



Sağlık Bilimleri Fakültesi



ŞUBAT 2026
SAYI 62
CİLT 6



*Başarılarda gururu yenmek, felaketlerde
umutsuzluğa direnmek gerekir.*

Mustafa Kemal ATATÜRK



6 ŞUBAT 2023

İÇİNDEKİLER



Sağlık Bilimleri
Fakültesi

- 4 SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ 2025-2026 BAHAR YARIYILI AKADEMİK AÇILIŞ TOPLANTISI GERÇEKLEŞTİRİLDİ
- 6 İGÜ ERGOTERAPİ BÖLÜMÜ, YÖK'ÜN LİSANS PROGRAMLARININ YENİDEN YAPILANDIRILMASINA YÖNELİK SÜREÇ YÖNETİMİ TOPLANTISINDA TEMSİL EDİLDİ
- 7 EL REHABİLİTASYONUNDA KANITA DAYALI UYGULAMALAR DERSİNDE KLİNİK DENEYİM PAYLAŞIMI
- 8 AKADEMİK ÇALIŞMALAR
- 10 KANSERLERİN YÜZDE 30 İLA 50'Sİ ÖNLENEBİLİR
- 12 4 ŞUBAT DÜNYA KANSER GÜNÜ: KANSERDEN KORUNMADA BESLENMENİN ÖNEMLİ
- 14 KURUBAKLAGİLLER HEM SAĞLIĞI HEM GEZEĞENİ KORUYOR
- 15 DEPREM VE AFETLERDE SOSYAL HİZMET
- 18 BU BİR GÖÇ MÜYDÜ?
- 21 MARSİLYA'NIN DÖRT HIRSIZI VE İYİLEŞMENİN HAFIZASI
- 23 GELİŞİM OKUMALARI

Şubat

“Bir yolu bilmekle o yolda yürümek farklı şeylerdir.”

Matriş, 1999

P	S	Ç	P	C	C	P
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

4 Şubat: Dünya Kanser Günü

9 Şubat: Sigarayı Bırakma Günü

10 Şubat: Uluslararası Epilepsi Günü

14 Şubat: Sevgililer Günü

15 Şubat: Uluslararası Çocukluk Çağı Kanseri Günü

16 Ocak: Dünya Hijyen Günü

28 Şubat: Sivil Savunma Günü

28 Şubat: Nadir Hastalıklar Günü

İstanbul Gelişim Üniversitesi

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

2025-2026 BAHAR Yarıyılı

Akademik Açılış Toplantısı Gerçekleştirildi

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi 2025-2026 Eğitim-Öğretim Yılı Bahar Yarıyılı Akademik Açılış Toplantısı, 17 Şubat 2026 tarihinde Rektör Prof. Dr. Bahri ŞAHİN'in katılımıyla gerçekleştirildi. Fakültenin mevcut durumu, dönem istatistikleri, kalite çalışmaları ve gelecek hedeflerinin ele alındığı toplantı, akademik kadronun katılımıyla verimli bir istişare ortamında tamamlandı.

AKADEMİK BAHAR DÖNEMİNE RESMİ BAŞLANGIÇ

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi 2025-2026 Eğitim-Öğretim Yılı Bahar Yarıyılı Akademik Açılış Programı, 17 Şubat 2026 Salı günü saat 12.00'de 026 numaralı Toplantı Odasında gerçekleştirildi. Toplantıya Üniversitemiz Rektörü Prof. Dr. Bahri ŞAHİN ve Rektör Yardımcımız Prof. Dr. S. Arda ÖZTÜRKCAN katılım sağladı. Akademik kadronun yoğun ilgi gösterdiği program, yeni döneme yönelik hedeflerin paylaşılması ve kurumsal vizyonun güçlendirilmesi açısından önemli bir platform oluşturdu.



Toplantı, Fakülte Dekanımız Prof. Dr. Mustafa NİZAMLIOĞLU'nun sunumu ile başladı. Sunum kapsamında fakültenin mevcut akademik ve idari yapısı, öğrenci sayıları, bölüm bazlı gelişmeler ve 2025-2026 eğitim-öğretim yılı bahar yarıyılına ilişkin güncel istatistikler paylaşıldı. Ayrıca fakültenin stratejik hedefleri, akreditasyon süreçleri, akademik üretkenlik göstergeleri ve kalite iyileştirme çalışmaları ayrıntılı biçimde ele alındı. Öğrenci memnuniyeti, uygulamalı eğitim süreçleri, klinik iş birlikleri ve araştırma projelerine ilişkin veriler üzerinden yapılan değerlendirmeler, fakültenin sürdürülebilir gelişim vizyonunu ortaya koydu. Sunum sürecinde özellikle eğitim kalitesinin artırılmasına yönelik planlanan yapısal iyileştirmeler ve akademik performans göstergeleri üzerinde duruldu.



REKTÖRLÜK DEĞERLENDİRMELERİ VE AKADEMİK BEKLENTİLER

Sunumun ardından Rektörümüz Prof. Dr. Bahri ŞAHİN, üniversite genelinde yürütülen akademik, idari ve stratejik çalışmalar hakkında kapsamlı bilgilendirmede bulundu. Üniversitenin araştırma kapasitesinin artırılması, uluslararasılaşma hedefleri, kalite güvencesi süreçleri ve öğrenci odaklı eğitim anlayışı üzerine önemli değerlendirmeler paylaşıldı.

Rektörümüz konuşmasında, Sağlık Bilimleri Fakültesi'nin üniversite içindeki kritik konumuna dikkat çekerek disiplinler arası iş birliklerinin artırılması, bilimsel yayın performansının güçlendirilmesi ve toplumsal katkı projelerinin yaygınlaştırılması yönündeki beklentilerini ifade etti. Konuşmanın ardından öğretim elemanlarının soruları dinlenerek karşılıklı görüş alışverişinde bulunuldu. Bu bölüm, akademik katılımın ve kurumsal şeffaflığın güçlendirilmesi açısından dikkat çekici bir diyalog ortamı sundu.

KALİTE ÇALIŞMALARI VE SOSYAL SORUMLULUK PROJELERİ

Toplantının devamında Fakülte Dekan Yardımcımız Dr. Öğr. Üyesi Funda PEHLEVAN KARABIYIK söz alarak fakülte bünyesinde yürütülen kalite çalışmaları hakkında bilgilendirme yaptı. Süreç yönetimi, iç değerlendirme mekanizmaları, ölçme-değerlendirme standartları ve sürekli iyileştirme faaliyetleri kapsamında gerçekleştirilen uygulamalar paylaşıldı. Ayrıca planlanan sosyal sorumluluk projeleri hakkında bilgi verilerek öğrencilerin toplumsal duyarlılıklarının artırılmasına yönelik faaliyetler aktarıldı. Sağlık alanında toplum temelli uygulamalar, farkındalık etkinlikleri ve gönüllülük projelerinin önümüzdeki dönemde daha sistematik bir çerçevede yürütüleceği ifade edildi.



DİLEK TEMENNİ VE ÖNERİLER

Program, öğretim elemanlarının dilek ve temennilerinin alınmasının ardından sona erdi. Toplantı boyunca paylaşılan veriler, hedefler ve öneriler doğrultusunda 2025-2026 Eğitim-Öğretim Yılı Bahar Yarıyılına güçlü bir akademik motivasyon ile başlandığı vurgulandı.

İGÜ Ergoterapi Bölümü, YÖK'ün Lisans Programlarının Yeniden Yapılandırılmasına Yönelik Süreç Yönetimi Toplantısında Temsil Edildi

YÜKSEKÖĞRETİM KURULU (YÖK) TARAFINDAN LİSANS PROGRAMLARININ 3 YIL VE 9 DÖNEM OLARAK YENİDEN YAPILANDIRILMASINA YÖNELİK YÜRÜTÜLEN SÜREÇ KAPSAMINDA DÜZENLENEN ÇEVİRİMİÇİ TOPLANTIYA, İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ ERGOTERAPİ BÖLÜMÜ ADINA BÖLÜM BAŞKAN YARDIMCISI DR. ÖĞR. ÜYESİ BEYZA ASLI BİLSEL KATILIM SAĞLADI. TOPLANTIDA MÜFREDAT UYUMU, ÇERÇEVE EĞİTİM PROGRAMLARI (ÇEP), AKREDİTASYON VE SÜREÇ YÖNETİMİNE İLİŞKİN STRATEJİK BAŞLIKLAR ELE ALINDI.



Yükseköğretim Kurulu (YÖK) tarafından lisans programlarının 3 yıl ve 9 dönem olarak yapılandırılmasına yönelik yürütülen stratejik planlama süreci kapsamında, bölüm başkanları ve ilgili komisyon üyelerinin katılımıyla bir tanışma ve süreç yönetimi toplantısı gerçekleştirildi. 21 Ocak 2026 Çarşamba günü çevrimiçi olarak düzenlenen toplantıda; yükseköğretim sisteminde planlanan bu yapısal dönüşümün akademik programlara etkileri ele alındı. Eğitimde birlik ve akademik düzenin korunması, lisans müfredatlarının yeni dönemsel yapıya uyarlanması, Çerçeve Eğitim Programları (ÇEP) ile tam uyumun sağlanması ve geçiş sürecinde izlenecek stratejik yaklaşımlar toplantının ana gündemini oluşturdu. Toplantıda ayrıca, Ergoterapi Derneği Bilim, Eğitim, Araştırma ve Akreditasyon Komisyonu (BEAAK) bünyesinde Türkiye’de ergoterapi eğitiminin standartlarını geliştirmek, eğitim kalitesini artırmak ve bilimsel temelleri güçlendirmek amacıyla oluşturulan akademik iletişim ve koordinasyon yapısının önemi vurgulandı. Bölümler arası iş birliğinin güçlendirilmesi ve ortak akılla alınacak kararların, ergoterapi eğitiminin geleceğine yön vereceği ifade edildi. Söz konusu toplantıya İstanbul Gelişim Üniversitesi Ergoterapi Bölümü, Bölüm Başkan Yardımcısı Dr. Öğr. Üyesi Beyza Aslı BİLSEL tarafından temsil edildi. Dr. BİLSEL’ in katılımıyla, İGÜ Ergoterapi Bölümünün eğitimde kalite, ulusal standartlarla uyum ve akreditasyon süreçlerine verdiği önem bir kez daha vurgulanırken; üniversitenin bu dönüşüm sürecinde aktif ve sorumluluk alan bir paydaş olarak yer aldığı belirtildi. Önümüzdeki akademik dönem itibarıyla tüm yükseköğretim kurumlarını kapsaması öngörülen bu düzenleme sürecinde, İstanbul Gelişim Üniversitesi Ergoterapi Bölümünün akademik katkı sunmaya ve ortak çalışmalarda etkin rol almaya devam edeceği ifade edildi.

El Rehabilitasyonunda Kanıta Dayalı Uygulamalar Dersinde Klinik Deneyim Paylaşımı

Dr. Öğr. Üyesi Beyza Aslı BİLSEL tarafından yürütülen Kanıta Dayalı Ergoterapi dersi kapsamında, 2. hafta dersinde öğrencilerin mesleki gelişimine önemli katkı sunan bir konuk etkinliği gerçekleştirildi. Derse, Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi'nde el rehabilitasyonu alanında aktif olarak görev yapan ergoterapist Sümeyra ATEŞ konuk olarak katıldı.



Aynı zamanda bölüm mezunlarından olan konuk ergoterapist, mezuniyet sonrası kamu hastanesinde yürüttüğü mesleki süreci öğrencilerle ayrıntılı biçimde paylaşarak, eğitim sürecinden klinik uygulamaya geçişte karşılaşılan fırsatlar ve zorluklar hakkında kapsamlı bilgiler sundu. Bu yönüyle etkinlik, öğrenciler için yalnızca bir ders içeriği değil, aynı zamanda mezuniyet sonrası kariyer yolculuğuna dair yol gösterici bir deneyim niteliği taşıdı. Ders kapsamında; cerrahi sonrası el rehabilitasyonunda kullanılan kanıta dayalı değerlendirme yöntemleri, müdahale yaklaşımları ve klinik karar verme süreçleri vaka örnekleri üzerinden ele alındı. Konuk ergoterapist, ortopedik ve travmatik el cerrahisi sonrası sık karşılaşılan klinik tabloları, değerlendirme sürecinde dikkat edilmesi gereken noktaları ve müdahale planlarının bilimsel kanıtlar doğrultusunda nasıl şekillendirildiğini ayrıntılı olarak aktardı. Paylaşılan vaka örnekleri aracılığıyla; hasta değerlendirme, hedef belirleme, müdahale planı oluşturma ve sonuçların izlenmesi süreçleri bütüncül bir yaklaşımla ele alındı. Böylece öğrenciler, teorik bilgilerin klinik uygulamada nasıl somutlaştığını görme fırsatı buldu. Dersin önemli başlıklarından birini ise devlet hastanesinde çalışma koşulları oluşturdu. Kamu hastanelerinde ergoterapistin rolü, multidisipliner ekip içindeki konumu, hasta yoğunluğu, zaman yönetimi, kurum içi işleyiş ve mesleki sorumluluklar detaylı biçimde ele alındı. Bu kapsamda öğrenciler, mezuniyet sonrası kamu sektöründe çalışma sürecine dair gerçekçi ve sahaya dayalı bilgiler edinme imkânı yakaladı. Etkinlik, öğrencilerin kanıta dayalı ergoterapi yaklaşımını yalnızca teorik düzeyde değil, gerçek klinik deneyimler ışığında değerlendirmelerine olanak sağladı. Aynı zamanda mezun-öğrenci etkileşimini güçlendirerek, mesleki kimlik gelişimi ve kariyer farkındalığı açısından önemli bir katkı sundu.

AKADEMİK ÇALIŞMALAR



Sağlık Bilimleri
Fakültesi



BİLDİRİ

Fakültemiz Sosyal Hizmet Bölümü Araştırma Görevlisi Aslıhan Kübra SAKARYA 3. International Multidisciplinary Ecology And Environmental Studies Congress / 3. Uluslararası Multidisipliner Ekoloji ve Çevre Çalışmaları Kongresi'nde "Multispecies Justice In Environmental Decision-Making Processes: An Inclusive And Transformative Conceptual Framework / Çevresel Karar Alma Süreçlerinde Çoktürücü Adalet: Kapsayıcı ve Dönüştürücü Bir Kavramsal Çerçeve" başlıklı bir sunum yapmıştır.



BİLDİRİ

Fakültemiz Sağlık Yönetimi Bölümü öğretim üyelerinden Dr. Öğr. Üyesi Aslı KAYA ve Arş. Gör. Semanur OKTAY ALKAN'ın birlikte hazırladıkları 'Sağlık Yönetimi Perspektifinden İşgücü Stratejileri: Sağlık Sektörü İş İlanlarında 'Duygusal Maaş' Vaatleri' isimli bildiri 6. Uluslararası İbni Sina Tıp ve Sağlık Bilimleri Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.



BİLDİRİ

13. Uluslararası ACHARAKA Kongresi'nde Profesyonel Yaşam Kalitesi Üzerine Sözel Bildiri

Fakültemiz Dil ve Konuşma Terapisi Bölümü araştırma görevlisi Arş. Gör. Esra EROL ve Dkt. Emre Bilgiç, 13. Uluslararası ACHARAKA Tıp, Hemşirelik, Ebelik ve Sağlık Bilimleri Kongresi kapsamında “Investigating Professional Quality of Life in Speech and Language Therapists Based on Education Level and Type of Institution” başlıklı çalışmalarını sözel bildiri olarak sunmuşlardır.



TRDİZİN

MAKALE

İncelem | Sayı: 18 | Ocak 2026 | 425-446
Doi: 10.53791/incelem.1850531
Derleme Makale/Review Article



Dijital Leviathan'ın Gölgesinde Sosyal Bilimler: Hayalet Emek ve Hak Temelli Dönüşüm

Emrah TUNCER*
İsmet Galip YOLCUOĞLU**

Öz

Dijitalleşme, modern toplumların iletişim pratiklerini değiştiren teknik bir süreç olmanın ötesine geçerek, toplumsal gerçekliğin ontolojik ve epistemolojik temellerini sarsan yapısal bir dönüşüm yaratmıştır. Sosyal bilimler, verinin kutsandığı ancak insan öznelerinin “dijital kapitalizm” çarkları arasında giderek silikleştiği bu yeni çağda, metodolojik ve kuramsal araçlarını yeniden tanımlama kriziyle karşı karşıyadır. Bu çalışma, dijitalleşmenin sosyal bilimler üzerindeki dönüştürücü etkisini yapay zekâ mitinin arkasına gizlenen “hayalet emek” sömürüsü ve derinleşen hak ihalleri ekseninde eleştirel bir perspektifle incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmada, yapay zekâ sistemlerini besleyen ve literatürde “hayalet çalışma” (ghost work) olarak adlandırılan görünmez emek olgusunun, küresel bir prekarya oluşumu bağlamında tartışılmaktadır. Silikon Vadisi’nin sunduğu “otomasyon” anlatısının aksine, sistemin kusursuz işleyişinin altında Küresel Güney’deki güvencesiz işçilerin bilişsel emegine dayandığı paradoksu ortaya konulmaktadır. Bu ‘dijital montaj hattı’ndaki emek sömürüsü, algoritmik gözetim mekanizmaları ve çalışanlar üzerinde yarattığı ‘teknostres’ ile ele alındığında, insanın sistem karşısındaki savunmasızlığı modern bir kölelik biçimini andırmaktadır. Makale, sosyal bilimlerin bu distopik tablo karşısında salt betimleyici bir konumda kalamayacağını aksine algoritmik tahakkümü görünür kılan ve dijital yurttaşlığı savunma normatif bir kalkan olması gerektiğini ileri sürmektedir. Bu bağlamda, dijital kamusal alanın ticari iktidarlara bırakılmayacağı kadar hayatı olduğu vurgulanarak, bireyin dijital özerkliği ve onurunu garanti altına alan ‘hak temelli’ yeni bir sosyal bilim paradigmasının inşası önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital Kapitalizm, Hayalet Emek, Hak Temelli Yaklaşım, Dijital Sosyoloji, Tekno-Stres.

Bayıru / Kabul: 28 Aralık 2025 / 28 Ocak 2026

Atıf: Tüncer, E., Yolcuoğlu, İ. G. (2026). Dijital Leviathan’ın Gölgesinde Sosyal Bilimler: Hayalet Emek ve Hak Temelli Dönüşüm. *İncelem*, 18, 425-446.

Fakültemiz Sosyal Hizmet Bölümü öğretim üyelerinden Dr. Öğr. Üyesi Emrah TUNCER ve Prof. Dr. İsmet Galip YOLCUOĞLU’nun birlikte hazırladıkları ‘Dijital Leviathan’ın Gölgesinde Sosyal Bilimler: Hayalet Emek ve Hak Temelli Dönüşüm’ isimli makale İMGELEM dergisinde yayınlanmıştır.



KANSERLERİN YÜZDE 30 İLA 50'Sİ ÖNLENEBİLİR

Kalp ve damar hastalıklarıyla birlikte en sık ölüm nedenleri arasında yer alan kanserin toplumda hâlâ 'korkulan ama konuşulmayan' bir hastalık olarak algılandığını belirten Halk Sağlığı Uzmanı Doç. Dr. Nurten ELKİN, erken tanı ve korunmanın hayati önemine dikkat çekti.

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi, Halk Sağlığı Uzmanı Doç. Dr. Nurten ELKİN, "Dünya Kanser Günü" nedeniyle yaptığı açıklamada kanserin hem dünyada hem de Türkiye'de en sık görülen ölüm nedenleri arasında yer aldığına dikkat çekti. Elkin, hastalığın toplumda hâlâ konuşulmaktan kaçınılan bir konu olduğunu belirterek, "Kanser, günümüzde kalp-damar hastalıklarıyla birlikte en sık ölüm nedenleri arasında yer alıyor. Oysa kanserin önemli bir kısmı önlenabilir, erken tanı konulduğunda ise tedavi edilebilir bir hastalıktır. Kanser, vücuttaki hücrelerin kontrolsüz şekilde çoğalmasıyla ortaya çıkan bir hastalık grubudur. Günümüzde kanser vakalarının artmasının temel nedenleri arasında yaşam süresinin uzaması, çevresel faktörler, sigara kullanımı, sağlıksız beslenme ve hareketsiz yaşam yer almaktadır" dedi.

Erken Tanı, Kanserde Tedavinin Anahtarı

Erken tanının kanserle mücadelede belirleyici rol oynadığını ifade eden Elkin, zamanında yapılan taramaların yaşam süresini ve tedavi başarısını doğrudan etkilediğini kaydederek, "Kanserle mücadelede en kritik kavram erken tanıdır. Birçok kanser türü erken evrede saptandığında tamamen tedavi edilebilirken, geç tanı durumunda tedavi süreci hem zorlaşmakta hem de yaşam süresi kısalmaktadır" dedi.

Tarama programlarının ertelenmemesi gerektiğine dikkat çeken Elkin, erken tanıya yönelik yöntemleri şöyle sıraladı: "Meme kanserinde düzenli mamografi, rahim ağzı kanserinde smear ve HPV testi, kolon kanserinde gaitada gizli kan testi ve kolonoskopi ve prostat kanserinde uygun yaş grubunda PSA takibi hayat kurtaran tarama yöntemleridir. 'Hiçbir şikâyetim yok' düşüncesi, tarama programlarını ertelemek için bir gerekçe olmamalıdır."

Kanserle Mücadele Tedaviden Önce Başlıyor

Toplumda kanser denildiğinde çoğunlukla tedavi yöntemlerinin akla geldiğini belirten Elkin, modern tıbbın bu bakış açısını değiştirdiğini vurguladı:

“Toplumda kanser denildiğinde akla genellikle kemoterapi, radyoterapi ve büyük hastaneler gelir. Oysa modern tıp bize şunu açıkça göstermektedir: Kanserle mücadele, hastalık ortaya çıkmadan önce başlar. Aile sağlığı merkezleri; bireyin yaşam tarzını tanıyan, risk faktörlerini yakından izleyen ve koruyucu sağlık hizmetlerini sürekli sunabilen en önemli sağlık birimleridir.”

Kanserden Korunmak Mümkün

Bilimsel verilerin kanserden korunmanın mümkün olduğunu açıkça ortaya koyduğunu belirten Elkin, önlenabilir kanser oranına dikkat çekti:
“Bilimsel veriler, kanserlerin yaklaşık %30-50’sinin önlenabilir olduğunu göstermektedir. Bunun yolu ise yaşam tarzı değişikliklerinden geçer. Sigara ve tütün ürünlerinden uzak durmak, alkol tüketimini sınırlandırmak, dengeli ve sağlıklı beslenmek, düzenli fiziksel aktivite yapmak, ideal kiloyu korumak, güneşin zararlı ışınlarından korunmak ve aşılabilir kanserler için (HPV, Hepatit B) aşıları ihmal etmemek kanseri büyük oranda önleyebilir.”

KETEM’ler Erken Tanının Bel Kemiğini Oluşturuyor

Türkiye’de yürütülen kanser tarama programlarına da değinen İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi, Halk Sağlığı Uzmanı Doç. Dr. Nurten ELKİN, KETEM’lerin erken tanıdaki rolüne dikkat çekti:

“Ülkemizde kanser tarama hizmetlerinin bel kemiğini KETEM (Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri) oluşturmaktadır. KETEM’ler, Sağlık Bakanlığı tarafından yürütülen ücretsiz ve düzenli tarama hizmetlerini sunar. Meme kanseri için 40-69 yaş arası kadınlara iki yılda bir mamografi, rahim ağzı (serviks) kanseri için 30-65 yaş arası kadınlara beş yılda bir HPV testi, kolon kanseri için ise 50-70 yaş arası kadın ve erkeklere iki yılda bir gaitada gizli kan testi yapılmaktadır.”

“Farkındalık Gerçekten Hayat Kurtarır”

Toplumsal bilincin önemine dikkat çeken Elkin, kanserle mücadelenin temel mesajını, “Kanserle mücadele, hastalık ortaya çıktıktan sonra değil, ortaya çıkmadan önce başlar. Düzenli kontroller, tarama programlarına katılım ve doğru bilgiye ulaşmak bu mücadelenin temel taşlarıdır. Bilinç, erken tanı ve korunma ile bu hastalığın seyri değiştirilebilir. Çünkü farkındalık, gerçekten hayat kurtarır” diyerek özetledi.

4 Şubat Dünya Kanser Günü: Kanserden Korunmada Beslenmenin Önemi

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümünden Arş. Gör. Öykü AYDIN, 4 Şubat Dünya Kanser Günü kapsamında kanserin önlenmesinde beslenme ve yaşam tarzına bağlı risk etmenlerine ilişkin açıklamalarda bulunarak, sağlıklı beslenmenin koruyucu halk sağlığı yaklaşımı açısından taşıdığı öneme dikkat çekti.

Dünya Kanser günü ilk olarak 2005 yılında Uluslararası Kanser Kontrol Örgütü (UICC) tarafından düzenlenmiştir. Bu kapsamda her yıl 4 Şubat tarihinde, UICC ve iş birliğindeki kuruluşlarla birlikte küresel düzeyde çeşitli kampanyalar yürütülmektedir. 4 Şubat Dünya Kanser Günü, kanserle ilgili farkındalık ve eğitimi güçlendirmeyi; aynı zamanda dünyanın dört bir yanında hem hükümetleri hem de bireyleri bu hastalıkla mücadele için harekete geçirmeyi hedefleyerek her yıl önlenebilir milyonlarca ölümün önüne geçmeyi amaçlamaktadır.

Kanser, dünyada ve ülkemizde önde gelen ölüm nedenlerinden biri olup vakaların önemli bir bölümü yaşam tarzı ve beslenme ile ilişkili risk etmenlerinden kaynaklanmaktadır.

Tütün kullanımı, fazla kilo, yetersiz sebze-meyve tüketimi, fiziksel hareketsizlik ve alkol kullanımı başlıca risk faktörleri arasında yer almakta; hastalığın büyük ölçüde önlenebilir olması ise sağlıklı beslenme ve yaşam tarzına dayalı koruyucu halk sağlığı yaklaşımlarının önemini artırmaktadır.

Kanser Gelişimini Uyaran Beslenme Faktörleri Nelerdir?

Diyet yağ alımının önerilen düzeylerin üzerine çıkması, vücut yağ oranının artmasına ve hormon dengesinin bozulmasına yol açarak hormona duyarlı kanser türlerinin oluşum riskini artırabilmektedir.

Hayvansal protein kaynaklarının, özellikle doymuş yağ içeriği yüksek ve işlenmiş etlerin aşırı tüketimi de kanser riskini artıran etmenler arasında yer almaktadır.

Rafine şekerden zengin, glisemik indeksi ve glisemik yükü yüksek karbonhidratların fazla tüketimi; insülin dengesini bozarak, obezite riskini artırarak ve hücre çoğalmasını uyarak kanser gelişimini kolaylaştırabilmektedir.

Yüksek sıcaklıkta kızartma, mangalda pişirme ve yoğun ızgara uygulamaları sırasında karsinogenik bileşikler oluşabilmektedir. Bu bileşikler, gıdanın doğrudan alev veya dumana maruz kalması, yağların yanması ya da nişastalı besinlerin yüksek sıcaklıkta pişirilmesi sonucunda ortaya çıkmaktadır.

Tarımda yaygın olarak kullanılan pestisitler, çevrede kalıcı olabilmekte ve besin zinciri yoluyla insana ulaşarak kanser riskini artırabilmektedir. Gıda katkı maddeleri ise yasal sınırlar içinde kullanılsa da özellikle nitrat türevi bileşikleri içeren işlenmiş ürünlerin uzun süreli tüketimi kanserle ilişkilendirilmektedir.

Aflatoksinler bazı tahıl, kuruyemiş ve baharatlarda gelişen küfler tarafından üretilen toksinlerdir ve kanser riskini artırır. Ağır metaller besin, su ve hava yoluyla vücutta birikerek ciddi sağlık sorunlarına yol açabilmektedir. Alkol tüketimi de miktara bağlı olarak kanser riskini artıran önemli bir faktördür.

Kanserden Korunmak için Sağlıklı Beslenme Modeli Nasıl Olmalıdır?

Kanserden korunmaya yönelik sağlıklı beslenme modelinin temelini, kronik hastalıkların önlenmesinde de güçlü kanıtlarla desteklenen Akdeniz diyet modeli oluşturmaktadır. Bu model; işlenmemiş gıdalar, meyveler ve sebzeler, zeytinyağı, kuru baklagiller, tam tahıllar ve kuruyemişlere odaklanan bir beslenme düzenini esas almaktadır.

Eklenen şekerlerin sınırlandırılması, rafine tahıllar yerine tam tahılların tercih edilmesi ve öğünlerin önemli bir bölümünün nişastasız sebzeler ile farklı renklerde meyvelerden oluşması önerilmektedir.

Sebze ve meyveler; posa, vitaminler, mineraller ve biyoaktif bileşenler açısından zengin içerikleriyle kanser riskinin azaltılmasına katkı sağlamaktadır.

Yağ tüketiminde doymuş yağlar yerine zeytinyağı ve omega-3 yağ asitlerinden zengin besinlerin tercih edilmesi, kırmızı ve özellikle işlenmiş et tüketiminin sınırlandırılarak balık, tavuk ve bitkisel protein kaynaklarına yönelinmesi sağlıklı bir yaklaşım olarak kabul edilmektedir.

Ayrıca kızartma ve ızgara gibi yöntemler yerine haşlama veya fırında pişirme tekniklerinin kullanılması, kanserden korunmaya yönelik beslenme stratejileri arasında yer almaktadır.



Kurubaklagiller Hem Sağlığı Hem Gezegeni Koruyor

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümünden Arş. Gör. Güldane YILDIRIM, 10 Şubat Dünya Kurubaklagil Günü kapsamında yaptığı değerlendirmede; nohut, mercimek, kuru fasulye ve benzeri kurubaklagillerin yalnızca geleneksel mutfakların değil, aynı zamanda sağlıklı bireyler ve sürdürülebilir bir gelecek için vazgeçilmez bir besin grubu olduğunu vurguladı.

Kurubaklagiller; bitkisel protein, posa (lif), folat, demir ve potasyum açısından zengin içerikleriyle dengeli beslenmenin temel bileşenleri arasında yer almaktadır. Doğal olarak düşük yağ içeriğine sahip olmaları ve uzun süre tokluk sağlamaları sayesinde kan şekeri kontrolünü desteklemekte, bağırsak sağlığını olumlu yönde etkileyerek genel metabolik sağlığa katkı sunmaktadır.

Bilimsel çalışmalar, düzenli kurubaklagil tüketiminin obeziteyle mücadelede etkili ve ekonomik bir yaklaşım olabileceğini; kalp-damar hastalıkları, tip 2 diyabet ve bazı kanser türlerinin riskini azaltmaya yardımcı olabileceğini göstermektedir. Yüksek posa içerikleri sayesinde doygunluk hissini artırmaları ve bitki temelli ile Akdeniz tipi beslenme modellerinde önemli bir yer tutmaları, bu besin grubunu halk sağlığı açısından öne çıkarmaktadır.

Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA 2017) verileri, ülkede kurubaklagil tüketiminin hâlen önerilen düzeylerin altında olduğunu ortaya koymaktadır. Kişi başı günlük ortalama tüketim 16,8 gram olarak raporlanırken, lif alımının da yetersiz olduğu dikkat çekmektedir. Aynı veriler yetişkin nüfusta fazla kiloluluk ve obezite oranlarının yüksek seyrettiğini göstermektedir. Bu tablo, liften zengin ve kaliteli bitkisel protein kaynağı olan kurubaklagillerin günlük beslenmede daha fazla yer almasının, sağlıklı vücut ağırlığının korunması ve kronik hastalıkların önlenmesi açısından önemli bir fırsat sunduğunu ortaya koymaktadır.

Kurubaklagiller yalnızca bireysel sağlığı değil, çevresel sürdürülebilirliği de güçlü biçimde desteklemektedir. Azot bağlayıcı özellikleri sayesinde toprağın verimliliğini artırabilmeleri, birçok tarım ürününe kıyasla daha az suya ihtiyaç duymaları ve zorlu iklim koşullarında dahi yetiştirilebilmeleri, onları sürdürülebilir gıda sistemlerinin temel yapı taşlarından biri hâline getirmektedir. Ayrıca hayvansal protein kaynaklarına göre çok daha düşük sera gazı emisyonuna sahip olmaları, kurubaklagilleri düşük karbon ayak izine sahip besinler arasına yerleştirmektedir. Bitkisel protein kaynaklarının artırılması; arazi kullanımı, su tüketimi ve iklim üzerindeki baskının azaltılmasına katkı sağlamakta, gezegen sağlığını merkeze alan beslenme yaklaşımlarını desteklemektedir.

Günlük beslenmede kurubaklagillerin haftada birkaç kez ana öğünlere dâhil edilmesi önerilmektedir. Salatalara eklenerek, sebze yemekleriyle birlikte pişirilerek ya da çorba ve püre formunda tüketilerek kolaylıkla sofralara taşınabilmektedir. Humus, mercimek köftesi ve fasulye ezmesi gibi alternatifler pratik ve besleyici seçenekler sunarken, kurubaklagillerin tahıllarla birlikte tüketilmesi (örneğin mercimek-bulgur veya fasulye-pirinç) öğünün protein kalitesini artırmaktadır.

Sindirim konforu için pişirme öncesinde suda bekletme, haşlama suyunu dökme ve kimyon ya da rezene gibi baharatlar kullanılması önerilmektedir. Küçük porsiyonlarla başlanıp zamanla miktarın artırılması ise bağırsakların uyum sürecini kolaylaştırmaktadır.

Günlük beslenmede yapılacak bu küçük tabak değişikliklerinin, uzun vadede hem bireysel sağlık hem de çevresel sürdürülebilirlik açısından anlamlı kazanımlar sağlayabileceği belirtilmektedir. Kurubaklagiller, sağlıklı bireylerden başlayarak daha dirençli ve sürdürülebilir bir gıda sistemine uzanan dönüşümün güçlü anahtarlarından biri olarak öne çıkmaktadır.

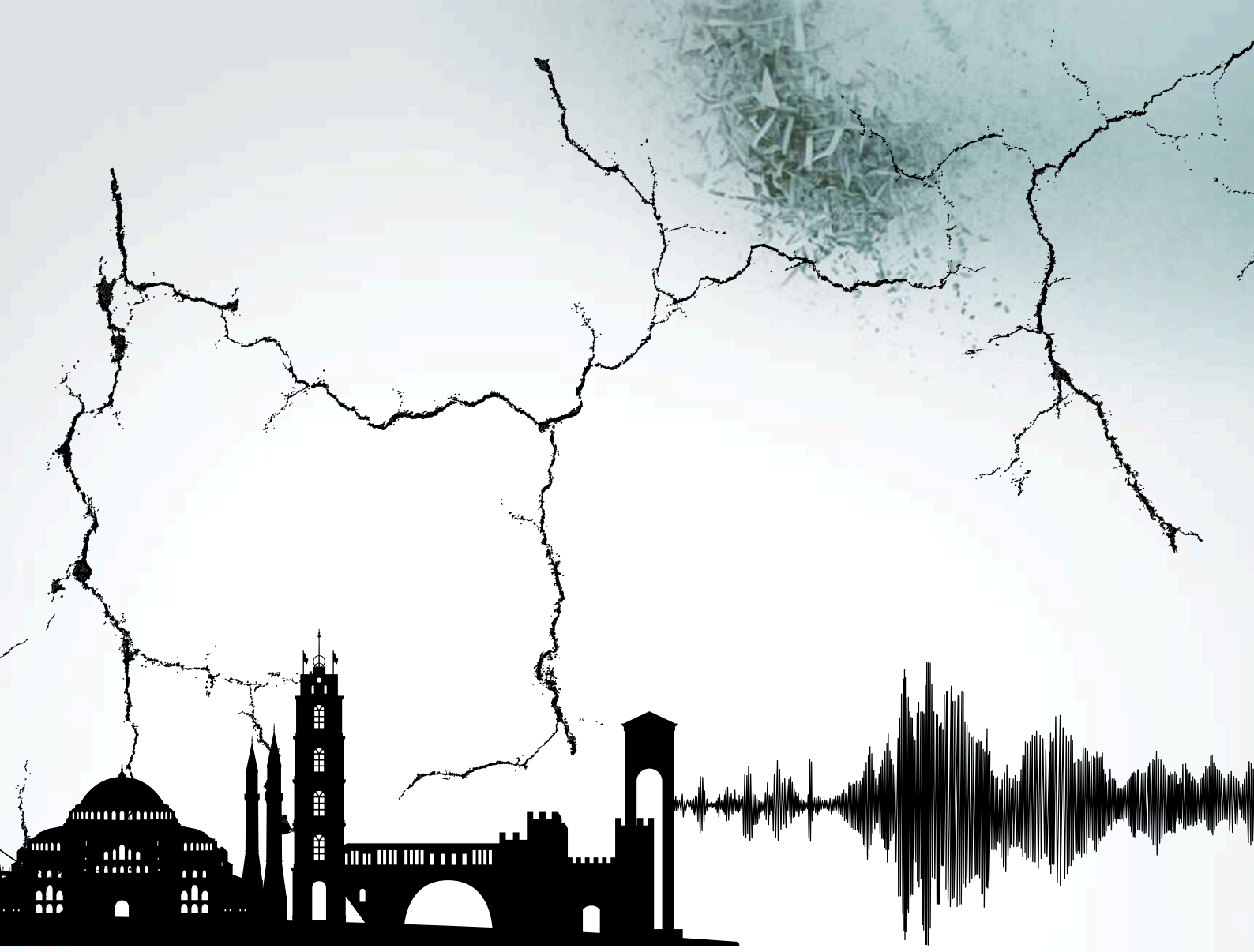


VE AFETLERDE SOSYAL HİZMET

Prof. Dr. İsmet Galip YOLCUOĞLU

Afetler, ekolojik dengeyi bozarak, can ve mal kaybıyla, toplumun olağan hayatını ortadan kaldıran olaylardır. İnsanlar için fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplar doğuran, normal hayatı ve insan faaliyetlerini kesintiye uğratarak toplulukları etkileyen doğal, teknolojik olaylar olan afetlerde; insan hayatının normal akışı zarar görmektedir. Yerleşim birimlerini etkileyerek önemli maddi ve manevi kayıplara neden olan, doğal veya insani kaynaklı afetleri, bir olayın kendisi değil, doğurduğu sonuç olarak düşünmek gerekir. Bu bakış açısı sosyal hizmet açısından da son derece önemli olup, afet durumlarında sosyal hizmet müdahalesinin planlanması, uygulanması ve değerlendirilmesi süreçlerinin tümünde, yaşanan olayın ortaya çıkardığı sonuçlar başlangıç noktası olarak görülmelidir. Afetlerin büyüklüğü, bilimsel bilgiler temelinde afet öncesinde alınacak önlemler, afet sonrasında ise etkili ve sistemli müdahaleler, bu afetlerin etkilerinin hızla ortadan kaldırılması ya da hafifletilmesi açısından önemlidir.

Riskli bölgeleri fazlaca olan Anadolu'muzda, afetlere karşı toplumsal bilincin, bir başka deyişle toplumda "afet kültürü"nün oluşması gerekmektedir. Afet yönetimi temelinde, doğal ya da insani kaynaklı afetlerin önlenmesi ve zararlarının azaltılması amacıyla ele alınacak olan aşamalar izlenerek, yapılması gereken çalışmaların yönlendirilmesi, koordine edilmesi ve uygulanabilmesi için, toplumun tüm kurum, kuruluş ve kaynaklarının organize edilmesini gerektiren geniş bir kavramdır. Afet olayları ile ilgili faaliyetlerin; zarar azaltma, önceden hazırlık, kurtarma ve ilk yardım, iyileştirme ve yeniden inşa olmak üzere beş aşamada gerçekleştirilmesi gerekir. Önceden hazırlık aşaması esasında en yaşamsal ve bilimsel süreç olup, afet tehlikesinin insanlar için olumsuz etkiler doğurabilecek sonuçlarını, karşı önlemler olarak, zamanında, en uygun şekilde, en etkili organizasyon ve yöntemlerle ortadan kaldırma çalışmalarını içerir. Afet sonrası günlerde; felaketin bitimiyle süratli bir biçimde o bölgede yaşayanların temel ihtiyaçlarını karşılamak, onları fiziksel, ruhsal ve sosyal sağlıklarına kavuşturmak yaşamsal derecede önem taşımaktadır. Afete müdahale sonrası; iyileştirme aşamasında yürütülen çalışmaların temel amacı, afete uğramış bireylerin, ailelerin ve toplulukların; haberleşme, ulaşım, su, elektrik, eğitim, uzun süreli geçici iskan, ekonomik ve sosyal faaliyetler vb. gibi son derece önemli ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için tüm müdahalelerin gerçekleştirilmesidir. "Yeniden inşa" aşamasının temel amacı da yıkılan veya hasar gören tüm yapıların yeniden inşası olduğu gibi; toplumun afet nedeniyle bozulmuş olan ekonomik, sosyal ve ruhsal bütünlüğünün de yeniden sağlanması gibi alanlara yayılan faaliyetleri içermektedir.



Afetin gerekleŖtięi, olumsuzluk ve yıkımların bütn yoğunluğu ile yaŖandığı aŖamada, buna maruz kalan kimselerin stresi en st düzeydedir. Ŗok, korku ve ŖaŖkınlık bu aŖamada sıklıkla görülmektedir. Afet sonrası aŖama, afetten etkilenen insanların karŖı karŖıya olduğu durumu yeniden gözden geçirmeye, baŖına gelenleri dŖnmeye zaman bulduğunda baŖlar. KiŖi, kurtulduğu için kendini Ŗanslı hissetmektedir. Toplumdaki pek çok kiŖi ve kuruluŖ yardım etmektedir. YaŖamını yeniden kurmak için kendisi de isteklidir. Zaman ilerledikçe ihtiyaçların yeterince karŖılanamaması, kızgınlık, korku, güven yitirme, bağımlılık ya da endiŖe gibi duygusal tepkilerin yaŖanmasına yol açmaktadır. Felaketten sonraki sürecin son aŖaması ise, "yeni normal yaŖama dnŖ aŖaması"dır. Afet sonrası iŖini, evini, sevdiği kiŖileri kaybeden, duygusal deęiŖikliklere uğrayan insanlarda aile içi iletiŖim bozukluğu ve evlilik sorunları, deęiŖen durumunu kabullenememe, ruhsal sorunlar, suça yönelme, ilaç ve alkol kullanma alışkanlıkları vb. sorunlar görülebilmektedir. İnsanların fiziksel çevresinde önemli deęiŖiklikler yaratan afetlerin, bireyler ve aileler üzerindeki psiko-sosyal etkilerini; gelir kaybı, ev kaybı, toplumsal bağların kopması, geleceğe iliŖkin güvensizlik, endiŖe ve stres, çoklu sistemlerle baŖ etmede glk ve kayıpların yol açtığı sosyo-psikolojik etkiler biçiminde sıralayabiliriz. Afetin ardından yakınlarını yitiren bir ailenin tüm bireylerinde psikolojik sorunlar yaŖanırken, aile bir bütün olarak ekonomik yoksunluk içinde kalabilmekte, çocukların eğitimi aksamakta, aile yaŖadığı yeri terk edip bir baŖka yere yerleŖmek zorunda kaldığı için akrabalarından, yakınlarından, komŖularından bir baŖka deyiŖle sosyal destek sistemlerinden mahrum kalabilmektedir. Bu aileye yönelik sosyal hizmet müdahalesi, ancak sorunların ve ortaya çıkan ihtiyaçların bütüncül ve çoklu düzeydeki bir değerlendirmesi ile etkili ve yararlı olacaktır.



KÜLTÜR- SANAT- EDEBİYAT

BU BİR GÖÇ MÜYDÜ?



Tuğçe KONMAZ

Çocuk Gelişimi
Yüksek Lisans
Öğrencisi

Ben ülkemden, milletimden, dilimden, özümünden hiç kopmadım. Tüm bunlardan kopup gelen bir insanın gözüyle hayata bakabilir miyim, onların gerçek hislerini anlayabilir miyim bilmiyorum. Yaşamımın henüz 10 yaşlarında 99 depremiyle tanıştım. Evimiz Kocaeli’de depremin merkez üstündeydi. Binamız artık oturulamaz halde ,tanıdıklarımızdan çoğu enkazın altında hayata gözlerini yummuşlardı. Ortalık mahşer yeri cümlesini iliklerime kadar hissetmiştim. Ve artık asla eski günlere dönemeyeceğimiz yeni bir dönüm ben ve ailem için başlamıştı. Önce Tüpraş patlayacak herkes şehri terk etsin sesleri yükseldi . Binamızın önü çok ürkütücü olsa da, enkazın altından bizi kurtarın çığlıkları duyulsa da, binanın önünde tanıdık bildik yerde olmak; şehri terk etme fikri kadar ürkütücü gelmiyordu kulağıma. Babam ve annem bizleri düşünmek zorundaydı ve patlama riskine karşı yüksek kesimlere ulaşmanın bir yolu olmalıydı onlar için. İnanır mısın o atmosferde herkes birbirinin bir yarasını sarma niyetindeydi. Kimi suyunu paylaşıyor, kimi kendi çocukları için bulduğu battaniyesini açıkta kalmış diğer çocuklarla paylaşıyordu. Yükseklerle çıkmamız için babam bir araç bulmuştu hiç tanımadığımız birinin , bizim gibi depremzede bir abimizin dolmuş minibüsü. Hepimiz doluştuk içine. Yüksek kesimlere yol alındı. Ayağımızda terlik cebimizde kimlik hiç biri yoktu. Yol boyu enkazlar ve kefene sarılmış bedenlerin olduğunu göre göre tepeye çıktık. Her yer yemyeşildi. Ağustos’un sıcağında buz gibi bir gece geçirdik. Ve sonrası en güvenilir gibi görünse de benim için en acı kısmıydı. Sabah olmuş her yer aydınlanmıştı. Bizlere yardım etmek isteyenler; ekmek dolu kamyon kasalarıyla ekmek ve su dağıtıyorlardı. Bizim için normaldi ekmek paylaşıldı ama annemin ekmek alırken ki mahcubiyetini hiç unutmadım. İstemek zorunda; alan taraf olmak, veren tarafta olmaktan daha zormuş meğer. Derken babaannemler bizi almaya memlekete götürmeye gelmişler. Biz doğduğum andan itibaren yaşadığımız topraktan zorunlu olarak ayrılmak durumunda kaldık. Sahi göç diyebilir miyiz bu duruma ? Ülkesinden, dilinden, özünden kopmak zorunda kalanlarla aynı zorluk derecesinde midir ? Belki bu bir göç değildi ama o geceden sonra çocukluk arkadaşlarımı ,oyun oynadığımız mahalleyi , okuluma giden yolu kaybetmiştim.



Artık yeni bir sayfa Zonguldak'ta başlıyordu bizim için. Evimiz değişmişti, okulum değişmişti; hatta ev dediğimiz şey çoğalmıştı. Anneannemlerin, babaannemlerin, halamın evleri birer sığınak olmuştu bize. Kalabalıktık, güvendedik; ama ben ilk kez şunu hissetmeye başlamıştım: İnsan evim dediği yerde de yabancı hissedebilirdi. Büyüklerimiz bizi korumaya çalışıyor, herkes elinden geleni yapıyordu. Yiyecek, giyecek, yatacak yer eksik değildi; ama bütün bunlar bana ait değildi. Biz depremzedeydik, herkes bunun farkındaydı ve bu farkındalık her bakışta, her cümlede kendini belli ediyordu. Ailem için bu dayanışma hayatta kalmanın bir yoluydu; benim içinse sessiz bir sıkışmışlıktı. Kimse bizi istemiyor değildi ama kimsenin hayatı da bize göre yeniden kurulmamıştı. O günlerde fark etmeden şunu öğrendim: Bir yere sığınmak başka, bir yere ait olmak bambaşka bir şeydi.



Okul da yeniydi Zonguldak'ta. Sınıfa ilk girdiğim günü hatırlıyorum; herkes yerindeydi, ben hariç. Öğretmenlerimiz, arkadaşlarımız ben ve abim için bir şeyler yapmıştı. Boya kalemleri, eşofmanlar, defterler... Her şey fazlasıyla düşünülmüştü. İyi niyetin bu kadar görünür olduğu bir ortamda kendimi daha da görünmez hissettiğimi fark ettim. Bana verilen her şey, bana ait olmayan bir hayatın parçası gibiydi. Kimse kötü değildi, aksine herkes çok iyiydi; ama ben o iyiliğin içinde bir yere tutunamıyordum.

Sınıftaki seslere alışamadım. Konuşulanları duyuyor ama kendimi o konuşmaların içinde bulamıyordum. Herkes beni tanıyordu, ben kimseyi tanııyordum. "Depremzede" olduğum biliniyordu ama ben ne olduğumu bilmiyordum. Okula gidip geliyordum halamların evinde kalıyordum; annemler memleketteydi. Günler geçtikçe okul, öğrenilecek bir yer olmaktan çıkıp dayanılması gereken bir yere dönüşmüştü. İçimde sürekli bir eksiklik hissi vardı; sanki yanlış bir yerde duruyordum.

Bir süre sonra okulu bırakmak istedim. Bu isteğimin bir isyan değil, bir yorgunluk olduğunu şimdi daha iyi anlıyorum. Babam yanıma geldiğinde uzun uzun konuştu benimle. Ne söylediğini değil, nasıl söylediğini hatırlıyorum. Sesindeki sakinlik, acele etmemesi, vazgeçmem için değil de kalabilmem için konuşması... O gün okulda kalmaya karar verdim. Ama o karar, ait olduğum için değil; henüz gidecek bir yerim olmadığı içindi. O zaman fark etmeden öğrendim: İnsan bazen desteklenir, korunur, tutulur; ama yine de bir yere tutunamaz.



İstanbul'a geldiğimizde her şey yeniden başlayacak sanmışım. Ailem beni bir okula yazdırdı; ama orada yalnızca bir ders gördüm. O tek derste bile, başıma gelenlerin herkes tarafından bilindiğini fark ettim. Öğretmen bana kendi kitaplarından birini verdi, sınıfa dönüp isteyenlerin ertesi gün bana defter, kalem getirebileceğini söyledi. Yardım etmek istiyorlardı, biliyorum. Ama ben o sınıfta, ilk dersten itibaren, bir yere ait olmadığımı hissettim. Sanki oraya öğrenmek için değil, eksikliğim hatırlatılsın diye gelmişim.

Babam kısa sürede okulun durumunu fark etti. Bir daha gitmememizi söyledi; kendisi Milli Eğitim'e gitti, daha iyi bir okula geçmemiz için uğraştı. Sonra evimize yakın başka bir okula başladım. Kağıt üzerinde her şey daha düzgündü artık. Ama içimde bir şey yerli yerine oturmuyordu. O okula da alışamadım. Günler, aylar geçti; hatta yıllar... Yine de kendimi oraya ait hissedemedim. Kocaeli'deki sınıfımı, arkadaşlarımı, öğretmenimi özliyordum. Orada bıraktığım hayatı sürekli geri çağırıyordum.

Bu özlem bedenime de yansıyor. Karnım sık sık ağrıyordu. Bazen gerçekten ağrıyordu, bazen de ağrıdığını sanıyordum. Okula gitmemek için bahane aramıyordum; sadece dayanmakta zorlanıyordum. O günlerde fark etmeden şunu öğrenmişim: İnsan bir yere alışamadığında, beden konuşmaya başlıyor.

İstanbul'da da yerim vardı belki; ama ait olduğum yer yoktu. Ev değişmişti, okullar değişmişti, yollar değişmişti. Değişmeyen tek şey, içimdeki yabancılik hissiydi.

6 Şubat 2023 Kahramanmaraş depremlerinde bu kez yaşayan değil, tanık olan taraftaydım. Çocuk değildim artık; ama tanıdık bir duygu vardı ortada. Yerinden edilmiş insanlar, geçici çadırlar, bekleyen gözler... Bir zamanlar yardım alan ben, bu kez yardım götüren taraftaydım. Yanımda çocuklarım vardı; bir buçuk yaşındaki oğlumla çadır kentleri dolaştık. Kendimi yardım getiren biri olarak tanımlamak istemedim. Daha çok dinlemek, görmek, hatırlamak istedim. Çadırdaki karşılaştığımız insanlar, kucağımda oğlumu görünce beni de depremzede sandılar; ağırlamak istediler, kısıtlı imkânlarıyla kahve ikram ettiler. O an anladım: Yardım edenle yardıma muhtaç olan arasındaki çizgi sandığımız kadar net değil. Bazen insan, yıllar önce öğrendiği bir duyguyla başka bir yerde yeniden karşılaşıyor. Bütün bu yaşadıklarımı düşünürken, göçün yalnızca bir yer değiştirme olmadığını fark ediyorum. Nostalji'nin söylediği gibi, mesele eve dönmekten çok, artık geri dönülemeyecek bir yerin varlığını bilmek. Benim çocukluğumda o yer bir evdi, bir okuldu, bir mahalleydi; yetişkinliğimde ise başkalarının kayıplarına tanıklık ederken yeniden karşıma çıktı. Şapka'da olduğu gibi, insan bazen kendi seçmediği bir konumda buluyor kendini: yardım alan, uyum sağlamak zorunda kalan ya da sessizce bekleyen tarafta. Belki yaşadıklarım klasik anlamda bir göç değildi; ama hayatımın farklı dönemlerinde, aynı yerinden edilme duygusuyla tekrar tekrar karşılaştım. Şimdi biliyorum ki insan bazen ülkesinde kalsa bile, kendi hayatındaki yerini kaybedebiliyor.

MARSİLYA'NIN DÖRT HIRSIZI VE İYİLEŞMENİN HAFİZASI

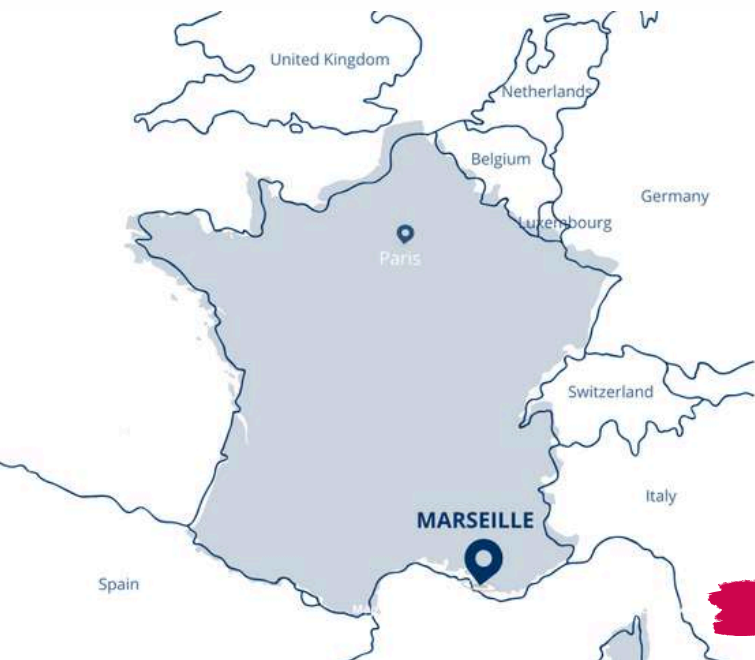
Dr. Öğr. Üyesi Emrah TÜNCER

*Kadim simyacılar evreni dört
elementle, hekimler insan ruhunu dört
mizaçla açıklardı. 'Dört'; yönün,
dengenin ve yeryüzündeki düzenin
sayısıydı. Ancak düzen bozulup ölüm,
görünmez bir sis gibi şehre indiğinde,
bu kadim dengeyi yeniden kurmak
elementlerin efendilerine değil,
gölgelerin efendilerine düştü.*

Eski bir şehirde ölüm, yalnızca nefesi değil, zamanın ritmini de durdurduğunda, geriye sadece kokular ve sırlar kalır.

17. yüzyılın Marsilya'sı, gökyüzünün kentin üzerine bir kefen gibi kapandığı, her kapı eşiğinin sessiz bir veda sahnesine dönüştüğü böyle bir büyük karanlığın içindeydi. Kara Ölüm, zengin konaklarının yıldızlı kapılarından içeri süzülürken ne rütbe dinliyordu ne de servet. Ancak kentin bu en çaresiz döneminde; dirilerin girmeye korktuğu, ölümlerin ise çoktan terk ettiği hanelere fütursuzca giren dört hırsız, tıbbın ve otoritenin diz çöktüğü bir çağda hayatta kalmanın o keskin ve aromatik anahtarını ellerinde tutuyordu.

Bu adamlar, herkesin kaçtığı vebalı evlere girip ölümlerin ziynetlerini topluyor, cesetlere dokunuyor ama ne hikmetse hastalıktan hiç etkilenmiyorlardı. Yakalandıklarında onlara sunulan pazarlık, aslında koca bir devrin kendi acziyetinin itirafıydı: "İdamdan kurtulmak istiyorsanız, hayatta kalma sırrınızı verin." Onları ipe götürecek olan çaldıkları altınlar değil, ölüme meydan okuyan o esrarengiz bağışıklıklarıydı. İdam sehпасının gölgesinde hayatlarını takas ettikleri bu sır, aslında ne pahalı bir iksir ne de karmaşık bir ameliyattı. Hırsızlar, ellerini yıkadıkları ve gargara yaptıkları; içine pelin otu, biberiye, ada çayı ve lavanta kattıkları keskin bir sirke ile ölümü kapı eşiğinde durdurmuşlardı. Yani doğanın kokularını, verdiklerini bir kalkan gibi kuşanmışlardı.



Bu keskin tat ve koku, sokağın ve kadim bilginin verdiği bir cevaptı aslında. Modern dünyanın henüz tam anlamıyla kavrayamadığı o "özerk sağlığın" en somut temsiliydi. İnsanı kendi iyileşme gücünden koparıp onu devasa sistemlerin elinde pasif bir nesneye dönüştüren anlayışın aksine, bu sirkeli formül; şifanın bazen kurumların çok uzağında, toprağın bağrında ve insanın kendi öz gücünde saklı olduğunu haykırıyordu.

Marsilya sokaklarında yankılanan bu esrarengiz bilgi, zamanla bir efsaneye dönüşerek ve Akdeniz'in dalgalarını aşarak İstanbul'un nemli mahallelerine, Hekimbaşı Mustafa Behçet Efendi'nin masasına kadar uzandı. 19. yüzyılda kolera kentin kapılarını zorlarken Mustafa Behçet Efendi yoksulları da gözeterek yazdığı "Kolera Risalesi" ile halka, özellikle de güneşin uğramadığı, evlerin birbirine yaslanarak nefes aldığı o dar sokaklarda bu "Dört Hırsız Sirkesi" ile korunmalarını önerdi. Çünkü biliyordu ki; salgınlar her ne kadar mikroskobik canlıların eseri olsa da, etkileri her zaman sosyal ve ekonomik yarıkların derinliğine göre şekillenirdi. Pandemiler, toplumun en zayıf halkalarını, yoksulluk ve yetersiz altyapı nedeniyle her zaman daha sert vuruyordu.

Tarih, tekerrürden ibaret sarsıcı bir döngüdür. Sahneler değişse de, kurbanların yüzü hiç değişmedi; "Kara Ölüm"den bugünün modern krizlerine kadar fatura hep aynı soğuk eşığe, yani en savunmasız olanın kapısına bırakıldı. İyileştirmek vaadiyle göğe yükselen her yapı, harcında adalet yoksa, çaresizliği bizzat besleyen soğuk bir kaleye, çıkışı olmayan bir labirente dönüştü.

Sonuç olarak Ivan Illich'in uyarısı, bugün her zamankinden daha tanıdık bir gerçeğe işaret ediyor: Modern dünya, sağlığı pırıltılı teknolojilere ve devasa koridorlara hapsederek, insanı kendi acısıyla baş etme ve şifasını doğadan devşirme gücünden sessizce kopardı. Bir sistem ne kadar karmaşıklaşır ve profesyonelleşirse, ironik bir şekilde asıl öznesini —insanı— o kadar uzağa, kendi şifasına yabancı bir sürgüne gönderebiliyor.



AFETLER, TOPLUM VE SAĞLIK HİZMETLERİ (SOSYOLOJİK YAKLAŞIMLAR VE UYGULAMALAR)

EDİTÖRLER
ASLI METİN
İZZET ERDEM

İÇİNDEKİLER

- Sosyal Politika ve Sağlık Politikaları Kapsamında Türkiye’de Afet Yönetimi
- Afet, Göç ve Sağlık
- Afetlerde Sivil Toplum Kuruluşlarının Sağlık Hizmetlerindeki Rolü
- Dünyada ve Türkiye’de Afet Koordinasyon Modellerinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma
- Sahra-Acil Durum Hastaneleri
- Afet Sonrasında Sosyal Sağlık ve Sosyal Destek
- Afet Dönemlerinde Sağlık Hizmetleri ve Yönetimi: Paramediklerin Deneyimleri Üzerinden Bir Değerlendirme
- Depremde Çocuklarla İletişim
- Kahramanmaraş Merkezli Depremlerde Türkiye Sağlık Sisteminin Yeterliği
- Kahramanmaraş Merkezli Depremlerin Sosyal ve Psikolojik Etkileri
- Kaybın İzleri: Kültürel Yas



YAZARLAR

AHMET ALKAN
ALİYE KÜBRA ÜNAL
ASLI METİN
AYŞE İSPİRLİ TURAN
DAMLA TOPÇU
DİLEK ALAY
EMİNE SAVAŞCI
ERDAL EKE
GÖZDE GÜVEN
İZZET ERDEM
KEVSER HÜSNA ÖZYILDIZ
KEVSER SEZER KORUCU
MUHAMMED KURTBARS ÖZTÜRK
NECLA YILMAZ
ÖZGÜR YEŞİLYURT
RAMAZAN RÜÇHAN KAYA
SELMA DOĞANALP ÇOBAN
SİDDİKA ÇAM
TUĞÇE KAYA



Sağlık Bilimleri
Fakültesi

Hoşgeldin

Ya Şehri

Ramazan





Sağlık Bilimleri
Fakültesi

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ MEZUN TAKİP SİSTEMİ

Mezun Takip Sistemi (METSİS), mezunlarımızın istihdamı ve mezuniyet sonrası eğitimi gibi güncel durumlarını belirleyerek takip etmek, istatistiki veriler oluşturmak amacıyla açılmıştır.

İstanbul Gelişim Üniversitesi, mezunlar ile ilişkilerini kuvvetlendirmek ve mezunların istihdamına katkı sunmak adına METSİS'i faaliyete geçirmiştir. Mezunlarımız, METSİS'e ücretsiz üye olabilmektedir. METSİS'e üye olan mezunlarımız oluşturdukları kişisel profillerini güncelleyerek iş ilanlarımızı takip edebilmektedir.

METSİS'e Nasıl Üye Olurum?

1. metsis.gelisim.edu.tr platformuna giriş yapınız.
2. Açık pozisyonlar kutucuğundan ilanlar takip edebilirsiniz.
3. İlanlara başvuru gerçekleştirmek için Yeni Aday kutucuğundan hesap oluşturabilirsiniz.
4. Hesap oluşturulduktan sonra üst sekmede yer alan ilanlar sekmesinden iş ilanlarını görebilir ve uygun olan pozisyonlara başvurabilirsiniz.



Instagram -
igu_mezunlarkoordinatorlugu



LinkedIn -
IGU ALUMNI AND
MEMBERS COORDINATOR

MK

MEZUN KARTI

İGÜ'lü Mezunlarımız,
Sanal Mezun Kart ve üyelik ayrıcalıklarından yararlanmak için üyelik formunu eksiksiz doldurup fotoğrafınızı ilgili alana yüklemeniz yeterlidir. İGÜ Mezun Kart sahipleri; kampüs kütüphanesini kullanma, mezun etkinliklerine katılma, DGS-ALES kursları ve lisansüstü eğitimlerde avantajlardan yararlanma, pek çok kurum ve işletmede indirim ve ayrıcalık elde etme, online sertifikalı eğitimlere ve çeşitli eğitim-seminerlere ücretsiz ya da indirimli katılma imkânına sahiptir. Ayrıca Kariyer Merkezi ve İGÜSEM tarafından sunulan eğitim, seminer ve kariyer desteklerinden öncelikli ve indirimli olarak faydalanabilirler.



SCAN ME





**Sağlık Bilimleri
Fakültesi**

BİZİ TAKİP EDİN!



@igu_sbf



@igu_sbf



İGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi

Haber Gönder



sfbulten@gelisim.edu.tr

Her türlü görüş, öneri, haber ya da yazınızı bize iletebilirsiniz.



Sağlık Bilimleri Fakültesi

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

Prof. Dr. Mustafa NİZAMLIOĞLU
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı

Dr. Öğr. Üyesi Funda PEHLEVAN KARABIYIK
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı



BÜLTEN EKİBİ

Dr. Öğr. Üyesi Emrah TÜNCER

Dr. Öğr. Üyesi Aslı KAYA

Dr. Öğr. Üyesi Berk Efe ALTINAL

Arş. Gör. Tuğba TÜRKCAN

Arş. Gör. Semanur OKTAY ALKAN

Arş. Gör. Onur Zeki ANILGAN

Arş. Gör. Aişe Büşra CİĞER

Arş. Gör. Sıdika ADIYAMAN

Arş. Gör. Ebru DURUSOY

KÜNYE



igu_sbf



igu_sbf



İGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi



sbfbulten@gelisim.edu.tr