



## Başkanın Mesajı

### Sevgili Okurlar,

İlkbahar, bir geçiş mevsimi, tabiatın kendine geldiği, kendini bulduğu, canlandığı, yeşerdiği bir mevsimdir. Tomurcuklar açar, ağaçlar şenlenir, etraf yeşillenir, çiçekler, böcekler, mutlu mutlu yaşar.

İlkbahar, bir hayat, belki hayatın ta kendisidir. Yaşam ve biz insanlar ile ilgili birkaç satır yazacağım;

Size her şeyin üstesinden gelme, hayallerinizi gerçekleştirme gücünün sizden başka bir yerde olmadığını, yapmanız gerekenin aslında çok da zor olmadığını söylesem?

Söylemeden önce şimdi sizleri zamanda kısa bir geziye çıkarmak istiyorum, pek yakından tanıdığınız birinin yanına gidiyoruz, Platon'a. (Yunan filozof ve bilge)

Platona iki soru sormuşlar;

Birincisi;

İnsanoğlunun sizi en çok şaşırtan davranışları nelerdir?

Platon tek tek sıralamış;

Çocukluktan sıkılırlar ve büyümek için acele ederler.

Ne var ki çocukluklarını özlerler.

Para kazanmak için sağlıklarını yitirirler,

Sonra sağlıklarını geri kazanmak için para öderler,

Yarıdan endişe ederken bugünü unuturlar,

Dolayısı ile ne bugünü ne de yarını yaşarlar,

Hiç ölmeyecekmiş gibi yaşarlar ancak hiç yaşamamış gibi ölürler.

Sıra gelmiş ikinci soruya:

Peki sen ne öneriyorsun?

Platon sıralamış:

Kimseye kendinizi sevdirmeye kalkmayın!

Yapılması gereken tek şey, sadece kendinizi sevmeye bırakmaktır.

YAP! Sadece yap. Soru yok, yorum yok, endişe yok, sadece yap.

Sana dünyanın kapılarını açacak olan budur işte! Yola koyulun..

Önemli olan; hayatta en çok şeye sahip olmak değil, en az şeye ihtiyaç duymaktır.

Bu seferlik bu kadar, yeni sayılarımızda görüşmek dileği ile..

Eminönü-Alibeyköy tramvay hattının önemli 2 durağının da 30 Ağustos 2023' te hizmete açılması ile gidiş gelişleri rahatlatmış olup, 100 adım ötemizde Ayvansaray durağı olduğunu hatırlatırım.

Haliç'e bakan güzel bahçemizde çay, kahve, tatlı, tuzlu ürünlerden tadım yapmayı, minik kuşları beslemeyi unutmayalım!

### İlkemiz" İnsana Yatırım ve İnsana Saygı"

Tek bir kişinin hayatı, dünyadaki en zengin insanın mal varlığından milyonlarca kat daha değerlidir.

Şifa almaya gelenlere geçmiş olsun...

8 Mart 'ı sakın atlamayalım, Dünya Kadınlar Günü kutlu olsun.

14 Mart Tıp Bayramı, tüm doktorların gününü kutlarız.

**Sağlıkla kalın,**

**Sevgiyle kalın,**

**Hoşçakalın.**

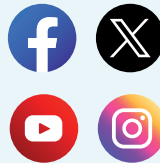
**Saygılarımla,  
Yaşar Abuaf  
Başkan**

## or-ahayim'den Haberler

### Uzm.Dr. Birsen Öztürk

Hastanemizin  
Çocuk Sağlığı ve  
Hastalıkları Bölümünde  
Hasta Kabulüne  
Başlamıştır.

Değerli doktorlarımız ile  
gücünüze güç katmaya  
devam ediyoruz.



or-ahayim Hastanesi  
facebook, twitter, youtube ve  
instagram'da

**Web Sitemiz Yenilendi.**  
[www.balathastanesi.com.tr](http://www.balathastanesi.com.tr)

## or-ahayim'den Yenilikler

**ALLIANZ, ANADOLU,  
MAPFRE, ACIBADEM, AXA,  
GROUPAMA, TÜRKİYE,  
SOMPO, RAY, HDI, ZURİCH,  
CİGNA, METLİFE, ANKARA,  
HEPİYİ, KATILIM EMEKLİLİK,  
ACNTÜRK**

Tamamlayıcı Sağlık Sigortası  
anlaşmamız vardır.

Bilgi ve Randevu Tel: 0 212 491 00 00  
(pbx) - [www.balathastanesi.com.tr](http://www.balathastanesi.com.tr)



**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 asırda 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 buharlaştığında 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 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 (örn. Ailesinde şeker hastası olanlar, fazla kilolular..) belirli aralıklarda kan kontrolleri yapmak gerekir.

Açlık kan şekerinin normal bulunması şeker hastalığı olmadığını göstermez. Sadece şeker yüklemesi testiyle 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 (iltahap) yatkınlık artmıştır. Bu yatkınlık vücut direncinin düşmesinden ve organların kanlanmasının 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 antidiabetik ilaçlar pankreastan insülin salınımını arttırlar. 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 kullanılamaz, 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.

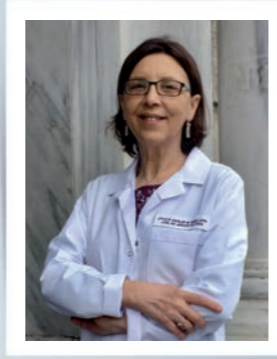
##### 3. Şeker hastalarını sürekli insülin yapmaktan kurtaracak yeni gelişmeler var mı?

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 vücudun bu hücreleri reddetmemesi için ilaç kullanmak zorunda kalmaktadırlar.

##### 4. İnsülin bağışıklık 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.

# ŞEKER HASTALIĞI HAKKINDA TÜM MERAK ETTİKLERİNİZ



**Uz. Dr. Birsen Öztürk**  
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı

## ÇOCUĞUMUZU BULAŞICI HASTALIKLARA KARŞI NASIL KORUYABİLİRİZ?

Özellikle ilkokula yeni başlayan öğrencilerin bulaşıcı hastalıklara yakalanma riski çok fazladır. Okullarda görülen rahatsızlıkların başında solunum yolu enfeksiyonları soğuk algınlığı, grip, kızamık, kızamıkçık, kabakulak, herpes gibi pek çok viral enfeksiyonlar ile boğmaca, tüberküloz, su çiçeği, menenjit gibi hastalıklar solunum yolu salgıları ile etrafa yayılmaktadır. Hasta olmadan alınacak önlemler, hastalığın tedavisinden çok daha önemlidir. Çocukların beslenmelerine ve giyimlerine dikkat edilmesi gerekir. Sindirim sistemi yolu, direkt temas ve yaralanmalar sonucu oluşan hastalıkların da küçümsenmeyecek kadar çok görülmektedir, tuvaletlerdeki hijyen koşulları, ellerin ve eşyaların kirli olması, gıda ürünlerindeki hijyen koşulları gibi nedenlerden dolayı; ishal, hepatit A, impetigo, siğil, uyuz, mantar enfeksiyonları, konjonktivit ve gıda zehirlenmeleri gibi hastalıklar ortaya çıkmaktadır. Enfeksiyon hastalıklarının önlenmesi ve azaltılabilmesi için ailelerin, öğretmenlerin, diğer okul çalışanlarının ve çocukların bilgilendirilmesi önemlidir. Çocuklar

okula başlamadan önce eksik olan aşıları tamamlanmalıdır. Aynı şekilde çocuklarla yakın temasta olan erişkinler de hepatit, su çiçeği, kızamık-kızamıkçık-kabakulak, boğmaca ve grip enfeksiyonuna karşı aşılanmalıdır. Bulaşıcı hastalığı olan çocuk veya erişkinlerin okuldan uzaklaştırılması ve evde dinlendirilmesi gerekir. Ateş, kusma, ishal, boğaz ağrısı, öksürük, döküntü olan çocuklar hemen doktora yönlendirilmelidir. El hijyeni eğitimi vurgulanmalıdır. Enfekte olabilecek eşyalar uzaklaştırılmalı, standartlara uygun olarak temizlenmelidir. Yemekhanelerde gıda güvenliğine önem verilmeli, uygun numune kontrolleri yapılmalı, yemek hazırlayıcılar enfeksiyon taşıyıcılığı açısından belli aralarla tetkik edilmelidir. Tuvalet ve lavaboların düzenli kontrol ve temizliği yapılmalı ve kontrol edilmelidir. Sağlıklı beslenme ve sağlıklı uyku alışkanlığı da bu süreçte önemlidir çocuğun bağışıklık sisteminin kuvvetli olması hastalıklarla mücadelede önemli bir faktördür.



## BOĞAZ ENFEKSİYONU

### Boğaz enfeksiyonu nedir?

Bakteri ve virüslerin yanında birçok farklı hastalık nedeniyle ortaya çıkan bir durumdur. Kısaca boğazın iltihaplanmasıdır da denilebilir.

### Boğaz enfeksiyonu belirtileri nelerdir?

Boğaz enfeksiyonu pek çok nedene bağlı gelişebilir. Belirtiler de nedene bağlı olarak değişebilir.

Belirtiler ve semptomlar şunları içerebilir:

- Boğazda ağrı veya tırmalama hissi,
- Yutma veya konuşma ile kötüleşen ağrı,
- Yutma güçlüğü,
- Boyun veya çenede ağrılı, şişmiş bezler,
- Şişmiş, kırmızı bademcikler,
- Bademciklerde beyaz lekeler veya irin,
- Boğuk veya boğuk bir ses,
- Ateş yükselmesi.

### Boğaz enfeksiyonu tedavisinde neler yapılır?

Viral boğaz enfeksiyonunda rahatsızlığın gidermenin yolları, hekimin önerdiği dozda ve türde ağrı kesici kullanmaktır. Boğaz için özel olan spreyler de tedaviye eklenebilmektedir. Ayrıca iltihabın nedenine göre tedavide antibiyotik ilaçlardan da faydalanılmaktadır. Hekim önermedikçe özellikle antibiyotik türleriyle birlikte hiçbir ilaç kullanılmamalıdır.

### Boğaz enfeksiyonu korunma yolları nelerdir?

Boğaz ağrısını önlemenin en iyi yolu, onlara neden olan mikroplardan kaçınmak ve iyi hijyen uygulamaktır. Hasta olan veya semptomları olan kişilerle yakın temastan kaçınmak da gerekmektedir. Ayrıca yiyecekler, bardaklar ve yiyeceklerle ilgili tüm materyaller başkasıyla paylaşılmamalıdır. Bunun yanında bol su içilmelidir. Çünkü boğazın kurumaması enfeksiyonlara zemin hazırlayabilmektedir. Dengeli beslenmek gerekmektedir. Dengeli beslenme sayesinde bağışıklık sistemi güçlenir ve enfeksiyonlardan korunma sağlanabilir. Düzenli uyku ve egzersizin de bağışıklık sistemi üzerine etkisi olumludur. Tüm bunlara dikkat edilirse boğaz enfeksiyonlarına yakalanma riski düşürülebilir.

### Çocuklarda ve bebeklerde boğaz enfeksiyonu durumunda ne yapılmalı?

Mutlaka pediatri ve alanında uzman kulak burun ve boğaz hekimlerine başvurmak gerekmektedir. Hekimlerin önerilerini dinleyerek ve uygulayarak tedaviler gerçekleştirilmelidir.

### Boğaz enfeksiyonuna ne iyi gelir?

Boğaz enfeksiyonuna yakalanıldıysa kişinin mutlaka kendisine iyi bakması önem taşır. Hasta mutlaka dinlenmeli, bol



**Dr. Öğr. Görevlisi Serdar Ceylan**  
Kulak Burun Boğaz-Baş ve Boyun Cerrahisi Uzmanı

bol uyumlu ve bol sıvı tüketmelidir. Sıvı tüketimi boğazı nemli tutar ve vücutta oluşan sıvı kaybını önler. Boğazı rahatlatıcı içeceklerden faydalanılmalıdır. Örneğin ılık çorba içmek boğazı rahatlatır. Tuzlu suyla gargara yapmak, solunan havanın nemlendirilmesini sağlamak, pastillerden faydalanmak da olumlu etkilerde bulunur. Ayrıca asitli içeceklerden, alkolden, sigaradan ve baharatlı besinlerden uzak durmak boğaz üzerinde olumlu olacaktır. Hekimin önerdiği tedaviyle birlikte bu yöntemler boğaz enfeksiyonunun geçmesini sağlayacaktır.

Her ne kadar toplum arasında bademcik iltihabı bulaşmaz diye bilirse de hasta olan biriyle temas kurmak, kirlenmiş bir yüzeye dokunmak; sonrasında elleri ağız ve burun bölgesine değdirmek bile bademcik iltihabına sebep olabiliyor. Tedavi edilmeyen ya da tedavisi yarıda bırakılan bademcik iltihabı çok farklı hastalıklara davetiye çıkarıyor.

Bademcikler, boğazın arkasında, her iki tarafta birer tane olmak üzere iki küçük yumuşak doku topaklarıdır. Bağışıklık sisteminizin bir parçası olan bademcikler, kişiyi hasta eden mikropları yakalamaya yardımcı olur. Bademcikler, enfeksiyon kaptığında şişer, ağrır ve yutkunurken acı verebilir. Bademcik iltihabı aynı zamanda tonsillit olarak da adlandırılır, ancak çoğu kişi buna boğaz ağrısı der.

# EEG VE EMG ÇEKİMİ NÖROLOJİ KLİNİĞİMİZDE YAPILMAKTADIR.

## EMG (Elektromiyografi) nedir?

EMG ile kas ve sinirlerin iletimi incelenir. Kasların üzerine yerleştirilen bir elektrotla sinire hafif elektriksel bir uyarım verilerek bu işlem yapılır. Ufak tek kullanımlık iğnelerle kaslara girilerek aktivitelere bakılır.

## EMG hangi hastalıkların teşhisinde kullanılır?

Kas ve sinir hastalıkları, ALS, bel ve boyun fıtığı, huzursuz bacak sendromu, karpal tünel sendromu, omurilik hastalıkları.

## EEG (Elektroensefalografi) nedir?

Uyku ve uyanıklık halinde beyindeki elektriksel faaliyetin beyin dalgaları şeklinde kağıt üzerine yazdırılmasıdır.

## EEG İŞLEMİ NASIL YAPILIR?

Saç derisi üzerine yerleştirilen küçük elektrotlar ile beynin elektriksel faaliyeti EEG cihazı tarafından bilgisayara kaydedilir. İşlem ortalama yarım saat sürer. İşlem sırasında ağrı, sızı ya da yan etki söz konusu değildir, hastaya elektrik akımı verilmez ve radyasyon içermez.

## EEG HANGİ HASTALIKLARIN TEŞHİSİNDE KULLANILIR?

Başta Sara (Epilepsi) hastalığının teşhisinde, baş ağrıları, bayılma vakaları, sinir hastalıklarının tespitinde kullanılabilir.



**Uz. Dr. Müge Özcan**  
Nöroloji Uzmanı



**Uz. Dr. Özkan Köse**  
Kardiyoloji Uzmanı

# OZON TERAPİ

Ozon'un sağlık alanında kullanılmasına **Ozon Terapi** denir. "Ozon uygulama sertifikası" almış hekimler tarafından uygulanır. Ozon Tedavisi birçok patolojik durumu iyileştirir veya tamamen düzeltir. Dolaşımı ve bağışıklığı güçlendirmesi vücut direncine olumlu katkılarda bulunur. Bu doğrultuda ozon gazı diyabetik yara, dolaşım sistemi bozuklukları, göz hastalıkları, virüs, mantar gibi bir çok problemin tedavisinde kullanılır.

**Önemli bir tedavi alanı da kalp hastalıklarıdır. Hastalardan 50cc-200cc arasında kan alınarak ortalama 10 dakika boyunca kan oksijen karışımıyla birleştirilmekte ve bu yeni karışım hastaya damar yolu ile geri verilmektedir.**

Kullanılan doz, seans sayısı, tedavinin etkisi gibi parametreler hastalığın ve hastanın durumuna göre belirlenir. İlk seanslardan itibaren etkisi görülmeye başlar. Seans aralıkları genellikle haftada

2 seans şeklindedir. Duruma göre aralıklar artırılabilir. Seans sayısı, hastalığın seyrine göre değişse de çoğunlukla 10-15 arasındadır. Kan yolu ile yapılan bu tedavinin etkileri ve faydaları aşağıdaki gibi özetlenebilir;

**Kanda oksijen taşıyan kırmızı kan hücrelerinin ihtiyacı olan dokulara daha fazla oksijen bırakmasına yardımcı olur. Bu sayede her tür zor iyileşen yara, damar tıkanıklığı ve dolaşım bozukluklarından kaynaklanan "yeterli kanlanamama" kaynaklı sorunların çözümünde büyük bir yardımcıdır.**

Kalp damar tıkanıklığı olan hastalara uygulandığında ilaca olan bağımlılıklarının azaldığı saptanmıştır. Kolesterol düzeylerinde azalma, daha uzun mesafeleri yürüme, merdiven çıkma gibi aktivitelerde performans artışı gözlemlenmiştir.

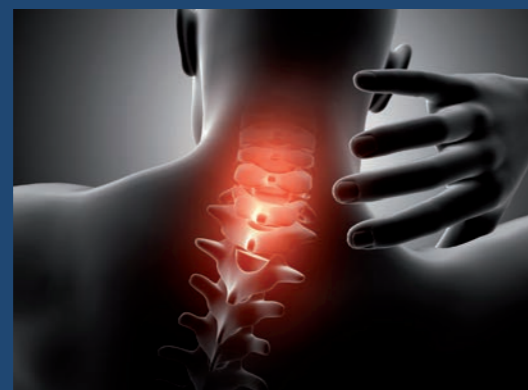
Hücrelerin hem yapısal hem fonksiyonel problemlerini gidermesi de işin içine girdiğinde çevresel damarların işlevleri

düzelir ve yeni damarlar oluşabilir. Bu sayede doku beslenmesindeki bozukluklar nedeniyle amputasyon olma riski ortadan kalkabilir.

**Hücreleri yenilemesi ve gençleştirilmesi nedeniyle damar tıkanıklığı, ritim bozukluğu, uyku apnesi, yüksek tansiyon gibi hastalıkların tedavisinde ek tedavi olarak kullanılır. Hipertansiyon hastalıklarında ozon mevcut ilaç tedavisine destekleyici olarak verilmektedir.**

Lipidler ve kanın oksijenlenmesi üzerine olan ozonun etkileri ile tansiyonu normal sınırlarda tutabilmek için gereken ilaç dozu azalmakta ve hastalar kendilerini çok daha iyi hissetmektedir.

İskemik Kalp Hastalıkları, geçirilmiş myokard enfarktüsü ozon terapi ile büyük yarar sağlamaktadır. Aritmi, taşikardi gibi kalp ritim sorunu olan hastalarda ozon lipid düşürücü etkisi yanında elektrolitlerin dengelenmesini sağlamaktadır.



## BÖBREK KANSERİ

Böbrekler, omurgamızın her iki yanında bulunan ve ana görevi idrar üreterek zararlı maddeleri vücuttan uzaklaştırmak olan organlarımızdır. Böbreklerin orta kısmında böbreğe kan getiren atar damar, kanı uzaklaştıran toplar damar ve üretilen idrarın biriktiği ana havuzcuk (pelvis) bulunur.

Tüm tümörlerde olduğu gibi böbrek tümörleri de hücrelerin kontrolsüz bir şekilde çoğalması sonucu oluşur. Çoğalan hücreler kitle oluşturarak etraf dokuya ve uzak organlara yayılabilir.

Böbrek tümörleri genellikle (%85) böbrek hücrelerinden köken alır (renal hücreli karsinom). Böbrek içerisindeki idrar kanallarını döşeyen hücrelerden köken alan tümör ise (transizyonel hücreli karsinom) daha az oranda görülmektedir. Bunlar haricinde daha nadir görülen tümör tipleri de vardır.

### Böbrek kanseri risk faktörleri nelerdir?

- Sigara: Böbrek kanseri riskini 2 kat artırır.
- Obezite
- Yüksek tansiyon: Hipertansiyon hastalarında risk fazladır.
- Cinsiyet-yaş: Özellikle erkeklerde risk 1,5 kat fazladır ve 40 yaş üstünde sık görülür.
- Uzun süre ağrı kesici kullanımı: Bazı ilaçlar böbrekte kanser oluşumunu tetikleyebilir.
- Diyalize girmek: Uzun süre diyalize girmek böbrekte kanser oluşumunu artırır.
- Aile öyküsü: Bazı böbrek kanseri tipleri genetik geçiş gösterir.
- Kimyasallara maruziyet: Asbest, benzen ve bazı tarım ilaçları kanserojendir.

### Böbrek kistleri de kanser yani kötü huylu mudur?

Özellikle ilerleyen yaşlarda böbrekte basit kist dediğimiz içi sıvı dolu, ince ve düzenli duvarlı, duvarında kireçlenme içermeyen yapılara sık rastlıyoruz.

Basit kistler kanser değildir. Kistler çoğunlukla hastada herhangi bir şikayete sebep olmaz ve tedavi gerektirmez. Merkezi yerleşimli olanları büyüdükleri zaman idrar kanallarına, damarlara baskı yaparak şikayet oluşturabilirler. Böbrek dış kısmında yerleşenler ise büyüyerek dolgunluk ve ağrı oluşturabilirler. Bu durumlarda kistlerin alınması için ameliyat gerekebilmektedir.

Komplike kist dediğimiz kalın duvarlı, duvarında kireçlenme (kalsifikasyon) olan, içerisinde sıvının yanında doku barındıran ve kanserleşme potansiyeli olan kistler de vardır.



Op. Dr. Timuçin Çakır  
Üroloji Uzmanı

Bu komplike kistlerin basit kistlerden ayırımı için daha detaylı görüntüleme yöntemleri (kontrastlı tomografi veya MRG) kullanılır. Komplike kistler böbrek tümörleri gibi tedavi edilir. (ameliyat gerektirir)

### Anjiomiolipom (AML) nedir?

Böbreğin en sık görülen yağ, kas ve damar yapılarından oluşan iyi huylu tümördür. Kadınlarda 4 kat daha sık rastlanır. Genellikle başka yere yayılma göstermezler. Boyutları arttığı zaman (4 cm'den büyük boyutlarda) kendiliğinden kanama yapabilirler. Küçük boyuttaki AML'ler takip edilirken, daha büyük boyuttakiler için cerrahi veya embolizasyon (anjio ile kitledeki damarların ilaçlarla tıkanması-kapatılması) yapılır.

### Böbrek tümörleri hangi belirtileri verir?

Böbrek tümörleri genellikle başka bir sebeple yapılan ultrason veya tomografi ile saptanır. Hastaların erken evrelerde herhangi bir şikayeti yoktur. Hastalık ilerledikçe bazı şikayetlere sebep olurlar:

- İdrarda kanama (gözle görülen veya idrar tahlili ile saptanan)
- Karında şişkinlik
- İştahsızlık- halsizlik-kilo kaybı
- Yan ağrısı
- Kansızlık, solukluk
- Bacaklarda şişme

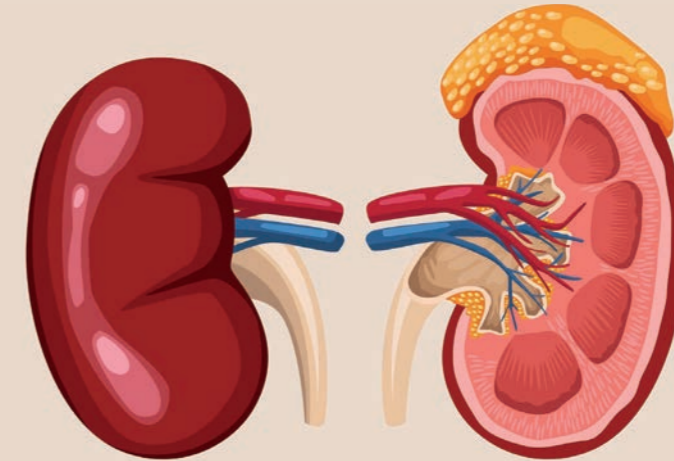
### Böbrek kanseri teşhisi nasıl konulur?

Şikayetlerinin araştırılması sırasında veya tesadüfen ultrason çektiler böbrekte kitle saptanan hastalarda daha detaylı incelemeler yapmak gerekir. Bu

amaçla MRG (manyetik rezonans görüntüleme) veya ilaçlı tomografi (kontrastlı BT) çekilir.

Böbrek kanseri olanlarda sıçrama olasılığından dolayı akciğer (toraks) tomografisi de çekilir. Bu görüntüleme yöntemleri ile kitlenin boyutu, yerleşim yeri, ana damarlar ve idrar kanalları ile ilişkisi, başka bir yere veya komşu organlara (dalak, karaciğer, pankreas, böbrek üstü bezi veya lenf bezleri) yayılıp yayılmadığı ve kitlenin yapısı hakkında bilgi edinilir. Evreleme yine görüntüleme yöntemleri ile yapılır ancak çekilen tomografi veya emar kitlenin iyi veya kötü huylu ayırımını kesin yapamaz.

Tümörün iyi huylu veya kötü



huylu olduğunun kesin ayırımı sadece ameliyatla çıkarılan kitlenin patolojik incelemesi ile mümkündür.

### Böbrek kanseri tedavisi

Böbrek tümörlerinin esas tedavisi cerrahidir. Tümörlü böbrek dokusunun çıkarılıp, sağlıklı-kansersiz böbrek dokusunun korunması temel prensiptir. Bu ameliyata parsiyel nefrektomi yani tümörlü böbrek dokusunun çıkarılması denir. Aşırı büyümüş, böbrek damarlarını tutmuş, böbrek içinde çok sayıda olan tümörlerde maalesef böbreğin etrafındaki yağlı doku ile beraber

çıkarıldığı radikal nefrektomi ameliyatı yapılıyor.

Parsiyel veya radikal nefrektomi ameliyatı açık veya kapalı (laparoskopik veya robotik) yöntemlerle yapılabilir. Laparoskopik ve Robotik cerrahi, açık cerrahiye göre daha kısa hastanede kalış süresi, daha az ağrı kesici kullanımı, daha çabuk işe ve sosyal hayata dönüş ve daha az yara izi gibi avantajlar sağlamaktadır. Laparoskopik radikal nefrektomi şu an standart tedavi olarak kabul edilmektedir.

Cerrahiye uygun olmayan veya metastatik (uzak organlara sıçramış) böbrek tümörlerinde kemoterapi uygulanabilmektedir.

Böbrek içindeki idrar yollarını döşeyen hücrelerden (değişici-transizyonel hücre) köken alan tümörler toplayıcı sistem tümörleri (transizyonel hücreli karsinom) olarak adlandırılır. Bu tümörlerin tedavisinde böbrek, idrar kanalı (üreter) ve idrar kanalının mesane (idrar kesesi) bağlantısı cerrahi olarak çıkarılır. Bu ameliyata radikal nefro-üreterektomi denir.

### Operasyon sonrası takip nasıl yapılır?

Ameliyat sonrası çıkarılan dokunun patolojik incelemesi sonucu tümörün çeşidi, tipi, evresi, derecesi ortaya konulur. Hastalarımız bu patoloji sonuçlarının rehberliğinde belli aralıklarla kan ve BT / MRG / USG gibi görüntüleme yöntemleri ile takip edilirler.

## Matteo Garrone'nin bol ödüllü, Oscar adayı "KAPTAN BENİM"i vizyonda GÖÇMEN DRAMI BAŞYAPITI

Film 16 yaşındaki 2 Senegalli gencin çölü ve Akdenizi geçip İtalya'ya varış çabasını anlatıyor. Film göçmenlerin yazgısını ele alırken iyimserliğini koruyup umut dağıtmaya özen gösteriyor. İçinde yaşadığımız zalim ve yozlaşmış dünyanın insanlık ayıplarını sergileyen bu kan dondurucu filmi izlerken hissettiklerimi ve duygularımı iki kelimeyle özetleyebilirim: "İnsanlığımın Utandım".



"İO CAPİTANO" Yön: Matteo Garrone - Sen: Matteo Garrone - Massimo Ceccherini - Massimo Gaudioso - Andres Tagliaferi - Gör: Paolo Camera - Müz: Andrea Farri - Kur: Marco Spoletini - Oyn: Seydou Sara - Mustafa Fall - Sissaka Sawadogo - Hichem Yacoubi - Boudou Sagna

Matteo Garrone'nin son Venedik Film Festivalinde, aralarında En İyi Yönetmen Ödülü'nün de bulunduğu 12 ödül kazanan "Kaptan Benim / Io Capitano"su Film ekiminde Türkiye prömiyerini yapmasından 3 ay sonra vizyona girdi. İtalyan filmi, En İyi Uluslararası Film Oscar yarışının 5 adayından biri. İki kuzenin Senegal'den yola çıkıp çölü aştıktan sonra Libya üzerinden Avrupa'ya göç çabalarını anlatan film, AB kapılarına dayanan mülteci ve kaçak göçmenlere karşı yürütülen devlet politikalarını sert bir dille eleştiriyor. İçinde yaşadığımız zalim ve yozlaşmış dünyanın insanlık ayıplarını sergileyen bu kan dondurucu filmi izlerken hissettiklerimi ve duygularımı iki kelimeyle özetleyebilirim: "İnsanlığımın utandım."

### GÖÇMEN POLİTİKASINA SERT ELEŞTİRİ

Film izleyiciyi hayallerin gerçeğe dönüştüğü anda ulaştıkları kimlik ve

statü peşindeki 2 genci meşakkatli bir yolculuğa sürüklüyor. Kah kavurucu güneş ışınlarının vurduğu Sahra Çölü'nde, kah Libya mafyasının tekelindeki tehlikeli tekinsiz hapisanede. Filmin açılış sahnesinde Senegal'in başkenti Dakar'ın fakir bir banliyö mahallesinde, babasının ölümünden sonra annesiyle yaşayan Seydou ve kuzeni Moussa'yı tanıyoruz. Yıllardır hayalini kurdıkları şeyleri artık gerçekleştirmek isteyen iki genç, yolculukları için 6 aydır para biriktiriyordur. En büyük problemleri buna karşı çıkan ailelerinin rızasını almaktır. Zira yolculukları boyunca çölün tuzakları, Libya'daki gözaltı merkezlerinin dehşeti ve denizin tehlikeleri gibi zorluklarla karşılaşacak göçmenlerin önemli bir kısmı yolda hayatını kaybettiği bilinmektedir. Mahallenin bilge kişinin yolculuklarını engelleyemediği 2 genç, ailelerine haber vermeden yola koyulurlar.

Matteo Garrone'nin de aralarında bulunduğu filmin 4'lü senaryo ekibi, bu çileyi çekip Avrupa'da kendilerine yeni bir hayat kurabilmiş göçmenlerle görüşmüş. Matteo Garrone filmde gördüğümüz deneyimleri yaşamış insanlarla sette beraber çalışıp, yol boyu başlarına gelenleri onların bakış açısıyla filme yansıtmış. Libya mafyasından işkence gören, Sahra Çölünü yürüyerek geçmek zorunda kalan göçmenlerin anlattıkları senaryoyu gerçekçi ve inandırıcı kıyor. İtalyan yönetmen, kendisine ait olmayan bir kültürün insanları hakkında bir film yapmak için onlarla yaptığı işbirliğinin hikayesini detaylı bir şekilde anlatmasına yardımcı olduğunu söyledi.

Roberto Saviano'nu kitabından alınan "Gomorra" (2008) başyapıtında Napoli mafya örgütü Camarrot'un kirli çamaşırlarını cesaretle gözlemlere serer Matteo Garrone, "Kaptan Benim"de Afrikalı göçmen adaylarını soyan yerel mafya benzeri örgütlerin, insan kaçakçılarının ipliğini pazara çıkarıyor. Garrone Sicilya'daki bir mülteci sığınagina ziyareti sırasında, herhangi bir deneyimi olmadan 250 kişiyi taşıyan tekneyi Akdeniz'de kullanması için teşvik edilen 15 yaşındaki çocuğun hikayesini öğrenmiş.



Büyücüye gidip kendilerini okuttuktan sonra Seydou ile Moussa'nın umutla başlayan yolculukları, Nijerya sınırında rüşvet verip yola devam etmeleri, Libya sınırında isyancı çetelerin baskısına uğramalarıyla son bulur. Anüslerine sakladıkları paralara, kendilerine müşil ilacı içiren silahlı korsanlar el koyar. Sınır polisi taklidi yapan korsanlar, göçmenleri ailelerini arayıp rehine oluştuktan kurtulmaları için 800'er dolar transfer etmeleri gerektiğini söylerler. Ailelerinde talep edilen miktarların bulunmadığını bilen Seydou ve Moussa'nın esir tutuldukları hapisanede yolları ayrılır. Moussa hapisten kaçarken ayağından



vurulur. Seydou ise bir inşaatta çalıştırılmak için satın alınır. Bir duvarcı ustasının koruması altındayken, biten inşaatın sahibi tarafından serbest bırakılır.

Libya'nın başkenti Trablus'ta günlerce kuzenini arayan Seydou kendisini perişan bir halde bulur. Moussa'nın vurulan bacağını kurşun delip geçmiştir, ancak ameliyat edilmemesi halinde bacağı kangren olacaktır. Kuzeninin tedavisi için ilk önce röntgen çekilmesi, ardından ameliyat edilmesi için muhakkak İtalya'daki bir hastaneye ulaşmaları gerekmektedir. Akdeniz'i geçmek için talep edilen paraya sahip olmadığı için, Seydou köhne bir tekneye kaptanlık yapma teklifini kerhen kabul eder. Hayatında denizi ilk kez gören, yüzme bilmeyen Seydou tekne kullanma konusunda aldığı ilk eğitimle, göçmenlerin kucak kucağı oturduğu köhne tekneyle, "bunca insanın sorumluluğunu üstlenemeyeceğim" itirazına rağmen yola koyulur.

### GERÇEKÇİ, İNANDIRICI, ETKİLEYİCİ FİLM

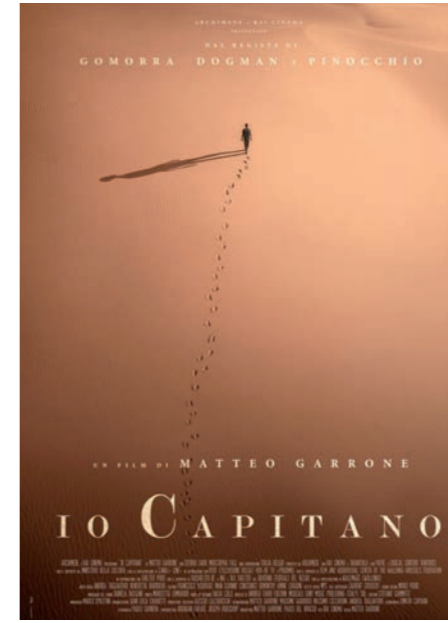
Gece yol alırken uzaktan gördükleri ışığın bir petrol platformuna ait olduğunu gördükten sonra Akdeniz'in azgın dalgalarıyla boğuşup yola devam ederler. Telsizle yardım talep ettiklerinde, İtalyan Sahil Güvenliği kendilerini Malta yetkililerine havale edeceğini söyler. Makine dairesinden çıkan kaçak göçmenler, hamile bir kadının zor şartlar altında doğum yapması gibi çıkan engellerden sonra ufukta Sicilya gözükür. Seydou "Herkesin hayatını kurtardım, Kaptan Benim" diye çığlıklar atar. Film Akdeniz'i aşan göçmenlerin hayatlarının gerçekten kurtulup kurtulmadığı sorusuna cevap aramaz.

Ancak Venedik Film Festivali'nin ödül töreninde Matteo Garrone'nin mikrofonu hikayenin esin kaynağı aktivist Kovassi Pli Amada Mamadou'ya vermesiyle, Seydou'nun amacına ulaştığını öğreniyoruz. Mamadou ödülü "Ulaşamayanlara" adadı. Filmin senaryo ekibi göçmenlerin yazgısını ele alırken iyimserliğini korumaya özen gösteriyor. Ülkelerinde kaldıklarında bir istikbollerinin olmadığını bilen iki gencin masum umudu senaryoya çok iyi yansıtılmış. Onların



saf duygularına paralel olarak, yürekleri sevgi dolu, dürüst iki gencin hayata umutla bakmalarının sebepleri, iyimser bir yorumla senaryoda yer alıyor. Hayata tutunmaya çalışan kahramanlarımızın düşlerini gerçekleştirmek ve hakları olan hayatı elde etme çabalarını film doğru bir tonla aktarıyor.

Çok iyi işlenmiş karakter tahlilleri barındıran bu senaryoyu, Matteo Garrone ustalıklı bir sinema diliyle perdeye yansıtıyor. Geleceğe umutla bakmak için yollanan umut ışıkları arasında köhne bir tekneyi 15 yaşındaki acemi bir kaptanın karaya ulaştırması var. Yolda tek başına beş parasız ulaştığı bir şehirde bir köylünün "Yanımda kal, seni besleriz" diye sahip çıkması var. Teknede zor şartlarla doğumun gerçekleştirilmesi var. Seydou'nun hayatta kalıp aktivist Mamadou'ya dönüşmesi var. Film geleceğe umutla bakmamız gerektiği mesajını verirken, Seydou'nun hayatını Trablus hapisanesinde kurtaran



Cravotta'nın En İyi Yapım Yönetmeni Ödülünü kazanan filmin tüm yükünü omuzlarında taşıyan 16 yaşında bir amatör oyuncusu var: Film boyunca perdeden hiç ayrılmayan Seydou'ya hayat veren Seydou Sarr. Venedik jürisi kendisine En İyi İlk Çıkış Oyuncusu Marcello Mastroianni Ödülü'nü vererek bu çabasını karşılıksız bırakmadı. "Kaptan Benim" gibi son derece sert ve yürek burkan filmde Sarr'ın performansı, son zamanların en etkileyici ve büyüleyici oyunculuk çıkışlarından.

Matteo Garrone'nin "Gomorra"dan sonra ikinci başyapıtı "Kaptan Benim", sömürgeciliğe dair kapsamlı bir analiz, gerçeküstü ve büyüleyici bir film. Aynı zamanda "hayatta kalma" konulu filmler zincirine eklenen etkileyici bir halka.

### BULMACA CEVAP ANAHTARI

1	B	O	T	O	N	O	Y	A	N	O	L	A	S	A	L	A	S	A	L	A	S	P	A	A	R	T	A	M	O	
2	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O					
3	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
4	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
5	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
6	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
7	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
8	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
9	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
10	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
11	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
12	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
13	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		
14	A	N	E	A	F	O	A	L	K	A	S	L	E	R	T	A	R	P	M	A	R	L	A	D	A	O	M	O		

### Yaşam Işığı

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 Dizgi  
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. Cadde No:122  
Bağcılar - İstanbul / Tel: 0212 430 5000

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



### İçimdeki İstanbul Fotoğrafları

**Yazar : Mario Levi**

**Yayınevi : Everest**

İçimdeki İstanbul Fotoğrafları Ocak ayında vefat eden usta yazar Mario Levi'nin çocukluk İstanbul'una davet ediyor okuru. Renklerini, dillerini, insanını ayırmadan kucaklayan bir kent olarak İstanbul'un da portresi.... 1950'lerin İstanbul'unda "Mario Levi" adıyla doğmak, çocuk olmak, büyümek, erkek olmak, yazar olmak üzerine sorular... Şehir değişir dönüşürken, Mario Levi de nasıl değişmiş dönüşmüştür, onun üzerine sorular. Bugünden bakınca ne çok şeyin değiştiğini özlemle hatırlayacak, siz de hatıralarınızdaki İstanbul'un sokaklarını, manzaralarını, kokularını, tatlarını ve renklerini, artık sadece fotoğraflarda

kalmış duygularıyla bir daha yaşayacaksınız. İçimdeki İstanbul Fotoğrafları geçmişten bugüne şiirsel bir sesleniş, bir anılar geçidi ve tarihe düşülmüş bir not aynı zamanda. Şimdiyi daha iyi anlayabilmek için...

## Müzik Önerisi



### Barbra Streisand Evergreens, Columbia Records'da 60.Yılı Kutluyor

Barbara Streisand, Amerikalı besteci, şarkıcı, oyuncu, yönetmen, senarist, prodüktör çok yönlü sanatçı. Güçlü ve etkileyici sesiyle en sevilen şarkılarını bu albümde topladı.

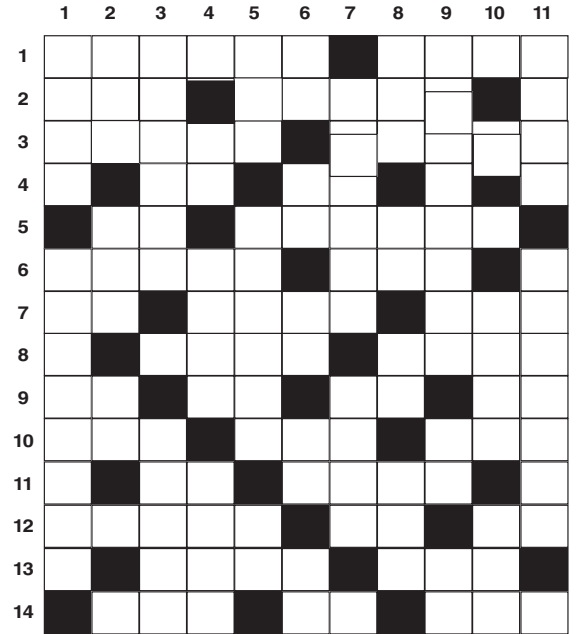
#### Parça Listesi / A Yüzü

1. I'll Tell the Man in the Street (The Barbra Streisand Album - 1963)
2. Bewitched (Bothered and Bewildered) [The Third Album - 1964]
3. Absent Minded Me (People - 1964)
4. The Shadow of Your Smile (My Name Is Barbra, Two... - 1965)
5. Where Or When (Color Me Barbra - 1966)
6. Ma Première Chanson (Je M'appelle Barbra - 1966)
7. I Don't Know Where I Stand (Stoney End - 1971)
8. I Never Meant to Hurt You (Barbra Joan Streisand - 1971)
9. Letters That Cross in the Mail (Lazy Afternoon - 1975)
10. Answer Me (Superman - 1977)
11. Tomorrow (Songbird - 1978)
12. Can't Help Lovin' That Man (The Broadway Album - 1986)

#### B Yüzü

1. Two People (Till I Loved You - 1988)
2. Some Enchanted Evening (Back to Broadway - 1993)
3. I Believe (Higher Ground - 1997) [previously Unreleased]
4. Isn't It a Pity (A Love Like Ours - 1999)
5. Moon River (The Movie Album - 2003)
6. Here's to Life (Orchestra Version) [Love Is the Answer - 2009]
7. The Windmills of Your Mind (What Matters Most: Barbra Streisand Sings the Lyrics of Alan and Marilyn Bergman - 2011)
8. Who Can I Turn To (When Nobody Needs Me) With Anthony Newley (Encore: Movie Partners Sing Broadway - 2016)
9. Lady Liberty (Walls - 2018)
10. Evergreen (Love Theme from a Star Is Born) [2023]

## Bulmaca



SOLDAN SAĞA

1. Yabancı - Kilidin mucidi
2. Kısaca otomobil - Bir uyuşturucu
3. Bir soyad - 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 tahlil ölçüğü - Eski dilde su
10. Aza - Bir araç ve motor markası - Erzurum oyun havası
11. Bir harfin okunuşu - Üstünlük belirtisi iz veva işaret
12. Bir aydınlatma gereci - Kısaca Kara Kuvvetleri - Bir not
13. Bir erkek ismi - Su ortasında kara parçası
14. Bir bayan adı - Orta Asya'da bir ırmak adı - Bir deterjan adı.

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Yüzme başlığı - Riyakâr
2. Bir kilit Markası - Kısaca Devlet Liman idaresi - Bir zaman birimi
3. Yalaka övgüsü - Cam keser
4. Utanı - Bir bayan 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 bir medeniyet
9. Gelibolu'da bir mevki - Brom elementinin imi - Bir not
10. Ongun - Arap alfabesinde bir harf
11. Bir meyve - Bir ilimiz.