

Yayın Adı Yeni şafak
Referans No 20333129
Renk Renkli

Yayın Tarihi 20.12.2012
Etki Tarafsız
STxCM 345,00

Küpür Sayfa 1
Tiraj 103520
Sayfa 23

SAĞLIK

Editör: Begüm Çelikkol

YeniŞafak

Kışık cilt bakım reçetesi

Her ne kadar her yaşın ayrı bir güzelliği olsa da, her daim genç ve ışıltılı bir cilt ister kadın ister erkek olsun hepimizin hayali. Mutlaka yaşlanma sürecini durdurmak mümkün değil. Zaman içinde hücre üretimi yavaşladığı için deri inceliyor. Cildin elastikiyetinden sorumlu elastin ve si-klüdanın sorumlu kolajen proteinlerinin yapısı bozuluyor. Cilt elastikiyetini ve sıkı-ğını kaybediyor. Nemini daha zor korur hale geliyor. Yağ salgılayan bezler görevlerini layıkıyla yerine getiremeye başlıyor. Ya-ryaşlanması mekanizmaları yavaşlıyor.

Ama yaşlanma ile ortaya çıkabilecek değişikliklerden kaçınmak ya da bunların belirginliğini azaltabilmek kozmetik dermatolojinin sunduğu yeni cilt gençleştirme yöntemleri ile mümkün. Anadolu Sağlık Ataşehir Tıp Merkezi Deri Hastalıkları Uzmanı Dr. Sadiye Kuyucu kronolojik doğal yaşlanma sürecinin yanında güneşin zararlı etkileri, sigara, hava kirliliği ve stres gibi faktörlerin de cilt yaşlanmasına neden olduğunu hatırlatıyor.



Gençleşmeyi sağlayan 3 yöntem

Akupunktur ve Mezoterapi Uzmanı Dr. Hilmet Güladağ cildin yanlış beslenme ve sigara kullanımıyla yaşlandığını belirtiyor. Dr. Güladağ, yaşlanma etkilerini durdurur, kansızlıktan engellenebilmek için çeşitli yöntemlerden yararlanabileceğini ifade ediyor. ■ **Kimyasal peeling:** Glikolik asit ile yapılır. Olu durumdaki üst derinin çabuk atılması, aynı zamanda alttan üreyen canlı kısmın rahat ve kaliteli olmasını sağlar. Sivilek izleri ve lekelerde olumlu sonuç elde edilir. ■ **Mezolit:** Mikroenjeksiyonlar halinde cildin ihtiyaç olan vitaminlere enjekte edilir. Haftada bir uygulanan bu vitamin enjeksiyonu ciltte istenilen sonuçları sağlar. ■ **PRP:** Bir hastadan alınan bir miktar kanın bazı işlemlerden geçirilerek bileşenlerine ayrıştırılması ve elde edilen trombositlerden zengin bir serum yine aynı hastanın cildine yüzeyel enjeksiyonlarla zerk edilme işlemidir.

OGRETİM ÜYESİ farkına yeşil ışık

Sağlık Bakanı Recep Akdağ, tıp fakültelerinde profesör ve doçentler için çok düşük miktarda muayene farkı ödenmesine sıcak baktığını açıkladı. Akdağ, "Bu fark, vatandaşın sağlık hakkına asla engel olmamalı" dedi.

Akdağ, Tam Gün Yasası ile ilgili bazı üniversite rektörlerinden gelen "Öğretim üyeleri için düşük miktarda fark ödenmesi" talebini değerlendirdi.

Bunun asla vatandaşın sağlık hakkına asla engel olacak miktarlara ulaşmaması gerektiğini vurgulayan Akdağ, "Yoksa 10, 15, 20 lira için hoca hastaya uğraştığı zaman bunlar söz konusu edilebilir" dedi. "Tam Günün kendileri için 'Dar ve orta gelirli' kamuya ait bir hastaneden hizmet almak istediğinde para ödemek zorunda kalmaması" anlamına geldiğini vurgulayan Akdağ, bunun dışında her çözüm ve öneriye "evet" diyeceklerini söyledi. Akdağ, "Bir işçi, emekli, memur, küçük esnaf, çiftçi ya da yasal karlı olarak devletin hastanesine, üniversitesine gittiğinde beni asacak bir

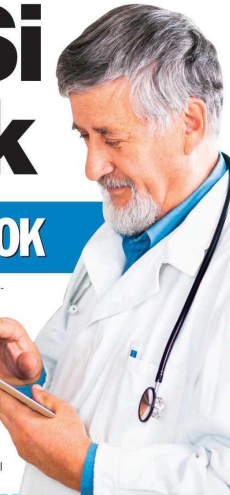
para ödemek zorunda kalmaması buna tahammül edemem. Biz de hükümet olarak bunun yolunu asla açmayacağız" dedi.

Kendisine zaman zaman muayene katkı payı eklendiğini söyledi, ancak bunun için ödenen 5 liradan vatandaşın boyunu asacak bir katkı olmadığını dile getiren Akdağ, "O, 5 bin lira ameliyat parasına dönüşürse işte iş kendin çıkarılmaz hale gelir. Ya da kanserli bir hastayı sırtına alıp da her ay muayeneye taşısra, orada 200, 300, 500 lira ödersen bu kabul edilemez. Dıvayaşla bu olmasın da biz her türlü çözüme varız" diye konuştu.



ESKİYE DÖNÜŞ YOK

"Öğretim üyeleri için çok küçük bir katkı payına da mı sıcak bakmıyorsunuz- 10-20 lira gibi öneriler geldi" sorusu üzerine Akdağ, "Onlar olabilir. Ama bu vatandaşın sağlık hakkına asla engel olacak miktarlara asla ulaşmamalıdır. Yoksa söylediğiniz rakamlar, 10, 15, 20 lira için hoca hastaya uğraştığı zaman bunlar söz konusu edilebilir. Ama eski kötü sisteme bir daha dönmemeliyiz. Vatandaş da zaten bunu kabullenmez" şeklinde konuştu. Eski sisteme dönüşün AK Parti hükümetinde olmayacağını vurgulayan Akdağ, "Ama varsayalım ki yıllar sonra birileri geldi de yine o eski sisteme döndü. Vatandaş cebinden ciddi paralar harcamaya başladı. Kabul eder mi? Hangi iktidar olursa kırmızı kartı çıkarır" dedi.



Çocuklarda da FITİK OLABİLİR

Eğer çocuğunuzun karında nedenini çözemediğiniz bir şişlik varsa ve o sürekli ağlıyorsa hemen doktora gidin

Özellikle erkek çocuklarda daha fazla görülen ve ağlıdığı için ortaya çıktığında dair yanlış bir kanımın olduğu kasık fıtıkları, özellikle yenidoğan döneminde sıkça rastlanıyor. **Hisar Intercontinental Hospital** Çocuk Cerrahisi Uzmanı Doç. Dr. Salih Somuncu, bunun doğumsal bir hastalık olduğunu söylerken, "En temel belirtisi kasıkta görülen şişliktir. Bu şişlik kabızlık, ağlama gibi karın içi basıncını artıran durumlarda ortaya çıkar. Bu nedenle aileler çocuklarının ağlama nedeniyle fıtık olduğuna dair yanlış bir kanıya kapılabilirler. Aksine çocuklar ağladıklarının için fıtık olmazlar, fıtık oldukları için ağlarlar" diye konuştu...

KENDİLİĞİNDEN İYİLEŞMEZ

Doç. Dr. Salih Somuncu sözlerine şöyle devam etti: Fıtık acile cerrahi gerektiren bir problemdir. Kendiliğinden iyileşmesi söz konusu değildir. Ameliyat; doktorun, hastanın ve ailenin hazır olduğu en kısa zamanda yapılmalıdır. Eğer ameliyat edilmez ise kısa vadede en kötü olan komplikasyon fıtığın büyümesidir. Genel anestezi altında yapılan operasyonun ardından hasta aynı gün taburcu edilir, ertesi gün ve 1 hafta sonra kontrole çağılır.

Karındaki şişliğe dikkat

■ Ameliyat sonrası o bölgede anormal şişlik kızamık olursa,
■ Cocukta karın şişliği görülürse,
■ Büyük abdest yapamama gibi bğsaksak sendromları ortaya çıkarsa hiç vakit kaybetmeden hekime başvurulmalıdır.

Ameliyat sonrası yapılacaklar

■ Ameliyat bölgesi travmaya maruz kalmamalıdır.
■ Fıtık kuzarabilir, hafif morarabilir. Bu ameliyatın normal sürecidir.



O BİR SALGIN: OBEZİTE

Cocukluğumuzu "Bir dirhem et bin ayyap örter", "Tabağında yemek hırsakları arkandan ağlar", "Can boğazdan gelir", "Zayıflık hastalık getirir" gibi sözleri duyarak geçirmeyenimiz mi? "Evet" diyenlerin seslerini duyuyor gibiyiz. Ancak simülterde çocuklarımızın minden tabakları kaçınılmaz hale geldi. Nedeni tüm dünyayı saran "Obezite salgını"...



dokturulamak gerekiyor. En zengin için kalıvıltı, en hafif için aksam yemeği olmalı. Özellikle geç saatlere kalımadan en az 30 dakikada önce sofrada yemek yemek gerekiyor. Ancak bunun çoğumuz yapamıyoruz.

ABUR CUBURUN ETKİSİ

Beslenme ve Diyet Uzmanı Sumru Özbay, piyasada satılan bisküvi, çikolata gibi ürünlerin obeziteye neden olduğunu söylerken, şöyle devam ediyor: "Bu gıdalarda kullanılan şekerler zorlamayla elde edilen bir şekerlerdir. Kullanılmaması gerekir. Mısırdan elde edilen şekerde yağlanma tamamı bel, kalça ve karında oluyor. Bu da beraberinde kalp hastalığı getirir. Elde hazırlanan sütü tatlılar ise kalp. En azından keçirgini biliyoruz. O da haftada ikiden fazla tüketilmemeli."

Dünya Sağlık Örgütü, obeziteyi "Sağlığı bozacak biçimde vücutta aşırı yağ birikimi sonucunda cildin sağlık sorunlarına yol açan durum" diye tanımlıyor. Pek çok ülkede olduğu gibi bizde de obezitenin önüne geçilmeye çalışılıyor. Ne kadar çeşitli kampanyalar yapılsa da obezitenin önüne geçmek için biraz da yaşam tarzımızda değişimimiz gerekiyor. Yani iş tamamen bizde bitiyor...
Te Hastalıkları Uzmanı Dr. Halil Kutlu, "Bütün hastalıkların kökenini dolu mideден geçiyor. Mideyi fazla

2030 için ürküten açıklama



Türk Kanser Araştırma ve Savaş Kurumu Demegü Genel Başkanı Prof. Dr. Tezer Kutluk, Gastrointestinal kanserlerin önemini ilk olarak Türkiye'ye kendilerinin tanıttığını, bu sebeple önemli Türkiye'de yaygın olarak bilindiğini söyledi. Prof. Dr. Kutluk şöyle devam etti: "2030 yılında dünyada, sadece nüfus artışından dolayı şimdi anda 12-13 milyon kişide görülen kanser hastası sayısı 26 milyona çıkacak. Aynı zamanda şimdi anda her yıl 6-7 milyon kişiyi kanserden kaybederken 2030 yılında 17 milyona çıkacak. Problem burada, bir taraftan tıp dünyasında kanser alanında yenilikler ve tedaviler çoğalıyor, taramalar artıyor ama

bir taraftan da kanserden ölen sayısı aynı orantıda artıyor."

"Korunması ve erken teşhisi mümkün olduğu halde dünyada her yıl 1,3 milyon kişi sindirim sistemi kanserlerine yakalanmakta" diyen Prof. Dr. Kutluk, "Dünya Sağlık Teşkilatı diyor ki; 2025 yılına kadar biz bulasız olmayan hastalıklardan ölümleri % 25 azaltabiliriz. Kanser tarihin derinliklerine gömülmüş ama bu yarı olmayacak. Sigarayı bırakırsak, doğru beslenirsek, egzersiz zaman ayırsak kansere yakalanmayız. Bütün dünya bu konu için çalışıyor. Herkes sağlıklı bir yaşam için çaba sarf ediyor" şeklinde konuştu.