

"Ben-den sonra birileri çıkıp serum diye bir sıvı bulacak ve işte o gün tıp tarihinin değiştiği gün olacak." Hipokrat

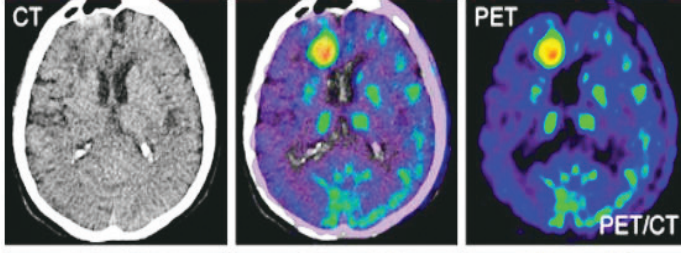
## SAĞLIK KÜLTÜRÜ

## Bağışıklama nedir?



► Sağlam kişilerin hastalık etkeni ile karşılaşmaları sonucu vücutta o etkene özel bağışıklık cisimcikleri (antikorlar) oluşur. Kişi aynı hastalık etkeni ile tekrar karşılaştığında oluşan bağışıklık cisimcikleri hastalık oluşmasını önler veya hafif geçmesine neden olur. Bağışıklama kişinin hastalığı geçirmesi sonucu gelişebileceği gibi aşılamaya veya hastalığa karşı başka konakçılarda oluşmuş bağışıklık cisimciklerinin alınıp başka kişilere verilmesi ile sağlanabilir. Aşılar, sağlam insanlara yapılır ve tedavi amacı yoktur.

## Pet MR'ın kullanımı



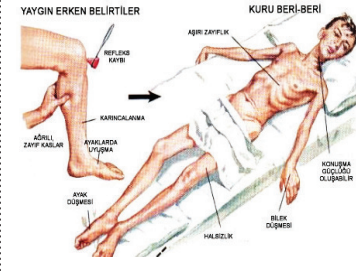
► Kanser evrenmesinde ve kanserin takibinde onkologlara yol gösteren son teknoloji ürünü teşhis cihazıdır. En büyük özelliği x ışını içermezdir. Dolayısıyla da çekim yapılırken hastalar radyasyona maruz kalmazlar. Şu anda

Türkiye'de PET MR yerine PET CT kullanılıyor. Birkaç senedir dünyada uygulanan PET MR, şu anda Türkiye'de henüz bulunmamakla beraber, PET MR'ın yakın zamanda Türkiye'ye getirilmesi konusunda çalışmalar devam ediyor.

## Beriberi hastalığı

► Başlıca belirtileri hareket ve hissi karışıklıklar, şişkinlik ve çoğunlukla ani kalp krizidir. Coğrafya itibarıyla bu hastalık başlıca pirinç ile beslenen milletlerde görülür. Hastalığın uzun ve devamlı bir şekilde

vitaminlerden mahrum bir beslenmeden ileri geldiği ispat edilmiştir. Vücutun uçlarında dikkat çekecek şişlikler ortaya çıkar ve bir süre sonra bundan başka belirtiler görülmez. Beriberinin her şeklinde kalp organı da etkilenir ve çoğunlukla en ufak bir harekete bile engel olur. Hastalık aşamalı şiddetlenir. Herhangi bir safhasında ise kalp krizinden ani bir şekilde ölümle neticelenir. Süt, taze et, yeşil veya kuru sebzelerin hepsi vitamin olarak zengin olup hastalığın çıkışına engel olmaya yeterlidir.



## Çölyak mı diyabet mi?



Diyabet başta olmak üzere romatizma, kemik erimesi, karaciğer yetmezliği, fibromiyalji ve bazı cilt döküntülerinin nedeni aslında gluten hassasiyeti olabilir mi? Buğday, çavdar, arpa ve yulafıta bulunan bir protein olan gluten çölyak hastalığına neden olurken aslında diyabet hastalarının önemli bir kısmı da gizli çölyak ve çölyak hastalarının önemli bölümü de diyabet hastası mı?



## Dünden bugüne sağlık bilişimi

1995 yılında üniversite hastanelerinin yaptıkları çalışmalar ile Türkiye'de sağlık bilişimi bir alan olarak ortaya çıkmaya başladı. Sağlık kuruluşları bu dönemlerde en fazla bir iki bilgisayarla iş yapıyorlardı. 1998'de SSK ve Emekli Sandığı, "artık para ödeme şartını elektronik ortamda hazırlanmış dosyalar ile kabul edeceğim" dediğinde muhasebe sistemlerine ek olarak hastane işletim sistemleri de gelişti. Bu alanda 1998 yılında iki elin parmaklarını geçmeyecek kadar hastane işletim sistemi varken 1999-2004 yılları arasında 100 civarına çıktı. Özel sağlık sektörünün de büyümesi ile teknoloji kullanımı

ciddi oranda hız kazandı. Laboratuvarlar, radyoloji ve diğer medikal branşların yazılım ve bilişim teknolojileri ile çalışmaya başlaması ile sağlık bilişimi gelişti. Sağlık Bakanlığının elektronik ortamda istediği talepleri ile hastane bilgi yönetimi sistemi sayısı 300 civarına çıktı. Sosyal Güvenlik Kurumu'nun geliştirdiği Medula ve ilaç takip gibi sistemler ile sağlık bilişimi daha da gelişti. 2010 yılından itibaren de hekim ve hemşirelerin katılımları ile elektronik sağlık kayıtları sistemleri gelişti. Artık, yeni teknolojiler ve mobil cihazlar sayesinde medikal ve bilişim teknolojileri arasında iyi bir



entegrasyon kurulmuş durumda. Sonuçta; sağlık bilişiminin sağlık kuruluşlarında dokunmadığı alan kalmadı. Toplanan verilerden hastalara nasıl fayda sağlanabilir? Hastanın kişisel verileri onlara nasıl verilebilir? Spesifik alanlarda kullanılan teknolojiler nasıl daha kullanıcı dostu yapılabilir ve verimli kullanılabilir? konularına çözümler aranıyor.

Çölyak hastalığı bağırsaklardaki sindirimi sağlayan yapıların bozulmasına sebep olan ve dolayısıyla da yiyeceklerdeki besinin emilmesini engelleyen ve ince bağırsakta hasarlar oluşturan bir sindirim sistemi hastalığı olarak kabul ediliyor. Günümüzde 2014 yılı itibarıyla çölyak hastalığı için bilinen kanıtlanmış tek tedavi yönteminin glutensiz sıkı bir diyet olduğu ifade ediliyor. Fitoterapi Uzmanı Dr. Ümit Aktaş aslında Türkiye'de beş buçuk milyon çölyak hastası olduğunu ama bu hastaların sadece 10 binine tanı konulduğunu ifade ediyor. Öte yandan diyabet hastalarında da gizli çölyak olabileceğine dikkat çekiyor. Çölyak mı? diyabet mi? sorusunu gündeme getiriyor.

## Hastalıkla savaşın

Dr. Ümit Aktaş bağışıklık sisteminin kuvvetlendirilmesinin önemine şöyle dikkat çekiyor: "Hekimlik deneyimim bana insan vücudunun bir bütün olduğunu öğretti. Bu mucize yapıyı sadece pankreastan, sadece tümörden, sadece eklemde, birbirinden bağımsız küçük küçük parçalardan ibaretmiş gibi görürseniz yolunuzu kaybedersiniz. Esas olan hastanın bağışıklık sistemini kuvvetlendirmek, hayatında olumlu değişiklikler yapması için yönlendirmek, hastalıklarla savaşma kabiliyetini geri kazandırmak."

## Bu caydan günde 3 bardak

- İhlamur
  - Ada çayı
  - Hibiscus
- Kaynamakta olan 250 cc su içine bitki karışımından 1 yemek kaşığı koyunuz. 4 dakika kısık ateşte kaynatınız. Ateşi kapatıp, ağzı kapalı olarak 5 dakika demlenmeye bırakınız. Süzerek içiniz. Günde 3 bardak içilmesi tavsiye edilir.

## DİYABET TANILARININ ARTIŞININ ALTINDA ÇÖLYAK MI VAR?

Diyabet, çölyak, romatizmal hastalıklar, kanser ve ağır metal zehirlenmelerinin çağın en büyük hastalıkları olduğunu söyleyen Fitoterapi Uzmanı Ümit Aktaş çölyak ve diyabet hastalığı arasındaki ilişkiye dikkat çekiyor. Türkiye'de son 12 yılda diyabet hastalarının yüzde 80 arttığını söyleyen Dr. Aktaş devam ediyor: "Türkiye nüfusunda yüzde 40'ın üzerinde diyabet ve diyabet adayı hasta bulunuyor. Milyonlarca insan diyabet hastası olduğunu da bilmiyor. Bu da toplamda 32 milyon hastayı işaret ediyor. Fakat yapılan araştırmalar maalesef diyabet tedavisi yapılan bir çok hastanın aslında teşhis edilmemiş çölyak hastası olabileceğine işaret ediyor. Çölyak hastasına uygun tedavi diyabeti de ortadan kaldırabilir. Böylece yanlış tedavinin önüne geçilebilir. Aynı durum çölyak tanımlı gizli diyabet hastaları için de geçerli."

## ÇÖLYAK HASTALARINDA DİYABET DAHA FAZLA GÖRÜLÜYOR MU?

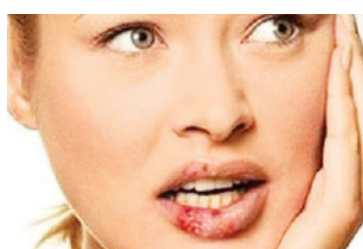
Çölyak hastalığında diyabetin görülme oranının 10 kat arttığını söyleyen Dr. Ümit Aktaş şöyle devam ediyor: "Aynı durum diyabet hastalarında da söz konusu. Diyabet hastası olanlarda da çölyak görülme riski 10 kat daha fazla."

## TAHILLI ÜRÜNLERİN TÜKETİMİ SORGULANMALI

Tahıllı ürünlerin tüketiminin diyabet ve çölyak riskini arttırabildiğinin altını çizen Dr. Ümit Aktaş, "çölyak ve diyabet hastalarının beslenmeleri bu yönüyle tekrar sorgulanmalı. Özellikle yüzde 95'lik bir dilimi oluşturan tip 2 diyabet hastalarında tahıllı ürünlerin tüketimi ve çölyak hastalığı olup olmadığı değerlendirilmeli" diyor.

## Haklarınızı biliyor musunuz?

- Hasta haklarından bazıları...
- Bilgilendirme: Her türlü hizmet ve imkanın neler olduğunu öğrenme
- Kuruluşu seçme ve değiştirme: Sağlık kuruluşunu seçme ve değiştirmeye ve seçtiği sağlık kuruluşundan verilen sağlık hizmetlerinden faydalanma
- Bilgi isteme: Sağlık durumu ile ilgili her türlü bilgiyi sözlü ve yazılı olarak isteme
- Saygınlık görme: Saygı, itina ve ihtimam gösterilerek, güler yüzlü, nazik, şefkatli sağlık hizmeti alma
- Mahremiyet: Gizliliğe uygun olan bir ortamda her türlü sağlık hizmetini almaya hakkı vardır.



## UÇUKLAR İÇİN NE YAPILMALI?

Kadınlara tanıdık gelecek bir ürünle ağız kenarındaki uçukları geçirebilmek mümkün olabiliyor. Uçuğun üstüne pamukla biraz aseton sürülerek uçuk kısa zamanda kaybolabiliyor. Ağız yaralarına ise karadut şurubu iyi gelebiliyor. Karadut şurubu ile ağız içinde gargara yapılabilir.

## 139 YILLIK SIR ÇÖZÜLÜYOR

## OSMANLI'DA MASONİK DARBE



İLK KEZ

Necip Fazıl Şiiri Posteri HEDİYE

Tüm İddialarınız Tarih Olacaktır

Abonelik Hattı: 8212 467 52 52  
 abone@derintarih.com  
 derintarih@derintarih.com

Derin tarih