus ve Kalkınma Konferansı'nın 2030 için belirlediği hedeflere ulaşabilmek, kadının toplumdaki statüsünün yükseltilmesinden ve toplumsal cinsiyet eşitliği sağlanmasından geçiyor. Ayrıca, sağlık personeline tazeleme kursları, hizmet içi eğitimler verilmeli. Güvenli doğum hizmetleri ve eğitimli sağlık çalışanlarının yardımı ile doğumların yapılması, anne



Prof. Dr. Ayşe Akın



Prof. Dr. Tomris Türmen

ve bebekte sağlık risklerinin azaltılması için savunuculuk çalışmaları ile özellikle gebenin kayınvalidesi de dahil ailesine iletişim, eğitim ve danışmanlık verilmesi kritik önemde" ifadelerini kullandı.

Konferansta öne çıkarılan en çarpıcı sonuçlarından birisi de giderek artan ergen gebeliği ve buna bağlı olarak gelişen riskler oldu. Dr. Ayşegül Esin de konuşmasında, özellikle önlenebilir anne ölümlerinin azaltılması için, özellikle ergen yaşta gebelikler ve öncelikle çocuk yaşta erken ve zorla evliliklerin önlenmesi gerektiğinin altını çizdi. "Türkiye genelinde ergen kız çocuklarının birinci ölüm nedeni hamilelik ve doğum. Ergen yaşta gebelikler ve öncelikle çocuk yaşta erken ve zorla evliliklerin önlenmesi, atılması gereken en acil adımlardan bir tanesi" diye konuştu. Rapora göre, Türkiye'de her üç ergen gebelikten birisi erken doğumla sonuçlanıyor. Konuşmacılar, özellikle Türkiye'de çocuk yaşta, erken ve zorla evlilikleri meşrulaştıran söylemlerin ergen hamileliği oranlarını artırdığını, Suriyeli göçmenler arasında ergen gebelik oranlarının çok daha fazla olduğunun altını çizdi. Türkiye'de yaklaşık 3,6 milyon kayıtlı Suriyeli göçmenler arasında yapılan araştırmaya göre, her 100 ergenden 39'u ya anne ya da hamile.

Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Doç. Dr. Sare Mıhçıokur da bu veriler ışığında yaptığı sunumda, gençlerin kapsamlı cinsel sağlık eğitiminden geçmelerinin önemini vurguladı. "Bu alana dair eğitim programlarının örgün eğitim müfredatı içerisinde, sistematik olarak yaşa uygun yapılandırılmasına yönelik savunuculuk faaliyetleri yürütülmeli. Ergenlerin özellikle cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar, istenmeyen gebelikler, cinsel istismar konuları hakkında detaylı bilgiye ulaşımı, istismarla karşılaşma halinde başvuru mekanizmaları, hukuki yardım süreçleri, acil telefon numaraları hakkında bilgilendirilmeleri sağlanmalı. Okullarda cinsel sağlık ve üreme sağlığı konusunda danışmanlık hizmeti alınabilecek danışmanlık merkezleri açılmalı" cümlelerini kullandı.

Öte yandan konferansta, ergen gebeliğinin yarattığı bir diğer sorun olarak sezaryen oranlarının artmasına işaret edildi. Rapora göre, Türkiye'de doğumların yüzde 52'si sezaryen ile gerçekleşiyor. Bu oran, Avrupa ve dünya ortalamasının bir hayli üzerinde. Dünya Sağlık Örgütü sezaryenle doğum oranının yüzde 10-15 olmasını ideal olarak tanımlıyor.

Rapora göre doğurganlığın düzenlenmesi konusunda karşılanmamış ihtiyaç, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2013 sonuçlarında yüzde 6 iken, 2018 sonuçlarında ikiye katlanarak yüzde 12'ye yükselmiş durumda. Buna göre, Türkiye'de her 3 aileden 1'inin aile planlaması hizmetleri ihtiyaçları karşılanamıyor, yani yüzde 33'ü etkili gebeliği önleyici yöntemlere ulaşamıyor. Mıhçıokur, bu verilerin, son yıllarda yükselen kürtaj karşıtı, doğurma yanlısı politikaların bir sonucu olduğunu ifade ederken şu ifadeleri kullandı: "Yasal çerçeve olmasına rağmen uygulamadaki zorluklar, engeller nedeniyle kadınların istenmeyen gebeliklerin sonlandırılması hizmetlerine ulaşamadığı görülüyor. Eşin rıza vermemesi, tıbbi düşük ilaçlarının ruhsatlandırılmaması gibi yasal kısıtlamalar, 'yazılı olmayan' kürtaj karşıtı, doğumdan yana politikalar da kürtajı ya da isteyerek düşük yapmayı giderek zorlaştırıyor."

Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin de anne ve bebek sağlığını olumsuz etkilediği, araştırmanın önemli bulguları arasında. Dünya Ekonomi Forumu'nun 2020 Toplumsal Cinsiyet Uçurumu Raporu'na göre Türkiye, 153 ülke arasında 130'uncu sırada. Bununla birlikte sağlık hizmetleri engelliler, gençler, göçmenler, kadınlar, LGBTİ+'lar gibi dezavantajlı grupların ihtiyaçlarına uygun olarak düzenlenmiyor; bu gruplar cinsel sağlık ve üreme sağlığı hizmetlerine erişimde daha çok sorun yaşıyor ve ayırımcılığa maruz kalıyor. Raporun bu bölümüne ilişkin detaylara konuşmasında yer veren Türkiye Aile Planlaması Vakfı (TAPV) Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Ayşe Akın, özellikle sağlık konusunda savunuculuk yapan örgüt ve derneklere seslendi: "Araştırma sonuçlarının en önemli ve ortak bulgusu, dezavantajlı grupların cinsel sağlık ve üreme sağlığı hizmetlerine gereksinimlerinin diğer herkesle aynı ölçüde olduğunu, ancak bu hizmetlere erişimlerinin olmadığı. Bunun ardında yatan neden, bilinçli ya da bazen de bilinçsiz ayrımcılıkların yapılıyor olması. Bu nedenle savunuculuk çalışmalarında üzerinde durulması gereken şey, devletin bu grupları güvence altına alması, temel görevi gereği bu gruplara sahip olduğu hakları ve hizmetleri sunabilmesi ve ayrımcılık yapılmamasıdır."

Covid-19 tedavisinde yeni umut

TÜBİTAK COVID-19 Türkiye Platformu bünyesinde Bahçeşehir Üniversitesi (BAU) ve İstanbul Medipol Üniversitesinin ortaklaşa yürüttüğü projede, farklı bir hastalığa karşı kullanılan bir ilacın COVID-19 tedavisinde güçlü bir etki potansiyeline sahip olduğu saptandı.



Prof. Dr. Serdar Durdağı

TÜBİTAK Covid-19 Türkiye Platformu bünyesinde geliştirilen ve Bahçeşehir Üniversitesi Tıp Fakültesi Temel Tıp Bilimleri Bölümü ve Biyofizik Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Serdar Durdağı'nın yürütücü, İstanbul Medipol Üniversitesi Uluslararası Tıp Fakültesi Tıbbi Farmakoloji Anabilim Dalı Başkanı ve İlaç Keşif ve Geliştirme Merkezi Müdürü Doç. Dr. Mustafa Güzel'in koordinatör araştırmacı olarak katkı verdiği proje, COVID-19 mücadelesinde yeni umutlara neden oldu. Faz-2 çalışmalarına başlanan projede, Montelukast adlı molekülün virüsün hücreye girmesini ve hücre içerisinde çoğalmasını engellediği preklinik çalışmalar ile ortaya kondu. Bahçeşehir Üniversitesi (BAU), TÜBİTAK MAM, İstanbul Medipol Üniversitesi ve Koç Üniversitesi'nden toplamda 30'dan fazla araştırmacı ve bursiyerin katkıları ile TÜBİTAK COVID-19 Türkiye Platformu desteği ve Bahçeşehir Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri (BAP) kapsamında preklinik çalışmalara başlandı.

15 binden fazla molekül incelendi

Proje kapsamında, sanal tarama ve moleküler modelleme çalışmaları için geliştirilen özel algoritmayla Bahçeşehir Üniversitesi (BAU) laboratuvarlarında 15 binden fazla molekül bilgisayar ortamında tarandı, seçilen 25 moleküle biyolojik testler uygulandı. Montelukast adlı molekülün, SARS-CoV-2 üzerinde etkili olduğu belirlendi. Biyolojik testleri yapılan Montelukast'ın virüsün hücreye girmesini ve hücre içerisinde çoğalmasını engellediği gösterildi.

Faz-2 çalışmaları 8 merkezde başlayacak Virüs nötralizasyon testlerinde alınan başarılı sonuçlar sonrası Montelukast için klinik çalışmalar planlandı. Faz-2 klinik çalışma, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul Medipol Üniversitesi ve TÜBİTAK destekleri ile 380 gönüllü hasta üzerinde planlanarak klinik çalışma için Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu'ndan (TİTCK) klinik araştırma izni alındı. Faz-2 çalışmalarının kısa süre içerisinde 8 farklı merkezde başlayacağı bildirildi.

Covıd-19 öncesinde ve tedavisinde kullanılabilme potansiyeli taşıyor

Çalışmayla ilgili bilgi veren Proje Yürütücüsü Prof. Dr. Serdar Durdağı, "Bu ilacın en önemli özelliği, virüsün hem hücre içerisine girmeden önceki Spike/ACE2 etkileşimini engellemesi hem de hücre içerisinde main proteaz enzimini inhibe ederek çoğalmasını önleyecek moleküler mekanizmaya sahip olması. Virüs nötralizasyon testlerinde yapılan analizlerde virüs enfeksiyonu öncesi ilaç muamelesinin de virüsün etkisini ötelediği bulundu" dedi.



Doç. Dr. Mustafa Güzel

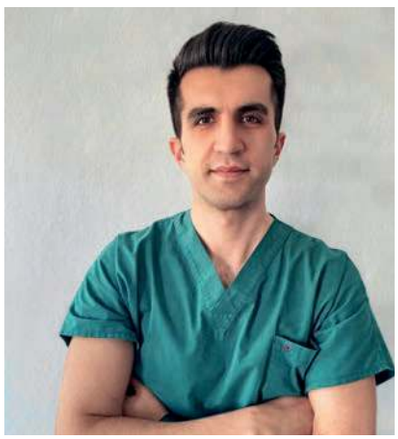
Bir ilacın yeniden kullanılması yaklaşımının, sıfırdan ilaç geliştirme maliyetlerini ve süresini önemli ölçüde azalttığının altını çizen Durdağı şöyle devam etti: "İlaç yeniden konumlandırma çalışmalarında ele alınan moleküller daha önce farklı bir hastalığa karşı preklinik ve klinik faz çalışmalarından geçtiği ve iyi tanımlanmış profillere sahip olduğu için uzun vadeli preklinik çalışmalar gerektirmezler ve bu nedenle acil hastalık durumları veya salgınlar durumunda mükemmel adaylar olurlar. Bu nedenle çok hızlı bir şekilde Faz-2 aşamasına gelindi."

Tamamen yerli imkanlar kullanıldı

Daha önce Covid-19 tedavisinde kullanılan Favipiravir isimli ilacın yerli sentezini üretmeyi başaran Doç. Dr. Mustafa Güzel ise yeni ilaç adayının tamamen yerli imkanlarla ilaç yeniden konumlandırma çalışmaları ile multidisipliner bir yaklaşım ve farklı kurumlardan oluşan araştırmacı bir ekip ile belirlendiğine ve bu iş birliklerinin önemine vurgu yaptı.

Bugün tansiyonunuzu ölçtünüz mü?

Kardiyoloji Uzmanı Doç. Dr. Muhammed Keskin, dünyada her gün 50 bin kişinin hayatını kaybetmesine sebebiyet veren hipertansiyon hastalığına dikkat çekiyor: "Ülkemizin 1/3'ü, 40 yaş üzerindekilerin de yarısı hipertansiyon hastası ve bu kişilerin yüzde 60'ı tansiyon hastası olduğunun farkında değil.



Doç. Dr. Muhammed Keskin

Sinsi bir şekilde başlayıp ilerleyen bu hastalığın teşhis edilebilmesi için her bireyin en azından 6 ayda bir kere tansiyon değerlerini kontrol etmesi gerektiğinin önemini vurgulayan Doç. Dr. Muhammed Keskin; Hipertansiyon nedir, nasıl teşhis edilir, tedavisi mümkün müdür?, Kontrol altına almak için neler yapılmalıdır?, Kimler hipertansiyon hastası adayıdır?, Riskleri en aza indirmek için uzak durulması gerekenler nelerdir? gibi soruların cevaplarını yanıtlıyor...

Ülkemizde en sık görülen hastalıklardan biri olan hipertansiyon nedir?

Normalde 120/80 altında olması gereken kan basıncının, yapılan ölçümlerde 140/90 üzerinde seyretmesine hipertansiyon diyoruz. Tansiyonu 120-139/80-89 arasında olmasını da yüksek-normal kan basıncı olarak kabul ediyor ve bu bireyleri de hipertansiyon adayı olarak değerlendiriyoruz." diyor.

Hipertansiyon hastalığının belirtileri nelerdir?

Hipertansiyon tanısını koymak için tek kriter kan basıncının yüksek olmasıdır." diyor. Bununla birlikte, baş ve ense ağrısı, kulak uğultusu ve çınlama, baş dönmesi, yüzde kızarıklık ve yanma hissi, sık idrara çıkma, burun kanaması, çarpıntı ve terlemenin başlangıç aşamalarında görülebildiğini söyleyen Doç. Dr. Muhammed Keskin, belirti vermemesinin zarar vermediği anlamına gelmediğini önemle vurguluyor.

Hipertansiyon belirti vermeyen fakat ölümcül bir hastalık. Yüksek kan basıncı kalbin iş yükünü arttırıyor ve atardamarlara zarar veriyor. Zaman içerisinde özellikle kalp, böbrek, göz ve beyne kan götüren atardamarlarda hasar oluşuyor. Bu organlar yüksek basınca uzun yıllar boyunca sessizce direniyor. Bu nedenle kan basıncındaki yükselme yıllarca belirti vermeden sinsi bir şekilde ilerliyor. En sonunda da beyin kanaması ve felç, kalp yetersizliği ve kalp krizi, böbrek yetersizliği, görme kaybına ve cinsel işlev bozukluğuna neden oluyor.

Hipertansiyon tanısı nasıl konur?

Hipertansiyon tanısını koymak için tek kriter kan basıncının yüksek olmasıdır. Farklı iki günde en az iki kez yapılan ölçümlerde tansiyonu 140/90 ve üzerinde olan hastalarımıza hipertansiyon tanısı koyabiliyoruz. Ancak bazı bireylerde bu net olarak ayırt edilemeyebiliyor. Çünkü kan basıncı değerleri ölçümün muayenede veya evde yapılmasına göre farklılık gösterebiliyor. Bazen bireyler evde yaptıkları ölçümlerde normal değerler gördüklerini söylerken, endişeli olmaları sebebiyle muayene sırasında yapılan ölçümlerde yüksek kan basıncıyla karşılaşıyoruz ve biz buna "Beyaz Önlük Hipertansiyonu" diyoruz. Bunun aksine kan basıncı muayene sırasında normal olup evde anormal düzeyde yükselen hastalarımız da oluyor. Bu durumu da "Maskeli Hipertansiyon" olarak adlandırıyoruz." diyor.

"Bu tür hastalarda tansiyon değerlerini belirleyebilmek için evde tansiyon takibi yapmalarını ve not almalarını istiyor veya tansiyon holter takıp günlük aktiviteler ve gece uyku esnasında kan basıncı hakkında bilgi sağlıyoruz." diyen Doç. Dr. Muhammed Keskin, bir diğer önemli noktanın da tansiyonun doğru zamanda, doğru pozisyonda ve doğru bir yöntemle ölçülmesi olduğunu söylüyor.

Hipertansiyon nasıl tedavi edilir?

Yüksek tansiyonun kronik bir hastalık olduğu için ömür boyu tedavi ve doktor gözetimi gerektirir. Hekimin yönlendirmesi ve hastanın uyumu başarılı bir tedavi için şarttır. Önerilen ilaçlar düzenli bir şekilde kullanılmalı ve beslenme düzenine dikkat edilmelidir.

Kimler risk altında?

Hipertansiyon her ne kadar sinsi bir hastalık olsa da bazı bireylerin bu hastalığa yakalanma riskinin daha yüksek. Riski arttıran bu faktörlerin değiştirilemeyen ve değiştirilebilen risk olarak ikiye ayırıyoruz. Değiştirilemeyen risk faktörlerini; yaş, cinsiyet, kalıtım ve kronik böbrek yetmezliği, değiştirilebilen risk faktörlerinin de aşırı tuz tüketimi, hareketsiz yaşam tarzı, obezite, diyabet, yüksek kolestrol, alkol tüketimi, sigara kullanımı ve stres.

Siemens Healthineers
görüntüleme ve sanatı bir araya getiriyor

Siemens Healthineers bilim, sanat ve teknolojinin bir araya geldiği sıra dışı bir sergi projesine imza attı. Algoritmalar ve Bitkiler adlı online serginin projenin danışmanlığını yürüten ve sergiye çekimleriyle de katkıda bulunan ülkemizin önde gelen radyoloji uzmanlarından Prof. Dr. Ercan Karaarslan ile konuştuk.



Prof. Dr. Ercan Karaarslan

Açılışı kısa bir süre önce gerçekleşen Algoritmalar ve Bitkiler Sergisi hakkında bilgi alabilir miyiz? Serginin çıkış notası ne oldu?

Siemens Healthineers Türkiye tarafından düzenlenen online sergi Algoritmalar ve Bitkiler, 28 Nisan'da cekimgucu.siemens-healthineers.com adresinde erişime açıldı. Tıbbi görüntüleme cihazları alanında dünyanın önde gelen teknoloji şirketi Siemens Healthineers, bu projeyi bilim, sanat ve teknoloji arasında bağlar kurmak hedefiyle hayata geçirdi. Sanat tarihçisi sayın Seda Yörüker'in küratörlüğünde gerçekleşen ve benim de danışmanlık yaptığım bu proje ile Türkiye coğrafyasında yetişen bitkiler, Siemens tıbbi görüntüleme cihazlarında radyoloji uzmanlarının gerçekleştirdiği çekimlerle bambaşka bir görünüme kavuşarak izleyicilere sunuluyor.

Serginin çıkış noktası ise Siemens'in Almanya'nın Erlangen kentinde geliştirmeye başladığı MR makinesinde 1979 yılında bir dolmalık biber ile gerçekleşen ilk çekime dayanıyor. Rekonstrüksiyonu Şubat 1980'de tamamlanan bu dolmalık biber imajı, bugün Erlangen'deki Siemens Healthineers MedMuseum müzesinde, dünyanın her yerinden gelen ziyaretçilere sergileniyor. Algoritmalar ve Bitkiler sergisi de bu ilk çekimi yapılan dolmalık biberin izinden giderek, Türkiye'deki bitkileri bugünün ileri teknolojiye sahip tıbbi görüntüleme cihazları ve radyoloji uzmanlarının çekimleriyle izleyicilere sunuyor ve bitkilerin eşsiz dünyasına dair farklı bir dünyanın kapısını aralıyor.

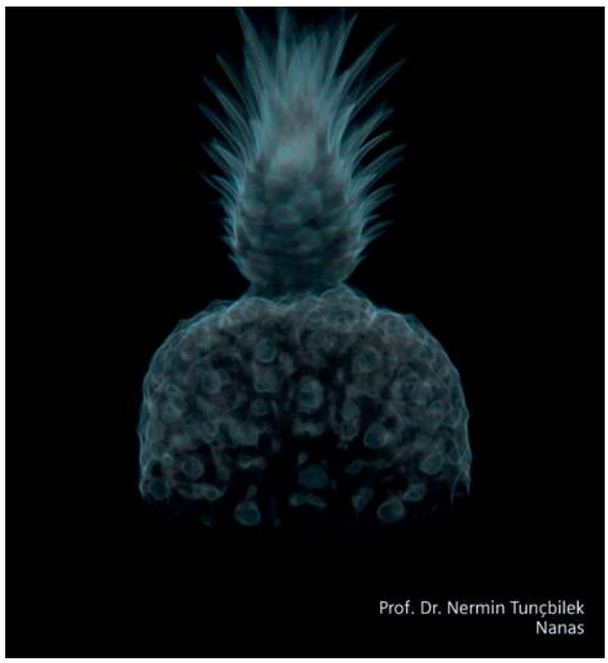
Siz ve projeye katılan meslektaşlarınız sergiye nasıl dahil oldunuz?

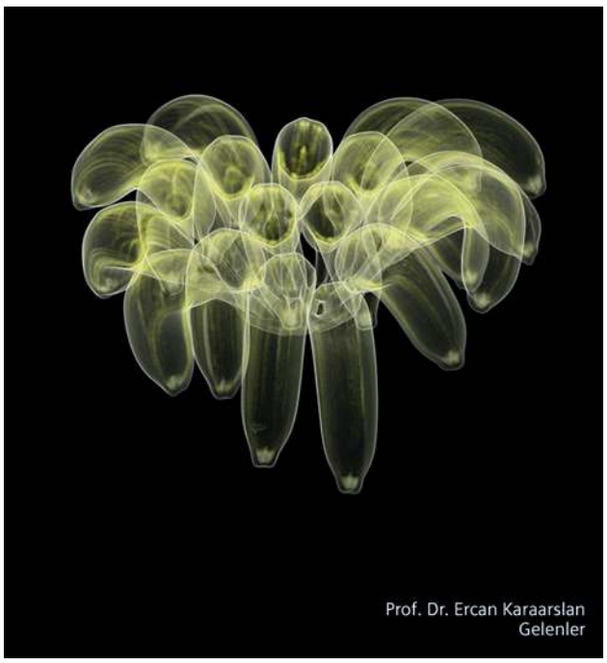
Sergi, Türkiye'nin tüm şehirlerindeki hastanelerinde Siemens Healthineers görüntüleme cihazları kullanan radyoloji uzmanlarına açık davet yoluyla başladı. Bu daveti memnuniyetle kabul ettim; Türkiye genelindeki hastanelerde görevli kıymetli meslektaşlarımın da projeyi heyecanla karşıladığını biliyorum.

Bildiğiniz üzere görüntüleme cihazları algoritmalarla çalışıyor yani bir sorunu çözmek veya belirlenmiş bir amaca ulaşmak için tasarlanmış bir yol ve izlenen işlemler var. Algoritmalar bu sergi vesilesiyle bu kez bitkilerin dünyasına daha yakından bakmayı ve onları daha önce hiç görmediğimiz şekillerde göstermek için çalıştı. Böylece Türkiye coğrafyasında yetişen bitkilerin görüntüleme cihazları ile bir nevi sanal otopsilerinin yapılması, ortaya oldukça etkileyici görüntüler çıkardı. Bilimsel titizlik ile sanatsal yaratının bir arada işlediği çekim süreci hem tıp uzmanları hem de izleyiciler için optik sorgulamalara kapı aralıyor. Bakıyoruz, daha yakından bakıyoruz, görüyoruz ve normalde görülenin daha ötesini görüyoruz.

Bu görüntülerin oluşmasını sağlayan teknoloji nasıl çalışıyor?




Prof. Dr. Nermin Tunçbilek
Nanas


Prof. Dr. Ercan Karaarslan
Gelenler

X-ışını kaynaklı röntgen, mamografi ya da tomografi cihazları ile yapılan çalışmalarda temel prensip cisimlerin yoğunluk, şekil ve yapısal farklılıklarına bağlı değişen X-ışın geçirgenliklerine göre gri renkli gölgelerinden görüntü oluşmasıdır. Sonrasında istenirse grinin her bir tonu farklı renkler ile yeniden kodlanarak orijinaline yakın ya da olmasını istediğiniz renk spektrumunda şekillendiriliyor. Cisimleri dıştan göründüğü haliyle resmeden fotoğraf sanatından farklı olarak röntgen ışınları cismin içini, yani dıştan görünmeyeni de görünür hale getiriyor.

Tomografi ile yapılan 3 boyutlu çekimlerde resmedilen meyveler röntgen ışınlarının geçirgenliği ile saydamlık kazandırılmış rekonstrüksiyonlarda önden bakıldığında içi ve arkası da aynı anda görülebilen, alışılmamış farklı bir görünüm kazanıyor. MR ile yapılan çalışmalarda ise tıpkı insan vücudunda olduğu gibi görüntülemesi yapılan sebze, meyve ve çiçeklerin gövde veya yaprağındaki su yoğunluğundaki farklılıklar, radyo dalgaları ile gönderilen sinyallere verdikleri yanıta göre resmediliyor. Orijinal gri renkli imajlar istenirse 2 boyutlu ya da 3 boyutlu renkli imajlara dönüştürülerek farklı bakış açılarında yeniden şekillendiriliyor. Oluşan imajlar fotoğraflarda gördüklerimizden ve çizilen resimlerinden farklı olarak yeni bir boyut kazanıyor. Bilgisayarlı tomografi ve MR ile yapılan 3 boyutlu incelemelerde tıpkı insan vücudunu inceler gibi meyvenin kabuğunu soymadan veya dışını kırmadan iç anatomisini gösteriyor. Böylece bütün halde olan bir meyvenin çekirdeğini, çürüğünü ve varsa içindeki kurdu bile görmek ve göstermek mümkün oluyor.

Bu deneyiminizde ilginizi en çok çeken konu ne oldu?

Az önce de ifade ettiğim şekilde Erlangen'de bulunan Siemens MR fabrikasında fizik mühendisi Arnulf Oppelt ve ekibinin 0.1 Tesla protrotip MR cihazında yıllarca süren çalışmalar sonrası aldığı ilk görüntü 1979 yılında çekilen ve rekonstrüksiyonu Şubat 1980'de tamamlanan dolmalık biberdi. Maslak Acıbadem Hastanesi'nde 2021 yılında 3 Tesla Siemens Vida MR cihazında 5 dakikalık çekim ve saniyeler içinde rekonstrüksiyonu yapılan yüksek rezolüsyonlu dolmalık biber çekiminin, teknolojik gelişmeyi karşılaştırmak açısından çok önemli olduğunu düşünüyorum. Aradan geçen zamana kıyasla son derece büyük bir ilerleme olması bize bundan sonra bekleyen teknolojik gelişmeler hakkında heyecan verici ipuçları sunuyor. Bu, sağlık sektörünün daha iyi hizmet sunması ve hastaların daha iyi bir yaşam kalitesine ulaşmasını hızlandıracak çözümlerin çok da uzakta olmadığı konusunda umut vaat ediyor.

Eklemek istedikleriniz...

Siemens Healthineers Türkiye tarafından düzenlenen Algoritmalar ve Bitkiler sergisi, bitkilere farklı bir bakış sunmanın ve sıra dışı bir dünyanın kapılarını aralamanın yanı sıra önemli bir misyon da taşıyor. Sergi sonrasında radyoloji uzmanlarının gerçekleştirdiği bitki çekimleri dijital fotoğraf baskı olarak satışa sunulacak. Bu satıştan elde edilen gelir ise KAÇUV'un (Kanserli Çocuklara Umut Vakfı) tedavisi devam eden çocuklar ve aileleri için gerçekleştirdiği çalışmalara katkıda bulunacak. Ben de Siemens Healthineers Türkiye'nin insan sağlığına değer katmaya olan bağlılığının önemli bir göstergesi olarak anlamlı bir amaca hizmet eden bu projesinde yer almaktan mutluluk duyuyorum. Bu projede emeği geçen herkese teşekkür ederim.

Çocuklarda besin alerjilerinin görülmesi neden artıyor?

Son yıllarda çok büyük artış gösteren besin alerjisine batı tipi yaşamın getirdiği çevresel koşullardaki hızlı değişimin neden olduğu ileri sürülmektedir. Besin Alerjisi Derneği Başkanı Prof. Dr. Dost Zeyrek, Alerji ve Astım Derneği Başkanı Prof. Dr. Ahmet Akçay besin alerjisi hakkında çok detaylı bilgiler verdi.



Prof. Dr. Ahmet Akçay

Besin alerjisi nedir?

Besin alerjisi , "belirli bir yiyeceğe maruz kalındığında tekrarlanabilir şekilde ortaya çıkan spesifik bir bağışıklık tepkisinden kaynaklanan olumsuz bir immünolojik reaksiyon" olarak tanımlanır. Besin alerjisi bazen hafif kızarıklık ve kaşıntı ile kendini gösterirken bazen ölümcül olabilen ciddi reaksiyonlarla kendini göstermektedir.

Besin alerjisi sıklığı nedir?

Besin alerjileri son yıllarda dünyada giderek artmakta ve kesin olarak kanıtlanmış hastaların sayısı daha düşük olmakla birlikte %10'lara yaklaştığı bildirilmektedir. Çocuklarda, yetişkinlere göre daha sık olarak görülmektedir. Besin alerjileri her yaşta ortaya çıkabilir. Annenin sütünden alerjik besinlerin geçebilmesi nedeniyle sadece anne sütü alan bebeklerde de doğumdan itibaren görülebilmektedir.

Besin alerjisi görülme riskini artıran nedenler?

Besin alerjisi genetik, çevresel nedenler ve gen-çevre etkileşimi sonucunda gelişmektedir. Besin alerjisi özellikle anne, baba veya kardeşinde alerjik hastalığı olan çocuklarda daha sık görülmektedir. Fakat tek bir gen sorumlu olmadığı için bu etki yatkınlık şeklinde olmaktadır.

Hijyen ve mikrobiyal faktörlere maruziyet eksikliği, bağırsak mikrobiyotasının bileşimi, diyet, obezite, omega 3, antioksidan yiyeceklerin alımında azlık, antiasit ilaç kullanımı, D vitamini eksikliği ve ek besinlere başlanmasında gecikme gibi faktörler ve çevresel kimyasal maruziyetin, batılılaşmış bir yaşam tarzına sahip ülkelerde gıda alerjisi oranındaki bu endişe verici artışa katkıda bulunduğu öne sürülmüştür.

Egzama besin alerjisi gelişimi riskini artırıyor

Egzama, besin alerjileriyle güçlü bir şekilde ilişkili bir risk faktörüdür. Egzama ile başvuran bebeklerin fıstık alerjisi gösterme olasılığının 11 kat ve yumurta alerjisi olma olasılığının 6 kat daha fazla olduğu bildirilmiştir. Cilt bariyerinin değiştirilmesinin alerjenle teması kolaylaştırdığını düşündürmektedir. Dahası, cilt bariyerini korumak için gerekli bir protein olan filaggrin'deki mutasyonlar, artan gıda alerjisi riski ile ilişkilendirilmiştir.



Prof. Dr. Dost Zeyrek

Deterjan ve temizlik maddeleri besin alerjisini artırabilir mi?

Özellikle klor içeren temizlik malzemeleri solunum yolları bariyeri yanında deri bariyerinin bozulmasına da etkili olabiliyor. Deterjan ve temizlik malzemelerinin kalıntı bırakmayan hipoalerjenik olanlarının tercih edilmesi, çift durulama yapılması faydalı olabilir. Bozulmuş deri bariyeri, besin proteini içeren sabun, şampuan ve nemlendiriciler daha kolay besin alerjisi gelişmesine neden olabilir. Bulaşıkta kullanılan temizlik maddelerinin kalıntıları da bağırsak bakteri çeşitliliğini kötü yönde etkileyerek özellikle bağırsak geçirgenliğine neden olarak besin alerjisi gelişmesine neden olabilir. Bu nedenle kalıntı bırakma özelliği düşük olan temizlik ürünlerinin tercih edilip çift durulama yapılması faydalı olabilir

Cildin gıda alerjenlerine, özellikle de yer fıstığına karşı ana hassasiyet bölgesi olduğunu gösteren artan kanıtlar var. Yer fıstığı veya kabuklu ağaç yemişi alerjisi olan hastaların çoğu, ilk tepkilerini, bir gıdanın ilk kez yenmesiyle yaşamaktadırlar. Bu nedenle, alerjene karşı duyarlılığın anne karnında başladığı ve ayrıca anne sütü veya başka bir maruz kalma yolu olan ciltten temasla besine maruz kalmayla meydana geldiği öne sürülmüştür.

Bazı sabunlarda bulunan buğday, süt, soya gibi proteinlerin cilde temasla bu besinlere alerji gelişmesi arasında da ilişki bulunmuştur. Besin proteinlerine deri yoluyla maruz kalmanın besin alerjisi hassasiyetini artırdığı bildirilmiştir. Bebeklerin yıkanması için ve nemlendirilmesi için kullanılan ürünlerin içinde besin proteinlerinin bulunmaması besin alerjisi gelişmesini önlemede faydalı olacaktır.

Erken ek gıdaya başlamak besin alerjileri gelişmesini engelliyor

Besinin ağız yoluyla erken alınmasının ise besin alerjisinin önlenmesi için fayda sağladığı bildirilmektedir. 4 ayını dolduran çocuklarda besinlerin tadımlık olarak erken başlanması besin alerjisinin gelişmesinin önlenmesi için faydalı bir yaklaşım olabilir.

Evde evcil hayvan beslenmesi besin alerjisi gelişimini engeller mi?

Gıda alerjisine karşı koruyucu epidemiyolojik faktörler, büyük kardeşlere sahip olmayı ve erken yaşamda evcil hayvan maruziyetini içerir. Evcil hayvan sahipliği, ev ortamındaki yüksek mikrobiyal çeşitlilik ile ilişkilidir. Evcil hayvanların, çocuğun bir yaşına gelmeden eve alınmasının daha sonra evcil hayvan alerjisi gelişimini de azalttığı da bir gerçektir. Bu nedenle özellikle evde evcil hayvan beslemeyi isteyen ailelerin, besin alerjisi için faydasını da düşündüğümüzde, çocuğunuz doğmadan eve evcil hayvanın alınması, besin alerjisi gelişimini ve ilerde evcil hayvan alerjisi gelişimini önleme bakımından faydalı bir yaklaşım olacaktır.

Sezeryan doğum besin alerjisi riskini artırıyor mu?

Birkaç rapor mekonyum (ilk bebek dışkısı) mikrobiyota bileşimini tanımlasa da, mikrobiyal kolonizasyonun rahimde başlayabileceğini öne sürmesine rağmen, anne karnında bebeğin bağırsağın steril olduğuna inanılmaktadır. Mekonyum yenidoğan bebeğin ilk kakasıdır ve bu kakada bağırsaktaki dört ana bakteri (Actinobacteria, Bacteroides , Firmicutes ve Proteobacteria) bulunmuştur. Çalışmalarda, normal bir bağırsak mikrobiyotasının ve bağışıklık sisteminin kurulması ve geliştirilmesinin yaşamın ilk aylarında sürekli mikrobiyal maruziyet gerektirdiğini ve bunun aşırı hijyen nedeniyle tehlikeye atılabileceğini göstermektedir. Yaşamın ilk üç yılında bağırsağın mikrop çeşitliliği yetişkinlerin bağırsağındaki mikrop çeşitliliği düzeyine ulaştığı öne sürülmüştür. Normal doğan çocuklarda faydalı mikroplar bebeğin bağırsağına yerleşip barsağın bariyerinin olgunlaşmasına ve immün sistemin gelişmesine büyük katkı sağlamakta ve besin alerjisi gelişimini engellemektedir. Sezaryenle doğan bebeklerde koruyucu mikroplar bebeğin bağırsağına yerleşemediği için barsak bariyeri yeterince gelişemiyor, bunun sonucu olarak da besin alerjenleri bağırsaktan daha kolay geçmekte ve bağışıklık sistemi alerjik yönde cevap vermektedir. Bunun sonucu olarak da besin alerjisi gelişme olasılığı artmaktadır.

Erken ve gereksiz antibiyotik başlamak besin alerjisine davetiye mi çıkarıyor?

Özellikle ilk 2 yaşta antibiyotik başlanması alerjik hastalıkların gelişimi artırıyor. Çünkü antibiyotikler henüz olgunlaşmamış bağırsakta faydalı bakterilerin yok olmasına neden olarak bağırsak geçirgenliğini bozmakta, bunun sonucu olarak da besin alerjisinin daha kolay gelişmesini sağlamaktadır.

İşlenmiş besinler, besin alerjisi gelişmesine neden olabilir mi?

Bebeklik döneminde beslenme ile alerjik hastalıkların gelişimi arasındaki ilişki henüz tam olarak anlaşılamamıştır. Erken yaşamda artan gıda çeşitliliğine maruz kalma, gıda alerjisi dahil olmak üzere alerjik hastalıklarla ters orantılıdır. Ancak, gıda alerjisinin gelişimi için bir risk olabilecek belirli diyet bileşenlerini tanımlayan nispeten az sayıda çalışma vardır.

İşlenmiş gıdalar, içinde bulunan emülgatörlerin (besinlerin karışmasını sağlayan maddeler) bağırsak geçirgenliğini artırdığına yönelik yayınlar vardır. Bu nedenle işlenmiş gıdalar da besin alerjisi gelişimini artırmaktadır. Organik beslenme bağırsak geçirgenliğini önleme ve besin alerjisi gelişmesinde, azalmada katkı sağlayabilir. Fast food gıdaların az tüketilmesi faydalı olabilir.

Anne sütü ile beslenen bebeklerde besin alerjisi daha az mı görülüyor?

Bebekler anne sütüyle beslenebilir, mama ile beslenebilir veya her ikisinin kombinasyonunu deneyimleyebilir. Anne sütünün bakteri bileşimi, annenin beslenme alışkanlıklarına, genetik arka plana ve demografik faktörlere bağlı olarak değişir. Emzirmenin kesilmesi, katı gıdaların verilmesine göre bağırsak mikrobiyotasının bileşiminde daha önemli bir faktördür. Anne sütü, bebeğin bağışıklık sisteminde immünolojik koruma sağlamaktadır. Anne sütü kaynaklı immünomodülatör ve koruyucu özellikler, immünoglobulinler, glikokonjugatlar ve oligosakkaritler dahil olmak üzere çeşitli bileşenlerle ilişkilendirilmiştir.

D vitamini eksikliği besin alerjisi gelişimi artırıyor

D vitamini eksikliği , besin duyarlılığı ve IgE aracılı besin alerjisi ile ilişkilidir. D vitamini eksikliği olan bebeklerde yumurta ve fıstık alerjisi olasılığının arttığı



bildirilmiştir. Besin alerjisi / anafilaksi sıklığı, yeterli D vitamini sentezi için sonbahar ve kış aylarında yetersiz UVB yoğunluğunun olduğu daha yüksek mutlak enlemlerde daha yüksektir. Düşük D vitamini, riskli bariyer işlevine, bağırsağın mikrobiyal bileşiminde değişikliklere neden olur ve antijen sunan hücreler ve T hücreleri üzerindeki etkilerle birlikte, kişiyi besin alerjenlerine karşı alerjik yanıtlara yatkın hale getirir. Sonuç olarak D vitamini yetersizliği besin alerjisi gelişme riskini artırmaktadır.

Besin alerjisini baskılayan diğer diyet faktörleri arasında lahana, Brüksel lahanası ve brokoli gibi turpgillerin, besin alerjisi gelişimini azaltabileceği bildirilmiştir. Diyet faktörleri doğrudan immünomodülatör olabilir veya bağırsak mikrobiyotasının modülasyonu yoluyla gıda alerjisini baskılayabilir.

Çocukluk çağı aşıları besin alerjisi gelişmesine neden oluyor mu?

Çocukluk çağı aşıları ile besin alerjisi arasında herhangi bir ilişki saptanmamıştır.

Besin alerjisi gelişmesini önlemek için yapılması gerekenleri özetleyecek olursak:

-Sezeryan doğum yerine mümkünse normal doğum tercih edin.

-Özellikle ilk 2 yaşta gereksiz antibiyotik kullanmamaya çalışın ve gerekiyorsa probiyotikle birlikte kullanın.

-Anne sütü, besin alerjisi gelişmesini önlemede ve bağırsak florası gelişiminde çok faydalı olduğu için çocuğunuzu ilk 6 ay sadece anne sütü ile besleyin ve 2 yaşına kadar devam edin.

-Bebeğinizi 4. aydan sonra ek gıdalar ile çok az miktarlarda tanıştırın.

-Bebeğinize D vitamini vermeyi unutmayın, eksik olduğunda daha yüksek doz verin.

-Gereksiz antiasit ve reflü ilaçların besin alerjisi gelişimini artırdığı için bu ilaçlardan kaçının.

-İlk 3 yaşta bağırsak mikrop florası olgunlaşma süresi içinde gereksiz antibiyotik kullanmaktan kaçının, kullanacaksanız probiyotik de ilave edin.

-Evde evcil hayvan beslemeyi düşünüyorsanız çocuğunuz doğmadan eve evcil hayvan alın, besin alerjisi gelişimini de engellemede faydalı olacaktır

-Deterjan ve temizlik malzemelerinin klor içermemesi ve kalıntı bırakma potansiyeli düşük olanları tercih edin. Çamaşırları ve bulaşıklarınızı çift durulama ile yıkayın.

İdrar yolu enfeksiyonları menopoz belirtisi olabilir

Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Prof. Dr. Rukset Attar, menopoz döneminin, öncesi ve sonrası da dâhil olmak üzere 3-5 yıl kadar süren bir süreç olduğunu ve birçok belirti verdiğini söyledi.



Prof. Dr. Rukset Attar

Kadının menopoz tanısının kesinlik kazanması için 12 ay boyunca hiç menstrüel kanama olmaması gerekiyor. Ancak bu dönem 3-5 yıl arasında sürebiliyor. Hatta bazı kadınlarda menopoz dönemi 8 yıl kadar uzayabiliyor. Menopozun belirti vermeden birden bire ortaya çıkan bir dönem olmadığını söyleyen Yeditepe Üniversitesi Kozyatağı Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Prof. Dr. Rukset Attar, sıcak basması, adet dönemi düzensizlikleri gibi bilinen belirtilerinin yanında idrar yolu enfeksiyonu gibi daha az bilinen şikâyetlerle de kendini gösterdiğini söyledi. "Bir kadın menopoza gireceğini vücudunda oluşan belirtilerden yola çıkarak anlayabilir" diyen Prof. Dr. Attar şu bilgileri verdi: "Menopoz dönemi üç aşamada değerlendirilir. İlk dönem menopoz öncesi "perimenopoz" olarak adlandırılan menopozal semptomların başlangıcından postmenopoza kadar olan süreçtir. İkinci dönem "Menopoz" yani son adet dönemidir. 3. ve son dönem de "postmenopoz" denilen son adet kanaması ile yaşlılık dönemi arasındaki dönemdir."

Menopoz döneminde kişide fiziksel ve psikolojik pek çok değişikliğin ortaya çıktığını anlatan Prof. Dr. Rukset Attar, bazı kadınların bu döneme hiç rahatsızlık çekmeden ya da çok az şikâyetle girse de genellikle 6 belirtinin çok önemli olduğuna işaret etti. Söz konusu belirtileri sıraladı.

Diyabetli kadınlarda menopoz döneminde idrar yolu enfeksiyonu daha sık

Menopoz döneminde idrar yolu enfeksiyonlarının da daha sık görüldüğüne dikkat çeken Prof. Dr. Rukset Attar, "östrojen hormonunun eksikliği idrar yolu enfeksiyonlarına neden olabiliyor. Vajen ve üretra (dış idrar yolu) bölgesinde kuruluk, cinsel ilişki sırasında ağrı, idrar yaparken yanma ve sık idrara çıkma görülüyor. Yaşla birlikte mesane hem hacmini hem de elastikiyetini kaybetmeye başlıyor ve sık tuvalete çıkma ihtiyacı da burada başlıyor. Genital duvarların zayıflamasına bağlı olarak üretra incelenebilir ve bu durum nedeniyle bakteriler mesaneye daha kolay erişir. Dolayısıyla kadınların yaşlanmasına bağlı olarak daha sık idrar yolu ve böbrek enfeksiyonları görülür" dedi.

Kadınlarda bu riskin son adet döneminden sonraki dört veya beş yıl içinde artmaya başladığına dikkat çeken Prof. Dr. Rukset Attar, özellikle diyabet gibi bazı kronik hastalıkları olan veya tekrarlayan kronik hastalıkları olan kişilerin idrar kaçırmaya daha yatkın hale getirdiğine işaret etti. Bu durumu yönetebilmenin tedaviyle mümkün olabildiğini hatırlatan Prof. Dr. Attar, kadınların bu durumu yaşlanmanın bir sonucu olarak görmemeleri gerektiğini söyledi.

Ani sıcak basmaları en uzun süren şikâyetlerden biri

Ani sıcak basmaları menopozda en çok şikâyet edilen belirtilerden biri. Östrojen hormonunun azalmasından kaynaklanan bu sürecin menopozdan 2 yıl kadar önce "perimenopoz" döneminde başladığını aktaran Prof. Dr. Rukset Attar, sözlerine şöyle devam etti: "Bu şikayet menopoz süresince de devam eder ve postmenopoz döneminde azalarak sona erer. Menopoz döneminde görülen ani sıcak basmaları olarak bilinen vücut ısısında artışlar, özellikle geceleri uyku sırasında, aşırı terlemeye de yol açabiliyor."

Psikolojideki olumsuz etkiler perimenopoz döneminde yoğunlaşıyor

Menopoz döneminde yine östrojen hormonundaki azalmaya bağlı olarak kişide depresyon, şiddetli kaygı veya istikrarsız, dengesiz davranışlar görülebiliyor. Özellikle perimenopozal dönemdeki kimi kadınlarda ağlama krizleri, duygu durum dalgalanmaları, depresif hissetme gibi şikâyetler görülebildiğini de aktaran Prof. Dr. Rukset Attar kimi kadınların da sebebini bilmeden öfkeli ve normalden daha alıngan olabileceğini de söyledi.

Beyin tümörlerinin 5 belirtisine dikkat

Uzun süreli ve şiddetli baş ağrıları, bulantı-kusma atakları, epileptik (sara) nöbetler, ani ya da yavaş gelişen görme-işitme kaybı gibi durumlar beyin tümörünün ilk belirtileri arasında yer alıyor.



Op. Dr. Okan Cinemre

Memorial Sağlık Grubu Medstar Antalya Hastanesi Beyin, Sinir ve Omurilik Cerrahisi Bölümü'nden Op. Dr. Okan Cinemre, " Beyin Kanseri Farkındalık Ayı"nda beyin tümörleri ve tedavi seçenekleri hakkında bilgi verdi.

Kalıtsal hastalıklar beyin tümörlerine neden olabiliyor

Vinilklorid (PVC) ve iyonize radyasyonun beyin tümörlerinin oluşumunda etkisi olduğu düşünülmektedir. Genetik yapıda mutasyon, delasyon adı verilen değişikliklerin olması bazı beyin tümörlerinin gelişmesinde ana etkenler olabilir. Von Hippel-Lindau Sendromu, Multiple Endokrin Neoplazileri, Nörofibromatozis tip II gibi kalıtsal hastalıklarda beyin tümörü eşlik sıklığı artmaktadır. Son zamanlarda artan cep telefonlarının beyin tümörü görülme sıklığını artırdığına ilişkin yayınlar bulunmaktadır ancak henüz bu konuda kesin kanıtlar yoktur. Genel olarak beyin tümörleri asıl ve metastatik olarak ayrılır. Bunlar iyi ya da kötü huylu olabilir.

Metastatik tümörler daha sık görülüyor

Asıl beyin tümörleri çoğunlukla kötü huylu kanserler arasında sayılmaktadır. Ancak beyinde iyi huylu tümörler de vardır. Yalnız kafatası kapalı bir kutu olduğundan iç hacminin sabit olması nedeniyle, burada büyüyen bir tümör iyi huylu olsa dahi, beyin ve diğer yaşamsal dokulara yaptığı bası sonucu ölümcül ve sakatlık yaratıcı sonuçlar doğurabilir. Hasta sayısı olarak metastatik beyin tümörleri, asıl tümörlere göre daha sıklıkla görülmektedir. Beyin tümörü belirtileri kimi zaman yavaş yavaş artan bir bozukluk, bazen de aniden gelişen ve tanı koyduran bir durum olabilir.

Beyin tümörlerinin başlıca belirtileri şunlardır;

1. Uzun süreli ve şiddetli baş ağrıları
2. Bulantı-kusma atakları
3. Epileptik (sara) nöbetler
4. Ani ya da yavaş gelişen görme-işitme kaybı
5. Denge ve yürüme bozuklukları

Modern görüntüleme yöntemleri ile kesin tanı konuluyor

Beyin tümörü tanısı günümüzde en sık olarak bilgisayarlı tomografi ve manyetik rezonans (MR) yöntemleriyle konulmaktadır. MR görüntüleme ile tümörün cinsinin tahmin edilmesi konusunda da yararlıdır. Yine de bazen mevcut görüntüleme yöntemleriyle anormalliğin gerçekten tümör olup olmadığı belirlenemeyebilir. Bu durumda biyopsiye başvurulur. Kesin doku tanısı, tümörün tamamı veya bir kısmı çıkarıldıktan sonra patologlar tarafından kesinleştirilir. Bu; ek tedavinin yapılıp yapılmayacağı, yapılacaksa nasıl yapılacağı konusunda belirleyici olur.

Cerrahide amaç tümörün tamamının çıkarılmasıdır

Beyin tümörlerinin tedavisinde cerrahi, radyoterapi ve kemoterapi olmak üzere üç yöntemden söz edilebilir. Bu tedavilerden biri veya birkaçı tümörün tipine, yerleşim yerine, hastanın özelliklerine göre uygulanabilir. Cerrahi tedavide amaç hastaya olabildiğince zarar vermeden, mümkünse tümörün tamamını çıkarmaktır. Ancak bu her zaman gerçekleştirilemeyebilir. Tümörün yeri, hastanın genel durumu tümörün tam olarak çıkarılmasına elvermezse o zaman bir kısmı çıkarılır. Kafatası içinden çıkarılacak görece küçük bir parçanın bile beyin tümörünün tanı ve tedavisinde büyük yeri olabilir.

Radyoterapi tümörün etrafındaki sağlam beyin dokusu korunarak uygulanır

Radyoterapi, radyasyon onkolojisi uzmanlarınca yapılır. Uygulanacak tedavi öncesinde tümörün doku tipinin bilinmesi tedavi biçiminin belirlenmesinde önemlidir. Bu olanak yoksa bazen doğrudan radyoterapi uygulaması yapılabilir. Radyoterapi esnasında tümörün etrafındaki sağlam beyin dokusunu korumak önemlidir. Kemoterapi beyin tümörü tedavisinde başka organların kötü huylu tümörlerine nazaran daha az başarılıdır. Genelde diğer iki tedaviyi desteklemek üzere uygulanır. Kemoterapi ilaçlarının zaman içerisinde gelişmesi ile beyin tümörü tedavisinde daha fazla yerleri olacağı düşünülmektedir.

Diyabet
hangi göz hastalıklarına yol açar?

Göz Hastalıkları Uzmanı Op. Dr. Yusuf Avni Yılmaz, "10 yıldan beri diyabet olanın göz ve diğer dokulardaki komplikasyon riski 5 yıl diyabet olanlara göre daha yüksektir. Diyabetik hastalarda sık görülen göz problemleri glokom, katarakt ve retinopati olarak sıralanabilir" dedi.



Op. Dr. Yusuf Avni Yılmaz

Diyabet, yaşam boyu kontrol gerektiren bir hastalıktır. Diyabetin bütün vücudu etkileyebildiği gibi gözü de etkilediğini belirten Anadolu Sağlık Merkezi Göz Hastalıkları Uzmanı Op. Dr. Yusuf Avni Yılmaz, "Diyabet olup yıllarca hiçbir göz problemi yaşamayan insanlar olduğu gibi diyabetin etkilerine bağlı ciddi göz ve görme problemleri yaşayan kişiler de mevcut. Başlangıçta diyabete bağlı göz problemleri başlamasına rağmen hastalar hiçbir şikayet hissetmeyebilirler" dedi.

Bir şikâyet olmasa dahi yılda 2 kez kontrole gidilmeli

Hastaların diyabetin komplikasyonlarına bağlı belirtti hissettiklerinde genelde gözdeki hasarın önemli oranda ilerlemiş durumda olduğunu vurgulayan Op. Dr. Yusuf Avni Yılmaz, "Bu problemler başlangıç aşamasında iyi takip edilip gerekli durumlarda uygun tedaviler yapılırsa kalıcı görme hasarları önemli oranda önlenebilir. Bunu yapabilmenin tek yolu diyabet teşhisi konmuş hastaların düzenli göz muayenesinden geçer. Diyabet olan her kişinin görsel bir şikâyeti olmasa bile senede en az 2 kere düzenli göz muayenesi yaptırması gerekir. Muayenelerde bir sorun tespit edilirse ona göre yol haritası çizilmeli" uyarısında bulundu.

Göz Hastalıkları Uzmanı Op. Dr. Yusuf Avni Yılmaz, diyabetik hastalardaki sık görülen göz problemleri glokom, katarakt ve retinopati hastalıkları ve tedavilerine ilişkin önemli bilgiler paylaştı:

Glokom göz tansiyonu olarak bilinir. Diyabetik hastalarda glokom diyabetik olmayanlara göre yaklaşık iki kat daha sık görülür. Glokomun erken tanınması ve tedavisine başlanması kalıcı görme hasarını önlemede en önemli faktördür. Glokom için ilaç tedavisi, lazer tedavileri ve cerrahi olmak üzere hastanın durumuna göre çeşitli tedavi seçenekleri mevcuttur.

Katarakt ise göz bebeği olarak bilinen pupillanın hemen arkasında bulunan lensin matlaşmasıyla karakterize bulanıklaşmaya neden olan bir göz hastalığıdır. Yaşla beraber sıklığı artsa da diyabetik hastalarda da diyabetik olmayanlara göre daha sık görülen bir durumdur. Tedavisi ise cerrahidir.

Diyabetik retinopati adından anlaşılacağı üzere gözün retina tabakasında diyabete bağlı olarak gelişen birtakım bozukluklardır. Diyabetik retinopatiyi 3 kategoride incelemek gerekir.

1) Proliferatif olmayan (non proliferatif) retinopati diyabete bağlı retinopatinin başlangıç evresidir. Burada göz arkasında kanamalar başlamıştır ancak çok major bir sorun henüz oluşturmamaktadır. Bu evredeki hastaları yakın takip ederek gerekli durumlarda tedavilerini yaparak görme kayıplarının önlenmesi en önemli durumlardan biridir. Bu dönemde hastaların görsel şikayetleri olmadığı için genellikle rutin göz muayenesi sırasında hekimler tarafından tanınırlar.

2) Maküler ödem ise retina merkezinde görme reseptör hücrelerinin yoğun olduğu bölgede sıvı birikmesi nedeniyle görmeyi oldukça düşüren bir durumdur. Ödem artmasına paralel olarak görme düşer, ödem azalınca görmede iyileşme olur. Ancak ödemin çok uzun süre devam etmesi durumunda tedavi ile ödem azaltılsa da görme aynı oranda düzelmeyebilir. Bu nedenle bu durum tespit edilmesi durumunda hızlıca tedavi uygulanmalıdır.

3) Proliferatif diyabetik retinopati ise diyabetin en ağır göz problemlerinden biridir. Retina tabakasındaki dolaşım bozukluğuna bağlı retina üzerinde yeni damarlar oluşur. Bu damarlar retinanın gerçek damarları gibi sağlıklı değildir. Kırılgandır ve kanamaya meyillidirler. Bu retina kanamaları göz içerisini doldurursa görme tamamen gidebilir ve oldukça kritik ameliyatlara ihtiyaç duyulabilir. Ayrıca retinadaki bu dolaşım bozukluğu ve kanamalar oldukça sorunlu ve kontrolü zor olan glokom türlerine sebep olabilir. Bu durum da sadece görme problemine değil gözlerde kontrolü zor olan ağrılara da neden olabilir.

Diyabetin retinopati üzerindeki etkilerine ilişkin tedaviler lazer tedavileri, göz içi enjeksiyonlar ve vitrektomi ameliyatları

Eksikliği hastalığın şiddetini artırabilir

Sağlık Bakanlığı Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2019 raporuna göre, ülkemizde 15 yaş ve üzeri erkeklerin yalnızca %14.5'i, kadınların da %7.2'si normal D vitamini seviyesine (30-79 ng/mL) sahip.

Avrupa Gıda Güvenliği Otoritesi (EFSA) tarafından bağışıklık sistemini destekleyici etkisi de onaylanan D vitamini eksikliği, COVID-19 hastalığının şiddetini artırabiliyor. Hipertansiyon, diyabet, kardiyovasküler hastalık, metabolik sendrom gibi çeşitli bulaşıcı olmayan hastalıkların düşük D vitaminiyle ilişkili. Bu hastalıklar, D vitamini eksikliğiyle birleştiğinde COVID-19 hastalığını şiddetli düzeyde geçirecek vakaların sayısını artırabilir.

Sıklıkla virüslerin neden olduğu akut solunum yolu enfeksiyonları ile D vitamini ilişkisi birçok bilimsel çalışmanın da konusu. Düşük D vitamini ile solunum yolu enfeksiyonları arasında bir ilişki olduğu düşünülüyor. Son yıllarda yapılan çalışmalar da D vitamini ile akut solunum yolu enfeksiyonları arasındaki ilişkiyi destekliyor. D vitamini, sonradan kazanılmış ve doğuştan gelen bağışıklık sistemi üzerinde etki gösterebiliyor. Ayrıca D vitamini, iltihaplanmayı azaltabiliyor ve bağışıklık sistemi hücrelerinin etkilerini artırabiliyor. Bu nedenle, D vitamini seviyesinin hastalığın gelişimi ve seyri için önemine çok daha fazla dikkat edilmesi gerekiyor. Hastaneye yatma durumunda, D vitamini seviyesinin hızlıca gözden geçirilmesi ve mümkünse tedavisi gerekiyor.

İç mekânlarda fazla vakit geçirmek riski artıyor

Temel olarak güneş ışığından ve çok daha az miktarlarda olsa da besinlerden alınabilen D vitamini, kalsiyum emilimine yardımcı olması, kemiklerde kalsiyum depolaması, kandaki kalsiyum seviyesini kontrol etmesi ve en önemlisi de kalsiyum-fosfor dengesini düzenlemesi açısından vücut için oldukça önemli bir vitamin. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) yeterli D vitamini üretimini sağlamak için güneş yanıklarının oluşmamasına dikkat edecek şekilde; her gün yüz ve kolları maksimum 30 dakika güneşe maruz bırakmayı öneriyor. Bununla birlikte kış aylarında güneşten yararlanamamak ve iç mekânlarda fazla vakit geçirmek D vitamini yetersizliği için risk oluşturabiliyor. Ayrıca yapılan bazı çalışmalarda D vitamini düzeyinin istenilen düzeylere çekebilmede hareketli yaşamın, fiziksel aktivitenin çok önemli olduğunu belirtiyor

Dünyada ve Türkiye'de durum ne?

Avrupa'da D vitamini eksikliği kış aylarında yaygın olarak görülüyor ve esas olarak yaşlılar ile göçmenleri etkiliyor. İskandinavya'da nüfusun sadece %5'i düşük D vitamini seviyelerinden etkilenmekte iken, Almanya, Fransa ve İtalya'da toplumun %25'ten fazlasında görülüyor. D vitamini eksikliği özellikle yaşlılarda görülüyor. Avusturya'da yaşlıların yaklaşık %90'ı D vitamini yetersizliği ile karşı karşıya. Türkiye'de ise maalesef D vitamini yetersizliği belirtilen ülkelerden çok daha yoğun görülmekte. Daha da kötüsü sadece yaşlılar değil tüm nüfus katmanları ciddi boyutlarda etkilenmekte. Yetersiz D vitamininin belli başlı nedenleri var: Bunlar, düşük UVB maruziyeti (özellikle kuzey bölgelerde kış mevsimi nedeniyle), güçlü pigmentasyon durumu veya yaşlanmayla ciltte vitamin sentezinin azalması gibi.

Sağlık Bakanlığı Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2019 raporuna



göre, 15 yaş ve üzeri bireylerde temel özelliklerine göre D vitamini değerleri dağılımı incelendiğinde erkeklerin yalnızca %14.5'inin, kadınların ise %7.2'sinin normal D vitamini seviyesine (30-79 ng/mL) sahip olduğu görülüyor. Beslenme durumları incelendiğinde ise EFSA'nın diyetle D vitamini (AI) önerisinin altında kalan bireylerin oranı %95.5. Bu durum Türkiye'de yaşayanların D vitamini eksikliği riski altında olabileceğini gösteriyor.

Kaynaklar:

1. Rhaiza Aponte and Cristina Palacios. (2017). Vitamin D for prevention of respiratory tract infections. e-Library of Evidence for Nutrition Actions (eLENA), World Health Organization (WHO).
2. Vitamin D. National Institutes of Health (NIH).
3. Vitamin D. Harvard T.H. Chan School of Public Health.
4. Helena Gibson-Moore, Vitamin D-fence: Can vitamin D help prevent common cold. British Nutrition Foundation (BNF).
5. Gruber-Bzura, BM. Vitamin D and Influenza—Prevention or Therapy. Int J Mol Sci. 2018 Aug; 19(8): 2419.
6. Biesalski, H. K. (2020). Vitamin D deficiency and co-morbidities in COVID-19 patients–A fatal relationship?. NFS Journal.
7. T.C. Sağlık Bakanlığı, Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2019 Raporu.

Obeziteye karşı 'BUSE' formülü

Dünyada ve ülkemizde Tip 2 diyabet, kardiyovasküler hastalıklar, hipertansiyon, inme ve çeşitli kanser türler gibi bulaşıcı olmayan sağlık sorunları için en büyük risk faktörü olan obezite yaygınlaşarak büyük bir sağlık sorunu olmaya devam ediyor.



Doç. Dr. Ümit Koç

Basit yöntemlerle alınan önlemler sayesinde obezite krizi kolaylıkla çözülebiliyor. Memorial Şişli Hastanesi Gastroenteoroloji Cerrahisi Bölümü'nden Doç. Dr. Ümit Koç, obeziteyi önlemenin yolları hakkında bilgi verdi.

Düzensiz beslenme ve egzersiz eksikliği obeziteyi getiriyor

Günümüzde birçok hazır gıdaya çok kolay biçimde ulaşabilmektedir. Bu gıdaların sindirimi de hızlıdır ve fazla enerji gerektirmez. Bu da küçük yaşlardan itibaren beslenme bozukluğunu beraberinde getirmektedir. Daha pratik ve kolay hazırlandığı için bu tür beslenme popülerdir. Bu nedenle de beslenme bozukluğu meydana gelmektedir. Teknolojinin gelişmesiyle hayatın kolaylaştığı son 20 senede egzersiz yoksunluğu da ortaya çıkmaktadır.

Yetersiz uyku hormonları vuruyor

Kilo almanın en yaygın nedeni çok yiyip, az hareket etmek olarak bilinse de, yetersiz uyku da obeziteye zemin hazırlamaktadır. İnsan vücudu güneş batımından, güneş doğumuna kadar uyumak üzere programlanmıştır. Yetersiz uyku, doygunluk sinyalini veren leptin hormonunda düşüşe neden olmaktadır. Bu hormonun az salgılanması açlık olmadığı halde beyne yemek yeme sinyali göndermektedir. Bu da fazladan yemeye neden olmaktadır. Bunun yanında yetersiz uyku strese sebep olmaktadır. Yetersiz uyku kortizon hormonu seviyesini yükselterek iştahın da artmasını sağlamaktadır. Bu da obeziteye zemin hazırlamaktadır.

Obeziteye dört adımlı önlem

Obezitenin pençesine düşmemek için pratik yöntemler uygulanması önemlidir. Bu yöntemlerin bütününü, baş harflerini yan yana koyarak BUSE formülü olarak özetlemek mümkündür:

Beslenme alışkanlıklarını değiştir: Taze meyve ve sebzelerden zengin, hazır gıdalar yerine ev yapımı besinlerden oluşan, Akdeniz tipi beslenme obeziteyi önlemekte önemlidir. Bunun yanında fast-food yiyeceklerden uzak durmak, şekerli ve asitli içecekleri tüketmemek, vücudun kendisini yenileyebilmesi için yeterli miktarda su temel besin ögelerini barındıran bir beslenme düzenine geçmek obeziteye karşı savaşta rol oynamaktadır.

Uyku düzenini kur: Yeterli uyumamak hormonal düzensizliklere neden olurken obeziteye de davetiye çıkarabilmektedir. Kişilerin son zamanlarda uyumadan önce TV, cep telefonu ya da tablet kullanımında yoğunlaştıkları bilinmektedir. Bu tür cihazların yatak odasından içeri alınmaması kaliteli uyku için önemlidir. Uyumadan önceki son iki saat ekrandan uzaklaşmak, yatılan odayı havalandırmak, karanlık ve sessiz bir ortam sağlamak da uykunun kalitesini etkileyen faktörler arasındadır. Yeterli ve sağlıklı uyku, vücudumuzun stresini azaltarak hem kilo vermemizde hem de bağışıklık sistemimizin sağlam olmasında önemli bir yere sahiptir.

Stres kontrolünü sağla: Gündelik yaşamda yaşanan stres kortizon hormonu seviyesini yükselttiği için iştahı da otomatik olarak artırır. Bu nedenle stres faktörü ortadan kaldırılmalıdır. Günümüzde bu çok mümkün olmasa da stres ile baş etmek için birçok etkili yolun olduğunu unutmamalıyız. Yeni hobiler edinmek, trafikten mümkün olduğunca uzak durmak için gerekli akılcı girişimler yapmak (ev iş yeri arası mesafeyi kısaltmak, bisiklet gibi alternatif yöntemler) stresle başa çıkmaya yardımcı olabilir.

Egzersizi hayatının içine yerleştir: Gündelik hayatın yoğunluğunda pek çok kişi egzersiz yapmaya fırsat bulamamaktadır. Eğer egzersize zaman yoksa işe ya da okula giderken toplu taşıma araçları tercih edilebilir. Ya da uygun havalarda yürüyüş, bisiklet gibi alternatif yöntemler kullanılabilir. Servis kullanılıyorsa bir ya da iki durak öncesinde inilip yürünebilir. Asansör yerine merdiven kullanımı artırılabilir. Ev içinde yapılabilecek basit etkinlikler bile yardımcı olacaktır. Sabah yarım saat erken kalkınca yapabilecek bir sürü egzersiz mevcuttur.

Obezite, astım riskini artırıyor

Son yıllarda tüm dünyada obezite önüne geçilemez bir şekilde artmaya devam ederken, astım da benzer artışla obeziteyi takip etmektedir.



Prof. Dr. Hüseyin Sinan

Özel Adatıp İstanbul Hastanesi Genel Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. Hüseyin Sinan, obezitenin tek başına dahi, astım görülme sıklığının ve mevcut astım şikayetlerinin artmasına sebep olduğunu belirterek, astım ve obezite arasındaki ilişkiyi sizler için açıkladı.

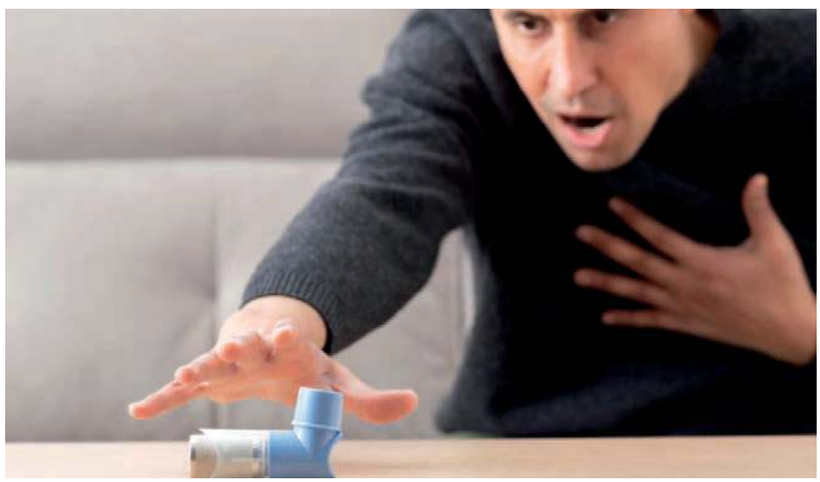
Hava kirliliği, tütün ve tütün ürünleri kullanımı / maruz kalma, genetik faktörler gibi sebepler astım hastalığının en önemli tetikleyici unsurları arasında yer alırken, yapılan araştırmalar obezitenin de astım hastalığını artıran bir risk faktörü olduğunu ortaya çıkartıyor. Özel Adatıp İstanbul Hastanesi Genel Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. Hüseyin Sinan, obez bireylerde astım hastalığının görülme sıklığının daha yüksek olduğunu belirtirken, bu iki hastalığın bir arada olmasının daha yıpratıcı sonuçları olabildiğini de ifade ediyor. Prof. Dr. Hüseyin Sinan; "Astım ve obezite bir araya gelince astım belirtileri daha ağırlaşmakta, hastaneye başvurma sıklığı artmakta ve doğal olarak tedavisi daha güçleşmektedir. Obezite ile birlikte görülme sıklığı artan reflü, uyku apnesi, Tip 2 diyabet (şeker hastalığı) ve hipertansiyon gibi metabolik sendromun önemli bileşenleri de astımın şiddetlenmesine sebep olabilmektedir." açıklamalarında bulundu.

"Obezite ve astım ortak genlere sahip"

Prof. Dr. Hüseyin Sinan; "Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre obezite dünyadaki en riskli on hastalıktan biri ve astım ise tüm dünyada 300 milyonun üzerinde bireyi etkilemekte ve gün geçtikçe sayı artmaktadır. Bu birliktelikten yola çıkarak şu çok net bir şekilde söylenebilir: Obezite tek başına, astım görülme sıklığının ve mevcut astım şikayetlerinin artmasına sebep olmaktadır." dedi. Hastalığın genetik özelliklerine de değinen Prof. Dr. Hüseyin Sinan, "yapılan bilimsel bir çalışmada obezite ve astımın yüzde sekiz oranında ortak genlere sahip olduğu ortaya konulmuştur. Bununla birlikte, vücut kitle indeksi yüksek olan (obez bireyler) kadınlarda, obez olmayan kadınlara göre astım riski yaklaşık 2 kat artmaktadır." açıklamalarında bulundu.

"Obezitenizi kontrol altına alırsanız astım tedavinizi de kolaylaştırırsınız"

Prof. Dr. Hüseyin Sinan, diyet, egzersiz, obezite cerrahisi ve ameliyat dışı yöntemlerle (mide içi balon uygulaması gibi) kilo vermek suretiyle astım hastalarının belirtilerinde azalmalar gözlendiğini belirtmektedir. Prof. Sinan; "Obezite cerrahisi geçiren veya ameliyat dışı yöntemlerle kilo vermeyi başarabilen hastaların akciğer fonksiyonları olması beklendiği gibi iyi yönde seyreder. Hem tedavileri kolaylaşır hem de astım krizi sıklığı ve şiddeti beklenenden daha az olur. Diyet, egzersiz veya bir sağlık profesyonelinden destek almak suretiyle verilecek obezite ameliyatı kararı ve sonrasında astıma dair sıkıntılar da hafiflemiş olacaktır." açıklamalarında bulundu.



Uyku arası bilinçsiz yemek yeme semptomuna dikkat

Uyku sırasında kişinin farkında olmadan tehlikeli gıdalar yiyerek zehirlenebileceği uyarısında bulunan uzmanlar, bu durumun ilaç tedavisiyle ortadan kalkabileceğini belirtiyor.



Prof. Dr. Barış Metin

Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Barış Metin, gece uykudan uyanıp bilinçsiz yeme semptomuyla ilgili önemli bilgileri paylaştı.

Rüya halinde bilinçsiz yemek yenir

Gece uyanıp bilinçsizce yemek yemenin bir sorun olduğunu belirten Prof. Dr. Barış Metin, "Bu sorunu yaşayan kişilerde beynin uyku-uyanıklık kontrolünde bir sorun var. Kişi uykusundan kalkıyor yemek aramaya başlıyor ama aslında o anda beyin halen uyuyor. Yani aslında rüya halinde bilinçsiz yemek yeme söz konusu. Hastalığın nedeni anlaşılmış değil ancak uykuda hareketsiz olarak yatmamızı sağlayan mekanizmalarda bir bozukluk olduğu söylenebilir. Ayrıca kişinin uykusunun sık bölünüp uyanıklıklar yaşanması da hastalığı tetikleyebilir." dedi.

Aşırı miktarda kilo artışı olur

Bu rahatsızlığa sahip bireylerin gece uykusundan uyanıp bol miktarda yemek yediklerini belirten Prof. Dr. Barış Metin, "Bu aşırı yemek yemelere bağlı olarak aşırı miktarda kilo artışı olur. Hastalar genelde bilinçsizce yer. Yani uykudan uyanıp yemek aradıkları ve yedikleri sırada bilinçleri yerinde değildir ve beyin halen uyku halindedir." diye konuştu.

Uyku uzmanına gidilmeli

Bu hastalığın en önemli belirtisinin gece uykudan uyanıp bilinçsizce yeme olduğunu vurgulayan Prof. Dr. Barış Metin, genelde aşırı kalorili gıdaların tüketildiğini söyledi.

Bu durumun psikiyatrik bir bozukluk değil, parasomni yani uyku bozukluğu olduğunun altını çizen Prof. Dr. Barış Metin, "Hatta bazı bireyler yenilmeyen veya toksik maddeleri de tüketmeye çalışabilir. Kişi kendi iradesi ve bilinci açık olarak yemek yemediğinden psikoterapi ile düzelmesi de beklenmez. Bu rahatsızlık bir uyku bozukluğudur. Bazı hastalarda aşırı yemek yeme ve kilo almaya bağlı depresyon ve çaresizlik hissi görülebilir. Bu durum tedavi edilebilir olduğundan çaresizlik hissetmek yerine uyku uzmanına girmek tercih edilmelidir." tavsiyesinde bulundu.

Genç kadınlarda daha sık görülüyor

Uykuda yürüme yani uyurgezerlik hastalığıyla bu durumun benzerlik gösterdiğini aktaran Prof. Dr. Barış Metin, uyurgezerlik hastalığında da kişilerin bilinçli olmadan, uykudan kalkıp yürüdüğünü anlattı. Prof. Dr. Barış Metin şöyle devam etti:

"Uyku ilişkili yeme bozukluğunda da tipik olarak kişiler yemek yediklerinin farkında değillerdir. Ayrıca hastalarda huzursuz bacak sendromu, uykuda periyodik hareket bozukluğu ve uyur gezerlik de sıklıkla bulunabilir. Bu hastalığa sahip bireyler genelde genç yaştaki kadınlardır. Uykudan kalkıp bilinçsizce buzdolabına gidip yemek yerler. Yedikleri şeyler sıklıkla çok garip besinler olabilir. Buzluktan donmuş gıdaları yiyen, gıdaların ambalajlarını yiyen hastalarım bile oldu. Hastalar yemek yediklerini genelde hatırlamaz, ayrıca kendilerini kontrol edemediği için buzdolabına kilit takan hastam dahi oldu."

İlaç tedavisi uygulanıyor

Bu hastalığın tedavi edilebildiğini kaydeden Prof. Dr. Barış Metin, ilaç tedavisi uygulandığını, bu durumu kontrol altına alınmasını sağlayan ilaçlar bulunduğunu söyledi. Dr. Barış Metin, uyku ile ilişkili yemek yeme bozukluğu olan hastaların tedavi olmazsa aşırı şişmanlayabildiğini vurgulayarak "Ayrıca tehlikeli gıdalar tüketerek zehirlenebilirler. Bu nedenle rahatsızlığın mutlaka tedavi edilmesi gerekir. Bunun yanında eşlik eden başka uyku bozukluğu var mı diye araştırmak gerekli. Eğer uyku bütünlüğünü bozan uyku apnesi gibi bir bozukluk varsa mutlaka tedavi edilmelidir." uyarısında bulundu.

Son 20 yılda yüzde 3'ten 15'e çıktı

Yapılan çalışmaların 2050 yılında her iki kişiden birinin alerjik yapıya sahip olacağını gösteriyor. Çocuk Alerji ve İmmünoloji Uzmanı Prof. Dr. Hülya Ercan Sarıçoban, 20 yıl öncesinde %3-5 oranında görülen alerji hastalıklarının günümüzde 2-3 kat atış göstererek yüzde 10-15 gibi bir orana çıktığını işaret etti.



Prof. Dr. Hülya Ercan Sarıçoban

Baharın gelmesiyle birlikte en sık konuşulan konulardan biri olan alerjilerin her geçen gün de önemi giderek artıyor. Zira araştırmalar alerjik hastalıkların hemen tamamında son yıllarda ciddi artış görüldüğünü gösteriyor. Bu noktada çevresel faktörler ve endüstrileşmenin çok büyük önemi bulunduğunu hatırlatan Yeditepe Üniversitesi Kozyatağı Hastanesi Çocuk Alerji ve İmmünoloji Uzmanı Prof. Dr. Hülya Ercan Sarıçoban, "Özellikle solunum alerjilerinin ortaya çıkmasında çok ciddi etkisinin olduğunu biliyoruz. Egzoz dumanı, hava kirliliğinin artması, işlenmiş, paketli gıdalar, mikroplastikler, nanopartiküllerin yanı sıra özellikle içinde bulunduğumuz dönemde kullanımı artan deterjanların kullanılması ile birçok kimyasal ve bunların solunmasıyla birlikte alerjik tepkiler artıyor. "diye konuştu.

Küresel ısınma polen mevsimini uzattı

Toplumda saman nezlesi olarak bilinen ve polenlerle ilişkili olan alerjik rinitin, bitkilerin polenlerini bıraktığı bahar aylarında görüldüğünü kaydeden Prof. Dr. Hülya Ercan Sarıçoban, sözlerine şöyle devam etti: "Havaların, küresel ısınma ile birlikte daha erken ısınmaya başlaması, mevsim sezonun daha uzun sürmesi polenlere karşı maruziyeti arttırdı. Normalde Nisan ortasında başlamasını beklediğimiz bir polenizasyon Mart ortasında başlıyor ve normalden uzun sürüyor. Bu nedenle daha fazla aynı alerjenle, polenle karşılaşıyoruz."

Evde geçirilen zaman artıkça solunum alerjieri artıyor

Ev içinde geçirilen zamanın artmasıyla birlikte solunum yolu alerjilerinin tetiklendiğine dikkat çeken Prof. Dr. Hülya Ercan Sarıçoban, sözlerine şöyle devam etti: "2 yaş öncesi daha çok besin alerjileri görülürken solunum yolu alerjileri 2 yaşından sonra görülüyor. Hava yolu ile alerji yapabilen maddeler içinde ev tozu akarları, küf, hayvan cilt döküntüleri, salgı ve tüyleri, yabani ot, çimen ve ağaç polenleri sayılabilir. Uzun süre evde kalmak da ev içi alerjenleri, ev tozu akarları, küf mantarları ve hayvan tüylerine olan maruziyetin artmasına neden oluyor. Bu nedenle özellikle evde kalınan zamanlarda gerekli önlemleri almak önem taşıyor. Ayrıca ev temizliği ve bulaşık, çamaşır makinesinde kullanılan deterjanlar, ev içinde kullanılan parfümler-oda kokuları sigara dumanı da solunum alerjilerin gözükmesinde katkı sağlıyor."

Tüm alerjilerde aynı belirtiler görülmüyor

Alerjik reaksiyonda, değişik organ ve sistemler farklı derecelerde





etkilendiğinden, alerjik hastalıkların belirtileri çok farklı şekillerde ortaya çıkabiliyor. Solunum yolu alerjilerinin çocuğun yaşam kalitesini düşürdüğünü önemle vurgulayan Prof. Dr. Hülya Ercan Sarıçoban, "Alerjik nezle de burun kaşıntısı, arka arkaya 10-15 defa oluşan hapşırık, burun akıntısı, daha sonra burnun tıkanması, zor nefes almak, ağzı açık uyumak, ağzı açık uyumak ve burnun tıkanmasıyla birlikte gece horlamalarının artması, gözlerde kaşıntı, sulanma, kızarıklık, nefef darlığı, düzelmeyen öksürük ve hırıltılı solunum sıklıkla karşılaştığımız şikayetler arasında yer alıyor. Eğer iyi tedavi edilmezse küçük çocuklar için tekrar eden kulak iltihaplanmaları ve işitme kayıpları, büyük çocuklar ve erişkinler için de sinüzitin tekrar etmesi gibi hayat kalitesini bozan durumlar ve tekrar eden antibiyotik kullanım ihtiyaçlarıyla karşılaşıyoruz" diye konuştu.

Alerjide alınabilecek önlemler

"Alerjinin neye karşı olduğunu bilmek, alerji zamanı gelmeden önlemlerini almak, gerekiyorsa alerji koruyucu ilaçları kullanmak gerekiyor" diye konuşan Prof. Dr. Hülya Ercan Sarıçoban şunları da ekliyor; "gereksiz antibiyotik kullanımının önüne geçilmesi ve çocukların fast-food yerine sebze, meyve ağırlıklı beslenmesi önemli. İşlenmiş, paketli, boyalı, kıvam artırıcı içeren besinlerden uzak durulmalı. Çocukların, alerjen ve enfeksiyonlarla daha kolay karşılaşabilecekleri kreş, alışveriş merkezi gibi ortamlara mümkünse erken yaşlarda sokulmaması gerekiyor. Kullanılan vitaminler, bitkisel ilaçlar bağışıklığı zayıf olan çocuğu koruyamıyor. Su ve sabunla el yıkamak yeterli, el dezenfaktanları kullanmamak, kullanılsa bile daha sonra durulayıp dezanfaktanı uzaklaştırmak da alerjik çocuklar için önem taşıyor. Ev temizliğinde güçlü kimyasal çozücüler, çamaşır ve bulaşık makinası deterjanlarının kullanılmasından mümkün olduğunca kaçınmak veya en az miktarda düşük güçtekileri kullanıp, ek durulama yaparak deterjanları olabildiğince uzaklaştırmak çok önemlidir. Sigara dumanı ve hava kirliliği de solunum alerjenlerini çok arttırmaktadır. Sigara balkonda dahi içilse ev içindeki çocukların akciğerlerini etkilemektedir. Mikroplastiklerin vücuda girmesi de alerjik hastalıkları artırmaktadır, bu sebeple mikroplastik içeren besinler, plastik pişirme, saklama poşetlerinden uzak durulmalıdır. Kısaca 1960'dan önce büyükannelerimizin ev içinde neler yaptıkları, ne yiyip, içtikleri, nasıl temizlik yaptıkları tekrar hatırlanmalıdır. Ev içi alerjen miktarını azaltmakta önemli. Ev tozu akarı-mite alerjisi var ise yün, kuş tüyü yatak, yorgan, yastık kullanmamak, yün halı, kalın perdeler kullanmamak, nevresim kılıflarını 60 oC ve üstünde haftada bir yıkamak. Ev içi nem oranını %30-50 arasında tutmak, tüylü hayvan beslememek fayda sağlar. Polenler için ise sabahtan öğlen saatlerine kadarki sürede camları açmamak, dışarı çıkarken siperli şapka, gözlük kullanmak. Eve girildiğinde duş almak. Polen mevsiminde polenin yoğun olduğu piknik alanlarına gitmemek şikâyetleri azaltacaktır. "

Covid-19 bebeklerde de görülüyor

Yüzyılın küresel salgın hastalığı Covid-19 önlem alınmadığı takdirde bebeklere de bulaşabiliyor. Çiçeği burnunda anne baba adayları, bebeklerini koronavirüsten nasıl koruyabileceklerinin telaşını yaşıyor.



Dr. Ülkü Yılmaz Tıraş

Acıbadem Fulya Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Ülkü Yılmaz Tıraş, anne babaların bazı kurallara dikkat ederek bebeklerinin bu süreci sağlıkla geçirmelerini sağlayabileceklerini belirterek "Yeni doğan bebeklerin bağışıklık sistemleri tam gelişmediği için, normal zamanda dahi enfeksiyona aşırı duyarlılarken, bu olağanüstü koşullarda bakımları çok daha özen gerektiriyor. Hastalık başladığında çocukların virüse daha az yakalandığı hipotezi varken zaman içerisinde gördük ki bebekler de enfekte olabiliyor." diyor. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Ülkü Yılmaz Tıraş, Covid-19 pandemisinde yenidoğanların bakımına yönelik önemli önerilerde bulundu; anne, baba ya da bebeğin Covid pozitif olması durumunda dikkat edilmesi gereken kuralları anlattı.

Pandemi sürecinde bebeğinizle yalnız kalın

Toplumumuzda doğum sonrasında anne babanın yanında yardımcı aile bireyleri bulunur. Ancak bu durum çok kişi ile temas edilmesine yol açar ki, bu temaslar da pandemide enfeksiyon riskini artırmaktadır. Bu nedenle anne ve baba pandemi sürecinde bebeği ile baş başa olmalı, mümkün olduğu kadar bebeğin az kişi ile temas etmesi sağlanmalıdır. Bu durum başlangıçta anne babayı tedirgin etse de, daha sonrasında bebekleri ile daha iyi adapte olduklarını göstermektedir.

El hijyenine çok dikkat edin

Bir yılı aşkın süredir hayatımızda olan Covid-19 pandemisi nedeniyle yeni doğan bebeğe bakım kurallarına çok daha fazla özen göstermek gerekiyor. Özellikle el hijyeni kritik önem taşıyor. Bebeği her emzirme öncesinde mutlaka ellerinizi yıkayın.

Bebeğinizi bu dönemde bol bol emzirin

Covid-19 ile ilgili bilinmeyenleri yeni yeni öğreniyoruz. Ancak anne sütünün bütün enfeksiyonlara karşı güçlü bir besin olduğunu biliyoruz. Bu nedenle annenin bebeğini anne sütü ile beslemesi çok önemlidir. Anne sütünde bağışıklığı sağlayan birçok madde bulunmaktadır. Böylelikle bebek yeni doğan dönemini daha güçlü geçirebilmektedir.

Covid aşınızı mutlaka yaptırın

Dr. Ülkü Yılmaz Tıraş "Emziren annelerin aşı sırası geldiyse mutlaka yaptırmalıdır. Çünkü emzirmenin aşı olmaya engel bir durumu bulunmuyor. Aşı olduktan sonra anne bebeğini aynı sıklıkla emzirmeye devam edebilir. Böylelikle anne aşıyla kendini korumuş olacağı gibi bebeğini de korumuş olur. Ancak aşıya güvenerek önlemleri gevşetmemek, aşı sonrası da pandemi sürecindeki kurallara mutlaka dikkat etmek gerekiyor" diyor.





Doktor muayene ve kontrollerini ihmal etmeyin

Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Ülkü Yılmaz Tıraş "Aileler Covid-19 nedeni ile hastaneye gelmeye çekinebiliyorlar ancak yeni doğan bebeğin ilk haftalarda bazı bulgularının değerlendirilmesi kritik önem taşıdığından kontrolleri mutlaka yapılmalı. Sarılıkla ilgili problem olup olmadığına dair sık sık kontrol edilmesi şart. Anne sütünün yeterli olup olmadığının, beslenme düzeninin de mutlaka takip edilmesi gerekiyor" diyor.

Giysi ve nevresimlerini sık değiştirin

Yeni doğan bebekler dışarıdan gelebilecek enfeksiyon durumlarına açık olduğu için giysileri ve nevresimlerinin temizliği de çok önemli. Bu nedenle bebeğin kullandığı kıyafet, havlu ve nevresim gibi ürünleri en az 60 derecede yıkayıp ütüleyin.

Doğum öncesi ve sonrasında 15 güne dikkat edin

Dr. Ülkü Yılmaz Tıraş "Anne ve babaların doğumdan önceki ve sonraki 15 günde mümkün olduğu kadar az insanla temas etmeleri çok önemli. Böylelikle anne ve babanın Covid pozitif biri ile temas etmemesi sağlanmakta ve bebeğe de Covid bulaştırma riski azalmaktadır. Her ne kadar rutin planlı doğumlarda anne babaya test yapılabilse de hasta olabildiği halde testin negatif olduğu dönemlerle karşılaşılabiliyor. Doğum öncesi test negatif olabiliyor ama doğum sonrasında pozitif olduğu ortaya çıkabiliyor. Bu nedenle anne ve babanın, özellikle de çalışan, aşı olmamış gebelerin doğum öncesi ve sonrasındaki 15 günde kendilerini izole etmeleri çok şart" diyor.

Aşırı kaygıdan kaçının

Yenidoğan dönemi anne baba da kaygıyı tetikleyip arttırabilirken, hele bir de pandemi sürecine denk gelmesi çok daha fazla anksiyeteye yol açıyor. Bu nedenle yeni doğan bebeğin bakımında kaygı düzeyinin fazla olması anne babada uyku düzensizliklerine neden olurken; bebekte de uykuya dalma sıkıntısı, gerginlik, beslenme ve gaz sorunlarına neden oluyor. Anne baba mümkün olduğu kadar izole bir şekilde bebekleri ile kaldıkları, çevre ile teması kestikleri taktirde hastalık korkusu da azalacağı için bebekleri ile daha rahat ortamda birlikte olabilir, bu sorunların önüne geçebilirler.

Bebeğinizin aşılarını mutlaka düzenli yaptırın

Bebeğin yeni doğan süreci ve sonrasındaki aşılama süreçlerini atlamamalı ve aşılarına düzenli devam edilmelidir.

Anne, baba ya da bebek Covid pozitif ise

Dr. Ülkü Yılmaz Tıraş; anne, baba ya da bebeğin Covid pozitif çıkması durumunda yapılması gerekenlere yönelik önemli uyarılar ve önerilerde bulundu;

Emziren anne Covid pozitif ise

- Anne Covid pozitif ise çift maske takmalıdır.
- İlacını mutlaka kullanmalıdır.
- Beş günlük ilaç kullanma döneminde sütünü sağıp atmalıdır!
- Bazı anneler ilaç kullanmayıp bebeklerini emzirmeyi tercih ediyorlar. Ancak ateş 38 derece ve üstüne çıktığında hiç bir enfeksiyonda emzirmeyi önermiyoruz. Çünkü anne sütünden bulaş olabiliyor.
- Anne Covid nedeniyle ilaçlarını kullanırken; emzirme gerektiği ya da memesinin dolduğu zamanlarda mutlaka memesini boşaltmalı, sütü sağıp atmalıdır. Bu süreçte bebeğin beş gün mama ile beslenmesini öğretiyoruz.
- Bebeğe bulaştırmaması açısından mutlaka mesafeye dikkat etmeli ve bebeğin odasına daha az girmeli, temel ihtiyaçları dışında mesafesini korumalıdır.
- Test negatife dönünce; anne yeniden bebeğini emzirmelidir.

Baba Covid pozitif ise

- Aile üyelerinden biri; örneğin baba enfekte olduysa mutlaka farklı bir yerde izole edilerek anne ve bebekle teması kesilmelidir. Evde çift maske takmalıdır. Anneye destek için farklı bir aile bireyinden yardım alınabilir.

Bebek Covid pozitif ise

- Yeni doğan bebekler de enfekte olabildiğinden; şüpheli bir durum varsa anne ve baba mutlaka maske kullanarak bebeğe bakmalıdır ve hemen hastaneye götürmelidir.
- Bebeğin Covid testi pozitif çıkarsa; bebek Covid olduğunda genellikle solunum sıkıntısı olarak belirti vermektedir. Bu sebeple Covid olan yeni doğan bebekler evde takip edilmez ve hastanede takibe alınır. Oluşan bulgu ve belirtilere göre tedaviye yönlendirilir. Yeni doğan bebekler için özel bir Covid tedavisi uygulanmıyor. Destek tedavisi verilen yeni doğan bebeklerde gerektiğinde ventilatör ile solunum desteği yapılmaktadır.

Karın ağrısı deyip geçmeyin

Sinsice ilerlediği için genellikle geç dönemde fark edilen yumurtalık kanseri, ülkemizde kadın kanserleri arasında sekizinci sırada yer alıyor. Araştırmalara göre tanı konulduğunda bu hastaların yüzde 70'i kanserin 3. evresinde oluyorlar.



Prof. Dr. İlkkan Dünder

Erken tanısı düzenli jinekolojik kontrollerle mümkün olabilen bu hastalığın "adetlerde düzensizlik, adet dışı vajinal kanama, karın ağrısı ve karında şişlik" gibi şikayetlere de yol açtığını belirten Acıbadem Taksim Hastanesi Jinekolojik Onkoloji Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. İlkkan Dünder, "Yumurtalık kanseri sinsi ilerleyen bir hastalıktır, o nedenle kadınların düzenli jinekolojik muayene yaptırmaları gerekir" diyor. Belirtilerinin genellikle karın ağrısı, şişlik gibi diğer bazı hastalıkların belirtisine benzediğini söyleyen Prof. Dr. İlkkan Dünder "Bu belirtilerin başka hastalıklardan kaynaklandığı düşünüldüğünden kadınlarımız genellikle bir jinekoloğa gitme ihtiyacı duymuyor. Göz ardı edilen bu belirtiler ise tümörün ilerlemesine neden oluyor ve çoğu zaman 3. evrede şikayetlerin artmasıyla hekime başvuruluyor." cümlesiyle de konunun önemine dikkat çekiyor.

Bu işaretlere dikkat

Ülkemizde de her yıl 4 bin kadın yumurtalık kanseriyle tanışıyor. Araştırmalara göre tanı konulduğunda bu hastaların yüzde 70'i kanserin 3. evresinde oluyorlar. Yumurtalık kanseri, özellikle geç belirti vermesi ve karın içine hızla yayılıyor olması nedeniyle tüm jinekolojik kanserler arasında ölüm oranı en yüksek kanser türü.

Yumurtalık kanserinin pek çok belirtisi var. Başlıcaları; şişkinlik, iştah kaybı, kabızlık, sık idrara çıkma, kilo kaybı, vajinal kanama, karın içinde hissedilen basınç ve şişkinlik, kasıkta dolgunluk ve ağrı, uzun süreli hazımsızlık, gaz ve bulantı...

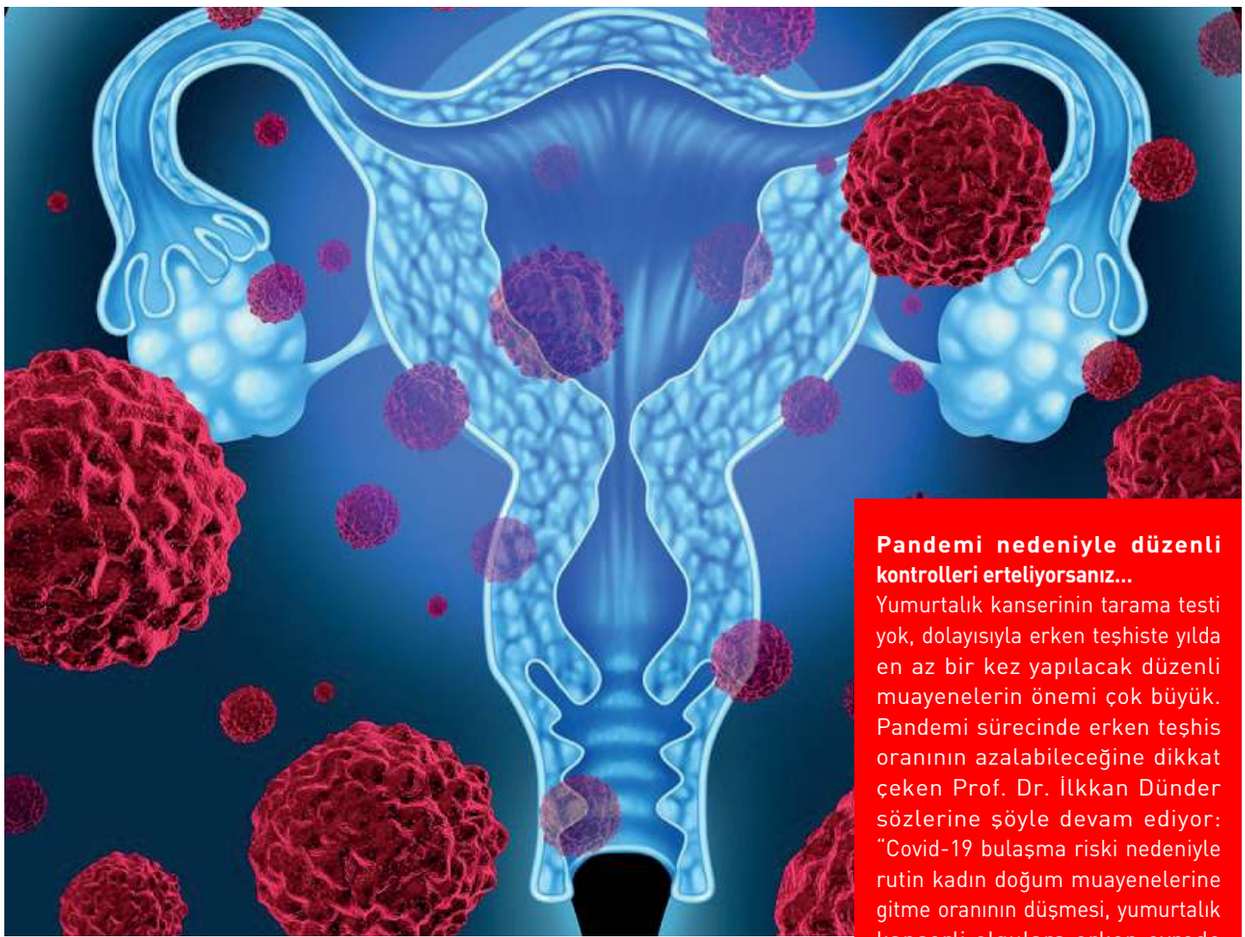
Yılda bir kez düzenli jinekolojik muayeneyi aksatmayın

Bu kanser türü büyük oranda menopoz sonrası görülse de her yaşta ortaya çıkabiliyor. Bu da genç yaşta ve doğurganlık çağındaki kadınların belirtileri dikkate alması, jinekolojik muayenelerini aksatmamasını gerektiriyor. Yumurtalık kanserinin genellikle belirti vermeden ilerlemesi, tedaviyi de zorlaştırıyor. Bu nedenle hiçbir belirti olmasa bile, yılda bir kez düzenli jinekolojik muayenelerin yapılması çok önemli hale geliyor. Jinekolojik muayeneye ise 18 yaşından itibaren başlanması öneriliyor. Muayene ile birlikte yapılan ultrason çekimleri tanı konulmasında oldukça önemli bir rol oynuyor.

Genler, etkili

Yumurtalık kanserinde risk artırıcı faktörler bulunuyor. Uzmanlar genetik faktörlere dikkat çekiyor. Aile geçmişinde özellikle kız kardeş ya da annede daha önce yumurtalık kanseri öyküsünün olması riski yükseltiyor. Birinci derece yakınları arasında iki veya daha fazla kişide meme, mide, bağırsak, rahim, yumurtalık gibi bir kanser türü görülen kadınlar da risk grubunda sayılıyor.





Bunun nedeni ise kalıtsal olarak geçen genler...

Yumurtalık kanserinde BRCA1 ve BRCA2 isimli genler, etkin rol oynuyor ve riski artırıyor. Ancak genler, mutlak bir kanser sonucuna yol açmıyor. Araştırmalar, 10 hastadan birinde genetik faktörlerin etkili olduğunu ortaya çıkarmış.

Yumurtalık kanserinde etkili bir diğer faktör işe obezite. Günümüzde gittikçe yaygınlaşan obezite, pek çok hastalığa zemin hazırladığı gibi yumurtalık kanseri riskini de artıran faktörler arasında sayılıyor.

Yine günümüzde yaşam koşulları nedeniyle 35 yaşından sonraya ertelenen annelik ya da hiç anne olmamak yumurtalık kanserinde önemli bir rol oynuyor. Ayrıca erken adet görmek ya da menopoza geç girmek de risk faktörü olarak kabul ediliyor.

Birincil tedavi yöntemi, cerrahi

Yumurtalık kanserlerinde birincil tedavi yöntemi ameliyatla tümörlü dokuların tamamen alınması. Ancak ileri evre hastalıklarda bazen ameliyat yapılamadığını kaydeden Prof. Dr. İlkkan Dünder, "Ameliyat sonrasında uygulanan kemoterapiden de oldukça yüksek oranlarda fayda sağlanıyor. Bazı seçilmiş olgularda operasyon öncesinde dahi kemoterapi ile tedaviye başlanıyor. Yumurtalık kanseri tedavisi radyoterapiye rutinde başvurulmuyor, ancak nadir durumlarda ışın tedavisinden yararlanılması gerekiyor" diye bilgi veriyor.

Pandemi nedeniyle düzenli kontrolleri erteliyorsanız...

Yumurtalık kanserinin tarama testi yok, dolayısıyla erken teşhiste yılda en az bir kez yapılacak düzenli muayenelerin önemi çok büyük. Pandemi sürecinde erken teşhis oranının azalabileceğine dikkat çeken Prof. Dr. İlkkan Dünder sözlerine şöyle devam ediyor: "Covid-19 bulaşma riski nedeniyle rutin kadın doğum muayenelerine gitme oranının düşmesi, yumurtalık kanserli olgulara erken evrede tanı konma oranını düşürebilir. Dolayısıyla daha geç evrelerde tanı konması, hastanın tedavi sürecinin uzamasına ve zorlaşmasına yol açabilir. Oysa erken teşhis, tedavi başarısını çok yükseltiyor. Bu nedenle, yıllık düzenli muayenelerin ihmal edilmemesi gerekiyor."

Pandemi nedeniyle yumurtalık kanseri tedavisi gören kadınların 6 ayda bir yapması gereken kontrollerini erteleddiklerini gözlemlediklerinden söz eden Prof. Dr. Dünder "Bu hastalığın tekrarlama riski yüksek. Bu nedenle yumurtalık kanserini atlatanların rutin kontrollerini aksatmadan sürdürmeleri gerekiyor" uyarısında bulunuyor.

Menenjitten aşılar ile korunmak mümkün

Çocuk Enfeksiyon Hastalıkları ve Bağışıklama Derneği Yönetim Kurulu Başkanı, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Ateş Kara, Çocukluk çağında rutin aşı uygulamalarıyla biz ülke olarak menenjitte çok büyük bir başarı elde ettik." dedi.



Prof. Dr. Ateş Kara

Menenjit tüm yaş gruplarında görülebilir. Bununla birlikte, bazı yaş gruplarında ise biraz daha sık görülmektedir. Bir diğer ifade şekli ile menenjit özellikle çocukluk çağında ve yaşamın erken döneminde daha sıktır. Özellikle de aşıların yaygın uygulamalarından önce, çocukluk çağında daha sık görülüyordu diyen Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Ateş Kara, şunları söyledi: "Bugün artık aşı uygulamalarımızla beraber özellikle menenjite neden olan bazı mikroorganizmaların azaltılması hatta bazılarının tamamen ortadan kaldırılmasıyla menenjit sayısında çok büyük azalma sağlanabilmiştir. Bununla birlikte dünya genelinde hala menenjit bulaşıcı hastalıklara bağlı ölümlerin ilk 10 nedeninden bir tanesi olmaya devam etmektedir. Menenjit geçirenlerin, yüzde 30 ile yüzde50'sinde nörolojik sekeller kalabilmektedir.

Prof. Dr. Ateş Kara: "Çocukluk çağında rutin aşı uygulamalarıyla biz ülke olarak menenjitte çok büyük bir başarı elde ettik. Menenjitin en korkulan şekline, özellikle ciddi hastalığa ve ölüme, sakatlığa bakteriler neden olmaktadır. Bakteriler arasında üç bakteri türü; Streptococcus pneumoniae (genel olarak pnömokok olarak ifade ediyoruz), H. influenzae tip b ve Neisseria meningitidis (kısaca meningokok olarak ifade ettiğimiz) etkenler bakteriyel menenjitlerin yüzde 95'inden fazlasına neden olmaktaydı. Pnömokok (zatürre etkeni olarak da en ön sırada yer almaktadır) tüm yaş gruplarında, Haemophilus influenzae tip b, eskiden özellikle ilk 6 yaşta ve meningokok, yine tüm yaş gruplarında menenjite neden olmaktadır. Bu mikroorganizmalardan pnömokok için aşılamayı çocukluk çağında rutin olarak yapıyoruz ve 2., 4. ve 12. aylarda aşı uygulayarak çok ciddi anlamda pnömokok menenjitlerinde ve zatürelerinde azalma sağladık. Haemophilus influenza tip b (Hib) ilk 6 yaşta görülen menenjit etkeniydi ve çok sık çocuklarda menenjite neden oluyordu. Bundan önceki yıllara baktığımızda çocuklarda özellikle yaşamın ilk üç yılında menenjitin en sık etkeni iken, Haemophilus influenza tip B aşısının beşli aşı, yani karma aşı şeklinde 2., 4., 6. ve 18. aylarda uygulaması sonrasında artık görülmez hale geldi. Yani biz bu iki etkenin neden olduğu menenjitlerde çok büyük bir başarı elde ettik. Bunun dışında kalan diğer bir mikroorganizma olan, Neisseria meningitidis yani meningokok ise artık bugün daha az gördüğümüz (diğer bakterilerin neden oldukları çok çok azaldığı için) menenjitlerin en sık etkeni haline gelmiş durumda. Tüm yaş gruplarında özellikle bebeklikte daha ön planda olmak üzere, çocuklukta ve aynı zamanda da yetişkinlerde de yine bizim karşımıza menenjit etkeni olarak çıkıyor" dedi.

Menenjite neden olan bakterilere karşı elimizde çok etkili aşılarımız var

Prof. Dr. Ateş Kara: "Bugün aşı ile korunma ile pnömokok ve Heamophilius influenza tip b artık neredeyse görünmez hale geldi. Meningokoksemi veya meningokok menenjiti ise bugün en sık gördüğümüz bakteriyel menenjit etkeni olarak karşımıza çıkıyor. Bu bakımdan meningokok menenjitinden de korunmak önemlidir. Bugün meningokok bakterilerinin birkaç çeşidi olduğunu biliyoruz ve bunlara karşı da elimizde çok etkili aşılarımızın olduğunu biliyoruz ve bu aşılarla meningokoktan da korunma, meningokok menenjitini de önleme şansımız olduğunu belirtmek lazım" dedi. Aşıların insan sağlığı ve yaşam süresinin etkilerine değinen Prof. Dr. Ateş Kara şunların altını çizdi: "COVID-19 salgınında biz aşıların aslında ne kadar önemli olduğunu, aşıların sağlık için ne kadar katkı sağladığını gördük. İnsanın sağlıklı su, temiz su içmesi ile beraber ortalama ömrü 20 yıl kadar uzamıştı. Aşılar ise bunun üzerine ilave 12 yıl daha sağladı. Bugün başka hiçbir girişim, ilaç, tedavi ortalama insan yaşamına böyle ciddi bir katkı sağlayamıyor. Onun için de aşılar bizim açımızdan en önemli ve



mutlaka uygulanması da gerekli olan yaklaşımlar."

Bulaşma damlacık yoluyla gerçekleşiyor

Prof. Dr. Ateş Kara: "COVID-19 döneminde ayrıca hastalıkların bulaşması ile ilgili de çok fazla bilgi edinmeye başladık. Menenjit etkenlerini düşündüğümüz zaman aslında onların da ağırlıklı olarak damlacık yoluyla bulaştığını görüyoruz. İnsanların konuşurken ve daha nadiren nefes alıp verirken çıkarttıkları küçük damlacıkların içerisinde bu mikroorganizmalar yerleşebiliyor. Menenjite neden olan organizmalarda her zaman herkeste direkt hastalığa neden olmayıp ağız ve burun bölgesinde yerleşerek burada bizim tabirimizle kolonize olabiliyorlar yani, hastalığa neden olmadan boğazımıza yerleşebiliyorlar yani biz o mikroorganizmalara belirli bir süre ev sahipliği yapabiliyoruz. Bizimle birlikte bu mikroorganizmalar yaşayabiliyorlar ve biz hasta olmasak da bir başkasına, bir yakınımıza, çevremize konuşurken ya da daha yüksek sesle bağırırken, daha nadirense nefes alıp verirken çıkarttığımız o küçük damlacıklar ile saçabiliyoruz. Menenjite neden olan pnömokok, Haemophilus influenzae, meningokok da genellikle bu damlacık yoluyla bir kişiden bir başka kişiye geçiyor veya bulaşıyor" dedi.

Çocuğunuzda bu belirtiler varsa acele edin

Menenjit aslında hem toplum, hem doktorlar hem de sağlık çalışanları olarak en tedirgin olduğumuz hastalıklardan bir tanesi çünkü çok yüksek kayıplara ve sekellere neden oluyor uyarısında bulunan Prof. Dr. Ateş Kara: "Menenjitin bir başka özelliği de hızlı yayılması; çocuklarda özellikle ateş, şiddetli baş ağrısı ve kusma gibi şikayetler olduğu anda mutlak bir doktora başvurulması bu bakımdan önemli. Ani başlayan ateş beraberinde bir baş ağrısı ki çocuklar bazen bunu ifade edebilirler. Daha öncesinde böyle bir şikâyeti olmayan bir çocuğun ateşi başlıyor, baş ağrısı oluyorsa bir de buna kusma ekleniyorsa mutlak doktora başvurmak gerekiyor. Özellikle böyle bir durumda ciltte daha önce görmediğimiz bir döküntü yani bir lezyon ortaya çıkıyor ise acil doktora gidilmesi lazım çünkü şunu biliyoruz; hekime erken gidiş ve tedavinin erken başlanması sakatlıkları çok azaltırken hayatta kalma şansını da çok artırıyor. Tedavideki gecikme özellikle doktora başvurudaki gecikme kayıplardaki en önemli neden. Ebeveynlerimize notumuz çocuklarımızın aşılarının tamamlanmasını sağlaması ve ateş, baş ağrısı, kusma gibi şikayetlerin varlığında hiç vakit kaybetmeden bir sağlık kuruluşuna başvurulması şeklinde olmalı" dedi.

Nefes darlığının 10 önemli nedeni

Bazı hastalıklarda hafif ve geçici, bazı hastalıklarda şiddetli, bazı hastalıklarda ise uzun süre devam ediyor... Kişinin nefes alışverişini fark etmesi, solunumun zorlaşması ve güçlükle nefes alıp vermesi, 'dispne', toplumdaki bilinen adıyla 'nefes darlığı' olarak tanımlanıyor.



Doç. Dr. Tülin Sevim

Pandemi sürecinde nefes darlığı geliştiğinde aklımıza ilk olarak tüm dünyayı kasıp kavuran "Covid-19 enfeksiyonu" geliyor. Ancak yaşam kalitemizi oldukça düşürecek boyutlara ulaşabilen nefes darlığı her zaman Covid-19'a işaret etmiyor! Sağlıklı kişilerde de yoğun egzersiz sonrasında, yüksek rakımlı bir bölgede seyahat ederken veya önemli sıcaklık değişimlerinde nefes darlığı oluşabiliyor. Bununla birlikte nefes darlığı ciddi bir sağlık sorununun da habercisi olabiliyor! Acıbadem Taksim Hastanesi Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Tülin Sevim nefes darlığının başlayış şeklinin önemli olduğuna dikkat çekerek, "Ani başlayan şiddetli nefes darlığında acil müdahale gerekebiliyor ve en yakın sağlık kurumuna başvurmak yaşamsal önem taşıyor. Yavaş gelişen, uzun seyirli nefes darlığı ise acil olmasa da mutlaka tetkik edilmelidir." diyor. Nefes darlığı en sık akciğer hastalıklarında görülse de aslında pek çok farklı hastalık ve psikolojik etkenler nefes darlığına neden olabiliyor. Acıbadem Taksim Hastanesi Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Tülin Sevim nefes darlığına yol açan 10 sağlık problemini anlattı; önemli uyarılarda bulundu.

Astım

Astımda nefes darlığı ataklar şeklinde ortaya çıkıyor. Astımı olan hasta çeşitli alerjen ve tetikleyici faktörlerle karşılaştığında; hava yollarında daralma, nefes darlığı ve hışıltılı solunum oluşuyor. Hastanın ataklar dışında solunumu tamamen normal olabiliyor.

KOAH (Kronik Tıkayıcı Akciğer Hastalığı)

Genellikle sigara içen kişilerde görülen, hava yollarında daralma ve nefes darlığıyla karakterize bir hastalık. KOAH'ta nefes darlığı ilerleyici özellik sergiliyor ve zamanla giderek kötüleşiyor. Nefes darlığının geri dönüşümü de olmuyor. Akciğer enfeksiyonları ve ataklar hastalığın daha da ağırlaşmasına yol açıyor.

COVID-19 enfeksiyonu

"Covid-19 son bir yıldır en sık görülen hastalıklardan biridir. En çok karşılaştığımız belirtiler ise ateş, öksürük ve yorgunluktur." diyen Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Tülin Sevim, şöyle devam ediyor: "Ancak özellikle akciğerlerin etkilendiği durumlarda nefes darlığı da ortaya çıkabiliyor. Nefes darlığı hastalığın ciddiyetini göstermesi açısından önemli bir bulgudur. Dolayısıyla nefes darlığı yakınması olan Covid-19 hastalarının zaman kaybetmeden mutlaka doktora başvurmaları gerekiyor."





Anafilaksi

Anafilaksi ciddi, yaşamı tehdit eden alerjik bir reaksiyon olarak tanımlanıyor. Yer fıstığı veya arı sokması gibi alerjik olduğumuz bir etkene maruz kaldıktan sonra saniyeler veya dakikalar içinde ortaya çıkan nefes darlığı acil müdahale gerektiriyor.

Kalp Yetmezliği

Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Tülin Sevim, kalp kasının gerektiği gibi kasılamadığı durumlarda kalp yetmezliği geliştiğini belirterek, "Kalp yetmezliği uzun süre sinsi bir seyir gösterebildiği gibi, aniden de ortaya çıkabiliyor. Hastalar düz yattıklarında, merdiven-yokuş çıkarken veya efor sırasında nefes darlığının arttığından yakınıyor, 2 veya daha fazla yastıkla uyumayı tercih ediyorlar." diyor.

Obezite

Obezite ya da halk arasında bilinen adıyla şişmanlık, vücutta fazla miktarda yağ birikmesi sonucu ortaya çıkan ciddi bir tablo. "Obezite sadece kozmetik bir sorun değil, kalp hastalığı, diyabet ve akciğer hastalığı gibi birçok sağlık problemine neden olabilen önemli bir hastalıktır" uyarısında bulunan Doç. Dr. Tülin Sevim şunları söylüyor: "Çok fazla kilolu olmak akciğerlerimizi zorlayarak nefes almayı güçleştirebiliyor. Bazı kilolu hastalar yanlışlıkla astım tanısı alıyor, yıllarca nefes açıcı ilaçlar kullanıyorlar. Kilo verdiklerinde ise nefes darlığı tamamen düzeliyor ve hastaların ilaç kullanma ihtiyaçları kalmıyor"

Panik atak

Ara sıra anksiyete yaşamak olağan bir durum. Ancak anksiyete bozukluğu olan kişilerde; günlük hayatta rastlanılan durumlara karşı korku ve sürekli devam eden bir endişe hali söz konusu oluyor. Endişe "panik atak" krizleriyle kendini gösteriyor. Bu krizler sırasında kişilerde hızlı nefes alma ile nefes darlığı gelişebiliyor.

Kansızlık (Anemi)

Dokulara oksijen taşımak için gerekli olan sağlıklı kırmızı kan hücrelerinin yetersiz oluşu kansızlık (anemi) olarak tanımlanıyor. Nefes darlığı en sık görülen belirtilerinden birini oluşturuyor. Hastalarda ayrıca yorgunluk, ciltte solukluk ve kalp atışlarında düzensizlik gibi şikâyetler de gelişebiliyor. Nefes darlığı olan hastalarda mutlaka kan sayımı yapılarak aneminin araştırılması gerekiyor.

Akciğer embolisi

Akciğer embolisi ciddi ve hayatı tehdit eden, acil müdahale gerektiren bir tablo. Akciğer atardamarının ani tıkanması sonucu oluşuyor. Bu tıkanma genellikle bacaktaki bir toplardamardan akciğere gelen kan pıhtısı nedeniyle gelişiyor. Aniden başlayan nefes darlığı, batıcı göğüs ağrısı, çarpıntı, kan tükürme, bacaklarda şişlik ve ağrı gibi belirtilerle kendini belli ediyor.

Akciğer Fibrozisi (Akciğer sertleşmesi)

Akciğer fibrozisi; akciğerlerdeki küçük hava keselerinin (alveoller) duvarlarının kalınlaşıp, sertleşmesi sonucu oluşuyor. Bu tabloda akciğerler vücudun oksijen ihtiyacını karşılayamaz hale geliyor. En sık görülen belirtileri ise kuru ve inatçı öksürük ile nefes darlığı oluyor. Doç. Dr. Tülin Sevim, bu hastalıkta nefes darlığının yavaş yavaş ilerlediğini belirterek, "Hastalığın erken dönemlerinde sadece efor sırasında oluşan nefes darlığı, hastalık ilerledikçe istirahat halindeyken de görülmeye başlıyor." diyor.

Odaklanma sorunu yaşayan çocuklar için 8 öneri

Dikkat eksikliği çocuklarda odaklanma yeteneğini etkileyen bir durum. Üstelik bu sorun çocukların akademik başarısından sosyal ilişkilerine kadar birçok konuda olumsuz etkiler doğurabiliyor.



Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Diyetisyen Merve Öz

Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Diyetisyen Merve Öz, özellikle içinde bulunduğumuz şu dönemde çocukların dikkat sürelerini artırmaya yönelik öneriler verdi.

Özellikle online ders sırasında, ortamın sessiz, iyi aydınlatılmış ve normal oda sıcaklığında olmasının çocuğun odaklanmasına katkı sağlayacağını söyleyen Yeditepe Üniversitesi Koşuyolu Hastanesi'nden Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Dyt. Merve Öz, "Mümkünse çocuğunuzun ayrı bir odası olması, küçük kardeşi varsa ders saatlerinde bu odaya girmemesi odaklanma açısından önemlidir. Masasının ve çalışma ortamının düzenli olması, dikkati dağıtacak farklı ders materyallerinin masanın üzerinde bulundurulmaması önemlidir. Bunun yanında çocuğun çalışma alanından tablet, telefon gibi elektronik cihazlar çıkarılmalı ya da kapatılmalı. Aksi halde, her türlü dikkat dağıtıcı unsurdan etkilenen bu çocuklara yarardan çok zarar verilmiş olur."

Çalışma masasında yemek yemesine izin vermeyin

Masada atıştırmalık bir şeyler olduğunda çocuğun odaklanamadığı için verimli ders dinleyemediğini vurgulayan Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Dyt. Merve Öz, "Önündeki yiyecekler ders verimini düşürüyor, odaklanmayı zorlaştırıyor" diyerek özellikle online dersler sırasında çalışma odasında yiyecek olmaması gerektiğini söyledi. Bunun yanında su tüketimi odaklanmayı artırarak, beynin hızlı çalışmasını sağladığı için çocukları su tüketmeye teşvik etmek gerekiyor. Ancak çocuklarda su içme alışkanlığı çok zor oluşmakta ve çocuklar genelde günlük içmeleri gereken su miktarını içemiyor. Bu nedenle; masada ya da çocuğun çalışma ortamının yakınında mutlaka su bulundurulması alışkanlık kazandırmada yardımcı oluyor.

Evde ip atlatın, trambolinde zıplatın

Çocuklar, 10 dakika teneffüslerinde telefonları ile vakit geçirdikten ya da TV izledikten sonra derse odaklanmalarının mümkün olamayacağını anlatan Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Dyt. Merve Öz, "Derse girince doğal olarak akılları oyunda ya da dizide kalacaktır. Bunun yerine ip atlamaları, trambolinde zıplamaları, evin içinde yürümeleri, küçük egzersizler yapmaları hem enerjilerini atmaya yardımcı olacak hem de derse odaklanmalarını kolaylaştıracaktır" diye konuştu.

Birlikte zekâ oyunları oynayın

"Düzenli beyin egzersizleri yapmak, bulmaca çözmek ve zeka oyunları oynamak çok güçlü bir şekilde konsantrasyon artırıcı etkiye sahiptir" diyen Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm.





Dyt. Merve Öz, bu nedenle çocukların ödevlerinden ve online derslerinden arta kalan zamanlarda; satranç oynamak, puzzle yapmak, bulmaca çözmek, su doku oynamak gibi aktivitelere yönlendirilmesi gerektiğini ifade etti.

"Arkadaşları ile uzak kalan çocukların aileleri ile güzel vakit geçirmeleri duygusal ve sosyal gelişimlerine fayda sağlıyor" diyen Uzm. Klinik Psikolog Merve Öz, "Tombala, jenga, scrable gibi kutu oyunları ve satranç hem çocukların dikkat seviyelerini, el becerilerini, iletişim becerilerini geliştirecek hem de ailece güzel vakit geçirmeye yardımcı olacaktır" diye konuştu.

Mutlaka kahvaltı yaptırın

Özellikle online ders sistemiyle birlikte bazı çocukların kahvaltı yapmak konusunda direnebiliyor. Ancak çocukların online derslerine başlamadan önce kahvaltılarını yapmış olmaları derse konsantrasyon sağlamaları açısından önem taşıyor. Dolayısıyla mutlaka kahvaltı yapılmalıdır. Ayrıca, gün içinde de ana öğünlerin yanı sıra 3 ara öğün almaları da hem konsantrasyonun sağlamasında, hem de genel sağlığı açısından çok önem taşımaktadır.

Uyku düzeninin haftasonu dahil değiştirmeyin

"Uyku sadece vücudumuzun değil, beynimizin de dinlenmesi için şarttır" diye konuşan Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Dyt. Merve Öz, sözlerine şöyle devam etti: "Yeterli uyku, fiziksel ve bilişsel gelişim için olmazsa olmaz bir önem taşımaktadır. Çocuklarda uzun süreli uyku bozukluğu durumunun bilişsel işlevsellikte; dikkat, öğrenme ve hafıza gibi sorunlara yol açabilmektedir. Bu nedenle çocukların uyumalarını engelleyecek yüksek sesten kaçınılmalıdır. Çocukların uyuma saatleri hafta içi ve hafta sonu için belirlenip belirlenen saatlerin dışına çıkılmaması gerekmektedir."

Birlikte çalışma düzeni oluşturun

Çocuklarla birlikte çalışma düzeni ve planı oluşturulmasını öneren Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Dyt. Merve Öz, çocuğun bu bağlamda olumlu davranışlarının takdir edilmesinin, olumlu davranışlar yapma sıklığını artıracağını da sözlerine ekledi. Çocuklara karşı "çok dikkatsizsin." "önüne bakmıyor musun?" "kırk kere söyledim aynı hatayı yapıyorsun" gibi cümleler kurmanın dikkatini artırmamakla birlikte çocuklarda yetersizlik ve beceriksizlik duygularını ortaya çıkaracağını işaret etti.

Arkadaşlarıyla online da olsa bir araya gelmesini sağlayın

"Çocuklarınız, arkadaşları ile yüz yüze görüşemiyorsa bile görüntülü konuşmalarına olanak sağlayın. Ayrıca, arkadaşlarına hasret kalan çocuklar derslerde arkadaşları ile sohbet etmeye çalışırken ya da arkadaşlarına, öğretmenlerinden daha çok odaklandıklarından derslerine yeteri kadar odaklanamayabiliyorlar" diye konuşan Uzm. Klinik Psikolog ve Uzm. Dyt. Merve Öz, ders dışındaki zamanlarda arkadaşları ile vakit geçiren çocukların, derse daha kolay odaklanabileceklerinin altını çizdi.

Büyümekten korkanların sorunu ‘Peter Pan’ sendromu

Ünlü masal kahramanı Peter Pan, psikolojideki bir davranış sorununa da isim babalığı yapıyor. Genellikle erkeklerde görülen Peter Pan sendromu, kişinin yetişkin olmasına rağmen çocuk gibi davranması olarak tanımlanıyor. ‘Peter Pan’ sendromunu Uzman Psikolog Benan Şahinbaş anlatıyor.

Karşınızda bir yetişkin var ama adeta bir çocuk gibi davranıyor. Yaptıklarıyla hem kendisine hem ilişkilerine zarar veriyor. Bu durumu siz belki şımarıklık belki de umursamazlık olarak görüyorsunuz. Ancak Peter Pan Sendromu ile karşı karşıya olabilirsiniz. Adını İskoç roman ve oyun yazarı J. M. Barrie'nin yarattığı ünlü masal kahramanı, hiç büyümeyen çocuk Peter Pan'dan alan "Peter Pan sendromu", kişinin biyolojik yaşını reddederek, çocuk gibi davranması olarak ifade ediliyor.

Doktortakvimi.com uzmanlarından Uzman Psikolog Benan Şahinbaş, sıklıkla olgun yaşlarda ortaya çıkan ve sosyal hayatı büyük ölçüde etki altına alan Peter Pan sendromunun daha çok erkeklerde ve bekarlarda görüldüğünü söylüyor. Doktortakvimi.com uzmanlarından Uzman Psikolog Benan Şahinbaş, Peter Pan sendromunun kişinin verimli bir yaşam sürmesini engellediği gibi sosyal ilişkilerde ve iletişimde de problemler doğurduğuna dikkat çekiyor. Bu sendromun görüldüğü kişilerde aile kurma, çalışma, finansal sağlığı ve kariyeri yönetme gibi birçok konunun olumsuz etkilediğini söyleyen Uzm. Psk. Şahinbaş, bu kişilerin, karşılarına çıkan zorluklarla baş etmek yerine çocukluk sürecine dönme isteği duyduğunu belirtiyor.

Peter Pan sendromu yaşayan kişiler yaşlanmaktan korkar

Bu sendromu taşıyan kişilerin genelde durumlarının farkında olmadığının altını çizen Uzm. Psk. Şahinbaş, Peter Pan sendromunun belirtilerini ise şöyle anlatıyor: "Kişi genellikle kariyerinde başarısızlık yaşar. Ekonomik açıdan sorumluluk sahibi olmakta zorlanır. Sorumluluğun olmadığı sadece eğlencenin var olduğu bir hayat beklentisi içindedir. Sık sık iş ve hobi değiştirir ama hiçbirinden tatmin olmaz. Gerçekleşmesi zor hayaller kurar. Ayrıca bu hayalleri gerçekleştirmek için mantıklı ve sistematik herhangi bir adım atmaz. Herhangi bir işin yapacağına dair inancı çok yüksektir ama çabası çok düşüktür. Özeleştiriden yoksundur, genellikle hatalar için başkalarını suçlar. Gelecekten ve yaşlanmaktan korkar. Sosyal ve romantik ilişkilerde yetişkin gibi davranmaz. İrade zayıflıkları, özgüven problemleri, tutarsızlık, aşırı özgüven gibi semptomlar görülüyor."

Arada kalan çocuklar gelecekte büyümeyi reddediyor

Peter Pan sendromunun, genellikle çocuklukta, baskıcı anne tutumu ya da eksik baba otoritesinden kaynaklandığı söyleyen Şahinbaş, "Anne ve babaları tarafından iş birliği içinde ve ortak yaklaşımla büyümeyen, arada kalmış çocuklar, gelecekte de büyümeyi ve olgunlaşmayı reddediyor. Bu sendrom kişilerin veya partnerlerinin hayat kalitelerini oldukça düşürdüğünden, sosyal ilişkileri fazlasıyla zorlayabiliyor. Tedavi edilmediğinde hayat boyu devam eden sendromda, kişiler kendilerini; eksik, mutsuz ve yetersiz hissediyor. Tedavide psikoterapi ile hastalığın belirtileri en hafif düzeye indirilmeye



çalışılıyor. Ancak bazı durumlarda, ilaç tedavisinin de uygulanması gerekiyor. Terapilerde amaç kişilerin gerçek dünyayla yeniden ilişki kurmalarını sağlamak, sorumluluklarını hatırlatmak ve sosyal becerilerini yeniden kazandırmak oluyor. Bu sayede kişinin farkındalığı yükseliyor, terapiler devam ettikçe değişim de yavaş yavaş gözlemleniyor" diyor.

Yaş gruplarına göre Peter Pan sendromu

‘Peter Pan’ sendromu yaşlara göre farklı dönemlere ayrılıyor.

10-15 yaş arası: Çocuk; dış dünya ile bağlantısını, korku yüzünden koparmaya çalışıyor. Görevlerinden kaçıyor ve yalnız kalıyor.

16-22 yaş arası: Kendini beğenme ve maçoluk hissediliyor.

23-25 yaş arası: Hayattan mutsuzluk ve rahatsızlık hissediliyor.

26-30 yaş arası: Sendrom ilerliyor ve davranış bozukluğu seyri kötüleşiyor.

45 yaşından itibaren: Tekrar çocuk olmaya çalışılıyor ve istenilmeyen hayat koşulları reddediliyor ya da koşullardan uzaklaşılıyor.

MEDCON 2021 sona erdi

MEDCON Sağlık, Bilim ve Teknoloji Zirvesi, sağlık sektörünün tüm paydaşlarını online olarak bir araya getirdi. Etkinlik, hem öğrenciler hem de sektör profesyonelleri tarafından ilgi ile karşılandı.

Ankara Üniversitesi çatısı altında T.C. Sağlık Bakanlığı ve T.C. Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı başta olmak üzere kamu ve idari kuruluşlarca desteklenen zirvede bu yıl, "Sağlığa Ses Ver, Hayata İz Bırak!" temasıyla, pandemi sonrasında dönüşen dünyada sağlık, bilim ve teknoloji alanındaki gelişmelere, sağlık çalışanlarının kahramanlıklarına, sektörün yaşamsal önemine ve gelecek vizyonuna dikkat çekildi.



2017'den beri IEEE Ankara University Student Branch Chapter tarafından Ankara Üniversitesi çatısı altında T.C. Sağlık Bakanlığı, T.C. Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı başta olmak üzere kamu ve idari kuruluşlarca desteklenen MEDCON Sağlık, Bilim ve Teknoloji Zirvesi, maraton gibi geçen 4 günlük etkinliğin ardından tamamlandı. Sağlık sektörünün tüm paydaşlarını online olarak bir araya getiren etkinlikte kamudan ve global firmalardan uzman konuklar, akademisyenler ve sektör liderleri konuşmacı olarak yer aldı. Zirvede, "Sağlığa Ses Ver, Hayata İz Bırak!" temasıyla pandemi sonrasında dönüşen dünyada sağlık, bilim ve teknoloji alanındaki gelişmelere, sağlık çalışanlarının kahramanlıklarına, sektörün yaşamsal önemine ve gelecek vizyonuna dikkat çekildi.

Covid-19 ile mücadelede faz aşamasına gelen 4 ürün var

Zirvenin açılış konuşmasında Covid-19 çalışmalarına değinen Ankara Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Necdet Ünüvar, "Ankara Üniversitesi'nin COVİD-19 ile mücadelede faz aşamasına gelen 4 ürünü var, bunlar belki 5 ay sonra insanlığın hizmetine girecek." ifadelerinde bulundu. Türkiye'nin dört bir yanından kamu ve özel sektör kurumların, sağlık sektörü profesyonellerinin, uzman doktorların, akademisyenlerin ve sektörün geleceğine yön verecek üniversite öğrencilerinin bir araya geldiği etkinlikte konuşan Prof. Dr. Arzu Topeli ise Türkiye'de 2000 – 7000 arası yoğun bakım uzmanına ihtiyaç olduğunu söyledi. Zirve, sonuç verilerine göre sağlık sektöründe bilim ve teknoloji temasında Türkiye'de gerçekleşmiş en kalabalık ve en büyük etkinlik olma hedefine ulaştı.

10.000'den fazla kişi sanal kongre alanında bir araya geldi

Zirve için tasarlanan sanal fuaye alanında 10.000'den fazla kişi aktif bir şekilde etkinliğe katıldı. Eş zamanlı olarak planlanan etkinlik bileşenleri arasında Sağlık, Bilim ve Teknoloji Zirve Oturumları, Girişimcilik Zirve Oturumları, MEDCON Business Lounge, MEDCON Meet-Up ve MEDCON Sosyal konseptleri yer aldı. Etkinliğin her gününde zirve oturumlarının ardından özel konu ve konuklarla gerçekleşen Girişimci Zirvesi de sektör oturumları kadar ilgi gördü.

"Sağlığa Ses Ver, Hayata İz Bırak!"

Sektörün en büyük sektör-akademi buluşmasına imza atan MEDCON'un bu yılki teması, pandemi sonrasında dönüşen dünyada sağlık, bilim ve teknoloji alanındaki gelişmelere, sağlık çalışanlarının kahramanlıklarına, sektörün yaşamsal önemine ve gelecek vizyonuna dikkat çekmek adına "Sağlığa Ses Ver, Hayat İz Bırak!" olarak belirlenmişti. Etkinlik temasını sosyal bir harekete dönüştürmek isteyen Ankara Üniversitesi öğrencileri, tüm etkinliğin önemli çıktılarından oluşan bir "Sağlık 360" raporu hazırlıyor. Rapor, sagligasesver.com üzerinden önümüzdeki günlerde yayında olacak. Bu çalışma aracılığı ile geleceğin sağlık ve bilim insanları olacak üniversite öğrencilerine bir vizyon oluşturulması hedefleniyor.

Sürdürülebilir Gelecek İçin; Ebeler Her Yerde

Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik bölümü tarafından "Sürdürülebilir Gelecek İçin; Ebeler Her Yerde" başlıklı bir sempozyum düzenlendi.



Prof. Dr. Nevzat Tarhan



Prof. Dr. Güler Cimete

Ebelik mesleğinin önemine dikkat çeken Üsküdar Üniversitesi Kurucu Rektörü, Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Çocuktaki güvenli alan ve güvenli bağlanma duygusu ile hayat yolculuğu başlıyor. Onun hayatına ilk dokunuş da ebenin o andaki dokunuşu oluyor." dedi. Normal doğumun bebek sağlığı için çok önemli olduğunu vurgulayan Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Sezaryenle doğan çocukta doğduktan sonra beyin stres hormonunu daha çok salgılıyor. Kanaldan geçerek doğan yani o doğum sürecini yaşayan çocuklarda ise beyin stres hormonunu daha az salgılıyor." dedi. Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Çocuğun o kanaldan geçmek için gösterdiği mücadele onun hayattaki ve karşı doğduktan sonra karşılaşacağı strese karşı ilk deneyimi oluyor. O deneyimi sezaryenle çocuğun elinden almış oluyoruz." dedi.

"Ebelik en hassas gruplarla çalışan bir meslektir"

Aynı zamanda sempozyum başkanı da olan Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü Başkanı Prof. Dr. Güler Cimete sempozyum konusunu sürdürülebilirlik olarak belirlediklerini belirterek, "Çünkü sürdürülebilir sağlık kalkınma hedeflerine ki bunların içinde sağlık hedefleri önemli bir yer tutuyor. Diğer hedefler de sağlığı direkt ya da dolaylı bir şekilde etkiliyor. Bu hedef alanlarında da ebelere düşen sorumluluklar oldukça fazla ve ebelerin yeri de gerçekleştirdikleri hizmetlerle oldukça fazla. Bu yıl Uluslararası Ebelik Örgütü tema olarak 'Verileri İzle Ebelere Yatırım Yap' başlığına seçmiş durumda. Özellikle gebe sağlığını koruma, geliştirme, sağlıklı ortamlarda doğum yaptırma, lohusalık döneminde izleme, ülkemizde 0-6 yaş çocukların büyüme gelişmesinin izlenmesi, bağışıklama gibi hizmetler de ebelere verilmiştir. Dolayısıyla ebelik, en hassas gruplarla çalışan bir meslektir." diye konuştu.

Uluslararası Ebeler Örgütü'nün toplum sağlığı hizmetlerinin en iyi şekilde verilmesi amacıyla politikalar belirlenmesini ve ebelere yatırım yapılmasını önerdiğini kaydeden Prof. Dr. Güler Cimete, "2014 yılında ortaya konulan Dünya Ebelik Durumu Raporu, ebelerin yerini ve önemini, anne ve bebek ölümlerinin azaltılmasında özellikle ne kadar etkili olduğunu ortaya koydu. Ebelik hizmetlerinin anne bebek ölümlerini önlemede yüzde 80'lere varan katkısı var." dedi. Prof. Dr. Güler Cimete, "Ebe sayısının artırılması, eğitim düzeyinin yükseltilmesi, çalışma ortamı uygun koşulları sağlaması halinde 2035 yılına kadar anne ölümlerinin %41'i, yeni doğan ölümlerinin %39'u, ölü doğumların %26'sı önlenebilecek. Bu da yılda ortalama 2.2 milyon insanın ölümünün önlenmesi anlamına gelmektedir. O nedenle ebelik müdahaleleri çok önemli." diye konuştu.

"Son 10 yılda sağlık politikaları büyüdü"

Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Şefik Dursun ise açılış konuşmasında ebelerin bizim toplumumuzda ve diğer toplumlarda kıymetinin son derece fazla olduğunu belirterek "Son 10 yılda ebelik mesleği ile ilgili sağlık politikaları kabul edilebilir ve değer verilebilir şekilde büyütüldü, genişledi. Üsküdar Üniversitesi olarak geçtiğimiz yıl mezunlar verdik. Hemşerilik ve ebelik en çok insanla ilgilenen bölümlerdir. Diğerleri de ilgileniyor elbette ama ebelik ve hemşirelik daha farklı." dedi.



Prof. Dr. Şefik Dursun

"Nitelikli ebelik eğitimi için gayret gösteriyoruz"

Sağlığa gittikçe artan bir şekilde önem verilmesinin sağlıkla, sağlık sistemleri ile ilgili düzenlemelere gidilmesine de yol açtığını belirten Prof. Dr. Mehmet Zelka, sağlık alanındaki eğitimlerin de önem kazandığını kaydetti. 10 yaşında genç bir üniversite olan Üsküdar Üniversitesi'nin davranış bilimleri ve sağlık alanında tematik yapıya sahip ilk üniversite olarak kurulduğunu kaydetti.



Prof. Dr. Mehmet Zelka

"Sezaryenle doğan çocuğun stresi yüksek çıkıyor"

Son yapılan bilimsel çalışmalarda iki tane olgunun ortaya çıktığını kaydeden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Normal doğumun ne kadar önemli olduğunu gösteren iki tane bilimsel bilgi var. Normal doğan çocukla sezaryen ile doğan çocukların topuklarına doğar doğmaz birer iğne batırılıyor ve onlara stres testi yapılıyor. Beynin salgıladığı stres hormonu ACTH var. Strese karşı vücudun verdiği ilk tepkidir, savaş - kaç tepkisini başlatan hormondur. İğneyi batırdıktan sonra o hormonun hemen kandaki seviyesini ölçüyorlar. Sezaryenle doğan çocukta doğduktan sonra iğne batırıldığı zaman beyin stres hormonunu daha çok salgılıyor. Kanaldan geçerek doğan yani o doğum sürecini yaşayan çocuklarda ise beyin stres hormonunu daha az salgılıyor. Buna prenatal yani doğum öncesi psikoloji deniyor. Sadece bu alana yönelik çalışan psikologlar var. Çocuğun o kanaldan geçmek için gösterdiği mücadele onun hayattaki ve karşı doğduktan sonra karşılaşacağı strese karşı ilk deneyimi oluyor. O deneyimi sezaryenle çocuğun elinden almış oluyoruz."

"Çocuğun hayatına ilk dokunuşu ebe yapıyor"

Doğduğu zaman çocukta ikinci tepkinin ağlamak şeklinde olduğunu belirten Prof. Dr. Tarhan, "Niye ağlar çocuk? Annenin karnı çok konforlu bir alan. Hiç nefes almasına bile gerek yok, her şey hazır geliyor, sıcak ortam. Arada bir de hareketleniyor, hareketli olduğu zaman dışarıdan sevildiğini de hissediyor. Rahatça oynadığı ve hareket ettiği bir ortamdan birdenbire gün ışığına, soğuk bir alana çıkıyor. Öyle olunca çocuğun ilk tepkisi korku oluyor. Korku olduğu zaman hemen ebeler onu yıkayıp, temizleyip anneye veriyorlar. Bir müddet sonra çocuk için güvenli alan oluşuyor. İnsan beyninde güvenli alan fiziksel değildir, güvenli alan zihinseldir. Eğer mutlu ve sıcak ortam varsa evimiz güvenli alandır. Çalıştığımız yerde sıcak bir ortam varsa güvenli alandır. Stresli bir ortam varsa güvensiz alandır, korku ve stres hormonlarına sebep olur. Çocuktaki güvenli alan ve güvenli bağlanma duygusu ile hayat yolculuğu başlıyor. Onun hayatına ilk dokunuş da ebenin o andaki dokunuşu oluyor." dedi.

"Normal doğumda çocukta daha çok antikor görülüyor"

Bu alanda yapılan ikinci araştırmanın daha çok mikrobiyolojik araştırma niteliğinde olduğunu ifade eden Tarhan, "Normal doğan çocuklarla sezaryen doğan çocukların enfeksiyon geçirme oranı ile antikorlarının oranları ölçülüyor. Sezaryen ile doğan çocuklarda annedeki birçok antikor sıfır çıkıyor. Normal kanaldan geçerek doğan çocuklarda sezaryenle doğan çocuklara göre daha çok antikor ortaya çıkıyor. Vücuttaki probiyotik ve prebiyotik dediğimiz bize lazım olan mikroplardır. Bunlar vücuttaki bağışıklık sisteminin parçasıdır. Günümüzde milyonlarca probiyotik bakteri kapsüle alınıp satılıyor. Onlar bağırsaklardaki canlı ve faydalı bakterilerdir." dedi.

"Mikrobiyatayı alarak doğan çocuk ilk 6 ayda daha güçlü oluyor"

Normal kanaldan doğan çocuklarda, vajinal kanaldan geçerken annenin vücudundaki faydalı mikropların çocuğun ağzına ve burnuna bulaştığını belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Çocuk onu alıyor ve yutuyor. İlk yuttuğu şeyler aslında annenin vajinal kanalındaki doğal mikroplu ortamda, vücut içinde bir denge içinde olan probiyotik yapıdır. Bu bilimsel çalışmada, sezaryenle doğum yapıyorsanız annenin vajinal kanalındaki sıvıyı çocuğun ağzına burnuna sürün diyorlar. Çocuk için ilk aşı orada olmuş oluyor. Birincisinde stres aşısını öğreniyor, ikincisinde doğal mikroplarla vücudu tanıştırıyorlar. Annenin bağışıklık sistemi ile çocuk ahenkli çalışa kadar yeni enfeksiyonlara karşı hemen vücuttaki doğal biyolojik vitaminleri alsın diye çalışıyorlar. K vitamini gibi vücuttaki birçok vitamini bağırsaktaki mikrobiyota üretiyor. O doğal ve faydalı mikrobiyotayı çocuk anneden alırsa ilk 6 aylık dönemde daha şanslı ve daha güçlü oluyor." diye konuştu.

İnsan sağlığı için en büyük tehdit enfeksiyon hastalıkları

Türkiye Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Uzmanlık Derneği (EKMUD), ülkemizde enfeksiyon hastalıkları konusunda farkındalığı artırmak, COVID-19 ve alanları ile ilgili pek çok konuyu tartışıp, yenilikleri bilim insanlarıyla paylaşmak amacıyla 9. Türkiye EKMUD Uluslararası Bilimsel Platformu'nu düzenledi.



Prof. Dr. Canan Ağalar

Türkiye Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Uzmanlık Derneği Başkanı Prof. Dr. Canan Ağalar: "Türkiye Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Uzmanlık Derneği (EKMUD) 2006 yılında kurulmuş, 1176 uzman üyesi, 476 araştırma görevlisi, 169 ilgili dal üyesi olan bir uzmanlık derneğidir. Derneğin amacı; enfeksiyon hastalıkları ve klinik mikrobiyoloji uzmanlık eğitiminin düzeyinin yükseltilmesi ve standardize edilmesi için çaba göstermek, bu amaçla aktiviteler düzenlemek, ulusal politikalar oluşturarak enfeksiyon hastalıklarının önlenmesini, kontrolünü ve enfeksiyon hastalıklarından korunmayı teşvik etmek, enfeksiyon hastalıkları ve klinik mikrobiyolojinin tüm alanlarında mesleki ve bilimsel standartları geliştirmektir. Dernek bu amaçla üyeleri arasında mesleki, bilimsel ve sosyal ilişkileri geliştirir, üyelerinin haklarını korur ve tüm etkinliklerinde etik standartları dikkate alır. Eğitimde hedefimiz; "Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji"nin tüm alanlarında mezuniyet öncesi, eğitimin, uzmanlık eğitiminin ve mezuniyet sonrası eğitimin iyileştirilmesi ve geliştirilmesini sağlamaktır.

COVID-19 pandemisi nedeniyle bir yılı aşkın süredir eğitimleri online sürdürüyoruz. Bu dönemde bizim takip ettiğimiz (HIV, Hepatit B, Hepatit C, Diyabetik yarası olan gibi) pek çok hasta grubunun takiplerinde aksamalar oldu. Bu dönemde eğitim alan araştırma görevlileri COVID-19 dışı vakaları yeteri kadar göremedi. Bu eksikleri online eğitimler ile tamamlamaya çalışıyoruz. 2020 yılından beri bu amaçla bir kongre, 2 akademi ve 67 online toplantı düzenledik. Hekimlerimiz gündüz yoğun olarak COVID-19 servislerinde çalışıp gece istirahat saatlerinde bu toplantılara katılarak mesleklerine verdikleri önemi bizlere bir kez daha gösterdiler. Kongremiz öncesinde HIV, yara bakım, mantar enfeksiyonları tedavisi, bağışıklama, nakil sonrası enfeksiyon hastalıkları yönetimi başlıklı 5 farklı kurs düzenledik. Kongrede 45 oturumda 192 uzman hekimimiz görev aldı" dedi.

Aşı çok önemli bir öncelik

EKMUD Başkan Yardımcısı Prof. Dr. İrfan Şencan: "COVID-19 hastalığının 11 Mart 2020' de Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından tüm dünyayı etkileyen hastalık (pandemi) ilan edilmesinden beri başta biz Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji uzmanları olmak üzere tüm hekimlerin, sağlık çalışanlarının, toplumdaki tüm insanların gündeminde ve günlük hayatında çok önemli bir yer tutuyor. Bilinen yakın tarihte hiçbir hastalık hakkında bu kadar çok, ayrıntılı ve geniş kitleye konuşulmamıştır.



Prof. Dr. İrfan Şencan

COVID-19 hakkında toplumu bilgilendirecek, farkında olmayı artıracak, tartışılacak yönleri ortaya koymak üzere söylenecek her şey söylendi. Diğer yandan ilgili uzmanları dışında sağlıklı değerlendirme yapılamayacak, hakkında kesinleşmiş bilgi olmayan her şey topluma yönelik ilgili, ilgisiz kişiler tarafından yaygın bir şekilde (infodemi) topluma boca edildi. Biz burada kongremizde ilgili alan uzmanlarının bilimsel değerlendirme ve tartışmalarının sonunda toplum ile paylaşılması yararlı olabilecek konuları paylaşmayı istiyoruz.

Ancak öncelikli olarak şu temel mesajları paylaşmak isteriz:

- Hastalığın kontrollü seyredebilmesi için bulaşı azaltacak maske kullanımı, yakın temastan kaçınma ve genel hijyen kuralarına riayet etmeliyiz.
- Salgının ülkemizde kontrol altına alınabilmesi için koruyuculuk oranları farklılıklar içerse bile mevcut COVID-19

aşılarından hangisini bulursak aşımızı yaptırmalıyız.

• Salgının seyri hakkında daha sağlıklı değerlendirmeler yapılabilmesi için Sağlık Bakanlığı'nın ayrıntılı veri paylaşması, mevcut paylaşılanlar yanında hastalığı hafif veya belirtisiz geçirenleri ortaya koymaya yönelik serosürveyans verilerinin ve varyant virüs durumunu ortaya koymak için moleküler sürveyans verilerinin ortaya konulup paylaşılmasına ihtiyaç vardır.

• Salgının dünyada kontrol altına alınabilmesi için varyantlara da etkili olacak şekilde ve toplumun tüm kesimlerine uygulanabilecek etkili aşı geliştirme çalışmalarının sürdürülmesi,

• Aşıların tüm ülkelere ve tüm insanlara yaygın ulaşabilecek şekilde çalışılması gerekir.

Pandemi sırasında mevcut ve yeni ortaya çıkan diğer hastalıklarımızın teşhis ve tedavisinin göz ardı edilmeyip takibini sağlıklı şekilde yürütmemiz gerekir" dedi.

Doğumdan ölüme kadar her insanın aşıya ihtiyacı var

EKMUD Üyesi Prof. Dr. Meltem Taşbakan ve Sayman Uzm. Dr. Süha Şen şunları söylediler: "Bağışıklama enfeksiyon hastalıklarından korunmada temiz sudan sonra en etkili yöntemidir. Doğumdan ölüme kadar her insanın aşıya ihtiyacı vardır. Ancak erişkinlerde bağışıklama oranları ne yazık ki çocuklar kadar yeterli değildir. Erişkinler birçok enfeksiyon hastalığına çocuklar kadar duyarlı olmamakla birlikte erişkin hastalıkları



Prof. Dr. Meltem Taşbakan

daha ölümcül seyredebilmektedir. Çocukluk döneminde yapılan aşıların devamı olarak erişkinlerde aşılama sürdürülmelidir. Erişkin yaş grubuna özgü aşılamalarla birçok hastalıklardan korunmak mümkündür.

Bu nedenle hedefimiz 'Yaşam Boyu Bağışıklama Programı'nın uygulanmasıdır. Bu bağlamda ülkemizde 2016 yılında yayınlanan ''Risk Grubu Aşılamaları'' genelgesi doğrultusunda çok sayıda 65 yaş üzerinde kişi ve risk grubu aşılanmıştır. Hedef kitlenin tamamına ulaşabilmek için sürekli erişkin aşılamanın gündemde tutulmasının önemli olduğunu düşünmekteyiz.

Risk grubundan bağımsız olarak; primer aşı şemasını tamamlamış tüm erişkinler 10 yılda bir mutlaka tetanoz aşısını olmalıdır. Her yıl grip aşısı da ihmal edilmemesi gereken aşılardandır. Hepatit B aşısı 1998 sonrasında doğan tüm bebeklere yapılmaya başlandığı için bu tarihten önce doğanlar hepatit B açısından duyarlı olabilir. Bu nedenle hepatit B aşısı bağışık olmayan kişiler yapılmalıdır. Risk gruplarına göre pnömokok, meningokok, zona, kızamık, kızamıkçık, kabakulak, suçiçeği, hepatit A ve HPV aşıları uygulanmalıdır.

Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Uzmanlık Derneği olarak erişkin bağışıklamasına çok önem veriyoruz. Bu konuda 3. güncellemesini 2019 yılında yaptığımız ''EKMUD Erişkin Bağışıklama Rehberi'' pek çok hekimimiz için başucu kitabıdır."

Dünya genelinde önemli bir sorun

EKMUD Üyesi Prof. Dr. Meltem Arzu Yetkin şunları belirtti: "Sağlık bakımı ilişkili enfeksiyonlar sağlık hizmeti sunumu sırasında gelişen enfeksiyonlar olup daha önceleri hastane enfeksiyonları olarak adlandırılmaktaydılar. Sağlık bakımı ilişkili enfeksiyonlar sadece ülkemizde değil tüm dünya genelinde önemli bir sorun olup, ölüm nedenleri



Prof. Dr. Meltem Arzu Yetkin

sıralamasında ilk on içerisinde bulunmaktadırlar. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün yaptığı bir araştırmada hastaneye yatan her 100 hastada hastane enfeksiyonu gelişme oranı gelir düzeyi yüksek ülkelerde 7 hasta, gelişmekte olan ülkelerde ise 10 hasta olduğunu bildirmiş olup, hastalık gelişen bu hastaların yüzde 10'nunda da ölüm gözlendiğini belirtmişlerdir. Bu konuda yapılan başka çalışmalar incelendiğinde yüksek gelir seviyesine sahip ülkelerde yatan hastaların yüzde 5-15'inde hastane enfeksiyonu gelişmekte ve maalesef bu oran hastaların yoğun bakım ünitelerinde yatması ile birlikte artmakta ve yüzde 9-37 oranlarına ulaşabilmektedir. Gelişen bu enfeksiyonların sonucunda da hastaların hastanelerde ve özellikle yoğun bakım ünitelerinde kalma süreleri uzamakta, hastalara ek tedaviler uygulanmakta ve bütün bu uygulamalar da sağlık sistemine ek maliyet getirmektedir.

Burada vurgulanması gereken başka önemli konu da hastane enfeksiyonlarına neden olan mikroorganizmaların sahip oldukları direnç mekanizmalarıdır. Bu enfeksiyonlara neden olan mikroorganizmalarda çoğunlukla birden fazla antibiyotiğe direnç mevcut olduğundan bu enfeksiyonları tedavi etmekte zor olmakta ve hatta bazen panrezistan mikroorganizma ile enfeksiyon gelişmesi durumunda hastalar kaybedilebilmektedir.

Sağlık bakımı ilişkili enfeksiyonlar gerekli tedbirlerin alınması ile sıklığı azaltılabilir.

Alınabilecek en basit önlemlerden birisi el hijyeni uygulamaktır. Sağlık çalışanları, hastalarına uygulayacakları her türlü işlemden önce sağlık sistemi ilişkili enfeksiyon gelişebileceği bilincinde olmalı ve hastalarına gerekli asepsi ve antisepsi önlemleri alarak müdahale etmeleri sağlık sistemi ilişkili enfeksiyon gelişimini azaltacak diğer önlemlerdir."

HIV enfeksiyonun önlenmesi ile ilgili çalışmalar son hızla devam ediyor

EKMUD Önceki Başkanı Prof. Dr. Hürrem Bodur ve Üyesi Prof. Dr. Behice Kurtaran HIV enfeksiyonu hakkında şunları söyledi: "HIV enfeksiyonu tanı aldığı 1980'li yıllardaki öldürücü, tedavinin pek de yararlı olmadığı ve çağın vebası imajından, 2000'li yıllardan sonra kullanıma giren etkili tedavilerle sıyrılmayı başarırken, hala belki de dünyanın en uzun süren ve en çok can kayıplarından birine neden olan pandemi olma durumunu, özellikle de gelişmekte olan ve düşük gelir düzeyine sahip ülkelerde sürdürmektedir. Sahra altı Afrika dünya üzerindeki vakaların çoğuna ev sahipliği yapmaktadır. Batı ve Kuzey Avrupa ve Amerika Birleşik Devletleri'nde yeni vaka sayısı giderek azalırken, Doğu Avrupa ve Türkiye'nin de içinde bulunduğu bazı ülkelerde vaka sayısındaki artış devam etmektedir. Aslında tanı sonrası bakım ve tedavi ile neredeyse sağlıklı bireylerin yaşam süresine yakın bir ömür sürebilen, aile kuran, sağlıklı çocuk sahibi olabilen, çocuklarının büyüdüğünü gören, bulaştırmayan ve sağlıklı yaşlanabilen HIV ile enfekte bireyleri izlenmesini, bilimin ne denli değerli olduğunun güçlü bir göstergesi olarak kabul etmemek mümkün değildir. Asıl sorun ise bu hastaların tanıya ve dolayısıyla en kısa sürede tedaviye ulaşmasının sağlanmasıdır. Aşı ile HIV enfeksiyonun önlenmesi ve kür (şifa) ile tedavisiz ve tam virüssüz bir yaşamın sağlanması ile ilgili çalışmalarının COVID-19 pandemisine rağmen son hızla devam ettiğini söylemek mümkündür."



Prof. Dr. Behice Kurtaran

Dünyada her 30 saniyede bir ayak kaybına neden oluyor

EKMUD Başkanı Prof. Dr. Canan Ağalar ve Genel Sekreteri Prof. Dr. İsmail Yaşar Avcı: "Diyabetik ayak enfeksiyonları en ciddi sağlık sorunları arasında yer almaktadır. Dünyada 450 milyondan fazla diyabetli bulunmaktadır. Bunların yüzde 90'ından fazlası da Tip II diyabet olup obezitenin artışına paralel olarak artmaya devam etmektedir. Türkiye 7 milyondan fazla diyabet hastası ile Avrupa'da diyabetin en sık görüldüğü ülkedir. Ülkemizde 1 milyon üzerinde diyabetik ayak yarası ve 500.000 diyabetik ayak enfeksiyonu bulunmaktadır.

Diyabetin ayak komplikasyonu, dünyada her 30 saniyede bir ayak kaybına neden olmaktadır. Ülkemizde de yılda 12.000 civarında ampütasyon yapılmaktadır.

Diyabet komplikasyonları nedeniyle yıllık 5 milyar TL civarında bir maliyet Sosyal Güvenlik Kurumu tarafından karşılanmaktadır. Bu nedenle diyabet ve komplikasyonlarının önlenmesi ayrı bir öneme sahiptir. Diyabetik ayak enfeksiyonlarının önlenmesinde öncelikle diyabetik ayak yaralarının önlenmesi ve diyabet hastalarının ayak bakımının sağlanmasıdır. Gelişen enfeksiyonların tedavisi erken dönemde ve uygun şekilde yapılmalıdır. Diyabetik ayak enfeksiyonları sıklıkla yumuşak dokuda başlar, sonra derin dokulara kemiğe yayılabilir. Diyabetik ayak enfeksiyonları sonucunda arasında sıklıkla osteomyelit ve gangren gelişmektedir. Diyabetik ayak enfeksiyonlarına neden olan



Prof. Dr. İsmail Yaşar Avcı

enfeksiyon etkenleri Staphylococcus aureus, Streptococcus agalactiae, Streptococcus pyogenes ve Enterekoklar gibi dirençli gram pozitif koklar ve/veya Genişletilmiş Spektrumlu Beta Laktamaz üreten gram negatif basillerdir. Bu etkenlerin antibiyotiklere direnç gelişimi giderek artmakta ve yeni antibiyotiklere olan ihtiyaç artmasına karşı çok fazla yeni antibiyotik geliştirilememektedir. Korunma tedaviden daha sağlıklı, kolay ve ekonomiktir" dedi.

Önlenebilir ölümlerin bir numaralı nedeni

EKMUD Üyesi Doç. Dr. Yasemin Çağ: "Enfeksiyonlar sepsis adı verilen ölümcül bir tabloya neden olabilirler. Sepsis, vücudun bir enfeksiyona verdiği aşırı tepkidir. Vücudunuzun herhangi bir bölgesindeki enfeksiyon bir zincirleme reaksiyonu tetiklediğinde sepsis meydana gelir ve zamanında tedavi edilmezse hızla doku hasarına, organ yetmezliğine ve ölüme yol açabilir.



Doç. Dr. Yasemin Çağ

The Future Healthcare 2021 yeni tarihi açıklandı

Türkiye'den ve yurt dışından sağlık sektörünün öncü isimlerinin bir araya geleceği The Future Healthcare İstanbul Uluslararası Konferansı, daha önce planlandığı 20-23 Mayıs tarihlerinden daha ileri bir tarihe ertelenerek 18-22 Ekim 2021'de düzenlenecek.



Çağlar Gözüaçık

Tazefikir Group ve Future X Events tarafından Fişekhane'de düzenlenecek olan konferans beş gün boyunca uzman konuşmacıları ve ilgi çekici konu başlıklarının yer alacağı oturumlarla sağlığın geleceğine yön verecek. 2021 teması; "Bilgiden İlham Alıyor, Bilimle Yaşıyoruz" olarak belirlenen konferans, hibrit bir formatta hem fiziksel katılımla hem de online olarak düzenlenecek. The Future Healthcare İstanbul CEO'su Çağlar Gözüaçık, etkinliğin Türkiye'nin en büyük sağlık ve sağlık teknolojileri konferansı olduğunu vurgulayarak, katılımcılara güçlü bir içerikle dopdolu 5 gün yaşatacaklarını söyledi.

Geniş bir katılımla sağlık alanındaki tüm paydaşların buluşma noktası olacak The Future Healthcare İstanbul 2021 Uluslararası Konferansı, pandemi dönemi ve sonrası sağlığın gündemini bir kez daha belirlemeye hazırlanıyor.

15 binden fazla doktorun, 5 binden fazla eczacının, binlerce tıp öğrencisinin yanı sıra resmi kurumların temsilcilerinin ve sağlık sektörü profesyonellerinin katılacağı konferans, pandemi önlemleri çerçevesinde 18-22 Ekim 2021 tarihleri arasında Fişekhane'de yapılacak. Hibrit bir şekilde hem fiziksel katılımla hem de online olarak düzenlenecek olan The Future Healthcare İstanbul 2021'de, dünyadan ve Türkiye'den sağlık sektörünün öncü isimleri, ilham veren oturumları ile sağlık alanındaki gelişmeleri ve trendleri ele alacak.

5 gün boyunca sağlık profesyonellerine ilham verecek

Birbirinden ilginç ve yaratıcı konu başlıklarıyla dikkat çeken The Future Healthcare 2021'de; sağlığın geleceği ile ilgili ufuk açıcı yeni teknolojiler, çığır açan tedavi yöntemleri, geleceğin hastaneleri, sağlıkta yapay zeka ve hukuk, robotik uygulamalar, biyoteknoloji, kişiselleştirilmiş tıp, giyilebilir teknolojiler, büyük veri, geleceğin sağlıklı yaşam şehirleri, koruyucu tıp, OTC'nin geleceği, uzay tıbbı gibi pek çok konuda değerli konuşmacılarla ilham verici oturumlar gerçekleştirilecek. Covid 19 özel oturumunda ise küresel iklim değişikliği, salgın hastalıklar ve mega trendlerin sağlığa etkisi masaya yatırılacak.

Sensodyne Ağız Sağlığının Geleceği oturumunda GSK Tüketici Sağlığı Türkiye Genel Müdürü Özlem Kaynak'ın da yer alacağı panelde ağız sağlığının geleceği derinlemesine ele alınacak. İsveç Ulusal Uzay Ajansı Başkanı Dr. Katarina Bjelke, Uzay Tıbbı isimli konuşmasıyla geleceğe yön verecek bakış açılarını aktaracak. Dünya'nın en büyük yapay zeka destekli sağlıklı yaşam şehri Neom'un medikal direktörü Prof. Melvin Samsom'un yapacağı konuşma geleceğin şehirleri hakkında ilham verecek. İsveç'in dünyaca ünlü Nöroloji Profesörü Miia Kivipelto da Nöroloji ve Alzheimer'ın geleceği hakkında konuşacak. Son zamanlarda adını sıkça duyduğumuz yapay zeka kavramının sağlık alanında kullanımı ve bunun hukuksal boyutları konusunda Türk asıllı İsveçli Avukat Ersen Bethersen çalışmalarından bahsedecek. Genomedis Biyoteknoloji Kurucusu Dr. Sevgi Salman Ünver ise Biyoteknolojinin Sağlık Alanındaki Dönüştürücü Etkisini anlatacak. Doç. Dr. Biykem Bozkurt ise, Yapay Kalp ve Organların Geleceği hakkında görüşlerini paylaşacak.

Ayrıca GE Healthcare ve Abbott firmaları da sağlığın geleceğine ilişkin konuşmalar ve panellerle The Future Healthcare İstanbul'da yer alacak.

The Future Healthcare Konferansı, Prof. Dr. Richard A. Lockshin, Prof. Dr. Devrim Gözüaçık, Prof. Melvin Samson, Prof. Dr. Sinan Canan, Prof. Dr. Türker Kılıç, Prof. Dr. Murat Baş, Prof. Dr. Murat Aksoy, Prof. Dr. Aytuğ Altundağ, Prof. Dr. Oğuz Özyaral, Prof. Dr. Ersi Abacı Kalfoğlu, Doç. Dr. Biykem Bozkurt, Dr. Michael Marash, Dr. Cem Kınay, Uzm. Dyt. ve Aktivist Dilara Koçak, Uzm. Dr. Ayça Kaya, Uzm. Dr. Enes Güler, Uzm. Dr. Bekir Çakmak, Polen Koçak, Dünya Gazetesi yazarı Vahap Munyar gibi birbirinden değerli isimleri ağırlayacak.

Uzaktan çalışma yönetmeliği yayımlandı -2-



Muhittin Ertuğrul Ertürk
Avukat / SADER Hukuk Danışmanı

10 Mart 2021 tarih ve 31419 sayılı RG'de uzaktan çalışmanın yapılamayacağı işleri, verilerin korunması ve paylaşılmasına ilişkin işletme kurallarının uygulanmasını ve uzaktan çalışmanın usul ve esaslarını belirlemek amacıyla UZAKTAN ÇALIŞMA YÖNETMELİĞİ yayımlanmış ve aynı gün yürürlüğe girmiştir. Yönetmeliğin ana başlıkları aşağıdaki şekilde özetlenmiştir;
2. kısım *

Çalışma süresinin belirlenmesi; Uzaktan çalışmanın yapılacağı zaman aralığı ve süresi iş sözleşmesinde belirtilir. Mevzuatta öngörülen sınırlamalara bağlı kalmak koşuluyla taraflarca çalışma saatlerinde değişiklik yapılabilir. Fazla çalışma işverenin yazılı talebi üzerine, işçinin kabulü ile mevzuat hükümlerine uygun olarak yapılır.

İletişim; Uzaktan çalışmada iletişimin şekli ve zaman aralığı işçi ile işveren tarafından belirlenir.

Verilerin korunması; İşveren; uzaktan çalışanı, işyerine ve yaptığı işe dair verilerin korunması ve paylaşımına ilişkin işletme kuralları ve ilgili mevzuat hakkında bilgilendirir ve bu verilerin korunmasına yönelik gerekli tedbirleri alır. İşveren, korunması gereken verinin tanım ve kapsamını sözleşmede belirler. Verilerin korunması amacıyla işveren tarafından belirlenen işletme kurallarına uzaktan çalışanın uyması zorunludur.

İş sağlığı ve güvenliğine ilişkin tedbirlerin alınması; İşveren, uzaktan çalışanın yaptığı işin niteliğini dikkate alarak iş sağlığı ve güvenliği önlemleri hususunda çalışanı bilgilendirmekle, gerekli eğitimi vermekle, sağlık gözetimini sağlamakla ve sağladığı ekipmanla ilgili gerekli iş güvenliği tedbirlerini almakla yükümlüdür.

Uzaktan çalışmanın yapılamayacağı işler; Tehlikeli kimyasal madde ve radyoaktif maddelerle çalışma, bu maddelerin işlenmesi veya söz konusu maddelerin atıkları ile çalışma, biyolojik etkenlere maruz kalma riski bulunan çalışma işlemlerini içeren işlerde uzaktan çalışma yapılamaz. Kamu kurum ve kuruluşlarınca ilgili mevzuatına göre hizmet alımı suretiyle gördürülen işler ile millî güvenlik açısından stratejik önemi haiz birim, proje, tesis veya hizmetlerden hangilerinde uzaktan çalışma yapılamayacağı birim, proje, tesis veya hizmetten sorumlu olan veya hizmeti alan kamu kurum ve kuruluşunca belirlenir.

Uzaktan çalışmaya geçiş; İş ilişkisi doğrudan uzaktan çalışma sözleşmesi ile kurulabilir veya hâlihazırda işyerinde çalışan işçinin iş sözleşmesi, işçinin ve işverenin anlaşması halinde, uzaktan çalışma sözleşmesine dönüştürülebilir. İşçinin, uzaktan çalışma yapma talebi ile ilgili hususlar şu şekildedir; Talep yazılı olarak yapılır.

Talep işyerinde belirlenen usul doğrultusunda işverence değerlendirilir. Talep değerlendirilirken, işin ve işçinin niteliği gereği uzaktan çalışmaya uygunluğu ile işverence belirlenecek diğer kıstaslar kullanılır. Talebe ilişkin değerlendirme sonucunun otuz gün içinde işçiye talebin yapıldığı usulle bildirilmesi esastır. Uzaktan çalışmaya geçen işçi, ikinci fıkrada belirtilen usulle tekrar işyerinde çalışma talebinde bulunabilir. İşveren, söz konusu talebi öncelikli olarak değerlendirir. Uzaktan çalışmanın mevzuatta belirtilen zorlayıcı nedenlerle işyerinin tamamında veya bir bölümünde uygulanacak olması halinde uzaktan çalışmaya geçiş için işçinin talebi veya onayı aranmaz.

*** (İlk kısım MedkalPlus Mayıs 2021 sayısında yayınlandı)**

Yeni bir sağlık turizmi (Vaccine on Arrival)



Semih KARAKOÇ
Hemşir-Araştırmacı Yazar

Pandeminin başlangıcından bu yana, kalabalık şehirlerde aşı için randevu alamayan veya henüz uygun olmayan binlerce Amerikalı aşıyı almak için komşu eyaletlere seyahat etti. Aşı turizmi artık yaygın bir fenomendir. Nüfus istatistikleri yayınlayan birkaç eyaletten biri olan Ohio, aşılanan 3 milyon kişiden 100 bininin yerleşik kişiler olmadığını bildirmiştir. Yani Ohio dışında yaşamını sürdüren insanlar demek bu aslında... Mart ayı sonunda, Virgin Adaları'nda uygulanan aşıların % 3'ü, tatil için oraya seyahat eden Amerikalılardı mesela.. COVID-19 aşılarını almak için Karayipler'e seyahat eden zengin Amerikalılar, dünya çapında aşılara erişimin ırk, koşullar ve ayrıcalık tarafından belirlendiği birçok yöntemin bir örneğidir. NBC, NPR ve Eyalet gibi ABD medyası, Amerika Birleşik Devletleri'ne seyahat eden, özellikle de çifte vatandaşlığa sahip Meksikalılar ve Kanadalılar gibi zengin ziyaretçilerin aşı turizmini zirveye taşıdığını bildirdi. Örneğin, zengin Kanadalılar, Brezilyalılar ve Venezuelalıların aşı olmak için eyalete gitmelerinin ardından Florida hükümeti artık ikametgâh belgesi bile talep etmiyor.

"COVID-19 aşısı mı istiyorsunuz? ABD vizeniz var mı? Bize ulaşın", Meksikalılara aşılanmak için Amerika Birleşik Devletleri'ne uçmaları için fırsatlar sunan bir seyahat acentesinin reklamı şimdilerde internette dolaşıyor... Meksika'dan uzak Arjantin'e kadar binlerce Latin Amerikalı, kendi ülkelerindeki uygulamaların yayılmasıyla dünyanın en başarılı aşılama kampanyalarından birinden yararlanmak için Amerika Birleşik Devletleri'ne uçak bileti rezervasyonu yapıyor. Meksika'da yaşayan 66 yaşındaki Gloria Sanchez ve kocası Angel Menendez 69, Johnson & Johnson'ın tek doz aşısını almak için Nisan ayı sonlarında Las Vegas'a gitti. Bu seyahat ve aşı için 2000 dolar parasını ülke dışında harcamak zorunda kaldı.

Peru'daki ABD büyükelçiliği geçtiğimiz günlerde Twitter'da yaşayanlara, gezginlerin aşılar da dâhil olmak üzere tıbbi tedavi için ABD'yi ziyaret edebileceklerini tavsiye etti. Buenos Aires'teki bir reklam Miami'de aşı olmanın tahmini maliyetini detaylandırıyor: Uçak bileti 2.000 dolar, haftalık 550 dolar otel, yemek 350 dolar, araba kiralama 500 dolar, aşı 0 dolar. Toplam 3.400 dolar için Arjantin kadar güneyde, seyahat acenteleri aşı turizmi gezileri satıyor.

Hindistan'daki bir seyahat acentesi olan Gem Tours & Travels, 2.000 dolara aşı olmak için Mumbai'den New York'a seyahat paketleri bile sunuyor. Birleşik Arap Emirlikleri gibi aşı turizminin patlamaya başladığı ülkelerde kısa bir süre sonra ülke dışından turistlerin aşılanmasına başlanacak. Norveç seyahat acentesi World Visitor, Rusya'ya korona virüs aşısı kaçamakları sunuyor. Hepsi Rus yapımı Sputnik V aşısını içeren çeşitli seyahat paketleri arasından seçim yapabilen müşteriler. 1.199 Euro'ya, her doz için birer tane olmak üzere, bir ayda iki seyahat yapabilirsiniz. Avusturyalı Impfreisen. At şirketi , "korona virüs aşısına garantili erişim" ile her şey dâhil tatil seyahat paketleri için bağlayıcı olmayan ön rezervasyonlar sunuyor. Aşı turizmi de Hindistan ve ABD'de giderek daha fazla rapor ediliyor. Bu arada, Türkiye'den Sırbistan'a turistler için sosyal medyada yapılan aşılama turları söylentileri, Türkiye'nin Belgrad büyükelçisi ve Ankara'daki Sırbistan Büyükelçiliği tarafından yalanlandı. Sadece Sırp oturma izni olan Türklere aşı yapılmasına izin verilecek.

Tartışmalı turizm şekli: Tıp turizmi yaygın olsa da aşı turizmi, etik sonuçları hakkında soruları gündeme getirmiştir. Bir yandan, bazı uzmanlar, nereden gelirlerse gelsin, olabildiğince çok insanı aşılamanın daha iyi olduğuna inanıyor. Şu anda, yabancı ziyaretçilerin seyahat ettikleri aşıyı almalarını sağlamak için herhangi bir resmi düzenleme bulunmamaktadır.

MDR konusunda tıbbi cihaz kuruluşlarının bilmeleri gereken 5 önemli nokta



Emrah BÜKE
Yeminli Çevirmen

Tıbbi cihaz üreticilerinin, ithalatçılarının ve birçok ekonomik paydaşın son dönemlerde ilgilendikleri en önemli konu hiç şüphesiz MDR ile sektörün gelecek olduğu durum. Tıbbi Cihaz Tüzüğü (Medical Device Regulation) ifadesinin kısaltması olarak kullanılan MDR aslında tıbbi cihaz sektörü için oldukça önemli sorumlulukları beraberinde getiriyor. Biz de bu yazımızda MDR konusunda tüm ekonomik paydaşları ilgilendiren 5 önemli noktaya açıklık getiriyoruz.

UDI kodu nedir ve nereden alınır?
UDI Kodu aslında şu anda Ürün Takip Sisteminde tekil takip başlığını bilenler için tanıdık bir sistem. Her ürün yani tıbbi cihaz için gerekli olan bazı verileri barındıran bir kodlama sistemidir. Üreticiler tarafından üretilir. UDI Kodunuzu edinmek için üretici ile iletişime geçebilirsiniz.

EUDAMED nedir? ne yapmamız gerekir?
Avrupa Birliği Tıbbi Cihaz Veritabanı ifadesinin kısaltması olarak EUDAMED kullanılır. MDR kapsamında EUDAMED sıklıkla kullanılan ifadelerden biridir. Çünkü ülkemizde şu anda kullanımda olan Ürün Takip Sisteminin biraz daha gelişmişi olarak değerlendirebileceğimiz bu sistemde tıbbi cihaz ve güvenli ürün üretildiği andan itibaren tüm tarafların izlemesine açık olacaktır. EUDAMED'e Ürün Takip Sisteminde de olduğu gibi birçok belgenin yüklenmesi gerekecek. Üreticilerin ve ithalatçıların bu sisteme giriş yapmaları MDR bağlamında zorunlu olacak.

Ürünlerimizin risk sınıfı değişecek mi?
Bu sorunun net cevabı genel olarak evet. Değişim sınıfların bir üst noktaya taşınması şeklinde olacak. Yani yeni tıbbi cihaz yönetmeliği ya da tıbbi cihaz tüzüğü yürürlüğe girip şu andaki MDD (tıbbi cihaz yönetmeliğinde) Sınıf I olan ürünler, Sınıf II'aya, Sınıf IIa olan ürün IIb'ye, IIb olanlar ise Sınıf III'e taşınacak diyebiliriz. Sınıflandırma konusunda net değerlendirme üretici ve onaylanmış kuruluşlar ile ulusal yetkili otoriteler tarafından yapıldığı için bu kısıtlı bilgiyi sizinle paylaşabiliyoruz şu an için. Ayrıca Sınıf Ir yani "Sınıf I tekrar kullanılabilir" MDR kapsamında karşımıza çıkacak olan diğer bir sınıf diyelim.

Klinik araştırmalar zorunlu mu olacak?
MDR belki de en yoğun olarak klinik araştırma zorunluluğunu getirmiş olacak. Çünkü klinik araştırmalar Sınıf I dışında kalan tüm ürünler için gerekli ve zorunlu olacak.

MDR sürecimize nereden başlamalıyız?
26 Mayıs 2020 tarihinden itibaren MDR hükümleri geçerli olacak. Bu nedenle bu tarihten önce Uygunluk Beyanlarının düzenlenmesi, varsa yenilenmiş EC Sertifikalarının temin edilerek Ürün Takip Sistemine belge kaydı yapılabilecek duruma getirilmesi önemlidir. Ayrıca Onaylanmış Kuruluşunuzun MDR ile uyumlu olup olmadığını da öğrenmenizi tavsiye ederiz.



YOUR FOR HYGIENE

Actolind® w Solution - Gel

Wound Irrigation, Cleaning, Moisturizing and Care Products

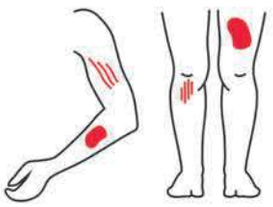


IT ACCELERATES THE HEALING OF WOUND AND BURNS

Polyhexanide + **Poloxamer**

A **Synergistic** Approach in Wound Care with
Polyhexanide + Poloxamer

Your best choice for wound care



- It accelerates wound and burn healing by cleaning mechanically
- Cleansing, moistening and decontamination of wounds
- Convenient and painless cleaning
- Removes scabs, necrotic tissues and biofilm layers from wounds effectively
- Does not inhibit granulation or epithelialization
- Suitable for antiseptic cleansing, softening and removal of encrusted dressing materials without causing a secondary trauma
- Highly effective against multidrug-resistant organisms (**MRSA, VRE**) and mycotic pathogens (*C. albicans*)
- Dermatologically tested and rated as "**excellent**"
- Biocompatible
- Well tolerated

PATENTED FORMULA

ORIGINAL 04 EXCELLENT 2014 dermatest®

dermatest-garantie.de

VRE. Tested. MRSA. Effective. MDRP



Potential distributors can contact us

For convenient online shopping, visit www.actomarket.com

actopharmatr actogmbh | actopharmatr actogmbhgermany | actopharmatr actogmbh

ACTO® Active Chemical Technology Organisation | Pharma Disinfection Sterilisation Hygiene

German Company

www.actogmbh.com - info@actogmbh.com

Süreklilik Yaşamın Derinliklerinde Saklı



Dünyanın en uzun yaşayan canlıları olan denizanaları, çocukluk evrelerine dönebilme ve kendi kendini onarabilme yeteneğine sahiptir. Bu yetenekleri sayesinde bazı türleri sonsuza kadar yaşayabilir.



DF-FR Serisi Derin Dondurucular

nüve®

Derin Dondurucularımızı incelemek için lütfen QR kodu telefonunuza okutun