

SİZİN İÇİN HAZIRLADIK
ALABİLİRSİNİZ

göz

GÖZ VAKFI KURUMSAL YAYINIDIR



Excimer Lazer ile gözlüksüz yaşam

Mevsimsel göz
alerjilerine
DİKKAT!

Estetik bir
problem:
Göz kapağı
düşüklüğü



Aydınlık bir yaşam için...



MİSYONUMUZ

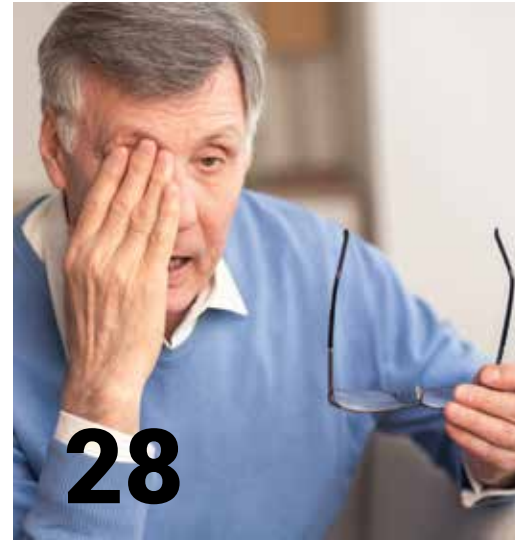
Göz sağlığını korumak ve sonradan olma körlüğü önlemek amacıyla halkı bilinçlendirirken, erken teşhis ve etkin tedavi yöntemleriyle öncü bir kurum olmak.

VİZYONUMUZ

Yurtiçi ve yurtdışından gelen hastalarımız için modern tıbbi donanımlar ile doğru tanı ve tedavi hizmeti sunmak.

KALİTE POLİTİKAMIZ

Göz Nurunu Koruma Vakfı Hastane ve Merkezleri'nce sunulan sağlık hizmetlerini; misyon, vizyon ve ilkelerimiz ışığında oluşturduğumuz Kalite Yönetim Sistemi şartlarına uyarak sürekli iyileştirmek, yasal şartlara uyumlu çalışmak temel politikamızdır.



İÇİNDEKİLER

- Sayfa 3** Misyon, Vizyon, Kalite Politikamız
- Sayfa 7** Av. Fuat Topdemir: Kaliteli sağlık hizmeti sunmayı sürdüreceğiz
- Sayfa 8** Göz Vakfı Tedavi Birimlerimiz
- Sayfa 9** Doç. Dr. Barış Yeniad: "Aydınlık bir yaşam için" göz sağlığı...
- Sayfa 11** Av. Osman Deveci: Göz Dergisi topluma yararlı hizmetleri vermeyi amaçlıyor.
- Sayfa 12** Merkezlerimiz
- Sayfa 13** Amacımız
- Sayfa 14** Bayrampaşa Göz Hastanesi

- Sayfa 15** Bayrampaşa Göz Hastanesi
- Sayfa 16** İdealtepe Göz Merkezi
- Sayfa 17** Yıldırım Göz Merkezi
- Sayfa 18** Op. Dr. Ali Sipahier: Excimer Lazer ile merhaba gözlüksüz yaşam
- Sayfa 20** Doç. Dr. Barış Yeniad: Estetik bir problem: Göz kapağı düşüklüğü
- Sayfa 22** Op. Dr. Mitat Altuğ: Mevsimsel göz alerjisine dikkat!
- Sayfa 24** İlker Karagöz: Neler gördü bu gözler?

- Sayfa 26** Erkan Dereli: 1 Temmuz Denizcilik ve Kabotaj Bayramı
- Sayfa 27** Op.Dr. Gülin Seda Nohutçu: Retina yırtığı nedir?
- Sayfa 28** Op.Dr. İbrahim Sayın: Tüm dünyada karşılaşılan en sık kalıcı görme kaybı nedeni: Glokom
- Sayfa 30** Op. Dr. Deniz Marangoz: Dijital göz yorgunluğu ve mavi ışık filtresi
- Sayfa 32** Op. Dr. Ebru Ceyda Bostan: Diyabet hastalarında göz muayenesi

- Sayfa 34** Op. Dr. Birtan Öztürk: Sarı nokta hastalığı görme kaybına sebep oluyor
- Sayfa 36** Op.Dr. Melek Kırçalı: Çocuklarda şaşılık nedir? Ne sıklıkla görülür...
- Sayfa 38** Prof. Dr. Arif Verimli: Baba Olmak...
- Sayfa 40** Hasan Saydam: Göz Nurunu Koruma Vakfı Koşusu
- Sayfa 42** Latife Baştuğ: Exlibris sanatı nedir?
- Sayfa 44** Serkis Şahbaz Anma
- Sayfa 45** Av. Mehmet Özhabes: Atatürk Köşesi
- Sayfa 46** Vedat Delek: Astroloji ve Sağlık

GÖZ VAKFI
1984'ten günümüze...

YÖNETİM KURULU

BAŞKAN
Av. Fuat TOPDEMİR

BAŞKAN YARDIMCISI
Av. Mehmet ÖZHABES

Engin GÜRPINAR
Eray HANTAL
Aysen KİPER
Latife BAŞTUĞ
Op. Dr. Ercan SAĞLAM
Mesut AVCI

GÖZ DERGİSİ
Göz Dergisi Adına Sahibi
Av. Fuat TOPDEMİR

Genel Yayın Yönetmeni
Doç. Dr. Barış YENİAD

Editör
Hülya SANCAKLI

Tasarım
www.hayatimizyiliksaglik.com

Göz dergisi üç ayda bir yayınlanır.
ÜCRETSİZ DAĞITILIR

www.gozvakfi.com

BASKI
Natural Baskı ve Ambalaj Yüzyıl Mah.
MAS-SİT 3. Cad. No: 195/1
Bağcılar/İSTANBUL
Tel: +90 212 430 97 35
www.naturalbaski.com



Kaliteli sağlık hizmeti sunmayı sürdüreceğiz

Göz dergimizin değerli okurları, Dergimizin 4. sayısı olan, "2021 Yaz" sayımızla size ve yaza merhaba diyoruz.

2021 yılının Haziran-Temmuz- Ağustos aylarını kapsayan bu dönemde de, Göz Nurunu Koruma Vakfı, vakfımıza bağlı Bayrampaşa Göz Hastanesi, İdaeltepe Beria TURAÇ Göz Merkezi, Bursa Yıldırım Beyazıt Darüşşifa Göz Merkezimizle, göz sağlığı tanı ve tedavisinde uygulanan üstün hizmet anlayışını doktor, sağlık personeli ve tüm görevlilerimizin kurum aidiyet duygusuyla sürdürdük, sürdürmeye devam edeceğiz.

Geçen sayımızın kapsadığı zaman diliminde, 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramımızı, 19 Mayıs ATATÜRK' ü Anma Gençlik ve Spor Bayramımızı, 9 Mayıs anneler gününü, İstanbul'un Fetih yıl dönümünü, salgın hastalık koşullarında, buruk bir şekilde, ağırlıklı olarak, sosyal medya ve televizyon ortamlarında kutladık. Ümidimiz, dileğimiz tüm dini ve milli bayramlarımızı, meydanlarda, anlam ve önemine uygun olarak kutlayabileceğimiz sağlıklı günlere tam olarak ulaşmaktır.

Salgın hastalık nedeniyle gerek tam kapanma, gerekse kısmi kapanma süreçlerinde, idari ve mesleki kurallara uyarak, insanı ve insan sağlığını her şeyin üstünde tutarak, zorlukları aşarak, kaliteli sağlık hizmeti sunmayı başarıyla sürdürebildik.

Bu başarımızı, her kademedeki doktor, yönetici ve tüm çalışanlarımızın titiz çalışmaları sayesinde



sürdürdük. Emekleri, her türlü teşekkürün üstündedir.

Önceki sayılarda olduğu gibi, bu sayıda da doktorlarımızın uzmanlık alanlarında, göz sağlığı ve tedavisiyle ilgili kısa, öz ve faydalı açıklama ve bilgilendirme yazılarına yer verilmiştir.

Dünya çevre günü kapsamında, sanayi ve teknolojiye gelişmelerin, çevreye duyarlı kullanımı sonucunda, ne yazık ki yaşadığımız coğrafyada benzeri bulunmayan Marmara Denizinde oluşan deniz salyası ile karşılaştık. Yıllarca çevreye verilen zararların önlenmesi için yapılan iyi niyetli uyarıların fayda etmediğinin bir sonucu olan bu kirlilik, doğanın bir tepkisi olarak ortaya çıktı. Umarız bu tepki, doğanın ve çevrenin yaşanabilir hale gelmesi için etkili olur.

Bu yayın dönemi içinde yer alan ve egemenliğimizin önemli bir unsuru olan 1 Temmuz Kabotaj ve Deniz Bayramımızı, kurtuluş savaşımızın kahramanlık destanlarından olan 30 Ağustos Zafer Bayramımızı, ülkemizi düşman işgalinden kurtaran kahramanlarımızı ve devlet olmanın temellerinden olan Dil Bayramımızı devletimizin kurucularını saygı ile anarak kutlayacağız.

Bir sonraki sayıda buluşmak üzere, Kurban Bayramınızı kutluyor, sağlıklı ve aydınlık günler diliyorum.

Av. Fuat TOPDEMİR
Vakıf Başkanı

TEDAVİ BİRİMLERİMİZ



RETİNA

- Anjiyo, Argon laser
- Ultrasonografi
- OCT-OCT-Anjiyo
- Fotodinamik tedavi
- Göz içi enjeksiyon (iğne)
- Vitrektomi operasyonları
- ROP muayenesi (Prematüre retinopatisi)

KONTAKT LENS

- Yumuşak
- Torik
- Gaz geçirgen (Sert)
- Presbiyopi
- Uvea
- Uvea Hastalıkları ve Tedavisi

CAM

- Hess perdesi
- ROP muayenesi

KERATOKUNUS

- Cross-Linking
- Ring (Halka)
- Topo-guidedlaser

KORNEA

- Kornea nakli

KATARAKT

- Femtosaniye Lazer
- Standart Fako

ŞAŞILIK VE ÇOCUK GÖZ SAĞLIĞI

- Göz kayması
- Göz tembelliği
- Bebeklerde göz hastalıkları
- Pediatrik oftalmometre

GLOKOM

- Görme alanı (Octopus, Humphrey)
- OCT
- SLT (Laser Tedavi)
- Glukom Ameliyatları
- Pascal tonometre

OKÜLOPLASTİK CERRAHİ

- Estetik göz-kapak cerrahisi
- Botox
- Kapak tümörü ve hastalıkları
- Gözyaşı sistemi cerrahisi
- Göz protezi

REAKTİF CERRAHİ

- Femtosaniyelaser uygulaması
- Excimerlaser, Fakik lens, (Miyop, Hipermetrop, Astigmat düzeltme)
- Refraktif lens değişimi (Multifokal, Torik göz içi lens)



“Aydınlık Bir Yaşam İçin” göz sağlığı...

Değerli okurlarımız;
Nitelikli sağlık hizmetlerimizde medikal tecrübe ile dolu 37 yıl...

Türkiye'nin ilk göz hastanesiyiz, bu özelliğin verdiği sorumluluk bilinci ile referans bir kurum olma konumunda, “Aydınlık Bir Yaşam İçin” göz sağlığı sloganı ile geliştirdiğimiz farkındalık bilincini yıllardır sürdürüyoruz. Etik değerlere bağlı, insan ve insan sağlığını temel alan, yüksek kalite standartlarında sağlık hizmeti sunuyoruz. Vakıf hizmet anlayışı ile duyarlılık bilincini geliştirerek, sosyal sorumluluk projelerini destekliyor, topluma katkı sağlıyoruz. Eğitsel ve bilimsel gelişimlerin ev sahipliğini yapıyor, modern tıbbi çalışmaların takipçisi olmaya devam ediyoruz.

Bayrampaşa Göz Hastanesi kuruluşunun 37. yılında, yaşattığı kurum kültürünü, hedeflediği misyon ile gelişmiş teknolojik altyapısı, alanında donanımlı, sürekli gelişime açık sağlık profesyonelleri ile uluslararası standartlarda



sağlık hizmeti sunuyoruz.

İdealtepe Göz Merkezi kuruluşunun 24. yılında, uygulanan medikal tecrübe, birikim ve güven ile hastalarımıza hizmet sunmaya devam ediyoruz.

Bursa Yıldırım Göz Merkezi, konumu itibarıyla, Osmanlı İmparatorluğu'nun ilk hastanesi Darüşşifa, yaşattığımız tarihi mimarisi ile kuruluşunun 20. yılında göz hastalarımıza şifa dağıtmaya devam ediyoruz.

Tüm dünyayı etkisi altına alan pandemi sürecini yaşıyoruz. Toplumsal olarak olumsuz etkilendiğimiz bu süreçte, sevdiklerimizden ve yakınlarımızdan uzun süre ayrı kalmanın üzüntüsünü yaşadık. Değerlerimizi yaşatacağımız günlerin umudunu kaybetmeden, sağlıkla ve huzurla geçireceğiniz bir bayram dileğiyle, Bayramınızı kutlarım.

Doç.Dr. Barış Yeniad
Direktör



Ameliyathane ve tedavi üniteleri ileri teknolojiye sahip cihazlarla donatılmıştır. Göz sağlığı ve hastalıkları için hastanemize ulaşabilir, tedavi süreç bilgisi hakkında detaylı bilgi alabilirsiniz.

Göz Dergisi topluma yararlı hizmetleri vermeyi amaçlıyor...



Değerli okurlar,
Dergimizin 4. sayısını başarı ile çıkarmış bulunuyoruz. Başta Direktörümüz Doç. Dr. Barış Yeniad, Hülya Sancaklı olmak üzere, Yönetim Kurulu Üyemiz Aysen Kiper, Kalite ve İnsan Kaynakları Direktörümüz Diclenur Aslan'a emek ve katkılarından dolayı teşekkür ediyor ve kutluyorum.

Bu vesile ile yönetim kurulu, denetim kurulu, danışma kurulu üyesi arkadaşlarımız ile doktorlarımız, hemşirelerimiz, idari ve hizmet personelimizin, ayrıca siz değerli okurlarımızın Kurban Bayramını kutlar, sağlık, huzur ve mutluluk dolu nice bayramlar dilerim.

Bayramlar, özellikle büyük şehirlerde yaşayanların meşakkatli ve yoğun çalışmanın ardından, büyüklerimizi ziyaret ederek, ellerini

öpmek, hayır dualarını almak, yakınlarımızla bir araya gelme fırsatını bulmak ve çocuklarımızı sevindirmek için ne güzel fırsattır.

Göz Dergisi, göz sağlığı başta olmak üzere sağlık, sanat ve aktüel konu içerikleriyle, topluma yararlı hizmet vermeyi amaçlamaktadır.

Hastane ve merkezlerimizle ilgili hizmet ve duyuruları sizlere aktarmayı hedeflemekteyiz.

Asıl amacı kar gayesi gütmeyen vakıf çalışmalarımız kapsamında, göz sağlığında alanında uzman doktorlarımız ve hemşirelerimizle hizmet vermeye devam edeceğiz. Bizler bu hizmetin mutluluğunu ve gururunu taşımaktayız.

En içten sevgi ve saygılarımla,
Av. Osman Deveci
Danışma Kurulu Başkanı





ŞUBELERİMİZ

BAYRAMPAŞA GÖZ HASTANESİ

İSTANBUL 1984

Bayrampaşa Göz Hastanesi 1984 yılında kurulmuştur. Türkiye'nin ilk göz hastanesi olma özelliğine sahiptir. Katarakt, Refraktif Cerrahi, Retina, Glokom, Oküloplasti ve Estetik Cerrahi, Şaşılık, Çocuk Göz Sağlığı, Kornea ve Acil sağlık hizmetleri birimlerinde yaklaşık 8000 metrekarelik alanda, ulaşımı kolay bir lokasyonda hizmet vermektedir.



İDEALTEPE GÖZ MERKEZİ

İSTANBUL 1997

İdealtepe Göz Merkezi, 1997 yılında hizmete açılmış 2008 yılında cerrahi müdahalelerin gerçekleştirilebileceği bir merkez haline getirilmiştir. Katarakt, Refraktif Cerrahi, Retina, Glokom, Oküloplasti ve Estetik Cerrahi, Şaşılık, Çocuk Göz Sağlığı, Kornea birimlerinde hizmet vermektedir.



YILDIRIM GÖZ MERKEZİ

BURSA 2001

1397 Yıldırım Beyazıt Han tarafından yaptırılan Osmanlı İmparatorluğu'nun ilk hastanesi Darüşşifa Vakıflar Genel Müdürlüğü tarafından aslında uygun olarak restore edilmiş, 2001 yılında Vakfımız bünyesine dahil edilmiştir.

Katarakt, Refraktif Cerrahi, Retina, Glokom, Oküloplasti ve Estetik Cerrahi, Şaşılık, Çocuk Göz Sağlığı, Kornea birimlerinde hizmet vermektedir.



AMACIMIZ

Göz Nurunu Koruma Vakfı "Aydınlık Bir Yaşam İçin" sloganı ile hizmet alanı görme kusurlarının giderilmesi olan girişimci ve hayırsever kişiler tarafından 1984 yılında kurulmuştur. Amacımız; göz sağlığı ve hastalıklarında erken teşhis, doğru ve etkin tedavi uygulamaları ile sonradan olma körlükle mücadeledir.

Yılda ortalama 125.000 muayene, 6.500 ameliyat, 29.000 çeşitli tetkik ve müdahalelerin yapıldığı hastane ve göz merkezlerinde ileri teknolojiye sahip tıbbi cihazlar ile hizmet verilmektedir.

Vakfımız bilimsel gelişimlerin ve modern tıp teknolojilerinin ev sahipliğini yapmaktadır. Hastanemiz bünyesinde düzenlenen bilimsel toplantılar, uluslararası tıp doktorlarının katılımı ile düzenlenen seminer çalışmaları ve tedavi uygulamaları ile sağlık sektörüne katkıda bulunmaya devam etmekteyiz. Avrupa ve hatta birçok yabancı ülkede az sayıda merkezde uygulanan Femtosaniye Laser eşliğinde Fako ile katarakt ameliyatlarını 2012 yılından itibaren bugüne Bayrampaşa Göz Hastanesi'nde başarı ile yapılmaktadır. Tüm sosyo ekonomik sınıflardan bir çok hasta yurt içi ve yurt dışından tedavi almak için hastanemizi tercih etmektedir. Kurumumuz uygulanan doğru teşhis ve tedavi yöntemlerinin başarısı ile yurt içinde ve yurt dışında referans bir kurum olma özelliğine sahiptir.

Vakıf hizmettir, insana hizmet, duyarlılık ve sosyal sorumluluk bilinci ile eğitime, bilime ve ihtiyaç sahibi insanlara dokunmaya ve destek vermeye çalıştık. Vakfımız bünyesinde düzenlemiş olduğumuz sosyal sorumluluk projeleri ve STK'lar; Eğitim Gönüllüleri Vakfı, Çorbada Tuzun Olsun Derneği, Kanseri Çocuklara Umut Vakfı (KAÇUV), Common Purpose Ortak İdealler, Koruncuk Türkiye Korunmaya Muhtaç Çocuklar Vakfı, Çocuk Eğitim Derneği, Umut Çocukları Vakfı, Parıltı Derneği Görmeyen Çocuklara Destek Derneği.

BAYRAMPAŞA GÖZ HASTANESİ



TEDAVİ BİRİMLERİMİZ

- Katarakt
- Refraktif Cerrahi
- Retina
- Glokom
- Oküloplasti ve Kapak
- Estetik Cerrahisi
- Şaşılık
- Çocuk Göz Sağlığı
- Kornea
- Acil Sağlık Hizmetleri

Göz sağlığı ve hastalıkları tanı ve tedavisinde tüm tedavi uygulamalarının yapıldığı ve geliştirildiği Bayrampaşa Göz Hastanesi'nde Glokom Tanı ve Tedavisi, Şaşılık Tedavisi, Çocuk Göz Sağlığı Tedavisi, Katarakt Tedavisi, Kornea Tedavisi, Rekraktif Cerrahi, Oküplasti ve Estetik Cerrahi, Retina tanı ve tedavisi birimleri ile hizmet verilmektedir.

Bayrampaşa Göz Hastanesinde 4 ameliyathane, dördü gözlem olmak üzere toplam 19 hasta odası, biri acil müşahade olmak üzere toplam 31 hasta yatağı bulunmaktadır. 25 doktor, 18 hemşire ve sağlık çalışanları ile toplam 130 personelimiz çalışmaktadır. Acil sağlık hizmetleri ile yaklaşık 8.000 metrekarelik alanda, ulaşımı kolay bir lokasyonda hizmet vermektedir.



Doç. Dr. Barış Yeniad
Direktör



Op. Dr. Nigar Hüseyin
Başhekim



Op. Dr. Turhan Soylu
Başhekim Yardımcısı



Op. Dr. Ercan SAĞLAM



Op. Dr. Ali SİPAHİER



Op. Dr. Zerrin Tuncer



Op. Dr. Nihat Tamer



Op. Dr. Alpay Mutluay



Op. Dr. Ceyda Bostan



Prof. Dr. Nuriye İlknur
Tutkun



Op. Dr. Gülin Seda
Nohutçu



Op. Dr. Hakan Özpolat



Op. Dr. Mehmet Bülent
Doğu



Op. Dr. Mitat Altuğ



Op. Dr. Nilüfer Ozan



Op. Dr. Özbek Eren



Op. Dr. Sevgi Abadan
Özpolat



Op. Dr. Şeref Kayabaş



Op. Dr. Melek Kırçalı



Op. Dr. Deniz Marangoz



Dr. Nurten GÜL
Anestezi ve Reanimasyon Uzm.



Dr. Bora Yoldemir
Anestezi ve Reanimasyon Uzm.



Op. Dr. İrem Cudi İnce
Acil Hekimi



Dr. Karabet Yayla
Acil Hekimi



Dr. Takvor Anan
Acil Hekimi



Dr. Tercan Mıldanoğlu
Acil Hekimi



TEDAVİ BİRİMLERİMİZ

- Katarakt
- Refraktif Cerrahi
- Retina
- Glokom
- Oküloplasti ve Kapak Estetik Cerrahisi
- Şaşılık
- Çocuk Göz Sağlığı ve Hastalıkları
- Kornea

İDEALTEPE GÖZ MERKEZİ

1997 yılında hizmete açılmış 2008 yılında cerrahi müdahalelerin gerçekleştirilebileceği bir merkez haline getirilmiştir. Merkezde 5 yatak, 1 ameliyathane ile 5 doktor, 5 hemşire, toplam 18 personelimiz çalışmaktadır.

HEKİMLERİMİZ



Prof. Dr. Gülten Manav Ay



Op. Dr. Gülna Kargül Dinç



Op. Dr. Murat Feriel



Op. Dr. İbrahim Sayın

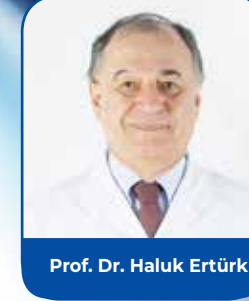


Dr. Rabia Nesrin Ünver
Anestezi ve Reanimasyon Uzm.

HEKİMLERİMİZ

YILDIRIM GÖZ MERKEZİ

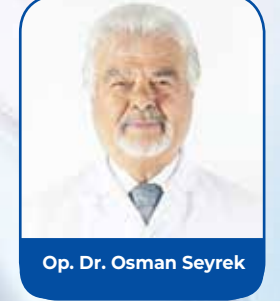
Yıldırım Beyazıt Han tarafından yaptırılan Osmanlı İmparatorluğu'nun ilk hastanesi Darüşşifa, Vakıflar Genel Müdürlüğü tarafından aslına uygun olarak restore edilmiş, 2011 yılında Vakfımız bünyesine dahil edilmiştir. Merkez 6 yatak, 1 ameliyathane, 6 doktor, 5 hemşire ve 11 sağlık personeli ile hizmet vermektedir.



Prof. Dr. Haluk Ertürk



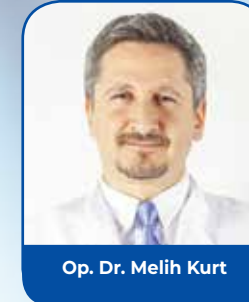
Op. Dr. Birtan Öztürk



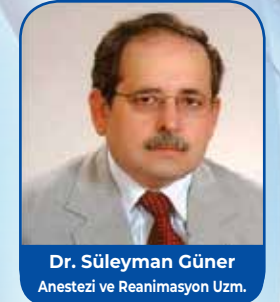
Op. Dr. Osman Seyrek



Op. Dr. Fatma Altınsoy



Op. Dr. Melih Kurt



Dr. Süleyman Güner
Anestezi ve Reanimasyon Uzm.

TEDAVİ BİRİMLERİMİZ

- Katarakt
- Refraktif Cerrahi
- Retina
- Glokom
- Oküloplasti ve Kapak Estetik Cerrahisi
- Şaşılık
- Çocuk Göz Sağlığı ve Hastalıkları
- Kornea





Estetik bir problem: Göz kapağı düşüklüğü



Göz kapağı düşüklüğüne "pitozis" denir ve her yaş grubunda rastlanabilir. Pitozis'te göz kapağı giderek düşer ve görmeyi engeller. Cerrahiyle göz kapağı seviyesi eski haline getirilir

Gerçek anlamda göz kapağı düşüklüğüne "pitozis" denir ve her yaş grubunda rastlanabilen, göz kasının zayıflamasına veya hiç çalışmamasına bağlı olarak ortaya çıkan bir göz hastalığıdır. Doğumsal olarak göz kasının hiç gelişmediği durumlarda (konjenital Pitozis) bebek bir veya her iki göz kapağı düşüklüğü ile doğar. Bu durumda en kritik soru "göz kapağı göz bebeğini kapatıyor mu?" olmalıdır. Eğer cevap "evet" ise gözün tembel kalma olasılığı olduğundan göz kapağı acilen düzeltilmeli ve görme eksenini açık hale getirilmelidir. Sonradan gelişen Pitozis, sıklıkla göz kapağını kaldıran kasın yaşa bağlı zayıflaması ile görülür. Göz kapağı giderek artan oranda düşer ve görmeyi engeller hale gelir. Yapılacak cerrahi ile göz kapağı seviyesi göz kası güçlendirilerek eski haline getirilir.

Göz kapağı cildinin sarkmasına bağlı olarak gelişen göz kapağı düşüklüğü ise gerçek anlamda bir düşüklük değildir. Göz kapağını kaldıran kas sağlamdır, ancak cilt fazlalığına bağlı olarak cilt sarkar, kirpiklerin üzerine doğru gelir, hatta ilerleyen durumlarda görmeyi engeller. Alt göz kapaklarının altındaki torbalar da buna eşlik eden yaygın bir problemdir.

GÖZ VE BAŞ ÇEVRESİNDE AĞRI OLABİLİR

Bu semptomlar kişiyi daha yaşlı veya daha yorgun gösterir. Görmeyi etkileyen ciddi göz kapağı sarkıklığında kişi kendini, görmek için başını geriye doğru eğmiş ya da sık sık kaşlarını kaldırmış olarak bulabilir. Sabah kalktığında hasta göz kapağını açmakta hasta göz kapağını açmakta zorlanır ve ağırlık hisseder. Günün ilerleyen saatlerinde yorgunluk ve görme alanını arttırmak için

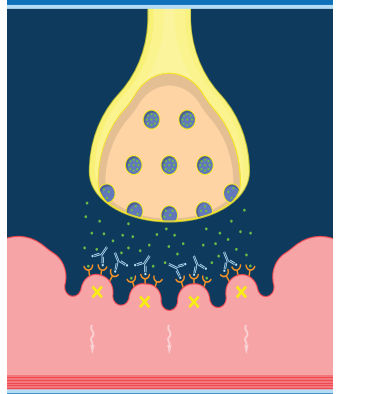
devamlı alın bölgesindeki kasları kullanmasına bağlı olarak göz ve baş çevresinde ağrı hissedilir. Sıklıkla alın bölgesindeki kırışıklıklar artar.

BLEFAROPLASTİ SONRASI GÖZ KAPATILMAZ

Göz kapağındaki sarkıklığı ve fazla torbalanmayı önlemek için yapılan cerrahi "Blefaroplasti" olarak adlandırılır. Lokal anestezi altında sadece kapakların uyuşturulması ile yapılan bu cerrahide hasta aynı gün evine gidebilir ve cerrahi sonrasında gözün kapatılmasına gerek yoktur. İyi bir cerrahi ile görme açısından hiçbir riski olmayan blefaroplasti operasyonunda temel amaç, fazla cilt ve yağlardan kurtulurken kişinin mizacını ve yüz şeklini değiştirmeden daha genç bir görünüm kazandırmak olmalıdır. Operasyon sonrasında bir hafta boyunca belirli aralıklarla soğuk kompres iyileşmeyi hızlandırır. İki hafta içinde kapaktaki şişlik ve morlukların büyük çoğunluğu

geçer. Hastalar bu süre içinde ağır efor gerektiren işlerden uzak durmalıdır. Günlük rutin işler ise hemen operasyon sonrasında yapılabilir.

Blefaroplasti operasyonu tüm dünyada en sık uygulanan cerrahi işlemlerden biridir. Hastaların memnuniyeti yüksektir. Riski düşük bir operasyon ile genç bir görünüm elde etmek hastaların bu cerrahiye seçmesinin en önemli sebebidir. Zaman içinde yaş alma devam ettiğinden yıllar içinde oluşan fazla cildin tekrar aynı işlem ile giderilmesi mümkündür.



Pitozis; yani göz kapağı düşüklüğü doğuştan ya da sonradan gelişebilir. Blefaroplasti ile göz kapağındaki sarkıklık ve torbalanma önlenir.



Doç. Dr. Barış Yeniad

Mevsimsel göz alerjilerine dikkat!

Mevsimsel alerjik konjonktivit en yaygın göz alerjisidir. En tipik semptomları arasında kaşıntı, ışık hassasiyeti, gözde sulanma, yanma, gözlerde yabancı cisim hissi vardır. İlerleyen vakalarda kornea tutulumuna bağlı görme azlığı da oluşabilir



Op. Dr. Mitat Altuğ

Bahar ve yaz aylarının gelişimiyle birlikte en sık rastlanılan göz hastalığı alerjik konjonktivitir.

Hastalık göz kapaklarının iç kısmı ve gözün beyaz kısmını örten zar tabakasında alerjik iltihaplanmayla karakterizedir.

- Başlıca Alerjik konjonktivit tipleri nelerdir?

Alerjik konjonktivit mevsimsel veya perennial (yıl boyu) alerjik konjonktivit, kronik, morbit, görmeyi tehdit eden vernal keratokonjonktivit, atopik keratokonjonktivit, kontakt blefarokonjonktivite uzanan değişken bir spektruma sahiptir. Yaz aylarında iki tipte artış görülür:

1- Mevsimsel alerjik konjonktivit:

En sık rastlanılan alerjik göz hastalığıdır ve tüm alerjik konjonktivitlerin yaklaşık yarısı bu gruptadır. Genellikle çocuklarda, bahar ve yaz aylarında görülür. En sık olarak havadaki polenler sebep olur. Ülkemizde en sık polen alerjisi nedeni olan çayır otu ve tahıl polenleri özellikle Mayıs-Temmuz ayları arasında rastlanılmaktadır. Bu hastaların diğer aile fertlerinde de sıklıkla alerji öyküsü bulunur.

Başlıca belirtileri: Göz kapaklarında şişlik, gözlerde kaşıntı, kızarıklık, yanma ve sulanma olur. Göz kapakları

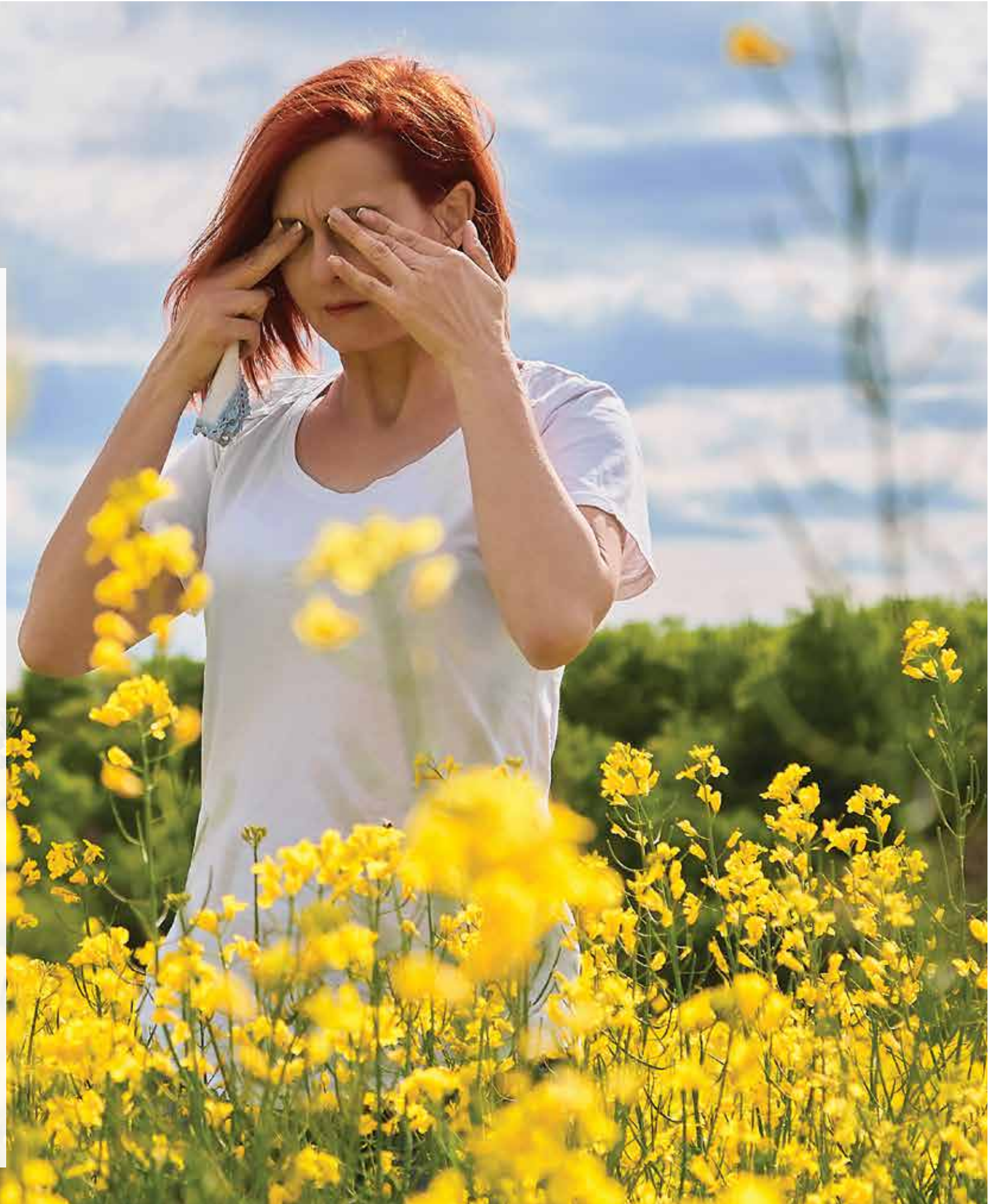
hafif şişebilir, kornea (göz saydam tabakası) çoğunlukla etkilenmez ve kişinin görmesi normaldir. Aynı zamanda saman nezlesine bağlı burun tıkanıklığı, hapşırma ve burun akıntısı da görülebilir.

2- Vernal Keratokonjonktivit:

Genellikle çocukluk döneminde başlar ve 20'li yaşlardan sonra sıklığı giderek azalır. Ergenlik öncesi erkeklerde kızlara göre 2-3 kat daha fazla görülür. Sıklıkla hastalarda veya ailelerinde alerjik hastalık hikayesi mevcuttur. Sıklıkla sıcak ve kuru iklimli bölgelerde görülür. Ülkemizde de doğu ve güneydoğu anadolu bölgelerinde, özellikle yaz aylarında görülme sıklığı artmaktadır.

Başlıca belirtileri: Limbal ve palpebral olmak üzere iki formu vardır. Her iki formda da kaşıntı, ışık hassasiyeti, gözlerde yabancı cisim hissi, yanma gibi alerjik konjonktivit belirtilerine ilaveten ağır olgularda kornea tutulumuna bağlı görme azlığı ortaya çıkabilir.

Ayrıca bu hastalarda gözleri güçlü ovuşturmaya bağlı olarak zamanla yapısal ilerleyici bir kornea hastalığı olan Keratakonus'un gelişme riski de artar.



Neler gördü bu gözler?

Olup bitenlere dair hemen hergün klavye başına oturan, kelimeleri cümlelerle ve haberi halkla buluşturan birisi için zor olmamalıydı ama bu yazı farklı... Kendinden bir şey yazmak kolay değil öyle... Mesleğe başladığımda 20 yaşındaydım. O günden bu güne tam 20 yıldır "Neler gördü bu gözler?"

İLKER KARAGÖZ-GAZETECİ

Öyle ya... Neler gördü bu gözler? Bir çetele... Üzeri çarpılar, çizikler, rakamlara boğulmuş... Kenarı katlanmış kağıtta hayatlar toplanmış. En acı çıkarma işlemi yapılmış bir çetele... Programda yönetmenim ama dahasıyla arkadaşım, dostum Hüseyin Agoviç "Göz Dergisi için bir yazı yazar mısın?" dediğinde ne yazacağımı şaşırdım önce... Olup bitenlere dair hemen hergün klavye başına oturan, kelimeleri cümlelerle ve haberi halkla buluşturan birisi için zor olmamalıydı ama bu yazı farklı...

Kendinden bir şey yazmak kolay değil öyle... Mesleğe başladığımda 20 yaşındaydım. O günden bu güne tam 20 yıldır "Neler gördü bu gözler?"

GÖZLER SEVİNÇLERE, ÜZÜNTÜLERE TANIKLIK ETTİ

Sadece bir çıkış cümlesi değildi bu cümle... Bir habercinin kendisinde, ruhunda, duygularında, zihninde ve kalbinde kalan izler;

Bir iç yolculuk, hesaplama cümlesi oldu bu bana.

Öyle ya neler gördü bu gözler... Yarınlar da anlatılacak ne tarihi anlara, sevinçlere, üzüntülere, acılara tanıklık etti.

Seli gitti de kumu kaldı dedirten.

Beni en derinden etkileyen olayı paylaşmak istedim.

Tarih 14 Mayıs 2014.

301 madencinin sevdiklerinden, evlatlarından, annelerin babaların çocuklarında koptuğu, cumhuriyet tarihinin en acı günlerinden birisiydi o gün. İlk bakışta anlaşılamıyor elbet ama o fotoğraf da felaketin yaşandığı günden.

Maden ocağının hemen ağzı...

Bir yanda ocaktan işçileri çıkarma telaşı diğer yanda yakınlarını arayanlar...

Peşpeşe gelen vefat haberleriyle yıkılanlar, ağlayanlar, feryatlar...

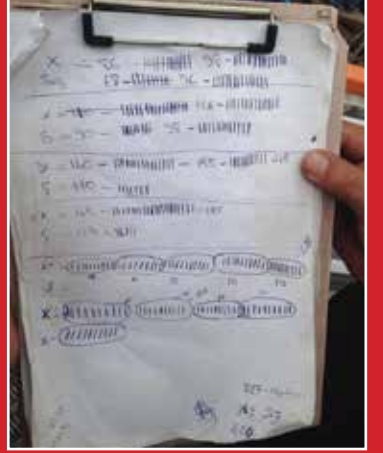
Yerin metrelerce altından sedye sedye dışarıya taşınan acılar.

Sönen umutlar.

Kameraman Mahmut Özgün



14 Mayıs 2014 Manisa Soma Maden Ocağı Faciasında çıkarılan işçi.



ile yaşananları çekebilmek için ocağın hemen yanındaki AFAD'a ait aracın üzerine çıktık. O anda takıldı gözüme.

Bir görevli, elinde kalem.

Gözü maden ağzında...

Dışarıya çıkartılan her işçi bir çizgi...

Alkış geliyorsa S yani sağ...

Ağıtlarsa yükselen X. Vefat...

Benim için haber, AFAD'çılar için görevdi belki. Ama madenden çıkan o bedenler hiç tanımadığı kişilere ait olsa da işçilerin yakınlarının yıkımına nasıl kayıtsız kalabilirdi bir yürek...

YAŞANANLARIN DIŞINDA KALMAK NE MÜMKÜN

Bizim mesleğimizde olan biteni halka aktarma çabasında sadece o anlık duygularını geri planda tutuyor insan. Ama ateş düştüğü yeri yakarken etrafına, tanıklarına da sıçırıyor...

O gün de bugün de. Boğazda bir düğüm, yürekte bir ağrı Soma'da 301 maden emekçisinin hayatına mal olan o facia...

301 insan, ailesi, çocukları için ekmek parası kazanmak için indikleri yerin metrelerce altından sağ çıkamadı. Her biri için bir çarpı atıldı o çeteleye.

O kalemin yazdığı ne demekti madencinin evinde?

Bunları düşünmeden edemedim. Oradaki tüm haberciler, arama kurtarma ekibindeki görevliler hiç birimiz yapamadık.

O gün bugündür paylaştığımız ama asla ailelerin yükünü azaltamadığımız acı, insanlığın acısı...

Sonrasında da depremler, felaketler, terör saldırılarında benzer acılar yaşandı.

Hepimizin boğazında kördüğüm...

Güzel olana beraber sevindik, acıyı birlikte omuzladık. O anda orada olmak gazeteciliğin bir gereği...

Ama bu bir iş değil yalnızca... Yaşananların dışında kalmak ne mümkün...

Dilerim ki bundan sonra hep mutluluklar paylaşalım.

Dünyanın hiçbir yerinde hiçbir canlı taşıyamayacağı acılar yaşamasin.

Bu gözler mutluluğu görsün...

Bizim mesleğimizde olan biteni halka aktarma çabasında sadece o anlık duygularını geri planda tutuyor insan. Ama ateş düştüğü yeri yakarken etrafına, tanıklarına da sıçırıyor...

1 Temmuz Denizcilik ve Kabotaj Bayramı

Tarih 24 Temmuz 1923, yer Lozan-İsviçre. Bir antlaşma imzalanıyor ve bu antlaşma ile Türkiye Cumhuriyeti'nin uluslararası hukuk yönünden temelleri atılıyor

kutlu olsun



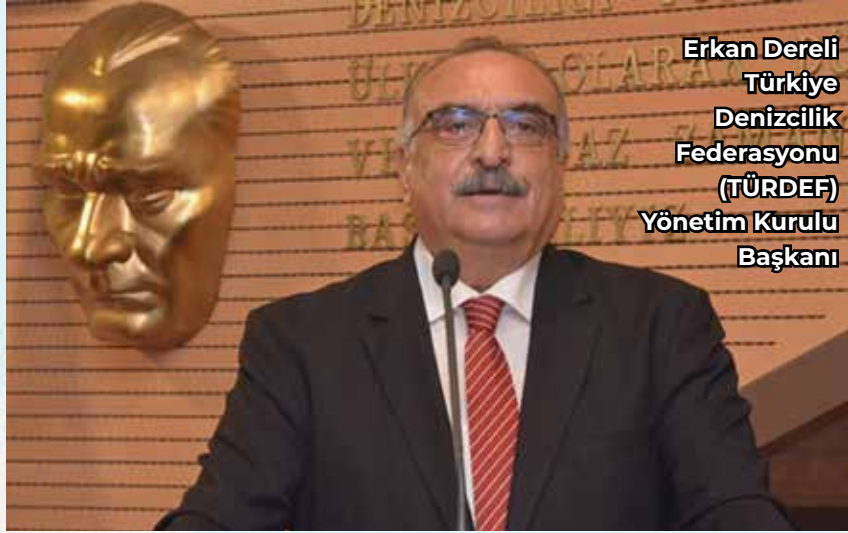
Lozan Antlaşması, o zaman ki adıyla Lozan Sulh Muahedenamesi. Bu antlaşmanın bir maddesi var ki, adeta Türk Denizciliğinin Rönesans'ına temel hazırlayacak nitelikte esaslar getiriyor.

Lozan Antlaşmanın 28.inci maddesi diyor ki:

"Bağıtılı Yüksek Taraflar, her biri kendi yönünden, Türkiye'de Kapitülasyonların her bakımından kaldırıldığını kabul ettiklerini bildirirler". Yani, 15-16. yüzyıllarda Osmanlı Devleti tarafından yabancılara tanınan ekonomik, adli ve idari hak ve ayrıcalıklar kaldırılıyordu. Kapitülasyonlar olarak anılan bu ayrıcalık Türkler bakımından tarihin kaydettiği en büyük hata ve yararlanan devletler tarafından da en büyük yarar kaynağı ve en kıymetli emperyalizm ananesi olan bir unsurdur.

1 Temmuz 1926 tarihinde Kabotaj Kanunu çıkarılıyor ve genç Türkiye Cumhuriyetinin devrim niteliğindeki temel kanunlarından biri olan bu kanun ile adeta Türk denizciliğinin rönesansının önü açılıyordu.

Kabotaj Kanunu'nun yürürlüğe girdiği 1 Temmuz 1926 tarihi Türk deniz ticareti ve denizcilik endüstrisi



Erkan Dereli
Türkiye
Denizcilik
Federasyonu
(TÜRDEF)
Yönetim Kurulu
Başkanı

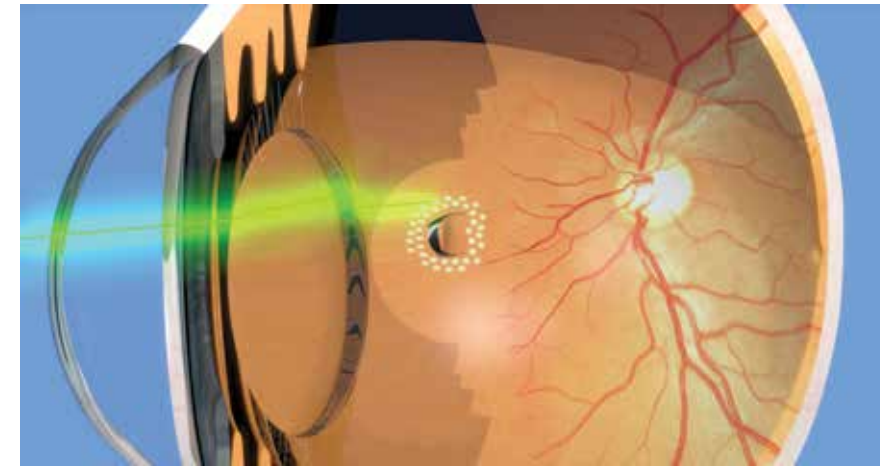
bakımından bir milat niteliğindedir. Bu milat ve sonrasında 1 Kasım 1937 tarihinde Büyük Önder Mustafa Kemal Atatürk'ün TBMM'nin beşinci dönem üçüncü yasama yılını açılış konuşmalarında ifade ettiği "Denizciliği Türk'ün büyük millî ülküsü olarak düşünmeli ve bunu en kısa zamanda başarmalıyız" vecizesi ile Türk denizciliğinin rönesansı başlamaktadır.

Bilindiği üzere, en ucuz ve çevre dostu taşımacılık şekli denizyolu taşımacılığıdır. Kabotaj Kanunu ve sonrasındaki TUGS Kanunu ve ÖTV'siz yakıt uygulaması ile karasularımızda ve limanlarımız içinde özellikle denizyolu ile yolcu-araç taşımacılığında çok önemli

başarılar elde edilmiş, ekonomik ve sosyal maliyetler bakımından çok büyük avantajlar sağlanmıştır. Gelişen ticaret filomuz ve kabotaj taşımacılığı sayesinde limanlarımız ve tersaneciliğimiz de gelişmiş ve önemli kapasitelere ulaşmıştır.

Kabotaj taşımacılığımızı geliştirmek ve güçlendirmek, milli filomuzu korumak ve büyütmek, yeni limanlar yapmak ve kapasitelerini geliştirmek ve tersaneciliğimizi rekabetçi kılp ileri götürmek amacımız olmalıdır.

Ulusal bilinçle, tam bağımsız ana ve mavi vatanımızda 1 Temmuz Denizcilik ve Kabotaj Bayramı'mız kutlu ve denizcilik rönesansımız daim olsun.



Retina yırtığı nedir?

Tedavi edilmediği takdirde körlükle sonuçlanabilen retina yırtıkları göz yaralanmalarıyla oluşabileceği gibi ailede dekolman hikayesi olması durumunda da ortaya çıkabilir

Retina gözümüzün iç ve dış bölümünü kaplayan, ışığı algılayarak görüntüyü beyne ileten sinir tabakasıdır. Işık hüzmeleri kornea, göz bebeği, lens ve vitreustan geçerek retinaya odaklanır. Retina ışık hüzmelerini optik sinir aracılığıyla beynimize ulaştırır.

Vitreus gözün içini dolduran jel kıvamında bir maddedir. Retina gözün içini dolduran jel ile temas halindedir. Bazen küçük jel kümeleri veya vitreus içindeki hücreler görme alanımızda hareket eden ufak noktalar, şeritler, benekler ve bulutlar halinde görülür. Bunlara uçuşan cisimler denir. Uçuşan cisimleri çoğunlukla boş bir duvar veya mavi gökyüzü gibi düz, açık renk bir arka plana bakarken görürüz.

Sağlıklı bir gözde vitreus



homojendir, jel kıvamındadır. Vitreusun zamanla yaşlanması sonucu bu jel yapının kıvamı değişir, jel hacmi küçülür ve sıvılaşır. Sıvılaşan göz içi jeli retinayı destekleyici özelliğini kaybeder ve yapışık olduğu retina tabakasından ayrılır. Bu ayrılmaya arka vitreus dekolmanı denir. Bu ayrışan vitreus jeli göz hareketleri ile gözün içinde dalgalanır ve hastalar tarafından uçuşan siyah lekeler veya tüller olarak ifade edilir.

Vitreus retinadan ayrılırken yapışık olduğu yerden çekintiler oluşturur. Vitreusun retinayı çekmesi ışık çakmalarına neden olur. Bu çekintiler incelmış retina da yırtılmaya sebep olabilir. Yırtılan retina tabakası bir damar üzerinden geçiyorsa göz içine kanama olabilir. Genellikle herhangi bir problem olmadan vitreus ayrılır ama retina yırtığı oluşturursa acilen tedavi edilmesi gerekir. Vakit geçirmeden doktora

gidilirse lazerle yırtık etrafı yapıştırılır. Tedavi edilmezse sıvı retinanın altına geçerek retinayı damar ve sert tabakadan ayırır. Retina dekolmanı (ayırışma) dediğimiz olay meydana gelir. Retina dekolman olduğunda işlevini yapamaz.

RETİNA DEKOLMANI TEDAVİ EDİLMEZSE...

Retina dekolmanı tedavi edilmediği takdirde körlükle sonuçlanır. Retina dekolmanının tedavisi ameliyattır. Ne kadar erken müdahale edilirse sonuçlar o kadar başarılı olur. Retina yırtığı ve dekolman hiçbir sebep yokken oluşabileceği gibi bazı durumlarda risk artar. Miyop gözlerde göz küresi normal gözlere göre daha büyüktür ve retina tabakasında incelmeler gözlenir. Katarakt cerrahisi geçiren kişilerde dekolman normal kişilere göre daha çok gözlenir. Göz yaralanmaları da dekolmana neden olabilir. Diğer gözde dekolman hikayesinin olması ve aile bireylerinden bir başkasında dekolman hikayesi olması dekolman riskini artırır.

Retina dekolmanı ameliyatları değişik yöntemlerle yapılır. Hangi tip cerrahi ve anestezi kullanılacağı muayene sonucu belirlenir. Amaç retinayı yatıştırmak, yırtıkları yapıştırmaktır.



Op. Dr. Gülin Seda Nohutçu



Tüm dünyada karşılaşılan en sık kalıcı görme kaybı nedeni

GLOKOM

40 yaşın üzerindeki her 40 kişiden 1'inde görülen Glokom tüm dünyada karşılaşılan en sık kalıcı görme kaybı nedenidir. Glokom hastası her 20 kişiden birinin her iki gözünde kalıcı görme kaybı olabilmektedir. Glokom'un 60 yaş üzerinde görülme sıklığı ise yüzde 10 civarındadır

Glokom (göz tansiyonu) hastalığı, göz tansiyonunun yükselmesiyle görme sinirinin tahrip olması ve sinir hücrelerinin ölmesiyle ortaya çıkar. Normal bir gözde göz sıvısı devamlı olarak üretilir ve dengeli bir şekilde emilerek boşaltılır. Böylece göz içi basıncı normal düzeylerde kalır. Üretilen göz sıvısının boşaltılması engellenirse göz içi basıncı artar ve göz tansiyonu hastalığı (Glokom) oluşur. Göz içi basıncının yüksek olması

göz sinirine zarar verir ve tedavi edilmediği takdirde körlüğe kadar giden görme kaybına neden olur.

TEDAVİ SAĞLANMAZSA GÖRME KAYBINA YOL AÇAR

Tüm dünyada karşılaşılan en sık kalıcı görme kaybı nedeni glokom, 40 yaşın üzerindeki her 40 kişiden 1'inde görülmektedir. Glokom, hastalığın ortaya çıktığı her 20 kişiden birinin her iki gözünde kalıcı görme kaybına, yani körlüğe neden olmaktadır. 60 yaş üzerinde %10

oranında görülür. Bebeklik (konjenital glokom) ve çocukluk çağlarında görülen tipleri de vardır.

Glokom her insanda ortaya çıkabilecek bir hastalıktır. Bununla birlikte bazı faktörler hastalığın ortaya çıkma riskini arttırabilmektedir

Glokom dikkatli bir göz muayenesi ile teşhis edilir. Glokom yavaş seyreden, fakat sürekli ilerleyen ve giderek görme siniri tahribatına yani görme kaybına yol açan, karakteristik bir belirtisi olmayan

bir hastalık olduğundan erken teşhis edilmesi çok önemlidir. Glokom teşhis edildiği zaman o ana kadar tahrip olan görme hücrelerini canlandırmak mümkün değildir, tedavi kalan sağlam görme hücrelerine yöneliktir.

GLOKOM NASIL TEŞHİS EDİLİR

Glokom aşağıdaki yöntemlerle teşhis edilir.

Göz tansiyonu ölçümü:

Tonometre adı verilen bir aletle ölçülür. Göz tansiyonunun ölçülmesi, kişinin hiç şikayeti olmasa dahi glokom şüphesi taşıyıp taşımadığı hakkında çok önemli ipuçları vermektedir. Halen günümüzde poliklinik muayene şartlarında en kolay ve en hızlı yapılabilen glokom tarama yöntemidir. Göz tansiyonunu önemli bir ipucu olduğu için göz hekimi tarafından ölçülmeli ve göz muayenesinin bir parçası olmalıdır. Çünkü sadece göz tansiyonunun yüksek olması glokom demek değildir. Normal göz tansiyonu 10-20 mm Hg dir.

Optik sinir başı muayenesi:

Optik sinir başı muayenesi glokomun tanı ve takibinde en önemli muayene yöntemlerindendir. Optik sinir başı, hekim tarafından



Op. Dr. İbrahim Sayın



oftalmoskop veya benzeri cihazlar kullanılarak direkt gözlemlene yoluyla ve bilgisayarlı görüntüleme yöntemleri kullanılarak tomografi çekilmesi yöntemleri ile incelenebilir. Tüm yöntemlerdeki amaç, optik sinir başında meydana gelen değişiklikleri ortaya koymak ve glokom hasarında zaman içinde oluşabilecek ilerlemeyi izleyebilmektir.

Görme alanı muayenesi:

Görme alanı retinadaki görme hücrelerinin hassasiyetinin hasta ifadesine dayalı olarak ortaya konulması ile elde edilir. Perimetri olarak adlandırılan görme alanı muayenesi günümüzde bilgisayarlı otomatik perimetreler kullanılarak yapılmaktadır. Bu perimetreler ışık uyarılarını kendileri üretmekte, hasta yanıtlarını değerlendirmekte, içinde bulunan normal kişilere ait bulgularla karşılaştırarak yorum yapmakta ve aynı hastada zaman içinde oluşabilecek değişiklikleri izleyebilmektedir.

Glokom tedavisinde 3 çeşit yöntem vardır:

- 1- İlaç tedavisi;
 - Damla tedavisi en sık kullanılan tedavi şeklidir. Günümüzdeki çeşitli ilaçlarla çok etkilidir.
 - Ağızdan ilaç tedavisi de nadiren kullanılır.
- 2- Lazer tedavisi
- 3- Cerrahi tedavi: İlaç ve lazer tedavisinin yeterli olmadığı durumlarda tercih edilir.



Dijital göz yorgunluğu ve mavi ışık filtresi

Bilgisayar, telefon gibi ekran başında geçirilen sürenin artmasıyla birçok göz problemi ortaya çıkabiliyor. Göz yorgunluğu da bu sorunların başında yer alıyor. Günlük ekran sürelerinin ortalama 12-14 saate yükseldiği günümüzde, zararlı dalga boyu aralığındaki mavi ışığı filtreleyen gözlük camlarının ve kontakt lenslerin kullanılması gözleri zararlı ışıklardan korumaya hem de göz yorgunluğunu azaltmaya yardımcı olacaktır

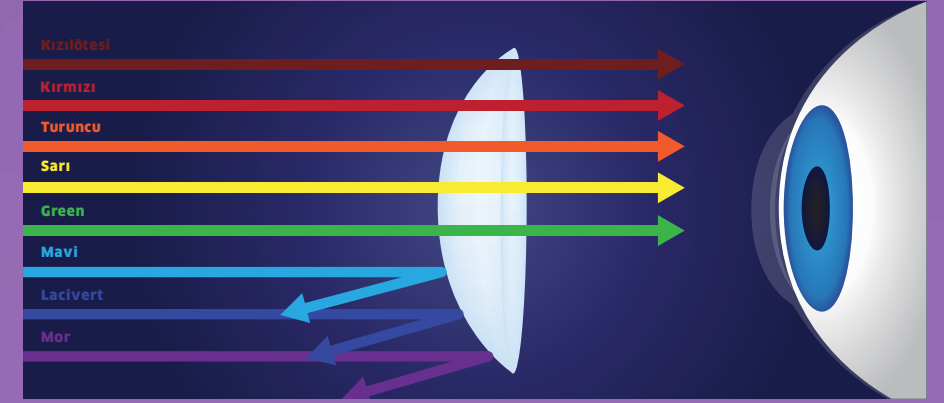


Akıllı telefonlar, tablet ve dizüstü bilgisayarlar son yıllarda yaşamımızın bir parçası olmuşken pandeminin neden olduğu kısıtlı yaşam ve karantina süreci ile birlikte, okul derslerinden ofis çalışmalarına, sosyal iletişimlerden çeşitli konulardaki eğitimlere kadar hayatlarımız her alanda dijital araçlar üzerinden gerçekleştirilir hale geldi. Bu durum, gün içerisinde ekran başında geçirilen sürelerin artmasına ve kaçınılmaz olarak göz yorgunluğu yaşanmasına neden oldu. Astenopi olarak bilinen göz yorgunluğu durumunda sıklıkla ışık hassasiyeti, gözlerde ağrı, gece görme zorluğu, baş ağrısı, kaşıntı, yanma, bulanık görme şikayetlerine yol açabilmektedir.

EKRAN BAŞINDA VAKİT GEÇİRMENİN GÖZE ETKİLERİ

Ekran başında geçirilen sürelerin artmasının gözde yarattığı etkileri iki ana başlıkta toplayabiliriz. Bunlardan ilki göz kuruluğudur. Ekranda geçirilen süre uzadıkça göz kırpma sayısı azalmaktadır. Sağlıklı bir kişide dakikada 12-15 kez göz kırpma hareketi refleks olarak gerçekleştirilmektedir. Dikkatin yoğunlaştığı işler esnasında ise göz kırpma sayısı azalmakta ve yaklaşık olarak 2-4 dakika seviyelerine inmektedir. Gözyaşının göz yüzeyine eşit şekilde yayılamaması, görme bulanıklığı, batma, yanma şikayetlerinin oluşmasına neden olmaktadır. Normalde refleks olarak gerçekleşen göz kırpmanın, ekran başında geçen uzun saatlerde bilinçli yapılarak telafi edilmesi gerekir. Yeterli gelmediği durumlarda ise suni göz yaşı damlaları kullanılabilir.

Uzun ekran



sürelerinin diğer bir sonucu gözlerde ağrı, yorgunluk ve ışık hassasiyetidir. Göz doktoruna başvuran kişiler sıklıkla gözlerini ve çevredeki ışıkları kapatma ihtiyacı yaşadıklarını ifade etmektedirler. Telefon ve bilgisayarlarını kullanırken ekran ışığını azalttıklarını ve ekranı gece moduna aldıklarını ama yeterli gelmediğini ifade etmektedirler. Bu şikayetlerin oluşmasında iki ana sebep söz konusudur.

Bunlardan ilki, sürekli yakın mesafeye odaklanmaktan doğan akomodasyon (yakına uyum) spazmidir. Bunun sonucu olarak uzaktaki cisimleri bulanık görmek, gözlerin arkasında basınç ve ağrı hissi ortaya çıkmaktadır. Bu spazmın olmasını önlemek ya da olduğunda gevşemesini sağlamak için 20-20-20 kuralını uygulamak yeterlidir. 20 dakikada bir, 20 saniye süreyle, 20 feet (6 metre) mesafeye yani uzakta bir noktaya bakmak akomodasyon spazmını ve onun neden olduğu

ağrı hissini rahatlatacaktır. Göz yorgunluğunun diğer bir sebebi ise ekranlardan yayılan ve göz yapıları için zararlı olduğu bilinen mavi dalga boyundaki ışınlardır. Gözümüzün görebildiği ışınlar 380 nm (mor ötesi) ile 700 nm (kızıl

ötesi) aralığındaki ışınlardır.

Mavi ışınlar kısa dalga boyunda ve yüksek enerjilidir. Çevremizde sürekli mavi ışınlara maruz kalmaktayız (floresan lambalar, güneş vb.). Son dönemde ise insanların şimdiye kadar ki en yüksek mavi ışına maruz kalmasının sebebi ise LED teknolojisinin yaygınlaşmasıdır. Bilgisayarlar, düz ekran televizyonlar, akıllı telefonlar, tablet bilgisayarların hepsi yüksek derecede mavi ışın (450-495nm) salınımı yapan LED teknolojisi ile çalışmaktadır.

MAVİ IŞIĞI FİLTRELEYEN GÖZLÜKLER KULLANILABİLİR

Mavi ışınlar, yarattığı göz yorgunluğunun yanı sıra sarı nokta olarak bilinen görme merkezindeki hücreler ve onların bağlantılı olduğu sinir dokusu üzerinde de hasar oluşturabileceği düşünülmektedir. Bunun yanında, 470-500 nm aralığındaki mavi ışığın ise uyku düzenleme ve depresyondan koruma açısından faydalı olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle mavi ışığın tamamını engelleyen camlar yerine, sadece zararlı aralıktaki (400-470 nm) mavi ışığı engelleyen gözlük camlarının tercih edilmesi önerilmektedir. Günlük ekran sürelerinin ortalama 12-14 saate yükseldiği günümüzde, zararlı dalga boyu aralığındaki mavi ışığı filtreleyen gözlük camlarının ve kontakt lenslerin kullanılması gözleri zararlı ışıklardan korumaya hem de göz yorgunluğunu azaltmaya yardımcı olacaktır.



Op. Dr. Deniz Marangoz

Diyabet hastalarında göz muayenesi

Ülkemizde görülme sıklığı giderek artan diyabet hastalığında göz muayenesi oldukça önemlidir. 20 yıl ve üzerinde bir süredir diyabeti olan her 4 hastanın 3'ünde göz problemleri olabilmektedir.

Diyabetin ülkemizde görülme sıklığı %11.9'dur. Yani her 100 kişiden 12'sinde diyabet (şeker hastalığı) görülmektedir. Diyabetik retinopati dediğimiz şeker hastalığının gözü etkileme sıklığı yaklaşık olarak % 30 civarındadır. Yirmi yılın üzerinde diyabeti olan her dört hastanın üçünde etkilenme olabilir.

Diyabette göz sorunları gelip geçici görme bozukluklarından, çift görme, kalıcı görme bozukluklarına kadar geniş bir yelpazede yer alır. Gelip geçici görme kaybı, kan şekeriindeki dalgalanmaya bağlıdır. Kan şekeri oldukça düzensiz giden bir hastada, yoluna girdiğinde veya tam tersine düzenli giden bir hastada kan şekeri ayarında ciddi bozulma olduğunda görülebilir.

KATARAKT DAHA ERKEN YAŞTA GÖRÜLÜYOR

Diyabet hastalarında katarakta daha sık ve daha erken yaşta rastlamak mümkün. Göz tansiyonu (glokom) ve katarakt (göz merceğinin bulanıklaşması) şeker hastalarında normalden iki kat fazla görülmektedir. Diyabet hastalarında en önemli ve sık

karşılaştığımız göz hastalığı diyabetik retinopatidir. Gözün iç tabakası olan retinanın hasar görmesidir. 20 -65 yaş grubunda önde gelen körlük nedenlerindendir.

Diyabet tanısı itibarıyla 10 yıllık süreden sonra retinopati görülme sıklığı artar. Kan şekeri kontrolü önemli bir faktördür. Kan şekerinin düzensiz seyretmesi ani kan şekeri



Op. Dr. Ebru Ceyda Bostan

yükselme ve düşmeleri retinanın bozulmasını ve hastalığın ilerlemesini kolaylaştırır. Gebelik, hiperstansiyon, kan yağlarının yüksekliği, böbrek hastalığı retinopatiyi ağırlaştıran diğer faktörlerdir. Bu tabakanın hasarı hafiften ağıra kadar sınıflandırılabilir. Erken tanısı körlüğün engellenebilirliği açısından oldukça önemlidir. Bu yüzden de diyabet tanısı

olan her hastanın hiçbir şikayeti olmasa bile ortalama yılda bir göz muayenesinden geçmesi önerilmektedir. Önerilen kontrollerde hastanın diyabet hastası olduğunu belirtmesi erken teşhis ve tedavi için çok önemlidir. Özellikle göz dibi muayenelerinde retinada etkilenme tespit edilen hastalarda, gözün etkilenme oranına göre çok daha sık



Göz muayenelerinde kişinin mutlaka diyabet hastası olduğunu belirtmesi gerekir. Bu, erken tanı ve tedavi için oldukça önemli bir noktadır. Diyabet tanısı alan her hastanın hiçbir şikayeti olmasa da yılda bir göz muayenesi olması gerekir

kontrolleri gerekir.

Hafif hastalıkta, temel tedavi şekli diyabetin kontrol altına alınmasıdır. Hemoglobin A1C kan değeri şeker hastalığının seyrini belirten önemli bir göstergedir. 3 ila 6 ay arayla yapılan ölçüm, şeker hastalarında yüzde 6.5 ve altında olmalıdır.

Orta ve ağır retinopati olgularında argon fotokoagülasyon ve göz içi enjeksiyonlar tedavide yer alır. Daha ağır olgularda ise tedavi cerrahidir. Diyabetik retinopati ne kadar erken teşhis ve tedavi edilirse, görme fonksiyonu o kadar iyi seviyede korunur.

Sarı nokta hastalığı görme kaybına sebep oluyor

Sarı nokta hastalığı görme kaybıyla sonuçlanan göz hastalıkları arasında üçüncü sıradadır. Gelişmiş ülkelerdeki en önemli görme kaybı sebebi sarı nokta hastalığıdır. Sarı nokta hastalığı daha çok 50 yaş ve üzeri kişilerde görülür

Sarı nokta hastalığı ya da tıbbi adıyla yaşa bağlı makular dejenerasyon (YBMD) görme kaybıyla sonuçlanan göz hastalıkları arasında üçüncü sıradadır. Gelişmiş ülkelerdeki en önemli görme kaybı sebebidir. Dünyada bu hastalıktan etkilenen kişi sayısı yaklaşık otuz milyondur. Daha çok 50 yaş üzerini etkiler. Kronik ve ilerleyicidir.

Dünyada ve Türkiye'de ortalama yaşam beklentisinin daha da uzayacağını öngörüldüğü bir ortamda, bu hastalığın giderek daha ciddi bir klinik tablo oluşturacağını tahmin etmek zor değildir.

Sarı nokta hastalığında erken teşhis, tedavi ve düzenli kontrol, görmenin korunması ve iyileştirilmesi açısından çok önemlidir.

Makula; gözün arkasında retinanın merkezinde yer alan, gözün ayrıntılı, merkezi ve renkli görmesinden, görme keskinliğinin yüzde doksandan sorumlu olan bölgesidir. Makulanın korunması



Op. Dr. Birtan Öztürk

göz hastalıklarında tedavilerde en önemli hedeftir.

Yaş ve kuru olmak üzere sarı nokta hastalığının (YBMD) iki tipi vardır.

1. Kuru tip YBMD: Hastalığın sık görülen formudur ve bu durum yavaş, ancak ilerleyen görme bozukluğuyla sonuçlanır. Yüzde 85-90 YBMD bu tiptir.

2. Yaş tip YBMD: Hastalığın daha ciddi bir şeklidir ve hızlı ilerler. Bu hastalık ileri yaşlardaki görme kaybının başlıca sebebidir ve YBMD hastalarının yaklaşık



yüzde 10-15'inde görülür, Gözün arka tarafındaki kan damarlarının anormal gelişimiyle meydana gelir. Bu damarlardan makulaya kan ve sıvı sızıntısı merkezi görmede kayıp oluşmasına neden olabilir. Uzak ve yakın görmede cisimler bakarken büyüme, küçülme, yamulma gibi görüntüde farklılıklar ortaya çıkarır.

GÖRÜLME SIKLIĞI VE RİSK FAKTÖRLERİ

Sarı nokta hastalığının sıklığı ilerleyen yaşa paralel olarak artar. Sarı nokta hastalığının 65-74 yaşlarında yüzde 15, 75-84 yaşlarında yüzde 25, 85 yaş ve üzerindeki kişilerde ise yüzde 30 oranında görülür.

● Yaş (75 yaşın üzerindeki her üç kişiden birinde sarı nokta hastalığı görülmektedir.)

● Genetik faktörler (Ailesinde sarı nokta hastalığı bulunan kişilerde bu hastalığın gelişme riski daha yüksektir)

- Sigara kullanımı
- Vitamin eksikliği
- İrk (Beyaz ırkın sarı nokta

hastalığına bağlı görme kaybı riski siyah ırka göre daha yüksektir)

OLASI RİSK FAKTÖRLERİ

● Cinsiyet (Kadınlar sarı nokta hastalığı için aynı yaştaki erkeklere kıyasla daha fazla risk taşır)

● Açık renk göz

● Kardiyovasküler hastalıklar (Şeker hastalığı, kolesterol, yüksek tansiyon, damar sertliği, kalp büyümesi vb.).

● Obezite (Klinik çalışmalar erken ve ara evre sarı nokta hastalığının ileri evreye ilerlemesi ile obezite arasında

bağlantı olduğunu ortaya koymaktadır).

● Hareketsizlik

● Güneş ışığına aşırı maruz kalma ve özellikle ultraviyole ışığı. (Sarı nokta hastalığından korunmak için erken yaşlardan itibaren yüzde 100 ultraviyole korumalı güneş gözlükleri kullanılmalıdır)

● Düzenli Göz Muayenesi

Eğer 50 yaş ve üzerinde iseniz düzenli olarak göz muayenesine gitmeniz ve özellikle makula yani göz dibi açısından muayene edilmeniz anlamlı olacaktır.



Dünyada sarı nokta hastalığından etkilenen kişi sayısı yaklaşık 30 milyondur

Çocuklarda şaşılık nedir? Ne sıklıkla görülür?

Gözlerdeki paralelliğin bozulması olarak tanımlanan şaşılığın toplumda görülme sıklığı yüzde 2-4 oranındadır. Şaşılık tek ya da çift gözde oluşabilir. Şaşılık gözlükle, kapama tedavisiyle, botoksle, ortoptik yöntem ya da cerrahiyle tedavi edilebilir



Gözde kayma, bulanık görme, baş ağrısı, yürürken takılıp düşme, göz sulanması, ışıktaki gözü kısma, başın veya yüzün bir yöne döndürülmesi, boyun eğerek bakma gibi durumlar çocukluk çağında görülen şaşılığın belirtileri olabilir

Şaşılık kabaca gözlerdeki paralelliğin bozulması olarak tanımlanabilir. Gözlerden biri tam karşıya bakarken diğeri içe dışa yukarı veya aşağı kayar. Bunun sebebi de göz küresini hareket ettiren kaslardaki koordinasyon bozukluğudur. Normal bakışta her iki göz aynı noktaya bakar. Beyin iki gözden gelen bu iki resmi birleştirerek üç boyutlu bir görüntü oluşturup derinlik algısı kazandırır.

Şaşılığı olanlarda binoküler görme dediğimiz üç boyutlu görme ve derinlik hissi oluşmaz.

Şaşılık toplumda %2-4 sıklıkta görülür. Kız ve erkekte eşit oranda rastlanmaktadır. 0-2 yaş grubundaki göz tembelliği ve binoküler görme kayıplarının en büyük sebebidir. Ayrıca bebeklerde olabilecek göz tümörlerinin %20'sinin ilk bulgusudur. Bu yüzden her çocuğun ilk 6. ay, 1. yaş, 4. yaş ve 6. yaşta rutin göz muayenesi gerekir.



Op. Dr. Melek Kırca

Şaşılık tek veya her iki gözde birden olabilir. Sürekli olabilir veya her iki gözde ortaya çıkabilir. Bazen şaşılık yok iken şaşılığı taklit eden durumlar vardır. Bu durum burun kökü gelişimini tamamlamadığında, bir göz diğerinden küçük veya farklı yapıda olduğu veya kapakta düşüklük olduğunda rastlanır ve yalancı şaşılık adını alır.

Çocukluk çağı şaşılıklarının

en sık sebebi ailesel yatkınlık ve kırma kusurlarıdır. Zor doğum, beyin felci (sebral palsy), hidrosefali, Down sendromu, beyin tümörleri ve kornea, lens ve retinayı ilgilendiren bazı göz hastalıkları da sayılabilecek diğer nedenlerdir.

Yetişkinlerdeki şaşılıklar ise diyabet, tiroid, beyin tümörü, kafa travması, nörolojik bazı kas hastalıkları, nadiren de katarakt, göz tümörü veya yapılan göz ameliyatlarına bağlı olarak ortaya çıkabilir. Acil müdahale gerektirir. Çünkü çoğunluğunda ortaya çıkan çift görme hastanın hayat kalitesini oldukça olumsuz etkiler. Prizmatik gözlük, botox veya cerrahi ve sebebe yönelik tedavi uygulanır.

Çocukluk çağında gözde kayma, bulanık görme, baş ağrısı, yürürken takılıp düşme, ışıktaki gözü kısma, sulanma, başın veya yüzün bir yöne döndürülmesi, boyun eğerek bakma gibi durumlar şaşılık belirtisi olabilir.

ŞAŞILIK SEBEPLERİ ÇEŞİTLİ OLDUĞU İÇİN TEDAVİSİ DE KİŞİDEN KİŞİYE FARKLILIK GÖSTERİR

BAŞLICA TEDAVİ ŞEKİLLERİ



- **GÖZLÜKLE:** Kırma kusuruna bağlı şaşılıklar gözlük kullanımıyla düzelebilir.
- **KAPAMA TEDAVİSİ:** Hastada tembellik var veya düşünülüyorsa uygulanır.
- **BOTOKS (İĞNE) TEDAVİSİ:** Genelde geçicidir. Ameliyatı bir müddet geciktirmek için uygulanır.
- **ORTOPTİK TEDAVİ:** Derinlik hissini geliştirip sabitlemek ve görmeyi güçlendirmek için uygulanır.
- **CERRAHİ:** Doğumsal şaşılıklarda ve gözlükle düzelmeyen şaşılıklarda uygulanır. Güçsüz kas kuvvetlendirilip güçlü kas zayıflatılır. Cerrahi ile kaymaların yüzde yüz düzeltilmesi her zaman mümkün olmayabilir. Bazen tekrar cerrahileri gerekebilir. Şaşılık düzeltilse bile tedavi bitmez. Çocuk gözlüğünü kullanmaya devam edecektir. Ayrıca tekrar kayma oluşabilir. Bu yüzden hasta takibi bırakmamalıdır.



Baba olmak...

Baba hem sevilen hem saygı gösterilen bir sevgi nesnesi olmalıdır. Babanın kuralları uygulamadaki tutumları da çocuk için yol gösterici olacaktır. Olumsuz davranışı öfke ile karşılayan, şiddet gösteren bir baba, ileride çocuğunun böyle davranması için zemin hazırlamaktadır



PROF. DR. ARİF VERİMLİ PSİKİYATRİST

Bir bebeğin doğumunda genellikle anne ve annenin rolüne odaklanılır. Oysaki bir elmanın iki eşit yarısından biri babadır. Hatta baba bir kişinin tüm psikososyal gelişiminde daha gizemli rolü oynayan figürdür.

Babanın erken dönemlerden itibaren bebekle yakın temas kurmasının, bebeğin temel bakımına katılmasının babalık işlevlerini ve bağlanmayı olumlu etkilediği görülmektedir. Yapılan çalışmalar babanın çocukla kurduğu ilişkinin çocuğun ruhsal, fiziksel ve akademik gelişimi için önemli olduğunu göstermektedir. Babanın çocuğun ruhsallığında ilk temel işlevi çocuğun annesini

sevmektir.

Freud biyolojik açıdan iki önemli eğilim olduğunu belirtir: kendini koruma ve türünü koruma. Yavrusuna bakan hayvanlarda genellikle anne, yavrusu kendi başına yaşayabilene kadar yavrularına bakar ve korur. Burada babalık işlevinin önemi de devreye girer. Freud babayı tanımlarken onun koruma işlevine atıfta bulunmuştur. Yapılan araştırmalar gebelik döneminde babaların çevresel ve maddi koşulları, yani çerçeveyi nasıl düzenleyeceklerinden kaygılandıklarını göstermiştir. Yani baba, açlığı nasıl engelleyebileceğini ve bebek bakımının nasıl sürdürüleceğini düşünendir. Bir yandan da ailenin nasıl korunacağını etkin bir biçimde ayarlar.

Baba, ülküleri ile yüceltmenin hedefini koyar. Yüceltmeye odaklanan çocuk kaygılarını bastırmaya çalışacaktır. Kaygılı durumların aşılabilmesi yüceltmeye zemin hazırlar. Sonuçta, kaygılarını aşan çocuğuyla gururlanabilen bir baba, çocuğuna özgüven aşılayacaktır. Babasının kendisiyle gurur duyduğunu gören çocuğun kaygıları azalır, özgüveni pekişir. Hedefleri olmayan ve kaygıları yüzünden yetersizlik hissedenden hastaların kendileriyle gurur duyan bir babaları olmadığını görürüz.

Babalığın bir diğer yönü de soyun devamının sağlanmasıdır. Genetik miras bebeğin doğumu ile bir sonraki kuşağa aktarılmış olur ama ruhsal mirasın aktarılması daha uzun zaman alır. Kuşaklar ötesine aktarımı sağlamak ise daha bir kalıcılık ister.

BABA YOL GÖSTERİCİ OLMALI

Babanın temel işlevlerinden biri de koruyucu sınırlar ve kurallarla çocuğun hayatını düzenlemektir. Baba hem sevilen hem saygı gösterilen bir sevgi nesnesi olmalıdır. Babanın kuralları uygulamadaki tutumları da çocuk için yol gösterici olacaktır. Olumsuz davranışı öfke ile karşılayan, şiddet gösteren bir baba, ileride çocuğunun böyle davranması için zemin hazırlamaktadır.

Babanın çocuğu ile birlikte vakit geçirmesi, onunla ilgilenmesi, iletişim kurması, sevgisini açıkça göstermesi ve söylemesi çocuğun psikososyal gelişiminde çok önemli yer tutar. Ülkemizde en yaygın görülen sert, otoriter ve sevgisini belli etmeyen babalık anlayışı yavaş yavaş değişme eğilimi göstermeye başlamıştır.

Babanın çocuğuyla yakın ilişkileri, bugün ve gelecekte kişiliğinin zenginleşmesine, yakın ilişkileri güvenle yaşayabilmenize yardımcı

Babanın erken dönemlerden itibaren bebekle yakın temas kurmasının, bebeğin temel bakımına katılmasının babalık işlevlerini ve bağlanmayı olumlu etkilediği görülmektedir

olur. İyi babalığın getirdiği güzel duygularla dolu zamanlar yaşanır. Kendinizi ve yaşamı sevmeyi ve kabul etmeyi öğrenirsiniz. Yaşam daha anlamlı hale gelir. Daha toleranslı ve hoşgörülü olma becerinizi geliştirir. Sorun çözme becerilerinizin artmasına, diğer insanlarla ilişkilerinizi düzenlemenize de yardımcı olur.

Baba erkek çocuk için rol model, kız çocuk için eş modelidir. Baba otoriteyi temsil eder, yasa, otorite, kanun gibi konular maskülen konulardır.

Cinsiyetçilik konusunun sevdindirici biçimde kadından yana pozitif ayrımcılık yapmaya dönük olarak gelişim göstermesi sevdindirici olmakla birlikte bilinç dışında babaya duyulan aşırı ihtiyaç ve aşırı karşıtlık insanlık tarihi boyunca var oldu ve var olacaktır.

Çocuklarıyla ilgilenen babaların erkek çocuklarının okulda daha az problemleri davranış sergilediği, kız çocuklarının da öz güvenlerinin

daha yüksek olduğu bulunmuş. Babalarından ayrı yaşamayan çocukların fiziksel sağlıkları, duygusal sağlıkları ve okul başarılarının daha iyi düzeyde olduğu tespit edilmiş. Bu sonuçlar babanın evdeki varlığının ekonomik yönleriyle de ilişkilidir ancak yine de aradaki bağlantı oldukça açık ve kuvvetlidir. Bebeklik döneminde babanın çocuğuyla ilgilenmesinin çocukla baba arasındaki duygusal bağı kuvvetlendirdiği ve bu durumun evlilik ilişkisine de olumlu şekilde yansdığı da bulgular arasındadır.

BABA BİR SAYGI NESNESİ

İnsanlar sevdikleri sanatçılara da baba lakabı takmışlardır, sevdikleri siyasetçilere de. Bu anlamda baba saygı nesnesi olarak da karşımıza çıkıyor.

Babamın benim kişisel gelişimimde, kişilik gelişiminde inanılmaz derecede katkısı oldu. Annemi çok erken yaşta kaybettiğim için babamla çok uzun yıllar geçirdik. Onun her sözünü değişik zaman ve olaylarda hatırlıyorum.

Onu daha iyi anlıyorum. Baba olduğumda yaptıklarında yanlış bulduklarımı yapmamaya, doğru bulduklarımı ise geliştirmeye karar vermiştim. Bunu başardım.

Tüm babaların Babalar Günü kutlu olsun...



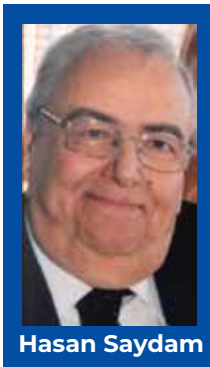


25.YIL KUTLAMALARI AKTİVİTESİ OLARAK BAŞLAYAN SONRASINDA GELENEK HALİNE GELEN

Göz Nurunu Koruma Vakfı Koşusu

Geleneksel hale gelen Göz Nurunu Koruma Vakfı Koşusu öncesinde ve gününde hipodromda yapılan göz tarama aktiviteleriyle tüm gün yarış severlere hizmet verildi

Vakfımızın 25.Yıl Kutlamaları programı çerçevesinde en çok konuşulan konu, Vakfı daha geniş kitlelere nasıl tanıtırız konusuydu. Bütün çalışmalar bu hedef üzerineydi. Fikir jimnastiği yapılan günlerin birinde sevgili Doktorum Ercan Hocam (Sağlam) bana " Acaba vakıf adına bir at yarışı düzenlenebilir mi? Tanıtıma katkısı büyük



Hasan Saydam

olmaz mı? Böyle bir imkan var mı?" diye sordu. Cevabımın "müthiş iyi olur. At Yarışı camiası çok geniş bir camia... Vakıf adına yarış koymak işi epey zor ama denemenin bize zararı yok" şeklinde olduğunu bugün bile hatırlıyorum.

İlk öce Türkiye Jokey Kulübü'nden (TJK) "Uygundur" mesajı almak, ardından da Tarım Bakanlığı'ndan izin almak gerekiyordu. Kadim dostum,

can kardeşim Behçet Homurlu o dönem TJK Başkanıydı Hemen ertesi günü yanına gittim. Hedef Mayıs ayı sonuna kadar bir tarihte yarışı yapmaktı. Behçet Başkan " Hasan Saydam bu vakfı iyi tanıyor mu?" diye sordu. Cevabım çok netti. " 25 yıldır kar gayesi gütmeyen, hizmet veriyor" oldu. Bakanlığa iletebilmek için hemen bir dilekçe ile başvurmamı önerdiler. Dilekçeyi TJK'ne gönderip; bende Yüksek Komiterler Kurulundaki dostlarla temasa geçtim. Vakıf adına yarış

konulması tahmin ettiğimden çok kolay oldu. 8 Mayıs 2009'da ilk "Göz Nurunu Koruma Vakfı Koşusu" koşuldu.

Koşu öncesinde ve gününde Hipodromda yaptığımız aktiviteler, Göz tarama aracının tam gün yarış severlere hizmet vermesi, tüm gazetelerin yaptıkları haberlerle bize destek vermesi, TV'de yayından önce Vakıf Tanıtım videosunun defalarca yayınlanması verilen kararın doğruluğunu ispat etmişti.

TV programlarında da koşu öncesi ve sonrası Vakfı Tanıtıcı programlar yaptık. Hatta bir seferinde program konuğum Ercan Sağlam hocamdı. Son senelerde Gezici aracımız için

"Sağlık Müdürlüğü izin vermiyor. Ceza kesiyor. " engellemelerine bir şekilde çare bularak aktivitelere devam edildi. Hemen üçüncü sene Vakıf Kupası şeklini buldu ve kazanan at sahiplerinin salonlarında yerini aldı. Yarış günleri hipodromda dağıttığımız broşürler çok işe yaradı.

İlk koşuyu Arek Kuyumciyan'ın Özhaber isimli atı jokey Nurettin Şen ile kazanmıştı. O günden bu yana 12 koşu gerçekleşti. Hiçbir At ve At sahibi bu koşuyu birden fazla kazanamadı. İki kere kazanan Nurettin Şen bu koşuyu birden çok kazanan tek jokey... Ünlü Aygır Turbo'nun 3 yavrusu Vakıf Koşusunu kazanınca bu aygır bu

koşunun şampiyon aygırı olmuş.

Geleneksel koşumuzun 13'üncüsü 4 Temmuz Pazar günü Veliefendi Hipodromu'nda yapıldı. Koşuya 10 at katıldı. Koşunun Favorisi (03) numaralı Kumma idi.

Kumma iyi de koştu, fakat koşuyu son 200 metrede müthiş bir tempo yapan, 3. tutulan at konumundaki Çilingir kazandı. Corona tedbirleri kapsamında düzenlenen kupa töreninde Vakıf Başkanımız Sayın Av. Fuat Topdemir, Vakfın kupasını at sahibi vekiline verdi.

Seneye çok daha iyi şartlarda geleneksel koşumuzu tekrarlamak en büyük ümidimiz...



Exlibris sanatı nedir?

Exlibris, yer aldığı kitabın değil, kitap sahibinin bir göstergesidir. Kitabın kartviziti diyebileceğimiz Exlibris kitabın sahibini tanıtır ve kitabı ödünç alan kişiyi geri getirmesi için uyarır



Latife Baştuğ
İstanbul
Exlibris
Akademisi
Dernek
Başkanı

Exlibris, kitapseverlerin kitaplarının iç kapağına yapıştırdıkları üzerinde adlarının ve değişik konularda resimlerin yer aldığı küçük boyutlu özgün baskı yapıtlarıdır. Kitabın kartvizitidir diyebiliriz. Kitap sahibini tanıtır, kitabı ödünç alan kişiyi geri getirmesi konusunda uyarır.

EXLIBRIS'İN SÖZCÜK ANLAMI

Matbaanın icadından çok önce sadece aristokratlar el yazması kitapları alıp okur ve sonrada çok kıymetli olduğundan birbirlerine okumak üzere verirlmiş. Bu arada kitap sahibinin bir arması, işareti veya istediği bir resimi kitabın iç sayfasına yapıştırılmış. Bu işaret, amblem veya resimler ilk Exlibrislerdir. Exlibris, yer aldığı kitabın değil kitap sahibinin bir göstergesidir; Bu özel mülkiyet işaretinin gerekliliği Kitapların, el değiştirmeler sırasında kaybolmalardan korunması için ortaya çıkmıştır.

Anlaşıldığı gibi Exlibris

sözcük olarak "...'nın kitaplığından" veya "...'nın kütüphanesine ait" anlamına gelir. Örneğin; kitabın iç sayfasında "Exlibris Robert Kolej" yazan bir kitap, "Robert Kolej'in kütüphanesinin kitaplığından" demektir. Latince, "Ex-libris" ve İngilizce "Bookplate" olan exlibris önemli bir iletişim aracıdır. Bir resim veya amblem ihtiyacı olarak doğmasına karşın, estetik kaygılarla yapılan özgün baskılardır.

ESERLERİN İÇİNDE EXLIBRIS YAZISI OLMALI

Exlibrislerin boyutları bir posta pulu küçüklüğünde de olabilir, en büyük boyu olan 13x15 cm de olabilir. Her türlü baskı kâğıdı kullanılır. El yapımı kağıtlar tercih sebebidir. Kitaplara yapıştırıldığı düşünüldüğünde ise çok kalın olmaması tercih edilmektedir.

Tıpkı bu gün baskı resimlerde olduğu gibi Exlibrislerin sol alt köşesinde kaç adet basıldığı, eldeki baskının kaçınıcı baskı olduğu, sanatçının adı ve yapıldığı yıl, renkli ise kaç renk olduğu, hangi teknikle yapıldığı kuşun kalemle yazılır.

Eserlerin içinde mutlaka Exlibris yazısı olmalıdır. Bir kişiye veya bir konuya atfedildiğinde ise Exlibris yazısından sonra kişi veya konu kesinlikle eserin içinde belirtilmelidir. Sanatçı isim ve adresini arkasına ekleyebilir.

Exlibris özgün baskı olarak birçok değişik teknikle yapılır. Yüksek baskı, alçak baskı, litografi, xilografı, Linolin baskı, serigrafı gibi... Artık çağımızda bilgisayar da teknikler arasında sayılmaya başlamıştır.

Uzun bir geçmişe sahip

bu sanat dalı, aynı zamanda yapıldığı dönemin kültürel özellikleri günümüze taşır. Sanatçı, tasarımcı, sanatsever ve koleksiyoncu arasında bir köprü görevini yerine getirir

1800 yıllarına kadar daha çok soyluların arması olarak kullanılan Exlibrisler, 19. yüzyıl ve özellikle de 20. yüzyıldan sonra tümüyle sanatsal değer taşıyan nesneler olarak ele alınmışlardır. Bu küçük yapıtlar, özgünlükleriyle dün olduğu gibi bugün de ilgi çekmeyi sürdürmektedir.

Türkiye'de adına ilk Exlibris yaptıranlar, yabancı uyruklu kitapseverlerdir.

İstanbul da "İstanbul Exlibris Akademisi Derneği" 13 Ağustos 1998 de kurulmuştur. Derneğimiz uluslararası IEAD (Uluslararası Exlibris Dernekleri Birliği) üyesidir.

EXLIBRIS SERGİLERİ

İstanbul Exlibris Akademisi Derneği 1999'da "Exlibris İstanbul 2000" konulu I. Uluslararası Exlibris yarışmasını T.C Kültür Bakanlığı ve İMKB sponsorluğu ile organize etmiştir.

2001'de "Exlibris Nazım Hikmet 1902-2002" uluslararası ödüllü Exlibris yarışması da gene Kültür Bakanlığı'nın sponsorluğunda düzenlemiştir. Bu sergiler İstanbul ve İtalyada değişik şehirlerde sergilenmiştir.

Derneğimiz üyeleri eserleri ile katıldıkları Çin, Belarus, Sırbistan, Finlandiya, Belçika, Fransa, İtalya gibi bir çok uluslararası Exlibris Konvansiyonlarında ödüller almışlardır. Eserlerinin çoğu uluslararası kataloglarda yayınlanmış, ülkemiz temsil edilmiştir.



Ettore Antonini / jüri özel ödülü



Yarışma birincisi
Gülbin Koçak / Türkiye



Yarışma ikincisi
Krystyna Hierowska / Polonya

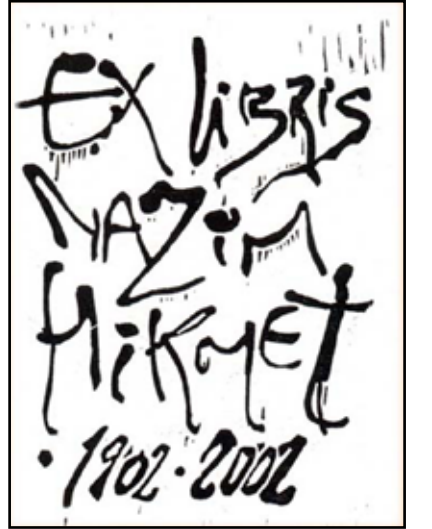


Yarışma üçüncüsü
Ali Doğan / Türkiye

BAKANLIK ÖZEL ÖDÜLLERİ



Muntsa Cabetas Samper / İspanya



Rodriguez Maria Sol / Arjantin



Samosiyk Olga/Rusya



Serkis Şahbaz

2006-2020 yılı Göz Vakfı Genel Koordinatörü değerli yönetim kurulu üyemiz, Sayın Serkis Şahbaz'ı vefatının 1.yılında saygı ve özlemle anıyoruz. Geleneksel hizmet anlayışımız olan, emek ve özveri ile geliştirdiği vakıf kurum aile kültürünü sürdürmeye devam edeceğiz.



Çabam Mustafa Kemal



5 Şubat 1919 tarihinde Avukat Refik Bey'in Sultan hamamda ki yazıhanesinin de bir toplantı yapılır, bu toplantıda Galatalı Şevket bey örgütün başkanlığına seçilir. Örgütün adı Baha Said beyinde isteği üzerine; Kara Vasıf Bey ile Kara Kemal Beylerin adlarından esinlenerek "Karakol" olarak belirlenir ancak bir başka iddiaya göre örgütün kurulması 19 Kasım 1919'dur. Örgüt öncelikle, İttihatçılara ve Teşkilatı mahsus acılara karşı girişilen saldırılara karşı koyacaktır. Ancak daha sonra bu yapılanma giderek genişler, bireysel savunmanın yerine Anadolu'nun düşmandan kurtarılması için genel bir karşı koyuş alır. Bu nedenle örgüt, Karadeniz kıyıları, Ege ve Doğu Anadolu'da güçlü bir şekilde örgütlenir. Teşkilatın İstanbul'da faaliyet gösterdiği süre içinde de Anadolu'ya geçen şahısların eline "KC" mühürlü tavassut vesikaları verilmiştir. Örgüt düşman cephanelikleri ne İstanbul'da baskınlar düzenler ele geçirdiği cephaneyi Anadolu'ya aktarır.

Lozan Barış Konferansı genel toplantısı 21 Kasım 1922 günü yapılmıştır, bu konferansta Türkiye devletini İsmet Paşa hazretleri temsil etti Trabzon vekili Hasan Bey Sinop milletvekili Rıza Nur Bey İsmet Paşa'nın Başkanlığı'ndaki heyetin oluşturuyordu. Delege heyetimiz Kasım 1922'de başlarında Lozan'a gitmek üzere Ankara'dan ayrıldı.

"Efendiler iki dönemden oluşan 8 ay devam eden Lozan Konferansı ve sunucu dünyanın bildiği bir durumdur. Bir süre Ankara'da Lozan Konferansı görüşmelerini izledim görüşmeler ateşli tartışmalı geçiyordu. Türk haklarını onaylayan olumlu bir sonuç görülüyordu. Ben bunu çok doğal buluyordum; çünkü Lozan Barış masasında ele alınan sorunlar yalnız üç dört yıllık yeni döneme ait ve onunla sınırlı kalmıyordu, yüzyılların hesapları görülüyordu. Bu kadar eski, bu kadar karışık bu kadar kirli hesapların içinden çıkmak elbette o kadar basit ve kolay olmayacaktı. Efendiler biliyorsunuz ki yerini Yeni Türk Devleti'nin aldığı Osmanlı Devleti "Eski Anlaşmalar" adı altında birtakım kapitülasyonların tutsağı idi, Hristiyan halk birçok hak ve ayrıcalıklara sahipti. Osmanlı Devleti, ülkesinde oturan yabancılar üzerinde Yargı haklarını uygulayamazdı. Osmanlı yurttaşlarından aldığı vergiyi yabancıardan alması engellenmiş bulunuyordu. Devletin varlığını kemiren

ve kendi sınırları içinde yaşayan azınlıklarla ilgili önlemler alınması mümkün değildi. Osmanlı Devleti kendisini kuran asıl topluluğun Türk ulusunun insanca yaşamasını sağlayacak önlemleri alma bakımından da engellenmişti. Ülkeyi bayındır kılamaz, demiryolu yaptıramazdı, hatta okul yaptırmak bile serbest değildi. Bu gibi durumlarda yabancı devletler hemen işe karıştırdı. Osmanlı hükümdarları ve yakınları debdebe ve gösteriş içinde yaşayabilmek için ülke ve ulusun bütün servet kaynaklarını kuruttuktan başka ulusun her türlü çıkarlarının peşkeş çekerek devletin onur ve şerefini feda ederek, birçok dış borçlanmalar yapmışlardı, o kadar ki devlet bu dış borçların faizlerini ödeyemeyecek duruma gelmişti dünyanın gözünde iflas etmiş sayılmıştır.

Türkiye'nin bugünkü sınırlarını çizen ve Ankara'nın Türkiye'nin meşru hükümeti olarak uluslararası alanda tanınmasını sağlayan Lozan Barış Antlaşması imzalandı.

Türkiye'nin bağımsız ve egemen bir devlet olarak tanınmasını sağlayan Lozan Barış Antlaşması imzalandı. Gazi Mustafa Kemal: "Bu antlaşma, Türk milleti aleyhine, yüz yıldan beri hazırlanmış ve Sevr Antlaşması'yla tamamlandığı zannedilmiş bir büyük suikastın yıkılışını ifade eden bir belgedir."

Atatürk önderliğinde milli mücadeleye başlayan Türk ulusu savaş meydanlarında büyük zaferler kazanmış ve Lozan Antlaşması (24 Temmuz 1923 imzalanmış barış antlaşması) ile siyasi ve hukuki alanda tescil etmiştir. Lozan barış görüşmeleri 8 ay sürmüş ve Türk tarafının kayıtsız şartsız bağımsızlık talebi nedeniyle çetin geçmiştir.

Atatürk der ki: "Bu Antlaşma, Türk milleti aleyhine, asırlardan beri hazırlanmış ve Sevr Antlaşmasıyla tamamlandığı zannedilmiş büyük bir suikastın yıkılışını ifade eder bir vesikadır. Osmanlı devrine ait tarihte örneği bulunmayan bir siyasi zafer eseridir."

Atatürk'ün, eski Macar Başbakanı Frederik'e yazdığı mektubun, Macar Milli Meclisi'nde şiddetli alkışlarla karşılanması: "...istikamet, metanet ve nefisten fedakârlık, zafere ulaştırır. Ümitsizliğe düşmeyiniz. Zira gelecek, arzu ve imanı olana vaat edilmiştir."

**Av. Mehmet Özhabaş
Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı**

Astroloji ve Sağlık

Başlığı okuyunca yok canım dediğinizi duyar gibiyim. Oysa astroloji burç yorumlarından ibaret değildir. Yaşam içinde var olan tüm konu başlıkları hakkında bize bilgi verir. Sağlık ekonomi yeteneklerimiz ve yaşamda daha mutlu daha verimli daha şanslı olmamızı sağlayacak bilgiler ile doludur. Sizlere bu yazımda göz sağlığı ve astroloji bağlantısını anlatacağım. 3 burçun göz hastalıkları ile bağlantısını sizlere anlayacağınız şekilde anlatacağım.

PROBLEM YARATAN 3 SABİT YILDIZ

Burç dediğimde 12 insan tipi aklınıza geliyor. Oysa ben burçları matruşka bebeklere benzetirim içlerini açtıkça burcun etkisi farklılaşır. Karma astroloji sisteminde bizler sabit yıldızlara fazlasıyla önem veririz. Burçların içindeki muhteşem sırlardır sabit yıldızlar. Bu yazı içinde sizlere göz hastalıkları ve göz ile ilgili konularda problem yaratan 3 sabit yıldızdan bahis edeceğim.

Boğa burcu sabit yıldızı Plades İkizler Burcu sabit yıldızı

Alcyone ve Aslan Burcu sabit yıldızı Preasepe özellikle Boğa burcunun 19 ile 20 mayıs arasında doğan boğa burçları İkizler burcunun 21 mayıs ile 22 mayıs tarihinde doğan ikizler burcu ile Aslan burcunun 29 ile 31 temmuz arasında doğan kişilerin gözleriyle ilgili sorunlar yaşaması söz konusu olabilir. Şunu hemen hatırlatmak isterim hepimiz 12 burcu yaşarız. Eğer yukarıda saydığım sabit yıldızlar haritanızda mevcutsa göz sağlığınıza çok daha fazlası ile önem vermeniz gerekir.

Medikal astroloji yaşanabilecek sağlık



Astrolog Vedat Delek

sorunları ile ilgili önceden tespitler yapmamızı sağlayan ve son derece önemli tespitlerin yapılabildiği bir alandır. Doğduğumuz anda gezegenlerin hareketleri bulundukları konum yaşayacağımız

olaylarla ilgili bilgi verdiği gibi bizim için uyumlu olan enerjileri gösterirler. Doğum tarihiniz gün ay yıl doğum saatiniz ve doğduğunuz ülke ve şehir en önemli bilgilere ulaşmak için pin kodunuzdur.

ASTROLOJİ KENDİNİZİ DAHA İYİ TANIMANIZI SAĞLAR

Astroloji burç yorumlarından ibaret değildir. 'Doğum saatimi bilmiyorum' dediğinizi duyar gibiyim doğum saatinizi yapılacak bir çalışma ile tespit edilebileceğini buradan sizlere iletmek isterim. Astroloji uçsuz bucaksız ruhumuzu zenginleştiren maddi manevi rahatlamamızı sağlayan ve kendinizi daha iyi tanımanızı sağlayan muhteşem bir sistemdir.

Sağlık turizminde öncü kuruluş

Milyonlarca insan, sağlık sorunlarına çözüm bulmak için yabancı ülkelere gidiyor. İleri teknolojiye sahip hastaneleri bulmak, ekonomik fiyatlarla kaliteli hizmetlere ulaşmak, tecrübeli ve başarılı doktorlara tedavi olmak istiyor. Hastanemizde, sağlık turizmine yönelik çalışmalar gerçekleştiriyoruz. Yurt dışından gelen konuklarımız için hazırladığımız paket programlarımız hakkında bilgi almak için iletişime geçebilirsiniz.

Paket Fiyatlarına Giren Hizmetlerimiz

- Havaalanı - Hastane Servisi, ● Otel Transferi
- Ön Tetkik - Muayene ● Hastane Konaklaması (3 gün -refakatçi ile beraber) ● İlave konaklama ücrete tabidir. (4-5 Yıldızlı Otel)

Bunu biliyor musunuz?

- Web Sitemizden
- Online randevu
- Tedavi birimlerimiz ve hekimlerimiz hakkında bilgi
- Göz hastalıkları hakkında detaylı bilgi
- Sosyal medya hesaplarımızı takip ederek;
- Birçok göz probleminin nedenini ve tedavi yöntemleri hakkında detaylı bilgi ve
- Güncel duyurularımızdan haberdar olacağınızı biliyor musunuz?



/gozvakfi



GÖZ VAKFI

1984'ten günümüze...

BAYRAMPAŞA GÖZ HASTANESİ

Yenidoğan Mah. Abdi İpekçi Cad. No:89
Bayrampaşa / İSTANBUL / TÜRKİYE
T: 0 (212) 467 75 00
F: 0 (212) 467 75 60
info@gozvakfi.com

İDEALTEPE GÖZ MERKEZİ

Kestane Sokak No:3 Küçükyalı
İSTANBUL 81570 / TÜRKİYE
T: 0 (216) 417 20 21
F: 0 (216) 489 11 60
info@gozvakfi.com

YILDIRIM GÖZ MERKEZİ

Sinandede Mah. Barutluk Cad. No:92
Yıldırım / BURSA / TÜRKİYE
T: 0 (224) 364 91 00
F: 0 (224) 364 91 07
info@gozvakfi.com