

10LAR

Yenigün

Mart 2026

SİZİN VARLIĞINIZ BİZİM BAYRAMIMIZ

Her nabızda bir umut, her dokunuşta bir hayat.

14 Mart Tıp Bayramı Kutlu Olsun!





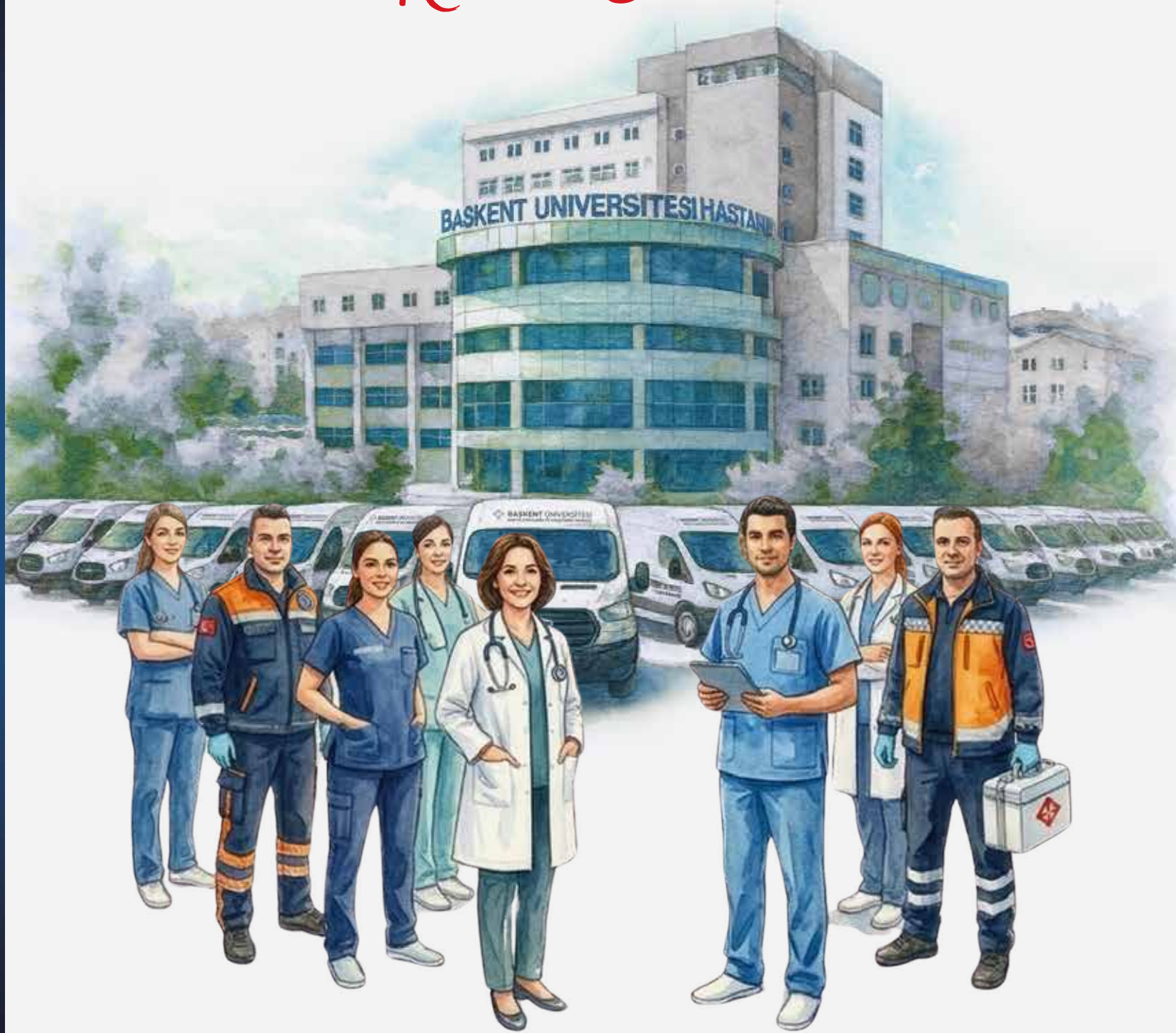
serdrip_damla_sulama

Büyükayacak OSB Mah. 516 Nolu Sok. No : 5 Selçuklu / KONYA / TÜRKİYE
+90 (332) 355 24 94 - info@serdrip.com - www.serdrip.com

TÜM SAĞLIK ÇALIŞANLARININ

14 MART TIP BAYRAMI

Kutlu Olsun



BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
KONYA HASTANESİ

☎ 0332 257 06 06

🌐 konya.baskenthastaneleri.com

📷 [baskenthastanesi_konya](https://www.instagram.com/baskenthastanesi_konya)

f [konyaabaskent](https://www.facebook.com/konyaabaskent)

10LAR

KONYA
Yenigün

GAZETESİ YEREL
SÜRELİ ÜCRETSİZ EKİ

Yıl: 12 Sayı: 132

YENİBAHAR İLETİŞİM
YAYINCILIK REKLAM VE SAN.
TİC. A.Ş. ADINA SAHİBİ
MUSTAFA ARSLAN

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
HACER CEYLAN ZAMAN

GENEL KOORDİNATÖR
FAHİRİ ALTINOK

GRAFİK TASARIM
MERVE DURGUT

SAYI EDITÖRYAL EKİBİ
CANKAT YILDIRIM

BASKI TARİHİ
MART 2026

İLETİŞİM
**Musalla Bağları Mahallesi
Dereboyu Sokak 10/1
Selçuklu/KONYA
444 5 158
www.konyayenigun.com**

BASKI



Fahri ALTINOK
Genel Koordinatör

İNSANLIĞA ADANMIŞ BİR MESLEK!

Sağlık, insan hayatının en temel ve vazgeçilmez değerlerinden biri! Bir toplumun gelişmişliğini belirleyen en önemli göstergelerden biri de sağlık hizmetlerinin kalitesi ve bu hizmeti sunan sağlık çalışanlarının özverisidir. İşte bu nedenle 14 Mart, yalnızca bir meslek grubunun değil, insanlığa hizmet eden büyük bir emeğin ve fedakârlığın simgesi olarak kabul edilmekte.

Hekimlerimiz ve tüm sağlık çalışanlarımız, insan hayatını korumak ve iyileştirmek adına gece gündüz demeden büyük bir sorumluluk üstlenmektedir. Zor şartlar altında, büyük bir özveri ve sabırla yürütülen bu kutsal meslek; bilgi, deneyim ve vicdanın bir araya geldiği en önemli hizmet alanlarından biridir.

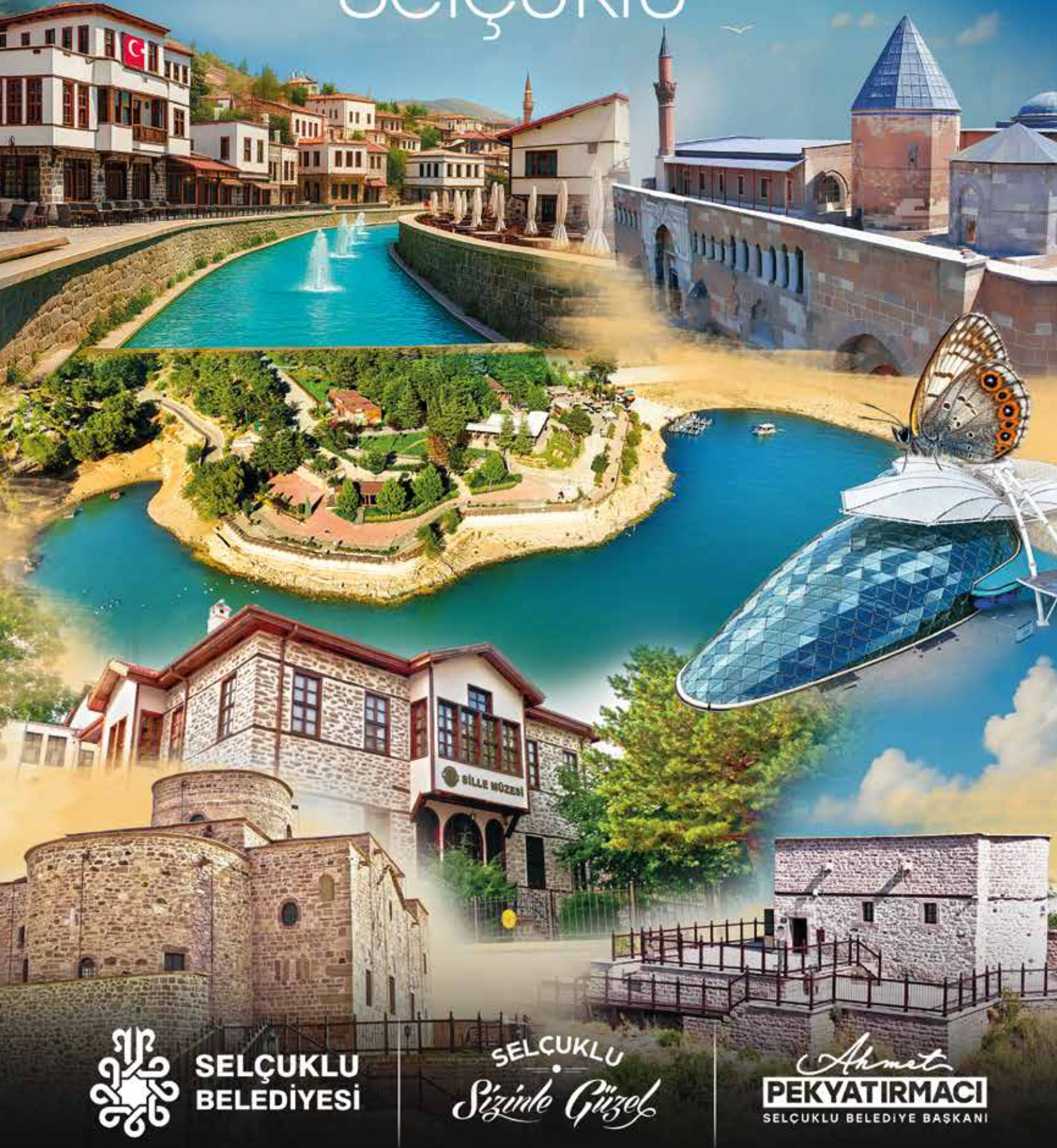
Her gün binlerce insanın sağlığı için mücadele eden sağlık çalışanları, yalnızca hastalıkları te-

davi etmekle kalmamakta, aynı zamanda umut ve güven de vermektedir. Özellikle son yıllarda yaşanan küresel sağlık krizleri, sağlık çalışanlarının toplum için ne kadar hayati bir rol üstlendiğini bir kez daha göstermiştir.

14 Mart Tıp Bayramı, sağlık alanında emek veren tüm hekimlerimize, hemşirelerimize, teknisyenlerimize ve sağlık çalışanlarımıza duyduğumuz saygı ve minnetin ifadesidir. Bu anlamlı gün vesilesiyle insan hayatını önceleyen, mesleklerini büyük bir sorumluluk ve fedakârlıkla sürdüren tüm sağlık çalışanlarımıza teşekkür ediyor, görevleri başında hayatını kaybeden sağlık emekçilerini de rahmet ve saygıyla anıyoruz. İnsan sağlığını her şeyin üzerinde tutan tüm sağlık çalışanlarının 14 Mart Tıp Bayramı'nı en içten dileklerimizle kutluyor, çalışmalarında başarılar diliyoruz.



Selçuklu



**SELÇUKLU
BELEDİYESİ**

*SELCUKLU
Sizinle Güzel*

Ahmet
PEKYATIRMACI
SELÇUKLU BELEDİYE BAŞKANI



Prof. Dr. İbrahim ERAYMAN
Konya Tabip Odası Başkanı

TIBBİYE ÜÇÜNCÜ YÜZYILA GİRERKEN

Başlarken, Tıphane-i Amire'nin açılışının 199. yıl dönümünde bütün meslektaşlarımın 14 Mart Tıp Bayramı'nı içtenlikle tebrik ediyorum.

Birçok insan Türk hekimliğinin bu kutlu gününü bütün dünyada kutlanan bir gün zanneder ve yine çok az kurumsal gruba nasip olacak şekilde içinde destansı bir hareketi de barındıran bir gündür 14 Mart.

Tam 199 yıl önce Hekimbaşı Mustafa Behçet Efendi'nin ısrarı ve çabaları ile Osmanlı Devletimizin yenilikçi padişahı Sultan 2. Mahmut'un iradesiyle İstanbul Vezneciler'de Tulumbacılar Konağı'nda başlayan çok zor şartlardan geçerek kesintisiz bir şekilde bugünlere gelen vatana ve millete hizmete adanmışlığın hikayesidir 14 Mart. Sadece ve sadece Türk hekimlerinin kutladığı milli bir gündür.

Birinci Dünya Savaşı'nda mütareke sonrası Aziz İstanbul'un ve ülkemizin emperyalistler tarafından işgali milletimizi harekete geçirirken Mekteb-i Tıbbiye'nin İstanbul'da İngilizler tarafından işgali genç tıbbiyelilerin

ve hocalarının göğsünde parçalanmıştır. Tıbbiyeliler sivil itaatsizlik ile bu emperyalist vahşete direnç gösterirken tam da 14 Mart günü ay yıldızlı bayrağımızı okullarına asarak, Türk gençliğinin vatan sevgisini ayağa kaldırdılar. Bu ruh her 14 Mart'ta yeniden canlanmaktadır. Tıbbiyeliler bunu nesilden nesile aktarmışlar ve aktaracaklardır. Modern anlamda Türk hekimliğinin ikinci yüzyılı biterken hastalıklar, salgınlar ile mücadele, kurumsallaşma ve fedakarlıklar ile tıp eğitimi ilanıhaye bugünlere gelinebilmiştir.

Türk hekimlerinin bugün sağlıkta şiddet, ayarı kaçmış malpraktis cezaları, emek ve ücret adaleti, tıp eğitimi gibi sorunları vardır ve muhataplarımıza uygun zemin ve zamanlarda iletilmektedir. Umudumuz gerçeklikten kopmuş ve siyasete bulanmış Türk Tabipleri Birliği merkezi yerine hekimlerin gerçek gündemiyle ilgilenen bir yönetimin oluşabilmesidir.

Tekrar tüm meslektaşlarımın 14 Mart Tıp Bayramı'nı kutlarken, nice yüzyıllar dilerim.



Doç. Dr. Hasan KÜÇÜKKENDİRCİ
NEÜ Tıp Fakültesi Hastanesi Başhekim

14 MART: KÖKLÜ BİR MİRASIN, GÜÇLÜ BİR GELECEĞİN SEMBOLÜ

14 Mart Tıp Bayramı, yalnızca bir meslek grubunun özel günü değil; aynı zamanda insan hayatını önceleyen, bilgiyi merhametle birleştiren kadim bir geleneğin simgesidir. 1827 yılında modern tıp eğitiminin temellerinin atılmasıyla başlayan bu yolculuk, milletimizin zor zamanlarında hekimlerin üstlendiği sorumluluklarla daha da anlam kazanmış; ilimle vatan sevgisinin birleştiği onurlu bir mirasa dönüşmüştür. Anadolu'nun ilim ve medeniyet merkezi olan Konya, sağlık alanındaki köklü geçmişiyle bu mirasın en önemli temsilcilerinden biridir. Selçuklu Darüşşifası gibi asırlara meydan okuyan şifa merkezleri, yalnızca hastaların tedavi edildiği mekânlar değil; aynı zamanda bilginin üretildiği, hekimliğin ahlak ve hikmetle yoğrulduğu ilim yuvaları olmuştur. Bu anlayış, bugün modern tıp eğitimi ve ileri teknolojiyle donatılmış sağlık kurumlarımızda yaşamaya devam etmektedir. Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi olarak bizler; geçmişten aldığımız bu güçlü mirası, çağın gereklilikleriyle harmanlayarak sağlık hizmeti sunmayı ve nitelikli hekimler yetiştirmeyi temel sorumluluğumuz olarak görmekteyiz. Bilimsel araştırmalarla desteklenen eğitim anlayışımız, etik değerlere bağlılık ve hasta odaklı hizmet yaklaşımımız, sağlık vizyonumuzun temel taşlarını oluşturmaktadır. Hekimlik; yalnızca bir meslek değil, insan hayatına dokunan kutsal bir emanettir. Gece gündüz demeden görev yapan hekimlerimiz, hemşirelerimiz ve tüm sağlık çalışanlarımız; sabrın, fedakârlığın ve adan-

mışlığın en güzel örneklerini sergilemektedir. Özellikle son yıllarda yaşanan küresel sağlık krizleri, sağlık çalışanlarımızın toplum için ne denli hayati bir rol üstlendiğini bir kez daha göstermiştir. Onların özverili çalışmaları, yalnızca hastalarımıza değil, tüm topluma umut olmaktadır.

Tıp eğitiminin geleceği ise bilimsel gelişmeleri yakından takip eden, teknolojiyle entegre olmuş, insani değerleri merkeze alan bir anlayışla şekillenmektedir. Yapay zekâ destekli tanı sistemlerinden robotik cerrahi uygulamalara kadar pek çok yenilik, sağlık hizmetlerinin kalitesini artırmakta; ancak hekimliğin özünü oluşturan vicdan, empati ve etik sorumluluk her zaman en belirleyici unsur olmaya devam etmektedir.

Konya'nın sağlık vizyonunda üniversitemizin ve fakültemizin üstlendiği rol; yalnızca bugünün ihtiyaçlarını karşılamak değil, yarının hekimlerini donanımlı, bilinçli ve sorumluluk sahibi bireyler olarak yetiştirmektir. Öğrencilerimiz, güçlü akademik kadromuzun rehberliğinde hem teorik bilgi hem de klinik tecrübe açısından donanımlı bir eğitim sürecinden geçmekte; insan odaklı sağlık hizmeti anlayışını özümseyerek meslek hayatına hazırlanmaktadır.

Bu duygu ve düşüncelerle; insan hayatını her şeyin üzerinde tutan, mesleğini büyük bir özveriyle icra eden tüm hekimlerimizin ve sağlık çalışanlarımızın 14 Mart Tıp Bayramı'nı kutluyor; sağlık, huzur ve başarı dolu bir gelecek temenni ediyorum.



Prof.Dr. Şükrü Nail GÜNER
Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanı

GELECEĞİN TIP HEKİMLERİ NASIL OLMALI?

Hekimlik, insanlık tarihinin en kadim, en saygın ve insana en çok dokunan mesleklerinden biridir. Ancak bugün tıp dünyası, belki de tarihinin en baş döndürücü değişim dönemlerinden birini yaşıyor. Yapay zeka, büyük veri, teletıp uygulamaları ve dijital sağlık kayıtları, sağlık hizmetlerinin doğasını kökünden değiştiriyor. Hastalıkların teşhisi saniyeler içinde konulabiliyor, kilometrelerce uzaklıktaki hastalarla ekranlar üzerinden muayeneler yapılıyor ve tedaviler kişiye özel algoritmalarla optimize ediliyor. Tüm bu muazzam teknolojik araçlar karşısında sormamız gereken çok kritik bir soru var: Geleceğin hekiminin kalbi, vicdanı ve şefkati bu dijital çağda nerede duracak? Geleceğin hekimleri nasıl olmalı?

Bir tıp fakültesi dekanı olarak şunu açıkça ifade etmeliyim: Teknoloji ne kadar ilerlerse ilerlesin, hekimliğin özündeki o “insani dokunuş” asla önemini kaybetmeyecektir. Yapay zeka, karmaşık bir röntgen filmini kusursuzca analiz edebilir; ancak o sonucu bekleyen hastanın gözlerindeki endişeyi okuyamaz, sesindeki titremeyi hissedemez ve ailesinin kaygısını yatıştıramaz. Geleceğin hekimini, teknolojiyi bir efendi olarak değil, sadık bir yardımcı olarak gören; makineye teşhis yaptırırken dahi hastasının gözünün içine bakıp “Sizi anlıyorum, yanınızdayım” diyebilen kişidir. Dünya Sağlık Örgütü’nün işaret ettiği “Beş Yıldızlı Doktor” vizyonu tam da budur. Hekim sadece hastalık tedavi eden bir teknisyen değil; usta bir iletişimci, karar verici, kaynakları doğru yöneten ve topluma liderlik eden bir figür olmalıdır.

Geleceğin tıp doktoru, teknolojiyle “sağlıklı bir güven” ilişkisi kurmalıdır. Algoritmaların sunduğu verilere gözü kapalı inanmak ne kadar tehlikeliyse, teknolojiyi tamamen reddetmek de o kadar yanlıştır. Hekim, klinik muhakeme yeteneğini asla bir makineye devretmemeli, teknolojiyi kendi karar mekanizmasını keskinleştiren bir merceğe gibi kullanmalıdır.

Dahası, dijital çağın hekimi adeta bir “çevirmen” rolü üstlenecektir. Karmaşık yapay zeka çıktılarına, hastanın anlayacağı son derece sade, içten ve bizim kültürel değerlerimize uygun bir dile dökmek en büyük maharetlerden biri olacaktır.

Bununla birlikte, dijitalleşmenin getirdiği en hassas sınav veri mahremiyetidir. Hasta bilgilerinin teletıp ekranlarında dolaştığı bu dönemde, hekimlerimiz bu verilerin en güçlü kalesi olmak zorundadır. Ekran karşısında dahi hastanın mahremiyetini korumak, aydınlatılmış onamı samimiyetle almak ve şeffaflığı sağlamak, mesleki yeminimizin modern çağdaki ayrılmaz bir parçasıdır.

Peki, biz bu yetkinliklere sahip hekimleri nasıl yetiştireceğiz?

Tıp eğitimi köklü bir dönüşümden geçerken; öğrençilerimizin yapay zeka uygulamalarını bilinçli bir şekilde kullanabilmeleri için müfredatımızı güncelliyor, ilgili yönergeleri oluşturarak dijital teknolojileri sahada, bizzat yaşayarak öğrenmelerini hedefliyoruz. Öğrencilerimizi sadece temel tıp bilgileriyle donanmayı değil, insan ruhuna dokunmayı da öğretiyoruz. Teşvik ettiğimiz sosyal sorumluluk projeleriyle hasta-hekim ve meslektaş dayanışmasını güçlendiriyor; genç hekimlerimizin vicdanlarını ve ‘empati kaslarını’ eğitiyoruz.

Bizim Konya’dan tüm Türkiye’ye ve dünyaya yaymak istediğimiz hekim modeli şudur: Makineyle güçlenmiş, ancak insanlıkla taçlanmış hekimler. Hastasını sadece biyolojik bir vaka olarak değil; ruhu, çevresi ve kültürüyle bir bütün olarak gören doktorlar. Çünkü biliyoruz ki en ileri teknoloji bile, bir hekimin hastasına vereceği şefkatin yerini tutamaz. Eğitimdeki en büyük gayemiz, sadece çok iyi doktorlar değil; “çok iyi insan olan” doktorlar yetiştirmektir.

Sağlıklı, şefkatli ve umut dolu yarınlara hep birlikte ulaşmak dileğiyle...



MERAM DOWN SENDROMLU BİREYLER
YAŞAM DESTEK MERKEZİ

Bizim için **DOSD'**luk Birlikte Büyümektir



Bağışlarınız için;

Meram Down Sendromlu Bireyler Yaşam Derneği
TR23 0001 2009 5240 0016 0000 36

Durunday Mah. Dosd Sok. No:8 Meram/Konya
info@dosdmeram.org.tr - 0332 325 32 32

dosdmeram.org.tr



Soğuk hava eklem ağrılarını tetikler mi?

Soğuk hava ve ağrılar arasındaki ilişki, vücudumuzun dış dünyaya verdiği biyolojik bir hayatta kalma tepkisidir. Kışın ağrıların artması vücudun ısıyı korumaya çalışırken verdiği mekanik ve sinirsel tepkinin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Medicana Sağlık Grubu Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Uzm. Dr. Selin Turan, özellikle kronik ağrısı olanlar için kış ayları, eklemlerin bir "hava durumu tahmincisi" gibi çalışmasına neden olabileceğini belirtiyor.

Soğuk hava eklem ağrılarını artırabilir. Bu durum halk arasında bir inanış gibi de görülebilmektedir. Aslında bu durum tıbbi olarak birkaç temel mekanizmayla açıklanmaktadır. Medicana Sağlık Grubu Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Uzm. Dr. Selin Turan, soğuk havanın eklemleri etkilemesinin temel nedenleri arasında birden fazla faktörün etki edebileceğine ve ağrılar arttığı zaman çeşitli önlemler olarak ağrılarda azalma sağlanabileceğine dikkat çekti.

Soğuk havanın eklemleri etkilemesinin nedenleri

Eklem sıvısının yoğunlaşması bir diğer adı ile akışkanlık kaybıdır (yağsız motor etkisi). Eklemlerin içinde, hareketi kolaylaştıran sinoviyal sıvı adında doğal bir kayganlaştırıcı sıvı bulunur. Bu sıvı tıpkı bal veya motor yağı gibidir; soğukta yoğunlaşır ve akışkanlığı azalır. Sonuç olarak eklemlerin sabahları daha katı (sert) olduğunu ve hareket ettirmenin yağsız bir kapı menteşesini zorlamak gibi ağrılı bir his verdiğini belirtir Uzm. Dr. Selin Turan, şu açıklamalarda bulundu; "Barometrik Basıncı Değişiklikleri yani eklem genişmesi ise havaların soğumasıyla atmosferik basıncın düşmesiyle ilgilidir. Bu durum, eklemlerin etrafındaki dokuların (tendonlar, kaslar ve yara dokuları) üzerindeki dış baskının azalmasına neden olur. Baskı azalınca bu dokular mikroskobik düzeyde genişler. Eklem kısıtlı alanındaki bu genişleme, sinir uçlarını uyarak ağrıya yol açar. Eski sakatlıkların soğukta sızlamasını nedeni de genellikle budur" dedi.

Vücut soğukta hayati organları (kalp,

akciğer, beyin vb.) sıcak tutmak için kanı merkeze çeker yani kan dolaşımını yavaşlatır. Bu durum kol ve bacaklardaki uç noktalara giden kan akışını azaltır. Eklemlere ve kaslara daha az kan gitmesi, bu bölgelerin sertleşmesine ve ağrıya karşı daha hassas hale gelmesine neden olduğunu belirten Uzm. Dr. Selin Turan, şu açıklamalarda bulundu; "Soğuga maruz kalındığında da kaslar istemsizce gerilir. Soğukta farkında olmadan omuzların yukarı çekilmesi, vücudun kapanma hareketi yapmasına sebep verir. Sürekli gergin duran kaslar kısılır, yorulur ve laktik asit biriktirerek ağrımaya başlar. Gergin kaslar, eklemlerin üzerine daha fazla yük bindirir ve esnekliği azaltarak ağrıyı şiddetlendirir. Bu sürekli gerginlik hali kasların kısılmasına ve boyun, bel, sırt gibi bölgelerde tutulma ağrılarını yol açar. Soğuk hava, ağrı sinyallerini taşıyan sinir liflerini daha duyarlı hale getirebilir. Bu duruma ağrı eşliğinin düşmesi de denir. Yani normalde hissedilmeyecek küçük bir sızı, soğukta beyin tarafından şiddetli ağrı olarak algılanabilir" dedi.

Soğuk havalarda ağrıların etkisi nasıl azaltılır?

Tek bir kalın kazak yerine birkaç kat ince giyinmek ısıyı hapsedir. Özellikle diz ve el bileği gibi bölgeleri termal giysiler veya yünü koruyucularla sıcak tutmak önemlidir. Hareketsiz kalmak eklemleri daha fazla sertleştirir. Ev içinde bile olsa hafif esneme hareketleri ve yürüyüş yapılmalıdır. Kapalı alanlarda dahi olsa hafif esneme hareketleri yapmanın eklem sıvısının hareketlenmesine fayda sağladığını belirten Uzm. Dr. Selin Turan, şu açıklamalarda bulundu; "Ağrıyan bölgeye kısa süreli sıcak su torbası uygulamak veya ılık bir duş almak kan dolaşımını rahatlatır. Ayrıca soğuk havada susama hissi azalsa da su içmek eklem sıvısının kalitesini korumak için kritiktir çünkü eklem kıkırdığının büyük bir kısmı sudan oluşur. Vücut susuz kaldığında eklem sıvısı azalır ve sürtünme kaynaklı ağrılar artar. Günde en az 2 litre su içmeye özen gösterilmelidir. Yine soğuk havalarda doğru beslenme, hem vücut ısını korumaya yardımcı olur hem de eklemlerdeki soğuk hassasiyetini içten dışa azaltır" dedi.



UZM. DR. SELİN TURAN

Kış aylarında ağrıları kontrol altında tutmak için enerjiyi yükselten besinler tüketilmelidir

Bazı besinler termojenik (vücut ısını artırır) özelliklere sahiptir ve kan dolaşımını hızlandırarak eklemlerin ısınmasını sağlar. Zencefil, zerdeçal, acı biber ve tarçın vücudun ısınmasına yardımcı olur. Sağlık sorunuz yok ise bile bu kuvvetli etkiye sahip baharat ve bitkileri uzmanına danışarak kullanmalısınız önerisinde bulunan Uzm. Dr.

Selin Turan, sözlerine şu şekilde devam etti; "Eklem sıvısının kalitesini arttırmak için iyi yağlara da ihtiyaç vardır. Bunlar Omega-3 bakımından zengin yağlı balıklardır. Haftada 2 öğün balık tüketimi çok önemlidir. Ek olarak zeytinyağı ağrı kesici bir etkiye sahiptir. Ceviz ve keten tohumu da bitkisel omega-3 kaynağı olarak eklem sağlığını destekler.

Kemik suyu tüketimi, magnezyum açısından zengin besinlerin tüketimi, özellikle kış aylarında narenciye ve kivi gibi C Vitamini içeren meyveler eklem bağlarını da güçlendirir. Son olarak kış aylarında güneşten mahrum kalmamak, D Vitamini eksikliğinde doktor kontrolünde takviye kullanmak önemlidir" dedi.



Tüp mide ameliyatı hakkında bilinmesi gerekenler

Tüp mide ameliyatı (tıbbi adıyla Sleeve Gastrektomi), günümüzde obezite tedavisinde en sık tercih edilen cerrahi yöntemlerden biridir. Midenin yaklaşık %70-80'i cerrahi olarak çıkarılır, geriye muz şeklinde ince, uzun bir mide kalır. Bu yüzden "tüp mide" adını almaktadır. Medicana Sağlık Grubu Genel Cerrahi Uzmanı Op. Dr. Yılmaz Polat, bu ameliyat sonrasında vücutta belirli değişikliklerin meydana gelebileceğini hatta bu değişikliklerin fiziksel ve hormonal düzeyde de olabileceğini belirtti.

Tüp mide ameliyatında başarıyı tanımlarken iki ana kritere bakılır: Kilo verme oranı ve sağlık risklerinin düşük olması. Hem dünyada hem de Türkiye'de bu ameliyat, modern cerrahinin en güvenli ve etkili yöntemlerinden biri olarak kabul edilmektedir.

Medicana Sağlık Grubu Genel Cerrahi Uzmanı Op. Dr. Yılmaz Polat, ameliyat sonrası hastaların büyük çoğunluğunun hedeflerine ulaştığına, hastalarda genellikle fazla kilonun en az %50'sinin de verildiğine dikkat çekti.

Tüp mide ameliyatındaki son veriler nelerdir?

Tüp Mide Ameliyatı verilerine bakıldığında Dünya ortalamasında, hastalar ilk 1 yıl içinde fazla kilolarının %60 ila %70'ini kaybederler. Tip 2 diyabet hastalarının yaklaşık %45-50'sinde tam düzelme (remisyon) görülür diyen Op. Dr. Yılmaz Polat, şu açıklamalarda bulundu: "Türkiye'deki verilere baktığımızda ise özellikle Avrupa ve Orta Doğu'dan gelen hastalar için bir merkez haline gelmemiz vaka sayısı çok yükseltti. Bu

yüzden Türkiye'deki tecrübeli merkezlerde kilo verme oranları dünya standartlarıyla paralel olarak ilerlemektedir. Hatta ameliyat sonrası kilo kaybı ilk 18 ayda %60-80 oranlarındadır" dedi.

Türkiye'de başarı oranlarının yüksek ve memnuniyetin %95 ve üzerinde olmasının birkaç teknik sebebi olduğunu da belirten Op. Dr. Yılmaz Polat, vaka sayıları çok olan Türk cerrahların operasyonlarda el alışkanlığı kazanmış ve komplikasyonlara karşı tecrübeli olmaları en büyük avantajıdır. Ayrıca teknolojik cihaz üstünlüğü olan merkezlerde özellikle JCI akreditasyonuna sahip hastanelerde kullanılan cihazların dünya standartlarında olması en önemli kriterler arasındadır diyerek bu konuya dikkat çekti.

Tüp mide ameliyatındaki başarı oranları ve bu ameliyatın vücuttaki olumlu etkileri nelerdir?

Tüp mide ameliyatı çoğunlukla başarılı sonuçlar verir. Nadir de olsa, bazen sonuç kişiden kişiye değişebilir. Bu başarıyı etkileyen başlıca kriterler ve faktörlerin olduğunu belirten Op. Dr. Yılmaz Polat şu bilgileri verdi: "Başlangıç kilosu ve VKİ, yaş ve metabolik durum (ör. tip 2 diyabet), ameliyat sonrası beslenme ve egzersiz uyumu, psikolojik destek ve takibin yanı sıra en önemli olanı da cerrah deneyimi ve klinik takiptir. Bu nedenle bazı hastalar daha fazla kilo kaybederken, bir kısmında kilo kaybı daha az olabilir veya uzun vadede bir miktar geri alım görülebilir" dedi.

Tüp mide (sleeve gastrektomi) ameliyatından sonra vücutta hem fiziksel hem de hormonal düzeyde önemli değişiklikler olduğunu belirten Op. Dr. Yılmaz Polat, hormonal süreçte açlık sinyalleri kesilmeye başlar, ghrelin (açlık hormonu) seviyesi ciddi oranda düşer. Sadece mide küçüldüğü için değil, beyne giden 'açım' sinyali de azaldığı için iştahta azalma görüldüğünü kaydederek şöyle açıklamalar yaptı: "Mide bir futbol topu hacminden, yaklaşık bir muz büyüklüğüne (yaklaşık 100-150 ml) iner. Birkaç lokmada doyumluk hissedersiniz. Katı gıdalar midenizde daha uzun süre kalırken, sıvılar daha hızlı geçer. Bu durum, yanlış beslenme alışkanlıklarıyla (sıvı kalori alımı gibi) kilo vermeyi durdurabilir. Tüp mide ameliyatı, "insülin direnci" üzerinde mucizevi bir etki yaratır. Henüz kilo vermeden bile, hormonlardaki değişim sayesinde kan şekeri seviyeleri düzene girmeye başlar. Birçok hasta ameliyattan kısa süre sonra diyabet ilaçlarını (doktor kontrolünde) bırakabilir. Vücut, dışarıdan aldığı enerjiyi kısıtladığı



OP. DR. YILMAZ POLAT

için depolanmış yağları yakmaya odaklanır. Bununla birlikte kilo kaybı başladıkça vücut kompozisyonunuz değişir. Diz, kalça ve bel üzerindeki baskı azalır, hareket kabiliyetiniz artar" dedi.

Ameliyat sonrası metabolik hastalıklarda da olumlu etkiler görülmektedir. Bunlar genellikle; Tip 2 diyabetli hastalarda özellikle kan şekerinin hızla düzelmesi durumu, tansiyon ilaçları kullanan hastaların zamanla bu ilaçlara bağımlılığının azalması,

kolesterol sıkıntısı yaşayan ve uyku apnesi belirtisi olan hastalarda da bu sorunların iyileştiği gözlemlenir diyen Op. Dr. Yılmaz Polat şu bilgileri verdi: "Tüp mide ameliyatı sonrası psikolojik ve duygusal değişimler yaşanır. Kişinin ayna karşısında kendisini beğenme durumu ve özgüveninde de artış görülür. Olası yan etkilerde geçici saç dökülmesi ile kabızlık ya da ishal görülsede zamanla bu sorunlar da ortadan kalkar" dedi.



OP. DR. CEMİL ER

Reflü tedavisinde kapalı yöntem

Reflü hastalığı toplumda oldukça yaygındır. Erişkinlerin yaklaşık %20'sinde haftada en az bir kez reflü şikâyeti görülmektedir. Obezite, sigara kullanımı, gebelik ve sağlıksız beslenme, riski artıran faktörlerdir. Reflü hastalarının çoğu gerekli tetkikler yapılmadığı takdirde gastrit denilerek geçiştirilebilir. Medicana Sağlık Grubu Genel Cerrahi Uzmanı Op. Dr. Cemil Er, Uzun süre tedavi edilmeyen reflünün yemek borusunda hasara neden olabileceğini vurguladı ve reflü hastalığının doğru tanı ile uygun tedaviyle kontrol altına alınabilen bir hastalık olduğunu belirtti.

Reflü Hastalığı (GÖRH), mide içeriğinin yemek borusuna geri kaçması sonucu ortaya çıkan, kronik seyirli bir sindirim sistemi hastalığıdır. Medicana Sağlık Grubu Genel Cerrahi Uzmanı Op. Dr. Cemil Er, normalde mide ile yemek borusu arasında bulunan alt özofagus sfinkteri, mide asidinin yukarı kaçmasını engeller. Bu mekanizmanın bozulmasının da reflüye yol açtığına dikkat çekti.

REFLÜ HASTALIĞINDA BELİRTİ VE TEŞHİS SÜRECİ

Reflü hastalığının temelinde belirtiler kişiden kişiye değişebilir. Uzun süre tedavi edilmeyen reflü, yemek borusunda hasara sebebiyet vermektedir diyen Op. Dr. Cemil Er, şu açıklamalarda bulundu; "En sık görülen belirtiler arasında göğüs arkasında yanma hissi, ağıza acı veya ekşi su gelmesi, göğüs ağrısı, kronik öksürük, boğazda takılma hissi ve gece artan şikâyetler reflü ile ilişkili olabilir. Reflü tanısı genellikle hastanın şikâyetleri doğrultusunda konur. Gerekli durumlarda endoskopi, 24 saatlik pH metre, özofagus manometrisi, radyolojik incelemeler (ilaçlı mide grafisi) gibi teşhis yöntemleri kullanılabilir" dedi.

ENDOSKOPİK YÖNTEMİN AVANTAJLARI

Endoskopi hem tanı hem de bazı hastalarda tedavi amacıyla kullanılabilir. Endoskopik tedavilerin genellikle cerrahiye alternatif olarak hafif ve orta dereceli reflü hastalarında tercih edilebileceğini söyleyen Op. Dr. Cemil Er, endoskopik yöntemlerin birçok avantajının olduğunu da belirterek şöyle devam etti; "Bu yöntem ile ameli-

yatsız bir süreçte hastanede kalma süresi azalırken, iyileşme süreci de buna bağlı olarak hızlanır. Günlük yaşama dönme süreci kısılır ve yaşam kalitesi standartları korunmuş olur. Reflü cerrahisinde başarı oranı %85 - 90 civarındadır. Hastaların büyük çoğunluğu ameliyat sonrasında ilaç kullanmadan yaşamına devam edebilir." dedi.

Uzun süre ilaç kullanımında ise hastalarda kemik erimesi riski artar. B12 vitamini ve magnezyum eksikliği meydana gelir, böbrek fonksiyonlarında bozulmalar gözlenir ayrıca bağırsak enfeksiyonlarına yatkınlık artar. Bu durumda cerrahi tedavi yönteminin, ilaç tedavisine yanıt vermeyen veya uzun süre ilaç kullanmak istemeyen hastalarda gündeme geldiğini vurgulayan Op. Dr. Cemil Er, şu bilgileri verdi; "En sık uygulanan yöntem Laparoskopik Fundoplikasyondur (Nissen, Toupet vb.). Bu yöntemde midenin üst kısmı yemek borusunun etrafına sarılarak kapak mekanizması güçlendirilir. Bu cerrahinin avantajları ise uzun süreli ve kalıcı çözüm sağlaması, ilaç ihtiyacını azaltması ya da ortadan kaldırması ve yaşam kalitesini artırıyor olmasıdır" dedi.

YENİ RENAULT CLİO

Türkiye'nin en çok tercih edilen modeli
Yeni Renault Clio, 6. nesliyle şimdi çok daha iddialı.



Fevziçakmak Mh. Ankara Yolu 4. Km
Büsan Girişi No:222, Konya



(0332) 345 0485

ÇELİK
MOTORLU ARAÇLAR



Prof. Dr. Hüsnü ALPTEKİN
Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanı

GURURUMUZU EN YOĞUN YAŞADIĞIMIZ GÜN!

Değerli Meslektaşlarım,
14 Mart Tıp Bayramı her gün aynı bilinçle taşıdığımız meslek gururumuzu ve değerlerimizi en yoğun yaşadığımız gündür. Ülkemizin sağlık sorunlarına çare olma amacımıza ek olarak milletimizin geleceğini inşa etmekte hedeflerimizdendir. Milletimizin sağlığını korumak ve her bir vatandaşımıza değerli bir yaşam sunmak , bizim öncelikli hedefi-

miz olmalıdır.14 Mart Tıp Bayramı vesilesiyle , şehit olan sağlık çalışanlarını da rahmetle anmak isterim. Bugünü anlamlı kılan tüm meslektaşlarımı ve öğrencilerimizi kutluyorum.

Hep birlikte, büyük Türk milletinin sağlıklı geleceği için çalışmaya devam edeceğiz.

Hepinize sağlıklı ve mutlu bir gelecek diliyor, 14 Mart Tıp Bayramı'nızı saygıyla kutluyorum.



Doç. Dr. Süleyman KARGIN
Genel Cerrah

GELECEK NESİLLERİ NELER BEKLİYOR?

Son yıllarda “çocukluk çağı obezitesi” ifadesini sıkça duyuyoruz. Ama bu, yalnızca birkaç fazla kilo meselesi değil; giderek büyüyen, geleceğimizi doğrudan etkileyen bir halk sağlığı krizidir. Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de giderek daha fazla çocuğumuz, ideal kilonun çok üzerinde büyüyor. Peki, bu sadece bir estetik kaygı mı? Elbette hayır. Çocuklarımızın bedenleri bugün fazla kiloyla mücadele ederken, yarın daha ciddi bedensel ve ruhsal yüklerle karşılaşabilir.

Eskiden yetişkinlerde gördüğümüz Tip 2 diyabet, hipertansiyon, kalp-damar hastalıkları artık ergenlik çağına ortaya çıkabiliyor. Fazla kilo, metabolizmayı bozuyor; şeker ve yağ dengesini altüst ediyor. Bu durum sadece ileriki yaşlarda değil, çok daha genç yaşlarda kronik hastalıklarla yüzleşme riskini artırıyor. Ayrıca sadece sağlıkla ilgili değil aynı zamanda fiziksel görünüş çocuklara özellikle ergenlik döneminde ciddi problemlere yol açıyor. Çocuklarımız akran zorbalığına, dışlanmaya ve özgüven kaybına daha yatkın hale geliyor. Psikolojik travma ve sosyal izolasyona maruz kalan çocuklar yetişkinlik döneminde ortaya çıkan psikososyal sorunlarla karşı karşıya kalıyor. Diğer taraftan fazla kilolu çocukların çoğu uyku problemleri, dikkat eksikliği ve enerji düşüklüğü yaşıyor. Bu durum akademik performanslarını olumsuz etkiliyor. Yetersiz uyku ve sağlıksız beslenme döngüsü hem beden hem de beyin gelişimini sekteye uğrattır.

Peki çocuklarımız neden çocukluk çağında obeziteyle yüzleşiyorlar. Bu sorunun açıklaması çok basit aslında. Tek cevap var; günümüz yaşam tarzı. Günümüz dijital çağı ve bu çağda ekranlar, hareketsizliği teşvik ederken enerji harcamasını azaltıyor. Maalesef

sokaklarda oyanayan koşan gezen çocukluk yerine günümüzde okula servisle gidip okul sonrası eve tıkılan bir çocukluk çağı geçirilmektedir. Diğer taraftan fast-food kültürü, paketlenmiş ve şekerli ürünlerin cazibesi çocukları çevreliyor. Ebeveynlerin önceleri ödül olarak izin verdikleri bu işlenmiş gıdalar giderek rutin hayatın bir parçası haline geliyor; ne yazık ki bu küçük rastlantılar zamanla büyük bir krize dönüşüyor. Bugün önlem almazsak, yarın daha genç yaşta kronik hastalıklarla mücadele eden bir nesil göreceğiz. 30’lu yaşlarda diyabet komplikasyonları, kalp krizi riskinin artması, karaciğer sorunları, ruhsal çöküntüler... Hepsi kapıda bekliyor.

Her kriz gibi bu sorun da çözülebilir. Aileler basit adımlarla başlayabilir:

- Sağlıklı beslenmeyi evde teşvik etmek
- Şekerli içecekleri sınırlandırmak
- Fiziksel aktiviteyi günlük rutine dahil etmek
- Ekran süresini sınırlamak

Okullar, kantin politikalarını gözden geçirerek, sağlıklı beslenme programlarıyla çocuklara doğru alışkanlıkları öğretebilir. Sağlık politikaları da toplum temelli eğitim ve erken müdahale programlarıyla bu sorunun köküne inebilir.

Sonuç Olarak...

Çocuklarımız bizim geleceğimizdir. Onları sadece bugünlerinden sorumlu değiliz; yarınlarının sağlıklı, üretken ve mutlu bireyler olarak çıkmasına da aracıyız. Çocukluk çağı obezitesiyle mücadele etmek, sadece kilo kontrolü yapmak değildir—gelecek nesillerin yaşam kalitesini korumaktır.

Ve unutmayalım...

Bugün atacağımız küçük adımlar, yarının büyük başarılarının temelini oluşturacaktır.



Kalpde tedavi zinciri anne karnında kuruluyor

Anne karnında başlayan takip süreci, çocukluk ve erişkin dönemlerinde de devam ediyor;

Başkent Üniversitesi Konya Hastanesi Kalp Merkezi, kalp sağlığında yaşam boyu

hizmet modeli sunarken zorlayıcı cerrahi işlemlerde de ileri düzey altyapısıyla dikkat çekiyor



Başkent Üniversitesi Konya Hastanesi Kalp Merkezi, kardiyoloji ve kalp damar cerrahisi alanlarında sunduğu tanı ve tedavi yöntemlerini paylaştı. Merkez; anne karnındaki bebeklerden ileri yaştaki yetişkinlere kadar tüm yaş gruplarına yönelik multidisipliner bir hizmet yapısıyla çalışmalarını sürdürüyor.

YAPAY ZEKADAN DA DESTEK ALIYOR!

Kardiyoloji Uzmanı Dr. Mesut Mehmet Özdemir, hastanede erişkin ve çocuk kardiyolojisi alanında tüm teşhis ve tedavilerin güncel tıbbi bilgiler ışığında yapıldığını belirtti. Dr. Özdemir; kalp damar, kalp kapak ve ritim bozukluklarının tedavisine yönelik girişimsel işlemlerin yanı sıra, poliklinik şartlarında yapay zeka destekli EKG cihazı ile risk analizi yapabildiklerini ifade etti. Merkezde kalp krizi vakalarına ve acil cerrahi gereken hastalara 7 gün 24 saat müdahale edilebilecek anjiyo ve cerrahi ekipler hazır bulunduğunu ifade etti.

KOMPLEKS DAMAR VE KAPAK MÜDAHALELERİ

Prof. Dr. Şeref Ulucan, merkezde gerçekleştirilen girişimsel işlemlerin büyük bir kısmının el bileğinden yapıldığını vurguladı. Koroner anjiyografi, balon ve stent uygulamalarının yanı sıra; tam tıkalı damarlar (CTO), damar içi ultrason (IVUS) ve ilaçlı balon gibi tekniklerin kullanıldığını belirten Prof. Dr. Ulucan; açık cerrahinin yüksek riskli olduğu durumlarda kasık yoluyla yapılan kapak tamiratları (MitraClip, TriClip) ve kapak takma (TAVI) işlemlerinin de merkez bünyesinde uygulandığını paylaştı. Ayrıca aort genişlemeleri, bacak ve böbrek damar tıkanıklıkları ile sanal anjiyo (BT Anjiyo) yöntemleri merkezin çalışma alanları arasında yer alıyor.

AKADEMİK ALTYAPI VE TANI KAPASİTE İLE HİZMET!





DOÇ. DR. MAHUT GÖKDEMİR



DOÇ. DR. MEHMET ÇELİK



PROF. DR. ŞEREF ULUCAN

Prof. Dr. Aytekin Güven ise Kalp Merkezi'nde her türlü tanı ve tedaviyi gerçekleştirebilecek bir altyapının mevcut olduğunu ifade etti. Prof. Dr. Güven, özellikle toplumda sık görülen koroner arter rahatsızlıklarının teşhis ve tedavi süreçlerinde hastane imkanlarının tam kapasiteyle kullanıldığını altını çizdi.

HENÜZ ANNE KARNINDAYKEN MÜDAHALE EDİLEBİLİYOR

Çocuk Kardiyolojisi Uzmanı Doç. Dr. Mahmut Gökdemir, kliniğin bölgede bir referans merkezi olarak çalıştığını belirtti.

Hastaların henüz anne karnındayken takibe alındığını ifade eden Doç. Dr. Gökdemir; kadın doğum, yeni doğan, anestezi ve kalp damar cerrahisi branşlarıyla koordineli şekilde, bebeklikten yetişkinliğe kadar tüm süreçlerin izlendiğini ve gerektiğinde girişimsel müdahalelerin yapıldığını aktardı.

İLERİ SEVİYE KALP CERRAHİSİ UYGULAMALARI

Kalp ve Damar Cerrahisi Uzmanı Doç. Dr. Mehmet Çelik de yeni doğan döneminden itibaren her türlü komplike kalp ameliyatının merkezde gerçekleştirilebildiğini vurguladı. Doç. Dr. Çelik; hipoplastik sol kalp sendromu tamiri gibi özellikli ve ileri düzey cerrahi gerektiren operasyonların merkezde rutin olarak yapıldığını, donanımlı altyapı sayesinde en küçük yaş grubundan yetişkinlere kadar geniş bir yelpazede hizmet verildiğini belirtti.



PROF. DR. AYTEKİN GÜVEN



DR. MESUT MEHMET ÖZDEMİR





Fuzul, Türkiye Millî Futbol Takımlarının ana sponsoru oldu

Tasarruf finansman sektörünün 34 yıllık köklü kuruluşu Fuzul, Türk sporunun en büyük değerleri olan Millî Futbol Takımları ile güçlerini birleştirdi

Tasarruf finansman sektörünün öncüsü Fuzul, Millî Futbol Takımlarının ana sponsoru oldu. 2025-2026 sezonunu kapsayan sponsorluk anlaşması, **Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) Başkanı İbrahim Ethem Hacıosmanoğlu, Türkiye Erkek A Millî Futbol Takımı Teknik Direktörü Vincenzo Montella, Türkiye Kadın A Millî Futbol Takımı Teknik Direktörü Necla Güngör Kıragası ve Fuzul Tasarruf Finansman AŞ Yönetim Kurulu Başkanı Eyüp Akbal'ın** katılımıyla, 18 Şubat'ta TFF Riva Hasan Doğan Millî Takımlar Kamp ve Eğitim Tesislerinde düzenlenen imza töreniyle kamuoyuna duyuruldu.

Fuzul, 2026 FIFA Dünya Kupası finallerine giden yolda play-off turlarında mücadele eden Türkiye Erkek A Millî Futbol Takımı ve 2027 FIFA Kadınlar Dünya Kupası yolunda Kadın A Millî Futbol Takımı'nın ana destekçilerinden olacak.



Bu anlaşmanın 86 milyonun ortak sevdası olan Ay-Yıldızlı Formaya duyulan inancın bir yansıması olduğunu belirten **Fuzul Tasarruf Finansman AŞ Yönetim Kurulu Başkanı Eyüp Akbal**, "30 yılı aşkın süredir alın teriyle büyüttüğümüz Fuzul ailemiz için bugün tarihi bir gün. Biz, milletimizin birikimlerini korurken gösterdiğimiz hassasiyeti, şimdi Millî Takımlarımızın başarı yolculuğuna omuz vererek göstermek istiyoruz. 'Yerli ve Millî' olmanın sözde değil, özde olması gerektiğine inandığımız için buradayız!" dedi.

Akbal: "Millî Takımlarımızla Birlikte Koşmanın Mutluluğunu Yaşıyoruz"

İş birliğinin manevi derinliğine dikkat çeken Akbal şu ifadeleri kullandı: "Bugün bir milletin ortak sevdasıyla yan yana durmanın gururunu taşıyoruz. Fuzul olarak 86 milyon kalbin aynı anda attığı yer olan Ay-Yıldızlı Formanın destekçisi olmamız, bu ülkenin gençlerine olan güvenimizin ve şanlı bayrağımıza sonsuz saygımızın bir ifadesidir. Toplumun her kesimine fayda sağlamayı görev edinmiş ve milyonlarca ailenin gelecek planlarına eşlik eden bir

şirket olarak, şimdi de Millî Takımımızın zafer yolculuğunda onlarla birlikte koşmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Bu genç kadronun 2026'da bizlere unutulmaz anlar ve zaferler yaşatacağına inancımız tam."

Hedeflerinin Türk futbolunu her alanda rekabetçi ve güçlü bir seviyeye taşımak olduğunu söyleyen **TFF Başkanı İbrahim Ethem Haciosmanoğlu**, "Türk futbolunun geleceği adına, futbolumuzu daha ileriye taşıma kararlılığımızın somut bir göstergesi olan değerli bir iş birliğine daha imza atıyoruz. Bu iş birliği, yalnızca bugünü değil yarını da inşa etme planlarımızın bir parçasıdır. Millî Takımlarımız, sadece sahaya çıkan bir sporcu topluluğu değil; ülkemizin ortak heyecanını, birlik ve beraberliğini yansıtan en güçlü simgelerden biridir. Bu nedenle Millî Takımlarımızın başarısını kalıcı kılacak, kurumsal yapıyı güçlendirecek iş birliklerini çok kıymetli buluyoruz. Alanında öncü kuruluşlardan biri olan Fuzul ile Millî Takımlarımızı kapsayan kıymetli bir anlaşmayı imzalamanın mutluluğunu yaşıyoruz. Tasarruf kültürünü güçlendiren yaklaşımı, sürdürülebilir finansman modeli ve topluma değer katan vizyonu ile Fuzul'un, Millî Takımlarımıza ve futbolumuzun gelişimine

değerli kazanımlar sağlayacağına yürekten inanıyorum. Bu iş birliğinin, ortak değerler etrafında uzun soluklu ve verimli bir yolculuğun başlangıcı olacağına inanıyorum." dedi.

Kadın A Millî Takım Teknik Direktörü Necla Güngör Kıragasi, imzalanan anlaşmanın yalnızca bir sponsorluk değil, hayallere ve millî ruha verilen güçlü bir destek olduğunu vurgulayarak; Fuzul ile Millî Takımların aynı noktada buluşmasının, hayal kurma cesareti ile o hayali gerçeğe dönüştürme kararlılığını bir araya getirdiğini ifade etti. Millî Takımların sabır, dayanışma ve birlikte başarma vizyonunun Fuzul'un yaklaşımıyla örtüştüğünü belirten **Kıragasi**, özellikle kadın futbolunun gelişimi, kadınların futbol ekosisteminde daha fazla yer alması ve Türkiye'yi uluslararası arenada en üst seviyede temsil etme hedeflerinin en büyük hayalleri olduğunu dile getirdi. 2027 FIFA Kadınlar Dünya Kupası Avrupa Elemeleri sürecine yeniden büyük bir inançla başlayacaklarını söyleyen **Kıragasi**, amaçlarının ülkeyi en iyi şekilde temsil ederek millete yeni gururlar yaşatmak olduğunu belirtti.



Erkek A Millî Takım Teknik Direktörü Vincenzo Montella, en büyük hedeflerinin Dünya Kupası'na katılmak olduğunu vurgulayarak, Fuzul ile imzalanan iş birliğinden duyduğu memnuniyeti dile getirdi. **Montella**, "Fuzul ile imza attığımız bu çalışma beni çok

mutlu etti. Çünkü birçok hayali birlikte inşa ediyoruz. Bunlar sadece sahada değil, tüm ülkemizi temsil eden hayaller. Biz de kendi alanımızda hayallerimizin peşinden koşuyoruz. Futbolun bu anlamda ne kadar önemli olduğunu hepimiz biliyoruz. Hayallerimizin

peşinden giderken ülkemizin hayallerini de düşünerek hareket ediyoruz. En büyük hayalimiz Dünya Kupası'na gidebilmek. Umarım bunu birlikte başarırız. Böylesine anlamlı bir sponsorluk ve bize verdiğiniz destek için teşekkür ediyorum." ifadelerini kullandı.



Mahallenin sağlık elçileri!

Hekimliğin yalnızca reçete yazmak değil, bir insanın doğumundan ölümüne dek süren yolculuğuna eşlik etmek olduğunu ifade eden Dr. Denizler, bu yolculuğun yakıtının ise insan sevgisi olduğunu vurguladı



Hastanelerin kalabalık koridorlarından uzakta, hastasını kapıdan girdiği an tanıyan, sadece şikayetiyle değil hayat hikayesiyle de ilgilenen bir hekimlik anlayışı... Lalebahçe Aile Sağlığı Merkezi'nde görev yapan Aile Hekimi Elif Burcu Denizler, aile hekimliğinin toplum sağlığındaki o hayati ama sessiz gücünü anlattı. Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden 2016 yılında mezun olan ve meslek hayatının büyük bölümünü Konya'nın farklı noktalarında geçiren Denizler, hekimliğin sadece bir teşhis koyma sanatı değil, aynı zamanda bir gönül işi olduğunu vurguladı.

'ÖZELLİKLE YAŞLI VATANDAŞLAR İÇİN BİR KAPI KOMŞUSU GİBİYİZ!'

Hekim ile hasta arasındaki bağın aile sağlığı merkezlerinde çok daha derin kurulduğunu belirten Denizler, hastaların bebeklik aşılardan yaşlılık takiplerine kadar her evreye tanıklık ettiklerini ifade etti. Bu yakın takibin tedavi sürecini de kolaylaştırdığını dile getiren Denizler, hastanelerin üzerinden büyük bir yük aldıklarını ve özellikle yaşlı vatandaşlar için sağlık hizmetini kapı komşusu haline getirdiklerini söyledi.

HEKİMLİK FEDAKARLIK VE SABIR DEMEKTİR

Mesleğin mutfağındaki zorluklara da samimiyetle değinen Denizler, bazen tıbbi gerekliliklerin dışında kalan ilaç taleplerine karşı doğru olanı savunmanın sabır gerektirdiğini aktardı. Tıp fakültesi sıralarında geleceğin hekimi olmayı bekleyen gençlere ise en önemli tavsiyesi "insan sevgisi" oldu. Sağlık çalışanlarının kendi zamanlarından feragat ederek hastalarına vakit ayırdığını hatırlatan Denizler, "Sevmeden yapılacak bir iş değil; insanı sevmeyen bu yükü taşıyamaz" dedi.

"SADECE HASTA OLUNCA DEĞİL, SAĞLIKLIYKEN DE BEKLİYORUZ"

14 Mart Tıp Bayramı vesilesiyle tüm meslektaşlarının bayramını kutlayan Elif Burcu Denizler, koruyucu hekimliğin önemi-ne de dikkat çekti. Vatandaşların hastalık belirtisi göstermeden de kontrollerini yaptırmaları gerektiğini belirten Denizler, sağlıklı bir toplum için herkesin yılda en az bir kez aile hekimini ziyaret etmesi gerektiği çağrısında bulundu.





Ana Sponsor Fuzul'ün Desteğiyle



**TÜRKİYE'NİN
GÜCÜ**

Sahada!



Dr. Sezgin KARABAĞ
Antrenör, Yazar

“HASTALANMADAN ÖNCE HAREKET ET!” TIP BAYRAMI’NDA EN GÜÇLÜ REÇETE: SPOR

1 4 Mart...
Bugün sadece doktorların günü değil.
Bugün sağlığı nasıl anladığımızı sorgulama günü.
Bir soru soralım:
Biz sağlığı hastalandığımızda mı hatırlıyoruz, yoksa
her gün inşa ediyor muyuz?
Gerçek şu ki;
hastaneler hastalıkları tedavi eder,
ama sağlığı inşa eden yer spor sahalarıdır.

SAĞLIK KRİZİ HASTANELERDE DEĞİL, HAREKETSİZLİKTE BAŞLIYOR

Bugün dünya genelinde erken ölümlerin en büyük nedenleri arasında:

- Kardiyovasküler hastalıklar
 - Diyabet
 - Obezite
 - Hipertansiyon
- yer alıyor.

Bu hastalıkların ortak paydası nedir?
Salgın Sessizce Büyüyor: Hareketsizlik, Dünya Sağlık

Örgütü’ne göre:

- Fiziksel inaktivite erken ölüm nedenleri arasında ilk sıralarda.
 - Kardiyovasküler hastalıklar, diyabet ve obezite hızla artıyor.
 - Çocuklarda metabolik sendrom oranı yükseliyor. Ve bunların çoğu önlenabilir.
- Evet, önlenabilir.
Haftada 3-4 gün direnç antrenmanı,
günde 8-10 bin adım,
düzenli uyku ve dengeli beslenme...
Bu kadar basit. Ama biz basiti yapmıyoruz.
Sonra karmaşık tedaviler arıyoruz.
Hareketsizlik.
Kas kaybı.
Artan bel çevresi.
Düşen metabolik kapasite.

Bilim net konuşuyor:

Düzenli egzersiz;

- ✓ Kalp hastalığı riskini yüzde 30 azaltır
- ✓ Tip 2 diyabet riskini yüzde 40’a kadar düşürür

- ✓ LDL kolesterolü azaltır
 - ✓ HDL'yi artırır
 - ✓ Kortizolü dengeler
 - ✓ İnsülin hassasiyetini artırır
- Yani spor sadece "fit görünmek" değildir.
Spor, biyokimyasal bir sigortadır.

KAS: ESTETİK DEĞİL, METABOLİK BİR ORGANDIR

Toplumda kas çoğu zaman estetik bir kavram olarak algılanır.

Oysa kas dokusu;

- Glikozu depolayan,
 - İnsülin direncini düşüren,
 - Metabolizmayı hızlandıran,
 - Yağ yakımını optimize eden
- aktif bir metabolik organdır.

Kas kaybı = metabolik risk artışı demektir.

Bel çevresi artışı = inflamasyon artışı demektir.

İnflamasyon artışı = kardiyovasküler tehdit demektir.

Bu zinciri kırmamanın yolu ilaç değil, harekettir.

TIP BAYRAMI VE KORUYUCU SAĞLIK GERÇEĞİ

Bugün bir kardiyoloji polikliniğine giden birçok hasta, 10-15 yıl öncesinde düzenli egzersiz yapsaydı o kapıdan girmeyebilirdi.

Koruyucu sağlık, tedaviden daha güçlüdür.

- Haftada 3-4 gün direnç antrenmanı
- Günlük 8-10 bin adım
- Yeterli uyku
- Düşük işlenmiş gıda tüketimi

Bunlar reçetesiz ilaçtır.

Ve yan etkileri yoktur.

EN BÜYÜK YANILGI: "ZAMANIM YOK"

Bugün birçok insan:

"Spor yapacak zamanım yok." diyor.

Ama hastalık için zaman buluyoruz.

Ameliyat için zaman buluyoruz.

İlaç için zaman buluyoruz.

Hastane koridorları için zaman buluyoruz. Oysa günde 45 dakikalık bilinçli egzersiz, gelecekteki 45 günlük tedavinin önüne geçebilir.

SPOR SADECE BEDEN DEĞİL, RUH SAĞLIĞIDIR

Düzenli fiziksel aktivite:

- Serotonin düzeyini artırır

- Depresyon riskini düşürür

- Anksiyeteyi azaltır

- Bilişsel performansı yükseltir

Bugün gençlerde artan psikolojik kırılganlıkların arkasında

hareketsiz yaşam biçimi önemli bir faktördür.

Spor, zihinsel dayanıklılığı da inşa eder.

Sağlık Çalışanlarının Yükünü Hafifletmenin Yolu Tıp Bayramı'nda sağlık çalışanlarına teşekkür ediyoruz.

Ama asıl teşekkür,

onların iş yükünü azaltacak bir toplum inşa etmektir.

Daha bilinçli bireyler,

daha az kronik hasta demektir.

Daha aktif bir gençlik,

daha az kardiyovasküler risk demektir.

Spor kültürü gelişmiş bir toplum,

daha güçlü bir sağlık sistemi demektir.

YENİ DÖNEMİN SAĞLIK PARADİGMASI

Artık şunu kabul etmeliyiz:

Sağlık hastanede başlamaz.

Sağlık evde, okulda, spor salonunda başlar.

Bir insanın:

- VO₂ max değeri,

- Kas kütlesi,

- Bel çevresi,

- HbA1c oranı

onun gelecekteki sağlık karnesidir.

Bugün önlem almak,

yarın müdahaleye ihtiyaç duymamak demektir.

Tıp Bayramı'nı kutlarken şunu unutmamalıyız:

En güçlü ilaç hareket etmektir.

En etkili reçete disiplinli yaşamdır.

En büyük yatırım sağlıklı bir bedendir.

Sağlık çalışanlarına saygımız sonsuz.

Ama onların yükünü azaltacak olan biziz.

Ayağa kalkarak.

Terleyerek.

Kas inşa ederek.

Yağ oranını düşürerek.

Bu 14 Mart'ta sadece teşekkür etmeyelim.

Aynı Zamanda Harekete geçelim.

SAĞLIKLA, SAĞLILAKLA ve SPORLA KALIN...

Başkent Konya'da uygulama modeli

Başkent Üniversitesi Konya Hastanesi'nde 5 yıldır sürdürülen tüp bebek uygulamalarında bilimsel değerlendirme süreci, tedavi aşamaları ve çiftlere sunulan tıbbi ve psikolojik destekleri Doç. Dr. Mehmet Ufuk Ceran aktardı

Başkent Üniversitesi Konya Hastanesi bünyesinde kurulan Tüp Bebek Merkezi, geride bıraktığı 5 yıllık süreçte modern tıbbın tüm imkanlarını kullanarak bölgedeki ailelere hizmet vermeye devam ediyor. Merkez kurucu hekimlerinden Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Doç. Dr. Mehmet Ufuk Ceran, beş yıllık deneyimlerini paylaşırken tüp bebek tedavisinin sadece teknolojik bir süreç olmadığını, umut ve bilimin birleştiği insani bir yolculuk olduğunu vurguladı. Hacettepe Tıp Fakültesinden mezun olduktan sonra ve Ankara Dr. Zekai Tahir Burak Kadın Sağlığı Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ndeki uzmanlık ihtisas eğitimi alan ve ardından uzun yıllardır bu alanda ihtisaslaşan Dr. Ceran, etik ilkelerden ödün vermeden yüzlerce çiftin tedavi sürecine rehberlik etmenin gururunu yaşadıklarını belirtti.

TÜP BEBEK TEDAVİSİ İÇİN KRİTERLER NET!

Tüp bebek tedavisine başlama kararı, belirli bilimsel verilere ve kriterlere dayalı olarak veriliyor. Genel olarak 35 yaş altındaki çiftlerde bir yıl, 35 yaş üzerindeki çiftlerde ise altı ay boyunca düzenli ilişkiye rağmen gebelik elde edilememesi durumunda "Üreme zorluğu" tanısı alan çiftlerde son aşama olarak kaydedilen tüp bebek tedavisinin hangi durumlarda gerekli olduğuna değinen



DOÇ. DR. MEHMET UFUK CERAN

Doç. Dr. Ceran, yapılan değerlendirmelerde kadınlarda azalmış yumurta rezervi saptanması veya erkeklerde sperm sayısının belirli seviyelerin altında olması durumunda tüp bebek yöntemine başvurulduğunu ifade etti. Ceran, ayrıca üç yıl geçmesine rağmen açıklanamayan nedenlerle çocuk sahibi olamayan ve aşılama tedavilerinden sonuç alamayan çiftler için de tüp bebek tedavisinin gerekli, en ileri ve etkili çözüm yöntemi olarak sunulduğunu belirtti.

GENETİK HASTALIKLARDA TÜP BEBEK TEDAVİSİNİN ÖNEMLİ ROLÜ

Tüp bebek merkezlerinde sadece standart tüp bebek tedavileri değil, aynı zamanda genetik hastalıkların ön planda olduğu aileler için de çözümler üretilmeye çalışıldığını aktaran Doç. Dr. Ceran, özellikle daha önce genetik hastalık taşıyan çocuğu olan çiftlerde sağlıklı çocuk sahibi olmaya yönelik ve kanser tedavisi görecektir olan kadınlarda yumurta veya embriyo dondurma ve saklamaya yönelik tedavilerin sunulduğunu belirtti. Bu işlemlerinin, gelecekte çocuk sahibi olma şansını korumak adına hayati bir öneme sahip olduğunu ve merkezin bu alanda tam donanımlı hizmet verdiğini dile getirdi.

'TEDAVİ, EN AZ 1 AYLIK TITİZ BİR TAKVİMİ KAPSIYOR'

Tüp bebek tedavisinin hazırlık aşamasından gebelik testine kadar en az bir aylık titiz bir takvimi kapsadığının altını çizen Ceran, süreçle ilgili ise şu şekilde bilgi verdi: "Dikkatle gözden geçirilmiş bir öykü ve iyi bir ön hazırlık aşamasından sonra, menstrüasyonun ikinci gününden itibaren yaklaşık 10-14 günü kapsayan yumurtaların uyarılması, büyütülmesi ve toplanması aşaması bireysel olarak hazırlanan protokoller ile sağlanmaktadır. Ardından



toplanan yumurtalar ve erkekten elde edilen spermiler son derece yüksek standartlı laboratuvar ortamında uzman embriyologlar tarafından titreyişe dahi izin verilmeyen standartlardaki mikro-manipulatör mikroskoplar eşliğinde işlenir ve döllenme için gerekli işlemler yapılır. Oluşan embriyolar laboratuvar koşullarında yakından takip edilir. Gelişimsel olarak kaliteli kriterlerini karşılayan embriyolar için rahim içine transfer planlanır. Embryo transferinin ardından yaklaşık 14 gün sonra ise gebelik testi ile tedavinin sonucu değerlendirilir.”

Doç. Dr. Ceran, laboratuvarındaki kuluçka ortamında takip edilen embriyoların gelişimsel ve morfolojik olarak kalite kriterlerini en ideal şekilde değerlendirebildiklerini, hastanedeki yüksek standartlı embriyoloji laboratuvar sisteminin oturmuş olmasının bunda en büyük paya sahip olduğunu vurguladı.

EMBRİYO DONDURULMASI VE ÇÖZME SIKLUSLARI GİDEREK YAYGINLAŞIYOR

Günümüzde yardımcı üreme tekniklerindeki bilimsel ve teknolojik ilerlemeler sayesinde embriyo dondurulması ve dondurulmuş embriyo çözme (transfer) uygulamaları giderek daha sık tercih edilmektedir. Bu yaklaşım, tedavinin hastaya özel olarak planlanabilmesine, anne adayının gebeliğe daha uygun fizyolojik koşullarda hazırlanmasına ve özellikle doğal siklus çözme transferleri ile gereksiz ilaç kullanımının azaltılmasına olanak sağlaması açısından önemli avantajlar sunmaktadır.

‘FİZİKİ İŞLEMLERİN YANI SIRA PSİKOLOJİK DESTEK DE ŞART!’

Bu sürecin fiziksel işlemlerin yanı sıra ciddi bir psikolojik hazırlık ve direnç gerektirdiğine de işaret eden Doç. Dr. Ceran, çiftlerin bu süreçte kendilerini yalnız hissetmemeleri için çoğu zaman psikologlarla koordineli bir şekilde çalıştıklarını ifade etti. Bazen ilk denemede sonuç alınırken bazen daha uzun süreli takiple- rin gerekebildiğini hatırlatan Ceran, tüm ekibin hastaların duygusal süreçlerine karşı yüksek hassasiyet gösterdiğini ve bu alanda klinik içi eğitimler ile özel olarak eğitildiğini belirtti. Psikolojik desteğin tedavinin ayrılmaz bir parçası olduğunu söyleyen Ceran, çiftlerin bu süreçte



bir güç birliği içinde olmalarının başarıya giden yolu kolaylaştırdığına dikkat çekti.

BİREYSELLEŞTİRİLMİŞ TEDAVİNİN ÖNEMİ

Tüp bebek merkezlerindeki hekimlerin tedavi yöntemlerinin benzer olduğunu ancak tedavide teknolojinin yanı sıra hekimliğin icrasının önemine dikkat çeken Ceran, “Hekimler olarak amacımız önce hastalara bir zarar vermeden, onların çocuk sahibi olmalarının önündeki engelleri kaldırmak. Bu da en doğru bilgi ve en güvenilir etik ilkelerden ayrılmamak- la mümkündür. Bu amaçla 5 yılda bir yandan merkezimizdeki teknolojiyi geliştirirken diğer yandan çiftlerin durumuna göre mutlaka bireyselleştirilmiş tedavi protokolleri uygulamaya çalışıyoruz.” “Aynı hastalık tanısına sahip iki kişinin klinik seyri, tedaviye yanıtı ve ihtiyaçları farklı olabilir. Bu nedenle Hipokrat’tan bize miras kalan, hastalık yoktur hasta vardır sözünü her daim hatırlamamız gerekmektedir.” diye konuştu.

DEVLET BU KRİTERLERE SAHİP ÇİFTLERE DESTEK VERİYOR

Hastalara sunulan bir diğer önemli imkan ise belirli şartlar dahilinde sağlanan Sosyal Güvenlik Kurumu (SGK) desteği! Doç. Dr.

Ceran, merkezin hastalar için bu konuda rehberlik sağladığını ve belirli kriterleri karşılayan çiftlerin ilaç ile tedavi maliyetleri için devlet desteğinden faydalanabildiğini belirtti. Ceran, kadınlarda yumurta rezervini gösteren AMH değerinin belirli düzeyin altında olması veya sperm yokluğu gibi durumların yanı sıra üç yıllık evlilik ve aşılama geçmişi olan çiftlerin destek kapsamında değerlendirildiği açıkladı.

‘VAZGEÇMEDİKÇE UMUT HEP VARDIR’

Başkent Üniversitesi Konya Hastanesi Tüp Bebek Merkezi kurucu hekimi olarak geçen 5 yılın ardından, Doç. Dr. Ceran şu değerlendirmelerde bulundu; “Klinik uygulamamızda, uzun yıllar gebelik elde edememiş çiftler ile yumurta ve sperm sayısı oldukça düşük olmasına rağmen gebelik ve canlı doğumla sonuçlanan vakalar izlenmektedir. Bu çiftlerin takip ve tedavileri, bilimsel literatürde etkinliği gösterilmiş yöntemler doğrultusunda planlanmaktadır; ancak her tıbbi girişimde olduğu gibi bu süreçlerde kesin bir başarı ya da tedavi garantisinden söz etmek mümkün değildir. Her çift, kendi biyolojik ve klinik özellikleri çerçevesinde bireysel olarak değerlendirilmeli ve tedavi süreci hasta güvenliği ile bilimsel etik ilkeler temel alınarak yürütülmelidir. Vazgeçmedikçe umut hep vardır.”





Meram'dan iki dev yatırım daha

Meram, sağlık alanındaki yatırımlarına iki önemli halka daha ekledi. Meram Belediyesinin destekleriyle hayata geçirilen Aymanas Aile Sağlığı Merkezi ve Sağlıklı Hayat Merkezi ile Mehmet-Halil İbrahim Hekimoğlu Aile Sağlığı Merkezi, hizmetlerine başladı

Meram'da sağlık yatırımları hız kesmeden devam ediyor. Bu kapsamda Meram Belediyesinin destekleriyle hayata geçirilen Aymanas Aile Sağlığı Merkezi ve Sağlıklı Hayat Merkezi ile Mehmet-Halil İbrahim Hekimoğlu Aile Sağlığı Merkezi, düzenlenen törenlerle hizmete açıldı. Meram Belediyesinin sağlık yatırımlarına verdiği özel önem bu yatırımlarla daha da somutlaşırken; Başkan Mustafa Kavuş'un 'önce insan' anlayışı doğrultusunda şekillenen projeler, Meram'ı sağlıkta örnek bir ilçe konumuna taşıdı.

AYMANAS'TA MODERN VE KAPSAMLI BİR SAĞLIK KOMPLEKSİ

Bu özel projelerden biri Aymanas Aile Sağlığı Merkezi oldu. Meram Belediyesi ile Konya İl Sağlık Müdürlüğü iş birliğinde Aymanas Mahallesi'nde inşa edilen sağlık kompleksi, aynı çatı altında iki önemli hizmet birimini buluşturuyor. Bunlardan ilki, 8 birimli aile sağlığı merkezi. Yaklaşık 400 metrekarelik alana sahip merkezde; Aile hekimliği muayene odaları, Aşı ve gebe izlem alanları, bebek-çocuk sağlığı birimleri, emzirme odaları yer alıyor.

1060 metrekarelik sağlıklı hayat merkezi ise adeta koruyucu sağlık hizmetlerinin merkezi niteliğinde. Bünyesinde; gebe okulu, erken kanser tarama hizmetleri, sigara bıraktırma polikliniği, psikolojik danışman-

lık birimleri, egzersiz salonları, eğitim ve toplantı alanları bulunuyor. Toplam 31 kişilik uzman kadrosuyla hizmet veren merkez; aile hekimlerinden diyetisyenlere, psikologlardan fizyoterapistlere kadar geniş bir sağlık ekibini vatandaşlarla buluşturuyor. Bu yapı, yalnızca tedavi değil; önleyici ve koruyucu sağlık hizmetlerini de odağına alarak Meram'da sağlıklı yaşam kültürünü güçlendirmeyi hedefliyor.

21 BİN KİŞİYE HİZMET VERECEK MERKEZ; HEKİMOĞLU ASM

Bir diğer önemli yatırım olan Mehmet-Halil İbrahim Hekimoğlu Aile Sağlığı Merkezi, fiziki şartları yetersiz olan ve kiralık binalar-





da hizmet veren 13 No'lu ve kullanım ömrünü tamamlamış 49 No'lu Aile Sağlığı Merkezlerini tek çatı altında topladı. Hayırsever Mehmet ve Halil İbrahim Hekimoğlu tarafından inşa edilen, yaklaşık 1.500 metrekare kapalı alana sahip modern tesis; bodrum, zemin ve birinci kattan oluşuyor. Merkezde;

9 aile hekimliği muayene odası, 9 aile sağlığı çalışanı odası, aşılama, bebek-çocuk izlem ve gebe izlem odaları,

üreme sağlığı ve tıbbi müdahale odaları, laboratuvar, emzirme odası, toplantı salonu ve destek alanları yer alıyor. Pirebi'den Çaybaşı'na, Sahibata'dan Aydoğdu'ya, Alavardı'dan Aşkan ve Ateşbaz Veli mahallelerine kadar geniş bir bölgeye hitap eden merkez, yaklaşık 21 bin kişiye sağlık hizmeti sunuyor. 2025 yılı Aralık ayı itibarıyla fiilen hizmet vermeye başlayan merkezde 9 aile hekim ve 9 aile sağlığı çalışanı başta olmak üzere toplam 23 personel görev yapıyor.

BAŞKAN KAVUŞ: "SAĞLIK, HUZURUN VE YAŞAM KALİTESİNİN TEMELİDİR"

Sağlık yatırımlarının belediyecilik anlayışlarının temelinde yer alan konulardan biri olduğunu vurgulayan Meram Belediye Başkanı Mustafa Kavuş, "Sağlık, bizim için yalnızca bir hizmet ala-

nı değil; huzurun, güvenin ve yaşam kalitesinin en temel göstergesidir. Meram Belediyesi olarak biz 'önce insan' anlayışıyla hareket ediyoruz." diye konuştu. Eğitimden çevreye, spordan sosyal hayata kadar her alanda olduğu gibi sağlık yatırımlarını da asli sorumluluk olarak gördüklerini belirten Başkan Kavuş, bu merkezlerin yalnızca bulundukları mahallelere değil, tüm Meram'a ve Konya'ya hizmet verecek önemli bir sağlık üssü niteliğinde olduğunu ifade etti.

BAŞKAN KAVUŞ: "2025'İ YATIRIMLARLA KAPATTIK, 2026'YI YATIRIMLARLA KARŞILADIK"

Açıklamasında Meram Belediyesinin yatırım vizyonuna da dikkat çeken Başkan Kavuş, 2025'in Kasım ayında Süleyman Koncağül Aile Sağlığı Merkezi'nin açılışını gerçekleştirdiklerini, Alakova Mahallesi'ne kazandırılacak Acil Sağlık Hizmetleri İstasyonu'nun protokolünü imzaladıklarını hatırlatarak; "2025'i yatırımlarla kapatırken 2026'yı da yatırımlarla karşıladık. Meram Belediyesi, sadece altyapı yatırımlarıyla değil; insan odaklı yaklaşımıyla da dikkat çekiyor. Aymanas ve Hekimoğlu Aile Sağlığı Merkezleri, Meram'ın sağlıkta attığı kararlı adımların en somut göstergesi olarak hizmet vermeye başladı. İlçemize ve şehrimize hayırlı olsun." diye konuştu.





GELENEKSEL TAMAMLAYICI TIP ÜNİTESİ

Selçuklu Belediyesi sağlık alanında gerçekleştirdiği yatırımlarla Selçuklu'nun sağlık altyapısını güçlendirirken vatandaşların sağlık hizmetine ulaşmasını kolaylaştırıyor

Selçuklu'nun vizyonu, projeleriyle ortaya konuluyor

Selçuklu'da sağlık yatırımları hem Konya'ya hem Selçuklu'ya değer katıyor. Selçuklu Belediyesi, Konya İl Sağlık Müdürlüğü ve hayırseverler işbirliğinde hayata geçirilen yatırımlar, ilçenin sağlık altyapısının güçlenmesine katkı sağlıyor. Selçuklu'nun dev sağlık yatırımı olan Toplum Ruh Sağlığı ve Sağlıklı Hayat Merkezi, aile yapısını güçlendirme amacıyla hayata geçirilen Selçuklu Aile Gelişim Merkezi (SAGEM), Selçuklu Belediyesi tarafından aslına uygun olarak restore edilerek Geleneksel Tamamlayıcı Tıp Ünitesi (GETAT) ile Ayakta Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Ünitesi olarak Konya'ya hizmet vermeye başlayan Tarihi Hemşirelik Binası Selçuklu'nun sağlık alanındaki vizyonunu ortaya koyuyor. Ayrıca hayata geçirilen Aile Sağlığı Merkezleri, 112 Acil Sağlık Hizmeti İstasyonları vatandaşların sağlık hizmetine ulaşmasında büyük kolaylıklar sağlıyor.

TOPLUM RUH SAĞLIĞI VE SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ

Selçuklu Belediyesi'nin sağlık alanındaki dev yatırımlarından bir tanesi olan Toplum Ruh Sağlığı Merkezi, vatandaşların sağlık hizmetine daha modern ve konforlu alanlarda ulaşmasına imkan sağlıyor. Selçuklu Belediyesi, Konya İl Sağlık Müdürlüğü ile Çevre Şehircilik ve İklim Değişikliği İl Müdürlüğü işbirliğinde Yazır Mahallesi'ne kazandırılan Toplum Ruh Sağlığı Merkezi ve Sağlıklı Hayat Merkezi, vatandaşların hem ruhsal hem de fiziksel sağlıklarını korumaya ve geliştirmeye yönelik hizmetlerin sunulduğu önemli sağlık birimleri olarak faaliyet gösteriyor. Bu merkezlerde yürütülen çalışmalarla toplumda sağlık bilincinin artırılması, koruyucu sağlık hizmetlerinin yaygınlaştırılması ve ihtiyaç duyan bireylere çok yönlü destek sağlanması amaçlanıyor. Merkezlerde; ruh sağlığı alanında destek ihtiyacı olan bireylerin tedavi ve rehabilitasyon süreçlerini destekleyen hizmetlerin yanı sıra sağlıklı yaşam alışkanlıklarının kazandırılmasına yönelik çeşitli programlar yürütülüyor. Uzman ekipler tarafından verilen psikolojik danışmanlık, sosyal destek

çalışmaları ve rehabilitasyon faaliyetleri ile bireylerin sosyal hayata uyumlarının güçlendirilmesi hedefleniyor.

SELÇUKLU AİLE GELİŞİM MERKEZİ (SAGEM)

Selçuklu Belediyesi tarafından ilçeye kazandırılan ve açıldığı günden bu yana yoğun ilgi gören Selçuklu Aile Gelişim Merkezi (SAGEM), "Sağlıklı ilişkiler ve huzurlu aile için yanınızdayız" sloganı ile evlilik öncesi danışmanlık, aile hukuku danışmanlığı, aile ve çift danışmanlığı, manevi danışmanlık ve oyun terapisi konularında ücretsiz danışmanlık hizmetleri sunuyor. Memnuniyet oluşturan bu hizmetleri ile aile ilişkilerinin güçlenmesine katkı sağlayan merkez, açıldığı günden bu yana her yaştan aile bireyini kapsayıcı seminerlerle Selçuklu Belediyesi'nin aileyi önceleyen büyük projelerinden biri olarak ön plana çıkıyor. Selçuklu Aile Gelişim Merkezi (SAGEM) hizmete açıldığı tarihten itibaren 2 bin 639 danışana, 10 bin 330 seanslık terapi,





SELÇUKLU AİLE GELİŞİM MERKEZİ



danışmanlık ve rehberlik hizmeti sundu.

TARİHİ HEMŞİRELİK BİNASI GELENEKSEL TIBBIN MERKEZİ OLDU

Selçuklu Belediyesi tarafından aslına uygun olarak restore edilerek Geleneksel Tamamlayıcı Tıp Ünitesi (GETAT) ile Ayakta Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Ünitesi olarak Konya'ya hizmet vermeye başlayan Tarihi Hemşirelik Binası tüm olanaklarıyla vatandaşlara hizmet vermeye devam ediyor. 1915 yılında inşa edilen ve Konya Kültür Varlıklarını Koruma Bölge Kurulu'nun 3263 sayılı kararı ile 2009 yılında tarihi bina olarak tescillenen tarihi Hemşire Lojmanı Binası Selçuklu Belediyesi tarafından titizlikle restore edildi. Konya Numune Hastanesi bünyesinde hizmet vermeye başlayan merkez binlerce yıldır uygulanan tedavi yöntemleri ile hastalara şifa olmaya devam ediyor. Birçok hastalığın iyileşme sürecine yardımcı olan GETAT ünitesinde, hacamat, akupunktur, sülük, fitoterapi ve mezoterapi gibi tedavi uygulamaları yapılıyor.

BAŞKAN PEKYATIRMACI: "ÖNEMLİ SAĞLIK YATIRIMLARINI SELÇUKLUMUZA KAZANDIRMAYA DEVAM EDECEĞİZ"

Selçuklu Belediyesi'nin insan odaklı belediyecilik anlayışı doğrultusunda, sadece fiziki belediyecilik değil toplum sağlığının güçlendirilmesine de büyük önem verdiğine vurgu yapan Selçuklu Belediye Başkanı Ahmet Pekyatırmacı: "Bu anlayışla; Sağlık Bakanlığımız, İl Sağlık Müdürlüğümüz ve hayırsever-

lerimizin kıymetli katkılarıyla Selçuklumuzu önemli sağlık yatırımlarını kazandırıyoruz. Bu kapsamda Selçuklu Aile Gelişim Merkezi (SAGEM) bünyesinde yürüttüğümüz çalışmalarla aile yapısını güçlendiren, bireylerin sosyal ve psikolojik gelişimine katkı sunan hizmetleri hemşehrilerimizin erişimine sunuyoruz. Aile danışmanlığı, eğitim programları ve sosyal destek faaliyetleriyle toplumumuzun her kesimine dokunan bir hizmet anlayışını sürdürüyoruz. Diğer taraftan, Toplum Ruh Sağlığı Merkezi ile ruh sağlığı alanında destek ihtiyacı olan vatandaşlarımızın tedavi ve rehabilitasyon süreçlerine katkı sağlanırken, Sağlıklı Hayat Merkezi ile de koruyucu sağlık hizmetleri, sağlıklı yaşam bilincinin yaygınlaştırılması ve hastalıkların önlenmesine yönelik önemli çalışmalar yürütülmektedir. Bu yatırımların hayata geçirilmesinde İl Sağlık Müdürlüğümüzün koordinasyonu ve hayırseverlerimizin destekleri büyük bir değer taşımaktadır. Kamu kurumlarımız ile hayırseverlerimizin oluşturduğu bu güçlü iş birliği sayesinde Selçuklumuzda sağlık alanında nitelikli hizmetlerin altyapısını güçlendirmeye devam ediyoruz. Selçuklu Belediyesi olarak amacımız; sağlıklı bireylerden oluşan, güçlü bir toplum inşa etmektir. Bu doğrultuda şehrimize değer katacak projeleri hayata geçirmeye, vatandaşlarımızın yaşam kalitesini artıracak yatırımları desteklemeye kararlılıkla devam edeceğiz. Bu önemli sağlık yatırımlarının ilçemize kazandırılmasında emeği geçen İl Sağlık Müdürlüğümüze, katkı sunan hayırseverlerimize ve tüm paydaşlarımıza teşekkür ediyorum. Selçuklumuzu hayırlı olmasını diliyorum." diye konuştu.



TOPLUM RUH SAĞLIĞI VE SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ





Avrupa'ya ilham olan merkez!

Eğitim, rehberlik ve sağlık alanlarıyla harmanlanarak Alzheimer hastalarına umut olan Alzheimer Gündüz Yaşam Merkezi tüm dünyaya ilham oluyor. Merkezde hastalığın evrelerine göre özel tedavi süreçleri dahil edilirken; hasta yakınlarına rehberlik hizmeti sunuluyor

Karatay Belediyesi tarafından Türkiye'de bir ilk olarak hayata geçirilen Alzheimer Gündüz Yaşam Merkezi, sunduğu modelle sadece yerel düzeyde değil, uluslararası alanda da dikkatleri üzerine çekmeye devam ediyor. Türkiye Alzheimer Derneği Konya Şubesi ve Necmettin Erbakan Üniversitesi'nin stratejik iş birliğiyle yürütülen bu vizyoner proje, alzheimer hastaları ve aileleri için bir rehabilitasyon merkezinden öte, sosyal bir sığınak olma özelliği taşıyor. Merkezde uygulanan bilimsel temelli programlar sayesinde hastalar, hastalığın evrelerine göre özel tedavi süreçlerine dahil edilirken; düzenlenen seminerler ve eğitim çalışmalarıyla hasta yakınlarına rehberlik hizmeti sunuluyor.

AKADEMİK DESTEKLE PROFESYONEL BAKIM DÖNEMİ

Merkezin sunduğu hizmet çeşitliliği, hastaların günlük yaşam kalitesini artırmaya yönelik detaylı çalışmalar içeriyor. Uzman kadro eşliğinde gerçekleştirilen boyama, el işi ve hamur işi gibi psiko-sosyal aktiviteler, hastaların bilişsel yetilerini zinde tutmayı amaçlıyor. Bu süreçteki en dikkat çekici gelişme ise akademik boyutta yaşandı. Necmettin Erbakan Üniversitesi bünyesinde bu alana özel olarak açılan yüksek lisans bölümleriyle birlikte, merkezdeki hizmet kalitesi bilimsel verilere desteklenerek hastaların çok daha

profesyonel bir kadronun gözetimine emanet edilmesi sağlandı.

DÜNYA SAĞLIK ÖRGÜTÜ'NDEN KONYA MODELİNİ ÖVGÜ

Projenin başarısı, sınırları aşarak Sağlık Bakanlığı tarafından Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) yetkililerine örnek model olarak gösterildi. Almanya, Hollanda, Danimarka, Portekiz, Hırvatistan ve Kazakistan gibi ülkelerin benzer projelerini yerinde inceleyen uluslararası heyetin ilk durağı Konya oldu. Yapılan incelemeler sonucunda yetkililer, merkezin kısa sürede katettiği mesafeye hayranlıklarını gizleyemedi.



AVRUPA'NIN 20 YILDA YAPAMADIĞINI KONYA 2 YILDA BAŞARDI!

Dünya Sağlık Örgütü temsilcileri, alzheimer hastalığının küresel ölçekteki artışına dikkat çekerek Konya'daki merkezin bu mücadelede stratejik bir öneme sahip olduğunu vurguladı. Heyet üyeleri, Avrupa'daki pek çok gelişmiş ülkenin yirmi yıllık süreçte ulaşamadığı hizmet standartlarına ve rehabilitasyon başarısına, Karatay Alzheimer Gündüz Yaşam Merkezi'nin iki yıl gibi rekor bir sürede ulaştığını belirterek bu başarının diğer ülkelere de ilham vermesi gerektiğini ifade etti.



Karatay yatırımı yine sağlığa yaptı!

Karatay Belediyesi'nin sağlık yatırımlarına bir yenisi daha eklendi. Belediye, Konya İl Sağlık Müdürlüğü ve hayırsever desteğiyle Akabe Mahallesi'nde inşa edilen Sıddıka - Hacı Hasan Katırcı Sağlıklı Hayat Merkezi ve Aile Sağlığı Merkezi vatandaşların hizmetine sunuldu



Son yıllardaki sağlık yatırımlarıyla ilçenin ve Konya'nın sağlık alt yapısına önemli katkılar sunan Karatay Belediyesi, Sıddıka - Hacı Hasan Katırcı Sağlıklı Hayat Merkezi ve Aile Sağlığı Merkezi'ni Belediye-Hayırsever-Konya İl Sağlık Müdürlüğü iş birliği modeliyle Akabe Mahallesi'nde hizmete açarak hasta kabulüne başladı. Karatay Belediyesi, Konya İl Sağlık Müdürlüğü ve hayırsever iş birliği modeliyle yapımı tamamlanan Sıddıka - Hacı Hasan Katırcı Sağlıklı Hayat Merkezi ve Aile Sağlığı Merkezi, Akabe Mahallesi sakinlerinin hizmetine sunuldu. Sağlık hizmetlerine katkı sunmaktan dolayı gurur duyduklarını dile getiren Karatay Belediye Başkanı Hasan Kılca, Karatay'ın sağlıkta önemli bir merkez haline geldiğini ifade etti.

KALİTELİ BİR SAĞLIK HİZMETİ SUNULACAK

Bin 600 metrekarelik kapalı alana sahip sağlık kompleksi, hem sağlıklı yaşam hizmetlerini hem de aile sağlık hizmetlerini tek çatı altında topluyor. Hayırsever Celalettin Hakan Katırcı'nın katkılarıyla yapılan bu önemli sağlık yatırımı, geniş bir bölgedeki sağlık altyapısını

güçlendirerek daha kaliteli ve erişilebilir sağlık hizmeti sunacak.

KARATAY SAĞLIKTA ÖNEMLİ BİR MERKEZ HALİNE GELDİ

Karatay Belediye Başkanı Hasan Kılca, hayırsever Celalettin Hakan Katırcı'ya ve Konya İl Sağlık Müdürlüğü'ne teşekkür ederek, Karatay'ın sağlıkta önemli bir merkez haline geldiğini ifade etti. Hasan Kılca; "Sağlık yatırımlarımızdan birini daha yakın zamanda hizmete açtık ve hasta kabulüne başladı. Belediye-Hayırsever-İl Sağlık Müdürlüğü iş birliği modeliyle yapımı tamamlanan Sıddıka - Hacı Hasan Katırcı Sağlıklı Hayat Merkezi ve Aile Sağlığı Merkezi, Akabe Mahallemizde geniş bir bölgenin sağlık alt yapısına katkı sağladı. Akabe Mahallemize kazandırdığımız bu Sağlık Merkezi, hem sağlıklı yaşam hem de aile sağlık hizmetlerini bir arada sunarak vatandaşlarımızın sağlık hizmetine ulaşmasını kolaylaştıracak" dedi. Başkan Hasan Kılca, ayrıca merkezin mimari ve teknik özelliklerine dikkat çekerek; toplam bin 600 metrekarelik kapalı alana sahip olan tesisin, modern ve ferah yapısıyla geniş bir bölgeye hitap edeceğini kaydetti.





Cansu BÜYÜKERGEN

Diyetisyen

İFTARDA NEDEN KENDİMİZİ DURDURAMIYORUZ?

Ramazan ayında iftar sofralarında, gün boyu süren açlığın ardından masaya otururuz ve çoğu zaman “biraz tadına bakayım” diye başlayan yemek, fark etmeden büyük bir öğüne dönüşür. Pek çok kişi bunun irade ile ilgili olduğunu düşünse de, aslında bu durumun önemli bir kısmı biyolojik süreçlerle ilgilidir.

Uzun süreli açlık dönemlerinde vücudumuz yalnızca enerji tüketmez; aynı zamanda iştahı düzenleyen hormonların dengesi de değişir. Gün içinde yükselen ghrelin hormonu, beynimize “yemek zamanı” sinyali gönderir. Bunun yanında kan şekeri düşüşü de beynin hızlı enerji ihtiyacını artırır ve özellikle karbonhidrat ve yağ açısından zengin besinlere yönelme isteğini artırır. Bu nedenle iftar sofralarında çoğu zaman tatlılara veya hamur işlerine yönelmek şaşırtıcı değildir. Sonuç olarak iftar anı geldiğinde yalnızca midemiz değil, beynimiz de yemek için güçlü sinyaller üretir. Tam da bu hafta 14 Mart Tıp Bayramı’nı kutlarken, modern tıbbın bize sunduğu bilgilerle oruç sürecini daha sağlıklı yönetmenin mümkün olduğunu hatırlamak gerekiyor. Çünkü bilim, uzun süreli açlık sırasında vücudumuzda neler yaşandığını artık oldukça iyi açıklayabiliyor.

Oruç sırasında vücut önce karaciğerde depolanan glikojen kaynaklarını kullanır. Bu depolar azaldığında ise enerji ihtiyacının bir kısmı yağ depolarından karşılanmaya başlar. Uygun beslenme düzeni ile desteklendiğinde bu süreç metabolik esneklik ve

insülin duyarlılığı açısından bazı olumlu etkiler yaratabilir. Ancak uzun süreli açlık sonrasında, sindirim sisteminin yavaş çalışabileceği ve birden fazla ağır yemek tüketmenin kan şekerinde ani yükselmelere neden olabileceği unutulmamalıdır. Bu durum kısa süre sonra halsizlik, uyku hali ve tekrar acıkma gibi şikâyetlere yol açabilir.

Sağlıklı bir iftar için önerilen en temel yaklaşım ise oldukça basit: yemeğe yavaş başlamak. Önce su ve hafif bir çorba ile başlamak, ardından kısa bir ara vererek ana yemeğe geçmek sindirim sisteminin uyum sağlamasına yardımcı olur. Protein, sebze ve kompleks karbonhidratların dengeli olduğu bir tabak ise kan şekerinin daha stabil seyretmesini sağlar.

14 Mart Tıp Bayramı vesilesiyle şunu da hatırlatmak gerekir: Günümüzde beslenme alışkanlıklarımızla ilgili birçok öneri sosyal medyada dolaşsa da, sağlıklı yaşamın temelinde bilimsel bilgi ve sağlık profesyonellerinin rehberliği olmalıdır. Diyetisyenler, hekimler ve diğer sağlık çalışanları yalnızca hastalıkların tedavisinde değil, sağlıklı yaşam alışkanlıklarının geliştirilmesinde de önemli rol oynar.

Ramazan sofraları paylaşımın ve bereketin sembolüdür. Ancak bu sofralarda küçük beslenme farkındalıkları oluşturmak, hem sindirim sağlığımızı hem de enerji düzeyimizi önemli ölçüde etkileyebilir. Unutmayalım: Bazen mesele irade değil, biyolojidir. Ve biyolojiyi anlamak, sağlıklı seçimler yapmanın ilk adımındır.

МАТБАА



Begüm ÖZER
Psikolog

GÖRÜNMEZ YARALAR: RUH SAĞLIĞININ TOPLUMDAKİ SESSİZ GÜCÜ

Tıp Bayramı'nı, sağlığın her alanında emek veren tüm çalışanları saygıyla selamlayarak karşılamak isterim. Bu özel günü kutlarken ise çoğu zaman odağımız, bedensel sağlığımız adına kazanılmış kıymetli başarılarla yönelir. Ancak biliyoruz ki; ruhun dinlenmediği, kalbin huzur bulmadığı bir yerde bedenin tam iyiliğinden söz etmek pek mümkün değildir. Bir psikolog olarak naçizane gözlemim; toplumun gerçek nabzının sadece muayene odalarında değil, her birimizin iç dünyasında, kurduğumuz bağlarda ve birbirimize sunduğumuz anlayışta atıldığıdır. Daha sonra ise şunu hatırlatmak isterim ki; çoğu zaman görünmeyen yaraların ilacı da psikolojinin sunduğu anlayışta, dinlemede ve insanın iç dünyasına açılan o görünmez kapılarda gizlidir.

GÖRÜNMEZ KIRIKLAR: PSİKOLOJİK ŞİDDETİ TANIMAK

Anlayışın yerini yargılama, şefkatin yerini ise kontrol etme arzusu aldığında ruhsal dengemiz sarsılır. Psikolojik şiddet, fiziksel bir iz bırakmaz ama insanın öz saygısını yavaş yavaş aşındırır. Genellikle şu sessiz biçimlerde karşımıza çıkar:

- **Küçümseme:** Duyguların "abartılı" veya "yersiz" bulunması.
- **Sessizlikle Cezalandırma:** Sorunları çözmek yerine muhatabını yok saymak.
- **Sürekli Eleştiri:** Kişinin çabasını görmezden gelip sa-

dece hatalara odaklanmak.

- **Sınır İhlali:** "Senin iyiliğin için" diyerek kişinin kararlarına müdahale etmek.

FARKINDALIK: ŞİFAYA AÇILAN KAPI

Ruhumuzdaki bu görünmez kırıkları fark etmek, sadece bireysel bir uyanış değil; birbirimizin esenliğine olan borcumuzdur. Bir toplumun gerçek sağlığı, sadece muayene edilen bedenlerle değil, bireylerin kendi iç dünyalarına ve birbirlerinin sınırlarına tuttuğu o dürüst aynayla ölçülür. Psikolojik şiddetin en güçlü panzehiri, her birimizin farkındalıkla taşıdığı o sağduyulu bakıştır. Kendi dilimizi ve tepkilerimizi bu farkındalıkla süzmek, toplumsal bağışıklığımızı temelinden güçlendirecek en büyük şifadır.

Sonuçta tıp, sadece hastalıkları dindirmek değil, hayatı daha yaşanılır kılma sanatıdır. Bizler, çocuklarımızı sadece sağlıklı bedenler değil; psikolojik şiddetin gölgesinden arınmış, sınırların korunduğu ve şefkatin bir zayıflık değil erdem sayıldığı bir dünya miras bırakmalıyız. Bu Tıp Bayramı, kendi ruhumuzla barışmak ve başkalarının ruhsal alanına saygı duymak için güzel bir başlangıç olsun. Yaralar ne kadar derin olursa olsun, doğrunun ve nezaketin olduğu yerde iyileşme mutlaka başlar. Görünmez yaraların fark edildiği, kalplerin ve zihinlerin huzur bulduğu sağlıklı yarınlara... Emegiyle ve kalbiyle iyileştiren tüm sağlık çalışanlarımızın Tıp Bayramı kutlu olsun.



Konya'nın sağlık karnesi!

Türkiye İstatistik Kurumu sağlıkla ilgili son verileri paylaştı. Bu kapsamda Konya'nın sağlık karnesi de ortaya çıktı. Veriler, Konya birçok kalemde Türkiye genelinden daha avantajlı bir konumda olduğunu ortaya koydu

Konya'nın sağlık altyapısı ve halk sağlığına dair son veriler, şehrin Türkiye ortalamasıyla kıyaslandığında dikkat çekici bir tablo ortaya koyuyor. Sağlık personeli başına düşen hasta sayılarındaki güncel istatistiklere göre, Konya birçok kalemde Türkiye genelinden daha avantajlı bir konumda yer alıyor.

Türkiye genelinde hekim başına düşen hasta sayısı 418 iken, Konya'da bu rakam 417 olarak kaydedildi. Hemşire başına düşen hasta sayısında ise Konya, 309 ile Türkiye ortalaması olan 344'ün bir hayli altında kalarak daha iyi bir hizmet kapasitesi

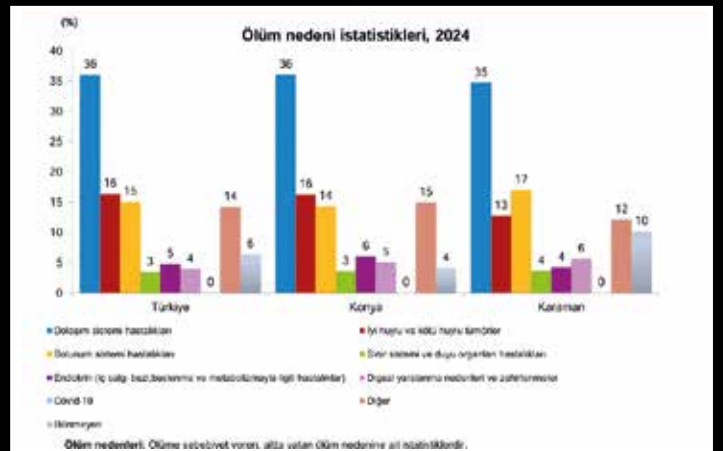
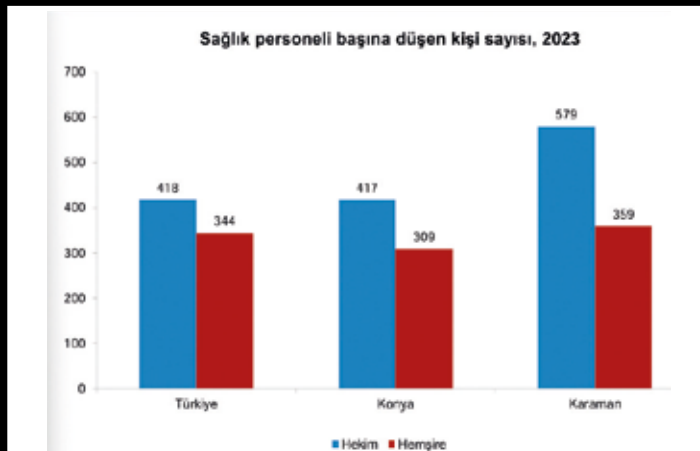
sergiliyor. Şehrin sağlık altyapısındaki asıl fark ise yatak kapasitesinde ortaya çıkıyor; Türkiye'de bir yatağa 321 kişi düşerken, Konya'da bu sayı 265'e kadar geriliyor. Bu veriler, Konya'nın sağlık kurumlarındaki fiziksel imkanların nüfusa oranla daha erişilebilir olduğunu gösteriyor.

ÖLÜM NEDENLERİNDE İLK SIRA DEĞİŞMEDİ

Sağlık kapasitesindeki bu olumlu tabloya rağmen, ölüm nedenlerine dair istatistikler hem Türkiye hem de Konya için

alarm vermeye devam ediyor. Ölüm nedeni istatistiklerinde "dolaşım sistemi hastalıkları" her iki kulvarda da ilk sırada yer alıyor. Türkiye genelinde ölümlerin yüzde 34'ü bu sebepten kaynaklanırken, Konya'da bu oran yüzde 37 ile Türkiye ortalamasının üzerine çıkıyor.

Hem ülke genelinde hem de Konya özelinde listenin ikinci sırasında ise iyi ve kötü huylu tümörler yer alıyor. 2024 yılına dair öncü istatistikler, yüzdelik oranlarda küçük oynamalar olsa da bu iki ana hastalık grubunun ölüm nedenleri arasında zirvedeki yerini koruduğunu teyit ediyor.





Hayriye AÇIKGÖZ
Aile Danışmanı

KUTSAMA VE ŞİDDET ARASINDA: BEYAZ ÖNLÜĞÜN İÇİNDEKİ İNSAN

1 4 Mart Tıp Bayramı.. Yine kürsülerden alkışlar kopacak, süslü minnet cümleleri kurulacak. Ama büyük ihtimalle tam da o gün, bir acil servisin kapısında bir doktor, “Neden hastamı kurtarmadın?” diyen bir öfke nöbetinin, belki de fiziksel bir şiddetin hedefi olacak.

Toplum olarak doktorlarla aramızda hastalıklı, uçlarda gezinen bir ilişki var. Onları ya göklere çıkarıp insanüstü birer varlık ilan ediyoruz ya da en ufak bir çaresizlikte, beklediğimiz ilacı yazmadıklarında veya bir yakınımızı kaybettiğimizde üzerlerine yürüyoruz. Kutsama ile şiddet sarmalı arasında gidip gelen, şizofrenik bir sarkaç bu.

Eskiden hekimlik, sınırları bilinen bir şifa sanatıydı. Hastalık, yaşlanma ve ölüm hayatın doğal bir parçası olarak kabul edilirdi. Doktor elinden geleni yapar, gerişi “takdiriilahî” veya “doğanın kanunu” sayılırdı.

Günümüzde ise tıbbın sunduğu imkanlar arttıkça, insanın kendi biyolojik sınırlarına olan tahammülü ortadan kalktı. Tüketim kültürü bize her sorunun anında ulaşılabilir bir “çözümü” olduğunu fısıldıyor. Bu yüzden hastalığı ve yaşlanmayı hayatın doğal bir evresi olarak değil; doktorun acilen onarması gereken teknik bir “arıza”, bedeni de parçası değiştiğinde sıfırlanan bir makine gibi görmeye başladık.

İşte şiddet tam da bu kırılma noktasında doğuyor. Psikolojide bunun çok net bir karşılığı var: Yansıma.

İnsan; hastalık, çaresizlik ve ölüm gerçeğiyle yüzleşemeyecek kadar aciz hissettiğinde, bu devasa korkusunu ve kontrol kaybını bir hedefe yöneltmek zorunda hisseder. Aslında acil servisin o soğuk koridorunda, ölümün nefesini ensesinde hisseden hasta yakını, kendi çaresizliğine ve ölüm gerçeğine öfkelenir.

Ama hayatın bu soğuk kanunuyla kavga edemeyeceği için faturayı hemen orada duran doktora keser.

Doktora atılan o yumruk, aslında ölümün kendisine atılmak istenen yumruktur.

Biz hekimlerden sadece bizi iyileştirmelerini değil, biyolojinin kanunlarını askıya almalarını ve mucizevi sonuçlar sunmalarını bekliyoruz. Onlara insanüstü, sınırsız bir güç atfediyoruz. Ve bu gerçek dışı beklenti karşılanmadığında, o “kurtarıcı” bir anda en büyük düşmanımıza dönüşüyor. Doktorun yorulabileceğini, uykusuz kalabileceğini, onun da tıbbın sınırları karşısında çaresiz hissedebileceğini, kısacası onun da “insan” olduğunu reddediyoruz. Onların insanlığını ellerinden alıyoruz.

Süper kahraman filmlerinde yaşamıyoruz. Doktorlar hayat kurtarır evet, ama ölümü yenemezler.

Bu 14 Mart’ta sağlık çalışanlarına verebileceğimiz en büyük hediye, onlara dizeceğimiz içi boş övgüler değil; onlara yeniden “insan olma” hakkını teslim etmektir.

Karşımızdaki hekimin elinde sihirli değnek tutan bir kahraman değil; kendi dertlerini yorgun zihninin bir köşesinde unutup, yabancı bir beden acısını dindirmek için gençliğini, uykularını ve hayatını feda eden kocaman yürekli bir insan olduğunu anladığımızda, o kalkmaya hazırlanan yumruklar da havada asılı kalacak.

Hastaneler, ölüme ve çaresizliğimize duyduğumuz öfkenin tahsilat gişesi değildir. Şifa beklediğiniz elleri kırmaya devam ederseniz, yarın o beyaz önlüklerin içinde size şefkatle el uzatan birini değil; sadece meşaisini bitirip sizden sağ salim kurtulmaya çalışan tükenmiş birer insan bulacaksınız.



4 hastane daha 'anne dostu' seçildi

Konya'da anne ve bebek sağlığına verilen önemin bir göstergesi olarak dört önemli hastane daha "Anne Dostu Hastane" unvanıyla ödüllendirildi

Konya'da anne ve bebek sağlığına verilen önemin bir göstergesi olarak dört önemli hastane daha Sağlık Bakanlığı'nın kalite standartlarını tescillendi. Yapılan denetimler sonucunda kriterleri başarıyla tamamlayan hastaneler, "Anne Dostu Hastane" unvanıyla ödüllendirildi.

DÖRT HASTANEDE YENİ DÖNEM: ANNE ADAYLARINA ÜST SEVİYE KONFOR

Sağlık Bakanlığı tarafından görevlendirilen uzman ekiplerin yürüttüğü titiz incelemeler neticesinde; Beyhekim Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ereğli Devlet Hastanesi, Cihanbeyli Devlet Hastanesi ve Kulu Bölge Devlet Hastanesi, doğum hizmetlerinde gösterdikleri kalite sayesinde bu anlamlı belgeyi almaya hak kazandı.

**"GÜVENLİ VE KONFORLU
DOĞUM ÖNCELİĞİMİZ"**



Düzenlenen törende hastane başhekimlerine belgelerini takdim eden İl Sağlık Müdürü Doç. Dr. Yusuf Yavuz, anne ve bebek sağlığının güçlendirilmesine yönelik çalışmaların kararlılıkla süreceğini belirtti. Yavuz, bu belgenin sadece bir ünvan olmadığını, aynı zamanda anne adaylarının

çok daha güvenli ve konforlu bir ortamda hizmet alması anlamına geldiğini vurgulayarak şunları söyledi:

"Müdürlük olarak anne dostu doğum süreçlerini desteklemeye devam ediyoruz. Doğum hizmetlerinde kalite standartlarının yükseltilmesi açısından büyük önem taşı-

yan bu ünvanı kazanan hastanelerimizi ve sağlık çalışanlarımızı tebrik ediyorum."

Belge takdim töreni, başarıyı tescilleyen toplu fotoğraf çekimiyle sona ererken; Konya, "Anne Dostu Hastane" sayısını artırarak bölgedeki sağlık vizyonunu bir adım daha ileriye taşıdı.



Yeni Nissan Qashqai

Alışılmışı meydan oku



NISSAN ÇELİK

Ankara yolu üzeri Büsan San. Girişi No:220 Karatay / KONYA
0 332 345 13 13 | www.nissancelik.com

Görseller ve donanımlar Türkiye'de sunulan versiyonlarda farklılık gösterebilir. WLTP ortalama CO2 salımı 118-158 g/km, yakıt tüketimi 5,2-7,0 lt/100 km aralığındadır. Yakıt tüketimleri 715/2007/EC'ye göre belirtilmiştir. Ayrıntılar www.nissan.com.tr'de.

Büyük
Hekimoğulları
1985

Hamurumuzda KALİTE VAR

Büyük Hekimoğulları olarak, müşteri memnuniyetini ve kalite standartlarını en üst düzeye çıkarmak için sürekli çaba harcıyoruz. Üretimimizin her aşamasında titizlikle çalışarak, her bir ürünümüzü güvenle sofralarınıza taşıyoruz.

Büyük
Hekimoğulları
1985

www.hekimogullari.com

MEDICANA

Var Gücümüzle Güvenle ve Sağlıkla TÜRKİYE'NİN SAĞLIK GRUBU MEDICANA

MEDICANA AIRPORT MEDICAL CENTER MEDICANA ATAKÖY HASTANESİ
MEDICANA ATAŞEHİR HASTANESİ MEDICANA AVCILAR HASTANESİ
MEDICANA BURSA HASTANESİ MEDICANA ÇAMLICA HASTANESİ MEDICANA ÇEŞME
MEDICANA ÇAMLICA TIP MERKEZİ MEDICANA INTERNATIONAL ANKARA HASTANESİ
MEDICANA BAHÇELİEVLER HASTANESİ MEDICANA INTERNATIONAL İSTANBUL HASTANESİ
MEDICANA INTERNATIONAL İZMİR HASTANESİ MEDICANA INTERNATIONAL SAMSUN HASTANESİ
MEDICANA KADIKÖY HASTANESİ MEDICANA KONYA HASTANESİ
MEDICANA SARAYBOSNA HASTANESİ MEDICANA SİVAS HASTANESİ
MEDICANA ZİNCİRLİKUYU HASTANESİ MEDICANA WINCHESTER

