



ASM
AĞUSTOS 2022

ISSN: 2822-4108
YAŞAM
AİLE HEKİMLERİ İÇİN ÜCRETSİZDİR

AHEKON 2022'DE BULUŞMAK ÜZERE

- PROF. DR. CİHAN AKSOY
- PROF. DR. NİDA GELİNCİK KAÇAR
- PROF. DR. SADİ GÜLEÇ
- PROF. DR. DİLEK YILMAZ
- PROF. DR. ÇAĞLAR ÇUHADAROĞLU
- PROF. DR. KERİM GÜLER
- DOÇ. DR. KENAN TAŞTAN
- DOÇ. DR. AYHAN BAŞER

PROF. DR. İLBER ORTAYLI
YÜKSEK SADAKAT
NİHAT SIRDAR'LA 90'LAR KAFASI

www.ahekon.org.tr

AHEKON
HEKON
2022

12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

16-20 KASIM 2022

Hilton Dalaman Sarıgerme Resort & Spa, Ortaca/Muğla



ASM YAŞAM'DA BU AY

KONUK YAZAR:

YENİÇAĞ GAZETESİ ANKARA
TEMSİLCİSİ VE FLASH HABER TV
ANKARA KOORDİNATÖRÜ

ORHAN UĞUROĞLU

SAĞLIK:

TİCARET Mİ? HİZMET Mİ?

■ YAŞLANMA VE CİNSEL YAŞAM

■ ZEYTİNİN YOLCULUĞU

■ ŞARKILARIN HİKAYELERİ

■ 41 HEKİM FOTOĞRAF SERGİSİ

■ BİR MÜZİK YOLCULUĞU HİKAYESİ



31 Aralık 2022 tarihine kadar
AHEFAHBS'YE geçişlerde bu fiyat
geçerlidir.

SON GÜN
31 ARALIK!
BU FIRSATI
KAÇIRMAYIN.

AHEFAHBS 900 ₺
Fırsatından Yararlanın...

BİZE ULAŞIN

www.ahefahbs.com

Detaylı Bilgi İçin;
0850 241 05 02



AHEF ADINA İMTİYAZ SAHİBİ

Dr. Kemal NOYAN

GENEL YAYIN YÖNETMENİ

Dr. Taner BALBAY

Dr. Tolga İPEK

YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ (SORUMLU)

Dr. Gökhan ERDOĞAN

EDİTÖR

Dr. Taner BALBAY

YAZI İŞLERİ

Dr. F. Bilge Karaomca ÖK

YAYIN DANIŞMANI

Nurcihan BAHTİYAR

SON OKUMA

Dr. İbrahim ÖK

YAYIN KURULU

Dr. Zafer Tolga İPEK

Dr. Taner BALBAY

Dr. Gökhan ERDOĞAN

Dr. Yusuf BAŞAK

AHEF Görsel Ekibi

AHEF Eğitim Komisyonu

ASM YAŞAM İLETİŞİM

dergi@asmyasam.org.tr



EDİTÖRDEN

Dr. Taner BALBAY

AHEF Yönetim Kurulu Üyesi

Merhabalar arkadaşlar...

ASM YAŞAM dergimizin Ağustos 2022 sayımızı sizlere biraz gecikmeli olsa da sunuyoruz. Gecikmemizin nedeni, ince eleyip sık dokuyarak sizlere daha iyi içerikle ulaşabilmek.

Bu sayımızda kapak sayfamız ve ana içeriğimiz hepimizin gözbebeği AHEKON 2022. 16-20 Kasım 2022 de buluşmayı sabırsızlıkla bekliyoruz. Konuk yazarımız Flash Haber TV Ankara Koordinatörü ve Yeniçağ Gazetesi Ankara Temsilcisi Orhan Uğuroğlu. Denizli Tabip Odası Başkanı Prof. Dr. Fazıl Necdet Ardıç sağlığa farklı bir açıdan bakarak, "Ticaret mi? Hizmet mi?" diye sesleniyor.

Akdeniz ve Ege'nin en değerli ağaçlarından zeytinin yolculuğunu, fotoğrafçı aile hekimlerimizin kaleminde okuyup eşsiz fotoğraflarına doyamayacaksınız.

Bu sayıda da şarkıların hikayelerinden birini daha sevgili aile hekimimiz Dr.Bülent Özenir'in kaleminden okuyup müthiş keyif alacaksınız.Dr. Erkut Coşkun da yaşlanma ve cinsel yaşamı sizlerle eğitim verir tadında paylaşıyor.Sevgili Fatih Aykal'ın müzik yolculuğunu ilgiyle okuyacaksınız.

Türkiye'de bir ilk... 41 Hekim 41 Fotoğraf sergisi ilk olarak Adana'da sergilendi ve çok ilgi gördü. Fotoğrafları hayranlıkla izleyeceksiniz. Ayrıca AHEKON 2022 fotoğraf yarışmamızın ayrıntıları da bu sayımızda. 3-9 Eylül'de Halk Sağlığı Haftası bu sene Sağlık Bakanlığı'na AYDIN Kuşadası Güvercinada'da çeşitli etkinliklerle kutlandı.Nefis hekim yemek tariflerimiz bu sayımızda da Halil Aktaş tan.

ASM YAŞAM dergimize Türkiye'nin aile hekimlerinin tümünün içerik desteğini bekliyoruz, herkese keyifli okumalar diliyoruz.

İÇİNDEKİLER



www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022
16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarigerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

18 Kasım 2022
Saat 18.00 - 18.45



"Hekimlik Sanatı"

İlber Ortaylı



- 12. Uluslararası Katılımlı Aile Hekimliği Kongresi 16-20 Kasım tarihleri arasında gerçekleştirilecek. Kongre ve etkinlik programı ASM YAŞAM Ağustos sayısının kapak dosyasında...

6 - 10



KONUK YAZAR:

YENİÇAĞ Gazetesi
Ankara Temsilcisi ve
FLASH HABER TV Ankara
Koordinatörü

ORHAN UĞUROĞLU

12-16

- SAĞLIK: Ticaret mi? Hizmet mi?
Denizli Tabip Odası Başkanı
Prof. Dr. Fazıl Necdet Ardıç
kaleme aldı.

18 - 21



- Zeytinin tarihteki yolculuğu Dr. İsmail ERTİN ve Dr. Gürkan MERSİN'in yazısında...

22 - 27



- Her şarkının bir hikayesi vardır. Şarkıların hikayelerini Dr. Bülent ÖZENİR ASM YAŞAM'ın Ağustos sayısı için kaleme aldı.

28 - 31



- Yaşlanma ve cinsel yaşam üzerine... Dr. Erkut COŞKUN'un yazısında...

32 - 34



- Bir müzik yolculuğu hikayesi... Dr. Fatih AYKAL müzik yolculuğunun önemli adımlarını ASM YAŞAM Ağustos sayısı için yazdı.

36 - 41



- 41 Hekim Fotoğraf Sergisi ve sergide öne çıkan fotoğraflar... Dr. Şükrü GÜNGÖR 41 Hekim Fotoğraf Sergisi'nin hikayesini ve fotoğraf sanatı için önemini kaleme aldı.

42 - 45

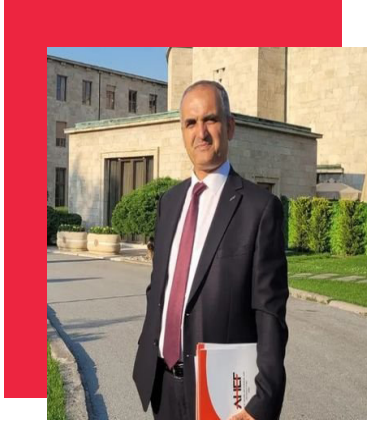


- 3-9 Eylül Halk Sağlığı Haftası etkinlikleri bu yıl Aydın'ın Kuşadası ilçesinde gerçekleştirildi. Etkinlik programı ASM YAŞAM Ağustos sayısında...

46 - 47



AHEKON 2022'DE BULUŞMAK ÜZERE...



YAZI: Dr.Hasan GÖKÇE

Aile hekimliğinde çok çalıştık, çok yorulduk, artık ruhumuz daralıyor. Her gün aynı tempo, bitmeyen iş yüküyle boğuşuyoruz. Her gün birilerine “hayır” diyoruz. Hastaların talepleri, sistemin bize yüklediği sorumluluklar bitmiyor. Mücadele her gün, her an, her dakika devam ediyor. Bazen enerjimizin bittiğini düşünüyoruz, kendimizi yorgun hissediyoruz. İşte tüm bu yorgunlukların giderileceği, ruhumuzun yeniden pozitif enerji ile dolacağı, yüzümüzün güleceği bir yer var. Benim kendimi en mutlu hissettiğim yerlerden birisi, AHEKON.

Bu yıl AHEKON 2022 16-20 Kasım 2022 tarihleri arasında Hilton Dalaman Sarıgerme SPA Otelde gerçekleşecek. Yine tüm dostlar bir arada olacağız. Sarılacağız, birlikte güleceğiz, sohbet edeceğiz, hasret gidereceğiz. Bilimsel programda bilgilerimizi tazeleyeceğiz, aile hekimliği pratiğimizde yaptığımız uygulamalarımızı değerlendireceğiz. Ünlü radyocu Nihat Sırdar ile 90 ‘lar kafası programında buluşacağız. Bizler eminiz ki hep birlikte çok güzel bir zaman geçireceğiz. Özellikle salgın döneminde hekimlerin değerini bilen nadir insanlardan değerli hocamız İlber Ortaylı’dan hekimlik sanatı üzerine konuşmasını dinleyeceğiz. Bir kongre klasiği olan kongrenin gala gecesinde Yüksek Sadakat grubu ile hep bir-

likte coşacağız. Bu yıl AHEKON 2022 lkemizin ve dünyanın içinde bulunduğu ekonomik olumsuz göstergelere rağmen AHEF gönüllüsü aile hekimlerinin desteği ile çok başarılı bir Şekilde tamamlanacaktır.

Kongremizin bilimsel ve sosyal programını hazırladık. Şu anda sizlerle kavuşacağımız anın heyecanını yaşıyor, sabırsızlıkla o günün gelmesini bekliyoruz. Yüzlerce aile hekimi hep birlikte en güzel birlikteliği yaşayacağımız 12. Uluslararası Katılımlı Aile Hekimliği Kongremizi başarıyla tamamlayacağımıza inanıyoruz. AHEKON 2022 AHEF'e ye 75 il derneğinin ve il derneklerine ye 30000 aile hekiminin en büyük kongresidir. 2008 yılından bu yana hep birlikte olabildiğimiz, doğudan batıya, kuzeyden güneye tüm bölgelerdeki aile hekimlerinin bir arada olabildiği Türkiye'nin en büyük aile hekimliği kongresiyiz. Hakkari'den Edirne'ye, İzmir'den Kars'a, Antalya'dan Samsun'a tüm aile hekimi arkadaşlarımızı kongremize davet ediyoruz. Bizler biliyoruz ki gücümüz birlikteliğimizdendir. Yılda bir kez hep birlikte olma ortamı sağlayan kongremize sizlerin de katılabilmesi için maliyetine burslu fiyatlarımızda ye il derneklerimiz üzerinden en kısa sürede açıklanacaktır. Emin olun kongremize katıldığınızda gerek konaklama, gerek otelin konumu ve konsepti gerekse AHEKON 'un kendi programıyla sunduğu süper enerji ile kongre dönüşü yüksek enerji hissedeceksiniz. Bir sonraki kongreye katılım için daha fazla heyecanı yaşayacaksınız.

Biz sizleri zledik, AHEKON 2022'de görüşmek üzere.

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022
16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarıgerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

18 Kasım 2022
Saat 09:00-10:00



Kken Tıbbi;
Kronik
Hastalıkların
Merkezinine Seyahat

Prof. Dr. Cihan AKSOY

AHEF

AHEKON

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022
16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarıgerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

16 Kasım 2022
Saat 14:00



Kurs:
Dermokozmetik
Yeni Yaklaşımlar

Prof. Dr. Nida
Gelincik Kaçar

AHEF

AHEKON

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022
16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarıgerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

19 Kasım 2022
Saat 10:00-11:00



Koronar Arter
Hastalığını
Anlamak

Prof. Dr. Sadı Güleç

AHEF

AHEKON

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

AİHE

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022

16-20 KASIM 2022

Hilton Dalaman Sarıgerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

18 Kasım 2022
Saat 18.00 – 18.45



“Hekimlik Sanatı”

İlber Ortaylı

AHEF

AHEF
AKADEMİ
www.ahefakademi.org

VİTRİN

AHEF
ONAM

AHEF
AHEFAHB



www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022

16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarıgerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022

16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarıgerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

16 Kasım 2022
Saat 14:00-17:00



Kurs:
Aile Hekimliğinde
Hipnozun
Kullanımı

Doç. Dr. Kenan
Taştan

17 Kasım 2022
Saat 17:00-18:00



Pediyatri Rutininde Sık
Görülen Enfeksiyon
Hastalıklarında; Klinik
İpuçları

Prof. Dr. Dilek
Yılmaz

AHEF

AHEF
AKADEMİ
www.ahefakademi.org

VİTRİN

AHEF
ONAM

AHEF
AHEFAHB

AHEF
ONAM

AHEF
AHEFAHB

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

AHEF
ONAM

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022

16-20 KASIM 2022

Hilton Dalaman Sarigerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

17 KASIM 2022
CUMA

22:00

Nihat Sırdar'la

90'lar Kafası

AHEF

AHEF
AKADEMİ
www.ahef.org.tr

VİTRİN

AMF
DNAM

AHEFAHES

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022
16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarigerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022
16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarigerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

www.ahekon.org.tr
12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ
KONGRESİ

AHEKON
2022
16-20 KASIM 2022
Hilton Dalaman Sarigerme Resort &
Spa, Ortaca/Muğla

18 Kasım 2022
Saat 13:30-14:30

19 Kasım 2022
Saat 10:00-11:00

17 Kasım 2022
Saat 09:00-10:00



Öksürmekten
Çiğerlerim
Söküldü

Prof. Dr. Çağlar
Çuhadaroğlu



1. Basamakta
Tiroid
Hastalıklarına
Yaklaşım

Doç. Dr. Duygu
Ayhan Başer



Birinci Basamakta
Dispeptik Hastaya
Yaklaşım

Prof. Dr. Kerim Güler



12. ULUSLARARASI KATILIMLI
AİLE HEKİMLİĞİ KONGRESİ

AHEKON
2022



yüksek sadakat
GALA
Gece

19 KASIM 2022 | 21:00



ŞÜKRÜ GÜNGÖR



YAZI: Orhan UĞUROĞLU

*YENİÇAĞ Gazetesi Ankara Temsilcisi
FLASH HABER TV Ankara Koordinatörü*

Aile Doktorlarımız ve **Sorunları**

İster Arapçadan dilimize geçen “hekim” ister Fransızcadan dilimize geçen “doktor” kelimesini kullanın fark etmez. Ben doktor kelimesini tercih ederim. “Aile Hekimliği” yerine de “Aile Doktoru” denmesini tercih ederim.

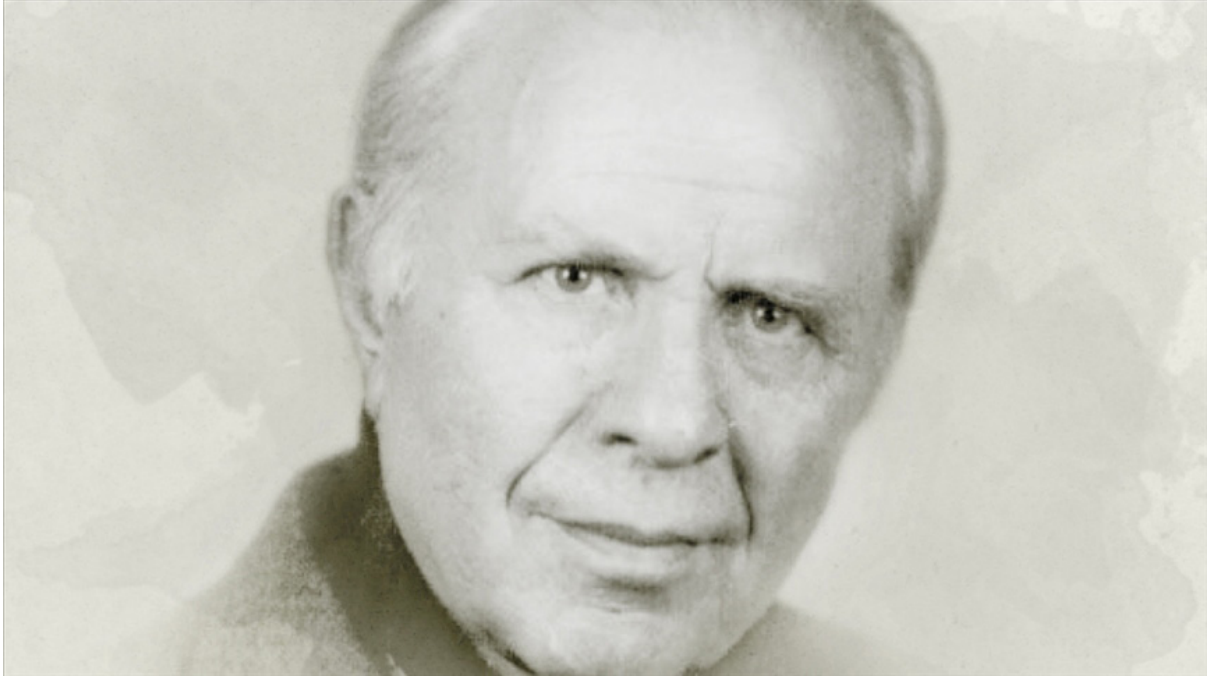
Çocukluğumda aile doktorumuz Orhan Asena yakalandığım “Nefrit” hastalığımı tedavi ederek hayatta kalmamı sağladı.

Çocuk doktoru Orhan Asena 1950 sonrası Türk tiyatrosunun en önemli yazarlarından birisidir (7 Ocak 1922, Diyarbakır - 15 Şubat 2001, Ankara), Daha çok tarihi konuları ele alan eserler vermiş, çok üretken bir oyun yazarı olan Orhan Asena, “Türk tiyatrosunun Shakespeare’i” olarak anılır.

Yaşamı:

1922’de Diyarbakır’da dünyaya geldi. İlk ve orta öğrenimini Diyarbakır’da tamamladı. Çocuk yaşlarda şiir ve öykü yazmaya başladı. İlk tiyatro çalışmalarını lise yıllarında yaptı. İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi’nden 1945’te mezun oldu. Anadolu’da hekim ve hükûmet tabibi ola-

Uzmanlar aile hekimliğinin bir tıp disiplini olduğunu ortaya koyuyorlar.



rak görev yaptı. 1955'te çocuk hastalıkları uzmanı oldu. 12 Mart Muhtırasından sonra Almanya'ya yerleşmek zorunda kaldı, sekiz yıl Almanya'da hekim olarak çalıştı, Türkiye'ye döndükten sonra Ankara'ya yerleşti, Devlet Tiyatroları Genel Müdürlüğü'nde edebî kurul üyesi ve başkanı olarak da görev yaptı. Yazın dünyasına şiir ve hikâye yazarak giren ve ilk şiirleri Yaratış ve İstanbul dergilerinde yayımlanan Asena, zamanla oyun yazarlığına yöneldi. İlk oyununu "Tanrılar ve İnsanlar - Gılgamış", 1954-1955 tiyatro mevsiminde Ankara Devlet Tiyatrosu'nda sahnelendi ve 1959'da da kitap olarak yayımlandı. 1960 yılında TDK

tiyatro ödülünü alan bu yapıtı İngilizce, Fransızca, Almanca, İspanyolca, Rusça, İtalyanca dillerine çevrilmiştir.

Oyun yazarlığına devam eden Asena, kırkı aşkın oyun yazdı ve oyunları tüm Türkiye'deki sahnelerde oynandı. Oyunlarından yaklaşık yarısı kitap olarak yayımlandı. Eserlerinde başkaldırı teması ağır bastı. Atçalı Kel Memet'in hayatını işlediği Atçalı Kel Mehmet adlı oyunuyla TRT'den 1970 yılında başarı ödülünü aldı. Daha sonraları ise, İsmet Küntay Tiyatro Ödülü'nü, Avni Dilligil Tiyatro Ödülü'nü ve Türkiye İş Bankası Büyük Tiyatro Ödülü'nü kazandı. Ti-

yatro eleştirmenlerince "Türk tiyatrosunun Shakespeare'i" olarak tanımlanmıştır.

1998 yılında Kültür Bakanlığı tarafından "devlet sanatçısı" unvanına lâyık görüldü. 2001 yılında Ankara'da vefat eden yazar, Cebeci Asri Mezarlığı'nda toprağa verildi.

Ölümünden Sonra 2002'den itibaren Diyarbakır'da, Diyarbakır Devlet Tiyatrosu tarafından Orhan Asena anısına onun adını taşıyan "Yerli Oyunlar Festivali" düzenlenmektedir.

Bazı Oyunları:

-Korku (1956)
-Tanrılar ve İnsanlar (1959): Gılgamış'ın hal-

KONUK YAZAR

kını korumak için tanrılara meydan okuması, tanrılara eşit olmanın verdiği gurur anlatılır.

- Hürrem Sultan (1960)
- Kocaoğlan (1962)
- Yalan (1962)
- Kapılar (1963)
- Tohum ve Toprak (1964): İdealist bir devlet adamı olan Alemdar Mustafa Paşa'yı konu edinir.
- Gecenin Sonu (1964)
- Fadik Kız (1968)
- Simavnalı Şeyh Bedreddin: Düşünceleri uğruna kurban olan mutasavvıf Şeyh Bedreddin'in trajedisini konu edinir.
- Atçalı Kel Mehmet (1970): Aydın İhtilaline önderlik eden Atçalı Kel Mehmet'in dramını konu alır. 16 Mart 1920 (1974)
- Şili'de Av (1975): Şili Devlet Başkanı Salvador Allende'nin ölmesi ile sonuçlanan hükümet dar-

besini sırasında dışardaki insan avından kaçan yedigencin hesaplaşma, tartışma ve çatışmalarının öyküsüdür.

-Ölü Kentin Nabzı (1978): Şili'de 1977'de Pinochet'in baskı rejimine olan bir direniş hareketini konu edinir. Ali (1979):

Çocuk oyunu.

- Ya Devlet Başa Ya Kuzgun Leşe (1983): I. Süleyman'ın oğulları arasındaki taht kavgasını konu edinir.
- Bir Başkana Ağıt: Şili'de darbe gecesi Başkanlık Sarayı'nda devlet başkanını Allende'nin yaşadığı gerilimli saatleri anlatır.
- Kanunî Sultan Süleyman Dörtlemesi (ya da Taht ve Baht Dörtlemesi)
- İlk Yıllar - Roksolan
- Sığıntı
- Toroslardan Öteye

- Seyitbaşı Konağı
- Ölümü Yaşamak (1982)

Şiir kitapları

- Masal (1941)
- Kıtkanaat (1957)

Senaryo çalışmaları

- Kurtuluş Savaşı'nda Efeler
- Aranan Adam-İçerdeki Adam-Dünya Yurttaş (Nazım Üçlemesi)
- Gılgamış
- Ya Devlet Başa Ya Kuzgun Leşe
- Kurtlar Kuşlar Uyurken
- Hünkar Hacı Bektaş Veli
- Fadik Kız
- Yörük Elif

Sağlık camiasının edebiyat dünyasına kazandırdığı mümtaz bir kişilik olan merhum Dr. Orhan Asena'yı rahmetle minnetle anıyorum.

Bir örnek daha ver-



mek isterim.

Melike İsmetüddin Gevher Nesibe Hatun ya da bilinen adıyla Gevher Nesibe Sultan, Selçuklu Hükümdarlarından II. Kılıçarslan'ın kızıdır. 1204 yılında verem hastalığına yakalanarak Kayseri'de ölmüştür.

Vasiyeti üzerine ağabeyi Selçuklu sultanı I. Gıyaseddin Keyhüsrev tarafından 1204-1206 yılları arasında Kayseri'de inşa ettirilmiş ünlü Gevher Nesibe Şifaiyyesi ve 1210-1214 yılları arasında yapılan medresesi bazı kaynaklara göre tıp eğitimi ve sağlık hizmetini birlikte veren dünyanın ilk merkezidir.

Cumhuriyet'in ilanı sonrası Dr. Refik Say-

dam tarafından temeli atılan umumi Hıfzısıhha Kanunu'nda (1930) yer alan sağlık politikaları, sağlık hizmetlerinin planlanması ve programlanması, koruyucu ve tedavi edici hekimliğin yürütülmesi, bulaşıcı hastalıkların önlenmesi, tıp fakültelerine ilginin artırılmasına yönelik ilkeler ışığında sağlık hizmetleri geniş bölgelerde yürütülmeye çalışılmıştır.

Son yıllarda ise Sağlık Bakanlığı "Sağlıkta Dönüşüm Programı" devreye sokmuştur.

Sağlıkta dönüşüm programının en belirgin özelliği bireylerin sağlıklı hayat programlarına erişiminin sağlanması, anne-bebek ölümlerinin

azaltılması, bulaşıcı hastalıklarla ve kronik hastalıkların risk faktörleriyle mücadele etmeyi, bireylerin kendi sağlık durumlarını kontrol edebilme yetilerini geliştirmek ve koruyucu hekimlik yaklaşımını sağlığın merkezine yerleştirmektir.

Kuşku yok ki; Herkesin kendi seçebileceği, kolayca erişebileceği, başvurabileceği bir Aile Hekiminin olması bu dönüşüm programının olmazsa olmaz ana unsurlarının başında gelmektedir.

Uzmanlar Aile Hekimliğinin bir tıp disiplini olduğunu ortaya koyuyorlar. Çocuk, genç, yaşlı tüm bireylere hem koruyucu hem de tedavi edici





sağlık hizmetleri sunan aile hekimleri aşılama, yaşam tarzı değişiklikleri için danışmanlık, bebek ve çocuk izlemi, gebe izlemi, kanser taramaları, aile planlaması ve hatta diyet hizmetleri sunmaktadır.

Erken teşhisin ilk adresi Aile Hekimliği olmaktadır. Aile hekimlerinin çalışma şartlarını ve sorunlarını güncel olarak çok yakından takip ediyorum. Aile Hekimliği Sistemi'nde medyaya yansıyan sorunları özetleyecek olursam;

-Tüm hekimlerimizin ve sağlık çalışanlarının muhatap olduğu sağlıkta şiddet.

-Aile hekimlerinin ve aile sağlığı çalışanlarının temel özlük hakları

-Aile hekimliği birimlerine yüklenen Aşırı iş yükü

-Malpraktis davaları

-Emeklilik

-İş güvencesi

-Sağlık Raporları

-Haziran 2021'de çıkarılan Ödeme Sözleşme Yönetmeliği'ndeki ceza maddeleri

-Personel eksikliği

-Aile sağlığı merkezlerindeki güvenlik sorunu

-Suriyeli hastalar

-Son yönetmelikte yayınlanan kronik hastalık takibi diğer adıyla HYP

-Katsayılar- Maaşlar

Aile Hekimliği Sistemi'nin başlamasının üzerinden 16 yıl geçti bu sorunlara çözüm Sağlık Bakanlığı'ndan gelmedi. Kuşku yok ki sorunların çözüm yeri yasal düzenlemelerdir.

Bunun önerisini de saha-

dan bilgilerle Sağlık Bakanlığı yapmalıdır.

İnanıyorum ki sağlık çalışanlarının tamamı için yapılacak yasa teklifine Türkiye Büyük Millet Meclisi'nde tüm siyasi partiler destek verirler.

Çünkü, her şeyin başı sağlıktır.

Bu vesile ile Covid 19 salgınında şehit olan sağlık çalışanlarımızı da rahmetle ve minnetle anıyorum.

Bu vesile ile aile doktorum Sayın Dr. Mustafa Karabıyık'a da şükranlarımı sunarım...

Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün sözü ile bitirmek istiyorum:

- "Beni Türk hekimlerine emanet edin..."

“Bir internet sitesi değil YAŞAYAN BİR PLATFORM”



www.ahefakademi.org

**AİLE HEKİMLERİ DERNEKLERİ FEDERASYONU
BİLİMSEL ve SOSYAL PLATFORMU**

ÜYE SAYISI 22.019 HEKİM



Gerçekleştirilen Canlı
Konferans/Konsey Sayısı



Platformumuzda
Konuk Edildi



Canlı Konferans/Konseylere
İzleyicilerden Gelen
Soru-Katkı Sayısı



Canlı Konferans/Konseylere
Katılan Farklı
Bağlantı Noktası

PLATFORMA 1.502.836 KEZ GİRİŞ YAPILDI.



Hepsi ve Daha Fazlası İçin
www.ahefakademi.org



AİLE HEKİMLERİ DERNEKLERİ FEDERASYONU
Atatürk Bulvarı No: 143/3 Kızılay/ANKARA
Telefon: 0 312 417 59 83
E-posta: ahef@ahef.org.tr



www.bilimselbilisim.com

BİLİMSEL BİLİŞİM İletişim Hizmetleri Tic. Ltd. Şti.
Bükreş Sokak No: 3/18 Kavaklıdere/ANKARA
Telefon: 0 312 426 47 47 - 0 312 466 23 11 - Faks: 0 312 426 93 93
E-posta: iletisim@bilimselbilisim.com



YAZI: Prof. Dr. Fazıl Necdet ARDIÇ
Denizli Tabip Odası Başkanı

*Eğer sağlık hizmetse;
o zaman herkes
sistemden ihtiyacı
kadar yararlanır.
Devlet bu hakkın
kötüye kullanımını
önler.*

Sağlık: Ticaret mi? Hizmet mi?

Bu ikilem, aslında kamuoyu önünde siyaset yapıcılar tarafından net olarak cevaplanması gereken bir soru. Biz, sistemin içinde yaşadığımız için sorunun cevabının farkındayız. Ama toplumun büyük çoğunluğu sağlık alanında uygulanan politikaların ne anlama geldiği konusunda bir fikre sahip değil. Sağlık sistemi “Kırmızı Başlıklı Kız” masalındaki büyükanne kılığına girmiş kurda benziyor. Hizmet örtüsü altında ticari yüzünü saklıyor.

Bugün sağlık alanında karşılaştığımız sorunların temelinde de bu yapısal ikilem yatıyor. Tabii onu yöneten kişilerin yarattığı ek kaosu da eklemek lazım. Bu durumun ayırdında olmayan veya bilip de bilmezlikten gelen çoğu sağlık yöneticisi bir yandan ucube sistemi zorlayarak çalıştırırken, bir yandan da siyasete şirin görünmek çabasıyla uygulamadaki sorunları örtbas etmeye uğraşıyorlar.

Sağlık sistemi seçimi siyasi bir karardır. Bu konuda hekimlerin etkisi insanları bilgilendirmekten öteye gidemez. Siyasi kararlar ancak toplumsal taleple şekillendirilebilir. Sistem seçimi yapıldıktan sonra bu seçimin gerekleri yerine getirilir ve siyasi sonuçlarına katlanılır. Hem sistem tercihini yapıp hem de yapmamış gibi davranmak, üstelik seçtiğiniz sistemi sanki farklı bir seçimmiş gibi tanıtmak kamuoyunu aldatmaktan başka bir şey değildir. Yalan dünyasının ekonomik açıdan felaketle sonuçlanması da sürpriz sayılmaz. Aslında



bugün yaşadığımız birçok sorunun temelinde de bu davranış modeli yatmaktadır. Söylenen ve yapılan birbirini tutmamaktadır. Sonuçların da aynı şekilde olması kaçınılmazdır.

Konuya hâkim olmayanlar açısından sağlıkta ticaret ve hizmetin nasıl işlediğini anlatayım ki, şu anda hangi sistemin kullanıldığına siz karar verin!

Eğer sağlık ticaretse; her yapılan işin bir değeri vardır ve satın alan bunu ödemek zorundadır. Kurumlar kar/zarar hesabı yapar, en çok para getirecek hizmetlere yönelir. Bu değer ödenmezse işi üreten kurum önce kaliteyi düşürür, kar getirmeyen bölümleri kapatır, sonra iflas eder, o işi yapan kişi geçinemez işi bırakır, o iş için yeni kişi yetişmez. Çünkü o alan gelir getirmemektedir. Bu sistemde kişi parasıyla istediği

sağlık hizmetini alır. Sağlık harcamaları kontrol edilemez, talep arttıkça harcama artar. Yeni talep yaratmak ve rekabet için reklam kullanmak serbesttir.

Eğer sağlık hizmetse; o zaman herkes sistemden ihtiyacı kadar yararlanır. Devlet bu hakkın kötüye kullanımını önler. Kurumlar kar/zarar döngüsüne değil, üretilen işin çeşitliliğine odaklanılır. Eski zamanları hatırlayanlar bilir. Devlet hastaneleri yeni üniteleri hizmete açmakla övünürlerdi. Kendi yaptıkları işler için hastaları başka hastanelere sevk etmek istemezlerdi. Bu sistemde kişilerin hizmet alması birinci basamak değerlendirmeye, sevk ve randevuya bağımlıdır. Koruyucu sağlık hizmeti önceliklidir. Böylece sağlık harcamaları kontrol altında tutulur.

Gereği gibi uygulandıktan sonra çeşitli kombinasyonlar üzerine sistem kurmak da mümkündür.

Umarım şu anda işleyen sistemin ne olduğu konusu açıklığa kavuşmuştur.

Şimdi de bu sistemin içinde biz hekimler neredeyiz onu özetleyeyim. Bizler hangi kademe de olursak olalım, hangi kurumda çalışırsak çalışalım, bize dikte edilen sistemi yürütmek zorundayız. Yaratacağımız kişisel farklar, kendimizden fedakârlık yaparak birkaç kişiye yapılan iyiliğin ötesine geçmez.

Son yönetmelik değişikliklerinin ortaya koyduğu gibi 4 farklı organizasyon halinde çalışıyoruz; Aile hekimleri, Devlet sisteminde çalışan hekimler, Üniversite Has

tanelerinde çalışanlar ve özel sektörde çalışan hekimler.

Şu an yürürlükte olan birinci basamak sağlık hizmetleri bir tür taşeronluk sistemidir. Belli bir bölge belirlenmekte o bölge için bir aile hekimi ve bir hemşire ile sözleşme imzalanmaktadır. Çalışılacak yeri bulmak, kiralamak, bakım onarım, çalışan kişilerin maaşı, cari giderler hepsi bu sözleşmenin içindedir. Sözleşme imzalanan hekimen ödenen miktar içinden bunların hepsini halletmesi beklenir. Bu yüzden Aile hekimleri harcamaların belirsiz doğasına

bağlı olarak ne kadar maaş alabileceklerini net bilemezler ve ticari düşünmek zorundadırlar. Ama ticaret dünyasının amortisman, kıdem tazminatı, finansman maliyeti, sigorta ve tazminatlar gibi konuları henüz hesaplara dahil değildir. Bu alandaki davranış modeli Thatcherism döneminde büyük şirketlerin parçalanarak satılmasına benzemektedir.

Aslında her aile hekimliği satılabilir bir ünite haline getirilmiştir. İleride aile hekimlerinin sayısı arttığında, aile hekimliği şirketlerinin kurulmasına ve buraların en az teklif eden şirkete ihaleyle satılmasına engel bir durum yoktur. Tıpkı iş yeri hekimliğinde olduğu gibi.

Devlet hastanelerinde çalışan hekimler ise uzun ça-



alışma saatleri, bozuk çalışma barışı, gergin toplum, dikte edilen iş kotaları, her an yapılabilen işyeri değişikliği, emeklilikte düşük hayat standardı kaygısı, hasta sayılarına endekslenen gelir ödemeleri şartları altında çalışmaktadır. Ortam o kadar boğucudur ki maddi sorunu yoksa emekliliği gelen hemen ayrılmakta, fırsatını bulan özel sektöre geçmektedir.

Eskiden daha gelişmiş olmakla, yeni hizmetler üretmekle övünen, birbiriyle yarışan devlet hastaneleri gitmiş, kapıdan giren/çıkan hasta sayısına göre değerlendirilen, hizmetin kalitesine aldırmayan, çalışanlarına köle gibi davranan hastanecilik anlayışı gelmiştir. Bu sistemin yürütülemediği ve gelir ödemelerinin ya-

pılamadığı çevre devlet hastaneleri yavaş yavaş daha az hastaya bakar hale gelmiş, doktorlarının çoğunu kaybetmiş ve neredeyse âtil hale gelmişlerdir. Bu hastanelerin yol açtığı boşluk özel hastaneler tarafından doldurulmuştur.

Özel hastanelerde çalışan

hekimlerin gelir durumu daha iyi görünmektedir. Fakat hepsi kota baskısı altında görev yapmaktadır. Hastanenin ticari kaygılarını önde tutmak zorundadır. Hak ettiğini alamadan hastaneden ayrılmak zorunda kalan hekim sayısı az değildir. Bir hekimen daha ucuza çalışacak başka hekim bulunduğu sözleşmenin feshedilmesi olağan uygulamadır. Son

zamanlarda bu meslektaşlarımız şirket kurarak hizmet sözleşmesi imzalamaya zorlanmaktadır. Böylece, sigorta, kıdem tazminatı, mesleki tazminatlar gibi bütün riskler hekimin üzerine yıkılmaktadır. Bu meslektaşlarımızın emeklilik şartları devlette çalışanlardan bile kötüdür.

Üniversitelerde sağlık sisteminin genel sorunlarının dışında kalamamışlardır. Aslında farklı bir yasaya tabi olmalarına rağmen yöneticilerinin ve Yüksek Öğretim Kurulu'nun basiretsizliği nedeniyle kendilerini sağlık müdürünün otoritesi altında konumlandırmış ve devlet hastanesinin bir versiyonu haline gelmiştir. Farkları özellikli hizmetlerde daha fazla fatura kesebilmelidir. Ayrıca elinde bulunan öğretim üyelerine özel hasta baktırmak suretiyle bir miktar ek gelir elde edebilmelidir. Bu gelir hastanelerin tek nakit girişini

oluşturmaktadır ve personel maaşları ve giderler açısından kritik önem taşımaktadır. Özel muayene olmak için hastaneye yatırılan her 100 TL'nin 77 TL'si devlete kalmaktadır. Bu yüzden tıpkı diğer hastanelerde olduğu gibi öğretim üyeleri de yeterli gelir elde etmek istiyorsa özel hasta bakmak zorundadır. Ama aslında kazanan devlettir. Bu zorunluluk eğitim ve araştırma saatlerinin azalmasına yol açmaktadır.

Üniversite hastanelerinin bu ek gelir potansiyeli ve akademik kadro verebilme özelliği nedeniyle büyük şehirlerde birçok özel hastane özel Tıp Fakültesine dönüşmüş ve ortaya bir sürü yetersiz, para odaklı özel Tıp Fakültesi çıkmıştır.

Bütün bu şartlar yeni yetişen genç hekimlerin hızlanarak artan yurtdışı göçünü doğurmuştur. Yerlerine düzensiz göçmenlerle ülkemize gelen

eğitim standartları bilinmeyen yabancı hekimler görevlendirilmektedir.

Sonuç olarak sağlık alanı bakanlık tarafından hazırlanan onlarca ayrıntılı yönetmeliğe, kalite, akreditasyon sistemlerine rağmen kaotik bir yapıya sahiptir. Yapılacak ufak tefek yönetmelik değişiklikleri, rakamların arkasına saklanan karmaşık hesaplamalar ile düzelecek durumda değildir. Sağlık Bakanlığı Teşkilatı hakkında kanun, hala kanun hükmünde kararname şeklindedir ve meclise getirilmemiştir. Görünen odur ki var olan yönetim sorunlara kalıcı çözüm üretmeyecek durumdadır. Yeni bir siyasi irade ile bütün sağlık sistemi baştan ele alınmalıdır. Şu anki kaostan önyargılara saplanmadan rasyonel kararlar alarak kurtulabiliriz. İşgücümüzün kalitesi ve var olan yatırımlar en önemli avantajlarımızdır.

Prof. Dr. Fazıl Necdet Ardiç Kimdir?

1989 yılında Ege Üniversitesinden mezun oldu. 1990 yılında İzmir Devlet Hastanesi acil serviste çalıştı. 1994'de İzmir Atatürk Eğitim Araştırma Hastanesinde Kulak Burun Boğaz ihtisasını tamamladı. 1995 yılında Pamukkale Üniversitesinde göreve başladı. Hem akademik hem idari birçok kademedede yönetici olarak çalıştı. 1997 yılında Tubitak bursuyla bir yıl University Pittsburgh'da konuk öğretim üyesi olarak bulundu. 2007-2011 yılları arasında Pamukkale Üniversitesi rektörlüğünü yaptı. Birçok ulusal ve uluslararası makalenin yazarı, "Vertigo" kitabının editörüdür. Kendi alanında birçok mesleki kuruluşta yöneticilik görevi yapmıştır. 2022 yılında Denizli Tabip Odası başkanı olarak seçilmiştir.



ZEYTİNİN YOLCULUĞU

Akdeniz, Ege kıyılarında akşamüstleri güneşe doğru baktığınızda zeytin ağaçları gelin gibidir! Yaşlısı, olgunu, genci sanki, gelin duvaklarını bezeyen gümüş tellerle süslüdür! Zeytin ağaçlarının koyu yeşil yaprakları akşam güneşinin yorgun ışıklarıyla birlikte göz alıcı gümüş rengine dönüşür!..



**Kendi tohumundan
üremediği, ancak
çelikle, aşıyla çoğaldığı
için zeytin ağacına
kimileri kısır ağaç der,
kimileri de akıllı
zeytin'in var oluşunu
ilahi güçlere bağlar!**



YAZI: Dr. İsmail ERTİN - Dr. Gürkan MERSİN

Yaprağı gün devrilirken gümüş rengidir ama zeytin ağacının “meyvesinin suyu” doğanın beslenmek için insana verdiği en seçkin nimetlerden biridir. Efsanevi Troya savaşlarının ölümsüz anlatıcısı İzmirli kör ozan Homeros 3.000 yıl önce ona, zeytin yağı'na sıvı altın diyordu!

Zeytin ağacı Akdeniz kıyılarının ecesidir. Lacivert Ege sularının binlerce yıllık arkadaşıdır.

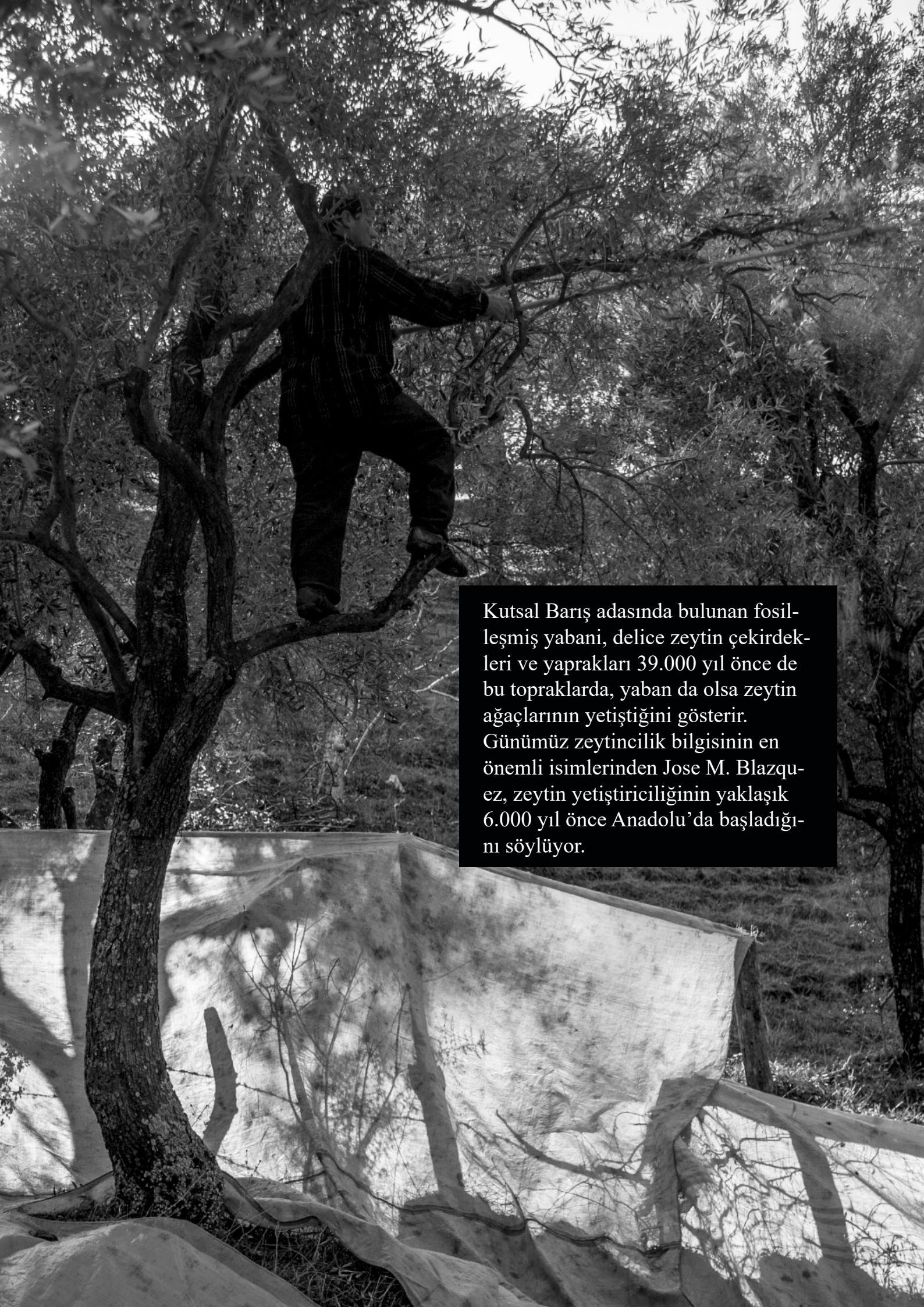
Zeytin tanesinin çekirdeği deniz kıyılarına eğimle inen taşlık yamaçlara düşmeye görsün! Bir fiske toprak bulsa bile hemen ona sarılır, köklenir. İnce filizlerini salar yüce göğe doğru!

Zeytin ağacı gizemli bir ağaçtır! Toprağa düşen tohumdan üreyen fidan, bildiğimiz zeytin ağacı değildir. Egeliler doğada kendiliğinden büyüyen yaban zeytin fidanlarına delice derler. Çalıya benzer bu bitki hem yaşamak için kayalık toprağa deli gibi saldırır, hem de küçücük meyvelerinin yağı yok denecek kadar azdır. Yani bu bodur ağaç bol yağ üretecek kadar akıllı değildir! Deliceler, Ege'nin bu delişmen makileri bilgili çiftçiler tarafından aşılır, akıllı hale dönüştürülür.

Bugün bizim zeytin ağacı olarak bildiğimiz ağaçlar bu akıllı ağaçlardır!

Ege Denizi'nin ortasındaki Kiklad adalarından biri olan, 3.600 yıl önceki patlamasıyla Girit adasındaki yüksek Minos uygarlığını yok eden Thira yanardağıyla ünlü Santorini,





Kutsal Barış adasında bulunan fosilleşmiş yabani, delice zeytin çekirdekleri ve yaprakları 39.000 yıl önce de bu topraklarda, yaban da olsa zeytin ağaçlarının yetiştiğini gösterir. Günümüz zeytincilik bilgisinin en önemli isimlerinden Jose M. Blazquez, zeytin yetiştiriciliğinin yaklaşık 6.000 yıl önce Anadolu'da başladığını söylüyor.



İlk akıllı zeytin ağaçlarının; insanlık tarihinde ilk çiftçi topluluklarının görüldüğü: Mezopotamya'dan kuzeye, Güney Anadolu dağlarına uzanan, oradan Filistin'e inen Bereketli Hilal denen; ekin'in ilk ekilip, buğdayın biriktirildiği,

bir çok meyve ağacının ilk kez yetiştirildiği bölgede ortaya çıktığı düşünüyor.

O yıldır, bu yıldır zeytin ağacı Akdeniz, Ege insanının günlük yaşamının bir parçasıdır. Yeşil, alaca, siyah tanesi ekmeğine

katıktır! Suyu, yani yağı yeryüzünün en sağlıklı, doyurucu besinlerinden biridir! Odunu kışın ocaklarda insanı üşütmez! İstenirse yağı kandilde çevreyi aydınlatır! Dalları, yaprakları kızgın yaz güneşine gölgedir!



Bir başka sayıda
“sitemimiz”
jeotermaller
nedeni ile yok
edilen zeytin ,
incir....ve doğa
için olacak

Bu kadim ağaç giderek Akdeniz-Ege kültürünü belirleyen temel öğelerden bir haline gelir. Sevinçte, acıda, türküde, şiirde “o” vardır! Zeytin ağacı ve çevresi insanı insan yapan “sevgi”nin mekanı, birbirine kavuşamayan sevenlerin çektikleri acının tanığıdır!

Anadolu insanının motiflerini tuvaline, halkın deyişlerini şiirlerine yansıtan, “Karadut’um, çatal karam’ın” şairi Bedri Rahmi Eyüpoğlu yüreğindeki sevda yangınına “Sitem” adlı şiirinde zeytin ağaçlarıyla paylaşır:

Sitem

*Önde Zeytin Ağaçları Arkasında Yar
Sene 1946...*

Mevsim Sohbahar

Önde Zeytin Ağaçları Neyleyim..

Neyleyim Dalları Neyleyim...

Yâr Yoluna Dökülmedik Dilleri

Neyleyim...

Yâr Yâr;

Seni Kara Saplı Bir Bıçak Gibi

Sineme Sapladılar.

Değirmen Misali Döner Başım,

Sevda Değil Bu Bir Hışım.

Gel Gör Beni Darmadağın..

Tel Tel Çözülüp Kalmışım...

Yar Yar....

Bedri Rahmi Eyüpoğlu



YAZI:Dr. Bülent ÖZENİR
AYDIN-SÖKE 2 NO'LU ASM

*Hatırlarım, bugün gibi
Sessiz geçen, son geceyi
Başın öne eğik bir suçlu gibi
Bana verdiğin, hediye
İki küçük, kol düğmesi
Bütün bir aşk, hikayesi
İki düğme, iki ayrı kolda
Bizim gibi, ayrı yolda*

ŞARKILARIN HİKAYELERİ

İyi günler arkadaşlar... Geçen ay yabancı şarkının hikayesini yazmıştım. İnşallah sizi yoğun iş temponuzun içerisinden birazcık çıkarmıştır. Bu ay da Türkçe şarkılara bakalım istedim. Herkesin dinleme stili farklı diye değişik türlerden örnekler bulmaya çalıştım.

İlk hikayemiz Türk Sanat Müziği'nden;
Şairimiz Turgut YARKENT'e arkadaşı 1972 yı-



lında bir arkadaş toplantısı sonrasında çok sevdiği bir kız olduğunu onu etkilemek için kendisine yardım etmesini ve kendi ağzından söyler gibi bir şiir yazmasını istiyor. Tabii şairimiz "Kız nasıl biri? Gözleri ne renk?" diye sorular soru-

yor. Aldığı cevap; "Bilmiyorum, hatırlamıyorum" olunca biraz da bozuluyor. Bir süre sonra tekrar karşılaşınca arkadaşı tekrar soruyor "Şiirimi yazdın mı?" Şairimiz sen onun hakkında bilgi veremedin ki; "Saçları ne renk? Gözleri ne renk? Nasıl biridir?" diye sorularını yineliyor. Arkadaşı tekrar "hatırlamıyorum" deyince biraz sinirleniyor. Üstüne üstlük "Mutlaka istiyorum şiiri" diyerek ayrılınca, sevdiğini düşündüğü kız üzerinden bir şiir yazmaya başlıyor.

Duydum ki unutmuşsun gözlerimin rengini
Yazık olmuş o gözlerden sana akan yaşlara
Bir zamanlar sevginle ateşlenen başımı
Dizlerinin yerine dayasaydım taşlara

Hani bendim yedi renk hani ten de can idim
Hani gündüz hayalin geceler rüyan idim
Demek ki senin için aşk değil yalan idim
Acırım heder olan o en güzel yıllara

İkinci ve üçüncü hikayemiz Türk Pop Müzik'ten;

Bu topraklardan geçmiş en büyük sanatçılardan biri olan Barış Manço; Türkçeyi ustaca kullanmasıyla, her yaştan kişinin gönlüne dokunmayı başarmasıyla, yalnızca coğrafyamızda değil tüm dünyada sevilmesi ile unutulmaz bir insandır. Gülpembe

şarkısının ise hepimizde ayrı bir yeri vardır, Barış Manço'da da öyle. Hüzünlü bir aşk şarkısı zannettiğimiz Gülpembe,

aslında Manço'nun babaannesi için yazılmıştır. 1957 yılındaki ramazan bayramında ölen babaannesi Nimet Manço için kaleme aldığı bu şarkının hikayesi. Bazı yerlerde



13-14 yaşında yazdığı söyleniyor bazı yerlerde sonra düzenledi deniliyor. Ama güzel bir hüzünlü ayrılış hikayesi.

Hepimizin bildiği bu dizelerle başlayan şiiri yazıyor. Muhayyerkürdi makamında Selahattin Altınbaş tarafından beseleniyor. Milliyet gazetesinin 1977 de yaptığı yarışmada "Yılın Şarkısı" ödülünü alıyorlar. Ama arkadaşıyla olan durum hakkında bilgi bulamadım.

Yine Barış Manço'dan, 1962 yılında Kızıltopraklı Semra Hanım adında bir genç bayanı seviyor. Daha sonra onunla ile nişanlanıyorlar. Barış Manço çok seviyor bayanı

ama eğitim için Belçika'ya gitmesi gerekiyor. 1963 senesinde Belçika'da'yken nişanın bozulduğunu haberi Manço'ya ulaştırıyor. Semra Hanımın Manço giderken verdiği hediyesi bir çift kol düğmesidir.

Bunun üzerine sanatçı, bu sevdadan kendisine geriye kalan Kol Düğmeleri ile unutulmaz bu eseri yazar.

Hatırlarım, bugün gibi
Sessiz geçen, son geceyi
Başın öne, eğik bir suçlu gibi
Bana verdiğin, hediye
İki küçük, kol düğmesi
Bütün bir aşk, hikayesi
İki düğme, iki ayrı kolda
Bizim gibi, ayrı yolda
Akşam olunca sustururum, herkesi her her şeyi
Gelir kol düğmelerimin, birleşme saati
Usul usul, çıkarır koyarım kutuya yan yana
Bitsin bu işkence kalsınlar bir arada
Heyhat sabah, gün ışıldar
Yalnız gece, buluşanlar
Yaşlı gözlerle, ayrılırlar
Düğmeler gibi, bizim gibi
Bizim gibi
Ayrılırlar
Bizim gibi
Ayrılırlar
Bizim gibi
Ayrılırlar
Bizim gibi
Ayrılırlar.

Son şarkı Rock'tan olsun, Duman;

1995 Türkiye Güzeli Ahu Paşakay ile güzel giden bir birliktelik yaşayan Kaan Tangöze; bir gün sevgilisiyle ufak bir tartışma yaşar... Duman grubunun 2002 yılında çıkardığı 'Belki Alışman Lazım' albümünün Kemancı Bar'da gerçekleşecek tanıtım gecesinde Kaan'ın gözleri Ahu'yu arar fakat göremez. Aralarında ki kırgınlık nede-

niyle kalabalığın arkasından izlediğini düşünerek o gece ona yazdığı şarkıları arka arkaya söyler. Ona yazdığı şarkıları okuyarak kendisi affetti-receğini de ilk albümdeki çoğu şarkıyı sevgilisine yazmıştır zaten. Fakat Ahu Paşakay o gece orda değildir. Rivayete göre Kaan Tangöze'nin sahnede sevgilisine yazdığı 'Bal' şarkısını söylediği esnada, sevgilisi evinde kendisini dolabın demir-

lerine asarak intihar etmişti. Sevgilisinin intihar haberini ertesi sabah alan Kaan Tangöze, 15 gün boyunca ailesi ile bile görüşmemiş acısını tek başına yaşamak için kendini eve kapatmıştı. Duman grubu 'Bal' şarkısını bir daha hiç çalmadı. İntiharın üzerinden geçen süreler ve içe kapanıklık Kaan'ı değiştirmiştir. Kaan ise biraz daha gün ışığına çıkmaya başlamıştır. Duman grubunun ikinci

albümü onların çıkış yaptığı albümdür tartışmasız. “Her şeyi yak” şarkısıyla bir hayran kitlesine ulaşan grup Türk Rock Müziği’nin en iyi grubu olarak gösterilmektedir. İkinci albümdeki tüm şarkılar Kaan Tangöze’ye aittir. Bu albümdeki ‘Kırılmış Kalbini, Ah, Manası

Yok, Elimdeki Saz Yeter Canıma, Haberin Yok Ölüyorum’ şarkıları Kaan tarafından Ahu’ya yazılmıştır. Yine bu albümdeki ‘Bal’ şarkısı aynı şekilde Ahu’ya hitabendir. Fakat ‘Bal’ şarkısının di-



ğerlerinden farkı Kaan’ın bu şarkıya hepsinden fazla önem vermesidir Efsaneye göre bu acı olaydan sonra açık havada gerçekleşen bir konserde Kaan, gökyüzüne bakarak ilk ve son kez söylemişti... Bir

rivayette ise seyircilerden biri ‘BAL’ diye bağırınca Kaan eliyle gökyüzünü göstermiş ve şarkı bir daha canlı performansta söylenmemiştir.

Aşkım sen benim canımsın
Kanıma karışmış kanın
Söyle kimlerden kaçarsın
Boşuna durmadan ağlarsın
Yavrum sen benim balımsın
Tadına alışmış canım
Ah güzel kuşum gir kanıma
Ben zaten sarhoşum
Nerdesin sevgilim?
Söyle nerdesin bal
Artık benlesin bal
Artık sen benim canımsın
Canlı kalan tek yanımsın
Artık sen benim canımsın
Canlı kalan tek yanımsın
Nerdesin?
Söyle nerdesin bal
Artık benlesin bal
Söyle nerdesin bal
Artık benlesin bal

YAŞLANMA VE CİNSEL YAŞAM



YAZI: Dr.Erkut COŞKUN

Cinsel yaşamı anlamak, konuşmak ve doğru bilgilere ulaşmak noktasında toplum olarak sürekli bir arayış içindeyiz. Bunun içinde sosyal çevremizden duyduklarımızı, internet ortamında çoğu tartışmalı paylaşımları kaynak olarak kullanmak durumunda kalıyoruz.

Bu yazımda bilimin ışığında yaş almanın cinsel yaşam üzerinde ki fiziksel, ruhsal ve sosyal alanda nasıl etki gösterdiğini ve neler yapılabileceğini sizlerle paylaşacağım.

Cinsel yaşam; sadece neslin devamı için değil aynı zamanda sağlıklı bir beden ve ruh içinde gereklidir. O halde önce bazı kavramları tanımlayarak yol alalım:

İlk olarak yaşlanma nedir?

Yaşlanma genetik bir programla düzenlenen ve organizmada çevresel faktörlerin de etkisiyle meydana gelen yapısal ve işlevsel değişmelerle süre gelen bir durumdur. Literatürde daha tanımlayıcı olması için farklı alt tipleri mevcuttur ki bunlar;

Kronolojik; Doğum tarihini

Biyolojik; Anatomik ve fizyolojik değişiklikleri

Ekonomik, sosyal; Yaşlının hayattaki rolünü

Psikolojik; Duygusal değişiklikleri ifade eder.

Cinsel yaşam nedir?

İlk nefesimizden son nefesimize kadar süren bu süreç; Seks, kişilik özellikleri, kişisel değerler, tutum ve davranışlar, duygular ve sosyal çevrenin etkisi ile yönlendirip yönettiğimiz kompleks bir yapıdır.

Yirminci yüzyıl ile birlikte gelişen en önemli kavram "TOPLUMLARIN YAŞLANMASI"dır. Tıp, bilim ve teknoloji alanlarındaki gelişmeler ve doğum oranlarındaki azalma bu süreçte temel taşı oluşturur.

Sağlık alanındaki gelişmeler sonucunda tüm yaşlardaki ya-

şam beklentisi artmakta, her yıl yaşlı nüfus grubuna dâhil olan insan sayısının fazlalaşması ile sonuçlanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü, bu gelişmeler ışığında yeni yaş sınıflaması yapmak durumunda kalmıştır. Buna göre;

0-17 yaş ERGEN
18-65 yaş GENÇ
66-79 yaş ORTA YAŞ
80 yaş ve üzerini YAŞLI nüfus olarak tanımlamaktadır.



21. yüzyılın tüm dünyadaki beklentilere paralel olarak Türkiye'de de yaşlı yüzyıllı olacağına işaret edilirken, 2050 yılında Türkiye nüfusunda 16 milyon civarında yaşlı nüfusa ulaşılabileceği öngörülmektedir.

Yukarıda ki tanımlar ve tespitler sonucunda orta yaş ve yaşlı nüfus için cinsel yaşamın göz ardı edilmemesi gerektiği aşikardır. Yaşlanma sürecinin cinsel yaşam ve cinsel işlev üzerindeki etkisi; kişinin fiziksel, psikolojik ve sosyolojik

sağlık durumuna bağlıdır.

Yaşlanma ile cinsel sağlığın etkilenmesi sadece fiziksel sağlığı etkilemez. Gerek kadında gerekse erkekte kartopu etkisi yaratarak ruhsal sağlığı, aile ilişkilerini ve sosyal ilişkileride etkileyerek bazı olumsuzluklara sebebiyet verir.

Peki yaşlanma sürecinde ne gibi değişiklikler cinsel yaşamımızı etkiler?

Kadınlarda yaş alma ile birlikte;

Memelerde yapısal değişiklikler (sarkma ve doku kaybı)

Vajinada kısalma ve daralma

Vajinal ıslanmada azalma

Vajinal epitelin düzleşmesi

İdrar yolları ve mesanede enfeksiyon

İdrar kaçırma korkusu ve gerçekten kaçırma

Erkeklerde yaş alma ile birlikte;

Testosteron düşüklüğü

Eretil disfonksiyon (Sertleşme problemleri)

Refrakter dönemde (orgazm sonrasında yeniden tam erekسیون için geçen süre) uzama

Her iki cinsiyet açısından;

Partner durumu

Hastalık

İlaçlar

Fiziksel engeller

Beden imajının olumsuz

algılanışı

Zihinsel bozukluklar

Psikososyal faktörler;

İş kaybı

Sağlığın kötüleşmesi

Finansal krizler

Eş kaybı cinsel yaşamı etkileyen başlıca nedenlerdir.

Ayrıca doğru bilinen yanlışlar da (MİT) cinsel yaşamdan uzaklaşmamıza neden olur. En çok karşılaştığımız MİT'ler;

Cinsellik gençler içindir
Yaşlılıkta cinsellik ayıptır
Yaşlılar için cinsellik komik ve/veya iğrençtir
Toplumsal düşünce olarak seks yapılmamalıdır

Yaşlanma ile ortaya çıkan hastalıklar ve bunların tedavilerinde kullanılan ilaçlarda çeşitli oranlarda cinsel fonksiyonları etkilemektedir.

Toplum içinde en sık karşılaşılan kronik rahatsızlıklar

Hipertansiyon

Kalp ve Damar Hastalıkları

Şeker Hastalığı

Depresyon

Bunama

Eklem Rahatsızlıkları örnek verilebilir.

Ve tabii bu hastalıklar nedeni ile ömür boyu kullanmak zorunda olduğumuz ilaçların bir kısmı.

Bu tablo gözünüzü korkutmasın zira böyle bir durumla yüz yüze kaldığınızda mutlaka hekiminiz ve/veya profesyonel bir cinsel terapist ile iletişime geçtiğinizde size mutlaka yardımcı olacaktır.

Yaşlılık cinselliğe engel midir?

80-102 yaşları arasındaki cinsellik üzerine yapılan bir araştırma, dokunma ve okşamamanın 80 yaşından sonra en yaygın cinsel ifade biçimi olduğunu bulmuştur.

Tıpkı gençlerde olduğu gibi, yaşlı erişkinlerde de cinsel tercihlerde ve sıklıklarda önemli bireyler arası farklılıklar görülmektedir.

Mevcut veriler, hem yaşlı erkeklerin hem de kadınların cinselliği hayatlarının önemli



bir parçası olarak gördüğünü, cinsel arzulara sahip olmaya devam ettiğini ve yakın ilişkilere ve cinsel aktiviteye (öpüşme, sarılma, ön sevişme, vajinal ilişki, oral seks ve mastürbasyon) katılmayı dilediğini göstermektedir.

Bu bilimsel araştırmalarda bize göstermiştir ki yaşlanma cinsel yaşama asla engel değildir.

UNUTMAYIN !!!

Cinsel yaşamda hazın tek kaynağı penis-vajen birlikteliği değildir.

“Cinsel yaşamımda acaba bir sorun mu var?” düşüncesindeyseniz kendinize öncelikle şu soruları sorun cinsel ar-

zumda azalma var mı?

Cinsel performansımda değişiklik var mı?

Cinsel yaşamımı olumsuz etkileyecek fiziksel veya ruhsal bir durumum var mı?

Mevcut sorunlarım ne zaman başladı?

Mevcut durum beni ve/veya partnerimi olumsuz etkiliyor mu?

Bu sorulara verdiğiniz cevaplar doğrultusunda profesyonel destek almaktan da asla kaçınmayın.

Ama bu aşamaya geçmeden de kendiniz cinsel yaşamınıza küçük dokunuşlar sağlayabilirsiniz. Nasıl mı?

Öncelikle partnerinizle sağlıklı iletişim kurmalısınız

Cinsel arzularınızı baskılamamalısınız

Cinsel ihtiyaçlarınızı partnerinizle paylaşmalısınız

Fiziksel ve duygusal yönden sağlığınıza koruyacak

tedbirler almalısınız

Cinsel yaşamda da diğer alanlarda olduğu gibi bir değişimin olacağını kabullenmelisiniz

Partnerinizle fiziksel ve duygusal paylaşımları arttırmalısınız

Menopoz sonrası kadınlarda oluşan kuruluk için su bazlı kayganlaştırıcılar kullanabilirsiniz

Ereksiyon sorunu yaşayan erkekler içinde gönül rahatlığı ile kullanılacak ilaçlar mevcut ancak bu ilaçları kullanmadan önce mutlaka hekim görüşü almalısınız.

Emin olun ki bu küçük dokunuşlar size iyi gelecektir.



UFUK AKDIKAN

MÜZİK



YOLCULUĞUM



YAZI: Dr.Fatih AYKAL
30 No'lu M. İhsan OĞUL ASM
ANTALYA

1990 yılıydı, Adana'da Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde 3. sınıfta okuyordum. Bir gün ders arasında okul kantininin küçük penceresinden çay almak için beklerken yanımda duran ve yıllardır hem gitar dersleri verdiğini hem de birçok mekanda çaldığını bildiğim arkadaşım Süleyman'a "aslında ben de gitar çalmayı isterdim" dedim. Önümüzdeki birkaç gün içinde öğrenim kredilerimizi alacaktık, "kredini alınca gel benim ders verdiğim müzik okulundan sana uygun bir gitar alalım, ben de sana özel ders veririm" dedi ve müzikle olan sadece dinleyici düzeyindeki ilişkim başka bir boyuta evrildi bu şekilde. Gitar çalmayı "dost sohbetlerinde renk olsun" boyutunda istiyordum, kim bilir belki de bu benim savunma me-



kanızmamdı... Daha iyi olabilmek için daha çok çalışmam gerekiyordu. Ayrıca o kadar iyi bir kulağım olmadığını düşünüyordum. İşte müzikle olan yolculuğum böyle başlamıştı, kendimce “hedeflediğim” kadarıyla sevdiklerimle birlikte çalıp söyleye söyleye yıllar geçti. Öğrencilik yıllarımızdan beri eş-dost sohbetlerinde birkaç arkadaş bir arada çalarken bir şekilde ben söyler olmuştum şarkıları, “koyunun olmadığı yerde keçiye Abdurrahman Çelebi derler” durumuydu bizimkisi. Çünkü sesimin iyi olmadığı lise yıllarında tescillenmişti. Lise 1’deyken dersimize giren müzik öğretmenimiz beni de okul korosuna seçmişti. Koronun ilk çalışma gününde ben en arka sıra-

daydım, bir türlü hocanın istediği gibi olmuyordu. Şarkı bitince hocamız arka sıradakilere şarkıyı teker teker söyletti, arızayı tespit etmiş ama açıkça söylememişti. Çalışma bitip de dağılırken bana diğerlerinin duyamayacağı bir tonda “istersen bir dahaki çalışmaya gelmeyebilirsin” demişti. Hiç zorlamayıp orada bıraksa mıydım bu işi?

1993’de Amasya’da başlayan meslek hayatıma 1998’de Ankara ve 2001’den beridir de Antalya’da devam ediyorum. Özellikle Ankara’dayken birlikte müzik yapmaktan çok keyif aldığım Dr. Koray TOPGÜL ve subay arkadaşımız Nedim ULUSAN ile sık sık bir araya gelip saatlerce çalıp söyledik. Bizi dinleyenler de

aynı duyguları hissediyor muydu bilemem ama biz çok keyif alıyorduk. Antalya’ya geldikten sonra ise müzik yolculuğum eski günlerinden daha ağır aksak gider olmuştu. 2019 yılı Ağustos ayında çalışmalarını büyük bir beğeniyle takip ettiğim, varlıklarıyla ve yaptıklarıyla gurur duyduğum Kadın Hekimler Eğitime Destek Vakfı (KAHEV) Antalya’da bir proje yürütüyordu. Şehir merkezinin biraz dışında, maddi imkanları kısıtlı, içi harap durumda olan bir okulumuza yardım ellerini uzatmış tamamen gönüllülerden oluşan bir ekiple canla başla çalışıyorlardı. Sosyal medyadan gördüğümde “bu güzel yürekli kadınlara sembolik de olsa fiziken destek olmalıyım” diye



düşünerek iş çıkışı o okula gittim, bana gösterdikleri bir duvarı boyayarak katkı sunmaya çalıştım. Şenlik havası içinde çalışıyorlardı, arkadaşlarıma veda edip oradan ayrılırken yolda okuldaki ekibe desteğe gelen Dr. Bedriye DOĞAN EMİR ile karşılaştım. Bana “abi, sen müzikle de ilgileniyormuşsun, bizim bir konser projemiz var katılmak ister misin ?” dedi. Hemen kabul ettim ama lisedeki anım da gözümün önünde canlanmıştı...

Proje oldukça ilgi çekici görünüyordu. “DOKTORLAR EĞİTİM İÇİN SÖYLÜYOR. SENFONİ ORKESTRASI EŞLİĞİNDE TÜRK HALK MÜZİĞİ KONSERİ” isim çok heybetliydi. Şef İskender Ozan TOPRAK

Avusturalya’da yaşayan biriymiş. Uzaktan nasıl olacaktı çalışmalar? Vardır bir bildikleri dedik ve çıktık bir yola. Mesajlaşma platformunda kurulan grupta tanıdığım birkaç ismin dışında onlarca tanımadık numara vardı ve bir şekilde gayet samimi-sıcak sohbetler dönüyordu. Bir araya gelmemize sebep olan güzel amaçtı belki de bizleri bu kadar çabuk kaynaştıran. Bir röportajında büyük usta Neşet ERTAŞ’ın dediği gibi “Nerde bir türkü söyleyen görürsen korkma yanına otur. Çünkü kötü insanların türküleri yoktur...” Bu süreçte Ozan hocamız oluşturduğu repertuvardaki türküleri orkestraya uyarlayarak çalışmalara devam ediyordu. Tüm katılım-

cılardan solo söylemek isteyen olursa seslerini kaydedip göndermelerini istedi. Ben de kendime güvenip bir kayıt gönderdim ama ne yalan söyleyeyim pek de umudum yoktu. Çünkü grupta bu işle gerçekten profesyonel düzeyde ilgilenen bir çok arkadaş vardı ve gün geldi. Ozan hoca repertuarı, solo söyleyecek isimlerle birlikte paylaştı... Yaşasın benim adım da vardı da “Sevgi Mengisi” türkünün adını ilk kez duyuyordum. internetten araştırdım daha önce de hiç dinlememişim (bu da benim ayıbım). Kırşehir yöresine ait olup kaynak olarak Neşet ERTAŞ ustanın gösterildiği türkü sözleriyle de beni bayağı etkiledi;

“Yüzün güzelliği özün coşkusu,
İnsanı var eden sevgidir sevgi
Yaşama sevinci yürek tutkusu,
Gönlü yar eden sevgidir sevgi
Sevgi dolsun badelere içelim,
Sevgiler ekelim sevgi biçelim
Sevgi dünyasına yalan giremez,
Sevgiyi bilmeyen dosta eremez
Perdelidir dostluk herkes giremez,
Perdeyi kaldıran sevgidir sevgi
Sevgi dolsun badelere içelim, Sevgiler



Evde, arabada bulabildiğim her fırsatta bu türküyü söylemeye çalışıyordum. O listede ismimi gördüğümdeki “yaşasın” hissi yerini derin bir korkuya bırakmıştı. Ben nasıl olacak da her biri enstrümanlarının virtüözünü olan o müzisyenlerin önünde yüzlerce seyircinin karşısına çıkıp şarkı söyleyecektim? Günler günleri kovaladı ve konser zamanı yaklaştı. Planlanan tarih olan 14 Mart 2020 için provaların yapılacağı öğretmenleri toplantı salonunda bir araya gelip çalışmalara başladık. Provalar çok eğlenceli geçiyordu, kimi evinde yaptığı kekleri börekleri getiriyordu, kimi bahçesinden topladığı meyveleri, kimi de koca bir koli dolusu simit-poğaçaya vs. taşıyordu arkadaşlarına.

Ozan hoca gerçekten işini çok iyi bilen biriydi ve o kadar kalabalığı, kahkahayı bile ustalıkla yönetmeyi beceriyordu. Korodan eserlere eşlik ederken sorun yoktu, eğlene eğlene söylüyorduk ama sıra soloya gelince yüreğim yerinden çıkacakmışçasına atıyordu. Gariptir ki bu satırları yazarken bile heyecanlanıyorum... İki gün oldukça keyifli geçen çalışmalardan sonra ülkemizde ilk Covid-19 vaka-sının görüldüğü ve giderek yayıldığı açıklanınca konser iptal edildi ve herkes evlerine döndü. Uzun bir pandemi maratonuna başlandı hep birlikte. Mesaj grubu canlılığını hiç yitirmedi, enerji hep yüksekti. Pandemi ilk dönemlerdeki gücünü kaybedince ve tüm dünyaya paralel ülkemizde de

tedbirler serbestleşince yarım kalan projeyi tamamlama isteği düştü yüreklerimize. Aslında bu projenin en başından beri merkezinde olan ancak bu süreçte yitirdiğimiz sevgili arkadaşımız Efsun’unuz için bu konseri vermeliydik. 2022 Mart için tekrar kollar sıvandı. Bu sefer biraz daha kolay olacaktı süreç. Hazırlıklar tamamlandı en azından 13 Mart 2022 için karar alındı ve yine o öğretmenlerin salonunda bir araya geldik. İlk ekipten eksilenler de olmuştu ekibe yeni katılanlar da. Ama enerji kaldığı yerden sarmaladı bizi. Yine aynı coşkuyla çalışmalar yapıldı ve konserin yapılacağı salonda ses düzeni eşliğinde son prova yapıldı. Heyecan dalgası sarmıştı yine



tüm vücudumu. Orkestra eserin girişini yaptı, ben girmem gereken yerde şarkıya giremedim... Kaynar sular dökülmüştü başımdan aşağı doğru, içim yanıyordu. Çok bozulmuştum. Hazırlanmak için eve gittiğimde eşime “yapamayacağım galiba, yanlış yerde girdim şarkıya heyecandan” dedim. Eşim Dr. Güzin AYKAL da (kendisi de daha sonra koro üyesi oldu) nefes egzersizi yaparak kendimi dinginleştirebileceğimi söyleyerek nasıl yapmam gerektiğini anlattı.

Ve büyük an gelmişti. Kuliste toplandık, tüm amaçları eğitim ihtiyacı olup da karşılan-

masında günlük çeken yavrularımıza destek olan yaklaşık 60 kişi tek yürek olmuştu. Daha önce defalarca konser olsun, tiyatro olsun izleyici olarak geldiğim salonun koltukları bu sefer bizleri izlemek için gelenlerle doluyordu. Perde arasından salonu takip edip duruyorduk. Konser saati geldi ve hepimiz daha önce çalıştığımız gibi sahnedeki yerlerimizi aldık. Hepimizin yakasında sevgili arkadaşımız Dr. Efsun Şenyüz’ün en sevdiği çiçek olan papatya resimleri takılıydı, orada bizimle olsun istemiştik ve hepimiz onu orada hissettik.

Konser başladı, bizler çok eğleniyorduk ama gözlerimiz seyircideydi. Eğleniyorlar mıydı acaba? Beğeniyorlar mıydı? Sıra benim söyleyeceğim türküye geldi, zaten sıra yaklaştıkça heyecanım artıyordu. Önceki birkaç türküde ne söyledim farkında bile değildim. Gözlerimi kapatmış içimden derin nefes alıyor, nefesimi bir süre tutuyor ve yavaşça dışarıya doğru veriyordum, defalarca tekrarladım bunu ve sıram geldi. Mikrofona doğru yürüdüm, sahnedeki yerimi aldım. Kalbim gümbür gümbür atıyor, ellerim titriyordu... Şefimize baktım, gözlerini



kapatıp başını hafifçe öne doğru eğerek “sorun yok” mesajını verdi ama ne mümkün içimdeki davullar gümbürdemeye devam ediyordu. Neyse, Ozan hoca işaretini verdi orkestra parçaya giriş yaptı benim kulaklarım uğulduyordu, müzik aktı aktı benim girmem gereken yer yaklaştı iyice, gözüm Ozan hocadaydı, bana doğru döndü, gülümsedi ve sağ eliyle “buyur” der gibi beni türküye davet etti. Bu sefer doğru yerde girebilmişim ama heyecanımı gizleyemiyordum. Ellerimi koyacak yer bulamıyordum. Hani ilkokulda ezberlediği şiiri tahtaya çıkıp da sınıfın önünde okuyan çocuklar olur ya, öylece anlamsız hareketler yapıyor gibi

hissediyordum kendimi. Söyledikçe açıldım ve rahatladım, türkünün sonuna doğru kendimi bulmuştum ki bitti... Şaka bir yana gerçekten iyi ki bitti ve o an üzerimden büyük bir yük kalkmış gibi hissettim. Salonda alkışlar ve bravo sesleri yankılanıyordu, bu beni çok mutlu etti. Tabii ki o salonu dolduran kalabalığın bizleri beğenmeye hazır olarak geldiklerinin bilincindeydim, çünkü hemen hemen hepsi koro üyelerinin yakınları, arkadaşlarıydı. Çocuğunun yıl sonu müsamesesini izlemeye gelmiş veliler gibi alkışlamaya hazırlardı, hataları görmezlerdi. Ama olsun yine de salondaki memnuniyet çok mutluluk vericiydi.

Son parçayı da coşkuyla tamamladık ve coşkulu alkışlara dayanamayarak bis bile yaptık. Herkesin yüzündeki mutluluk görülmeye değerdi. Özellikle böylesi bir projenin içinde olarak imkanları sebebiyle eğitim sıkıntısı çeken gençlerimize destekte pay sahibi olabilmıştık, ayrıca bir çoğumuzun belki de hayalini süsleyen sahne deneyimini yaşamıştık. Emeği geçenlere sonsuz teşekkürler.

İşte sizlerle paylaşmak istediğim yolculuğumun öyküsü bu şekilde, umarım sizleri sıkmamışımdır. Bu yolculuk devam ediyor, farklı projelerde bir arada olabilmek umuduyla esenlikler dilerim... Kalın sağlıcakla...



Türkiye’de bir ilk gerçekleştirildi. Doktorlar bu kez fotoğraf makineleri ile o anı yakaladılar. 41 doktorun çektiği fotoğraflar ilk olarak Türkiye’nin 01 numaralı şehri Adana’da “41 Hekim 41 Fotoğraf 41 Kere Maaşallah “ sloganı ile sergilendi.

Tıp Bayramı nedeniyle 14 Mart 2019’da başlayan sergimizin hedefi 41 şehri dolaşması idi. Ta ki COVID-19 pandemisine takılıncaya kadar. Pandemi başlamadan önce 23 farklı lokasyonda sergi gerçekleşti. Doktor ve Fotoğraf Sanatçısı Tuğrul Tunca’nın kuratörlüğünde gerçekleştirilen projeye Türkiye’nin çeşitli yerlerinden 41 hekim ile Kıbrıs’tan da katılım ile sayı 42’ye ulaştı.

Projenin mimarlarından Dr. Tuğrul Tunca, 14 Mart’ın Tıp Bayramı olarak kutlandığına dikkat çekerek, “14 Mart’ta Adana’da başlayan sergimizin hedefi 41 şehri dolaşması” diyerek proje hakkında şöyle konuştu: “ Eski Türk inancına göre insan evladının; başarı, aşk, para, mutluluk gibi tam 41 tane şansı varmış. Aslında doğrusu 41,5 muş bir umut varmış ki o hep yarımış. Umudumuz yarım kalmasın 41 hekim bir araya gelelim bir sergi yapalım diye yola çıktık. Sergi 23 Mart’ta Mersin’de, 30 Mart’ta Gaziantep’te, 23 Nisan’da Şanlıurfa’da, 19 Mayıs’ta Samsun’da, 30 Ağustos’ta İstanbul’da, 9 Eylül’de İzmir’de ,29 Ekim’de Ankara’da açılacak şekilde plandı





ve aradaki tarihlerde 41 şehri gezecek. Son zamanlarda sürekli şiddet haberlerinin yer aldığı sağlık sektöründe güzel bir aktivite ile dikkat çekmeyi hedefliyoruz.”

Sağlık sektöründe çeşitli kademelerde çalışan farklı branşlardan farklı şehirlerden birbirinden değerli doktorların ortak noktası bu kez sanat oldu. Fotoğraf sergisine katkı veren doktorlar:

ABDULHAKİM ARISOY, AHMET ÖZKARA, ALİ ERHAN KILIÇOĞLU, ASLIHAN AKTEMEL, ASLI ÜNAL, TUNCA, AYHAN ÖZKUR, AYHAN PINARLI, AYŞE ASLIHAN KARCI, CENGİZ TORUN, CENGİZHAN EMRE,

CİVAN KOCA, DİLEK DAI ÖZCENGİZ, EDA BENĞİ YILMAZ, ELÇİN YOLDAŞCAN, EMEL ÖZTÜRK, EMRE YENGEL, ERGÜN KARADAĞ, ERHAN KUTSAL, ERTUĞRUL TANRIKULU, FATİH ÇİFTÇİ, GAMZE YÜCEL ERGENE, GONCAGÜL AYHAN, GÜNHAN ÖZERDEM, GÜRKAN MERSİN, LEYLA GENÇ, MEHMET KONDAKCI, MEHMET SÜRER, MESUT KURT, MUHAMMET YILDIZ, MUSTAFA AJLAN UÇAR, MUZAFFER TEMEL, MÜCAHİT TAŞER, NACİYE BATMAZ, NEŞE ÇAM, NUREDDİN ÖZDENER, SEYFİ ARSLAN, ŞULE SOLMAZ KÖKSAL, ŞÜKRÜ GÜNGÖR, TİMUR YILMAZ, UFUK AKDIKAN, YAKUP ŞAHİN



Sergi başlangıçtan itibaren çok ilgi çekti. Pek çok yerel ve ulusal medya organında haberleri yapıldı. Ayrıca TRT-FM’de canlı yayın söyleşisi gerçekleştirildi. Daha da önemlisi birbirini hiç tanımayan doktorlar sosyal medya üzerinden organize edilen bu sergi ile kalıcı dostluklar kurma ve sosyalleşme olanağı buldular

41 Hekim Fotoğraf Sergisi



ABDÜLKADİR ARISOY



MEHMET SÜRER

41 Hekim Fotoğraf Sergisi



GÜRKAN MERSİN



ŞÜKRÜ GÜNGÖR



TUĞRUL TUNCA



UFUK ARDIKAN

3-9 EYLÜL HALK SAĞLIĞI HAFTASI ETKİNLİKLERİ AYDIN'IN KUŞADASI İLÇESİNDE YAPILDI



3-9 Eylül Halk Sağlığı Haftası etkinlikleri bu yıl Aydın'ın Kuşadası ilçesinde yapıldı. Etkinliklere Aydın Valisi Hüseyin Aksoy, Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürü Fatih Kara, Aydın İl Sağlık Müdürü Osman Açıkgöz, Kuşadası Kaymakamı Sadettin Yücel, Aile Hekimleri Dernekleri Federasyonu Yönetim Kurulu Üyesi Taner Balbay ve AYAHEP Başkanı Nebi Sökmen katıldı.



Aydın-Kuşadası'nda gerçekleştirilen 3-9 Eylül Halk Sağlığı Haftası etkinlikleri Kuşadası Kültür Turu (Güvercinada Kalesi) ile başladı. Etkinlikler kapsamında Karton tekne yarışması, halk oyunları gösterisi, yüzme yarışması, müzik gösterisi, kano yarışması, yarışmaların ödül töreni, dalgıçlar tarafından gerçekleştirilecek denizaltı afiş gösterimi, deniz üzerinde Türk Bayrağı ve paraşüt tekne ile afiş gösterimi, sağlık çalışanlarından oluşan Türk Müziği Korosu konseri, İl Sağlık Müdürlüğü halk oyunları ekibi gösterisi, Fikirlerini Al Gel yarışması gibi farklı programlar yer aldı..





TARİF: Dr. Halil AKTAŞ

Fırında Tavuk Baget



GEREKLİ MALZEMELER

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| 5 yemek kaşığı süt | 1 çay kaşığı karabiber |
| 5 yemek kaşığı sıvı yağ | 1 tatlı kaşığı kekik |
| 1 diş sarımsak | 1 tatlı kaşığı tuz |
| 1 tatlı kaşığı pul biber | 7 adet tavuk baget |



HAZIRLANIŐI;

- 1.** Uygun bir kaba 5 yemek kaşığı süt, 5 yemek kaşığı sıvı yağ, bir diş ince dođranmıŐ sarımsak, 1 tatlı kaşığı pul biber, 1 çay kaşığı karabiber, 1 tatlı kaşığı kekik ve 1 tatlı kaşığı tuzu koyup güzelce çırptım.
 - 2.** Tavuk bagetlerinin üzerine bıçak yardımı ile çizikler attım.
 - 3.** Fırın tepsisine sar piŐir kağıdı (içi piŐirme kağıdı dıŐı alüminyum folyo,bu piŐirme kağıdından farklı yani) serdim.
 - 4.** Üstüne kesikler attığımız tavuk bagetleri hazırladığım sosa iyice buladım.
 - 5.** Sosladığım bagetleri yan yana ve bir ters bir düz olacak Şekilde sar piŐir kağına dizdim, kalan sosumu da bagetlerin üzerlerine gezdirelim.
 - 6.** Sar piŐiri kenarlarından bagetlerin üzerine kapatarak kenarlarını kıvırdım. Bagetler bu Şekilde kendi suyu ve buharıyla piŐiyor.
 - 7.** Önceden ısıttığım 200°C fırında 45 dakika piŐirdim.
 - 8.** PiŐen tavuk bagetlerimizin üstündeki sar piŐiri açtım ve üzerleri kızarıncaya kadar tekrar fırına verdim.
Üzerleri kızarıncaya Fırında tavuk bagetlerimiz servise hazır oldu.
Afiyet olsun.
- Not:** Tek kelimeyle nefis.

AİEF

AİLE HEKİMLERİ DERNEKLERİ
FEDERASYONU
2008

Aile Hekiminin Objektifinden
ÖDÜLLÜ FOTOĞRAF YARIŞMASI



Katılım şartları ve detaylı bilgi için
www.asmyasam.org.tr
sitesini ziyaret edebilirsiniz



ASMYASAM

Başvuru son tarih
10 EKİM 2022



GELENEKSEL FOTOĞRAF YARIŞMASI ŞARTNAMESİ

DÜZENLEYEN KURUM: Aile Hekimleri Dernekleri Federasyonu (AHEF)

1- YARIŞMANIN AMACI:

“Aile Hekimi Kadrajından Kareler” temalı ulusal fotoğraf yarışmasının amacı; fotoğraf sanatına ilgiyi arttırmak, amatör veya profesyonel aile hekimi fotoğrafçıların fotoğraf sanatına olan ilgilerinin devamını sağlamak ve yakaladıkları özel anların değerlendirilmesine katkı sunmak, fotoğraf sanatının gelişimine ve yaygınlaştırılmasına aile hekimlerinin bakış açısıyla destek verebilmek.

2- YARIŞMA KONUSU:

“Aile Hekimi Kadrajından Kareler”

3- YARIŞMA KATEGORİ-BÖLÜMLERİ:

Yarışma aşağıdaki kategoride düzenlenmiştir.

1-Aile Hekiminin Kadrajı

4- KATILIM KOŞULLARI:

4.1- Yarışmaya katılım ücretsizdir.

4.2- Yarışmaya katılım, tüm amatör veya profesyonel, aktif aile hekimi fotoğrafçılara açıktır. Yürütme Kurulu, yarışma sekreteryası, jüri üyeleri ile birinci dereceden yakınları yarışmaya katılamazlar.

4.3- Katılımcılar ışık duyarlılığı yoluyla nesnelerin görüntülerini film ile tespit ettiği ve tarayarak sayısal hale getirdiği veya doğrudan sayısal (dijital) fotoğraf tekniğini kullanarak elde ettikleri görüntüler ile yarışmaya katılabilirler. Fotoğraflara renk, keskinlik, toz alma gibi bazı işlemler yapılması, kontrast ayarları, kabul edilebilir oranda foto grafik müdahalelere müsaade edilir. İstenen ölçülere uymak şartı ile yeni kadrajlama yapılabilir. Fotoğrafın belgesel yapısı değiştirilmemiş olmalıdır. Bu konuda jürinin kanaati esastır. Birden fazla fotoğrafın montajıyla oluşturulan fotoğraflar (kolaj), yarışmaya kabul edilmez. Gerektiğinde jüri tarafından fotoğrafların ham hali talep edilecektir.

4.4- Yarışmaya yarışmacılar 6 (altı) adet fotoğraf ile katılabilirler. Fotoğraflar üzerinde herhangi bir imza, isim vs. bilgi bulunmaması gerekmektedir.

4.5- Katılımcı yarışma için katıldığı fotoğrafların tümüyle kendisine ait olduğunu ve tüm izinlerinin alındığını kabul, beyan ve taahhüt eder. Aksine davranış kural ihlali sayılır. Ayrıca yarışmaya gönderdiği fotoğraf üzerinde, yapıt kendisine ait olmadığı halde kendisininmiş gibi göstermeye ve değerlendirme kurulunu yanıltmaya yönelik her türlü

müdahale ve değişiklikler kural ihlali sayılır.

4.6- Kural ihlali yapan katılımcının ödöl ve/veya sergilemesi iptal edilir; ödöl ve/veya sergileme yeri boş bırakılır; ödöl, sergileme unvan ve kazanımları geri alınır. Ödöl ve/veya sergileme verilmişse katılımcının ödölü ve/veya sergilemeyi iade etmesi gerekir.

4.7- Yarışma sonucu <http://www.ahef.org.tr/> ve <https://www.asmyasam.org.tr/> adresinde duyurulacak; ayrıca tüm katılımcılara e-posta ile bildirilecektir.

4.8- Düzenleme Kurulu, uygun gördüğü koşullarda yarışmanın tamamının veya bir kısmının iptaline ya da ertelenmesine karar verebilir. Düzenleme Kurulu, iptal ya da erteleme durumlarında uygulanacak yöntemleri ve kuralları belirleme hakkına sahiptir. Düzenleme Kurulu, sorunların ve belirsizliklerin çözümünde, gerekli görülen durumlarda şartnamenin kuralları, program değişikliği, değerlendirme, ödüllendirme dâhil her türlü değişikliği yapmaya yetkilidir

5- YAYIN VE TELİF (KULLANIM) HAKKI:

5.1- Ödöl ve sergileme alan fotoğraflar AHEF'in arşivinde saklanacaktır. Bu fotoğraflar sahiplerinin isimleri belirtilmek kaydı ile AHEF tarafından haber, reklam amaçlı ve sosyal sorumluluk projelerinde fotoğrafçının ismi belirtilerek kullanılabilir ve ayrıca bir telif ücreti ödenmeyecektir (Fotoğraflarla kolaj vb grafiksel çalışmalarda isim kullanılmamaktadır).

5.2- AHEF; bu fotoğrafları kendilerine ait sergilerinde, yayınlarında, basılı evraklarında, dokümanlarında (takvim, ajanda, posta kartı, katalog, web sayfası, elektronik iletişim ve kayıt ortamları vs) ve kendisine ait diğer platformlarındaki hesaplarında tanıtım amaçlı olarak serbestçe kullanılabilir. Bu şekilde kullanılan eserler için, eser sahibi sonradan verdiği izni kesinlikle geri almayacağını ve eserlerinin yukarıdaki şekilde kullanılmasını men etmeyeceğini veya bu izin/muvafakatname için herhangi bir telif hakkı veya maddi, manevi talepte bulunmayacağını gayri kabili rücu kabul, beyan ve taahhüt eder. AHEF; eserler için katılımcının yukarıda verdiği izin/muvafakatname karşılığında ayrıca telif hakkı bedeli ödemeyecektir. Eserlerin kullanım hakkı eser sahibi ile AHEF'in olacaktır.

5.3- Gönderilen fotoğrafların tamamı yarışmacı tarafından çekilmiş olmalıdır. Başkasına ait görüntülerin olduğu gibi veya kısmen kullanılması durumunda ortaya çıkabilecek telif hakkı ihlallerinin tüm hukuki sorumluluğu katılımcıya aittir.

5.4- Yarışmaya gönderilen fotoğraflarda görünebilecek insanların, fotoğrafının çekilmesine ve bir yarışmaya gönderilmesine, fotoğrafın internette ve basılı yayın organlarında yayınlanmasına izin verdikleri kabul edilir. Söz konusu kullanımlardan dolayı ortaya çıkabilecek anlaşmazlıkların tüm sorumluluğu yarışmacıya aittir.

5.5- Yarışmada ödöl alan ve sergilenmeye değer görülen fotoğraflar, AHEF internet sitelerinde yayınlanacak ve belirlenecek olan alanların kapasitesine bağlı olarak sergilenecektir.

5.6- Yarışmada ödöl ve sergileme alamayan fotoğraflar Sonuç Bildirim Tarihi'nden itibaren sistemden 30 (otuz) gün sonra silinecektir.

5.7- Fotoğraflar jüriye tümüyle karartılabilir bir salonda; 3840 piksel x 2160 piksel çözünürlüklü bir projeksiyon makinesi ile en az 1, en fazla 2.5 m diyagonal uzunlukta bir ekranda veya ultra HD 4K 3840 piksel x 2160 piksel çözünürlüklü 42/55 inç'lik bir LCD monitörde, katılımcıya ilişkin hiçbir bilgi olmaksızın ve kodlanmış olarak sunulacaktır.

5.8- Bu şartname, yarışmacının yarışma fotoğraflarını göndermesiyle yürürlüğe girer. Katılımla birlikte yarışmacılar bu şartname hükümlerini okumuş ve kabul etmiş sayılır. Yarışmacıların bu şartname hükümlerine sonradan itiraz hakkı yoktur.

6- YAPITLARIN TESLİMİ

Eserlerin E-posta yoluyla asmyasam@ahef.org.tr adresine gönderilecek, e-posta içeriğinde katılımcının;

Adı-Soyadı-Telefon Numarası- Çalıştığı Kurum Adı ayrıntılı olarak yazılacaktır.

7- YAPITLARIN SEÇİCİ KURULA GÖNDERİLMESİ

Eserler katılımcının isminin yer aldığı bir dosya içerisinde yer alacaktır. Dosya içerisinde yer alan 6 adet fotoğrafta katılımcının adı yer almayacaktır. Dosya içerisindeki fotoğraflara 5 harften oluşan bir rumuz ve sıra numarası verilmelidir.

ÖRNEK: 1 Numaralı Fotoğraf İçin: örnek-1

2 Numaralı Fotoğraf İçin: örnek-2

3 Numaralı Fotoğraf İçin: örnek-3

8- YARIŞMA TAKVİMİ

Yarışma Başlangıç Tarihi: 01.09.2022

Yarışmaya Son Katılım Tarihi: 10.10.2022

Jüri Toplantı Tarihi: 15.10.2022

Sonuç Bildirim Tarihi: 20.10.2022

Ödül Töreni Tarihi: 19.11.2022

9- SEÇİCİ KURUL (Ada göre alfabetik sırayla):

Adı SOYADI

AHMET TAPDUK MEHLEPÇİ

F. BİLGE KARAOMCA ÖK

BURHAN GÜÇLÜ

İSMAİL ERTİN

TUĞRUL TUNCA

10- ÖDÜLLER ve SERGİLEME (Her kategori/bölüm için):

1.lik : AHEKON 2022

2.lik : 2 yıllık AHEFAHBS ve çay makinası

3.lük : 1 yıllık AHEFAHBS ve çay makinası

Mansiyon: 5 Adet

11-YARIŞMA SEKRETERYASI/İLETİŞİM:

Proje Koordinatörü: Dr. Zafer Tolga İPEK- Dr. Bilge KARAOMCA ÖK

AHEF Basın Danışmanı: Nurcihan BAHTİYAR

Kurumsal Tel: +90 (312) 417 59 83 - +90 (538) 487 25 44

Adres: Atatürk Bulvarı No: 143/3 Kızılay / Ankara

Web : <https://www.ahef.org.tr/>

E-posta : asmyasam@ahef.org.tr

BİZE KATIL!



Değerli Meslektaşlarımız;

AHEF tarafından, dijital ortamda, her ay düzenli olarak çıkarılan ASMYAŞAM dergimize katkıda bulunacak ve çıkarılmasında yardımcı olacak arkadaşlarımıza ihtiyaç vardır.

Bizimle çalışmak isteyen meslektaşlarımızı aramızda görmekten mutluluk duyarız.

Müracaat:

Aile Hekimleri Dernekleri Federasyonu

Adres: Atatürk Bulvarı No: 143/3 Kızılay/ ANKARA

Telefon: 0312 417 59 83 - 0538 487 25 44

e posta: ahef@ahef.org.tr

AHEF

**AİLE HEKİMLERİ DERNEKLERİ
FEDERASYONU
2008**

ASMYAŞAM



www.ahefvitrin.com.tr

Tüm ihtiyaçlarınız için

**AİLE
HEKİMLERİMİZİN
HER ZAMAN
YANINDAYIZ**



AİLE HEKİMLERİ DERNEKLERİ
FEDERASYONU

2008