



Başkanın Mesajı

en güzel mevsim sonbahar..

Atilla İlhan' ın beğendiğim "Sonbahar" şiirini paylaşmak isterim.

"Dikenin kalbime battığı bir sonbahar günüdür. Sen elini bulutların içinde gezdirirsin, bulutlar senin gözlerinin üstünde yürürler.

Oysa ben akşam olmuşum, yapraklarım dökülüyor usul usul, adım sonbahar.

Onu neden sevdiğimi bir türlü anlamıyor. Ağzı temmuz sıcaklığı, bakışları sonbahar.

Kül mavinin yanına sarı gelirse sonbahar, sen benim yanıma gelirsen kıyamet olur.."

Bu sevimli, dokunaklı şiirin ardından sizlerle hastanemiz hakkında bilgi paylaşımında bulunmak isterim;

İhtiyacımız olan tıbbi cihazları hastanemiz bünyesine katmaya devam ediyoruz, tıpta kolposkop diye adlandırılan jinekolojik ultrasonografi cihazını bünyemize katmış bulunuyoruz.

Plastik cerrahımız Op. Dr. Cahit Vural denetiminde Estetik merkezimizin hizmete girdiğini, zayıflama ünitesi ,dövme silme cihazı, lazer epilasyon ünitesi, fraksiyonel lazerle cilt gençleştirme, vasküler damar tedavisi uygulamaları yapıldığını önceki bültenimizde yazmıştım.

İlkemizin "İnsana Yatırım ve İnsana Saygı" olduğunu yinelemek isterim.

Hastanemiz bahçesinde mutlaka zaman bulup güzel Haliç' imizi seyrederek çayınızı yudumlamayı, doğayı seyretmeyi ihmal etmeyelim, yaşamdan keyif almaya çalışalım...

Sağlıkla kalın,
Sevgiyle kalın,
Hoşçakalın ,

Saygılarımla,
Yaşar Abuaf
Başkan

Sevgili Okurlar,

Or-Ahayim Balat Musevi Hastanesi ailesi olarak ülkemizde 15 Temmuz 2016 gecesi gerçekleşen "kalkışma" girişimini kabul edilemez buluyor,tüm gücümüzle lanetliyoruz. Hayatını kaybeden tüm vatandaşlarımıza Allah 'tan rahmet, yakınlarına baş sağlığı, ülkemize geçmiş olmasını dileriz.

İnsanoğlunun içerisinde sürekli barındırdığı, bazen gün yüzüne çıkarken, bazen örtbas etmeye çalıştığı hüznü, bünyesinde barındıran

or-ahayim'den Haberler



Online Randevu

İNTERNETTEN
ONLİNE RANDEVU ALMA
SİSTEMİMİZ AÇILMIŞTIR....

www.balathastanesi.com.tr

Hastanemizde Axa Hayat ve Mapfre Sigorta ile Tamamlayıcı Sağlık Sigortası yapılmıştır. Poliçe sahiplerinden ayakta ve yatarak tedavide fark ücreti alınmamaktadır.



or-ahayim'den Yenilikler

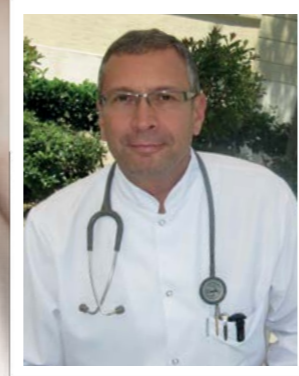
Anlaşmalı olduğumuz Kurumlar



or-ahayim Hastanesi
facebook ve twitter'da



Şeker hastalığına dair tüm merak ettikleriniz



Uz. Dr. Sadi Rüştü Vural
İç Hastalıkları Uzmanı

İnsülin hormonunun yokluğu, yetersizliği veya etkisizliği sebebiyle kan şekerinin normal düzeyin üzerine (hiperglisemi) yükselmesiyle ve idrarda şeker atılmasıyla (glikozüri) teşhis edilen bir metabolizma hastalığıdır.

Milattan sonra birinci sırada Kapadokya'da yaşayan Aretaeus, fazla su içen ve fazla idrar çıkaran hastaların durumuna "Diabetes" yani akıp gitme, öteye geçme adını vermiştir. Ortaçağ hekimlerinden İbni Sina, diabetik hastaların idrarları buharlaştırıldığında kahverengi ve tatlı bir kalıntı bıraktığını bildirmiş, diabetiklerin idrarını tadarak tatlı olduğunu ise ilk olarak 1674 yılında Thomas Willis saptamış ve bu hastalığa 'ballı' anlamına gelen mellitus adını eklemiştir. Hastalığın pankreas ile ilgisi ise, 1889 yılında Minkowski'nin pankreasını çıkardığı bir köpeğin diabetik oluşu ile kesinlik kazanmıştır. 14 Ağustos 1921'de ise Banting ve Best insülini bulmuşlar ve 1964'te de Çinliler

ve Amerikalılar birbirinden bağımsız olarak insülinin sentezini başarmışlardır. Pankreas'ın kitlesinin %1.5'ünü oluşturan Langerhans adacıklarında alfa, beta ve delta olmak üzere üç tip hücre vardır. Beta hücreleri adacığın merkezinde bulunurlar ve insülin salgırlar.

Diabetes mellitus yani şeker hastalığı basit olarak tip 1 ve tip 2 olarak ikiye ayrılır. Tip 1 diabet genel olarak çocuklukta ortaya çıkar. Bu hastalarda insülin hormonu çok yetersiz olduğundan insülin iğnesi kullanmak gereklidir.

Tip 2 diabette ise başlangıçta hormon miktarı çok azalmadığından sadece diyetle veya ağızdan alınan ilaçlarla tedavi uygulanabilir. Ağızdan alınan şeker ilaçları pankreası uyarak insülin salgısını arttırlar veya bağırsaklardan karbonhidratların emilimini azaltırlar. Hastalık ilerledikçe insülin miktarı daha da azalır ve bu durumda tip 2 diabette de

insülin kullanımı gerekebilir.

Şeker hastalığının kliniği:

Şeker hastalığının en belirli özelliği çok su içme ve sık idrara gitmedir.



Bazı durumlarda kişiler şekerleri çok yükselene kadar hiçbir şey hissetmeyebilirler. Bu nedenle şeker hastalığı riski taşıyanlarda (Örneğin ailesinde şeker hastası olanlar, fazla kilolular..) belirli aralıklarda kan kontrolleri yapmak gerekir.

Açlık kan şekerinin normal bulunması şeker hastalığı olmadığını göstermez. Sadece şeker yüklemesiyle ortaya çıkarılabilen gizli şeker hastalığı da vardır.

Diabet hastalığı ilerledikçe bazı organlara zarar verebilir. En önemli problemler şunlardır.

Diabetik retinopati:

Göz damarlarının tutulması ile ortaya çıkar. Körlüğe neden olabilir.

Diabetik nefropati:

Böbrek damarlarının tutulması ile oluşur. Böbrek yetersizliğine neden olabilir.

Diabetik nöropati:

Değişik sinirlerin tutulması sonucu o bölgenin uyuşması veya güç kaybı ile ortaya çıkar.

Enfeksiyonlar:

Diabet hastalarında enfeksiyonlara (iltihap) yatkınlık artmıştır. Bu yatkınlık vücut direncinin düşmesinden ve organların kanlanması bozulmasından ileri gelir.

Ateroskleroz (Damar sertliği):

Ortaya çıktığı organa göre kalp krizinden felce kadar çeşitli hastalıklara neden olur.

Tanıda kullanılan testler:

En sık kullanılan test açlık kan şekeri (AKŞ) tayinidir. Bu test sabah aç karnına kan alınarak yapılır. Kan şekeri 100 mg/dl'yi geçmemelidir. Bu test sadece artık kontrolden çıkmış diabet hastalığının tayininde kullanılır. Gizli şeker hastalığında AKŞ normaldir. Bunlarda hastalığı tespit etmek için şeker yüklemesi testi (OGTT) gerekir. Ayrıca idrarda şeker ve keton tayini, HbA1c, C peptid, insülin seviyesi gibi testlerde şeker hastalığında sık olarak kullanılır.

Tedavi:

Diyet en önemli tedavidir. Diabet hastası şekerleriyle birlikte yaşamayı öğrenmeli ve hayat boyu diyetine dikkat etmelidir. Oral antidiyabetik ilaçlar pankreasın insülin salgısını artırır. Ayrıca bağırsaktan şeker ve karbonhidratların emilimini azaltan ilaçlarda vardır. İnsülin vücuda enjeksiyon ile verilir. Kısa etkili,

uzun etkili ve her ikisinin belli oranlarda karışımından meydana gelen mixtard insülinler kullanılmaktadır.



Sık sorulan sorular:

1- Hamilelikte şeker hastalığının önemi nedir?

Hamilelikte ağızdan alınan ilaçlar kullanılmaz, bu nedenle hastanın hamile kalması önceden planlanmalı ve ilaçlar kesilerek insüline geçilmelidir. Şeker hastalarında hamilelik normal kişilere nazaran daha riskli olduğundan hem şeker hem de jinekolojik kontrolleri daha sık ve özenle yapılmalıdır.

2- Şeker hastaları spor yapabilir mi?

Diabette spor yapmak tedavinin bir parçasıdır. Spor hem kalori yakmak için, hem de vücuda sağladığı diğer yararlarından ötürü tavsiye edilmektedir.

3- Şeker hastalarını sürekli insülin yapmaktan kurtaracak yeni gelişmeler var mı?

Son 1-2 yıldır pankreasın insülin salgılayan beta hücrelerini kadavralardan alıp şeker hastalarına nakletme çalışmaları yapılmaktadır. Bu çalışmalar ümit verici olmakla birlikte henüz kesin sonuçlar yayınlanmamıştır. Ayrıca nakil olan hastalar hayat boyu vücutun bu hücreleri reddetmemesi için ilaç kullanmak zorunda kalmaktadırlar.



4- İnsülin bağıışıklık yapar mı?

İnsülin hormonu zaten vücutta bulunması gereken bir maddedir. Bu nedenle alışkanlık yapması söz konusu değildir. Fakat insülin sürekli kullanılması gereken bir tedavi olduğundan böyle bir yanlış inanış oluşmuştur.

Diabet hastası şekerleriyle birlikte yaşamayı öğrenmeli ve hayat boyu diyetine dikkat etmelidir.



Solunum Fonksiyon Testleri, Bronkoscopi, Allerji Testleri yapmaktayız.

Solunum Fonksiyon Testleri

Akciğerlerin çalışmasını değerlendirmek için uygulanan yöntemdir. Basit spirometri gibi yapılması nispeten kolay ve ucuz olanlardan platismografi, difüzyon rezidüel volüm gibi bazı gazların da kullanılarak uygulandığı karmaşık ve zor yöntemlere kadar geniş bir yelpaze içinde yer alırlar. En çok kullanılanlar günümüzde küçük elektronik spirometrelerle gerçekleştirilen volüm ve akım hızlarının ölçüldüğü basit yöntemlerdir.

Solunum fonksiyon testleri hangi durumlarda yapılır?

- 1) Nefes darlığı, öksürük, balgam gibi belirtileri olanlara
- 2) Akciğer filminde bozukluk saptananlara
- 3) Uzun süredir sigara içenlere
- 4) Genel anestezi altında ameliyat olacaklara
- 5) Solunum sistemini olumsuz yönde etkileyebilecek madencilik, akü fabrikası işçileri, amyant kullananlar, fırıncılık vs.gibi işyerlerinde çalışanlar.

Bronkoscopi

Bronkoscopi, att hava yollarının (ses tellerinden itibaren nefes borusu ve bronşlar) bir optik alet yardımıyla görerek incelenmesi demektir.Günümüzde özel

durumlar hariç, fleksibil bronkoscoplar kullanılmaktadır.Bu cihazlar eğilip bükülebilen lastik sonda şeklindedir. Bronkoscopi rahatlatıcı ilaçlarla sedasyon yapılmasını takiben lokal anestezi altında gerçekleştirilir. Gerek görüldüğünde doku biyopsisi ve sitolojik mikrobiyolojik ve minerolojik incelemeler için bronş sıvısı ve yıkama sıvısı alınır.

Bronkoscopi yapılmasını gerektiren başlıca durumlar :

- 1) Balgamda kan bulunması
- 2) Akciğer kanseri şüphesi olan durumlar
- 3) Sebebi bilinmeyen kronik (müzmin) kronik öksürükler , lokal (yerel) , hışırtılı solunum gibi belirtiler görüldüğünde gecikmeden bronkoscopi yapılmalıdır.
- 4) Tedaviye cevap vermeyen zatürre ve aynı alanda tekrarlayan zatürre
- 5) Hava yollarına yabancı cisim kaçması durumunda
- 6) Bazı durumlarda tedavi için ve cerrahi müdahale gerekip gerekmediğini kararlaştırmak için

Allerji Testleri

Erken reaksiyon veren deri testleri :

Ev tozu ve akarlıklar küf, hayvan tüyü, ilaçlar, polenler, yiyecekler bu yöntemle incelenebilir. Deriye bu alerjenlerden bir damla konulduktan sonra deri

damla üzerinden özel lanset ile 1 mm derinlikte delinir. 15 dakika sonra meydana gelen kabarıklık ve kızarıklık değerlendirilir.(Prick – epidermal test) Bu testler ayrıca alerjenin çok ince uçlu bir enjektör yardımıyla deri içine çok küçük miktarda verilmesiyle de uygulanabilir. (Intradermal test)

Geç Reaksiyon Veren Deri Testleri:

Özellikle temas alerjilerinin tanısı için kullanılan yöntemdir. Metaller, makyaj malzemeleri, temizlik malzemeleri vs. gibi deri ile temas eden alerjilerin teşhisi için kullanılır. Özel bantlara bu maddeler yerleştirilerek deri üstüne yapıştırılır. 24-72 saat sonra açılarak, oluşan reaksiyon değerlendirilir.

Allerji Kan Testleri:

Genellikle çocuklar ve dersi test için uygun olmayan hastalar için kullanılır. Deri testleri kadar duyarlı olmayıp , sonuç alınması günler sürer. Maliyeti de yüksektir. Bunlardan total IgE ölçümü vücuttaki total allerji antikor miktarını gösterir. Neye karşı alerji olduğunu göstermez. Bu nedenle değerli bir test değildir. Spesifik IgE testleri ise hastanın allerjisi olduğu allerjenlerin saptanmasını sağlar. Ölçümde RAST veya ELISA yöntemleri kullanılır.



Prof. Dr. M. Levent Erkan
İç Hastalıkları ,Göğüs Hastalıkları ve Allerji Hastalıkları Uzmanı

Smear tarama testi ve kolposkopi i ncelemesi

Rahim ağzı kanserleri kadınlarda meme kanserinden sonra ikinci sıklıkta görülen kadın kanserleri arasındadır. Smear tarama testleri rahim ağzı kanserinin erken tanısında çok büyük önem taşımaktadır. HPV virüs enfeksiyonlarının artması ile erken tanı yöntemlerinin önemini daha da arttırmıştır.

Erken tanıda ikinci önemli yöntem kolposkopi cihazı ile yapılan rahim ağzının incelenmesidir.Kolposkopik inceleme rahim ağzının özel bir mikroskop yardımı ile incelenmesidir. Bu inceleme de rahim ağzında damarlanma artışı , hücre yapı değişikliği olabilecek bozuk görünüm , özel boyama yöntemi ile şüpheli alanlar tespit edilerek , sorunlu bölgelerden örnek (biopsi) almak mümkün olur.

Takip edilen smear testlerinde şüpheli sonuç çıkanlar, muayene sırasında rahim ağzı bölgesinde değişiklik saptananlar, yaygın HPV enfeksiyonu bulgusu olanlar, ailesinde rahim ağzı kanseri olanlar kolposkopik incelemeye alınmalıdır.

Kolposkopi cihazı ile rahim ağzı , vaginal kanal ve dış genital organlar incelenir. Bu bölgeler 4 ile 12 kat görüntü büyütmesi ile taranır. Özel filtreler kullanılarak değişiklikler saptanmaya çalışılır.Rahim ağzına uygulanan bazı ilaçlar ve biyolojik boyalar gizli sorunlu alanlar ortaya çıkarılmaya çalışılır.Muayene sırasında gözden kaçabilecek değişime uğramış bölgelerin özel mikroskop (kolposkopi cihazı)ile gözlenmesi büyük avantajtır.

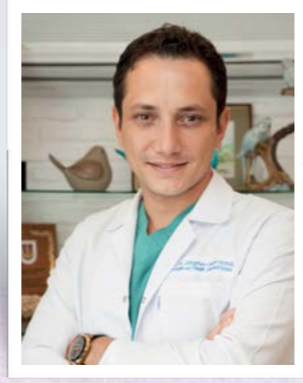
Hanımların en büyük endişelerinden biri de bu tür işlemlerin zor ve ağrılı olabileceği yönündedir.Kolposkopik inceleme işlemi muayene koşullarında yapılabilen ağrısız , basit ve pratik bir erken tanı yöntemidir.İşlem sırasında yapılan örnek alma (biopsi) bölgesel uyuşturma ile kolayca yapılabilir. Ancak ağrılı olabileceği düşünülen durumlarda çok derin olmayan kısa bir genel anestezi ile konforlu bir inceleme sağlanabilir. Eğer biyopsi alınmamışsa sonrasında bir şikayet vermez.Biopsi alınan hanımlarda birkaç gün hafif kasık ağrısı yapabilir. Bu şikayet basit ağrı kesicilerle kontrol



Op. Dr. Taner Toprak
Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı

edilebilecek boyuttur. Biopsi alınırsa bir iki gün lekelenme tarzında kanama olabilir.Özellikle biopsi alınmışsa bir hafta ilişki olmaması , deniz, havuz, küvet gibi vagina içerisine su girişine yol açabilecek ortamlara girilmemesi iyi olur.Duş alınabilir.İşlem sonrasında sıklıkla günlük yaşama devam edilebilir. Yoğun kasık ağrısı ve kanama , ateş gibi durumlarda doktora başvurmak gerekir.

Kolposkopi cihazı ile rahim ağzı incelenmesi hastanemizde de yapılabilen basit , pratik ve konforlu bir erken tanı yöntemidir.On , onbeş dakikalık bir inceleme hayat kurtarıcı olabilir.



Op. Dr. Cahit Vural
Estetik ve Plastik Cerrahi Uzmanı

Lazer Epilasyon

Kadın ve ya erkek fark etmez, özellikle görünümüne özen gösterenler istenmeyen tüylerinden kurtulmanın yollarını aramakta. Günümüzde istenmeyen tüylerden kurtulmanın bir yolu da; lazer epilasyondur. İstenmeyen tüylerin yok edilmesinde kullanılan klasik yöntemler acı vermenin ötesinde kısa süreli sonuç sağlamaktadır. Lazer epilasyon ise sunmuş olduğu çözüm sayesinde tercih edilen epilasyon yöntemlerinden biri haline gelmiştir.

Lazer Epilasyon, çağımızın modern epilasyon yöntemidir. Dalga boylarına göre farklı lazer tipleri ve cihazları mevcuttur. Kıl yapısı, cilt rengi ya da uygulama yapılacak vücut bölgesine göre farklı lazerlerin kullanılması başarılı bir uygulamanın püf noktalarını oluşturmaktadır. Dikkat edilmesi gereken bu noktalar yan etki riskini azaltmaktadır. Cilt tipi, kıl rengi, kıl yapısı ve uygulanacak vücut bölgesine göre size uygun lazer tipi hekim tarafından belirlenmektedir.

Lazer Epilasyon uygulaması nasıl etki sağlar?

Lazer uygulandığında kıl folikülündeki melanin pigmenti tarafından absorbe edilir ve burada ısı enerjisine dönüşür. Kıl kökündeki sıcaklık 60 - 70 dereceye ulaşır ve bu şekilde kıl kökü tahrip edilir, kılın beslenmesi bozulur.

Kıl kökleri, vücudun çeşitli yerlerinde değişmekle birlikte derinin 2 - 5 mm altındadır. Lazer Epilasyon cihazının dalga boyunun cilt altında ulaştığı mesafenin bu sınırlar içinde olması gerekmektedir. Uygun lazer cihazının seçimi bu nedenle önemlidir. Lazer Epilasyon'da seçici fototermoliz (ışık ısıyla seçici tahrip etme) yöntemi ile kılı yok ederken çevredeki dokulara zarar vermeyecek ölçüde lazer ışını gönderilir. Bu nedenle güvenli ve etkili bir epilasyon için cilt rengi, kıl rengi, kılın kalınlığı ve yoğunluğu dikkate alınarak cilde gönderilecek enerji değerini ve gönderilme süresini belirlemek büyük önem taşır.

Lazer Epilasyon uygulamasının diğer işlemlerden farkı nedir?

Ağda vb. epilasyon amaçlı kullanılan yöntemlerde deri iltihaplanmaları ve bulaşıcı hastalık görülme riski bulunmaktadır. Oysa ki Lazer Epilasyon'da böyle bir durum yoktur. Hızlı bir yöntemdir, kanserojen etkiye sahip olduğunu gösteren veri bulunmamaktadır. Lazerdeki optik enerji ısı enerjisine dönüşerek hedef yapıyı tahrip eder. Bu tahrip etkisi sayesinde elde edilen sonuçlar kalıcıdır.

Lazer Epilasyon uygulama esnasında ağrı hissedilir mi?

Kullanılan cihazlara ve kişinin ağrı eşliğine göre hafif ağrı duyulabilir. Ancak son teknolojik gelişmeler ve ileri soğutma sistemleri ile hissedilen acı ve ağrının düzeyi minimuma indirilmiş ve uygulama konforu maksimum düzeyde arttırılmıştır.

Yazın lazer epilasyon yaptırabilir misiniz?

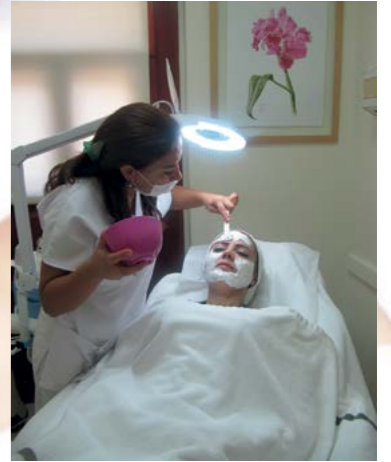
Buz lazer teknolojisiyle artık yazın da lazer epilasyon yaptırabilirsiniz. Hem esmer hem de açık tenlilerde kullanabilen , uzun dalga boyuna sahip , vücudunuzda yanık ve lekelenme yapmadan kısa sürede daha az seansla kalıcı sonuçlar alabilirsiniz.

Lazer Epilasyon kimlere uygulanamaz?

- Yeterli klinik çalışma olmadığı için gebelik durumunda,
- Lazer epilasyon yapılacak bölgede lokal enfeksiyon bulunuyorsa,
- Epilepsi hastalarında ve kronik deri hastalığı olanlarda,
- Işığa karşı duyarlılığa sebep olan yüksek doz A vitamini kullananlarda,
- Işıkla birlikte tetiklenen SLE gibi hastalıkları olanlarda uygulanmaz.



Plastik Cerrahi ve Kozmetik Bölümü Cilt Bakımı



Balkabağı bakımı (Pumpkin)

İçerisinde barındırdığı alfa hidroksi asit, amino asitler ve enzimler açısından oldukça zengin olan kabak, cilt bakımında da fazlasıyla kullanılmaktadır. Hücrelerin yenilenme hızını arttıran alfo hidroksi asit, cildin genç bir görünüme kazanmasına yardımcı olurken, cilde yumuşaklık kazandırır. Balkabağı ile yapılan cilt bakımı sonrasında cildinizin en üst tabakasını arındırarak, cildinizde meydana gelen lekelerin giderilmesine yardımcı olurken, çil tedavisine de yardımcı olur. Cildin ölü hücrelerden arınmasının ardından cildiniz yenilenecek ve cilt kusurlarınız en aza inecektir. Ana maddesi kabak olan Pumpkin peel, cildinizi yenileyerek, ciltteki kuruluk, yaşlanma ve akne problemlerine karşı hücrelerin yenilenmesini sağlar.

Snowcell leke tedavisi (Hollywood bakımı)

Son zamanlarda özellikle leke tedavileriyle ilgili Snowcell enzim peeling uygulamaları (Hollywood bakımı da diyoruz) hekimler tarafından çok tercih edilir hale gelmeye başladı. Hastayı sosyal hayattan uzaklaştırmadan her mevsim rahatlıkla yapılabilecek bir uygulama olması açısından ve diğer

tedavilerle rahatlıkla kombine edilmesi hemen hemen her leke tedavisinin vazgeçilmezi hale geldi. Snowcell ile sadece bir seansta bile cildiniz aydınlanacak, ışıltılı bir görüntüye kavuşacak. Bilinen kimyasal peelingler hasar görmüş cildin üst tabakasını soyarak etki eder. Bu durum cildin hassaslaşmasına ve epiderminin incelmeye sebep olur. Enzim peeling ciltte lekelenmeye sebep olan enzimi baskılayarak cilt renginin açılmasını sağlar. Peelingin ardından uygulanan serumla cildin nemi artırılıp, büyüme faktörleri, peptitler ve antioksidan içeriklerle cildin bakımı tamamlanarak, cildin yeniden yapılandırılması sağlanır. Tam bir bakım konsepti sunan peeling tek başına güçlü bir tedavi konseptidir ve her mevsim güvenle uygulanır.

Eyecell göz bakımı - Zamanı durduramıyorsanız 10 yıl geriye gidin!

Yaşlılığın ve yorgunluğun ilk etkileri gözlerde başlar.

Eyecell büyüme faktörlerinden, botanik kök hücre ekstratlarından ve biyo-peptidlerden üretilmiştir. Gözaltı morluklarında, gözaltı şişkinliklerinde ve kırışıklarda kullanılabilecek ve göz çevresi için özel olarak geliştirilmiş bir bakımdır. Bu özel bakım ile zamana

meydan okuyun. Göz çevresi sorunları için mükemmel bir bakımdır.

- Göz çevresi kırışıklık ve kazayağı çizgilerinde gerileme
- Gözaltı torbalarında rahatlama ve iyileşme
- Gözaltı morlukları giderme
- Göz çevresi nem artışı
- Göz kapağı sarkmalarında toparlanma

Tüm bu bakım ve tedavi yöntemlerine ilaveten size önereceğimiz evde uygulayacağınız tamamlayıcı ürünlerle daha iyi sonuçlar alabilirsiniz.

Snowcell leke tedavisi (Hollywood bakımı)

Özellikle leke tedavileriyle ilgili Snowcell enzim peeling uygulamaları (Hollywood bakımı da diyoruz) hekimler tarafından çok tercih edilir hale gelmeye başladı...



Gebeliğe ilişkin bilgiler

Gebelik hakkında adım adım bilgiler.

İnsan yavrusunu, döllenme anından itibaren gebeliğin 8. haftasına kadar embriyo, 8. haftadan doğuma kadar fetüs olarak adlandırıyoruz. Tıbbi amaçlarla bir gebeliğin süresi, gebelik yaşına dayanarak ifade edilir. Bu da, menstrüel siklusu 28 gün kabul ederek, son adet tarihinin (S.A.T) birinci gün kabul ederek , son adet tarihinin (S.A.T) birinci gününden itibaren hesaplanan fetüsün tahmini yaşdır.

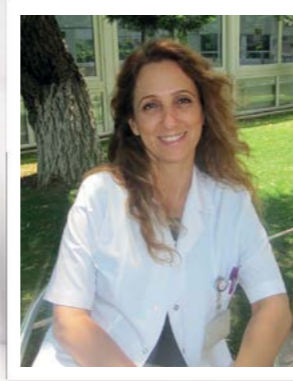
(menstrüel yaş , gestasyonel yaş) Fetal yaş ise implantasyon (rahim içine yerleşme)tarihinden itibaren hesaplanan rahim içi bebek yaşdır.Fetal yaş (döllenme yaşı , ovuluar yaşı) daha çok embriyologlar tarafından kullanılmaktadır ve gastasyonel yaştan 2 hafta daha kısadır.

Doğurganlık döneminde ki kadın için gebeliğin tanısına yardım edecek belirtiler üç grupta incelenebilir; tahmini, olası ve kesin gebelik kanıtları

Tahmini gebelik kanıtları, hamile kadının kendinde hissettiği bazı sübjektif belirtilerden ve doktorun bazı objektif bulgularından oluşur. Gebenin sübjektif bulguları arasında bulantı, kusma, halsizlik, idrar kesesinin hassasiyetinde artış ve bebek hareketlerinin hissedilmesi sayılabilir.

Gebelik tahmini için doktorun objektif bulguları arasında ise adet gecikmesi, rahim ağzında tıkalı mukusta ki değişiklikler, memelerde ki hassasiyet ve değişiklikler ve yüz , karın bölgesi, ellerde ki ciltte değişiklikler vardır.

Gebeliğin tanısında ikinci adım ise olası gebelik kanıtlarıdır. Karnın büyümesi, rahimin boyut, biçim ve kıvamındaki değişiklikler, rahimin kanlanmaları ve en önemli olası kanıt olarak da endokrin testlerinin sonuçlarıdır. BHCG olarak



Op. Dr. Meltem Özben

Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı

adlandırdığımız "kanda gebelik testi" döllenmeden 8 gün sonra salgılanmaya başlar ve 9 . günden itibaren anne kanında tespit edilebilir.Kandaki BHCG miktarı 1.3.-2 günde bir, iki katına çıkar. Bu dönemde gebeliğe "kimyasal gebelik" adı verilir.

Olası olan gebeliğin "kesin" olarak tanısının konulabilmesi için de annenin kalp atımlarından farklı ritimde fetal kalp atımlarının saptanması , muayene eden kişi tarafından fetal hareketlerinin algılanması veya embriyo veya fetusun sonografik olarak görüntülenmesi gerekmektedir.

Ultrasonografinin yaygın kullanımı ile günümüzde sağlıklı gebeliklerin kesin tanısının erken dönemde konulabilmesi gerekse dış gebelik , anembriyonik (boş) gebelik gibi gebeliğin patolojik hallerinin erken teşhisi mümkün olabilmektedir.

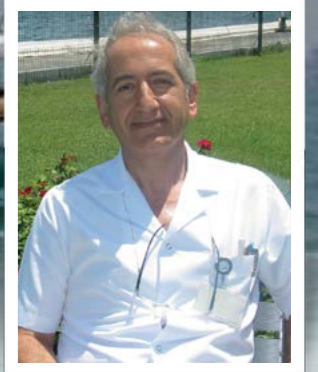
Sağlıklı gebeliklere ...

Sağlıklı bebeklere...

Kontrollerimizi aksatmadan , sağlıklı bir geleceğe.

Çalışanlarımızın Hobileri

Bu sayımızda "Yelkencilik ve denizlere gönül vermiş Genel Cerrahi Uzmanımız Op. Dr. Aziz Eryavuz'a yer verdik.



Op. Dr. Aziz Eryavuz
Genel Cerrahi Uzmanı

Yelken sporuna olan ilginiz ne zaman başladı?

7-8 yaşımıdayken yüzme öğrenirken can simidinin üstünde havlu açarak yelken denemeleri yapardım.Daha sonra liseyi bitirmeden 15-16 yaşlarındayken ilk 2.5 metre boyundaki ilk kürekli ve yelkenli teknemi yaptım.Bu tekneyle Küçükçekmece gölünde ve Avcılar sahilinde bol bol gezdim. 96 yılında ve 2002 yılında evimin bahçesinde 4.5 ve 5.5 metre boyunda yelkenli ve motorlu teknelerimi yapıp bu sefer mesafeyi Adalar'a kadar taşıdım.

Yelkencilik sizin için ne ifade ediyor?

Ben yelkenin insana bulaşabilecek en güzel bir hastalık olduğunu düşünürüm ve tekneyle gezerek pek çok dostuma ve arkadaşşıma bu hastalığı bulaştırmaya çalışmaktayım.

Yelken kullanmak için gerekli şartlar nelerdir?

Yelken kullanmak için " Amatör Denizcilik Belgesi ile Kısa Mesafe telsiz belgelerine sahip olunması yeterlidir. 2002 yılında bir meslektaşımın yat kullanmayla ilgili

ders alıp amatör denizcilik belgesi sahibi oldum. 2006 yılında 50 yaşında ki dünya güzeli kızı resimde ki tekneyi alarak denizin ve yelkenin tadını doya doya yaşamaya başladım.O gün bugündür yelken yapmak günlük heyecan ve sıkıntılardan kurtulup huzur bulmanın yolu oldu benim için...

Emekliliğimde de bu huzur ve keyfi gücüm yettiği sürece devam ettirmeyi planlıyorum.



Yelkenle gittiğiniz ve en sevdiğiniz rotalar neresi ?

Bana göre kıyılarımızın tamamı çok güzel olabilir ama bitki örtüsü ve denizin iç içe olduğu Gökova ve daha ziyade Hisarönü körfezleri ve barındırdığı minik koylar , yelken yapmak içinde gezmek, görmek içinde doyulmaz güzelliktedir.

Yelken yapmanın bir mevsimi var mı?

Bence yok. Çoğu kişi yelkeni sıcak mevsim güzel hava işi zanneder. Ama ben ve pek çok yelkenci yaz kış gereken kıyafetleri giyip denize çıkarız. Özellikle her yılbaşı 1 Ocak'ta eşimle birlikte kalın giysilerimizi giyip denize çıkar bu keyfi yaşarız.

Son olarak Yelkencilik herkeşe önerir misiniz?

Yelken sporunu herkese öneririm.Bir kez denize çıkıp yelken yapan bu keyfe doyamayıp kendisi de bunu tekrar tekrar yaşamak ister.



Viktor Apalaçi, Atilla Dorsay, Ömür Gedik, Vecdi Sayar, Alin Taşçıyan

Özel basın gösterimleri

Sinema filmi ithalatçıları ve dağıtım şirketleri vizyona sokacakları filmi ilk önce sinema eleştirmenlerine özel bir seansta gösterirler.

Vizyon tarihinden bir hafta on gün önce yapılan bu basın gösteriminin amacı film ile ilgili yapılacak eleştiri yazılarının vizyon tarihine veya ertesi güne denk düşürülmesidir.

Bütün dünyada uygulanan bu uygulama sayesinde sinema izleyicisi o hafta vizyona girecek filmlerin eleştirilmesini sıcaklığına okuyup tercihini yapar.

Türkiye'de filmlerin vizyona giriş günü Cuma'dır. Sinema sever Cuma günü görücüye çıkan filmler arasında, eleştiri yazıları ve yıldız tablolarını inceleyerek hafta sonu izleyeceği film veya filmlerini seçme şansını bulur.

Örneğin Fransa'da filmlerin vizyona girdiği gün Çarşambadır. Film dağıtım şirketleri önceden fragmanlarını gösterdikleri filmlerin hangi tarihte gösterime sokacaklarını çok önceden tespit eder sinemaseverlere duyururlar. Gösterimlerin yapılacağı salonlarda çıkabilecek sorunlar ve iptal edilen filmin gecikmesinden doğabilecek aksamlar gösterim gününün ileri bir tarihe ertelenmesine yol açabilir.

Büyük çoğunluğu Sinema Yazarları Derneği (SİYAD) üyesi olan eleştirmenler aldıkları e-postalar ile gösterim seanslarına davet edilirler. Sabah 10:30'da yapılacak basın gösterimden önce yazarlar dağıtıcı şirket tarafından bir kahvaltıya davet edilirler.

Vizyon sırası gelen filmlerin yoğunluğu günde ikinci bir basın seansını gerektirebilir. Saat 13:30'da yapılan günün ikinci seansından önce yazarlar kendilerine ikram edilen çay, kahve ve sandviçlerle açlıklarını bastırırlar.

Ön basın gösterimleri dağıtım şirketinin anlaşmalı salonlarında yapılır. Bu gösterimler genelde Kanyon, Özdilek, Metro City gibi AVM'lerde ki veya Beyoğlu'ndaki Majestik ve Beyoğlu sinemalarında yapılır. İMAX filmleri İstinye Park'ta gösterilir. Ben kendi hesabıma Soho House'da ki görkemli salonda yapılanlara keyifle giderim.

Sinema eleştirmenleri gösterimden önceki yarım saati kahvaltı ve sohbet etmekle geçirirler. Milliyet Sanat yazarı Ali Ulvi Uyanık gösterimlere herkesten önce gelme alışkanlığını kimselere kaptırmaz. Kahvaltısını evinde yaptığı için ikram büfesine hiç iltifat etmeyen gazeteci, gösterilecek filmin süresini

Viktor Apalaçi
Sinema yazarı ve film eleştirmeni

merek edenlerin başvurduğu güvenilir bir kaynaktır.

50 yıllık bir kariyeri geride bırakan sinema yazarlarının duayeni Atilla Dorsay, önemli bir engel çıkmazsa basın gösterimlerini kaçırmamaya özen gösterir. Yanında eşi Lemda hanım ile gelen Dorsay herkesle ilgilenmeyi kendine görev sayar, etrafındaki sempati halesi içinde herkesin derdine derman olmaya çalışır. Çok kere kendisini Sözcü yazarı Burak Göral ile koleksiyonlarındaki film DVD'leri için değiş-tokuş yaparken görürüz. Seans sonrası A.Dorsay kendisine uzatılan mikrofonlara intibalarını sabırla anlatır.

Sinema eleştirmenleri arasında, yazılarının edebi lisanı uzun cümleleri ile Türkçeyi en iyi kullanan yazar olarak



Soho House Sinema Salonu

tanınan Cumhuriyet yazarı Sungu Çapan, ön gösterimlere ancak iddialı yönetmenlerin filmlerine katılır.

Sinema eleştirmenlerinin yükselen değeri, Habertürk yazarı Kerem Akça, film festivallerine katılmak için gittiği yurt dışında olmadığı günlerde basın gösterimlerini kaçırmaz.

Kerem Akça son yıllarda Toronto'dan Karlovy Vary'e, Cannes'den Berlin'e sayısız festivali izleyerek, sinema eleştirmenlerinin kıskançlığını üzerine çeken isimdir.

Herkesle iyi ilişkileri olan, herkese takılan kendime yakın hissettiğim Birgün yazarı Cüneyt Cebenoyan, Atilla Dorsay ile birlikte her gün muhakkak diyalog kurduğum güvenilir bir dostumdur.

Ön gösterimlerin olmazsa olmazı Sadi Çilingir, gösterim takviminin uzmanı olarak, vizyon tarihlerinin ve ertelemelerinin bilirkişisidir.

Uluslararası Sinema Yazarları Birliği'nin (FIPRESCI) Başkanı ve üyesi Alin Taşçıyan ile Esin Küçüktepepınar filmleri vizyon tarihlerinden çok önce yurtdışı festivallerde izledikleri için, İstanbul'daki basın gösterimlerine pek iltifat etmezler.

Vecdi Sayar, Sevin Okyay gibi yılların yazarları, seçici davranıp ancak çok iddialı filmlerin gösterimlerine gelirler.

Hürriyet okurlarının yıllardır özlediği ciddi ve donanımlı sinema eleştirmeni boşluğunu dolduran Uğur Vardan'ı

gösterimlerin sadık takipçisi olarak, hep salonun en ön sıralarında görmek mümkündür.

Sinemamüzik.com yazarı Murat Erşahin, Kadıköy yakasından gelmesine rağmen gösterimleri hiç aksatmaz.

Film festivallerinde yönetmenlerle yaptığı söyleşiler ile ön plana çıkan, çalışkanlığı ve işini ciddiye almasıyla tanınan Milliyet yazarı Nil Kural, gösterim saatini beklerken cep telefonunu kurcalarken gördüğümüz Ömür Gedik basın gösterimlerinin müdavimleri arasındadır.

Yıllardır katıldığım bu seanslarda cep telefonunu sessize almayı unutan veya projeksiyon esnasında kullanan bir yazara rastlamadım.

Bulmaca cevap anahtarı

| | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1 | P | R | U | V | A | E | L | V | A | N | 11 |
| 2 | A | V | A | K | I | Ç | İ | K | İ | Ç | 10 |
| 3 | S | V | A | B | A | Ç | Ü | R | Ü | Ç | 9 |
| 4 | A | T | A | K | A | S | İ | L | İ | İ | 8 |
| 5 | K | İ | V | A | S | A | L | T | U | R | 7 |
| 6 | A | K | K | N | A | S | D | A | L | V | 6 |
| 7 | D | A | N | A | W | Z | W | A | W | K | 5 |
| 8 | O | R | T | A | D | E | M | W | A | A | 4 |
| 9 | V | A | V | A | L | A | K | R | A | L | 3 |
| 10 | V | A | V | A | L | A | T | A | V | L | 2 |
| 11 | V | A | V | A | L | A | V | A | L | V | 1 |
| 12 | V | A | V | A | L | A | V | A | L | V | 11 |
| 13 | V | A | V | A | L | A | V | A | L | V | 10 |
| 14 | K | E | S | N | I | B | A | R | V | T | 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

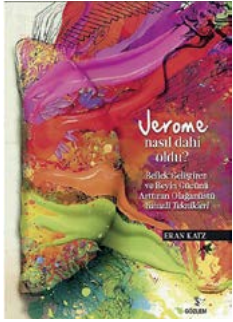
Baskı
Birmat Matbaacılık San. ve Tic. Ltd. Şti.
100. Yıl Mah. Matbaacılar Sitesi 1. Cad. No: 131
Bağcılar - İstanbul
Tel: 0212 629 05 60

Yayın Türü
Yerel, Süreli, 3 ayda bir - ÜCRETSİZ

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



Kitap Önerisi



JEROME NASIL DAHİ OLDU?

Bellek Geliştiren ve Beyin Gücünü Arttıran Olağanüstü Yahudi Teknikleri

Eran Katz / GözlemKitap / 344 sf.

Eran Katz tarafından uluslararası ödül kazanmış liste başı kitap...

'Jerome Nasıl Dahi Oldu?', Yahudiler ve Yahudi zekâsı hakkında oluşmuş efsanelere ilgi duyan üç arkadaşın, kendi kendini geliştirme ile ilgili hikâyesidir. Onlar, çok renkli bir öğrenci ve

küçük bir giyim şirketi sahibi olan Jerome Zomer'e, işinde ve akademik yaşamında başarılı olması için, Jerome'un gerçekliğinden ışık yılı uzaklığındaki birtakım alışılmamış yöntemlerle yardım etmeye karar verirler. Bunlar, kapalı Yahudi toplumların içinde kuşaktan kuşağa aktarılan, Yahudilerin bireysel olarak olağanüstü zekâ ve kayda değer bellek geliştirmelerine yardımcı olan Yahudi yöntem ve teknikleridir.

Uluslararası bellek eğitmeni ve bellek hünerlerinde Guinness rekor sahibi Eran Katz, 'Süper Hafıza Sırları', 'Zihin İçin Beş Hediye', ve 'Jerome Nasıl Dahi Oldu?' isimli liste başı kitaplarının yazarıdır.

Katz'ın kitapları, 15 dile tercüme edilmiş, 600.000 kopya satmış ve edebi ödüller kazanmıştır.

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. Geminin baş bölümü - Renkler 2. Rakı ve benzeri şeylere verilen ad 3. Bir şart edati - Kısaca Ankara Ticaret Odası - Eski dilde yüz, çehre 4. Atılımcı - Baas yanlısı 5. Bir bağlaç - Sabit, değişmez - Gezinme 6. Bir harfin okunuşu 7. Beş vakitli bir ibadet 8. Vasat - Çatı 9. Merkep sesi - İlk peygamber - Milli ajansımız 10. Kısaca kuruş - En iyi kil anlamında bir kelime 11. Havva annemizin batı dillerinde söylenişi 12. Çok iyi anlamında bir söz - Eski dilde su, ma 13. En iyisini bil anlamında olarak emir şeklinde bir söz 14. Kati - En geniş delikli elek.

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Kir - Bir nota - Bir bağlaç - Beyaz 2. Kabına sığmaz ve çar çabuk hareket eden - Kur'an alfabesinde R harfinin uzun okunuşu - İskambilde bacak 3. Tümör - Eski eser - Birli 4. Tarihte bir Türk boyu - Milli ajansımız - Baş kaldıran 5. Aidiyeti olan - Yakıcı çöl rüzgarı - Saldırı 6. Dağ kırlangıcı 7. İlave - Kırmızı veya almaktan emir - Bir göz rengi - Sahip 8. Paramızın birimi - Kükürt elementinin imi - Kısaca Devlet Mali Adam - Genellikle dervişlerin giydiği kaba ve kalın kumaştan üstlük 9. Hiyerarşik anlamda bir tabir - Eski dilde su - Antipati yaratan büyüklenme 10. Bir zaman birimi - Kıldan dokuma kilim - Eğimli olan - Bir nota 11. Sanat öğrencisi - Kainat

Müzik Önerisi

REİNA 8 - By Ufuk Akyıldız

REİNA - 8 albümü; her zaman olduğu gibi sizleri hem günümüze damgasını vuran, sevilen Türkçe ve Yabancı müzik parçalarıyla, hem de ilk defa dinleyeceğiniz Reina'ya özel, dünyanın dört bir yöresinden dans müzik parçalarıyla buluşturuyor. Bu yaza damgasını vuran ve Shazam'da en çok aranan müzik parçalarının başında olan "Dj Katch - The Horn", tüm dans müzik radyolarının vazgeçilmezlerinden olan "Riton Feat. Kah-Lo - Rinse & Repeat" gibi tüm Avrupa'da liste başı olan parçalar yanında, Türkçe parçalarında, şu an tüm radyolarda en çok çalınan "Ozan Doğulu Feat. Gülten Mutlu & Bahadır Tatlıöz - Uzun Lafın Kısası", Emel'in unutulmaz şarkısı "Hovarda"nın yeni yorumu, Ayla Çelik'in "Altın Sarısı" (Hakan Kabil Remix) ile birlikte; Ufuk Akyıldız'ın Sezen Aksu'nun ünlü şarkısı "İstanbul İstanbul Olalı"nın bir bölümününün de yer aldığı "İstanbul" parçası, müzik dünyasının duayeni Nino Varon ve Zeynep Doruk'un yorumuyla yer alıyor.

