

Başkanın Mesajı

Sevgili Okurlar,

Sonbahar kapımıza dayandı, esintiler başladı, ufukta soğuk havalar var, kuşlar sıcak bölgelere göç etmeye devam ediyor, karıncalar tüm kış hazırlıklarını tamamlayıp evlerinde yaz aylarının gelmesini bekliyor, ben de kitapları karıştırırken, gözüme ilişen, gerçek hayattan dünyamızı ilgilendiren, sizlere gerçek bir hikayeden bahsetmek istiyorum.

İskoçya'da yoksul mu yoksul bir çift yaşardı, adı da Fleming'di. Günlerden bir gün tarlada çalışırken Fleming bir çığlık duyar, hemen sesin geldiği yere koşar, bir de bakar ki beline kadar bataklığa batmış bir çocuk, kurtulmak için çırpınıp duruyor.

Çocukcağz bir yandan da avazı çıktığı kadar bağıyor, çiftçi çocuğu bataklıktan çıkarır ve acılı bir ölümden kurtarır.

Ertesi gün Fleming'in evinin önüne gelen gösterişli arabadan şık giyimli bir aristokrat iner, çiftçinin kurtardığı çocuğun babası olarak tanıtır kendini. "Oğlumu kurtardınız, size bunun karşılığını vermek istiyorum" der.

Yoksul ve onurlu Fleming "Kabul edemem!" diyerek ödülü geri çevirir. Tam bu sırada kapıdan çiftçinin küçük oğlu görünür.

"Bu senin oğlun mu?" diye sorar aristokrat, çiftçi gururla "Evet!" der.

Aristokrat devam eder: "Gel seninle bir anlaşma yapalım. Oğlunu bana ver iyi bir eğitim almasını sağlayayım. Eğer karakteri babasına benziyorsa ilerde gurur duyacağın bir kişi olur."

Bu konuşmalar sonunda Fleming'in oğlu aristokratın desteğinde eğitim görür.

Aradan yıllar geçer, çiftçi Fleming'in oğlu Londra'daki St. Mary's hastanesi tıp fakültesi'nden mezun olur, tüm dünyaya

adını penisilini bulan Sir Alexander Fleming olarak duyurur. Bir süre sonra aristokratın oğlu zatürreeye yakalanır, Onu ne mi kurtarır ?

Penisilin!

Aristokratın adı : Lord Randolp Churchill. Oğlunun adı : Sir Winston Churchill. Kurtaran doktor : Çiftçinin oğlu Sir Alexander Fleming.

Paraya gereksiniminiz yokmuş gibi çalışın. Hiç acı çekmemiş gibi sevin. Hiçbir şey beklemeden verin.

Karşılığı nasıl olsa gelecektir...

Yaşam Işığı dergimizin her sayısına yazdığım gibi, ilkemizin "İnsana Yatırım ve İnsana Saygı" olduğunu yinelemek istiyorum.

Sağlıkla kalın,
Sevgiyle kalın,
Hoşçakalın,

Saygılarımla,
Yaşar Abuaf
Başkan

or-ahayim'den Haberler



Online Randevu

İNTERNETTEN
ONLINE 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 Hastanesi
facebook ve twitter'da

or-ahayim'den Yenilikler



**MEME HASTALIKLARI
ÖZEL POLİKLİNİĞİMİZ**

Genel Cerrahi Uzmanlarımız
Op.Dr. Aziz ERYAVUZ
Op. Dr. Yılan DEVECİ

Radyoloji Uzmanı
Uz. Dr. Nejat MÜMİN

Patoloji Uzmanı
Prof. Dr. Sıtkı TUZLALI

yönetiminde
HİZMETE GİRMİŞTİR.



**TİROİD HASTALIKLARI
ÖZEL POLİKLİNİĞİMİZ**

İç Hastalıklar Uzmanı
Dr. Sadi Rüştü VURAL
Koordinatörlüğünde

Genel Cerrahi Uzmanlarımız
Op. Dr. Aziz ERYAVUZ
Op. Dr. Yılan DEVECİ

Radyoloji Uzmanı
Uz. Dr. Nejat MÜMİN

Patoloji Uzmanı
Prof. Dr. Sıtkı TUZLALI

yönetiminde
HİZMETE GİRMİŞTİR.



Op. Dr. Tunç Çelebi
Başhekim-Genel Cerrahi Uzmanı

Meme Hastalıkları Özel Polikliniğimiz Açılmıştır.

Meme polikliniğimiz; meme hastalıkları ile ilgili hastalarımızı bilgilendirmek, meme kanserlerinde erken tanı ve tedaviye olanak sağlayabilmek amacıyla oluşturulmuştur. Meme hastalıkları bilindiği üzere birçok kadının korkulu rüyası haline gelmektedir.

NEDEN MEME HASTALIKLARI POLİKLİNİĞİ?

Özel Balat Hastanesi olarak bu süreçte hastalarımızın yanında olmayı, toplumsal farkındalığı oluşturmayı erken tanı ve tedaviye olanak sağlamayı hedef edindik. Bu nedenle randevu alma işleminizden son işleminize kadar “size özel” hizmet sunmayı planladık. Bu konuda uzman ekibimizle sizlere yardımcı olmak istedik. Meme hastalıkları mutlaka bir Genel Cerrah tarafından değerlendirilmelidir. Özellikle mammografi veya cerrahi girişim kararı Genel Cerrah tarafından verilmelidir. Meme hastaları panik, telaşlı ve endişeli hastalardır. Onlar için tanı en kısa sürede ve en az maliyetle konmalıdır. Meme hastalıkları tanısı ve tedavisi, muayene, radyoloji ve laboratuvar üçlüsünden oluşmaktadır. Her biri tek başına değerli, ancak birlikte anlamlıdır.

HASTANEMİZDEN MEME HASTALIKLARI POLİKLİNİĞİ İÇİN RANDEVU NASIL ALIRSINIZ?

1-Telefonla (0212-491 0 000 pbx)
“Meme Polikliniği Randevusu”
talebinizi santralimize bildirerek,

2-Web sayfamız www.balathastanesi.com.tr'den meme hastalıkları polikliniğini tıklayarak,

3-Sıraya girmeden direkt olarak meme polikliniği asistanına müracaat ederek yapabilirsiniz.

HASTANEMİZE GELİNCE SİZİ KİM KARŞILAYACAK VE MUAYENE SÜRECİ NASIL OLACAK?

Hastaneye geldiğinizde meme polikliniği asistanı sizi karşılar. Randevu saatinizden 10 dakika önce gelmeniz sizin kayıt ve ön bilgi işlemlerinizi için makul süredir. Sizi tanımak ve şikâyetinizi belirlemek amacıyla sizden form doldurmanız istenecektir. Doktorumuz doldurmuş olduğunuz form üzerinde gerekli sorgulamayı yapacak ve mevcut şikâyetlerinizi dinleyerek gerekli muayenenizi yapacaktır. Oluşan kanaatini yaşınız, özgeçmişiniz vb. durumlarınızı göz önüne alınarak sizinle paylaşır. Sonrasında takip edilecek süreçle ilgili sizleri bilgilendirecektir. Gerekliğinde yapılacak tetkiklerinizin süreç teşkil edeceğini düşünürseniz mümkün oldukça erken saate randevu almanız

zamanınız için önem teşkil eder. Sonuçta doktorunuz

* Size sadece periyodik muayene ve rutin kontroller önerebilir.

* Meme ultrasonografi isteyebilir .

* Mammografi isteyebilir .

* Her ikisini de aynı anda isteyebilir .

* Gerek görüyorsa ayrıca kan tetkiki isteyebilir .

* Çok nadir olmak ile beraber şüpheli durumlarda Meme MR'ı istenebilir .

* İB (İğne Biyopsisi), Kor veya cerrahi biopsi önerebilir. Yukarıdaki işlemler sonucu hekiminizi tatmin edici bir sonuç çıkmaz ise size “Cerrahi Biyopsi” önerebileceği gibi genel anestezi altında “Frozen” denilen ameliyat anında kitlenin cinsinin patoloğlar tarafından tespitini ve ona göre aynı anda gerekebilecek ameliyat planını açıklayabilir.

İĞNE BİYOPSİSİ NEDİR?

İğne biyopsisi meme kanserinin tanısı için önemli yöntemlerden biridir. Ultrasonografi kılavuzluğunda yapıldığında doku örneğini en doğru yerden alma olasılığı artar. Biyopsi



yapmadan önce bölgeye lokal anestezi yapıldığından hasta ağrı duymaz. Güvenli ve rahat bir işlemdir. Yaklaşık 10-15 dakika sürer ve biyopsiden sonra hasta evine dönebilir. Tüm biyopsi işlemlerinden sonra, kanama, morarma olabilir. Bunlar hasta için yaşamsal risk oluşturmazlar. Aspirin ve benzeri kan sulandırıcı ilaçlar kullanılması halinde kanama ve morarma riski daha yüksektir. Bu ilaçların biyopsiden 4-5 gün önce kesilmesi gerekir, Bu tip ilaçlar kullanıyorsanız muhakkak bizi uyarın. İğne biyopsisi sonrası hastanın ağrısı pek olmaz.

KOR(CORE) BİYOPSİSİ NEDİR?

Ultrason, tomografi gibi farklı görüntüleme teknikleriyle parça alınacak bölgeye kesici bir iğne gönderilir. Bu iğne yardımıyla bölgeden örnek alınır. İşlem anında özel tasarlanmış biyopsi tabancaları kullanılır. İşlem anında hasta

için lokal anestezi kullanılır.

CERRAHİ BİYOPSİ NEDİR?

Cerrahi biyopsi muayene sırasında tespit edilen kitlenin ameliyathane koşullarında tamamının veya bir kısmının çıkartılması ve patolojik incelemeye gönderilmesidir.

FROZEN BİYOPSİ NEDİR?

Ameliyat esnasında Uzman Patolog tarafından acil patolojik inceleme (frozen inceleme) yapılarak tanı konabilir ve aynı seansta yapılacak gerekli ameliyat ile tüm cerrahi işlemler sonuçlandırılabilir. Biyopsi sonuçlarının gelmesi yaklaşık 2 gün ile 7 gün arasında sürebilir. Bu raporda, alınan bölgede kanser dokusuna rastlanıp rastlanmadığı özellikle belirtilir. Ayrıca bir tümör saptandıysa tümörün evrelendirilmesi yapılır. Aynı zamanda

patoloji sonucuna göre gerekebilecek radyoterapi veya kemoterapi için de bir ön hazırlık oluşur.

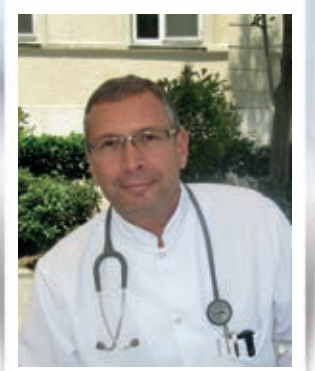
MEME AMELİYATI SONRASI REKONSTRÜKSİYON NEDİR?

Meme rekonstrüksiyonu hastanın isteği doğrultusunda aynı seansta ya da gerekli tedaviler tamamlandıktan sonra Uzm. Plastik Cerrah tarafından yapılmaktadır. Memesi alınan hastaların memelerine eski şeklini vermek için rekonstrüksiyonda hastanın kendi dokuları ya da protez (implant) kullanılarak yapılan bir uygulamadır. Özel Balat Musevi Hastanesi olarak amacımız; yapılması gereken tüm işlemleri aynı gün içinde sonuçlandırmak başvurunuz sonrası size en kısa sürede neticenizi sunabilmektir.



Tiroid (Guatr) Hastalıkları Özel Polikliniğimiz Açılmıştır.

Tiroid hastalıkları ülkemizde sık görülen hastalıkların başında gelmektedir. Tiroid hastalıkları uzun sürebilen hastalıklardır. Hastayla doktorun uzun yıllar beraber uyum içinde hastalığın takibini gerektirmektedir. Hastanemizde tiroid polikliniği uzman kadrosu ile sizlere hizmet vermeyi hedefledik. Bu nedenle randevu alma işleminizden son işleminize kadar "size özel" hizmet sunmayı planladık.



Uz. Dr. Sadi Rüştü Vural
İç Hastalıkları Uzmanı

Muayene için randevu nasıl alırsınız?

1-Telefonla (0212-491 0 000 pbx) "İç Hastalıkları ve Tiroid" Polikliniği Randevusu talebinizi santralimizden bildirerek,

2-Web sayfamız www.balathastanesi.com.tr den "İç Hastalıkları ve Tiroid" polikliniğini tıklayarak,

3-Sıraya girmeden direkt olarak Tiroid polikliniği asistanına müracaat ederek.

Hastanemize gelince sizi kim karşılayacak ve muayene süreci nasıl olacak ?

Hastaneye geldiğinizde "İç hastalıkları ve Tiroid Polikliniği" asistanı sizi karşılar. Randevu saatinizden 10 dakika önce gelmeniz sizin kayıt ve ön bilgi işlemlerinizi için makul süredir. Doktorumuz tarafından mevcut şikayetleriniz doğrultusunda gerekli sorgulama ve muayeneleriniz yapılacaktır. Doktorumuzun oluşan kanaati doğrultusunda ve sonrasında

yapılacak olan süreçler ile ilgili sizleri bilgilendirecektir. Gerekli olduğunda yapılacak tetkiklerinizin süreç teşkil edeceğini düşünürseniz mümkün oldukça erken saate randevu almanız zamanınız için önem teşkil eder. Sonuçta doktorunuz;

- * Kan tetkiki (T3, T4 ve TSH) isteyebilir,
- * Tiroid ultrasonografi isteyebilir,
- * Tiroid sintigrafisi isteyebilir,
- * İğne Biopsisi önerebilir.

* Çok nadir olmak ile beraber şüpheli durumlarda Boyun MR'ı ve ileri tetkiklerde istenebilir.

* Sadece periyodik muayene ve rutin kontroller önerebilir.

Yukarıdaki işlemler yapıldıktan sonra doktorunuz mevcut tanınıza göre ilaçla tedavi, cerrahi veya nükleer tıp (radyoaktif iyot) tedavi yöntemlerini önerebilir. Hangi tedavinin uygulanacağına dâhiliye ve cerrahi doktorları birlikte karar verir.

Tiroid hastalığı hakkında ne biliyorsunuz ?

Boynun ön tarafında bulunan Tiroid bezinin görevi, metabolizmayı (yaşamak için gerekli kimyasal ve fiziksel olayları) düzenlemektir ve kemiklerin gelişmesini, büyümeyi, cinsel organların gelişmesini, deri ve kıl oluşumunu büyük ölçüde etkiler.

Tiroid bezinin büyümesine GUATR

İçinde nodüller olursa NODÜLER GUATR,

Fazla hormon salgıyorsa HİPERTİROİDİ,

Az hormon salgıyorsa HİPOTİROİDİ

Siz bir tiroid hastası olabilirsiniz ???

AŞAĞIDAKİ BİLGİLENDİRME METNİNİ DİKKATLİCE OKUYUNUZ!!!

• HİPOTİROİD MİSİNİZ? AŞAĞIDAKİ BELİRTİLER SİZDE VARSA HİPOTİROİD OLABİLİRSİNİZ.

- YORGUNLUK
- HALSİZLİK
- DERİDE KURULUK
- SAÇLARDA DÖKÜLME
- KİLO ALMA
- DEPRESYON
- ADET DÜZENSİZLİĞİ

DİKKAT!

Eğer bu hormon erken yaşta az salgılanırsa cücelik ve zihinsel özürlülük görülür, büyüme ve gelişme tam oluşmaz. Tiroid bezi az çalışan binlerce insan bu hastalığının farkında olmadan yaşamaktadır.

Özellikle yorgunluk ve halsizlik günlük hayatımızda çoğu zaman çok çalışmaya ve uykusuzluğa bağlandığı için tiroid bezi yetmezliği pek akla gelmez ve atlanır. Özellikle kadınlarda 55 yaşından sonra bu hastalığın sıklığı daha da artar ve her 8-10 kadından birisinde tiroit yetmezliği gelişir.

Hamilelikte tiroid hormonlarının normal seviyelerde olması çocuğun gelişimi içinde çok önemlidir ve mutlaka sıkı takip edilmelidir.

Tiroid hormonlarının (T3 ve T4) ve tiroidi uyaran hormonun (TSH) tetkiki teşhiste çok önemlidir.

Ayrıca nedenin bulunmasında tiroid ultrasonu ve sintigrafisinde yapılmaktadır. Yapılabilecek diğer tetkikler tiroid antikorlarıdır.

*****Tedavi, eksik olan tiroid hormonlarının ilaçla tamamlanması şeklindedir.**

HİPERTİROİD MİSİNİZ? AŞAĞIDAKİ BELİRTİLER SİZDE VARSA HİPERTİROİD OLABİLİRSİNİZ.

- KİLO KAYBI
- KASLARDA ZAYIFLIK
- ELLERDE TİTREME
- ÇARPINTI
- SAÇLARDA DÖKÜLME
- AŞIRI TERLEME

- UYKUSUZLUK
- SİNİRLİLİK
- ADET DÜZENSİZLİĞİ
- GÖZLERDE İLERİ DOĞRU FIRLAMA
- SICAĞA TAHAMMÜLSÜZLÜK
- KEMİK ERİMESİ
- ERKEKLERDE MEME BÜYÜMESİ

DİKKAT!

Tiroid bezinin aşırı çalışması (hipertiroidizm), parankimanın (özek doku) şişmesi sonucu olur ve Basedow, Plummer hastalıklarına yol açar. Hipertiroidizm, tiroid bezinden aşırı tiroid hormonu (T4 ve T3) salgılanmasıyla oluşan bir hastalıktır. Bu hastalığa tirotoksikoz ismi de verilir.

Hipertiroidiye neden olan hastalıklar şunlardır: 1. Graves hastalığı, 2. Toksik nodüler guatr (Tiroid bezindeki sıcak bir nodülden aşırı hormon salgılanması) 3.

GUATR

Tiroid bezinin kanserleri dışındaki büyümesine GUATR, içinde nodüller varsa buna NODÜLER GUATR denir. Bu nodüllerin hormon salgılayıp salgılamamasına göre soğuk ve sıcak nodüller olarak ikiye ayrılır. Birçok nodül varsa MULTİNODÜLER GUATR adı verilir.

- USG ve/veya Sintigrafi ile teşhis edilir:
- Sıcak Nodül (Tamamı iyi huylu %99,8)
- Soğuk Nodül (% 5 Kanser riski)

Bu nedenle 1 cm' nin üzerindeki soğuk nodüllere biyopsi uygulanması önerilir. Küçük nodüller sizi takip eden doktorun belirleyeceği aralıklarda takip edilmelidir. Ne zaman cerrahi gerekeceği, takip eden doktorunuz ve cerrahi doktorunun konsültasyonu ile belirlenir.

Tiroid nodülleri USG ile teşhis edilir.

Nodülün histopatolojik incelemesi için doktorunuz biyopsi önerebilir.



Tiroid bezinin iltihapları (tiroiditler), 4. Aşırı iyod alınması (nodülü olan hastaların iyodlu tuz veya iyodlu öksürük şurubu içmeleri ile) 5. Aşırı tiroid hormonu almakla (Tiroit hormon ilaçlarının aşırı alınması)

*****Tedavi ilaçla, cerrahi veya nükleer tıp (radyoaktif iyot) yöntemleriyle yapılabilir. Hangi tedavinin uygulanacağına dâhiliye ve cerrahi doktorları birlikte karar verir.**

Tiroid biyopsisi USG eşliğinde ince iğne biyopsisi şeklinde radyoloji ünitesinde yapılır. Alınan materyal histopatolojik incelemeye gönderilerek doku hakkında bilgi edinilir ve buna göre tedavi planlanır

Patolojik inceleme sonucunda nodüller gerekirse ameliyat ile tedavi edilir.

Doktorunuz nodüllerin özelliğine göre size medikal tedavi ve/ veya takip önerebilir.



Nörolojik Rehabilitasyon'da Güncel Yaklaşımlar

Nörolojik rehabilitasyon alanında Or-Ahayim Balat hastanesinde yapılan uygulamalar ve yeni yaklaşımlar konusunda Uzman fizyoterapist Hayrettin Horoz ile görüştük:

Stroke(inme) rehabilitasyonu

İnme/felç olarak bilinen tablo; beyin dolaşımındaki değişiklikler sonucu gelişen ve vücudun bir yarısındaki fonksiyon bozuklukları ile karakterize bir sendromdur.

Hemipleji rehabilitasyonun amacı hastayı fiziksel, sosyal ve ekonomik yönden bağımsızlığını kazandırmaya çalışmak ve fonksiyonlarını en üst düzeye ulaştırmaktır.

Kliniğimizde hemipleji rehabilitasyonunda;

Kişiyi özel nörofizyolojik egzersiz yaklaşımlarının yanı sıra elektroterapi yöntemleri

Denge ve koordinasyon egzersizleri

Duyu algı fonksiyonlarının değerlendirilmesi ve geliştirilmesi, ince motor beceriye yönelik egzersizler uygulanır.

Hemipleji hastaları en iyi fizyoterapi kliniklerinde tedavi edilerek topluma kazandırılmakta olup günlük yaşam aktivitelerinde daha fazla gelişme kaydetmektedirler.

Hastanemizde; nöroloji kliniği ile fizyoterapi kliniği koordineli olarak, inmeli hastalarının tıbbi takibi ve fizyoterapisi sürdürülmekte olup, alanında uzman doktor ve fizyoterapistler tarafından son teknoloji ve bilimsel yaklaşımlarla gerçekleştirilmektedir.

MS (Multiple Skleroz) rehabilitasyonu

Multiple Skleroz sebebi tam olarak bilinmeyen ancak yapılan araştırmalarda sinir sisteminin myelin kılıf ve akson bölümlerindeki hasara bağlı olarak ortaya çıkan bir sinir sistemi hastalığıdır.

MS hastalığının belirtileri kişiy

göre değişebilmektedir. Uyuşukluk, karıncalanma, iğnelenme, güç kaybı, felçler, spazm, kas sertliği, kramp, ağrı en belirgin belirtilerdir.

Nöroloji kliniğimizde yapılan kapsamlı muayene ve değerlendirme sonrasında hastalar erken dönemde tedaviye başlaması sağlanır. Tedavinin gecikmesi veya hastalığın ilerlemesi durumunda kaslarda sertleşmeler ve kuvvet kayıpları buna bağlı olarak el becerilerinde azalmalar ve yürüyüş yeteneğinin kaybedilmesi, denge kaybı ve günlük yaşam aktivitelerinin ve kişisel bakım becerilerinin bağımsız gerçekleştirilememesi gibi durumlar karışımıza çıkar.

Kliniğimizde hastalara en iyi ve en güncel tedavi metotlarını uygulamakta olup onları en kısa süre içerisinde maksimum bağımsız duruma getirmeyi hedefler. Bu amaca yönelik olarak yürüme becerisi azalmış veya kaybolmuş hastalara yürüyüş yeteneğini yeniden kazandırmak için denge kaybı ve ayakta duruş bozukluğuna yönelik denge-koordinasyon egzersizleri, ağrı, kas güçsüzlüğü veya kas sertliği için elektroterapi ajanları ve kişiye özel nörofizyolojik egzersiz programları, el becerileri, günlük yaşam aktiviteleri ve kişisel bakım yeteneklerini arttırmak amacıyla terapi yaklaşımları alanında bilgili ve deneyimli hekim ve fizyoterapist tarafından sunulur.

Parkinson rehabilitasyonu

Parkinson hastalığı "hareket bozukluğu grubunda", dopamin üreten beyin hücrelerinin kaybıyla ortaya çıkan bir hastalıktır. Parkinson hastalığı kademeli olarak ilerleyen (progresif) bir hastalık türü olup ve yol açtığı el, kol, bacak, çene ve yüzün titremesi gibi belirtiler zaman

geçtikçe kötüleşir. Hastalık ilerledikçe kişi yürüme, konuşma zorluğu yaşayabilir ve günlük basit ihtiyaçlarını tek başına karşılayamayacak duruma gelebilir.

Parkinson hastalığında ilaç tedavisinden daha etkili olan hastanın hareketliliği ve kaslarını doğru kullanmayı esnetmeyi-gevşemeyi öğrenmesidir. Hareketsiz bırakılan ve başkasının bakımına muhtaç hale getirilen hastalar medikal açıdan tedavi edilmemiş olmaktadır. Bu nedenle fizyoterapist tarafından uygulanan rehabilitasyon çok önem arz etmektedir.

Parkinson Rehabilitasyonun amacı, hastalığa bağlı fonksiyon kalıplarını azaltmak, günlük yaşamla ilgili zorlukları ortadan kaldırmak ve istenmeyen komplikasyonların gelişmesini engellemektir.

Bu hedefler doğrultusunda kliniğimizde kapsamlı bir rehabilitasyon programı yapılarak tedaviye başlanır, Parkinson'lu hastanın özelliklerine ve ihtiyaçlarına uygun bir program içinde gevşeme egzersizleri, eklem hareket açıklığı egzersizleri, aerobik egzersizler, solunum egzersizleri, güçlendirme egzersizleri, denge ve koordinasyon egzersizleri, dans, iş ve uğraşı terapisi yer alabilir.

Denge Yürüme ve Koordinasyon Eğitimleri; Egzersiz salonunda fizyoterapistler tarafından yaptırılan tedavi egzersizlerinin yanı sıra denge, yürüme ve koordinasyon eğitimleri uygulanır.

Dik duruş, düzgün yürüme, oturup kalkma, güvenli olarak yere düşme, yerden kalkma egzersizleri yaptırılır. Desteksiz yürüyemeyen hastalarda tekerlekli bir yürüteç yararlı olur. Kaslardaki ve eklemlerdeki sertlikleri azaltmak amacıyla sıcak uygulamalar, masaj ve germe egzersizleri yapılır.



Hayrettin Horoz

Uzman Fizyoterapist

Renkli Ekokardiyografi

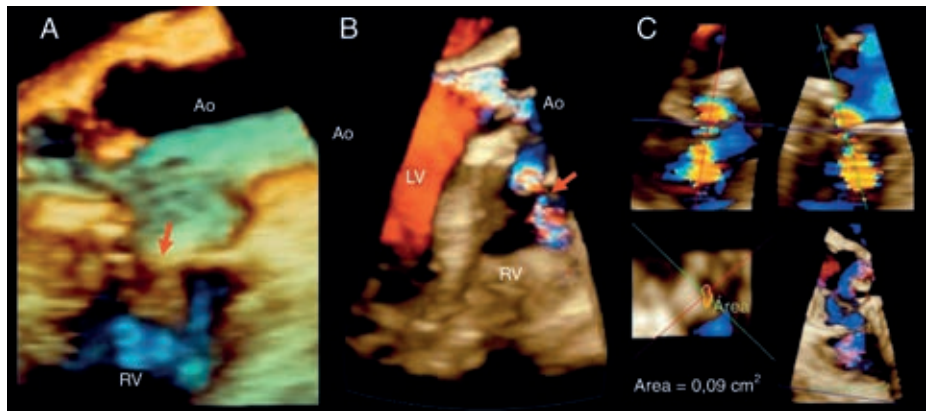
Kardiyoloji'de teknoloji bir sihirli kutunun açılması gibidir

Kardiyoloji de teknoloji bir sihirli kutunun açılması gibidir.

Ekokardiyografinin temel kullanım amacı kalbi görüntülemektir. İki boyutlu olarak kalbi görüntülemek ve bütün kalp fonksiyonlarını incelemek mümkündür. Bu incelemede röntgen ışınları kullanılmaz , genellikle 15 dakikada tamamlanır , işlem ultrason teknolojisidir. Ağrısız bir işlemdir yan etkisi yoktur.

Ekokardiyografi şu amaçlarla kullanılmaktadır.

- **Nefes darlığının** sebebinin araştırılmasında,
- **Dudaklarda ve ellerde morarma** sebebinin bulunmasında,
- **Göğüs ağrısının** sebebinin belirlenmesinde ,
- **Çarpıntının** nedeninin araştırılmasında,
- **Sebebi belirlenemeyen öksürük ve ses kısıklıklarında,**
- **Bacaklarda, ayaklarda, karında ve vücudun diğer bölgelerinde olan şişliklerin** araştırılmasında,
- **Akciğerlerde sıvı** toplanmasında ,
- **Kalp kasında ve zarında oluşan kitle, kist ve sıvı toplanmalarının** tespitinde,
- **Kalp kapak hastalıklarını** teşhis ve takiplerinde
- **Protez kalp kapağı ve By pass'lı** hastaların izlenmesinde,



- **Kalp yetmezliği** olanların tedavisinin izlenmesinde
- **Hipertansiyonu** olan hastaların izlenmesinde
- **Şeker hastalığı ve/veya Kronik böbrek yetmezliği** olan hastaların izlenmesinde,
- **Doğumsal olan kalp hastalıklarının** tespitinde ve izlenmesinde

- **Bebeklerde ve çocuklarda duyulan üfürümlerin** sebebinin araştırılmasında
- **Kanserli hastaların** radyoterapi ve kemoterapileri sırasında ve izlemlerinde yapılır.
- Ekokardiyografi kardiyoloji uzmanının gözü ve kulağıdır. **"Olmazsa olmaz"lardandır.**



Uz. Dr. Özkan Köse
Kardiyoloji Uzmanı



Or-Ahayim'de 35 yıl..

Bu sayımızda hastanemizde 35 yıl boyunca sohbet terapisti olarak gönüllü hizmet vermiş olan Sayın Leyla Devidas'a yer verdik.

Or-Ahayim Hastanesinde gönüllü çalışmaya ne zaman karar verdiniz?

Bundan 35 sene evvel karlı bir kış günü 2. karma ilkokulunda öğrencilere yemek veriyordum. Birden Silvet Kayan yanıma yaklaşıp Or-Ahayim hastanesinde çalışır mısınız? dedi. Kalakaldım: Silvet de bir kere denememi sonra karar vermeme söyledim. Derken o gün geldi çattı, hastanenin bahçesine tereddütlü adımlar ve heyecanla girdim. Haliç'in dayanılmaz kokusu her yeri sarmıştı. Okulda çalışırken çocukların civıltısı, kahkahalarının yanın da burası bana çok sessiz gelmişti. Biraz dolaştıktan, konuştuktan ve onlarla el sıkıştıktan sonra bir daha oraya gidemeyeceğimi düşündüm. Klara Perehya beni bu kararımdan vazgeçirdi ve burada başlamamda çok etkili oldu. Or-Ahayim'de çalışmak bir bağımlılık gibidir, evim çok uzak olduğu halde kar kış demeden Or-Ahayim'e gelme şevkiyle doluydum. Aradan 35 yıl geçmesine rağmen tekrar gençleşip o yolu ne kadar aşındırmak istediğimi size kelimelerle anlatamam...

Or-Ahayim'de sohbet terapileriniz nasıl başladı?

Bu sohbetlere başladığımda önceleri genelde yemek tariflerinden bahsediyorduk. Zaman geçtikçe bu sohbetler bana yetersiz gelmeye başladı. Konuklarımızdan çok şey öğrenebileceğimizi anladım her hafta değişik konular işleyerek hastanemizde yeni bir proje başlattım. Terapilerde

en çok dikkat ettiğim nokta **"Hasta ve yaşlı"** kelimesini kullanmamaktı. Onlar her zaman bizim **"Konuklarımız"**dı.

Bu sohbetlere zaman zaman başka arkadaşlar ve hekimler de katılıyordu. Ben her hafta değişik bir konu hazırlıyordum. Mesala hayat, felsefe, komşuluk, sevgi, yaşam mutluluk, kıskançlık, güncel haberler gibi.

İlk başlarda bu konuları hayata geçirmeden evvel Psikiyatrist Selim Başarır'ın onayını alırdım. Bayramlarda Rav Adoni'nin de katıldığı dini sohbetler ediyor, ardından hazırladığım sorularla konuklarımızla karşılıklı tartışıyorduk.

Sloganımız **"Hepimiz birimiz, birimiz hepimiz için paylaşalım sevgiyi hep el ele"** diyerek sohbetlerimizi bir şarkıyla bitirir ve birbirimizi alkışlardık.

İzzet Bana ve Janet Pinhas'ın katılımıyla zaman zaman küçük konserler tertipliyorduk. Bir defasında Başhekim Tunç bey'in eşi billur sesiyle bize eşlik etmişti. Bu sohbetlere başlamadan evvel fizyoterapist Hayrettin bey'in göstermiş olduğu hareketlerle konuklarımızla birlikte jimnastik yapıyorduk.

Terapilerde unutmadığınız konuklarınız var mı?

Terapilerde piyanist Leyla Pamir, söz yazarı Selmi Andak, orman mühendisi Neriman Gürtanın, terzi Kaden Elyazar unutmadığım konuklarımız arasındadır. Kar kış demeden bayan Louisa Büyükkada'dan aramıza katılırdı. Bir gün

bahçede Erol Evgin'e rast geldim ve ona küçük bir konser vermesini rica ettim. Beni kırmayıp hemen kabul etti. Hatıralarımın arasında Zülfü Livaneli, Şişli ve Beyoğlu Belediyesi Başkanları, tarihçi ve araştırmacı Naim Güteryüz ve nice ziyaretçilerimiz oldu.

Son olarak iletmek istediğiniz mesajınız var mı?

Bugün halen bu sohbetlere devam eden sevgi ve huzur dolu Beki Abuaf'a, herkese mutluluk ve iyiliğe koşan Nüket Antebi ve Megi Küçüklevi'ye, yardım sever her derde deva Hülya Doğu'ya, şevkat dolu Kolomba Kasuto'ya, yardımlarını ve bağışlarını hiçbir zaman esirgemeyen Korin Levi'ye, bayram hazırlıklarının vazgeçilmez pembe meleği Janet Sezer'e, arı gibi çalışkan, neşe ve enerji kaynağı Sara Behar, Coya Sabaner'e iyilik sembolü Sara Nayir, Lina Kohen, Sara Ovadya, Çela Barokas'a, Psikiyatrist İlkşen Umman'a yeri doldurulamaz terapi görevlisi Gülten hanım'a ve Başkanlarımızdan Albert Kastoryano, Elia Penso, Jojo İllel, Elio Medina, Yaşar Abuaf ve Başhekim Tunç Çelebi'ye sonsuz teşekkürler.

Beni yaz kış uzun bir süre hastaneye getirip götürən sevgili eşim Fredi'ye kucak dolusu teşekkürler...

Hastaneye ve konuklarımıza bir nebze mutluluk verebildiysem ne mutlu bana...

Bu sohbet için bizi evinde ağırlayan Sayın Leyla Devidas'a teşekkür eder, kendisine sağlıklı ve uzun ömürler dileriz.

Görüş ve Düşünceleriniz

Bu hastaneyi şifa dağıtan bir kurum olarak biliyorum. Her zaman ihtiyaç olduğunda tereddüt etmeden tüm ailece geliyoruz. Bir aile yuvasına gelir gibi... Bu seferde yine sevgili doktorumuz Sayın Dr. Yıldıran Deveci'ye kendimi emanet ettim. Daha önce yaptığımız gibi... Doktordan en büyük beklentimiz hastayı rahatlatması, işi kolaylaştırması ve güler yüzlü davranması, işte bu özellikleri Dr. Yıldıran Deveci'de bulduk ve buluyoruz.

Hastanenede ki en tepede ki Başkan Yaşar Abuaf (Arkadaşım, dostum)'dan başlayarak tüm doktor ve personele ilgilerinden dolayı teşekkür ediyorum.

Ayrıca güler yüzlü poliklinik sorumlusu Eva Hanıma'da özel bir teşekkür sunuyoruz. Sevgiyle ve Sağlıkla Kalın.

Y. E.

10.07.2017 tarihinde babam Or-Ahayım Özel Balat Hastanesi'nde fitik ameliyatı oldu. 88 yaşındaki babamın ameliyatı başarılı bir şekilde gerçekleşti.

Hastanedeki profesyonel yaklaşım, mükemmel hasta bakımı ve hastanenin temizliği gözlemlediğimiz en önemli noktalarıdır.

Ameliyatı başarıyla gerçekleştiren ve babamı sağlığına kavuşturan Op. Dr. Dursun Aziz Eryavuz'a yakın ilgisi, Balat Or-Ahayım Hastanesi Başhekimisi Op. Dr. Tunç Çelebi'ye yakın takibi ve tüm personele güler yüzlü desteği için teşekkür ederiz.

R. K.

Merhaba, Stres ve yorgunluktan kaynaklanan, sıkıntı tansiyon vs. acele hastanemize geldim..

20 yıldır tanıdığım, güvendiğim Yaşam Işığına!

Bakalım bu seferde, aydınlanıp, iyileşecek huzura kavuşacak mıydım..!

Acilden girdik. (bayram olmasına rağmen ilgi aynıydı.) Çalışkan, güler yüzlü personel, hemşireler yine koşturuyordu.

Yattığım odadan görkemli bir çınar ve çam görünüyordu ve sessizlik (tam aradığım) huzur... Dr. Sema Hanım yönetiminde kısa zamanda toparlandım, arada bahçeye çıkıyor, çiçekler, çimenler arasında yürüyor, Haliç'in keyfini çıkarıyordum. Tekneler, martılar, çimenlerde serçeler, kelebekler. (Rüya gibiydi.) İyi ki varsınız!!! (Or-Ahayım)

Yıllar önce hastanenin fizik tedavi bölümü ile tanışmıştım uzun süren masajlar aletler neyse...

Zamanla birçok bölümünüzde ilişkilerimiz oldu ve hepsi mutlu sonla bitti. Şu sıkıntılı ülke sorunları arasında, sistemli, insana değer veren, tertemiz ve şık kurum olması insanın umudunu arttırıyor.

Örnek alınacak bir hastane olduğunu gösteriyor.

Bugün ayrılıyorum yine mutlu sonla. İyi dileklerimi tüm personele iletmek ister, başta Dr. Sema Targıt olmak üzere tüm yönetici kadroya saygı ve sevgilerimi sunarım. Teşekkürler

G. K.

Sevgili Or-Ahayım Ailesi; Hastanenin adının karşılığı olan "Yaşam Işığı" sözünü tam anlamıyla gerek doktorları, hemşireleri, hasta bakıcıları gerekse idari personeli ile yaşadığınız için gurur duymalısınız.

Günümüzde insanoğlunun en çok ihtiyaç duyduğu bir çift güzel söz ve güler yüz sizin çalışanlarınızda fazlasıyla bulunmakta. Geçen bu süre zarfında bireyi kendi rahat ortamındaymiş gibi hissettiren sağlamış olduğunuz konforda işinizi büyük bir minnetle yaptığınızın bir göstergesi.

Babamın ameliyatını başarıyla gerçekleştiren

tiren Sayın doktorumuz Yıldıran Deveci'ye ve ekibine minnet duygularımızla teşekkürlerimizi sunuyoruz. Ameliyatın olduğu süre zarfında her şeyin yolunda gittiğini izah edip içimizi rahatlatan güler yüzlü Doktorumuz Çiğdem Sevgen Demirbaş'a teşekkür ederiz. Beyaz melekler olarak tanımladığım hemşirelerinize bu süre zarfında babama "bebek" misali gösterdikleri ilgi, güler yüz ve hassasiyetlerinden dolayı teşekkür ederim. Hasta bakıcılarınıza sonsuz özverili bakımından ötürü teşekkür ederiz.

Bu süre zarfında yemiş olduğumuz yemeklerin "anne yemeğinin" enfes lezzetini aratmaması, Haliç'in muazzam manzarasındaki çiçeklerle dolu güzellikler, bahçe ve orda içilen kahvenin verdiği huzur paha biçilemez ve o kahveyi alırken kantin çalışanlarının tebessümü Or-Ahayım'i diğer hastanelerden farklı kılan kelimelerle izah edilebilecek birkaç şeyden biri. Or-Ahayım'e gelen tüm hastaların şifa bularak uzun ömürlü olmalarını tüm kalbimle diliyorum.

Sevgilerimizle,

L. A.

Sevgili Or-Ahayım Ailesi, Bülent Ersoy'un bir lafı vardır. "Fevkaladenin Fevki" diye bende sizim hastanemiz için aynı kelimeyi etmek istiyorum. "FEVKALADENİN FEVKİ" Her şey Mükemmel...

Başta doktorum Op. Dr. Cem Atalay olmak üzere hasta bakıcısından hemşiresine teknik elemandan bütün personele çok çok teşekkür ederim.

Her şey çok güzel.. Or-Ahayım yönetimini tebrik ediyorum... Teşekkürler...

Not: Ayrıca Hülya Doğu Hanıma çok çok teşekkür ediyorum. Saygılarımla,

Y. İ.





Spielberg ile ilgili anılarım

Viktor Apalaçi

Sinema yazarı ve film eleştirmeni

Sinema endüstrisinin en etkin ve en güçlü yönetmenlerinden biri sayılan Steven Spielberg'i ilk kez 1971 yılında Cannes'da gördüm.

Çiçeği burnunda bir sinefil olarak katıldığım 1966 Cannes film Festivali'nde, yol göstericim duayen gazeteci Tuncan Okan idi. Türk basın hayatına batılı anlamda sinema eleştirisini ilk yazan gazeteci olarak adını tarihe yazdırdı, rahmetli Tuncan Okan festivalin gediklisi sayılırdı.

Batı dünyasını ve iki yabancı dili çok iyi bilen bu otoriteden çok şey öğrendim.

Steven Spielberg henüz yirmi beş yaşındayken çektiği ilk uzun metrajlı filmi "Duel" (1971) ile Cannes Film Festivalinde ülkesini temsil ediyordu. "Duel" sürücüsünü hiç göremeyeceğimiz bir dev kamyonun ölümcül kovalamacasından kaçmaya çalışan, kendi halinde bir satıcının (Denis Weaver) öyküsünü anlatıyordu.

Filmin basın konferansında yanımda oturan Tuncan Okan'a, kısa boylu, kara kuru, gözlüklü, başından kasketini hiç çıkarmayan Steven Spielberg'i göstererek: "Kim bu genç adam?" diye sormuştum.

Tuncan Okan: "Ona sinemanın yeni harika çocuğu diyorlar. Film çekmeye 12 yaşındayken 8 mm'lik kamera ile

başlamış. Gerilim yaratmada ki ustalığıyla anılıyor." demişti.

Spielberg'i üç yıl sonra Cannes'da yarışan ikinci filmi "Sugarland Express'in (1974) galasında gördüm. Bu film kocasını yattığı hapisaneden kaçırılmaya çalışan bir kadının (Goldie Hawn) hikayesini anlatan bir polisiye idi.

Gerçek bir olaydan sinemaya uyarlanan film, kendi çocuklarını, kaçırılmaya çalışan bir anne-babanın yaşadıklarını anlatıyordu. Önce kocasının (Ben Johnson) hapisten kaçmasına yardımcı olan Lou Jean, daha sonra bir polisi de rehin alıp, polis arabasıyla birlikte, mahkeme kararıyla zengin, yaşlı bir aileye verilen bebeğini geri alma mücadelesine girişiyordu. Film "En iyi Senaryo Ödülü" ile Spielberg'e Cannes'daki ilk ödülünü getirmişti.

Spielberg'in ertesi yıl, kariyerinin ilk baş yapıtı, 3 Oscar Ödülü kazanan "Denizin Dışları / Jaws"ı 100 milyon dolar hasılat yapıyor, ufolarla ilgili "Üçüncü Türden Yakınlaşmalar / Close Encounters Of The Third Kind" ile yönetmen çocukluk rüyalarını ekrana taşıyordu.

Spielberg, 1982 Cannes film festivali'nin kapanış galasında gösterilen "E.T." ile, sinema dünyasının en etkin yönetmeni olarak boy gösteriyordu. Kısa zamanda bir kült filme dönüşen "E.T." en iyi film

Altın küre ödülü ile 4 Oscar kazanmıştı.

2013'te Cannes organizasyon komitesinin kendisine uzun yıllardır teklif ettiği jüri başkanlığını nihayet kabul eden Spielberg 'i, o yılın galalarının çoğunda, jüri heyetini tanıttığı basın konferansında ve festivalin son Cuma gününde yapılan Le Suquet'deki geleneksel basın yemeğinde gördüm.

Etrafına karşı her daim kibar ve mütebessim olan Spielberg'in en göze çarpan özelliği çekingenliği... O yıl bir davette karşılaştığı belgesel yönetmeni Claude Lanzmann'ın şaşkırtıcı tepkisine maruz kalan Spielberg, kendisinden



yaşça büyüğüne hürmette kusur etmeyip, eleştirileri sineye çekmekle yetinmişti.

Lanzmann resepsiyonda karşılaştığı Spielberg'e herkesin arasında: "Seni bir Yahudi olarak hiç affetmeyeceğim. "Schindler'in Listesi" filminde bir Alman olan Oscar Schindler'i yüceltmen yanlış bir tutumdur. Kendisinin Yahudileri kurtarmaya çalışması durumun vahametini azaltmıyor." dedi. Steven Spielberg, suratına bir maske gibi yapışan tebessümü ile suçlamalara yanıt vermemiş, saldırıyı sineye çekmiştir.

Bu film 1983 yılında Spielberg'e En İyi Yönetmen Oscarı, Altın Küre ve Bafta ödüllerini getirdi, En İyi Film Oscar'ını kazandı.

5 yıl sonra "Er Ryan'ı Kurtarmak /Saving Private Ryan" Spielberg'i En İyi Yönetmen Oscar ve Altın Küre Ödüllerinin ikinci kez sahibi yaptı.

Holokost'u sinemaya taşıyan "Schindler'in Listesi"nden 12 yıl sonra Spielberg, Münih Olimpiyatları'nda İsraili sporculara yapılan saldırıyı ve teröristlerin yakalanma sürecini "Münih (2005)" filminde anlatınca, Arap dünyası yönetmenin Yahudi kimliği yüzünden Arapları hep kötü gösterme eğiliminde olduğunu iddia etti.

2008 Cannes Film Festivali Açılış Gala'sında gösterilen "Indiana Jones ve Kristal Kafatası Krallığı" serinin devam filmiydi. Yarışma dışı gösterilen filmin galasına Spielberg eşi Cate Capshaw ile gelmişti. Yönetmen 80'li yıllarda, Cannes'a o zamanlar karısı olan Amy Irving ile galalara katılıyordu.

Ertesi günkü basın konferansında yanında adı Indiana Jones ile özdeşleşen aktörü Harrison Ford, iki güzel aktris, Cate Blanchett ve Karen Allen, yan rollerdeki Shia La Beouf, John Hurt, Jim Broadbent vardı.

Tarihin en ünlü macera arkeologlarından Indiana Jones ve babasının maceralarını anlatan serinin bu devam filminde, Jones'un bulunduğu efsane kafatasının peşine düşen, soğuk savaş yıllarının Sovyet ajanlarının mücadelesi anlatılıyordu.



(George Lucas-Harrison Ford-Steven Spielberg Cannes'da)

Steven Spielberg son yıllarda Cannes film festivaline 2016 yılında, yine yarışma dışı bir filmle, "The Big BFG" ile katıldı. Basın konferansında yanında filmin oyuncuları Mark Rylance ile Rebecca Hall, sadık görüntü yönetmeni Janusz Kaminski yer alıyordu.

Spielberg 2013'te jüri başkanı olarak yaptığı basın konferansında Cannes film festivali'nin işlevini şu cümlelerle dile getirmişti : **"Cannes dünyanın dört bir tarafından gelen sayısız film arasında keşif yapmak için, sinemanın rekabet tanımaz platformudur. Cannes Film Festivali, sinemanın dünyada ki müşterek lisansı olduğunu yorulmak bilmez bir enerji ile kanıtlamayı ısrarla sürdürüyor."**

Bulmaca cevap anahtarı

1	P	O	N	S	E	T	Y	A	S	E	N	O	11
2	L	B	A	R	A	L	M	A	K	10			
3	A	K	Y	A	L	L	A	M	E	9			
4	N	Ü	K	H	E	T	H	E	T	8			
5	E	T	A	N	L	A	K	Z	E	7			
6	T	A	T	L	A	R	S	E	K	6			
7	H	A	B	I	S	I	N	1					
8	A	V	C	A	V	E	S	M	A	11			
9	C	A	M	C	I	L	L	I	K	10			
10	A	R	A	R	I	R	A	M	A	N			
11	R	E	H	I	M	I	N	A	R	E			
12	R	A	A	R	A	S	K	M					
13	S	O	L	A	K	I	S	I					
14	N	I	Z	I	S	S	S	E					



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

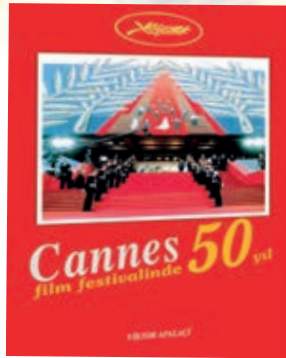
CANNES FİLM FESTİVALİNDE 50 YIL

Yazar: Viktor Apalaçi

Yayınevi : Cinius

Sayfa sayısı :204

Viktor Apalaçi Türk basınında Cannes Film Festivali'ni izleyen, yaşayan gazetecilerin en eskisi. 1966 yılından bu yana katıldığı festivallerde izlediği filmlerle, basın konferanslarında bulunduğu yönetmen ve oyuncularla ilgili anılarını bu kitapta topladı.



Dünya sinemasının kalbi Mayıs aylarında Cannes'da atar. Sinemanın heyecan veren isimlerinin, auteur yönetmenlerinin yeni filmlerini lanse etmek için tercih ettikleri platformdan yıla damgasını vuran filmler çıkar.

Bu sinema adamlarının kariyerlerindeki Cannes duraklarını inceleyen Viktor Apalaçi, bu kitabında sinema tarihinin son 50 yılına Cannes penceresinden bakıyor.

Müzik Önerisi



Jazz for Lovers

Büyük ustalardan en sevilen jazz şarkıları "Jazz for Lovers" albümünde toplandı. Georgia On My Mind / Ray Charles , What Now My Love ? / Shirley Bassey , Mona Lisa / Nat "King" Cole , Young At Heart / Frank Sinatra , Over The Rainbow / Aretha Franklin bunlardan bazıları.

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. Atatürk çiçeği - Bir harfin okunuşu 2. Eski dilde yük - Bir eylem 3. Bir renk - Bilgiç geçinen 4. Ağız kokusu - Almak için emir 5. Bir gıda maddesi - Zeka - Alfabenin sonuncusu 6. Gıdanın lezzeti - Bir çoğul eki - Susuz 7. Kötü huylu 8. Ay gibi - Bir bayan adı 9. Pencere işleri - Bir nota 10. Petrol dağımız 11. Bir erkek adı - Bir halk oyunumuz 12. Arap alfabesinde bir harf - Doğuda bir nehrimiz - Kısaca kilometre 13. Solak olan - Sahip 14. Esmekten emir - Bizim değil

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Gezegen - Atılğan - Bir harfin okunuşu 2. Bir ilimiz - Bir çamaşır markası 3. Kısaca nebi - Babür imparatoru Şah Cihan'ın, 14. çocuklarının doğumu sırasında vefat eden eşi Mümtaz Mahal (Ercüment Banu Begüm) anısına, Hindistanın Yamuna ırmağı kenarında bulunan Agra şehrinde inşa ettirdiği Türk-İslam mimarisinin en önemli örneğini teşkil eden eserin adı 4. Öldürücü çiğlık - Haraç - Yemek 5. Erkek kişi - Eni olan - Nehir 6. İpek el - Göze renk veren tabaka 7. Hayvan yiyeceği - Utanı - Giz 8. Dönek - Olanaklı olmayan 9. Büyük baş hayvan - Eski dilde su - Bir nota 10. Bir yel adı - Kadın - Almanya'nın eski parası 11. Mezra - Bir sanat dalı