



Başkanın Mesajı

Sevgili Okurlar,

Yaz sezonuna girerken Covid salgınından kurtuluyor olmamız tüm insanlık için sevindirici, bir de insanlık barış ve huzur içinde yaşasa ne iyi olurdu değil mi? Yine de korunmayı ihmal etmeyin.

Size bir hikaye anlatacağım, yaşanmış bir hikaye, hem de sonuçları çok ama çok güzel olan bir hikaye. Değerli dostumuz Sunay Akın dan.

1827 yılı... Almanya'nın Magdeburg şehri...

Bu şehirde Ludwig Carl Friedrich Dedloid adında bir erkek çocuğu dünyaya gözlerini açar.

Büyüdükçe huzursuzluğun ne olduğunu anlar, çünkü annesi ve babası sürekli kavga etmektedir.

Aileyi ve Carl'ı çok seven yakınları, bu kavgalardan etkilenmesin diye Carl'ı bir yetimhaneye verirler.

12 yaşına kadar bu yetimhanede kalır Carl, çok ziyet çeker, dayak yer ve artık kaçmaya karar verir. Bir gece çarşafı birbirine bağlar ve kaçarak Hamburg'a gelir.

Daha 12 yaşındaki Carl, bir gemide miço olarak iş bulur. Çok sıkıntılı bir 3-4 ay geçirir. Miço olduğu gemi İstanbul Boğazından geçerken KIZ KULESİNİ görür Carl, denize atlar ve Kız Kulesine kadar yüzer.

O sıralar Kız Kulesi cüzzamlıların kapalı tutulduğu bir minik adadır. Carl yakalanır ve Emin Ali Paşa'nın yanına götürülür. Paşa sorar niye kaçtın diye, dayaktan der, peki de 3-4 aydır denizlerdesin neden İstanbul der Paşa, çocuk Kız Kulesini gösterir, bu Kule yüzünden, ben bu Kuleyi çok sevdim...

Tabi bu büyük bir haber olur, Almanlar çocuğu ister

ama Emin Ali Paşa vermez ve himayesine alır.

Adı Mehmet Ali olur, askeriye gönderilir. Eğitimler alır ve sonunda PAŞA olur, artık adı Carl Dedloid değil, Mehmet Ali Paşadır. Çok başarılı bir asker olur, bir çok savaşta ve anlaşmada Osmanlıyı temsil eder.

Bu arada evlenir, dört tane kız çocuğu olur. Evlatlarından birisinin adı Leyla Hanımdır, Leyla Hanımın da bir kızı olur, adını Celile koyarlar. Celile Hanımın da bir oğlu olur.

Adını Nazım koyarlar, NAZİM HİKMET.

Yani Nazım Hikmet, 12 yaşında Kız Kulesine sığınan adı Carl Dedloid olan sonra da Mehmet Ali Paşa'nın torunudur.

Hikaye bitti mi... Hayır!

Bundan sonrasını da dinleyin...

Nazım malum Selanik'te doğar, hayatını herkes biliyor, ona girmeyeceğim.

Nazım Hikmet 1938 yılında tutuklanır, neden?

Orduda isyan çıkartmaktır suçu... Bu suça da neden olan şey Beyoğlu'nda bir sinema çıkışında Ömer Deniz adında bir Askeri Öğrencinin şiiirlerini Nazım Hikmet'in okumasını istemesidir.

Birlikte tutuklanırlar...

Ömer Deniz'i kimse tanımaz etmez ama Nazım o günden sonra mahkumiyetten kurtulamaz.

Peki Ömer Deniz'e ne olur?

7 sene hapis yatar, sonra ben der Hukuk okuyacağım ama parası yoktur. Fatih'te okul parasını çıkarmak için bir Oyuncakçı Dükkanı açar.

Tahta oyuncaklar yapar, çocuklara satar, oradan gelen para ile de okulunun ödemelerini yapar, hayatını geçirir.

Günlerden bir gün 7-8 yaşında bir çocuk dükkana girer ve Ömer Deniz'e yanında çalışıp

çalışamayacağını sorar. Ömer deniz çocuğu sever, gel der, çalış yanımda.

Çocuk sevinir ve Ömer Deniz'in yanında çalışmaya başlar.

Bir gün çocuk Ömer Amca der, benim hiç oyuncuğım yok, bana da bir tane yapsana. Ömer Deniz ona da bir oyuncak yapar, her tarafı oynayan kuklalardır bu oyuncak.

Ve bu çocuk o kuklaları alır, okula gider ve ilk gösterisini yapar.

Bu çocuk ta MÜJDAT GEZEN dir...

Nasıl buldunuz, hayat ne garip değil mi, Carl Dedloid'ten Mehmet Ali Paşaya, Nazım Hikmet'ten Ömer Deniz'e, Ömer Deniz'den Müjdat Gezen'e...

Yaşam ağlarını kurmuş...

Biliyorum uzun oldu ama umarım keyifli olmuştur...

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 yaz mevsimine girerken, harika çiçekler, böcekler, kuş civıltıları içerisinde, minik kuşları da beslemeyi, kafeteryamızdan tadım yapmayı, çay, kahve içmeyi de ihmal etmeyin...

İlkemiz "İnsana Yatırım ve İnsana Saygı"

Şifa almaya gelenlere geçmiş olsun dilekleriyle...

Sağlıkla kalın,
Sevgiyle kalın,
Hoşçakalın,

Saygılarımla,
Yaşar Abuaf
Başkan

or-ahayim'den Haberler



BİLEĞİNİZ 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 sorularınız cevaplanmaktadır.

www.balathastanesi.com.tr

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

or-ahayim'den Yenilikler

BEYİN VE SİNİR CERRAHİSİ UZMANI OP.DR.MUSTAFA KAKŞI

**BEYİN VE SİNİR CERRAHİSİ
KLİNİĞİNDE
BEL VE BOYUN FITIĞI
AMELİYATLARI
YAPILMAKTADIR.**

BİLGİ VE RANDEVU TEL : 0 212 491 00 00 (PBX)

or-ahayim
ÖZEL BALAT HASTANESİ



Yazın Nelere Dikkat Etmeliyiz ?

KALP HASTALARI

Güneş ışınları kemik ve diş gelişiminde son derece önemli bir role sahip. Özellikle bahar ve yaz mevsiminde alınan güneş ışığı D vitamininin esas kaynağını oluşturuyor. Bu nedenle güneş ışığının dünyamıza dik geldiği saatlerde güneşten faydalanmamız gerekiyor. Ancak güneşin yararlı etkisi dışında hepimizin bildiği üzere deri kanseri yapıcı etkisi var. Bu nedenle çocuğunuzu cildine güneşten koruyucu ürün kullanmadan sokağa çıkarmayın ve bu saatlerde güneşte kaldığınız süreyi çok uzun tutmayın. Günün sıcak saatlerinde güneş altında uzun süre kalınmamalı. Güneşlenme ya da egzersizlerin ancak güneş ışınlarının etkisini yitirdiği akşam saatlerinde veya daha serin olan sabah erken saatlerde yapılması gerekir. Yaz aylarında kalp krizi riski artar. Bunun nedeni, aşırı sıcaklarla birlikte yükselen tansiyonun kalp krizi riskini tetiklemesidir. Özellikle hava sıcaklığının çok yüksek oranda seyrettiği şehirlerde, 40 derece sıcaktan, iklimin çalıştığı 18 derecelik bir ortama ani geçiş kalp krizine davetiye çıkarabilir. Bu yüzden, klimalı ortamların 22 derecenin altında olmaması gerekir. Belli bir soğuk derecesinden sonra damarların spazm riski arttığı için ani soğuklardan kaçınılmalı ve klimalı ortamlar çok fazla tercih edilmemelidir. Sıcak altında uzun süre kaldıktan sonra soğuk havuza atlamak risklidir. Soğuk su, soğuk havaya göre daha tehlikeli olabilir. Çünkü burada vücutla

direkt temas ve vücut ısısının aniden değişmesi söz konusudur. Çünkü soğuk havada kaybedilen ısı ile soğuk suyla temas halinde kaybedilen ısı arasında ciddi bir fark vardır. Sıcak altında uzun süre kaldıktan sonra soğuk havuza atlamak risklidir. Soğuk su, soğuk havaya göre daha tehlikeli olabilir. Çünkü burada vücutla direkt temas ve vücut ısısının aniden değişmesi söz konusudur. Çünkü soğuk havada kaybedilen ısı ile soğuk suyla temas halinde kaybedilen ısı arasında ciddi bir fark vardır.

TANSİYON HASTALARI

Vücuttaki su ve tuz kaybının daha fazla yaşandığı aşırı sıcak havalarda, bir de su ve tuz atılımını etkileyen tansiyon ilaçları kullananlar dikkatli olmalı. Bu türden ilaçlar kullananların susuz kalmamaya dikkat etmesi gerekiyor. Sıcak krampları, halsizlik ve kan basıncındaki ani düşmeler sıvı kaybının fazla olduğunu gösterir.

Ani sıcaklık değişiklikleri tansiyon hastalarını normal kişilere oranla daha fazla etkiler.

DIYABET HASTALARI

Aşırı sıcaklar nedeniyle kan şekerinin yükselmesi kan akışkanlığını azaltır. Şekerinin yükselmesiyle ortaya çıkan sıvı kaybı sıcaklığın da etkisiyle ani felç kalp krizi ve beyin kanamalarına neden olabilir.

Sıcak nedeniyle ani su kayıpları, şeker hastalarında körlük ve sakatlığa da neden olabilir. Terleme durumuna göre günde

ortalama 2 ila 5 litre arasında su içilmesi gerekir. Güneş ışınlarının en etkili olduğu 11.00-15.00 saatleri arasında gerekli olmadıkça dışarı çıkılmaması gerekir. Düzenli kullanılan ilaçların zamanında alınmasına önem verilmeli, kendilerine doktor tarafından tavsiye edilen egzersizler, havanın serin olduğu akşam ve sabah saatlerinde yapılmalıdır. Kendini iyi hissetmeyen hastalar hemen doktora başvurulmalıdır.

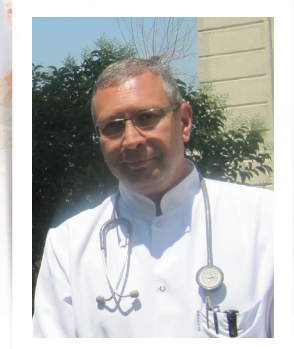
Ayrıca diyabetiklerin vücut sıcaklık ayarlarının da bozuk olması terleme bozukluğuna ve buna bağlı vücut ısısı artışına neden olarak ölüme kadar varan ciddi problemlere yol açabilir.

ASTIM HASTALARI

Nefes darlığı ataklarının çeşitli tetikleyici durumlarla ortaya çıkar.

Tetikleyici durumlar viral enfeksiyonlar ya da alerjenlere maruz kalma gibi durumlar olabileceği gibi hava kalitesiyle de ilgili olabilir. Örneğin bulunulan iç ortamın hava kirliliği (sigara dumanı, keskin koku, kimyasal maddeler) ya da dış ortamın hava kirliliği (egzoz gazları, şehirlerin hava kirliliği gibi) astım ataklarını başlatabilmektedir.

Aşırı sıcaktan soğuk ortama geçmek bazı hastalıkların riskini ciddi anlamda artırıyor. Temizliği ve bakımı yapılmayan klimalar da alerjik ve mikrobik hastalıklara davetiye çıkarıyor. Düzenli bakımı yapılmayan klimalar, soğutma sistemlerindeki küf



Uz. Dr. Sadi Rüştü Vural
İç Hastalıkları Uzmanı

mantarlarının, bakterilerin ve tozların birikmesine bağlı olarak, ani ve kronik alerjik hastalıklar ortaya çıkarabiliyor.

Benzer şekilde akciğerlere ulaşan havanın ısı ve nem gibi özellikleri de hava yollarında bulunan kolinerjik reseptörleri etkileyerek astım bulgularının başlamasına neden olabilir. Sıcak hava ve yüksek nem astımda bulguların ortaya çıkmasına neden olan tetikleyici faktörler arasında yer alır. Astımlı hastalar için ortamdaki havanın en uygun nem miktarı yüzde 30&50 arasındadır. Ayrıca polenlerinde havada uçuşmaya başlaması alerjik astımlı hastalar için olumsuz bir ortam oluşturur.



Sıcaklığın olumsuz etkilerinden korunmak için...

-Günde 3 litre su tüketin: Sıcaklarda kış mevsimine nazaran 5-10 kat daha fazla terleyerek aşırı sıvı kaybedince vücudumuzun elektrolit dengesi bozuluyor. Bunun sonucunda sıcaklarda tansiyon düşmesi ve kalp hızının artması başta olmak üzere pek çok sağlık sorunu ortaya çıkıyor. Bu yüzden aşırı sıcaklarda bol bol su içmeyi ihmal etmeyin ve bunun için mutlaka susamayı beklemeyin.

-Çayı açık için: Çünkü demli çay vücuttaki kan akımının dengesini bozarak çarpıntıya neden olabiliyor. Kalp sağlığınız için sıcak havalarda çayı ya açık için ya da meyve çaylarını tercih edin. Ayrıca çay, gazlı içecekler ve kahve tam ters etki yaparak vücuttan su kaybına neden olurlar.

-Kahveyi 1 fincanla sınırlayın: Aşırı kahve tüketimi nabızın hızlanmasına, bunun sonucunda da kalbin yorulmasına yol açıyor. Böylelikle aritmi veya kalp krizini tetikleyen süreç başlamış oluyor. Sağlığınızı riske atmamak için günde en fazla 1 fincan kahve tüketin.

-Yazın havuz ve denizden bulaşabilecek mide,bağırsak enfeksiyonlarından

korunmak için suyun ağızımıza girmesine engel olmaya çalışalım.Mide bulantısı ve ishale yol açabilir.

-Kalabalık ve kirli olması muhtemel sularda yüzerken konjoktivit denilen göz iltihabından korunmak için yüzücü gözlüğü takalım.Açık deniz kalabalık havuz ortamıyla kıyaslandığında daha temizdir.

-Aynı nedenle kulak iltihapları da yazın artış gösterir.Temiz olmayan sularda kafamızı suya sokmamak en kolay çözümdür.

-Güneş altında içki içmeyelim.Güneş altında içilen içkilerin kalp krizi ve beyin kanamasına yol açabilir. Güneş altında

alınan içkiler damarları iyice genişletir ve tansiyonu düşürür.Alkol miktarı artınca tansiyon yükselir.

Güneş kremi suya girildikten veya duş alındıktan sonra yenilenmelidir.Havuz girmeden önce havuzun temizliğini korumak amacıyla duş alarak yağın akıtılması önerilir.Bu nedenle uzun süre suda kalmamalıdır. 30 koruma faktöründen daha yüksek koruma faktörü olan kremler içlerindeki kimyasallar nedeniyle faydadan çok zarar verir.Bunların yerine giysilerle güneşten korunmak tavsiye edilebilir.

Yüksek tansiyon hastaları kesinlikle sauna veya buhar gibi aşırı sığağa maruz kalmamalıdır.Buharın tıbbi bir faydası yoktur.Kuru sığağın terle atılan su,tuz,ağır metallerin vücuttan atılması açısından faydası olabilir.Süre kişiden kişiye farklılık göstermekle birlikte, tansiyon düşmesi,çıkması,çarpıntı,baş dönmesi gibi belirtiler olursa derhal sonlandırılmalıdır.Bir defada 10 dakika geçilmemelidir.

-Saat 11:00-17:00 saatleri arasında çok mecbur kalmadıkça sokağa çıkmayalım, denize, havuza girmeyelim.Mecburen sokağa çıkacaksak, açık renkli, hafif elbiseler giyelim, güneş gözlüğü takalım, şemsiye

kullanalım, şapka takalım.Özellikle çocuklar ve yaşlıları sıcaktan koruyalım.6 aydan küçük çocukları güneşe çıkarmayalım.

-Eğer doktorumuz tarafından sakıncası yoksa aldığımız sıvı (su) ve tuz miktarını arttıralım,ağır, kızartmalı yemeklerden kaçınalım, hafif, zeytinyağlı yemekleri tercih edelim.

-Öğle saatlerinde kısa süre de olsa uyuyarak dinlenelim.

-Sporumuzu serin saatlerde yapalım.

-Böcek,arı sokmalarına karşı dikkatli olalım,alerjiniz varsa çok daha dikkatli olmanız gerekli.Beklenmeyen durumlarda hemen hastaneye başvuralım.

-Kalabalık ve kirli olması muhtemel sularda yüzerken konjoktivit denilen göz iltihabından korunmak için yüzücü gözlüğü takalım.

-Aynı nedenle kulak iltihapları da yazın artış gösterir.Temiz olmayan sularda kafamızı suya sokmamak en kolay çözümdür.

-Karasineklerin mikropları yemeklerimizde bulaştırmalarını engellemek amacıyla yiyeceklerimizi açıkta bırakmayalım.

-Sineklerle bulaşan hastalıklardan korunmak için sinek öldürücü veya kaçıracıları kullanalım.

-Tuvaleti ve mutfağı kirli olan restoranlarda yemek yemeyelim.Kontrol etmekten çekinmeyin.Söz konusu olan sağlığınızdır.

-Çiğ yenen yiyecekleri yıkanabiliyorsa içme suyuyla iyice yıkamadan veya kabuğunu soymadan yemeyelim.

-Çiğ yenen yemeklerden (örn:çiğ köfte) mümkün olduğunca uzak duralım.

-Sıcakta kalmış yemekleri tüketmeyelim.

-Sulu tencere yemekleri,iyi pişirilerek yenen gıdalar yazın en emin besinlerdir.

-Gebelikte havuza girilebilir ancak havuzların mutlaka temiz ve bakımlı olmasına dikkat edilmelidir. Havuz temizliğinde kullanılan kimyasal maddeler ciltten emilir. Bu nedenle havuzda kalış süresi uzun olmamalı ve çıkınca mutlaka duş alınmalıdır.Mümkünse havuz sterilizasyonunun klor ile yapılmadığı havuzlar tercih edilmeli. Islak mayo ile durmak genital florada bulunan mantarların enfeksiyona yol açmasına neden olur ve akıntı, kaşıntı görülür. Bu, hamilelerde en sık görülen enfeksiyon çeşididir.



Bel Fıtığı Hakkındaki Yanlış Bilgiler Sakat Bırakabilir !

Ameliyat Bel Fıtığı Veya Omurga Kireçlenmelerinde Son Çare midir?

Sanılanın aksine, bazı durumlarda ameliyat ilk seçenek olabilir. Özellikle uzun süre devam eden şiddetli ağrılardan, ayaklarda tespit edilen kuvvet kaybından, refleks azalmalarından ve idrar kaçırmaktan şikayet ediliyorsa, ameliyat tercih edilebilir.

Bel Fıtığı ve Kireçlenme Ameliyatlarının Riski Çok Yüksek midir?

Günümüzde uygulanan yeni yöntemlerle risk oranı çok aza indirgenmiştir. Mikrodisektomi ve mikro cerrahi yöntemleri, yani mikroskop kullanılarak yapılan ameliyatlarda, risk oranı %0.5-1 arasındadır.

Ameliyat Sonrasında Hastalığın Tekrarlama Riski Yüksek midir?

Ameliyat sonrasında istirahat süresine uyulan hastalarda, kilo düzenlemesi yapıp, düzenli egzersizler ve doğru oturup kalkma eğitimleri de verildiği takdirde, hastalığın tekrarlama oranı %5'in altına düşmektedir. Bel fıtığı omurganın dejeneratif bir hastalığıdır. Bu nedenle

tedavide hangi yöntem uygulanırsa uygulanırsa, risk faktörlerinin azaltılıp, yaşam şeklinin ona göre düzenlenmesi gerekir. Unutmayın ki bel fıtığı ve bel ile ilgili tüm sorunlar bir bel hastalığınızın olduğunu ortaya çıkarmaktadır ve bunun ailesel geçişi vardır. Ameliyat olmak ile mevcut ailesel bel hastalığınız ortadan kalkmaz ancak ilerleyici güç kaybı, ağrı ve acil durum ortadan kalkar.

Bel Fıtığı Ameliyatından Sonra Hasta İş Yaşantısına Devam Edebilir mi?

Bel fıtığı ameliyatı sonrasında, kişi tedavi süresince uyması gereken yaşam biçimini benimsediği takdirde, yaklaşık 2-3 hafta içinde işinin başına dönebilir ve dilediği kadar bu aktiviteyi sürdürebilir.

Fizik Tedavi ve Egzersiz Bel Fıtığını Tamamen Yok Edebilir mi?

Fizik tedavi ve diğer yöntemler orijinal halini kaybetmiş dokuyu eski haline sokamaz. Bu tür tedavilerde amaç, kas ve eklemleri kuvvetlendirip vücut yükünü dağıtmaktır. Ameliyat sonrası bası etkisi kaldırıldıktan sonra fizik tedavinin etkisi

yükselir.

Bel Fıtığında Masaj ve Bel Çekme İle İyileşmek Mümkün müdür?

Bu yöntemler fizik tedavi içinde kullanılabilen yöntemlerdir ancak her hastaya göre farklı uygulanması ve hekim gözetimi altında yapılması gerekir. Konunun uzmanı olmayan kişiler tarafından uygulanan tedavi girişimleri, yüksek risk taşımaktadır. Yanlış uygulanan bu tür girişimler, sakatlığa neden olacak kadar tehlikelidir. En azından bel MR' ı sonrası ciddi bir sinir basısı yok ise uzman kişilerce yapılabilir. Omurga kırığı, omurga tümörü, ciddi omurilik kanal daralmaları ve sinir basısı yapan fıtıklar negatif sonuçlar karşımıza çıkarabilir.

Omurga Problemleri Kişinin Zayıf Veya Kilolu Olmasıyla İlişkili midir?

Omurga hastalıklarında kilo önemli bir etkidir. Ancak kas yapısı zayıf ama az kilolu kişilerde de bel fıtığı ve diğer omurga hastalıkları görülebilir. Çünkü bu ailesel geçişi olan bir omurga hastalığıdır.



Op. Dr. Mustafa KAKŞI
Beyin ve Sinir Cerrahisi Uzmanı



Uz. Dr. İlker ÖZDEMİR
Genel Cerrahi Uzmanı

Anal Bölge Hastalıkları

Anal bölge hastalıklarının sebep oldukları rahatsızlık hissinin şiddetine rağmen, birçok hasta muayene olmaktan utandığı için doktora gitmeyip, eşine dostuna danışmakta veya direkt eczaneye gidip basur, mayasıl ilacı istemekte ve kendi kendilerine tedavi olmaya çalışmaktadır. Bu bölgedeki hastalıklar farklı farklı olsalar da hemen hepsi halk arasında basur diye bilinir. Kısım benzer şikayetlere yol açsalar da her birinin ilaçla veya cerrahi tedavisi farklı, iyileşme dönemlerinin özellikleri ve süreleri de kendine hasdır. Anal absesi olduğu halde eczaneden hemoroid ilacı alıp, tedavide geciken ve

çıkan belirtilerini özetleyip, aralarındaki farkları anlatmaya çalışacağım. Böylelikle belirtilerinizin hangisi ile uyumlu olduğunu saptayarak, bu soruna daha bilinçli yaklaşmanıza yardımcı olacağımı umuyorum.

Bu bölgenin en sık rastlanan hastalığı basur, mayasıl olarak bilinen hemoroid rahatsızlığıdır. Makattan dışarı çıkan ağrılı bir meme, şişlik ile kendini gösterebildiği gibi, hiç şişlik olmadan ağrısız kanamalara da yol açabilir. Bu ağrısız kanamaların kalın barsak kanserinin de belirtisi olabileceğini aklınızdan çıkarmamalısınız.

ölümcül gazlı gangrene ilerleyebilen bu hastalık halbuki zamanında başvurulsa kolayca tedavi edilebilir.

Anal abse geçiren bazı hastalarda, makata birkaç cm uzaklıkta, absenin ciltten dışarı açıldığı noktada, akıntı, ciltte tahriş ve ara ara şişip ağrı yapan, iltihap akınca da kısa süreliğine geçen bir delik kalabilir. Bu anal fistül dediğimiz hastalıktır ve cerrahi tedavi dışında bir tedavi seçeneği yoktur.

Ameliyattan sonraki iyileşme dönemi açısından karşılaştırsak, yukarıda bahsettiğim hemoroid dışındaki hastalıklarda kişinin işine gücüne dönmesi ameliyattan sonraki birkaç- maksimum üç beş gün içinde olur. Hemoroid ameliyatından sonra ise normal hayata veya işe dönüş 2-3 haftayı bulur. Bu hastalıkların hepsinin cerrahi tedavisi kesin ve yüz güldürücüdür. Ancak muayene olmadan basur deyip, ciddiye alınmaz ve kendi kendine tedavi edilmeye çalışılarak geç kalınması durumunda ise hayati sonuçları olabilir.



gazlı gangren nedeniyle ölümler burun buruna gelen hastalara tanık olduğum gibi hemoroid kanaması diye aylardır ilaç kullanan bazı hastalarda da maalesef kalın barsak kanseri saptadıklarım oldu.

Doğru tedavinin uygulanması için öncelikle muayene olmanız gerekir. Çünkü benzer şikayetlere yol açan bu hastalıklar arasında, tedavide geç kaldığınızda ciddi hayatı tehdit edebilecek olanlar vardır. Şimdi size bu bölgedeki hastalıkların öne

Halk arasında çatlak olarak bilinen hastalığın tıbbi ismi ise anal fissürdür ve hemen her zaman şiddetli ağrı ön plandadır. Beraberinde parlak kırmızı temiz bir kanama da eşlik edebilir. Ağrı ve kanama ön planda olmasına rağmen şişlik yoksa büyük ihtimalle çatlağınız vardır.

Anal Abse dediğimiz makat bölgesinin rahat toplaması da çok ağrılı bir rahatsızlıktır. Beraberinde vücutta kırıklık ve ateş de eşlik edebilir. Geç kalındığı takdirde



Menisküs Nedir?

Belirtileri ve Tedavisi

Futbol gibi karşılıklı temas sporlarında dizin dönmesi, ani hareketlerde meydana gelen katlanma, tek diz üzerine yük alınması sonrasında menisküsler yırtılabilir. Sporcularda bu yaralanmalara ön çapraz bağ (ÖÇB) yaralanmaları da eşlik edebilir. İleri yaş grubunda ise menisküsler herhangi bir travma olmaksızın dizde gelişen dejenerasyon ve kıkırdak hasarına bağlı olarak yırtılabilirler. Ayrıca her yaş grubunda bir travma olmaksızın dejenerasyonla giden yırtıklar görülebilir.

Belirti ve şikayetler

Diz içerisinde gelen sesler yırtığın ilk bulguları olabilir. Dizde ödem gelişene dek sporcular oyuna devam edebilir yada günlük aktiviteler yapılabilir. Ancak ödem geliştiğinde şikayetler oluşur. Şikayetler 24-48 saat içerisinde gelişir.

- Dizde gerginlik ve şişlik
- Eklem hareket açıklığında azalma
- Dizde sıvı toplanması
- Menisküsün yırtık parçası eklem içine düştüğünde takılma, kitlenme.

Tanı

Doktorunuza her şeyin hangi travma ile nasıl başladığını anlatın, doktorunuz çeşitli manevralar ile dizinizi muayene edecektir. Ayırıcı tanı için röntgenler ve menisküslerin görüntülenmesi için MRI istenebilir. Dizin kitli kaldığı durumlarda artroskopik muayene önerilebilir. Menisküs yırtıkları birkaç tipte olabilir.

- Sporcularda dönme sonrasında oluşan dikey ya da kova sapı tarzında yırtıklar,
- Genç atletlerde sürekli tekrarlayan tipte travmalar sonrası koşma gibi oluşan radial yada gaga tarzında yırtıklar
- Yaşlılarda kıkırdak bozulmasına bağlı oluşan horizontal ya da iç taraf yırtıkları sayılabilir.

Menisküs yırtıklarının başlangıç tedavisi RİCE olarak kısaltılmış protokoldür:

- Rest(istirahat)
- İce(buz uygulaması)
- Compression(bası uygulaması, bandaj gibi)
- Elevation(dizin yukarı alınması) şeklinde özetlenebilir.

Bu tedavinin takibinde dizde kitlenme ve kronik yakınmalar gibi şikayetler gelişmez ise tedavi istirahat süresi boyunca sürer ve biter. Menisküsün sadece 1/3 dış (eklem kapsülüne yakın) bölümünde kan dolaşımı vardır. Bu bölgelerdeki yırtıklarda, menisküs kendi beslenmesi sayesinde iyileşebilir. 2/3 iç bölgede ise tam bir tamir olmaz. Yine de her zedelenmiş menisküs bulgu verecek diye bir kural da yoktur.

Menisküsler diz bölgesinde en büyük iki kemiğimizin kesiştiği noktada 'C' şeklinde mevcut olan ince yastıçıklardır. Dizde yuvarlak uyluk kemiği (femur) ile düz kaval kemiğinin (tibia) uyumlu bir eklem oluşturması, yükün taşınması, birçok yöne dönme hareketinin yapılabilmesi, femur (uyluk kemiği) ve tibia (kaval kemiği) arasındaki güç dengesinin sağlanması gibi görevler de rol oynarlar.

MENİSKÜS CERRAHİSİ

Cerrahi tedavi menisküsün iyileşemediği ve şikayetler oluşmaya devam ettirdiği zamanlarda planlanmaktadır. Menisküs cerrahisi günümüzde hemen sadece artroskopik cerrahi ile yapılmaktadır.

Yırtık ve şikayete neden olan menisküs



Op. Dr. Nikola Azar

Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı

yırtıkları kıkırdakta aşınmaya ve ileri dönemde kireçlenmeye neden olur. Genç, aktif yaşam süren kişilerde menisküs yırtıklarının ameliyat edilmesi önerilir. Yırtığın tipine, eşlik eden başka bir patoloji olup olmaması, hastanın yaşına göre doktorunuz uygun tedaviyi, planlayacaktır. Cerrahi sonrası rehabilitasyon tedavinin önemli bir parçasıdır. 2 tip menisküs cerrahisi vardır

1. Menisektomi (yırtık menisküsün alınması); En sık uygulanan diz artroskopik cerrahisidir. Hasarlı menisküs bölümü kesilerek çıkarılır. Küçük yırtıklarda menisküsün de küçük bir bölümü alındığı için hastalarda herhangi bir fonksiyonel kayba neden olmaz. Menisküsün 1/3 kısmının iyileşme şansı olmadığı için alınır. Yine çok parçalı büyük yırtıklar da alınmak zorunda kalınabilir.

Menisküs alınmasının avantajı hastaların ameliyattan 4 saat sonra yürümekte ve 3 hafta sonra spora dönmeleridir.

Dezavantajlar ise menisküsün büyük kısmının yırtık olduğu durumlarda ise menisküsün büyük bir kısmı bazen tamamı alınır ki bu ciddi bir fonksiyonel bozukluğa bağlı zaman içinde diz ağrılarına ve kireçlenmeye neden olabilir. Bu nedenle gereksiz durumlarda menisküsün alınmaması dikilmesi önerilir. Menisküsün alınmasına bağlı olarak oluşan ağrılı durumlarda genç hastalarda kadavradan menisküs nakli gerekebilir.

2. Menisküs dikilmesi; Teknik olarak son derece zor ve deneyimli diz cerrahları tarafından yapılması gereken bir işlemdir. Menisküsün 2/3 dış (eklem kapsülüne yakın) kısmı iyileşme potansiyeli gösterir. Yine bu 2/3 lük dış bölge menisküs fonksiyonlarının % 90 ını yapar. Bu nedenle bu bölgedeki yırtıklar mümkün olduğunca

dikilmelidir.

Avantajı menisküsün orjinaline yakın biçimde iyileşerek uzun vadeli bir diz performansı sağlar.

Dezavantajları ise ameliyat sonrası 6-8 hafta koltuk değneği kullanılması gerekmesi, % 10 dikilen yırtığın iyileşmemesi, spora dönüşün 3-4 ayı bulmasıdır.

Ana kural; dikilebilecek tüm menisküs yırtıkları dikilmelidir, alınmamalıdır.

OPERASYONA KARAR VEREN HASTALARA UYARILAR

Operasyon sırasında ve sonrasında erken dönem olası komplikasyonlar;

Enfeksiyon; İyi ameliyathana koşullarında artroskopik operasyonlarda enfeksiyon oranı % 1 in altındadır. Enfeksiyon olursa yeniden bir artroskopi ile eklemın yıkanması, ileri enfeksiyonlarda operasyonda konulmuş olan vidaların ve greftin çıkarılması gerekebilir.

Enfeksiyon olmaması için anestezi sırasında damardan antibiyotik verilmektedir. Ayrıca kullanılan aletlerin sterilizasyonuna çok dikkat edilmektedir.

Derin ven trombozu (toplar damarlarda kan pıhtılaşması); Bu komplikasyon %5' in altındadır. Genellikle 3. günden sonra görülme olasılığı başlar, 6-0. günler en fazla görülür. Ancak nadiren de olsa operasyondan aylar sonra da görülebilmektedir. Derin ven trombozlarının da % 5-10 kadarı (tüm hastaların 10 binde 5-10'u) pıhtının koparak akciğere veya beyine giderek hayati risk yaratabilir. Hastaların bazılarında ek risk faktörleri vardır. Bunlar kadınlarda doğum kontrol hapları kullanılması, hastaların daha önce derin ven trombozu geçirmiş olması, bacaklarda varis bulunması, ailevi yatkınlık vb.

Derin ven trombozundan korunmak için (gerekli ise) kan sulandırıcı ilaçlar, operasyon sonrası antiembolik çoraplar giydirilmesi, yatak içi egzersizler ve erken ayağa kaldırarak yük verme riskleri azaltılmaktadır. Eğer hastalarda ek risk faktörleri varsa bu uygulamalar daha da uzatılmaktadır.

Teknik hatalar; Menisküs ameliyatları özellikle de dikişi teknik olarak son derece komplike operasyonlardır. Bu nedenle teknik hatalara bağlı komplikasyon olasılığı her zaman ve her yerde olabilmektedir. İyi ellerde teknik hatalara bağlı komplikasyonların riskleri çok azalmakta ve sonuca etki eden teknik hatalar çok nadiren oluşmaktadır.

Ameliyat sırasında ve sonrası süreç;

Hastalar ameliyathaneye alındıktan sonra önce uyutulmakta, steril ortam için ilgili bacak silinmekte ve örtülmekte sonrasında

artroskopinin sistemleri kurulmaktadır. Bu ortalama 40 dakika bir zaman gerektirmektedir. Operasyonun deneyimli ellerdeki normal süresi 30 dakika-1 saat civarındadır. Dizdeki diğer sorunlar (kıkırdak, bağ lezyonları gibi) da aynı anda opere ediliyorsa bu süre uzayabilir. Operasyon sonrası hastalar 30 dakika-1 saat arasında ayılma odasında bekletilmekte ve sonra da odalarına alınmaktadır.

Menisküsün alınması durumunda; Hastalar odalarına alındıktan sonra 2 saat içinde tamamen uyanık hale gelmektedir. Genellikle fazla bir ağrı olmamaktadır ve basit ağrı kesicilerle tamamen kontrol edilebilmektedir. Hastaların dizinde(kliniklerde uygulama farkları vardır elastik bandaj, bacağı giydirilmiş antiembolik çorap bulunur. 3-4 saat sonra hastalara yemek verilir. Yemek sonrası hastaların ayağa kalkmalarına izin verilir. Ayağa kalkmadan önce 5 dakika kadar oturarak başın dönmediğinden emin olunmalı, baş dönerse uzanarak 1 saat sonra ayağa kalkma yeniden denenmelidir. Koltuk değneğine ihtiyaç duymadan korkusuzca basabilir ve dizinizi bükebilirsiniz.

Hastanede (uygulamalar farklı olmakla beraber) aynı gün operasyonda çıktıktan 4-5 saat sonra taburcu olacaksınız. Hastanede kaldığınız sürece dizinize buz uygulanacaktır. İlk 2 gece 38 civarında ateşiniz olabilir, enfeksiyon anlamına gelmez. Enfeksiyon bulguları 3. günde başlar.

Eve döndükten operasyon sonrası 3. gün sonuna kadar bacağınızı uzatarak yatabilir veya oturabilirsiniz. Bu sırada buz uygulamaya devam etmelisiniz. İhtiyaçlarınız için dilediğiniz sıklıkta ayağa kalkabilir ve dizinizi bükebilirsiniz. Bu dönemde dizinizdeki bandajı ve çorabı kesinlikle çıkarmayın. Egzersizlerinizi aksatmada her gün tarif edildiği şekilde yapınız. Bu dizinizin içinde kanama ve şişmeye neden olabilir. Eğer önerildi ise bu sırada kan sulandırıcı ilacınızı kullanmayı aksatmayınız ve ağrınız olursa ağrı kesicinizi alınız. 3.günden sonra ofisinize uğrayıp oturarak çalışabilirsiniz. Dikkat; ateşiniz 38 derece üzerine çıkar, bacakta ağrı-ayak parmaklarınızda şişme olursa doktorunuzu derhal arayın.



Eğer işinizi organize edebilirsiniz 10 gün ofise gitmemenizi öneririz. 10. gün yaranız doktorunuz tarafından görülecektir ve uygunsa dikişleriniz alınır ya da dikiş alınması 15. güne ertelenebilir. Dikiş alındıktan sonra fizik tedavi başlanır. Bazı hastalarda fizik tedavi 3.hafta sonuna

ertelenebilir. Fizik tedaviniz genellikle haftada 3 gün olmak üzere 1. ayın sonuna kadar devam edecektir. Fizik tedavi operasyon gibi deneyimli fizyoterapistler tarafından yapılmalıdır. Sonuç ta kaliteli fizik tedavi en etkili faktörlerden biridir.

2. haftadan sonra daha aktif olabilirsiniz, araba kullanabilirsiniz fakat sportif aktivite halen yasaktır. 1. ay sonunda fizyoterapistiniz sportif aktivitelere yavaş yavaş başlatabilir.

Menisküs dikişi sonrası;

Hastanede (uygulamalar farklı olmakla beraber) operasyon sonrası 4-6 saat kalacağınız. Fizyoterapist gelerek size yatakta yapmaya başlayacağınız ve evinizde devam edeceğiniz egzersizleri gösterecektir. Hastanede kaldığınız sürece dizinize buz uygulanacaktır. İlk 2 gece 38 civarında ateşiniz olabilir, enfeksiyon anlamına gelmez. Enfeksiyon bulguları 3. günde başlar.

Eve döndükten operasyon sonrası 7. gün sonuna kadar bacağınızı uzatarak yatabilir veya oturabilirsiniz. Bu sırada buz uygulamaya devam etmelisiniz. Yemek için ayağınızı yere koyarak oturabilir ve ihtiyaçlarınız için koltuk değnekleri ile ameliyat olan bacağınıza yük vermeden ayağa kalkabilirsiniz. Bu dönemde dizinizdeki bandajı ve çorabı kesinlikle çıkarmayın. Bu dizinizin içinde kanama ve şişmeye neden olabilir. Egzersizlerinizi aksatmadan her gün tarif edildiği şekilde yapınız. Ağrınız olursa ağrı kesicinizi alınız. 3.günden sonra 1-2 saatliğine ofisinize uğrayıp oturarak çalışabilirsiniz. Dikkat; ateşiniz 38 derece üzerine çıkar, bacakta ağrı-ayak parmaklarınızda şişme olursa doktorunuzu derhal arayın.

7.günden sonra ofisinizde oturarak 5-8 saat çalışabilirsiniz. Eğer işinizi organize edebilirsiniz 10 gün ofise gitmemenizi öneririz. 10. gün yaranız doktorunuz tarafından görülecektir ve uygunsa dikişleriniz alınır ya da dikiş alınması 15. güne ertelenebilir. Dikiş alındıktan sonra fizik tedavi başlanır. Bazı hastalarda fizik tedavi 3.hafta sonuna ertelenebilir. Fizik tedaviniz genellikle haftada 3 gün olmak üzere 3. ayın sonuna kadar devam edecektir. Fizik tedavi operasyon gibi deneyimli fizyoterapistler tarafından yapılmalıdır. Sonuç ta kaliteli fizik tedavi en etkili faktörlerden biridir.

6-8 hafta sonra koltuk değnekleri bırakılır. Bu dönemde kendinizi çok iyi hissedeceksiniz fakat halen son derece tehlikeli bir aşamadasınız. 8. haftadan sonra daha aktif olabilirsiniz, araba kullanabilirsiniz fakat sportif aktivite halen yasaktır. 3-4. ay sonunda fizyoterapistiniz sportif aktivitelere yavaş yavaş başlatabilir. Amatör sporcularda tam spora dönüş 6 ay sonundadır.



Antibiyotikleri Doğru Kullanıyor muyuz ?

Antibiyotik nedir?

Antibiyotik kelimesinin Latince'den çevirimi "Hayat karşıtı"dır. Yani bakteriler parazitler gibi mikroorganizmaları öldürmeye ve bunların oluşturdukları enfeksiyonları engellemeye yönelik bir grup ilaçlardır.

Günümüzde antibiyotikler; sıvı, tablet, kapsül olarak ağız yoluyla flakon ve ampul olarak damar ve kas içi yolla kullanılırlar.

Antibiyotikler keşfedildiği zamandan beri bir çok enfeksiyon hastalıklarının oluşturabilecekleri yaşam kaybını önlemiş tıp tarihinin önemli buluşlarından biridir. Ancak insan yaşamı için bu denli değerli ilaçların aşırı kullanımı sonucu mikroorganizmaların antibiyotiklere karşı direnç mekanizmaları gelişmiş ve birçok ilaç molekülleri kullanılamaz hale gelmiştir. İcat edildiği tarihten bu güne kadar üretilen yüzden fazla antibiyotiğe karşı mikroorganizmaların direnci gelişmiştir, bu durum yeni tedavileri hem güç ve ciddi maliyetli hale getirmekte hem de yeni antibiyotik üretimini zorlaştırmaktadır.

Bu nedenle bilinmesi gereken, her ateş yüksekliğinde antibiyotik kullanılmaması, antibiyotiklerin ilk başvuru ilacı olmaması gerektiğidir. Ateş; bağışıklık sisteminin tümör mikrop veya yabancı bir oluşuma karşı vücudun gösterdiği bir reaksiyondur. Bunun yanı sıra birçok viral hastalıklar da ateşe neden olur ancak antibiyotiklerin bu viral hastalıklarda kullanılması etkisiz ve gereksizdir. Örneğin sık geçirdiğimiz (grip nezle vb) üst solunum yolları enfeksiyonlarının %80 ve üzeri viral nedenlere bağlıdır.

Neden gereksiz antibiyotik kullanmamalıyız?

Bilinçsiz kullanılan antibiyotiklerin vücutta

bir çok zararlı etkileri vardır. Bunlar; karaciğer ve böbrek harabiyetlerine, vücutta mantar enfeksiyonlarının oluşumuna, barsaklarımızda sindirimi kolaylaştıran ve kansere karşı koruyucu olan yararlı probiyotiklerin yok olmasına, alerjik reaksiyonlara, antibiyotik direncine ve anafaksi dediğimiz aşırı reaksiyon sonucunda yaşam kaybına neden olabilirler.

Antibiyotiklere bağlı alerjik reaksiyonlar ilk alınan dozdan sonra da ortaya çıkabilir ya da çeşitli kereler aynı tip antibiyotiğin kullanılması esnasında da oluşabilir. En çok görülen alerjik reaksiyonlar ishal, kusma, baş ağrısı, halsizlik şeklinde karşımıza çıkabilir. Daha ciddi olarak değerlendirdiğimiz ve yaşamı tehdit edeceğinden şüphelendiğimiz alerjik reaksiyonlar ise; şiddetli kaşıntı ve kırmızı mor döküntüler vücutta şişlik, kusma nefes almada zorluk şiddetlenen baş ağrısı, karın ağrıları, cildin sararması, idrarın koyulaşmasıdır.

Bir antibiyotik türüne karşı gelişen alerjik reaksiyonlar diğer grup antibiyotiklere karşı da görülebilir.

Nasıl kullanmalıyız?

Antibiyotiklerin kullanımı sağlığın uzmanları tarafından bilinçli yapılması gereken bir durumdur. Çünkü antibiyotik seçiminde; hastanın yaşı, enfeksiyonun yeri, ne kadar şiddette olduğu, alınacak antibiyotiği tolere edecek böbrek ve karaciğer fonksiyonları, ne kadar dozaj gerektiği, bireyin alerjik reaksiyonları, hastanın kullandığı diğer ilaçlarla etkileşimi, hasta olan bölgedeki mikroorganizmaların hangi antibiyotiklere dirençli olabileceği, gebelik, emzirme gibi özel durumlarda verilecek antibiyotiklerin tespiti hekimler tarafından yapılmalıdır.

Verilen antibiyotiklerin doğru kullanımı da çok önemlidir. Verilme dozuna ve zamanlamasına uyum antibiyotiklerin etkinliğini artıran faktördür. Bununla birlikte bazı antibiyotiklerin mide asitinden olumsuz etkilendiği bazı antibiyotiklerin ise yiyeceklerle emiliminin azaldığı bilinmeli önerilere uygun kullanılmalıdır.

Akılcı antibiyotik kullanımı için yapılması gerekenler

Antibiyotiklerin gereksiz kullanımından kaçının.

Önceki hastalıklarınızdan kalan antibiyotikleri etkili olacağını düşünerek kullanmayın. Her enfektif durumun kendine özgü tedavi planı olduğunu bilin ve doktorunuza danışın.

Hekiminizin onayladığı antibiyotikleri tarif edilen doz ve sürelerde kullanın.

Hekiminize danışmadan sağlıklı olduğunuzu düşünseniz bile tedavinizi yarım bırakmayın.

Herhangi bir yan etki ve alerjik reaksiyon gördüğünüzde hekiminize iletin.

Asla benzeri şikayetleri olan ve tedavi almış olan yakınlarınızın antibiyotiklerini kullanmayın.

Özellikle nezle grip gibi viral üst solunum yolu hastalıklarında antibiyotik verilmesi konusunda ısrar etmeyin.



Görüş ve Düşünceleriniz

Değerli Özel Balat Hastanesi; Öncelikle hastalığının başından sonuna kadar her şeyiyle ilgilenen jinekolog Op. Dr. İsmet Karlık hocam ve ekibine canı gönülden çok teşekkür ederim, inanılmaz güzel ve hijyenik bir hastane. Kaliteli ve güler yüzlü personeller ameliyat öncesinden sonrasına kadar ilgi ve alakadan çok memnun kaldık her şey için canı gönülden şahsım ve ailem adına çok teşekkür ederim.

A. A.

Merhaba; Bazı rahatsızlıklarımın dolayı bana kapılarını açan, Or-Ahayim Hastanesine başta Sayın Başkan ve tüm vakıf üyelerine, teşhislerimi koyan genel cerrahi Op. Dr. İlker bey'e, Nöroloji Uzmanı Uz. Dr. İlknur hanıma ve ameliyatımı gerçekleştiren beyin ve sinir cerrahisi uzmanı Op. Dr. Mustafa Kaş'ı'ye ve her koşulda yanımda olan tüm çalışanlara en alt kadrodan en üst kadroya herkese teşekkürlerimi sunarım.

D. M.

Sol elimdeki kırık nedeniyle başvurduğum Balat Hastanesi'nde, benden ilgilerini esirgemeyen Sayın Prof. Dr. Pernur Öner'e ameliyatımı başarıyla gerçekleştiren Sayın Op. Dr. Nikola Azar ve ekibine, hastanede bulunduğum süre içerisinde gösterdikleri ilgi ve hizmetlerinden ötürü tüm hastane personeline sonsuz teşekkürler.

L. A.

Sevgili Balat Hastanesi; Öncelikle kızım E.Ö.'nün ameliyatını yapan K. B. B. Uzmanı Op. Dr. Sinan Oduncu'ya sonsuz teşekkür ediyorum ayrıca ameliyathane çalışanları, kat hemşireleri ve kat personeline çok teşekkürler. Ben Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığında hemşireyim. İlk görev yerimde Balat Hastanesi idi. Bugün çalıştığım işyerine hasta yakını olarak geldim. Dışarıda buranın hizmetinden bahsedeceğim. Benim çalıştığım dönemde de şimdi de hizmet çok güzel. Tekrar Op. Dr. Sinan bey'e teşekkür ederim doktor olarak ameliyat öncesi ve sonrası harikaydı. Onu tüm arkadaşlarıma ve çevreme önereceğim. Tüm Balat Hastanesi personeline ilgileri ve bakımları için teşekkür ederim. Ayrıca Dr. Sinan bey'in

sekreteri Öznur hanıma da çok teşekkür ederim.

N. Ö.

Sevgili Özel Balat Hastanesi; Çok değerli hocamız kardiolog Uz. Dr. Özkan Köse bey'e ayrıca bu süre zarfında bizimle ilgilenen hemşirelerimize vermiş oldukları emeklerden dolayı çok teşekkür ederiz. Hastanenede ilk defa kalmıyoruz, daha öncede burada pek çok kez kaldık. Her geçen gün hizmetleriniz daha ileri gidiyor. Hastanenede kalan tüm hastalara acil şifalar diliyorum. Allah yardımcınız olsun kolay gelsin. Saygılarımla.

F. Y.

Değerli Balat Hastanesi; 3 günlük tedavi süresince benle ilgilenen herkese başta iç hastalıkları Uz. Dr. Sadi Rüştü Vural, Birsen hemşire'ye profesyonel bakım ve tedaviden dolayı çok teşekkürler.

H. T.

Bugün annem katarakt ameliyatı oldu, çok güzel geçti ameliyat doktorumuz Op. Dr. İlker Yalçın'a çok teşekkür ederiz çok ilgili ve alanında uzman bir doktor. Ayrıca Adem bey'e yardım ve ilgilerinden dolayı teşekkür ederim.

A. K.

Özel Balat hastanesinde kasık fıtığı ameliyatını yapan Yıldıran hocama ve hastane personeline çok teşekkür ederiz. Özellikle Yıldıran Devci hocamın güler yüzlü yaklaşımından çok memnun kaldık ayrıca Hamide, Yasemin, Filiz, Ayşenur hemşireye hastabakıcı Hayri bey'e teşekkürlerimi sunarım.

T. E.

Balat Hastanesi Çalışanları; Öncelikle hastalığının başından sonuna kadar benimle ilgilenen Üroloji Uzmanı Op. Dr. Cem Atalay hocama sonsuz teşekkür ederim. Çok ilgili ve iyi bir doktor olduğunu burada belirtmek isterim. Gece gündüz ilaçlarımı veren sevgili hemşirelerimize teşekkürlerimi sunarım onların güler yüzleri hiç eksik olmasın.

İ. Ö.

Değerli Balat Hastanesi; Başta doktorum Op. Dr. Mehmet Aygün'e, çocuk doktorumuz Uz. Dr. Ece Hanım'a, poliklinikte bizi karşılayan ilgilenen Eva hanım'a, doğumhane ekibine sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Bahçesi ve bahçesinde ki kafede oturmak bile ayrı bir keyif. Her seferinde güzel duygularla ayrılıyorum. Dilerim hep güzel şeyler için gelirim.

S. T.

Bu kısa süreli yatışımda hastaya olan ilginiz, bakımınız, temizlik ve özeniniz çok anlamlıydı. Doktorum Uz. Dr. Sadi Rüştü Vural'a ve servis ekibine teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca çölyak hastası olduğum için yemeklere dikkat etmeniz çok anlamlıydı.

S. D.

Sevgili hasta bakımımız Meryem Hanım ve hemşirelerimiz Nazmiye hanım, Hamide hanım, Yasemin hanım ve Kübra hanım başta olmak üzere tüm hastane çalışanlarının güler yüzü ve severek yaptıkları her hallerinden belli olan ilgileri için tek tek teşekkür ederiz. Gerçekten inanılmaz bir ekip. Emegi geçen herkesi tebrik ediyoruz. Hastane fiziki şartları ve temizliği de her anlamda çok başarılıydı. Aslında en başta ismini yazmak istediğim fakat unuttuğum hastabakıcımız Hatice Çetin öyle tatlı, güler yüzlü, ilgili bir insan ki ona da ayrıca teşekkür ederim.

Z. M.

Sevgili Özel Balat Hastanesi Çalışanları; Başta Op. Dr. Meltem Hanım olmak üzere tüm yeni doğan ekibine, ameliyathane ekibine, cici hemşirelerimize ayrı ayrı sevgi, teşekkür ve minnetlerimizi sunarız. İlk annelik heyecanımı, babamın ilk çocuk heyecanını bizimle paylaştığınız, benim ameliyathanede fazlasıyla nazlanmalarımı anlayış ve sabırla karşıladığınız için ayrıca teşekkür ederiz. Harika bir hastane mükemmel bir ekip ve benim için çok kıymetli Meltem hocamız. İyi ki varsınız hep var olun... İyi ki sizi ve hastanenizi tercih etmişiz. Her şey için tekrar teşekkürler...

E. D.



Almodovar'ın Kadınları

Mart sonunda vizyona giren **"Paralel Anneler"**'de Pedro Almodovar **"annelik"** temasını incelemeyi sürdürüyor. Bu vesileyle kadınların dünyasını anlatmadaki becerisi bilinen Almodovar'ı bu hasletıyla anmak istedik.

İspanyol sinemasının Luis Bunuel'den sonra gelen en etkileyici yönetmen olan Pedro Almodovar, sinemada kadınları en iyi anlatan yönetmenler arasında gösteriliyor. Almodovar parlak kariyerinde "Sinir Krizi Eşiğinde"ki kadınları, "Kendini Bağlatan" kadınları, "Annesi Hakkında Her Şey'i", "Yüksek Topuklu" kadınları, "Çıplak Ten"li kadınları, kadınların "Kırık Kucaklaşmalar"ını, "Kika"yı, "Julietta"yı, bir kadına dönüştürülen bir erkeği anlattı.

Son filmi Paralel Anneler / Madres Paralelas'ta bir hastanede aynı gün doğum yapan, tesadüflerin bir araya getirdiği, yazgıları kesişen iki kadını anlatıyor. Kariyerini kadınların dünyasına odaklamaya adanmış Pedro Almodovar, yaratıcılık dehasını sürdürdüğü bu son filminde "annelik" temasını incelemeyi sürdürüyor.

PEDRO HAKKINDA HER ŞEY

Benzersiz duyarlılığıyla bizleri insan ruhunun karanlık labirentlerinde gezdirmeyi adet edinen İspanyol yaratıcı, sinema sanatında duyguları en etkileyici bir şekilde ifade edebilen yönetmenlerden biri. Pedro Almodovar gücü ve güzelliği tartışılmaz, karmaşık bir sinemasal sohbeti andıran, teatral tadlar içeren, sıcak ve insancıl sinema diliyle tanınıyor. Anlatımı, kendine has sinemasal evrenini yansıtan yaratıcılığıyla, incelikli, mükemmeliyetçi, olgunlaşmış, doyumsuz güzellikteki sinema diliyle zenginleşiyor.

Kendine özgü kişisel bir dünya yaratarak duygulara hitap eden, cinsel açıdan özgür, kırılabilir, duyarlı ve mutluluğu kovalayan karakterleriyle Almodovar İspanyol

sinemasının "enfant terrible"i olarak kalacak. Kadınların dünyasını anlatmada müthiş bir beceri gösteren Almodovar'ın cinsel tercihini erkeklerden yana kullandığı biliniyor.

Almodovar "Julietta"nın Cannes Film Festivali'ndeki basın konferansında kadınların hayatı üzerindeki etkisinden, aşktan, tutkularından, bozulan sağlığından söz ederken: Sırtımdan geçirdiğim ameliyat sonrası son 3 yılda fiziksel acılar yaşadım. 1991- 94 arasında, hiç bir faaliyeti olmayan bir off shore şirketi yoluyla Panama Belgeleri'ne adımın geçmesiyle sıkıntı yaşadım... Anne rolleri yazmayı sürdürüleceğim. Ben 10 yaşına kadar kırsal hayatta kadınlarla dolu bir çevrede yaşadım" dedi.

"Acı ve Zafer / Dolor i Gloria"da (2019) hem zihinsel hem fiziksel anlamda yorgun düşen yönetmen, ameliyatlarının ardından gelen depresyonunu anlattı. Bu filmde kendisini canlandırması için seçtiği Antonio Banderas, Cannes Film Festivali'nde En İyi Erkek Oyuncu Ödülünü



Emma Suarez, Pedro Almodovar, Adriana Ugarte, Michelle Jenner, Rossy Palma



Viktor Apalaçi

Sinema yazarı ve film eleştirmeni

kazandı. Melodramlara olan zaafı bilinen Almodovar filmlerinde anneler, kızları, kızkardeşleri üzerinden duygusal bağları aktarmadaki becerisiyle ünlendi.

Pedro Almodovar 1949'da İspanya'nın yoksul La Mancha bölgesinde küçük bir kasabada doğdu. Çocukluğunu bol kadınlı bir evde annesi ve teyzeleriyle geçirdi. 1968'de Madrid'e gitti, sinema tahsili yapamadı, çünkü bunu karşılayacak parası yoktu. 1972-78 arasında arkadaşlarının desteği ile kısa filmler yaptı. İlk uzun metrajlı filmini 1980'de "Pepi, Luci, Bom" ile yaptı. Kariyerinin en ödemli ödüllerini, özel bir klinikte yatan komadaki bir bale öğrencisi genç kadına aşık olan erkek hemşirenin öyküsünü anlattığı "Konuş Onunla / Hable Con Ella" (2003) ile aldı. Almodovar'a En İyi Senaryo dalında Oscar ve Bafta Ödülleri getiren film, En İyi Avrupa Filmi César, En İyi Yabancı Dilde Bafta Ödülleri kazandı.

"Annem Hakkında Her Şey / Todo Sobre Mi Madre" Almodovar'ı En İyi Yönetmen Bafta, Yabancı Dilde César Ödülleri'nin sahibi yaptı. İspanyol yönetmen 1999'da Onursal César Ödülüne layık görüldü. Katıldığı Cannes Festivalinde Almodovar'ın Fransa'da ülkesinde olduğu kadar çok sevildiğinin tanığı oldum. 6 filmle katıldığı bu festivalin favori yönetmenleri arasında yer alan Almodovar'ın, 1992'de jüri üyeliğiyle başlayan Cannes macerası ilk meyvesini, 7 yıl sonra "Annem Hakkında Her Şey" ile kazandığı En İyi Yönetmen Ödülüyle verdi. 2004'te "Kötü Eğitim / La Mala Educacion" yarışma dışı olarak Açılış Galasında gösterildi. 2 yıl sonra "Volter"ın

7 sanatçısı ödül listesine girdi: Almodovar En İyi Yönetmen seçildi, 6 Oyuncu En İyi Kadın Oyuncu Ödülünü paylaştı. "Kırık Kucaklaşmalar / Los Abrazos Rotos" (2009), "İçinde Yaşadığım Deri / Piel Que Habito" (2011) ödül listesine giremedi.

FETİŞ OYUNCUSU: PENELOPE CRUZ

"Paralel Anneler" yönetmenin 20 yıllık bir projesi. "Annem Hakkında Her Şey"de rol verdiği Penélope Cruz'a bu projesinden bahsederken kendisine tecrübesiz genç anne adayı Ana rolünü yakıştırmıştı. Senaryosunda arzuladığı finalin formülünü bulmakta zorlanınca projeyi rafa kaldıran Almodovar, yıllar sonra son şeklini verdiği senaryosunda 46 yaşına gelen Penélope Cruz'u hayatında başarıyı yakalamış, tecrübeli Janis rolüne kaydirdi.

İçinde bulunduğumuz salgın dönemi koşulları altında gerekli önlemler alınarak film Madrid'de çekildi. 4 aylık bir prova sürecinin ardından film senaryodaki olarların kronolojik sırasına uyarak çekildi. Son Venedik Film Festivalinde En İyi Kadın Oyuncu Volpi Kupasını kazanan Penélope Cruz aynı dalda Oscar'a aday gösterildi. Pedro Almodovar - Penélope Cruz ikilisini Cannes Film Festivaline katıldıkları filmlerin galalarında ve basın konferanslarında gördüm. Penélope Cruz'un ağabeyi yerine koyduğu yönetmenine karşı olan derin sevgi bağlarının izlerini bakışlarından, birlikte geçirdikleri saatlerde tanık oldum.



Almodovar, Tilda Swinton ve Penélope Cruz ile

Almodovar'ın kendisine rol yazmaktan keyif aldığını ağızından dinledim. Otobiyografik filmi "Acı Ve Zafer / Dolor Y Gloria"da (2019) annesini canlandırması için seçtiği Penélope Cruz'a beslediği sevgiyi sınırsız bakışlarından okuduğunu gördüm. 1997 yılında başlayan işbirliğini ikili 7 filmde sürdürdü. Almodovar fetiş aktrisine yazdığı rollerle kendisini "Volver" ile En İyi Kadın Oyuncu Ödülüne ortak etti, Venedik'te "Paralel Anneler" ile Volpi Kupasını aldırdı, Oscar'a aday gösterilmesini sağladı.

"Çıplak Ten / Carne Tremula"da (1997) Pedro Almodovar ile ilk birlikteliğinde Penélope Cruz, sonraları kocası olacak Javier Bardem ile oynadı. İspanyol aktris "Annem Hakkında Her Şey", "Kırık Kucaklaşmalar" gibi prestijli Almodovar

filmlerine katkıda bulundu. Aralarındaki sarsılmaz güven ilişkisiyle, kendisi için yazılan rollerdeki cesur performanslarıyla, Penélope Cruz bir ölçüde Almodovar'ın katkılarıyla, Hollywood'un aranan starları arasında yerini alıp bugünkü parlak konumuna ulaştı.



Inma Cuesta, Emma Suarez, Rosy Palma, Adriana Ugarte, Michelle Jenner

Yüz ifadesiyle, mimikleri aracılığıyla duygularını seyirciye geçirmedeki becerisiyle bilinen Penélope Cruz canlandırdığı karakterlerin derinliğini ve duygu yoğunluğunu aktarmadaki başarısıyla öne çıkan güçlü bir oyuncu. "Paralel Anneler"de yeni doğum yapmış iki anne üzerinden kadın dünyasındaki keşif yolculuğunu sürdüren Pedro Almodovar, dram, gerilim ve politik türlerini ustalıkla harmanlıyor. Erkek figürlerin aksesuar olarak kullanıldığı filmde, iki baba bilinçli olarak senaryoya dahil edilmemiş. Taviz vermez ama mütevazı olmaya özen gösteren Pedro Almodovar'ın duygu sömürsü ucuzluğuna kaçmadan, melodramatik öyküler anlatmadaki becerisi biliniyor.

Son filminde sağlam kişilikli, ayakları üzerinde durabilen, iş gücü sahibi, zor durumları göğüsleyebilen bir anne adayı, kırılmalı, tecrübesiz, özgüveni olmayan, kendini çocuk doğurmaya hazır hissetmeyen bir genç kadın ve onun hayatta başarısız olmuş annesi üzerinden kadınların dünyasına eğilen Pedro Almodovar, senaryosunda olay örgüsünü kurmadaki başarısını yineliyor. Yönetmenin "anneliğin Don Kişot'u" dediği filmde, "hastanede karışan

Bulmaca cevap anahtarı

O	W	O		U	Ó		U	S	V	
V	L	D	V	V	D	H	V		U	
J		K	K		B	W	V	L		
R	V	B	V	I	K	E		U		
V	M	V	S	V	V	V		V		
P	R	V	D	U	L	Ó	U		I	
S	V	T	A	I	L	V	V	I	K	
I		R	E	L	S	V	V	L		
V		L	V	S	V	V	V	L	O	D
V		F	K	O	R	G		E		
M		R	V	L	V	N	V	O	N	
L		N	O	V	A	F	V	O	T	O
E		L	E	V	A	N	E	A	G	I

11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

bebekler" anlatısı üzerinden, birbirlerini bir daha hiç görmeyeceklerini düşünen iki anneyi merkezine alıyor. Anneliğin içgüdüsel farklı yollarından işlendiği bu annelerden olgun olanı, hayatına yeni bir yön vermenin mutluluğunu yaşarken, değişen şartlar karşısında radikal bir karar almak zorunda kalıyor.

BİR KEŞİF: ROSSY DE PALMA

"Pedro Almodovar'ın Kadınları" başlıklı bir yazıda yönetmenin en çok sayıda filmde yer verdiği oyuncu olan Rosy De Palma'dan bahsetmemek haksızlık olur. Almodovar keşfettiği bu fetiş aktris için filmlerinin çoğunda kendisi için bir rol yazar. Rosa Elena Garcia Echave adıyla 1964'te Palma De Mallorca'da doğan bu karizmatik oyuncu, sinema ve tiyatrodaki Rossy De Palma olarak ünlendi. Şarkıcı ve dansçı olan Rosy, Almodovar tarafından 1986'da Madrid'te bir kafede keşfedildi. Ertesi yıl yönetmenin "Arzu Yasası / La Ley Del Deseo" filminde oynadı.

Kemerli burnu, kıpkırmızı rujlu dudakları, uzun boyuyla dikkatleri çeken Rosy De Palma Almodovar'ın "Sinir Krizi Eşiğindeki Kadınlar", "Bağla Beni", "Kika", "Kırık Kucaklaşmalar", "Julietta" ve "Paralel Anneler" filmlerine katkıda bulundu. 2009'da Marie Claire dergisi için meme kanseri hakkında bir bilgilendirme kampanyasında çıplak poz verdi. Modacı Jean-Paul Gaultier ve Thierry Mugler için modellik yaptı. 2015 yılında Cannes Film Festivali ana yarışma jürisinde yer alan Rosy De Palma iki çocuğu ile birlikte Paris'te yaşıyor ve oyunculuğun yanı sıra modellik yapıyor.



Balat or-ahayim Hastanesi Vakfı

adına sahibi

Ali Berber

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 Dizi

Mia Tanıtım Hizmetleri Tic. Ltd. Şti.

Tel: 0212 320 58 50 - 51

Baskı

Yek Matbaacılık San. Tic. Ltd. Şti.

100. Yıl Mah. Matbaacılar Sitesi 4. Cad. No:122

Bağcılar - İstanbul / Tel: 0212 629 05 60

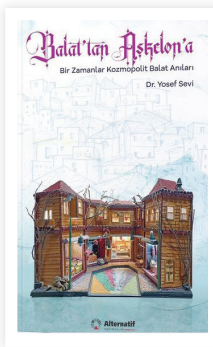
Yayın Türü

Yerel, Süreli, 3 ayda bir - ÜCRETSİZ

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



Kitap Önerisi



BALAT'TAN AŞKELON'A Bir Zamanlar Kozmopolit Balat Anılar

Yazar : Dr.Yusef Sevi / Yayınevi : Alternatif Yayıncılık

İstanbul'da, Türk Musevilerinin adı Balat'la özdeşleşmiştir. İstanbul denilince akla Museviler, Musevi denilince de Balat semti gelir. Dolayısıyla da Balat'ı değerli kılan en önemli unsur her daim, barındırdığı değişik kültürler olagelmıştır. Burada farklı ırktan ve farklı inanıştan insanlar bir harmoni içinde yaşarlardı. Semt sakinlerinin, inançlar üzerinden iletişim ya da ilişki kurmamaları, köken farkına karşın kardeşçe yaşamaları da Balat'ın renkli kültürel mozaiğinin bir göstergesiydi. Bir zamanlar Balat'ta herkes birbirini tanırdı. Bu semtte tam bir mahalle sıcaklığı yaşanırdı. Arkadaşlık,

komşuluk, dostluk dayanışması doğaldı. Yaz gecelerinde o unutulmaz meşhur kapı önü muhabbetleri yapılırdı ve Balat sokakları cıvılcıydı. Çok kültürlü, çok dilli, çok dinli yapıya sahip eski Balat'tan, günümüze sadece hatıralar kaldı. Zira o eski mahalle kültürünün, o kozmopolit yaşamın ayrılmaz parçası son tanıklar, malum nedenlerle 1960'lı yıllarda semti yavaş yavaş terk etmeye başladı. Böylece, Balat'ın o eski ruhu kaybolup gitti. Kuruluşu Bizans dönemine kadar dayanan Balat semtinin o geçmişteki kültürel zenginliğini günümüzde tam anlamıyla görmek, anlamak ve tahayyül etmek epey zorlaşmıştır. Dr. Yusef Sevi'nin güzel ve akıcı üslubuyla kaleme aldığı bu anıları okurken insan kendini adeta bir zaman makinesine girmiş ve bir an o harikulade maziye geri dönmüş gibi bir nostalji hissediyor. Sevi bu kitapla bizlere geçmişin büyüü gündelik yaşantısından çok ilginç kesitler aktararak, bizlere tadına doyum olmaz bir okuma şöleni sunuyor.

Geçmişteki yaşamışlıkları gelecek nesillere aktarırken, çok değerli bir miras bırakan, bu kozmopolit hayatın son tanıklarından Dr. Yusef Sevi'ye ne kadar teşekkür etsek azdır.

Keyifle okunması dileğiyle...

Müzik Önerisi



Made in Alaçatı

Son zamanların en popüler tatil bölgesi Alaçatı'nın en çok çalınan şarkıları Türkiye'nin en popüler DJ'lerinden Levent Özbay'ın katkılarıyla bu albümde buluştu ! Keyifle dinlenecek 13 parçanın bulunduğu MADE IN ALAÇATI albümü sizlere en kaliteli ve en keyifli müziği sunan AJS MÜZİK etiketiyle raflardaki yerini alıyor.

1. You're Mine - Raving George ft. Oscar The Wolf
2. Waiting On The Shore - Julius Abel ft. Sena Sener
3. Rock You - Malik Mustache, N.E.O.N & Vinne ft. Samantha Nova
4. Circle Love - Levent Ozbay
5. Everybody - Daniel Fernandes
6. Rijeka - Daniel Portman ft. Calippo
7. How Does It Feel - Natema
8. Drinkee - Sofi Tukker
9. Sometimes - Enzo Siffredi
10. Cream - Platinum Doug
11. Saturday Night - Nytron ft. Sugar Hill
12. Who Is He? - Alaia & Gallo ft. Kevin Haden
13. The D Machine - Croatia Squad

Bulmaca

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											

SOLDAN SAĞA

1. Yabancı - Kilidin mucidi
2. Kısaca otomobil - Bir uyuşturucu
3. Bir soyadı - Tehlike işareti
4. Kısaca gram - Eski bir silah
5. Bir nota - Aya gönder anlamında bir emir
6. Bir erkek ismi - Bir çoğul eki
7. Bir bağlaç - Boğaziçi konağı - Derince kap
8. Ucu olan - Vurma veya yaralama
9. Bir hayret sözü - Milli ajansımızın simgesi - Bir tahıl ölçüğü - Eski dilde su
10. Aza - Bir araç ve motor markası - Erzurum oyun havası
11. Bir harfin okunuşu - Üstünlük belirtisi iz veya işaret
12. Bir aydınlatma gereci - Kısaca Kara Kuvvetleri - Bir nota
13. Bir erkek isim - Su ortasında kara parçası
14. Bir bayan adı - Ortaasya'da bir ırmak adı - Bir deterjan adı.

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Yüzme başlığı - Riyakar
2. Bir kilit markası - Kısaca Devlet Liman İdaresi - Bir zaman birimi
3. Yalak övgüsü - Cam keser
4. Utanı - Bir bayana adı - Bir bezeme sanatı
5. Eski dilde ekmek - Parazit geçinen - İsim
6. F harfinin batı dillerindeki okunuşu - Rey - Bir takı - Meşgale veya meslek - Tok olmayan
7. Yakası olan - Merak veya endişe
8. Her zaman gideni veya geleni olan şey - Bir harfin okunuşu - İsmi bir hali - Eski dilde medeniyet
9. Gelibolu'da bir mevki - Brom elementinin imi - Bir nota
10. Ongun - Arap alfabesinde bir harf
11. Bir meyve - Bir ilimiz