

ÖĞRENCİLERE, AKADEMİK VE İDARİ PERSONELE AŞI OLUN TAVSİYESİ

Yükseköğretim Kurulu (YÖK) Başkanı Prof. Dr. Erol Özvar'ın "Üniversitelerde örgün eğitim yüz yüze başlayacaktır" açıklamasının ardından, gerekli tedbirleri ve önlemleri alarak üniversitede eğitim – öğretime 30 Eylül tarihinde başlayacaklarını duyuran İstanbul Gelişim Üniversitesi, öğrencilere, akademik ve idari personele aşı olmaları konusunda tavsiyede bulundu.

YKS yerleştirme sonuçlarının açıklanmasının ardından üniversitelerde yüz yüze eğitim – öğretim hazırlıkları da gündemde. 30 Eylül tarihinde gerekli tedbirleri ve önlemleri alarak üniversitede eğitim – öğretime başlayacaklarını duyuran İstanbul Gelişim Üniversitesi, öğrencilere, akademik ve idari personele aşı olun tavsiyesinde bulundu.

“YENİDEN BİR ARAYA GELMEK TELAŞI İÇERİSİNDEYİZ”

Konuyla ilgili açıklamalarda bulunan İstanbul Gelişim Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, “2 yıla yakın bir süredir uzak kaldığımız öğrencilerimizle yeniden bir araya gelmek telaşı içerisindeyiz. YKS tercih sonuçlarına göre ailemize katılan öğrencilerimizle de tanışmak için sabırsızlanıyoruz. Eğitim – öğretim faaliyetlerimizin aksamaması ve bir daha ayrı kalmamamız için öğrencilerimize, akademik ve idari personelimize aşı olmaları konusunda tavsiyede bulunuyoruz” ifadelerini kullandı.

“TÜM ÖĞRENCİLERİ TEBRİK EDERİM”

İstanbul Gelişim Üniversitesi'ni tercih eden tüm öğrencileri tebrik ettiğini de belirten Abdülkadir Gayretli, “Üniversite yerleştirme sonuçlarının tüm öğrencilere hayırlı olmasını diliyorum. Her birine sağlıklı ve güzel bir eğitim - öğretim yılı diliyorum” diye konuştu.

DİŞLERİ SERT FIRÇALAMAK ‘FIRÇA ÇÜRÜĞÜNE’ SEBEP OLUYOR

Diş bakımıyla ilgili doğru bilinen yanlışlar hakkında açıklamalarda bulunan Ağız, Diş ve Çene Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Mihmanlı, sert diş fırçalamanın dişleri daha iyi temizlemediğine vurgu yaptı. Mihmanlı, “Dişleri sert fırçalamak, dişleri temizlemek yerine, ‘fırça çürüğü’ denilen aşınmalara neden olur” dedi.

Sert diş fırçasının dişleri daha iyi temizlemediğine değinen Mihmanlı, “İyi fırçalamak fırçanın sertliğiyle değil, fırçalama tekniğiyle ilgilidir. Çok sert fırçalar dişleri aşındırabilir. Çok çok yumuşak fırçalarsa dişleri temizlemeyebilir. Sert fırçalamak da dişleri daha iyi temizlemez. Dişleri sert fırçalamak, dişleri temizlemek yerine, ‘fırça çürüğü’ denilen aşınmalara neden olur. Dişlerin mine tabakası aşındığı için, alttaki dentin denen sarı tabaka ortaya çıkar ve dişler daha da sarı gözükür. Ayrıca sert fırçalamak, dişlerde hassasiyete ve diş eti çekilmesine neden olur. Şarj edilebilir

fırçalarda da mutlaka basınç sensörlü olmasına ve yumuşak fırça kullanılmasına dikkat edilmelidir” ifadelerini kullandı.

“DİŞ FIRÇASINI ISLATMAYIN”

Bilinenin aksine diş fırçasının fırçalamaya başlamadan önce ıslatılmaması gerektiğini söyleyen İstanbul Gelişim Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Ağız, Diş ve Çene Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Mihmanlı, “Fırça kılları ıslatılınca sertliğini kaybeder. Macunun köpürmesi için yeterli sıvı ağızda mevcuttur. Diş macununu fazla kullanmaksa dişleri çizmez. Dişlerin mine tabakasının çizilmesi macunun fazla kullanılmasıyla ilgili değil, kullanılan macunun granüllerinin büyük olmasıyla ilgilidir. Sigara lekelerini hızlı temizleyen granülleri büyük macunlar ilk başta dişleri temiz gösterse de uzun dönemde dişlerin daha çabuk lekelenmesine sebep olur. O yüzden granülleri büyük olan macunların uzun süreli kullanımından kaçınılmalıdır. Fırçanın üzerine konulan macun miktarı ise ‘mercimek tanesi’ büyüklüğünde olmalıdır” diye konuştu.

“ÇÜRÜKLER KADER DEĞİL”

Çürüklerin genetik faktörlere bağlı gelişebildiğini ifade eden Mihmanlı, “Çürükler genetik geçişli olabilir. Ama bu değiştirilemez bir kader değildir. Bireyler arasında çürüğe yatkınlık farklı olabilir. Fakat kötü beslenme alışkanlığının düzeltilmesi, ağız hijyenine önem verilmesi ve düzenli diş hekimi kontrolleri durumunda çürüğe yatkınlığın bir önemi kalmaz” şeklinde konuştu.

Hamilelik dönemindeki doğru bilinen yanlışlar hakkında da açıklamalarda bulunan Mihmanlı konuşmasını şöyle sonlandırdı:

“Her hamilelik bir diş götürmez. Ağız bakımının tam olarak sağlanamaması, tedavi edilemeyen çürüklerin varlığı ve dişeti hastalıklarının ilerlemesi durumunda diş kayıpları görülür. Hamilelikteki diş eti kanaması, dişten kalsiyum çekilmesi nedeniyle olmaz. Kanamanın nedeni, ağız bakımının yeterli sağlanamaması durumunda hamilelikteki hormonal değişiklikler sonucu diş eti iltihabının oluşması ya da mevcut dişeti iltihabının şiddetlenmesidir.”

‘SÜNNETLİ BEBEKLERDE İDRAR YOLU ENFEKSİYONU YÜZDE 90 DAHA AZ GÖRÜLÜYOR’

Sünnetin bebek ve çocuklarda idrar yolu enfeksiyonları riskini azalttığını belirten Çocuk Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. İbrahim Ötgün, konuyla ilgili açıklamalarda bulundu. Ötgün, “Sünnetli bebek ve çocuklarda idrar yolu enfeksiyonu yaklaşık yüzde 90 daha az görülüyor” diye konuştu.

Sünnetin çoğunlukla ilk iki yaşta yapıldığını ifade eden Çocuk Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. İbrahim Ötgün, “Tıbbi açıdan da sünnetin yara iyileşmesinin hızlı olduğu bebeklik döneminde yapılması daha uygundur. Çoğunlukla yenidoğan ve ilk üç ayda lokal anestezi ile yapılmaktadır. Fakat uygun koşullarda ve genel anestezi yapıldığı sürece her yaşta yapılabilir” diye konuştu.

“BİRÇOK YARARI VAR”

Sünnetin sağlık açısından gösterilmiş birçok yararı olduğunu söyleyen İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğr. Üyesi Prof. Dr. İbrahim Ötgün, “Sünnetli bebek ve çocuklarda idrar yolu enfeksiyonu yaklaşık yüzde 90 daha az görülmektedir” dedi.

“İYİLEŞME BEŞ İLA YEDİ GÜN SÜRER”

Prof. Dr. Ötgün konuşmasını şöyle sürdürdü:

“Sünnet için değişik yöntemler kullanılmakla birlikte uygun koşullarda uzman kişilerce yapıldığında en güvenilir ve sonuçları en iyi olan klasik yöntem olup hala en sık kullanılanıdır. Sünnet sonra iyileşme genellikle beş ila yedi gün sürer. Sünnet sonrası erken dönem uygun tedavi ağrısız olarak geçirilebilir. Cerrahi yöntemden bağımsız olarak kızarıklık, morluk ve şişlik görünebilir. Günümüzde deneyimli cerrahlar tarafından yapılan sünnet sonrası sargı uygulaması yapılmadığı için idrar yapma gücünün ve özel pansuman gereksinimi olmamaktadır.”

PANDEMİDE DOĞUM SONRASI DEPRESYON ORANI ARTTI

Dünya Sağlık Örgütü'nün yayınladığı rapora göre hamilelik ve doğum sonrası dönemde kadınların yüzde 10'unda depresyon görüldüğünü ifade eden Psikiyatrist Dr. Alişan Burak Yaşar, “Bu oran Kovid-19 döneminde dünya çapında yapılan bir çalışmaya göre yüzde 31, Türkiye’de ise yüzde 56,3 olarak saptanmıştır. Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi’nde yayınlanan bir başka çalışmaya göre ise ebeveynlerin yüzde 63’ünde ise travma sonrası stres bozukluğu belirtileri bulunmuştur” dedi.

Hamileliğin hem anne hem de bebek için olumsuz sonuçları olabilecek hassas bir dönem olduğuna vurgu yapan İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Psikiyatrist Dr. Alişan Burak Yaşar, “Kovid-19 pandemisi ile artan psikolojik sıkıntılar yüzünden hamile kadınların özellikle etkilendiği ve koronavirüs ile mücadele sürecinde orta derece risk grubunda yer aldıkları gözlemlenmiştir” diye konuştu.

DOĞUM ÖNCESİ DEPRESYONA DİKKAT

Doğum öncesi depresyon ve anksiyetenin artması, anne adaylarının fiziksel aktivitelerinde, beslenmelerinde ve uyku düzenlerinde de değişiklikler yaratarak ruh

hallerini ve bebek gelişimini olumsuz yönde etkilediğini söyleyen Dr. Yaşar, “Bunun sonucunda da düşük yapma ve erken doğum olasılıkları yükselmektedir. Covid-19 salgınına ilişkin anksiyeteye yol açan sebepler arasında en önemlisi annenin kendisi ve bebeğinin yaşamını tehdit eden hastalık unsurudur. ADYÜ Sağlık Bilimleri Dergisi’nde Hacer Alan Dikmen tarafından yayınlanan çalışmaya göre hamile kadınların yüzde 83’ü bebeğine koronavirüs bulaştırma korkusu yaşıyor. Yenidoğandan ayrı kalma korkusu ise yüzde 27,1 oranında kendini gösteriyor. Bunu takiben pandemi yüzünden değişen doğum öncesi bakım hizmetlerine erişimin azalması, iptal edilen hastane randevuları ve hastaneye destekleyici bir yakının getirilmesine izin verilmemesi gelmektedir. Bunlarla birlikte sosyal izolasyon, ilişki stresi, iş kaybına bağlı ekonomik sıkıntılar ve enfekte olma korkusu yer almaktadır” dedi.

Hormonal değişikliklerin yaşandığı hamilelik sürecinde ruhsal değişimlerin yaşanmasının normal olduğunun altını çizen Dr. Yaşar, hamilelik süresince aşırı korku yaşayanların gerektiğinde profesyonel psikiyatrik yardım alması gerektiği konusunda ise tavsiyede bulundu. Yaşar, “Özellikle bilişsel davranışsal terapi ile düşünce yapısını yeniden çerçeveleyerek, baş etme becerilerini güçlendirerek ve gevşeme egzersizleri göstererek hamile kadınların anksiyete ve depresyon oranlarında düşüş sağlanabilir” dedi.

“YAZIN YÜKSELEN ALTIN FİYATLARI DÜĞÜNLERLE AÇIKLANAMAZ”

Geçmişten günümüze altının her kesim tarafından her koşulda güvenli liman olarak görüldüğünü söyleyen Finans Uzmanı Doç. Dr. Hakan Yıldırım, yaz aylarında yükselişe geçen altın fiyatlarıyla ilgili açıklamalarda bulundu. Yıldırım, yazın yükselen altın fiyatlarının düğünlerle alakalı olmadığını söyleyerek, uluslararası piyasaların etkisine vurgu yaptı.

Finansal okuryazarlığı olmayanların dahi altına olan güveninin yüksek olduğunu ifade eden İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Finans Uzmanı Doç. Dr. Hakan Yıldırım, Hindistan ve Türkiye’de düğünlerin sayısı artacak bu yüzden de altına olan talep yükselecek demektedirler. Haklılık payları var mıydı? Evet. Talep artınca fiyat artar. Ancak altın fiyatlarının yalnızca bu koşula bağlı olarak yükselmesi ekonomi bilimiyle açıklanamaz” dedi.

“ALTIN FİYATLARININ YÜKSELMESİNİN DÜĞÜNLERLE ALAKASI YOK”

Altın fiyatlarının düğün ve merasimler ile alakası olmadığına vurgu yapan İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Finans Uzmanı Doç. Dr. Hakan Yıldırım, “Uluslararası piyasalarda altın fiyatı düşüyor. Çünkü FED’in faiz kararlarından tutun da Amerika’nın yaptığı tüm önemli makroekonomik açıklamalar altın fiyatlarının gerilemesinde önemli bir role sahip. Mesela FED faiz artırım kararı aldı ve 2023 yılına kadar iki kez faiz

artırımı yapmayı hedefliyor. Bu durum emtia piyasasına yansiyacak ve altın fiyatları aşağı yönlü bir davranış göstermek durumunda kalacaktır. Diğer taraftan korku endeksi olarak bilinen VIX endeksinin düşmekte ve 30.00'un altında hareket etmesi önemli sebeplerden biri olarak ifade edilebilir" diye konuştu.

"GRAM ALTIN BEKLENEN SEVİYESİNDE DEĞİL"

Altını gram cinsinden de değerlendiren Doç. Dr. Yıldırım, "FED açıklamaları, VIX endeksinde meydana gelen düşüş ve 30.00 seviyesinin altında hareket etmesi, güven arayan belirli bir kesimin yatırımlarını kripto varlıklara kaydırması, Ons cinsinden Amerikan Doları karşılığı altın fiyatlarında meydana gelen gözle görülür düşüş, Dolar/TL paritesinin fiyat hareketinde meydana gelen sıkışma; gram altın fiyatlarının beklenen fiyat seviyesinin altında kalmasına sebep gösterilebilir" ifadelerini kullandı.

"Ons cinsinden altın fiyatı dolar cinsinden fiyatlanır, gram altın ise Türk lirası" diyen Doç Dr. Yıldırım, yatırımcının bilmesi gereken en önemli hususun bu olduğunun altını çizdi. Yıldırım, "Durum şu ki altın hem ons cinsinden dolar karşılığı düşük bir fiyat seviyesinde olurken, Dolar/TL kuru aynı şekilde her ne kadar bizler için düşük olmasa da altın fiyatları için düşük seviyede hareket ettiğinden gram altın beklenen seviyesinde değil" dedi.