

Başkanın Mesajı

Sevgili Okurlar,

Kış mevsimini sonlandırdık desek bile, deli mart geçmeden kış bitti demek zordur, 50-60 yaşlarında olanlar İstanbul 'daki beyaza bürünmüş mart aylarını çok iyi hatırlar.

İlkbahar geldi gibi, pozitif düşündükçe her şeyin daha güzel olacağını unutmayalım.

Bir kere yazmaya başladım, araştırmalarım devam ederken adalet sözcüğüne tekrar takıldım, önceki sayılarımızdan bir tanesinde yazar Emile Zola'nın yüzbaşı Dreyfuss olayı hakkındaki kitabını hepimiz hatırlar, adalet kavramının hepimiz için ne kadar değerli olduğunu fazlasıyla hissederiz.

Paylaşmak istediğim hikaye şöyle;

Hukuk fakültesinde bir öğretim görevlisi derse girer ve bir öğrenciyi adını sorar, öğrenci "Ali" diye cevap verir.

Öğretmen bir anda,

"Defol bu sınıftan, bir daha asla dersime gelme" der.

Bütün öğrenciler şaşkınlık içindedir, neye uğradığı şaşırın Ali de sınıfı terk eder.

Herkes ne olduğunu anlamak için beklemektedir hiç birinden tek bir ses bile çıkmaz...

Hoca sınıftaki sessizlikle beraber ileri geri yavaş yavaş dolaşmaya başlar, bütün öğrencileri şöyle biraz süzdükten sonra, tabi bu arada herkes göz temasından kaçır, başlar derse.

Hoca: "Kanunlar ne için vardır?" diye sorar ve ders başlar...

Bir çok cevap gelir, bir öğrenci düzeni korumak, diğeri toplumda yaşayan bireylerin hak ve hürriyetini sağlamak için, öbürü yaşam haklarını idame ettirmek, bir başkası devlete güveni, o devletin saygın bir vatandaşı olduğunu göstermek için, bir diğeri her yerde hakkını yasalar çerçevesinde arayacağını bilmek ve devletin vatandaşına haklarını nasıl arayacağını göstermek için...

Hoca başka diye tekrar sorunca bir öğrenci de "Adalet için" diye cevap verir.

Bu cevabı verene hoca parmağı ile işaret ederek işte aradığım cevap bu dercesine "Peki az önce arkadaşınıza adaletsiz davrandım mı?", herkeste aynı cevap "Evet hocam".

Öğretim görevlisi sınıf kapısını açarak dışarıdaki öğrencisini içeri alır ve teşekkür edip yerine geçebileceğini söyler, herkes bunun bir senaryo, oyun olduğunu anlar.

Fakat hoca son sözlerini söylememiştir henüz; "Peki buna hepiniz şahit oldunuz, neden

tepki göstermediniz, bir açıklama istemediniz, arkadaşınızın hakkını savunmadınız!?"

Herkes susar, çıt yok. Hoca, Bakın sevgili arkadaşlar, bu olaydan hepinizin çıkarması gereken bir öğüt var, bunu size 100 saat sınıfta ders versem anlatamazdım der ve son sözlerini söyleyip dersi bitirir.

"Asla bana dokunmayan yılan bin yaşasın zihniyetinde olmayın, o yılan bir gün mutlaka sizi de sokacaktır."

"Adaletsizliğe şahit olup göz yuman insanlar haysiyet ve onurlarını kaybetmeye mahkumdur." "Bir şahsa karşı yapılan haksızlık, herkese karşı yapılmış bir tehdit demektir."

Hastanemizde uzman doktor, hemşire, sağlık personeli ile, tedavi yöntemlerini son teknolojik tıbbi cihazlar, yakın ilgi ve güler yüz ile birleştirerek sizlere sunmaya devam ediyoruz.

Or-Ahayim hastanesi bahçesinde bahar mevsimine girerken, harika çiçekler, böcekler, kuş civıltıları içerisinde kafeteryamızdan tadım yapmayı, çay, kahve içmeyi ihmal etmeyin..

İlkemiz "**İnsana Yatırım ve İnsana Saygı**"

Şifa almaya gelenlere geçmiş olsun dileklerimizle..

Sağlıkla kalın,
Sevgiyle kalın,
Hoşçakalın,

Saygılarımla,
Yaşar Abuaf
Başkan

or-ahayim'den Haberler



BİLEDİĞİNİZ ZAMAN
MOBİL UYGULAMANIZLA
RANDEVU ALIN!



or-ahayim Hastanesi

facebook, twitter, youtube
ve instagram'da

Web sitemiz yenilendi.

Android cihazlara uyumlu mobil uygulamamızı cep telefonunuza indirebilirsiniz. Hastane ile ilgili tüm bilgileri inceleyebilir, online randevu alabilir, laboratuvar sonuçlarınızı görebilir, adres ve yol tarifi alabilirsiniz. Ayrıca web sitesi adresimizde whatsapp üzerinden hastanemizle ilgili sorularınızın cevaplanmaktadır.

www.balathastanesi.com.tr

**Uzman hekim gözetiminde
Görüntüleme ve Laboratuvarımız
24 saat hizmetindedir...**

or-ahayim'den Yenilikler



Beyin ve Sinir Hastalıkları (Nöroloji) Uzmanı, Elektronörof izyoloji (EEG,EMG, VEP, SEP), Migrende botox tedavisi yapan
Uz. Dr. Şule Deveci
hastanemizde görevine başladı.

Bilgi ve Randevu

Tel: 0212 491 00 00 (pbx)
www.balathastanesi.com.tr



Sağlığınız için Check-Up'ı ihmal etmeyin !

Check-up ya da Türkçe karşılığı ile "dönemsel sağlık taraması" hiçbir şikayeti olmayan kişilerde gizli biçimde var olabilecek bazı hastalıkları erken safhada saptamak amacıyla yapılan muayene ve tetkiklerden oluşur. **Check-up** sonucunda, kişide gizli kalmış ve ileride hastalığa yol açacak problemler saptanırsa, önleyici tedbirler alınabilir. Böylece hastalıkların ortaya çıkması önlenir veya erken teşhis ile hastalığın ilerlemesi engellenebilir.

NEREDE YAPTIRILIR?

Toplumumuzdaki yanlış algılamalardan biri de, kişinin bir laboratuara başvurup sadece kan örneği vererek, sonuçlarını bir liste halinde aldığı zaman check-up yaptırmış olduğunu sanmasıdır. Oysa ki, doktor muayenesi bulunmayan bir işlem, ciddi bir check-up sayılamaz. Hekim, kişiyi ilk gördüğü andan itibaren dış görünüşünde bile bazı hastalıklar hakkında ipucu elde edebilir.

Hastanın şikayeti, hikayesi, özgeçmişi, soy geçmişi ve alışkanlıklarına ilişkin bilgiler, bir hastalık hakkında tanıya ulaşmakta büyük önem arz eder. Hekim muayenesinde elde edilecek fiziki bulgular, yapılacak laboratuvar tetkikleri, radyoloji tetkikleri, ultrasonografi, tomografi gibi ileri tıbbi görüntüleme yöntemleri teşhisin kesinleşmesine yardımcı olur. Bu nedenlerle check-up'ın tam teşekküllü bir sağlık kuruluşunda yapılması gerekir.

Check-Up'a Gelmeden Önce Nelere Dikkat Etmelisiniz?

Hamile iseniz veya bu konuda kuşularınız varsa işlemlere başlamadan önce mutlaka doktorunuza bildiriniz.

Daha önce yapılmış test ve tetkik sonuçlarınızı lütfen beraberinizde getiriniz.

Mutlaka randevu alınız ve randevu günü hiçbir şey yemeden ve içmeden geliniz.(8-12 saatlik bir gece açlığı yeterlidir.)

Rahat bir kıyafetle geliniz, programınızda eforlu EKG varsa koşuya uygun bir kıyafetinizi yanınızda getiriniz.

Kalp veya tansiyon ilacı kullanıyorsanız, mutlaka check-up'ı uygulayacak doktorla bir kaç gün önceden konuşunuz.

İki gün süreyle kırmızı et, brokoli ve turp gibi besinler almamış olmanız tavsiye

edilir.

C vitamini kullanılıyorsa, iki gün öncesinden kesilmelidir.

Demir içeren ilaçlar üç gün önceden kesilmelidir.

Kadınlar için check-up'ın menstruasyon (adet) günlerine rastlamaması tavsiye olunur.

Radyolojik İncelemeler

Akciğer röntgeni: Kalp ve solunum sisteminin ön değerlendirmesinde kullanılır.

Mammografi ve Meme US: Meme kanserinin erken tanısında kullanılır.

Tüm batın US: Karın içi organlarda (böbrek, karaciğer, safra kesesi, pankreas, yumurtalıklar ve rahim, prostat) oluşabilecek hastalıkların tespitinde kullanılır.

Laboratuvar incelemeleri

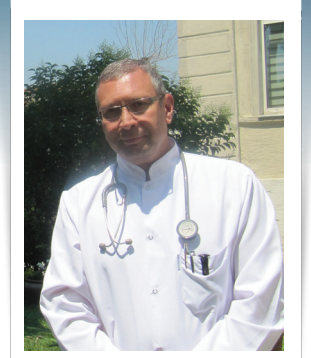
ALP/ GGT/AST/ALT: Karaciğer, safra ve safra yolları, kalp ve böbrek hastalıkları ile ilgili oluşabilecek hastalıkların tanısında kullanılan testlerdir.

Kolesterol paneli: Kalp damar hastalıkları yönünden risk belirlenmesi, kolesterol metabolizmasının değerlendirilmesi, diyet veya tedavinin düzenlenmesi ve takibi gibi amaçlarla kullanılır.

Kan sayımı: Kansızlık başta olmak üzere, çeşitli kan hastalıkları ve pek çok diğer hastalığın tanısında fikir verir.

Elektrolitler: Su ve elektrolit dengesindeki bozuklukların tespitinde kullanılır. Bazı hormonal hastalıklar ve böbrek hastalıkları hakkında bilgi verir.

CRP/ Sedimentasyon: Genel hastalık belirteçleridir. Romatizma, kanser gibi hastalıklarda da ön tanı tetkiki olarak kullanılır.



Uz. Dr. Sadi Rüştü Vural
İç Hastalıkları Uzmanı

Gaitada gizli kan: Sindirim sistemindeki kanama ve kanserlerin ön tanısında kullanılır.

Açlık kan şekeri: Şeker hastalığının tarama, tanı ve takibinde yardımcı olur.

HBsAg: Hepatit B hastalığının tanısında kullanılır.

Ürik asit: Gut hastalığının tanı ve izlenmesinde kullanılır.

BUN/ Kreatinin: Böbrek hastalıklarının erken tanısında kullanılır.

Tam idrar: Böbrek ve idrar yolu hastalıklarının ön tanısında kullanılır.

PSA/ serbest PSA: Prostat kanserinin ön tanısında kullanılır.

TSH: Tiroid hastalıklarının tespitinde kullanılır.

CA 125: Yumurtalık kanserlerinin ön tanısında ve tedavi takibinde kullanılır.

HbA1C: 3-4 aylık bir süredeki ortalama kan şekeri düzeyi hakkında bilgi verir.

Diğer Terimler

Efor testi ve EKG: Kalp ritim düzensizliklerinin ve koroner damar yetersizliğinin ön tanısında kullanılan metotlardır.

Ekokardiografi: Kalp kası ve kapakçıklarının değerlendirilmesinde kullanılır.

Vajinal smear ve kültür: Rahim ağzı kanserleri ve iltihaplarında erken tanı için uygulanan yöntemlerdir. 18 yaş üstü her kadının düzenli yaptırması gereken bir testtir.

"Bu tetkiklerin her biri tüm check-up paketlerinde bulunmayabilir bazı tetkikler gerektiğinde programa eklenecektir."

Thermal Welding ile Kansız ve Ağrısız Bademcik Ameliyatı

Bademcik, boğazın sağında ve solunda birer adet bulunan, boyutları kişiden kişiye değişen vücut savunma sisteminin parçası olan bir organdır. Bademcikler normalde vücut için gerekli yapılardır.

Çocukluk çağında,

1-Çok fazla enfeksiyona yol açıp büyüme gelişmenin gerilemesine yol açtığı durumlarda

2-Geniz etiyle beraber çok fazla büyüyüp gece uyku konforunu bozan ve kalbi etkilemeye kadar giden solunum bozukluklarına yol açtığı durumlarda

3-Büyümesiyle sesin rezonansını

etkileyip konuşma bozukluklarına yol açtığı durumlarda

4-Geçirilen bademcik enfeksiyonu sırasında ateş yükselmesiyle beraber, düşmeyen ateş sonucu havale geçirilen durumlarda

5-Geniz etiyle beraber çok fazla büyüyüp çene,damak ve diş gelişiminin bozulduğu durumlarda alınması gerekmektedir.

Erişkinlerde,

1-Çok fazla enfeksiyona yol açıp iş gücü kaybına neden olduğu ve hayat konforunu azalttığı durumlarda

2-Çok fazla büyüyüp gece uyku konforunu bozan ve kalbi etkilemeye kadar giden solunum bozukluklarına yol açtığı durumlarda,

3-Bademcik içinde bulunan kripta adı verilen boşluklara yemek artıklarının girmesi sonucu oluşan ağız kokusuna neden olan bademcik taşlarının sosyal hayatı etkilemeye başladığı durumlarda, alınması gerekmektedir.

Bademcik ameliyatının birçok şekli olup ben ameliyat sonrası kanama



Op. Dr. Mehmet Sinan Oduncu
Kulak Burun Boğaz Uzmanı

riskinin çok çok az olduğu, bıçağın kullanılmadığı, ameliyat sonrası ağrının diğer yöntemlere göre daha az olduğu, iyileşmenin daha hızlı olduğu thermal welding yöntemini kullanıyorum.

Thermal welding ısı enerjisiyle çevre dokuya zarar vermeden bademcikleri çıkarma yöntemidir. Bu yöntemin diğer tekniklere üstünlüğü

1-Ameliyat süresini kısaltarak hastanın daha az anestezi alması

2-Bıçak ya da kesici alet kullanılmaması nedeniyle ameliyat sonrası dönemin daha az ağrıya geçirilmesi

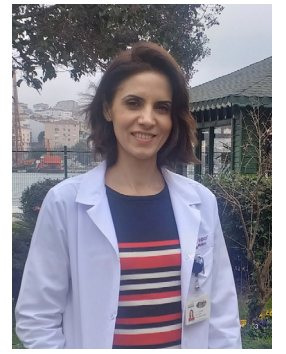
3-Bademcik ameliyatı sonrası oluşmasından en çok korkulan kanama riskinin en aza indirmesi

4-Ameliyat sahasında kan olmaması nedeniyle ameliyat sahasının sağlıklı görüntülenerek yanlış müdahale riskinin ortadan kaldırılmasıdır.



Migren Tedavisinde Botoks Uygulaması

Baş ağrısı toplumda en sık görülen hastalıklardan birisidir. Tek başına olabileceği gibi birçok hastalıkla birlikte de olabilir. Nöroloji doktorlarına müracaat eden 3-4 hastadan birinin yakınması baş ağrısıdır. Neredeyse herkes yaşamı boyunca en az bir kez baş ağrısı yaşamaktadır, yani baş ağrısı aslında herkesi ilgilendiren bir sorundur. Baş ağrılarını genel olarak nedenlerine göre primer (nedeni bilinmeyen) ve sekonder (belirli bir nedene bağlı olanlar) olarak sınıflandırabiliriz.



Uz. Dr. Şule Devci
Nöroloji Uzmanı

Migren nedir?

Nedeni bilinmeyen baş ağrıları içinde en yaygın olanı ise migrendir. Migren, nörolojik, gastrointestinal ve otonom değişikliklerin çeşitli şekillerde eşlik ettiği primer epizodik bir baş ağrısı bozukluğudur. Nörolojik muayeneler, görüntüleme ve laboratuvar incelemeleri genellikle normaldir ve bunlar daha korkutucu diğer klinik hastalıkların nedenlerinin dışlanmasında yarar sağlar. Yıllık migren atak oranına bakarsak

erkeklerde %6-8, kadınlarda %15-18 oranındadır. Yani kısaca ülkemizde her 6-7 kişiden birisi migren hastasıdır. Kadınlarda erkeklere göre yaklaşık 3 kat daha fazla görülmektedir. Migren sıklığı yaşlı popülasyonda azalmakta olup en sık görüldüğü yaşlar ise 35-45 arasındadır.

Migren tipi baş ağrısının belirtileri nelerdir?

- Krizler yani ataklar halinde gelir.
- Ataklar 4-72 saat arasında sürmektedir.
- Genelde ağrı başın tek tarafındadır.
- Ağrı zonklayıcı özelliktedir.
- Orta veya şiddetlidir.
- Bulantı ve/veya kusma olur.
- Auralı tiplerinde ağrı başlangıcında görsel bulgular (kırık ışıklar, görme bozuklukları, bulanık görme gibi) olur.
- Baş hareketleri ve günlük fiziksel aktiviteyle ağrı artar.
- Işıktan ve sestten rahatsızlık duyulur.

Migrenin tipleri nelerdir?

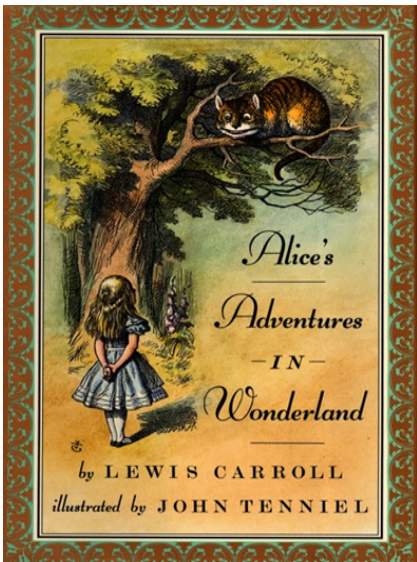
Migren değişik şekillerde sınıflandırılabilir. Ortaya çıkış şekillerine göre aurasız migren ve auralı migren olarak ikiye ayırabiliriz. Tüm migrenlerin yalnızca yüzde 10'u auralıdır.

Aura'yı ön belirtili olarak açıklayabiliriz. Bu belirtilerin çoğu görmeye ilgilidir.

Hasta ağrısı başlamadan genellikle 15-45 dakika kadar önce parlak ışıklar, zig zag çizgiler gördüğünü ya da görmenin bulanıklaştığını, bir alanda veya bir bölgede görme kaybı olduğunu söyler. Daha az olarak ise aura döneminde kolda, bacakta uyuşma, baş dönmesi, konuşmayla ilgili bozukluklar da görülebilir. Bu durum 20-30 dakika sürer ve ardından ağrı başlar.



Migren ayrıca görülme sıklığı ve atak sayısına göre de sınıflandırılmaktadır. Atak durumuna ve ağrı sıklığına göre migren 2'ye ayrılır. Bunlardan birisi epizodik migren, diğeri de kronik migrendir. Epizodik migren daha aralıklı ataklarla gelen migrendir. Kronik migren diyebilmemiz için o hastada son 3 aydan beri ayın en az yarısında yani 15 gün ve üzerinde ağrılı dönem olması,



Alice in wonderland sendromu

bu ağrının en az 8'inin migren özelliği taşıması gereklidir. Ağrı sayısı bunun altında ise o zaman epizodik migren diyoruz. Epizodik migren oranı her iki cinsten de daha yüksektir. Tüm migrenin % 7-8'ini kronik migren oluşturmaktadır. Ortalama oran söylemek gerekirse kronik migrenin tüm toplumda görülme sıklığı %1-2'dir.

Migreni tetikleyen faktörler nelerdir?

Migren ortaya çıkarken bunu tetikleyen bazı faktörlerde söz konusudur. Bunların bir kısmı önlenemez olduğundan migren ağrısı olan bir kişi kendi ağrılarını neyin tetiklediğini saptayabilirse belki de bazı atakları tamamen önleme şansına kavuşabilir. Bunlar içinde özellikle çok fazla miktarda yiyecek suçlanmaktadır. En çok suçlananlar ise çikolata, kabuklu kuruyemişler, baharatlar, deniz ürünleri, bazı gıdalara konulan aspartam gibi katkı maddeleri, peynir, kırmızı şarap ve bira gibi alkollü içecekler, salam, sucuk, sos, hatta bazı hastalarda meyve ve sebzeler gibi. Bu liste giderek uzamaktadır. Ancak, her hastada migren ağrısını artıran yiyecek farklı olabilir. Önemli olan kişinin ağrısını tetikleyen nedeni kendisinin bulup buna karşı önlem almasıdır.

Yiyecekler dışında, uyku düzenindeki değişiklikler (uyku azlığı ya da fazlalığı), hava kirliliği, sigara dumanı, aşırı fiziksel ve zihinsel yorgunluklar, yüksek ses ve gürültülü ortamlar, parfüm kokusu ya da diğer kokular, mevsimsel değişiklikler (özellikle ilkbahar ve sonbahar) ve hava değişiklikleri (sıcaklık ve nem değişikliği, lodos, aşırı sıcak veya soğuk), açlık ve öğün atlama, stres, stres sonrası dönem (hafta sonu ya da tatil), anksiyete, endişe, depresyon, doğum kontrol hapları gibi önlenemez birçok faktör sayılabilir. Ayrıca kadınlarda hormonal nedenler (regl dönemleri gibi) migreni tetiklemektedir.

Kadınlarda migrenin daha fazla olması, menstruasyon dönemlerinde atakların artması, hamilelikte görecelide olsa atak sayılarında azalma olması, doğum kontrol hapı kullananlarda atakların artması ve menopozdan sonra bazı hastalarda ağrıların kaybolması, hormonların migren oluşumundaki etkilerini göstermektedir.



Migren tedavisi nasıl yapılır?

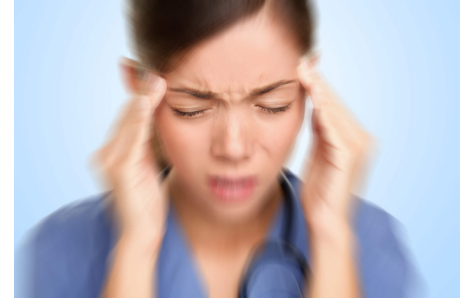
Migreni tedavi ederken aynı zamanda oluşabilecek migren ataklarının da önüne geçmek gerekir ki bu hastanın korunmasına yöneliktir. Örneğin, şunları kendiniz yaparak migren ataklarından korunabilirsiniz:

- Işıktan rahatsız olanlar güneş gözlüğü kullanabilir.
- Aşırı kalabalık ve yorgunluktan uzak durmak gerekir.
- Stresten uzak durmalı ve düzenli bir yaşam sürmelisiniz.
- Gerginlik yaratan durumlardan kaçınmalı, kendinizi rahatlatan aktivitelere yönelebilirsiniz.
- Yürüme, hafif egzersiz bedeninizin rahatlamasını sağlar.
- Migren atağı başladığında yastıksız bir yatağa uzanın (gürültüden, ışıktan uzak) ve uyumayı deneyin.
- Ayağınızı sıcak ya da soğuk suya koyup rahatlayabilirsiniz.
- Baş ağrısı zonklayıcı bir şekildeyse buz torbası koymak faydalı olur.
- Baş boyun bölgesine yapılan masaj da rahatlamak için yararlıdır.

Bunların dışında hekim kontrolünde ilaç tedavisi uygulanabilir. Migren tedavisi atak tedavisi ve önleyici tedavi olmak üzere 2'ye ayrılır. Atak tedavisinde triptanlar dediğimiz beyin damarlarını büzen migrene özel ağrı kesiciler kullanılır. Genellikle beraberinde bulantı ve kusma gibi şikayetlerde eşlik ettiğinden bulantıyı önleyici ilaçları da kullanmak gerekmektedir. Ayda 2'den fazla migren atağı geçirenlerde önleyici tedavi uygulanır. Bu amaçla başlıca antidepressan ve anti epileptik grubundan çeşitli ilaçlar tercih edilebilmektedir.

Migren hastalarına Botulinum Toksini (BoNT) tedavisi nedir?

Migren bilindiği gibi insanların yaşam kalitesini ve günlük aktivitelerini belirgin şekilde etkileyebilen bir hastalıktır. Yıllardan beri migren hastaları atak sırasında alınan ya da atakların gelmesini önlemeye yönelik (proflaktik) değişik ilaçlar kullanmaktadırlar. Ancak son yıllarda daha çok gündeme gelen



Botulinum Toksini (BoNT) tedavisi vardır. Clostridium botulinum adlı bir bakteriden salgılanan bir toksin olan Botulinum Toksini (BoNT A) (ticari adı BOTOX®) nöroloji kliniklerinde distoni, aşırı terleme, spazm, spastisite gibi hastalıkların tedavisinde uzun zamandan beri kullanılmaktadır. Ülkemizde bu toksini içeren Botoks ve Dysport isimli iki preparat var. Kronik migrenin proflaktik tedavisinde BOTOKS Sağlık bakanlığı tarafından da ruhsatlandırıldı.

Bu uygulamaları konusunda deneyimli Nöroloji uzmanları yapmalıdır. BoNT uygulaması özel deneyim gerektiren bir konudur. Baş, yüz ve boyunda özel bazı kaslara değişik noktalardan uygun dozlarda toksin enjeksiyonu yapılarak uygulanmaktadır. BoNT uygulamasının etkisi birçok bilimsel çalışma ile de kanıtlanmıştır.

BoNT uygulanabilmesi için hastalara kronik migren tanısının konulması gereklidir. En önemli konu ise kronik migren tanısının doğru konulmasıdır. Çünkü migren hastalığı için bir biyolojik belirteç yoktur. Hastanın nörolojik muayenesi, hastalık öyküsü ve baş ağrısına neden olabilecek tüm etkenlerin dışlanması ile konulabilmektedir.

Kronik migren hastaları yaşam kalitelerinin çok bozulduğu, günlük işlerinin büyük oranda aksamasına neden olduğu, çok fazla ilaç kullanan ve bu ilaçların hem yan etkileri, hem de istenen etkiyi her hastada yeterince göstermemeleri nedeniyle çok zor durumda olan hastalardır.

Birçok hasta bu uygulama hakkında yeterli bilgiye sahip değildir. Önemli bir konuyu da mutlaka belirtmek isterim, kronik migren tanısı konulurken ağrıların aşırı ilaç (ağrı kesici) kullanımına bağlı olmaması gerektiği unutulmamalıdır.

İlaç tedavisine yeterli yanıt alınamayan, kronik migren hastaları için uyguladığımız Botulinum Toksini tedavisi migren hastaları için yeni ve iyi bir seçenek durumuna gelmiştir.

Kronik Mide-Onikiparmak Bağırsağı İltihabı

Kronik mide-onikiparmak bağırsağı iltihabı daha çok ruhsal gerginlik içinde olan ve otonom sinir sistemi değişken kişilerde görülür. Başlıca nedenleri mukoza örtüsünü tahriş edici yiyecekler, düzenli diş bakımının yapılmaması, yiyecekleri iyi çiğnemedi ya da çok sıcak, içecekleri ise çok soğuk yutma alışkanlığı; aşırı alkol alımı, ayrıca gut, şeker, hipertiroidizm, böbrek yetmezliği, bağırsak ve safrakesesi iltihapları gibi hastalıklardır.



Op. Dr. Yiltan Devenci
Genel Cerrahi Uzmanı

Özellikle kronik mide iltihabı yüzeysel iltihaplanma gibi ilerleyici bir enfeksiyondur ve midede doku gerilemesine neden olur. Belirtiler bazen değişkendir, ama sürekli oluşları nedeniyle halsizlik ve sıkıntıya yol açarlar. Mide iltihabı (gastrit) hastaları sabah ağızlarında kötü bir tat ve bazen bulantı ile uyanır bazı zamanlar da aç karnına kusarlar. İştah normal ya da azalmış olabilir.

Bağırsak işlevleri düzensizdir, genellikle kabızlık görülür. Sonunda besin alımının azalmasıyla hasta zayıflamaya başlar. Günün büyük bölümünü besinleri sindirme çabasıyla geçme kişinin ruhsal durumunu da olumsuz etkiler.

İNCELEMELER

Tanı açısından en değerli inceleme yöntemi gastroskopidir; ama kronik mide iltihabı (gastrit) olgularında mide filmi de yararlı bilgiler verir. Tanıda en yararlı yöntem, gastroskopik incelemede alınacak mide mukozası biyopsisi örneğinin mikroskopla incelenmesidir.

HEKİMLE İŞBİRLİĞİ

Kronik mide iltihabının tedavisi uzun zaman gerektirir, çoğu olguda sorumlu

etkenin saptanması zaman gerektirir. Bu durum da hekimin önerilerine dikkatle uyulmalıdır.

Beslenmeye sınırlama getirmenin yararı tartışmalıdır; ama besinlerin yavaş yenmesi ve iyi çiğnenmesi gerekir, ayrıca yemeklerde aşırıya kaçmamak önemlidir. Öğle ve akşam yemeğinde çok yiyip iki öğün arasında aç kalmaktansa hafif ve sık öğünler halinde beslenmek, midede asit üretiminin düşük düzeyde kalmasını sağlar.

Yaygın inanışın tersine, bira, kolalı içecekler ve kahveye oranla süt midede asit salgısını daha çok uyarır. Alkol de mide salgısını fazla uyarıcı bir madde değildir. Ama alkol oranı yüksek içkiler, mide mukozasında akut mide nöbetlerine neden olabileceğinden özellikle hastalığın akut evrelerinde alınmamalıdır. Kahve, kafeini alınmış olsa bile, mide salgısını uyararak mide ağrısını artırır; ama kahvenin mide iltihabı ya da ülseri tehlikesini arttırdığı söylenemez.

Sonuçta beslenme açısından doğru olan, yüzeysel bir yaklaşım gibi görünse de, hastaya onu rahatsız eden, yakınmalarını artıran yiyecek ve içeceklerden uzak durmasını öğütlemektir. Mide iltihabının (gastrit) gelişmesini ve ağırlaşmasını kolaylaştıran sigaradan kaçınmak da

önemli bir tıbbi önlemdir.

Beslenmenin sınırlandırılmasıyla birlikte bazı ilaçların kullanılması, özellikle asit salgısının arttığı olgularda, midenin salgı işlevlerindeki değişiklikler den kaynaklanan bozuklukların ve ağrının hafifletilmesini sağlayabilir.

Aşırı asit salgısıyla seyreden mide iltihabında belirtilere yönelik tedavide önerilen ilaçların en önemlisi, asit gidericilerdir. Sodyum bikarbonat, magnezyum tuzu ve kalsiyum karbonatın eşit oranlarda karışımı önerilebilir; bu oranlar kabızlık (magnezyum tuzu artırılır) ya da ishal (kalsiyum karbonat artırılır) durumuna göre değiştirilir. Piyasada değişik formüllü birçok ilaç bulunmaktadır.

Spazm çözücü ve mide-onikiparmakbağırsağı hareketlerini düzenleyici ilaçlar da yararlıdır. Yiyecekler basit olmalıdır; alkol ve kahvenin yanı sıra başka amaçla verilen ilaçlardan sakınılmalıdır. Mide salgısını uyardıklarından, atrofik mide iltihabında alkol ve kahve belirli miktarda verilebilir. Kronik bir iltihabi sürecin son evresi olan kronik atrofik mide iltihabının da genel önlemlere ek olarak bu evreye özgü bozuklukları da gidermek gerekir.

Bölgesel Zayıflama

İnsanların kilo vermek istemelerinin sayısız nedeni vardır; bunlar arasında fit bir görünüm , sağlığın iyileştirilmesi , kalp hastalığı, diyabet gibi kronik hastalık riskinin azaltılması da vardır. Bazı insanlar kiloyu orantılı olarak taşırlar, diğerleri ise popo, basen veya göbek gibi belirli bölgelerde orantsız kilo alırlar. Cinsiyet, yaş, genetik ve yaşam tarzı, kilo alımı ve inatçı vücut yağ bölgelerinin oluşmasında rol oynar.Örneğin, kadınlar vücutlarında erkeklere göre daha fazla yağ depolar, ayrıca bu yağları genelde karın,göbek ve basen bölgelerinde muhafaza ederler. Bununla birlikte, menopoz öncesi ve menopoz sırasında, hormonal değişiklikler, göbek bölgesinde ayrıca yağlanmaya neden olabilir.Öte yandan, erkeklerin tüm yaşamları boyunca göbek bölgelerinden kilo almaları daha olasıdır. Bölgesel zayıflama sorunlu bölgelerdeki yağları hızlı bir şekilde azaltmak için uygulanan çeşitli yöntemlerdir.



Uz.Dr.Orkhan Bairamov
Dermatoloji Uzmanı
Özgen Dişençe - Aylin Alptekin
Uzman Estetisyenler

PASİF JİMNASTİK

Pasif jimnastik, vücuda radyo dalgalarının verilmesi ve kasların hareket etme işlemidir. Çalışan kaslarımızla birlikte, çalışmayan kaslarımızın da radyo dalgalarıyla hareketini sağlar. Güç kaybetmeden spor takviyesiyle zayıflama ve hücreleri sıkılaştıran bir yöntemdir.Tamamen vücut yapısına ve kişiye özel çalışır. Bölgesel zayıflama, selülit tedavisi, sırt ve bel ağrılarının giderilmesinde, istenmeyen göbeğin ve toparlanmasında kullanılır.



LENF DRENAJ

Vücuttaki ödem ve toksinlerin atılmasını ve dolaşım sisteminin düzenlenmesini sağlar. Lenf dolaşımının bozulması sonucu başta selülit olmak üzere pek çok hastalık meydana gelmektedir. Bu tedavide lenfatik akım yönünde farklı güçlerde basınçlar uygulanarak lenf dolaşımının hızlanması sağlanır. Vücutta oluşan ödemin atılmasında, selülit tedavisinde, bölgesel zayıflamada ve vücut sıkılaştırmada kullanılır.



Egzersiz İlaçtır !

Egzersiz, düzenli ve tekrarlı vücut hareketlerini içeren fiziksel aktivelere verilen isimdir. Fiziksel aktivite günlük yaşam içerisinde kas ve eklemlerimizi kullanarak enerji tüketimi ile gerçekleşen, kalp ve solunum hızını arttıran ve farklı şiddetlerde yorgunlukla sonuçlanan aktiviteler olarak tanımlanabilir. Yürüme, koşma, sıçrama, yüzmeye, bisiklete binme, çömelme kalkma, kol ve bacak hareketleri, baş ve gövde hareketleri gibi temel vücut hareketlerinin tümünü ya da bir kısmını içeren çeşitli spor dalları, dans, oyun ve gün içerisindeki aktiviteler fiziksel aktivite olarak kabul edilebilirler.



Uz. Fzt. Hayrettin Horoz
Uzman Fizyoterapist

Bunun yanı sıra fizyoterapistler tarafından uygulanan tedavi edici (terapötik) egzersizler de mevcuttur. Bu egzersizler ağrıyı azaltmak ya da yok etmek, nefes alışverişini, kalp damar fonksiyonlarını ve dayanıklılığı geliştirmek, koordinasyon, denge ve kas kuvvetini geliştirmek, yaralanmaları önlemek amacıyla uygulanır.

Kişiden kişiye değişmekle beraber yapılan bilimsel çalışmalar; 24 seanslık (haftada 3 kez-8 hafta, haftada 2 kez-12 hafta) egzersizle ağrının azaldığını göstermiştir. Egzersizin işe yaraması için en önemli kriter "düzenli" yapılmasıdır.

Egzersizler bireyin cinsiyetine, yaşına, rahatsızlıklarına ve ihtiyaçlarına göre

düzenlenmiş olmalıdır. O yüzden "kişiyeye özel" planlanmalı ve uygulanmalıdır. Böylelikle bireyin egzersizden maksimum fayda sağlaması ve olası bütün risklerin minimuma indirilmesi sağlanır. Yanlış egzersiz sakatlanma yaratabilir. Bu sebeple fizyoterapist eşliğinde ve amaca yönelik yapılmalıdır. Fizyoterapistlerin elindeki en önemli güç egzersizdir. Dönem dönem kullandıkları yöntem ve araçlar daha popüler hale gelmekteyse de hepsinin temelinde egzersizin iyileştirici gücü yatmaktadır. Pilates, reformer, cybex vb. yöntem ve araçlar yanlış ellerde uygulandığında yaralanmalara ve sakatlanmalara yol açabilir. Bu bağlamda fizyoterapistin önemi öne çıkmakta, egzersiz ilaçtır

cümlesi anlam kazanmaktadır.

Kas-iskelet sistemi yaralanmaları ve hasarları oluştuğunda medikal tedavi ve fizik tedavi uygulamaları genellikle 3 hafta sürmektedir. Bu süre sonucunda doku rejenerasyonu ve postür kaslarının eğitimi ve güçlenmesi için gerekli süre 4-6 ay gibi bir süredir. 3 haftalık klinik süreç sonucunda egzersizlere devam etmek bütüncül tedavi ve iyileşmenin devamlılığı-kalıcılığı açısından çok önem arz etmektedir.

Görüş ve Düşünceleriniz

Sayın Başkan, Değerli Başhekim ve hastanemizin tıp kadrosu, uzun yıllar zevk ve heyecanla gönüllü olarak emek verdiğim asırlık Sağlık kurumumuzun, bir hasta olarak ne seviyelere ulaştığını görmek beni çok gururlandırdı. Hepinizi çalışmalarınızdan dolayı candan kutluyor, bütün ekibin bana ve eşime gösterdiği yakınlık ve ilgiden dolayı çok duygulandığımı ifade etmek istiyorum. Ülkemizde birçok tıp merkezi mevcuttur, ancak tıbbın ve sevginin birlikte yaşandığı ender hastanelerden biri övünerek söyleyebilirim ki Or-Ahayim hastanesidir. Başarılarınızın devamı yolunda temennilerimi sunuyorum. Saygı ve sevgilerimle,

E. M.

Özel Balat Hastanesi, Güzel Haliç'in kıyısında, harika botanik bahçesi ve tarihi güzel binaları ile eşsiz bir hastane. En değerlisi Sayın Dr. Tunç Çelebi olmak üzere doktorları, hemşireleri, personeli ve en cana yakın Eva Hanım'la birlikte tam bir gizli bahçe... Her hasta olarak gelişimde, beni sağlıklı olarak eve gönderdikleri için herkese teşekkür ediyorum. Sevgilerimle,

Z. B.

Sevgili Or-Ahayim Özel Balat Hastanesi, Sevgili Tunç kardeşimizin başhekimliğini yaptığı hastanemize ikinci gelişim, bu sefer bir gece yattım. Gerek doktorlarınızın gerekse çalışanlarınızın gösterdiği yakın ilgi ve şefkat beni çok duygulandırdı. Bu sıkıntılı yıllarda gülen yüzler görmek umutlandırıyor bizleri. Dolu dolu teşekkürler,

A. K.

Balat'ta II. Mahmut Döneminden kalma bu hastane, yıllardır merak ettiğim ama gelememişim Balat güzergahının ilk deneyimini güzelliklerle yaşattı bana. İlk turistik gezimin hastane oluşu ve ameliyatının başarılı geçişi de ayrı bir huzur kaynağı oldu. Hastaneye yaraşır bir şekilde tüm hemşire ve ekibin enerjisi muazzamdı. Dilerim ki hayatınız boyunca bu neşeyi korursunuz. Hastalar için oldukça motive edici. Her şey için

çok teşekkür ediyorum. Sevgilerle,

F. S.

Özel Balat Hastanesi Ailesine, Öncelikle hastanemiz Başhekimi Tunç Çelebi Bey'e, bir sene arayla iki ameliyatımızı gerçekleştiren Sn. Op. Dr. Yıldıran Devci Bey'e sonsuz şükranlarımızla ve sevgilerimizle teşekkür ederiz. Tüm personelinizin saygılı ve güler yüzlü olması bizleri çok mutlu etti. İyi günlerde tekrar karşılaşmak dileğiyle,

İ. T. A. ve F. K. A.

Or-Ahayim Balat Hastanesi'ne; Sizlerle bizim için çok özel olan bu günü paylaşmak ve sunduğunuz ayrıcalıkları yaşamak bir mutluluk ve hayatımızın en güzel anısı oldu. Yanımızda olduğunuz, destek olduğunuz, ailemizden olduğunuz ve bizi ailenize kabul ettiğiniz için teşekkür ederiz. Bu güzel anı paylaştığımız için doktorumuz Meltem Özben'e bütün güler yüzlülüğü ve deneyimli bilgilendirmeleri için çok teşekkür ederiz. Meltem Hanımın hastası olma ayrıcalığını bize yaşattığınız için sizlere de çok teşekkür ederiz. Bize kendimizi değerli hissettirdiniz. Sağlıklı günlerde yaşamak ve bu güvenilir ailenin bir parçası olarak güvenle beraber olduğumuz ışık dolu günlere. Teşekkürler,

G. Ş.

Sevgili Balat Hastanesi, Yaklaşık 10 yıldır müdavimi olduğumuz hastanemizden yine memnun ayrılıyoruz. Başta KBB uzmanınız Sinan hoca olmak üzere tüm çalışanlarınıza teşekkür ediyorum. İlgili personeliniz, butik hizmetiniz ve ilaç kokmayan binanız için çok çok teşekkürler. Hastalıklarda Allah eksikliğinizi göstermesin ama sağlıklı günlerde buluşmak dileği ile çok sevgiler,

Y. A.

Balat Hastanesinin bizim hayatımızdaki yeri ayrı. Evimizin kıymetlisi, biricik oğlumuz Ekim 2011'de burada dünyaya gözlerini açtı. Doğumdan bir hafta sonra

burada sünnet oldu ve 2015 yılında yine burada geniz eti ameliyatı oldu. Şimdi eşim, Prof. Dr. Çetin Evliyaoğlu'nun gerçekleştirdiği boyun fıtığı ameliyatını başarıyla atlattı. Tüm bu süreçlerde yoğun ilgisini eksik etmeyen doktor, hemşire, hasta bakıcı ve diğer tüm çalışanlarınıza, hastane yönetimine ayrı ayrı teşekkür ederiz. Sevgilerimle,

H. Ş.

Özel Balat Hastanesi

Hastane genel olarak temiz, personel güler yüzlü ve ilgili. Özellikle Havva ve Suna hemşirelerimize sabırları, güler yüzlülükleri ve yardımları için çok teşekkür ediyoruz. Hasta bakıcı ablalarımız Hatice ablalar dünya tatlısı iki bayan. Hastanın ruh hali karışık ve karamsar olabilir. Böyle zamanlarda özellikle iyi, güler yüzlü insanlarla karşılaşmak hastanın iyi yönde iyileşmesine çok katkı sağlıyor. Çok çok teşekkür ederiz.

E. S.

Sn. Hastane Başhekimine ve ameliyatımı başarı ve güler yüz ile gerçekleştiren Sn. Opr. Dr. Yıldıran Bey'e ve ekibine hürmet ve saygılarımızı sunarız. Yardımcı hemşireleri, oda hizmetlileri her an hazır ve dinamik bir şekilde hizmetlerini verdiler. Hizmetli personel Ersin Bey'e de ilgi ve alakasından dolayı teşekkürler. Ayrıca Sn. Başhekim Opr. Dr. Tunç Çelebi Bey'e böyle düzenli bir hastane yönetimi sağladığı için başarısından dolayı teşekkür ederim. Saygılarımı sunarım.

Diş Hekimi O.A.G.

Ben R.Ö. 1970 İstanbul Balat doğumluyum, kendimi bildim bileli Balat Hastanesine geliyorum. Zaten memnun olmasam gelmezdim. Otel konseptinde hizmet veriyorsunuz. Bir hafta zatürre tedavisi gördüm çok şükür iyileştim. Başta Dr. Sadi Bey'e ve Hemşire Berna İlgeç kızımıza çok teşekkür ederim. Başarılarınızın devamını dilerim. Teşekkürler Sadi Hoca, teşekkürler Berna Hemşire.

R. Ö.



NETFLIX



Viktor Apalaçi
Sinema yazarı ve film eleştirmeni

Vizyona Girmeyecek Olan 2 Netflix Filmi “Marriage Story” - “The Irishman”

Oscar ve Altın Küre yarışında isimlerine sık sık rastladığımız NETFLIX'te izlenen 2 film bizde vizyona girmeyecek. Bu yazımı 2019'un en çok sözü edilen filmleri arasında yer alan “Marriage Story” ile “Irishman”e ayırdım. Marriage Story'yi sinemada İKSV'nin film ekimi festivalinde izleme fırsatını bulduk. Irishman Netflix'te yer almadan önce bir tek gösteride Kanyon'da beyaz perdede izlendi.

Dağılan Bir Evliliğin Anatomisi

Sinema kariyerine Wes Anderson ile yazdığı senaryolarla başlayan, sonraları yönetmen olarak bağımsız sinemanın önde gelen isimleri arsına giren Noah Baumbach aile ilişkilerine odaklanan filmleriyle tanınıyor.

Prömiyerini yaptığı Venedik Film Festivali'nde beğeni kazanan son filmi “Marriage Story”, başrol oyuncusu Adam Driver'a Toronto Film Festivali'nde En İyi Performans Ödülü'nü getirdi.

İKSV'nin film ekimi etkinliği, sinema ürünlerinin sinema salonlarında izlenmesinin önemli olduğuna inanan benim gibi sinefiller için “Marriage Story”i programına almıştı. Bu çarpıcı ve etkileyici aile dramı, dağılan bir evliliğin ve birlikte kalan bir ailenin dokunaklı ve şefkatli hikayesini konu alıyor. Oscar Ödüllü film yapımcısı Baumbach, otobiyografik izler taşıdığını söylenen bu ayrılık hikayesinde adalet mekanizmasını eleştirirken, avukatların devreye girmesiyle, boşanmanın yıpratıcı bir sürece girip olayın çirkinleşmesine yol açtığını gözlemleri seriyor.

Mizahı dramla harmanlayan, başarılı gözlemlerden güç alan zengin senaryosuyla, akıcı diyaloglarıyla, ilgili baştan sona ayakta tutan dinamik anlatımıyla “Marriage Story” izlenmeyi hak eden bir film. Tiyatro yönetmeni nazik, esprili, kompleksiz, yetenekli ve özgüven

sahibi **Charlie** (Adam Driver) ve güzel oyuncu eşi **Nicole** (Scarlett Johansson) tek çocuklarıyla New York'ta büyük bir aşk ile başlayan evliliklerinin tıkanıp gittiğini görürler ve medeni bir şekilde boşanmaya karar verirler.

Annesinin yaşadığı Los Angeles'ten iş teklifi alan Nicole annesinin evine taşınır



Marriage Story

Adam Driver - Scarlett Johansson

ünlü bir boşanma avukatı olan **Nora** (Laura Dern) ile anlaşır. Charlie'nin avukatı **Bert** (Alan Alda) daha sönük bir kişiliğe sahiptir. Çocuğun velayetini almak için açılan dava sürecinde, tekrara bir araya gelip evliliklerini sürdürme ihtimali yüksek iken çiftin ilişkileri daha da yıpratıcı bir hale gelir.

İzleyici Kendini Özdeşleştirebiliyor

8 Yaşındaki bir çocuğun velayetini müvekkiline kazandırma adına her türlü çirkinliğe baş vuran Nora iki eski sevgilinin birbirlerine düşman kesilmelerine yol açar. Film Charlie'nin evliliklerinde karısının kendisi için söylediği güzel sözlerin yazılı

olduğu, mevcudiyetini bilmediği bir kâğıdı bulup, büyük bir üzüntüyle okuduğu bir sekansla noktalanıyor.

Senaryosunda otobiyografik öğelere yer verdiğini bildiğimiz **Noah Baumbach**'ın taraflara eşit mesafede davranmayı, boşanma sürecini yaşayan çiftin erkek tarafının mutsuzluğunu daha içten hissettirdiğine şaşırıyoruz. Filmin finali yaklaşınca yeni bir hayat arkadaşı bulan Nicole boşanmayı arzularken, mağdur taraf olarak gösterilen Charlie'nin acı çeken taraf olduğuna tanıklık ediyoruz.

Başarılı bir kariyeri olan eşinin gölgesinde kaldığını düşünen, potansiyelini kariyerinde kullanamadığı için mutsuz olan Nicole, kocasının ihanetini öğrenince ayrılık sürecini başlatır. Nicole tuttuğunu koparan ünlü bir boşanma avukatı tutarken, boşanma sürecine kerhen katılan Charlie haklarını koruyacak bir avukat tutmada son derece beceriksiz davranır.

Yaşadıkları ilişkilerini veya evliliklerini sağlıklı bir şekilde bitiremeyip ayrılık süreci yaşayan izleyiciler “Marriage Story”deki çift ile kendilerini kolaylıkla özdeşleştirebiliyorlar. Noah Baumbach adalet sisteminin, boşanma olayına, çocuklarının velayeti konusunda, birbirlerini sevmeyi sürdüren bir çiftin birlikteliklerini bölerek yaklaştığını düşünüyor.

Baumbach ilişkiler ve evlilikler üzerine

yaptığı filmlerden **"Mürekkap Balığı ve Balina"** (2005) ile şöhreti yakalamıştı. Yasak bir ilişkiyi anlatan **"Margot at the Wedding"** (2007), **"Kicking and Screaming"** (1995), Fransız Yeni Dalga akımına saygı duruşunda bulunan **"Frances Ha"** ve bir babanın 3 çocuğuyla hesaplaşmasını anlatan **"Meyerowitz Stories"** (2017) hep aile konseptli filmlerdi.

Oyuncu kadrosuna gelecek olursak... N.Y.'a taşınarak oyuncu eşinin kariyerini geliştirmesini engelleyen, evini kendi zevkine göre döşeyen, üstelik aldatan eş olan Charlie senaryoda mağdur taraf olarak yer alıyor. Bu rolde Hollywood'un yükselen değeri **Adam Driver** etkileyici bir performansla imza atıyor. **Scarlett Johansson** kariyerinin en başarılı işini çıkarırken, gayeye ulaşmak adına her türlü vicdansızlığı mubah gören makyevallist yirtici avukat rolünde **Laura Dern** gözüktüğü her sahnede herkesten rol çalıyor. Nitekim Altın Kürede En İyi Yardımcı Kadın Oyuncu Ödülü'nü bileğinin hakkıyla alıyor.

Noah Baumbach'ın kariyerinin en parlak işi olduğunu düşündüğüm **"Marriage Story"**ye getirilecek eleştirilerden biri 135 dakikalık süresiyle çok uzun oluşu.

Scorsese'nin 13 yıllık projesi

Sinema sanatının en iyi mafya filmleri yönetmenleri arasında gösterilen **Martin Scorsese** (77), En İyi Film ve Yönetmen Oscar ödülleri kazandığı **"Köstebek / The Departed"** (2007), **"New York Çeteleri"** (2002), **"Casino"**dan (1995) sonra **"Irishman"** ile gangsterlerin suç dünyasına dönüyor.

Ancak sonda söyleyeceğimizi başta söyleyelim: Bu son film yönetmenin isimlerini saydığımız mafya baş yapıtlarının seviyesinde değil. Scorsese'nin kariyerinin en politik filmi olarak gösterilen 'Irishman' CIA tarihinin en büyük fiyaskosunu, Castro'nun zaferiyle sonuçlanan Domuzlar Körfezi çıkarmasını (1961), John ve Robert Kennedy kardeşlerin suikastlarını (1963 ve 68), güçlü sendika lideri Jimmy Hoffa'nın gizemli kayboluş hikayesini (1975), 2. Dünya Savaşının efsanevi Kuzey Afrika cephesi komutanı General Patton'u öyküsünün içine alıyor.

M. Scorsese'nin Charles Brandt'ın **"I Heard You Paint Houses"** adlı kitabını sinemaya uyarlama projesi 13 yıl öncesine dayanıyor. **"Schindler'in Listesi"** (1994) ile En İyi Uyarlama Senaryo Oscar'ını kazanan **Steven Zaillian**, Brandt'ın Amerika'da siyasetin mafyalaşmasına dair kitabını bilinen becerisiyle senaryosuna taşıdı.

Proje 10 yıl evvel finansman sorununu çözüp gerçekleşseydi, Scorsese üç aktörünün (De Niro - Pacino, Pesci) gençlik dönemlerini genç aktörlere oynatacağı. **Netflix**'in devreye girmesi ve gelişen teknolojinin dijital unsurları kullanarak geliştirdiği yöntem ile üç aktör gençlik dönemlerini kendileri canlandırdılar. Ancak pek çok sahnenin kare kare yeniden oluşturulması, filmin hazırlık aşamasının uzun sürmesine neden oldu.

Filmde 77 yaşlarındaki Robert de Niro ile

Joe Pesci ile 80 yaşındaki Al Pacino'nun gençlik dönemleri başka aktörler tarafından canlandırılmıyor, üç aktör dijital efektlerle gençleştiriliyor. Ancak bu yöntem De Niro'da iyi netice vermiyor.

Hollywood'un en usta öykü anlatıcıları arasında gösterilen **M. Scorsese**, S. Zaillian'ın kendisine altın tepsi içinde sunduğu, karakter tahlillerinin ustalıklı yapıldığı zengin senaryoyu bilinen usta ve akışı sinema diliyle perdeye aktarıyor. Film, şiddet, hırs, güç, yolsuzluk, hesaplaşma, ihanet, suç dünyası, yaşlılık ve nedamet gibi güçlü temaların hakkını veriyor.

Sendika Lideri ve Özel Koruması



"The Irishman" Robert De Niro - Joe Pesci

Film 1960'lardan 90'lara uzanan bir zaman dilimine yayılıyor ve merkezine kamyon şoförü **Frank Sheeran**'i (Robert de Niro) alıyor. Dönemin en güçlü mafya lideri Russell Bufalino'nun (Joe Pesci) bozulan motorunu tamir eden Frank, bu sayede ünlü sendika lider **Jimmy Hoffa**'nın (Al Pacino) özel koruması oluyor.

Frank sadakati ve becerikliliğiyle patronlarının gözünde adım adım yükselerek mafyanın gözde tetikçisi oluyor. Frank'ın hayatının 3 farklı dönemini anlatan film kahramanının yaşlılık dönemiyle başlıyor, geriye dönüşlerle gençlik günlerini anlattıktan sonra, final sekansıyla başladığı yerde bitiyor. Ailesine bakmak zorunda olan bu eğitimsiz insan karanlık bir dünyanın içine girince verilen her emirde öldürülme korkusuyla yaşıyor. Ancak bunun bedelini çok ağır ödüyor. Çok kötü geçen yaşlılık döneminde etrafında, ailesi dahil kimseyi bulmuyor.

Filmin az sayıdaki kadın kahramanlarından biri olan Frank'ın kızı Peggy (Anna Paquin) karakteri senaryoda çok iyi işlenmiş. Çocukluğundan beri babasıyla yıldız barışmayan Peggy, hayatı boyunca yaptıklarını tasvip etmediği babasına tavrı koyuyor, ihtiyarlığında dahi kendisini

affetmiyor ve Hoffa'ya adeta babasının yerine koyuyor. 30 Temmuz 1975'te Detroit'te lokantadan çıkarken ortadan kaybolan Jimmy Hoffmann öyküsünü, David Mamet'in yazdığı senaryodan Danny De Vito "Hoffa" (1992) filminde anlatmıştı. Kamyoncular Sendikası lideri olarak ABD siyasetinde güç kazanan, mafya ile iş birliği yapan Hoffa'yı "Irishman" özel koruması Sheeran tarafından öldürülmüş olduğunu ileri sürüyor.

Filmin yönetmeni Martin Scorsese ile aynı yaşları paylaştığı 4 erkek oyuncusu, kariyerleri boyunca birçok kez birlikte çalışmış bir ekibe mensup. Erkek oyuncular geçmiş yıllarda birlikte çalışmanın getirdiği arkadaşlık bağlarıyla "Irishman" projesinin hayata geçmesinde katkıda bulunmuşlar.

Dördünde mükemmel performanslarına tanık olduğumuz filmde Al Pacino burun farkıyla öne çıkıyor. Al Pacino - Robert de Niro ikilisi evvelce Michael Mann'ın "Büyük Hesaplaşma"sında (1995), Jon Avnet'in "Orişinal Cinayetler"inde (2008) ve Francis Ford Coppola'nın "Baba" filminin 2. Bölümünde (1974) birlikte oynamışlardı.

Martin Scorsese yönetiminde 9 film çeviren Robert De Niro, bunlardan biri olan "Raging Bull"da (1980) 2 Oscar Ödülü'nden birini kazanmıştı. Aktör Altın Palmiye Ödüllü "Taksi Şoförü" (1976) ve "Casino"da da (1995) Scorsese ile çalışmıştı.

Scorsese filmlerinde görmeye alışık olduğumuz Joe Pesci bu yönetmenin Sıkı Dostlar (1990) filmiyle En İyi Yardımcı Aktör Oscar'ını kazanmıştı. Yine yönetmenin fetiş oyuncuları arasında yer alan Harvey Keitel'in "Irishman" da kısa bir rolü var.

11 yaşındayken Jane Campion'un "Piano'suyla (1993) En İyi Yardımcı Aktris Oscar'ını kazanan Anna Paquin, kısa rolüne rağmen "Irishman"de parlıyor. Kanada doğumlu Yeni Zelandalı aktris en genç yaşta Oscar kazanan 2. Sıradaki oyuncu sıfatını koruyor.

Bulmaca cevap anahtarı

7	!	H	E		I	!	V	N	V	11
E	N		W	N	R		V	H	V	10
	E	N		!	N	!	S	V	T	9
N	!	!	N	Z	V	H		B	V	8
N	T	O	T	!	S	V	N	V		7
Z		T	O	S		A	K	!	T	6
N	N	O	D	K	E	N	!		!	5
	N	O	W	E	N	V		V	K	4
!		Z	N	W		K	V	S	!	3
N	V		K	E	D	!		V	T	2
!	N	!		T	E	R	V		R	1
K	I	!	V	!	T	E		Z	E	11
I	K	K		K	E	M	T	!	Z	10
B		E	A	!	C	A	C	C	!	9



Balat or-ahayim Hastanesi Vakfı adına sahibi

Dr. Tunç Çelebi

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Saadet Kandur

www.orahayim.com

Yönetim Yeri

Balat or-ahayim Hastanesi

Tel: 0212 491 00 00 - 635 92 80 (pbx)

Faks: 0212 635 90 80

Demirhisar Cad. No: 46/48, AYVANSARAY

Tasarım ve Dizgi

Mia Tanıtım Hizmetleri Tic. Ltd. Şti.

Tel: 0212 320 58 50 - 51

Baskı

Birmat Matbaacılık San. ve Tic. Ltd. Şti.

100. Yıl Mah. Matbaacılar Sitesi 1. Cad. No: 131

Bağcılar - İstanbul

Tel: 0212 629 05 60

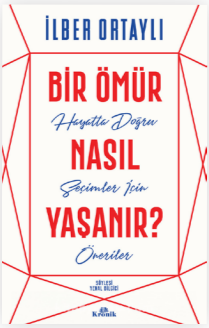
Yayın Türü

Yerel, Süreli, 3 ayda bir - ÜCRETSİZ

Yaşam Işığı, or-ahayim Hastanesi tarafından T.C. yasalarına uygun olarak yayımlanmaktadır. Yaşam Işığı'nda yayımlanan tüm yazı ve konuların her hakkı saklıdır. İzinsiz, kaynak gösterilerek de olsa alıntı yapılamaz.



Kitap Önerisi



Bir Ömür Nasıl Yaşanır?

Yazar : Prof. Dr. İlber Ortaylı **Yayınevi :** Kronik kitap ilk gençlik yıllarından beri bilgiyi ve çalışmayı hayat felsefesi haline getiren Prof. Dr. İlber Ortaylı, Bir Ömür Nasıl Yaşanır? adlı kitabında kendi yaşam tecrübesinden yola çıkarak okurlarına eşsiz bir yaşam rehberi sunuyor.

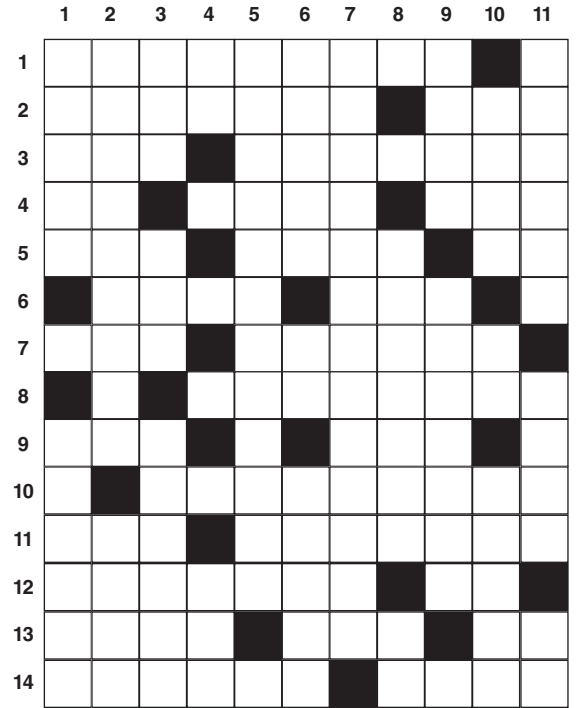
Eserinde insan hayatının dönüm noktalarından doğru çalışma metodlarına, meslek seçiminden dil öğrenimine, seyahatten sanata kadar birçok konuda değerli görüşlerini aktaran Ortaylı, kişisel gelişim alanında da okurlarının yolunu aydınlatmaya devam ediyor.

İlber Ortaylı Kimdir?

Avusturya'nın Bregenz şehrinde, 1947 yılında Kırım Tatarı bir ailenin çocuğu olarak dünyaya gelen İlber Ortaylı, 1949'da ailesiyle birlikte Türkiye'ye döndü. Lisans öğrenimini Ankara Üniversitesi'nde Siyasal Bilgiler ile Dil, Tarih ve Coğrafya Fakültelerinde gören Ortaylı, ayrıca Viyana Üniversitesi'nde Slavistik ve Orientalistik eğitimi aldı.

Ortaylı, yüksek lisans eğitimini Chicago Üniversitesi'nde tamamlamasının ardından doktorasını yine Ankara Üniversitesi'nde yaptı. 1982'den itibaren öğretim görevlisi olarak Avusturya, Almanya, Fransa, ABD, Rusya, İtalya, Yunanistan, Bulgaristan, İngiltere ve Tunus'ta bulundu. Yedi yıllık aradan sonra 1989'da Türkiye'ye dönerek profesör unvanı aldı. Ortaylı, akademisyenlik görevine bugün Galatasaray Üniversitesi'nde devam ediyor.

Bulmaca



SOLDAN SAĞA

1. Cam eşya dükkanı
2. Bir şeye hayıflanmak - Kısaça Kara Kuvvetleri İdaresi
3. Bir olumsuzluk eki - Yardımseverler için kullanılan bir san
4. Kısa Ro Ro - Bir soyadı - Anadolu tabiriyle kayın birader
5. Bir göz rengi - Kıymetli ve zarif bir kumaş - En kısa zaman
6. Bir peygamber adı - Bir meyve
7. Eski bir uygarlık - Dağ Lalesi
8. İnek tumanı
9. Kontrolsüz kas hareketi - Sağı karşıtı
10. Silosu temel olan
11. Eski dilde kapı - Farsça dilinde razı olan kadın anlamında isim
12. Kırmızı renkli sofralık - Simge
13. Ana renklerden biri - Kısaça runüma - Bir soru sözü
14. anacı olan - Bir işin eri olan

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Bölük, takım - Alfabenin ilk harfi - Katman
2. Üzerlik satana - Saha
3. Bir bütünü oluşturan kısımlardan her biri veya Kuran'ın bölünmüş olduğu 30 kısımdan her biri - Büyülü değnek - Eskiden pabuçların altına çakılan ve tabanın geç yıpranmasını sağlayan top başlı çivilerden her biri
4. Klorun simgesi - İlk harfimiz - Kafamızı kaplayan kıllar
5. Amerikalı gibi
6. Hayvan ticaeti yapan kimse - Bir soru sözü - Gerçekte olmayan bir şey varması gibi görmek veya işitmek
7. İkillemeye gerek göstermemek anlamında bir söz
8. Kumla dolmuş - kuzu sesi
9. Ek yapan - Hayvan bilimi
10. Özellikle düğünlerde kullanılan el boyası - Kısaça niçin, nerede - Mondros ateşkesinin imzalandığı adanın adı
11. İki parçadan oluşan kadın play giysisi - Kısa olmayan - Bir uzvumuz

Müzik Önerisi

Tarantino - The Collection



Artist Müzik tarafından yayınlanan "Tarantino - The Collection" albümünde, sinemanın sıra dışı yönetmeni ve yapımcısı Quentin Tarantino'nun film müzikleri bu longplay'de bir araya getiriliyor.

Quentin Tarantino'nun Kill Bill, Pulp Fiction, Jackie Brown, Reservoir Dogs ve Django Unchained gibi olay yaratan filmlerinde kullandığı çarpıcı şarkılar bu plakta.

Longplay'de yer alan 14 şarkıdan bazıları; Misirlou (Pulp Fiction), Bang Bang (Kill Bill), Hooked On a Feeling (Reservoir Dogs), Freedom (Django Unchained), Girl, You'll Be a Woman Soon (Pulp Fiction), Don't Let Me Be Misunderstood (Kill Bill), Midnight Confessions (Jackie Brown) A Fistful of Dollars (Kill Bill) vb.

"Tarantino - The Collection" albümü film müzikleri arşivi yapanlar ve kült yönetmenler arasında iddialı bir yere sahip Quantin Tarantino sinemasını yakından takip edenler için arşivlik bir derleme.

Parça Listesi

1. Twisted Nerve
2. Bang Bang (My Baby Shot Me Down)
3. Misirlou
4. Girl, You'll Be a Woman Soon
5. Don't Let Me be Misunderstood
6. Freedom
7. A Fistful of Dollars
8. Hooked On a Feeling
9. Surf Rider
10. Little Green Bag
11. Bullwinkle, Part II
12. Midnight Confessions
13. Stuck in the Middle With You
14. The Lonely Shepherd