

Karaciğerin görevi

► Vücutun en büyük iç organdır. Yoğun çalışan bir fabrika gibidir. Kendi kendini yenileme yeteneği yüksek bir organdır. Bir yandan ağzından alınan tüm yiyecek ve içeceklerin, diğer yandan da hemen hemen tüm ilaç ve besin takviyelerinin sindirilmesi, vücutta yararlı hale getirilmesi, kullanılmayan ve vücutta zarar verebilecek hale dönüşen kısımlarının zararsız hale getirilerek vücuttan uzaklaştırılmasını sağlar. Karın boşluğunun üst sağ kısmında, göğüs ve karın ayıran bir kas tabakası



olan diyaframın altında ve mide, sağ böbrek ve bağırsakların komşuluğunda bulunur. Alt kısmında safra kesesi yer alır. 1-2 kg ağırlığında koni şeklinde ve koyu kırmızısı-kahverengi renktedir. Atık maddelerin taşınmasına yardımcı olan "safra" adı verilen ürünü de salgılayan karaciğerdir.

Epizyotomi nedir?

► Doğum sırasında vajinal açıklığı genişleterek doğumu kolaylaştırmak, istenmeyen yırtılmaları önlemek, fetüs başının kolay, hızlı ve tehlikesiz doğumunu sağlamak amacıyla yapılan kesidir. İlk doğumunu yapan kadınlarda vajina daha az elastik ve yırtılmaya müsait olduğu için epizyotomi uygulaması sıklıkla tercih edilir. Orta hat epizyotomide daha az kanama, daha az ağrı ve daha hızlı iyileşme sağlanırken, yana doğru olan epiz-

yotominin de kadının anal kaslarını yırtılmalarından daha iyi koruduğuna inanılır. Lokal anestezi ile yapılan bu işlemde böylece hem kesilme hem de dikilme sırasında acı hissedilmez ve kesisi 3-4 cm kadardır. Bu işlem sonrasında az ya da fazla iz bırakabilir. Fakat bu izler rahatsız edici izler olmaz. Zaman içerisinde belli belirsiz bir hal alır.



Otoklavın kullanımı

► Basınç ve ısı ile hekim aletlerinin sterilizasyonu yani mikrop-suzlaştırılmasında kullanılan cihazdır. Buharla doymuş bir ortamda ve 100°C'den yüksek ısı ile yapılır. Bu şartlarda bozulmayacak olan madde ve aletler, bu yöntemle mikropsuzlaştırılırlar. Genel olarak

121°C'de 15 dakika beklemek, sterilizasyon için yeterlidir. Ameliyathane otoklavları suyla çalıştıkları için, konan maddenin neme dayanıklı olması gerekir. Kompreser, gazlı bezle, pamuk ve kırılan malzeme, normal hava basıncında 165°C'de çalışan özel bölmede kuru olarak sterilize edilir.



Bebeğin ilk aşısı: ANNE SÜTÜ



Hiçbir formül anne sütüne eşdeğer değil. Çünkü anne sütü canlı ve yaşıyor. Bebeğin ilk aşısı sayılıyor. Bebeği enfeksiyonlardan koruyor. Annelerin bilinci artıyor ama Türkiye'de ve dünyada yeni doğanların anne sütü ile beslenme oranlarının maalesef hala düşük olduğu bildiriliyor.

21 Mayıs Dünya Süt Günü. Dünya Sağlık Örgütü ve Sağlık Bakanlığının yaptığı araştırma sonucu, ülkemizde ve dünyada yeni doğanların anne sütü ile beslenme oranları maalesef hala düşük. Halbuki bebeğin ihtiyacı olan tüm su anne sütünden ve ön sütten karşılanıyor. Öğün sonunda salgılanan son süt ise anne sütünden alınan enerjinin büyük bir kısmını içeriyor. Bu nedenle bebeğin son sütü almasının sağlanması ve bebek emmeyi bırakana kadar bebeğin memede kalması gerekiyor. Konuyla ilgili Prof. Dr. İlknur Kılıç bilgileri veriyor.

Anne sütü ne kadar yeterli?

► Anne sütünün yeterli olduğunu değerlendirilmesi için en önemli kriterin bebeğin kilo alması olduğunu söyleyen Prof. Dr. İlknur Kılıç şunları vurguluyor: "Bebekler ilk 5 günde doğum ağırlıklarının %10'unu kaybedebilirler. 10. günün sonunda bebeğin doğum ağırlığına ulaşması gerekir. Eğer bebeğin %10'dan daha fazla kilo kaybı varsa doktora ulaşmaları gerekir. Bebek 10. günden sonra günde 25-10 gram kilo almalıdır."

Zekayı artırıyor

■ Bebeği ishal, akciğer hastalıkları ve buluşucu hastalıklardan korur. ■ Kolaylıkla sindirilir. ■ Tüm enfeksiyonlardan korur. ■ Mikropsuzdur.

Anneye de faydalı

■ Meme ve yumurtalık kanserine karşı koruyucu özelliği vardır. ■ Annenin eski kilosuna ulaşmasını kolaylaştırır. ■ Anne ve babada mutluluk hormonu salgılanmasına neden olur. ■ Yapay beslenmeden daha ucuzdur. ■ Kullanımı kolaydır. ■ Anne ve bebek arasında sevgi dolu bir ilişkiyi kolaylaştırır.

Sağılan süt nasıl saklanır?

■ Oda sıcaklığında +20 derece 3 saat ■ Buzdolabında +4 derece 3 gün ■ Derin dondurucuda -18 derecede 3 ay saklanabilir.

DAHA ÇOK NASIL GELİR?

Anne sütünün içerisinde bebeğin gelişimi için gerekli tüm besin maddeleri bulunuyor. Peki süt yapımını artırması için en önemli hareket nedir? Bebeğin sık emzirilmesinin ve emzirme esnasında memelerin tam boşaltılmasının gerekliliğine dikkat çekten Prof. Dr. İlknur Kılıç şöyle devam ediyor: "Anneyi yorgunluk ve stresten korumak, uyumasını sağlamak süt üretimini arttıracaktır. Memenin

küçük olması süttün salgı miktarını değiştirmez. Çökük meme uçları emzirmeye önce yapılacak masajla emmeye uygun hale getirilir. Tatlı tüketiminin fazla olması süt yapımını artırmaz. Sebze, meyve ve yeşillik tüketilmelidir. Anne yeterli süt ve süt ürünleri ile protein ve demir içeren gıdaları dengeli bir şekilde almaldır. Bebek emzirmeyi sürdürürse süt oluşumu devam eder."

EPİLEPSİ uygulamasına ödül

Halk arasında daha çok "sara" isimli bilinen epilepsi hastalığı için tasarlanan "Yeditepe EpilepsiSiz" akıllı telefon uygulaması Sağlık Bilişim Derneği tarafından düzenlenen 3. Altın Stetoskop ödülünde Jüri Özel Ödülü'nü aldı. Epilepsi hastalarının çeşitli verilerini kayıt edilebilmesini, hasta yakınına yardımcı olabilmeyi ve hekimlerin has-

ta ile ilgili doğru bilgiyi analiz edebilmelerini sağlayan bu uygulamaya Yeditepe Üniversitesi Hastanesi sosyal sorumluluk projesi kapsamında hayata geçirildi. Epilepsi Günlüğü, Epilepsi Nöbeti Video Kaydı gibi özellikleri içinde barındıran akıllı telefon uygulaması ios ve android işletim sistemlerinde uyumlu olarak bir çok telefonda ücretsiz indirilebilir kullanılabiliyor.



Fesleğen de TÜKETİN

Fesleğenin sindirimi kolaylaştırıcı ve mideyi yatıştırıcı etkisi bulunuyor. Balgam, gaz ve idrar söktürücü olan bu bitkinin uyarıcı ve spazm çözücü özelliği, baş ağrısını giderici etkisi de var. Kurutulduğunda, genelde tıbbi niteliklerini ve kokusunu yitirdiğinden taze yapraklarını kullanmak gerekiyor. Birçok faydası olan bu bitki sofralarda yeşil salataların içine katarak tüketilebileceği gibi, sebze ve et yemeklerinde, soslarda kurutulmuş olarak kullanılabilir.



T.C. KALECİK İCRA DAİRESİ 2015/19 TLMT.

TAŞINMAZIN AÇIK ARTIRMA İLANI

Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, niteliği, kıymeti, adedi, önemli özellikleri:

1 NO'LU TAŞINMAZIN

Özellikleri : Ankara İli, Kalecik İlçesi, Halit Cevriastanlı Mah. (Tapuda; 1.Mintika Mahallesi) Hüseyin Sağırkaya Bulvarı 817 ada 8 parsel'de 89 kapı nolu Şükrüağa Apartmanı'nda; 675,00 m2 yüzölçümlü, 7 kat Apartman ve arsası niteliğindeki ana taşınmazdaki, 70/1163 arsa paylı, zemin kat (22) bağımsız bölüm numaralı depolu dükkan; Şükrüağa Apartmanı Hüseyin Sağırkaya Bulvarı ile 12.Sokağın keşiştiği yerde köşe başında bulunmaktadır. Binaının zemin katında bulvarla göre ön cephelidir. Giriş kapısı camlı demir doğrama ve pencereleri ısı camlı PVC doğramadır. Fiili durum itibarıyla bağımsız bölümler; Dükkan, Depo ve WC'den müteşekkildir. Zemin seramik, duvarları ve tavani sıva üzeri boyalıdır. Depo bodrum katta yer almakta olup, zemini grobeton duvarları ve tavani sıva üzeri boyalıdır. Wc bodrum kat depoda yer almakta olup, zemin ve duvarları 1,50 m seviyede seramik üstü sıva üzeri boyalıdır. Wc'de rezervuarlı klozet ve lavabo bulunmaktadır. Merkezi sistem ısıtmalıdır. 2 m2 alanlı balkon mevcuttur. Dükkan zemin katı 90 m2 depo 69 m2 olup faydalı net kullanım alanı toplam 159,00 m2 olarak ölçülmüştür.

Adresi : Ankara İli, Kalecik İlçesi, Halitcevri Astanlı Mahallesi

Yüzölçümü : 675,00 m2 ana taşınmaz (70/1163)

Arsa Payı : 70/1163

İmar Durumu : Bitişik nizam 5 kat ticaret ve konut alanı

Kıymeti : 320.000,00 TL

KDV Oranı : %18

Kayıtdaki Şerhler : Dosyada mevcuttur.

1. Satış Günü : 30/06/2015 günü 11:00 - 11:05 arası

2. Satış Günü : 27/07/2015 günü 11:00 - 11:05 arası

Satış Yeri : KALECİK ADALET SARAYI İCRA MÜDÜRLÜĞÜ KAPISI ÖNÜ

Satış şartları :

1- İhale açık artırma suretiyle yapılacaktır. Birinci artırmanın yirmi gün öncesinden, artırma tarihinden önceki gün sonuna kadar esatis.uyap.gov.tr adresinden elektronik ortamda teklif verilebilecektir. Bu artırmada tahmin edilen değer %50 sini ve rüçhanlı alacaklılar varsa alacakları toplamını ve satış giderlerini geçmek şartı ile ihale olunur. Birinci artırmada istekli bulunmadığı takdirde elektronik ortamda birinci artırmadan sonraki beşinci günden, ikinci artırma gününden önceki gün sonuna kadar elektronik ortamda teklif verilebilecektir. Bu artırmada da malın tahmin edilen değer %50 sini, rüçhanlı alacaklılar varsa alacakları toplamını ve satış giderlerini geçmesi şartıyla en çok artırana ihale olunur. Böyle fazla bedelle alıcı çıkmazsa satış talebi düşecektir.

2- Artırmaya iştirak edeceklerin, tahmin edilen değer % 20'si oranında pey akçesi veya bu miktar kadar banka teminat mektubu vermeleri lazımdır. Satış peşin para ile, alıcı isteğinde (10) günü geçmemek üzere süre verilebilir. Damga vergisi, KDV, 1/2 tapu harcı ile teslim masrafları alıcıya aittir. Tellaliye resmi, taşınmazın ayından doğan vergiler satış bedelinden ödenir.

3- İpotek sahibi alacaklılarla diğer ilgilerin (*) bu gayrimenkul üzerindeki haklarını özellikle faiz ve giderlere dair olan iddialarını dayanağı belgeler ile (15) gün içinde dairemize bildirmeleri lazımdır; aksi takdirde hakları tapu sicil ile sabit olmadıkça paylaşmadan hariç bırakılacaktır.

4- Satış bedeli hemen veya verilen mühlet içinde ödenmezse İcra ve İflas Kanununun 133 üncü maddesi gereğince ihale feshedilir. İhaleye katılıp daha sonra ihale bedelini yatırmamak sureti ile ihalenin feshine sebep olan tüm alıcılar ve kefilleri teklif ettikleri bedel ile son ihale bedeli arasındaki farktan ve diğer zararlardan ve ayrıca temerrüt faizinden müteselsilen mesul olacaktırlar. İhale farkı ve temerrüt faizi ayrıca hükme hacet kalmaksızın dairemize tahsil olunacak, bu fark, varsa öncelikle teminat bedelinden alınacaktır.

5- Şartname, ilan tarihinden itibaren herkesin görebilmesi için dairede açık olup gideri verildiği takdirde isteyen alıcıya bir örneği gönderilebilir.

6- Satışa iştirak edenlerin şartnameyi görmüş ve münderecatını kabul etmiş sayılacakları, başkaca bilgi almak isteyenlerin 2015/19 Tlmt. sayılı dosya numarasıyla müdürlüğümüze başvurmaları ilan olunur. (İlkm.126)

(*) İlgililer tabirine irtifak hakkı sahipleri de dahildir.

* : Bu örnek, bu Yönetmelikten önceki uygulamada kullanılan örnek 64'e karşılık gelmektedir.

B:82892 www.bik.gov.tr

Resmi İlanlar www.ilan.gov.tr'de

T.C. ANKARA 3. İCRA DAİRESİ 2014/26448 ESAS

TAŞINMAZIN AÇIK ARTIRMA İLANI

Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, niteliği, kıymeti, adedi, önemli özellikleri:

1 NO'LU TAŞINMAZIN

Özellikleri : ANKARA İLİ, YENİMAHALLE İLÇESİ, İNÖNÜ MAH. 1702. SOKAK ÜZERİNDEKİ 14952 ADA, 1 PARSELİ TEŞKİL EDEN 2142,00 M2 MİKTARINDAKİ ARSA ÜZERİNDEKİ 15 ADET KARGIR DUBLEKS KONUTTA; 1/15 ARSA PAYLI BODRUM ZEMİN-1 DEN OLUŞAN 12 KAPI NOLU DUBLEKS (FİİLİ DURUMDA 5 KAPI NOLU) BİNANIN ÖZELLİKLERİ, HER İKİ YANDAN BLOK NİZAMLILIK DUBLEKS KONUTTUR. 1 BODRUM ZEMİN VE 1 NORMAL KATLIDIR. MESKENİN ÖZELLİKLERİ, DUBLEKS TİPİ KONUT OLUP, BODRUM KATINDA 2 ODA, ODADAN GEÇİLEN KİLER TARZI BİR ODA ALANI VARDIR. GİRİŞ KATINDA 1 SALON, ANTRE, KORİDOR, MUTFAK VE WC BULUNMAKTA, 1. NORMAL KATTA 3 ODA, ANTRE VE BANYO ALANI VARDIR. KOMBİLİ VE DOĞALGAZ KAT KALORİFERLİDİR. MESKENİN NET FAYDALI KULLANIM ALANI 145 M2 DIR. 2 CEPHELİ VE GÜNEŞ GÖRÜR ŞEKLİNDEDİR.

Adresi : DOSYADA

Yüzölçümü : 2.142,00 m2

Arsa Payı : 1/15

İmar Durumu : DOSYADA

Kıymeti : 200.000,00 TL

KDV Oranı : YOK

Kayıtdaki Şerhler : DOSYADA

1. Satış Günü : 02/07/2015 günü 10:40 - 10:45 arası

2. Satış Günü : 27/07/2015 günü 10:40 - 10:45 arası

Satış Yeri : ANKARA ADLİYESİ 1 NOLU MEZAT SALONU

Satış şartları :

1- İhale açık artırma suretiyle yapılacaktır. Birinci artırmanın yirmi gün öncesinden, artırma tarihinden önceki gün sonuna kadar esatis.uyap.gov.tr adresinden elektronik ortamda teklif verilebilecektir. Bu artırmada tahmin edilen değer %50 sini ve rüçhanlı alacaklılar varsa alacakları toplamını ve satış giderlerini geçmek şartı ile ihale olunur. Birinci artırmada istekli bulunmadığı takdirde elektronik ortamda birinci artırmadan sonraki beşinci günden, ikinci artırma gününden önceki gün sonuna kadar elektronik ortamda teklif verilebilecektir. Bu artırmada da malın tahmin edilen değer %50 sini, rüçhanlı alacaklılar varsa alacakları toplamını ve satış giderlerini geçmesi şartıyla en çok artırana ihale olunur. Böyle fazla bedelle alıcı çıkmazsa satış talebi düşecektir.

2- Artırmaya iştirak edeceklerin, tahmin edilen değer % 20'si oranında pey akçesi veya bu miktar kadar banka teminat mektubu vermeleri lazımdır. Satış peşin para ile, alıcı isteğinde (10) günü geçmemek üzere süre verilebilir. Damga vergisi, KDV, 1/2 tapu harcı ile teslim masrafları alıcıya aittir. Tellaliye resmi, taşınmazın ayından doğan vergiler satış bedelinden ödenir.

3- İpotek sahibi alacaklılarla diğer ilgilerin (*) bu gayrimenkul üzerindeki haklarını özellikle faiz ve giderlere dair olan iddialarını dayanağı belgeler ile (15) gün içinde dairemize bildirmeleri lazımdır; aksi takdirde hakları tapu sicil ile sabit olmadıkça paylaşmadan hariç bırakılacaktır.

4- Satış bedeli hemen veya verilen mühlet içinde ödenmezse İcra ve İflas Kanununun 133 üncü maddesi gereğince ihale feshedilir. İhaleye katılıp daha sonra ihale bedelini yatırmamak sureti ile ihalenin feshine sebep olan tüm alıcılar ve kefilleri teklif ettikleri bedel ile son ihale bedeli arasındaki farktan ve diğer zararlardan ve ayrıca temerrüt faizinden müteselsilen mesul olacaktırlar. İhale farkı ve temerrüt faizi ayrıca hükme hacet kalmaksızın dairemize tahsil olunacak, bu fark, varsa öncelikle teminat bedelinden alınacaktır.

5- Şartname, ilan tarihinden itibaren herkesin görebilmesi için dairede açık olup gideri verildiği takdirde isteyen alıcıya bir örneği gönderilebilir.

6- Satışa iştirak edenlerin şartnameyi görmüş ve münderecatını kabul etmiş sayılacakları, başkaca bilgi almak isteyenlerin 2014/26448 Esas sayılı dosya numarasıyla müdürlüğümüze başvurmaları ilan olunur. (İlkm.126)

(*) İlgililer tabirine irtifak hakkı sahipleri de dahildir.

* : Bu örnek, bu Yönetmelikten önceki uygulamada kullanılan Örnek 64'e karşılık gelmektedir.

B:82596 www.bik.gov.tr

Resmi İlanlar www.ilan.gov.tr'de

T.C. ANKARA (SULH HUKUK MAH.) SATIŞ MEMURLUĞU'NA İZAFETEN T.C. ANKARA 22. İCRA MÜDÜRLÜĞÜ 2015/5 SATIŞ

TAŞINMAZIN AÇIK ARTIRMA İLANI

Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, niteliği, kıymeti, adedi, önemli özellikleri:

SATILMAZIN ÖZELLİKLERİ: Ankara İli, Yenimahallesi İlçesi, Aşağı Yahyalar mahallesi, 60405 ada, 10 parselde kayıtlı, 1.228,00 m2 yüzölçümlü arsa cinsi taşınmazdır, imarlı arsa vasfında olup, konut alanı kullanımına ayrılmıştır. İmar durumu olarak, ayrılmazlı, yoldan 5,00 metre, komşu parsellerden 4,00 er metre çekme mesafeli, saçak seviyesinin Hmax=15,50 metre ve Emsal E=1,60 yapılaşma imkanı tanımaktadır. Hafif eğimli olup, her türlü yapılaşma imkanı bulunmaktadır. Üzerinde ağaç ya da herhangi bir mülhates yoktur. Çevresinde yeni yapılmış binalar ile yapılmakta olan binalar bulunmaktadır. Özellikle yazılı taşınmaz taraflar arasındaki ortaklığın giderilmesi için açık artırma suretiyle satılacaktır.

Adresi : Aşağı Yahyalar Mah. Anadolu Bul. 993/3 Sk. (Eski 81 Sk.) İle 994 Sk. (Eski 86 Sk.) Kesişimindeki 13 Kapı No.Lu Bina Karşısındaki Köşe Arsa, Yenimahalle / ANKARA

Kıymeti : 1.719.200,00 TL

KDV Oranı : %18

1. Satış Günü : 13/07/2015 günü 09:45 - 09:55 arası

2. Satış Günü : 13/08/2015 günü 09:45 - 09:55 arası

Satış Yeri : Ankara Adliyesi 2 No'lu Mezat Salonu Sıhhiye/Ankara

Satış şartları :

1- İhale açık artırma suretiyle yapılacaktır. Birinci artırmanın yirmi gün öncesinden, artırma tarihinden önceki gün sonuna kadar esatis.uyap.gov.tr adresinden elektronik ortamda teklif verilebilecektir. Bu artırmada tahmin edilen değer %50 sini ve rüçhanlı alacaklılar varsa alacakları toplamını ve satış giderlerini geçmek şartı ile ihale olunur. Birinci artırmada istekli bulunmadığı takdirde elektronik ortamda birinci artırmadan sonraki beşinci günden, ikinci artırma gününden önceki gün sonuna kadar elektronik ortamda teklif verilebilecektir. Bu artırmada da malın tahmin edilen değer %50 sini, rüçhanlı alacaklılar varsa alacakları toplamını ve satış giderlerini geçmesi şartıyla en çok artırana ihale olunur. Böyle fazla bedelle alıcı çıkmazsa satış talebi düşecektir.

2- Artırmaya iştirak edeceklerin, tahmin edilen değer % 20'si oranında pey akçesi veya bu miktar kadar banka teminat mektubu vermeleri lazımdır. Satış peşin para ile, alıcı isteğinde (10) günü geçmemek üzere süre verilebilir. Damga vergisi, KDV, 1/2 tapu harcı ile teslim masrafları alıcıya aittir. Tellaliye resmi, taşınmazın ayından doğan vergiler satış bedelinden ödenir.

3- İpotek sahibi alacaklılarla diğer ilgilerin (*) bu gayrimenkul üzerindeki haklarını özellikle faiz ve giderlere dair olan iddialarını dayanağı belgeler ile (15) gün içinde dairemize bildirmeleri lazımdır; aksi takdirde hakları tapu sicil ile sabit olmadıkça paylaşmadan hariç bırakılacaktır.

4- Satış bedeli hemen veya verilen mühlet içinde ödenmezse İcra ve İflas Kanununun 133 üncü maddesi gereğince ihale feshedilir. İhaleye katılıp daha sonra ihale bedelini yatırmamak sureti ile ihalenin feshine sebep olan tüm alıcılar ve kefilleri teklif ettikleri bedel ile son ihale bedeli arasındaki farktan ve diğer zararlardan ve ayrıca temerrüt faizinden müteselsilen mesul olacaktırlar. İhale farkı ve temerrüt faizi ayrıca hükme hacet kalmaksızın dairemize tahsil olunacak, bu fark, varsa öncelikle teminat bedelinden alınacaktır.

5- Şartname, ilan tarihinden itibaren herkesin görebilmesi için dairede açık olup gideri verildiği takdirde isteyen alıcıya bir örneği gönderilebilir.

6- Satışa iştirak edenlerin şartnameyi görmüş ve münderecatını kabul etmiş sayılacakları, başkaca bilgi almak isteyenlerin 2015/5 Satış sayılı dosya numarasıyla müdürlüğümüze başvurmaları ilan olunur.

B:82100 www.bik.gov.tr

Resmi İlanlar www.ilan.gov.tr'de