

Kanser Tedavisinde Sağlığınız Güvende

Kalp Hastalıkları 4 Dakika İçinde Tespit Ediliyor

Obezitenin Yol Açtığı Hastalıklar Nelerdir?

Süt Dişlerinin Önemi ve Korunması

Sedasyon Tekniği İle Diş Tedavisi

*Venöz
Yetmezlik (Varis
Hastalıkları) Nasıl
Oluşur?*

OPTiMED

 Mobil Sağlık

Bilgi için:  0282 726 0 555

Online DOKTOR

görüşmelerimiz ile
hizmetinizdeyiz!

Hizmetlerimiz:

- Ambulans Hizmeti
- Evde Doktor Hizmeti
- Evde Hemşirelik
- Laboratuvar Hizmetleri
- Online Doktor
- Online Diyetisyen
- Evde Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon



Sağlığınız Güvende

 0282 726 0 555

www.optimedmobil.com

 optimed

 optimedsaglik

 optimedsh

 optimedinternationalcorlu

 optimedinternationalcorlu

 OptimedSH

Yıl: 13 Sayı: 36 - 2024
İmtiyaz Sahibi
Optimed Sağlık Hizmetleri
San. Tic. A.Ş. adına

Uzm. Dr. ALİ BAŞKENT
OP. DR. AYHAN AKBIYIK
OP. DR. AYHAN ARSLAN
OP. DR. İLKAY KIRKAÇ
OP. DR. KAMİL YÜCEER
Uzm. Dr. LEVENT KOR
OP. DR. NEVZAT KOÇ
OP. DR. RECEP ÇALIŞKAN

Yayın Adı
Optimedya
Özel Optimed Sağlık Grubu
Sağlık Dergisi

YÖNETİM

ÖZEL OPTİMED SAĞLIK GRUBU
Atatürk Cad. No:118
Çerkezköy - Tekirdağ
T: 0282 726 05 55
F: 0282 726 55 21
info@optimedhastanesi.com
www.optimedhastanesi.com

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
ELÇİN SÜLEYMANOĞLU

Yayın Kurulu
OP. DR. AYHAN ARSLAN
SEVDA SÜMBÜL
GAMZE BEYAZ
MEHTAP KONUR KIYICIDAN
MERVE AĞDAĞLI İLHAN

YAPIM

Yayın Koordinatörü
OP. DR. AYHAN ARSLAN

Grafik Tasarım

Mustafa AKKAŞ
Tel: 0532 590 21 71

Baskı

Narfen Medya Reklam Ambalaj Baskı Teknolojileri
San. ve Tic. Ltd. Şti.
Çerkezköy Org. San. Bölğ. No:5/1 TEKİRDAĞ
Tel: 0282 717 16 99

Yayın Türü: Yerel Süreli / Yılda bir
ISSN: 1309-9337

Dergide yer alan içeriklerin hiçbirisi profesyonel danışmanlık, teşhis, tedavi veya tavsiye yerine geçmez. Dergimizde sözü geçen herhangi bir belirti veya rahatsızlığın teşhisi ve tedavisi için mutlaka konuyla ilgili nitelikli bir hekime veya resmi sağlık kuruluşlarına danışın.

İçindekiler

- 6 Gebelikte Bulantı ve Kusma
- 8 Respiratuvar Sinsityal Virüs (RSV)
- 10 Uyku Bozuklukları ve Uyku Bozukluğu Tedavisi
- 12 Kanser Tedavisinde Sağlığınız Güvende
- 16 Aralıklı Oruç Nedir?
- 18 Sağlıklı Ve Uzun Ömür İçin İpuçları
- 21 Ağız ve Diş Tedavilerinde Genel Anesteziye Alternatif Sedasyon Tekniği
- 22 Obezite Cerrahisi
- 24 Süt Dişlerinin Önemi ve Korunması
- 26 Cardisiography
- 28 Pediatrik Ortopedi
- 31 Migren Botoksu Nedir? Ne İşe Yarar?
- 32 Akciğer Kanseri
- 34 Venöz Yetmezlik (Varis Hastalıkları) Nasıl Oluşur?
- 36 Böbrek Taşı Belirtileri Nelerdir?

OPTİMED

MUM İKAL

OPTİMUM

İdeal ortam, en uygun durum, en iyi, en etkin, en ekonomik olan

Sağlığı korumak ve sağlığa kavuşmak için yapılan tıbbi uygulamaların tümü

MEDİKAL



Sağlığınız Güvende



Yönetim Kurulu Başkanı'ndan...

Değerli Optimedya Okurları,
2007 yılında "Sağlığınız Güvende" felsefesiyle çıktığımız yolculukta emin adımlarla ilerliyoruz. Optimed Sağlık Grubu olarak yönetim ideolojimizin temelini "Tıbbi etik ilkelerden ödün vermeden, hasta haklarına saygı duyarak, ileri teknolojik cihazlarla donatılmış tesisler ile uluslararası kalite standartlarındaki hastanecilik anlayışımızı Trakya Bölgesi'ne ulaştırmak" oluşturuyor. Optimed Sağlık Grubu bünyesinde Çerkezköy'de bir hastane, Çorlu'da bir hastane ve Çorlu'da bir tıp merkezi; uzman doktor kadroları, deneyimli sağlık personelleri ve ileri teknolojik tıbbi cihazlarla donatılan tam teşekküllü sağlık merkezleri olarak hizmet vermektedir.

Optimedya dergimizin bu sayısında özenle hazırladığımız güncel sağlık konuları yer alıyor. Hastanemizde alanında uzman hekimlerimizin kaleminden çeşitli sağlık başlıklarını bulacağınız bu sayımızda aynı zamanda hastanemizin açılışının 16. yıldönümü yemeğinden şölen gibi görüntülere de şahitlik edeceksiniz.

Optimed Sağlık Grubu olarak, sağlığa verdiğimiz önem kadar çevremize de duyarlıyız. Yakın zamanda faaliyete geçecek olan güneş paneli sistemimizle kendi elektriğimizi üretiyor olacağız.

"Radyasyon Onkolojisi Ünitesi ile hizmet veren Özel Optimed Çerkezköy Hastanesi'nde çok yakında açılacak olan Tıbbi Onkoloji ve Nükleer Tıp Bölümleri ile kanser tedavilerinde bir bütün olarak hizmet veriyor olacağız."

Optimed International Çorlu Hastanesi'nde sağlık turizmi kapsamında, ülke içinde sağladığımız kaliteli sağlık hizmetini uluslararası platformda da sürdürmeyi ve kilometrelerce mesafeden ülkelerinden gelen yabancı hastalarımızı kendi evlerinin konforunda hissettirmeyi hedefliyoruz. Sağlık sektöründe standartlarını en üst seviyede tutan American Accreditation Commission International (AACI) akreditasyon belgesini Trakya Bölgesi'nde almaya hak kazanan ilk sağlık kuruluşu olduk.

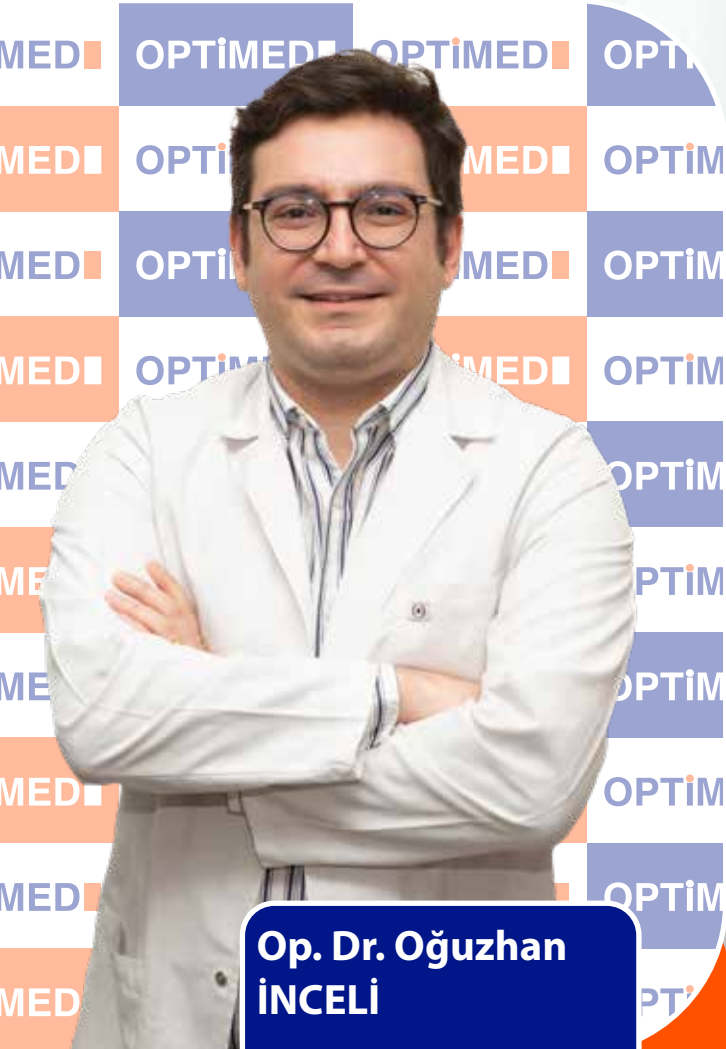
"Kaliteli sağlık hizmeti" anlayışımızla çıktığımız bu yolda, hastalarımızın hastane kapısından girdikleri andan taburcu olana dek, kendi evlerinin konforunda yüksek standartlarda sağlık hizmeti almaları için tüm Optimed ailesi olarak çalışıyoruz. Optimed sizin, bizim ve hepimizin hastanesi...

Biz hepimiz, siz daha sağlıklı yarınlara uyanın diye tüm ekibimizle beraber var gücümüzle çalışıyoruz.

Op.Dr. Ayhan Arslan
Yönetim Kurulu Başkanı



GEBELİKTE BULANTI ve KUSMA



Op. Dr. Oğuzhan İNCELİ

1987 Ankara doğumlu Başkent
Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu
Kadın Hastalıkları ve Doğum
Uzmanı
ÇERKEZKÖY'DE HİZMETİNİZDE

Gebelikte bulantı ve kusma

Bulantı ve kusma, gebeliklerde ilk üç ayda en sık görülen ve yaşam kalitesini düşüren durumlardan biridir. Genellikle altıncı gebelik haftasında başlayıp 10. haftada en yüksek düzeylere ulaşır. 12. haftadan sonra azalmaya başlayan bulantı, sıklıkla 16. gebelik haftasından sonra son bulur. Sadece bulantı ve kusmayı değil koku hassasiyeti ve tat almada değişiklikleri de kapsayan bir semptomlar bütünüdür.

Bulantı neden olur?

Gebelikte bulantının sebebi tam olarak bilinmemekle birlikte, yükselen gebelik hormonu düzeylerinin sorumlu olduğu düşünülmektedir. Bulantı şiddetinin gebelik hormonu düzeylerine paralel değişimi de bu düşünceyi destekler nitelikte görünmektedir.

Bir takım hayat tarzı ve beslenme alışkanlıkları değişiklikleri ile bulantı ve kusmayı kontrol altına almak çoğu zaman mümkündür. Midenin boş olması veya tam tersi tıka basa dolu olması bulantıyı arttıran sebepler arasındadır. Bu nedenle az az; ama sık sık yemeyi doğru beslenme tarzı olarak tavsiye ediyoruz. Baharatlı, acı, gazlı, yüksek yağ içerikli besinler ve kahve bulantıyı arttırırken, protein içeriği yüksek, tuzlu besinler bulantıyı azaltır. Tuzlu krakerler, beyaz leblebi, yağsız pirinç pilavı, elma püresi, ceviz, fındık, az yağlı yoğurt sindirimi kolay olduğundan bulantıyı çok iyi kontrol eden besinlerdir.

Nane ve zencefil bulantıya çok iyi gelen ve sıkça tavsiye ettiğimiz ajanlardandır. Zencefil çayı hem ulaşması hem de hazırlaması kolay olan ve bulantı için çok faydalı besinlerdendir.

Gıdalar dışında, yoğun parfüm kokusu, duman, havasız ortam, yorgunluk da bulantıyı arttırır. Özellikle gebelikte ilk üç ayda kullanılan demir takviyelerinin de bulantıya sebep olabileceği unutulmamalıdır. Çok gerekli olmadığı takdirde demir ilaçlarının kullanımı ilk üç aydan sonraya ertelenmelidir.



Beslenmeye dikkat edilmeli

Beslenme alışkanlığı değişiklikleri ile bulantıyı kontrol altına alamadığımız durumlarda kullanabileceğimiz ilaçlarda mevcuttur. En sık kullandığımız ve gebelikte en güvenli olan bir antihistaminik olan doksilamin ile B6 vitamini kombinasyonudur. Ülkemizde de bulunan bu kombinasyon gebelikte güvenle kullanılabilir ve sonuçları son derece başarılıdır. Gebelikte kullanabileceğimiz başka ilaçlar da olsa da, zararlı oldukları gösterilmemiş; fakat güvenlikleri açısından hala soru işaretleri barındırdıklarından doktor tavsiyesi ile kullanılmalı önem taşımaktadır. Bulantının çok şiddetli olduğu durumlarda kimi hastaları hastaneye yatırarak, damardan ilaç ve sıvı takviyeleri ile tedavi etmek de gerekebilir.

Bulantı ve kusma gebelikte en sık görülen şikayetlerden biridir. Gebelerin yaklaşık %20'lik bir kısmında ise görülmez. Bulantının olması gibi olmaması da bir problem belirtisi değildir. Bulantı ve kusmanın geçici olduğu, gebelerin çok az bir kısmında gebelik boyunca devam ettiği, 16. gebelik haftasından sonra azalıp biteceğini, bebeğe ciddi bir zarar vermeyeceğini unutmamakta fayda var. Bizim esas amacımız sağlıklı bir doğum sağlamak olsa da hastalarımıza konforlu bir gebelik süreci geçirmelerin sağlamaya önem veriyoruz.

Tüm anne adaylarımıza sağlıklı gebelikler diliyorum.

Respiratuvar Sinsityal Virüs (RSV)



**Uzm. Dr. Lala
JALİLOVA**

1990 Azərbaycan doğumlu
Azərbaycan Tıp Universiteti
mezunudur
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları
Uzmanı
ÇERKEZKÖY'DE HİZMETİNİZDE

RSV nedir?

İlk olarak 1956 yılında izole edilen respiratuvar sinsityal virüs (RSV), paramiksovirus ailesinden zarflı bir RNA virüsüdür. Başlıca A ve B olmak üzere iki alt grubu ve çok sayıda suşları vardır. Etken, kış mevsimi ve bahar mevsiminin ilk aylarında daha sık görülmektedir.

RSV belirtileri nelerdir?

RSV enfeksiyonları nezle benzeri belirtilerle (kuru öksürük, yüksek ateş, dehidrasyon, burun akıntısı, hırıltılı solunum, emmede azalma ve nefes darlığı) kendini gösterir

RSV HANGİ HASTALIKLARA NEDEN OLUR?

RSV enfeksiyonları iki yaş altındaki çocuklarda (sıklıkla 3-4 aylık süt çocuklarında) pnömoni, bronşiyolit, trakeobronşit ve krup, daha büyük çocuklarda üst solunum yolu enfeksiyonu (ÜSYE), yenidoğan döneminde ise çoğunlukla sepsis benzeri huzursuzluk, ateş, emmede azalma gibi atipik bulguları ile karışımıza çıkar.

RSV'de risk faktörleri nelerdir?

RSV'ye bağlı enfeksiyonlar prematürel, doğumsal kalp hastalığı, immün yetmezlik, kronik akciğer hastalığı olan çocuklar morbidite ve mortalite açısından yüksek risklidir. RSV ayrıca okul, kreş ve hastanelerde yenidoğan üniteleri gibi toplu yaşam alanlarında salgınlara neden olabilmektedir



RSV nasıl bulaşır?

RSV bulaşması öncelikle virüs içeren sekresyonlar veya eşyalara temas ile gerçekleşir. İkinci bulaşma damlacık aerosollerini ile oluşur.

RSV tanısı nasıl konmaktadır?

RSV enfeksiyonlarının tanısı virüsün hücre kültüründe izolasyonu, viral antijenlerin ya da viral nükleik asitlerin saptanması gibi direkt yöntemlerle yapılmaktadır.

RSV tedavi yöntemleri nelerdir?

RSV'nin spesifik bir tedavisi yoktur. Semptomlara göre destekleyici tedaviler uygulanmaktadır. Sıvı kaybının yerine konması, solunumun dikkatle değerlendirilmesi ve oksijen desteği, üst solunum yolu aspirasyonu ve gerekirse solunum cihazına bağlanma uygulanması gerekebilir. RSV bronşiti sonrasında kulak iltihabı veya bakteriyel akciğer enfeksiyonu gelişirse antibiyotik kullanılır, bunun dışında antibiyotik etkisi söz konusu değildir. Ağır seyirli vakalarda hastane yatışı ile takip sıkça uygulanan bir durumdur. Özellikle 6 aylıktan küçük bebeklere tanı durumunda hastane yatışı önerilmektedir.

RSV'den korunmak için neler yapılabilir?

RSV'ye karşı geliştirilen bir aşı bulunmamaktadır. RSV'nin bulaşma yoluna yönelik alınacak tedbirler RSV'nin bulaşmasını ve dolayısıyla hastalığın gelişmesini önleyebilir. Eller sık sık ve bol sabunlu suyla yıkanmalıdır. Öksürük veya hapşırma anında ağız ve burnun kapatılması son derece önemlidir. Maske takmak ve kişilerle münasebetlerde mesafe bırakmak bulaşı önler. Yine bu doğrultuda, kalabalık ortamlara mümkün olduğunca girilmemelidir. Havlu gibi ortak kullanılmaya müsait eşyaların mümkün olduğunca bireysel kullanılmasına özen gösterilmelidir. Temasin yoğun olduğu yüzeyler sık sık dezenfekte edilmelidir. RSV bulaşının yoğun olduğu mevsimsel dönemlerde, mümkün oldukça çocuklar bakımevi ve kreşlere bırakılmamalı veya buralarda geçirdikleri süre sınırlandırılmalıdır. Sigara tüketimine son verilmelidir. Sigara dumanının solunması, bebeklerde RSV enfeksiyonu riskini artırır.



UYKU BOZUKLUKLARI ve UYKU BOZUKLUĞU TEDAVİSİ



Uzm. Dr. Nurdoğan YAVUZ

1958 Çanakkale doğumlu
Gülhane Askeri Tıp Akademisi
mezunu
Nöroloji Uzmanı
ÇERKEZKÖY'DE HİZMETİNİZDE

Uyku, fiziksel ve zihinsel sağlığımız için ihtiyaç duyduğumuz fizyolojik bir gereksinimdir. Uyku, hayatımızın üçte birini kapsar ve uyku bozuklukları birçok ruhsal hastalıklara neden olabilir. Zihinsel yaşamın önemli bir parçası olan uyku hormonal düzenlemede büyük rol oynar. Bu nedenle, herhangi bir uyku bozukluğu nedeni varsa tedavi altına alınması önemlidir. Yaşam kalitesinin azalmasına neden olan başlıca uyku bozuklukları; uykusuzluk, erken uyanma, uykuya dalamama, aşırı uykusuzluk, uyurgezerlik, huzursuz bacak sendromudur. Uyku bozuklukları günlük yaşamı da etkileyerek farklı hastalıklara da zemin oluşturabilir, örneğin depresyon, hipertansiyon, obezite ve kalp krizi gibi. Bu nedenlerle karşılaşmamak ve sağlıklı bir yaşam sürbilmek için kaliteli ve yeterli uyku alımı çok önemlidir. Günlük yaşamın verimli geçirilebilmesi için konforlu ve yeterli uzunlukta uyku alışkanlığı edinilmelidir.

Uyku bozukluğu nedir, neden olur?

Uykusuzluk diğer bir adıyla insomni, uykuya dalma, uykuyu sürdürme sorunları, kalitesiz veya yetersiz gece uykusu olarak kabul edilmektedir. Gündüzleri düşünel işlevlerde bozukluk, konsantrasyon düşüklüğü, yorgunluk hissi ve duyu değişimlerini ortaya çıkaran ciddi bir rahatsızlıktır. Uykusuzluk kadınlarda daha sık görülür ve yaşla birlikte artmaktadır. Uykusuzluk tanısı 3 kısma ayrılır. Bir haftadan uzun sürmeyen uykusuzluk yakınmasına akut ya da geçici, bir hafta ile üç ay arasında olan süreye subakut, üç aydan fazla süren uykusuzluk yakınmasına ise kronik insomni denir.

Uykusuzluk probleminin birçok nedeni vardır, en yaygın nedenler ise:

- Depresyon, duyu bozuklukları
- Alkol ve zarar verici maddeler kullanmak
- Uykudan önce aşırı yeme içme
- Uykudan önce kafeinin fazla tüketilmesi
- Yatakta yazı yazma, televizyon izleme, cep telefonuyla ilgilenme

- Huzursuz bacak sendromu
- Panik bozukluklar

Uyku bozukluğu çeşitleri nelerdir?

Gün boyu yorulan vücudun ve yıpranan sinir sisteminin yenilenmesi ve dinlenmesi için uykuya ihtiyaç vardır. Uyku esnasında yaşanan sorunların tamamına uyku bozukluğu denilir ve bu sorunların tedavisi mümkündür. Uykunun etkilenen parametresine bağlı olarak çeşitli uyku bozuklukları tanımlanmıştır. Bunlar şu şekilde sıralanabilir:

İnsomnia - Uykusuzluk

Uykuya dalamama, uykuyu sürdürememe, sık sık uyanma ve tekrar uyuyamama gibi belirtilere sahiptir. Stresli yaşam, kaygı bozuklukları, jet-lag, hormonal veya sindirim problemleri ile sonuçlanabilir. Her yaş grubunda görülebilir ancak ergenlik döneminde ve genç yaşlarda daha sık görülür. Toplumda görüşme sıklığı çok fazladır.

Hipersomnia – Aşırı uyuma

Gündüzleri uyuma ve aşırı uyuma olara ikiye ayrılan hipersomnia genellikle başka bir psikiyatrik rahatsızlıkla eş zamanlı görülür. Kişilik özellikleri ya da ailesel yatkınlıkta sebep olabilir. Beyin lezyonuna, kalp hastalıklarına, akciğer ve karaciğer rahatsızlıklarına bağlı da gelişebilir, mutlaka hekime danışılmalıdır. Kişi bulunduğu her yerde aniden uykuya dalabilir.

Huzursuz bacak sendromu

Uyku saatine doğru ya da uykuda sıklıkla karşılaşılan kasılma, hareket ettirme isteği, çekilme, huzursuzluk şeklinde ortaya çıkan rahatsızlıktır. Bacaklarda ve nadiren de olsa kollarda görülebilir. Bazen gece boyunca ayaklarda istem dışı bacaklarını hareket ettirme ihtiyacı hissedilir. Hareketsiz yatma şekli bu hissi artırır. Bu kişiler ne kadar uyurlarsa uyusun, sabah uyandıklarında dinlenmemiş ve halsiz olurlar.

Uyurgezerlik

Genellikle uykuya daldıktan hemen sonra görülür. Kişi yataktan kalkarak otomatik hareketlerini yapar; tuvalete gitme, araba kullanma, eşyaların yerini değiştirme, giyinme gibi. 10'lu yaşlara kadar görülür, yaş ilerledikçe azalır, çok nadir yetişkinlerde görülebilir.

Uykuda solunum bozuklukları

Geceleri sık uyanma, gece terlemeleri, horlama gibi durumların altında uykuda nefes durması yatabilir. Uyku apnesi olarak da bilinir, mutlaka hekime danışmak gerekir.

Uyku fazı kayması

Vardiyalı çalışanlarda, düzensiz uyku alışkanlığı olan ve gündüzleri çok uyuyan kişilerde sıklıkla görülen bazen de kalıtsal olarak ortaya çıkan durumdur. Uyku saati ile uyanık olunması gereken zamanlarla ilgili bozukluktur.

Kaliteli bir uyku için neler yapılmalı?

1. Uykunuz gelinceye kadar yatağa gitmeyin. Uyuma-

lıyım diye kendinizi şartlamayın. Kitap okuyabilir ya da hafif müzik dinleyebilirsiniz.

2. Uyku düzeni oluşturun, her gün aynı saatte kalkın. Hafta sonları ve tatillerde de bu programa sadık kalın.

3. Uyumadan önce ılık bir duş, meditasyon ve yoga gibi rahatlatıcı şeyler yapın.

4. Yatak odanızın sessiz, serin ve karanlık olduğundan emin olun.

5. Yeterli ve dengeli yeme düzeni oluşturulmalıdır.

6. Kafein, sigara ve alkol tüketimi azaltılmalıdır.

7. Uyumadan önce telefon, televizyon, tablet gibi elektronik cihazlardan uzak durulmalıdır.

8. Uyumadan 4-5 saat önce ağır egzersiz ve spordan kaçının, sabah saatlerini tercih edin.

Polisomnografi (Uyku Testi) nedir?

Uyku testi yani polisomnografi, uykunun kalitesini belirlemek ve uyku bozukluğunun nedenini bulmak için gece boyunca vücudun aktivitelerini ölçer. Uyku testi Optimed Sağlık Grubu olarak, hastanemizde rutin olarak yapılmaktadır. Uyku testi ile beyin dalgaları, uykunun derinliği, solunumun ritmi, horlama sıklığı, kandaki oksijen düzeyi, vücut hareketleri, kalp ritmi ve göz hareketleri izlenir.

Uyku testi nasıl yapılır?

Hastanemizde size özel hazırlanmış uyku odaları bulunmaktadır. İlk etapta Uyku Bozuklukları Merkezi'nde görüşme yapılır, hastanın şikayetleri dinlenir. Boy ve kilo gibi bilgileri alınır hastanın risk durumu değerlendirilir. Sonrasında hastaya uygun olan gece için randevu verilir. Hasta bir gece Uyku Bozuklukları Merkezi'nde uyur. Hasta rahat edeceği kıyafetleri giyer ve uyku teknisyeni tarafından gece boyunca vücudunu ölçümleyecek elektrotlar hastaya bağlanarak uyku testine hazırlanır. Hasta, bu şekilde uyur ve uyku teknisyeni tarafından bilgisayar ekranına bağlanan elektrotlar yoluyla hasta takip edilir. Sabah uyku testi tamamlanır ve hastanın elektrotları çözülerek hastaneden ayrılır.

Uyku testi sonucu 1-2 gün içerisinde sonuçlanır. Çıkan sonuca göre hastaya uygun tedavi yöntemi önerilir.



KANSER TEDAVİSİNDE SAĞLIĞINIZ GÜVENDE



Uzm. Dr. Erkan GÖCEN

1979 Denizli doğumlu
İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp
Fakültesi mezunu
Radyasyon Onkolojisi Uzmanı
ÇERKEZKÖY'DE HİZMETİNİZDE

Tekirdağ'ın deneyimli sağlık gruplarından olan Optimed Sağlık Grubu; "Sağlığınız Güvende" mottosuyla Çorlu ve Çerkezköy olmak üzere toplam üç hastanemizde tanı ve tedavi hizmetleri sunmaktayız. Profesyonel hekim kadrosu, teknolojik donanımı ve kusursuz hizmet anlayışı ile Optimed Sağlık Grubu'nda sağlık ihtiyaçlarınız için güvenilir çözümler üretiyoruz.

Çerkezköy Özel Optimed Hastanesi'nde hizmet vermeye başlayan **Radyasyon Onkolojisi Uzmanı Dr. Erkan GÖCEN**, hastalarımıza konforlu ve huzurlu bir tedavi sunduğunu söylüyor.

Hastane bünyesinde açılan radyoterapi (ışın tedavisi) ünitesi, kurulan son teknoloji cihazları, eğitilmiş ve deneyimli çok sayıda medikal personelle birlikte sağlık hizmeti sunmaya başladı.

Yüksek teknolojik linac cihazı ile 3 boyutlu konformal radyoterapi ve yoğunluk ayarlı radyoterapi (IMRT) yapan merkezin Radyasyon Onkoloğu Uzm. Dr. Erkan Göcen ile kanserin nedenlerini ve tedavi yöntemlerini konuştuk.

Radyoterapi nedir? Radyoterapideki süreç nasıl ilerler?

Radyasyon onkolojisi, iyonizan radyasyon kullanılarak yapılan her türlü radyasyonla tedavi işleminin kanser hücreleri ve tümörler üzerindeki etkilerini inceleyen ve bu alanda araştırma yapan birimdir. Tedavi sürecinde, dalgalar veya parçacıklar tarafından taşınan ve radyasyon denilen özel bir enerji türü kullanılır. Bu nedenle radyasyonun, hastalıklı organa yönlendirilmesi için özel cihazlara gereksinim duyulur. Bu şekilde, yüksek doz seviyelerindeki radyasyon enerjisinin tedavi etme amacıyla kullanımına "Işın Tedavisi" ya da "Radyoterapi" adı verilir.

Radyoterapi sürecinde verilen yüksek dozdaki radyasyonun, kanser hücrelerini yok etme ya da bölünerek çoğalmalarını engelleme özelliği bulunmaktadır. Radyoterapi, hızla bölünen ve çoğalabilen kanser hücreleri üzerinde normal hücrelere oranla çok daha etkilidir. Öte yandan bu yöntem ile yapılan tedavilerde sağlıklı hücrelerin toparlanarak eski haline dönmeleri çok hızlı olmaktadır. Bu nedenle, radyoterapi tedavisine yönelik "Planlama" aşamasında, normal hücrelerin en az radyasyona maruz kalması için gerekli ayrıntılar ve çizimler oluşturulur ve tedavi hedefe yönelik uygulanır.

Radyoterapi tedavileri, kanserin türüne göre tek tedavi olarak da kullanılabilir. Operasyon öncesinde, sonrasında ya da kemoterapiye eşlik eder şekilde uygulamalar

hastanın durumuna göre yapılmaktadır. Tek başına yapılması ya da diğer tedaviler ile birleştirilmesine göre farklı isimler ile adlandırılır. Bunun yanında, kanser tedavilerinde sıklıkla "Adjuvan Radyoterapi" terimi duyulmaktadır. Kısaca, koruyucu amaçla uygulanan tedavilerdir. Önceki yapılan cerrahi tedavilerden sonra, elde edilen bilgilere göre nüksetme olasılığı yüksek ise hastaya koruyucu tedavi olarak radyoterapi yapılır ve bu da adjuvan radyoterapi adı altında toplanmaktadır.

Radyoterapi sürecini yöneten kişi, radyasyon ile hastalıkların tedavisi alanında uzman bir hekim olmaktadır. Radyasyon onkolojisi uzmanı, hastanın ihtiyacı olan tedavi türünü belirler, uygulanacak sürecin planını yapar. Radyasyon onkolojisi uzmanı tedavi süresince; dozimetrist, radyasyon fizikçisi, radyoterapi hemşiresi, radyoterapi teknisyenin bulunduğu özel bir ekip ile birlikte çalışmaktadır.

Kanser nedir?

Kansere yakalanan hasta sayısı tüm dünyada giderek artıyor. Kanser, vücudumuzdaki normal çoğalması gereken hücrelerin, dış etkenler sebebiyle kontrolden çıkarak durmadan çoğalması olarak tanımlanabilir.

Diğer bir tanımla hücrelerin vücuda başkaldırması sonucu kontrolden çıkmasıdır. Bu durumda, durmadan çoğalan kanser hücreleri normalde yapması gereken görevi yapamadığı için vücudumuz için zararlı bir kitleye dönüşmektedir.

Kanser tek bir hastalık olmadığı için tek bir sebebi de yoktur. Her organın ayrı bir kanseri mevcuttur, dolayısıyla



her organın etkilendiği dış etkenler farklıdır. Mesela, yanlış beslenme alışkanlıkları sindirim sistemi kanserlerine yol açarken; uzun süre kimyasal ve ağaç tozlarına maruz kalmak, solunum sistemi kanserlerine yol açabilir.

Sigara ise neredeyse bütün organlarda etkili kanserojen bir maddedir. Alkolün de kansere yol açtığı ispatlanmıştır. Günümüzde beslenme alışkanlıklarının doğallıktan uzaklaşmış olması, işlenmiş gıdaların daha fazla tüketilmesi, sigara ve alkol kullanımının hem kadınlarda hem de erkeklerde artması, kanserin yaygınlaşmasında en önemli faktörlerdir.

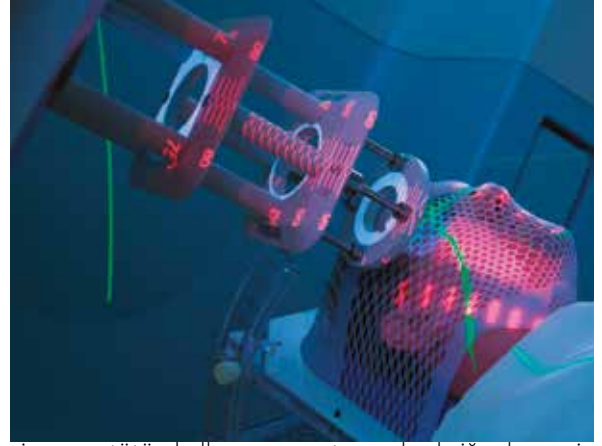
Kanserin sık rastlanılan bir hastalık olmasının bir sebebi de eskiden tanı konulamayan kanser hastalarına günümüzde gelişen teknoloji sayesinde artık daha erken ve daha sık tanı konulabilmesidir.

Amacımız, **Çerkezköy Özel Optimed Hastanesi'**nde onkoloji hastalarımızın hızlı ve daha kolay bir şekilde hizmet alabilmelerini sağlamaktır. Çok yakında açılacak olan Tıbbi Onkoloji ve Nükleer Tıp Bölümleri ile kanser tedavisinde bir bütün olarak hizmet veriyor olacağız.

Her kanserin sebebi ve şikâyeti farklı

Ülkemizde en sık görülen kanser türleri ve sebepleri nelerdir?

Ülkemizde, gelişmiş diğer ülkelere benzer olarak; erkeklerde en sık akciğer ve prostat, kadınlarda ise en sık meme ve barsak kanseri görülmektedir. Kadınlarda



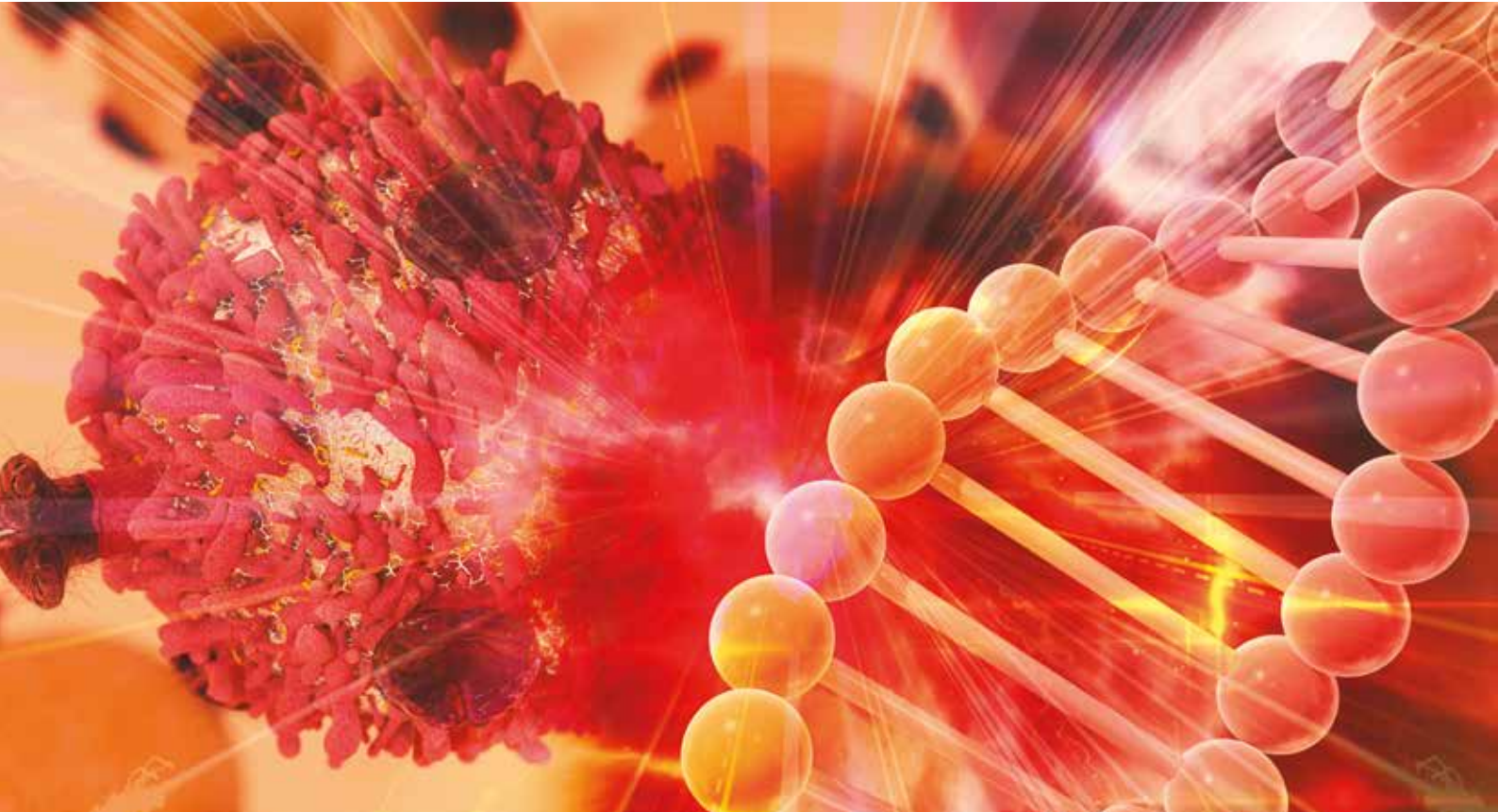
sigara ve tütün kullanımının artmasıyla akciğer kanseri

sıklığının da ilk sıraya giderek yükseldiği gözlenmektedir. Beslenme alışkanlıklarının değişmesi, hazır ve işlenmiş gıda tüketiminin artması, hareketsiz yaşam şekli de kanser sıklığını arttıran sebeplerdendir.

Kanserin en yaygın belirtileri nelerdir? Ne gibi değişikliklerde zaman kaybetmeden doktora gitmek gerekir?

Her kanserin belirtileri farklıdır. Bu belirtiler, pek çok hastalıkla karışabilir. En önemli belirtiler, bu şikâyetlerin

uzun süredir devam etmesidir. Şunu da önemle belirtmek gerekir ki, kanser genelde erken evrelerde şikâyete yol açmaz. Şikâyet olduğu anda geçmesini beklemeyen hemen doktora gidilmelidir.





Kişi de nefes darlığı, aşırı yorgunluk, kilo kaybı, tuvalet alışkanlıklarında değişiklik, kanama, memede ele gelen kitle, ciltte uzun süredir iyileşmeyen yaralar gibi şikâyetlerin biri veya birkaçı mevcut ise beklemeden ilgili branştaki doktora başvurmalıdır.

Kanser tanısını koymadan önce hastayı hangi taramalardan geçiriyorsunuz?

Kanser tanısı koymak için hastanın multidisipliner bir şekilde incelenmesi gerekir. Şikâyetlerine yönelik ilgili hekimce fizik muayenesi yapıldıktan sonra öncelikle laboratuvar testleri istenir. Görüntüleme yöntemlerinden uygun olanlar seçilerek hastanın bilgisayarlı tomografi, MR, PET-CT gibi tetkikleri yapılır. Kitle tespit edildikten sonra patolojik tanı için biyopsi ve/veya ameliyat yapılır. Hasta bu aşamaları tamamladıktan sonra hastanemize başvurur. Tanısı konan hastaya gerekirse evreleme amaçlı yeni tetkikler istenir. Radyasyon onkoloji uzmanı tarafından değerlendirilen hastaların radyoterapi planlaması yapılır.

Hastanemiz radyoterapi bölümü olarak kanser tedavisinde kullandığınız temel yöntemlerden bahseder misiniz?

Radyoterapi pek çok kanserin tedavisinde kullanılan etkili ve önemli bir tedavi seçeneğidir. Kanser yayılmasının veya yinelemesinin önlenmesinde önemli bir yere sahiptir. Radyoterapi radyasyonla kanserli hücreleri öldürmeye yönelik bir tedavi şeklidir ve bunun için özel olarak üretilmiş teknolojik radyoterapi cihazları kullanılmaktadır. Teknolojik gelişmelere paralel olarak radyoterapi cihazları da giderek gelişmektedir. Merkezimizde gelişmiş tekniklerden biri olan yoğunluk ayarlı radyoterapi (IMRT) olarak adlandırılan teknikte hastalarımız tedavi edilmektedir. Bu tekniğin en büyük avantajı, kanserli dokuya yeterli doz radyasyon verilirken, sağlıklı hücrelerin zarar görmesini önlemektedir. Böylelikle yan etki yaşanması en az seviyede kalmaktadır. Eski tekniklerde ciddi yan etkiler izlenirken uyguladığımız modern teknikte yan etki çok az izlenmektedir.

Kanser hastalığında erken teşhisin önemi nedir?

Kanser belirtileri genellikle ileri evrelerde ortaya çıktığı için kanseri erken evrede yakalama oranları maalesef istenilen düzeyde değildir. Burada tarama testlerinin önemi ortaya çıkmaktadır. Herhangi bir şikâyeti olmayan belli bir yaşın üstündeki kişiler veya ailesinde kanser öyküsü olan sağlıklı kişilerin tarama testlerini yaptırmaları erken teşhis için çok önemlidir. Kanserde erken teşhisle hastalığın tamamen iyileştirilmesi mümkün olabilmektedir. Prostat kanseri, gırtlak kanseri gibi kanserlerde radyoterapi tedavisiyle tamamen iyileşme sağlanabilmektedir.

Hasta hizmetlerinizden bahseder misiniz?

SGK ile özel sigortalarla tam kapsamlı bir anlaşmamız mevcuttur. Çerkezköy Özel Optimed Hastanesi'nde kanser ameliyatları, kanser tarama ve tedavi amaçlı görüntülemeler sağlanmaktadır. Ayrıca, tüm kanser türlerinin tedavisi de yapılabilmektedir.

Radyoterapi tedavisi uzun soluklu bir tedavi olduğu için hastalarımızın hafta içi her gün merkezimize gelmesi gerekiyor.

Hastalarımızın merkezimizde konforlu ve huzurlu bir ortamda radyoterapi tedavilerini tamamlayabilmesi için tüm desteği sağlıyoruz.

Sağlıklı bir yaşam için düzenli olarak sağlık taramalarınızı yaptırmayı ihmal etmemenizi öneriyoruz. Çerkezköy Özel Optimed Hastanesi ile Sağlığınız Güvende...

ARALIKLI ORUÇ NEDİR?



Dyt. Pinar Öztürk KURT

1989 Hamburg doğumlu
Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi
Beslenme ve Diyetetik Bölümü
mezunu
Diyetisyen
ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE

Aralıklı oruç diyeti gün içerisinde yemeğin ne zaman yenilmesi gerektiğinin önemli olduğu bir beslenme tarzıdır. Son yıllarda diyet programlarında sıklıkla tercih edilen aralıklı oruçta kişinin alışkanlıkları ve yaşam tarzına göre açlık zamanı değişmektedir. Aralıklı oruç diyeti, kilo vermek ve sağlığını korumak isteyen kişiler için ideal beslenme programıdır.

Intermittent fasting nedir?

Intermittent fasting / IF yani aralıklı oruç günü ikiye ayıran ve yaşamınız boyunca uygulayabileceğiniz sağlıklı beslenme modelidir. Kahvaltı ve akşam yemeği olacak şekilde beslenme yapılmalıdır. Aralıklı oruç diyetinde bol sıvı alımı önem taşır. Sabah ve akşam öğünleri arasında katı besinler tüketilmemelidir.

Aralıklı oruç vücudu aç kalmaya alıştıran fakat fazladan karbonhidrat alımını engellemeyi hedefler. Böylece vücut dışı bağımlı olmadan kendi enerjisini üretir. Aralıklı oruç diyetinde gün içinde belli zaman aralıklarında yemek yiyip, akşam saatlerinde yavaşlayan metabolizmayı yormamak için yeme eylemi kesilmelidir.

Aralıklı oruç diyeti nasıl yapılır?

Aralıklı oruç, halk arasında en çok tercih edilen beslenme şeklidir. Farklı prensiplerle uygulanabilen aralıklı oruç saatleri ve uygulama metotları çeşitlidir. Aralıklı oruç diyetinde şekersiz ve kalorisiz sıvılar tüketilmelidir. Birkaç gün, hafta, ay ya da tüm yıla yayılabilen beslenme şeklidir. Aralıklı oruçta ilk öğünden sonra 8 saat boyunca yemek yenmemelidir, ancak sıvı tüketimi serbesttir. Akşam öğününden sonra sıvı tüketimi yine yapılabilir. Fakat ertesi sabah öğününe kadar katı gıda tüketilmemelidir. Açlık kontrolü zor olan kişiler hekim kontrolü ile ara öğün yapabilir.

Aralıklı oruç saatleri nasıl olmalı?

Aralıklı oruç diyetinin birkaç çeşidi bulunmaktadır. En çok tercih edilenler ise;

16/8 Yöntemi: Bu yöntem kişilerin en sık tercih ettiği diyet şeklidir. İlk öğün ve ikinci öğün arasında 8 saat, son öğün ve ertesi günün ilk öğünü arasında uyku dahil 16 saat bulunmalıdır. Bu metotta ilk öğün genellikle öğle saatlerinde yenir ve 8. Saatin sonunda akşam yemeyi yenilir. Akşam öğünü en geç saat

20.00'de yenmelidir. Sıvı tüketimi serbesttir; su, şekersiz çay ve kahve, maden suyu, bitki çayı tüketilebilir. 16/8 yöntemine örnek olabilecek saatler; kahvaltı 10.00, akşam yemeği 18.00 ya da kahvaltı 12.00, akşam yemeği 20.00 şeklinde olabilir.

5:2 Yöntemi: Diğer bir adıyla modifiye oruç metodu olarak bilinen 5:2'de haftanın 5 günü normal, haftanın 2 günü kısıtlı kalorili beslenme programı uygulanır. Planlanan oruç günlerinde alınması gereken enerjinin %20-25'inin (yaklaşık 500-600 kkal/gün) tüketilmesi önerilir. Kısıtlı yemek yenilen günlerin üst üste uygulanmaması hem sağlık hem de diyet başarısı için çok önemlidir.

Ye/Dur/Ye Yöntemi: Haftada bir ya da iki kez uygulanabilecek yöntemdir, art arda yapmaya gerek yoktur. Haftanın belli günlerinde 24 saat aç kalınarak uygulanan diyet şeklidir. Akşam yemeğinden sonra diğer akşam yemeğine kadar 24 saat aç kalınır. Diğer günlerde ise normal beslenme şekli ile devam edilebilir.

Aralıklı oruçta sık olmasa da tercih edilen diğer metotlar ise aşağıdaki gibidir;

12 Saat Yöntemi: Aralıklı oruca yeni başlayan kişiler için uygun görülen beslenme şeklidir. Kişi, günün ikiye bölerek 12 saat açlık, 12 saat beslenme zamanı içerisinde olur. Bu metot ile aralıklı oruç prensibine alışabilir ve az kalorili beslenmeye geçiş sürecini kolaylaştırır.

Alternatif Gün Metodu: Bu yöntem ile enerji ihtiyacının %20-25'inin karşılanır. Aralıklı orucun ileri seviyesi denilebilir. Alternatif gün metodunda kişiler 1 gün boyunca oruç tutar, 1 gün normal beslenme şekline geçerler. Bu yöntem, aralıklı oruca yeni başlayanlar ve sağlık sorunu olanlar için uygun değildir.

Aralıklı oruç diyetinin faydaları nedir?

Sağlıklı bir şekilde kilo vermek ya da mevcut kilosunu korumak isteyenlerin tercih ettiği aralıklı oruç diyetinin pek çok faydası bulunmaktadır. Yapılan araştırmalara göre, aralıklı orucun sadece kilo kontrolünü değil; kronik hastalıkları önleyebileceğini, ilaç kullanımını azaltacağını, kan basıncı ve kolesterol seviyelerini dengeleyebileceğini, kan şekeri düşürebileceğini, obezitenin önüne geçebileceğini, beyin sağlığına iyi geldiğini, metabolik sağlığı desteklediğini, mental ve fiziksel sağlığı koruduğu görülmüştür. Aralıklı oruç detoks etkisi göstererek vücuttaki toksinlerin atılmasına ve hücre yenilenmesine destekler.

Aralıklı oruç diyetinin zararları nedir?

Aralıklı oruç diyeti uygun bir şekilde planlanmazsa yaşa, sağlık durumuna ya da yaşam tarzına bağlı olarak olumsuz etkilere sebep olabilir. Yetersiz enerji alımı konsantrasyonda azalma, yorgunluk ve ruh halinin olumsuz etkilenmesine neden olabilir. Aynı zamanda; artan açlık hissi, baş ağrısı ve baş dönmesi, sindirim bozukluğu, dehidrasyon, uyku bozuklukları, anoreksia, bulimia ve tıknircasına yeme gibi bazı yeme bozukluklarına da sebep olabilir. Aralıklı oruç diyeti kişinin kendi kararıyla uygulayabileceği bir diyet türü değildir. Her bireyin kendi yaşam standardına uygun planlanması gerekir. Aralıklı

oruç yapmak isteyen kişilerin beslenme uzmanı eşliğinde kontrollü bir şekilde kişiye özel, doğru ve etkin bir beslenme programı oluşturması gerekmektedir.

Aralıklı orucu kimler yapmalıdır?

Vücut kitle indeksi (VKİ) 20'nin altında olan kişiler başta olmak üzere 18 yaş altı çocuklar, hamileler, emziren anneler ve hamile kalmaya çalışan kadınların aralıklı oruç diyetini uygulamaları önerilmemektedir. Ayrıca, tip 2 diyabet ve düşük tansiyon hastaları, kan şekeri problemi, yeme bozukluğu olanlar; karaciğer, böbrek, hipoglisemiye etkileyen hastalıklar ya da metabolik rahatsızlığı olan kişiler için de aralıklı oruç diyeti uygun değildir.

Aralıklı oruç diyet listesi nasıl olmalıdır?

Aralıklı oruç diyet listesinde olan besin gruplarının dengeli miktarda olması gerekmektedir.

- Vücudun su ihtiyacını karşılamak için bol su tüketimi önemlidir.
- Metabolizmayı çalıştırmak ve tokluk hissi vermek için şekersiz çay, kahve içmek, maden suyu ve bitki çaylarını tüketmek aralıklı oruca katkı sağlayacaktır.
- Ev yapımı sebze suları; soğan, pırasa, lahana, havuç, kereviz, taze meyve, çiğ kuru yemişler, şekersiz sakız iştahı azaltmaya yardımcı olabilir.
- Kan şekeri seviyelerini dengede tutmak için ev yapımı yoğurt, süt ve kefir gibi besinlere diyetle mutlaka yer verilmelidir.
- Yüksek vitamin ve mineral içeren mevsimine uygun meyve ve sebzeler içerisinde bulundurduğu antioksidanlar sebebiyle beslenme listesinde önemli yere sahiptir.
- Kırmızı et, tavuk, balık, yumurta, baklagil ve kuru yemişler kasların korunmasına ve yüksek protein içeriğiyle uzun süreli tokluk hissi sağlar.
- Pirinç, kepekli makarna, bulgur, posa içerikli tahıllar (mısır gevreği, yulaf gibi vb.), tam buğday ve çavdar unundan yapılmış besinler düşük karbonhidrat ve protein içerdiği için beslenme programında bulunmalıdır.
- Karbonhidrat, protein, yağ, vitamin ve mineraller vücudun yapı taşıdır. Vücudun ihtiyacı olan enerjiyi sağlaması için bu besin grupları diyet listesini oluşturmalıdır.

Aralıklı oruç diyetinde şeker ve tatlandırıcı içeren meyve suları, asitli meşrubatlar, alkollü içecekler, işlenmiş ve hazır gıdalar tüketilmemelidir. Tüm bu besin gruplarının yeterli ve dengeli alınması aralıklı oruç diyetinin sürdürülebilir ve sağlıklı bir şekilde kilo vermesini sağlayacaktır. Aralıklı oruca başlamadan önce mutlaka kişi kendi değerlerine uygun diyet listesini beslenme uzmanı tarafından alınmalıdır.



SAĞLIKLI ve UZUN ÖMÜR İÇİN İPUÇLARI



Uzm. Dr. Sezgin ÖZTÜRK

1977 Bulgaristan doğumlu
Hacettepe Üniversitesi Tıp
Fakültesi mezunu
Kardiyoloji Uzmanı
ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE

Yaşadığımız yer sağlığımızı belirler!

Kalp krizi, kalp yetersizliği ve felcin (inmenin) özetle kalp ve damar hastalıklarının tüm dünyada erişkinlerdeki en sık ölüm nedeni olduğu herkes tarafından bilinmektedir. Bugün hava kirliliği ile birlikte çevre kirliliğinin kalp ve damar hastalıkları açısından en yaygın risk faktörü olduğu artık kabul ediliyor. Çok sayıda araştırmaya göre çevre ve hava kirliliğine bağlı ölümlerin yüzde sekseni kalp ve damar hastalığına bağlı ölümler olarak gerçekleşmektedir.

Hava kirliliği ve çevre kirliliği genelde yoksul ülkelerde ve ülkelerin yoksul kesimlerinde daha fazla insanı etkilemektedir. Kirliliğe en çok yoğun trafik, denetimsiz endüstriyel faaliyetler ve kalitesiz malzemelerle ısınma yol açmaktadır. Genellikle yoksul ülkelerde ve yoksul kesimlerde daha yaygındır. Hava kirliliğinin arttığı dönemlerde akciğer hastalığı, kalp krizi, kalp yetersizliği ve felce bağlı nedenlerle ölüm riskinin artmış olduğu, Çin, ABD, birçok Avrupa ve Güney Amerika ülkelerinde yapılan çalışmalarla ortaya konmuştur.

Artmış ölüm riski hem hava kirliliğinin artmış olduğu dönemlerde kalp krizi, kalp yetersizliği ölümlerinin artması şeklinde akut olarak ortaya çıkmakta hem de hava kirliliği ve çevre kirliliği yoğun olan yerlerde yaşayan kişilerde diğer bölgelerde yaşayanlara göre uzun dönemde artmış kalp ve damar hastalığı ölüm riski olarak kendini göstermektedir. Çok kanıt var; trafiğin yoğun olduğu bölgelerde ve yoğun arterlere yakın yerleşim yerlerinde yaşayanlarda kalp damar hastalıkları ve bunlara bağlı sorunlar daha fazla görülmektedir. Trafiğin yoğun olduğu mekânlarda ve saatlerde egzersiz yapanlarda daha fazla kalp ritmisi görüldüğü rapor edilmiştir.

Diğer yandan küresel ısınmanın çevre ve hava kirliliğini

arttırdığını ve bir kısır döngü yarattığını son yıllardaki araştırmalar ortaya koymaktadır. İnsan eli ile çıkarılan orman yangınları ve volkanik faaliyetler de ayrıca hava kirliliğine ve çevresel kirliliğe ilave katkıda bulunmakta ve kısır döngüyü arttırmaktadır.

Çevre ve hava kirliliğinden etkilenme çocuk yaşlarda hatta anne karnında başladığı için buna bağlı zararın daha yoğun olduğu, olacağı tahmin edilmektedir. Bu durumun etkileri çevre ve hava kirliliğini yoğun yaşayan genç kuşaklarda önümüzdeki 10 yıllarda belirgin olarak ortaya çıkacağından endişe edilmektedir. Anne karnından başlayan ve yaşam boyu devam eden bu etkiye "Epigenetik Etki" adı verilmektedir.

Bu nedenle, gerek küresel ısınmaya karşı gerekse çevre ve hava kirliliğine karşı duyarlı olmak ve alınacak önlemleri desteklemek yeryüzüne karşı sorumluluğumuz olduğu kadar kendimizin, çocuklarımızın ve bizden sonraki kuşakların sağlığını korumamız için de gereklidir.

Uzun ve sağlıklı yaşamın anahtarı var mı?

Mucizevi bir tek anahtar yok. Esasen uzun ve sağlıklı yaşamak için bilimsel olarak kanıtlanmış bazı önerilere uymak ve yine bilimsel olarak kanıtlanmış bazı olumsuz davranışlardan kaçınmak yerinde olur. Yararı kanıtlanmış önerileri özetleyebiliriz:

- Sağlıklı yemek
- Düzenli ve yeterli uyumak
- Düzenli egzersiz yapmak
- Sağlıklı kilomuzu korumak
- Zihnimizi iyi ve olumlu faaliyetlerle meşgul etmek
- Elbette sigara ve tütün ürünleri kullanmamak, varsa alkol tüketimini azaltmak

Aklınızda bulunsun; yeni çalışmalar sosyal iletişimi yüksek kişilerin, sevdikleri ile daha fazla zaman geçiren insanların daha sağlıklı ve mutlu olduğuna işaret ediyor.

Düzenli kontroller, ne zaman, nasıl?

Belirli aralıklarla yapılması gerekenler için tek bir reçete yok yani moda deyimle herkes için uygulanabilecek tek bir check-up programı yoktur bilimsel olarak.

Öncelikle yine bir kardiyolog olarak tüm erişkinlerde en çok rastlanan ve en çok ölüme sebep olan hastalıkların kalp damar hastalıkları olduğunu hatırlatmak isterim.

Bu hastalıkları önlemenin mümkün olduğunu vurgulamak isterim.

Bu nedenle sigara içmemek, hipertansiyonu önlemek varsa tedavi olmak, yüksek kolesterolü önlemek, varsa tedavi olmak, fazla kilolu olmamak, varsa fazla kiloları vermek, şeker hastalığını önlemek ve düzenli egzersiz yapmak; kalp krizi, kalp yetersizliği felç ve kalp

hastalığına bağlı erken ölümleri önlemek için uyulması gereken en önemli önerilerdir.

Hipertansiyonun tedavisi ile kalp hastalığı ve felç riskinin en az yarı yarıya azaldığı kanıtlanmıştır. Yine yüksek kolesterolün tedavi edilmesi ile kalp krizinin, felcin ve ölüm riskinin azaldığı defalarca kanıtlandı. Yaşımız kaç olursa olsun ideal kan basıncı 120/80 mmHg ve altında olmalıdır. 140/90 mmHg'nin üzerinde tedavi gerekir, bazen tedaviye daha erken başlanması da gerekebilir. Erişkin kişiler kan basıncı ölçmeyi mümkünse bir hemşire veya doktordan öğrenmeli ve evde aralıklı olarak kendi kan basıncına bakmayı alışkanlık haline getirmelidir. Unutmayın, yüksek tansiyon belirtisiz ve sinsi bir hastalıktır çok yüksek kan basıncı değerleri yıllarca hiçbir işareti ve şikayete sebep vermeyebilir ancak kalbinize damarlarımıza hasar verebilir.

Hipertansiyonu zamanında teşhis etmenin tek yolu düzenli tansiyon ölçmektir. Kalp hastalıkları dışında sık görülen bazı kanser türlerinin erken teşhisi için zamanında kontroller yapmak önemlidir. Bu kanser türleri cinsiyete ve yaşa göre değişir. Kadınlarda meme kanseri, erkeklerde prostat kanseri için belirli yaştan sonra düzenli kontroller yapılmalıdır.

Ayrıca, yaşla birlikte kalın bağırsakta polip ve kanser sıklığı artabilir. Yaşa ve ailede bu tür kanserlerin bulunup bulunmadığına göre yapılacak tetkiklerin çeşidi ve sıklığı doktor tarafından belirlenir.

Hiçbir yakınmamız olmasa bile yılda bir kez doktora muayene olunmalı ve gerekli görülen temel kan tetkikleri yaptırılmalıdır. Bu önlemler, en sık görülen hastalıkların zamanında tanınması ne tedavi edilmesi için olanak sağlar.

Sağlığımızın tehlikede olduğunu gösteren işaretler

Özetle aşağıdaki belirtiler akut veya kronik önemli hastalıklar için uyarıcı işaret olabilir.

1. Kilo kaybı ve iştahsızlık
2. Çabuk yorulma ve nefes darlığı
3. Efor sırasında göğüste, sırtta baskı dolgunluk veya yanma hissi
4. Özellikle 60-65 yaşın üzerinde olan ve hipertansiyonu olan kişilerde sebepsiz çarpıntı atakları
5. Ani olarak baş dönmesi, göz kararması, fenalık hissiyle olan çarpıntı atakları ve bu şikayetlerin özellikle efor esnasında olması
6. Bir taraf yani sağ veya sol taraf, kol veya bacaklarda veya yüzün sağ veya sol tarafında uyuşma kuvvetsizlik konuşamama tekerleme (birkaç dakika sürse geçici bile olsa önemlidir)

7. Tuvalette çıkma alışkanlığında değişim, yani son birkaç ay veya haftada ortaya çıkmış nedensiz kabızlık veya kabızlık/ishal atakları

8. Birkaç haftadan uzun süren öksürük veya öksürük ve balgam, sebepsiz ve özellikle geceleri terleme

9. Boyun, kol altı, kasık gibi bölgelerde ele gelen ağrılı veya ağrısız bezeler, kitleler

Ancak unutulmaması gereken önemli konu bazı şikâyetler sadece stres endişe gibi ruhsal nedenleri ortaya çıkabileceği gibi önemli birçok hastalık uzun süre hiçbir belirti vermeyebilir. Bu nedenle, sağlığımızı korumak için şikâyetlerin ortaya çıkmasını beklemek değil yaşınıza göre gereken sıklıkta muayene olmak, kan basıncı, kolesterol ve kan şekerimizin normal sınırlarda olduğunu bilmek ve takip etmek, uygun kiloda olmak ve düzenli egzersiz yapmak her zaman gerekli koşullardır.

Aşılar çok borcumuz var!

Çok değil bizlerin çocukluğunda neredeyse her mahallede çocuk felcinden sakat kalmış, yürüyemeyen insanlar hatta akranlarımız vardı. Bugünkü kuşaklar olarak çoğumuz, belki de hepimiz varlığımızı ve sağlığımızı bir anlamda aşılar da borçluyuz. Bilimsel araştırmalara göre insan sağlığına en önemli katkı sunan tarihteki 3 gelişme aşağıdaki gibidir:

1. Kentlerde atık suların ayrıştırılması yani kanalizasyon şebekesinin tasarlanıp yapılmış olması
2. İshale karşı ağızdan verilen su ve elektrolit çözeltisi tedavisi (Afrika başta olmak üzere yaşanan akut, kronik ishal tablolarını, kolera salgınlarını düşünün)

3. Aşılar

Birçok tıbbi, cerrahi tedavi ve bugün haklı olarak övündüğümüz yüksek teknoloji tıbbi olanakların yığınsal yararı yukarıdaki 3 maddeden sonra geliyor.

Çiçek hastalığı yüzyıllarca Avrupa kıtasının nüfusunun önemli bir kısmını yok etti.

Yine çiçek hastalığı Avrupalılar tarafından Amerika'ya taşındı ve özellikle Güney Amerika kıtasında yerli nüfusun neredeyse yok olmasına sebep oldu.

Bugün kızamıktan, difteriden bebekler çocuklar ölmüyorsa aşılar sayesinde.

Hatta birçok kişi difteri ve kızamık hastalığının ne olduğunu bilmiyorsa yine aşılar sayesinde.

Bugün yine ülkemizde ve dünyada Covid-19 sebebiyle hastaneye yatan ve yaşamını kaybedenlerin çok büyük bir kısmı aşı olmayanlardır.

Özellikle sosyal medyadaki bilgi kirliliğinin tersine Covid-19 aşısı ile ilişkilendirilmiş kalıcı bir hastalık ya da hasar bilimsel olarak yayınlanmış değildir.

Aşıya bağlı olası miyokardit olguları çok seyrek, hafif ve geçicidir. Oysa, Covid-19 hastalığının kendisi çok ağır kalp tutulumu ve miyokardit yapıyor ve hasar bırakıyor. Kendimizin ve çocuklarımızın sağlığı için aşılar konusunda, hele ki pandemi döneminde doğru bilgilerle hareket etmeli ve sorumlu davranmalıyız.



AĞIZ ve DİŞ TEDAVİLERİNDE GENEL ANESTEZİYE ALTERNATİF SEDASYON TEKNİĞİ

Optimed Sağlık Grubu çatısı altında Anestezi ve Reanimasyon Uzmanı Dr. Yaşar Pala'nın hayata geçirdiği "Dental Sedation and Anesthesia Team" basit uyku sedasyon tekniği ile özellikle diş hekimi korkusu olan yetişkinlere ve çocuklara genel anesteziye alternatif bir çözüm sağlıyor.

Son yıllarda ameliyat dışı tıbbi işlemlerde sıklıkla tercih edilen ve tıp literatüründe uyutma tekniği olarak bilinen sedasyon, aynı zamanda tedavi esnasında hastada oluşan kaygı, stres ve korkuyla baş edilmekte de kullanılan etkili bir anestezi yöntemidir. "Uykulu sakinlik" olarak tanımlanan sedasyondan özellikle ağız ve diş tedavilerinde faydalanılan bir tekniktir. Basit uyku sedasyon tekniği ile diş hekimi korkusu, aşırı bulantı, kusma refleksi olan erişkinler, diş tedavisi sırasında diş hekimi ile iş birliğine yanaşmayan çocuklar ve engelli bireylerde özellikle ağız ve diş tedavilerinde olumlu sonuçlar elde ediliyor. Özel Optimed Çorlu Tıp Merkezi'nde ağız ve diş tedavileri alanında sedasyon için hizmet veriliyor.

Sedasyon nasıl uygulanır?

Sedasyon aracılığıyla bugüne kadar yaklaşık 1.300 vakayı geride bıraktı. Sedasyon genel anesteziye alternatif basit bir uyku yöntemidir. Sedasyon sırasında hastalar evdeki uyku gibi kendi solunumlarını devam ettirir ve düzeyine bağlı olarak sözlü ve ağrılı uyaranlara yanıt verebilir halde olur. Sedasyon uygulanması planlanan hasta, öncesinde anestezi uzman doktoru tarafından değerlendirilir ve muayene edilir. Uygulama ile ilgili bilgi verilir. Sedasyon uygulaması için hastanın 4 saat aç olması gereklidir. Sedasyon uygulaması hastaya damar içinden ilaçlar verilerek gerçekleştirilir. Anestetik gazlar kullanılmaz. Çocuklarda damar yolu açmayı kolaylaştırmak için ağızdan meyve suyu ile ilaç verilerek sakinlik oluşturulur. Daha sonra damar yolu açılır. Sedasyon halinin devamı damardan ilaç yapılarak sürdürülür.

İşlem tamamlandığında kullanılan ilacın etkisini ortadan kaldıran diğer bir ilaç uygulanarak sedasyon hali sonlandırılır. Hasta dinlenme odasına alınır burada yarım saat ile 1 saat arasında tedbir amacıyla bekletilmesine müteakip eve gönderilir.

Sedasyon için kullanılan ilaçlar anestezi branşının en basit ilaçlarıdır ve bu nedenle vücuttaki organ sistemlerinde fonksiyonel yan etki oluşturmaz. Sedasyon ilaçları vücuttan çok kısa sürede atılır bu sayede aynı kişiye kısa zaman aralıklarında tekrardan uygulanabilir. Gerektiğinde aynı gün içinde bile tekrar sedasyon uygulaması yapılabilir.

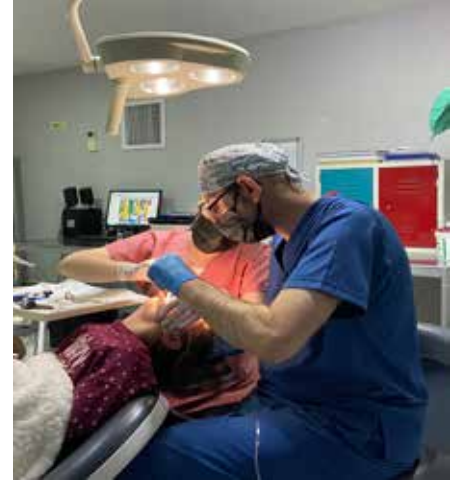
Sedasyonun gözlenen en sık yan etkisi kusmadır. Bunun önlenmesi için işlem sonlanırken hastalara bulantı kusma giderici ilaç uygulanır, bu sayede bu yan etkinin sıklığı da önemli ölçüde azaltılmış olur.

*Web sitemizdeki bilgiler kişileri tanı ve tedaviye yönlendirme amacı taşımaz. Tanı ve tedaviye yönelik tüm işlemlerinizi doktorunuza danışmadan uygulamayınız. İçeriklerde Optimed Sağlık Grubu'nun tedavi edici sağlık hizmetlerine yönelik bilgiler yer almamaktadır.



**Uzm. Dr.
Yaşar Pala**

1967 Ankara doğumlu Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu Anestezi ve Reanimasyon Uzmanı ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE



OBEZİTE CERRAHİSİ



**Op. Dr.
Onur KESLER**

1978 İstanbul doğumlu İstanbul
Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi
mezunu
Genel Cerrah
ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE

Obezite cerrahisi, fazla kiloya bağlı olarak obezite sorunu yaşayan ve sağlık sorunlarına karşı risk oluşturan kişilere kilo verdirmeye ameliyatıdır. Diğer bir adıyla bariatik cerrahi olarak da adlandırılır. Obezite cerrahisi, diyet ve egzersiz ile kilo veremeyen kişilere uygulanır.

Aşırı kilo alımına bağlı olarak gelişen ve vücutta yağ dokusunun artmasıyla ortaya çıkan obezite yaygın bir hastalıktır. Genetik faktörler kadar çevresel faktörlerde obezitenin gelişiminde büyük rol oynar. Erkekler genellikle göbek çevresinden kilo alma eğilimi gösterirken kadınlar ise kalça çevresinden alır.

Obezite belirtileri nelerdir?

Obezite hastalığının en temel belirtisi vücutta aşırı düzeyde yağ dokusu birikimidir. Görsel sorunlarının yanı sıra pek çok sağlık sorunlarını da beraberinde getirebilir. Obeziteye bağlı olarak ortaya çıkan sorun ve belirtiler şu şekilde sıralanabilir:

- Terleme
- Çabuk yorulma
- Nefes darlığı
- Horlama ve uyku apnesi
- Cilt sorunları
- Sırt ve eklem ağrıları
- Psikolojik sorunlar ve benlik saygısında azalma

Obezitenin yol açtığı hastalıklar nelerdir?

- Diyabet-İnsülin Direnci
- Hipertansiyon
- Koroner Arter Hastalığı
- Safra Kesesi Hastalıkları
- Felç (İnme)
- Uyku Apnesi
- Astım
- Psikolojik Problemler

Obezite cerrahisinde kullanılan yöntemler nelerdir?

Günümüzde obezite cerrahisinde tercih edilen 3 yaygın yöntem bulunmaktadır. Bu yöntemler sırasıyla; tüp mide ameliyatı, normal bypass (Roux-en-Y) ve mini bypass olarak adlandırılır. Tüp mide ameliyatı sadece midede yapılırken bypass ameliyatları mide ve ince bağırsakta yapılmaktadır. Tüp mide ameliyatında mideyi küçülterek yediğimiz gıdaların kısıtlanması sağlanır. Bypass ameliyatlarında ise mideyi küçültmenin yanı sıra yediğimiz gıdaların gidiş yolu da kısaltılır, böylece daha az gıda emilimi sağlanır. Obezite ameliyatlarında kullanılan yöntemlerin ağır sıralaması ise şu şekildedir; tüp mide ameliyatı en hafifdir. Ardından normal bypass gelir. Mini bypass ise en ağırlı ve etkili ameliyat türüdür.

Sık olmasa da tercih edilen diğer bir yöntem ise mide balonudur. Bu yöntemde endoskop yardımıyla mide içine sıvı ya da hava doldurulan bir balon hafif bir anesteziyle yerleştirilir. Bu balon midede en fazla 1 yıl kalabilir ve 1 yılın sonunda endoskopik yolla çıkartılır. Mide balonu yöntemi genellikle ameliyat olamayacak kadar riskli kişiler için tercih edilmektedir.

Kilosu fazla olan herkes obezite cerrahisi olabilir mi?

Obezite cerrahisi uygulanacak kişiler için bazı kriterler gerekir. İlk kriter beden kitle endeksi dediğimiz boy ve kilonun birbirine oranıdır. 20-25 arasındaki vücut kitle endeksi idealdir. 35-40 ve üzerinde vücut kitle endeksine sahip kişilerde obezite cerrahisi yapılabilir. Ayrıca, 18-60 yaş arasındaki kişilere uygulanabilir.

Obezite cerrahisinde kullanılacak yöntem nasıl karar veriliyor?

Hastanın yaşı, kronik hastalıklarının olup olmaması ve vücut kitle endeksine bakılarak obezite cerrahisinde hangi yöntemin kullanılacağına karar veriliyor. Yaşı genç kişilerde genellikle tüp mide ameliyatı tercih edilirken diyabeti olan hastalara mini bypass yapılabilir. Ayrıca, tüp mide ameliyatı ya da mini bypass reflüyü arttırabileceği için reflüsü olan kişilerde normal bypass tercih edilebilir. Bu gibi nedenlerle, obezite cerrahisi kişiye özeldir ve muayene esnasında hangi yöntemin uygun olduğuna karar verilebilir.

Obezite ameliyatı sonrasında beslenme nasıl olmalı?

Obezite cerrahisinden sonra öğün atlamadan oluşturulan yeni yaşam tarzının benimsenmiş olması gerekiyor. Ameliyat olan kişilerin beslenmesindeki en önemli besin proteindir. Günde yaklaşık 60 gr 1 porsiyon tavuk, hindi, balık ya da 1 porsiyon az yağlı peynir yenilmelidir. Günde en az 3 ana öğün, 2 ara öğün yapılmalıdır. Az az ve sık sık yemek metabolizmanın daha hızlı çalışmasına yardımcı olur. Yemekler küçük porsiyonlar halinde olmalı ve iyice çiğnenmelidir. Yemeklerden en az yarım saat önce bir şey içilmemeli ve günde en az 6-8 bardak kaloriziz, gazsız ve kafeinsiz içecek tüketilebilir. Hekiminizin önermediği ilaç ya da besin takviyesini kullanmamalısınız. Obezite cerrahisi bir diyet türü değildir, bundan sonraki yaşam biçiminizdir, benimsemeniz bu anlamda önemli olacaktır.

Ameliyattan sonra birkaç hafta sıvı gıdalar tüketilir ardından yumuşak gıdalar ve sonra normal yeme düzenine geçilir. İlk 3 ay oldukça önemlidir, hastaların ilk 3 ay sıvı ve yumuşak gıda tüketmesi önerilir. Ayrıca, ilk 2 ay ağır egzersizler yapılmamalıdır, bu sürede hafif egzersizler ve yürüyüş yapılabilir.



SÜT DİŞLERİNİN ÖNEMİ ve KORUNMASI



**Dt. Dilara Çelebi
KOCAGÖZ**

1978 Ankara doğumlu Hacettepe
Üniversitesi Diş Hekimliği
Fakültesi mezunu
Diş Hekimi
ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE

Süt dişleri nedir?

Süt dişleri doğumdan yaklaşık 6 ay sonra çıkar ve 2,5 – 3 yaşlarında toplam 20 adet olan dişlerin hepsi çıkmış olur. Toplumumuzda ağız bakımı ihmal edildiği gibi maalesef çocuk sağlığı için çok önemli olan süt dişlerinin bakımı da ihmal edilmektedir. Hâlbuki bu dişler çocuğun beslenmesi, konuşması, genel sağlığı ve daimi dişlerin rehberi olmaları açısından eşsiz öneme sahiptir. Bu yaşlarda ağız bakımının öneminin ailesi tarafından anlatılması ve bakımı konusunda desteklenmesi çocuğun bir birey olarak sağlıklı dişlere sahip olmasını sağlar. Aksi takdirde ihmal edilmiş ağız ve diş bakımı, ileri tedavi ihtiyacına yol açmaktadır. Bu durum diş hekimiyle yeni tanışan ancak ağrısından dolayı agresif durumdaki çocuk için çok zor olup çocuğun bu hali yapılacak tedavileri de olumsuz etkilemektedir. Ayrıca önemli bir tespit olarak belirtmeliyim ki, kliniklerimize başvuran çoğu yetişkinin de diş tedavisi fobisini çocukken yaşadığı olumsuz deneyimlerden kaynaklanmaktadır. Bundan dolayı çocukların tedavi gereksinimlerinin ileri boyutlara ulaşmadan, yapılabilecek daha küçük işlemlerle giderilmesi, sorunların erken tespit edilmesi çocukların yaşayacağı diş tedavisi travmasının önüne geçecektir. Yapılması gereken doğru yaklaşım, düzenli kontrol, koruyucu tedbirler, süt dişleri için uygun tedavilerle çocuğun ağız ve diş sağlığının sağlanması olacaktır.

Çürükler

Çocukların diş yapısı yetişkinlere göre farklıdır; mine yapıları daha ince olduğu için çürük daha çabuk ilerlemektedir. Çocukların şekerli gıdalara düşkünlüğü de düşünüldüğünde bu durumun çok daha hızlı ilerlemesi kaçınılmazdır. Bunun için, fissür sealant, flor uygulaması gibi koruyucu tedavilerle çürük oluşumunun önüne geçmek mümkündür. Ancak bütün bunlara rağmen oluşmuş çürükler için dolgu, kanal tedavisi, amputasyon gibi tedavilerle çocuğun bozulmuş olan ağız ve diş sağlığı yeniden sağlanabilmektedir. Bu noktada çekim, ancak gerekli olduğu durumlarda yapılmaktadır. Çünkü başta da belirttiğimiz gibi bu dişlerin çocuğun beslenmesinde, konuşmasında ve gelecek olan dişlere rehber olması anlamında önemi büyüktür. Zorunluluk halinde çekilen süt dişlerinin, yerinin

korunması gerektiği durumlarda da yer tutucular yapılarak gelecek dişlerin yeri korunmaya çalışılmaktadır.

Tedavi nasıl yapılır?

Süt dişlerine yapılan tedavilerde, süt dişlerinin köklerini alttan gelen dişlerin eritmesi sebebiyle farklı yöntemler uygulanmaktadır. Bu tedaviler ancak çocuğun uyumlu yaklaşımıyla mümkün olmaktadır. Dolayısıyla ailenin öncesinde çocuğu uygun şekilde diş muayenesi için hazırlaması ve diş hekiminin ilk tanışmada doğru yaklaşımı çoğu sorunun çözümünde kilit noktası olacaktır. Normal şartlar altında kliniğimizde



başvuran çocuklarımızı bu yaklaşım ile tedavi etmeyi tercih etmemize rağmen kliniğimizde de yapıldığı üzere bazı özel durumlarda, çocuklarımızın sağlığı için sedasyon ve genel anestezi altında da diş tedavileri yapıyoruz.

Biz yetişkinlere düşen çocukların daha sağlıklı bir dünyada, sağlıklı yaşamalarını sağlamaktır. Bunun için vücudun giriş kapısı olan ağız ve dişlerin bakımı ve sağlığı konusunda gerekli eğitimleri vermek ailelere ve diş hekimlerine düşmektedir. Kısaca bakım konusundaki önerimiz; günde 2 defa dişlerin fırçalanmasıdır. Diş fırçalamanın etkili yapılması için, ailenin gözetiminde ve kontrolünde olması; çocuk tükürebildiği takdirde macunla dişlerini fırçalaması, öncesinde macunsuz fırçalaması ve 6 ayda bir diş hekimi kontrolüne götürülmesi, herhangi bir çürük olmasa dahi koruyucu tedavilerin uygulanması; oluşmuş olan çürüklerin tedavisinin yapılması olacaktır.

Çocukların hep gülmeleri dileğiyle...

**Kalp Hastalıkları
4 Dakika içinde
Tespit Ediliyor**

CARDISIOGRAPHY



**Prof. Dr.
Niyazi GÜLER**

1968 Erzurum doğumlu Atatürk
Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu
Kardiyoloji Uzmanı
ÇERKEZKÖY'DE HİZMETİNİZDE

Kalp hastalıkları 4 dakika içinde tespit ediliyor

Cardisio, kalp sağlığı problemlerini erken evrelerinde tespit etmeye yardımcı olan bir tarama cihazıdır. Kalbin yaygın hastalıklarını hızlı tespit edebilmek için geliştirilen Cardisio, hastalarda kalp dolaşım bozukluklarının varlığını güvenilir bir şekilde saptayabiliyor.

Cardisio ile efor testi ya da ritim holtere ihtiyaç duymadan dakikalar içinde kalp hastalıkları teşhis edilebiliyor. 4 dakikalık çekim süresi ile sonuç veren Cardisio, almış olduğu verileri yapay zeka ile harmanlayarak kişide kalp hastalığı, kalp damarlarında darlık ya da ritim bozukluğu olma ihtimali var mı gibi detayları veriyor. Diğer tarama yöntemlerinin aksine Cardisio ile kalp sorunları semptomlar ortaya çıkmadan önce tespit edilebiliyor. Bu da hastalıkların önlenmesinde ve erken tedavisinde avantaj sağlıyor. Erken teşhis, kalp krizi, ani kardiyak ölüm ve/veya ventriküler fibrilasyon gibi ciddi sonuçların önlenmesine yardımcı oluyor.

Dakikalar içinde sonuç veren hızlı ve etkin bir yöntem olan Cardisio; kalp hastalıklarını hızlı ve invazif olmayan bir şekilde tespit edebilmek veya ekarte edebilmek için pratisyen hekimler ve kardiyologlar tarafından kullanılmak üzere özel olarak geliştirilmiştir.

Cardisio'nun tespitleri nelerdir?

Yapay zekâyı ve bilimsel vectorcardiography kavramını kullanan Cardisio teknolojisi aşağıdaki hastalıkları kapsıyor.

Ritmolojik Hastalıklar

Kardiyak aritmiler (ritimoloji), hastalar tarafından anormal şekilde atan bir kalp olarak fark edilir. Doktorlar yavaş kalp atışı (bradikardi), yanlış yönlendirilmiş kalp atışı (dal bloğu) ve hızlı kalp atışı (taşikardi) arasında ayırım yapabiliyor.

Koroner Hastalıklar

Koroner kalp hastalığında (KKH), koroner arterler aterosklerozun bir sonucu olarak daralır ve kireçlenir. Ateroskleroz, arteriyel kan damarlarının iç duvar tabakasında kolesterol esterlerinin ve diğer yağların patolojik olarak depolanması anlamına gelir. Bu iltihaplanma süreci genç yaşta başlayabilir.

Yapısal Hastalıklar

"Yapısal kalp hastalığı", kalbin kapakçıklarında veya duvarlarında fiziksel bir bozukluğu içeren ve çalışmasını etkileyen tüm kalp hastalıklarını ifade eder.

Cardio cihazının işlem süreci

1. Sinyal Toplama

Dört dakikalık kayıta, EKG'ye benzer şekilde vücuda beş elektrot takılır.

2. Yapay Zeka Analizi

Kaydedilen parametreler hemen Cardio sunucusuna iletilir ve bir AI algoritması kullanılarak rapor halinde işlenir.

3. Doktor Değerlendirmesi

Bir tıp uzmanı, sonuçları hastayla tartışacaktır.

Rapor

- Yapay zeka destekli perfüzyon, yapısal kalp hastalığı ve aritmi indeksi.
- Kalp vektörlerinin temsili ve uzaydaki konumları.
- Seçilen vektörkardiyografi ve EKG parametreleri.
- 12 derivasyonlu EKG sunumu, dahil.



Cardio cihazının avantajları nelerdir?

- Hasta dinlenme halindeyken yapılır, efor gerekmez.
- Sinyal kaydı ve rapor 5 dakika içinde sonuçlanır.
- Türkiye'deki birçok sağlık sigortası şirketi tarafından kabul edilmektedir.
- Çok sayıda bilimsel araştırma tarafından desteklenmektedir.

Cardio neler sunar?

- Bir cardiology raporu, anestezi öncesi, yorgunluk veya sırt ağrısı gibi tanımlanamayan semptomlar durumunda hastanın kalp sağlığının netleştirilmesini sağlıyor.
- Cardio, düzenli tıbbi kontrollerde, örneğin yıllık ziyaretlerde, spor karşılaşmalarından veya uzun yolculuklardan önce ve hatta COVID-19 enfeksiyonundan sonra kullanıldığında doktorların ve hastaların önleyici tedbirler almasına yardımcı oluyor.
- Şüpheli yapısal kalp hastalığı, aritmi veya kalp yetmezliği/iskemi vakalarında, cardio kalp hastalığının doğrulanmasına veya ekarte edilmesine yardımcı oluyor.



PEDİATRİK ORTOPEDİ



Doç. Dr. Ali BİLGE

1982 Batman doğumlu Dicle
Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu
Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı
ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE

Pediyatrik ortopedi nedir?

Çocuk Ortopedi Kliniği; çocuklarda görülen doğumsal ya da kazanılmış nörolojik, enfeksiyöz, tümöral, travmatik ve diğer nedenlerle ortaya çıkan kas ve iskelet sistemi hastalıklarını teşhis edip uygun şekilde tedavi etmeyi amaçlayan bir tıp alanıdır. Özellikle 16 yaş ve altı çocuklarda yürüme bozuklukları, deformiteler, uzuvlardaki uzunluk farkları ve kırıklar ile ilgilenen bölümdür. Erişkin ortopedi ve travmatolojiden ayıran en önemli fark büyümekte olan çocuk vücutlarındaki olan kas ve iskelet sisteminin problemleri ile ilgilenmesidir.

Çocuk ortopedisi hangi hastalıkları tedavi eder?

Çocuk ortopedi bölümünde, yenidoğan döneminden adölesan dediğimiz ergenlik dönemine kadar olan hastalıkların tedavisi yapılmaktadır. Detaylı muayene ve incelemelerden sonra çocuk için en uygun tedavi yöntemi ebeveynlere kapsamlı ve detaylı bir şekilde aktarılır. Fiziksel kuvvetin yeniden kazanılması, hastanın bakımı ve bilinçlendirilmesi gibi konularda ailenin katılımı büyük önem taşır. Ebeveynler, çocukların bedenleri büyüme çağına değişiklik gösterdiği için büyüme ağrılarını anormal ortopedik ağrılarla karıştırabilir. Bu gibi durumlarda ilk öce çocuk doktoruna giderek durumu daha iyi anlayabilirsiniz. Eğer ortopedik bir durum varsa ve hekim uygun görürse ameliyat dahi yapılabilir. Çocuk ortopedisinin tedavi ettiği hastalıklar şu şekilde sıralanabilir:

Yenidoğanda Görülen Ekstremitte Anomalileri: Bir parçanın olmaması, ekstra parçalar olması ve hatalı gelişmiş parçalar olarak sınıflandırılabilir. Uzunluk eksiklikleri görülebilir. Uygun tedavi yöntemi bulunur ve uygulanır.



Doğum Felci: Yenidoğan bebeklerin vücut kaslarının bir bölümünde ya da kas gruplarında güç ve kontrol yaşama olarak bilinir. Bunun nedeni, beyne giden sinir hücrelerinde gelişen hasarlar olabilir. Bebeğin oksijensiz kalması, bebeği çıkarmak için el ya da tıbbi aletler ile güç kullanılması, bebeğin başının çok büyük olması, uzamış doğu süresi, ters doğum gibi durumlar doğum felcine neden olabilir. Serebral palsy en sık görülen felç nedenlerindedir. Bu hastalarda takip ve tedavi büyük önem taşır.

Çarpık Ayak: Doğar doğmaz tespit edilebilen bu hastalığın 3 ana unsuru bulunmaktadır: ayak ucunun aşağıya doğru bakması, ayağın katlanması ve topukların içe doğru dönük olması. Tedavinin bebek yürümeye başlamadan önce tamamlanması gerekir, gecikme yaşanırsa deformite dirençli hale gelebilir. 6 ila 12 hafta süren tedaviden sonra 2 ay özel ayakkabı kullanılarak tedavi sonlandırılır. Bu hastalık anne karnında ultrason ile fark edilebilir.

Boyun Eğriliği: Doğumsal ya da doğumdan sonra gelişebilen bir durumdur. Boynun her iki tarafında bulunan kasların kısılmasıyla ortaya çıkar. Doğum sırasında travmaya yaşamak ya da anne karnındaki bebeğin duruş bozuklukları boyun eğriliğine yol açabilir. Doğumdan sonra bebeğin hep aynı yöne dönerek yapması da boyun eğriliğine sebep olabilir.

Skolyoz: Bebeğin omurları anne karnındayken normal şekilde oluşmadığında skolyoz gelişebilir. Hafif ya da şiddetli olabilir. Skolyoz olan bir bebekte sinir sistemi,

mesane ya da böbrek sorunları oluşabilir. Sonradan gelişen skolyoz türleri de duruş bozuklukları veya sinir hastalıkları kaynaklı olabilir. Ayrıca, duyu bozuklukları ve solunum sıkıntıları da sık rastlanabilir.

Kalça Çıkıklığı ve Gelişimsel Yetersizlik: Kalçanın yerinde olmadığı durumdur. Uyluk kemiği (femur) ile kalçadaki leğen kemiğindeki yuvanın ilişkisinin kesildiği tam çıkık kalça; uyumun bozulduğu ama uyluk kemiğinin bir kısmının dışarıda ya da yukarıya doğru yer değiştirdiği durumlara çıkık kalça denir. Kalça çıkıklığı her iki kalçada olabileceği gibi sol kalçada daha sık görülmektedir. Kalça çıkığı ağrı ve duruş bozukluklarına neden olabilir. Doğumsal kalça çıkığı, kalça ultasonografisi ile tanısı konulabilir. Doğumdan sonra kundak kullanılması kalça çıkığına neden olabilir. Erken tanı konulursa özel bandajlarla bebek tedavi edilebilir, geç tanı konulursa 6. aydan itibaren alçılama yapılır, 1 yaştan sonra ise ameliyatla tedavi edilebilir.

Düz Tabanlık: Tabanın tamamen yere değmesidir. Tüm çocuklar düz taban doğar ve zamanla ayakların kavisi oluşur. Bu nedenle, ayakkabı seçimi önemlidir.

Spina Bifida: Genellikle anne karnında oluşan bir durumdur. Hamileliğin ilk aylarında bebeğin omurgası şekillenirken tam olarak kapanmaz. Omurilik ve sinirler, açık kalan omurların arasından çıkar ve bebeğin sırtında bir yumru oluşturur. Bu durum, vücuttaki bazı işlevleri kontrol eden sinirlere zarar vererek çocukta; kısmi felç, skolyoz, yürüme problemleri, hidrosefali, bağırsak ve mesane

problemlerine neden olabilir. Spina Bifida'nın en büyük nedeninin folik asit eksikliği olduğu öngörülmektedir. Bu nedenle, hamilelik öncesi en az 3 ay hekim kontrolünde folik asit kullanmak gerekebilir. Hamilelik sırasında yapılan ultrason ve kan testleriyle tespit edilebilen bir hastalıktır. Doğumdan sonra ilk 35 saat içinde ameliyat olan bebeklerde bazı anomalinin nedenlerine engel olunabilir.

Kemik Kist Ve Tümörleri: Genetik veya çevresel faktörlerden dolayı tümör ya da kistler oluşabilir. Kistler vücuda zarar vermez; iyi huylu ve kötü huylu olmak üzere ikiye ayrılır, genellikle iyi huyludur. Uygun tedavi yöntemi uygulanarak kontrol altına alınabilir durumlardır.

Kırık Ve Çıkıklar: Çocuklukta yaşanan kırıklar ciddi sonuçlara yol açabilir. Kırılan kemik cildi delerse açık kırılma olarak adlandırılır ve hastanede çocuğun yatması gerekir. Çıkık ise eklem bağlarına bağlı iki kemiğin birbirinden ayrılmasıdır. Çocuklar daha hareketli olduğu için çıkık yaygın olarak görülür. Genellikle el bileği, parmak kemikleri, kol ve dirsek üstünde meydana gelirken; ayak ve ayak bileği kemik kırıkları da sıklıkla yaşanabilir.

Eğri Boyun Hastalığı (Tortikolis): Boynun sağ ya da sol tarafına uzanan kaslar üzerinde bir şişlik bulunması, boynun tutulan tarafa doğru eğriliği ve yüzün diğer tarafa göre küçük olmasıdır. Doğumda meydana gelebileceği gibi sonradan da oluşabilir. Doğum travması, anne karnındaki duruş bozuklukları etkili olur.

Çocuk Ortopedisinde uygulanan tedavi yöntemleri nelerdir?

Çocuk ortopedisinde cerrahi olan ve cerrahi olmayan tedavi yöntemleri olmak üzere ikiye ayrılır. Cerrahi yöntem gerektiren durumlarda çocukların kemikleri büyümekte

olduğu için büyüme plakasında ve bu bölgeye yakın alanda çalışırken daha hassas olunmalıdır. Çocuk ortopedisinde uygulanan tedavi yöntemleri şu şekilde sıralanabilir:

Alçılama Yöntemi: Genellikle kırık tedavisinde tercih edilen bu yöntem kemiklerin hareket etmesini engellemek ve iyileşme sürecini hızlandırmak için yapılır.

Pavlik Bandajı: Kalça kırıklarını tedavi etmek için sıklıkla kullanılan bu yöntem ilk ayda uygulanabilir, bebeğe rahatsız etmeyecek tasarımdadır. Hafif çıkıklarda da bu tedavi yöntemi tercih edilebilir.

Egzersiz Ve Masaj Tedavileri: Kas ve kemik sorunlarından kaynaklanan rahatsızlıklarda kas tonusunun ve kemiklerin yerleşiminin düzgün olması için kullanılabilir.

Bantlama Yöntemi: Kas fonksiyonlarını daha iyi hale getirmek ve uzuvların doğru pozisyonda kalmasını sağlamak için kullanılır. Kas ve kemiklerde gelişen bozuklukları eklem hareketliliğini kısıtlamadan tedavi eder, ağırların hafiflemesini de destekler.

Cerrahi Müdahale: Mevcut kemik ve kas yapısı bozukluklarını tedavi etmek, daha sonra ortaya çıkabilecek sorunları ortadan kaldırmak için bu yöntem tercih edilir. Genellikle cerrahi olmayan tedavi yöntemleri yanıt vermediği zaman yapılır. Kırılmış kemikleri tedavi etmek, yürüyüş anomalilerinde ve ilerlemiş kalça çıkıklarında cerrahi müdahale yapılır.

Siz de çocuğunuzdaki ortopedik rahatsızlıklar hakkında kapsamlı bilgi almak ve en güncel bilimsel yöntemlerle tedavisini sağlamak amacıyla çocuk ortopedi doktorunuza başvurmayı unutmayınız.



MİGREN BOTOKSU NEDİR? NE İŞE YARAR?



**Uzm. Dr.
Suna Özlem Mutlu**

1980 İzmir doğumlu Eskişehir
Osmangazi Üniversitesi Tıp
Fakültesi mezunu
Nöroloji Uzmanı
ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE

Migren, en sık görülen baş ağrısı türü olup kişilerin sosyal hayatlarını olumsuz etkileyen rahatsızlıklardan biridir. Migren botoksu, migren ataklarına sebep olan kas kasılmaları kontrollü olarak zayıflatarak migren ataklarının başlamasını önlemeye yardımcı migren tedavi yöntemidir.

Migren nedir? Migren belirtileri nedir?

Günümüzde yaygın bir hastalık haline gelen migren çevremizde sıklıkla karşılaştığımız bir ağrı türüdür. Baş bölgesinin herhangi bir noktasında kendini gösterebilen migren ağrısı kişilerin yaşam kalitesini oldukça düşürür. Migren atakları kişilerde işgücü kaybına da sebep olabilir. Ancak, tedavisi mümkündür. Migren tedavisinde atak tedavisi ve koruyucu tedavi olmak üzere iki yöntem bulunmaktadır. Siz de hekiminize danışarak kendinize uygun tedavi yöntemleri hakkında detaylara ulaşabilirsiniz. Her hastanın değerlendirmesi kişiye özel yapılmalıdır.

Migren kişilerde; tansiyon düşüklüğü, mide bulantısı, kusma, yorgunluk, dikkat eksikliği, işiğe karşı duyarlılık, gözde ışık uçuşmaları, huzursuzluk gibi durumlara sebep olabilir. Migren ağrısı tek taraflı olabileceği gibi, şakaklarda zonklayıcı ağrı ya da ensede keskin bir şekilde de kendini gösterebilir. Yapılan çalışmalara göre, migren atakları erkeklere göre kadınlarda 3 kat daha fazla görülmüştür. Migrenin nedeni tam olarak bulunamamış olsa da genetik ve çevresel faktörlerin etkisinin olduğu

bilinmektedir. Hormonal değişimlerin yanı sıra aileden geçiş oranı %40 ila %75 arasındadır. Alkol kullanımı, çeşitli ilaçlar, kadınlarda regl dönemi, aşırı kilo problemi, aşırı hassas ve duygusal insanlarda migren görülebiliyor. Migren atakları kişiden kişiye değişse de genellikle 4 ila 72 saat arasında sürer.

Migren botoksu nedir?

Migren botoksu, migren ataklarına sebep olan kas kasılmaları kontrollü olarak zayıflatarak migren ataklarının başlamasını önlemeye yardımcı bir tedavi yöntemidir. Migren botoksu, estetik botokslarla aynı etkiye sahip değildir, sağlık için kullanılan tedavi desteğidir. Migren botoksu, kişilerin şikâyetlerinden ve sürekli ilaç kullanımından kurtulup sağlıklı bir yaşam sürdürülebilmesini sağlar.

Migren botoksu, 2010 yılında Amerikan İlaç Dairesi (FDA) tarafından migreni önleyici tedavisinde kullanılan bir ilaç olarak onaylamıştır, bu tarihten itibaren migren botoksu yaygın olarak kullanılmaktadır.

Migren botoksu, çok ince iğneler ile yapıldığından kişide herhangi bir ağrıya neden olmaz. Alın, ense, şakak ve boyun kısmına enjeksiyon uygulanır. Migren botoksunun etkisi kişiden kişiye ve hastalığa göre değişse de minimum 4 ila 6 ay arasında sürmektedir. Bu nedenle, migren botoksu belli aralıklarla yenilenmesi gereken bir tedavi yöntemidir.

Migren botoksu, ilk yıl senede 3 seans olmak üzere 4 ayda bir yapılmaktadır. Her uygulama yaklaşık 1 saat sürmektedir.

Migren botoksunun yan etkisi var mı?

Migren botoksunun bilinen bir ciddi yan etkisi yoktur. Kişilerin hassasiyetine bağlı olarak enjeksiyon yapılan bölgede alerjik reaksiyon görülebilir ya da hafif ağrı ya da kanama olabilir.



AKCİĞER KANSERİ



**Op. Dr. Farrukh
İBRAHİMOV**

1989 Gürcistan doğumlu
Azerbaycan Tıp Üniversitesi
mezunu
Göğüs Cerrahı
ÇERKEZKÖY'DE HİZMETİNİZDE



Akciğer kanseri nedir?

Akciğer kanseri alt solunum yolları (trakea, bronş, bronşiolle) veya akciğer parankiminden kaynaklanan kanser türüdür. Yüzde 95'i bronşlardan kaynaklanır ve küçük hücreli akciğer kanseri (KHAK) ve KHDAK olarak ikiye ayrılır. Bu ayırım tedavi ve prognoz belirlenmesi için gereklidir. Diğer hücre grupları akciğer kaynaklı malignitelerin %5'ini oluşturur.

IXX. yüzyıldan XX. yüzyıla geçilirken akciğer kanseri görülme sıklığı ve akciğer kanserine bağlı ölümlerin tüm ölüm nedenleri arasında oranı düşüktü. Ancak, XX. yüzyılın ilk dekadlarında toplumun maruz kalmaya başladığı çeşitli ve yeni etiyolojik ajanlar, artan yaşam süreleri, ilerleyen yıllarda akciğer kanserini XX. yüzyılın en önemli sorunlarında birisi haline getirmiştir

Epidemioloji

Akciğer kanseri tüm dünyada en sık görülen ikinci kanser türü olmakla beraber kansere bağlı ölüm oranlarında ilk sıradadır. Her yıl ortalama 2 milyon üzerinde yeni vaka görülmektedir. Türkiye'de Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) verilerine göre erkeklerde en sık, kadınlarda ise dördüncü sıklıkta görülen kanser türüdür. Kadınlar ve erkekler birlikte değerlendirildiğinde ülkemizde en sık görülen ve kansere bağlı ölüm oranlarında ilk sırada yer alan kanser türüdür.

Etiyoloji

Akciğer kanseri etiyolojisinde en önemli etken sigara-dır. Aktif sigara içmekle beraber pasif sigara içenlerde de akciğer kanseri riski artar. Diğer risk faktörleri KOAH, kişide kanser öyküsü, ailede akciğer kanseri öyküsü, kanserojen madde maruziyeti (arsenik, krom, asbest, radon, eter, kadmiyum, berilyum, dizel dumanları) öyküsüdür.

Semptomlar

Öksürük, kilo kaybı, nefes darlığı, göğüs ağrısı, hemoptizi akciğer kanserinde görülen en sık semptomlardır.

Tanı

Girişimsel olmayan tanı yöntemleri (akciğer grafisi, USG, bilgisayarlı tomografi, PET BT, MRG) ile beraber akciğer kanserinde girişimsel (biyopsi, cerrahi) tanı yöntemleri kullanılmaktadır.

Tedavi

Tedavi planı yapılırken akciğer kanseri doğru evrelenmeli, mediastinal tutulum ve uzak metastazlar net olarak ortaya konulmalıdır. Hastalık tanısı konulduğunda yüksek oranda ileri evrededir. Akciğerde sınırlı lezyonu olan hastalarda, cerrahi primer ve en etkili tedavi şeklidir. Temel amaç komplet rezeksiyondur. Seçili ileri evre bazı hasta gruplarında multimodal tedavi (cerrahi + kemoterapi + radyoterapi) uygulanmaktadır. Cerrahi tedavide açık, kapalı (VATS) ve robotik (RATS) yöntemler kullanılmakta olup, cerrahi prensip değişmemektedir.

Prognoz

Akciğer kanserinde dört evre olup sağ kalım sonuçları bu evrelere göre değişmektedir. IASLC (International Association for the Study of Lung Cancer) verilerine göre 5 yıllık genel sağ kalımlar; evre 1: %89-71, evre 2: %64-55, evre 3: %37-11, evre 4: %6 olarak belirlenmiştir.

Hedef

Akciğer kanseri politikalarında ilk hedef hasta sayını azaltmaksa, diğer hedef de hastalara erken tanı konulmasıdır. Hasta sayını azaltmak için en etkili yöntem sigara bırakmak ve kirli havayla mücadeledir. NLST (National Lung Screening Trial) raporlarına göre ağır sigara içicisi (30 paket / yıl üzeri) 55-74 yaş aralığında hasta popülasyonunda düşük doz bilgisayarlı tomografi (BT) çekilmesi akciğer kanserinden ölüm oranlarını yüzde 20' oranında azaltmaktadır.

VENÖZ YETMEZLİK (VARİS HASTALIKLARI) NASIL OLUŞUR? VARİS



Op. Dr. İlkin GULİYEV

1989 Azərbaycan doğumlu
Azərbaycan Tıp Universiteti
mezunudur
Kalp və Damar Cərrahisi
ÇERKEZKÖY'DE HİZMƏTİNİZDE

Tedavi yöntemleri nelerdir?

Venöz yetmezlik veya varisler modern toplumlarda kadınların yaklaşık %25 (her dört kadından biri), erkeklerin ise %15'de (her altı erkekten biri) sorunlara neden olmaktadır. Bahsi geçen bu sorunlar basit kılcal damarlardan (telenjektaziler) bacak yaralarına kadar geniş yelpazede görülebiliyor.

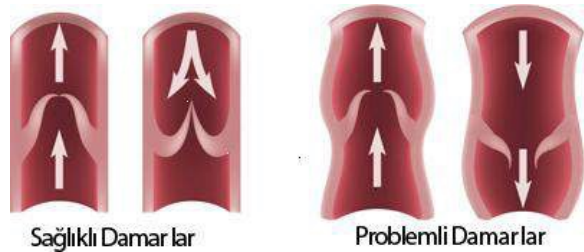
Varis nedir?

Toplardamarların temel görevi; kanın oksijenlenmesi ve yeniden dolaşıma katılması için kanı kalbe doğru taşımaktır. Kanın kalbe doğru tek yönde taşınması toplardamarların içerisindeki kapakçıklar yardımıyla gerçekleşir. Bahsi geçen kapakçıkların çeşitli nedenlerden dolayı bozulması neticesinde "kirli" kan vücudun alt kısımlarında – özellikle bacaklarda birikerek varis görüntüsü oluşturmaktadır. Varis sonucu bacaklarda gün sonuna doğru şişlik, ağrı, ağırlık, kaşıntı, kahverengi renk değişikliği, kılcal damarlanmalarda artış gibi ileri dönemlerinde yaralara kadar getirip çıkaran şikâyetler oluşmaktadır.

Varis tipleri

Telenjektaziler:

Çapları 1 mm'den küçük olan kırmızımsı, mavimsi renklere yıldız ve örümcek ağı şeklindeki kılcal damarlanmalardır. Tek başına genelde hastalık belirtisi ve şikâyet nedeni olmamakla birlikte altta yatan ana toplardamarların yetmezliğinin belirtileri olabilirler.



Retiküler venler:

Çapları 1-3 mm arasında, genelde mavimsi, yeşilimsi ve pembe renkli, kıvrımlı görünümlü varislerdir.

Büyük Varisler:

Ciltten bariz çıkıntı yapan, çapları 3 mm'den büyük varislerdir. Kesin olarak hastalık diye tanımlanırlar. Büyük varisler bazı kişilerde hiç şikâyet oluşturmamalarına rağmen genellikle



semptomatiklerdir. Büyük varislerin en önemli özellikleri bu varislere bacadaki büyük, ana toplardamarların kapaklarındaki yetmezliklerin neden olmasıdır ve bahsi geçen bu toplardamarların kapatılması ile büyük varisler de yok olabilmektedir.

Varisin nedenleri

En sık neden genetik yatkınlık olarak bilinmekle birlikte:

- Meslek (Uzun süre ayakta durmayı gerektiren meslekler)
- Sedanter (hareketsiz) yaşam
- Fazla kilo
- Doğum sayısının fazla olması
- Cinsiyet, kadınlarda erkeklerden daha fazla görülür
- Uzun süre ısıya maruz kalma gibi çevresel faktörler

Varis tanısı nasıl konur?

Bacak varislerinin çoğu çıplak gözle görülür ve kolaylıkla hastanın kendisi tarafından da tanı konulabilmektedir. Ancak, özellikle büyük varislerin oluşumuna yok açan ve dışarıdan görülmeyen derin yerleşimli venlerdeki yetmezlik tanısı için bir tanı yöntemine ihtiyaç vardır:

Doppler ultrason ilk tanı aracıdır

Doppler USG amacı bu duruma neden olan büyük toplardamadaki kapak yetmezliğini saptamak ve normal ve sorunlu damarların haritasını çıkarmaktır ki tedavi tamamen bu plan üzerine yapılır.

Tedavisi neden önemli?

Varisler basit kozmetik sorunlardan, bacak yaralarına (venöz ülserler) ve damar içi pıhtılara neden olabilirler. Varisli damarlardaki kan akışının yavaşlamasına bağlı oluşan pıhtılar derin toplardamlara kadar ilerleyerek (DVT) en korkunç komplikasyon olan ölüm ile sonuçlanabilmektedir.

Tedavi yöntemleri nelerdir ve ne zaman tedavi edilmeli?

Varisler semptomatik hale gelince mutlaka tedavi edilmelidir. Bunun dışında:

- Varislere bağlı oluşan bacak yaraları
- Büyük pakelerin olması
- Kozmetik açıdan rahatsızlığın olması



Tedavi yöntemleri

- Konservatif tedavi (kompresyon çorabı ve ilaç tedavisi)
- Endovasküler lazer ve radyofrekans ile kesi olmaksızın tedavi
- Skleroterapi (köpük tedavisi)
- Cerrahi tedavi
- Transdermal lazer ve RF termokoagülasyon

Kompresyon tedavisi

Skleroterapi

- Usg ve kateter eşliğinde varisli damar içine sklerozan madde verilmesi ile hastalıklı venin ablasyonudur.
- Cerrahi esnasında insizyon sayısını azaltmak amacı ile 3mm den küçük varislerde kolaylıkla uygulanabilir.
- Genellikle kozmetik amaçlı uygulanır.

Skleroterapinin görülebilecek komplikasyonları

- Hiperpigmentasyon (köpük uygulanan bölgede renk değişikliği)
- Nekroz
- Ülser
- Alerji
- Tromboflebit

Endovenöz lazer ablasyon ile varis tedavisi

Bu yöntem, kaçak yapan damarın ameliyatla dışarı alınması yerine, damar içinden anjio gibi girilerek lazer enerjisi ile hasarlı kapağın damar içinden kapatılması esasına dayanmaktadır. Lazerle kapatılan damardan artık varislerin içine kaçak oluşmaz. Kapatılan bu damar vücut tarafından zamanla yok edilir. Safen veni yakılarak kapatıldığında gözle görülen varisler de küçülerek kaybolur. Hastalıklı ven ortadan kalktığında diğer sağlıklı venler kanı taşıma görevini üstlenerek bacağın venöz dolaşımını sağlar

Görülebilecek komplikasyonları



- İşlem sonrası ilk birkaç hafta içinde uyluk bölgesinde hafif bir uyuşukluk ve çekilme hissi görülebilir ancak kısa zamanda kendiliğinden düzelir.
- İşlem bölgesinde morluk nadiren de olsa görülebilir ve ilk bir hafta içinde düzelir.
- Flebitis; ciltte kırmızılık ve hassasiyetle kendini gösteren ve ağrı kesici ile kolayca tedavi edilebilen bir durumdur, 3 ila 7 gün içinde tamamen düzelir.

Cerrahi tedavi

Birkaç mm'lik cilt kesileriyle, cilt altı pakelerin vücuttan uzaklaştırılması ile yapılan işlemdir.

BÖBREK TAŞI BELİRTİLERİ NELERDİR?



Op. Dr. Ali Talip BAŞTÜRK

1968 Malatya doğumlu Çukurova
Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu
Üroloji Uzmanı
ÇORLU'DA HİZMETİNİZDE

Böbrekler, boşaltım sisteminin en önemli organlarıdır. Metabolizma sonucu atıkların vücuttan uzaklaştırılması gibi pek çok göreve sahiptir. Böbreklerde oluşan sorun tüm vücudun çalışmasını etkiler. Böbrek hastalıklarından en sık karşılaşılan böbrek taşı ülkemizde yaygın olarak görülür. Tedavi edilmezse böbrek kaybına neden olabilir.

Böbrek taşı nedir, böbrek taşı neden olur?

Böbrek kanalları içerisinde bazı minerallerin birleşerek oluşturduğu sert yapılara böbrek taşı denir. Böbrek taşı oluşumu metabolik ve çevresel faktörler gibi; beslenme, cinsiyet, yaş, diyet, kalıtım, iklim şartları, coğrafya ve coğrafya koşulları neden olur. Aşırı tuz tüketimi, obezite ve yetersiz sıvı alımı da böbrek taşı oluşumuna neden olan etkenlerdendir.

Böbrek taşı, erkeklerde kadınlara oranla daha fazla görülür. Bir kez oluşan böbrek taşı tedavi edilse dahi sonrasında tekrarlayabilir. Her yaş grubunda görülebilir ve tedavi edilmesi önemlidir. Çünkü böbrek taşı tedavi edilmezse böbrek kanalları tıkanabilir; böbrek içerisinde basınç artışına neden olarak şiddetli ağrı ve organların fonksiyonlarında bozulma görülür. Ağrı olmasa bile tedavi yapılmalıdır. Böbrekler kanı temizlemekle görevlidir, mineral ve tuzlar böbrekte birikir. Böbrek taşları mineral ve tuzların idrarla atılamaması halinde birikerek o bölgeye yapışması ile

oluşur. Böbrek taşının büyüklüğü ve çeşitleri tuz ve minerallerin içeriği ve oluşma sebebine göre değişiklik gösterir. Te ya da çift taraflı görülebilir. Böbrek taşı tedavisi için üroloji bölümüne başvurulmalıdır.

Böbrek taşı belirtileri nelerdir?

Böbrek taşları, böbreğin içinde hareket edene ya da üretere (idrar kanalı) girene kadar herhangi bir şikâyete neden olmayabilir. Aniden sırt ağrısı ve karın bölgesinde ağrı böbrek taşı belirtilerinden bir tanesidir.

Böbrek taşı kanala girerse veya böbrekte şişmeye neden olursa yaşanabilecek belirtiler şu şekildedir:

- Mide bulantısı, kusma
- İdrarda yanma ve acı hissi
- İdrarda kan görülmesi
- İdrarın yapısı, rengi ve yoğunluğunda değişiklik (bulanık, kötü kokulu idrar)
- Az miktarlarda idrar yapma veya sık idrara çıkma ya da idrar yapma zorluğu
- Kaburgaların altı, yanı veya arkasında şiddetli ağrı
- Alt karın ve kasıklara yayılan ağrı
- Dalgalar halinde gelen ve yoğunluğu artan ağrı
- Enfeksiyon olduğunda ateş, üşüme ve titreme de bu belirtilere eşlik edebilir.

Böbrek taşı nedenleri nelerdir?

İdrarda oluşan atıklar idrarla birlikte dışarı atılmazsa risk faktörleri oluşturabilir. Metabolik rahatsızlıklar, yetersiz sıvı alımı, sıvı kaybı, bazı ilaçlar, beslenme biçimleri gibi nedenler böbrek taşı oluşumuna neden olabilir. Bu nedenler dışında;

- Aile sağlık geçmişi
- Yüksek protein diyetlerinin uzun süre uygulanması
- Yetersiz sıvı alımı
- Obezite
- Diğer böbrek hastalıkları ya da böbrek anomalileri
- Bağırsak ameliyatları
- Zayıflama amaçlı mide ameliyatları
- Yüksek tuz ve şeker tüketimi
- Laksatiflerin yoğun kullanımı
- Bazı migren ve depresyon ilaçları
- Metabolik sendromlar
- D vitamini ve kalsiyum gibi takviyeleri uzun süre kullanmak
- Gut hastalığı, polikistik böbrek ya da başka bir kistik böbrek hastalığı
- Yetersiz fiziksel aktivite
- Tek böbrekli olmak
- Çok sık idrar yolu enfeksiyonu geçirmek

- Crohn hastalığı, renal tübüler asidoz, hiperparatiroidizm, medüller sünger böbrek ve Dent hastalığı gibi rahatsızlıklar
- İdrar yolu enfeksiyonları gibi faktörler de yer alır.

Böbrek taşları nasıl tedavi edilir?

Böbreklerde oluşan taşlar 4 mm'den küçükse %90 oranında kendiliğinden düşer. 4-7 mm arasındaki taşların yarısı ve 8 mm'den büyük taşlar ise nadiren kendiliğinden düşer. Böbrek taşı idrar yolundaysa müdahale edilmeden kişilerin bol su tüketmesi ve hareket etmesiyle düşebilir. Çocuklarda ve yetişkinlerde benzer tedavi yöntemleri uygulanır. Hastanın sağlık durumu, yaşı, taşın büyüklüğü ve teri yapılması gereken işlemler belirler.

Böbrek taşlarını tedavi eden birçok yöntem bulunmaktadır, bunlar:

İlaç tedavisi, hastanın ağrısını azaltmak için tercih edilir. Hekim böbrek taşının düşmesine yardımcı olacak ilaçlar da verebilir. Üreterdeki kasların gevşemesi için verilen ilaçlar, taşın vücuttan atılmasına yardımcı olur. Ayrıca, hastanın vücudunda ürik asit fazlalığı varsa idrarın asiditesini düşürmek için de ilaç tedavisi yapılabilir.

Operasyon gerektirmeyen müdahaleler, operasyon gerektirmeyen yöntemlerin başında ESWL (Extracorporeal Shockwave Lithotripsyde) gelir. Vücut dışından verilen şok dalgalarıyla böbrek taşlarını kıran bir teknolojidir, kırılan taşlar idrarla atılır. 2 cm'den küçük taşlarda uygulanır.

Cerrahi müdahaleler, peruktan nefrolitotomi (PNL) böbrek taşı ameliyatıdır, kapalı böbrek taşı ameliyatı olarak da adlandırılır. 2 cm'den büyük taşlar için tercih edilir. Sırtta açılan 1 cm'lik küçük bir kesiden içeri girilerek taş kırılır ve vücut dışına çıkarılır. Genel anestezi ile yapılır.

Böbrek taşlarını vücuttan atmak için kullanılan başka bir yöntem de üreteroskopidir. Ucunda kamera bulunan ışıklı bir tüp aracılığıyla üretere ya da böbreğe ulaşılır. Genel anestezi uygulanarak taş bulunduğu yerden alınabilir ya da taş kırılarak idrarla vücuttan atılması beklenir.

Sağlığınız Güvende



OPTİMED SAĞLIK GRUBUNA ULUSLARARASI KALİTE BELGESİ VERİLDİ!

Tekirdağ'ın Çerkezköy ve Çorlu ilçelerinde faaliyet gösteren Optimed Sağlık Grubu Optimed International Çorlu Hastanesi Uluslararası American Accreditation Commission International (AACI) akreditasyon belgesi almaya hak kazandı. Sağlık sektöründe standartlarını en üst seviyede tutan ve bölge halkının takdirini kazanan Optimed Sağlık Grubuna bağlı Optimed International Çorlu hastanesi bu belgeyi Trakya Bölgesi'nde almaya hak kazanan ilk sağlık kuruluşu oldu. AACI, sağlık kuruluşu akreditasyonu ve klinik mükemmellik belgelendirme hizmetleri sağlamada dünyanın en deneyimli kuruluşlarından biridir. Dünya çapında sağlık hizmeti kalitesini, hasta güvenliğini ve hizmet sunum kalitesini iyileştirmek için hükümetleri ve sağlık kuruluşlarının yanı sıra ortakları ve sağlık uzmanlarını destekler. Ayrıca sağlık kuruluşlarının risklerini yönetmelerine ve hasta odaklı bakımı iyileştirmelerini sağlar. Optimed Yönetim Kurulu Başkanı Operatör Doktor Ayhan Arslan belge teslim töreninde yaptığı açıklamada "Optimed Sağlık Grubu olarak, kurulduğumuz günden itibaren, bölgemizin referans gösterilen, güvenilen, tercih edilen, uluslararası standartlarda hizmet sunan sağlık kurumları olma isteğimiz artarak devam ediyor. Bu kapsamda 1 yılını henüz tamamlamış olan Çorlu'daki International Hastanemiz Amerikan Akreditasyon Kuruluşu olan AACI tarafından yerinde ve yoğun olarak denetlenerek Trakya'nın ilk AACI belgesini alan kuruluşu oldu. Bundan dolayı gururlu

ve mutluyuz" dedi. Hedeflerinin her zaman hizmet kalitesini daha da yükseltmek olduğunu vurgulayan Arslan "Biz hastanemizde her hastanın mümkün olan en iyi bakımı alması gerektiğine inanıyoruz ve amacımız sağlık standartlarımızı dünya çapında ölçülebilir duruma getirmek. Optimed International Çorlu Hastanesi olarak bu sertifikaya sahip olmak bölge halkımıza ve uluslararası hastalarımıza dünya çapında sağlık kalitesi, hasta güvenliği ve hizmet kalitesini sunabilmek için sürekli gelişmeye yönelik ciddi taahhütlümüzün olduğunu göstergesidir" diyerek sağlık gruplarının her geçen gün daha iyi hizmet verebilmek adına çalıştığının altını çizdi. Operatör Doktor Ayhan Arslan konuşmasının son bölümünde "Önümüzdeki günlerde yine bölgede ilkelere öncülük edeceğimiz projelerimiz olacak. Güneş enerjisinden kendi elektriğimizi üretmeye başlayacağız. Sağlık sektöründe yıllara dayanan tecrübemiz, alanında uzman hekimlerimiz ve güler yüzlü sağlık ekibimizle çok yakın zamanda Çerkezköy şubemizle Onkoloji ve Nükleer Tıp Bölümlerimizle de hizmet vereceğiz. Hastalarımızın güvenliği, refahı ve yaşam kalitesi de dâhil olmak üzere sağlık hizmetlerini iyileştirme çabamız her daim devam edecektir. Bu bağlamda emeği geçen tüm çalışma arkadaşlarıma teşekkür ederim" dedi. Yine konu ile alakalı açıklama yapan Optimed Sağlık Grubu Yönetim Kurulu Üyesi Operatör Doktor Nevzat Koç ise "Bugün AACI belgesini alma-

nın mutluluğunu yaşıyoruz. Kurulduğumuz günden bu yana Optimed Ailesi olarak sağlık hizmetlerinde vatandaşlarımıza en üst seviyede hizmet vermek için çalışıyoruz. Yapmış olduğumuz çalışmaların Optimed International Çorlu Hastanemizin AACI akreditasyonu belgesi ile ödüllendirilmesi bizleri hizmet seviyemizi daha da ileri taşımak adına gayretlendirmiştir. Trakya Bölgesi'nde bu belgeyi almaya hak kazanan ilk hastane olmanın bilinci ile bizlere güvenen ve hastanemizi tercih eden vatandaşlarımıza daha iyi hizmet vermek adına çalışmaya devam edeceğiz. Bu belge nasıl ki bir ürün alırken TSE ve CE belgesini soruyorsak sağlık sektöründe de kalitenin ispatı anlamında bir belgedir. Optimed Sağlık Grubu olarak, özellikle yurt dışından sağlık turizmi kapsamında her geçen gün daha da fazla talep görmekteyiz. Hizmet ve kalite standartlarımızdan ödün vermeden bölge halkımıza en iyi teşhis ve tedavi koşullarını sağlamaya devam ediyoruz. Biliyoruz ki, halkımız bir sağlık kuruluşuna giderken aklındaki ilk soru acaba bu hastane güvenilir mi, iyi bir yer mi? Bizler bu belge ile kalitemizi uluslararası alanda da kanıtlamış durumdayız. İşte bu yüzden bölge halkımızın da kaliteli sağlık hizmeti alma konusunda her geçen gün daha da artarak bizlere teveccüh gösterdiğini görüyoruz. Bölge halkımız Optimed Sağlık Grubu'na güvenle gelebilir ve Dünya standartlarında eksiksiz sağlık hizmetlerimizden faydalanabilir" dedi.



OPTİMED HASTANESİ'NDE BAŞARILI AKCİĞER KANSERİ TEDAVİSİ!

Çerkezköy Özel Optimed Hastanesi Göğüs Cerrahisi Op. Dr. Farrukh İBRAHİMOV'a başvuran ve Sağ Akciğer Lobektomi Ameliyatı başarılı geçen 67 yaşındaki hastamız operasyon sonrası hastanemizden mutlu bir şekilde ayrıldı. Op. Dr.

Farrukh İBRAHİMOV tanı ve tedavi sürecini anlattı.

"67 yaşındaki erkek hastamız öksürük, dispne (nefes darlığı), kilo kaybı şikayetiyle Göğüs Hastalıkları Polikliniğine başvurdu. Muayene sonrasında kendisine Toraks BT çekildi ve sağ akciğerinde şüpheli nodül izlendi. Hastamıza PET BT yani tüm vücut taraması ve "Beyin MR"ı çekilerek tüm olası ihtimaller

araştırıldı. Mevcut nodüle yönelik Bronkoskopi ve TBNA yani lenf nodunun örneklenmesi yapıldı. Yapılan prosedürler sonrasında değerli hastamıza "Akciğer Kanseri" tanısı konuldu ve ilk olarak Neoadjuvan Kemoterapi önerildi. Neoadjuvan Kemoterapi sonrası hastamıza sağ akciğer alt lobektomi uygulandı. Operasyonu başarıyla geçen değerli hastamızı güler yüzüyle taburcu ettik."

Akciğer kanseri erken evrede saptandığı zaman başarılı bir şekilde tedavi edilebilmektedir. Özellikle sigara içen, KOAH'lı, ailede akciğer kanseri, kirli hava maruziyeti olan kişiler akciğer kanseri için risk grubuna girmektedir. Bu kişilerin akciğerler için Check-up taramasına girmesi önerilmektedir.

OPTİMED DOĞUM OKULU HIZLA DEVAM EDİYOR

Doğum Okulu; tüm gebelerin, doğum öncesi, doğum ve doğum sonrası dönemle ilgili konularda bilgi sahibi olmalarını ve bilinçli doğum yapmalarını sağlamayı, normal doğum eylemi, ağrı yönetimi ve yeni rollerini benimsemeleri konularında bilgi ve beceri kazandırmayı amaçlamaktadır.

Optimed Sağlık Grubu olarak, Çorlu ve Çerkezköy şubelerimizde Optimed Doğum Okulu eğitimleri verilmektedir. Anne ve baba adayları ile keyifli bir eğitim geçiren doğum okulu uzmanlarımız; bilinçli anne ve baba adaylarını görmeyi geleceğe umutla bakmayı sağladığını dile getiriyor.

Heyecanlı gebelik serüvenlerinde okulumuza gelerek bizleri de heyecanlarına eşlik etme, bilgilerimizle hayatlarına bir şey katma şansı veren adaylarımız sayesinde daha huzurlu ve mutluyuz.



OPTİMEDLİFE ROMANYA'DA!

Optimed Sağlık Grubu olarak, Romanya Bükreş'te açılan irtibat ofisimizi paylaşmaktan mutluluk duyuyoruz. Profesyonel hekim kadrosu, teknolojik donanımı ve kusursuz hizmet anlayışı ile sağlık ihtiyaçlarınız için güvenilir çözümler üretiyoruz.

Estetik operasyonlar, saç ekimi, obezite ameliyatları, ortopedi ve daha birçok hizmetimizden yararlanmak ve bilgi almak için Optimed Life Romanya ofisimiz ile @optimedlife Instagram hesabına ya da 0 729 616 802 iletişim numarasına ulaşabilirsiniz.

Sağlığınız Güvende



OPTİMED REFERANS HASTANE OLDU

Türkiye Sağlıkta Kalite Sistemi'nin dört temel yapıtaşından biri olan Sağlıkta Kalite Standartları, Türkiye'de hizmet sunan tüm sağlık kurum ve kuruluşları için hedeflenen kalite düzeyini ortaya koymak ve uygulamaya yönelik rehberlik etmek amacıyla geliştirilmiştir.

SKS setleri Türkiye'de kamu, özel ve üniversite statüsünde sağlık hizmeti veren tüm kurum ve kuruluşları kapsayacak şekilde oluşturulmaktadır.

SKS setleri, puanlandırma sistematığı, standartlar ve değerlendirme ölçütlerine yönelik rehberlik ifadeleri ve eklemlerde yer alan yardımcı dokümanlar ile birlikte aynı zamanda sağlık hizmeti sırasında karşılaşılabilecek riskleri minimize eden ve risklerin yönetimini sağlayan bir araç niteliğindedir.

Sağlıkta kalite çalışmalarının etkin ve istikrarlı bir şekilde sürdürülmesi için, Sağlıkta Kalite Standartları ile birlikte Bakanlığımızca yayımlanan çeşitli yardımcı rehberlerin bütüncül bir bakış açısıyla ele alınması ve uygulanması gereklidir.

Sağlıkta Kalite Standartları sistematik bir yaklaşımla Dünya Sağlık Örgütü hedefleri, uluslararası gelişmeler, ülke sağlık sistemi ihtiyaç ve öncelikleri esas alınarak hazırlanmaktadır. Standart hazırlama çalışmaları sırasında, çeşitli yöntemlerle kullanıcıların ve ilgili uzmanların görüş ve önerileri alınmakta, özellikle saha uygulayıcılarının kalite çalışmaları ile ilgili tüm süreçlere dâhil edilmesi sağlanmaktadır.

Sağlık Bakanlığı tarafından gerçekleştirilen Sağlıkta Kalite Standartları değerlendirmesinde 95.98 puan olarak Çerkezköy bölgesinde, 98.97 puan olarak Çorlu bölgesinde referans hastane olmaya devam ediyoruz.

Siz değerli hastalarımız ve çalışanlarımızın; güvenliği ve memnuniyeti için uluslararası kalite standartlarında hizmet sunmaya devam edeceğiz. Optimed ile Sağlığınız Güvende...



TASARRUF BİLİNCİNİ SÜRDÜRÜLEBİLİR KILIYORUZ

Tasarruf, zevk ve sorumluluklar arasında denge kurabilme çabasıdır. İnsanlar, sınırsız ihtiyaçlarını kıt kaynaklarla karşılayabilmek için sınırsız isteklerini limitlemek zorunda olduklarının farkına vardıklarında, tasarruf eylemi başlar. İsteklere limit koymak, psikolojik olarak yıkıcı bir eylemi çağırıyor olabilir ancak göz ardı edilmemesi gereken nokta, ihtiyaç ve istek arasındaki farkı doğru tanımlayabilmektir.

Doğru yatırım tasarrufun karşıtı değil, destekleyicisidir. Tasarruf etmek öncelikle israf etmemektir. İsfraf azaldığında tasarruf doğal bir biçimde artacaktır.

Tasarruflu olmak, maddiyatın ötesinde bir yaşam felsefesi ve değerler bütünüdür.

Bu bilgiler ışığında yola çıkarak Optimed Sağlık Grubu olarak, 2022 yılında "İsrafı Azalt Verimi Arttır" sloganıyla tasarruf kampanyası başlattık. Tasarruf bilincini sürdürülebilir kılmak, yaymak ve gelecek yıllarda tasarruf bilincini daha da etkin şekilde devam ettirmek üzere ekip arkadaşlarımıza başarı dileklerinde bulduk. Tasarruf kampanyasındaki katkılarından dolayı tüm ekiplerimize teşekkür ederek sertifikalarını teslim ettik. Sürdürülebilir bir dünya için sen de İsrafı Azalt Verimi Arttır!



OPTİMED SAĞLIK GRUBU

16 YAŞINDA!



GURURLA DUYURUYORUZ!

Optimed Hastanesi olarak, 16 yıl önce atılan ilk adımların ardından elde ettiğimiz büyük başarılarla bugün 16. Yıl Dönümünü kutlamanın onurunu yaşıyor. Bu özel gün vesilesiyle, değerli çalışanlarımıza, değerli hastalarımıza ve tüm paydaşlarımıza teşekkür etmek için Yalı Restoran'da bir araya geldik.

16 yıl önce yola çıktığımızda, misyonumuz; kaliteli, güvenilir ve hasta odaklı sağlık hizmetlerini toplumumuza sunmaktı. Bugün geldiğimiz noktada, bu misyonu layıkıyla yerine getirdiğimize gönülden inanıyoruz. Hastalarımıza

duyduğumuz derin saygı ve onlara sağladığımız kusursuz hizmet, Optimed Hastanesi'ni sektörde öne çıkan bir kurum haline getirdi.

Elbette, bu başarılar tek başına gelmedi. Hepinizin büyük çabaları, uzmanlığınız ve sadakatiniz olmadan bu başarılar mümkün olmazdı. Sizler, Optimed'in en değerli varlıyorsunuz ve ailenin temel taşıyorsunuz. Bu 16 yıl boyunca gösterdiğiniz azim ve özveri için teşekkür ediyoruz. İyi ki varsınız!



0282 726 0 555

optimed.com.tr

TRAKYA'NIN KARBON AYAK İZİNİ AZALTAN İLK HASTANESİ OPTIMED



Trakya Bölgesi'nde yaptığı işlerde öncü olan Optimed Sağlık Grubu şimdi de kendi elektriğini üreterek Trakya Bölgesi'nde karbon ayak izini azaltan ilk hastane oldu.

Çorlu ve Çerkezköy'de faaliyet gösteren Optimed Sağlık Grubu, Eskişehir'de arazi satın alarak elektrik üretimine başladı. Güneş

panelleri kurulan arazide üretilen elektrik ile yenilenebilir enerji tüketilecek.

Güneş enerjisi çevreci olması ve herhangi bir atık oluşturmaması ile tercih sebebidir. Çevre dostu olan bu sistem sera gazı ya da zararlı başka bir gaz salınımı yapmaz. Tek yakıtı güneş olan bu sistem doğayı kirlilememektedir.

Optimed Sağlık Grubu Teknik ve Teknolojik Hizmetler Yöneticisi Uğur Duran, konuyla ilgili açıklamalarda bulundu, "Fosil yakıtlar nükleer enerji santralleri veya yenilenemeyen enerji kaynakları hava kirliliğine yol açan en önemli faktörlerdir. Bu sebeple, doğayı korumak çevreye duyarlı bir kurum olmak adına bu yatırımı



tercih ettik. Güneş enerjisi kullanılırken çevreye herhangi bir zararlı duman, gaz veya karbon monoksit salınımlar yapmaz. Dolayısıyla, güneş enerjisi dünyadaki hava kirliliği gibi önemli bir soruna fayda sağlamaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü'nün tespitine göre hava kirliliğine bağlı olarak her yıl dünya üzerinde yaklaşık 7 milyon kişi hayatını kaybediyor. Bu rakam insanlık adına oldukça ciddi bir rakamdır. Güneş enerjisi kullanımı hava kirliliğini azalttığından dolayı uzun vadede insan sağlığını da olumlu yönde etkileyecektir.

Bilim insanlarının görüşlerine göre, yaklaşık 200-300 yıl sonra dünyanın çölden bir farkı kalmayacak. Güneş enerjisi karbon salınımını azalttığından dolayı küresel ısınmayı negatif etkileyip yavaşlatıyor ve dünyanın ömrünü uzatıyor. Tüm bu bahsettiklerimiz güneş enerjisinin dünyaya faydalarından sadece birkaçı. Kurumlar ve işletmeler karbon salınımını azaltmaya yönelik çalışmalar yapmakta öncü olurlarsa solar enerji ile dünyamızı gelecek nesiller için koruyabiliriz mesajını vermek istiyoruz.

Kurduğumuz GES Projesi tarım dışı arazi üzerinde Eskişehir'in Seyit Gazi ilçesinde 40 dönüm arazide 2500 kWh kurulu gücündedir. Çorlu ve Çerkezköy'deki hastanelerimizin elektrik enerjisi ihtiyacını karşılayabileceğini umut ediyoruz. Bu bağlamda, güneş enerji sisteminin 2023 yılı içinde faaliyete geçeceğini ve üretime başlayacağını sizlerle paylaşmak istedik. Trakya'da karbon ayak izini azaltan ilk hastane olmanın gururunu yaşıyoruz."

Optimed Sağlık Grubu Teknik ve Teknolojik Hizmetler Yöneticisi Uğur DURAN, sözlerini şu cümle ile bitirdi; "Optimed Sağlık Grubu olarak, sürdürülebilirlik ve çevre odaklı yatırımlarımızla tüm faaliyetlerimizde enerji tüketimini azaltıyoruz. Ayrıca toplumsal problemlere de kayıtsız kalmıyor; geri dönüşüm, yenilenebilir enerji kaynaklarının kullanılması, atık yönetimi ve ağaçlandırma gibi çalış-

malar yaparak karbon ayak izinin azaltılmasına da destek oluyoruz."

Güneş enerjisi nedir?

Güneş enerjisi, güneşten gelen elektromanyetik radyasyonun (ışık ve ısı) kullanılarak enerji elde edilmesidir. Bu enerji, fotovoltaiik hücreler aracılığıyla elektrik enerjisine dönüştürülebilir veya güneş kolektörleri yardımıyla ısı enerjisi elde edilebilir. Güneş enerjisi, sürdürülebilir ve çevre dostu bir enerji kaynağı olarak önem taşır. Güneş enerjisinin önemi birkaç yönden gelir. İlk olarak, güneş enerjisi sürdürülebilir bir kaynaktır; güneşin enerjisi tükenmeyen bir doğal kaynaktan gelir. Ayrıca, güneş enerjisi kullanımı çevre dostudur, çünkü sera gazı emisyonlarını azaltarak iklim değişikliği ile mücadelede katkı sağlar. Ekonomik olarak da önemli olan güneş enerjisi, enerji bağımsızlığına ve yeşil enerji sektörünün büyümesine katkıda bulunabilir.

Karbon ayak izi nedir?

Karbon ayak izi, bireyin, kurumun veya ülkenin sera gazlarının (genellikle karbon dioksit) atmosfere salınımının ölçümüdür. Bu izleme, kişisel, kurumsal veya toplumsal faaliyetlerin çevresel etkilerini değerlendirmeye ve azaltmaya yardımcı olur. Karbon ayak izi genellikle birim olarak ton CO₂ e (karbon dioksit eşdeğeri) kullanılarak ifade edilir. Azaltma çabaları, enerji tasarrufu, sürdürülebilir ulaşım ve diğer çevresel dostu uygulamaları içerebilir.

Kendi Elektrikliğini Üreten Kurumlar Dünyaya Ve Ülkemize Ne Gibi Fayda Sağlar?

Kendi elektrikliğini üreten kurumların dünyaya ve ülkeye birkaç önemli faydası vardır:

1. Çevresel Faydalar: Yenilenebilir enerji kaynaklarını kullanarak elektrik üretmek, karbon ayak izini azaltır ve çevresel olumsuz etkileri en aza indirir. Bu durum, iklim değişikliği ile mücadelede katkıda bulunur ve çevre sağlığını olumlu yönde etkiler.

2. Enerji Bağımsızlığı: Kurumlar kendi elektrikliğini üreterek enerji bağımsızlığını artırır. Dışa bağımlılığı azaltır ve enerji arzını daha güvenli ve istikrarlı hale getirir.

3. Ekonomik Tasarruf: Yenilenebilir enerji kullanımı genellikle uzun vadede enerji maliyetlerinde tasarruf sağlar. Kurumlar, kendi elektrikliğini üretmenin yanı sıra, enerji maliyetlerini kontrol altına alabilir ve sürdürülebilir bir şekilde iş yapabilir.

4. Teknolojik İnovasyon ve İstihdam: Yenilenebilir enerji projeleri, teknolojik inovasyonu teşvik eder ve bu alanda iş yaratır. Bu, ekonomik büyümeye katkıda bulunabilir ve yeşil iş sektörünün genişlemesine destek olabilir.

5. Sürdürülebilir Kalkınma: Yenilenebilir enerji projeleri, sürdürülebilir kalkınma hedeflerine uygun olarak, ekonomik büyümeyi, çevresel korumayı ve toplumsal refahı bir arada değerlendirebilir.

Güneş enerjisi ile kendi elektrikliğini üreten firmaların yaygınlaşması çevre dostu ve sürdürülebilir enerji üretiminin teşvik edilmesine katkı sağlar. Bu, fosil yakıtlardan kaynaklanan çevresel olumsuz etkileri azaltabilir ve iklim değişikliği ile mücadelede destek olabilir.

Ayrıca, güneş enerjisi ile kendi elektrikliğini üreten firmalar enerji bağımsızlığını artırabilir. Bu, enerji maliyetlerini kontrol etmelerine ve enerji arzı üzerinde daha fazla güce sahip olmalarına olanak tanır. Ekonomik olarak, uzun vadede enerji maliyetlerinde tasarruf sağlamalarına yardımcı olabilir. Son olarak, güneş enerjisiyle elektrik üreten firmalar, teknolojik inovasyonu teşvik eder ve bu alanda iş fırsatlarını artırabilir. Bu, yenilenebilir enerji sektörünün büyümesine katkıda bulunarak ekonomik kalkınmaya destek olabilir. Bu nedenlerle, kendi elektrikliğini üreten kurumlar hem çevresel hem de ekonomik açıdan önemli bir rol oynarlar.



Sağlığınız Güvende



Dr. Çetin ÜÇEÇAM
Acil Hekimi (Optimed International
Çorlu Hastanesi Başhekimliği)



Uzm. Dr. Necati KARAÖĞLU
Anestezi ve Reanimasyon Uzmanı
(Çerkezköy Optimed Hastanesi
Başhekimliği)



Dr. Özalp AŞIL
İç Hastalıkları Uzmanı
(Çorlu Tıp Merkezi Başhekimliği)



Dr. Ahmet Suat KESKİN
Acil Hekimi



Dr. Ali ÇOLAK
Acil Hekimi



Dr. Alper Tunga YAZICI
Acil Hekimi



Dr. Burak ÖZTÜRK
Acil Hekimi



Dr. Bülent A. KAPTANOĞLU
Acil Hekimi



Dr. Enes Furkan ÖNCEL
Acil Hekimi



Dr. Halil AKYÜREK
Acil Hekimi



Dr. İsmail KARAKÖSE
Acil Hekimi



Dr. Mehmetan TAŞ
Acil Hekimi



Dr. Necati ÇALI
Acil Hekimi



Dr. Orhan GÜLEÇ
Acil Hekimi



Dr. Ömer Yasin ÖZDEMİR
Acil Hekimi



Uzm. Dr. Adnan Veli ŞENOL
Anestezi ve
Reanimasyon Uzmanı



**Uzm. Dr. Mehmet Emrah
TEMEL**
Anestezi ve Reanimasyon Uzmanı



Uzm. Dr. Zülfiakar ŞİMŞEK
Anestezi ve Reanimasyon
Uzmanı



Uzm. Dr. Yaşar PALA
Anestezi ve Reanimasyon
Uzmanı



Uzm. Dr. Zeynep ARAS
Anestezi ve Reanimasyon
Uzmanı



optimed



optimedsh



optimedsaglik



OptimedSH



Op. Dr. Barış ALKAN
Beyin, Omurilik ve Sinir Cerrahisi



Op. Dr. Mehmet BÜYÜKKIRAZ
Beyin, Omurilik ve Sinir Cerrahisi Uzmanı



Op. Dr. Oğuz BALKIŞ
Beyin, Omurilik ve Sinir Cerrahisi Uzmanı



Uzm. Dr. Arif FİDAN
Biyokimya ve Mikrobiyoloji laboratuvarı Uzmanı



Uzm. Dr. Abdullah AHMAD
Cildiye (Dermatoloji) Uzmanı



Uzm. Dr. Burcu MİNARECİ
Cildiye (Dermatoloji) Uzmanı



Uzm. Dr. Onur RAIMOĞLU
Cildiye (Dermatoloji) Uzmanı



Op. Dr. M. Yasin MECDEL
Çocuk Cerrahisi Uzmanı



Uzm. Dr. Ali BAŞKENT
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Fatma İŞİKER
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Medeni ASMA
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Metin KURT
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Metin SEZEN
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Lala JALİLOVA
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Yusuf GÜZEL
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı



Dt. Arda Deniz ASUTAY
Ağız ve Diş Sağlığı Uzmanı
Diş Hekimi



Dt. Dilara Çelebi KOCAGÖZ
Ağız ve Diş Sağlığı Uzmanı
Diş Hekimi



Dt. Süleyman DOLUNAY
Ağız ve Diş Sağlığı Uzmanı
Diş Hekimi



Dt. Yakup AKKAŞ
Ağız ve Diş Sağlığı Uzmanı
Diş Hekimi



Dyt. İrem ARAÇ
Beslenme ve Diyetetik Uzmanı



0282

726 0 555

optimed.com.tr

Sağlığınız Güvende



Dyt. Pınar Öztürk KURT
Beslenme ve Diyet Uzmanı



Uzm. Dr. Mehmet FIRAT
Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik
Mikrobiyoloji



Uzm. Dr. Ömer Faruk ÇELİK
Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon
Uzmanı



Uzm. Dr. Mustafa YILDIZ
Fizik Tedavi ve
Rehabilitasyon Uzmanı



Op. Dr. Ayhan ARSLAN
Genel Cerrahi Uzmanı



Op. Dr. Bahaeddin TAPKAN
Genel Cerrahi Uzmanı



Op. Dr. Bakytbek MANKIEV
Genel Cerrahi Uzmanı



Op. Dr. Eyüp DURAN
Genel Cerrahi Uzmanı



Op. Dr. Hakan SUNAL
Genel Cerrahi Uzmanı



Doç. Dr. Selim SÖZEN
Genel Cerrahi Uzmanı



Op. Dr. Onur KESLER
Genel Cerrahi Uzmanı



Op. Dr. Tahir SARIÇAM
Genel Cerrahi Uzmanı



Uzm. Dr. Hüseyin ÇEBİ
Göğüs Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Farrukh İBRAHİMOV
Göğüs Cerrahisi Uzmanı



Op. Dr. Ahmet KÖKER
Göz Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Ayhan AKBIYIK
Göz Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Ercan MENSİZ
Göz Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Necmi TELLİOĞLU
Göz Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Serhat ÇİÇEK
Göz Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Sinan Dervişoğlu
Göz Hastalıkları Uzmanı



optimed



optimedsh



optimedsaglik



OptimedSH



Uzm. Dr. Enes ARAL
İç Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Gürsel AK
İç Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. Hasan YARDIM
İç Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. İbrahim DİNÇ
İç Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. İrfan AYDIN
İç Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Dr. İsmigül YAZICI
İç Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Ali PEKİNCE
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. Deniz TAŞ ŞENTÜRK
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. Egemen AYDIN
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. Funda DOĞAROĞLU
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. Nevzat KOÇ
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. Nida CANNAZİK
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. Oğuzhan İNCELİ
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. Seda BİLİR ESMER
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Op. Dr. İlkin GULİYEV
Kalp ve Damar
Cerrahisi Uzmanı



Op. Dr. Nilgün SÜER
Kalp ve Damar
Cerrahisi Uzmanı



Doç. Dr. Göksel AÇAR
Kardiyoloji Uzmanı



Uzm. Dr. Necdet FİLİZKAYA
Kardiyoloji Uzmanı



Prof. Dr. Niyazi GÜLER
Kardiyoloji Uzmanı



Uzm. Dr. Sezgin ÖZTÜRK
Kardiyoloji Uzmanı



0282

726 0 555

optimed.com.tr



Op. Dr. A. Hüseyin ÇELİK
Kulak-Burun-Boğaz
Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Kamil YÜCEER
Kulak-Burun-Boğaz
Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Mehmet LALE
Kulak-Burun-Boğaz
Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Yücel T. BAŞARAN
Kulak-Burun-Boğaz
Hastalıkları Uzmanı



Op. Dr. Zeki KAYA
Kulak-Burun-Boğaz
Hastalıkları Uzmanı



Uzm. Kl. Psk. Beria Yılmaz
Klinik Psikolog



Uzm. Dr. Levent KOR
Nöroloji Uzmanı



Uzm. Dr. Nurdoğan YAVUZ
Nöroloji Uzmanı



Uzm. Dr. Suna Özlem Mutlu
Nöroloji Uzmanı



Doç. Dr. Ali BİLGE
Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı



Op. Dr. Dursun AK
Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı



Op. Dr. Emre MİNARECİ
Ortopedi ve Travmatoloji
Uzmanı



Op. Dr. Recep ÇALIŞKAN
Ortopedi ve Travmatoloji
Uzmanı



Uzm. Dr. Erkan GÖCEN
Radyasyon Onkolojisi Uzmanı



Uzm. Dr. Burak USLU
Radyoloji Uzmanı



Uzm. Dr. Fatih SIVRI
Radyoloji Uzmanı



Uzm. Dr. Gülen Safiye TEMEL
Radyoloji Uzmanı



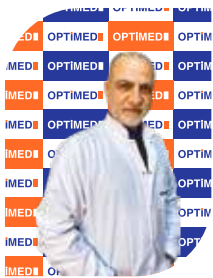
Uzm. Dr. Hüseyin Hakan SEZER
Radyoloji Uzmanı



Uzm. Dr. Kemal AYDEMİR
Radyoloji Uzmanı



Uzm. Dr. Ufuk ÇALIŞKAN
Ruh ve Sinir Hastalıkları
Uzmanı



Op. Dr. Ali Talip BAŞTÜRK
Üroloji Uzmanı



Op. Dr. Berin SELÇUK
Üroloji Uzmanı



Op. Dr. Hakan ÇAKICI
Üroloji Uzmanı

Estetik birimizle nasıl görüneceğinize siz karar verin

- **Obezite**
- **Estetik**
- **Burun Ameliyatı**
- **Meme Estetiđi**
(büyütme, küçültme
dikleştirme)
- **Popo Kaldırma**
- **Kepçe Kulak Ameliyatı**
- **Yüz Germe**
- **Dudak Dolgusu**
(Fransız ip askısı)
- **Dolgu - Botoks**
- **Karın Germe**
- **Vajinoplasti**

Optimed Sağlık Grubu, bölgede sevilen ve tercih edilen hepsi farklı branştan 8 hekimin ortak paydada buluşmasıyla kurulmuştur. Optimed Sağlık Grubu sunduğu sağlık hizmetleriyle; hasta ve hasta yakınlarının memnuniyetini sağlamayı, güçlü hekim kadrosu, sağlık çalışanları ve altyapısıyla uluslararası kalite standartlarında hizmet vermeyi ve sürekli iyileştirme yaklaşımıyla bölgede birçok konuya öncülük ederek, referans hastane olmayı hedeflemektedir. Hasta haklarına saygılı ve etik değerleri benimsemiş Optimed Sağlık Grubu, topluma layık bir hizmet anlayışı ile çalışmaktadır.



Branşlar ve Bölümler

- Acil Servis
- Anestezi ve Reanimasyon
- Beslenme ve Diyetetik
- Beyin, Omurilik ve Sinir
- Biyokimya ve Mikrobiyoloji Laboratuvarı
- Check Up Merkezi
- Çocuk Cerrahisi
- Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları
- Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları
- Dahiliye
- Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji
- Estetik, Plastik ve Rekonstrüktif Cerrahi
- Evde Sağlık Hizmetleri
- Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon
- Genel Cerrahi
- GETAT (Ozon Tedavisi)
- Girişimsel ve Tanısal Radyoloji
- Göğüs Hastalıkları
- Göz Hastalıkları
- Kadın Hastalıkları ve Doğum
- Kalp Damar Cerrahisi
- Kardiyoloji
- Klinik Psikolog
- Kulak Burun Boğaz
- Nöroloji
- Obezite ve Diyabet Cerrahisi
- Odyoloji
- Ortopedi ve Travmatoloji
- Psikiyatri
- Radyoloji
- Saç Ekim Ünitesi
- Üroloji
- Yenidoğan Yoğun Bakım Üniteleri
- Yetişkin Yoğun Bakım Üniteleri
- Girişimsel Radyoloji
- Tiroid Biyopsisi
- Meme Biyopsisi
- Akciğer Biyopsisi
- Karaciğer Biyopsisi
- Lenf Nodu Biyopsisi

- Pankreas-Sürrrenal Böbrek
- Batın İçi Kitle Biyopsisi
- Kemik Biyopsisi
- Mediasten Plevral Biyopsisi
- Yumuşak Doku Kitle Biyopsisi

Görüntüleme Hizmetlerimiz

- MR (Manyetik Rezonans)
- Bilgisayarlı Tomografi
- Röntgen
- Mamografi
- Renkli Dopler
- Ultrasonografi
- Kemik Yoğunluğu Ölçümü
- 4 Boyutlu Ultrason
- Panoramik Sefalometrik Röntgen
- Dijital Mamografi
- Laboratuvar
- Biyokimya
- Patoloji
- Sitoloji
- Hormon
- Alleri
- İmmunoloji
- PCR



OPTİMED INTERNATIONAL

Sağlığınız Güvende



LABORATUVAR

- Biyokimya
- Parazit
- Genetik
- Kan Hastalıkları
- Ameliyat

RADYOLOJİ

- MR (Manyetik Rezonans)
- Angiyo-Radyasyon
- Klinik Radyasyon
- Ultrasonografi
- 4 Boyutlu USG
- Paraneoplastik Hormonlar

KARDİYOLOJİ

- EKG
- Ekokardiyografi
- Elonk EKG
- Ritm Hastalıkları
- Tansiyon Hastalıkları

ENDOSKOPİ ÜNİTESİ

- Gastroenterolojik
- Kolonoskopi
- Rektosigmoidoskopi

EDYOMETRİ

- İzmir Testleri

NÖROLOJİ

- EEG - EMG

YOĞUN BAKIMLAR

- Yatışkın Yoğun Bakım
- Yenidoğan Yoğun Bakım

0202 726 0 555

optimed.com.tr

OPTİMED INTERNATIONAL

Çorlu Hastanesi



Sağ Sport ve
Sağ Sport
Sağ Sport

0202 726 0 555
optimed.com.tr



Pskiyatri
Psikoloji

0202 726 0 555
optimed.com.tr

Kadın Hastalıkları ve Doğum



Kişiyeye
Anne
Doğum

Özel,
Dostu
Üniteleri

Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları



Yenidoğan
Yoğun Bakım

OPTİMED

Sağlığınız Güvende

ACİL
EMERGENCY

0202 726 0 555

OPTIMED



OPTIMED INTERNATIONAL

bizi takip edin
f optimedinternationalcorlu
@ optimedinternationalcorlu
02062 726 0 555
optimed.com.tr

HASTANE

SGK
Hizmetinizdeyiz

Online Doktor

Online Doktor projesi "Görüntülü Görüşme" eşliğinde muayene ya da tedaviye ihtiyaç duyan, hastaneye gelemeyen/gelmeyi tercih etmeyen kişiler için geliştirilmiştir. Evinizden ya da iş yerinizden randevu alıp görüntülü görüşme şeklinde yararlanabileceğiniz Online Doktor projesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları, Beslenme ve Diyet, Psikolog ve Psikiyatri branşlarını içermektedir.

Mobil Sağlık / Evde Sağlık

Sağlık hizmetini bulunduğu yerde almak isteyen veya sağlık kuruluşuna gidemeyen, ulaşımında sorun yaşayan, yatağa bağımlı olan ya da hareket kabiliyetini yitirmiş hastaların sağlık hizmetlerini buldukları yerde alabilmelerini sağlamaktadır. www.optimedmobil.com web sitesi aracılığıyla hasta konuyla ilgili detaylı bilgi ve hizmetlere ulaşabilmektedir.

Poliklinik Hizmetleri

Hasta güvenliği ve mahremiyetini gözeterek, konforlu hizmet sunumu verilecek şekilde düzenlenmiş poliklinikler. Suit Hasta Odaları Hastalarımızın ve refakatçilerimizin tüm gereksinimlerini karşılayacak şekilde tasarlanmış, tam donanımlı hasta odalarımızda; kumandalı hasta yatağı, hemşire çağrı sistemi, banyo, dolap, buzdolabı, TV, merkezi ısıtma ve soğutma, telefon, refakatçiler için tasarlanmış özel odalar bulunmaktadır.

Suda Doğum/Tdl Odası

Suda doğum, özel olarak tasarlanmış bir küvetin 36-38 derece su ile doldurulması ile gerçekleşir. Amaç sadece anneyi rahatlatmak değil, aynı zamanda anne rahminde suda bulunan bebeğin doğduğunda ortama alışmasını kolaylaştırmaktır. Doğumla ilgilenen birçok ebe ve doktor, suda doğumla doğan bebeklerin daha sakin olduğunu ifade etmiştir



OPTIMED

Sağlığınız Güvende

Check Up Paketlerimizde Neler Var?

- Kapsamlı erkek check up
- Standart erkek check up paketi
- Kapsamlı kadın check up
- Standart kadın check up paketi
- 0-6 yaş çocuk check up
- 6-16 yaş çocuk check up
- Kendi check up paketini kendin oluştur

**Özel sigortalarla anlaşmalı
Check Up paketlerimiz
bulunmaktadır.**

 0282 **726 0 555** optimed.com.tr



ÖZEL OPTİMED

TIP MERKEZİ

Sağlığınız Güvende

Kulak-Burun-Boğaz Hastalıkları

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon

Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları

Anestezi ve Reanimasyon

Dahiliye (İç Hastalıkları)

Göz Hastalıkları

Ağız ve Diş Sağlığı



Ameliyathane

Mikrobiyoloji

Odiometri

Radyoloji

Solunum Fonksiyon Testi



ÖZEL

OPTİMED

TIP MERKEZİ



Sağlığınız Güvende

ACIL

Kazımiye, Salih Omurtak Cd.
No: 58/C, 59850
Çorlu/Tekirdağ



0282 726 0 555

optimed.com.tr



optimed



optimedsh



optimedsaglik



OptimedSH

Tıbbi Bölümlerimiz

- ACİL SERVİS
- AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI
- ANESTEZİ VE REANMASYON
- BESLENME VE DİYETETİK
- Kronik Hastalıklara Özel Diyetler (Diyabet, Gut, Metabolik)
- Kanser Çeşidine ve Tedavisine Göre Beslenme Kemoterapi ve Radyoterapi Sürecinde Beslenme
- BEYİN CERRAHİSİ
- CHECK-UP
- ÇİLDİYE
- ÇOCUK CERRAHİSİ
- ÇOCUK SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI
- ENDOSKOPİ ÜNİTESİ
- Bronkoskopi
- Gastroduodenoskopi
- Kolonoskopi
- Rektosigmoidoskopi
- E.S.W.T (Çok Dalga Tedavisi)
- ENFEKSİYON HASTALIKLARI
- ESTETİK, PLASTİK ve REKONSTRÜKTİF CERRAHİ
- FİZİK TEDAVİ ve REHABİLİTASYON
- GENEL CERRAHİ
- GETAT
- Akupunktur
- Ozon Terapi
- GÖĞÜS CERRAHİSİ
- GÖĞÜS HASTALIKLARI
- Bronkoskopi
- Solunum Fonksiyon Testi
- Torasentez
- GÖZ SAĞLIĞI ve HASTALIKLARI
- İÇ HASTALIKLARI
- KADIN HASTALIKLARI ve DOĞUM
- Sezaryen Sonrası Normal Doğum
- Anne Dostu Sezaryen
- Suda Doğum
- Kapalı Yöntemle Rahim Ameliyatı
- Genital Estetik
- KALP VE DAMAR CERRAHİSİ
- Atan Kalpte Ameliyat
- Ameliyatsız Varis Tedavisi
- Aort Kapak Ameliyatı
- Akut Damar Ameliyatı
- Bypass
- Küçük Kesi ile Kalp Ameliyatı
- Periferik Damar Hastalıkları
- KARDİYOLOJİ
- Anjiyografi
- Eforlu EKG
- EKG
- Ekokardiyografi
- Kalp Pili
- Ritim Holteri
- Stent
- Tansiyon Holter
- KOLPOSKOPİ
- KULAK BURUN BOĞAZ LABORATUVAR
- Alerji
- Biyokimya
- Genetik
- Hematoloji
- Hormon
- İmmüno Sito Patoloji
- İmmünoloji
- Mikrobiyoloji
- Patoloji
- Sitoloji
- MOBİL SAĞLIK
- Online Doktor
- Evde Sağlık (Doktor, Hemşire, Enjeksiyon)
- NÖROLOJİ
- CPAP TETRASYON
- E.E.G
- E.M.G
- OBEZİTE VE METABOLİK CERRAHİ
- ODYOMETRİ
- İtme Testleri ve Timpanometri
- Yeni Doğan İtme Tarama Testi
- ONKOLOJİ
- ORTOPEDİ
- PCR
- PERİNATOLOJİ
- PODOLOJİ
- PSİKİYATRİ
- PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
- Aile, Çift ve Çocuk Terapisi
- Cinsel Terapi
- Çocuk Gelişim ve Zeka Testleri
- IQ Testi
- Oyun Terapisi
- RADYOLOJİ
- 1,5 Tesla Kapalı MR
- 4 Boyutlu Ultrasonografi
- Bilgisayarlı Tomografi
- Kemik Yoğunluğu Ölçümü
- Konvansiyonel Röntgen
- Dijital Mamografi
- Panoramik Röntgen
- Renkli Doppler
- Sefalometrik Röntgen
- Ultrasonografi
- SAÇ EKİMİ
- SAĞLIK TURİZMİ
- TAÇ KIRMA (E.S.W.L)
- UYKU LABORATUVARI
- ÜROLOJİ
- VARİS MERKEZİ
- YOĞUN BAKIM ÜNİTESİ
- Genel Yoğun Bakım
- Kalp ve Damar Cerrahi Yoğun Bakım
- Koroner Yoğun Bakım
- Yeni Doğan Yoğun Bakım

