

Ölmez ağacın peşinde dolanıp dururken...



Eylül sonunda başlar heyecanım. Sonra ekime ayına, kasıma geliriz, daha da artar tutkum: Acaba bu hasat zeytinyağlarının tadı nasıl ola ki?

Yazı: Dr. Artun Ünsal;



Son yıllarda önüne gelen zeytinyağcılığa soyunsa da, özellikle Tariş, Komili ve Kristal gibi büyük kuruluşlar kendilerini günün koşullarına uydurarak, yeni ürünlerle pazar paylarını korumasını bildiler. Bu arada, daha mütevazı ölçeklerde, söz gelişi Balıkesir Burhaniye'den Taylieli gerçek bir markaya dönüşürken, piyasaya geç gelmesine karşın güçlü mali yapısının yardımıyla, Akhisar'dan Ravika da adını duyurmaya başladı. Verde yağları eski günlerine dönme heyecanı içinde. Son dönemde sahne alan Extra Oleas markasının da önemli bir çıkışı yaptığı dikkatlerden kaçmıyor. Kendi hesabıma, zeytincilik ve özellikle zeytinyağı sektöründe atılan büyük küçük her adımı, her yeni girişimin heyecanını takdir ederim. Her fırsatta yeni çıkan ürünlerden tatmaya çalışırım. Şimdilerde düşük asitli sızmalar "organik" üretime de yönelince gerçekten her damağa zevkler yelpazesi genişledi değil mi? Gel gelelim, öylesine tutucuyumdur ki, erken hasat "bulanık" yani filtre edilmemiş sızmadan vazgeçmem.

İster 0,3, ister 1, ister 2 asit olsun, fark etmez; yeşil rengi, meyve kokusu, genzi hafif yakan biberimsi tadıyla favorimdir kısacası. Bu yıl da şükürler olsun tedavi bilmez bir tüketicisi olduğum Edremitli Evren ve oğlu Sabit Ertür'ün erken hasadı "bulanık"a sabah-akşam ekmeğimi banıyor, salata ve sebze haşlamalarını şenlendiriyorum. Bu yağa hastayım ben, ama sizin tercihlerinize de çok saygılıyım ezelden.

Hangi zeytinyağı en güzel?

"En" sözcüğünü kullanmayı hiç sevmem...Renkler ve zevkler gibi, belli kalite ölçülerini tutturdukça zeytinyağlar da tartışılmaz. En iyisi yoktur, herkesin beğenisi kendinedir: Kimine göre, rengi, aroması, kokusu; kimine göre, rengi, aroması, kokusu; kimine göre filtreli ya da "bulanık" oluşu, kimine göre "erken hasat" veya "geç hasat" ürünü yağ en güzeldir. Dahası, kimi "el değmeden" üretilmiş yani "kontinü" sistemin yağı tercih eder, kimi de "süper pres" den geçirilen gerçek "soğuk baskı"lı yağı. Yaşasın özgür tercih hakkı!.. Elbette, bütün bu dediklerim, gerek fiziksel, gerekse duygusal yönden kusursuz olan yağlar içindir. Açıktır ki, 1 asitin çok üstünde bir yağı iyi bir "sızma" olarak değerlendirmeyiz. Aynı şekilde, 2 asit diye, "kişilikli" bir yağa da dudak bükemeyiz. "Ölmez Ağacın Peşinde" kitabımda da vurgulamıştım: "Düşük asit fetişizmine kapılmamak gerekir." Örneğin, bir yörenin ya da bir mahsül yılının 2,5 asitli yağı, bir başka yörenin ya da bir önceki yılın sözgelimi 9 dizyemlik (0,9 asit) asitli yağından çok daha iyi olabilir...

Yağın en güzeli yoktur. Yeter ki, önümüzdeki yağlar gerekli kalite düzeyini tuttursun. Bu gerçeği de "duyusal algılama" ortaya koyacaktır: Özetle, önünüze gelen yağ "küflü", "sirkemsi", "ekşi", "çamurlu", "kurtlu", "yanık", "ekşi", "toprak tadında", "yüksek asitli", ya da "madeni" gibi, olmadıkça kusursuz demektir. Kötü yağ "pis kokar"... İyi yağ elbette "meyvemsi" kokacaktır, tazedir çünkü; ağza da "hafif acı", hatta "biberimsi" gelecektir, biraz da gırtlak yakacaktır. Koyu yeşil (erken mahsul) yeşilimsi sarı (geç mahsul) olabilir, sorun yok; sizin tercihiniz hangisiyse. Bu durumda, rengi, aroması, kendine özgü kokusu, filtreli ya da "bulutlu" yani "bulanık", erken ya da geç hasat yağ olmaları, ağza "kıvamlı" ya da "biraz gevşek" gelmeleri gibi farklı özellikler, o yağlara kişilik katmaktadır. Güzel yağ üretimi hiç de kolay değildir: Zeytin ağaçları iyi budanmalı, gübreleri dozunda ve yerinde atılmalı, zamanında; sulanmalı ve zeytin zararlılarıyla mücadele de hafife alınmamalıdır. Hasat zamanında; uç dalları sopalama yerine sağma ve silkme yöntemiyle toplanmalı, zeytinler çuval



yerine kasada taşınmış ve "kızışmadan" yani vakit geçirilmeden ve sağlıklı bir biçimde sıkılmalıdır. Dahası, koyu yeşil renkli yağ tercih ediliyor diye zeytin yapraklarıyla birlikte sıkılıp yapay bir yeşil renk de verilmemeli. Neyse, o olmalı. Ayrıca sıklıktan sonra, ambalajlanana kadar çelik ve azotlu tanklarda muhafaza edilmeli.

Coğrafyanın önemi...

Ama tarih boyu bilinen bazı gerçekler de vardır ki, ülkemizde siyah sofralık zeytinin en güzeli Marmara bölgesinde çıkar. Hatay'da da Gemlik zeytinini dikebilir ve güzel de ürün alabilirsiniz, ama Gemlik ya da Şarköy'de üretilen "buruşuk" kara zeytinin tadını bulamazsınız. Küçükkuşu, Edremit, Ayvalık, Havran, Burhaniye yörelerinin yağları da Akdeniz'de Tarsus ya

Dr. Artun Ünsal "Ölmez Ağacın Peşinde: Türkiye'de Zeytin ve Zeytinyağı" adlı kitabında, geçmişten günümüze zeytin ve zeytinyağını anlatıyor...



Foto: Emrah Doğan

da Güneydoğu'da Antakya'da, Halfe-ti'de, Karadeniz'de Sinop veya Artvin'de çıkarılanlardan daima olmasa da, çoğu zaman üstündür. Sözgelimi, Kuzey Ege'nin sert ve dolgun çizik zeytinleri Güney'e indikçe yumuşar. Kısacası, iklim ve toprak yapısı, arazinin eğilim ve yüksekliği de zeytinin kalitesini etkiler. Buna karşın, "ustası"nın elinde, Ege dışındaki yörelerde de çok kaliteli mahsül elbette alınabilir, alınabiliyor da. Aynı şekilde, bilgisiz, dikkatsiz, sorumsuz üreticiler ve araçlar Ege gibi en elverişli koşullarda bile, zeytinin "canına okuyabilirler", yağının da... ■



Yaşlanmak cinselliği etkilemiyor

Günümüzde cinsel yaşam çeşitli faktörlerin etkisi altında kalıyor. Kadınlar ve erkekler açısından çoğu zaman dönüm noktası kabul edilen 40'lı yaşlarda cinsel yaşam, bilinenin aksine birebir olarak yaş konusundan etkilenmiyor. Kalp, böbrek, hipertansiyon, diyabet hastalıkları ve bu hastalıklar için alınan ilaçların cinsel performansı olumsuz etkilediğini belirten Üroloji Uzmanı Prof. Dr. Halim Hattat'la orta yaş dönemi cinselliğini konuştuk.

Yazı: Anıl Keskin Foto: Emrah Doğan

Bir röportajınızda "ülke koşullarına göre cinsel yaşamlar da değişir" demişsiniz. Ülkeden ülkeye nasıl farklılık göstermekte bu durum?

Ülkelerdeki geleneklere göre cinsellik tanımının farklılaştığı doğru. Ancak bunun ötesinde 40'lı yaşlardan itibaren organik ve psikolojik faktörler, iş hayatı gibi sebepler de cinsel yaşam üzerinde çok etkili. Erkek cinselliği ile ilgili 1970'li yıllarda Massachusetts Üniversitesi'nde yapılmış çalışmada 40-70 yaş arasında yapılan bir uygulamayla yüzde 52 oranında sertleşme sorunu saptanmış, buna göre 2 bine yakın bir insanda yapılan araştırma sonucu ileri, orta ve hafif olarak sertleşme sorunu ortaya çıkarılmıştı. Türkiye'de Androloji Derneği'nin buna benzer yaptığı bir çalışmada erkeklerde bu sorun yüzde 69,2 olarak çıkmıştı. Dünya ortalamasına göre bu oranın yüksek oluşunun sebepleri, kültürel, cinsel bilgi eksikliği, ekonomik koşullar olarak değerlendirildi.

Zaten Türk erkeği çoğu zaman bu tür konularda bir uzmana danışmıyor. Aslında insanların cinsel problemleri çok boyutlu.

Çok boyutlu tanımını biraz açar mısınız?

Yüzeyde görünen kısmından öte, organik ve psikolojik sebepler cinsel



yaşamı olumsuz etkiliyor. Örneğin, evlilik nedeniyle ilk defa cinsel ilişkiye girecek olmanın yarattığı heyecan psikolojik nedenlerden biri. Evlilik olmaksızın bir partnerle ilk defa gerçekleştirilen cinsel deneyimler de bu şekilde hüsrana son bulabiliyor. 15 yaşında geneleve gitmiş bir gencin bu olumsuz deneyimi, hekimle paylaşılmayan sorunlar, kulaktan dolma bilgilerle hareket etme erken boşalma sorunları yaşıyor ve 40'lı yaşlardaki cinsel hayata kadar bunlar yansıyor. Bunun dışında doğuştan meydana gelmiş, penisin bükülmesine neden olan anatomik bozukluklar veya yapılmış olan müdahalelerden kalma estetik problemler, yapısal sebepler, diyabet gibi faktörler zamanında bir uzmana yansıtılmayınca orta yaşlardaki cinsel hayata kadar uzanarak kişiyi etkiliyor.

Peki başka hangi etkenler cinsel yaşamı olumsuz etkiliyor?

İş, günlük yaşam ile gelen psikolojik baskılar var. Trafik, bir yere yeti-

şebilme stresi gibi faktörler 40'lı yaşlardan sonra cinsel yaşamı olumsuz etkiliyor. Bunun dışında, organik sebeplere örnek teşkil etmesi bakımından nörolojik problemler, kolesterol yüksekliği, damar içi yapıyı bozan şeyler, kalp hastalıkları ve buna bağlı olarak yapılan by-pass ameliyatlarının getirdiği sonuçlar, hipertansiyon ve bunun için alınan ilaçlar, böbrek hastalıkları için alınan ilaçlar, Alzheimer, diyabet hastalığı, sigara, alkol, uyuşturucu bağımlılığı bir trafik kazası sonrası beyinde meydana gelmiş bel kemiği hasarı ve sinirlerin refleks olarak hissedilene iletememesi cinsel fonksiyon bozukluklarına neden oluyor, erkeklerde sertleşme sorunu yaratabiliyor.

Kadınlarda 40'lı yaşlara doğru cinsel yaşam nasıl seyrediyor?

Bu yaşlara doğru kadınlarda, erkeklerde nasıl andropoz dönemi ve bu dönemin etkileri varsa kadınlarda da menopoz döneminin etkileri oluyor. Bu süreci bir kriz dönemi olarak da ifade edebiliriz. Bayanlarda da östrojen hakimiyetinin kayboluşuyla, cinsel ilişki sırasında organlarda kuruma ve isteksizlik meydana geliyor, ilişkiden çekiniyor. 40 yaştan sonra çeşitli nedenlerden dolayı cinsel organda yaşanan pelvik genişlemeler de bayanların cinsel sorunlar yaşamalarına ve bu tür şikayetlerle hekime gitmelerine neden oluyor. Yine damar sertliği, hipertansiyon için kullanılan ilaçlar, diüretik ilaçlar, anti depresanlar, ağrı kesiciler kadınların da cinsel sağlığını olumsuz yönden etkileyabili-



40'lı yaşlar cinsel performansın azalıp da yeni bir döneme girilmesi anlamına gelmiyor; nedense bu yaşlardaki erkekler böyle bir düşünce içine giriyor.

Prof. Dr. Halim Hattat



yor. 40'lı yaşlardan sonra kendisine bakımı ön plana alan, eşiyile cinsel problem olduğunda hem kendisi hem eş için uzmana giden kadın modeli cinsel sorunların altından daha kolay kalkıyor.

Yaş faktörü cinselliği tam anlamıyla etkiliyor mu?

Cinselliğin artan yaşla birlikte olumsuz seyrettiği düşünülse de bu aslında yaşlanmanın mutlak sonucu değildir. 80 yaşında birinin de cinsel performansı son derece başarılı olabilir. Erkeklerde bayanlarda olabildiği gibi zaten böyle direk yaşa bağlı bir sorun yoktur ama prostat gibi ilerleyen yaşlara doğru çıkan organik faktörlerin getirdiği problemler cinsel fonksiyon isteğini ortadan kaldırabilir. Eğer eşlerden birinde enfeksiyon varsa bu da cinsel problemleri beraberinde getirir. Ayrıca, işle ilgili stresler, eşle ilgili çekişmeler de cinselliğe yansıyor. 40'lı yaşlar cinsel performansın azalıp da yeni bir döneme girilmesi anlamına gelmiyor; nedense bu yaşlardaki erkekler böyle bir düşünce içine giriyor.

Tedaviye giderken neler önemseniyor?

Kişiyi psikolojik, hormonal, meta-

bolik testler uyguladıktan sonra davranış terapi, ilaçlar gibi yöntemlerle tedavi yoluna gidiyoruz. Bu tedavilerden sonra hastalarla tekrar bir araya gelerek bilgi alışverişinde bulunuyoruz. 40'lı yaşlardan sonra kadında ve erkekte estetik önem taşıyor. Örneğin doğum sonrası eşlerinin formunu kaybetmesinden hoşlanmayan erkekler var. Eşlerin birbirini beğenmesi için kendilerine özen göstermeleri gerekiyor. Böyle olduğunda sorunlar daha kolay çözülebilir oluyor. Gerekirse erkeklerle ve kadınlara bir takım ameliyatlara, operasyonlara yapılıyor. Çiftlerin senede bir kere cinsel yaşamlarının olumlu seyri için bir hekime kontrole gitmelerinde fayda var. ■

Verimli bir doktor ziyareti için püf noktaları

- Cinsel sorunlarınızı ertelemeyin.
- Doktorunuza sorunuzu tam olarak aktirebilmek için bilgi vermek adına hazırlıklı olun.
- Sorunlarınızı doktora net bir şekilde açıklamaktan çekinmeyin.
- Doktorunuza eşinizle birlikte gitmeyi düşünün.



Sağlık alanında son teknolojiler, yepyeni tedavi yöntemleri

Bilim alanındaki yeni gelişmeler bilindiği gibi öncelikle sağlık sektörüne yansıyor. Türkiye’de son teknolojilerle yapılan tedavi yöntemleri neler diye merak ettik ve sizin için araştırdık.

Beyin hastalıkları tanısında zahmetsiz ve tehlikesiz bir yöntem: MR Anjiyografi

Güncel Tıp Görüntüleme ve Tanı Merkezi

Beyin dokusundaki enfarktüs ve kanamayı gösterecek temel ve en modern yöntemler MR ve Spiral Bilgisayarlı Tomografidir. Özellikle Emar (MR) olayın nerede olduğunu, beynin neresinin hastalandığını, olayın kanama ya da enfarktüs mü olduğunu ve ne denli yaygın olduğunu ortaya koyar. Bu yöntemler ayrıca inmeyi taklit eden beyin hastalıklarını (örneğin beyin tümörü gibi) ayırt etmemize katkıda bulunur.

İkinci çözülmesi gereken sorun ise beyne gelen damarların ne durumda olduğunu anlamaktır. Bunun içinde Doppler ve MR anjiyografisi sıklıkla kullanılan yöntemlerdir. Beyin damarlarının anjiyografik olarak incelenmesi özellikle kanamalarda önem taşır. Beyin kanamaları damar sertliği ve yüksek tansiyona bağlı olarak meydana gelebilir.

Bu konuda önde gelen tanı merkezlerinden Güncel Tıp Görüntüleme ve Tanı Merkezi, Emar çekiminde en güncel teknolojiyi İstanbul’da halkımızın hizmetine sundu. Güncel Tıp, 1.5 Tesla Emar (MR) görüntüleme sistemi diğer tüm alanlarda olduğu gibi Nöro MR uygulamalarında da hem en güvenilir hem de hasta için en zahmetsiz inceleme imkanı sunuyor.

Sistem de “girişimsiz anjiyo” çekim-

leri yapılabilir. Yüksek teknolojiyi, maksimum hızda sunan Güncel Tıp

Emar Sistemi, her türlü anjiyo MR tetkiklerine olanak tanıyor. Yeni doğmuş bebeklerden 159 kiloya kadar, tüm yaşta hastalara emar tetkikleri yapılabilir. Güncel Tıp, SSK’lı, Emekli Sandığı emeklisi, özel sigortalı ve devlet memurları da dahil tüm hastalara hizmet veriyor. Ayrıca özel hasta servisi ile hastaları evlerinden ya da doktorlarının yanından alıp merkezlerinde tetkiklerini tamamladıktan sonra evlerine tekrar bırakıyor.



Alt idrar yolu şikayetleri ve prostat

İnsanda yaşla birlikte hücrenel, dokusal ve bedensel küçülmeye karşı olan tek organ prostattır. Kelime anlamı itibariyle “önde duran” anlamına gelen prostat, bu haliyle anarşist bir organdır.



Doç. Dr. Gökhan Özer.

MESA Hastanesi
Doç. Dr. Gökhan Özer
MESA Hastanesi Üroloji Bölümü

zukulukları, idrar kesesi ve prostatın iltihabi hastalıkları, prostat ve idrar kesesinin kanserleri ve taş hastalıkları neden olabilir. Etkin bir tedavinin yapılabilmesi, doğru tanı ile mümkündür.

Herman Hesse “Hiçbir şey koşulsuz olmaz; öyleyse hiçbir şey de bedelsiz değildir” der. Ergenlik döneminden itibaren sperm için gerekli koşulların oluşmasını sağlayan prostatın da ödeteceği bir bedeli vardır. Sperm kalitesine yardımcı olan bu organ, zaman içinde yaşanan insana kendi varlığını hissettirerek; ben buradayım diyebilmek için hayat kalitesini bozar. Bu ifade ediş şekli, bizlere “alt idrar yolu şikayetleri” olarak yansır. Alt idrar yolu şikayetleri işeme eylemine geçerken duraksama, kesik kesik işeme, işeme eylemi bittikten sonra damlama olması, çatallı işeme, ıkınarak işeme, işeme süresinin uzaması, günlük işeme sıklığının artması, acil işeme ihtiyacı, acil işeme ihtiyacı ile birlikte olan idrar kaçırma, gece işeme ihtiyacı ile uyanma, ağrılı işeme ve idrar kaçırma olarak sıralanabilir. Bu şikayetlere idrar kesesi çıkışında tıkanıklık yapan, benign prostat hiperplazisi, (prostatın iyi huylu büyümesi) idrar kesesi boyun kısmının darlığı, penis içerisindeki idrar kanalında gelişen darlıklar, idrar kesesi sinir ve kas işlevlerinin bozulması, psikojenik işeme bo-



KTP lazer (Greenlight) işlemi.

erkeğin yaşamı boyunca prostat kanserine yakalanma riski yüzde 15, bu nedenle ölüm riski yüzde 2,9’dur. Risk faktörleri arasında aile öyküsü, prostat spesifik antijen (PSA) seviyeleri, diyet ve erkeklik hormonları sıralanabilir. Aile öyküsü olanlarda 40, olmayanlarda 50 yaşından sonra hiçbir şikayet olmasa dahi yılda bir kez yapılacak prostat muayenesi ve PSA kan seviyesinin ölçülmesi, erken tanı için yeterlidir ve etkin bir şekilde tedavi edilebilir. Prostatın iyi huylu büyümesi ile prostat kanseri iki farklı hastalık olup tedavi yöntemleri de tamamen değişiktir.

Cerrahi tedavinin önemi...

Prostatın iyi huylu büyümesi ilaçla ve cerrahi yöntemlerle tedavi edilebilir. Cerrahi tedavi sonuçları oldukça yüz güldürücüdür. Uygulanan her tedavi yöntemi prostat tedavisinde altın standart olan TUR ameliyatı (prostatın kapalı yöntemle kazanarak çıkartılması) kadar etkin olmalıdır. Günümüzde prostat dokusunun lazer enerjisi kullanılarak yok edilmesi, hasta memnuniyeti ve tedavi etkinliği açısından ön plana çıkmaktadır. Prostat tedavisinde hastanemizde de uygulanan bir teknoloji olan KTP lazer (Greenlight) uygulamalarının

üç yıllık sonuçları TUR ameliyatına eşdeğerdir. Bu uygulama sonrası sonradaki kalma ve günlük aktivitelerine dönme süresi daha kısadır. Kan sulandırıcı ilaç kullanan ve kalp-akciğer hastalıkları nedeniyle riskli olan hastalarda da uygulanabilen güvenli bir yöntemdir. Lazer uygulamaları ile patolojik değerlendirme amacıyla doku elde edilememesi, uygulama öncesi prostat kanseri olasılığının ekarte edilmesini gerektirir.

Kalp ve bağırsak dedektifi Sema Hastanesi'nde



Sema Hastanesi

Türkiye'de ve dünyada çok az merkezde bulunan "64 Kesit Multidedektör BT" ile kalp anjiyosu 12 saniyede, sanal kolonoskopi ise 5 dakikada yapılabilir.

Koroner arter hastalıkları batı toplumlarında ölüme yol açan hastalıkların en başta gelen nedenidir. Bu sebeple koroner hastalıkların erken tanı ve tedavisi son derece önemli. Risk faktörleri arasında sigara, hipertansiyon, diyabet, hiperkolesterolemi, şişmanlık ve genetik faktörler sayılabilir. Günümüzde erken tanının önemini vurgulayan uzmanlar Bu cihaz sayesinde erken tanı şansının çok yüksek olduğunu belirtiyor. Son yıllarda medikal görüntüleme de olağanüstü gelişmeler yaşıyor. 64 BT Multidedektör BT koroner arter görüntülemesinde yeni bir sayfa açtı.

Sema Hastanesi Radyoloji Ünitesi sorumlusu Doç. Dr. Kamran Mahmutyazıcıoğlu 64 multidedektör bilgisayarlı tomografi ile kalp krizi riskinin erken teşhis edilebildiğini ifade etti. Göğüs ağrısı, nefes darlığı, ailevi kalp öyküsü, kolesterol şikâyeti olan, EKG veya eforlu EKG testi sonuç vermeyen olgularda bu yöntem tercih edilebildiğini söyleyen Dr. Mahmutyazıcıoğlu, ayrıca bu yöntemin bypasslı damarların kontrolünde en üstün yöntem olduğunu söyledi. 64 ke-

sit MDBT cihazının birçok avantajını ise şöyle sıralıyor Doç Dr. Kamran Mahmutyazıcıoğlu; "en önemli avantajı, BT inceleme sürelerinin kısalmasıdır. Tüm vücut görüntülemesinin 20 saniye gibi çok kısa bir süre sürmesi; sabit duramayan yoğun bakım hastaları, düşkün hastalar, travma hastaları, ve küçük çocuklarda harekete bağlı görüntü bozulmasını engelleyerek görüntü kalitesini arttırmaktadır." dedi. 64 kesitli MDBT cihazlarının 4, 8 veya 16 detektörlü sistemlerle oranla çok önemli avantajlarından bir diğeri de hastaların aldığı radyasyon dozunun bu sistemde daha az olduğunu belirten Mahmutyazıcıoğlu, hastanın vücut şekline uygun radyasyon gönderen bir program sayesinde hastanın aldığı radyasyon dozunun azaldığını, bu durumun özellikle çocuklar için önemli bir avantaj oluşturduğunu da sözlerine ekledi.

Koroner hastalıkların tanısı "Multidedektör BT" teknolojisi ile artık noninvasif olarak yapılabildiğini söyleyen Kamran Mahmutyazıcıoğlu "Multidedektör BT" ile koroner anjiyografi hiçbir ön laboratuvar hazırlığı gerektirmeden, hiçbir girişim yapılmadan, katetersiz ve yalnızca bir nefes tutması süresi olan 12 saniye içinde yapılabildiğini, klasik anjiyografiye göre daha ucuz, daha kolay ve daha hızlı bir yöntem olup tetkik sonrası hastanede yatma zorunluluğu ortadan kalktığını belirtti.

Akciğer kanserinin erken tanısını mümkün kılıyor

64 BT ile tüm toraks 10 saniye gibi kısa bir sürede, 1 milimetrenin de altındaki ince kesitlerle taranabiliyor. Böylece akciğer parankim hastalıklarının ve akciğer kanserinin erken ve kesin tanısı mümkün olabiliyor. Bu amaçla çok düşük dozda ışın kullanılarak kanser tara-

ma programları sağlıklı bireylerde uygulanabiliyor. Özel nodül takip programı nodüllerin hem tanı hem de takibinde en üstün yöntem olarak karşımıza çıkıyor.

Kolonoskopi kâbus olmaktan çıkıyor

Üç boyutlu inceleme ve yüksek rekonstrüksiyon teknolojisi sayesinde hastalar için son derece sıkıntılı olabilen endoskopik tetkikler (bronkoskopi, kolonoskopi, vb.) hiçbir girişimde bulunmadan rutin inceleme kapsamında sanal ortamda 64 multidedektör BT cihazı ile yapılabilir. Girişimsel klasik kolonoskopide hastalara anestezi uygulanırken, sanal BT kolonoskopide anestezi uygulanmıyor. Sanal kolonoskopi işlemi ortalama 3-5 dakikada tamamlanıyor. Kalın bağırsak kanserinin erken tanısına olanak sağlayan sanal kolonoskopi yöntemi ile 3 milimetre'ye kadar bağırsak polipleri tespit edilebiliyor. Ayrıca sanal BT kolonoskopinin önemli bir avantajı bağırsağın içi ve bağırsağın dışındaki organların (böbrek, karaciğer, dalak, kemik) değerlendirilmesi ve varsa tümörün bağırsak içi ve dışı yayılımı tespit edilebilmesidir.

Kimler olabilir?

Ailesel risk faktörü olan, demir eksikliği anemisi olan, kalın bağırsak kanaması geçiren hastalar, tıkaçıcı kolon kitlesi olan hastalar ve başarısız girişimsel kolonoskopi geçiren hastalar 64 BT cihazı ile zahmetsiz bir şekilde kolonoskopi olabilir. ■



Günlük yaşamın getirdiği stres içerisinde, kendimize biraz zaman ayırmak belki de şımartılmak en iyisi. Bunu düşünen oteller bünyelerinde açtıkları SPA merkezleri ile baştan aşağı yenilenmek isteyenlerin adresi oluyor. İşte bu merkezlerden bazıları...

Günümüzün yaşam koşulları ve artan stres faktörü karşısında hizmet sektörü de farklı seçenekler sunuyor. Hem güzellik, hem de tedavi amaçlı uygulanabilen, son yıllarda gündeme gelen SPA kelimesi adını Latince "Salus Per Aquam" teriminin baş harflerinden oluşan kısaltmadan alıyor. "Suyla gelen iyilik" anlamındaki kelimenin tarihçesi aslında çok eski yıllara dayanıyor. Roma döneminden beri vücut bakımı ve tedavileri için kullanılan SPA aktiviteleri ülkemizde de hızla gelişerek yaygın-



laşıyor. Keyifli anlar yaşamak isteyenler için şimdilerde SPA'lar çok gözde. İşte bünyesinde SPA merkezi bulunan otellerden bazıları...

The Sofa Otel

Nişantaşı'ndaki The Sofa Otel'de bulunan Taylan Kümeli yönetiminde idare edilen SPA merkezinde uzmanlar eşliğinde cilt ve vücut bakımı, masajlar, selülit tedavisi ve inceleme, spor aktiviteleri, detox programlarıyla baştan aşağı yenilenmek ve sağlık amaçlı tedaviler uygulamak mümkün. Ayrıca günlük hayatın stresinden arınmak için aromaterapi, Thai, İsveç, sıcak taş masajı gibi rahatlatıcı masajların yanı sıra baş-boyun-sırt, ayak refleksoloji, spor masajı gibi tedavi amaçlı masajlar da uygulanıyor.

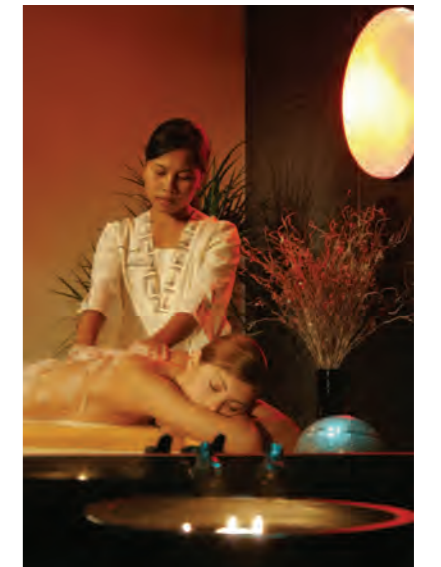
The Ritz Carlton

The Ritz Carlton Otel bünyesinde yer alan 2002 Uluslararası Senses Wellness ödüllü Laveda Spa'da kapalı yüzme havuzu, jakuzi, sauna, buhar odası, Fitness Center, dokuz adet masaj ve bakım odası, el ve ayak bakım odası ve yaz aylarında boğaz manzaralı iki jakuzi, iki adet bakım odası, serinleme havuzu ve güneşlenme alanı bulunuyor. Laveda Spa'da yüz ve vücut bakımları ve masaj terapilerinin yanı sıra anti-aging bakımları uygulamaları, Shiatsu ve refleksoloji gibi Uzak Doğu terapileri ve geleneksel Türk hamamında hamam terapileri ve doğal ürünler

ile uygulanan çikolata, bal ve kahve vücut bakımları söz konusu.

Richmond Otel Sapanca

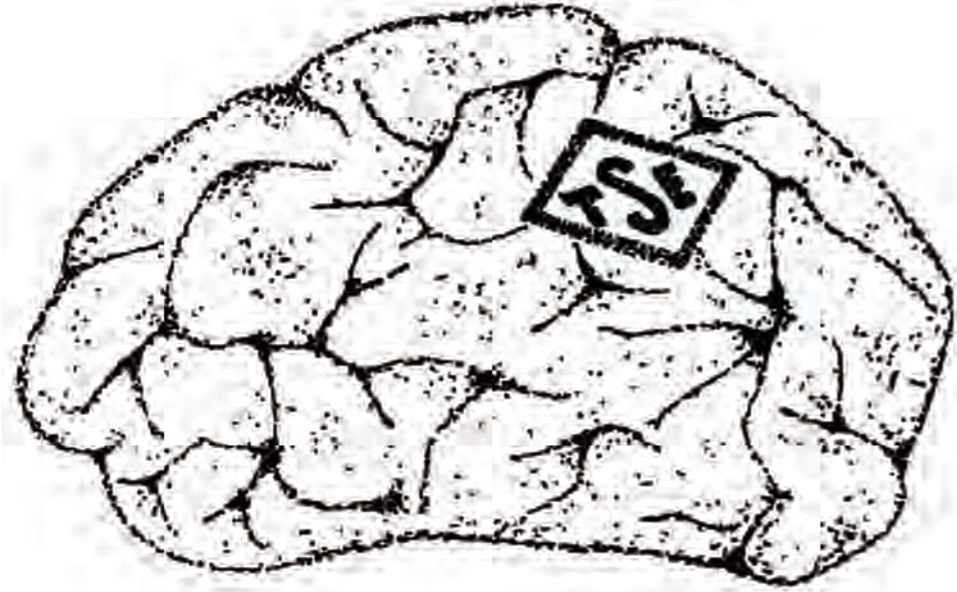
Sapanca Gölü kıyısında, el değmemiş doğa ile çevrili bir parkın ortasında, İstanbul'dan sadece 110 km mesafede olan Richmond Otel bünyesinde bulunan NUA Wellness – SPA, masaj, yüz ve vücut bakımı dahil olmak üzere uzman terapistler eşliğinde, Doğu ve Batı'dan bir bakım tekniği yelpazesi sunuyor. Osmanlı buhar banyosu, tuzlu buhar banyosu, eşsiz çift katlı Loft Sauna, bitkisel buhar banyosu, ısıtılmış koltuklu Tepidarium, Ice-Grotto, snail duşları, Aqua Cave Shower, tuzlu sulu hidro masaj havuzu, hidro masaj havuzu, Nua Spirit Süiti, Buhar Banyolu ve Fin hamamı özel süit, müzik kulaklıkları veya su yataklı dinlenme salonu seçenekleri, havuz ve duşlar bölümünde bacak, sırt, ayak, göğüs masajlarının uygulandığı tuzlu su havuzu ve yine içinde çeşitli su masajları bulunan aktivite havuzu da rahatlatma amacı taşıyor. Kromoterapi, aroma terapi, yan masaj, yağmur ve sisten oluşan doğal duşları, anti-aging, cilt bakımı, özel vücut bakım kürleri de yine merkezde sunulan hizmet seçenekleri arasında yer alıyor. ■





izgivizyon

Ali Kamil Uzun



Ali Kamil Uzun