

Siyasetsizlik, eylem fideğidir

Kendinize faydalı bir meşgale arıyorsanız hemen söyleyeyim. Dilimize yenilerde ilave olmuş "eylem" sözcüğünün nereden türetildiğini, Osmanlıca'daki ve diğer dillerdeki



muhtemel karşılıklarını araştırın. Bir süre sonra kendinizi uçsuz bucaksız bir söz ve anlam sahasında bulacak, "eylem" fandanı dikebilmek için kaç tarihi-dev ağacı katlettiğimizi göreceksiniz. Biz şimdi, "eylem" sözünün "hareket", "davranış", "iş",

"faaliyet", "icraat", "muamele" gibi anlamlarıyla hiç ilgili değiliz. Hani çocuklarımız bile isim verirken esinlendiğimiz, kelimenin 12 Eylül 1980'i çevreleyen yıllardan beri yürürlükte olan, "devrimci, değiştirmeci etkinlik" manası var ya, işte o manada kullanıyoruz. Güya dünyayı büyü bozumuna uğratma maksadıyla bir yığın gizemli atıflarda bulunduğumuz en büyükelime olarak "eylem"...

Siyasi tavrını beyan eden ve gösteren meşru eylemlere, toplantı ve gösteri yürüyüşlerine bir sözümlük yok. Ama kabul etmiyoruz ki, ülkemizdeki toplumsal ve siyasal pratiğin bir sonucu olarak "eylem" denildiğinde zaten bu yasal çerçevedeki faaliyetler aklımıza gelmiyor. "Eylem"i kutsallaştıranlar, yasal ve meşru olanın, dönüştürücü gücüne inanıyorlar. "Eylem" deyince basbayacağı, yasadışı, yıkıcı siyasi etkinlikleri kastediyoruz.

Gerek çabalara rağmen bir türlü sonu gelmeyen Cizre olayları, gerek insanımızı her fırsatta sokağa dökmeye gayretleri, şer odaklarının yeni planlar peşinde olduklarını düşündürüyor. Kazanamayacaklarını bilenler, Haziran seçimlerini boğazımızdan getirmeye hazırlanıyorlar. Cizre olaylarıyla, ülkenin her yerinde değişik vesilelerle provoke edebilecekleri eylemleri "seküler" bir potada eritme sevdasındalar. Öncesinde olabildiğince ortalığı yangın yerine çevirerek, zaten kazanamayacakları seçimlerin hiç değilse sonuçlara gölge düşürmek niyetindedir. Seçim sonrası iyice kaynatılacak eylem kazanında bir darbe pişirmenin önünü açmak istiyorlar.

Eylemsellik üzerinden ülkemize, demokrasimize kurulacak tuzaklar, insanın fitratında var olan kendini eylem sırasında haklı görme özelliğine dayanıyor. Bir kez karşılıklı eylemler başladı mı, tarafların her seferinde kendilerini daha haklı göreceklerini, daha çok eyleme sarılacaklarını ve nihayetinde toplumun da ona göre saflaşacağını, olayların öntü alınmaz hale geleceğini biliyorlar. Böylece müdahaleye, darbeye çanak tutmak peşindedir.

Eylem çağrılarını sözümlerine ona dertlere çare amacıyla yapıyor ama bu türden eylemlerin propagandalarını aksine insana, topluma hiçbir katkısı yok. Safi eylem dayalı bir ortamda, sorunların çözümünü mümkün değil. Herkes, yalnızca kendi tarafının düşünce ve duygularını, istek ve ihtiyaçlarını ön plana alacağından hukuk ve adalet tesis edilemediği gibi bir arada yaşamak da imkânsızlaşıyor.

Kör pratik ve düşüncesiz eylem alanında yegâne doğru, karşıdakini ortadan kaldırmak, sadece benzerlerin yaşamasına fırsat vererek sorunların çözümleneceğini sanmaktır. Ama ne ki, karşıdakini ortadan kaldırarak, sadece benzerlerimiz yaşama fırsatı vererek dünyanın daha huzurlu, daha dertsiz, tasasız olacağını sanmak tam bir safesata. Bugün benzerlerimiz dediklerimiz, yarın "yeni ötekiler" şeklinde karşımıza dikiliverirler. Eş yumurta ikizleri bile, irade açısından birbirlerinin tıpa tıpa aynıysa, farklılıklarımız, durmaksızın yeni çelişkiler, yeni benzerlik beklentileri oluştururlar. Ne yaparsak yapalım, kimleri yok edersek edelim, en nihayetinde farklılıklarımızla bir arada yaşamaya mecburuz.

Çare eylemsellikte değilse nerede? Nasıl bir arada yaşayıp, dertlerimize çare arayacak, sorunlarımızı çözeceğiz? Hatta bize benzemeyenlere karşı olduğumuz olumsuz duyguları, hınç ve nefreti nasıl boşaltacağız? Cevabı yukarıda, kazanma ihtimali kalmayanların, deva olarak eylemselliğe sarıldıklarını söylerken vermiş olduk aslında. Çare eylemsellikte değil, siyasetsizdir. Modern zamanlarda siyasetsiz en işlevsel, en dert çözmeye muktedir şekline "demokrasi" diyoruz. Demokrasi yolunu, eski toplumların da denediği oldu ama ilk kez modern dönemde demokrasi, hem siyaseti hem devletin biçimini belirledi. Artık benzerliklerini siyasi bir program çerçevesinde örgütleyebilen gruplar, bu programlarını hayata geçirebilmek için iktidar olmak ya da muhalefette iktidara hazırlanmak, hiç olmadık mevcudiyetlerini idame ettirip geliştirmek için çabalyorlar. Gösteri ve toplantı özgürlüğü de bu çabaya hizmet ederse, ne istediklerini anlatmaya yararsa anlamlı ama çağrısı yapılan eylemler, hiç de bu niteliği haiz değil tam tersine kamu düzenini bozmaya matuftur.

Aks Parti'ye karşı muhalefet var bu doğru ama maalesef siyaset üretebilen bir odak yok. Muhalefet, "Yeni Türkiye"yi iktidardan bir söz oyunu sanıyor, hala eski vesayet sistemini savunmakta ya da etnik endişeleri dile getirmekle meşgul. Siyasetsizlik, eylemler için fidelek işlevi görüyor, sotaya yatanların elini güçlendiriyor. Ha, evet, HDP cenahından "yeni yaşam" sözleri duyuluyor. Ama "yeni yaşam"la kast ettikleri, "kanton"lardaki Stalinist-despotik düzen mi yoksa Türkiye insanına sahici bir vaat mi henüz belli değil... 6-8 Ekim Olayları'ndaki tavırlarını hiç unutmuyoruz. Gözümüz, kulduğumuz hala onlarda.

twitter.com/erolgoaka

"Sağlığı olanın umudu, umudu olanın her şeyi var demektir." Arap atasözü



Plasebo etkisi

► Plasebo Latince'de "memnun edeceğim" anlamına geliyor. Etkisiz bir ilacın telkine dayalı bir etki ortaya çıkarma hali olarak tanımlanıyor. İlaç vücuda ağız, burun veya enjeksiyon yolu ile verilebiliyor. Plasebonun fiziksel anlamda tedaviye yönelik bir gücü bulunmuyor. Sahip olduğu tedavi gücünü tamamen hastanın verilen ilacın "işe yarayacak" ilaç olduğu düşüncesinden alıyor. Piyasaya sürülen ilaçların hepsinin etkililiği plasebo testleriyle ölçülüyor. Yani bir ilacın etkisini deneme araştırmalarında aynı ilacın plasebosundan önemli ölçüde daha etkiliyse ancak piyasaya sürülüyor.

Malpraktis nedir?

► Doktor, hastane ve diğer sağlık çalışanlarının yanlış sağlık uygulamalarıdır. Halk arasındaki deyimle doktor hatasıdır. Dünya Tabipler Birliği'ne göre de; hekimin tedavi sırasında standart, güncel uygulamayı yapmaması, beceri eksikliği veya hastaya tedavisini vermemesiyle oluşan hasardır. Hastanın zararının karşılanması için tazminat davası açma hakkı vardır. Malpraktis sigortası da hekim hatalarından meydana gelen zararın maddi olarak tazmin edilmesine ve hekimlerin bu tip hatalar için kendilerini sigorta ettirmelerine dayanır.



Boş yere ameliyat olmayın!



Prof. Dr. Yavuz Önal

Yıllardır **prostat kanseri tedavisinde** pek çok hasta kesin çözüm olduğuna inanarak ameliyat oldu. Oysa **tıpta bugün gelenek nokta** gösteriyor ki prostat kanserinin tedavisinde **ameliyat ilk çare değil**. Çoğu zaman düşük risk grubu kanserlerde hastayı sadece **"aktif izlemek"** bile hayat kurtarıyor.

Prostat kanserinde kesin tanı biyopsi ile konuyor. Bu kesin tanıya göre hastaların yüzde 45-50'si düşük risk grubu kanser hastası olarak diğer hastalardan ayrılıyor. Üroloji Uzmanı Prof. Dr. Yavuz Önal, "Artık bu düşük risk grubuna bile kanser denmesi uygun görülüyor. Gerçek düşük risk grubu prostat

vurgusunu yapıyor.

Günümüzde prostat kanserinden ölenlerin oranlarının düştüğü bilimsel olarak açıklanmış durumda. Öte yandan prostat kanserinin tedavisinde ameliyatın ilk çare olmadığını söyleyen Prof. Dr. Şinasi Yavuz Önal, "Kanserin gelecekte nasıl bir vakaya dönüşeceğinin izlenerek tedavi edilebileceğine dikkat çekiyor" ve devam ediyor:



lınının birçoğu boş yere yapılmıştır, hemen boş yere ameliyat olmayın."

YAŞAMA YAŞAM KATILMIYOR!

Prostat kanseri teşhisi konulduktan sonra "ameliyat olmayı kurtulayım" mantığının doğru olmadığını söyleyen Prof. Dr. Yavuz Önal şöyle devam ediyor: "Ameliyatlara hastaların yaşamına yaşam katılacağı anlayışı artık kabul görmüyor. Her ameliyat kendi içerisinde risk taşıyor. Ameliyat yaparak hastaya faydalı olacaksak bile hastanın vücuttaki bazı işlevleri maalesef bozulabiliyor. Avrupa Üroloji Derneği Eğitim Başkanı Hein Van Popel de son 5-6 yıldır prostat kanserli hastaların ortalamada yüzde 50'sine ameliyat yapılmasının gerek olmadığını anlattığını söylüyor."

Zarar verebilir

► Prostat organı, penis dikelten sinir ve damarların, idrarı tutan mekanizmaların bulunduğu konumdur. Prostat kanseri ameliyatı sonrası prostat organının sinirleri ve idrarı tutan mekanizmaları zarar görebilir. Yani bir erkekğin erkeklik gücü ve idrar tutma fonksiyonu bozulabilir. Aktif izlem tedavisi ile hastanın 3 ayda bir Prostat Spesifik Antijen (PSA)'sına ve 6-12 ay sonraki tarama testi ve ikinci biyopsisine göre hastanın kanserinde ilerleme olup olmadığını bakılır. Eğer ilerleme yoksa hastanın ameliyat edilmesine gerek yoktur.

Hastalar memnun değil

► İngiltere'de ameliyat olmak isteyen hastalar ile aktif izlemi tercih eden hastaların incelendiği araştırmadan elde edilen bilgilere göre; prostat kanseri ameliyatı olan hastaların önemli bir çoğunluğu ameliyat olmaktan memnun değiller. Buna karşın aktif izlem yapılan hastaların çoğu hayatlarından daha memnun. Ameliyatı olan hastalar da "keşke aktif izlemi tercih etseydik" diyorlar. Hastaya hastalığıyla ilgili tedavinin etraflıca anlatılması gerekir.

Ameliyat yapılacaksa

► Eğer ameliyat yapılması gerekiyorsa hem hekim hem de hastalar için uyarılar: "Usta bir cerrah eşliğinde yapılan orta ve yüksek risk grubu prostat ameliyatlarında yalnızca prostatın çıkarılması değil bir tedavidir. Prostatın etrafındaki ve çok yukarıdaki lenf düğümlerinin de çıkarılması gerekir. Diğer organlara ve kemiklere de sıçramış ileri düzey prostat kanserinde ameliyatın yeri yoktur. Bu nedenle kemoterapi, radyoterapi ve hormon tedavisi yapılabilir."

Ölüm oranı azaldı

► 30 yıl öncesine kıyaslandığında prostat kanserinden ölenlerin oranı %30 azalmış durumda. Ancak bu durum düşük risk grubu hastaları ameliyat etmekten dolayı değil daha ilerlemiş hastalara ameliyat, radyoterapi ve hormon tedavisi yapılması ile sağlanmıştır. Babası prostat kanseri olanlara dikkat! Böyle bir babanın oğlunun prostat kanseri, kızının ise meme kanseri olma ihtimali yüksektir. Bu hastaların muhakkak erken kontrol yaptırması gerekir."



Biyomedikal alanı

► Biyoloji ve tıpta karşılaşılan problemlerin çözümü için çalışan ve sağlık bakımı konusunda genel anlamda ilerlemeler sağlamayı hedefleyen bir mühendislik dalıdır. Biyomedikal mühendisleri cihazların ve yazılımların tasarımını yapan, üreten, geliştiren, teknik işletme ve bakım-onarım faaliyetlerinde yer alır. Bilgisayarlı tomografi, manyetik rezonans, nükleer tıp ve ultrasonik görüntüleme sistemleri, fiber endoskoplar, çeşitli tıpta lazer cihazları bu alanda kullanılan örnek cihazlardandır.

SAĞLIK KÜLTÜRÜ



Tırnaklar veriyor!

Tırnaklar birçok hastalığın belirtisi. Dermatoloji Uzmanı Dr. Selda Yıldırım konuya dikkat çekiyor: "Şerit şeklindeki kabarıklıklar tırnak boyunca birbirine paralel olarak diziliyor. Doğuştan olabileceği gibi; liken planus ve darier gibi dermatolojik hastalıkların seyri de ortaya çıkabiliyor. Demir eksikliği anemisi ve hipertiroidi gibi sistemik hastalıkların da habercisi olabilir."

BEYAZ LEKELER

Kansızlık ve vitamin eksikliğinin bir sonucu olarak görülmesinin yanında tırnaklarda noktasal, yatay veya dikey çizgilenme şeklinde olabildiği gibi tırnağın tamamında da görülebiliyor. Manikür gibi tırnak yatağını etkileyen minör travmalar, radyoterapi ve kemoterapi tedavileride; nadiren de olsa kalp krizi ve böbrek yetmezliği gibi ve bazı ateşli hastalıklara bağlı olarak da gelişebiliyor.

"SEDEF"İN BELİRTİSİ

Bu tip belirtiler, tiroid bezi hastalıklarının habercisi olabilir. Çinko, biotin, vitamin B12 eksiklikleri de tırnak sağlığını bozabiliyor. Tırnaklarda nokta şeklindeki çukurcuklar, tırnak plağının tırnak yatağından ayrılması, tırnak plağında sertleşme ve kalınlaşma sedef hastalığının belirtisi olabilir.

Sarı tırnak sendromu

► Tırnak büyümesi duruyor. Bu durum tırnağın kalınlaşması ve sararmasına neden oluyor. Erken dönem lenfödem ve bunlara eşlik eden kronik akciğer rahatsızlıkları en sık rastlanan nedenleri arasında yer alıyor.

Manikür zararlı mı?

► Tırnağın güzel ve bakımlı görünmesi için yapılan manikür de aslında tırnağa zarar verebiliyor. Yanlış yapılan manikür tırnak yatağını bozabiliyor. Tırnakta küçük çukurcuklar, pürüzler, batık ve gatlaklara neden olabiliyor. Tırnak rengini değiştirebiliyor. Uz. Dr. Selda Yıldırım doğru manikürün nasıl yapılacağını ise şöyle açıklıyor: "Eller 10-15 dk sıcak pedlerin içinde bekletilerek tırnak kenarındaki etlerini iyice yumuşatılarak, yumuşatmadan sonra da uygun tırnak makası ile tırnak köküne zarar vermeden hafif şekilde bir veya iki hamle ile kesilmelidir."

Selenyumun fazlası zararlı



Selenyum bağışıklık sistemini kuvvetlendiren ve antioksidan özelliği olan minerallerin başında geliyor. Tiroid bezi ve karaciğerin iyi çalışmasına yardımcı olan selenyumun eksikliğinde guatr oluşabiliyor ve kalp kası bozukluğu görülebiliyor. Endokrinoloji ve Metabolizma Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Metin Özata "Ceviz, et, sakatatlar, balık, kabuklu deniz ürünleri, kepekli unlar, süt ürünleri, sebze, meyveler ve yumurta gibi besinlerde bol miktarda selenyum" bulunduğunu söylüyor. Prof. Dr. Özata, "kapsül olarak da alınan selenyumun rastgele alınmaması gerektiğine" dikkat çekiyor ve selenyum doğru kullanımla ilgili sunları söylüyor: "Selenyum kan seviyesine bakılarak alınmalıdır. Yüksek doz selenyum vücutta zararlı etkiler yapar. Bu yan etkiler saç dökülmesi, tırnak kırılması, yorgunluk, karaciğer hasarı, bağırsaklarda bozukluk, dalak büyümesi ve cilt iltihabıdır. Günde 400 mikrogramdan fazla alınması zararlıdır. Kan selenyum seviyesi devamlı 137 mikrogram üzerinde olan kişilerde şeker hastalığı gelişme riski artar. Bu nedenle doktor kontrolünde selenyum alınması en doğrusudur."