

KURBAN KESİM KAZALARINDA İLK YARDIM MÜDAHALELERİ

Kimi zaman ağır yaralanmalar ve uzuv kayıplarıyla sonuçlanabilen Kurban Bayramı için Öğr. Gör. Nurcan Esin uyarılarda bulundu. Kurban kesim kazalarında hayati önem taşıyan ilk yardım müdahaleleri hakkında bilgi veren Esin, “Hastane öncesi acil müdahaleler hayatta kalma açısından çok önemli. İlk yapılacak doğru ve zamanında müdahale sakat kalmayı engelliyor” dedi.

Kurban Bayramı’nda en çok hastaneye başvurma nedenleri arasında kesikler, kırıklar ve uzuv kopmaları olabiliyor. Bir anlık dalgınlık ve dikkatsizlikten kaynaklı kurban kesim kazalarına hızlı müdahale edilemediği takdirde ölümle sonuçlanabiliyor. Böyle durumlarda ilk yardımın hayat kurtardığını ve doğru müdahalenin çok önemli olduğuna dikkat çeken İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden İlk ve Acil Yardım Programı Öğr. Gör. Nurcan Esin, kurban kesim kazalarında ilk müdahale olarak neler yapılması gerektiğini, kanamalar ve riskli uzuv hasarlarına acil müdahalede uygulanacak yöntemleri paylaştı.

KANLANAN BEZİ KALDIRMAYIN

Basit bir kesi oluştuğunda temiz bir bez parçası ile baskı uygulamanın önemli olduğunu belirten Esin, “Bu baskıyla 1-2 dakika geçmesine rağmen kanama hala devam ediyorsa mutlaka bir kliniğe ya da hastaneye başvurmak lazım. Bu toplardamar kanaması ya da atar damar kanaması demektir” dedi.

Hızlı ya da fışkırır tarzda kanamaların müdahale edilmediği takdirde ciddi sonuçlar oluşturabileceğini söyleyen Esin, “Böyle durumlarda bulduğumuz temiz bir bezle kanamanın üzerine sıkı şekilde baskı yapıyoruz. Kanama hala devam ediyor ve bez de oldukça kanlıysa bu bezi kaldırmamalıyız. Çünkü vücudumuz kesik olan yerleri onarmak üzere harekete geçiyor. Bu nedenle üzerine yeni bir bez parçası ekleyip baskı uygulayacağız. Yine durmadıysa üzerini sarmamız gerekiyor ki bölgede basınç oluşturalım. Ardından kolu aşağıya sarkıtmadan kalbin üst seviyesine baskı uygulayarak kaldırmamız gerekiyor” ifadelerini kullandı.

BATAN CİSMİ ÇIKARMAYIN

Kurban kesimi esnasında kişiye bir cismin de batmış olabileceğini dile getiren Esin, bu durumda yapılacak müdahaleyi şu sözlerle anlattı:

“Saplanan malzemeyi asla çekip çıkarmıyoruz. Cismin etrafını sarıp hareket etmesini engelleyerek sargılayıp hızlıca hastaneye götürüyoruz. Hastane öncesi acil müdahaleler hayatta kalma açısından çok önemli. İlk yapılacak doğru ve zamanında müdahale sakat kalmayı engelliyor.”

UZUV KOPMALARINDA İLK SAATLERE DİKKAT

Uzuv kopması durumunda hem atar hem de toplardamarlardan kanın hızlıca boşalacağını vurgulayan Nurcan Esin, “Uzuv kopması elde ise en üst bölgedeki omuz ve dirsek arasındaki pazu kemiğinin olduğu yere 8-10 cm genişliğinde bir malzemeye bağlamak yani turnike yapmak lazım En az 6-8 saat içerisinde uzuv dikilebildiği için en az 2 saat içerisinde hastayı hastaneye yetiştirmek gerekir” dedi.

KOPAN PARÇAYI TEMİZLEMİYİN

Esin, “Uzuv kopmalarında kopan parça bir yerde çamurlandıysa veya kanlandıysa başka maddelerle temas içerisindeyse asla üzerindeki yabancı maddeleri temizlemiyoruz. Bunları temizlerken uzvun üzerindeki dokuyu harap etmiş oluyoruz” ifadelerini kullandı.

KOPAN PARÇA BUZLA TEMAS ETMEMELİ

Kopan uzvu temiz bir beze sarmak gerektiğini hatırlatan Esin, “Temiz bir beze sarıp bir poşetin içerisine koyup o poşeti de ikinci bir buz küpü olan poşetin içine koymak lazım. Organı buzun üzerine koymak çok büyük yanlış çünkü doku ölümlerine sebep oluyor ve o zaman da dikilemiyor” diye konuştu.

İÇ KANAMA RİSKİNE DİKKAT

Kişinin kurbanlık hayvanın darbelerine de maruz kalma ihtimalinin olduğunu söyleyen Esin, şu uyarılarda bulundu:

“Kişinin yüzü beyazlaşmaya başladıysa, soğuk soğuk terlemeye başladıysa ve yatma ihtiyacı hissediyorsa biz bu kişinin iç kanama riski altında olduğunu anlayabiliriz. Kurban kişiyi boynuzlayabiliyor. Bu da genellikle göbek aşağısına denk geliyor ve bu bölge kanlanması yüksek bir bölge. Böyle olduğunda da kalça bölgesi 2-3 litre kanı alabilecek boşluklara sahip. Bu boşluklara kan sızdığı zaman vatandaş hızla yere düşebilir. Başım dönüyor deyip kötü hisseden biri varsa ve darp gördüyse hemen akla iç kanama gelmelidir. Böyle durumda kişiyi yere sırtüstü yatırmalıyız. Ayaklarının altına bir iki yastık veya yükselti koyularak ambulans beklenmelidir.

AŞIRI SICAKLARDA BU UYARILARA DİKKAT

Sıcak havaların çeşitli sağlık sorunlarını beraberinde getireceğini belirten Halk Sağlığı Uzmanı Dr. Nurten Elkin, terlemenin vücut ısısının korunması açısından önemli olduğunu ifade etti. Bebeklerde, yaşlılarda ve kronik hastalığı olan kişilerde tek başına terlemenin yeterli olmadığını anlatan Dr. Elkin, “Sık sık duş alınmalı, ayaklar, eller, yüz ve ense soğuk suyla ıslatılmalı, susama hissine bakılmaksızın her gün 2-2,5 litre sıvı tüketilmeli” dedi.

Vücut metabolizmasının artan sıcaklık ve nem durumuna göre gerekli uyumu sağlamaya çalıştığını ifade eden İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) Öğretim Üyesi Halk Sağlığı Uzmanı Dr. Nurten Elkin, "Aşırı şişmanlık, sıvı kaybı, madde kullanımı, kalp hastalığı ve bazı ilaçların kullanımı terlemeyi etkileyen faktörlerdendir. Diyabet ve kalp hastalıkları gibi koroner hastalıkları olanlar, 65 yaş üstü ve yalnız yaşayan yaşlılar, gebeler, açık alanda çalışanlar, bakıma muhtaç olan bireyler, sokak çocukları ve evsizler ile bazı depresyon, uyku ilaçları gibi ilaçları kullananlar en çok risk taşıyan gruptur" uyarısında bulundu.

"15 KORUMA FAKTÖRLÜ GÜNEŞ KORUYUCU KULLANIN"

Günün en sıcak saatleri olan saat 10.00 ile 16.00 arasında zorunlu kalınmadıkça dışarı çıkılmaması uyarısında bulunan Dr. Nurten Elkin, "Açık alanda çalışması gereken bireyler; güneş altında korunmasız kalmamaya çalışmalı ve sık sık tuz içeren sulu gıdalar almaya dikkat etmelidirler. Dışarda mümkün olduğunca; açık renkli ve pamuklu kumaşlardan oluşan giysiler giyilmeli, ayrıca şapka ve güneş gözlükleri de kullanılmalıdır. Güneş ışınlarının dik geldiği saatlerde güneşlenilmemeli ve bu saatin dışında denize girmek isteyenlerin en az 15 koruma faktörlü güneş koruyucu kremleri kullanmaları gerekmektedir" diye konuştu.

"HER GÜN EN AZ 2-2.5 LİTRE SIVI TÜKETİN"

Aşırı sıcaklarda ağır fiziksel aktivitelerden kaçınılması gerektiğine vurgu yapan Halk Sağlığı Uzmanı Dr. Nurten Elkin şu uyarılarda bulundu:

"Yoğun fiziksel aktivitenin yapılması için sabah ve akşam saatleri tercih edilmeli. Kapalı alanların iyi havalandırılması gerekli olup bebek, çocuk, engellilerin ve evcil hayvanların kapalı ve park etmiş araçlarda kesinlikle bırakılmaması gereklidir. Vücut ısısının yükselmemesi için sık sık duş alınmalı; bunun mümkün olmadığı durumlarda ayaklar, eller, yüz ve ense soğuk suyla ıslatılmalı veya silinmelidir. Susama hissine bakılmaksızın her gün en az 2-2,5 litre sıvı tüketilmelidir. Sıvı alımında su içmek esas olmakla beraber, su dışı sıvı alımında kahve, çay ve gazlı içecekler yerine süt, ayran ve meyve suyu gibi içecekler tercih edilmelidir. Kafein içeren içecekler yerine de süt, meyve suyu, ıhlamur ve kuşburnu gibi bitki çayları tercih edilmelidir. Çünkü kafein, alkol ve fazla miktarda şeker içeren içecekler vücutta daha fazla sıvı kaybına yol açabilmektedir. Mide kramplarına neden olabileceği için çok soğuk ve buzlu içecekler tercih edilmemelidir. Hastanın özel sağlık sorunu ya da kullandığı ilaçlara bağlı olarak da hekim tarafından sıvı kısıtlamalarının olduğu istisnai durumlar mevcut olabilir."

"BESLENMEYE DİKKAT EDİN"

Aşırı sıcaklarda beslenme durumuna da özen gösterilmesi gerektiğine değinen Dr. Elkin, "Yağlı besinlerin ve yağda kızartmaların tüketiminden kaçınılmalı; yemekleri

pişirirken kızartma ve kavurma yerine haşlama veya az suda pişirme gibi sağlıklı pişirme yöntemleri tercih edilmelidir. Bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi kapsamında da yeterli ve dengeli beslenme önemli olup; bol bol mevsimine uygun taze meyve ve sebze tüketilmelidir. Aşırı sıcaklarda besinlerin satın alınması, hazırlanması ve saklanması aşamalarının her birinde hijyen koşullarına dikkat edilmesi önemli olup; özellikle sıcak ve açık ortamda et, yumurta, balık, süt ve süt ürünleri, mayonez vb. besinlerin belli bir sürenin üstünde kalması besin zehirlenmeleri açısından risk oluşturmaktadır. Besinlerin yaz aylarında pişirildikten sonra hızlı tüketilmesi ya da oda ısısında fazla kalmadan buzdolabında saklanması gerekmektedir. Yine yaz aylarında dışarda ve açıkta satılan yiyeceklerin tüketiminden kaçınılmalıdır” diye konuştu.

Sıcak çarpmaları konusunda uyarı Dr. Elkin, erken dönemde tedavi edilmediği takdirde kalıcı hasarlara ya da ölüme neden olabileceğini belirterek şu ifadeleri kullandı:

“Aşırı sığa maruz kalma sonucunda terleme mekanizmasının bozulmasına bağı olarak vücut ısısının düşürülemediği ile görülen tabloya sıcak çarpması denir. Sıcak çarpmaları erken dönemde tedavi edilmezse kalıcı hasarlara ya da ölüme neden olabilir. Oluşan klinik tabloda; deri kuru, kırmızı ve sıcak olup; terleme yoktur, baş ağrısı, baş dönmesi, bulantı, kusma eşlik edebilir; ateş 39,4’ün üzerine çıkmış olup; tablo şuur bulanıklığı ve komaya kadar gidebilir. Müdahalede; kişi serin ve hava akımı olan bir yere alınır, üzerindeki sıkı giysiler gevşetilir, soğuk uygulama yapılır, bilinci kapalıysa kesinlikle içmesi için sıvı verilmemeli ve en yakın sağık kuruluşuna götürülmelidir.”

"YANIĞA YOĞURT SÜRMEYİN"

Uzun süreli güneş ışığına maruz kalmanın güneş yanıklarına sebep olacağını söyleyen Dr. Elkin, “Klinik tabloda, cilt kızarık, ağrılı ve aşırı derecede sıcaktır. Bireyde su toplaması, şiddetli ağrı ve ateş var ise ya da hasta 1 yaşının altında ise en yakın sağık kurumuna başvurmalıdır. Yanık olan bölgeye yoğurt, salça ve diğ macunu gibi maddeler kesinlikle sürülmemeli ve bu su kabarcıkları patlatılmamalıdır. Güneş yanıklarında hekim kontrolü ve lezyonun derecesine göre tıbbi tedavi alması gerekebilir. Lezyonun enfekte olmaması önemlidir. Güneş ışınlarının; D vitamini yetersizliğinin önlenmesinde, bağışıklık sisteminin güçlenmesinde ve psikolojik olarak bireyin kendini iyi hissetmesinde kısacası sağık üzerine oldukça önemli olumlu etkileri mevcuttur. Fakat uzun süre maruz kalındığında olumsuz etkiler de ortaya çıkabilir. Ciltte erken yaşlanma, cilt kanseri ve güneş lekeleri ile gözde katarakt oluşması bu olumsuz etkilerinden sayılabilir. Aşırı sıcakların vücut için sağık sorunlarına neden olabileceğini ve bu sorunların erken belirtilerini bilerek gerekli bireysel ve toplumsal sağık önlemleri alabilmek oluşabilecek olumsuzlukların önlenmesinde önemlidir” dedi.

GENÇLER ARASINDA YAPILAN ARAŞTIRMA SONUÇLARI AÇIKLANDI

18-30 yaş arası gençlerin sosyal, ekonomik ve politik tercihlerini ortaya koymak amacıyla yapılan araştırma sonucu açıklandı. Anket sonucunda gençlerin aslında apolitik değil toplum bilincine sahip oldukları, oy kullanmamayı politik bir tepki olarak gördükleri ve geleneksel medyaya güvenmeyerek özgür oldukları sosyal medyayı tercih etmeleri gibi veriler elde edildi.

Günümüzde siyasetin, ekonominin, sosyal yapının en önemli konu başlıklarından birisi gençler. Gençlerin yaptıkları, yapmadıkları, kararları, tüketim alışkanlıklarından siyasi tutumuna kadar her şey günlük hayatta birçok sonucu etkiliyor. Bu anlamda tarafsız bir şekilde güncel ve tarafsız veriler sunmak amacıyla İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) DKamuoyu ve Toplum Araştırmaları Merkezi İstanbul’da 18-30 yaş arası 400 genç arasında anket yoluyla bir araştırma yaptı. “Sosyoekopolitik Gençlik Araştırması Raporu 2020” sonuçlarına göre yeni nesil artık politik tepkilerini bir önceki nesilden farklı şekilde ortaya koyuyor, geleneksel medyanın tarafsız olmadığını düşündüğü için sosyal medyayı iletişim kanalı olarak kullanıyor ve siyasi bir tepki olarak oy kullanmamayı tercih ediyor.

“GENÇLER OLDUKÇA GERÇEKÇİ”

Yeni nesil için ‘hiçbir şeyden haberi yok’, ‘politikadan anlamıyorlar’ gibi düşünce tarzlarının bu anket sonucuyla ortadan kalktığını ifade eden Araştırma Merkezi Müdür Dr. Öğr. Üyesi Fırat Demirkol, gençlerin aslında her şeyin farkında olduğunu, toplumsal olaylara duygusal değil daha gerçekçi yaklaştıklarını ifade etti. Demirkol rapor ile ilgili yapmış olduğu değerlendirmede, “Genel bir değerlendirme yaparsak birçok başlıkta gördüğümüz şey şu ki gençler oldukça gerçekçi ve tüm açıları ile değerlendirerek analiz yapıyorlar ve bu analizlerini de paylaşıyorlar. Aslına geçmiş kuşaklarla arasındaki en büyük fark bu. Düşüncelerini fikirlerini sakınmak istemiyorlar. Her şeyin farkındalar, gündemi takip ediyorlar, politizeler yani reaktif hareket ediyorlar, tepki gösteriyorlar. Sadece geçmiş kuşaklara göre yöntemleri farklı. Mesela artık sokağa çıkıp slogan atmak yerine tweet atmayı tercih ediyorlar. Ya da bir siyasi partiye üye olmak yerine yeri geldiğinde oy kullanmayacağım diyerek politik tepki ortaya koyabiliyorlar. Gençler için hep denilen hiçbir şeyden haberleri yok eleştirisinin ben ortadan kalktığını düşünüyorum çünkü gerçekten her şeyi biliyorlar. Konuya hakimler, her şeyin farkındalar, gündemi takip ediyorlar. Sadece artık kendi nesillerine ve çağlarına göre farklı bir yönetim süreci var” dedi.

GELENEKSEL MEDYA TARAFLI OLDUĞU İÇİN GÜVENİLMİYOR, ÖZGÜR HİSSETTİKLERİ SOSYAL MEDYA TERCİH EDİLİYOR

Gençlerin yüzde 30’a yakını “gündemi takip etmek için hangi TV kanalları izliyorsunuz” sorusuna seyretnmıyorum cevabı verdi. Geleneksel medyayı taraflı buldukları için gençlerin TV izlemediklerini söyleyen Fırat Demirkol, “Günümüzde gençler yoğun oranda sosyal medyayı kullanıyorlar. Siyasal tercihler veya siyasal haber alma mekanizması noktasında da sosyal medyayı öncelikli olarak görüyorlar. Bunun en büyük sebebi geleneksel medya ile alakalı olarak tek taraflı yayın yapıldığını düşünmeleri. Hangi kanalı açarlarsa kişiler sadece sürekli olarak kendi görüşlerini savunuyor, bunda hiçbir esneme yok. Fakat gençler bunu çok fazla istemiyorlar, kendilerini özgürce ifade edebildikleri alan sosyal medya. Orada kendi görüşlerini yazıp, toplumsal bir olaya tepki gösterip, beğenebiliyor, kızabiliyor, bunu orada ifade edebiliyor. En önemli konulardan bir tanesi sosyal medyada bir kamuoyu oluşturabiliyorlar. Bu da aslında o değişen gençliğin apolitik mi politik mi cevabının karşılığıdır. Politikler ve gündemi etkileyebiliyorlar. Bir konuyu gündeme getirip trend topik haline getirmeleri devletin bütün kademelerinde, siyasilerde oldukça büyük etkiler oluşturuyor. O yüzden gençler orada özgürce ifade edebildikleri ve her görüşün çok desteklensin ya da desteklenmesin sosyal medyada karşılırlarına çıkması onu görüp değerlendirmeleri noktasında birazcık geleneksel medyadan uzaklaştırdıklarını görüyoruz” şeklinde konuştu.

APOLİK DEĞİL TAM TERSİ POLİTİK BİR TEPKİ AMACIYLA OY KULLANMAK İSTEMİYORLAR

Seçimlere ilişkin oy değerlendirmelerini yapmak amacıyla sorulan soruya “oy kullanmayacağım” cevabını verenlerin oranı ise yine yüzde 30 civarında oldu. Gençlerin oy kullanmak istemiyor oluşunun sebebini apolitik bir davranıştan ziyade aslında politik bir tepki olduğunun altını çizen Demirkol, “Aslında gençler oldukça politik. Yani politik demek sadece bir taraf olmak değil. Güncel ve toplumun sorunlarıyla gençler ilgili. Ancak bunu geçmiş dönemden farklı olarak yapıyorlar ve aslında mevcut siyasi şartlara belki de bir tepki niteliğinde oy kullanmayacaklarını söylüyorlar. Aslında bu bir apolitiklik değil tam tersi politik bir tepki. Kararsızım ya da ben anlamıyorum, karışmıyorum demiyor, sadece mevcuttaki şartlarda o günkü problemde sunulan çözüm önerilerini beğenmediği için başka bir alternatifin ortaya çıkmasını bu şekilde ifade ediyor. Yani ‘ben mevcut sunulanlardan memnun değilim bana başka alternatifler getirin o zaman ona oy hakkımı kullanabilirim’ demek istiyorlar. Yani oldukça politik bir tutum sergiliyorlar” dedi.

PARTİSİZ MUHALEFET VE SEÇMEN KİTLESİ GELİYOR

Sonuçlara göre yeni neslin aslında herhangi bir partiye körü körüne bağlı olmadıklarını da ifade eden Demirkol, “1990 yılların ortasından bugüne kadar gelen nesil artık biraz daha farklı bakıyorlar dünyaya. Özellikle 1960’ların 70’lerin politik ve siyaset tarzından biraz uzaklar. Bu yüzden şuanda partisiz muhalefeti veya partisiz bir seçmen kitlesini konuşuyoruz. Çünkü o dönemdeki net bir ideolojinin arkasına takılarak yola devam etmek veya bir liderin arkasından ne söylerse söylesin doğrudur ya da karşı taraf ne söylerse söylesin yanlışır gibi bir yaklaşımla ilerlemiyorlar. Olay olay değerlendirip olay bazlı bakıyorlar. Bir gün bir kişiyi ya da bir partiyi eleştirirken ertesi gün diğer partiyi eleştiriyorlar. Birilerine bir olaydan dolayı karşı olmaları diğerlerine illa tamam o zaman ben bunun arkasından gidiyorum dedirtmiyor. Biraz aslında geçmiş kuşaktaki aradaki en büyük farklardan bir diğeri de bu olarak görüyoruz” değerlendirmesinde bulundu.

DUYGUSAL DAVRANMIYORLAR, SİYASİ DAVRANIŞLARI VE TUTUMLARI ANALİZ SONUÇLARINA GÖRE ŞEKİLLENİYOR

Yine aynı şekilde gençlerin siyasi davranış ve tutumlar noktasında duygusal davranmadıklarını, objektif bakarak analizler sonucunda şekil aldıklarını da vurgulayan Demirkol açıklamalarına şu şekilde devam etti:

“Bundan sonraki süreç için devletin hangi kademesinde olursa olsun seçilenler, ‘artık ben nasıl olsa seçildim, benim şu kadar seçmenim var’ deme rahatlığında olamayacaklar. Gençler artık yapılan icraatlara göre ve söylenenlere göre kararını değiştirebiliyor. Çünkü o gün memnunken yarın yapılanlardan memnun değilse, ‘bu benim partim ya da adayımdır ben de sonuna kadar ne olursa olsun ona destekleyeceğim’ demiyor. İnsanların yaşadığı veya toplumdaki sorunlara göre kararını değiştirebiliyor. Aslında reel bir analiz yapıyor. Yani duygusal davranmıyor diyebiliriz. Bu anlamda seçilenler, gençlerin ve toplumun isteklerini, taleplerini dinlemek ve onlara cevap vermek durumunda kalacaklar.”

“SİYASİLERİN, ÜRETİCİLERİN, PARTİLERİN İŞİ ARTIK DAHA ZOR”

Demirkol, anket sonuçları için genel değerlendirmesine şunları söyleyerek son verdi;

“Gençlerin almış oldukları tutum ve davranışlar, bundan sonraki süreci oldukça etkileyecek. Artık siyasi partiler veya şirketler, gençlerin gelecekteki süreçleri çok fazla etkileyeceğini görüyorlar. Bunun farkındalar. Bunları siyasi tartışmalarda da görüyoruz. Herkes önemsiyor ve gençler üzerine yorum yapıyor. Fakat gençlerin klasik yöntemlerle anlaşılabilceği, isteklerin karşılanamayacağını biz görüyoruz. Gençleri anlamak için genç gibi düşünmek, onların dilinden anlamak, gerekiyor. Gençler her

şeyin farkındalar. Oldukça ilgililer, dünyaya karşı ilgililer, artık bir dünya vatandaşlığı var gençler için. Bir sorunla ilgilenmeleri için artık onların kendi sorunu olmasına gerek yok. Toplumda bir sorun varsa gençler buna ilgi gösteriyorlar, ‘benimle alakası yok nasıl olsa ben karışmayayım’ demiyorlar, bu da aslında önümüzdeki dönemde hem ticari, hem siyasi anlamda karar vericilerin dikkate alması gereken aynı zamanda onları çok zorlayacak bir konu başlığı çünkü gençler her konu ile alakalı iyi kararlar istiyorlar. Yani artısı eksisi fazla diyerek karar vermek yerine her konuda artı neyse ona yöneliyorlar, o yüzden seçile, aday olan, ticaret yapmak isteyen, pazarda pay almak isteyen şirket kişi ya da siyasi partileri biraz daha zorlayacak bir durum olarak karışımıza çıkıyor.”

DIŞ SIKMA HASTALIĞINA ÇENE BOTOKSU TEDAVİSİ

Çiğneme fonksiyonunu yerine getirilmesini sağlayan masseter kasının bazı kişilerde olduğundan daha fazla güçlü olduğunu ifade eden Diş ve Çene Cerrahisi Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Özge Özdal Zincir, “Bu kas özellikle geceleri istem dışı kasılarak çene eklemlerine gelen yükün çok daha fazla artmasına neden olabilir” dedi. Zincir, diş sıkma hastalığının yarattığı olumsuz etkilerin çene botoksuyla azaltılabileceğini vurguladı.

Diş sıkma hastalığının ağız içerisinde yer alan yumuşak ve sert dokulara zarar verdiğini söyleyen Dr. Öğr. Üyesi Özge Özdal Zincir, “Masseter kasına uygulanan çene botoksu ile bu fazla kuvvet minimize edilerek çene eklemi üzerindeki baskı azaltılır. Çene botoksu tedavisinin; diş sıkma sorunlarını giderme, çene eklem ağrılarının azaltılması, diş gıcırdatmanın önlenmesi ve masseter kasının hipertrofisine bağlı gelişen çene genişliğinin kare görünüm formundan çıkarılması gibi birçok faydası vardır” ifadelerini kullandı.

“ÇENE ÜZERİNDEKİ GERGİNLİK SORUNLARININ GİDERİLMESİNE YARDIMCI OLUR”

Masseter kasının olduğundan büyük olmasının, yüzün alt kısmının şeklini büyük ölçüde değiştirdiğinden bahseden İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) Diş Hekimliği Fakültesi’nden Diş ve Çene Cerrahisi Uzmanı Dr. Özge Özdal Zincir, “Özellikle kadınlarda estetik olarak da endişe verici olabiliyor. Bunun nedeni ise çene görünümünün kareleşerek daha erkeksi bir görünüme neden olması. Masseter botoksu, diş sıkmayı sağlayan kaslardan biri olan masseter kasının hacmini azaltır. Estetik olarak çenenin küçülmesine katkı sağlarken diş sıkma ve çene üzerindeki gerginlik sorunlarının da giderilmesine yardımcı olur. Bu uygulama hastanın durumuna ve hekimin tavsiyesine göre belirli aralıklarla uygulanabilir. Çene botoksunun yapım amacı sadece estetik

kaygı değil, dişlerin sıkılmasına bağlı zararların giderilmesi, kontrolsüz diş sıkmayı engellemek ve kas kasılmalarına engel olmaktır” dedi.

Çene botoksunun nasıl yapıldığı hakkında bilgi veren Dr. Öğr. Üyesi Özge Özdal şöyle konuştu:

“Çene botoksu, kısa bir süre içerisinde ince uçlu iğneler ile masseter kasının içerisine hasta dişlerini sıkarkenki pozisyonda doğru noktalar tespit edilerek ağrısız bir şekilde gerçekleştirilir. Çene botoksu ameliyat gerektirmeden uygulanır. Masseter botoksu, zaman içerisinde kasın zayıflaması nedeniyle çene köşelerindeki kare görünüm yerini daha ince ve V görünümüne bırakır.”

“TEDAVİNİN HERHANGİ BİR YAN ETKİSİ BULUNMAMAKTADIR”

Çene botoksu yaptırmanın en büyük avantajlarından birinin geceleri istemsizce yapılan diş sıkma probleminden kurtulmak olduğunun altını çizen Zincir, “Dişlerin yüzeyinde aşınma, kırılma gibi birçok hasarı engellemek amacıyla uygulanan bir tedavidir. Çene botoksunun etkisi hastadan hastaya farklılık göstermekle beraber kalıcılığı 4 ile 6 ay arasında sürmektedir. Çene botoksunun tespit edilen herhangi bir yan etkisi bulunmamaktadır. Bazı durumlarda uygulama ile meydana gelen küçük kızarıklıklar kısa süre içerisinde ortadan kalkar” ifadelerini kullandı.

YKS AÇIKLANDI: “TERCİHLERİNİZİ GENİŞ ARALIKLI YAPIN”

Tercih yaparken öğrencilerin öncelikle nelere dikkat etmesi gerektiği konusunda açıklamalarda bulunan Rehberlik Uzmanı Elif Aluç Gülşen, “Kovid-19 salgını nedeniyle 2020 YKS’de uygulanan değişiklikler elbette başarı sıralamalarına etki edecektir. Bu sebeple öğrenciler tercih yaparken 24 tercih hakkı içerisinde geniş aralıklı tercih yapmalılar. Örneğin Y-EA: 80 bin olan bir öğrencinin 40 bin ile 120 bin arasında tercih yapmasında fayda var” dedi.

YKS sonuçları açıklandı. Ön lisans alanından 492 bin, lisans alanından 494 bin 132, özel yetenek alanından 28 bin 196, okul birinciliği kontenjanından ise 24 bin 537 olmak üzere toplam 1 milyon 38 bin 865 öğrenci kapasitesine sahip olan üniversiteler, YKS sonuçları sonrası alım sürecine başlayacak. YKS tercihleri ise 5 – 13 Ağustos arasında yapılabilir.

“UZMANDAN DESTEK ALIN”

Öğrencilerin tercih listelerini oluştururken devlet ya da vakıf üniversitelerinin tercih burslarından faydalanmak için özellikle ilk 5 tercihi iyi değerlendirmeleri gerektiğine

vurgu yapan Gülşen, “Tercih döneminde öğrencilerin mümkün olduğunca üniversitelerle iletişime geçmeli. Üniversitelerin imkânları ile ilgili bilgi almaları

gerekiyor ve tercih deneyimleri yok ise mutlaka uzmanlardan destek almalılar” diye konuştu.

“KENDİNİZİ GELİŞTİRİN”

Öğrencilerin bir sene daha YKS’ye hazırlanmamak için istemedikleri yerleri tercih etmelerini tavsiye etmediğini belirten İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Rehberlik Uzmanı Elif Aluç Gülşen şöyle konuştu:

“Üniversite yolculuğu kişinin hayatının sonuna kadar sürecektir. Bu serüvende taşıdığımız kimlik mezun olduğumuz bölüm ile ilişkilendirilecektir. Bu sebeple çocukluğumuzdan beri hayalini kurduğumuz, yeteneklerimize ve kişisel özelliklerimize uygun bölümler seçmeliyiz. Öğrencilerin kendilerini geliştirebilecekleri üniversiteleri tercih etmelerini tavsiye ediyorum. Her yıl mezun olan öğrenci sayısına bakıldığında öğrencilerin artık okurken kendisini geliştirmesi gerektiği kaçınılmaz bir durum. Bunun için projelere katılıp, Erasmus ile farklı ülkeleri tanıyıp, öğrenci kulüpleriyle de sosyal sorumluluk projelerinde yer alıp kendi alanındakilere göre iş maratonuna daha güzel başlayabilirler” dedi.”

Aluç açıklamasının devamında, “Hayalinizdeki bölümü istediğiniz şehir ya da üniversitede yerleşemeyeceğiniz için farklı bölümlere yönelmek yerine üniversitelerin yatay geçiş olanaklarını araştırmanızda büyük yarar var. Bu sayede istediğiniz bölümden vazgeçmemiş olursunuz” ifadelerini kullandı.

ULUSLARARASI SANAT SEMPOZYUMUNA TÜRKİYE’DEN 6 SANATÇI

Yelabuga Ulusal Tarih ve Mimarlık Müzesi’nin düzenlediği IV. Uluslararası Bashnya Sanat Sempozyumu Tataristan’da başlıyor. Türkiye’den 6 sanatçının katıldığı sempozyum, 1-10 Ağustos tarihleri arasında gerçekleştirilecek.

IV. Uluslararası Bashnya Sanat Sempozyumu Tataristan Yelabuga’da başlıyor. Birçok sanatsal atölye, sanatsal gezi ve dinletilerin olacağı etkinlik programında aktif atölye çalışmalarıyla üretilen eserlerin yer alacağı sergi 9 Ağustos tarihinde açılacak. Türkiye’den Aygül Okutan, İstanbul Gelişim Üniversitesi Dr. Öğr. Üyesi Ressam Ahmet Özel, Sabriye Hatipoğlu, Buket Efe, Menekşe Ünsal ve Abdullah Güler’in katılacağı etkinliğe, Tataristan, Rusya ve Belarus’dan sanatçı grupları katılıyor.

Yelabuga şehri, Rusya'nın ünlü ressamı Ivan Şişkin'in doğum yeri olması nedeniyle, sanatçının müze-evi bu şehrin en önemli sanat duraklarından biri. Şehir ayrıca birçok tarihi, sanatsal ve turistik özellikleriyle gezginlerin dikkatini çekiyor.